

青少年情商透视丛书

认知自身

——EQ提升基石



CPI®

商务印书馆
国际有限公司

青少年情商透视丛书

认知自身 EQ 提升

朱光雪 沈文卓 编著

商 务 印 书 馆
国 际 有 限 公 司

2002 年·北京

图书在版编目(CIP)数据

认知自身:EQ 提升基石/朱光雪,沈文卓编著. —北京:商务印书馆国际有限公司,2002.1
(青少年情商透视丛书/朱光雪主编)
ISBN 7-80103-271-3

I. 认… II. ①朱…②沈… III. 情绪—智力商数—青少年读物 IV. B842.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 093609 号

商务印书馆国际有限公司出版发行

(北京市东城区史家胡同甲24号 邮编:100010)
电子信箱:qjinter@public3.bia.net.cn

出 版 人:程孟辉

责任编辑:田 力 王华伟

全国新华书店经销

发行热线:(010) 65598498 电话、传真:65234023

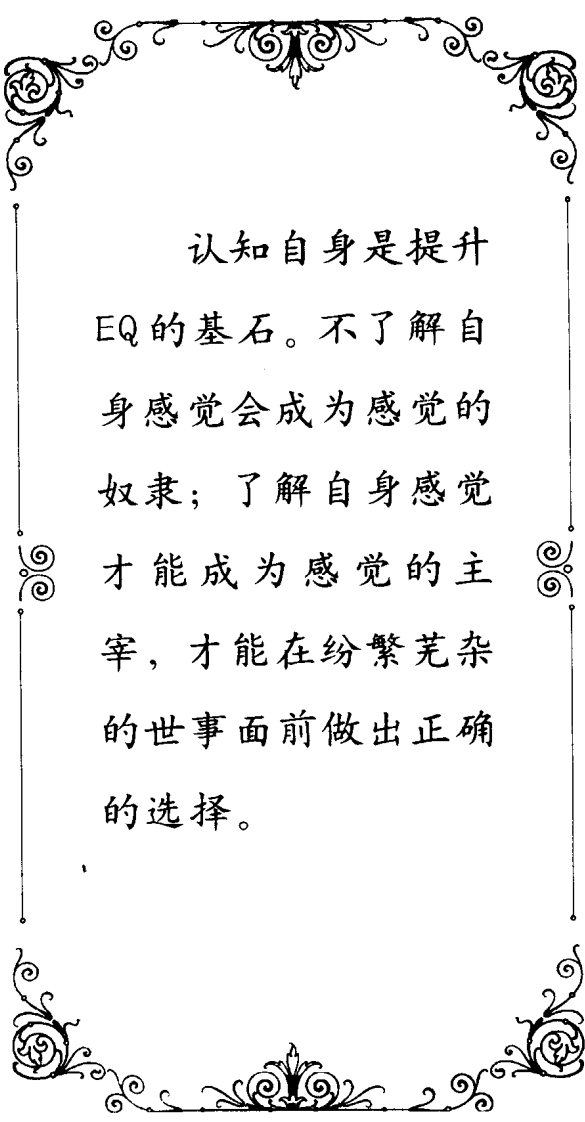
北京市宏文印刷厂印刷

开本:787×960mm 1/32

2002年1月北京第1版 2002年1月北京第1次印刷

定价:14.00元

如有印刷质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换



认知自身是提升
EQ 的基石。不了解自
身感觉会成为感觉的
奴隶；了解自身感觉
才能成为感觉的主
宰，才能在纷繁芜杂
的世事面前做出正确
的选择。

前 言

对于 IQ（智商），大家已经耳熟能详，但对于 EQ（情商），大家可能还比较陌生。每一位家长都希望自己有一个高智商的孩子，并且认为，高智商是一个人成功的关键所在。我们不否认高智商是成功的一个重要因素，但还有比智商更重要的，那就是情商。

什么是情商呢？情商的英文缩写是 EQ，即 Emotional Quotient，译成中文就是：情绪智慧或情绪智商。简而言之，它是一个人情绪的综合素质指数，或者说是情绪管理能力。在现实生活中，高智商的人未必就能取得成功，而智商平平却人情练达、思维灵活的人，反而会在成功的道路上捷足先登。因此，从这一意义上说，情商是才智的要素，一个人情商的高低在某种意义上决定着他的前途与命运。

智商的先天成分很大，情商却在于后天的培养。智商、情商好比一只鸟的两翼，缺一不可。您的孩子智商也许很高，那么，

大力提升他的情商就尤为重要。一张白纸，好画最新最美的图画。青少年时期是培养情商的最佳阶段。除家长、老师的言传身教和社会实践以外，古今中外无数成功的范例便是青少年朋友们最好的老师。为此，我们编撰了这套《青少年情商透视丛书》，它包括认识自身、情绪管理、自我激励、认知他人、人际关系及思维方式6个分册，分门别类地搜集整理了大量生动的故事和案例。在每篇故事和案例后，还辅以别具一格的“正音释义”（注：本书“正音释义”中如遇多音字，只标注该文中所属意义的读音）和“赘语拾贝”，以便于青少年朋友们的阅读、理解。但愿我们的这些努力能对广大的青少年朋友们自身EQ水平的提高有所裨益，为您的人生之船驶向成功的彼岸扬帆、导航。

商务印书馆国际有限公司

编辑部

2002年1月

目 录

第一编 认知你自己	(1)
林肯竞选	(3)
楚王取消攻越	(5)
优势与劣势	(7)
鲁班改错	(9)
较量	(11)
求职	(13)
寻找完美	(15)
珍惜你的幸福	(17)
就是为这两句台词	(19)
一定是乐谱不对	(21)
爱迪生最早的实验	(23)
“不务正业”的小职员	(25)
借冕推销	(27)
表面怯懦的李牧	(29)
先扬言，后成名	(31)
不能用竹管望天	(33)
企业顾问的办法	(35)

赵师渊大器晚成	(37)
一句话的不同解法	(39)
伯颜脱险	(41)
姜子牙钓鱼	(43)
“铁笔”和“圣手”	(45)
喜欢的地方	(47)
朱元璋缓称王	(49)
窦仪的“糊涂”	(51)
介之推自知之明	(53)
鲁仲连不图名利	(55)
再无改过机会	(57)
塞翁失马	(59)
颜回不犯二过	(61)
魏绛劝晋文公	(63)
庄子的比喻	(65)
灵隐寺解忧	(67)
伊尹做菜	(69)
 第二编 不要跟着感觉走	 (71)
乐羊子得教于妻	(73)
恐怖试验	(75)
不再纯净	(77)
勇敢地说“不”	(79)
张融巧催皇帝	(81)

少帝被杀的启示	(83)
杯弓蛇影	(85)
自酿苦酒自己喝	(87)
不能等待	(89)
搭桥与拆桥	(91)
朱桓的计谋	(93)
为何一个不取	(95)
面对意见	(97)
小麻雀的教训	(99)
歧路觅羊	(101)
邻居	(103)
谁更精明	(105)
先见之明居头功	(107)
你应该理直气壮	(109)
子夏的三条准则	(111)
大画家的建议	(113)
苗振考试失败	(115)
扁鹊说病	(117)
无礼的问题	(119)
四面楚歌	(121)
金矿在你脚下	(123)
失之交臂	(125)
什么是天堂	(127)
自己的选择	(129)

沉重的生活	(131)
-------------	-------

第三编 把命运握在手中..... (133)

无可奉告	(135)
叛徒	(137)
自己为自己救场	(139)
毛遂自荐	(141)
计纠歪风	(143)
列宁的机智	(145)
画鸡蛋	(147)
《资本论》上的小说	(149)
“公子哥儿”的谢客诗	(151)
妙趣横生的自传	(153)
计除黑蛇	(155)
顶好调味品	(157)
做自己害怕做的事	(159)
刘勰求见名家	(161)
终生光棍	(163)
步行到达王宫	(165)
还能横行几时	(167)
弹铗自荐	(169)
不看书时做什么	(171)
敌后奇兵	(173)
钓鱼竿也不要了	(175)

第三次才开口	(177)
不必怨愤	(179)
曹操的宽容	(181)
医师的业余爱好	(183)
以“厘米”赚钱	(185)
爱迪生的发明	(187)
孔穿辞行	(189)
一枚大头针	(191)
墨子不信算命	(193)
对弈的学问	(195)
染坊里上课	(197)
 第四编 抉择全在自己	 (199)
不肯赚钱的名医	(201)
卓别林救场	(203)
耳聋外交家	(205)
四面镜退敌	(207)
庞葱谏魏王	(209)
写下遗嘱去演讲	(211)
王翦请赏	(213)
智摔茅台酒	(215)
武则天扼死亲生女	(217)
“败兵”攻城	(219)
李渊起事	(221)

鸟的自救	(223)
王勃赴宴作序	(225)
陈毅脱险	(227)
杀狗自救	(229)
杀马自救	(231)
屈原与农夫	(233)
爆竹退敌	(235)
乐正子春看重声誉	(237)
选择死海	(239)
箕子装醉	(241)
舍身救村民	(243)
小护士应试	(245)
第一桩生意	(247)
斥“群鼠”	(249)
蓄须明志	(251)
保存左手	(253)
火光退敌	(255)
巧融冰层	(257)
樊举人自救	(259)
班超杀北匈奴使者	(261)
扁鹊医瘤	(263)

第一编 认知你自己

认识自己比认识别人难。这是因为别人在我们的视线里，而我们的视线里却没有我们自己。



• 林肯竞选 •

林肯竞选总统期间，道格拉斯是他的对手。道格拉斯有钱有势，他租用了一辆豪华的列车供竞选之用，每到一站就鸣礼炮三十二响，然后乐队奏乐，十分排场。此外，他还要乘一辆六马马车去市中心发表演说，前面有彪形大汉骑骏马开道，后面则有许多马车满载红男绿女，吆五喝六，不可一世。道格拉斯叫嚷：“我要让林肯这个乡巴佬闻闻我的贵族气味。”

林肯没有专列，他买票乘火车，每到一站，他便坐从朋友那里借来的耕田用的马拉车。但是林肯依靠他的演说，赢得了不少选票，当选了总统。

在演说中，他说道：“道格拉斯参议员是闻名世界的人，是一位大人物。他有钱有势，有圆圆的、发福的脸，当过邮政官、土地官、内阁官、外交官等等。有人写信给我，问我有多少财产，我只有一位妻子和一个儿子，都是无价之宝。此外，还租

有一间破旧的办公室，室内有桌子一张，价值二元伍角，椅子三把，价值一元。墙角里还有一个大书架，架上的书值得每个人一读。我本人既穷又瘦，脸很长，不会发福。我实在没有什么可依靠的，惟一可依靠的就是你们这些诚实的人民。”

林肯把自己描写成一个无产者的形象，因为他很清楚大多数选民是贫穷的；而且，人们都有一种同情弱者的心理。由此林肯获得选民的拥护，当选了总统。

【正音释义】

彪 biāo

吆 yāo

赢 yíng

阁 gé

豪华：特别堂皇华丽。

彪形大汉：体格粗壮高大的男人。

【赘语拾贝】

了解对手又了解自己，才能做出有利于自己的选择。在美国这样一个崇尚财富的国度里，林肯如果与道格拉斯比气派，显然不是对手。但林肯更懂得同情弱者是人的天性，他从这里入手，赢得竞选胜利当然就是顺理成章的事了。

• 楚王取消攻越 •

越国发生动乱，民心不稳，加之战争连年，兵力也很虚弱，楚庄王见之，觉得进攻越国的时机到了，打算近日发兵。杜子得知消息后，来见楚庄王。他说：“大王，人的眼睛能看到很远的地方，却看不见自己的睫毛。近来，由于我们接连与齐国、晋国交战，又连遭挫败，兵力也是很弱的啊。眼下，庄跻又在我们境内组织百姓起义，我们几次派兵镇压，都没有成功，我们不也处在国内动乱之中吗？我认为，我们现在不应该出兵攻打越国。”楚庄王听了，马上接受了杜子的意见，说：“眼睛虽亮，难见睫毛，说得对极了。仔细看去，我们楚国的情况比越国还糟，这次攻越计划就取消吧。”

【正音释义】

睫 jié

挫 cuò

跻 juē

连绵：接连不断。