

性格·人格·品格决定人的一生



杰出人士

为人处世的14种方法

我们在这个世界上的自我感觉，完全取决于我们致力于使自己成为何等的人，
以及做何等的事；意志会激发你的生命潜能

汪岩 编著



性格·人格·品格决定人的一生



杰出人士

为人处世的14种方法

汪岩 编著



图书在版编目(CIP)数据

杰出人士为人处世的14种方法/汪岩编著.

—北京:中国纺织出版社,2006.2

ISBN 7-5064-3578-0

I. 杰… II. 汪… III. 人生哲学—青少年读物

IV. B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第122115号

责任编辑:王学军 特约编辑:徐屹然

责任印制:刘 强

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

邮购电话:010—64168110 传真:010—64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

北京世纪雨田印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

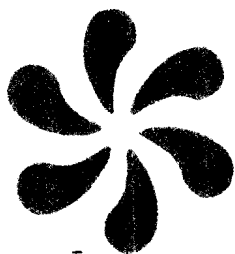
2006年2月第1版第1次印刷

开本:640×960 1/16 印张:22.75

字数:230千字 印数:1—6000 定价:32.00元

ISBN 7-5064-3578-0/B·0149

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社市场营销部调换



前言

这是一本主要介绍外国人如何与人打交道,如何培养自己在激烈的竞争环境中应对来自生活和工作中的挑战的书。

很多外国人的成功和快乐很大原因来自于他们为人处世的习惯以及他们面对自己人生和生活时所采取的态度。对于锐意进取的现代中国和中国人而言,了解国外杰出人士为人处世的方法,从中借鉴可以借鉴的成功经验,也是我们走向成功、走向世界的一个好方法。另外,对于有机会去国外留学和生活的读者而言,本书也提供了一个了解国外社会人情世故的机会,可以帮助他们减少文化交流的障碍,更快地融入当地的学习和生活之中。

另外,本书行文流畅,内容和事例翔实,富含了人生的哲理,相信会带给读者许多启迪。

编者

2005年11月

目录

CONTENTS

第1部分 准备好了吗

第一章 真实地面对自己 ————— 3

我们必须真实地了解自己的一切,然后才能决定我们的行动

1. 从一个试验开始 ————— 3
2. 了解自己的精神世界,面对真实的自我 ————— 11
3. 学会认识自己 ————— 14
4. 研究该干什么和不该干什么 ————— 17
5. 从别人眼中找到真实的自我 ————— 20
6. 将精力花在经营长处上而非克服弱点上 ————— 21
7. 不要迷失自己 ————— 26
8. 认识压力下的真实自我 ————— 28

第二章 正确的思维习惯 ————— 33

想法决定了我们的人生

1. 有想像力才有创造力 ————— 33



- 2. 千万不要放弃 ————— 35
- 3. 会动脑筋的人才会出彩 ————— 37
- 4. 实践上错,逻辑上对 ————— 39
- 5. 思路决定出路 ————— 41
- 6. 生活质量取决于思维的平衡 ————— 43
- 7. 问题一定能够解决 ————— 48
- 8. 做事要集中精力 ————— 53
- 9. 进行独立的思考与判断 ————— 54

第2部分 为人要有章法

第三章 有约在先 ————— 63

培养自己善作计划、预约守约的负责作风

- 1. 制作一份自己的成长表 ————— 63
- 2. 做任何事都要有一个明确目标 ————— 67
- 3. 选择目标并作出抉择 ————— 70
- 4. 目标创造动力 ————— 75
- 5. 学会与机遇相约 ————— 78
- 6. 敢于梦想 ————— 82
- 7. 追求尽善尽美 ————— 87
- 8. 每天做好一个有效的计划 ————— 90



9. 重视你所拥有的今天	93
--------------	----

第四章 遵守时间	97
----------	----

要学会使用记事日历

1. 珍惜自己和别人的时间	97
2. 将时间掌握在自己手中	100
3. 善于把握零碎时间	103
4. 管住了时间就管住了一切	107
5. 挥霍时间就是挥霍生命	109
6. 不要拖延	111
7. 遵守时间的目的是让人信赖	113
8. 与时间拼搏,踏上成功之路	115

第五章 替人着想	121
----------	-----

宁可自己多花时间,而不要影响他人

1. 宁可自己多花时间,而不要影响他人	121
2. 以别人的利益为先	123
3. 用爱心赢得一切	125
4. 尊重别人就是尊重自己	129
5. 真诚地对待他人	132
6. 学会理解他人	133



- 7. 从对方的角度想问题 ————— 134
- 8. 欣赏别人,而不是挑剔 ————— 136
- 9. 换个角度来考虑问题 ————— 137
- 10. 注重别人的意见 ————— 141

第六章 井井有条 ————— 145

不要无规津乱放东西

- 1. 养成做事井井有条的习惯 ————— 145
- 2. 注意生活节奏 ————— 147
- 3. 形成自己的工作规律 ————— 149
- 4. 集中精力做一件事情 ————— 151
- 5. 养成有系统的习惯 ————— 153
- 6. 有条理往往从简化开始 ————— 155
- 7. 秩序是工作第一要律 ————— 158
- 8. 好习惯与坏习惯 ————— 161

第3部分 处世要有方法

第七章 取长补短 ————— 173

记住“木桶原理”,懂得“截长补短”的兴要

- 1. 用他人的力量将自己的木桶补齐 ————— 173



2. 学习别人,发掘自我	176
3. 学会与最优秀者共舞	180
4. 拒绝自负,虚怀若谷	182
5. 学会倾听,纠正偏见,取长补短	184
6. 从容面对指责	187

第八章 开诚布公 191

有话直说,有要求直接提,就是骂人也最好直截了当

1. 坦诚一些,真实一些	191
2. 力争主动	195
3. 学会表现自己	196
4. 该说“不”时请说“不”	200
5. 真诚地道歉	203
6. 不要害怕向朋友求助	206
7. 不要“不好意思”	210

第九章 求同存异 213

尊重是基础,还需要有耐心,能包涵,心胸开阔

1. 多一些体谅和理解	213
2. 从积极的方面看待别人	216
3. 抛开狭隘,敞开胸怀	219



- ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★
4. 摒弃偏执,存在就是合理的 ————— 224
 5. 学会倾听,广结朋友 ————— 227
 6. 原则使你的交流更温情 ————— 231
 7. 让友谊天长地久 ————— 233

第十章 切忌攀比 ————— 239

不管别人怎么看,自己尽力了就是赢家

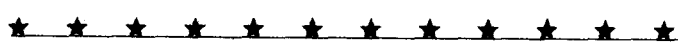
1. 发掘和重用自己 ————— 239
2. 不再攀比 ————— 242
3. 喜欢你自己 ————— 245
4. 学会坦然地面对与欣赏他人 ————— 249
5. 承受生命之源 ————— 251
6. 让你的朋友表现得比你更优越 ————— 254
7. 享受自己的生活,不要与他人相比 ————— 256
8. 豁达一些,享受生命中的快乐 ————— 260

第4部分 学会索取和回报

第十一章 重视赞美 ————— 267

重视对别人的赞美,其实就是帮助自己

1. 学会赞美他人 ————— 267



2. 赞美因人而异	269
3. 赞美代表着肯定	272
4. 切忌“哪壶不开提哪壶”	274
5. 从细微处入手	276
6. 发自内心地赞美	278
7. 投其所好的妙处	281

第十二章 善用资源 283

擅长找到公共资源渠道并懂得如何合法利用资源

1. 将资源变为智慧	283
2. 不断地激发自己的潜能	285
3. 善借者善得	290
4. 留心你周围的事情,哪怕只是一些小事	294
5. 寻找足够长的杠杆	297
6. “成功学”帮助你成功	299
7. 建立自己的人际网络	300
8. 利用信息,直逼目标	303

第十三章 团队协作 305

在团队中各尽所能、取长补短、共同贡献

1. 合作是所有努力的开始	305
---------------	-----



- 2. 携手闯天涯 ————— 307
- 3. 成功来自于合作 ————— 309
- 4. 学会处理团队中的矛盾 ————— 311
- 5. 学会与上司一起工作 ————— 313
- 6. 学会和同事一起工作 ————— 319

第十四章 乐于奉献 ————— 325

不仅要奉献,还要心甘情愿地奉献

- 1. 在工作中讲求奉献 ————— 325
- 2. 予人快乐,予己快乐 ————— 329
- 3. 帮助别人就是帮助自己 ————— 333
- 4. 少抱怨,多奉献 ————— 337
- 5. 不要只为薪水而工作 ————— 339
- 6. 坦然面对工作 ————— 342
- 7. 改变你的思考方向 ————— 344
- 8. 学会激励自己 ————— 347

第1部分

准备好了吗？



第一章 真实地面对自己

俗话说得好：“性格即命运，素质即成败。”要想改变自己就要学会面对自己。

1. 从一个试验开始

亨利·沃德·比彻尔说：“一个人需要思考的，不是自己应该得到什么，而是自己是什么。”许多知名的企业家、作家、演员和运动员都曾经谈论过，我们的自我形象会如何影响我们想要做的每一件事情。甚至有的人说，这是人类所有成就中最重要的单一因素。美国著名的整形外科医生马克思威尔·莫尔兹博士发现有一些病人在做过整形手术后，会经历重大的人格变化。但是在其他的一些个案里，即使是相当戏剧化的手术结果，病人还是把自己看成一个丑陋或无能的人，外在形象的改变对于真正的问题还是毫无影响。他们内在的自我形象，也就是他们对自己的信念，还是依然未变。于是，莫尔兹博士试着让他们忽略自己的肉体，而去改变对内在自我的态度，这终于让人看到了卓越的成果。

你也许会说，我对自己的认识已经很清楚了。是的，通过



镜子,你也许可以看到一个你平时看不到的自己,却难以直视内心里的那个你。你现在应该问的是:你究竟有多了解你自己?你对自我形象的固有认识对你的成功有帮助吗?

让我们来做个试验。

首先,你需要把能够描述你自己的一切特征或人格特质,以及你相信你自己是怎么样的人的想法都写出来。^① 把这些以任意的顺序写出来,但必须准备一张长长的单子,因为我们的人格都有多个方向,而每一个方向对于我们的行为和我们的成就,都会有一些影响。如果你想开始得容易一点,就按下面这个技巧去做——先写出你觉得足以描述你自己的一些词语(比如“老实”或“自信”),或多字词语(比如“专心致志”或“心胸开阔”)。

接着,要注意,写的时候要用你平时不惯用的那只手,例如,如果你是惯用右手的话,就用你的左手,以此类推。这样做也许会有困难,而且你也许必须要把字写得大大的,但是只要你继续做下去,你就会发现,事情变得越来越容易了。只要你在事后能够将每一个字辨认出来,你就不需要为你的字写得歪歪扭扭而操心。现在就开始写出你的清单吧,给自己足够的时间。如果你在做这件事的时候能够保持放松的话,是很有帮助的。当你减少了有意识的左脑的干扰之后,更深入的、诚实的洞察就会显现出来。

人大脑的左半边与语言和逻辑有关,而右半边则与直觉和感觉有关。你惯用的那只手和你身体的同一边,都是由你

① 请注意:不是你认为别人会如何看你,而是你如何看你自己。

大脑的另一边来指挥的,例如,你的右手和右半边是由你的左脑来指挥。因此当你在做上述试验的时候,你的左、右脑中比较不惯用或属于潜意识的那一边会在某种程度上被运用出来。因此,这个简单的试验可以下意识地带出一些洞察,而这些洞察,如果你用自己惯用的那只手来写的话,可能就会写不出来了。只有当它们被你发现了,你才会意识到它们是真实的。你最先所写的一些勉强可以认得出来的字,也许是可以预测的,而且也和你用较常用的手写出来的那些是一致的。但是当你继续写你的清单,并且容许你的潜意识自由发挥的时候,你就会得到更多具有透露性的自我形象的词语了。当有明显的矛盾——即对平时的印象构成巨大冲突——发生的时候,你需要对自己完全的诚实,分辨哪一个才是真正适用的。通常使用惯用的手所写出来的那张清单,看起来会像是为了供“大众消费”而写的,并不会明确指出更深层的自我信念。例如,你用惯用的手写出来的“聪明”,在用非惯用的手来写时,就可能变成“圆滑”,甚至是“投机取巧”。在很多试验的例子中,亲戚和亲近的朋友会确认说,用非惯用的手所写出来的比较接近事实。

仔细审视你单子上所列的每一个词语,如果你不能够确定你所写下来的某些词语的确定意义,试着把每一个词都用一个句子来加以表达——不过你要再次用你非惯用的那一只手来写。这些词语的每一个都可以予以扩大,成为一个或更多特定概念的叙述句。例如,“友好”可能会包括“我喜欢别人来我家做客”这个特定的信念,而“脚踏实地”则可能涵盖“我很会自己动手做东西”的涵义。这些使用非惯用的手写下来并被扩大成