

<<你就是自己的幸运星>>

图书基本信息

书名：<<你就是自己的幸运星>>

13位ISBN编号：9787544249218

10位ISBN编号：7544249212

出版时间：2011-1

出版时间：南海

作者：[美]苏茜·韦尔奇

页数：254

译者：余燕

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>

## <<你就是自己的幸运星>>

### 前言

我出生于俄勒冈州的波特兰市——我喜欢称它为“奇妙的波特兰”，但这个说法总会让别人哈哈大笑，因为大家都觉得波特兰是一个无聊的城市。

但是，波特兰是一个美丽的地方。

除了蛇以外。

当我还很小的时候，有一条蛇溜进了我们家的后院，我正要蹲下来仔细看看，母亲从厨房冲了出来，用一把锅铲拍死了它。

我的母亲非常漂亮——端庄而又时髦。

我不想她给你们留下野蛮的西部妇女的印象，这只是一个疯狂主妇偶尔做出的疯狂举动。

这一点我可以保证。

我的父亲是一个建筑师。

“蛇事件”过去15年后，他教我如何平行泊车，当时的情况就像是一个脑子里只有数理化的纯粹的理科生，在教一个脑子里塞满诗歌的纯粹的文科生。

现在提起这件事情，我们还笑个不停。

## <<你就是自己的幸运星>>

### 内容概要

我们的生活中充斥着繁多的信息，每天都有要决定的事，似乎每件事都在你的耳膜边嚷着它必须“优先处理”，而我们总是违背初衷，莫名其妙地在诸多选择中做出最糟糕的决定，生活充满了匆忙和混乱。

20世纪最伟大CEO杰克·韦尔奇的夫人、《哈佛商业评论》原总编辑、超级畅销书《赢》作者苏茜·韦尔奇以亲身经历，告诉每一位职场女性如何在忙忙碌碌中收获完美的事业、婚姻与生活。

当中要的选择摆在面前，当你的心中左右摇摆，请在3个时间点上拷问自己：10分钟..... 10个月..... 10年..... 你将发现潜意识中的价值观、恐惧与梦想，作出不会后悔的决定。没错，你就是自己的幸运星。

## <<你就是自己的幸运星>>

### 作者简介

美国著名作家、演讲家，美国通用电气公司前CEO杰克·韦尔奇的夫人，全球超级畅销书《赢》《赢的答案》（与杰克·韦尔奇合著）作者。

苏茜毕业于哈佛大学和哈佛商学院，曾任《哈佛商业评论》总编辑，现为波士顿巴布森学院“女性领导力中心”驻校讲师。

她发表过许多有关领导力、创新、变革与组织行为等方面的文章，并参与了多本管理学著作的编撰。

## &lt;&lt;你就是自己的幸运星&gt;&gt;

## 书籍目录

序言 绝望主妇的绝望人生 第一章 你就是自己的幸运星——10-10-10法则 什么是10-10-10 全面的决定需要中期视角 快乐的人生中也有痛苦的决定 你的决定来自你的理想 幻想中的未来不是一切 花点时间思考是一种聪明的投资 10-10-10是一种生活方式 第二章 10-10-10是一种科学的方法 你就是自己的依靠 10-10-10帮你赶走压力 本能的智慧能帮助我们吗 别让本能带你走错路 听听其他的声音吧 其实我们不必在泥泞中前行 “我触及不到这个男人” 我们需要的只是时间 拥有自己想要的生活 你需要的是一种创新理念 第三章 审视自己的价值观 10-10-10就是催化剂 时间会改变你 3个问题让你认识自己的价值观 价值观影响一切 10-10-10也是一种人生信条 填满心中的黑洞 第四章 幸福到永远——这不是童话 家比聚会更重要 幸福的婚姻都拥有“第三种力量” 在婚姻中保持正确的航向 我是一个好女儿，也是一个好妻子 恋爱从华丽的舞步开始 在网络中重新开始 及时发现恋情中的裂缝 结束也是一个新的开始 葡萄味的口香糖 第五章 在工作中获得尊严——痛并快乐着 工作是一种责任 工作让你更清楚地认识自己 工作中的隐形顾问 好老板能够让员工快速成长 10-10-10是创业者的好朋友 不要固守于直觉，还要看到未来 如果无法管理别人，就不是真正的领导 把决定权掌握在自己手里 在工作中痛并快乐着 第六章 规划事业也是规划人生 从困境中解脱出来 问问自己，我爱我的工作吗 让你的鼻子保持在水平线之上 可以不是领导者，但不能没有领导能力 摆脱旧形象，给自己一个新开始 事业与家庭的平衡只是一个神话 所罗门式的选择——正确取舍 了解你的工作，同时了解自己 第七章 每个孩子都是好孩子，每个妈妈都是好妈妈 加班VS.陪孩子——妈妈该如何选择 妈妈作决定时要有策略 妈妈该在家照顾孩子还是该工作 10-10-10让你消除顾虑 培养优秀孩子的压力影响着每一个母亲 和孩子一起作决定 “坏女孩”也可以变得很懂事 放弃有时也是一种获得 妈妈和孩子都要学习适应 人与人之间丝丝缕缕的联系 第八章 在泥泞的人生之路上结伴前行 友谊是一种必需品 即使分隔两地友谊也不会改变 用新的方式保持友谊 有时放弃是为了更好的生活 失去的还可以再找回来 结伴而行还是独自前行 第九章 人生的美丽与哀愁 孕育新生命是一个慎重的决定 欢迎生活中再多一个人 勇敢地独自前行 激素妖怪在捣乱 加上宝宝就是3个人了 孩子们有自己的计划 当死亡夺走我们的挚爱 在后悔之前行动 生与死都是生命的一部分 后记 快乐名单 致谢

## &lt;&lt;你就是自己的幸运星&gt;&gt;

## 章节摘录

在少年时代，每个夏天我都是在科德角度过的。

乘上一只小船，在蔚蓝的海水中垂钓，用网捞鲈鱼。

我郑重声明，我真的非常同情那些鱼，上天为证。

后来我上了大学，毕业后在迈阿密当记者，经历了那个城市的两场大火，之后搬到了北方，在美联社工作，然后结婚，上商学院，成为了一名管理顾问，努力工作，让自己看起来像一个工业制造方面的专家。

再后来，我成为《哈佛商业评论》的一名编辑，直到我被辞退。

41岁，我离婚了。

我觉得这是一个正确的决定。

3年后，我又再婚了，而这是我一生中作出的最正确的一个决定。

我有4个孩子，实际上他们现在都已经长大了，可是在我眼里，他们仍然是孩子。

他们没有一个长得像我。

有两个是肤色偏白的北欧类型，长得像瑞典的农场工人。

另外两个虽然肤色比较黑，但也不像我。

不过说真的，这并不重要。

这正好可以不断提醒我，他们应该有属于自己的人生。

如果我有一根魔杖，我会用它轻轻敲一下孩子们的额头，教会他们我知道的所有东西。

像大多数家长一样，我总希望他们能够跳过生活中所有的艰难。

他们没能避开那些艰难，但我觉得这也没什么。

俄国作“嗨，乔，”我指着那张照片问，声音都颤抖了，“这个人为什么被通缉？”

“他？”

“乔一脸厌恶的表情，”他简直无恶不作。

”从这两个故事里，你们一定能得出结论：本能常常是非常有用的。

起码我的本能让我作出了两次正确的选择。

但是仔细想想，这两个选择都没有让我学到什么。

在堪萨斯，本能告诉我，跟那个男人走吧；在迈阿密，本能却说，别跟那个男人走。

不过我完全不知道为什么。

直到今天我还在想，也许我只是运气好而已。

显然，我并不是要说本能的坏话。

就像我之前说过的，如果只是一些小事情，你可以靠本能来决定。

有时候依靠本能是唯一的办法。

但是，如果要在生活中作出一个令人信服的、可以说服别人的决定——尤其是当自己掌控着生活时——本能并不太值得信任。

别让本能带你走错路我们可以从神经学的角度来解释本能。

在逐步了解了大脑的运作方式之后，我开始明白，本能其实是一种天生的反应，与我们在特定情境中面对的选择几乎没有关系，倒是和我们的祖先在非洲大草原上面临的选择关系更密切。

差就像一个固定程序一样存在于大脑中，确保我们能生存下去。

比如，在比较原始的生存环境里，我们的大脑有一个“设定”的程序，在面对动物袭击的时候身体会变僵硬，因为肉食动物基本上不吃死了的动物。

今天，我们的身体仍然会有这种接近于麻痹的反应，尽管现在的“危险”已经变成了最后期限的时间压力，或者是筹备一次大型会议的压力。

相似的是，在人类文明的早期，你如果脱离自己的部族，独自生存，那就意味着死亡，因此直到今天，人们仍然不敢反抗大多数人的意见或者是社会的规定。

为了避免和自己的朋友或者同事发生矛盾，有很多事情我们都不敢去做，甚至不敢改变现状，这也常常让生活变得很糟。

## <<你就是自己的幸运星>>

这类行为都反映了人类的本性。

大脑中的这些行为偏差在数百万年的物种进化过程中保护着人类，10.1 0-10不可能抹去这些根深蒂固的观念。

但是10.1 0.1 0可以改变、甚至重新组织它们，让它们更符合生活时代的需求。

让我们来看看人类的大脑是如何处理别人的建议的。

遇到问题的时候，你会考虑一下从古怪的姨妈、精明的老板，以及不谙世事的儿子那儿听到的话，然后用你“受过教育”的大脑思考一下谁的建议最有用，能给你最大的帮助。

## <<你就是自己的幸运星>>

### 后记

3年前，杰克和我一起参加了一个精彩的跨年晚会。

主人家里装饰着无数闪烁的彩灯，服务生托着高脚杯在人群中穿梭，一支爵士乐队让房间里流淌着活泼的音乐。

差不多晚上10点的时候，铃声响了，提醒我们晚饭时间到了。

我们涌进了一顶巨大的帐篷里，帐篷里点着许多蜡烛，装饰着许许多多的鲜花。

如果生命中有一个时刻会让我们想：“难道生活还不够美好吗？”

”那就是这个时候了。

但是那天发生了一件奇怪的事情。

我们和朋友们坐下——一桌8个人——却没有听到预料中的赞叹声，一对夫妻示意大家安静一下。

“这太疯狂了，我这就告诉你们。

我们从上个礼拜开始就一直想列一个快乐名单，”那位妻子说，“但我们找不出12个真正快乐的人。

”她从自己闪亮的晚宴手袋里拿出一张纸，举起来给我们看。

这确实是一个名单，但是上面有两三个人的名字被涂掉了。



## <<你就是自己的幸运星>>

### 编辑推荐

《你就是自己的幸运星》：20世纪最伟大CEO杰克·韦尔奇的夫人《哈佛商业评论》原总编辑超级畅销书《赢》作者苏茜·韦尔奇以亲身经历，告诉每一位职场女性 如何在忙忙碌碌中收获完美的事业、婚姻与生活

<<你就是自己的幸运星>>

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>