



如何在游戏互动中  
提高孩子的情商

# 你就是孩子 最好的玩具

刘臻 著

2



一本带你重新认识游戏、  
情商和亲子关系的育儿宝典

南方出版社



# 你就是孩子最好的玩具②

## 专家推荐

本书通过对游戏、情商和亲子关系的全方位解读，帮助父母成为孩子最好的玩伴，在游戏互动中培养孩子的“五大能力”（自我认知能力、独立能力、自控能力、抗挫折能力、自我激励能力）和“三心二意”（自信心、爱心、责任心和感恩意识、诚信意识）。

教导儿童的主要技巧是把儿童应做的事都变成一种游戏。

英国哲学家、教育家 洛克

活动是认识的基础，智慧从动作开始。

瑞士心理学家 皮亚杰

儿童游戏中常蕴涵深刻的思想。

德国剧作家 席勒

游戏可以给小孩子快乐、经验、学识、思想、健康。

现代教育家 陈鹤琴



上架建议：亲子教育/畅销

ISBN 978-7-5501-0651-2



9 787550 106512 >

定价：28.00元

如何在游戏互动中  
提高孩子的情商

你就是孩子最好的玩具 ②

刘璨 著 南方出版社

资源免费定制 想看就看

免费定制

- ◇ 电子书籍
- ◇ 电子杂志
- ◇ 影视动漫
- ◇ 各类资源

Hello♥

你是否有想要看的书?

你是否有想看的杂志?

却苦于找不到下载地址, 花钱买?

来 品品品, 问题将迎刃而解!

任何你想要的书籍、杂志

我们免费为你定制, 满足个性需求

想看什么 就看什么

资源定制专栏:

<http://www.pinmuch.com/forum-40-1.html>

★☆☆ Let's Go!!





精品资源  
尽情品味

全网  
唯一

# 史上最牛返利站

如果你网购没有返利，就来品品品省钱吧！

不仅有高返利，还有免费资源分享，快来！

高网购返利 + 享精品资源

# 全欣爱·最专业的流产康复营养



全欣爱 全称为全欣爱营养强化蛋白复合粉，我国著名妇幼营养专家邵玉芬教授指导开发，是一款专门针对流产女性的专业营养品：全欣爱依据“流产康复关键营养”理论组方，全面满足流产女性营养需求，是一份献给流产及产后女性的专业关爱。



全欣爱

流产康复关键营养



做个爱她的男人 做个体己的女子



**图书在版编目 (CIP) 数据**

你就是孩子最好的玩具2/刘臻著. —海口: 南方出版社, 2011.12  
ISBN 978-7-5501-0651-2

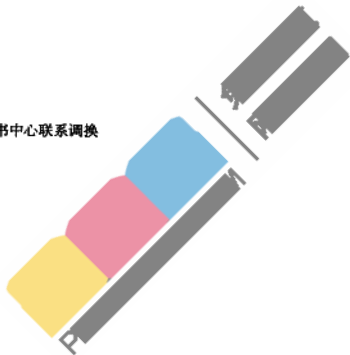
I. ①你… II. ①刘… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第 259390号

**书 名:** 你就是孩子最好的玩具2  
**作 者:** 刘臻

**出 版 人:** 赵云鹤  
**出版发行:** 南方出版社  
**地 址:** 海南省海口市和平大道70号  
**邮 编:** 570208  
**电 话:** (0898) 66160822  
**传 真:** (0898) 66160830  
**经 销:** 新华书店  
**印 刷:** 北京佳顺印务有限公司  
**开 本:** 690×960 1/16  
**印 张:** 13  
**字 数:** 150千字  
**版 次:** 2012年1月第1版 2012年1月第1次印刷  
**书 号:** ISBN 978-7-5501-0651-2  
**定 价:** 28.00元

该书如出现印装质量问题, 请与本社北京图书中心联系调换  
电话: (010) 65068303-622



## 序言

### 孩子的情商你说了算！

21 世纪是竞争大行天下的时代，而各行各业所需要的竞争力，与其说是知识储备、智商水平，还不如说是情商水平。人一旦投身到社会中，最重要的是能够做到两点：“自知”和“知人”。自知能够让孩子认识自己、控制自己，知人能够让孩子处理好人际关系。而这两点恰恰也是情商教育的两个基本立足点。

对于父母来说，培养孩子的情商，比培养孩子的智商更为重要。这可以从两个方面来理解：第一，智商是天生的，父母再怎么努力，也只是在挖掘孩子的潜能；而情商则不同，它是后天培养的，只要父母投入足够的精力，注意方式方法，孩子的情商就是父母说了算。第二，从两者发挥的作用来看，情商可以决定人生成功与否的 80%，而智商只可以决定 20%，聪明的父母当然会更注重孩子的情商教育了。

情商又称为情感智力或情感智慧，包括自信乐观、勇敢真诚、自我激励、同情心和感恩心，以及把握自己和他人情感的能力等。简而言之，



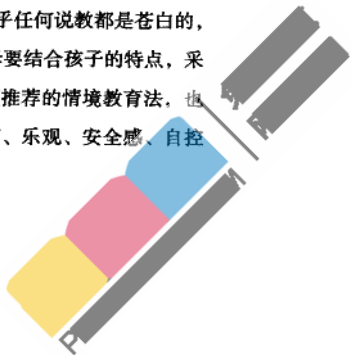
它是人的情感和社会技能，是智力因素以外的内容，是通往成功的必备素质。

父母想要造就一个优秀的孩子，让他将来事业有成，从小就要重视情商的培养。这对父母本身提出了很高的要求。因为情商对很多父母来说，并不是一个很熟悉的概念，他们可能听说过这个词，但他们并不知道，如果想要对孩子进行情商教育，父母本身应该具备什么条件。

当父母能够意识到这一点，就是迈出了情商教育的第一步。因为父母肯定会为了提高孩子的情商，而去努力了解情商的密码，提高自己的情商修养。这当然是亲子教育的重要收获，即父母和孩子教学相长，同时得到提高。正如文坛巨匠托尔斯泰所说，对孩子的教育，实质上就是对家长自身的教育。只有父母自己具备了一定的情商修养，才能通过言传身教进行移情训练，主动积极地影响和提高孩子的情商。

至于如何有效地提高孩子的情商，本书也指出了最佳的途径，那就是游戏。情商的发展和培育主要集中在从孩子出生到青春期这段时期，尤其是3~6岁，这时孩子主要依靠游戏来认识和理解身边的世界，对这个年龄段孩子的情商教育的原则是，让孩子在游戏中获得情感体验和情商培养。因此，游戏将贯穿本书始终。

著名的幼儿教育家蒙台梭利认为：“游戏活动是儿童的工作。”孩子身心发展的特点，决定了孩子喜爱游戏、乐于游戏，进而在游戏中学习各方面的知识，健康快乐地成长。在这段时期，几乎任何说教都是苍白的，无异于“对牛弹琴”。因此，在情商教育中，父母要结合孩子的特点，采取让孩子容易接受的方式，这就是教育学家一直推荐的情境教育法，也就是游戏教育法。在游戏中，孩子可以培养自信、乐观、安全感、自控等多种情商。



然而，对于如何利用游戏来培育孩子的情商，却是一个让身为成年人的父母头疼的难题。但它又是如此重要，父母必须加以克服，不仅要通过游戏来引导孩子的情商发展，还要融入游戏之中，做孩子最好的玩伴，这样才能真正起到言传身教的作用。由于现在中国独生子女较多，孩子在家中缺少玩伴，父母就是孩子眼中最现成的大玩伴。父母抓住这样的有利条件，真正和孩子玩到一块，对孩子的情商教育就完成了了一半。

当父母解决了何谓情商以及游戏对情商培养的重要性这两个问题之后，马上就要考虑另外一个重要的问题，就是“营造游戏的环境”。很多父母觉得，孩子玩游戏只能在家里玩。这是很大的误解，也折射了父母情商不高的事实。

在孩子看来，什么地方都是游戏室，什么事情都是游戏，什么人都是玩伴。他们可以讨厌玩毛毛虫，也可以把开关电视这样单调的行为做得有滋有味，甚至在吃水果的顺序上也会大做文章。但是孩子天生擅长的，往往就是父母在成长中遗忘丢失的，父母往往会觉得孩子的行为“不可理喻”，而不知道这才是童趣和游戏的精髓所在。不过不理解没关系，父母要做的其实也并不难：第一是不制止，第二是尽量营造游戏的氛围，第三是和孩子分享游戏中的乐趣。

蒙台梭利曾做过一个实验：她专门为一个孩子提供了适宜的环境，房间的布置非常适合孩子。当孩子轻轻打开门的时候，门的扶手大小恰好能为他的手所握住；挂衣物的衣钩就在他伸手能够得着的地方；房间所放的椅子，其重量正好适合他的臂力……结果这个孩子在这个环境里获得了很大的提高，很快变得能力非凡。由此，蒙台梭利得出结论：给孩子提供一个适合的环境，不仅有助于发展孩子的各种能力，而且也能提高孩子的情商。

不仅仅是家居环境，几乎在任何场合，尤其是在大自然中，到处都是孩子游戏的舞台，有时候只需要父母“允许”而已，根本不需要去创造条件。孩子有一种魔力，能够把平凡场所中不为人注意的角落变成趣味盎然的游戏场。父母要做的其实很简单，就是在各种场合，注意不要去压抑孩子的游戏精神。当然，如果父母童心未泯，就能给孩子很多了不起的建议，帮助孩子找到更多有趣的游戏。

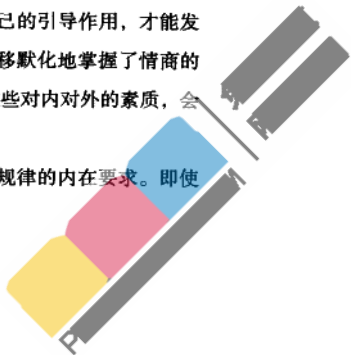
好了，现在我们要谈论最后一个重要的问题：父母和孩子在游戏中各自担任什么角色。这个问题处理不好，就是行百里者半九十，会让父母此前的所有努力都功亏一篑，不仅收不到任何效果，反而可能在游戏中伤害到孩子。

不管怎么说，游戏是孩子的天性。因此，孩子在游戏中是当仁不让的主角，父母作为玩伴，要时刻注意自己的配角角色，千万不能越俎代庖，更不能企图去控制孩子的游戏。很多游戏中的事情在成人看来很简单，但孩子不是成人，他们需要在“正确—错误、成功—失败”的不断尝试中提高自己的能力。

父母在游戏中，再也不是孩子的监护人，只是孩子的玩伴。父母需要做的是给予孩子积极的引导，而不是帮助孩子做判断。就好像皇帝身边的大臣一样，大臣尽心尽力地为皇帝出谋划策，但所有的决定还是由皇帝来做。这是原则问题。

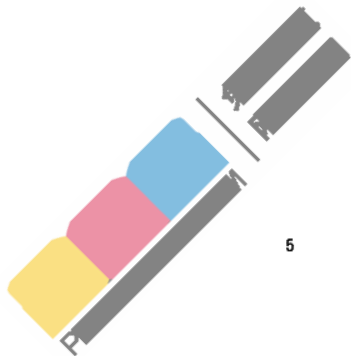
父母时刻注意自己的游戏角色，才能发挥自己的引导作用，才能发挥游戏的最大作用。孩子在游戏中身心俱足，潜移默化地掌握了情商的各种技能：控制自己的情绪，与人融洽地相处。这些对内对外的素质，会让孩子受益终身。

通过游戏来发展孩子的情商，这是儿童成长规律的内在要求。即使



亲如父母，也要尊重这一规律，让孩子在游戏中学习、成长，变得优秀非凡。值得注意的是，父母要避免以下几个常见的误区：对孩子的游戏没兴趣，在游戏过程中不投入，在游戏中操纵游戏，人为地拔高游戏高度，把成人那一套带到游戏中来。这些都会毁了一个游戏，进而给孩子带来非常坏的影响。

父母要切记：你应该是而且必须是孩子最好的玩伴，只有这样，孩子的情商才真的是由你说了算。这是父母义不容辞的责任，也是父母最大的骄傲！



# 目录

Contents

## 序 言 孩子的情商你说了算！

### 第一章 做高情商的父母

情商 PK 智商，哪一个对孩子成才更有影响 /3

言传身教，你的情商指数也很重要 /9

游戏是亲子关系的催化剂 /15

你准备好做孩子的玩伴了吗？ /20

情商成熟，孩子才真正成熟 /25

### 第二章 在游戏中培养孩子的“五大能力”

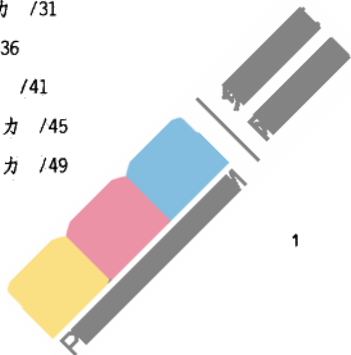
角色认知游戏：培养孩子的自我认知能力 /31

分配任务游戏：培养孩子的独立能力 /36

“抵制诱惑”游戏：培养孩子的自控能力 /41

“跌倒爬起”游戏：培养孩子的抗挫折能力 /45

“我能行”游戏：培养孩子的自我激励能力 /49



### 第三章 在游戏中培养孩子的“三心二意”

“我是最棒的”游戏：培养孩子的自信心 /55

“亲善大使”游戏：培养孩子的爱心 /60

“站好最后一班岗”游戏：培养孩子的责任心 /65

“过节”游戏：培养孩子的感恩意识 /70

“给猫画鼻子”游戏：培养孩子的诚信意识 /75

### 第四章 把家营造成乐园

家庭是孩子游戏的舞台 /81

父母是孩子最重要的玩伴 /84

生活起居的兴趣引导 /89

除了家庭作业，一定要预留玩耍时间 /93

让孩子做一回小家长 /97

### 第五章 团队游戏——让孩子构建自己的交际圈

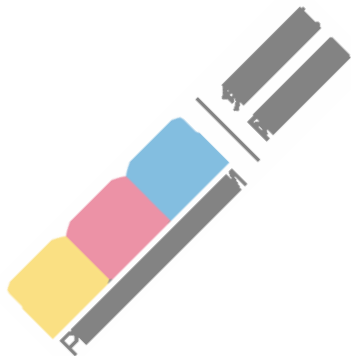
日常生活中拓展训练比比皆是 /103

良性竞争很重要，但也要有团队协作 /107

做好小主人和小客人 /111

父母怎样听，孩子才会说 /116

父母做好后勤工作 /121



## 第六章 让孩子融入你的成人世界

教会孩子必要的文明礼貌和社交礼仪 /127

不妨带孩子参加一些 PARTY 活动 /132

亲朋互访期间给孩子预留节目 /137

探望长辈，让孩子懂得亲情无价 /142

家庭旅游是集体欢乐游 /146

## 第七章 在游戏中解读孩子的心理符号

仅仅熟悉还不够，还要让孩子觉得你有趣 /153

善于发现孩子在学习中的异常行为 /158

根据孩子的反应，调整孩子的游戏时间 /162

灵活运用游戏暂停法 /166

在游戏中积极引导孩子的情绪 /170

## 第八章 父母应该极力避免的误区

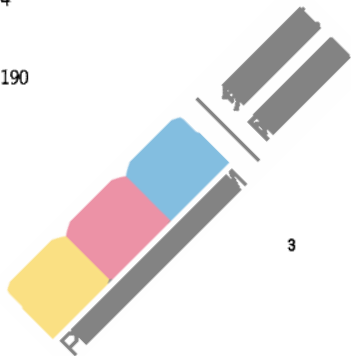
避免拒绝孩子的游戏邀请 /177

避免无视孩子的天性，做游戏的操纵者 /180

避免给孩子的游戏设置“附加值” /184

避免对孩子的游戏敷衍了事 /187

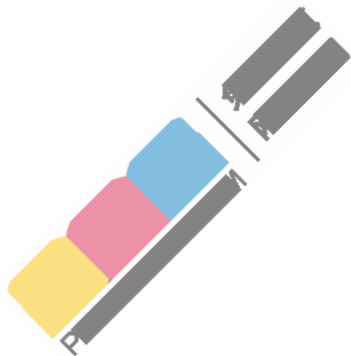
避免用奖励或者惩罚的手段毁了游戏 /190

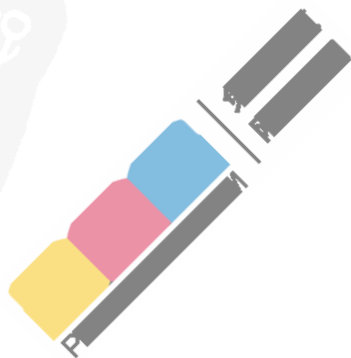




## 第一章 做高情商的父母

如果你已经为人父母，那么你就必须重视孩子的情商教育，因为情商在未来社会中的重要性将越来越突出。作为父母，让你的孩子更快乐自信，更善于跟别人融洽相处，更好地融入社会，是你责无旁贷的事情。或许你自己是高情商者，但是在如何将你的孩子也培养成高情商者方面，你还是一张白纸。你应该学会做你孩子最好的玩伴，在游戏的过程中提高孩子的情商，这对他的一生都极有帮助。







## 情商 PK 智商，哪一个对孩子成才更有影响

李开树是一个智商很高的孩子（智商测试超过了 140），但是最终他在父母的陪伴下走进了心理诊所。谈及孩子的自闭症，李开树的父亲李琨一脸的揪心。

虽然成绩一直名列前茅，但学校的老师反映，李开树越来越不合群了，而其他同学认为李开树因为成绩好，眼中瞧不起人，也开始不爱跟李开树接触了。

他跟父母也很少交流，回到家里，就把自己关在自己的卧室里。虽然他的成绩没有下降，而是越来越好，但是他的父母却越发焦急起来，他们担心李开树会变成别人口中的只会读书的“书呆子”。

在心理医生那里，李琨第一次听说了“情商”这个词。很显然，李开树的智商虽然很高，但掩盖不了他的情商不足的缺陷，这造成了他孤僻的性格，长此以往，就有可能形成心理疾病。李琨吓了一跳，他在电视上也看过一些患有心理疾病的孩子，他不希望自己的孩子也变成那样，他该怎么办呢？

像李开树这样的孩子还有很多。父母偏重于智商教育，以为孩子的未来全由智商决定，却完全忽略了情商教育，结果他们都成了“高分低

能儿”。这其实就是有了智商，缺了情商。俗话说，可怜天下父母心。有了孩子之后，孩子完全成为父母生活的中心，父母不仅要关心孩子的身体成长，还要操心孩子的未来成就。甚至有一种说法：父母 40 岁之前比的是自己的成功，因为这样的成功能给孩子的成长提供更好的环境；40 岁以后比的是孩子的成功，因为一般来说，这个时候孩子已经成熟了、独立了，开始更多地依靠自己的能力，来赢取属于自己的成就。

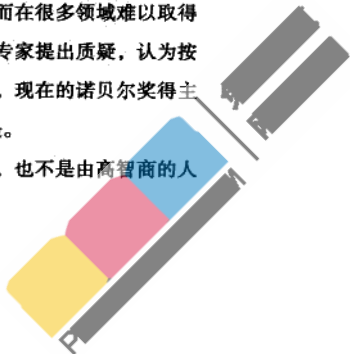
那么，孩子靠什么来取得自己的成功呢？

国外很早就提出了“情商教育”，家长也更为重视孩子的情商培养。有一种说法是，孩子的智商是底子，但底子好的人未必成就更大，因为成就的大小很大程度上还取决于情商的高低。高智商好比是好面粉，但是好面粉发酵得不好，依然不可能制作成好面包。情商就好比是发酵粉，有了它的催化作用，面包才会美味诱人。

很长一段时间以来，中国的父母比较迷信智力，以为孩子越聪明，以后的成就就会越大，因而自己也更为放心和自豪。但事实果真如此吗？拿我们历史中的例子来说，既有“小时了了，大未必佳”的对智力的反讽，也有“伤仲永”这样的教训。也许有父母会认为那是古代教育的问题，现在的教育则不会出现这样的情况，实际上现在的教育也问题不少。

比如，应试教育的弊端我们已经谈论了很久，“擅长考试”的中国学生，走出学校之后，其成就不是越来越醒目，反而在很多领域难以取得突破，和之前的表现大相径庭。又如，很多教育专家提出质疑，认为按中国学生在奥数中表现出的水平和取得的金牌数，现在的诺贝尔奖得主应该有很多从他们中间产生才对，但事实显然不是。

即使很多人认为更多依赖于智商的发明创造，也不是由高智商的人





完全把控，一些处于正常智商水平的人反而获得了更大的成功。这就足以证明，任何一种成功，并不是智商说了算，甚至智商所占的比重还很一般。国外教育专家指出：一个人的成功，智商所起的决定作用只占到20%，情商则占到80%。这就对广大望子成龙、望女成凤的中国家长提了个醒：孩子优秀与否，将来成就多大，情商显然更为重要。

在孩子的成长中，智商和情商并存的情况，相信所有父母都能意识到，也能理解，但是对于智商和情商各自起到的作用，还是有必要梳理一下。这样，父母才能理解为什么情商能够占到80%的比重。对于父母而言，知道专家的这个结论从何而来，对于孩子情商的教育才会事半功倍。

智商高的人，可以通过学习很快地掌握某种技能，比如使成绩迅速变得优秀，因而能顺利地得到一份工作。如果他的情商也很高，他就能在智商所能达到的基础上，取得更高的发展。这里所说的情商包括有稳定的情绪，善于适应环境，人际关系处理得好，对自己有正确的评价，抗压能力强等。在强大的情商的支持下，他的智商和潜能就会得到充分发挥，工作游刃有余，事业也更加成功。与之相反，如果一个人的智商很高，但是情商却还是一张白纸，没有得到开发和提高，就有可能一辈子碌碌无为，甚至反而为高智商所累。

由此可见，孩子日后是否能够取得成功，情商显然更为重要。

但是，很多父母将重心放在孩子的智商上，却忽略了情商的培养，不知不觉犯了大错。因为智商主要是靠遗传，是天生的。父母花了巨大的精力，对孩子智商的提高却作用有限。而情商更多是后天培养的，父母对孩子情商教育的投入越大，孩子情商的发展就越迅速，这样孩子在日后的学习、工作和生活中，才能更为游刃有余。

心理学对智商和情商的定义，也能说明这个问题。

智商主要反映人的认知能力、思维能力、语言能力、观察能力、计算能力等。也就是说，它是大脑皮层，特别是主管抽象思维和分析思维的左半球大脑的功能，是先天遗传的，由基因决定。除非你能改变基因，才可能让一个智力一般的人一跃而成为天才。

情商主要反映一个人的感受、理解、运用、表达、控制和调节情绪的能力，以及处理人际关系的能力。它是可控的，其实是我们大脑对外界的一种互动关系，可以在后天中慢慢培养提高，从而达到一种和谐状态，为我们自身建立最佳的发展平台。

对于父母来说，不妨这样理解智商和情商的区别：智商是与生俱来的，情商却是可以“无中生有”的。对孩子的智商发展，父母的作用有限，对孩子的情商发展，却是父母说了算。

这就给父母出了一个难题，该怎么做，才能有效提高孩子的情商呢？仿效提高孩子智商的方法有用吗？让孩子无休止地上课外辅导班以增加知识面？多读多背以增加记忆力？多做习题以提高孩子的学习成绩？这些方法，其实对提高孩子的智商都是有害无益的，更不能指望它们能够对孩子的情商发展起作用了。

事实上，提高孩子情商最立竿见影的方法，就是父母陪孩子一起玩耍。很多父母可能会不以为然：和孩子玩耍那还不是很简单嘛。可不要小瞧这个问题，很多父母未必是孩子合格的玩伴。想要在玩耍中给予孩子正确的引导，帮助孩子发展情商，可不是一朝一夕的事情，也不是照本宣科的教育方法就能达到目的的。简而言之，父母也要是情商高手，才能在玩耍中给孩子更为直接和有效的影响。

高智商的父母未必能生出一个高智商的孩子，但高情商的父母一定能培养出一个高情商的孩子，这就是先天与后天的区别。而这些都能在



玩耍中轻松达到目的。父母应该做的就是，更关注孩子的情商培养，力争做孩子最好的玩伴。

父母请一定要记住：改变孩子一生命运的不是智商，而是情商。很多成功人士都认为：帮助他们取得如此成就的，不是大学教育，而是他们的父母早年对他们的影响。一位诺贝尔物理学奖的获得者更是语惊四座：对于我在大学里获得的知识，我在幼儿园里获得的帮助更大。

另外，情商的重要性也不仅体现在取得怎样的成就上，还体现在幸福感的获取上。很多父母有一个误区，为了孩子拼命赚钱，似乎物质生活才是唯一的目的。但是，孩子长大后，完全和他们预想的不一样，生活得并不快乐。因为他们没有安全感、归属感，钱再多也无济于事，不会让他们感到幸福。要知道，安全感、归属感之类的“软件设施”，都是情商的重要组成部分，都需要从孩童时期就开始培养。

对于父母来说，忽略了情商教育才是他们最大的失败，因为这种失败将影响孩子的一生。



### 情商小课堂

父母们聚在一起，谈论最多的话题就是：孩子聪明不聪明，学习怎么样。这样的关注却把孩子引入了一个误区，为了让孩子的智力充分发展，就把孩子送往各种补习班，却忽略了让孩子走向成功的另外一个更加重要的因素，那就是情商。

凭借智商，孩子在长大后也能取得不错的业绩和成就，但是情商低的话，却会遭遇层出不穷的麻烦，会生活得很不幸福。情



商低的人表现为不自信、缺乏安全感、容易自弃，他们在遭受挫折时，更容易消极放弃，从而闷闷不乐、一蹶不振。相反，情商高的人抗挫折能力更强，更容易适应周围的环境，不管面对什么磨难，他们的情绪都很稳定。很多时候，幸福指数恰恰就维系于这种情绪的稳定性。

相对于成就而言，相信父母更乐于看到自己的孩子以后是一个幸福的人。因此，从小培养孩子的情商，让孩子情商指数节节攀升，孩子就能在拥有较大成就的同时还拥有较高的幸福指数，这才是父母明智的选择。