



“读·品·悟”
中学生成长励志系列

- 总主编 滕 刚
- 本册主编 王燕叶

让中学生 学会与人沟通的 128个故事

学会沟通，让我们拥有更广阔的世界

大胆走出自我空间，敞开胸怀，乐于与人分享，与人坦诚交流，我们就能走近他人，融入社会，拥有更加和谐、更加广阔的世界。学会与人沟通吧，让我们的生命之树绽放绚烂的花朵。



九州出版社
JIUZHOU PRESS



“读·品·悟”中学生成长励志系列

定价(410) 0.00元

本书由王燕叶主编，由九州出版社出版。

ISBN 7-5108-2012-1

（本系列图书在各大书店均有代售）

让中学生学会与人沟通的 128个故事

总主编：滕刚

本册主编：王燕叶

本书由王燕叶主编，由九州出版社出版。

定价(410) 0.00元

本书由王燕叶主编，由九州出版社出版。

定价(410) 0.00元

定价(410) 0.00元

定价(410) 0.00元

定价(410) 0.00元

定价(410) 0.00元

定价(410) 0.00元

定价(410) 0.00元

定价(410) 0.00元

定价(410) 0.00元

定价(410) 0.00元

定价(410) 0.00元

定价(410) 0.00元

定价(410) 0.00元

定价(410) 0.00元



★ 定价(410) 0.00元 ★



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目(CIP)数据

让中学生学会与人沟通的 128 个故事/王燕叶主编. -北京:

九州出版社, 2008.3

(“读·品·悟”中学生成长励志系列/滕刚主编)

ISBN 978-7-80195-861-7

I. 让... II. 王... III. 故事—作品集—世界 IV. I14

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008) 第 034779 号

让中学生学会与人沟通的 128 个故事

作 者 王燕叶 主编

出版发行 九州出版社

出 版 人 徐尚定

地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号(100037)

发行电话 (010)68992190/2/3/5/6

网 址 www.jiuzhoupress.com

电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com

印 刷 北京市德美印刷厂

开 本 720 × 980 毫米 1/16 开

印 张 16.625

字 数 266 千字

版 次 2008 年 5 月第 1 版

印 次 2008 年 5 月第 1 版 第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-80195-861-7/I·436

定 价 23.80 元

★ 版权所有 侵权必究 ★

第一辑 沟通,心与心的交流

每个人都有自己的喜怒哀乐,都有别于他人的心理活动。与人沟通时如果忽视了这种心理因素,信口开河,往往会出现“人际危机”,最终使自己遭人厌弃。所以,要高质量地沟通,我们必须从“心”开始。只有打开彼此心灵的窗户,才能得到真情阳光的普照。沟通,应该是心与心的交流。

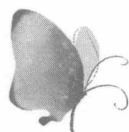
采撷一缕阳光	002
善待别人	003
把阳光投射给别人	005
最后的点拨	006
挫折往往蕴含着成长的契机	008
沟通,从“心态”开始	011
当推销大师碰到老和尚	014
别让你的心迷了路	015
等待那只手	018
善意的提醒	020
爱说大话的和尚	022
偶遇	023



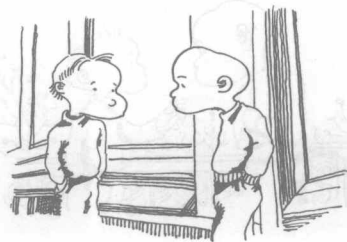
第二辑 信任是沟通桥梁的基石

信任，是人与人相处的基本准则。人与人之间并没有不可逾越的隔膜，信任可以化敌为友。信任是沟通桥梁的基石，两个人之间唯有信任，沟通才能顺畅和真诚。沟通这座桥梁如果缺乏信任的基石，它将变得岌岌可危。

缺乏信任的沟通，将不会达到沟通的目的，也不会实现沟通的价值。



两美元	028
装满信赖的葡萄酒	030
信任是最美的原谅	033
信任他人也是一种美德	034
关于信任的一堂课	036
推销信赖	038
要“才子”，不要“面子”	040
友谊之旅	042
不要轻视信任的力量	044
传递信任	046
信任	048
真心识真人	050



第三辑 沟通需要宽容与倾听

一个人可以没有金钱,没有地位,但是却不能没有一颗宽容的心。一个人一旦拥有了宽容,就不会让仇恨把自己的心灵锁死。“心有多大,世界就有多大。”一个人只要肯打开心门,整个世界就会扑进他的怀抱。

“上帝给了我们两个耳朵,却只给我们一个嘴巴,意思是要我们多听少说。”成功者往往都是善于倾听他人意见的人。学会倾听不仅能够加深彼此的感情,而且能够及时地把握对方的信息,弥补自己的不足,不断完善自己。

宽恕	054
宽容别人就是宽容自己	056
识人	059
路窄人心宽	060
练就一双识人的慧眼	063
善待别人的高度	065
打开心门	067
别讥笑不幸的人	068
普鲁斯特的气度	070
原谅别人等于解脱自己	071
成人之美	073
学会倾听	075
听取别人的意见	077



第四辑 从巧妙交流中获得“回报”

沟通是有技巧的,有着良好沟通技巧的人,会将说话变成一种艺术,而不注意自己表达方式的人,即便有建设性的提议也可能被当成自以为是。一个蔑视的眼神,一种不满的腔调,一个不耐烦的手势,都有可能带来难堪的后果。在与人沟通时懂得照顾别人的感受,才能让沟通有更好的效果。

无论我们在哪儿,无论是谁,尽量多给别人一些愉悦和满足,给周围制造一些宽松的环境,让沟通成为一种艺术,你就会有意想不到的收获。

抽烟的“好处”	080
“回避”也是生活的艺术	081
好口才助我面试成功	083
智慧的语言创造财富	085
不妨“虚晃一枪”	087
保住自己的“裤头”	089
优孟哭马	091
穷朋友巧讥朱元璋	093
诸葛恪妙对孙权	094
口才决定命运	096
一句话死里逃生	097
不喊冷的男孩	099
从巧妙交流中获得“回报”	101
如何让别人接受你	104



第五辑 不要让沟通成为一种误会和伤害

我们播种善意的种子，未必每一次都能收获美好的果实，对朋友过度的关心其实也是一种伤害，这种因善意产生的伤害，虽不尖锐，但却让人心里很不舒服，久而久之必将影响朋友间的友谊。

因此，在沟通的过程中，我们应该掌握分寸，不要让本该积极、友好的沟通，变成彼此间的误会和伤害。

可怕的危害	110
一个“臭”词儿	112
过度关心也是一种伤害	113
别用眼睛伤害他	115
杰克的笑容	118
遗忘的角落	120
上帝的眼睛	122
世界并不只有我和你	125
丢失的手指	127
话语是一个美丽的陷阱	130
抬杠	132
枕头底下的信	134



第六辑 周全的沟通才会有效

史怀哲先生生日时,朋友为他举办了一个小宴会。晚餐后,服务员端来了蛋糕。吹完蜡烛,史先生开始分切蛋糕。参加晚宴的包括史先生一共7人,都是具有相当影响力的人物。史先生把蛋糕分成了8份,为在座的各位送上了蛋糕,并诚挚地表达了谢意。之后,他端起一份蛋糕走到了服务员面前,真诚地说道:“这一份是给你的,感谢你热情的服务!”史先生的周到,让人备感温暖。

良好的沟通犹如血液之于生命。我们提醒大家,要尽可能考虑周全一些,这样的沟通才会是有效沟通。

在“散散步”中送客	138
友情不能用来做交易	139
别把事做绝了	141
主观的母鸭	143
找出心理防线	145
人生的距离	147
捡起地上的鸡毛	148
我也能保密	150
错了就承认	151
大蛇的教训	153
好的坏的都是舌头	154
不受欢迎的过路人	156



第七辑 体贴他人,关心他人,你会拥有好人缘

体贴与关心的力量是巨大而深刻的,稳定而持久的。相互关心使人与人之间的沟通更加顺畅、和谐。能以关切之心对待他人,懂得对他人表示应有的尊重和关怀,是拥有好人缘的必要条件。

关怀、体贴的心就像一把万能钥匙,它能为你打开心门,了解对方。再困难的事,也会迎刃而解。

给别人一个体面的台阶	158
搭桥	159
善良在人心	161
一张没下发的试卷	163
体贴的心	165
粉白色的风衣	166
谢谢你的沉默	168
充满尊重的爱	170
尊重好意	172
有时,接受比施与还高贵	173
叫出对方的名字	175
永恒的“半分钟”	177

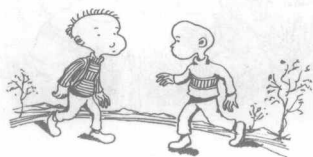


第八辑 只需要一句赞美的话

一位心理学家说：“赞赏是对一个人价值的肯定，而得到你肯定评价的人，往往也会怀着一种潜在的快乐心情来满足你对他的期待。这在心理学上叫做赞赏效应。”

当你有对某个人有意见或准备指责他的时候，你不妨试一试赞赏，把你对他的批评或者责备变成一种期待，并让他感到你对他的这种期待，那么，你一定会收到比预想的还要好的交际效果。

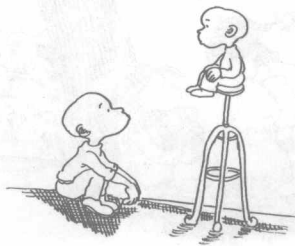
赞赏效应	180
谈判专家科恩的“乐购”	182
学会鼓掌	185
简单的赞扬	186
5英里	188
只需要一句赞美的话	190
贝多芬之吻	192
把赞美挂在嘴边的美国人	194
鼓励	196
那些曾经被我看轻的赞美	198
一朵栀子花	200
干吧	202
学会鼓励他人	204
改变一生的四个字	206



第九辑 礼貌沟通,是一个人的修养

“谢谢”二字代表着深深的感激之情,有了这种全人类共同的真挚的感情,沟通的大门就会为你打开,就不怕因语言隔阂而羞涩,不怕遭遇无人理解而尴尬。要知道,在别人的眼里,你的一言一行都代表着你自己,请别让它们出卖了你,毁掉你的修养。

指尖上的语言	210
玄机	212
礼貌与机会	214
别忘了使用敬辞	215
我的加拿大房东劳伦斯	217
只会说“谢谢”的老外	219
让道谢成为一种习惯	221
推拉之间	223
这是我的错	224
令人难忘的苏联小姑娘	227
别“消费”掉了自己的品格	228
柏拉图擦椅子	230



第十辑 沟通,让你不再孤单

生命就像一棵华美的树,独自成长只能享受一种果实,假若能够将自己的果实真心奉送到别人手里,又乐意让别人的枝条伸到自己的世界里,就会分享到更多香甜的果实。沟通,让我们共享到果实的甜美。这就是积极与人交往、真心与人交流的秘密和价值所在。

沟通,让我们不再关注自己的狭小空间,让我们获取更多的善意与友情。我们可以与人分享快乐,分担痛苦,从而变得不再孤单。

一个人不能长期孤独地生活	232
误会了 50 年	233
让交流来治愈身心	234
世界上最伟大的推销员	236
没有人拒绝微笑	238
半尺情缘	240
给陌生人依偎的肩膀	243
朋友从陌生人开始	246
公共汽车里的说笑声	247
一泡童子尿	249
捅破那层纸	251





第 1 辑 沟通,心与心的交流

每个人都有自己的喜怒哀乐,都有别于他人的心理活动。与人沟通时如果忽视了这种心理因素,信口开河,往往会出现“人际危机”,最终使自己遭人厌弃。所以,要高质量地沟通,我们必须从“心”开始。只有打开彼此心灵的窗户,才能得到真情阳光的普照。沟通,应该是心与心的交流。

采撷一缕阳光



每个人的内心都渴望沟通和交流。当两人的心窗都关闭的时候，友情的阳光又怎么会洒落到彼此的心田？

002

让
中
学
生
学
会
与
人
沟
通
的
128
个
故
事

楼上搬来一位转业军人，他总是显得很严肃，一副高高在上、不可冒犯的样子。平常我们在楼道里擦肩而过，彼此从来不说话。一次在公交车站点等车，站牌下只有我们俩。他紧闭着嘴，看着公路上来往的车辆，一声不吭。我想，他应该知道我是他的邻居，但我们就这样站着，默默无语。我实在觉得无聊，去买了份报纸看了起来。

后来，在楼道上见了面，仍然无话。有一天，我突然觉得心寒起来：同住一个屋檐下，人这么近，心却如此遥远。如果能有所沟通有所交流，或许邻里之间就不会如此冷漠了。我想自己应该主动和他搭话。

一次下楼时，刚好碰到他回来，我微笑着招呼道：“下班了？”他紧绷的脸马上松开了：“哦，下班了！你出去？”我点点头，笑着下楼了。那一刻，我的心情说不出有多轻松和舒畅，宛如一缕阳光照到了心里。从此，我们见了面，总要微笑问好，有时在楼下，还要聊一会儿。时间长了，大家觉得彼此都是很随和的人，而且有好多可以交流的话题，两家的关系也很快亲密起来。

有一次，我从郑州乘火车去武汉出差，对面坐着一位女士，30岁左右。上车后，她就拿本书看起来。我闲得无聊，就玩起手机里的游戏。一段时间后，两人都不由自主地望着窗外，望了许久，窗外的风景也渐渐不再吸引人，感觉空气很是沉闷压抑。我想，茫茫人海，在火车上能相对而坐，应该是一种缘分。



我决定先打破沉寂:“你去哪?”她抬头:“武汉。你呢?”“同路。”我接着说:“我是第一次去武汉,不知武汉有哪些风景名胜?”“武汉长江大桥不错,下面有一个公园,夜晚的时候更美,桥上的灯和岸边的灯闪闪烁烁,流光溢彩……”她谈起武汉,如数家珍,神采飞扬。我听得也津津有味,旅途的疲乏荡然无存。因为这一段愉快的旅途,我们后来成了经常联系的朋友。

每个人的内心都渴望沟通和交流,但是往往在很多时候,大家似乎都不愿意说出第一句话,而是等着对方先说。当两人的心窗都关闭的时候,友情的阳光又怎么会洒落到彼此的心田?

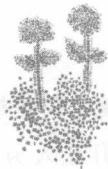
主动搭话可以采撷一缕阳光,何乐而不为呢?

(欢小志)

沟通悟语

当相互陌生的人有缘同行时,主动交流,传递关爱,才会互相温暖,擦出友谊的火花。等待,友情只会擦肩而过;主动弹奏,相邻的琴键才会发出优美的音符。

善待别人



美好的生活,是从善待别人开始的。一个人,要想别人怎样对待你,你首先就得怎样对待别人。

我好像并没有在什么地方得罪了邻居呀,可邻居却将一大袋垃圾放

在我们两家门旁边的空处,只要将门一打开,就会闻到一股臭味。一周过去了,那袋垃圾还放在门外。我终于忍无可忍了,心想,你要堆垃圾在门外,那我也堆垃圾在门外好了。

那天,终于凑满了一大袋垃圾。我提着它打开了门,然后把它放在门外邻居放垃圾的地方。突然,邻居的门打开了,我还没有站直身子,于是就又一下子把我和邻居的垃圾全提了起来,我对邻居说:“这垃圾放在门口太臭了,我把它一起拿去扔了!”邻居笑着说:“不好意思,我忘了拿去扔。谢谢你了!”

我提着垃圾下了楼,边走边想,什么忘了,不想提垃圾就算了吧。这人真是懒,连垃圾都懒得去扔。这次算你走运,下次,我还得扔垃圾在门外。

几天后,又凑满一大袋垃圾了,我又把它放在了邻居放垃圾的地方。这次还好,邻居还没放垃圾,也许是还没凑够一大袋吧。

那天下午,我开门的时候,发现邻居正提着两袋垃圾下楼。一看门外我放的垃圾,没了,是邻居提了。我大声对邻居说:“我正要提垃圾去扔,你倒提了,谢谢你!”邻居笑着说:“没啥,没啥,上次你还帮我提垃圾去扔呢!”这回邻居可真是好心,并不是装模作样,并不是像我上次那样见人开门才提的垃圾,而是在我还没开门的时候就提了垃圾。

从此,我不再在门外放垃圾了,邻居也没再放。门外变得干干净净。

我庆幸那次邻居及时开门,庆幸我提走了邻居的那袋垃圾,是我先无意地善待了他,他才善待于我。

美好的生活,是从善待别人开始的。一个人,要想别人怎样对待你,你首先就得怎样对待别人。

(风 凰)

沟通悟语

你要想得到别人友情的滋润,就不要吝惜自己的善意;你要想得到别人的赞扬,就不要收起自己的美言。其实,只要我们与人为善,乐于助人,幸运就会落到我们身上。