

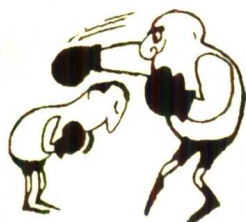
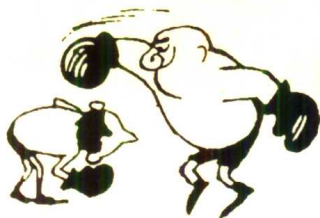
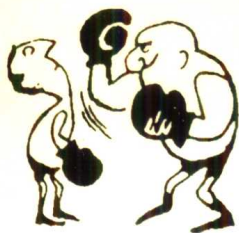
♥ 实用心理学文库

听然 编著

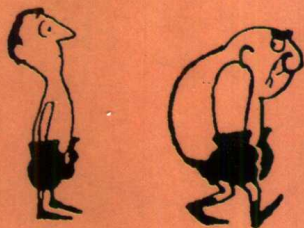
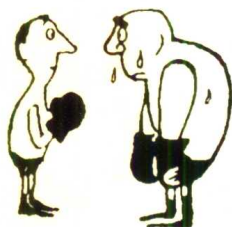
主编 李勇 副主编 张华玉 方百寿

中国

图书馆



竞争心理



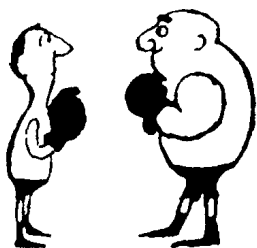
♥ 拿破仑的启示
♥ 你有创造潜力吗
♥ 透过对方看自己
♥ 心理的较量
♥ 不妨再次从头做起

实用心理学文库

主 编 李 勇
副主编 张华玉 方百寿

竞争心理

昕 然 编著



中国人口出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

竞争心理/李勇主编. —北京: 中国人口出版社, 1997

(实用心理学文库)

ISBN 7-80079-360-5

I. 竞… II. 李… III. 竞争-社会心理 N.C912.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1997) 第 05080 号

竞 争 心 理

昕 然 编 著

中国人口出版社出版发行

(北京市海淀区大慧寺 12 号 邮政编码: 100081)

各地新华书店经销

北京鑫欣印刷厂印刷

*

开本: 787×1092 毫米 1/32 印张: 5

字数: 77.5 千字

1997 年 10 月第 1 版 1997 年 10 月第 1 次印刷

印数: 1—10, 000 册

ISBN 7-80079-360-5/G · 119

定价: 8.00 元

实用心理学文库

策划 翟大刚 主编 李勇 副主编 张华玉 方百寿

- | | | |
|---------|-----|-----|
| 《人格心理》 | 李 勇 | 编 著 |
| 《婚姻心理》 | 柳云依 | 编 著 |
| 《恋爱心理》 | 李湘兴 | 编 著 |
| 《幽默心理》 | 黄宇明 | 编 著 |
| 《两性心理》 | 牛 人 | 编 著 |
| 《儿童心理》 | 李 丹 | 编 著 |
| 《青春期心理》 | 丛 生 | 编 著 |
| 《自慰心理》 | 唐 涵 | 编 著 |
| 《变态心理》 | 晓 磊 | 编 著 |
| 《社交心理》 | 明 子 | 编 著 |
| 《记忆心理》 | 张得广 | 编 著 |
| 《考试心理》 | 柏 授 | 编 著 |
| 《竞争心理》 | 听 然 | 编 著 |
| 《就业心理》 | 凌 子 | 编 著 |
| 《创造心理》 | 阿 宝 | 编 著 |

责任编辑 彭 琰
装帧设计 大 闽

你同意人生是一个战场吗？
竞争早就开始了，从摇篮到墓地。
竞争是心理角逐，斗智斗勇。
要有求胜的欲望，
要有可胜可败的心理素质，
要知人心，知我心，
知优劣长短，要计胜一筹。
本书是你成功的良友。

ISBN 7-80079-360-5



9 787800 793608 >

ISBN 7-80079-360-5
G·119 定价：8.00

中华书局

录

第一章 激发你的求胜心理

- 1 拿破仑的启示
- 4 洞察你的气质
- 7 培养你的求胜素质
- 7 可口可乐公司在干什么
- 8 哈默的冒险
- 11 “假发”生意的由来
- 12 没有制动器就不可能有机器
- 13 发掘你的求胜动机
- 19 检测你的心理
- 19 你属于哪种气质
- 24 你有创造潜力吗
- 29 你的心理衰老了吗

- 34 第二章 竞争前的心理准备
- 34 你永远是最强者
- 35 希腊船王奥纳西斯为何创造奇迹
- 37 教你自信
- 39 做好面对困难的准备
- 40 面对两种困难
- 42 许涤新的经历
- 43 强者须有坚强的意志
- 44 王震打倒“美先生”——原则性
- 47 奥纳西斯的阿拉伯之行
——勇敢性
- 51 亚科卡的成功——坚韧性
- 55 “亚洲最富企业家”的风采
——果断性
- 58 检测你的心理

- 58 你的自信心如何
- 60 你的应变力
- 65 你有独立性
- 69 第三章 竞争中的心理谋略
- 70 透视对方的
- 70 他说了什么
- 74 他做了什么
- 77 透过对方看自己
- 84 如何赢得成功
- 84 5分钟的交易
- 88 你愿意成为“一个民族的屠夫吗”
- 90 陕西“三印”厂长常存发为何能
创造奇迹
- 99 如何克敌制胜
- 99 让他骂个够

- 101 哈蒙让对方小获胜利
- 103 林肯发火了
- 104 洛克菲勒的缄默
- 106 对方的心理是什么
- 108 心理的较量
- 111 检测你的心理
- 111 你的理智程度如何
- 112 你的聪明程度如何
- 114 你果断吗
- 119 第四章 竞争后的心理调节
- 120 对嫉妒的心理调节
- 122 重新站起来
- 126 战胜抑郁
- 129 打倒“自卑”
- 131 寻求“心理平衡”

- 134 “悔恨”有价
- 136 不妨再次从头做起
- 138 检测你的心理
- 138 你是否有观察力
- 142 你患有“紧张症”吗
- 145 你注重客观吗

090071

第一章 激发你的求胜心理

拿破仑的启示

拿破仑曾有一句名言：“不想当元帅的士兵不是好士兵！”

本世纪初最有名的华侨企业家黄仲涵有一句口头语是：“决不要满足于做一名普普通通的人。你要瞄准那最高的目标。”

因此，面向未来，你的心志应该是：不停地超越过去，也不停地超越自己。一个没有超越欲望的人则如逆水行舟，不进而退。

据基督教《圣经》上记载，上帝捏土造亚当，又取亚当肋骨造夏娃。他们是人，是无忧无虑，不知羞耻的人。但只有当他们在蛇的引诱下偷吃了禁果才意识到自我，才感到赤身裸体的羞耻。也正因为他们突破、超越了上帝不准他们偷吃智慧树上果子的禁令，才被上帝赶出了伊甸园。于是，人的意识产生了，人类也逐渐开始繁衍。

超越和竞争其实是不可分割的孪生兄弟。要想在竞争中获胜，首先的是要有心理上的超越意识。公元前 496 年，越王勾践被吴王夫差打败。但他卧薪尝胆，采取“十年生聚，十年教训”的策略，率领国人休养生息，发展生产，终于在公元前 473 年灭吴。越王勾践否定了那个失败者的自我，重塑了一个胜利者的形象，他在否定自我的同时也超越了吴王夫差。吕蒙是三国时东吴的大将，他作战勇猛，也有谋略，很受孙权器重。但他幼年时不曾读书，孙权就要他好好学习，以开阔眼界。他接受了孙权的劝告，虽然年长了，但仍从此“笃志不倦，其所览见，旧儒不胜。”周瑜死后，鲁肃接任东吴统帅，开始时，他对吕蒙并不重视。在如何对付蜀国猛将关羽的问题上，吕蒙向鲁肃献了“三策”，鲁肃大为敬佩。说：“我认为你只会打仗，想不到你‘学习英

博’，已不再是‘吴下阿蒙’了”。吕蒙博览典籍后，指挥作战时，运筹策划，胆识并增，几乎战无不胜，成为东吴的杰出统帅。在这里，吕蒙经过自己的努力，否定了从前“吴下阿蒙”的一介武夫形象，从而超越了自己所有的伙伴，成为一个有勇有谋的统帅。

一个人要想超越自己，超越对手，取得事业上的成功，要受到内在因素和外在因素的制约和影响。内在因素包括能力素质、身体素质和心理素质。外在因素包括政治环境因素、传统观念因素、机遇因素等方面。其中在内外因素中，起穿针引线作用的正是心理素质。

有了杰出的能力，有了强壮的身体，有了有利的外在客观条件，一个人如果缺乏适宜的心理素质，他也未必能超越对手，取得成功。一个人在各种环境、各种条件下的心理素质，即适应不断变化的各种情况，不断地将自己的内在能力充分发挥出来的能力，在企求超越的过程中能起促进或阻碍超越目的客观的作用。有些人在台下说话头头是道，但一到台上就脸红脖子粗，说不出话来。有些人在熟人面前谈笑风生，而到一个陌生环境，面对一些不熟悉的人时，说话却结结巴巴，让人不知所云。一些

中学生平时成绩很好，但一到高考场上，头脑中的东西却不翼而飞，最终名落孙山。之所以会出现这些情况，是因为他面对竞争时，没有良好的心理素质。

心理素质包括情感、信心、意志力、韧性等内容，这些是实现超越不可缺少的精神前提。一个人如果缺乏自信心，老是认为自己不如别人，那么即使他有很强的能力素质，也不能充分发挥其应有的才能。一个人如果缺乏足够的意志力和坚韧性，那他在挫折和失败面前必然会从此消沉，一蹶不振。

洞察你的气质

我们常常看到：生活中有的人容易激动，做事雷厉风行；有的人机智灵活，讨人喜欢；有的人内向，“火烧眉毛不着急”；有的人整天多愁善感，经不起风浪。这种个体之间的性格差异就是气质。气质则是人的心理素质的原发性基础。

我们心理学界大都公认体内四液说和高级神经活动类型说。早在古希腊时代，希波克里特就认为，人体内有四种液体，即粘液、黄胆汁、墨胆汁、血液。其中粘液生于脑，黄胆汁生于肝，墨胆汁生于

胃，血液生于心脏。他认为，在液体的混合比例中血液占优势的人，是热与湿的配合，其特点是湿而润，好似春天一般，这就是多血质型。粘液占优势的人，是冷与湿的配合，其特点是冷酷无情，似冬天一样，这就是粘液质型；黄胆汁占优势的人是热与干的配合，其特点似夏天，热而燥，这就是胆汁质型；墨胆汁占优势的人是冷与干的配合，其特点如秋天一般冷而燥，这就是抑郁质型。后来巴甫洛夫根据神经过程的强度，提出了神经类型说，即：

胆汁质：强而不平衡。

多血质：强而平衡型，灵活性高。

粘液质：强而平衡型，灵活性低。

抑郁质：弱型，易抑制。

胆汁质者，情感和情绪发生迅速，暴跳如雷，同时情感和情绪消失得也快，情绪趋于外显；智力活动灵敏而有力，但理解问题易粗枝大叶；意志坚强，不怕挫折，勇敢果断，但容易冲动，难以自制；工作热情高，表现得雷厉风行、顽强有力。

多血质者，情感和情绪发生迅速，表露于外，极易变化，是灵活而敏捷，动作活泼而好动，但往往不求甚解；工作适应性强，讨人喜欢，交际圈广泛，容易接受新事物，也容易见异思迁而显得轻浮。

粘液质者，情绪比较稳定，兴奋性低，变化缓慢，内向化，喜沉思，思维和言行稳定而迟缓，冷静而踏实。对工作考虑细致而周到，不折不扣，坚定地执行自己已作出的决定，往往对自己习惯了的工作表现高度热情，而不容易适应新的工作和环境；粘液质者意志的坚韧性和自制力较强，但容易形成死板而缺少生气、拖拉而缺乏利落特征。

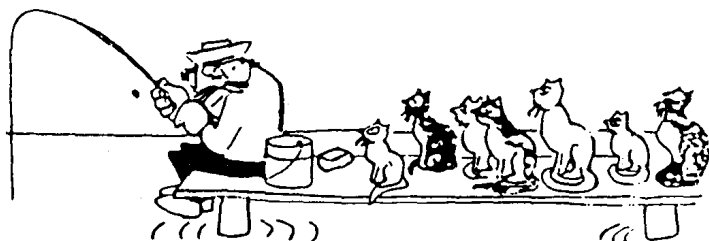
抑郁质者，情绪体验深刻，不易外露；对事物反映有较高的敏感性，能体察到一般人所觉察不出来的事件，观察事物细致；行动缓慢多愁善感，也容易消沉，干工作常常显得信心不足，缺乏果断性，交往面窄，常常有孤独感。

气质带有先天遗传的性质，它能影响人的行为方式、能力的形成与发展，各种气质类型都各有其优缺点。充分了解自己的气质类型，以便于既充分发挥自己气质上的优点，又有意识地注意克服其缺点，从而实现自己心理素质基础的一定程度上的转化，为实现超越、取得成功奠定坚定的气质基础。

培养你的求胜素质

可口可乐公司在干什么

1991年深秋，拿破仑的军队在法军统帅皮舍格柳的率领下向荷兰进军，荷军惊恐万状，放出河水阻挡法军。面对茫茫河水，法军无法前进，是强渡？



驻守？撤退？正在这时，有人来向皮舍格柳报告，树上的蜘蛛在大量的吐丝结网。他当即作出决策，不撤军，准备涉水作战。结果法军取得了一次重大胜利。取得胜利的原因就在于皮舍格柳的创造性思维能力。因为蜘蛛大量吐丝是干冷气候来临的前兆，气候干冷则河水结冰，军队可踏冰而过。可见，思维判断的准确，对于人取胜何等重要。

可口可乐已成为美国生活方式的同义语，可口可乐的成功背后有着一段不寻常的故事，这就是本