第一图书网, tushu007.com

<<别以为你有能力就够了>>

图书基本信息

书名：<<别以为你有能力就够了>>

13位ISBN编号：9787221103048

10位ISBN编号：7221103046

出版时间：2012-10

出版时间：贵州人民出版社

作者：徐慧丽

页数：198

字数：200000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

前言

最近我一直在想一个很微妙的词：怀才不遇。
不知道外国文字中有没有类似的俚语，我觉得中国文人们对这个词的塑造实在是……有些无耻。
这时估计会有读者朋友想要上板砖来拍我一下，因为我相信拿起这本书来读的，一定会有“怀才不遇”的群体。
但我想先让各位冷静一下，如果你仔细分析这个词，就会发现这是多么推卸责任的一种说法。
你怀揣着满腹的才华和能力，只是，没有人发现，而已。
看看这是什么逻辑？
没有人有义务满世界地寻找那些被埋没了才华的人！
或者我们说得更现实一点，如果你觉得你的才干被埋没了，只能说，你空有一肚子伪能力。
什么叫能力？
我能够胜任一件事情，快速上手并且做得比其他人都好。
我能够领导一个团队，知人善任，大家一起出色地完成工作。
我能够主导一个项目，让业绩提升30%以上。
既然你可以，那就去达成这些成就啊，这该是多么令人欢欣鼓舞的事情！
可是……没有人给我这样的机会。
没有和我一样有能力的人协助我完成这些工作。
看，显然，你所谓的能力还有些欠缺。
你没有足够的魅力吸引一个愿意和你一起打拼的团队。
你没有足够的眼力找到能决定你事业高度的贵人。
你没有足够的魄力担当起一个重大的项目。
你没有足够的体力承受工作和挑战带给你的巨大压力。
真相就是这个——不是你有工作能力就够了！
在培训课程中，我会告诉学员这样的道理：不要告诉我你有工作能力，然后给我一个“但是”。
这个世界上几乎所有的人都会寻找问题，这叫做聪明；然而，只有不到30%的人能够知道这些问题的解决方法，这叫做悟性；最终，只有5%的人用这些方法把问题解决，渐渐迈上成功的道路，这就是我们一直在追求的大智慧。
就像培训课程一样，这本书也许不能让你的生活和工作发生翻天覆地的改变，但是如果你在阅读的过程中有思考，有领悟，必定在某一个时刻，会有些类似灵感的东西突然间进人你的脑海，让你把事情做得更棒些。
然而，不是所有的人都适合这本书。
如果你是下述三类人，我想你可以继续读下去，否则，你可以放下它，寻找别的图书来学习或者消遣。
会有很多职场人来找我做心理咨询，他们通常睡眠质量都不好，压力巨大。
不少500强企业的员工能通过当初层层面试筛选，不可谓没有工作能力，甚至很多人都有相当令人称羡的才华。
但是他们胜任手头这份工作却似乎非常吃力。
为着那些看起来不少但用起来不多的薪资如此这般辛苦，究竟是不是值得？
对于这些人，我想他们应当学会建立自己的人脉圈，笼络也好，培养也罢，至少身边能有和自己一样能干的人，共同来完成工作。
越是有前途的事业，越是不需要单打独斗的个人英雄。
可是总有一些人，他们能和自己相处，但是学不会面对其他人。
对他们来说，有能力不够，还需要伙伴。
我有一个朋友，职业生涯相当纠结。
要说影响力，放在哪里他都能让氛围热烈起来，成为众人的焦点——人脉，他不缺；要说知识和才干，他一直都是领导的得力助手，换过很多岗位很多部门，工作完成得也不错——能力，他也有；要说

外表气质，如果我们不拿明星的标准来要求，也算是一个干练的职场标准白领——形象，他不差。
可是，他的职位，似乎总是和他有那么一点点不匹配。
这可能是所有怀才不遇的人群中最冤枉的一类，我一直分析这种痛苦的根源。
大多数的人眼光需要向远处看，往高处望，而这类朋友如果想要成功，他们也许更应当审视自己，好好地思考清楚，在工作及生活里，想要的东西到底是什么。
他们迟迟没有更高成就的原因，或许只是因为他们没有敢于确认及承认自己内心最真实的渴望。
对他们来说，有能力不够，还需要心灵有一次成长的质变。
身边更多的则是想要把工作和事业经营好，却理不出清晰的头绪，苦无成功方法的人。
他们热衷阅读励志类的图书，积极参加成长型的培训，似乎学到了很多东西，却似乎还是没有办法搞清楚自己的问题到底出在哪里。
当一个人开始有这样的困惑的时候，就是离成功越来越近的时候。
每个人的人生都要经历三个阶段。
第一阶段，重在模仿。
就是“看山是山，看水是水”的状态。
要的就是学习、复制，拼了命地想要充实自己。
这样的人，能力对他们来说是最需要培养和巩固的东西。
当所有的学习和模仿到了一定的程度，就会觉得脑子里满满的。
很多人开始认为自己能力有了，知识够了，却又好像有能力也不见得能够成功，于是迷惘和无助。
恭喜你，你已经走向第二阶段，这个阶段，重在超越。
你会发现自己开始“看山不是山，看水不是水”。
诚如每天照镜子的人有时会觉得镜子里的人有点陌生，这其实是一个重新审视和整理自己的过程。
一旦达到这个阶段，能力反而会成为他们的负担。
这个时候，需要把所有让人自视甚高的所谓“能力”暂时放下。
能够突破自己，就能进入第三个阶段；无法超越自己，就只不过是一个有些许能力的普通人，不是必然能够成功的。
这第三个阶段，重在领悟。
诚如很多人拥有了显赫的财富和地位之后，经常会觉得平淡是福，貌似依然“看山还是山，看水仍是水”，但是心境却已迥然不同了。
成功是个很有趣的悖论。
有时候看结果，再怎么辉煌的计划书，没有签约的那一刻，都只是浮云。
有时候却只看过程，眼睛一睁一闭，0．1秒一次，叫做眨眼；8小时一次，叫做睡眠；一辈子一次，叫做人生。
往往那些能收获成功的人，对自己一定有非常好的规划，什么时候要结果，什么时候享受过程。
这个世界上有很多不够努力，或者有些能力但尚未成功的人，他们总有理由来为自己开脱。
诸如钱是赚不完的，或者什么高处不胜寒，不如简简单单地生活……他们之所以不成功，不是能力不够，甚至不是努力不够，而是因为指导他们追求的信念和成功者是截然不同的。
你尚未让自己和家人体验过富足的生活，就轻易说财富多少都是这么过的；你尚未享有过在高管的职位上的挑战和成就感，就轻易认为做普通人更幸福……其实你明明可以更成功，这样的放弃，是不是有些可惜呢？
第一阶段和第三阶段乍看没有什么区别，却相差了一个异常精彩的过程。
所以，对大多数人来说，有能力不够，还要有梦想和使命感。
假如这时你已经清晰地了解到自己到底是属于哪一个人群，那么这本书多多少少能够帮你去实现自己的愿望了。
因为成功本来就是有方法的！
我们经常会发现那些成功人士，可能一开始连自己要什么都不太清楚，但身边总有些人和事会在某个时刻让他“开窍”或者“撞大运”，通常大家都说，这些人是遇上了贵人。
的确，人是社会性的动物，靠自己单独打拼，思维和资源都十分有限。

就如同一餐饭，或许某个菜的营养价值特别高，但是我们不能只依赖这个菜，天天吃，月月吃，最终还是会营养不良。
均衡发展的生活和事业，就好比吃一顿饭那样，丰富一点，挑选的余地就大。
所以成功的第一步，你需要帮自己建立一个强大的人脉圈，那么即便现在你还不算太成功，但是，无论是你想要成功，还是有人希望你成功，他们都会帮助你在这条路上走得更加顺畅。
　然后，最关键的就是，你必须有足够的胆识，去确定一个让你能够心潮澎湃的目标，指引你前进的方向。
达人秀和星光大道的舞台成就了许多的草根明星，互联网或者餐饮行业里诞生了不少的亿万富翁，他们在成功之前，和我们一样，都是普通人。
可他们又注定和大多数人不一样，因为在他们的心里，装着太多人想都不敢想的目标。
亨利·福特说，“无论你认为自己行还是不行，你总是对的。
因此，当你开始觉得自己其实就应该成功的时候，成功已经在路的尽头盛装迎接你的到来了。
”　同时你还需要为自己准备的，就是一个符合成功者的形象，一个让人能够被你感染的气场，以及一些与人沟通时候的技巧……而这些，你在这本书里都能够找到适合你的方法。
只要你记住一件事情——不断地学习，你将会变得越来越优秀。
　这个世界上大多数的人都不缺乏能力，只是需要找对适用自己能力的地方。
即便缺乏些许能力，也可以慢慢培养。
要成功，能力只是其中很小的一个部分。
我和我的同行、我的学员，都在努力探求让人生更加成功、生活更加富足、幸福更加容易获得的方式。
现在，我把培训课程上的心得放在这本书里和更多的人分享。
　别以为你有能力就够了。
这个事实，的确很残酷。
　好在，我们最欠缺的，往往并不是能力。
如果你能早一点明白，早一点培养自己，早一点成长，这不是更好吗？

内容概要

职场，就是没有硝烟的战场。
想活命，必须赢！

渴望成功的人，大都拼命地提高自身能力，但更多时候，这种努力并没有给你带来升职加薪的机会。
有些人没有你有能力，有些人远不如你拼搏，有些人没关系没背景，可是他们却都可以升职加薪了。
要知道，我们所欠缺的，往往并不是能力，在职场混得风生水起，你到底还差点什么？

《别以为你有能力就够了》揭示了让你驰骋职场的九大法则，掌握它，你就能迅速获得职场主动权。
资深HR都认同的九大法则，助怀才不遇的你赢得这场职场翻身战。

这是一部让你迅速获得升职加薪机会的职场奇书

作者简介

徐慧丽
毕业于华东师范大学。
国家二级心理咨询师，全球华人500强讲师。
任世办500强保险企业的营销管理职务，曾任金融企业培训部总监。
目前主要为银行行业以及保险行业提供高端管理和培训。

据粗略统计，徐慧丽的咨询以及培训，为她所服务的企业带来高达6亿元人民币的收益。

书籍目录

第1章 目标有多远，就能走多远
奠基：好目标会指明成功的方向
规则：跳一跳才能捡到宝
计划：看三步走一步
细节：一子错满盘皆被动
追踪：成功就怕半途而废
思考：学会在错误的路上停下来
应变：做审时度势的俊杰
收获：大目标帮你赢得大丰收
第2章 你的形象价值何止百万
本我：从潜意识就开始让自己迷人
品味：不媚俗，不out
气质：让人愿意对你用最美好的形容词
声音：快速增加魅力的绝美武器
笑容：你可以让空气都变得甜美
风格：每个人都是原创的、唯一的
第3章 打造一个黄金人脉圈
积极：山不近我，我往山去
积累：从泛泛之辈到超级大人物
名片：人脉圈里的优雅信用卡
赞美：最低成本结交最多朋友
互惠：帮助别人就是帮助自己
影响力：人脉圈里最有价值的特质
心态：决定你的人脉圈数量与质量
传递：轻松认识每一个人
第4章 这个时代属于有胆识的人
野心：懂得辨别机遇和诱惑
成本：没有什么比失去机会损失更大
选择：你的成功路可以走得更顺畅
判断：别人的意见不过是个参考
独霸：做制订游戏规则的人
第5章 让别人帮你一起打天下
拍档：高素质合作者提升你的效率
团队：高效智囊团塑造绝代明君
规则：凝聚一个团队的基础
领导力：掌控一个团队必需的能力
关键人物：锦上添花还是害群之马
精华：小而精的团队反而寡可敌众
经营：让团队持续稳健地成长
第6章 成功属于有强大控制力的人
眼界：成功没有统一的标准
暗示：有实力的低调是最有智慧的炫耀
保留：杀手锏是为了出奇制胜
观察：知人知面再知心
引导：成功是可以操控在你手中的

换位：没有局限以后更有洞察力
聆听：挖掘更多信息，赢得更大胜利
姿态：像一个大师那样生活
第7章 成功者的气场要够霸道
内省：审视你想要的和你所拥有的
行动：做好三件事，凝聚一个有力量的气场
呼吸：吞吐间改变世界
接纳：你的气度决定你的维度
珍视：当下的一切是你最宝贵的财富
节制：人生是不能透支的
信念：没有什么不可能
修炼：气场需要天赋，更需要呵护
清理：排除杂质让你的气场更加纯正
第8章 会沟通，钱途一路畅通
动因：学会沟通，知道你想得到什么
冲突：有碰撞就会有火花
方式：让你的沟通事半功倍
捷径：三招让谁都能学会沟通
误区：沟通不是我说你听
区分：不同的沟通达到不同的目的
第9章 学习是不断提升自己的终身事业
坦诚：承认不懂其实就是创造学习的机会
效率：你需要具备快速学习的能力
实用：你要当心老师和家长的纸上谈兵
潜规则：有些话领导不会告诉你
充电：只是也有通货膨胀
时机：不只是工作和学习的时候才能得到成长
T型人才：博学和专精缺一不可
附 录
后 记

章节摘录

版权页： 遭遇突变时，怎么样让19己迅速冷静下来呢？
首先要先接纳自己的情绪。
很多人在生气或者急躁时，第一反应是“我不该”这么样，但越是想着19己不应该，本能的情绪反应却越压抑不下去，反而越是急躁气愤。
事实上，所谓的情绪管理，不是不能有各种各样的情绪，而是不要让自己被情绪所控制。
当大脑开始接纳19己的情绪的时候，身体和意识开始处于不再对抗的状态，是为知行合一。
第二步要开始缓和情绪。
这里和大家分享一个方法，就是尝试描述自己现在的情绪状态和产生的原因。
比如，我现在非常生气，我的妻子居然在我下班后已经非常累的情况下，还要责怪我忘记买明天的早餐。
或者是，我感到很难过，我认为最好的朋友，在我受了委屈的时候不但不安慰我，还觉得我有点无理取闹。
当我们尝试和19己的情绪达成一致的时候，其实已经开始释放这些低落的频率，这要比压抑这些感受来得更顺应本能。
接下来我们可以问问19己，发生什么事情会让我的心情比现在这个时候好一点。
然后，开始发挥想象力。
或许，一顿丰盛的午餐能抚慰我的心灵；或许，我能够在山清水绿的地方休假三五天……如果能够实现自然最好，就算不能立即兑现，想象的过程也可以帮助自己抽离当时比较剧烈的情绪变化。
当我们可以基本恢复冷静的时候，就要开始处理意外事件了。
这个时候或许你的心跳还是有些快，呼吸还是有些急促，但已经有了一些思考能力。
那么，就好好地想一想，接下来需要做些什么来继续之前的计划。
当然，你在应对意外时或许有很多急中生智的处理方法，不过我还是想要请你先检查一下，这些方法有没有违背当初的目标和原则。
人都有趋利避害的本能，加之意外事件通常会给人极大的冲击，导致潜意识里对这个应激留下非常深刻的印象。
即使情绪平复之后，当时的场景和感觉还是会有残留，这些都可能会导致那时做出的判断和决策会有不准确的因素在内。
在这个时候，先不要急着修改应变计划，最好是可以听一下第三者的意见，避免偏颇。
所谓“一朝被蛇咬，十年怕井绳”，试想一个人在打水时被蛇咬，可能本能的反应是再也不想碰绳子了。
但事实上，打水的时候，井绳又吃重又顺手，真的是一个相当好的工具，不是吗？
当事人在遭遇意外以后多少有点因噎废食，这时他人的意见更客观，也更有助于帮助原计划的顺利实施。
虽说应变是一种能力的体现，但是到意外发生的时候再去处理意外，多少有些被动。
更加保险的方式，就是在制订计划的时候，预留一个备用方案。
后备只需要一个就好，否则过多的思考会束缚住我们的行动力。
每个人对成功的目标都相对一致，但是成功的过程和最终的结果却各有不同。
生活中的一些小插曲，只要能做好充分的准备，轻松应对，也不失为充满情趣的事情。
毕竟，天天白米饭固然能吃饱，还是要换换菜色，变换一下心情的。

编辑推荐

《别以为你有能力就够了》由贵州人民出版社出版。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com