

SOLUTIONS ARE
ALWAYS MORE THAN PROBLEMS

方法

总比问题多

全 集

宿春礼 杨 婧 编著

 万卷出版公司

© 宿春礼 杨婧 2008

图书在版编目(CIP)数据

方法总比问题多全集 / 宿春礼, 杨婧编著. — 沈阳:
万卷出版公司, 2008.3
ISBN 978-7-80759-060-6

I. 方… II. ①宿…②杨… III. 成功心理学—通俗读物
IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 028839 号

出版发行: 万卷出版公司

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编: 110003)

印刷者: 北京中印联印务有限公司

经销者: 全国新华书店

幅面尺寸: 170mm × 230mm

字数: 408 千字

印张: 25

出版时间: 2008 年 4 月第 1 版

印刷时间: 2008 年 4 月第 1 次印刷

责任编辑: 刘铁丹

文字编辑: 张明禄

美术编辑: 刘南海东

装帧设计: 王明贵

ISBN 978-7-80759-060-6

定价: 36.00 元

联系电话: 024-23284442

邮购热线: 024-23284454

传真: 024-23284448

E-mail: vpc@mail.lnpgc.com.cn

网址: <http://www.chinavpc.com>

前言

P R E F A C E

每天，从我们睁开眼睛的那一刻起，就会有许多问题接踵而至，工作、生活、情感等，这一系列问题构成了我们人生的全部内容。问题多如乱麻，有时甚至会把我们的生活搞得一团糟，让我们理不出半点头绪。可是，一旦我们冷静下来，进行理性的思考，就会欣喜地发现：问题再难，总有解决之道，方法总比问题多。关键是你对待问题的态度，而这也决定了你能否在问题丛林中自由穿梭，从而顺利到达成功的彼岸。

有句话说：“世上没有解决不了的问题，只有对问题束手无策的人。”一个卓越的人，可以在纷繁复杂的棘手难题中轻松自如地驾驭人生，凡事都能逢凶化吉，把不可能之事变为可能，从而实现自己的人生目标。这其中的“奥妙”便是其恰如其分地运用了方法的力量。

所以，我们要相信：一扇门关上，另一扇门会打开。没有过不去的坎，也没有解决不了的问题，除非你自己不愿过去，不愿解决。面对问题，不去努力地寻找解决的方法，只是一味抱怨，并找出各种自以为冠冕堂皇的所谓理由来推脱，这样的话，问题无法解决，你也不可能取得成功。

一个人，无论处于何种位置，从事何种职业，应对何种事情，都应该以极大的热情，积极主动地解决自己所面临的问题。在此过程中，尽最大的努力去寻找方法，解决问题，从而求得发展。这是一个最为关键的准则。

优秀之人，必是竭力寻找方法之人。因为在他们的眼中，无论处于何种情况，方法总比问题多！

方法总比问题多！

面对生命中遇到的每一个困境，只有努力寻找方法，我们才能领略到人生的甘甜和辛辣。

面对生活中遭遇的每一个挫折，只有努力寻找方法，我们才能体悟到生活的精彩与多姿。

面对工作中面临的每一个困难，只有努力寻找方法，我们才能感受到付出的快乐和充实。

面对情感中经历的每一个困惑，只有努力寻找方法，我们才能享受到心灵的澄澈与满足。

方法之于问题，正如钥匙之于锁，只有找对了方法，你才能打开问题这把棘手之锁，从而轻松摆脱各种束缚，做自己想做的事情。

方法之于问题，正如帆之于船，只有找对了方法，你才能驾驭问题这条棘手之船，从而顺利航行，到达成功的彼岸。

正是基于以上的理念，所以才有了本书的诞生。

本书共分为三篇，上篇和中篇着重于理念的阐述，具体论证了方法之于解决问题的重要性，并从改变观念、调整心态、转换思路、勇于突破、打破常规、锐意创新、勤于思考、用对智慧、开启大脑、迎战问题等10个角度出发，进行了详细的分析和解悟，理论与实践并重，让你以最快捷的方式成为一名方法高手。

本书下篇着重于方法的讲解，从身心健康、心态塑造、职场畅游、经营管理、财富管理、社交之道、时间管理、婚姻家庭等8个角度出发，具体讲解了一系列的应对方法，不仅极具启迪作用，而且经世致用，力求让你“找对方法做对事”。

美国最伟大的浪漫主义诗人惠特曼有言：“只有受过寒冷的人才感觉得到阳光的温暖，也唯有在人生战场上受过挫折、痛苦的人才知道生命的珍贵，才可以感受到生活之中真正的快乐。”同样，面对生活或者工作中所遇到的每一个问题，我们只有坦然面对，竭力寻找解决的方法，才能真正地领略到心灵与智慧碰撞所带来的酣畅淋漓之感。

方法总比问题多！成功的手，永远只向善于找方法的人挥舞，愿你也成为其中的一位。

目录

CONTENTS

上篇

方法总比问题多

第一章 没有解决不了的问题，只有解决不了问题的人	2
没有笨死的牛，只有愚死的汉	2
三分苦干，七分巧干	4
所谓没有办法就是没有想出新方法	7
对问题束手无策的6种人	9
第二章 方法比什么都重要	13
方法是解决问题的敲门砖	13
方法比勤奋更重要	15
方法比敬业更重要	17
有好的际遇，更要有合适的方法	19
第三章 方法总比问题多	21
发现问题才有解决之道	21
不只一条路通向成功	23
变通地运用方法解决问题	25
第四章 卓越者必是找方法之人	27
想办法才会有办法	27

方法就在你自己身上	29
找对方法，问题迎刃而解	31
问题在发展，方法要更新	33
第五章 只为成功找方法，不为问题找借口	35
借口是失败的温床	35
找了借口，就不再找方法了	37
扔掉“可是”这个借口	40
拒绝说“办不到”	42
只为成功找方法，不为问题找借口	44

中篇

历练自我，打造方法高手

第一章 改变观念，击碎心中枷锁	48
很多问题是自己造成的	48
摆脱心中的枷锁	49
“此路不通”就换方法	52
遇事别钻“牛角尖”	53
错误和失败是成功的垫脚石	55
第二章 调整心态，积极面对问题	58
摆脱你的“约拿情结”	58
不畏惧问题才能解决问题	60
最大的危险是不冒险	62
“不可能”绝非不可能	65
冷静才会想出好办法	67
第三章 转换思路，塑造美妙人生	69
思路决定出路	69
山不过来，我就过去	72

横切苹果，会看到“星星”	73
换一种思维，换一片天地	75
换个角度，你就是赢家	77
第四章 勇于突破，寻求自我改变	80
问题面前最需要改变的是你自己	80
“恐龙族”的改变之痛	81
不能改变环境，就学着适应它	84
顺应变化才能驾驭变化	85
有变才有通	87
第五章 打破常规，方法不拘一格	89
打破常规，推开虚掩之门	89
打破传统思维的束缚	91
不学盲从的毛毛虫	93
经验并不等于真理	95
挑战权威的话语权	97
在荒唐中找到方法	100
第六章 锐意创新，抵达成功彼岸	102
成功，不走寻常路	102
标新立异才会赢	105
不按牌理出牌	107
人人都能创新	110
处处都有创新的良机	112
创新帮你解决棘手难题	114
创新让你成为最有回报的人	116
第七章 勤于思考，高效解决问题	119
巧思助人抢占先机	119
先找靶心后射击	121
抓住问题的关键点	123
在第一时间面对问题	125
在变化中化解问题	127

用吃牛排的方式解决问题	130
第八章 用对智慧，一切皆有可能	132
把问题扼杀在摇篮里	132
问题中孕育着机遇	134
化问题的压力为前进的动力	136
用对智慧，“蚂蚁”也能变“大象”	138
把“NO”变成“ON”	140
使“不可能”成为“可能”	141
第九章 开启大脑，寻找方法地图	144
用“全脑智慧”找方法	144
用“行停法”进行思考	146
用“头脑助产法”进行思维训练	148
用“移植法”进行创造	151
第十章 迎战问题，利用方法制胜	153
以“平面思维”方法解决问题	153
以“类比思维”方法解决问题	155
以“侧向思维”方法解决问题	158
以“逆向思维”方法解决问题	159
以“质疑思维”方法解决问题	161
以“换位思维”方法解决问题	163
以“简化思维”方法解决问题	165
以“灵感思维”方法解决问题	168
以“联想思维”方法解决问题	170
以“逻辑思维”方法解决问题	172
以“发散思维”方法解决问题	174
以“系统思维”方法解决问题	176
以“U 型思维”方法解决问题	178
以“双赢思维”方法解决问题	180
以“想象思维”方法解决问题	182
以“W 型思维”方法解决问题	184

以“创新思维”方法解决问题 186

下篇

找对方法做对事

第一章 心态决定你的命运 190

如何塑造你的阳光心态 190

保持平衡心态的 21 个要诀 193

拥有乐观心态的 13 种方法 196

如何塑造你的归零心态 198

如何培养你的老板心态 201

如何培养你的创新心态 204

如何造就你的包容心态 208

如何塑造你的感恩心态 211

如何培养你的抗挫折心态 214

第二章 做一条畅游职场的“鱼” 217

如何进行有效的职业生涯规划 217

找到好工作的 6 种方法 220

成为高效能人士的 6 种策略 223

如何与别人进行合作 226

有效晋升的完美攻略 229

竞争制胜的 5 大绝招 233

如何打造你的职场人脉 236

如何打造个人品牌 239

如何找到家庭与事业的平衡 242

第三章 经营管理有绝招 246

正确决策的 7 种方略 246

确保有效执行的 8 个技巧 250

打造领导影响力的 8 个方法	254
最有效的员工激励方法	257
树立企业品牌的 6 个关键	261
如何防止人才的流失	264
最有效的 6 种营销方法	267
有效应对市场危机的 4 种策略	270
第四章 科学管理你的财富	274
如何制订科学的理财计划	274
家庭理财的绝招	277
如何走出理财的误区	280
如何选择基金	283
如何借用保险理财	287
炒股就这几招	290
储蓄理财一点通	293
如何进行理性消费	296
第五章 走出社交的围墙	299
如何读懂你身边的人	299
让你受欢迎的 6 大法则	301
获得他人信任的 9 项法则	304
如何找到生命中的贵人	307
如何把握人际交往的分寸	311
拓展人脉的 7 大策略	313
求人办事的 7 个绝招	317
如何提升个人影响力	320
如何处理人际危机	323
第六章 合理掌控你的时间	327
如何提高你的时商	327
如何进行有效的目标管理	329
如何制订时间计划	332
提高时间利用率的 5 种方法	335

高效分配时间的 5 种策略	338
如何善用零碎时间	342
如何挖掘隐藏的时间	345
如何充分利用最佳时间	347
排除干扰的 6 种策略	351
第七章 营造温馨的港湾	355
夫妻和谐相处的 6 种策略	355
夫妻有效沟通的艺术	358
促成夫妻心理平衡的 4 大绝招	362
如何应对夫妻生活中的性危机	365
如何应对婚外恋危机	369
如何处理婆媳关系	373
如何处理妯娌关系	376
如何处理姑嫂关系	379
如何抹平与孩子的代沟	382

上 篇

方法总比问题多



第一章

没有解决不了的问题， 只有解决不了问题的人

没有笨死的牛，只有愚死的汉

俗话说：“山不转，路转；路不转，人转。”我国古书《易经》也说：“穷则变，变则通。”的确，天无绝人之路，遇到问题时，只要肯找方法，上天总会给有心人一个解决问题、取得成功的机会。

人们都渴望成功，那么，成功有没有秘诀？其实，成功的一个很重要的秘诀就是寻找解决问题的方法。俗话说：“没有笨死的牛，只有愚死的汉。”任何成功者都不是天生的，只要你积极地开动脑筋，寻找方法，终会“守得云开见月明”。

世间没有死胡同，就看你如何寻找方法，寻找出路。且看下文故事中的林松是如何打破人们心中“愚”的瓶颈，从而找到自己成功的出路。

有一年，山丘市经济萧条，不少工厂和商店纷纷倒闭，商人们被迫贱价抛售自己堆积如山的存货，价钱低到1元钱可以买到10条毛巾。

那时，林松还是一家纺织厂的小技师。他马上用自己积蓄的钱收购低价货物，人们见到他这样做，都嘲笑他是个蠢材。

林松对别人的嘲笑一笑置之，依旧收购抛售的货物，并租了很大的货仓来贮存。

他母亲劝他不要购入这些别人廉价抛售的东西，因为他们历年积蓄下来的钱数量有限，而且是准备给林松办婚事用的。如果此举血本无归，那么后果便不堪设想。

林松安慰她说：

“3个月以后，我们就可以靠这些廉价货物发大财了。”

林松的话似乎兑现不了。

过了10多天后，那些商人即使降价抛售也找不到买主了，他们便把所有存货用车运走烧掉。

他母亲看到别人已经在焚烧货物，不由得焦急万分，便抱怨起林松。对于母亲的抱怨，林松一言不发。

终于，政府采取了紧急行动，稳定了山丘市的物价，并且大力支持那里的经济复苏。

这时，山丘市因焚烧的货物过多，商品紧缺，物价一天天飞涨。林松马上把自己库存的大量货物抛售出去，一来赚了一大笔钱，二来使市场物价得以稳定，不致暴涨不断。

在他决定抛售货物时，他母亲又劝告他暂时不忙把货物出售，因为物价还在一天一天飞涨。

他平静地说：

“是抛售的时候了，再拖延一段时间，就会后悔莫及。”

果然，林松的存货刚刚售完，物价便跌了下来。

后来，林松用这笔赚来的钱，开设了5家百货商店，生意十分兴隆。

如今，林松已是当地举足轻重的商业巨子了。

面对问题，成功者总是比别人多想一点，老王就是这样的人。

老王是当地颇有名气的水果大王，尤其是他的高原苹果色泽红润，味道甜美，供不应求。有一年，一场突如其来的冰雹把将要采摘的苹果砸开了许多伤口，这无疑是一场毁灭性的灾难。然而面对这样的问题，老王没有坐以

待毙，而是积极地寻找解决这一问题的方法，不久，他便打出了这样的一则广告，并将之贴满了大街小巷。

广告上这样写道：“亲爱的顾客，你们注意到了吗？在我们的脸上有一道道伤疤，这是上天馈赠给我们高原苹果的吻痕——高原常有冰雹，只有高原苹果才有美丽的吻痕。味美香甜是我们独特的风味，那么请记住我们的正宗商标——伤疤！”

从苹果的角度出发，让苹果说话，这则妙不可言的广告再一次使老王的苹果供不应求。

世上无难事，只怕有心人。面对问题，如果你只是沮丧地待在屋子里，便会有禁锢的感觉，自然找不到解决问题的正确方法。如果将你的心锁打开，开动脑筋，勇敢地走出自己固定思维的枷锁，你将收获很多。

早领悟 早成功

真正杰出的人，都富有积极的开拓和创新精神，他们绝不会在没有努力的情况下，就找借口逃避。条件再难，他们也会创造解决的条件；希望再渺茫，他们也会找出许多办法去寻找希望。因为他们相信：没有笨死的牛，只有愚死的汉。只要积极开动脑筋，寻找方法，总能找到解决之道，冲出困境。

三分苦干，七分巧干

很多人认为，只有苦干才能成功。但无数成功者的经验表明，一个人要走向成功不能只会苦干，更要学会巧干。因为现在是“巧干”升值的时代，比别人会巧干的人会少走弯路，更快地走向成功。

人们常说：一件事情需要三分的苦干加七分的巧干才能完美。意思是做事要注重寻找解决问题的方法，用巧妙灵活的方法解决难题，不要一味地蛮干。也就是说，“苦”的坚韧离不开“巧”的灵活。一个人做事，若只知下苦工夫，则易走入死道，若只知用巧，则难免缺乏“根基”，唯有三分苦加上七分巧才能更容易达到自己的目标。王勉就是深知此道理的人。

王勉是一家医药公司的推销员。一次他坐飞机回公司，竟遇到了意想不到的劫机。通过各界的努力，问题终于得以解决。就在要走出机舱的一瞬间，他突然想到：劫机这样的事件非常重大，应该有不少记者前来采访，为什么不好好利用这次机会宣传一下自己公司的形象呢？

于是，他立即从箱子里找出一张大纸，在上面写了一行大字：“我是××公司的王勉，我和公司的××牌医药品安然无恙，非常感谢搭救我们的人！”

他打着这样的牌子一出机舱，立即就被电视台的镜头捕捉住了。他立刻成了这次劫机事件的明星，很多家新闻媒体都争相对他进行采访报道。

等他回到公司的时候，受到了公司隆重的欢迎。原来，他在机场别出心裁的举动，使得公司和产品的名字几乎在一瞬间家喻户晓了。公司的电话都快打爆了，客户的订单更是一个接一个。董事长当场宣读了对他的任命书：主管营销和公关的副总经理。事后，公司还奖励了他一笔丰厚的奖金。

王勉的故事，说明了一个道理：做任何事情，都要将“苦”与“巧”巧妙结合。正所谓“三分苦干，七分巧干”，“苦”在卖力，“巧”在灵活地寻找方法，只有这样，才最容易找到走向成功的捷径。陈良的故事就说明了这个道理。

陈良出生在一个穷困的山村，从小家里就很困难。17岁那年，他独自一人带着8个窝窝头，骑着一辆破自行车，从小山村到离家100公里外的城里去谋生。

城里的工作本来就找不到，加上他连高中都没有毕业，学历这么低，要想找到一份好的工作是难上加难。

他好不容易在建筑工地上找到了一份打杂的活。一天的工钱是两元钱，这只够他吃饭，但他还是想尽办法每天省下一元钱接济家人。

尽管生活十分艰难，但他还是不断地鼓励自己会有出人头地的一天。为此，他付出了比别人更多的努力。两个月后，他被提升为材料员，每天的工资加了一元钱。

靠着自己的不懈努力，他初步站稳了脚跟。之后，他就开始重视方法。他认为：要在新单位站稳脚跟，更多地得到大家的认可，就不能只靠苦干，更要靠巧干。那么，怎样才能做到这点呢？

冥思苦想之后，他终于想到了一个点子。工地的生活十分枯燥，他想，

能不能让大家的业余生活过得丰富一点呢？想到这里，他拿出自己省下来的一点钱，买了《三国演义》、《水浒传》等名著，认真阅读后，就给大家讲故事。这一来，晚饭后的时间，总是大家最开心的时间。每天，工地上都洋溢着工友们欢乐的笑声。

一天，老板来工地检查工作，发现他有非常好的口才，于是决定将他提升为公关业务员。

一个小点子付诸实践后就能有这样的效果，他极受鼓舞。于是，他便将主动找方法，并运用到工作的各个方面。

对工地上的所有问题，他都抱着一种主人翁的心态去处理。夜班工友有随地小便的习惯，怎么说都没有用，他便想尽各种方法让大家文明上厕；一个工友性格暴躁，喝酒后要同承包方拼命，他想办法平息矛盾，做到使各方都满意……

别看这些都是小事，但领导都看在眼里。慢慢地，他成了领导的左膀右臂。

由于他经常主动找方法，终于等来了一个创业的良机。有一天，工地领导告诉他，公司本来承包了一个工程，但由于各种原因，难度太大，决定放弃。

作为一个凡事都爱“三分苦干，七分巧干”的人，他力劝领导别放弃。领导看着他充满热情，突然说了一句话：“这个项目我没有把握做好。如果你看得准，由你牵头来做，我可以为你提供帮助。”

他几乎不敢相信自己的耳朵：这不是给自己提供了一个可以自行创业的绝好机会吗？他毫不犹豫地接下了这个项目，然后信心百倍地干了起来。

但遇到的困难是出乎意料的，仅仅是报批程序中需要盖的公章就有15个，但他还是想尽办法，一个个都盖下来了。终于项目如期完成了，他掘到了人生的第一桶金。

不久，他便成立了自己的建筑公司，并且事业做得越来越大。

早领悟 早成功

一个人，如果想提高自己的工作效率和工作绩效，其关键之道，不在于苦干，而在于巧干。因为，面对工作中出现的问题，有的时候，只靠勤奋和认真是难以解决的，那个时候，就迫切地需要灵活的头脑和巧妙的方法，唯有此，才能更快更好地寻找到解决之道。