

多点磨炼， 让男孩的内心 更强大

放手才是大爱，舍得才是教育
多一点磨炼，男孩才会成为真正的男子汉

潘鸿生◎编著



生活不是童话，
磨炼才能长大

男孩没有强大的内心，
就没有和这个世界去拼的资本

北京工业大学出版社

多点磨炼， 让男孩的内心 更强大

DUO DIAN MOLIAN
RANG NANHAI DE NEIXIN
GENG QIANGDA

潘鸿生◎编著

北京工业大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

多点磨炼, 让男孩的内心更强大 / 潘鸿生编著. —
北京: 北京工业大学出版社, 2016.8

ISBN 978-7-5639-4775-1

I. ①多… II. ①潘… III. ①男性—家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 161165 号

多点磨炼, 让男孩的内心更强大

编 著: 潘鸿生

责任编辑: 杜曼丽

封面设计: 清水设计工作室

出版发行: 北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园 100 号 邮编: 100124)

010-67391722 (传真) bgdcbs@sina.com

出 版 人: 郝 勇

经销单位: 全国各地新华书店

承印单位: 北京天正元印务有限公司

开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印 张: 18

字 数: 213 千字

版 次: 2016 年 8 月第 1 版

印 次: 2016 年 8 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-4775-1

定 价: 29.80 元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题, 请寄本社发行部调换 010-67391106)

目 录

第一章 特别狠心特别爱，让男孩接受更多的磨炼

“穷养男孩”，让男孩越来越优秀	3
爱孩子，但绝不能溺爱孩子	8
放手才是大爱，舍得才是教育	14
苦难的人生是男孩的一笔财富	18
既然不能守他一辈子，就别舍不得让他受苦	24



多点磨炼，
让男孩的内心更强大

第二章 未来有多艰险，男孩就要有多勇敢

强大的内心，要靠勇敢来支撑	33
有梦想不怕大，鼓励男孩追求自己的梦想	38
让男孩勇于尝试，即使失败也是好事	45
敢于探索，鼓励男孩适当地去冒险	50
勇敢不只是冒险，还要勇于承担责任	54

第三章 磨炼意志，让男孩学会正确对待挫折

年轻没有失败，鼓励男孩勇敢地接受失败	63
让男孩把挫折看作成长的机遇	69
给自己加油打气——教男孩学会自我激励	75
不放弃，鼓励男孩凡事要坚持	82
学会专注，让男孩集中精力做好一件事	90
拼爹、拼妈、拼学历，不如拼意志力	95
信念是一面旗帜，培养男孩坚定的信念	101

第四章 男孩自己的事，就让他自己去做

- 不要事事包办代替，让男孩学会自理 111
- 学会选择，提高男孩的自主选择能力 116
- 流汗的教育——劳动是对男孩最好的磨炼 122
- 注重实践，提高男孩的动手能力 130
- 父母不参与，让男孩学会自己解决问题 134
- 独立思考——教子课题的“重中之重” 141
- 面对危险，让男孩学会自我保护 148

第五章 坚毅自强，帮男孩实现自我成长

- 学会独立，让男孩自己打理生活 157
- 控制自己的情绪，不做爱发脾气的男孩 165
- 自我控制，让男孩经得起诱惑 170
- 学会竞争，让男孩成为竞争高手 176



适者生存, 让男孩更好地适应周围环境 181

学会反思, 善于自省的男孩才能完善自己 187

第六章 世界再寒冷, 也要让男孩心中有阳光

教会男孩生存之前, 先教会他微笑 197

让男孩尽情玩耍, 没有什么比快乐更重要 206

男孩乐观开朗才能快乐地长大 210

给男孩再多财富, 也不如给他一个希望 220

遭遇逆境时, 教男孩多看好的一面 227

相信自己, 自信的男孩有美好未来 231

第七章 体验成功, 让男孩做最好的自己

感受过成功的男孩才会获得更多的成功 241

赏识教育——告诉男孩, 你真棒 246

没有什么不可能, 鼓励男孩挑战自我 251

从小培养男孩的领导意识	256
多交朋友，培养男孩的社交能力	261
帮男孩拔去自卑的钉子，体验成功	266

第一章 特别狠心特别爱， 让男孩接受更多的磨炼



第一章 特别狠心特别爱， 让男孩接受更多的磨炼

“穷养男孩”，让男孩越来越优秀

“穷养男孩富养女”是中国父母养儿育女的金科玉律。对于成长中的男孩，先哲曾讲过要“苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身”，历经磨难，才可勇敢无畏，从而担当大任。

和女孩相比，男孩将来要承担更多的社会责任和家庭责任，面临的竞争也许会更激烈。因此，无论男孩的家庭多富足，男孩也要穷着养。男孩只有经历过磨砺，才能激发出无限潜能，变得自信、自强、自立，从而担当重任。

“穷养男孩”的真正含义并不是让父母在养育男孩时缺衣少食，或者惩罚打骂，而是让男孩尽可能地经历一些人生的挫折，提升应对各种困难的能力，学会勇敢，有责任心，具备宽广的心胸，有创造性的思维方式，懂得爱与感恩，有能力创造财富并保有财富，身心健康，会学习，具备一定的领导能力。可以说，穷养的着眼点，是给男孩一个成功的人生。

遗憾的是，如今很多男孩为独生子，“小皇帝”越来越多，而且随着社会经济的进步和父母对男孩宠爱程度的上升，很多男孩缺乏基本生存能力、人际交往能力、语言表达能力和创新能力等，只知凡事都依赖父母。



周涛的父母是当地的企业家，通过辛苦打拼成立了一个外贸公司。周涛是家里的独生子，平时妈妈对他十分娇惯。周涛在学校整天不学习，眼看快要到高三了，妈妈觉得儿子在国内也不会考上一所好大学，于是就和周涛的爸爸商量，决定把儿子送到国外去接受教育。

一向被娇宠的周涛听到这个消息后非常不乐意。他对妈妈说：“我不去国外，我吃不惯那里的东西。”

妈妈劝他说：“儿子，让你去是为了你好。妈妈不会让你吃苦的，妈妈会给你存上钱，然后定期给你寄好吃的。”

听妈妈这样说，周涛才同意出国，但是随后又说：“如果我觉得太苦了，受不了了，我就马上坐飞机回来。”妈妈搂着周涛说：“妈妈不会让你吃苦的，妈妈赚钱为什么，不就是为了你吗？”

留学的地方是英国，每年的花费都十分高昂。周涛到了英国后，根本就不好好上课。他开始了自己的旅游计划，找了几个中国朋友，隔三岔五地就和他们去旅游或者吃喝。一切费用都是周涛负责，对此周涛打电话跟妈妈说：“我第一次来到这里，对什么都不熟悉，语言又不通，特别想家，所以一定得多交几个中国朋友。”

妈妈心疼儿子，又给他寄去一笔钱，并告诉儿子支持他找朋友的做法。周涛整天和几个朋友游玩，根本不想学习，而且还常常坐飞机头等舱。回国他跟自己的朋友说：“经济舱根本没办法坐人，那么拥挤。”

周涛回家就是为了能吃到中国菜。他对父母说：“我根本吃不了英国的东西，我吃两天就开始想家里的菜了，实在忍不住只好跑回来吃一次。妈妈我要不是为了你，我才不去国外呢！”

周涛每次回家的花费都在一万元左右。除了学校放寒暑假外，每年都要回家五六次。爸爸曾经对周涛这样的做法有意见，但是妈妈说

第一章 特别狠心特别爱，让男孩接受更多的磨炼

儿子想回来就回来吧，她有钱让儿子享受这个待遇。

但是，天有不测风云。有一年周涛的父母做生意的时候，资金周转出现了问题。妈妈跟周涛说自己遇到了困难，希望得到儿子的支持，但是娇生惯养的周涛根本不知道什么是困难，他还是按照原来的习惯大手大脚地花费。

周涛在妈妈面前这样说：“妈妈，你得想办法赚钱啊，我已经吃惯了好东西，穿惯了名牌衣服，如果没有这些东西我就没法生活。”妈妈看着周涛的表情，想着平时对儿子无度的宠爱，终于流下了后悔的泪水。

古话说：“艰难困苦，玉汝于成。”男孩要成才，只有经过“艰难困苦”，才能“玉汝于成”。让男孩过早地亲近“富”，远避“穷”，看似爱之，实则害之。所以，一定要让男孩在必要的“穷”和“苦”中得到锤炼，懂得以艰苦奋斗为荣，以骄奢淫逸为耻，才能体会到靠自己的努力争取得来的快乐，才能懂得珍惜，这对于男孩的自立自强是一种磨炼。

俗话说：“穷人的孩子早当家”。所以，无论家境多好，对男孩绝对不能宠，必须穷着养，让他吃得苦中苦，在吃苦中他的意志能得到磨炼，培养其艰苦朴素、吃苦耐劳的作风，仁义孝道的思想，让他从小就明白生活的艰辛。如此，将来才可担负起社会和家庭的重任。无数例子告诉父母，过多的物质和金钱不仅难以培养男孩独立面对未来的能力和魄力，反而会将 he 本应具备的能力和积极进取之心彻底地埋葬。正是从这个意义上说，“穷养男孩”才有了更为深刻的内涵。

董建华是香港特别行政区首任行政长官，也是世界七大船王之一董浩云的儿子。虽然董浩云是大富豪，但他对少时的董建华要求十分



严格，从不溺爱娇惯。深知父亲苦心的董建华，从不因为自己是船王的儿子而骄蛮、奢靡，而是过着十分简朴的生活，读书时每天乘公交车往返于校园和住所之间，潜心于学业。

董建华毕业之后，大家都认为董浩云会送他出国深造或者直接接管家族企业，但令人惊讶的是，董浩云竟然安排儿子进入美国通用汽车公司当了一名普通员工。他是这样对董建华说的：“儿子，我不怀疑你是个有理想的人，但我担心你的刻苦精神不够，你不要想到自己有了依靠就可以高枕无忧，你必须自己主动去找苦吃，磨炼自己的意志，接受生活对你的种种挑战并战胜它。”

正是父亲的这些话，让刚出校园的董建华踏实勤恳地在美国通用汽车公司干了四年。在此期间，他不仅学到了先进的管理经验，也学会了与各色人等如何打交道，还培养了吃苦耐劳、不怕困难的精神，为他日后走上政坛打下了坚实的基础。

从上面的事例可以看出，正是作为世界巨富的父亲对董建华正确的“穷养”之路，才让他有了变得更加优秀的资本。

“从来纨绔少伟男”，男孩就要穷着养。对于父母来说，最重要的不是留给男孩万贯家财，不是给男孩设计好人生道路，而是帮助男孩成就自己的人生——让男孩具备积极良好的心态、乐观向上的精神、坚强自信的性格，这样男孩才能在走入社会后无惧风雨，闯出自己的一片天空。所以，父母应该树立起“穷养男孩”的意识，主动学习“穷养男孩”的理论和技巧，在教育实践中灵活运用。

1. 让男孩体验挫折感

有一位母亲的教育经验是这样的：

第一章 特别狠心特别爱，让男孩接受更多的磨炼

儿子牛牛从小就有些娇气，平时家人也都很疼爱他，从来都没让他受过委屈。在牛牛上小学之后，就开始变得自卑、怯懦，而且像个小女孩似的一遇到困难就哭，甚至还会发脾气摔东西，心理承受能力很差。

我和爱人、牛牛的爷爷奶奶商量之后，决定改变对孩子的教育方式，不再溺爱孩子，而是让他体验挫折。例如以前他要零花钱，我们马上就给，但现在我们不再随便给他，而是让他通过适当的家务劳动赚取零花钱，或者他遇到问题请求我们帮助时，我们不再是全权包办，而是引导牛牛自己想办法解决问题。一段时间后，我发现牛牛变得坚强、勇敢了很多。

这位母亲做得非常正确！如果父母过于溺爱和保护男孩，只会让他变得意志软弱，甚至稍遇不顺心或挫折就走向极端。所以，“穷养男孩”的第一步就应该让男孩适当体验挫折，鼓励男孩克服并战胜困难，进而激发出男孩勇敢无畏的精神，积极面对各种困难。

2. 不给男孩过于充分的物质条件

有这样一篇报道：

一对夫妻把儿子辛辛苦苦养大，儿子大学毕业后上了班，有了收入，父母就不再给他零花钱。可是进入社会的儿子不但要用好的、吃好的，还要追时髦，钱根本不够花。最后，他对父母说：“如果你们不能给我提供一辈子的优裕生活，为什么让我从小就养成这种习惯？”

看了这个故事，每个父母都应该反思一下，自己家里有没有这种潜在



多点磨炼，

让男孩的内心更强大

的危机。

无数的事实证明，如果父母给予男孩太多太好的物质生活和享受，他就会永不休止地光顾着索取，而忘记了奉献和创造；如果父母时刻为孩子遮风挡雨，孩子就会变成养在笼子里的“金丝鸟”，永远地丧失展翅高飞的能力。男孩穷着养，才能培养出他坚毅的性格、吃苦耐劳的精神和自立自强的品质。

3. 男孩要养成独立生活的意识

有研究表明，如果能够从父母身上得到充分的支持和爱，男孩会比女孩更早地走向独立。通过对6个月的男婴和女婴的对比实验可以发现，面对困难的时候，男婴已经开始试图通过自己的探索尝试解决问题的途径，而不是借助哭泣等手段。因此，男孩不够独立，父母应该在自己的身上找原因。一方面，父母总是娇惯男孩，不愿意让男孩受苦，怕他不小心磕着碰着。另一方面是父母怕麻烦，有些父母说：有教男孩做事情的那些时间，自己早就替他做好了。男孩力所能及的事都不用做，从而剥夺了孩子学习生活自理的机会。当今独生子女缺乏自理能力普遍是由于上述原因。

事实上，父母这种完全忽略男孩自理能力培养的心态，既害了他，也害了父母。因此，强化培养自理能力的意识是很有必要的。

爱孩子，但绝不能溺爱孩子

有这样一个小故事：

在某山脚下有一个湖，当地的人们叫它天鹅湖。天鹅湖中有一个小岛，岛上住着一位老渔翁和他的妻子。平时，老渔翁在湖上摇船捕鱼，妻子就在岛上养鸡喂鸭。除了偶尔买些油盐酱醋之外，他们很少与外界来往。

有一年的秋天，一群天鹅来到了岛上。它们从遥远的北方飞来，准备去南方过冬。老夫妇见到这群“客人”，非常欢喜，因为他们在这儿住了那么多年，还没有什么“客人”来拜访过。

老夫妇为了表达他们的喜悦，拿出给鸡鸭吃的饲料和打来的小鱼喂它们，于是这群天鹅就跟这对老夫妇熟悉起来。在岛上，它们不仅大摇大摆地走来走去，而且在老渔翁捕鱼时，它们还与之同行，嬉戏左右。

冬天来了，这群天鹅竟然没有继续向南飞，白天它们在湖上找食物，晚上在小岛上栖息。湖面封冻了，它们找不到食物了，老夫妇就敞开他们的屋门，让它们在屋里取暖，并且给它们吃的，这种关怀每年都延续到春天来临，直至湖面彻底解冻。

日复一日，年复一年，这对老夫妇就这样奉献着他们的爱……有一年，他们老了，离开了小岛，天鹅从此消失了。不过，它们不是飞向了南方，而是在第二年湖面封冻时饿死了。

不可否认，老渔翁夫妇对那些天鹅的爱，绝对是无私而又真挚的，他们认为，那些天鹅给孤寂的他们带来了慰藉与欢乐，在寒冷的冬天，他们肯定要照顾与呵护那些不能适应北方严寒的天鹅。可是，老渔翁夫妇无论如何也没有考虑到，习惯了他们爱护的天鹅一旦失去了他们的照顾，结局将会十分悲惨。