



修订版

培养高情商孩子

PEIYANG GAO QINGSHANG HAIZI

◎ 曾国平 曾经 著



重庆大学出版社

<http://www.cqup.com.cn>

培养高情商孩子

PEIYANG GAO QINGSHANG HAIZI

修订版

◎ 曾国平 曾经 著

重庆大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

培养高情商孩子/曾国平, 曾经著. —重庆: 重庆大学出版社, 2017.5

ISBN 978-7-5689-0272-4

I. ①培… II. ①曾…②曾… III. ①儿童—情商—能力培养 IV. ①B842.6

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第290005号

培养高情商孩子

PeiYang GaoQingShang Haizi

曾国平 曾 经 著

责任编辑: 杨 敬 赵 琴

责任校对: 贾 梅

责任印制: 赵 晟

重庆大学出版社出版发行

出版人: 易树平

社址: (401331) 重庆市沙坪坝区大学城西路21号

网址: <http://www.cqup.com.cn>

重庆紫石东南印务有限公司印刷

开本: 720mm×1020mm 1/16 印张: 16 字数: 177千

2017年5月第1版 2017年5月第1次印刷

ISBN978-7-5689-0272-4 定价: 35.00元

本书如有印刷、装订等质量问题, 本社负责调换

版权所有, 请勿擅自翻印和用本书制作各类出版物及配套用书, 违者必究

第一章 情商育子

- 一、育子成人重要 /2
- 二、情商育子成人 /7
- 三、父母育子共识 /16

第二章 育子之情

- 一、认识孩子的情绪 /27
- 二、父母认识自己的情绪 /32
- 三、辅导情绪冲动型孩子 /34
 - 1. 驾驭躁动情绪 /34
 - 2. 驾驭愤怒情绪 /38
- 四、辅导情绪低冷的孩子 /52
 - 1. 低冷情绪的表现 /52
 - 2. 低冷情绪的原因 /53
 - 3. 低冷情绪的恶果 /57
 - 4. 对低冷情绪孩子的辅导方法 /60

第三章 育子之心

一、培养孩子的爱心 /90

1. 爱心最阳光 /90
2. 父母用爱心影响孩子 /94
3. 父母要真爱孩子 /97
4. 让孩子学会爱 /109

二、培养孩子的尊重心 /115

1. 父母修炼尊重心 /115
2. 父母尊重孩子 /118
3. 让孩子学会尊重 /141

三、培养孩子的感恩心 /145

1. 父母修炼感恩心 /145
2. 感恩 ABC——尽孝道 /153

四、培养孩子的宽容心 /165

1. 宽容孩子是父母的天性 /165
2. 让孩子学会宽容 /176

五、培养孩子的欣赏心 /180

1. 父母多欣赏孩子 /180
2. 让孩子学会欣赏 /193

六、培养孩子的合作心 /195

1. 父母修炼合作心 /197

2. 让孩子具有合作精神 /199

七、培养孩子的责任心 /204

1. 做一个负责任的父母 /204

2. 负责任的孩子是培养出来的 /210

第四章 育子之法

一、引导孩子自我沟通 /221

二、帮助孩子与他人沟通 /224

三、父母勤与孩子沟通 /228

1. 以“商量”的口吻进行 /229

2. 以“信息”为中心展开 /231

参考文献

情商育子

教育孩子，是每个父母的责任和义务，不容推辞，不能推卸。

很少有父母不教育孩子，因“子不教，父之过”。

但是，把孩子教育培养成什么样的人，用什么方法来教育孩子，就大不相同，最终，培养出来的孩子也就大不相同。

父母们形成的共识：教育孩子，让孩子成才！让孩子成人！

社会共识：智商育子成才，情商育子成人！

一、育子成人重要

有一个儿童研究机构对 3000 多对父母进行了面对面、电话和信函访谈，访谈的题目是：

“你们最希望自己的孩子成为什么样的人？”

由于题目太大，范围太广，所以，父母们的回答也很不一样。

虽然答案差异很大，但是，也有共同的东西，就是希望自己的孩子成才，成为有才干、有才能、有才华的人。

当农民，也得有才，成为种庄稼的能手。

当工人，也得有才，务工中是一把好手。

当老师，也得有才，既要教好书，还要育好人。

当领导，也得有才，为官一时，造福一方。

从古到今，父母们都希望自己的孩子成才。这是父母之幸福所在。父母的幸福指数与孩子的成才度成正比。

怎样让孩子成才？

共识：让孩子读书。

自学成才的不少，但是，大多数孩子成才，还是从小去学校读书，经过学校教育培养成才的。

公认的：知识分子是有才的人。

科举时代的秀才，是知识分子。秀才、秀才，优秀之才；秀才不出门，全知天下事，见到县太爷可以不下跪，因为他有功名。

如果是乡试及第，中了举人，那就了不得啦，门前要竖一杆旗帜，上书：“高中举人”。当年那范进，都偌大一把年纪了，终于中了举人，老丈人胡屠夫再不敢扇他的耳光了，说他是天上的文曲星下凡。

要是中了进士，那就更不得了啦，就要做大官了。

所以，在中国几千年的社会里，一直都是“万般皆下品，唯有读书高”，都是“学而优则仕”。

到今天，父母都要把自己的孩子送到学校去读书，都希望送到好学校、更好的学校去读书，择校热、出国求学热，热度很高，发烧了，热得烫人。因为，人们把成才与读书等同起来了。

重视读书，通过读书成才是对的；但是，读书不一定都能成才；自学成才的就不少。

各行各业都可以成才，在工作中努力奋斗，做好本职，也可以成才。

人才的标准有多种多样，成才的途径也有多条。

什么是人才？有一定体力和脑力劳动能力的，对社会进步作出贡献的人。

每个父母都希望自己的孩子成才，这是父母的心愿。

怎样让孩子成才？

让孩子聪明，提高孩子的智商，这是最重要的方法。

称得上人才的，智商一般都很高；智商高的人，大多数都能成才。

智商，即智力商数，聪明程度。

学校的教育，重点放在智育上。

父母的教育，重点也是放在了智商上，即所谓智育。

整个社会，长期以来，对孩子成才的重点也都放在了提高孩子的智商上。

但是，有不少成了“才”的人，对社会没有什么贡献，有的是零，有的甚至是负数，最终没有好下场，有的甚至成为历史和社会的罪人。

商纣王很聪明，是有才的。

和绅很聪明，是有才的。

汪精卫很聪明，是有才的。

希特勒很聪明，是很有才的。

还有很多很多类似的人！

他们越有才，对社会的危害就越大，害人害己。

如果商纣王、和绅、汪精卫、希特勒的父母泉下有知，他们对自己孩子所谓聪明、“高智商”的“结果”有何感想？至少一定不幸福！他们对自己孩子的教育怎样，我们不得而知，但有“父母过”之嫌！

问题在哪里？

商纣王、和绅、汪精卫、希特勒等人虽然有才、很有才；聪明、很聪明，但他们简直不是人！

聪明用于正道，越聪明越好；聪明用于邪道，越聪明越糟。

智商固然重要，但一定还有比智商更重要的东西。

成才固然重要，但一定还有比成才更重要的东西。

父母们要知道：孩子成人比成才更重要！

父母们希望自己的孩子成才，更渴望自己的孩子成人。

既成才，又成人，那是最好不过的了。

孩子虽然才能不咋的，但人品还不错，也是可以的了。

既成才，更成人，是父母最大的心愿！

每个做父母的，都望子成龙，望女成凤。

成龙的、成凤的孩子毕竟是少数，要成为政治、经济、军事、商界、科技界的高级人才是很难的，凤毛麟角。

孩子健康、快乐，哪怕是知识少一点、才华差一点，父母也很高兴。

一友人是一家规模不小的企业的老总，家产颇丰。要送儿子到国外留学。一位教授出席了欢送宴，父母的叮咛，亲人的嘱托，希望多多。父亲说话了，母亲讲话了，都是讲的要孩子把这个文凭拿到，把那个学历证明拿到，说了好多好多，儿子一个劲地点头。

只见老总的一位朋友说话了：某总，第一位是孩子在国外把人做好，几年后，一个人品好、身体健康的儿子回来，比什么都重要。

我们听了这个故事，觉得老总的这位朋友说得很好！

现如今，在国外留学的国人几十万，从小学到大学都有，学成的不少，浪荡后没有什么收获的也有；在国外到底干了些什么？离开了父母的视野，父母们很多并不知道。

知识再多、能力再强、身体再健康，学历再高，文凭再好，再聪明伶俐，孩子不会做人，却才是父母最为伤心的。

孩子再小，也要学会做人；

就是读书了、长大了，当了学生，当了工人，当了农民，当了商人，当了军人，当了老师，当了医生，当了“什么什么”，都要学会做人。

就是当官了，当大官了，也有一个做人的问题，人常说：为官一时，为人一世。

就是找了好多钱又怎样？金山银山山连山，不会做人也枉然！

孩子的做人、成才，成了父母们的第一心愿！

社会选择人、职场选择人，第一位还是选择会做人的人，德才兼备，德永远是第一位的。

这里的德，主要就是成人、做人！

见过很多很多人，都谦虚地说：“我能力不强，水平不高，我不是一个智商高的人，我并不聪明。”就是能力强、水平高、智商高、聪明得很的人，也会这样如此谦虚一番。

但是，很少见到有人这样谦虚：“我人品很差，我不会做人，道德品质是我的弱项。”

几乎没有一个人这样“谦虚”。

但在实际工作、生活、学习中，会不会做人，不经意地就表现出来了。

没有一个人认为自己不会做人。

显然，教育孩子，让孩子成人，才是第一位的。成才固然好，成人更重要。既成才，又成人，那是好上加上好！

关键是，怎样让孩子在成才的同时又成人？父母们在思考。

二、情商育子成人

怎样让孩子成人？

“条条大路通罗马”，方方面面可成人。

其中，有一个非常重要的方面，就是情商，就是情商教育！

高情商的孩子才能真正成人！

智商高的人，有的会做人，有的不会做人，甚至也有反人类的，比如希特勒。

社会上就有这样的俗语：

这人聪明过头了！

这人是聪明反被聪明误哟！

这人的聪明劲怎么都用到了干坏事害人上去了！

这人是“太精于算计别人了”，“机关算尽太聪明，反误了卿卿性命。”

不是说聪明不好，而是说智商高的人、聪明的人，如果情商不高就很成问题了。

所以，有很多这样的精彩语言：

智商诚可贵，情商价更高。

智商占到成功因素的 20%，情商要占 80%。

智商育子成才，情商育子成人。

要想有成就，智商情商手拉手。

其实，父母最为担心孩子的还是情商问题，只不过，许多父母不知道自己存在的问题也是情商问题罢了。

现在的小孩，要放在 50 年前，个个都是神童，一代比一代聪明。所谓长江后浪推前浪，一代更比一代强。但是，他们的情商却很令人担忧。

早在 20 世纪 20 年代，美国心理学家就曾对 1528 名智商在 151 分以上的智力超常的儿童进行了跟踪研究，其中，只有一小部分成就很大，大部分成就平平。

1960 年，美国著名心理学家瓦尔特·米歇尔进行了一个软糖实验，实际上就是关于孩子的情商问题的。

他在斯坦福大学附属幼儿园里选择了一群 4 岁的小孩，这些小孩多数是斯坦福大学教职员工及研究生的子女。

老师让这些小孩进入一个大厅，在每一位小孩面前放一块软糖，并对孩子们说：老师出去一会儿，如果你能在老师回来之前没有吃掉自己面前的软糖，老师回来后就再奖励你一块。如果你没有等到老师回来就把软糖吃掉了，你就只能得到你面前的这一块。

在十几分钟的等待中，有些孩子缺乏控制能力，经不住糖的甜蜜诱惑，把糖吃掉了；而有的孩子却尽量坚持下来了，得到了两块糖。

他们以什么方式坚持下来的呢？有的把头放在手臂上，闭上眼睛，不去看那诱人的软糖；有的自言自语、唱歌、玩弄自己的手脚；有的努力让自己睡着。

事情并没有完结。研究者对接受这次实验的小孩进行了长期追踪调查。

中学时的评估是：4 岁时能够耐心等待的人大都在校表现优异，入学考试成绩普遍比较好。而那些控制不住自己，提前吃软糖的人，

大都表现相对较差。

进入社会后，那些只得到一块软糖的孩子普遍不如得到两块软糖的孩子取得的成绩大。

这项并不神秘的实验，使人们意识到对智力在人生成就方面所起的作用评估有些偏高，认为还应该有其他因素在起重要作用。

其他方面的因素是什么？当时世界上还没有提出情商问题，人们只是认为还应该有其他因素。

到了1991年，美国的两位心理学家彼得·沙洛维和约翰·迈耶提出了“情商”一词，他们当时指的是情感智商。

关于人的情绪情感问题，它基本上属于心理学的范畴，在心理学中早有较为细致而深刻的论述，所以，1991年情商的提出，还没有引起世人的高度关注。

1995年美国哈佛大学教授丹尼尔·戈尔曼在他的一本书《情绪智力——情商比智商更重要》中，把这个问题给说明白了。

在书中，他提出了一个让人不得不承认而又令人十分担忧的全球化的普遍趋势：

现代儿童比较孤单、忧郁、易怒、任性、容易紧张、焦虑、冲动以及好斗。

这样的后代怎么能让我们放心？特别是有人联想到了我国独生子女的种种表现，有人惊呼：“怎么写的是我家那个小孩子！”

一部分高智商的孩子，虽然很聪明，但是，他们的另一面，着实令人特别担心。

比如：

性格孤僻、怪异、不易合作。

自卑、脆弱，不能面对挫折。

急躁、固执、自负，情绪不稳定。

冷漠、易怒、神经质，难与周围人沟通。

有的冲动、不计后果而走极端，有的自闭、忧郁、抑郁，甚至轻生。

有的孩子是以自我为中心，什么都只是“我”“我”“我”，不考虑他人，不顾及他人，不关心他人，只要人家围着自己转。

这种现象和趋势当然使世人震惊，受到世人的高度关注。

人们越来越认为情商对孩子的成长、成才、成功、成人特别重要。

美国有人曾经对 95 名哈佛大学的毕业生进行追踪，结果发现，那些大学里考试成绩最高者，在以后的收入、成就、行业地位等方面并不一定都比成绩低的人更好。同时，在生活满意度、友情、家庭以及爱情上也不见得都更理想。

2003 年圣诞节休假，当时的微软全球副总裁华人李开复从美国西雅图飞到北京，应邀为北航、北邮和清华三所高校的中国大学生作“树立什么样的人才观”的演讲。李开复先生说，大家认为，在高新技术企业，领导的智商很重要，但实际上，情商的重要性超过了智商。

美国一家很有名的研究机构，他们调查了 188 个公司，测试了每个公司的高级主管的智商和情商与工作表现之间的联系，结果发现，情商的影响力是智商的 9 倍。智商差一点的人如果拥有更高的情商指数，也一样能成功。

2005 年 9 月 13 日到 16 日，曾教授在央视《百家讲坛》讲了“智商与情商”四集：

智商之花为谁开；掀起情商盖头来；智商情商手拉手（上、下）（2006年6月和2007年4月，央视10频道和央视4频道又两次重播）。其中，有不少是谈孩子情商的培养教育，引起了一些社会反响，国内外有不少人给曾教授写信、打电话，大多数是讨论孩子的情商教育。

美国一位姓赵的老华侨，看了曾教授在央视《百家讲坛》关于“智商情商”的演讲和得到了曾教授的《智商情商手拉手》一书后，两次写信给曾教授，希望得到曾教授写的专门教育孩子情商方面的书籍。

对孩子要进行情商教育，要培养高情商的孩子，已经成了父母们普遍的共识！

我们读过几十本儿童教育专家的著作，包括“知心姐姐”卢勤，还有崔华芳、孙嘉卿、吴若瑜、吴朝露、廖小鸿、贾荣涛、陆士桢、姚鸿昌、郭文玲等，他们的著作和演讲中，有一些就是直接对孩子进行情商教育的，有的虽然不是直接对孩子进行的情商教育，但是，字里行间，几乎都谈到对孩子进行情商教育的重要性，以及怎样对孩子进行情商教育。

有道是，伟大的人物、成人成才的孩子，不是从天上掉下来的，不是从地下冒出来的，不是他们天生就形成的，一定是教育培养出来的。

要么是父母的教育，要么是老师的教育，要么是社会的教育，通过各种各样优秀的教育，最终转化为孩子的自我教育，于是智商情商提高了，于是成才了，于是成人了。

在教育战线上的所有老师几乎都明白一个道理：学校的一切活动都是围绕“育人”展开。