

坚持你的优势 并把它做得更强

现在， 发现你一生的 优势

成功最快的捷径就是：

现在，就去发现你一生的优势

王厚 赵文明 编著

Y O U S H I



北京科学技术出版社

中国出版集团

北京出版集团公司

现在，

发现你一生的

优势

——

发现你一生的优势

——

中国出版集团

现在， 发现你一生的 优势

成功最快的捷径就是：

现在，就去发现你一生的优势

王厚 赵文明 编著



图书在版编目(CIP)数据

现在,发现你一生的优势/王厚 赵文明
编著. —北京:北京科学技术出版社,2006.3
ISBN 7-5304-3334-2

I. 现... II. ①王...②赵... III. 成功心理学—通俗读物 IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 016408 号

现在,发现你一生的优势

编 著:王 厚 赵文明

责任编辑:孙 真

封面设计:毛雨设计室

出 版 人:张敬德

出版发行:北京科学技术出版社

地 址:北京西直门南大街 16 号

邮政编码:100035

电话传真:0086-10-66161951(总编室)

0086-10-66113227 0086-10-66161952(发行部)

网 址:www.bkjpress.com

电子信箱:postmaster@bkjpress.com

经 销:新华书店

印 刷:北京市北七家印刷厂

开 本:787mm×1092mm 1/16

字 数:160 千字

印 张:13.5

版 次:2006 年 4 月 1 日第 1 版

印 次:2006 年 4 月 1 日第 1 次印刷

ISBN 7-5304-3334-2 / F·120

定 价:25.80 元

京科版图书,版权所有,侵权必究。

京科版图书,印装差错,负责退换。

前 言

在现实生活中,有些人潜心于忙碌和奔波,却忽视了去发现和挖掘自己的优势,延误了成功的速度。所以,要想早日登上成功的巅峰,最快的捷径就是:现在,就去发现你一生的优势。

一个穷困潦倒的青年,流浪到巴黎,期望父亲的朋友能帮他找一份谋生的差事。

“数学精通吗?”父亲的朋友问他。

青年人羞涩地摇头。

“你懂物理吗?或者历史?”

青年人还是不好意思地摇头。

“那法律呢?”

青年人窘迫地垂下头。

“会计怎么样?”

父亲的朋友接连地发问,青年人都只能摇头告诉对方——自己似乎一无所长,连丝毫的优势也找不出来。

他父亲的朋友对他说:“可是,你要生活呀!将你的住处留在这张纸上吧!”

青年人羞愧地写下了自己的住址,急忙转身要走,却被父亲的朋友一把拉住了:“年轻人,你的名字写得很漂亮嘛,这就是你的优势啊。你不该只满足找一份糊口的工作。”

把名字写好也算一种优势?青年人在对方眼里看到了肯定的答案。青年人受到鼓励以后自信了很多,他想:我能把名字写得叫人称赞,那我就能把字写漂亮,能把字写漂亮,我就能把文章写得好看……他一点点地放大看自己的优势,看到了成功的希望。

数年后,这个青年果然写出了享誉世界的经典作品。他就是法国 18 世纪



著名作家大仲马,他写的《基督山恩仇录》和《三剑客》受到世界各国人民的喜爱。

发现你的优势,并把优势逐渐放大,你就能找到前进的支撑点。不幸的是,我们大部分人对自身的才干和优势不甚了解,更没有刻意去培养自己根据优势安排生活的能力。相反,在父母、老师、经理的心理学引导下,成为自身弱点的专家,为修补这些欠缺而辛苦一生,却对我们的优势不闻不问,任其荒废。

发现你一生的优势,这不是无法操作的,而是一个切实可行的成功模式。要发现你一生的优势,首先就要全面地认识自己、了解自己的优势,把你的优势列一张清单。然后要稳固自己的优势,增强自己的实力,不断地优化自己。在此基础上,要做到在实践中伸张你的优势,让你的优势在实际生活和工作中去发挥最大的效能。一生中,你不可能全才全能、面面俱到,但是,只要你竭尽全力把优势发挥到极限,你就一定能取得成功。

本书从发现你一生的优势出发,阐明了发挥你的优势的重要性,并指导你在实际生活中怎样去发现自己的优势、稳固自己的优势、发挥自己的优势。本书决非泛泛而谈的大道理,而是以中外成功者发挥优势获得成功的典型事例为切入点,通过形象而生动的事例,点拨你发现优势的作用,告诉你扩展优势的具体方式和方法,给你的生活以指导。

你也许现在很平凡,但只要你去发现一生的优势,幸运之神就会眷顾于你。不管在什么行业,都要做到发挥你的优势,控制你的弱点。正如麦肯锡所说:“坚持你的优势,并把它做得更强。”你想找到通往成功的快速列车吗?你想成为足智多谋、事业成功的人吗?那就请读一读这本书吧,也许它能给你一生的事业带来转机,为你前行的道路点亮明灯。

目 录



第一篇：自我优势 自测：发现你真正的力量所在

1. 发现自我：你只有靠你自己捅破思维的茧 // 2

让优势主导你的人生 // 2

清晰地认识你自己 // 4

自我优势自测 // 5

2. 发现自己的天赋：每个人都可能是大人物 // 8

你也有自己的优势 // 8

找到你最大的优势 // 10

人人都有一种成功的潜能 // 11

3. 其实你很富有：盘点你生命的资产 // 13

把你的优势列一张清单 // 13

整理你的能力优势 // 16



劣势也可以转化成优势 // 18

其实,你也很富有 // 20

勇敢地跳出自我的局限 // 22

4. 个性决定成败 // 25

个性是你独一无二的优势 // 25

有主见,才谈得上特立独行 // 28

每一种性格都有它的优势 // 29

发现自己,喜欢自己 // 31

塑造一个独立的自我 // 32

保持真我本色 // 34

不要受他人的评价的影响 // 35

第二篇:改变劣势就是 优势:不断武装自己,不断优化自己

1. 稳固自己的优势:打造自己的根据地 // 40

坚持自己的梦想 // 40

把每一项工作都当成事业 // 42

2. 锁定生命的坐标:做自己的人生舵手 // 44

决定先做什么,胜于埋头苦干 // 44

设定目标,就能穿过人生阻碍 // 46

选择最可能实现的目标 // 47

为你的目标去拼搏 // 49

把奋斗目标作为精神支柱 // 51

短期目标越具体越好 // 54

分阶段实现大目标 // 57

3. 造就自己的优势:实力是你真正的王牌 // 59

用信心激发潜能 // 59

坚持是无声的力量 // 61

信念是成功的灵魂 // 63

积极思考,设法改变自己 // 65

越是逆境越要挑战 // 67

4. 扩大自己的优势:不断超越自己 // 69

人的一生由他的想法造就 // 69

把“不可能”变成“可能” // 72

勇于挑战自我 // 73

学习是强化优势的手段 // 75

明智的预见能扩大你的优势 // 78

第三篇:解开你的 优势密码:充分发挥你的优势

1. 唤醒自己:挖掘生命潜能,全面造就自己 // 82

自我暗示是潜能的引爆器 // 82

自我超越,挖掘最大潜能 // 83

被埋藏的自我,被埋藏的活力 // 86

兴趣能激发最大的潜能 // 89

2. 赏识自己:你其实比你认为的更优秀 // 92

肯定并相信自己 // 92



现在,发现你一生的优势

XIAN ZAI FA XIAN NI YI SHENG DE YOU SHI

充分挖掘你的已有资源 // 94

提防消极的自我意识 // 96

绝不要看轻自己 // 98

3. 集中突破:专注一点,你其实就是专家 // 102

切忌涉足太多的领域 // 102

你必须有一样是出色的 // 104

力戒眉毛胡子一把抓 // 106

要清除杂念 // 108

4. 热爱可以解释一切:情商是人生的大资产 // 110

热情最具有感染力 // 110

珍惜看不见的情感价值 // 112

做自己情感的至高统治者 // 114

操纵好情绪的“转换器” // 116

既要有热情,又要有理性 // 117

第四篇:伸张扩展

你的优势:在实践中实现你的优势

1. 左右逢源,游刃有余:好的人际关系就是优势 // 122

永远只与成功者为伍 // 122

善于倾听是赢得尊敬的法宝 // 124

乐于采纳他人的建议 // 127

聪明地化解与他人的矛盾 // 130

2. 临渊羡鱼,不如退而结网:实现你价值的最佳方法 // 133

认真对待每一件事情 // 133

- 最大限度地运用自己的能力 // 135
- 大胆展示自己的优势 // 137
- 立即行动,绝不拖延 // 139
- 3. 化机遇为成功的最大资本:抓住每一个机会 // 141
 - 机遇只会垂青有准备的人 // 141
 - 机遇来了就要抓住 // 143
 - 模仿能给你带来意想不到的机遇 // 144
 - 小信息里隐藏着大机会 // 147
- 4. 学会经营自己一生的强项:让你的优势实现最大化 // 149
 - 找到自己发挥的舞台 // 149
 - 做自己最擅长的事 // 153
 - 用特长证明自己 // 155
 - 把缺陷变成优势 // 157

第五篇:笑傲 人生:让你的优势经得起考验

- 1. 一次行动胜过十次胡思乱想:患得患失,最容易怅然若失 // 162
 - 敢想敢做是发挥优势的惟一捷径 // 162
 - 别把困难在想象中放大 // 165
 - 生活是由心态决定的 // 167
 - 对人生不要太早下结论 // 169
 - 抛开负面的想象 // 170
- 2. 风雨过后才能见彩虹:事可败,心不能败 // 172
 - 保持“再试一次”的勇气 // 172



不要轻言放弃 // 174

强化你的抗挫折能力 // 177

要有面对厄运的勇气 // 179

锲而不舍才能成就传奇 // 181

遇坎更要加把劲 // 183

3. 为自己叫板,才能更优秀:发现“死角”,及时求新创变 // 186

创新需要独特思路 // 186

换个思路找答案 // 188

激活创新的意识 // 190

走出你的思维误区 // 191

4. 随时清除自己人性的弱点:发现自我弱点,立即铲除 // 193

在克服缺点中去升华自己 // 193

挣脱自卑的羁绊 // 196

不要任性而为 // 199

不要自作聪明 // 200

自我反省,自我提高 // 201

参考书目 // 204

第一篇

**自我优势自测：
发现你真正的力量所在**





发现自我： 你只有靠你自己捅破思维的茧

让优势主导你的人生

有一个法国人,在学习、工作和事业上都很不顺心。他没有好的家庭背景,只有中学学历,在一家小公司里从事打扫厕所卫生的工作。他对自己缺乏信心,觉得自己的人生充满悲哀和无奈。几乎整整五年,他每天早上起床后,就一成不变地上班、干活,与有限的几个朋友来往。他已经接受了这种生活方式,认为自己的生活只能如此。

有一天,一位老人搬到了他的隔壁。这位老人号称不仅能预知未来,还知道别人的前生。每天上下班时,年轻人经常会碰见老人并和他聊几句。有一天,老人坐在年轻人身边,称已经感觉到了年轻人的前生。老人告诉年轻人,他的前生是拿破仑,是历史上最伟大的政治家、军事家和领导人之一。拿破仑虽然出身卑微,但却通过勤奋和努力从科西嘉岛的平民成为法国陆军的军官,最终成为法兰西帝国的皇帝。

年轻人表面装作极不相信地离开了,但心里却有了一种从未有过的伟大感觉。他对拿破仑产生了浓厚的兴趣。回家后,他就想方设法找到与拿破仑有关的一切书籍来学习。他开始了解拿破仑的生活,以及他的领导才能、性格和品质方面的细节和优势。他慢慢地发现,自己身上也潜藏着同样的一些优势。他研究拿破仑在领兵打仗时表现出的领导才能、指挥才能和统帅才能,越来越发



现自己也具有同样的潜能。

他开始研究其他军事将领，研究军事史。他还研读了商场和战场领导方法的书。他时常发现，自己具有历史上各国领导者表现出的许多相同的优势。这些优势越积越多，在工作中，他的言谈举止就越来越像一位领导者。

他主动请求改变自己的工作职位，承接一些他原先想都没有想过的任务。公司领导感觉到他不再是以前那个无所事事的员工，全身都透出一种精明能干的干劲，于是开始交给他一些挑战性的工作。每次遇到更难的工作时，年轻人已不再胆怯和害怕，他全身心地投入工作，并出色地完成任务。并在业务时间学习与工作有关的业务知识。他所了解的知识越来越多，经验也越来越丰富。他的职位得到不断的提升。

经过几年的进步，他已经完全摆脱了以前那种认为自己毫无优势的形象，彻底转变成了一个大胆、自信的管理者，成为行业的佼佼者。

这个年轻人的改变并不是奇迹，在他没有意识到自己的优势潜能之前，只能流于平庸而且清贫的生活，他一成不变地任由噩运的摆布，浑浑噩噩五年多而无所获。但是，当他真的认为自己的前世是拿破仑以后，他对自己的人生态度就有了改观。他开始以拿破仑的品质和处事方法来要求自己，从拿破仑身上学习他赖以成功的优势，从而使自己在无形中也具有了这些优势。在这些优势的塑造过程中，他的处事方法也发生了巨大的转变。他在不断进步中获得了优势，并发挥出了优势，所以在事业上也青云直上，终有成就了。

每个人都有超越于他人的独特优势，这些优势如同潜藏在地底下的火山，蕴藏着无穷的能量。如果能及早地发现这些优势，并把这些优势发挥出来，那么，每个人都能获得非同一般的成就。在现实生活中，有的人潜心于忙碌和奔波，却忽视了去发现和挖掘自己的优势，这就等于是忽视了“磨刀不误砍柴工”的重要性一样，延误了成功的速度。所以，要想早日登上成功的顶峰，最快的捷径就是：现在，就去发现能改变你一生的优势。



清晰地认识你自己

要想发现你自己的优势,首先就要充分地认识你自己。只有在认识你自己的时候,你才会发现自己有很多的优点,才能真正做到把自己的优势挖掘出来,发挥得淋漓尽致。

在希腊帕尔纳索斯山南坡上,有一个驰名古希腊的戴尔波伊神托所。在神托所入口的石头上刻着两个词,用现代话来说,就是:认识你自己。古希腊哲学家苏格拉底经常引用这句格言,后世人们认为这是他讲的话。但在当时,人们则认为这句格言就是阿波罗神的神谕。这其实是家喻户晓的一句民间格言,是希腊人民的智慧结晶,后来才被附会到大人物或神灵身上去的。两三千年前的这句格言直到今天对人们来说还有着同样重要的意义,它时刻提醒着人们认识自我、把握自我、实现自我。

发现你的优势的关键就是要认清你自己。只有当你认识自己之后,你才能客观地评价和正确对待你自己的优点和缺点。你知道自己行为上的不足之处以及情感上的缺陷,才能想方法来克服这些不足——取人之长,避己之短。

美国跳水运动员格里格·洛加尼斯开始上学的时候很害羞,在讲话和阅读上遇到了困难,为此他受到同伴的嘲笑和捉弄。这令洛加尼斯非常沮丧和懊恼,但他发现自己非常喜欢并且精通舞蹈、杂技、体操和跳水。他知道自己天赋在运动方面而不是学习。当认清这些之后,他开始专注于舞蹈、杂技、体操和跳水方面的锻炼,以期脱颖而出,赢得同学们的尊重。由于他的天赋和努力,他开始在各种体育比赛中崭露头角。

在上中学时,洛加尼斯发现自己有些力不从心了,因为无论是舞蹈、杂技、体操、跳水,都需要辛勤的付出,他不可能有时间和精力去做这么多事。他知道自己必须有所舍弃了,只能专注于一个目标。但他不知要舍弃什么、选择什么。这时,他幸运地遇到了他的恩师乔恩——一位前奥运会跳水冠军。经过对洛加尼斯的观察和询问后,乔恩得出结论:洛加尼斯在跳水方面更有天赋。洛



加尼斯在经过与老师的详细交谈后，认为自己的确更喜欢跳水些，他认识到以前之所以喜欢舞蹈、杂技、体操，是因为这些可以使他跳水更得心应手，可以为跳水带来更多的花样和技巧。他恍然大悟，于是专心投入到跳水中去。

经过专业训练和长期不懈的努力，洛加尼斯终于在跳水方面取得了骄人的成就。由于对运行事业的杰出贡献，洛加尼斯在 1987 年获得世界最佳运动员和欧文斯奖，达到了一个运动员荣誉的顶峰。

从洛加尼斯的例子中我们可以知道，一个人要实现自己的人生价值，就得正确地认识自己。我们的成功是融合了天赋才能、环境背景、技术及生活经验的。无可否认，我们经常是根据经济需求及家庭因素来决定人生的方向。不过，如果想要以最有效的方式来开创生活，就必须尽早地发掘我们天赋的才能，而且愈早发现愈好。

自我优势自测

每个人都有自己的优势和弱势，而你，就是优势和弱势的整体平衡者。人生的成败就在于能否成功地挖掘你自身的优势，并把这个优势发挥到极致。利用以下的测试，客观地找出你自己的优势吧！

测试开始：

1. 请想一想，与你身边的三个朋友比，谁最有魅力、最受异性的欢迎？
 - a. 当然是自己。
 - b. 自己是最糟的。
 - c. 不知道。
 - d. 自己在四人中大概排第二。
2. 当你和异性朋友交往时，父母劝你不可以跟那种人交往，要你马上与他（她）分手。对于这种情况，你会说：
 - a. “爸爸不要管我，我自己会负责。”
 - b. “我也正想和他（她）分手。”