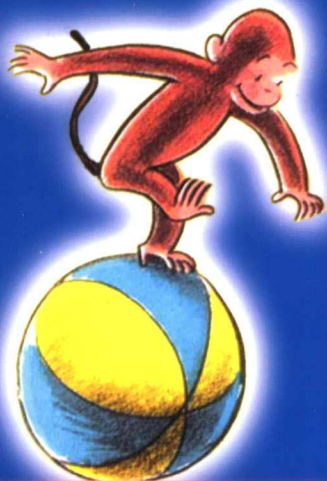


一个故事一堂课

200个精彩趣味故事，融合多种学习模式；10种思维导向培训，深度成就内涵
8类故事汇编，揽胜中外经典；8篇心理自测，正己清源

策划：众行管理资讯研发中心 编著：陈冰



One Story One Lesson

全程轻松活泼
新颖管理感悟
体会学习乐趣
验证培训效果

领导篇 ✓

✓ 应变篇

行为篇 ✓

✓ 人际关系篇

情绪管理篇 ✓

✓ 激励篇

管理篇 ✓

✓ 认知篇

南方日报出版社
NAN FANG DAILY PRESS

策划：众行管理资讯研发中心 编著：陈冰



一个故事一堂课

One Story One Lesson

图书在版编目 (CIP) 数据

一个故事一堂课 / 陈冰 编著

— 广州: 南方日报出版社, 2005

ISBN 7-80652-332-4

I. 一... II. 陈... III. 企业管理—职工培训—通俗读物 IV. F272.92-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 149776 号

一个故事一堂课

编 著 者: 陈冰

出版发行: 南方日报出版社

地 址: 广州市广州大道中 289 号

电 话: (020) 87373998-8502

经 销: 全国新华书店

印 刷: 佛山市浩文彩色印刷有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 20

字 数: 278 千字

版 次: 2006 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

定 价: 36.00 元

投稿热线: (020) 87373998-8503 读者热线: (020) 87373998-8502

网址: <http://www.nanfangdaily.com.cn/press> <http://www.southcn.com/ebook>

发现印装质量问题, 影响阅读, 请与承印厂联系调换。



序 言

从古至今，故事因其具有教育意义，作为一种教育方式被人们广泛地运用。故事有不同的表现形式，如寓言、神话、童话、民间传说、人生经历甚至茶余饭后闲话。

在培训、教育课堂或家庭活动，用讲故事的方式将生涩的道理与说教寓于故事当中，深入浅出，娓娓道来。故事可以将各种学习模式融合起来，可以让听者更好地理解、体会所学习的东西。

故事有容易吸引注意力、容易听、容易记和容易转述的特点，比看一组数据或列表简单得多，生动得多。

故事可以增长知识，增进理解，增强记忆，可以让培训师或教师、家长变得有人情味，可以拉近与学员、学生、子女之间的距离。故事可以让我们看到用别的方法看不到的事情。可以说没有故事，培训就毫无生气。

通过听故事，听众根据各自对故事的理解，从不同的角度学习故事中的道理，可以得出自己的结论，可以知道故事对他们的意义。人们还可以用各种方式与他人分享故事。这一系列活动环环相扣，加强了故事的影响力，也丰富了学习的内容和过程。

培训师、教师和家长常常在培训教育中使用故事，但如何选择故事，如何讲故事，为什么要讲这个故事，讲这个故事为了说明什么，故事与要说明的主题有没有关系，这些都应预先考虑。如果所讲故事本身没有意义或者与培训教育没有联系，这个故事在培训教育中就无法产生效果。故事讲得好、取材得当才能起到画龙点睛的作用。反之则难免给人培训教育内容不够拿故事来凑的感觉。

本书精心汇编了212个故事，分八个部分，分别是：认知篇、管理篇、激励篇、情绪管理篇、人际关系篇、行为篇、应变篇、领导篇。再通过课程引导表格进一步归类，方便培训教育者查阅引用。





在课堂使用故事时，一定要有一个或若干个学习点，讲故事的人可以给出一个学习点或者让听故事的人自己理解学习点。本书在每个故事的后面列出了四个如何运用这些故事的引导：

1. 故事的目的：即引用故事要达到的目标，通常情况下目标有以下几种：娱乐、活跃气氛、教育、评估、吸引、鼓励、思考、启发、联想等。

2. 后续活动：根据培训教育课堂的培训方法分为个人反思、个人或小组观点发表、小组讨论、角色扮演、大组讨论等活动形式。

3. 引导性问题：培训师、教师、家长通过故事希望挖掘点的提示，这一点很重要。如果没有针对课程相关问题的提示而让学员、学生、子女自由发挥，有可能造成课堂的讨论没有重心、漫无边际、收不回来，达不到讲故事的真正目的。

4. 主要观点：这是对讨论结果的一个小结，并不是标准答案，也没有标准答案，供使用者参考而已。

在每一部分的后面有一个相关的测试，这些测试题目是由世界权威心理学家设计的。通过自我测评，读者可以在认知、管理、激励、情绪管理、人际关系、行为、应变及领导方面对自己有进一步的了解。当然，也可以将这些测试用在课程当中。

真心地希望本书可以成为一个小的培训教育工具，帮助大家节约收集、整理故事的时间。相信每一位培训师、教师、家长都有自己运用故事的技巧、方法与心得，本书只是抛砖引玉。如果本书可以为大家提供多一点思路、多一种角度、从另一层面看故事，使培训教育课堂更生动，家庭教育更活泼，培训教育的效果更高，那将是我最大的荣幸。

最后，感谢您花钱买这本书，感谢您花时间来读这本书，更希望与您有进一步的交流。我的个人网站是：[www. bingworld. com](http://www.bingworld.com)。您可以写信给我，也可以在网上留言。

再次谢谢您！





故事思维导向索引表

故事代码	素质类课程			管理类课程						
	客户服务	压力管理	个人素质	培训专题	生产绩效	行政管理	人力资源	团队人际	发展决策	营销管理
1-1	✓							✓		
1-2		✓	✓					✓		
1-3		✓	✓					✓		
1-4										✓
1-5			✓							
1-6		✓			✓		✓		✓	
1-7	✓				✓	✓				
1-8	✓							✓	✓	
1-9	✓			✓		✓			✓	
1-10			✓					✓		
1-11		✓	✓							
1-12	✓		✓					✓		
1-13	✓		✓					✓		
1-14	✓	✓	✓		✓			✓		
1-15		✓	✓		✓					
1-16		✓	✓					✓		
1-17	✓		✓		✓					✓
1-18		✓	✓	✓				✓		
1-19	✓	✓				✓			✓	
1-20	✓	✓			✓					
1-21		✓	✓					✓	✓	
1-22	✓	✓	✓					✓	✓	
1-23	✓		✓		✓			✓		



故事代码	素质类课程			管理类课程						
	客户服务	压力管理	个人素质	培训专题	生产绩效	行政管理	人力资源	团队人际	发展决策	营销管理
1-24	✓	✓	✓		✓					✓
1-25	✓	✓	✓						✓	✓
1-26	✓	✓	✓					✓		
1-27		✓		✓	✓					✓
测试一		✓	✓	✓	✓				✓	
2-1	✓				✓	✓		✓	✓	
2-2					✓	✓	✓	✓	✓	
2-3					✓	✓	✓			✓
2-4					✓		✓		✓	
2-5					✓	✓			✓	
2-6		✓		✓		✓		✓	✓	
2-7		✓		✓			✓		✓	
2-8	✓		✓			✓	✓	✓		
2-9			✓		✓	✓	✓		✓	✓
2-10	✓	✓		✓		✓		✓		
2-11		✓	✓			✓		✓	✓	
2-12			✓		✓	✓			✓	
2-13					✓	✓			✓	✓
2-14		✓		✓	✓	✓		✓		
2-15		✓		✓	✓	✓	✓	✓		
2-16		✓		✓	✓	✓	✓	✓		
2-17		✓	✓		✓	✓		✓		
2-18		✓			✓	✓		✓		✓
2-19		✓			✓	✓			✓	
2-20			✓	✓		✓	✓		✓	
2-21		✓		✓			✓	✓		✓
2-22		✓	✓	✓	✓		✓		✓	
2-23		✓	✓		✓			✓	✓	
2-24	✓	✓				✓			✓	✓

故事代码	素质类课程			管理类课程						
	客户服务	压力管理	个人素质	培训专题	生产绩效	行政管理	人力资源	团队人际	发展决策	营销管理
2-25			√		√	√			√	
2-26			√	√	√					√
测试二				√		√	√	√		
3-1		√	√						√	
3-2		√	√					√		
3-3		√	√					√		
3-4		√	√						√	
3-5			√					√	√	
3-6	√	√	√				√		√	
3-7		√	√			√		√	√	
3-8	√	√	√	√						
3-9			√		√			√	√	
3-10		√	√	√					√	√
3-11		√	√							√
3-12	√	√	√							
3-13		√		√	√			√	√	
3-14	√	√	√	√		√			√	
3-15				√		√			√	√
3-16	√	√	√	√					√	
3-17		√	√		√	√		√		
3-18		√					√		√	√
3-19				√	√		√		√	√
3-20	√	√			√	√				√
3-21		√	√	√			√	√		
3-22		√	√				√	√		
3-23		√		√	√	√				√
3-24		√	√	√		√		√		
3-25									√	√
3-26		√	√	√				√	√	





故事代码	素质类课程			管理类课程						
	客户服务	压力管理	个人素质	培训专题	生产绩效	行政管理	人力资源	团队人际	发展决策	营销管理
测试三			✓			✓			✓	✓
4-1		✓	✓				✓		✓	
4-2	✓		✓			✓		✓		✓
4-3	✓				✓	✓	✓			✓
4-4		✓		✓		✓		✓		✓
4-5		✓		✓		✓		✓		✓
4-6		✓	✓				✓	✓		
4-7		✓	✓	✓				✓		
4-8		✓	✓			✓	✓			✓
4-9		✓	✓			✓		✓	✓	✓
4-10	✓	✓		✓	✓		✓	✓		
4-11						✓	✓	✓		✓
4-12		✓	✓			✓			✓	✓
4-13		✓		✓		✓		✓		✓
4-14		✓		✓	✓		✓		✓	
4-15		✓	✓	✓		✓		✓	✓	✓
4-16		✓				✓	✓			✓
4-17		✓		✓			✓		✓	
4-18		✓			✓	✓				✓
4-19	✓			✓				✓		
4-20		✓		✓				✓		
4-21	✓	✓	✓		✓			✓	✓	
4-22	✓	✓						✓		
4-23		✓			✓			✓		
4-24		✓	✓					✓		✓
4-25		✓		✓	✓	✓				✓
4-26	✓	✓					✓			
4-27					✓	✓	✓			✓
测试四		✓	✓					✓	✓	

故事代码	素质类课程			管理类课程						
	客户服务	压力管理	个人素质	培训专题	生产绩效	行政管理	人力资源	团队人际	发展决策	营销管理
5-1	√							√		√
5-2	√					√		√		
5-3	√		√			√	√	√		
5-4	√						√	√		√
5-5	√					√		√		√
5-6	√		√			√		√		√
5-7	√	√						√	√	
5-8	√		√	√		√		√		
5-9	√		√	√		√		√		
5-10	√	√	√			√		√		
5-11	√		√	√		√		√		
5-12	√					√	√	√		
5-13	√		√	√		√		√		
5-14		√		√		√		√		
5-15	√					√		√		√
5-16	√		√					√		√
5-17	√		√			√		√		√
5-18	√					√		√		√
5-19	√					√		√		
5-20		√		√	√			√		
5-21	√		√	√				√		√
5-22	√					√		√	√	
5-23	√					√		√	√	√
5-24	√			√	√	√		√		√
5-25	√						√	√		√
5-26	√		√			√		√		
测试五	√	√	√				√	√		
6-1			√			√			√	√
6-2				√		√	√			





故事代码	素质类课程			管理类课程						
	客户服务	压力管理	个人素质	培训专题	生产绩效	行政管理	人力资源	团队人际	发展决策	营销管理
6-3	✓		✓	✓			✓			
6-4			✓		✓				✓	
6-5			✓	✓				✓	✓	✓
6-6			✓			✓	✓			✓
6-7	✓				✓	✓			✓	✓
6-8			✓		✓				✓	✓
6-9			✓				✓	✓		
6-10			✓		✓		✓		✓	
6-11			✓	✓		✓				✓
6-12	✓				✓	✓				✓
6-13		✓	✓			✓	✓			✓
6-14			✓	✓	✓				✓	
6-15	✓		✓			✓	✓			✓
6-16	✓		✓	✓					✓	
6-17	✓		✓	✓					✓	✓
6-18		✓			✓	✓				✓
6-19	✓					✓	✓		✓	✓
6-20					✓		✓			✓
6-21				✓	✓			✓		✓
6-22		✓	✓			✓		✓		✓
6-23	✓			✓			✓	✓		
6-24	✓				✓	✓		✓		✓
6-25					✓	✓		✓	✓	✓
6-26	✓				✓			✓		✓
6-27	✓				✓	✓			✓	✓
测试六										✓
7-1	✓		✓	✓	✓	✓			✓	
7-2				✓		✓			✓	✓
7-3			✓			✓		✓	✓	



故事代码	素质类课程			管理类课程						
	客户服务	压力管理	个人素质	培训专题	生产绩效	行政管理	人力资源	团队人际	发展决策	营销管理
7-4	✓					✓		✓		✓
7-5		✓	✓		✓		✓			✓
7-6			✓	✓		✓			✓	
7-7	✓				✓	✓			✓	✓
7-8	✓				✓	✓		✓	✓	✓
7-9				✓	✓		✓	✓	✓	
7-10		✓	✓						✓	✓
7-11	✓				✓	✓			✓	✓
7-12	✓		✓		✓			✓	✓	
7-13				✓	✓			✓	✓	
7-14	✓				✓	✓		✓	✓	✓
7-15	✓				✓				✓	✓
7-16	✓				✓				✓	✓
7-17				✓			✓		✓	
7-18			✓			✓		✓	✓	✓
7-19					✓	✓		✓	✓	✓
7-20			✓	✓				✓	✓	
7-21			✓	✓					✓	✓
7-22	✓		✓		✓		✓			✓
7-23		✓	✓			✓			✓	✓
7-24				✓		✓	✓		✓	
7-25		✓	✓		✓			✓	✓	✓
7-26				✓	✓	✓	✓	✓	✓	
测试七			✓			✓			✓	✓
8-1						✓	✓	✓	✓	
8-2				✓	✓	✓	✓	✓		✓
8-3		✓				✓	✓	✓		✓
8-4	✓					✓	✓	✓	✓	✓
8-5		✓	✓	✓		✓		✓		



故事代码	素质类课程			管理类课程						
	客户服务	压力管理	个人素质	培训专题	生产绩效	行政管理	人力资源	团队人际	发展决策	营销管理
8-6			✓			✓	✓	✓	✓	
8-7		✓				✓	✓	✓		✓
8-8			✓			✓	✓	✓		✓
8-9			✓				✓	✓	✓	
8-10	✓					✓	✓	✓	✓	
8-11	✓			✓		✓	✓			✓
8-12			✓		✓		✓	✓	✓	
8-13	✓				✓	✓		✓		✓
8-14			✓			✓	✓		✓	
8-15			✓			✓		✓	✓	✓
8-16			✓	✓		✓	✓			✓
8-17			✓	✓			✓		✓	
8-18		✓	✓			✓		✓		
8-19	✓		✓		✓		✓			✓
8-20			✓		✓	✓	✓			✓
8-21			✓			✓	✓			✓
8-22	✓				✓	✓		✓		
8-23			✓			✓	✓		✓	
8-24			✓	✓		✓	✓		✓	
8-25			✓			✓	✓	✓	✓	
8-26			✓	✓		✓		✓		
8-27					✓		✓	✓	✓	✓
测试八			✓				✓	✓	✓	✓



目 录

序言	1
故事思维导向索引表	3
第一部分 认知篇	1
1-1 有些事情并不像它看上去那样	1
1-2 提醒自我	2
1-3 窗	3
1-4 所长无用	4
1-5 佛塔上的老鼠	5
1-6 骆驼	6
1-7 傻孩子的选择	7
1-8 三个忠告	8
1-9 尼姑与屠夫	10
1-10 等上帝来救我	11
1-11 长翅膀的小孩	13
1-12 动物整容	14
1-13 “虫”在心里	16
1-14 不会飞的翅膀	17
1-15 徒劳的寒鸦	19
1-16 麻雀抱屈	20
1-17 大石磨的问题	22
1-18 两只小兔子	23
1-19 同一个爸爸	24
1-20 沙发里的一只弹簧	25





1-21	两个重病人	27
1-22	“是我、是我……”	28
1-23	完美的另一半	30
1-24	“我要分一半”	31
1-25	“官”“财”的故事	32
1-26	割草的男孩	33
1-27	猴子捡豆	35
测试一	你是否是你想要成为的人?	36

第二部分 管理篇 41

2-1	留个缺口给别人	41
2-2	分粥	42
2-3	扁鹊的医术	43
2-4	曲突徙薪	44
2-5	老鼠与米缸	45
2-6	Spring book 草原	46
2-7	一只小狗	48
2-8	久而不闻其臭	49
2-9	母牛可以飞起来吗?	51
2-10	适应“森林之王”的烦恼	52
2-11	偷鸡者	53
2-12	老农移石	54
2-13	蜘蛛修网	55
2-14	工蜂的工作	56
2-15	地鼠	57
2-16	谁在批准?	58
2-17	大雁行	59
2-18	三个庙·三个和尚·三种办法	60
2-19	海马的焦虑	61
2-20	且慢下手	63
2-21	四只猴子的寓言	64

2-22	木桶法则	65
2-23	蜜蜂和苍蝇	66
2-24	虎怒断足	67
2-25	乌鸦学老鹰	68
2-26	知了的翅膀	69
测试二	你的自控能力如何?	70

第三部分 激励篇 73

3-1	钢玻璃杯的故事	73
3-2	挺起你的胸膛	75
3-3	相信你	76
3-4	快乐的兰花	77
3-5	气球	79
3-6	自己救自己	80
3-7	战胜了三个世界冠军	81
3-8	“要命的——要是……”	82
3-9	将军的马	84
3-10	财宝与两个人	85
3-11	兔子和乌龟	87
3-12	九牛之人	89
3-13	分割目标	91
3-14	敢于担当	92
3-15	智者的回答	94
3-16	乞丐搬砖	95
3-17	醉汉过坟场	97
3-18	没有忘记爱美	98
3-19	打野兔	99
3-20	每次被拒绝的收入	100
3-21	钢琴大师的学生	102
3-22	掌声	103
3-23	让灵魂休息	104





3-24	一只鸡窝里的鹰	106
3-25	小河流的旅程	107
3-26	打好手里的牌	109
测试三	你做事是否很有决心?	110

第四部分 情绪管理篇

4-1	舍大取小	116
4-2	给予	117
4-3	手环	118
4-4	扫树叶的小和尚	119
4-5	秀才赶考	120
4-6	用途	121
4-7	生气	122
4-8	失去变得可爱	123
4-9	人生的秘诀	124
4-10	垂钓者	125
4-11	水多不饮	126
4-12	狐狸和火鸡	127
4-13	智者的胡子	129
4-14	空中楼阁	130
4-15	耐心的爸爸	132
4-16	猎狗的故事	133
4-17	梨子的吃法	134
4-18	打油的小和尚	136
4-19	水族箱里的金鱼	137
4-20	情绪接力	139
4-21	一只蜘蛛和两个人	140
4-22	失恋	141
4-23	两幅“安息”的图画	142
4-24	天天好生意	143
4-25	用不着愁	144

