

好性格

好性格成就一生



性格

好口才

好口才成功一生



口才

好习惯

好习惯影响一生



习惯

现代社会是一个交际频繁的社会，性格、口才、习惯在其中扮演着重要的角色，起着举足轻重的作用。社交中的得心应手、求职时的轻松过关、推销上的业绩倍增，以及职位的直线上升、谈判的无往不利等，无不依赖性格、口才、习惯的力量。

一个人是否具备好性格、好口才、好习惯，其人生会迥然不同，命运会有天壤之别。生活中，成功者大都仪表得体、举止高雅、谈吐不俗、人缘良好、人脉宽广；而失败者则不注重自己的形象，缺乏出众的口才，忽视人脉的价值，因而在人生的各个场合处处碰壁，挫折不断，最终走向失败。

本书充分展示了好性格、好口才、好习惯的巨大魅力和价值，深入浅出地阐述了塑造良好性格、练就卓越口才、养成良好习惯的方法和途径，帮助不同年龄、不同层次的读者迅速提升自我，完善自我。

龚建伟◎编著

好性格

好性格成就一生

性格

好口才

好口才成功一生

口才

好习惯

好习惯影响一生

习惯

常州大学图书馆
藏书章

中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

好性格 好口才 好习惯 / 龚建伟编著. — 北京: 中国华侨出版社, 2013.8 (2014.7重印)
ISBN 978-7-5113-3863-1

I. ①好… II. ①龚… III. ①性格—通俗读物②口才学—通俗读物③习惯性—培养—通俗读物
IV. ①B848.6-49②H019-49③B842.6-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第186944号

好性格 好口才 好习惯

编 著: 龚建伟

出 版 人: 方 鸣

责任编辑: 一 世

封面设计: 彼 岸

文字编辑: 左 婷

美术编辑: 玲 玲

经 销: 新华书店

开 本: 1020毫米×1200毫米 1/10 印张: 44 字数: 789千字

印 刷: 三河市万龙印装有限公司

版 次: 2013年11月第1版 2014年8月第2次印刷

书 号: ISBN 978-7-5113-3863-1

定 价: 59.00 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成达大厦三层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

发 行 部: (010) 88866079 传 真: (010) 88877396

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

前言

每个人都有梦想，每个人都渴望成功，每个人都希望与众不同，成就卓越人生。影响成功的因素不一而足，诸如性格、口才、习惯、知识、学历、出身、背景、资历、经验、形象……其中性格、口才、习惯三大因素在现代社会中的作用日益凸显其重要性。好性格、好口才、好习惯是立足社会的重要手段、处世生存的必备技能，更是走向成功的阶梯和捷径，获取财富的钥匙和门票。

什么是性格？性格是人们在社会交往中所表现出来的一种个性，是人的心理特征的外在表现。性格的形成是很复杂的，它既有先天的、遗传的因素，也有后天的、社会的因素。而性格的特点就是一旦形成即相对稳定，较难改变，所以人们常说“江山易改，本性难移”。

在这个世界上，几乎没有任何两个人的性格是完全相同的，而人的性格也蕴藏着巨大的能量。一般来说，性格支配行为，有什么样的性格便会有什么样的行为。好的性格可以让你在错综复杂的人际关系网中游刃有余，在坎坷的人生之路上战无不胜，可以助你走向成功的彼岸；而坏的性格则会不断在你的成长之路上设置障碍，使你迷失前进的方向，甚至会将你推入万丈深渊。

像世界闻名的大发明家爱迪生，他不仅成就了自己的事业和梦想，甚至还改变了整个人类的生活。他之所以能取得如此巨大的成就，原因之一就是它具有勤勉、沉稳、踏实、专注、认真而又极有责任感的性格。而在欧洲大陆纵横驰骋、使欧洲各国臣服的法国皇帝拿破仑，他的辉煌业绩也与他坚忍、顽强、永不言败的性格密不可分。

一个人身上所具有的好性格越多，与成功的距离就会越近。好的性格是一个人取得成就的内在动力，它的力量能够帮助我们穿越前进道路上的障碍，并能在潜移默化中改变我们的人生轨迹。这正如著名成功学大师卡耐基所说：“性格决定命运。”所以，我们需要培养自己具有良好的性格。

什么是口才？口才是在交谈、交友、沟通、演讲、辩论等口语交际活动中，表达者根据特定的交际目的和任务，切合特定的言语交际环境，准确、得体、生动地运用连贯、标准的有声语言，并辅之以适当的肢体语言表情达意以取得圆满交际效果的口头表达能力。

自古至今，口才充满着独特的魅力和无穷的力量，它作为人际交流必不可少的工具在人类历史长河中一直发挥着不可替代的作用。在古代，口才好的人能够平息两国之间的纷争，化干戈为玉帛，安邦兴国。到了现代社会，口才的价值又有了更新、更丰富的内容。说话能力的高低直接影响到一个人的人际关系和前途。社交的得心应手、求职的轻松过关、推销的业绩倍增、职位的直线上升、谈判的无往而不利等都有赖于口才的力量。西方哲人有过这样的总结：“世间有一种能力可以使人很快完成伟业，并获得世人的认识，那就是讲话令人喜悦的能力。”

三百六十行，行行要口才。一个人是否会说话，是否拥有一副好口才，与其工作成果与境遇密切相关。在现代信息社会里，那些羞于开口、性格内向的人估计很难获得预期的努力结果。有些人在工作上表现得十分出色，然而不善表达，致使满腹才华却得不到晋升的机会。拥有良好的

口才是获得生存机会、提高生活品质最有效、最直接的通道。

什么是习惯？习惯是由一个人行为的累积而形成的某些固定行为，是人们生活中习以为常的行为举止。

美国著名成功学大师拿破仑·希尔说：“习惯决定成败。”习惯在我们不知不觉的重复过程中，会逐渐变成我们本能的一部分。而习惯具有一种能左右人命运的神奇力量。几乎所有的成功人士身上都有这样一个共性，那就是具有良好的习惯。正是这些好习惯，帮助他们开发出更多与生俱来的潜能，使他们成就梦想，踏上辉煌的发展之路。也有无数失败者用惨痛的事例证明：正是那些不良的习惯使他们离成功越来越远。所以，许多人之所以没有成功，没有养成一个好习惯便是原因之一。

如果你想要主宰自己的命运，那么，请先主宰你的习惯——做自己习惯的主人。

性格、口才、习惯是相辅相成的，在人成功的路途中，它们缺一不可。本书从性格、口才、习惯入手，将丰富动人的小故事与发人深省的哲理相结合，用睿智、生动的语言，由表及里、由浅入深地向读者诠释了塑造良好性格、练就卓越口才、养成优秀习惯的基本途径、各种方法和秘诀，以及好性格、好口才、好习惯在面试、推销、谈判、交际、择友、恋爱、婚姻、生活、管理等人生各个方面的实际运用，帮助读者全面提升自我，完善自我，从而在工作中顺利实现升迁，在事业中取得成功，在爱情、婚姻中找到属于自己的幸福，自信、快乐每一天！

好性格、好口才、好习惯是一个人成功必备的基本素质。如果你将本书讲述的方法付诸实践，充分运用自身的力量应对人生的一切险阻，开发出自己的潜能，改变生存的现状，创造崭新的生活，你就会真正成为自己命运的主人，并迎来成功，成就梦想。

目 录

上 篇 好性格

第一章 解开性格密码

第一节 解开性格密码	4
性格是人最本质的象征	4
性格的源起及发展	5
性格的成熟	6
性格的表现形式	7
性格的两种基本分类：内向型和外向型	7
4种典型性格分类	10
MSCP性格分类	11
红、蓝、黄、绿4色性格分类	13
9点图性格分类	20
荣格性格分类	22
第二节 血型与性格	25
血型的发现	26
A型血人性格的全面解析	26
B型血人性格的全面解析	28
AB型血人性格的全面解析	29
O型血人性格的全面解析	31
第三节 认识自己的性格	33
认识性格才能完善性格	33
菲尔测试及性格分析	34
MSCP测试及性格分析	36

荣格性格测试及分析	39
第四节 性格决定人生	45
怎样的性格决定怎样的命运	45
性格与职业	47
性格与婚姻	48
性格与健康	49
性格与人际关系	50
命运掌握在自己手里	51

第二章 锻造良好性格，用性格的力量改变人生

第一节 别让不良性格毁了你	54
狭隘性格：阻碍身心的发展	54
刚愎性格：众叛亲离终败北	55
自负性格：膨胀出来的败局	56
多疑性格：聪明反被聪明误	58
孤僻性格：一把关闭心灵的锈锁	59
贪婪性格：永远填不满的欲望之沟	60
自私性格：只一己之利终不成大事	61
懦弱性格：畏缩在阴暗的角落	63
第二节 必须克服的9种缺陷性格	64
自卑让人永远也站不起来	64
懒惰是成功路上的挡路虎	66
悲观是人生最黑暗的深渊	67
依赖只能把你变为别人的附属	68
走出自闭的牢笼，寻求真正的自由	69
暴躁的性格是发生不幸的导火索	70
冲动是魔鬼	71
抑郁是灵魂在疼痛	72
偏执的结果只会是此路不通	74
第三节 成功必备的15种优良性格	75
自信是开启人生成功之门的金钥匙	76
乐观的性格让你笑对人生风云	78
宽容的性格是滋补心灵的鸡汤	79
谦逊的空杯才能盛更多的水	81

诚信为成功打造金字招牌	82
坚忍的人才能站得比别人更高	83
勇敢为你的成功之路铺上康庄大道	84
理智是导向成功的指南针	86
果断是解决问题的关键	87
自制是你的人生走向成功的保险单	89
热忱是点燃你生命力的火焰	91
独立的性格撑起人生的天空	92
进取让你从一个阶梯上升到更高的阶梯	93
谨慎是人生避风的港湾	95
稳重是一种成熟的象征	96

第四节 培养和锻造成功的好性格 97

自我充实，不断进取——培养学习型性格	97
三思而后，灵感自来——培养善思型性格	98
改变命运，不靠他人——培养独立型性格	99
心胸坦荡，豪爽率真——培养豪爽型性格	100
风摧不垮，雨打不折——培养坚忍型性格	101
刚强气质，强者风范——培养刚毅型性格	102
把握时机，雷厉风行——培养行动型性格	103
心平气和，宠辱不惊——培养沉静型性格	104

中 篇 好口才

第一章 会说话，得天下

第一节 口才智取，纵横天下 108

一言而兴邦	108
不战而屈人之兵	110
巧言善辩，化险为夷	111
善言者方能平步青云	113
婉言说利害、明大义	115
口吐方圆，解围开难	116

第二节 好口才是事业成功的奠基石 118

社交场合，善言者胜	118
求职面试，三分人才，七分口才	120
推销业绩倍增全凭一张嘴	120

好口才把你送上没有天花板的职场舞台	124
无硝烟的商业战场，口才是必备武器	125
会说话，好办事	126

第二章 练就卓越口才的基本途径

第一节 说话，原则很重要	130
--------------------	-----

说话要有针对性	130
说话要有准确性	132
说话要有感染力	133
说话要有修养	134
说话要看场合	136
说话要饱含智慧	137
说话要有互通性	138
说话要有分寸感	140

第二节 没有凭空产生的动力，口才也需要充电	141
-----------------------------	-----

学会选用素材	141
扩展知识面	143
学会利用语言的结晶	144
耳朵是嘴巴的师傅	145

第三节 一听到你的声音，就想让你说下去	146
---------------------------	-----

控制一下说话的音量	147
加强音色的训练	148
培养恰如其分的节奏	149
字正腔圆的吐字发音	150
调整恰当的语调	151
怎样做到语言流畅	153
注意说话的语速	156

第四节 非一般的“语言”，非一般的效果	157
---------------------------	-----

运用手势	157
摆正体姿	160
善用微笑	161
利用眼神	162
得体穿着	163

第三章 必须知道的说话技巧

第一节 幽默的人总是处处受欢迎	167
以其人之道，还治其人之身	167
借题发挥	167
活学活用	168
拿自己开开玩笑	169
反唇相讥	170
声东击西的幽默法	171
反常规的类比幽默	172
拒绝伪幽默	174
反向求因	175
比他更荒谬	176
婉言曲说成幽默	178
第二节 给他最想要的赞美	179
男人与女人，不同的赞美	180
给他最想要的赞美	182
真诚是赞美的必要元素	183
出其不意的赞美让人喜出望外	184
背后一赞	185
推测性赞美妙上加妙	186
第三节 学会说“不”	187
不爱就要说出来	187
先承后转避直接	189
对领导要这样拒绝	189
搬起他的石头砸他的脚	191
装装糊涂	192
找一个人代替	193
“恕我能力有限”	194
采取缓兵之计	195
抬出后台老板	195
第四节 说好难说的话	196
给他保留尊严	196
掌握批评的时机	197

因人而言	198
批评之言夸奖占一半	199
只有办错的事，没有失败的人	201
响鼓不用重槌敲	202
不要不看场合	203
给对方铺退路	204
诙谐式批评	205
先拿自己开刀	206

第五节 说服他人的技巧	207
说服从“心”出发	208
让对方多说“是”	209
软硬兼施	210
保持缄默的说服力	211
开门见山话明了	213
引经据典以一当十	214
旁敲侧击	215
有高度自然有风度	216
以谬制谬，以错纠错	218
退一步，进两步	218

第四章 实战操练

第一节 这一次推销的是你自己	221
逗笑考官算你赢	221
讨价还价不难启齿	222
我行我秀我上班	224
这壶不开提那壶	225
自我介绍有说法	226
谨慎回答离开“老东家”的原因	227
不要掉进考官的陷阱	228
两头为难站中间	230
稳住情绪破僵局	231
底气十足赢三分	232
不打没有准备的仗	233

第二节 在办公室丛林中轻松游走	234
闲言闲语不要传	234

跟上司不讲偏激话	235
没有人喜欢抱怨者，正如没有人喜欢自大狂	236
对同事有意见时要这样说	236
黑色玩笑害了她	238
注意你的“下属”身份	238
不再做“幕后英雄”	239
说错话时怎么办	240
遭遇批评	242
枪打出头鸟	242
第三节 万条商河口来开	243
好的开始是成功的一半	243
调整好谈判的“温度”	244
一波三折的软硬术	245
投石问路摸底细	247
鸡蛋里就是要挑出点骨头来	247
报价：实力较量的漩涡	248
最后一招杀手锏	249
摸清类型，对症下药	250
倾听不只是为了礼貌	252
“等”出个结果来	254
谈不拢，就走人	255
谋求至善境界：皆大欢喜	256
第四节 舌灿莲花，留住一世的情缘	258
决定成败的两秒钟	258
女孩要哄	260
女人的魔鬼疑问句	261
情真意切是爱情的灵魂	262
封杀刀子嘴	263
名人示爱，八仙过海	264
电话恋爱——距离产生美	266
爱也有阴晴圆缺	267

下 篇 好习惯

第一章 习惯决定成败

第一节 习惯就在我们身边272

习惯的力量无比巨大272

习惯的含义272

第二节 成也习惯，败也习惯273

习惯能成就一个人，也能够摧毁一个人273

卓越是一种习惯，平庸也是一种习惯274

成功的习惯重在培养275

第二章 注重培养好习惯，开拓成功人生

第一节 高效能人士的20个习惯277

在行动前设定目标277

培养重点思维280

发现问题关键282

要事第一286

运用“二八法则”288

向竞争对手学习290

善于借助他人力量292

换位思考293

树立团队精神297

责任重于一切300

重在执行302

把握关键细节305

有效沟通306

掌握工作与生活的平衡310

高效地搜集并消化信息314

善于集思广益、博采众长316

善于授权318

有效决策321

遇到困难找方法323

追求卓越，超越自我326

第二节 杰出员工的18个习惯	328
对重要文件和档案作备份	328
主动与领导沟通	331
比别人多做一点	334
勇于承认错误	337
与他人分享荣誉和工作成就	340
不告诉别人公司的秘密	343
不打越级报告	346
守时	348
不占公司的小便宜	350
建立良好的人际关系	352
专注你的工作	354
保持办公桌的整洁有序	358
不抱怨额外的工作	361
工作场合注意自身形象	363
不找借口	366
工作不拖延	369
主动承担责任	372
在工作中不断创新	375
第三节 赢得好人缘的12个习惯	377
诚信待人	377
完善自己的人际关系	379
与人为善	381
善于发现别人的优点	383
养成赞美的习惯	384
给别人说话的机会	386
善于发挥语言的作用	388
原谅他人的过错	389
在任何时候都留有余地	391
多用“我们”这个词	394
不谈论隐私	395
对别人的意见要尊重	397
第四节 成就一生的16个习惯	398
相信你自己	399
不浪费每一分钱	401

珍惜每一分钟403

养成独立自主的习惯405

控制自己的情绪408

正确对待压力410

不满足于现状411

不轻言放弃413

耐得住寂寞415

笑对失败416

每天学一点东西418

珍惜你所拥有的420

不要忽视细节421

不陷入忧虑的沼泽地422

不要太自负425

每天自省5分钟426

上 篇

好性格



