

★ 中国妈妈必须掌握的育儿智慧和理念 ★
全面阐述穷养男孩的方法和技巧

好妈妈 穷养男孩



100招

姚美海 主编

男孩将来要承担社会和家庭的重大压力与责任。

再富不能富男孩，对男孩必须穷着养，

要刻意使他尝试生活的艰辛，从小磨砺他坚强的意志，

培养其艰苦朴素、吃苦耐劳的作风及仁义孝道的思想。

 中国纺织出版社



好妈妈 穷养男孩 100招

姚美海 主编

 中国纺织出版社



内 容 提 要

俗话说：“自古英雄多磨难，从来纨绔少伟男。”男子汉的一生就是一个不断挑战自我的过程。如果男孩从小生活在优越、安逸的环境中，就容易丧失进取拼搏的精神。作为妈妈必须对男孩进行“穷养教育”，让男孩在“穷”环境中体悟人生的真谛。

本书从生理学、心理学、社会学、教育学等多个角度透彻地诠释了“穷”养男孩的真正内涵，并从物质享受、挫折教育、自控能力、性格培养、勇敢无畏、文明礼仪等方面给妈妈提出了“穷”养男孩的建议和方法，让男孩通过对“穷困”和“艰苦”的切身感受，达到对心智的磨砺和锻炼，最终成长为一名真正的男子汉。

图书在版编目（CIP）数据

好妈妈穷养男孩 100 招 / 姚美海主编. —北京：中国纺织出版社，2012.8

ISBN 978-7-5064-8690-3

I. ①好…… II. ①姚…… III. ①男性—家庭教育 IV.

① G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2012）第 114334 号

策划编辑：曲小月 王 慧 责任编辑：祁 薇
责任印制：储志伟

中国纺织出版社出版发行
地址：北京东直门南大街 6 号 邮政编码：100027
邮购电话：010—64168110 传真：010—64168231
<http://www.c-textilep.com>
E-mail: faxing@c-textilep.com
北京楠萍印刷有限公司印刷 各地新华书店经销
2012 年 8 月第 1 版第 1 次印刷
开本：710×1000 1/16 印张：20.75
字数：256 千字 定价：35.00 元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换

前言

古人云：“艰难困苦，玉汝于成。”可见，“穷养男孩”一直是镌刻在中国父母心中最深入骨髓的教子箴言。它之所以根深蒂固，不可撼动，是因为其蕴涵着深刻的道理：男孩是泥土身，将来成长成人，必须要经得起摔打，经得起风雨。

当然，现实中肯定有很多男孩的父母以为，“穷养儿”就是控制男孩的花销，不娇惯，不溺爱，不让男孩过多享受，但这些只是片面的理解，和真正的穷养还有一定的区别。“穷养”的真正含义是让男孩学会在困苦的环境中接受锤炼，能够懂得以艰苦奋斗为荣，以骄奢淫逸为耻。要知道，一个男孩子无论是成长还是成熟，他都需要自立自强，需要坚持不懈地努力奋斗，以便迎接人生中更大的困难与挑战，成长为一名真正的男子汉。只有让他们多受点穷，多吃点苦，男孩才知道如何去创造财富与幸福，才懂得珍惜现今来之不易的生活。

如果没有这样一个过程，男孩极易养成挥霍的习惯，贪图享受，脆弱无能，不负责任，不知人间真情。就像有的城市小学生听说农村有的孩子吃不饱饭，竟吃惊地问：“饿了为什么不吃巧克力呢？”这不禁让人想起历史上的痴呆皇帝晋惠帝，天下动乱，百姓饥饿，他竟然说：“何不食肉糜？”如果成为这样的男孩日后怎能面对生活的考验，迟早会被社会所淘汰。因此，每位父母都应“穷养”自己的儿子。

穷养男孩的真正内涵是什么？

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”穷养男孩的真正内涵就是让男孩过点“苦日子”，让他学会独立生活和承担责任，让他体验挫折和适当地受点委屈，最重要的是培养男孩乐观的性格、爱心和感恩心。

本书从多个角度阐述了“穷养男孩的真正内涵是什么”这一问题，例如开篇第一章就明确指出“男孩就该‘穷’着养”，并在介绍穷养内涵的基础上，在男孩的成长蓝图、培养男孩的忧患意识、穷养男孩的勤俭品质等方面给出了一系列的具体指导。

接下来，本书还从爱与管的穷养教育艺术、金钱观、挫折教育、能力、品质等方面给家长阐释了穷养男孩的真正内涵。

穷养，应着重男孩的能力和品质培养。

如今，大多数孩子为“独生子女”，“小皇帝”越来越多，而且随着社会经济的进步和家人对孩子宠爱程度的上升，很多男孩子缺乏基本生存能力、人际交往能力、语言表达能力和创新能力等，只知凡事都依赖父母。另外，他们还缺乏自信、耐心、勇气、爱、感恩心、同情心等，变得自私、冷漠或者自卑、懦弱。

我们教育男孩的最终目的是什么呢？对此，美国家庭教育专家詹姆斯·杜布森博士在其《培育男孩》一书中做了回答：“作为父母，我们的目标就是把儿子从‘不成熟的、反复无常的少年转变成诚实而有爱心的男人，他们尊重妇女、忠于婚姻、信守承诺，是果断有力的领袖、优秀的劳动者、保持着健康的男性气质。’”

我们衷心希望，每一位男孩妈妈都能从这本书中获益。我们也期望着对每一个读完本书的男孩，都能有豁达、平和的心态，在面对困难时泰然自然，面对毁誉时不卑不亢，面对生活时积极进取，而对自己时坦然快乐，成为一个性格坚强、勇敢果断、自信顽强、不怕困难、宽容大度的男子汉！

姚美海

2012年5月

第一章

自古纨绔少伟男——“穷”养男孩的现代解读

“男孩穷养，女孩富养”是在中国流传很久的一句教子格言，之所以根深蒂固一定有它的道理。所谓穷养的内涵，就是适当让男孩受点穷，特别是在小时候体验一下“穷”的滋味，只有这样，才能激励男孩一生奋进，努力创造富裕的生活。

- 第1招 男孩，再富也要穷着养 2
- 第2招 “穷”养男孩的真正内涵 6
- 第3招 三个时期决定穷养关键 9
- 第4招 穷养，培养男孩自食其力 13
- 第5招 穷养，让男孩学会吃苦耐劳 16
- 第6招 穷养，把忧患意识植入男孩心里 19
- 第7招 穷养，让“蛋壳心理”远离男孩 22

第二章

“穷”养的男孩早当家——培养男孩正确的金钱观

如今，我们进入了商品社会，男孩很小的时候就不可避免地要与金钱打交道，而男孩也总是因为购买欲望而遇到金钱方面的问题。因此如何帮助男孩协调欲望和资源的关系，培养正确的金钱观，成为一个经济上有责任感的男孩，是穷养教育中最为关键的一课。

- 第8招 财富不能保男孩富贵平安 26
- 第9招 培养男孩正确的价值观 29
- 第10招 引导男孩正确的消费观 32
- 第11招 别让男孩太早介入人情交易 35

- 第 12 招 正确引导男孩的攀比心理 38
- 第 13 招 勤俭节约，现代男孩的可贵品质 41
- 第 14 招 让男孩懂得要花钱，自己挣 44
- 第 15 招 培养男孩的理财意识和兴趣 47

第三章 男孩不磨不成器——经历挫折洗礼的男孩最有出息

巴尔扎克说：“挫折和不幸，是天才的晋身之阶，信徒的洗礼之水，能人的无价之宝，弱者的无底深渊。”的确如此，挫折是一种挑战和考验，它既可以让男孩走向成熟、获得成就，也可能阻碍孩子的前途，是成功还是失败，关键在于妈妈如何赋予男孩解决问题、寻找答案、承受失败的能力。

- 第 16 招 引导男孩从挫折中激发潜能 52
- 第 17 招 开发和提高男孩的逆境商 56
- 第 18 招 磨掉棱角，培养男孩的韧性 59
- 第 19 招 引导男孩拥有坚强的意志 62
- 第 20 招 告诉男孩，勤奋是成功必不可少的途径 65
- 第 21 招 男子汉，在哪里跌倒就在哪里爬起来 68
- 第 22 招 鼓励男孩正确面对失败 71
- 第 23 招 增强男孩受挫后的恢复能力 74

第四章 心态成就未来——优秀男孩必须具备的乐观心态

积极的心态能使一个懦夫成为勇士，使人从心态软弱变为意志坚强。因此，妈妈穷养男孩，不仅需要让他拥有健康的体魄和聪明的才智，还需要培养他良好的心态。这样，男孩才会自信、勇敢地面对生活以及未来的社会竞争。

- 第 24 招 切除嫉妒的“毒瘤” 78

第 25 招 引导男孩正确面对孤独	81
第 26 招 屡败屡战，改变男孩输不起的心态	84
第 27 招 引导男孩远离抑郁	87
第 28 招 教男孩对愤怒情绪说“不”	90
第 29 招 培养幽默感，让男孩更阳光	93
第 30 招 心浮气躁是男孩的大敌	96
第 31 招 引导男孩告别内向，走向开朗	99
第 32 招 别让负面情绪困扰男孩	102

第五章

改造任性的“小皇帝”——让男孩拥有超强的自控力

不能否认，自控力是一个人获得成功的条件之一。没有自控能力，妈妈的“穷养教育”很难长久坚持下去。自控并不是要求男孩像修道士一样，遵循严格的规则。规律的生活习惯和不为没有根据的事情动摇就是自控能力。

第 33 招 骄纵任性，别惯坏了你的小王子	106
第 34 招 懒散会让男孩与成功失之交臂	109
第 35 招 教给男孩抵制诱惑的能力	112
第 36 招 粗心大意，成功的拦路虎	115
第 37 招 引导男孩懂得如何控制欲望	119
第 38 招 别让烟酒害了男孩	122
第 39 招 教给男孩控制情绪的方法	125
第 40 招 网瘾成患，合理引导男孩上网	128
第 41 招 正确疏导青春期男孩的性冲动	132

第六章 温室里的树苗难成才——磨练男孩独立生存的能力

现实生活中，显而易见的是，我们大多数妈妈对儿子溺爱过度，无论男孩哪里出了问题，背后总有一双援助的手，男孩连基本的自理能力也没有。要知道，男孩长大后终究会成为一个人，妈妈在孩子小时候就要从小处着眼，培养其独立生活的能力，只有这样男孩才不会被社会所淘汰。

- 第42招 告诉男孩，自己的事情自己做…………… 136
- 第43招 让男孩拥有超强的领导能力…………… 139
- 第44招 让男孩畅所欲言，更有主见…………… 142
- 第45招 培养大局观，教孩子把眼界放宽…………… 145
- 第46招 八面玲珑，提高男孩的交际商…………… 148
- 第47招 提高男孩的应变能力…………… 151
- 第48招 培养男孩敏锐的观察力…………… 154
- 第49招 鱼与熊掌，教会男孩取舍…………… 157
- 第50招 培养男孩的合作意识…………… 160
- 第51招 少言多听，打开男孩成功之门…………… 163
- 第52招 提高男孩的思考能力…………… 166
- 第53招 创造力，男孩受用一生的资本…………… 169

第七章 告诉儿子“你能行！”——为男孩积累足够的自信

信心是男孩学习或是事业获得成功的保证和动力，对于男孩的发展有着基础性作用。信心决定了男孩一生能够取得的成绩，也决定了男孩人生的高度。作为妈妈，要想办法让男孩认识到自己的优点和长处，相信自己的能力，成为一个自信、阳光的男子汉。

- 第54招 自信，男孩立足于世的资本…………… 174
- 第55招 引导男孩不被自卑情绪困扰…………… 177

第 56 招 激励是培养自信心的土壤·····	180
第 57 招 欣赏自己，自信的开始·····	183
第 58 招 让男孩坚信：天生我才必有用·····	186
第 59 招 极力维护男子汉的尊严·····	189
第 60 招 挖掘男孩内在的潜能·····	192

第八章 成功属于勇者——教育男孩用勇气改变命运

男子汉要有英雄气概。在男孩的成长过程中，妈妈们应以身作则，培养男孩具有英勇、顽强的气概，有不屈的斗争精神，这些都能帮助男孩在人生路上顺利渡过难关，让男孩有信心、有毅力应对挫折，战胜困难。

第61招 怯懦是成功的绊脚石·····	196
第62招 重视培养孩子的“胆商”·····	199
第63招 告诉男孩拒绝也是一种智慧·····	202
第64招 允许男孩犯错误·····	205
第65招 培养男孩的竞争意识·····	207
第66招 坚信你的儿子会创造奇迹·····	210
第67招 教男孩追求卓越，超越自我·····	213
第68招 适时放手，让男孩勇敢向前·····	216

第九章 授人以鱼不如授人以渔——培养男孩的学习能力

自学能力是人一生中最重要的能力。俗话说：“授人以鱼，不如授人以渔。”男孩的学习也是一样，教给男孩知识，不如教给男孩学习知识的能力。只有学会自我学习，才能够学得好，学得多。因此，妈妈应及早培养男孩的自学能力，让男孩在未来的竞争中立于不败之地。

第 69 招 引导男孩为自己而读书·····	220
------------------------	-----

第70招 培养男孩自动自发学习的兴趣·····	223
第71招 告诉男孩明确目标，不盲目学习·····	227
第72招 锻炼男孩的计划能力·····	230
第73招 教男孩学会管理自己的时间·····	233
第74招 独辟蹊径，培养男孩的逆向思维·····	236
第75招 巧妙引发男孩的学习兴趣·····	239
第76招 有效提高男孩的记忆力·····	241
第77招 培养男孩的阅读兴趣·····	244

第十章

不为小事斤斤计较——让男孩在宽容中快乐成长

古希腊一位哲人说过：“学会宽容，世界会变得更加广阔。”宽容是每个男孩应该有的处世准则。一个心胸宽阔、善于宽厚待人、容忍别人缺点的男孩，才能收服人心，成就人格魅力。因此，妈妈应重视培养男孩宽以待人的良好性格。

第78招 培养男孩宽厚的品性·····	248
第79招 美好的行为比美好的外表更有力量·····	251
第80招 教男孩学会尊重别人·····	254
第81招 引导男孩换位思考、善待他人·····	257
第82招 培养男孩谦逊有礼的传统美德·····	261
第83招 让男孩远离斤斤计较·····	264
第84招 教男孩诚恳地接受他人的意见·····	267
第85招 让男孩明白，宽容就是善待自己·····	270

第十一章

替自己的过失买单——责任感是男孩受益终身的品质

男孩的肩膀比女孩宽，所以，他承担的责任就要比女孩重。男孩从小的行为习惯如果不好，没有培养起他的毅力和责任感，长大后的后果将是不堪设想。所以，妈妈应该重视对男孩责任心的培养。男孩子只要有了毅力和责任心，就算其他方面差一点，长大后还是会有作为的。

- 第 86 招 注重培养男孩的责任感 274
- 第 87 招 责任心是做人之本 277
- 第 88 招 自省是优秀男孩必备的习惯 280
- 第 89 招 勇于承担，不做逃避的胆小鬼 283
- 第 90 招 劳动有利于建立男孩的责任感 286
- 第 91 招 过度苛责会抹杀男孩的诚实 288
- 第 92 招 告诉男孩，永远不要撒谎 291

第十二章

“穷”养的男孩不自私——教男孩学会爱和感恩

爱与感恩是人的天性，所以不需要培养，但必须对男孩加以引导与激发。现在的家庭，大多数为独生子女，无形中让男孩养成了以自我为中心、很少考虑他人感受的坏毛病。所以，要教会男孩爱自己、爱父母、爱亲人，也爱朋友。只有心中有爱，男孩才能学会感恩，学会关心别人，学会帮助别人。

- 第 93 招 正确对男孩进行爱心教育 296
- 第 94 招 让孩子体会父母的艰辛 299
- 第 95 招 为男孩插上善良的翅膀 302
- 第 96 招 克服自私，懂得分享 305
- 第 97 招 孝为人之根，培养孝心男孩 308
- 第 98 招 鼓励男孩主动帮助别人 311

第 99 招 幸福源自于感恩的心	314
第 100 招 爱孩子，就让男孩学会给予	317
参考文献	320

第一章

——“穷”养男孩的现代解读

为什么再富也要穷着养儿子？

穷养男孩的真正内涵是什么？

穷养男孩的三个关键期是什么时候？

如何在穷养的过程中培养男孩的忧患意识？

.....

穷养教育的过程中一直存在着以上这些问题，妈妈要想真切解读“穷养”的深意以及如何更好地利用穷养方式来养育儿子，那么就赶紧翻开本章阅读吧！

第 ① 招

男孩，再富也要穷着养



“穷”养真经

妈妈要意识到给予儿子的爱，不应该是溺爱、娇惯和百依百顺，而是应该让儿子多吃苦、多经受挫折。只要妈妈“狠”得下心穷养儿子，那么男孩日后必定会成长为一个能吃苦、不怕艰险与磨难、有担当的男子汉。

俗话说：“寒门要留读书种子，富人莫忘稼穡艰辛。”男孩无论生活在哪种家庭环境中，都应该保持着一种奋发图强、吃苦耐劳、不畏挫折的精神。

但随着生活水平的提高以及独生子女的增多，男孩已经越来越成为父母、家中老人的“重点保护”对象，甚至很多男孩过着衣来伸手、饭来张口、要什么有什么的“小皇帝”生活。正是这些优越的物质生活以及家人过多的溺爱，让男孩渐渐失去了对抗风雨与勇敢前行的魄力与勇气，变得害怕失败、不敢冒险、自卑懦弱。

那么妈妈如何才能让男孩学会真正长大，变成一个有担当的男子汉呢？答案其实很简单，妈妈只要牢牢谨记一句话——“男孩，再富也要穷着养”，并且能够狠得下心去实行，那么男孩就会变得坚强、自信、能吃苦、不畏艰险、懂得感恩与奉献。

有一位母亲就做得非常好：

我算是一名很成功的商人，我自己名下的百货商场和酒店就有好几处，我老公也是一名很成功的企业家，在外人眼中我们家非常富有，而儿子在

大家眼中就是名副其实的“富二代”。但是我老公说：“我要让儿子体会生活的艰辛，虽然我有能力给他提供最优质的生活，但我要让他知道，没有钱是凭空掉下来的，每一分钱都需要付出辛劳和汗水。这也是我的父亲曾教育我的。”

所以，7岁的儿子就在百货商场前顶着烈日兜售饮料和报纸。作为孩子的妈妈我自然很心疼儿子，但我也认为男孩从小就应该穷养，就应该学着吃苦。我躲在商城的一角看到很多路人停下来买了儿子的东西，可能人们觉得这么热的天，一个六七岁的小男孩卖东西很不容易，甚至我听到有人说：“这个小男孩家里一定很穷，要不然哪个父母舍得让自己的孩子顶着太阳出来卖东西呢？”这些不知真相的猜测让我既欣慰又心疼，但我不会因心疼而放弃对儿子的锻炼，而且我也相信经过这一番历练，对儿子是只有好处没有坏处。

中国有句古话叫：“穷人的孩子早当家。”但无论穷人家还是富人家，都不应该太娇惯自家的男孩，而是应该让他身体力行地去体验辛苦、失败，甚至故意让男孩去经历挫折，因为只有在逆境中摸爬滚打出来的男孩，才会用一颗更加坚强无畏的心和一副健康强壮的身躯去开创属于他自己的生活会。

上述事例中的男孩父母深刻地懂得“男孩，再富也要穷着养”的道理，虽然他们也很心疼自己的宝贝儿子受苦，但他们更知道男孩只有从小多吃苦、多锻炼，长大才有力量去迎击那些不可预知的挫折，这也是他们对儿子“爱”的一种表达。

苏联有位教育家曾说过：“一切都让着孩子，牺牲一切，甚至牺牲自己的幸福，这就是父母所能给予孩子的最可怕的礼物！”没错，妈妈对儿子的爱是没有错的，但关键是看妈妈选择用什么方式去爱，像那种给予儿子一切，过分的溺爱与娇惯，或者对儿子百依百顺，那么这种爱就是不对的，只会让男孩失去面对困难的勇气。

那么妈妈如何运用“穷养”这种教育方式呢？下面这些方法或许能给妈妈们一些启示。

方法一：多给儿子创造几次克服困难的机会

没有人的成长道路是一帆风顺的，而且妈妈不可能一直陪伴在儿子左右帮助他披荆斩棘，所以，聪明的妈妈不是一味地承担儿子成长路上的所有风险与责任，而是要学会默默地站在儿子的身后，多给儿子创造几次克服困难的机会，让他自己学会去面对面对风险、承担责任、克服困难。

下面这位妈妈就做的非常好：

周末，我带着7岁的儿子去公园玩，谁料儿子走着走着，就摔倒了。这时，经过的路人担心地对我说：“赶紧去把孩子扶起来啊！”但我只是站在一旁，很平静地对摔倒的儿子说：“我不会扶你起来，因为我的孩子是一个勇于面对挫折的男子汉，他一定能够自己站起来。”儿子听着我的话，似乎得到了鼓励，扶着地面，勇敢地站了起来，虽然儿子的手掌擦破了，但他一滴眼泪也没掉。我走到儿子的身边，摸着儿子的头说：“儿子，你是一个勇敢的孩子，以后你可能会遇到很多这样的事情，但你要记住今天的经历，以后都要这样，知道吗？”儿子听着我说他勇敢，笑着点点头。

这真是一位聪慧的妈妈，她知道男孩如果从小就学会勇敢地面对挫折、应对挫折、战胜挫折，那么他长大后一定会成为一个勇往直前的卓越之才。当然，如果男孩在妈妈的溺爱与过分关照下长大，那么他就会成为温室中的小花朵，甚至经不起一些小风小浪，自然长大后就很难适应复杂多变的社会。所以，妈妈要学会“再富也要穷着养儿子”，并且多给儿子创造几次克服困难的机会，让他学会成长。

方法二：妈妈要学会拒绝男孩的过分要求

有一位母亲的教育经验是这样的：

小杰的妈妈对小杰从小就很溺爱和娇宠，只要小杰说出口的，妈妈都会尽力满足，哪怕是一些过分的物质要求，妈妈也没有拒绝过儿子。没想到小杰不但变得好吃懒做，不思上进，还经常逃学、上网，更学会了在高档商场挥金如土。小杰妈妈原以为儿子长大后身上的坏毛病会改掉一些，没想到小杰在家人无法满足他物质要求的情况下，竟学会了去偷去抢，还