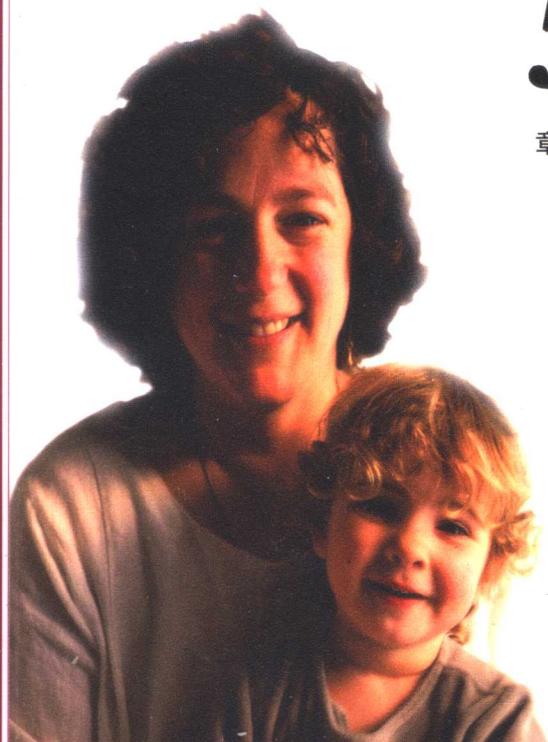


古有“盖棺定论”一说，那是古人对一个人一生的总结，在你被“盖棺定论”之前，是否现在就可以开始做些什么？阅读这本书吧，你的一生将会随着你的阅读而改变！
成功并不遥远，它甚至就在你的身边，触手可及，关键就在于你是否肯伸出你的手，主动去争取。

JUEDING
QINGSHAONIAN
CHENGGONG DE
52GEXIJIE

决定青少年 成功的 52个细节

章程 梁衍 / 主编



*Juedingqingshaonian
chenggongde52gexiji*



中国时代经济出版社

决定青少年

成功的

52个细节

——

www.youthcn.com

www.youthcn.com



决定青少年 成功的 52个细节

章程 梁衍 / 主编

*Juedingqingshaonian
chenggongde 52 gexiji*

 中国时代经济出版社



图书在版编目(CIP)数据

决定青少年成功的 52 个细节 / 章程 梁衍主编. —北京: 中国时代经济出版社, 2006.1

ISBN 7-80169-854-1

I . 决... II . ① 章... ② 梁... III . 成功心理学 - 青少年读物
IV . B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 150140 号

决定青少年成功的
52 个细节

章程 梁衍 主编

出版者 中国时代经济出版社
地址 北京东城区东四十条 24 号
青蓝大厦 11 层
邮政编码 100007
电话 (010)68320825 68320496
传真 (010)68320634
发行 各地新华书店
印刷 北京市优美印刷有限责任公司
开本 787 × 1092 1/16
版次 2006 年 1 月第 1 版
印次 2006 年 1 月第 1 次印刷
印张 14.5
字数 244 千字
印数 1 ~ 8000 册
定价 24.00 元
书号 ISBN 7-80169-854-1 / C·135

版权所有 侵权必究

前言

决定青少年成功的52个细节

这是一部极具特色、与众不同的青少年励志“黄金书”，编者以全新的视角、新颖的构思、颠覆性的语言，拉开了励志丛书的新一页。

本书所述的是决定青少年成功的52个细节，内容紧紧围绕成功学中的“黄金三角”——自我意识、行为习惯、为人处世三个部分来谈，从“细处”入手，让读者找到属于自己的“相对论”，“构想成功的自我”，变成“聪明的鸟儿”飞到人生的制高点，一步一步地辅导读者塑造一个成功的自己；从“新处”着眼，告诉读者“勤奋也要讲方法”，“乐观不是啥都无所谓”，突破传统的思想束缚，让读者对成功的概念进行新的定位；从“精处”落点，使读者学到成功处世的精华，“掀起自己的盖头”，不再害羞，不再退却，大胆地“show”出自己，用“美的语言”来获得“他人心灵的通行证”，真正领悟到为人处世的社交智慧。

相信读了这本书之后，青少年会在成功的大道上越走越远。

本书由章程、梁衍主编，赵霞、鲍田军、曹涛、庄秀红、张磊、蒋建新、颜建良、蒋小芬、蒋立立、杨建新、杨建群、汪斯华、蒋海伦、杨建忠参加编写。

目 录

CONTENTS

- 你有自己的“相对论”吗 / 1
- 构想成功的自我 / 5
- 你是谁的木偶 / 10
- 你的目标可能吗 / 14
- 我能吗？我能 / 20
- 坚持自己，如果你是对的 / 25
- 让才华为人所知 / 31
- 创造力是开山之斧 / 37
- 借口来了，责任心溜了 / 42
- 聪明的鸟儿飞得更高 / 46
- 把挫折酿成百事可乐 / 51
- 给机遇制造机会 / 54
- 连小事都不疏忽的人定有大发展 / 58
- 看看别人，再走自己的路 / 63
- 你的头脑是你最有用的资产 / 67
- 给自己一个坚持到底的理由 / 71
- 决定、决定、决定 / 75
- 面对失败，有眼泪还要有教训 / 79
- 不敢冒险便是最大的风险 / 83
- 善“应变”者，成功者也 / 87
- 诱惑，生命不能承受之痛 / 91
- 做欲望的主人 / 94
- 谁说缺陷不完美 / 98
- 贫穷不是错，更不是理由 / 101
- 尽善尽美，并非至善至美 / 104
- 勤奋也要讲方法 / 108

决定青少年成功的52个细节

目 录

CONTENTS

- 乐观不是啥都无所谓 / 112
- 拖延,看起来没有错 / 116
- 像闹钟一样珍惜时间 / 121
- 读书学习,离成功近一点儿 / 125
- 一心可以二用吗 / 129
- 懒惰,不要指望生活的电梯 / 133
- “DELETE”坏习惯 / 136
- 每一块钱都要花得有水平 / 140
- 不要给心灵上锁 / 144
- 获得他人心灵的“通行证” / 148
- 合作,不排除“对手”在内 / 152
- 掀起你的盖头来 / 156
- 走出恐惧的阴霾 / 160
- 如果你是别人 / 164
- 友谊需要播种 / 169
- 美的语言是一种财富 / 174
- 幽默是姑娘心中的白马王子 / 179
- 倾听是一门艺术 / 184
- 笑一下,不要担心皱纹 / 189
- 诚实守信不是傻冒 / 193
- 轻重缓急,你懂吗 / 197
- 摆好心中的天平 / 203
- 皇帝的新装穿不得 / 208
- 给愤怒一条出路 / 213
- 好心境让你走得更远 / 217
- 健康的身体是成功的载体 / 221

你有自己的“相对”论吗

为什么成功的青少年寥寥无几？原因就在于他们没有用“相对”的眼光认识自己，创立自己的“相对论”。

注意自己，了解自己——没有什么比这件事看起来更简单，而做起来却更困难的事了。一位哲人说过：“没有比自己更认识自己的人，同时也没有比自己更不认识自己的人。”乍一听这句话很矛盾，但仔细分析一下却不无道理。很多青少年分析自己时自以为产生了正确的自我认识，“没有比自己更认识自己的人”了，实则不然，否则成功的青少年不会寥寥无几！那么，他们错在哪里呢？他们犯的错误是没有用“相对”的眼光认识自己，创立自己的“相对论”。

对于青少年来说，自我认识的标志是自我意识的确立。自我意识是心理发展的重要标志之一，对青少年人格的形成、心理的发展起着重要作用。青少年时期的自我意识在成长中不断深化，同时又有其质的变化，这一时期，青少年的自我意识从相对分化、相对矛盾，走向相对统一。这一变化对于青少年来说有着特别重要的意义，也就是我们所说的青少年时期的“相对论”。

一、青少年自我意识的相对分化

青少年时期自我意识的发展是从明显的自我相对分化开始的。原来完整笼统的自我被打破了，出现了两个“我”：“主观的我”和“客观的我”，即青少年既是观察者又是被观察者。伴随着“主我”和“客我”的相对分化，“理想我”和“现实我”也开始分化。自我意

你有自己的「相对」论吗

识的相对分化是自我意识开始走向成熟的标志。自我明显的相对分化，使青少年主动、迅速地关注自己的内心世界和行为，产生了新的认知、体验，同时，由此而来的种种激动、不安、焦虑、喜悦也开始增加，自我沉思增多起来，要求有属于自己的一片空间和世界，渴望被理解、被关怀。

自我意识的分化，一方面使青少年开始意识到自己不曾注意的以前许多“我”的细节，另一方面也带来了“主体我”与“客体我”的矛盾，呈现出“理想我”和“现实我”的冲突，并且不断加剧。自我不能统一，自我形象不能确立，自我概念不能形成，表现出明显的内心分化，甚至有很大的内心痛苦和激烈的不安感。他们对自我的评价常常是相对矛盾的，对自我的态度常常是波动的，对自我的控制常常是不果断的。

归纳起来，当代青少年自我意识的“相对分化”主要表现在以下几个方面：

“主观我”与“客观我” 由于青少年生活范围比较窄，交往多限于老师、同学、父母，相对简单、直接，因此青少年对自我认识的参照点较少，局限性较大，又加之社会对青少年期望甚高，使青少年自我认识也沾染上了光环色彩，而现实生活中的自己很平凡，和想像中的自己仍有较大差距，这种差距给青少年带来苦恼和不满。

“理想我”与“现实我” 这是青少年自我意识最突出、最集中的表现。主要源于“理想自我”与“现实自我”的差距。青少年富于理想，抱负水平高，成就欲望强，对自己未来充满了信心，然而他们较少接触社会，还不能很好地把理想和现实有机地结合起来，而且自己的现实条件与自己的理想相差甚远，这给他们带来很大的苦恼和冲击，也正是因为这种冲击和差距，激发起青少年奋发进取的积极性。但是，如果“理想自我”和“现实自我”迟迟不能趋近、统一，则会引起自我的分裂，导致一系列的心理卫生问题。

独立意向与依附心理 随着年龄的不断增加，青少年的独立意识迅速发展，他们希望能在经济、生活、学习、思想等各方面独立，希望摆脱成人的管束，但他们在心理上又依赖成人，无法真正做到人格上的独立。这种独立和依赖的相对矛盾也一直是青少年苦恼的问题。

交往需要与自我闭锁 青少年迫切需要友谊、渴望理解、寻求归

属和爱。他们有强烈的交往需要，希望和朋友探讨人生，分享苦与乐。然而，青少年同时又存在着自我闭锁的趋向，他们把自己的心灵深藏起来，与人交往常存戒备心理，总是有意无意地保持一定距离。正是这种矛盾和冲突，使不少青少年常常处于孤独感的煎熬中。

二、青少年自我意识的相对矛盾

此外，还有一些自我意识的相对矛盾，如“个人我”与“社会我”的矛盾、“个人我”与“理想我”的矛盾、自我上进和自我消沉的矛盾等，都是青少年心理发展过程中分化的正常现象，是青少年自我意识迅速走向成熟而又未完全真正成熟的集中表现。自我意识的相对矛盾使青少年在心理和行为上出现某些不适应，或适应困难，但又感到苦恼焦虑、痛苦不安，这些也可能影响其心理发展和心理健康。但这都是青少年迈向成熟的必需的一步，是个体逐步获得自我内在力量的必然途径。

三、青少年自我意识的相对统一

自我意识相对分化所带来的痛苦不断促使青少年寻求方法以求得自我意识的相对统一，即自我同一性。自我同一性主要指“主观我”和“客观我”的统一、自我与客观环境的统一、“理想我”与“现实我”的统一，也表现为自我认识、自我体验、自我监督的和谐统一。消除矛盾，获得自我统一的途径有两条：

努力改善“现实我”，使之逐渐接近“理想我” 有时，同一客观现实或情绪，如果从一个角度来看，可能引起消极的情绪体验，容易使人陷入心理困境；如果从另一个角度来看，就可以发现它的积极意义，从而使消极情绪转化为积极情绪。

就拿青少年心目中的“现实我”与“理想我”来说吧，把两者分化开来，它们之间的关系就是矛盾；如果把“理想我”定为一个需要实现的目标，去激励“现实我”的进取，它们之间的关系就是相对统一的。有这样一个故事：

从前有个老太太，她有两个儿子，大儿子开染坊，小儿子卖雨伞。晴天她愁小儿子的雨伞卖不出去；雨天她愁大儿子染坊的布没法晒，久而久之，愁出了病，在家卧床不起。一位得知其病因的算命先生来看她，对她说：“老太太的命好啊！晴天大儿子生意好，雨天小

子的生意好，晴天雨天都不怕。”老太太豁然醒悟，从此不再发愁，不但自己的身体好，而且两个儿子的生意也都好。

这就是改变“现实我”的原有观点，从而更接近“理想我”——“两个儿子生意都好”的一个很好的例证。如果换个角度去看问题，就会“横看成岭侧成峰”，青少年应学会用这种方法辩证地看问题，树立“矛盾可以变相对、坏事可以变好事”的辩证观点，使自我意识相对统一，冷静地面对分化，发现生活中的美好。

修正“理想我”中某些不切实际的过高标准，或提高“现实我”的标准 有时，我们刻意追求的东西拿到现实中来未必就像想象中的那么美好。有人说过这么一句话：“人世间的大多数痛苦皆来源于人与人之间的比较。”这里的人与人正是相对于青少年心目中的“理想我”和“现实我”。如果他们之间不进行正确的比较，就会产生互相矛盾的感伤与消沉，使自我意识难以统一，令人产生消极的心理。如若将“理想我”的标准降低，把“现实我”的标准提高，那就不会有那么多无谓的比较和麻烦了，反而还会受益多多。

有一位绅士整天忧虑，他问农夫：“你为什么总是那么健康快活啊？”农夫嘿嘿一笑说：“不管发生什么事，老婆子总说我做得对，干得好，所以我没有烦恼，心情安乐”。绅士不相信，他和老头子打赌1000英镑，让他干最荒唐的事，看看她老婆怎么说。绅士让农夫把家中的马牵到市上去换了一只羊，老婆子高兴地说：“嘿，老家伙你真聪明，这下咱们能喝上羊奶了。”农夫又到市场把羊换成鸡，最后用鸡换了一筐坏苹果，老婆子说：“这下好，咱们可以做苹果酱了。”老婆子总能为农夫的行为找到高兴的理由。绅士只得认输，付了一大笔钱。老婆子又说：“瞧，老头子做的事不会错吧？”

虽然这个故事有点夸张，但我们可以看到，一匹马最后换了一筐坏苹果，虽然所换得的东西价值越来越低，但是老婆子总能从这些物品中看到其有用的地方。这种态度引申到青少年心目中的两个自我之间来，将“理想我”适当降低，使自我意识更好地统一起来，你的心境就会大不一样。

青少年朋友们，如果你现在就开始根据自己的实际情况，分析自己自我意识的相对分化、相对矛盾与相对统一，就一定能更全面、更深刻地认识自己，从而创立属于自己的“相对论”，走好迈向成功的第一步！

构想成功的自我

构想是灵魂的创造力，是每个人自己的财富，是你在这个世界上唯一能够自己绝对控制的东西。

构想其实就是想像。想像也是灵魂的创造力，是每个人自己的财富，是你在这个世界上唯一能够自己绝对控制的东西。它就像橡树从橡实的基础上茁壮成长，小鸟从卵中沉睡的胚细胞逐渐成长一样，你的成就也将从你在想像中创造的组合计划里成长。首先出现的是构想，然后再把这个构想和现实组织起来变成计划，最后，就是把这些计划变成事实。

构想成功，简言之就是“心想事成”，此话一点儿都不假。我们国家的统一正是经历了“构想”的历史征程，从而实现了“一国两制”的伟大创举。一个镜头，定格了一个令全世界瞩目的重要时刻；一个伟大的构想，翻开了历史的崭新一页。邓小平同志提出的“一国两制”的科学构想，在党的第三代领导人的领导下，开始了向实践转变的征程。

1997年7月1日，一个庄严而隆重的日子，香港回归祖国，中华民族洗刷了百年耻辱，此时此刻，此情此景，亿万双眼睛“聚焦”于中国的南海之滨，投之以兴奋，投之以期望。也有的人有些担忧和怀疑，“一国两制”、“港人治港”、“高度自治”的构想，能够成功吗？

光阴荏苒，一晃8年过去了。8年来，英国政府每半年都要做一份关于香港的报告，报告内容无一例外，都充分肯定了“一国两制”的成功。

众多国际评估机构近年来一直以犀利的眼光、严苛的数据标尺，全方位地对香港进行追踪审视。尽管在金融风暴袭击和外围经济衰退

构想成功的自我

的拖累下，香港经济遇到了严重困难，但它始终获得很高的评分，“最自由经济体系”、“最安全城市”等光环依然笼罩着“东方之珠”。包括美国、加拿大在内的 50 多家评估机构，连续 6 年把香港评为世界“最自由经济体系”的第 1 名。

著名的美国杂志《财富》，在香港回归前曾做了一期耸人听闻的封面新闻——《香港已死》；但是在 2001 年，还是这个《财富》杂志，却在香港举行了新世纪的第一次全球论坛，并且发出香港“充满活力”的赞叹。

短短 8 年，“一国两制”由构想变成了现实；短短 8 年，前无古人的事业，取得了令人信服的成功。

这个具有历史意义的伟大构想证实了一切是从构想开始的这一伟大真理！一个国家的成功是如此，一个人的成功更是如此。

你就是你所想成为的人，你的思想决定你的心态，你的思想决定你的成败，从现在起，敢于构想，敢于“心想事成”，迎接你的必然是成功！

那么，如何构想成功的自我呢？我们可以从以下几方面着手：

一、改变自我心象

改变自我心象是心理学上最伟大的发现之一，它认为人类可以凭借自己不断的想像，而成为自己理想中的人物。所以，你必须想像自己是一个非常成功的人、非常富有的人、非常积极的人、非常热情的人、非常有动力的人，你必须每天花一些时间，想像自己成功的景象。只要不断地重复这些成功的画面，你的潜意识就会慢慢地引导你的行为，不断地配合着你的想法去改变，从而你就可以达到你的最终目标。比如，你可以想像自己是一个天生的赢家，并且不断地让这样的画面深入你的脑海里，由此一来就可以使自己成为构想中的成功的自我。

二、成为自己的“造命人”

有位哲学家曾经说过，“人是自己命运的主人”，但他们大多都不曾指出人类能够自主命运的真正理由。说真的，人之所以有主人的地位——尤其是构想主人的地位，能够驾驭环境，是因为他可以运用潜意识的力量，特别是可以运用“自我暗示”这个工具。自我暗示就是自我构想的创造或改造，谁创造自我构想——自我构想创造成功——谁就是不折不扣的“造命人”！

美国肯塔基州的一位医生，小时候境遇很差，是个弃儿，但后来却成为了一名出色的医生，他的成功，就与自我暗示有关。他说：“我是由姑妈抚养的，暑假时，则由外祖母和两个姨妈抚养。姑妈总是讲我将来成了一名医生的故事给我听。”他还说：“事实上，我在7岁时就认为我是个医生。”从此，他就遵从这种引导，并时刻保持着这种医生的使命感。

如果说，树立目标是成功的第一步，那么暗示的力量则是成功的推动器，如果你能恰当地使用这个推动器，你会如愿以偿地成为自己的“造命人”。

三、构想成功计划

有这样一则事故：拿破仑·希尔曾接到一位年轻人的来信，他刚从商学院毕业，希望到拿破仑·希尔的办公室工作。他在信中夹了一张崭新的从未折叠过的10美元新钞。这封信的内容是这样写的：“我刚刚从一家第一流的商学院毕业，希望进入你的办公室工作。因为我了解到，一个刚刚展开他的商业生涯的年轻小伙子，能够幸运地在您这样的人的指挥下从事工作，实在太有价值了。随函附上的10美元钞票，足以偿付您在第一周指点我所花费的时间。另外，我希望您收下这张钞票，在第一个月里，我愿意免费替您工作，然后，您可以根据我的表现来决定薪水。我希望能获得这项工作，渴望的程度超过我一生当中对任何事情的热望，为了获得这份工作，我愿意做任何合理的牺牲。”

这位年轻人终于进入拿破仑·希尔的办公室工作了。其实我们不难看出，这位年轻人在自己毕业的时候已经对自己的未来构想了成功的计划：他想好了要去什么公司工作，并且也想好了如何得到这份工作。事实上，他也的确成功了。构想，使他为自己的希望创造了机会；构想，使他有计划地进入了拿破仑·希尔的公司。在他工作的第一个月即将届满时，一家人寿保险公司的总裁知道了这件事，并立即请这位年轻人去当他的私人秘书，薪水相当得高。时至今日，他已成为世界上最大一家人寿保险公司的重要领导了。

四、满怀热情地将“构想”进行到底

人生是一个既漫长又短暂的过程，每个人都曾对自己的未来有过构想，甚至在孩提时就都已经有了，但事实上很多人的“构想”都

付水东流了，为什么？一句话可以概括这些人失败的原因——他们已经没有当初设计自己构想时的热情了，变成了我们俗话中所说的“三分钟热度”！而要实现构想就必须有热情相伴，热情才是干大事的真正动力。

在美国一个普通的家庭里有一个男孩儿，他的父母希望自己的儿子成为一名体面的医生，可是男孩儿读到高中便被计算机迷住了，整天捣鼓着已经十分落后的苹果机，他电脑主机里的硬件拆了又装，装了又拆，并且信誓旦旦地说：“有朝一日我会开一家公司。”可是他的父母根本不相信，还是千方百计地按自己的意愿培养男孩，希望他能成为一名医生。父母告诉他：“你应该用功念书，考进医大，‘开电脑公司’这个梦想不适合你！”

不久，男孩儿终于按照父母的意愿考入了一所医科大学，可是他只对电脑感兴趣。第一学期，他从零售商处买来降价处理的IBM个人电脑，在宿舍里改装升级后卖给同学。他组装的电脑性能优良而且价格便宜。不久，他的电脑不但在学校里走俏，而且连附近的法律事务所和许多小企业也纷纷来购买。

第一个学期快要结束的时候，他告诉父母他要退学。父母坚决不同意，并且下了最后通牒，如果一个夏季销售不好，那么，他将放弃电脑。可是，男孩的电脑生意就在这个夏季有了突飞猛进的进展，仅用了1个月的时间他就完成了18万美元的销售额，他的计划成功了，父母不情愿地同意了让他退学。

他组建了自己的公司，打出了自己的品牌。在很短的时间内，他的良好业绩引起了投资家的关注。第二年，公司顺利地发行了股票，他拥有了1800万美元的资金，那年他才23岁。10年后他创下了类似于比尔·盖茨般的神话，拥有资产达43亿美元。他就是美国戴尔公司总裁迈克尔·戴尔。

你也应该像迈克尔·戴尔一样，拥有自己的梦想，但光拥有梦想是不够的，还要去千方百计地实现它，将梦想进行到底，无论遇到任何困难和险境！否则，你就会像费罗仑丝·查德威克一样，与成功失之交臂。

热情是伴随着你对梦想和目标的情感承诺而来的。当你构想某个目标时，就像自己的一生就系于这个构想时，你就会充满了热情。要知道，你的人生不是依赖你的构想，而是依赖于你对这些构想的追求，因为只有当你过着一种有梦想、有目标、有热情的生活时，你才是真正活着的。

想想你认识的那些得过且过的人，他们的共同点是什么呢？他们

没有方向、没有热情，一想到挑战，他们就会立刻缩回到舒适的椅子上，坐到电视机前，在街上闲逛，回到没有任何构想的生活中。

现在，想想你认识的那些生活充实的人，他们的共同点又是什么呢？他们有梦想、有方向，有对生活的热情，他们对自己所做的事情充满兴趣，并且愿意面对各种挑战。

所以，朋友们，不要一分分的浪费时间，要找到属于自己的梦想，并满怀热情地把它进行到底，迎接你的就是成功！

你是谁的木偶

最愚蠢的人莫过于按照别人的观点、意愿去生活的人，我们要用自己的力量和能力，成为生命的冲锋者。

在《发现孩子的最佳才能区》这本书中，有这样一个真实的故事：1999年8月，有一位叫李鸣的考生以总分659分的高分考取了北京大学。在报考专业一栏中，李鸣填的是生命科学。

李鸣之所以填生命科学，是因为北京大学的潘教授唤醒了他对生命科学的热爱。那是在他初中毕业的那一年，李鸣参加全国青少年生命科学夏令营，在那里，他邂逅了北大著名生物学潘教授，潘教授送给他一本自己的书——《秦岭：大熊猫的自然庇护所》。书的扉页上写有一段意味深长的话：“如果哪一种物种的最后一个个体停止了呼吸，就意味着地球又有一段灿烂而不可再现的历史将悄然逝去。我们的子孙也就失去了这份宝贵的自然遗产。让我们用共同的智慧和努力来阻止这种情况的发生。”潘教授的话如同火种般点燃了李鸣对生命科学的热情，激发了李鸣对生命科学的兴趣，考上北大生命科学系成了李鸣高中三年的奋斗目标。

然而，当他兴高采烈地接到北大录取通知书的时候，他傻了！录取他的不是北大生命科学系，而是北大无线电电子学系。原来是他的母亲听说电子计算机是最热门的专业，她知道事先和儿子商量肯定行不通，便偷偷地在教育局修改了档案。这样的打击对李鸣来说是残酷的，它粉碎了李鸣几年来的梦想。绝望的李鸣伤心地大哭了一场，他扔了通知书，一再表态第二年要接着考。一直到临近开学的前几天，李鸣还在坚持己见。面对这种情况，整个家族都慌了手脚，最后李鸣的母