

<<怎样提高孩子的心理承受能力>>

图书基本信息

书名：<<怎样提高孩子的心理承受能力>>

13位ISBN编号：9787502167585

10位ISBN编号：7502167587

出版时间：1970-1

出版时间：石油工业出版社

作者：邓代玉

页数：196

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>

## <<怎样提高孩子的心理承受能力>>

### 前言

著名心理学家马斯洛说：“挫折对于孩子来说未必是件坏事，关键在于他对待挫折的态度。

”因此，明智的父母应该从小关注孩子的心理承受能力，培养孩子良好的心态，让孩子以平和的心态对待挫折。

很多父母认为提高孩子的心理承受能力，就是让孩子受挫，让孩子从小吃点苦，其实未必如此。

心理承受能力是一种心理教育，目的是让孩子在体验中学会面对困难并战胜困难，建立自信、乐观的品质，这才是我们培养孩子心理承受能力的真正目的。

## <<怎样提高孩子的心理承受能力>>

### 内容概要

成功与失败人士的重要标尺，最终经受得住挫折打击的人，总会沿着挫折的方向找到自己成功的目标。

对于孩子来讲，也是如此，从小培养孩子的心理承受能力，是最应该被父母规划列入教育内容之中的一种能力！

心理承受能力强的孩子能坚强地走好每一步，不断成长，成才。

倾听对方的心声，用真诚的心相互沟通，理解彼此的感受，让两代人的渴望都得到尊重。

## <<怎样提高孩子的心理承受能力>>

### 作者简介

邓代玉，男，安徽师范大学毕业，学士学位。

做过三年高中班主任，两年教育集团高级策划，目前为青于蓝文化传播有限公司教育部策划。

擅长于儿童教育的研究工作，在多家报纸及杂志发表教育论文数十篇，出版图书多部，其代表作有：《母子沟通》和《父母，请学会推孩子出门》等。

## <<怎样提高孩子的心理承受能力>>

### 书籍目录

第一章 心理承受能力是一种美丽的心境1心理承受能力给孩子战胜挫折的勇气2心理承受能力给孩子带来超然的心态6心理承受能力给孩子创造一个独立思考的机会10心理承受能力强的孩子有责任感14心理承受能力强的孩子最快乐17第二章 根据孩子的性格培养孩子的心理承受能力20帮孩子找到竞争的理由21紧张的孩子最需要坦然25给悲观的孩子以力量30找到孩子情绪压抑的潜在因素35避免心理脆弱引发孩子的过激行为40自卑不能消磨孩子的雄心46孩子可以成功,也可以失败52抱怨不能成就孩子的美好未来58激发孩子潜在的表达欲望63关注性格内向的孩子67自信,提高心理承受能力第一要素72第三章 从生活中的细节 培养孩子的心理承受能力77孩子遭遇逆境78孩子遇到困难80孩子遭到失败82孩子“输”不起84孩子的愿望没有实现86孩子为班级拖后腿89孩子受到批评93孩子考试失利95孩子发脾气97孩子对学习没有兴趣100孩子烦躁102孩子受到委屈104孩子感到压力106孩子郁郁寡欢108孩子哭闹112孩子遭遇误会115孩子偏科117老师请父母到学校119孩子注意力不集中122孩子告状124孩子无所适从126孩子撒谎130孩子做错事132孩子不愿意吃饭134孩子与他人发生冲突137孩子不尊重他人140第四章 心理承受能力是孩子成功的力量145帮助孩子树立远大理想146告诉孩子挫折是一种考验148培养孩子战胜挫折的信心152榜样的力量是无穷的还是有限的154告诉孩子自己只有靠自己158学会用鼓励带给孩子力量161教孩子学会自我激励164让孩子学会控制自己的行为168强化孩子的竞争意识171第五章 帮孩子学会微笑着面对挫折175快乐是过程而不是结果176挫折中也有值得赏识的地方179微笑着肯定孩子的成就182微笑着教会孩子自我保护185将挫折的烦恼沉入水底189挫折让孩子学会独立做主193

## <<怎样提高孩子的心理承受能力>>

### 章节摘录

那么，父母怎样培养孩子在遇到困难时的受挫能力呢？父母首先应该学会让孩子自己从跌倒的地方爬起来。

这句话说起来很容易，然而，很多父母都做不到这一点。

很多父母看到孩子跌倒，都会过去扶孩子，甚至会安慰孩子，把过错推在物品或他人身上，也可能用其他有趣的玩具来奖励孩子，引开孩子的注意力。

这样做完全取消了孩子自己爬起来的效果，孩子的受挫能力并没有因此得到增长，孩子也不能得到真正的成长。

正确的做法是，看到孩子跌倒了，只要不是很严重，就鼓励孩子爬起来，靠自己的力量爬起来！这样做能使孩子体会到自己的困难要自己解决。

所以，父母应该在孩子遇到困难时，鼓励他们用自己的能力去战胜困难，这样才能真正帮助孩子解决困难，而不是越俎代庖地替孩子去克服困难。

例如：父母看到儿子不会骑自行车而摔在地上，可以这样对孩子说：“男子汉是不可以哭的哦！快站起来，继续骑！”听到父母鼓励的话，孩子就会自己站起来继续骑，逐渐地掌握骑自行车的要领。

其次，父母要引导孩子变挫折为动力。

当孩子在遭遇困难带来的挫折时，父母应引导孩子分析受挫折的原因，从中吸取教训，并想办法克服困难。

当孩子自己克服了困难时，父母应鼓励、肯定。

这样，孩子就能体验到成功的喜悦，增强克服困难的信心。

如果孩子独自克服不了困难，父母应给予适当的安慰，并提供一定的帮助，使孩子不至于丧失信心。

孩子处理问题缺乏经验，遭遇困难，出现错误都是难免的。

父母不应嘲笑孩子，或责怪孩子这错那错，应多注意培养孩子良好的意志品质，养成“胜不骄、败不馁”的品德，并在克服困难方面为孩子树立一个良好的榜样。

孩子对问题的处理经验很少，做事常常是无目的、无计划的。

## <<怎样提高孩子的心理承受能力>>

### 编辑推荐

《怎样提高孩子的心理承受能力》：阳光家庭亲子书系。

倾听对方的心声，用真诚的心相互沟通，理解彼此的感受，让两代人的渴望都得到尊重。

编辑推荐心理承受能力对孩子的有利影响其实每位父母都很清楚，比如能使孩子在挫折中学会挑战自我，在挫折中培养良好心态；在挫折中独自思考；在挫折中学会承担扭责任；在挫折中体会成功的喜悦

。但孩子并不是像我们想象中的那么完美，他们有很多弱点，这些弱点对于我们培养他们的心理承受能力是一种障碍，比如：天生懦弱不敢竞争、过于紧张、心情压抑、心理脆弱、容易自卑、总担心自己会失败、喜欢抱怨、不爱表达、性格内向、缺少自信等……当孩子在面对很多情景的时候会感觉严重受挫时，我们能做些什么？

我们需要帮助孩子走出困境，需要帮助孩子培养他们的心理承受能力，教会孩子化挫折为力量，帮助孩子微笑着面对挫折！

<<怎样提高孩子的心理承受能力>>

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>