

宋静◎著

不打不骂 教出 男子汉

BUDABUMA
JIAOCHU
NANZIHAN



理性教育，培养杰出男孩实战攻略
决定男孩未来命运的家庭心灵成长课

不打不骂 教出男子汉

宋静◎著

BUDABUMA
JIAOCHU
NANZIHAN

④ 辽宁人民出版社

© 宋静 2017

图书在版编目 (CIP) 数据

不打不骂教出男子汉 / 宋静著. — 沈阳: 辽宁人民出版社, 2018.1

ISBN 978-7-205-09208-5

I. ①不… II. ①宋… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第302830号

出版发行: 辽宁人民出版社

地址: 沈阳市和平区十一纬路25号 邮编: 110003

电话: 024-23284321 (邮 购) 024-23284324 (发行部)

传真: 024-23284191 (发行部) 024-23284304 (办公室)

<http://www.lnpsh.com.cn>

印 刷: 朝阳铁路印务有限公司

幅面尺寸: 160mm×230mm

印 张: 14

字 数: 188千字

出版时间: 2018年1月第1版

印刷时间: 2018年1月第1次印刷

责任编辑: 刘铁丹

封面设计: 丁末末

版式设计: 琥珀视觉

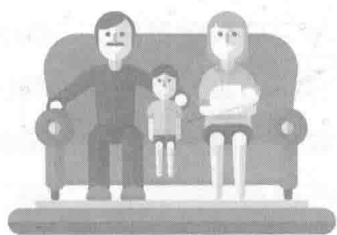
责任校对: 高 辉

书 号: ISBN 978-7-205-09208-5

定 价: 39.80元

目录

01



我家有个“熊孩子”

- 003 为什么男孩天生就是淘气包
- 005 男孩子的英雄情结
- 008 别把好奇心当作搞破坏
- 010 男孩独有的染色体
- 012 爱冒险并不是坏事
- 014 教育男孩爸爸不可缺
- 016 争做男孩心中的偶像
- 019 温柔而有效的惩罚

走进男孩的内心

- 025 了解男孩的敏感期
- 027 以朋友的立场理解男孩
- 029 男孩有时很脆弱
- 031 维护男孩的自尊心
- 034 不要把别人家的孩子挂在口头上
- 036 用倾听走进男孩的内心
- 039 妈妈，请保持你的幽默感
- 040 妈妈更需要自我成长

青春期的秘密请别碰

- 045 从小开始正确的性教育
- 047 不要回避敏感问题
- 049 为男孩进入青春期做心理铺垫
- 051 教育男孩尊重女性
- 052 帮男孩建立正确的爱情观
- 054 保护男孩的隐私权
- 056 引导男孩正确面对性成熟
- 058 不要视早恋为洪水猛兽

放下溺爱或强势，建立威信

- 063 男孩怕妈妈，是妈妈的失败
- 065 男孩一点儿不怕妈妈，更是妈妈的失败
- 067 时而棍棒时而溺爱，是父母大忌
- 068 别用对下属的态度对待儿子
- 070 不做唠叨妈
- 072 做一个以身作则的妈妈
- 075 鼓励男孩指出父母的错误
- 077 做敢于承认错误和道歉的好家长

限制少一点儿，自由多一点儿

- 083 给男孩一个广阔的天地
- 084 男孩要管，但不是限制
- 086 不要以爱的名义控制男孩
- 088 不做“如来佛”，要做“放风筝的人”
- 089 儿子“对着干”，妈妈怎么办
- 091 男孩爱“闯祸”，爸妈别慌张
- 092 不做事事包办的父母
- 095 多给孩子信任和鼓励
- 097 不要随便“收回”爸妈的爱

自由要适度，家规不可少

- 103 别把自由当纵容
- 106 不打不骂，掌握批评孩子的艺术
- 108 读懂孩子的任性密码
- 111 允许孩子申辩，给他讨公道的机会
- 113 延迟满足，教会孩子控制冲动
- 116 对孩子加强情商培养
- 120 不把自己的意志强加给孩子
- 122 全家一起定家规

挫折教育，让男孩过点儿苦日子

- 127 学会放手，让孩子直面挫折
- 128 让孩子从生活中体验挫折
- 129 增强孩子克服困难的信心和决心
- 130 适当的挫折，而不是彻底的绝望
- 132 言传身教，为孩子做榜样
- 133 向孩子“示弱”，也是一种智慧
- 136 培养“逆商”，人生必修课
- 139 教育男孩懂得坚持的力量

学会做人，受益终生

- 143 培养孩子的感恩心
- 147 潜移默化，培养孩子的同理心
- 150 孝心培养，从小事做起
- 152 培养男孩成为懂礼貌的“小绅士”
- 155 教儿子学会信守承诺
- 157 培养儿子的是非观
- 159 教儿子学会担当
- 160 用行动播撒爱心，让儿子更“富有”
- 162 教导男孩学会合作

“正念教育”，教孩子活在当下

- 167 接纳孩子的不完美
- 170 教孩子做情绪的主人
- 172 关注孩子的感受和需求，而不是行为
- 175 “保护”专注力，而不是训练
- 178 放下过度期待，爱孩子本来的样子
- 179 觉察自己的情绪，与焦虑和解
- 181 慢养，让孩子成为更好的自己
- 185 没有完美的妈妈，只有真实的妈妈

培养幸福感，让孩子学会爱与被爱

- 191 有幸福感的妈妈，才能培养有幸福感的孩子
- 194 会玩的孩子更幸福
- 196 创造机会，让孩子体验“成就感”
- 198 期待孩子的努力，而不是完美
- 199 培养儿子积极的心态
- 202 给儿子选择权，让他做自己的主人
- 204 培养幽默感，引导儿子远离抑郁
- 207 陪伴孩子，给他呈现温暖的亲情关系
- 210 给儿子一个美好假设
- 211 过度关注坏信息，源于父母心中的焦虑
- 212 男孩更需要有点儿“钝感力”

我家有个『熊孩子』

01

在没经过社会化洗礼之前，
大概每个孩子都有一段“熊孩
子”的历史吧……

在没经过社会化洗礼之前，大概每个孩子都有一段“熊孩子”的历史吧？尤其是从幼儿园到小学中低年级这个年龄段的男孩子简直就是“熊孩子中的战斗机”。过度放任和过度严苛都不是最好的教养方式，家长要做的是给予孩子足够的关爱和自由，同时也设立明确的界线。

❀ 为什么男孩天生就是淘气包 ❀

豆豆今年已经6岁了，马上就要上小学的他可是班里有名的淘气包，不是昨天把女生的辫子给抓坏了，就是今天在幼儿园小便时故意尿到了同学衣服上。作为三天两头被老师告状的妈妈，刘女士很是头疼。

她苦恼地在博客里发文求助：我真拿儿子没办法，他怎么就那么多精力惹是生非呢！在外面和小朋友一起玩时，他总是挑头出鬼点子的那个。昨天晚上在楼下玩，他追着一个小女孩跑，把虫子放在人家脖子上，吓得女孩哇哇大哭。今天在家歇周末，竟然把我们的牙膏扔到了马桶里。前几天刚把他爸爸的剃须刀倒腾坏，今天我又发现打火机不见了，不用说，又是他干的。

我去问他打火机哪去了，他却歪着脑袋诡秘一笑说“不知道”。后来我在楼梯里发现，那只打火机已经被拆得七零八落了。家里的钟表也没能幸免，早被他大卸八块，最近他还试图用螺丝刀拆照相机，真是要命啊！现在我一离开家就像防小偷一样，把他感兴趣的東西都锁起来，万一再倒腾坏一个值钱的东西，那就更麻烦了。

有时候挺羡慕邻居家的，人家的闺女乖巧懂事从来不惹事，怎么我家

孩子就这么淘气呢？

其实，像刘女士一样有着类似苦恼的妈妈不在少数，家里的男孩似乎每天都在想着上天入地，一刻不得安生，仿佛他们天生就是个淘气包。可能很多父母不理解，为什么男孩总是很淘气？为什么他有那么多的精力去搞破坏？其实，这是男孩天生的心理因素在“作怪”。

探索心理

男孩的这种探索心理，是很早就可以表现出来的，如在婴幼儿期，男孩对各种事物的探索心理就比女孩更强烈一些。同样一个玩具，女孩可能会把它当作小朋友进行对话，而男孩却可能把它拆得七零八落，因为他希望知道这个玩具是怎么运动的或者还有其他什么玩法。这时候，一般父母都会说男孩是破坏大王，其实不然，这看似破坏的举动，正显示着男孩的某种独特能力。曾经有调查显示，在拼图和组装其他三维物体方面，男孩的速度比女孩快两倍，并且犯的错误比女孩少一半。

好奇心理

每个孩子其实都是“好奇宝宝”，只不过男孩多半有超乎常人的“动手欲望”。两岁不到的男孩一定要拿家中的电视遥控器当“玩具”，有时候还会自己动手拆卸；下雨了，地上留了些水洼，女孩经过时可能怕弄脏了自己的新鞋子，而男孩则会兴奋地跳进去踩着玩。

淘气、顽皮似乎是每个男孩的天性，父母应该怎么做，才能正确引导“淘气包”男孩呢？

理解、宽容孩子的淘气，给孩子提供释放天性的机会

富有探索精神，好奇心重，这都是男孩认识世界的特长，父母应先给予肯定，然后采用恰当的方法给男孩以正确的引导和教育，切不可用强制的方法压制男孩的淘气。很多父母往往出于对男孩的爱护，生怕发生危险，规定这也不能做那也不能做，反而束缚了他的手脚，扼杀了他的探索精神，这是不可取的。

作为父母，应该尽可能多地为男孩提供探索的机会，让他与外界进行亲密接触，这对于促进他的智力发展很有好处。同时，只有孩子的好奇心得到满足后，自然会转移兴趣点。如果父母对孩子探索、好奇的过程中表现出来的淘气行为强制干涉，孩子只会表现得更加“淘气”。

允许孩子淘气，但要上紧安全弦

虽然男孩天生就是个淘气包，但并不代表父母可以放任自由，不用加以引导。孩子的认知有限，有时候会做出一些危险的举动，比如有些孩子偷偷玩火会引发火灾，有些孩子在窗台玩耍引起失足跌落。男孩天生爱冒险、爱尝试，作为父母在给孩子一定的自由空间去探索的同时，也要上紧安全弦，尽可能地减少孩子淘气时的危险系数。

❀ 男孩子的英雄情结 ❀

上二年级的刘新放学回家后，爸爸发现他的脸受伤了，惊奇地问他：“谁干的啊？抓了你这么几道红血痕。”刘新低着头不说话，爸爸把声音放柔和说：“没事，爸爸就是问问，没有怪你的意思。”刘新便仔细跟爸爸讲了事情的经过。

原来，班里的陈超是个“小霸王”，平时就喜欢搞恶作剧，欺负小女生。那天下课时抢了班里一位女同学娜娜的新玩具。娜娜害怕他，吓得直哭，老师又不在。刘新看不过去了，就走过去帮娜娜夺回了玩具。陈超在和他争抢时，把他的脸抓伤了。

爸爸听完后说：“原来你在帮助人啊，这是好事啊，爸爸觉得你真像个小英雄。”

刘新却悄悄地说：“你可别让妈妈知道我和人打架了，她不喜欢。”爸爸配合地点点头，说：“好的。不过你以后可别通过打架解决问题了，你可以去找老师或请同学们评理，相信大多数人会站在你这边的，因为你是正义的。”刘新听后，认真地点了点头。

男孩的家长大都会有这样的疑惑：怎么我家孩子这么爱管闲事、动不动就喜欢打架？其实，男孩喜欢打抱不平，几乎是一种本能反应。只要男孩的天性没有过分被压抑，在任何场合下，他们路见不平时，都有拔刀相助的冲动。每个男孩都有英雄情结，他们总幻想自己是“超人”，身怀一身绝技，能够帮助弱小、扶危济困，与恶势力竞争，成为人心目中的英雄。

爱打抱不平，爱管闲事，见不得人欺负弱小，正是男孩英雄情结的表现。

然而现实中，男孩的英雄梦想却难以实现。由于年龄和阅历的缘故，男孩无论在身体还是心理上，都不能如愿地施展英雄抱负。他们常常觉得自己很弱小，希望得到安慰和激励，并希望有一些勇敢的举动被承认，于是就出现了上述案例的情形。

男孩的英雄情结也会转移到对某些偶像的崇拜上，它们可能来自男孩看的动画片或动漫书，如铁臂阿童木、机器猫、动感小超人、奥特曼等，这类英雄偶像正义、勇敢、智慧、仗义，具备一种积极向上的精神，圆了男孩的英雄梦。

男孩因为荷尔蒙的分泌和女孩之间的差异，所以相较于女孩男孩更喜欢这些英雄形象。孩子一般在2岁到4岁前有一个身份确认期，男孩就通过这些英雄的形象完成对自己的身份的希冀和向往，而女孩显然大多就是公主、娃娃之类的。这些实质上都是对自我身体特征的一种角色确认。

心理学家认为，男孩子的英雄主义是男性区别于女性的显著心理特征之一。这种心理特征在很早的时期就可以观察到。面对男孩的英雄情结，家长们应该怎么对待呢？

巧用英雄情结，用榜样的力量培养男子汉

每当家里有人问牛牛长大了想当什么，牛牛都会毫不犹豫地说：“我长大了要当奥特曼。”就算家人笑得前仰后合，他也依然坚持自己的“理想”，并且立即站起身来做一个标准的奥特曼变身动作，还断喝一声。在牛牛心中，奥特曼简直就是个铲除各种妖怪的无所不能的豪侠。

有一次家里来了客人，看到来的小姐姐端庄高雅，妈妈立即赞叹道：“小姐姐的样子好像一个优雅的公主啊！”小姐姐很得意，身板一下子坐正了。而牛牛听到后也学着小姐姐的样子自己把餐具拿好，看着妈妈说：“我吃饭的样子好像奥特曼！”

于是，妈妈赶紧将吃饭的好习惯植入奥特曼中。

牛牛睡觉爱闹腾，妈妈便以英雄形象引导他：“你别再闹腾了啊，闹腾之后能量消耗掉了，就不能成为真正的奥特曼战士了。”“那成为什么？”“嗯——就成了怪兽了。”牛牛立即躺好，然后大声说：“我不动啊。”不一会儿，牛牛就在关于奥特曼的遐思中进入了梦乡。

至于收拾玩具、认真洗手、专心看书等自然都是妈妈无形中给牛牛灌输的奥特曼的好习惯了。

虽然很多时候，孩子眼中的“英雄”在成人的眼中虚幻非真实，但让孩子将英雄作为自己未来的角色期待，这其实是一个最好不过的选择。孩

子心中存有英雄的榜样力量，自然会以英雄的形象严格要求自己。

对于男孩的英雄情结，妈妈首先要理解他们，如果引导得当，男孩的这种英雄情结，更有利于培养孩子勇敢正义的气概。日常生活中，一些力所能及的事情，要让男孩自己去做，既满足了男孩的英雄情结，也利于培养孩子男子汉气质。

让男孩知道什么是真正的英雄

虽然奥特曼身体强壮，可以打败很多怪兽，但是，英雄并不只靠蛮力的，真正的英雄是靠智慧取胜的。当男孩想要当英雄时，家长首先是要肯定和鼓励儿子的英雄心理，提高儿子的自信心，接着就要告诉他什么才是真正的英雄了。

要告诉儿子，要学会动脑筋，一些事情也要量力而为，当英雄虽然光荣，但不考虑自身实力而去一味地做英雄就是一种危险和莽撞。做英雄也要保护好自己，然后才能救别人，如果连自己都顾不上，那英雄也做不成了。

❀ 别把好奇心当作搞破坏 ❀

在妈妈眼里，丁丁简直就是个破坏大王，什么玩具到他手里玩不了两天就坏了，关键有些玩具不是他玩坏的，而是拆坏的。前两天儿童节，舅舅刚送给丁丁一辆遥控汽车，丁丁玩了半天就开始大卸八块，最后实在拼装不上了，丁丁急得直哭，妈妈看到后狠狠训了他一顿：“以后不许再搞破坏了，再搞破坏，就再也不给你买玩具了。”

在日常生活中，这样的情景随处可。在很多父母眼里，孩子的好奇心太重，以至于把家里弄得天翻地覆，乱七八糟。其实，千万不要打击孩子的好奇心，心理专家指出，人们只有在好奇心的引导下，才会去探索被表