

图书基本信息

书名：<<13岁前，好妈妈培养优秀女孩的101个细节>>

13位ISBN编号：9787540319984

10位ISBN编号：7540319984

出版时间：2011-6

出版单位：湖北辞书出版社

作者：邢苗苗

页数：256

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## 前言

女孩有什么特点呢？

对于这个问题，古老的童谣中给出了这样的答案：“女孩是用糖果、香料以及各种美好的东西做成的。”与那些喜欢“耍刀弄枪”的男孩相比，女孩喜欢可爱的娃娃、漂亮的头花、好闻的香水等一切美好的东西。

她们安静，喜欢合作，懂得体谅父母，因为她们善良、稳重，不喜欢冒险和争斗，也不会像男孩那样把家里弄得乱七八糟。

鉴于此，很多人认为女孩比男孩更好养育。

其实这种认识是片面的，因为女孩也有让家长犯难的时候：当女孩因为妈妈不能陪她睡觉而哭泣时，当女孩认为妈妈更爱爸爸而不那么爱自己而感到难过时，当女孩听到妈妈说了句“我不要你了，而惊恐万分时，当女孩莫名其妙地沉默和闷闷不乐时，妈妈一定会不由地发出感慨：“女儿真是太难养育了！”

曾听到不少妈妈这样说：“我的女儿情绪变化太快了，时而开心地笑，时而默默地伤心，真是让我捉摸不透。

”其实，妈妈们之所以这样说，是因为她们没有洞析女孩的心理，没有了解女孩的特点，没有把握女孩的成长规律。

作为女孩的母亲，如果你不了解女孩的心理、特点和成长规律，就很难把她培养成健康快乐活泼可爱的小淑女。

因为不了解，所以很难注意到女孩身上的细节，看不到细节，就难以及时针对女孩出现的问题给予指导和教育，也就很难帮助孩子形成良好的品质、养成良好的习惯。

本书可以帮你更好地了解女孩，解决教育女孩时的困惑，帮助你有针对性地从小细节着手，培养女孩的好品质、好习惯。

为什么要在13岁之前重视教育女孩的细节呢？

因为13岁前是教育孩子的关键期。

法国教育家卢梭曾经说过：“人生当中最危险的一段时间是从出生到12岁。

在这段时间中还不采取摧毁种种错误和恶习的手段的话，它们就会发芽滋长，及至后来采取手段去改的时候，它们已经是扎下了深根，以致永远也拔不掉了。

”13岁是一个有着独特意义的时间，这个时候，女孩已经结束了小学阶段，正要迈入初中的校门；这个时候，女孩已经结束了儿童期，正要开始迈向青春期。

很多事实证明，女孩在13岁以前，有极强的可塑性。

如果妈妈在这个时间段给女孩种下独立、善良、贤淑、随和、稳重等积极的“种子”，指导女儿形成好的人生品质和做人做事的习惯，那么就很容易把女儿培养成优秀的人才。

本书从女孩的气质、品德、独立性、兴趣、交际等方面逐步展开，为家有女儿的妈妈总结了101个教育细节，并给妈妈们提出了切实可行的建议。

相信一定会对你培养一个优秀的女儿有很大的帮助。

## 内容概要

《13岁前好妈妈培养优秀女孩的101个细节》(作者邢苗苗)从女孩的气质、品德、独立性、兴趣、交际等方面逐步展开，为家有女儿的妈妈总结了

101个教育细节，并给妈妈们提出了切实可行的建议。

相信《13岁前好妈妈培养优秀女孩的101个细节》一定会对你培养一个优秀的女儿有很大的帮助。

## 作者简介

邢苗苗，女，现就职于中国人民大学附属小学。

从事幼儿教育十多年，多次被评为北京市和海淀区的优秀辅导教师；所撰写的论文曾在北京市及区级论文评比中获奖。

北京市海淀区中心学区“学科带头人”。

曾出版过《培养优秀孩子的36堂课》等亲子教育类图书。

书籍目录

写在前面

13岁前的女孩如何教？

好妈妈要如何做？

第一章 13岁前，培养优雅脱俗的气质女孩

01 气质是由内而外散发出来的芬芳

02 打造女孩的温柔气质

03 让文雅的谈吐为女孩的气质加分

04 把女儿培养成举止优雅的人

05 培养女孩注重仪容仪表的习惯

06 让女孩子在艺术中提升气质

07 正确对待女儿追求时髦的心理

08 微笑+乐观+活泼：灵动的气质

09 热情是女孩子气质的源泉

10 纠正女儿以瘦为美的观念

11 把女孩培养成举止大方的人

第二章 13岁前，培养品德高尚的善良女孩

12 教女儿及时向他人伸出援手

13 诚信是女孩最好的名片

14 呵护并强化女儿善良的天性

15 有宽容心的女孩受人欢迎

16 有责任感的女孩被人信赖

17 拥有谦虚才能保持进步

18 让女儿拥有一双勤劳的双手

19 节俭是食不完的美筵

20 让女儿在分享中感受快乐

21 懂得感恩的女孩才有希望

第三章 13岁前，培养知书达理的贤淑女孩

22 教女儿使用礼貌用语

23 制止女儿对他人冷嘲热讽

24 教女儿恰当地赞美别人

25 把尊敬长辈融入日常生活中

26 让女儿学会换个角度理解别人

27 莫让女孩出口成“脏”

28 随意打断别人的话是不礼貌的

29 叫别人的名字而不是绰号

30 教女儿注意公共场合的礼貌

31 教育女儿礼貌做客待客

第四章 13岁前，培养自信坚强的独立女孩

32 善于发现女儿的“闪光点”

33 肯定女儿每一次小小的成功

34 用赏识的眼光看待女儿

35 少给女儿一些无谓的关心

36 适当降低对女儿的期望

<<13岁前，好妈妈培养优秀女孩的101>>

37 给女儿进行正确的挫折教育

38 教女儿坦然面对挫折

39 鼓励女儿自己拿主意

40 让女儿做自己该做的事

41 鼓励女儿参与家庭事务

第五章 13岁前，培养兴趣广泛的博雅女孩

42 培养女孩的多种兴趣爱好

43 尊重并支持女儿的兴趣

44 创造有利于兴趣培养的环境

45 利用好奇心培养女儿的兴趣

46 让女儿“被兴趣”不可取

47 帮女儿克服兴趣培养中的困难

48 培养女儿对体育的兴趣

49 让绘画赋予女孩感悟美的能力

50 让舞蹈赋予女孩优美的姿态

51 让音乐赋予女孩灵动的气质

第六章 13岁前，培养善于交往的随和女孩

52 让女儿克服腼腆

53 给女孩的内心注入热情

54 鼓励女儿积极参加集体活动

55 教女儿学会倾听和接纳

56 如何与不喜欢自己的人相处

57 引导女儿学会与人合作

58 让女儿学会正确面对误解

59 幽默的女孩容易受人欢迎

60 教女儿学会关心和友爱

61 引导而不是阻止女儿交网友

第七章 13岁前，培养知识丰富的才识女孩

62 有求知欲，才有学习动力

63 给女儿创造良好的学习环境

64 培养女儿主动学习的意识

65 做女儿学习的好伙伴

66 教女儿向课堂要效率

67 让女儿快快乐乐地学习

68 带女儿去大自然中学习

69 看重求知而不是高分

70 让女儿养成阅读的习惯

71 玩耍和学习丝毫不矛盾

72 重视培养女儿的写作能力

73 在字句推敲中酝酿诗歌

第八章 13岁前，培养智商超群的聪明女孩

74 天才女孩就是不断地“注意”

75 用激励打开女孩的智商通道

76 认识智商的重要性和培养误区

77 给女儿一双善于观察的眼睛

78 记忆力是女孩智力的仓库

79 给女儿的思维插上翅膀

80 打破思维定势，培养发散思维

81 创新是女孩进步的不竭动力

82 让智慧在思考中绽放光芒

83 在下棋中开发女孩的能力

第九章 13岁前，培养淡定从容的稳重女孩

84 保持平常心，降低对女儿的期望

85 淡化功利心，培养女孩的平常心

86 对待女儿的任性，学会“冷处理”

87 面对女儿的过失，学会冷静待之

88 教女儿掌控情绪，保持心态平和

89 面对困难，教女儿怀有一颗平常心

90 面对竞争，教女儿学会从容不迫

91 面对考试，妈妈淡定女儿从容

92 面对危险，教女儿冷静地化解

93 别让嫉妒成为女儿心灵的阴影

94 积极引导，让女儿告别攀比

第十章 13岁前，培养办事利索的高效女孩

95 方法好才有效率，让女儿学会巧干

96 不要贪多，教女儿一次只做好一件事

97 及时督促，帮女儿改掉拖拉的习惯

98 指导女儿养成每周做计划的习惯

99 引导女儿有效地利用零碎时间

100 做事有主次，教女儿分清轻重缓急

101 让女儿懂得欲速则不达的道理

章节摘录

版权页：张女士的家庭经济条件不太好，看着自己可爱聪慧的女儿穿不上漂亮的衣服，没有更多的玩具，她也曾经暗自惭愧。

她深知自己的家庭条件与富裕家庭没法比，于是她就暗自发誓，一定要把女儿培养成一个真正的小淑女，让她具有与众不同的品质与气质。

穿着上，张女士不能给女儿买高档时装，但她编织的手艺很好。

因此，她利用闲暇时间，给女孩编织得体的衣物。

虽然它不昂贵，但穿在女儿的身上，却件件博得了众人的羡慕。

女儿对这些“时尚而不庸俗”的服装感到自豪，同时也对妈妈充满了感激。

为了增强女儿的知识修养，张女士带着女儿一同去图书馆，办了一张借书卡。

每个月她都会陪女儿一同去图书馆一两次。

在张女士的精心教育下，女儿从小学到初中，无论是在学习上，还是其他各方面的表现上，女儿一直受到各位老师的好评，也是同学们心中的榜样，更成为了左邻右舍交口称赞的小淑女。

看了张女士培养女儿的故事，您有何感想呢？

还坚持认为富养女儿就是让女儿吃好的、穿好的吗？

如果你想让女儿有高贵的气质，有高雅的品位，那么请注意：与其让女儿吃山珍海味，不如让女儿懂得礼貌节俭；与其让女儿穿高档服装，不如让女儿养成仪表整洁的习惯；与其让女儿过奢华的生活以提高品位，不如让女儿拥有一个聪慧的头脑……建议1：首先要让女儿拥有自信13岁前，一个女孩是否拥有自信，关系到她对生活的认识，对学习的态度，对自身的看法，当然，也关系到她的气质的形成。

坚定的眼神、果敢的行为、从容的谈吐，这些都是自信的表现，也恰是高贵气质的基础。

在日常生活中，妈妈要让女儿学会抬头挺胸地走路，给人一种卓然自立的感觉；让女儿注意控制说话的语速，因为语速太快，显得紧张而不自信，说话太慢，显得思维迟钝而不自信，只有保持适中的语速，才能给人自信的印象。

建议2：多种方法齐用，增长女孩子的见识提升女孩的气质的最好办法，就是让孩子博览群书、增长见识。

想要做到这一点，妈妈有必要让女儿在13岁前养成阅读的习惯，或在闲暇的时候，带女儿外出旅游，接近大自然，拓展见识。

要知道，旅行的过程是一个增长知识的过程，还可以锻炼女孩子的耐力。

俗语‘读万卷书，行万里路’，说的就是这个道理。

如果说善良是平静的湖水，那么温柔则是湖面上暖暖的、舒缓的轻风。

温柔善良的女孩就是一股暖流，当她微风拂面时，能给人带去暖意，带去好感，走到哪里，都会受人欢迎。

可现实中，很多女孩子调皮捣蛋、嘻嘻哈哈，完全不像个女孩子，甚至比起男孩子都显得更男性化。圆圆上五年级，是班里有名的疯丫头，上课坐不住，不是和同桌说话，就是想出鬼点子“骚扰”前排同学。

老师批评她，她就撅着嘴巴，满脸不服气。

过不了多久，她依然我行我素。

在班里，稍微老实一点的孩子，都会被圆圆欺负，比如被圆圆嘲讽、被圆圆取绰号等等，除了几个调皮男孩和圆圆玩得来，大多数同学都不喜欢她。

对于圆圆的调皮行为，爸爸妈妈也知道，但一直忙于工作，也没有重视这一点。

那年国庆长假，妈妈带着圆圆去公园和动物园玩。

到了公园，圆圆看到绿油油的草地非常高兴，情不自禁地跳到了草地上，还躺下来打滚。

妈妈赶忙把她叫起来，并告诉她：“圆圆，你是个女孩子，都这么大了，还这么疯，这怎么能行呢？

再说了，小草也是有生命的，你对它要温柔一些啊。

想一想啊，如果有人踩到你，或者趴到你的身上，你会疼吗？



”圆圆听了，认真地点点头。

接着，圆圆看到公园的花很美，非缠着妈妈摘下一朵插在自己的头上。

妈妈对她说：“圆圆，如果妈妈摘了一朵花，其他小朋友也都摘一朵花，那么明年你来的时候。就再也看不到花了，你说对吗？”

”圆圆想了想，又点点头，蹲下身闻了闻花香，不好意思地笑了笑。

之后妈妈带圆圆来到动物园，圆圆看到别的小朋友拿着零食、水果砸小猴子，她被逗得咯咯直笑，马上拿出手里的香蕉砸向猴子，正当她准备砸第二根香蕉时，妈妈制止了她：“你又来了啊？”

别忘了你是个女孩子，要温柔一点，不管是对身边的人，还是对植物动物，都要善待。

你想想，如果妈妈给你买回香蕉，不是递给你，而是直接扔在你的头上，你会伤心吗？”

”圆圆嘴角一撇，差点哭了出来，对妈妈说：“妈妈，我知道自己错了，以后我再也不用香蕉砸猴子了。”

”通过这些教育，妈妈让女儿明白了怎样对待花草、动物，明白了作为一个女孩，要有女孩子的温柔和善良。

编辑推荐

《13岁前,好妈妈培养优秀女孩的101个细节》：女孩有什么特点呢？

对于这个问题，古老的童谣中给出了这样的答案：“女孩是用糖果、香料以及各种美好的东西做成的

。”《13岁前,好妈妈培养优秀女孩的101个细节》（作者邢苗苗）从女孩的气质、品德、独立性、兴趣、交际等方面逐步展开，为家有女儿的妈妈总结了101个教育细节，并给妈妈们提出了切实可行的建议

。中国父母育儿必备书，中国精英家庭造！

13岁前，培养优雅脱俗的气质女孩，知书达理的贤淑女孩；13岁前，培养品德高尚的善良女孩，自信坚强的独立女孩；13岁前。

培养兴趣广泛的博雅女孩，善于交往的随和女孩；13岁前，培养知识丰富的才识女孩，智商超群的聪明女孩；13岁前，培养淡定从容的稳重女孩，办事利索的高效女孩。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>