

影响力

哈佛大学最受欢迎的管理课

赵飞◎编著

好企业必有好领导，好领导必备影响力

INFLUENCE

人交往游刃有余，因为影响力
做起事来得心应手，因为影响力
翻开此书，让“影响力”为你结出最丰硕的成功果实！

 中国言实出版社

影响 力

INFLUENCE

《权力的游戏》：影响力时代
《哈利·波特》：影响力时代

《权力的游戏》：影响力时代

《权力的游戏》

影响力

哈佛大学最受欢迎的管理课

赵飞◎编著



中国言实出版社

图书在版编目(CIP)数据

影响力：哈佛大学最受欢迎的管理课 / 赵飞编著.

— 北京：中国言实出版社，2014.4

ISBN 978-7-5171-0506-0

I. ①影… II. ①赵… III. ①企业管理 IV.

① F270

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第063400号

责任编辑：王 宁

出版发行 中国言实出版社

地 址：北京市朝阳区北苑路180号加利大厦5号楼105室

邮 编：100101

编辑部：北京市西城区百万庄大街甲16号五层

邮 编：100037

电 话：64924853（总编室）64924716（发行部）

网 址：www.zgyscbs.cn

E-mail: zgyscbs@263.net

经 销 新华书店

印 刷 北京紫瑞利印刷有限公司

版 次 2014年8月第1版 2014年8月第1次印刷

规 格 710毫米×1000毫米 1/16 17印张

字 数 301千字

定 价 36.00元 ISBN 978-7-5171-0506-0



现实的工作和生活中，我们会和不同的人交往，有些人我们交往起来游刃有余，有些人我们交往起来却力不从心。这是为什么呢？因为影响力不同。两个人交往，往往是这两个人影响力之间的较量，在这两个人中，往往影响力比较大的一方占优势，成为其中的强者，占领博弈的制高点。那么，一个人的影响力究竟有多重要呢？

第一，影响力的强弱，会直接决定自己所带领的团队的成功。在这个发展日新月异的时代，对团队合作能力的要求也越来越高。一个有着高度竞争力、战斗力的团队，必须要有一个拥有强大影响力的领头人做先锋，只有这样，“团队精神”才能形成并且发挥它应有的作用。

第二，影响力的强弱，是决定团队能否发挥出最大能量的前提。有句俗话叫做“人多力量大”，如果想要收到 $1+1>2$ 的效果，那么，作为领头人的你必须依靠自己的影响力感召和团结团队成员，让他们都能发挥自己最大的能量，从而结出最大的“硕果”！

所以说，想要成功，你需要增强自己的影响力。增强自身的影响力，是我们今天必须修炼的课程之一。

本书从哈佛大学最受欢迎的管理课中选择关于从塑造影响力、发挥影响力和保持影响力三个部分，分别从不同角度向读者展示了该如何正确塑造影响力的方法，通过正确发挥影响力，从而达到自己的目标；通过保持影响力，从而使自己更进一步。有些观点和方法不一定适合每一个读者，只是希望给读者朋友提供一点参考和帮助。

一个人靠一种精神力量支撑自己成长和发展，因自己的理念决定其生存状态，而一个事业团队更是如此。只有那些具有影响力的人，才能将诸位成员的个人精神，融汇成共同的团队精神，这才是自己事业兴旺发达的开始。



001 ❀ 前言

上 篇 塑造影响力，发现自己

003 ❀ 第一章 谈吐得体，好好说话

语言能力是一个现代人才必备的素质之一，说话不仅仅是一门学问，还是你赢得事业成功的常变常新的资本。好口才才会给你带来好的运气和财气，所以拥有好口才，就等于拥有了辉煌的前程。一个人，不管你生性多么聪颖、接受过多么高深的教育、穿着多么漂亮的衣服、拥有多么雄厚的资产，如果你无法流畅、恰当地表达自己的思想，你仍就无法真正实现自己的价值。

说话是一门学问 / 004

说话是一种技巧 / 007

会“说”决定成败 / 010

打蛇打七寸，说话说关键 / 013

话是说给别人听的 / 015

学会揣摩听者的心理 / 019

说话也是一种智慧 / 021

025 * 第二章 气质优雅，保持内涵

美可以天生，但气质却是后天培养出来的。当今社会对人的价值判断更加注重内涵，除了才华之外，气质无疑就是人性内涵的一个重要内容。因此，气质在人的社会生活、人际交往中的重要性也是不言而喻的。

树立自己的好形象 / 026

男人的形象如何塑造？ / 029

女人应该这样打扮 / 033

做好自己的“外包装” / 035

着装攻略全概况 / 038

043 * 第三章 意志坚强，注意培养

古今中外的成功人士，无不以顽强的毅力和优良的意志品质而著称。成就来自勤奋，勤奋来自坚强的意志，坚强的意志来自后天的培养和锻炼。

学会战胜自己 / 044

磨练自己的坚强意志 / 048

做一个坚毅的人 / 051

055 * 第四章 目光长远，有备无患

俗话说：人无远虑，必有近忧。长远的眼光可以提供给人一个大展拳脚的舞台，使你在不知不觉中成长起来，并累积丰富的实践经验。就像拍电影一样，把一个个镜头进行剪辑整理就成了一部完整的影片了。所以我们要发展事业就需要有长远的眼光，做到有备无患。成功的肯定就是你！

放长线才能钓大鱼 / 056

认清自己和别人 / 059

慧眼独具，明察秋毫 / 060

看得懂别人的眼神 / 062

看清每一个人的细节 / 067

071 * 第五章 做人方圆，不偏不倚

做人离不开方圆之道，所谓“外”，即表现于外在的性格和方法；所谓“内”，即深积于心中的气度和态度，古人常说“内方外圆”，正是说出了此中道理。显然，这种内外结合之道，是做人的大智慧、大学问，非一般小打小闹之人生游戏。人生的巧妙正在于合“内方”与“外圆”为一，即内心刚直，外表柔和，不张扬自己、夸大自己，而是紧求心中“咬定”目标不放手。

细节体现做人原则	/ 072
做人切忌自我设限	/ 073
做人切勿得陇望蜀	/ 074
做人应该勤奋	/ 075
以和为贵，经世致用	/ 076

079 * 第六章 做事认真，生存之基

认真严谨的态度，是成就一番事业的前提。大到治国安邦，小到治学做事，无一能够例外。认真做人，才能在通往成功的路上有效地规避诸多不利因素，风靡全国的《细节决定成败》一书，归根结底说的就是“认真”二字，足见“认真”的重要性。

能够做事才能够生存	/ 080
做好事要靠实力	/ 082
切忌好高骛远，当从小事做起	/ 085
做自己擅长的工作	/ 087
踏踏实实，欲速则不达	/ 089

中 篇 发挥影响力，纵横捭阖

095 * 第七章 对待上司，选择服务

如何处理好与上司的关系，是个经验问题，也有理论和共事艺术。由于一个上司一个样子，他们的气质、性格、习惯、要求、喜好和能力等都千差万别，道理可以说上千百条，临到具体的人，要做好服务工作，还要靠自己去摸索。但是，从总体观察，要处理好与上司的关系，关键在有效的服务，而做到有效的服务，决定因素是：才干、品德、性格。才干、品德合为总体素养，是搞好同上司关系的基础。

对上司保持忠诚 / 096

与上司的关系要有度 / 097

赞美上司应恰当 / 102

让上司信任你 / 104

109 * 第八章 对待同事，选择团结

团结是一种力量，更是一种智慧。团结需要忠诚和相互理解，没有这样的支柱，难撑壮丽的大厦……孤军作战，竭力难前；大军作战，所向披靡。

一个敌人一堵墙 / 110

一个好汉三个帮 / 113

与人为善，学会分享 / 116

尊重别人，切忌指责 / 119

123 ❀ 第九章 善于结交，与鹰为伴

如果你想在人生和事业上取得成功,必须小心谨慎地结交朋友。如果你最亲密的朋友是公司的高级主管,那么你们在一起时所谈论的主要内容一定是关于如何管理和经营公司或是如何增值理财;如果你的朋友是房地产公司职员,那么你们在一起谈论的主要话题一定会是关于楼价和炒房等。如果你想展翅高飞,那就请和雄鹰为伍,并成为其中的一员;如果你仅仅和小鸡成天混在一起,那么你就不太可能高飞。

吉人也需天相 / 124

要了解朋友的类型 / 126

要清楚择友的标准 / 129

广播友谊的种子 / 132

友谊要能够经受住各种考验 / 134

137 ❀ 第十章 敢于竞争，规避失败

在市场经济中,有竞争就必然会伴随有各种风险,企业在市场竞争中会有破产、倒闭的风险,员工在市场经济的竞争中有失业、淘汰的风险。从这种角度来讲,具备一定的竞争意识和风险意识,就成为自己在市场经济中赖以立足和发展的必要条件,也是市场经济得以顺利运行的前提。如果不会竞争,不敢竞争,缺乏竞争意识,在生意上让竞争对手抢了先,就会付出沉重的代价,走上失败之路。

扬长避短,发挥优势 / 138

超越自我,追求卓越 / 139

合纵连横,追逐成功 / 142

145 * 第十一章 心态积极，行动起来

如果翻阅成功人士的成功史，我们不难发现，他们之所以能够领先于别人而出人头地，是因为他们都能够保持积极的心态并能积极行动起来。积极的心态加上积极的行动，是取得成功的秘诀。

微笑最能打动人心 / 146

微笑能为你带来成功 / 148

换一种心态对待得失 / 150

学会对自己说“OK” / 152

挣脱心灵的枷锁 / 155

157 * 第十二章 以礼待人，以德服人

中华民族素有“礼仪之邦”的美誉，我国古代先贤孔子就特别重视礼仪，认为礼仪是一个人“修身养性、持家立业、治国平天下”的基础。礼仪是普通人修身养性、持家立业的基础，是一个领导者治理好国家、管理好公司或企业的基础。生活里最重要的是以礼待人，有时候礼的作用不可估量，从某种意义上讲，礼仪比智慧和学识都重要。

人无礼则不生 / 158

行为举止应遵循的礼仪 / 159

招待宾客应遵循的礼节 / 162

面对面交谈应遵循的礼节 / 165

保持一定的商业礼节 / 167

下 篇 保持影响力，完善自己

173 * 第十三章 学会自省，寻求真我

自省是儒家提出的重要修身方法。在《论语》中，有“吾日三省吾身”之说，意思是每天都要反复检查、反省自己的言行，以便发现有违背常礼和伦理道德要求的地方，并及时加以纠正。也只有这样，才能真正塑造自身的影响力。

认清自己，才能讨论生活 / 174

对自己要准确定位 / 176

安身之本是认识自己 / 178

加深对自己的了解 / 179

四个层面帮你找到自我 / 182

认识自己，再改变自己 / 184

以人为镜，找到真实的自我 / 187

189 * 第十四章 自我警醒，自我戒备

自警，就是自我警惕、自我警醒、自我戒备。自警，就是要经常警告自己，要随时警惕各种风险的发生。尤其是处于领导岗位时，更要自警。影响力的维持，自警是一条重要之路。

隐忍以行，切勿急于求成 / 190

聪明一点，不逞匹夫之勇 / 192

从大处着手 / 194

197 * 第十五章 自我激励，自我要求

自励，就是自我激励，自我勉励。人的一生，不可能总是一帆风顺，往往会遇到这样或那样不同程度的困难。倘若遇到困难，自励就显得尤为重要了。能自励者就能面对困难，不畏惧，不退缩，昂首挺胸，勇敢地同困难作斗争，从而使自己的性格和毅力得到磨练，继而转化为不屈不挠的进取动力。有了这种动力，什么艰难险阻都会被踩在脚下，都难以阻挡前进的步伐。

- 做人要有骨气 / 198
- 对自己要认同和理解 / 200
- 人活着要有尊严 / 202
- 不用羡慕别人的才能 / 203
- 自己才是独一无二的 / 206
- 自己要看得起自己 / 208

211 * 第十六章 自信一点，靠近成功

自信是对自我能力和自我价值的一种肯定。在迈向成功的诸要素中，自信是首要因素。有自信，才会有成功。美国作家爱默生也曾说过：“自信是成功的第一秘诀”。

- 自己掌握自己命运 / 212
- 记得永远相信自己 / 215

摆脱一切消极心态 / 220

不断增强你的自信 / 222

让懦弱远离自己 / 225

233 * 第十七章 自律一点，改变自己

纪律是一种外在的约束，能否被遵守，关键还要看团队成员的自律意识。自律，就是对自我的约束，自觉遵守团队的纪律和规范。这种约束没有外力的作用，完全发自内心。态度决定命运。在这个世界上，你最多可能影响别人对你的态度，但绝对决定不了别人对你的最终作为。你真正可以决定、可以改变的，也只有你自己。

谦而不争，赢得信任 / 234

躬身待人，“笼络”人心 / 237

趋势避祸，让事情遂心 / 239

故意示弱，保存自己 / 241

慎言慎语，立于不败 / 243

245 ❀ 第十八章 自强一点，体味生命

“天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物。”自胜者强，自强者胜。自强是努力向上，是奋发进取，是对美好未来的无限憧憬和不懈追求。正如汤之盘铭所刻：“苟日新，日日新，又日新”。只有不断地革故鼎新，应时以变，才能步入更高更强的境界。

- 保持永不言败的精神 / 246
- 不可有傲气，但不能没傲骨 / 248
- 把握自己的个性方向 / 250
- 积极完善地培养个性 / 252
- 学习获取个性魅力的法则 / 254



上 篇

塑造影响力，
发现自己