

优秀青少年

励志读本

# 性格改变人生

刘继红 董博 主编

上

震撼心灵的永恒经典

优秀青少年励志读本

LIZHI DUBEN  
YOUXIU QINGSHAO REN

优 秀 青 少 年

励志读本

# 性格改变人生

XINGGE BIAN QIAN REN SHENG

上

震撼心灵的水恒经典

优秀青少年励志读本  
LIZHIDUBEN  
YOUXIU QINGSHAO NIAN

吉林人民出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

性格改变人生/刘继红、董博主编. —呼和浩特:内蒙古人民出版社,2007.8

(优秀青少年励志读本)

ISBN 978-7-204-09251-2

I. 性… II. ①刘…②董… III. 性格—青少年读物

IV. B848.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 122599 号

## 优秀青少年励志读本

---

主 编 刘继红 董博

责任编辑 张钧

封面设计 汇智泉文化

出版发行 内蒙古人民出版社

地 址 呼和浩特市新城区新华大街祥泰大厦

印 刷 大厂回族自治县圣启印务有限公司

开 本 850×1168 1/32

印 张 260

字 数 3500 千

版 次 2007 年 8 月第 1 版

印 次 2007 年 8 月第 1 次印刷

印 数 1-10000 册

书 号 ISBN 978-7-204-09251-2/G·2654

总 定 价 1188.00 元(共 60 册)

---

如发现印装质量问题,请与我社联系 联系电话:(0471)4971562 4971659

# 前言

近年来,中小学课外阅读已蔚然成风。国家教育部最新颁布的《语文课程标准》也大力提倡课外阅读,并且规定了课外阅读的数量。我们深刻领会课程标准的精神,精心编写了这套《优秀青少年励志读本》,旨在扩展青少年的课外阅读面,提高广大青少年的读写能力。

《优秀青少年励志读本》所选文章侧重思想精深、构思精巧、特色鲜明、富于哲理的作品。阅读这些作品,可以拓展青少年的视野,陶冶青少年的情操,启迪青少年的心智,丰富青少年的想象力,激发青少年的创造力。

《优秀青少年励志读本》基于当前个性化阅读的要求,从提高读者文化品位和青少年对文章阅读的整体感受入手,力求为他们打造精湛完美的文化精

品，营造丰富多彩的精神乐园。

《优秀青少年励志读本》既朴实无华，又丰富多彩；既青春靓丽，又真挚感人。我们相信，《优秀青少年励志读本》一定会受到广大青少年的喜爱。

# 目 录

## 第一编 性格决定了人生

|                        |      |
|------------------------|------|
| 聪明不等于成功 .....          | (3)  |
| 习惯动作与性格 .....          | (4)  |
| 气质与性格的关系 .....         | (6)  |
| 没有两种完全一致的性格 .....      | (9)  |
| 性格比什么都重要 .....         | (11) |
| 输赢看性格 .....            | (15) |
| 睡姿暴露你的性格 .....         | (17) |
| 不要空谈 .....             | (19) |
| 积极向上的性格造就卡内基 .....     | (20) |
| 南丁格尔的故事 .....          | (27) |
| 莫顿的成功之路 .....          | (30) |
| 性格是影响工作的主要因素 .....     | (32) |
| 勇于相信别人就容易成功 .....      | (43) |
| 千万不能忽视人际关系 .....       | (47) |
| 改善沟通技巧 .....           | (49) |
| 获得挚友的诀窍 .....          | (53) |
| 让别人感受到你真的关心、喜欢他们 ..... | (56) |
| 交谈的秘诀 .....            | (58) |
| 减少不必要的争论 .....         | (63) |

## 第二编 性格是你提高人气的源泉

|                      |       |
|----------------------|-------|
| 交友宜精不宜多 .....        | (67)  |
| 坦诚地向人求助 .....        | (70)  |
| 注意小节,尊重对方 .....      | (73)  |
| 积极推销自己 .....         | (76)  |
| 一定要重视和别人合作 .....     | (80)  |
| 试着喜欢自己的工作 .....      | (85)  |
| 忠于职守的人终将得到奖赏 .....   | (87)  |
| 在办公室成长和追求成就 .....    | (89)  |
| 你的才智是获得人气的锐利武器 ..... | (92)  |
| 选择能真正鼓舞你的理想职业 .....  | (95)  |
| 千万不要忽略你重要的接触点 .....  | (98)  |
| 喜欢“登峰造极”的感觉与回馈 ..... | (100) |
| 出人头地的五大要诀 .....      | (102) |
| 在任何情况下都应有令必行 .....   | (106) |
| 对忧郁负责 .....          | (108) |
| 我们都是奴隶 .....         | (115) |

## 第三编 克服贪婪的性格

|                 |       |
|-----------------|-------|
| 欣赏别人的优点 .....   | (121) |
| 你的眼睛只看到光明 ..... | (127) |
| 反省是一面镜子 .....   | (136) |
| 知足常乐 .....      | (140) |
| 真正的人 .....      | (146) |
| 学会做人 .....      | (153) |

|                        |       |
|------------------------|-------|
| 宁静以致远 .....            | (158) |
| 享受生活 .....             | (164) |
| 活在当下 .....             | (168) |
| 让自我介绍成为吸引人的“广告” .....  | (172) |
| 对别人心慈也许就是对自己“残忍” ..... | (174) |
| “逢人只说三分话” .....        | (178) |
| 在称呼上增加个人魅力 .....       | (181) |
| “鬼话”也要说得漂亮 .....       | (184) |
| 批评人,但不得罪人的实用技巧 .....   | (186) |
| 退一步海阔天空 .....          | (192) |

## 第四编 性格让你学会为人处事

|                       |       |
|-----------------------|-------|
| 保持自己的独特个性 .....       | (197) |
| 为人处世低调,方能得人心 .....    | (201) |
| 如何给人留下好印象 .....       | (204) |
| 与人争论不可避免,但要有技巧 .....  | (206) |
| 耻笑讥讽的话说不得 .....       | (209) |
| 在待人处世中,要勇于展示自己 .....  | (213) |
| 受到指责,要多说几个“对不起” ..... | (216) |
| 吃亏是福 .....            | (218) |
| 无言的介绍——服装 .....       | (220) |
| 竭泽而渔,彻底“摧毁” .....     | (224) |
| 釜底抽薪,围魏救赵 .....       | (226) |
| 有时无声胜有声 .....         | (229) |

|                      |       |
|----------------------|-------|
| 要主动向他人投降 .....       | (233) |
| 留心观察细心琢磨 .....       | (236) |
| 发挥性格的长处就能获得幸福 .....  | (238) |
| 在逆境中性格决定一切 .....     | (240) |
| 培养兴趣,克服分裂性格的缺陷 ..... | (242) |
| 自信是通向成功的第一阶梯 .....   | (243) |
| 乐观的性格收获乐观的人生 .....   | (245) |

## 第五编 性格让你锤炼人生

|                            |       |
|----------------------------|-------|
| 优化性格让你马到成功 .....           | (249) |
| 卓越的行动力 .....               | (252) |
| 别让偏执性格“魔”住你 .....          | (255) |
| 拂去自大性格的尘埃 .....            | (257) |
| 优化性格才能发挥潜能 .....           | (259) |
| 改变自我就能改变世界 .....           | (262) |
| 变被动为主动 .....               | (264) |
| 换个思路天地宽 .....              | (266) |
| 退一步,路会更宽 .....             | (268) |
| 完美性格从千锤百炼开始 .....          | (271) |
| 在逆境中锻造好性格 .....            | (274) |
| 保持低调是明智之举 .....            | (282) |
| 能伸能屈方为大丈夫 .....            | (284) |
| 好情商铸成好性格 .....             | (286) |
| 成于坚韧败于懦弱——培养你坚韧刚强的性格 ..... | (291) |

|                        |       |
|------------------------|-------|
| 海纳百川有容乃大培养你宽容的性格 ..... | (294) |
| 好心境修得好性格 .....         | (296) |
| 注重细节,从小事做起 .....       | (300) |
| 不要只盯着别人的错误 .....       | (302) |
| 你的看法决定他的人生 .....       | (305) |
| 给人好处不要张扬 .....         | (307) |
| 赶走心中的阴霾 .....          | (310) |
| 扎实的基础是成功的法宝 .....      | (313) |
| 倾听最底层的声音 .....         | (315) |

## 第六编 性格让你学会识人与用人

|                     |       |
|---------------------|-------|
| 不要自寻烦恼 .....        | (319) |
| 实干才能脱颖而出 .....      | (321) |
| 选择喜欢的 .....         | (323) |
| 情人眼里出西施 .....       | (325) |
| 不为薪水而工作 .....       | (328) |
| 鹬蚌相争,渔翁得利 .....     | (330) |
| 捕获可供利用的人 .....      | (332) |
| 不信任员工是企业最大的浪费 ..... | (335) |
| 做前人没有做过的事 .....     | (337) |
| 关键时刻见人心 .....       | (339) |
| 信任带来和谐和效率 .....     | (342) |
| 坚挺是立在人生的平台上 .....   | (345) |
| 透过心灵门户识心意 .....     | (348) |

|                    |       |
|--------------------|-------|
| 用人的技巧 .....        | (351) |
| 以诚为贵,最得人心 .....    | (353) |
| 自己吃肉,不忘给别人分汤 ..... | (355) |
| 无信誉无以立世 .....      | (358) |
| 不经意间把人看透 .....     | (361) |
| 长他人志气,灭自己威风 .....  | (363) |
| 寻找立锥之地 .....       | (365) |
| 做个有人情味的人 .....     | (369) |
| 心广天自宽 .....        | (371) |

## 第一编 性格决定了人生







## 聪明不等于成功

20 世纪初,美国心理学家特尔曼和他的助手在 25 万儿童中选拔了 1528 名最聪明的孩子,测定他们的智商,调查他们的个性品质,一一记录在案,之后进行长期观察和跟踪研究,看看是不是聪明的孩子长大后都有成就。结果,在这些被研究对象内,多数人在事业上取得不同程度的成功,成为专家、教授、学者、企业家或有各种专长的人,却也有罪犯、流浪汉、穷困潦倒者。据分析,排除机遇等社会因素外,失败者差不多都存在着某些不良的性格品质,有的意志薄弱,有的骄傲自满,有的失去积极进取精神,有的孤僻而不善于处理人际关系。

总而言之,这些失败者主要是因为非智力因素欠缺,所以他们落伍了,甚至走向成功的反面。

这一研究于我们的启发是很大的。社会上有不少少年犯都比较聪明,至少是小聪明,但他们性格品质不良,结果聪明反被聪明误。性格是一个人非智力心理品质的核心,是一个人对他的生活现实(包括对人、对事、对自我)表现出的稳定态度和习惯性的行为方式,也为一个人区别于另一个人的独特的心理特征。例如某人待人很热情,对张三如此,对李四这样,过去如此,现在也如此,并习惯地伴随行动,这样我们就可以说,这个人的性格特征之一是热情。



## 习惯动作与性格

### 摇头晃脑

·日常生活中常见有人用摇头或点头来表示自己对某事某物的看法,这种人特别自信,以至于唯我独尊。他们在社交场合很会表现自己,对事业一往无前的精神常常令人赞叹。

### 边说边笑

这种人同你交谈时你会觉得非常轻松愉快。他们大都性格开朗,对生活要求从不苟刻,很注意“知足常乐”,富有入情味。感情较为专一,对友情、亲情特别珍惜。人缘较好,喜爱平静的生活。

### 掰手指节

这种人习惯于把自己的手指掰得咯嗒咯嗒地响。他们一般来说精力旺盛,非常健谈,喜欢钻“牛角尖”。对事业、工作环境比较挑剔,如果是他喜欢干的事,他就会不计任何代价而踏实努力地去干。

### 腿脚抖动

这类人总是喜欢用脚或脚尖使整个腿部抖动。最明显的表现是自私,较少考虑别人,凡事从利己出发,对别人很吝啬,对自己却很知足。然而很善于思考,能经常提出一些意想不到的问题。



### 拍打头部

这个动作多数时候的意义是表示懊悔和自我谴责。此种人不太注重感情,而且对人苛刻,但对事业有一种开拓进取的精神。他们一般会心直口快,为人真诚,并且富有同情心,愿意帮助他人,但守不住秘密。

### 摆弄饰物

有这种习惯的人多数是女性,并且一般都比较内向,不轻易使感情外露。他们的另一个特点是做事认真踏实。大凡有座谈会、晚会或舞会,人们都散了,然而最后收拾打扫会场的总是他们。

### 耸肩摊手

习惯于这种动作的人,一般是摊开双手,耸耸肩膀,表示自己无所谓的样子。他们大都为人热情,而且诚恳,富有想象力。会创造生活,也会享受生活,他们追求的最大幸福是生活在和睦、舒畅的环境中。

### 抹嘴捏鼻

习惯于抹嘴捏鼻的人,大都喜欢捉弄别人,但又不是“敢做敢当”,爱好哗众取宠。这种人最终是被人支配,别人要他做什么,他就可能做什么,购物之时常拿不定主意。



## 气质与性格的关系

气质、性格和能力是个性心理特征的三个重要方面，其中，气质与性格的关系尤为密切。气质与性格二者有着相互渗透、彼此制约的复杂关系。

气质的生理基础根据巴甫洛夫学派观点，即是人与高等动物中共有的高级神经活动类型；而性格则是高级神经活动类型或气质的先天特点和神经系统在外界环境作用下，后天形成暂时的联系系统或动力定型的“合金”。正像巴甫洛夫曾指出的那样：“一个人一面有着先天的品质，另一面也有着为生活情况所养成的品质，这是很显然的。”

这就是说，假如说到那些先天的品质时，就是指神经系统类型而言，如果说到性格的话，那就是指那些先天的倾向与那些在生活中受生活印象影响所养成的东西之间的混合物了。所以在性格的表现上，就不可避免地要涂上各种气质的色彩，也就是气质影响着性格的动力征。例如，同样是勤劳的性格特征，多血质的人在工作中容易表现情绪饱满、精力充沛；而黏液质的人却可能表现为踏实肯干、操作精细。

同样是勇敢的性格特征，胆汁质的人的表现可能为猛打猛冲，怒不可遏；而黏液质的人则可能表现为沉着应战、威武不屈。

气质对性格的影响还表现在气质能够影响性格形成和