

学习型中国·读书工程教研中心 主编

AI DUBEN

优秀小学生

逆商大提升

小学生爱读本

多元智能



AQ

100^位

优秀小学校长、教师
联合推荐

图书在版编目(CIP)数据

优秀小学生逆商大提升 / 学习型中国·读书工程教研中心主编. — 哈尔滨: 哈尔滨出版社, 2009.6

(小学生爱读本·多元智能)

ISBN 978-7-80753-691-8

I. 优… II. 学… III. 挫折(心理学) — 少年读物
IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 058246 号



责任编辑: 关 健 李英文

全案策划: 含章行文

装帧设计: 含章行文

优秀小学生逆商大提升

学习型中国·读书工程教研中心 主编

哈尔滨出版社出版发行

哈尔滨市香坊区泰山路 82-9 号

邮政编码: 150090 营销电话: 0451-87900345

E-mail: hrbcbbs@yeah.net

网址: www.hrbcbbs.com

全国新华书店经销

北京蓝图印刷有限公司印刷

开本 787×1092 毫米 1/16 印张 11.5 字数 135 千字

2009 年 6 月第 1 版 2009 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-80753-691-8

定价: 19.80 元

版权所有, 侵权必究。举报电话: 0451-87900272

本社常年法律顾问: 黑龙江大公律师事务所徐桂元 徐学滨



“中国小学生爱读百部经典”活动
好在让小学生推荐，让小学生阅读，让小学生
成为书的主人。

卢勤
2009. 6. 21

编委会

全国百位优秀小学校长、优秀教师 联合编审

(排名不分先后)

王洪夫	马步坤	丁国旭	卢强	韩建州	高卫宾	李慧茹
朱雪玲	张德喜	姜文华	王春香	张兆琴	毛冰力	张莉香
李秀爱	梁丽娜	霍会英	邢连科	张卫勤	张利军	赵孟华
王贯九	韩德轩	吕国强	赵东成	吕付根	寇中华	葛运亭
张海潮	吕红军	蔡满良	李献中	郑彦山	范富来	陶丘平
康振伟	李富军	刘志敏	张明磊	金云超	张立志	张瑞舟
彭延黎	刘晓红	杨军亚	陈培荣	于建堂	吴贵芹	杨富林
马根文	张根军	李全有	康双发	侯岩	刘洪亮	杨岁武
王茂林	李启红	赵云枝	周东祥	张华伟	王志保	李河山
李文彦	崔富举	刘新宇	杨海林	营四平	任国防	刘聚喜
刘新峰	潘贞瑞	黄四德	武永炎	孟庆德	朱五营	任敬华
陈建中	耿海根	陈新民	李世恩	陈淑华	丁汉洋	丁耀堂
胡耀丽	潘振生	樊来花	张海云	吴卫亭	李德华	吴双民
张会强	郑学德	张洪涛	张立新	杜斌	刘青松	朱亚莉
姜伟	张仲晓					

学习型中国·读书工程



学习型中国·读书工程教研中心 主编
哈尔滨出版社

学习型中国·读书工程教研中心 主编
AIDUBEN
——优秀小学生——
逆商大提升

主编的话

亲爱的同学们：

阅读，可以开阔视野，获取新知；阅读，可以跨越时空，纵横古今中外；阅读，还可以和圣贤对话，与经典同行。

杜甫说：“读书破万卷，下笔如有神。”

的确，取得作文高分的同学都有相同的诀窍——喜欢课外阅读。因为可以从阅读中学到一些好词佳句，掌握写作的技巧，积累更多的写作素材。

为此，我们精心策划了这套“小学生爱读本”丛书，让小学生们评选出自己最喜欢看的“小学生爱读本百部经典”。根据评选结果，我们邀请全国100位优秀小学校长和老师联合编审，本着“强大阵容打造经典精品”的宗旨，精心编纂了这套有利于小学生身心健康成长的大型丛书——中国小学生爱读本百部经典。

这套“小学生爱读本”囊括了中国小学生学习、成长、生活的各个方面，堪称国内较权威、完整的小学生家庭阅读书架。

约翰生说：“一个家庭没有书籍，等于一间屋子没有窗子。”亲爱的同学们，我们殷切地希望你们能多读书、勤读书、读好书，在读书中品味，在品味中思考，在思考中成长。我们也由衷地相信通过阅读这套“小学生爱读本”，你们必定能够吸收到书籍中珍贵的阳光雨露，为日后成长为对人类有贡献的栋梁之才打下坚实的基础。

学习型中国·读书工程教研中心

“小学生爱读本”丛书图标。

每一章分为若干小节，耐心又细致地为你介绍培养逆商的秘诀，简单易懂。



多元智能

4 开发自己独特的潜能

大家都知道每个人身上都有所谓的“潜能”，但是，我们对于自身都有什么样的潜能，往往不是很清楚，事实上，一个人的潜能常常超出很多人的想象。

在一般情况下，人的能力都只发挥了很小很小的一部分，而在受到激励的条件下才能几乎全部发挥出来。

美国有一个叫威廉的心理学家发现：一个普通人只用了其能力的10%，还有90%的潜能可以挖掘。请注意，这里所说的只是普通人，还不是“天才”！

大多数人还没有意识到，自己的能量简直就是一个处于潜伏期的活火山。

可惜的是，很多人尚未看到自己的潜能，就已经结束了一生。

亲爱的小朋友，你有没有意识到你自身的能力要比你自己感觉的大得多呢？

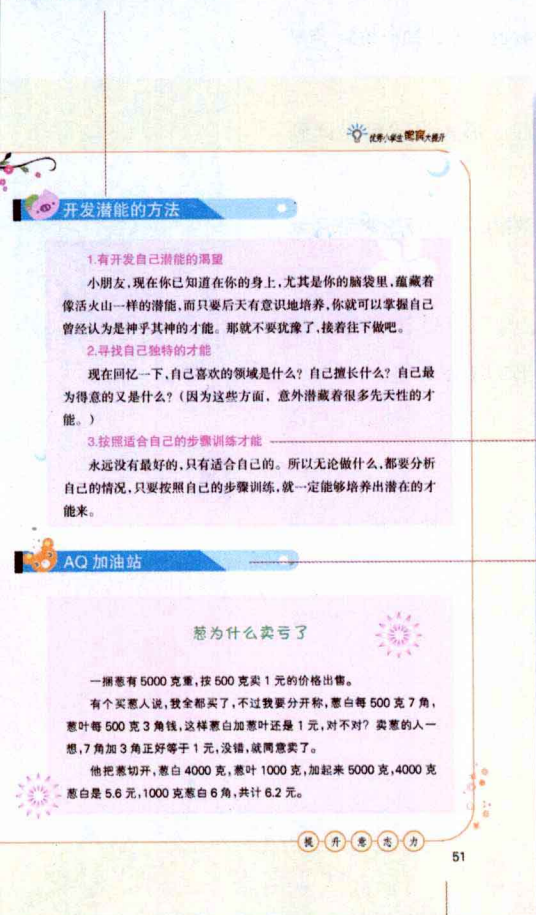
马克·吐温曾说过：“人的思想是了不起的，只要专注于某一项事业，那就一定会做出令自己惊讶的成绩来！”

那么从现在开始，请承认自己是那样的了不起，并且赶紧来开发自己的潜能吧！



全彩精美的手绘插图，打造出充满童趣和视觉世界。

每小节后都设有贴心的训练题目。



内容十分独特而有针对性，难易结合，生动有趣。

专为小学生读者设计，包括游戏、测试、故事，贴近生活，丰富视野。

页码便于检索。



· 本书特色 ·

1

观念先进，提倡小学生多元智能及早开发，旨在把小学生培养成全面发展的多向型人才。

2

按照权威专家观点及心理学理论设计结构，循序渐进，方法非常科学。

3

语言浅显易懂，又摆脱了传统的说教，更适合小学生读者。

4

栏目灵活，不仅是单调的方法介绍，还加入训练题、故事、测试、游戏、幽默等元素，内容更丰富。

名家荐言寄语

“中国小学生爱读本百部经典”活动好在让小学生推荐，让小学生阅读，让小学生成为书的主人。

——著名教育专家、知心姐姐 卢勤

让孩子们从第一本开始，读到一百，那人生就可以读到一千、一万。

——北京大学教授、文学评论家 张颐武

希望“中国小学生爱读本百部经典”可以让父母、老师、同学共享读书的美好时光，分享读书的浓浓乐趣。

——台湾教育学专家、美国UCLA博士 王宝玲

“中国小学生爱读本百部经典”包含了让中国小学生“相伴一生，终身受益”的经典图书。

——香港东方教育研究院院长 陈仲铭





目 录



第1章 提升认识力 /9

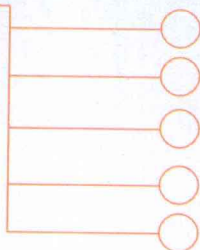
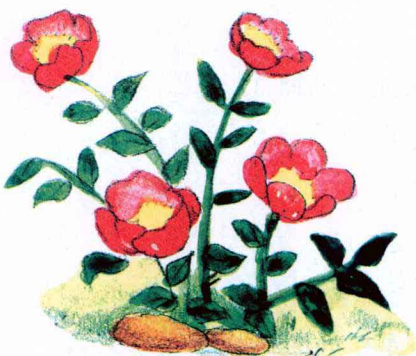
- 1. 培养自己的独立精神 /11
- 2. 认识逆境的意义 /14
- 3. 懂得珍惜财富 /17
- 4. 正确面对失败 /20
- 5. 里根的简历 /23
- 6. 咦?他们曾是差生 /26
- 7. 提升自我保护能力 /28
- 8. 给自己许个未来的愿望 /30
- 9. 透过苦难看到的 /33
- 10. 安逸背后的危机 /36



第2章 提升意志力 /39

- 1. 从幻想这一刻开始 /41
- 2. 为理想搭起桥梁 /44
- 3. 拥有坚强不屈的信念 /47
- 4. 开发自己独特的潜能 /50
- 5. 做一个乐观积极向上的人 /53

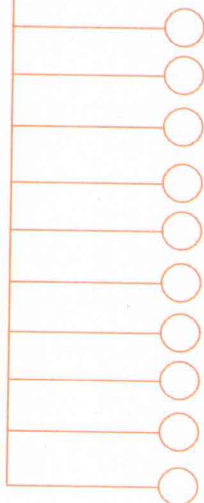




- 6.心动就开始行动 /55
- 7.培养永不服输的性格 /58
- 8.排解坏情绪的训练 /60
- 9.强健的体魄和坚强的意志力 /62
- 10.拒绝诱惑 /64



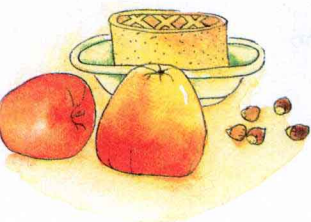
第3章 提升自信力 /67



- 1.告诉自己你是最棒的 /69
- 2.欣赏自己的不完美 /71
- 3.相信自己的力量 /73
- 4.做好自己不追随他人 /76
- 5.PK 影视明星 /79
- 6.尽量去帮助别人 /81
- 7.把微笑挂在脸上 /83
- 8.有梦想就要肯定自己 /86
- 9.别担心,你也可以 /88
- 10.扭曲的自尊心 /90



第4章 提升耐挫力 /93



1. 跌倒了,算什么 /95
2. 换一种思维的智慧 /97
3. 做一个活力四射的人 /99
4. 自我调控 /101
5. 丰富生活,转移注意力 /104
6. 一定要有跑赢的勇气 /106
7. 坦言与善待 /109
8. 小家伙,大志向 /112
9. 挑战极限 /114
10. 经常自我反思 /116



第5章 提升处理力 /119



1. 搞定经常欺负你的人 /121
2. 学会自己缓解压力 /123
3. 学会实现目标 /125
4. 怎样避免无谓的争吵 /127
5. 树立责任意识 /130
6. 别为打翻的牛奶哭泣 /133
7. 专心致志创造奇迹 /136
8. 不放弃最后的 5 分钟 /138



9.走向成功的秘诀——感悟 /140

10.机智应变的能力 /143



第6章 提升合作力 /147

1.理解“我们”这个词的含义 /149

2.做个奉献爱心的赢家 /153

3.学学“斑马”的合作精神 /156

4.试着“走出去”/159

5.释放你的内心感受 /162

6.和不同性格的人相处 /166

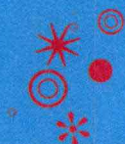
7.保持朋友间的友好往来 /169

8.做一个谦虚的人 /172

9.学会控制自己的情绪 /175

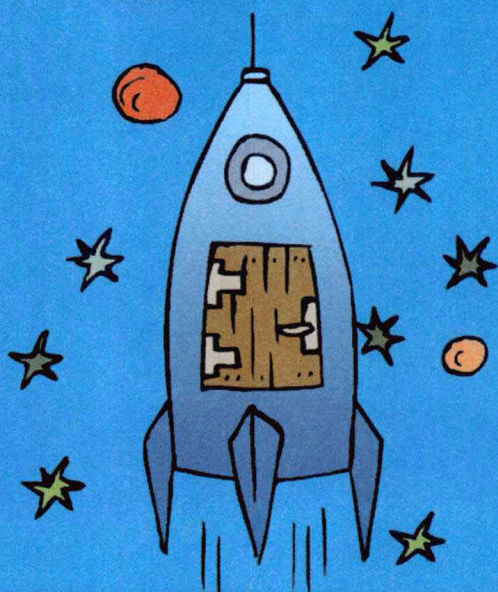
10.唤醒老虎的豹子 /178





第1章

提升认识力





1

培养自己的独立精神

俄国著名作家屠格涅夫曾经说过：“你想成为幸福的人吗？但愿你首先学会吃得苦。”

小朋友，你能明白这其中的道理吗？想必很多小朋友还都不曾经历过风吹雨打，成长的环境如同温室，父母把我们的一切安排得妥妥当当，而我们也已经习惯了有人照顾、有人爱护的日子。这样娇惯的结果是，当我们长大后，对挫折一点儿免疫力都没有，这样的人很难成就大事，也很难获得快乐。

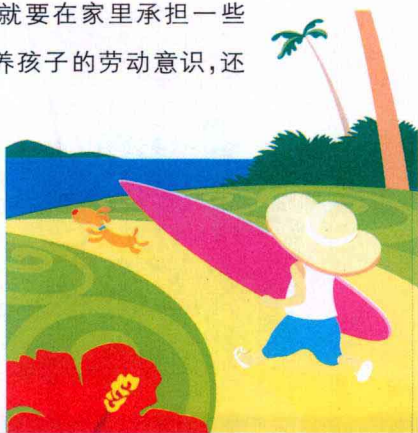
我们一同来看看国外小朋友是怎样成长的：



美国：在美国南部的一些州立学校特别规定：“学生不带一分钱，必须独立谋生一星期才能予以毕业。”通过这种吃苦训练来培养学生的独立生存能力。条件看似苛刻，但学生们却受益匪浅。

德国：德国的相关法律规定，孩子到 14 岁就要在家里承担一些家务劳动，比如打扫卫生等，这样做不仅可以培养孩子的劳动意识，还培养了孩子的吃苦精神和社会责任感。

瑞士：一些瑞士的孩子在中学毕业后，就去有教养的人家当一年的用人，上午帮工，下午上学。这样做一方面可以锻炼劳动能力、吃苦精神，另一方面还有利于学习语言。因为在瑞士有两个语言区——德语区和法语区，所以一个语言区的孩子通常会到另一个语言区的





人家当用人。

日本:在日本,一些孩子从小就树立了一种意识:“除了阳光和空气是大自然的赐予外,其他的一切都要通过劳动获得。”因此,在日本很多中小学生在课余时间都出去劳动赚钱,勤工俭学的大学生更是非常普遍——他们通过在饭店做服务员、在商店做售货员或做家教等工作来赚取学费。



当你看到别的国家的小朋友是这样长大的,你有没有感觉到在同样的年龄段里,他们比我们做了更多的事呢?以上都是发达国家小朋友的成长经历,我们作为发展中国家的未来,是一定要迎头赶上的。



AQ 加油站

池塘里共有几桶水

一位大名鼎鼎的老学者居住的小屋旁边有一个池塘,因此想到一个奇怪的问题:这池塘里共有几桶水?这个问题问得稀奇古怪。几桶水?就像问一座山有多重一样,谁回答得准确?老学者的弟子都是出了名的年轻学者,但没有一个能答上来。老学者很不高兴,便说:“你们回去考虑三天。”

三天过去了,弟子中仍无人能解答得出这个问题。老学者觉得很扫兴,干脆写了一张布告,声明谁能回答这个问题,就收谁为弟子——免得有人说他的弟子都是一帮庸才。

布告贴出后,一个女孩子大大咧咧地走进老学者的授课大厅,说她知道





这水池有几桶水。弟子们一听,觉得好笑,小孩子懂什么。老学者将那问题讲了一遍后,便示意一名弟子领女孩到池塘边去看一下。不料,女孩子笑道:“不用去看了,这个问题太容易了。”她眨了几下眼睛,凑到老学者耳边说了几句话。

老学者听得连连点头,露出了赞许的笑容。

那么你能说得有几桶水吗?



答案:

要看是怎样的桶,如果桶和水池一样大,那么就只有一桶水;如果桶只有水池一半大,则有两桶水;如果桶的大小是水池的三分之一,那么就有三桶水,依次类推。