



NLP 卓越青少年训练营

学会思考 人生就不一样

NLP卓越青少年训练营导师团队◎编

从灰姑娘到气质公主、从懵懂小子到成熟男子汉的心智成长枕边书

卓越思维训练故事书

让我们和全世界最聪明的人一起思考



吉林出版集团有限责任公司 | 全国百佳图书出版单位



NLP 卓越青少年训练营

学会思考 人生就不一样

NLP卓越青少年训练营导师团队◎编



图书在版编目(CIP)数据

学会思考, 人生就不一样 / NLP 卓越青少年训练营导师团队编. — 长春: 吉林出版集团有限责任公司, 2013. 6

(NLP 卓越青少年训练营)

ISBN 978-7-5534-1972-5

I. ①学… II. ①N… III. ①思维训练—青年读物②思维训练—少年读物 IV. ①B80-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 118695 号

XUEHUI SIKAO RENSHENG JIU BU YIYANG

学会思考, 人生就不一样

NLP卓越青少年训练营导师团队 编

出版策划: 孙 昶

项目统筹: 张岩峰 李 超

项目策划: 郝秋月

项目助理: 王 媛

责任编辑: 范·迪 杨俊梅

装帧设计: 颜森设计

出 版: 吉林出版集团有限责任公司 (www.jlpg.cn/yiwen)
(长春市人民大街4646号, 邮政编码: 130021)

发 行: 吉林出版集团译文图书经营有限公司
(http://shop34896900.taobao.com)

电 话: 总编办 0431-85656961 营销部 0431-85671728

印 刷: 长春新华印刷集团有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 15

字 数: 270千字

版 次: 2013年7月第1版

印 次: 2013年7月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5534-1972-5

定 价: 25.00元

版权所有 侵权必究
印装错误请与承印厂联系

前言

英国著名戏剧家肖伯纳将自己新近完成的一个剧本交给法特利剧院，由他们排练上演，并签下合同：在剧场演出25场获利5万英镑的前提下，剧院付给肖伯纳 5000英镑的稿酬。

演出开始后，上座情况空前地好，当第25场上演时，萧伯纳来领取稿酬，剧院经理无可奈何地说：“对不起，先生，这25场演出一共收入了 49996 英镑。按照合同，我不能付给你稿酬。”萧伯纳知道经理赖账，但他并不争辩，而是转身走出去，以一个很平常的举动，使经理不得不交出钱。

青少年们，面对这样的情况，你会选择怎么做呢？是勃然大怒地和经理大吵一架，还是忍气吞声地接受现实？又或者想出其他的解决方法？

面对经理的无理取闹，萧伯纳并没用据理力争。他只是去售票处买了一张4英镑的门票就解决了问题。

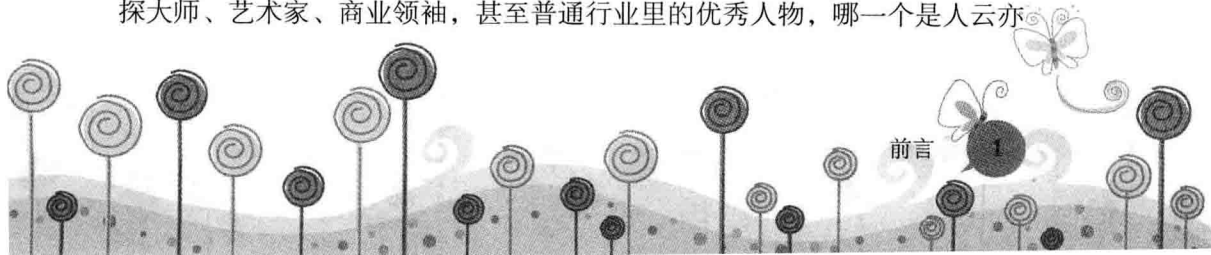
鲁迅先生曾说过这样一段话：“外国用火药制造子弹来打敌人，中国却用它做爆竹敬神；外国用罗盘来航海，中国却用它来测风水；外国用鸦片来医药，中国却拿它当饭吃。”我们在回味鲁迅先生的这番尖锐的披露时，不应只将其作为揭露国人悲哀的样板，更应当思考其中蕴含的更深层的意义：

思维不同，所采取的行动方案与标准就不同；

思维不同，所面对机遇进行的选择就不同；

思维不同，在人生路上收获的成果就不同。

纵观当今各阶层领袖人物，思维大师、数学家、逻辑学家、诡辩家、侦探大师、艺术家、商业领袖，甚至普通行业里的优秀人物，哪一个是人云亦



云、不思考、不运用思维的人？正是良性思维，让他们在千万世界诱惑中找到并塑造了属于自己的成功领域。

这就是为什么从苹果落地的简单事件中，只有牛顿能够引发万有引力的联想？为什么看到风吹吊灯的摆动，只有伽利略能够发现单摆的规律？为什么看到开水沸腾的景象，只有瓦特能够将其原理运用到蒸汽机的创造之中？因为他们拥有非凡的思维方法，所以他们才能走在时代的最前沿。

思维决定着一个人的行为，决定着一个人的学习、工作和处世的态度。也就是说，思维决定着一个人的前途和命运，决定着一个人的成败！天才的培育与成长，不在于方法，而在于观念；不完全靠勤奋，而主要靠思维。当思维被一种科学的潜意识所主导，被一种理性的观念所左右时，人生的命运就会从此改变，生命的轨迹势必朝着成功的方向延伸。

青少年是时代的新生力量，是未来的发展栋梁。正确思维方法的有无决定了青少年的行为方式与生活质量，决定了在失败与成功的路口选取的方向。每个人的一生，都由自己来把握，而这把钥匙就是你的大脑思维。真诚希望更多的朋友能够在这场全新的思维风暴中，启迪智慧，完善自我，获得受益一生的思维方式，为自己开创更加精彩的人生。





目 录 / CONTENTS

第一章 换一种思维，天地宽阔 / 1

思维训练营 别给你的思维设限 / 2

顺应变化，才能驾驭变化 / 4

以变制变，主动改变自己的思维 / 5

若正门没开，那就从侧门进来 / 7

“旁门左道”也是通往罗马的一条路 / 9

未经思考的答案，肯定不是最好的答案 / 11

让头脑“麻木”，适时摒除杂念 / 13

缺点，换个角度就是优点 / 15

第二章 改变从自己开始 / 19

思维训练营 以“己变”应万变 / 20

比别人多做一点，你会获得更多 / 22

当你不能领先时，破坏游戏规则 / 23

没有解决不了的问题，只有还未找到的方法 / 26

只要精神不滑坡，方法总比困难多 / 29

简单的问题简单化 / 31

定期检讨自己行进的方向 / 33

挥一挥手中的“镰刀”，不留下一个“废物” / 34

第三章 打破规则，超越惯性思维 / 37

思维训练营 “砸开”思维那把“锁” / 38

看事物“DIY”，别被惯性思维所害 / 40

盘活你的应变能力 / 42

第一次就把事情做对 / 43

不做“先例的奴隶”，放手一搏获新生 / 45

多备几个方案，让问题迎刃而解 / 47

心眼活，将问题转移到利己的一面 / 49

正面进攻不如及时传球 / 51

打破脑子里“有用”“没用”的框框 / 54

第四章 重建思维平台的六顶思考帽 / 57

思维训练营 什么是六顶思考帽 / 58

白色思考帽：事实说话 / 61

红色思考帽：感情至上 / 63

绿色思考帽：创造突破 / 66

黄色思考帽：乐观阳光 / 69

黑色思考帽：时刻警惕 / 71

蓝色思考帽：组织控制 / 74

如何使用六顶思考帽解决难题 / 76

第五章 敲碎思维壁垒，打开创造闸门 / 79

思维训练营 施展大脑的创新力量 / 80

正确地做事和做正确的事 / 82

不要一味地模仿别人 / 85

挣脱“想当然”的羁绊 / 86

从“尽职尽责”到“尽善尽美” / 89



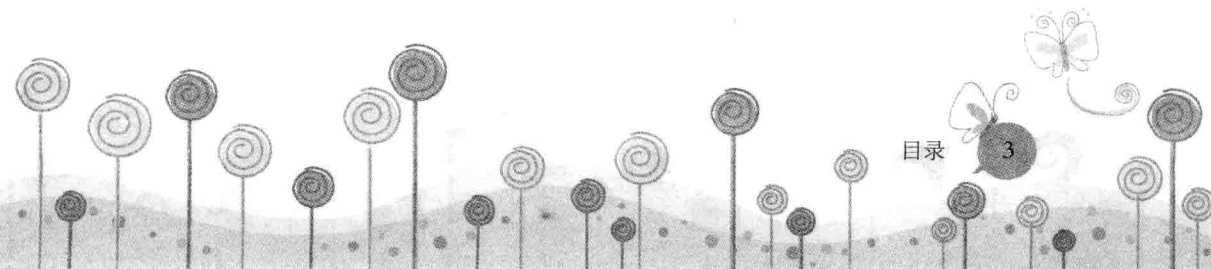
- 2%的改进成就100%的完美 / 91
- 留意别人的步伐，走出自己的路 / 93
- 善于从熟悉的地方寻找突破口 / 95
- 试着找找“有什么关系” / 97

第六章 伸出“五指山”，牢牢抓住问题之根 / 101

- 思维训练营** 扼住问题的咽喉 / 102
- 总有一把钥匙能开启问题之锁 / 104
- 寻找信息，一切以问题为中心 / 106
- 兜圈子并非都绕远 / 108
- 将注意力集中在单一目标上 / 109
- 把精力集中在重要问题上 / 111
- 发现问题比解决问题更重要 / 113
- 最重要的事情先做 / 116
- 不要什么都学，要有一技之长 / 118

第七章 挥洒想象，为大脑“松绑” / 121

- 思维训练营** 异想天开，成就非凡 / 122
- 不要忽视自己头脑中的“想法” / 124
- 捕捉灵感，“好记性不如烂笔头” / 126
- 别让头脑成为好看的“摆设” / 128
- 学会在困境中快速“抓拍” / 129
- 不怕做不到，就怕想不到 / 131
- 想象力不是不负责任地胡乱联系 / 133
- 从身边常见的事情中寻找灵感 / 135
- 奇想不问对错，要点在于敢思善想 / 137



第八章 表面的退，是一种实质的进 / 139

思维训练营 用示弱来赢取成功 / 140

不要让优秀成为你的包袱 / 142

以吃亏为乐，势必会赢得尊重和敬仰 / 144

自曝弱点，才有弥补的机会 / 146

没有姜太公的才，就老实地把线拴在渔竿上 / 147

绕过“马其诺防线”，方能攻其不备 / 149

“钟情”值得欣赏，却不值得学习 / 151

以退为进，避开前面的障碍 / 152

第九章 小事成就大事，细节铸就完美 / 155

思维训练营 重视周围的小事 / 156

不要疏忽任何一个细节 / 158

一枚棋子，或将影响整盘棋局 / 160

小处着手反而能事半功倍 / 162

一口吃不成胖子，但胖子是一口口吃出来的 / 165

说对名字，胜过千言万语 / 167

糊弄“小事”就等于糊弄自己 / 169

别做“差不多”先生 / 171

第十章 永远领先“一分” / 173

思维训练营 用发展的眼光关注未来 / 174

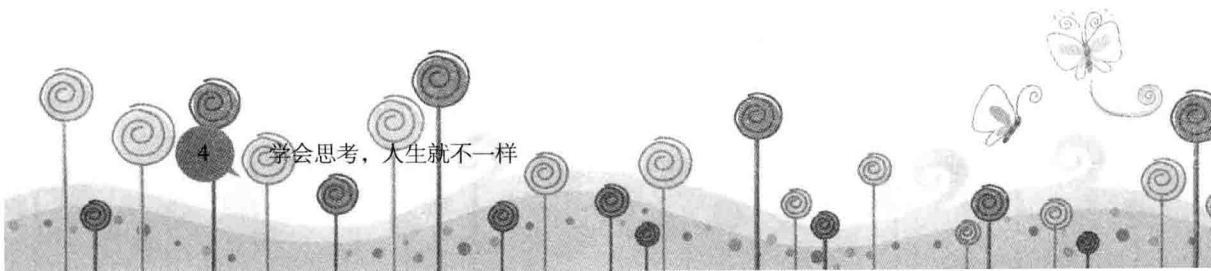
延迟满足已有的成绩，培养长远眼光 / 176

看到别人看不到的希望 / 178

在别人变化之前你先做出改变 / 180

在绝望中找寻生机 / 183

从未来着眼，创造幸运 / 185



先人一步，稳坐头把交椅 / 187

要做，立刻就去做 / 189

第十一章 常敲木鱼常自省 / 193

思维训练营 自知之明最难得 / 194

是珍珠还是沙子，你最有决定权 / 196

学会真聪明，抛弃假聪明 / 198

精明过火，难免引火烧身 / 200

多倾听自己内心的声音 / 202

不能改姓氏，但能改性格 / 205

人可以长高，心不能变“高” / 207

学会倾听，突破交往障碍 / 209

第十二章 遇事多问几个“为什么” / 213

思维训练营 一切从怀疑开始 / 214

看见听见，先拿“筛网”过滤一番 / 216

疑而后问，问而后知 / 217

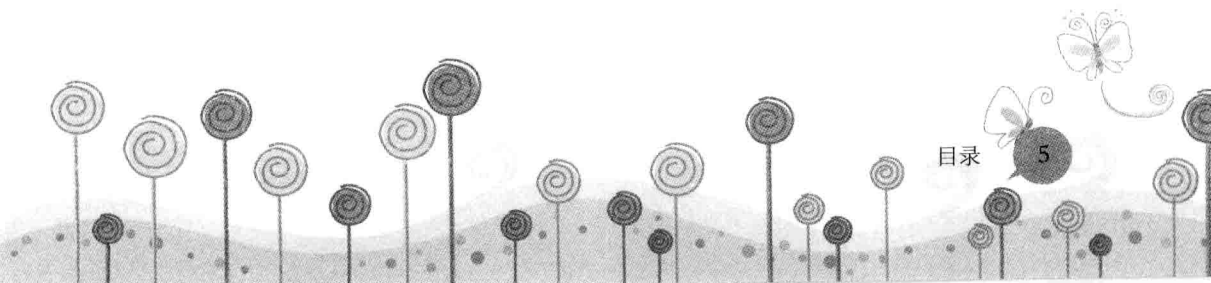
好奇，花心思研究新事物 / 220

不经过怀疑的信任，会让人落入盲从的陷阱 / 222

敢于质疑权威，解放思想 / 224

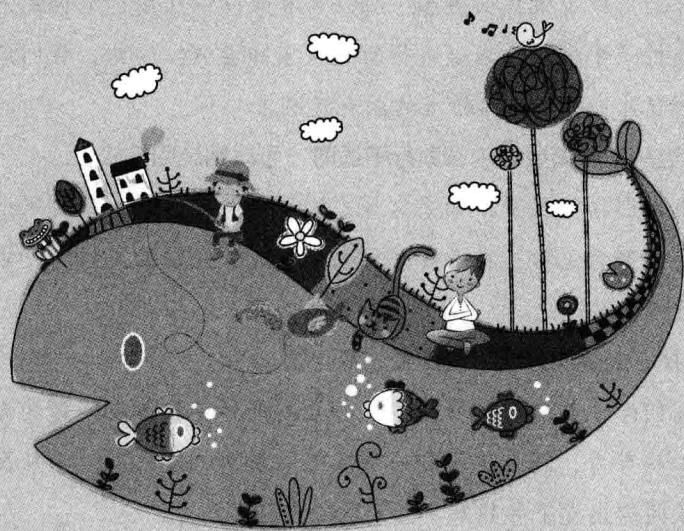
大胆提出质疑，敢于说出自己的独到见解 / 226

不要听到或看见什么，就妄下结论 / 228



第一章

换一种思维，天地宽阔





思维训练营

别给你的思维设限

我们总是习惯用常规的思考方式，因为它可以使我们在思考同类或相似问题的时候，省去许多摸索和试探的步骤，不走或少走弯路，从而可以缩短思考的时间，减少精力的耗费，又可以提高思考的质量和成功率。但是，这样的思维定式往往会起一种妨碍和束缚的作用，它会使人陷入旧的思维模式的无形框框，难以进行新的探索和尝试。因此，我们应当敢于突破常规的想法，摆脱束缚思维的固有模式。

1. 当从正面直接寻求答案行不通时，可以用迂回方式

当我们遇到问题时，如果常规方法不能解决问题，就要采用迂回的方式。一定要努力思考：在常规之外，是否还存在别的方法？是否还有别的解决问题的途径？

2. 找不到解决方法，就试着改变问题

遇到问题，首先要观察问题，并立刻开始寻找解决问题的办法。如果你尽了一切努力，还是找不到一种有效的解决办法，就应该从反方向思考出发，从问题出发来寻找解决问题的最佳途径。

3. 从许多不同的角度重新构建问题

青少年如果看待某个问题的第一种角度太偏向于自己看待事物的通常方式，就要学会不停地从一个角度转向另一个角度，重新构建这个问题。这样，对问题的理解和记忆就随着视角的每一次转换而逐渐加深。

4. 尝试不同方法解决了同一问题

遇到问题的时候，会问：“能有多少种方式看待这个问题？”“怎么反思这些方法？”“有多少种解决问题的方法？”常常能对问题提出多种

解决方法，而有些方法是非传统的，甚至可能是奇特的。例如，要剪一块圆纸板，通常先在纸板上画出一个相应直径的圆，再用剪刀仔细剪下，花费时间较长。有人想到用圆规画圆，把圆规的笔尖改装为小刀片，则成为一个很好的切圆片专用工具。不同方法解决了同一问题，还节省了时间。

5. 认识事物的性质和特点，根据实际情况来调整改变自己的思路和行为方式

青少年要随时查看一下所列的计划，看看在哪个环节中出了偏差，这样的偏差今后是否还有可能出现。并对引起偏差的原因进行实事求是的分析，然后设计一个改变它的方案。还要学会充分发挥你的最强项，去应对或弥补弱项。

6. 用“外行”的思路来解决

为解决某一问题孜孜以求、朝思暮想，但按常规方法却难以完美解决，这时不妨转换一下思路，从与自己研究无关的领域中寻找解决的方法，或者请“外行”来参谋、出点子，正所谓“外来的和尚会念经”。例如，大家比较熟悉的鲁班发明锯、莫尔斯发明电报就是这种思维的典范。

7. 请教他人，并相信他们的帮助会助你走向成功

不用担心请教他人会让人认为自己没有能力。正所谓“三个臭皮匠，顶一个诸葛亮”，把大家的意见集中起来，仔细分析和归类，说不定能有意外的收获。

顺应变化，才能驾驭变化

世界上一成不变的东西，只有“任何事物都是在不断变化的”这条真理。

——斯里兰卡

小明几年前在家乡的河边钓鱼，发生了一件令他终生难忘的趣事。

有一位老者与他的对话，“小伙子，钓鱼可是一门学问呀！春钓滩、夏钓湾，鱼饵鱼线要常更换。”于是，老者向他介绍了钓鱼的经验，告诉他钓什么样的鱼，就要用什么样的鱼饵、什么样的线。线多长要随水深水浅而变化，鱼饵在钩上的摆放也要根据情况而定。即使钓同一种鱼，随着季节的变化，方法也不一样，春天有春天的方法，夏天有夏天的方法，冬天有冬天的方法……

临分别时，老者说了一句让小明终生受益的话：“小伙子！鱼是不会听从你的安排的，它不会照着你的意愿上钩。你想钓上它来，就必须改变自己，让你的方式适应鱼的习性。”

钓鱼确实是一门学问。人在岸上，鱼在水里，人怎样才能让鱼上岸呢？要让鱼上岸，就必须先了解鱼的习性，它喜欢吃什么鱼饵、喜欢怎样吃、喜欢什么时候吃……掌握了这些情况之后，我们就要改变自己，让自己的方法尽量去适应鱼的生活习性，这样一来，鱼就会咬钩，就会被我们钓上来。

寄语青少年

任何事情都不会按照我们的主观意志去发展变化。所以，做一切事、解决一切问题，我们都必须随着客观情况的变化而不断地调整自己，不断地采取与之相适应的方法。



自我训练

在观察和解题中，当从正面直接寻求答案行不通时，可以用迂回方式。在现实中，“一眼望穿”的情况是很少的，这就需要我们一方面具有坚持不懈的精神，同时又要懂得另辟蹊径，看看是否能在解决“问题”的下一步或另外相关工作或侧面的、外围的、后继的等问题来达到眼前难题的迎刃而解。

我们要获得成功，就得首先去认识事物的性质和特点，然后再根据实际情况来调整自己的思路和行为方式。只有如此，我们才能在顺应事物变化的同时，驾驭变化，走向成功。如果我们想当然地凭自己的想法去办事，这就像钓鱼不知道鱼的习性一样，注定要徒劳无功。

以变制变，主动改变自己的思维

常制不可以待变化，一涂不可以应万方。

——晋·葛洪

1945年战败的德国一片荒凉，一个年轻的德国人在街上发现——当时德国人处于“信息荒”，国民对信息的获得非常紧缺。

于是他决定卖收音机！可是，当时在联军占领下的德国，不但禁止制造收音机，连销售收音机也是违法的。

这名年轻人就将组成收音机的所有零件、线路全部配备好，附上说明书，一盒一盒以“玩具”卖出，让顾客动手组装。这一思路果然产生奇效，一年内卖掉了数十万组，奠定了西德最大电子公司的基础，这个年轻人名叫马克斯·歌兰丁。

马克斯·歌兰丁巧妙的打破了常规，获得了成功。每个人都应该学会变

通，在变通中发展，在变通中走向成功。

有两个和尚决定从一座庙走到另一座庙。他们走了一段路之后，遇到了一条河，由于一阵暴雨，河上的桥被冲走了，但河水已退，他们知道可以涉水而过。

这时，一位漂亮的妇人正好走到河边。她说有急事必须过河，但她怕被河水冲走。

第一个和尚立刻背起妇人，涉水过河，把她安全送到对岸。第二个和尚接着也顺利渡河。

两个和尚默不作声地走了好几里路。

第二个和尚突然对第一个和尚说：“我们和尚是绝对不能近女色的，刚才你为何犯戒背那妇人过河呢？”

第一个和尚淡淡地回答：“我在好几里路之前就把她放下了，可是我看你到现在还背着她呢！”

变则通，通则久。遇到困难就要改变自己的思路和行为，只有改变，才能克服困难，走向成功。第二个和尚不懂得变通，执着于清规，自然也被清规所束缚。

寄语青少年

在现实工作中，青少年要懂得在困境面前主动地改变自己的思路和方法，用创新的方法去克服困难；如果只是固守旧有的思维模式和行为模式，不懂得随着外界环境的变化而灵活创新，最后的结局只能是工作毫无突破，甚至会被毫不留情地淘汰，成功对于他们来说，永远都是可望而不可即的。

自我训练

主动地改变自己的思路和方法，就是一种积极思维的方法。积极思维的确能使人转败为胜，将弱点转化为力量。为了转败为胜，积极的思维是应进行

如下思考：

1. 查看一下你所列的计划，看看在哪个环节中出了偏差，这样的偏差今后是否还有可能出现。

2. 对引起偏差的原因进行实事求是的分析，然后设计一个改变它的方案。

3. 充分发挥你的最强项，去应对或弥补弱项。

4. 想象一下如果你克服了缺点和不足，将会达到一个什么样的状况。

5. 相信自己是一个有能力的人，虽然这次没有做到，但别人能做到的我也一定能够做到。

6. 请教他人，并相信他们的帮助会助你走向成功。

如果你按照这个步骤去做一遍，我想你的思维就会有所改变，某些弱点和不足就会得以改正。

若正门没开，那就从侧门进来

在任何情况之下，天神都不会用镣铐来束缚他所创造的人的；他使他们的生活经常发生变化，从而得到启发。

——泰戈尔

18世纪末，英国人来到澳洲，随即宣布澳洲为英国的领地。这样辽阔的大陆，怎么开发呢？当时英国没有人愿意去荒凉的澳洲。英国政府想了一个办法：把罪犯统统发配到澳洲去。

私人船主承包了大规模运送犯人的工作。为了便于计算，政府以船上的人数为依据支付船主费用。当时运送犯人的船只多是由破旧的货船改装的，设施极其简陋，没有储备药品，更没有随船医生，条件十分恶劣。