养育女孩+养育男孩

（套装共2册）



中信出版集团

养育男孩+养育女孩

（套装2册）

[韩]崔昡俊 等 著
吴阳 等 译

中信出版集团

目录

养育男孩：实践版

养育女孩


养育男孩
[韩]崔皎俊 著
吴阳 译
写给快被儿子逼疯的妈妈们
不吼不叫不焦虑的养育男孩指南
（实践版）
中信出版集团

养育男孩：实践版

[韩]崔旼俊 著
吴阳 译

中信出版社

目录

序 养育男孩，要用不同的教育方法

第一章 男孩的妈妈们聚在一起聊什么

快被儿子闹得少活几年了

需要理解男孩的人不仅仅是他们的妈妈

妈妈有寻找儿子不足之处的本能

爸爸与儿子有天然的共鸣

好奇孩子脑袋里在想什么

盼望儿子成长为一个好男人

第二章 我的儿子究竟为什么会这样

想严厉地说“这么做不行”

如何树立父母的权威感

孩子抓着手机不放

把妈妈的话当成耳旁风

做错事却觉得很委屈

培养孩子的语言感知力

画画只用黑白两色

孩子太内向了/注意力不集中

有暴力倾向

只对攻击性游戏感兴趣

对第一名过于执着

害怕失败而不愿尝试新事物
拒绝与妈妈对话
总问我爱不爱他
孩子总是单方面挨打

第三章 怎样才能和儿子好好交流

接受孩子的本来面貌
教他适合自己的表达方法
妈妈需要确立自己的教育哲学
尽信书，则不如无书
慎用表扬贴纸
执着的孩子探索能力强
盲目表扬的弊端
夸奖也有窍门
希望孩子英语好
给孩子“我能行”的自信
培养孩子读书的习惯
孩子是怎么学会说脏话的
纠正孩子说脏话的习惯
对孩子也要信守承诺
孩子有时候耍牛脾气

第四章 新手妈妈和儿子一起成长

放下“教”的心态
放手让爸爸与儿子相处
如何应对孩子的失败

每个孩子都有自己的底色
帮儿子找到自己真正的梦想
对孩子寄予期望好不好
儿子得了抽动障碍，妈妈该怎么做
大人的评价对孩子有巨大影响
来自邻居妈妈的信息使人忐忑不安
遇到资深教师就会变得自责
世上没有完美的父母
相信孩子是我们的责任
育儿手册不是万能的

后记 给快被儿子逼疯的妈妈们

版权页

序　养育男孩，要用不同的教育方法

从我宣布要做“男孩美术教育”到现在，已经过去七个年头了，其间发生了很多事情。我在从事“男孩美术教育”这一独特领域内的工作时，将我遇到的这些事写进了讲义里。仅仅通过网络课程，我就结识了近两万名妈妈。

在经营成长男孩美术研究所的过程中，我们所追求的不是改变孩子，而是发掘孩子的天性，并寻找与之相适应的教育方法。通过与一千多名男孩的接触，了解分析他们的性格倾向，并在课程中对他们进行仔细观察，我找到了自己想要做的事：寻找并归纳一种有别于现有的、在大学课堂中讲授的教育方法，这个方法可以用有现场感的方式有效地引导男孩投入地做事。本书正是着笔于此。

但是，在尝试给引导男孩的方法做总结的过程中，我发现试图找到完美答案这一举动本身就是没有意义的。因为我认识到，一千个孩子就有一千种性格倾向。我越是试图寻找明确的答案，就越感觉自己是在生硬地界定孩子，并且每天都遭遇数次挫折。我以为，也许很多男孩的妈妈在育儿过程中感受到的不安与遇到的难处，正是源于这种无法预测。

我和成长男孩美术研究所的其他成员一起努力了七个年头才找到答案。这个答案就在“教育者注视孩子的态度”中。

面对同一个孩子，有的教育者会感到挫败，有的教育者会发现希望的丝带。如果这本书的某位读者正想着要改变孩子，那他将可能遭遇这样的困境：昨天成功应用在别的孩子身上的方法在自己的孩子身

上却不奏效。因为孩子就是这样一种存在，他们很敏感，仅仅因为早上发生的一件小事或某种微妙的变化，很多东西就不一样了。

昨天记录的成功的方法，今天被再次使用时就导致了失败，这种难以理解的状况没准儿会反反复复发生无数次。也许，这是因为孩子是最接近自然本真的小生命。无论是什么品种的花，我们都希望它开出玫瑰来——大人的这种贪念随时都会给孩子带来挫折感和被剥夺感。

直到现在，我还能听到某些家长叫嚷着：“我的教育方法是正确的，是孩子做错了！”每当那时，我都禁不住深感遗憾。当然，对于孩子的世界，我们很难一下子理解到位。而将一切错误都一股脑儿地归咎于妈妈，我认为这种态度也是不对的。教育理论之所以存在，不过是为了有效地诠释生命而已。看到孩子的某种性格倾向有别于大多数人，于是就称其为不正常，这是不对的。基于此种思路，对于那些被加在略显特别的孩子身上的“某某障碍”的名称，我有了新的思考。我想，是不是大人们在以自己的标尺衡量一些东西，然后将我们无法理解的都归结为孩子的问题？

朝鲜白头翁（花名）就应该被按照朝鲜白头翁的方式培育，南瓜花就应该被按照南瓜花的方式培育。我劝那些希望“不管是什么样的孩子，遇见我之后都能变得优秀”的读者，静静地合上本书。因为我认为世上不存在那样的方法，教育者也不应该夸下那样的海口。这就是我和成长男孩美术研究所的其他成员所追求的男孩教育的方向。

讽刺的是，当我们并没有期待孩子发生什么改变，而只是全神贯注地观察他们时，孩子反而逐渐展现出了自己本来的面貌，并开始与大人进行交流。希望帮助孩子以自己天生的、本来的样子绽放——正是怀着这样的想法，成长男孩美术研究所的教师们才不会感到挫败和彷徨。

本书正是对这类经验所做的整理和记录。直到现在，还有很多男孩的妈妈会在成长男孩美术研究所的网上社区留言板里提问：“孩子小的时候，妈妈该怎么做？”每当此时，我也想简单明了地给出答案。然而，相比明确的答语，我更愿意在本书中和大家分享我们拆解问题的方式。这是许许多多的男孩和他们的妈妈，以及研究所的老师在一起做了很长时间的分享后的共同领悟。

我理解家长们盼望正确引导孩子的迫切心情。本书中包含了用于理解男孩性格倾向的知识，它告诉读者如何拥有解读孩子难言之隐的慧眼，以及很多能够帮助家长和孩子共同成长的实用技巧。我尤其希望，读了本书的妈妈们在看了书中记录的小故事后能够从当下苦恼的问题中解脱出来。

感谢生活出版社和在本书出版前与我一起费尽思量的编辑。感谢一直信任爱护成长男孩美术研究所，并欣然同意将自己的故事收入本书的妈妈们。感谢与我一起努力做研究的各分所的专家，感谢向世界发出我们的呼声的研究所的所有成员。“对男孩要有不同的教育方法”，我将一直竭尽全力，直到我们的呼声成为整个社会认同的常识。

崔俊

2016年夏

于成长男孩美术研究所

第一章　男孩的妈妈们聚在一起聊什么

快被儿子闹得少活几年了

了解儿子的过程与将男朋友变成老公的过程完全不同。对后者来说，从相遇到组成家庭，男女双方都要付出不懈的努力。但是解决儿子和妈妈之间的问题似乎仅仅是妈妈单方面的责任。这使人很忐忑。

“我真的快要被儿子搞疯了！”

“老师，有了儿子，我简直要少活几年了。”

男孩的妈妈大多会这样诉苦。于是，我忽然好奇起来：儿子真的会对妈妈的寿命产生影响吗？

我找到的答案是：是的。芬兰图尔库大学的研究团队针对17~20世纪的11166位女性和6360位男性做了一项人口统计学资料分析。结果表明，生男孩的妈妈比生女孩的妈妈寿命短，并且“妈妈生的儿子越多，寿命就越短”。

这真令人吃惊。很多妈妈抱怨“快被儿子闹得少活几年了”，这并不单纯是某种感情的表达，也是寿命真的在缩短的感受。与之相反，不管生了几个女儿，这都不会对妈妈的寿命产生任何影响。这也证明了“家里得有个女儿”这句话不是凭空而来的。

在从事“男孩美术教育”工作的过程中，我每天都要为好几位男孩的妈妈做咨询。同样是养孩子，女儿和儿子难道不是同样累人吗？

为什么养儿子的妈妈的火气会更大？不懂男孩的妈妈的心情的人可能会说：“不管生的是儿子还是女儿，妈妈养孩子都不容易。怎么能区别对待呢？”然而事实却是，妈妈的一些痛苦是绝不会因女儿而产生的，只有儿子才能带来。所以，养儿子的妈妈们只通过眼神就能心领神会，彼此理解。

也许是因为与儿子天性相似，所以爸爸不太会因儿子身上发生的重大事件而感到有特别大的压力。

但是，妈妈的的确确会因儿子的一些问题而产生压力。这或许也正是妈妈寿命缩短的原因。当理解不了儿子时，妈妈会感到有压力。妈妈理解不了儿子，儿子的行为又不尽如妈妈所愿。考虑到这种压力的特性（“妈妈无论如何也无法理解儿子的一些行为时会产生憋闷和抑郁”），男孩的妈妈的寿命会变短这一研究结果就合情合理了。

当猜不出“儿子究竟为什么总是做些没用的事”“儿子做这些事是出于什么心理”的时候，妈妈就会迷失方向。

假设孩子在花坛里挖蚂蚁洞，妈妈会烦恼：“该批评，还是不该批评？如果批评，该以什么理由批评呢？”如果妈妈曾经也在花坛里挖过蚂蚁洞，哪怕只有一次，情况也许就不同了。可是妈妈是个小时候从来没有挖过蚂蚁洞的女孩子，所以她很难理解儿子的行为。

蚂蚁洞的故事只是个例子。在养育儿子的过程中，妈妈的脑海里经常会浮现出“一定是哪里出问题了！”这样的警告信息。但是，有时妈妈难以清晰表述究竟发生了什么问题，而这种情况每时每刻都可能出现。

于是，凝视着孩子熟睡的小脸，妈妈不禁会产生这样的想法：

“也许问题不在孩子，而在于我无法理解孩子。再这样下去，作为妈妈，我会不会毁了孩子？是不是因为我自身的不足，我正在把孩子往错误的方向上领？”

忧虑与日俱增。妈妈无法从孩子身上找到特别的原因，只好归咎于自己。尤其越是新手妈妈，就越容易反反复复地自责焦躁，感到心痛。这种情况很普遍，因为从常识和逻辑方面来讲，这种处理方法能让妈妈更容易接受现实状况。

理解儿子的过程与把男朋友变成丈夫的过程截然不同。当男女邂逅时，他们会因彼此的不同而发生冲突，但也会进行沟通，最终互相理解。整个过程皆因双方共同的努力而得以成为可能。但是，拉近儿子与妈妈之间的距离，仅仅是妈妈一个人打算实现的目标，这使妈妈更感疲惫。

男孩的妈妈刚刚迎接了一个与女孩完全不同的存在，对于儿子的一切都感到好奇，迫切希望能有针对男孩的好的育儿方法。

现在，为了减轻妈妈因理解不了儿子而产生的压力，使妈妈保持身心健康，让我们一起踏上理解儿子的旅程吧。

妈妈秘诀

男孩的妈妈会因为理解不了儿子而产生压力。

但是，请记住，并不是所有问题都源自妈妈的不足。生而为女孩，长成为女人，第一次面对儿子这种存在，在养育男孩的问题上走些弯路、犯些错误，这都是可以理解的。

对于儿子的行为，不要急于去理解，可以试着一点一点去包容。

需要理解男孩的人不仅仅是他们的妈妈

老师和养女儿的妈妈都应该知道，与能更早听懂大人的话并聪明应对的女孩相比，男孩与她们存在很大不同。

“我很怕把孩子放到女孩子多的团体里。我会很担心，还会伤心！”在某次我和男孩的妈妈们的早餐聚会上，民在的妈妈倾诉道。在男孩的妈妈的生活中，琐事真是层出不穷。民在的妈妈讲了一个民在去参加树林体验时发生的故事。

三个女孩和一个男孩被编成了一个小组。小女孩们聚在一起玩得很好，只有民在一个男孩。不知道是不是感到孤单的缘故，他捡起树枝和其他组的小男孩“舞刀弄枪”起来。

“老师，你看民在呀！”

“老师，他们打架，还欺负我们！”

民在和其他组的小朋友玩着玩着觉得没意思了，就用手里的树枝偷偷地捅同组的小女孩，还冲着草丛比画。小女孩们向带队的老师告民在的状，直到民在把手里的树枝放下。最后，民在觉得很丢脸，自己离组了。

看着这些男孩的妈妈在早餐聚会上就“女孩子多的环境下，男孩多么像个傻瓜”的主题大谈特谈，我感到很惋惜。女孩子多的时候，男孩难免气势弱些。其实反过来也一样，只不过男孩的反应更明显。

如果男孩被女孩们压制住了，男孩的妈妈也会跟着有被孤立的感觉——自己的儿子在日常生活中都没有什么问题，可是自己却因为儿

子具有男孩特有的性格倾向就要听老师或女孩的妈妈的抱怨。这时，男孩的妈妈好像变成了罪人一样，畏首畏尾的。虽然能理解女孩的妈妈的立场，但是，她们还是群情激奋，一致认为这样的教学分组方式（将一个男孩和多个女孩编成一个小组）不合理，应该变一变。

有个妈妈说，女孩的妈妈也应该知晓男孩的某些特点。其他男孩的妈妈对这个观点表示赞同。还有人提议，公立学校的老师不应该将男孩区别对待，认为男孩是调皮的、应该严格管束的对象，而应该柔和一些，将男孩当作需要被了解的对象。我不禁想，看来需要理解男孩的人不仅仅是他们的妈妈而已。

“妈妈，你看旼俊呀。”

“老师，承浩总打我！”

男孩的妈妈们一听到这样的话，心里就会咯噔一下，甚至于，虽然经常听，却还是每次都心惊。而这种还只是平常的情况。

即便被排挤出小团体之类的小插曲只是发生在某个家庭的特殊案例，也仍然让在座所有的男孩的妈妈都感同身受。她们能感觉到，儿子在公立教育机构的校园生活中存在微妙的被剥夺感和挫折感。在更懂事的、能够更有条理地表达情感的女孩们中间，男孩会稍显弱势。虽然妈妈们无法将这样的事实诉之于口，但她们能清晰地感受到。

大家都这么认为：在幼儿园中，做小组作业时捣乱、妨碍其他人学习的孩子肯定是男孩。但从没有人做过调查，说说男孩们到底有什么潜在的问题。而男孩的妈妈们却实实在在地亲身感受着别人投射过来的特殊目光。

无论是幼儿园老师还是小学老师，抑或是课外班老师，他们都不能明确地指出男孩究竟存在什么问题，却理所当然地认为：男孩从幼

儿时期到青少年时期都是在课堂上捣乱并且有可能欺负其他小朋友的存在。这是为什么呢？

“您的儿子在幼儿园里总是欺负别的小朋友，让大家没法集中注意力。”每次听到这种话，妈妈们都特别不好意思。是谁把男孩的妈妈们变成了“罪人”？男孩真的总会闯祸吗？

我认为问题在于很多人一方面对于男孩不太了解，一方面却又带有“男孩很淘气”这种偏见。

老师和女孩的父母都应该知道，与能更早听懂大人的话并聪明应对的女孩相比，男孩的发育速度是不同的。因此我想，等到人们开始思考如何使男孩和女孩这两种“完全不同的生物学存在”在同一空间里获得平等的教育并成长起来时，男孩的妈妈在幼儿园或学校里总被人抱怨的事情也将随之减少。

出生即为父母的女儿，作为女孩长大成人的女性，早晚有一天要与生而为男子，作为男孩长大成人的男性相爱。与男性组成家庭后，这个女儿也许会成为一个男孩的妈妈。理解了儿子这种存在，对于理解所爱之人，理解父亲，以及理解全家都是大有裨益的。所以我相信，如果了解了儿子是怎么想、怎么做的，更广范围的家庭成员之间的沟通也将成为可能。

妈妈秘诀

身处更懂事的、能够更有条理地表达情感和阐述事件的女孩们中间时，男孩会稍显弱势。男孩的某些特点是女孩的妈妈也需要了解的，这种互相理解的社会氛围很重要。

妈妈有寻找儿子不足之处的本能

我认为，通过观察孩子自主性的强度、希望得到认可的强烈程度和共情能力的高低等来判断孩子的性格倾向是好是坏，这种做法是错误的。

长久以来，我一直只针对男孩的父母做咨询，于是对男孩的妈妈的特点有了一定的了解。大部分第一次来做咨询的男孩的妈妈都带着半是戒备半是紧张的眼神坐在那里。她们很怕听到儿子有什么新问题是身为妈妈的自己还没来得及知晓，却已经被老师知道的。此时，如果我以平和的、一切正常的态度告诉她们孩子今天在教室里的表现，就能从她们脸上看到终于放下心来的表情。她们这时才能真正笑着放松心情。

“老师，我儿子是那种散漫的孩子吗？”

“老师，我儿子和别的小孩不太一样，有点儿女性化，有没有关系呀？”

我一天大约要接待三位来咨询的男孩的妈妈，常常是第一位妈妈觉得自己的孩子太散漫了，因而有点儿担心，而第二位妈妈因为孩子太文静而担心。同时抚养几个男孩的妈妈会比较担心与其他几个孩子相比较弱的那个。每个妈妈都有感知子女危险、寻找子女不足之处的本能。时间长了，孩子的优点慢慢像生活中其他日常的东西一样被熟悉进而被忽视，只剩缺点总在妈妈眼前晃悠。不知是不是神的恶作剧，妈妈被设计成了这样的模式。

“这位妈妈，怎么还没给孩子弄这个呀？”

“这位妈妈，现在这样不行了。落后也就是一瞬间的事。”

刺激性的言语会影响妈妈们。妈妈们一面抗拒这样的言语，一面又被其影响。这些挑起不安的言语挑开了妈妈们的钱包，召唤着信用卡。我们目睹了许多私立教育机构和咨询顾问是如何利用这种不安的。更应该使人害怕和担心的是，妈妈们明知这只是商家的手段，却彻底败给了“他因为妈妈的原因没能成长起来”这句话，因而无法抵抗。

有一次我做咨询时说：“升炫妈妈，今天上第一堂课的时候我观察了一下升炫。可以看出来，升炫的自主性比一般的孩子要强一些，这是升炫的优势。他在家的时候是不是常常不喜欢被妈妈干涉？如果想更好地利用这种优势，可以……”

“老师，您为什么只对我说好听的？您这样只说肯定的方面，我没有办法相信您。您还是直说吧。”

我只是根据孩子的行为推测孩子的性格倾向，从将其视为优势的视角表达我的看法而已。可是，孩子妈妈的眼神却充满了不安，她想确认我是不是为了表扬孩子而勉强编些好话。这不仅仅是升炫的妈妈一个人的反应，我也不是想说这样的反应是不对的。这是大部分为儿子操碎了心的妈妈的特征之一——既想寻找希望，又做好了受伤的准备，妈妈的心情就是这么忐忑不安。

每次我都会这样解释：孩子自主性的强度、希望得到认可的强烈程度、共情能力的高低等，这些状态都只是老师在课堂上观察到的孩子的性格倾向而已，没有什么特别的，我们不能简单地称其为孩子的优点或缺点。如果妈妈不去思考如何引导孩子的性格倾向朝着积极的方向发展，那么性格倾向就只是客观的存在而已。但是，不安的妈妈却像非要揭开疮痂一样，寻找着不稳定和负面的因素。

所以，在成长男孩美术研究所里，大多数男孩的妈妈的首次咨询都偏重于倾诉忧虑。因为在那时，对于她们来说，这是最需要的。倾诉可以使她们放下忧虑，是在什么都尚未开始的状态下，针对男孩的妈妈总是进行负面思考的态度所开的处方。

有些男孩的妈妈即使只是听到老师提到了孩子的名字，都会流泪。因为她们太爱孩子了。这种心情不是谁都能有的，所以更显可钦可敬。即便不是什么大不了的事，她们还是一边不自觉地流着泪，一边努力想要笑，可是当压抑已久的眼泪迸发出来，却也不容易抑制住。我理解这种心情。因为哪怕是对于孩子应当经受的适当的磨炼，妈妈也会感到害怕，感到心里酸酸的，唯恐孩子会受伤。

在做咨询的过程中，我意识到，对于这类妈妈，复杂而大量的知识不是必需的。

即使是孩子客观存在的性格倾向，妈妈们也会将其当成孩子的缺点来分析——本能地寻找儿子不足的地方。所以，很多男孩想在妈妈面前表现得很好，他们最希望得到妈妈的认可，而妈妈却总是只关注他们的缺点，这就会让这类男孩感到有压力。很多优点和缺点并不是绝对的，而是可以根据妈妈视角的不同互相转换的。

对于彷徨的妈妈来说，正确解析孩子的性格倾向是很必要的。育儿方式则是其后才需要确定的问题。

从和许多男孩接触的经验中，我感觉到一点，那就是对于孩子来说，他们所需要的并不是更有意思、更新颖的教育环境。对于他们来说，最重要的是妈妈的心，是妈妈确信自己的育儿方式是正确的。妈妈对自身的认可，也是对孩子的认可，这才是最重要的。这种认可始于对孩子性格倾向的剖析。

妈妈秘诀

妈妈们，请思考如何引导孩子的性格倾向朝着积极的方向发展吧。

爸爸与儿子有天然的共鸣

丈夫好像对育儿方面的问题都漠不关心，可是，为什么他和儿子看起来还那么亲近呢？

你有没有问过丈夫关于育儿的问题呢？如果妈妈向爸爸寻求意见，大部分爸爸似乎都认为没有什么问题。当妈妈问“咱们儿子是不是太散漫了”时，得到的回答可能是“孩子们本来就是有点儿散漫的”。妈妈们认为，这就是个例子，可以证明爸爸们的漫不经心。直到现在我们还认为丈夫对孩子的教育是漠不关心的。但事实上，如果和爸爸们做过交谈，我们就会发现，更多的时候，这不是漠不关心，而是出于他们的真心。

这话何解？当儿子散漫地玩耍，无法在某件事上集中注意力时，爸爸往往会本能地对那样的状态产生共鸣。因为那也是他自己曾经经历过的状态，这使得他看着孩子玩耍的样子就会产生一种无法言喻的认同感。他们只不过是欠缺将此种心情描述给妻子的能力罢了。

妈妈和爸爸教育儿子的方式也是有差别的。儿子在做手工的时候突然问爸爸妈妈：“这个该怎么做呢？”

对这个问题，爸爸和妈妈回答的方式略有不同。

“儿子，这样做的话就会变成这样。好了，看清楚了吗？这样……”一般情况下，儿子问了，妈妈就会尽可能亲切地回答。虽然不是每次都如此，可是就算在洗碗，妈妈也会脱下手套去为儿子做示范。身为妈妈的责任感使她们放下手头的事去回答孩子的问题。层出不穷的家务活、儿子的各种问题，全部都要解决。这可不是容易的

事。即便如此，她们还是认为多教一遍，儿子就能做得更好一些，并为此做出最大努力。

问题是儿子往往问了却又不认真听回答。提了问题之后，只要妈妈回答的时间稍微长一点儿，他就会跑去做别的事，或者因妈妈教自己的行为而感受到压力。“知道了，别说了。”每当儿子突兀地截住妈妈的话，妈妈就会开始思考：问了又不听回答，他们心里到底是怎么想的？

当妈妈尝试了解男孩时，有一种性格倾向是必须要知道的，那就是自我主导型倾向。换个说法，也可以称之为掌控欲。男孩会有一种希望掌控自身所处环境的欲望。因此，也有研究结果表明，男孩对游戏的投入程度不如女孩。总而言之，很多时候，虽然妈妈已经尽力解答儿子的问题，结果却不甚理想。

那么，对于儿子的提问，爸爸们的反应是怎么样的呢？大部分爸爸会这样说：“拿来看看吧。嗯，你做吧。怎么样？行了吧？”

爸爸在教授方法之前，会先给孩子自己亲身体验的机会。当然，不是所有的爸爸都这样，但大多数爸爸对儿子的失败不如妈妈那么敏感。因此，和儿子一起做游戏的时候，爸爸不但不会故意输给儿子，还可能会把儿子弄哭。对女性来说，对方与自己的关系越亲近，她们就越不会去与其竞争，甚至会为了友情而故意输掉。但男性则不然，彼此的关系越是亲近，竞争就越激烈，彼此就越想赢，这是男人的方式。儿子就是这样一种存在——在游乐园里会本能地跟着危险的哥哥们玩，即便因为中途被甩下而嘤嘤哭泣，也还是要再跟上去。

所以，成长男孩美术研究所有条规则——在这里工作的教师全都要是男性。虽然所里暂时也还是有女性教师的，但是能看出来，她们经常会因无法从本质上感受到男孩喜欢的游戏的乐趣而有些为难。她

们有个共同点，那就是无法与男孩在他们喜欢玩的游戏中产生深刻的共鸣，因而无法从中感受到乐趣。

所以，我认为，一个7岁的男孩与一个27岁的男老师之间的共同点反而比他与同龄女孩之间的共同点更多。男孩将过去6年都没能向妈妈倾吐的故事倾诉给了第一次见面的27岁男老师，这种情况频繁发生。

比如，有时候在课堂上，老师们出乎意料地连孩子现在喜欢谁、最近一次告白是什么时候这种事都能探听得到。然而，妈妈多年来关注到的儿子的状态与老师在一个小时内解析出的孩子的样子完全不同，这种情况屡次出现。

孩子们会把关于自己的事都翻出来告诉老师：现在在学校里和谁的关系不太好，或是和别人打架的时候自己排第几，这都是妈妈很难获取的信息。

我们通过这些事找到与孩子性格相符的教育方式和游戏。

然而很遗憾，现在能够理解男孩的男性教师很少。在我们的社会中，男性教师实在应该更多一些。

妈妈秘诀

爸爸会本能地对儿子的行为产生共鸣。当儿子遇到问题时，爸爸会给儿子自己去经历的机会，而不是替他解决问题。父子间的共鸣就是这样形成的。这是妈妈应该理解的男性特征。

好奇孩子脑袋里在想什么

如果孩子紧闭心门，拒绝表达，那么任何教育都不会有效果。

“从我肚子里生出来的孩子，我却完全不知道他到底在想些什么。”

这不仅仅是男孩的妈妈的苦恼（女孩的妈妈也会有），但男孩的妈妈在这方面的怨言却尤其多。究其原因，一方面，男孩本身就比女孩话少，另一方面，男孩有着特有的自我主导型倾向——随着年级的升高，男孩更想自己解决问题，而不是向妈妈倾诉。我们无从得知他们是要证明自己不是“妈宝”，还是不想打破妈妈“儿子是最优秀的”的信念。但可以确定的是，男孩在苦恼和问题面前总是倾向于选择缄默不言。

我们教育孩子的时候也是一样的。当孩子只画公式化的图画给别人看而不再喜欢美术游戏时，孩子就变得无精打采，我们发掘孩子的发展潜力和引导他表达内心将变得很困难。如果孩子停止了表达，就像关上了心门一样，再好的教育信息他都接收不到。此时，行之有效的方法之一就是和孩子一起破坏图画。

即便只是卸下要在老师面前好好表现的负担，孩子也能重新获得表达的原动力。现在的孩子就是这样——总因为他人的目光而背上包袱。如果妈妈感觉到儿子在隐瞒什么，或者因为种种原因觉得倾听儿子内心的时机到了，请先按捺住板着脸孔将孩子按在椅子上谈话的想法——这种行为会使孩子感到有压力。在这里，我推荐你和孩子一起尝试破坏图画。

具体可以这样做：

首先，买来几张画纸，向儿子提议一起画画。有些孩子会很自然地和妈妈一起画画，有些孩子却磨磨蹭蹭不肯落下画笔。对于不肯画画的孩子，妈妈可以让他只画个圆圈。

接下来，轻声问儿子：“妈妈也在这上面画画，好不好？”然后妈妈可以在旁边画一个妖怪。假设这个妖怪正张着嘴喷火，在攻击儿子画的东西，儿子的反应会是怎样的呢？不同性格的孩子，反应也不尽相同。有的孩子会激动地攻击妖怪，有的孩子会将自身代入到自己的画中开始防御，还有的孩子会画一条河，想象从河中取水熄灭火焰——一般来说，这种小朋友的故事叙述能力比较强。而激动地进行攻击的小朋友的竞争意识比较强。想着“我能画个比妈妈的妖怪还厉害的妖怪”，并且画出新妖怪的小朋友很渴望被认可。

到这里，孩子的故事才刚刚开始。在孩子的画旁边画妖怪，这也许是最不像美术教育的教育，却能让孩子的眼睛一下子亮起来。与妈妈在一旁画花朵，试图引导孩子也画花时相比，当妈妈在旁边画会喷火的妖怪时，儿子的反应会发生180度的转变。孩子会充满热情地讲故事，有些过于投入的孩子甚至还会在画画时流出唾液。孩子们产生这样的转变的原因是什么呢？不是我们所谓的美的教育，而是这种做法引发了孩子们的想象。

如此这般涂鸦，到最后画面可能会乱到很难辨认的程度。当然，它不是一幅漂亮的画。但是，看了儿子的表情妈妈就会明白画妖怪游戏的意义，而画面漂亮与否并不重要。

我们要通过涂鸦、破坏图画的行为向儿子传递一种信息——妈妈不会对你做评价，你可以尽情说更多你自己的事。儿子是一种把被认可看得比被爱更重要的存在。所以，他们总是被妈妈的评价左右，就连很散漫、看起来什么都不思考的孩子也时常苦恼地揣测妈妈对自己

的评价是怎样的。如果妈妈表现出满意的样子，孩子就很高兴；如果妈妈表现得沮丧或流露出不满意的表情，孩子就会感到有压力。

做画妖怪游戏时，最开始看到儿子的反应，妈妈可能会惊讶地露出“这样也可以吗”的表情，但妈妈也会很快就沉浸到游戏中去。有意识地把儿子从“必须要做得好”这种强迫式的想法中解放出来，能够让孩子释放潜藏在内心深处的天性。画面是否具有攻击性或是否很丑，这都不重要，重要的是孩子能够表达真实的自己。到这时，妈妈再装作忽然想起什么似的尝试和孩子聊聊天，或许就能进行一次很顺畅的对话。

如果你觉得完全感知不到孩子的想法，不妨回想一下你与孩子沟通时的环境是否能让孩子完全敞开心扉。这样说，是因为我在咨询中遇见的孩子大多都是很想表现自己的。所谓能让孩子安心地敞开心扉的环境，是指在该环境中，孩子察觉不到“什么样的孩子是妈妈心目中理想的孩子”。

请记住，“妈妈希望你……做”这样的话说得越多，孩子就越在意妈妈的期待，也就越难以展现自己的本来面貌。有时，最亲近孩子的妈妈反而会成为孩子隐藏自己内心想法的原因。

妈妈秘诀

请让孩子从“儿子必须要做得好”的强迫感中解放出来。当孩子得以释放他潜藏在内心深处的天性时，他就能够感受到与父母之间的紧密的联结。良好的教育就在此时得以实现。

盼望儿子成长为一个好男人

妈妈今天也在为儿子的缺点而感到不安、难受和焦躁。

“这位妈妈，您家的孩子有些地方和其他孩子不一样，建议您带孩子去医院看看。”

孩子被怀疑得了注意缺陷多动障碍（ADHD）并被确诊，这样的妈妈的心情你能体会吗？谈话从眼泪开始又以眼泪结束。值得我们注意的是，有些小朋友的确需要医院的帮助，但有相当一部分小朋友并不需要，父母仅仅因为老师根据个人经验对孩子做出的评价，就把孩子送去了医院。

有一次，一位养育了曾有注意缺陷多动障碍的孩子的妈妈受邀参加成长男孩美术研究所的妈妈聚会。在聚会上，妈妈们诚恳地诉说了各自的苦恼。这原本只是个小规模的聚会，后来口口相传，那天去参加聚会的妈妈竟有200多位。那天的嘉宾妈妈的儿子在20多年前被确诊为注意缺陷多动障碍患儿。虽然当时他们过得非常辛苦，但如今儿子已经恢复了正常。在聚会上，这位妈妈握着麦克风，脸上满是轻松。

“有一天，我收到孩子学校的通知：‘请您今天来一趟学校。’我到学校时，看到老师正让我的孩子在走廊里走来走去。那情景真的很搞笑，孩子从走廊这头走到那头，一路上走得摇摇晃晃，就像只章鱼一样。老师营造的气氛其实很紧张，可是我却没能融入那种氛围，在那儿哈哈大笑。老师很无语，可我却没觉得孩子的行为有什么不对。”

虽然现在她已经能用轻快的语调聊起当时的事，可那时的她经受了多么长时间的苦痛呢？听了那位妈妈的故事，我不禁想象了一下母子二人是怎么挺过来的。

当时被所有人指指点点认为有问题的那个8岁的“章鱼男孩”，现在已经快30岁了，而且生活得十分潇洒。他实现了自己的梦想，已经是一位优秀的电影导演。他的作品在“首尔29秒电影节”上获得了最优秀奖，他还曾亲赴柏林领取短篇电影奖。

孩子的任何性格倾向都有两面性。就像在有自闭倾向的小朋友身上往往能看到学者综合征一样，在走路摇晃、无法集中注意力的男孩的脑海中，可能正在展开充满想象力的故事。吴东贺导演的情况就是这样。他的妈妈说，晚上的时候儿子写小说不写学校的作业，她就熬夜和他聊天。她感叹于儿子无穷无尽的想象力，听儿子讲故事成了她最快乐的事之一。而这位妈妈的信任则帮助儿子成了一名优秀的导演。

与此相反，还有一些案例则是妈妈因孩子过于内向安静而感到担心。在做咨询的过程中，我遇到的因活力不够、过于胆小而使人担心的男孩和因精力过于旺盛而使妈妈担心的男孩一样多。活力不够的男孩的妈妈反而会喜欢那些精力过剩的，即使有点儿散漫却能干干脆脆说话的孩子，她们也会担心：“我家孩子去了学校能不能适应呢？”

在前面提到的聚会的第二个讲述环节中，演讲的是一位曾经为儿子的内向感到很苦恼的妈妈，她的孩子直到小学六年级还不能明确表达自己的意见。

一直到相根小学毕业，他的班主任给他写的生活记录本上就没断过“性格消极内向，使人担心”之类的评语。他是那种很安静很乖的男孩。那时妈妈很为他担心，他不太会表达自己的意见而且性格消

极。在相根上初中那年的家庭会议上，妈妈宣布了一个重大决定——只给孩子4万韩币，让他一个人到韩国各地旅行5天4晚。

在那个还没有智能手机的年代，让一个从没试过在没有妈妈的情况下做决定的孩子独自一人做旅行计划并且去实施，这对于一个妈妈来说是个很艰难的决定。现在的世界很危险，那时的世界也没有什么不同。但是，相根的妈妈希望无论世界多可怕，相根都不会成为一个关闭心中通往世界的大门的孩子。所以，她提议让相根自己去穷游，而相根接受了这个提议。在旅行开始前一个星期，他每天在家庭会议上与父母商议自己走什么路线、应该怎么走，然后就真的只带着4万韩币离开了妈妈的怀抱，开始了为期约一个星期的旅行。

旅行路线以在书上看过的历史遗址为主。白天他探访显忠祠[1]、金正喜故居、井邑古阜邑城[2]、光州5·18望月洞公墓、著名诗人的出生地天涯海角[3]，以及茶山草堂等他此前只在教科书上见过的地方，晚上就睡在大学、寺庙和教堂里。或许是担心相根被当成离家出走的少年，他的父母在记事本上写下了“我们怀着放飞鸽子的心情将相根送上了旅途，请您也为相根写句激励的话吧”的话，将记事本作为“护照”交给了相根。

还只是个胆小的初一学生的相根说，他在寻找住处、食物的过程中学会了把自己展示给他人的方法，并感受到了来自他人的温暖。

起初，相根带着连付车费都不够的4万韩币踏上了旅程。当他回到家的时候，口袋里却装着10万韩币。那是他每离开一个地方时，在那里认识的人给他的零花钱。

长大后的相根写了一本名为《80万韩币走遍世界》的书，并在二十几岁的时候成了畅销书作家。现在，他以曾经感受到的来自世界的温暖为基底创办了“向他人学习学校”，从事将世上的智慧和温暖传

递给孩子们的工作。那个小时候比谁都胆小、比谁都乖的小男孩，现在已经长成了比任何人都更坚持自己主张的堂堂男子汉。

我自己也曾是一个散漫的孩子。在我小学时候的生活记录本上，每年班主任给我的观察评语总带有“都很好，就是有点儿散漫”之类的句子，不过是每年略变个说法而已，其实都差不多。但是，后来认识我的人绝对想象不到我小时候的样子。除了很亲近的人，别人都不会在我身上发现以前精力过剩、自由散漫的痕迹。

我也曾仔细观察过那些活得很认真、很幸福的朋友。他们中有许多人在孩提时代都曾让人担心“他到底能不能长成一个能很好履行自己职责的男人”。

看着那些过于安静，总是被小朋友欺负的孩子，我们会担心他长大以后该如何在这个艰险的世上生存；默默地看着过于散漫的孩子的背影，我们又会担心20年后他就变成了一个没有担当的人。

不过，请放下“10年后儿子还是一成不变怎么办”的忧虑吧。很多时候，孩子的问题是需要时间来解决的。

妈妈秘诀

关于优点和缺点，这是仁者见仁、智者见智的问题。二者皆只是孩子的性格倾向而已。思考如何培养孩子，在了解孩子性格倾向的基础上适当地引导他，这才是更明智的做法。

---

[1] 这里的显忠祠是指韩国忠清南道显忠祠，是纪念李舜臣的祠堂。——编者注

[2] 井邑古阜邑城位于韩国全罗北道，留有部分与甲午农民战争相关的遗迹。——编者注

[3] 这里的天涯海角是指韩国全罗南道的一处景区，并非我国海南省的天涯海角。——编者注

第二章　我的儿子究竟为什么会这样

想严厉地说“这么做不行”

有时家长需要管理孩子的行为，以防孩子气馁放弃。在那一瞬间，如果妈妈不能做到坚决果断，总有一天妈妈要为此时的犹豫软弱付出代价。

“妈妈对你说过不许这么做了吧！”

“嗯？没说过呀，没说过呀。”

育儿方法也是随时间变化而有不同趋势的。就在几年前，“虎妈”还很流行。而当前的育儿主流方法却已经是要做像朋友一样的妈妈。所以，现在到处都能见到管不住儿子的妈妈。

在做咨询的过程中，我经常会遇到随意对妈妈发火的孩子。在老师和妈妈谈话时，孩子为了排解无聊向妈妈要求用手机玩游戏——这种情况屡见不鲜。甚至有些孩子都不是在征求许可，而是就像跟妈妈做交易一样。

“妈妈，我好无聊。”

“等会儿啊。妈妈和老师说会儿话。”

“啊，那我要玩游戏。”

“这个星期你已经玩很长时间了。妈妈说过不能再玩了吧！”

“啊，真是的……我很无聊嘛！那你让我做什么呀？”

“哎呀，真是的。那就只能今天玩啊！”

为了不使孩子沮丧，为了提高孩子的创造性，为了除此之外的各种原因，在需要管理儿子行为的那一瞬间，妈妈往往做不到坚决果断。但长此以往，总有一天妈妈要为此前的犹豫软弱付出代价。孩子能通过直觉知道妈妈会在什么时候变软弱并乖乖地交出手机。

妈妈失去对孩子的管控能力，就是丧失了作为父母的权威。虽然有些父母本身就反感权威式的训斥，但有权威和采用权威式的训斥是截然不同的两个概念。为了培养孩子的创造力而不提出各种想法与丧失权威也是截然不同的。

当孩子发现了有趣的事物、叽叽喳喳说个不停的时候，妈妈即使很累也要给他鼓励。但是，如果孩子在妈妈和别人谈话时如耍赖一般随心所欲地插话，这种行为妈妈必须坚决制止。这时候，妈妈要有条理地向孩子说明他被约束的原因，这一点也很重要。孩子玩玩具玩得像“宇宙大战”一样的时候，妈妈要给予他尊重。但是对于孩子向弟弟妹妹扔玩具表示威胁的行为，妈妈必须坚决制止。

妈妈丧失权威的原因有很多种。第一，对于什么行为应该制止，妈妈没有制定明确的标准。妈妈有时候是在不应该制止的时候过分地压制，以至于切断了与孩子沟通的渠道；有时候是在应该制止的时候没有制止，导致孩子养成了不好的习惯。

例如，孩子正在专心致志地画画。妈妈仔细一看，画面上是机器人在攻击什么东西。这时候，我们应该制止他吗？一般情况下，妈妈们不怎么愿意儿子画带有攻击性的图画，看到画中的机器人在攻击什么东西或者小汽车上放着炮弹，就担心儿子或许会产生暴力倾向，于是对儿子说：“旼俊呀，不要画这样的画。这种画不好。”

那么，儿子的反应是什么样的呢？儿子不会想“啊，这种画不好，所以以后我不画了”，而是想“妈妈不喜欢这样的东西，我以后不在妈妈面前画了”。于是儿子就开始在妈妈看不见的地方画带有攻击性的画。单纯地让孩子不要画，这只能限制孩子的行为，并不能从根本上解决问题，反而会使孩子从此不在妈妈面前展露真实的自己，那就真成了问题了——儿子开始在妈妈看不见的地方成长。

请不要忘记，对妈妈来说，真正的危机不是儿子做出抽烟或者殴打同班同学等不良行为，而是儿子不再与妈妈坦诚对话。随着时间的推移，妈妈所知的儿子与教室里的儿子之间的差距将越来越大。即便上了中学的儿子学会了抽烟，如果他能坦率地对妈妈倾吐烦恼，聊聊关于抽烟的问题，那么或许问题解决起来也会很轻松。可是如果沟通的纽带断了，那么即使是忘了准备什么东西之类的小问题，也能成为使母子关系僵化的大事件。

第二，如果妈妈在直面儿子的天性时，没有经过充分沟通，就独断地认为自己是正确的，要通过自己的方式解决问题，那么妈妈也会丧失权威。这不是在解决问题，而是在回避问题的根源。如果这样，儿子将不能正确地面对自己在成长过程中遇到的问题。他会试图默默地背地里自己解决问题，因而增大误入歧途的可能性。

每个人在成长过程中都会经历矛盾、诱惑和选择等。如果在幼年时期得不到家人的赞同，甚至遭到排斥，那些东西就会像伤口上的脓一样渐渐腐坏，成为解不开的结。

在约束孩子的行为时，深入了解孩子的本能、确定标准和底线，这很重要。举个例子，假如某个孩子在出生时就被设计好了要说谎话，可是妈妈给自己树立了信念——“别的可以谅解，但孩子说谎话绝对不能容忍”，并严厉地批评孩子。那这只会挫伤孩子的自尊心，却不能从根本上解决问题。当然，爱说谎的坏习惯也是改不掉的。

“你如果说谎就是个坏人啦，妈妈绝对不会原谅说谎的人。”

如果平时总说这样不是威胁却似威胁的话，孩子不会成为一个不说谎的人，而是会成为说谎时努力不被戳穿的人。不是说这样的孩子就是坏孩子。世界上所有人都讨厌使自己感到尴尬的事物，更何况是尚未确立正确价值观的孩子呢？谎言是人的一部分，天生便是如此。

反之，如果承认孩子任何时候都有可能说谎，为孩子创造一个自己坦白谎言的环境，就可以在不伤害孩子自尊心的情况下纠正孩子说谎的习惯。

有个听起来有点儿奇怪的比喻，纠正孩子说谎的习惯与电影里驱魔师驱赶恶灵类似。在电影中，驱赶附在孩子身上的恶灵时，驱魔师必定会让恶灵说出自己的名字。驱赶附在孩子身上的谎言时，最重要的就是能使其坦白的氛围。当孩子坦白自己说了谎话时，父母应该对孩子表示特别的祝贺，祝贺他开始像个真正的男子汉了。

“谁都可能会说谎，但是承认自己说谎是非常有勇气的行为！”

这样，孩子就不会否定说过谎的自己，不会再逃避问题，而是能接受并原谅自己，并且掌握自己解决问题的力量。

在经营成长男孩美术研究所的这七年里，我见过非常多的男孩和他们的妈妈，并有了一些体会。促使儿子改变的核心力量来自妈妈“面对并承认儿子本来的样子”的本能。当研究所的老师们眼中的孩子与妈妈眼中的孩子统一起来时，儿子就会被安适的环境抚平棱角。

如果父母在看到儿子的不足之处时不肯承认或保持回避，日后儿子一旦遇到生活的艰险就可能会选择逃避或者变得暴力，就这样一点一点错失成长为一个内心坚定的成年人的机会。请不要忘记，孩子在今天表现出来的坏行为，有可能就源自昨天妈妈回避了的小问题。

妈妈秘诀

如何树立父母的权威感

如果老师或父母在孩子面前不信守诺言，孩子就会不加辨别地原样模仿。

“老师，孩子好像会轻视我说的话。”

像这样的咨询我也做过很多。实际上，“选择听什么人的话”这种行为是超越了年龄和辈分的，不只是在幼儿当中，社会上也有很多类似的情形。因此，说话人确立自己的权威可以说带着些本能的意味。

就拿教孩子的老师们来说，有些老师虽然教得很认真，却很奇怪地没办法控制课堂秩序，有些老师虽然成功地和孩子成了朋友，却做不成有教师威严的老师。

对老师们来说，要想让孩子从自己身上获得安定感，并在这种氛围中引导孩子，有件事与开发孩子的思维同样重要，那就是制定明确的标准并实施。维护自己立的规矩很重要。如果老师根据情况随意打破自己立的规矩，孩子们就会模仿老师的做法。在无关紧要的小事上都不能维护规矩的老师只能丧失在教室里的权威。

在家中也不例外，不立规矩或者在某些情况下不维护规矩的妈妈将失去对孩子的控制力。比如，妈妈立了规矩说吃饭的时候不能到处乱跑，可是儿子难以安静地待着。

“吃完饭之前不能去别的地方。”

“好的。”

但是，儿子一会儿就又跑来跑去了。最后妈妈生气了，打算教训儿子。那么，儿子为了逃避这种危机就会哭或者利用自己特有的小聪明逗妈妈笑。这样也不行的话，儿子还可能突然说想小便，也可能开始装作呕吐。儿子们还会用其他各种方法来转换气氛，逃避危机。

朋友式的老师和朋友式的妈妈很容易放弃教训孩子的原因就在这里。在教育犯了错的孩子时，不能因为孩子哭了就停止教育，不能一看到儿子逗自己笑的可爱样子就扑哧一笑。那样的情景乍看之下很温暖很美好，却有可能成为悲剧的开端，因为孩子会以为用那种方法总是可以渡过危机。

教训孩子的时候要明确教训的目的。教训不是我们发泄情绪的渠道，也不应该传递老师和妈妈生气了所以不许这么做的信息。

“虽然我没有对你发火，但是你刚才确实做错了。我们现在就是在谈刚才的事。”

要既不笑也不发火，冷静坚定地教育孩子。虽然到最后也没发火，但是维持状态不因为孩子的样子而动摇，用冷静的声音向孩子传达自己的意志。只要妈妈或老师持续努力，孩子就会在某个时刻开始能够平静地接受大人的训导。

教训孩子的时候请一定不要笑。一旦正在教训孩子的大人笑了，那一切就都毁了。请不要试图做单纯的朋友式的父母或老师，给予孩子引导的父母和老师不可能做到完全像朋友一样和孩子相处。当大人正确认识到这一点并付诸行动时，孩子就不会再无视大人了。

妈妈秘诀

不能维护规矩的家长或老师只能丧失对孩子的控制力。教训孩子的时候要明确教训的目的，要既不笑也不发火，冷静坚定地教育孩子。

孩子抓着手机不放

手机是最能满足男孩特有的对被认可的需求的玩具。但是，并不是所有男孩都会对手机上瘾。

在我做咨询的时候听到的男孩的妈妈们的抱怨里总是少不了与手机有关的话题。越是自我主导型性格倾向强的孩子越喜欢触摸手机和其他电子产品。因为这可以让他们感到自己能轻松地左右环境，而且还能满足男孩们极其强烈的权力欲。最近有些小学男生甚至会在放学后先去朋友家与朋友背对背玩一会儿手机游戏才回家。

智能手机是人类文明给人类的礼物，也是诅咒。孩子在饭店里哭闹时，妈妈用来哄孩子的不再是自己的怀抱或者玩具，而是一部智能手机。把手机放在支架上立起来，给孩子搜索他们喜欢的视频，于是奇迹发生了，刚刚还怎么都哄不好的孩子立刻就安静下来了。

孩子在成长过程中会寻找自己所需要的刺激，就像野生动物会在大自然中变得灵敏一样。孩子在寻找刺激的过程中，有时会变得散漫，因而遭到训斥，而后会开始自制，在这些经历中学会调整。但是，智能手机使孩子不需要付出什么努力，或者只要做出动动手指碰一下屏幕这样很小的努力就能实现画面的改变，为孩子提供所需程度的刺激。

当孩子喜欢上智能手机，问题就随之产生了。孩子会渐渐适应无须使用身体，无须做什么动作，也无须观察的生活。与散漫的孩子相比，我更担心那些没有欲望、没有活力的孩子。

换个方式思考一下，其实“散漫”也意味着在寻找新刺激时徘徊不定的状态。对此，我们可以将其看成孩子有学习的要求，也可以做其他的正面解析。近来，不断有研究结果表明，事实上，散漫的孩子并不是学习能力差，而是在接触新事物时表现出了另外一种潜能。

然而，沉迷于智能手机的孩子与此不同。如果先让沉迷于智能手机的男孩不玩手机，然后问他想做什么，他很可能会回答说：“什么都不想做。”

对于散漫的孩子，妈妈和老师只要让孩子能够自己寻找他想要的刺激就可以了，只不过需要多费些心思。可是，没有欲望的孩子真的令人很为难。

沉迷于包括手游在内的电子游戏的男孩的比例压倒性地高于女孩。这是为什么呢？因为智能手机能满足男孩特有的渴望被认可的需求。只要稍稍努力，游戏分数就能上升，他们就能从朋友处获得认可，还可以在父母的统治延伸不到的地方享受创造自己的世界的乐趣。

一部分家长在很努力地宣传智能手机的危害性，并将孩子与智能手机和电脑游戏隔离开来。可是他们都忽略了孩子们沉迷于智能手机的根本性原因。

在我接触到的孩子中，有个放学后先蜷坐在回廊里玩30分钟手游再回家的四人组，他们是俊宇、俊勇、敏赫和政闵。除了这个四人组，还有许多男孩自发组成的“手游堡垒”非常坚固。随着智能手机普及率越来越高，越来越多的游戏问世，男孩们渐渐被智能手机所支配。如果说以前是周日早上播放的迪士尼动画震撼了小朋友，那么现在就是智能手机控制了孩子。

可是，从我对孩子们的长期观察来看，即便让孩子们在相同的时长里用智能手机玩游戏，也并不是所有孩子都会上瘾。有些孩子稍稍尝到点儿滋味就像上瘾一样入了迷，有些孩子即便玩的时间更长也不会对游戏上瘾。还有些孩子，如果大人把手机从他手里夺走，他就会像世界末日来临一样又哭又闹，甚至提不起精神。可是，有些孩子即便玩游戏玩得很开心，只要时间一到，他也就会放下手机转而投入到其他事情中去。

当妈妈发出停止玩手机的指令时，有些孩子能理解，有些孩子理解不了。这两种状态有什么区别呢？

相对来说，那些平时和家人相处时间较多，能被人深切理解的孩子，比独处时间较多或虽然有人陪伴却不能被深切理解的孩子表现出的上瘾症状要少。

每当看到对手机上瘾的孩子时，我首先想到的是大人们从孩子们手中拿走手机的方法。我们对于孩子为什么会上瘾了解得太少。说不定孩子们对手机上瘾只是一种现象而已，实际问题的产生是从情感共鸣的缺乏开始的。那些表面看起来情感世界很丰富，内心却很空虚的孩子们，如果他们为了寻求深刻的共鸣和沟通而玩手机，那他们离上瘾也不远了。

相反，如果孩子能从家人那里得到深切的理解和情感共鸣，与包括父母在内的家人、亲戚和朋友们沟通良好，那么即使玩手机，孩子上瘾的程度也会相对较低。

假设时间倒流，如果在那个和朋友们去趟游乐园就能乐疯的时代有了智能手机会怎样呢？那时智能手机也能控制孩子们吗？我认为不会。如果孩子正在慢慢地对智能手机上瘾，那妈妈在烦恼怎么做才能让孩子远离智能手机之前，先应该思考如何弥补缺失的沟通和情感交流。这不是只凭共度多少时间就能解决的问题。

让喜欢蹦蹦跳跳的儿子玩娃娃，即使让他玩上10个小时，他也不会开心。对他来说，爸爸妈妈和他一起跑上1个小时才是有意思的事。如果儿子对汽车感兴趣，那妈妈就应该和他一起研究汽车，这比其他什么方法都有效。

因此，父母应该特别留心观察并明确地知晓什么样的主题和游戏才能使孩子的需求得到满足。

妈妈秘诀

经常独处的孩子和自身性格倾向得不到认可的孩子很容易对智能手机上瘾。此时，我们大人应该做的不是夺走手机，而是努力仔细观察孩子的喜好和个性。

把妈妈的话当成耳旁风

除了说话的能力，男孩和女孩倾听的能力也有差距。

有时候男孩会使人心里很不是滋味，这样的瞬间经常出现。当孩子想好好表现得到认可却力不从心，因此看起来闷闷不乐时，我总会有这样的感觉。男孩甚至经常会在学校里被同年级的女生挤对，有时还会被比自己小一两岁的妹妹挤对。与生俱来的性格使男孩像只充满活力的小老虎，可是社会需要的却是伶俐敏捷的小兔子。于是小老虎就失去了立足之地。

为了得到妈妈和老师的认可而压抑自己原本的个性，为了把自己塞进框框里，男孩们各有难处。

我在研究所只开展男教师教男孩美术的项目的原因之一，就是现在愿意解读男孩内心的成人越来越少了。从小学教师的男女性别比例来看，女教师人数接近90%。在幼儿教育中，女教师所占比例为97%。而家庭中的主要抚养人是妈妈。男孩能接触到的成人中，女性占了绝大多数，孩子与可模仿的成年男性相处的时间越来越少。身为女性的妈妈无法理解儿子的天性，在矛盾产生的时候，本应扮演协调者角色的成年男性的缺位会对孩子的成长造成极大的影响。

世界上大部分的儿子都经常被妈妈误解。雪上加霜的是，儿子阐明情况、解开误会的能力却明显不够。男孩中也有不少话多的孩子，但是，仔细听一听这种孩子所说的话，就会发现他们像在讲魔幻车神的故事一样，叨叨咕咕说的全是他们自己感兴趣的东西而已。很遗憾的是，这种现象在爸爸身上也时有发生——在把儿子的心事翻译给妈妈这方面，爸爸们的能力明显不太够。

“小孩本来就是那么长大的！”

这是爸爸在为儿子辩解时所能说的最明白的话了，但是在妈妈听来这理由却不够充分。在妈妈看来，这就是对孩子不关心，觉得养孩子麻烦。

有一次，正在等待孩子下课的几位妈妈坐到一起聊了起来。一位妈妈说了这样的话，其他妈妈都笑着附和。

“我儿子呀，好像就是生下来挨我训的。”

“我们家孩子也是！”

“哎呀，我家也是。我老公也这样！”

妈妈不知道，这其实就是儿子这种存在与生俱来的特点之一——不太能听话。不是说儿子比女儿听力差，而是说他们倾听别人的话的能力比较差。之前我对此一直有所怀疑，但从研究资料和实验资料来看，这确实是事实。

在说和写之外，男孩和女孩在倾听他人话语的能力上也表现出了差距。总之，儿子不太会听话。即使妈妈大声喊着不许那么做，他们也还是能理直气壮地无视妈妈。如果今天你也因为这个伤心了，那就放下手里的碗筷，捧着儿子的脸，看着他的眼睛再说一次。看着孩子的眼睛提问，就不会发生误会了。或许儿子会露出直到现在才听到的表情，然后天真烂漫地做出回应呢。

此类事件在教室里也时有发生。有些男孩会偶尔不注意听老师讲话，表现得很散漫。对于其中有些孩子，只要把他的座位换到老师旁边，问题就解决了。像这样，用很简单的方法就能使问题得到解决。

当然，不是所有精力过剩的孩子都只是因为倾听能力的原因才不能注意听讲。因此，上述解决方法并不是绝对的。然而，我们也注意到一些消息和报道说，有些被诊断可能患上注意缺陷多动障碍的孩子在座位被挪到教室前面后症状有所缓解。

养育男孩的妈妈请一定记住，男孩在倾听方面的注意力本来就比女孩差。只要知道这一点，妈妈内心的煎熬就能排解大半了，看到只顾着玩耍不回答自己的话的儿子时，妈妈心中的怒火也能减少一点儿。如果不了解儿子的这种特性，就可能使小误会一点点累积起来，甚至做出抑制孩子的某种潜力的行为，那该多么令人痛心。

可是，除了儿子，家里还有一个耳朵不太好使的人——儿子的制造者，又称大儿子——妈妈的先生。我接到很多妈妈的“举报”说，这位的耳朵也不太好使。会不会是先生在家看棒球赛的时候电视声音开得太大了呢？他们肯定不是有意要招太太不高兴的，因为他们是真的不太能注意到别人说的话。妈妈可以把这两个男人的特点当作共同点来认识，这样在日常生活中心情就会平和得多。

翻开过去的记忆，在孩子刚出生没多久的时候，妈妈几个小时就要醒来一次。而且，那时每次先睁开眼睛的，或者说唯一睁开眼睛的人就是妈妈。妈妈刚刚醒来，在睡眼惺忪的状态下迷迷糊糊地轻轻拍着孩子哄他再次入睡。这时看见打着呼噜睡得不省人事的先生，妈妈可能会觉得很恼火。可是那个人原本就是被设计成这样的。对于这部分，妈妈不需要去理解，只要宽容怜悯就好了。现在，请原谅他吧。

接纳了儿子的这种性格，妈妈以后再听说儿子在学校里注意力特别不集中的时候，就能不慌不忙，请老师把孩子的座位稍稍往前挪一挪。实际上，这种方法真的很有效。

准确地说，男人不是听不到“声音”，而是听不到“人说的话”。男人即使听不到孩子的哭声也能准确听出自己车的警报声，甚

至能听出隔壁家汽车的警报声和自己家汽车的警报声有什么差别。这就是男人。

综上所述，男人和女人是不同的存在。请记住，问题的产生往往是从“对方和我一样”的错误认知中开始的。

妈妈秘诀

如果有什么话想对孩子说，请看着孩子的眼睛面对面地跟他说。并且，请委婉地问问他是不是听明白了，这样就不会发生误会了。或许儿子会露出直到现在才听到的表情，然后天真烂漫地做出回应呢。

做错事却觉得很委屈

我想起了自己有很多话想说却不知道该怎么说而哭出来的经历。

男孩的语言发育比女孩平均晚大概1.5岁。也就是说，5岁的儿子和邻居家3岁半的女孩的语言功能水准相同。如此一来，儿子受委屈的情况屡有发生。

虽然孩子们都还不成熟，任何时候都可能会觉得委屈，可是从实际情况来看，捣蛋鬼儿子们的委屈感尤其强烈。明明是他自己先惹了事，老师来劝阻的时候他却吧嗒吧嗒落着泪，觉得自己很委屈。

男孩和女孩发生冲突的时候，感觉委屈的一方通常是男孩。明明是他自己做错了事，他怎么就那么委屈呢？

感觉委屈的男孩一般都不能正确理解对方的意图，不管对方是妈妈、朋友还是老师。而他的能力还不足以冷静地解释自己为什么委屈，这是孩子们的共同点。他们很难一下子说清楚究竟是因为太委屈了所以说不出来，还是因为说不明白所以委屈。

从实际情况来看，语言发育较迟缓的孩子比普通孩子更经常觉得委屈。虽然说如果老师能一下子察觉这类孩子的苦衷，帮他们解决问题，就能为他们创造最好的环境。但是即便是经验丰富的老师，也会在了解表现力有些不足的孩子时遇到困难，因为能从孩子那里直接得到的信息太少了。这里说的信息与孩子自己的絮絮叨叨相去甚远。因为就连话多的男孩也很少能准确表达自己的感情和想法。

举个例子，女孩从开门进屋放下书包时就开始没完没了地说自己的事，而男孩一进屋就把包括作业在内的所有事全抛到脑后了。女孩

的妈妈不需要直接去学校，只通过孩子说的话就能获取很多信息，把学校里发生的事了解得差不多。男孩的妈妈要想了解情况却得费很大力气。儿子回答妈妈的问题时通常就用两三个字——“不知道”“没有”“挺好”。最后妈妈就只能通过妈妈交流群或者听班里女同学的妈妈的转述来满足自己的好奇心了。

所以，同许多男孩的妈妈交流过后，我发现有时候有些妈妈完全没有察觉到孩子在校园生活中遭遇了什么问题。但是，这不是妈妈的问题，将其看成是不知道如何表达自己遇到的问题的儿子正在经历的困难，这样更合适一些。

所以，我建议男孩的妈妈在第一次送孩子去学校时一定要做下面这件事：和家有聪明伶俐小闺女的妈妈加为好友——虽然和老师的交流也很重要。万一儿子从学校回来说今天没作业或者没什么要准备的，请笑着给女孩的妈妈打个电话确认一下。检查儿子的书包是必须要做的。如果平常不检查书包，也许某天你就会从儿子的书包里发现一张过期很久的皱皱巴巴的家长会通知书，然后心里咯噔一下。

不过，比起这些，我认为根本性的解决方法是根据孩子的性格培养孩子的表达能力。可以试试准备每周一次的倾听时间，听听孩子的故事。这个时间可以是30分钟，也可以是2个小时。让孩子在家里随心随欲地说自己想说的话吧。尤其是那些平时与孩子缺乏沟通的妈妈，可能会觉得这些倾听的时间对她们来说就像久旱逢甘霖。如果这样孩子还是不肯用语言来表达，那么妈妈可以准备一张大纸，和孩子一起在上面玩画画游戏，或者和孩子一起玩摆动身体的游戏。

妈妈和儿子一起玩耍时，要注意给孩子足够的时间，直到他主动说不玩了。这样一起玩耍的时光可以让孩子感觉到有大人能相信他和理解他。更进一步地说，可以让孩子感觉到自己作为一个独立的人得到了认可。不要忘记，语言发育迟缓与想法和要求迟缓是不一样的。

妈妈秘诀

在听人说话方面注意力比较弱，语言发育程度也比女孩差的男孩，不擅长说明情况或者表达自己的心情。所以，碰到郁闷的情况时他会哭。妈妈需要细心询问，拥有了解孩子内心的智慧和耐心。

培养孩子的语言感知力

想完善儿子的不足之处是妈妈的本能，想在妈妈面前只表现出自己优秀的一面是儿子的本能。这二者是互相矛盾、互相冲突的。

现在大家已经明白了儿子的语言能力发展相对迟缓。那么，接下来应该怎么教儿子呢？比以前给他读更多的书，有意识地增加和他聊天的时间，每次他出错的时候都给他指正，这样就会有好转了，难道不是吗？不巧的是，这么做你失去的将比得到的更多。

妈妈如果急于解决问题，草率地对孩子的状态做出判断，那么看问题就会流于表面，导致偏见。妈妈看到儿子的不足之处，本能地就会想帮他完善，妈妈就是被设计成这样的。

但是，还跟不上妈妈速度的儿子看到这样的妈妈，他的想法是：“妈妈只会看到我的错误，总指责我。”想完善儿子的不足之处是妈妈的本能，想在妈妈面前只表现出自己优秀的一面是儿子的本能，这二者是互相矛盾、互相冲突的。在教室里也是如此。老师有想纠正孩子的不足之处的急切心理，孩子希望通过自己的能力将自己拥有的东西完完全全地表现出来，这二者时常冲突。

那么，该怎么做才能既不给孩子造成负担，又能促进孩子语言能力的发展呢？在教孩子认字的时候，教育者最需要的不是自己对文字的理解，而是让孩子不讨厌文字并且一直对文字保持兴趣的技能。

如果你看了这段文字之后还是苦恼“教孩子认字的时候应该做些什么”，那不如换个问法：“应该做些什么，才能有效地教孩子认字？”孩子们在教室里没能从学习中找到乐趣，不是因为教学量太

少，而是因为很多时候教学量过多产生了副作用。孩子想和妈妈一起玩游戏，妈妈却用教育来回应他。如果沟通不良，教什么都不过是在沙子上建城堡而已。

沟通是教育的基础。刻板的目光该放松下来了。静静地注视孩子的眼睛，用等待取代该教点儿什么了的眼神。妈妈只有先知道孩子自己想发展哪个方面，才能开始听到孩子的声音。请不要没教成孩子认字和说话，反而使孩子抗拒学习了。让孩子自然而然地认识到认字和说话是表达自己想法的手段，并熟记于心。

可能是因为我们的做法还不够成熟，每当打算教孩子点儿什么时，孩子就会本能地开始防御。孩子的那种样子，和成年人在商场遇到促销的营业员时马上就躲开的样子简直太像了。我们有多想躲开现在的营业员，孩子就有多想躲开要教育自己的大人。孩子对超过自身接受能力的学习感到疲倦，所以只想躲避。

男孩的语言中枢发育比女孩要迟缓一些。强行剥开还没成熟的栗子，是吃不到饱满又好吃的栗仁的。

我们在教儿子之前一定要先分析一下：“我儿子的大脑是否已经发育到能接受这些内容了？”这不是仅看着平均图表指标说“一般6岁的孩子就已经会表达自己了”，就能一蹴而就的事。请记得，就像我们虽然已经是成年人，但依然有各自不同的生活一样，孩子们的生活也是如此。

要想把男孩养得好，就要像垂钓者一样善于等待。要收敛急躁，留心观察，在孩子表现出对学习的兴趣时给予正确的引导。这不是说要放任孩子不管，而是说把孩子放进带有围栏的广阔牧场中，细心观察孩子在其中的行为。这是妈妈要做的第一件事——就这样等待某种信号的出现。一定要坚定地相信，没有厌恶学习的孩子。

我每天都要接待好几位已经有了学习自卑感的男孩，其中以有美术自卑感的男孩居多。对这样的孩子，我们首先要做的是让他持续接触自己喜欢的东西，让他从自己最需要的内容，以最适合的方式开始学习。如果这样的工作没有做在前面，即使孩子变得很会画画了，那也只是因为老师的劝导和努力勉强学会了技术性的东西而已，其实孩子还是那个对白纸感到畏惧的孩子。

最重要的是使孩子不再厌恶学习的过程。为此，关键在于了解孩子的兴趣点，以及孩子是用什么方式学习的。

“这位妈妈，不是说画画得好做手工就当然也好。每个孩子的性格和兴趣都不一样，请观察观察再说。”

美术的领域相当广阔，每个孩子感兴趣的部分也有所不同。教孩子说话的时候也是一样的。妈妈应该细心观察孩子的性格，分析孩子对哪些方面比较有兴趣，然后坚持从这些方面培养孩子就可以了。比如孩子喜欢恐龙，如果妈妈从茄子、苹果等词开始教他，孩子就不太能接受，如果从霸王龙等词开始教，效果就好得多了。

有时我想，孩子们会不会是令我们无可奈何的大自然的一部分呢？因为我们可以把自己掌握的知识传递给孩子，却不能把想法也移植给孩子。

很多老师和妈妈都犯了个错误——沉迷于人为“制造”的教育理论中，却忽视了就在眼前的孩子。如果现在孩子没有长成你预设的样子，就请回想一下自己是否投入了充分的时间去观察孩子的性格。

妈妈秘诀

发育水平的平均图表不能成为孩子人生的标准答案，孩子需要的是符合自己性格和兴趣的教育。

画画只用黑白两色

鉴于用黑色画画的人都有忧郁症的传闻，有些妈妈在看到儿子漆黑的画作时感到忧心忡忡。

“老师，孩子画了幅画，画里的雨是黑色的。这是不是有问题啊？”

在这个信息过剩的时代，可以从孩子的画中探知他的心理似乎是大家都知道的常识。然而，其实这是个误会。在这里，我特别想说一说的是对爱用黑色的男孩的误会。

黑色是代表忧郁情绪的颜色，由于这一错误认知，只要孩子在画画时只用黑色，妈妈就会变得忧虑：“我家孩子的情绪是不是出了问题？”虽然会使人很意外，但我还是要说，其实男孩用黑色的最大的原因是视网膜。男孩和女孩的视网膜从结构上就存在不同。男孩的视网膜较厚，是由较大的神经细胞组成的；女孩的视网膜较薄，是由较小的神经细胞组成的。

总之，男孩喜欢黑色是极为正常的生理现象，男孩天生就对无彩色很敏感，而女孩从出生开始就对温暖柔和的色彩比较敏感。所以，那种“孩子们当然应该使用温暖多彩的颜色，这才表示他们情绪稳定”的观念才是错误的。

建立在这种观念基础上的教育是在剥夺儿子对绘画的兴趣。固有观念多么可怕！

男孩们在听到“好了，现在来上色吧”时表现得有气无力，但在听到“我们来刷油漆吧”时，整个人都不一样了，就好像变成了行为

艺术家一般全情投入，现场只能听到呼吸的声音。此时，男孩们选择的颜色通常是就放在眼前的颜色。妈妈面对这样的情景时会感到很挫败，费尽心思地想该怎么改掉孩子的这种习惯。可是在成长男孩美术研究所，老师们却很乐于见到这样的情景。因为这太正常了——作为男孩、儿子成长起来的老师们曾经也是这样的。

在此要强调一下，情绪稳定的孩子在画画时会选择五彩斑斓的颜色，这是成年人的错觉。就像前面说过的，女孩和男孩的视网膜结构中的细胞分布存在差异，生物学上就是如此。所以，如果盲目地用五颜六色的色彩来判定孩子的情绪，是在无视男孩的身体构造。

时常有妈妈因为儿子在美术游戏中居然用接近粪便的颜色画画而大吃一惊——博客和育儿书里明明说，孩子们特有的纯真和丰富的色彩感会让他们只用手边的水彩颜料就能像杰克逊·波洛克[1]一样搞出行为艺术。但是，大部分男孩却边上色边涂抹，将色彩混合成在我们看来接近粪便的颜色。而此时，儿子却会一脸兴奋地说：“妈妈，我用五种颜色混合出了超级无敌的颜色！”

面对那种妈妈理解不了的颜色，自己却掩不住兴奋，这就是儿子。他不是因为心情糟糕才用黑色，而是天生就对无彩色比较敏感。所以，不能说用黑色画雨或者画其他东西的男孩就有问题。

在外面讲课的时候还有人问我这样的问题：“老师，我儿子喜欢的不是黑色，是红色，这是怎么回事呢？红色不是无彩色呀。”

是的，红色不是无彩色。从我的调查结果来看，男孩喜欢红色是因为《超凡战队》中主角的衣服是红色的。一般情况下，男孩如果说自己喜欢红色，从逻辑上分析然后喜欢上该颜色的情况比因为对颜色的感知力较丰富而喜欢上该颜色的情况要多。我们通过仔细观察可以看到，很多时候色感丰富的男孩们会从喜欢的动画主角的衣服的主要颜色开始按顺序涂色。孩子们就是这样，总是超出我们的想象。

但也不能就这样盲目地相信所有男孩都对黑色或无彩色比较敏感。用某种单一的概念给孩子下定义是很危险的事。

“我儿子喜欢粉红色，这是不是有什么问题？”

答案当然是“不是这样的”。请不要因为大部分男孩喜欢并且常用黑色就感到担心，请不要简单地用对几种颜色的喜好来区分孩子正常或不正常。喜欢粉红色的男孩非常多，而且他们喜欢粉红色的理由就像喜欢粉红色的孩子的人数那么多。

妈妈秘诀

女孩对柔和色彩的感知力较强，男孩天生就对无彩色比较敏感，生物学上就是这样的。所以，如果以喜欢的颜色作为判断孩子情绪的标准，那就是完全没有考虑男孩的身体构造所做的判断。

---

[1] 杰克逊·波洛克是美国抽象表现主义画家。——编者注

孩子太内向了/注意力不集中

如果在某方面不够好，那肯定在另一方面很棒，这就是孩子。

世界上的孩子有很多种，有共情能力高的孩子，有自我主导型性格倾向强的孩子，有充满活力的孩子和内向的孩子，等等。在这里我要谈谈有关内向孩子的问题。内向是好的性格还是不好的性格？

很奇怪，人们总是把内向与表达能力弱直接联系在一起。所以，内向这个词被认为是消极的、负面的。因此，它常常被归类为缺点而不是性格倾向。此时，成人们忽略了一个事实——性格内向的孩子往往具有细心、谨慎的特点。如果在某方面不够好，那肯定在另一方面很棒，这就是孩子。

在某些人眼里，充满活力也可能是缺点。以散漫且特别活泼的孩子为例，有人可能会认为他们应该改改那种坐不住凳子的性格。但是我相信他们的这种性格是因为他们想学的、想知道的、想探索的东西太多了。只不过他们想探索的领域实在太广阔，所以才会在需要集中精力做一件事时感到困难。

有一次，一位妈妈来找我，她的儿子经常被周围的人指责散漫，并且被评价没办法集中注意力做一件事。那位妈妈对儿子不是一般的担心。但是，仔细观察孩子之后我发现，孩子并没有注意力不集中的问题。相反，他是个注意力很集中的孩子。他画画的时候，即使周围环境嘈杂，我也能在他身上明显看出这一点。比如他画着画着不小心把铅笔碰掉到地上了，弯腰去捡铅笔，却被地面上的花纹迷住了。他看着花纹，看着看着视线又转移到了漂亮的壁纸上，然后又张着嘴巴向房顶看去。

在我们研究所，我们不把这种孩子称为注意力不集中的孩子，反而认为他们是瞬间注意力很集中的孩子。所以，我在做咨询的时候会向妈妈们传递这样的信息：不应简单地将孩子的状态划分为好还是不好，而应该用更广阔的胸怀接纳孩子，思考培养孩子积极性格的方法。

妈妈秘诀

所谓的孩子的优点和缺点只不过是反映成年人偏见的分类方式而已。孩子比我们认为的更能察觉到这一点。孩子能很明确地感觉到面前的这个人是“看到我的优点想引导我的人”还是“看到我的缺点想纠正我的人”。

有暴力倾向

儿子与生俱来的性格终究会显露出来，只不过在不同时期有所差别而已。如果想改变根本改变不了的东西，那妈妈从第一个纽扣开始就系错了。

“老师，我一想玩推倒乐高城堡的游戏，我妈妈就对我发火。我不知道为什么会这样。”

刚上小学一年级没多久的瑞俊，在和我一起画了会儿画之后噘着嘴气嘟嘟地对我倾诉着他的不满。看到瑞俊的表情，我能理解他的心情，也十分理解他妈妈的心情。看到孩子特别喜欢玩攻击性的游戏，妈妈心里会隐隐担心孩子会不会形成这种性格。有时候妈妈一看到孩子画的暴力图画，脑海中就浮现出了一个暴力青年的形象，于是妈妈就禁不住想要唠叨唠叨。

事实上，男孩的攻击性是有原因的。在胎儿时期，男孩的大脑接受了睾丸素的影响，在这种性激素中就存在着攻击性。因此，从生物学角度讲，男孩天生就带有攻击性，生来就向往胜利。

在一项相关研究中，为了抑制孩子们性格中的攻击性，学校全面禁止躲避球比赛，然而校内暴力指数并未有任何变化。这让我们得以确认，孩子性格中的攻击性并不是需要被改变的对象，而应该被大人们包容。

世界上有几种力量是人力所不及的，其中之一便是自然的力量。无论我们如何努力试图阻挡，儿子与生俱来的性格终究会显露出来，只不过在不同时期有所差别而已。如果家长试图改变根本改变不了的

东西，努力再久，也不过是给孩子徒增压力。家长应该做的不是口头上命令孩子停止攻击某人的游戏，而是帮助孩子以正确的方式排解和管理自己的情绪。

有一次，某个初中一年级学生的妈妈联系我，说孩子在学校闯了祸，一定得找我咨询一下。我一般只做小学六年级以下孩子的咨询，本打算拒绝，可是听到那位妈妈在电话另一端啜泣哽咽，我还是给她预约了时间。

一周后，我走进孩子所在的教室，那孩子不但不跟我问好，而且连看都没看我一眼——可以说是目空一切的中二病[1]。这种时候，再怎么笑着亲切地跟他打招呼都不会得到回应。孩子浑身上下都散发着不信任大人的气息。在这之前我已经听他妈妈讲过事情的前因后果了。这孩子参与了校园暴力事件，他不但完全不认为自己做错了，反而还觉得很骄傲。别说老师了，他的爸爸与他谈话时，他都不肯开口，只是发火，看起来很难过。他的妈妈说自己快疯了，不明白为什么原本很乖的儿子会变成这样，说着说着就快哭了。我跟着这位妈妈走进教室，开始了和那孩子的谈话。

“你很会打架吗？”

这句话一下子就引起了孩子的注意。孩子看了我一眼，开始兴奋地讲他的“战斗故事”。我放下了要将孩子往正确方向引导的想法，和他聊了很久有关拳击和自由搏击以及搏击技巧的话题。然后我说要教他一些柔道技巧，他请我现场就教给他，甚至做出了准备开始学习的动作。这时，他已经将我当成谈得来的人了。

一定要就孩子参与的具有攻击性的游戏与孩子进行充分的交流，这样才能听到孩子的真心话。他给我讲了事情的原委——别的学校的学生先骚扰他们班的同学，他去帮同学的时候事态扩大了。我问他为

什么不对大人们说。他倔强地说，说了也没人会理解他，干吗要说呢？

我与孩子聊了很长时间，然后提议我们一起用锯子锯木头，用锤子锤木头。孩子欣然参与。除了喜欢攻击性游戏之外，他还是个空间感很强的孩子。我建议他以后也可以在生气的时候试试锯木头、钉钉子，并结束了咨询。

让我们走进孩子所处世界的深处吧。如果一边喊着想给孩子带来改变，一边却对孩子的世界毫不关心，那么无论何时孩子都是孤独的。

妈妈秘诀

世界上所有男孩的性格中都带有攻击性，这是雄性的本能。但是，这并不是全部。我们也应该想到，孩子也有隐忍着无法诉说的时候，我们应该多听听孩子的话。

---

[1] 中二病，指狂妄而又自认为不被理解的人。——编者注

只对攻击性游戏感兴趣

如果儿子因为担心妈妈生气而只在妈妈看不见的地方表现出攻击性，那么在遥远的未来，他会变成什么样呢？

“够了！别玩了！”

就算你因为讨厌孩子玩攻击性游戏而高声呵斥，孩子性格中的攻击性也不会消失。当然，这可以在孩子心里留下“原来妈妈不喜欢这样的东西”的印象，他会暂时不玩攻击性游戏。但是，孩子的性格却不会改变。

“还要我怎么说你才能听话啊？到底要我怎么办？拜托你听话点儿吧！”

惭愧地说，成人们嘴里有时候会冒出一些不太成熟的话语来。在育儿的名义下，要去理解一个与自己不一样的存在，这是多么难的事啊？但是，无论何时我们都要摒弃那样的表现，因为我们是成年人。我知道有时候妈妈们在看育儿书的时候会吐露一些不满。

“说起来容易，真的能做到吗？”

“你现在就是那么教育孩子的？”

听多了专家们说的话，妈妈们会觉得自己被逼得太紧了，类似的气话自然涌向舌尖。我敢断定，写育儿书的专家们也无法完全做到书里的养育方法。至少我认识的几位专家就是这样，他们在专栏里尽情写着赞美孩子的方法，转头却对自己的子女高声训斥。尽管如此，我

还是要写这些话。因为如果我们放弃了，我们的责任就要由孩子们去承担。

所以就算难一点儿，也请再忍一忍，试着理解喜欢攻击性游戏的孩子的立场。孩子还认识不到自己在做不好的行为，不过是顺从本能去攻击某个人而已。此时，如果妈妈对孩子高声呵斥，孩子不但不会改正自己的行为，而且会因为自己的本能遭到了否定而产生挫败感。从包容孩子开始做起，通常会收到良好的效果。

“哇哦，今天在做什么游戏呀？在打坏人吗？”

“嗯！我在攻击侵略地球的外星人！”

“啊哈，原来是这样！儿子，保护我们是好事，不过这样攻击别人可不行。”

直接指责孩子与包容孩子而只指责行为本身，二者截然不同。如果说这是有技巧的，可能听起来会让人感觉太腻烦了，但生活的变化就是在熟悉的事中产生的。成年人要引导男孩，最需要的不是使用各种技巧的要领，而是坚持一种信念不改变，十年如一日地秉持该信念向前推进的自信。

如果心态调整好了，就请试着满足孩子的欲望吧，可以让他和爸爸一起玩枕头大战或者学习运动。

作为一个美术教育专家，我想推荐的是，和孩子一起画带点儿攻击性的图画。和孩子一起画他喜欢的武器，用画对孩子的“机器人手持武器赶走坏人”的涂鸦表示认可。请默默地向儿子传递“妈妈接受你的本能”的信息。到那时，孩子才会倾吐真言。

某些男孩经常很快地画类似涂鸦的画来表现自己脑袋里的故事。如果说女孩画的是名词，那么男孩画的就是动词。我目睹过孩子在这

种时候被制止的场景—孩子正在表现脑海里的故事时，妈妈却用人物的形态画得好不好来评判孩子的画。如果孩子画得近似涂鸦了，妈妈应该集中注意力思考一下孩子想表达的是什么，而不是烦恼为什么孩子画得没有去年好。这样，妈妈给孩子的反馈将有所不同：“哇哦！你的画里藏着很复杂的故事啊！”

妈妈秘诀

请和孩子一起画带点儿攻击性的图画。可以和孩子一起画他喜欢的武器，用画对孩子的“机器人手持武器赶走坏人”的涂鸦表示认可。请默默地向儿子传递“妈妈认可你的本能”的信息。到那时，孩子才会倾吐真言。

对第一名过于执着

经常被夸奖或被赋予高出自身水平的期待的男孩无法接受没得第一名的自己。

“啊！妈妈！我没输！不行！呃嗯！”

现在拼命争第一的男孩可真多。

“哎哟，我跟他说了不得第一名也没关系。可是他非得要得第一名。也没人告诉他要得第一名啊。真不知道他为什么这么执着。”

在养育儿子的过程中，妈妈往往要面对儿子的求胜欲望：玩游戏的时候如果觉得自己好像要输了，儿子就算改变规则也要赢，甚至犯规或者哭着不肯认输。看到可爱的儿子为了获胜而做出耍赖或怯懦的行为，妈妈的内心是受伤的。在家里，妈妈还能让着他哄着他劝着他，但是如果这样的事发生在幼儿园或学校里，孩子明显会被小朋友们讨厌。妈妈想到这里，就觉得平时不能一味迎合孩子的喜好了。可是，如果客观冷静地告诉孩子社会的真相，又害怕孩子会太受伤。到底应该怎么做呢？

我通过观察发现，那些拼命争第一的男孩往往会将没得第一与否定自我联系起来。仔细观察这类孩子，我们会发现孩子追求的不是单纯的第一名，而是妈妈的认可。他们想通过竞争向妈妈和身边的人证明自己的存在感。我们甚至可以用执着来形容他们的表现。

这样的孩子在教室里画画时，如果觉得自己没有别的小朋友画得好，就会说：“哎呀，没画好！”然后他可能会把画纸撕掉或者藏起来。这样的孩子害怕被妈妈和周围的人发现自己有做得不好的地方。

尤其是经常被夸奖或被赋予高出自身水平的期待的男孩，他们中的很多人都无法接受没得第一名的自己。

“不愧是旼俊啊！”

“哇哦，好聪明啊！”

被过度夸奖的孩子对自我的认识会变得扭曲，最终会失去敢于承认失败的健康心态，会因为担心被排挤而变得惴惴不安。

那么，妈妈应该怎么做呢？或许大家不会相信，对好胜心强的孩子说“不得第一名也没关系”基本等同于对他说“你得不到爱也没关系”。请从接纳孩子的本来面貌开始，减少过度夸奖和期许，改变夸奖的要点。与其在孩子做得好时夸他“哇哦，真棒！你是第一名”，不如在孩子落败时安慰他“虽然输了，但是做得很棒”。

在此时，爸爸可以发挥作用——帮助孩子明白自己哪里做得不够好。爸爸可以试试这样跟孩子聊天，不要说“爸爸像超人一样什么都会做”，而要说“爸爸会这个，但是不会那个，你呢？”这样，孩子就能更客观地看待自己了。这个问题由妈妈来问也可以，但是由爸爸或者能被孩子当作男性榜样的人来问效果会更好。

我认为男孩们天生就像有锋利牙齿的鲨鱼一样——认为只有用锋利的牙齿展示自己的威力才能得以生存。他们需要像鲸鱼一样的爸爸的教育。希望爸爸们能向孩子传递这样的信息：“你看，虽然爸爸在笑，但是爸爸并不认为其他人就是弱者，对吧？这才是真正的强者。”

妈妈秘诀

请减少过度夸奖和期许，改变夸奖的要点。请鼓励孩子即使没得第一名也要开心。成年人需要一种智慧，去告诉孩子没有人能什么都擅长。

害怕失败而不愿尝试新事物

当被过度期待时，人会想藏起自己的不成熟。这是孩子和成年人都有的自然心理。

曾经有个孩子来我们研究所上试听课，我走进教室给了他一些纸并向他提问，以便给他做性格分析。

“你喜欢画画吗？”

“当然喜欢了！我画得特别好！”

他说着就像事先准备好了似的在纸上画了一棵大树。孩子用满足得意的表情看着我，好像在等我夸他。

“哇哦，你经常观察大树啊？那你还会画别的东西吗？”

但是，除了大树之外，孩子没再画别的东西。于是我们不再画画，开始聊天。

“老师，那是什么？那东西怎么用？”

一开始我很冷淡地回答孩子的问话，并等着他的反应。可是孩子好像在避免什么一样，一直努力不让对话中断。如果我试图把话题引回画画，他就会提高音量努力把我的注意力引到别的地方，好像在掩饰着什么。我在性格分析卡上记录好他的表现，重新把话题带回画画上。

“老师可以在纸上画幅画吗？”

“可以。”

这孩子开始变得闷闷不乐，我征得了他的同意之后，在纸上用比孩子稍差一点儿的笔法画了一个怪物——因为如果我比孩子画得好，孩子就有可能不再动笔了，大部分孩子会害怕无法达到大人的期待值。我在画里向孩子画的大树发射了一颗导弹。

“你能阻拦这个吗？”

向孩子画的大树发射导弹，意在引出孩子隐藏在内心深处的话语，这可以向他传递“现在老师不是想要评价你，不是想看你做得好还是不好，只是想和你一起玩”的信息。

这时，孩子才提起笔在刚才的大树前画了一面阻挡导弹的盾牌。我们重新开始画画，画出更厉害的怪物一起发射导弹。等孩子产生了自信之后，我又问他。

“你还会画什么？”

到这时，孩子才开始画其他的东西：挂着导弹的小汽车、载着恐龙的火箭、绝对打不穿的坚固的房子……这个孩子是个被妈妈的积极期待“驯化”了的孩子。孩子想隐藏的东西就是刚才说过的他的真实水平。自己比老师的期待和妈妈的期待要差，他不愿意这样痛苦的事实被大人们发现。

实际上大部分男孩都是这样的。如果被过高地期许，就会战战兢兢怕被人发现自己有什么做得不好。也许奶奶无意中说的一句肯定的话——“哎呀，还是我孙子聪明啊！”——就能给孩子的脸上罩上一张虚伪的面具。

没准儿孩子得意扬扬地画的那棵大树就是他以前画过并被肯定过的。虽然孩子画的时候很自信，露出了知道自己画什么会被表扬的表

情，但是面对让自己多画一些的要求，他就忽然怕了。

“画什么他才会夸我画得好呢？”

他一边这样想着，一边转移话题争取时间，直到确信自己能做好。对这样的小朋友，教育者需要做的是给他们“我没有在评价你，你做不好也没关系，实际上我也做不好”的感觉。对于男孩们来说，“被老师和妈妈知道我做不好”这件事带来的创伤和羞耻感比我们想象中更深。

如果孩子犹犹豫豫不肯画画，家长可以先画一幅比孩子画的画还不好的画给孩子看。如果孩子害怕失败所以不愿意尝试什么事物，家长可以依次向他展示失败的样子和接受失败的样子。帮助孩子克服失败和羞耻感的最好的方法就是共情。

“没关系，我也这样。旼俊呀，爸爸在你这么大的时候根本不会做这个，所以每天都很努力。你看现在爸爸就做得特别好了，是吧？”

爸爸的这句话会给孩子带来莫大的安慰。切记，如果认为孩子什么都不懂，一味说些不符合实际情况的表扬的话语，孩子就会渐渐长成不去尝试就逃避的成年人。

妈妈秘诀

当孩子因失败而感到惭愧和羞耻时，请在一旁与他一起体验此时的感受，讲讲自己的失败经历以及赋予孩子勇气的话语，这很重要。

拒绝与妈妈对话

有些男孩很喜欢和朋友、爸爸、老师聊天，但是和妈妈对话就觉得不舒服。

我做过一次咨询，那位妈妈说自己上小学四年级的儿子逃避与自己对话，所以来寻求帮助。妈妈一说话，儿子就开始皱眉。甚至于，同样的话，爸爸说的时候他就很认真地听，妈妈说的时候他就做出非常不满的表情来。孩子很喜欢和朋友聊天，和爸爸聊得也很好，唯独很讨厌和妈妈说话。问题出在哪里呢？

“你好，锡贤。”

走进教室，孩子避开了我的眼睛，盯着地板看，看着有些怕生似的。

“你几岁了？”

“11岁了。”孩子像答简答题一样回答我。

他是那种本来就不喜欢聊天的孩子吗？我想。

又聊了一会儿之后，我发现与其说孩子本身讨厌聊天，不如说是为了聊天而进行的聊天让他感到有压力。他不回答私人方面的问题，但在说到棒球队的时候眼睛亮晶晶的，话就多了起来。聊了一会儿之后，我和孩子开始一起画画和做手工，其间我假装无意间提出问题：

“锡贤，这个世界上你最讨厌听到的话是什么？”

“‘你过来，咱们谈谈’，昨天就听过。”

有句话妈妈们听了会很不是滋味，但是，有的时候儿子真的会对妈妈的谈话方式感到有压力。妈妈运用的谈话方式和儿子想要的谈话方式多少有些差异。

我们开过妈妈座谈会。我把五位彼此素未谋面的妈妈聚在一起，因为一点儿急事，我暂时离开了一会儿。等我气喘吁吁地回来，打算为她们互相介绍的时候，一位妈妈摆摆手说道：

“哎哟，老师，我们已经互相介绍完啦。虽然今天才见面，可是好像已经认识了好几年一样。”

即便此前对彼此并没有一点儿了解，但只要坐在一起就能很自然地畅聊关于孩子的话题以及发生在昨天的事情，并且亲近起来。妈妈们的这种能力好像在生完孩子的瞬间就具备了。

与之相反，当我把素昧平生的五位爸爸聚到同一个场所，暂时离开一会儿再回来时，情况就完全不同。气氛很安静，所有的人都在看手机。由此看来，男人真的很缺乏交际能力。为什么会产生这样的差异呢？

“崔旼俊，过来坐。跟妈妈聊聊天。”

“老公，咱们谈谈吧。”

各种面对面坐下谈话的形式都会让男人感到有压力。没什么事情，就只是相对而坐互相望着对方的眼睛聊天，这种事一辈子和相爱的女友一起做一年就够了。尤其是当妈妈对爸爸，或者妈妈对儿子提议专门空出时间聊一聊时，不管谈什么都会让他们不自在。

但是，就算是看起来缺乏交际能力的男人也有其独有的谈话方法，让我们来仔细观察男人们。即便把他们聚集在同一个地方，让他们面对面待着，他们也不会自然而然地对彼此产生兴趣，更何况现在

他们手里有了一种叫智能手机的武器。男人们搭讪的时候一般是这样的模式：

“抽根儿烟吗？”

这里不是要说什么男人都喜欢烟酒的陈词滥调。我想告诉大家的是，男人们在聊天时喜欢的方式不是看着对方，而是一起做些什么。说得再简单点儿，如果妈妈发现“面对面式交谈”行不通，就应该去理解男人们的“并肩式交谈”了。

如果妈妈感觉儿子或者先生特别抗拒对话，甚至宁肯对着空气说话，不妨试试提议“去散步吧”或者“吃点儿冰激凌吧”，而不是“我们谈谈吧”。当“谈话”本身不被作为专门的事情来对待时，男人们也会比较轻松地与妈妈交谈。如果再定好时限，说好要谈到什么时候，就更好了。事实上，妈妈一开始唠叨，儿子的注意力往往就从妈妈所说的内容转移到自己到底要听这些唠叨听到什么时候上了。

这种方法在想教孩子什么东西的时候也一样适用。一般认为，孩子在妈妈通过眼神与其进行情感交流时会产生想要学习的欲望，但并不是所有的孩子都如此。自我主导型性格倾向较强的男孩尤其不喜欢在学习的同时被大人监视。所以，当把男孩按在书桌前时，家长最好不要和他对视，而要在与他保持一定距离的位置提建议。我建议家长们把书桌靠墙摆放，让孩子对着墙做事，这样可以最大限度地将教导的行为藏在后面。

亚历山大·蒲柏说：“教导他人时要使其无所察觉，要把他本不知道的事当成他只是忘记了而已。”妈妈们在教导儿子时应将这句话谨记在心。

妈妈秘诀

当妈妈试图采取面对面聊天的方式时，儿子会想躲开，这是很自然的。与强迫性的填鸭式对话相比，妈妈需要的是掌握用含蓄的纸条管理儿子的要领。

总问我爱不爱他

无论妈妈如何向儿子发起母爱攻势，努力拉近与儿子的心理距离，妈妈的心意还是会有表达不到的时候。

基俊的妈妈来访。基俊总是问：“妈妈，你是不是不爱我？”哪有不爱儿子的妈妈呢？基俊的妈妈回答说：“妈妈当然特别特别爱我的儿子！”再三思索之后，她觉得可能是因为陪伴儿子的时间太少了，儿子才会这样说。于是她果断放弃了自己的工作，开始全身心陪伴儿子。

她想到“你们愿意人怎样待你们，你们就要怎样待人”这句话，在思索应该给儿子怎样的爱时，想起了自己小时候的感受。于是，为了把自己曾经很想获得的爱给儿子，她开始坚持每天写信。信的内容一般是这样的：“儿子，妈妈每天都爱你。”

但是，无论妈妈如何向基俊发起母爱攻势，努力拉近与基俊的心理距离，基俊还是反复说：“那妈妈也还是不爱我！”这位妈妈拜托我看看到底是哪里出了错。

我和基俊走进了教室。我给了他一些需要填写的材料，然后开始观察并记录他的行为和经常写的句子。就这样过了一个小时，基俊写的次数最多的句子是这样的：“老师，我比别的小朋友做得好吗？老师，我是第几名？”

如果以这个问题为基础推测基俊的性格，他的性格会是什么样的呢？我推测并假设基俊获得认可的欲望比其他孩子更强烈，然后与基俊的妈妈开始了谈话。在我们坐下来准备开始谈话的刹那，门被砰的

一声推开了，基俊走了进来。“妈妈！你看我这个！超级棒，是不是？”

基俊的妈妈有些慌张，说道：“嗯，很好，很好！所以你先出去待着。”

孩子再次强调着问道：“妈妈！我真的做得很好吗？你说过我比其他小朋友做得好！”

“嗯，做得好！不过，妈妈是不是告诉过你，不是只有做得好才重要？”

“不是，不是！不是这个，我问你我做得有多好！”

“特别好！不过，妈妈是不是说过，不要太计较输赢？就算我们基俊做得不好，妈妈还是无论何时都爱你。”

“不是！妈妈，你是不是不爱我？”

妈妈付出的爱是无条件的爱，而基俊想得到的爱是名为认可的爱。我们是不是在很多方面都只是以自己的方式爱着对方呢？看到母子二人的相处方式，我脑海中浮现出这样的问题。

妈妈们来做咨询的时候一定会说这样的话——自己为儿子付出了很多努力，却收效甚微或者反而把状况弄得一团糟，真让人担心。有时明明是想帮儿子画他觉得难画的画，结果儿子却发起火来；看到儿子学骑自行车学得很吃力，于是费尽心思教他骑车的技巧，可是他却跟妈妈闹起别扭来。

此类情况发生的根本原因是妈妈没有考虑到儿子的立场，而仅以妈妈自己的方式在表达母爱。因为画不好画而纠结的儿子需要的不是看到妈妈比自己画得好，而是听到妈妈的鼓励：“到现在为止你已经

做得够好了，而且你还能做得更好。”因为努力学骑自行车而发出吭哧吭哧的声音的儿子需要的不是妈妈的讲解，而是得到在妈妈面前表现自己做得有多棒的机会。这种时候，妈妈只要继续耐心等待就行了。

来自金星的妈妈在用自己的方式对待来自火星的儿子时，经常遇到一脚踩空的情况。但是没关系，只要妈妈坚持与孩子沟通，踩空的次数就会逐渐减少。

妈妈秘诀

请不要试图用成人的方式爱孩子。只要认真思考孩子真正想听的话是什么，就能立刻将儿子空虚的心填满。

孩子总是单方面挨打

在谈到有关男孩和女孩的普遍话题时，我总是很小心谨慎。因为我经常会在工作中遇到性格内向的男孩。

“我的儿子很让人费解。一般男孩都是说‘因为这样所以那样’，很有逻辑性。可是我的儿子却总是很情绪化地说‘因为这样所以就这样了啊’。一般男孩不这样吧？这是什么原因呢？”

普遍来讲，女孩在对话时比较感性，而男孩相对理性。所以，从性格上来讲，女孩比男孩更不能接受体罚。有不少男孩更愿意挨一顿打了事，而不愿意听人一直唠叨。而女孩大多会认为体罚是妈妈的一种感情表达，并因此而伤心。所以也有这么一种说法，对男孩可以进行轻度体罚（请注意这里的程度），而对女孩则不能体罚。

但是，这种说法并不适用于所有孩子。如果所有男孩都是理性的，所有女孩都是感性的，那妈妈们就不会这么迷茫了。十个孩子，十个都不相同。所以，育儿是没有标准答案的，说“儿子是这样的”，反而会使家长在对孩子进行观察时被混淆视线。

因此，在谈到有关男孩和女孩的普遍话题时，我总是很小心谨慎。这是因为，如果错误地传播男孩在感情方面比较不敏感这种说法，就可能会将性格敏感的小朋友推到非正常的方向上去。再加上，我通过工作中遇到的情况发现，近来性格内向的男孩明显增多了。

“当精力旺盛的小朋友欺负我家孩子的时候，我应该怎么办呢？看到孩子一声不吭地被别的小朋友推推搡搡，我心里真不是滋味。让

他坚决干脆地去跟人家说一说，他却说‘我们是朋友，没关系的’。我简直没法理解。”

我小时候也是那些被小朋友们欺负得哼哼唧唧的男孩中的一员。有一次，我在市场里被米店老板家的儿子打了，一回家，妈妈就把我赶了出去：“你怎么像个傻子似的只知道挨打啊？你也去打他们！”妈妈是有多心疼才会让我去打人呢？这虽然是妈妈为了锻炼我的胆量而采取的特殊举措，却让我陷入了更大的恐惧。妈妈说，不管是让朋友给我道歉，还是我从此跟朋友绝交，总之事情没解决就不许回家。我委屈而茫然地在小区里哭着乱走。我不是会打人的孩子。

有特别多的妈妈因为孩子总是被欺负，就试图教孩子反击的办法。但是，对于那些从性格上来讲根本做不到反击的孩子来说，“你也别只被欺负，你也去打他”这种话其实也是一种暴力。这样反而会让孩子因为必须反击别的小朋友而产生更大的压力。

而且，如果孩子没能像妈妈教的那样去反击其他小朋友，他以后就可能认为自己是一个胆小怕事的胆小鬼。每当孩子回避打架时，就会错误地产生罪恶感。

那么，遇到这种情况，我们该怎么办呢？还是那句话，接受孩子的性格才是最佳办法。并且，无论在什么情况下都忍耐着不使用暴力，这是应当被称赞的事。如果孩子为不能使用暴力面对问题的自己感到羞耻，他就再也不会对妈妈说同样的事了。在孩子闭口不言的那一刻，我们的危机就来临了。让我们来找一个方法，让孩子理直气壮地认为无须以暴制暴吧。

例如，避免可能引起争斗的情况。妈妈教给孩子诀窍使他避免成为喜欢惹是生非的小朋友的目标。在孩子避开争斗时表扬他，叮嘱他发生此类事件时一定要告诉妈妈。只有当孩子灵活地避开争斗，并且没有因此产生“我是胆小鬼所以才躲开”的想法时，他才会向妈妈诉

说。事实上，这种能力更接近于长处而非短板。想想吧，这种具有从容避开争斗的气质的男人在长大后该有多帅啊。

但是，无论如何谆谆叮嘱，幼小的男孩的世界依然像塞伦盖蒂平原[1]一样。无论妈妈做了多么完备的准备，儿子还是会经历很多次令妈妈心悸不安的历练。或大或小的矛盾和争斗是无法避免的，也是妈妈无法代替他去经历的。

如果遇到小矛盾也找妈妈来解决，儿子当时是畅快了，日后却会成长为一个无法自立的人。当然，如果事态非同寻常，妈妈就应该趁早站出来。为此，最重要的就是营造一个让孩子能够放松地向妈妈倾诉的氛围。不要忘了，从妈妈与儿子间的沟通渠道被切断的那一刻开始，危机就随时会降临。

妈妈秘诀

“你也别只被欺负，你也去打他”这种话其实也是一种暴力。这样反而会让孩子因为必须反击那个小朋友而产生更大的压力。请接受孩子的性格，教给孩子避免争斗的方法。

---

[1] 塞伦盖蒂平原上的动物有每年大规模迁徙的习惯，而“塞伦盖蒂”在马萨伊语里的意思是“永远流动的土地”。——编者注

第三章　怎样才能和儿子好好交流

接受孩子的本来面貌

即便是同父同母的孩子，老大和老二也不会一样。就连同日同时出生的双胞胎性格也是不同的，当然也就不存在所谓的“世界上的男孩皆是如此”的断言。

“将男孩和女孩的性格区分开来这种行为本身就是偏见，是落后于时代的想法！”

给儿子穿粉色裤子没什么不好。但是，如果是因为执着于平等教养的强迫性思维而湮灭男孩的固有思维方式和力量，那就会成为另一种偏见和暴力。

男孩在会走路之前就会被挖土机玩具吸引，这不是他在社会上学到的。男孩和女孩的大部分性格倾向在出生时就已经定型了。男孩到了5岁就会对着空气挥拳头，玩正义勇士的游戏。这不是因为他在游乐场看见邻居哥哥玩过，也不仅仅是因为无敌金刚战士之类的暴力性影视形象的影响。就像我们看到孩子的时候会自然而然眉头舒展露出笑容一样，男孩天生就有那种想做勇士的本能。请在脑海中想象一下从来没看过《魔幻车神》漫画的孩子一边念叨着从幼儿园小朋友那里听来的小汽车的种类，一边玩小汽车玩具的场景吧。

在这里，妈妈们要有一种认知，那就是有些男孩特有的本能是妈妈难以理解的。妈妈们应该承认这一点，并且打心眼儿里接受这个事实。儿子天生就是这样一种存在。

儿子在幼儿园和学校里要与在很多方面都比他们反应更迅捷的女孩子们展开竞争，早早地就认识到人生比想象中还不易的道理。所以，请妈妈做好儿子温暖的大本营吧，让他在艰难的世上有个可以倾吐一切的地方。

要想给儿子温暖的爱，我们首先要做的就是接纳儿子的性格。委屈的时候闭口不言或者眼泪汪汪，于是不能明确表达自己的态度——这样的儿子，能看透并理解他的人就只有妈妈和爸爸而已。

即便是同父同母的孩子，老大和老二也不会一样。就连同日同时出生的双胞胎性格也是不同的，当然也就不存在所谓的“世界上的男孩皆是如此”的断言。尽管如此，我还是要说一说儿子到底有多不一样。这是为了让妈妈们正确理解“我认识的儿子”并非“我想象中的儿子”这一点。

有件事妈妈们需要弄清楚——我们的儿子有很多地方比不上妈妈的想象。不如妈妈想的那么正直，出乎意料地讨厌洗漱，在比自己强的人面前怯懦，对待弱小的朋友的态度也还不成熟，考不上知名大学的概率很大（我的意思是孩子能考上当然好，但是妈妈请别抱太大的期待）……

如果妈妈对孩子心存错误的想象和期待，无法接受孩子的本来面貌，那么孩子将无立足之地。每当我在教学现场看到为了满足妈妈的过高期待而苦苦挣扎的孩子时，总是无法掩饰自己酸涩的心情。

先给孩子100分，然后每当孩子失误的时候就扣分，我们称这种方式为减分制教育方法。相反，先给孩子0分，然后每当孩子解决了什么问题的时候就给分，我们称之为加分制教育方法。许多孩子都守不住预先从妈妈那里得到的100分。

“老师，会不会我家孩子其实非常有潜力，但是因为我没引导好，所以他的潜力没被开发出来呢？”

这是有可能的。但是，请小心地把期待藏在心里，别让孩子察觉出来。

“旼俊呀，妈妈希望你是这样的孩子。”

妈妈的期待表露得越明显，孩子就越不能按照自己本来的样子成长。因为男孩越渴望得到认可，越会因不被妈妈肯定而感到受挫和痛苦。

如果真心想理解儿子，就请放下过高的期待和普遍论吧。当你用心观察儿子的性格时，你才能真正地理解儿子。

妈妈秘诀

如果妈妈对孩子心存错误的想象和期待，无法接受孩子的本来面貌，那么孩子将无立足之地。为了给孩子温暖的爱，为了理解孩子，让我们接纳并正视孩子的性格。

教他适合自己的表达方法

大人会犯假装看不见孩子的不当行为的错误。这时候，孩子会觉得自己没得到认可，当然也就难以敞开心扉表达自己了。

有一次我去墨西哥旅行，因为酒店方面的错误而遇到了点儿问题。我预订的分明是能看到海景的房间，可是酒店给我留的却是其他的房型。我表示了抗议。如果是在韩国的话，我肯定能平静地说清楚，很好地解决问题。但是我英语不太好，没能顺畅地交流，花了很长时间也没能解决问题。我郁闷极了。

不管是谁都会有类似的经历。我想说的其实是一种体验——当对方不能理解自己的意思时，虽然事情很小，但不舒服的情绪会被渐渐放大。

在教室里与男孩们聊天时，我发现男孩们经常在家里和学校里体会到我们在国外因为语言不通而感受到的那种郁闷。男孩的语言能力发育天生就比女孩平均落后1.5岁，在坦率地表达感情方面稍显笨拙。所以经常发生儿子因为感觉委屈而哭泣或先挥出拳头的情况。

有一次，小学三年级的栋现和比他小1岁的弟弟——正在上二年级的容硕一起踢足球，踢着踢着，栋现号啕大哭起来。那一天，栋现说想让我看看他踢足球的样子，我们利用休息时间一起去外面，就碰到了容硕。栋现平时是个很善良很喜欢足球的孩子，因为那天太想让我看到他的实力了，于是也不传球给容硕，只顾着自己踢。

问题始于容硕说自己踢不到球于是踩了栋现一脚。这本来是孩子们之间经常发生的事，我就轻声地责备了容硕几句。然而正在这时，

我身后的栋现突然发起火来。我板着脸说了几句“不可以这样”之类的话，他立刻就哭着大喊大叫，甚至开始说脏话。我从来没见过栋现这个样子，他的这种爆发式涌出的愤怒令我十分惶恐。我赶紧试图平息事态，开始训斥栋现和容硕。如果是在平时，栋现会认识到自己犯了错误，马上停下来。可是那天他得是多委屈啊，就算我制止他，他还是在喊叫、收不住火气。说话有点儿慢、表达力有点儿欠缺的栋现可能是筋疲力尽了，回家的路上，他甚至瘫软地跌在地上坐了一会儿。

还有过这样一件事。正宇的妈妈说正宇喜欢暴力游戏，所以她来寻求咨询，咨询的主题是孩子会毫无理由地发脾气和流泪。

“老师，这孩子经常因为很小的事情就发脾气，还爱哭。有一次，好像是有块乐高积木找不到了，他马上就很生气，还哭了出来。每次我都训斥他，让他不要哭，但是他总因为一些我没法理解的事生气，这种时候我都不知道该说些什么。”

自我主导型性格倾向较强的男孩在事情不如意的时候就会发脾气，这种情况屡有发生。

为了对正宇进行细致的分析，我带他去了教室。进去之后，正宇摸着教室里的剑、刀和长矛等武器玩具，看着这些东西的时候眼里带着艳羡。我打算在正宇观察其他小朋友制作的玩具刀的时候告诉他制作方法，然后和他一起动手制作。但是一开始，我很小心地与正宇聊起了和这个完全不沾边的话题。

“老师，幻影忍者我全都认识。可是我在家玩幻影忍者的游戏的话妈妈就会很不高兴，所以你要替我保密哦。”

孩子好像觉得自己的样子并没有完全得到妈妈的接纳。这种事情屡见不鲜。有时候当妈妈看见孩子做出自己认为不好的行为时，接受

不了那种情形，于是干脆就闭上自己的眼睛。我把这种行为称作“部分接受”。妈妈的这种部分接受很难给孩子带来好的影响。

我抽出一张纸给正宇，他随心所欲地在纸上画出了自己想画的幻影忍者。我还让他在画中表现了幻影忍者互相争斗的样子，并跟他妈妈说，即便是用这种方式，也请让正宇有机会释放自己的本能。在那之后又过了三个月，我偶然遇见了正宇的妈妈。她跟我说正宇现在看起来平静多了。

当然，我们很难将正宇发脾气又爱哭的原因归总成一条。但是，不完全接纳孩子本来面貌的行为只能给孩子带来负面影响。即便是在简单的绘画活动中，帮助孩子表达他的真正意愿也可以带来相当程度的积极影响。自身的本能不被主要抚养人认可的体验会给孩子带来难以承受的挫折感。

不能尽情地向对方展示自己，对孩子来说是极大的灾难。我们在与他人的接触中感到有压力的原因，不正是类似的沟通方面的问题吗？正如身体需要排泄一样，通过健康沟通实现的精神发泄也是经常要有的。不管是眼泪还是聊天，我们和孩子都需要适当的精神发泄。窃以为，美术游戏能承担这样的角色。

我不是在主张一定要教儿子美术。我想说的是，不管通过什么方式，都一定要培养孩子具有适当的表达能力。

女性——无论是孩子还是成人，都能通过聊天缓解压力。但是大部分男性无法通过聊天将内心深处的欲望完全释放出来。各种问题研究所的所长、《男人的东西》的作者金正云教授说，掌握不了沟通方法的韩国成年男性一般用喝酒来缓解压力。这是学不会恰当表达方式的男人们的令人遗憾的现状。

我推荐妈妈们教表达能力弱的男孩们用画画或做手工的方式来表达自己的情绪。但是，这里有一个前提条件——必须确认这是适合儿子性格的表达方法。

请放下迄今为止我们所知的一切传统的和成年人易于看懂的表达方式，思考一下什么是适合儿子的表达方式吧。

妈妈秘诀

幼小的男孩也有藏在心里的话。请陪孩子一起玩能让他放松的游戏，让孩子得到心理上的发泄吧。

妈妈需要确立自己的教育哲学

育儿的终极目标是引导孩子成长，使孩子能在自身的想法和情感基础上与身边的人进行顺畅沟通。

“老师，说实话，我上学的时候美术就不好。我做梦都不敢想教儿子美术的事。哈哈！”

教授某种东西总是很难的。即便是美术基础好的妈妈也会觉得教儿子画画很难，对上学时就不擅长美术的妈妈来说就更难了。说到儿童美术，我们最先想到的就是五彩斑斓的色彩以及毕加索式的神秘情感。实际上，会画出这种画的孩子能有多少呢？直白地讲，一般我们面对的孩子的画作并没有想象中的那么好看。它们并不五彩斑斓，反而更接近灰暗。线条和线条连不起来，图像飘忽，好像要上演某人即将死去的耸人听闻的故事。在教孩子什么东西之前，请先降低我们的期待。期待会成为抑制孩子天性的因素。

如果决定教男孩美术，就不能把美术当作传授“画得漂亮的技术”的课程，而要将它看作能让孩子有效表达自己想法和情感的工具。要将美术游戏视为帮助孩子与身边的成年人顺畅沟通的窗口，并由此着手。

在开始美术游戏时，妈妈对儿子说的话不应该是“画漂亮点儿”，而是“玩得愉快点儿”。

当我们努力教孩子美术的时候，孩子可能会逃开不肯好好学。可是当我们不打算教的时候，他们却很有学习热情。因为表达不是教出来的，它需要的是引导。

大家可能会怀疑这种教育哲学在教孩子时是否确实有帮助。我可以断言，如果妈妈的教育哲学变得再柔和一些，孩子就会展现出我们想象不到的一面。通过那样的面貌，我们可以解读孩子潜藏的可能性。所以，这样的教育哲学真的很重要。我认为即便百般强调也不为过。

我把为男孩的妈妈所做的演讲的内容以文字的形式放到了网上，借此，我与更多的妈妈有了更多的交流。我每天都会实时查看妈妈们的各种各样的烦恼，以及可以从中解读到的共同点。从中我获得了很多认识，其中一点是，与明确树立自己的育儿思考和育儿哲学相比，心急的妈妈更想要的是专家的育儿秘籍。

当然，我可以分享经验，也可以通过举例给出提示。但是，教育是不应该有秘籍的。再怎么没有阅读的时间，再怎么琐事缠身忙于生计，妈妈也必须重视确定孩子的教育方向这件事。

排除不懂人情世故的秀才给出的掉书袋似的建议，从更切实际的节约时间和优化育儿效果方面来说，在教育孩子之前，先将自己关于育儿的想法整理清楚，这个过程很有必要。这与照着网上找到的信息做辅食有根本性的区别。做辅食的时候，不管我们是疲惫还是开心，只要用同样的材料照着食谱做就能做出差不多的东西来。可教育却不是这样。虽然孩子从我们准备好的美术材料和我们所说的绘画方法中也能学到东西，但是还有些东西比这更重要。包含在语调和话语中的感觉和想法，对孩子突然提出的问题的灵活应对，以及看待孩子的眼光，都在教育中起着决定性的作用。如果只是原样照搬书中的美术游戏，那么再怎么模仿都只会收效甚微。究其原因，就是没有重视教育者的心态和灵活应对。

所以，虽然连锁餐厅能用相同的材料和配方做出差不多的味道，但是连锁学习机构很难通过统一教材实现同样的教学效果。

这一点从教育者的培养过程上就能知道。在成长男孩美术研究所运营初期，无论我们怎么统一教材，制定教学指导手册，当我去听别的老师的课时，心里总是充满遗憾。面对不同的孩子，提出建议时应该有不同的方式，引导谈话的方式也应各有不同。每当这时，我就感觉传授教学方法是有局限性的。那时我还不知道，与在课上使用相同的材料和授课方法相比，贯彻统一的教学思维才更重要。

现在，为了培养一位教师，我会投入超过一个月的时间。与教学要点相比，我会优先告诉新老师分析孩子、树立教育哲学，以及在其他人面前花30分钟时间谈论一名孩子的方法，就像某项传统一样。这种方法取得了超出预期的效果。因为老师们形成了自己独有的教育哲学，于是对待孩子时的态度发生了变化。

有一次，我给一位男老师上教师培训课，他有一个5岁的女儿。他是美术专业出身，所以技术上学得很快，但是在引导孩子方面遇到了困难。我静静地观察了他指导孩子时的情形，发现孩子的表情很僵硬，嘴闭得紧紧的，跟着老师的指令画太极旗，就像一台正在运行的机器。“那是孩子本来的样子吗？”我建议这位老师先暂时退后，把主动权交给孩子。并且，我在孩子画过的纸旁边画了一只章鱼怪，然后观察孩子的反应。

不出所料，孩子的表情与之前完全不同了，他一边念叨着自己的想法，一边画了起来。前者仅仅是教，而后者是引导。良好的教育不是直愣愣地用力去教，不能每次都画只章鱼怪放在那里然后就等着观察孩子，而是应该确切地知道什么时候应该做什么。能做到这一点的教师和做不到这一点的教师之间的差别就在于，教师个人在教育上是否有明确的方向性。看着孩子的眼睛，深入孩子的内心，自然就知道孩子需要的是什么了。有些人将这称为爱心，而我更愿意称之为个人教育哲学的确立。

个人认为，妈妈们最需要的不是良好教育的秘籍，而是确立自己的教育哲学。如果想在家里复制某位知名人士或者专家的高质量教育，我们就一定要解读他的思想，当然，这要求我们首先赞同他的观点。

妈妈秘诀

用同样的食谱做菜，不同的人做出来的味道也是千差万别的，育儿也是如此。第一重要的是对孩子的理解，第二是成年人对待孩子的心态。如果妈妈做到了正确分析孩子的性格，那么孩子和妈妈的烦恼就都容易解决了。

尽信书，则不如无书

妈妈们从书里写的针对男孩的问题诊断和解决方案中获得了希望。但是，更多时候她们遇到的情况与书里写的不一样。

“这些我都不需要，您就告诉我怎么做就行了。”

层出不穷的书和讲座都在忙着告诉大家各种行动纲领。但是，为非特定的多数人而制定的普遍性育儿方法不可能对所有人都适用。

书里说，在到处闯祸又很固执的孩子身上用“纸条训导法”能有效纠正孩子的行为。可是自己儿子却完全不吃这套，反而愤怒发火。于是妈妈们感受到了双重背叛——一重来自儿子，一重来自她们信奉的育儿专家。

尽信书，则不如无书。

教育理念的共享与行动实践是育儿的前轮和后轮，少了哪个，育儿这辆马车都不能走上方向正确的道路。在我们这个时代，育儿方面最大的误区就是不进行教育理念的共享，以忙碌为借口一味只追求行动方法。事实上，比以什么方式去说和做更重要的，是以什么思想和心态去说。很多妈妈非要在什么思考和情感交流都没有的状态下跟孩子说“给，去画画玩吧”，然后发现什么事都不会发生。

“我照着老师在博客上写的方法做了，但是这对我儿子一点儿作用都没有。”

我看到很多人因为看了与育儿有关的博客——不一定是我的博客，出于好奇学着做美术游戏，然而结果并不如意，这令他们感到很

挫败。如果孩子会像我们预想的那样行动的话，抚养孩子就不会那么难，育儿书也不会如此多了。

“瑞俊啊，妈妈在瑞俊的画旁边画点儿东西可以吗？”

“不，不要。”瑞俊坚决地拒绝。

“好……”妈妈感到挫败——博客里不是这样写的呀。

博客里写的明明是如果问孩子可不可以一起画画，孩子会表示同意。可是实际上，断然拒绝的孩子也很多。事先没能了解到这种意外状况的妈妈无比慌张，因为她们脑袋里只存在“像博客中的妈妈那样和孩子一起愉快画画玩耍”这一种答案。

如果你看了本书，打算教孩子点儿什么，但是结果和书里写的不一样，请不要纠结，学会坦然面对很重要。此时有一种训练能起到作用——如果妈妈在看到孩子的行为时产生“我该怎么做”的想法，就不带感情色彩地在纸上如实写下当时的情况。

“我想跟他一起画画，可是他说‘不要’。”

孩子不按育儿手册上写的内容行动，这不是“问题”，这只是让我们能更了解孩子的“线索”而已。我们在教育上犯的所有错误都起源于我们的“孩子会这样”或“孩子应该这样”的偏见。

按书进行的教育之所以可怕，有两个原因：一个是对无法预测的孩子进行预测，另一个是当结果与预测的不一样时，轻易把失败归咎于孩子或妈妈自身。正确答案这种东西就是这么可怕。答案存在的瞬间，错误就同时存在了。但是孩子是不会错的，只是不同而已。

妈妈也完全没有必要因为孩子不按手册行动而自责。我们应该承认，孩子就是被设计成了不按大人意愿行动的样子。希望我的这些话

不会也成为一种答案，不会使妈妈感到不安。

妈妈秘诀

每个人都曾经历过因为“人生手册”而感到心累的时刻。正如不是所有人都会达到同样的高度，得到同样的结果一样，对儿子的教育也是如此。

慎用表扬贴纸

“为了妈妈”这样的学习理由根本就不成立。

如果妈妈陪儿子一起玩破坏图画的游戏，会取得这样的效果：孩子投入到自己感兴趣的事情中，时间长了也不觉得厌烦，而且能通过自由表达来缓解压力。因为当孩子自发地去表达时，他就会进入意识不到别人存在的状态，所以基本不会发生抗拒自己内心深处情感的情况。这可以起到提升自尊感、培养自尊心的效果。让儿子体会到彻底投入的乐趣和毫不掩饰地表达自己的乐趣是极佳的选择。

那么，有没有与此相反的情况呢？当然有。如果看得见的物质奖励变多了，孩子就会失去方向。因为孩子会认识不到画画是为了他自己，而会认为画画只是为了服从妈妈和老师的要求。为妈妈学习的孩子走不远，以往的努力终会搁浅。

如果你出于让孩子坚持做某件事的心理，经常用物质奖励诱惑孩子，请马上停止。这种行为无异于坐在船上喝海水，虽然暂时可以止渴，但马上就会更渴。

表扬贴纸能非常短暂地起到引导孩子行为的作用，但是也剥夺了孩子能从做事中获得的真正乐趣。这与吃饭是一个道理——吃饭本来是孩子的本能，可是如果妈妈一到吃饭时间就给孩子物质奖励，那总有一天孩子会用“我不吃饭”来威胁妈妈。这不是因为孩子天生品性不好，而是因为每当孩子吃饭的时候，大人就给他灌输无言的信息：这是为了妈妈吃的，吃饭是件很累的事，所以吃了饭就给物质奖励。

物质奖励会使孩子感觉自己一个人做事比与别人配合更舒服。因为如果孩子总坚持认为自己做的事应该得到物质奖励，那么他就很难理解有些时候需要无偿地为他人付出。

如果想让孩子变得讨厌某件事情，只要每次在孩子做该事的时候给他表扬贴纸就可以了。假如每次孩子画画的时候，大人都给他贴纸，虽然短时间内孩子会很喜欢画画，但是此后如果没有贴纸和奖励，他很可能就不愿意画画了。妈妈常常在孩子学习的时候给他表扬贴纸，孩子就会产生学习是为了妈妈的错觉，然后在某个瞬间用“不学习”来威胁妈妈。因为之前孩子一直是为了妈妈而学习的。

妈妈秘诀

如果看得见的物质奖励变多了，孩子就会失去方向。表扬和物质奖励会让孩子把所有自己本就应该做的事当成与自己无关的事。

执着的孩子探索能力强

执着于一件事的孩子当然使人担心。但是，我们也可以说这样的孩子可能很富有探索精神。

通过让孩子们尽可能放松地画画，我们可以得知孩子对哪个方面感兴趣，会往哪个方向开动脑筋。孩子在周围没有别人的地方，在毫无压力的情况下画出来的画无疑是最坦诚的。

从孩子的画中，我们能一目了然地看出孩子见得最多的东西和印象最深刻的东西。长时间地观察这些东西，就能知道孩子的兴趣点在哪里。例如，对电梯或门环感兴趣的孩子经常会画与电梯和门环原理相似的东西，或是喜欢类似的东西。在开始教孩子之前，我们应该先使其充分地表现出自己感兴趣的方面，这很重要。

道润是个话多开朗的孩子，他对电梯、数字和门环非常感兴趣。他妈妈说，道润5岁左右的时候整天都在反复地做开门关门的动作，甚至让人怀疑他是不是得了自闭症。道润当然不是自闭儿，他是个很聪明的小朋友。但是他表现出了这样的倾向——除了自己喜欢的事物之外，他很快就会对其他事物失去兴趣，而且注意力不集中。如果提议让他画点儿什么，他就会把话题扯到别的方向上去，说“没意思”什么的。

因此，我们在教道润东西之前，先让他尽可能地反复地画他最想表现的电梯和按钮等东西。

还有些孩子，他们能从书写既定的文字中体会到乐趣，但在我们提议画幅画的时候，他们还是只写数字或字词，或者画符号。这些孩

子不是有问题，我们可以这样看——他们只是还不会通过创作来表现自己觉得新奇的事物，或者觉得这很难。

我们要开始画画了，他却开始写文字“防、金、火”，然后用这些字来组成画。对这个问题，我们应该持否定的眼光去看吗？当然不是，这也属于美术的范畴。重要的是先了解这孩子是什么样的性格，害怕什么东西。这个小朋友对创作感到恐惧的可能性很高，这是很多成年人也有的问题。如果让妈妈们在白纸上随便画东西，相当多的妈妈会觉得为难。认为害怕创作的孩子有问题，这种观点才真的有问题。对这类孩子，我们不能强迫他必须创作，应该让他照着模板画或者让他画重复的花纹，先使他对美术产生亲近感。

另外，这类小朋友的逻辑性思维比较发达的可能性很高，家长可以引导孩子养成从原理和逻辑角度进行说明的习惯。

我们再来谈谈常以人物为主进行绘画的孩子。一般来说，男孩们在绘画时对事物的兴趣比对人物的兴趣浓厚，在表现人物时也多将注意力集中在动作上，而非表情上。但是，有一部分男孩喜欢在画中表现人物表情和人物情感。可以推测，这类孩子比一般的男孩拥有更强的共情能力。正如前面说过的，孩子们一般会在画中画自己观察得比较多的东西。可以推测，不怎么在画中画人物表情的孩子平时用在观察自己喜欢的玩具恐龙或小汽车上的时间，要比他用在观察妈妈的脸或妈妈的情绪变化上的时间多得多。

与之相反，不管画什么都会画到人物表情的孩子，他们很可能经常观察并感知妈妈通过表情流露出的情绪变化。对人物兴趣浓厚的孩子在画小汽车或云彩的时候也会画上面部表情。这类孩子大多比其他孩子更会照顾和观察他人的情绪。这时，指导孩子的教师应该努力做到不用语言操控孩子。这样，孩子才能意识不到他人的目光，找到自己的真实性格。

渴望得到认可的需求较高或憧憬美好的孩子大多爱画看起来很强大的恐龙和龙。如果在孩子的画旁边画上大小相似的恐龙或更大只的恐龙，观察他的反应，应该可以找到能够深入了解孩子性格的线索。老师或者妈妈可以在旁边画上比孩子画的东西稍微再大一点儿的东西。如果孩子过分在意对方的画，并想画更大的内容，或者因为妈妈画得更大或画得更好而失去兴趣的话，老师在编班的时候就有必要首先考虑孩子性格中的渴望得到认可的需求和求胜心。因为如果把孩子和比他厉害的小朋友放在一起，孩子可能会变得意志消沉或盲目模仿其他小朋友。

还有些孩子会反复多次画特定的主题。在男孩中，长时间反复画小汽车、僵尸和自己喜欢的卡通人物的孩子相对较多。我们说这类小朋友属于探究能力较强的类型。与一般的小朋友相比，这类小朋友的性格中包含的投入一件事里出不来的倾向更为强烈。有个叫泰成的孩子就是这样。

泰成是个对泰坦尼克号很着迷的小朋友。6岁的时候，他就耍赖让妈妈用影碟机不断给他重播泰坦尼克号沉没的场景。泰成很特别，他是在观察船只沉没的过程中表现出了孩子特有的探索能力。在教育这类小朋友的时候，应该尝试培养孩子本身具备的探索能力。

稍有不慎，探索能力就有可能被误认为是“偏食”（固执地抓着自己喜欢的东西不放）。大人应该做的是认可具有探索能力的孩子的潜能，并积极努力地给予引导。

引导探索能力强的孩子的方法之一，是先找出探索能力出现在孩子喜欢的主题中的哪个部分。喜欢小汽车的孩子也并非都喜欢小汽车的同一个方面，有的孩子只为小汽车的轮胎着迷，有的孩子只为小汽车上的车标着迷，有的孩子相信小汽车能生出人来，还有的孩子只为小汽车的速度着迷。如果没找出这些部分，认为孩子只是单纯地喜欢小汽车，就很难令孩子本身具有的性格倾向发展成能力。

相反，如果找出了孩子为小汽车的哪个部分着迷，那么确定孩子的兴趣点也就不那么难了。例如，对于为小汽车车轮着迷的孩子，可以引导他对有更多车轮的火车产生兴趣；对于为小汽车的速度着迷的孩子，可以引导他将兴趣放到赛车上。但是，如果大人弄不清楚孩子对哪些部分有明确的兴趣，就可能错误地认为孩子只是“偏食”而已。

这种情况不仅表现在美术中，孩子的探索能力在成绩上也有所体现。在对数百名具有较强探索能力的孩子进行观察后，我们发现他们的成绩表现为不平均型——自己喜欢的科目和不怎么喜欢的科目成绩偏差比较大。举个例子，我们指责语文不好但在数学上很投入的孩子所犯的错误时，一般是这样说的：“儿子，你语文不好数学好，所以先把数学放放，多学学语文吧。”

妈妈只是想对孩子不足的部分多关心一下而已，但是对于探索能力强的孩子而言，妈妈的这种建议会挫伤他们的积极性。因为探索能力是天生的特质。

如果你的孩子探索能力强，那你就不应该强迫孩子在自己不擅长的科目上过分投入，而应该鼓励他投入到他已经表现出一定程度兴趣的领域中去。所以，我想给出的建议是，努力引导孩子在某方面超越同龄人。因为，当在特定领域内具有探索能力的孩子遇到恰当的教育方式时，他们往往能发挥出比同龄孩子更卓越的能力。

妈妈秘诀

盲目表扬的弊端

渴望得到认可是男孩与生俱来的性格倾向，孩子因执着于争第一而在输赢上耍赖的行为却可能是成年人造成的。

如果因为想培养孩子的自尊心就一味地只是表扬，那么孩子会在觉得自己得到了认可的同时感到有压力。“哎呀，真是太棒了！你最厉害了！最棒！妈妈觉得你是全国第一！”孩子听了这样的话，一开始会想：“原来妈妈以为我很厉害呀，其实我没那么好的。看来我得做得更好一点儿了。”

但是，这种积极效果不会持续很久。马上他就会产生“怎么办呢？不想被妈妈发现其实我做得并不好”的想法。从这时起，孩子心里就变得不舒服起来，害怕妈妈看到自己本来的样子。这就是盲目表扬的弊端。

我们无意中说出口的表扬的可怕之处在于，它会使孩子歪曲对自己的认识。被吹捧得很了不起的孩子自然而然会恐惧平凡。一旦孩子习惯了被表扬，再想自己从那个宝座上走下来就困难了。歪曲了自我认知的孩子，无法接受自己本来的面貌。比如，因为一点儿小事就烦躁发脾气，或者如果画得不满意就哭，在有这些表现的孩子中，相当一部分孩子是因为没法接受原原本本的自己，他们在与想象中的自己竞争。所以，除了否定性的话语之外，我们还要警惕平时给予儿子的期待和表扬。

“哎呀，我们旼俊真的好乖啊！”

表扬孩子乖，这种行为中包含了“我认为你很乖，所以不要打破我的期待”的信息。表扬不单纯是赋予积极思想的工具，它还是评价对方、控制对方的工具。言语既能让儿子的心情乐得飞到天上，也能让孩子变得会看妈妈的眼色，一味只按妈妈教的去做。这是另一种“胡萝卜与鞭子”[1]。

然而，我们的儿子不是动物，是独立的人，他们有按照自己的意愿生活的权利。即便是在学习成绩方面，也应该让孩子正视自己的真实面貌，而不是追逐被扭曲的自己。

请不要按照大人的脾胃去“驯养”孩子，请放下手中的胡萝卜和鞭子——最具代表性的胡萝卜和鞭子就是表扬和比较。我们平时是不是也在用名为表扬和比较的评价“驯养”儿子？我们这一代人很清楚，在父母拿我们与别的孩子做比较时，我们的心情是怎么样的，并且也知道怎么能让儿子执着于输赢。只有减少评价孩子的这种行为，才能让儿子从对赢和第一名的执着中解脱出来。

那么，到底要怎么表扬呢？过度否定会让孩子怯懦畏缩，过分表扬又会让孩子歪曲自我，容易陷入另一种自我否定中。

表扬孩子时，有一点大人们要牢记。那就是如果被恰当地表扬，孩子就能平静地接受自己，将自己的发展平衡在难度适中的状态上。导致孩子自我歪曲的言语是下面这样的：

“哇哦，我儿子太棒啦！真是没有我儿子做不好的事！”

“哎呀，连妈妈都做不到这么好呢。”

让我们重新来看看这样的话会对渴望获得他人认可的孩子产生什么样的作用吧。对于存在失败可能性的事情，他试都不想试；对于第一次接触的活动，直到感觉自己能做好之前，他都不会愿意尝试。这

样的孩子就是典型的例子，他们大多是经常被表扬的孩子。当孩子因为被认可的记忆过于鲜明，为了维持良好的感觉而不愿尝试新事物时，我们就不可以轻易做出这样的表扬。

尽管如此，如果给孩子否定的反馈——“不是那样的，那么做不行！不对，我是说再稍微这样一些”——又会挫伤孩子的自尊心。这种方式会使孩子失去独立解决问题的自信，所以这种反馈也是不恰当的。帮助孩子既不歪曲自己，又能实现积极的自我发展的反馈是这样的：

“哇，你什么时候观察的呀？”

“哇，我从来都没见过这个，你什么时候尝试的呀？”

“你不会因为担心失败而害怕吗？”

虽然这样的话多少有点儿复杂，但还是请妈妈用这样的反馈让孩子知道妈妈接受了他本来的样子。不仅如此，除了语言以外，妈妈还可以通过眼神、语气和一举一动向孩子传递“我们不评价你”“不要害怕人们的眼光，诚实地表现你自己，这才是真正的勇敢”的信息，这也很重要。因为孩子是会独立成长的。请相信，即使我们不鼓励，他们也有充分的力量自己成长起来。

妈妈秘诀

请减少评价儿子的话语，这样儿子才能轻松摆脱对赢和第一名的执着。

[1] “胡萝卜与鞭子”是指驯驴时一边在它嘴前悬挂胡萝卜，一边用鞭子抽它，奖励与处罚同时使它前进。——编者注

夸奖也有窍门

在成年人给孩子的表扬中，出于评价和期待的表扬比出于激励和表达喜悦的表扬更多。我们应该思考一下，从不同角度做出的表扬分别会对孩子产生什么样的影响。

我想再谈谈我通过对男孩的持续性观察所感受到的表扬带来的影响。大部分妈妈在孩子画得好的时候，或是希望孩子继续参与美术游戏的时候会这样表扬孩子：

“哎呀，真了不起呀。你怎么能这么棒呢？”

“哎呀，我们旼俊怎么能画得这么好呢？”

有种说法说表扬孩子能提升孩子的自尊感，还能提高效率。这句话部分正确。但是，当不能适当地表扬孩子，只是希望借助表扬使孩子沿着大人设想的方向发展的时候，我们就会像上面这样表扬孩子。

上面两句话是用来举例说明大人最常犯的有关表扬的错误的。如果持续给孩子这种反馈，在某个瞬间，孩子会突然觉得有压力，开始回避做该事。

比如，孩子画了恐龙。“哇！真厉害呀！画得真好呀！”如果大人一直这样表扬他，孩子就会搞不清自己的真正实力，错误地认为自己真的画得很好。

短期来看，孩子会变得很开心，画画也认真，自尊感也有提升。但问题发生在下次画画之时。第二天孩子再在白纸上画画时，情况就

跟之前不一样了，画画的动机被名为得到表扬的目标所支配，孩子变得渴望得到和前一天一样的表扬。

为了得到表扬，画画的孩子会明显地减少新尝试，于是无法画出超越前一天被表扬的那幅画的作品。在得到表扬成为目标之后，孩子反而不能将注意力集中在自己身上了。与孩子们接触之后，我看到很多孩子会机械地画相似的画。如果之前因为某幅画被表扬过，哪怕只有一次，孩子就会反复画这幅画。这种情况很多。过度表扬绊住了孩子的脚步。

如果这个阶段继续持续，最终孩子就会躲躲闪闪，回避画自己没有信心画好的画。如果孩子开始在我们对他做指示时表现出回避的态度，妈妈或老师就应该确认一下孩子的学习动机是不是纠结在如何获得教育者的表扬上了。

但妈妈也没有必要因此而每次都捂住嘴吝于表扬。这里所说的表扬的副作用只产生于盲目且持续性的表扬。妈妈平时可以在一定限度内给出具体的表扬。

“你是个只要下定决心就能做好的孩子。你是没下定决心才会这样，要是真做了一定能做好。”

这是试图鼓励孩子不要气馁、要一直坚持尝试的表扬中的一种。但是，听了这话的孩子接收到的信息与大人想表达的是截然相反的。最终，虽然他也会想“原来我只要做就能做好啊，那我努力试试吧”，但实际上他不会努力去做，反而一直表现出“我没在努力”的样子。理由是这样的——孩子想维持妈妈或老师评价过的“如果努力做就能做好，但是现在还没努力”的状态。在受到那样的表扬和激励时，孩子在潜意识中会担忧自己即使努力了也听不到表扬。所以，这种表扬是不应该说出口的。

但是，下面这种表扬是可以有的。

“你画小汽车了呀？昨天你观察到的是这样的吗？原来你平时经常观察呀！”

这是大人在关心孩子上了怎样的课程、画了些什么东西的时候可以对孩子说的话。因为这是了解了孩子的行动中藏着怎样的努力之后才说的话，所以孩子会感觉自己的努力是有价值的，而且会积极地亲近对话的另一方。得到这样的表扬之后，孩子会感觉对方很关心自己，自己的努力得到了公正的评价。

最重要的是，这样的表扬能够起到提升孩子自尊感的积极作用，还能将孩子从结果带来的压迫感和大人的评价带来的压力中解放出来。这既是最适合求胜心强的男孩的表扬，又是能使大人与孩子进行情感交流的智慧之语。

如果家有一定要赢或是强烈希望得到认可的男孩，大人应该学会在表扬孩子之前先进行思考：自己现在是不是打算盲目表扬，说“做得好”？是不是在为了孩子下一次更努力而有计划地鼓舞孩子的士气？请在了解孩子的课程之后再鼓励他。当对评价很敏感、对他人的眼光很在意的孩子开始新的尝试时，这样做可以帮助他减少畏惧，成长为有勇气的孩子。

妈妈秘诀

成年人在了解孩子课程之后所说的话能帮助孩子成长。等这个孩子长大之后，又会成为有益于其他孩子的成年人。

希望孩子英语好

当我们将注意力都集中在了看得见的教育上时，可能会忘记一些重要的事。

“做想做的事，幸福地生活。难道这不重要吗？基础教育的目的也正是帮助孩子顺利地得到那样的生活。”

近来，我给妈妈们做咨询时感觉到，现在的育儿方式和五年前完全不一样了。五年前流行的是不迷恋于应试和分数，只专注于孩子的成长。对此，很多妈妈虽然在理智上可以理解，却因无法坐视孩子的成绩不管而难以付诸行动。

现在却不同了。现在的妈妈已经切身感受到了时代的变化，进行了很多革新性的思考，并将这些思考付诸行动。这可能是信息来源拓宽的缘故，也可能是全新一代的父母已经登场的缘故。

现在的妈妈不会轻易地设定孩子的未来，她们在努力创造一个更宽松的环境，让孩子在遇到自己想表达的东西、想学习的东西时，可以毫不犹豫地去尝试。这种氛围与我所在的成长男孩美术研究所的着眼点相同。因此，在遇到这类妈妈时，我会很高兴。

然而，无论育儿方式如何变化，仍有许多东西是无法改变的，比如英语教育。现在没有不会英语的孩子，英语已经是基础教育了。并且，孩子只有会话好、表达好，才能顺畅地表达自己想主张的东西，所以语言教育本身也不能被忽视。当然，我没有说早期英语教育不好的意思。不管是什么知识，孩子学到了就是好事。只不过，我担心当

我们将注意力都集中在了看得见的教育上时，可能会忘记一些重要的事。

近来我见过的孩子中，没有不会几句英语的，而且发音比在培训班里专注语法学习的成年人还要好。尤其是女孩们，她们的英语好到了使人感叹的程度。虽然男孩和女孩的英语水平以后会在一定程度上达到均衡，但处于成长期的男孩们要赶上女孩们确实是够难的。所以我说，教男孩英语的时候不能用和教女孩一样的标准。

事实上，英语教育最大的问题是孩子没有什么话想用英语去表达。即使是在做手工或画画时，当被大人问“你想制作什么”“在纸上随便画你想画的东西，好不好”的时候，孩子们也往往会画以前画过的画，或者仅仅只是嘴上答应。对于还不能熟练表达自己真实想法的孩子们来说，这是很普遍的现象。

也有人会说：“英语教育是父母的事，找到想说的话是孩子们的事。”但是，在教学中见过了很多男孩之后，我切身感受到，没有话想说的孩子越来越多了。

不久前，我在网上看到了一段令人感叹的视频。韩国的某个高中男生在TED上做演讲，演讲的内容不是数学习题集，而是他制造弓箭的经验。韩国人在号称全世界最具影响力的演讲节目之一的TED[1]上做演讲，这本身已经很了不起了，何况演讲者还是个高中生！他的表达能力真的很强。看演讲视频的时候，我甚至在想：我上高中的时候都干什么了？他在语调、发音、词汇的使用和肢体语言上并没有什么技巧，他只是专注于自己要传达的内容而已。为了向全世界表达出自己的想法而学习陈述的人，与本身就拥有卓越陈述技巧的人之间，存在着本质上的差异。而我从那个学生身上感受到了他所讲的故事的真实性。

我们常常并不为孩子找到了自己真正喜欢的东西而感到喜悦，反而会苦恼，担心着：“喜欢锹甲虫对成绩有帮助吗？孩子以后能有好的发展吗？”我们想的是，想做的事可以以后再寻找，现在且先把成绩搞好，以后遇到自己喜欢的事才有能力去做，然后建议孩子现在先不要养锹甲虫了。结果，一些早早找到了自己想做的事情的孩子就纯粹因为大人的担忧和干涉而失败了。

在这种选择的路口上，那个男生果断抛弃了做习题，选择了制造弓箭。那个去触摸很多种树木，锯断它们，甚至在房顶生火制造弓箭的男生，为了把自己为弓箭深深着迷的生活故事讲给人们听，他准备了15分钟的英语演讲，并尽心竭力地学习英语，达到了能引起全世界人注意的程度，取得了不凡的反响。他用饱含真实性的词汇和句子将自己的生活原原本本地展现给了人们。

将未来放在心间，将英语当成实用性工具提前学习，与因为有急需临时抱佛脚才学习英语之间存在着巨大的差距。学习外语的时候，有些孩子认识不到外语是表达自己想法和主张的工具，而只是一味地学习表达的技术,这些孩子外语学得再好，也只能像个优秀的翻译。因为他们没有自己的故事。当然，翻译也是一种优秀的职业，如果孩子想选择这个职业，作为父母当然应该做孩子坚实的后盾。

但是如果怀着“因为其他人都擅长所以希望我家孩子也擅长”的心理让孩子学英语，还请回想一下自己是不是错过了什么重要的事情。当然，不做其他人都做的事，无论什么时候都是需要勇气的。

当一个成绩优秀的孩子放下习题集开始制造弓箭，他的父母是什么心情呢？应该是害怕和恐惧吧。一般的孩子如果学习学得好好的突然放下习题集和笔开始制造弓箭，他的父母大概会这样想：“制造弓箭能对孩子的前途有什么帮助呢？能进韩国弓箭制造协会工作吗？不行，这条路太难了，我们无论如何都得阻止他。”

我们都应该想一想，我们是不是一直在用类似的想法阻拦着孩子发展自己单纯的兴趣？虽然不是所有的孩子都能站到TED的舞台上，但这是值得思考的提升男孩学习效率的问题。我的意思是，对于自我主导型性格倾向强的男孩，我们应该告诉他们的是：“先拼命找到自己想做的事，然后再从中找到应该学习的东西。”

事实上，我曾经给一位妈妈做咨询——为了教只爱踢足球的孩子学英语，她家里天天都要爆发“战争”。我只是问了问孩子的梦想是什么，这个问题就很简单地得以解决了。那孩子的梦想是在西班牙职业足球联赛的赛场上奔跑，于是我说：“要想在西班牙职业足球联赛的赛场上奔跑，你先得会用西班牙语或者英语跟队友们交流啊！”孩子眼睛一亮，从那时起就决心学习西班牙语和英语。

给出身美术专业的妈妈们做咨询的时候，我经常听到这样的话：“我一点儿想让孩子学美术专业的想法都没有。这条路真的太累了，还没有前途。”

说这话的人弄错了问题的核心。在TED上做演讲的男生通过弓箭这个主题使自己扬名世界，而美术也只不过是与他所使用的英语一样的人生的工具而已。我的意思是，美术本身并不会决定孩子的前途。正如尽管高中生演讲者的英语并不是非常流利，但是他给大家留下了言之有物的印象，所以才能登上世界最大的演讲舞台——TED。比起说话的技术，更重要的是他有自己想要表达的真实的故事。但是，有些妈妈会想：他是上什么课学的，英语怎么那么好啊？不管这个高中生演讲者是通过什么课程学的，那种方法也绝不会适用于所有的孩子。与之相比，“我家的孩子想说的是什么”才是我们应该集中注意力思考的问题，因为所有答案都在其中。

我希望我遇见的所有男孩和读这本书的所有妈妈都能画自己想画的画，而不是好看的画。希望孩子们不要长成害怕被问“今天想做什么”的孩子，希望孩子们不要成为能力出众却不知道自己该做什么的

“伪人才”，希望孩子们不要做英语很好但没有什么东西想用英语表达的孩子。

今晚，请和孩子牵着手在小区里逛逛，捡一袋子废品回来，给孩子戴上手套，给他一把胶枪，不要告诉他应该制作什么，先问一问他：“用这个你能做什么？”

成年人的心态很急躁。我想，这是因为闲适会使成年人回想起自己经历过的世事艰难，会令他们产生不安全感。所以，家长才会疲于奔命，只为了把孩子培养得比其他人更出色一些。

现在，是时候思考一下了：孩子想要的是不是和父母一起奔波呢？如果以前你只是想教给孩子一些什么，但从来没问过孩子真正具有的才能是什么，真正感兴趣的东西是什么，那就请借此机会和孩子谈一谈。与其培养孩子说话的技巧，不如帮孩子尽情体验自己喜欢的事，做一个能把故事讲得很丰满的孩子。

妈妈秘诀

我的意思不是说语言教育不好。而是说，与其培养孩子说话的技巧，不如把他培养成一个能把故事讲得很丰满的孩子。

---

[1] TED是英语中“技术”（technology）、“娱乐”（entertainment）、“设计”（design）三个单词首字母组成的缩写。TED大会举办时会邀请各领域杰出人士做演讲。——编者注

给孩子“我能行”的自信

比同龄孩子发育迟缓的孩子会隐约察觉到自己的状态。此时，如果大人催促孩子或是伤到了孩子的自尊心，孩子就会关闭心门，止步不前。

宰勋10岁了。我忘不了与宰勋初次见面时看到的他的脸——他的眼神无精打采，愤世嫉俗的表情十分明显。

“宰勋呀，你喜欢美术吗？”

和我预想的一样，宰勋没有回答，而是有气无力地点了点头。这时，一直在一旁的老师拿着木工坊里常见的大木块走了过来。我把木块拿给孩子看，问道：“你能把它锯开吗？”

这次，孩子没有回答。但我们接收到了肯定的信号，于是把锯木块所需要的矮凳子放在地上，用脚踩着木块，让孩子戴上手套过来。从他戴上手套的样子，我能感觉到宰勋的心门打开了一点儿，露出了一个非常小的缝隙，因为那动作就是不讨厌的意思。孩子按照老师的指示开始锯木块。

对于小学三年级的孩子来说，锯木块不是件轻松的事。因为在此过程中，锯的方向可能会改变，如果方向不对，锯子可能就会卡在木头上动不了。每次孩子锯木块失败时，老师都不催促他，只是告诉他应该怎么做才能锯好，并且一直鼓励孩子，使他不感到厌倦，直到他锯完木头。

就在已经花了很长时间的宰勋想要放弃时，木头咚的一声掉在了地上，终于被完全锯开了。宰勋嘴里发出了浅浅的喘息声。也许孩子

也好奇老师的反应吧，他反射性地猛然转过头望向老师的眼睛。此时，老师像是目睹了一个男人做了一件了不起的事一样开始感叹——老师是在用这种方式鼓励宰勋。

一个小时后，宰勋一见到妈妈就开始向妈妈展示他用自己锯的木头制作的作品。虽然作品本身没什么观赏性，但对孩子来说，从成功地锯木头中得到的满足感更甚于完成了怎样的作品。

又过了一些时间后，我在研究所与宰勋的妈妈谈话。他妈妈说，那天一整天，孩子在回家的路上就一直在给他遇见的每一个人看自己的木头作品。

在那之前，宰勋就像青春期提前到来一样，与妈妈之间有着很深的矛盾。因为上班而无法全天陪伴宰勋的妈妈，在每天与宰勋相处的短暂时间里只能检查检查作业、确认确认时间表，着急地说些她认为必须要嘱咐的话。

不知从什么时候开始，妈妈开始对与同龄人相比口才略差，语言发育也稍显迟缓的宰勋提高了音量，还在宰勋的朋友们面前严厉地训斥宰勋。从那天起，非常明显地，宰勋紧闭了嘴巴，变得很忧虑。就算妈妈偶尔做些好吃的给他鼓劲儿，或者想陪他一起玩，宰勋也不再像以前一样活泼，而是忧虑重重。虽然妈妈教过他如何有条不紊地说话，却没什么效果。在宰勋有过那次锯木头的经历后，宰勋的妈妈说：“我儿子真的变了。”

他会每周锯木头或者用胶枪制作东西，而且每次都会向妈妈展示自己的作品，开始和妈妈交流。

孩子需要的不是有人教他怎么说话，而是被告知自己有解决一些事情的能力——哪怕只是实现这种小小的成功。

妈妈秘诀

时常拿起大人用的工具，凭借自己的力量制作一些东西，这么做能给孩子带来勇气。请鼓励孩子独立自主解决问题。独立完成一件事的经验比为了提高自尊水平而刻意参加一些活动更能带来积极的影响。

培养孩子读书的习惯

育儿和学习有共通之处——都存在无法用语言表述的部分，在孩子刚开始接触学习的阶段尤其如此。

“老师，我真的弄不懂我儿子的心思。我老公喜欢读书，平时我也常在他面前读书。可是这小子根本就不读书。”

妈妈在经济不富裕的情况下还花很多钱给孩子买了成套的书，可是他看都不看，就放在那儿落灰。这种情形实在太让人郁闷了，这可怎么办才好呢？

教育方式在逐渐优化，但看似无心学习的孩子仍比比皆是。就像即使出了新的杀毒软件，人们也还是有对计算机病毒束手无策的时候，妈妈在面对不听话的孩子时也一样。无论妈妈如何努力学习最新的育儿方法，也跟不上孩子们常变常新的胡闹，家有竞争意识强烈的兄弟俩的妈妈尤其如此。家里只有女儿的人很难理解男孩的妈妈的苦衷。

偶尔会有某些专家反驳说：“妈妈不了解情况才会这样，严肃认真地命令孩子，他就会去做了。”但是，孩子们是机器吗？我们不能将代入X和Y就能得出Z之类的公式套用到孩子身上。代入X和Y之后，在有些孩子身上得出的是A，在有些孩子身上得出的是B，这就是孩子。

有一次，我觉得一定要给自我主导型性格倾向无比强烈的在承看一个视频，那是个和在承年龄差不多的小朋友做手工的视频。我以为在承在手工制作方面的兴趣那么明显，这个视频一定会合他的心意。可出乎意料的是，在承表现出了一副毫不感兴趣的样子，还打起了哈

欠。看到没能引起孩子的兴趣，于是我关掉视频进入了下一个课程。大约一个月之后，在承抓着我说：“老师，我找到了一个很棒的视频！”

我有些失措——在承发现的视频就是一个月之前我给他看的那个。孩子兴致勃勃地开始给我解说起来，根本不记得那就是我给他看过的视频。虽然看起来好笑，但实际上，这种事不过是成长男孩美术研究所里常见的小插曲罢了。

在教与学中，有些部分是无法用语言来表述的。即便是同一个视频，找到它的人和找到它时用的方法不同，它的意义和效果都会有很大的变化。孩子可能感觉别人找来视频给他看的意图是改变他，而他把自己动手找到的视频给别人看是自己在学习其他的东西，这就是孩子。特别是教育对象是自我主导型性格倾向很强，有很强烈的被认可的需求的小子们时，想教他们一些东西并不容易。

没准儿这种事在家里也会经常发生。妈妈给孩子买了他应该会喜欢的全套书籍，她的内心是充实的，她想象着孩子坐在书桌前沉浸在阅读中的样子，还会有些激动。可当妈妈满怀着希望将孩子摁到书桌前坐好时，她的梦破碎了。因为就算她勉强孩子读书，孩子也会叹着气跑掉。不过有时候，那小子也会在某天，不用叮嘱的情况下，就自己静静地读起书来。

孩子的表达能力在学说话、学单词的过程中一点一点得到提升，于是妈妈希望孩子能养成阅读的习惯。这时，妈妈听得最多的建议就是：应该让孩子没有反感地坐在书桌前。

但是，如果按照这个建议去行动，那就跟把马牵到水边，强压着马的脖子让它把嘴伸到水里一样，这样马就能咕咚咕咚喝水了吗？虽然这样做人能得到满足感，但马会因为这样的经历而对往水边走这件事产生恐惧。如果妈妈用尽办法把孩子摁到了书桌前，虽然自己能得

到暂时的满足感，但孩子可能会因为这件事而从此讨厌书本。那么，应该怎样引导孩子阅读才对呢？

让我们再回到马的话题上来。为了让马喝水，我们需要做两件事：一件是让马在宽广的草原上尽情奔跑，另一件是当马表现出口渴的时候牵它去水边。只要满足这两个条件就可以了。牵马到水边是我们的事，喝水是马的自由。主人没有必要因为马不喝水就责怪它，妈妈也没有必要因为心疼书钱而着急上火。

如果一切条件都给儿子准备好了，可是儿子就是不爱读书，那妈妈也没必要焦躁，只要慢慢地重新再来一遍就好。可以思考一下：是不是孩子已经通过电视或手机得到了从书中能够获得的刺激？是不是有锹甲虫或小汽车等孩子更感兴趣的东西存在，所以孩子没时间读书？是不是家里有的书孩子并不感兴趣？

当无论怎么努力教孩子东西都收不到成效时，请放平心态。当孩子开始努力学什么东西时，那或许也不是因为妈妈做得有多好。即便妈妈创造了完美的阅读环境，儿子也有可能不爱读书。在并非自己分内的事情上觉得受挫，那不过是一种情感浪费而已。请不要忘记，创造阅读环境是妈妈的事，而读书是孩子的事。

妈妈秘诀

书给孩子带来的刺激比不上手机和电视，这是实情。请仔细观察一下，家里的书是不是与孩子的兴趣点不太匹配。

孩子是怎么学会说脏话的

只要语感发展到了一定程度，孩子马上就能学会单词的使用和表达方法。对于成长期的孩子来说，语言就像传染病一样。

男孩们是在什么时候接触到脏话的？是从初中开始吗？不是。妈妈们知道的孩子开始说脏话的平均年龄与实际上孩子们接触脏话的年龄有着明显的差异。有些妈妈会认为，如果妈妈使用文明的语言，孩子就不会说脏话。但事实不是这样的。

对于成长期的孩子来说，语言像传染病一样，“传染”速度很快。所以在幼儿园，一个班五十人里只要有一两个孩子说脏话，其他的孩子学会说脏话就只不过是时间的问题了，而且脏话往往瞬间就会传播开。也就是说，无论妈妈再怎么注意自己的语言，孩子还是有足够多的途径接触到脏话。妈妈不在场的时候，孩子在路上走着走着就会和小伙伴们说起脏话来，这是常事。当你坐在学校附近小学生云集的网吧里时，你会看到脏话横飞的情景，这情景绝对超出你的想象。但是，孩子们在父母面前隐藏真我的本事和他们学说脏话的本事一样厉害。自家孩子说脏话，全小区的人都知道，只有妈妈不知道，这样的情况简直太多了。

只看这些描述就够受刺激的了，第一次直接听到孩子嘴里冒出脏话的那一瞬间，妈妈经受的冲击该有多么强烈啊？我做咨询时遇到的某些妈妈说起自己的经历时有个共同点——第一次听到儿子说脏话的那一瞬间自己简直要疯了。虽然妈妈心里想的是应该马上阻止孩子，可是妈妈自己都还没做好心理准备，头脑中那些话还没有理顺，基本是颠三倒四的。

“你从哪儿学的这种话？”

“啊？班里同学都这么说。”

如果孩子的反应真是这样，妈妈应该怎么做呢？他这么顶嘴，把人气得手都发抖了，妈妈又该说些什么好呢？应该说“你要是这么说话的话，以后真会变成坏人的”吗？或者应该说“别的小朋友都说也不能说”吗？也许对这两种说法，孩子的反应都是：“啊，知道了。以后不那样了。”虽然他嘴上这么说，但要他真的悔改却很不容易。

再加上孩子是很善于隐藏的，所以当妈妈听到孩子说脏话时，极有可能孩子已经不是第一次说了。还有些孩子，妈妈惊慌的样子会使他产生一种自己已经是个大人的错觉，并由此产生隐隐的快感。

我在做咨询时发现，许多妈妈对于孩子说脏话没有什么好的对策，只是一味地否定而已。很多妈妈认为一定要无条件地避免孩子说脏话，如果孩子在成长的过程中根本就不会接触脏话那就更好了。不好的东西没必要早早知道，从这方面来说，我很理解妈妈们的心情。正因为这样，现在让孩子在家接受“家庭学校”教育的妈妈似乎越来越多了。如果孩子一辈子都不知道脏话这种东西就好了，我也会这样想。

但是，为孩子创造并维护一个真空地带，让孩子一辈子接触不到脏话，这是不现实的。孩子从小学、初中到高中，少说也有一两次骂过或听过脏话，不可能被完全与脏话隔离。

尤其对男孩来说，脏话既是一种表露感情的工具，又扮演着形成小团体所需的隐秘暗号的角色。他们可能会认为，不会说脏话的男孩不会是真正的男人，或者融入不到小团体里。所以，孩子陷入了说脏话不对的常识与不说脏话就不合群的现实之间的矛盾里。在这种情况

下，很多孩子很纠结地过起了双重生活，将身为儿子的自己和在学校身为男性的自己分离开来。

在没弄懂孩子所处环境的情况下，妈妈再怎么强调“说脏话是不好的，不管谁说脏话你都不可以学”都是没用的。只要踏进孩子们生活的世界一步，你就会发现妈妈的这些话不过是不懂孩子们的人情世故的空话而已。

妈妈秘诀

孩子们明知说脏话不好却还要说脏话，最大的原因是为了得到同龄人的认同。请理解这一点，不要用简单粗暴的方式阻止孩子，这很重要。

纠正孩子说脏话的习惯

孩子不是因为走上了歧路才说脏话的，那只是他早晚会接触到的语言而已。

我曾经和妈妈们讨论过应该怎么应对儿子说脏话的问题。妈妈们提供了很多意见，在这里我想拿出其中一些来和大家分享。

先问问孩子他接触过什么脏话，妈妈主动开口就这个问题对孩子进行教育。然后，妈妈在白板上或纸上写下脏话，和孩子一起找出它们的意思。这和性教育也有点儿类似。这种方法的好处是父母和孩子在开始谈论关于脏话的话题时不会彼此感到不舒服。

一般父母和孩子讨论关于脏话的话题的时间，就是他们抓住孩子说脏话准备训斥孩子的时候。而如果妈妈率先提问，然后将孩子听到过的脏话用大字写在白板上，这样做就能起到将孩子藏于暗处的陋习拉到明处的效果。当妈妈给孩子一一解释脏话的真正含义都是什么时，孩子或许就会小心翼翼地说：“妈妈，其实上次谁谁谁说脏话了。”这种教育方式的要点在于把以前孩子觉得不敢跟妈妈讨论的部分变得可以被讨论。

另外还有一种方法——让孩子看看妈妈亲口说脏话的样子。

“王八蛋！”

“呀，不许动！”

有些男孩的妈妈直接亲口在孩子面前说这两句话，问孩子感觉哪句更强烈。这样的妈妈很理解男孩内心想表现得强悍的要求。就这

样，孩子一边哈哈笑着一边想，原来说脏话的样子并不像想象中那么强悍，以后自己要说着文明的话强大起来。虽然这是那种有特殊魅力的妈妈才能用得好的方法，但它确实是一种行之有效的手段，可以将妈妈的手还未触及的部分拉到明面上来一起讨论。

在交流各种意见和经验的场合中，大家发表了一些共同的意见——面对儿子的脏话，最重要的是提前做好心理准备。另外，有些妈妈虽然知道一些好的应对方法，却坚信自家孩子不会说脏话，这样的想法是最危险的。在这一点上大家也持相同意见。

这样的妈妈会体验到用盲目的信任武装自己，结果却被气得手脚发颤的经历。我们要认识到，再乖的孩子也会有说脏话的经历。孩子说脏话不是因为他坏，那只是他早晚会接触到的语言而已。为了面对那个时刻的到来，妈妈应该提前做好心理准备。如果孩子还从来没说过脏话，那到他小学一年级的时候，妈妈一定要找个时间提前和孩子聊一聊有关脏话的问题。

如果是面对已经开始说脏话的孩子，妈妈想要纠正他的习惯，重要的就是准备好对策。孩子也许正把说脏话的朋友或哥哥当作榜样——孩子为了做个男人而盲目跟从他人的情况很多见。妈妈如果不理解这种心理，就很难打动孩子。重要的不是让孩子不骂人，而是为他找到一种能表现出男子汉气概、展示出自身强大的新方式。

男孩们就像在出生时携带了有着尖牙利齿的鲨鱼的基因一样，他们有证明自身强大的欲望。他们脑中有种扭曲的思想，以为只有这样才能使自己的存在得到承认。

“不可以欺负其他小朋友！”

“不可以总从高处往下跳！”

“不可以！”

我们的这种教育方式听起来就像在教孩子做个平和温暖的金鱼。但是，有着尖牙利齿的小鲨鱼理解不了妈妈为了让自己做条金鱼而说的这些话。

我认为男孩应该出生时像鲨鱼，长大后像鲸鱼。把儿子培养得像鲸鱼一样，无须露出锋利的牙齿，就算笑得很温暖也不会被任何人轻慢，这难道不是我们最好的选择吗？

妈妈秘诀

如果从来没听到过孩子说脏话，那到孩子小学一年级的时候，妈妈一定要找个时间提前和孩子聊一聊有关脏话的问题。

对孩子也要信守承诺

妈妈对孩子说的那些善意的谎言，最终会折返回妈妈身上。

在需要老师和孩子一对一做咨询的课程中，越来越多的男孩坚决不肯相信妈妈会在外面等他，无论如何也不肯走进教室。这是一种分离焦虑的表现。刚开始妈妈可能不太当回事，认为这只是一种性格而已。但我发现有分离焦虑的男孩们有些许共同的经历，那就是妈妈对孩子说过各种善意的谎言。

比如，妈妈说：“嗯，你进去上完课就出来。妈妈会一直在这儿。”但等孩子一进教室，妈妈就跟接待处的老师眨眼示意一下，转身走了。过了10分钟左右，孩子借口要去洗手间，悄悄地出来确认妈妈是不是真的在外面等着，结果发现妈妈不见了，于是大哭起来。老师变得很尴尬。一旦发生过分离焦虑，孩子就会在上课的时候也总找妈妈，无法投入到课程中。

治愈分离焦虑最好的方法是构筑信任。当孩子哭着说不想进教室的时候，请妈妈先放下自己的包，让孩子看到妈妈在等候室里坐好的样子。如果妈妈把孩子交给老师，然后自己拎着包站在一边，即便跟孩子说“妈妈就在这儿等你”，孩子也不会相信。但如果妈妈真的在等候室坐下，放下包开始看书，这样等孩子几次，情况就会有所改变了。

刚开始的时候，孩子每隔10分钟就要看看妈妈在不在。如果总能看到妈妈真的在那儿坐着，孩子往教室外面跑的时间间隔就会变长。就这样，让孩子看到妈妈一定会践行自己说过的话，然后再过渡到让

孩子接受“妈妈出去一会儿，30分钟之后就回来”。当然，在这个环节中，重要的是一定要让孩子看到妈妈果然30分钟后就准时回来了。

在上述例子中，我们可以吸取一些教训。孩子对细节小事的执着远超过妈妈的想象。如果孩子不遵守小约定、不把妈妈的话当回事，我们首先应该做的是自我反省，反省一下自己之前有没有好好遵守对孩子做过的承诺。丧失了威严的老师与父母，二者之间最大的共同点就是太轻易对孩子许诺，又太轻易不信守自己的诺言。

当妈妈说着“嗯，妈妈去趟洗手间马上就回来”，然后用眼神向老师示意后偷偷离开幼儿园的时候，就已经在孩子心里种下了分离焦虑的种子。当孩子开始在小事上不信守诺言时，我们应该先回想我们是否每次都对孩子信守承诺。

妈妈秘诀

孩子什么都记得住，哪怕是很小的琐事，其中也包括妈妈信守诺言的事和不信守诺言的事。当妈妈能做到信守自己承诺过的包括小约定在内的所有诺言时，孩子就会尊重妈妈了。

孩子有时候耍牛脾气

有时候，孩子们也想要特殊待遇。

我偶尔会在天气好的时候去安眠岛或东海岸那边钓鱼。虽然我喜欢吃米肠汤饭和猪骨醒酒汤之类的东西，但钓鱼的时候我不用它们，而是用海蚯蚓或其他鱼饵。因为我和鱼完全不同。

这就跟在教室里和在家里对待儿子应该用不同的方法是一个道理。妈妈喊着“不许那么做”，儿子却犯倔不听话。妈妈只是站在妈妈的立场上说出对儿子的希望而已，而儿子只不过是固执地主张自己的立场而已。这种情形大概就可以用妈妈是人，而儿子是鱼来比喻吧？仔细想一想，这场景看起来就像给鱼泡菜汤，还催鱼快点咬饵一样。

以前有过这么一件事，就在下课后我和家长聊天时，一个8岁的男孩和一个6岁的女孩打了起来。两人是兄妹，打架的原因是，给花浇水的时候，两人都说自己要浇更多盆花。孩子们的妈妈提议：“今天哥哥让给妹妹两盆，明天哥哥多浇两盆，怎么样？”儿子却不听，也不说话，只是一直哭。

这种时候该怎么办呢？事实上，如果儿子因为这样的原因哭，很多父母会说：“你是哥哥，你得让着妹妹。”并且对妹妹说：“你怎么总是惹哭哥哥呢？”当然，“今天你让着妹妹，明天你多浇两盆”的提议也是不错的答案。

但是，孩子却没有停止哭泣。在我们看来这提议足够合理了，但在孩子看来却并非如此。自我满足、自己的重要性、特殊待遇……孩

子的真正目标会不会并不是多给两盆花浇水，而是想在这种境况中获得特殊待遇和尊重呢？我这样想着，于是掏出了包里的橡皮泥说：“东润啊，你用这个自己捏个花盆好不好？我就只给你，你自己悄悄地捏，不让妹妹知道。”这一句话让孩子立刻停止了哭泣。我和家长的聊天也很顺利地继续进行了下去。

再举个例子。有一天，在民的爸爸下班回家，一进家门就发现小儿子在民在客厅里乱蹦乱跳。在民明天就要开始上幼儿园了，但他不想去，所以在耍赖。在民的爸爸经常用的方法是把孩子关在房间里，一直教育他，直到他答应做父母要求的事。在民的爸爸说自己曾这么想过：“如果我是孩子，对于上幼儿园这件事，真的能只有高兴、兴奋的情绪吗？”

他想诚实地回答这个问题，于是冥思苦想。然后，他和妻子、大儿子一起坐在餐桌旁边，列了一张幼儿园里能让孩子高兴的事的清单，并一起玩猜词游戏。刚刚还只是偷偷斜眼往这边瞟的小儿子在民马上就跑到餐桌这边来，说要坐在爸爸腿上。这时，在民的爸爸温柔地对在民说：“不可以。要想玩猜词游戏，你得先去幼儿园学习玩猜词游戏的方法才行。”

他尽可能地站在儿子的立场上，用易于理解的语言告诉儿子幼儿园里藏着什么乐趣，去了幼儿园可以学到什么以便回家后和家人一起快乐地玩耍。第二天早上，爸爸走到客厅一看，在民居然睡在了客厅里。

“在民呀，怎么在这儿睡啊？”

“我要去幼儿园，不能迟到。”

想象着前一天晚上在民躺在客厅沙发上翻来翻去睡不着觉的样子，在民的爸爸忍不住笑了起来。

再举个例子吧。露营时，有个小不点儿犯了牛脾气，放着自己的椅子不坐跑去抢朋友的椅子。被抢走椅子的小朋友哭了。所有人都在劝那个小不点儿把椅子让出来。在大人劝导的时候，小不点儿露出了更执拗的表情，坚持不肯让开。“那孩子在小区里就是出了名的爱闹别扭。”这话传到了旁观了整个过程的我的耳朵里。孩子们为了很小很小的事也会拼命坚持。

在我们研究所也经常发生诸如此类的事件。有一次，孩子们因为椅子闹起了矛盾。那时候，有一个人说：“旼俊呐，我数到10的时候，你就站起来，好不好？”孩子说：“嗯。”然后孩子自己数数。就这样，刚才还死都不肯站起来的孩子，不是一下子就同意站起来了吗？

对于孩子来说，真正重要的东西并不是椅子。他们只是想知道大家是不是将自己当作团体的一员并给予尊重。只不过这种心理以闹别扭占着椅子不起来的方式表现了出来。

这时候，如果有人说：“这不是你的椅子，快起来！”尽管是孩子自己做错了，但他还是会感到受伤，会闹别扭。当然，如果孩子无理取闹，被教训也是应该的。但是，如果我们能理解孩子一次，我们和孩子之间的隔阂就会少很多。

一面喂给鱼泡菜汤，一面喊着快来咬饵，我们应该最大限度地减少这种事情的发生。教孩子东西也要用正确的方法去教。我们应该时常反省自己，是不是在用成年人的方式理解孩子。

妈妈秘诀

请给孩子选择权。孩子也像成年人一样渴望得到尊重。如果孩子感觉自己得到了尊重，那么我们不仅能说服孩子，还能拉近自己与孩子的距离。

第四章　新手妈妈和儿子一起成长

放下“教”的心态

有时候，父母会仅根据成绩或作品来判断孩子在学校和课外班过得好不好。

想确认孩子在课外班和学校适应得好不好，妈妈本能地会将注意力集中在孩子做出的成果上。反正没办法仔细观察孩子在课堂上的情况，于是就简单地用孩子的成绩单或者孩子下课之后带回来的作品来衡量课时费的价值。

而且她们还会说：“你一个半小时里就做了这个？你去课外班这么长时间了，就学了这些？”但是，好的课程并不总是伴随着好看的成绩。从老师的角度来说，一旦他们意识到了妈妈们的这种目光，就不得不将注意力放在漂亮的成绩单和作品上。这就是教育从课外班的教室里消失，以帮孩子取得成绩为目标的营销人员却在增加的原因。

同样，在家里教孩子的时候，请不要检查成绩怎么样，也不要把孩子做的东西拍下来发到社交网络上。这种行为与稍稍锻炼了一会儿就去查看体型有了多少改变很类似，从运动中找到乐趣并投入其中才能改变体型，而如果只跑了10分钟就开始站在体重秤上称重，就只能觉得变化很慢，心情焦躁。

无法自行定义什么是良好的教育的妈妈只能持续担心。教育好坏的标准不应该是成绩和分数，而是是否能让孩子尽情投入。在学习过程中，孩子们有时会为了应付别人而端正地坐好打发时间，有时也会

全情投入。有过实际教育经验的人会对此有同感。越是优秀的教育者，经历过的孩子全情投入的场景就越多。教育者应该抱有的教育目标，是帮助孩子在学习新知识的时候自然地达到全情投入的状态，帮孩子取得高分是接下来的问题。

每当从妈妈们那殷切的眼神中感受到她们对值得骄傲的成绩或作品的期待时，我也会感到纠结。我也想过：放弃这些虽然歪歪斜斜但是由孩子全身心投入完成的作业，让孩子做个好看的作品出来吧。做出好看的作品其实并不难。告诉孩子详细的步骤，让孩子做出一模一样的东西并不难。所以，这种诱惑才会轻易袭来。

坚持不对孩子说“今天应该做这个”，很艰难。与此同时，让孩子喊“老师，我要做，我想做”，也真的很难。我们要看着孩子所做的尝试，真心地为之感动，这样孩子才会成长。并且，老师和父母应该学会提出问题，给孩子看新材料，让孩子的小尝试结出大果实。这是大人应该做的最重要的事。我认为，将“学习是有趣的”这一概念植入孩子心间，才是真正可贵而有价值的事。

如果你想了解孩子有没有全身心投入，只要在课程中间告诉孩子还剩多少时间就可以了。比如，当我们说“还剩30分钟”的时候，如果孩子的反应是“哦耶！只要再做30分钟就可以回家玩了”，那就算孩子做出的作品再好，他也还是弄错了学习的本质。

如果孩子很诧异地喊道：“只剩30分钟了啊？”那无论孩子的作品再怎么不像样，这也是一堂成功的课，因为孩子不是学习到了创作作品的技术，而是进入了这种学习过程很快乐，对自己真心喜欢的事情全情投入的状态。

有一次，我见到了一对平时关系很好，一到学习时间就互相伤害的母子。我建议妈妈“刚开始先不要管孩子做作业的顺序，让他能够

从符合自己兴趣爱好的主题开始”。然而同样的问题还是反复出现，于是妈妈又来寻求帮助。

做咨询的那天，我无意中目睹了孩子的妈妈在等候室里教孩子的场景。我发现，妈妈的呼吸节奏比孩子快太多了。

“看，这个长得像什么？”

“嗯，长得像老虎……”

“是的，答对了。那它在做什么呢？”

“嗯……”

“仔细看看。你见过的，想不起来了吗？刚才妈妈不是强调过吗？”

妈妈的语言中透露出了强烈的再多教一点儿的目标意识，妈妈身上充满了力量，时间过得越久，孩子被妈妈压制的感觉就越明显。当然，也许因为是在外面，所以妈妈有些急躁，于是上述问题就表现得更加明显。但由于妈妈过于急促的呼吸和着急的态度，孩子已经开始讨厌学习了。

妈妈要想让孩子好好吃饭，与其在吃饭的时候亲自喂孩子，不如先为孩子制定一个全天饮食规则表。要想多教一点儿知识，与其掰着手指头计算某天该教多少，不如先将自己的呼吸放缓，让孩子感受到学习的乐趣。

妈妈详细地教授孩子某种东西的制作技术，虽然短时间内能对孩子自尊心的形成和成绩的提高有所帮助，但孩子从学习中找到的乐趣与端正的学习态度才是他能受用终生的财富。教育的真正价值在于，

在孩子踏上艰苦的学习之路之前，告诉孩子学习不是艰辛的劳动，而是愉悦的享受。为此，妈妈教孩子时应该保持放松的状态。

在进行教师培训的过程中，我发现教师们也会犯相似的错误。有几个新入职的教师心里很想做好，于是教孩子的时候非常“用力”。在这种情况下，当孩子说话的时候，他们所做的就不是放松地倾听并和孩子交谈，而是思考“应该说什么”“这种时候应该怎么做”，反而因此没能与孩子真正对话。

在这种时候，最好的解决方案就是放下“教”的念头，认真地凝视孩子的眼睛，问孩子：“你能告诉我你是什么样的孩子吗？”当眼中看到的不是“教”的对象，而是一个人的眼睛、思想和内心时，教育者就已经做好了进行真正的教育的准备了。

面对孩子的时候保持放松，意味着真正做好了爱孩子的准备。窃以为，与孩子产生共鸣的关键并不在于盼望孩子长成与自己一样的人，而在于理解孩子，与孩子同呼吸。

妈妈秘诀

请不要决定教孩子什么东西，请关注孩子向困难发起挑战并完成挑战的过程，真心地为他感动。

放手让爸爸与儿子相处

即便是很小的小男孩，也会渴望脱离妈妈的帮助，独自取得成功，以及作为一个男人被认可。

成长男孩美术研究所有专为爸爸和儿子开设的项目。爸爸系上围裙做儿子一对一的老师，在一个小时左右的时间里帮助儿子做他想做的东西。爸爸不需要做出什么很出色的成果，但要让孩子感受到爸爸在倾听自己所有的想法、爸爸相信自己，这是这个课程的主旨所在。

仅仅通过这一项活动，爸爸和儿子就能一下子变得亲近起来。该活动的绝对法则是，爸爸不是做自己想做的东西，而是听孩子的想法并给出反馈。虽然这样安排可能会让孩子感到迷茫，妈妈们也偶尔会投来茫然的目光。

“哎哟，真让人着急。为什么不给他做那个？”

有一次，妈妈紧贴在玻璃窗边往里看，觉得爸爸实在太让人着急了，终究没忍住打破了规则，闯进了只有爸爸能进的教室，去帮孩子完成作品。

“看，要这么做才对。你为什么不给他做这个？”

这妈妈得是多着急才会这么做？虽然我能理解她的心情，但通常来说，所谓教育，相比取得了怎样的结果，教育者更应注重的是孩子在其中经历了何种过程。看起来令人着急的爸爸们也有着男人自己的哲学。男人认为与对方保持适当的距离很重要，男人之间关系再怎么亲近，也不会两个人一起去空间狭小的洗手间。儿子嚷嚷着要帮妈妈拎快要有半个自己那么高的包，他的内心深处，不仅有着帮助妈妈的

想法，还有着自己独立完成某件事的需求。儿子哭着要帮妈妈按公寓电梯下行按钮，他的心中，也有希望脱离妈妈，作为一个男人独立取得成功、获得认可的需求。

爸爸本能地理解儿子的这种心理。他们既爱孩子又能准确地划分彼此的界限。当然，过于把儿子当男人来尊重，也会产生一些副作用——玩游戏的时候爸爸不会故意输给儿子，总是把儿子弄得气急败坏。

男孩和女孩在成长过程中会表现出极其鲜明的差异，其中之一是女孩们会一起去洗手间而男孩们则不会。关系亲密的女孩之间如果存在竞争关系，她们可能会为了友情故意输掉；而男孩却是关系越亲密，想要战胜对方的愿望就越强烈。这可以说是男孩还缺乏解读情感的能力，但也可以说是男孩将感情和理性分得很清楚。

如果说女孩们是通过妈妈的话语学习，那么男孩们更多是通过自己的经验学习。所以，相比妈妈的指点，他们对自我领悟的时间的需要更为迫切。而妨碍这一点的正是妈妈和子女的亲密。一旦妈妈把儿子想得和自己一样，那么儿子在成长为健康男人的过程中就受到了妨碍。

父母一般从妈妈怀了孩子时就开始思考应该如何养育孩子。

“我的运动神经很发达，以后让他踢足球吧。”

“你口才好，让他做律师吧。”

这样你来我往的对话不是什么坏事。但如果父母在孩子面前也一直说这种话，那就是区分不清自己与孩子各自的界限了。因为关于以后从事什么工作、过怎么样的生活之类的问题，父母可以为孩子提供使其充分思考的环境，但如何做决定是孩子自己的事。

惹祸精丈夫通常可被看作“大儿子”，他的身上分明也有值得学习的东西，那就是尊重儿子的领域的态度。这显然是妈妈的不足之处，妈妈应该向丈夫（大儿子）学习。我们面对的许多问题都起源于妈妈和孩子之间没有明确的界限。请记住，当妈妈难以判断自己对儿子的人生应该干预到什么程度，界限应该怎样划分的时候，答案就在丈夫那里。

妈妈秘诀

女孩在大人的说明和干预的基础上积累经验，男孩更多是通过自己的经验学习。所以，妈妈偶尔也要像爸爸一样，用一段保持沉默的时间，去等待孩子的自我领悟。

如何应对孩子的失败

很多时候，成年人不能容忍孩子的小失败和令人不满意的结果，还会急躁地下决断。

“这是孩子们做的吗？真的？”

成长男孩美术研究所的入口展示着一个巨大的机器人作品。这个大约有两米高的机器人是小学四年级学生先在的作品。先在在自己喜欢的东西方面有很强的表现力，投入度也很高，就是寡言少语。尤其是碰到委屈的事情时，即便豆大的泪珠扑簌落下，他也还是缄默不语。

有一次，我们计划把孩子们努力制作的作品汇集起来举办一次展示会。先在也许是因为羞涩，不好意思将自己的作品展示给大家看，所以说自己不要做大的东西，而要做一把小小的刀。

“真的要只做那一个吗？”

“是的。”

我们决定尊重先在的意思。到了展示会那天，包括爷爷奶奶在内，全家人都来了。而先在的作品只有那小小的一个，所有人都极为明显地露出了失望的表情。虽然我们对先在的家人解释了他的想法，但为了看先在的作品特意前来的家人还是难以隐藏失望的眼神。

先在好像也感觉到了，接下来，他早早地就开始为一年之后的展示会做准备。先在说要和老师一起做一个巨大的机器人。先在一做就

做了四个多月。他和老师一起努力，中途做烦了就去做些别的，然后再回来做机器人，如此反复。这个作品完成得如此艰难。

大家看到这个作品时，纷纷称赞先在了不起，而一年前尴尬的展示会和四个月的艰苦劳动却没人提及。完成这个作品的艰辛，只有先在和老师知道。

如果有人问我：“要想让孩子制作出那样的作品，应该怎么做呢？”我可能会说：“让孩子在大型展示会上经历失败，然后等他通过自己的力量克服失败。”因为传授技术并不难，但找到全情投入、激起心中火花的方法却是无法传授的。也许，如果先在没在展示会上经历那次失败，他也就做不出后来的作品。

但是，很多时候，成年人不能容忍孩子的小失败和令人不满意的结果。如果在第一次展示会上感到很失望的父母说了“看来你好像不太适合学美术”之类的话，导致先在就此放弃，那么他将一直怀有对展示会的遗憾，也许还会变得彻底讨厌美术。

通过这件事，我也学到了一些东西。当我们看到孩子自己欣然投入到新的挑战中时，在孩子心中激起“我要给大家看看我能做出这种水平的东西”的火花是非常重要的。

妈妈秘诀

有时候，孩子遭遇的失败也会变成激励他前进的动力。请大人多一些等待，不要仅凭当时的结果就得出结论。当父母做到这一点时，孩子就会成长。

每个孩子都有自己的底色

当你认为世上所有的孩子都是一张白纸时，你就忘了所有人都有自己的个性，都有自己的学习方式。

有一天，我收到了来自一位朋友的咨询请求。某个学校的教导主任家的儿子离家出走了，他的家人都忧心如焚。

其实教师的子女不仅会受到来自父母的，还会受到来自周围的巨大压力。教师无法从人们“那你是怎么教育自己子女的呢”的目光中解放出来，于是他们的孩子就成了静默的受害者。我目睹过很多类似的情形，越强势的教师，他们的子女就越疲惫。父母为了维护自己说过的话，在不知不觉中对子女更加严厉，于是父母和子女的关系变得疏离。这种情况在我们身边时有发生。

“你知不知道他妈妈是学校的老师？”

“哎哟，还是老师呢，连自己家孩子都管不好。”

所以，教育者们很难畅快地吐露有关自己子女教育的事。

前面提到的离家出走的这个孩子性格特别安静，从来没和朋友发生过冲突。可是，有一天他居然因为一点儿小事和朋友打了起来，之后又用多少有点儿出格的方式离开了家。在此之前，他是个性格很好的学生，和朋友关系也很好，也很被老师们认可。那位教导主任一直以来倡导强势的教育，儿子的变化使他深受打击。那位教导主任曾是个“孩子白纸论”的传播者。

“孩子们就是白纸，妈妈让孩子怎么做，孩子就会怎么改变！”

将孩子比喻成白纸的人相信孩子是可以被大人设计的。教育者对自己的能力越自信，就越容易逼迫孩子。他们甚至还会抱有一种危险的想法——妈妈不能引导孩子只是因为妈妈不懂，所有的孩子都一样。他们对所有的孩子实行同一种教育，并且希望在每个孩子身上得到相同的结果。但遗憾的是，孩子们不是白纸。

就拿教孩子学美术为例。认为孩子是白纸的教师总是试图用相同的方法指导所有孩子。假如十个孩子里有九个按照老师的指导方法进步，只有一个没跟上，那这个老师的第一反应不是怀疑自己的指导方法有问题，而是开始在孩子或孩子的母亲身上找原因。一旦相信孩子是白纸，就会忘了正如孩子们的长相各有不同，适合孩子们的学习方式也是多种多样的。然而，孩子们是性格各异的，教师有义务尊重这种多样性。

所谓的“孩子像白纸”是所有身处教育第一线的人都经常听到的话。然而，所有人都天生就带着自己的底色，我们称之为性格倾向。有些孩子不用妈妈教就会奋力争第一，有些孩子不用妈妈教就喜欢攻击性的游戏，有些孩子不用人教就有很强的共情能力，有些孩子即使有人教也很不擅长处理人际关系。

所以，如果妈妈在开始育儿的时候将孩子看作白纸，就会把孩子身上发生的任何事和孩子闯的所有祸都归咎于自己，从而产生自责情绪，甚至产生不管什么事，只要让孩子做，孩子就能做好的错觉。最终，这样的妈妈就可能强迫孩子做些不适合他的事。

如果无法将孩子像白纸的想法从脑海中擦去，那么我劝你这样想——让孩子凭借自己的力量画自己想画的画，而不是我们替他画或让他画。请留心观察孩子是怎么独立创造的。这就是我们的职责。

妈妈秘诀

所有人都天生就带着自己的底色。但是，如果妈妈看不出孩子的底色，把孩子往完全不同的方向引导，妈妈和孩子就都将陷入困境。特别是妈妈，此时还会变得自责。因此，请留心观察孩子的底色吧。

帮儿子找到自己真正的梦想

环顾四周，有很多孩子在疲于寻找梦想。孩子的发展方向不应是妈妈为其决定的。

“老师，我儿子喜欢这个，爱画这种画，我应该怎么替他把握发展的方向呢？”

经常有人问我这个问题。这会不会是所有养育孩子的妈妈的最大烦恼和任务呢？但是，把握孩子的发展方向不是妈妈的任务。如果妈妈觉得这是自己的任务，那么孩子也会这样认为，然后在寻找梦想的途中总想依赖大人。即使我们心里认为有些事是自己的任务，也绝对不能在孩子面前表现出来，帮孩子追求梦想就是其中之一。

孩子们也在为了寻找梦想和发展方向而努力。即使上了中学，即使即将大学毕业，也常有一些问题让孩子们觉得难以回答，其中之一是：你想做什么？

环顾四周，有很多孩子在疲于寻找梦想。对我们的孩子来说，梦想必须要有吗？是不是没有也可以？即便自己没能找到梦想，但我们的儿子当然是有的——家长们是不是在这样想？为什么非要如此费力地寻找想做的事呢？

父母们借着各种理由代替孩子设定梦想，或许仅仅是有这种想法就已经是越权。已经成为过去的成年人为活在未来的孩子们设定梦想，或许这种行为本身就有问题。我们眼中有前途的职业，等到孩子长大成人时也许已经不再金光闪闪了。律师、医生、金融分析师……谁也不知道20年后的未来职业将如何变化。

“你打算怎么培养孩子？”我不想从人生观或哲学的角度，而想从职业方面谨慎地指摘一下这个问题。站在旁观者的角度来看，成年人为了给孩子设定梦想而付出的努力，就好像营业员听到有人说起“最近手脚冰凉，有点儿冷”，就马上回答“那我给您推荐一下这次新出的皮草”一样。比如，当孩子说起纯粹的学习乐趣时（“妈妈，我觉得科学很有意思”），妈妈就马上回答说：“我儿子以后想做科学家吗？”妈妈是在用为孩子设定发展方向来给孩子反馈。

我们需要维护孩子对科学充满兴趣的好奇心。但在应该全力培养孩子的热情和好奇心的时期，大人们却让孩子过早地为步入社会做准备，这就像硬要去剥开还没成熟的栗子一样。从纯粹的好奇心发展到将其作为未来发展方向的地步，这中间需要思考与学习。如果过早地点燃孩子的热情，热情将不再饱满。如果因为孩子说喜欢美术就让他立刻开始了解应试美术课程，那孩子马上就会开始讨厌美术。

为了让孩子把做某事当作终身职业而给他纯粹地喜欢此事的时间，这是一种祝福。无论是多么有前途的工作，只要它不能勾起孩子的好奇心，不能让孩子流露出纯粹的热情，那从事这项工作的孩子的人生就将变得不幸。

可是，我们的表现是怎样的呢？孩子说喜欢数学，我们就想象孩子成为数学家的样子；孩子说喜欢小汽车，我们的脑海里就浮现出孩子成为汽车修理工的样子。如果孩子对昆虫很感兴趣，我们首先想到的是这对他以后的成绩有没有帮助，如果没有与职业或成绩相关的现实性益处，就将其划分为没用的东西。

看孩子的时候请不要带着过多的想法。如果孩子喜欢小汽车，那他就是个喜欢小汽车的孩子。“喜欢小汽车的儿子的发展方向是怎样的？”这种想法会夺走孩子的成长空间。

家长要想早些找到孩子的发展方向，最该做的事就是观察孩子的真实面貌——不是掺杂了我们的期待而扭曲的面貌，而是孩子最纯净的真实面貌。为此，我们应该抽离我们的期待。

“希望你朝着这样的方向成长。”

“希望你从事这样的职业。”

请放下成年人的这种必定会使孩子感到有压力的心理，用下面的标准去观察孩子的本来面貌。

第一，摆脱对职业或前途的考虑，单纯地关心孩子会被世上的何种东西吸引，对什么感兴趣。

第二，要给孩子纯粹地喜欢某样事物的时间。不管是昆虫还是恐龙，当孩子产生了与职业没有直接关系的爱好时，妈妈应该相信孩子会做好准备学习与该事物相关的知识，并给孩子时间。在良好的教育中，大人忍耐等待的时候应该比大人出面解决问题的时候更多。在看似无用的地方花费时间，这是大人难以忍耐的事情之一。但是，儿子会在看起来似乎没用的恐龙游戏或战争游戏中得到成长。

有一个孩子，每次画画的时候都会在纸张的角落画非常小的图案。妈妈说孩子胆小，自尊心不强，所以才会这样。但从孩子画画的姿态来推测，他好像不是因为胆小才画得小。我给孩子一张大纸，又给了他一些时间。他又开始画很小的图案，直到把一张大纸画得满满当当的。之后我才知道，原来孩子是觉得大人给他的A4纸太小了，放不下他的故事，所以才想画得小一点儿。妈妈乍一看，认为他可能只是个小心翼翼在纸张的角落画火柴人的孩子，但孩子其实是在埋头表达自己脑海中的故事。

面对这样的小朋友，教育者无须教给他什么东西，只要站在一旁发出“哇哦，那后来怎么样了”的感叹，就能充分地激发孩子本身的才能了。儿子的成长正是如此，有可能呈现出不同于妈妈所希冀的其他状态。

第三，促进兴趣发展很重要。如果孩子找到了可以倾注纯粹热情的领域，并在该领域中产生了自信心，教育者就应该逐渐向他介绍与之相关的新领域，使孩子的爱好扩展开来。

如果儿子喜欢小汽车，就请仔细观察令他投入的是哪个部分。即使都是喜欢小汽车的男孩，他们也有各自不同的着迷理由。如果孩子痴迷于小汽车的载人功能，那接下来家长就可以向他介绍公共汽车和火车。如果孩子痴迷于小汽车的速度，那接下来家长就可以建议他了解一下喷气式飞机。

现在，我们的孩子需要的是不带目的性的纯粹的兴趣。请抛开营业员般总想再多介绍一些的习惯吧。用那种方式，即便能教给孩子实战技巧，也难以实现深入的教育，即便能勉强孩子去行动，也难以培养孩子的内在力量。

妈妈秘诀

如果想早点儿找到孩子的发展方向，就请让孩子不必看大人们的眼色，让他自己发掘自己纯粹喜欢的东西吧。

对孩子寄予期望好不好

为了像妈妈期待的那样生活，孩子可能会否定自己本来的样子。

在咨询过程中，我发现有很多男孩的妈妈在努力做到无条件地乐观地看待孩子。这样的努力当然是有必要的。但是，在某些情况下，这种盲目的乐观却会带来副作用。因为妈妈的乐观可能会变成孩子的负担。

“哎哟，我儿子很擅长这个的，对吧？”

我们来看看美术课外班里的孩子们。孩子的真实水平就像素颜一样直观。但是，有些妈妈仅凭“孩子已经托付给了专家”，就期待孩子能画出像毕加索的作品一样的大师级画作来。这种事是不可能发生的。所谓好的教育机构，是将孩子的真实面貌挖掘出来，并对其进行内在训练的地方，而不是像施魔法一样替孩子创作作品的地方。

所以，第一次看到孩子真实作品的妈妈们无法掩饰自己的失望。盲目夸奖虽不可行，但失望的眼神对孩子同样没有好处。我还亲眼见过，有的妈妈因为孩子画了刀和盾牌等武器而板着脸，这给孩子施加了无言的压力。

钟硕很喜欢做手工，尤其喜欢制作以想象中的龙为主题的手工作品。但是有一天，他突然说自己最喜欢画画，哼哼唧唧地抓起了他根本就不会用的画笔。刚开始的时候，这种勇于挑战自己原本不喜欢的领域的表现看起来很好。但不久他就开始注意力不集中，拉着小朋友们聊天，搅乱课堂氛围。情况似乎不太对劲，我轻声问道：“钟硕呀，妈妈是喜欢你画画呢，还是喜欢你做手工呢？”

钟硕正在画画的手顿了顿，他回答说：“画画。”然后又不停地画。每次看到这种情景我都深感遗憾。本该按照自己本性自由发展的孩子为了迎合大人的期待而否定自己的兴趣，意欲改变自己的爱好。

妈妈对孩子的期望产生了副作用，让孩子否定了自己的兴趣。孩子为了按照妈妈期待的样子生活而否定自身的现实情况，这是不健康的状态。例如，如果妈妈期待地喊道：“我儿子英语很棒！”孩子在英语学习中遇到不会的部分时就没办法轻松地承认并提出问题。最终结果是孩子否定英语不好的自己，甚至变得易躁易怒。我们将这种表现称为“自尊感低落”。

失去敢于挑战新事物的精神是妈妈的过度积极的评价给孩子造成的负面影响之一。

通过努力被划入天才范畴的孩子们，在和妈妈一起开心过后，所做的不是去挑战新的高度，而是过于在意别人对自己的评价，这种情况比比皆是。被认为是天才的孩子因为害怕别人看到自己的失败，于是选择不去挑战存在失败可能性的事。他们甚至可能害怕别人看到自己的努力，因为如果努力了却还是失败了，那就不像个天才了。

曾经有位妈妈提出了这样的问题：“我儿子很奇怪，拼图拼好了，他却在生气。画画的时候稍微出一点儿错他就会哭，或者把纸撕掉。这是为什么呢？”

与孩子做过面对面的咨询后，我发现他有一种近乎强迫式的想法，认为自己必须什么事都能做好。

当然，这些不全是妈妈造成的。也有些孩子是天生就有强迫倾向的完美主义者。这些孩子需要的是妈妈给予的从容的心理暗示——不能完美解决所有事情也没关系。

妈妈秘诀

男孩在很大程度上会被他人的期待，尤其是妈妈和老师的期待所左右。所以，他们的情绪会变得不稳定，他们有时会觉得心痛，甚至还会无声无息地垮掉。

儿子得了抽动障碍，妈妈该怎么做

抽动障碍不能仅通过孩子自身的努力治愈。如果孩子从大人的眼光中察觉了自己的病症，那这本身反而会成为孩子的心病，从而导致孩子病情的恶化。

环顾四周，可以看到很多周期性摆头或用力眨眼的男孩。这些都是抽动障碍的症状。在男孩中，抽动障碍患者特别多，大概是女孩的4倍。以韩国为例，当有2500名小学女生患有抽动障碍时，就约有1万名小学男生被诊断为抽动障碍并接受治疗。所以男孩的妈妈们应该具备一些有关抽动障碍的基础知识。

抽动障碍具有患者越想治疗，病症就越严重的特点。抽动障碍产生于孩子身处不安定的环境或情绪不稳定之时，有报告显示，患有这种病的孩子主要在开学之初发病。在抽动障碍的症状出现之后，如果孩子的情绪变得稳定了，症状就又会马上消失。

有个叫正贤的孩子，他在课堂上常常会表现出抽动障碍的症状——眼睛总是一眨一眨的，头往一侧扭。他的妈妈很担心。上轻松的课时，这些症状并不会出现，但当课堂内容对正贤来说多少有些难度或是正贤看电视时，症状就会出现。正贤的妈妈找了我很多次。

正贤的妈妈听说了很多关于药物治疗的副作用的传闻，所以首先选择了心理治疗。抽动障碍这种东西，如果初期没能得到矫正，之后就可能会发展成一种叫“妥瑞氏症”的病，转成慢性疾病。因此，我们决定尽我们最大的努力来帮助他。

抽动障碍不是孩子能自己发觉并通过努力克服的疾病。如果孩子自己知道自己的症状，并试图纠正自己的行为，那他的压力会越来越大。如果这种状况本身成为一种心病，就会使孩子抽动障碍的症状加剧。我的意思是，如果妈妈出于帮孩子矫正抽动障碍行为的心理，每次看到孩子出现相关症状就训斥孩子，那情况将变得更严重。

因为当孩子想控制自己的行为时，肌肉会渐渐紧张，这会给他造成更大的压力。因此，想通过孩子自己克服疾病的几次尝试就使情况有所好转，是不可能的。

抽动障碍也是一种心理疾病。因此，妈妈首先应该做的是帮助孩子恢复自尊感。为此，妈妈要让孩子忘了“自己为正在做的动作感到羞愧”的想法。因为这种想法对恢复自尊感无益。所以，我们需要给孩子一种宽松的氛围，一个人们即使看到了孩子有抽动障碍的症状也像完全没看到一样的环境。有时，当我们带着孩子出门时，周围的人会指出孩子身上抽动障碍的症状。所以，减少孩子与陌生人接触的次数也是一个办法。归根结底，孩子所受到的压力大部分来自他人的目光和评价。

另外，妈妈在帮孩子制订学习计划时，应该以孩子擅长且喜欢的课程为主。并且，尽可能陪在孩子身边，关心他，让孩子获得心理上的安全感，这也很重要。正贤在感受妈妈关爱的同时，也在接受美术心理治疗，大概两个月之后的某天，正贤的妈妈告诉我，孩子的症状已经消失了。

有一次，我和一位精神科教授就患有精神疾病的人们的特点做了一些讨论。他说，虽然很多人是由于压力而经受精神疾病的折磨的，但并不是承受了压力的人都会患上同一种精神疾病。并且，经过多年的研究，他得出了一个结论——患精神疾病的人与未患精神疾病的人之间的决定性差异就在于自尊感的不同。

为了治愈患有包括抽动障碍在内的心理疾病的孩子们，我们应该尽心竭力地帮助他们恢复自尊感。孩子现在没有抽动障碍，不代表它永远都不会找上门来。没有抽动障碍，不代表我们的儿子就完全没有情绪上的问题。

我以前看过一档电视节目，节目中出现的孩子曾经患有非常严重的口吃。他说自己原本并不口吃，自从有过一次在地铁里与妈妈走散的可怕经历之后，就开始口吃了。妈妈曾多次举着鞭子哭着帮助他练习朗读，但他的口吃症状却没有好转。

在节目中，妈妈暂时离开，只留下了孩子和摄像机。在这样的环境里，神奇的事情发生了。孩子之前那么努力想控制住口吃却没能流利地说出来的话，在只有他自己的轻松的环境里居然都说出来了，而且他口吃的症状减轻了很多。

孩子们身上的一些问题，与其说是疾病本身的问题，不如说是心理上的问题，是应该做好某事的负担和压迫感使孩子生了病。在现在这个时代，妈妈与其总想为孩子做些什么，不如给孩子更轻松的环境。

妈妈秘诀

为了治愈患上心理疾病的孩子，大人们应该帮助孩子恢复自尊感。

大人的评价对孩子有巨大影响

我们如何评价和看待孩子，是否做到了对他和其他孩子一视同仁，会给孩子造成巨大的影响。

正仁是个非常喜欢昆虫的8岁男孩。成长男孩美术研究所会为第一次来所里的孩子建立性格倾向分析档案，这份档案以我们实际接待过的数千名男孩的数据为基础。根据正仁的档案来看，他在昆虫方面有着卓越的探究力。但是，当老师让他画别的东西时，他却拒绝道："我画不好那个，我不画。"

上第一节课的那天，我们发现，正仁的注意力集中度在他喜欢的和不喜欢的课上存在明显的差异。

在这种情况下，新手妈妈开始担心了。正仁的妈妈把各种各样她认为重要的东西都灌输给了正仁。她又训又哄，还答应给正仁物质奖励，就为了哄他先试一试，但每次都以失败告终。

这种情况其实有个解决办法，而且办法简单得令人意外。与其勉强孩子学别的东西，不如先从他喜欢的昆虫开始，然后再帮助他将兴趣慢慢扩展到别的方面。但是，这是在一定的情境下才能实施的教育方法，很难在必须同时面对多个孩子进行教育的学校里实施。

"正仁妈妈，您家孩子好像有注意缺陷多动障碍，请您带孩子到专业机构去诊断一下吧。"

问题始于学校老师的判断。老师对正仁的妈妈说怀疑孩子得了注意缺陷多动障碍，并给她推荐了医院。偏偏去了医院之后，医生在做

出注意缺陷多动障碍的诊断的同时，还给开了处方。孩子被贴上了注意缺陷多动障碍的标签，正仁的妈妈抓着我哭得不能自已。

“老师，孩子真的不正常吗？我家正仁的问题大吗？”

我什么话都说不出来。然而，出乎意料的是，这个问题通过转学得到了解决。被诊断为注意缺陷多动障碍患儿之后，正仁渐渐沉郁起来。一番思索过后，我们决定安排他转学。在新学校里，班主任把正仁当作什么问题都没有的正常孩子。

“正仁妈妈，小男孩都那样，我以前也是的。”

有趣的是，治愈被确诊为注意缺陷多动障碍患儿的正仁的既不是什么很特别的疗法，也不是什么药物，老师看待孩子的观点变了，正仁的问题就被解决了。

当然，不是所有患有注意缺陷多动障碍的孩子的情况都能经由这样的做法得到好转。但是，这里分明有些东西是大人们应该谨记在心的——大人们如何评价和看待孩子，是否对他和其他孩子一视同仁，会给孩子造成巨大的影响。它的影响力是无法想象的。

爱迪生上小学的时候觉得学校没意思，他的妈妈就鼓励他根据自己的爱好进行各种实验。希望大家能记住，正是爱迪生妈妈的智慧使爱迪生没有被看作不正常儿童，而是成长为受到全世界尊敬的发明家。

孩子们是敏感的。孩子们的标准都为迎合自己的父母和老师而改变。因此，孩子们能非常敏感地捕捉到我们看待他们的目光，并在一个个瞬间判断自己和大人之间的心灵距离又拉近了或是疏远了多少。他们甚至能从中发觉自己什么事情做得好或不好。因此，孩子们会在行动时察言观色，下意识地做出能得到大人称赞的行为，还会像大人

一样做事。所以，如果把每天晚上尿床的孩子看作独立的人，给他买与大人们穿的款式相近的睡衣，孩子尿床的问题或许就能得到解决。

妈妈秘诀

不是所有患有注意缺陷多动障碍的孩子都能像正仁一样好转。但是，能改善孩子症状的或许并不是特别的疗法和高明的医学手段，而是大人的正确引导，妈妈们都应该记住这一点。

来自邻居妈妈的信息使人忐忑不安

邻居妈妈自诩为育儿方面的前辈，经常给新手妈妈提供信息，这会让人忐忑不安。

身处育儿第一线的妈妈们无法不患得患失，她们很难坚持心中的立场。这其中有诸多原因，来自身边的过度关心也在其中。使妈妈们忐忑不安的头一个原因就是邻居妈妈。

我们称之为邻居妈妈的这些人往往充满爱心。她们努力将自己从自身经历过的“战争”中获取的教训不计代价地传授给他人。她们作为过来人，无条件地向新手妈妈们释放善意。这些人确实是好人。

问题在于，邻居妈妈的儿子和你的儿子是完全不同的存在。如果三个儿子都已经长大成人的妈妈又生了老来子，那老四也不会与他的三个哥哥相同。所以，谁都不能保证对邻居家孩子有效的方法也适用于你的儿子。但是，邻居妈妈总是轻易地指点别人。这既是出于误以为别人和自己一样的错觉，也是出于认为别人家的孩子能被一眼看透的轻率。

虽然邻居妈妈的劝告是出于善意，但我们还是要多加注意，因为我们本身已经忐忑不安了。育儿不能像看菜谱做菜或垒砖砌墙一样干脆利落。我们要做的不是面对一堆没有生命的材料，而是养育活生生的人。生命力旺盛的儿子总会用自己的方式超出妈妈的想象。妈妈会感到无法预测的不安，所以很多时候会因为他人的劝告而摇摆不定。

“旼俊妈妈，这都是因为你没教旼俊做这个。你相信我，试一试。”当然，妈妈们不会因为这样一句话就动摇。“嗯，姐姐，谢谢

你的建议。但是我家旼俊好像比同龄小朋友稍微迟钝一点儿。我会看着办的。真的很谢谢你。”她们拥有当面婉转拒绝，转身就置之不理的勇气。

但是，问题是从这之后开始的。当孩子回到家脱鞋、脱衣服时，你会突然发现孩子脱衣服的动作变得怪模怪样的，好像只顾着玩一样。其实孩子做的不过是他平常一直在做的动作而已，妈妈心里却隐隐浮起担忧——是不是自己没按照邻居妈妈说的做所以才这样呢？一面从内心里拒绝邻居妈妈的话，一面却又暗自嘀咕“真是那样吗”，开始经常评价和比较孩子。就这样过了三个月之后，孩子已经在上邻居妈妈说的那个课外班了。我们的初心就在这样的过程中渐渐改变。

妈妈的信念会随着孩子年龄的增长而变化。一位男孩的妈妈，她的信念曾经要多坚定有多坚定。“老师，我不希望孩子的潜力被韩国式的教育埋没。所以我不会按照学校说的标准做，我要让我儿子自由发展。”

但是时隔不过两年，这位妈妈看起来就已经动摇了。

“老师，听说孩子上小学之后如果不会画画，学校生活会很难过，您能不能单独给孩子指导一下画画？”

我能理解。她一定是从周围人那里听到了让她难以拒绝的建议。然而，再过三年，等孩子一上小学，她马上就会明白原来孩子不会画画也出不了什么大事。两年前的坚定拒绝和如今随大流的选择都不是她的错。每一个养育男孩的妈妈都携带着不安的因子。

妈妈们需要一些智慧，当心中涌起欲望，想把自己的经历讲给认识的邻居妹妹听时，请再忍耐一下。因为现在的邻居妹妹已经够不安了，即便你传递给她的信息是错误的，她也难以辨别。

现在，妈妈们需要的不是更多的信息。相反，她们已经在过多的信息里茫然失措了。对于邻居妈妈的故事，妈妈们应该有选择地听，对于学校聚会时别的妈妈说的话，也只要随便听听就行了。妈妈们需要坚定的意志——要像第一次看孩子的眼睛时所想的那样，有自己的信念，确立自己的育儿哲学。

妈妈秘诀

世界上关于育儿的经验和知识实在太多了。新手妈妈不应被这些信息裹挟。要想智慧地育儿，就要学会堵上耳朵。

遇到资深教师就会变得自责

资深教师的经验无比重要。但是，轻率的评判将对孩子的人生造成巨大的影响。

“这位妈妈，从孩子画的画来看，这个火山可以看成是孩子愤怒的象征。孩子不画自己的脸，只画了背影，对吧？这可以看出孩子在否定自己的存在。”

我看到过很多人在文化中心、美术课外培训机构等场所打着美术心理治疗师或专家的名头对孩子做各种评判。但是，人的存在，是轻易可以被评判的吗？有些孩子只是觉得画脸很难所以才只画背影而已，有些孩子不过是看了别的小朋友的画照着画而已，还可能喜欢用一些特定的颜色。但是，我们总是试图像通过公式解出答案一样，从孩子的特定举动中寻找答案。

“老师，我家孩子在接受美术心理治疗，每次去的时候那里的老师都会指责我。总是被指责，我也觉得很疲惫。”

在培养教师的过程中，我发现了一个只有资深教师才会犯的致命错误，那就是轻率地给孩子下结论。新老师可能对很多事情都有些不熟练，但他们会对孩子进行长时间的观察并做记录，慎重地下结论。而资深教师却总是凭借自己的经验迅速对孩子做出判断。考虑到老师的一句话将对妈妈的精神状况和家庭氛围产生巨大的影响，我们应该对仅凭几条信息就轻易对孩子做出评断的行为提出质疑。

事实上，这也是我的经验之谈。通过对男孩们的长期不间断的接触和观察，并对他们的性格倾向进行分析，我与孩子们见面的次数越

多，做出判断的速度就越快。具有相似性格倾向的孩子会给我同一种感觉，当我根据这种感觉展开与他们的谈话时，十个孩子中有九个和我的判断是一致的。有时候，我也会因为这一点而感到自豪。老师也是人，也会有虚荣心。但是，重要的不是我对九个孩子都做了正确的判断，而是我应该针对自己判断失误的那一个孩子进行思考。

如果我以教育专家的身份，说出“和同龄的孩子相比，您的孩子的注意力特别不集中”的话来，孩子的家里将很可能刮起风暴。这还可能使孩子遭遇苦楚。

资深教师这个称号可能会毁掉一个孩子的一生，所以我想对那些没见过孩子几次就贸然做出判断的老师提出最尖锐的批判。尤其是那些做美术心理咨询的时候，仅凭随意看一张画就断言孩子心里有很多愤怒、孩子的心理健康状况很糟糕的人，他们的行为令我感到深深的遗憾。

事实上，妈妈们的焦躁对这种情况的产生也有一定的影响。比如，当我结束课程开始接受提问的时候，妈妈们就好像进了占卜屋似的，带着问题一拥而上。

“孩子现在7岁，很讨厌画画，这是为什么呢？现在他主要读些科普读物，比较喜欢做实验，怎么规划他的发展方向会比较好呢？”

对这种问题，我肯定没法回答，因为我也不知道。孩子同一种表现行为的背后，其原因可能有数十数百种。当然，以普通孩子进行举例说明我还是能做到的。但是，“一般来说正常的孩子们……”一旦我向妈妈们传递了这种观念，那对听者而言，这个范围之外的孩子就肯定是不正常的。

时代在快速发展，互联网技术已经普及，想快速得到答案的心理已经渗透到了我们的生活中。我们已经习惯了敲一敲键盘就能快速得

到信息，于是缓慢长期的育儿过程就显得更加使人焦躁。

但是，如果站在人生这个庞大的概念前重新审视孩子，我们就会发现，有些问题的答案需要我们穷尽一生去寻找。对孩子进行判断就更是如此。请不要轻易得出结论，也请抛开想要迅速找到答案的贪心。代替孩子判断他们的梦想和前路，这是对“教师”这个称谓的严重误解。

妈妈秘诀

孩子不能被当成妈妈的作业。他们不是应该被解决的问题，而是要经过一生的求索去寻找自身前路的独立的人。

世上没有完美的父母

在育儿中，真正的问题始于过多反省和过度奉献。

“老师，可能因为我性格比较内向，所以孩子的性格也挺内向的。我好像没能正确引导孩子。我该怎么做才好呢？”

在咨询过程中，我发现许多男孩的妈妈会把孩子性格中被认为是缺点的部分归咎于自己。比如，孩子在教室里遇到陌生的小朋友时不会主动靠近他们，表现得很忸怩。妈妈在后面看到了就会不停地自责：“啊，我平时就不太会交际……”有些特别爱跑来跑去的小男孩们，无论妈妈怎么给他们做好吃的，他们还是瘦骨伶仃的。很多婆婆会因为这个责难儿媳妇，然而这也不是妈妈的错。

性格内向的孩子的妈妈可能会误会孩子是由于自己的原因才变得内向的。但是，仔细观察可以发现，孩子本身性格就很内向的情况比受妈妈影响变内向的情况更为普遍。爸爸妈妈很内向，但孩子却像小老虎一样充满活力，这样的孩子数不胜数。很多时候，即便不是妈妈的错，妈妈也会因为孩子内向的性格而内疚。其实，对孩子产生不良影响的不是妈妈内向的性格，而是妈妈歉疚的眼神。如果妈妈对本不该觉得抱歉的事产生了歉意，孩子就会察觉到并感到疲惫。当然，这也是人类的本能之一。

我们总是对儿子感到歉疚，为不能给他更好的生活而抱歉，为不能给他更多的陪伴而抱歉。

“妈妈，因为我们很穷，所以妈妈才必须出去工作吗？”

孩子无意中提出的问题使妈妈内心崩溃。不能给孩子陪伴的时候就想多给孩子买东西，不能给孩子买他想要的东西时，就只能断然拒绝然后暗自伤心。或许，在吼过孩子之后，看着静静安睡的孩子那天使般的脸庞，我们会反省，会仔细思考，对这孩子来说我们是不是合格的父母，有没有还没为他做到的事情。所以，我们总是想要竭尽全力。

但是，问题不在于我们有些事情没做到，而在于做得太多。父母越用物质来满足孩子，孩子就越会失去自力更生的能力。孩子什么都不缺，反而得不到发展。

近来，“缺乏”反倒成了孩子们缺乏的东西。在什么问题都为孩子解决的父母膝下长大的儿子会变得软弱。如果妈妈能满足孩子的一切要求，儿子便不能体验为了达成某个目标而努力拼搏的迫切。在父母为自己搭建的温室里长大的生活对某些人来说可能很值得羡慕，但也可能是一种不幸。

妈妈们，请不要再做总为孩子解决一切的超人了！

妈妈秘诀

儿子的“缺乏”不是妈妈的耻辱，而是儿子成长的动力。当妈妈不再自责，内心坚定、充满活力时，孩子就获得了世上最宝贵的能量。

相信孩子是我们的责任

所有应该引导孩子，为孩子提供人生助力的成年人都要在确认孩子在哪方面具有发展潜力之前，无条件相信孩子。

我相信所有的孩子都有发展潜力，尤其深信不疑的是，越是不听话不好管教的男孩，越拥有改变世界的能量。每当遇到精力旺盛的孩子时，我都会先说：“这位妈妈，这小子应该是个做大事的孩子！”然后冷静地再观察一遍孩子：他的发展潜力在哪里呢？拨动哪个部分才能让他的潜力源泉喷涌而出呢？我一直坚定地相信，因为大人们没能找到孩子发展潜力的开关，所以才看不到孩子的光芒。世界上并不存在没有发展潜力的孩子。因此，我看向孩子的目光中总是带着希望。但是，如果连父母都怀疑孩子，那就非常使人泄气了。

有一天，一个老师问了我一个很敏感的问题。“所长，不久之前有个自闭症儿童来上课。我上课的时候忽然在想，真的所有孩子都有发展潜力吗？会不会有些孩子身上就没有呢？对于很多孩子，我都不能确定他们有没有。有时候，明明预计孩子两个月后就会有所改变，而且我也很努力了，但孩子就是没有变化。每到这种时候，我就觉得很羞愧，很郁闷。真的所有孩子都有发展潜力吗？”

我忽然发现，对于这个问题，我不能果断地回答说“是的”。我没有倾听过所有孩子的想法，所以实际上，可能确实存在没有发展潜力的孩子。但是，这又有什么关系呢？教育者的本分就是不管孩子有没有发展潜力，都要相信孩子有。相信孩子是身为教育者的责任。

我们要向孩子传达的是“我们如此相信你”的温暖信息，而不是“你要快点儿改变”的焦躁心情，也不要给他们充满压力的目光。我

们殷切期待孩子的改变，但即使孩子没有成功改变，我们也无须感到挫败，只要婉转地向孩子传递“我相信你”的想法就好。相信孩子是我们的责任，展现出怎样的发展潜力则完全是孩子的选择，我们是不能强迫他们的。

医生是治病的人，医生治病救人无关国籍，无关人种，也无关政治。我们是教育人的人，没必要担心自己教的孩子有没有发展潜力，自己的努力会不会是一场徒劳。因为即便真的是没有发展潜力的孩子，他也拥有得到温暖的教育、教导和期待的权利。

妈妈秘诀

即便孩子真的没有发展潜力，我们一辈子都相信他又如何？只要孩子幸福，我们就已经是尽职尽责的了。

育儿手册不是万能的

恋爱咨询和育儿咨询的共同特点是理论和实践不符。

“老师，我都按照您教的做了，可是还是不行。听了您的课之后孩子表现很好，可是效果只有三天，之后孩子就又变回原样了。怎么办才好呢？”

恋爱咨询和育儿咨询的共同特点是理论和实践不符。为什么唯独恋爱咨询和育儿咨询不能按照理论实现呢？这是因为我们要实践的对象是人，我们和他之间存在着长久累积起来的无言的规则。

有些妈妈学习了规则训导法，想应用到孩子身上。妈妈一本正经地说：“好，现在我们要来制定规则，然后一起遵守。”孩子却怔怔地看着妈妈：“妈妈为什么突然这样呢？”孩子会产生这种想法是因为他抗拒规则。在以前的生活中已经养成的各种习惯会产生惯性，阻碍新的规则的制定和实施。

所以，妈妈首先要打破此前累积的无言的规则，然后才能将新规则应用到日常生活中。然而，我们没有办法当迄今为止的那些岁月都不存在，所以应用新技巧要多费两三倍的力气。可能正是因为这样，人们才会说，帮别人支着儿教育孩子简单，自己养孩子却很难。我们往往还没有彻底理解就盲目地相信新的解决方案，所以才会只收获失望。

“育儿书要读，但也仅限于此。每个人说的都不完全一样！实际上一个都不好使。”

育儿，真的太难了。在我们的工作中，如果孩子不听课，老师想激励他本就已经很难了。妈妈自己却在听课之后被感动被激励了。妈妈在这种状态下试图激励孩子，孩子只会好奇妈妈在哪儿看了些什么而已。对老师来说也一样。尚不老练的老师在面对孩子时会用尽全力。

就像通过书本学习恋爱技巧一样，仅凭手册来育儿，终归是有局限的。到那时，你还能把哭哭啼啼的孩子抛在身后，上网去翻新手册吗？当你发现书上看到的技巧都不好使，觉得头疼，孩子又在哭哭啼啼的时候，请暂时把迄今为止所学的一切育儿知识都抛在脑后，注视着孩子的眼睛，努力去发现孩子隐藏在瞳孔后的真实情感。

如果没有试图与孩子产生共鸣的努力和爱的情感，那么任何育儿方法都站不住脚。换句话说，你做到了这一点，才算是迈出了成为孩子真正助力者的第一步。

请不要被号称具有普遍性的育儿法所迷惑。请记着，我们将要遇到的，以及现在正和各位一起生活的孩子是从未在育儿书中出现过的。地球上有70多亿人口，每个人都拥有不同的个性，怎么可能存在能囊括所有人特点的育儿手册呢？

与其单纯地背诵、收集和使用养育诀窍，不如仅将其当作辅助我们认识孩子的工具，将注意力集中在强化妈妈的能力上。应该让孩子看到妈妈遵守自己制定的规则的样子，应该改变看孩子的眼神，改变观点，改变语气。如果这些我们都做到了，就会自然而然地做出一些恰当的举动。育儿专家的建议不过是将我们的那些举动总结归纳，写成文字供大家参考而已。写到这里，我忽然想起某天一位老师给出的劝告：“请不要寻找答案。教育本来就是这样踟蹰着前行的。”

真正重要的不是知识，而是妈妈为了孩子而努力、收集信息、不停歇地观察孩子的姿态。

妈妈秘诀

请不要忘记，如果没有试图与孩子产生共鸣的努力和爱的情感，那么任何育儿方法都站不住脚。要相信，妈妈能做到最好。

后记　给快被儿子逼疯的妈妈们

“你小时候，我为你做得很不够。我觉得很遗憾，很对不起你……”

昨天，我的妈妈又在跟我通话时哽咽。随着年龄的增长，我已为妈妈爱我这件事充满感激。可是，妈妈则不然。

比起一般家庭的生活，我和我的家人曾经过得非常艰难。我从出生起就不知道爸爸的存在，妈妈就是一家之主。

她既当爹又当妈，一人挑起两份重担。或许，身为女人的她根本没有负担一般家庭生活的力气。我们曾经一度没有自己的房子，我甚至会从廉价旅店出门去上学。之后，我离开妈妈的怀抱，在毫无血缘关系的姨妈家生活了6年，还住过洗手间塌掉、有老鼠出没的房子，也有因为断了燃气而吃生米对付一顿的经历。可是，我并不觉得生活辛苦。然而，守护着我的妈妈，她的心不知碎了多少回。

当我在成长男孩美术研究所接触妈妈们之前，我只能体察到“我妈妈养育我肯定非常辛苦，心也肯定很痛”而已。但是，通过全国演讲，通过与男孩的妈妈们交谈，我看到了妈妈们的辛酸。有很多妈妈，她们做得非常好，可以称得上优秀。

“请给孩子再多一点儿关心，请不要带着偏见看孩子，请少一点儿担心。”

我只要对她们说这种话就可以了。但是，有的妈妈总是对孩子心存歉意，总是自责。所以我想，原来我妈妈也是那样的啊，原来她哭

的时候心情是那样沉重。即使在最差的环境中，即使累得骨头都要散架了，她也要竭尽所能。然而在她心里，到现在还对我有负罪感。从事这个职业之后，我终于能更理解妈妈的心情了。

即便我在成长的过程中经历了那些艰辛，也还是觉得妈妈是个好妈妈。从经济环境来看，那段日子确实很艰难，但我从不抱怨，并且我喜欢妈妈。这是因为我清楚地知道妈妈是爱我的，她在那样艰难的时候都没有抛弃我，还把我养大成人。虽然我无法明确知道她都经历了怎样的艰辛，但从妈妈那里得到满满的母爱的感觉，一直留在我的心底。这是温馨的感觉，这是妈妈的感觉。

妈妈也是人，所以她有时也会担忧——这苦难有没有尽头？

每次想到这里，我总是心存感激。因为作为母亲，她一直给我最好的爱，始终如一。当我生病时，如果没有妈妈的彻夜看护，我心中不会感受到这样多的爱。当我遭遇到困难时，正是有妈妈暂时放下所有的事情听我倾诉，我才能成为现在这样善于倾听的人。因为妈妈总是为我幼稚的话语拍手大笑，我一直以为自己很幽默，到现在也改不了。因为经历过贫困，所以我才能比别人更努力。有句话说乱世出英雄，妈妈看我，就像看乱世里的英雄一样。妈妈的这种目光比任何物质上的支持都重要，是她把我塑造成了一个可爱的人。

并且，现在的我不再需要去寻找并把握机会了，而是有诸多机会摆在我眼前，任凭我去选择。

因为不能给我更好的衣服和食物而产生的遗憾，只是妈妈自己认为的遗憾而已。不该生气的时候不生气、不过度期待、好吃的饭菜、肯定的话语和温暖的微笑，这些对儿子来说已经足够。

“孩子是不是因为遇到的是我才会变成这样？”

“院长，我好像在毁掉孩子。我太不了解他了。”

在咨询中，我忽然心生好奇，是不是在做了妈妈的瞬间，这种话就被自动设置进入妈妈的系统里了？这种自责简直是妈妈们的共性。但是，有这种烦恼的妈妈，她们在育儿方面做得比她们自己认为的要好得多。很厉害吧？我们所有人都是在困难的环境中好好长大的。

我见过很多令人惋惜的朋友，他们虽然成长在良好的环境中，但状态很颓唐。我们应该承认，在我们成长的过程中，父母能为我们做的事的范围其实并不宽广。无论孩子在多优秀的教育者的羽翼下成长，都要自己去经历暴风雨才能真正长大，这个简单的道理绝不可以被忽视。

生活越宽裕，孩子就越容易被安逸诱惑，不去迎接他应该经受的暴风雨。个人认为，阻止孩子经历本该经历的暴风雨，这将成为孩子的不幸。

磨炼和苦难，将在日后不期而至。让孩子在应当经历的时期经历风雨，这也是妈妈应该做的事情。当什么都想替儿子做好，却忽然被儿子逼得要发疯的瞬间到来时，请暂时放松些。

在书的最后，我要大胆地代表所有的儿子向妈妈们说：谢谢！请原谅不能一切都为儿子做的自己，请不要捆绑自己、伤害自己。您之存在，对儿子而言已经足够。

成长男孩美术研究所所长

崔俊

养育男孩：实践版
[韩]崔昈俊　著
吴阳　译

电子书编辑：张畅
版权经理：王文嘉

出 品：中信联合云科技有限公司 www.yuntrust.cn
版 本：电子书
版 次：2018年3月第1版
字 数：130千字

纸书书号：978-7-5086-8385-0
出版发行：中信出版集团股份有限公司 CITIC Publishing Group

版权所有 • 侵权必究
投稿邮箱：tougao@citicpub.com

中信出版社官网：http://www.citicpub.com/ ；
官方微博：http://weibo.com/citicpub ；
更多好书，尽在中信书院
中信书院：App下载地址https://book.yunpub.cn/ （中信官方数字阅读平台）
微信号：中信书院


女孩父母必读
养育女孩
Raising Girl
[澳] 吉塞拉·普罗伊朔夫◎著
吕方兴◎译
培养女孩自信、独立的品格
理解女孩成长每一阶段微妙变化的最佳养育指南
全球销量突破
1000000册
《养育男孩》作者
作序推荐
中信出版社·CHINACITICPRESS
同系列《养育男孩》持续热销
位居各大书店同类书畅销榜首

养育女孩

[澳] 吉塞拉·普罗伊朔夫 著
吕方兴 译

中信出版社

目录

推荐序

前言

第一章 为什么女孩们别具特色?

每个人都是一个个体……

育儿贴士

第二章 与初生的女儿建立亲密联系

不要满足女儿的所有要求

为孩子做个好榜样

愉快地进餐

育儿贴士

第三章 关注女儿的幼年成长

学习语言

运动、音乐和泥巴，这些与智力有什么关系?

告别尿布，你好，马桶!

女孩学得更快

性好奇

你想重返职场吗?

育儿贴士

第四章 洞察女儿的内心世界

自尊的重要性
如何应对恐惧?
父母的恐惧感
习得性无助
通过思考解决问题
女孩和宠物——绝佳的组合
育儿贴士

第五章 社会环境对女孩的影响

如何应对性别成见
表达愤怒
女孩们如何交际
阅读的意义
小女孩和服饰
育儿贴士

第六章 学校和学习将如何影响女孩的性格

女孩的学习方式与男孩不同
选择学校
女孩与数学和科学
育儿贴士

第七章 青春期女孩的生理与心理保卫战

青春期意味着什么?
保持沟通的重要性
警惕孩子堕入深渊
常见的青春期危机

自我防卫及其益处
育儿贴士
第八章 为女儿营造温暖的家庭氛围
母女之间
父女之间
育儿贴士
后记

推荐序

我永远记得那个令我百感交集的时刻——那时，我正在等待妻子剖腹产下我们的第二个孩子。我一面担心产床上妻子的安危，焦急得手足无措，一面担心着即将从绿色的手术帘后被抱出的小生命是否健康……就在这时，我的耳边传来了一声：“恭喜，是个女孩！”

这真是莫大的惊喜，我终于松了口气，不禁流下喜悦的泪水。我们的儿子已经7岁，而眼前这个娇弱的新生命让我们盼望了多年。几个小时以前，如果人们问我希望妻子再生一个儿子还是女儿，我估计会给出那个老掉牙的答案：“不管男孩还是女孩，健康的孩子我都喜欢。”

为什么我如此欣喜？我对这个刚刚坠地的小生命怀有怎样的情感？对于我这个父亲来说，养育女儿将带来与养育男孩截然不同的精彩，从此之后，我的人生将被这种精彩围绕，我知道，女儿是上帝送给我的礼物。我看着她像天使般降生，以后她会慢慢长成优雅成熟的女性，最重要的是，无论何时何地，她都是我的女儿。

对于父母而言，女儿的降生是一次充满震撼的体验。在她呱呱坠地的那一刻，我们最能体会那份感动，人生中少有其他时刻能够超越这一刻带来的震撼。我们一边感谢着上帝的赐予，心中回荡着幸福和感动，一边又担心自己无法胜任父母的职责。

怀着这种复杂的心情，我们开始阅读书籍，参加讨论，向有经验的人讨教。在我们的文化里，我们无法向年迈的父母求助，也无法像希拉里·克林顿所描述的那样——“集全村之力”来养活一个孩子。

幸运的是，我们身在一个善于发问的国家，这里汇集了世界各地的资讯、知识和经验，供我们从中挑选和学习。

本书不是仅仅教我们如何将女儿养育成人的泛泛常识，而是深入到我们自身的成长历程中——因为，在养育女儿过程中所遇到的很多问题都源于我们自身的经历。在上个世纪，大部分人的成长都充满艰辛和坎坷：疏离的父子关系让我们无法学习如何做个好父亲；纯粹而持久的婚恋逐渐变得稀有，大规模的离婚现象让人们越来越无力建立充满信任和坚定的婚姻关系，信仰也随之崩塌，取而代之的是对金钱和欢愉的疯狂追求。我们已不再懂得欣赏天空和大地的宁静，围绕着我们的，只有无所不在的喧嚣的电视节目和堆满了令人眼花缭乱的各色商品的房间。

我们还能给女儿什么呢？很多美好，我们自己都不曾拥有，但是我们在奋力争取。因为小天使正躺在我们的臂弯中，她拥有粉嫩的肌肤、灿若星辰的双眼和机敏的反应，她伸出小手挥舞着，眼神中充满渴望。她让我们充满无穷动力，去发现她的每一种需求，去学习应该学的每一项知识。

本书是由一位养育过女儿的母亲所写，书中内容源自她在生活中的探索，我相信会有不少内容能为你带来启迪。书中没有生硬的条条框框和规矩守则（那都是典型的三流“专家”们的强项）。她将引领你发现内心深藏的信念、激情和已经忘却的记忆。她将协助你成为一位充满智慧和活力的母亲，而不仅仅是一位为孩子准备饭菜、送他们上学，或者每天替他们检查书包的母亲。孩子们在成长历程中将始终铭记的，是和母亲一起享受亲密、宁静和美好的时刻，是母亲给予她们力量的时刻。因此，母亲需要将喧嚣与欲望挡在门外，用爱和勇气为孩子们建造一座幸福的后花园。

我们看到，如今女孩们所面临的社会境况正在好转。多年以前我曾经买到一盘录像带，看了里面的内容之后我甚至觉得有些惊恐，于

是将它束之高阁。录像中，主持人从观众中随机邀请一些孩子上台，询问他们长大后的理想是什么。一个男孩说，他想成为足球明星。女孩说，她的理想是成为打字员。另一个男孩说，成为医生是他的梦想。另一个女孩说，她想当一名护士。实际上，这已经是进步了——女孩们想要成为职业女性了！在上个世纪的大部分时间里，女孩们的职业选择范围被严格控制，而男孩们则被社会赋予了各种空洞的责任和压力——成为英勇的战士、严厉的父亲、家庭的主宰者和工作的奴隶。

我们曾经经历过激烈的妇女解放运动，所以如今的女孩们才能自由地实现她们的心愿，虽然这个过程也是困难重重。来自制度的压迫逐渐减弱，而无孔不入的商业洪流与金钱欲望侵入人们的内心，传统价值观和信仰早已崩塌。因此，女孩们面临着新的社会偏见：她们必须纤瘦；她们需要有前凸后翘的好身材（哪怕这意味着她们必须往胸部填入硅胶块）；她们必须终生工作，即便她们只想与孩子们在一起，过一种安静的、与世无争的生活，即便她们崇尚更富有创造力的生活，或者想拥有一段想干什么就干什么的自由时光。作为女人，你必须符合这一切要求。

现在，女孩们的成长境况已经好转，但我们仍有很长的路要走。如今的世界也正在经历着一些新方向上的变革，正如上世纪60年代我们所经历的一样。

除此以外，我们还需要进一步了解更多关于女孩的常识，比如：

- 女孩出生后的第一年是大脑发育和心脏发育最迅速的一年。在这一年里，她们的大脑中会逐渐形成爱的能力、安全感以及与世界上另一个人建立信任和共鸣的能力，在这一年里，我们不能把她们仅仅当做嗷嗷待哺、哭闹不止的小家伙，而是需要付出时间和真心去交流的小生命。

对于女儿而言，如今的世界充满了“毒素”——各种媒体散发出的消息是欲望与低俗的洪流，超市货架上摆放的商品中含有各种各样危害身体健康的成分。我们需要时时刻刻提高警惕，好让她们的身心所吸收到的一切尽可能健康。

父母所遭受的文化和心理压力或伤害可能会传递到孩子身上。我绝不是危言耸听，我想提醒父母们，我们赋予孩子的一切中，有一半来自我们自己，因此，我们首先需要让自己变成身心健康的人。

我们还将从本书中学到些什么呢？

在20世纪，父亲被定位为威严而与家人缺乏交流的家庭支柱，或者只会开些玩笑的陌生人，这对孩子们的心灵造成了无尽的伤害。如今我们知道，父亲的角色在女儿建立自信和自尊的过程中发挥了无可替代的重要作用。一位理想的父亲懂得如何实现各种微妙的平衡：疼爱女儿，但不干涉她成长的自由；与女儿轻松愉快地交流，但在关键问题的处理上绝不纵容；关心女儿的生活，同时更懂得与之建立越来越深厚的信任。各项测试（从食欲状况到职业选择，从两性关系中的安全感到获得高等教育的机会）的结果均表明，一位教育有方的父亲将改变女儿的一生。

简单而仓促地要求男女平等将会给女孩们带来不可估量的伤害。男孩和女孩的成长过程不同，简单地为他们提供完全一致的成长环境是错误的。因此，中学应当将男孩和女孩分开进行教育，才能让孩子们自由地发现身体发育中出现的各种新特征，避免在面对异性时所产生的自卑和压力，也避免他们过早地将自己带入男性或女性的刻板形象中，或者因为反抗或防范情绪将自己伪装得强壮或性感、帅气或忸怩作态、富有攻击性或充满智慧。学校也需要赋予孩子们成长和寻求自我定位的时间和自由。

你的女儿可能刚刚降生，或者正在蹒跚学步，或者已经进入学校学习。她也许正处在青春期，心灵敏感脆弱，却已经逐渐形成了对性

别和身份的认知；她也许已是位年轻的女郎，正处于谈婚论嫁的年龄，同时也正在社会上奋力打拼，她将越来越独立，对你的依赖越来越少（至少看起来是这样）；或者她自己也是位母亲，已经能够深深懂得并与你分享母亲与孩子之间亲密而奇妙的情感维系。无论你的女儿处在生命的哪一阶段，你都不能放弃履行父母的职责。

因此，如果你是一位充满智慧和活力的母亲，对生活永远有自己的思考，而不是在越来越复杂的社会环境中随波逐流，你就能为女儿的成长提供更多的养料，也能与女儿一同成长，共享更多宁静与快乐的时光。

史蒂夫·比达尔夫

前言

作为本书作者，我希望你们能同我一起思考：拥有女儿究竟有何特别之处？你想让女儿成长为怎样的女人？这样的思考至关重要。

有人曾经做过一个实验：将刚刚出生的婴儿用粉红色或者蓝色襁褓包裹起来，送到一群父亲面前，让他们形容这些婴儿。实验发现，粉红色襁褓中的婴儿被父亲们这样形容：脆弱、漂亮、甜美、可爱，尽管其中有一些是男孩；而蓝色襁褓中的婴儿则被冠以健壮、结实、坚定、注意力集中等形容词，但他们之中也不乏女孩。由此可见，父亲们在面对男孩和女孩时，态度有天壤之别。

人们对待男孩和女孩的态度不同，这很正常，毕竟他们有那么多不同之处。实际上，男孩和女孩不仅在生理特征上差异明显，社会影响和社会期待为他们营造的成长环境也有显著不同。每个时代的文化都会形成专门针对女性的规范，我们可以反对甚至反抗它们，却无法完全摆脱它们的影响。

只有当已经身为人母的我们发现自己内心对于女性角色的定位，并且辨别出其中哪些受到了社会环境的影响时，我们才能够理性地面对它们，与它们抗争，选择走上全新的道路，或者带着清醒的认识继续沿着原来的道路走下去。

你希望女儿能拥有哪些特质？她们会在什么时候产生性别意识？什么时候戴上第一条项链？什么时候穿耳洞？有些母亲对于这些细节有非常清晰的规划和掌控，没有人能动摇她们的计划。另一些母亲则从未想过这些，她们对此一片茫然。

但是，在本书正文开始之前，我希望所有女孩的父母记住一点：不要把孩子当做任由我们操纵的木偶。她们应当向世界展示她们独一无二的特质，她们只属于自己。作为父母，我们应该感到幸运，能够将她们引领到这个世界，并且陪她们度过一段美好时光。为了能达成这个愿望，父母需要了解自己的角色和职责。

在我眼中，每一个孩子都是上帝珍贵的馈赠。不但每个孩子有不同个性，男孩与女孩之间也存在一些鲜明的差异。例如，通常而言，女孩比男孩的听力更好，而且声调更高——这一点在她们婴儿时期的啼哭声中就已表现出来。在出生一周之后，女婴就能够辨认母亲的声音和同一房间中其他婴儿的声音。男婴则很少有这种天赋。除此以外，女孩对于视觉细节的接收能力更强，这一点会在学习走路时发挥重要作用。

近年来，各种研究发现了更多两性之间的差别。这些差别究竟是先天遗传的，还是受后天环境影响的呢？

我认为女孩们的父母需要好好问问自己：对我来说，生下这个女儿到底意味着什么？

这种审视极为重要，它会避免我们在孩子的成长过程中对她们施以过分的压力，比如，“我绝不会允许她的性格变得像我母亲一样”，或者“我不会让她像姐姐一样暴饮暴食”，或者“她应当自己独当一面。”父母只有洞察了内心对于女儿的定位，才能够更好地结合孩子的个性与成长状况，重新为女儿选择合适的成长路径，摒弃不合理的幻想。只有这样，女儿才有机会与父母不切实际的期望相抗争，或者清楚认识到定位的合理性。

拥有儿子还是女儿有显著不同（尽管你可能觉得生男生女都一样，只要他/她是健康的）。身为父母，我们需要时刻问自己：我们如何看待孩子的性别？我们应当如何对待他/她？

直到今天，在世界上各个地方，“生男还是生女”的问题仍旧对无数家庭产生了重大的影响：

- 在欧洲进行的调查发现，越来越多的父母都希望第一个孩子是女儿，而不是儿子，也许是因为他们认为女儿更能在他们晚年时陪伴左右。
- 中国的父母只能拥有一个孩子，他们显然更中意儿子，尤其是在需要劳动力的农村。

你是如何看待女孩的？你计划过养育一个女儿吗？如果你确实想过，为什么？如果你未曾有此准备，那么当女儿突然进入你的生命，你的感觉又是如何？这些都是不容忽视的问题，它们在很大程度上决定了你将如何看待和养育女儿。请回答这些问题，并且将你的答案与周围亲朋好友的答案相互比较。这涉及一种重要的研究方法——投射法。希望你能发现，我们通常会将自己的信念、态度和期望错误地投射到他人身上。如果你能清楚地了解自己的心理，就会降低你向身边人投射情感的可能，包括你的女儿。

如果你觉得这个练习值得做，试试下面的“父母自我意识测试问答”吧！

父母自我意识测试问答：

下面是女孩的父母需要思考的一些问题。它们与你的童年和现在有关，其中也有些问题与你们的女儿相关。你可以在脑海中给出答案，也可以将答案写下来以备将来参照（更推荐后面一种方式）。如果你准备将答案写下来，务必找一个安全和私密的地方。父母双方都需要回答这些问题。请仔细阅读题目要求，只回答与你性别相对应的问题。回答完所有问题，你便能建立起一份

清晰的关于你的童年和内心认知的材料。你可以此为据，和女儿来一次交谈。我希望这样的交谈可以一直进行下去。

关于过去：

你小的时候长什么样？

你小时候最喜欢什么样的衣服？

你小时候有什么玩具？你玩哪些游戏？

你小时候的脾气性格如何？

你喜欢自己是个女孩/男孩吗？

身为女孩/男孩你遇到了哪些困难？

身为女孩/男孩，父母不允许你做什么事？

小时候你作为女孩/男孩，身负哪些责任？

你小时候最想成为的人是谁？

你小时候的梦想是什么？

那时你最常想象的事情是什么？

有哪些侮辱性的评价是你直至现在仍旧记得，并且为之愤怒的？

什么情况下你会感到悲伤？

什么情况下你会感到异常兴奋或恐惧？

孩子不是我们手中的玩物，他们属于他们自己。

如今：

什么情况下你会表现得充满女性/男性气质？

你最喜欢女孩身上的哪些特质？

你最喜欢男孩身上的哪些特质？

你最喜欢你女儿身上的哪些特质？

你最想为女儿祈祷什么？

女儿生活中的哪些方面是你最喜欢的？

我希望本书能为你提供养育女儿的指导，本书的写作建立在我养育女儿的实践经验，以及长期的科学实验研究成果上。在写这本书的过程中，我屡屡回忆起自己身为女孩时的经历，以及我所认识的所有女孩及女人的成长经历。

父亲和兄弟在女孩成长过程中也将发挥不可忽视的作用。女孩和家庭中男性成员的交流将会给她们带来终生的影响。没有男性，女性将无法对自己进行准确的定位（对于男性也一样），正如没有“坚硬”就无所谓“柔软”，没有“光明”就谈不上“黑暗”，没有“大”就无法定义“小”。同样，没有父母，女儿的定义也难以成立，即便多年之后父母不再与女儿一同生活，甚至彼此已无对方音讯。

如果你有一个个性鲜明的女儿，帮助她开发天赋和潜力非常重要。我希望本书能助你一臂之力。我会在你身边指明你可能会犯的错误，并教你提早防范，但首先，我会告诉你如何同女儿建立互相信赖的亲密关系。

除此以外，我希望本书能带领你重新发现你自己。借由本书的理论，你可以探究自己的内心深处，并且逐渐明白女儿的降生给你的生命带来怎样的改观。

吉塞拉·普罗伊朔夫

第一章
为什么女孩们别具特色？

所有父母都为儿女牵肠挂肚。他们希望竭尽全力，为子女提供最好的一切——最起码不出大的差错。如今，父母对儿子和女儿的期望已经渐趋一致：无论男孩或女孩，他们都希望孩子具有坚定的社会责任感，聪明，热情，能独当一面，希望他们有能力解决生活中遇到的各种危机和困难。



每个人都是一个个体……

在每个婴儿降生之前，父母的脑海中已经无数次上演他们出生之后的场景，想象着他们以后会拥有怎样的性格。这种现象非常普遍，而且，这能为等待中的准父母们带来无穷乐趣。

一位准妈妈在日记中写道：“我似乎能感觉到，拉开抽屉，我就能找到那幅画着我腹中孩子头像的图画。我总能感觉到她已经出生，因为我已在脑海中无数次想象她的样子和性格。她应当漂亮、健康、聪明、富有活力，对自己充满信心。”此时，准爸爸将女儿想象成一个可爱甜美、善解人意的小家伙，会偎依在爸爸的怀抱中撒娇。

尽管如此，父母们应当发现他们的想象中含有很多对于性别的刻板偏见。而孩子们呱呱坠地时的样子常常与他们的想象大相径庭。女孩们并不总是温柔、宁静可爱的，就像男孩们并非一定是聪明好动的。每个孩子都是特色独具的独立个体：他们每个人都为这世界带来一道独一无二的风景，同时每个人在成长中也都受到周围环境的影响和塑造。

大多数盼望自己生女儿的准妈妈都对尚未出生的宝宝有很高的认同感。她们将肚中的孩子看做即将降临世间的又一个自己，想象着自己与女儿之间浑然天成的维系：“宝贝，我们是一样的，我们拥有一样的兴趣和喜好。”

从生物学角度来看



生物学研究怎么看待这个问题呢？在怀孕的初始阶段，甚至准妈妈们都还不知道自己怀孕的时候，男性胚胎和女性胚胎在外观特征上并无差别，因为怀孕6周之后方才出现原始性腺，而这时的原始性腺具有双向性腺趋势。它们唯一的差别在于性染色体的不同（男性性染色体组成是XY，女性则是XX）。母亲的受精卵中带有X染色体，父亲的精子中一半含有X染色体，另一半含有Y染色体。含有一对X染色体的受精卵将发育成女性胚胎，含有XY染色体的受精卵将发育成男性胚胎。大多数基因存在于X染色体中（约为2 000种），其中包含智力基因；而生殖基因则主要活跃在Y染色体周围。

从研究数据来看，在怀孕初期，男性胚胎的数量超过女性胚胎，不幸的是，男性胎儿在孕期中遭遇流产或死胎的概率更大。没有人能为此提供合理解释，但存在着两种相关假设：其一，男性胎儿对胚胎发育环境更敏感，对危险因素的抵抗力较差；其二，母体的免疫系统可能将男性胎儿误判为“外来入侵者”，因此会产生较大排斥。除了这两种假设之外，这种现象有没有可能与母亲们的思维模式相关呢？

在怀孕的第6周，Y染色体开始形成男性性腺，而正在形成的女性胚胎中的X染色体在孕后第12周开始形成卵巢。在怀孕过程中卵巢和性腺开始分泌性激素，它们会帮助形成婴儿的身体特征并影响其未来的行为方式。

“男性”性激素被称为雄性激素，它包括睾丸激素；“女性”性激素则被称为雌性激素，它包含了黄体酮激素。我之所以把它们加上引号，是因为它们不仅产生在同性肌体上，也产生在异性肌体上，只是在数量上有所不同。

心理学家在谈论一位女士的“内在男性化”或男人“女性化的一面”时就是这个意思。我们每个人都兼有男性和女性的特质，对此要合理地应用。

如果胚胎有足够的男性激素，阴茎逐渐成形，女性器官便会逐渐减少并消失；相应地，当阴道、输卵管和子宫会在女性胚胎中长出时，男性器官会相继消失。女性胚胎的输卵管中已经存储了600万~700万个卵子，但是从青春期开始，其数量会降到40万个。男孩们的性器官直到青春期才会产生精子。

男女胎儿大脑差异

大多数希望生女儿的母亲都会与未出生的胎儿形成浓厚的情感关联。

随着性别的分化，男性胎儿和女性胎儿的大脑也开始以不同方式发育。在下丘脑、激素中心以及前脑和中脑的“中转站”部位可以看出明显的不同。这里控制着大量的身体机能，如性觉醒、饥饿感、干渴感、对于冷热的感知和应急反应。一组针头大小的细胞，也即所谓的“下丘脑区第三间隙核”，被认为是控制性欲望的。当男孩和女孩还处在婴儿期时，这组细胞的大小是相同的；但男孩到了10岁时，这组细胞开始成长，而且，男孩进入青春期后该部位的神经细胞是女孩的2.5倍。

关于男性和女性大脑差异，最易引发争论的是连接左右半脑之间的神经纤维束数量的差异。女性大脑中胼胝体这个连接左右半脑的桥梁明显要比男性的大，这也可以解释男性和女性在思维方式上的差异。女性会同时运用大脑左右半球，而男性却通常只能调用一个半球的信息。

如今，那些全身心备孕的母亲都很受重视。

也有研究表明女孩的左半脑发育速度要比男孩快，也正因为如此，男孩学习说话的时间通常比女孩晚。负责空间和视觉方面感知的右半脑则会在女孩身上发育得较晚，这也是女孩的空间方位感比较差的原因。

即使是在怀孕期间，女婴的身体骨骼发育也要比男婴提前3周。在出生时，女婴在身体发育上已经比男婴提前4~6周了。而在青春期，大部分女孩比她们的男性同学在身心发育上至少提前两年，这是毫无疑问的。

先天差异

男孩出生所需的时间要比女孩平均长一个半小时，这已经形成规律，也许是因为男孩的平均体重比女孩重5%。如果一个女婴看起来比较开心，可能是由于她出生的过程比较顺畅，没有经历多少痛苦。据估计，1987年，芬兰新生男婴的出生危险在阿普加评分上要比女孩高20%。（阿普加评分是由美国医生弗吉尼亚·阿普加发明的一项指标，它包括一系列新生儿的重要信息：呼吸、脉搏、肤色、外表、反应。）在早产儿中，女婴出现精神障碍、感染疾病或发生其他事故的概率要比男婴低。而且，女婴的父母比较幸运的是：女婴比男婴更健壮、更有活力。究其原因，我们只能从已知的对男女婴儿身体状态产生影响的因素来进行推测，

但可以肯定的是，皮质醇（一种激素）和睾丸素会使男孩的免疫系统更加脆弱。

也许女婴出生后对外界环境的适应性更好，并且与亲人进行眼神交流的时间较长，这些都可能是女婴身体抵抗力更强的原因。同时，女婴对噪音的反应和对房间里其他人的反应会更强烈，她们哭得比男婴少，并且更容易平静下来。

男孩及女孩的成长性差异及其影响

女孩的皮肤看上去明显比男孩的薄且透明，她们更喜欢被抚摸。雌性激素会释放产生皮肤触碰需求的催产素，难怪女性的感觉器官比男性要敏感10倍，她们将与伴侣、孩子、朋友的肌肤接触和拥抱看得更重要。

父母经常会对女婴说话，这可以解释为什么女孩看上去会更专注地倾听。由于女孩保持视觉注意力的时间比男孩更长，她们会要求父母花更长时间对她们微笑或说话。

婴儿很早就能分辨出女性和男性声音的不同。在母亲的子宫里他们就能区分父母的声音。这个辨认和区分过程在出生之后得到发展，例如，他们会将低沉浑厚的声音与较为粗犷的面部特征和较为粗糙的皮肤联系起来。婴儿就这样积累着信息，渐渐地，他们就在头脑中形成了“男性”和“女性”的概念。

父母对女婴的照顾远比对男婴的照顾细致得多。

在6个月大时，小女婴已经表现得比同年龄的男婴更具独立性：她们可以自娱自乐，或者自

我陶醉在玩拇指或尿布的“游戏”中。

在最初几个月里，男孩和女孩最显著的差异就是成长的速度。女孩的身高和体重增长得很快，她们也比男孩更早长出犬齿，并且学会使用。7个月时，女孩已经可以翻滚（前提是她们学会了爬行）。女孩在使用勺子上也比较熟练，会画线，也会按打火机。

差异随后会继续扩大。在学前时期，女孩的动作技能明显得到更充分的发展。女孩的语速更快，并且更能自我控制。

父母的期望与行为

男孩和女孩之间存在着由生理因素决定的差异。这些差异也会受到父母行为方式以及所处环境的影响而加剧或者缩小。从一个实验中，我们可以发现这样的有趣现象：人们在面对一群穿着黄色连身衣的小孩时，无法分辨出谁是男孩谁是女孩，即便他们硬是说自己能够分辨得出。但是一旦告诉他们每个孩子的性别，他们对待男孩和女孩的反应就会截然不同。

一位母亲在女儿从出生到3岁的成长日记里说（女儿出生于20世纪80年代初），她的女朋友观察到，小凯特会用小手指去勾住面前的男性。这位母亲自己也承认，在这个男权世界里生存，女性需要变得漂亮。

这些情况在今天仍然存在吗？

如今，要成为外貌出众、时尚且充满活力的女性，这种压力的沉重前所未有。如果女性不遵从这个规律改造自己的外在条件，她们将会承受更多的不公平待遇。我稍后会回到这个话题继续讨论。几乎所

有人都注意到，女孩的父母会悉心地装扮女儿，并且人们也认为，女孩的天性就是装扮自己，让自己的外表更出众。这种观念得到了大家的认可，也会在父母的行为中得到强化。

一些女性研究者观察到，父母在照顾女孩时要比照顾男孩更温柔细致。这导致很多人认为：男性必须强壮，因为从生下来他们就没那么脆弱。男性与女性相比在身体上抗侵害能力更强，但是，如何才能使男性的心理同样更为强健？

是个女孩!

毫无疑问，父母会花很多时间去猜测未出生婴儿的性别。1987年，我和丈夫已经有了3个儿子，而我又怀孕了。当时我想，如果再生个男孩，我也会作好心理准备，但我更期盼是个女儿。

所以，我做了一个羊膜穿刺手术——如今的人们要幸运得多，只用接受B超透视就可以知道胎儿的性别——尽管之前我考虑了这个测试会造成的副作用。当时我在想，如果孩子不健康，我愿意将孩子打掉吗？幸运的是，测试表明，我不需要回答这个问题。我深深地意识到，在我的内心，我已经认可并且盼望这个孩子。

最终，我生下一个健康的女孩！尽管医生在我临近分娩时告诉了我婴儿的性别，医生对我说：不提前告诉父母婴儿的性别，是为了避免因为性别而导致的流产事件频繁发生。

父母的自我认知很重要

有时我们会忘记，我们做每件事都是基于自我意识的判断。我是怎样性格的人？我的行为方式是怎样的？我会为孩子树立一个怎样的榜样？（为了帮助你回答这些问题，请回到序言中关于父母自我意识的问题。）你越了解自己，越清楚自己的焦虑、感知和欲望，你就会越少强迫孩子成为和你一样的人，或者将自己的焦虑转移到他们身上。这意味着，无论你生下的是男孩还是女孩，最艰难也最重要的任务是，你必须全面而彻底地了解自己。如果你的孩子是女孩，你需要问自己：养育女儿对你意味着什么，你心中的女性气质有哪些表现。你必须诚实地思考这些问题，如若不然，孩子们能很快地看出真假。女孩对你来说意味着什么？芭比娃娃、卷发、小马驹、高跟鞋、粉红色运动套装和棉布连衣裙对你又意味着什么？你怎么看待那些拥有智慧的女人、神秘莫测的女人、你的祖母、女总统、女性宇航员和女出租车司机？当今社会中的女性呈现出多种特质，通过这些你又能理解到什么?

你对于女性特质的认知

如今，从世界名模到默默无闻的人道主义工作者都被拿来当做女孩们的榜样。她们身上的什么特质对你而言最重要？如果你意识到你崇拜的女性是哪种类型，了解自己在生活中属于哪种类型的女人，以及对于其他女性特质的接受程度如何，那么你在抚养女儿时就会容易得多。例如，当你与伴侣坐在一起时，各自列一张清单，写上你们所欣赏的女性特质（如果这种方式不适合你们，你可以试着与一位你较为信任的朋友一起列这项清单）。列出你对女性的所有想象、期望和评判标准，比如说，女孩一定要数学好吗？一定要性格坚强而独立吗？或者一定会柔弱吗？一个“好女孩”会做什么，“坏女孩”又会做什么，你的脑海中会有明确的区分吗？拥有智慧是你所认可的女性特质吗？你怎样看待低调朴实的性情和爱的能力？你又是如何看待直

觉、同情心或运动技能的？灵巧的双手和美丽的外表在你心中重要吗？当你们列完清单后，互相对比。

不要强迫女儿做那些你列在清单上的事情，或者强迫她拥有你所珍惜的那些品质——比如要求她具有科学天分或音乐天赋，或者懂得细心地照顾别人。女儿会选择自己的道路，但是你的观念也会给她带来重大影响。

女孩的类型

如今，女孩主要有这么几种类型：一种性格坚韧，内心充满自信，适应能力强，有强烈的表现欲；另一类女孩欠缺自信心，畏惧同异性打交道，认为自己前途渺茫；还有一种女孩不愿意被任何组织束缚，她们希望能找到专属于自己的定位与未来。

过去几千年，人类历史都是被男性控制和操纵的，但是，女性势必会在未来占据重要地位。女性将在世界事务上发挥更重大的作用。通过怎样的途径呢？你能想象女儿有一天成为国家领袖或者问鼎诺贝尔奖吗？无论女儿作出何种选择，她都将进入一个与男性同台竞技的新时代，她们将有力量掌控自己的未来。

她们将以自己的方式改写人类的历史。那么，你希望女儿拥有怎样的梦想和未来？为此，你会对她讲述哪些故事？你认为未来男性和女性将如何相处？你和伴侣聊过这个话题吗？

女性、男性与权力——仍旧不平等

如今，谁在掌控着权力的宝座？据统计，2003年，澳大利亚女性高管仅占高管总人数的8.8%。近200家澳大利亚顶级公司中几

乎有一半完全没有设立女性高管职位，另一半中也仅有4家公司的CEO为女性。而说到薪酬，无论是全职还是兼职，女性在同等职位上拿到的薪酬仅为男性的2/3。

女孩的心性如何形成？

女孩的性情和行为方式并不仅仅来自于父母的遗传，还有社会的塑造。每个女孩在出生和成长时，社会中的两性力量对比已经确定。

除此以外，每个家庭都有独特的文化和渊源，这也是社会环境的一部分。对女性而言，女性家人和长辈的努力具有独特的意义。其实，不只是女孩需要了解她们的家庭背景，每一个孩子都需要。你对于自己的成长背景足够了解吗？你的家庭或所在的社会环境中有哪些宗教、信仰或者风俗影响了你？你又丢弃了其中的哪些？比如说，你是否来自一个一切以事业为重的家庭，或者一个有酗酒癖好的家庭，或者受到家族成员某些不良习性的影响？家庭或许为你提供了幸福和充满温情的氛围，也可能充满了严肃和压力。

我的观点

当我想到给新时代的女性一些祝愿时，我想起那些被遗失已久的女性美好品质。我们应当如何唤醒人们的意识，让她们重新重视这些传统的珍贵品质，并重新赋予它们活力？

我希望人们能够重新珍视富有同情心，乐于合作及帮助他人，有集体责任感，富有创造性、想象力以及直觉和智慧等美好的品质。

一位亲子杂志编辑最近告诉我，她想当全职妈妈，但是她不敢理直气壮地说出这个愿望。她喜欢待在家里照顾孩子，然而当她的女性朋友听说她的想法后，认为这简直不可思议。但是，难道女性就一定要有自己的事业？女性一定要在事业上向男性看齐吗？

> 性别差异引发了男性和女性大脑结构发育的不同状况。

在我看来，女性与生育的力量紧紧联系在一起。我并不是说所有女性都应当为了孩子放弃工作的权利，但是她们可以自由决定自己的生活方式！我认为至关重要的是，她们能把自己的一生奉献给这样的生活：在联合国大会上发表慷慨激昂的演说，呼吁人类反对战争，维护世界的公正与和平；抵抗暴力；加入保护自然的组织，坚决不参与任何破坏环境的活动等等。身为母亲，我们要让女儿熟悉与自然相关的一切，教育她们要尊重生命，肯定女性在方方面面的成就。

女性特质表现在女人能繁衍生命，呵护并伴随孩子成长，然后看着他们再繁衍下一代。我们要意识到生命遵循着某种规律，死亡是生命的必经部分，历经岁月磨砺之后，一个生命消逝，另一个新的生命开始成长。让我们带女儿去赏月吧，通过仔细观察夜空中的月亮，她可能对生活在地球上的生命会了解得更透彻。

按照你的个性和信仰自由地去行动吧，但一定要谨记——你是孩子的榜样，凡事应当理智处之。你要变得强大，这意味着你要学会开朗随和地对人对事，学会坦诚，学会肯定自己，并有能力构建自己的人生。变得强大还意味着告别受害者的角色，对自己负责。不能好好掌控和运用自己力量的人也得不到别人的帮助。你可以通过自己的行动去证明自己。

每天我们所关注的东西在不知不觉中塑造着我们。你希望女儿受到哪些有益的影响呢？

女孩人生中最初的榜样就是父母。如果你是个细心、敏锐、健谈、会展现自己魅力的人，那就不会有什么差错了。



育儿贴士：

女孩从一出生就注定了和男孩很不一样。

在我们开始思考怎样养育女儿之前，我们首先得知道自己对女性特质的看法。我们需要扪心自问，然后用实际行动改变我们的思维和行为模式。

记住，每个人对你将要生育女孩或者已经开始养育女孩都会有不同的反应。对这些反应作好准备，因为当中有些会让你很不舒服。

放眼展望世界，记录下当代女性正在从事的工作，以及所取得的成就——这些都有可能发生在你女儿身上。

新生女婴和男婴在生理上有很大差别。等到满月时，有些差异可能会进一步扩大：女孩比男孩更希望得到抚摸，更早地学会独自玩耍和自我安慰，也常常比男孩更早学会爬行。

生男生女都一样

利奥

妻子第一次怀孕的时候，我们决定不在孩子出生前查证它的性别。我们想要感受一次全面的体验——不依赖任何科学手段，不预先知道小生命到底是什么肤色。随着时间推移，我们在猜测孩子性别的问题上获得了很多乐趣。如果是男孩，我可以多个活泼的长期球友；如果是女孩，我要在众多追求者的围追下保护她的纯真。最

有趣的莫过于当看到这个小生命从妻子身体中被捧出来的时候，我们心中涌起一阵超乎寻常的敬畏，我们花了足足一分钟（好吧，可能没那么长时间）去检查孩子的性别——她是个女孩。在这不可替代的瞬间里，我们觉得只要这个孩子能健康成长，一切都不重要了。

当妻子再次怀孕时，我们决定用羊水穿刺术去测试胎儿的性别。这一次，我们想体验知道胎儿性别后等待它出生的全新感受。凑巧的是，我们又有了一个女儿。

我们生了两个孩子之后就决定不生了。事后想想，其实第一次我们猜测孩子性别的过程真的很特别，那时我猜想或许生命中会有个儿子，而现在事实是我有两个女儿，不过偶尔做做有儿子的梦也是件美妙的事情……


快看呀……
那是月亮和
星星！

第二章
与初生的女儿建立亲密联系

从女儿出生那一刻起，父母就肩负起一项特殊任务：告别“想象中的孩子”，敞开心胸接纳眼前孩子的一切——她的性格、相貌、性别和行为，并且尽力照顾好她。



迎接新生命



忘记孩子出生之前对她的所有期待。如果怀里的孩子和你想象的不一样，这可能比较困难。但如果孩子一出生就很可爱，即使她在很多方面不符合你们的想象，父母也会很容易接受。

但是，如果孩子一出生就秃头，全身泛红，看上去不讨人喜欢，问题就来了。杂志上的婴儿照片所引发的所有幻想会在瞬间崩塌。或者你原本期待的是个男孩；或许她到来得比你预想的要早，因而显得尤为脆弱；或者已经查出具有某些先天生理障碍。人可以改变世界，但无法拒绝命运的赐予。

可能有些父母会有恰恰相反的经历：他们被爱所征服。他们从来没有想过，这个小生命可以让他们迸发出那么多的爱。每当看着孩子时，他们会惊讶于自己的内心充盈着一股原始而深刻的力量，如波涛般翻滚不休。

真正的亲情纽带——健康成长的先决条件

告别想象中的孩子是每位新晋父母的首要任务，之后你会发现自己的孩子是多么地宝贝。

你的女儿就是这样。你越爱她，她越会成长得令你自豪。具体来说，这意味着在她出生后的前几个月，你要一直在她身边陪伴着她。她需要你给她充满爱意的抚摸，向她传递来自周遭世界的信息；需要你用母乳喂养，和她聊天，带她到处转转看看，睡在她身旁。从这种意义上看，爱是个动词——在孩子出生后这几个月，爱是一种充满艰辛的劳动。但是，这种劳累却充满深情的行为，正是你和女儿之间建立牢固纽带的根基。这一时期建立的牢固亲情纽带，为女孩们日后应对心理和情感上的各种挑战打下良好的基础。

“依恋理论”的影响

约翰·鲍尔比（John Bowlby）上世纪50年代调查了战争中的儿童和孤儿，并在此基础上提出“依恋理论”：孩子只有和至少一名成人建立了牢固的精神纽带，才能自信地发展自己的天赋。鲍尔比制作了一部关于一位独自待在医院的12岁女孩的电影，该片在放映之后轰动世界，引发了激烈的争论。我们要感谢他的贡献，如果不是他，如今的孩子们就无法享受到以下的优待：

- 在产房中，母亲和孩子很少被分开。
- 父母可以和患病的孩子一起留在医院。
- 父母清楚与孩子建立牢固的亲情关系有多重要。

即便是早产儿，如果能感受到来自父母的温情和肌肤接触，她也会健康而满足地成长。婴儿生来就带有一股令人惊叹的力量，可以自如地与周围的人和事物建立情感联系，这非常奇妙。多数父母凭直觉

就能对孩子释放出的信号作出回应，于是，他们与孩子间的情感维系就更牢固了。

如果你能接受孩子的性格，全身心地照顾和保护她，给她全面的安全感，那么你就会为她搭建好成长所需的情感根基。

尽可能多地爱孩子。她们纯真无邪，毫无自我保护能力，仰赖着你的照顾。

尽可能多地爱孩子。她们纯真无邪，毫无自我保护能力，仰赖着你的照顾。你需要仔细观察她，当你发现她需要什么时（只要需求是合理的），尽可能满足她，这是你能给孩子的最好礼物。随着孩子的成长，我们越来越了解她所拥有的能力和力量，所以我们需要做的是认真观察孩子，发现她的真实需求，竭尽全力满足她。孩子们渴望成长，渴望学习各种知识和技能，同样，父母也会有一种自觉自发照顾孩子的本能。跟着直觉走，时时观察，你就会和孩子建立畅通的交流。

正向的恋父 / 恋母情结

心理学家维雷娜·卡斯特（Verena Kast）把孩子与母亲最初建立的亲密联系称为“积极的恋母情结”，与之相对应的是“积极的恋父情结”。根据瑞士心理学家卡尔·荣格（Carl Jung）所说，“情结”是因两个个体之间有意义的交流产生的。当一个人被所处环境中的人频繁地低估时，会产生“自卑情结”。事实上没有一个人的价值比其他人低，但是当有人一次又一次地被告知他/她是个失败者时，他们会渐渐相信这是事实。反之亦然。

让女儿振奋起来

在“积极的恋母情结”中成长起来的女孩会觉得自己的存在是有价值的，她们富有创造力，并且待人宽容，富有合作精神。她们知道每个人都有被尊重的权利，并且有权利去表达和满足自己生理和精神上的需求，去成就自我，分享世界的财富。她们懂得享受自己的身体、食物、性欲和生活的乐趣。

这些女孩会逐渐脱离母亲的情感堡垒，更好地发展自己的特质，展现自己的个性。除非母亲早逝或者离开家庭，一般情况下，她们会在青春期开始建立与发展个性。

父亲的重要性

由于孩子需要面对与母亲不可避免的分离（男孩比女孩更早一些），因此，父亲在女儿生命中的出现至关重要，这样她们才能发展“积极的恋父情结”。如果孩子在初生阶段就与父亲建立了深厚的情感联系——或者得到一些类似母亲的成人（比如乳母）的照看——她们会更容易从母亲的荫庇下走出来，也会发现人与人之间的关系有诸多区别：因为父亲、母亲以及其他人对待她的方式截然不同，而且他们各自的性格和行为方式也有很多差异。

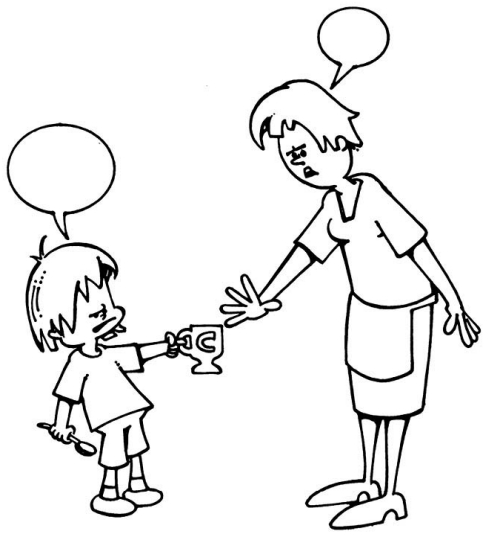
父亲的角色有何特别?

和母亲一样，父亲和女儿的主要交流方式也是通过言语对话。但父亲们更喜欢玩耍，更喜爱与女儿进行有肢体接触的互动，并且会在交流中突然转变彼此之间的互动关系。父亲的游戏方式比母亲更激烈，这点孩子们很喜欢。在接下来的几章里，我将会讲到更多关于父亲的细节。

成长在完整家庭中的女孩们会很早就认识到，与母亲和父亲之间的关系模式存在差异，她们会对这两种关系模式寄予不同的期望，这

让她们更容易融入新环境。比起单亲家庭的女孩，她们拥有更强的适应能力和应对能力。当女孩觉得妈妈和自己有很多相似点时，父亲对她而言会散发出一种陌生的魅力，这一点意义重大！大多数成功的女性背后，都有一位教她们学会独立、学会自给自足的父亲。当这些女性回忆起自己的父亲时，她们大多会选择使用“睿智”、“充满魄力”、“宽宏大量”等词语。

不要满足女儿的所有要求



很多成年女性告诉我她们不懂得如何拒绝。我们需要懂得如何承诺和拒绝，这很重要。如果你把他人（包括女儿）看做一个独立个体，那么你也应该接纳每个人在处理任何事情时，都应该有自己的决定权。

例如，早餐的时候女儿想要喝可可，正好家里没有，那么你就可以拒绝她的要求。也许女儿会很失望，如果她还小的话，她很可能还会嘀咕着抱怨，或者大声哭闹。你怎么处理这些？你是不是会对自己说，失望很正常，怒气冲冲地抱怨一下也很正常？或者，你因为未能满足女儿的需要而觉得很内疚？又或者，你会对她很不耐烦？

在这种情况下，反省一下自己的反应，并告诉自己，拒绝孩子的要求其实很正常。然而，拒绝孩子的某些要求并不意味着否定孩子。你要记住，要经常肯定她们，因为你的肯定对她的成长有积极的意义。很多孩子生活在各种条条框框之下，这会妨害她们成长的自由。比如，她们的父母禁止她们做下面这些事：

- 踩水玩
- 攀爬树木
- 在泥浆中玩耍

- 打开碗橱
- 玩黏合胶
- 使用剪刀
- 独自站在炉边煮东西

但这些其实都是孩子们可以做的事情。

还有些父母完全没有给孩子设定任何界限，她们会很容易失去判断力。当父母允许她们干任何事情时，她们反而会感到不安。当女儿想看电视或者想买件T恤的时候，拒绝她并无大碍。可是，如果在你筋疲力尽需要休息的时候，想拒绝陪她玩耍，就一定要告诉女儿原因，并告诉她什么时间可以陪她玩。同时，请一定记得，当女儿不想穿红色套头衫，或者不想为阿姨吹奏长笛时，你也要接受她的拒绝。

试着让你的每一个家庭成员都可以自由地做自己，不需要屈就自己去迎合他人。让每个人都可以为自己作决定。

为孩子做个好榜样

和孩子们生活在一起意味着你需要时刻提醒自己：“对我来说，什么才是最重要的？”如果你了解自己的心声，你就能很好地回答这个问题，更好地安排生活中各项事情的缓急主次。思考这个问题将为你的家庭生活带来改变。

倾听自己的心声：

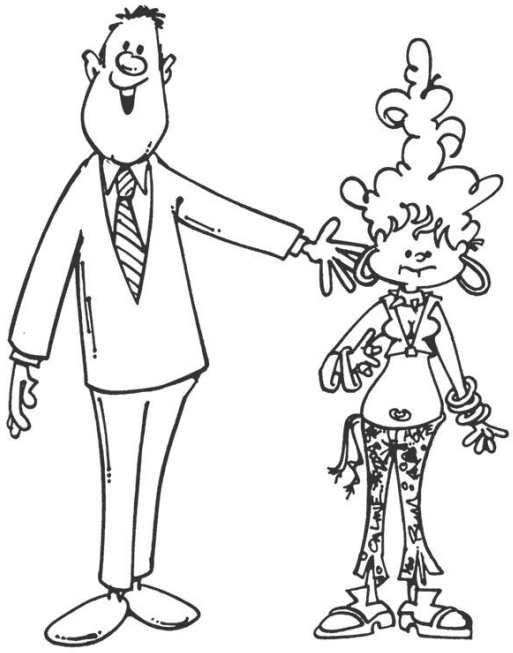
为了更好地回答上述问题，你需要仔细思考以下几个问题：

- 对你而言，保持财务独立和与他人建立良好关系，哪个更重要？
- 在追求自己的梦想与遵循社会现有的价值规范两者之间，你更倾向于哪个？
- 如果要你列出心中最重要的10条家庭守则，你会列出哪10条？
- 请你想象一下，在你晚年时最愿意回忆哪一段人生？
- 你最希望给他人留下什么印象（包括你在孩子心中的印象）？

当我和丈夫在一次研讨会上让来宾列出以上几个问题的解答，并和伴侣的答案进行对比时，现场竟然产生了混乱。人们发现枕边人与自己在价值观上竟有天壤之别。不要因为与伴侣的价值观存在差异就去批评他（她），你需要做的是，找出你们的共同点，告诉对方你最

在乎的是什么，并且倾听对方的心声，不要急于作出评判。如果你们都把“幽默”当做十分看重的品质，那你们就不愁没有共同语言！

孩子们会根据你在他们面前的样子来评价你。如果你是个大烟鬼，却告诉孩子们要养成健康的生活方式，别指望孩子们会听你的。如果你平时就喜欢和孩子们一同游戏玩耍，就无须向他们解释快乐对于你的生活有多么重要，因为他们早已看在眼里。



家长都会要求孩子诚实，但自己却经常谎话连篇。回想一下，在何种情况下你会违背自己的意愿编造谎言？有一天孩子们会因此找你郑重地谈话。在《为女儿讲解种族主义》（*Racism Explained to My Daughter*）一书中，摩洛哥当代著名作家塔哈尔·本·杰伦（Tahar Ben Jelloun）为我们做出了榜样。当女儿问起欧洲国家吸引或排挤其殖民地国家移民时，他详细地从社会、政治、经济和心理各方面为女儿讲解种族主义中的歧视情绪、宗教及基因的因素、刻板偏见以及仇外情绪。实际上，这本书通俗易懂，而且已经被翻译成十几种文字。我向所有父母强烈推荐此书。

如果女儿不断向你提出问题，你就得接受挑战，并将答案反映在你的日常行为举止和价值观中。这非常重要。即使在某一个具体问题上你和女儿的观点截然不同，只要你尊重她，她将一生都记得你们的谈话以及她获得的启发。

做个好榜样

我再次强调，孩子们需要行为榜样，父母需要为他们做榜样。你平日里怎么谈论别人？在背后说老板是个傻瓜？说邻居是个怪胎？或者说前面那辆车的司机是个白痴？

时刻检视自己的行为并对自己和孩子保持诚实，只有这样，孩子才会变得诚实而坦率。一个诚实表达自己想法并且坚持真性情的人永远值得尊重。

行动上的榜样

在我有孩子之前，一次，一位朋友带着女儿安意外来访。那还是20世纪70年代，朋克风尚未兴起。安套着一条剪碎的、满是涂鸦的牛仔裤，上身穿着一件看起来充满挑逗意味的紧身衣，发色染得很浅，好像还戴了个“狗项圈”——对不起，我真的记不清楚了。尽管我知道他不喜欢女儿的装束，但在整个造访过程中他看起来很尊重女儿。我非常敬佩他这一点。他清楚地向我们展示了什么是宽容。

愉快地进餐

吃饭常常成为棘手的家庭问题。我认为很有必要就这个问题给年轻的父母们一些建议。

在我们越来越忙乱的世界中，吃饭、睡觉以及满足性欲这些最基本的生存需要给我们造成了如此多的麻烦。在一个如此富足的社会中，还有这么多人遭受着饮食不健康以及营养不均衡的痛苦，难道不足以使我们停下来思考一下吗？为什么女孩们总会在青春期患上饮食失调，并且不满意自己的身体？这一切都是如何发生的？作为父母的我们，应当如何支持并且帮助她们？

在孩子生命的头几个月里，最好的食物是母乳。这是上帝赐予我们的，别人无法替代。大约从第6个月起，孩子就可以开始进食胡萝卜泥等泥状食物。当孩子可以坐在跟你一样高的椅子上与你同桌进食时，你就得考虑食物搭配问题了。

食物是每个家庭的文化中很重要的一部分。由谁来做饭，什么时候做，以及吃些什么，这些都很重要。当然，对此你会有自己的想法，但是为了孩子的健康着想，有几点需要你牢记。从营养上来说，加工食品无法与新鲜蔬菜相比。同时，不是所有新鲜蔬菜都有同样的营养价值。你的住处附近有没有新鲜的有机蔬菜？如果有，你会考虑买吗？有机肉类和放养鸡蛋怎么样？新鲜的谷物、蔬菜和水果是你能提供给孩子的最好的食物。它们是天然的，不含化学物质和农药，是地球馈赠给我们的礼物。除此以外，如果从一开始，你就决定不给女儿吃甜食（比如糖果、饼干或者甜茶），那么为了她的营养均衡以及牙齿健康你将要持续做很多事。

此外，你需要让孩子接受你准备的几乎所有食物。如果她不喜欢某类蔬菜，别太在意。只要你的女儿还不知道糖和加工食品（下面会提到）的存在，她就会从你准备的食物中选择她所需要的。记住，健康的孩子会让父母省心不少。

限制甜食

如果你不在家中储存不健康的食品，那就没问题。如果你为孩子的营养奠定了良好基础，那么，即使孩子在同学家中偶尔接触了糖、防腐剂、氧化剂或者其他有害物质，她也会更加有抵抗力。

许多父母经常跟我说，孩子会去邻居家或者朋友家吃很多糖。我告诉他们不用太过忧虑。首先，孩子不可能一个人去，更不可能被丢在那里无人照看。邻居或朋友会照看着她吃东西。当她再大一点的时候，即便她会在朋友家里吃糖果，也不用大惊小怪。你已经尽力了，这就够了。而且如果观察孩子吃甜食的分量，你会发现她比其他孩子吃得少。一般而言，从小习惯了吃健康食品的孩子不会独自吃太多不健康的食物。

如果女儿到了去幼儿园的年龄，除了让她自带食物，你还可以向幼儿园或学校饮食中心的员工要求提供健康食物。但这要视具体情况而定，你可能会成功达到目的，但即便不能如愿，至少你也向女儿表明了你对她饮食健康的重视。这对她很重要，她会看到你如何为家人创造幸福人生。

吃多少算够

不要太担心孩子吃得太多或者太少。健康的孩子通常很清楚自己需要吃多少。但要注意的是，这个规则只适用于无糖食品。

糖分过多的食物会导致孩子对甜食的过度需求，这有可能导致她们营养不良。

食物和权利

如果女儿发现可以通过饮食习惯来支使你，她就会尝试这么做。她可能会说“我不吃那个”。她十分清楚她的营养对你很重要，所以她认为你会立即准备其他食物给她。这种现象在很多家庭十分常见：在孩子拒绝某种食物之后，家长们会在无奈之下准备各种加工食品，比如炸鱼条或罐装意大利面。如果你在这一点上惯着她，那么以后无论让小家伙吃什么都需要费相当的口舌。千万谨慎。

母女同厨

和女儿一起，满怀愉悦和爱意地为家人准备每一顿饭。等她稍微大一些，带她去超市，教她挑选优质的食物，让她帮你准备三餐。在她两岁时，你就可以向她展示正确使用菜刀的方法——当然要选把钝刀！这些感官的体验会增强她对不同食物味道及结构的兴趣，也有利于提高她的智商。

在最初的几年里，孩子通过感官经验来学习——模仿、触摸、表演、吮吸，用各种身体器官去探究事物。如果你让女儿参与准备食物，她能至少同时动用5种感觉：视觉、听觉、嗅觉、触觉，当然还有味觉。厨房里的其他活动也可以达到同样的效果。



另一方面，如果女儿平时只和罐装或者冷冻食品打交道的话，她很有可能理直气壮地认为：牛奶是从纸盒里长出来的，而胡萝卜来自于冰箱！

如果你和伴侣平时都要工作，试试周末与女儿一起购买食物，一起做饭。如果你住在城市，你可以不时开车去乡村看看农场，这样女儿就能看到蔬菜是如何生长和收获的。

用餐礼仪

用餐礼仪的重要性毫不逊于对食物的选择。孩子需要在一个友好温和的气氛中用餐。全家人一起吃饭时，不要批评女儿或者伴侣，也不要争论。如果有问题要讨论，可以选择在饭后散步时或者坐在客厅里交流。

> 不要太担心孩子是否吃得太多或者太少。健康的孩子通常需要吃多少就会吃多少。

找一个安静的时间和伴侣商讨一下你认为合适的餐桌礼仪。比如，如果小家伙吃完了饭，是否就可以立刻离开？吃饭时她可以玩吗？什么时候她可以自己动手取食物？还有，她必须要吃完碗里的食物吗？这些问题都没有固定的答案。通过和伴侣一起寻找答案，你会关注到一些很重要的问题，并以此形成家庭文化中的一些重要规则。过去，餐前祷告是用餐前的惯例，餐桌上孩子不能说话，除非被问到。每个人都必须等到其他人

都吃完才能离开座位。但是如今很多习俗都已经改变：很多家庭的成员甚至从不在一起就餐。

你希望你的家庭拥有怎样的餐桌文化？你想在这方面如何打造你的家庭生活？要知道，你的小宝贝正坐在餐桌旁学习着食物和就餐方面的知识，而她所学的一点一滴都来自于你。



育儿贴士：

1．抛开想象，接受你的女儿，并爱她。

2．在理由充足的情况下对女儿说“不”，是在帮助她建立良好的生活习惯。

3．从女儿的健康成长来说，好的榜样极其重要。

4．如果你从一开始就让女儿享受新鲜的、天然的食物，并且限制糖分摄入，她就会形成一种积极健康的饮食态度。

女人，不要被绑在围裙带上!

莉莎

当每个人都在厨房中忙碌的时候，我喊出了这句话：“我今年不要母亲节礼物了，我只要在母亲节的3天假期不用做饭，我需要休息。”

这时，家里突然一阵安静。大家都在看我，然后我的两个儿子，一个18岁，一个15岁，和他们的父亲一起转头看最小的孩子——杰西,她今年10岁，也是这房子里我唯一的同性——“那么好吧，这3天里你来做饭。”

杰西跳到了沙发上，跷起了双腿喊道：“不行，将来我也会是一个妈妈，所以我现在就要休息，我不能做饭。”

在母亲节这天杰西送给我一张她自己做的卡片，上面写道：“妈妈，母亲节快乐！在我结婚之前请不要死，爱你的杰西。”

我想，在那一刻她所想象的未来人生中，除了要一直给父亲和哥哥们做饭以外，就什么也没有了。

第三章
关注女儿的幼年成长

在这一章中我们将关注女孩幼年成长阶段，看看这一过程中父母能提供哪些帮助。需要再次强调的是，你必须知道自己在坚持何种信念，并且去坚持它，尽可能多地仔细观察女儿，只有这样你才能知道她需要的是什么。



学习语言

女孩通常在学习语言方面比男孩进展得早。根据一项研究，女孩在10个月大时就可以说三个单词了，而同样大的男孩只能说两个。18个月大时，一半的女孩可以掌握56个单词，而男孩只能学会一半，即28个。

这些差异也体现在他们掌握的“被动词汇”数量上（“被动词汇”是指他们理解意思但不懂用法的词）。16个月时，一半的女孩能掌握206个“被动词汇”，而男孩只能勉强掌握134个。但在20个月时，男孩会追上女孩。



所以，大体上说，女孩的语言流畅性会比男孩更好：她们的大脑左半球发育较早，而左半球正是语言中枢所在。这又使我们联想到男女大脑差异。有意思的是，父母们对这种差别的回应几乎是无意识的：与儿子相比，他们往往更积极地鼓励女儿说话。美国一项调查表明：父母直接教给孩子的词汇数量，或者说，父母主动与孩子交流的次数，会对孩子未来的智力、学术成就和社会地位产生深远影响，父母直接教给孩子的词汇越多，孩子在这些方面的能力就越强。

毫无疑问，说话会刺激大脑皮层并帮助建立皮层间的联系，这点对于孩子智力、创造力和适应能力的发展不可或缺。因此，语言技能的获取是通过互动来实现的——这一纽带的成效在接下来的几年里会变得更加显著。

一种语言还是两种?

如果你可以用双语同孩子交流，那就不要浪费你的才能。孩子在生命头几年里能够非常自然地学会一门语言，一生中再不会有其他时段能够如此。这种能力不仅能提升孩子的母语能力，对孩子整体智力发展也有积极影响。

许多研究都表明，在幼儿园中，无论男老师还是女老师都会区别对待男孩和女孩。老师们会经常鼓励女孩的语言尝试，她们在这方面的天赋也会逐渐被发掘。需要记住的是，语言刺激是通过与孩子们对话产生的，而不是通过给他们放卡带、CD或者录像产生。婴儿只有得到真实的口语反馈才能发展沟通技能。

父母通常也会对孩子进行许多语言激励——同她们说话，对她们解释自己所做的一切，给她们唱歌，稍大一些时，读书给她们听。如果不这样做，孩子的发展将会停滞——这是可能发生的，比如说，如果父母是听力障碍人士，而且没有其他人承担与孩子语言交流的任务，孩子的智力发育就可能极为缓慢。

有一个著名的，同时也非常极端的学习性缺陷案例来自于1828年德国纽伦堡一个名叫卡斯帕·豪泽（Kaspar Hauser）的弃儿。尽管他已经16岁了，但却表现出许多幼儿的特征，比如只能用非常基本的词汇和语句，走路磕磕绊绊，容易摔倒，在女性面前不够谦逊等。卡斯帕·豪泽不仅是一个人的名字，在20世纪的社会心理学上，它也演变成表示发育紊乱的专有名词。但是这种案例的发生可能性极小，你不用过分忧虑。

运动、音乐和泥巴，这些与智力有什么关系？

与男孩一样，刚出生的女孩差不多也有1 000亿个神经细胞，但是这时只有很小一部分可以按照遗传特征连成神经回路，剩下的需要依靠学习来激活。

通过身体感知和运动，神经系统建立了神经通路，这首先需要通过模仿，然后孩子就可以自发做出某些动作了。

学习身体技能

女婴在大约3个月大的时候开始观察她的手，并学着将手伸向嘴巴。这是她第一个有目的的动作——把手伸向嘴。通过多次练习，这个动作会形成套路，之后她会经常下意识地做出这个动作。

在5个月大的时候，她会有意识地去抓一些东西。对物体的感觉通过神经细胞和神经脉冲直接传入大脑，然后这股脉冲会从她的大脑引向肌肉组织，引发一个有意识的动作。当孩子触摸物体的时候，她会记下这个物体与其他物体在形状、结构、颜色和材质上的差别。通过这种方法，她可以理解一些抽象的概念，比如：球、妈妈以及汽车。

在幼儿阶段，女孩的学习过程都是通过一些具体的感知完成的。你需要给女儿各种东西去感受：有些东西很轻，有些比较平滑、柔软，或者坚硬……最重要的是，要让她经常玩泥巴、沙子和水，让她用它们随意做出各种不同动作。



需要指出的是，如果你的女儿弹钢琴，那么她大脑的所有部分都会被激发起来。音乐、运动、绘画以及捏橡皮泥不仅仅是为了好玩，更能帮她发展智力，当然，一切都要建立在孩子自愿、开心的前提下。

与女儿交谈或者听她说话，是提高她语言技能的最好方法。

告别尿布，你好，马桶！

大部分女孩会很快且很容易告别尿布，如果她感兴趣，你可以带着她去洗手间，让她看到你是怎么做的，让她坐在马桶或者便盆上，让她有机会模仿你。



我建议你在夏天做这项工作，这样小便时她能注意得到。不要给她压力，也别对这件事表现得过分在意，假以时日，她便能学会自己上厕所。通常在征得孩子同意后，你可以不再给她使用尿布，这样做的父母通常都能成功。所以，即使事后你需要清洗客厅的地毯，这个方法也值得一试。可能你也见过一些中国孩子穿的开裆裤吧。根据长期的经验，许多不适应穿纸尿裤的孩子都是通过这种方法训练的。

在这个过程中，小问题会不时出现，大多数情况下都与害怕有关。比方说一个叫玛丽的小女孩，她可能认为排泄掉的是她身体的一部分——她惊声尖叫着要穿上纸尿裤，母亲在短期内没法说服她。然而，经过几次平静的解释加上母亲的陪伴后，问题很快就解决了。

如果厕所训练不管用

家长需要明白一件事：如果孩子的马桶训练不那么顺利，这并不是她想要惹父母生气或者要惩罚父母，而是因为她们还无法完全理解这件事，或者对即将发生的事情有些害怕。这个时候，耐心、爱心和理解是她们最需要的；处罚、斥责或者嘲笑只会适得其反，或者使问题更复杂。

女孩学得更快

作家苏珊·吉尔伯特认为，男孩和女孩的一个重要不同是女孩更容易从错误中学习，你同意吗？

一位名叫埃莉诺·麦科比的美国心理学家曾在候诊室里观察1岁大的男孩和女孩。她发现：对于一些父母禁止去动的东西，男孩们仍会不停地去动，而女孩则严守规矩。是女孩更善于控制自己的行为吗？针对8个月大的已经会爬的小孩，有一个经典的实验可以检验他们的记忆力以及对冲动的控制力。将一件物品藏在孩子能找得到的地方，然后，当着他们的面，把东西拿走并放在别的地方。这时，如果再让他们去找，大部分孩子会首先查看原来的地方，这说明要么是他们忘记了东西已经被换了地方，要么是他们潜意识里无法自控地要去刚才的地方找东西。研究表明，年龄越大的孩子，无论男孩女孩，都会表现得越好，但是显然女孩的进展要比男孩快。



女孩的早期学习能力比男孩更强，这在孩子们练习自己上厕所上也有所体现。大部分家长注意到，女孩比男孩更早学会控制大小便。一项调查表明，在两岁半的时候，有30%的女孩已经学会自己上厕所了，同龄的男孩中则只有15%。到3岁的时候，70%的女孩可以做到，同龄的男孩中也只有一半。麦科比发现这些差别源于同龄的男孩和女孩在大脑发育程度上的不同。

总之，女孩通常比同龄男孩能更好地控制自己的身体和情绪。对于一两岁的男孩和女孩来说，发怒是常有的事，在控制愤怒情绪上，女孩也比男孩做得好。到了3岁，女孩也没男孩那么容易突然发火。比起男孩，她们也更容易适应幼儿园的生活。

性好奇

对于男孩来说，显露在外的性器官很容易成为玩具，而这对女孩来说则没那么容易。因此，女孩的父母常常会忽略女儿的性好奇。当女儿偶尔玩起自己的性器官时，大人通常会喝止或者觉得非常不雅。

事实上，女性性器官中外露的部分被称为“阴唇”（在德语中称为“schamlippen”，字面意思是“羞耻之唇”）。在德国，这个单词和羞耻、耻辱紧密相连，总之都是很消极的意义。值得庆幸的是，其他文化中对女性性器官有更多尊重：在中国，它也被称为“圣洁之门”，这个表述再贴切不过。

被“圣洁之门”保护着，隐藏在其后的是女性至为宝贵的财富——阴蒂。女性的阴蒂拥有8 000个神经纤维，它是女性身体上最为敏感的部位，比男性性器官敏感得多。它能为女性带来极致的快乐。

愉悦中心

美国记者兼作家纳塔莉·安吉尔（Natalie Angier）曾这样描述女性的阴蒂：“它如此专注于自身的功能和职责，不需要任何的帮助和推动。而巧妙地躲在阴唇之后正显示了它的高明。在某种程度上，它是一个神圣的秘密，一个不含一丝丑恶的潘多拉宝盒，在它之内满是愉悦。”

女孩很早就会发现身体中这个奇妙的部分，我们只需放手让她去认识它。如果被允许随意探索自己的身体，女孩们就不大可能会去嫉妒男孩的性器官。而且，其实女孩也可以站着尿尿。亲子作者玛丽安

娜·格拉布克曾经写道，她经常在夏天给她女儿穿个罩衫——不穿内裤，这样，小家伙在外面就可以随时尿尿，无论站着还是蹲着。

对身体的探索

男孩们可以很容易观察和了解他们的性器官，而女孩却得慢慢认识一些隐藏起来的身体结构。许多女性并不知道自己的私处是什么样。记住，女性私处也和身体其他部位一样有着很大的个体差异。

有空时我们可以在镜子前观察自己，必要时可以让女儿一起。如果她感兴趣，你还可以进一步告诉女儿从哪里尿尿，阴蒂是什么，还有宝宝是从哪儿出生的。

你应该让女儿知道，每个人的身体都是一个奇迹。除此以外，让她知道，女性与男性的区别在于女性具有孕育生命的能力，正是这种能力使女性获得了重视和尊敬。

父亲和女儿——怎样才不逾矩？

许多父亲不知道在女儿面前应该如何表现，因为可能会造成不当的冲突。父亲可以对女儿做出哪些举动，而哪些又是禁止的？在家庭疗法中有一条很简单的规则非常适用：始终保持界限。作为一个成年人，父亲有责任和义务去作一些约束。作为父亲，你应该扮演的是女儿想要的守护者的角色。以此为目的的一切都是合适的，“纯净”的玩闹对你们双方都很重要。在游戏中你可能会产生性冲动，这是可能发生的状况，作为父亲，你应该划清界限并停止游戏。小孩的性欲和成人的性欲不能混淆，因为小孩经常分不清哪些是好哪些是坏。他们

听从于父母，依赖父母。成年人对小孩子要有责任感，因为你们拥有更为丰富的人生经验，而且无论从哪方面讲，都是更强势的群体。

许多小女孩知道如何不动声色地挑逗。她们的魅力令人难以抗拒。所以父亲们需要明确地划清界限，牢记自己的责任。不要让她们的小手引诱你，当然也不要粗鲁地拒绝，这样才会令她成长得更健康。明确告诉她你不喜欢这样，也不要作过多深入的解释。

母子间的尴尬情形

一位母亲最近告诉我：有一天，她6岁的儿子在浴缸中问她："妈咪，我们可以做爱吗？"

当时她很快克服了强烈的惊讶和迷惑，仔细地询问儿子这句话的含义，孩子则向她仔细解释做爱的含义。她惊恐地从浴室中跑出来，以后再也没有跟他一起洗过澡。当她告诉我时，这件事已经过去10年了。她说："我当时应该平静地告诉他，不，我们不能那样做。这种事我只会和你爸爸做。"

你需要记住，孩子不是供你玩乐的对象。比如说，一个年轻女士告诉我，她父亲曾经强迫她在他面前跳舞。他认为这很美，但是她不这么想。另一位父亲想要女儿抱着他，她不想这样做，她觉得难受。如果我们强迫孩子做一些我们希望她们做（因为这会让我们开心）但是她们不愿意做的事，其实我们就是在向她们暗示：为了自己快乐，可以不理会别人的想法。不用说，这不是在传递什么好信息。

总之，只要父亲时刻考虑着女儿，尊重她，并且深刻地了解自己，那么在你们之间发生不合适身体行为的可能性就很小。

你想重返职场吗？

调整你的工作和职业，让它们最大限度地适应你的生活。

在澳大利亚和新西兰，有工作的父母尤其是妈妈们会活得非常惬意。在一个组织中，当一位母亲承担某项责任时，组织中的其他成员通常会问她：“会影响你的孩子吗？”父亲则不会被问及这样的问题。这一节我是写给妈妈们的——但这并不意味着我认为爸爸们不想休息或者不需要休息。

我们暂且不考虑你家附近有没有合适的托育机构，作为一个5岁以下孩子的母亲，我们都应当先问问自己，这个时候你应该重返职场吗？孩子会怎么想？



你要考虑的事很多。你想重返职场吗？你的确有不得不去工作的经济原因，还是只是因为不想被别人当成一个不能自立的家庭主妇？还是你能从工作中获得很多成就感？又或者你更愿意和你的孩子待在一起？如果你真的还想重返职场，那么什么样的工作时间比较合适？

首先，请记住，快乐的父母才有可能教育出快乐的孩子。如果你不是个身心愉悦的母亲，那么这种不良情绪会传染给你的孩子。她会

被你在日常生活中的坏情绪所影响。所以，如果你是一名热爱工作的女性，当你待在家时，你感觉到自己总是被女儿牵着鼻子走，你受到了束缚，那么，为你的女儿找一个值得信任的看护。她要能愉快而尽职尽责地照顾孩子，而不是满腹怨气地坐在家里准备孩子的食物或者摆弄尿布。在现实生活中，对于一位母亲来说，花费过多时间待在家里照顾孩子的确不太实际。以前通常是一群母亲同时看护孩子，给孩子喂奶，同时也一起做一些家务活。这种方式减轻了母亲们的负担，也让孩子能学到新的社会经验。因为在这种情况下，总有人在照顾孩子并与他们玩耍，即便孩子有些小状况，也在妈妈们的视野之内。

在澳大利亚和新西兰，越来越多的女性单独抚养孩子。为了生活，她们不得不出去工作。无论你是自愿去工作还是不得已去工作，请将女儿托付给一个有爱心和耐心照顾她的人，这对孩子的成长非常关键。

如何选择托儿所

如果你觉得在未来几年内需要把孩子送去托儿所，那么最好在孩子出生之前就去合适的托儿所报名登记。定期去查看托儿所的设施情况，列出你认为必需的设施，并仔细查看托儿所的设施状况是不是符合你的期望。你需要考虑的问题包括：托儿所里的孩子给你什么印象？他们看起来玩得开心且充实吗？那些看护人员是怎样照顾孩子的？如果你也是个孩子，你愿意自己被送去这家托儿所吗？

如果你不想把孩子送去托儿所，家庭看护会是另一种选择。家庭看护一般是在私人家中，孩子不多，大概只有五六个。找一位值得信赖的保姆帮你在家照看孩子也是一个好的选择。这样你就不用把孩子从睡梦中叫醒，让她受到你忙乱生活的影响。当然，请保姆的花费不小，但是你会觉得这笔钱花得有价值。在你请保姆之前，让她和你的

女儿在一起待一会儿，给她们一些时间熟悉彼此。当孩子和保姆建立了和她与祖母、叔叔婶婶差不多的情感关系之后，你就可以很轻松地去工作了。

当然，如果你的配偶能帮助你照顾孩子，那就更好了。但是，有一些因素让爸爸照顾孩子的情况比较难以实现：

- 许多爸爸都不愿意放弃工作待在家里陪孩子。
- 那些愿意减少自己工作时间的爸爸，可能找不到太多合适的兼职工作。
- 大部分男性都会挣得比自己的配偶多，所以，如果父亲不工作，很多家庭就会遇到经济困难。

在很多情况下，一些家庭的财政状况决定了他们不用考虑上面这些因素。但是，非常遗憾，这种“阴盛阳衰”的氛围会影响到下一代。

许多父母面对的另一个问题是，他们每天都只能见到对方短短几个小时，这就意味着他们要付出更多努力以维系彼此之间的关系。

从事某些职业的母亲可以在家中工作，现代科技使SOHO成为现实。如果你能决定自己每天工作多久，能自己制定并遵守关于工作时间和家庭生活时间的规则，在家工作听起来是个不错的解决方案。然而，如果你在家工作，却无法很好地平衡工作与生活，那么，你和整个家庭都会受到影响。女儿受到影响是因为她没有得到足够的照顾，也没有玩伴；你也会因为受到打扰而无法完成工作；你的家庭则会因为你在工作和家庭生活之间没有明确的界限而变得混乱。

选择留在家里

如果你愿意暂时中断工作，留在家里做全职主妇，那么坚持下去，好好享受这段时光。你会发现有很多方式可以让生活变得更有意义：你可以烹饪、做玩具、补衣服、装饰房间、写作、画画、摄影，或者发展其他的爱好。你可以和周围其他孩子的父母交朋友。你也可以开心地和女儿待在一起，并观察她成长的每一个进步。不要让自己沉浸在对于自己与外界隔绝或者没有工作的危机感中，其实很多女性都会选择做全职主妇。

> 快乐的父母才有可能教育出快乐的孩子。

和孩子生活在一起是一件非常有趣的事情。让我们听听史蒂夫·比达尔夫怎么说。他是澳大利亚非常著名的家庭教育家，他强烈反对由陌生人来照顾孩子。他的信条是：如果你要将孩子交给陌生人来照顾，那你为什么要生孩子？我们难道生活在一个要将自己的孩子放在别人家里的疯狂社会吗？

钱并不是唯一的因素

许多人的生活方式大部分是由经济状况决定，但是将所有的家庭问题都归咎于母亲出去工作是不公平的。不管有没有孩子，我们都要对自己的生活方式负责，当母亲过于忙碌而无法平和地面对自己的职责时，很可能会对孩子大发脾气或者忽视孩子的正常需求。上面所列出的几种方法可以帮助无暇顾及孩子的母亲。但是，我们必须扪心自问，为什么我们的文化让父母们变成这样？如果我们把自己的生活与特罗布里恩群岛[1]（隶属于巴布亚新几内亚）的人们比较，我们可以很快找到答案。我们为所谓的文明付出了太高的代价。

从另一个方面来说，作为家长，我们将新的文化传授给孩子，孩子就是我们的未来。那么，他们需要什么能力？在什么样的环境下，他们才能最好地发展自己的能力？

我想要提出一些建议。在经济条件允许的前提下，在决定是否重返职场时你要遵从自己的内心。多思考你需要如何安排自己的生活，并从生活中得到最大的满足。把争论放到一边，尽情从生活中收获满足。记下生活中的点点滴滴，或者为生活作一个更适合你个性的规划。

现在，请与你想要与之讨论的人坐在一起，探讨生活，并试图让你的想法一步步变成现实。也许芭芭拉·谢尔（Barbara Sher）的书《雕琢梦想》（*Wishcraft*）会对你实现这些想法有所帮助。

我的思考

我希望通过更多的群体生活来克服孤独。我经常梦想着年轻的父母们住得很近，并且能互相支持。孩子们能在一起玩耍，父母也可以不必担心被孩子困在家里而与外界隔绝。各种家庭活动能得到大家很好的支持。有些孩子的父母在外面工作，其他父母可以一起帮助他们照顾孩子。一些单身青年和没有孩子的夫妻也可以参加照顾孩子的活动。团体中有几位父母可以自愿担任其他孩子的教父、教母。在这样一个团体中，很多矛盾会得到妥善解决，孩子们也有许多可以学习的榜样，他们可以学到不同的生活方式和价值观。每个人都会在这个团体中贡献自己的力量，也会得到自己需要的帮助。广博的爱心是实现这种梦想的关键。

---

[1] 西太平洋新几内亚岛东南所罗门海小岛群，居民以农业和渔业为生，生活简单而自由。岛上对性行为没有什么禁忌，因此也被称为爱情岛。——编者注



育儿贴士：

在婴儿时期和蹒跚学步时期，女孩在生理上、情感上和智力上的成长速度要快于男孩。

请不要限制女儿自然地探索自己身体的行为。

在父母和孩子之间，尤其是父亲与女儿之间，划清界限是很重要的。

在考虑是否需要和什么时候重返职场时，需要谨记：快乐的父母才更有可能养育快乐的孩子。

慢慢靠近，分享私密时刻

明迪

我和女儿凯蒂在泰国北部的清迈动物园里看着围栏里的大象。凯蒂快两岁了，我用右臂抱着她，左手向里面的大象挥舞着香蕉。这里和西方动物园的规定很不一样——欧美国家是不允许游人给动物园的动物们喂食的，而清迈动物园里有花生和香蕉出售，专门卖给想喂养大象的游人们。

我给了大象一个香蕉——我肯定这是一头雌象——看着它把香蕉慢慢放入嘴里。然后大象将鼻子伸过墙来，想要更多的香蕉。我有很多香蕉，但我想先好好看看它惊人的鼻子。它看上去就像一个大触角，上面几乎没有毛发，但有一层一层的褶皱。我轻轻地抚摸它，仰头看着它鼻孔内电子管一般狭长的呼吸道。我

轻轻地向它吹着气，逗弄着它的鼻子，一边为它坚实而富有弹性的质地而惊叹，一边也在试探着，看这位新朋友要过多长时间才会对我的逗弄予以回应。

我完全没料到大象的回应如此迅速。猛然间，大象有力的鼻子已经伸出墙外，缠住了我的左手腕。我在惊讶中愣了片刻，然后试图将手抽回来，大象却开始用同样的力度继续拉缠我的手，我能够感受到它惊人的力量。我站在那儿，心里想着，我被这种来自大自然的愤怒力量控制了。这时我看见了凯蒂脸上沉默的警告，而那一刻大象也在看着凯蒂。我不知道它是否也能感知到，作为一个母亲，我们都不完美。然后，它松开了我。

“再给大象另一只香蕉可以吗？”凯蒂问。

“好的！”我吸了一口气，把整串香蕉都给了它。

第四章
洞察女儿的内心世界

在前几章中我们已经探讨了作为女孩的父母，应该如何处理生活当中的一些最重要的外部因素。现在我想将你的注意力转移到女儿内在的情感世界上。首先，让我们看一下怎样对待她才能使她充满自信，以及如何才能让她更好地保护自己的内心世界。



自尊的重要性

建立明确的自我认知，是你能给予女儿的最好的保护。这意味着孩子懂得肯定和欣赏自己的价值，无论自己的外貌、能力或者表现如何。如果女儿觉得自己是重要的、有价值的，她就会懂得捍卫自己的身体、权利和尊严。虽然很多暴力事件的受害者都是女性，但是，尼基·马罗内[1]的研究显示，对于具有高度自我评价的女性来说，这种受害事件发生的可能性很小。

在我幼年时期，我的朋友和我经常玩一个游戏——一群孩子站成一排，大声喊出一个问题：“谁怕大灰狼？”

另一个群里的孩子会对着他们大声吼道：“没人怕！”

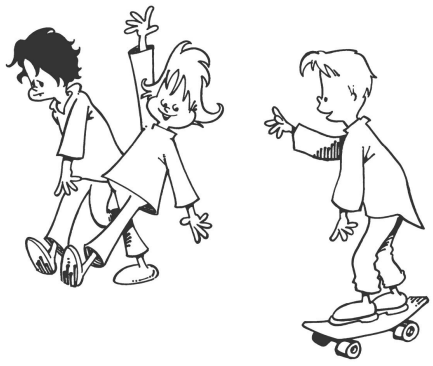
“如果它来了呢？”

“它真的来了！”

这时我们会撒腿跑开。这个游戏的目标是在不被对方成员抓住的情况下成功进入对方的领域。虽然这个游戏已经过时，但是，无论何时，当女孩们玩起这个游戏时，她们会兴奋地发现：她们能在勇气和智慧的引领下成功到达对方的领地。如果你的女儿参加类似的团体运动，她将会有同样的感受。

允许女儿表达她所有的感受，甚至是消极情绪，比如嫉妒、怨恨、愤怒。这些挑衅性情绪并不都是坏的，因为它能帮助女儿维护自己的立场。作为成年女性，我们可以完全自由地去表达这些情绪，那么也应该让女儿们自由享受这样的权利。过去，女孩们几乎享受不到自我保护、大声说话或者自由从事各项事业的权利。这对女孩的身心

发展是极为不利的，因为表达真实的感受是人类获得健康身心的根本途径。告诉你的女儿，她可以说“不”，她有权利为自己作决定，哪怕是一件很小的事情，例如在她不情愿的情况下，不要固执地要求她亲你；或者如果她不愿意坐在你的腿上玩耍，你就不该强迫她。



过度保护意识的危害

在我竞选女教师的一个教育项目中，许多家长告诉我，他们经常开车送女儿去要去的地方，然后再接她们回来，因为他们担心女儿会受到性侵害。这是完全可以理解的，而且很多情况下这样做很有必要。但是，也有不少地方是女孩们可以自己步行或乘坐交通工具往返的。现实生活中，我们无法保护女儿在充满危险的世界中不遭受任何伤害，我们无法为她们营造出一片隔离侵害的真空。正因为这样，我们才需要让她们有所准备，即使在没有监护的情况下也能应付突发状况。我们需要教她们学会呼救并进行自我防卫。与此同时，自我压抑带来的不自信反而会将我们置于更危险的境地。尼基·马罗内曾引用一项调查，科学家们将所拍摄正在纽约街头闲逛的行人给一群罪犯看，然后询问他们，什么样的人最有可能诱发他们的犯罪冲动。调查结果十分明确：那些身体语言中欠缺自信、表露出内心脆弱和不坚定的人更容易成为他们的袭击目标。

保护女儿免受恐惧和侵害的最好方式就是帮助她建立自信和自尊。你甚至可以从她出生的那一刻起就教导她逐渐做到这一点。

父亲和女儿自尊的形成



在女儿形成自信和自尊的过程中，父亲可以提供很多帮助。当女儿感觉到被父亲爱护、尊重并得到他的高度评价后，她从父亲那里得到的远远超过一箱丰实的嫁妆。要注意的是，父亲需要在言行中让女儿切切实实感知到这种爱和尊重。如果父亲不履行承诺，或者言行与他对女儿所作出的评价自相矛盾，一切就会成为空话。如果一个父亲告诉女儿她十分优秀，但同时又问她为什么英语考试只拿了个“通过”，为什么跳高测试没能获得更好的成绩，那么，女儿可能会对父亲的话产生怀疑。花时间陪你的女儿，对她取得的成绩给予由衷的赞赏，并且积极履行作为父亲的责任，教她一些只有父亲才能教的东西。用什么方法无所谓，我向你保证，只要方法得当，女儿就能自如地运用它们。

我的父亲

我有一位爱我的父亲，因此我能告诉你我如何感受到他对我的爱。他一直保存着我儿时的涂鸦，并将它们视若珍宝。他经常

牵着我的手出去散步，我至今仍然能够感觉到那种温润的美好。

他给我讲童话，这些故事伴随我至今。他告诉我许多关于动物和植物方面的知识，很多我都还记得。他允许我和弟弟在他工作的时候安静地待在旁边，让我感觉到自己在他心中非常重要。他给我们唱歌，陪我们玩，我的脑海中至今还时常浮现这些场景。

长大后，他尝试着辅导我的数学——恐怕他的努力多半付诸东流了，但是，他仍旧会把我的作业打印好并且保存起来。只要有需要，他就会去学校拜访我的老师，向他们请教。他随时准备好回答我的各种问题，如果他不知道，他会尽力去查找答案。他尽力保护我免受伤害，并且总是在给出自己观点的同时充分尊重我们的选择。虽然那时我不总是乖乖听他的，有时候甚至对他的话左耳进右耳出，但是今天再回想，很多事情他都是对的。

尽早并时常鼓励女儿

帮助女儿建立良好的自尊，可以从她还在蹒跚学步时就开始。女儿在学习或玩耍过程中，如果事情进展得不顺利，不要急着帮她完成，把问题留给她自己去解决，即使失败，也可以鼓励她再尝试一次。比如，当她堆积木时，如果堆得太高，积木可能倒塌，但经过一次次重新搭建，她就能学会自己思考如何才能让它不倒塌（此外，堆积木也能培养她的空间想象能力）。开始学走路时她们会经常摔倒，这时要让她们自己重新站起来。这些经历对孩子们来说不可或缺，因为只有这样，她们才能建立起足够的自信。

观察女儿，留意她所喜欢和擅长的都是什么。支持她做那些能给她带来快乐的事情，鼓励她去尝试新事物。但是，记住一点，不管用

什么方法，不要幻想把一个天生胆怯的孩子培养成“冒险王”，也不要期待把好动的女儿培养成宁静淡然的淑女，这些试图改变她们本性的尝试势必会失败。

父亲的爱与尊重对于女儿自尊的培养意义非凡。

当女儿还小的时候，你把她抱在怀中，轻柔地抚摸她，当你对她说话，听她咿咿呀呀，在她需要你时抱着她，她会感觉到自己的价值和被爱包围的温暖。当女儿感觉到这种来自父母的无条件的爱，并且慢慢发现这种爱是因为她们天生的价值，而不是对于她们的外貌或者表现的回应，她们才能建立良好的自信。

通过这种方式，即便你的女儿遇到挫折，或者未如你所希望的那么快乐，或者她的表现未能令你满意，她都能对自己的价值进行明确而恰当的评估。只要她感觉到了身边的爱，她的自尊心就会提升，因为她们知道，“父母爱的就是这样的我！”

孩子如何感知到父母对她的爱？通过感受父母对她的悉心照料，通过他们在她身上所投入的时间，通过感受父母对她正在做的一切表露出的兴趣和支持。非常简单，不是吗？你只需要像对待你最好的朋友一样，给予女儿尊重和支持。当她画出人生中的第一条线的时候，表扬她。你的鼓舞是她前行的巨大动力，她甚至会有一些新的尝试，没准她很快就能画出人生中第一个圆圈了！

父亲、女儿与游戏

在一项调查中，父亲们需要和孩子一起玩拼图游戏。调查发现：如果小男孩因为不能完成而发脾气，父亲会忽视他的态度而继续同他们一起玩，但是如果女儿因为失败的沮丧开始掉泪珠，

父亲会宽慰她们：“没关系，亲爱的。”女孩们能得到更多帮助。

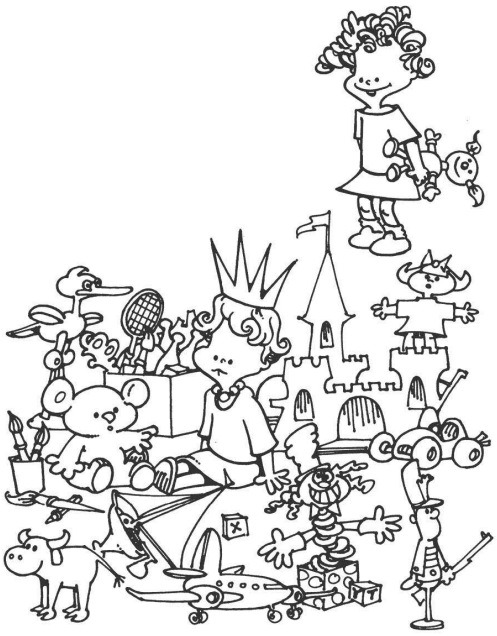
但是，如果女孩们经常得到这样的待遇，从长远来看，她们对待困难时会相对更缺乏勇气，甚至有时会故意表现出无助和脆弱。试图为女孩降低难度或者避免她们直面困难，这些做法不利于她们建立自信。像对待儿子一样对待女儿，让她自己去寻找解决问题的办法，最终她会成功，并为自己感到骄傲。

让女儿放飞想象的翅膀

无根据的批评、消极的判断、无知或讽刺性的评价都是有害的。我们经常听到父母甚至老师对一个孩子进行这种性质的评价，它们只会给孩子的心灵带来长期的伤害。在本节中，我想强调沉溺于电视节目对孩子的伤害。首先，这种单一的爱好妨害了孩子们进行各种积极的创造性活动，而孩子们正是通过积极的创造活动才能逐渐建立起良好的自我认知。其次，电视屏幕上一幅接一幅潮水般涌来的画面削弱了孩子们对于世界的想象力，而想象力是所有创造力的源泉。

人们参加的创造性的活动越多，就越能认同自身的价值。这也是为什么不要给孩子太多已经组装好的玩具的重要原因。对于他们来说，最好的就是自己去创造和实践。关于这一点，瑞典作家阿斯特丽德·林德格伦（Astrid Lindgren）写过一个非常美丽的故事，叫做“厌恶玩耍的公主”。这个故事中有一位深受宠溺的公主，她居住的城堡里堆满了各式各样的玩具，但是她却深感无聊烦闷。之后，来了一个名叫玛加的孩子，他带了一个特别简单的木头玩具。玛加是个充满想象力的孩子，他知道如何能玩出乐趣来。于是公主和他一起开始了快乐的游戏时光。

如今，许多幼儿园里专门开设了“无玩具日”。幼儿园的老师们知道孩子们有很多极具创意的念头，他们能利用家具、纸、胶水以及沙、水、木头、石头等天然材料玩出各种比玩具好玩得多的花样。



能把简单的东西玩出各种新鲜创意，并从中意识到自己的行为会对整件事产生影响，这样的孩子通常会成长为自信、心智成熟的人，他们极少成为被外在环境所影响的无助受害者。

---

[1] Nicky Marone，美国女性成就研究权威，在美国长期举办如何养育女儿的讲座。——译者注

如何应对恐惧？

每个孩子都会偶尔感到恐惧，但是无论在哪里，男性都不希望表现出他们的恐惧。社会对于女性在表现恐惧感这方面要宽容得多，这可能就是为什么女性比同龄男性更容易表现或承认恐惧。

哈佛大学心理学教授杰罗姆·卡根调查了男孩和女孩的恐惧。他历时几年时间对一组孩子进行研究，结果发现：即使处在学步期，女孩也比男孩更容易感到恐惧。然而在婴儿时期，在面对新的刺激,比如强烈气味或者色彩绚丽的悬挂物体时，男性婴儿与女性婴儿的反应几乎是相同的：他们感到好奇,但不害怕。14个月之后，他们之间会产生巨大的差别。恐惧感强烈的孩子，尤其是女孩，会心率加快，血液里的应激激素会增加，她们的面部肌肉更紧张，并且瞳孔放大。这些迹象反映了杏仁核的活动——杏仁核是大脑边缘系统的一个杏仁形状的核，它引发并记录人们的恐惧情绪。由于男性激素对杏仁核中的神经细胞有平稳作用，所以男孩较少表现出恐惧。

但是卡根也相信,尽管有生物学上的差异,女孩的过度恐惧也与父母或其他监护人的过度保护有关。如果你让孩子拥有正常的体验,包括意外跌倒,他们就能学会如何处理困境，无论是男孩还是女孩。

据观察，父母经常鼓励女儿放弃，因为他们认为很多事情对于娇弱的女孩来说都充满危险，太容易造成伤害。例如，许多男孩被告知要对可能发生的袭击进行勇敢的防卫，而女孩们却被告知作好心理准备接受这些事情，并且抑制好斗心。

接纳内心的感觉

生气是每个人都能体会的感觉。它有一个重要的作用：帮助我们承担责任，处理障碍，简言之，它能给我们面对某些困境的勇气。那些将怒气抑制在心底的人，其心理是不健康的。他们会产生胃疼、头疼类的疾病或者恐惧感。这些坏情绪如果没有得到妥善的排解，便会偷偷从潜意识中潜入我们的生活，甚至成为难以摆脱的心魔。

同样，人们并未意识到，恐惧和其他感觉一样，也有其意义和价值。恐惧感警告我们要留意所处的环境，并且沉着应对可能出现的危险。恐惧感帮助我们作好应对未知状况的准备。我们可以利用恐惧感，而不是被它控制，陷入无助的状态。在必要的时候，恐惧可以成为我们解决和处理困难的力量。

如何面对陌生而可怕的环境

比如说看牙医，这是一件通常情况下会令人感到害怕的事。告诉女儿：“我明白你的恐惧，当我们需要尝试新的事物时，我们都会感到恐惧。但那正是为什么你要去尝试的原因，因为只有做好这件事，你才能克服恐惧。”你需要告诉她，恐惧能帮助我们应对新的挑战：“虽然我感到害怕，但是无论如何我都会尝试。”这是一句非常重要的话，因为它帮助我们唤醒了内心沉睡的战胜困境的勇气。想象一下在牙医诊所会发生什么事情。一旦女儿顺利地接受了牙医的诊治，她会感到自己更加强大。“结束了，我成功了！尽管刚开始时感到害怕，但是我克服了我的恐惧！”那是一种不可思议的感觉。

这类积极的历练越多，你的女儿就能够越好地处理她的恐惧情绪。你可以提醒她：最初她害怕骑自行车，害怕水，也不喜欢去学校，但现在这些都让她乐在其中。



如何减轻恐惧感

还有几种方法，可以帮助你的女儿逐渐减弱内心的恐惧感：

训练女儿的动作技能。通过探索身体的能量，我们学会如何控制我们的身体，这能帮我们提升对于身体的自信，从而降低恐惧。动作技能的提升可以通过一些简单的游戏，例如，把女儿举过头顶，让她们“飞”起来，或者和女儿恣意打闹一会儿，或者玩玩“骑大马”的游戏。体操是很好的运动项目，你可以让女儿学习一些简单的动作。要注意不要把孩子们互相比较！观察你的女儿喜欢什么，然后按照她所喜欢的，鼓励她去作相应的提升性锻炼。

唱歌同样也是一个对抗恐惧感的好方法。如果你经常不由自主地和女儿一起唱歌，这些歌曲就能在许多情况下帮助你的女儿克服恐惧。也有一些CD或者录音带可以帮助孩子们克服恐惧。但是记住，不要把你的女儿单独留下来听音乐，而是要与她们一起大声唱。每次你女儿感到有成就感时，她就是在提升信心，减少恐惧。

放松练习也是一种对抗恐惧的方式。一个懂得怎样使自己放松的人能够控制恐惧，也能更有自信地降低恐惧感。晚上讲故事时讲一些充满奇幻色彩的情节，或者引导女儿做一些放松的练习。这会是女儿的生活中一笔真正的财富。你可以在图书馆找到这样的素材，那里有许多图画书讲述孩子们如何克服恐惧的故事。

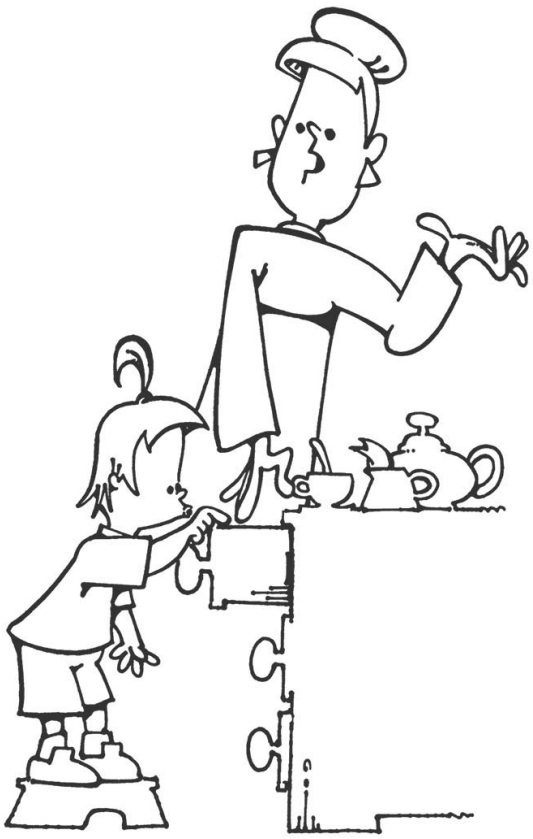
以奇幻故事减少恐惧

不论孩子们信奉哪种宗教，他们都会喜欢守护天使的故事，他们认为守护天使是一个充满善意的仙子，经常来到人间安抚他们。这个角色可以用来帮助你的女儿减轻恐惧，特别是当她晚上难以入眠的时候。

守护天使的旅行

放松身体，直到你感觉完全舒适……感觉你的呼吸节奏……感觉你的脚……你的腿……你的胃……让你的胃变得柔软……感觉它在随着你的呼吸起伏……感觉你的背部……你的胸部……你的肩部……然后想象一下，当你吸气的时候，通过双臂运送气体，最后通过指尖呼出……现在感觉一下你的颈部，你的头部……你的下巴……你的上下颚柔软地躺在你口腔的底部……你的面颊非常柔软和放松……现在想象一下你下一次的呼吸穿过了你右边的身体，从脚趾呼出……再想象一下你下一次的呼气像鲸鱼一样从头顶呼出……现在再想象你的呼吸有了一种让你感觉非常舒服的颜色……所以，你被包裹在这种颜色的气流形成的球体中……你在那儿舒适安全地躺着……你在球体中开始一段旅程……去土星或者去月球……不久之后你会看到你的守护天使……你可能会遇到她，或者你可以想象她在哪儿……但你觉得这种感觉温暖而安逸……可能你的守护天使正在给你传递一条非常重要的信息……一句话……或者一幅漂亮的图案……当然你随时都可以去拜访你的守护天使……你正在慢慢滑向地球……返回这间屋子……你现在正在舒展自己……你现在恢复精神，清醒了。

父母的恐惧感



父母常常为孩子感到担忧，这一点也不奇怪。他们知道孩子们可能面临的危险。当然在一定程度上，这种担忧是必要的，因为它提醒我们尽到父母的职责，保护孩子免受伤害。当他们坐车时要给他们系好安全带，让他们远离洗衣机，不要在学步期的孩子活动范围内放置热水、热饮料，泳池必须用栅栏围起来等。负责任的父母知道所有这些防护，但是仍有很多孩子会在家中遇到危险。

对于家长来说，了解下面这个观点非常重要：如果你总是过于保护孩子，不让他们经历一些正常的体验，那么他们更有可能发生危险。比如，孩子们需要在不断摔跤的过程中慢慢学会如何不摔跤——摔跤对于孩子们而言是不可或缺的经历。

父母保护孩子的最好方式是，一点一滴向她们展示生活中可能出现的问题，以及应对的办法。例如，给女儿演示怎样关门和开门，门周围的哪些地方容易卡到小手指；怎样穿上和脱掉内裤；向孩子证明火柴和茶壶是烫的（需要非常注意）；告诉他们刀很锋利；当从沙发上滑落时，要用脚而不是头着地。如果你允许他们爬树，从小山上滚

下来，玩平衡游戏，玩水，或者倒着走路，那么你其实是在保护孩子。在一个有保护的环境里积累经验是对孩子最好的防护。

孩子中的勇敢者与胆怯者

你也许已经注意到有些孩子是“谨慎者”，而其他孩子是“冒险者”，这种分类无论对女孩和男孩都适合。对于谨慎型的孩子应当给予更多鼓励，促使他们多做尝试，挑战自我。对于喜欢冒险的孩子，我们应该给他们充分自由去体验他们想要的经历——在有充分保护的前提下。

如果你的女儿是个大胆的“小捣蛋”，支持她！顺应她的天性，尽管这可能并不符合当下社会对女孩的期待，或者不符合你自己对女儿的期待。注重培养孩子优点的父母比起试图消灭孩子缺点的父母更能事半功倍。支持她发挥自己充沛的活力。孩子们将从尝试去做的每件事情中收获经验——并且为之自豪。自豪感是形成稳定而强烈的自尊心的基础。这是让女儿既不会起害人之心，也避免成为受害者的心理基础，因为，一般而言，犯罪分子和受害者的自尊都极为脆弱。我稍后再回到这个话题。

女孩们特有的恐惧——暴力侵害

有一些恐惧感只有女孩会有，没有任何一个女孩能完全摆脱这种恐惧感。当有女孩被攻击、强奸，遭遇谋杀或者绑架时，这些恐惧会一次次地被公开证实。男人能够为女人做些什么——在有些情况下，父亲能够为女儿做什么——这个问题萦绕在所有女孩的父母心中。

对于这些问题你将如何回应？首先，如果你也有这种恐惧感，正视它。压抑并不能帮助你解决问题。相反，要仔细回想：它是如何形成的？你自己曾遭遇过（性）侵犯吗？如果有，试图同心理医生深入探讨这些经历，这样你就不会在无意识中把你的恐惧传递给女儿。这是打破恶性循环的唯一方式。

如果你没有经历过暴力，你的恐惧感可能基于新闻报道、书本或者电视。当一个女孩在澳大利亚或新西兰的某个地方被谋杀，这就会成为新闻。尽管每天都有女孩死于事故或疾病，这些死亡事件却被认为没有新闻价值。我们知道的很多事实是被媒体以歪曲的形式呈现出来的，这意味着你的恐惧感被媒体所强化。如果你提醒自己，媒体所描述的生活是不完整的，它并不能控制我们的行为，这将大有帮助：我们大多数人不会在出行前太过纠结于交通事故发生频率，尽管我们知道遭遇交通事故的可能性比成为暴力事故的受害者可能性大得多。

社会评论家玛戈·凯斯门曾经这样评论该问题：“一方面，家长们对于‘恋童癖’的持续担忧使孩子们背上过重的精神负担，另一方面家长们忽视了对孩子发起暴力攻击的人常常是朋友或亲戚这样一个事实。我们的恐惧和预防措施被引上了错误的方向。人们总是强调，自信是对暴力攻击的最佳防范。这就是为什么加强自信心而不是传播使自己弱小的恐惧感更重要。”

不要认为什么都是理所当然的

失去孩子的可能性总是存在的。你应当领悟到你和孩子共度的每一天都是美好的。信任和忠诚就是对她们最好的保护。而且，你的每一个微笑都有意义。如果你知道孩子明天将要离开，那么今天你的表现会有何不同呢？

习得性无助

一项心理测验表明，孩子们在面对困难时会采取不同的方式，而这些方式和性别是无关的。在一项测试中，那些智力和受教育水平相似的孩子被分在一组，其中一些孩子在应对困难时积极努力，而另一些孩子却茫然不知所措，尽管实际上他们曾经轻松处理过这些任务。

差别来自何处呢？通过考验的孩子不断鼓励自己，他们不因自己的错误而迟疑，并且预测自己一定能够获得一个不错的成绩。在遇到困难时，他们会对自己说：“再试一次，这个问题迟早会被我解决的！”屈服于失败的孩子则对自己说：“我不会做这个！”在这个测试中，女孩比男孩放弃的多，尽管女孩在智力水平上比男孩高。

另一项研究也显示了相同的结论。在这项研究中，男孩和女孩都被询问为什么他们在一项特定的考试中获得好成绩。大部分男孩把好的表现归功于自己的智力和努力，而很多女孩却说她们表现好是因为任务太简单了。也就是说，她们把自己好的表现归功于有利的外部条件，而不是她们自己的实力。反之亦然，男孩们通常将失败归结于外在因素，而女孩喜欢将其归结为自身的原因。

这些结果对父母有重要的警示意义。如果你的女儿犯错误了，鼓励她汲取失败的教训。“如果那样不行，那么我们应该从中学到些什么呢？”然后再告诉她，“亲爱的，我敢肯定你能行，再用别的办法试试看！”

通过思考解决问题

无助是对于行为和结果之间的关联缺乏认识而导致的一种情绪。简单地说，这是一种想法：“我怎么做都没关系——反正这个问题是解决不了的！”如果你仔细观看一个刚学会走路的小孩如何玩耍，你就会发现她在尝试中所获得的快乐。她会为找到打开一个模型的正确方法、用锅盖制造噪音、烤制“泥巴派”或者爬梯子而深感快乐。

当父母遏制了这些最自然的探索欲并且对她们说“别动，你不可能做好这些”，或者“不，那太难了”，孩子就会变得越来越灰心。很快她就会认为：“无论我多么努力地去尝试，我都不可能做好这个！”

甚至成年人也有这个心理，每个人都在用自己的方式解读事实。一个关于马粪的笑话生动地诠释了这个道理。两个人在生日那天得到了同样的生日礼物——马粪，他们其中的一个被吓到了：“这种糟糕的事总是发生在我身上！”另一个人则想：“万岁，我得到了一匹马，但是它逃跑了——我必须找到它！”

那些不轻言放弃并且相信自己的人认为所有事情都是在不断变化的：也许你今天不能处理某事，但明天你就有能力成功处理它。而且他们会把问题看成挑战，如果失败了，他们不会习惯性地责备自己，而是会进行思考并围绕问题寻找方法。

犯错是必需的，重要的是不要消极地评价它们。犯错应该被看做是找到新的解决方法的动力。

因此父母必须仔细考虑怎样鼓励女儿，强化她们对于自己能力的信任。其中一个要领是使用积极的语言。例如：“你可以得到它！”“你没问题！”这些语句能够培养女儿的毅力，并强化她们对于自己能力的信任，有助于避免她们因为所犯的错误自惭形秽或者成为听天由命的弱者。

不幸的是，我们的社会中普遍存在批评孩子或者将她们和其他孩子作比较的情况，这些都会误导孩子。打击性的言辞非但不能激励孩子，反而会使他们丧失信心。记住：每个孩子都是独特的，他们有着自己独特的才干、能力和经历。

为喜欢冒险的女孩准备的奇妙旅程

（适用于3岁女孩）

接下来的奇妙旅程只是一个案例，你可以自己为女儿发明一种适合她的奇幻旅程，可以把她最喜欢的人物都放进去。在此期间，女儿可以躺下或静静地坐着。

森林里的一个动物

让自己全身放松，直到你感觉特别舒服……你感觉到你下面的大地了吗？……它正承载着你……想象你正身处一片美丽的森林……环顾四周……也许你能听到一些特别的声音……或者闻到什么特别的气味……或者感觉到一些特别的东西……突然你发现一个又小又可爱的动物……你不知道这是什么，你十分惊讶……也许你想要抚摸它……也许你想要告诉它什么……这个动物告诉你什么了吗？……现在是该对它说再见的时候了……你可以继续和它见面……现在活动你的四肢，回到房间来，恢复精神，清醒过来。

爬山

想象我们正在爬一座非常高的山……山上有很多石头，但是你对于自己落脚的地方非常小心……你知道怎样去做……我们爬得越来越高了……我们的头顶是太阳……它正温暖地照耀着你……现在我们来到了山顶，俯瞰着山谷……看到房子、车子和人们，从这儿看起来它们是多么小……将一切尽收眼底之后，我们下山了……我们感到非常自豪……同样回到房间，活动你的四肢，恢复精神，清醒过来。

海豚

今天我们去海滩……这是温暖的一天，我们望向大海……在那儿我们看到一个海豚跃出水面……又跳出一个！……现在我们想要游泳……现在我们跳进清澈的海水……哇，看我们溅起了好多水花呀！……我们游向海豚……并且和它们一起嬉戏……然后我们跟它们说再见并游回海岸……我们知道改天我们会再见面的……然后我们从海滩回到房间来，活动你的四肢，恢复精神，清醒过来。

战胜阻碍（5岁以上孩子适用）

今天你骑着心爱的马儿……它的颜色和长相让你感到惊奇……它喜欢你……你可以感觉得到……现在你可以上马了……你骑着这匹马……去一个你非常喜欢的地方……环顾四周……感受它特殊的力量……感受这种快乐……你们行走在你最喜欢的路上……现在有一个障碍物挡在路上，但是你们知道自己将会跨越它……成功了……是的，你们是一个了不起的组合……现在……又来一个障碍物……你再一次跨越了它…你一直骑着马……直到你们都又回到这儿……和你的马说再见……直到下一次再骑它……活动你的四肢，恢复精神，清醒过来。

飞翔的地毯

想象一个可爱的、五颜六色的地毯……它非常舒适柔软，你喜欢躺在上面……而且你知道这个地毯会飞……当心！它飞起来了……它带着你飞出窗户……你的朋友正好从下面走过……你向她打招呼……它飞得越来越高……你知道怎样驾驭这个地毯……你知道怎样让它飞得高一些或者低一些……然后你看到了你很久以来一直想看到的东西……也许是动物园……或者是另一个城市……海洋……或者很特别的一种东西……等你尽兴后，又飞回家中……然后回到你房间去休息……活动你的四肢，恢复精神，清醒过来。

女孩和宠物——绝佳的组合

很多孩子都希望拥有一只宠物。孩子应该和小动物建立亲密关系并学会照顾它们。当然如果你女儿不想养宠物，我也并不想说服你去养一只，因为在这种情况下宠物通常会被忽视。但是我敢向你保证，如果你的女儿准备好养宠物，它们会让她的生活丰富多彩。

如果女儿想要一只宠物，要记住她能够独自照顾宠物的最小年龄是8岁。如果她不到8岁就养了宠物，你就必须不断地帮助她，一遍又一遍地提醒她该对宠物做些什么。

学校的宠物

如果你反对养宠物，也许你可以要求女儿就读的学校养一些宠物。这在很多学校都有过先例，因此你的要求是非常合理的。我知道一所学校在课间休息时，男孩们踢足球，女孩们则跑向她们的兔子、豚鼠甚至马儿。这样做的积极影响是这所学校的人身侵害和暴力事件明显低于平均水平！

而且放学后，总是有一些父母和他们的孩子一起在校园里照顾宠物。我哥哥教学的这所学校养着植物、老鼠、鱼和其他东西——一群学生照顾它们，其中女孩比男孩多。

那些学习照顾动物的人在照顾孩子时显然更无微不至。这是因为他们在照顾动物时，通过仔细观察而练就了敏锐的观察力和感知力。宠物也会回报你很多：它们不会拒绝你，而且它们无条件地爱你。这些经历对孩子来说是非常重要和有意义的。



育儿贴士：

自尊心不仅是女儿情感发展的基础，还能够帮助她减少恐惧感。

当女孩和父亲相处融洽时，她更容易建立起更强的自信心。

所谓的消极情绪如恐惧和愤怒是非常正常的，不应该被刻意压制。

我们都想保护自己的女儿免受伤害，但是如果想让她们学会重要的生存技巧，就不应该对她们过度保护。

当心“习得性无助”的陷阱——帮助你女儿养成更强的自信心和乐观进取的态度。

养育宠物在女儿情感发展和责任感形成的过程中起着重要的作用。

晚饭期间的歌声

肖恩

当我的女儿泰莎5岁时，我们全家去一个酒吧吃晚餐，这个酒吧允许孩子们在特定区域玩耍。其中一个区域正在举行一场卡拉OK比赛。一群醉醺醺的男人和女人唱着他们最喜欢的洗澡歌，并时不时地鼓掌，饮酒。然后泰莎决定去唱歌。她一直是一个音乐

爱好者，那时她最喜欢的歌手是辣妹组合。她最喜欢辣妹的《Stop》。我把女儿的想法告诉了卡拉OK比赛的组织者，几首歌之后就轮到我女儿了。我知道她很紧张，但是她下定决心迈上了舞台，用她的小手拿着（看起来很大的）麦克风，随着背景音乐她唱出了这首歌。她只忘记了一处歌词，这太棒了。在整个表演过程中，她的台风非常棒，多数时候她会看着对面的墙，偶尔看一下人群里熟悉的面孔。当她唱完时，屋里爆发出热烈的掌声。

我从来没想过唱卡拉OK，也没想过从现在开始唱，但我为泰莎和她的勇气感到无比骄傲。她从来不逃避挑战，总是热衷于尝试一些新的东西。但愿她一直如此！

全方位发展的小天才

黛比

我们的女儿像一块海绵。开学后短短数月间她所学到的东西简直让人惊奇不已。就在昨天晚上，我故意对丈夫说："星期三你想去看《怪物史瑞克》吗？"

我女儿听懂了，转过身来说："是的，我星期三想去看《怪物史瑞克》。"

我对丈夫说："她太聪明了。"

她宣布道："我很聪明，是吧？"

她是不是能明白"聪明"的含义呢？我不是很肯定，但是她确实是一个聪明的小家伙。

另外一件让人惊奇的事情是她对于绘画、写作和做手工——任何东西都很有激情。她一天到晚不停地做事情，问一些问题，比如怎样做好这个或者怎样拼写那个，以确保她能够做好卡片或

者写信。我希望她对创造和学习的激情在若干年后不会消退，她太多才多艺了，我不希望看到有一天她的才艺凋零。

第五章
社会环境对女孩的影响

当女儿第一天上学时，作为父母，你可能会预料到她是能够在学校里如鱼得水，还是会觉得困难重重。很多孩子在迈入社会第一步时都充满好奇，但是另外一些孩子认为前方充满了障碍和困难，他们需要时间去适应。对于父母来说也是如此：很多父母在看到孩子走向外面的世界时感到舒心，而另外一些父母则是忧心忡忡。



当女儿在各种教育机构开始她的生活——不管是幼儿园、托儿所还是小学，理想状况是，父母带领着孩子逐渐适应学校或者托儿所的生活，直到有一天她自己愿意待在那儿。她们在这些教育机构所度过的时间和收获的经历有助于塑造她们的心性。也许你的女儿第一次成为一个小组的成员，或者第一次和男孩们相处，还有许多其他精彩的经历。她也将逐渐学会承受失望和解决矛盾。

多年来，家长和老师们都一直在试图解决学校里的性别成见。从下面的例子我们可以看到这为什么是必需的。5岁的伊娃正在玩球，这时，同龄的卢卡斯走过来抢走了她的球。伊娃哭了并向老师诉苦，而老师仅仅回答道：“不要老是打小报告！”

在这个例子中，老师支持男孩的行为而不去解决矛盾的根源，女孩受到责备了并感到很委屈。在同样的情况下，有的老师可能会告诉伊娃：“卢卡斯太调皮了，他不能再继续这样了！”并且会惩罚卢卡斯。

这两种方法既不能帮助伊娃，也不能帮助卢卡斯。这两种处理方式仅仅加深了性别成见的影响。考虑得更加周全的老师会鼓励伊娃保护自己——并且在她试图拿回球的时候支持她。这样的老师同样也不会忽视卢卡斯——他们会告诉他：得到球的方式不应该是抢夺，而应该是请求。

如何应对性别成见

父母能够帮助孩子在幼儿园里得到公平对待，尽量避免他们受到陈旧的性别成见的影响。这也适用于小学。在家长会上，父母和老师们可以一起努力使学校成为一个没有性别偏见的地方。这些成年人都有机会在孩子们的日常生活中向他们灌输新的行为方式和经验。

角色扮演的方法在学校里非常有用，因为它能够促使男孩和女孩们扮演与其性别相反的角色。5岁以下的孩子不适合做这个，尽管他们也已经对性别之间的差异有所意识，但他们还是需要练习一些稍显夸张的动作以加强意识，这样，在之后扮演角色时效果才会更显著。

我曾经和孩子们根据图画书或者神话故事进行角色扮演，那是非常愉快的经验。当角色扮演是为了分享快乐，而不是怀着野心或压力进行正式演出时，每个人都能从中获得愉悦的体验和丰富的收获。

有些活动需要把男孩和女孩按性别分组——这不是因为女孩们擅长某一类事情而男孩们不擅长，或者相反。例如，当一群男孩在做木工活时，如果其中一个男孩不小心伤到自己，而旁边没有女孩来安慰他，那么就需要一些男孩站出来充当安慰者的角色；同样，在女孩组里，一些女孩子可能会展示她们在手工劳作上的灵巧和敏捷，因此她们代替男孩，成了其他女孩的榜样。在这些用心营造的环境下，女孩和男孩就有机会打破性别成见的约束。

当你在为你的女儿选择学校时，请仔细阅读该学校关于教学目标的说明，找到其中关于性别角色的描述。如果你对这些不满意，咨询学校的相关人员，弄清楚学校在这方面的定位——如果

你感觉在性别定位上学校的立场与你的相左，尝试去改变它。这很重要，因为将来你要依据这些说明来讨论女儿在校期间的所有事情。

表达愤怒

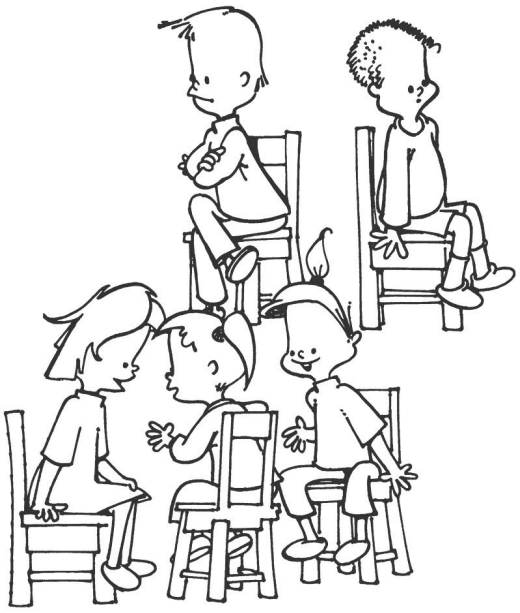
我们都知道，女孩经常会压抑自己的愤怒和不满，把这些情绪深埋心中。一些女孩子把这些情绪归咎于自己，这会导致她们产生自卑情绪，或者无法充分展现自我，在极端情况下甚至会选择自杀。对于女孩来说（实际上，这也适用于男孩），对愤怒和不满处理不当会有损健康。它会导致自尊心脆弱，从而影响一个人的一生。因此，前文提到的伊娃和卢卡斯之间的事情似乎看起来微不足道，但是老师如何处理就至关重要了。

“如果女孩们在幼儿园就得到老师的支持，去正确认识和对待自己的愤怒，或者得到机会，比如测试内心的能量和勇气，她们就会懂得对他人负责与坚持维护自己的权益是相统一的，就像和谐和对立的关系那样。”

——多尔特·斯托尔

女孩们如何交际

许多父母可能都在圣诞节时送给他们一岁大的女儿一个玩具卡车，但她一点也不感兴趣——无论爸爸怎样试图使这个礼物更具吸引力。对于大部分女孩来说，男孩子的玩具是无趣的——我儿子那些五颜六色的乐高积木块丝毫不能引起她们的兴趣。她想要的是玩具娃娃和玩具马儿！



语言学家德博拉·塔内和其他女科学家已经证实，即便在年龄非常小时，女孩和男孩的表现已经有所不同。社会环境对于女孩们来说非常重要，许多女孩甚至在3岁时就已经有了“知心伙伴”——这是个相当成熟的概念。如果你给一个3岁女孩讲一个情感故事，她们会表现出清楚明确的社会性思维，她们“懂得”什么是情感，以及情感怎样影响人们以及身边的人。在一个小组里做游戏时，女孩们会试图达成共识，并表现得很体贴，这样就不会使她们的女伴感到伤心。相反，同龄的男孩子通常会打架，以此来确立支配顺序。

德博拉·塔内让幼儿园里的几对同年龄段的好朋友（包括男孩和女孩）搬椅子到一个空房间坐下来。女孩们立刻就坐得很近，开始谈话，并保持眼神交流。而男孩子会不断地把椅子放在不同地方，他们只有简短的口头交流，而且很少看对方。

一旦女孩们知道自己长大后会成为女人时，她们就会开始想象关于怀上并且养育宝宝的事情。我仍然清楚地记得我两岁大的儿子怎样把他的玩具娃娃凑近想象中的乳房吃奶。过一段时间后，当他们意识到自己不会怀上宝宝时，玩具娃娃就会被扔到某个角落，而且再也不会被拿出来。

我想要强调的是在这些所谓的“规则”中总会有一些例外。并不是所有的女孩都对玩具娃娃感兴趣，偏偏有些女孩想要堆积木、玩玩具汽车和起重机，她们应当得到允许和支持。试图引导你的女儿对某一特定玩具感兴趣是不明智的。相反，你应当支持女儿的爱好，让她有各种不同的体验，支持并帮助发展她的喜好——因为那是对她最好的鼓励。

适合小女孩的玩具

下面我所列出的玩具几乎是每个家庭里都有的简单物件。

适合6个月大女婴的玩具：

☆ 无毒材料，如盖子、纺织品、布和木质东西。

☆ 天然材料，如松果、石头和树叶。

☆ 不同形状的东西，如项圈、积木、杯子、项链。

☆ 简单的发音玩具，如音乐钟或球。

☆ 筛子、漏斗、水。

适合7~12个月大女婴的玩具：

☆ 天然食品，如胡萝卜、香蕉、苹果。

☆ 球类。

☆ 各种不同材质的纺织物（用于孩子爬行），如棉布或者羊毛毯等。

☆ 有螺旋盖的容器（足够大，不至于被塞进嘴里）。

适合1岁以上女孩的玩具：

☆ 适合推拉的马车

☆ 爬行通道（管状）

☆ 搭建洞穴和棚子的板片

☆ 球和气球

☆ 钟

☆ 简单的小鼓

☆ 木质积木块

适合2岁以上女孩的玩具：

☆ 角色扮演所需的系列物品——帽子、袋子、钱包、当做商店收银台的平板

☆ 玩具娃娃、充气动物

☆ 蜡笔、大张纸片

☆ 手袋木偶

☆ 简单的拼图

适合3岁以上女孩的玩具：

☆ 表演稍大一些的戏剧场景所需的系列物品，如木偶剧场、农场、城堡

☆ 剪刀

☆ 颜料盒、胶水

☆ 工具盒、工作台

☆ 玩具娃娃的火炉

☆ 急救包

我们应该如何对待芭比娃娃

在回答这个问题时，我借鉴尼基·马罗内的答案，她写道：“芭比娃娃不仅仅是一个娃娃，她是现代女性气质的象征，是承载男性幻想的象征。而且，她会伤害许多女孩的自信心。”

芭比娃娃受到全球女性的宠爱已经超过了40年，在此期间，几百万芭比娃娃被售出，所以，在将来，你的女儿很有可能会拥有一个芭比娃娃。她对于女孩的意义甚至远远超越一个洋娃娃本身的意义。

芭比娃娃的造型看起来非常像一个谙熟市场推广策略的推销人员对于男人心中理想女人的想象：苗条、长腿、丰满、年轻的金发女郎。

所以你将怎样对待芭比娃娃呢？首先，你应该关注自己。你儿时是不是也有一个芭比娃娃？你和她朝夕相伴成长吗？你以前是否希望自己长得像芭比娃娃？现在仍旧这样希望吗？

尼基·马罗内写道：“一部分问题源于我们自己对于美的矛盾看法。我们中的大部分人，都希望长得像克劳迪娅·希弗或者辛迪·克劳馥。所以，问题的中心不在于是否希望长得像芭比娃娃。我们仅仅是在抵抗‘必须美丽’的压力。”在决定是否给你的女儿买一个芭比娃娃之前，回顾一下你自己关于美的理想。对于女人来说，美所造成

的压太大了，以至于大部分女人都屈服于这个要求——于是我们也把这种压力传递给女儿了。

忘记那些关于性别的成见吧！

最后，不管你买还是不买芭比娃娃都说得通。如果你拒绝为你的女儿买芭比娃娃，请向她解释原因。如果你给她买了一个，也不会导致世界末日。不管你是否决定买，向女儿说明你对芭比娃娃的看法，并告诉她芭比会引发你怎样的感觉。向她说清楚为什么当今的芭比娃娃有着踮起的脚尖和精美的高跟鞋，并且告诉她穿上高跟鞋后不能做的事情。女儿会相信你所说的，因为让芭比娃娃具有如此大的吸引力是因为，她是以一个成熟女郎的姿态出现，而不像其他娃娃一样是一个单纯女孩。

女孩们喜欢密切关注成年女性，并且模仿她们崇拜的那些偶像。你可以让芭比娃娃成为一个积极的、具有模范性质的角色——把她打扮成探险队领袖、飞行员或科学家。当你和女儿一起玩时，采用这种方法，至少你能对女儿的期望产生一点影响。你甚至也可以以此对现存的性别成见进行力所能及的冲击。尼基·马罗内与芭比娃娃的对话可能给你一些参考：“芭比你好！我是梅丽莎，听说你今年夏天去过峡谷漂流，我有些问题想问你。我需要哪些装备？我需要自带头盔和救生衣吗？除了这些，我还需要什么？”或者：“芭比你好，你还记得我吗？我是卡罗尔·麦金泰尔博士，是斯坦福大学环境科学的教授。我从我的一个女同事那儿得知，你最近发明了一种新型太阳能电池……”

怎样对待芭比娃娃？你可以自己决定。我没有给女儿买芭比娃娃，但是她奶奶买了。如果她没买，女儿也会用零花钱自己买回来。我向女儿解释为什么我不喜欢芭比娃娃。尽管如此，她还是喜欢和芭比娃娃玩。然后有一天，芭比娃娃被淘汰了，女儿很快就买了自己的

高跟鞋。当然，不是每一件事都能在你的掌握之中。这也没什么不好，但是不管怎样，你都应该可以而且一定要给出自己的立场！

告诉你一个朋友给我讲的笑话。她有3个女儿，这个笑话是其中一个名叫莉莎的女儿讲给她听的。一名妇女去商店买芭比娃娃，售货员给她展示各种各样的款式：“这是骑马的芭比娃娃，售价25美元；这是打网球的芭比娃娃，售价22美元；这是婚礼中的芭比娃娃，售价是26美元；而这个离婚的芭比娃娃，售价则需要100美元。”妇女奇怪地问售货员：“为什么最后那个离婚的芭比娃娃要这么贵呢？”“因为如果你买了这个娃娃，你还可以得到她前夫的别墅、游艇和露营车。”售货员随声答道。

阅读的意义



如今，孩子们在很小的时候就能够了解对方。很多孩子在上学之前就已经对家人和周围其他家庭的成员非常了解。他们在学前班和其他孩子见面、交朋友，还常会去别人家里和他们一起玩，甚至可能在他们家中过夜。通过这些方式，孩子们得以了解身边其他的家庭。

同样，孩子也可以通过书籍去了解别的小孩和他们的家庭。电视无法代替书本。有了图画书，无论什么时候，只要孩子们喜欢，她们可以一遍又一遍地静静阅读。尽管有些书可能只有文字，没有图画，但孩子们可以自己根据文字进行想象，然后把它画下来，不管是在脑海中还是在纸上，这都是创造性的成就。但是，电视却无法让孩子有这种成就，它让孩子们陷于被动状态。

女孩的第一本图画书应该简单些，每页最好只有一种物品。如果你愿意的话，也可以把图画绣在布上。这样你的女儿可以动用她的各种感官去感受这些图画。在为女儿选择图画书时，最好挑选情节中包含有女性的图画书，同时你需要检查一下，这本书中对于女性的描绘和你的期望是否相符？回想一下你的童年，谁曾经是你心中的女英雄。而这女英雄是来自哪部书籍、哪部电影或者哪张唱片？

我最喜欢的童年读物

在少女时代，我已经读完了埃里希·科斯特纳（Erich Kastner）的所有著作，她的著作里有许多坚强的女主人公。她的《安娜路易斯和安顿》（*Annalouise and Anton*），讲述了一个了不起的小女孩与麻木不仁的母亲的故事，《莉莎和洛蒂》（*Lisa and Lottie*，我和我姐姐都喜欢），则描述了一个聪明女孩的各种冒险经历。

我也喜欢读阿斯特丽德·林德格伦的书，尽管我已经把她的很多书读了将近20遍，但我仍丝毫不觉厌烦。在那些书里，我遇见了长袜子皮皮，一个为所欲为的女孩，同时也是一个充满幽默细胞和想象力的女孩。所以很自然，她甚至比男人还强壮。你读过《布莱尔比村的孩子》（*The Children of Bullerbu*）这本书吗？在这本书里，林德格伦描述了她自己的童年。女孩们的确都穿着裙子，因为那个时候她们还不习惯穿裤子，她们也从来不允许自己被男孩子捉弄。事实上，她们在许多方面比男孩更优秀，而且她们自己也知道。尽管没人比拉斯（以作者的兄弟为原型的人物角色）更善于发明创造，但男孩子们并不是所有游戏的获胜者，而且男孩和女孩都得去帮助父母干活。在布莱尔比，尽管孩子们有共同的游戏，但是也有些女孩玩的游戏是男孩没法理解的。在林德格伦的书里，所有女孩都曾爬上屋顶，我好喜欢这个隐喻。站上屋顶的感觉是奇妙的，因为站上屋顶你就拥有了广阔的视野。

马蒂塔是林德格伦书里另一个了不起的人物。她的父亲是一位著名的记者，她也在很多方面和父亲相似。她是个坚强的女孩，知道自己想做什么和该怎样做。她和另一个名叫米娅的女孩打架，但是同时她又是一个充满同情心、乐于助人的女孩。马蒂

塔发明了许多有意思的游戏和她妹妹一起玩。我们设想一下，如果她整天坐在电视机前面，她能做到那些吗？我想她不能。

书籍影响着我们的一生，所以你给女儿读什么书，以及女儿以后自己会读什么书，就显得尤其重要。除了上面提到的那些书籍，你也可以考虑下L·M·蒙哥马利所写的《绿山墙的安妮》系列丛书，以及劳拉·英格斯·怀尔德（Laura Ingalls Wilder）所著的《大草原上的小房子》系列丛书，二者都以坚强自信的女孩的冒险经历为主题。有空和女儿一块儿去书店走走，你将会有些有趣的发现。

童话故事

在几乎所有的童话故事里，女性都扮演着十分重要的角色。仅此一个理由，就足以让你重视它们。

你不能强迫孩子们看童话故事。我女儿在小的时候就很不喜欢童话故事，后来随着年龄的增长才逐渐对童话故事产生了兴趣。有的小孩不喜欢童话故事，有的小孩却喜欢，还有些孩子看得出确实需要童话故事。

你在童年有最喜欢的童话故事吗？我有好多，尽管加起来总共读了快有100遍，但是每次读来仍然都觉得有所启发。对我来说，那些童话故事是一种传递古老智慧的方式。

以白雪公主的故事为例。在原始版本中，想杀白雪公主的是她的亲生母亲，而不是她的后妈。一个女人看到自己的美貌逐渐消逝，而同时自己的女儿却变得越来越美丽，在情感上是件很难接受的事情。嫉妒的毒药因此慢慢发作。白雪公主的故事发生在人迹罕至的森林

里。当她和七个小矮人在一起时，她被毒倒了。七个小矮人无法将她救活，因而，将她留给了王子。王子抬着白雪公主在崎岖颠簸的森林里行走，而颠簸也使白雪公主嘴里的毒苹果掉出来了。她复活了。这个故事最终有个美好的结局，就像其他童话一样，尽管故事中涉及可怕的折磨或是令人痛苦的长途旅行，但它们都有完美的结局。难道这不是令人欣慰的寓意吗？

在德国童话《喷火龙王》（*King Lindwurm* ）里，则讲述了一个国家被一条龙威胁，最终牧羊人的女儿拯救了自己和国家的故事。在听了一位睿智老妇的建议后，她将那只怪物——一头没有翅膀的龙，打回人形。这里面所涉及的，不是狡猾女性所耍的伎俩，而是扎根于民族文化中的深厚智慧。

在睡美人的故事中，女主人公和白雪公主一样，无法逃脱命运，直到她的男性救星来到身边并将她吻醒。而其他所有企图救她的人都被困在荆棘里。（但是为什么国王要如此顽固，只邀请了13位拥有魔力的老妇中的12位参加宴会呢?）

> 童话故事告诉我们所有的问题都能够得到解决，只要你敢于面对挑战，沿着自己的方向前进，永不放弃，就能成功。

童话故事告诉我们，没有什么事情是不可能的。只要你不放弃，任何困难都能够得到解决。一个人只要拥有一颗开放的、善良的心，她就会变得聪明富有。在自然环境中，比如森林里，或者在深山里，善良的心将会把你带向目的地。这寓意就是告诉我们，这样做我们能拥有自己的王国。总之，童话故事告诉我们所有的问题都能够得到解决，只要你敢于面对挑战，沿着自己的方向前进，永不放弃，就能成功。

小女孩和服饰

我的女儿在很小的时候就对服饰有强烈的兴趣。她很小就能够自己穿衣服，脱衣服，并且不断地变换自己的服装和打扮，从中获得许多快乐。而且只要她看到一些金属扣在某处闪闪发光，她就想要，珠宝也是一样。这让我感到惊讶，因为我从不佩戴贵重首饰，而且她也不看电视，并未获得这方面的借鉴。

在她14岁那年的某一天，她穿着黑色西装和长筒靴出现在我面前，喜气洋洋地说：“我真希望以后每天都可以这样穿。”“你为什么不现在就这样穿呢？”我好奇地问她。“因为我现在还不需要，”她答道，“但是等我开始工作后，我就会天天像这样穿。”

美丽的面孔

我们有充分的理由相信，女性是社会公认的爱美分子，而且在绝大多数与美相关的社会团体中，她们的队伍庞大得令人咋舌。几百年来，女性忙于纺织品的手工制作（如纺布、针织、绣花）和保管部落的衣物。对于女性而言，为了拥有布置漂亮的房子，并且把自己装扮得更美，她们从久远的时代就开始辛勤劳作了。

几乎每位妈妈都乐意给女儿穿好看的衣服、漂亮的鞋子，戴美丽的珠宝。而很少有母亲会这样打扮男孩，因为父母担心如果这样做，孩子会被同伴嘲笑为“伪娘”（或者长大后被认为是同性恋）。



媒体描述的女性形象

众所周知，媒体对于女性的描述是对现实中女性形象的扭曲。那些不够漂亮的女性即便登上杂志，也只能占据一些难以吸引目光的边角位置。那些不符合杂志理念的女性会被过滤掉，尽管她们是大多数，我们也无法在杂志上看到她们。媒体只关注那些极为成功的，或者在外表上极为出众的女性。

需要提醒的是，事实证明，拥有漂亮的外表并不是一件容易的事，因为人们对美人有很高的期待。首先，她们要更聪明、更热情、更愉快自然。此外，许多漂亮的女性都认为，她们被外界认可的只是她们的外表，而不是她们的事业成就。这常常令她们感到沮丧。她们觉得自己从来没有被真正重视。在她们自己看来，美丽是她们无法摘下的面具，这也是导致她们通过酗酒、吸毒甚至自杀来自我毁灭的重要原因。

在我还是一个小女孩时，我也喜欢将衣服与丝带搭配。但是在青春期，我几乎对外表丧失了兴趣和自信，而且从那以后就一直是这样。难道我想以此来使自己与漂亮的姐姐显示差别？也许是吧。在拥有几个女孩的家庭，每个女孩都扮演着各自独立的角色。当“漂亮女孩”的角色有了人选时，其他女孩就不得不去选择其他角色了，比如说“聪明女孩”、“善良女孩”或者“叛逆女孩”（与出生顺序有很重要的关系，详见第八章）。也许我将父亲的座右铭牢牢刻在心里——拥有从容的心态最重要。当然，这也许只是因为我选择了一个与众不同的工作。

你的女儿和她的毕生事业

经过对孩子长达30年的观察和研究，我认为每个孩子都有自己希望去实现的事业梦想。你可以通过观察你女儿的兴趣，以及什么能给她带来快乐，来慢慢发现你女儿的事业梦想是什么，这种源自内心的快乐是不能通过后天环境培养的。比如说，我已经和我的玩具娃娃玩了很多年，甚至把它们当做自己的孩子。对我而言，尽管那时我还没有自己的小孩，但倘若我没有从事儿童研究，那我的生活将是无法想象的。

成年后，许多人接受了来自社会和家庭的规范、约束和期望。由于这些外部压力，她们开始从事她们并不想做的事情，并以这种方式改变自己，甚至有时放弃自己原本想实现的梦想。这样的人无法在自己从事的工作中找到快乐，因为真正的快乐来自于你正在实现你的梦想。

孩子们很小的时候，就会向你展示自己具有哪方面的天赋，男孩女孩都是这样。

“教育”这个词对我似乎越来越不起作用。在我看来，父母应该做的应该是“支持”和“发展”，从字面意思上看，就是和你的女儿一起发掘她的事业梦想，帮助她培养自己的能力。这其实也是学校应该做的。为了真正发现女儿想要什么，你只需留心观察她并适时提供帮助，万万不可在任何方面强迫她。

育儿贴士：

- 反思自己对女孩性别的偏见。
- 慎重考虑要给女儿的玩具，比如芭比娃娃，并告诉她生活中不仅仅只有芭比娃娃。
- 女孩仍在从媒体上接收到不现实的、有害的关于身体形象的信息。
- 告诉你的女儿不要被各种无谓的社会条件限制。
- 书籍，尤其是童话，最能帮助女孩培养想象力和思考力。
- 看书与看电视不同，它可以开发小孩的想象力和创造力。

向流星许愿

肖恩

一天晚上，我和我11岁的女儿下了车，然后她对我说：“爸爸，我想带你看南十字星。”“好极了，”我答道，“我们出发吧。”我们沿着行车道向南边走去，正在这时一颗流星在我们前方的上空闪烁划过。我之前已经看过许多流星，但这一次有点特别。这颗流星在空中快速划过一条平行于地面的直线，而且闪耀了很久。事实上，它非常明亮，几乎和其他可见的星星一样亮。

但是，最特别之处是，这是我女儿第一次看到的流星。

“哇，多美啊！”我深吸一口气，好奇地凝视天空。

“赶快许愿！”她惊呼，然后闭上眼睛，双手合十，似乎在祈祷。（我们一般不在家里祈祷，同样她也不会在学校祈祷，所以看见她做出这种手势很有趣。）

也许我自己也该为如此的奇遇许愿，比如祝愿家里的每个人健康快乐，但是我没有这样做。相反，我望着她，她好像许下了一些非常重要的愿望。我想问她，但我知道她肯定不会说的（因为这样愿望就不会实现了），所以我没有惊动她。她长大后想成为一名宠物医生，她是不是许的这个愿？我暗自猜想，也许是吧，我不知道。但是，我那时在想，如果她的愿望实现了，我会很感激这个可以让她实现愿望的世界：一个她可以成为任何一个她想成为的人的世界，一个让我成为一个快乐的父亲的世界。

第六章
学校和学习将如何影响女孩的性格

女儿除了从家里获得成长所需的教育和给养之外，她还从社会上接受大量信息，为社会所影响和塑造。接下来我们将目光转向对女孩成长而言第三个最重要的影响来源——学校，并关注女儿在这里的体验。

女孩的学习方式与男孩不同

在学校里，女孩在许多方面都比同龄的男孩更优秀。她们更能适应学校的氛围，也能更快地学会阅读和写字，而且通常不怎么惹麻烦。这些都是以统计数据为依据的。尽管如此，这数字背后还隐藏了很多东西。

有些女孩的读写能力不如大多数女孩，她们就会感觉到被孤立，甚至有被她们的小群体开除的危险。而这对女孩子来说尤其可怕，因为小群体对女孩来说很重要，意味着陪伴、归属感和自我认知的来源。

女孩的学习方式与男孩是有区别的，但是许多学校还没有意识到这一点。对理科课程进行男女分开授课，将有助于女孩在这些男孩传统优势科目里发挥自己的能力。

进一步说，学校教育应该尽可能地将每个孩子的经历考虑进去，针对每个孩子的成长历程和个人兴趣进行有针对性的教学。

选择学校

在女儿开始进入社会时，你能帮女儿做的第一件事情，就是帮她挑选一所条件优秀，且能让她自由快乐学习的学校。不幸的是，在一些学校，孩子们的自尊未能得到妥善的保护，有时甚至遭到伤害。这是一个很难处理的问题，但是如果真的发生了，你有责任去学校了解情况，让学校认识到这些疏忽并且致力于改进。在学校，有些教师会给孩子贴上“不合群标签”、“不爱说话”的标签，而把另一些孩子称为“调皮蛋”。为什么要给孩子贴这些标签呢？学校的教室不就应该接受各种性情的小孩吗？

如何辨别学校是否对女孩友善：

1．这所学校是否已经切实奉行了关于男女机会平等的政策，是否对种族主义、同性恋恐惧症和异性恋学生的数量进行了有效的统计？

2．学生们在受到骚扰和欺负后知道该怎么做吗？学校有没有相关的规定？

3．如果女孩们遇到一些私人问题，学校是否有专门的老师（不一定都是女性）为她们解答疑问？

4．学校会庆祝国际妇女节吗？怎样庆祝？

5．如果学校是男女同校，对于一些男女生学习难度有差异的科目，或者在男女生理和心理发育的特别时期，学校会为女孩单独开班教学吗？

6．学校是否在某些课程的设置上考虑到男孩和女孩的学习差异？学校是否会将科学发明和历史的创造都归功于男性，或者认为女孩只要学如何做饭，而男孩要学修车？

7．学校如何对待身患残疾的女孩？

8．学校有没有专门针对女孩的特征设置专用的特殊设施和场所，如电脑、篮球场、运动器材？

9．女孩在校学生会和领导机构中和男生享有同等的地位吗？

10．学校通过怎样的途径了解女生们的需求和愿望？在学校重大决策中女生是否有足够的话语权？

11．女孩的校服是和男孩一样，可以选择裤子、短裤和轻便的鞋子吗？

12．学校如何鼓励年轻的怀孕女性和年轻的妈妈继续接受教育？

13．当女孩来月经时，学校是否有妥当的措施保障女孩可以随时离开课堂？是否所有女洗手间中都有为经期女生准备的卫生巾处理袋，还是说女孩们必须去某个办公室或者医务室报告才能得到妥善处理？

如果你女儿在学校成绩不好或者遇到其他问题，你应该鼓励支持她，并告诉她尽管现在遭遇了麻烦，但你仍然很爱她，这点尤其重要。如果必要的话，你还可以和她的老师谈谈，安排课外补课。同样，你应该在女儿感兴趣的方面给她提供支持，仔细观察她，和她一起发现她擅长的和需要帮助的方面。

海伦兰格学校

海伦兰格学校位于德国威斯巴登，是一所普通高中，但是每堂课都同时安排了一位男老师和一位女老师。这所学校的老师不做太多的传统教学，他们帮助学生进行社会和工作项目的准备。这所学校经营着一所老年护理宿舍、一所幼儿园、一家医院，并且在尼泊尔也有帮扶工程。学校都是小班教学，在课程安排中相当一部分是以社会项目为基础的课程，他们很看重自我责任感并倡导开放式教学。这所学校曾经耗时一年筹备剧院工程，如今这项工程已经广获好评。这里的老师也是将他们自己当做“教练员”而不是“授课者”，同时他们还不断接受职业培训来提高自身素质。

女孩与数学和科学

女孩在标准化测验中的数学科目上，成绩总是不如男孩，这几乎已成了一条定律了。关于该现象的原因已经产生了许多理论和观点了。有人认为是因为男女体内的激素不同导致其大脑结构不同，还有一些人认为是男孩和女孩在家庭和学校受到了区别化的对待，以至产生了他们在理科科目上的明显差异。

1995年到1996年，第三届国际数学与科学研讨会召开。会上评估了21个国家将近50万名学生，他们分别来自四年级、八年级、高中二年级。除了南非，所有被调查国家中的男孩在数学等理科科目上的成绩都要比女孩好，而且随着年龄的增长这种差别更明显。尽管男孩和女孩群体内部也有明显的差异，但是远远没有性别之间的差异这么明显，该测试结果似乎正好证明了在那些领域男孩要比女孩做得更出色。

尽管如此，有人还是想进一步检验这项研究结果，就像作家苏珊·吉尔伯特所做的一样：她通过研究发现男孩和女孩在数学和科学方面的差异仅仅适用于白人学生。在此基础上，她进一步指出，其他种族的女孩在算术等学科上的成绩要比同种族男孩高。她的研究表明，造成男女生在数学等理科科目成绩上差异的决定性因素是父母的态度——许多白人父母觉得女孩在数学方面的天赋不如男孩。更重要的是，许多女孩自己似乎也认同这种看法。

在刚进入青春期时，女孩对数学的兴趣会消减，这使她们处于不利地位，因为数学是许多学科的基础。但是女孩真的需要好好学习数学吗？学习数学对于我们在人生中取得成就真有那么重要吗？很明显，并不总是这样。根据吉尔伯特的观察，很多不喜欢学数学的女孩

会接受这样一种偏激的看法：数学好的女孩对男孩没有吸引力。我不认为事情是这样简单，关于这个问题询问了我15岁的女儿。她笑着答道，大多数男孩子还是更希望自己有个聪明的女朋友的。尽管如此，数学尖子仍然都是男孩子。

学业困难和父母的作用

女孩子通常在面对困难时会轻易屈服，而不是把困难当做挑战和提升自己的机会。20世纪80年代，美国密歇根大学作了一项调查研究，就“性别差异是否是男女数学成绩差异的根源”这一问题，采访了许多学生及其父母。在许多父母眼里，他们认为刚进小学时男孩和女孩的数学水平是相近的；但是，他们在接下来的几年中，可以明显发现女孩和男孩在这方面的差异。这些父母认为，对于自己的女儿来说，数学的确有点难。实际上，他们低估了女儿的实力。如果一个女孩待在家里写数学作业，她的父母往往会同情而不是鼓励她。而当女儿的数学取得了好的成绩时，他们通常会表扬女孩的刻苦而不是夸赞她的数学能力。另外，除了父母的态度，男女生在数学成绩上的明显差异部分也来自于女孩们对自己的怀疑。

持续不断的鼓励

就数学学习而言，如果你对男孩和女孩区别对待，对女孩表现出较低的期望，那么她们往往就会获得更低的数学分数。这其实就是“自我实现”的原理。这意味着你对女儿的鼓励尤为重要。女孩其实是可以获得和男孩一样的数学成绩的，关键是看你对她抱以何种期望，以及她们对自己抱有何种期望。这和我们前面所讲的，父母该如何对女儿的错误和失败作出正确反馈是同样的道理。作为父母，你们

需要做的就是不断鼓励她们，向她表明，你们相信她会最终成功完成任务。这种信念可以帮助女儿建立自信，向成功发起冲击。

形象思维与线性思维

美国心理学家戴维·吉尔里（David C. Geary）通过对男孩和女孩解决问题的方式进行调查，发现男孩倾向于进行形象化思考，而女孩则在处理语言文字类问题时表现更佳。他建议老师和男孩的父母以图像化的方式提出问题或者布置任务，结果表明，这样做相当成功。

学习方式的差异

我认为，数学教学往往采用有限的教辅工具，而这些工具很多并不适合女孩的学习方式，所以女孩在学习数学时会遇到障碍。我的一位朋友给我看了下蒙台梭利学校的数学教学资料，这些教学材料清晰直观，而且非常有吸引力。通过一次解释后，孩子们就会用了，而且还能自己发现许多东西。我敢断言，如果我上学时老师用了这样的教学材料，我一定可以学好数学。

值得欣慰的是，女孩与男孩在数学方面的差距正在缩小，他们之间的分差在降低，而且越来越少的人认同传统的“女孩天生数学差”的说法。我们也不断听到女孩的数学成绩比男孩好了。

然而，尽管有些女孩在学校时这些科目的成绩都很好，但是从事技术或者数学工作的女性人数仍然相对较少，为什么会这样呢？调查发现，不少从男女同校的氛围中长大的女孩觉得自己被同学和老师所轻视，从而失去了对学习成绩好坏的关注。同样，女孩们对社会期望

的感知也逐步影响了她们的职业选择。女孩们通常觉得社会对自己的期望是去从事典型的女性工作，比如教师、护士、秘书。她们甚至没有勇气进入被公认为属于男性的工作领域，如工程师等技术工作。

并不是所有的女性都期望到达事业顶峰

众所周知，目前很多领域中，女性高管的比例比男性少得多。这一现象甚至会出现在传统的女性职业领域。我最近与一名社会学家讨论这一现象时，她说：“的确如此，但那是因为我们女性不想得到那些职位。”她本人单身，并且已经拒绝了好几个高管职位，因为她不想去承担与职位相对应的责任。也许是因为女性不太有权力欲吧。不过，也有不少女性在男性主宰的领域中继续抗争。严格地说，女性升到一个很高的职位是可能的，但是“玻璃天花板”效应似乎迟早会出现，到达一定职位后她们很难再继续晋升了，这已经成了一条公认的规则了，但没人知道为什么。

怎样鼓励你的女儿

你有许多机会去鼓励女儿在学校中取得优异成绩，毕业后选择和她兴趣及能力相符的职业。下面的建议也许有用：

1．提升女儿的空间想象力。首先，空间想象力可以通过玩合适的玩具来培养，比如积木和乐高玩具。体育活动也可以提高她的空间想象能力。

2．鼓励女儿不要放弃，而是努力寻找解决办法。如果她遇到了麻烦，你可以试着这样跟她讲：“也许是你还没有找到正确的方法，让

我们再一起试试吧。”或者对她说：“如果你现在还没解决，那就先休息下，通常你在休息回来后会有更好的想法。”

3．关于数学：

（1）看看蒙台梭利学校的数学教学材料，如果你认为它们可以帮助你女儿提升自信和数学能力，不妨试试。

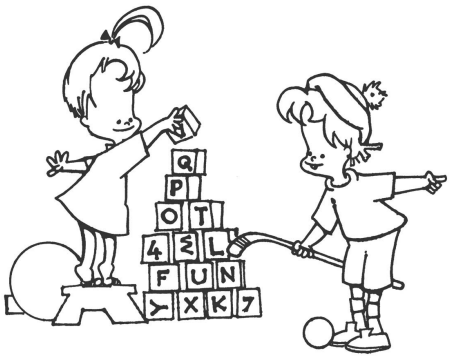
（2）在平时生活中，你可以用一些数学问题来帮女儿发掘数学天分。比如：“我们家有5口人，但是汤姆在朋友家，爸爸要晚点才回来，那么现在要在餐桌旁摆多少把椅子？”当你下厨的时候，食材通常不得不加倍或者减半，你可以用这些考考女儿，提升她对数学的兴趣。

（3）父亲可以带女儿去那些典型的男性工作环境中。

（4）如果父母中的一方（或者双方）都有工作，偶尔让女儿参与到你的工作中来。当然，这不总是可行的，但是如果你充分发挥创造力，你会发现这样的效果很不错。

（5）教你的女儿如何理财，并给她布置一项每天计算收支的任务。

（6）让女儿加入你们正在进行的布置和装修房屋的任务，这些任务中也需要些测量和计算的工作。



（7）让女儿接触实验箱、显微镜或者望远镜，让她体会数学与科学带来的乐趣。



一项有助于学习的想象练习

全身放松，聆听自己的呼吸，感受气息在你的身体里自由吸入，呼出……然后想象自己漫步在一片森林里……你环顾四周，发现了一棵郁郁葱葱的大树，于是你想在那儿多待会儿……这是一个如此美丽和宁静的地方……突然，一位善良的仙女出现在你的面前……她很漂亮，富有爱心，她来自一个神秘的地方，那里一切梦想都可成真……她希望能教你一些东西，这些正是你想学的……她现在正在教你……而且为了可以仔细观看、认真聆听，你可以拥有无穷无尽的时间，不论你需要多久……（过了很久）

……你该谢谢她，并和她说再见了，当然，你随时都可以回到此地……如果仙女想教你东西，你可以随时回到这棵神奇的树下……当你确认自己将所有的东西都记住了时，你可以沿着原路返回……现在你从森林里回来了，活动下自己的手脚，放松整个身体，慢慢收回你的意识。



育儿贴士：

为女儿选择学校时，首先要确认下这所学校对女孩是不是足够友善。

女孩在数学和科学方面与男孩相比有差异，这是由父母不公正的态度、学校不当的教学材料和刻板的性别观念所导致的。

身为父母，你可以对女儿发掘自己对不同学科的潜力构成很大影响。

帮助女儿实现理想

珍妮特

我有两个女儿，她们年龄相差23个月。尽管她们有相似的运动和艺术天赋，但同时，她们也有极其不同的理想。大女儿艾丽西亚，从9个月大学会走路时，就喜欢到处攀爬，包括爬上卧室里结实的书柜。为了防止她弄翻书柜发生危险，我们特意将书柜清空。她从没摔伤，也从未厌倦这个她自认为很好玩的游戏。

随着年龄的增长，她不断展现出在竞技体育方面的天赋，而且她总是对自己的竞技水平充满信心。每年，她都会获得学校“年度运动女孩”的提名，但这项荣誉的竞争非常激烈，几年来她总是以微弱的差距与奖项失之交臂。终于，在她10岁那年，她又获得学校2003年度“运动女孩”的提名，并且最终胜出。这一刻不仅仅令我们——多年来和她一同分享成功喜悦的父母——感

到非常自豪，而且她自己——一个为了实现自己的目标，多年来坚持奋斗并最终达到目标的初中女孩，也格外自豪。由于高中课业的繁重，她现在放弃了许多运动爱好，而专注于周末足球俱乐部的活动。

我相信，她从体育活动中获得的快乐和自信将在她成年后继续陪伴她，并使她保持乐观和健康。

至于我的另一个女儿阿莱格拉，她也喜欢足球，不过更痴迷于戏剧。她现在在表演艺术高中读书。4岁时，她就能够很好地自我表达，而且在表演方面又受到了学校里富有创造力的老师的培养。那时，她就产生了要上表演艺术高中的想法。

所以，像许多优秀的父母一样，我们帮助她发展她的天赋。她在表演时从来不感觉害怕和紧张，被表演艺术高中录取时，她显得异常兴奋。我们也很开心——因为能进这样一所富有创造力的学校实属不易。尽管如此，在这种人才济济的环境里，很容易产生竞争和恐惧心理。最近阿莱格拉在同龄人面前表演时也开始紧张，为此失去了一些学校提供的表演机会。而我们身为父母，能做的就是给她安排密集的戏剧课程让她找回自信，让她尽可能参加竞争来减少恐惧心理。结果成功了吗？是的——她的信心正在一点一点重建，我们希望可以帮她找回小学时的那种自信状态。与此同时，她享受着非常开心的、充满活力的、有趣的学校生活，与我们在60年代经历的校园时光相比，幸福多了。

第七章
青春期女孩的生理与心理保卫战

青春期是所有孩子和父母都要面对的巨大挑战。女孩还是9岁或者10岁时，她们通常显得坚定而自信，到了13岁~15岁时，她们开始感到迷茫、不安、缺乏安全感。这个时期，她们对自己的角色期待对她们的影响力比父母的影响更大。



女孩在青春期和成年早期的问题，父母并不能全部解决。在这个阶段，女孩们的女性朋友、崇敬的老师，或者其他值得信赖的成年人都会是解决问题的不错帮手。从青春期过渡到成人，这个过程至关重要，在此之后，你的女儿就要离开家了。因此，充分表达出对彼此的爱显得至关重要。如果分离进展得不顺利，那么女儿可能对你产生终身依赖，我们将这样的孩子称为“黏妈妈的儿子”或者“黏爸爸的女儿”。如果这样的话，这些年轻人在离开家之后还会继续依靠父母，而不是去加强自己的自立意识和锻炼自己的能力。



青春期意味着什么？

让我们首先回到青春期这个话题，青春期意味着什么？在人生的这个阶段又会发生什么呢？

“青春期”这个词来源于拉丁语“pubertas”，意为性成熟。它的词根是拉丁语“pubes”，意为阴毛。尽管如此，在青春期到来之前，女性身体中的雌性激素已经在逐渐分泌和增加。这甚至在她们八九岁时就已经发生了。可是她们如何知道自己已经到了青春期呢？为什么有些女孩进入青春期的时间会比别的女孩早呢？体重的变化是个关键指标。当女孩的体重处于38~43千克时，其体内的荷尔蒙控制系统会发出信号，由此进入性成熟阶段。

激素和酵母或者烘烤粉的作用方式类似。它们刺激机体成长发育，让我们能够轻松地完成某些行为，并且帮助我们的身体作好准备，以迎接下一个人生阶段中的大事——孕育下一代。比如说，催乳素的分泌可以刺激乳房发育，分泌乳汁；类固醇激素的分泌可以促进大脑发育，提高女孩的思考和语言能力；雌性激素会促使女孩身体成长，使她们的身体日渐圆润，得以体验性快感并渴望追求性满足。

对自我身份的探求

在对自我身份的探求中，女孩和男孩都会追问一些重要问题：我是谁？我将来想成为什么人？其他人如何看我？

在这个过程中，女孩们一次又一次遇到社会和文化对女性既定形象的阻碍。她们被要求去考虑别人对她的期望，而且要考虑如何更好

地实现别人的期望。“容易满足、对外界适应性强和自我约束的性格，都是她们遵从社会期望的表现。”多蒂·施托勒这样写道。

青春期的压力

她们发现很难一边扮演“好女孩”的角色，一边承担激烈竞争所造成的强大压力。

在青春期，许多先前很自信的女孩也开始怀疑自己的能力。每天从媒体上接触到的各种图片使她们了解女性该如何装扮自己，以及外表的重要性。她们发现很难一边扮演“好女孩”的角色，一边承担激烈竞争所造成的强大压力。这使得许多缺乏安全感的女孩对她们的身体不满意。当我问我女儿是什么使她们如此缺乏安全感时，她首先提到的是那些时尚杂志或少女杂志，几乎所有女孩都会看这些杂志。她说：“那些杂志告诉你如何化妆，如何穿衣服。如果你按照他们的指示打扮起来没那么好看，你会很沮丧。”18岁的埃尔克这样描述自己：“有时我想让自己看起来像中世纪勇敢的女教皇，尽管危险重重，她还是全力以赴。但有时我又会首先考虑男孩或者男人的想法，想成为他们所期待的那样。我知道，我必须要热情、谦虚、专一、温柔、随和、迷人、面带微笑并且身材迷人；我还必须要有一张经常嘟起来的嘴，一双十指纤纤的手，肌肉线条不能太明显。我想那就是男性所希望看到的完美女性的样子吧。我偶尔会这样尝试，因为我知道他们是这样期待的。”

青春期是女孩成长的基石，它是女孩们心理和生理发展的枢纽。一方面，她们正在经历传统的角色分配，另一方面，她们也可以接触到各种与传统相悖的、灵活多样的生活方式。她们既看到身家百万的流行巨星，也会看到她们的父母一天上8小时班，无法抽出足够的时间

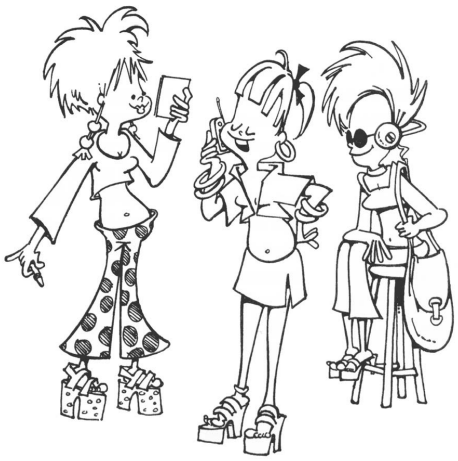
来陪她们度假。在这个充满无限可能的丛林里，找到自己的方向似乎很难。

导师的作用

对许多年轻女孩来说，拥有一位经验丰富、关系密切又可传授知识的导师，是很大一笔财富。这种导师可以是她的老师（大多数时候是校外老师，比如说女孩学习骑车或者钢琴课上认识的老师），也可以是邻居、运动教练，或者爷爷奶奶。导师也可以成为女孩家庭问题的调解人。

“好姐妹”的作用

在青春期，拥有一帮好姐妹或者建立一些女孩团体是非常重要的。学校或者社区里的女孩团体有助于女孩们相互交流思想并相互帮助。“我们觉得”这个词产生于这样的团体。在这样的团体里，女孩们可以尝试各种发型、服饰和化妆。她们的电话交流以及在一起共同相处的许多时光，有助于她们形成自己的身份认同并且锻炼一些社会技能。亲密的友谊观在这个阶段也显得很普遍，它会产生许多积极的影响：友谊可以教会女孩如何应对自身弱点，教会女孩拒绝，帮她们成为无话不谈的知己；同时这也给了女孩们获得尊重和认可的机会。女孩团体有时候还能代替导师的角色，因为大家在一起可以分享和传授经验。在这个年龄段，她们更容易从同龄人那里学到东西，而不是成人。



如今，女孩和成熟女性很难确认自己的身份，尤其是那些与当今流行的女性标准不符的女性更难。所以，女孩们正在承受多方面的压力。要剪断与母亲的脐带关系，形成自己的个性，或者避免遵从刻板的世俗偏见，并不总是那么容易的。这个时候，你的女儿需要帮助——对你而言，最重要的是聆听她的心声，不要太在意她的情绪。

女性周期的影响

从青春期开始，女孩子就进入了女性周期——而这比第一次来月经更重要。这个周期可以分为4个阶段，而且每个阶段都有自己的特征，我喜欢把这4个阶段与季节作对比。

第一阶段是以卵巢里的细胞核以及卵子成熟为标志开始的。身体产生雌性激素，既可以促进卵子成熟，也可以激发子宫和乳房发育。你可以把这一阶段比做早春，尽管外面依然是寒冬，自然界万物似乎还在沉睡，但是在地底，一切都已经在孕育生长。女孩的身体里，一切变化都正在酝酿。

第二阶段从排卵开始。一种特别的激素在这里发挥作用。在这一周期的第14~16天里，成熟的卵子开始进入到孵化期。这一阶段可以将其与晚春对应——万树开花，竞相利用花儿的颜色与芳香来吸引昆虫，并以此完成授粉。这个阶段也是女性周期中富有成效的时期，许多女性因为这一阶段的生理发育而感觉到愉悦。

第三阶段，卵子被转变成为所谓的孕激素细胞核。这个阶段会产生孕激素，孕激素主要由黄体酮组成，而黄体酮是一种令子宫为接受卵子作准备的激素。此时，子宫的内壁增厚而且充满营养素。这一阶段可以与夏天对应。在夏天，果实成熟，未受精的花儿开始枯萎。这一阶段不需要特别的激素，卵子已经成熟，雌激素和黄体酮降到最低水平。在这个阶段，女孩通常脾气暴躁，具有攻击性，或者心情低落。在她们体内，孕细胞和子宫内膜细胞开始分解。

第四阶段，子宫内膜自行分解，经期到来。这一阶段我们可以将它与秋天对应。女孩身体中流出的是一种什么物质呢？将它的特征解释给你的女儿听，因为这种出血理应受到足够的重视。它里面含有许多维生素、蛋白质、铁、铜、镁、钾、钙以及其他的矿物质盐，当然也含有大量的免疫细胞。

当你了解了这种女性周期，你就可以更理智地处理女孩们的情绪波动问题了。没有哪个女孩的情绪不会受到女性周期的影响。

月经初潮

我11岁那年第一次来月经，那时我独自一人。我妈妈那时病得很重，没人告诉我该如何准备。那时候没有卫生巾，所以我不得不自己想办法，将自己粘了血迹的内裤作了处理。我们那个年代的许多女孩

对月经初潮都有噩梦般的记忆。许多老年妇女将月经称作“污垢”或者“秽物”，而且不愿过多谈论。

我们这一代的女性不希望自己的窘境再次发生在女儿身上。当女儿还很小时，她们就让女儿知道女人成年后每月会来一次月经，并且告诉女儿，月经是女性开始成熟的标志。

让女孩知道，来月经就意味着具有生育能力，这一点很重要。一旦她们意识到这一点，当她们第一次来月经时就会感到自豪，而且不会刻意隐瞒，对她们来说这是一个值得庆祝的理由。

我建议你应该在你女儿快来月经之前，就和她好好谈论一下，当月经来时她希望获得怎样的支持。她想以某种方式庆祝吗？作家玛格丽特·明克给出了如下建议：“你想来顿红色盛宴吗？每个来参加宴会的人都身穿红色服饰，吃红色食物，以此来为你庆祝。各种年龄段的女性可以写下她们作为女人最幸福的事，并且和你一起唱歌跳舞。”

今天的许多女孩肯定会认为举办一次这样的盛会会让人尴尬，但我仍然认为这个建议不错。你的女儿至少知道你们为她的成熟感到高兴。她可能也有自己的想法，也许是想找个地方好好吃一顿，也许是想买件纪念品——如戒指或者有特殊装饰的项链，来向大家表明，她已经变成了一个真正的女人。

如何处理痛经？

如今几乎所有女孩在痛经时都会毫不犹豫地使用止痛片，因为这是妈妈告诉她们的。我并不认为这是明智的选择，因为这可能导致她们对药物产生依赖性，而且导致不必要的药物支出。相反，我建议她

们采用老年女性的一些经验。如果我在下文中提到的家庭药方不起作用，就应该去看医生，查明引起女儿痛经的原因。

留心寻找斗篷草和西洋蓍草，这两者都是治疗痛经的有效植物。如果你家中有一个花园或者阳台，你可以亲自种植。让女儿知道她可以自己治好痛经，使她感觉在掌控自己的生命，同时增强她的自信。

当你摘得这些植物时，先在阴凉的地方将它们风干，然后将二者混合，每次以少量泡水饮用，这样有助于减轻痛经症状。如果你没有机会种植这些植物，可以去健康食品店或者有机食品店购买专门缓解痛经症状的茶。此外，你女儿需要一个热水袋。

另外一个方法是按摩。用荷荷巴油或者杏仁油混合制成按摩油，然后添加以下精油：

一滴玫瑰精油

一滴罗马洋甘菊精油

一滴柏树精油

两滴马郁兰精油

将混合好的复方精油涂抹在腹部并轻柔地按摩，经常使用能产生神奇功效。

缓解痛经的想象练习

在腹部盖上一条毯子，并放上一个热水袋，将身体完全放松……闭上眼睛，渐渐习惯于周边完全的黑暗……想象可以帮你忘记每天的忧愁……尽情感受黑暗带给你的安全感……想象黑暗包容了一切……仰望黑色的夜空……它是多么幽深……注视星星

和银河系……注视月亮以及它的光辉……你的身体也被笼罩在这黑暗之中……这是一次生命之源的探索……每一个夜晚就意味着新的一天将会来临……黑暗就是一切的源头……我们从黑暗中返回并做回自己……享受黑暗的时光十分漫长……回到现实中的自己的这个房间……活动四肢，慢慢将意识收回。

保持沟通的重要性

只要你和处在青春期的女儿经常保持沟通，她就不会在情感上疏离你。这是老生常谈，也是常识，但是你需要反复确认自己是否做到了这点。你同你女儿之间的谈话质量，将会决定你们以后的关系是好还是坏。

我想给大家一些建议，希望可以借此加强你们和青春期女儿之间的交流：

1．以第一人称“我”来谈论自己，不论你感觉这种方式有多别扭，保持这种方法，你就不会出错。比如，你可以说“这房间乱得让我不安”，或者“我生气得连话也不想讲了”。避免使用第二人称“你”，比如不要说“你这么邋遢，而且又不爱交际”。这样的话，你女儿就没有机会和你发生矛盾了。

2．不要使用概括总结性的语句，因为如果这样的话，你女儿就无法逃脱指责了。事实上，没有哪个人总是“不友好的、肮脏的、冷漠的”，也不是每件事情都是“让人发狂的、棘手的、令人讨厌的”。这样的责备尽管在当时有用，但长期如此，就会使你的女儿泄气。如果你总抱怨她什么都做不好，她怎么可能实现你的期望呢？当你以总结性的语气交谈时，你就已经排除了任何例外。相反，你可以和她谈论一些具体的事情，比如说“你刚刚忘了收拾你的盘子了”，或者“你不喜欢这次出游的哪些地方？上一次我们出去的时候你显得很活跃啊”，或者“看到你翻白眼我很失望。让我们明天再好好谈谈吧”。

3．处理特殊状况：“不，你现在不应该看电视，我认为你应该先做完作业”，或者“你的豚鼠笼子还没打扫，先打扫完再看电视吧”。

4．认真留意女儿的心情，并且告诉她们你注意到了：“我知道你很难过，你能告诉我发生了什么吗？”“我感觉一些事快把你逼疯了，你愿意和我们谈谈吗？”“显然，你很沮丧，如果你愿意的话，我认为……”

5．就像你有权表达自己的感受一样，你女儿也同样有权表达自己的感受。你们应该分享自己的心情，并且把你女儿所表达的感受作为讨论的话题。当女儿情绪暴躁时，要先给她一点时间，待她冷静之后，再去谈论原因。

6．经常赞美女儿。在那些相处融洽的家庭里，通常表扬和批评的比例是5：1.看看你的家庭中表扬和批评的比例是多少，争取达到这个比例。

许多描述和评价对你和女儿之间的关系有负面影响。我们从我们的父母、孩子的老师或者别人那里听来这样的词句，更不幸的是，我们往往也会把这些评论作为我们自己的看法。检查自己平时的言语中是否包含下列伤害自尊的语句，如果有的话，以后请尽量避免使用：

- 你出什么毛病了？
- 我要跟你说多少次你才记得？
- 难道你就不能做件对的事吗？
- 你真是个大笨蛋！
- 女孩就是女孩，没办法！
- 让我来，你不行的。

- 如果你再那样的话，你会……
- 看看这里多乱啊，这都是你弄的……
- 你看看你穿的什么啊？
- 你究竟想怎样？
- 你自己看看你犯了多少错误吧！

如果你想了解怎样与孩子展开积极正面的交谈，请你读读多丽丝·布莱特（Doris Brett）的心理治疗案例。

放松管束

孩子们都知道家庭很重要。家庭塑造了她们，给她们安全感，还是她们的避风港和人生开始生活的地方。但是，青春期对每个人来说都是个考验。

你可能会很惊讶，怎么你的女儿突然就坚持要去参加聚会，看电影，吸烟，跳迪斯科，晒日光浴，酗酒，听音乐会，交男朋友，热衷旅行，穿奇装异服。她们总在不断缠着你问：“妈，我可以去……吗？爸，我可以去……吗？”如果你们答应了，那你们会为她担心，但如果你们不答应，那她就要火山爆发了。

给她一些自由

一些父母对孩子的管束比较严格。在这样的教育方式下，孩子待在家中的时间更长，也会更贴近父母的期望。但她们有时也会找到一



个可以脱离父母的地方好好放松下，在运动俱乐部或是青年社团充分体会自由的呼吸。但是，如果父母的管教太过严格，那她们就会出现刻意抵制和回避的行为。

给予孩子适度的自由能够给她们提供充分的成长空间，于是孩子们可以自由地做自己。这种教育下的孩子往往会珍视与父母沟通的机会，在离开父母后也会更善于解决问题，并且可以深刻地剖析社会现象。但是，过分自由和过分约束同样危险——我们在后面还会讲到。

移交责任

作为父母，你们面临的工作和挑战就是，保护和照顾孩子，和她们沟通交流，在她们长大的过程中逐渐将责任移交给她们。这样也会让她们在今后的独立生活中尽可能娴熟地解决问题。

一旦你的女儿进入了青春期，你就不能继续用小时候的那种教育方式了。你应该更多地陪她散步，和她聊天。要提醒你的是，你最好只是偶尔和她进行“有预谋”的正式聊天，为此，你需要静候时机来临。通常，父母与女儿间沟通良好的谈话会发生在旅行中、病床前、一起喝茶的时候，或者其他日常生活的场景中。当这些时机到来时，如果你没抓住或是没时间，你就将错过许多好机会。

如果你什么都不允许，那么她就可能向你撒谎。可是如果你

我不会建议你允许或是不允许女儿去做什么。作为父母，你们必须自己作决定而且承担相应的责任。然而，有件事情是可以

什么都允许，她可能会面临一些无谓的风险。

肯定的：你必须清楚自己的角色地位，并且要能公正地评判。你女儿需要你的建议和观点。但是，她是否按照你的建议去做又是另外一回事了。如果她偶尔和你产生矛盾，不要过于惊讶——那是完全正常的。她必须要找到适合自己的解决方式并且去检验它，而语言就是她们实现自我的方式之一。

马戈·卡斯曼（Margot Kassmann）在她的书里写道：“青春期是一个充满自负、自我陶醉，而且质疑一切的时期。那个时期的年轻人，给我的感觉就好像是，她们完全沉浸在自己的小世界中，没有真正注意其他人的存在。父母在她们还是很小的时候就开始好好栽培她们，并且期望她们的辛勤付出能够开花结果——但是这是要耗费很长的一个时期的。”所以，不要为孩子的每次耍性子而烦恼或太过严厉，也不要仓促地对孩子作出判断，要能够不断找到好的借口说服自己相信小孩。

严格还是宽松

可以与其他父母交谈，听听他们养育女儿的经验。你会觉得对于青春期的女儿来说，有些做法太严了，而有些做法又太松了。就拿露天音乐会和迪斯科这两个例子来说，我的女儿到16岁时我们才允许她们接触这些东西，而且我自认为这样是合理的。但尽管如此，有时出现例外也是合情合理的。例如，当女儿已经能够独当一面时，或者有哥哥或女性朋友的父母陪她一块儿去时，那么也许15岁就可以参加这些活动。如果你规矩定得太死，她就可能向你撒谎。我的建议是，要和她们保持交流。告诉她你的关心和担忧。但务必要确保当她回答你时，你要认真聆听。这是绝对值得的！

警惕孩子堕入深渊

青春期开始之后，不少女孩的学习成绩开始下滑。由于她们正在经历着生理上和心理上的巨大转变，这是可以理解的。她们需要的是耐心和理解。惩罚和压力会把她们逼入死角。要记住，很多女孩因为她们的成绩不能让父母满意而自杀了。男孩自杀的人数甚至比女孩更多，因此所有的父母都应该严肃对待孩子所承受的压力。在青春期，你的女儿最需要的是你，要是她在学校遇到困难了，你一定要站在她身边支持她。

澳大利亚和新西兰的自杀情况——可怕的数据

1997年是澳大利亚在案自杀情况最严重的一年。这一年有2723人结束了自己的生命——每天超过7人！让人吃惊的是，在所有自杀者中，26%是15~24岁的年轻人。

过去20多年里，澳大利亚女性自杀者的比例一直相对稳定，然而新西兰的自杀者却迅猛增加。在1991年到1993年，新西兰每年每10万人中有6人自杀，高于澳大利亚（每10万人中有4人）和其他工业化国家。

在每一例自杀的背后，都有至少100名年轻人自杀未遂。

孩子必须学会为自己的行为负责，但这需要一步一步来。你可以定一条规矩：如果你的女儿没有完成她的工作，她就不可以有所要求。“你可以看电影，但是前提是你得先完成你的家庭作业。”“如果你洗干净你的鱼缸，我就开车载你去找你的小伙伴。”当这种商议没见效果，情况变得糟糕时，你需要帮助。这时，和你的伴侣，女儿

的老师，还有其他家长或是心理治疗师谈一谈吧。这些局外人或许能提供给你一些建议或解决办法。

对于很多女孩来说，学校主要是一个认识女伴和不错的男孩的地方。如果学校里有一个好的氛围，能令她们在老师和同学面前公开表达自己的观点，她们同样会接受富有挑战性的工作。例如，当她们要准备学校演出或者开展募捐活动的时候，你会看到这些年轻人多么积极主动。

常见的青春期危机

从少年到成年是人生中最艰难的阶段。一些年轻人在这个时期会经历某种危机，这并不奇怪。然而，很多问题其实可以通过和父母、朋友、神甫或其他相关的人详谈去解决的。

在这个时期女孩需要强大的父母，但这里的“强大”是指父母能明确自己的信念，并且忠于它，而不是指专横。即使女儿的信念和你们有所不同，但她应该知道你的信念，以及你是如何坚持自己的信念的。同时她应该知道，哪怕她犯下难以原谅的错误，你们也绝不会弃她于不顾。如果你们之间的信任和理解达到了这个程度，你就可以和女儿坦诚相对。

记住，危机往往就是机会。当一个女孩把她的头发染成蓝色，或者整天怒气冲冲，或者举止粗鲁，或者成绩糟糕，或者会去抢东西，或者被厌食症折磨着……（还有许多青春期症状我们可以加上去）这个女孩将会使整个家庭陷入不安。有时候你甚至已经不想去面对这些，不想做出任何行动去挽救，但你的所有行动都是一个转变的机会。

家庭疗法作为一种应对这种危机的办法之一，不仅能拯救一个女孩，还能拯救整个家庭。当一个家庭成员的困境被所有成员关注到，并且进行讨论，最终寻找到解决困境的办法，将复杂的问题一一理清时，家庭的每一个成员都获得了拯救。

在成功度过一次危机之后，这个家庭的关系往往会变得更成熟、更深入、更亲密。

饮食失调

患有饮食失调症（例如厌食症和暴食症）的通常都是女孩。

我们明显可以发现，饮食失调症通常只发生在一些比较富足的国家。在这些国家（通常就是西方的工业发达国家），家长并没有很好地照顾孩子：与从前相比，孩子们很少有时间和父母平静放松地相处。我们中的很多人生活在重重压力之下。我们需要有高水平的工作表现，要承受持续的压力。在我们的世界里，孩子们的简单需要很容易被忽略掉，哪怕他们只是需要归属感，需要被理解。如果你想满足他们，你需要花足够的时间待在他们身边。

心理学家多蒂·施托勒在她的那本关于女孩发展性危机的书里讲述了一个叫卡莲娜的年轻厌食症患者的故事。15岁那年，卡莲娜觉得她妈妈最疼爱的是她的弟弟，而不怎么留意她。她也很少能看到最疼她的爸爸。一方面，虽然就在妈妈身边，但卡莲娜和母亲心里的距离却很遥远；另一方面，作为一个孩子，她觉得很受约束，她想要获得更多的自主权，所以她开始绝食。然而，绝食将她所有的自由都带走了，最后她甚至命悬一线：身高168厘米，体重却只有44公斤，不得已，她住进了青年精神病院。

后来经过一对一谈话、职业治疗法和催眠疗法后，卡莲娜终于成功地从病痛中解放出来了。她在写自己的故事时写道：“我的父母不是我的榜样。他们一点也不了解我。他们总觉得周围的一切都很正常，没有什么能够吸引他们的注意力。在前些年里，爸爸因为工作关系常年在外奔波，我们只能偶尔在周末见面。我觉得妈妈在努力试图取代父亲的位置，她希望让别人看到我们的家庭生活温馨和睦，但是我知道，她的内心是充满痛苦和煎熬的，她有太多的不满足。我经常觉得她比我更需要帮助。我一直认为，我同她之间的关系不是母女，而是相依为命的陪伴者。”

在青春期，父母与孩子之间产生观点上的差异极为正常，但是你的女儿会觉得她的观点完全得不到你们的认可，她完全处于被误解的状态吗？她能看到你们也处于困境，甚至想要帮助你们走出来，因此更多地把你们之间的关系看做是互相陪伴的伙伴，而不是父母和女儿吗？如果你发现有这种倾向，就应该提醒自己需要作出改变了。在女儿的身心陷入危机之前，尽快尝试家庭疗法。

与女儿保持良好的沟通状态

如果你从一开始就懂得聆听女儿的心声，如果你们的家庭成员一直以来就懂得进行灵活而开放的沟通，那么你们就一定能一起找到和谐相处的办法。一般来说，孩子们是非常有合作性的，但是如果他们觉得自己的行动会遭到家长的反对或者批评，他们就会隐藏自己的看法。卡莉娜从来没有请求父亲：“爸爸，在家里多待一会儿吧，我需要你！”同样，她也没有因为弟弟得到更多的关注和宠爱就大发脾气，因为她希望做个好女孩。

如果卡莉娜的父母足够细心，他们就会在卡莉娜绝食之前发现她行为的异常，并且逐渐和她一起找到问题的症结所在。如果你的女儿从来不隐瞒自己的情绪，甚至为此冲你大喊大叫，你应该觉得庆幸——这是一种自我保护的方式。不要忽视这些行为，它透露出的信息有利于你改善自己的行为方式，逐步解决问题。

警惕吸毒和酗酒

另一个女孩莉莎也觉得没有得到父母足够的重视，于是从13岁起她就开始酗酒。她激烈地反抗父母，反过来父母更加严厉地惩罚和控制她。“你有一天会暴尸街头的！”父亲这么对她说。他是个典型的施虐者，对任何事情都横加指责。她的母亲则恰好相反，她总在逃避

问题——在莉莎酗酒时，她总是视而不见。她处理问题是典型的逃避式——只要从表面看起来一切还算正常，那就随它去吧。

莉莎在这两种极端的态度面前受尽煎熬。她的母亲无法成为她的榜样——她太缺乏主见，在面对很多事情时甚至干脆没有意见。和她母亲相比，她的父亲还算是个好一点的榜样——至少他对所有事情持有鲜明的观点，并且总是直接表达出来。但是莉莎恨她的父亲——他对于莉莎所做的每一件事都大加嘲讽，一旦莉莎犯一点小错误就会受到严厉惩罚。

在一系列的家庭疗法之后，无论是作为家庭成员还是作为父母，莉莎的父母在行为方式上都有了很大改进和提高。父亲给了莉莎相对较多的自由空间，但是要求女儿必须严格遵守某些规定，比如不能酗酒，这是最基本的。同样，他开始慢慢对女儿予以更多的积极关注——比如开车送她去宴会，并且在很多事情上给她更多的支持。如今，他们父女之间的关系得到了修复和发展，彼此之间的交流也进入了正常轨道。莉莎的妈妈开始更多地表达自己的意见，并且向莉莎表明，她对生活是怀有向往的，对很多事物也充满兴趣。但是当与莉莎发生争执时，她仍旧会站在丈夫一边，坚持要莉莎按照他们所共同达成的约定行事。

在莉莎14岁生日的时候，他们为莉莎办了一场生日晚会——没有酒精和缭绕的烟雾，但是允许他们随着音乐跳舞。

在青春期，很多女孩会接触到毒品、香烟或者酒精，并且就此沉沦，面对这种情况，父母无法做到严防死守，最好的办法是以身作则，给孩子做出正面的榜样，并且和她们展开沟通，告诉他们你的想法。你需要让女儿知道：“无论发生什么，我们永远会站在你身后支持你，即便你做错了什么，也不会改变我们对你的爱。无论发生了什么，让我们一起去面对。”

抑郁症

青春期抑郁有以下几个常见的起因：友情破裂、亲人过世或罹患重疾，还有来自学校的挫败感和压力，以及被暗恋的人拒绝。以上的任何一个事件都可以引起抑郁症，严重时甚至导致自杀。抑郁症常常与忧虑紧密相关。作为父母，当发现孩子有抑郁症的初期症状时，应予以重视。

那么怎样才能知道你的女儿是否患上了忧郁症呢？根据DSM-IV（一本关于心理疾病的词典）所描述的，若某人出现以下的几种迹象，则表明他/她可能患上了抑郁症：

- 情绪低落或激动易怒
- 对大多数事物丧失兴趣
- 失眠或嗜睡
- 容易疲倦或浑身乏力
- 觉得自己无存在价值或有负罪感
- 思维散漫，注意力不集中
- 有厌世的想法

如果你的女儿有上述的5个或更多的症状，并且症状持续两个礼拜之久，她很有可能患上了抑郁症。

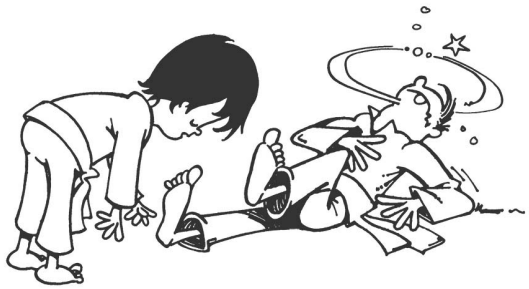
患有抑郁症的女孩很少向别人明确地表现出来。她们几乎没有女性朋友，而且经常封闭在自己的世界里。有时候，宠物例如狗、马等可以帮上大忙。如果你和女儿的关系很好，那么她可能在你的体谅和

与你闲聊中找到解决办法；向女儿传达希望、信任也有帮助。如果你真的担心的话，一定要求助于心理治疗师。

现代医疗设备可以帮助患有抑郁症的女孩，可你的女儿得先同意接受帮助。首先你要和女儿谈一谈，让她接受你的帮助和支持。这样你才能清楚地了解病情，找出最适合她的治疗方法。

自我防卫及其益处

我们生存在一个充满暴力与斗争的世界。按照常理，我们女性不需要学习如何去打斗，但现在这个观念需要转变了。自我防卫课程可以帮助我们变得更坚强，并且能增进对自己的身体能力和力量的认识；它还在另一个层面帮助了我们——它教会了我们女性是有能力维护自己权益，捍卫自己立场和观点的。所以，自我防卫不仅仅是一种生理能力，更是一种心理立场，它告诉我们：“如果遭到侵犯，我可以予以还击！！”



帮助你的女儿从体育运动和语言表达中得到乐趣吧，并鼓励她要像对待珍宝一样对待自己的身体！

在你所在的地区寻找教授下面这些课程的学校或者培训机构——合气道[1]、柔道和空手道等等。这些都属于对抗性运动，都可以加强全身的锻炼，还会教你要尊重对手。在每一回搏击的前后，你都要向对手鞠躬，以表达你的尊重。毕竟，只有通过和对手的较量，你才能学到东西，才能提高。

还有一些短期的自我防卫课程是教授一些特别战术的。这些战术你可以立即学会，用不着花上几年时间去练习。

体能的自信能带来什么不同?

尼基·马罗内讲述了一个叫吉妮的21岁女孩的故事。吉妮在一家餐馆上夜班。她身材小巧，面容精致。她在下夜班后很害怕

独自去停车场。一天晚上，她发现有一个男人离她的车很近。她害怕他会对她做出什么事来。尽管十分害怕，吉妮还是决定鼓起勇气去保护自己。首先，她把手提袋扔到地下，然后双脚开立，找好重心站稳，举起拳头，摆出一副自我防卫的姿势，然后向男人喊道：“喂，你！我不知道你想干什么，也不知道你为什么在这里，但我告诉你，想对付我没那么容易！我准备好了！”

他们对峙了好一会儿，然后那个男人转过身，头也不回地走了。吉妮将她的勇敢归功于她的父亲。她是家里的第二个孩子，未出生时父亲期望她是一个男孩子。小时候父亲常常带她去打猎，和她掰手腕，并教她怎么修车。通过这些，她不知不觉地就像一个男孩一样坚强勇敢。马罗内写道：“如果吉妮没有学会怎样去进攻，她很可能已经成了一名受害者。很遗憾，没有人鼓励女性去学习进攻性的行为。”

---

[1] 合气道是日本一种以巧制胜的武术，起源于日本大东流合气柔术，主要特点是“以柔克刚”、“借劲使力”、“不主动攻击”。——编者注



育儿贴士：

❀ 告诉女儿伴随着青春期而来的生理变化，并解释还将会有令人惊讶的心理变化。

❀ 大方地和女儿谈论经期的话题，祝贺而不是羞辱她——你的女儿正在长成一个成熟的女人。

❀ 当女儿要踏入青春期时，和她保持良好的沟通，这很重要。

❀ 适当平衡对女儿活动自由的放松与约束，这可以帮助她度过最困难的青春期。

❀ 关注青春期少女的几个主要隐患：饮食失调、吸毒酗酒以及抑郁症。

❀ 学习一些自我防卫术去帮助女儿建立自信，并且保护她的自身安全。

母性本能的力量

米琪

在一个美丽的冬日，我和我的女儿小美（4岁）和克里斯蒂娜（7岁）外出到一片灌木丛散步。在此前很长一段时间我一直在思考：身为人母，我要怎么做才能保护孩子的安全，如何在控制与放手之间保持平衡。当我看着两个美丽的女儿漫步林间、一起游

玩、嬉戏欢笑时，我决定放下所有念头，好好享受这一天。我们向乌龟溪前进，寻思着我们能否看到一些乌龟。

当我们靠近横跨小河的一座桥时，克里斯蒂娜提议说：“我们跑过去吧！”小美想都没想就冲上去了，不一会儿我们到达了那座桥，大家都累得气喘吁吁的。那时刚下过雨，周围一切都那么潮湿，绿莹莹地闪着光。小河的水涨了，河水在雨后变得很浑浊。这些美景让我心情舒畅。

小美踏在一块原木上，然后沿着桥边一直跑。我刚要张嘴叫她下来，可是已经晚了。我看到一只绿色的袖子消失在我们几米之下浑浊的河流里。我的脑子“嗡”的一下全乱了，我尖叫起来，快速地扫了一眼河岸——那里满是密密实实的马樱丹树，完全无法穿过——然后我脱下靴子和羊毛衫。我完全没有意识到这些，以至于后来在桥上发现羊毛衫时十分惊讶。

我再往河里看，小美已经不见了。我在桥边匍匐爬行，想找一个可以让我跳下去的地点。我需要离小美掉下去的地方有一段距离，这样才不会在入水后压到她。我感到自己无比坚强，我放松身体，跳了出去。感谢上帝，我掉下去的时候，那里只有水，没有其他东西——没有岩石，没有原木，也没有小美。

没有小美！她在哪里？我开始恐慌起来。那个最坏的想法像凌乱的让人毛骨悚然的噩梦一样，在我脑中划过。因为在水下看不到东西，我不能睁着眼睛找寻她。我开始用手在水里乱摸，希望可以找到一只手臂，或者一条小腿……

我的心在怦怦地跳，我开始呜咽起来。我不想经历失去孩子的伤痛。我不想……我不想……我不想……我不想……

突然我感觉有什么东西从我指尖溜过，我一把抓住它，就在这一瞬间，我的人生再次转变。小美被呛得连咳嗽带喷水，在我

的怀里不断大哭着。我把她抱得紧紧的，挤出留在她肺里面的水。她在这儿，她回来了，她还活着！

对我来说，我们是怎样从小河上来然后回到家的，至今仍然是个谜——我什么都不记得了。然而，我所记得的是，克里斯蒂娜抬头望着我，眨巴着她那双碧蓝的大眼睛，笑着说："妈妈，你跳下桥的时候就像一只猴子！"

坚守界限

德尔文

世界上最难做的事就是划清界限，而这对于父母和儿女来说十分有必要。15岁已经是一个很难对付的年纪了。当我的一个女儿到了这个年纪时，她已经相当有主见了，而我往往对此不以为然。

一天晚上，我们之间发生了一场冲突——现在我已经想不起是关于什么的了。仿佛对她来说，她从来没有考虑过或者接受我也有需求和权利这个事实。我十分生气，所以我对她说我几乎想把她推下楼。我觉得光这句话就十分恐怖了，更不要说去想象这种行动。她看起来似乎并没有被这句话困扰，只是提醒我得在明早7点送她上学。我叫她自己去坐公交车。

第二天早上天很黑，而且下着雨。我遛狗的时候，在公交车站看到我的女儿。她说："我错过了公车。你会回家开车出来送我上学的，对吗，妈妈？"

我又一次拒绝了她。我快步跑开，在一个角落处停下来，然后坐在路边大哭起来。在那之后，我俩的关系似乎好了起来。最有趣的是现在她甚至不记得这件事了。但对我来说，这对我们之间关系的转变至关重要。

她现在已经出落成一个美丽动人的少女了。我喜欢和她待在一起。最近她发来一条短信给我，说我是个了不起的妈妈，我也觉得她是个了不起的女儿。

第八章
为女儿营造温暖的家庭氛围

母女关系和父女关系有很大差别。这两种关系都十分亲密，但是在女孩成长发育中，它们起着不同的作用。

母女之间的关系是独特而密切的。俄罗斯套娃很清楚地表明了这种亲密的关系：一代接着一代，一个女人繁衍出另一个。

大多数母亲和女儿从一开始就有着深厚的关系，因为从生物学上看，女儿是母亲十月怀胎生下的。很多父亲告诉我，他们的孩子从出生那一刻才开始变得“真实”起来；还有一部分父亲与女儿之间的亲情纽带并不是即时产生的，但年久日深，他们之间的关系也会日渐亲厚。

母女之间

母女之间的关系并不总那么好。母亲与她自己母亲的关系将会对她和女儿的关系产生很大影响。

社会学家玛丽安·克鲁尔举了一个例子，说明上一代的母女关系是如何影响下一代的：“我的母亲总是用一种不屑和轻蔑的态度对待她母亲。通过她我学到，女儿蔑视母亲是很普通的事情。母亲为我树立了这么一个榜样，所以她对待她母亲的方式就是20年后我对待她的方式。”

有时候，一些觉得自己在学习或者工作上遭遇不公正待遇的母亲——当然，她有可能是对的——会逼她的女儿去完成自己未能完成或错过的事。出于这种目的，母亲把希望寄托在女儿身上，全然不管这是否符合女儿的意愿：一个想打手球的女孩可能被逼着去学钢琴或者芭蕾舞。女儿们会觉得自己就像穿着紧身衣过日子，没多久，她们往往会历经一次巨大而痛苦的转变去追求自由。

如果一位母亲从她自己的母亲身上只得到很少的爱，甚至没有得到母爱时，她们很难去爱别人。这种母亲可以被称为“爱无力的母亲”。

可是，这有一点不公平。因为在这种情况下，常常也会有一个“爱无力的孩子”——一个被忽略的孩子。如果这种负面的情绪和对爱的不满足没有得到关注和及时处理的话，那么不友善的病态代际关系模式将会被一代又一代地传下去。如果母亲能通过治疗表达出自己的感受和愿望，或者通过其他的办法找到一条治愈伤口的捷径，这种恶性循环就会被打破。

在和母亲们讨论她们的女儿时，我发现她们对女儿存在很多厌恶的情绪。如果你觉得自己不能好好地和女儿相处，对女儿的行为疑惑不解，你应该反省一下自己和母亲之间的关系，这很有用。找一个心理治疗师，作一些调查，然后选择一种你觉得最舒服的治疗方法和一个你信任的人帮助你。

治疗开始时，先挖掘出你身上原本就有的，并且被带进母亲角色中的心理负担——哀悼并承认往日的缺憾往往是有必要的——这样做可以帮助你从另外一个不同的角度去重新审视你的孩子。和女儿一起游戏或画画也许是个不错的主意。女儿有机会通过游戏或作画表达她的感受。童话书和故事书也会有所帮助。这种治疗过程的结果是，你会打消逼迫孩子按照你的既定思路去发展的念头，不再将你的期待强加在她的身上。如果这个念头是源于你的童年生活的话，那么你需要放弃它，因为这是你的母亲对待你的方式，你无权将这种方式复制给女儿。

如果撇开这些困难不说，你只需感受和女儿之间深厚亲密的爱，每天用幽默或体谅的心情去解决彼此间的矛盾，就能拥有开心、温暖的家庭氛围。至少，在女儿踏进青春期之前，你可以享受一段美好时光。

一堂家族历史课

告诉女儿关于家族里所有女性长辈的故事——母亲、阿姨、祖母、太祖母——尽你所能地追溯她们的故事。回忆这些女性的各种成就。

“我记得很多祖母在厨房里告诉我的故事，”我的朋友安吉拉说，“她崇尚自然的生活方式。她自己种蔬菜，知晓很多营养知

识。”在这个快餐食品盛行的时代，我觉得传承这种传统女性智慧十分重要。关键是要让你女儿明白，过去的女性一直都传承着很多年深日久的技艺和智慧。想想看，在过去，女人们做出了那么多漂亮的手工艺品，编织、钩织或缝纫出各式各样的衣服，还会镶上蕾丝花边，还要烹饪、洗衣、搞清洁等等。你是怎么看这些手艺的？你又掌握了哪几种呢？当然，在近代也有一些女性鼓起勇气，以大无畏的精神冲破重重障碍和陈腐的偏见，开始外出谋生。

女性先辈们有没有传承给你们一些技艺或知识呢？和你的女儿一起去找出更多信息，更新一下你们的记忆吧！

祖先的力量

先辈的事迹可以给予你力量。想象一下，在你遇到任何苦难时，家族里的那些女性先辈的优秀精神会永远支持和祝福你，这是怎样的一种力量啊！

女儿也会把你当做榜样来模仿。你所要做的是留心观察你和女儿之间的差别。你要尊重她，多关心她，让她知道她在你心目中是独一无二的，这样对你女儿天赋的发展极有帮助。

很多家长都不会过多地谈论家族中已逝去的亲人。如果不是有些人碰巧发现这些家族秘密，后辈会对家族的历史一无所知。试着去了解你的家族吧，这将有助于你画出族谱图或者编写家族传记，好让他们的故事和精神能代代相传。



盖佐和莉娜：一段阴影重重的母女关系

盖佐是个举止温柔的女人，很懂得穿衣打扮，也很有教养。但从她女儿莉娜出世到今年7岁，她一直和莉娜相处不好。“她是个爱哭的孩子，”她告诉我，“她对什么都不满意。”

盖佐甚至认为，莉娜还是婴儿的时候就已经想要不断地打扰或者挑战父母。莉娜的父亲是私营业主，工作十分卖力，有时候他要加班到很晚。所以在莉娜小时候，盖佐几乎是整天和她在一起，她对这个会大哭大闹的小家伙感到越来越气。小莉娜察觉到了这种不满，她觉得自己不受欢迎，甚至感觉被抛弃了。因为这种恐慌，她哭闹得更大声了。“她哭到要呕吐才停下来。”盖佐说，“两岁的时候，她常站着大喊大叫，直到呕吐为止。”

现在她们之间的问题核心是莉娜的家庭作业。莉娜不肯做功课，也不愿意做学校分派的课外任务。“她对一切都不满意！”盖佐说，“我和她去购物的时候，她总是想买更多的东西。”

莉娜其实是在为自己的存在感而战斗着。她很不安，她从未感受到被爱。实际上对孩子表达爱意最简单的方法就是和她们在一起，听她诉说，和她谈话，关注她的喜怒哀乐。在你和孩子建

立起稳定的关系之前，一切对她的批评都毫无意义。在莉娜的个案中，不断去批评她在学校的表现和她的家庭作业只会让她更反叛。

在和莉娜的老师详谈之后，盖佐学会了先放下对莉娜功课的严厉管制，而是努力改善她们的关系。例如，她们一起边喝下午茶，边闲聊对身边事物的感受——这些日常行为为她们打开了一扇窗，她们开始建立相互间的信任。

确实，从女儿出生开始，她们的母女关系就明显很让人困扰。无论是因为生育本身就很困难，或者是盖佐其实不是真的想要这个孩子，都让孩子感受到了母亲的不悦。

尽管盖佐也很关心女儿的学业，为控制女儿的物欲付出了很多努力，但她们之间还是不能建立起坚定的信任关系。她们都不相信彼此之间的爱，却又不愿意承认这个事实。

如果想改变这些，首先，盖佐和她的母亲，需要审视她们的家庭和关系模式。盖佐从原来的家带来了什么，以至于对现在的母女关系产生这样的负面影响？在盖佐的母亲和外祖母之间发生了什么？谁没有得到照顾？谁总是一直沉默？谁没有得到后辈的怀念？有什么办法可以治愈这种心灵创伤？

需要对盖佐与丽娜的关系负最大责任的是丽娜的爸爸。他其实可以做出一些带来积极影响的事情，但他却很少在家。丽娜被剥夺了能和父亲进行积极互动的机会。

泰莎和妮娜：无条件地去爱女儿

泰莎将她女儿妮娜的故事起名为“惊奇之旅”。“从一出世开始，她就与我很不一样。刚出生的时候她发出了一声强有力的啼哭，从那时起，我就知道她总有一天会变得很坚强。”

泰莎人很简单，话也不多。她几乎不会在服饰上有什么花费，所以当她看到3岁的女儿已经会一天换几套衣服的时候，她十分惊讶。而且，妮娜在邻居小伙伴家发现指甲油之后，就疯狂地迷上了美甲。“4岁的时候她想要皮鞋。当然，我才不会买给她！”泰莎解释道。“还有一件事，”她吃惊地说，“我的女儿总是会说出她想要什么，然后一直坚持着直到得到为止。虽然这样很令人郁闷，但是我十分欣赏她这一点。”

泰莎这种态度促进了她们关系的发展。就像每一位母亲一样，泰莎心里珍藏着也期待着：“妮娜有一天会变得很坚强。”这种希望当然不会产生什么负面的影响，因为在它背后没有隐藏着任何不满情绪。相反，这完全是个乐观的想法。她对女儿的关注和好奇让她可以无条件地爱着妮娜——而这也是拥有快乐母女关系的最好前提。

父女之间

父亲是女孩生命中出现的第一个男人，他在女儿的人生中扮演着极其重要的角色。他代表着一种阳刚之气，一种异性的风采，因此，他是女儿的一个榜样。女儿会将每一个走进她生命的男孩来跟父亲作比较。

如果你（父亲）与女儿的关系十分密切，她很有可能会选择一个跟你很像的丈夫——也有些女孩会选择和父亲类型完全相反的，因为她们想寻找些挑战。同样，每个和父亲有过糟糕的相处经历的女孩都会找一个和父亲差别很大的另一半——当然，不是所有人都能成功找到，有些女孩甚至发现自己一直在重复着小时候的行为模式。

就像母女关系一样，如果那些使得父女关系紧张的问题不能解决，这些问题将会一代一代地传下去。例如，我们知道那些受过虐待的女孩结婚以后，她的女儿往往也还会遭受家庭暴力。

如果女儿很钦佩父亲，把父亲放在心中第一位，乐意去迎合父亲，并且会为父亲做很多事情，那么这时候“积极的恋父情结”就会产生。作为反馈，父亲会为女儿感到自豪，并且一直鼓励她。但要记住，当女儿到了青春期时，她会变得独立起来，这种独立是必要的。如果她没有变得独立，就会一辈子都去迎合别人，无法发展出她的自我个性。这种独立的个性正是女性的魅力所在，能为她赢得异性的欣赏。如果女儿无法学会独立，你完全可以想象出她将来失去了父亲或丈夫时候的惨状。

另一方面，如果一个女孩在童年时没有从父母那里得到持续的关爱（最理想的状态是拥有完整的父爱和母爱），她的自尊心会严重受

创。她们会觉得自己被抛弃，会把自己当成受害者，会认为自己根本不值得拥有更好的生活。

我的父亲

我父亲塑造了我。他很和蔼，总能让我感到被爱；他还很能干，才华横溢，而且他常常和我们待在一起。我常问自己，为什么他会是这么一位慈父呢？他很小的时候就失去了他的父亲。他大概是想让我们能有更多关于他的回忆（当然，他不是想早点离开我们）。而且他是在女孩堆中长大的，所以有可能对女性的行为和思维方式非常了解。至少，他能坦然对待女人，并且可以比一般男人更好地理解她们。

现在很多父亲都明白他们在孩子的生命中扮演着决定性的角色。最近，我在看杂志时看到一些消息——即便是香水制造商也开始重新审视新时代的男性阳刚形象。他们认为，男性无须再去证明他们的男子气概，而且男性的社会关注点也开始转变了——他们现在会更多地和家人待在一起。也许这就是为什么现在他们有一点女性的气息吧！

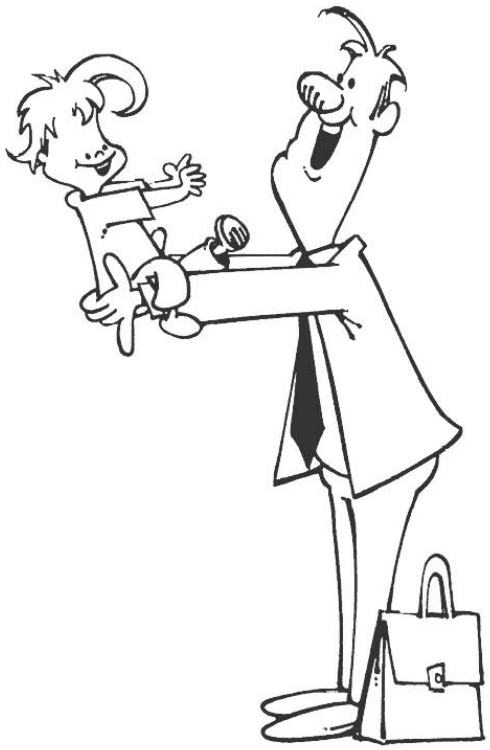
父亲的类型

你知道你的父亲是属于哪种类型吗？

专横的父亲：

这种类型的父亲认为，他的妻子一定要对他百依百顺。你不用想也知道，如果有这种父亲，女儿就会成为受害者。如果她没有一个勇敢而懂得反抗的母亲的话，那么在遇到有人打她坏主意时，她很可能不懂得反抗。

在这里如果你（父亲）可以看清自己，那么认真地自问一下，要求家里的女人们对你言听计从真的是个好主意吗？如果女儿能自己作出决定，你不觉得这对女儿和你自己都更好吗？这样的话，你们之间的关系可能会更加亲密，而女儿也会学到如何用自己的承诺、智慧和方法去维护自己。



慈父：

女儿十分喜欢这种父亲。同时，她也会利用他，“如果妈妈不答应我，或者我可以从爸爸那里得到允许呢……”这样一来就会产生一种风险：女儿会学会利用自己的魅力去操控男性。在往后的生活当中，她很有可能会经历一次又一次的失望，因为她发现不是所有男人都会屈服于她。楚楚可怜的眼神和眼泪并不总是奏效。

如果这类慈父可以给女儿定下一些规矩和约束，并让女儿知道，爸爸和妈妈的立场是一致的，那他绝对是个好父亲。父亲在女儿面前流露感性的一面可以让女儿更信任他，在女儿往后的生活中，她会常常问父亲意见，这足以显示她对父亲的信任。

如果你是属于这个类型的，记得要告诉你的女儿，有时候，用理性去解决一些问题会比感情用事奏效得多。

合格的父亲

合格的父亲远不只是女儿的朋友。无论发生什么事，他对女儿的爱和投入都不会动摇。只要他还活着，他就会在女儿身边支持她。所以，他比女儿的其他朋友更加和蔼，更加宽容。同样，父亲的天职有时候会使他比其他朋友承担更多的风险。

有时，女儿会不喜欢父亲的某些话，或者不喜欢他坚持的某些理念。一位合格的父亲会教育女儿，希望她学会配合家人，学会遵守承诺，学会尊重他人，学会在日常生活中尽量去帮助处理家里的大小事宜。这样做起来虽然艰难，但是绝不是要你对女儿耍狠招。合格的父亲会用柔和深厚的情感和富有幽默感的方式去做好这些事，绝不会去吓唬或者打骂女儿。这是一种相互尊重的关系，但是长久以来，这种关系都不平等。

实际上，这恰恰就是孩子们(包括青少年)希望从父母身上得到的——一种知道自己可以有自己的立场，而不是完全受父母操控的安全感。

正是通过与父母所坚持的观点和伦理道德观念进行正面交锋，孩子们才学会形成属于自己的个性和价值观。渐渐地，你会惊讶地发现，女儿在很小的时候就可以和你争辩，甚至有时会获胜。你可能会想（如果你坦诚对待彼此的话）：“我猜她是对的！”这时候你不可以生气，也不可以沾沾自喜地以为自己把女儿教得这么好了。有一次我参加一个烧烤聚会，席间一对父女的讨论变得激烈起来，然后那位父亲对女儿说：“我不同意你的说法，但是我觉得你很有激情，而且论据很有力。”当他们俩发现别人听到了他们的对话时，女儿的脸红彤彤的，洋溢出一种自豪感。

父爱常常表现在小事当中——开车送女儿去打网球，并在一旁观看，给她安慰，为她欢呼；知道她朋友的名字，并且和她朋友们的父母见过面；晚上10点半，在她为明天要交的作业烦恼时，帮她上网找解决方案。

如果你可以和她配合好，或者在做事时（例如一起在家组装低价买来的DIY家具）始终保持和蔼的态度，不生气发火，那么这会为你女儿树立好的榜样，她长大后也会愿意和她的伴侣以同样的方式去做这些事情。更重要的是，你不知不觉地为她选择伴侣设立了标准。如果你待人很冷漠，她会选择一个拒人于千里之外的伴侣；如果你性情软弱，她会选择一个什么事情都任由她支配的；如果你经常会陷入焦虑，她也会选择一个神经绷得很紧的伴侣。这是促使你去注意和女儿相处方式的一个很好的理由。或许会有一小段时间，你们之间出现些许矛盾，但要注意大部分时间你们必须要好好相处。如果你可以和善地拒绝女儿的要求，不带一点排斥的情绪，并且给出一个有力的理由，那么她可以从中学到需要拒绝他人时应怎样去做。若能避免女儿出现敌对情绪和恐惧，你会在对女儿设立各种规定或者需要她配合时更有效地达到目的。因此，一位合格的父亲不会恃强凌弱，也不会大声呼喝，更不会威胁恐吓。读到这里，很多女性会记起她们的父亲对她们羞辱性的斥责："黄毛丫头，你住在我的屋檐底下，你就要……"（又不是我自己选择的！）"你真自私，又粗鲁，从不会体谅别人，真没用……"（即便真是这样，你也用不着一个个点出来伤害我脆弱的自尊心吧？）

男性似乎会忘记或者注意不到，他们是那么高大，说话掷地有声，让人在心理上觉得他们已占尽优势。女儿都希望父亲可以用爱、和蔼和尊重去对待她们，最好还会赞美、表扬她们。因此，父亲在女儿心里的每一个印记，都是那么刻骨铭心。

真正的好爸爸通常都立场鲜明，意志坚定，但这不代表他很凶悍。即便在他为女儿设立明确的行为规范时，他低沉的嗓音依旧很温暖。他会花时间站在女儿的立场聆听她的心声。

当然，这需要终生学习，但是每一个小的进步都是值得的。想象一下，当你真的做到了之后，那是怎样的成就感——女儿对

你充满了尊重和爱，而且也会用实际行动去赢得你们的尊重，更重要的是，永远不会惧怕你们。

——史蒂夫·比达尔夫

缺席的父亲

科拉一生都渴望得到父爱。她的父亲是美国驻德国的士兵，他从未见过她。她曾无数次幻想自己找到了父亲，但现实却告诉她这不可能。即使没有父亲，孩子们也能快乐成长，但当然她们会缺少一些东西。科拉说：“就像你的自传里永久地缺失了一段。”

一些曾被收养、长大后寻找自己生母/生父的人也有同样的感受。近来，越来越多的人认为被收养的孩子应该有权利知道他们的亲生父母是谁。无论是出于何种境况被收养，不知道自己亲生父母是谁总是很痛苦的，而且会妨碍他们对自己身份的认知和自信的建立。

命运的发展从不因为我们的意愿而改变，而孩子们通常也会充分利用环境让自己得到更好的发展。如果一个女孩在没有父亲的环境下成长，那么对她来说，在她生活中能有另外一位男性的榜样很重要——祖父、邻居、老师、教练等。这些关系必须是他们自愿发展起来的；有时候，这种关系也会自然而然地发展。通常朋友的令人信赖的父亲、女儿经常去的社区中负责照料儿童的男护工、一位好的男老师都会成为她的榜样。

继父

作为母亲，如果你和另一个男人坠入爱河，走进了一段全新的关系中，那么恭喜你，你可能会发现你的女儿很快对他产生好感。如果他愿意，他同样可以担负起一个父亲的责任。

但要注意千万不要让这个男人假装是孩子的父亲。理想情况下，他会变成你女儿的好朋友，也会承担一些父亲应负的责任。如果这种状况发生在你女儿很小的时候，他会比在你女儿到了13岁——特别是她和生父失去正常联系时——能更好地扮演一个父亲的角色。当然，新环境会有新规矩，规矩是大家一起制定的，那么，要确保每个人都能接受这些规矩，这很重要。尊重女儿对你的新伴侣的反应，要记住友谊、尊重和爱是不可以勉强的。这对家里每个人都适用。你所期盼的应该是伴侣和女儿之间的相互尊重——大人也应该在这点上为小孩树立榜样。

最近，一位绝望的母亲写信给我，抱怨她12岁的女儿固执、自私，而且不会站在别人立场上去考虑问题。女儿对她的新伴侣很冷淡。但是女孩应该要怎么做呢？为她妈妈有新恋情而高兴？移情于这个不是她父亲的男人？如果她可以做到，那很好——但不要对这个理想化的结果期待太大，更不要试图去推进或强迫这些状况发生。

对于很多孩子来说，接受一段新的关系非常困难。但是因为她们想去保护自己的母亲和父亲，她们不会将这些说出来。如果你记清以下几点，你可以帮助孩子找到办法解决这种新情况：

- 即使是你们分居或离婚之后，无论你们在不在一起，记住，你们仍然是女儿的父母。
- 每个孩子都有权利去爱他/她的父亲和母亲，并且从父母身上学习。如果孩子仍然很小，父母应该决定好孩子要跟谁一起生活，并且签订协议以确保孩子以后可以见到无监护权的父亲或者母亲（如果有的话）。作出这些决定主要是从孩子的最大利益出发。

 父母意见不合与孩子无关。不要把孩子当成间谍或者是伴侣的替代品。作为一位母亲/父亲，如果觉得自己在这段关系中被曲解了，或者孩子只是听到了一面之词，在你觉得孩子已经足够成熟时，将你的故事写下来给孩子看。

当女孩失去母亲

当母亲在分居或离婚之后离开家，或者去世之后，孩子常常会处境艰难。对于男孩子来说，他们失去了最初的挚爱，然而对于女孩来说，她们不仅仅失去最爱，并且失去了她们最认同的人。

“我应该怎么做才好呢？”一个绝望的父亲曾问过我。我的答案是——让悲伤释放出来吧。失去伴侣是件很痛苦的事，如果你还不让你的悲伤发泄出来，内心会承受不起。事实上，有一些男性在表达自己诸如悲痛和恐惧之类的情绪时的确有困难，这让孩子们疑惑不解，特别是小女孩。所以如果你在承受一种失去伴侣的痛楚，告诉女儿你的感受吧，也让她知道你不是无助的，你可以处理好这些感受。

如果你加入了某个援助小组，能向伙伴们诉说你的情绪，得到拯救的不仅仅只有你，还有你的女儿。同时要记住，有一些图画书和儿童书籍是专门针对如何对待分离和死亡等话题的。和女儿一起阅读这些书，一起哭吧。无论你多生孩子她妈的气（这里指的是离婚），还是把她的照片挂在屋子里的某一处吧。你的女儿也是她的女儿。对女儿来说，把妈妈放在一个崇高的位置是很重要的。不要说孩子妈妈的坏话，如果你谈起她，尽量把焦点集中在那些美好的回忆和经历上。无论你和女儿的妈妈各自会拥有什么样的人生，作为父母，你们两个也要经常联系。

如果你女儿的母亲过世了，你应该经常带女儿去拜祭她。我觉得不把孩子带去参加葬礼是很错误的做法，这是每个人都会去做告别演讲的地方。那里绝对会有哭声，但是为什么孩子就不可以看到大人的悲痛呢？对于一些小孩来说，当得知我们的身体化为尘土回归大地，而灵魂则永远与天主同在时，他们会感受到安宁。

在很多国家和文化中，服丧期会持续一年之久。如果经过这段时间之后，你又一次坠入爱河的话，那么恭喜你，希望你的孩子可以接受你的新恋情。

兄弟姐妹之间

有一句老话滋味无穷——兄弟姐妹就像汤里面的盐，他们是你生活中不可或缺的调味剂。兄弟姐妹在生活中总是相互产生影响，这不同于父母的影响。但是随着现代家庭规模的缩小，这种相互影响也正在经历着转变。尽管在早些年，一个家庭里有两三个，甚至是4个兄弟姐妹都是很常见的，但是在今天的澳大利亚，每个家庭平均只有1.5个孩子，而且父母通常都是在第一个孩子出生之后才再决定要不要再生一个。所以，现在很多小孩都只有一个兄弟或姐妹，他们俩将会一起经历成长中的快乐与悲伤。甚至有很多孩子连一个兄弟姐妹都没有。

独生子女

这是一个备受关注的调查。调查显示，现在的独生子女比前些年独生子女身上的问题要少——他们没有被宠坏，没有早熟，适应社会的能力也更强。一部分原因是，现在的孩子会花更多时间去组成小团体，去认识更多的小朋友及其家人。孩子不是非得要有兄弟姐妹才能学会社交。

出生顺序



假如你的第一个孩子是个女孩，在第二个孩子出生后，长女的生活将会发生不可逆转的改变。如果第二个孩子是女孩，那么就会存在她们俩相互竞争的可能，尤其是当她们的年龄之差少于3岁时。同性的孩子想要在父母的眼里不可替代，所以通常她们俩会有不同的个性。

如果第一个孩子很理性，那么第二个孩子很难同样理性，至少这不会是她最大的优点。所以，她可能会变成甜美型的，或者是野性型，又或者是运动型的女孩。这样的角色分配很常见，很少家庭能完全脱离这种规律。作为父母，如果你知道长女的性格已经开始定型之后，你要确保不再进一步强化，把有可能的伤害降到最低。同时，你也要注意第二个孩子的个性类型的发展。

年纪最大的孩子通常是最高大的一个，也是最想长大的一个——他们逃离不了这样的角色定位。年纪最大的女孩常常会担任“保姆”或者“妈妈助手”。“如果第一个孩子是个女孩的话，当弟弟和妹妹（特别是妹妹）需要帮助、安慰或者关注时，他们常常会向姐姐求助，这种情况在姐妹之间更常出现。一般来说，姐姐会比哥哥更友善，更加关心弟弟和妹妹。”这在某个时期内可能没多大问题，还有可能让孩子有自豪感，但是从长期来说，这种角色会让第一个孩子倍感压力，因为角色中包含了一些本属于父母的责任。大孩子始终也是孩子，他们也想受宠的！

与出生顺序有关的性格特征

一般认为，孩子的出生顺序会影响他们个人性格特点的形成。但是以下的说法仅供参考，请不要将其当做真理：

最年长的孩子通常会发展出一系列年长孩子应有的性格。他们通常很有责任感，很有教养和领导才能，能批判性地看待问题，严谨、专横、独立、控制欲强，能获得较高的成就，很自律。

中间的孩子往往会对他们的身份认知感到迷惘，很少能获得较高成就，他们总会做一个跟随者，争强好胜，但是缺乏自信、沉默寡言、害羞，是不错的谈判者和调停者。他们还常常觉得自己没有得到公正的对待。

最年幼的孩子常常很喜欢玩乐、责任感弱、自律性差、依赖性强、常有不满足感，但同时富有冒险精神、友善、创造力强。

独生子女往往很自负，很独立，能获得较高的成就，同时自私、容忍力差、行事果断。

据说如果将两个孩子分开养育长达7年时间后，在环境的影响下，他们的性格会发展得更像独生子女的。

我们只需在一般情况下思考一下这个与出生顺序有关的性格特征差异，无须过分迷信。但是，在大人和小孩身上都发现了因出生顺序不同而产生的性格特征差异，而这些发现也可以帮助我们了解自己的性格。

妈妈的儿子和爸爸的女儿

在很多有一子一女的家庭当中，女儿通常是“爸爸的女儿”，而儿子通常是“妈妈的儿子”。在人生当中，你不能完全摆脱某些角色定位，但要明白这些定位并不是一成不变的。前面所提及的家庭相处之道的其中一点，就是我们不应该跨越代沟，即父母就是父母，孩子就是孩子。当儿子和母亲团结起来对抗父亲和女儿（反过来也一样）时，结果对双方没有任何好处。家长应扮演好自己的角色，相互扶持。如果可能的话，统一思路去共同承担对孩子的责任。一个跨代的组合会让事情变得糟糕，甚至很可能导致由于父母中的一方为了表示自己对孩子的忠诚，而做出贬损另一方的事情。这等于某位家长直接表明自己更喜欢哪个孩子，这将给家庭带来新的烦恼。如果你发现你的家庭出现了这种分歧，你可以单独和伴侣的“同伙”一起做些事情，努力打破对峙局面的存在。带上这个孩子一起外出，做他/她最喜欢做的事情，或者晚上睡觉前在她的床边待久一点，和她谈谈心。别忘了，这个孩子也需要你。

不同性别的先后顺序

拥有两个女儿的家长常常会欣慰地发现两个女儿常常一起开心地玩耍，这意味着家里会少些麻烦和噪音。但是一般来说，男孩和女孩不会经常在一起玩。

如果你让孩子尽情展露个性，接受他们的行为方式，哥哥（或弟弟）与姐姐（或妹妹）之间的争论通常不会太过分。如果你看过瑞典阿斯特丽德·林德格伦的著作《玛蒂塔》（*Madita* ）的话，你会找到一个关于如何处理冲突的好范例。

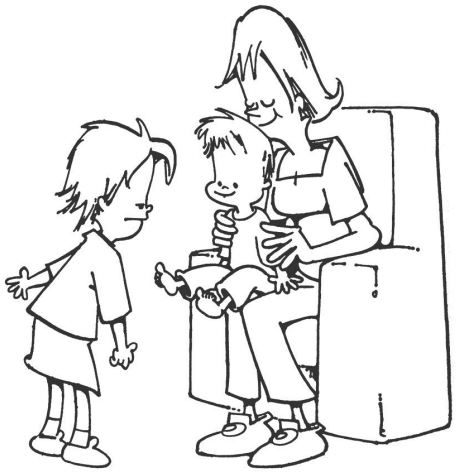
都是女孩

如果一个家庭里有3个或3个以上的女儿而没有儿子的话，其中的一个女儿很有可能会扮演男孩的角色。这个女孩会发展出很多坚毅的品质，因为她不知不觉会努力想去代替那个根本不存在的儿子。如果你对没有儿子感到失望，你应该在女儿们到了适合的年纪后和她们谈谈这个问题，这比你什么都不说或者不断地抱怨这种“缺失”要好得多。例如，你可以这样说：“没错，我们也想要一个儿子，但是我们已经拥有3个健康的女儿了，这已经很好了。你们不需要去扮演一个男孩，做你们自己就很好了。”

孩子们对父母有着敏锐的感觉，并且常常想做到取悦父母的事情，即使父母并不总想让他们这样做。

姐弟俩

如果你的第二个孩子是男孩，那么你的女儿从小就有机会观察和熟悉男性，这可能会让她对男性有更好的理解。你对待儿子的方法也会影响你女儿。例如，如果你更偏爱你儿子，每个人都看得出来，或者儿子是大家的宠儿（真的有这样的孩子），你女儿会觉得自己很难坚持她的女性特质。然而，如果你对两个孩子都一样好的话，他们都会知道自己是被爱、被认可的，那么你的家庭生活会很和谐。当然，当中仍然会存在很多矛盾，但是你们有能力去解决，因为你们拥有解决矛盾所需要的最基本的条件。



兄妹俩

相反，如果你的第一个孩子是儿子，第二个是女儿的话，女儿会非常享受有哥哥的体验。兄妹间的相互影响也会很和谐。但前提必须是儿子在家中的地位是受到承认的，他用不着为得到父母的爱而苦苦斗争。

嫉妒是一种无可厚非的感受。压抑这种感受不是个好主意，最好是开诚布公地说出来。例如，你理解儿子可以表达这种嫉妒的情绪，你也会给他安慰，那么他就无须在暗地里埋怨妹妹。你可以这样说：“我知道对你来说很难接受，但我之前花了很多时间去照顾你，现在我也要照顾你的妹妹。我能理解你有时候会嫉妒，但是你要知道，对我来说你是独一无二的。只有你才有那么漂亮的棕色眼睛，只有你才能跑得那么快。你和妹妹很不一样，但是我同样爱你们，只是方式不一样而已，就像你爱我和爱你爸爸/妈妈的方式不同一样。”

如果你对每个孩子都予以关注和尊重，珍惜他们的个性特质，他们会在生活中从彼此身上学到许多，并且会从兄妹关系中获益。

如果你已经有好几个儿子了，又生了一个女儿，那么她肯定是与众不同的。当然，这并不意味着你可以偏爱她。如果你希望了解这种

家庭的内部成员关系，可以看一看格林童话《十二兄弟》。同样，如果你已经有很多个女儿，最小的儿子当然会显得很特别。

打破痛苦的循环

以下这个故事清楚地告诉我们矛盾是如何一代又一代地传下去的，除非能有人意识到这个问题，并解决它。

一位母亲有两个儿子。当她怀上第三胎的时候，她去拜访了一位占星师。那位占星师建议她打掉这个孩子，因为这个孩子来到世上之后，孩子的爸爸就会死去。后来女人生下了一个女儿，就在那一年，孩子的父亲死于一个简单小手术的并发症。女人悲痛欲绝，从此家里一贫如洗，因为失去了经济来源。母亲不得不去工作，小女孩被留在了家中，由兄长们照顾。

女孩很爱她的哥哥们，也很想念她的父亲，并且承受着因为负担过重、过度劳累而对她充满恨意的母亲的虐待。女孩长大了，但战争就在那时开始了。她的两个哥哥在战争中死去了。到了结婚的年龄，她花了很长时间去寻找和她哥哥类似的男人，最后她找到了，嫁给了他。她生了一个女儿，以同样的方式虐待女儿，就像她母亲以前虐待她一样。这一代的母女关系就像上一代一样，被母亲的仇恨荼毒了。

多年后，她的女儿也长大了，但这时已是和平年代，不再有战争。她的家也不再贫穷。这个女儿能理解，并且努力调解和妈妈的关系。她选择用包容和理解去治愈这种创伤，并开始了治疗。最终，这种痛苦的循环被打破了。

作为父母，我们要明白自己不可能让孩子的一切都在我们的控制之下，这很重要。命运的好坏，各种各样的外部环境都可以对孩子的

生活造成影响。这就是为什么我找不出答案去回答很多堆在我面前的问题。有些难题已经造成了我们长期的困扰：

- 我们什么时候才应该计划要第二个孩子呢？
- 如果哥哥有生理缺陷，会不会伤害到我们的女儿呢？
- 我们已经有3个女儿了，可我还是想要个儿子，我该怎么办？

我们应该去寻找藏在这些问题当中的礼物和教训，这比为一堆问题干着急更理智。事情是怎样就是怎样，但是怎么看待和处理它们，就全在于你了。



育儿贴士：

母女关系有时候可能会让人很困扰。但是如果母亲能处理好她年少时的思想包袱，那么双方的关系就可以改善。

跟女儿说说她的先辈吧，特别是那些能成为她力量源泉的女性先辈。

父亲通常是女儿生命中对她造成巨大影响的第一个男人，所以他会成为女儿将来衡量男性的标准。不要低估了这段关系的重要性。

兄弟姐妹和出生顺序对于女孩的成长起着决定性的作用。

要么跟随我的脚步——要么走开！

明迪

我的小女儿凯蒂和年轻时的我简直就是一个模子刻出来的，所以我常常错误地认为她各方面都很像我。而大女儿爱丽丝和她父亲长得很像，所以我有时也错误地认为她有着她父亲家族的性格特征。但她们每天都在提醒我——她们只属于自己，她们需要打造自己的人生。

举例说，我年轻时曾独自一人到亚洲旅行。在巴厘岛我学习了演奏加麦兰——一组当地的打击乐和管弦乐器。当我回家后，我发现附近有一个加麦兰演奏团。我加入了这个乐团，和其他成员一起练习，并且一起演出了一年多。这让我得到了前所未有的乐趣。

结婚之后，我生了两个女儿，渐渐安定下来了。所以你可以想象当我为爱丽丝找到了一所这样的学校时，我多么喜悦：学校里不仅有先进的教育理念和各种富有创造性的课程，而且在它的地下室里有一套真正的来自巴厘岛手工雕刻的加麦兰。我迫不及待地让爱丽丝加入加麦兰演奏小组，而且，每当有机会，我都会在她和她同学面前炫耀一下我的演奏才能。可问题是，爱丽丝对加麦兰不感兴趣，她喜欢闪亮的流行服饰，她说那些巨大的砰砰打击声会损伤她的听力。

而那个我视同自己翻版的小女儿凯蒂同样出现了追求自己个性的苗头，她驳回我所有关于她选择衣着、鞋子和音乐的建议，对我的人生经历充耳不闻，甚至冷漠。我用了超过50年的时间来培养我对事物的品位，但我的女儿们却完全不理会这些，继续沿着她们自己的路去走。有时候，我觉得她们的选择很荒唐。她们的行为不时地向我发出警告，但是，只要我看到她们的笑容，哪怕是“不怀好意”的，我都会感觉幸福。我知道她们是不会反悔的。

父母有时也需要帮助

麦克

不久前，我和妻子对两个女儿珍妮（11岁）和莉莎（8岁）之间持续的争吵很担忧。珍妮是个很体贴的人，但是和其他姐姐一样，她总对莉莎提出批评。莉莎是个敏感、内心充满激情的孩子，她会把每一句批评的话都往心里去。莉莎其实能力不凡，但她对自己要求太高了，所以很容易自责。

所以我们去拜访了一位家庭问题治疗师。他告诉我们，尽管我们很担心，但是这件事没有我们想的那么严重。现在我们定期召开家庭会议，在会上我们表达我们的想法，讨论各种各样的事。如果

我们无法妥善处理手里的问题，借鉴一下他人的视角和意见是很有必要的，可以帮助我们更加平和、冷静地解决难题。



后记

我的女儿现在已经长大成人了。当我回想起她出生的那一天，想到我跟随她的生命轨迹不断前行时，我突然感受到一种虔诚的震慑。我再度回顾我们的生活时，我又一次发现了她的独特性，这种独特直到今天仍在继续发展。

在她年幼时，我们的关系很密切。她出生后的第一年我整年没有去工作——我真的很享受做一个全职妈妈的感觉。我之所以可以不工作，是因为我的一名女性朋友一直在经济上帮助着我。我始终对她心存感激。

在那之后，我把女儿送去了一个日托服务中心，那里有其他的小朋友。她很喜欢待在那里，我们的关系依然很融洽。我依然用母乳喂养她，特别是晚上。

直到女儿上小学之前，她晚上一直不能独自入睡，需要有人陪在身边她才能睡好。祖母可以哄她入眠，因此她和祖母关系很好——这也使得我可以重新出来工作。我的一些邻居猜测说这个被宠坏了的孩子以后很难独立，都3岁了还在吃奶啊。但是我并没有因此而改变，我得跟着自己的感觉走。

女儿3岁的时候，她去上幼儿园了。她在那里收获了很多美好的回忆，还收获了她的告别会礼物——一只彩色的丝质抱枕和一本古老的相册。她还在那里交了人生中第一群朋友。

当我女儿开始走她自己的路时，我和她发生了一些争吵。我还记得当得知我们要去的雪糕店关门了的时候，她握着拳头向我走来的情

景！但是我们俩都知道——即使到现在仍然如此——我们从来不会真的去生对方的气。尽管我们之间存在很多差异，我们之间的感情还是很深厚。

当我女儿4岁时，我们搬到了乡下居住。那里的一切都那么不同，而且比城市更好，特别是对于我女儿来说。她很喜欢与小动物和自然为伴。一开始，她不愿意到当地的幼儿园上学——我只好在家陪着她。因此，她每天和我一起待在家里，我工作，她独自玩耍。后来，一个新校长接管了这家幼儿园，学校的一切开始变得好起来，女儿也高兴地去那儿上学了。

在那个年纪，我发现女儿极度邋遢。她的房间简直就是一片混乱。过了这么多年，现在她的房间很漂亮，装饰精致，而且十分整洁。她甚至会帮伙伴整理衣柜和化妆包，帮我们清洁房间来赚取零用钱。顺便说一句，我的儿子们也这样做。

女儿6岁时，她自己为自行车刷了新油漆！在她10岁之前，我每晚都会坐在她床边为她唱摇篮曲，因为我知道她很需要我。

我认为，在成长中，她从我这里获得的安全感给予了她自信。接下来的几年，作为一位母亲，我多数时间内扮演着一个支持者的角色。她的成就足以证明我对她的影响。她非常自信，并且成了一位技术高超的马术师。

女儿现在差不多17岁了。她个性独立，总是想四处旅行。刚开始时我很恐惧，她的兄弟们没有一个是那么早就开始独立的，而且没有人想到她会如此。但是，人生就是这样。我会放手让她自己去闯！

图书在版编目（CIP）数据

养育女孩 /（澳）普罗伊朔夫著；吕方兴译. —北京：中信出版社，2011.1
书名原文：Raising Girls: Why Girls Are Different and How to Help Them Grow Up Happy and Strong
ISBN 978-7-5086-2609-3
I. 养… II. ①普… ②吕… III. 女性—家庭教育 IV. G78
中国版本图书馆CIP数据核字（2010）第244208号

养育女孩
YANGYU NÜHAI
著者：[澳] 吉塞拉·普罗伊朔夫
译者：吕方兴
策划推广：中信出版社（China CITIC Press）
出版发行：中信出版集团股份有限公司
（北京市朝阳区惠新东街甲4号富盛大厦2座 邮编100029）
（CITIC Publishing Group）
电子书排版：萌芽图文

中信出版社官网：http://www.citicpub.com/
官方微博：http://weibo.com/citicpub
更多好书，尽在中信书院
中信书院：App下载地址https://book.yunpub.cn/ （中信官方数字阅读平台）
微信号：中信书院