

为什么事情 总是一团糟

● 您是否有时候办事很不顺利？总遇到麻烦事？总被一些杂乱无章的事情困扰着？感觉心烦意乱、事事一团糟？

● 做事一定有方法，阅读此书，您可以找到改善现状、提升自我、达到平衡的途径。

摆脱种种不如意和一团糟的
绝好方法！



金城出版社

why everything
is always in a mess



为什么事情 总是一团糟

● 您是否有时候办事很不顺利？总遇到麻烦事？总被一些杂乱无章的事情困扰着？感觉心烦意乱、事事一团糟？

● 做事一定有方法，阅读此书，您可以找到改善现状、提升自我、达到平衡的途径。

摆脱种种不如意和一团糟的
绝好方法！

金城出版社

why everything
is always in a mess

图书在版编目(CIP)数据

为什么事情总是一团糟/黄胜伟编著. —北京:金城出版社,
2004. 9

ISBN 7-80084-620-2

I. 为... II. 黄... III. 成功心理学—通俗读物

IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 086406 号

金城出版社出版发行

(北京市朝阳区和平街 11 区 37 号楼 100013)

电话:(发行部)8425 4364(总编室)6422 8516

北京市铁成印刷厂印刷

880×1230 毫米 1/32 10 印张 160 千字

2004 年 10 月第 1 版 2004 年 10 月第 1 次印刷

印数 1—6000 册

ISBN 7-80084-620-2/B·94

定价:19.80 元

前 言

你是否感到事业总不如意？梦想和愿望不再属于自己？

你是不是觉得做什么都没劲？生活总是灰暗一片？

你是不是觉得人际关系难于协调？同事、朋友都离你远去？

你是不是觉得生命在渐渐枯萎、健康指数直线下降？而你总是
霉运缠身？

是什么在耗尽你的精力，降低你的生活质量？又是什么在影响
你的心情，吞噬你的快乐？

是什么让你感到渺小、脆弱？又是什么让你觉得可怜和不幸？
你想过其中的原因吗？

你的事业、生活、健康、人际关系、心情……总是一团糟，你
的人生之树正在凋敝，但你却没有意识到！你是继续忍受痛苦，无

助地目送成功和梦想渐行渐远，看着自己一天天衰老死去，还是重新找回属于自己的力量，从而走出囚禁事业失败、生活乏力的牢狱？

人生中似乎困扰太多，快乐太少：你是否觉得人生本应一帆风顺，那些降临在自己身上的挫折与困难都该统统消失，否则便要怨天尤人？你是否认为众人应该友好、平等地待你，你所追求的心仪对象应该接受你，否则便会感觉沮丧或是焦虑？你是否要求自己尽善尽美地完成工作，一旦稍有失误就会自我否定或是自我谴责？

如果你想让自己走出事业屡屡失败的泥潭，实现事业腾飞的梦想；如果你想让自己的管理潜能得到充分施展，拥有良好的人际关系；如果你想让自己减少自我困扰，摆脱沮丧、焦虑和不安的情绪，拥有幸福如意的生活 and 健康快乐的身心。就请打开本书吧！

目录

CONTENTS

第一章 你消极行事、不敢冒险 ——事业一团糟

人人都希望自己的事业飞黄腾达、如日中天，人人都期望自己的梦想顺利实现。成功人士是一个接一个，而你却陷入了一个又一个泥潭，被一股巨大的消极力量牵制着，那就是……

- | | |
|---------------------|----|
| ★ 缺乏照亮人生前程的灯塔 | 2 |
| ★ 难以突破事业“瓶颈” | 6 |
| ★ 为什么世界上随处可见有才华的穷人 | 11 |
| ★ 职场前途的“杀手” | 15 |
| ★ 缺乏一颗追求完美的心 | 19 |
| ★ 细节决定成败 | 22 |
| ★ 找不到自己闪亮的“卖点” | 25 |
| ★ 坐等机会的人永远不会有机会 | 28 |
| ★ 面试的 12 种高级错误 | 32 |
| ★ “叛逆”与“家臣”：难以摆正的角色 | 36 |
| ★ 守寡式职位——吞噬你的黑洞 | 39 |
| ★ 钻公司的漏洞 | 47 |
| ★ 思维决定命运 | 51 |

目录

CONTENTS

第二章 你不善经营、不懂协调 ——管理一团糟

今天,你终于从一个小职员当上了部门主管,你终于又一次得到了上司的提拔。但很快你就发现,你所管理的部门越来越糟糕,你的下属越来越不服从你,同事也与你渐行渐远……

- | | |
|---------------------|----|
| ★ 走不出权力交错的“管理洼地” | 55 |
| ★ 陷入“强盗分金”的困境 | 58 |
| ★ 任由团队能量白白流失 | 61 |
| ★ 缺少规则意识 | 66 |
| ★ 不会处理办公室里的帮派之争 | 69 |
| ★ 不懂自我包装 | 71 |
| ★ 迷信别人成功的经验 | 73 |
| ★ 新上任管理人 10 个常犯的错误 | 76 |
| ★ 优柔寡断——决策的最大敌人 | 79 |
| ★ 盲目打击对手的软肋 | 84 |
| ★ 管理者的三大缺陷 | 87 |
| ★ 找不准自己的位置 | 91 |
| ★ 难以平衡“权力经济”与“市场经济” | 94 |

目录

CONTENTS

第三章 你不会过日子

——生活一团糟

幸福的生活就是拥有成功的事业、美满的家庭、浪漫的生活。幸福的生活需要用心经营。但现实生活中,不懂经营生活、不会过日子的大有人在,他们得过且过,贪图安逸,生活一团糟。

★ 不懂欣赏生活	98
★ 生活太拖拉	101
★ 被小事所烦恼	103
★ 存在思想包袱就会跌伤自己	106
★ 放逐自我	108
★ 试着从人生的地平线上跳起来	110
★ 不能真实面对自己	114
★ 选择小鱼,放弃大鱼	116
★ 不敢挑战人生极限	118
★ 不懂得原谅生活	122

目录

CONTENTS

第四章 你没有“财商”

——财富一团糟

“财商”就是经营财富的智慧,要拥
抱财富就必须有足够的“财商”。如果
你的理财技能很糟糕,即使全世界的钱
给了你,也救不了你。如果你理财有方,
那么,你将获得巨大的个人财富,拥有
轻松的财务自由。

★ 没有赚大钱的野心	126
★ 生活中错误的理财观念	129
★ “负翁”埋下的祸端	133
★ 家庭理财的四大雷区	136
★ 因本小就忽略投资	139
★ 保险理财的五大误区	142
★ 听听单身一族的理财情歌	145
★ 为什么“富者愈富,贫者愈贫”	149
★ 储蓄过多造成资源浪费	153
★ 不吃亏的商人吃了大亏	156

目录

CONTENTS

第五章 你透支生命

——健康一团糟

快节奏、高效率的现代社会,使人们长期处于竞争激烈、心理压力大、超负荷运行的紧张状态中,并在人们身边潜伏着一些健康杀手。你稍不留神就可能成为这些杀手攻击的目标,它们在不知不觉中侵蚀你的身体,夺走你的健康。

★ 工作狂:生命在透支中完美?	160
★ 忧虑是健康的大敌	163
★ 不舍得投资健康	166
★ 暴饮暴食	169
★ 沉默的健康杀手	171
★ 生活方式不健康	176
★ “心理亚健康”:不可不知的病	179

目录

CONTENTS

第六章 你爱发牢骚、心态失衡

——心情一团糟

有人悲惨你也跟着悲惨，只会创造出更多的悲惨；黑暗无法带给黑暗中的人光亮，只会陷入更深的黑暗。如果一颗受伤的心总是伴你左右，你的心情又怎么可能好起来呢？

★ 推不倒心里的那面墙	183
★ 你为什么总是这么悲惨	186
★ 在“受伤的心”上撒盐	189
★ 试图控制别人的心	191
★ 凡事喜欢从坏处着想	194
★ 逃避环境不善于改变自己	198
★ 总让猜疑折磨自己	200
★ 世上只有不肯快乐的心	203
★ 把烦恼搁在心上	206
★ 自我贬低就是“降价处理自己”	210
★ 心理贫困制约现实发展	213

目录

CONTENTS

第七章 你不善交际、有性格缺陷 ——人际关系一团糟

有人说，人际关系也是重要的生产力要素，虽然此话有失偏颇，但是在经济主导一切的社会里，它充分说明了人际关系的好坏对于一个人的发展是多么的重要！不过，人际关系处理得一团糟的人到处都有，那是因为

★ 好心没好报	221
★ 性格偏激——人际交往的大忌	222
★ 放不下人情包袱	225
★ 庸人自扰	227
★ 一把椅子的问候	230
★ 不懂以正当方式争利	233
★ 精彩做人精彩做事	237
★ 不善于体谅他人	239
★ 人浮躁就不得志	242
★ 力戒自我失控	245
★ 语言失误的惨重代价	248
★ “捞一把就走”的心态	251
★ 缺乏诚信	255
★ 不能轻易得罪的八种人	258
★ 做人总是太精明	261

目录

第八章 摆脱一团糟局面的突破点

CONTENTS

在这个强手如林、物竞天择的年代,你惟有聚集全身的能量,朝着最适合你的方向,专注投入、用心经营、永不放弃,才能打拼出一方属于自己的事业蓝天,才能走出“总是一团糟”的狼狈局面,才能最终成就一个优秀的你。

★ 抱怨效应:做个会“吵闹”的白领	265
★ 不会带着笑脸回家	268
★ 学会人际交往——迈向成功的第一步	270
★ 将自己的意见强加别人	272
★ 不会用小钱办大事	276
★ 驴是如何走出枯井的	278
★ 不懂得感恩	280
★ 不知道培养忠诚和敬业	282
★ 放下争论,戴上“思考帽”	285
★ 没找准人生的最佳结合点	289
★ 忽视了塑造个人品牌	291
★ 从困境中学会成功	295
★ 可怕的精神领袖	299
★ 打杂是磨练之道	303
★ 没把握好自己的成功优势	305

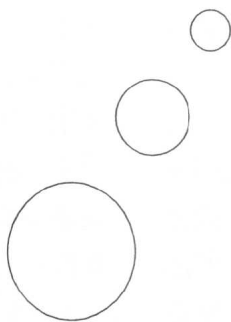
第1章

你消极行事、不敢冒险

——事业一团糟



人人都希望自己的事业
飞黄腾达、如日中天，人人都
期望自己的梦想顺利实现。
成功人士是一个接一个，而
你却陷入了一个又一个泥
潭，被一股巨大的消极力量
牵制着，那就是……





——为什么事情总是一团糟

缺乏照亮人生前程的灯塔

没有目标的人生，就像一条无人驾驶的小舟，漫无目的地随风飘荡。

每一天，我们都可能遇到对自己的人生和周围的世界不满意的人。据某跟踪调查反映的情况，在这些对自己处境不满意的人中，有 98% 的人对心目中喜欢的世界没有一幅清晰的图景，他们没有具体完善的目标，没有一个人生目标去鞭策自己，结果是，他们始终生活在一个自己不满意却又无法改变的世界里。下面一则故事，反映的就是这样一个道理。

1952 年 7 月 4 日清晨，加利福尼亚海岸笼罩在浓雾中。在海岸以西几英里的卡塔林纳岛上，一个 34 岁的女人涉水下到太平洋中，开始向加州海岸游过去。要是成功了，她就是第一个游过这个海峡的妇女。这名妇女叫费罗伦丝·查德威克。在此之前，她是从英法两边海岸游过英吉利海峡的第一个女人。

那天早晨，海水冻得她身体发麻，雾很大，她连护送自己的船都几乎看不到。时间一个钟头一个钟头地过去，千千万万的人在电视上看着她。有几次，鲨鱼靠近了她，被人开枪吓跑了，她仍然在游。在以往的渡海游泳中，她最大的问题不是疲劳，而是寒冷刺骨





的水温。

15个小时之后，她又累又冻得浑身发麻。她知道自己不能再游了，就叫人拉她上船。她的母亲和教练在另一条船上。他们都告诉她海岸很近了，叫她不要放弃。但她朝加州海岸望去，除了浓雾什么也看不到。

几十分钟之后，从她出发算起15个小时零55分钟之后，人们把她拉上船。又过了几个小时，她渐渐觉得暖和多了，这时她却开始感到失败的打击，她不假思索地对记者说：“说实在的，我不是为自己找借口，如果当时我看见陆地，也许我能坚持下来。”

人们拉她上船的地点，离加州海岸只有半英里！后来她说，令她半途而废的不是疲劳，也不是寒冷，而是因为她在浓雾中看不到目标。查德威克小姐一生中就只有这一次没有坚持到底。两个月后，她成功地游过同一个海峡。她不但是第一位游过卡特林纳海峡的女性，而且比男子的纪录还快了大约两个小时。

这个故事说明，目标对人来说是何等重要，目标会使人产生意志和勇气。但当人看不到目标时，即使还有能量，也难以坚持下去。

人的一生不能没有一个明确的目标，目标主导了我们一生的命运与成就，它是驱使人们不断向前迈进的原动力。

1953年，美国哈佛大学曾对当时的应届毕业生做过一次追踪研究，在这个研究中询问当时那些毕业生是否对未来有清晰明确的目标，以及达成目标的书面计划，结果只有不到3%的学生有肯定的答复。而在20年后的1973年，再次访问了当年接受调查的毕业生，结果发现那些有明确目标计划的3%的学生，在20年后他们不仅在事业成就、快乐及幸福程度上都高于其他人，尤其甚者，这





——为什么事情总是一团糟

3%的人的财富总和，居然大于另外 97% 的所有学生的财富总和，而这就是设定目标的力量。

目标是我们的奋斗方向。一个目标并不只是一个设想，而是一个可以得以实施的设想；一个目标不只是模糊的“我希望我能”，而是明确的“这是我的奋斗方向”。没有目标，束手无策，寸步难行；没有目标，人只是在虚度光阴，走路时跌跌爬爬，不知往何处走，结果，哪儿也达不到。

目标使我们产生积极性。你给自己定下目标之后，目标就在两个方面起作用：这是你努力的依据，也是对你的鞭策，目标给了你一个看得见的射击靶，随着你努力实现这些目标，你会有成就感。这里有一点很重要，你的目标必须是具体的，可以实现的；如果计划不具体，无法衡量是否实现了，那就会降低你的积极性。因为向目标迈进是动力的源泉，如果你无法知道自己向目标前进了多少，你就会泄气，甚至甩手不干了。

卡耐基曾对世界上一万个不同种族、年龄与性别的人进行过一次关于人生目标的调查。他发现，只有 3% 的人能够确定目标，并知道怎样把目标落实；而另外的 97% 的人，要么根本没有目标，要么目标不明确，要么不知道怎样去实现目标……10 年之后，他对上述对象再一次进行调查，结果令他吃惊：调查样本总量的 5% 找不到了，95% 的人还在。属于原来 97% 范围内的人，除了年龄增长 10 岁以外，在生活、工作、个人成就上几乎没有太大的起色，还是那么普通与平庸；而原来与众不同的 3%，却在各自的领域里都取得了相当的成功，他们 10 年前提出的目标，都不同程度地得以实现，并正在按原定的人生目标走下去。

卡耐基的结论令我们感到震惊。原来，杰出人士与平庸之辈最

