

<<培养孩子的挫折忍受力>>

图书基本信息

书名：<<培养孩子的挫折忍受力>>

13位ISBN编号：9787533032845

10位ISBN编号：7533032845

出版时间：2010-12

出版时间：山东美术出版社

作者：王雪梅，王雪琴 等著

页数：180

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>

## <<培养孩子的挫折忍受力>>

### 内容概要

每个人都是在跌跌撞撞中成长的，孩子们面临的同样是需要自己行走的人生，他虽弱小，但他必须在跌撞中变得强大。

如刚长出绒毛的小鸟，扑腾着要练习飞翔，伴随它的是练习的艰辛、失败的哀伤以及日渐强壮的喜悦。

父母可以给孩子许许多多，却不能帮他们走路。

王雪梅、王雪琴编著的《培养孩子的挫折忍受力》建议你，把生活中的挫折还给孩子，把怀中“抱着”的孩子放下来，让他们自己去面对世界。

我们要做的，就是帮助孩子认识挫折心理、减轻挫折压力，提高孩子对挫折的承受能力。

## <<培养孩子的挫折忍受力>>

### 作者简介

王雪梅，毕业于台湾师范大学中文系，从事学校教育十余年。

对社会心理学和行为心理学研究颇深，并多有论述。

近三年来，关注儿童心理发展，与多家幼儿教育机构建立长期联系和合作。

此书包含其三年来的主要研究成果，对从事儿童教育的人员和家长具有启发意义。

王雪琴，大学中文系毕业，对儿童教育研究投入许多精力。

著有《人生红绿灯》《教育投资》《小卡尔威特的教育》等。

## <<培养孩子的挫折忍受力>>

### 书籍目录

#### 第一章 无法回避的挫折感

父母的梦想与孩子的世界

踏着挫折前进

建立有效的沟通

#### 第二章 引起孩子挫折感的因素

社会因素——威胁与冲突

主观因素——身心的挣扎

#### 第三章 孩子受挫后的反应

了解你的孩子

受挫后的生理反应

受挫后的心理反应

受挫后的过激反应——自杀

#### 第四章 挫折感的处理

创造爱的港湾

教孩子解决问题

积极与学校合作

#### 第五章 挫折心理辅导

关注孩子的挫折忍受力

挫折心理辅导方法

挫折心理辅导方法的应用

#### 第六章 走出抗挫折教育的误区

误区一 当孩子遇到挫折只会单纯指责

误区二 不知道如何帮助孩子

误区三 给孩子太大的压力

误区四 把打骂作为惩罚唯一的方法

误区五 横向比较, 激励不当

#### 后记 怀抱希望走出困惑

## &lt;&lt;培养孩子的挫折忍受力&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：父母的梦想初为人父母，在孩子一天天长大的过程中，他的许多个“第一次”都给我们带来无限欣喜，如：第一次翻身，第一次叫妈妈，第一次唱歌谣……这时，我们会骄傲地说：“孩子长大了！”

”但唯有一种“第一次”我们希望它晚些、再晚些到来——那就是孩子第一次遭遇挫折，如：第一次翻身翻倒在地、第一次自己走路跌倒了……这时，我们又会无比忧虑地说：“唉！

真糟糕！

怎么办呢？

”其实，这种心情是可以理解的。

作为父母，我们总希望自己的孩子是最好的，总希望他们按着自己的理想前进，去实现一些自己未曾实现的梦想，所以“望子成龙，望女成凤”就成了最高的期望和标准。

我们希望自己的孩子成为第一名，成为模范生，于是就给‘我们的孩子安排了大量的功课：唱歌、跳舞、弹琴、绘画、英语、计算机……我们恨不得把所有的知识、所有的技能都教给孩子，恨不得把一秒钟当成一分钟来用。

我们总希望把孩子需要走两步的距离缩短为一步，于是，不管我们的孩子怎么做，我们总嫌他们慢了，嫌他们做得不够好。

可是你想过没有，我们是以成人的标准去衡量一个小孩。

我们对一个小孩要求完美是一种不切实际的行为，而且，对孩子的过分挑剔就是苛刻，我们都爱自己的孩子，我们不应该给他们这样的待遇。

所以，我们也完全没必要为此过分劳心劳神，挫折是孩子成长过程中不可或缺的小插曲而已。

作为父母，我们是否为孩子考虑得太多。

有支歌的名字叫《长大后我就成了你》，是的，我们都是“长大”的，“长大”就是一个自然生长的过程，如果一定要为他们加速，无疑是拔苗助长，得不偿失，事倍而功半。

也许我们忽略了一个问题，我们的孩子是一个新生命，他首先是一个个体，其次才是我们的孩子，而我们通常把顺序弄混。

孩子的世界所有的父母都希望自己的孩子能够一生顺遂，但是现实环境中，充满了失意、挫败等逆境，思考正面、积极的人可以化阻碍为力量，创造成功，或是调适自己适应环境。

可是悲观、缺乏意志力的人却往往过不了这些人生的试练，不是自我放弃，就是被竞争所淘汰。

因此，父母们有责任帮助孩子培养面对逆境的能力，就像钻石，必须经过压力、打磨，才能发出璀璨的光芒。

我们在要求孩子做什么的时候，我们是否考虑过：我们的孩子需要什么？

我们是否真正了解自己的孩子，真正走进他们的世界？

由于研究的需要，我接触了一些小孩子，或许他们的经历能对年轻的父母们有一些启示。

一位孩子在幼儿园里因为中午睡不着觉而遭到老师的责骂。

到了周末，中午吃过饭，男孩就怯怯地对妈妈说：“我不想睡，你别让我睡觉。

”因为对他而言，睡觉已经成了一件很难完成的事，严重一点他甚至会认为这是不可能完成的事。

现在事情已经过去两个多月，他的情绪仍不见好转，很怕在幼儿园里做错事，很怕老师说他什么。

妈妈忧心忡忡：“他小小年纪为什么会有这么重的心事？

我怎样才能让他恢复到以前的状态？

还有，怎么能够培养他遇到挫折也不灰心，能够克服困难呢？

我不希望他遇到一点小小的挫折就心事重重，情绪低落，我希望他成为一个开朗坚强的男孩。

”五岁的小凤最近很不开心，因为她自己用纸折的纸鹤总是无法成形，而八岁的表姐却每次都能折得又快又好。

小凤的爸爸安慰她：“你折的纸鹤很好的。

”但她还是高兴不起来，爸爸又说：“要不然，爸爸帮你折一个吧，一定比姐姐的好。

”小凤的爸爸错了，他的这种安慰方式其实起不到什么效果。

## <<培养孩子的挫折忍受力>>

他应该对女儿说的不是勉强的表扬，而是应该告诉她：“姐姐折的好是因为她比你大三岁，她在只有你那么大的时候，也不会折纸鹤。

”五岁的曦曦没有被邀请参加楼下小朋友加加的生日会，他伤心不已，抽抽嗒嗒地哭了很久。

曦曦的妈妈一边隐藏住自己对楼下那位妈妈考虑不周的不满，一边想办法安慰儿子。

她告诉曦曦，可能是加加家的客厅比较小，也可能是加加的小椅子不够了，所以才不能请所有的小朋友都参加。

“我不确定曦曦心里是否接受了我这个解释，但是第二天我高兴地看到孩子已经不再伤心，见到昨天参加了晚会的其他小朋友时，他不但不生他们的气，反而和他们一起玩得很开心。

”曦曦妈妈回忆说。

## <<培养孩子的挫折忍受力>>

### 编辑推荐

《培养孩子的挫折忍受力》：挫折是成长的必要元素，它无时无刻不存在于人的一生中！将孩子从父母的保护中放出来，让孩子在自己面对挫折时一次次强壮，让他们懂得如何减轻挫折所带来的压力，获取面对挫折时的勇气和忍受力，是让他们终生受益的大课题。这也正是王雪梅、王雪琴编著的《培养孩子的挫折忍受力》要与家长们探讨的主题！

<<培养孩子的挫折忍受力>>

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>