

家教黄金法则

男孩穷养 女孩富养

《经典读库》编委会 / 编著

Jiajiao Huangjin Fazze
Nanhai Qiyang
Nvhai Fuyang



砥 砺 心 灵 学 习 成 功 缔 造 幸 福

—— 从来富贵多淑女，自古纨绔少伟男 ——

穷养男孩，要让男孩多经历风雨，让他们变得成熟坚韧，

最终成为适应时代潮流的男子汉；

富养女孩，侧重对女孩精神世界的培养，让她们变得优雅自信，

逐渐成为符合时代需要的知性女人。

全国百佳图书出版单位

江苏美术出版社

家教黄金法则

男孩穷养 女孩富养

《经典读库》编委会 / 编著



全国百佳图书出版单位
江苏美术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

家教黄金法则：男孩穷养，女孩富养 / 《经典读库》编委会编著. -- 南京：江苏美术出版社，2013.12
(经典读库)

ISBN 978-7-5344-6793-6

I. ①家… II. ①经… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第230725号

出品人 周海歌
策划编辑 赵会峰
责任编辑 曹昌虹
文字编辑 关炜炘
装帧设计 赵 静
 王 波
美术编辑 潘光玲
责任监印 朱晓燕

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏美术出版社 (南京市中央路165号 邮编：210009)
北京凤凰千高原文化传播有限公司

出版社网址 <http://www.jsmscbs.com.cn>

经 销 全国新华书店

印 刷 北京外文印务有限公司

开 本 787mm × 1092mm 1/16

字 数 250千字

印 张 18

版 次 2013年12月第1版 2013年12月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5344-6793-6

定 价 29.80 元

营销部电话 010-64215835 64216532

江苏美术出版社图书凡印装错误可向承印厂调换 电话：010-64216532

前言

在教育孩子的问题上，很多父母坚持男孩女孩无差别对待的观点。曾有女权主义者坚定地说：“除了生殖器官不同，男女其他方面是一样的，所有气质和行为习惯上的特点都是父权制的文化偏见造成的。”事实果真如此吗？先天而来的男女之别真的只是“外部摆设”，而没有任何实质意义吗？

那么，为什么男孩女孩感兴趣的游戏和玩具会截然不同？为什么男孩比女孩在课堂上更容易分心走神？为什么女孩的阅读和写作成绩通常要比男生更优异？为什么男孩的运动能力比女孩好，但在精细动作上却稍逊于女孩？为什么让女孩感到沮丧和困惑的事情，男孩却往往无动于衷？

事实上，生理学、心理学、教育学、社会学等方面的研究均已证明了男孩和女孩天生就是不同的。我们绝不能忽视由生理基础决定的男孩和女孩的先天差别。这种天生的性别差异会给他们的学习、生活带来巨大影响。当然，我们并不否认后天环境因素的重要作用，但仅就男孩女孩存在的天生差异来说，也需要家长在教育孩子的过程中加以区别对待。

男孩就是男孩，女孩就是女孩，无论5岁、15岁还是25岁，他们的世界绝不是同一个样子。他们的优势、劣势各有不同，将来所要承担的社会角色也有所差别。盲目地执行混养的落后教育方式只能是事倍功半，只有用恰当的方式来“配合”男孩女孩的这些差异，才能为他们的成长带来更大助益。

怎样让不同性别的孩子实现优势最大化，这是值得每个家长深思的问题。在这一点上，我国传统家教古训“男孩穷养，女孩富养”是深具现实意义的。

有些家长认为“男女都一样”的口号早已响遍天下，再提区别教育，显然与时代脱节。但看看越来越多的娘娘腔和假小子，无差别教养带来的后果已经成为很多家长不能承受之重。还有些家长对“穷养”“富养”有所了解，认为值得借鉴，却仍将其意义范围局限在要让男孩勤俭节约、自己的事情自己做，要对女孩呵护备至、满足女孩的物质需求上。而这，也不符合当今的时代潮流。

古语云：“从来富贵多淑女，自古纨绔少伟男。”现代社会赋予男孩的压力比以往任何时候都要大，男孩最终要承担起家庭和社会的重任。穷养男孩，就

要让男孩多经历风雨，让他们变得更加成熟和坚韧，能够成为符合时代需要的顶天立地的男子汉。而富养女孩，侧重的是对女孩精神世界的培养，让女孩开阔视野、增长见识、修身养性。这样培养出来的女孩才能从容优雅、知性自信，才能禁得住诱惑，成家以后也能带给家人温馨幸福的生活。

当然，无论“穷养”还是“富养”，都不是绝对的。“穷养”出的男孩也要彬彬有礼、远见卓识，“富养”出的女孩也要笑对挫折、自立自强。“穷养”和“富养”各有侧重，但最终目标是一致的，就是要把孩子培养成符合他们性别角色和社会角色的出色人才。

培养孩子不是一朝一夕的事，有些家长只看到自己的孩子与其他孩子之间的差别，却不知道这种差别其实来源于家长的不同教育方式。家庭是孩子最基本的生活和教育单位，学校教育很难照顾到每个学生的特点，这就需要家长来做有效的补充。若问家长，是想把孩子简单养活大，还是精心教育大？肯定都会选择后者。但家长毕竟不是教育专家，很难面面俱到。

有感于家庭教育的被忽视与不得法，我们将中国传统家教古训延展、深入，精心编写了这本符合时代需要的《家教黄金法则：男孩穷养，女孩富养》。书中先阐明了男孩女孩区别教育的必要性，又对穷养男孩、富养女孩的着重点进行了详尽论述，两部分各有侧重，又可相互借鉴。理论与实践完美结合，既有极具代表性的亲子教育案例，也有简单实用、操作性强的教育方法。相信一定能给广大家长朋友带来有益的帮助。

目录

Contents

Part 1 男女有“别”，谁还在盲目教育

男孩女孩大不同

奇妙的染色体	2
让男孩调皮捣蛋的睾丸素	4
让女孩温柔敏感的雌性激素	6
男孩女孩大脑发育的区别	7
男孩的天赋和弱势	9
女孩的天赋和弱势	11
男孩的成长轨迹	13
女孩的成长轨迹	15

男孩女孩身处的世界

性别暗示无处不在	19
争议中的“男孩危机”	20
女性面对的所谓“平等”	22
男性承受的性别压力	24

无差别教育的误区

中性化危机悄然而至	26
“一视同仁”的教育并不科学	28

正视差异，家长能做什么

重视性别教育	30
找准孩子的社会性别角色	32
父亲，做男孩的榜样	34

妈妈放手，男孩才能长大	35
用父爱鼓励女孩	37
教育女孩，妈妈要先塑造自己	39

Part 2 穷养男孩，财富时代的明智之选

为什么要穷养男孩

不断蔓延的富裕病	42
溺爱是阻碍男孩成长的大敌	44
理解穷养男孩的真正内涵	46
男孩，再富也要穷着养	48

关键词 I 战胜挫折

让男孩明白挫折是生活的一部分	50
让男孩在挫折中成长	52
培养男孩的抗挫折能力	54
增强男孩受挫后的恢复能力	55
鼓励男孩参与竞争	57
赋予男孩永不言弃的精神	59

关键词 II 独立自主

对男孩要充分尊重和信任	62
让男孩学会独立思考	64
鼓励男孩大声说出自己的想法	65
让男孩拥有自主选择权	67
多给男孩一些尝试的机会	69
让男孩做力所能及的事	71

关键词 III 敢于担当

从小培养男孩的责任心	73
要男孩为自己的过失“买单”	74
别让男孩把找借口当成习惯	76
教男孩学会反省	78

让男孩学会道歉 80

关键词IV 完善人格

打造阳刚的男孩 82

用乐观摘掉男孩忧郁的帽子 84

让胆怯的男孩变得勇敢 85

让男孩充满理想 87

关键词V 掌控情绪

正确看待男孩的英雄情结 89

妥善处理男孩的情绪波动 91

理解男孩的冒险行为 92

让男孩不再是“捣蛋机器” 94

让男孩告别浮躁 95

有效处理男孩的叛逆 97

引导男孩远离暴力 99

对男孩的莽撞行为喊停 101

关键词VI 良好习惯

帮男孩养成良好的作息习惯 103

鼓励男孩坚持运动 104

不让男孩做邋遢大王 106

让好动的男孩静下来 108

帮男孩告别拖拖拉拉 110

关键词VII 待人接物

教男孩学会感恩 112

让男孩拥有爱心 114

教男孩懂礼貌 116

培养诚信的男孩 117

培养男孩做宽容大度的绅士 119

让男孩用尊重换得尊重 121

教男孩谨慎择友 123

把男孩培养成“领头羊” 125

帮男孩树立合作的意识 126

关键词Ⅶ 爱上学习

保护男孩的想象力 128

培养男孩的创造力 130

让男孩爱上阅读 132

不要一味批评粗心的男孩 134

帮男孩提高成绩 136

夸奖男孩的努力，而不是聪明 138

给男孩一个国际化的视野 140

关键词Ⅷ 正确理财

重视对男孩理财能力的培养 142

让男孩知道家里的钱来之不易 144

告诉男孩，要花钱自己赚 146

教男孩学会储蓄和投资 148

引导男孩理智消费 149

培养男孩的节约意识 151

适当地让男孩体验贫穷 152

不要动辄给男孩物质奖励 154

Part 3 富养女孩，精雕细琢的生存智慧

消除对富养的误解

富养不等于物质的满足 158

富养不掺杂娇惯 160

小公主也要吃点“苦” 162

不富裕的家庭也能富养女孩 164

关键词Ⅰ 自尊自爱

尊重女孩的隐私 166

不要忽视女孩取得的荣誉 169

批评女孩的艺术 170

- 警惕女孩的虚荣心 172
- 引导女孩远离攀比心理 175
- 不让女孩贪图小便宜 176

关键词 II 自信进取

- 不苛求，多赏识 179
- 夸奖女孩的艺术 181
- 教女孩正确对待他人的评价 183
- 培养女孩的进取心 185
- 帮女孩科学地规划自己 186
- 带女孩开阔视野、增长见识 188

关键词 III 自立自强

- 告诉女孩别用眼泪征服世界 192
- 教女孩温柔但绝不软弱 194
- 鼓励失败了的女孩再尝试一次 196
- 让女孩敢于拒绝，敢于说“不” 198
- 不让女孩做人云亦云的“小鹦鹉” 200

关键词 IV 完美品质

- 树立女孩的公德意识 202
- 培养女孩镇定从容的品质 204
- 鼓励女孩大方分享，不自私自利 206
- 让女孩远离冷漠，充满热情 208
- 别让女孩做骄傲的孔雀 210
- 不让嫉妒污染女孩的心灵 212
- 矫正女孩的拜金主义、享乐主义心态 213

关键词 V 情商教育

- 让女孩的理智与感性同行 216
- 改变多愁善感的女孩 218
- 消除女孩的多疑心理 220
- 引导女孩远离抱怨 221
- 教女孩不再优柔寡断 223

- 改造任性的“大小姐” 225
- 让女孩懂得适时示弱 227
- 帮女孩舒缓青春期压力 228

关键词VI 提升气质

- 改变过于注重外表的女孩 231
- 培养女孩正确的审美观 234
- 帮女孩保持健美的体态 236
- 培养举止优雅的小淑女 238
- 让忸怩的女孩变得落落大方 239

关键词VII 多才多艺

- 用音乐陶冶女孩的情操 242
- 用舞蹈塑造女孩的形体美 244
- 用绘画赋予女孩感悟美的能力 246
- 用书法磨炼女孩的沉静之心 249
- 用手工培养心灵手巧的女孩 251
- 用烹饪训练女孩的家务能力 253

关键词VIII 交际能力

- 重新认识女孩的交往能力 256
- 帮助女孩融入人群 258
- 改造女孩的孤僻个性 260
- 让女孩保持微笑 261
- 教给女孩倾听的艺术 264
- 让女孩学会赞美他人 265

关键词IX 自我保护

- 和女孩谈谈生命 268
- 培养女孩抵制诱惑的能力 270
- 要女孩维护自己的正当利益 272
- 教会女孩如何应对陌生人 273
- 让女孩保护自己的身体 275
- 指导女孩与异性正确交往 277

Part

1

男女有“别”， 谁还在盲目教育

俗话说：“男女有别。”可男孩女孩这“别”究竟在哪里，家长们似乎知道一部分，但细究起来，却又感觉了解得不是那么透彻。

男孩喜欢奥特曼，女孩喜欢芭比娃娃，这些我们习以为常的现象究竟是天性所致，还是后天大人们暗示的结果？性别的不同造就了孩子不同的特质，教育男孩女孩，谁还在“一视同仁”？当代家长，是时候告别混养的落后教育方式，对盲目说“不”了！

男孩女孩大不同

奇妙的染色体

孕育宝宝是一件很美妙的事，每对夫妻都对未曾谋面的孩子充满了期待。有些父母更喜欢男孩，想带着长大的他骑单车、踢足球；有些父母则对女孩更偏爱，早早就买好了小裙子，幻想着为她穿上的那天快点到来。事实上，每个孩子的性别早在母亲受孕的那天开始就已经确定了。

新生儿具有来自父亲的23条染色体和来自母亲的23条染色体。精子和卵子各自提供了22条常染色体和1条性染色体。父亲的性染色体为XY，所以父亲产生的精子有半数性染色体是X染色体，另外一半则是Y染色体。母亲的性染色体为XX，所以母亲所产生的卵子的性染色体一定是X染色体。由此可见，决定婴儿性别的，不是卵子，而是精子。如果卵子是被具有Y染色体的精子（Y精子）受精，将来生下的就是男孩；如果卵子是被具有X染色体的精子（X精子）受精，将来生下的就是女孩。

2004年，日本新出生的男孩有近57万人，而女孩是54万多一些。按比例来说，就是每100个新生儿中有51.3个男孩和48.7个女孩。这个比例，不仅是在日本，在其他许多国家，也都大致相同。

看了这样的数据，我们不禁要问：为什么自然生产的男孩和女孩数量会大致相同？为什么自然生产的男孩又会比女孩稍多一些呢？

因为理论上，X精子和Y精子在数量上是一样的。所以，如果对足够的婴儿进行统计的话，男女比例本来就应该是一比一。这就说明了为什么自然生产的新生儿男女数量会大致相等。既然如此，那男孩为什么又比女孩稍多一些呢？目前有这样一种猜测：因为Y精子的“体重”比X精子的“体重”稍微轻一些，所以在到达卵子并使其受精的竞争过程中多少占一点优势。

奇妙的X染色体和Y染色体不仅能够决定性别，对人类其他一些生理因素也有着一定影响。

首先，X染色体使女孩具有更完善的脑神经网络。男性在精神方面的疾病发病率总是高于女性，例如，男性患认知障碍疾病的发病率是女性的1.5倍，男性自闭症患者是女性的3~5倍。人类遗传学家研究表明：神经细胞的正常生长需要X染色体的协助，而在X染色体上有与认知障碍和自闭症有关的基因，在这些基因中，只要有一个基因出现异常，就会影响神经细胞的生长，从而使人出现认知障碍或者患上自闭症。男性只有唯一的一条X染色体，它所包含的基因一旦出现异常，不良后果就会马上显现出来。女性则有两X染色体，即使其中一条出现了异常，还有另外一条能够作为替补继续发挥作用，相当于多了一层保障。所以，相对于女性的脑神经，男性的脑神经处境就没那么安全了。

其次，X染色体使女孩对感染性疾病的抵抗力高于男孩。日常生活中，我们免不了要接触一些细菌和病毒。我们体内有一种识别这些入侵者，并将它们排出体外的免疫机制。到目前为止，我们所知道的保证免疫系统正常发挥作用的基因，全都来自X染色体。正如前面说到的，由于女性比男性多了一条X染色体，所以比男性的免疫能力要强。民间流传“男孩不如女孩容易养大”的说法，可能也正是由此而来，因为无论感冒、发烧，还是其他感染性疾病，男孩都要比女孩容易受到感染。

再次，在Y染色体的作用下，男孩能够长得更高。英国的一项统计数据 displays，男性成人的平均身高为174.7厘米，女性成人的平均身高为162.2厘

米。为什么会有这样的差异呢？生物学家解释说：具有Y染色体会使身高增加约9厘米，在男女平均相差约13厘米的差异中，理论上讲，至少有9厘米是Y染色体的作用。

过去，对男女的差别，很多人注意到的都是两者在生殖器官和性激素上的不同。随着科学研究的深入，人们将目光投向了染色体，发现了产生许多差别的真正原因所在。奇妙的染色体让我们越发地了解到，男孩与女孩的很多差别是天生的，我们要做的不是强行改造，而是积极接受。



让男孩调皮捣蛋的睾丸素

在英国，有首古老的童谣：“小女孩是由什么构成的？糖果、香料和一切美好的东西。小男孩又是由什么构成的？剪刀、蜗牛和宠物小狗的尾巴。”两者相比较，我们不难发现差别。事实上，母亲们聚在一起聊天，常常抱怨孩子难带的正是那些男孩的母亲。

2岁的男孩拿着茄子和黄瓜当枪玩，还时不时地拽小猫的尾巴，把小狗的耳朵拎起来。

3岁的男孩用打火机点着枯叶，举着砖头砸玻璃瓶，还会在游戏中粗鲁地推倒其他的小伙伴。

4岁的男孩以“欺负”弟弟妹妹为乐，哪怕激怒了母亲和老师而受到惩罚，也依旧乐此不疲。

5岁、6岁、7岁……男孩粗鲁、野蛮的行为随着年龄的增加在变本加厉地增长，十几岁的他们常常争吵得像斗鸡一样，把打架当做炫耀的资本。不仅如此，他们还会爱上一切富有冒险性的运动，比如滑板、攀岩、飙车等。难怪有母亲形容自己带大两个儿子的经历时说“每天都生活在提心吊胆中”。连儿童心理学家都在感叹：“几乎每一个男孩在小时候都或多或少地受过外伤，没受过伤而长大成人的，只能是奇迹。”

为什么会这样呢？男孩的体内有什么东西在驱使他们做这些冲动的事吗？没错！那就是睾丸素的力量。睾丸素是雄性特征的体现，男孩因为它的存在而精力旺盛，他们争吵、打架、自吹、喜欢出风头等倾向也与睾丸素的

分泌直接相关。心理学家甚至将男孩称作“有攻击性的小机器”。当然，家长不要因此误以为睾丸素带来的仅仅是负面的影响，事实上，男孩在运动能力等方面比女孩更具优势也是因为他们体内的睾丸素。

在睾丸素的作用下，男孩似乎要比女孩更难教育。古希腊的哲学家柏拉图早在2300多年前就这么写道：“在所有的动物之中，男孩是最难控制对付的！”一些男孩的家长时刻面临着这样的事情：被老师“请”到学校，和男孩一起接受“教育”，为男孩的某些行为向老师道歉……多数情况下，这些家长会感到羞耻，回到家后或是对这些“问题男孩”大上“教育课”，或是直接用拳头说话。然而，很少有家长从源头上分析：我的孩子到底怎么了？

其实，我们并不能完全责备这些精力充沛的男孩，他们经常出现“问题”是有原因的。体内大量睾丸素的存在，使男孩每天需要更多的课外活动。但老师们为了防止学生发生意外，采取了种种限制措施，校外活动自不必说，在学校操场上活动对男孩来说有时候也是一种奢侈。那么，他们过剩的精力用来干什么了呢？用家长的话来说就是“做小动作、欺负女生、跟老师顶嘴……”也正因为如此，很多男孩被贴上了“不听话”的标签。

很多家长和老师一起，用成人的标准来约束男孩的行为，让他们听话。但家长们不知道的是，男孩在背地里管那些“特别听话”的男孩叫“小姑娘”。家长不妨想一想，如果自己的孩子因为过分听话，而天天被小伙伴歧视、被人称为“小姑娘”，这对他的成长会有多么不利。

调皮捣蛋本是男孩的天性，学校很难给男孩提供释放精力的机会。如果在家里，家长还要求他们“安静”“停下来”“学习去”……那男孩与女孩还有区别吗？换言之，如果男孩的行为表现得像女孩一样，那性别的意义又在哪里呢？对此，一位儿童心理学家形象地表达了男孩的困惑：“现在，家庭和学校教育都存在这样一个问题，给男孩、女孩穿一样的鞋，却期望他们走出不同的路。这是完全不现实的。”

所以，当自己再次被老师“请”去学校的时候，家长也该扪心自问：自己孩子的精力得到释放了吗？学校没有给男孩提供足够机会的话，自己又是怎么做的呢？是对他表示理解和支持了，还是刻意忽略，而让他把宝贵的课余时间用到学书法、练钢琴上去了呢？

让女孩温柔敏感的雌性激素

正如男孩体内的睾丸素让他们成为富有攻击力的“斗士”，把在竞争中赢得头筹作为最大的满足一般，女孩需求的满足也和体内的雌性激素有着密切的关系。她们不会像男孩那样喜欢冒险，也不会把家里的电器拆得七零八碎，安静柔和的她们看起来好像比男孩更容易养活，但当雌性激素在体内发挥作用的时候，她们会以一种特有的方式来面对生活：

女孩的自尊心更加强烈，如果谁说她长得不漂亮，她就再也不理他了。

女孩的情绪很敏感，有时会突然间哭个不停，只因为下雨天不能穿那条漂亮的新裙子。

女孩对父母更加依赖，有时甚至不敢在自己的房间里睡觉。

女孩总是乐于讨好自己喜欢的人，不只是父母、老师，有时甚至想讨好所有的人。

女孩不喜欢独自行动，更愿意和大家一起玩，而且对周围的人都很友善。

女孩更喜欢比自己还小的小孩，喜欢小动物。

……

雌性激素对女孩的个性、情感和身体发育等都有着非常重要的作用。它使女孩不像男孩那样富有攻击性、冒险性和控制欲，而是更具稳定性、谨慎细心。它使女孩把友谊和家庭看得比成就和机会更重要，渴望关爱和友谊等亲密情感是她们的天性。

雌性激素使女孩敏感、温柔，但是也导致她们的情绪天生就变化无常。雌性激素活动不稳定的时候，女孩的情绪会产生波动。如果雌性激素过低，女孩就会感到孤独、易怒、悲伤、不自信。如果这种过低的情况持续下去，而且不能恢复到正常水平，女孩就会受到抑郁症的困扰。

而事实上，雌性激素的不稳定是经常存在的——月经周期、生育以及面临绝境都会让女性陷入坏情绪。比如说，女性在排卵期雌性激素水平比较高，情绪比较稳定，但月经来临前，雌性激素会突然降低，使女性进入情绪低落期；女性在生育后15天内，雌激性素会迅速下降为原来的1/800，所以80%的女性产后会有抑郁体验，而13%左右的人会转化为产后抑郁症；40岁的女性，体