

CHANGE THE WAY YOU SEE EVERYTHING
THROUGH ASSET-BASED THINKING

你需要的不是机会，而是变换一种看世界的方式

优势思考

改变你命运的新思维

THROUGH ASSET-BASED THINKING

CHANGE

THE WAY YOU

SEE

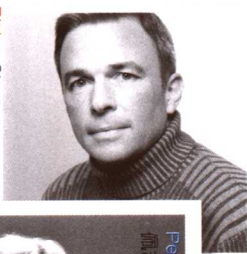
EVERYTHING

[美]凯瑟琳·克莱默 汉克·威斯亚克 / 著 马睿 / 译

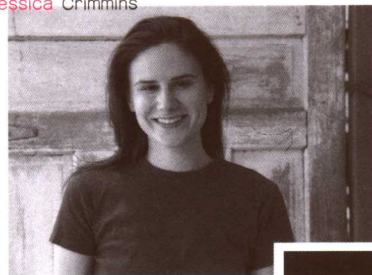
SHWEN 励志
百世文库 志生

中国轻工业出版社

Blake Olsen
布雷克·奥尔森



杰西卡·克里姆斯
Jessica Crimmins



约翰·盖洛斯
John Gellos

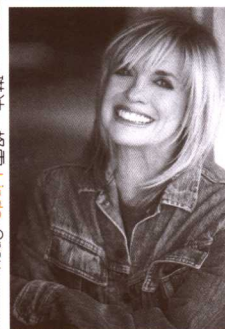


Peggy Guest
佩吉·盖斯特

詹姆斯·拉夫诺
James Lavano



琳达·格雷
Linda Gray



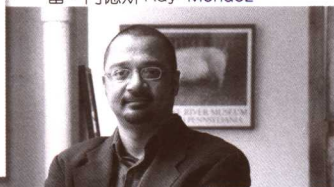
艾德·马拉
Ed Marra



Kelly Tiscdale
凯莉·蒂斯达尔



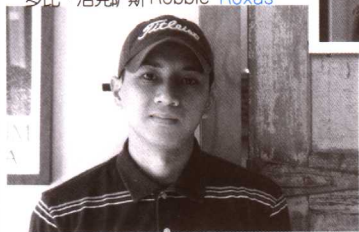
雷·门德斯 Ray Mendez



Beth Chesterton
贝斯·切斯特顿



罗比·洛克萨斯 Robble Roxas



约翰·戴维森
John Davis



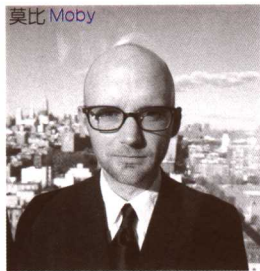
威尔·莫里森
Will Morrison



格里芬·斯坦格
Griffin Stenger



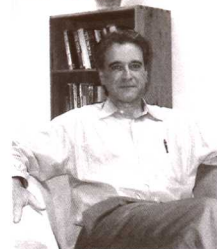
莫比 Moby



Gosia Anna Kollek
高西亚·安·柯列克



艾伦·塔玛伦
Allen Tamaren

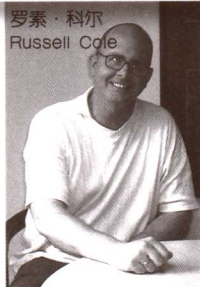


瑞贝卡·盖洛斯 Rebecca Gellos



索尼娅·曼萨诺
Sonia Manzano

罗素·科尔
Russell Cole

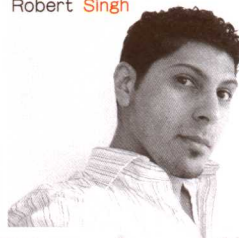


朱迪·杜宾 Judy Dubin

柯琳·摩尔
Colleen Moore

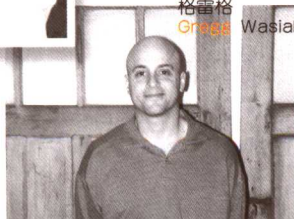


罗伯特·辛格
Robert Singh



切斯·罗杰斯
Chase Rogers

格雷格
Greg Wasiak



Denise Marcell
丹尼斯·马西尔

盖蒂图片 Getty Images



我们的故事

这是一次绝妙的合作，合作双方一方是地处纽约中心地带的商务咨询机构，一方是一家起步不久的创作型公司。在过去二十年中，克莱默机构一直在研究社会各行各业的卓越人士，揭示了他们建立良好的人际关系、为自己的工作和这个世界做出卓越贡献的秘诀所在。在本书中我们发展了一种简单而经证明十分有效的方法，可以将这些秘诀与教训传授给他人……那就是优势思考。

我眼中的汉克：

汉克热爱生活，喜欢与人打交道，还喜欢在工作中发挥创造力。他是一个相当稀有的混合体：有一个在工作中不断总结出来的工作准则，有自己对公平、投入和忠诚的独特见解。汉克是一个卓有成就的执行官，他相信作为一个个体，他完全能够投入自己的一份力量，让人们过上积极的、非同一般的幸福生活。我遇到汉克的时候，他正在寻找有什么想法可以将生活变得更美好。他决定将自己的创造性和营销头脑用于传播优势思考。汉克的决定是本项目最有价值的原动力。每天，他的活力、热情、投入以及他所传播给我的新的优势都让我深受启发，在我看来，汉克最值得称颂的五项优势是：

汉克的优势：

幽默感——能够自嘲，也能笑对生活中具有讽刺意味的事情。

冒险——他喜欢搏，是永远不会随遇而安的那种人。

大胆——我了解他的所思所感，他总是乐于立刻让身边的人知道。

同情心——他有一颗智慧的头脑，唯一能够超越这颗头脑的，是他温柔和富于同情的心灵。

寻求潜质——对他来说，每时每刻都是一个新的开始、新的机会。

dr_assets@assetbasedthinking.com



优势思考是一座思想的灯塔，能够点燃一个人、一种关系和一种事态中最闪亮的部分。将这种有力的工具付诸自己和他人的生活，就来到了概念农场——这是一个创造性的创业者团队，他们在尚不知优势思考为何物的时候，依靠着其所尊崇的诸项原则建立了一个成功的通讯公司。围绕一种共同的激情，我们很容易将所有的人维系在一起——那就是，通过优势思考，让这个世界变得更美好。

我眼中的凯西：

遇到凯西时，我是麦肯－埃瑞克森公司的副总裁，刚刚完成在国际灵气培训中心的培训课程。我知道我应该开始一种更美好的全新生活了，但又不知道该从哪儿开始。就这样，凯西来了，带来了她极富感染力的热情、简单而意味深长的建议。她是一个不可思议的“导师”，极具天赋，又具备女人天然的敏锐直觉。凯西将我的头脑、心灵和灵魂带入了一个全新的境界，在那里，一切都是那么美好……那就是优势思考。感谢凯西，她让我的生活从此永远地改变了。

她每天都带给我新的优势。在我看来，凯西最值得称颂的五项优势是：

凯西的优势：

真实——我完全信任她。

同感——我们永远是连在一起的、相互尊重，并能够感对方所感。

洞察力——我总是能够从她的身上学到更新、更好的东西。

冷静——她对我的关注使我始终没有偏离自己的目标。

有趣——她总能让我微笑，我们常在一起会心大笑。

Hank

assetwise@assetbasedthinking.com



THE CRAMER INSTITUTE THE BEST IS NEXT

克莱默机构(最好的永远是下一个!)

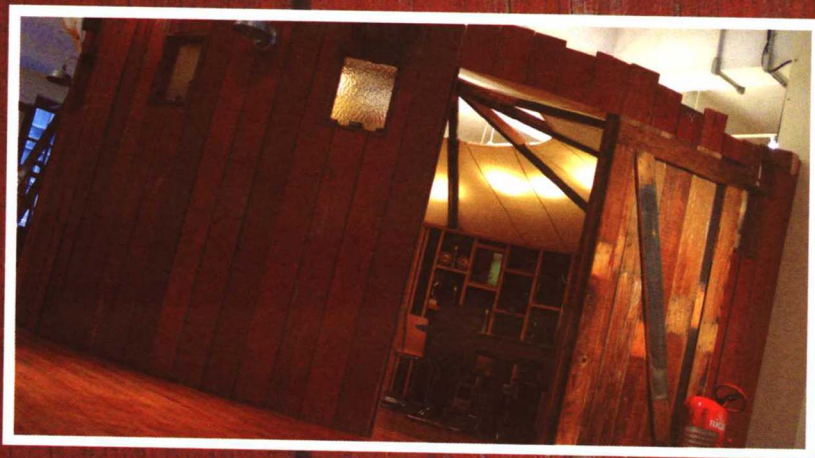
快来加入优势思考问题的人的合作团体吧! 在你的思想、言行和人际交往中注入这种思维方式所带来的力量, 享受其中的巨大乐趣吧。ABT 在任何时候、任何地点都是有用而有效的——无论你在办公室里、在火车上、会议中、外出午餐抑或享受沐浴。在过去的二十年中。克莱默机构一直致力于为各行各业的人配备 ABT 的武器, 从而大大改变了他们的生活。



凯瑟琳·克莱默在圣路易斯大学获得心理学博士学位。1980年, 她在圣路易斯大学医学中心内创建了“抗压中心”, 并于1990年创建克莱默机构。克莱默博士是一位广受欢迎的前卫思想家, 已经成功地引导300多家公司和机构采用优势思考经营了。她早期还发表过其他三部作品:《当你的世界轰然倒塌, 如何重建人生》、《回家的路》和《不够快捷、不够坚强、不够敏锐怎么办》。

概念农场

概念农场中的农夫们个个深入发掘自己的创造性潜力以及在广播制作和数字媒体方面的专业知识,将克莱默机构提出的优势思考的方式这一武器发展到一个新的水平。开办这些备受欢迎的研讨会、讲习班和教练指导课程并对其进行不断完善和扩充,的确使得将每个人“维系起来”不再是空谈。登录我们的网站 www.assetbasedthinking.com, 快来加入这个积极思考、积极生活的团体吧。



汉克·威斯亚克是广告界的偶像级人物,已经与全球各大顶级商业公司建立了客户关系。他起初是麦肯-埃瑞森公司的副总裁,后与人共同创办了概念农场,这是一家回报丰厚的通讯公司。概念农场因做过许多突破性的创作工作而令业界刮目相看,人尽皆知,迄今已获得了50多项国际创作大奖,包括克里奥广告大奖、戛纳广告奖和艾美奖。



The Concept Farm



“ Each choice we make
causes a ripple effect in our lives,
When things happen to us,
it is the reaction we choose
that can create the difference between
the sorrows of our past
and the joy in our future. ”

“我们所做的每一个选择都会在生活中引发连锁反应。一旦有事发生，我们所选择的反应会产生不同的结果：要么沉湎于昨日的伤痛不能自拔，要么拥抱明天，享受快乐！”

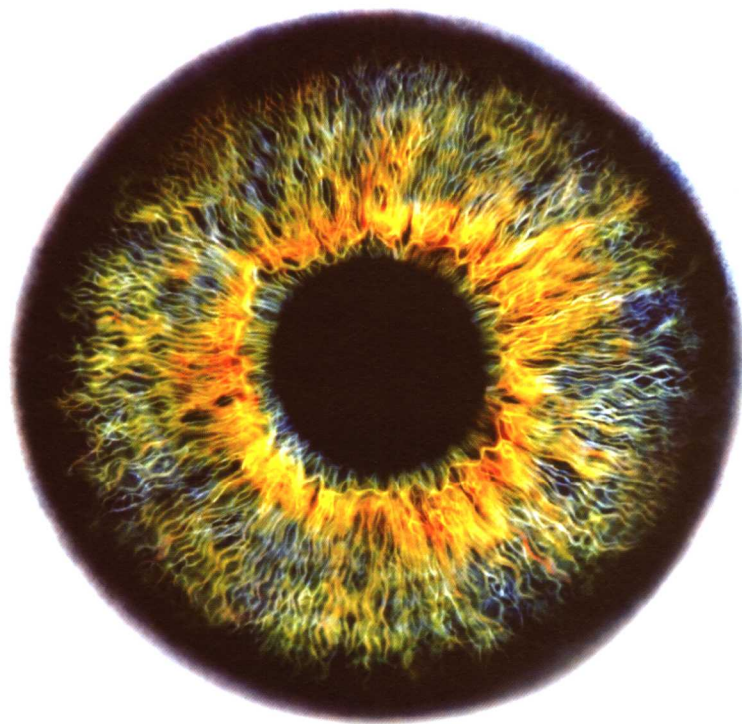
——切丽·汤普森 Chelle Thompson

顾问、心理学家、灵感网编辑

“When you change the way you see things, the things you see change.”



“一旦你彻底改变了看世界的方式,你看到的这个世界就会真的发生改变。”



SHI WEN BOOK 励人
百世文库 志生

优势思考

改变你命运的新思维

THROUGH ASSET-BASED THINKING

CHANGE

THE WAY YOU

SEE

EVERYTHING

[美] 凯瑟琳·克莱默 汉克·威斯亚克 / 著 马 睿 / 译

中国轻工业出版社

- ☐ 中国大陆中文简体字版出版 © 2007 中国轻工业出版社
☐ 全球中文简体字版版权为世文出版(中国)有限公司所有
☐ 本书中文简体字版版权由博达著作权代理有限公司代理

图书在版编目(CIP)数据

优势思考: 改变你命运的新思维 / (美) 克莱默, (美) 威斯亚克著; 马睿译. — 北京: 中国轻工业出版社, 2007.4

ISBN 978-7-5019-5893-1

I. 优… II. ①克…②威…③马… III. 思维方法—通俗读物 IV. B804-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 028317 号

CHANGE THE WAY YOU SEE EVERYTHING THROUGH ASSET-BASED THINKING
by Kathryn D. Cramer and Hank Wasiak
Copyright © 2006 by The Cramer Institute and The Concept Farm
Simplified Chinese translation copyright © 2007 by Shiwenbooks (China) Co., Limited
Published by arrangement with Running Press, a Member of Perseus Books Group
ALL RIGHTS RESERVED

责任编辑: 李 颖 责任终审: 劳国强

责任监印: 胡 兵 装帧设计: 阿 元

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街 6 号, 邮编: 100740)

印 刷: 北京朗翔印刷有限公司(北京大兴区黄村镇李村开发区 6 号, 邮编: 102600)

经 销: 各地新华书店

版 次: 2007 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

开 本: 889 × 1194 1/24 印 张: 6

字 数: 43 千字

书 号: ISBN 978-7-5019-5893-1/G · 690 定 价: 33.00 元

著作权合同登记 图字: 01-2007-1543

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部联系调换

发行电话: 010-84831086 84833410

70177J6X101HYW

更多百世文库书讯请登陆: <http://www.shiwenbooks.com>

推荐序

常常有人问，我是如何成为一名成功而多产的作家的。在讲述自己创作的驱动力之前，让我先来讲一个少年时代的故事，它给我的一生带来了积极的影响。

我生长在纽约州哈德孙河沿岸的纽堡，我的祖父在那里经营冰淇淋和冷冻食品的外卖生意。祖父的销售区域大多不过是风暴王山另一侧的几座小村庄，偶尔，他会带我一同去送外卖。

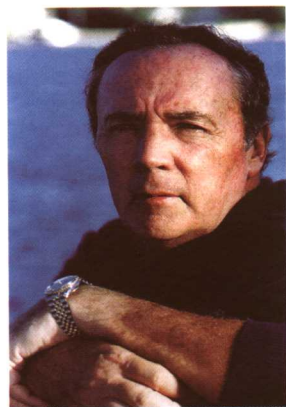
每次我们开车越过那座山，到山的另一侧的时候，祖父都会引吭高歌起来。他当然不是什么超级歌星，但他唱歌的时候充满了感情（声音也十分洪亮），一天，我问他为什么总是要唱歌。

他转身看着我，道出了此生对我影响最大的一句职场箴言。他说他并不在意我将来是当选美国总统、成为一个挖地沟的工人，还是像他一样整天开着辆货车到处跑。只有一点是最最重要的：“每天早上你在穿越一座山的时候，记着一定要唱歌。你看，我虽然开着这辆破旧的冰淇淋货车，但一样可以唱歌。我很快乐，吉姆。”

这就是我对待写作的方式。每天早上我走进自己的书房坐下来写东西的时候，我的心中都有一首歌。

我读了《优势思考：改变你命运的新思维》一书，发现它的确实现了创作初衷，甚至超越了最初的目标。这是一个简单而出色的主题。很像我祖父的建议，是对生活的真知灼见。

James Patterson



■ 詹姆斯·帕特森

销量第一的畅销书作家，被誉为美国惊悚推理小说天王，他的作品屡屡创下美国书市排行榜销售纪录。他是第一位同时荣登《纽约时报》成人图书畅销排行与未成年人图书销售排行首位的作家。在美国，已设立“詹姆斯·帕特森读书奖”。他的小说荣获全美神秘悬疑作家协会评选的2005年神秘悬疑小说“埃德加·爱伦坡奖”，国际年度小说奖。詹姆斯·帕特森名列《财富》杂志100名人排行榜。





Part 1



Part 2



Part 3

Part 4

小改变孕育大转变

认识什么是优势思考(ABT)

10 想像一下……

换一种方式看自己

尽情赞美自己的优点，专心关注下一次考验

完美无瑕的生活

41 别再期许完美

43 超越焦虑……创造无限活力

44 培养自己对优势上瘾

让激情成为源于自身的力量

49 清晨从床上跳起来，开启对一天的美好设想

50 让身边的人大吃一惊

52 无论如何，都要心怀美好的设想

换一种方式看他人

用积极的眼光看待他人，获得更大的人际吸引力

让冲突为自己充电

73 让反对的声音深入我心

75 从解构到重构

77 诚实最重要

提高集体智商

80 每个人的起点都是“A”

82 经常模仿，不要不好意思

85 事后的思考

换一种方式看事态

视野越宽，风景越美

将威胁变成挑战

106 像往常一样自然呼吸！

108 问题的出现是一个暂停键

112 后知之明+洞察力=先见之明

从现在开始创造未来

117 做一个每天都敢看见地平线的人

118 让梦想起飞……你可以做到！

121 吸引力定律

换一种方式看未来





小改变

HOW SMALL SHIFTS MAKE

孕育

SEISMIC DIFFERENCES

大转变