

日常养育难题的完美解决方案

XianhuaJiaxun

做最好的父母，给女儿最好的关爱

女孩的成长空间变得日益复杂，她们的未来注定比我们的更丰富也更艰难。父母有责任培养一个内心独立、自信的女孩！

闲话家训

女孩这样教 就好了

“培养最美女孩”创意方法大公开！
最适合中国国情的女孩教养建议！

刘川◎编著

中国华侨出版社



闲话家训

Nvhai Zheyangjiao
Jiuhao le

女孩这样教 就好了

刘川/编著



中國華僑出版社

图书在版编目(CIP)数据

闲话家训：女孩这样教就好了/刘川编著. —北京：中国华侨出版社，
2015.4

ISBN 978-7-5113-5358-0

I. ①闲… II. ①刘… III. ①女性—家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第072090号

●闲话家训：女孩这样教就好了

编 著/刘 川

责任编辑/文 喆

封面设计/纸衣裳书装·孙希前

经 销/新华书店

开 本/710毫米×1000毫米 1/16 印张18 字数223千字

印 刷/北京溢漾印刷有限公司

版 次/2015年5月第1版 2015年5月第1次印刷

书 号/ISBN 978-7-5113-5358-0

定 价/32.80元

中国华侨出版社 北京朝阳区静安里26号通成大厦3层 邮编100028

法律顾问：陈鹰律师事务所

编辑部：(010) 64443056 64443979

发行部：(010) 64443051 传真：64439708

网 址：www.oveaschin.com

e-mail: oveaschin@sina.com



前言

人生来是软弱的，所以需要力量；人生来是一无所有的，所以需要帮助；人生来是愚昧的，所以需要判断能力。并且，人在出生的时候所没有的东西，以及在长大的时候所需要的东西，全都由教育赐予我们。而这种教育，或受之于自然，或受之于人，或受之于物，其中，我们的才能和器官的内在发展，是自然的教育；别人教我们如何利用这种发展，是人的教育；我们对影响我们的事物获得良好的经验，是事物的教育。自然的教育完全不由我们决定，事物的教育只是在某些方面才能够由我们决定。只有人的教育才是我们能够真正加以控制的。

对于女孩的教育长时间以来都是仁者见仁，智者见智。但有一点是谁也改变不了的，那就是不管什么时候父母都是孩子的第一任老师，他们的一言一行，每一个教育决断都决定了孩子未来的发展方向。对于女孩儿而言，不管是爸爸，还是妈妈，都必须扮演好自己的角色。

我们应该扮演怎样的角色？

我们对于女儿的教育就如同行驶在海上的船只，而父母就是那舵手，掌握着女儿的发展方向，你稍微一松手，她就会向相反的方向驶去。因为，孩子不像成人那样具有判断正误的能力，她们不知道该向左转还是向右转，这就需要我们担负起舵手的角色——一个能把握正确航标的舵手，将其从偏离的航道上拉回正道上来。

当然，这不是说我们要去掌控女儿的人生。对于女孩而言，父母的努力方向是要成为她们的保护者和知心朋友，而不是权威的领导者。



父母在对女孩的教育上要避免发生这样的错误，我们要尽力做到的是，给她们一个温馨和谐的成长环境，让她们顺着正确的道路幸福地走下去。

然而，在这个竞争激烈而又众说纷纭的社会中，怎样的方法才是真正适合造就你的女孩的呢？

有人说女孩是水做的，男孩是泥捏的。它向人们传达着这样的一种讯息：女孩更柔美，男孩更刚强。为人父母者首先应该清楚培养男孩与培养女孩是不同的，不能一概而论。我们要了解女孩的特质，找到区分点，才能更好地因材施教，把女儿培养成一个冰雪聪明、人见人爱的小公主。

《闲话家训：女孩这样教就好了》汇集了大量典型的教育事例，突出的是生活中各种各样的教育细节。从女孩心理的各个方面入手，找到恰当的切入点。每一章节都是众多成功父母总结出来的教育经验，简单实用，极具操作性。

编写此书，我们是在努力编写一本改变千万女孩的教育经典，我们是在努力探寻中国素质教育新方式，我们是在用心诠释现代家庭教育新理念，我们是在努力开创中国家庭教育新思维，我们是在全力营造优秀女孩成长的新天地。我们最想说的是：没有不优秀的孩子，只有不会教的父母。我们最大的希望就是本书能够为迷茫中的父母提供足够的帮助，让我们的孩子少走弯路。



目 录

1 培养女孩，首先要走进女孩的独特世界

女孩有女孩的天赋，亦有女孩的不足.....	2
女孩天性敏感，更要悉心呵护.....	5
让怕羞的女孩大方起来.....	8
教养女孩，父亲的作用同样不可忽视.....	10
请遵循女孩的成长规律.....	15
女儿不懂，妈妈要说.....	18
正确对待女儿的青春懵懂.....	21
告诉女儿，禁果没那么好吃.....	25

2 女孩的心思你要猜

“心病”，用“心药”治最好.....	30
摸透“拗女孩”背后的原因.....	33



你家女孩忧郁了吗?	36
伤害孩子的自尊, 是教育中的大忌	40
女儿希望收到你的礼物.....	44
母女多沟通, 让女儿把心里话倒出来	47
让女儿知道, 爸爸也很爱我	50
真正了解并关注女孩的内心需要	52

3 好心态, 决定女孩好命运

女孩容易情绪化, 帮助女儿摆脱干扰	56
让女儿不再孤独, 快乐地融入人群	59
开阔女孩胸怀, 把忌妒化为动力	61
温馨体贴, 帮助女儿摆脱“失败综合征”	65
没有什么力量比自信更使女孩美丽	67
教女儿从挫折中能找到积极的精神力量	71
微笑与鼓励, 会让暖意在女儿的血液中流淌	74

4 品格教育, 爸妈最容易忽略的问题

让女儿多体验一下助人的温暖与快乐	78
自幼在女儿心中种下感恩的种子	80
培养女孩有节制的好品格	83

培养女孩的同情心.....	86
给女孩一双欣赏人的眼睛.....	88
教会女儿宽容.....	89
唤醒女儿对美的感触.....	91
强化女孩温柔、优雅的天性.....	94
让女孩学会关心并享受被关心.....	97
别让你的女儿太“自私”.....	100

5 植根礼仪，教出一个知书达理的小淑女

礼貌使有礼貌的人喜悦.....	104
告知女儿礼貌对自己的重要性.....	106
告诉女孩，什么才是真正的小淑女.....	110
从着装到行为，言谈举止提亮淑女特质.....	114
引导换位思考，成就懂道理的女孩儿.....	116
培养女孩基本的艺术修养.....	120
手把手，教会女孩通用中西餐具.....	122
帮助女儿塑造高雅的说话方式.....	127



6 习惯，决定女孩的美丽

洗掉女儿身上的“骄气”	132
正确引导女儿的爱美之心	133
读书的女孩不会变坏	136
培养孩子时间观念，做严谨的女孩	139
让女儿学会自主解决问题	141
不要代替孩子做孩子的事	145
让女儿明白“勤劳”二字的意义	149
让好习惯代替坏习惯	153
8岁~12岁女孩父母需要重点对待	156
让你的女儿爱上锻炼	159
强化女孩认真细致的天性	162

7 开发情商，送女儿一份未来的礼物

给女儿积极暗示，让她爱上自己	166
给予孩子成功的体验	169
“永远坐在前排”	172
培养全面发展的“小能人”	175
为孩子创造一个适于发展的大环境	178
你关注女儿哪种行为，哪种行为就会增多	181

孩子善于思考，还要表达出来.....	184
不要将“黄鹂鸟”关在自家的鸟笼里.....	187
激发女儿的主动性.....	190
培养女孩基本的艺术修养.....	193

8 填平代沟，女孩更需要沟通

倾听女儿真正的需求是什么.....	198
女儿的自尊必须维护.....	201
教育女孩，不应当面批评.....	205
留给孩子自我反省的空间.....	208
尊重女孩的隐私.....	211
加强交流，增进亲子关系.....	214
让女儿对自己得到的爱满足.....	218
不要对女儿说过头话.....	221
别让孩子屈从于你的兴趣.....	224

9 女孩子，从小就要会生活

让女孩学会以智慧和能力取胜.....	230
强化女孩认真细致的天性.....	233
从小培养女孩的理财观念.....	236



让女儿做你的家务帮手.....	239
培养全面发展的孩子，要从培养动手能力开始	242
弱化女儿对父亲的依赖.....	245
放手给她单飞的机会	249
教给女儿适者生存的道理.....	252

10 引导价值取向，让女孩远离诱惑

为女儿树立正确的自我价值观念	256
引导女儿走向追求美的正确道路	260
让孩子适当了解世界的灰色面.....	262
莫让孩子的消费观陷入误区	265
警示她别去接天上掉下的馅饼.....	268
让女儿明白，什么样的女孩儿活得最有价值	272
防止女孩的攀比之心	274



1

培养女孩， 首先要走进女孩的独特世界

女孩有女孩的特质，女孩有认真、细腻、安静、合作等优点，但也可能有虚荣、怕羞、爱钻牛角尖儿等小问题。家庭可以给予女孩的最大关爱，就是要让她们感受到来自于父母的积极影响，唤醒来自于她们天性里美好的一面，以此来消融自己身上的种种弱点。



女孩有女孩的天赋，亦有女孩的不足

在男孩和女孩的生命孕育之初，就有一对染色体不同，女性的性染色体为 XX ，男性的性染色体为 XY 。可以这样说，性格差异是天然存在的，我们没有必要非要人为地泯灭这种差别。男孩有男孩的优势，女孩有女孩的强项。作为父母，我们最重要的任务是识别、尊重并且保护孩子自然而独特的成长过程。我们不需要把孩子塑造成我们心目中的样子。然而，我们有责任明智地支持孩子，帮助他们发展自己的天赋和优点。

与男孩相比，语言天赋是女孩很早就显示出的天赋之一。由于大脑结构的优势，女孩通常能够比男孩更早、更生动、更流利地使用语言。通常男孩到 4 岁半时才能够讲清楚自己想要表达的内容，而女孩 3 岁时就能做到了。等女孩到了 16 岁，她联系着大脑左右半球的神经纤维——胼胝体比男性大 25%，这使得她的左右脑半球交流更多，更容易用语言表达情感。甚至女孩大脑内负责语言和写作的区域也更加活跃，所以，女孩能够使用更多的词汇，写作也更加生动、细腻。

正是由于女孩天生具有这种天赋，所以父母更应该积极鼓励女孩说出自己的感受和体验、表达自己的观点。在这个时期，父母是否鼓励，决定了女孩是否敢于发挥自己的语言天赋。

当男孩还在为写不好字而着急时，女孩已经初显心灵手巧的潜能了。女孩手的小肌肉群灵活协调的发展，使她们能够充分开发并利用“手”的功能：有些女孩对色彩比较敏感，她们很早就可以握住画笔，按照自己的意图画出喜欢的动物、花、草和小房子；有些女孩对针线、小线绳情有独钟，看到妈妈织毛衣、做针线活，她们也会找些碎布织织缝缝；有些女孩天生有一双美丽、细长的小手，特别适合弹钢琴；有些女孩对书法感兴趣，挥毫泼墨，像模像样。

当女孩画出自己的第一幅“画”、缝制出第一件“服装”、写出第一个毛笔“字”时，家长要懂得鉴赏，给予适当的褒奖。我们的目的是让女孩子对自己的优长产生喜悦之心，并把它们发展得更为充分。

另外，女孩子在艺术上也有独特的天赋。10余岁的时候，是女孩大脑中控制思维、想象、语言创造能力的物质——大脑额叶的飞速发展期。这对于女孩的一生来说，是一个绝对关键的时期。一个小女孩在10岁至12岁左右时所经历的体育运动、美术和音乐活动以及所学到的理论知识很有可能会在她以后的生活中“保持”或至少“重现”。如果你的女儿在12岁前学过弹钢琴，虽然她没有成为伟大的钢琴家，但她至少可以在以后的生活里保持乐感；如果你的女孩在12岁前读过很多书，那么她可能一生都喜欢读书。

虽然在抽象思维、做事的条理性和实践能力上，女孩稍逊于男孩，但同时她们也拥有男孩并不具备的优势。具体到每个女孩子，她们的优势与不足又有所不同，如何使自己的孩子在学习和生活中发挥最佳水平，是每个家长必须要面对的难题。



有些父母对孩子的弱项，总是耿耿于怀，因此，认为孩子这也不行那也不行。家长应该明白：有些弱项，不是孩子不努力，而是天赋决定的，即使花再多的时间和精力也不可能使弱项变成强项。

那么，如何处理弱项呢？对于孩子的弱项，进行适当弥补，使其不至于影响到全面发展，不至于影响到长项和优势的发展就可以了。

中国的不少家长普遍对孩子的弱项关注有余，对孩子的优势关注不足。在竞争如此激烈的当今社会，一个人只有靠他的能力优势来取胜，很少有人是靠他的弱项取得成功的。“全面发展”不等于“平均发展”。“全面发展”的含义应该包括：让优势更优，让弱势不太弱。

家长要明确“每个孩子都是独特的，每个孩子都是某方面的天才”。家长帮助孩子找到他自己的才智优势，找到他自己的天赋特长，支持他去做最喜欢、最擅长的事，让他自己最具竞争力的才能充分发挥出来，这才是成才、成功之道。

不少家长过多、过分地关注孩子的不足和弱项，总希望孩子什么都冒尖，什么都要第一，成天“敲打”孩子的短处。这是一种错误的教子观念在作怪。我们主张“大力扬长，适当补短”。孩子不需要我们纠正他们或使他们更好，但他们的成长需要我们的支持。我们提供肥沃的土壤，让他们优秀的种子发芽生长。



女孩天性敏感，更要悉心呵护

女孩子天生就是敏感的，从四五岁开始，当同龄的男孩子还在拿着玩具枪扮酷的时候，她们已经能够清楚地认识到自己和周围世界的联系，比如，谁在保护我，谁能伤害我，他们之间的关系又是怎样的等。

朵朵是幼儿园大班的学生。不知道从什么时候起，她开始时时刻刻观察妈妈的表情，总是让妈妈笑。不管在什么情况下，妈妈没了笑容，她就要嚷嚷：“妈妈又不笑了。”当妈妈勉强、应付地笑一下时，她也能感觉到妈妈的不开心，追着问：“妈妈为什么跟别人说话都笑眯眯的，跟我说话就不笑？”这给了妈妈很大压力。朵朵生在一个普通的工薪家庭，而且父母已经离异，朵朵随着妈妈生活，朵朵妈一直觉得生活的压力很重，感觉有些喘不过气来，可朵朵偏偏如此敏感、随时都需要妈妈的关爱。不管写作业还是玩儿，总希望妈妈同她一起做，比她快了不行，慢了也不行，让她没新鲜感还不行。因此，妈妈很烦，也很着急。

点点从小就对别人的态度很在意，有时对她说话声音大一点她就会哭；作为女孩子，她没有勇气与厉害一点的小朋友一起玩，别人偶尔抢一次她的布娃娃，她就再也不理人家了。上幼儿园后，她是不是想去幼儿园，完全取决于幼儿园老师、小朋友对她的态



度，如此敏感的女孩子，让点点妈感到大为担忧——这个样子长大了可怎么办啊？

上面这两个事例都谈到了女孩的敏感性，可以说，敏感性是女孩具有的一种特质，就像是男孩子天生喜欢打打闹闹一样，敏感性就属于女孩子情绪之中的一份。

女孩子的敏感性，主要体现在家庭中。

家庭关系不和谐，尤其是父母之间关系不和谐，会使女孩长期处于恐惧焦虑和无所适从的状态，这会严重地影响女孩的身心发育。科学家研究表明，经常忧心忡忡、整天生活在紧张焦虑情绪中的女孩，会比具有快乐稳定情绪的女孩身材矮小，她们成年后身高一般低于其他同龄女性。美国儿童精神病专家丹尼尔·派恩和他的同事，10年中跟踪调查了纽约州760名儿童，他们发现经常处于焦虑状态的女孩成年后一般要比别人矮5厘米，她们将来身高超过165厘米的可能性要比其他女孩低一半。英国研究人员证明，儿童期忧虑可以影响一个人的身高。那些长期担心同父母分离或担心不被身边的人所喜欢的小姑娘可能会因此而造成身体的内分泌紊乱。

家长们不要以为孩子是懵懂无知的，她们的内心世界其实很丰富，甚至于比成年人的内心还要多愁善感。7岁后的女孩已有许多担心的事情，如父母关系、家庭经济、自己的容貌等。做父母的，既然把她们带到这个世界上，又怎能不尽心尽力培育她们成长呢？如果说孩子是一颗种子，那么家庭就是土壤，家庭氛围便是空气和水分。健康、和谐的家庭关系是父母给予女儿爱的证明和保证，这是女孩最需要的安慰，也是女孩幸福感、安全感的源泉。对于女孩的健康成长来说，父母送给她再珍贵的礼物，都不