

<<不娇不惯培养女孩的100个细节>>

图书基本信息

书名：<<不娇不惯培养女孩的100个细节>>

13位ISBN编号：9787121172427

10位ISBN编号：7121172429

出版时间：2012-9

出版时间：电子工业出版社

作者：张端然

页数：240

字数：277000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;不娇不惯培养女孩的100个细 &gt;

## 前言

家有女孩怎么教？

这是家有女孩者必须面对的重要课题。

女孩与男孩的培养方式与培养的侧重点是不同的，这就需要我们了解女孩与男孩之间的差异，对女孩进行有针对性的培养，最大程度地把她养育好、教育好。

有女孩的父母是有福的，当然肩上的责任也更加重大。

因为今天的女孩就是未来的母亲，如果她今天不能做个好女孩，未来也很难成为一个好母亲，当然也很难把自己的下一代教育好。

古人讲：“闺阈乃圣贤所出之地，母教为天下太平之源。

”可见，教育女孩是一件非常重要的大事。

我们必须花大气力、不遗余力地培养女孩，把她培养好。

可是，面对可爱的女孩，我们大都会对她娇惯不已。

其实，我们这不是爱女孩，恰恰是害了她。

我们应该让女孩有良好的内涵气质，有好的人品素养，有好的性格，让她有独立的资本，让她“读万卷书，行万里路”，让她“上得厅堂，下得厨房”，等等。

而要做到这些，就需要我们把握培养女孩的一个重要原则——不娇不惯。

前苏联著名教育家捷尔任斯基曾说过：“父母溺爱和娇惯孩子，满足他们的任性要求，他们长大就会堕落，成为意志薄弱、自私自利的人。

因此，父母的爱不应该是盲目的。

”是的，很多教育家都呼吁父母不要溺爱女孩，对女孩不要娇惯。

但是，为什么还有很多父母娇惯自己的女孩却还不自知呢？

根本原因是父母不知道如何做是娇惯、是溺爱，如何做是理智的爱。

英国著名教育家约翰洛克说过：“一般人教育子女有个重大的错误，就是没有使儿童的精神在最纤弱、最容易支配的时候，习惯遵守约束和服从理智。

”由此可以看出，我们如果能让女孩学会“遵守约束和服从理智”，就能远离娇惯与溺爱了。

那么，如何做才能让女孩遵守约束，如何爱才是理智的爱？

是不是拒绝女孩所有的请求就是对她的约束？

是不是每天冷脸对女孩就是理智？

当然不是。

但是，如果我们无限制地满足着女孩的所有要求，在与她的相处中从来没有露过“严肃”之相，那么一定是娇惯她了。

美国心理学家马斯洛在《洞察未来》一书中有一节关于“儿童对限制控制和安全的需要”的论述，其中有一段话是这样说的：“儿童，尤其是幼儿，非常需要甚至渴望来自外部的控制、决断、纪律与安定……受到过溺爱的孩子，经常会对软弱的父母产生轻视、嘲笑甚至厌恶的情绪，儿童需要坚强、果断、自主、自重的父母。

”是啊，当我们果断地对女孩说“不”的时候，她虽然一脸不满，但是对我们的敬畏开始萌生。

同样，当女孩要什么我们就给什么的时候，她就把我们视为“伺候自己的奴仆和下人”，如此一来，她还会对父母有什么尊重可言？

而且，生活在溺爱环境中的女孩，看似要什么有什么，但是不会快乐，也不会幸福。

因为，一个人感到幸福的前提是感恩和满足。

当女孩无休止地索取的时候，逐渐习惯别人的给予，慢慢地认为这是他们应该做的。

有了这种思想的女孩，一旦获取不到，就会怨天怨地，埋怨别人对自己不够好。

这样的女孩因为贪婪而不懂得满足，因为不曾付出而不懂得感恩，她会快乐吗？

谁愿意和这样的女孩共事、共同生活？

可以说，娇惯是世界上最毒的毒药，这种毒药贴着爱的标签，却在实实在在地害着女孩。

其实，娇惯、溺爱女孩的形式很多，包括过度民主，过度保护、袒护女孩，无止境地满足女孩的要求

## <<不娇不惯培养女孩的100个细节>>

……但是，我们要知道，不是满足了女孩就是爱，不是拒绝了女孩就是不爱……真正理智的爱是帮助女孩提升感恩心，是让她知道满足。

所以，我们千万不要用这种盲目的爱做“害人害己”的事情，要用理智的爱做“利人利己”的事情。

第一，对女孩的要求，我们不要有求必应；第二，当女孩无理任性时，我们绝不“顺从”；第三，不要袒护女孩，否则她不会有对自己、家庭、社会和国家的责任感；第四，不要做“奴仆型”父母，凡事替女孩包办，否则最终将造就无能的女孩，因为我们可以代替孩子做事，但是代替不了孩子成长；第五，不要对女孩过度保护，要舍得让她吃苦，因为只接受“温室教育”的女孩，是无法经受住“室外”的风雨的……当然，这些都属于“不娇不惯”这一原则的范畴。

那么，不娇不惯是原则，具体还应该注意哪些问题呢？

这正是这本《不娇不惯培养女孩的100个细节》所要回答的。

本书从不娇不惯是一种教育智慧、发现女孩的成长秘密、从心灵上呵护女孩、培养女孩的好品格、对女孩进行挫折训练、教女孩学会立身、表扬批评讲艺术、培养女孩的财商、培养女孩的好性格、正确地赏识女孩、培养女孩的好习惯等11方面全面总结了培养完美女孩的100个细节，更有若干实用的方法来解读这些细节。

本书阐述了不娇不惯培养女孩的教育精髓和规律，语言通俗简洁、精辟凝练，视角独特，思考到位、富于智慧，方法实用、可操作性强，是一部难得的培养女孩的家庭教育读本，值得每一位关注女孩成长的父母拥有。

不娇不惯，并不是一种新的教育方法，但却是一种教育态度，也是一种教育艺术。

所以，不娇不惯的教育理念应该引起我们足够的重视。

其实，懂得了不娇不惯的价值之后，稍微控制一下自己，改变一下自己，教育女孩这件事就会变得非常简单。

不娇不惯，会给我们一个提醒、一种警示；不娇不惯，会让我们驻足、反思；不娇不惯的案例与方法会给我们每一位为人父母者提供一种全新的思路和惊喜……

## <<不娇不惯培养女孩的100个细 >

### 内容概要

面对可爱的女孩，父母大都会对她娇惯不已。  
其实，这不是爱女孩，恰恰是害了女孩。  
我们应该让女孩拥有良好的内涵气质、人品素养和好的性格，让她拥有独立的资本，等等。  
而要做到这些，就需要我们把握培养女孩的重要原则——不娇不惯。  
本书从不娇不惯是一种教育智慧、发现女孩的成长秘密、从心灵上呵护女孩、培养女孩的好品格、对女孩进行挫折训练、教女孩学会立身、表扬批评讲艺术、培养女孩的财商、培养女孩的好性格、培养女孩的好习惯等11方面全面总结了培养完美女孩的100个细节，更有若干实用的方法来解读这100个细节。

## 作者简介

张端然，资深家庭教育研究者，家庭教育畅销书作者。  
曾在某著名国际学校做过多年一线教师，多次被评为“学生最喜爱的教师”、“优秀青年教师”等。  
现专注于家庭教育和青少年问题的研究与写作。  
出版家庭教育著作多部，广受读者好评。  
其中《挫折教育》、《换种方式与孩子沟通》、《好父母改变孩子一生的60种激励法》、《最彻底的家庭教育方法——&lt;弟子规&gt;里的教育智慧》等作品深受广大读者好评

书籍目录

第一章 不娇不惯，是一种教育智慧

1. 把培养女孩当成我们一生的事业
2. 培养女孩，父亲一定要参与进来
3. 反思自己，我们是不是合格的父母
4. 娇惯女孩，只会让教育变得更糟糕
5. 做好父母，是需要不断学习的
6. 对女孩要呵护，但不要过度保护
7. 让女孩从小就不做娇弱小女子
8. 大胆拒绝女孩提出的不合理要求
9. 给女孩创造温馨和谐的家庭氛围

第二章 了解女孩，发现她成长的秘密

10. X染色体决定女孩的成长轨迹
11. 从大脑结构上发现女孩与男孩的不同
12. 了解女孩的雌性激素与孕激素
13. 女孩也有让人惊叹的雄性激素
14. 善于发现女孩的优势与天赋所在
15. 0~18岁，女孩成长有三个关键阶段
16. 培养女孩，不要有性别思维定势

第三章 不娇不惯，但要在心上呵护女孩

17. 经常陪女孩聊聊天，知道她的心思
18. 要懂得认同女孩的心情感受
19. 放下架子，与女孩平等地沟通交流
20. 给女孩一个独立空间，允许她有自己的秘密
21. 鼓励女孩表达自己的见解与想法
22. 尊重女孩的自主决定和选择
23. 信任女孩，给她一种无形的力量
24. 把交友原则告诉女孩，尊重她交友的权利
25. 与青春期女孩轻松谈论爱情与性
26. 不要对女孩吼叫，要“以理服人”
27. 一定要给女孩申辩与解释的权利

第四章 不娇不惯，培养女孩的好品格

28. 女孩有孝心，才是“贴心小棉袄”
29. 从小就在女孩心中种下诚信的种子
30. 给女孩一颗博爱与感恩的心
31. 女孩做错事，首先要让她学会反省
32. 拓宽女孩的心胸，不要让她斤斤计较
33. 谦虚永远是女孩应有的好品格
34. 教女孩学礼，做到仪表美、心灵美
35. 培养、呵护女孩的同情心
36. 重视培养女孩的社会公德心
37. 对女孩进行节俭教育，让她告别“大手大脚”
38. 让女孩从小就做家务，懂得帮父母分担

第五章 不娇不惯，对女孩进行挫折训练

39. 抓住生活中的机会让女孩体验挫折
40. 设置情境，对女孩进行挫折演练

<<不娇不惯培养女孩的100个细 >

41. 教女孩掌握应对挫折的几种方法
42. 面对挫折, 教女孩学会激励自己
43. 鼓励女孩加强体育锻炼, 身体健康
44. 增强女孩应对挫折的心理承受能力
45. 培养女孩的乐观心态, 笑对挫折
46. 鼓励女孩接受不可改变的现实
47. 给女孩补上“生命教育”这一课
- 第六章 不娇不惯, 教女孩学会立身
48. 对女孩力所能及的事不要包办代替
49. 尽可能早地教女孩下厨房, 学做针线活
50. 重视培养女孩适应环境的能力
51. 教女孩学会合作, 不逞能“单打独斗”
52. 培养女孩的责任感, 让她不推卸责任
53. 教女孩学会控制自己的情绪和行为
54. 引导女孩多读书, 提升自己的涵养
55. 教女孩学会认识自己、悦纳自己
56. 引导女孩学会理性地思考问题
57. 把世界真实的样子告诉女孩
- 第七章 不娇不惯, 表扬与批评要讲艺术
58. 适当地在别人面前表扬女孩
59. 过多表扬女孩会有副作用
60. 不要用金钱和物质“表扬”女孩
61. 不要当着别人的面批评女孩
62. 千万不要讽刺与挖苦女孩
63. 批评女孩要就事论事, 不要翻旧账
64. 沉默有时候也是一种批评
65. 宽容女孩有时比惩罚她更有效
- 第八章 不娇不惯, 培养女孩的财商
66. 教女孩养成储蓄的良好习惯
67. 培养女孩的正确消费观念
68. 教女孩学会做收入与支出记录
69. 教女孩合理使用零花钱和压岁钱
70. 让女孩持家, 面对柴米油盐酱醋茶
71. 教女孩做金钱的主人而不是奴隶
72. 允许女孩参与家庭理财活动
73. 让女孩了解点经济学常识
74. 向女孩传授保有财富的“真经”
- 第九章 不娇不惯, 培养女孩的好性格
75. 给女孩一颗强大的自信心, 让她远离自卑
76. 帮女孩走出抑郁
77. 不要让女孩陷入焦虑的漩涡之中
78. 鼓励女孩勇敢些、大胆些
79. 给女孩积极的心理暗示, 帮她摆脱坏情绪
80. 延迟满足, 增强女孩的自我约束力
81. 不要让女孩爱慕虚荣, 让她远离攀比
- 第十章 不娇不惯, 正确地赏识女孩
82. 善于发现女孩与众不同的地方

<<不娇不惯培养女孩的100个细 >

83. 赏识女孩众所周知的优点
  84. 赏识女孩的勤奋努力而非聪明
  85. 赏识女孩的涵养气质而不是漂亮
  86. 在女孩做事的过程中赏识她
  87. 赏识女孩一定要发自内心
  88. 用赏识去点击女孩的缺点
  89. 及时肯定女孩的点滴进步
  90. 不否定女孩的新奇发现与奇思妙想
  91. 赏识女孩大胆怀疑的精神
  92. 用非语言方式赏识女孩
- 第十一章 不娇不惯，培养女孩的好习惯
93. 培养女孩做事有计划的好习惯
  94. 培养女孩预习、听讲、复习的好习惯
  95. 教女孩积极行动，改变拖拉的坏习惯
  96. 培养女孩养成良好的饮食习惯
  97. 教女孩懂得把用过的东西放回原处
  98. 培养女孩良好的站、坐、走习惯
  99. 培养女孩早睡早起、作息有规律的好习惯
  100. 培养女孩养成良好的卫生习惯



章节摘录

版权页：沟通，可以消除隔膜；交流，可以让人敞开心扉，这就是话语的作用与魅力。

如果要与人成为朋友，多和他聊天是个简单而有效的方法，因为这可以让我们了解他的思想，并从他的话语中发现他的喜好。

其实，在女孩身上，聊天也能起到同样的作用。

如果我们能经常陪女孩聊聊天，那么我们就能知道她心里在想什么，就能发现她的喜怒哀乐，同时还能更好地帮她分析问题，甚至解决问题。

但事实上，我们却经常忽略这一点。

我们以为，作为孩子，女孩需要的无非是良好的生活条件和我们对她的教导。

因此，我们只是单方面地对她说教，单方面地表达我们的宠爱。

正因为缺乏和女孩的言语交流，所以我们才忽略了她内心真正的需要。

2011年5月16日，中国青少年研究中心公布了《中国少年儿童十年发展状况研究报告（1999-2010）》

。该研究中心于1999年、2005年和2010年进行了3次调查，3次调查抽取的区县完全相同，调查对象是全国10个省46个区县184所中小学校的5000多名小学1年级至初中3年级的学生。

调查结果中有一项内容显示，2005年至2010年间，少年儿童与父母的沟通频率有所增加。

“经常和父母说心里话”的少年儿童所占总调查人数的比例，从2005年的27.7%上升到了2010年的34.7%；表示父母“经常了解我最需要什么”的少年儿童，由2005年的44.6%上升到了2010年的49.2%。

虽然这些数据是呈增长趋势的，但依然有约36.9%的少年儿童表示，从不或很少与父母说心里话；有20.0%的少年儿童则表示，父母从不或很少了解自己的需要。

从这些数据来看，孩子们还是喜欢并希望和父母进行沟通交流的。

尤其是女孩，她的生理特点决定了她心思细腻且语言表达能力较强，如果我们能多和她聊聊天，也许我们会更了解她的心思，也就不会盲目满足她不必要的需求了。

## 后记

不娇不惯，并不是一种新的教育方法，但却是一种教育态度，也是一种教育艺术。

不娇不惯，会给我们一个提醒、一种警示；不娇不惯，会让我们驻足、反思；不娇不惯的案例与方法，会给我们每一位为人父母者提供一种全新的思路和惊喜……但愿本书的出版能为您培养女孩助一臂之力，但愿每一位读者都能成为最称职的父母，但愿每一个女孩都能在父母的教育下得到最好的成长。

最后，我要特别感谢家人对我的理解和支持；感谢参与本书创作的诸位老师，他们是周扬、翟晓敏、雒真真、张淑涵、张丹、李祥雨、王帝、周雅君、王旭、齐梦珠、施杭、丁慧娟、杨新卫、贾联、刘伦峰、梅云、李俊飞等；感谢多年以来都关注我、给予我们支持的家长朋友们。

书中不足之处，冀望广大读者及专家不吝赐予指正。

谢谢你们！

张端然 2012年5月

编辑推荐

《教子书坊:不娇不惯培养女孩的100个细节》阐述了不娇不惯培养女孩的教育精髓和规律,语言通俗简洁、精辟凝练,视角独特,思考到位、富于智慧,方法实用、可操作性强,是一部难得的培养女孩的家庭教育读本,值得每一位关注女孩成长的父母拥有。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>