



为人父母

# 8Q 教养

## High intelligence

李清宇 张亚萍 · 编著

测智商的 **4** 大误区

关注孩子受挫后的 **5** 种表现

孩子理财商的培养计划

决定孩子命运的 **8** 种智能商

你在担心孩子的未来吗？



上海科学技术出版社



为人父母

你在担心孩子的未来吗?

# H 8Q 教养 igh intelligence

李清宇 张亚萍 编著

上海科学技术出版社

**图书在版编目 (CIP) 数据**

8Q教养 / 李清宇, 张亚萍编著. —上海: 上海科学技术出版社, 2004.5

(为人父母)

ISBN 7-5323-7470-X

I. 8... II. ①李...②张... III. 儿童—智力开发  
IV. G610

中国版本图书馆CIP数据核字 (2004) 第020058号

**丛 书 名** 为人父母

**书 名** 8Q教养

**编 著** 李清宇 张亚萍

**制 作** 上海圣哲文化传播有限公司

**责任编辑** 周星娣

**封面设计** 毛明霞

**美术编辑** 贯 虹

世 纪 出 版 集 团 出版、发行  
上海科学技术出版社

(上海瑞金二路450号 邮政编码200020)

上海精英彩色印务有限公司印刷

新华书店上海发行所经销

开本889×1194 1/24 印张6

2004年5月第1版 2004年5月第1次印刷

印数: 1-10000

定价: 18.00元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题, 请向本社出版科联系调换



## 前言

随着文明的进步，我们的世界越来越丰富多彩，绚丽夺目。  
电脑和网络的普及，使人与人之间的交流与联系越来越频繁；  
传播渠道的增多以及传播方式的快捷化，使每个人每天接触的  
信息和处理的事情也远远超过了古人。

孩子是未来的主人，在这样一个高速运转的社会中，当他们面对身边快速变化的一切，要做到处变不惊、应对自如，就需要我们作父母的从小对他们进行全面的培养。那么什么才是全面培养呢？许多国际权威教育机构都认为全面培养孩子就是培养他们多元化的智能。

实际上，人的智能本身即是多元的，只是我们以前对于这





# Preface

2

一点的认识不够充分而已。随着这个世界日益显示出其多元化的倾向，社会对于人的要求也越来越高，一个人不仅要具有理解和分析事物的高智商，也需要具有处理人际关系、从事公共事务的高情商。除了智商和情商之外，教育专家在通过对社会成功人士的大量个案分析基础上，还进一步提出了道德商、逆境商等多种智能商数。这些智能商数的提出反映了一个问题，那就是社会越来越需要那些具有多元智能的人才，而越是具有多元智能的人他们获得成功的几率也就越大。

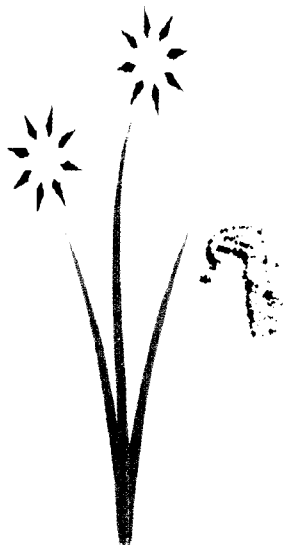
由于编者水平有限，书中难免有疏漏错误之处，恳请广大读者指正！

编著者

2004.4

## 内容提要

孩子是未来的主人，在这样一个高速运转的社会中，要做到处变不惊、应对自如，就需要作父母的从小对他们进行全面的培养，即多元化智能培养。本书分九个部分，着重介绍父母应该如何培养和提升孩子的多元智能，也即8Q，主要包括孩子的智力商(IQ)、情绪商(EQ)、逆境商(AQ)、创造商(CQ)、社交商(SQ)、道德商(MQ)、理财商(FQ)和体能商(PQ)等8个部分。本书内容丰富，可操作性强，是为人父母的好助手。







|    |     |     |     |     |     |
|----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 主编 | 李清宇 | 张亚萍 |     |     |     |
| 编委 | 何 焰 | 金 霞 | 毛旦霞 | 倪箫月 | 李 军 |
|    | 曹 颖 | 张 凯 | 唐 玮 | 徐勤英 | 尹春娣 |



## 目录

### 第一章 多元的世界需要多元的智能 / 1

一个都不能少

——决定孩子命运的八种智能商 / 2

正确看待8Q培养 / 6

### 第二章 智力商 / 9

智商高的六类孩子 / 11

智力七巧板

——构成智力的七个方面 / 13

为孩子创造益智的生活环境 / 25

摆正你的态度

——测智商的四大误区 / 29

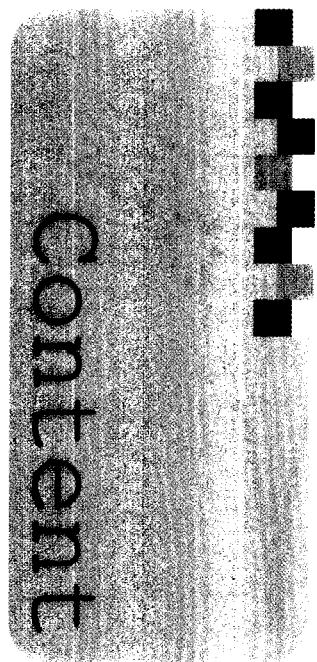
### 第三章 情绪商 / 33

情商培养基础

——保持孩子健康的情绪 / 35







|                          |   |    |
|--------------------------|---|----|
| 情商培养五部曲之一：让孩子学会认识自己的情绪   | / | 39 |
| 情商培养五部曲之二：让孩子学会调控自己的情绪   | / | 40 |
| 情商培养五部曲之三：让孩子学会自我激励      | / | 45 |
| 情商培养五部曲之四：让孩子学会了解他人的情绪   | / | 46 |
| 情商培养五部曲之五：让孩子学会处理简单的人际关系 | / | 48 |

## 第四章 道德商 / 49

|                |   |    |
|----------------|---|----|
| 身正为范，检点我们自己的行为 | / | 51 |
| 美德，美德，让美促成道德   | / | 53 |
| 诚信为道德之本        | / | 54 |

## 第五章 逆境商 / 59

|              |   |    |
|--------------|---|----|
| 独立生活没商量      | / | 60 |
| 给孩子一点小磨难     | / | 62 |
| 情到深处似无情      | / | 64 |
| 能力无极限        | / | 66 |
| 换一种眼光看世界     | / | 69 |
| 关注孩子受挫后的五种表现 | / | 70 |

## 第六章 创造商 / 77

|                     |   |    |
|---------------------|---|----|
| 让孩子真正成为“上帝”         | / | 79 |
| 发散性思维               |   |    |
| ——中国孩子思维发育中的“钙”与“锌” | / | 81 |
| 是你亲手扼杀了天才           | / | 83 |
| 切莫因小失大              | / | 85 |
| 不要打断他的“白日梦”         | / | 87 |

# Content



## 第七章

### 社交商 / 91

孩子也需要社交 / 92

让孩子成为一个有魅力的人 / 94

微笑和赞美——社交的左膀右臂 / 96

请开窗——给孩子一片社交的天空 / 100

影响孩子社交的几种不良心理 / 103

测测孩子的社交商 / 107

## 第八章

### 理财商 / 109

给孩子一个小金库 / 111

让孩子做些小生意 / 114

爸爸银行和股市 / 116

理财首先是理智 / 117

孩子理财商的培养计划 / 121

## 第九章

### 体能商 / 123

体能与智能，一个硬币的两面 / 124

孩子体能下降的原因 / 126

你了解孩子的身体吗 / 129

让孩子做一个赤脚大仙 / 132



## 第一章

多元的世界

需要多元的智能





8Q教育

high intelligence



**作** 为父母，我们应该为孩子的未来做一番深谋远虑。中国有一句古话叫做“授人以鱼，不如授人以渔”，意思是说与其把捕来的鱼送给别人，解其一时的饥饿，不如教授他捕鱼的方法，让他一生都不受饥寒。同样，当我们为孩子的未来打算时也应该遵循同样的原则。与其为他们准备上多少位数的存款，或者几百平方米的住房，不如在他们智能尚未定型的时候充分挖掘他的各种潜能，拓展他的智能层次，使他的智能和这个世界一样呈现出多元性，为他们未来的发展打下一个坚实基础！



## 一个都不能少 ——决定孩子命运的八种智能商

曾几何时，智商(IQ)在人们心目中是决定个体成功与否的唯一标志。随着人们对于智能认识的加深，情商(EQ)被提出来以弥补IQ这个单一概念的不足。经过十几年的研究和归纳，心理学界和教育界普遍认为人们的智能远不是智商和情商这两个指数所能涵盖的，人的智能是多元的，它包含着许多方面，反映着人的各项能力。





## IQ \* *Intellectual Quotient* \* 智力商

智商就是智力商数的简称，它是智力年龄和生理年龄相除而得出的商数，通常可以理解为智力。智力并不是单一的，它是指学习、记忆、思维、认识客观事物和解决实际问题的能力，由语文理解水平、语言流畅水平、数字运算水平等七个方面组成。



## EQ \* *Emotion Quotient* \* 情绪商

情商（EQ）又称情绪智力，是近年来心理学家们提出的与智力和智商相对应的概念。它主要是指人在情绪、情感、意志、耐受挫折等方面的品质。

以往认为，一个人能否在一生中取得成就，智力水平是第一重要的，即智商越高，取得成就的可能性就越大；但现在心理学家们普遍认为，情商水平的高低对一个人能否取得成功也有着重大的影响作用，有时其作用甚至要超过智力水平。



## MQ \* *Moral Quotient* \* 道德商

什么是道德商？它指一个人的德性水平或道德人格品质。如果说智商和情商为人们  
的成功提供了动力，那么道德商数则为这一动力提供了方向。





## AQ \* Adversity Quotient \* 逆境商

逆境商权衡的是个体对于逆境的反应程度和应变能力的高低。它能协助人们减小和改善负面影响所带来的身体与心理的不适。随着现代社会竞争的日趋激烈，个体所面对的挫折和困境也将与日俱增，而AQ的作用正在于当你一时停步不前、灰心沮丧时，它能够为你重新燃起斗志，给你提供一个新的支点和起点。通俗地可以理解为心理承受力。这个商数对于处于现代社会中的人特别重要，因为竞争所带来的压力，需要我们具备一定的承受力，而生活条件的改善又使许多孩子在父母的保护下，很少独自接受压力。看看媒体报道的自杀性事件，大多是不能承受各方面的压力的人，最后崩溃在现实面前。



## CQ \* Creative Quotient \* 创造商

创造商是用来衡量一个人思维开拓性和探索性的程度。具有较强开拓性和探索性的思维，能够更好地将发散性思维和集中性思维整合在一起，能够更好地将抽象思维和灵感思维相统一。创新对于造就一个人的前途之能量是巨大的，比尔·盖茨正是依靠他的创新能力成为了世界首富。





## SQ \* *Social Quotient* \* 社交商

人是社会的一员，他无时无刻不在与社会、与他人打交道。社交商反映了一个人被群体接纳和喜欢的程度。这种程度的高低与其在与人相处时在礼仪、谈吐、着装等方面所表现出的知识和能力有密切的关系。同时社交也是我们人类的一项心理需求，它对于我们塑造自己有决定性的作用。



## FQ \* *Finical Quotient* \* 理财商

理财商是一个人对于财富的态度、获取财富的欲望、经营财富的能力等多项指标的综合，它可以显示出一个人在财富的获取和使用上的能力。目前社会投资业空前繁荣，地产、股票、期货、外汇、古董中样样渗透着财富，只要你能很好地驾驭一项，一定会有所收获。



## PQ \* *Physical Quotient* \* 体能商

体能商是指善于运用整个身体来表达想法和感觉，以及运用灵巧的双手生产或改造







事物。这项智能包括特殊的身体技巧，如平衡、协调、敏捷、力量、弹性和速度，以及由触觉所形成的能力。

## 正确看待8Q培养

在开始对孩子的8Q培训之前，端正一些认识是相当必要的。

首先，不可以机械地将8Q看作是互不相关的8种智能。事实上这8种智能是我中有你，你中有我的。之所以将它们分别对待，那是为了方便读者对它们的认识和把握。而在实际的教育中，不可能像切豆腐一样将8Q分开来。因此，我们在培养孩子8Q时不可以采取一种就事论事的态度，而是应该以综合的方法培养孩子，比如我们在培养孩子情商时，也应该适当地将其与孩子的道德商、逆境商的培养结合起来，不要头痛医头、脚痛医脚。

其次，需要指出的是，8Q中的大部分智能在目前的科技条件下，还不能人为地对它们做出定量的分析，只能在对孩子的具体行为的观察中估测它们的高低。所以，我们不要轻信一些所谓的测试，更没理由把一些测试结果像判决书一样看待。

再次，8Q的培养，对于孩子来说是一个渐进的过程，它不可能一蹴而就，父母要





做的有时候只是在孩子心目中树立一些必要的8Q 观念，并逐渐引导他们从父母培养转向自我培养。至于孩子在短期内某一Q能够提高到怎样的水平，作为父母不应该就此制订出什么硬性规定，而是要时时保持一颗平常心，顺其自然。

最后，对于孩子 8 Q中的弱项，我们要予以重点的关注和培养，因为一个木桶的盛水量，起决定性作用并不是最长的那一块木板，而是最短的那块。当然，父母也不必企望孩子的8Q以一种齐头并进的态势向前发展，只要因势利导就可以了。

