

How to be a Great Dad



做一个好父亲比当CEO还有成就感

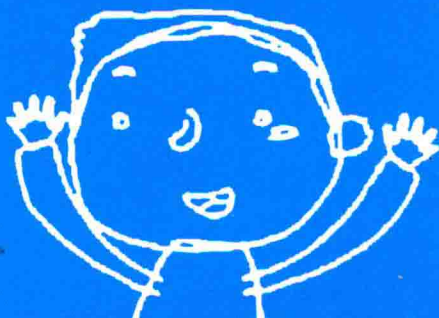
爸爸养育女儿的30个经典法则

爸爸和女儿 一起长大

知道吗？你——爸爸，是女儿生命中最重要的男人；是女儿爱上的第一个男人；是女儿心目中的英雄。她需要你强壮的臂膀，需要你的勇敢为她鼓劲，需要你的智慧为她的人生规划，需要你帮助她认识新鲜事物与社会……总之，女儿需要爸爸与她息息相通、长久相伴，需要爸爸作为她的靠山！

曾强 编著

云南出版集团公司
云南人民出版社



做一个好父亲比当CEO还有成就感

爸爸养育女儿的30个经典法则

爸爸和女儿 一起长大

曾强 编著

云南出版集团公司
云南人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

爸爸和女儿一起长大 / 曾强编著. -- 昆明 : 云南人民出版社, 2011.11

ISBN 978-7-222-08442-1

I. ①爸… II. ①曾… III. ①家庭教育—通俗读物
IV. ①G78-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第225588号

组 稿: 刘诚林 和晓玲
责任编辑: 殷筱钊 刘诚林
特约编辑: 杨 森
责任校对: 殷筱钊 刘诚林
责任印制: 段金华

书 名	爸爸和女儿一起长大
作 者	曾强 编著
策 划	北京海润源文化有限公司
出 版	云南出版集团公司 云南人民出版社
发 行	云南人民出版社
社 址	昆明市环城西路609号
邮 编	650034
网 址	www.ynpph.com.cn
E-mail	rmszbs@public.km.yn.cn
开 本	787×1092 1/16
印 张	12.875
字 数	160千
版 次	2011年12月第1版第1次印刷
排 版	北京海润源文化有限公司
印 数	1-5,000
印 刷	北京九天众诚印刷有限公司
书 号	ISBN 978-7-222-08442-1
定 价	25.80元

尊敬的读者: 若您购买的我社图书存在印装质量问题, 请与我社发行部联系调换。
发行部电话: (0871)4194864 4191604 4107628(邮购)

前言：爸爸是女儿最初的爱

小女孩是什么做成的？

女孩与男孩到底有什么不同？

女孩的成长规律是什么？

爸爸在养育女儿的过程中有着怎样重要的作用？

女孩成长的各个阶段有何特征？

爸爸应该如何培养女孩的自信和自身的能力意识，让她们能够发现并远离成长环境中的潜在危险，防患于未然？

怎样发现女孩那些似乎无理的行为背后的真实意图？怎样让她生活得更加幸福？

是的，女孩与男孩有着太多的不同，女孩的培养更具有挑战性。

知道吗？你——爸爸，你会是女儿生命中最重要的人，你将是女儿爱上的第一个男人，你让她最初懂得什么是爱，你一直是女儿心目中的英雄——她需要你强壮的臂膀给她安全，她需要你的勇敢为她鼓劲，她需要你的智慧为她的人生规划轨迹，她需要你帮助她认识这个懵懂的世界与社会……总之，女儿需要你与她息

息相通，长久相伴；女儿需要你作为她的靠山——你能决定小“公主”的未来。

可以说，从女儿呱呱落地的那一刻开始，她就需要爸爸去理解和支持她的“雄心”和梦想；爸爸为女儿提供了满足其心灵需求的信心和才能榜样；做爸爸的既要正确评价女儿成为女性的方式，又要交给她关于男性品质和才能的识别能力和判断力；爸爸在女儿面前有许多重要的任务；女儿将从爸爸那里了解到权威、权力、能力、愤怒、劳动、人际关系、金钱、冒险、坚持到底以及自尊……

一般来说，女孩与父亲的关系，会随着时间的推移呈现出不同的特点，而做爸爸的要注意采用不同的方式参与到培育女儿的过程中。

婴幼儿时期——感应期

因为大部分父亲不懂得如何照顾孩子，感到不知所措，所以这一阶段的女孩会更多青睐于与母亲的脐带关系，对父亲的爱表现出小小的抗拒心理。

解决办法

在婴幼儿时期，即从出生到7岁之间，爸爸要用更多时间来关注和护理女儿。

这段时间的女儿表现得好像不怎么喜欢爸爸，而更喜欢妈妈，主要是因为妈妈总是照顾女儿吃奶、换尿布、洗澡等，女儿对妈妈的面孔、身影很熟悉，而爸爸则很少做这些事。正是由于爸爸对女儿缺乏应有的护理和关注，自然的，对人敏感的小女孩就会

对爸爸产生疏感，对有些陌生的爸爸表现出小小的抗拒。

因此，爸爸要多向妈妈学习，进入到女孩的世界里！爸爸要学会换尿布、抱孩子、拍饱嗝、给女孩洗澡、帮女孩活动筋骨等妈妈们该做的事情。同时，爸爸还要学会深情地凝视女孩的眼睛，并对女儿做各种表情。当然，爸爸们因为工作忙等各种原因，可能没有太多的时间来进行这样的事情。但是，在这里一定要强调的是：爸爸虽然可以不必长时间地为女儿做这些事，但务必保持经常这样做。如果爸爸每天都抱一抱女儿或拍着她睡觉，那女孩是不会对爸爸感到陌生的。

童年时期——亲密期

这段时期，充满探索欲望的女孩会从母亲的怀抱中走出，更多地渴望走进父亲的世界，女儿和父亲的关系也将进入一个最为亲密的阶段。

解决办法

这一阶段的女孩长成进入了一个崭新的阶段——渴望独立和探索，而爸爸总是很有创造力，总能带给女儿意想不到的惊喜。而这些，恰恰都是儿童期女孩最为需要和喜爱的。除此之外，在日常生活中爸爸男性精神的体现，往往也是吸引儿童期女孩目光的重要因素所在。在大多数儿童期女孩心目中，爸爸不仅是权威和力量的象征，更是一个伟大的男性，因为他的身上具备母亲以及自己所没有的能力和力量。比如，家里的电灯坏了，爸爸随便摆弄几下就可以弄好；家里出了着急的事情，妈妈焦急万分、手忙脚乱，爸爸却能从容应对，这些都让女孩对爸爸有了更美好的印象。她们感觉爸爸是个无所不能的神奇人物，是自己崇拜的偶像，

更是自己完全可以依赖并依靠的人。

因此，对于这一阶段的女孩，爸爸应尽可能地让她参与到自己的生活中来，多用一些时间陪伴女儿，不要因为嫌麻烦而拒绝女儿的参与。例如，你可以带领女儿一同进行很多男性活动，如修理家具、擦洗汽车、修剪花草等等。经常与具有神奇力量的爸爸一同完成某项工作，女孩又怎会不越来越优秀呢？这无疑将带给女孩一种从内到外的质的改变。

青春期——疏离期

随着心理和生理的发育成熟，女孩会进入一个和父亲关系的疏离期。但在这一阶段，父亲对待女儿的态度以及方式，往往决定着女儿是自信还是自卑、是勇于进取还是消极懈怠、是踏上成功之路还是陷入黑暗漩涡……

从父女关系的发展规律中我们不难看出，在女孩的不同成长阶段，父爱发挥着不同的作用。

解决办法

面对青春期的女儿，你需要换种方式去爱她。青春期的女孩与爸爸，既可以建立良好的父女关系，也可能关系破裂。因此，必须谨慎处理。

女孩的青春期的并不是一帆风顺的航程，此时的女孩处于最容易出现心理问题的危险时期，她们常常会因为缺乏理智的判断而最终做出错误的选择，使自己受到伤害。而在这个阶段，与母亲比起来，作为女儿身边最为密切接触的唯一男性、一个更能用理性思维思考问题的男人——爸爸对女儿的信心和理解对她们更为

重要。事实上，处于“危险”时期的女孩，是非常渴望得到爸爸的理解和帮助的。女孩需要从爸爸那里得到信心和鼓励，让她确信自己正经历的事情是自然的，确信爸爸仍然像过去一样爱自己。可以说，爸爸——女孩生命中的第一个男性，他的必要任务之一就是：为女孩提供一个安全的港湾，女孩可以在这里松口气：“我很好，爸爸认为我很好。”然后信心满满地度过青春期。

爸爸送给女儿六大的礼物

1. 陪伴。保证参加孩子重要活动的比例至少达到 2/3，即使为此收入降低。经常和女儿一起谈天、放松和参加比赛，一个在父亲陪伴下长大的女儿能够体谅父亲在某些时候不能陪伴在自己身边，但她知道当她需要的时候，父亲能提供帮助。

2. 冒险和欢笑。生活中没有欢笑是一种浪费，没有冒险的生活是不完整的。女孩子喜欢冒险，一般提供冒险机会是父亲的责任。女孩喜欢欢笑，有时讲笑话是父亲的工作。参与竞争，使女孩们获得成功、得到快乐。

3. 情感是一种礼物。创造和女儿情感交流的机会，一起去玩、互相鼓励和批评、讲睡前故事等。通过肢体接触给予孩子需要的身体上的交流，比如把女儿抛起来、再接住。有意识地表扬女儿。父亲也可以通过为女儿做出牺牲表达对女儿的爱。无论女孩有一个怎样的父亲，她都要知道父亲为她的安全和幸福放弃和付出了许多。

4. 训练和自我约束是一种礼物。父母对于训练的要求往往是不同的。父亲会用强加的方式教会女儿自我克制。对于女孩子来说，了解和控制感情是保持女性精神需求平衡的重要内容。因为女孩

的大脑负担了更多的感情和感觉因素，帮助女孩学会控制感情非常重要，而父亲往往更重视感情的“控制”。

5. 独立。父女关系中，父亲应该鼓励女儿进行独立的思考。研究表明，那些在成长中经过父亲培养独立思想的女孩往往在工作中做得更好，并且成长为充满自信的女人。女儿是父亲的追随者，她们通过观察父亲如何教导自己，培养她的领导能力。

6. 身体的礼物。父亲经常会忽视对女儿身体发育的关注。女人自身形象的发展很大程度上给予她们对男人需要的设想。她们信任的男人会让她们更聪明。特别是青春期，主动的父亲给予女儿非常想要而且非常需要的性知识，她依赖于他建立良好的亲密关系，在危险时需要父亲的保护。

爱，要用一生的经验！对于爸爸而言，最富足的投资就是投资孩子的未来，培养孩子挖掘探索未来的能力和知识。

本书中集合了国内外知名人士对女儿的教育智慧和培养方法，融合了浓浓的父爱和亲情。本书告诫天下所有爸爸们：你比自己所认为的要更强大！女儿需要你强壮的臂膀，只要你遵从本书的建议和指导，你和女儿未来的人生定将获得无尽回报。从你女儿的角度来看，改善你与她的关系从来都不晚。所以，请勇敢些。你的女儿需要你的指引和支持，她需要和你有强烈的感情纽带。这本书将告诉你如何加强这种联系，或是重建这种感情，用这一强烈的感情纽带来更好地塑造你女儿的人生以及你的人生。

目 录

前言：爸爸是女儿最初的爱/1

女孩与男孩的不同/1

女孩面临的挑战/8

爸爸的影响力/11

爸爸在养育女儿中的独特作用/21

对女儿进行爱的教育/28

为女儿创造和谐的成长环境/39

给女儿赏识教育/44

孩子最需要的礼物 /50

孩子成长的七大需要 /55

带女儿了解世界/61

发现女儿的天赋/70

让女儿爱上读书/81

教女儿理财，做个财富女孩/88

培养女儿的耐心/96

培养女儿专注的习惯/104

培养女儿敏锐的观察力/110
培养女儿爱劳动/117
培养有主见的女孩/124
培养女儿懂礼貌/129
培养自尊的女孩/133
培养女儿的爱心/139
责任心是女孩的独特魅力/143
教女儿宽容/148
做个有诚信的女孩/151
自信的女孩最美丽/155
培养女儿谦虚的美德/165
培养经得起摔打的女孩/169
教女儿自我激励/177
培养女儿的乐观/184
培养女儿的情商/189

女孩与男孩的不同

所有的卵子都是相同的身份：22对染色体再加上一对性染色体，性染色体一定是X；所有的精子同样有22对染色体，再加上一对性染色体，但是性染色体可能是X也可能是Y。结果是，如果卵子同含有X的精子结合，未来的婴儿就是女孩；如果精子含有的是Y，那么就是男孩。

父母对待男孩女孩的不同

作为父母照料孩子，抚摸他（她），同他（她）说话以及和他（她）一起玩的时候，常常会不自觉地根据孩子的性别采取不同的方式。

这一点也许连父母自己都没有意识到。比如换尿布这个简单的事情，如果被问起，他们的回答一般是：换个尿布，对女孩和对男孩能有什么不同。

那可不一定！心理学家经过研究发现：对女孩，父母会花更多的时间逗她笑，同她说话，这种做法会鼓励她与人交流。而对男孩，父母则更多地对他们做身体的示范，同他玩更剧烈的游戏。

对男孩的调皮，父母也表现出更多的宽容。父母对孩子传递的信息的内容就是这样非常具有性别色彩。

研究者还观察到一个有趣的现象，当父母给女孩换尿布时，说的都是眼前的事。他们会用表情和语言解释，比如“女儿，尿布好臭哟，咱们把它换掉吧”之类的话；而在给男孩换尿布的时候，父母却很少说他们正在干的事情，而是提到没在场的人。如“爸爸哪儿去了”，说过去的事情和将要发生的事情，如“一会儿咱们出去玩吧”。总之，说的都是当时情景以外的事情。这样的话相对比较抽象和具有信息性。观察表明，在孩子2岁的时候，父母所表现出的对男孩和女孩的不同态度最明显。

另外，父母通常很难接受自己的孩子玩与其性别不符的游戏。

一位女研究者观察了24位20~24个月的儿童。她发现，当小男孩要玩娃娃时，他的父母会非常强烈地干预，甚至要惩罚他；而且爸爸往往表现得更为严厉，不能容忍这种行为的混乱。一般来说，男人好像更执著地追求遵守有关性别角色的文化标准。而对女孩，父母则比较灵活，允许她进行一些并不是十分女性化的活动，但同时，也还是倾向于引导她玩女孩的游戏！

另外，父母和教育者在游戏中，更倾向于鼓励男孩独立自主，而对女孩则侧重依赖关系。虽然因为家庭不同，教育方式不同，父母的态度也或多或少地不同，但这确实是普遍的现象，只是程度不同而已。

与此同时，在集体中，一个孩子是不可能当着别的小伙伴的面玩不符合自己性别的玩具的。人们发现，在这一点上，父母并不是唯一“施加压力”的人。

性别认知

婴儿从7个月起,就能够区分照片上的女人脸和男人脸。另外,婴儿完全可以区分女人的声音和男人的声音。他(她)刚刚发现世界上是有两大组人构成的:男人和女人!

这个年龄段的婴儿还不知道自己究竟是什么样的。如果把 he(她)放在镜子前面,他(她)会以为对面有另外一个婴儿。他(她)根本不会想到面对的是自己的映像。等能够肯定了自己的基本身份后,他(她)就会对自己的性别角色感兴趣了。

1岁左右的婴儿对同自己性别相同的孩子和大人尤其感兴趣。他们会更专心地看着这些人,并试图同他们接触。对同性的关注大概能够表明1岁的孩子已经具有性别的归属感了。这个假设在孩子18个月时得到证实——18个月的孩子知道他(她)该如何表现以符合自己所处“性别组”的习惯。如果让孩子在没有任何的引导和压力下自己选择玩具,小女孩更喜欢选择女孩的玩具,小男孩更喜欢选择男孩的玩具。我们可能由此说,他们百分之百地接受了周围人给他们的性别信息。

到2岁左右,当被人问起的时候,大部分孩子能够说出自己是男孩还是女孩。从2岁起,人们发现这些小萝卜头会非常主动地做出符合对自己性别的文化模式的行动——小男孩竭力地模仿爸爸,小女孩则更多地模仿妈妈。如果让他们自由地选择游戏伙伴,他们会更喜欢找同性别的孩子:女孩找女孩,男孩找男孩。

在日常的行为中,6岁以下的儿童也是非常传统的!一位研究人员给刚刚2岁的儿童看一些不太符合文化习惯的照片,比如,一个男人正在化妆或者下厨做饭。面对这样的照片,孩子的脸上会显出一种非常吃惊的表情。他们好像在说,这可不对!

虽然在自己的家庭中，家务也不一定是完全按照传统的方式分工的，但是这些小机灵鬼会在别的地方获取信息：在小伙伴家、在阿姨家、在动画片中或者在儿童文学中等等。

当然，我们也不必太失望。最近的科研表明，看电视少的孩子和妈妈上班的孩子所采取的性别态度相对不是那么传统。也许，10年后我们的孩子再看到爸爸刷锅碗瓢盆的照片时，就不会感到吃惊了。

六七岁的孩子，保持着明显的性别行为：因为他们在智力上还没有坚信自己一生都将是男孩或者是女孩。正是由于这种不确定性，幼儿园的女孩会要带花边的裙子，想穿妈妈的高跟鞋，而小男孩在红毛衣前会愤怒地大叫。通常情况下孩子会有服装来确实定性别的区分，让自己有归属感。

男孩与女孩的差别

一直到3岁之前，女孩和男孩的区别都不是很大，他们的身长和体重的成长曲线几乎一样。3岁以后，同龄的男孩一般会比女孩高一二厘米；体重也略重600~700克。这种区别是由于在男孩体内分泌的睾丸素，这种激素使得男孩身体的发育更快。同样也是由于这种激素，使男孩的行为不同于女孩。某些研究同样表明，男孩比女孩更需要释放自己的能量。

古老的童谣说道：“女孩是用糖、香料和一切美好的东西做成的；男孩是用剪刀、青蛙和小狗尾巴做成的。”这也就是女孩安静、合作，喜欢糖、香料等一切美好的东西，而男孩坐不住、捣乱，喜欢一切冒险性事务的原因。

女孩和男孩的不同并不仅限于此，由于大脑的细微差距以及

大脑中某个部位的发育先后顺序及程度不同，也造就了女孩与男孩的差异。

与男孩相比，女孩似乎来自另一个星球：不像男孩那样子喜欢爬上爬下，女孩喜欢安安静静地听妈妈讲故事、喜欢做安安静静游戏；不像男孩那样崇拜英雄奥特曼，女孩更喜欢美少女、白雪公主；不像男孩那样喜欢竞争，女孩更希望自己多几个知心朋友……

决定男孩喜欢冒险、竞争等天性的因素是男孩体内的男性荷尔蒙——睾丸素。同样，女孩的天性也是由她体内的荷尔蒙决定的——从妈妈受孕那一刻起，女性染色体基因便被女性荷尔蒙激活，这些荷尔蒙在女孩出生之前就已经为她规划了未来。这也就是说，女性荷尔蒙决定了女孩细心、安静、敏感、温柔等天性，同时也决定了女孩更注重人与人之间的关系。

艾里姆夫妇在名为《养育女儿》的畅销书中明确解答了这个问题，他们认为：女孩更注重人与人之间的关系。每接触一个新的领域，女孩最关注的是这些问题：

第一，我们之间有关系吗？

第二，我们之间关系的本质是什么？

第三，在这种关系中，我处于何种地位？

第四，要维持关系内的这种联系，我应该做些什么？

最新的医学成像技术可以清楚地表明，男人和女人（婴儿也是如此）使用大脑的方法不同，大脑活动的优势区域也不同。

如果说女孩在语言方面更强的话，男孩的空间识别能力可能更胜一筹；女孩情绪化和善于交流，也就是我们所说的，情感丰富；而男孩则擅长抽象思维。

男孩更善于根据自己的实力来估计自己在所处集体中的地位，更喜欢主宰、控制环境。在从父母身上充分得到无条件的爱的前提下，男孩会比女孩更早地走向独立。

研究表明，男人的大脑确实比女人大，但造物主的公平在于女人大脑的胼胝体优于男人，它起协调作用，这就不存在所谓哪个性别更聪明的问题。基于此，男孩的空间感比女人强，比如在搭积木游戏中，男孩更习惯平铺出广大空间，而女孩更善于搭高；女孩比男孩善于观察，如察言观色的能力女孩优于男孩；幼时阅读能力通常比男孩强；女孩和女人可以同时处理很多事务，善于协调，男孩和男人更擅长一件事做完一件再做一件。女孩的注意力比男孩持续时间长，而男孩注意力相对要比女孩集中。男孩内心是宽阔的空间，犹如巨大的足球场，里面有快速移动的物体；女孩的内心更像整洁的房间，井井有条的布置充满着感情色彩。

1. 女孩比男孩更敏感

“听”是女孩得天独厚的心智能力，因此女孩对噪音的反应更强烈，同一种声音在女孩听来要比男孩听到的响亮两倍；在触觉方面，最不敏感的女孩也要比最敏感的男孩得分高；女孩的视觉记忆更好，在黑暗中女孩看得要比男孩清楚；女孩的味觉和嗅觉也比男孩敏感：女孩有更多的味蕾，更容易受到气味的吸引。正因为此，女孩更擅长调动自己的听觉、视觉、触觉、味觉和嗅觉等，捕捉到那些微妙的、不容易被人发觉的信息以及更为具体的细节，建立起自己的直觉系统。

男孩的所有感觉器官（包括直觉）天生要比女孩迟钝。在男孩所有的感官中最灵敏的是视觉，而且男孩更适合看移动的物品。由于男孩的感官敏感度低于女孩，所以在对男孩的教育中更要强