

全才生存

如何发挥

多元才能

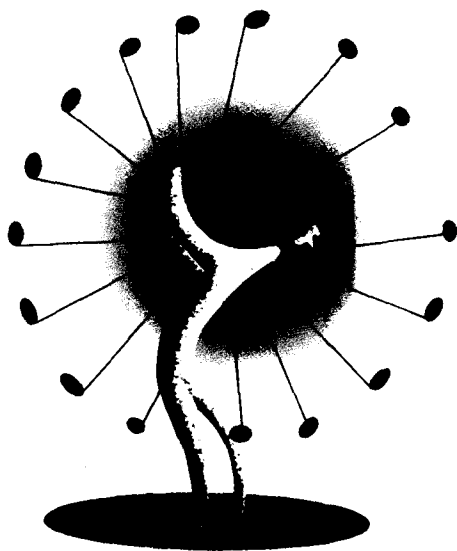
激发你多方面才能的成功策略

柏桦 著



全才生存

——如何发挥多元才能



柏桦著

西苑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

全才生存：如何发挥多元才能 / 柏桦著. — 北京：西苑出版社，2000.12

ISBN 7-80108-468-3

I. 全… II. 柏… III. 能力—研究 IV. B848.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 78269 号

责任校对：高文岚

责任印制：孟祥纯

全才生存——如何发挥多元才能

著 者 柏 桦

出版发行 西苑出版社

通讯地址 北京市海淀区阜石路 15 号 邮政编码 100039

电 话 68173419 传 真 68247120

网 址 www.xycbs.com E-mail aaa@xycbs.com

印 刷 唐山市胶印厂

经 销 全国新华书店

开 本 850 × 1168 毫米 1/32 印张 9.5

字 数 150 千

2001 年 1 月第 1 版 2001 年 1 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 7-80108-468-3/B · 19

定价：16.00 元

(凡西苑版图书有缺漏页、残破等质量问题本社负责调换)

新时代的口号:全才生存

今天,世界正日益缩小为一个地球村,世界越发趋近发展的共同规律,知识经济时代和国际经济一体化的大潮正迅猛的到来。21 世纪的特点是,随着经济的知识化和国际化,势必带来人才的知识化和国际化,我们正步入一个需求新型国际通才的时代。

如今,无论是在纽约、巴黎或是在东京和香港,越来越多的国际人才大量涌现。在中国的大都市,在一座座拔地而起的智慧型办公大厦中,大批的跨国公司和中国公司也同样致力于各式各样国际化通才的培养。他们正越来越成为我们经济发展的一支重要的力量。

今天我们在中国的都市(有时甚至在偏僻的乡镇)经常能看见一些完全融入了中国系统的西方人。他们或是商人,或是工程技术人员,或是教师,他们对我们的饮食起居、伦理道德、经济活动甚至交通系统一点也不陌生,打起交道来得心应手。同时,我们也可在纽约的证券交易所或伦敦的街头随处看到穿着考究、谈吐从容、举止文雅的东方商人或中国商人,他们对西方系统同样驾轻就熟,他们在那里生活、工作就如他们在自己家里一样悠闲自在、有条不紊。

这些人(东方人或西方人)已经成为一种开放性的国际通才,无论在哪个国家,他们都能应付自如。

这些成就卓越、令人羡慕的开放性国际通才无疑具备多种才能,他们在分析能力、社交能力、创新能力、务实能力以及专业知识等方面都十分出色,本书所要探究的正是这一类人士成功的原因。

顾名思义,本书冠以全才生存是颇有一番道理的。诚然,全才是少见的,甚至事实上是没有的,但我们这里借用了通常人们见到一个很有才能的人时而常常发出的那声赞扬:“真是个全才!”显然,这里的所谓全才,更确切地说是指那些有多元才能的人。我们深知,这个世界的各方面竞争已日趋火爆激烈,一个人需要在这个世界上生存、奋斗、开创一番事业,除了要具有专业知识外,最为重要的是还必须把自己锻造成一个具有多元才能的人。

进化论的名言:生存竞争,适者生存。而本书的立意则以此演绎为生存竞争,全才生存。

全书共分10章,从10个方面论述了如何培养并发挥一个人的多元才能,并以此作为成功的基石。

在这本书中,我们借鉴国外有关的经验并结合我国的情况尝试描述在追求成功的历程中,怎样运用和协调多种才能以完成目标。我们将这历程分为3个阶段:(1)激发和维持成就动机;(2)在追求成就的过程中制订合宜的行动策略;(3)面对逆境。

在激发成就动机时,要设立有挑战性的目标;追求完善;自我激励。在维持成就的动机上,要制订施行计划;运

全才生存——如何发挥多元才能

用应变技巧，降低诱惑的吸引力；专心致志地完成工作。

在制订行动策略时，要审时度势；灵活应变；从经验中累积有用的见识；不要用笼统的性格论来认识别人的行为；抱着性格是可变的信念，尝试了解别人行为背后的动态；扩大生活面；先评估别人的心理状态与自己的心理状态是否相近，然后再推己及人，对别人的心理状态作出准确的判断。

在遇到逆境时，尝试驾驭自己的思绪；抱着能力是可以提升的信念，以面对挫折；建立较复杂的自我概念；以乐观的态度面对际遇；情绪低落时，用主动的方法将正面的思绪注入思维内。

本书中多处提及如何协助子女或学生提高多元才能，并特别提到奖励和赞赏的运用。很多时候，父母和教师本着善良的意愿施行奖励；可是，奖励和赞赏用得不恰当，可能会削弱自发的成就动机和降低面对挫折的能力。

荀子说：“学不可以已。”学习是不能停止的。只有不断地提升自己的能力，才能掌握到成功的要诀。有助达致成功的能力有很多种，越能掌握多种才能，成功的机会便越大。

今天，中国要与世界经济接轨，这需要一大批能够在国际舞台上纵横驰骋，能够通晓国际商贸经济的具备多元才能的人。在这样的时代趋势下，我们每个人都必须提升并发挥多元才能，才可求得自己的生存和发展。

全才生存，这是新时代的需要。

目 录

第一章 总论：智商之外

1. 凯斯顿的经历说明了什么 (1)
2. 迷信智商的恶果 (4)
3. 高智商并不保证你未来有高收入高成就 (7)
4. 多元才能的提出和风行 (11)
5. 多元才能的组成和特点 (12)

第二章 规划你要追求的目标

1. 散漫地说我要很多钱是没有用的 (17)
2. 小盖洛普就目标问题对成功人士的调查 (20)
3. 目标的特质 (23)
4. 制定目标的原则 (27)
5. 设定具有挑战性的目标 (37)
6. 目标的明确度 (40)
7. 目标造成的矛盾 (41)

反例一

第三章 行动力与行动计划

1. 目标一经确定,就要立即行动 (44)
2. 坚定的信念是行动成功的保障 (48)
3. 左右世界金融市场的年轻富翁 (50)
4. 多元才能使他创造奇迹 (52)
5. 实施计划的模式 and 特点 (55)
6. 实施计划是你成功的助手 (57)
7. 怎样设定实施计划 (61)

反例二

第四章 善用意志力,可造就天时、地利与人和

1. 靠意志力取胜的年轻人 (69)
2. 他的意志使世界震惊 (71)
3. 领袖身上的多元才能 (73)
4. 抗拒诱惑与意志力 (76)
5. 高成就者大都有善用意志力的能力 (80)
6. 怎样培养自己的意志力 (82)
7. 延迟享乐法则 (87)
8. 专注才能成功 (90)

反例三

第五章 向目标推进

1. 激励——自我推动的能力 (97)
2. 马丁·强生,自我激励的典范 (100)

全才生存——如何发挥多元才能

3. 他们因激励而获救 (105)
4. 自我激励的黄金步骤 (108)
5. 内化动机——激励他人的良策 (114)
6. 不要削弱自发动机 (117)

反例四

第六章 审时度势

1. 灵活应变, 应付自如 (123)
2. 观天下大势, 知动静时机, 三思而后行 (126)
3. 灵活应变的能力对处理人际关系最为重要 (129)
4. 智者知错言退 (131)
5. 别太钟爱自己的构想 (132)
6. 提高思维灵活性的方法 (134)
7. 永远保持弹性 (136)
8. 不利环境中的应变技巧 (138)
9. 汇聚经验, 增长见识 (141)

反例五

第七章 准确地判断与沟通

1. 学会了解, 搭起沟通的桥梁 (146)
2. 了解之后方能改善问题 (149)
3. 鸡同鸭讲 (155)
4. 了解创造的奇迹 (159)
5. 同理心式的倾听 (165)
6. 尊重他人的相异特质 (168)

7. 准确预测他人感受 (171)
8. 易地而处 (173)
9. 幼儿园老师的策略 (176)
10. 卡耐基先生怎样与人沟通 (178)

反例六

第八章 创造能力训练

1. 创造潜力是你与生俱来的存在 (184)
2. 成为创造性人才是有识之士的理想 (186)
3. 创造也属于人生金字塔的顶端 (188)
4. 创造力测验 (190)
5. 奥斯本与头脑风暴 (195)
6. 分项检查法 (205)
7. 类比创造发明法 (212)

反例七

第九章 情绪智能

1. 澄清概念 (224)
2. 家庭是学习 EQ 的第一所学校 (228)
3. 与 EQ 有关的七种能力 (232)
4. 五岁前的情感经验对一生有恒久的影响 (234)
5. 负面情绪是健康的大敌 (236)
6. 致命的愤怒 (240)
7. 压力与脆弱之躯 (243)
8. 沮丧,摧残生命的元凶 (246)

全才生存——如何发挥多元才能

- | | |
|------------------|-------|
| 9. 一剂无形的良药 | (248) |
| 10. 控制情绪 | (250) |
| 11. 消除不良情绪八法 | (253) |
| 12. 驾驭情绪还要建立多元才能 | (254) |
| 13. 自我概念与情绪智能 | (255) |
- 反例八

第十章 逆境智能

- | | |
|--------------------------|-------|
| 1. 人生中失败、挫折无处不在 | (259) |
| 2. 她眼睁睁看着三百万资产变得一无所有 | (263) |
| 3. AQ 决定了你的奋斗能否成功 | (268) |
| 4. 威勒斯靠什么活下来 | (272) |
| 5. 知道如何对付逆境远比知道如何对付顺境更重要 | (274) |
| 6. AQ 的三种形式 | (275) |
| 7. AQ 的作用 | (277) |
| 8. 提高逆商, 遇挫不折 | (278) |
| 9. 增长论可帮你提高逆商 | (280) |
| 10. 怎样称赞才能提升你孩子的逆商 | (284) |
- 反例九

第一章 总论:智商之外

1. 凯斯顿的经历说明了什么

大部分人认为自己的职务是一种固定的、无法变通的东西，仿佛一件笨重的家具般屹立不动。所以如果我们失去工作，就好像失去整个家具。但是如果我们把工作视为多种不同的才能，那么失去工作就不是失去了全部，犹如一件组合家具，各部分都可以移至他处重新组合。

当凯斯顿丢掉了他在纽约二十世纪福克斯公司的电影制片人的工作时，他深信自己的事业到此为止了。制作了20年的影片，他认为这是自己唯一能做的工作，但是纽约的每一家制片厂都在紧缩开支，而他又不愿搬到加州。凯斯顿想不出自己还能做什么，他把自己的工作想成一件不可移动的家具，并且贴了固定的标签：电影制片人。

有时候别人对我们的看法却不同。有一天凯斯顿偶然碰到一位福克斯公司的同事，此人已离开了该公司。凯斯顿对

自己处境的嗟叹令他大感惊讶。凯斯顿回忆当时他们的对话：

他对我说：“你担心什么——你的本事多得很。”我记得自己非常沮丧地说：“真的？我有什么本事？”他告诉我：“你是一个了不起的推销员。你不知道多年来你一直把许多电影构想推销给总公司的人吗？天晓得，如果你能推销给这些老奸巨猾的人，你就能把任何东西推销给任何人。”

接着他说：“此外，你还是一个写宣传企划的高手——你一直为自己的影片写出最好的宣传企划，所以你干这一行一定没问题。”然后他不经意地抛下最后几句话：“不用说你最擅长的是把一大堆人凑在一起工作——这本来就是制片人的职责。所以你也也许可以开一家自己的演员经纪公司，大赚一笔。依我看来，你能选择的出路多得很。”

他在我肩膀上拍一把，我们就道别了，但是我在那个街角一定又呆立了许久。短短几句话改变了我的人生。

现在凯斯顿有自己的工作室，独立承接宣传企划案，客户以电影业为主，收入相当优厚。这个局面不是一夜之间发生的。但是朋友的一番话确实使他能用新眼光看自己，并使它能够摆脱局限，自由发展。实际上，凯斯顿是一个具有多元才能的人，正是多元才能，使凯斯顿能走出困境，重创辉

第一章 总论:智商之外

煌。

凯斯顿身上具有多元才能，只不过以前他并未清醒地意识到，朋友的一番话使他茅塞顿开，看到了自己的潜力，他发挥所能，终于否极泰来，成就了一番事业。

多元才能使凯斯顿逢凶化吉，多元才能也使许多人成就非凡。要想取得成功，光靠哪一方面的能力是远远不够的，只有多种才能的综合运用，才可取得最后的成就。

纵观古今中外的历史，我们可以看到，大凡那些取得了大成就的人，往往都具有出色的分析能力、应变能力、社交能力、创造力以及掌控自我情绪的能力，正是这些能力的和谐运作使他们获得了成就非凡的人生。

在中国的教育传统中，很重视多种才能的均衡发展。

《周礼·地官·保氏》载：“保氏掌谏王恶，而养国子以道。乃教之六艺：一曰五礼，二曰六乐，三曰五射，四曰五驭，五曰六书，六曰九数。”孔子授徒，亦很重视学生对礼、乐、射、御、书、数这六种能力的发展。

随着时代的改变，社会对个人能力的要求也起了变化。今天，很少教师、父母要求学生子女掌握六艺，而六艺再也不是机构选贤任能的标准了。虽然如此，六艺背后的精神，也就是多元能力发展的精神，却没有被时代淘汰。反之，近年的调查研究，不断指出多元才能对个人成就的重要性。

俗谚说：“工欲善其事，必先利其器。”意思是要把事情办得妥当，便要先使工具精良。不同的能力，就像不同的器具，它们可以帮助我们达成生活的目标。能够达成自己的生活目标，便有成就感。

因此，能力、完成目标和成就这三者的关系非常密切。我们不反对一个人在没有任何目标的情况下尝试提升自己的能力。可是，有了生活目标，能力的培养便更具生活意义了。一个人为了提升自己的意志力，不断克制自己，不让自己参与任何可以获取感官快感的玩意，可谓用心良苦。可是，如果他像德兰修女一样，为了振民扶贫，过着清贫的生活，与贫民同甘共苦，他的克己精神，便另有一番意义了。

不同的文化、不同的人对成就有不同的见解。在美国，以个人的努力和能力开创自己的事业，且有出众的表现，是一项很大的成就。在中国，能建立社会认可的功绩，才算是最终的成就。甚至还有人认为能光耀门楣，庇荫家人，才算成就。对个人来说，有些人立志在商场上名成利就，有些人立志改革社会，有些人志在匡扶弱小，有些人则希望建立一个温暖的家庭。不论生活的目标是什么，在不侵犯别人的权益的前提下，这些目标都是值得追求的。不管社会文化如何界定成就的意义，能够掌握多元才能的要素，成功的机会也越大。

2. 迷信智商的恶果

多元才能不是一种崭新的观念。可是一提到能力，很多人便想到智商，而忽略了其他同样重要的能力。这种偏重智商的取得，和心理学的有很大关系。

第一章 总论:智商之外

在 20 世纪初,普及教育在欧洲开展。法国心理学家 Binet 为了分辨出学校里学习迟缓的学童,编制了一项标准化的认知能力测验,成为了历史上第一项标准化的智商测验。

Binet 编制智商测验,希望藉着测验分数辨别出学习较迟缓的学童,使老师能给予这些学生额外的支援,好让他们能重回一般的课堂上课。

后来,美国斯坦福大学的学者 simon 将 Binet 编制的智商测验翻译成英语,再加以修订,编成 Binet-Stanford 智商量表。这测验在美国甚为流行,并引起了学者对智商测验的兴趣。在 30 年代编制的韦氏智商量表,更成为日后智商测验的蓝本。

智商测验引起了公众注意,是因为它能甄别被测者的学业成就。一般来说,智商可以解释到两成半的成绩变化。换言之,智商高的人有较大机会取得良好的学业成绩,一直以来,有机会接受高等教育的人,会较其他人容易取得高薪厚禄的重要职位,成为社区的领袖。如果智商可以影响成绩,成绩决定一个人能否接受高等教育,而高等教育又是取得要职的踏脚石,那智商对个人成就的影响便十分深远了!

有些学者更认为,随着社会进步,个人成就与学识的关系变得更紧密。譬如,在传统社会里,个人可以倚靠家族声誉或血缘关系取得成就。可是在成本效益挂帅的工商业社会中,家族声誉与血缘关系并不足以保障个人的成就。反之,能提升成本效益的专业知识,却有很大的市场。难怪在先进国家中,大学专业学位成为了众多学生的争夺对象。

如果专业知识是成功的要素，而智商又是争取良好的学业成绩的基本能力，智商便是决定一个人的社会地位的要件了。

由于公众注意到智商与成就的关系，不少机构在招聘员工时，也会参考应征者的智商。有些迷信智商的雇主，不管工作是否需要智商测验所测量的能力，也采用智商来甄选人才。在第一次世界大战期间，美国军部曾利用智商测验来甄别入伍军人。在第二次世界大战期间，大量欧洲人迁移到美国。美国政府曾以移民的智商来决定是否让他们入境。

这种对智商的迷信，造成了一连串的后果。首先，Binet 编制智商测验的精神失去了。智商测验的精神再不是为了帮助有学习困难的人。反之，不少人认为智商是天生不可改变的能力。因此，智商测验可以用来评估一个人有多聪明。这样，智商测验便成为了将人分类的工具。被评为智商低的人会觉得无助，没有前途和心灰意冷。

其次，智商可能成为将歧视和偏见理性化和合理化的工具。有些研究发现非洲裔美国人比欧裔美国人鲁钝，所以他们面对贫穷只可怨天，不可尤人。而且，如果智商是无法提升的能力，给予非洲裔美国人更多支援也只是浪费资源。持这些想法的人，并没有注意到，在美国，一个智商 100 分的黑人和一个智商 100 分的白人比较，黑人要捱穷的机会是白人的两倍。明显地，智商不足以完全解释非洲裔美国人在美国社会上的坎坷际遇。

最后，由于大众偏重智商，以致疏忽了其他同样重要的能力。近年来，心理学家对多元才能的研究，戳破了智商决