

我的 男孩教育

王开敏 郭静 / 著
THE EDUCATION
OF BOY



WUHAN UNIVERSITY PRESS

武汉大学出版社

· 新世纪父母教子的经典读本 ·

她亲手培养的好男孩不止一个

国内媒体争相报道、

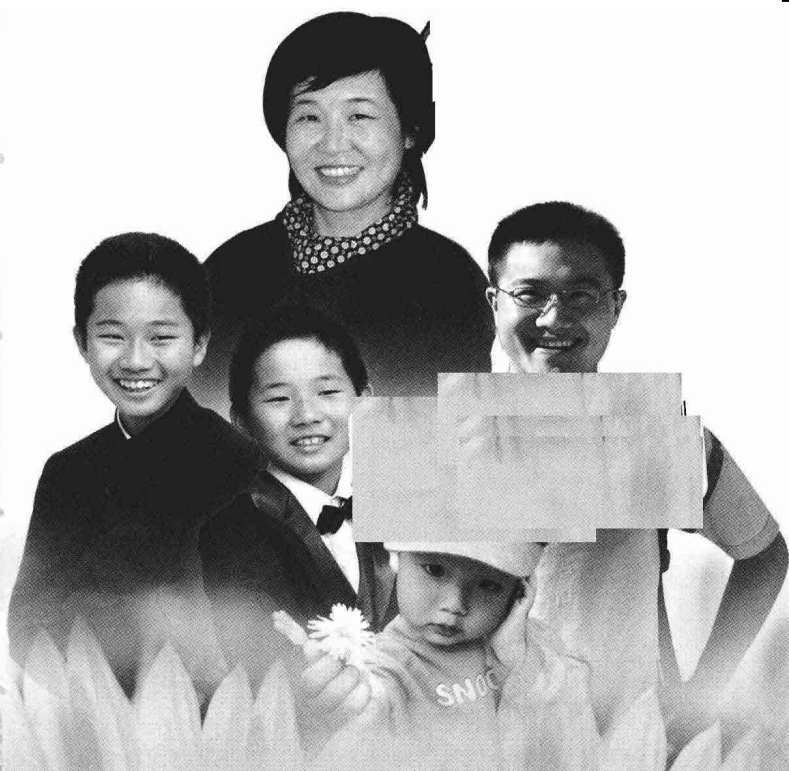
联合国教科文组织高度关注的**平民教育家**

展示珍贵第一手教育资料，**文字+照片**

我们提醒您：科学使用本书，不要盲目照搬。

我的 男孩教育

王开敏 郭静 / 著
THE EDUCATION
OF BOY



WUHAN UNIVERSITY PRESS
武汉大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

我的男孩教育/王开敏,郭静著. — 武汉:武汉大学出版社,2010.10

ISBN 978-7-307-07862-8

I. 我… II. ①王… ②郭… III. 男性-家庭教育
IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 102392 号

责任编辑:郭圆园 责任校对:王 建 版式设计:王 晨

出版发行:武汉大学出版社 (430072 武昌 珞珈山)

(电子邮件:cbs22@whu.edu.cn 网址:www.wdp.com.cn)

印刷:湖北恒泰印务有限公司

开本:950×1260 1/32 印张:5 字数:116千字 插页:2

版次:2010年10月第1版 2010年10月第1次印刷

ISBN 978-7-307-07862-8/G · 1623 定价:18.00元

版权所有,不得翻印;凡购买我社的图书,如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请与当地图书销售部门联系调换。



文化育人是男孩教育的本质

我把养育孩子当作母亲的人生之“道”来看待，在这人生之道的实践中悟出人生的真谛。作为《母道》密不可分的一部分，我又创作了两个姊妹篇《我的男孩教育》与《怎样培养女孩》，从中国特有的国情及性别教育的角度探讨如何养育男孩和女孩。

男孩教育的特殊性受到关注是教育研究的创新。社会性别学在国际上也是新领域，从人类自然的男女区别角度讲，男孩的教育肯定不同于女孩；从人类智慧的发展角度讲，男孩的教育也不完全区别于女孩。如何提炼出男孩教育的核心和本质，是这本书在写作中重点思考的一个问题。

我成功养育了一个成为合格的社会公民的儿子艾天，又承担了妹妹两个儿子的早期抚育，这两个孩子目前也非常优秀，在后来众多跟随者和研究对象中也不乏养育儿子的人。在多年的成功实践经验基础上，我将男孩的教育思想和理念整理出版，也算是了了一桩心愿。我的母亲文化研究立





足于个体教育，在这本书里，你将看到我所亲手带大的，包括指导抚育下的4个男孩的教育经历。年轻的妈妈郭静在儿子小米九个月大时，跟随我的教育研究思想和教育研究方法，在育子实践中不断体会并弘扬我的教育思想，在本书中对我的男孩教育理念进行了梳理和归纳，并充实了案例，使文化育人在新世纪有了更新的实践模式，给80后、90后一个借鉴的实际案例。

我对未来充满兴趣，整个世界在此时刻不断产生新的认知。国与国之间的深层次文化结构慢慢浮现出新的定义，文化育人的理念等新的解读方法不断产生。从文化体验去研究中国的母亲，是因为教育的缘分，但我却在这个过程中感受到更多内在灵魂深处的成功。

自然是一个伟大的母体，她在伟大的领域中产生了物，这就是伟大的母亲。我们所有人都应该感恩母亲，当好一个男孩的母亲尤其不易，希望我和我的研究团队能对所有男孩的妈妈有点帮助。

王开敏





文化育人是男孩教育的本质 1

第一章 走好人生第一步 1

01 婴儿期的母爱与阳光氛围 /3

自然分娩与母乳喂养 /3

亲密抚触 /5

微笑与关爱 /8

和谐的家庭 /9

02 注重营养与健康 /11

好身体才有好未来 /11

婴幼儿的饮食宜忌 /12

婴幼儿的运动原则 /14

03 性格与习惯培养 /15

习惯的养成要趁早 /15

合群的孩子受欢迎 /16

把良好的性格与情绪变成一种常态 /18

因势利导和顺其自然 /19





04 两个0~3岁半男孩的教育 /22

两个男孩各有特点 /22

对这两个男孩的教育方式 /23

孩子们的心理压力不容忽视 /26

我对两个孩子的安全教育 /28

陪伴是一种多么重要的教育 /29



第二章 男孩全球通行的阳光品格 36

01 责任与感恩——德商 /38

02 执著与坚强——意商 /42

教会孩子做好每一件事情 /43

用榜样激励孩子 /45

“受苦”夏令营 /48

让孩子尝到坚持的甜头 /49

坚持体育锻炼 /50

03 仁爱之心——情商 /51

关心他人，最终受益的是自己 /52

从关爱他人中获得发展空间 /53

04 共处与择友——和商 /54

与大家打成一片 /55

容忍别人的缺点 /55

要有敢于表现自己的勇气 /57

培养孩子的合作能力 /58

选择朋友有技巧 /59



05 自尊与自爱——性商 /61

第三章 男孩的健康不是一个小问题 70

01 合理的营养搭配 /70

02 带孩子去运动 /72

03 经常与孩子一道外出旅游 /73

04 学会积极的休息 /75

05 形体美意识的培养 /76

06 安全教育从小开始 /78



第四章 教会男孩学习 85

01 让孩子亲近书籍 /85

 读书是件快乐的事情 /86

 营造书香氛围 /87

 使孩子在阅读中受益 /88

 展开阅读比赛 /88

 到书店去逛逛 /89

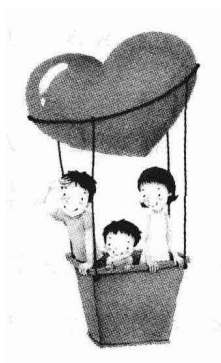
02 别把问题带回家 /90

03 我的孩子不“培优” /92

04 就近读书不择校 /93

05 赋予孩子创造性思维的能力 /94

 鼓励孩子展开想像的翅膀 /95





- 不要伤害孩子的好奇心 /95
- 让孩子自己独立思考 /96
- 鼓励孩子多动手、多实践 /97
- 给孩子创造的空间 /98
- 给孩子犯错误的权利 /99

- 06 学会管理时间 /100
- 07 如何让孩子学好英语 /102
 - 从兴趣入手 /103
 - 学英语不宜太早 /104



第五章 男孩的管教 111

- 01 给男孩一个最低的底线 /111
- 02 不欺负弱者和女性 /113
- 03 溺爱产生危害 /114
- 04 礼仪教育 /115

第六章 人生是场马拉松， 持续发展最重要 122

- 01 再富也要穷孩子 /122
- 02 关于韧性 /125
- 03 压力与快乐都重要 /126
- 04 健全人格是成功的基石 /128





第七章 坚持文化育人，做男孩最渴望的父母 136

- 01 父亲：为男孩注入理性思维 and 方向把握 /137
- 02 母亲：为男孩注入德行和礼仪的智慧 /139
- 03 该有怎样的家庭教育 /141

第八章 每个男孩都可以成为金刚石 ... 147

- 01 把孩子培养成他自己爱做的那个人 /147
- 02 重在每一天的教育 /149





第一章 走好人生第一步

从艾天登上飞往美国威斯里安的飞机那一刻起，我在心里默默地给自己 18 年来的家庭教育一个紧紧的拥抱，我更加确信自己的付出是科学的、正确的。我最亲爱的儿子带着弗里曼亚洲奖学金的光环，信心满怀，远度重洋去求学，我知道自己不再能帮他什么，只给他提出一个要求，就是尽快融入当地文化；而我的生活又将拉开一个新的序幕，我要对抗育、陪伴艾天的这 18 年家庭教育实践做一个全面的梳理与总结。

我不是一个只相信“成者王侯败者寇”的母亲，从来也没有要求艾天要取得多大的成就，我只是在 18 年里，每天尽力做好艾天的母亲，就这么简单！

我在武汉大学的同事们和邻居们知道艾天在弗里曼亚洲奖的竞争中力拔头筹后，都觉得不可思议。他们印象里的艾天是个成绩一般般，运动能力倒不错的孩子，他们从未想过他会一鸣而已，一鸣惊人。只有身为艾天母亲的我才知道，艾天的这次成功与他的成长过程分不开，是我的教育理念在他身上长期量变中的一次质变。因此我对此事倒是比周围的人看得淡定，怀着感恩的心，继续在家庭教育领域进行实验和探索。



我的家庭教育实践不仅来自我的儿子艾天一人，我亲手抚育了我妹妹的两个儿子0~3岁这个阶段，我的实验对象中不乏成功优秀的男孩，如胡泽骏等。他从小就跟着我，第一次考研失败后在我家住了整整一年，虽然当时艾天正在上高中即将面临高考，我还是对胡泽骏倾注了大量心血。第二次考研，这个优秀的男孩果然一举克服外语的弱势，取得成功。胡泽骏早早成为成功地征战了北极的科考栋梁，目前在中国极地所工作，是中国第一个到北极去的研究生。还有许许多多这里不能一一写出来的男孩，他们见证了我的男孩教育，我也从指导他们的过程中获得了自信与快乐。

文化育人是我在家庭教育领域探索中的最大发现，以文化育人的思想来养育孩子，就要从小灌输给他们男女平等的科学观念，这样的孩子长大才没有陈腐的男尊女卑的想法。艾天在这方面的教育效果非常明显，在他心里，家里没有什么事是爸爸应该做，或者妈妈应该做的，男女在家庭中应该共同分担责任和义务。谁对家庭贡献大就应该抱着感恩的心对他，而不管是爸爸还是妈妈。这种平等的观念是必须从小就培养的。没有这种文化育人的思想，想教育出合格的男孩是非常困难的，这种文化育人的教育实践在国际上也是领先的研究范畴。想要孩子将来优秀，首先作为孩子第一教育者的父母，尤其是母亲要树立先进的母亲文化思想，引领孩子往先进的文化道路上前进。

现在的艾天依然健康、自信、乐观，而这一切都离不开我对艾天的早期教育。我奉劝所有的妈妈和准妈妈，一定要重视孩子0~3岁的教育，这个阶段是孩子成长发育、气质形成的黄金时期，错过了这一黄金时期，再多后期的补救措施都只是事倍功半。



01 婴儿期的母爱与阳光氛围

婴儿期的孩子通过懵懵懂懂的感知，开始接触周围世界，逐渐认识和参与生活。这个时期，也是父母感到最快乐的时期，温馨的三口之家天天溢满盎然生机，因为可爱的宝宝每天都会带给你喜出望外的“奇迹”。这个关键的时期，一定要给孩子营造一个良好的生活与成长环境，让他感受到阳光氛围。

自然分娩与母乳喂养

看到近年来国内医院里剖腹产的人数居高不下，我感到非常忧虑。由于我对国外的女性研究比较关注，所以深切地体会到国外尤其是发达国家的女性越来越多地选择自然分娩。

在产妇和胎儿健康的情况下，自然分娩无论对女性自身还是对宝宝来说，都有很多好处。对宝宝来说，产道挤压可以刺激胎儿的身体及神经，宝宝的肺部黏液可以被排出，肺部自然鼓起，为来到这个世界顺利呼吸做好准备。通过产道生产的胎儿，大脑受到挤压，对宝宝智力的发育也有好处。据调查表明，经过剖腹生产的孩子长大后患多动症的几率比自然分娩的孩子高。

而对母亲来讲，自然分娩其实是比剖腹产安全得多的生产方式，至少从目前来说，剖腹产的死亡率比自然分娩高。经过自然分娩的母亲子宫恢复更快，伤口愈合更快，不用打抗生素，可以



很快就给孩子喂奶。英国《每日邮报》报道，“可以肯定的是，当妇女接受完剖腹产手术生育时，她体内并不会释放出大量的亲情激素，所以她和孩子间的母子亲情不如正常分娩的情况深厚。她和孩子的第一次接触也不会像自然分娩那样亲密”。

如果产妇是因为自身或者孩子有高危情况，不容不剖腹，那么选择剖腹产就是最明智的，用人类先进的医学技术挽救生命、避免悲剧发生。可是，如今有些准妈妈是盲目选择剖腹产，仅仅是道听途说，认为生孩子很可怕、很痛，会影响自己的身材等等，不能不叫人替她们惋惜。她们错过了多好的与孩子第一次共渡难关的互动机会，浪费了人类天然的最好的生育资源。不过，话说回来，准妈妈对生产那一刻产生生理上和心理上的恐惧也属正常，如果社会、家人能尽到自己的责任，帮助准妈妈克服恐惧，将是给全人类造福的好事情。譬如现在街道、医院开展的准妈妈课堂、准爸爸课堂、产前指导、怀孕讲座等活动，都能帮助准妈妈有效克服心理障碍，科学、理性地对待自己和宝宝。准爸爸的体贴安慰、理性开导等也相当于给准妈妈吃了一颗定心丸。

我怀孕的时候是1983年，那个时候不像现在对生孩子有那么多的指导和知识，可是因为我在知识分子家庭长大，对科学孕育的概念比一般人接触得早，我在那个时候就采用了很多现在才兴起的先进方法，譬如量体温测排卵期、掌握最佳的怀孕月份、音乐胎教、控制婴儿出生的黄金体重、避免生出巨大儿等。这些理念到现在才慢慢为人所接受，我那个时代，像我这样还没有怀孕就自己跑到医院找医生主动询问这方面的事情，绝对是少数。我从怀孕前就开始用心地当好一个合格的妈妈，为我肚子里的小生命打下我所能给他的最好的人生基础，这样的时机是错过就一



辈子也找不回来的。当我自然分娩产下健康的小艾天时，我和艾天爸爸的喜悦无以言表。我从小艾天一出生就陪伴在他身边，积极地给小艾天喂奶，科学地增强营养来加强奶水的质量，把小艾天喂得壮壮实实。男孩小米也是经过顺产出生的，生下来6斤3两，正是最新医学提倡的6斤左右的便于顺产的“黄金体重”，这也是妈妈在孕期经医生指导科学饮食的功劳。当刚出生的小米依偎在妈妈怀里时，那种经历分娩后母子间巨大的幸福感会伴随妈妈一辈子。

我对现在有些妈妈不给孩子喂奶的做法感到困惑，那是母亲给孩子最好的见面礼，是母子情感最佳的交流方式，是孩子最佳的营养来源，为什么有些妈妈舍得放弃？从科学育儿的角度来说，母乳喂养有百利而无一弊，那些所谓的拒绝母乳喂养的理由真是荒谬可笑，愚蠢至极。珍贵的初乳给孩子带来天然的免疫力，高质量的母乳是孩子健康的开始，人类最完美的食品就为了某些狭隘的观念而浪费，这样的孩子从一出生就输在了起跑线上。再好的配方奶粉也无法替代天然母乳，如果你相信奶粉广告所说是母乳最好的替代品，那你就是被商业广告迷惑了眼睛。

尤其对男孩来说，从小给他一个强壮的身体是一切之本，当妈妈的人要把这个观念牢牢记住。自然分娩和母乳喂养是母亲送给孩子的两件大礼，固然要牺牲很多，但这也是当母亲的伟大之处。

亲密抚触

我觉得在孩子胎儿期和婴儿期，亲密抚触是非常重要的



早教。

要用心去关注你的孩子，从怀孕期开始就有意识地经常温柔抚摸肚皮，用掌心传递的温度与力度与肚子中的宝宝互动。宝宝生下来以后，更要经常在精神上给他安慰，轻轻抚摸他，给他唱歌，摸摸他的小肚皮，挠挠他的小脚心，这些传递的都是关爱。

还有一种抚触现在提倡得比较多，那就是婴儿抚触操。如果说前面提到的抚触是出自母性和爱的本能，那么婴儿抚触操则是科学育儿的辅助手段，有利于婴儿的生长发育，增强免疫力，增进食物的消化和吸收，减少婴儿哭闹，增加睡眠；同时，抚触可以增强婴儿与父母的交流，帮助婴儿获得安全感，发展对父母的信任感。心理学研究发现，有过婴幼儿期抚触经历的人在成长中较少出现攻击性行为，喜爱助人、合群。

另有研究表明，抚触可以刺激大脑产生后叶催产素，帮助婴儿及其父母得到平和安静的感觉（后叶催产素是在抚触过程中男性和女性都会释放的一种荷尔蒙，它对于缓解疼痛和使人平静有帮助作用）。

我在艾天还是婴儿的时候，就非常注意给他按摩、抚触、做操，每天都安排固定的时间把他的小胳膊小腿儿轻轻地捏一捏、抬一抬，边做边给他唱歌、微笑、数数或者开玩笑。他目不转睛地看着我，充满信任地让我转动他的四肢，脸上满是愉悦的表情。当时有朋友看见我不给未满月的艾天打绑，好心地劝我说这样孩子长大容易罗圈腿，绑一绑会长得更直溜。我不以为然，因为我认为婴儿的四肢得以自由伸展对身体发育和智力发育非常重要，传统的捆绑孩子的做法没有科学道理。事实证明，我那时的



反传统恰恰是现在所提倡的科学做法，时隔二十多年，我的做法丝毫没有落后。

现在我认识的许多年轻母亲，接受新事物也非常快，她们让刚出生的孩子游泳，我认为这是一件非常好的事情，也是科学不断进步的结果。我观察过刚出生的孩子在婴儿专用游泳池里游泳的整个过程，发现这不仅仅是一项婴儿健康运动，更是全面调动婴儿感官来接受外界抚触的过程。男孩小米从出生第四天开始游泳，游泳前妈妈跟宝宝进行眼神和语言交流，告诉他要开始给他洗澡、游泳了，然后轻轻按摩宝宝四肢给宝宝做热身操，再轻柔地脱衣服，刚出生的小婴儿还要用专用的肚脐贴纸把脐带未完全脱落的肚脐保护起来，然后给宝宝洗澡，洗完后把专用婴儿游泳圈小心地套在宝宝脖子上，最后把宝宝抱进游泳池中接近人体温度的温水里，让宝宝在水的浮力下自由地伸展四肢，让适度的水温和水压轻柔地挤压按摩宝宝的五脏六腑。宝宝一边游，妈妈、爸爸一边跟他逗笑、唱歌、游戏、按摩。不过要注意，别让水流进宝宝的耳朵里，否则容易引发耳炎。大约不超过二十分钟，宝宝就可以出水了。细心的妈妈把宝宝全身擦干，冬天就涂上润肤油或润肤霜，夏天就涂上爽身粉，小婴儿的话还要把肚脐贴纸轻轻揭掉，用酒精消毒他的小肚脐，以免浸水感染发炎。如果每个环节都做得很到位、很用心，整个过程宝宝都会很高兴，一点也不会怕水或哭闹，相反，他们会很喜欢跟水的亲密接触，漂在水中的感觉好似睡在妈妈肚子中的羊水里。这项运动还可以强壮婴儿的体质，增进食欲和睡眠，调节婴儿情绪，增进父母与宝宝的感情等。据研究表明，这项运动还有开发宝宝智力、刺激大脑发育的作用。