

<<女人的资本全集>>

图书基本信息

书名：<<女人的资本全集>>

13位ISBN编号：9787535440549

10位ISBN编号：7535440541

出版时间：2009-7

出版时间：长江文艺出版社

作者：肖卫

页数：383

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>

<<女人的资本全集>>

内容概要

《女人的资本全集》作者通过多年研究发现，总结出女性的二十种独特的生存优势。通过阅读《女人的资本全集》，每一位女性都可以找到提升自身资本的良好方、如果你能够对自身的这些资本加以运用，就能开创幸福美满的人生。

人生中最大的悲剧莫过于没有发现自己巨大的潜能而潦草度过一生，而女人一生中最大的遗憾则莫过于没有去发现、发挥和利用自己的生存优势，最终与精彩的人生擦肩而过。

女人生来就有独特的生存优势，这些并不仅仅是人们传统眼光中的漂亮、姿色、风情等，而来自于女性强大的内在潜能和人格魅力。

女性的成功依靠的不是天生的容貌和魔鬼的身材，而是源自她美丽的心灵，《女人的资本全集》蕴涵着巨大的内在力量，可以帮助你实现内心的升华。

《女人的资本全集》出版以来一直是在中国女性中占有最高阅读率的读物，并入选“女性必读的三十部经典”、这么多女性读者的选择一定不会有错，相信你在阅读后也一定会深深地喜欢上《女人的资本全集》。

<<女人的资本全集>>

书籍目录

第一章 你可以成功：女人的心理资本1.心中有希望，我就是成功者2.心中怕做“强人”，注定就是弱者3.事业失败女人的5个毛病4.成功女性的10个心理动员5.成功女人的10种心理品质6.做成功新女性的10种心理调整7.海伦·凯勒：用不屈的心战胜命运的女人第二章 做你自己：女人的个性资本1.0种女人如何完善个性2.做个充满贵气的女人3.成功人格塑造4.四类性格大比拼5.叛逆王妃戴安娜第三章 IEQ与成功：女人的情商资本1.女人，战胜孤独2.逃离沮丧3.不要在情绪上被男人左右4.突破女人低情商的10种障碍5.高情商女人这样赢取成功6.邓亚萍：不断挑战自我的“乒坛女皇”第四章 提高个人魅力：女人的品味资本1.羞涩的诱惑力2.做一个优雅别致的格调女人3.柔情似水的情调女人4.泼辣是一种野性的美5.爱笑的女人：美的爆炸力6.坐拥书城铸内秀7.奥黛丽·赫本：永远不朽的品味女人第五章 你的形象价值百万：女人的形象资本1.你的形象价值百万2.形象是女人的成功资本3.外在形象是你的第一张名片4.礼仪和修养体现你的尊贵5.用色彩为你的形象加分6.沈宏：衣仪天下第六章 活出精彩：女人的才学资本1.适合女人的八大优势行业与知识领域2.怎样成为一个快乐的知识女性3.中国女人必读的八本名著4.“华尔街学习”的四大突破5.拥抱E时代6.李纪珠：天资聪颖的美女经济学家第七章 获得男人的爱和支持：女人的红颜资本1.“眼神效应”可以大用2.挑战成功男人的爱情3.女人让男人着迷的“坏”4.这样做他更爱你5.情色制约6.使你性感迷人的16个妙方7.林志玲：知识+身体+风格=魅力第八章 挑战男人：女人的职业资本1.职场女性漂亮与工作几率成什么比2.女人应发挥性别优势择业3.女人，认识你的职业优势4.女人，你向男人学什么？5.怎样做个白领俏佳人6.“姿色”是晋职的一种资本7.办公室女人的美容课8.职场女人的亮丽装扮9.决定女性事业成功的8个细节10.走出不良工作习惯的误区11.女性打入公司主流群体的7种策略12.做个忠诚的女人13.职业女性的5项自我修炼14.张欣：职业女性的人生榜样第九章 金钱的秘密：女人的财商资本1.美女的经济效应2.女人的经商优势3.对经商女性的忠告4.女性理财的误区5.使女人贫穷的5个原因6.成为富婆要突破的三大障碍7.女人发家的四大规则8.千万富婆是怎样成功的9.女性如何进行投资10.商界富婆的诞生年代11.周凯旋：与“超人”共舞的女富豪第十章 让你如鱼得水：女人的社交资本1.人际关系——女性真正的天然实力2.打造成功的人际关系网的11条策略3.做一个舌绽莲花的女人4.办公室里的语言艺术5.让男人感到你不可侵犯6.杰奎琳：充满魅力的美国第一夫人第十一章 你来转动地球：女人的领袖资本1.女性领导应首先成为美的化身2.成为超级女主管的17心法3.女领导要利用自身优势聚拢人心4.做领导就别做温顺女人5.女性主管的“驭人”术6.克服女性管理者的弱点7.赵小兰：从难民到美国劳工部长第十二章 关系网的力量：女人的关系资本1.善于处理关系是女人的天生优势2.维护你的人际关系网3.避免女性易犯的人际错误4.低调消除职场矛盾5.关系网中不可有的几种人6.快速与人搭上关系的三大技巧7.影响人际关系的九类行为8.打造绝佳人脉的交际修炼9.奥普拉·温弗瑞：享受语言的快乐第十三章 发出你的声音：女人的沟通资本1.善于沟通让女人如鱼得水2.职场女性的沟通艺术3.与同事沟通要讲究方法4.跳出同上司沟通的误区5.做个令人赏识的女上司6.装饰好你的沟通语言7.赞美他人成就自己8.靳羽西：生命因你而不同第十四章 你来挑战男人：女人的成功资本1.你有男人没有的成功优势2.职场成功女性的六大特质3.“野心”是女人成功的基础4.你可以比男人做得更好5.发现自我.保持本色6.做自信的女人7.女性成功的十项秘诀8.王雪红：永远心怀一颗“中国芯”第十五章 表现得像女人：女人的智慧资本1.女人可以不美.但不能缺乏智慧2.用智慧突破你的性别桎梏3.勇敢面对挫折和挑战4.要魅力，更要有能力5.把你的工作做得更出色 / 6.清除女性职场十大路障7.李莹：用智慧缔造幸福的美丽女人第十六章 职场不相信眼泪：女人的情绪资本1.女人，做你情绪的主人2.懂得控制自己的情绪3.调节和控制情绪十项法则4.如何克服不良情绪5.学会管理你的情绪6.摒除厌职情绪.做个职场活力人7.学会控制自己的眼泪8.做一个职场情绪“环保者”9.但华香：管理好情绪是成功的关键第十七章 学会自我营销：女人的营销资本1.女人是天生的最佳推销员2.学会自我推销的技巧3.沉默不再是金4.像男性一样表现自己5.脱颖而出有方法6.董明珠：“棋行天下”的商界玫瑰第十八章 天生谈判专家：女人的谈判资本1.女人，你要学会谈判2.彰显女性强势，克服性别劣势3.避免女性的谈判陷阱4.女性商务谈判必胜术5.谈判高手四件制胜武器6.洞悉对手的身体信息7.赖斯：轻松周旋于男人的世界第十九章 最佳的管理者：女人的管理资本1.女人是最好的管理者2.女性管理者的管理技巧3.女性管理者的六项修炼4.女性管理者必备的三大素质5.利用女性优势做好管理者6.展现女性独有的管理魅力7.龚伸宝：演

<<女人的资本全集>>

好女性管理者的五种角色第二十章 进行自我包装：女人的品牌资本1.职业女性要学会打造个人品牌2.经营个人品牌的十个努力项目3.“职场五魅”助你成功打造品牌4.让你如鱼得水的五大技巧5.麦当娜：20世纪永恒的品牌女性更要有能力

<<女人的资本全集>>

章节摘录

第一章 你可以成功：女人的心理资本 1.心中有希望，我就是成功者 在女人的一生中随时会碰到困难和挫折，甚至还会遭遇致命的打击。

在这种时候，心态的积极与消极会对事业的成败产生重大的影响。

郑女士和崔女士同样在市场上经营服装生意，她们初入市场的时候，正赶上服装生意最不景气的季节，进来的服装卖不出去，可每天还要交房租和市场管理费，眼看着天天赔钱。

这时郑女士动摇了，她以认赔了3000元钱的价钱把服装精品屋兑了出去，并发誓从此不再做服装生意。

而崔女士却不这样想。

崔女士认真地分析了当时的情况，觉得赔钱是正常的，一是自己刚刚进入市场，没有经营经验，抓不住顾客的心理，当然应该交一点学费，二是当时正赶上服装淡季，每年的这个季节，服装生意人也都都不赚钱，只不过是他们会经营，能够维持收支平衡罢了。

而且，崔女士对自己很有信心，知道自己适合做服装生意。

果然，转过一个季节，崔女士的服装店开始赚钱。

三年以后，她已成为当地有名的服装生意人，每年可有5万元的红利。

而郑女士在三年内改行几次，都未成功，仍然穷困潦倒，一筹莫展。

这倒让人想起了两则有趣的寓言故事：古时有一位国王，梦见山倒了，水枯了，花也谢了，便叫王后给他解梦。

王后说：“大势不好。

山倒了指江山要倒；水枯了指民众离心，君是舟，民是水，水枯了，舟也不能行了；花谢了指好景不长了。

“国王惊出一身冷汗，从此患病，且愈来愈重。

一位大臣要参见国王，国王在病榻上说出他的心事，哪知大臣一听，大笑说：“太好了，山倒了指从此天下太平；水枯指真龙现身，国王，你是真龙天子；花谢了，花谢见果子呀！”

”国王全身轻松，很快痊愈。

有这样一个老太太，她有两个儿子，大儿子是染布的，二儿子是卖伞的，她整天为两个儿子发愁。

天一下雨，她就会为大儿子发愁，因为不能晒布了；天一放晴，她就会为二儿子发愁，因为不下雨二儿子的伞就卖不出去。

老太太总是愁眉紧锁，没有一天开心的日子，弄得疾病缠身，骨瘦如柴。

一位哲学家告诉她，为什么不反过来想呢？

天一下雨，你就为二儿子高兴，因为他可以卖伞了；天一放晴，你就为大儿子高兴，因为他可以晒布了。

在哲学家的开导下，老太太以后天天都是乐呵呵的，身体自然健康起来了。

看来，事物都有其两面性，问题就在于当事者怎样去对待它们。

上面提到的郑女士只看到赔钱的一面，而看不到将来会赚钱的发展前景，不能以积极的态度去分析事物；而崔女士的态度则是积极的，她更多地从将来的角度看待当前的不景气，所以，她能顶住压力，坚持到成功。

成功女人对待事豁。

不看消极的一面，只取积极的一面。

如果摔了一跤，把手摔出血了，她会想：多亏没把胳膊摔断；如果遭了车祸，撞折了一条腿，她会想：大难不死必有后福。

她把每天当做成新生命的诞生而充满希望，尽管这一天也许有许多麻烦事等着她；她又把每一天都当做成生命的最后一天，倍加珍惜。

美国潜能成功学家罗宾说：“面对人生逆境或困境时所持的信念，远比任何事都来得重要。

”这是因为，积极的信念和消极的信念直接影响创业者的成败。

<<女人的资本全集>>

美国成功学学者拿破仑·希尔关于心态的意义说过这样一段话 “人与人之间只有很小的差异，但是这种很小的差异却造成了巨大的差异！

很小的差异就是所具备的心态是积极的还是消极的，巨大的差异就是成功和失败。

”是的，一个女人面对失败所持的心态如何，往往决定她一生的命运好坏。

积极的心态有助于人们克服困难，使人看到希望，保持进取的旺盛斗志。

消极心态使人沮丧、失望，对生活 and 人生充满了抱怨，自我封闭，限制和扼杀自己的潜能。

积极的心态创造人生，消极的心态消耗人生。

积极的心态是成功的起点，是生命的阳光和雨露，让人的心灵成为一只翱翔的雄鹰。

消极的心态是失败的源泉，是生命的慢性杀手，使人受制于自我设置的某种阴影。

选择了积极的心态，就等于选择了成功的希望；选择消极的心态，就注定要走入失败的沼泽。

如果你想成功，想把美梦变成现实，就必须摒弃这种扼杀你的潜能、摧毁你希望的消极心态。

美国宾州大学的塞利格曼教授曾对人类的消极心态作过深入的研究，他指出了三种特别模式的心态会造成人们的无力感，最终毁其一生。

它们是：（1）永远长存。

即把短暂的困难看做永远挥之不去的怪物，这是在时间上把困难无限延长，从而使自己束缚于消极的心态不能自拔。

（2）无所不在。

即因为某方面的失败，从而相信在其他方面也会失败。

这是在空间方面把困难无限扩大，从而使自己笼罩在失败的阴影里看不到光明。

（3）问题在我。

即认为自己能力不足，一味地打击自己，使自己无法振作。

这里的“问题在我”，不是勇于承担责任的代名词，而是在能力方面一味地贬损自己，削弱自己的斗志。

女性朋友，你有过这样的情形吗？

如果有，请尽快从消极心态的阴影里解脱出来。

记住德国人爱说的一句话吧：“即使世界明天毁灭，我也要在今天种下我的葡萄树。

”下文中的惠是一个很好的例子。

大学毕业，惠进了一家刚起步不久的展览公司，该公司位于一所著名的办公楼里，按照目前的说法，惠也算是一个小小的白领了。

在这家公司里，惠做得很辛苦，很投入，经常不计报酬地加班，她终于脱颖而出，工作刚满一年，就荣升为项目主管。

就在此时，惠远在日本的男友决定回国发展并与惠结婚，惠等了五年终于修成正果，众人都为惠而高兴：婚姻美满，事业顺达。

婚后不久惠就怀孕了，而且是双胞胎，医生嘱咐她最好静养保胎，但这在工作超繁、压力超强的展览公司里是很难做到的。

惠的先生犹豫了：“你还很年轻，事业刚刚起步，孩子我们以后还是可以有的。

”惠却一脸的坚毅，“不，这是最好的礼物，我能拥有他们，就是最大的幸福。

”惠义无反顾地辞了工作，得到了两个可爱的双胞胎儿子。

现在，惠在虹桥区一家公司里做协调员的工作，毕竟停了两年的工作，惠还将从头做起。

而她以前供职的展览公司一跃而为沪上的著名跨国展览公司，主办了上海的龙头展会，以前的同事也大都升为项目经理，职位，薪金比惠要高得多，但惠依旧快乐地工作并生活着。

在新的公司里，以她的工作态度和业绩博得了上司青睐，家庭也相当和睦。

朋友们都羡慕她的生活，认为惠将生活节奏掌握得很好。

其实，原因就在于惠无论在何种生活情形下，都保持一种很好的心态，不患得患失，以自己现在手上拥有的就是最好的角度出发，努力生活，努力工作，结果生活、工作都很称心、完美。

2，心中怕做“强人”，注定就是弱者 很多女人常常不愿意像男人那样争取成就，她们害怕因此变得不像个女人。

<<女人的资本全集>>

因此，比人优秀和有成就是可怕的。

”这种想法常常在女性心中出现。

正是“成功导致对失去的东西的畏惧”限制了女性。

在此处出现的，就是对成功的畏惧这种观念。

阻碍女性在社会上成功的，就是存在于女性心理上的障碍。

一般而言，能力、独立、竞争、积极、强硬等都通用于男性气概，而女性气质则与此相反，这是社会上一般的观念。

因此，充分发挥自己的能力及领导力，对男性而言是被祈望的，并且给予这样的男性正面的评价。

然而，假如女性发挥了这样的能力时，则又会怎样？如果依照社会上一般的观念的话，在通用于男子气质的领域上成功，便是女性往后退了一步。

于是，具有成功动机的女性，在预想成功时所获得的同时，也必须预想因成功而失去的东西。

如此以来，在女性方面会产生对成功的畏惧，进而限制了对成功的渴望，而要求水准便下降了。

赫那为了测定对成功的畏惧，开发出了其独创的方法，并施行于男女大学生。

其结果发现，在女性的90人中有59人（66%）显示出对成功的畏惧，而在男性方面，显示出对成功畏惧的，88人中只有8人（9%）而已。

但是，一有关男子气概、女性气质的社会上的一般概念，时时都在改变。

在传统价值观念动摇，而大人与小孩、男与女等等各种界限变得不明显的今天，男子气概、女性气质的传统样板，已经不像从前那样具有很大的拘束力了。

因此，被认为具有温柔倾向的现今年轻人，对成功的畏惧已不再是女性特有的东西，而成为男女共通的一般倾向了。

根据在某大学所进行的某项调查，显示了男女各有五成的人对成功感到畏惧，特别是在社会上成功之可能性极高的场合似乎可以看到，不管是男是女，都有相当多的人陷入了内心纠葛的状态，他们把为成功付出的艰辛拼搏看成是一种不正常的生活。

这样的男人和女人，就注定了一生是“弱者”。

对此，著名女设计师蒋艳认为，女人不一定要做男人一样的“强人”，但一定要做生活的强者。

她说：你别拿我当女强人，那种人是要板着脸在办公室里发号施令的，我可端不出那架势。

再加上我长得显小，没人拿我当女强人。

我喜欢教书，正是因为觉得自己就要枯竭了，没的可教了，才萌生开公司的念头，为别人做设计，等于给自身充电，教学生才能教得更好。

开公司的资金是自己筹的，两年多来日常业务一是装帧设计，二是公益性活动。

很多人看到《上海的风花雪月》，《上海的金枝玉叶》和《逆风飞扬》，便得出：“‘合和’做什么书，什么书便畅销”的结论，其实不是这样。

我们算是个服务性行业，不能只顾着炫耀自己，而是要潜心倾听客户需求，努力把客户和产品突出出来。

.....

<<女人的资本全集>>

编辑推荐

连续五年稳居女性畅销书榜首，入选“中国女性必读的三十部经典”。

男人和女人，生来就有不一样的特性，作为女人，一定要懂得认识自己，善用自身的性别优势，并把这种优势变成自己的资本，去赢取自己的幸福人生，人生的鲜花和掌声就会永远伴随着你！

靠女人资本，做幸福女人；善于营运女人的资本，做生活和事业上的幸福的成功者；一本告诉你女人与男人不同的优势所在的励志书。

<<女人的资本全集>>

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>