

# 《教出好女兒》

## 图书基本信息

书名：《教出好女兒》

13位ISBN编号：9789866158414

10位ISBN编号：9866158411

出版时间：2011-6

出版社：野人

作者：雲曉

页数：349

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

## 前言

推薦序1 一堂每個父母必須補修的學 曾有些朋友跟我吐苦水：「同樣都是自己生的孩子，為什麼女兒好乖巧好貼心，可是兒子就像是隻精力過剩的野蠻人呢？」也有朋友會很挫折：「奇怪，我的兒子很獨立，不必大人操心，女兒卻很黏人，情緒又起伏不定，好傷腦筋耶！」的確，男孩與女孩很不一樣。雖然這二十多年的女權運動讓兩性平權已成為普世價值，我們一直力求在社會制度上弭平兩性差異，包括從幼稚園起，到小學、國中，男女合班已經成為主流做法，可是一旦人為刻意忽視男女的差異之後，反而衍生出非常多的問題，因為性別差異真的存在，從大腦的結構與發展開始，男女生的大腦在生物基礎上根本就不同，因此了解男女之間的差異，對於男生與女生採取不同的對待方式，其實是必要的。所謂男女平權應該針對機會的平等與同工同酬的平等，而不是忽略男女生天生的不一樣。《教出好女兒》這本書，作者用非常生動且具體的例子，條理分明的跟我們分享遇到什麼狀況可以如何處理，我認為這是每個有女兒的爸爸必須補修的學分，甚至連身為女生的媽媽也需要藉由閱讀本書的過程來反省一下，因為大人是善忘的，正如《小王子》的作者曾說的：「每個大人都曾經是個孩子，但是他們卻都忘記了！」甚至因為這本書還提供了很多如何引導孩子學習的方法，所以連家裡只有男孩的父母，其實也應該要參考一下，協助孩子面對成長過程的挑戰。

李偉文（親子作家、荒野保護協會榮譽理事長） 推薦序2 堅持用嚴謹的愛來愛孩子！ 做為兩個女兒的母親，在這養育的十二年光陰裡，毋寧可以說是挫折的淚水與喜悅的笑靨中、層層又疊疊的，都說女娃們是貼心甜蜜的天使，但其實我的實戰經驗是，不同的女娃兒，也會有不同面向的叛逆與調皮！教出好女兒，可一點也不比教出好兒子容易啊！這本書裡，分析了許多小女孩在大腦生理方面的科學研究數據，作者並提出了可因應的教養概念與模式，我尤其對於他所強調的「嚴與愛結合，最能樹立真正的威信」更是心有同感，在這物質條件幾乎舒適的要荒唐的教養年代，我曾經提筆寫下「愛而嚴謹」的文章來述說，我所給予小女孩們的教養係建立在紀律的常規與信任的權威之上，要愛孩子，要用嚴謹的方式來愛我的女兒們，這一點我始終是不渝的。這是一本頗實用的工具書，倘若期望自己的女兒們，日後可以長成一位大方、有氣度、有氣質、聰敏懂事的女性，書中有許多提醒和論點頗值參考，謹此誠心推薦給為教出好女兒而勉力學習的父母親們。 番紅花（親子教養作家） 推薦序3 能養能教才能教出好女兒 我不是一個喜歡談兒女經的人，但是，談起我家三個女兒，作為一個三個女兒的爸爸，總是不免露出一抹滿意的微笑。內人對於沒生個兒子，可能有些「內疚」，曾經私下問我：「我們都沒有兒子，你會不會有些遺憾？」我的回答很簡單，很乾脆，就是「一點都沒有過，三個女兒都這麼好，這一生很滿足了，別人還羨慕我們呢！」

三個女兒各差八歲，老大大學畢業，老二高三，老三小四，三個女兒感情很好，都愛讀書，懂得自我學習。老大酷愛語文，兼及外語，出國前為了照顧爺爺，自願延後留學；老二在爺爺臨終前大學學測，每天一邊讀書一邊協助餵食爺爺，無怨無悔；老三活潑乖巧，喜愛畫畫，要送她去學畫，他會忙著說：不要不要，我自己學就行了。三個女兒從來都不喜歡花我們的錢，連學費都要自己賺，這種獨立自主的精神，帳務清楚的態度，或是節儉的習慣，都不是我們教他的。三個女兒小從不夜哭，鄰居都不知道我家有嬰兒，直到一兩歲了，帶出門，被看到這麼可愛的小孩才說：你家小孩呀！怎麼都沒聽過哭聲？我才想起別人家的小孩都會夜裡嚎啕大哭，我們家的小孩真的沒有過。別家的小孩上學難免有些吵架爭端，我們家三個女兒不會欺負人，也不會有人欺負她們。我問過他們，班上有沒有會欺負人的同學，會不會也欺負你？他們說：有這種人，但是他們不敢欺負我，甚至他們在欺負同學，看到我來了，就不敢再欺負了。被欺負的同學，也知道那些欺負人的同學，在我面前就不敢使壞，都會跑來找我。這是為什麼？我們討論過後，歸納出來的原因是：邪不勝正呀！做人要有原則！

我的眼睛會責備他們呀！他們知道我不喜歡吧！他們知道這樣不對，會怕我生氣呀！就像小偷怕警察，壞人也一定會怕好人的。我的歸納是教養，一個有教養的人是受人敬重的。教養，是一個人懂得自我約束，心存善良，尊重別人。所以，一個孩子來自有教養的家庭，他會有高尚的品德，脫俗的氣質，那是一種陶冶，一種素質。我們為人父母的，能生能養是一回事，能養能教才是最重要的事。

這本書，以科學的數據和文化的論述，具體而可行，讓我們能教出好女兒，這是社會責任，也是一種生命的完成，為人父母的不能不讀，讀了還要付諸行動，工作事業或可一生無成，養兒育女卻不容一點失敗。 陳木城（作家，校長退休，現任中華民國兒童文學學會理事長、智慧僑教育科技有限公司執行長）

# 《教出好女兒》

# 《教出好女兒》

## 內容概要

上千個親子輔導經驗、200萬暢銷教養作家、2009年「中國十大最具影響力教養作家」

No.1 暢銷中國的教養女孩專書！

· 父母必讀，好女兒教養聖經！

適合 0-18歲女孩的父母、師長

女孩天生比較膽小害羞嗎？或容易缺乏主見、依賴心重嗎？

你的女兒是脾氣刁蠻的小公主？還是個性大咧咧的傻大妹？

情緒總是起伏不定嗎？很敏感？容易悶悶不樂？

她總是想討好父母、討好老師、討好同學，甚至所有人？

教育女孩，請先理解各年齡階段女孩的大腦、荷爾蒙等生理和心理發展！

從受孕那一刻起，女孩體內的荷爾蒙便決定了她的未來，決定了女孩細心、安靜、敏感、溫柔等天性，同時也決定了女孩更注重人與人之間的關係。

雌激素控制女孩制情緒的穩定、思考的過程、做事的動機、愛好、焦慮以及如何處理外來的壓力和性衝動。當雌激素活動不穩定，就會使女孩的情緒產生波動；雌激素不足，女孩就會感到孤獨、生氣、易怒、悲傷、失望、缺乏自尊。雖然女性荷爾蒙使得女孩溫柔、有很強的同情心、會體諒和關心他人，但這也導致她們容易敏感、情緒變化無常。

改變你想法的1%，女孩的人生就會變得與眾不同！

· 女孩是媽媽的影子，有什麼樣的媽媽就有什麼樣的女兒

· 爸爸是女孩自信的來源，他和女兒的互動會影響女兒的一生

· 教養女孩，首先要了解女孩的心理，所有的癥結點都在於她重視人與人關係……

「中國十大最具影響力教養作家」雲曉，以10多年教學經驗、上千個親子輔導案例為基礎，從女孩的性別和心理特徵出發，針對女孩不同年齡三階段（0-7、8-12、13-18歲）、學習力、個性氣質、情緒EQ以及青春期等方面，仔細分析成長過程中經常出現的問題，搭配平易近人的【案例】與【給父母的建議】，提供許多關鍵時間點的教養方法，輕鬆教出好女兒！

1. 正視男女孩先天條件不同，教養模式就該不一樣：從荷爾蒙分泌特徵、大腦發展……檢視女孩從嬰兒時期、學齡時期，以及青春期的外在行為、心理上的階段性變化。

2. 矯正男女孩後天教養方式與社會期待的不公平：歸納母親、父親、其他親友師長教養女孩上的傳統觀念與做法上的盲點，並提供具體且全方位的建議與做法。

3. 完全解答教養女孩會面臨的大小問題：例如，爸爸該怎麼跟女兒相處？玩什麼遊戲？該怎麼讓膽小內向的女孩有自信？脾氣刁蠻小公主該怎麼教養才好？我家女兒個性大咧咧地像個男孩子，怎麼辦？該怎麼增強女孩的受挫力？氣質該怎麼教？女兒受同學影響大，該怎麼跟她溝通呢？女兒有喜歡的人了，我該支持嗎？「早戀」、「網戀」又該怎麼處理？要怎麼跟女兒談「性」、「性侵略」？……

本書特色

1. 幫助家長、老師、社會認識女孩與男孩的差異。

2. 幫助女孩成為快樂、身心均衡的完美女人。

3. 扭轉對女孩看法的突破性好書。

# 《教出好女兒》

## 作者簡介

### 作者簡介

#### 雲曉

本名張麗，畢業於東北師範大學中文系。從事中學語文教育工作近10年，擁有中文教師、心理諮詢師等專業背景，是中國大陸著名教育專家、暢銷書作家，著有《培養了不起男孩的100個細節》《教出好女兒》（簡體版書名：培養完美女孩的100個細節）《13歲前，媽媽改變孩子的一生》等多部超級暢銷作品，其著作暢銷全國200多萬冊。

2009年，創辦「雲曉家庭教育諮詢工作室」，任總負責人。雲曉老師以幼稚教育、兒童心理學、青少年個性發展和勵志等方面的專業經驗，曾輔導過上千個中國家庭，解決他們在親子教育中出現的難題。她所宣導的「男孩女孩分性別教育」「青少年自我教育」的觀念，更是受到讀者熱烈迴響。2009年被評為「中國十大最具影響力家教作家」，其作品《培養了不起男孩的100個細節》入選「2009年十大暢銷家庭教育圖書」。

# 《教出好女兒》

## 書籍目錄

推薦：一堂每個父母必須補修的學分 - - 李偉文（親子作家、荒野保護協會榮譽理事長）

推薦：堅持用嚴謹的愛來愛孩子！ - - 番紅花（親子作家、育有兩個女兒）

推薦：能養能教才能教出好女兒 - - 陳木城（作家、退休校長、育有三個女兒）

### 第一章 教出好女兒，從了解她們開始

男女大不同 - - 荷爾蒙決定兩性差異

／女性荷爾蒙決定女孩的天生特質

男孩與女孩的大腦發展差異

／女孩的各種知覺比男孩更敏感／女孩與男孩的表達和行動方式不同

／女孩的空間感和抽象思維能力不如男孩

【給家長的建議】讓女孩原本優異的天賦盡情地發揮

／發揮語言的天賦／發揮巧手的天賦／發揮社交的天賦

別因為一句批評的話，扼殺女孩的自信心！

【給家長的建議】根據女孩大腦發展，按部就班培養語言、記憶及藝術能力

／五歲之前：女孩大腦發育最快，激發語言能力／八歲左右：女孩海馬迴活躍，培養記憶力

／十到十二歲：女孩額葉發展快速，開發藝術能力

### 第二章 女孩成長三階段

從出生到七歲——主要的成長任務是身體的發育

【給家長的建議】適時幫女兒做決定，並同理她的情緒！

／女孩還沒準備好，需要父母為她做決定／不要讓小女孩過早進入成人世界

／尊重女孩的情緒

八到十二歲——黃金學習時期

／不再全面相信父母，開始學習思考建立自信／開始體會到善惡

／能夠進行理性思考、理解因果關係／人際關係變得複雜，在分分合合中建立同性友誼

【給家長的建議】鼓勵女兒養成好習慣，學會認同並保護自己

／女孩想長大又想依賴的矛盾期，最需要父母的寬容和鼓勵

／女孩良好習慣的形成期，必須訂立明確規範／告訴女孩，要正確對待性騷擾

／讓女孩保持女性特質

十到十八歲——青春期，請理解女孩不安的心情

／青春期女孩更敏感，父母的鼓勵與支持很關鍵！／必經月經初潮，女孩成人儀式的準備

／情緒多變，需要父母引導／會忽然迷戀某個人，需要父母理解並有耐心

【給家長的建議】尊重女兒、協助設定目標，找回迷失的自信心！

／幫青春期的女孩找回自尊／對青春期的女孩要寬嚴相濟，只關注最重要的事

／讓女兒學會制定計劃和目標／灌輸正確的戀愛觀

### 第三章 父母的態度決定女兒的未來

營造適合孩子的家庭氛圍

【給家長的建議】讓孩子在幸福的家庭裡快樂成長

／表達關愛勝於衣食無缺／家庭和諧是生活教育的基礎／家裡笑聲多，女孩EQ、IQ高

給予關注 - - 女孩渴望父母的愛

【給家長的建議】用對方法，讓女孩健康快樂成長

／與其送昂貴禮物，倒不如塑造有安全感的環境／有摩擦時，也要讓女兒感受到父母的愛

和漸漸長大的女兒變成好朋友

【給家長的建議】父母如何和女兒當朋友？

／建立溝通管道，隨時掌握孩子的心理／平等對話，與女兒無話不談

談心 聊天，要適時排解女孩消極壞情緒

【給家長的建議】應該如何與女兒談心？

／把握與女孩談心的時機／談心時，父母要認真傾聽／當女孩遭遇失敗時務必與她談心

非語言溝通的默契，讓女孩記憶深刻

## 《教出好女兒》

【給家長的建議】多對孩子微笑，多給孩子擁抱  
/ 微笑魔力溝通 = 無形的親情暖流 / 讓愛的擁抱陪伴女兒長大  
/ 犯錯了！用眼神替代責罵，讓女兒意識到自己的錯誤 / 常常親吻女孩，傳達愛意更直接！  
我想幫她解決難題，女兒反而不領情？

【給家長的建議】如何對待女孩多變的情緒？  
/ 同理女兒的壞情緒，別急著給建議 / 別再火上加油，先接受、體諒女兒的情緒  
媽媽是女孩生命最初的老師，女兒是媽媽的影子

【給媽媽的建議】以身作則，為孩子樹立好榜樣  
/ 別抱怨、嘮叨，提高自己對生活的滿意度 / 用正面和積極的態度和行為影響女兒  
爸爸影響女兒一生的性格與氣質偶標準

【給爸爸的建議】如何成為女孩的好爸爸？

爸爸要盡量多陪伴女兒 / 爸爸需要準備「情感詞彙」密碼！

女孩自信或自卑取決於爸爸的關注

【給爸爸的建議】讓女兒用自信的眼光看世界  
/ 爸爸的支持會讓女兒更有自信 / 來自於爸爸的誇獎最有效果

父女關係升溫的祕訣

【給爸爸的建議】寵愛她但不要溺愛！  
/ 創造情感交流的機會 / 經常讚美女兒 / 增加肢體接觸 / 尋求媽媽的協助

管教女孩，父母要樹立威信

【給家長的建議】嚴與愛並用最樹立真正的威信，讓女孩既敬又愛！  
/ 父母要同一陣線，教育態度一致 / 以身作則是建立威信的關鍵 / 少而精的管教更有效！

【給家長的建議】女孩需要父母的肯定與鼓勵  
/ 千萬不要否定女兒的成績 / 父母要學會做喝采的觀眾 / 告訴女孩「下次會做得更好！」

【給家長的建議】表揚女兒的技巧  
/ 表揚要真誠，要發自內心，幫助孩子看到自己的優點 / 表揚女孩的行為，而非她本身  
/ 表揚要具體，孩子才知道自己做對了什麼！ / 藉由偶像之口表揚，女兒會做得更好！

【給家長的建議】批評女兒的藝術  
/ 用愛感化女兒 / 用「沉默」代替懲罰 / 對女孩要賞罰分明 / 增加身體接觸  
/ 批評的同時，不忘發現她的優點，女孩更容易接受

【給家長的建議】給予尊重，讓女孩快樂成長  
/ 多商量、引導，少命令、訓斥 / 尊重孩子但不遷就孩子

【給家長的建議】尊重並培養女孩的多種興趣愛好  
/ 尊重並支持女孩的興趣愛好 / 女兒遇到困難時，就是給予協助的最佳時機

第四章 培養女孩的全方位能力

觀察力：認識事物的重要途徑、智力活動的基礎

利用孩子的好奇心，提高觀察力 / 引導孩子觀察大自然 / 利用各種感官活動，增強觀察力

【給家長的建議】如何教導正確的觀察方法

一個物體的觀察方法 / 兩種物體的比較觀察

表達力：不僅要會說話，還要把話說得更好

鼓勵孩子把話說得完整 / 累積詞彙，多打比方 / 鼓勵女孩多講繞口令和故事

創造力：培養多元思考的習慣，自行解決問題

常提出多元且開放的問題 / 啟發孩子用各種角度思考問題 / 鼓勵女孩自己動手解決問題

記憶力：掌握正確的方法，就能記得又快又好

多和女孩玩提升記憶力的遊戲 / 鼓勵女孩運用所有感官記憶 / 利用聯想法記憶

引導女孩找出記憶的規律

想像力：進行探索活動和創新活動的基礎

少少的引導，保留女孩想像的空間 / 找回自己的「童心」激發孩子的想像

鼓勵孩子編故事

## 《教出好女兒》

理性思考能力：強化邏輯推理，具備辨別能力

／多提出需要推理因果關係的問題／經常與孩子爭辯

／引導女兒從正向、逆向、橫向等不同角度思考／多提出開放性問題，女孩才會開放性思考

／多玩思考遊戲，提高女孩對邏輯推理的興趣

逆向思考能力：突破舊方法的束縛，產生新的觀念

／運用生活的實例培養逆向思考能力／玩遊戲培養逆向思考能力

動手實做能力：擁有靈巧的雙手代表擁有發育良好的大腦

／讓女孩做些能力所及的家務／引導女孩自己動手解決問題

時間管理能力：掌控時間和生活，提高學習效率

／作息更有規律／有效利用黃金時間／充分利用每一分鐘

／定期檢查時間運用，才會知道是否浪費時間

理財能力：養成節儉的習慣，掌握幸福的重要關鍵

／帶女孩一同「消費」，才知道錢怎麼花？怎麼來？／引導女孩進行「正確消費」

／從小培養女孩的儲蓄意識／和女兒一起儲存「教育基金」

人際相處能力：決定孩子的心情以及做事的積極性

【給家長的建議】如何培養孩子與人交往的能力

／會分享的女孩既快樂又受別人喜愛／潛移默化中教導女孩基本的交往技能

／讓拘謹、膽小的女孩多與陌生人往來／教導女孩體諒他人，而不是只會考慮自己

應變能力：面對任何突發狀況都能從容以對

／給孩子一個難題，鍛鍊應變能力／玩遊戲鍛鍊孩子的應變能力

自我管理能力：為生活制訂各種計畫，並且按時完成

／學會管理自己的生活／學會管理自己的課業

自我保護能力：隨機應變，避免許多不應發生的悲劇

／教女兒一些自我保護的基本常識／告訴女兒遇到突發事件時的應變方法

／讓孩子與鄰里保持聯絡

第五章 幫助女孩形塑個人特質

寬容：寬待別人就等於善待自己

／父母重視的事情，女孩也不會忽視／讓孩子深刻體會他人的感受

／讓孩子學會換角度思考問題／及時糾正孩子「世俗」的觀點

感恩：人生的重要必修課

／父母也要時常感恩，做女兒的榜樣／向孩子真實表達你的感受，讓女孩知道父母的奉獻與關愛

／感恩，從家庭生活的每一件小事做起

自信：邁向成功之路的關鍵

／及時肯定和讚揚孩子的好行為／任何時候都不要傷害女孩的自尊心／給女孩積極的暗示與鼓勵

／設計一些遊戲，幫助孩子克服自卑、建立自信／發現並培養孩子的專長

勇敢：增強女孩的抗挫折能力

／輕鬆而理智地面對孩子的小傷口／媽媽要做女兒堅強的好榜樣／為孩子設置必要的障礙

樂觀：以正面的態度看待困境

／讓孩子避開消極情緒的影響／父母要做積極、樂觀的榜樣／及時排除不良情緒對女孩的干擾

／批評女孩的方式要適當

積極：賦予女孩更多的上進心

／先讓孩子往下比，再讓孩子往上比／鼓勵女兒參加各種競賽

善良：設身處地為他人著想

／讓女兒養小動物／讓女孩先學會愛父母／教女孩學會同情他人

分享：獲得好人緣的重要因素

／為你的女孩建立安全感／尊重孩子的選擇，保護孩子純真的童心

／在日常生活中培養女孩分享的美德

細心：讓女孩不再行事粗魯、馬虎

／讓你的女孩多做一些「細活兒」／培養女孩整齊有序的生活習慣



## 《教出好女兒》

／向孩子請教，使孩子有成就感

誠信：言必信，行必果

／注意生活細節對孩子誠實的影響／滿足孩子的合理需要

節儉：將注意力放在提升個人修養上

／讓女孩知道自己賺錢不易／讓女孩體驗一下貧窮／教女孩學會花錢

謙虛：促使女孩不斷追求進步

／父母要做謙虛的好榜樣／正確地表揚你的女孩／幫女孩正確認識自己

責任感：自己的事自己完成

／幫女兒買一盆屬於她的花／告訴女兒，自己的事自己做／提供足夠的選擇權，父母保留建議權

孝敬長輩：既被愛也懂得愛人

／讓女孩體會長輩的辛苦／父母要以身作則樹立榜樣／正面肯定，注重引導

世界觀：擁有國際化的視野

／在家中掛一幅世界地圖／為女兒買個地球儀／不只是學外語／與孩子一起上網

第六章 教出五育均衡發展的女孩

培養主見，將決定權交給孩子

／教女兒要「與眾不同」／告訴女孩：親愛的，妳可以／尊重女孩內心的聲音

接受女孩不同的性格，適時引導

／把大咧咧的女兒培養成交際家／父母理智的愛讓柔弱的女孩更獨立

／鼓勵「獨行俠」女兒多微笑

培養舉止優雅的小淑女

／正確引導精力過剩的女孩／媽媽要做優雅的好榜樣／告訴孩子舉止優雅的標準

／父母要多提醒和表揚女孩

別讓女孩變成驕縱蠻橫的小公主

／別讓女孩產生無謂的優越感／絕不遷就不理智的行為

讓女孩不靦腆、不害羞，大方不忸怩

／錯誤1：給孩子貼上「害羞標籤」，孩子就真的害羞一輩子

／錯誤2：不鼓勵反指責，讓孩子自信心受打擊／當個受歡迎的客人與盡職的主人

／提高孩子的自我評價／讓女兒擁有自信

提醒女孩與其重視外表，更要提升內在

／不要讓衰老聽起來像咒語／真正的自信並非來自於外表／給女兒一面新的鏡子

／讓女兒為自己的外表感到自豪／建立正確的審美觀／讓女兒體驗「創造美麗」的樂趣

教導女孩愛乾淨整潔、講求衛生

／錯誤1：規矩很多，但卻不嚴格執行／錯誤2：規矩很多，但卻不教孩子方法

／堅持原則，讓女孩知道規則不能打破／借助醫生的口／學會物歸原位，以及疊衣服

建立公德心，對環境多一份愛

／父母要做好榜樣／教導公德心的準則／經常和孩子討論發生在身邊的真實事例

有禮貌的女孩一生受人歡迎

／在家中提高使用「敬語」的頻率／引導孩子體會禮貌，而非強制地執行禮貌

／讓孩子學會互換角色

鍛鍊身體，訓練良好的體能

／藉由體育活動訓練毅力／藉由體育活動培養求勝心／藉由體育活動增進親子感情

用音樂賦予女孩靈動的氣質

／不一定要有音樂天賦才能學音樂／選擇適合女兒的樂器／延遲滿足，讓孩子珍視學習的機會

用舞蹈賦予女孩體態優雅的氣質

／發現並培養孩子的舞蹈天賦／延遲滿足學習舞蹈的心願／要及時鼓勵，也要有所堅持

用繪畫賦予女孩審美的能力

／不管孩子畫得如何都要多鼓勵／引導女孩畫出形象更全面、更逼真的畫

／帶孩子接觸大自然，多觀察、多感悟

以閱讀提升女孩的書香之氣

## 《教出好女兒》

／父母自身要先建立讀書的習慣／告訴孩子閱讀的神奇之處

／讓愛讀書的同伴引導不愛書的孩子

樹立崇高而明確的理想

／讓未來志向與現實接軌／有志向，就必須肯定和鼓勵／給予女孩關於志向的暗示

第七章 熱愛學習的女孩

巧妙引導，讓女孩自然而然愛上學習

／將遊戲導入學習／把學習當成一種獎勵／將「要她學」變成「她要學」

進入青春期，女孩不像小時候優秀？

／別苛求女兒，父母別表現出著急的焦慮／父母的鼓勵是女孩努力的助力

改掉各種壞毛病，建立良好的學習習慣

／培養專注、全心投入的好習慣／培養細心的好習慣／培養認真思考的好習慣

讓女兒學會獨自學習，為自己的事情負責

／向孩子「示弱」／讓女兒學會獨自學習

提高女孩的學習能力，積極探索新事物

／提升學習的欲望

不苛求不放縱，理智對待女孩的學習成績

／對於成績不好的女孩，多關注健康和快樂／對於成績好的女孩，少驕縱

提高執行力，制訂並確實執行學習計畫

／該如何讓女孩持續執行計畫？

讓女孩學會預習：掌握學習內容

／讓女兒對預習感興趣／預習時不懂是正常的！只需先標記出來！

／預習、寫作業、複習，該怎麼安排？

讓女孩學會複習：保持優異成績

／讓女兒瞭解「遺忘曲線」，掌握最佳記憶時間／選用恰當的複習方法／注意運用複習的技巧

讓數學不再是女孩的「痛」

／告訴女兒：妳能做到！／慢慢引導女兒探索數學規律

／從分析、判斷、推理，漸漸培養女孩的邏輯推理能力

讓女兒成為小小文學家

／激發女兒對寫作的興趣／讓你的女孩學會「添油加醋」

／在遊戲中引導女孩發揮語文天賦與想像力

讓女孩輕鬆學好英語

／養成有效的學英語習慣／讓你的女孩當老師／多為女孩創造英語語境

第八章 引導女孩順利度過青春期

青春期女孩更需要父母的關注

／教導正確的青春期知識／給予明確的道德標準

媽媽是幫助女孩順利度過青春期的關鍵

／給女兒理智的愛／媽媽決定了女孩會變成怎樣的人

不讓女兒的青春期成為父女感情的風暴期

／自然看待女兒的身體發育／信任、尊重女兒／教女兒性知識

多溝通，走進青春期女孩的內心世界

正確看待身體發育，抬頭挺胸做個小美女

／告訴女兒：抬頭挺胸的女孩最美／幫女兒選擇合適的胸罩

不盲目減肥，保持勻稱的曲線與健康的身體

／讓女孩擁有正確的審美觀／

瞭解女孩心理與生理的發展，灌輸正確的性教育

／孩子發問時要及時給予解答／利用書籍協助進行性教育／瞭解青春期女孩的性心理

／告訴女孩，要珍視自己的第一次

教導女孩監守原則，學會適時說「不」

／堅持自己的原則／學會有禮貌地拒絕／對性騷擾說「不」

## 《教出好女兒》

瞭解女兒的偶像崇拜心理

引導女兒將網路變成最佳學習工具

／制訂一份電腦使用規則／切記不能使用強制手段

積極拓展網路的正面作用

／安裝保護軟體，過濾色情、暴力內容／告訴女兒網路交友的注意事項

／面對女兒和網友談戀愛，要以理解代替責打

如何面對青春期女孩渴望戀愛的心理？

／及時發現女兒的早戀傾向／讓女兒理智對待早戀／告訴女兒，影視劇中的愛情是虛幻的

／教女兒對不理智的戀情說「不」

絕對尊重女兒的隱私權

／不要窺視女兒的祕密／送女兒一本帶鎖的日記／與女兒談談自己當年的日記

生死教育 - - 讓女兒理性地認識生與死

／讓女兒認識自己生命的價值／讓女兒坦然接受生命的結束

## 《教出好女兒》

### 媒体关注与评论

「堅持用嚴謹的愛來愛孩子！ 都說女娃們是貼心甜蜜的天使，但其實我的實戰經驗是，不同的女娃兒，也會有不同面向的叛逆與調皮！教出好女兒，可一點也不比教出好兒子容易啊！」 - 親子教養作家 / 番紅花

「都說女娃們是貼心甜蜜的天使，但其實我的實戰經驗是，不同的女娃兒，也會有不同面向的叛逆與調皮！教出好女兒，可一點也不比教出好兒子容易啊！」 - 一堂每個父母必須補修的學分 李偉文（親子教養作家）

作者用非常生動且具體的例子，條理分明的分享遇到什麼狀況可以如何處理，我認為這是每個有女兒的爸爸必須補修的學分，甚至連身為女生的媽媽也需要藉由閱讀本書的過程來反省一下，因為大人是善忘的.....書中還提供很多如何引導孩子學習的方法，所以連家裡只有男孩的父母，其實也應該要參考一下，協助孩子面對成長過程的挑戰。

能養能教才能教出好女兒 陳木城（作家、退休校長）

# 《教出好女兒》

## 編輯推薦

1.幫助家長、老師、社會認識女孩與男孩的差異。 2.幫助女孩成為快樂、身心均衡的完美女人。  
3.扭轉對女孩看法的突破性好書。 挺實用的一本書，尤其是做爸爸的，一定要好好看看！對父女關係的親密很有幫助。 我是農村的教師，有兩個女孩兒，都處於青春期或將走進青春期。得到這本《教出好女兒》對我教育女孩兒，起了很大的指導作用。在教學工作中，對學生和學生家長，我也極力引用此書的教育方法的教育理念。受到他們的歡迎和好評。我向同事和學校周邊的家長推薦。 《教出好女兒》中有許多簡單而又實用的操作辦法，理論和實踐巧妙的結合在一起，給做父母的提供了有效的經驗，值得一讀。年齡段在16歲（青春期）的也有相關的培養細節，不打不罵理智教育。 男孩女孩是不同的。在書中，你更能理解這點，本書幫我們女孩的家長分析的孩子成長的不同階段，讓我們可以隨著孩子階段的特點加以培養，是要根據孩子的成長不斷閱讀不斷學習的書籍。 一口氣讀了六十多頁，越讀越覺得它的實用價值，太好了！不管從智力方面、習慣養成方面到情商方面針對各個細節都有詳盡的介紹，是本不可多得的好書。 這本書是針對女孩成長中出現的各類問題，做了全方位的總結，還根據年齡，有針對性的分析。最後，還告訴家長出現這樣的問題的原因，怎麼去做。個人覺得還挺實用的，有些問題不知道怎麼回事，看看書就明白了。 有了女兒後，有時我就搞不明白她為什麼愛生氣、不聽話、對小朋友是否喜歡她那麼在意。現在我看了這本書後，明白了女孩的性格特點，也知道了事情的原由，瞭解了女兒就好教育她了。這本書告訴了我們做父母的不同年齡段的女孩不同的性格、培育的特點，能讓我更好的與孩子交流，促進孩子更好的發展。 用來教育女兒，很有用，女兒比以前乖多了。還更有氣質，有愛心了……

# 《教出好女兒》

## 精彩短评

1、这本书应该可以读到我的女儿们满十八岁

# 《教出好女兒》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)