

21世纪大学生素质教育丛书

秦建华 姚纪欢 主编

自我经营方略

薛淑珍 解夏 编著

山西人民出版社

《21世纪大学生素质教育丛书》编辑委员会

顾 问：张满谦 杨宗礼
主 任 委 员：冯福臣 王卓民
副主任委员：杨方岗 姚纪欢 秦建华 赵文奎
委 员：刘宽亮 李永康 李宝平 张春有
关文龙 陈晋胜 吉荣俊 王怀春
吉高峰 张 明 刘学生 聂合贤
景康温 何青山 高建民 胡卫平
名 誉 主 编：景克宁 王树山
主 编：秦建华 姚纪欢
统 稿：冯福臣 杨方岗
选题策划：秦建华 刘幼生

序 言：

博通疏达知为力

● 景克宁

人有知学，则有力矣。

——汉·王充《论衡》

在宇宙太空围绕太阳系运转的那颗以蔚蓝色为主调的星球上，凌驾万物之上，有思想、善言辩、能创造，被莎士比亚称为“万物的灵长，宇宙的精华”，被恩格斯称为“地球思维的花朵”的是人。

统治世界、支配世界的是人。

推进历史发展、丰富历史文明的是人。

创造社会、危害社会、变革社会的是人。

改造自然、征服自然、美化自然的还是人。

人，是人类社会生产力中最活跃的因素。

因此，一个国家、民族、社会发展的兴衰及其命运和前途，根本上取决于这个国家民众的综合素质：文化素质、政治素质、道德素质。未来属于青年，无疑，国家民族的前途和命运，在根本上便取决于青年的文化、政治、道德综合素质的优劣。

人类 300 多万年的发展史，是人类 300 多万年的文化史，是文化不断丰富多元化的历史。人类文化发展的程度，标志着人与自然分和、人与社会盛衰同一的程度。人本身即是文明社会发展的智慧之果，在本质上是世界伟大的文化符号。

20 世纪以非凡的百年纪事载入了人类历史的博物馆,人类已经跨入 21 世纪辉煌之门,迈向新千年的创造历程。

新世纪全新的世界舞台已拉开帷幕,这是以高科技为主体的信息社会的高文化舞台,科学和智能是它的旗帜,人才和竞争是它的宣言,优胜劣汰是它的法则。

中国科学家钱学森敲起警钟:新世纪的世纪之战,是人才之战。

世界未来学家发出预言:在新世纪竞争中,胜利的桂冠不属于军力最强、财富最多、地广人众的国家,而属于教育制度最完善的国家。

人类文化学家庄严宣告:在新世纪,制约世界的最高权威是知识。

新世纪的地平线上已经升起了一轮新的太阳,磅礴着生命的能源,放射着耀眼的光辉,创造着社会文明,它的名字就叫“知本家”。这个历史性全新的群体概念,以其巨大的创造力,登上了人类新世纪的舞台。

知识,是社会发展的生产力,可以创造财富,构成了知识资本;知识,是社会建设的原动力,构成了创业杠杆;知识,不再是社会的一般资源,而是文明历史演化的内核;知识,不再是人们谋生求职的手段,而是人类生存的根本基础。因此,“知本家”的兴起,奏响了新世纪的序曲,并将成为新时代的主旋律。

“知本家”是以知识为资本的社会群体,折射出时代先锋的风采,标志着中国知识分子从社会的舞台边缘走向舞台中心,成为中国知识经济、信息社会、高文化时代的发言人。

21 世纪将是中国接受知识经济风暴洗礼的世纪,这是时代前瞻性的预示。中国将面目一新地参与新世纪的世界竞争。

中国在新世纪有着空前广阔的前景,中国即将进入国际经济一体化的 WTO 行列,这是机遇与风险同在、挑战与跃进并存的一场无硝烟的战争。由于中国 20 年改革开放所创造的持续高增长、低通胀、软着陆的世界经济奇迹,我们可以听到这样一种预言:21 世纪是亚洲世纪,亦即中国世纪。历经百年风雨沧桑的中国,当然不会被这种溢美或叵测的曲调所陶醉。作为发展中的国家,尚处于社会主义初级阶段的中国,我们清醒地认识到与发达国家的差距。但同时,中国也的确面临着振兴中华的伟大

的历史任务。

中华复兴的课题，早已放在中国高层领导人的议事日程里，这使人联想到恩格斯对欧洲文艺复兴运动的著名评论：“这是人类从来没有经历过的最伟大的、进步的改革运动，是一个需要巨人而且产生了巨人——在思维能力、热情和品格方面，在多才多艺和学识渊博方面的巨人时代。”中国正处在空前大变革中，肩负着振兴中华的历史巨任，的确进入了需要巨人的时代。

何谓巨人？巨人的特征、精神何在？巨人应该具有怎样非凡的素质呢？

中外古今彪炳史册或显赫当代的巨人们：思想家、科学家、政治家、军事家、文学艺术家以及在平凡中创造伟绩的巨人们，无不是在各自领域里做出卓越贡献、造福人群的精英。这些大写的人，在个性上、品格上、气质上、作风上，各自是独特的。但从巨人群体观察，却可以发现一些共同的精神和素质，形成了逸群而趋同的特征：在生活中，都有一个锲而不舍的、扎根很深的支点；在工作上，都有一种敢为天下先的开疆拓域的创业气魄；在修养上，都有想像丰富、思维开阔、知识广深的特点。

坚守支点是生活之根，无根之木是不能长成参天大树的。古希腊科学巨人阿基米德说：“给我一个杠杆，我可以转动地球。”无支点的生活，如轻风、浮云，似流星、浮萍，是没有根基的。

敢为人先是创业之力，“不入虎穴，焉得虎子”，无私无畏是首创者的品格。李时珍敢于亲尝百草，才编写出《本草纲目》；诺贝尔敢于亲试炸药，才制成震撼世界的无烟火药。不敢为天下先，亦步亦趋，因循守旧，是庸懦的状态，是不具备创业潜能的。

思维僵化，知识贫乏，是智慧的黑夜，如同无枝无叶的枯木，是不会开花结果的。所以，支点是巨人创业的基础，奋进是巨人创业的动力，知识是巨人创业的保证。

新世纪的中国，进入了需要巨人而且正在产生巨人的时代。中国青年应该有做巨人的抱负，敢于攀登巨人之巅——思想理论高峰、科学技术高峰、文学艺术高峰。这三座巨人之巅，都是知识的高峰，直接关系到中

国的命运。正如马克思曾经指出的：“只有当人们被组织起来，并且被知识所指导，人数的众多才可能在剧烈的竞争中起决定胜负的关键作用。”如果中国青年被一个共同的理想组织起来，并且为现代化的知识所武装，那么，几亿中国青年，在世界竞争中将是无与匹敌的。

这样，提高中国青年的综合素质以及延深教育改革，全面推进素质教育的迫切任务，便成为现实中国的重大课题。《21 世纪大学生素质教育丛书》（以下简称《丛书》）的编写，便是适应新世纪中国这一历史性要求的敏捷的反映。

教育是巨大的系统工程。应试教育体制，延续着中国近一个半世纪科举制度的衣钵，一直起着主导作用，适应的是计划经济封闭性社会的育人需求。21 世纪是世界大开放的舞台，当中国一只脚刚踏入新世纪的门槛，知识经济的高文化时代已经扑面而来，我们正面临着一场信息革命。这场革命已经打碎田园式的生活梦想，改变着人们的生活方式、思维方式和生活方式。它明白地警示：世界科技竞争、人才竞争，都归结为教育竞争；现代社会的一切危机：人口危机、环境危机、生态危机、战争危机、南北差距危机，特别是社会文明道德的沦落危机，无不与教育密切相关。当今，我们可以引进先进的科学技术和管理方法，但却不可能引进先进的青年素质。青年综合素质不提高，在 21 世纪空前的世界竞争中，中国将会成为黑格尔曾经指称的那样，沦为“人类历史的弃儿”！

在中国，素质教育是一个全新的理念。

在中国，科教兴国的战略决策，在根本上取决于青年的素质教育。

全面推进素质教育，对中国而言，是旧世纪旧教育的终结，是新世纪新教育的开篇。

在 21 世纪世界竞争中，中国能否占据战略制高点，将取决于素质教育的成败。

那么，何谓素质教育，其基本内涵何指呢？

我认为素质教育的结构，是由四大支柱架撑的，即：认知、做人、生存、创新。

认知的范畴：是由知识、见识、胆识三个递进上升的层面组成的。

知识:是人在长期实践中对主客观世界认识总结的系统符号。从本体上分:有实践知识、理论知识、鉴别知识;从体系上分:有自然科学知识、社会科学知识。知识,是素质教育的基础。

见识:是对人事视野开阔的洞察力、判断力、决策力。这是在相应知识基础上开发出的一种认知穿透力的表现,构成人世界观、人生观、价值观的内核。

胆识:是莫基于知识,扩大于见识,具有前瞻性、跨越性、突破性的认知视野,为创新的必须条件,是认知爆发性的跃进形式。

知识是认知的基础,见识是认知的辐射,胆识是认知的飞跃,构成了认知的内在系列。

以上三者,是构成人素质的主要硬件。

做人的范畴:是人的界定、做什么人、怎样做人三个递进上升的层面组成的。

人的界定:是对人本质的认知,是做人的认识基础。

做什么人:是对为人价值的考量,进而对做人理想的肯定。

怎样做人:是对人的认知以及价值肯定的实践形式和完善过程,是做人品质外化的自我塑造的行为验证。

以上三者,是构成人素质的主要软件。

生存的范畴:是由人的定位、竞争、发展三个递进上升的层面组成的。

定位:人在生活中,首要在于准确的定位,这是人赖以生存的基础。

竞争:物竞天择,生存竞争,是人生活在自然与社会中的必然过程。

发展:发展是人生存立德、立业、立言的生活追求,是人的理想现实化的自觉行为。

以上三者,是构成人素质的主要动力。

创新的范畴:是由解放思想、标新立异、高效攀登三个递进上升的层面组成的。

解放思想:任何创新都必须突破旧的观念、旧的思维方式。解放思想是创新的前提。

标新立异:敢为人先,方能超群逸伦。标新立异是创新的起点。

高效攀登:创新不能一蹴而就,是一个求实验正、持续发现的攀缘过程。

以上三者,是构成人素质的能动核心。

认知、做人、生存的最高成果是创新,它是 21 世纪时代的特征,是支撑民族的脊梁,是活跃国家的灵魂。

认知、做人、生存、创新是素质教育的系统工程,肩负着培养 21 世纪中国“四有”新人的历史任务。《丛书》不是全面论述素质教育的全部内涵,它所做的只是素质教育中的基础工作,旨在帮助青年大学生以有限的时间尽力提高人文涵养与科学素质,且着重于素质教育中的知识领域。

人类 300 多万年的历史,即 300 多万年人类文化不断多元丰富的历史。人与自然的和谐与悖离,人与社会的发展与滞后,也反映着人类文化发展的程度。人类的伟大,就表现在不停息地去参与历史的创造活动。丰富历史文明、大作用于社会的磅礴进程,是被文化知识武装的人。没有相应的文化知识装备,将永远只是社会舞台边缘的爬行者,不可能走向世界、社会、历史、人生舞台的中心。

人类文化前辈,已经用他们的智慧,创建了座座文化丰碑,幢幢学术大厦,可供我们观赏和借鉴。如果我们不善于从前人的文化基地上学习,不继承前人的学术知识,我们就必须重新认识自身和世界,幸好人类有薪火传承文化的能力,才有可能打破人猎取知识的时空局限。知识的生命是个延续体,知识爆炸的说法并不准确,人类的文化链环环相扣,认知泉长流不息:前天的牛顿发现了万有引力,提出了著名的牛顿三定律;而昨天的爱因斯坦,却以他那闪耀在科学高空的相对论学说,突破了牛顿的局限,把力学推进到接近光速的高速运动领域;今天,科学新锐不是在牛顿和爱因斯坦科学巨人的双肩上又向新的高度飞跃了吗?人类文化史证明,在已知的大道上延伸着未知的远景,在知识的海洋中永远存在着未被发现的新大陆,等待新的“哥伦布”去发现。如果无知或少知,诚如德国哲学家黑格尔的警句:“我们将面对全然陌生的世界。”

现代科学的高速发展,呈现出综合性、整体化的趋势。20 世纪已经出现自然科学涌向社会科学的文化潮流,如果我们把视野投向整个现代

化科学,即会审视到这样的全景:各门科学互相交叉渗透,物理学闯入化学的大门,数学跻身于工程学,医学与环境学合作,语言学竟与数学携手,文学艺术已与信息、系统、控制三论联姻。这种科学的大交汇与大渗透,涌现出雨后春笋般的新兴学科、边缘学科或交叉学科。今天人们要把握事物的本质,获得真知,就必须从世界总体的联系和发展中去认知。这样,就迫使人们在研究科学知识的广阔领域里,重新寻找新的“阿基米德点”。因此,如何使自己知识结构随着人类知识体系的不断更新而更新,填补学校教育遗留的空缺,是大学青年面临的紧迫课题。

大学青年建立和完善自身的知识结构,一般是通过学校教育奠定基础,然后通过社会实践逐步实现的。学校教育的文理分科和专业归属的现状,对人的知识结构以及社会实践都造成不良影响,相当数量的大学青年就此养成了独守一隅的知识局限,一旦跨越所学专业,便几乎茫然无知。而且,就专业知识而言,因其应试教育的恶果,往往也是高分低能儿,这与新世纪高文化时代所需要的高智商、一专多能的复合型人才,是相距甚远的。

文化科学知识,是人和自然、社会顺利交往的通行证。本丛书就是为了充实大学青年的知识储备,提供一位现代文化科学知识的导游,借以提高大学青年的综合素质。

《丛书》编撰的指导原则是科教兴国战略。科教兴国战略的实现,取决于教育“三个面向”方针的全面落实。教育面向现代化、世界、未来,归根结底是人的科学知识化。科学知识已汇成世纪潮流,是世界现代化的基石和标志,改变着人们的生存意识和思维定势,面临着恩格斯曾经指出的那种“脱毛”蜕变的状态。这种使“传统人”蜕变为“现代人”的“脱毛”之完成,端赖于相应的教育思想、教育方式、教育机制以及教育者本身“脱毛”的亲身实践。

本丛书的策划,立足于世界高度,站在时代前沿,审视人类文化发展的轨迹,在其前瞻意识的擘划下,以大视野、大思路、大气魄的理念和精神,编撰了《丛书》系列,为中国大学生素质教育开启了智慧之门。

综览全书,编撰者在选题以及编写过程中,面对包罗万象的知识海

洋,特别运用了系统论、信息论、控制论科学方法,把握各类知识的典型性、启发性、实用性、针对性、超前性五大因素,以新的观念、新的思路、新的视角,在各学科前人成就的基础上,追踪学术前沿,取经觅宝,筛选、加工、升华、创造,怀抱着真切的人文关怀,提炼出一套既符合当代青年大学生特点的思维方式,又响彻着时代精神的鲜活读物。

《丛书》即是上述广采博纳、精心加工酿制的专博相济、主精互补的文化科学知识的精品体系,在整体建构上是具有三性原则二大特征同步合成的创造,有值得诠释的新意。

三性原则:认知上的前瞻,内容上的丰赡,思想上的睿智,是《丛书》系列在编撰上高、广、密三性原则的体现:

高:指编撰者立足于学术领域科学文化、思想学说的世界高度,审视学术演化的历史轨迹,追踪前沿建树,高屋建瓴地统摄各类学系的信息源,如蝶之采花,蜂之酿蜜,采撷精髓,精心加工,创制精品。所以,在认识上是前瞻的。

广:指编撰内容覆盖的广度。《丛书》由十部编著组成,涵盖了人文科学与自然科学主要学科。既有学系大类的宏观概括,也有科目学术的微观扫描,全方位地网络了自然与社会知识巨系统的精要,形成了博鉴通观百科的巨构。所以,在内容上是丰赡的。

密:指《丛书》10部论著知识分布的密度。每部专论15万字,人文学科系列有《人文科学概览》、《中西文化要义》、《知识经济展望》、《自我经营方略》、《公关礼仪述论》以及《实用法学例释》,自然科学系列有《自然科学管窥》、《高新科技远瞻》,文学艺术系列有《中外文学博观》、《中外艺术精鉴》等。全套《丛书》从理论到实践,几乎渗入了各个学系。整体而言,已具有小百科知识的规模;分别观之,无不涵盖了这一学系前人与今人的学术成果,呈现出这一学科广角全景式的概貌。《丛书》10部,围绕大学青年素质教育的中轴辐射开去,内延外化抽引出认识规律,有破有立,破立辩证,点拨明晰。所以,在思想上是睿智的。

二大特征:知识信息的丰富性,思想认知的实践性,构成了《丛书》编撰的两大特点:

知识信息的丰富性：《丛书》依据新世纪对具有时代复合型人才的需求，在编写上掌握一专多能、专博相济、主精互补培养通才的原则，渗入人类社会主要知识领域，全方位、多元化、广角镜式的提炼出《丛书》论著系列10部，达到150万字规模，知识信息的丰富性，蔚为壮观。

思想认知的实践性：《丛书》编写遵循素质教育的特点和要求，特别注意每部论著基本概念与能力系统的二重结构。培养大学青年的思辨能力和实践能力，是素质教育的中心要求。因此，《丛书》在编写上改变了以往静态的和直接的阐释方法，代之以动态式和论析式的阐述方法，完全排斥了传统的从概念到概念的“六经注我”和“我注六经”的经院哲学的理论演绎，而强化学术理论的客观认知性，借以发散读者思维，培养青年思维的批判性、创造性，有利于青年思辨能力的提高。

《丛书》编撰的三性原则与结构上的两大特征，构成了《丛书》系列的完整内涵，呈现出知识密集性、理论前沿性、学术探索性、生存实践性的文化风格。

同时，《丛书》各部文本写作导向，力求达到使读者在有限的时空里洞察百科知识的精粹，无不体现提纲挈领、纲举目张的要旨。诚如法国大作家巴尔扎克所说：“艺术作品就是用最小的面积惊人地集中了最大量的思想。”亦如高尔基所言：“作家的天才，表现在用最少的字句包容最多的思想。”《丛书》编撰力求以数言而统万象，摄取事物的神理，达到尺幅之间视通万里、思接千载的境界。但《丛书》所涉学科门类，其认知领域无不博大精深，泱泱大观，如何在每部论著15万字的框架内得其实奥，获得真知是需要功力的。对此，《丛书》编撰文本的精要，细加辨析，对阅读参照不无裨益。

唐代文论宗师韩愈说：“记事者必提其要，纂言者必勾其玄。万山磅礴，必有主峰；龙袞九章，但挈一领。”是为记事提要、论说要旨的经典之论。以此度量《丛书》系列论著，我认为一般地都体现了三度、三论、三新、三要的文论精义，可分而视之：

三度：指高度、广度、深度。这是对大学青年素质教育认知课题宏观与微观的辩证统一，是文论涵盖广泛的精要。

三论:指理论思维、理论分析、理论概括。这是对素质教育工程系统本质规律的把握,是文论认识水平的精要。

三新:是指新的角度、新的思路、新的方法。表现在选题取材上不落窠臼,是命题构思的精要。

三要:指信息量要丰富,文字要练达,结构要立体。务去陈词,禁忌泛论;力求系统化、网络化,是文论表达的精要。

因此,《丛书》命题撰文,颇得韩愈文论之妙:或用精取宏,知微观著;或黄钟大吕,振聋发聩;或语少意密,文约旨远;或片言居要,如光投影;或微言大义,如镜鉴形;或雄鸡一鸣,天下大白。分阅精耕细作,合观大成系统;文含荆山之玉,笔闪灵蛇珠光,收到了露珠见阳光,集流成大海的功效。总之,《丛书》编撰者殚尽竭虑,夙兴夜寐,高奏素质教育的主旋律,推动了教育转轨革故鼎新的时代巨轮。

为了全面深入地评估《丛书》的社会价值,有必要重温一下马克思在一个世纪以前关于信息时代特征的预见,以及他关于传统教育必须为新的教育思想所取代的真知灼见,对我们会有大启迪的。

马克思在论述一切社会财富是人所创造的观点时,特别强调指出:“社会财富岂不是人的创造天赋的绝对发挥吗?……自然界没有制造出任何机器……它们是人类的手创造出来的人类头脑的器官;是物化的知识力量。……总之,是社会个人的发展。”(《马克思恩格斯全集》第46卷上册第486页)

这“人的创造天赋”和“社会个人的发展”,是社会财富的主体,即信息社会繁荣发达的源泉。那么,如何开发这个社会财富的源泉呢?马克思把它归结为新的教育方式。他明确指出:“基本途径是通过与现代生产密切联系的科学文化教育,对作为劳动者的社会个人进行完整而非片面的,富有启发性而非刻板机械的系统教育,把他们培养成技能尽可能多方面的积极主体。因为,真正的财富就是个人发达的生产力。”(《马克思恩格斯全集》第23卷第529—535页)

以上就是马克思对社会繁荣以及与创造教育相联结的远见卓识。而

且强调的紧密联结现代化生产的全面多功能的系统教育,不正是我们今天所倡导的全面培养现代化人才的素质教育吗?由此可见,素质教育的指导思想是对马克思主义的继承与发展。《丛书》的编撰正是在马克思这一思想光照下进行的。理解这一渊源,才把握住了《丛书》的科学体系。

爱迪生说:“知识,近乎道德,无疑能使一个人真正从本质上超越另一个人。”而知识具有民主的品格,是世界伟大的平等派,任何人不分贵贱,无论出身,只要勤奋学习,都可能掌握知识,而一旦拥有知识,就会成为自身的财富,升华为一种强大的生命力,是任何统治者、盗匪都剥夺不去的。但知识是不能遗传的,每一代人都必须从零开始学习,人类先知群体创造的知识浩瀚无际,任何人穷其一生也难以进入人类科学文化的全部疆域。《丛书》的优越性就在于根据专博相济、主精互补的提炼,游猎于人类科学文化的长廊,摄取精髓,形成学科系统,相互助益达到通才之学的高标。

《丛书》的撰写者都是高校教学科研的骨干和学术带头人,活跃在学术研究前沿的青年博士或学者,这一批新锐,不仅都学有专长,对时代具有敏锐的历史感受,且都兼有真切的人文关怀。因而,他们都是倾其学力,献身于《丛书》的编撰工作。这样,《丛书》也就成为这一批学术新锐科技高度的标志。

语多警世的法国启蒙运动思想家伏尔泰说:“书统治世界,或至少统治那些有文字的国家。”世界上哪里有没有文字的国家呢!所以,书的确是时代真正的大学。《丛书》的每一部书,都提供了一个认知领域,一个学术王国,一个文化苑囿;每一部书,都锻铸了一把开启知识大厦的钥匙。当我们走进书中,如同步入座座文化智慧的建筑物,这里有科学的迷宫,也有巨人的肩膀;有文化的高峰,也有攀登的阶梯;有令人目眩的艺文画廊,也有可供欣赏的平台。总之,一卷在手,可以深入每一认知领地,窥其堂奥,一览前人创造的成果,今人全新的发现,得其要略,获得启迪,汲取智慧、思想、精神、心灵的巨人之力,借以认识自己、认识人、认识自然、社会、世界。这些系统知识,一旦内化为人的素质,便具有排山倒海的力量,大作用于社会的磅礴进程。

大学青年是中国未来科技进步和知识创新的主力军,是社会先进生

产力的重要开拓者、传播者。我认为《丛书》对青年大学生而言,如同希腊文化的守护神雅典娜,给青年以智慧的头脑、文化的甲冑、知识的利矛,把青年大学生武装起来,投身到新世纪“跑步者的世界”,参与竞争,建功立业。

值得一提的是,《丛书》初稿在一定范围内传阅征询意见,获得的反馈是:翻阅多遍,赏心悦目;仔细鉴别,受益匪浅;合卷深思,由衷赞叹。《丛书》可谓是智慧的多元体,信息的集光点;工作的参照系,无声的智囊团;行动的多面镜,精神的催化剂;远巡的了望口,生活的导航员。如是,《丛书》将对中国素质教育的推进做出弥足珍贵的大贡献。

是为序。

2001 年元旦于河东

目 录

序言:博通疏达知为力	景克宁(1)
第一章 自我经营的全新理念	(1)
第一节 科学的自我经营观念	(1)
一、经营的由来与发展	
二、科学的自我经营观念	
第二节 自我经营的意义和目的	(6)
一、充分肯定自我价值,找回失去的自我	
二、赢得公众的支持与理解	
第二章 自我经营的基本过程	(11)
第一节 人贵有自治之明——认识自我	(11)
一、兴趣所指	
二、能力所长	
三、气质所属	
四、个性特征	
第二节 打铁先要本身硬——充实自我	(37)
一、获取知识	
二、夯实德基	
三、让自己的心理健康	
四、使自己的身体健康	
第三节 货好也得勤吆喝——推销自我	(48)

一、为什么要推销自我

二、怎样推销自我

第三章 自我经营与环境氛围 (56)

第一节 文化传统和拷贝世界 (56)

一、文化传统及其对自我经营的影响

二、拷贝世界及其对自我经营的影响

第二节 团体中的人际关系 (60)

一、人际关系及人际交往

二、影响人际关系的诸种因素

第三节 个体的社会化和舆论 (65)

一、社会化及个体社会化的历程

二、舆论作用

第四章 自我经营与开发潜能 (70)

第一节 人的潜能是巨大的 (70)

一、认识人类自身的潜能

二、杰出人物善于开发并利用自己的潜能

第二节 人的潜能类型 (73)

一、潜能的种类

二、潜能的个别差异

三、人类潜能的表现

第三节 潜能开发 (78)

一、影响潜能开发利用的诸因素

二、开发潜能,把人生经营得更有意义

第五章 自我经营与调整心态 (85)

第一节 强大的心理力量 (85)

一、由我国古代的“三部经典”“诸子百家”看心理力量	
二、强大的心理力量	
第二节 心理状态决定生活质量	(90)
一、由“寻找幸福”的故事而带给人们的思考	
二、幸福是一种愉快的自我感觉	
第三节 心态的调整	(93)
一、现代人的不良心态及其成因	
二、调整心态,改变自己	
第六章 自我经营与健全个性	(100)
第一节 温和而善良的个性	(100)
一、乐观、豁达	
二、善良、仁慈	
第二节 自律又自制的个性	(104)
一、自我克制	
二、恪尽职守	
第三节 坚定的自信心	(109)
一、自信及其表现	
二、树立自信	
第七章 自我经营与直面挫折	(115)
第一节 害怕挫折不是必要的谨慎	(115)
一、害怕失败的心态注定失败	
二、谨慎与自信	
三、失败是成功之母	
第二节 树立正确的挫折观	(119)
一、挫折存在的普遍性	