

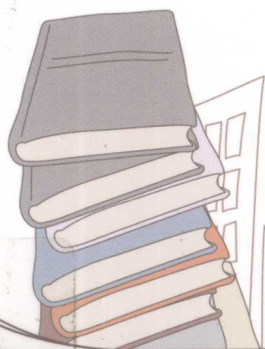
有

12Q

的孩子有出息

12商助孩子鱼跃龙门

魏子涛 丁玲◎编著



开启孩子心灵的
智慧书

德商(MQ)、智商(IQ)、情商(EQ)、逆商(AQ)、胆商(DQ)、财商(FQ)、心商(MQ)、志商(WQ)、灵商(SQ)、健商(HQ)、学商(LQ)、体商(BQ)

中国纺织出版社

有

120

的孩子有出息

魏子涛·丁玲◎编著

藏书

YZLI



YZLI0890164478

开启孩子心灵的
智慧书

中国纺织出版社

内 容 提 要

一个优秀的孩子不仅要学习好,他的智力、学习的能力、沟通的能力、对自己情绪的调整能力、克服困难的能力、理财的能力等多方面都应当有自己的想法,才算是一个优秀的孩子。

本书是一本全面提升孩子能力的书,生动形象的案例,让孩子在快乐中学到知识。通过对孩子智商、情商、德商、心商、逆商、胆商、学商、志商、灵商、财商、健商、体商等十二个方面的解析,让孩子自然而然地迈向优秀的人生。

图书在版编目(CIP)数据

有12Q的孩子有出息/魏子涛、丁玲编著. —北京:中国纺织出版社,2012.5

ISBN 978-7-5064-8364-3

I. ①有… II. ①魏… ②丁… III. ①青少年—能力培养
IV. ①G421

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 034426 号

策划编辑:曲小月 闫 星 责任编辑:闫 星 责任印制:陈 涛

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

邮购电话:010—64168110 传真:010—64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

尚艺印装有限公司印刷 各地新华书店经销

2012年5月第1版第1次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:16.5

字数:200千字 定价:28.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换

序言

孩子是祖国的花朵,是未来世界的主宰者,也是一个家庭的希望。家长从孩子未出生时就开始着手计划孩子的一生,每个年龄段学什么,长大后做什么工作,往哪个领域发展……家长对孩子的教育可谓呕心沥血,然而结果却并没有几个是如意的。

其实,一个孩子优秀与否固然与知识储量的多少和技能掌握的高低有关,然而这毕竟只占其中的一小部分,家长对孩子从小的教育是为了孩子长大后能够轻松立足于社会做准备,而闯荡社会,最需要的不是知识也不是技术,而是稳定的心理素质、良好的心态、高超的领悟能力、战胜困难的能力、与人交往的能力、理财的能力和健康的体魄等,这也就是我们经常说的综合素质。

在条件相当的环境下长大的孩子,原始差别并不是很大,然而随着年龄的增长,却会产生天差地别的变化,这是因为每个孩子在成长的时候各自培养起来的素质和能力是不一样的。想要孩子比别人做得更好一点,不是为孩子做好一切,而是教给孩子真正的生存智慧——12商,12种真正有用的素质和能力,会让孩子的人生更成功。

12商(12Q)包括:智商、情商、德商、心商、逆商、胆商、学商、志商、灵商、财商、健商、体商。

“智商”就是人的智力发展水平。 $\text{智商} = \text{智龄} \div \text{实足年龄} \times 100$ 。如果儿童的智龄与实足年龄相等,则智商为100,属于中等的智力水平。智商低于80与超过120是区分愚笨与聪明的衡量指标。

“情商”就是认识管理自己的情绪和处理人际关系的能力。讲白了:就

是如何做人。人际关系是人生事业成败的一个重要因素。

“德商”就是一个人的道德品质。在现实中,很多人的失败,并非是他们做事的失败,而是他们做人的失败、道德的失败。俗话说:“小胜在智,大胜在德”,真正的成功者,一切工作、事业上成就,归根结底都源于他们做人的成功。

“心商”也就是心态,是维持人们心理健康,保持良好心理状况的能力。心商高的人在选择人生的方向与质量时,通常表现为自信、快乐,对自己所处的环境很快就能很好地适应并能做到“如鱼得水”。

“逆商”是如何认识逆境和战胜逆境的能力。换句话说也就是:能吃常人不能吃的苦,能做常人不能做的事,才能比常人更大步地走向成功。

“胆商”是一个人胆量、胆识、胆略的度量,体现了一种冒险精神。胆商高的人具有非凡胆略和魄力,能够把握机会,该出手时就出手。

“学商”是学习、研究能力的素质描述,也是开拓创新、积极进取、百折不挠的精神写照,是学生成才不可或缺的基本素质。

“志商”就是确立人生志向和目标的能力。人要成功,首先要有成功的意念,小志小成,大志大成。许多人的失败并不是因为自己缺乏才干,而是志向与目标产生了距离,也许就是俗话说的“高不成、低不就”。

“灵商”也称“悟商”。就是一个人对人和事物本质的慎思明辨的顿悟能力。悟商是人生的一大智慧,有了悟性就能驱使我们把眼光放在意义与价值的追求上,从而在原有的基础上有所创新。

“财商”就是人们理财的能力,一般是指投资受益的能力。俗话说得好,不要做金钱的奴隶,而要让金钱为我们服务。

“健商”是指:对健康的智慧与维护健康的能力。健康高于财富,切忌为了金钱而忽视对健康的维护与投资。

“体商”是指一个人活动、运动、体力劳动的能力和质量的量化标准,即提高对体育锻炼的热心程度,以及参与运动的水平。孩子参与锻炼越早,体商的提高往往也越快,长大后更可能成为体育爱好者,或运动水平较高的

“体育能人”。

本书从青少年必备的12种能力和素质着手,总结出12商,如果把人生比喻为大树,这12商就是这颗大树上最壮硕的12根枝丫,只有这12根枝丫长得好,人生之树才能茁壮,才能开出灿烂的花朵、结出丰硕的果实。

每个家长都懂得“授人以鱼不如授人以渔”的道理,同样帮助孩子强壮枝丫比直接授予孩子果实更为重要。

青少年在成长的道路上,一定要增强自己的综合素质,均衡发展。及早完善12Q,让自己先人一步,占有优势。为更好地投身学习乃至以后参加工作,打好基础。

在本书编写的过程中,得到了朱青、楼淑敏、胡琳、张久龙、陈兵、张少楠、王建生、周宴、王占成的帮助,在此对他们表示感谢。

编著者
2012年1月

目 录

第 1 章 智商 (IQ) 物语: 聪明的孩子会开发自己的大脑	1
虚心请教, 这对你大有益处	3
要有打破沙锅问到底的精神	5
知其然, 并知其所以然	7
勤于思考, 你会发现求学的乐趣	9
第 2 章 情商 (EQ) 物语: 掌控好自己的情绪, 做个懂事的孩子	11
让自己会说笑话	13
懂得控制自己的小脾气	15
乐观开朗的孩子人人爱	17
主动和大人多做沟通	19
和老师和谐相处	21
善于与同学相处	24
把父母当做知心朋友	26
不要轻易哭鼻子	28
没有人喜欢哭丧着脸的人	30
第 3 章 德商 (MQ) 物语: 学着体贴、尊重、宽容、诚实、负责	33
学会关心他人, 温暖对方的同时也温暖自己	35
从小培养自己的责任心	37



用礼貌的行为表现自己的修养	39
从身边小事做起	42
要原谅朋友偶尔犯的错	44
做个谦虚的孩子	46
你的快乐也要说给别人听	48
诚实的孩子处处受欢迎	50
承认过错,你一样很棒	52
要学习孔融	54
积极参加各项社会活动	56
第4章 心商(MQ)物语:轻松快乐,有个好心情	59
轻松快乐度过青春期	61
别让逆反情绪伤害了爱你的人	63
疑心病不是你该有的	65
不得不灭的忌妒心	67
正确面对困难和挫折	69
突破内心的束缚	71
健康心态助你快乐成长	73
学会为别人鼓掌喝彩	75
大声笑,把小快乐放大	78
第5章 逆商(AQ)物语:面对逆境,无所畏惧	81
小挫折不会丢掉你的面子	83
面对挫折要学会自己扛	85
彩虹是受了挫折的阳光	88
轻易放弃才是失败	90
只要奋斗丑小鸭也会变成白天鹅	92



微笑是慰劳自己最好的礼物	94
对自己说:没什么	96
阳光总在风雨后	98
让自己越挫越勇	100
第6章 胆商(DQ)物语:做个有胆有识的冒险家	103
做个喜欢冒险的人	105
不要让自己害怕	107
多认识些朋友没什么不好	109
做事不拖拉	111
少年英雄无所惧	113
有勇有梦有未来	115
跳过你自己的影子	117
不就是个纸老虎吗	119
不做懦弱的观望者	121
第7章 学商(LQ)物语:学习也是一种游戏	125
找到学习中的乐趣	127
别拘泥于标准答案	129
在玩中将学习进行到底	131
全面发展,不当偏科生	134
找到适合自己的学习方法	135
听听我们的意见吧	138
不要直接告诉我答案	140
错了,让我自己想明白	142
勿将学习当成负担	144
题做错了,再来一次	146



第8章 志商(WQ)物语:不怕苦不怕累才能磨练意志	149
懂得享受生活的快乐	151
做事需要耐住性子	153
说到做到,履行自己的诺言	155
让自己坚持不懈	157
有目标就要勇敢前进	159
要有顽强拼搏的精神	161
放弃比失败更可怕	162
要有螺丝钉的精神	164
第9章 灵商(SQ)物语:细心观察,将潜能无限放大	167
从细心观察小蚂蚁开始	169
要的就是你的想象力	171
一颗清澈的心很重要	173
要给自己信心	175
你有没有可以说知心话的朋友	177
要多发现每天的不同之处	179
留心生活的细微之处	181
培养自己的好奇心	184
不妨多留个“心眼”	186
保持对生活足够的敏感	188
第10章 财商(FQ)物语:正确看待金钱,做个小小理财师	191
树立正确的金钱观	193
第一笔零用钱买了什么	195
压岁钱能做点什么	197
钱不乱花,做个小计划	199



你有自己的小账户吗	201
控制购买欲望,克服冲动消费	203
山区小朋友需要你的帮助	205
省钱就是变相的赚钱	207
要正确认识金钱的作用	209
第 11 章 健商 (HQ) 物语:养成良好卫生习惯才能健康成长	213
爱干净才健康	215
爱惜眼睛,拒绝眼镜	217
危急时刻懂得保护自己	219
喝牛奶强壮身体	220
最好的饮料是白开水	222
好睡眠既强壮身体又能协助长个	224
不挑食,身体才更健康	226
第 12 章 体商 (BQ) 物语:加强体育锻炼,为身体打好基础	229
不能成为书呆子	231
德智体美劳全面发展	232
身体是革命的本钱	234
增加你的身体协调能力	236
出身汗,能换你个好身体	238
好身体,靠运动	240
坚持锻炼,躲避病魔的缠绕	241
好身体是好智力的保障	243
活动活动筋骨,让大脑更清醒	245
动动手,动动脚	247
参考文献	250



虚心请教,这对你大有益处

★ 案例故事

子曰:“敏而好学,不耻下问。”这句名言,王琪早已能倒背如流,可是到今天,王琪才懂得,不耻下问就这么难做到!

今天上午,王琪与李娜在家中做作业,因为王琪的学习成绩比李娜要好很多,因此,王琪解题的速度比李娜快得多,在王琪做到最后一题时,李娜仅完成了一半!

可老天也许是故意捉弄人,正当王琪以为就快要和作业说“拜拜”时,却被一道麻烦的题目给难住了!其实这道题目老师今天已经讲过了,只是王琪听得不太清楚,本想下课后问老师,却又怕老师说他“聪明一世,糊涂一时”。而且,最重要的是,他胆小的毛病在学校是人所皆知的。

所以,有关这类的题目,王琪都只能望洋兴叹,败下阵来。心想:“这下我可怎么办呀!”忽然看到旁边的李娜,可以问问她呀。可又一想:不行,李娜平时学习都没有我好,这样她会笑话我的。可是再没有其他的机会呀,总不能再傻傻地浪费第二次机会吧。对,去问她,向她请教!

“李娜,这最后一道题怎么做呀?”王琪终于犹豫不决地向李娜开了口。

“噢!”本以为她会取笑自己一番,没想到却如此认真地说道:“这题呀,是挺难的,我一开始也听不懂,后来去问老师才明白了。这道题是这样的:你先求出这水杯的容积,再……”

“哦,我知道了。谢谢!”向她道谢之后,王琪便不费吹灰之力就把这难题解决了,如释重负呀!李娜看着王琪轻松的表情,也不由得笑了起来。

故事中的王琪一开始因为胆小放弃了询问老师的机会,导致作业不能按时写完,后来差点又因为怕人笑话,想放弃向比自己成绩差的李娜求教。



幸亏他放下自尊心,请教了李娜,不然,他何时才能学会解此题的方法呢?所以不要小看问问题,这对你大有益处。

★ 应知应会

虚心求教,看起来很简单,就是要求大家在遇到不懂的题目和事情以后,不怕别人笑话,大胆地请教别人。可是要做到不耻请教的话,大多数孩子心理还是有障碍的。因为各种原因,放弃了请教的还是大有人在。那么,怎样克制自卑心理,做到虚心求教呢?

1. 改掉胆小的毛病

有的同学看到老师就害怕,更别说请教了。其实老师平时威严的表情,是希望大家都认真学习,不要偷懒。每位老师都喜欢有问题就发问的学生,因为,有问题说明你是在用功地学习,不然就不会有问题呢。只要你问了以后,老师都会热心地帮助你解决问题。不但不会笑话你,还会更加喜欢你的。

2. 学会放下面子

“三人行,必有我师”说的就是这个意思,无论自己的学习比周围同学的学习好还是不好,总有人有比你强的地方。放下面子,及时请教,这样总比你在那里浪费时间,求不出解题方法强得多。尽快解决掉不懂的问题,抓紧时间学习下面的题目,这样不仅学会了解题,还节省了时间。

3. 不要怕别人笑话你

每个人都有自己解决不了的问题,这是很正常的,所以不要怕别人笑话你,即使有人笑话你也没有什么,你能保证他就没有遇到问你的一天,等到那天,你要理直气壮地对笑话你的同学说这是不对的,使他也明白虚心求教的好处。



要有打破沙锅问到底的精神

★ 案例故事

爱因斯坦全名为阿尔伯特·爱因斯坦。是20世纪最伟大的物理学家,现代物理学的开创者和奠基人,同时也是一位著名的思想家和哲学家。

爱因斯坦来到这个世界上时,和其他的孩子没什么两样,甚至还有点迟钝。到了3岁还不会讲话。记忆力也非常差,特别苦于记课文和单词。可是,经过他的努力,还真是功夫不负有心人,终于成为了伟大的物理学家、相对论的创立者。

在爱因斯坦4岁那年,父亲送给他一个罗盘。他发现手一松开,指针仍然指向北方。他百思不得其解,就去请教父亲。父亲说:“这是一个很有学问的问题。”在爱因斯坦12岁那年,他的叔叔雅各布给他出了一道勾股定理题。他冥思苦想,终于验证了这条定理。

然而,在爱因斯坦16岁那年,他提出了一个问题:如果人类用光一样的速度,人的眼睛会看见什么?许多人都不知道,也不理睬,觉得是个怪问题。可爱因斯坦从来都没有停止过思考,只是慢慢地去解决它。

正是他这种“打破沙锅问到底”的精神指引他成为世界著名的科学家,为物理学领域的科学研究做出了杰出的贡献。

读了爱因斯坦的故事,深深地感受到了爱因斯坦这种“打破沙锅问到底”的精神。就算是别人觉得是个怪问题而不去理睬时,他也不放弃去研究它。如果只看见他成功的一面,而看不见他的秘诀。那么这则故事对同学们也没有大的启发。要培养自己打破沙锅问到底的精神,才是成功的前提。



★ 应知应会

有了学问,人类可以上天入地;有了学问,人们可以创造财富;有了学问,人们的素养能得到提高。可是,学问从哪里来?可以从书本里获取;可以从实践中得到。不管是从书本上获取还是从实践中得到,你们都要独立思考,不断探究。凡事都要问个为什么,要有“打破沙锅问到底”的那种锲而不舍的科学态度。那么,如何培养自己打破沙锅问到底精神的呢?

1. 抓住一个问题不放

科学家牛顿坐在大树下纳凉,一个苹果掉落在他的头上,他寻思:苹果为什么不往上飞而要朝下掉呢?经过长时期的研究,牛顿终于发现了著名的“万有引力”。发明家瓦特看到水壶里的沸水不停地冲顶着壶盖,他想:沸水为什么有这么大的力量?经过无数次的实验,瓦特终于发明了蒸汽机。他们都是对一个问题的执著研究才有了今天的成就。只要心里有不明白的地方就抓住不放,直到弄明白为止。也许你就是下一个“牛顿”。

2. 不要逃避问题

在学习和生活中,必然会碰到许多弄不明白的现象或者问题。你们不能把它们弃置一边而不顾,更不能不懂装懂。正确的态度是:虚心面对问题,去研究,去探索。如果这时候你不懂装懂,当然可以敷衍过去,但是这一块知识你永远都不会理解,不会明白。这是求学的大忌。

3. 坚持自己的主见

大多数人由于自己的学识和见识有限,他们的理解能力也是有限的,所以发表的意见和见解往往会对你造成一定的误解。这时候,一定要坚持自己的主见,除非你能确认自己真的错了,否则不要轻易的改变你的主见。