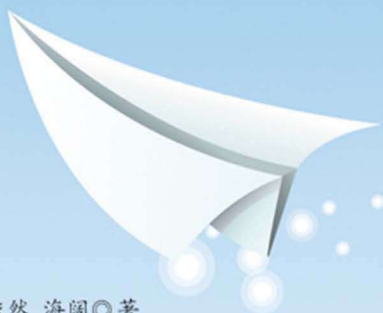


家有INTROVERTED 内向男孩

30种方法让他脱颖而出



依然 海阔◎著

因为内向，所以离成功更近。

14个典型案例深度剖析内心男孩的性格特点

30种方法让内向男孩
在外向世界获得成功

广东人民出版社
广东 广州

图书在版编目（CIP）数据

家有内向男孩：30种方法让他脱颖而出/依然，海阔著．—广州：广东经济出版社，2011.12

ISBN 978-7-5454-1022-8

I. ①家… II. ①依… ②海… III. ①男性—家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字（2011）第214114号

出版 发行	广东经济出版社（广州市环市东路水荫路11号11～12楼）
经销	全国新华书店
印刷	北京同文印刷有限责任公司（北京市密云县十里堡镇庄禾屯）
开本	787毫米×1092毫米 1/16
印张	12.5
字数	141 000
版次	2011年12月第1版
印次	2011年12月第1次
书号	ISBN 978-7-5454-1022-8
定价	32.00元

如发现印装质量问题，影响阅读，请与承印厂联系调换。

广东经济出版社常年法律顾问：何剑桥律师

• 版权所有 翻版必究 •



自序

因为内向，所以离成功更近

文/海阔

我的小侄子佳辉是个标准的内向“宅男”，一有空，就愿意闷在自己的房间里，捣鼓一些乱七八糟的小玩意儿，一弄就是大半天。对此，表弟和弟媳特别生气，总对我抱怨说：“这孩子，像个‘出土文物’，特别没朝气，不爱说话不说，也不愿意和周围的孩子一起玩，真是愁死了，真怕将来走向社会后吃不开。”

表弟和弟媳知道我和妻子研究儿童心理，四年前，在佳辉十一岁那年的暑假，便把他留在了我家，希望我这个心理学专家能对佳辉实施一些“魔法”，让孩子经过一个暑假的“洗心革面”后，成为一个活泼阳光的外向男孩。

我和妻子想了许多办法，一心想把佳辉从一个内向男孩改造成外向男孩，可尽管我们费尽心机，却一直没见成效。

有一次，我带佳辉去公园玩，在小路边偶然看见一些漂亮的石头，他如同发现了新大陆一样，跑过去拿起那些石头，仔细赏玩起来。

十几分钟过去了，佳辉还在那里宝贝似的挑选着石头并细心

观察着。我看石头有些脏，就劝他赶紧扔掉，到别的地方去玩。可佳辉却像是没听到我的话，仍然专心致志地把玩着那些石头，还兴致勃勃地对我说：“这些石头太好玩了，你看这个石头，上面的图案特别像小老虎，真是太好看了。”我拿过那块石头仔细一看，发现上面的图案果真很漂亮，还真有点像只正在蜷着身子睡觉的小老虎，我没办法，只得耐着性子，等待佳辉没完没了地进行着他的“鉴宝”工作。

回到家，佳辉把石头洗干净后小心地放进他的“百宝箱”里。家里来了小朋友，他就赶紧拿出来向人家炫耀。小朋友们都很喜欢这些石头，都夸他说：“佳辉，你的石头真是太好看了，你从哪儿找到这么漂亮的石头？送我一个吧？”

佳辉听了小朋友们的赞扬后，对自己的“宝贝”更加珍惜了。从此，只要一出门，他就会捡来一大堆宝贝石头，藏在房间里，一有空就闷在屋里欣赏、擦拭，而且他还为每个石头命了名：小兔子、小乌龟、大太阳……不过，我很少能想出佳辉给这些石头起名的缘由。

有一次，妻子往沙发坐的时候被佳辉的宝贝石头硌得“鬼哭狼嚎”，她捂着屁股咆哮道：“瞧你把孩子惯的，弄了一屋子的破石头，家里都快成垃圾堆了，快把这些烂石头给我扔了！”可是，看着佳辉对那些石头珍爱的目光，我怎么能硬下心肠把他的宝贝扔到屋外呢。况且在对孩子的教育上，我一直想像西方的父母那样，给孩子创造一个民主宽松的家庭氛围。

见我有些犹豫，妻子又说：“表弟和弟媳本来是让你改造孩子性情的，你却天天让他到处捡石头玩，这样做他不是越来越内向

吗？”我被妻子问得无言以对，一时也想不出让佳辉“洗心革面”的灵丹妙药。

一天，佳辉在翻看作家三毛的作品时，偶尔看见一篇《石头记》的文章。这篇文章介绍说三毛迷上画石头并从中体验到了很大的快乐。读完这篇文章，佳辉一拍大腿，顿时想出了美化自己“宝贝”的良方。

他偷偷地用零用钱买来画笔、颜料，开始一门心思地在他心爱的石头上作画。佳辉对此“游戏”十分着迷，拿着笔在石头上随心所欲地“乱画”一气。我问他“作品”的意义时，他倒是振振有词：“这是小羊吃草，这是月亮在和星星玩……”

我极力启发他画一些具象一点的画，以提高绘画技巧。可佳辉根本听不进去我的话，整日顽固地画着自己喜爱的“抽象”与“写意”作品。我见指导无效，便拿过一块石头按照商店里卖的玩偶的样子画了一个小姑娘、一个圣诞老人，让他照着我的作品临摹。可佳辉对我的“杰作”根本不屑一顾，仍旧按自己的“艺术构思”津津有味地在石头上画着。他画好后便把自己的作品摆在房间每一个角落，仿佛在举办作品展览。

我本来想让佳辉参加一些集体体育项目，如篮球、足球等，让他变得更爱与他人交流，可佳辉自己一心想要成为工艺品小画家。对此，我一直特别懊恼，也不知该如何向表弟和弟媳汇报我的“教育成果”。

没过多久，佳辉画石头的技艺大长，一块块平凡的石头到了他的手里就有了生命，变成了《月光下的小河》、《沙漠落日》、《河边的垂柳》……看着佳辉对自己作品那一副骄傲陶醉的神情，

我的心一下释然了——

佳辉不愿意被我强逼着玩篮球和足球，而愿意尽情玩耍大自然奉送给他的“宝贝”，这其实也没什么不好。在这一过程中，他既提高了自己的审美能力、表达能力和想象能力，又真真切切地感受到了童年纯粹的幸福与欢乐。这些才应该是一个孩子生命中真正不可缺少的东西。

此刻，我才更明白精神分析博士、著名婚姻及家庭治疗师马蒂·奥尔森·莱尼（Marti Olsen Laney）关于内向人格优势的一些论述：对于内向人格的男孩来说，爱独处并不意味着他们要忍受孤独寂寞，许多时候，他们是在享受这些在外向人格人士看来很“孤独”的时光。

因为内向，他们有了更多独立思考的时间，所以，他们智慧聪颖、善于创新；

因为内向，他们善于保存自己的实力，所以，他们开发潜能、永不言败；

因为内向，他们更深刻地理解爱与真情，从而保持一颗感恩的心、深沉真挚。

.....

作为内向男孩的父母，我们要有一颗善于发现的心，慢慢磨掉孩子身上的弱点，挖掘孩子身上那些容易被人忽视的闪光点，同时要时刻提醒自己：因为我的孩子内向，所以离成功更近。

目·录

CONTENTS

自序 因为内向，所以离成功更近

第一篇

培养最优秀的内向男孩

第一章 揭开内向男孩脱颖而出的秘密

内向男孩与外向男孩，都是世上最美的风景 / 4

尊重内向男孩的个性 / 6

开发和培养内向男孩的优势 / 10

第二章 十三型人格理论中的内向男孩

说说十三型人格理论 / 16

脱颖而出的脑图：您的孩子是一个性格内向的人吗 / 19

第二篇

中庸型内向男孩：在属于你的地方绽放光芒

第三章 胆怯敏感的中庸型内向男孩培养之道

优势VS劣势

严谨睿智的“小半仙” / 38

“蔫”性格男孩是怎样形成的 / 40

培养之道

无需人为制造“磨难” / 44

引导孩子欣赏自己和他人的优点 / 46

要把握好“穷养”的尺度 / 48

倾听孩子的心声 / 49

看到孩子每天微小的进步 / 51

第四章 不思进取的中庸型内向男孩培养之道

优势VS劣势

从容淡定的“乖天使” / 56

“懒”男孩是怎样形成的 / 58

培养之道

引导孩子重视过程，更要为结果负责 / 61

戒除孩子“不想长大”的心理 / 63

不要强求“完美解决方案” / 66

鼓励孩子坚持自我 / 68

第五章 悲观消极的中庸型内向男孩培养之道

优势VS劣势

宁弯不折的“实干家” / 72

“犟”男孩是怎样形成的 / 74

培养之道

不要让孩子成为上紧发条的木偶 / 77

让孩子学会抓住重点 / 79

帮孩子化解负面情绪 / 81

让孩子学会做事有“谱” / 84

第六章 封闭依赖的中庸型内向男孩培养之道

优势VS劣势

重情重义的“小侠士” / 88

“寄生”性格男孩是怎样形成的 / 90

培养之道

帮孩子摆脱“寄生”心态 / 95

帮助孩子发现他人的闪光点 / 97

把孩子当成风筝 / 99

不要当孩子的“前程设计师” / 102

第三篇

内敛型内向男孩：找到优势，成功近在咫尺

第七章 任性主观的内敛型内向男孩培养之道

优势VS劣势

不走寻常路的“小精灵” / 108

“滑头”男孩是怎样形成的 / 110

培养之道

让孩子慎用“怪主意” / 113

帮助孩子搭建与他人沟通的桥梁 / 116

关爱集体和他人 / 118

无论得与失，都要保持好心态 / 120

第八章 思想激进的内敛型内向男孩培养之道

优势VS劣势

智勇双全的“小能人” / 124

“暴力”性格男孩是怎样形成的 / 126

培养之道

让孩子学会轻装上阵 / 130

防止孩子出现“冷暴力”倾向 / 132

让孩子学会不苛责他人 / 135

让孩子理解爱与被爱的真意 / 137

帮孩子放松紧绷的神经 / 139

第九章 心事过重的内敛型内向男孩培养之道

优势VS劣势

未卜先知的“小诸葛” / 144

“猜忌”性格男孩是怎样形成的 / 147

培养之道

要智谋，不要“阴谋” / 151

引导孩子发现事物的阳光面 / 153

天性解放是第一要事 / 156

有真性情，才会有好人缘 / 159

附录 十三型人格测试卡

第一篇

培养最优秀的内向男孩



第一章

揭开内向男孩脱颖而出的秘密



内向男孩与外向男孩，都是世上最美的风景

记得小时候，舅妈总是特别喜欢表弟，而舅舅则特别喜欢表哥。

表弟是舅舅家最小的孩子，性格活泼好动，像个小猴子一样可爱。他口齿还特别伶俐，不但爱说话，而且嘴巴特别甜。

我觉得，这样一个机灵孩子，舅舅舅妈都应该特别宠爱才是。可无论表弟怎么努力，舅舅始终更偏爱表哥一些。

当时，我和表弟关系特别“铁”，所以我一直很同情他，对舅舅的偏心行为很是气愤，经常找机会向舅舅示威。可我的努力却一直没什么成效。再后来，我甚至开始怀疑：表弟可能是抱养过来的孩子，不然舅舅怎么这么偏心向着表哥呢？

直到开始研究十三型人格理论，我才明白，原来，舅舅和表哥的性格都很内向，内向的爸爸自然多数会喜欢内向的儿子，这是天性使然。但更重要的原因是：舅舅明白，在当代社会中，外向型人格占主流，他们中的大多数人格特征都被社会定义为主流人格。由于媒体及文学艺术作品的误导，内向型人许多为人处世的风格不但不被多数人理解，甚至还产生了许多不必要的误会。所以，舅舅也是想通过自己的爱，保护特别容易受伤的表哥，让他不被自己的内向人格所累，从而健康快乐地成长。

为了把表哥的内向人格优势挖掘出来，舅舅可谓煞费苦心。在舅舅家里，表哥身上那些总是容易被周围人看做弱点的

性格，都被舅舅“尊”为优点：

说话慢、缺乏激情，被说成是说话有条理、成熟稳重；

做事爱走神，被说成是善于思考、善于创新；

做事容易疲劳、爆发力差，被说成是韬光养晦、善于保存实力；

.....

因为舅舅的努力，表哥自己和全家人从没觉得内向和外向有什么优劣之分。他们的这种心态也很快影响到周围的邻居和朋友，所以，表哥在一个很宽松、积极的环境下成长，并把自己身上的优势发挥得淋漓尽致。

如今走向工作岗位后，表哥很快成了一名出色的职业经理人。虽然他说话有些慢、激情不足，业余时间经常喜欢躲在家里读书，但这些丝毫没有影响他的个人魅力，他成了一个在生活和事业上都很成功的男人。

从这个例子我们可以看出，对于男孩来说，内向性格和外向性格没有任何优劣势之分，正如马蒂·奥尔森·莱尼在《内向者优势——如何在外向的世界中获得成功》一书中所说的那样：“幸福与快乐的首要之点，就是一个人愿意成为他自己。”所以，父母不能因为自己或周围人的喜恶，强行改变孩子与生俱来的人格倾向，把内向男孩强行改造成外向男孩。

父母应该做的是：努力引导他们回避弱势，把他们最闪光的优势发挥出来，做最好的自己。这样，孩子才能成长为一个身心健康的社会栋梁之才。

当然，有一个现象也要引起父母的重视：现在社会上有一些孩子存在沟通障碍，许多人也将之称为“内向”，这是很不客观的，也混淆了内向人格与外向人格的心理学定义。

按照古希腊医学家、心理学家希波克拉底的气质类型学说分析，由于神经系统兴奋度偏弱且不稳，黏液质和抑郁质的人是偏内向的。而心理学家荣格把人分为外向人格和内向人格后，又通过感觉和直觉、理性和感情四个心理因素，将内向人格进一步细分。

我在十三型人格理论中，结合了上述两种学说，把内向型人格细分为中庸型内向人格和内敛型内向人格（详见第二章第一节的论述）。

所有的这些理论都没有对人格的优劣做出任何评判，而所有的人格都处于同一条起跑线上。因而，我认为，无论是内向人格男孩还是外向人格男孩，都是世上最美的风景。

尊重内向男孩的个性

内向型人格男孩和外向型人格男孩可以用红与白两种颜色形容，他们都有自己明显的优势与劣势，关键看父母如何对待以及父母的心理倾向是什么。

上世纪30年代，美国明尼苏达大学教授使用著名的斯塔克·哈塞维调查问卷对1000名社会成功人士进行了随机调查，调查结果显示，社会上64%的成功人士存在显性或隐性的内向型性格。但是，因为内向人格的人数远少于外向人格（按美国一些专家的调查，这个数据大概是1：3），所以一直以来，许多专家学者（比如美国心