

3分钟处世小丛书

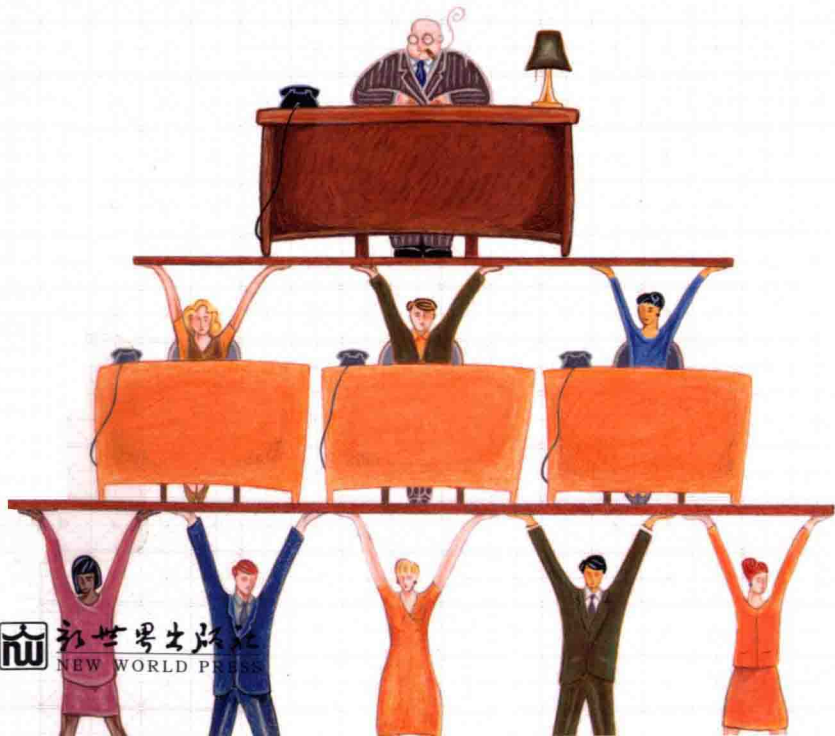
3分钟打造

成功高手

HOW TO BECOME
SUCCESS-ORIENTED IN 3 MINUTES

李慧
编著

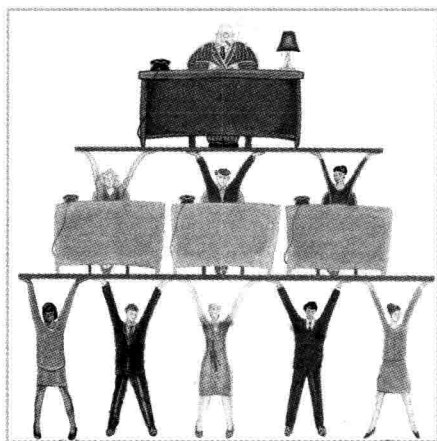
系统完整的成功哲学，改变命运的取胜之匙
激发自我的最大潜能，勾勒生活的理想蓝图



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

3分钟打造 成功高手

HOW TO BECOME
SUCCESS-ORIENTED IN 3 MINUTES



李慧
编著



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目 (C I P) 数据

3分钟打造成功高手 / 李慧编著. -- 北京 : 新世界出版社, 2012.9

(3分钟处世小丛书)

ISBN 978-7-5104-3122-7

I. ①3… II. ①李… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第146434号

3分钟打造成功高手

作 者: 李 慧

责任编辑: 王正斌

责任印制: 李一鸣 郑珊珊

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京市西城区百万庄大街24号(100037)

发 行 部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733(传真)

总 编 室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679(传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版 权 部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印 刷: 三河市兴达印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/32

字 数: 163千字 印张: 8.5

版 次: 2012年10月第1版 2012年10月第1次印刷

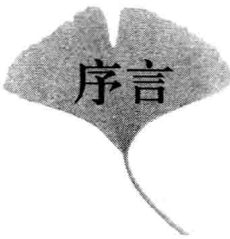
书 号: ISBN 978-7-5104-3122-7

定 价: 20.00元

版权所有 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638



序言

当前的社会竞争日趋激烈，每个人都强烈地渴望着事业的成功与辉煌、生活的幸福与美满。在通往成功的道路上，有人四处碰壁，一无所获，终生默默无闻，有人却如鱼得水，一帆风顺。

为什么两者会存在这么大的差异呢？

无数事实证明，每一个与成功失之交臂的人并不是缺乏成功的智慧和勇气，而是没有找到成功的方法。他们或者不懂得与人交往的艺术，或者没有掌握办事的技巧，使得他们纵有百般武艺，却没有施展的机会。

那些成就了一番事业的人，他们并非天生的强者，只是他们善于总结和反思，并找到了易于自己发挥的强项；他们懂得自己能做什么，不能做什么，并付出实际行动。而那些被残酷现实淘汰掉的人却往往在错误的方向上一直走下去。

要生存，要进取，就不能随心所欲，我们必须认识到社会的复杂性，以及社会各行业竞争的规则。只有认识到这些，并及时地进行自我调整，以适应环

境，才能取得成功。那么那些正在通往成功的路上跋涉的人，怎样才能少走弯路，取得成功呢？

本套丛书针对个人在社会上碰到的各种难题，全方位、多角度地进行了细致的阐述与深刻的剖析，希望能为你在成功的道路上指点迷津，为你的成功助上一臂之力。

实用性强是本套丛书的显著特点，书中没有生硬的教条，从事实出发，对人们在生活中碰到的问题给出具体的解决方法，拒绝泛泛而谈。而具有可读性是本套丛书的又一特点，在对问题的论述上深入浅出，通俗易懂，语言简洁明快而又含蓄生动，平淡之中屡见新奇。本套丛书还在博采百家之众长、援引中外古今学者的名家典范、力求精益求精的基础上，对原有学科进行了创新，是那些渴望成功的人们人手必备的实用处世手册。

本套丛书分为8本，每一本为一个独立的主题，从做人、办事、交际、识人、说话、幽默、赚钱到成功等不同角度告诉我们怎样取得成功，如何做一个成功的人。

一个人要想成功，取得卓越的成就，他必须首先学会做人。做人的学问，乃是人生中最大的学问了。《3分钟打造做人高手》就是告诉你如何掌握做人的艺术，从而使人生如鱼得水、大放异彩。

我们的成功，也要靠我们不停地办事，办大事，最终达到理想境界。这就需要我们能办事、会办事、办成事。办事是一门学问，办大事是一门艺术。《3分钟打造办事高手》教你怎么去办事，用什么方法去办事，办事时应该抱一个什么样的心态等。基于这些，提高自己的办事能力，显得义不容辞、刻不容缓。

办事离不开交际，与人打交道是一件重要而又十分复杂的事情，《3分钟打造交际高手》教你打造和谐的人际关系，使自己的事业进展顺利，避免受到损失和伤害，也避免自己在与人交往中无意间伤害了别人的感情和利益，进而影响到自己的人际关系网。

当你把这一切都准备好了的时候，你想知道对方对你真正的看法吗？每个人在生活中，总会养成一种习惯，这些习惯却往往体现了这个人的真正性格，《3分钟打造识人高手》就是教你如何看透对方心理，对方进行全面的判断。

有了这些判断，才能知道跟别人该说什么和不该说什么，《3分钟打造说话高手》告诉你恰当运用时机和语言技巧，该出口时就出口，对什么样的人说什么样的话。3分钟打造全新的你，不说则已，一说惊人。

幽默是智慧的象征，如果你在谈吐之间加一些幽默元素，那么说话就更有趣味，人家也就更愿意与你交往了。《3分钟打造幽默高手》教你如何在芸芸众生当

中脱颖而出，学着做一个懂得幽默的人，你的生活会平添无数乐趣。

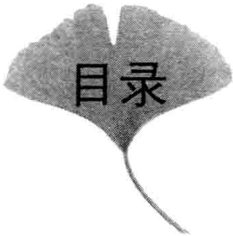
每天微笑着面对生活、乐观向上的人，好运总是会光临他的，相信谁都不会拒绝自己应得的财富，每个人都会积极地去争取更多的财富，实现更高的价值。君子爱财，取之有道。《3分钟打造赚钱高手》就是告诉你赚钱的捷径，仔细读过，你会发现赚钱其实是很简单的！

这些条件都具备了，也就可以思考成功的真谛了，但还是不要急，因为成功总是要让人费一番周折的。坐下来看看这本《3分钟打造成功高手》吧，这是一本完整的成功计划，也是极具价值的人生指南，它从多个角度，多层次详细阐发了成功必备的各种素质，并对影响成功的各种因素做了充分的计划。相信它能带领你轻松走进成功的殿堂。

在这套丛书的编写过程中，我们参考了有关学者的相关资料，在此表示衷心的感谢。另外在丛书编写过程中，尽管我们力求精益求精，但仍难免有所纰漏，望广大读者朋友批评指教！

编者

2012年4月



目录

1 成功需要完善自我性格

性格的定义	002
学会和性格与自己不合的人相处	004
学会和敏感型的人相处	005
成功者的多元性格	011
为目标而努力	013

2 成功需要养成良好习惯

做时间的主人	018
行动起来才会成功	024
勤奋灌溉成功之花	029
善于发现快乐	034
做个诚实的人	036
宽容是成功必备的品格	040
持之以恒才能渡过难关	042
摆脱犹豫不决	046

3 成功需要拥有积极心态

主动培养良好心态	054
成功心态的三要素	058

以乐观心态面对失败	063
良好心态成就自我激励	064
拥有自信方能成功	067
心态决定你的成败	069

4 成功需要攻克自身弱点

远离自卑	074
挑战内疚、悔恨	076
征服嫉妒	080
告别愤怒	082
控制虚荣	084
化解贪婪	086
不再空想	089
拒绝盲目	091
克服胆怯	095

5 成功需要训练一流口才

口才是成功的保障	102
学会倾听	105
把握说话的分寸	108
真诚地赞美对方	110
怎样说服别人	115
适度使用肢体语言	118
运用知识武装自己	122
培养幽默思维	130
掌握准确语气的技巧	132



6	成功需要灵活的人际交往	
	和陌生人交朋友	138
	如何向别人求得合作	140
	善用别人的优点	145
	打造良好人际关系的方法	147
	怎样使自己的意见让人接受	149
	品格决定你的交际能力	152
	不断充实自己	157
	记住他的名字	159
	知名度的威力	164
	了解是改善交往的关键	165
	沟通赢得胜利	169
	人际关系的致命要害	172
	不要拆“桥”	176
	坚持做你自己	180
	谨防“友谊”的圈套	184
7	成功需要丰富一生才学	
	时常补充才学资本	188
	注意学习的方法	191
	不断学习，自我完善	194
	博采众长方能成就大事	198
8	成功需要激发潜在能力	
	认识你自己的无限潜能	204
	发现另外一个你	207

勇于超越自我	210
强大信念激发你的潜能	211
坚定信念推动潜能发挥	214
正确目标引导潜能	217

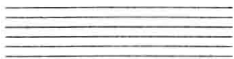
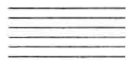
9 成功需要学会品味生活

学会减压	222
转化视角，发现事物的美丽	223
努力活出自己的价值	226
爱护别人就是爱护自己	227
珍惜现在你所拥有的	229
永远不要放弃希望	233
时常保持平静的心	236
敞开心扉，去接纳别人	238
主宰你的生活	240

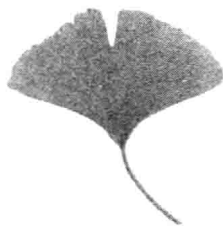
10 成功需要不断开拓创新

有创新，才有成功	244
善用逆向思维	247
拓展思路	250
善于创新	256

1



成功需要完善自我性格



- ① 性格的定义
- ② 学会和性格与自己不和的人相处
- ③ 学会和敏感型的人相处
- ④ 成功者的多元性格
- ⑤ 为目标而努力

性格的定义

性格是某些心理特征在一个人身上的有机结合，它体现出了一个人的独特风格。比如，一个人对自己担当的工作总是勤勤恳恳，善于克服各种困难去完成任务；对那些在工作和劳动中具有创新精神的同伴给予支持和赞许；对工作上不负责任和完不成任务的人则给予批评和热心帮助。从这个人对自己、对劳动、对自己的态度和行为方式上可以看出他具有坚毅、勇敢、顽强和热情的行为风格，这些心理特征的总和就构成他的性格。

性格并不是偶然出现在一个人身上的心理特征，性格一旦形成就具有稳定性，在某种情况下一个人总是表现出特定的生活情感和态度。所谓性格的稳定性并不是说一个人在行为举止上都是千篇一律的，不可能有不同的表现，而是指人的性格基本结构是不变的，但在不同情境下同一种性格是以不同形式表现出来的。

性格是一个人的行为表现较为稳定的基本特征。性格具有稳定性，所以常言道：江山易改，本性难移。一个人的性格在一定的教育和环境的影响之下已经形成了，难以改变。既然我们承认性格对人的发展有决定性的作用，那么一个人应如何发展积极心态、树立成功心

理呢？

实际上，人的性格并不是不能改变的，只是改变起来不太容易罢了。我们首先来看看一个人的性格是怎样形成的。

性格专家曾对一对孪生姐妹进行过观察研究。这对双胞胎姐妹外貌相似，先天遗传素质完全相同，家庭生活环境和所受教育的情况也相同，这是因为这姐妹俩一直在同一个小学、中学和大学接受教育。然而在遗传、教育和环境如此相同的条件下，姐妹俩在性格上却很不相同。姐姐善于交际，自信主动，果断勇敢；而妹妹却相反，缺乏独立自主意识，说话办事总是随着姐姐。有关专家找她们谈话时，总是姐姐先回答，妹妹只是表示赞同，不爱说话，或稍作点补充。总之，姐妹俩的性格明显不同。这是为什么呢？原来父母在她俩中认定一个是姐姐，另一个是妹妹。从小到大就是姐姐照管妹妹，对妹妹的行为负责，做妹妹的榜样，带头执行长辈委派的任务。这样一来，姐姐从小就形成了独立、自主、善交际、较果敢的性格，而妹妹却养成了随从姐姐的习惯。

这个例子足以说明，人的性格虽然是长期受所接受的教育和环境的影响造成的，但对成年人来说，实际上是由心理态度所决定的。如果你能改变自己的心态，那就能够改变自己的性格。其相互关系大体上可以列出这样一个公式：自我意识——心理态度——行为特征——习惯——性格——命运。

“本性难移”的说法有一定道理，因为一个人的性格

是长期的行为习惯所铸造的，已经习以为常了，若想在几天里一下子改变当然不大可能。但是，如果你能有意意识地进行自我改变，并联系价值观念、自我状态，即通过这3大要素的调整与改变，改变自己的心理态度，从而改变自己的行为和习惯，那么你就能够按照自己的期待和要求改变自己的性格。这一切并不是太难，现在就行动吧！

学会和性格与自己不合的人相处

与性格不合的人相处，适度的“友好”是必要的。和各种各样的人都能相处好，是成功的前提。

在公司里的上司、前辈、同事、晚辈中，肯定会有与自己性格合不来的人。和其他的人能心情愉快地交谈，可是说什么也不愿意和那个人交谈，谈也谈不到一块儿，话不投机，相互之间的关系较疏远。谁都会遇到这种情况吧！

事实上，在公司中有与自己性格合不来的人是必然的，而与自己性格非常投缘的人是很少的。即便是自己选择的终生伴侣，因为性格不合而离婚的也大有人在。更何况在公司中，几十、几百甚至几千几万的成员并不是由自己选择的，因而遇到与自己性格不合的人是必然的。

如果因为性格合不来就冷言冷语相待的话，你的人际关系永远也不会好转。所以，用适度“友好”的态度相处是非常必要的。人是有感情的动物，强迫自己喜欢对方，自己的神经和心理会与此对抗。虽说建立良好的人际关系非常重要，但强迫自己去喜欢不喜欢的人，这是不可取的。那样的话，自己的神经和心理会受不了，自己会很疲惫的。

但用适度“友好”的态度去应付毕竟是非常重要的。另外，如果能有不做对方不喜欢的事的精神，彼此之间的关系也会更和谐融洽一些。为此，平时你就要下工夫了解对方讨厌什么事情。比如，讨厌谈一些私人的话题，讨厌别人的干涉，讨厌背后议论别人，讨厌别人不遵守时间等等。自己平时如果能多注意对方的态度，就可以大致了解对方讨厌什么。

不做对方不喜欢的事，说起来容易做起来难。如果能真正做到这一点，那你的人际关系一定会很和谐融洽。

学会和敏感型的人相处

如果你发脾气，对人家说出一两句不中听的话，你会有一种发泄的快感。但对方呢？他会分享你的痛快吗？你那火药味的口气，敌视的态度，能使对方更容易

赞同你吗？想在人际关系上获得成功，就要学会和敏感的人相处。

美国前总统威尔逊曾经说过这样一段话：“如果你握紧一对拳头来见我，我想，我可以保证，我的拳头会握得比你的更紧。但是如果你来找我，说：‘我们坐下，好好商量，看看彼此意见相异的原因是什么。’我们就会发觉，彼此的距离并不那么大，相异的观点并不那么多，而且看法一致的观点反而居多。你也会发觉，只要有彼此沟通的耐心、诚意和愿望，我们就能沟通。”

工程师史德伯希望他的房租能够降低，但他知道房东很倔强敏感。“我写了一封信给他，”史德伯在讲习班上说，“通知他，合约期一满，我立刻就要搬出去。事实上，我不想搬，如果租金能降低，我愿意继续住下去，但看来并不可能，因为其他的房客都试过——失败了。大家都对我说，房东很难打交道。但是，我对自己说，现在我正在学习为人处世这一课，不妨试试，看看是否有效。

“他一接到我的信，就同秘书来找我。我在门口欢迎他，充满善意和热忱。开始我并没有谈论房租太高，只是强调我多么地喜欢他的房子。我真是‘诚于嘉许，善于称赞’。我称赞他管理有道，表示我很愿再住一年，可是房租实在负担不起。

“他显然从未见过一个房客对他如此热情，他简直不知道该怎么办才好。

“然后，他开始诉苦，抱怨房客，说其中一位给他写