

抓住孩子情商教育的关键期，别让孩子遗憾终生！



18岁前 应该培养出来的 孩子情商



高峰◎编著

21世纪中国孩子最缺的是什么？情商！

18岁前，也就是孩子成年以前，父母必须培养出他或她的高情商。因为到这个时候，孩子的心理发育已经基本定型了，以后再想培养就比较困难了。对于一个即将独立进入社会生活的人来说，情商比智商要更加重要，它能让你的孩子拥有健全的人格，适应社会，以后不会出现心理和精神问题；它也能使你的孩子善于交际，富有人格魅力；它还能使你的孩子坚强勇敢、冷静沉着地去面对所有压力和困境……



新世界出版社
NEW WORLD PRESS



18岁前 应该培养出来的 孩子情商



21世纪中国孩子最缺的是什么？情商！

高峰◎编著



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目(CIP)数据

18岁前应该培养出来的孩子情商 / 高峰编著. —北京:
新世界出版社, 2010.11

ISBN 978-7-5104-1076-5

I. ①1… II. ①高… III. ①青少年-情绪-智力商
数-培养 IV. ①B842.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 209168 号

18岁前应该培养出来的孩子情商

作 者:高 峰

责任编辑:连 慧

封面设计:青华视觉

版式设计:魏 华

责任印制:李一鸣 秦光中

出版发行:新世界出版社

社 址:北京西城区百万庄大街 24 号(100037)

发行部:(010)6899 5968 (010)6899 8733(传真)

总编室:(010)6899 5424 (010)6832 6679(传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版权部:+8610 6899 6306

版权部电子信箱:frank@nwp.com.cn

印刷:三河市祥达印装厂

经销:新华书店

开本:710×1020 1/16

字数:210 千字 印张:16

版次:2010 年 11 月第 1 版 2010 年 11 月第 1 次印刷

书号:ISBN 978-7-5104-1076-5

定价:29.80 元

版权所有,侵权必究

凡购本社图书,如有缺页、倒页、脱页等印装错误,可随时退换。

客服电话:(010)6899 8638

前言

PREFACE

在冯小刚电影《天下无贼》中，黎叔不无调侃地说了这样一句台词：“21 世纪什么最贵？人才！”

我们不禁要问，什么才是人才？

那些从小被捧在掌心，千人疼万人爱的小皇帝、小公主们，长大后却只能做一个袋鼠族；那些被媒体称为之“神童”者，被家长们引以为傲的有出息孩子，却连系鞋带、洗澡这类日常生活自理的能力都没有；那些在父母面前耀武扬威、在家中唯我独尊的“小霸王”，走出家门之后，竟变成了举步不敢前的“小瘪三”；那些自称有“个性”、穿着奇装异服招摇过市的“帅哥靓妹”们，被父母“仰慕”的小明星们，却是遇到屁大一点儿事就要死要活的主儿……

试问，他们是人才吗？

的确，有些父母可以毫不掩饰地宣称：“我们家有的是钱，我想怎么宠孩子是我自己的事情。”也有父母会说：“我家孩子就是聪明，所以生活上的事情就不能让孩子自己操心，孩子只要管好自己的学习就行。”在父母眼中，自己的孩子都是最优秀的，可是，父母有没有问过自己，在别人眼中，自己的孩子也是最优秀的吗？

要想让自己的孩子成为别人眼中的优秀者，要想让自己的孩子成为人才，做父母的就不要“我行我素”，科学的教育方法，是教育孩子的关键。近些年，在智商教育甚嚣尘上，被一些家长们捧得天花乱坠的时候，情商

这个对很多人来说还很陌生的词，已悄无声息地潜入了千家万户，给许许多多家庭带来了福音。

所谓情商，又称为情绪智力，英文名称为 Emotional Quotient，简称 EQ。这一概念是心理学家们相对于智商所提出的，主要是指一个人对于自己的情绪、情感、意志力、承受挫折以及人际关系处理等方面的一些品质。在过去，人们都认为，智商的高低直接决定着一个人的一生，其实，事实并非如此。智商多受到先天因素的影响，而情商主要取决于后天的培养。一个人情商的高低，直接决定着他的将来。因此，孩子的情商教育不容忽视。

18 岁，是一个人成熟的标志；18 岁，人的性格、个性等已基本定型。因此，在 18 岁之前培养孩子的情商，是一件刻不容缓的事情，也是父母对孩子应尽的责任。

本书的主旨正是要告诉父母，应该如何做才能提高孩子的情商。针对当前孩子的身心发展情况，以及相应的情商教育问题，本书一一作了详细的讲解。作者能做到的，就是希望通过这本书，为父母传达一种全新的教育理念，也希望在这种理念的教育下，能让孩子成为人才，成为别人眼中的优秀者。

也许，它只是一本很平凡的书，但它是一部能够给父母们指点迷津的书。



目 录

CONTENTS

导论

第一章 情商决定孩子的将来

什么可以决定孩子的命运，想必父母会有长长一串答案，但究竟哪个才是正确的呢？父母们困惑不解，却又不得不苦苦求索，为了获取一种好的培养孩子的方法，父母们付出了很大的代价，却收效甚微。前些年，人们一致认为，智商是孩子人生的制胜宝典，其实不然。在现实生活中有很多活生生的例子告诉我们，智商并不能决定孩子的人生，而只有高情商的孩子，才有实力开拓卓越人生。

1. 18岁是孩子的一道人生大关 / 003
2. 我们要培养孩子什么样的情商 / 005
3. 情商PK智商 / 009
4. 情商成熟，孩子才真正成熟 / 011

第二章 孩子成长——芝麻开花节节高

人生之路，就像一粒种子的生长，经历了风霜雨雪，然后绽放出花朵，

抓住孩子情商教育的关键期，别让孩子遗憾终生！



结出硕果。而孩子就是那含苞欲出的嫩芽儿，正冲破大地母亲的怀抱，探出自己的小脑袋，并逐渐地长大。同时，孩子也是父母爱情的结晶，是两颗种子所孕育的果实，因此，父母都倾注了大量的爱来呵护。那么，父母在孩子成长的每一个阶段，都需要有针对性的培养，而情商培养是孩子长大后拥有健全心理的前提。18岁之前，是孩子人格的定型时期，在这期间的各个阶段，父母更应该慎之又慎。

1. 0-3岁：开启孩子的心扉 / 014
2. 3-7岁：性格培养正当时 / 017
3. 7-13岁：塑造孩子健全人格 / 020
4. 13-18岁：孩子青春谁做主 / 022

自我认知篇

第三章 知人者智，自知者明——培养孩子的自我认知能力

每个孩子在成长的过程中，都有一个自我认知的过程。他们不仅对周围的事物充满了好奇，而且对自己也惊叹不已，时常看着镜子里的自己傻笑。在孩子成长的最初阶段，父母就要为孩子准备一面能够自我审视的“魔镜”，让孩子从人生的起步阶段就学会认识自己，从而使孩子快乐地成长。

1. 孩子的角色认知：我是谁 / 027
2. 唤醒孩子沉睡的心 / 030
3. 成长 > 成绩 / 032
4. 孩子不认错，怎么办 / 034



第四章 教孩子说“我能行”——培养孩子的自信心

孩子的心灵是水晶做的，既非常单纯，也非常脆弱。他们渴望得到别人的肯定，因此，别人的评价有时能够决定他们对自己的看法。可是，一个人不能总是按照别人制定的标准生活，此时父母就应该多鼓励孩子，教导孩子学会肯定自己。对自己的肯定，是孩子树立自信的前提，能为孩子插上飞翔的翅膀。

1. 赞美孩子，做不吝啬的父母 / 037
2. 肯定孩子须及时 / 039
3. “放大”孩子的优点 / 041
4. 做个“笨”父母 / 043
5. 自信，孩子成长的翅膀 / 045

第五章 孩子自尊心源于父母关心——培养孩子的自尊心

“你再不听话，我就揍你了！”在孩子淘气的时候，父母常常会这样说。

有很多父母很少站在孩子的立场上考虑问题，而是我怎么想孩子就应该怎么做，否则就是错的。有些父母甚至当着很多人的面体罚孩子，殊不知孩子也是要面子的，这样做只会伤害孩子的自尊。其实，自尊是孩子快乐成长不可缺少的一部分，也是他们与人交往的前提，因此，父母应该小心地呵护，而不是随意地踩踏。

1. 别用“语言暴力”伤害孩子 / 048
2. 记住，那是孩子的抽屉 / 050
3. 不做对孩子冷漠的父母 / 053



4. 保全孩子的“面子” / 055

第六章 放手，让孩子自由奔跑——培养孩子的独立能力

为人父母，是否想过自己的孩子也需要自由，他们不是一块泥巴，想捏成什么样子就捏成什么样子。放手吧，给孩子一片草地，让他们自由奔跑。

1. 爱他，就给他自由 / 058
2. 孩子“畸形”，父母有罪 / 060
3. 不当“拐杖”当“向导” / 062
4. 父母，别“包办”孩子的人生 / 064
5. 收起你的“育儿袋” / 067

自我调控篇

第七章 惜子情怀何时休——培养孩子的自理能力

曾经有报道说，在一所著名大学里，一个女生鞋带开了不知道怎么系，竟然打电话找她妈妈。作为父母，如果你的孩子也是这样，你会怎么想呢？生活自理是对一个孩子最起码的要求，也是孩子长大后能够在这个社会生存的必备条件。作为父母，难道也想让自己的孩子成为连鞋带都不会系的高分低能儿吗？

1. 教育孩子，观念先行 / 073



2. 帮妈妈买瓶酱油，好吗 / 076
3. 授人以鱼，不如授人以渔 / 078
4. 学会对孩子说“不” / 080

第八章 别把孩子的任性当个性——培养孩子的自控能力

“现在的孩子，真是越来越难管了。”时常能听到一些父母这样感慨地说。的确，对现代家庭来说，家中的“小皇帝”、“小公主”们已不再听话了，也越来越任性了。然而，有些父母却很有“创意”，觉着自己的孩子很有个性。试想，个性是率性而为，是一种内在气质的体现，怎么能与任性相等同呢？作为父母，不应该纵容孩子，而是要培养孩子的自控能力，这样才能让孩子拥有美好的未来。

1. 任性孩子语录 / 083
2. 任性≠个性 / 086
3. 做不生气的父母 / 088
4. 榜样的力量 / 090

第九章 行成于“律”，毁于随——培养孩子的自律能力

美国管理学大师史蒂芬·柯维就曾在《高效能人士的七个习惯》中写道：“不自律的人就是情绪、感情和欲望的奴隶。”对孩子来说，从小就养成严于律己的好习惯，就是为自己的人生保驾护航。因此，做父母的任重而道远。

1. 自律——孩子成长紧箍咒 / 093
2. 身教胜于言传 / 097



3. 作息表，帮孩子战胜惰性 / 099
4. 培养经得起诱惑的孩子 / 101

第十章 专注，成就孩子梦想——培养孩子的专注力

人们专注于某件事情并认真地去，一般都会有所收获。做事只做六七分的人，到最后必将一事无成。每个父母都希望自己的孩子长大后能成就一番事业，过上好日子，那么就一定要培养孩子的专注力，使孩子认认真真做事、开开心心做人。不要自己做个“大马虎”，也让孩子做个“小马虎”，自己或许不曾拥有大事业，也别让孩子窝囊一辈子。

1. 没有好奇，就没有专注 / 104
2. 爱走神的孩子需留神 / 107
3. 孩子“小马虎”，怎么办 / 109
4. 孩子需要安静 / 111
5. 给孩子“充电”了吗 / 113

第十一章 生命因执著而精彩——培养孩子的毅力

居里夫人曾经说过：“一个没有毅力的人，终将一事无成。”毅力之于人生，何其宝贵，但是人的毅力却并非一朝一夕所能培养出来的，而是从孩提时就开始培养。因此，父母应该有一个清醒的认识，不能忽视孩子的毅力培养，否则将耽误孩子的一生。

1. 毅力，就是每天坚持一小步 / 116
2. 兴趣是孩子最好的老师 / 118
3. 孩子要有“犟”劲儿 / 121



4. 牵手，与孩子同行 / 123

第十二章 梅花香自苦寒来——培养孩子的抗挫折能力

每一个做父母的，都希望自己的孩子能够平平安安的成长。然而，人生不可能事事如愿，孩子的成长必然与挫折相伴。因此，陶行知先生告诉我们：“不要担心挫折，应该担心的是怕挫折而不敢让孩子做任何事情。”不论顺境 / 逆境，都要让孩子勇敢的面对，不经历风雨，怎会有彩虹？

1. 挫折，孩子成长必修课 / 126
2. 倾听孩子的苦衷 / 128
3. 适度减压，给孩子“松绑” / 130
4. “温室”培养要不得 / 133

第十三章 点亮孩子成长的心灯——培养孩子的自我激励能力

站在高高的滑梯顶端，孩子有些犹豫不决，是滑下去呢，还是躲在妈妈身后？

“好孩子不怕，滑下去吧！”有些妈妈会这样鼓励自己的孩子。

“宝贝儿，你不是告诉我你不怕吗？”聪明妈妈如是说。

虽然都是鼓励的话，可是前一位妈妈是自己鼓励孩子，而后一位妈妈则是让孩子自己鼓励自己。作为父母，不可能经常去鼓励孩子，而是要培养他们的自我激励能力。这样不论现在，还是长大以后，孩子都能够以良好的心态走出生活的困境。

1. 你真棒≠我真棒 / 135
2. 唤醒孩子心中的“我” / 138

抓住孩子情商教育的关键期，别让孩子遗憾终生！



3. 帮孩子打开失败旁边的窗子 / 140
4. 只须一笑不须愁 / 142

道德情操篇

第十四章 爱，让孩子如此美丽——培养孩子的爱心

梵高说：“爱之花开放的地方，生命便欣欣向荣。”的确，这个世界因为有爱才美丽，人生也因为有爱而变得温暖。因此，拥有爱心的孩子才是人世间最美的花朵。

1. 源于心心相印 / 147
2. 爱在点滴间 / 149
3. 赠人玫瑰，手有余香 / 152
4. 爱，让孩子像花儿一样绽放 / 154

第十五章 感恩的心，感谢有你——培养孩子的感恩意识

曾经那个在妈妈怀里熟睡的孩子，曾经牙牙学语、蹒跚学步的孩子，曾经被大家围在一起欣赏的小精灵，现如今已长大成人。在孩子成长的过程中，父母是否教会他们感恩，感恩父母，感恩所有关心过他们的人？心怀感恩，为世界镀上一抹暖色；心怀感恩，为人生预约春天。

1. 感恩是一种收获 / 157
2. 谁言寸草心，报得三春晖 / 159



3. 滴水之恩，涌泉相报 / 161
4. 强扭的瓜儿不甜 / 163

第十六章 海纳百川，有容乃大——培养孩子的宽容心

多一份宽容，就会多一份理解，这个世界也就不再那般狭窄。成长如长途跋涉，每一个脚印都记录着生活的艰难，懂得宽容的人，才能够走的更远。作为父母，在孩子成长的过程中，一定要教会孩子宽容：宽容是不抱怨，宽容是海纳百川，宽容是一种做人的胸襟。不懂得宽容，孩子将寸步难行。

1. 退一步海阔天空 / 166
2. 用父母真心换孩子宽容 / 168
3. 消除孩子的嫉妒心理 / 170

第十七章 以信待人，天下信之——培养孩子的诚信意识

俗话说得好，人无信则不立，只有以诚待人，才能赢得别人的尊重。然而，诚信并非天赐，而是源于后天的培养。因此，诚信教育必须从娃娃抓起，只有让孩子诚信待人，方能使其立于不败之地。因此，为了孩子的未来，父母责任重大，诚信教育刻不容缓。

1. 人无信不立 / 173
2. 一诺值千金，父母须慎重 / 175
3. 诚信，从家庭开始 / 177
4. 诚信，撑起孩子成长的天空 / 179



第十八章 责任，孩子的成人礼——培养孩子的责任心

“现在的孩子真是的，越来越没有责任心了。”一些父母常常抱怨，却也无能为力。现在的孩子由于生活条件比较优越，父母也不再严格要求，因此责任心缺失，很少想到去承担责任。其实，责任心是一个人成熟的标志，父母要从小培养孩子的责任心，这样孩子长大之后才能有所作为。

1. 万事贵在责任心 / 182
2. “我怕，但我是班长” / 184
3. 做个不“越位”的家长 / 187
4. 大处着眼，小处着手 / 189

人际沟通篇

第十九章 给孩子戴一副发现美的眼镜——培养孩子的欣赏能力

既然上天赐予我们每个人不同的外表，就是要告诉我们，每个人都是上帝的精灵，都有区别于其他人的魅力，何不去欣赏呢？作为父母，应该为孩子戴一副发现美的眼镜，从小培养孩子去欣赏别人，这样不仅能够让孩子融入社会，也能够让孩子借助别人的优势提高自己。

1. 世上无完人 / 195
2. 不缺少美，而是缺少发现 / 197
3. 投之以桃，报之以李 / 199





第二十章 世上没有陌生人，只有还没认识的朋友——培养孩子的社交能力

没有永远的敌人，却有永远的朋友。孩子本来就是天真无邪的，他们的内心没有大人那么复杂，也不像大人一样需要经常戴着面具去面对别人。作为父母，要尽量保持孩子的这种天性，同时还应该鼓励孩子积极地与人交往，与人友善相处。

1. 朋友多了路好走 / 201
2. 别让孩子做“笼中之鸟” / 204
3. 换位思考，良好沟通第一步 / 205
4. 良言一句三冬暖 / 208
5. 微笑的孩子最美丽 / 210

第二十一章 把自己的苹果分一半给别人——培养孩子与人分享的意识

每一个孩子都有过与人分享的经历，并从中享受到分享的乐趣。快乐的时候，把快乐分给他人一点，快乐就会增加一点；忧愁的时候，把忧愁分给他人一点，忧愁就会减少一点。优秀的父母要让孩子学会与人分享，别让自己的孩子太“小家子气”。

1. 大家好才是真的好 / 212
2. 孩子小气怎么办 / 214
3. 不要强孩子之所“难” / 216
4. 两只蚂蚁 + 一片树叶 = 彼岸 / 219



第二十二章 众人拾柴火焰高——培养孩子的团队精神

家门口的一棵小树下，聚集了一大群蚂蚁，原来它们在搬一只大它们好多倍的虫子。蚂蚁们齐心协力，不大一会儿就把虫子搬到了洞口。蚂蚁能够搬动大它们好多倍的虫子，是依靠团队的力量，而团队精神对于人更为重要。孩子在长大后，要走入社会，融入各种团体，因此从小培养孩子的团队精神，对孩子的人生至关重要。

1. 我是一只小“蚂蚁” / 222
2. 游戏能培养孩子的团队精神 / 224
3. 你拍一，我拍一 / 227

第二十三章 我家有个芝麻官——培养孩子的领导能力

“我发现我们家那小子还挺有一套，好多小朋友都愿意听他的，还挺像个小领导的。”有些父母很奇怪孩子的举动。其实，孩子的领导能力从很小的时候就已经显露出来了。聪明的父母能够发现孩子的这些优势，悉心的培养，并给予孩子一些鼓励，这样，孩子就会有信心做得更好。在长大成人之后，卓越的领导能力能够帮助孩子成就大事业。

1. 激励孩子做个“出头鸟” / 230
2. “剪枝”的学问 / 233
3. 领导能力，成就孩子人生 / 235

