

20几岁应该怎样度过

张永生 / 编著



万事万物在其发展过程中总会蕴含着一些决定未来的机遇。对于20几岁年轻人来说，如果能够把握住这种机遇，那么就意味着把握住了未来，把握住了希望。能够20几岁时发现机会，把握机遇，借势而起，在未来竞争中一定会处于不败之地。本书就是这样一本为20几岁的你介绍如何把握机遇，怎样把握机遇的通俗成功心理学书籍。

京华出版社

20几岁应该怎样度过

张永生 / 编著



万事万物在其发展过程中总会蕴含着一些决定未来的机遇。对于20几岁年轻人来说，如果能敏锐把握住这种机遇，那么就意味着把握住了未来，把握住了希望。能够20几岁时发现机会，把握机遇，借势而起，在未来竞争中一定会处于不败之地。本书就是这样一本为20几岁的你介绍如何把握机遇，怎样把握机遇的通俗成功心理学书籍。

京华出版社

图书在版编目(CIP)数据

20 几岁应该怎样度过/张永生编著. —北京:京华出版社,2010. 11

ISBN 978—7—80724—592—6

I. 2… II. 张… III. 成功心理学—青年读物 IV. B848. 4—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 159620 号

20 几岁应该怎样度过

著 者 张永生 编著

出版发行 京华出版社

(北京市朝阳区安华西里一区 13 楼 2 层 100011)

(010)64243832 84241642(发行部) 64258473(传真)

(010)64255036 (邮购、零售)

(010)64251790 64258472 64255606(编辑部)

E-mail: jinghuafaxing@sina. com

印 刷 北京昌平新兴胶印厂

开 本 710mm×960mm 1/16

字 数 180 千字

印 张 15

版 次 2010 年 11 月第 2 版

印 次 2010 年 11 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978—7—80724—592—6

定 价 29. 80 元

京华版图书,若有质量问题,请与本社联系

目 录

第 1 章 20 几岁带着梦想起程	(1)
1. 20 几岁必须有明确的目标	(1)
2. 20 几岁一定充满斗志	(4)
3. 20 几岁走好人生第一步	(7)
4. 20 几岁最容易犯的错误	(8)
5. 20 几岁确立目标必须要考虑的问题	(11)
6. 20 几岁确立目标要遵循的原则	(14)
7. 20 几岁有追求人生才会更优秀	(17)
8. 20 几岁必须有生规划	(20)
9. 20 几岁为一生开个好头	(22)
10. 20 几岁趁年轻多闯一闯	(25)
第 2 章 20 几岁必须给自己定位	(27)
1. 20 几岁的定位决定你的一生	(27)
2. 20 几岁必须要找到自己的位置	(29)
3. 20 几岁必须自我盘点	(33)

4. 20 几岁定位不要好高骛远	(35)
5. 20 几岁要当好你的新角色	(37)
6. 20 几岁决不虚度青春	(39)
7. 20 几岁要对自己负责	(41)
8. 20 几岁的职业定位	(43)
9. 20 几岁你想要什么	(47)
第 3 章 20 几岁一定要抓住机遇	(51)
1. 20 几岁的机会最宝贵	(51)
2. 20 几岁你必须要有机遇意识	(53)
3. 20 几岁的机遇改变你的一生	(56)
4. 20 几岁要紧抓机会发展自己	(60)
5. 20 几岁要敢于尝试	(62)
6. 20 几岁需要主动出击	(66)
7. 20 几岁为了机会必须充实自己	(68)
8. 20 几岁要敢作敢为	(70)
9. 20 几岁要有应变的准备	(72)
10. 20 几岁面对机会时要果断出手	(75)
第 4 章 20 几岁必须为自己铺路	(78)
1. 20 几岁必须增强自己的交际能力	(78)
2. 20 几岁开始注重社会关系	(80)
3. 20 几岁在人际交往中成熟	(83)
4. 20 几岁要学会利用人脉价值	(85)
5. 20 几岁提前积累人脉存折	(87)
6. 20 几岁多与成功人士交往	(89)
7. 20 几岁要建立良好的人际关系	(93)
8. 20 几岁必须掌握与人沟通的本领	(96)

9. 20 几岁要多赢得真心朋友	(99)
10. 20 几岁年轻人的人脉作用	(101)
第 5 章 20 几岁必须为自己投资	(104)
1. 20 几岁决不可挥霍人生	(104)
2. 20 几岁必须多学专长	(106)
3. 20 几岁必须多学专业技能	(108)
4. 20 几岁增强你的竞争力	(111)
5. 20 几岁养成坚韧的性格	(113)
6. 20 几岁实力决定一切	(115)
7. 20 几岁投资大脑就是投资未来	(116)
8. 20 几岁为自己打造成功者的形象	(120)
9. 20 几岁具备自我学习的能力	(122)
第 6 章 20 几岁一定要独立	(125)
1. 20 几岁你必须自食其力	(125)
2. 20 几岁经济要独立	(127)
3. 20 几岁决不再依赖别人	(132)
4. 20 几岁丢掉惰性起程	(133)
5. 20 几岁必须要有自己的判断力	(136)
6. 20 几岁要对自己负责	(138)
7. 20 几岁要学会观察事物	(143)
8. 20 几岁必须要有独立的洞察力	(146)
第 7 章 20 几岁要懂得保护自己	(149)
1. 20 几岁时要看懂周围的人和事	(149)
2. 20 几岁注意处世的细节	(152)
3. 20 几岁不被个性伤害	(154)

20 几岁你该怎样度过

Er shi ji sui ni gai zen yang du guo

4. 20 几岁要学会变通	(155)
5. 20 几岁说话要过过脑子	(159)
6. 20 几岁不妨世俗一点	(160)
7. 20 几岁要学会识人的本领	(162)
8. 20 几岁要学会交朋友	(165)
第 8 章 20 几岁多努力你才能三十而立	(167)
1. 20 几岁要加油	(167)
2. 20 几岁辛苦一点又何妨	(168)
3. 20 几岁决不浪费时间	(171)
4. 20 几岁要敢于挑战人生	(174)
5. 20 几岁做事要全力以赴	(179)
6. 20 几岁要能吃苦	(181)
7. 20 几岁多一点务实少一点浮躁	(184)
8. 20 几岁奋力拼搏	(187)
9. 20 几岁要忍耐住寂寞	(189)
第 9 章 20 几岁必须具备的能力	(193)
1. 20 几岁承担责任的能力	(193)
2. 20 几岁自我调整的能力	(197)
3. 20 几岁人际交往的能力	(200)
4. 20 几岁时间管理的能力	(203)
5. 20 几岁预见事物的能力	(205)
6. 20 几岁选择决断的能力	(208)
7. 20 几岁自我克制的能力	(211)
8. 20 几岁科学理财的能力	(214)
9. 20 几岁承受打击的能力	(216)
10. 20 几岁创新善变的能力	(219)



11. 20 几岁与人合作的能力	(223)
12. 20 几岁控制情绪的能力	(226)
13. 20 几岁自知自胜的能力	(230)

第 1 章 20 几岁带着梦想起程

1. 20 几岁必须有明确的目标

目标是人生的指南针，指引着人们前进的脚步。这对年轻人而言则更为重要。20 几岁，是人生的真正起点，也是人一生当中最为关键的黄金时期，要想顺利地实现卓越非凡的人生，那么你必须从现在开始建立自己的人生目标。没有目标的年轻人必然没有追求成功的动力。当然，这个目标必须是合理的，而且还必须根据情况的变化，合理地做出相应调整。你必须放弃固执，才会有走向成功的可能。20 几岁的你改变自己的人生最关键的一点就是要有一个明确的目标。

年轻人要走好人生的第一步，就必须确立一个明确的目标，这是极其重要的。没有明确目标的人生，或目标不断飘移的人生，所得到的结局决不会太美好。在你 20 几岁的时候，你应该朝着确切的目标行动，这样做你才会有成功的希望。

在世界上，有成千上万出身低微的年轻人在 20 几岁便取得了巨大的成功，他们没有资本，也没有太高的学历，和他人相比根本没有任何优势可言，但他们的共同之处是拥有人生理想，他们还相信能够凭借自己的能力实现自己的梦想。

美国排名第四的个人电脑生产商迈克尔·戴尔，29岁便成为富豪，他既不是靠继承巨额遗产，也不是靠中奖暴富，而是在20几岁甚至更早就确立了自己的人生目标。

戴尔少年时期勤奋好学，十来岁时就开始了赚钱生涯——倒卖邮票。之后他用赚来的2000美元买了一台电脑，并把它拆开，仔细研究它的构造及运作，并多次安装成功。

中学时，戴尔找了一份为报商征集新订户的工作。他推想，新婚的人最有可能成为订户，于是雇用别人为他抄录新近结婚的人的姓名和通信地址。他将这些资料输入电脑，向每对新婚夫妻发出一封有私人签名的信，承诺赠阅报纸两周，一次就赚了1.8万美元。这样下来，他买了一辆德国宝马。汽车推销员看到这个17岁的年轻人竟然用现金付账，惊愕得直吐舌头。

到了大学期间，迈克尔·戴尔经常听到同学想买电脑的言谈，但由于其售价太高，许多人买不起。戴尔于是想：“经销商的经营成本并不高，为什么要让他们赚那么多的利润？为什么不由制造商直接卖给用户呢？”他知道，制造商万国商用机器公司规定，经销商每月必须提取一定数额的个人电脑，而多数经销商都无法把货全部卖掉。他也知道，如果存货积压太多，经销商的损失会很大。于是，他按成本价购得经销商的存货，然后在宿舍里加装配件，改进性能。这些经过改良的电脑十分受欢迎。戴尔见到市场的需求量巨大，于是在当地刊登广告，以零售价的八五折推出他那些改装过的电脑。不久，许多商业机构、医疗诊所和律师事务所都成了他的客户。

后来，在父母的允许下，戴尔拿出全部积蓄创办了戴尔电脑公司，当时他才20岁。如今的戴尔电脑公司可谓享誉全球，而戴尔的个人财产，估计在2.5亿到5亿美元之间。

最伟大的成就在最初的时候只是一个梦想。也许，你现在的的环境并不很好，但你只要有梦想并为之而奋斗，那么，你的环境就会

改变，梦想就会实现。

成功者只看到他想要的目标，并不在乎自己是否具备足够的能力去达到。当他真正想要达到那个目标时，便会引导自己通过学习而获得足够的能力，然后通过所有的障碍，成功地达到了目标。

正处于 20 岁和 30 岁之间的年轻朋友们，你不要再将能量耗损在无聊的事情上，而要用心地、认真地去凝聚注意力于你真正想实现的目标之上。只有通过不断地努力工作，就能达到成功的目标。

许多年轻人内心充满了激情和理想，然而一旦面对平凡的生活和琐碎的工作，却变得无可奈何了。他们常常聚在一起高谈阔论，然而一旦面对具体问题，就会不知所措。

这样的年轻人之所以不能成功，是因为他们永远将注意力放在事情的消极面，眼中见到的只有困难、挫折、不可能，种种的阻碍横亘在他们的意识中。并非他们不能成功，而是他们将注意力定在自己所不想要的东西之上。

我们不难发现，那些在 20 几岁就干出一番事业的人几乎毫无例外地都有自己的战略计划。他们全都是目的性极强的人，非常清楚自己想要得到什么，他们有书面计划和事业蓝图，甚至有完成这些计划的日程表和行动步骤，然后每天都按照这些计划行事。

在任何领域，成功的人所必须具备的条件之一就是他们拥有一个对自己、对家庭、对事业的理想。他们拥有目标，他们勾画出一幅有可能实现的蓝图，而不是让自己困于现状。有人说：“大多数人看着这个世界，然后问为什么。我看着这个世界，然后问为什么呢。”每个向往三十而立的 20 几岁年轻人都要确定今后人生的目标，然后为实现这个目标全力以赴，才能造就非凡卓绝的人生。

2. 20 几岁一定充满斗志

自古英雄出少年。年轻人要成功就需要内心有一种冲动，这种冲动就是欲望。很多年轻人 20 几岁就成为百万富豪，事业有成，从根本上讲，驱使他们成功的原始动力正是心灵深处的强烈欲望和不变的激情。

每个年轻人都想出人头地，想获取财富，想获得社会地位，想得到别人的尊重。为什么只有极少数年轻人实现了自己的理想？因为成功的这一部分年轻人欲望比一般人强烈，而且善于利用自己的欲望。

2005 年《福布斯》中国富豪榜排名第 5 位和第 6 位的是刘永行、刘永好兄弟，刘永行的个人资产为 93.96 亿元人民币，刘永好的个人资产为 90.96 亿元人民币。刘氏兄弟在最初创业时都不缺乏野心和雄心。刘永言、刘永行、刘永美、刘永好本来都在国家企事业单位上班，都有一份好工作，他们没有像大多数人那样安于现状，而是选择了属于年轻人的更大舞台。

1982 年，刘氏四兄弟为改革的美好前景所感召，先后辞去各自的公职，卖掉手表、自行车等家产，筹集 1000 元到他们曾下乡当知青的新津县顺江乡农村创业。他们从孵小鸡、养鹌鹑开始做起。刘氏兄弟的第一桶金是孵小鸡所得的 10000 元，时间是两个月，这个短平快的项目，投入小收获大。随后他们根据实际情况及时扩展赚钱项目，一直发展到搞饲料、搞电子、房地产、金融和资本运作，多管齐下，终成千万富豪。

北京首创集团总经理刘晓光曾经说：“年轻人要成功就必须要有激情，没有激情的年轻人不能成功。”现代有所成就的人大多是激情昂扬，充满斗志，尤其在他们的青年时代更是如此。他们有超

越普通人的强烈欲望，这种欲望通常是不安分的、高于现实的，需要打破他们现在的立足点才能实现。他们的欲望往往伴随着行动和牺牲精神，这一点普通人恐怕难以做到。

人都有欲望，拥有强烈欲望的年轻人往往容易成功，那些白手起家的千万富豪已经做出了证明。欲望对每个人来说都是固有的天然宝库，只不过大多数人心中的“巨人”都在酣睡之中。“巨人”一旦醒来，宝库一旦打开，连他自己都会吃惊，因为他发觉自己创造了前所未有的奇迹。

“潜龙”的志向是“飞龙在天”，这就是它的理想。墨子说：“志不强者智不达。”人的伟大不在于他们在做什么，而在于他们想做什么。只要在心中大大地张开梦想，人生的收获就会更多。

海王集团总裁张思民最初在北京中信公司工作，然而张思民背靠大树不乘凉，他说：“守着一份工作顶多能改善一下自己的生活状况，要想赚大钱，还是要办自己的公司。”

1988 年，正值中信公司派员赴深圳投资部工作，张思民积极报名并获批准。11 月，他怀揣美丽的梦想，携妻离开了首都，离开了刚刚营造好的小家。张思民的梦想来自古希腊神话——海王波塞冬主宰着大洋百川。张思民也要在深圳这一改革的大洋百川中托起一座海山，那就是他梦中构筑的海王集团。

1989 年 5 月，26 岁的张思民郑重地向中信投资部递了辞呈，同年 7 月 8 日，属于他自己的深圳工贸公司（海王集团前身）在蛇口石云村住宅楼的 3 间普通民房里宣告成立。他以个人仅有的 3000 元积蓄做了投入，开始迈出了财富人生的第一步。

后来，海王公司生产从牡蛎中提炼的海洋生物保健产品。1993 年，海王投资 2.4 亿元建造了包括研发实验室在内的总部。现在，又研制发展出了其他保健产品，并进入了旅游、房地产领域。2000 年集团的销售额达到 50 亿元。2005 年《福布斯》中国富豪榜上，张思民以个人资产 15 亿元人民币居第 114 位。

如果说欲望是成功的动力，那么梦想就是欲望的别名。梦想是改变人生的一种积极力量，它能让人的潜能激发出来去改变自己的现状。因此，志在成功的人不但有自己的人生梦想，而且还应该尽量地把自己的梦想放大。

吉利集团总裁李书福的成功就是源自他的远大梦想。继装饰板和摩托车的开发成功之后，李书福并没有坐下来歇口气，而是做出了更惊人的决策：生产小汽车。

“人在 20 几岁的时候要做的事很多，也最有意义。但国家的一些行业政策还没有对民营企业开放。所以我就想请国家有关行业管理部门允许我尝试。”李书福很清楚，在汽车这个风险很高、挑战性极大、充满着世界巨头竞争的行业里，他自己只不过是一只微不足道的蚂蚁。可李书福已经下定决心。

李书福分析过，中国汽车工业发展近二十年，从夏利到大众、一汽、二汽，从广州标致到别克、雅阁，从低档到高档，排量愈造愈高，级别也愈造愈高，价格越来越贵。对于普通老百姓来说，他们更需要三四万元价位的车，因为他们口袋里只有那么多钱，买不起十几万元的车。

“我的售价也就三四万元，只要成本比别人低，质量比别人好，价格比别人低，薄利多销，我就会有机会。而中国恰恰有这样一块市场没人去开发。”李书福成竹在胸，自己的产品质量不比别人差，但价格可以比别人更低，这是他的优势。

现在李书福已经将自己的梦想一步步地变为现实。无论时空如何转换，环境如何变迁，这位中国民营汽车业的先驱人物，像大多数中国富豪一样，在赚钱致富的过程中坚守着自己的梦想。

这些成功者的创业经历说明了一个道理：如果你期望自己成为什么样子，你就会是什么样子。如果你总是期望那些更高、更好、更伟大的梦想，并且为之付出艰辛的努力，这种梦想就很容易变成现实。成功永远都垂青那些欲望炽烈、梦想远大的年轻人。

3. 20 几岁走好人生第一步

20 几岁，是为人生打基础的好时候，虽然你现在做的可能都是一些基础性的事情，但是你必须把这些工作做好。只有把基础打好，才能建立起高楼大厦，只有把路铺好，才能在人生的道路上越走越远。

“我一定要做到三十而立，得到别人的认可，不让父母失望”，每个年轻人心中都曾如此想过。但如果没有察觉自己的梦想是否存在假象，几年之后还拼命地追逐假象，那可就糟了。

与其如此，不如将梦想转向实际的目标。在 20 几岁的时候，你一定要问问自己，做什么事情的时候最快乐？希望通过何种方式表现自我，与社会产生联系？接着你就要寻找杰出的同龄人作为榜样，从模仿这些优秀的人开始，学习开发自我及自我成长。后半段的工作是要求你应该探索自己的个性，彻底发挥你的潜力。

另外一个重要的问题是，在你 20 几岁的时候千万别以为自己很年轻就浪费时间。趁着年轻，你应该努力的打好根基，一边站稳脚跟，一边向前摸索尝试着发展自己，相信你一定在今后的人生中大有所为。

既然如此，年轻人向人生迈出的第一步应该从哪里开始？首先，你要记住，你的潜力超乎你的想象。不过有些年轻人所具备的潜力不如预期，却自负地以为自己拥有伟大的力量，所以夸大自我评价；相对地，也有一些年轻人在某方面确实比大家出色却不自信。所以每个人都应发现真实的自己。

每个年轻人都以为自己最了解自己，其实不然，你还有很多连你自己都不了解的方面。比如你自己尚未发觉的缺点和潜力。如果一旦你发觉了自身的缺点与潜力，你的力量将会倍增，离成功就

更近！

但是发现自己尚未发觉的潜力并非易事。许多时候是由于遇到一名优秀的指导者或一本好书之后，才得到发觉潜力的契机，说不定看过本书之后，你会发现自己以往不曾注意的缺点和潜藏的优点！

除此之外，还有一种情形：你曾有过不经意中做的事，却赢得了众人欢喜的经验吗？当中可能就隐藏着你的天赋与才能。

总之，请从周围与你相关的人身上，开始寻找你的长处。

如果你心中有数，答案几乎等于零的话，没关系，只要今后努力就行了。天生我材必有用，你必定有你的存在价值与生存的证明。无论如何，人在20几岁时应该更了解自己，不妨就你所知，把自己的优点、缺点写下来；或是列举带给别人欢乐的事情和别人一致认为的缺点。然后再仔细地思考自己的优、缺点及潜能何在，相信必有所获。

4. 20 几岁最容易犯的错误

俗话说：“一口吃不成胖子。”这个道理不知道被重复过多少遍。在此，我们希望年轻人也能深知其中的道理。你很有必要把自己的人生目标分阶段地实施，切勿急功近利，急于求成。凡是成功的人士几乎都有这样一个良好习惯，那就是有大目标，也有小目标，用小目标组合大目标。

在你年轻的时候，对于一些事物的把握，需要实实在在的东西。很多人在十几岁的时候就知道，自己要有远大的梦想，他们每天就是想办法要达成这些目标，却不见成效。每个月他们都希望来年20几岁的自己会成功，会实现自己的梦想。结果真的实现了吗？答案是没有。

很多年轻人都喜欢阅读关于成功的书籍，不断地上各种成功的课程，这些书籍和课程都告诉他们“每一个成功的人都有伟大的梦想”。他们照着这样的方法去做，可是却没有进展，这到底是因为什么呢？

记住在 20 几岁的时候，你的梦想一定要远大，但设定的目标一定要合理。人在 20 几岁的时候，往往过于高估自己，但是他们往往不了解，大事是由小事所累积的，大目标的达成是由小目标的实现所累积出来的，每一个杰出的人士都是在实现无数的小目标之后，才达成了他们伟大的梦想。

现在有非常多的书籍或是课程，误导了那些想要成功的 20 几岁年轻人，它们教导他们要天天想远大的梦想，可是他们却没有成功，反而给了他们非常大的挫折感。因此有百分之九十九的年轻人，在还没有成功之前就放弃了。

不放弃，就一定有成功的机会，如果你放弃，就注定失败。

有些年轻人也许会问，上一些成功培训的课程，看一些成功的书籍，就一定会成功吗？

其实在年轻人的自我成长过程中，不断地上课，不断地进修，并不一定会保证你成功。但是缺乏自我调整和自我努力，一定会失败。

记住每一个目标和梦想，都要设定一个期限，即便是在你 20 几岁的时候也是如此。

很多年轻人学懂了设定目标，往往只会先拟定一大堆目标，然而却不懂得如何设定具体合理的期限，最终，这些目标还是不会实现。

一个没有期限的梦想或是目标，效果是非常有限的。布卡曾经设立过非常多的目标，从 17 岁开始，他每年设定 10 个目标，一直到他 21 岁，总共设立了 40 个目标。但是，他却没有一个实现，原因就是：第一，是不合理的；第二，是没有期限的；第三，缺乏详