

<<让孩子吃点苦>>

图书基本信息

书名：<<让孩子吃点苦>>

13位ISBN编号：9787508440002

10位ISBN编号：7508440005

出版时间：2006-11

出版时间：中国水利水电出版社

作者：崔华芳

页数：190

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>

## &lt;&lt;让孩子吃点苦&gt;&gt;

## 内容概要

在非洲大草原的奥兰治河两岸，生活着许多羚羊。

动物学家们发现了一个奇怪的现象：东岸的羚羊不仅奔跑速度比西岸的羚羊快，而且繁殖能力也比西岸的羚羊强。

为了研究两岸羚羊的不同之处，动物学家们在两岸各捕捉了10只羚羊，然后把它们分别送到对岸。

一年后，由东岸送到西岸的羚羊繁殖到了14只，而由西岸送到东岸的羚羊则只剩下3只。

这是什么原因呢？

动物学家们百思不得其解 这些羚羊的生存环境是相同的呀…… 后来，动物学家们终于找到了原因。

原来，东岸不仅生活着羚羊，在其附近还生活着一群狼，为了不被狼吃掉，羚羊不得不每天练习奔跑，使自己强健起来；而西岸的羚羊因为没有狼群的威胁，过着安逸的生活，结果奔跑能力不断降低，体质也不断下降了。

这个故事告诉我们，生活在安逸环境中的人往往过于脆弱，只有不断经受困难和挫折的人，才具有坚强的意志和强大的生存能力。

挫折，就是俗话说的“碰钉子”，也是专指有目的的活动受到阻碍时而产生的消极情绪反应。

《心理学大词典》对“挫折”是这样解释的：挫折是在个体从事有目的的活动过程中，遇到障碍或干扰，致使个人动机不能实现、需要不能满足的情绪状态。

挫折是不以人的意志为转移的，世上的事情往往是这样：成果未成，先尝苦果；壮志未酬，先遭失败。

遭遇挫折是人生必经的坎儿。

当挫折来临时，我们没有选择，只能接受不可避免的事实，并作出自我调整。

孩子永远是父母的宝贝，作为父母，我们都不希望孩子遇到挫折。

但是，挫折是客观存在的。

孩子在成长过程中，既会有让人快慰的成功，也会有各种令人烦恼和痛苦的挫折。

我们不可能一辈子替孩子遮风挡雨，让孩子生活在温室里。

中国的父母对孩子的爱是显而易见的，但是，这种爱往往导致了孩子缺乏承受挫折的能力。

请看下面的故事：一个中国的孩子打翻了牛奶，父母会马上跑过去，把孩子抱到一边，说：“宝贝，有没有烫到手？”

“有些父母甚至会说：“都怪这杯子，这么滑，让宝宝抓不住，妈妈把这杯子扔掉，宝宝不哭！”

”于是，孩子不哭了。

一个美国的孩子打翻了牛奶，父母不会跑过去抱孩子，而是微笑着对孩子说：“宝贝，过来，先到厨房拿块海绵，我们一起把牛奶擦干净好吗？”

”然后，父母会和孩子一起去收拾打翻的牛奶，还会告诉孩子应该怎样去端杯子，避免杯子滑落。

结果是，美国的孩子总是乐观地面对困难，积极地寻找各种方法去解决困难；而中国孩子遇到困难时多会消极逃避，有些孩子甚至把责任推给父母，遇到重大的挫折时，孩子则六神无主，甚至出现轻生的行为。

从表面看来，中国的父母似乎帮助孩子解决了困难。

其实，当孩子再次遇到相同的问题时，这个困难仍然会出现。

因为，父母的全方位保护和包办代替给孩子留下了终身的“残疾”，即能力的残疾、心理的残疾。

这样的孩子由于永远生活在父母的“保护伞”中，尽情享受父母的照顾，所以当困难来临时，只会躲在父母的怀抱中，不敢独自去面对。

所谓“授人以鱼不如授人以渔”。

既然遭遇挫折是人生必经的坎儿，那么我们就必须教孩子学会接受挫折。

与其一辈子替孩子遮风挡雨，不如让孩子自己去面对人生中的风雨，开创自己的人生之路。

著名的心理学家马斯洛说：“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就对孩子进行挫折教育，让孩子从小就“吃点苦”。

## <<让孩子吃点苦>>

当然，挫折教育并不仅仅是让孩子吃点苦，挫折教育的目的是让孩子在体验中学会面对困难并战胜挫折，建立自信、乐观的品质，培养起一种耐挫折能力。

挫折教育不仅包括吃苦教育、生存教育、社会教育、心理教育，也包括独立、信心、情绪及意志等方面素质的培养。

只有认识到挫折教育的价值，并在日常生活中注意培养孩子的抗挫折能力，孩子才会在遇到挫折时表现出坚强、勇敢、自信的精神，用自己的力量和智慧去克服人生中一个又一个困难和挫折，一步步走向成熟，走向成功。

本书由崔华芳、兰阳战、兰光辉、吴建克、吴建平集体编写而成，崔华芳负责统稿与审校。

## <<让孩子吃点苦>>

### 作者简介

崔华芳：女，毕业于浙江师范大学中文系。

长期专注于素质教育研究工作。

已出版十几本图书，主要有：《人格教育——让孩子拥有一生的财富》、《挫折教育——让孩子在逆境中成长》、《天才少年的5种能力》、《影响孩子一生的36种好习惯》、《一次就把孩子教育好》等。

其中，《人

## &lt;&lt;让孩子吃点苦&gt;&gt;

## 书籍目录

序言第一章 经受挫折——孩子成长的必修课 细节1 要舍得让孩子吃苦 细节2 给孩子设置一些困难 细节3 让孩子经历生活的磨难 细节4 不要替孩子包办 细节5 给孩子犯错误的权利 细节6 让孩子自己做决定 细节7 让孩子做自己想做的事情 细节8 让孩子有独立的空间 细节9 鼓励孩子的探索活动 细节10 让孩子学会自我保护 细节11 让孩子了解什么是危险第二章 磨练意志——让孩子学会正确对待挫折 细节12 鼓励孩子勇敢地接受失败 细节13 让孩子把挫折看作是成长的机遇 细节14 教孩子学会乐观对待挫折 细节15 培养孩子良好的心理承受力 细节16 教孩子学会自我激励 细节17 让孩子树立伟大的理想 细节18 鼓励孩子执著地追求自己的梦想 细节19 让孩子一步一步走向目标 细节20 让孩子学会向伟大的人学习 细节21 鼓励孩子凡事要坚持 细节22 风雨过后是彩虹 第三章 战胜挫折——做孩子坚实的后盾 细节23 当孩子考砸时 细节24 当孩子遇到困难 细节25 当孩子遭人误解时 细节26 当孩子的亲人去世时 细节27 当孩子的父母离异时 细节28 当孩子受委屈 细节29 当孩子被朋友抛弃时 细节30 当孩子缺少朋友时 细节31 当孩子失恋时 细节32 当孩子的工作与学业冲突时 细节33 当孩子为自己的长相而苦恼时第四章 坚毅自强——帮孩子实现自我成长 细节34 让孩子学会依靠自己 细节35 鼓励孩子独立思考 细节36 让孩子学会自我管理 细节37 让孩子学会控制自己的情绪 细节38 让孩子学会控制自己的行为 细节39 让孩子经得起诱惑 细节40 让孩子树立自己的理想 细节41 强化孩子的竞争意识 细节42 教育孩子不要推卸责任 细节43 让孩子对自己的过失负责 细节44 让孩子学会否定自我第五章 体验成功——正向强化不可或缺 细节45 让孩子体验成功 细节46 随时鼓励孩子的成就 细节47 鼓励孩子发表自己的看法 细节48 鼓励孩子积极展现自我 细节49 鼓励孩子挑战自我 细节50 让孩子学会正面的自我暗示 细节51 批评孩子时不要全盘否定孩子 细节52 帮助孩子摆脱胆怯 细节53 鼓励孩子勇于尝试 细节54 鼓励孩子参加体育锻炼 细节55 鼓励孩子积极地看待事物

## <<让孩子吃点苦>>

### 编辑推荐

《让孩子吃点苦:挫折教育的55个细节》：在我们国家，挫折教育做得很不够。由于父母的娇宠，孩子的心理承受力相当脆弱，一点点小的挫折或失败就有可能酿成一桩惨祸。

——知心姐姐 卢勤 基础教育实施由"应试教育"向"素质教育"转轨的前景下，挫折教育作为素质教育的一部分应该得到足够的重视，也是值得长期研究的课题。

——中国著名素质教育专家 张雍 父母必须让孩子知道，在成长的道路上，不可能是一帆风顺的。

成功往往是与艰难困苦、坎坷挫折相伴而来的。

——芭贝拉·罗斯 教育本身就是十八般武艺，表扬、批评、惩罚，什么都应该有。没有惩罚的教育是不完整的教育，没有惩罚的教育是一种虚弱的教育、脆弱的教育、不负责任的教育。

——中国青少年研究中心副主任 孙云晓

<<让孩子吃点苦>>

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>