

# 最新智商做事心得体会(大全5篇)

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。那么你知道心得体会如何写吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

## 智商做事心得体会篇一

20. 一只牛,猜一个字 答案是:生
21. 一只狗四个口,猜一个字 答案是:器
22. 一一箭穿心,猜一字 答案是:必
24. 一边是水,一边是山,猜一个字 答案是:汕
26. 七人八只眼,猜一个字 答案是:货
27. 七人头上长了草,猜一字 答案是:花
28. 七十二小时,猜一个字 答案是:晶
30. 九十九,猜一字 答案是:白
31. 九只鸟,猜一个字 答案是:鸠
32. 九号,猜一字 答案是:旭
33. 九辆车,猜一个字 答案是:轨
1. 刀出鞘,猜一字 答案是:力

3. 十二点 , 猜一个字 答案是:斗
4. 十三点 , 猜一个字 答案是:汁
5. 十五人, 猜一字 答案是:伞
6. 十五天 , 猜一个字 答案是:胖
7. 十元买早餐, 八元买豆干 , 猜一个字 答案是:干
8. 十月十日(武昌起义), 猜一字 答案是:朝
9. 十月十日, 猜一个字 答案是:萌
10. 十字架下三个人, 猜一个字 答案是:来
11. 十字对十字, 太阳对月亮, 猜一个字 答案是:朝
12. 十个哥哥 , 猜一个字 答案是:克
13. 三人两口一匹马, 猜一字 答案是:验
14. 三口重叠, 莫把品字猜, 猜一个字 答案是:目
15. 三张纸, 猜一个字 答案是:顺
16. 上下合, 猜一个字 答案是:卡
17. 上下串通, 猜一个字 答案是:卡
18. 上下难分, 猜一字 答案是:卡
19. 久雷不雨, 猜一字 答案是:田
20. 千言万语, 猜一字 答案是:够

21. 千里姻缘一线牵，猜一个字 答案是：重
22. 土上有竹林，土下一寸金，猜一个字 答案是：等
23. 大人挑小人，猜一个字 答案是：夹
24. 大丈夫不得出头，猜一个字 答案是：天
25. 大有头，中无心，小全身，猜一个字 答案是：京
26. 大雨落在横山上，猜一字 答案是：雪
27. 小姑娘，猜一个字 答案是：妙
28. 山上复又山，猜一个字 答案是：出，岳
29. 不要讲话，猜一个字 答案是：吻
30. 不讲理的人，猜一字 答案是：地
31. 中心一点口不见，猜一个字 答案是：卜
32. 中秋夜乌云密布，猜一字 答案是：胞
33. 中国话，猜一个字 答案是：哗
34. 互吻，猜一字 答案是：吕

共2页，当前第2页12

## 智商做事心得体会篇二

高智商是指拥有超过普通人平均智商的人群，这些人通常拥有出众的认知和理解能力，可以快速地学习新知识和适应新环境。然而，高智商背后隐藏的挑战也让人们感受到了更多

的压力和责任。在我的成长经历中，高智商给我带来了许多启示和反思，让我更好地理解自我和他人。

## 第二段：高智商与自我认知

高智商者通常具备很高的自我认知。他们对自己的优点、缺点和目标非常清楚，可以清晰地知道什么能力需要加强和发展。在我的经历中，我深刻认识到了这个优点的重要性。我经常反思自己的弱点，并努力加强它们，以更好地适应不同的情境。同时，我也更容易感知自己的情绪变化和需要，从而更好地管理情绪和压力。

## 第三段：高智商与成就压力

尽管拥有超凡的能力和认知能力，但高智商者通常也面临更大的成就压力。他们经常担任大量的责任和期望，需要超过普通人的努力和拼搏才能取得成功。然而，即使他们取得了一定的成就，也可能感到不足和焦虑。这时，他们需要更加努力地调整自己的心态，重视成长过程而不是结果。在我的成长经历中，我深刻认识到了这个挑战的重要性。我学会更加关注自己的努力过程，及时调整自己的心态，轻松地面对挑战和困难。

## 第四段：高智商与人际关系

高智商者通常拥有更好的智商、社交技巧和情感控制能力，更容易处理人际关系。这对他们在职场和社交场合中起着很大的帮助。然而，高智商者在处理人际关系时，也可能面临比普通人更多的挑战。与人交往需要更高的代价和成本，并需要更好的人际沟通和理解能力。在我的成长经历中，我学会了更深入地沟通和理解别人，更加注重细节和细节，以更好地建立人际关系。

## 第五段：高智商的人生感悟

总的来说，高智商是一种优势，但也带来了更高的期望和挑战。在成长的过程中，我学会了更好地理解自我和他人，管理情绪和压力，重视成长过程而不是结果，更深入地沟通和理解他人。这些成长经历都成为了我生命中的宝贵资产，也让我更加坚定了自己的人生方向和信念。最后，我愿意与所有高智商者分享这些心得体会，为更好地发挥我们的优势和实现人生目标而共同努力。

## 智商做事心得体会篇三

脑筋急转弯是集语言与思维为一体的智力游戏。整合框架转换理论与最佳关联原则，为脑筋急转弯的识解提供一个合理的认知解释。以下是本站小编为大家准备的高智商脑筋急转弯题，希望大家喜欢！

1. 孔子有三位徒弟子贡. 子路. 和子游, 请问哪一位不是人? 子路, 因为指鹿为马(子路 为马)
2. 布跟纸怕什么? 不怕一万只怕万一 (布怕一万纸怕万一)
3. 有一只蚊子它只叮鼠牛虎兔龙蛇马羊猴鸡猪, 请问这只蚊子叫什么名字? 布丁狗( 不叮狗)
4. 麒麟飞到北极会变成什么? 冰淇淋(冰麒麟)
5. 为什么蚕宝宝很有钱? 因为..... 蚕会结茧(节俭)
7. 和谁交往最辛苦? 莉莉, 因为粒粒(莉莉)皆辛苦
9. 哪为历史人物最欠扁? 苏武, 因为: 苏武牧羊北海边(被海扁)
11. 哪一家的路最窄? a[]冤家 because[]冤家路窄

12. 狐狸精最擅长迷惑男人, 那么什么“精”男女一起迷?  
(答案: 酒精)

13. 小张走路从来脚不沾地, 这是为什么? (答案: 还隔着鞋和袜子)

1. 孔子有三位徒弟子贡. 子路. 和子游, 请问哪一位不是人?  
子路, 因为指鹿为马(子路 为马)

2. 布跟纸怕什么? 不怕一万只怕万一 (布怕一万纸怕万一)

3. 有一只蚊子它只叮鼠牛虎兔龙蛇马羊猴鸡猪, 请问这只蚊子叫什么名字? 布丁狗(不叮狗)

4. 麒麟飞到北极会变成什么? 冰淇淋(冰麒麟)

5. 为什么蚕宝宝很有钱? 因为.....蚕会结茧(节俭)

6. 周瑜与诸葛亮的母亲分别姓什么? 「既」生瑜, 「何」生亮

7. 和谁交往最辛苦? 莉莉, 因为粒粒(莉莉)皆辛苦

9. 哪为历史人物最欠扁? 苏武, 因为: 苏武牧羊北海边(被海扁)

11. 哪一家的路最窄? a[]冤家 because[]冤家路窄

12. 狐狸精最擅长迷惑男人, 那么什么“精”男女一起迷?  
(答案: 酒精)

13. 小张走路从来脚不沾地, 这是为什么? (答案: 还隔着鞋和袜子)

1. 一张方桌据掉一个角, 还有几个角? (答案: 5个角)

2. 金太太一向心直口快，可什么事竟让她突然变得吞吞吐吐了呢？(答案：金太太在吃甘蔗的时候吞吞吐吐)
3. 请仔细想一想，你所见到的最大影子是什么？(答案：地球的影子，即每天的晚上)
4. 把个人按人排列，排城行，该怎样排？(答案：排成正六边形即可)
5. 公共汽车上，两个人正在热烈的交谈，可围观的人却一句话也听不到，这是因为什么？(答案：这是一对聋哑人)
6. 一个人在什么情况下，才处于真正的任人宰割的地步？(答案：在手术台上时)
7. 什么东西愈生气，它便愈大？(答案：脾气)
8. 问医生病人的情况，医生只举起个手指家人就哭了，是什么原因呢？(答案：三长二短)
9. 人们甘心情愿买假的东西是什么？(答案：假发，假牙)
10. 什么东西越洗越脏？(答案：水)
11. 最不听话的是谁？(答案：聋子)
12. 一个人掉到河里，还挣扎了几下，它从河里爬上来，衣服全湿了，头发却没湿，为什么？(答案：因为他是光头)
13. 小明新买的袜子就有一个洞，他却不去找售货员换，你知道为什么吗？(答案：袜口)

## 智商做事心得体会篇四

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、律动能力等。也就是说，它主要表现人的理性的能力下面就是小编给大家带来的智商介绍：高智商是否比普通人更优秀\_高智商孩子共有的22种特征，希望大家喜欢！

首先要搞清一件事：高智商的人并不一定出类拔萃。他们比低智商的人更容易完成思考过程，但自制力、持久力和心理状态才是决定高智商人群是否优于同龄人的要素。很多破智商记录的人一辈子就在小镇当个文员，很多获得诺贝尔奖的科学家也并不是智商出众。

这里就不得不提到高智商人群的童年表象□intellectualgiftedness□我不知道giftedchild是否就等于年幼智商偏高，毕竟智商的衡量方式有待公允。而决定他们成功的要素更多在于是否做得到坚持。

学什么都很快，学一遍就会，自学能力强因此他们大多不合群(因为在他们已经掌握知识的时候，他们以为别人也都学会了)。不是每个高智商的人的童年都像sheldon的童年那样夸张，但多多少少都会有类似的遭遇。他们思考很快，说话会跳步，经常被人当做怪小孩。心理强大的孩子无所谓，而生性敏感脆弱的孩子会因此变得极度自卑(比如我)。

沟通能力差，是高智商的一个特点，因为在普通人一步一步思考的时候，他已经把全部流程图在脑子里过了一遍，从头到尾，从你想到的到你没想到的，从大环境到小细节，他都想过了，而且就发生在分秒之间。将这分秒中的所有过程再从从头到尾给别人讲一遍，如果他的情商较低，对他来说是一件痛苦至极的事情。智商高，情商低，典型的sheldon□



智商高，情商也高的人，是真正优秀的人。他会站在别人的角度上，不但把和主题相关的所有细节都联系起来，还能把对方的认知程度，对方的理解能力，对方的思考方式联系起来，成为一个自己懂，也能让别人懂的人。这种人，才是真正令人佩服的人。

另外高智商的人，并不会「俯视众生」。「俯视众生」更多是由于情商低导致。

1. 在倾听、观察或做事时，精神高度集中，以至听不见别人的说话或忘了吃饭等。如哦，我没听见你叫我吃饭。
2. 异常的活跃、难以安静。例如他会说：我正在思考问题，我不能坐下。
3. 说话时喜欢用比喻，而且比喻又很别致。如我觉得自己像一条即将变成蝴蝶的毛毛虫。
4. 有向权威思想挑战的倾向。如为什么书上说的都对呢？
5. 有追根究底的倾向。如妈妈，我查看了所有的参考书，也看了电视的特别节目，而且问过老师，可我还是不知道上帝在哪里！
6. 观察事物很仔细。如嗨，这只蜈蚣只有41条腿。
7. 渴望把自己的发现告诉别人。
8. 即使在闲暇的时间也不放弃创造性活动。如他会说休息时，我做了样东西。
9. 把两个毫无关系的东西联系起来。如嘿，妈妈，你的新帽子简直像个飞碟。
10. 坚持把自己的某种想法付诸实施。

11. 对各种事情表现出好奇，并渴望了解它们。如我就是想知道从这个院子的房顶上看上去是什么样子的，所以我就爬上了房顶。

12. 自发地运用实验检验自己的想法。如我以为面粉加颜料就能做成橡皮泥，结果都发霉了。

13. 有做各种试验的习惯。如我往洗鸟池里放过清洁剂，可是没有一只鸟来洗。今天我想试试泡沫洗衣粉。

14. 忠实于真理并强烈地探求真理。如我觉得世界上真的不存在什么妖精。

15. 有独立的行为。如让我一个人想一会儿可以吗？

16. 敢于提出新观点。如：我觉得应该允许儿童投票表决。

17. 不易分散注意力。如我还不能出去，我必须等我的试验做完了才能和你出去。

18. 善于获得物体间的新组合。如就用线和铅笔做圆规吧。

20. 有寻求变通办法和探究新的可能性的倾向。如这只旧皮鞋可以做个花盆。

21. 能自觉地独创性地学习。如昨天我去图书馆把所有关于蚊子的书都查过了。

其中对智商的定义是晶体智商，即接受新知识，掌握它，并用其解决问题，或获取后续新知识的能力。当然那必须指出的是，作者所观察到的提高也只是智力测试分数的提高。

文中给出的5个提高智商的方法则是□seek novelty寻找新奇领域□challenge urself自我挑战□think creatively创造性思

考[do things the hard way不走寻常路][network社交。

简而言之就是，提高iq的秘密 = 找事+自讨苦吃+骚扰别人。

人们所熟悉的iq事实上只是智力的一个测量方法，并无法全面反映一个人的智力。即便如此，数据表明多数人在一生中iq是呈整体增长趋势的。这是因为人天生是learning being[必须通过不断学习来熟悉环境、适应变化，而这种学习甚至可以是无意识的。

晶体智力本身基于知识的，而在我们日常的语境下的智商，显然不是指知识的掌握能力，而是脱离知识的一种能力，也就是所谓的流体智力。流体智力虽然在先天性条件下变得比较稳定，但是在某些程度上是属于可训练范畴(流体智力指人们能够独立于已有知识进行推理，解决问题的能力。通俗的说，我们通常说人聪明就是指流体智力了。再由于智商是测量流体智力的重要指标，我们也可以理解为，这项训练任务提高了我们的智商。)

不过抛开这些不管，我还是主要回答一下这篇问题吧。我的答案分成两部分。

一，关于智商。

- 1，标准化考试。
- 2，尽量脱离纯知识性的东西。
- 3，逻辑得分偏重较大。
- 4，题目具有一次性原则。

瑞文智力测试是通过已知图片来推理未知图片，考察的是推理能力；

而韦氏量表和斯坦福-比奈量表中就有考察语言能力的部分。而后者还注重一种心理年龄的概念。

而门萨测试作为标准化测试的意味就要重一些，主体为图形或者符号的演绎总结□

但是以上无论任何测试，都逃不开四大分析认识的范畴

由此可见，我们定义的智商，是在一定的认识规则下确定的脱离知识本身的能力，诸如记忆力，快速反应能力等等，按某种评判标准，最终量化为数字。而并非我们吹的很玄的某些臆想。这些东西有天生的成分，但是并非完全是天生的。如果就门萨的标准来说，大部分智商的渐进曲线都会由于高等教育产生一个突进，也就是说，智商不完全是天生的能力，高等教育作为人生中最系统的一次整体教育，对智商评估结果影响之大，说明后天锻炼是可以提高甚至相当必要的。

同样，智商评估本身也并非完全的纯能力因素，在这篇文章智商测试不靠谱？中就提到主观动机对于智商评估的影响力。

宾夕法尼亚大学的安杰拉李达克沃思(angela lee duckworth)发现，智商测试的作用被高估了。若将常常被忽略的动机因素考虑在内，那么智商与命运的联系就显得模糊不清了。简单来说，有些人在做智商测试时会格外努力。如果将这个因素考虑在内，那么智商与成功之间的联系就变弱了。它测试的不只是智力，还有证明自己智力的渴望。

许多标准化测试都假设人们在做测试时是积极而警觉的。因此，分数就反应了他们的能力。智商测试也是如此，问题按难度排列，以保持人们的士气。智商测试的先驱者爱德华桑代克(edward thorndike)写道，我们所有的测量方法都假定被测试者总是尽力答题，获取尽可能高的分数，尽管他也承认事实可能并不如此。

为了研究动机对智商测试有怎样的影响，达克沃思检阅了25项之前的研究，涉及到2008名志愿者。她发现在做测试时如果有一定的物质激励(例如钱和糖果)，人们的平均分数就会更高，在超出平均智商的人群中尤其是这样。这就表明，动机的确可以扭转智商测试的结果。

## 二，怎样做一些智商培养。

2011年10月19日发表于《自然》的这项研究中，英国伦敦大学学院的苏拉姆斯登(sue ramsden)招募了33名12-16岁学生，于2004年测试了他们的智商，又在3-4年后再次测试并配合脑部磁共振成像分析。结果发现虽然群体的平均分没有发生什么改变，但个别人的智商发生了最多21分的上下浮动，这是一个具有实际意义的区别。足以决定一个人是平常还是天才。而且智商变化结果显示，一些本来就强的人变得更强，部分低分者则变得得分更低。

脑成像分析发现iq变化者大脑中一些神经细胞的密度发生了改变，这说明改变的确实是心智能力而不是专注度、情绪或积极性。语言智商(包括记忆、表达、计算和常识)发生的改变反映在主导谈话的左皮质区，而非语言智商的变化反映在掌管运动的小脑前叶。拉姆斯登认为，目前发现的或许还只是冰山一角，其他很多脑区可能也发生了变化。

那么这研究本身我们可以做出一个结论，在12-16岁这段系统教育阶段，造成智商评估改变的主要是：心智能力和语言智商(包括记忆、表达、计算和常识)，而并非专注度、情绪或积极性。

那么一些所谓的智力锻炼，我的建议是从事一些学习行为：

第一，关于晶体智力，通过专注的系统学习以及大信息量的阅读，从而接受新知识，并且一定要将知识与应用层面联系起来，并且要有重复挖掘同一个知识点的做法。

第二，关于记忆力，这个改变只能靠反复地读-记复习，这种在学生时代的重复性方式才能够有所提高，并且尽量去培养某一个领域知识的兴趣。

第四，心智能力，专注度，可以考虑科学安排时间，以及培养某一领域的兴趣，用这一领域的专注工作中带来的成就感来激励自己，同样尽量不要培养太多不必要的爱好，以及不要养成浪费零碎时间的习惯。

第五，工作记忆任务水平，这个可以直接在学习中更为注重细节和养成分析习惯来解决。

第六，关于主导动机，不要过分陷入商业化和功利化，也不应将自己限制在狭窄的标准化中，而是去寻找直接评估动机、创意、实践能力、智慧，甚至道德的方法，这便是一种主观能动性。

---

1.儿童高智商的20条特征

3.门萨智商

4.10道智商题推荐

5.门萨智商测试题解析与答案

## 智商做事心得体会篇五

1、【爱情絮语】很少人会真正地去爱别人，人们只是想借着给出一点爱而获得爱，那是一种垂钓。终于归于沉寂，就像我们的一颗心，曾经火热地揣在胸膛里，滚烫得无处安放，

急不可待地找人分享这温度，从没想过它也有一天会冷却，冷到我们只得自己环紧自己，小心翼翼，唯恐连这仅有的暖意也守不住。

2、人生从来没有真正的绝境。无论遭受多少艰辛，无论经历多少苦难，只要一个人的心中还怀着一粒信念的种子，那么总有一天，他就能走出困境，让生命重新开花结果。

3、这个世间，没有谁给的谁海枯石烂的誓言，只是沧海轻信了桑田，青云打湿了诺言，而你与我依旧是萍水过客，相安天涯。如果真的有一天，我们在某个渡口相遇，亲爱的，请你不要记得我。

4、人生没有绝对的安稳，既然我们都是过客，就该携一颗从容淡泊的心，走过山重水复的流年，笑看风尘起落的人间。两个人一起总是比一个人温暖。人生底色都是无尽荒凉，但看透了这荒凉之后，一步步再往回走，人生，会一点点温暖起来。半夜听远处笛声，他吹的是绕春的情分，我听的是人生的惊蛰。

5、婚姻最坚韧的纽带不是孩子，不是金钱，而是精神上的共同成长。爱情有时也是一种义气，不光说这个人得了重病，或者破产了你仍跟他在一起。还有另一种是当他精神上很困惑很痛苦，甚至在你身上发脾气的时候，你依然知道他是爱你的，不管怎样就要跟你一块儿走，而这种力量更是强大的。

6、心应该有一个自然的脱落过程。渐渐的，不重要的会更不重要以至于背向告别，重要的会更重要并且彼此相遇。所以，不要强行卸除，也不要徒劳期待。感受它的讯息，就这样不疑不躁地往前走吧。

7、人生是一个车站，进来了出去了；有些离去，在所难免；有些愁绪，始终无处停憩。而这些，走过的所有，都是会随着日子如流水般归于平静。

8、喜欢你的人，要你的现在；爱你的人，会给你未来。而能跟你一辈子的人是：理解你的过去，包容你的现在，和你一起创造共同的未来。

9、痛苦这东西，天生应该用来藏在心底，悲伤天生是要被努力节制的。受到的伤害和欺骗总得去原谅，满不在乎的人不是无情的人。最安静与最孤独的成长，也是能使人踏实、自信、强大、善良的，大不了，吐吐舌头而已。

10、如果，回忆只是这样，那回忆是多么折磨人的东西，它还要折磨我多久，我才能忘记你。如果，爱情只是这样，那要有多少的刻骨铭心，多少个不眠之夜，才能换回我抵御孤单的那一点力量。我爱你，但我说不出口，我无法承认。那些甜蜜的曾经，随风远去，消失在天的尽头。

版权声明：图文无关，转载此文是出于传递更多信息之目的。若有来源标注错误或侵犯了您的合法权益，请作者持权属证明与本网联系，我们将及时更正、删除，谢谢。