

没有不优秀的孩子，只有不会教的父母
开创中国家庭育女新思维，营造优秀女孩成长新天地



培养出色的女孩

优秀女孩是这样教出来的 尹莉莉 著

塑造女孩完美人格的99个智囊

这是一本妙趣横生的教育书，这是一本行之有效的方法书，
这是一本事半功倍的训练书，这是一本受益终生的成长书。

都说女孩儿是花，
需要细心的栽培；
都说女孩儿是璞玉，
需要精心的雕琢；

都说女孩儿是琉璃，
需要漫长的锤炼；
都说女孩儿是钻石，
需要完美的切割；

.....

黑龙江科学技术出版社

探寻中国素质教育新方式
诠释现代家庭教育新理念

没有不优秀的孩子，只有不会教的父母
开创中国家庭育女新思维，营造优秀女孩成长新天地



培养出色的女孩

优秀女孩是这样教出来的 尹莉莉 著

塑造女孩完美人格的99个智囊

这是一本妙趣横生的教育书，这是一本行之有效的方法书，
这是一本事半功倍的训练书，这是一本受益终生的成长书。

都说女孩儿是花，
需要细心的栽培；
都说女孩儿是璞玉，
需要精心的雕琢；

都说女孩儿是琉璃，
需要漫长的锤炼；
都说女孩儿是钻石，
需要完美的切割；

.....

黑龙江科学技术出版社

探寻中国素质教育新方式
诠释现代家庭教育新理念

图书在版编目 (C I P) 数据

培养出色的女孩 / 尹莉莉编著. — 哈尔滨 : 黑龙江科学技术出版社, 2015.7

ISBN 978-7-5388-8462-3

I. ①培… II. ①尹… III. ①女性—家庭教育 IV.
①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 175755 号

培养出色的女孩

PEIYANG CHUSE DE NÜHAI

作 者 尹莉莉

责任编辑 项力福

封面设计 白思平

出 版 黑龙江科学技术出版社

地址: 哈尔滨市南岗区建设街 41 号 邮编: 150001

电话: (0451) 53642106 传真: (0451) 53642143

网址: www.lkcbs.cn www.lkpub.cn

发 行 全国新华书店

印 刷 北京市通州兴龙印刷厂

开 本 710 mm × 1 000 mm 1/16

印 张 16.5

字 数 200 千字

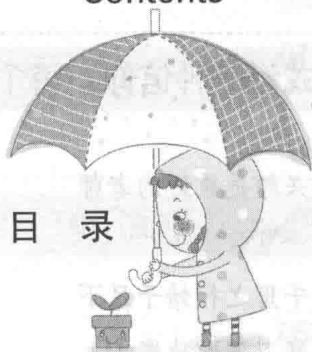
版 次 2015 年 11 月第 1 版 2015 年 11 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-8462-3/Z · 1261

定 价 29.80 元

【版权所有, 请勿翻印、转载】

Contents



目 录

第一章

在培养好性格上做足功夫：帮女儿学会做自己的天使

人之初，性本善	002
处世之本	004
让她自己学着去成长	006
不做放羊的小孩	008
笑对人生	010
扛起“千金”重担	012
双肩能担天下事	015
谁都是一边受伤一边学坚强	017
勇者无畏	019
挫折——成长的必修课	021
豁达的智慧	023
别翘小尾巴	026

第二章

让学习成为一种信仰：每个女孩都能轻松成为学习的天才

兴趣是最好的老师	030
一览众山小	032
千里之行始于足下	034
磨刀不误砍柴工	036
向课堂要效益	038
终点比起点更重要	040
懂点方法才记得牢靠	042
你会奖励孩子吗	044
给予孩子成就感比给什么都给力	046
发现问题才能解决问题	048
天道酬勤	050

第三章

优雅脱俗的气质最重要：赐予女儿美貌，不如雕琢她的气质

漂亮等于美吗	054
成为一个善良的人	056
穿着打扮也很重要	058
姿态优美的白天鹅	061
微笑的女孩最美	064
教会孩子说“请”“对不起”	066
举手投足中绽放女孩的贵族气	068

腹有诗书气自华	070
羞答答的玫瑰	073
自信，美丽的催化剂	075
耳朵比嘴更有用	077

第四章

做孩子无话不谈的好朋友：保护女儿心里的那些秘密

让孩子知道你的爱	082
蹲下才可以看见	084
把耳朵叫醒	086
交谈也得讲求艺术	089
我们是一国的	091
沟通从来就不是单方面的	093
别拿孩子不当回事儿	096
信任孩子，做孩子的知心朋友	098
读懂孩子的暗示	100
捍卫孩子说话的权利	102

第五章

帮女儿架起艺术的天梯：为提高女儿的文化修养投资

知不足而后进	106
潜移默化的力量	108
百花齐放	110
坚持的理由	112
开卷有益	114
生命因舞动而更加精彩	116

画笔上的智慧	118
面子工程	120
棋如人生	122
音乐是人类性灵的乐章	124

第六章

教给孩子“爱”的能力：呵护小公主善良柔美的天性

爱，无所不能	128
爱，没法与生俱来	130
溺爱终成伤	132
生命诚可贵	134
百善孝为先	136
让爱住我家	138
帮助别人就是帮助自己	141
悲悯	143
爱不可以狭隘	145
爱的表达	147
给孩子爱的样本	149
你好，我好	151
滴水之恩	154

第七章

培养女孩的人际交往能力：高情商是女孩赢得人气的法宝

无价之宝	158
做自己情绪的主人	160
善解人意是种能力	162

我的地盘我做主	164
让社交恐惧见鬼去吧	166
圈里圈外	168
朋友与玩伴	171
化干戈为玉帛	173
退一步海阔天空	175
以诚待人	177
有了沟，才要通	179
团结就是力量	181

第八章

不要放任女孩的小毛病：好习惯是女孩一生用之不尽的财富

人最大的毛病就是虚荣	184
攀比是把双刃剑	186
不要低着头走路	188
自己的路应该自己走	191
岂能让半途而废毁了前程	193
不抱怨的世界	195
嫉妒是恶魔	197
全能小公主	200
别太把孩子当回事儿	202
不做胆小鬼	204
不做懒女孩	206
做自己的主人	208
哭泣永远不能解决问题	211

第九章

送给女儿护身符：让女孩学会自己保护自己

女大十八变	214
初潮的秘密	216
呵护娇嫩的蓓蕾	218
男女有别	220
只要青春不要“痘”	222
平稳渡过叛逆期	224
青涩的果实	226

第十章

理财能力从小培养：帮女儿树立正确的金钱观、消费观和理财观

理财知多少	230
钱这东西	232
零用钱不是随便给的	234
想要？需要？	236
拒绝你的宝贝	238
花钱也是一门艺术	240
天上不会掉馅饼	243
钱到底去哪里了	245
节约就是理财	247
懂点金融也不错	249
榜样的力量	251

第一章

在培养好性格上做足功夫：帮女儿学会做自己的天使

性格具有很强的可塑性，要知道性格并不是天生的，它的发展和形成是由后天的生活和教育条件以及个人的生活实践活动决定的。在培养好性格上做足功夫，你雕琢出的必将是一个天使般的女孩儿。

.....





人之初，性本善

一个健康的孩子就好比一棵树，要想它结出美丽善良的果子，就应该先为它准备好一切。它应该是以善良为根，正直为干，丰富的情感为蓬勃的枝丫。善良的心虽然别人看不到，但能反映在一个人的言谈举止上，善待他人，就等于善待自己。

天已经黑了，小萍还没有回家，爸爸妈妈急得像热锅上的蚂蚁。快8点了，小萍终于回来了。

“你到哪里去了，怎么这么晚才回来，不知道爸爸妈妈担心吗？”妈妈生气地说。

“是这样的，我在放学的路上碰到一位双目失明的老婆婆在路口边蹲着，看起来很可怜，于是我就带她过马路。我扶老婆婆过马路的时候，她说她和女儿走散了，回不了家。然后我就问她家住在哪里，她说住在铁路小区。我又问她知道家里的电话吗，她说记不清楚了。没办法，我只好送她回家了，所以才回来这么晚。”

“是吗？可是她为什么不找别人呢，偏偏找你这个小孩子？”妈妈还是有点怀疑。

“她说她之前已经问了好几个人了，但是没有人愿意帮她，一看到她是盲人就转身走了。后来我就带着老婆婆坐公交车，把她送到家了。她女儿都急坏了，正打算报警呢。”

小萍正说着，家里的电话响了，爸爸接完电话，高兴地对小萍和妈妈说：“刚才老婆婆的女儿来电话了，说谢谢小萍把她妈妈送回家，还说改天要上门来当面感谢呢。”

善良作为一种美德，对孩子的成长发展具有不可忽视的积极影响。可以说，缺乏善良品质的人，同时也是个道德上有缺陷的人，最终很难有所作为。能拥有一个善良的孩子，应该是父母的骄傲。当孩子表现出这种善良的品质时，要赏识和赞扬孩子。孩子的本质都是善良和真诚的。如果父母对他们的善良给予支持和赏识，那他们这种善良的行为就会强化；如果父母误解了他们的善良，那他们的善良行为就有可能弱化。因此，赏识孩子的善良、肯定他们正确的行为，有利于培养孩子正确的人生观和价值观。

天真纯洁的孩子本来就拥有一颗善良的心，但是现今这个复杂的社会，“人善被人欺”的思想泛滥，在这种思潮下，不少父母有了害怕孩子吃亏的思想，进而忽视了对孩子进行善良教育。然而家长不知道的是：没有善良心的孩子更加无法很好地保护自己，他们甚至是危险的。因此，作为父母，绝不能放弃对孩子进行善良教育。培养孩子的善良品质，光是依靠呵护孩子幼小的善良之心是远远不够的，这还需要父母和孩子一起善良。

一个寒冷的冬天，小晗一家三口正围坐在火炉前烤火。门口走来母子俩，衣着单薄，冻得直哆嗦。小晗不等爸爸妈妈开口，就急急地说：“快进来！快进来！里面很暖和。”

母子俩看大人未表态，犹豫不决。小晗立即扭回头看父母，两口子微笑着把母子俩迎进了屋。

孩子的母亲边烤火边说了来历：他们是外地人，来投亲戚，没想到亲戚搬家了，他们问清楚了亲戚的新址，要继续找亲戚，路过这里，便进来想烤烤火暖暖身子再赶路。

小晗看他们仍然在抖，赶紧起身给他们端来了两杯热气腾腾的茶，母子两人非常感谢。

她还急冲冲地跑进房间，翻箱倒柜地找了件毛衣，拿着自己穿的毛衣，小晗问道：“妈妈、爸爸，把我这件毛衣送给这个小朋友穿好吗？”

小晗的爸爸妈妈很意外，但还是高兴地点头同意了。

和孩子一起善良，就是对孩子善良的最大赏识和支持。小晗的爸爸妈妈为孩子做出了榜样，他们带着孩子一起善良，他们认可孩子善良的举动，他们呵

护了小晗那棵稚嫩的善良之心，让它有了茁壮成长的可能。

善良的人品是培养出来的。孩子是一张白纸，大人在上边怎么描绘，纸上就会怎么呈现。所以，家长们更应该高度重视对他们的教育。培养孩子的善良之心，让他们感受到身边的爱，这样有利于孩子的身心发展，并且能让她怀揣一颗仁爱之心去迎接这个世界。



处世之本

古希腊哲学家德漠克利特说过一句名言：“给人幸福的不是身体上的好处，也不是财富，而是正直和谨慎。”孩子长大之后是要走向社会，是要和形形色色的人打交道的，而为人处世的前提就是要正直。一个人正直，别人才愿意与他合作，遇到困难时才会有人提供帮助。正直的品格对提升生存能力和发展能力，更好地生存和发展是很有好处的。

一些家长认为，今天的社会越来越复杂，人与人之间的关系也越来越复杂，培养孩子正直的品质就意味着教会孩子犯傻，其实，这样的认识是极其短视的。他们只看到了眼皮子底下的蝇头小利而忽略了对孩子整个人生的规划。他们不明白，只有正直才是建立人生大厦的坚实基础。

佳佳放学回家，看到妈妈洗衣服，跑过去亲了妈妈一口，大声说了句：“妈妈，你辛苦了。”妈妈乐呵呵地奖励了她一个大苹果。

佳佳去洗苹果的时候发现水表没转，就大声说：“妈妈，咱家的水表坏了，里面的指针都不走了。”

妈妈赶紧捂住佳佳的嘴：“别吵，让人听见！咱家水表没坏。”

佳佳很疑惑，妈妈不无得意地把改装自家水表的事情告诉了佳佳，“丫头，妈妈会过日子吧，这样一改装，咱家每月节约不少水费呢。”

佳佳却摇摇头：“妈妈，这是不对的，这是占大家的便宜。”

妈妈不高兴了：“你傻呀，现在大家都这样干，咱家也不宽裕，我这不是为了节约点钱吗？你别犯傻啊！”

佳佳不同意妈妈的看法：“妈妈，别人怎么干是别人的事，在我的心里，我妈妈决不应该是这样的人，而且我也不喜欢妈妈这样干！”母女两人为这件事闹得很不愉快。

佳佳的妈妈无疑是当今社会中，不少父母的真实写照。家长们都希望孩子能够出人头地，却又不自觉地在日常细节处，给孩子充当了坏榜样。孩子的正直往往令人敬畏，因为孩子少有大人们的复杂和狡猾，他们不懂得“作秀”，他们的心里没有私利，只是实事求是，把自己看到的、想到的原原本本地说出来。故事里的佳佳正是这样，对于妈妈的做法，她认为不对，她就要提出来，这是极其可贵的品质，千万不要让这种珍贵的品质被磨灭了！

要想培养优秀的孩子，首先不是交给她多少技能，而是要让她成为一个真正的人，一个正直的人，这是做人的根本，到了什么时候都不能废弃。

圆圆是个很瘦弱的女孩子，但是爱看武侠小说的她，骨子里有一股天然的正气。有一天，爸爸没拿钥匙，就到学校去找圆圆。

圆圆爸爸刚刚走到教室门口，就听到一阵喧闹，远远地就听到了自家闺女的大嗓门儿：“你们干什么欺负人？”

“赵圆圆，你别在这里充好人，不管你的事。”另一个孩子的声音响了起来。

“是不关我的事儿，但是你们合起伙儿来欺负她就是不行。”圆圆斩钉截铁地说，没有丝毫的畏惧。

爸爸看到这种情景，很为自己的女儿自豪，于是，他决定继续看下去。

圆圆一手拉着一个哭哭啼啼的女孩子，一脸正义凛然：“微微是个女孩子，平时就胆小，我们都是一个班的，你们没说多帮助她，还总戏弄她。不是扯她的辫子，就是拽她的衣服。我就是看不过眼。”

不一会儿，欺负人的孩子看到老师远远地来了，一哄而散，圆圆拉着依然哭泣的孩子一直安慰：“微微，你别怕，要勇敢一点，我会一直帮你的。”

圆圆爸爸微笑着看着圆圆，很是欣慰。晚上回到家，就白天发生的事情，

父女俩有了一次谈话。

“圆圆，当时害怕吗？”爸爸温和地问。

“有一点。”圆圆不好意思的说，“但是，也不能不帮忙呀。他们欺负人是不对的，就应该制止。”

爸爸真诚地表扬了圆圆勇敢的行为，并进一步教育孩子，对自己认为正确的事情，要敢于坚持，但同时要学会保护自己，不能蛮干，凡事要讲究一些方法，这样才能避免受到很多不必要的伤害。

家长们都希望自己的孩子聪明、灵活，将来有好的前程，因此在开发孩子的智力方面给予了极大的关注。但是千万不要忽视了对孩子的品德教育，让她首先成为一个正直的人比什么都重要。



让她自己学着去成长

美国心理学家派克说：“爱不只是给予，它是合理的给与合理的不给；是合理的赞美和合理的批评；是合理的争执、对立、鼓励、敦促、安慰。而合理，不能只凭直觉，必须经过思考和判断以及有时不怎么愉快的取舍决定。”在孩子小的时候，家长们都不把孩子的独立看做大的问题，特别是妈妈，总认为孩子还小，长大就好了。可是等孩子长大了，父母对孩子有要求的时候，却发现孩子已经彻底没有独立的能力了。

家长爱子女是无私的，巴不得把所有的爱都给孩子，但是爱应该以孩子的成长为首要任务，根据孩子的发展变化，不断调整自己身为父母的角色。从无条件的爱，到放手让孩子自己去探索世界，最后，培养孩子成为一个具有独立意识、独立人格的人。

薜子的妈妈是个全职妈妈，当初生下薜子后，因为不愿意离开孩子，就辞职在家带孩子。薜子在妈妈无微不至的爱护下长大。到了进幼儿园的年龄，因

为不放心孩子，于是，她为孩子寻找了各种理由以逃避幼儿园：孩子不能很好地表达自己，孩子不会自己吃饭，孩子会受欺负等等。薜子始终不能适应幼儿园的生活，这似乎从另一个侧面验证了妈妈的担忧，孩子好像真是不具备上幼儿园的能力！这个孩子适应幼儿园适应了整整三年，想起来要去幼儿园了，就送去待几天；孩子哭闹，就赶快接回来，在家由妈妈照顾。薜子妈妈一直为孩子不能离开自己发愁，其实，她没有想到，是她的感情影响了孩子，让孩子顺应了她的情感需求，才让孩子最终离不开妈妈。

一般来说，一个可以为孩子付出一切的家长，他们往往事无巨细都为孩子打算。这样的家长更容易成为强势的家长。他们看起来非常爱孩子，他们将一切都为孩子安排好，只要孩子听话地遵从照办就可以了；他们代替孩子思考，代替孩子决定，如果能代替孩子去做，他们也一定毫不犹豫。他们认为孩子还不够大，不能照顾好自己，因此他们凭自己的意愿为孩子安排。在这种爱护下长大的孩子，失去了自己成长的机会，会非常不自信。爱是没有错的，但是用错了方法却可能会误了孩子的一生。教育就是等待孩子成长的过程，成长需要时间，需要孩子自己一点点地去体会。爱孩子，不是给孩子你的思想，而是让孩子拥有他自己的思想和选择。

可可是个天资聪颖的孩子，面对这样一个优秀的女儿，可了的爸爸在可可很小的时候就决定一定要将女儿培养成才。他希望女儿能出人头地，于是，他对女儿的培养用尽了心思，所有生活中的琐事，他都代劳了，为的就是不想女儿分心。可可只要按照他的规划来做，就可以成为他周围无人能敌的成功孩子了。

可可五岁上小学，是四年制的少年预备班。可可很用功，正式考进了少年班，又用了四年，完成了中学的课程。

在整个成长中，可可完全是按照爸爸给她设计的轨迹在行进，她不会自己穿衣、不会系鞋带……可以说除了读书，可可什么也不会。

可可13岁时要考大学了。可了的爸爸环视整个中国，没一所大学能配得上这么优秀的女儿，他着手为女儿联系国外的顶级学校。可可开始忧虑，她害怕一个人离开家，到遥远的地方独自生活。她一次又一次地对爸爸说，她不愿意出国，因为她根本没有办法自己一个人生活。

可可在他的教育下真的就成长得很好吗？从故事中，我们可以看到，可可根本就没有生活自理能力，她的生活完全是依附于爸爸的，一旦离开了爸爸，她根本就很难生活。这样的孩子真的就优秀了吗？

给孩子一点空间，让她自己学着去成长。人生之路，孩子必须自己走，这是没有人可以代替的。放开你的手，给孩子一个自立的机会，相信自己的孩子，在你的信任和放手中，相信她可以从孱弱的小草成长为挺拔的参天大树。



不做放羊的小孩

《狼来了》这个故事，大概很多家长都会给孩子讲，目的大抵都是告诫孩子不要说谎，做一个诚实的人。所谓诚实，就是忠诚老实，不讲假话。诚实的人往往行事光明磊落，言语真切，处事实在，在社交关系中更容易获得众人的认同，因此，诚实的品德对孩子的成长以及做人都具有十分重要的意义。

星期一大早，晴晴一直不是很高兴。课间休息的时候，同学们都在兴高采烈地玩耍着，唯独晴晴一个人坐在自己的座位上，垂头丧气。

“晴晴！”刘老师来叫她了：“晴晴，大家都在玩，你为什么一个人呆着？哪里不舒服了吗？”晴晴摇了摇头说：“不是的，刘老师，我在生爸爸的气，爸爸说谎，爸爸说话不算数！”

原来晴晴的爸爸答应带她去动物园玩，可是因为临时有朋友来，就没有带她去。不仅如此，还骗她说公司加班，所以不能带她去动物园。

“那我来告诉你爸爸，让他下个星期天一定带你去，好吗？”刘老师温和地对晴晴说，“好孩子，不要生气了，好吗？”

当爸爸来接晴晴时，刘老师告诉他：“孩子是天真纯洁的，在他们眼里，大人的话都是可信任的。如果父母不去珍惜这份信任，反而对她说谎，那么将来