

·发现自己的优势，并巧妙地发挥自己的优势，将给你一生的事业带来转机，为你通往成功的道路点亮明灯，助你早日登上事业的巅峰。

为你成功的道路点亮明灯·助你早日登上事业的巅峰

发现自己的 优势

高林玉◎编著

判断一个人是不是成功，最主要的是看他是否最大限度地发挥了自己的优势。通过研究发现人类有400种优势，这些优势本身的数量并不重要，最重要的是应该知道自己的优势是什么，之后要做的则是将你的生活、工作和事业发展都建立在你的优势上，发挥你的优势。

——克利夫顿



中国经济出版社
CHINA ECONOMIC PUBLISHING HOUSE

发现自己的优势，并巧妙地发挥自己的优势，将给你一生的事业带来转机，为你通往成功的道路点照明灯，助你早日登上事业的巅峰。

为你成功的道路点照明灯·助你早日登上事业的巅峰

发现自己的优势

高林玉◎编著

判断一个人是不是成功，最主要是看他是否最大限度地发挥了自己的优势。通过研究发现人类有400种优势，这些优势本身的数量并不重要，最重要的是应该知道自己的优势是什么，之后要做的则是将你的生活、工作和事业发展都建立在你的优势上，发挥你的优势。

——克利夫顿



中国经济出版社
CHINA ECONOMIC PUBLISHING HOUSE

北京

图书在版编目(CIP)数据

发现自己的优势/高林玉编著. —北京:中国经济出版社,2007.9

ISBN 978-7-5017-8227-7

I. 发… II. 高… III. 成功心理学—通俗读物 IV. F830.59

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 007396 号

出版发行:中国经济出版社(100037·北京市西城区百万庄北街3号)

网 址:www.economyph.com

策划编辑:伏建全(电话:010-68321948 E-mail:fjq0424@vip.sina.com)

责任编辑:陈 瑞(电话:68308641)

责任印制:张江虹

封面设计:任燕飞工作室

经 销:各地新华书店

承 印:北京市地矿印刷厂

开 本:710×1000mm 1/16 印 张:15.75 字 数:238千字

版 次:2007年9月第1版 印 次:2007年9月第1次印刷

印 数:8000册

书 号:ISBN 978-7-5017-8227-7/F·7222 定 价:29.80元

版权所有 盗版必究 举报电话:68359418 68319282

服务热线:68344225 68369586 68346406 68309176

序 言

生命到底是什么？难道你一辈子默默无闻地为工作忙碌，为生活而奔波吗？难道你一生注定是别人前进的跳板，成功的基石吗？难道你一定要向那些优秀成功人士顶礼膜拜吗？其实，不论境况如何，你都不会一无是处。你的生命首先是发现自己，而非全面地改造自己。

世界知名的心理学家克利夫顿说：判断一个人是不是成功，最主要的是看他是否最大限度地发挥了自己的优势。通过研究发现人类有四百种优势，这些优势本身的数量并不重要，最重要的是应该知道自己的优势是什么，之后要做的则是将你的生活、工作和事业发展都建立在你的优势上，这样你就会成功。

有人说：“垃圾是放错了地方的宝贝。”现在很多人每天花很多时间学习创造，但是却不知道自己的优势在哪里。每个人都有自己天生的优势和局限。俗话说：知人者智，自知者明。成功的人生规划，就在于发现自己的优势并加以凸现，根据自己的优势设计未来，找准属于自己的人生跑道，让别人来认识自己，赏识自己，开辟一条属于自己的成功之道！很多成就卓著人士的成功，首先得益于他们充分了解自己的优势，根据自己的特长来进行定位或重新定位。

爱因斯坦在念小学和中学时，功课平常。教他希腊文和拉丁文的老师对他很厌恶，曾经公开骂他长大后肯定不成器，甚至曾想把他赶出校门。但他对数学、几何和物理方面有着浓厚的兴趣，凭借他在这些方面的优势，最终成为伟大的物理学家。比尔·盖茨尚未读完大学就被迫退



学，但他凭自己在计算机上的优势和天分成为世界首富。

“尺有所短，寸有所长”。每个人最大的成长空间在于其最强的优势领域，多花点时间把自己的优势发挥到极致，而不是花很多时间去弥补劣势。弥补劣势，虽然有时确有必要，但它只能使我们避免失败，而不能使我们出类拔萃。因为很多能力是与生俱来的，依靠教育、学习与培训也是事倍功半，未必有好的效果。如果你缺乏空间想象能力，却从事建筑设计；你对数字不敏感，却在当会计。你不仅很难取得大的成绩，甚至工作也会很吃力。

只有发现了自己的优势，善于发挥自己优势，才能使自己的人生价值增值，创造美好的财富蓝图。否则你的优势就是白白浪费，毫无价值。就像一颗钻石，如果沉在海底，就无异于破铜烂铁，只要把它捞出来，真正使用，才能体现它的价值。

事实上，我们大部分人对自身才干和优势的了解并不全面，更不具备根据优势安排自己生活的能力。相反，我们曾接受的教育“你要把这些那些的缺点改掉，争取做一个好孩子、好学生……”使我们成了查找自身缺点的专家，为修补这些欠缺而一生追求。当我们把过多的精力用于弥补缺点时，也就无暇顾及发挥优势了。正如一个人如果想面面俱到、样样优秀，要耗费的精力实在太多了，若能集中优势把某一项做精、学专，那将成为某一领域的行家里手。

美国管理学者华德士提出：21世纪的工作生存法则就是建立个人品牌。他认为，不只是企业、产品需要建立品牌，个人也需要在职场中建立个人品牌。竞争并不可怕，可怕的是自己并无太多让人记住的东西。从现在开始，发现自己的优势，让它成为你的独特品牌，让别人一下就能想起你：“哦，这项任务由他来担当最合适，他具有这方面的优势！”

你想找到通往成功捷径吗？那就请读一读这本书吧，它能让你发现自己的优势所在，总结自己的优势所在，合理整合自己的资源，争取激发潜能，让自己的火山爆发起来。给你一生事业带来转机，为你前行的道路点亮明灯，帮助你早日登上成功的巅峰。

本书从心理学、社会学、人才学等多种角度，借助大量成功者形象而生动的典型事例为切入点，展开了深入的分析 and 探索，验证出成功的人生皆源于对自身优势的深入挖掘和极致发挥。从认识你自己的优势出发，阐明优势的重要性，制定人生的目标，审时度势地把握身边的每一个机遇，发挥巩固自己的优势，拓展创造自己的优势。不断提升自己的价值点和社会的竞争力。

编者

2007年6月



目 录

第一章 认清优势，做最好的自己

每个人身上都有最优秀而独特的地方，这份优秀只属于你自己。而一个人成功与否，取决于他是否能发现自己的优势，并全力将它发挥出来。只有了解自己的优势，最大限度地发挥自己的专长，才能让你登上人生的绚丽舞台。

- ※认识你自己 /3
- ※认清自我，定位人生 /6
- ※人贵有自知之明 /9
- ※换个角度看自己 /12
- ※健康是你的财富 /15
- ※发掘自身的宝藏 /18
- ※做自己的伯乐 /21
- ※转变你的劣势 /23
- ※寻找自己的天赋 /26
- ※认清自己的特长 /29



第二章 制订目标，为优势指明方向

一旦发现自己的优势，你就应该马上根据自己的优势，制订人生的奋斗目标。目标是指引人生成功的罗盘，它为我们提供了一个看得见的射击靶，只要始终把目光盯在这个射击靶上，不断努力挺进，就一定能够走向辉煌。

- ※目标是出色人生的灯塔 /33
- ※目标早确立，人生早成功 /36
- ※目标决定事业的高度 /39
- ※给你的优势制订目标 /42
- ※列出目标，坚持奋斗 /45
- ※量体裁衣设目标 /48
- ※分解你的目标 /51
- ※适时调整你目标的方向 /54

第三章 马上行动，莫让优势成劣势

“说一尺不如行一寸。”任何伟大的计划，伟大的理想最终必然要落实到行动上。如果不付诸行动，优势就变成劣势。只有行动起来，方能将自己的优势轻化为成功的能量，变成无人可以抵挡的强势。

- ※行动是撬起梦想的杠杆 /59
- ※开始便意味着成功 /62
- ※行动必须忠于目标 /64
- ※行动不能半途而废 /68
- ※做行动家，不做空想家 /70

- ※不要犹豫，马上行动 /73
- ※决定未来的是今天 /76
- ※惰性是成功的最大杀手 /79
- ※看准时机，及时行动 /82
- ※抓住拖延这个“贼” /84

第四章 审时度势，把握每一次机遇

一个人要想取得事业的成功，除了本身有优势和努力奋斗之处，还有一个重要的因素就是机遇。有没有机遇，能不能抓住机遇，是收获成功的关键点。优势与机遇相结合，加大了你成功的筹码。

- ※播种机遇，收获成功 /89
- ※做机遇的有缘人 /92
- ※面对机遇，该出手时就出手 /95
- ※机遇偏爱有准备的人 /98
- ※机会靠自己去争取 /101
- ※创造机会，成就梦想 /103
- ※主动出击，迎接机遇 /106
- ※在冷门中嗅出机遇 /109
- ※把握机遇，抢占先机 /112
- ※创造机遇，抓住机遇 /115



第五章 发挥优势，让才能尽情释放

大凡成功者，他们成功的关键都是掌握了自身的优势，并加倍强化这种优势，完全投入到自己所擅长的事情之中，将自己的优势发挥到极致。

- ※别埋没自己的优势 /119
- ※做自己最擅长的事 /121
- ※在最需要你的地方发光 /124
- ※成功靠造势，好酒也怕巷子深 /127
- ※合理利用你的长处 /130
- ※转换思路，就能有出路 /133
- ※找准自己出彩的舞台 /136
- ※唤醒你的潜能，创造奇迹人生 /138
- ※在最熟悉的地方做最熟练的事 /142

第六章 拓展优势，借贵人扶摇直上

一个人要想成功，往往离不开贵人的鼎力相助，有贵人相助，往往能够缩短你的奋斗时间，使你的事业一帆风顺、宏图大展。自己有优势有才干，加上身后有贵人扶持，将是你战无不胜的秘诀。

- ※好人脉等于好前程 /149
- ※贵人相助，马到成功 /151
- ※寻找你生命的贵人 /154

- ※借贵人的光照亮你的人生 /157
- ※慧眼识贵人 /160
- ※朋友多了路好走 /163
- ※单打独斗，举步维艰 /166
- ※聪明睿智，广结情缘 /168
- ※善于“储蓄”人情 /171

第七章 提升自我，为优势注满能量

成功永远只属于那些不断进取的人。人类历史在不断发展，现代化的科技也日新月异地发生着变化，如果你不想被社会淘汰，那么就要不断地学习、学习、再学习。所以，要拓展你的优势，就必须将提升自我进行到底！

- ※学会和自己赛跑 /175
- ※穿合适的鞋，走最近的路 /178
- ※每天进步一点点 /181
- ※艺多不压身 /184
- ※更上一层楼 /187
- ※在细节中提升自我 /190
- ※终生学习，永不落伍 /192
- ※不断进取，超越自我 /195
- ※消除自卑的弱势 /199
- ※在比较中发现优势 /203

第八章 创造优势，成就完美人生

生命的意义在于创造，然而总有许多人被各种压力困境包围的步履艰难，其实只要你勇于尝试，大胆地冲破身边固



有的束缚，创造利于自己发展的优势，勇敢地跳出玻璃罩，
你的人生会变的更加完美无缺，困境也就不复存在了。

- ※开掘自己的金矿 /207
- ※塑造个人形象优势 /210
- ※好口才成就好前程 /212
- ※吸引人的个性 /214
- ※让自己无可替代 /217
- ※成为公司的中流砥柱 /220
- ※培养好习惯的优势 /223
- ※把缺陷作为动力和优势 /226
- ※换种思维方式创造优势 /230
- ※站在巨人的肩膀上 /233
- ※打造自己的优势品牌 /236



第一章

认清优势，做最好的自己

每个人身上都有优秀而独特的地方，这份优秀只属于你自己。而一个人成功与否，取决于他是否能发现自己的优势，并全力将它发挥出来。只有了解自己的优势，最大限度地发挥自己的专长，才能让你登上人生的绚丽舞台。

认识你自己

人生最大的不幸，不在于遇到的挫折有多大，而在于我们不能正确评价自己的才能与专长。

有只不可一世的狐狸，总认为自己是森林中最强大、最聪明的动物。

一天下午，它独自散步，走着走着，它意外地发现自己的身影十分大。这个新发现让它非常高兴，于是它更加相信自己是森林中最了不起的动物。

正在狐狸得意忘形之际，来了一只狮子。看到狮子时，狐狸一点都不害怕，它拿自己的影子和狮子相比较，发现自己的影子比狮子还大，就不理睬狮子，自得其乐地在那里继续散步。

狮子趁它毫无防备时，一跃而上，最终这只狐狸便成了狮子的口中餐。

还有这样一个故事：有一个大地主对一个穷人说：“这一大片土地都是我的，我决定尽可能帮助你。你现在出发，能走多远就走多远，然后在你走过的地做个记号，只要你在天黑之前赶回这里，那么你所走过的土地就都归你所有。”穷人高兴地出发了。走啊走，到天黑的时候他也没有走回来，结果累死在前进的路上。贪心的穷人根本就没有想到要回头，他一



发现自己的优势

直想尽可能地多走一段路，最后他不仅什么也得不到，还失去了自己的生命。

自大和无知只能给自己带来伤害甚至是毁灭。狐狸和穷人的悲剧都在于他们不能清醒地认识自己。

了解自己，认识自己，真的有那么难吗？在希腊一座古老的神殿上，镌刻着这样一句话：“认识你自己。”每当游人来到这里，都要驻足凝思，细细品味着这句话的深刻含意。

相传很久很久以前，古希腊维奥蒂亚境内的底比斯城，来了一只狮身人面的怪兽，被称之为“斯芬克斯”。它站在山顶上，用缪斯传授的谜语刁难人。谁猜不中这则谜语，就要被它吃掉；如果谁猜中了，它就自杀。

这则谜语是这样的：今有一物，同时只发一种声音，但早晨是四条腿，中午只有两条腿，而到晚上却有三条腿，这是何物？好多人都没有猜对这则谜语，结果全被怪兽吃掉了。

后来，城外来了一个名叫奥狄浦斯的青年，终于猜中谜底是“人”。因为在婴儿时期，呀呀学语，匍匐爬行，似用四只脚走路；慢慢长大，少年英俊，青年潇洒，中年如日中天，只有两脚走路；而到年迈体衰，老态龙钟，需拄杖而行，好像有三脚。奥狄浦斯猜中了此谜，斯芬克斯随即自杀。

这个看起来十分简单的谜语，为何许多人都猜不中，被迫葬身于狮身人面怪兽的腹中？可见，人并不认识自己。

有这样一道测试题：当一个落水昏迷的女子被救起后，她醒来发现自己一丝不挂时，第一个反应会是捂住什么呢？答案是：她尖叫一声，然后用双手捂住自己的眼睛。

从心理学角度上看，这是一个典型的不愿面对自己的例子。因为自己有“缺陷”或者自己认为自己有“缺陷”，就通过这种方法把它掩盖起来。但这种掩盖实际上就像落水女子一样，把自己的眼睛蒙上。所以，人要认识自己，首先必须学会面对自己。

一位孤独的年轻画家，起初到一家报社应聘，主编看了他的作品之后，认为其作品缺乏新意而拒绝录用他。后来，他终于找到了一份工作，替教堂作画，可是报酬极低。他无力租用画室，只好借用一间废弃的车库

作为临时办公室。每天熄灯睡觉后，车库里就是老鼠的天堂，它们欢快地你追我赶着。

有一天，当疲倦的画家抬起头时，他看见昏黄的灯光下有一对亮晶晶的小眼睛，那是一只小老鼠。画家微笑地注视着这只可爱的小精灵，顿时觉得自己其实并不孤单。

那只小老鼠一次次出现，不只是在夜里。他从来没有伤害过它，甚至连吓唬都没有。它在地板上做着各种运动，表演精彩的杂技。而他这个唯一的观众，则奖励它一点点面包屑。渐渐地，他们互相信任，彼此间建立了友谊。

不久，年轻的画家被介绍到好莱坞去制作一部以动物为主角的卡通片。这个来之不易的机会，使他似乎看到成功的大门向自己开了一道缝。但不幸的很，他再次失败了，不但因此穷得身无分文，而且再度失业。

一天夜里，他读到了这样一句话：“是呀，以前我总是为名利而努力，如果永远没有人知道我干的事，也永远没有人付给我报酬，那么，我将干什么呢？”他恍然大悟，突然明白了自己来到这个世界的使命，他弄清楚了自己的本来面貌。于是，他迅速爬起来，拉亮灯，支起画架，一个世界上最伟大的动物卡通形象——米老鼠诞生了。而这位年轻的画家就是后来美国最负盛名的人物之一——沃尔特·迪斯尼。

一个人的一生可以扮演很多角色，但是，只有一种角色能真正的让你成功。这就是做你自己，做最好的自己。鱼儿从来不会因为游泳而劳累，鸟儿从来不会因为飞翔而厌倦，花儿从来不会因为盛开而疲惫，因为它们始终都在扮演自己。

很多时候，我们总是被别人的意见所左右，比如别人说你笨，没有前途，不会取得成功，你也就相信了，从此以后就不再奋斗。其实，人生最大的悲剧与不幸，不在于遇到的挫折有多大，而在于我们不认识自己，不知自己有怎么样的能力，应该做什么！当你了解了自已，就等于打开了通往成功的大门。