

第七課 智商IQ與情商EQ

黃啟銘, 葛文娟

「孩子就像一張白紙，任何走過他身邊的人，都會留下一些生命的痕跡」－父母的重要

一) 什麼是IQ?

智力商数，简称智商，是一種表示人的智力高低的数量指標，但也可以表現為一個人對知識的掌握程度，反映人的觀察力、記憶力、思維力、想象力、創造力以及分析問題和解決問題的能力。

七種不同類型的智力 (Howard Gardner教授)

- 1) 語言智力，即我們讀 / 寫和用語言進行交流的能力
- 2) 邏輯學或數學智力，即我們推理和計算的能力
- 3) 音樂智力
- 4) 空間或視覺智力
- 5) 運動或身體智力
- 6) 人際智力，是與其他他人相處的能力
- 7) 內在或內省能力即洞察能力

「按著各人的才幹給他們銀子：一個給了五千，一個給了二千，一個給了一千，就往外國去了。」馬太福音 25:15

二) 什麼是EQ?

Dan Goleman 1996 出版「EQ，為什麼比IQ重要？」

- 1) 一個人情緒管理的能力
 - 了解自己 / 他人內在情感世界，正確解讀自己 / 他人內心各種複雜情緒的能力
 - 疏導與處理自己 / 他人各種複雜情緒的能力
- 2) 高EQ人的特質
 - 知道自己情緒的能力
 - 有效處理情緒的能力
 - 控制衝動延緩滿足的能力
 - 認知他人情緒的能力
 - 處理人際關係的能力

三) IQ與EQ

- IQ與生俱來，EQ可以學習提升
- IQ天生我材必有用，EQ豐盛滿足的生命
- IQ可以經由測試，EQ較難測試
- 高IQ幫助你拿到婚姻輔導博士，高EQ幫助你有幸福快樂的婚姻

- 與高IQ的人談話，事後你覺得他很聰明，與高EQ的人談話，事後他讓你覺得自己很聰明
- IQ高的人是好學生，EQ高的人是好領袖
- 人生成功快樂幸福因素，IQ 20%，EQ 80%
- 人都喜歡和高EQ的人交往
- IQ&EQ二者相輔相成

四) 聖經的IQ與EQ

1) 聖靈轉化的能力，箴言的智慧

箴言，詩篇119篇，傳道書－聖經裡的智慧書

「愚妄人怒氣全發； 智慧人忍氣含怒。」箴言 29:11

「你的言語一解開就發出亮光， 使愚人通達。」詩篇 119:130

2) 聖經人物代表

彼得，保羅，多加，.....

「孩子漸漸長大，強健起來，充滿智慧，又有神的恩在他身上 / 耶穌的智慧和身量，並神和人喜愛他的心，都一齊增長。」路加福音 2:40, 52

耶穌是我們學習高EQ的榜樣－完全的人性

- 耶穌的情緒：高興，難過，痛苦，生氣
- 耶穌喜愛在人群當中

3) 我們是照神的形像造的－包含神的情緒

五) 如何幫助青少年發揮IQ－注意孩子學習的狀況

- 1) 請一對一家教
- 2) 幫助孩子克服閱讀障礙
- 3) 不肯用功的孩子要設計一套立即獎賞的計劃
- 4) 幫助學習緩慢的孩子建立自信心和自尊心
- 5) 孩子智商不高，也能找出他的專長
- 6) 考慮換個學習環境

六) 如何培養青少年的EQ

- 1) 幫助孩子標明感覺
- 2) 指導孩子處理情緒
- 3) 訓練孩子看臉色
- 4) 教導孩子有同理心
- 5) 父母的身教

「神啊，自我年幼時，你就教訓我； 直到如今，我傳揚你奇妙的作為。 神啊，我到年老髮白的時候，求你不要離棄我！ 等我將你的能力指示下代，將你的大能指示後世的人。」詩篇 71:17-18