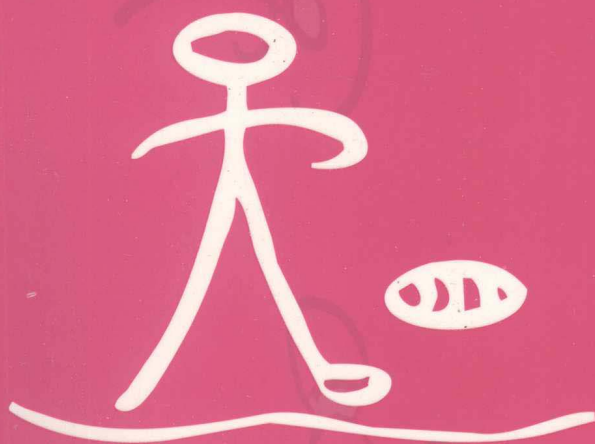


■ 企业教练智慧系列

Jack 是谁

黄俊华 著 曹国轩 绘

中国首套原创企业教练作品，荟萃多篇精彩小品，
诸多见解令人耳目一新，犹如醍醐灌顶。
或许，你会发现生活从此有了全新的含义！



 江苏出版社

■ 企业教练智慧系列

Jack 是谁

黄俊华 著 曹国轩 绘

中国首套原创企业教练作品 荟萃多篇精彩小品
诸多见解令人耳目一新 犹如醍醐灌顶
或许，你会发现生活从此有了全新的含义！



 江苏出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

Jack 是谁/黄俊华 著;曹国轩 绘. —厦门:鹭江出版社, 2008. 6
(企业教练智慧系列)

ISBN 978 - 7 - 80671 - 939 - 8

I. J… II. ①黄…②曹… III. 企业管理—人际关系学
IV. F272. 92

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 068593 号

Jack 是谁

黄俊华 著

责任编辑 / 曾昌森

特约编辑 / 刘 华 李秀艳

出 版 / 鹭江出版社

地 址 / 厦门市湖明路 22 号

邮 编 / 361004

电 话 / 0592 - 5046666 0591 - 87539330 010 - 62376499

印 刷 / 北京市密东印刷有限公司印刷

规 格 / 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印 张 / 10. 25

字 数 / 100 千字

版 次 / 2008 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978 - 7 - 80671 - 939 - 8/I · 167

定 价 / 28.00 元

(如有印刷错误, 请寄印刷厂调换或致电鹭江出版社)

导 读

“企业教练是当今最新管理方式中的一种，是人力资源管理中最热门的形式之一，但它又不仅仅是人力资源管理。它处于飞速发展的阶段，正逐渐延伸至美国的知名企业，如国际商业机器公司、美国电话电报公司及柯达的每个职员身上。”（《财富》杂志）

有数十万美国人请过私人教练或者接受过教练培训。美国《美国新闻与世界报道》公布的一项调查显示，教练是美国顾问业中呼声最高、增长最快的一个行业。而数以万计的中国企业人也正学习和运用企业教练技术来创造个人及企业的成功。中山华帝燃具股份有限公司引入企业教练技术后，业绩连续 3 个月比上年同期增长 23.2%、50.2%、46.6%，全年增长 1.8 亿元。本书作者黄俊华即是当时的教练之一。

教练是教练人的态度。这看似简单的智慧却缔造了无数卓越的成就，而今天，传奇还在延续……

推荐序

作为华帝公司引入企业教练技术的教材，这套丛书对改变华帝、改变我和我的同事，产生了巨大的影响，使我们产生了以下强烈的感受：

每个人、每个团队都会有目标，但目标能否实现则取决于人的作用。成功当然有启迪，但在总结失败时人们往往将怨恨的目光投向别人或客观原因，很少问问自己该如何对失败负责，结果使自己永远得不到改进与提升，相反会尝到更多失败的苦果。特别是一些人努力做了很多与目标相悖的事情，却仍然懵然不知！

黄俊华先生多年来苦心收集、整理生活中的故事，相信他看到了很多不知道自己应该如何去影响目标达成的人，他想用自己的创作来让他们透过这些生活中的镜子看到自己是如何做人、做事的，从而引发他们自省，学会将外向的目光聚集于自身，看看自己为人处事的态度与模式。这本故事书让人们得以拨开“自以为是”的迷雾，清晰地通过自己的努力去拥抱成功。

每个故事，我们都可以把自己代入其中成为主角——

如果是我，我以前是怎样做的，现在我该如何处理？为什么？在这样的思考中认识自己，知道什么样的态度才是自己对目标、团队、家庭及社会负责的态度。当然，如果你没有把改变自我作为读这本书的目标，只是把它当做故事来读，那么，你不会有什麼变化，你依然会在对未来的憧憬与目标的期待中过着梦游一样的生活，你的目标，会永远只是目标。

黄启均

中山华帝燃具股份有限公司总经理

序

这是一本写给每个人自己的书。

一位父亲正在准备一篇重要的演讲稿，但他几岁的儿子却在他身边吵闹不已。

为了让儿子安静下来，父亲随手撕碎一张世界地图，让儿子拼凑——仅仅过了几分钟，根本不识字的孩子已经完整地把地图拼好了。这位父亲十分吃惊，于是问儿子到底是怎样做到的。

儿子的答案很简单。

因为世界地图的背面，是一张人像。拼好了人像，世界地图自然也就完整无缺了。

这个故事其实讲的是：只要人是正确的，那么这个世界就一定是正确的。人怎么样，世界就怎么样。所以，如果你想改变这个世界，首先就要改变你自己。

如果你已经将自己定位在某一个位置，那么毫无疑问，这本书对你来说是没有用处的。这本书里面没有什么治国平天下的大道理，只有一些小小的故事。我们所希望的是，这些小小的故事能让你看清仿佛是在镜中的那个另外的自

己到底在如何做人、如何处事，并提醒镜子面前的你该如何转变态度、如何努力改变。

所谓“教练的智慧”，其实就是赢的智慧。如果我们已经开始明白，什么东西让我们迷惑，什么东西让我们无法前进，那我们就很容易了解到：所谓教练，正是可以帮助我们打破阻碍我们去赢和进步的因素的那个人，是通过帮助我们改变自我，从而协助我们改变世界的人。

如果你有能力去失败，那么你同样也有能力去成功；你可以被别人所影响，你也可以去影响别人；你可以不开心，你同样也可以开心；你可以选择这班地铁，你也可以选择下一班地铁；你可以想尽办法维系着自己已经厌恶的工作，你同样也可以创造你想要的工作环境，把所有的不痛快统统抛诸脑后。

你的目标，可以永远是目标；当然，你也可以拼尽全力去将它实现。

因为所有的关键，并不在于你身边的人和事，而在于你自身。



太阳一直在，只是有时飞得不够高，看不到。

目 录

开心	1
生气	3
痛苦	5
忙	7
累	9
哭	11
面子	13
道歉	15
怯场	17
厘清目标（一）	19
厘清目标（二）	21
目标在前（一）	23
目标在前（二）	25
目标在前（三）	27

目标在前（四）	29
目标在前（五）	31
目标在前（六）	33
黑笔与蓝笔	35
添·高威的工作诀窍	37
焦点的运用	39
只要找到路	41
去你想去的地方	43
对了又如何	45
到底想要什么（一）	47
到底想要什么（二）	49
做自己想做的	51
迁善	53
迁善心态	54
继续迁善	56
努力与创新	58
Being	60
Jack 是谁	63
转换角色	65
赢的动力	67
赢得什么	69
共赢的误区	71
健康的习惯	73
习惯成自然	75
建立新习惯（一）	77

建立新习惯（二）	79
借口一箩筐（一）	81
借口一箩筐（二）	83
大王与小六	85
从理解到沟通	88
直接沟通（一）	90
直接沟通（二）	92
有效沟通（一）	94
有效沟通（二）	96
有效沟通（三）	99
谁来负责任（一）	101
谁来负责任（二）	103
谁来负责任（三）	105
受害者	107
为什么受伤的总是我（一）	109
为什么受伤的总是我（二）	111
赢与快乐	113
还魂草	115
善待自己（一）	118
善待自己（二）	120
你可以做得更好	122
心情戒指	124
青春舞曲	126
团队精神	128
团队的价值	130

超越本分	132
关于规则	134
重视语言的力量	136
不把事情个人化	138
不要自定假设	140
做到最好	142
经营梦想	144
品尝生活	146
理想	148
后记	150

开心

很多时候，我问其他人：“你想过什么样的生活？”对方在思考片刻之后，常常回答：“也没什么特别的要求，过得开心就好。”

然而，如何可以过得开心呢？

在一次学习的过程中，有一位学员也问了教练同样的问题：“教练，我常常觉得不开心，你能不能告诉我，我如何才可以活得开心？”

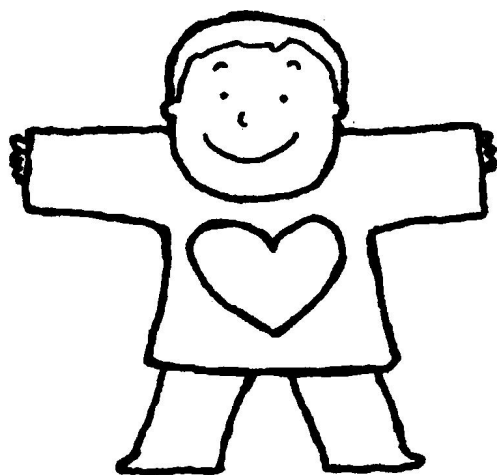
教练回答道：“你活得不开心，通常都是你没让别人活得开心。”

你要开心，先让别人开心，先让这个世界开心，你肯定开心；你要赢，先让你的员工赢，先让你的客户赢，你就会赢。

中国的文字在表达上是很准确的，同时蕴涵了很多人生的哲理。

比如，关于“快乐”这个词，钱钟书就这样解析过：快乐的快字已经决定了乐的本质——乐是很快会过去的。

我想补充的是：乐也可以很快再来，如果你愿意的话。



把你的心打开。

同样，“开心”这个词只有中国才有，外国是没有的。这个词在当初创造出来的时候已经表达了其中的秘诀，这个一目了然、简单而深刻但是我们常常容易忽略的秘诀就是——把心打开，你就会得到开心。

生气

一位教练朋友给我讲述了一个禅师与兰花的故事。

有一位禅师很喜欢养兰花。有一次他外出云游，就把兰花交给徒弟料理。徒弟知道这是师父的至爱，所以悉心照料。没想到就在禅师回来的头一天，他不小心把兰花摔坏了。这个徒弟非常担心，害怕师父生气。

禅师回来得知后，并没有生气，他只说了一句话：“我当初种兰花就不是为了今天生气的。”

这是智者的生活态度。

回想一下，我们平时有多少生气的时候？为什么而生气？为塞车、为天气、为股票、为别人的态度、为自己的遭遇……

有些人还常常生两次气。第一次是因为某人或某事而生气，第二次是生气自己刚才为什么要生气。

仿佛人生总有生不完的气。

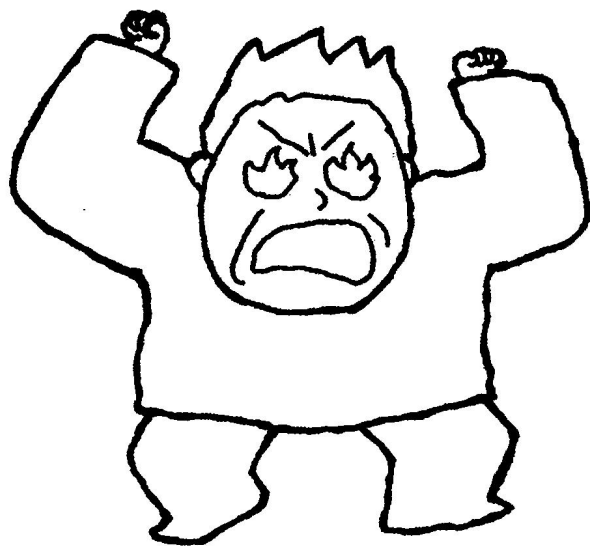
要想不生气，就学一学那位禅师，想一想当初的目的是什么。这也是教练常用来管理情绪的方式——认清目标。

那位教练朋友还跟我说：“从知道这个故事后，我就告诉自己，别再生气。如果我今天生气，我就亏了；如果我

今天开心，我就赚了。”

你想赚还是想亏呢？我猜我们的答案是一样的。

因为，当初我们来到这个世界上，本来就不是为了今天生气的。



为了我刚才又生气了，
所以我现在很生气。