

<<影响孩子一生的情商游戏>>

图书基本信息

书名：<<影响孩子一生的情商游戏>>

13位ISBN编号：9787502837266

10位ISBN编号：7502837264

出版时间：2011-5

出版时间：地震

作者：柯君

页数：302

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：<http://www.tushu007.com>

## <<影响孩子一生的情商游戏>>

### 内容概要

所谓情商，又称情感商数，是人的情绪、情感发展水平的一种指标，也就是指一个人感受、理解、控制、运用、表达自己及与他人情感交流的能力。

根据有关学者的分析，情商包括以下几个方面的内容：一是能够觉察自己的情绪，并能准确地了解自己情绪产生的原因；二是能够控制自己的情绪，善于克服自己情绪的冲动，摆脱忧郁、焦虑、沮丧和消极；三是能够调整自己的情绪，激励自己，不怕挫折，不惧困难，努力朝着目标奋进；四是能够了解他人的情绪，真诚地去理解他人，帮助他人，富有同情心；五是能够建立和维系融洽的人际关系。简而言之，高情商就是能够很好地了解自己、控制情绪以及建立融洽的人际关系。

柯君编著的这本《影响孩子EQ一生的情商游戏》从培养孩子高情商为出发点，通过各类简单有趣的互动游戏带动各个年龄层的孩子们的情商思考。

翻开《影响孩子EQ一生的情商游戏》，家长和老师们一起带领孩子走进好玩的情商训练营。

## <<影响孩子一生的情商游戏>>

### 书籍目录

#### 第一章 情商伴随孩子的成长

你的IQ是多少

你的EQ是多少

智商和情商是一对双生儿

你是个EQ高的父母吗

懂得催生孩子的情商

智力不是好孩子的唯一标准

培养高情商的孩子

EQ教育，学校也是关键环节

情商与自身成长的关系

找钥匙的小孩

纵横交错

天下第一联

#### 第二章 看清楚镜中的自己

正确认识自己和他人

选图片知性格

对性格内向和外向的孩子区别对待

我的自画像

你的性格最像哪种动物

坦诚地看清楚自我

孩子是个很自我的人吗

塑造孩子的性格

自信和自卑

害羞的孩子

测测孩子的自尊心

集体照片上的位置

你的孩子是绝对的服从者吗

真心话大冒险

模拟人生

#### 第三章 心情也是选择题

情绪是什么

情绪会传染

情感能力

一起来掷情绪的骰子

快乐随心变

焦虑的自我测试

焦虑感源在哪

控制愤怒

给你一个开朗的孩子

做“E”时代合格父母

孩子的逆反心理

小游戏：续讲故事

鱼与熊掌：知道礼仪

告别赖皮

情感表达

## <<影响孩子一生的情商游戏>>

让孩子任性远离  
抑郁症  
我的童年  
如何帮孩子做情绪的主人  
解读情绪的奇妙功用  
第四章 让孩子UP, 再UP  
谁是领头人  
瞄准自己的目标  
自己动手做励志T恤衫  
你的心理适应能力怎样  
你是个自卑的人吗  
树立孩子的自信心  
你是有成功欲望的人吗  
测测你的抱负指数是多少  
影响成功的因素  
群虎戏尾巴, 培养孩子们的灵活性  
你是个善于编故事的人吗  
来自大自然的想象力  
根火柴棒  
圆圈迷宫  
对称轴  
洗牌  
蒙眼作画  
猜猜看  
第五章 社交EQ  
什么是社交恐惧  
让演讲不再恐惧  
请你估价  
闻名不如见面  
签名大比拼  
看照片, 记名字  
孩子, 让他人记住你的名字  
第一印象  
我来提问你来答  
无声的语言, 你会吗  
猜出被拿走的物品  
小游戏  
少了一张报纸  
词语技巧  
第六章 友情, 本来就是一道测试题  
模仿秀  
找优点  
找出你的苹果  
友情需要用心经营  
最受欢迎的人  
测测你的友情指数  
开火车

<<影响孩子一生的情商游戏>>

接纸杯传水  
合力吹气球  
好朋友  
五官错位  
第七章 沟通  
打破沙锅问到底  
说出帽子上的名词  
猜价格  
湖边奇案  
模拟招聘  
坦克大战  
故事克隆  
演讲  
杀人游戏  
背部写字  
我来比划你来猜  
向银行借钱  
家庭沟通  
第八章 倾听能力游戏集  
让谁逃出去  
倾听的挑战  
隔墙有耳  
小猪打鼾  
你是心算高手吗  
积极倾听  
商店打烊  
举起手来  
钱该怎么花  
额头还是下巴  
不同任务  
比赛报数  
大树与松鼠  
第九章 团队合作  
击打气球  
停走的游戏  
假若你是领导  
最佳拍档  
蒙眼正方形  
统一步伐  
趣味足球赛  
手拉手  
特别演出  
小男孩的眼泪  
战国七雄  
穿越雷区  
成语大王  
接力赛

<<影响孩子一生的情商游戏>>

团队精神  
课间排队  
看看你的脸  
踏板运水接力  
挑水接力  
趣味跳绳  
吹气球  
泡泡糖

## <<影响孩子一生的情商游戏>>

### 章节摘录

版权页：插图：懂得催生孩子的情商“望子成龙”是每个父母的心愿。

可是不少父母只知道不辞辛苦地请老师指导孩子学习“琴棋书画”，倾注了大量的心血来培养孩子的智商，却极少考虑到如何提高孩子的情商，也不知道该如何培养，才是对孩子好。

其实，孩子情商的发展也和身体的发育、认知能力的变化一样是有阶段性的，与大脑的发育紧密相关。

尽管孩子出生时有其特定的情感模式，但他们的大脑有可塑性，可以学会新的情感和社会技能，从而创造新的神经通道，以及适应性更强的生物化学模式。

那么怎样培养孩子的情商呢？

首先，要给孩子建设性的关怀。

这种建设性的关怀意味着为孩子提供良好的情感环境，以一种孩子能接受的方式支持他。

这种关怀远远超出口头表扬和拥抱。

它需要父母积极参与到孩子情感生活中去，和孩子一起玩，一起参加活动。

对于年龄较小的孩子，父母还要坚持每周几天有规律地与孩子一起寻找适合他们的游戏。

在和孩子玩耍和游戏时，不应该对孩子的兴趣、热情和接受能力作任何评价，不要提问或发布命令，更不要去控制和指导孩子；如果要赞扬孩子应该准确、真诚，避免过分的言辞。

比如当孩子在搭积木时，你只要准确地表扬他：“你搭的房子真高！”

等等。

有关研究证明：父母的这种关怀可以长期地影响孩子的自我形象、处理问题的方法，甚至是他们的健康。

其次，学会积极约束。

积极地约束是父母应该掌握对付孩子调皮捣蛋行为的办法。

但这个约束的程度和方法是很难掌握的。

有的父母在孩子捣乱时采用打骂的方法，有的一味劝导。

这两个倾向都不对。

积极地约束要求父母明确告诉孩子有关的限制和规定。

如果孩子能够遵守，表现出好的行为，则用表扬或欣赏来肯定他。

如果规定和限制被违反了，则不管是否故意，应立即给予适当的惩罚，而且前后一致，说到做到。

当然惩罚的力度要适宜，方法要得当。

如： 指责。

这种指责主要是让孩子知道做错了，不要使他产生怨恨； 明白后果。

在孩子违规时让他知道后果。

比如孩子起床时磨磨蹭蹭，就让他迟到，使他不能按时到教室和其他同学一起听课。

当然有些违规的行为不好用此法，比如当孩子玩火时，不能让他看玩火的结局。

剥夺一项权利。

比如不让他们看电视，不让他们玩游戏机等。

过度矫正法。

如果你的孩子不脱鞋爬到床上，那么你就让他重复正确的行为至少10次，也就是重复脱鞋上床10次以上。

这对于快速纠正不良行为很有好处。

行为分数制。

指的是当孩子有正确的行为时给他加分，遇到捣乱的行为时给他减分，这对克服慢性问题很有好处。

来自新西兰的一个研究表明：如今孩子的智商是提高了，高于前半个世纪20个百分点。

但具有讽刺意味的是：在一代比一代更聪明的同时，情感和社会技能却在急剧下降。

在精神健康等方面，今天的孩子在许多方面都不如上一代。

这说明什么呢？

## <<影响孩子一生的情商游戏>>

这说明不是孩子智商高了，孩子就必然有成功幸福的未来。

现实生活中也有很多例子说明情商是非常重要的。

家长重视孩子的智力，是想让孩子将来考上大学，能有个学位，能有个好工作，可以过得更幸福。

但如果不重视情商的培养是不能如愿以偿的。

有时，孩子在考试时，总会发现这样的情况：有的孩子平时成绩很好，但一正式考试就发挥不好，反而平时学习不好的孩子在考试时会发挥很好，这是为什么呢？

这就是情商在起作用，因为他们心理素质不一样、坚韧程度不一样、承受压力的程度不一样。

前者被担心、恐惧、忧愁等围绕在心里，影响他的发挥。

所以，这说明，智力还要靠非智力因素来调遣，我们必须要注意孩子的非智力因素。

有的家长认为自己的孩子存在一些问题，尤其是情商方面，怕自己的孩子没有成功的未来。

情商是靠后天培养的。

首先，要坚信没有不好的孩子，只有不好的教育方法，人之初，是性本善的。

因此，孩子有坏毛病，要看教育方法是否得当，并及时调整。

我们应该站在孩子的角度来看孩子。

其次，尊重孩子爱玩的特点，寓教于游戏中。

喜欢玩耍和游戏是孩子的天性，老师和家长要尊重孩子的兴趣和爱好，把教育融于游戏中，这样，孩子非常容易接受教育。

我们的家长和老师要关注于孩子的兴趣，不要关注于孩子的弱点，要重新审视孩子的游戏，挖掘它其中的教育价值。

让孩子在做游戏过程中，自己制作玩具，比如玩打仗，就可以让孩子自己做手枪，根据孩子的年龄与特点，让他们制作适宜的玩具。

或者家长可以帮孩子用小卡片做一些手榴蛋等物品，把它们藏在各个角落里，这些都对孩子的耐心和细心的培养起到很大的作用。

第三，尊重孩子，和孩子建立平等的师生、亲子关系。

成人往往居高临下，指责孩子，造成孩子的逆反心理，我们的家长碰到事情不要急于指责孩子，要先想想有没有自己的错误，先做自我批评，使孩子感到尊重、平等，他也会学你的样子尊重别人。

因此和孩子建立平等的关系，倾听孩子的心声，才能使孩子的心理健康地发展。

第四，学会站在孩子的位置上考虑问题。

不要把老师、家长的尊严放在前面，因为一到孩子给我们丢脸的时候，是我们最容易失态的时候。

比如：家长带着孩子去做客，大人见面后就爱聊天，可是往往这时候没有考虑到孩子们的处境，这时他们觉得没有意思就闹着要回家，不太闹的孩子就会说：“走吧，走吧”。

有些孩子实在无聊，他引不起你对他的关注，他的好行为你不去理睬，所以，他就故意做一些错事来引起你对他的关注。

所以，我们的家长要站在孩子的角度来看问题，下次再做客时，我们就要考虑一下，给他们安排些什么活动？

这样就不会再有类似的事情发生。

第五，发现孩子的优点，促使其美好的品质蓬勃发展。

要善于发现孩子的优点，并不断肯定和发展这些优点，坏的习惯和毛病就会受到排斥，在不觉察的情况下逐渐消失。

我们要透过孩子的缺点，来看到他的优点。

比如，有的孩子爱跑、爱闹我们就要看到他身体强壮，富有朝气。

有的孩子非常爱拿树上的“吊死鬼”虫子来吓唬人，这个看起来是缺点，但是可以看出来，他胆子大，比较勇敢，我们就应该利用他这些优点，使他这些美好的品质得到正确的引导和发展。



## <<影响孩子一生的情商游戏>>

### 编辑推荐

《影响孩子一生的情商游戏》：想让你的孩子拥有超人的情商吗？  
想让孩子们更加贴近成功吗？  
打开《影响孩子一生的情商游戏》，赶快带着孩子一起来参加者充满欢乐的游戏训练吧！  
对孩子来说，最好的教育是游戏，玩转情商游戏，全面开发左右脑。

<<影响孩子一生的情商游戏>>

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:<http://www.tushu007.com>