

PEIYANG BUJIAOQI DE
NVHAI

★ 田 伟◎编著

爱的教育

★最新教子宝典★

培养

不娇气的女孩

《《《 塑造孩子健康性格的基石 父母不可忽视的教育智慧 》》》

写给父母

错爱比不爱更可怕，温室的花朵难经风雨；疼爱，但不要溺爱；惯性依赖，误导女孩的一生，爱得越小心，女孩越脆弱。

给女孩**独立的空间**，让她学会**自立与坚强**

北京理工大学出版社
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

PEIYANG BUJIAOQI DE
NVHAI

* 田 伟◎编著



培养 不娇气的女孩

版权专有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

培养不娇气的女孩 / 田伟编著. —北京:北京理工大学出版社,2010. 1
ISBN 978-7-5640-2948-7

I. 培… II. 田… III. 女性-儿童教育-家庭教育 IV.G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 230721 号

出版发行 / 北京理工大学出版社

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010)68914775(办公室) 68944990(批销中心) 68911084(读者服务部)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 北京中达兴雅印刷有限公司

开 本 / 710 毫米 × 1000 毫米 1/16

印 张 / 17

字 数 / 230 千字

版 次 / 2010 年 1 月第 1 版 2010 年 1 月第 1 次印刷

责任校对 / 陈玉梅

定 价 / 29.80 元

责任印制 / 母长新

图书出现印装质量问题,本社负责调换

■ 前言 父母无法保佑女儿一生

世间万物即使口不能言，亦有爱恋子女之心。在自然界中，动物甚至是植物，都希望繁衍更多的后代，以让自己的生命得到延续，而父母充满慈爱养育后代也似乎是一种本能，可以这样说，那些不能很好地养育后代的种族即使再强大，也始终逃脱不了灭绝的命运。

养育孩子，并不是说把他们养育成人就可以了，父母的责任在于把孩子培养成一个有用的人。也许在父母眼中，女儿天生就是柔弱的，是需要呵护的，于是总把这颗掌上明珠捧着、惯着，过度保护和溺爱她们，然而父母们忽略了，这样做对女儿是毫无益处的，因为你无法保佑女儿的一生，你不可能永远做她飞翔的翅膀。

有两个人同时在一片荒漠中栽上了一片胡杨树苗。

在树苗成活后，其中一个人每隔2天就会挑起水桶去荒漠中，一棵棵地为他那些小树苗浇水。无论是烈日炎炎，还是飞沙走石的天气，即使他再累，都会雷打不动地挑来一桶又一桶水浇他的小树苗。有时甚至刚刚下过雨，他都会“锦上添花”地给它们再浇一桶。这个人的理论是：沙漠中的水漏得比别处快，别看自己2天来浇一次水，其实树根没吸收进多少水分，水都在厚厚的沙层中漏掉了。

再看另一个人，他过得悠闲多了，在他刚刚栽下树苗的时候，他曾经浇过几回水，自打那些树苗成活后，他便很少再管理了。有时偶尔去看看，虽然去了，可也不过是到那片地里去看看，如果有被风吹倒的树苗，他就会顺手扶一把，平时实在没事的时候，他也会在那片地里背着

手悠闲地散步，只是散步而已，不浇水，也不施肥。

人们看到这二人的态度，都纷纷评价说第二个人栽下的那片树苗一定不会成材，甚至活不了几棵，种树的人却不理会这些话。

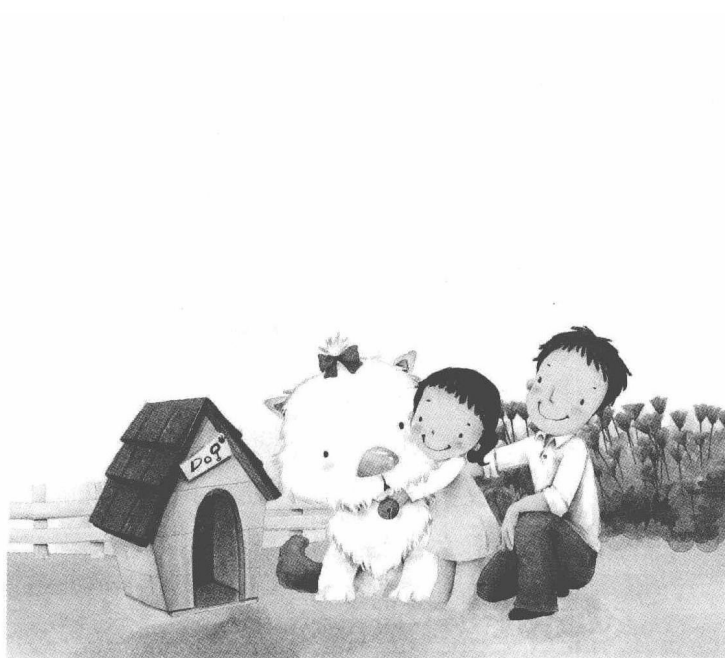
然而几年时间一晃就过去了，两片胡杨树苗都长得非常茂盛，树干都像碗口一样粗了。

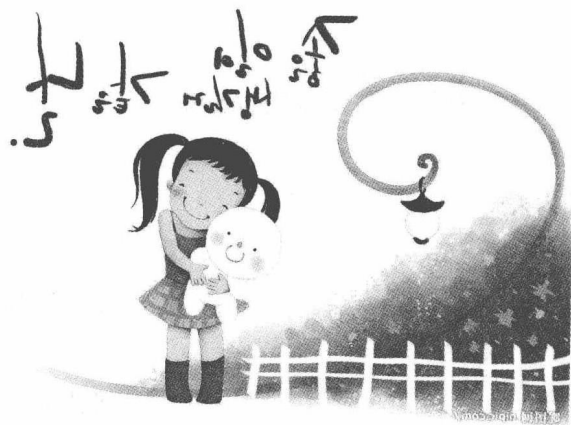
有一天晚上，大漠深处刮起了狂风，刹那间，这片树林就陷入飞沙走石，电闪雷鸣中。狂风加暴雨，整整下了一个晚上。

在第二天早上风刚停下来的时候，有些幸灾乐祸的人就跑到那两片树林中去看热闹了，毕竟，当初人们在“劝说”他“善待”这些幼苗时，他没有理会。可是眼前的情景却让人非常惊讶：那个辛辛苦苦浇水的人的树差不多都被暴风刮倒了，而且还有很多树几乎是被风连根拔起来的，露出一蓬蓬黝黑的根须，倒地的树干和支离破碎的树枝，看上去惨不忍睹；而那个不怎么打理林子的人种的树除了被风吹掉一地的树叶和一些小树枝被吹断外，几乎没有什么受到摧残的模样。人们都大惑不解，种树的人则给人们解惑：“他的树之所以这么容易被风雨毁掉，原因就在于他给树浇水浇得太多，施肥施得太勤。”

你的女儿是不是像故事里那些被辛勤照顾的小树苗一样？作为父母，你无私地奉献着自己的爱，可是过度的“爱”无疑是毁了女儿的一生和我们对她的期望，女孩变得软弱、以自我为中心，不管是对她自己还是对父母，都是一种不幸。可是，不得不说，女孩变得娇气和父母的溺爱有很大关系。抱怨孩子，不如改变我们教育女儿的方式，让她从娇气中走出来。

《培养不娇气的女孩》通过众多教育事例，全面分析了女孩的心理特征，突出教育细节，为父母培养不娇气的女孩提供了意见。本书在写作过程中，紧紧围绕女孩的性格特征和教育方法展开，并针对女孩个性特征和成长过程中可能出现的问题，提供了富有针对性的意见和建议，是一本教育女孩非常实用的书籍。





目录

Contents

第一章

温室的花朵怕风雨

- 002 女孩的娇气并非天生，而是后养
- 005 娇惯只会培养出低能的女孩
- 007 温室中的女孩，经不住挫折
- 010 警惕：溺爱易培养出无情的孩子
- 012 父母爱的泛滥，造就任性的女孩
- 015 保护过头，让女孩事事依赖
- 017 娇惯让女孩自动放弃成长
- 020 过度呵护让女孩放弃决定权
- 023 不要将女孩当成庇护的对象
- 026 爱得越小心，女孩越脆弱
- 028 别让“温室”成为“瘟室”
- 031 狠下心，把女儿“赶”出温室

第二章

让女孩吃苦，消除“富”面影响

- 036 富养女孩，警惕“富”面影响
- 039 不要富养出虚荣的公主
- 042 不要让女孩走向奢侈的极端
- 044 优越的条件，堕落的女孩
- 047 “扶正”女儿的钱观
- 050 让女儿自己“挣”钱
- 053 教育女孩，父母要摒除功利思想
- 056 女孩的好气质不是用钱堆出来的
- 058 吃苦让女孩有个好心态
- 061 让女儿吃苦，父母准备好了吗
- 063 教育女孩靠劳动获得
- 065 培养女孩节俭的好习惯

第三章

挫折教育非男孩的专利

- 070 告诉女儿以正确的心态对待挫折
- 072 经历过挫折的女孩更积极
- 075 坚强不是男孩的专利
- 078 成长的过程，就是战胜困难的过程
- 080 尊重女孩犯错的权利
- 083 在潜移默化中教育女孩吃苦
- 085 经历挫折比战胜挫折更重要

- 088 让女孩在困难面前抬起头
- 091 聪明父母不做女儿的救生圈
- 093 女孩怯懦，多因父母教育失当
- 096 挫折教育并非消极教育

第四章

给女孩选择的权利

- 100 给女孩独立的空间
- 102 父母是引导者，女儿才是执行者
- 104 尊重女儿的爱好
- 107 别让期望成为女儿的压力
- 110 功利的期待让孩子背上沉重负担
- 113 别把自己的理想加在女儿身上
- 115 女儿可以自己决定未来
- 118 先从思想上让女儿独立
- 121 换个方式与女儿相处
- 123 干涉背后是父母对孩子的不信任
- 127 照顾，不等于事事干涉
- 129 给女孩自由支配的时间

第五章

惯性依赖，误导女孩的一生

- 134 依赖性毁掉女孩的一生
- 137 不做女孩的“拐杖”
- 140 溺爱下的苦果

- 143 让女孩学会承担责任
- 147 让女孩学会自立
- 151 鼓励女孩自己做决定
- 154 鼓励女孩自我管理
- 159 培养女孩的自信心
- 162 培养女孩坚强的品质

第六章

消除偏见，女孩也能行

- 168 女孩不比男孩差
- 170 开发女孩的潜能
- 174 摒弃那些陈规俗套
- 179 努力开拓女儿的视野
- 183 别对女儿实行情感封锁
- 186 认识到教育中的误区
- 189 爱真实的她，而不是你期望的她
- 192 做女孩的知心朋友
- 196 放开双手，化悉心为耐心

第七章

告诉女孩：任性一点都不可爱

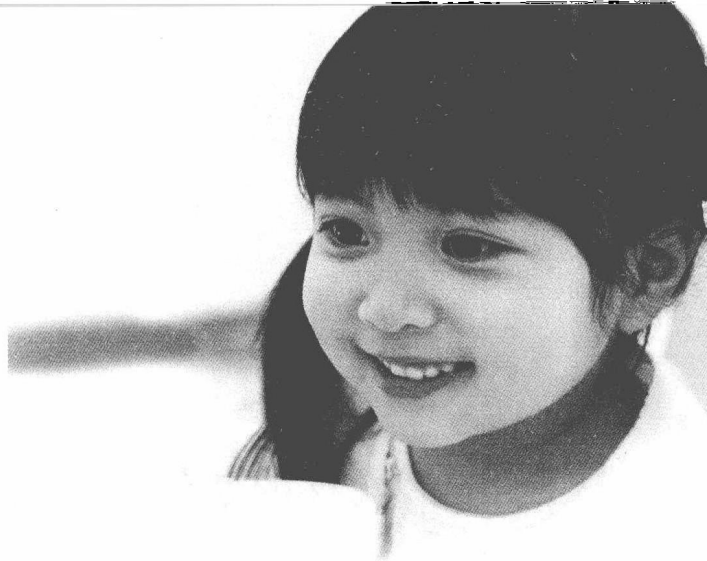
- 202 任性一点都不可爱
- 205 不让女孩惯于以自我为中心
- 208 不要让女儿恋上虚荣
- 212 鼓励女孩自我反省

- 215 让女孩学会自制
- 218 让女孩学会有爱心
- 222 让女儿养成好习惯

第八章

写给父母：错爱比不爱更可怕

- 228 娇惯是女孩难以承受之重
- 231 警惕“关怀强迫症”
- 235 疼爱，但不要溺爱
- 239 给女儿营造一个良好的家庭环境
- 243 正确对待女儿叛逆
- 248 当更年期遭遇青春期
- 250 把女孩培养成一个独立的个体
- 254 培养女儿健全的人格
- 257 培养女孩的孝心





女孩的娇气并非天生，而是后养

许多父母总是无奈地说：“现在的女孩越来越娇气了，又打不得骂不得，真拿她们没办法……”父母们所说的娇气，大体上可以分为两个方面，首先是生活上好吃懒做，遇到好吃的东西眼里没人，生活自理能力差，不会穿衣服，不会叠被子，不会自己洗袜子，总之，她们在生活上过分地依赖父母，如果没有父母照顾，她们一天也活不顺心；其次，是在学校的学习和活动中，很多女孩都不能承受压力，只能成功，不能失败，怕苦怕累，哪怕是在体育课上跑步都会回家向父母诉苦。

女孩的娇气是天生的吗？也许的确有一些天生的成分，如女孩天生很胆小，看到生人或进入陌生环境会害怕得哭鼻子；有些女孩天生自我控制情绪能力差，动不动就会生气，当然，这样的性格会比胆大的男孩更容易形成娇气的特性。

从心理学意义上来说，娇气指的是遇到令人不舒适和困难的场合就情绪低落、止步不前，怕困难、怕吃苦的性格，然而，这种一贯怕吃苦的性格并不是天生的。如果说不是，那么，一个本不娇气的女孩是怎样变娇气的呢？对此，我们可以听听专家们说的一些具体事例。

中国有一个非常普遍的现象：每天小学上学和放学时，校门口绝对是最热闹的地方，门口车水马龙，接送孩子的父母们有的开车，有的骑车，有的步行，有爸爸妈妈接的，也有爷爷奶奶接的，这个壮观的场景可以说是一道独特的景观。如果你仔细问问，大概有一多半每天被接送

的孩子，无论从安全还是其他角度看都没必要接送。国外虽然也有接送孩子的现象，多数是因为离家太远，确实需要学校巴士或父母开车接送。

事实上，在这些父母的学生时代，开学第一天往往是跟着哥哥姐姐去的，自此以后，就要自己去上学。而在20世纪80年代初期，一般的孩子上小学时，第一天是由父母送去学校，而从第二天开始，就是孩子自己去上学，除非特殊的天气，否则父母是不会再接送的，即使学生一定要经过马路，父母也认为孩子有自己过马路的能力，因为交通法规定，“年龄不满7岁的孩子，过马路必须有成人带领”。而小学生已经超过7岁，他们自己完全会过马路了。可是现在呢？即使学校离家只有几百米的距离，只有几分钟的路程，虽然不用车接车送，但爷爷奶奶的保驾护航还是少不了的。

接送孩子上学、放学，好处也有，的确保证了孩子的安全，显示了父母对孩子的爱，可是这么做突出的缺点就是容易让孩子养成依赖性，变得娇气。假如父母过分地渲染现在社会的不安定，年幼的孩子在每天被父母接送的过程中，就可能形成一种对社会上的人们普遍的警惕和怀疑态度，这对孩子的社会性发展是不利的。

父母总觉得女孩的娇气是天生的，其实不然，怕吃苦、怕困难的性格并不是天生就有的，每个孩子本来都是不怕遭遇失败的。如同送孩子上学这件事，没有父母护送的时代，女孩似乎也没有那么娇气。

当然，女孩因为年龄还小，有些稚嫩和娇气是可以理解的，在家庭生活里，小女孩向父母充满稚气地撒点娇、耍点赖，不算是大错，反而让父母感受到天伦之乐，增加幸福感，可是，凡事都有“度”，女孩一旦娇过头了，养成了太过娇气的毛病，就会影响她们的健康成长。现在的女孩太娇气的不少，常有的表现为：

(1) 经不起表扬和批评。受点表扬，沾沾自喜，甚至得意忘形；受到批评就委屈，情绪低落，流眼泪，有时跟父母或师长强辞夺理。

(2) 在生活中娇气，吃东西挑食，爱吃的可以一直吃，不爱吃的一

点不吃，饭桌上父母要费许多口舌，有时娇气的女孩还会让父母替她做这做那；在使用文具和物品时，喜欢的就用，不喜欢的就搁置，磨父母买了这个买那个；有一点不舒服就不想上学，要求父母帮助自己请假；很反感上体育课。

(3) 在学习中的娇气。做一会儿功课就嚷累；让父母帮助整理书包和文具，支使父母伺候自己，学习一会儿就拿饮料、拿水果；有时作业没完成好，不赖自己赖父母；考试没考好，怪父母没帮助自己复习好；学习遇到困难时喜欢发脾气。

(4) 在劳动中的娇气，干些活就反感，做事时无精打采，喜欢应付了事，重活干不了，轻活不爱干；在学校还可能努力表现，回家一点儿活都不干。

其实，女孩出现这些娇气的表现，主要还是父母过于疼爱、过于娇惯造成的。在家庭中，父母中如果有一个人不娇惯孩子，他往往会成为失败者，因为另一个家长可能跟女孩一起做他的反对派。要想避免女孩过于娇气，父母先要统一认识，认清娇惯女孩将带来恶果，害了女儿。有些父母总以“女孩还小”为娇惯孩子的借口，这对女孩没有好处，随着女孩年龄的增长，她们的娇气只有越变越少才能适应这个社会，所以父母应该帮助女孩把娇气的习惯克服掉，对她们不要总是宠着惯着。



娇惯只会培养出低能的女孩

一位报社记者在学校进行采访时，看到一些奇怪的现象：十几岁的孩子不会自己穿衣服，甚至连鞋带都不会系；一位上大一的同学在生活了二十几年的城市中迷了路，不知道怎样回家；某校大学生因和同学发生了几句争执，最后居然导致心理障碍而不得不退学……

这些孩子连最起码的生活自理能力和独立处理问题的能力都不具备，又怎么谈得上自强自立？在没有父母呵护的时候，他们又将怎么办？

许多孩子在父母给他们制造的安乐窝中，慢慢地成长为“低能儿”。

上小学二年级的王佳，在吃中午吃饭时突然大哭起来，老师急忙跑来看是怎么回事，当老师问王佳为什么哭时，王佳一边抽泣着一边说：“今天的鸡蛋没法吃，太硬了。”老师看看鸡蛋，郁闷了，鸡蛋没什么不同，只是蛋壳上面有两排清晰的牙印。原来，平时王佳每天带的鸡蛋都是她家人事先剥好皮的，而这次可能因为没来得及或是忘记了，鸡蛋没剥皮就给她装上了。

其实，出现上面的情景，也不能全怪孩子，在提高孩子生活能力方面，家庭教育是非常重要的，现在的独生子女都太娇惯了，不仅吃饭、穿衣样样都要父母操心，他们甚至连扫地、擦桌子等简单家务活都不会做，几乎一切事情都由父母包办，现在许多父母都奉行：“你只管读书，其他事情都由爸爸妈妈来做。”很多父母都曾对自己的孩子说过这样的

话。于是孩子不可避免地过分依赖于父母，父母们也常会抱怨：“这孩子什么都不会……”可是抱怨的同时，却是放任和代劳，生活在这种环境下的孩子如何能够健康成长呢？孩子处理问题的能力不强，不怪父母又能怪谁呢？

刘婧每天放学回家后，总是习惯性地衣服一扔就出去玩。而每天早晨上学的时候，她不是因为衣服被压得皱巴巴地不开心，就是为了寻找衣服浪费时间，她甚至还曾因为找衣服迟到过几次。所以，爸爸给她定了一条规则：回家把衣服脱下来记得放到专门的地方，不然她乱扔的衣服只能被家长收起来，过两周后才能再穿那件衣服。

有一天，妈妈给刘婧买了一件新衣服，爱漂亮的刘婧很高兴地穿着它去学校了，看到同学们羡慕的眼光，刘婧更是对这件衣服爱不释手。可是她放学回到家，却忘了爸爸给她定的规定，又随便把衣服扔到了客厅的角落。第二天起床吃过早饭，刘婧把东西都收拾好找衣服的时候，却发现找不到了，于是她问妈妈：“妈妈，我的新衣服呢？”

妈妈问：“你放学后把衣服放哪了？”

“大概是放在客厅里了吧……”

“抱歉，孩子，按照我和你爸定下的规则，那件衣服你恐怕要等到两周后穿了，现在你最好去衣橱里再找一件别的衣服穿，否则你要迟到了。”

看妈妈认真的表情，刘婧也只好穿着旧衣服去学校了，不过从那以后，她改掉了乱扔衣服的毛病。

不娇惯孩子不是一张空头支票，它必须有具体的教养策略跟在后面，那就是从培养孩子的自理能力开始。父母除了关心子女的学习之外，更应注重孩子的全面均衡发展。在子女教育上要放开手脚，注重锻炼孩子的生活自理自立能力，让孩子学会自己当家做主；锻炼孩子的人际交往能力和适应能力，让他们学会和别人交往、合作。在孩子的成长过程中，要给予他们尝试自己动手的机会，锻炼他们将来能经得住风浪。