

经典成功学读物

培养128种成功元素
等于孕育了人世间所有的成功

成功树

高素质人才的模式与塑造

如欲成功，就得系统解决愿不愿做的态度问题，敢不敢做的信心问题，会不会做的方法问题，能不能做的条件问题。

做学问要一丝不苟，做人却可糊涂一点。

张志清 张浩宇 著

地震出版社

经典成功学读物

培养128种成功元素
等于孕育了人世间所有的成功

成功树

高素质人才的模式与塑造

张志清 张浩宇 著

地震出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

成功树:高素质人才的模式与塑造/张志清 张浩宇著.

—北京:地震出版社,2005.6

ISBN 7-5028-2661-0

I. 成… II. ①张…②张… III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第 031866 号

地震版 XT200500031

成 功 树

——高素质人才的模式与塑造

张志清 张浩宇 著

责任编辑:张友联

责任校对:张晓梅

出版发行: 地震出版社

北京民族学院南路9号

邮编: 100081

发行部: 68423031 68467993

传真: 88421706

门市部: 68467991

传真: 68467991

总编室: 68462709

传真: 68467972

E-mail: seis@ht.rol.cn.net

经销: 全国各地新华书店

印刷: 三河市新科印刷厂

版(印)次: 2005年6月第一版 2005年6月第一次印刷

开本: 880×1230 1/32

字数: 306千字 插页: 1

印张: 11

印数: 00001~15000

书号: ISBN 7-5028-2661-0/Z·341(3291)

定价: 25.00元

版权所有 翻印必究

(图书出现印装问题,本社负责调换)

序

开放后的中国，涌现出 IT 业、证券业等诸多新行业，私营经济在各行业得以迅猛发展，“创业”、“成功”成了每个公民关注的热点话题。

心理学研究告诉我们，影响成功的因素有遗传素质、环境、教育、社会实践及主体素质。最重要的是主体素质，它是心理发展的内因，其他因素都要通过它起作用。那么，主体素质由哪些元素组成？为什么要强调人的全面发展？对此，众说纷纭。在这种讨论中，我的学生张志清与人合著的《成功树——高素质人才的模式与塑造》一书很值得一读。

作者在多年探索基础上，首先提出 128 种“成功元素”，并把它们分门别类地镶嵌在一幅叫“成功树”的图上。作者认为，像自然界所有物质都是由百余种化学元素组成一样，人类社会所有成功也是由百余种成功元素组成的。希望中青年研究者携起手来，早日统一认定这些成功元素。第二，作者在书中描绘了一个全面发展人

才的模式，它对于青少年抑或成人自我教育具有很高的参考价值。作者在此做了一件一人劳动，大家受益的好事。第三，本书还归纳出追求成功的“四做”操作模式，即如欲成功，就得解决愿不愿做的态度问题，敢不敢做的信心问题，会不会做的方法问题，能不能做的的条件问题。“四做”模式既是一种行动方法，又是一种思维路线。它的运用，必将提高读者的成功概率。“金无足赤，人无完人”，本书在个别地方的理论阐述上尚有微瑕，有待改进。

总之，我认为本书具有理论创新，贴近实际，便于操作等特点，是故乐于向广大读者推荐。

冯忠良

(北师大心理学教授、博导、教育心理学博士点创建人)

2005年1月28日

前 言

关于本书的一二三四

大千世界，每个人都想拥有体面的生活，均想获得成功。具备哪些条件，才能获得成功呢？让我们从成功人士的实践中找寻这个问题的答案吧！

思坦因曼思是德国工程师，他来到美国受雇于一家小工厂。1923年，他应邀修理福特公司一台很难修理的大型电机。他来到现场观察研究之后，在电机的一个部位划了一道线，说：“这儿的线圈多绕了十六圈”。福特公司的技术员把多余的线圈取出，电机正常运转了。福特得悉后，给了他1万美元的酬金。于是留下了思坦因曼思划一条线值1万美元的佳话。之后，福特又邀他加盟福特公司。但他却说，他不能离开，因为那家小工厂的老板曾经帮助过他。福特听后感慨不已，不久，他就整体收购了那家小工厂。

思坦因曼思以他难得的才学与人品获得了成功。

类似的成功案例本书还有许多，它们雄辩地证明了影响成功的因素（也称人的素质）有德识才学、心理素质、理想（志向）、兴趣、信心、学习方法、思维方法、社交方法，等等。这些素质，都是成功家族中的一员。这许多素质琐碎零乱，别说培养、管理它们，就是细数一遍，也难以如愿。看来，是该找一个载体将这些素质条理化、系统化。这个载体就是成功树！

成功树是分门别类、全面系统揭示成功素质的种类与联系的一个树状图。它由动力系统、信心系统、方法系统、条件系统四大方面、共 128 个素质点组成。

动力系统素质是指影响人工作、学习、生活动力的因素，旨在解决一个人愿不愿干的态度问题。

信心系统素质是指影响人工作、学习、生活信心的因素，意在解决一个人敢不敢干的信心问题。

方法系统含工作、学习、生活的方法，功能是解决一个人会不会干的方法问题。

条件系统素质的主要内容在本书第九、十章中，它是指影响人工作、学习、生活质量的主客观条件，作用是解决一个人能不能干的条件问题。

上面，我们简介了成功树的内容，这些内容综合起来，形成了成功树的三个功能：第一，系统探讨影响人全面发展的因素有哪些，或影响成功的素质有哪些（即成功树中所列 128 个元素），以免我们在教育他人及自我修养中顾此失彼、片面发展或主次颠倒、错用精力。第二，描绘全面发展的现代成功人的标准，或者应该具有什么样的模式（即各成功元素好、差两极中“好”的一极之和），以便成长中的当事人正确具体地把握自己的成长目标，同时为包括校长评价、教师评价、学生评价、学校评价在内的整个素质教育评价的进一步科学化、实用化提供参照系，以便减少教育评价这根指挥棒存在的误评误导现象。第三，探讨全面发展成功人的塑造问题（即愿做、敢做、会做、能做“四做”操作模式），以便为我们的教育及成长提供可资参考的实用方法，避免



我们在人才培养与自我教育上因方法不当而出现事倍功半现象。

本书所讨论的是生活的哲理，尤以后二章为甚。我们以为，哲理是抽象的，生活是具体的，生活的哲理是既抽象又具体的。生活哲理是生活的指南，需要将其表述出来，可它又不能归纳为一些简单的句子而不受到损害。因此，需要从不同侧面，以多种手法把它揭示出来。在书中，我们首先用一些抽象道理与论述来构成它的骨架与精髓。其次以几个精选的正反面典型事例来体现它的血肉。所选正面事例是模仿的榜样，反面事例则是应引以为戒的反面形象。个性的优劣往往只有一点之差，一旦过界，就会走向反面。自信过度就是自负，勇敢过度就是蛮干。因此这里列出好坏正反两方面特征及事例，以利于读者警钟长鸣，在个性发展上千万别过“度”！第三，在事例之后，再辑录几则反复筛选的名人名言来补充一些言犹未尽的精华，使生活哲理尽可能丰满与完美。

上述内容安排与编排完全是顺应人的成长需要而做的。成长需要对影响成长的因素统筹安排，成长需要知道自己应该追求的整体目标，成长需要掌握全面发展自我的各种各类方法，所以本书只讲这三方面的内容。成长也需要榜样，本书则精选了一批范例；成长也需要自我激励，本书则分专题精选了少量名言，供读者使用。总之，贴近人才成长实践，实用、管用是本书追求的最高目标。

任何书籍都要有自己的主线，本书的主线是促进人的第二次进化。或者说，人的第二次进化是成功树的科学底座。

人的第二次进化是指人在出生以后，由于遗传素质、环境、教育、社会实践及主观努力的不同，而使每个人在德识才学与心理素质上有了很大差异，并据此形成了人的等级序列的全过程。

人的第二次进化具有下列特点：进化结果无法像第一次进化（指人类诞生）那样通过遗传素质直接传递，进化水平高低主要靠个人努力；结果是偏向于德识才学、心理素质等心理及精神方面的；进化结果既决定个人命运又决定国家利益；进化的核心是减

少人身上残存的假恶丑的野性，发展真善美的人性，是培育良好心理素质，是发展智力与能力。

在目前社会中，人的第二次进化是人的发展和生存的主要手段。谁进化水平低，谁的经济、文化、政治、社会地位最低。因此，作为个人，要接纳本书观点与方法，搞好自己的第二次进化，不断提升个人的成功素质。作为国家，就要将强力营造有利于人的第二次进化的和谐社会，当作决定民族存亡的头等大事来抓。总之，由于人类需要第二次进化，有必要研究成功的影响因素、模式与培育方法这三个与每个人的命运都息息相关的重大问题。

以上内容就是本书的一二三四，即一条主线，两个内容编排特点，三项功能，四大系统。

本书参考了许多心理学、人才学、成功学学者的研究成果，在此一起表示衷心感谢。我的老师著名心理学家、北师大冯忠良教授为本书拨冗作序，鄂尔多斯报社张如编辑为本书提出了很好的修改建议，我的夫人刘秀兰为本书的写作收集资料并参与修改，北京伯乐致远咨询公司为我提供了帮助，对此，我致以诚挚的谢意。

本书是我们探索人才成长标准与方法的总结，书中不完善之处，恳请读者、专家学者给予指正。

张志清

二〇〇五年阳春三月

目 录

第 1 章 愿意干是成功的第一要素 / 1

有一年，一批学生从哈佛大学毕业了，临出校门前，学校对他们进行了一次关于人生目标的调查。结果是这样的：3%的人有清晰而久远的目标，10%的人有清晰但短期的目标，60%的人目标模糊，27%的人没有目标。25 年后……

一、少年心事当拏云 / 2

二、兴趣是最好的老师 / 10

（一）社会实践是兴趣的发源地 / 11

（二）需要是兴趣的育婴堂 / 12

（三）知识技能是兴趣的催化剂 / 12

（四）肯定性评价是兴趣的护卫者 / 13

（五）高素质人士已有兴趣的品质 / 14

三、顽强的毅力是成功的保证 / 14

（一）习惯是一种奇异的惯性动力 / 15

（二）自制力是时间盗贼的克星 / 17

（三）目标诱惑力是毅力的催生婆 / 17

第2章 信心是成功的基石 / 19

你知道吗，成功人士与平常人的最大差别是什么？研究表明：是胆量，是信心！信心是人的第二生命，正如赵鑫珊所言：“信念对支撑一个人是至关重要的，即便是寿命的长短，也往往取决于信念。”

一、自信、自卑的特征及其转化 / 21

（一）自信、自卑的特征 / 21

（二）自卑的成因及危害 / 26

（三）卸掉自卑的沙袋 / 28

二、影响信心的因素 / 29

（一）知识技能对信心的影响 / 29

（二）自我评价与信心 / 31

（三）见识与信心 / 32

（四）他人评价与信心 / 33

（五）气质类型与信心 / 34

第3章 怎样使自己变得更聪明 / 37

美国麻省理工学院研究表明：人一生可掌握5亿册书的内容，相当于美国国会图书馆藏书的50倍！人未开发的潜能，像一座沉睡的冰山，大得惊人。你想拥有“眼观六路，耳听八方”的观察力吗？你想拥有在40分钟内记住圆周率100位数数字的记忆力吗？那么，就请你注意开发自己的潜能吧！

一、怎样拥有敏锐的观察力 / 38

（一）深入认识观察的重要性 / 39

（二）正确运用各类观察方法 / 39



- (三) 正确组织观察的全过程 / 40
- (四) 勤于训练观察力 / 42
- 二、怎样提升记忆力 / 42
 - (一) 深刻理解记忆的重要性 / 43
 - (二) 灵活运用各类记忆方法 / 43
 - (三) 正确运用记忆规律 / 44
 - (四) 切实掌握科学的记忆方法 / 46
- 三、怎样锻炼灵活的思维力 / 53
 - (一) 要明白思维的极端重要性 / 53
 - (二) 灵活运用各类思维方法 / 54
 - (三) 正确运用思维过程的知识 / 56
 - (四) 切实掌握解决问题思维过程的理论 / 57
 - (五) 提高思维能力的其他问题 / 58
- 四、怎样具有丰富的想像力 / 59
 - (一) 要深入认识想像的重要性 / 60
 - (二) 掌握想像种类并正确运用它们 / 61
 - (三) 掌握培养想像力的多种方法 / 62
- 五、怎样培养稳定的注意力 / 63
 - (一) 提高锤炼注意的自觉性 / 63
 - (二) 掌握注意种类与规律 / 64
 - (三) 正确应用培养注意力的方法 / 65

第4章 求知“充电”有良方 / 67

你想当领导者吗？你想成为百万富翁吗？你想做一个对社会有益的人吗？那么，你就得学习。中国已悄然跨入“工作即学习，学习即工作”的终生教育新纪元。站在知识经济的角度审视学习活动，得知它的作用不只是决定青少年的前途与命运，而且还影响成年人的经济

收入、职位升迁、品行发展与生活幸福。学会学习，就是牵住了学业成功与事业发达的牛鼻子。

一、养成良好的学习习惯 / 71

(一) 养成良好的注意习惯 / 71

(二) 具有坚强的意志 / 72

(三) 具有主动认真的习惯 / 72

(四) 其他良好习惯 / 73

二、怎样制订学习计划 / 74

(一) 日学习计划的制订 / 76

(二) 学生课时计划的制订 / 77

(三) 制订学习计划的原則 / 77

三、浏览或预习的方法 / 78

四、知识的理解 / 80

(一) 在校生(含成人)的听课 / 81

(二) 在校生及成人的精读 / 85

五、巩固基础知识基本技能 / 89

(一) 良好记忆的条件 / 90

(二) 记忆方法 / 90

(三) 记忆方法速记示例 / 91

六、知识的应用——做作业或解决实际问题 / 91

(一) 作业的意义 / 91

(二) 做作业的步骤和方法 / 93

(三) 作业中应该注意的几个问题 / 95

(四) 成人解决问题的步骤和方法 / 96

七、怎样进行阶段复习 / 97

(一) 阶段复习的任务 / 98

(二) 阶段复习的方法 / 98



八、考试方法 / 101

(一) 考试的作用 / 102

(二) 应考的方法 / 102

(三) 考试中应该注意的几个问题 / 104

九、怎样进行试后总结 / 105

(一) 试后总结的内容与方法 / 105

(二) 试后总结中应注意的几个问题 / 106

十、怎样弥补漏洞 / 107

(一) 学习漏洞的种类 / 107

(二) 弥补漏洞的方法 / 108

(三) 弥补漏洞应注意的几个问题 / 108

第5章 “好人缘”与办事高手——高素质人才的社交技巧 / 109

做学问要一丝不苟，做人却不能这样认真。许多时候，做人人都得紧闭嘴巴，装聋作哑。不少品行高尚，才华横溢的人才，因为不善料理人际关系，难展其才，甚至为奸佞所害，死于非命。学会社交，个人幸甚！家庭幸甚！天下幸甚！

一、高素质人才与人相处的特征 / 110

(一) 对待自己的态度与行为 / 110

(二) 对待他人的态度与行为 / 112

(三) 对待集体与国家的态度 / 116

二、高素质人才处世的一般特征 / 117

(一) 未雨绸缪，做好充分准备 / 117

(二) 一鼓作气，决不半途而废 / 118

(三) 既勇敢自信，又沉着谨慎 / 118

(四) 具体情况具体分析 / 119

(五) 做事留有余地 / 120

(六) 急事缓办，缓事急办 / 121

(七) 战略战术分明，目的手段分清 / 122

三、怎样在被动情境中与人交往 / 122

(一) 怎样摆脱尴尬处境 / 122

(二) 怎样与陌生人交往 / 125

(三) 怎样与上司交往 / 127

(四) 怎样与具有敌意的人交往 / 128

四、怎样向别人求助 / 133

(一) 要树立正确的求助观念 / 133

(二) 求助十忌 / 135

(三) 借钱方法 / 137

(四) 怎样向领导求助 / 138

五、怎样援助别人 / 140

(一) 给予别人力所能及的援助 / 140

(二) 给人“输血”，帮人“造血” / 141

(三) 不图回报 / 142

(四) 帮人也要讲方法 / 142

(五) 不理睬过分的求助要求 / 143

(六) 不要张口就许愿 / 143

(七) 拒绝别人的三种方法 / 144

第6章 享受自我服务的愉悦 / 145

时代在进步，观念在骤变。过去讲“劳心者治人，劳力者治于人”。现在讲“手脑并用”、“全面发展”。在今天这个人员流动十分频繁的社会里，“淌自己的汗，吃自己的饭，自己的事自己干”既是美德，更是一个人生存的基本功。现在，不会自行料理衣食住行的寄生性



人才，必将为社会所淘汰。

一、把自己装扮得得体大方 / 147

二、科学进食，营养配餐 / 148

三、经营自己的“安乐窝” / 149

四、出行去远方 / 149

五、高素质人士的理财技巧 / 150

(一) 量入为出，计划理财 / 150

(二) 开源节流，勤俭持家 / 150

(三) “小钱攒大钱”，存款办大事 / 151

六、高素质人士的谋生之道 / 152

(一) 不惧怕体力劳动 / 153

(二) 有多种谋生能力 / 153

(三) 具有远大眼光和风险投资意识 / 153

第7章 管好自己才能管理他人 / 155

你善于管理时间，给自己创造时间自控区吗？你善于管理物品，不因为找东西而浪费时光吧？你能管好自己的眼球，果断地离开诱人的电视或电脑屏幕吗？你知道该怎样提升自我管理水平吗？

一、爱惜时间就是珍爱生命 / 156

(一) 善于安排工作日程表 / 156

(二) 善于进行时间统计 / 159

(三) 防止与人打交道时的时间浪费 / 160

(四) 果断决策不犹豫 / 161

(五) 不要为找东西浪费时光 / 162

(六) 杜绝懒惰、拖延 / 163

(七) 创造时间区, 增加自控时间 / 164

(八) 提高会议与约会效率 / 165

二、高素质人士的空间管理 / 167

(一) 住所及办公学习场所的“硬件”管理 / 167

(二) 生活工作学习用品的管理 / 167

(三) 隐形环境的管理 / 168

三、高素质人士的认识管理 / 168

(一) 认识内容的管理 / 168

(二) 认识方法的管理 / 169

四、做驾驭情感的高手 / 171

(一) 让不良情感无藏身之所 / 172

(二) 给不良情感打预防针 / 177

(三) 情感指向性的管理 / 181

(四) 情感强度的管理 / 183

五、管好自己的意志 / 185

(一) 管好自己的动机与目标 / 185

(二) 管好自己的行动果断性 / 186

(三) 意志自制性的管理 / 186

(四) 意志坚持性的管理 / 190

六、管好自己的言语 / 192

(一) 管好自己的阅读与观看活动 / 193

(二) 学会倾听 / 195

(三) 管好自己的一支笔 / 197

(四) 管好自己的一张嘴 / 199

第8章 高素质人才的健身术与健心术 / 203

俗话说得好:“疑心生暗鬼。”具有不健康心理的人很难获得成功,即使侥幸撞上了幸运之神,也会自毁