

THE INSIDE TRACK TO SUCCESSFUL MANAGEMENT

思维决定一切

成功管理的思考方式

杰拉德·库希尔 / 著 沈丽英 / 译

汕头大学出版社

角度 → 高度 态度 → 深度，为你的大脑更新设置，用你的思考攫取财富。

思维的角度，决定了心境的开拓与情感的提升：

苏格拉底正与客人说话，其悍妻闯进来大骂，并将一桶水浇到他头上，苏格拉底笑着对客人说：“你看，你看，我早就知道，打雷之后，接着一定会下雨。”



THE INSIDE TRACK TO
SUCCESSFUL MANAGEMENT

思维决定一切

成功管理的思考方式

杰拉德·库希尔 / 著 沈丽英 / 译

汕头大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

思维决定一切/(美)杰拉德·库希尔著;沈丽英译.

—汕头:汕头大学出版社,2004.9

书名原名:The Inside Track to Successful Management

ISBN 7-81036-787-0

I.思... II.①杰... ②沈... III.管理学 IV.C93

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第049332号

The Inside Track to Successful Management

©Dr Gerald Kushel 1998

Copyright © Simplified Chinese edition, Shantou University Press 2004

All Rights Reserved. Authorized translation from the English language edition published by Thorogood, through arrangement of Andrew Nurnberg Associates International Limited.

思维决定一切

作 者:杰拉德·库希尔

译 者:沈丽英

责任编辑:胡开祥 黄敬昌

封面设计:郭 炜

责任技编:姚健燕

出版发行:汕头大学出版社

广东省汕头市汕头大学内 邮编:515063

电 话:0754-2903126 0754-2904596

印 刷:广州市大一印刷有限公司

邮购通讯:广州市天河北路177号祥龙花园祥龙阁2204室

电 话:020-85250758 邮编:510620

开 本:890×1168 1/16

印 张:12

字 数:108千字

版 次:2004年9月第1版

印 次:2004年9月第1次印刷

印 数:5000册

定 价:25.00元

ISBN 7-81036-787-0/C·19

版权所有,翻版必究

如发现印装质量问题,请与承印厂联系退换

作者简介

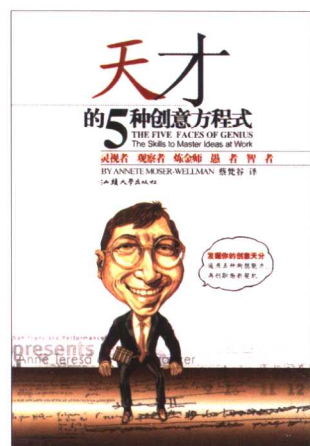
杰拉德·库希尔 (Gerald Kushel)

国际管理培训师兼顾问，纽约长岛大学荣誉退休教授。美国6本最畅销图书的作者，为Hawksmere研究会指定讲师，经常被邀请上电视广播作演讲。

译者简介

沈丽英

毕业于汕头大学，现于北京广播学院国际新闻专业攻读研究生。大学期间协同老师翻译过多本图书。



定价：22.00 元



定价：18.00 元

责任编辑：胡开祥 黄敬昌
封面设计：郭 炜



卷首语

谨以此书献给我挚爱的家人，特别
献给刚出生的孙子——亚历山大·瑞
蒙·戴维斯。

——杰拉德·库希尔

序

在过去的 20 年中，我写了四本关于有效思维的书。在这期间，我主办了上百个关于有效思维的讲座、研讨会和专题讨论会。这些讲座、研讨会和专题讨论会的内容均集中在我对有效思维方法的运用，以改善经理的工作表现、工作满意度和个人生活满意度。一些来自实际工作的经理参加了这些会议，并提出了严肃的、有时甚至是难以回答的问题。因而，斟酌他们所提出的重要问题并试图作出答复，使我努力加深自己对有效思维的认识和理解。

到目前为止，我尽了最大的努力来总结自己所知道的、应用于管理的有效思维的知识，而这本书正是体现了我的这一种努力。在此，我真诚地希望您阅读中能收益良多。

——**老拉德·库希尔**

思维

决

成功管理的内在轨迹

定一切

目录

第一篇 如何成功地管理自我

绪论

第一章 “完整”和“满意”的含义 13

“完整”的含义/你能成功地追求到“满足”/平静、使命感和冒险/
决不牺牲他人/追求已迫在眉睫

第二章 下决心—— 20

练习

第三章 理解你的思维过程 30

超越社会局限和遗传局限/思想创造感觉/思想创造行为

第四章 自己建立有效的思维档案 36

思维选择的力量/处理失败/一个启动有效思维的文件

第五章 简单而有效的思想 57

有“意义”的、简单的思维/词汇间的微妙差别

第六章 管理有效思维的档案 64

有效思维的“排列”或“联合”/关于不公平待遇/试着给自己一些有效的建议

第七章 积极思维的选择(计划 A) 70

肉体和精神的剧院/情境想象

第八章 为了取胜,暂停一下 78

我们都被“催眠”了/打破弄巧成拙的头脑设置/暂停的提示/一种新的头脑设置/头脑设置练习

第九章 潜意识的策略(计划 B) 85

计划 B/有效思维

第十章 接近你隐藏着的身份 95

你是谁/定义你自己/内在自我 VS 外在自我/你的内在比喻
接近你的隐藏身份

第十一章 管理你的情感 112

控制不是抑制/害怕/克服不必要的愤怒/克服忧虑/克服罪恶感/
克服无益的嫉妒/享受

第十二章 成功的自我管理 124

结束前的提醒

第二篇 如何成功地管理他人

绪论

第十三章 分析你对他人的影响力 129

重要的自我评估

第十四章 有效地表现出独断 137

你影响着他人/人们以你教导他们的方式来对待你/此时此地独断/不要等待太久/时不时地放下你的头发/自信/坚持你的权利

第十五章 有效地冒险 146

评定成功的前景/低压的风险/有价值的冒险

第十六章 有效地谈判 155

人生是严肃的,工作是游戏/权力就是“得到你想要的”/与时间结盟/与老板和其他人谈判/做一个游戏计划

第十七章 有效地呈现 162

运用有效思维来管理自我/管理你的资料/管理你的观众

第十八章 最后一个术语 167

影响 VS 控制/动力: 内在 VS 外在/把自己看作成功人士/“偏好”, 而不是“需要”影响/作为影响手段的指导训练/以倾听来制造影响力/收听和关掉/结论

第三篇 概要

第十九章 保持你的成功 180

附录 182

概述

管理别人之前请先自我管理

试图管理别人之前，一个经理要有成功的自我管理能力——在企业、政府机关甚至家庭中管理其他人，这是一个合乎逻辑的顺序。然而，却因为一些奇怪的理由而常常被遗忘。

当你能够管理自己并且很好地控制自己的内心世界和个人生活时，你才会去选择管理他人，管理他人是一种选择而不是“绝对的需要”。

西蒙的沮丧

西蒙是一个努力工作的驾驶员。通过奋斗，有着极强抱负心的他有一天终于实现了自己的理想——成为一家蓬勃发展的电子公司的首席执行官。但是他过于想成为首席执行官，在高层管理中为了要维持自身的成功，他心力交瘁。正是他迫切想成为一个首席执行官的这个事实导致了他最终的失败。如果西蒙事先认识到即使没有高职称也能持有良好的自我感觉，那么他就能在首席执行官的工作岗位上呆久一点。很不幸的是，和很多其他经理一样，他绷得太紧了，为错误的自我形象付出了代价。管理中的最大缺陷（对他最重要的人的微观管理）导致了他不可避免的失败。在高位任职一年之后，西蒙就被公司董事会开除了。

杰出、长久的成功管理

我将一步一步地展示怎样通过使用一套强有力的自我管理系统，即我所说的有效思维，来熟练地管理你的内心和外部生活。有效思维者是一些只要他们愿意，就能同样管理自我和他人的专家。一旦你成为一个实干的有效思维者，我的方法将引导你继续管理他人，前提是运用已经

掌握的自我管理法。管理好自我，然后顺其自然。

两扇门只要一开，你就能通向个人职业的成功。第一扇门是通向个人成功的，我将给出开门的两把钥匙。第二扇门是通向成功的专业管理，第三和第四把钥匙便能打开这扇大门。

四把钥匙

第一把钥匙和第二把钥匙是开启成功的自我管理大门

第一把钥匙：执着追求拥有“一个完整而满意的人生”，但并不牺牲他人；

第二把钥匙：积极选择能让你产生热情追求的“完整而满意的人生”的想法；

第三把钥匙和第四把钥匙是开启成功管理他人的大门

第三把钥匙：定期地评定你管理的强项和弱项；

第四把钥匙：不断进步，循序渐进。

成为一个职业经理，只是有效思维者许多职业选择中的一个选择。但是，此书仅聚焦在成为一流成功管理者的有效思维。

请记住：

●这些年来，我发觉“最成功的”和所谓“比较成功的经理”是那些自觉运用我所说的“有效思维”的经理。

●当我在书中提及“有效思维者”的时候，完整的（但是有些累赘的）定义实际是“决定成为成功经理的有效思维者”。

●虽然我给出现实生活的场景和事例都是真实的，但是为了不辜负有效思维者以及和我分享其经验者的信任，我将真实的姓名和能识别的资料都虚构化了。

有效思维者的轮廓(成功经理中的最成功者)

这些成功经理当中的最成功者(有效思维者)有着各自不同的身形、体格、性别、年龄、种族和文化。虽然他们确实是极少见的特殊类型,但在各式各样、或大或小的公司中都有他们的身影。在制造业、信息服务业、银行和金融业、电子业、航空宇宙、研究、农业、药业、仪器生产业、出版业、政府机关和教育业当中,他们随处可见。

因为有效思维者,就像定义的那样,知道怎样成功地管理他们的内心世界和个人生活,因而对他人的管理就像第二本能。所有的有效思维者都能获得高质量的生活,不管是在个人生活还是在职业生涯中。而且,他们并不以牺牲他人的代价来获得他们的高质量生活。事实上,大部分和他们在一起工作的人——他们的同事、上司,往往都拥有比较旺盛的斗志,并且成长得也比较快。“促进”他人发展、管理他人和管理自我一样,他们似乎都有“妙手回春”的本领。

有效思维者是优秀的模范,他们能够起到模范的领导作用。其中一个人说过:“价值观不是可以教导的,而是捕捉到的。”也许并没有非常刻意地努力过,但他们却明显地提高了周围人群的生活质量。

当他们发现自己的不足时(他们一定会发现),他们只是勇敢地面对。如果有意义的话,也会采取一些必要的措施来弥补不足。“只要我用心去学,我就能学懂任何东西。”他们聪明、勤奋地工作——做正确的事并将事情做好——但他们把玩得尽兴作为一项宗旨。“人生是严肃的,但工作是游戏。”有效思维者们明确地知道自己是谁,他们对自己有着远不同于他们工作职称和家庭角色的内在定义。

他们不仅知道他们是谁,也知道他们为什么是他们自己,他们在哪里,他们是怎么样的,他们什么时候存在。他们关于这些要素的知识让他们立于不败之地。

更重要的是,有效思维者总是对自己的思想、感觉,当然还有自己的行为负全责。他们从不怨天尤人,而且他们极其实事求是。他们直面

人生，尽快克服人生旅途中的困难和挫折，从而继续朝着人类可能获得富足而满意的生活方向前进。如果有意义的话，他们将会为他们的信仰奋斗到底。但是，他们会先改变所有能改变的东西。如果完全不可能改变挫折或是某个不公平的环境，他们会稍稍叹息。然后，很快继续投入生活。他们很清醒地知道什么是可以改变的，什么是不可以改变的。

有效思维者运用个人力量，使自己在选择的路上走得比一般人好。他们运用个人魅力冒险、表现、沟通、谈判、联系、影响，并做高效经理必要做的其他事情。总之，他们运用个人力量来获取专业技能。

保持个人成功和职业成功

一旦你认识到怎样运用成功管理自我和他人的有效思维，你便会很想保持这些成功。直到此书的末尾，你将不断地被提醒要记住已经学到的。本书最后的那份自测题，将帮助你检测自己是否已步入正轨。假使你不在轨道之上，你也会知道此书的哪些部分是值得重温的。在读完此书后，你也应该定期做那套自测题，使用它，确保你获得并保持成功。

第一篇

如何成功地管理自我

绪论

成功的自我管理是通过我所说的有效思维来实现的。成为一个有效思维者的第一步是设立目标，致力于拥有完整和满意的人生，而不以牺牲他人作为代价。第二步，也是最后的一步，是积极、始终如一地坚持使用有效思维，那种几乎能肯定为你创造完整和满意人生而不以牺牲他人作为代价的思考方式。你可以使用两把钥匙来开启成功的自我管理之门。