



孩子一生的命运其实就掌握在你的手中

你会教孩子吗II

——情商和智商是培养出来的

谢正斌◎著

20%的情商 + 80%的智商 = 100%的成功。一个孩子，要想让他将来事业有成，生活幸福，父母就必须重视从小培养他的情商和智商的发展。



九州出版社
JIUZHOU PRESS





孩子一生的命运其实就掌握在你的手中

你会教孩子吗II

——情商和智商是培养出来的

谢正斌◎著

20%的情商 + 80%的智商 = 100%的成功。一个孩子，要想让他将来事业有成，生活幸福，父母就必须重视从小培养他的情商和智商的发展。

 九州出版社
JIUZHOU PRESS



图书在版编目 (CIP) 数据

你会教孩子吗 II / 谢正斌著. - 北京: 九州出版社, 2006. 9
ISBN 7-80195-530-7

I. 你... II. 谢... III. 儿童教育: 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 109994 号

你会教孩子吗 II

作 者 谢正斌 著

责任编辑 沈东云

出版发行 九州出版社

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 960 × 640 毫米 16 开

印 张 18

字 数 245 千字

版 次 2006 年 9 月第 1 版

印 次 2006 年 9 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 7-80195-530-7/G · 363

定 价 25.00 元

前 言

孩子的教育问题是父母们最关注的问题，每个父母都想让自己的孩子接受最好的教育，给孩子的未来做好准备。但是，孩子的教育问题也是一个最费心思的问题，稍微有一点差错就会影响到孩子的一生，所以，父母在对孩子的教育问题上丝毫都不敢怠慢。

以前父母对于孩子的教育都是着重于孩子智商的培养，但是，现在很多父母又针对孩子的情商问题进行了恶补。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。它主要指的是人在情绪、情感、意志、耐受挫折等方面的品质。

根据以前的认识，一个人的智商是最重要的，一个人是否可以取得成功，智力水平是占第一位的，也就是说，一个人的智商越高，他取得成功的可能性就越大。但是，现在心理学家们普遍认为，情商水平的高低对于一个人是否可以取得成功同样有着重大的影响，并且，有的时候情商的作用甚至要超过智力水平的作用。情商的水平是根据个人的综合表现来进行判断的，它不像智力水平那样可以用测验分数的形式准确地表示出来。心理学家们还认为，情商水平高的人有比较强的社交能力，是一个外向而愉快的人，不会轻易陷入恐惧或是伤感之中，这样的人，对待事业比较投入，而且是一个富于同情心并且正直的人。他不管是独处，还是和很多人在一起都能够怡然自得。

现在有一种说法是 80% 的情商加上 20% 的智商等于 100% 的成功。同时，情商和智商不是相互抑制的，甚至可以说它们之间还存

在着某种程度的相关性。高情商的人也可能是高智商，低智商的人也可能是高情商，情商高而智商特别低，或是智商高而情商特别低的人在生活也是很少见的。也就是说，虽然智商和情商所反映的内容不同，但是对于一个人来说，不管是哪一方面存在缺陷，想要成功都是很难做到的。所以，父母就需要把孩子培养成为一个既是情商高手同时又具有高智商的天才。

为了能让父母可以对孩子进行有关情商和智商的培养，本书中把两者的定义、内容及其表现都做了一个大概的叙述，并且在每一章里都设计了一个导言，每一节中还伴有父母箴言，其中都是给父母的一些建议以及如何提高情商和智商的关键。

有关情商方面，父母可以从孩子的优秀品质、心理健康及人际关系等多个方面对孩子进行培养；智商方面，父母可以从孩子的想象力、思维能力、观察力、注意力、创造力和记忆力等方面对孩子加强训练。

做为父母的你，是否还在为孩子的智力不够高而发愁？是否还在为不知道如何去提高孩子的情商而担忧？其实，你只要用对了培养孩子情商和智商的方法，所有的问题都会迎刃而解！

相信，不久的将来，你的孩子就会成为一个高情商、高智商的全能人才。

目 录

上篇 怎样培养孩子的情商

第一章 培养一个高情商的孩子

1. 情商就是智商以外的一切内容 /4

一个人的成功，智商的优劣占20%，情商的优劣占80%，从而可以得出这样一个公式：20%的IQ + 80%的EQ = 100%的成功。如果要造就一个优秀的孩子，让他将来事业有成，那么从小就要重视培养他的情商。

2. 情商VS智商 /7

长期以来，人们习惯于将智商作为衡量人才的标准，而现代研究表明，让孩子成才成功的决定因素不仅仅是智商，从很多方面看，情商显得更为重要。



3. 对孩子加强情商培养 /10

只要让孩子多一点勇气，多一点机智，多一点磨练，多一点感情投资，孩子们也会像“情商高手”一样，营造一个有利于自己生存的宽松环境，建立一个属于自己的交际圈，创造一个发挥自己才能的空间。

4. 提高孩子的情商应先由父母做起 /13

消极的情绪无助于问题的解决，反而会像传染病一样在全家弥漫。所以，父母应当以理智的头脑控制自己的情绪，应该学会掌握调节自己的情绪，同时帮助孩子摆脱消极情绪的控制，学会自我调适，变得乐观自信起来。

5. 让孩子远离“成长问题” /17

有些孩子有着非常高的智商，但是他们的情商却低得可怜，致使他们出现了一系列的问题。所以，父母要经常和孩子做一些情感上的交流、对孩子细心一些、帮助孩子建立自信心、培养孩子的同情心，以便促进孩子情商的发展。

第二章 培养孩子的优秀品质

6. 杜绝孩子的说谎习惯 /22

人的一生都是在真与假的斗争中度过的，父母要引导孩子从小说真话，一步步养成说真话的好习惯。这种习惯一旦养成，就会变成一种做人的准则。这对孩子将来的发展大有益处。



7. 培养出一个有责任心的孩子 /25

孩子并不是天生具有责任心的，它是在适宜的条件和精心的培养下，随着年龄的增长和心理的发展而形成的。家庭是孩子责任心赖以滋长的土壤，父母对待孩子的态度、教育孩子的方法是他能否健康成长的重要条件。

8. 让孩子离嫉妒远一点儿 /29

嫉妒对个人、集体和社会均起着耗损作用，是一种对团结、友爱非常不利的情感。这种缺点如果保留到长大以后，这样一来孩子就很难协调与他人的关系，很难在生活中心情舒畅。纠正孩子的嫉妒心理，是父母培养孩子情商的一个重要责任。

9. 让孩子成为一个文明礼貌的人 /31

一个有教养的孩子必须有良好的文明礼仪，这样的孩子才会受到别人的欢迎，也就是心理学上所说的“被众人接纳的程度高”。孩子的文明礼仪要从小培养，让孩子形成良好的文明礼貌习惯。

10. 让孩子拥有一颗善良的心 /35

一个健康的孩子就好比一棵树，必须以善良为根，正直为干，丰富的情感为蓬勃的枝叶，这样才能结出美丽善良的果子。善良的情感及其修养是人道精神的核心，必须在童年时悉心培养，否则就不会有效果。



11. 教孩子学会宽容 /39

宽容体现了一个人的素养与气度，表现了一个人的思想水平。教孩子学会善待他人的短处，这样孩子才可以与他人和睦相处；教孩子学会宽容对待他人的长处，可以使孩子不妒嫉，从而不断地取得进步。

12. 培养孩子诚实守信的好习惯 /43

从小培养孩子诚实守信的好习惯，对于孩子来说终生受益。要从小事中培养，在大事中受用。久而久之，孩子就会变得格外信守诺言。

13. 培养孩子勤奋的美德 /47

培养孩子对学习的热爱，对学习的勤奋精神以及让孩子接受一流的教育，是最重要的。事实上，一个孩子掌握知识的多与少，完全取决于他的勤奋程度。

14. 让孩子知道谦虚使人进步 /50

巴甫洛夫说：“绝不要陷于骄傲。因为一骄傲，你们就会在应该同意的场合固执起来；因为一骄傲，你们就会拒绝别人的忠告和友谊的帮助；因为一骄傲，你们就会丧失客观方面的准绳。”所以，父母如果发现了孩子骄傲的情绪，一定要尽快地加以纠正。



第三章 培养孩子的健康心理

15. 让孩子的笑脸更灿烂 /56

乐观的品格，对一个人的一生很重要。一个孩子如果拥有乐观的品格，便会生活得快乐。让灿烂的笑容永远洋溢在孩子的脸上吧，这样的孩子才会觉得自己能够驾驭生活，能够克服学习中的困难，能够摆脱一些挫折。

16. 让孩子生活在自信当中 /59

自信是人生发展和成功的心理基础，又是能力和意志的催化剂。当孩子在某方面有了进步，父母应该对于他的进步进行夸奖，即使孩子没有什么进步，父母也应该寻找机会进行鼓励，这样就会让孩子有想要进步的欲望和动力，会让孩子更加渴望进步。

17. 教孩子正确面对挫折 /63

有的孩子一旦遇到挫折就容易产生一些消极的反应，他们往往会用逃避的方式来避开那些挫折。想要改变这种现象，唯一的方法就是在孩子遇到挫折时，父母要教育孩子勇敢面对挫折，向挫折发起挑战。



18. 让孩子学会坚强地面对困难 /67

父母要从小教育孩子，不管面对多么糟的情况都一定要学会坚强，要具有跌倒了再爬起来的精神，这样孩子在以后的人生道路上，才能够走得更远。

19. 让孩子学会用正确的态度来面对失败 /70

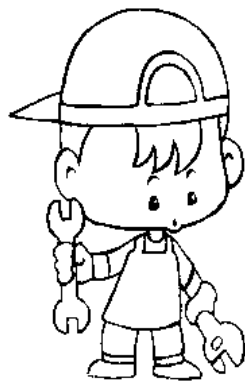
不要害怕让孩子面对失败，因为，失败不会使孩子有所损伤，反而能把孩子磨练得更坚韧、果敢和聪明。只有经历了各种各样的失败，才能证明孩子的能力，才能让孩子成熟起来。

20. 让孩子把一件事情坚持做下去 /73

成功的过程中会遇到许多艰难、挫折、失败，战胜它们最有效的方法就是坚持。父母要培养孩子的敏锐目光，可以让他看清成功背后的景象；要培养孩子持续的毅力，坚持到困难向他退缩。

21. 让孩子学会对自己的事情负责 /76

生活自理能力是一个人生存于社会的基本条件，是孩子独立性的一种表现。父母应当珍视孩子不同年龄段的生活自理愿望，而不要约束过多，剥夺孩子“独立成长”的机会。这样不仅可以培养孩子的生活自理能力，而且还可以培养他们的责任心。



22. 培养孩子的幽默情趣 /80

幽默风趣既是一种喜剧性的艺术形式，也是一种适应环境的人生态度，在人与人的交往中，更是一种沟通的技巧。因此，培养孩子幽默的情趣，是赋予孩子个性独特的神奇魔力。

23. 培养孩子自控的习惯 /84

人的一生很难保证顺心的时候多，如果不能忍耐就没法适应社会。为孩子一生着想，我们应该从他们很小的时候，就想一些办法培养他们自我控制的好习惯。



第四章 培养孩子良好的人际关系

24. 从小培养孩子善于交际的能力 /88

善于与他人交往的孩子不仅能够从容地与同龄人交往，而且能够从容地与老师等成人交往。良好的人际交往是适应社会的表现，孩子是否善于同别人打交道，在人群中人缘如何，对他以后的学习和人生的发展有很大的影响。

25. 教孩子专心倾听别人的说话 /92

孩子要与人融洽相处，流畅地交流，必须要先学会倾听。倾听他人既是一个听的过程，也是一个学的过程。在倾听他人的过程中，孩子可以从他人的言语中学习一些自己不知道的知识和他人的为人处事的态度与原则。

26. 培养孩子与人合作的能力 /96

与人合作的能力已成为当今世界人才的重要素质之一。目前由于孩子中独生子女数量大大增加，任性、脾气大、与人合作能力差成为孩子中大多数人的弱点。所以，培养孩子与人合作的能力是父母刻不容缓的工作。

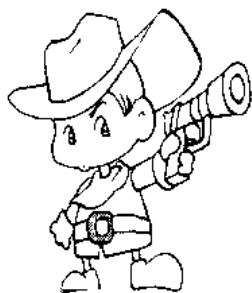
27. 让孩子学会赞美别人 /99

人类本性上最深的企图之一是期望被赞美、钦佩、尊重，可见被赞美是人的内心一种基本愿望。父母如果想让孩子长大后能很好与人沟通，会得体地表达自己的心声，就从小培养孩子于赞美的能力吧！

28. 教孩子学会与人分享 /102

许多父母习惯于过度溺爱孩子，把孩子放在家庭的主导地位，在这种情况下，父母看到的孩子却是心中没有他人的孩子。他们不会关心父母，不会关心他人，更不会关心社会，这样的孩子是值得父母焦虑的。教孩子学会分享，是这一问题的解决之道。

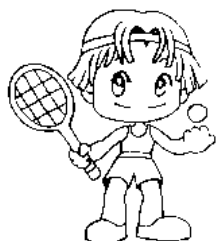
29. 让孩子学会说“不” /105



要培养孩子成为有用之材，独立性和自信心的培养是关键。而教孩子学会拒绝，则是对孩子独立性和自主精神培养的一个方面。所以父母要培养孩子当遇到不正确的要求时，能分辨是非，敢于说“不”，不应该胆小、懦弱。

30. 让孩子学会尊重别人 /109

在人际关系中、要得到别人的尊重最好的办法就是尊重别人。让孩子学会怎么去尊重别人，也就教会了孩子怎么得到别人的尊重。这样，孩子以后踏入社会就会自然而然地对别人表示出尊重，这对他的人缘也会有很大的帮助。



第五章 从多个方面来培养孩子的情商

31. 培养孩子助人为乐的品格 /114

一个懂得帮助他人的人，才能得到更多的人的帮助，才会有更多的朋友，才能获得更多的机会，也才能取得更多的成功。因此，父母要积极培养孩子帮助他人的好品格，鼓励、尊重孩子去帮助他人。

32. 培养孩子爱劳动的好习惯 /118

热爱劳动是一个人在体格、智慧和道德上臻于完善的源泉。不要一味地觉得孩子还小，没有什么可以让他做的。国内外专家们都认为，劳动观念必须让孩子从小就养成，要让孩子在家庭的日常生活中，承担一些在他能力范围内的家务。

33. 培养孩子的语言表达能力 /121

一个会说话的孩子，往往会赢得老师、父母、同学和朋友的尊重和喜欢；而一个不会用语言表达的孩子，通常他一说话就会得罪人。培养孩子的语言表达能力，是教育孩子的第一步，它是架起孩子自信与能力的一座桥梁。

34. 让孩子敢于承认错误 /124

在孩子成长的过程中，一定会犯错误，但是也会改正错误。父母要做的就是怎么样让孩子认识错误、敢于承认错误，让他在错误中发现，在改正错误中成长。

35. 怎样纠正孩子的不良行为 /128

在孩子的身上出现一些不良行为是正常的，父母不需要大惊小怪。当父母发现孩子的不良行为时，要及时地想出相应的方法，让孩子改正他的行为。这样，既纠正了孩子的不良行为，又增强了孩子出现错误的免疫力。

36. 让孩子丢掉爱磨蹭的坏毛病 /131

想让孩子做起事来敏捷利索，不要马马虎虎，慢慢吞吞的，这就需要父母在平时多创造一些机会让孩子做一些他力所能及的事情，也要让孩子知道做事慢的人会造成一些什么样不好的后果。这样，孩子就会在做事情的时候有意识地加快速度。

37. 培养孩子珍惜时间的观念 /134

我们知道，珍惜时间就是珍惜生命。孩子能否安排好自己的时间，与他的学习效率有很大的联系。如果父母在早期教育中，让孩子养成良好的时间观念，就等于给了孩子知识、力量、聪明和美好的开端。



下篇 怎样培养孩子的智商

第六章 培养一个高智商的孩子

38. 高智商的孩子需要超常教育 /142

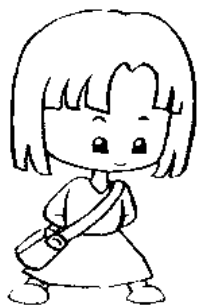
一个人的智商高就什么事情都不用愁吗？是不是只要拥有了高智商就会有一个很好的未来呢？其实不尽然，虽然说一个人的智商高是占优势的，但也不是只要智商高就可以有一番成就。所以，当你发现孩子有很高的智商的话，一定要找出适合孩子的教育方法才行。

39. 孩子的智力是需要开发的 /145

做父母的都希望自己的孩子聪明，希望自己的孩子的智力超群，甚至想把孩子培养成一个小“神童”。这就需要父母从各个方面来加强对孩子智力的开发，让孩子从小就接受训练。虽然说一个人的智力有着遗传的因素，但是，后天的教育更为重要。

40. 什么样的孩子智商高 /148

到底什么样的孩子才会拥有高智商呢？父母文化程度高的孩子、眼球灵活的孩子、体重适中的孩子、爱笑的孩子、爱争论的孩子、勤于运动的孩子、多与父亲打交道的孩子、睡眠充足的孩子智商比较高。



41. 决定孩子智力的因素 /151

有很多因素可以决定孩子的智力，其中有一些因素对孩子智力的影响作用是不可低估的。所以，作为父母对这些因素一定要了解，并要为孩子智商的发展创造条件。

42. 怎样提高孩子的智商 /153

有很多这样的父母，他们可以为了孩子毫不吝惜金钱，以为买够了孩子所需要的一切，就可以有利于孩子智力的发展，其实这些确实有好处，但却是远远不够的。有很多事情光靠金钱是不行的，还需要父母自己去做。

43. 孩子的智力和营养有密切的关系 /158

每个父母都希望能生育一个既健康漂亮、又聪明伶俐的孩子，许多孩子在懂事以后也都想使自己聪明。但是，知道吗，孩子的饮食也决定了孩子的智力。所以，父母也需要注意孩子饮食方面的一些问题。



第七章 培养孩子的想象力和思维能力

44. 让孩子学会思考 /164

聪明的父母在面对孩子的问题时，会启发孩子去想，去分析，去运用自己学过的知识和经验，看书，查参考资料等，让孩子自己去寻找答案。孩子在寻找答案的过程中，思考能力就会得到提高。