

二十几岁的人涉世不深，不太了解自己的能力和潜力，然后发挥其优势，所以很少有人能在这个年纪成就大事。许多有梦想的人终其一生徘徊奋斗甚至跌得头破血流，最终也没有找到走向成功的圭臬。有能力才有实力，有素质才有气质，在人生路上仅靠梦想和理论是行不通的，还需要掌握一些必要的技能和本领。具备必要的关键能力，可以使自己在人生路上走得更加顺畅和坚实。

二十几岁

要有的

66种关键能力

66 Key Abilities You
Should Have During 20s

最新
提速版



■能力造就平台

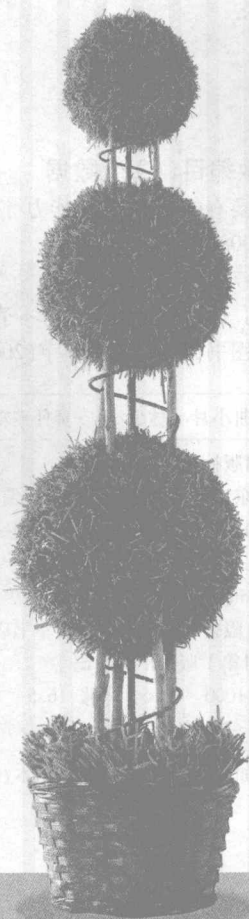
■素质成就未来

许鹏◎编著

二十几岁

66 Key Abilities You
Should Have During 20s

要有的



66^种关键能力

■能力造就平台

■素质成就未来

许鹏◎编著

内 容 提 要

二十几岁的人涉世不深,很少有人能全面了解自己的能力,然后发挥其优势,所以很少有人在这个年纪成就大事。许多人终其一生徘徊奋斗甚至跌得头破血流,最终也没有找到走向成功的圭臬。其实,在这条路上仅靠理论是行不通的,还需要掌握一些必要的技能和本领。具备必要的能力,可以在自己未来人生之路上走得更加顺畅和坚实。本书告诉二十几岁的年轻人要注重培养和激发的66种关键能力,在青春人生当中活出自己、活出意义,处理好二十几岁时人生应该重点面对的问题。

图书在版编目(CIP)数据

二十几岁要有的66种关键能力/许鹏编著. —北京:中国纺织出版社,2008.7

ISBN 978-7-5064-5198-7

I. 二… II. 许… III. 人生哲学—青年读物 IV. B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第087389号

策划编辑:曲小月 林少波 责任编辑:闫 星 责任印制:周 强

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

邮购电话:010—64168110 传真:010—64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

尚艺印装有限公司印刷 各地新华书店经销

2008年7月第1版第1次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:16.5

字数:170千字 定价:28.80元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社市场营销部调换

序 言

PREFACE



二十几岁,是人生长河里的一段黄金时期,青春无限,活力四射。

二十几岁年轻人走出了校门,抱着某天要成功的梦想进入竞争激烈、风云变幻的社会。如果没有正确的人生目标,没有应对自如的能力,没有社会经验的积累,就不能适应人生诸多角色的变化,那么,年轻人仅凭着张扬“我行我素”的个性,往往会导致自己陷入人生的死胡同,甚至不能适应社会。

二十几岁的人生有很多选择和机遇,关键在于你的心态和意识。人生是每一个人必须经历的漫长过程,如果没有尝过酸甜苦辣,那么,他不可能得到真正的成长。本书告诉二十几岁的年轻人要注重培养和激发的 66 种关键能力,在青春人生当中活出自己、活出意义,处理好二十几岁时人生应该重点面对的问题。

首先,人有着无穷的潜力,但有些年轻人往往不知道怎样挖掘自己的潜力和培养自己的能力。

什么是能力,它是一个人的才能和办事的本领,也是做某件事所能达到的程度。换句话说,能力就是一个人的生存能力。其实,开发能力的本质就是要把你天生的智慧能量循循诱导出来,并掌握新的能力。只要不断训练,潜力就会破冰而出,涌现出来,就可以干出一番事业。在二十几岁的人生黄金时期,趁早开发自己的潜藏能力,也就开启了未来人生的竞争力。

当你步入社会时,有很多能力等着你去学习,去培养。比如你会倾听别人的倾诉吗?你能解放你所有的束缚,发挥你丰富的想象力吗?你有定力专注于工作吗?你能模仿成功人士的成功经验吗?你会利用幽默润滑人际关系吗?这些都是你要学习和培养的能力。

其次,要达成事业成功,成为一个出类拔萃的领导者,年轻人必须先做

一个合格的、称职的普通员工。

刚刚走上工作岗位的年轻人要先练好基本功，然后进一步在各个方面完善自己，让自己在技能和为人处世方面专业起来。别人能做到的你能做到，别人做不到的你也能做到，那么你就是优秀的。每一个士兵都想成为将军，所以他必须学习某些技能超过其他人，当他具备了成为将军的条件时，他也就成为指挥千军万马的将军。

最后，年轻人要把握自己的人生方向，告别毛毛躁躁的日子。

有些年轻人会有很多疑问，为什么比别人加倍努力，成功还是遥不可及？为什么别人总是好运当头，而我却衰运不断？为什么幸运总敲隔壁门，而不来你家报到？在这样的情况下，年轻人要有良好的处世心态。

一个人在二十几岁的时候，已经逐步完成由青涩少年到成熟人生的过渡，把握梦想，主宰自己的前程，是目前“活着”最重要的事。虽然二十几岁年轻人有很多事情没有成功，但已经付出了很多努力，只是要注意操纵的方法。如果学会了操纵的方法，就能驾驭它为成功服务。努力要有方向，能力是必须开发的；拥有的能力越多，成功的机会就越大。

很多哲学家、成功人士都说过：“一个人成功之前最佳的准备就是必须有一个清晰的方向，这个方向就是一个定位。”

二十几岁的人生舞台已经不再是彩排，而是真正的现场表演，容不得一点失误。如果你面对现实总是矛盾和犹豫不决，那么，就只会吞噬你年轻的灵魂和未来。要慎重做出正确的选择，方能成就自己。

二十几岁年轻人，要时常提醒自己：要认真、要坚持、要专注、要学习，为自己的美好未来而不断地加油！

许 鹏

2008年5月

目录

CONTENTS



第一辑 开发内在潜能

每个人都有无穷的潜能，许多人究其一生在激发自己的能力，期望能为自己带来成功。其实，开发能力的本质就是要把你天生的智慧能量循循诱导出来，并掌握新的能力。只要不断训练，潜力就会破冰而出，涌现出来，就可以干出一番伟业。在二十几岁的人生黄金期，趁早开发自身的潜藏能力，也就开启了未来人生的竞争力。

- ☐ 成长力：跟得上时代的脚步 / 3
- ☐ 钝感力：钝感比过分敏感要强得多 / 8
- ☐ 专注力：成功背后的无名英雄 / 12
- ☐ 直觉力：直觉的心灵是一种神圣的天赋 / 16
- ☐ 倾听力：懂得听，且听得懂 / 20
- ☐ 观察力：不仅像雷达般定位，更像卫星天线不停接收 / 23
- ☐ 忍耐力：用智慧与修养来面对 / 27
- ☐ 想象力：解放你所有的束缚 / 30
- ☐ 理解力：促进良好沟通的最大利器 / 35
- ☐ 感知力：将感官的触角无限伸长 / 38
- ☐ 鉴赏力：对美的要求已成为现代人的必修学分 / 43
- ☐ 比较力：学会对事物的比较、分析及研究的能力 / 47
- ☐ 思考力：思想有多远，你就能走多远 / 50

☐ **注意力**: 有定力地全神贯注投入工作 / 53

☐ **记忆力**: 尽量避免和克服遗忘 / 57

☐ **挑战力**: 因为挑战过,人生无悔 / 63

☐ **思维力**: 建立多维立体的思考 / 66

☐ **模仿力**: 最好的学习是复制 / 70

☐ **阅读力**: 读好书是一种乐趣,一种情操 / 73

☐ **意志力**: 完成不可能完成的任务 / 76

☐ **自愈力**: 永葆健康的金钥匙 / 79

☐ **自信力**: 告诉世界你能行 / 83

第二辑 达成事业成功

如果你不想做一名普通的员工,而想成为一位出类拔萃的领导者,那么你不仅要练好基本功,还需要进一步、从各个方面完善自己,让自己在技能和为人处世方面专业起来。别人能做到的你能做到,别人做不到的你也能做到,那么你就是个优秀的领导者。

☐ **执行力**: 坐而言不如起而行 / 89

☐ **说服力**: 谈判无时无刻不在发生 / 93

☐ **协调力**: 以体谅包容的思维面对冲突、化解冲突并超越障碍 / 96

☐ **领导力**: 为自己的人生成功导航 / 99

☐ **文案力**: 会写得一手好文章 / 102

☐ **习惯力**: 好习惯可以使你受用一生 / 106

☐ **自驱力**: 自己让自己跑起来 / 109

- 决策力：不只是拍脑袋那么简单 / 112
- 竞争力：不懂得强化竞争力注定要被淘汰出局 / 115
- 合作力：推动别人一起进步 / 118
- 拒绝力：学会巧妙地说不 / 122
- 演讲力：让舌头点燃激情与魔力 / 126
- 服务力：服务是一种生活方式 / 130
- 营销力：把产品卖出去 / 133
- 调研力：没有调研就没有发言权 / 136
- 推销力：把自己和公司很好地展示出去 / 140
- 企划力：成功离不开策划 / 144
- 赏识力：以欣赏的眼光对待你身边的人 / 146
- 资源整合力：强大的关系网络助你走向成功 / 150
- 做事条理力：分清轻重缓急 / 154
- 时间管理力：学会分配好每一分每一秒 / 158
- 信息搜索力：用好网络引擎工具 / 162

第三辑 左右人生方向

为什么比别人加倍努力，成功还是遥不可及？为什么别人总是好运当头，而你却衰运不断？为什么幸运总敲隔壁门，而不来你家报到？潜在的能力犹如一部万能的机器，只要二十几岁时学会操纵的方法，便能驾驭它为成功服务。努力要有方向，能力必须开发；拥有越多能力，成功机会越大。

- 创造力：自己的价值完全掌握在自己手中 / 169

- **应变力**: 以不变应万变 / 174
- **冒险力**: 向危险学习是未来领袖的必经训练 / 177
- **语言力**: 跨语言与跨文化的能力是国际沟通的基本配备 / 181
- **判断力**: 成败就在你的一念之间 / 185
- **适应力**: 先求生存,再求发展 / 188
- **沟通力**: 不是学问,也不是知识,而是一种习惯 / 192
- **理财力**: 你不理财,财不理你 / 196
- **学习力**: 自我成长的最好方法 / 199
- **反省力**: 检讨改进再出发才能成功 / 204
- **修正力**: 不断调整方法 / 207
- **应酬力**: 能喝会跳有时很管用 / 210
- **情绪力**: 有好心情才有好事情 / 213
- **抗压力**: 面对逆境能不断自我启发而成长 / 219
- **自控力**: 修身立志大事者必备的能力 / 224
- **幽默力**: 人际关系的润滑剂 / 228
- **形象力**: 你的形象价值百万 / 232
- **成熟力**: 告别毛毛躁躁的日子 / 235
- **亲密力**: 培养吸引人的个性 / 238
- **创业力**: 逐渐培养自己的创业意识 / 241
- **借力的能力**: 寻找生命中的贵人助己成功 / 245
- **爱与被爱力**: 相信缘分,勇敢追求 / 249

参考文献 / 253

第一辑

开发内在潜能

每个人都有无穷的潜能,许多人究其一生在激发自己的能力,期望能为自己带来成功。其实,开发能力的本质就是要把你天生的智慧能量循循诱导出来,并掌握新的能力。只要不断训练,潜力就会破冰而出,涌现出来,就可以干出一番伟业。在二十几岁的人生黄金期,趁早开发自身的潜藏能力,也就开启了未来人生的竞争力。



能力造就平台 素质成就未来

66 Key Abilities You Should Have During 20s



成长力：跟得上时代的脚步

成长力就是为了适应社会和个人发展的需要而完善自我、接受新事物的能力。成长力的高低意味着你的成熟程度和阅历深浅，成长力使你跟得上时代的脚步。

当

我们走出校门、进入社会的时候，由于身处环境的变换、个人角色的移位以及生存发展的需要，我们要尽快适应新的环境，同时要在新的环境中学会成长，随观其变，活跃思维，完善自我的能力，否则，我们将会成为思想僵化的落后者，最终会被不断前进的时代所抛弃。

进入社会，也就开始了我们的人生旅程，必须思考怎样面对不同的出路和结局，自己的路怎么走。虽然我们说自己可以做主，但也要首先认识到我们如何在新的环境中学会成长。张扬个性、彰显自我风格、追求与众不同……都是我们作为二十几岁年轻人的个性标榜，然而工作岗位不是上演个人秀的舞台。

对于工作，我们首先要从企业文化、业务流程、公司制度、仪态仪表、接人待物、为人处世等方面进行了解，企业需要的是什么样的人员，什么职位应该具备什么样的素质，如何能够更好地发挥自己的潜力。

俗话说：“良好的开端是成功的一半。”开始的时候，你可能不习惯一些

制度、做法,这时你千万不要用你的习惯去改变环境,而是要学会入乡随俗,适应新的环境。自命不凡、好高骛远,只能毁掉你的前程。要学习企业中那些卓越人才具备的优秀素质。

小鹏上中专时,学的是陶艺设计专业,但这专业并非他的志愿。他孩时有一个梦想,就是成为一名作家。毕业后,20岁的小鹏以优秀的成绩考入热电厂,由于专业不对口,小鹏必须学习新的专业。当时他被分配到检修车间干杂活,身处艰苦受累的工作环境,虽然离他的梦想有点遥远,但他没有怨言,而是服从公司安排,跟随师傅干检修大小活,开始修阀门、安水管,再到锅炉、汽机等主力设备维修,并利用业余时间学习写作和计算机。由于他的勤奋努力,检修技术日益精进,得到师傅们的称赞。

偶然一次,公司办公楼里的几台计算机出了故障,但没人敢动,即使找了稍懂计算机知识的人也无法找到故障原因。正在大家愁眉不展之时,刚好小鹏正找主任签字,他听说这件事后,自告奋勇说他能处理电脑故障,他的话让在场的所有人大吃一惊。这个刚毕业不久的小鹏,学的不是计算机专业,怎么会修计算机呢?

主任没有再说什么,只是让小鹏弄弄看。过了一会儿,小鹏找到了计算机故障的原因,经他一弄,计算机很快恢复了正常。

这时候,大家才对小鹏刮目相看,自愧不如。后来,凡是哪个办公室的计算机出了故障,都指名要找小鹏处理。

三年后,由于他出色的表现,尤其是计算机数据安全方面能力优秀,小鹏被调入生产技术部从事计算机数据维护工作,并专门拥有一台计算机和

一台打印机。

由于具备了良好的条件,小鹏开始利用计算机进一步学习了 Flash、Photoshop 和网页设计,为公司做了精致的电子杂志,并把它们上传到了网络上。闲暇之余,他就写写小稿,经常在公司办的报纸上发表。

又过了两年,小鹏通过考试拿到了国家计算机安全工程师证书和本科文凭,公司专门成立了信息中心,并命他担任该中心主任。同时,也有一些计算机公司邀请他去担任技术指导。

小鹏通过自己的努力,使自己从懵懂的毕业生成长为具有技术才干的专业人才。或许,有人会质疑小鹏从检修工到计算机技术骨干人的转变,是否合乎逻辑。

众所周知,检修是一种很累很苦的工作,随时都要冒着未知的危险进行维修,再者,这种工作需要精湛的检修工艺,特别是锅炉、汽机维修方面更需要对口专业的人才,且对专业人才本身有着非常高的要求,不能单靠经验进行工作,必须靠不断更新技术知识,完善检修工艺,才能胜任主力设备的维修工作。要在检修车间成长为技术骨干,是需要漫长的时间积累丰富经验的。

站在小鹏的角度来说,他对计算机和文学两方面有着浓厚的兴趣,并在这两方面发展得比较成功。在特殊环境中,学会正确地成长,知道自己合适什么样的岗位,又如何适应岗位的特性,又要学哪些东西完善自己的能力,最后要成长为什么样的人。

小芳是一个热情善良的女孩子,大学毕业后在一家私企从事秘书工作,当时她 23 岁。刚刚进入新的工作环境,习惯于四年繁忙而简单的大学学习

生活的她,开始的时候不适应办公室的规则,比如人与人之间、部室与部室之间等多方面关系使得她有些不适应。另外,还要学习在大学没有学的东西,这使得她焦头烂额。

后来,小芳向她的好友诉苦,好友听后告诉她一个解决问题的办法。好友的建议使小芳茅塞顿开。随后,小芳虚心向老同事学习业务知识,在中文专业的基础上增强公案写作能力和即时公文写作能力,并学习使用计算机办公软件。同时,小芳学会如何处理人际关系的能力,她把上司当客户对待,为他们做好服务。

过了半年,她的努力终于换来了回报,由于她的卓越表现,公司提拔她为总经理助理。这时,小芳报考了MBA(工商管理硕士),站在起跑线上开始新的启程。如果换了一般人的话,有可能因为不适应办公室环境坐冷板凳而辞职。小芳说,在新的工作环境中要学会成长,要把自己培养成一个沉着、稳重、大气和拥有智慧的人。

很多人新到一个公司,崭新的生活方式、陌生的社会环境和复杂的人际关系,都让他们感到无所适从,没有耐心去思考一些细节上的问题。因此,难以适应,四处碰壁。

在做人方面,首先要揭掉自我的标签,低调做人。刚刚迈上工作岗位的毕业生,要少说多看,尽快熟悉人际关系,融入环境。锐气藏于胸,和气浮于脸,才气见于事,义气施于人。对上司先尊重后磨合,对同事多理解慎支持,对朋友善交际勤联络。人际关系是社会构成的一部分,亲和力太小,摩擦力太大。一不小心,天时、地利、人和都会离你而去。

在学校里学习的都是系统理论,但到了工作岗位,必须培养、练习自己

的动手能力,而且实际应用是多角度、全方位的。没有人告诉你哪个该学习、怎么学习,知识积累全靠自己探索,从而导致做了事却没有实现目标,甚至偏离了目标,或者不知从哪里入手、学些什么。

不过,有些企业会对新员工进行短期培训,要多学多看,多虚心请教,才能积累工作经验。也许你觉得公司的人都是有丰富经验的人,由于你缺乏实践经验很难得到发展,只能打下手,心理不平衡。这样,就会越搞越糟,使自己陷入尴尬境地,甚至似懂非懂,让人笑话。

其实,以谦逊的态度去向别人请教,这并不是什么难事,放下架子,向富有经验的别人请教,你会发现别人身上值得你学习的地方有很多,你自己身上也有别人值得学习的优点。虚心求教,进步很快,又能建立良好的人际关系,让自己很快融入到集体中去,既受益匪浅,又让人喜欢。

对二十几岁的年轻人来说,除了具备工作能力之外,还要有实干精神,懂得人际沟通,促使自己成长。不但要完成分内的工作,还要做自己不愿意做的事情。能否做好那些自己不愿意做的事情是一个人的成熟标志,也是一个人能否取得人生成功的主要因素。



钝感力：钝感比过分敏感要强得多

“钝感力”是日本作家渡边淳一提出的一个概念，直译为“迟钝的力量”。虽然“钝感力”有时候给人以迟钝的负面印象，但“钝感力”却是我们赢得美好生活的一种手段和智慧。

在

我们周围有很多过分敏感的人，他们的灵魂太容易受伤和流血。跟这样的人打交道，一不小心会惹得他们怒发冲冠或涕泪交流，比如你对某位过于敏感的女士随意恭维一句：“你的长发比以前乌亮了，柔美极了！”那么，她可能不仅不感谢你的赞美，反而双眉紧蹙，嘴角滑出一丝冷笑。原来她心里想的是：你说我长发柔美，言外之意是说我面相丑陋、体态臃肿！

过分敏感的人的生活比较极端，他们总是满腹狐疑地打量周围的一切，生怕自己被人捉弄了还蒙在鼓里；过分敏感的人往往把爱情搅成一个漩涡，一会儿生死相许，一会儿左顾右盼，所以，他们往往有一个美丽的开头，一段风波迭起的过程，然后是一个悲哀的结局；过分敏感的人所追求的完美和精致，是一种悬空的理想状态，它与粗糙混乱、充满缺陷的现实有点格格不入，往往成为生活中的“多余人”。因此，过分敏感是一种脆弱，必须用理性来矫正和平衡。