



成就男孩一生的十大品格

把男孩培养成男人

让男孩自立起来其实并不难，但把儿子的能力，从小事做起，放手让他去尝试，培养他的“责任心”。只有当男孩，懂得承担责任和义务，并懂得感恩和回报时，每个男孩才能真正地成长，家长可以适当地给予鼓励和肯定。

我们常说，男儿当有“担当”，其实这就是指男孩的责任心而言，一个男孩的责任心越强，他的成长就越快，反之，如果男孩的责任心不强，他的成长就会很慢，甚至停滞不前。

东子◎著

自立 自律 自信 乐观 勇敢 果断 大度 尽责 守信 感恩
中国父教第一人 《好爸爸胜过好老师》作者东子
十年教育实战心血之作 家有男孩的必备宝典

作品总计销量超过100万册

把男孩培养成男人

——著名父教专家东子教育新思想

东 子 著

經濟日報出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

把男孩培养成男人 / 东子著 . —北京: 经济日报出版社, 2012. 5

ISBN 978 - 7 - 80257 - 416 - 8

I . ①把… II . ①东… III . ①男性 - 家庭教育
IV . ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 063526 号

把男孩培养成男人

作 者	东 子
责任编辑	刘雅溪
责任校对	孙 楠 黄 伟
出版发行	经济日报出版社
社 址	北京市宣武区右安门内大街 65 号 (邮政编码: 100054)
电 话	010 - 63513524 (编辑部) 63538621 (发行部)
网 址	www. edpbook. com. cn
E - mail	jjrb58@ sina. com
经 销	全国新华书店
印 刷	
开 本	710 × 1000 毫米 16 开
印 张	12
字 数	200 千字
版 次	2012 年 5 月第一版
印 次	2012 年 5 月第一次印刷
书 号	ISBN 978 - 7 - 80257 - 416 - 8
定 价	28.00 元

版权所有 盗印必究 印装有误 负责调换

目录

CONTENTS

第一章 自立的男孩站得最稳 1

自立是成熟之基。让男孩自立起来其实并不难，相信儿子的能力，从小事起鼓励孩子自己尝试动手，放手给他锻炼的机会，偶尔“狠心”一次，你会发现，孩子的翅膀其实早已长成，只待展翅翱翔的那片蓝天。

培养孩子的自立意识	3
适当做个“懒”爸妈	6
该放手时就放手	9
做雄鹰不做雏燕	12
逼着孩子独立自主	16

第二章 自律让男孩坚强可靠 21

每个男孩其实都有自控的能力，有些自制力差的孩子，大多是因为成长的过程中没有受到正确的约束和引导。家长可以适当为孩子制定符合其性格的成长规划，温和地告诉孩子什么叫做“言必行，行必果”。

家长要做孩子自律的榜样	23
和孩子一起制定家规	26
为孩子制定成长计划	30
教孩子“晓事理明是非”	35
自律是孩子走向成功的基石	38

第三章 自信的男孩洒脱自如 43

小小男子汉也有自己的社交圈，自信的男孩天生拥有吸引朋友的魅力。放手给孩子独立处理矛盾的机会，时常投以赞许和鼓励的目光，助他逐渐长成运筹帷幄、谈笑风生的人生赢家。

自信的男人有魅力 45

自卑是成长的绊脚石 47

自信是成功的第一秘诀 51

少一些干涉多一些鼓励 54

让孩子独立处理人际矛盾 58

第四章 乐观使男孩心怀梦想 63

家长是男孩积极性格的直接影响者，一句简单的牢骚或鼓励，其带来的结果天壤之别。孩子是充满希望的向日葵，只要家长给予他温暖而充沛的阳光，他就会面朝太阳，幸福生长。

给孩子乐观的性格 65

悲观是成长的拦路虎 69

智商情商更要培养心商 72

让自己快乐是一种能力 76

有知足家长才有乐观孩子 79

第五章 勇敢的男孩不畏挑战 83

胆小、怯懦、畏手畏脚，这些都是家长不希望在儿子身上看到的。培养勇敢的男孩，需要从生活中每一个细节做起，擅长激励孩子，让他勇于面对未知，挑战自我，大胆走出父母的保护，作出人生中每一个精彩的决定。

让孩子学会勇敢地面对生活 85

告诉孩子“不要怕” 88

“吃苦”是孩子成长的良药 91

培养孩子的抗挫折能力 95

给孩子提供锻炼的机会 98

第六章 果断的男孩懂得取舍 103

改变男孩遇事迟疑犹豫、不能迅速作出决定的习惯其实并不难，时常为他创造选择的机会，适时让他品尝失去的懊悔滋味，在一次次教训与反思中，告诉儿子果断取舍的真谛。

让孩子善于决断把握机遇 105

教孩子学会取舍 109

不为孩子“包办”一切 111

尊重孩子的决定 114

第七章 大度为男孩广结善缘 119

如何让男孩养成宽容而大气的脾性？无需惩罚，不用说教，家长的言传身教是最好的范例。给孩子以轻松愉悦的家庭氛围，少生气，多微笑，潜移默化中逐渐让孩子懂得，比大海更宽广的是人的心胸。

让孩子做个大度的男孩 121

让孩子拥有包容的精神 124

宽容他人，快乐自己 128

宽容会拓宽孩子的人生之路 132

第八章 尽责让男孩增强能力 137

人生的道路充满坎坷，每一次的跌倒，都需要男孩自己爬起来并继续走下去。在父母羽翼呵护下的孩子，会习惯于依赖外来的帮助，而忘了自己的责任，学不会独立行走。父母要明白，事事包办，其实那并不是正确的爱。

培养孩子的责任感 139

做家务是孩子的基本职责 142

回馈父母之爱是义务 147

第九章 守信的男孩有始有终 151

男孩的世界中，任何“小事”都关系其信誉的逐步养成。父母要以身作则，给孩子讲明一诺值千金真正含义，让儿子明白守信的男人才会拥有真正的朋友，信守承诺是人一生受用的宝贵精神财富。

让孩子说到要做到	153
理性对待孩子的谎言	157
家长首先要言而有信	161
告诉孩子言而无信的后果	165
教会孩子失信要道歉	168
 第十章 感恩使男孩品质高尚	 173
一张卡片，一个拥抱，一句温暖的话语，表达感谢的方式其实很简单。同儿子一起向生活中每一个帮助过自己的人表达内心真挚的谢意吧！善待友邻，感念师长，孝敬长辈，收获成长的将是一个温馨知足的幸福家庭。	
让孩子感念父母之恩	175
让孩子感怀师长之情	178
让孩子感悟他人之意	181
让孩子懂得孝敬长辈	185
 后记	 188



把孩子培养成男人

让男孩自立起来
其实并不难，相信
儿子的能力，从
小事起鼓励孩
子自己尝试动手，

让男孩自立起来
其实并不难，相信
儿子的能力，从
小事起鼓励孩
子自己尝试动手，

第一章 自立的男孩站得最稳

自立是成熟之基。让男孩自立起来其实并不难，相信儿子的能力，从小事起鼓励孩子自己尝试动手，放手给他锻炼的机会，偶尔“狠心”一次，你会发现，孩子的翅膀其实早已长成，只待展翅翱翔的那片蓝天。

我们虽可以靠父母和亲戚的庇护而成长，倚赖兄弟和好友，借交游的扶助，因爱人而得到幸福，但是无论怎样，归根结底人类还是依赖自己。

——歌德

培养孩子的自立意识

自立意识是健康人格的表现之一，它对孩子的学习、生活以及成年后的事业和家庭，都具有非常重要的影响。

儿童期是孩子从完全依靠父母开始向自立过渡的阶段，是培养和训练孩子自立意识的重要时期。可是，现在不少家长对孩子过分宠爱，过度保护，过多照顾，生活上包办代替，致使许多孩子缺少自立意识，生活自理能力低下、依赖性强，意志薄弱。于是，我们身边多了一些自卑、懦弱的男孩。

所以，要想让你的孩子成为具有阳刚之美的男子汉，要从儿时着手，有意识地培养孩子自立意识及自理能力。动物界中，无论是大型动物的大象、狮子、老虎，还是小型动物的老鼠、各种鸟类，它们一旦做了父母，首先要做的就是教孩子学会觅食，因为生存是包括人类在内的所有动物第一要务。可在这一点上，我们一些家长却远不如动物做的好。

虽然很多家长都知道今后社会竞争会日趋激烈，孩子终究要独立生活，不能没有自理能力，但是由于家里只有这一个孩子，所以特别娇惯宠爱，恨不得所有事情都帮他做了。记得有一次，我去重庆讲学，一个家长向我提问，说他10岁的儿子，还要妈妈喂饭吃，该怎么办？初听这个问题，我有些震惊，然后有一种气愤的感觉，一个十岁大的男孩儿应该可以照顾别的小孩儿吃饭了，他还得妈妈喂饭，这样的儿子，还能指望他将来养家糊口吗？

这让人想起了一个故事，古时候有一对父子，儿子已长大了，却什么都

不做，一天父亲要出远门，怕儿子吃不上饭，就烙了一张饼，又怕他够不着吃，把饼套在了儿子脖子上，可父亲回来，儿子还是被饿死了，因为他只知道吃脖子前面的饼，前面的吃没了，后面的转一下都不会。这个十岁小男孩，母亲再继续喂下去，结果可想而知了。

孩子总有一天会长大，你是希望他成为一个仅仅是与女人有性别差异的男性，还是成为一个具有真正意义的男人呢？如果是后者，那在他小时候，您必须要培养孩子自立意识及其自理能力。

案例——

衣服该谁洗？

12岁的男孩辛辛，是小学五年级的学生，前段时间，他报名参加了学校的合唱队。入队不久，就赶上六·一儿童节，所以辛辛很重视参加合唱队后的第一次正式表演。

表演的前一天，学校的演出服发了下来，因为是租的，所以衣服有些脏，老师要求同学们回家以后都洗一洗。辛辛将衣服拿回家，扔到客厅的沙发上，让妈妈去洗。妈妈当时正在做饭，就叫他先放在那。吃完晚饭，妈妈正想帮辛辛洗衣服，楼上的阿姨就来家里串门，一直到很晚才回去。

第二天，辛辛问妈妈，让她洗的衣服干了没。妈妈“哎呀”一声，原来昨天阿姨走了以后，妈妈又收拾了一下屋子，把洗衣服的事情给忘了。这下辛辛不干了，又哭又闹。说不能去上学了，别人的衣服，都是干干净净的，只有他的是脏的，这都是妈妈的错……

这位妈妈一边给儿子道歉，一边用湿抹布擦这件演出服，并说下次一定不会这样了，衣服擦得差不多了，又经过好说歹说，总算把儿子劝好。

到了学校，老师见辛辛的衣服还是有些脏，问为什么没有洗。“老师，我替妈妈跟你说声对不起，因为她昨天忘了，所以就没给我洗。请您原谅她吧。”辛辛眨巴大眼睛，仰头回答老师的问题……



东子给家长的建议——

1. 让儿子了解，什么事是自己的

培养一个自立的儿子，首先要让孩子具备自立意识。在孩子心中埋下一颗自立的种子，让其深深扎根。这样，在孩子心里，就会有这样的一种意识，凡事要靠自己，有了这样的观念，他就会更坚强更自信。

仅有意识是不够的，还必须让孩子通过实践，打理自己的生活。生活自理，简单的说就是自我服务，自己照顾自己，它是一个人应该具备的最基本的生活技能。孩子生活自理能力的形成，有助于培养孩子的责任感、自信心以及自己处理问题的能力，对孩子今后的生活也会产生深远的影响。

而如果父母总是帮孩子做事，孩子会有一种错误的认识，那就是这些事情本来就应该由父母来做。因为至始至终都是父母代劳，所以孩子并不觉得这是在帮他做，反而认为这是父母的职责。就像案例中讲到的辛辛，本来自己的衣服应该自己洗，就算因为演出洗不好，可以求妈妈帮忙，但是一定要让他知道，这是在求别人帮助。对于一个12岁的孩子来讲，洗自己的衣服是基本的自我服务，是自己的分内之事。但通过这个案例，我们能看出来，在辛辛的思想里，衣服本来就应该妈妈洗。

家长有时候会觉得，一些事情孩子现在还做不好，就理所应当的替他做好了，既没有刻意告诉孩子，也没有让孩子参与过，孩子想当然地会认为，这件事就应该是家长做的。

所以，我们在日常生活中一定要注意，为孩子代劳时，要让孩子明白这件事情本来是应该他自己做的，家长只是暂时代劳，以后孩子能做的时候，还是要交给他自己来完成。一定要让孩子知道，什么事情是属于自己的。

让孩子了解什么事情是应当他自己完成的，是培养孩子自立意识的第一步。所以，家长要经常有意识地灌输给孩子这样的思想，要让孩子知道，哪些事情是他这个年龄段该独立做的，在这个前提下，才能谈自己的事情自己做。

2. 告诉儿子，自己的事情应该由自己做

上文的案例中，辛辛得知妈妈没有帮自己洗衣服，马上就哭闹起来。这是因为他觉得这是妈妈的错，妈妈不应该忘记帮他洗衣服。但是他却没有意

识到，其实自己的衣服应该自己洗。

我的孩子是听着我给她灌输的“自己的事情自己做”的思想长大的，所以自小她就啥都争着自己做。4岁半开始，孩子洗自己的袜子、短裤等小件衣服。刚开始，为了洗一双袜子，用了足足少半袋洗衣粉，把身上的干净衣服也弄得一片狼藉，害得她妈妈还要给她洗外套。但是我们没有就此阻止她，呵斥她，而是鼓励她。于是，孩子的干劲很大，袜子、短裤换下来了，不用提醒，自己就端着小盆子坐下来洗啊洗啊。渐渐地，孩子洗衣服的手法越来越熟练了，速度也越来越快。现在，还会顺手把我和她妈妈的衣服一块收去了洗了。

什么事情都是从不会到会，这需要一个过程，洗衣服也是如此。所以，家长们要有意识地培养孩子，给孩子创造机会，可以先从小事情做起，比如让孩子自己叠被子、洗袜子，这样孩子也会慢慢了解，这些活儿应该自己干。妈妈爸爸做了，是在帮助自己，而不是天经地义的。

在孩子成长过程中，家长不但要给孩子灌输一些思想，还可用一些技巧，比方可以对儿子说“工作赶时间，这些事情只能由你自己来完成了”、“你也快长大了，爸妈相信你能做好自己的事情”等等类似的语言。让孩子了解，这些事情都是自己应该做的，父母的代劳是暂时的，绝对不是理所应当的。既然是孩子的事情，家长就不要总是管不住自己，除了给予适当的帮助外，放手让孩子做。

适当做个“懒”爸妈

每个家长都希望自己的儿子是一个自立的孩子。因为对于一个男孩儿来讲，自立是一种非常重要的品格。一个男人，他能不能被社会认可，首先看他能不能在社会上立足。而想要在社会上立足，就要有独立处理事情的能力。

社会竞争是残酷的，这是个不争的事实。所以，大部分家长都意识到，应该把孩子培养成一个自立的男人。但是怎样做才能培养孩子的自立意识，这也是大多数男孩家长所关心的问题。

我们现在的家长在单位工作不一定最积极，但在家里对孩子是绝对勤快，万事包揽。孩子自然落个清闲，这对孩子的成长是十分不利的，因为他的自

理能力逐渐被这种勤快剥夺了。处处对孩子包办代替，表面上看是爱孩子，实质在害孩子。

一些家长总是觉得孩子还小，现在就帮他做一下，以后等他长大了再把事情交给他做，殊不知，这样的意识，培养出来的孩子最后饭来张口，衣来伸手。等孩子慢慢长大而一无是处的时候，家长便开始埋怨，这孩子怎么就不自立呢？一点都不像自己。是啊，家长把自己培养成了服务者，把孩子培养成享受者，该怪谁呢？说到底，是家长害了孩子。

所以，要适当的做个懒爸爸懒妈妈。勤快的爸妈养懒惰的娃娃，而懒惰的爸妈却育勤劳的娃娃，虽然这话和身教相悖，但还是有些道理的。因为现实生活中，确实有很多能干父母的孩子自理能力差；而那些相对“懒”一些的爸爸妈妈，因为帮不上孩子什么，好多事情放手让孩子去做，孩子也能够早早自立，早早照顾自己和家人。

正是家长的“懒”，把劳动、照顾自己的机会给了孩子，孩子也成长了。依赖本身就滋生懒惰、精神松懈、懒于独立思考、易为他人左右等弱点。



案例——

“代办”妈妈与“邋遢”孩子

小力是一名小学六年级的男生，学习非常好，也很聪明。可是班里却没有同学喜欢和他一桌，因为和他一桌，简直像生活在“破烂堆”里。

小力平时总是穿的干干净净的，书包背来学校时，也是整整齐齐的。可是你再看他的书桌下的抽屉，东西简直要淌出来了。每次要找什么东西，就稀里哗啦地往外拽，找到了再把没用的东西直接塞进去。平时扔垃圾，就直接往桌子底下一丢，就不再管了。

大家看不惯，让他收拾一下。他也很不好意思，可是回答却让人很无奈：“我不会。”如果你知道小力在家里的情况，或许就能明白，六年级的男生，为什么连收拾书桌这么简单的事情也不会。

小力一回到家，妈妈就帮他把手书包卸下来，叫他洗手吃饭，洗手的水，

已经打好，连饭也盛好了，吃完饭以后，也不用小力帮忙收拾碗筷，刷碗的活儿，更是不会让小力干了。

小力的妈妈说：“儿子，什么也不用你干，只要你把学习成绩弄好就行。”于是小力在家时，只要趴在书桌上，是看书、写作业，或是复习功课，其余与学习无关的事情，妈妈便全部都代劳了。



东子给家长的建议——

1. 适当做个“懒”爸妈

每个家长，都想给孩子创造最舒适的环境，让孩子快乐地成长。但是有的时候，爸爸妈妈过于“勤快”了，这不但对孩子没有好处，而且不利于孩子自立意识的建立。所以，请家长学会适当地“偷懒儿”。

当儿子要求父母做某件事情的时候，父母应该适当拒绝他。比如已经上小学的儿子，在家里玩游戏的时候让妈妈帮他拿一根雪糕，这个时候妈妈如果说，天太热自己不想动，还是你自己去拿，孩子也就不依赖妈妈了。

可遇到这样的情况，一般的家长都会顺便帮儿子拿了，但是这一顺便，就会有无数次顺便，时间长了，儿子会习惯这种“顺便”。以后再有什么事情，反倒不习惯动，只知道叫爸爸妈妈了。表面上看，这都是些小事情，家长一般不会注意，但培养孩子就在这点点滴滴里。

就像案例里的妈妈，为了让孩子把时间花费在学习功课上，主动承担了孩子本来应该自己做的事情，叠被子、折衣服这些小事，只要妈妈放手，孩子自然就学会了。如果孩子接受了妈妈的“勤快”，就变得什么都不会做了。

所以，想要让孩子自立，首先要做个“懒”爸妈。

2. 不要把孩子推入被嘲笑的窘境

在家里，家长可以帮孩子代劳他所涉及的一切事物。可是孩子不能天天依偎在妈妈爸爸的怀抱里，他们要接触社会和别人相处。习惯了爸爸妈妈的帮忙，孩子由此会产生遇事求人的思想，而那个时候却不会有人像父母一样，帮助孩子干本应该他自己干的事情了。

案例中的小力，是小学六年级的学生，他不能整理自己的东西，也不会有人帮助他。等他慢慢长大了，很多事情他自己都不会，那时候，他也许还

是会像现在的处理方式一样，对混乱的生活，不以为然。可是他身边的人，却不仅仅只是不想和他同桌了。

怎样做一个合格的家长，这真的需要我们冷静的思考，要了解什么样的爱是孩子真正需要的。毕竟，孩子不能永远待在父母的身边，他们有一天要离开爸爸妈妈的怀抱，去社会上打拼。尤其是男孩子，自立对他们来说，是无比重要的，拥有自立意识的男人，更容易走向成功的彼岸，这是一个浅显道理。可是家长无节制地帮忙，只会牵绊住孩子自立意识的生长。

一个人的自立意识，不是一天两天就能形成的。主要还是在日常生活中，对具体事情的体会，慢慢在心里面形成一种思维定势。家长适当地“懒”一些，孩子自然就知道这些事情要靠自己来完成，慢慢地，孩子也会了解到，遇到事情不要去找别人，而是通过自己的努力去完成。

拥有自立意识的孩子，无论走在哪里，都可以有一片自己的天地。所以，家长适当的“懒惰”，会让您的宝贝儿子更好的成长。

该放手时就放手

家长一定都还记得，孩子第一次扶着自己的手，往前挪动小脚的瞬间。那种惊喜，不仅仅是因为孩子的进步，还有作为父母的成就感。但是所有的父母都知道，孩子不能一直扶着父母走路。总有一天，他要独立地站在地面上，不靠任何外力行走。

学习走路，是孩子成长的一小部分，也是孩子整个成长的一个缩影。家长放手了，孩子才能真正学会走路，同理，家长放手了，孩子才会真正地成长。

孩子学走路时，父母希望孩子少摔跤；学习基本生活技能时，父母希望孩子轻松地掌握。看着孩子无比吃力的时候，总是会不忍心，从而伸出了自己的手。这一刻，孩子拉着父母的手，眼前的困难似乎迎刃而解。可是父母能一直拉着孩子吗？直到他成人，或是一辈子吗？

没有哪个父母敢说会伴随孩子走完漫长的人生旅途，那么该放手时就放手，成了最好的选择。从教孩子自己走路我们可以得到很好的启发，只要我们家长放开手，孩子会跌倒，会磕伤，但他会爬起来，勇敢地迈出他人生的

第一步。

小鸟在一天天长大，日渐有了离开妈妈怀抱和暖巢的能力，你若不让它飞，它就有可能永远丧失了飞的能力。在对女儿依依进行自立意识培养的过程中，我抓住一个个有利时机，一点点把依依推出我们的双翼，推上独自前行的路。

一个人入睡，是依依在自立道路上迈出的第一步。后来，依依还写了一篇作文，题目是《自己睡觉也香甜》，来纪念自己告别睡在妈妈怀抱里的生活。

案例——

应给孩子充分的信任

小阳是一名小学五年级的男生，平时活泼可爱，还很聪明，由于爸爸是爷爷唯一的儿子，所以全家上下都觉得小阳是家里面的独苗儿。既然是独一个，家里人对小阳自然是呵护有加。不管是爷爷奶奶还是姑姑们，都格外地疼小阳，爸爸妈妈自然不必说，小阳在家里简直成了小皇帝，那真是“含在嘴里怕化了，捧在手里怕摔了”。

有一天，小阳的爸爸出差了，妈妈晚上又加班。放学到家的小阳，写完作业，没什么事情，就想自己做饭，好给辛苦加班的妈妈一个惊喜。

掏出书柜里的菜谱，找了个相对简单的菜，小阳开始做准备工作，洗菜切菜，因为是第一次接触，土豆片切的有些像土豆块。可算切好了，小阳又开始研究电磁炉的用法。这样一耽误，前期工作竟做了一个多小时。

终于弄好了，小阳刚把油倒进锅里，门响了。妈妈急急忙忙地进屋，问小阳是不是饿了。

看到小阳正在炒菜，妈妈脸色忽然变了，很生气地呵斥到：“你这孩子，干什么呢？”小阳没看出妈妈的脸色不对，还很高兴地说，我在做饭。

妈妈冲进厨房，一下子把电磁炉关了，把小阳拽到了客厅里。接着就是大声地训斥，最后，妈妈扶着脑袋说，这孩子怎么这么不省心，万一出点什