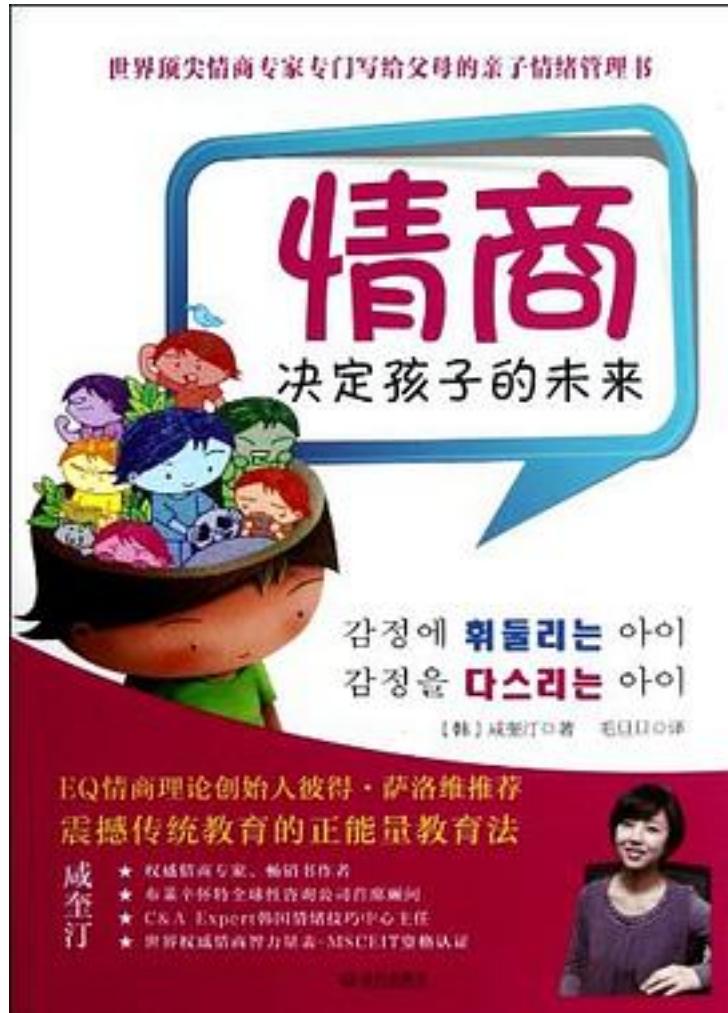


情商决定孩子的未来



[情商决定孩子的未来 下载链接1](#)

著者:咸奎汀

出版者:武汉出版社

出版时间:2012-11

装帧:

isbn:9787543071445

《情商决定孩子的未来》内容简介：孩子的情绪管理绝对不是难事，父母能够成为最棒

的“情商大师”——他们能通过日常生活，最近距离地与孩子一起体会情绪，并进行即时管理。对于如何处理孩子的情绪、如何引导孩子独立地管理自身情绪，许多父母都表示没有信心，甚至为此背负沉重的心理负担。

那么通过《情商决定孩子的未来》，父母就能够理解孩子产生某种情绪的原因，并学会采取何种智慧的行动来应对。

EQ情商理论创始人彼得萨洛维推荐的正能量教育法，世界顶尖情商专家、百万册畅销书作者咸奎汀博士力作！

作者介绍：

咸奎汀博士

韩国最权威的情商专家、百万册畅销书作者。

师从EQ提出人彼得·萨洛维博士。

美国马里兰大学客座教授。

布莱辛怀特全球性咨询公司首席顾问。

C&A Expert韩国情绪技巧中心主任。

世界权威情商智力量表-MSCEIT资格认证。

作为世界级的情商学研究人士，咸奎汀与彼得·萨洛维、大卫·卡鲁索博士等耶鲁大学的研究人员一起开发了很多新的情商研究项目，包含情绪力量的咨询与教育、人员情商指导、亲子感性露营、情感课堂等内容。博士的情商课堂风靡日韩等国，千万父母积极响应，好评如潮。作者还积极参加各种社会活动，比如担任各大媒体的专栏作者，为韩国EBS电视台的《连妈妈也不知道的孩子的情商》节目提供咨询服务等。

目录:序言 孩子的情绪管理，现在开始也不晚

孩子的情绪管理为何重要？

会管理情绪的孩子睿智又聪明 / 15

只有添加了感性，理性才能真正发挥其功能 / 16

影响孩子情绪的主要因素 / 20

自主能力强，什么都能自己来 / 21

确立目标自觉完成 / 22

不盲目地冲动行事 / 23

注意力集中，做事全神贯注 / 23

不受突发情况的影响 / 24

即使辛苦也不轻言放弃，坚持到底 / 26

带动乐观情绪的逆境商数强化法 / 29

容易产生共鸣人缘好朋友多 / 30

得到朋友们的信任和认可 / 33

情绪健康了，身体也健康 / 35

情绪直接影响着免疫力 / 35

怒火会给孩子的心脏与大脑带去损伤 / 36

促进掌管情绪的额叶的发育 / 38

父母情绪乐观孩子才会跟着幸福

孩子是原封不动地展现父母情绪的镜子 / 45

父母是孩子最好的“情商大师” / 46
夫妻吵架频繁，孩子也会成长为“打架王” / 47
生气时的应对方法父母VS孩子 / 51
请父母再直白一点儿地表达情绪吧 / 52
当孩子发现父母也会发愁的时候，他就会敞开心扉了 / 54
帮助父母成为优秀情绪大师的十大忠告 / 56
情绪共鸣，请父母首先倾听与凝视 / 57
孩子情绪管理的三步骤 / 57
孩子说的话我倾听了几分？ / 61
与孩子交心也是需要练习的 / 62
短小的一句话就能成为情感交流的开始 / 63
使情感交流更加顺畅的对话VS阻碍情感交流的对话 / 64
养育孩子的过程中不时会产生这样的情绪吧？
——父母情绪门诊
“对不起，都是妈妈的错。”——负罪感 / 69
只要承认父母的能力也是有限的就会感觉心里舒服了 / 71
给经常感到对不起孩子的父母的处方 / 73
“因为你，我真是没法活了。”——生气或是厌烦 / 75
当您对孩子生气时调节情绪的对话法 / 78
“你做什么都是那个样子。”——失望感 / 79
父母怎么看孩子，孩子就会变成什么样 / 81
当您对孩子的行动感到失望时请您这样做 / 83
“你懂什么？就听妈妈的。”——无视 / 84
请让孩子亲自体会情绪 / 86
“自觉宝贝”打造计划 / 90
“都作罢吧，再怎么努力也不会有用的。”——忧郁 / 91
战胜忧郁的好方法 / 94
“我不都是为了他而活么……”——执著 / 95
摆脱对孩子执著的方法 / 97
“我朋友们的儿子从来不会让父母这么闹心。”——羡慕 / 99
请您观察孩子特有的优点 / 100
世上独一无二的宝贝找出他的优点吧 / 102
“这样下去不会只有我家孩子落在后面吧。”——担忧 / 103
消除没有根据的焦虑之ABCD / 106
.....
..... (收起)

[情商决定孩子的未来 下载链接1](#)

标签

情商

教育

家教

情绪

累了，就出去走走！

心理

评论

教育孩子了解情绪，读懂孩子的情绪

听书 1.最好的情感训练在家里，最好的情感导师是父母 2.识别情绪 情绪管理小册子 3.孩子大脑发育未完全，处理情绪不及成人，发怒是一种情绪表达

[情商决定孩子的未来](#) [下载链接1](#)

书评

[情商决定孩子的未来](#) [下载链接1](#)