

女孩

马艳霞◎编著

到底应该怎么管

养育女孩的**100**个教育智慧

一本实用的女孩教育指南

很多人都认为，与调皮捣蛋、天生活跃的男孩比起来，女孩应该好管得多，家有女孩的父母在管教女孩方面应该轻松很多。因为女孩往往温顺、乖巧、听话，相对于男孩的“胆大包天”，她们更加“安分守己”一些。但是，要想培养出一个优秀的女孩，也是需要各位家长拥有教育智慧的。



哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

女孩

马艳霞◎编著

到底应该怎么管

养育女孩的100个教育智慧

 哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE



图书在版编目 (CIP) 数据

女孩到底应该怎么管: 养育女孩的 100 个教育智慧 / 马艳霞编著. — 哈尔滨: 哈尔滨出版社, 2011.3

(中国家教力丛书)

ISBN 978-7-5484-0363-0

I. ①女… II. ①马… III. 女性—家庭教育
IV. ① G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 193700 号

书 名: 女孩到底应该怎么管: 养育女孩的 100 个教育智慧

作 者: 马艳霞 编著

责任编辑: 范淑梅 孙 迪

责任审校: 陈大霞

全案策划: 品众文化

全案设计: 大象设计

出版发行: 哈尔滨出版社 (Harbin Publishing House)

社 址: 哈尔滨市香坊区泰山路 82-9 号 邮编: 150090

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京佳顺印务有限公司

网 址: www.hrbcbbs.com www.mifengniao.com

E-mail: hrbcbbs@yeah.net

编辑版权热线: (0451) 87900272 87900273

邮购热线: (0451) 87900345 87900299 87900220 (传真)

或登录蜜蜂鸟网站购买

销售热线: (0451) 87900201 87900202 87900203

开 本: 787 × 1092 1/16 印张: 16.5 字数: 220 千字

版 次: 2011 年 3 月第 1 版

印 次: 2011 年 3 月第 1 次印刷

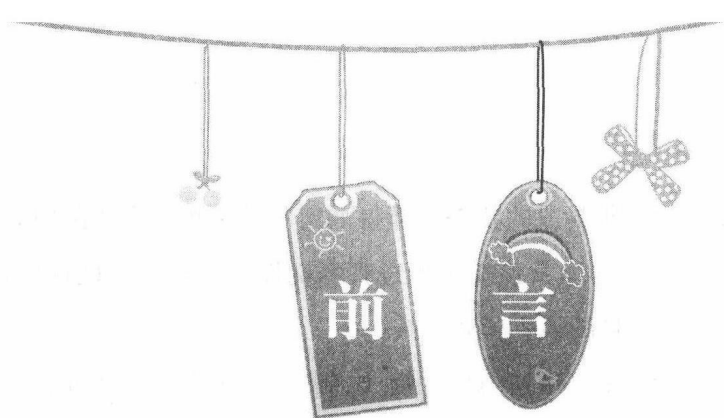
书 号: ISBN 978-7-5484-0363-0

定 价: 26.80 元

凡购本社图书发现印装错误, 请与本社印制部联系调换。

服务热线: (0451) 87900278

本社法律顾问: 黑龙江佳鹏律师事务所



很多人都认为，与调皮捣蛋、天生活跃的男孩比起来，女孩应该好管得多，似乎家有女孩的父母在管教孩子方面应该轻松得多。因为女孩往往温顺、乖巧、听话，相对于男孩的“胆大包天”，她们更加“安分守己”一些。

那么，是不是女孩真的要比男孩好管得多呢？

这话只有养育过女孩的父母最有发言权。被问及此，13岁女孩琳琳的妈妈不无感慨地说：“当我在经过几个小时的剖腹手术，顺利产下我的宝贝女儿那一刻，我激动得号啕大哭，因为从结婚以来，我就非常希望有个女儿。然而，从手术后能够下床行动，我就开始了前所未有的担忧，我对如何让女儿成长为女人的过程充满了焦虑和不安。有了女儿不仅仅意味着欢欣和兴奋，更意味着责任和担忧。13年来我从未懈怠，力求将女儿塑造成为可爱、美丽、独立的女人……”

正如古老的童谣所说的：女孩子是用糖、香料以及一切美好的东西做成的。女孩子或美丽，或娇弱，或妩媚，她们各具魅力，却都敏感细腻，因此，她们的成长更需要父母的悉心照顾，女孩的成长也并非一帆风顺。像琳琳妈妈一样，所有家有女孩的父母都会苦笑着说：“这些小丫头并不像你想象的那样好教育。”

其实，这就对了——男孩有男孩的问题，女孩同样有女孩的问题。就像一位曾经抚育过两个女儿的父亲所说的：

“我非常关心女儿们的成长，所以通过和女儿朝夕相处以及细微观察，

我充分了解了女孩在每个年龄段的状态，懂得如何与处于每一个年龄段的女孩进行有效的交流，如何帮助女孩安全度过青春期性发育焦虑、挑食厌食，以及如何度过父母离异这样的人生紧要关头……”

可以说，每一个女孩由一个襁褓中的婴儿，到一个天真稚气的女孩，再到亭亭玉立的少女，直到她正式走向社会变成一个优雅的女性，这中间要经历无数奇妙的变化！这些变化的过程中都需要父母的引导和帮助，让她们充分利用那些有利的因素健康地成长起来。同时，能够有效地规避那些不利影响，为她们的成长疏通道路。

伴随着女孩的成长，她们习惯的养成、潜能的开发、品格的培养，还有生活知识的学习、亲子沟通与交流，种种问题，千头万绪，都一一摆在父母的面前。那么，父母对于女孩的教养，又该从哪里入手呢？

世上再烦琐复杂的问题，也总有一个核心，总有一个可以解答一切的密码。但凡觉得无计可施、无法做好这一切的父母，主要是因为他们还不了解女孩，不懂得培养出优秀女孩的方法。

为此，我们的《女孩到底怎么管——养育女孩的 100 个教育智慧》这本书诞生了，为的就是给那些正在养育女孩的父母答疑解惑。本书中罗列出了养育女孩过程中最常见的疑难和问题，并给出了最有效的建议和解决方案。

相信，只要父母们认真去阅读，慢慢地品味，就会从中找到适合自己的养女“秘诀”。正如著名教育家马卡连柯所说的：“每一个人，只要真正愿意，那么，要很好地教育自己的孩子是容易的事，并且这也是愉快的、欢欣的和幸福的事情。如果你们不能够合理地教育自己的孩子，如果你们稍有疏忽失误，对孩子关心不够，或者有时候偷懒起来，放松了对孩子的教育，那时候，要加以改造和矫正，就必须下很多工夫了。这就是矫正工作、再教育工作，这就不是那样容易的事情了。再教育需要花更大的力量，需要更多的知识、更大的耐心，而这就不是每个父母都能够做到的。”





管好女孩的 50 个问题和疑难



1. 在现实中，爱哭好像是女孩的共性，她们常常把“眼泪”当做对付父母的好武器，一旦父母不能满足她的要求，就会大哭大闹，作为父母这时候该怎么办？

2. 妈妈们在一起谈论自己的女儿时，经常讨论这样一个问题：女儿越来越黏自己。连做家务的时候女儿都会亦步亦趋，不想离开妈妈半步。这是为什么呢？

3. 女孩的心思细腻，都说她们的心思不好猜。的确，现实中很多父母也有类似的困惑，不知道如何跟自己的“小公主”相处，如何更好地走进女儿的内心世界呢？

4. 很多父母都十分为难，不知道如何面对敏感的女孩。

5. 很多父母都很疼爱自己的女儿，含在嘴里怕化了，捧在手心怕丢了。不过，宠孩子就一定要对她百依百顺、要什么给什么吗？

6. 为什么每个女孩都喜欢听这句话：“你永远是妈妈（爸爸）最漂亮的女儿。”

7. 女孩的阅读史就是她的成长发育史，如何才能让女孩养成好读书、读好书的习惯？

8. 审美对于女孩十分重要，父母如何才能培养女孩正确认识美、感受美、鉴赏美的能力呢？

9. 女孩对自己的相貌最敏感，一些女孩常因为自己长相不够漂亮，或者



身材矮小、肤色黝黑而感到苦恼、自卑。那么，父母如何才能帮女儿克服这种自卑心理呢？

10. 面对女儿的多种兴趣，父母如何做才是正确的？是限制，还是要欣赏并支持女孩的兴趣？

11. 妈妈的一举一动女儿都看在眼里，妈妈怎么做，女儿就怎么学，甚至母亲的表情、说话语气、动作、穿着打扮、思维方式、审美品位等，女儿都会不自觉地模仿。为此，妈妈该如何做，才能成为女儿最好的榜样呢？

12. 如何才能让自己的女儿成为一个博览群书、游历四方、眼界开阔的女孩呢？

13. 父母如何才能扮演好女孩人生路上引路人的角色？

14. 女孩没有时间观念，不懂得按照事情的先后顺序来安排时间，父母该怎么办？

15. 对于一个女性而言，财务独立和财务自由很重要。父母如何才能培养出这样一位善于理财，能主宰自己的生活的孩子呢？

16. 女儿如花朵般娇弱，惹人怜爱，却很难经得起风吹雨打，父母该怎么办？

17. 作为女孩的父母，如何才能引导女孩勇敢地面对困难，以积极的心态去看待一切事物呢？

18. 父母越小心地呵护孩子，孩子就越脆弱，对于女孩来说更是如此。那么，面对这样的女儿，父母该怎么办？如何才能让她经受得住苦难的打击？

19. 女孩孤僻、不合群，总是躲避人群，喜欢一人独处，不善于交际，父母怎么办？

20. 爱心教育是让女孩受益一生的教育，一个充满爱心的人，会更自信更快乐。女孩的爱心培养，关键在童年时期，那么，父母应该如何塑造出女孩具有爱心的性格呢？





21. 父母是家庭教育的主要参与者，父母如何才能够在忙碌中抽出时间陪陪孩子呢？在与女儿相处的过程中，如何才能更好地了解她的所思所想呢？

22. 女孩比男孩更加渴望得到父母的肯定和赞赏，那么，父母要如何赏识自己的女儿呢？

23. 父母不应随意揣度女儿的心思，应与她们建立起平等交流的关系，多倾听她们内心的声音。那么，父母应掌握哪些倾听的技巧呢？

24. 理解是相互的。那么，父母如何做才能让女儿更理解自己，女儿要怎么做才能赢得父母的理解？

25. 父母和女儿两代人之间必然存在着代沟，是不是这种差异就是无法跨越的？如果能，父母怎么做，才能缩小两代人之间的代沟？

26. 女孩也需要去探索和求知，父母怎么做，才能激发和保护女儿的求知欲和好奇心？

27. 女孩比男孩更容易产生偏科的问题，父母该如何进行引导？

28. 女孩不善于言辞，不敢在课堂上积极发言，父母应该怎么做？

29. 女孩需要表扬和赏识，父母如何才能把握好表扬的尺度呢？

30. 相对于男孩而言，女孩的语言天赋更突出，父母应该如何正确引导？如何才能让女孩学好一门外语？

31. 父母应该如何认真地、科学地对待孩子的考试成绩？

32. 女孩在学习上失去了动力，不明白学习的目的是什么，不知道是为谁而学习，父母应该如何加以引导？

33. 女孩很自我，不懂得感恩，父母该怎么办？

34. 女孩对自己情绪的控制能力比较差，时不时地发发“小脾气”，父母应该如何教她们学会控制自己的情绪？

35. 父母如何做，才能缓解女儿的压力，消除她们的紧张情绪，让她们化压力为前进的动力？



36. 女孩要不要有进取心，要不要像男孩一样去闯世界？
37. 父母如何做，才能让女孩远离冷漠，充满热情？
38. 女孩太自私，不懂得与人分享怎么办？
39. 女孩天生体质弱，总爱生病怎么办？
40. 女孩从小爱挑食，不爱吃饭怎么办？
41. 家有“刁蛮公主”，父母如何改造女儿的骄纵任性？
42. 女孩做事拖拖拉拉，不注重效率怎么办？
43. 女孩在物质上与人攀比、要求过分，特别爱慕虚荣，父母该怎么办？
44. 女儿经常抱怨他人，爱挑剔怎么办？
45. 女儿总是嫌自己胖，要节食减肥怎么办？
46. 父母们千方百计想知道女儿每天都在干什么，都在想什么。女儿是不是交上了不良的朋友？女儿会不会学坏？有没有早恋或网恋？面对诸多的疑惑又碍于女儿的隐私权，父母该如何抉择？
47. 青春期女孩更敏感，最怕别人说她不漂亮，父母应如何引导她们树立正确的审美观？
48. 父母不是不想与女儿谈“性”，而是不知从何入手、采用什么样的方式、运用什么样的语言。但是不谈又不行，父母该怎么办？
49. 父母应如何引导女儿正确上网，不做“网恋”的牺牲品？
50. 青春期女孩到底面临哪些压力？父母又该如何帮她们度过这段敏感期？





管教女孩，家长需要掌握的 20 条原则



1. 千万不要因为她是“女孩”，就一定要溺爱她。
2. 父母对女孩过分溺爱也会促使她们胆小。因此，父母不要事事关心，应多鼓励女孩自己去做一些事情，并告诉她正确的做法，而不是一味地代劳。
3. 父母应逐步培养女孩的艺术修养，要顺其自然，不可过于强求。同时，还要选择适合女孩年龄特点的艺术教育手段和方法。
4. 父母最好放手让女孩自己去做一些力所能及的事情，以便培养她的自我管理能力。
5. 父母要宽容和理解女儿害羞的行为，要多鼓励她，而不是为了面子去指责孩子，否则，女孩的自信心会大受打击，会越来越忸怩。
6. 目标是自己选择的，没有遗传性，做父母的切忌把自己的人生经验作为模式强加到女儿身上，切忌把自己没有实现的愿望作为人生目标硬性规定由孩子顶替完成。
7. 培养读书习惯的关键不是让女孩“读书”，而是让她“想读书”，也就是引起女孩读书的热情和积极性，培养女孩读书的兴趣。
8. 父母在女孩小的时候就要给她灌输正确的对待挫折的态度，让她们明白挫折并不可怕，只要勇敢面对，就能战胜它。
9. 但凡容易产生嫉妒心的女孩，都是因为对自己不自信所导致的。因此，父母应帮助女孩树立自信心。



10. 每个女孩都有优点，也有缺点，父母应该把这些都看在眼里，从女儿的实际情况出发，发自内心地赏识女儿的优点，鼓励女儿改正缺点。千万不要盲目地拿女儿与别的孩子作比较，尤其不要把自己女儿的短处和别人孩子的长处相比，而应该看到女儿的长处，看到女儿的进步，让她活出属于自己的精彩。

11. 父母是否拥有一颗童心，是非常重要的。童心未泯，才能抛开“大人”、“父母”等身份。当你接纳了孩子，孩子才有可能接纳你。

12. 父母要经常向女儿灌输这样的思想：学习不能仅凭兴趣出发，也许最初的学习中兴趣是最佳的诱因，但当她步入高年级阶段，就应该有较为全面的学科意识。

13. 如果你的女儿有几门功课成绩不理想，请不要发怒，应平心静气，在女儿的成绩单内“发掘”一些可以称赞的“成就”，及时给予赞赏和鼓励，同时指出不足，以激发她继续努力学习的热情。

14. 父母不可能陪伴女儿一辈子，更不可能时时刻刻在身边提醒她要注意诱惑。因此，培养女孩明辨是非，使其对诱惑有一定的分析和判断能力，是引导女孩抵御诱惑的根本所在。

15. 父母要告诉女儿，她的探索精神没有错，即使不符合标准答案但也有思维的火花闪耀其中。只有这样，她的想象力、创造力、求知欲才会越来越强，她才会更主动地学习。

16. 父母要经常对女儿进行荣辱观教育，让她们对荣誉、地位、得失、面子等持有一种正确的认识和态度。

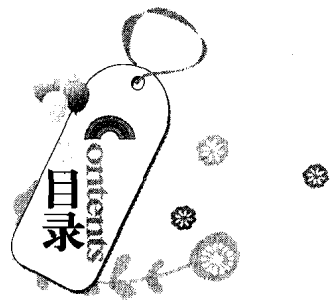
17. 父母既要指出生活上不讲俭朴、随意浪费、乱赶时髦、相互攀比是一种错误的观念，又要以身作则，以求实的精神和作风给她做榜样。

18. 父母要放下架子，把自己放在与女儿平等的位置上，努力寻求与女儿心理上的沟通与默契，不要总是摆出一幅高高在上的姿态。



19. 父母对“早恋”应有正确的态度，要明白早恋是青春期女孩中的常见情形，是女孩心理和生理发育的正常过程。早恋是不合时宜的，不应提倡，但也不能简单粗暴地制止。早恋中的女孩是脆弱的，父母在劝导时不应伤害女儿的自尊。

20. 父母也是从青春期走过来的，曾经也一定遇到过和女儿类似的情况，当时是怎样对待的或现在遇到了什么难题又是怎样处理的，与你的女儿分享这些经验。这样既帮助女儿舒缓压力，也能增强与女儿之间的情感。



第一章 千万不要因为她是“女孩”，就一定要溺爱她

- 智慧1 女孩是水做的，从小就更爱流泪，父母切莫让女孩把眼泪当武器 / 002
- 智慧2 女孩更爱“黏人”，父母要“狠心”点，因为“贴心小棉袄”也有脱下的时候 / 005
- 智慧3 父亲应在“人格、心理、择偶标准”等方面给予女儿正确的引导 / 007
- 智慧4 女孩的心思更细密，父母要用心感知女孩的内心世界 / 010
- 智慧5 从小培养女孩勤俭节约，“物质女孩”都是被父母宠出来的 / 014
- 智慧6 女孩敏感，多一些拥抱能让她更快乐 / 016
- 智慧7 让女孩明白，要获得必须先付出，杜绝女孩形成不劳而获的思想 / 019
- 智慧8 让你的小公主勇敢起来，胆小、懦弱不是女孩的代名词 / 021
- 智慧9 女孩摔倒了，让她自己爬起来，父母不要总是伸手去扶 / 024
- 智慧10 要什么给什么，是父母对女孩最不负责的行为 / 026
- 智慧11 富养不是惯养，富养的女孩也要吃苦 / 028

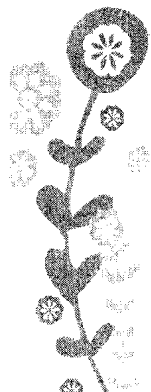
第二章 气质和修养——让女孩美丽一生的资本

- 智慧12 从小就让女孩懂点艺术，以此来感染女孩的心灵 / 032
- 智慧13 经常对女孩说“你永远都是最漂亮的！” / 035
- 智慧14 腹有诗书气自华，引导女孩正确地读书，读好书 / 037

- 智慧15 教女孩举止要优雅，培养真正的小淑女 / 039
- 智慧16 衣着打扮要得体，培养女孩正确的审美观 / 041
- 智慧17 教会女儿保持健美体态的方法 / 044
- 智慧18 自我管理是女孩修炼素养的不二法则 / 046
- 智慧19 让女孩不要养成与人攀比的性格 / 048
- 智慧20 教女孩积极消除因自身长相不好而带来的自卑感 / 050
- 智慧21 大方不忸怩，让女孩不再腼腆、害羞 / 053
- 智慧22 培养女孩的多种兴趣，多才多艺为女孩增加美丽筹码 / 055

第三章 越早规划，越早成人——父母是女孩的“人生规划师”

- 智慧23 身为父母，请抓住培养女孩的四个关键期 / 058
- 智慧24 “妈妈是面镜子”，一定要做好女孩的榜样 / 060
- 智慧25 父母要带领女孩开阔眼界和丰富阅历，让她及早产生“免疫力” / 062
- 智慧26 女孩做事没有计划性，父母要帮助她尽早确立人生目标 / 064
- 智慧27 父母要扮演好女孩人生的“引路人”角色 / 066
- 智慧28 发现女孩的天赋与特长，为女儿选择适合她的特长班 / 068
- 智慧29 培养改变女孩一生的读书习惯 / 070
- 智慧30 惜时如金，教女孩做时间的主人 / 072
- 智慧31 友谊无价，教女孩学会选择朋友 / 075
- 智慧32 理财教育——给女孩财富，不如把她培养成财富创造者 / 077
- 智慧33 不独裁、不专断，跟女儿讨论专业和职业理想 / 079



第四章 性格决定命运——父母这样培养女孩的好性格

- 智慧34 幽默是一种性格，更是一种能力，懂幽默的女孩更受欢迎 / 082
- 智慧35 女孩不做温室里的小花朵，经得住挫折才能健康成长 / 084
- 智慧36 乐观的女孩不会被任何困难吓倒，相信阳光总会再来 / 086
- 智慧37 不要让嫉妒破坏女儿的心境 / 088
- 智慧38 女孩应该坚强，化眼泪为成功的催化剂 / 090
- 智慧39 胆怯不是女孩的代名词，要让胆小的女儿站起来 / 093
- 智慧40 女孩天生脸皮薄，教女儿承认错误需要技巧 / 095
- 智慧41 女孩应该独立，不做爸爸妈妈的影子 / 097
- 智慧42 教女孩要合群，别让她陷入孤僻的陷阱 / 099
- 智慧43 女孩就是要有主见，不做人云亦云的“小八哥” / 101
- 智慧44 宽人才能恕己，及早让女孩懂得这个道理 / 104
- 智慧45 女孩就是要有爱心，让她成为自己和别人的天使 / 106

第五章 与女孩和平相处——多些爱，多些关怀

- 智慧46 父母再忙也不要忽略女儿的存在，多抽时间和她谈谈心 / 110
- 智慧47 赏识你的女儿，让她觉得自己是“最棒的” / 112
- 智慧48 “女儿在想什么？”倾听女孩心事的技巧 / 114
- 智慧49 妈妈要告别“碎碎念”，不做女儿心中的“唠叨婆” / 116
- 智慧50 有理解女儿的父母，才有理解父母的女儿 / 118
- 智慧51 与女儿交朋友，像朋友一样跟她“谈天说地” / 121
- 智慧52 不做专制型父母，允许女儿和父母争辩 / 123
- 智慧53 与女儿共同探讨时髦话题，缩小两代人之间的代沟 / 125

- 智慧54 爱也需要表达，多尝试一些方式与女儿交流 / 128
- 智慧55 女孩不是故意要撒娇，而是她们比男孩更渴望父母的关注 / 130
- 智慧56 营造一个温馨的家，温暖女孩的一生 / 132

第六章 把女儿培养成才女——父母要让女孩爱上学习

- 智慧57 天赐公主，父母要发现女儿身上的特殊天赋 / 136
- 智慧58 不要扼杀女儿的求知欲和好奇心 / 138
- 智慧59 有针对性地女孩进行正确的引导，以避免偏科 / 141
- 智慧60 让女孩敢于和善于在课堂上大胆发言 / 143
- 智慧61 表扬是必要的，但要避免女儿过分依赖表扬 / 145
- 智慧62 正确对待女孩的语言天赋，让女孩至少学习一门外语 / 148
- 智慧63 发挥心思缜密的天性，让女孩写好作文 / 150
- 智慧64 培养女孩的逻辑思维能力，让数学不再是女孩的“痛” / 153
- 智慧65 女儿比分数重要，理智看待成绩单 / 156
- 智慧66 多复习是保持优异成绩的“制胜法宝” / 158
- 智慧67 巧妙地引导，让女孩知道自己为谁而学习 / 160

第七章 情商培养——培养阳光女孩的秘诀

- 智慧68 一个有别于男孩的世界，女孩的成长蓝图 / 164
- 智慧69 感恩，引导女孩懂得回馈父母的爱 / 166
- 智慧70 教女孩控制好自己的情绪，让她轻松拥有好脾气 / 168
- 智慧71 教女儿放松心情，变压力为动力 / 170
- 智慧72 教女儿不要太“独”，学会合作会让她更具魅力 / 173
- 智慧73 女孩要对诱惑“免疫”，才能克制不断膨胀的欲望 / 175



- 智慧74 女孩与世无争不可取，要保持积极的进取心 / 177
- 智慧75 女孩不要过于感性，懂得思考才能变得理性和睿智 / 180
- 智慧76 “不比男孩差”，教女孩儿正确对待别人的评价 / 182
- 智慧77 让女孩远离冷漠，充满热情的女孩更受欢迎 / 185
- 智慧78 “快乐复制一半”，懂分享的女孩最可爱 / 187

第八章 教女有方——直面女孩成长过程中的问题

- 智慧79 女孩天生体质弱，总爱生病怎么办？ / 191
- 智慧80 女孩从小爱挑嘴，不爱吃饭怎么办？ / 194
- 智慧81 家有“刁蛮公主”，父母如何改造女儿的骄纵任性？ / 196
- 智慧82 女孩做事拖拖拉拉，不注重效率怎么办？ / 198
- 智慧83 女儿情绪多变、多愁善感，父母怎么办？ / 200
- 智慧84 女儿天生好吃零食，父母如何让女孩远离零食？ / 202
- 智慧85 家有小美女，爱慕虚荣怎么办？ / 205
- 智慧86 女儿经常抱怨他人，爱挑剔怎么办？ / 207
- 智慧87 女儿爱攀比，嫉妒心理极强怎么办？ / 209
- 智慧88 女孩爱“追星”，父母怎么办？ / 211
- 智慧89 女儿总是嫌自己胖，要节食减肥怎么办？ / 213

第九章 每个女孩都有“秘密”——允许女儿保有“心灵花园”

- 智慧90 与其窥探女儿的隐私，不如试着走入她的内心 / 217
- 智慧91 青春期女孩最怕别人说她不漂亮，父母应引导她们树立正确的审美观 / 219
- 智慧92 “用糖果、香料做成的女孩”——女性激素的秘密 / 221
- 智慧93 送女儿一个带锁的日记本，让她感受到父母对她的尊重 / 223

