



작가는
어린이에게
40가지

做最棒的自己

韩国卡通版《告诉孩子，你真棒！》
韩国小学生最喜爱的成长教育读本！



我能！

让孩子拥有自信的
40种方法

文/紫云英
图/朴正勋



嘿嘿，
我们就是
自信三剑客！



大众文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

我能：做最棒的自己 / (韩) 紫云英编文; (韩) 朴正勋绘.

- 北京: 大众文艺出版社, 2006.5

ISBN 7-80171-799-6

I. 我...

II. ①紫...②朴...

III. 成功心理学 - 青少年读物

IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 045772 号

40 Ways of Having Confidence: Children's Must Know

Written by Ja Woon Young

Cartooned by Park, Jung-Hun

Copyright © Neung In Publishing Co. - Korea

Simplified Chinese Character translation copyright © 2004 by Beijing Hope Electronic Press

Simplified Chinese Character edition is published by arrangement with Neung In Publishing Co.

All rights reserved.

著作权合同登记号: 图字 01-2006-2582

我能：做最棒的自己

作者 [韩] 紫云英 文 [韩] 朴正勋 绘

译者 杨俊娟

大众文艺出版社出版发行

(北京市东城区交道口菊儿胡同 7 号 邮编: 100009)

北京广益印刷有限公司印刷 新华书店经销

开本 787 × 1092 毫米 1/16 印张: 13 字数: 50 千字

2006 年 6 月北京第 1 版 2006 年 6 月 第 1 次印刷

ISBN 7-80171-799-6/B · 42

定价: 25.00 元

版权所有, 翻版必究。

大众文艺出版社发行部 电话: 84040746

北京市东城区交道口菊儿胡同 7 号 邮编: 100009



자신감 있는
어린이가
40가지 방법

做最棒的自己

韩国卡通版《告诉孩子，你真棒！》
韩国小学生最喜爱的成长教育读本！



我能！

让孩子拥有自信的
40 种方法

文 / 紫云英
图 / 朴正勋
杨俊娟 译



嘿，
我们就是
自信三剑客！



大家文艺出版社

在生活中，经常可以听到“惰性”这个词，所谓“惰性”，其实就是指一种“固有的习惯”，换句话说，就是“完全没有新的想法，一切都按照旧有的方式去做”。

如果没有任何新的想法和行为，完全照旧方式做事，结果会怎么样呢？

当然，或许生活不会因此出现什么问题，不过，更大的发展，以及对未来的希望，可能也随之消失了。因为人是一种需要不断迎接新挑战才能发展的生物。

这本书的内容，就是要告诉大家应该拥有怎样的生活态度，遇到困难与麻烦的时候，应该怎么思考，怎么行动。

例如，我们将教给大家，当遇到与自己意见不同的朋友时，当发现自身的缺点时，当因为错误而陷入失望时，当遭遇失败时，如何战胜困难，独立走出困境。另外，还有很多内容，教会我们如何保持一个正确的心态，充满自信地生活下去。

聪明的人，都不会在目前的位置上停滞不前。他们会朝着更好的方向不断努力。“流水不腐”，只有不断创新，发挥自己的优势，自信地度过每一天，才能奔向更宽广的、充满希望的大海。

仔细地阅读这本书，你会知道，什么样的想法是错误的，什么样的态度才是正确的。当然，最重要的还是保持一种正确的生活态度。即使发现了自己的问题，也不必特别难过。应该把眼光放远，相信自己会越来越来好，越来越自信。

如果通过阅读本书，大家能够成为自信的、充满希望的人，我们会感到非常高兴。



目录



- 1 心情愉快地开始每一天 · 8
- 2 找到自己真正喜欢的事情 · 13
- 3 拥有坚定的意志 · 18
- 4 告诉自己，我一定行！ · 23
- 5 表达出自己的想法 · 28
- 6 培养实力 · 33
- 7 帮助有困难的人 · 38
- 8 尊重与自己意见不同的人 · 43
- 9 身体健康最重要 · 48
- 10 怀疑别人之前，先要去相信别人 · 53
- 11 困境中更应拿出勇气 · 58
- 12 有错就改 · 63
- 13 换个角度看问题 · 68
- 14 以无私的心去帮助别人 · 73
- 15 遇到事情要冷静 · 78
- 16 不要嘲笑贫穷 · 83
- 17 抛弃幼稚的想法 · 88
- 18 学会独立，不要依赖别人 · 93
- 19 行动胜过言语 · 98
- 20 去除杂念，专心致志 · 103



108 · 寻找新方法	21
113 · 拥有独特的想法	22
118 · 多发现别人的优点	23
123 · 遇到不懂的词就要查字典	24
128 · 只在固定的时间看电视	25
133 · 和朋友发生矛盾后，应该主动和解	26
138 · 不要事事都跟别人学	27
143 · 勇于承认错误	28
148 · 不要以貌取人	29
153 · 不要盲目模仿明星	30
158 · 养成爱读书的好习惯	31
163 · 和爸爸妈妈一起做家务	32
168 · 相信自己	33
173 · 有问题就要去解决	34
178 · 不要抱怨没有好衣服	35
183 · 不要把自己的父母与别人的进行比较	36
188 · 珍视生命	37
193 · 胜不骄，败不馁	38
198 · 做个守信用的人	39
203 · 做个正直的人	40

★ 墨菲定律

——倒霉的事总会接踵而至





01 心情愉快地开始每一天

一天过得怎么样，通常都是由早上的心情决定的。如果早上的心情很糟，这一天的感觉就不会好。这就好像穿衣服，如果扣错了第一颗纽扣，剩下的也会跟着错下去。

因此，早晨起来要尽量让自己心情愉快。就算昨天遇到了什么不高兴的事，也要努力把它忘掉。

太阳又升起来了，今天又将是全新的一天！

如果能够心情愉快地开始每一天，那么你一定能够度过一个幸福的人生。

● 享受人生的老人

在一个乡村里，生活着一位 80 多岁的幸福老人。

看着老人每天幸福快乐的样子，村里人都觉得，他的一生一定过得很顺利。可其实，这个老人经历过无数的坎坷和挫折。

6·25 朝鲜战争的时候，他的儿子被流弹打死，他的公司曾经 5 次破产，而就在几年前，他还得了一场大病，刚刚恢复。

但是，老人一直面带微笑，幸福地生活着。

在一次电视台的访问中，记者问道：

“老爷爷，您经历了那么多不幸的事情，怎么还能每天这么幸福呢？”

老人回答说：

“每天早上我一睁开眼睛，就会对自己说：‘啊，幸福的一天又开始了。’”

“在经历那些困难的时候也是这样吗？”

“当然了，无论遇到多么悲惨的事情也是这样。你想，遇到不



好的事情时，如果你总想着‘哎呀，我怎么这么倒霉’，情况会变好吗？当然不可能了。如果早晨这么想：‘啊，我很幸福。’那么就会产生一种可以解决困难的力量。”

“遇到困难的时候，您的脸上也不会有难过颓丧的表情吗？”

听到记者这么问，老人笑了：

“那可真要小心了，恶魔最喜欢那样的表情。所以，如果你整天哭丧着脸，那只会继续发生更不好的事情。”

你觉得呢？你同意老爷爷的说法吗？一天的开始的确非常重要。遇到不好的事情时，如果只知道难过悲伤，那就不能解决任何问题，反而可能陷入更糟糕的境地。

所以，应该尽可能积极地去迎接每一个早晨。告诉自己，要好好开始新的一天。别不相信哦，这样想的话，这一天真的可以发生很多快乐开心的事情呢。

★ 我是爬树冠军！





2 找到自己真正喜欢的事情

在这个世界上，有各种各样的工作。可是，如果问那些大人，他们真的喜欢现在做的事情吗，很多人可能会说：“不。”他们会说，这是为了生计不得不做的工作。

其实，这是一件非常不幸的事情。每个人的一生只有一次，如果不能做自己喜欢的事情，生活就一定会非常无聊，非常痛苦。

无论是谁，都有自己喜欢的事情。如果你觉得没有，那只是因为你还没有发现它。在这个世界上，肯定有些事情，是你最喜欢，也最擅长的。所以，现在最重要的就是，快点找到这件事情。

下面给大家讲的，是关于动画天才沃特·迪斯尼的故事。

● 创造梦幻世界的人

沃特·迪斯尼制作出了无数充满梦幻的动画电影，作为漫画家和电影制作人而享誉全球。美国最著名的游乐园“迪斯尼乐园”就是他一手创办的。

可就是这个举世闻名的沃特·迪斯尼，年轻时也曾因为不知道自己究竟喜欢做什么而苦恼。

有一段时间，迪斯尼失业了，像乞丐一样住在一个类似于仓库的地方。在这里，他每天都在思考：“我究竟喜欢做什么？我应该做什么？”正当他辗转反侧难以入睡的时候，一只可爱的小老鼠从他床边跑过。



“对了！最近动画片特别受欢迎，我不如就用这个小老鼠做主人公，制作一部动画片。我最喜欢的不就是画漫画吗？”

有了这个想法以后，迪斯尼立刻和朋友开始了工作。因为这是

他喜欢的事情，而且他满怀希望，所以，他废寝忘食，投入到工作中。

终于，这部以老鼠为主人公的动画片获得了巨大的成功。后来，迪斯尼又制作了很多广受好评的影片，被称为“动画电影的魔术师”。

所有这一切，都有赖于——找到自己喜欢的事情，并且为之努力。

如果沃特·迪斯尼没有去制作动画片，那么他会怎么生活呢？我相信，如果那样，他的人生一定不会这么成功，因为他在绘画方面有卓越的才能，而且这是他最喜欢做的事情。

找到自己最喜欢的事情，并从事它，是非常重要的、非常幸福的一件事。所以，大家应该努力去寻找自己真正喜欢的事情，然后在那个领域做到最好。这不仅会使你的人生更加幸福，也能帮助你取得骄人的成就。