

<<图解养育女孩>>

图书基本信息

书名：<<图解养育女孩>>

13位ISBN编号：9787505421127

10位ISBN编号：7505421123

出版时间：2009-6

出版时间：云晓 朝华出版社 (2009-06出版)

作者：云晓

页数：248

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>

## <<图解养育女孩>>

### 前言

继《培养完美女孩的100个细节》与《培养了不起男孩的100个细节》两本书出版并在全国持续热销后，我陆续接到了很多家长的来信。

其中，不少家长都在表达感谢的同时，提出了自己在育儿或育女过程中的困惑：关于女孩和男孩教育，除了注重生活中的每一个教育细节，我们还需做些什么？

随着年龄的增长，男孩的心理发展走向如何？

女孩的个性发展会有怎样的转变？

对于男孩来说，父亲的责任何在？

母亲的作用何在？

对于女孩来说，母亲如何做好榜样？

父亲如何做出正确的引导？

如何应对女孩或男孩在成长过程中遇到的各种危机？

父母们的困惑是多种多样的，但追溯其根源却是相通的，那就是：如何更加深入地走进女孩或男孩的内心世界，用更具有针对性的方法对其进行教育与引导！

正是出于这个原因，也才有了今天《图解养育女孩》和《图解养育男孩》两本书的出版。

可以说，这两本书与《培养完美女孩的100个细节》和《培养了不起男孩的100个细节》在内容方面，是互为补充、互为深化的，在形式方面是截然不同的。

## <<图解养育女孩>>

### 内容概要

女孩为什么更敏感和脆弱，常常因为一点儿小事就哭闹不停？

女孩为什么更容易依赖他人，无论做什么都渴望得到外来协助？

为什么更具学习优势的女孩，进入中学后成绩更易下降？

对于女孩来说，母亲如何做好榜样？

父亲如何做出正确的引导？

如何应对女孩在成长过程中遇到的各种危机？

……《图解养育女孩》是一本家庭必备的育女书，它简单、直接、易于阅读与操作。

<<图解养育女孩>>

作者简介

云晓，女，毕业于东北师范大学中文系，从事教育工作多年，长期专注于家庭成功教育和青少年心理健康的研究，其作品发表于各类教育刊物。

作者已出版的畅销作品有：《13岁前，妈妈改变孩子的一生》（ ）、《培养了不起男孩的100个细节》、《培养完美女孩的100个细节》等。

云晓老师的作品自出版以来，长期位居各大书城、网络书城排行榜首位，在教育界产生了前所未有的轰动，引领了家庭教育领域的新风尚。

## &lt;&lt;图解养育女孩&gt;&gt;

## 书籍目录

写在本书前面谁是成功的爸爸？

谁是伟大的妈妈？

第一章 女孩的成长历程——全面了解你的女儿—7岁前，塑造女孩一生的关键方法一：增强女孩的男性特征方法二：理性教育让女孩更独立二8~12岁，培养女孩学习能力的最佳时期方法一：遵循女孩内心的意愿方法二：在日常生活中融入数学方法三：用艺术来滋养女孩三13~16岁，协助青春期女孩度过人生迷茫期方法一：和女儿一起驱除那种虚假的羞耻感方法二：引导女孩在同伴身上发现自己第二章 女孩来自于一个有别于男孩的“世界”—X染色体——决定女孩一生的成长轨迹方法一：让和睦的家庭为女孩披上“金色外衣方法二：让女孩明确自己的力量和能力方法三：让女孩“辛辣”的方面与“糖”的方面协调发展二雌性激素——开启女孩女性特征的“金钥匙”方法一：引导女孩把眼界放“大”、放“宽”方法二：不惩罚，为女孩设置“栅栏”方法三：聆听女孩的倾诉，放慢解决问题的步伐三从大脑结构差异看女孩的智力发展方法一：让女孩学会动笔方法二：确保女孩参与课堂问答第三章 父亲教育，决定女孩的一生—父亲教育——不同阶段，给女儿不同的爱方法一：婴幼儿时期——父亲要用更多时间来关注和护理女儿方法二：童年期——父亲要更多参与到女儿的生活中方法三：青春期——换种方式，去爱你的女儿二父亲赋予女儿的最大财富——“男性精神”方法一：男性精神之一——将爱藏在心里，让女孩成为独立的人方法二：男性精神之二——用“冒险”活动激发女孩的乐观精神方法三：男性精神之三——引导女孩形成自我约束力三父亲对女儿人生的塑造——关于情感、自信和审美方法一：父亲是女儿的“异性模板”——引导女孩正确认知“男性标准”方法二：父亲是女儿自信的给予者——提升女孩的“自我评价”方法三：父亲是女儿的“美容师”——促使女孩形成正确的审美观第四章 养育女孩。

母亲要扮演好自己的角色—母亲是女儿的榜样——教女孩如何做女人方法一：帮女儿找准“女性社会角色”的平衡点方法二：教给女儿感知幸福的能力方法三：赋予女儿有条理、有节奏的生活二母亲是女儿的一面镜子——教女孩正确认识自己方法一：提高女儿的自我决断力——母亲要做到“权威和放权”相结合方法二：汇聚女儿的人缘——教会女孩与人交往的方式方法三：让女儿追求精致生活——培养女孩的好习惯三母亲是唤醒女儿的第一人——塑造女孩的性格方法一：女孩要维护自己的权益——让女孩敢于发言方法二：让女儿成为优秀的人——激发女孩的进取心第五章 优秀女孩必须具备的三大素质—女孩走向美好生活的先决条件——时刻保持健康的心理方法一：针对冷漠和孤独——激发女孩对生活的热情方法二：针对抑郁和焦虑——帮女孩找到自己的兴趣、爱好方法三：针对恐惧症——引导女孩多接触现实二优秀女孩必须具备的三种能力——理财能力、管理能力、是非分辨力方法一：理财能力的培养——教女孩如何管钱方法二：管理能力的培养——引导女孩在团队中得到锻炼方法三：是非分辨力的培养——提高女孩的警惕性三让女孩逃出感情的拖累——教女孩如何把握情感方法：让女孩快乐起来——化解女孩的悲伤方法二：让女孩生活得更轻松——释放女孩的担心第六章 女孩成长过程中经常会出现的问题及解决方法—女孩爱哭闹怎么办？

二女孩任性怎么办？

三女孩自卑怎么办？

四女孩容易嫉妒怎么办？

五青春期的女孩叛逆成性怎么办？

## &lt;&lt;图解养育女孩&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：第一章 女孩的成长历程——全面了解你的女儿—7岁前，塑造女孩一生的关键在生活中，常常有女孩的家长对我这样说：“与那些调皮的男孩比起来，女孩好养多了，我们往往不用费太大的力气，就能把女孩教育好。

”的确，与男孩相比，女孩有很多优点，例如乖巧听话、干净整洁、善解人意等。

而且，在女孩很小的时候，她们的这些优点就已经显现出来。

但是，在生活中，我们还常常会听到女孩的家长这样评价女孩：她们非常敏感，即使是别人不经意间所说的一句话，都会让她们伤心半天：她们很脆弱，常常因为一点小事就大哭大闹；她们总是依赖别人，无论做什么事，她们都渴望父母能够帮助她们；……是的，由于体内荷尔蒙激素的不同，在很小的时候，男孩和女孩就已经表现出了很大的不同。

就拿上面这些家长的评价来说，男孩的家长一般都不会抱怨自己的儿子敏感、脆弱，也不会轻易评价儿子胆小、依赖父母。

只有在女孩身上，这些特点才会表现得很明显。

事实上，我们不可否认：敏感多疑、感情脆弱、依赖性强……这些都是女性天生的一些弱点。

一般来说，在7岁之前，女孩这些弱点就已经很明显地表露出来了。

一位5岁女孩的家长曾给我讲述了这样一件事情：一次，我和丈夫正在讨论一些家庭开支问题，看女儿走过来，我们就停止了讨论，而且换了一个比较轻松的话题，因为我们不想让女儿过早地感觉到成人的压力。

但接下来的一段时间，我发现女儿的表情和行为都非常奇怪，她总是坐立不安，而且警惕性很强，总像是在打探什么情报。

后来，在我的耐心引导下，女儿才说出了她的心里话。

她心事重重地这样问我：“妈妈，那天你和爸爸是不是在说我的坏话？”

”是的，在女孩很小的时候，她们这种敏感的特点就已经很明显地表露出来了。

可是，她们为什么会如此敏感呢？

心理学家给出的解释是，从女孩开始接触她自身之外的世界时， she就把外部世界看作是一个充满“关系”的世界。

她用“关系”来衡量一切，来衡量父母对她的爱，来衡量谁有可能成为她的朋友……在上述事例中，因为女儿的出现，父母忽然停止了谈话，女孩就以为她与父母之间的关系发生了变化，父母不再爱她了，所以她才敏感地以为父母在说她的坏话。

其实，从深层次的角度来分析，女孩的脆弱、依赖性强等弱点，都与她们注重人与人之间的“关系”有关。

正是因为她们注重关系，所以一旦她们觉得自己与他人之间的“关系”破裂时，就会表现得非常脆弱；正是因为她们渴望与父母建立更加牢固的关系，所以她们才会那么强烈地依赖父母……基于此，很多心理学家表示，那些认为“女孩好养”的观点都是错误的。

的确，由于我们的女儿很注重人与人之间的关系，所以，为了赢得我们的欢心，她往往很顺从、很听话、很愿意与我们合作。

但值得注意的是，在这些女孩之中，健康、懂事的女孩很多，但杰出、优秀的女孩子却屈指可数。

在这种情况下，女孩家长们不得不接受这样一个事实：养女孩容易，培养出优秀女孩却并非易事！

那如何才能让女孩更加优秀呢？

心理学家经过研究发现，从出生到7岁，女孩身上已经表现出了很多女性的天性。

这其中，包括女性很多天生的优点，例如干净整洁、善解人意等，也包括女性很多天生的弱点，如敏感、依赖性很强等。

在这一阶段，如果家长能够了解女孩的这一特点，从而帮助她们强化自己的优点并改善自身的缺点，女孩才能更加优秀。

也正是在这个基础上，我们可以得出这样一个结论：从出生到7岁，是塑造女孩一生的关键期！

这也就是说，因为7岁之前，女孩的习惯、性格尚处在萌芽期，如果家长能够在这一阶段把女孩身上

## &lt;&lt;图解养育女孩&gt;&gt;

的弱点“一举歼灭”，那女孩就能被塑造得更加完美。

具体来讲，在7岁之前，女孩身上天生的一些弱点会表现在以下几个方面：1.胆小脆弱，不坚强。

人们常说，女孩是水做的。

也许因为与水有关，女孩的性格中有很多温顺、柔和的因素。

但是，如果女孩性格中的这种温顺的因素过多，人们便常常用另一些词汇来形容她，诸如胆小、脆弱、不坚强等。

例如：她们怕黑；她们不敢一个人睡在房间里；她们害怕各种各样的虫子；……所以，在大多数家长的心目中，女孩与男孩是完全不同的，她们就是“弱者”的代名词。

正是在这种观念的影响下，大多数的家长都对女孩疼爱有加，他们不仅在衣、食、住、用、行等各个方面，对女孩进行最细心的照顾和帮助，而且还试图在任何方面都避免女孩受到伤害。

例如，当女孩做错事情时，他们会毫无怨言地为女孩承担所有的责任；当女孩面临选择时，他们会毫不犹豫地为女孩做出最佳选择……正是因为家长这种无微不至的照顾和帮助，女孩才有了不坚强的理由，也才有了凡事都依靠家长的借口。

在这种情况下，女孩脆弱的天性才会最大程度地被激发出来：手臂擦破了一点皮，会哭个昏天暗地；内心受到一点点冲击，便觉得全世界都抛弃了她……因此，可以毫不夸张地说，家长的这种教育方式恰恰是造成女孩脆弱的原凶。

## 2.敏感，容易受伤。

研究表明，从出生到7岁，女孩之所以表现得比男孩敏感，是因为她们对人、对事物的敏感度都要强于男孩。

特别是在3~7岁这一阶段，小女孩能够通过各种感官来获得微妙的、细节性的信息，她们总是捕捉他人语言和行为中隐含的信息，尤其是一些她们自认为对自己不利的信息。

在这些不利信息的暗示下，她们常常觉得别人的语言和行为伤害了自己，所以才表现得那样敏感。

一天晚上，4岁的丽丽与爸爸一起看电视。

丽丽拿着遥控器，一直想找一个自己喜欢的节目，但足足找了10分钟，她都没有找到。

这时候，爸爸早已被不断变换的电视画面搞得心烦意乱了，于是对丽丽说：“你到底想看什么？”

没想到，因为爸爸的这一句话，丽丽哭了半天，还一边哭一边对妈妈说：“爸爸不喜欢我，爸爸讨厌我。”

人们都说小女孩容易小心眼，其实，这表达的就是女孩敏感这一特点。

对于这些年龄尚小的女孩来说，她们的感觉就是这样奇怪，在与他人相处时，她们总会捕捉他人语言和行为中对自己不利的因素，来证明他人伤害了自己。

再加上女孩很注重人与人之间的关系，这就更加重了女孩感觉的敏感度。

也许大多数的女孩父母们都接受了“女孩就是小心眼儿”的观点，所以，在更多的时候，他们常常不把女孩的这种敏感放在心上。

但心理学家却表示，如果女孩长期处在这种“努力证明自己受到了伤害”的状态中，这对女孩的心理发展是非常不利的。

当然，面对女孩敏感的表现，很多家长也常常给女孩灌输这样的思想：不要把所有的事情都放在心上，不要为那些没有必要的事情伤心……但事实上，对于7岁之前的女孩来说，家长们所讲的这些道理都是没有作用的。

虽然女孩的大脑比男孩要发育得快，但在7岁之前。

女孩还没有理性思维的能力。

所以，家长的这些道理对她们根本不起作用。

那家长们应该如何引导女孩走出这种敏感的状态呢？

对此，我为您提出这样一个建议：家长即使批评女孩，也要让她感受到你对她的爱！

就拿上述事例来说，当爸爸了解到女孩这种敏感的感受时，就应该主动去安慰女儿。

例如，爸爸可以把女孩搂在怀中，抚摸着她的头说：“你是不是觉得爸爸不爱你了？”

其实爸爸一直都爱你。

当女孩敏感的心灵得到抚慰之后，她们那种受伤的感觉就会消失。

## &lt;&lt;图解养育女孩&gt;&gt;

当然，当女孩恢复平静之后，爸爸还应该引导她看到自己的错误。这样，再遇到类似的情况，女孩才有可能从自己的行为方面找原因。

3. 依赖性强，缺乏独立性。

每个孩子都很依赖父母，但女孩们的这种依赖似乎要更加强烈。

即使她们已经会走路了，她们也渴望母亲或者父亲能够抱着自己。

即使到了五六岁，她们不再要求父母抱，但她们也希望父母能够一直陪在自己身边。

为什么女孩们会表现出那样强的依赖性呢？

事实上，在0~7岁，女孩依赖父母是一种很正常的现象。

因为研究证明，在母体中，婴儿处于一种被羊水包围的环境中，她们会感觉很温暖、很舒服，也会产生很强烈的安全感。

但出生之后，由于脱离母体，她们对这个未知的世界充满了疑惑和恐惧，她们希望通过依赖父母来破解自己的疑惑和恐惧感。

所以，她们对家长们的爱和关注便有一种强烈的渴望。

也许有家长会说，对于0~3岁的女孩来说，这一理论是成立的，但当女孩到了7岁时，难道她们还没有适应母体之外的环境吗？

的确，对于3~7岁的女孩来说，她们已经适应了母体之外的环境，但在这一阶段，女孩的安全感不但没有加强，反而在下降。

因为在这个年龄段，大多数的家长都不会再像以前那样抱着她们。

由于缺少这种肌肤的接触，女孩常常会产生这样的疑虑：是不是父母不爱我了？

所以，在这一阶段，家长要增加一些与女孩肌肤接触的机会。

例如，在女儿睡之前，给她一个拥抱；在与女儿交流时，拉着她的手，等等。



<<图解养育女孩>>

编辑推荐

《图解养育女孩》：2000000册畅销全国的亲子教育名著，《培养完美女孩的100个细节》姊妹篇，彻底改变父母养育女孩的观念与方法！

养育聪慧女儿最为权威·实用的指南。

解密-女孩的成长历程；解密-女孩特有的个性特征及教育方式；剖析-养育女孩，父亲的角色；剖析-养育女孩，母亲的教育；阐述-培养聪慧女孩的要点；阐述-女孩成长过程中常见问题及解决方法。

<<图解养育女孩>>

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>