

有志气的男孩才能自强不息，勇往直前。

男孩 养志气

有气质的女孩才能最具魅力，一生幸福。

雨墨 编著

女孩 养气质



大志气的男孩一定是“穷养”出来的！
好气质的女孩一定是“富养”出来的！

中國華僑出版社

男孩 养志气

女孩 养气质

雨墨 编著



中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

男孩养志气 女孩养气质 / 雨墨编著. — 北京: 中国华侨出版社, 2015.4

ISBN 978-7-5113-5386-3

I. ①男… II. ①雨… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 080950 号

男孩养志气 女孩养气质

编 著: 雨 墨

出 版 人: 方 鸣

责任编辑: 落 羽

封面设计: 彼 岸

文字编辑: 叶 子

美术编辑: 刘 佳

经 销: 新华书店

开 本: 1020 毫米 × 1200 毫米 1/10 印张: 44 字数: 810 千字

印 刷: 北京华平博印刷有限公司

版 次: 2015 年 7 月第 1 版 2015 年 7 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5113-5386-3

定 价: 59.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦三层 邮编 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

发 行 部: (010) 88866079 传 真: (010) 88877396

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

前言

从来富贵多淑女，自古纨绔少伟男。自古以来，“男孩养志气，女孩养气质”就是中国父母养儿育女的“金科玉律”，这里面包含着朴素而深刻的人生智慧，其道理可以从传统社会男孩女孩将要承担的角色来解释。

男孩踏入社会后，承担的责任和压力都比较大，在家庭中，男人更是顶梁柱。要成为一个真正的男人，这一生不知要承受多少磨难、冷眼、屈辱和挫折。古人说，天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，如此才能修身齐家治国平天下。所以无论家境多好，对男孩绝对不能宠，让他从吃苦中磨炼意志，培养其艰苦朴素、吃苦耐劳的作风，仁义孝道的思想，让他从小就有志气。如此，将来方可顶天立地，担负起社会和家庭的重任。相反，如果父母对男孩娇生惯养，在物质上过多、轻易给予，要么会培养出一个花天酒地、不成器的纨绔子弟来，要么把男孩培养成阴柔气十足的“娘娘腔”。因此，父母真正心疼儿子，就要狠下心来培养男孩的志气。今天对男孩“狠心”，明天才能对男孩“放心”。而养就男孩的志气，实质上是培养男孩自立自强的精神，使之成为勇敢出色的男子汉。心理学家威廉·詹姆士说：“播下一个行动，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。”有志气的男孩，将来步入社会后更容易适应环境、承受逆境，具备独立支配自我的能力。父母望子成龙不能等，从小就要培养男孩的志气，为儿子将来有出息打下基础。

培养“气质女孩”是中国历来已久的传统。过去大户人家的女儿，养在深闺，从小学习琴棋书画、诗词歌赋，何等优秀。所以，过去称女孩为“千金”。在现代社会，如果家庭经济条件许可，就要尽可能地满足女儿对物质的需求，让她享受公主般的待遇，要从小宠她、爱她。当然，培养女孩气质并不仅仅只是给她提供富裕的物质生活，更多的是培养她精神上的富足。著名作家斯迈尔斯在《品格的力量》里说道：“女性的素质决定着整个民族的素质。”所以，在培养女孩气质方面，家长尽可以大方。因为，你们不只是在培养自家的女孩，更是在培养民族的未来。

现代科学研究也证明，男孩和女孩在生理上存在着很大的差异。染色体、大脑结构以及荷尔蒙的不同决定了男孩与女孩本质上的差别。拿大脑来说，无论是化学组织还是结构组织，男孩和女孩先天就存在巨大差异，比如，男孩大脑的发育速度明显慢于女孩。另外一个明显差别是：男孩大脑的左右半球之间的联系要少于女孩的。在许多情况下，这些差异影响了男孩、女孩对环境的反应方式，以及回应压力事件的方式与记忆。此外，现代心理学研究也发现，男孩和女孩在心理和个性上也存在着先天差异。父母都有这样的体会，男孩比女孩要更淘气一些，而女孩会比男孩更加惹人喜爱。女孩比男孩在语言学习方面出色，而男孩的动手能力要超过女孩……这些无不说明男孩和女孩天生就是不同的。而“男孩养志气，女孩养气质”的教育方法正切合了男孩与女孩的先天差异。

本书从分析男孩和女孩先天上有什么不一样开始，从生理学、心理学、教育学等角度，并紧

2

目 录

上篇 上帝选择区别，你选择教育

第一章 Boy和Girl真的不一样——男孩和女孩所要面临的世界	3
谁在说“男孩女孩就要不一样”	3
无处不在的性别暗示	6
一个排斥“变态”的真实世界	6
可怕的“娘娘腔”与“野蛮女友”	8
孩子需要一张“明性片”	10
第二章 男孩女孩的成长蓝图——相同的成长，不同的轨迹	12
纯真的时代——0~7岁的男孩女孩	12
转变的时代——8~13岁的男孩女孩	14
青春的时代——14岁以后的男孩女孩	15
男孩的人生规划	17
女孩的人生规划	18
第三章 教育孩子，先走入他们的内心——男孩女孩的情感世界	20
男孩有冒险天分和英雄情结	20
女孩渴望得到友谊和爱	22
我是大王——面对竞争，男孩跃跃欲试	24
我害怕——面对挑战，女孩习惯退三步	25
胆小、内向、敏感——请理解另类的男孩	28
帅气、粗心、孤僻——请理解另类的女孩	30
第四章 父母无法回避的现实——正视男孩女孩的差异	32
男女并不真正地“平等”	32
为什么说“男女有别”	33
生理性别与心理性别	35
女孩所遭遇的就业性别歧视	36
男孩面临前所未有的危机	38

合格的男孩女孩什么样	40
男孩应该比女孩入学晚一年	41

第五章 回归传统的教养观念——走出无差别教养的误区 43

世界范围的青年“中性化危机”	43
差别教育不是性别歧视	45
“一视同仁”的教育未必合理	47
看得见的爱与看不见的爱	49
从名人教子得到的启示	51

中篇 培养男孩的志气

第一章 历来纨绔少伟男——再富也要穷养男孩 57

为何穷人的孩子早当家	57
溺爱是男孩的敌人	59
不要用你的成功去压倒他	61
少让男孩坐享其成	62
过于精致的成长环境易让男孩得“王子病”	64
不知道爱惜，是因为什么都有	66
疏导男孩的攀比心理	67

第二章 受“穷”而知奋进——今天的男孩更需要“穷”养 69

富裕的生活容易毁了儿子	69
财产不能保男孩富贵平安	70
“小皇帝”的优越感扭曲了男孩的心	72
独生子让小男孩缺少了责任感	73
从小一帆风顺，造成“蛋壳心理”	75
全能的父母，夺走了男孩成长的机会	76
娱乐时代，男孩少了阳刚之气	78

第三章 把爱用到点子上——决定男孩一生的关键词 80

创造——精彩的人生来自不竭的创造力	80
独立——男儿当自强	82
勇敢——男孩是未来世界的开拓者	84
尊严——男儿膝下有黄金	85
冒险——美国诞生于“五月花号”的探险	87
乐观——永不黑暗的灯塔	89

第四章 “穷”养有方法——穷养男孩并不是“放弃”	91
“穷”的真正内涵——让男孩管理自己	91
穷则奋起——男孩的魄力从苦难中来	92
穷则无畏——男人需要“狠”一点	94
穷则能忍——使男孩更好地适应社会	95
穷养男孩——不抛弃，不放弃	96
绝大部分成功者都有“穷养”经历	98
第五章 控制男孩的物质享受——“穷养”的男孩更会生存	100
让男孩知道家庭的财富来自父母的工作	100
餐桌上的节俭教育	101
掌握好金钱奖励的度	103
培养孩子良好的储蓄习惯	104
留心男孩如何支配零花钱	105
告诉男孩，世上没有一本万利的事情	106
第六章 穷则无畏——饱经挫折的男孩最有出息	109
娇气的男孩没有竞争力	109
经历风雨，才能见到彩虹	111
战胜困难的乐趣永远大于困难本身	113
强健男孩的内心，而不是让他的脸皮“变厚”	115
让男孩学会自我修复	116
第七章 任性的“小皇帝”不可纵容——自控能力决定男孩的成就	119
帮助男孩认清生活中的假象	119
让男孩抵制诱惑	121
让男孩对自己严格要求	122
增强男孩的羞耻心	124
不做“电视土豆”和“网瘾君子”	125
充分信任他，哪怕明知道他没有尽力	126
有出息的男孩宠辱不惊	128
第八章 拒绝莽夫和胆小鬼——好男儿智慧与勇气并存	130
让胆怯的小男孩重放光芒	130
教育男孩，别总是否定他	131
少给男孩定规矩	133
让男孩觉得自己被需要	135
告诉男孩，坦然面对竞争	136

教给男孩拒绝和说“不”的智慧·····	138
承认错误也是一种勇气·····	139
让男孩把打架的力气用在别的地方·····	141

第九章 帮助男孩而不是包办——独立性强的男孩才能自立于世····· 144

家有男孩，父母可以“懒”一点·····	144
这些事情，让男孩自己做·····	146
鼓励男孩大声说出自己的想法·····	147
让男孩自己做决定·····	149
会理财的男孩更独立·····	150
男孩不可不学的生存技能·····	152
男孩想要的玩具，让他自己挣回来·····	154

第十章 男子汉要敢作敢当——当有责任感的男孩才有大的气魄····· 155

让男孩知道什么是责任·····	155
责任感来源于信任和尊重·····	157
鼓励儿子做一名合格的家庭成员·····	158
鼓励男孩为自己的错误买单·····	160
不批评认错的孩子·····	161
戒掉找借口的坏习惯·····	162
找回责任感，孩子不再撒谎·····	164

第十一章 男儿有泪不轻弹——重塑男孩的阳刚之气····· 166

穷养下的男孩更阳刚·····	166
强壮的父亲是男孩的榜样·····	168
给男孩的母爱应该适可而止·····	170
改掉男孩身上的“娘娘腔”·····	171
运动，塑造男孩的强壮体魄·····	172

第十二章 培养一个正人君子——美德是男孩的第二重身份····· 175

懂得孝顺的男孩前途无量·····	175
忠诚——奠定成功的基石·····	177
正直——男孩立足社会之本·····	178
宽容别人，就是在善待自己·····	180
克服疯长的“自私心理”·····	182
懂得尊重别人的男孩，才能赢得尊重·····	183
人无信不立，让男孩恪守他的承诺·····	185

第十三章 温文尔雅小绅士——文明礼仪让男孩风度翩翩	187
好男儿懂得说“对不起”	187
男孩子不应是斤斤计较“大王”	188
“凉水”浇灭男孩过强的表现欲	190
鼓励男孩分享他的所有	192
让男孩的嘴巴不骂人	194
让男孩知道暴躁的代价	195
改造任性的“臭脾气”	196
培养男孩的风度	198
第十四章 爱读书的男孩不会变坏——教男孩爱读书，会读书	200
激发男孩的阅读兴趣	200
读书也有读书的窍门	201
男孩总是爱读“无用书”怎么办	204
怎样帮助男孩扩大阅读面	205
阅读报纸杂志，让男孩放眼世界	206
推荐给男孩的必看书籍	207
第十五章 见多识广——一定要带男孩去的几种地方	210
大草原——冒险者的摇篮	210
黄河口——勇者气魄的源泉	211
赤壁下——千古英雄的凭吊场	212
俏江南——诗意的栖息地	214
藏北高原——体能极限的擂台	216
第十六章 习惯收获性格，性格收获命运——成就一生的好习惯	218
优秀男孩刘朔说：习惯制胜	218
好习惯是训练出来的	220
在快乐的心情中养成好习惯	222
男孩需要母亲更多的耐心和信任	223
懒惰的男孩要不得	224
别当拖拖拉拉的“小蜗牛”	226
让他为丢三落四吃点苦头	227
第十七章 增加男孩人生的宽度和广度——让男孩在外面成长	230
外面的世界更适合男孩	230
支持男孩参加社会实践	231
小小报童，感受生活的不容易	233

敢于在公众面前大胆地发言	235
让男孩拥有超级的说话技巧	236
别怕男孩在外面吃亏	238
让男孩多结识健康向上的伙伴	239

第十八章 “变坏”不是偶然的——警惕男孩的危险禁区 242

及早发现男孩身上的“坏苗头”	242
给男孩一个健康的上网环境	244
防止男孩上网成瘾	246
与不同年龄段的男孩谈“性”	247
别让男孩陷入追星的“旋涡”	248
正确对待男孩的“女朋友”	250

下篇 培养女孩的气质

第一章 “富”者容易“贵”者稀——今天的父母需要学会“富养” 255

女孩的未来，是父母影响的	255
仅有物质满足还不够	256
把钱和时间花在女孩需要的地方	258
知识是对女孩最有益的投资	259
学会利用你身边的教育资源	261

第二章 让女孩从内到外都美丽——富养女孩并不是“娇养” 263

“富”的真实内涵——培养女孩灵魂上的富足感	263
“公主”是富养出来的	264
富养，不是为女孩做好一切	266
女孩也要能吃苦——“不为一颗豌豆失眠”	267
没有气质，学淑女只会更俗气	269

第三章 把爱用到点子上——滋养女孩一生的关键词 271

美丽——女孩是这世上2/3的“风景”	271
知性——比青春的美丽更加持久	273
眼光——女孩的选择比努力更关键	274
温柔——女性独有的“武器”	275
善心——世界上最强大的“武器”是善良	277
自尊——一切荣耀与幸福的基础	279

第四章 铿锵玫瑰绽放——坚强的个性让女孩不畏挫折..... 281

富养女孩也要让她吃苦.....	281
让女孩娇而不弱.....	283
告诉女孩，化眼泪为行动来解决问题.....	285
不拿她和别人作比较.....	286
镇定是女孩的另一种勇敢.....	288
爱是女孩永远的支柱.....	289

第五章 女孩的第一桶金——足够的自信让女孩笑傲生活..... 292

女孩不是天生的胆小鬼.....	292
给她幸福，让女孩相信自己.....	293
荣誉是信心的补品，但也需掌握好尺度.....	295
适当地赞美她的外貌.....	297
体面的外表有益于自信心的建立.....	298
强势的妈妈容易造成女儿的自卑.....	300
永远对女儿无条件信任.....	301
拓宽女孩的内心世界.....	303

第六章 弱者是帮出来的——让“小公主”有主见..... 306

强化女孩的自我价值感.....	306
为女孩创造一个“民主家庭”.....	308
孩子的冷暖不应该由父母来决定.....	309
放手之前，给女孩一些人生忠告.....	311
自主——女孩12岁生日的最好礼物.....	312
让女孩做家庭的“女主角”.....	314
让她自己管好钱罐.....	315

第七章 气质美千金难求——高贵的气质让女孩别有韵味..... 317

气质美来源于文明礼仪.....	317
给女孩上上艺术课.....	319
不可缺少的音乐修养.....	320
舞蹈塑造女孩的形体之美.....	322
给女孩一个中肯的形象建议.....	323
在女儿的床头放一本经典.....	324
千万不要羞辱女孩.....	326
让毛躁的女孩慢下来.....	327

第八章 温顺乖巧、人见人爱——好性格让女孩受益一生	330
感性的女孩需要多一份理性	330
激活女孩内在的好脾气	332
满足女孩的情感“饥渴症”	333
任性的“大小姐”也能懂事	335
害羞的女孩需要多肯定	336
把女孩介绍给你的朋友们	338
杜绝女孩的小家子气	339
第九章 带给女孩优质的人生——交际才能让女孩赢遍天下	342
不懂倾听的女孩容易出错	342
为什么我的女儿爱说个不停	344
给女孩适时示弱的智慧	345
帮女孩养成赞美他人的习惯	346
引导女孩融入集体	348
训练女孩的身体语言	350
拉女孩走出孤僻的“黑暗”	351
第十章 给女儿佩戴“护身符”——会自我保护的女孩不受伤害	354
会交友的女孩少受伤害	354
让女孩远离“长舌妇”	356
不鼓励女孩占小便宜	357
告诉女孩，衣服盖住的地方不让别人碰	359
预防女孩为爱情犯傻	360
给女儿讲讲新闻上的事	362
第十一章 女孩不再是刁蛮公主——正确对待女孩的情绪	364
送给女孩一个日记本，把悲伤留给过去	364
女孩成长中的情感敏感期	365
理解女孩的小脾气	366
让孤芳自赏的女孩走出家门	369
给自卑的“丑小鸭”一些时间	370
告诉女孩，真正的爱情需要等待	371
和妈妈闹别扭，不是女儿的错	373
第十二章 腹有诗书气自华——多读书让女孩眼光不俗	375
把读书变成有趣的事	375
引导女孩读故事	376

最适合女孩阅读的书籍·····	378
阅读中需要注意的问题·····	379
向女孩请教一些中国历史知识·····	381
女孩擅长的事情——背诵经典·····	383
学国学，玩国学·····	384

第十三章 在旅途中开阔视野——一定要带女孩去的地方····· 386

图书馆——女孩的精神天堂·····	386
音乐厅——高雅艺术的体验场·····	387
博物馆——为女孩打开知识的窗口·····	389
文化街——每个角度都有风景·····	391
纪念馆——了解名人的一扇窗·····	392
大自然——女孩灵性的源泉·····	393

第十四章 才艺女孩全面提升——增强女孩的各种能力····· 395

和女孩一起布置房屋——培养女孩的统筹力·····	395
想象爱丽丝仙境——培养女孩的想象力·····	396
举办一个诗歌朗诵会——培养女孩的表演能力·····	398
鼓励女孩“不听话”——培养女孩的思辨能力·····	399
像小龙女一样过目不忘——培养女孩的天才记忆力·····	401
给她的生活制造“惊喜”——培养女孩的应变能力·····	403

第十五章 越穿越美丽的衣服——品德让女孩一生坦荡····· 405

女孩的内心不应该有“污垢”·····	405
鼓励小女子一言九鼎·····	407
让女孩去感受别人的痛苦和快乐·····	408
避免女孩的“拜金主义”·····	410
女孩不可爱慕虚荣·····	411
嫉妒心让女孩的美好大打折扣·····	413

第十六章 要一个冰清玉洁的女孩——警惕女孩“变坏”····· 415

耳钉、眼影、露脐装——偶尔一下没关系·····	415
你本来就很美——让女孩正确对待减肥·····	416
不嫁华仔——千万别让女孩陷入妄想症·····	418
这样和不同年龄段的女孩谈“性”·····	419
远离网络上的“白马王子”·····	421
“早恋”也能教会女孩成长·····	422
认识女孩的“铁哥们儿”·····	424

第一章

上篇

上帝选择区别， 你选择教育



古老的童谣说：“女孩子是用糖、香料以及一切美好的东西做成的。”的确，与喜欢汽车、手枪等冒险性事物的男孩相比，女孩更喜欢漂亮的衣服、发卡等美好的东西。父母给予女孩美好的东西，父母富养女孩，培养女孩对美好事物的欣赏能力，塑造她的气质。而恰恰相反，喜欢冒险、喜欢制造麻烦的男孩，父母却要采取另一番做法，明智的父母要善于将男孩的莽撞粗心、精力过剩转变为一种成功的优势，明智的父母从不会让自己的男孩太过“富有”，他们会把“爱”藏起来一半，他们会寻找和创造机会让男孩去体验贫穷和适当吃苦！这样的男孩才会长成一个有大志气的人、一个卓尔不凡的男子汉！

第一章

Boy和Girl真的不一样 ——男孩和女孩所要面临的世界

谁在说“男孩女孩就要不一样”

俗话说：“男女有别。”可是，男生和女生的差别究竟在哪里，对家长来说，似乎知道一点点，可是了解得又不是那么透彻。只有分析清楚男孩与女孩之间的差别，才能更好地制定最合理的教育计划。男孩和女孩，谁更擅长算数？谁更容易沟通？谁的行动能力更强？当了解了男孩与女孩天生的差异之后，我们就可以采取恰当的教育方式来“配合”这些差异，给孩子的成长带来更大的帮助。

男孩喜欢玩机关枪，女孩喜欢玩布娃娃，这些都是我们习以为常的事情，但很少有人分析原因：是他们的天性所致，还是后天大人的暗示呢？

菜菜是一对龙凤胎的妈妈，她根据自己的教养经历，证实了男孩和女孩的差别，是天性使然，大人永远无法改变。她从来都不给儿子买冲锋枪之类的玩具，可是有一天这个小家伙居然从院子里的草堆里抽出一根木条耍来耍去。而女儿的爱好却和他相差180度，对哥哥的游戏一点都不感兴趣，而是喜欢摆弄她的布娃娃，帮它梳梳头，有时还给它打针，并且做得有模有样。两个小孩生来就有自己的爱好。

现代研究证明：男孩与女孩大脑发育的差别，早在胎儿时期就开始显现出来。他们的差别在相当程度上是由生理基础决定的。随着男孩女孩不断地成长，这种天性的差别将会对他们的学习生活产生越来越多的影响。男孩与女孩的差别主要表现在以下10个方面：

1.表达能力

研究表明：女孩大脑的语言区域比男孩更加发达。这可以解释为什么女孩通常比男孩说话要早，而且表达能力也更胜一筹。在学龄前阶段，女孩会比男孩更熟练地说句子，直到上小学时期，女生的阅读和写作成绩也要比班上的男生好很多。

2.空间想象能力

男孩的空间思维能力比女孩要出色得多，因此相对于小女孩来说，男孩的数学成绩要好很多。

男孩的大脑中有一片负责空间感知能力的区域，这片区域的发育程度决定了立体思维和空间