

《高情商胜过高智商》

图书基本信息

书名：《高情商胜过高智商》

13位ISBN编号：9787535863058

10位ISBN编号：7535863051

出版时间：2011-9

出版社：湖南少儿

作者：赵霞莉

页数：213

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《高情商胜过高智商》

内容概要

赵霞莉编著的这本《高情商胜过高智商(培养高情商孩子的妙方)》从情商的主要内容——情绪管理(情绪认知与调节)、意志力、人际交往能力三个部分入手，深入浅出地阐述了对孩子进行情商教育的各方面知识和相关注意事项，系统地总结了培养孩子情商的一系列教育方法，并添加了大量的典范故事和生活事例，通俗易懂地为您介绍如何帮助孩子认识自身情绪、调节负面情绪、进行自我激励、运用情商来提高人际交往能力等各方面的知识。希望《高情商胜过高智商(培养高情商孩子的妙方)》能为您带去一些有价值的参考信息，为您在培养孩子情商的过程中排忧解难。

《高情商胜过高智商》

书籍目录

上篇 高情商胜过高智商第一章 揭开智商与情商的神秘面纱 第一节 智商是什么 第二节 解读情商密码 密码1：情绪认知 密码2：调节负面情绪 密码3：意志控制力 密码4：人际交往能力第二章 智商未必至上 第一节 高智商孩子的常见问题 1.关键词：急躁、焦虑、抱怨 2.关键词：消极、脆弱 3.关键词：自负、孤独 第二节 高智商不等于成功 1.天才称衡为什么难成大业 2.杨修之死的启示 3.聪明反被聪明误第三章 智商诚可贵 情商价更高 第一节 成功，从稳定的情绪开始 1.喜怒无常的人，你离成功有多远 2.解读司马懿的情绪管理能力 第二节 持之以恒，终成大业 第三节 八面玲珑让人魅力无穷 1.关注他人，懂得察言观色 2.宽容大度，稳重平和 3.真诚助人，一视同仁 4.心思细密，面面俱到 5.低调示人，以柔克刚 下篇 高情商孩子是怎样炼成的第一章 帮助孩子辨别自身情绪 第一节 倾听与交流 1.请听孩子把话说完 2.孩子最厌恶的四种交流方式 3.变成孩子，再来表达你的爱 4.巧用睡前故事交流 5.与孩子谈心的技巧 第二节 情绪的释放与忍耐 1.释放情绪，切莫强行止哭 2.争吵是孩子的必修课 3.妙解孩子的无心恶语 4.孩子发脾气，家长有妙招 5.提高孩子情绪控制能力的四个策略 6.特殊游戏，教孩子学会自控第二章 让孩子与负面情绪说“再见” 第一节 赶走“小魔鬼” 1.怎样缓解孩子的焦虑 2.戒除急躁，宁静致远 3.抑制怒气，握手言和 4.巧妙扫除孩子的嫉妒心理 5.七种方法让孩子摆脱自卑 6.让悲观的孩子沐浴阳光 7.化多疑为信任 第二节 别把您的烦恼转嫁给孩子 1.导致孩子失去自信的牢骚 2.导致孩子对家长失去信任的牢骚 3.导致孩子惶恐不安的牢骚 4.导致孩子产生嫉妒心理的牢骚 5.导致孩子急躁、焦虑的牢骚 6.导致孩子产生愤怒情绪的牢骚 第三节 培养孩子的自省能力 1.批评的学问 2.教会孩子调节情绪的技巧第三章 教育孩子坚守信念 第一节 让孩子认识到坚持的价值 第二节 赏识教育的“秘密武器” 1.赏识教育，从幼儿开始 2.赏识教育应讲究方法 3.避免不恰当的表扬方式 4.赏识教育之设定目标法 5.赏识教育之家庭仪式祝贺法 6.用钱奖励孩子的诀窍 7.戏剧性童话式早教法 8.教孩子学会自我激励 第三节 适当运用挫折教育 1.学会“冷眼旁观” 2.孩子跌倒了，扶还是不扶 3.改善孩子受挫时的情绪 4.挫折教育不等于多吃苦 5.不是板凳惹的祸 6.学会拒绝第四章 推开孩子的交际之门 第一节 带领孩子告别孤独 1.鼓励孩子走出家门 2.变独自游戏为集体游戏 3.解除孩子的玩伴危机 4.让孩子参与家长会客 5.鼓励孩子交个大朋友 6.溺爱也会导致孩子社交敏感 7.小测试——您的孩子有孤独倾向吗 第二节 练造孩子的好口才 1.知识是语言的源泉 2.幽默为口才添彩 3.锻炼孩子口才的几大步骤 4.小游戏让孩子伶牙俐齿 5.掌握说话的分寸 第三节 点拨孩子的交往小技巧 1.人际交往，从礼仪开始 2.教会孩子察言观色 3.友谊维护小贴士 4.孩子交际能力自测题第五章 父母情商教育方法自测题 测试一 测试二

章节摘录

杨修是东汉末年的大文学家，以学识渊博、才思敏捷、灵巧机智而著称。刚开始，曹操十分赏识他的才华，于是封他做了主簿，管理典领文书等事务。不过，杨修在任职期间恃才放旷，四处卖弄自己的聪明才智，逐渐引来了曹操的厌恶。关于杨修炫耀才华、揣摩曹操心意的典故，最著名的有以下几件：

有一次，曹操命人修筑了一座后花园。花园建成后，曹操前去参观。转了一圈后，他什么也没说，只是在园门上写了一个“活”字，就离开了。造花园的工匠们不明白曹操的意思，于是就去请教杨修。杨修笑着说：“门内写个‘活’字，便是‘阔’。丞相是嫌那道园门太宽了。”工匠们听完后茅塞顿开，立即返回到园中重建园门。完工后，他们又请曹操来参观。曹操看了重建的园门后大喜，便问左右：“是谁猜透了我的心意？”工匠们说：“多亏了主簿杨修。”曹操表面上称赞杨修聪明，实际上已经开始忌讳他了。还有一回，有人献给曹操一盒美味的酥饼。曹操尝了一口后，突然提笔在礼盒上竖着写了“一合酥”三个字，然后把酥饼放在案头便离开了。屋里的文武百官面对这三个字是百思不得其解，纷纷站着不敢妄动。这时，杨修走到了案头，看见礼盒上“一合酥”三个字后，便打开盒子，取出里面的酥饼递给了大臣们。大臣们疑惑地问：“我们怎能吃丞相的酥饼？”杨修却说：“是丞相在盒子上写的‘一人一口酥’嘛。”大臣们恍然大悟，把酥饼给分吃了，还纷纷称赞杨修机智聪明。曹操进屋看见这情景后，问道：“你们为何吃我的酥饼？”杨修从容地上前回答道：“我们是按丞相的吩咐吃的。您让我们一人一‘口酥’，我们怎敢违抗命令？”曹操见他识破了自己的心意，顿时变了脸色，从心底对他产生了厌恶之情。不过，曹操表面上依旧赞他“说得好，吃得对”。杨修见自己屡次获得丞相的赞扬，更加不知收敛、得意忘形了。他开始把自己的心智用在琢磨曹操的言行上，处处卖弄自己的聪明。曹操生性多疑，生怕有人在他睡觉的时候刺杀他。于是，他常跟左右侍从和文武百官说：“我在梦中好杀人。在我睡觉时，你们千万别靠近我。”有一天，曹操在睡觉的时候故意让被子滑落在地。他的贴身侍从见后，慌忙上前为他盖被子。曹操即刻坐了起来，拔剑把他杀了，然后又躺下继续睡觉。睡醒后，曹操假装惊讶地问道：“是谁杀了我的贴身侍从？”大家如实相告。曹操痛哭了一阵后，便下令将那位侍从厚葬。此后，大家都以为曹操真会在梦中杀人。而杨修又一次识破了他的意图，在即将举办葬礼时指着侍从的尸体叹息：“丞相非在梦中，君乃在梦中耳！”曹操听闻后，对杨修更加厌恶了。杨修最后一次卖弄聪明是在曹操亲自率军攻打刘备的时候。那时，曹操多次攻打蜀军，都没能得胜。若是长期拖延，恐怕会耗费钱粮，挫伤士气；若撤兵回朝，恐怕会遭人耻笑。正值曹操犹豫不决之际，厨子端了碗鸡汤进来呈给他。曹操看着碗里的鸡肋，顿时伤感万分，觉得眼下的战事就像鸡肋一样“食之无味，弃之可惜”。这时，夏侯惇将军进入了军帐，向曹操请示夜间号令。曹操叹了口气，随口说：“鸡肋。”于是，夏侯惇传令众人，都称“鸡肋”。杨修得知今晚的号令是“鸡肋”，便立刻让将士们收拾行装，准备回程。夏侯惇听闻这件事后，慌忙召见杨修，问他为什么这么做。杨修回答说：“从今晚的号令便可看出，魏王不久后便要退兵了。鸡肋，食之无味，弃之可惜。面对现在这局势，魏王一定在想，进不能胜，退怕人笑。留在这里有什么益处呢？不如早日回去。明天一早，魏王必定下令班师回朝。我让大家先收拾行装，免得临走时出现混乱。”夏侯惇听后觉得有理，说：“您可真明白魏王的心事啊！”于是自己也开始收拾行装。这一夜，全军上下都在忙着准备归程事宜。曹操知道这件事后大发雷霆，叱喝杨修：“我并没下令撤军，你怎么敢如此大胆？”杨修从容地以鸡肋的含意对答。曹操听后怒不可遏：“你竟然乱我军心！”他早就厌恶杨修的自作聪明了，现在正好借着扰乱军心的罪名，下令刀斧手将他推出帐外，就地斩首。杨修就这么结束了自己“聪明”的一生。杨修的才学无疑是超群的。无论在分析局势还是揣摩领导的心意方面，他都表现得相当准确、迅速。可是，他却犯了人际关系的大忌：自恃聪明、卖弄本事，多次自作主张，导致与领导曹操的关系破裂。不明白如何与领导和谐相处——从这点来看，杨修实在是一个情商极低的人。他所担任的主簿一职，相当于现在的秘书。客观地说，杨修虽才华出众，但却缺乏情商，不具备秘书的素质。秘书一职对人的情商要求是很高的，而具备较强的交际能力是情商要求的重中之重。秘书应当重视的一件事，便是与领导建立起和谐的人际关系，妥善地表现自己的才智而不得罪领导。杨修却恰恰不知这一点。他忽视领导的权威，不放过任何一个展示才华的机会；遇事就炫耀聪明，只顾着自己出风头。若一个秘书获得的虚名比领导还多，他怎么能得到领导的赏识呢？杨修若了解情商的重要性，懂得韬光养晦，给领导留面子，便不会时刻将曹操的心意公之于众借以炫耀自己的才智，而落得个被斩首的下场。学会察言观色是提高情商、建立良好人际关系的前提条件。仔细推敲，杨修并不算是个聪明的人。这里所说的聪明，是指一个人的情商智慧。首先，杨

《高情商胜过高智商》

修在曹操手下做事多年，理应对曹操多疑、好面子这些习性深有了解。可是，每当他点破曹操的用意后，并未留意到曹操的脸色变化，反而沉浸在一展才华的喜悦中无法自拔，最终惹来了杀身之祸。其次，他洞察曹操在退兵前的心态，却依旧不顾曹操的满脸犹豫，以自己的意志代替领导的意志，鼓动士兵们作好撤军准备。所以，杨修不懂察言观色，难以压制自己的炫耀欲，多次抢了领导的风头，成了“聪明反被聪明误”的典型范例。把握说话的时机和分寸也是修炼情商的必要手段。杨修被杀，在很大程度上是由嘴巴惹的祸。他多次揣摩曹操的意图，并不分场合地把这些机密泄露出去。尤其是在战况不利的情况下，杨修不顾领导因战争失利而忧心忡忡，反而自作主张，在军中散布退兵的言论，使得军心涣散。从这一点来看，曹操以“泄密罪”杀他也不为过。在特定时刻，即使你已洞察全局，也该学会谨慎而言，懂得沉默是金。其实，聪明是一个人的优点，能领会他人心意的人更是难得的人才。一个人洞悉他人的心意后，最终到底会获得赞赏，还是让对方心生厌恶，便全看他的情商了。杨修若能凭借自己的聪明才智，在猜透曹操的意图后不急于表现，而是适当地与他沟通，向他请示，或等曹操自己揭开谜底，恐怕就不至于惹祸致死了吧？像杨修这样高智商的人都因缺乏情商而受挫送命，可见，行事、做人都需具备一定的情商智慧，才能事有所成，受人赏识。P24-27

《高情商胜过高智商》

媒体关注与评论

生活是一面镜子，你对它笑，它就对你笑；你对它哭，它也对你哭。 ——萨克雷 若你能改变思想，从悲观走向乐观，你便能改变自己的一生。 ——克莱里·萨弗让

《高情商胜过高智商》

编辑推荐

在现实生活中，我们常常能看到一个怪现象：很多小时候被称为神童的人，长大后未必像人们期待中的那般有出息；而一些小时候被认为没出息、资质平平或愚钝的人，长大后却有可能取得非凡的成就。到底是什么因素导致了这些怪现象呢？答案很简单，是情商！情商是影响一个人最终成败的最大力量。心理学家们经长时间的调查研究后指出：一个人的成功，智商因素占20%，而情商因素占据的比例达到了80%！赵霞莉编著的这本《高情商胜过高智商(培养高情商孩子的妙方)》从情商的主要内容——情绪管理(情绪认知与调节)、意志力、人际交往能力三个部分入手，深入浅出地阐述了对孩子进行情商教育的各方面知识和相关注意事项。

《高情商胜过高智商》

精彩短评

- 1、绿色的外表看起来很诱人。内在的东西很专业。目前我已经拿到手，挺不错的一本书。我想说的是，我会从头到尾仔细看一遍，然后推荐给身边的人，这期间包含众多原因：
 - 1*这本书，仅仅读一遍，你无法理解其中精髓的；
 - 2*这本书，看再多遍，依然能让你不断吸收到其中的精髓；
 - 3*这本书，对我培养自己的孩子有着很大的帮助，平时有空拿出来看看，并用作者所描写的某部分内容开导孩子，能很好地起到一个调适作用，培养父子感情；
 - 4*大师级编撰的书，从科学的角度阐述了智力与情商的关系，确实与众不同。很坦率地说，读完很多同类的书后，你便会知道，这个世界上确实是有水平良莠这回事儿。很显然，本书作者所编写的内容是我所中意的。

我强烈推荐给大家，绝对值得大家购买和阅读，错过了这本书，也意味着你将错失一段高智商和高情商。

- 2、非常好的一本书，值得购买。书的内容非常好，很值得借鉴。
- 3、为女儿买的，每天读给女儿听，对孩子的成长很有帮助
- 4、送老婆的，不知怎样
- 5、还好的一本书，看看还行。
- 6、我只是讨厌小孩子班主任说的一句“读书好有什么用，只是智商高，得情商高才行。”所以我找这样一本书来读读。发现，情商远不像班主任老师同志所认知的那样浅显，而且没有智商的高情商的家伙充其量也不过是个江湖骗子，那才叫有什么用呢。
- 7、给孩子看看，不错。
- 8、看完后一定要思考，并想办法应用到孩子的生活之中
- 9、看了有一半，讲解的很详细
- 10、挺好的。开了一点，介绍情商。

《高情商胜过高智商》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com