

# 情商 Child Play Guide 决定孩子命运

## 提升宝宝EQ的300种亲子游戏

喜喜宝贝 主编



### 轻松提高孩子EQ

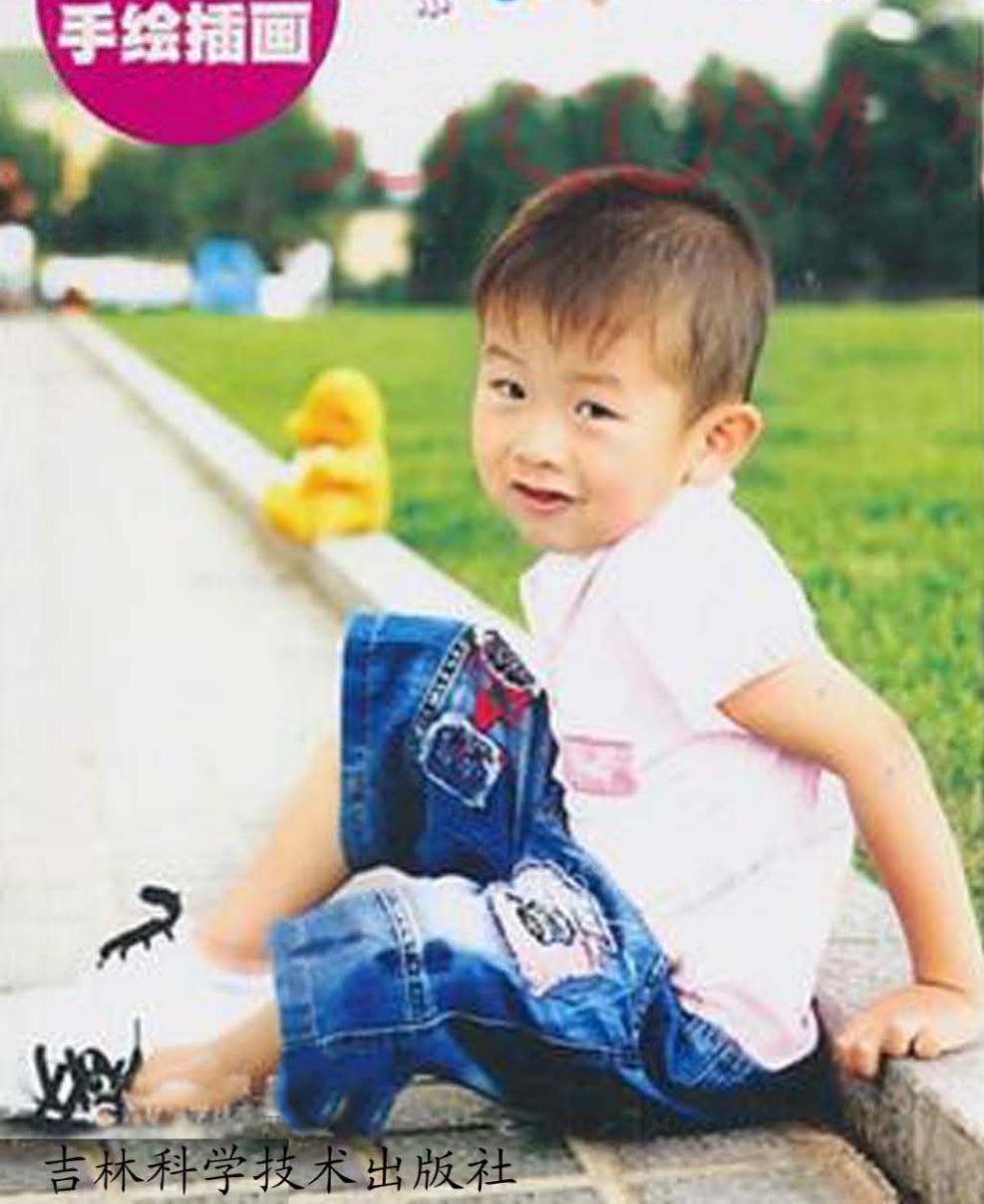
- 乐观的生活态度
- 面对挫折的勇气
- 与人交往的技巧
- 自己的情绪控制

抓住孩子性格形成关键期

### 玩游戏 讲故事

轻轻松松让他提高情商

全彩图解  
手绘插画



吉林科学技术出版社

Child Play Guide

# 情商



# 决定孩子命运

## 提升宝宝EQ的300种亲子游戏

喜喜宝贝 主编



吉林出版集团

吉林科学技术出版社



## 图书在版编目(CIP)数据

情商决定孩子命运：提升宝宝EQ的300种亲子游戏 / 喜喜宝贝主编. —长春：吉林科学技术出版社，2010.8  
ISBN 978-7-5384-4921-1

I. ①情… II. ①喜… III. 婴幼儿—情绪—家庭教育—通俗读物 IV. ①G78 ②B842.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第143905号



## 情商决定孩子命运 提升宝宝EQ的300种亲子游戏

主 编 喜喜宝贝  
选题策划 李 梁  
责任编辑 王旭辉  
封面模特 金北辰 王奕楠 彭茵麟  
正文模特 李佳颖 谭铭谦 夏梓轩 陈嘉浩 彭元弘  
彭梓墨 聂紫蓝 张铭洋 卢 扬 刘佳宁  
封面设计 南关区涂图设计工作室  
制 版 长春美印图文设计有限公司  
开 本 889mm×1194mm 1/16  
字 数 300千字  
印 张 15  
印 数 1—8000册  
版 次 2010年9月第1版  
印 次 2010年9月第1次印刷

出 版 吉林出版集团  
吉林科学技术出版社  
发 行 吉林科学技术出版社  
地 址 长春市人民大街4646号  
邮 编 130021  
发行部电话 / 传真 0431-85677817 85635177 85651759  
85651628 85600311 85670016  
储运部电话 0431-84612872  
编辑部电话 0431-85619083  
网 址 www.jlstp.net  
印 刷 长春百花彩印有限公司

书 号 ISBN 978-7-5384-4921-1

定 价 39.90元

如有印装质量问题可寄出版社调换

版权所有 翻印必究 举报电话：0431-85635185



# 前言

孩子，是寄托，是希望，孩子的成长牵动着家长的喜怒哀乐。但不可否认，寄予着家长们殷切希望的孩子们，却多数都比较孤单、忧郁、异路、任性、好动、焦虑、冲动，存在着这样或那样的性格问题。是什么原因导致这样的结果呢，是情绪、情感，是情商。那么，什么是情商呢？

美国心理学家认为，情商包括认识自身的情绪、妥善管理自己的情绪、自我激励、认知他人的情绪、人际关系的管理等几方面的能力。情商水平高的人具有社交能力强、外向而愉快、不易陷入恐惧或伤感、对事业较投入、为人正直、富于同情心、情感生活较丰富但不逾矩、无论是独处还是与许多人在一起时都能怡然自得等特点。专家们还认为，一个人是否具有较高的情商，和童年时期的教育培养有着密切的关系。因此，培养情商应从小开始。

随着高等教育的普及，现在的孩子基本上都能接受到正规的学校教育，智商普遍表现得非常高，而情商教育在学校教育中还基本是空白，孩子的情商普遍低于智商。我们经常的新闻中看到，某同学、孩子因被老师、父母说了几句批评的话，一时想不通而采取了极端的行为，造成生死两隔的悲剧。不得不说，这是情商表现低下的极端例子，相信这样的事情，做父母的永远不想看到。

本书抓住孩子性格形成的关键时期，从0岁开始到6岁，帮助父母和孩子一起，通过玩游戏、讲故事的轻松方式，学到人生最基本的情商因素——乐观的生活态度、面对挫折的勇气、与人交往的技巧、控制自己的情绪等等。我们一再强调，不要认为孩子还小根本学不会，这是懒父母、缺乏耐性的父母用来搪塞的借口。

现在的父母很多都只能拥有一个孩子，抽出点时间，在共享天伦的同时，以寓教于乐的方法提升孩子的情商。或许短时间内，你看不到孩子的变化，但是请不要放弃，潜移默化帮助，一定会让孩子在他们的人生道路上先行一步，让他们在今后多彩、漫长的人生中畅行无阻。





# 目录

## 前言

## 第一章

### 父母要知道的秘密 孩子情商开发与培养

- 10 为什么要培养孩子的情商
- 11 情商对孩子未来成长的重要性
- 12 你想培养一个怎样的孩子
- 14 孩子情商教育从何时开始
- 14 扫清阻碍孩子情商培养的不利因素
- 16 高情商孩子VS高智商孩子哪个更重要

## 第二章

### 0~1岁情商培养踏出第一步 让孩子活泼愉快地成长

#### 第一节 孩子尚未形成稳定的性格

- 18 父母不可不知——0~1岁孩子身心发育状况
- 19 父母的困惑——0~1岁孩子情商培养常见问题
- 20 独立、乐观的品质，要从婴儿期开始培养

#### 第二节 让孩子成为家里的开心果

让宝宝更开心的亲子游戏

- 21 游戏一 拍拍手
- 22 游戏二 照镜子
- 22 游戏三 挖宝贝
- 23 游戏四 爬行比赛
- 24 游戏五 扔玩具

唱儿歌，营造轻松愉悦的成长氛围

- 25 儿歌一 宝宝爱洗澡
- 25 儿歌二 布娃娃
- 26 儿歌三 大家一起玩
- 26 儿歌四 虫虫飞
- 26 儿歌五 小花猫

27 测一测：你的孩子是个“爱哭鬼”吗

27 专家指点：家长怎样安慰家里的“爱哭鬼”

#### 第三节 教孩子认识自己和周围的新事物

在游戏中让孩子认识自己和世界

- 28 游戏一 爸爸妈妈在哪里
- 29 游戏二 娃娃过生日
- 29 游戏三 认五官
- 31 游戏四 动物园
- 32 游戏五 录音机

讲故事，开阔孩子的眼界

- 33 故事一 天上的小飞机
- 33 故事二 大自然的声音
- 34 故事三 太阳、月亮和云
- 34 故事四 动物比赛
- 35 故事五 美丽的花朵

36 测一测：0~1岁孩子认知能力有多强

36 专家指点：通过模仿，教孩子认识身边的人和物

#### 第四节 摆脱依恋父母的心理，培养孩子的独立性

宝宝一个人也可以玩的游戏

- 37 游戏一 看气球
- 38 游戏二 小手小脚真奇妙
- 38 游戏三 撕纸游戏
- 39 游戏四 敲敲打打
- 40 游戏五 推气球



讲故事，培养宝宝独立品质

- 41 故事一 宝宝睡觉了
- 41 故事二 娃娃的午饭
- 42 故事三 小熊请客
- 42 故事四 小松鼠看家
- 43 故事五 爱洗澡的小甜甜

- 44 测一测：你的宝宝对你有多依恋
- 44 专家指点：培养孩子独立意识，从婴儿期开始

### 第三章

## 1~2岁把握情商培养启蒙期 管理情绪——良好沟通是关键

### 第一节 培养孩子良好的个性和习惯

- 46 父母不可不知——1~2岁孩子身心发育状况
- 47 父母的困惑——1~2岁情商培养常见问题
- 47 在人际交往中培养孩子良好的个性

### 第二节 让孩子学会管理自己的情绪

在游戏中帮助孩子赶走坏情绪

- 48 游戏一 搭积木
- 49 游戏二 拼图
- 50 游戏三 找不同
- 51 游戏四 舀豆子
- 52 游戏五 拧瓶盖

讲故事，教孩子调整坏情绪

- 53 故事一 猴子和种子
- 53 故事二 鳄鱼的坏脾气
- 54 故事三 不听话的小臭臭
- 55 故事四 真讨厌
- 55 故事五 生气的小猪

- 56 测一测：你的孩子能管理好自己的情绪吗
- 57 专家指点：如何帮助孩子排除不良情绪



### 第三节 与身边的小伙伴和睦相处

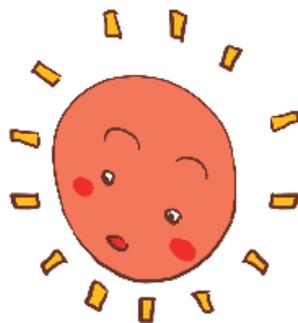
让孩子和伙伴一起玩游戏

- 58 游戏一 分果果
- 59 游戏二 堆沙子
- 59 游戏三 打电话
- 60 游戏四 滚小球
- 60 游戏五 藏宝贝

通过故事教给孩子交朋友的技巧

- 62 故事一 两个小伙伴
- 63 故事二 糊涂的小猪
- 63 故事三 幸福的小熊
- 64 故事四 胆小的小狐狸
- 65 故事五 小黄莺和小麻雀

- 65 测一测：宝宝人际交往能力小测试
- 66 专家指点：让孩子成为“万人迷”的好办法



### 第四节 辅助孩子信心十足踏出人生每一步

玩游戏也可以增加孩子的自信心

- 67 游戏一 拆大楼
- 67 游戏二 神奇的口袋
- 69 游戏三 家庭小农场
- 70 游戏四 小导游
- 70 游戏五 轮流唱

小故事教孩子战胜自己

- 71 故事一 短腿的鸭子
- 72 故事二 丑小鸭
- 72 故事三 小鹿过河
- 73 故事四 聪明的小木匠
- 74 故事五 不会飞的鸵鸟

- 75 测一测：你的孩子够自信吗
- 75 专家指点：帮助孩子找到增强自信的窍门

### 第五节 懂礼貌，培养高尚道德品质的第一步

玩游戏教孩子学会各种礼貌用语

- 76 游戏一 娃娃打电话
- 77 游戏二 宝宝请客
- 78 游戏三 吃饭的规矩
- 78 游戏四 “对不起”和“没关系”
- 79 游戏五 看图学礼貌

懂礼貌的好孩子都爱听的故事

- 80 故事一 森林里的水井
- 80 故事二 兔子的短尾巴
- 82 故事三 娃娃的新裙子
- 82 故事四 骄傲的小猪
- 83 故事五 小猪是个小糊涂

- 84 测一测：这些礼貌用语你的孩子学会了吗
- 84 专家指点：教孩子懂礼貌，家长该做个好榜样

## 第四章

### 2~3岁情商培养关键时期 把孩子性格的培养放在首位

#### 第一节 孩子鲜明的个性逐渐形成

- 86 父母不可不知——2~3岁孩子身心发育状况
- 87 父母的困惑——2~3岁情商培养常见问题
- 88 磨炼顽强意志，培养战胜失败的能力

#### 第二节 经历挫折让孩子学会迎难而上

帮孩子战胜失败的游戏

- 89 游戏一 扔球
- 90 游戏二 钓鱼
- 90 游戏三 为鞋子配对
- 91 游戏四 夹水果
- 92 游戏五 串彩珠

从故事里学到不怕失败的品质

- 93 故事一 小蚂蚁搬家
- 93 故事二 小青虫
- 94 故事三 龟兔赛跑
- 95 故事四 两颗种子
- 96 故事五 小兔子搭桥

- 97 测一测：你的孩子承压能力有多强
- 97 专家指点：帮助孩子找到战胜困难的办法

#### 第三节 让孩子在合作中收获快乐

孩子和伙伴一起努力的游戏

- 98 游戏一 建长城
- 99 游戏二 搬运工
- 99 游戏三 滚小球
- 100 游戏四 拔河
- 100 游戏五 小脚穿大鞋

从故事中体会团结合作的力量

- 101 故事一 大青虫和小蚂蚁
- 102 故事二 拔萝卜
- 102 故事三 漂亮的新房子
- 103 故事四 赶走大灰狼
- 103 故事五 蒜米兄弟

- 105 测一测：你的孩子懂得与同伴合作吗
- 105 专家指点：培养合作意识，让孩子成为生活中的多面手

#### 第四节 爱劳动从教孩子系纽扣开始

让孩子在游戏中愉快地劳动

- 106 游戏一 穿衣服
- 107 游戏二 小小魔术师
- 108 游戏三 帮娃娃系纽扣
- 108 游戏四 垃圾清理员
- 109 游戏五 折手帕

听故事培养孩子勤劳的品质

- 110 故事一 偷懒的小猪
- 111 故事二 勤劳的蜜蜂
- 111 故事三 妞妞好宝宝
- 112 故事四 小熊请客
- 113 故事五 猴子的葡萄

- 114 测一测：你的孩子是个爱劳动的宝宝吗
- 114 专家指点：孩子勤劳自律，将来才能自力更生

## 第五章

### 3~4岁性格培养多花心思 为孩子纠正坏习惯和巩固好习惯

#### 第一节 及时阻止孩子不良习惯的形成

- 116 父母不可不知——3~4岁孩子身心发育状况
- 117 父母的困惑——3~4岁情商培养常见问题
- 118 掌握批评的艺术，安抚家里的“小怪物”

#### 第二节 教孩子远离谎言，养成诚实的品质

在游戏中训练孩子诚实的品质

- 119 游戏一 摸小手
- 121 游戏二 神奇的纸片
- 121 游戏三 撒谎的小娃娃
- 122 游戏四 丢手绢
- 123 游戏五 分水果





#### 帮孩子克服恐惧的故事

- 143 故事一 勇敢的小刺猬
- 144 故事二 巨人的头发
- 144 故事三 爱哭的小兔不哭了
- 145 故事四 机智的卡卡
- 146 故事五 胆小的兔子

- 147 测一测：你的孩子是个小勇士吗
- 147 专家指点：帮助孩子摆脱莫名的恐惧

## 第六章

### 4~5岁性格形成关键时期 建立培养孩子健康的世界观

#### 第一节 孩子初步建立独具特色的个性

- 150 父母不可不知——4~5岁孩子身心发育状况
- 151 父母的困惑——4~5岁情商培养常见问题
- 151 让孩子撑起自己的一片天

#### 第二节 善解人意，创建与人为善的世界观

在游戏中带孩子进入丰富的情感世界

- 152 游戏一 今天我来当妈妈
- 154 游戏二 小法官
- 154 游戏三 照顾小熊
- 155 游戏四 谁得第一名
- 156 游戏五 抢答游戏

善解人意小宝宝最爱听的故事

- 157 故事一 乖乖猴摘草莓
- 158 故事二 爸爸下班了
- 159 故事三 糊涂的小猪
- 160 故事四 善解人意的小八哥
- 161 故事五 是谁帮助了熊猫奶奶

- 162 测一测：你的孩子善解人意吗
- 163 专家指点：如何教会孩子善解人意

#### 第三节 为孩子插上梦想的翅膀

发挥孩子想象力的小游戏

- 164 游戏一 家庭商场
- 165 游戏二 看图讲故事
- 165 游戏三 蛋壳画
- 166 游戏四 揉面团
- 166 游戏五 画脸谱

帮助孩子放飞梦想的美妙故事

- 167 故事一 我是一条鱼
- 168 故事二 神奇的口袋
- 168 故事三 蘑菇风扇
- 169 故事四 不负责任的巨人
- 170 故事五 神奇的彩色笔

父母该讲的关于诚实的故事

- 124 故事一 国王的种子
- 125 故事二 狡猾的狐狸
- 125 故事三 装病的小猪
- 126 故事四 狼来了
- 127 故事五 谁碰碎了花瓶

- 128 测一测：你孩子诚实可靠吗
- 128 专家指点：培养一个诚实孩子的几个步骤

#### 第三节 懂得关心别人的孩子更可爱

让孩子学会关心人的小游戏

- 130 游戏一 妈妈生病了
- 131 游戏二 爱心礼物
- 131 游戏三 照顾小娃娃
- 132 游戏四 看表情
- 133 游戏五 看图说话

听故事学会关心身边的人和物

- 134 故事一 三只快活的小花猫
- 135 故事二 神秘的礼物
- 135 故事三 贝贝的星期天
- 136 故事四 两只小绵羊
- 136 故事五 大西瓜和小西瓜

- 138 测一测：你的孩子懂得关心别人吗
- 138 专家指点：关心他人，从关心身边的人开始

#### 第四节 培养孩子勇敢的性格

让孩子更勇敢的游戏

- 139 游戏一 小小侦察兵
- 140 游戏二 摘星星
- 140 游戏三 过独木桥
- 141 游戏四 跨越障碍物
- 142 游戏五 抽纸条



- 171 测一测：你知道怎样启动孩子的梦想吗
- 172 专家指点：不要让条条框框拴住孩子梦想的翅膀

#### 第四节 让孩子明白知足才是快乐的源泉

训练孩子不贪心的小游戏

- 173 游戏一 运水工人
- 174 游戏二 装字母玩具
- 174 游戏三 选玩具
- 175 游戏四 抓弹珠
- 176 游戏五 捞玻璃球

从故事中学到知足常乐的道理

- 177 故事一 贪心的狗
- 178 故事二 空手而归的猴子
- 178 故事三 渔夫和大鱼
- 179 故事四 馋嘴的猴子
- 180 故事五 老虎的牙齿

- 181 测一测：你的孩子懂得知足吗
- 182 专家指点：如何对待“贪得无厌”的宝宝

### 第七章

## 5~6岁情商培养巩固阶段 让孩子学会用智慧解决难题

#### 第一节 在生活中培养解决实际问题的情商

- 184 父母不可不知——5~6岁孩子身心发育状况
- 185 父母的困惑——5~6岁情商培养常见问题
- 185 为孩子创设独立发展的空间

#### 第二节 让孩子养成自觉学习的好习惯

爱学习的好习惯在游戏中养成

- 186 游戏一 制订计划
- 187 游戏二 绘画日记
- 188 游戏三 每日一课
- 188 游戏四 一起种蒜苗
- 189 游戏五 每天一个字



讲给爱学习的孩子听的故事

- 190 故事一 爱学习的小老鼠
- 191 故事二 咕咚来了
- 192 故事三 小猪学本领
- 193 故事四 小青蛙上学
- 194 故事五 穷孩子和巨人

- 195 测一测：你的孩子能自觉学习吗
- 195 专家指点：让孩子爱上学习，家长应该怎么做

#### 第三节 发生意外时，自我保护很重要

通过游戏学习自我保护的小技巧

- 196 游戏一 今天我看家
- 198 游戏二 扫除家里的危险
- 199 游戏三 家庭小医生
- 200 游戏四 遇见陌生人
- 202 游戏五 熟记家庭地址和电话

故事里教给孩子自我保护的知识

- 203 故事一 着火了
- 204 故事二 危险的小河边
- 205 故事三 小红帽
- 206 故事四 危险的电老虎
- 206 故事五 闹闹的自行车

- 207 测一测：遇到危险，孩子懂得自救吗
- 208 专家指点：教给孩子几招应对危险的招数

#### 第四节 向孩子灌输“理财”的观念

学会合理用钱的小游戏

- 209 游戏一 认识钱币
- 210 游戏二 小商店
- 210 游戏三 小小储钱罐
- 212 游戏四 购物清单
- 213 游戏五 寻找宝藏

讲故事培养理财的好习惯

- 214 故事一 最珍贵的圣诞礼物
- 215 故事二 愚蠢的财主
- 216 故事三 小猪的储钱罐
- 217 故事四 贫穷的王子
- 218 故事五 国王的遗产

- 219 测一测：你的孩子是“富孩子”吗
- 219 专家指点：零花钱应该怎么给

#### 附录：

- 222 1. 父母情商自测
- 224 2. 0~6岁孩子身体发育对照表
- 226 3. 0~6岁孩子情感发育对照表
- 227 4. 0~6岁孩子智力发育对照表
- 229 5. 家庭教育中父母的20个坏榜样
- 233 6. 儿童最常见的情绪问题完美解决实例

# 第一章

## 父母要知道的秘密 孩子情商开发与培养



情商是什么？情商和智商哪个更重要？为什么要培养孩子的情商？你想培养一个怎样的孩子？这些都是育儿路上，父母常常遇到的问题。从这里开始，我们要告诉你情商世界里，你所不知道的秘密——情商培养在孩子成长道路上的重要性。培养一个文静还是开朗的孩子，培养一个“外交家”还是“冒险家”，这都由孩子的教育者说了算！

## 为什么要培养孩子的情商

情商又称情绪智力，它主要是指人在情绪、情感、意志、耐受挫折等方面的品质，情商培养则是帮助人们了解、控制自我情绪，理解、缓解他人的情绪，通过情绪的自我调整、控制、疏导以提高生存质量和决定未来道路的各个转折点的要素。

对于0~6岁的婴幼儿来说，情商培养包括以下几个方面：



### 1 开拓孩子的眼界。

开拓孩子的眼界和情商培养有什么关系？试想一个整天关在家里、不去主动接触外界事物的孩子，能获得高情商吗？从孩子还在牙牙学语的时候，就应该让他更快更多地接触生活、自然、社会中的各种新事物——对于孩子来说，一切事情都是崭新的，通过看、听、说和理解，在不知不觉中，孩子逐渐融入这个他生存的空间里，学习接受并掌握生存法则。所以，不要小看孩子眼中观察到的一切，这些就是情商培养的基础。



### 2 懂得控制自己的情绪，养成乐观的性格。

还躺在摇篮里的婴儿可能什么也不能做，但是让他拥有快乐的心情是父母可以做到的。让孩子的周围时刻充满欢声笑语，在成长中发育成外向、乐观的性格，将来在面对困难时，这种豁达、积极向上的品质能帮助孩子战胜一切艰难险阻。

### 3 懂得建立自己的交际圈，善于与人相处。

孩子成长过程中很多挫折、惊喜、悲伤，都是在与人接触的过程中发生的，培养孩子交际能力是提升情商的最好途径，反过来，情商越高的孩子交际能力越强，二者相辅相成，不仅帮助孩子学会各种社交技巧，还能在与伙伴的交往中，同时培养更多的良好品质，如合作、友善、分享等。





## 情商对孩子未来成长的重要性

历史上，无论是在商业、政治，还是艺术等各个领域里能获得巨大成功的人，都和“高情商”有着密不可分的关系。我们经常听大人谈论谁家的孩子考上清华了，谁又升职了，谁又在某比赛中赢得金奖了……这些外在的成就很容易被人发现，但是，经过系统分析决定成功的内在关键因素，你就会发现，成功者往往要经历更多艰难的选择、更多的挫折、更多战胜自我的努力，这些在成功道路上发挥关键作用的因素，就是情商。所以说，情商，在一个人的成功因素中起主导作用。

### 4 帮助塑造孩子的个性和世界观的形成。

俗话说“3岁看老”，意思是说孩子的性格在3岁前就已经成型，幼儿期所形成的品质会伴随孩子一生，而某些不良品质，就算后天再去修正也难以完全抹掉，因此，在幼儿时期的情商培养，能指引孩子接触正面、有积极意义的事物，诱导他正确、健康的思维方式的形成，为良好的个性和世界观的形成做必要的铺垫。

### 1 高情商者通常拥有很高的自察力，也就是自我认知的能力。

成功者常常自我反省，特别是在经历某次成功或失败后，懂得从不同的角度分析、认识自己在这件事中的表现，客观地评价自己，给自己正确的定位，然后清醒地看到自己的优点和欠缺，既不因为失败而气馁，也不因为成功而自傲。



## 2 成功者往往善于控制自己的情绪。

在面对任何事情时都能做到头脑冷静、行为理智，使自己的情绪状态始终处于一种得体的境况中，并由此发展出豁达的胸怀、乐观的心境、成熟的心理等。一个喜怒无常、得意就忘形、失意就沮丧的人，是不能有效地管理自己的情绪的，也不可能获得事业上、生活上的成功。

## 3 成功者有很强的自觉性和主动性。

高情商的人在决定做一件事后，会自动自发、全力以赴地进入一种工作状态，将外在的压力转化为内在的动力，在挑战中不断提升自我能力，成为更优秀的人。同样，一个情商高的孩子，懂得自觉完成作业，懂得主动帮助妈妈做家务，所谓勤能补拙，情商高的孩子就算智力不比别人高，成绩也可以很好。

## 4 成功者人际关系融洽，善于与人沟通合作。

良好的人际关系能减少在工作、生活中遇到的困难，降低与人发生摩擦的概率。一个情商高的孩子，懂得和伙伴、同学、老师搞好关系，容易受到老师和同学的喜爱，能轻易地融入任何集体中，不会产生孤独感。

可见，情商培养对一个孩子的成长以及未来发展道路的影响有多大，不是靠课堂上的讲解就可以掌握的。



## 你想培养一个怎样的孩子

性格的形成是在生活中奠定的，幼儿时的生活环境，会潜移默化地影响孩子性格的形成，良好的性格应该是在适宜的环境中熏陶、感染而成，是反复不断的感情浸润和积累的结果；而孩子恶劣性格的养成，往往是由于将幼儿长期置于暴力、恐惧、不和谐的环境中，因此，作为家长，为幼儿营造一个充满友爱、平等、欢乐气氛的环境尤为重要。

在孩子呱呱落地的时候，父母就开始思考这个问题——我们要把孩子培养成一个什么样的人呢？现在的孩子多是独生子女，家长都想为孩子提供最好的学习、生活条件，希望将孩子培养成出类拔萃的人才，于是制定庞大的训练计划，学钢琴、学外语、学舞蹈、学书法……父母的一片苦心固然值得肯定，但是孩子的成长发育是一个复杂、变化的过程，并且有其自身发展所固有的轨迹，不同于任何一个个体的特征，这种特征从孩子来到这个世界的第一天就已经存在，这就是孩子的内心世界。

因此，当我们在考虑要将孩子培养成一个什么样的人时，除了让孩子有干净整洁的衣着外貌，还应该让孩子有一个健康、美好的心灵世界。在培养的过程中需遵循几个原则：

## 1 不能只关注孩子智力的发展。

智力发展是有限的，但人的内心世界无限宽广，一个成绩差的孩子可能擅长于绘画、舞蹈，他可能性格开朗、拥有很多的朋友，他还会将迷路的老人送到派出所……而学习成绩好的孩子，可能将更多的精力放到学习上，而忽略了生活中的其他小事，就不一定会花时间去学绘画、舞蹈，也可能性格内向，会忽视路边迷路的老人……因此，家长要做的，就是多花心思去了解孩子的内心世界，并用各种方法来提升孩子的情商，使孩子成为一个内心强大的人。



## 2 让孩子快乐成长，学会宽容。

古今中外，凡是成就大业的人都有各种优势，但是有一个共同点，那就是拥有一颗乐观、豁达、宽容的心。同时，在生活中、工作中受欢迎的人往往比较宽宏大度，能包容他人的缺点，发现他人的优点。这些人通常也过得更开心、少烦恼，因为他们能很好地调解心态，将苦难、烦恼用各种积极的方法排解。因此，我们说培养一个天才，同样也要培养他大度宽容的个性特点。



## 3 给孩子独立、自由发挥的空间。

为了让孩子赢在起跑线上，父母们使出了浑身解数，报名参加各种早教班、才艺班，结果却适得其反，孩子不仅不好好学，甚至还产生了逆反心理，厌学、逃课成了孩子反抗的方法。父母在孩子性格培养、情商教育的过程中，应该扮演引导者的角色，而非全能的操作者——在孩子犯错的关键时刻，能给予他们正确的指引，创造美好、和谐的生活环境，让孩子拥有更多自主发挥的空间。要知道，有了好的肥料、充足的阳光、足够宽广的土地，才能让种子健康地开花结果！



## 孩子情商教育从何时开始

“3岁看老”这句话真的有科学依据吗？通过长期的教育实践，我们发现，0~3岁是孩子情商培养的关键时期，3~6岁则是孩子性格形成的时期。

3岁之前，对孩子来说主要是一种天生气质的体现阶段，也就是说，孩子在这个阶段里，仍然处于对世界的认知过程，还没有形成固定的个性。3岁以后，孩子语言、认知、行动能力都达到与成人相近的水平，能更多地参与到社会实践中，他们必须按照固有的社会运行规律，如道德、纪律等的约束，上幼儿园时要按照老师的要求学习，与小朋友相处要友善，不能打架、骂人等……这样，孩子的行为就逐渐体现出一种社会性，性格也渐渐地表现出来，这种性格与3岁前孩子的天生气质相结合。

请注意，并不是说孩子个性形成后就不能再改变。虽然我们主张从0岁起培养孩子的情商，但是个性的矫正没有时间界限，特别是孩子出现第一个坏习惯的时候，如家长能及时地纠正，也为时不晚。比如孩子做事缺乏耐性，应该引起父母的关注，不能想着“孩子还小，很多事情不能做好，急躁是难免的事”，其实这对孩子以后的学习自主性、学会控制自己的情绪都有负面影响，父母应该给孩子做表率，在发现孩子处事急躁时，陪孩子一起解决问题，帮助孩子分析问题的原因，找出解决的方法和技巧，这种情况下，孩子自然就懂得再次遇到类似的事情时该怎样去解决，而不是怨天尤人或者干脆直接放弃。

从0岁起培养孩子的情商，游戏是最好的教育方式，也是孩子最容易接受的方法。幼儿身心发展的年龄特点，决定了他们喜欢游戏、乐于游戏，进而在游戏中尝试、体验各种抽象的情感和品质。父母应该根据各个年龄段孩子身心发育的特点，来进行游戏活动，游戏形式要多样和丰富，让孩子在愉悦的游戏中占主导位置，尽量减少成人的干预，让孩子主动去想、去感受、去理解。没有了来自外界和内部的压力，孩子才能充分体验到一种积极的情感，在快乐的氛围中培养孩子的情商。

## 扫清阻碍孩子情商培养的不利因素

情商培养不是一两天的事情，需要父母长期坚持不懈的努力，值得注意的是，尽管父母认识到情商培养的重要性，还是会在情商培养的过程中犯各种各样的错误，有些错误甚至会影响孩子情商的健康发育，这些影响情商培养的不利因素应该尽早被认识，并且尽量规避。



## 1 忽视孩子的情感表达和控制能力的培养。

很多父母总是认为孩子还小，思想不成熟，他们的所说、所想都是相当幼稚的事情，因此，在孩子要发表自己的观点和传达自己的情绪时，总是打断孩子的话，使孩子不能很好的抒发情感，久而久之，孩子不再愿意和成人交流，衍生出烦躁、抑郁、焦虑的不良情绪，这样的行为，不仅影响情商培养和智力的发育，更不要谈能让孩子学会控制自己的情绪了。由此可见，正确培养幼儿的情感表达和控制能力，使孩子形成良好的情绪，使孩子的身心得到健康发展是非常重要的。



## 2 忽视孩子交际能力的培养。

0岁开始孩子就已经具备交际能力，妈妈轻声地哼唱、逗乐都能赢得孩子一个开心的微笑，1~2岁时，孩子可以与熟悉的成人一起玩各种游戏，3~6岁的幼儿，已经能和同龄的伙伴嬉戏、打闹。然而在实际生活中，很多家长不重视这种能力的培养，认为孩子还不具备交往能力，不能主动地解决问题，当孩子与其他孩子发声矛盾时，家长马上站出来解决问题，剥夺了孩子学习化解矛盾的机会，使孩子对父母的依赖性更强。

## 3 过度保护孩子，忽视独立性的培养。

0~6岁的孩子行动力、协调力还在逐渐发育中，当接触新事物时，不能马上掌握和适应，这是

一个正常的过程，如孩子想帮助妈妈扫地，反而将垃圾打翻，想学习拖地却将水溅得到处都是……遇到这类情况，家长往往会抱怨孩子帮倒忙，马上抢过来自己做，或是帮孩子完成本应孩子自己去做的事情，这样做虽然完成效果会更好，但是，孩子失去了宝贵的独立完成力所能及的事情的机会，父母这样过度保护孩子，不利于孩子独立性、自信心的培养。

## 4 父母忽视孩子成长环境的创设。

家庭是孩子的第一所学校，和谐的家庭关系对孩子的感情发育有着深远的影响。在和睦、充满爱的家庭中长大的孩子，天生就有一种与人为善的品质，与人处事往往表现出一种博爱、友善的态度；而经历父母离异、争吵不休，经常被打骂的孩子，幼时的经历将成为抹不去的阴影，当再次遇到同样的事情时，幼年时的经历就会爆发出来，可能做出不理智的事情。

## 5 父母自身低情商不利于孩子情商培养。

父母总是习惯充当孩子人生路上的“指引者”，习惯于为孩子规划人生道路，而能用科学、正确的方法传达给孩子积极的人生态度的父母仍占少数。父母自身情商不高，如常与人争吵、爱贪小便宜，自卑、懒惰等习惯，都将在日常生活中影响孩子，有些父母嘴上教育孩子应该如何处事，但是又做出另一套与之相反的行为，这将扰乱孩子正常的思维方式，让孩子在矛盾中痛苦地徘徊不前。



## 高情商VS高智商，哪个对孩子更重要

近年来有观点认为，成功的人生由20%的智商和80%的情商决定，也就是说，影响人生成败的关键在情商的高低。其实，智商和情商两者并不矛盾，相辅相成，但是经过很多实践证明，高智商的人如果没有高情商，同样不能成为学业、事业上的成功者。

智商是用以表示智力水平的工具，是智力水平的表现，智商的高低反映着智力水平的高低，孩子们在学校课堂上所学的知识可增加智商；情商则表示认识、控制和调整自身情感的能力，情商的高低反映着情感品质的差异。因此，正确地认识智商和情商需要弄清二者的差异。

智商和情商反映着两种性质不同的品质。智商主要反映人的认知、思维、语言、计算等的能力水平，它主要体现人的理性能力；而情商主要反映一个人认识、控制和调节自己情绪的能力，以及认知和处理自己与他人之间的情感关系的能力。情商反映个体把握与管理情感问题的能力，情感常常走在理智的前面，所以它是非理性的，我们常说一个人

做事很冲动，不冷静思考后再行动，就是说这个人情感控制能力差，理性思考不到位导致办事不力或做出没有经过理性思考的事情。

很多父母为了孩子将来有好的出路，拼命想让孩子挤进贵族学校、重点中学再到名牌大学，然后进大公司、大企业每年拿几十万的年薪，可是等孩子学到了满满的知识走出校门的时候，却发现社会不是这么简单，大公司里比的不仅是文凭，更多的是为人处世的技巧。原微软全球副总裁李开复就说过，在高新技术企业中，领导的智商很重要，但实际上，情商的重要性远远超过了智商。因为，情商不是靠考试、背书就可以学到的，这也是很多大学生走上工作岗位后才发现“学校学的知识根本用不上”的原因。

由此可见，情商管理着人自身的情绪和自身与他人之间的情感，使人能在第一时间更清楚地认识自己，运用自省、自勉、自强的能力在困难中坚定前进，将人与人紧密结合后发挥更强大的力量。情商高的人智商不一定高，但是高情商的人拥有健康的情绪、和睦的家庭和良好的人际关系，不管在生活上、事业上，他们都会比低情商的人更容易成功。