

<<独到点拨我的第一本逆商提升书>>

图书基本信息

书名：<<独到点拨我的第一本逆商提升书>>

13位ISBN编号：9787543330627

10位ISBN编号：7543330628

出版时间：2012-9

出版时间：《青少年成长智慧库》编委会 天津科技翻译出版有限公司 (2012-09出版)

作者：《青少年成长智慧库》编委会

页数：124

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>

<<独到点拨我的第一本逆商提升书>>

前言

你一定听说过一句老话：自古英雄多磨难，从来纨绔少伟男。

知道这是为什么？

因为英雄的逆商都很高，换句话说，也就是对抗磨难的能力成就了一位英雄。

可你知道吗，如果你不努力开发自己的潜能，你就不能像英雄一样征服磨难。

所以，你要努力开发你这方面的潜能，它不但会成就你的英雄梦想，还能让你获得比一般人更多的幸福。

一般而言，小朋友在9岁的时候，逆商大概发展到80%左右；到了12岁的时候。

大概已经发展到93%了。

因此，若不在小学毕业以前开发你的逆商，以后就很难开发这种潜能。

有的小朋友可能会心存疑惑：这个年龄段的我们正是处在无忧无虑的童年，哪有什么机会来提升逆商呢？

不要着急，提升逆商并不是像你想象的那样：只有身处逆境才可以提高对抗逆境的能力！

读过本书你就会发现，逆商是一种强者生存的能力。

无论是在顺境还是在逆境，一个人的逆商潜能会时时伴随着他。

本书提供的方法，可以让你在12岁之前无论是身处什么环境都可以提高逆商。

快快行动吧，未来的小英雄。

<<独到点拨我的第一本逆商提升书>>

内容概要

《边看边学5Q：独到点拨我的第一本逆商提升书（彩色图文版）》包含了从提升认识力开始，一直到提升处理力，共分为五部分来做系统化的训练，分别是“提升认识力”、“提升意志力”、“提升自信力”、“提升耐挫力”、“提升处理力”，每部分都与孩子的成长息息相关，旨在让孩子们真正掌握提升逆商的秘诀及方法，并附上练习题目，让小朋友们可以按部就班、一步一步借着简单易懂的说明，加上趣味性的练习，自然而然地激发潜能，一定会对小朋友们提升逆商有所启发。

<<独到点拨我的第一本逆商提升书>>

书籍目录

第一章提升认识力 培养自己的独立精神 许自己一个未来的期望 认识逆境的意义 透过苦难看到的 咦？他们曾是差生 懂得珍惜财富 正确面对失败 里根的简历 安逸背后的危机 提升自我保护能力 第二章提升自信力 告诉自己你是最棒的 相信自己的力量 欣赏自己的不完美 做好自己，不必追随他人 拒绝诱惑 把微笑挂在脸上 尽量去帮助别人 有梦想，就要肯定自己 扭曲的自尊心 PK 影视明星 第三章提升处理力 树立责任意识 锻炼应变能力 搞定经常欺负你的人 怎样避免无谓的争吵 学会自己缓解压力 不放弃最后的5分钟 感悟走向成功的秘籍 第四章提升意志力 从幻想这一刻开始 培养永不服输的性格 拥有坚强不屈的信念 排解坏情绪训练 开发自己独特的潜能 做一个乐观积极向上的人 强健的体魄和坚强的意志力 第五章提升耐挫力 换一种思维的智慧 跌倒了，算什么 做一个活力四射的人 一定要有跑赢别人的勇气 自我调控 坦言与善待 丰富生活，转移注意力 原来可以承受 第六章提升合作力 学会控制自己的情绪 理解“我们”这个词的含义 试着“走出去” 保持朋友之间的友好往来 做个奉献爱心的赢家 做一个谦虚的人 唤醒老虎的豹子 和不同性格的人融洽相处

<<独到点拨我的第一本逆商提升书>>

章节摘录

版权页：插图： 树立责任意识 小朋友，我们经常听人说“负责任”，那你知道到底什么是责任心吗？

其实，所谓的责任，就是你的行为会给别人带来一定的影响，但事情的结果不论好坏你都要承担。一个人对自己的责任心相当于他心里的“警察”，我们要树立责任意识，就是在自己心中树立一个警察，让它对自己进行监督。

责任心是一个人生命的纤绳。

有了责任心，一个人才把自己的生命与别人的生命联系起来，才会产生自我价值感。

一个没有责任心、没有价值感的孩子，因为找不到自己的生命在社会中的地位和重要性，便会感到迷惘，因而失去创造成就的动力，而容易为其他一些物质性的轻浮的事物所吸引，沉溺其中，平庸地混过一生。

可以说，责任心是每个人安身立命的基础，也是前进的动力，只有把责任担在自己的肩上，就有了奋发向上的愿望，有了克服困难的决心，有了真正做事的态度，也就养成了对自己行为负责的习惯。

很多小朋友做事往往是凭兴趣的，但缺少做每一件事情都负责到底的态度。

比如，你做手工制作的时候，当完成作品后，有没有记得把垃圾也顺便清理干净呢？

如果你目前还没有做到，那么记住下次一定要为自己所做的事收拾好残局。

有位10岁的小女孩，她负责倒家中的垃圾已经5年了。

在她5岁那年，她突然对倒垃圾产生了兴趣，一听到收垃圾的铃声就提着垃圾桶去倒。

父母为了支持她参加家务劳动的兴趣，对她倒垃圾的事予以表扬，夸她能干，还经常在外人面前称赞她。

这样就更激发了她主动倒垃圾的自豪感，慢慢地形成了习惯，把这项劳动看成一种责任。

有的小朋友被父母宠惯了，什么事都不爱自己动手，过着衣来伸手、饭来张口的生活。

其实在这种环境下成长的孩子，明显地责任意识淡薄，依赖性太强。

这对一个人的成长是非常不利的。

从现在开始，自己的事情，养成自己动手的习惯。

比如损坏了别人的玩具，一定要用自己攒下的零花钱还给人家，让自己知道，既然造成了不良后果，就该由自己负责。

<<独到点拨我的第一本逆商提升书>>

编辑推荐

《独到点拨我的第一本逆商提升书(彩色图文版)》并附上练习题目，让小朋友们可以按部就班、一步一步借着简单易懂的说明，加上趣味性的练习，自然而然地激发潜能，一定会对小朋友们提升逆商有所启发。

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>