

孙和◎编著

能力造就平台

素质成就未来

的18种能力

让你脱颖而出



我们生活在一个依靠能力说话的时代



成功绝不能简单地归结为机遇好或是天生的成功人士，
如果缺乏成就大事的某些必备能力，
即便机遇降临在他们面前，也不可能被抓住。

北京工业大学出版社

的18种能力让你脱颖而出

孙和◎编著

北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

让你脱颖而出的 18 种能力/孙和编著.—北京：北京工业大学出版社，2009.4

ISBN 978-7-5639-2083-9

I.让… II.孙… III.能力培养—通俗读物 IV.B848.2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 031882 号

让你脱颖而出的 18 种能力

编著者：孙 和

责任编辑：胡 嫒

封面设计：创品牌工作室

出版发行：北京工业大学出版社

地 址：北京市朝阳区平乐园 100 号

邮政编码：100124

电 话：010-67391106 010-67392308 (传真)

电子信箱：bgdcbsfxb@163.net

承印单位：九洲财鑫印刷有限公司

经销单位：全国各地新华书店

开 本：787mm×1092mm 1/16

印 张：16.75

字 数：244 千字

版 次：2009 年 4 月第 1 版

印 次：2009 年 4 月第 1 次印刷

标准书号：ISBN 978-7-5639-2083-9

定 价：28.00 元

版权所有 翻印必究

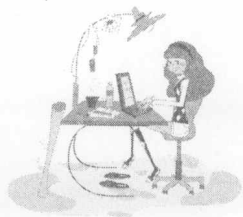
图书如有印装错误,请寄回本社调换

前言

当今社会人们越来越注重自身的价值。许多年轻人，刚刚从大学毕业就希望自己能在社会上站稳脚跟，刚刚走上工作岗位就希望自己能在单位里脱颖而出。然而，对于年轻人来说，学历只是一块敲门砖，容貌只不过是门面，背景和关系也终究不是长久之计。想要让自己真正在社会上站稳脚跟，在单位里脱颖而出，就必须有较高的综合能力，因为，只有能力才能体现一个人的综合价值，它是一个人在社会上安身立命的本钱，也决定着一个人的现在和未来。

能力是左右个人发展和人生命运的一种积极力量，它要求每个人通过充分正确地发挥其能力来积极地生存、发展，为社会多作贡献，并实现自己的追求，这是一种深蕴开拓进取、拼搏向上、创新个性、独立平等和人格完善等现代特性的积极进步的生存方式和发展方式。它是人的综合素质在社会实践中表现出来的正确驾驭某种活动的实际本领、能量和熟练水平，是实现自身价值的一种有效方式，也是左右个人发展和人生命运的一种主导性的积极力量。

然而，在当今社会主义市场经济条件下，在知识经济和 21 世纪智能社会中，以往的权本位社会中人们所信仰的权力、“关系”和“人情”这些传统的东西正在遭遇着现实生活的巨大冲击，对于大多数年轻人来说，应以能力本位作为人生价值取向，但是，有些年轻人在人生旅途上迷失了方向，他们不明白自己应该如何生存和发展，不知道自己究竟应该成为一个怎样的人。





让你 脱颖 而出 的 18 种 能力

人要生存和发展，要为社会多作贡献，就必须凭借自己的能力，否则，就会心有余而力不足，有热发不出光。具备较强的能力并让能力充分正确地发挥出来，是经济社会中个人的最大价值和财富，它可以帮助实现个人人生价值。因此，以实现人生价值为目标的人，必须要把“能力本位”这一价值观念或文化理念贯彻到个人整个生活中去，争做“能人”。

能力的重要性不言而喻。如果你还没有找到适合自己的成功之路，其根本原因是因为你还没有认识到成功的关键力量——能力。世上有无数种能力，很多人在锤炼自身能力的时候往往十分盲目，缺乏全面的认识，没有可行的计划，结果付出巨大，回报很少。究竟哪些能力能让你脱颖而出？又如何将知识、经验转化为能力？能力的修炼有什么捷径？这都是本书要告诉你的。正所谓：“磨刀不误砍柴工”，不能用心太急，一定要花费一番心思，找出最适合自己的能力修炼之道。

本书会告诉你哪些能力是现代人必须掌握的，并让你更全面地认识自己，将自己塑造成一个“能人”。如果你能具备本书所谈到的18种能力，那么，没有人能够阻挡你成功的步伐，脱颖而出是迟早的事。

目
录
而
出
81
林
拾
代

目
录



目 录

一、学习能力

学习能力决定你的成功	001
在学习中提升自己	004
善于利用时间学习	006
要善于学习	008
将知识转化为能力	010

二、选择能力

人生是一连串选择的过程	013
选择决定了你的一生	014
努力一定要放在选择之后	016
要善于选择机遇和展示自己	019

三、环境适应能力

练就适应的生存本领	023
-----------------	-----





让你脱颖而出的18种能力

用积极的心态融入环境	024
要善于适应环境	029
把自己融入现实生活之中	031
正确地认识自己	033

四、观察能力

成功源于敏锐的观察能力	036
不会观察就没有成功	040
善用慧眼识机遇	043
只有善于观察才能把握机遇	046
观察让我们学会了发现	048

五、思维能力

把握思维的精髓	051
每个人都具有思考的能力	053
要善于把握你的直觉	055
培养你的逻辑思维能力	057
丰富你的想象思维	060
点燃思维的火花——灵感	062

六、语言表达能力

把语言当做成功的第一要素	065
掌握与人交谈的正确方法	068
要注意培养语言表达能力	071
掌握恰当的交谈技巧	073
交谈的语言要有吸引力	075



七、交际能力

社交能力有助于自己成功	080
成功的交际在于心态	084
与人交往要适时调整心态	086
珍惜与他人每一次的接触	088
要善于注重人缘培养	089
用良好的人际关系铺就成功之路	091

八、预测能力

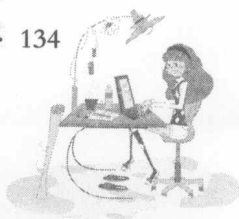
努力提升预测能力	096
预测能力素质培养	102
掌握正确的预测方法	106
审时度势跟上时代节奏	110

九、信息吸纳能力

信息只是有待处理的数据和材料	115
信息价值的大小主要取决于人	118
对信息要善于选择和取舍	121
“信息”向个人生产力的转化	127
强化运用信息的实战技能	129

十、时间管理能力

时间管理能力是提升绩效的法宝	134
----------------------	-----





让你脱颖而出 的18种能力

明确价值观是时间管理的根本	136
管理时间，就是管理行为	138
学会实行时间管理	142
要善于进行时间管理	146
高效能时间管理法则	149

十一、创新能力

创新必须具备的基础条件	153
创新者的个性与风格	156
创新者正确有效的思考方法	158
善于思考的人才能不断创新	159
创新的道路就是成功的道路	163

十二、协作能力

要善于与他人牵手合作	169
通过合作的方式完善自己	172
学会借用别人的智慧	173
要善于包容合作者的不足	175
把自己融入合作者中间	177

十三、推销能力

推销自己是一种才华	180
良好的仪表是推销的关键	184
在推销中展现自己	186
推销自我不能缺少热情	189
推销时的微笑让人如沐春风	190

掌握自我推销的要领	193
-----------------	-----

十四、领导能力

要善于树立自己的威信	196
要善于进行科学决策	200
要把握决策的技巧	204
掌握权力艺术中的关键环节	206
善于发现人才而授之以权	207

十五、组织能力

组织者要善于处理好利益关系	210
组织者要善于培养“合力”	214
组织者要善于培养管理能力	219

十六、自我控制能力

要善于自我管理	224
要善于控制自己的情绪	226
要善于冷静思考	228
善用平常心面对身边的事情	231
加强自控能力的修炼	234

十七、竞争能力

成功者要敢于面对竞争	236
要善于对待竞争压力	239





让你脱颖而出 的18种能力

善于在竞争中共同发展	240
善于在竞争中捕捉机遇	242

十八、应对变化的能力

要善于适应变化	244
接受生活的各种挑战	247
顺应潮流积极应变	250
不断调整自己思想与行为	252
从容应对危机	254

十九、应对变化的能力

要善于适应变化	244
接受生活的各种挑战	247
顺应潮流积极应变	250
不断调整自己思想与行为	252
从容应对危机	254

二十、应对变化的能力

要善于适应变化	244
接受生活的各种挑战	247
顺应潮流积极应变	250
不断调整自己思想与行为	252
从容应对危机	254



一、学习能力

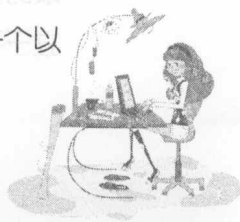
社会不断进步，几乎每一天都有新的东西出现，从而带来了知识结构的不断更新。要想使自己成为万众瞩目的卓越人士，必须不断地努力学习，通过积累知识强化自身各个方面的能力，提高自身的竞争实力，只有这样才能获取广阔的发展空间和更多的发展机遇。

学习能力决定你的成功

今天的社会，学习能力高低与一个人的前途和命运息息相关，一个人的学习能力决定着他的学习是否为有效学习，决定着他是否能够将学到的知识转化为自身的能量，进而取得更好的生存和发展机遇。

美国的钢铁大王安德鲁·卡内基，是一个从英国移民到美国，实现了“美国梦”的苏格兰人，他之所以能够获得巨大成功，成为人们所瞩目的杰出成功人士，很大程度上是因为他具有像海绵一样的学习能力。

1835年11月25日，安德鲁·卡内基出生于苏格兰古都丹弗姆林一个以





让你脱颖而出的18种能力

手工纺织亚麻格子布为生的手工业者家庭。在这种家境下，安德鲁·卡内基一面帮助家里干一些力所能及的事情，一面抽出时间看自己想看的书。到他8岁的时候，英国第一次工业革命的浪潮席卷了丹弗姆林。当地的手工纺织业经不住改良蒸汽机的冲击，纷纷破产倒闭。安德鲁·卡内基一家的生活也每况愈下，帮工被解雇，织布机被变卖。为了维持生计，母亲只好开一间小铺子。然而，伴随工业革命到来的是1846年的欧洲大饥荒和1847年的英国经济危机。灾难像海浪一样，在一浪接一浪的冲击下，安德鲁·卡内基一家实在没有了生计，只得向几年前移居美国匹兹堡的两位姨妈写信询问美国现在的谋生机会怎样。两位姨妈回信告诉他们，目前正是赴美的最好时机，就业机会很多，希望他们能够尽快赶来。

在接到了姨妈的回信之后，安德鲁·卡内基的父母变卖了家中所有的织布机和家具，准备前往美国。在安德鲁·卡内基母亲的一位好友资助下，他们踏上了前往美国的旅途。

他们在波涛汹涌的大西洋上颠簸了整整50天，这漫长旅途的煎熬是安德鲁·卡内基一辈子不能忘记的。也就是这段在海上航行的日子，让安德鲁·卡内基产生了强烈改变现状的念头，也坚定了他通过学习获取知识，改变命运的信心。

安德鲁·卡内基一家人到了纽约后，辛辛苦苦地工作，每周收入仅5美元左右，勉强能够维持一家人节衣缩食的开销。

为了替父母分忧，安德鲁·卡内基进了一家纺织厂当了周薪只有1.2美元的童工。为了能够多挣一点钱，他又利用业余时间去烧锅炉和在油池里浸纱管。油池里的气味令人作呕，灼热的锅炉使他汗流浹背，但恶劣的环境并没有让安德鲁·卡内基就此放弃对美好生活的追求，这种严酷的生活不仅没有使安德鲁·卡内基垮掉，反而像是一团熊熊的火焰，让他想改变现状的欲望之火燃烧得更加强烈，他知道，要想改变自己的命运，就要掌握丰富的知识，而知识需要通过看书和学习得来。在这种信念的支撑下，劳累了一天的安德鲁·卡内基，报考了夜校，每周三次去学习复式记账法。在这段时间内他学到的扎实的会计知识，为他后来建立庞大的钢铁王国并使之立于不败之地奠定了良好的基础。



安德鲁·卡内基一边上班，一边参加夜校学习，一边等待着人生转折机遇的到来。终于，在1849年冬天的一个晚上，机会来临了。安德鲁·卡内基的姨父告诉他，匹兹堡市的大卫电报公司需要一个送电报的信差。他立刻意识到：机会来了。这个年仅14岁的小伙子，以自己的真诚打动了公司的老板——大卫先生，并且通过自己的努力，很快在公司上下获得一致好评。一年后，他就被升为管理信差的负责人。

一个喜欢学习和善于学习的人，在任何时候、任何地方都不会放弃学习的机会。安德鲁·卡内基之所以能够取得成功，是因为他具有永不满足、乐于学习的能力。

在电报公司这段时间内，安德鲁·卡内基熟练地掌握了收发电报的技术，更重要的是他熟读了一本无形的“商业百科全书”。匹兹堡在当年不仅是美国的交通枢纽，也是物资集散中心和工业中心。电报作为当时先进的通信工具，在这座实业家云集的城市起着极其重要的作用。每天走街串巷送电报、滴滴答答拍电报的生活，对安德鲁·卡内基来说就像走进了一所“商业学校”。他熟悉每一家公司的名称和特点，了解各公司间的经济关系及业务往来。这一切对于他在日后创建自己的钢铁王国有着潜在的借鉴作用。以至安德鲁·卡内基后来在回顾这段经历时，称之为是“爬上人生阶梯的第一步”。

工作虽然很辛苦，每天都要来回不停地穿梭于匹兹堡的大街小巷送电报。然而，安德鲁·卡内基从来没有放弃多读一点书，通过学习来提高自己的追求。可是，经济并不怎么宽裕的家里，怎么会有多余的钱用来买书呢？幸好，有一天他在翻阅报纸的时候，偶然发现了这样一则消息：退役的詹姆士·安德森上校愿意将家中所藏400册图书借给好学的青少年们。每逢星期六可以到他家借一本书，一星期后归还，再换借另一本。

这则刊登在报纸上不被人们注意的小消息，对于安德鲁·卡内基来说就像是在路上无意之中捡到了一个装满钞票的大箱子。于是，他惊喜若狂地按着报纸上所刊登的地址，找到了上校的家，并且借到了自己心爱的书。从上校那里借来的书籍，就像是一把钥匙，让安德鲁·卡内基从此和一个崭新的知识接触。从此后，安德鲁·卡内基就像上班一样，每到星期六，都会





让你 脱颖 而出 的 18 种 能力

前往上校那儿去借一本自己所爱看的书籍。更让安德鲁·卡内基感到兴奋的是，由于上校看到借书的少年日益增多，便到纽约添购了各种书籍，扩大了自己的书斋，又向市政府借了一间房，成立了一家真正的图书馆。

正是通过詹姆士·安德森上校开办的图书馆，安德鲁·卡内基从书本上学习到了很多知识，从整体上提高了安德鲁·卡内基各方面的能力，为以后创建钢铁王国奠定了深厚扎实的基础。可以这样说，安德森上校让他在人生的黄金时期有了读书的机会，安德森图书馆奠定了安德鲁·卡内基走向卓越、走向成功的知识基础。后来，当安德鲁·卡内基事业有成之后，为了报答安德森上校的帮助，他在安德森私人图书馆的原址上分别建造了一座大会堂和一家图书馆，并立碑纪念这位恩人。

善于学习和爱好学习的人，在任何时候都可以为自己寻找到提升自我能力的学习机会。他们不仅能够从书籍上吸取自己所需要的能量，更重要的是他们能够从身边的一切，发现到自己所需要的一切，以使自己更成熟，能力得到更进一步的提高。

安德鲁·卡内基无时无刻不在向书本学习，或者向社会学习。他的这种永不知足像海绵吸水一样的学习精神，最终让他成为美国的钢铁大王。他把所有的工作都当做一种提升能力和积累知识的学习过程。

也正是因为他的这种人生态度，使他在创立自己的企业之前，所供职的任何一家企业，都成为最受上司欢迎的员工。他的这段经历，加上后来在宾夕法尼亚铁路公司的10余年工作经历，使他逐步掌握了现代化大企业的管理方法，这种方法使他在后来组织庞大的钢铁企业时获益匪浅。

在学习中提升自己

对自我提出一种更高的要求，将那种不满足于现状的心态转化为一种积极探索求知的欲望，虚心地学习，增强自身的各项能力，是让自己脱颖而出的唯一一条平坦之道。

杰克·汉克斯是一家中央空调公司的业务员。我们都知道像这种类型工作的薪水是与业务员业绩挂钩的。如果能够多推销出去几台空调，他所获得的回报也会随之增长。在竞争高度激烈的社会，想让自己脱颖而出，就需要干出一番成绩来。杰克·汉克斯像很多年轻人一样，认为自己有很强的工作能力，应该有更好的发展空间。于是，其对于自己的这份工作便干得不那么尽心尽力了，反而产生了消极混世的情绪，再也不卖力气去联系业务。他每天只是早上去公司去报一下到，然后借口要和客户见面，就离开公司，要么回家看电视打发时间，要么就是去别的公司应聘。可惜的是，虽然他想寻找到更好的工作，但没有一家公司愿意聘用他。

有一天，杰克·汉克斯在社区门口遇到了他的一位朋友，像以往一样和他打了一个招呼。

那位朋友问：“听说你准备从公司辞职，那以后怎么办呢？”

“怎么办？混呗！”杰克·汉克斯说。

“你认为自己真的能找到更好的工作吗？”朋友反问他。

对于朋友的问话，杰克·汉克斯有些不解了，睁大眼睛狐疑地看着他。

“你认为你这样做能找到好的工作吗？”朋友望着他，在心里叹了一口气，接着说道，“其实，你这是在以一种消极的对抗，你应该尽早地抛弃现在心中的念头，用一种积极的心态去面对所遇到的事情。即使你认为那家公司真的糟糕透顶，不利于你个人的发展，在你还没有找到更好的、更加适合于你的职业的时候，你为什么不能把他当做是一种锻炼自己和学习的机会呢？我想这样对你是没有什么坏处的，通过这些能够提高你的能力啊！再说，如果你不愿意出去跑业务，你又何必要采取这种方式白白地浪费自己的时间呢？难道你不能利用这些时间去学习一些有利于自己将来发展的知识吗？”

杰克·汉克斯听了朋友说的话，默默地点了点头。

两个月之后，朋友再次见到杰克·汉克斯的时候，被杰克·汉克斯的那种热情和活力吸引住了。杰克·汉克斯已经变成了另外一个人。

“看来，你现在不错！”朋友笑着说道。

杰克·汉克斯不好意思地笑了笑，说：“这一切都要谢谢您上次对我所





让你 脱颖 而出 的 18 种 能力

说的那一番话。我还在原来那家公司。”

杰克·汉克斯的话让朋友感到有些吃惊。杰克·汉克斯看出了朋友心中的疑问，微微一笑说：“我现在的这种变化，就连我自己也感到有些吃惊。当我按着你所说的去做之后，在工作的实践之中，让我一次次地体会到了自己原来还有欠缺，我便通过网络和书籍上的知识来充实自己。突然之间，我觉得其实我选择的行业并不像我想象的那么糟，只不过是我自己某些知识上的不足而已。现在，我已经谈成了好几份单子，并且，提升为某个区域的销售主管。”

杰克·汉克斯的成功告诉我们，在现实生活中有杰克·汉克斯开始时念头的人不少，他们不满足于微薄的薪金，总是向往更高的薪水。可是，又不知道该怎么去获取更高的薪水，总是抱有一种怨天尤人的心态。试想，他们能够取得比现在更高的薪水吗？我们何不改变这种不正确的心态，对自我提出一种更高的要求，将那种对现状怨天尤人的消极心态，转化为一种积极探索的求知欲望，以增强自身的各项能力，为使自己脱颖而出奠定基础。只要不断地学习，不断地积累知识，就一定能让自己脱颖而出。为了自己的将来，再累再忙，也要挤出时间来学习，并且，要让学习变得有意思起来。是啊！为了明天，为了能够提升自己的知识和专业技能，为了明天不再像现在这样碌碌无为，我们一定要像海绵一样，从有限的时间中挤出时间来学习。

善于利用时间学习

虽然大家都知道学习的重要性，也深刻知道在科技、信息高速发展的社会，要想提高自身竞争力，拓宽自我发展空间，不断学习是非常必要的。可惜的是，在这种快节奏的生活中，有些人总是处于一种繁忙而有些杂乱的状态之中。于是乎，常常听到身边有人无限感慨地说道：“是啊！确实，我也知道自己的知识缺乏，我也知道学习的重要性，如果不学习的话，迟