



受益一生系列·小学部分

总主编：滕 刚

主 编：陈 雄 黄 棋

让小学生受益一生的 100个情商故事

成功 = 20%智商 + 80%情商

情商是开启心智的钥匙，是激发潜能的关键。据研究，一个人在社会上要取得成功，起主要作用的不是智力因素，而是情绪智能，前者占20%，后者占80%。由此可见，情商是获取成功的重要因素，是通向美好未来的阶梯。



华东师范大学出版社

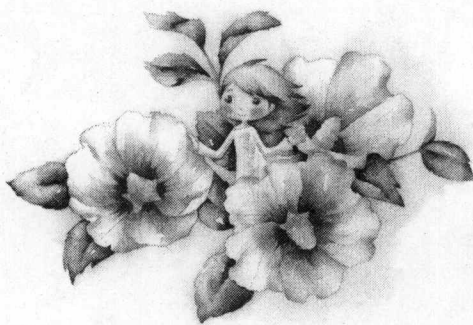


受益一生系列·小学部分

让小学生受益一生的 100个情商故事

◎ 总主编：滕 刚

◎ 主 编：陈 雄 黄 棋



华东师范大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

让小学生受益一生的100个情商故事 / 陈雄, 黄棋主编.
-上海: 华东师范大学出版社, 2008
(受益一生系列·小学部分)
ISBN 978-7-5617-6352-0

I. 让… II. ①陈…②黄… III. 儿童文学-故事-作品集-世界 IV. I18

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第137133号

让小学生受益一生的 100 个情商故事

总主编 滕 刚

主 编 陈 雄 黄 棋

总 策 划	王仁定
统 筹	李 梅
项目编辑	陈锦文
文字编辑	王惠灵
策划编辑	刘光全
执行编辑	沈丽凝
装帧设计	张 信 沈思紫

出版发行	华东师范大学出版社
社 址	上海市中山北路 3663 号 邮编 200062
电话总机	021-62450163 转各部门 行政传真 021-62572105
客服电话	021-62865537 (兼传真)
门市 (邮购) 电话	021-62869887
门市地址	上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口
网 址	www.ecunpress.com.cn
印 刷	江苏省通州市印刷总厂有限公司
开 本	787x1092mm 16 开
印 张	15
字 数	180 千字
版 次	2008 年 10 月第一版
印 次	2008 年 10 月第一次
印 数	1-15000 册
书 号	ISBN 978-7-5617-6352-0/I · 476
定 价	23.80 元

出 版 人 朱杰人

(如发现本版图书有印订问题, 请寄回本社客服中心调换或电话 021-62865537 联系)

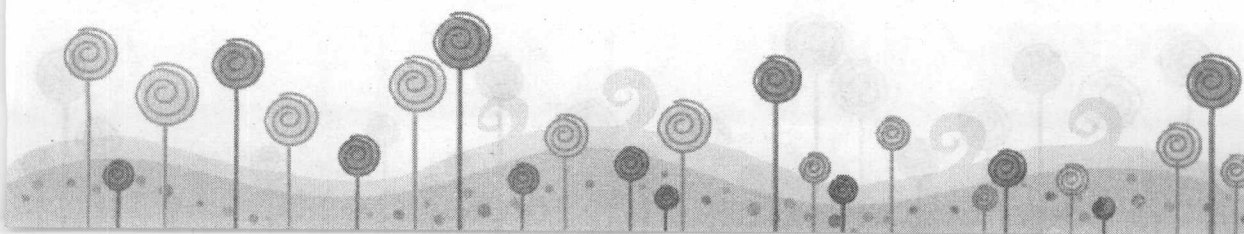


目录

第一辑 认识自己，用你的长处经营人生

常言道：“天生我才必有用。”每个人都有一份属于自己的天赋，都有无限的潜能，也都有自己的短处，需要认清、克服。要想拥有成功的人生，就得学会了解自己、欣赏自己、接受自己。给自己一个充分发挥的舞台，用心经营自己的长处，取长补短，我们的人生才能不断地增值。

最优秀的人是你自己·····	2
我很重要·····	4
宝贝放错了地方就是废物·····	6
刺猬的教训·····	8
你的容量有多少·····	11
放大你的价值·····	14
用你的长处经营人生·····	16
最出色的不足·····	19
发现你的潜能·····	21
最好的不如合适的·····	24
发掘自己·····	26



目录

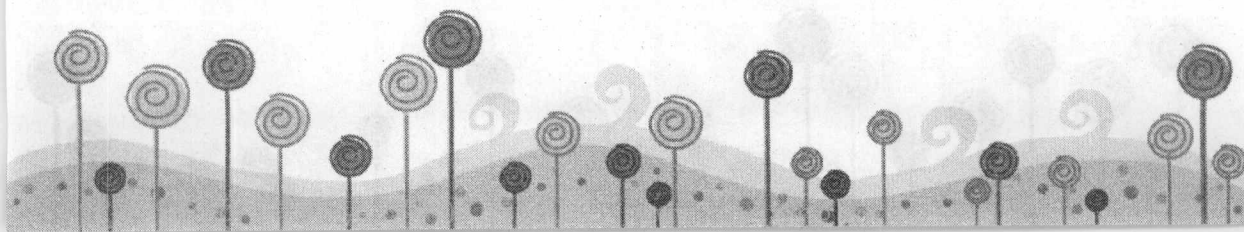
contents



第二辑 内省，留一只眼睛看自己

古人曾说：“一个人每天三次反省自己，就能避免很多的错误。”的确，及时对自己进行反省，就能充分地认识自己的得与失、优与缺，从而不断地完善自己的品格，不断地提升自己的境界，使自己懂得生活，使人生更加圆满。

提醒自己.....	30
视线之外的自己.....	32
人生只是一场苏醒.....	34
留一只眼睛看自己.....	37
皮莱的镜子.....	40
为自己负责.....	42
当你听到背后议论.....	46
抢劫自己.....	48
低头看自己.....	50



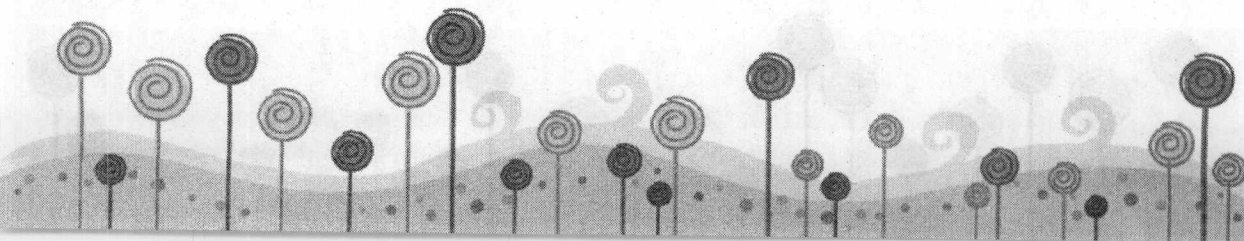


目录

第三辑 改变环境，不如改变自己

在相同的境遇下，不同的人却会有不同的命运。所以，决定我们幸福指数的，不是环境，而是我们的心态。虽然我们不能延长生命的长度，但可以拓展生命的宽度，如果我们改变不了环境，那我们就改变自己。一味地关注生活的阴暗、困难，只会令自己变得意志消沉。懂得调整自己的心态，生活才会始终充满阳光。

“危险”妹妹·····	54
从改变自己开始·····	57
抱怨不如改变·····	59
撬起世界的支点·····	62
因为我在那个位置上·····	64
改变环境，不如改变自己·····	66
越长越短的非洲象牙·····	68
最后成功的是谁·····	70



目录

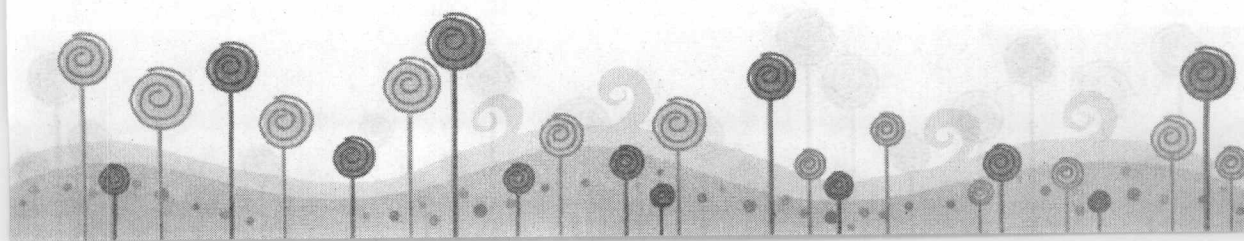
contents

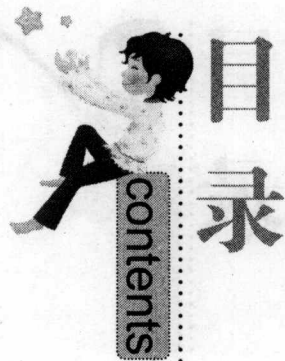


第四辑 自我管理，调控内心的红绿灯

美国的家庭教育专家曾经进行过一项研究，给一些四岁大的宝宝水果软糖，并告诉他们，如果能等待 20 分钟再吃的话，就可以再给他们一块糖。结果，那些等待拿第二颗糖的宝宝在日后的学习和事业上都比其他人更出色。人生需要许多能力，控制自己、管理自己的能力应该是其中最可贵的一种。

99 一族·····	74
一顿夜宵·····	76
欲望是一个陷阱·····	79
可怕的一棵树·····	82
不知美味·····	84
追蝶失澳洲·····	86
爱斯基摩人捕狼·····	88
第二颗糖·····	89



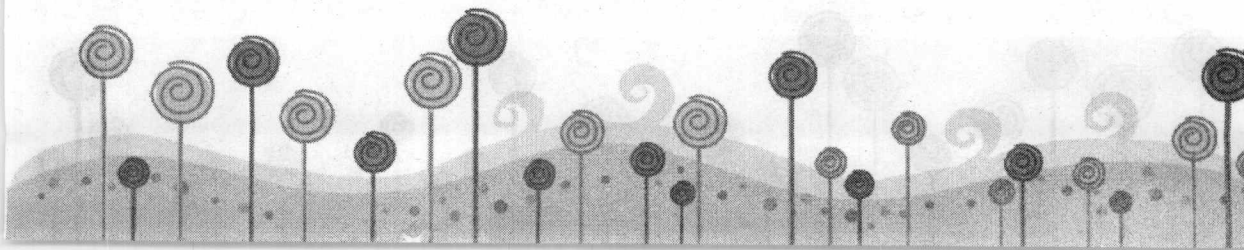


目录

第五辑 驾驭黑色情绪，不做坏情绪的奴隶

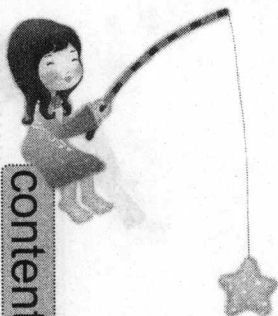
愤怒、傲慢、嫉妒、自负、冲动……这些坏情绪隐藏在我们每个人的身上。如果我们只是一味地发泄这些坏情绪，它们就会像传染病一样，不仅令我们的心灵受到伤害，还会伤害我们身边的人。所以我们应该支配坏情绪，做它们的主人，而不是被坏情绪所支配，做它们的奴隶！

勤杂工的智慧·····	92
不气·····	94
让嫉妒开出绚丽的花朵·····	97
再等两天·····	100
在心里装个“暂停按钮”·····	102
克里斯蒂的傲慢与裁判的偏见·····	104
林肯驾驭愤怒·····	107
原因中的原因·····	109
国王的堡垒·····	111



目 录

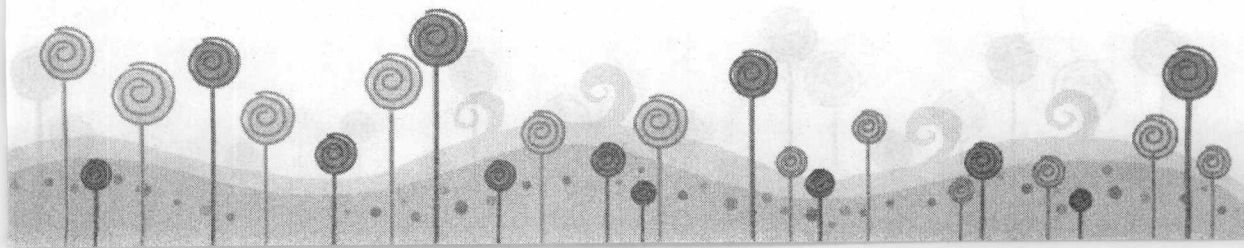
contents

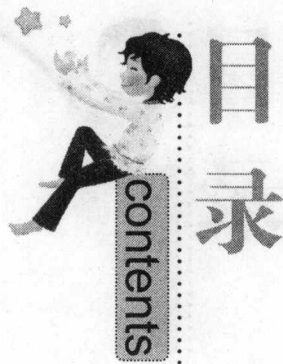


第六辑 生命需要共鸣，没人能孤独地活着

生活中，每个人都不能孤立地活着，都需要别人的帮助、安慰和鼓励。同时，在别人身陷困境时，也同样需要你的援手。获得别人的帮助，是一种莫大的幸福；帮助别人，则是一种心灵的满足。正因为心与心之间的共鸣，人类才得以生生不息。

最有力量的安慰·····	114
最高智慧·····	116
与人相处是美丽的·····	119
生命需要共鸣·····	122
企鹅的繁衍·····	124
群体感的力量·····	127
他的肩膀你的高度·····	129
室友和睦的公式·····	131
捕猎需要两只狗·····	134



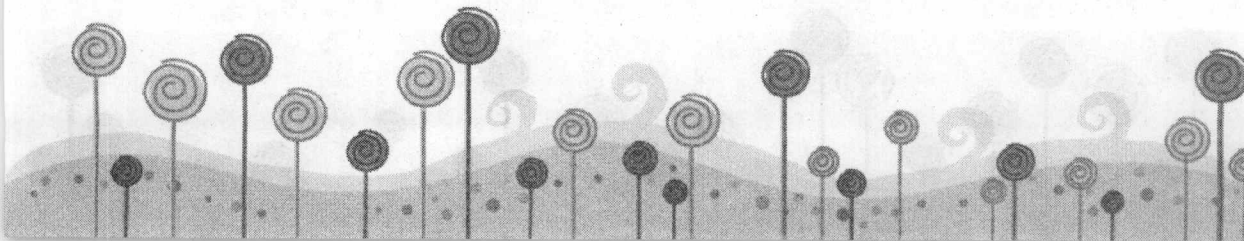


目录

第七辑 用心沟通，是成为人气高手的秘诀

在生活中，我们避免不了与他人接触，与他人交往，与他人合作。交往中的每一个细节，都透露着生活的智慧。成为人气高手的秘诀就是：以心相交，以诚相待，为人着想。善待他人，也就是善待自己；与人方便，也是方便自己。

风中的羽毛·····	138
小心你的光芒·····	141
学会鼓励他人·····	143
不要把疤开成花·····	145
好言一句·····	148
山谷的回声·····	150
欣赏是另一种阳光·····	152
快乐实验·····	154
细节伤害·····	156



目录

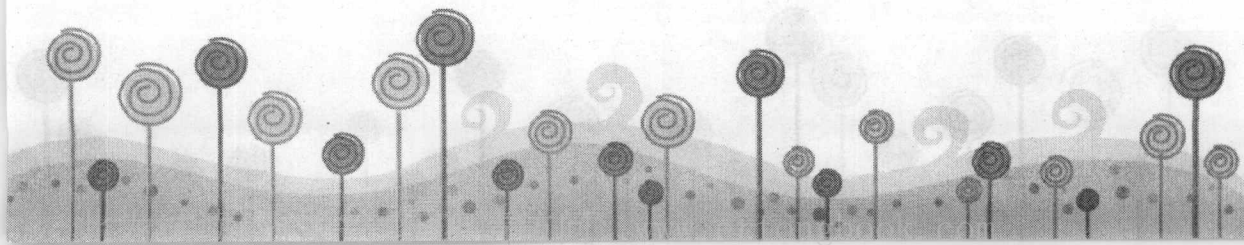
contents



第八辑 降低标准，快乐其实很简单

快乐的道理其实很简单：用心记住别人对自己的每次帮助，并且心中充满感激；原谅别人的错误，并且给予他们鼓励和改正错误的勇气；热爱生活，以宽容的态度来看待人生；在阳光明媚的日子绽放灿烂的笑容；在阴天下雨的时候看翠绿的小草。

美丽在心·····	160
快乐其实很简单·····	162
光和影的游戏·····	164
丰富你的心灵·····	166
降低快乐的标准·····	169
加上快乐的分数·····	171
快乐就像太阳·····	173
把阳光写在脸上·····	175



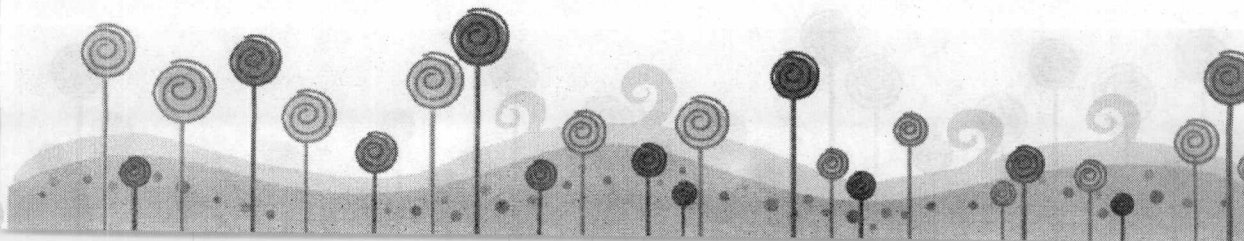


目录

第九辑 勇敢的一步，改变的一生

在面对困难的时候，我们害怕、退缩，大部份时候，并不是因为它们的强大，而是因为我们的不了解。其实只要我们敢于跨出一步，就会发现气势汹汹的困难，原来只是“纸老虎”。遭遇困难并不可怕，可怕的是失去争取成功的勇气。因害怕失败而不敢放手一搏的人，永远不会成功。

床也是危险的·····	180
我带手电了·····	182
两种羊的不同性格·····	185
剃刀边上的血·····	187
怕·····	189
一封信改变的命运·····	191
多拿出一点勇气·····	193
闹钟提前了一小时·····	196
一步改变一生·····	198
核泄漏之后·····	200
镇静如花·····	202



目 录

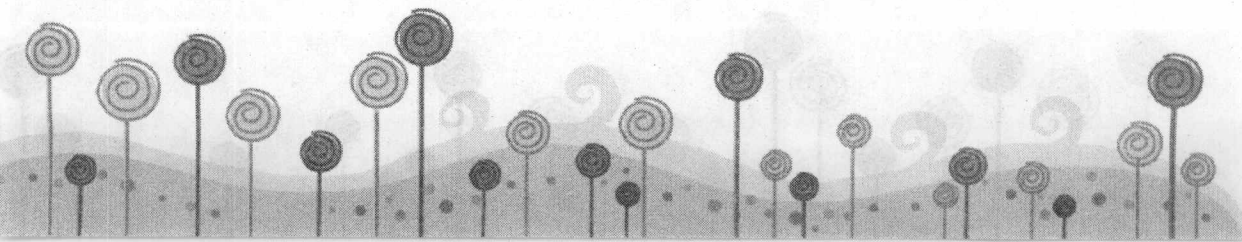
contents



第十辑 自我激励，做自己命运的主人

有一位哲学家曾经说过：“容易走的都是下坡路。”人生之路并非一马平川，并非无须费劲就能轻松前行。上坡虽然辛苦，但它却是人生的进步，不断地鞭策自己，坚持不懈地奋斗，我们就能不断地接近人生的新高度。

鸭子的逃生机会·····	206
把磨难当作幸运·····	209
风雪路上的歌声·····	212
迎接扑面而来的春天·····	214
对手的数量·····	216
我只想摸摸这个世界的声音·····	218
做自己的鼓手·····	221
绝地开花·····	223
肉体死了，灵魂将再一次准备起飞·····	225





第一辑

认识自己，用你的长处经营人生

常言道：“天生我才必有用。”每个人都有一份属于自己的天赋，都有无限的潜能，也有自己的短处，需要认清、克服。要想拥有成功的人生，就得学会了解自己、欣赏自己、接受自己。给自己一个充分发挥的舞台，用心经营自己的长处，取长补短，我们的人生才能不断地增值。





“失望的是我，对不起的却是你自己。”苏格拉底说到这里，很失意地闭上眼睛……



最优秀的人是你自己

文 / 纪广洋

传说，苏格拉底在风烛残年之际，知道自己时日不多了，就想考验和点化一下他那位平时看来很不错的助手。他把助手叫到床前说：“我的蜡烛所剩不多了，得找另一根蜡烛接着点下去，你明白我的意思吗？”

“明白。”那位助手赶忙说，“您的思想光辉是得很好地传承下去……”

“可是，”苏格拉底慢悠悠地说，“我需要一位最优秀的传承者，他不但要有相当的智慧，还必须有充分的信心和非凡的勇气……这样的人选直到目前为止我还未见到，你帮我寻找和发掘一位好吗？”

“好的，好的。”助手很温顺很尊敬地说，“我一定竭尽全力地去寻找，以不辜负您的栽培和信任。”

苏格拉底笑了笑，没再说什么。

那位忠诚而勤奋的助手，不辞辛苦地通过各种渠道开始四处寻找。可他领来了一位又一位，总被苏格拉底一一婉言谢绝。当

那位助手再次无功而返地回到苏格拉底的病床前时，病入膏肓的苏格拉底硬撑着坐起来，抚着那位助手的肩膀说：“真是辛苦你了，不过，你找来的那些人，其实还不如你……”

“我一定加倍努力，”助手言辞恳切地说，“找遍城乡各地、找遍五湖四海，我也要把最优秀的人选挖掘出来，举荐给您。”

苏格拉底笑笑，不再说话。

半年之后。苏格拉底眼看就要告别人世，最优秀的人选还是没有眉目。助手非常惭愧，泪流满面地坐在病床边，语气沉重地说：“我真对不起您，令您失望了！”

“失望的是我，对不起的却是你自己。”苏格拉底说到这里，很失意地闭上眼睛，停顿了许久才又不无哀怨地说，“本来，最优秀的人就是你自己，只是你不敢相信自己，才把自己给忽略、给耽误、给丢失了……其实，每个人都是最优秀的，差别就在于如何认识自己、如何发掘和重用自己……”话没说完，一代哲人就永远离开了他曾经深切关注过的这个世界。

那位助手非常后悔，甚至后悔、自责了整个后半生。

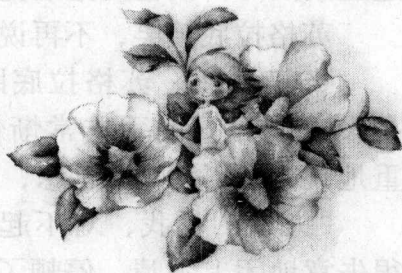
为了不重蹈那位助手的覆辙，每个向往成功、不甘沉沦者，都应该牢记先哲的这句至理名言：“最优秀的人就是你自己！”

情商启悟

阻止我们成功的往往不是环境，而是我们自己。自卑的人，总是在怀疑中扼杀自己聪颖的天赋和无限的潜能，从而错失走向成功的机会。给自己一个精彩的理由，你就会发现，其实自己也同样的优秀。



一只蜜蜂和一只雄鹰相比，虽然微不足道，但它可以传播花粉，从而使大地五彩斑斓。



我很重要

文 / 马国福

二战时期受经济危机的影响，日本失业人数陡增，工厂效益也很不景气。一家濒临倒闭的食品公司为了起死回生，决定裁员三分之一，有三种人名列其中：一种是清洁工，一种是司机，一种是无任何技术的仓库保管员。三种人加起来有30多名。经理找他们谈话，说明了裁员意图。清洁工说：“我们很重要，如果没有我们打扫卫生，没有清洁优美健康有序的环境，其他的员工怎会全身心投入工作？”司机说：“我们很重要，这么多产品，没有司机怎能迅速销往市场？”仓管人员说：“我们很重要，战争刚刚过去，许多人挣扎在饥饿线上，没有我们，这些食品岂不要被流浪街头的乞丐偷光？”经理觉得他们说的话很有道理，权衡再三决定不裁员，重新制定了发展策略。最后，经理令人在公司门口悬挂了一块大匾，上面写着“我很重要”。每天当员工们来上班，第一眼看到的便是“我很重要”这四个字。不管一线员工还是企业管理人员都认为领导很重视他们，因此工作也很卖命。这句话调动了所有员工的积极性，几年后该公司迅速崛起，成为日本有名