

<<挫折成就梦想>>

图书基本信息

书名：<<挫折成就梦想>>

13位ISBN编号：9787302287148

10位ISBN编号：7302287147

出版时间：2012-7

出版时间：清华大学出版社

作者：木兰

页数：204

字数：172000

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>

<<挫折成就梦想>>

前言

在一次亲子活动中，听到一位妈妈这么说：“我的孩子依赖心太强了，一点都不独立，完全受不得半点委屈，想要什么就一定要给什么，一不顺心就哭又叫。有时也想过要给他吃点苦头，可又觉得毕竟只是个孩子狠不下心来；想要给他点‘颜色’看看吧，又怕影响他的心理成长……”看起来这位妈妈很是苦恼。其实，可能很多家长都有这样的想法，而我认为是他们并不理解真正的“爱”和“挫折”。

“可怜天下父母心”，为了“爱”孩子，每个做父母的辛苦打拼、竭尽全力，就是为了给孩子铺就一条“阳光大道”。尽管现在越来越多的家长已经意识到了溺爱孩子的危害，但仍有一些家长认为批评、罚站、谩骂甚至动手打，让孩子服软就是挫折教育。

我的高中同学安妮是一位全职妈妈，每天的生活重心就是她的宝贝儿子伊恩，我曾经在她家看到过这样的场景——吃午餐的时候，我们都已经在餐桌旁坐好了，伊恩好像对吃饭无动于衷，依旧专心致志地玩他的游戏机。

“该吃饭了，怎么还在玩儿啊？”

我今天做了你最爱吃的白萝卜炖排骨。

“我不想吃炖排骨，想吃可乐鸡翅。”

“先吃午饭，下次再给你做。”

“就是不嘛，我就要吃鸡翅。”

“你这孩子越来越不听话！”

今天有客人在，哪有孩子像你这样的！”

“我就不喜欢吃排骨嘛！”

“把你送到非洲的埃塞俄比亚去，就知道排骨有多好吃。”

那里的孩子什么都没得吃，很多孩子都饿死了。”

“我才不去呢，要去你去！”

“你还顶嘴，真是越来越不像话！”

快吃，再不吃我就揍你！”

孩子“哇”的一声大哭大闹起来……显然这顿饭我也没有兴趣再吃下去，只能一边安慰孩子，一边劝慰同学。

当然，最终的结果是什么都已经不重要，像安妮认为的那样——孩子挑食，只要饿他一顿甚至揍一顿就能乖乖吃饭——是不可行的，因为问题不会那么简单。

现在的孩子特别能揣摩家长的心理，只要自己这顿饭不吃，父母下顿饭肯定得想办法。

别说鸡翅了，鱼翅都能想办法弄来。

所以，这种“想当然”不但很难生效，往往还会加重孩子的逆反心理。

那么什么才是真正的挫折教育呢？

挫折教育就是还原生活的本来面目，顺其自然地让孩子明白生活中的顺利与挫折、痛苦与快乐。

父母的作用既不是为孩子铺就一条坦途，也不是一味地制造坎坷，而是给孩子自然成长的环境，陪伴他走过他的人生道路。

有位哲人曾经说过：成长是一个人蜕去幼稚浅薄的蛹衣，生出美丽蝶翼的过程。

蜕化是痛苦的，是成长过程中不可逾越的现实，也是每个人人生的必经之路。

因此，要让孩子认识到挫折是客观存在的，但不可以用打击孩子、挫伤积极性的方式来给孩子制造挫折。

孩子受些打击是必然的，也是必要的，让孩子懂得挫折的附加值和意义比挫折本身更重要。

孩子受挫后，父母不要用指责、批评的态度火上浇油，要帮助孩子用理解的态度面对挫折并解决问题。

所以从这个意义上来说，学会克服挫折才是每个父母应教会孩子的必修课程。

<<挫折成就梦想>>

内容概要

挫折是每个人一生的必修课。

什么才是真正的挫折教育呢？

挫折教育就是还原生活的本来面目，顺其自然地让孩子经历并理解生活中的顺利与挫折、痛苦与快乐

。父母是孩子的第一任老师，家长既不是为孩子铺就一条坦途，也不是一味地制造坎坷，而是给孩子自然成长的环境，陪伴他走过他的人生道路。

《挫折成就梦想：青少年必修的50堂心理课》从青少年成长的实际出发，分列出青少年在学习和生活过程中的50个常见问题，并结合心理学和教育学的知识给予解答，为家长和青少年共同面对及学会应对挫折提供帮助。

本书是青少年挫折教育的必备图书。

<<挫折成就梦想>>

作者简介

木兰，本名王梦萍

台湾高雄师范大学特殊教育系毕业，英国诺丁汉大学教育系硕士。

多年来一直在幼儿教育研究与儿童心理研究方面努力，兼任大学幼教系副教授。

在相关媒体发表过近百篇论文，引起讨论热潮，获得许多殊荣。

<<挫折成就梦想>>

书籍目录

- 第1章 挫折教育能让孩子搭建更坚强的心灵堡垒
- 第1课 挫折藏在哪些角落--为什么要让孩子接受挫折教育
- 第2课 吃些苦头不就可以了吗--什么是挫折？
挫折不是吃苦
- 第3课 我很害怕失败--怎样培养孩子对挫折的承受力
- 第4课 唉，我怎么就这么倒霉--让孩子学会正确面对挫折
- 第5课 我就是没信心做好--怎样激发孩子在挫折面前的自信
- 第6课 我怎样才能不输呢--引导孩子战胜挫折
- 第7课 面对不顺我该怎么办--让孩子懂得逆境是成功的基石
- 第8课 我错过了唯一的机会--让孩子知道错过了阳光还会收获星光
- 第9课 谁来帮助我呢--让孩子在挫折中学会独立
- 第10课 我不是受到教训了吗--让孩子在挫折中学会总结经验
- 第11课 我还有机会吗--教会孩子在挫折中怎样爬起
- 第12课 我不敢去和他们竞争--如何培养孩子的竞争意识
- 第13课 我不想承认我做错了--让孩子学会承担自己的错误
- 第14课 我喜欢听好话--告诉孩子批评和表扬是得与失的考验
- 第2章 挫折教育能够激发孩子学习中的潜能，把不能变成可能
- 第15课 我就不喜欢那个老师的课--可以不喜欢老师但不能拒绝知识
- 第16课 他们都不理解我--让孩子学会怎样消除来自老师和同学的误解
- 第17课 我怎样才能感到集体的力量--让孩子学会珍惜班集体的荣誉
- 第18课 我就不爱学习--让孩子懂得知识的重要性，避免厌学情绪的产生
- 第19课 这次考试考砸了--教会孩子如何恢复信心
- 第20课 和他（她）在一起感觉真好--教会孩子怎样正确处理早恋问题
- 第21课 网吧比学校好玩多了--怎样才能摆脱网络的各种不良诱惑
- 第22课 我觉得很丢人--让孩子正确面对老师请家长的问题
- 第23课 金钱真的是万能的吗--帮孩子走出想赚钱不想读书的误区
- 第24课 我一到考试就紧张--告诉孩子该怎样释放考试紧张的情绪
- 第25课 我讨厌比我学习好的人--教会孩子怎样正确对待学习上的竞争
- 第26课 上了大学我就能找到好工作--让孩子懂得文凭决定不了人生
- 第3章 挫折教育能使孩子真正地享受生活带来的喜悦
- 第27课 我不和穷小子做朋友--让孩子明白家境的好坏不能代表什么
- 第28课 我也想用名牌--让孩子明白物质攀比是虚荣的表现
- 第29课 她不就是收废品的吗--让孩子学会尊重别人才能赢得尊重
- 第30课 他为什么可以这样对我--让孩子明白理解需要相互沟通
- 第31课 他看起来并不坏啊--不要轻易相信陌生人
- 第32课 遇到意外怎么办--刻意锻炼孩子应对意外突发事件的能力
- 第33课 我总是想到不好的一面--让孩子消除悲观的心态
- 第34课 离开你们我照样能行--离家出走并不能解决问题
- 第35课 我需要得到尊重--父母的鼓励和信任是孩子的坚强后盾
- 第36课 我怎样才能不沮丧--让孩子学会微笑面对挫折
- 第4章 挫折教育能够使孩子更好地体会“适者生存”
- 第37课 树立正确的人生观和价值观
- 第38课 不善交往是性格造成的吗
- 第39课 怎样面对因自身缺陷受到的歧视
- 第40课 如何处理来自异性的暗示

<<挫折成就梦想>>

- 第41课 父母感情不好怎么办
- 第42课 正确面对看不惯的人和事
- 第43课 不要让外在的美丑来决定人际交往
- 第44课 远离网恋的陷阱
- 第45课 好人不难做
- 第46课 交错朋友又做错了事怎么办
- 第47课 走出追星的误区
- 第48课 学会理财，从储蓄罐开始
- 第49课 当亲人去世的时候
- 第50课 好人缘是这样炼成的

<<挫折成就梦想>>

章节摘录

第2课 吃些苦头不就可以了吗——什么是挫折？

挫折不是吃苦 王明是个沉默寡言的孩子，虽然常常与班上的同学玩不到一起，但是学习成绩一直都很不错，每次班级排名都能上前三名。

而王明的父母对他的期望也很大，每年寒暑假都会给他报好几科的补习班，并总是这样对王明说：“让你多吃点苦也是为了你的将来，不要总想着出去玩，学生的本职就是要好好学习。”

可王明的父母却忽略了，当王明望着窗外玩乐的朋友们时，眼睛里充满着多大的羡慕和失望。今年期中测试结束，王明考了第二名。

他兴高采烈地回到家，眼睛里充满着笑意，认为爸爸妈妈一定会因为自己取得了好成绩而高兴，说不定还能得到他们的表扬呢。

可是，当爸爸看到王明的成绩单后，却皱了皱眉头问道：“为什么没拿到第一名呢？”

王明张了张嘴，想要说什么，又咽了回去，垂头丧气地回到房间。

晚上，王明躺在床上翻来覆去睡不着觉，他本来快乐的心在这一刻变得很灰暗。

他想不明白，自己每天认真地学习，为什么就是得不到父母的一句赞扬呢？

是不是父母因为自己做得很不好，而不爱自己了呢？

这个晚上王明失眠了。

从那以后，王明变得更加沉默了，每天下课也不和同学们一起开心地做游戏了，而是一个人闷着头坐在那里埋头苦读。

连老师都认为王明太用功了，不禁劝他出去和同学们玩一会儿，他却不肯听。

转眼，期末考试就来了。

考试的前几天，王明睡不安稳、食不下咽。

他希望这次能拿到第一名，好让自己的父母满意。

种种顾虑和担忧，终于让王明在考试的当天在考场里晕倒了。

王明的父母匆匆赶到医院，望着儿子痛哭失声。

医生对他们说，王明就是因为压力太大又得不到很好的舒缓才晕倒的。

王明出院回到家后，无意间听到了父母的一段谈话：“我们只是想着让孩子吃点苦，努力多读点书，把玩的时间多用在在学习上，是为了孩子的将来好，可是现在明明却因为压力过大晕倒了，唉……”“这孩子不能理解我们的苦心啊……”听到这里，王明哭着走到父母跟前说：“爸、妈，我一直都好好学习，每天晚上都是看书看到很晚才睡觉。

别的同学都有寒暑假，可我每次放假都得去补习。

我知道你们是为了我好，可是我每次考完试却都得不到你们的表扬，我觉得你们一点都不爱我。

王明的父母听到儿子这么说，顿时惊呆了，他们怎么都想不到，王明竟然以为他失去了父母的爱。

当晚，王明的父母与他谈到很晚，大家把心里的想法都谈出来。

三人的心里都豁然开朗。

王明的父母意识到：和孩子及时沟通是多么重要啊。

其实，很多家长以为所谓的挫折教育就是让孩子多吃点苦，甚至有的家长故意考验孩子的承受力，于是，争先恐后地送孩子去参加各种吃苦夏令营，或是干脆自己给孩子制造一些困难。

但在孩子经历了挫折后，却没有及时帮助孩子分析该以怎样的心态去面对；而当孩子取得成功后，又怕表扬和鼓励会让孩子骄傲，所以冷漠地对待孩子的成功。

这样的成长环境下，孩子只会产生出“我是不是不行”的心理。

青少年们也要明白：学生的重点的确是学习，但是如何在较小的压力下运用好的学习方法，而不是闷头吃苦地学，才是最重要的。

当遇到父母无法理解自己的想法而强加压力的时候，不应该把心事都放在心里，而是应该主动地和父母们谈一谈。

要明白沟通是最好的桥梁。

<<挫折成就梦想>>

双方沟通之后，脸上应该会有更多轻松的笑容，也不会像王明那样紧张得晕倒了。

话又说回来，当孩子遭受挫折后，作为家长，应该及时认识到他们是否有恢复的能力，要培养和帮助孩子面对挫折时树立无所畏惧的自信心。

其实，挫折教育就是要培养孩子寻找幸福的能力，这样才会让孩子在任何挫折面前都能泰然处之，永远乐观。

另外，现在大多数人的观念是：聪明的孩子是宠出来的。

但是，家长对孩子的期望太高，给孩子的压力过大，如不加以鼓励引导，反而会使孩子的耐挫力不断降低。

心灵透视镜：我们与他人进行交往的桥梁之一就是沟通，包括与父母、老师之间也是如此。

有一句话叫“天下无不是之父母”，意思是，父母们都是为了子女好的。

当你的父母望子成龙心切，给你施加了太多压力的时候，我们不应当以抵触的心情去面对，而是应该与之沟通，告诉他们自己的想法。

青少年的心理很难懂却也很单纯。

因为他们相对来说是脆弱的，他们的需求也是最朴实、最简单的。

有的时候，他们仅仅只是想得到父母的一个微笑或是一句赞扬的话。

这样，在他们成长的过程中，就会充满阳光和欢乐。

有些家长对孩子的考试成绩的追求几乎到了偏执的地步，稍不满意就恶语责骂，甚至殴打孩子；还剥夺了孩子拥有假期的权利，对各类补习班乐此不疲，希望能通过补习提升子女的名次。

希望通过上面这个事例能让家长们明白：挫折不是人为制造的吃苦，也不是简单的责骂和施压。

有的时候压力比溺爱更可怕。

P7-9

<<挫折成就梦想>>

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>