

常言道：
不经风雨，哪见彩虹。
挫折对孩子来说是向上的转折点。
关键是看孩子摔倒了，
父母如何帮他站起来。



谢正斌◎编著

孩子遇挫折 父母怎么办

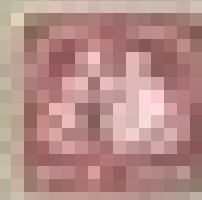


九州出版社
JIUZHOU PRESS

有效解决孩子问题的50个对策



孩子遇挫折 父母怎么办



有解决孩子问题的20个锦囊



谢正斌◎编著

孩子遇挫折 父母怎么办



九州出版社
JIUZHOU PRESS

有效解决孩子问题的50个对策

图书在版编目 (CIP) 数据

孩子遇挫折 父母怎么办: 有效解决孩子问题的 50 个对策 / 谢正斌编著.

- 北京: 九州出版社, 2008. 6

ISBN 978-7-80195-877-8

I. 孩... II. 谢... III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 082278 号

孩子遇挫折 父母怎么办

作 者 谢正斌 编著

出版发行 九州出版社

出 版 人 徐尚定

地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号 (100037)

发行电话 (010) 68992190/2/3/5/6

网 址 www.jiuzhoupress.com

电子邮箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com

印 刷 北京才智印刷厂

开 本 710 × 1010 毫米 16 开

印 张 16

字 数 199 千字

版 次 2008 年 10 月第 1 版

印 次 2008 年 10 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-80195-877-8/G · 386

定 价 29.80 元

★ 版权所有 侵权必究 ★

前 言

刚下过雨，空气很清新，一对年轻的父母带着五岁大的孩子去公园玩。父母分别牵着孩子的小手，让孩子走在中间。

一路上，孩子又吵又跳，很是兴奋。不巧的是，路的中间积了一小坑水，孩子蹲在地上怎么也不肯走了，并张开双手要妈妈抱。妈妈犹豫了一下，正准备弯下腰把孩子抱过去，爸爸却伸手制止了妈妈，说：“让孩子自己想办法吧，他能行的。”

孩子委屈地看着爸爸妈妈，却发现他们根本没有帮自己忙的意思，竟然“哇”的一声哭了起来。妈妈过意不去了，又想帮忙，爸爸再一次说：“不要管他，他能行的。”

果然，孩子哭了半晌，见爸爸妈妈还是没有帮忙的意思，就开始自己想办法了。他大声地对爸爸说：“我要跳过去！”爸爸赞许地点点头，说：“好，爸爸看着你跳。”

于是，孩子兴奋地跺了跺脚，一纵身，就跳过了小水沟。孩子刚站稳脚步，妈妈就及时地拉住孩子的手，紧紧地握住。爸爸也弯下身来，帮孩子把眼泪擦干净，并轻声说：“爸爸说了，你一定行的！”孩子脸上带着泪痕却骄傲地笑了。

对于年幼的孩子来说，一个小小的“水沟”就是一个小小的挫折，遇到“小水沟”就想寻求父母的帮助，也是情理之中的事。但是，如果父母担心孩子受委屈，就一味地包办代替，每次都试图把孩子“抱”过去，只会让孩子滋生依赖父母的思想，而无法发挥出自己的能力。在挫折面前，

父母就要放手让孩子自己去面对，实在不放心的话，也可以在旁边适当地给予监督和保护。这样，孩子才能在一次又一次的挑战中，充分发挥自己的能力，找回自信，战胜挫折。

成功学之父拿破仑·希尔曾经说过：“一个人的成功，关键在于他是否能够战胜生命中的挫折。挫折就是一个筛选的过程，退却的人被淘汰出局，只有能够克服挫折的人才有资格继续向前。”著名的心理学家马斯洛也曾说过：“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，让孩子在挫折中成长起来，用更豪迈的情绪去收获自己的成功。

孩子永远是父母的宝贝，谁都不希望自己的孩子遇到挫折。但是，挫折是客观存在的，谁也无法避免。父母不可能一辈子做孩子的守护神，替孩子遮风挡雨，让孩子永远生活在温室里。“授人以鱼不如授人以渔”，既然遭遇挫折是人生必经的坎儿，那我们为什么不趁早教孩子学会接受挫折，让孩子自己去面对人生中的风雨，开创自己的人生之路呢？

为了使家长在孩子遭遇挫折时能与孩子共同解决问题，我们在对大量案例进行分析研究的基础上，精心编写了《孩子遇挫折 父母怎么办》一书。本书从孩子生活和学习的细节入手，撷取了一些最常见的问题，比如说考试紧张、被同学猜疑、早恋、与家长有代沟、考试成绩不够理想、学习没有动力、注意力不够集中、不合群等，以精辟的语言透视了孩子的内心世界，深刻地分析了孩子遭遇挫折的种种原因，指出了教育孩子的科学理念，希望为父母们开辟一条能够轻松正确地应对孩子问题的捷径。



目 录

Content

未能如愿：好胜的孩子考试前病倒了	
教子箴言	1
1 父母必知 别做孩子的“阿拉丁神灯”	2
教子故事 让希望冲淡失望	4
亲子矛盾：孩子想踢球，父母却要他学画	
教子箴言	6
2 父母必知 孩子的“梦”让孩子自己去做	7
教子故事 伟大的父亲	9
过于紧张：上台发言，腿就发抖	
教子箴言	11
3 父母必知 让孩子轻松地面对生活	12
教子故事 大胆讲话，把听众当“朋友”	14
怕被笑话：老觉得自己笨，不敢参与竞争	
教子箴言	16
4 父母必知 培养孩子正确的竞争意识	17
教子故事 赢了兔子的“大胆龟”	19



孩子遇挫折 父母怎么办

情绪沮丧：别人拒绝了，心里很难受

- 教子箴言 21
- 5 父母必知 用自己的“快乐”点亮孩子的心 22
- 教子故事 取钉子，钉钉子 24

接连失败：摔倒了，还要自己站起来

- 教子箴言 26
- 6 父母必知 遇到困难让孩子自己解决 27
- 教子故事 人人都有烦恼 29

注重结果：赢了还好，输了就放不下

- 教子箴言 31
- 7 父母必知 不要让孩子只注重“结果” 32
- 教子故事 挫折的礼物 35

看不到优点：功课不好，就觉得自己一无是处

- 教子箴言 37
- 8 父母必知 培养孩子“自我肯定”的能力 38
- 教子故事 大象老师的“评语” 40

有想法：孩子是对的，但父母不理解

- 教子箴言 42
- 9 父母必知 让孩子有自己“掌舵”的准备 43
- 教子故事 小马过河 45

兴趣缺乏：为做“好”孩子，爱好越来越少

- 教子箴言 47
- 10 父母必知 爱好广泛的孩子路子更宽 48
- 教子故事 老鼠大王的“外语” 50



诚信危机：朋友不诚信，孩子受影响

- 11 教子箴言 52
- 父母必知 教孩子做一个诚信的人 53
- 教子故事 “诚信”赢得机遇 55

接受教训：踩脏床单，受惩罚

- 12 教子箴言 57
- 父母必知 “失败”的经验和“成功”的经验一样可贵 58
- 教子故事 亡羊补牢 60

胆子太小：没听懂，却不敢问

- 12 教子箴言 61
- 父母必知 帮孩子克服“胆小”的毛病 62
- 教子故事 逼出来的“歌唱家” 64

被忽略：成绩不好不坏，不被老师重视

- 14 教子箴言 65
- 父母必知 让孩子做自己的“伯乐” 66
- 教子故事 “不敢举手”的小花兔 69

追星：不愿上学，想当明星自己挣钱花

- 15 教子箴言 70
- 父母必知 让孩子爱上学习 72
- 教子故事 不肯学垒窝的寒号鸟 74

要面子：犯了错误，害怕父母告诉老师

- 16 教子箴言 75
- 父母必知 给孩子留脸面，孩子才有改正错误的余地 76
- 教子故事 向儿子道歉的熊爸爸 78



孩子遇挫折 父母怎么办

偏科：语文考第一，数学不及格

- 17 教子箴言 79
- 父母必知 纠正孩子“偏科”不是一朝一夕的事 80
- 教子故事 挑食的“小花猫” 82

郁闷：把“擅长”的事做砸了

- 18 教子箴言 84
- 父母必知 怎样安慰“失意”的孩子 85
- 教子故事 输给乌龟的兔子 87

爱“开小差”：课堂上不听讲，小动作不断

- 19 教子箴言 89
- 父母必知 告诉孩子，你只说一遍 90
- 教子故事 乐乐的“尊敬” 92

考前焦虑：不能集中注意力，影响复习的质量

- 20 教子箴言 94
- 父母必知 怎样帮助“害怕”考试的孩子 95
- 教子故事 “紧张”不是借口 97

瓶颈：条件不适合，却梦想成为“舞蹈家”

- 21 教子箴言 99
- 父母必知 让孩子从失败中“站起来” 100
- 教子故事 爱因斯坦的“小板凳” 102

不自立：害怕遇到坏人，不敢一个人回家

- 22 教子箴言 103
- 父母必知 培养孩子的自立能力 104
- 教子故事 “自立”和“依赖” 106



	家长会：天不怕地不怕，就怕老师见爸爸	
23	教子箴言	108
	父母必知 别让“家长会”变成孩子的“受难会”	109
	教子故事 猴子妈妈的“家长会”	113
	“欠债”：借点“小钱”却被催讨	
24	教子箴言	114
	父母必知 让孩子先学好生存的本领，再给他驾驭金钱的机会	115
	教子故事 “穷孩子”的照片	117
	有“代沟”：总是达不到父母要求	
25	教子箴言	119
	父母必知 理解万岁	120
	教子故事 大禹治水	123
	没耐心：遇到困难就想放弃	
26	教子箴言	124
	父母必知 成大事不在于力量的大小，而在于能坚持多久	125
	教子故事 曾国藩和小偷	127
	没面子：爸爸穿着布鞋去开家长会	
27	教子箴言	128
	父母必知 做让孩子“认同”的家长	129
	教子故事 孩子，不要嫌弃最爱你的父母	132
	叛逆：让他往西他偏向东	
28	教子箴言	133
	父母必知 为孩子的“青春期”护航	134
	教子故事 没再上过锁的门	137



孩子遇挫折 父母怎么办

没有时间观念：拖拉懒散，吃苦头

- 29 教子箴言 138
- 父母必知 良好的时间观念与孩子的健康成长密不可分 139
- 教子故事 猫头鹰的故事 141

对自身形象不满意：脸上有胎记，内心很苦恼

- 30 教子箴言 142
- 父母必知 帮助因长相而自卑的孩子找回自信 143
- 教子故事 珍惜所“有” 145

不懂谦让：让他给老人让座，他假装没听见

- 31 教子箴言 146
- 父母必知 如何提高孩子的交际能力 147
- 教子故事 爱取笑别人的小猴 149

自作主张：不跟父母商量，妈妈生气了

- 32 教子箴言 150
- 父母必知 别让孩子的爱心受挫 151
- 教子故事 爱的延续 153

害羞怕生：遇到陌生人就躲到妈妈身后

- 33 教子箴言 154
- 父母必知 怕生是孩子的正常反应 155
- 教子故事 小猴子“怕怕” 157

个性软弱：是自己的也不敢争取

- 34 教子箴言 159
- 父母必知 乖孩子不是不懂拒绝的“软柿子” 160
- 教子故事 让孩子要回属于自己的东西 163



- 缺乏自制力：忍不住，提前吃了那粒糖**
- 35 教子箴言 164
- 父母必知 如何培养孩子的自制力 165
- 教子故事 乌鸦和狐狸的故事 168
- 被人误解：分明是他先动手，老师却批评我**
- 36 教子箴言 169
- 父母必知 不要死死地抓住孩子的错误不放 170
- 教子故事 不要把孩子的行为复杂化 171
- 撒谎：做错了事，诚实相告却挨打**
- 37 教子箴言 173
- 父母必知 明确地告诉孩子你希望看到的事实 174
- 教子故事 诚实的士兵 176
- 情绪不稳定：喜怒无常，动不动就发脾气**
- 38 教子箴言 177
- 父母必知 让孩子做自己情绪的主人 178
- 教子故事 能控制自身情绪的大将军 180
- 嫉妒：小表妹讨人喜欢，把风头全抢走了**
- 39 教子箴言 182
- 父母必知 将“嫉妒”转化为激励孩子前进的动力 183
- 教子故事 嫉妒害人害己 185
- 不合群：没有朋友，不喜欢去学校**
- 60 教子箴言 186
- 父母必知 让孩子大胆地融入到集体中去 187
- 教子故事 “地狱”与“天堂” 189



孩子遇挫折 父母怎么办

不宽容：抓住别人的错误就不放

- 41 教子箴言 190
- 父母必知 宽容的家长教出宽容的孩子 191
- 教子故事 “我不是为了生气而种兰花的！” 193

不愿与人分享：分给别人我就没有了

- 42 教子箴言 194
- 父母必知 予人玫瑰，手有余香 195
- 教子故事 鱼和鱼竿的故事 198

自负：总觉得自己比别人强

- 43 教子箴言 199
- 父母必知 让孩子知道“山外有山，人外有人” 200
- 教子故事 自负的博士 203

风趣：学会“幽默”，减少失落

- 44 教子箴言 205
- 父母必知 有“幽默感”的孩子更受欢迎 206
- 教子故事 艾子管教孙子 208

粗心大意：看错了题目，落下了分数

- 45 教子箴言 210
- 父母必知 让孩子多做一些“细活儿” 211
- 教子故事 小数点的代价 214

不愿守规则：别人为什么不排队

- 46 教子箴言 215
- 父母必知 给孩子自主权，孩子会更守规则 216
- 教子故事 开给虎大王的违规罚单 218



有了秘密：不愿告诉父母，只能一个人“消化”

- 47 教子箴言 220
- 父母必知 适当的秘密是促进孩子前进的动力 221
- 教子故事 小猴子当当的“秘密” 223

没记性：总是忘记老师布置的作业

- 48 教子箴言 224
- 父母必知 用科学的方法及持之以恒的态度帮孩子“长记性” .. 225
- 教子故事 数学家的记性 228

“早恋”：背上精神包袱，导致成绩下降

- 49 教子箴言 229
- 父母必知 别把早恋和品质恶劣、不求上进划上等号 230
- 教子故事 一个德国小男孩的故事 233

“上网”成瘾：缺乏关怀，就把自己交给网络

- 50 教子箴言 234
- 父母必知 正确引导爱“上网”的孩子 235
- 教子故事 尽快脱离网络虚幻世界 238



1

未能如愿：好胜的孩子考试前病倒了



教子箴言

愿望，是点亮我们心灵的一盏明灯。纯洁无瑕的孩子，许下一个小小的愿望能让他们兴奋不已，却也能让他们伤心难过。我们除了要教会孩子如何许下愿望，还要教会孩子在愿望不能实现时该怎么积极地去面对。

佳佳是老师和同学们眼中的“尖子生”。她对自己也非常有信心。

这次期中考试老师要挑出班上的前三名代表学校去参加一个大的竞赛。好胜的佳佳告诉爸爸妈妈，说她这次一定要拿全班第一名，因为她只能接受第一名。为此，她每天睡得很少，吃得也很少，一门心思就扑在了学习上。

可是，就在临近考试的时候，佳佳却病了。身体虚弱的她没发挥出自己的水平，得到一个她非常不满意的成绩。她很伤心，整天都闷闷不乐的。

爸爸很是心疼，告诉她：“成绩不是证明你优秀的唯一方式，我们更想看到你开开心心地生活，快快乐乐地学习啊。”

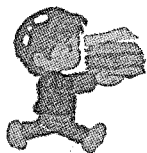
妈妈也温柔地握着她的手，说：“这次没考好，你还是优秀的你，我



孩子遇挫折 父母怎么办

们的乖女儿啊，你要是能经受起失败，才是更加优秀的呀。”

佳佳听了爸爸妈妈的劝慰，心里好受多了，学习起来心里也轻松多了。期末考试佳佳果然考了全班第一名，她很开心。



父母必知

别做孩子的“阿拉丁神灯”

关于阿拉丁神灯的故事相信很多人都听说过，在这个童话故事里，聪明善良的阿拉丁有一个神奇的神灯，它可以帮助阿拉丁实现自己的每一个愿望。可是这毕竟只是童话故事，在现实生活中，我们许下的愿望并不是每个都可以实现的。很多时候，我们都不得不面对失望。

现在的孩子大都是独生子女，家长觉得就这么一个孩子，自己委屈点也就算了，怎么也不能委屈孩子，“不疼他疼谁”，所以常常“捧在手心怕跌了，含在嘴里怕化了”。把孩子想得很脆弱，对孩子的要求总是“有求必应”，恨不得帮孩子把心愿一一实现。

豆豆的同桌买了一个新式的卡通文具盒，日本进口的，很多同学都羡慕。豆豆回到家里就嚷着非要买个更好的。可是，他的新文具盒才用了一星期，其他各式各样的“旧”文具盒还有好几个，妈妈就不肯买。豆豆委屈极了：“一个那样的文具盒就几十块钱，别人有我没有，你们想让我丢脸呀，太让我失望了！”说着就摔门而去，晚饭也不吃了。妈妈看了很心疼，自己小时候是穷，没办法买，现在有条件为什么还不满足孩子的愿望呢？于是就又主动去敲豆豆的门……

一个文具盒是没多少钱，但只要孩子一有愿望就马上帮他实现，生怕他有丝毫委屈，这样下去，孩子就会认为，自己的要求都是应该的，自己