

# 《青少年成才必备的六堂情商培训课（全6册）》

## 书籍信息

版次：1

页数：全6册

字数：

印刷时间：2006年01月01日

开本：大32开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：20217531

## 编辑推荐

《人民日报》、《中国青年报》、《光明日报》、《中华读书报》、《中国新闻出版报》、《中国图书商报》、《新京报》、《京华时报》等数十家主流媒体和新浪网、搜狐网、新华网等多家门户网站联手报道推荐。

2007年新闻出版总署向全国青少年推荐百种优秀图书之一。

## 内容简介

书中给青少年读者上了积极（激发潜能改变现状）、冒险（掌握机会挑战自我）、宽容（学会遗忘拥抱幸福）、乐观（肯定自我跳脱困境）、坚持（掌握先机跨越极限）、变通（勇于尝试创意生活）等六堂成长必备情商培训课。

该书重视情商教育并具体落实到“积极”、“乐观”、“坚持”、“宽容”、“冒险”、“变通”几大方面，很有创意。这几方面都是我国青少年需要加强的地方，针对性强。

## 作者简介

张茹，毕业于知名大学中文系，现为沙金文化公司专职编辑。擅长长励志、分析类文章的写作。

## 目录

### 宽容

#### PART 1 原谅生活的过错

罗兰和她的父亲

不见不散

像袜子一样柔软

孤独的幸福

祝福“敌人”

两巴掌之后

#### PART 2 工作就是热爱

职业，量身订做

对钱的渴求

二十四小时微笑

为工作感动

善对挫折

憧憬未来

PART 3 你的左手是我的右手

干杯，朋友

寻觅同道人

我支持你

遗忘悲伤

患难与共

彻底交出信任

PART 4 做一个好爱人

欣赏的眼睛

幕后的力量

抖抖疲惫

爱的阳光

相敬如宾

知心爱人

PART 5 孩子，你是我的骄傲

从赞美开始

别说我不懂

跳出那格子

交个朋友吧

谁说金钱万能

聊聊天，好吗

积极

PART 1 生活可以创造

独自飞翔

诺贝尔的精髓

女主角是这样诞生的

给自己一片悬崖

生命际遇中的“哈雷彗星”

一个人的生日宴会

云层后的阳光

圆人生之梦

人往高处爬

漫画的人生

PART 2 没有坐等而来的爱情

爱情阴谋

青草娃娃

梦里来找我吧！

一起走出仇恨

废墟下的爱情

放飞的风筝  
最后一滴眼泪  
温馨的爱情“起诉状”  
PART 3 家庭亦需经营  
洁西的结婚礼服  
爱人的卢浮宫  
生命之灯  
无法开启的“鸡毛信”  
小泥人  
你要帮我吗  
十朵小雏菊  
不变的承诺  
PART 4 向困境说不  
绝症面前不失色  
不可能的奇迹  
没有谁能阻拦你  
你是否真的想要  
最后一次叩门  
人定胜天  
逃出鲨鱼嘴  
小心地使用“不可能”  
从未告诉他“你不能”  
除了我自己，谁会相信我！  
PART 5 共同面对明天  
当沉默遇到寡言  
我们是弱智  
爱情的第二春  
海棠依旧  
挥手微笑  
让悲伤随歌去  
绿色日记本  
睡莲花开的声音  
冒险  
PART 1 追逐梦的线索  
登山者的红舞鞋  
戈壁三人行  
飞翔于半空之中  
韩国济州学潜水  
永不停步的双脚探险家  
极限生命  
勇敢者的墓志铭  
PART 2 成功常在险要处

曾宪梓和他的Goldlion

摩根的第一桶金

星巴克的创业

放开抓住悬崖的手

不要逃避未知

游戏中的输与赢

爱斯基摩人的迁徙生活

婚姻冒险

PART 3 冒险的准备

影响决策的因素

发现自己的优势

挑战机遇

找不到标准的答案

艾柯卡失业后

坚忍成就人生

墨多瓦“驾机视察工作”

内心的竞赛

创业硅谷

PART 4 永不言败的强者

勇士

“扑克牌战略”

女中豪杰

创业的一波三折

踏上竞争的不归路

闯荡中国的华尔街女人

和团队成员一起冒险

一只羊和一群羊

PART 5 登上成功的特快车

走好第一步

苹果电脑的诞生

穿越上万公里的鱼

可能与不可能

年轻猴子们的冒险世界

阴谋与爱情

巴伦支探险北极

成功只是为了证明

乐观

PART 1 乐观还是悲观，是关键所在

玻璃是怎样改变小虎鲨的

有缺陷的小男孩

世事只有两种可能

光明与黑暗的剪影

奇妙的对比原理

青蛙攀爬比赛

关于三个石匠与李白的辩论

人人都有小酒窝

快乐的“布袋和尚”

你错过了什么

PART 2 迷人的内在性格

张开拳头才可以取得

乐观的源泉所在

飞过星辰的黑气球

铁链的禁忌

你长大后想做什么

断箭

人生的真相

自信是成长路上的路标

你可以拿到第一

天才不是天生的

PART 3 芝麻开门——打开成功的宝库

雄鹰的故事

山不过来，我就过去

别让老板问倒你

凌空布网

冲破逆境的哲学串烧

瞎子的秘方

把机遇请到你家

寻找机遇，即使多绕几个弯

鹅卵石与钻石

每秒摆一下

杰米夫妇的现在进行式

PART 4 迈向真正的乐观之路

放弃的智慧

除了恐惧，一切都不用恐惧

别等待，立刻行动

离恐惧更近一点

用心智消除差距

生活不是只有一颗巧克力

两幅画作

疼痛让我思索人生

PART 5 今天你快乐吗

月桂树的香味

幸福原来很简单

人生的快乐清单

坚持

PART 1 坚持目标，成功就一定是我的

跨越栅栏的勇气

重新站起来

一定有办法

金蒙特的金牌

从废墟中崛起

“炸鸡秘方”的启示

执著的银行职员

坚持到底

永不言败

PART 2 保持健康，是快乐人生的根本

获救的小男孩

点燃热情之火

心灵的力量

生命力的化身

一个癌症患者的信念

PART 3 涓涓亲情，是持久的动力

一个母爱打造的金牌

我要找妈妈

妈妈的七十二封信

母爱的天空没有边界

真善演绎“父子”情缘

一个令人震撼的故事

浴火重生

一脚踢到埃及

PART 4 爱使生命绵延不绝

平凡的故事

站起来的女诗人

总有一天等到你

每天抱我一分钟

还是为她泡杯咖啡

永远的红玫瑰

PART 5 朋友之间的纽带就是坚持

生命的药方

送花的小女孩

朋友是没有月亮的晚上

生命的列车

切肤之爱

感恩节的礼物

苏菲的小费

PART 6 学习是一种坚持的德行

勒格森的旅途

下着大雪的早晨

一个年轻律师的故事

好学的富兰克林

变通

PART 1 头脑风暴：变通前的热身运动

毛毛虫纵队

妮姬的假发

全国最棒的棒球手

我就是你要的人

卡耐基面对批评

布朗先生的恐惧

周末晚会

概率游戏

不愉快的晚餐

PART 2 练习生活，练习变通

失约

语言的力量

正视别人的批评

利弊单

驱逐烦恼的技巧

别只是希望，朋友

小费

PART 3 走向成功之路

一次失败的面试

超级思维

通用公司服务客产的故事

长颈鹿与防毒面具

赚钱智慧只需一点点

良好的工作习惯

什么使你疲劳

如何防止产生烦闷

有意思的工作

人生的四个问题

让自己忙碌起来

两个和尚

给糖哲学

分粥制度

PART 4 境由心生，拥抱全新的自我

我是重要的

褒贬不一的画

你怎么看你

创造自己的命运

拼图

二十块零用钱

水滴耳环

暂停你的脚步

PART 5 快乐秘境，创意无极限

我如何快乐起来

快乐的秘密

为忧虑限定“到此为止”

如何乐观

一桩敲诈案

带着棺材周游世界

红木小吧台

今天的果酱

每次只活一天

在线试读部分章节

宽容

PART 1 原谅生活的过错

不论你是一个男子还是一个女人，待人温和宽大才配得上人的名称。一个人真正的英勇果断，绝不等于用拳头制止别人发言。

罗兰和她的父亲

生活是一个个五味瓶，里面盛满了人生各种苦涩与甜蜜，我们活在世界上，就不可避免地要去接受生活赋予我们的快乐和苦难。人生的功名利禄、光辉荣耀不是瞬间可以获得的，人生的成败也不是一蹴而就的，生活着，我们就得去真实地面对、去迎接，而不是一蹶不振，就此消沉。

如果说，儿女可以恨随便离婚的父母，那么，意大利著名影星索菲亚·罗兰是最有资格恨她父亲的人。因为父亲只给了她生命，而拒绝与她的母亲结婚，也不承担任何责任，使罗兰成为一个遭到人人唾弃的私生女。

罗兰是怎么来到这世界上的呢？

她的母亲回忆说：

“以往的岁月毁了我的一生。我的记忆中留下的惟有丑恶的东西。李嘉图·希科洛内在罗马街头遇上了我。我去罗马是为了追求我在钢琴演奏方面的前途——我的钢琴演奏得很好。他在街上走上前来，告诉我说他是一个制片人。他说我是如此之美，他禁不住要和我搭讪。我以为他是诚实的。我当时不过是一个刚从波祖里出走的乡下姑娘，什么都不懂。我和他会面几次以后，他就到我的旅店和我一起睡觉；两个月后我怀孕了。但他拒绝和我结婚，这真是奇耻大辱。

“我回波祖里去住可不是一件简单的事。波祖里从来没有过未结婚而生小孩的人。波

祖里姑娘在结婚前都是处女，这是一条严格的生活准则。我知道镇上的人会把当作下流的、不体面的娼妓。但我和他们对抗，我是一个战士，我为我自己和我的婴儿而战斗。

罗兰的父亲根本不是什么制片人。他学过工程，但由于有始无终，并无专长，工作难找，又缺少积蓄，在小罗兰出生时，母亲的家境已十分艰难，但她的父亲竟不辞而去，连一个里拉也没留下。

好不容易长大到了上学的年龄，然而罗兰所蒙受的耻辱并没有结束。她说：宽容 PART 1 原谅生活的过错 不论你是一个男子还是一个女人，待人温和宽大才配得上人的名称。一个人真正的英勇果断，绝不等于用拳头制止别人发言。罗兰和她的父亲生活是一个个五味瓶，里面盛满了人生各种苦涩与甜蜜，我们活在世界上，就不可避免地去接受生活赋予我们的快乐和苦难。人生的功名利禄、光辉荣耀不是瞬间可以获得的，人生的成败也不是一蹴而就的，生活着，我们就得去真实地面对、去迎接，而不是一蹶不振，就此消沉。如果说，儿女可以恨随便离婚的父母，那么，意大利著名影星索菲亚·罗兰是最有资格恨她父亲的人。因为父亲只给了她生命，而拒绝与她的母亲结婚，也不承担任何责任，使罗兰成为一个遭到人人唾弃的私生女。

罗兰是怎么来到这世界上的呢？她的母亲回忆说：“以往的岁月毁了我的一生。我的记忆中留下的惟有丑恶的东西。李嘉图·希科洛内在罗马街头遇到了我。我去罗马是为了追求我在钢琴演奏方面的前途——我的钢琴演奏得很好。他在街上走上前来，告诉我说他是一个制片人。他说我是如此之美，他禁不住要和我搭讪。我以为他是诚实的。我当时不过是一个刚从波祖里出走的乡下姑娘，什么都不懂。我和他会面几次以后，他就到我的旅店和我一起睡觉；两个月后我怀孕了。但他拒绝和我结婚，这真是奇耻大辱。“我回波祖里去住可不是一件简单的事。波祖里从来没有过未结婚而生小孩的人。波祖里姑娘在结婚前都是处女，这是一条严格的生活准则。我知道镇上的人会把当作下流的、不体面的娼妓。但我和他们对抗，我是一个战士，我为我自己和我的婴儿而战斗。”罗兰的父亲根本不是什么制片人。他学过工程，但由于有始无终，并无专长，工作难找，又缺少积蓄，在小罗兰出生时，母亲的家境已十分艰难，但她的父亲竟不辞而去，连一个里拉也没留下。

好不容易长大到了上学的年龄，然而罗兰所蒙受的耻辱并没有结束。她说：“我上学后要不是早上八点第一个到校，就是最后一个露面。而我往往是正好在八点五十五分时在班级里最后一名进入教室的。我的痛苦经验使我懂得了这是避免引人注意的办法。只有尽量避免引人注意，才能躲开同学们针对我的悄悄耳语、奚落眼神、窃笑和侮辱。因为我是一个未婚母亲的私生女呀！我异常腼腆，害怕见人，对这种残酷的环境毫无应付能力……童年的每个早晨，我为了必须上学而胆战心惊，我觉得私生子的印记就刻在我的前额上。”罗兰几乎见不到父亲。她在自述中写道：“父亲仅仅是一个词，一个毫无意义的标签。一个应当和自己生活在一起却不这样做的人，怎么能使幼小的心灵产生爱和感情呢？这个叫做父亲的人从来不探望我、不关心我。外祖父、外祖母关心我，直到几年前外祖父去世为止，我一直管他叫‘爸爸’，也认为他是爸爸。”后来，当索菲亚·罗兰成为著名电影演员之后，她在一次接受一家德国杂志的采访时，曾伤感地说：“小时候，我父亲哪怕是一双鞋子也从未给过我。”谁知道，她父亲看到这篇报道，竟去法院告女儿诽谤，并发誓说女儿的话是虚假的，要求她赔偿名誉损失。这件事闹得满城风雨，使罗兰感到非常难堪和痛苦。尽管有那么多不堪回首的伤心事，但当父亲病危的时候，索菲亚·罗兰还是立即赶去探望，并且尽可能地去理解父亲。

索菲亚·罗兰在其自述中写道：“一听到我的声音，他睁开眼睛勉强地笑了一笑，说：‘我很高兴。’……那天晚上，我的思想不能离开我的父亲。某种程度上，说也奇怪，他是我一生中最重要的。尽管我在一生中收到过许多精美的礼物，可那一辆我父亲一生之中惟一赠送给我的、上面刻有我名字的蓝色玩具汽车，却在我记忆中占有特殊的地位。“妹妹告诉我，父亲怎样在身体稍好些能出门的日子里，经常到正在放映我主演的片子的电影院去，没完没了地坐在黑暗中看着我。“我猜不透他坐在黑暗里看着银幕上的我时有何感想。他是否还记得当初我们母女的凄苦处境，那时候他不仅不理睬我们，而且还采取一些奇怪手段来惩罚我们。他要我付出一百万里拉来买他的姓，并且一年以后，又企图推翻协定，我猜他是想从我身上再榨取一笔钱。他甚至故意为难，要我每月拿出三千里拉，以偿还他曾经被迫给过我的几个月生活费。他是否还记得，他曾在警察局指控我们，企图把我们逐出罗马，赶回波祖里？他对这一切是否还记得，或是否有负罪之感呢？但即便是这样，我也无法否认他是我父亲的事实，我猜想在他的内心深处，仍有着一颗爱我的心，因为他会在黑暗的电影院注视我，无休无止……“我开始实事求是地对待我父亲：他是什么就是什么，把许多罪名加在他身上是无谓的举动。我对他的看法有所改变后，我的感情也转变了。我不再对他怀恨或咒骂。“我开始对他产生怜悯。我为他伤心。因为，他本来有机会度过美满和充实的一生的，但他摒弃了它，摒弃了愿意爱他和关心他的人，他似乎总是在生活上和自己过不去，他是一个自我失败主义者。“我感激上帝，我一点也没有从他那里遗传到坏的基因。我不愿意毁坏自己也不愿意毁坏别人。我的天性是乐喜好施，关心别人，而没有丝毫要求报答的思想。这种慷慨的天性也许对我的表演生涯大有裨益，因为真正的表演无非就是演员善于把自己的深情和感受奉献给观众，此外，还能有什么呢？”在他进医院前不久，在他的请求下，妹妹安排我到她罗马的寓所去探望他。他见了我很开心，带领我参观了他的住所，让我看他的财物和纪念品。我们没有很多话可说，但他认为我参观他的家这件事给他很大的安慰。当我离别的时候，我们站在门廊里互相道别，他握住我的一只手说：‘我为你感到非常骄傲。’那是他对我说过的话中惟一一句真心的话。“在他弥留之际，我思潮起伏……我在一生中遭受的许多痛苦、挫折和屈辱，都是我父亲一手造成的。但现在，在他生命即将结束的时刻，任何在过去对他的反感都已被怜悯之情冲刷得一干二净，一股强烈的爱已无可名状地冲淡了我们过去关系中种种丑恶的事件。

“剩下的只有爱。”现实生活中在处理类似关系这一方面，能够达到如此崇高境界的是何其稀少啊！我们的误解太多了，仇恨太多了，但疏通的愿望却太弱了，几乎统统打成了死结。这是一个悲剧。假若，仇恨的结果是幸福，那就去仇恨好了，用不着遗憾什么。可结果恰恰相反，仇恨只能使悲剧更悲。如索菲亚·罗兰感悟到的那样：

“恨是一种强酸，它腐蚀的不是被恨者，而是恨人者。”

学会理解和宽容吧，那将使你减轻痛苦，并且变得快活起来！在处理人际关系时，给人一个超乎事实的美名，就像用“灰姑娘”故事里的仙女棒，点在他身上，这将会使他从头至尾焕然一新。不见不散 认识小蓝已经好多年了，自从在大学校园里初见，她灿烂的笑就烙印在我的心里。喜欢和她在一起的感觉，那是放松、平和的满足，是相知畅饮般的感动，为自己、也为可以拥有如此实在的朋友。毕业时我俩邀月盟誓，不论贫穷、疾病。不论天涯、海角，此生终要不离不弃，就是来世也要再续前缘，我们是生生世世最令人羡慕的“朋友”。在彼此关注的眼神里，我们走入了社会，去品味别样的人生，体会成功的感受，我们相信我们的誓言将与日月同辉，与天地同在！电话、网络、短信、邮件……现代通信联系方式我们无所不用，涉及范围也是无所不言，言无不尽。

尽管我在D城，她在X市，我们仍然可以心有所应，感觉彼此都在眼前。“人生得一知己足矣”，就是在睡梦中，自己也会突发感慨，睡着了也会笑醒，多么美好的生活，多么动人的友情，真好！眨眼间，已是我们相识的第十年了，小蓝已为人母，我也为人妻，我们相约在初识的地方大肆庆祝一下，带着彼此的家人，狂欢一下，夜半时分再归家，我和她都很期盼，期盼着相见的那一刻。可是，可是我们最终没有在当年相识的一个纪念日再见……“珊，你的电话，二线。”前面小孟在叫我。“哦，谢谢！”我依旧习惯性地将眼睛盯着电脑，左手拿起电话，职业性地问候：“您好，请问哪位？”

“是企划部林经理吗？”与一般电话无异，我将电话夹在肩膀上，没有太多关注，手指在键盘上操作着，应道：“喔，是的，请问有什么事情吗？”

“我是帝都公司企划部刘炎。”“刘经理，您好！找我有事？”我把手放慢了，帝都实业是今年我们公司的一个大客户，房产专案都由我们公司负责，更是我负责的重点。“现实”——头脑中没原由地跳出这个词，不觉嘴角浮起一丝笑意，这是对自己从一个初出茅庐的小女孩，到对人情世故、工作都可以得心应手的职业女性的自信与认可。

“事情重大，我就不和您客套了，今天的报纸你看了吗？白桦别墅的广告怎么和你给我们的别墅区广告企划一模一样？我们已经为此做了很多准备。购置了促销活动的用品，而且按照我们的协定，我们的广告应该在明天见报。你们还给雨天房产同时做吗？这样不太好哦，严总非常生气和吃惊，需要听到你们的一个合理解释。”电话那端听得出来是相当激动、连珠炮似的质问，语调的急促、语气的锐利，还有事情的突然和奇怪，我停下手里的工作，用手扶着听筒，缓缓说：“今天的报纸我没有看，这件事情我还不太清楚，这样，我先了解一下，在今天中午十二点以前给您一个答复，您看如何？”

“哦，那……好吧！”无可奈何间，刘炎不情愿地应允。事情已经发生了，着急也没有用，只有先把事情弄清楚，想办法解决和把损失减小到最少。我放下电话，用最快速度通知企划部全体员工到会议室开会，我要先弄清楚这件事情的来龙去脉，这涉及到商业机密，涉及到做人的原则问题。我的脸色相当凝重，一改平时的和颜悦色，四分钟之后，我面对我们部门的员工，将帝都事件做了一个简要阐述，我手中是今天的《商报》，体育版上赫然显现的是雨天房产推出的“白桦别墅——享受旅游般的家居生活”。半版广告，从文案到图画与我们用两个月时间做的企划一般无二。“这是怎么一回事？谁可以做一个解释？”我几乎是一字一句地说。没有人说话，气氛紧张之极，除了面面相觑，就是自己的心跳声音。我重重地喘了口气，轻声说道：“如果谁知道，我希望在中午下班前给我答复。”敲开了老总的办公室，我把这件事情做了简要的汇报。

“你一定要用最快速的时间查清楚，这不仅关系到帝都的经济损失承担问题，还关系到我们公司的声誉，我希望你现在放下手中的工作，全力处理此事。随时给我电话。”老总的态度相当明确，看得出来，他很紧张，是啊，怎么可能不紧张，如果责任在我方，损失将是巨大和惨重的。我点了点头，知道事态严重，没有再说什么。说得再多也无用，只有抓紧时间了。距离十二点还有一个多小时。十五分钟以后，我部门的员工全部到我办公室，看着我的眼睛，说：“我们对此事，都是今天才知道，我们不会做任何有损公司的事情，我们以自己的生命和人格担保，我们没有将企划案外泄，请相信您的下属。”我为之动容了，还有什么比生命更宝贵？我点了点头，对他们说，“你们先去做自己的事情，这件事情我来处理，不要分心，做好自己的事情。”他们走了，我脑中一片空白。“要镇定，一定要镇定。”我对自己说着。我回想着这两个月来的事情，理不出一个头绪，脑袋快炸了，真烦啊！干脆给小蓝打一个电话好了，也许可以平缓一下自己着急的心情。小蓝，小蓝，突然，脑子里闪过一个念头，我曾经那么仔细地和她说过

过我的得意之作，就是和帝都签合约的那天。“不，不会的，肯定不会的。”我马上推翻，抓起报纸，细看广告发布代理公司，“X市龙太公司”，X市，X市？怎么会是X市？拿起电话，从未这么犹豫地拨这个熟悉得不能再熟悉的电话号码，两声长音后，我听到了小蓝的声音。“小蓝，是我，我……想问问……”我有些口吃，我实在问不出来，我不相信她会这么做，如果是她，我以后将如何去面对她，我最好的朋友。

“你，你是想问白桦别墅的事情吗？”“你怎么知道？”我的不安在全身快速蔓延。

“我这段时间没有什么感觉，老板对我说，如果再做不出像样的案子，我将被炒鱿鱼，正好雨天房产给了一个专案，是做别墅的企划，我怎么想也没有好点子，突然想起你说的那个别墅企划案，但我做了一些改动，老板非常满意，你不打电话，我还要给你打电话哩。”听得出来，她心情非常不错，可是，可是这是我们的企划案啊，不是只靠我一个人辛苦做出来的，怎么可以不告诉我就这样做？怎么可以剽窃？是的，剽窃，这就是我的朋友？最好的朋友？生生世世愿意以生命交换的朋友？我愤怒了：“你怎么可以这样？利用我对你的信任，剽窃别人的成果，还引以自豪，你还算是我的朋友吗？”

“怎么了，我做错什么了吗？你不是说天下的广告创意都差不多，只要能抓住人的心就是好广告，画面的重叠和文字的修饰都是为此服务的吗？”“你这是强词夺理，你知道吗？你这样做害帝都的损失有多大吗？不仅开盘放缓，而且全部工作重来，我们公司的信誉也将扫地，你仅仅为了自己就可以这样？你考虑了我吗？”我愤怒至极。“我说了，我做了修改，没有完全照搬，你如果不相信，我很难过。我实在需要工作，我老公刚失业，我还要养儿子，你是我的朋友，最好的朋友，你应该可以理解我的。”她的声音有些哽咽。“那你理解我吗？知道吗，我会为此丢掉饭碗。你太自私了。”我挂掉了她的电话，仍然难消心中的怒气和失望，我浑身无力，像是掉进了深井，看不见天，四周黑漆漆的，我被伤害了，伤得好深。……

[显示全部信息](#)

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)