

男孩要有好性格

塑造男孩阳光性格的有效方法

性格决定命运，性格决定成败！

影响男孩生活能否幸福、事业
能否发达的，不是环境、际遇，
而是性格！

★★★
董亚兰 郭志刚
编著

如果他的性格更自信，
他就会比别人更有闯劲

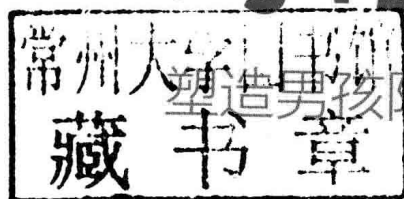
如果他的性格更开朗，
他就会比别人更有幸福感

如果他的性格更宽容，
他就会比别人更有胸襟和气度

如果他的性格更坚韧，他
就会比别人更加执着向前

如果他的性格更积极进取，
他就会比别人更容易成功

男孩要有 好性格



塑造男孩阳光性格的有效方法



版权专有 侵权必究

图书在版编目 (CIP) 数据

男孩要有好性格: 塑造男孩阳光性格的有效方法 / 董亚兰, 郭志刚
编著. — 北京: 北京理工大学出版社, 2018.5

ISBN 978-7-5682-5348-2

I. ①男… II. ①董… ②郭… III. ①男性—性格—培养—青少年读物

IV. ① B848.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 037497 号

出版发行 / 北京理工大学出版社有限责任公司

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010) 68914775 (总编室)

(010) 82562903 (教材售后服务热线)

(010) 68948351 (其他图书服务热线)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 三河市华骏印务包装有限公司

开 本 / 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

印 张 / 6

字 数 / 150 千字

版 次 / 2018 年 5 月第 1 版 2018 年 5 月第 1 次印刷

定 价 / 25.00 元

责任编辑 / 王美丽

文案编辑 / 孟祥雪

责任校对 / 周瑞红

责任印制 / 施胜娟

前言

PREFACE

好性格成就男孩一生

身为男孩，决定我们命运的是什么呢？

是父母给我们的成长环境，还是我们后天所获得的财富地位呢？不，这些都不是决定男孩命运的关键因素。

影响男孩命运的是男孩的性格。

我们的人际交往能力、自我学习能力、处理突发情况的能力都受制于自己的性格，也得益于自己的性格。因此可以说，完善我们的性格等于完善我们的人生。

青春期是一个男孩走向成熟与睿智的关键时期，也是性格健全、人格独立的关键时期。这一时期，是对童年不完美性格的矫正，也是对成年性格的奠基；这一时期，是性格塑造和完善的“黄金时期”，也是决定男孩人生成败的关键时期。所以，我们要抓住这一人生的“黄金时期”，塑造“完美”性格。

何为男子汉？

面对困难，男子汉要愈挫愈勇；面对亲友，男子汉要宽容为怀；面对失意，男子汉要一笑置之，然后重整旗鼓，再次出发！

何为大丈夫？

真正的大丈夫是谦虚谨慎、从不自大的饱满稻穗，内心丰盈却从不炫耀；是脚踏实地、专注当下的坚定行者，是人生之路上比别人多一点努力和永不放弃执着前行的奋斗者。真正的大丈夫，没有优柔寡断的怯懦，只有果敢刚毅的坚决；没有轻言放弃的软弱，只有咬定青山不放松的执着。

人无完人，没有人的性格是百分百完美的，但是每个人都有追求完美的权利。在追求完美的路上，如果能有指引前进方向的路标，必将事半功倍。本书是我们在成为男子汉、大丈夫道路上的最好指引者，帮助我们成就“完美性格”，走向“完美人生”。

本书从性格的力量、自信、勇敢、乐观、宽容、善良谦逊、积极进取、坚决果断、坚韧不拔等多个方面入手，为青春期的男孩带来最全面、最生动、最实用的性格教育，将生活中的真实案例作为“教材”，将历史上成功的人物作为榜样，为男孩带来最深刻的性格教育，帮助男孩克服性格中的弱点，发现性格中的亮点，打造“完美性格”的男孩，让性格成为每一个男孩的最佳帮手，为男孩今后的人生之路打下良好的基础，让男孩的未来更加成功、辉煌！

你准备好做一个拥有“完美性格”和“完美人生”的男子汉了吗？现在就让我们一起打开本书，为自己的性格寻找一面镜子，为自己的人生点亮一盏明灯！

编者

目 录

CONTENTS

第一章

性格影响男孩一生——好性格拥有强大的正能量

性格决定男孩一生的财富 / 2

性格好，身体也会很健康 / 4

不良性格会让男孩处处碰壁 / 7

每天改变一点，让自己的性格更好 / 10

改变性格，不是失去自我 / 13

第二章

相信自己是最棒的——自信的男孩更能得到认可

男孩要懂得认识和提升自我 / 18

认可自己，就成功了一半 / 21

让自己的“长板”更长 / 24

努力成为自己心目中的“英雄” / 27

自信才是男子汉，但自负不是 / 30

第三章

永远不要丧失男子汉气概——勇敢的男孩更有出息

愈挫愈勇才是男子汉 / 34

不要轻易说“我不行” / 37

你的恐惧其实并不可怕 / 40

男子汉，敢于认错也是一种勇气 / 43

男子汉要勇敢，但不能鲁莽 / 46

第四章

快乐才能拥有好心情——乐观开朗的男孩更阳光

保持乐观，你的人生会变得更顺利 / 52

做阳光男孩，远离忧郁 / 55

微笑，也能感染周围的人 / 58

懂幽默的男孩更有吸引力 / 61

改变不了的事情，就坦然接受 / 64

第五章

想成为大丈夫，就要有大胸襟——宽容的男孩心态更好

男子汉，不能为小事斤斤计较 / 70

宽容待人，严格待己 / 73

以德报怨，是男孩的美德 / 76

宽容的男孩更受欢迎 / 79

宽恕他人也是善待自己 / 82

第六章

做善事让自己内心富足——善良的男孩更受欢迎

帮助他人是一种快乐 / 88

不要忽略身边的小善举 / 91

过分的善良就是没有原则 / 94

爱和善良，要用行动表示 / 97

有同情心的男孩最温暖 / 101

第七章

要做大男人，但不要“大男子主义”——谦逊的男孩更受人尊敬

拒绝骄傲：颗粒饱满的稻穗是低着头的 / 106

放低姿态，多向他人学习 / 109

男孩要听得进忠言和批评 / 112

谦逊要有度，不能否定自己 / 116

好男孩应该懂得谦让 / 119

第八章

踏着人生的台阶向上走——积极进取的男孩更出色

凡事多往好处想 / 124

永远比他人更努力一点 / 127

专注当下，才能更好地把握未来 / 130

挖掘潜能，让自己不断进步 / 133

不要满足当下的成绩 / 137

第九章

不要让犹豫左右自己的人生——坚决果断的男孩更能成大事

机会，只留给有准备的男孩 / 142

做决定之前，要学会正确判断事情 / 145

摆脱优柔寡断的不良性格 / 148

再好的设想，都不如一次果断的行动 / 151

危险面前，要当机立断 / 154

第十章

咬定青山，立根破岩——坚韧不拔的男孩更容易成功

理想有多远，你就能走多远 / 160

信念，不能轻易动摇 / 163

大丈夫不仅能伸，还要能屈 / 166

想成为强者，就要不断进步 / 170

遭遇逆境，要执着向前 / 174

有始有终，是成功的基本素质 / 177

第一章

性格影响男孩一生

——好性格拥有强大的正能量

影响男孩一生的除了物质财富、出身背景等，还有许多因素，但是决定男孩命运的是他的性格。好的性格可以给男孩带来好的人际关系和机遇。同理，不良的性格也很可能让男孩诸事不顺、命运坎坷。

性格决定男孩一生的财富

男孩的性格中透露着他处理事务的方式，也显示着他在人际关系交往中的优劣势。性格外向的男孩更容易与他人结识和交往，因此人脉关系相对要更加广泛；性格内向的男孩在交际上可能并不擅长，但是却可能非常善于处理需要细致和耐心的工作。

如果说拥有健康的体魄是一个男孩成功的外在条件，那么健全的性格就是一个男孩成功的内在条件。性格健全的男孩会拥有健康的心理，能够积极面对生活和学习上的困难。

☆☆☆

有一个男人从小性格懦弱，胆小怕事，不管做什么事情，都先想到失败，害怕失去现在拥有的东西，以至于他三十多岁还一事无成，浑浑噩噩地过日子。

男人有一个和他恰恰相反的朋友。他的朋友做事大胆，该往前冲的时候从来不会优柔寡断、瞻前顾后、犹豫不决。

有一天，朋友找到男人，对他说：“我最近想做一个新项目，你来和我一起做吗？”接着，朋友就把自己的具体想法告诉了男人。

男人最近正在为金钱烦恼，这个时候朋友说有挣钱的项目请他一起做，他是很高兴的，但听着听着，男人开始犹豫了。

“这个项目好像有点风险。”男人担忧地说。

“做什么事情能没有风险？我评估过了，只要我们胆大心细，这个项目肯定能成功。”朋友解释道。

男人还是不放心，就对朋友说他要考虑考虑。

朋友走后，男人开始想这件事。但他所想的都是：遇到困难怎么办？犯了错误怎么办？失败了又怎么办……每次，男人都会想到自己投资失败，流落街头的惨状。

最后，男人拒绝了朋友，继续浑浑噩噩地过着每一天，越来越落魄。

☆☆☆

故事中的男人从小胆小，做事情总是顾虑重重，即使到了而立之年，依然没有改掉自己性格上的缺陷，导致自己一事无成。即使有机会降临，他的性格也将导致他和机遇失之交臂。

作为男孩，要从小培养良好的性格，在成长的过程中不断完善自己的性格，这样才能使自己更加容易成功。

☆☆☆

有个男人前三十年过得十分坎坷，一开始他还对生活充满希望，积极乐观地度过每一天。但经历的失败和挫折越来越多后，男人开始怀疑自己，变得不再自信，性格也发生了巨大的变化，每天充满消极情绪。

有一天，男人遇到一位老者，老者一看就是成功人士，脸上带着自信的笑容。

男人就问老者：“我怎么做才能像您一样拥有财富和自信呢？”

“嘿，小伙子，”老者笑着拍了拍他的肩膀，说：“我像你这么大的时候，还不如你现在这个样子呢！”

“你现在起码吃得饱，穿得暖，我那个时候连饭都吃不起，还谈什么财富。”老者说。

“那您是怎么成就今天的一切的？”男人激动地问。

“我只做了一件事。”老者道。

“什么事？”

“我只是改变了一下自己的性格，让自己不再悲观厌世，让自己变得积极乐观，让自己相信明天会更好。”老者说。

☆☆☆

故事中的老者在改掉自己性格上的缺陷之后获得了很大的成功。诚然，一个悲观的人是无法积极面对生活中的困难的，更无从正确对待和处理遇到的问题，最后只能让自己的生活越来越糟糕。由此可以看出，性格对一个人的生活状态、财富乃至生命的影响是非常大的。

性格的培养应及早进行。青春期是男孩性格培养和变化的关键时期。作为男孩，应该多与外界接触，保持良好的人际关系交往。男孩可以发展一到两个好朋友、知己，可以将自己的情绪与人分享，在与人的交往中发现自己性格方面存在的问题，并及时纠正。自己的性格如何，其实周围的人最清楚。关于自己性格方面的问题，男孩要多听取身边人的意见，主动反省，找到自己性格上存在的问题，并不断完善，做一个性格健全的男孩。

性格好，身体也会很健康

一个人的身体健康状况，除了和体育锻炼、科学饮食等有关之外，还和一个人的性格有很大的关系。

从中医的角度来说，人的不同情绪会对身体有不同程度的损

害，这就是所谓的“七伤”。“七伤”的具体内容是：大饱伤脾，大怒气逆伤肝，强力举重、久坐湿地伤肾，行寒饮冷伤肺，忧愁思虑伤心，风雨寒暑伤形，恐惧不节伤志。人的情绪除了和当时情景中的客观事物分不开之外，还和人的性格有密不可分的联系。而性格健全、为人大度和善的人在生活中则更加容易与人相处，不仅能够让别人觉得舒服，更能让自己身心舒服，也会减少疾病，保持身体健康。

☆☆☆

有一位销售员，每天早出晚归，不辞劳苦地见客户，签订单。虽然成绩越来越出色，但疯狂的工作环境让他的性格变得越来越差，对着客户不能发脾气，他就把坏脾气带到公司和家庭，经常因为一点小事就闹情绪、发脾气。

“你这样不行，如果工作太累就休息一段时间，免得身体出问题。”销售员的上司找到他，建议他注意身体健康。

销售员毫不在意地说：“只是一些坏情绪，发泄出来就行了，不会影响我的身体的。”

“那你也要注意方式，不能对身边的同事和家人太恶劣啊。”上司说。

“好的，我会注意的。”上司的话对他还是有一些影响的，逐渐地，他把自己的情绪隐藏在内心，时间一长，却影响了他的性格，让他经常阴晴不定，虽然再没有不管不顾地发脾气，但很多同事还是孤立了他，这让他心情更加焦躁。

终于有一天，销售员病倒了，而且是一场大病。医生对他说：“你憋在心里的负能量太多，使你的性格受到了一些不好的影响，

这才导致身体出现了健康问题。有个好性格，身体才会健康。你现在除了治病外，还要改变一下性格，这样才能治标又治本。”

销售员十分不解，性格怎么和身体健康有这么大的关系呢？

☆☆☆

故事中的销售员长期将负能量憋在心里，导致自己的身体健康也受到很大影响。

在生活中我们不难发现：脾气暴躁的人经常肠胃不好；时常忧虑的人脸色很差，长满痘痘。情绪对人的心理健康影响尤为显著。抑郁症等心理疾病的高发人群也是性格内向、不善交际的人群，其中青少年为高发人群。因此，作为男孩，要注重自己的性格培养，防患于未然。

☆☆☆

院子里种了两棵树，两棵树都枝繁叶茂，生机勃勃，树上结满了果实，等待人们前来采摘和品尝。

有一天，主人发现两棵树突然生病了，叶子一片片飘落，果子也掉了不少，整个树干都像个无力的将要倒在地上的老人。如果不进行治疗，两棵树将枯萎死掉。

院子的主人找来了有经验的园丁为两棵树“治病”。其中一棵树热情地欢迎园丁的到来，树叶轻轻摇曳，不管园丁做什么它都十分配合，不一会儿就完成了第一次“治疗”，等待着病情好转。

园丁忍不住夸奖它：“真是个好性格的乖孩子。”

等园丁给第二棵树看病时，第二棵树就没那么好的性格了，它一会儿摇晃树干不让园丁触碰它，一会儿又把树枝摇得吱吱作响，想要吓走园丁。

“我没有病，我只是累了，休息几天就会好的。你快走，不要在我身上涂抹奇怪的东西。”第二棵树说。

“这是能治你病的药，涂上就好了。”园丁耐心地解释。

“我没病，你快走，再不走，我就用树枝抽打你。”第二棵树真是坏脾气，园丁无奈地走了。

接连几天，第二棵树都不配合治疗，总是凶巴巴地吓唬园丁，园丁没办法为它治病。没多久，它就枯萎了。

而第一棵树对于园丁的治疗很感激，渐渐地又恢复了昔日的朝气和风采。

☆☆☆

这则故事里的树木其实就像生活中的人一样，性格暴躁或者充满负能量的人总是在不经意间就“拒绝”了来自外界的好意，也会让人对他的印象大打折扣，会对自己的事业、交际等都产生非常恶劣的负面影响。

作为男孩，要让自己阳光、开朗。性格开朗的男孩与外界接触会更加容易，这样也会扩大男孩的人脉关系。作为朋友，与一个性格阳光开朗的男孩相处也是一件很享受的事。作为男孩，要学会包容、大度。大度的男孩不容易被生活中的小事所困扰，可以避免性格狭隘、目光短浅等问题。作为男孩，要学会合理发泄情绪，不让情绪堆积在心里，以免积郁成疾。

不良性格会让男孩处处碰壁

毛佛鲁说过这样一句话：“一个人失败的原因，在于本身性格

的缺点，与环境无关。”

人作为社会动物，任何时候都不能避开与人的相处交往。而一个性格有缺陷的男孩如同一只充满长刺的刺猬，给他人或剑拔弩张，或阴险狡诈，或无从下手的感觉等，这将严重影响男孩的学习和生活。

☆☆☆

有个商人不管做什么生意都会失败，哪怕与人合作，最后都会被合伙人排挤。

他对此十分不解，当再一次被新的合伙人赶走时，商人大声质问：“你为什么要这样对我，是我找你合作的，结果快要成功了，你却要赶走你的恩人吗？”

“恩人？你每天像对一条狗一样对我呼来喝去，就算有感激，也早就被你的坏性格磨没了。”

“我带你走上成功之路，只是吩咐你做一些事情，这有错吗？”

“没错，但你从来不会做人，也不会尊重人，你把自己摆得高高的，看不起别人，这样的你，有什么资格和我理论，快走吧，坏家伙。”

商人不甘心，又找到以前的一些合作伙伴和朋友，得到的答案都是：你的性格太坏了，和你合作真是一件痛苦的事情。

☆☆☆

故事中的商人一事无成，他的合伙人在对他的指责中都将矛头指向了商人的性格。趾高气扬、目中无人的性格导致其他人无法与他相处，最终选择与他不愉快地分手。试想如果一个人让他人感受到“无法相处”，那么还会有人愿意与他共事和生活吗？答案自然