

<<挫折教育>>

图书基本信息

书名：<<挫折教育>>

13位ISBN编号：9787505421097

10位ISBN编号：7505421093

出版时间：2009-6

出版时间：朝华出版社

作者：马利琴

页数：197

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>

## <<挫折教育>>

### 前言

情景一：一只蝴蝶奋力挣扎着想要爬出蛹，到它渴望已久的花丛中飞舞。

可沉重的蛹壳好似一副枷锁，紧紧扣住它的翅膀，让它无法挣脱。

好心的路人不忍看到这个小小的生灵承受这种被囚禁的痛苦，于是帮它撕开了那讨厌的蛹壳，并期待它翩翩起舞。

可重获自由的蝴蝶却只是拖着无力的翅膀，在阳光照耀的地面上一番挣扎后，悄然死去。

自然法则规定：初生的蝴蝶必须要利用在蛹壳中挣扎和奋力的机会，使体液充盈到翅膀上，这样才能让翅膀拥有展开和振动的力量。

情景二：一只强壮的雄鹰，在天际振翅翱翔，它的目标很明确，就是群山中那座最高的山峰之顶。

在那里，它将经历150天如凤凰浴火的痛苦和折磨，然后得到重生。

这150天里，它先在悬崖上筑巢，然后停留在那里，并用它那又长又弯的喙不断地击打岩石，直到喙完全脱落。

待新喙长出来后，它将用新喙一根根拔出不再锋利的指甲，并一根根拔掉翅膀上的羽毛。

当新的羽毛长出时，雄鹰又可以重新展翅，轻盈地飞翔。

## <<挫折教育>>

### 内容概要

纵览古今中外，许多取得辉煌成就的成功者往往都是那些经历过巨大挫折和失败的人，而非生活上一帆风顺的人。

这是因为生活一帆风顺的人对成功的渴求不够强烈，对失败的经验不够丰富，蓄势待发的力量不够深厚，因此无法爆发出最强大的潜力，也就无法取得最耀眼夺目的成就。

而那些在逆境中饱经风霜的人经历了挫折的残酷洗礼，对成功有着狂热的渴望，对机遇有着深切的渴求和敏锐的触觉，当成功的机遇到来时，他们绝不会错过！

## &lt;&lt;挫折教育&gt;&gt;

## 书籍目录

序言：“蛹化为蝶”带来的成长启示 第一部分 挫折教育，让孩子由弱到强，到更强 第一章 生活太安逸的孩子，无法爆发出强大的潜力 船王之子的启示 失败、挫折是上天送给孩子的礼物 逆境其实是个崭新的起点 在困境中，能激发孩子的无限潜能 直面挫折，能增强孩子的社会适应力 失败的经验更富含成长必须的营养 第二章 挫折让孩子学会自理、自立、自强 没有挫折的孩子必然事事依赖别人 把挫折和难题还给孩子 培养孩子独立人格从厨房掌勺开始 舍得让他去住校：让集体生活锻炼自理能力 自我掌控零花钱的孩子更独立 “扔”他到社会实践中去受挫 第三章 逆境的磨砺使孩子百折不挠、坚忍顽强 体育锻炼是培养意志力的最佳方法 引导孩子走出脆弱的泥沼 坚持的力量：能握冰30分钟的女孩 让孩子学会抵抗诱惑 越挫折，越不放弃 增强孩子的心理承受力 第四章 经历困难的洗礼，孩子更加勇敢、自信 教孩子勇敢面对困难 “站直了，别趴下” 挫折后，让孩子“再试一次” 体验成功可增强自信心 赶走恐惧这只“纸老虎” 帮孩子越过自卑这道坎 第二部分 完美规划，让孩子在挫折教育中受益终身 第五章 给孩子设置挫折的5大原则 设置障碍的对象是经常受到表扬的孩子 设置障碍要适度 设置障碍要循序渐进 设置障碍要与鼓励、表扬相结合 不要太在意孩子的情绪反应 第六章 因材施教，给孩子一个遭遇挫折的机会 太娇气的孩子：让他去冰天雪地走一走 挥霍零花钱：让孩子品尝打工的滋味 缺少统筹：给孩子制订一份家务劳动计划 缺乏承受力：适当给孩子增加一些压力 没有责任感：让孩子参与家庭事务的决策 自理能力差：让孩子“千里走单骑” 第七章 采取挫折教育，父母应该注意什么 孩子的每一次挫折都是不可错失的教育契机 一句“禁令”胜过百句鼓励 挫折教育里的3个不等号 今天“打椅子”，明天打什么 巴掌和甜枣的妙用 请允许你的孩子失败 新式“故意忽略法”：一种温柔的挫折教育 第三部分 教孩子应对常见的挫折 第八章 教孩子应对学习上的挫折 当孩子对学习产生厌烦时 当孩子努力学习却没有进步时 当孩子学不好某一科目时 当孩子遇到记忆困难时 当孩子遭受注意力分散的困扰时 当孩子考试失利时 当孩子考试怯场时 当孩子无法平衡游戏与学习时 第九章 教孩子应对日常生活方面的挫折 当孩子被嘲笑、戏弄时 当孩子被父母离婚的阴影笼罩时 当孩子被网瘾困住时 当孩子失去挚爱的亲人时 当孩子受了委屈时 当孩子做事拖拉、磨蹭时 当孩子生病时 当孩子遭遇失眠时 第十章 教孩子应对人际交往方面的挫折 当孩子缺少朋友时 当孩子感觉被朋友抛弃时 当孩子和老师发生矛盾时 当孩子被他人误解时 当孩子早恋时 当孩子产生社交恐惧时 当孩子缺乏口才时

## &lt;&lt;挫折教育&gt;&gt;

## 章节摘录

第一部分 挫折教育，让孩子由弱到强，到更强第一章 生活太安逸的孩子，无法爆发出强大的潜力每个孩子的身上都蕴藏着巨大的能力，就像圣斗士的“小宇宙”一样威力无穷。

但这个能力存在孩子的身体里时，就如盘古开天之前的那团混沌。

当它被一斧劈开时，天地澄明，万物衍生了，而没有那一斧子，就会永远裹在安逸中沉睡不醒。

而挫折，正是那柄引爆“小宇宙”的开天之斧！

船王之子的启示父母可以给孩子聪慧的头脑、渊博的知识、健康的身体和出色的外表，却给不了他一颗坚强的心。

对于孩子的教育来说，教训往往比经验更深刻，因为他曾体会到失败的痛苦，并在失败中得到成长。

教训的意义不仅在于指明行不通的错误路径，更在于能让人深刻体会到正确的价值。

有位船长有着一流的驾船技术，他曾驾着一艘简陋的帆船在台风肆虐的大海中漂泊了一个月，最终死里逃生。

后来，他有了一艘机轮船，他又多次驾驶着它行程几千海里，到过海洋的深处。

渔民们都称他为“船王”。

船王有一个独生儿子，船王对他期望很高。

他希望儿子能掌握驾船技术，开好他置下的这条船。

船王的儿子对驾驶技术的学习也很用心，到了成年，他驾驶机轮船的知识已十分丰富。

船王便很放心让他一个人驾船出海。

结果，他的儿子死于一次台风，一次对于渔民来说微不足道的台风。

渔民们纷纷安慰他。

船王十分伤心：“我的驾船技术这么好，我的儿子怎会这么差劲？”

我从他懂事起就教他如何驾船，从最基本的教起，告诉他如何对付海中的暗流，如何识别台风前兆，又如何采取应急措施。

凡是我经年积累下来的经验，我都毫不保留地传授给他了。

可是，他却在一个很浅的海域内丧生了。

“这时候，有位老渔民问：“你一直是手把手地教他的吗？”

“是的，为了让他掌握技术，我教得很仔细。

“他一直跟着你吗？”

“老人又问。

“是的，我儿子从来都没有离开过我。

“老人说：“这样说来，你也有过错啊。

“船王不解。

老人说：“你的过错已经很明显了。

你只传授他技术，却没有传授他教训。

对于知识来说，没有教训作为根基，知识只能是纸上谈兵。

“你只传授他技术，却不能传授他教训。

“老人的话一语中的。

教训是父母给不了的，只能靠孩子自己在实践中体会。

父母要给孩子实践的机会，给他们失败的机会，给他们得到教训的机会。

如今，父母们对赏识教育无疑贯彻得非常好，这对培养孩子的自信心确实很有帮助，但却促生了孩子任性和脆弱的性格。

专家表示，在孩子的成长过程中，经历挫折非常重要，它能很好地训练孩子的心理承受能力，为以后的社会生活打下良好的基础。

所以，只有鲜花和掌声的教育是不完整的教育。

某幼儿园举办家长观摩课，让小朋友朗读英文单词，识别动物模型，而后抢到手中。

看谁反应快，抢得多，结果，一个男孩因为抢不到模型而哇哇大哭，谁劝都不行。

## &lt;&lt;挫折教育&gt;&gt;

这一幕让老师和小朋友不知所措，也让在场的家长想到了一个问题——挫折教育。

“吃一堑，长一智”，挫折是最好的老师，只有在实践中自己积累经验教训，不断破浪前进，才能成为驾驭生活之舟的好手。

对于孩子来说，挫折才是最好的老师。

现在的孩子成长环境比较舒适、顺利，在这样的条件下成长起来的孩子，可能会缺乏某些对他们终生发展都极为重要的心理素质，心理脆弱，受到一点挫折就悲观失望。

第二届中美精神病学术会议的一份资料显示，近年来青少年自杀现象一直呈上升趋势，已成为我国青少年死亡的第一位原因，而且低龄化严重。

青少年心理特点是冲动性强，阅历比较欠缺，心理的承受力较差，遇到事情盲目选择，容易走极端。

近年来，关于青少年自杀的报道在媒体上可谓屡见不鲜。

某市初三学生因考试成绩不好，从21层楼上跳下；云南昆明一初二男生因上学期成绩未进入班级前三名而服农药自杀；吉林省一女生因家庭贫困产生自卑心理卧轨自杀；1998年6月，吉林省长春市一初三女生，因“老师把我同小流氓相提并论”卧轨自杀；1996年6月，河北省鸡泽县一小学五年级男生因考试不及格被罚款，最后服农药自杀……某大学一位女生因在一次联欢晚会上唱歌走了调，引起观众的哄笑，竟于当晚跳楼自杀；1995年9月，北京市某重点中学一位15岁女生因为议论老师“长得肥”，受到批评，自杀未遂，导致终生残疾；最近，还有一些调查表明：我国儿童、青少年的自杀率呈上升趋势；在回答“遇到困难怎么办”时，97%的中小学生想到的是找家长或教师，而不是自己想办法解决等等；上面这些真实的事例和数据表明，现在不少孩子身上存在害怕困难、承受挫折能力差等问题。近年来，这一问题已经引起了全社会的广泛关注，对儿童进行挫折教育的呼声也日益强烈。

心理学家、教育家、家长、教师等纷纷呼吁“今天的孩子需要挫折教育”。

挫折教育，刻不容缓！

失败、挫折是上天送给孩子的礼物玉不琢不成器，人不磨砺难成才。

失败与挫折，是孩子生活中必须经历的内容。

孩子的耐挫能力正是在与困难、挫折打交道的过程中逐渐形成的。

可是很多父母心疼孩子，主动帮孩子铺平道路，结果，实际上剥夺了他们成长的机会。

阳阳妈曾是一个骄傲的、自以为成功的母亲，可现在她却只能每天在叹息中无奈地吞咽着苦涩。

从小到大，阳阳成长的道路一直畅通无阻，偶尔遇到那么一点小小的磕磕绊绊，阳阳妈也为他一一化解。

阳阳进入初中后，成绩也一直很好。

有一天，阳阳妈发现阳阳情绪很低落，饭也不吃，心事重重。

妈妈问他，他却什么都不肯说。

妈妈心急如焚，打电话问班主任才知道：阳阳在刚刚完成的期中考试中发挥不好，有几门没考好。

儿子也会在考试中失手，阳阳妈意想不到。

她压住怒气，决定和阳阳好好谈谈，让他放下包袱。

“阳阳，一次没考好算得了什么，你别太放在心上，影响了以后的学习就得不偿失了？”

听着妈妈的劝慰，阳阳只是低着头，默不作声。

妈妈继续做他的工作：“你学习成绩一直很不错，偶尔一次失利也说明不了问题。

再说，一个人哪有从不失手的，总要有面对失败的时候。

你是个男孩子，应该经得起一次小小的挫折。

”阳阳还是不说话。

妈妈有些火了：“你到底在想什么？”

一次考试至于吗？”

这么大一个男孩子，你怎么就拿得起放不下呢！”

”一直沉默着的阳阳这时突然爆发了：“拿得起放得下，说得倒轻巧！”

大道理谁不懂！”

你以为说放下就能放下……”妈妈愣住了，哑口无言。

看着怒气冲冲的阳阳，妈妈不由心生惭愧：“让一个从未体验过挫折的孩子突然间去面对失利，他需

## &lt;&lt;挫折教育&gt;&gt;

要的不是道理，而是实实在在的对抗挫折的能力，可我，曾经培养过他的这种能力吗？

”妈妈想尽办法，希望阳阳能走出一时失利的阴影，但缺失了十几年的挫折教育，绝不是一时就可以弥补的。

终于，阳阳越来越患得患失，成绩越来越差，最后在中考中全军覆没，只勉强达到普通高中的录取线。

其实，对于孩子的成长来说，也许最大的障碍并不是外物，而是自己的意志力。

当父母为孩子一路清扫着外界“障碍物”的时候，却同时为他设置了最大的障碍物——脆弱。

父母可以呵护孩子十几年，却不能保护他一辈子，无力阻止他人一生中必然会遭遇的挫折和失意。

所以，父母与其送高档文具、游戏机给孩子，不如送他一份独特的礼物：挫折。

宋嘉树，字耀如，一生多彩多姿，充满了传奇色彩。

他创办了华美印书馆，协办了中国基督教青年会，参加了孙中山领导的同盟会。

1887年，宋耀如与名媛倪桂珍结婚，生有三子三女，他们便是名闻中外的宋霭龄、宋庆龄、宋美龄三姐妹和宋子文、宋子良、宋子安三兄弟。

宋氏家族对近现代中国有着深远的影响，尤其是宋氏三姐妹在中国近现代史上具有特殊的地位，被誉为上个世纪世界上最杰出的女性。

那么，这三位杰出的女性是如何被教导出来的呢？

宋家的孩子还在爬行和学步阶段，宋耀如就鼓励他们：“一步两步三步，好！

跌倒了别哭，自己爬起来再走，好！

一二一，一二一……”孩子们果然不哭，跌倒了爬起来再走。

朋友们说他是“开孩子们玩笑”，宋耀如却回答：“老兄错了，这不是开玩笑，这是人生之路的第一步，将来在社会上闯世界，全靠这第一步呀！

”孩子们渐渐长大。

有一天，宋耀如特地选择了一个风雨交加的日子，带着霭龄、庆龄、子文等人出门。

他不让孩子们参观龙华古刹，却让他们丢开手中的雨伞，站在古塔下淋雨。

宋耀如指着高高耸立的龙华塔对孩子们说：“你们看这座塔，千余年来不怕风雨，为什么？

因为它基础牢固，骨架紧密。

你们将来投身革命，就要从小打基础，练骨架。

现在让我们一起开始比赛，围绕宝塔跑六圈，六六大顺！

”

## <<挫折教育>>

### 编辑推荐

《挫折教育:用逆境培养最优秀的孩子》：蝴蝶必须经历破茧的阵痛，才能使身体中的体液流到翅膀上，让翅膀变得充实、有力，从而振翅飞翔！

孩子必须经历成长中的磨难，才能使内在蕴涵的巨大潜力激发，让心理变得成熟、坚强、从而健康成长！

遭遇挫折+直面挫折+战胜挫折 = 坚强、成熟、稳健、睿智。

地震后的蝮蛇可以忍受几个月的饥饿，耐心地等待猎物的到来；迁徙的候鸟可以飞越高耸的喜马拉雅山脉，即使在征途中死去，也绝不动摇飞向温暖的理想。

是残酷的生存条件，让它们学会了百折不挠、坚忍顽强。

正如《菜根谭》中所说：“横逆困穷是锻炼豪杰的一副炉锤。

能受其锻炼者，则身心交益；不受其锻炼者，则身心交损。

”



<<挫折教育>>

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>