

Fifteen Important Decisions in Women's Life

毛定娟 李卫平 著

女人一生的 最重要的

15个 决定



女人的一生，面临着学业、职业、婚姻、健康、财富等大大小小的重要决定。女人一生幸福美满与否，关键在于人生重大决定面前能否举重若轻。决定对了，是一生的幸福，决定错了，是一辈子的痛。站在人生的十字路口，女人在所有的重要决定上做出明智的选择，才能活出属于自己的美丽，做一个聪慧、幸福、好命的现代女性。

黑龙江科学技术出版社

女人一生 最重要的 15个 决定

毛定娟 李卫平 著



黑龙江科学技术出版社
中国·哈尔滨

图书在版编目(CIP)数据

女人一生最重要的15个决定 / 毛定娟, 李卫平著. — 哈尔滨:
黑龙江科学技术出版社, 2008.12

ISBN 978-7-5388-5638-5

I. 女… II. ①毛…②李 III. 女性 — 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 191191 号

女人一生最重要的 15 个决定

NÜREN YISHENG ZUIZHONGYAO DE 15 GE JUEDING

作 者 毛定娟 李卫平

责任编辑 蔡伟俊

装帧设计 李艾红

文字编辑 陈荣赋

美术编辑 王静波

出 版 黑龙江科学技术出版社

地址: 哈尔滨市南岗区湘江路 77 号 邮编: 150090

电话: 0451-53642106 传真: 0451-53642143(发行部)

发 行 全国新华书店

印 刷 北京中印联印务有限公司

开 本 720 × 980 1/16

印 张 24

版 次 2009 年 1 月第 1 版 · 2009 年 1 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-5638-5/B · 20

定 价 36.00 元

前言

P R E F A C E

“这里的天空如此美丽，就让我自己作些决定”，听着奶茶刘若英深情款款的《决定》，缓缓的音乐声中，道出了女人在面对人生重要决定时的复杂心境。身为女人，在这个充满竞争和憧憬的时代，我们时时刻刻要面临着人生大大小小的决定。随着季节变迁、时间飞逝，一个女人美丽的外表，早晚会失去光泽，而一个女人在面对人生重大决定时拥有的睿智和智慧，将永驻在女人的心中。在女人的一生中，到底什么才是最难决定的呢？是金钱，还是一段感情，亦或是……有时候，我们学着放弃一些坚持和固执，或许可以得到更多。

女人的一生犹如花朵的生命，短暂的花期仅是全部生命过程中一个小小的环节，每个女人都必将经历辉煌与失落。花开花落，谁能无憾？女人一生最大的遗憾不是青春易逝、容颜易老，而是在面对人生重大决定时没有把握好自己的方向，最终与精彩的人生擦肩而过。

女人的每一个重要决定都在为自己种下一颗命运的种子，一个决定正确了，接着又一个决定正确了，当所有重要的决定都正确的时候，您才能够品尝到成功与喜悦的甘甜果实。当您站在人生的十字路口时，如果能在所有关键问题上做出明智的决定，那您绝对是一个能够拥有幸福的聪明女人。

那么，真正影响女人一生的重要决定是哪些呢？就女人的一生来说，选择在哪里上大学，上大学学什么专业，大学毕业后先工作还是继续教育，出国还是选择在国内发展，怎样面对职场，找个什么样的男人度过一生，怎样经营自己的婚姻，在婚姻危机关头何去何从，在社交场合做个什么样的女人，怎样打造自己的美丽人生，怎样打理自己的财富，

怎样培养积极的心态，在这些人生大事面前，你要慎之又慎。

女人的一生是否幸福美满，关键在于女人在人生重大决定面前能否举重若轻；学会决定是女人生活的智慧，对每个女人来说都是不可或缺的。

希望每个女人都能把握好美丽人生的重要决定，希望每个女人都能做好决定这道题，这便是这本书的面世之缘。

本书以独到的见解、精辟的语言讲述了女人一生中最重要的事情，同时告诉女人在这些人生最重要的事情面前怎样做出明智的决定。书中以通俗易懂的语言、生动的故事对女人一生要面临的15个重要决定进行深入浅出的讲解和阐发，以此激发您的勇气与力量，帮助您做好最重要的决定。

作为一个女人，在您内心深处，一定希望自己一生都能够幸福美满。那么，您不妨抽点时间，或者是在空暇之余，读一读这本书，相信细细品读本书后，您一定会有种豁然开朗的感觉。如果您能将书中的智慧运用到您的生活中，那么您一定能感受到生活的幸福。

衷心希望本书能成为您人生路上的灯塔，在您面对人生重大决定时给您一点指引和启迪，或者能够在您心中引起波澜，产生共鸣……



目录

CONTENTS

第1个决定 学业规划，敢问路在何方..... 1

在学业的旅途中，女性要想走更远的路，既要马不停蹄地赶路，又要尽量不走弯路。为了少走弯路，学业规划便成为每一个即将步入大学殿堂的女性至关重要的事情。在这人生的第一个十字路口，你将何去何从？只有决定了上什么学校、学什么专业……才能把学业这条路走平、走稳。

在哪里开始我的大学生活	2
读大学，究竟读什么	5
专业无冷热	9
适合的才是最好的	11
我爱我学，我学我爱	14
不要只专一业，也不要一业不专	18

第2个决定 先工作or继续教育，有所得必有所失... 21

一边是激烈的考研竞争，一边是残酷的就业形势。是找一份实实在在的工作，先赚钱？还是为志向和兴趣考研，开拓一条更宽广的就业路子？许多女性站在人生的又一十字路口上犹豫着、徘徊着。这是决定自己命运的关卡，如果抉择明智，那么人生就会精彩无限。

知识改变女人的命运	22
考研，你考虑好了吗	24
“前”途和“钱”途的决策	26
在职读研，学习的脚步不停歇	29

在工作中打造知识女性	32
居安思危，及时充电	35

第3个决定 “海龟” & “土鳖”，你更爱哪种人生... 39

出国、留学，仅仅在二十多年前，对大多数女性来说还是那样的神秘。然而今天，有越来越多的女性加入数十万人的留学大军中。在这庞大的数字背后，有太多的故事，既蕴涵了炫目的辉煌，也隐藏着难言的辛酸。面对“海龟”光环的引诱和“土鳖”职场的高薪，你该如何决策呢？

当出国成为一种时尚	40
女人心动留学缘由	42
听听留学女性的心声	45
女人，你要考虑“镀金”成本	49
“海龟”一定“吃香”吗	53
当“海龟”变成“海带”	55
你更适合哪里	58

第4个决定 三百六十行，你选哪一行 61

俗话说：“三百六十行，行行出状元。”行业的多样化使女性在面临职业选择时的机会增多，但另一方面容易导致“歧路亡羊”的后果发生，也有些女性因为选错了职业而后悔不已。职业选择是女性人生规划中一个非常重要的环节，职业选择正确与否，将直接关系到女性人生及事业的成败。

知道自己要做什么，明白你能做什么	62
性格：择业的方向盘	65
放大你的性别优势	67
根据自己的气质，准确定位	70
不妨看看就业行情	74

选择适合女性的优势行业	76
和择业误区说拜拜	79

第5个决定 人在职场，向左走？向右走？... 83

女性在职场中总会受到周遭环境的影响，或多或少，或好或坏。复杂的办公室政治，上司、同事、下级之间微妙的关系……怎样才能做一枝在职场中常开不败的玫瑰，是女性一生中重要的决定之一。

职场生存有道	84
把握分寸，和男上司友好相处	87
“秀”出自己，轻松“征服”上司	92
同事相处有学问	95
办公室恋情：想好了再“行动”	99
巧用“女色”往上爬	101
女人职场晋升的小诀窍	105
给职场小女生“上课”	108

第6个决定 弱水三千，你选哪一瓢 111

女人总是体会爱与被爱，什么样的男人可以长相厮守，什么样的男人能给你带来长久的幸福，做出人生最重要的决定之前，你要认真考虑。

女人，千万别嫁错郎	112
让“偏见”远离你的视野	114
主动吸引你心仪的男人	117
嫁个理想男人	120
这些男人不能嫁	123
选择爱我的人 or 我爱的人	126
“缺点男友”，改造还是放弃	129

异地恋：拿什么爱你到底 131

第7个决定 做“知性”女人，把握性的选择权 .. 135

自从亚当和夏娃偷食了伊甸园里的禁果，性，就成了人类永恒的话题。它给女人带来欢乐，同样也带来苦恼。我该把自己的第一次交给谁？什么时候交给他？……决定对了，是一种幸福，错了，或许是一辈子的痛。

爱情≠性 136

把“第一次”留给你的爱人 138

理直气壮地说“不” 141

“床上”更是“创伤” 144

意外怀孕之后 147

给性爱之门上一把“安全”锁 149

对性骚扰“开枪” 152

第8个决定 婚姻这双鞋，你该怎样“保养”它 ... 155

想象中的爱情是一种理想，生活中的婚姻是一种现实。婚姻是女人生命中的家园，感情的归宿。从爱情走向婚姻，有时浅显到如同处理一个成熟的水果。是加倍呵护、持续保鲜还是置之不理，任由它腐烂变质呢？用心经营婚姻生活，能够充分享受婚姻的幸福美满，也是一门学问。

设计一个充满情调的家 156

抓住丈夫的胃 159

丈夫的面子，婚姻的里子 162

适度宽容让婚姻更幸福 164

独立的女人最美丽 167

与丈夫一起发展 169

你也能成为好妻子	172
----------------	-----

第 9 个决定 沦陷的伊甸园，是留守还是突围 ... 175

婚姻不是童话，在这个纷繁复杂的物质社会里，婚姻生活常常会受到“恶魔”的侵袭，遭遇一些或大或小的危机或冲突。当伊甸园危机四伏时，是坚守还是突围呢？突围后又将怎样面对今后的生活呢？越来越多的女人举棋不定……

尽量挽救颠覆的婚姻之舟	176
理智面对婚外情	179
捍卫婚姻，不轻言离婚	182
反省自己，重构幸福	185
离婚女人，情归何处	187
把离婚转化为事业成功的开始	190
给再婚一个理由	192

第 10 个决定 当事业之车遭遇家庭之旅，你怎么办 ... 195

事业是名利、地位、生存意义等自我价值得以实现的基础，既是支撑婚姻的一部分，也可能成为撞击婚姻构架的罪魁祸首。若有一天，事业之车在行驶途中撞击了家庭之旅，你该何去何从？

宝宝和“饭碗”哪个更重要	196
为婚姻放弃事业往往得不偿失	200
并行在事业和家庭之间	202
力避事业和家庭的“中间地带”	204
回家了，你就是妻子	208
做全职妈妈，你准备好了吗	211
两条腿走路：成功女性的内外平衡术	214

第 11 个决定 打理财富，让钱“动”起来 219

你可能认为自己没有财富可以打理，而理财专家告诉我们，“你不理财，财不理你”。很多“月光一族”就是不善于打理自己的财富造成的。我们都知道金钱对一个女人来说意味着什么，没有了金钱，就没有了独立、自由……那么，打理财富让钱“动”起来还是“冻”起来呢？这是女人必修的一堂课。

时尚女性巧理财	220
控制开支，精明消费	224
给“购买欲”把关	227
省钱有术	230
投资，让钱“动”起来	233
“存”出一个未来	237
学学理财的小技巧	240
不同女性的理财方式	242
走出女性理财投资的误区	245

第 12 个决定 做社交中的“美女”还是“霉女” ... 249

女人总是一道亮丽的风景线，她们美丽、优雅、大方，可是一些女人到了社交场合就变成了“霉女”，她们的种种举动让人“敬而远之”。你愿做社交中的“美女”还是“霉女”呢？

“玩转”你的社交圈	250
你也能变身“万人迷”	253
优雅，女人的必修课	255
“门面功夫”不可少	258
你的微笑价值百万	261
第一印象：一张最好的通行证	264

谈吐要得体	268
用“关系网”赢取“畅销”	272
巧借“权威”为自己造势	275

第 13 个决定 拿什么呵护你，我的身体 279

你真的知道如何保持好身材，享受健康的快乐吗？身体是生命的载体，爱惜生命就要呵护自己的身体。为了能够享受健康，我们该怎样呵护自己的身体呢？

饮食：健康的第一秘诀	280
随时随地动起来	282
聪明女人，以水塑身	285
远离烟酒	288
身体第一，减肥第二	291
当心“隐形杀手”走近你	294
把好身体的“脉”	297
定期体检充值健康	300
女人病：早发现，早防治	304

第 14 个决定 铸造美丽人生，从哪里开始 ... 309

“爱美之心，人皆有之。”漂亮的外表，迷人的气质，得体的妆饰……是女人一生的追求。怎样打造自己的美丽，让自己看起来更与众不同，同样是女人最重要的决定。

穿出美丽新世界	310
美丽加分靠“脸面”	313
让你的身材曲线凹凸有致	316
“妆”扮美丽	320

女人的招牌：纤纤玉手	323
“发”现你的魅力	326
首饰，画龙点睛之笔	329
选准色彩展示个性	333
闻“香”识女人	336
走出女性美丽的误区	339

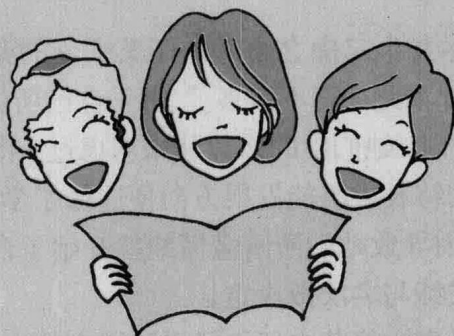
第 15 个决定 喜怒哀乐，好心态缘于选择 ... 343

女人在生活中所要面对的事情很多，包括好的，也包括坏的；包括让人激动的，也包括让人颓废的。为什么有的女人能豁达地面对生活中的一切，而有的女人在失意后就一蹶不振呢？是她们在面对事情时所拥有的心态不同，准确地说，是自己控制情绪的能力有所不同。好的心态缘于自己的选择，你愿做好心态的主人吗？

快乐与否，操之在己	344
心存感恩，幸福一生	347
知足常乐，做欲望的主人	350
快乐总在放弃之后	353
用平和心态梳理人生	355
换个角度看问题	358
抛开抱怨，化解不满	361
超越自卑的图腾	364
女人减压 ABC	367

第 1 个决定

学业规划， 敢问路在何方



在学业的旅途中，女性要想走更远的路，既要马不停蹄地赶路，又要尽量不走弯路。为了少走弯路，学业规划便成为每一个即将步入大学殿堂的女性至关重要的事情。在这人生的第一个十字路口，你将何去何从？只有决定了上什么学校、学什么专业……才能把学业这条路走平、走稳。



在哪里开始我的大学生活

高中毕业后，你站在人生第一个重大抉择的关口。“我将在哪里开始我的大学生活？学校重要还是地域重要？”这几乎决定了你今后的人生道路。不同的选择决定不同的人生，这个决定很重要，也很艰难。

许多女孩费尽九牛二虎之力考入了某大学的某系某专业后大失所望，叹息道：“早知如此，真不该来。”由于自己所选择的学校与专业不如意，因而总是苦恼。她们中的多数从未考虑过“将来做什么”，也没有弄清自己有怎样的特长或潜能发展方向便选择了学校和专业。一般是由以下10方面的原因导致她们懵懵懂懂地就开始了自己的大学生活。

1. 单凭高考成绩与名次做决定。
2. 因为是自己喜欢的某市便选择了该城市的大学。
3. 仅仅因为是名牌大学而报考。
4. 只要是自己理想的学校，什么专业都报考。
5. 仅以考试分数相当为理由报考并无兴趣的专业。
6. 仅以现在就业率高为由选择专业。
7. 在教师的劝说下报考。
8. 在重能力的大学里，艺术系、体育系、语言学系难度低，所以报考这些院系。
9. 因为好朋友报考，所以自己也盲从报考。
10. 因为社会上普遍认为该校“一流”而报考。

在开始你的大学生活之前，除了了解自己以外，还要了解、研究一下这所大学、专业的内容与社会评价，如这是一所怎样的学校，都有哪些课程；人员配备如何，设备怎样；进行哪些教育等等。我们先来看看这位母亲是以什么标准给自己的女儿选择大学的，或许你能从中受到启发。

我是一位母亲，我的女儿去年毕业，她的学习成绩位于年级的中等水平。我的家庭条件比较宽裕。我希望孩子能上一个一流的大学，而且在她年轻的时候，能到国外深造，去接受更好的教育。

女儿刚刚上高三时，我就开始对国内外大学进行考察。虽然女儿在学习成绩和素质方面均具备进入国内重点院校的实力，但考虑到中国“千军万马过独木桥”的高考现状，我还是设定了选择方案，即首选国内理想的重点院校，一旦未被录取，则选择合适的方式进入国外一流大学。

经过反复比较，我发现有一所大学在出国教育方面具有突出的优势。并且那所大学是一所教学严谨、历史悠久的全国重点大学，同时我看好的还有这所百年老校的雄厚师资和专业设置。当然我也考虑了费用的问题。

于是，我开始对这所大学进行了为期五个月的考察。期间，我经常访问该大学的网站，认真研究各种信息，跟踪学校的发展和变化，全面了解情况，并且我非常高兴地得知，经过两年的努力，凭借优异的学成绩和托福成绩，有两个学生分别进入了国外的著名大学。至此，经过充分地调研和论证，我已确定选择这所大学。

看了这位母亲全方位的考虑，在你的心里是否也对在哪里读大学有了自己的见解呢？那么，作为女孩，我们到底该怎样选择在哪里开始自己的大学生活呢？

1. 你应该关注这所大学的教育质量，尤其是基础教育质量。随着社会的发展，大学教育也在发展，大学教育不是职业教育，大学教育的目的已经不是仅仅为你将来找份工作做铺垫，而是提高你的素质、挖掘你的潜能，如果你具备了这些，将来不论从事什么职业都会受益，所以选

择大学的时候要特别注意该校能否提供完善的基础教育。

在选择大学和专业的时候不必追求一个好听的专业名称,更不要盲目跟风,全然不顾自己的理想和兴趣,以及自己的短处和长处。就像以前很多大学纷纷设置会计系一样,现在这个专业毕业的学生多了,同样面临着找工作难的问题。

对于一些合并后的大学,你要特别注意,自己会到哪个分校,究竟是什么样的老师来上课。

2. 这所大学的学风。一所大学的风气对学生影响非常大。在大学养成一个良好的学习习惯比在书本学到的知识更重要,因为学习是贯穿一生的,大学的学习是其中的一小部分。此外,大学的风气也会影响一个人的品格。有的大学出来的学生比较富有闯劲,富有拼搏精神,这对一个人的成功是非常重要的。

3. 专业实力。这个因素也需要考虑,但不是那么重要,而且现在的趋势是招生专业不做细致划分,甚至有的大学已经不按专业招生。

4. 明确自己将来要做什么。自己希望从事的职业不同,所选择的大学也不相同。可以大致分为如下3种类型:

①在以大城市圈为中心、在全国乃至世界范围内开展业务的企业、政府部门就业。如果这样,那么选择全国招生的部属、地方大学是明智之举。

②扎根于家乡的土壤,选择对地区社会有所贡献的工作。如果这样考虑,那么最好报考当地的大学。

③因为家乡没有中意的单位,只好到大城市去发挥自己的特长。如果希望是这种情况,那么应该选择你比较熟悉城市的大学。

大学是培养学生专业知识、技能、技术,并教会学生怎样做人,造就专业人才的机构。作为女孩,决定在哪里读大学之前,先要考虑以上各个方面的问题。只有结合自己的人生设计、学校情况与就业去向选择大学及专业,才会得到事业的成功。