

16 ABILITIES
FOR YOUR

16 ABILITIES FOR YOUR CAREER SUCCESS

掌握事业 成功的16种能力

赵 宏 编著



拿破仑·希尔说：“大部分
人遭到失败的原因在于忽视了
培养自身的能力。”

Napoleon Hill said: "Those
who do not develop his abilities
would be failure."

地震出版社

掌握事业 成功的 16 种能力

赵 宏 编著

地 震 出 版 社

16 ABILITIES
FOR YOUR
CAREER SUCCESS

掌握事业 成功的16种能力

赵宏 编著

ILITIES

地震出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

掌握事业成功的 16 种能力/赵宏编著. —北京: 地震出版社, 2002.7

ISBN 7-5028-2097-3

I. 掌… II. 赵… III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 043805 号

掌握事业成功的 16 种能力

赵宏 编著

责任编辑: 曾月生

责任校对: 庞娅萍

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: 68423031

门市部: 68467991

传真: 68467972

总编室: 68462709 68423029

传真: 68467972

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

经销: 全国各地新华书店

印刷: 九州财鑫印刷有限公司

版 (印) 次: 2002 年 7 月第一版 2002 年 7 月第一次印刷

开本: 850×1168 1/32

字数: 288 千字

印张: 15

印数: 00001—13000

书号: ISBN 7-5028-2097-3/Z·132 (2653)

定价: 25.80 元

版权所有 翻印必究

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

前 言

在一个小镇上，有位老人把他两个儿子叫来，对他们说：

“你们俩年纪也不小了，该到外面闯闯啦！”

这两个儿子就遵从父命，前往繁华的大都市。

大儿子数天后便回来了。“怎么回事？你为什么回来了？”老人有些吃惊地问。

“爸爸，你不知道，那儿的物价实在太可怕啦！连喝个水都得花钱买呢！以后在那儿生活怎么吃得消？”

没过多久，二儿子也拍了封电报回来：“这里可真是遍地黄金呢！连我们喝的水都可以卖钱哩！我这阵子不打算回来啦！”

又过了几年，二儿子在大都市发财了，他掌握了大部分的矿泉水及蒸馏水市场，成为富甲一方的大财主。

同样的环境，有人看到机会；有人却只看到问题。是什么因素造成的这种差异呢？两种人的能力不同！

拿破仑·希尔发现：在生活和事业中，能力强的人在生活中能看到更多的机会！

比尔很不满自己的工作，他忿忿地对朋友说：“我的上司一点也不把我放在眼里，改天我要对他拍桌子，然后辞职不

掌握事业成功的 16 种能力

干。”

朋友问他：“你对那家贸易公司完全弄清楚了吗？对他们做国际贸易的窍门完全搞通了吗？”

比尔摇了摇头，不解地望着朋友。

朋友建议道：“君子报仇十年不晚，我建议你先把商业文书和公司组织完全搞通，甚至连怎么修理复印机的小故障都学会，然后再辞职不干。”

看着比尔一脸迷惑的神情，朋友解释道：“你用他们的公司，做免费学习的地方，什么东西都通了之后，再一走了之，不是既出了气，又有许多收获吗？”

比尔听从了朋友的建议，从此便默记偷学，甚至下班之后，还留在办公室研究写商业文书的方法。

一年之后，那位朋友偶然遇到比尔，问道：“你现在大概多半都学会了，准备拍桌子不干了是吧？”

“可是，我发现近半年来，老板对我刮目相看，最近更是不断加薪，并委以重任，我已经成为公司的红人了！”

“这是我早就料到的！”他的朋友笑着说，“当初你的老板不重视你，是因为你的能力不足，却又不努力学习；而后你痛下苦功，当然会令他对你刮目相看。”

戴尔·卡耐基指出：“与其抱怨别人不重视我们，不如反省自己，不断提高能力！”

人类社会进入 21 世纪，知识经济的时代已经来临。在这样的时代里，“能力已成为一种不折不扣的资源，是资本，是财富，更是无价之宝。”

本书从16个方面详述了提高能力的方法，角度新颖，材料丰富，可读性强，贴近生活，是你在竞争日益激烈的现代社会中立足和发展自我最实用的指南。

掌握事业 成功的**16** 种能力

16 ABILITIES
FOR YOUR
CAREER SUCCESS

掌握事业 成功的16种能力

赵宏 编著



拿破仑·希尔说：“大部分
人遭到失败的原因在于忽视了
培养自身的能力。”

Napoleon Hill said: Those who
do not develop his abilities would
be failure.

机械工业出版社

责任编辑：曾月生



红十月工作室 RED OCTOBER STUDIO
TEL: 13901105614

16 ABILITIES FOR YOUR CAREER SUCCESS

拿破仑·希尔说：“大部分人遭到失败的原因在于忽视了培养自身的能力。”

Napoleon Hill said: "Those who do not develop his abilities would be failure."

16 ABIL

目 录

前 言	(1)
-----------	-------

第 一 章 正确选择人生的能力	(1)
-----------------------	-------

拿破仑·希尔说：“对于生活，我们有选择权，我们能够选择，改变平庸的生活。”

❖ 每个人都应该学会选择	(3)
❖ 不要盲从别人	(4)
❖ 最重要的是确定下一步该往哪里走	(6)
❖ 从生活细节了解自己的潜质，确立创业方向	(8)
❖ 精心规划未来	(10)
❖ 像杰出人士那样择业	(13)
❖ 在人生中做好决断	(17)

掌握事业成功的 **16** 种能力**第二章 推销自我的能力** (23)

美国钢铁大王卡耐基说：“了解推销的技巧和方法，你就能够获得成功，并且名利双收。”

- ❖ 做人也靠推销 (25)
- ❖ 在最短时间内找到好工作 (29)
- ❖ 面试中应回避的错误 (32)
- ❖ 为选择理想职业提高自身素质 (36)

第三章 出色的工作能力 (39)

乔治·艾略特说：“如果我们想要更多的玫瑰花，就必须种植更多的玫瑰树。”

- ❖ 迅速进入工作角色 (41)
- ❖ 善于运用自己的优点 (46)
- ❖ 提高总结归纳能力 (48)
- ❖ 培养组织管理能力 (52)
- ❖ 合理设计工作秩序，提高工作效率 (58)
- ❖ 一定要重视和别人合作 (69)
- ❖ 给人以“积极”的印象 (77)
- ❖ 在工作中发展自己 (81)

第四章 运用时间的能力 (87)

歌德说：“善于利用时间的人，永远找得到充裕的时间。”

- ❖一个人拥有最大的财富就是自己的时间 (89)
- ❖赢得更多时间的技巧 (91)
- ❖充分利用等待的时间 (97)
- ❖善于利用余暇的时间 (98)
- ❖学会说“不”能节省大量时间 (102)
- ❖改掉拖拉的习惯 (106)

第五章 不断学习进取的能力 (111)

彼得·扎克说：“在人生的这场游戏中，你应当保持生活和学习的热情，不断地吸取能够使自己继续成长的东西来充实你的头脑。”

- ❖人生需要不断学习 (113)
- ❖与事业的成就关系最密切的学习内容 (119)
- ❖善于开辟学习途径 (127)
- ❖选择科学的学习方法 (134)
- ❖把学习与生活和工作结合起来 (140)
- ❖把握4项最基本的学习技能 (144)
- ❖要注意学以致用 (150)

掌握事业成功的 **16** 种能力**第六章 人际交往的能力**..... (153)

松下幸之助说：“没有人能够独自成功。”

- ❖ 千万不能忽视人际关系 (155)
- ❖ 建立健康人际关系的 8 大要领..... (158)
- ❖ 宽容是与人交往的润滑剂 (171)
- ❖ 调整好人际交往中的“期望值” (175)
- ❖ 跨越人际沟通的障碍 (178)

第七章 规范行为的能力..... (183)

孔子说：“诚信乃安身立命之本。”

- ❖ 世界上最聪明的人是最老实的人..... (185)
- ❖ 真诚不等于“实话实说” (195)
- ❖ 有意识地开发和培养规范行为的能力 (199)

第八章 控制情绪的能力..... (205)

戴尔·卡耐基说：“学会控制情绪是我们成功和快乐的要诀。”

- ❖ 你可以改变自己 (207)
- ❖ 把坏情绪遏制在萌芽状态 (212)
- ❖ 学会对自己说“没关系” (214)

掌握事业成功的 **16** 种能力

- ❖ 控制情绪是成功和快乐的要诀 (217)
- ❖ 消除烦恼和不安的技巧 (221)
- ❖ 享受自己的生活 (225)

第九章 维护健康的能力 (229)

叔本华说：“一个身体健康的乞丐，要比疾病缠身的国王幸福得多。”

- ❖ 准确把握健康的标准 (231)
- ❖ 警惕“第三状态” (233)
- ❖ 在感到疲劳之前先休息 (237)
- ❖ 运动是健康的“添加剂” (240)
- ❖ 远离不良的生活习惯 (242)
- ❖ 简易的锻炼方法 (245)
- ❖ 运动锻炼应注意的问题 (252)
- ❖ 科学睡眠是维护健康的重要环节 (255)

第十章 积极理财与投资 (259)

温斯顿·丘吉尔说：“聪明的人能够很好地安排有限的收入，他们会享受到用钱的满足感，但绝不会为钱所用。”

- ❖ 花钱提高生活的情趣和意义 (261)

掌握事业成功的 **16** 种能力

❖ 生活追求舒服而不是档次	(264)
❖ 精通理财之道	(266)
❖ 成功理财的秘诀	(270)
❖ 把钱花在刀刃上	(272)

第十一章 创造性思维能力..... (277)

汤姆·彼得斯说：“创造性的思维为你提供了实现自我更多的机会。”

❖ 大脑愈用愈灵活	(279)
❖ 事业成功的最大秘诀就是创新	(281)
❖ 大智若愚才能成功	(283)
❖ 做成熟的思考者	(288)
❖ 进行创造性思维	(292)
❖ 激发自己的“新思想”	(299)
❖ 用丰富的想象扩展思维	(304)
❖ 随时注意培养开阔的思路	(307)
❖ 把思维能力转化为创造性	(309)

第十二章 把握机遇的能力..... (315)

国际知名管理学家哈洛尔德·康茨指出：
“在同一时代、同样条件下，不同的人发挥的作用有时会有天壤之别，除了其他条件之外，关

掌握事业成功的 16 种能力

键在于能否认清时代，抓住机会。”

- ❖ 机遇只偏爱有准备的头脑 (317)
- ❖ 头脑灵活，才不会坐失良机 (320)
- ❖ 依靠知识和智慧掌控机遇 (323)
- ❖ 要审时度势、随机应变 (325)
- ❖ 敏锐的观察力是捕捉机遇的重要条件 (327)
- ❖ 要有敏锐的判断力 (333)
- ❖ 千方百计抓住时机 (335)

第十三章 挑战挫折的能力 (341)

拿破仑说：“人生的光荣不在于永不失败，而在于屡仆屡起。只要站起来比倒下去多一次，就是成功。”

- ❖ 成就大事业者，常要接受信心的挑战 (343)
- ❖ 失败和成功只是一步之差 (349)
- ❖ 即使时运不济，也永不绝望 (352)
- ❖ 难关不足以阻止一个人成功 (354)
- ❖ 用笑脸来迎接悲惨的命运 (358)
- ❖ 要有迎难而上的勇气 (364)
- ❖ 培养坚强的意志 (373)
- ❖ 增强挫折适应力 (382)