

BIBLE FOR WOMEN EXECUTIVES

如何成为美丽、智慧、优雅、干练的女性管理者

女性管理者 成功手册

乔琦 编著

从女职员到女性管理者

女性管理者的成功特质

女性管理者如何突破瓶颈期

女性管理者的修养与智慧

女性管理者的处世之道

女性管理者的幸福生活

女性管理者的远景规划



企业管理出版社

ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE



女性管理者 成功手册



乔琦 / 编著



企业管理出版社

ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

女性管理者成功手册/乔琦编著. - 北京: 企业管理出版社, 2005. 1

ISBN 7 - 80197 - 189 - 2

I. 女… II. 乔… III. 成功心理学 - 通俗读物

IV. B848.4 - 19

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 008016 号

书 名: 女性管理者成功手册

编 著: 乔 琦

责任编辑: 赵志民 技术编辑: 华 瑞

书 号: ISBN 7 - 80197 - 189 - 2 / F · 190

出版发行: 企业管理出版社

地 址: 北京市海淀区紫竹院南路 17 号 邮编: 100044

网 址: <http://www.emph.cn>

电 话: 出版部 68414643 发行部 68414644 编辑部 68428387

电子信箱: 80147@sina.com zbs@emph.cn

印 刷: 香河闻泰印刷包装有限公司

经 销: 新华书店

规 格: 787 毫米 × 1092 毫米 16 开本 19.75 印张 220 千字

版 次: 2005 年 3 月第 1 版 2005 年 3 月第 1 次印刷

定 价: 35.00 元

版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换

前 言

在世界范围内，女性管理者的比例正处于上升的趋势。在我们的周围，正活跃着一大批美丽、智慧、优雅、干练的女同事、女上司、甚至女老板。女性地位的飞速上升，与教育状况的改观关系密切，原来被认为不适合女性的职业领域，如人力资源、金融和工程等领域将会成为女性全面“占据”的下一个目标。

多项研究表明，相对男性，女性有许多优势：突出的是理财能力、韧性和高信用度。随着信息社会的到来，“关系”在管理领域变得日益重要，由过去简单的下达指令、安排进度，转向建立共同愿景、平等协作，注重关心与信任、沟通与激励，强调团队合作，女性比男性更能满足这些方面的要求。

女性还具有其他许多管理上的优势，比如人际协调能力、细致、耐心、善于表达和沟通、洞察力强等等。这些优势促成女性管理者在管理和协作关系中，注重人际关系的协调性和平衡性。多项任务并举，注重多种解决方案，前瞻性强、实践力强、富有灵感、开放纳新、大胆革新、全神贯注、坚决果断、善于引导、决策清晰、善解人意而

卓越
女性

富于人情味的工作方式，这些形成了独特的女性领导风格和领导艺术。

在我们看到女性管理者们出色的表现，深切感受到她们身上所闪现出来的优秀品质时，也切实意识到她们目前所面临的种种压力及困惑。本书的主旨正是立足于帮助每一位女性成功走向卓越，在实现自我价值的同时，更要在人生大舞台上成为真正的“主角”。女性读者会发现活力与欢愉从每个篇章中迸出，鼓舞激励着每个想要走向卓越的女性们。它会告诉人们：该如何着手去做？并教人们如何才能成为卓越的女性管理者。

我们常见到许多女性充满着潜能，却将它深锁。这本《女性管理者成功手册》就会让女性知道该如何释放自身的潜能与魅力。作为一面镜子，它可以映照出女性自己的身影。有些部分女性读者会乐于见到，有些部分会让你感到不安，但只要坚持读到页末，不安就会转变为一股强烈的自信和力量；只要能鼓起勇气去尝试不同的做事方法，女性的人生就会变得更愉悦、蓬勃和丰富。

编者

WOMEN'S
CULTURE
AND
WISDOM

目 录

第一章 从女职员到女性管理者

自己做决定，并掌握自己的生活时，感觉到的爽快是会让人上瘾的。虽然我们喜欢自导自演，可是这个舞台并不是玫瑰花床；事实上，荆棘总是随处可见。我们想要了解，这些成功的女性是如何上到顶端，她们付出了什么代价，所付出的是否值得，更重要的是如何获得专属于我们的成功。

- ☆ 阳光集团主席兼执行董事杨澜：在变中求进/3
- ☆ 惠普董事会主席兼 CEO 卡莉·费奥瑞纳：改革和创新的领导者/13
- ☆ MTV 全球电视网中国区总经理李亦非：自我人生的导演/33
- ☆ 凤凰卫视资讯台的副台长吴小莉：喷水池理论/40
- ☆ 雅芳 CEO 钟彬娴：一切为了女性/47
- ☆ 柯达全球副总裁叶莺：用一生追求激情/55
- ☆ Pavlova 时装集团创始人张天爱：艺术化的生存/62
- ☆ 海尔集团总经理杨绵绵：海尔文化的缔造者/68

第二章 女性管理者的成功特质

成功的女性管理者所具有的最显著特质，就是她们无可抑制的野心；她们都是精力旺盛，凡事勇往直前的类型；她们的自信大部分根植于成就上。若以汽车来比喻，自动启动系统是她们的基本配备，而且只能以高速行驶。她们全速冲刺，由四轮发动——挑战、变化、自由和意义。

☆ 四轮驱动的活力 /87

活力是成功与满足的基础石。为达到目标而涌生的磅礴活力，促使我们勇于经历人生的惊涛骇浪。

☆ 坚定不移的执著 /94

对工作热情的人也能够在他人的身上点燃一把火，而坚定不移的执著会让你的热情完全释放。

☆ 远大的志向 /99

我们可以怀抱大梦，在任何地方看出可能性。对自己的肯定会变成积极的指令传到潜意识中，改变我们的人生方向。

☆ 不找借口，只重结果 /104

随便去撕破任何成功人士的包装，都可以发现一大堆足以阻碍他成功的原因。可是除非你容许，

否则障碍本身并不会阻碍你。

☆ **务实的魔法** /108

生意头脑、优秀的处世技巧和旺盛的求知欲构成一套魔法。若你具有野心、愿望和积极的态度，这三大梁柱能把专属于你的成功勾画成形。

☆ **成功倾向测评** /112

☆ **事业成功指数测评** /115

第三章 女性管理者如何突破瓶颈期

出色的你，有没有自己的应对之策？当压力和停滞状态袭来时，不至于被它们摧垮呢？减压的方法多种多样，紧张与焦虑会使你的血压增高，心跳和呼吸加速。只有把你感到紧张与焦虑的事情抛到脑后，你才会得到放松。不管你觉得自己的渴望有多高，离成功有多远，笑声都能使路途丰富许多。

☆ **保持从容淡定的状态** /121

从容淡定的女性总能够追寻生活的乐趣，总能发现美丽的风景，哪怕身心一次次受伤、哪怕生活一次次受挫，淡定的女人，会更加宽容、更加感恩，更加显出历尽沧桑却依然从容的美丽。

☆ **做情绪的主人** /125

人人都是自己最好的医生，你能使自己痛苦，

也能使自己快乐，生活的主宰者——就是你自己。

☆ 逆境生存的 10 大要素 /128

处于困境中的女性，要想突破生活和命运的樊篱，必须设法调整自己的心态，以积极向上的心理去面对人生，迎接挑战。

☆ 冲破头顶的“玻璃天花板” /138

你的事业是否处在停滞不前的状态，你的前方是否已没有希望的光芒，你的心理是否已经有了屏障，你是否可以勇敢的冲出这头上的“阻碍”！

☆ 女性的领导哲学 /141

一个女性领导者，只有使下属乐于接纳自己，乐于接受自己的情感、态度和观点，心悦诚服地听从自己的指挥，才能使工作得以顺利进行。

☆ 女性管理者心理困境自救 6 法 /144

外界的帮助固然重要，但能在第一时间，最及时的感到你身边帮助你的人，只是你自己。

☆ 管理能力测评 /147

☆ 应对困境能力测评 /154

第四章 女性管理者的修养与智慧

修养是一种人生体验到极至的感悟，是人生感悟极至的平静，“淡泊以明志，宁静而致远”，这是中国传统文化修身养性的最高境界。智慧之于男人是睿智与深邃，智慧之于女人则是博爱与仁心，是充满自信的干练，是不苛刻的审度万物，更是懂得在得到与失去之间慧心的平衡。

☆ 成熟女性的修养目标 /161

成熟的女性最具魅力。让人眼前一亮的女人随处可见，但可求而难遇的是端庄大方、修养成熟的女性。

☆ 心理平衡十法 /164

无论何时何地都保持住心理的平衡，相信自己，守住平常心，处变不惊，潇洒地前行，自会快乐地渡过一生。

☆ 心灵的修养 /168

如果人珍爱生命，请修养自己的心灵。人总有一天会离去，金钱散尽，一切都成往事，只有精神长存于世，所以人生的追求应该是一种境界。

☆ 永葆吸引力的10个要诀 /170

卓越
女性

激情澎湃的恋爱之后，婚姻是一个平淡如水的过程，如何在这平淡如水中保持自己的吸引力呢？

☆ **精品女人的十大特质** /174

有人说精品女人是如酒的女人，经过了岁月的勾兑，香艳醉人，“开瓶十里香，隔壁千家醉”，这就是酒的浓烈诱人。

☆ **女性的成熟度测试** /177

☆ **女性的修养测试** /180

第五章 女性管理者的处世之道

在人际关系至上的社会里，一个职业女性如果没有一定的处世交际能力，即使有再高的学历、再出色的专业技能，也会使自己的事业发展受到限制。因此，建立并经营好一个不仅能丰富自己事业和生活，也能提升自己的地位、影响力与生活品质的健康有益的人际关系网，是走向卓越的重要基石。

☆ **经营好你的关系资源** /185

一个合理的人际结构，必须是能够进行自我调节的动态结构。动态原则反映了人际结构在发展变化过程中前后联系上的客观要求。

☆ **“崇高动机”征服法** /189

如果想要改变别人的意见和观点，就要使人觉得你有崇高的动机，这条原则能否运动到人际交往中，就要看你如何使用它了。

☆ 用语言笼络人心的 11 个要点 /191

卓越女性说话是要讲技巧和分寸的。她所说的话是否有魅力，直接影响到她是否对对方具有吸引力。

☆ 让自己成为出色的演说家 /195

语言的魅力是无穷的，它可以左右或可以打动多少人，你可以驾驭多少人，你可以控制多少人，更重要的是自己是否可以成为一个更加杰出的人！

☆ 化解矛盾的 4 种策略 /205

与人相处总会发生意想不到的冲突，由此会产生各种矛盾，作为女性管理者更是如此，如何能有效而又不失风度的化解矛盾，是一个值得思考的问题。

☆ 女性领导要有些“城府” /209

“城府”常常指一个人心机深藏不露，不可捉摸，不那么“光明磊落”。这个词大体带有些贬意。但这里所指的，有着它微妙的意义，是管理下属的一种十分有效的方法。

☆ 不得不防的“九面埋伏” /212

身处于复杂的社会之中，必然会遇到各种各样的人，不同的性格，不同的背景，不同的经历，但

有九种人是一定要不得不防，近而远之的，只有这样才能使自己更“安全”。

☆ 交往能力测试 /218

☆ 人际沟通应变能力测评 /221

第六章 女性管理者的幸福生活

每个人的特性，都是由思想造成的。我们的命运，完全取决于我们的心理状态，也就是说，如果我们想的都是快乐的念头，我们就能有快乐的人生。

☆ 快乐度过每一天 /229

幸福的女人从不把自己与悲剧相联系，她们懂得如何品味生命中的和风细雨和现实生活中的酸甜苦辣。更应坚信：活着就是为了快乐，这是生命中最真实的意义。

☆ 找回你的女人味 /234

失去了女人味的女人就像鲜花失去了香味，就像明月失去了清辉，一样让人可怜可悯可悲可叹。

☆ 智慧女人的5贴“爱情保鲜方” /236

漂亮的女人，容易获得爱情，有智慧的女人，善于保有爱情。

☆ 抓住健康的17条建议 /241

你只要积累点点滴滴的这些有利于健康的好习惯，做一个持之以恒的有心人，就会发现小计谋也会有大回报呢！

☆ **成就完美妻子4要素** /245

对生活对感情，我们同样认真对待，对于老公，我们的政策是，温柔与大棒并行。

☆ **情感类型测评** /248

☆ **女性的性成熟度测试** /252

第七章 女性管理者的远景规划

管理大师杜拉克曾明确提出：“这种时代的转变，正好符合女性的特质”。只要你够努力，你可以获得任何你想要的东西，做到任何你想做的事情，惟一的限制就是我们自己。世界在等待着女性，你已经具备着所有实现梦想的条件，你拥有成功的要素在身，只要再稍加发挥，便可走向卓越！

☆ **解读女性成功新概念** /259

人类灵魂深处，有许多沉睡的力量，唤醒这些人类从未梦想过的力量，巧妙运用，便能彻底改变一生。

☆ **积累事业的“资本”** /262

卓越
女性

人生必须像登山一样，一步一个脚印，不断攀登才能达到完美的境地。征服山岳后的心情一般很难用语言来描述清楚，只有那些亲历亲为的人们才能互相了解和分享。

☆ **打造7种钻石品质** /269

品质决定格调，卓越女性不仅要在事业上追求卓越的表现，同时作为一个团队的领导者，钻石般的品质也会给她带上无形的光环。

☆ **创造性领导的挑战** /273

富有创造性的人也许在表面上与其他人无异，不过，这样的管理者在开创自己的“王国”时会循序渐进地开拓一个创新生存的新环境。

☆ **情商，延长成功的生命线** /277

“情商”指的是信心、乐观、急躁、恐惧、直觉等情绪反应的程度。情商与智商不是对立的。有的人有幸既有较高的智商又有较高的情商，有的人则只有其中之一。

☆ **创造能力的个性倾向测评** /280

☆ **开拓能力测评** /284

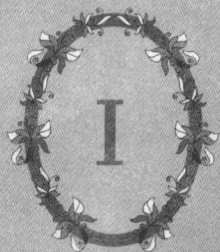
☆ **附录：中国女性管理者生存状况调查** /288



第一章

从女职员 到女性管理者

Women's Culture and Wisdom



✦ 这个世界上所有的伟大成就都始于一个梦想。没有什么是不可能的，成功将和你的想象力一样大。坚持不懈，成功会随更高的梦想而更大。

——钟彬娴

WOMEN'S
CULTURE
AND
WISDOM