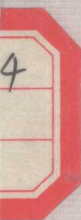
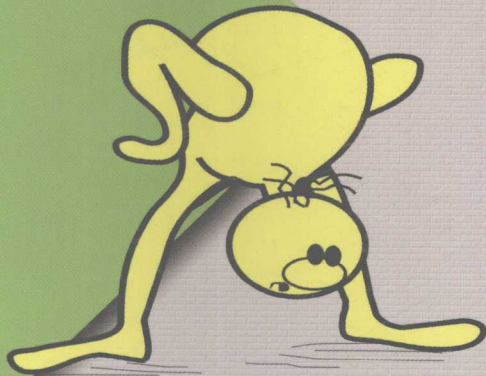


徐克明 等编著

成功人的起步



中国林业出版社

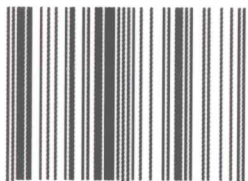


成 功 人 必 书

成功人的——起步 ○ 成功人的——素质
成功人的——攻略 ○ 成功人的——团队
成功人的——危险

责任编辑\韩廷栋
封面设计\赵 方

ISBN 7-5038-3566-4



9 787503 835667 >

ISBN 7-5038-3566-4 定价：14.00 元

成功人丛书

01.2003, 林通出业林园中 : 京北一. 善论等明克徐\起强的人世如

成功人的起步

4.8488.IV. 学照心世如 III. ... 徐 II. ... 如 I.

号 8881第 (2003) 字对图残 CIP 前计图本通园中

徐克明 等编著

出

11-3

行

版

1: 太

1: 太

1: 本

1: 游

1: 残

1: 残

1: 份

中国林业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

成功人的起步/徐克明等编著. —北京: 中国林业出版社, 2003. 10
(成功人丛书)

ISBN 7-5038-3566-4

I. 成… II. 徐… III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 091893 号

出版: 中国林业出版社 (100009 北京西城区刘海胡同 7 号)

E-mail: cfphz@public.bta.net.cn 电话: 66184477

发行: 新华书店北京发行所

印刷: 北京忠信诚胶印厂

版次: 2003 年 10 月第 1 版

印次: 2003 年 10 月第 1 次

开本: 850mm × 1168mm 1/32

印张: 9

字数: 233.8 千字

引数: 1 ~ 4000

定价: 14.00 元

会委编 前言 入心版》

成功的人生是每一个人的梦想，可是现实总有不如意地方，并不是每一个人都能取得成功。成功的人不只是需要不断地努力，更需要比常人付出更多的艰辛。为了使您在奋斗的旅途上少一份失误，多一份理智；少走几步弯路，早日踏上成功的旅途，我们特汇集了一些成功人士的事迹编写了此书。

本书采取理论与实践相结合的方法，从目标、时间、口才、社交、机遇、自信、独特的思维、自立等多方面介绍了成功人士取得成功的方法和经验。

本书也运用了大量的实例，避免了空洞的说教。他山之石，可以攻玉，本书不仅教给了你为人处世的规则和技巧，并教你怎样把握住人生的每一个机遇，从中使读者能认识到自己的局限性，对症下药，逐步来提升自己，使自己早日走向成功。

本书编委会

2003. 4

《成功人的起步》编委会

主编 徐克明

编委

王永春

王振岳

牛战胜

刘春兰

朱光玺

吴瑞

周保才

袁金甫

崔平

梁松

会委编件本

4.5005



目 录

(10)		果敢决志意能超群	
(19)		群回几育能主人	
(21)		立宝内个育能科目	廿三策
(21)		向多	
(12)		点多	
(22)		处多	
前言		于普伐群从立由科目的大返	廿四策
第一章 目标是成功人的向导			(1)
第一节 树立自己人生的目标			(1)
树立一个明确具体的目标			(1)
明确事业的目的和意义			(1)
确认你的目标			(1)
个人使命宣言			(3)
让梦想成真			(3)
一个切实可行的目标			(3)
有志者事竟成			(4)
立志从社会需要出发			(6)
立志以理义为原则			(6)
立志以工作为基础			(6)
第二节 远大的目标必须有坚定的意志			(7)
不可骄傲			(7)
不可贪欲			(8)
不可轻易满足			(8)
不可惧怕困难			(8)
志不强者智不达			(12)
自古英雄多磨难			(13)
顽强的意志可以征服世界上任何一座巅峰			(16)
坚定和忍耐是成功人不可缺的意志			(17)





坚强的意志决定结果	(19)
人生能有几回搏	(19)
第三节 目标应有个正确的定位	(21)
定向	(21)
定点	(21)
定位	(22)
第四节 远大的目标也应从细处着手	(23)
(1) 一屋不扫何以扫天下	(23)
(1) 从细节做起	(25)
(1) 肯吃苦	(26)
(1) 能耐烦	(27)
(1) 善相处	(27)
(1) 学勤快	(28)
(1) 莫顶撞	(29)
(1) 少开口	(29)
(1) 做事有条理、有秩序	(29)
(1) 克服拖延的恶习	(31)
(1) 学会使自己舒情畅怀	(34)
(1) 学会聪明地工作	(35)
(1) 学会去关心别人	(35)
第五节 目标需要不断地努力	(36)
(1) 强烈的成功愿望是成功的动力	(36)
(1) 坚持不懈地付出努力	(37)
(1) 处事要有勇气	(37)
(1) 经常去做创造性的工作	(37)
第六节 怎样实施你的目标	(38)
(1) 近期目标和远期目标兼备	(38)
(1) 慎重制定目标	(38)





(28) 与他人分享你的目标	(39)
(30) 保持一致性	(39)
(35) 憧憬成功	(40)
(35) 寻找志同道合者	(41)
第二章 自信是成功人的精神支柱	(42)
第一节 决定信心的因素	(42)
(37) 信心来自哪里	(42)
(37) 信心可产生良性循环	(43)
(38) 环境影响信心	(44)
(38) 知识影响信心	(44)
(38) 掌握的技能技巧影响信心	(45)
(38) 综合能力素质影响信心	(45)
第二节 树立信心的方法	(46)
(38) 心理暗示法	(47)
(38) 寻找力量法	(47)
(38) 自我分析法	(48)
(38) 时刻表现出自豪感	(49)
(38) 要专心地做好一件事	(49)
(38) 明确做事的顺序	(51)
(38) 自信首先得抛开自卑情绪	(52)
(38) 把精力投入到自己的强项上	(54)
(38) 不要动摇自己的自信	(56)
第三节 善于抓住机遇	(58)
(38) 把握第一个机遇	(58)
(38) 机遇无处不在	(60)
(38) 敢于面对现实	(62)
(38) 在实践中调整行动	(62)
(38) 遇到挫折要有抵抗力	(63)





(08) 热情是办事成功的基础	(65)
(08) 勇于冒险, 不怕失败	(70)
第三章 时间是成功人的宝贵财产	(73)
第一节 为自己找出更多的时间	(73)
(5A) 每天为自己找到更多时间	(73)
(5A) 利用日志或记事本来规划时间	(74)
(5A) 多利用空闲时间	(77)
(8A) 收集无人在意的空当时间	(77)
(4A) 把被动的时间变成主动的时间	(78)
(4A) 沉默的小纸片有时也会给你惊喜	(80)
(2A) 节约饭桌上的时间	(81)
(2A) 管理好时间的突破口	(82)
第二节 合理安排好时间	(84)
(7A) 规划时间并制定计划	(84)
(7A) 平衡分配时间的重要性	(87)
(8A) 安排办事的优先顺序和制定计划	(88)
(0A) 建立办事的优先顺序	(89)
(0A) 决定好要做的事	(90)
(12) 学习诀窍而不是出死力气	(91)
(52) 不要让别人影响你	(91)
(42) 学会说“不”	(92)
第三节 利用时间的技巧	(92)
(82) 时间计划要详尽而且实际	(92)
(82) 计划好后要确定起始期限	(93)
(00) 负责任地制定计划	(94)
(50) 为创造平衡的人生而计划时间	(94)
(50) 事事领先	(94)
(80) 讲究效率与效果	(95)





有效地进行管理时间计划	(95)
第四章 自立是成功人的基础	(96)
第一节 自立首先必须摆脱依赖	(96)
打开自己独立生活的局面	(96)
只有自立,方可高人一筹	(99)
必须根除依赖心理	(102)
消除依赖心理的方式	(105)
第二节 大胆走出情感的误区	(106)
拒绝情感的依赖	(106)
师生情深	(108)
少年玩伴儿	(109)
青年人的困惑	(109)
中年的情感找到了归程	(110)
没能实现情感的苦闷	(110)
戒除过分的依赖之心	(111)
第三节 真正的自己	(111)
自己的事自己做主	(111)
自己作主,选择未来	(113)
自我情绪控制	(114)
铲除心中的焦虑	(115)
摆脱悲伤的困扰	(116)
第四节 培养自己的责任心	(117)
成为一个有责任心的人	(117)
对自己负责	(119)
对家人负责	(121)
向社会负责	(121)
不可急功近利	(123)
学会多感激别人	(127)





(70)	多替别人考虑	(129)
第五章 思考是成功人永远的活力		(130)
(80)	第一节 思考与成功的关系	(130)
(80)	思维的定义	(130)
(90)	思维的品质	(131)
(50)	知识经济社会对思维的要求	(138)
(20)	独特的思维方式使伟人不同于凡人	(140)
(80)	第二节 思维的种类	(146)
(80)	创造性思维	(146)
(80)	创造性思维的特征	(146)
(90)	定势思维与非势思维	(150)
(90)	正向思维与逆向思维	(158)
(01)	发散思维及其特点	(163)
(01)	收敛思维	(166)
(11)	发散思维和收敛思维的相互联系	(167)
(11)	组合式思维	(171)
(11)	突破式思维	(172)
(81)	模拟式思维	(173)
(41)	变形式思维	(173)
(21)	综合式思维	(174)
(60)	第三节 思考给成功注入了新的活力	(175)
(71)	积极思考是一种力量	(175)
(71)	思考力是人生的支撑点	(176)
(91)	正确认识自己	(177)
(15)	专注是成功的第一要素	(178)
(15)	想别人所不敢想	(179)
(85)	思考决定行为	(180)
(75)	思考合作的力量	(182)





人的思维与成功有着密切的关系	(183)
构建合理的知识结构	(186)
第四节 思考需要不断地创新	(189)
归纳法和演绎法	(190)
思考使头脑越用越灵	(193)
养成思考创新的习惯	(197)
建立自己的“思维空间站”	(199)
学会“重点思维”	(207)
把旧思想做新的整合	(210)
成为具有创造性的人	(212)
不要给自己谎言和借口	(216)
勤于思考是成功的一半	(221)
多提出问题来思考	(224)
第六章 社交是成功人的润滑剂	(228)
第一节 口才良好是良好人际关系的帮手	(228)
凭口才打开人生通道	(228)
撕掉身上的标签	(229)
怎样面对别人不友好的发问	(232)
对付要适可而止	(236)
要有绅士风度	(236)
以附和来赢得别人的好感	(237)
不要制造对立	(238)
要巧妙掩饰对方的失言	(239)
第二节 怎样培养出好的口才	(240)
“强硬的自己”打败“懦弱的自己”	(240)
找高手较量	(242)
第三节 识破对方从细节着手	(245)
因势而变	(245)





察看不经意的身体语言	(249)
听话知性情	(251)
眼睛是心灵的窗户	(253)
看手势知人心	(255)
脚的语言	(257)
第四节 社交场合多多注意细节	(259)
礼仪细节的重要性	(259)
突破习惯性语言障碍	(262)
第五节 形成良好的人际关系网	(266)
为人际关系建立优先顺序	(266)
知己知彼	(268)
亲朋好友举荐	(269)
毛遂自荐	(269)
投其所好	(270)
展示最好	(270)
克服羞怯	(270)
攻关	(272)
把听众当作朋友来想	(273)
脑子里浮现成功的情景	(273)





第一章 目标是成功人的向导

第一节 树立自己人生的目标

树立一个明确具体的目标

各方面的工作都要有一个具体的数值目标，然后不断地每天每日去实行，向众人宣传和灌输，让大家都彻底明白理解，让大家都把它当作一个不实现决不罢休的目标。这样一来，一班人对经营的参与意识和努力去达到目标的干劲就会大大地提高，你的事业就会朝气蓬勃。

明确事业的目的和意义

不论事业的规模大小，首先应该搞清楚，明确自己为什么要为这个事业努力？这一事业的目的是什么？这一事业又具有什么意义？如果事业的目的仅仅是为了自己的利益，那么就不会有人为他效力了，因此事业绝不能只是为了个人私利，而应该考虑到整个社会和人类的利益。

确认你的目标

在你的一生中，你要做出最大的决定是你究竟想干什么和拥有什么。设定一个短期打算和长期计划相结合的双重目标，然后在你





的日常生活行为中将这些目标付诸实施。

几乎每一个人都知道，在他们那个行业里取得了巨大成功的一些人。你可以经常听到这些人说：“他们得到了他们一直渴望得到的东西”。如果这是指某个人在他所做的事情上获得了成功，听起来很容易被人认为只是运气好而已，或者被认为这个成功对某个人来说碰巧是件易如反掌的事。如果某个人取得了个人的成功，人们总习惯于对他的成就酸溜溜地说：“哦，他总是不费力气就得到了他想要的东西”。

在你忙于看着别人成功的时候，这些人有的成了某单位的负责人，有的成了幸福妻子和母亲，你却没有任何具体的行动去达到成功人士已经达到的目标。

奉献时间去实现心中理想的生活。你整天忙忙碌碌没有时间，于是你安慰自己说：你的命里注定运气就不好，所以对那些梦想还抱着希望的准是个笨蛋，它们压根儿就不可能实现。当你对自己说这种气馁的话时，你在空耗时间，而不是利用时间去实现心中理想的生活。也许真正的原因是你根本就不知道你自己需要的是什么样的生活。

大多数事业成功、学有所成的人，都能准确无误地说出他们是怎样和为什么能达到成功的。对他们的成功来说，运气只能扮演一个很小的角色。成功的人士早在成功之前就清楚地知道他们想要什么，并制定目标去努力完成。归根结底，他们为理想留出足够的时间，在有计划有步骤地朝着自己的目标迈进。

这样做，现在你只是刚迈出了第一步；认识到时间的价值和平衡生活的重要性。下一步你需要认真地思考一下什么才是你真心所希望的生活。

实现心中的理想，这确实是可能做到的。即使你的理想仅仅只是多拥有一点属于自己的时间这样简单的要求。让你能更好地去把

