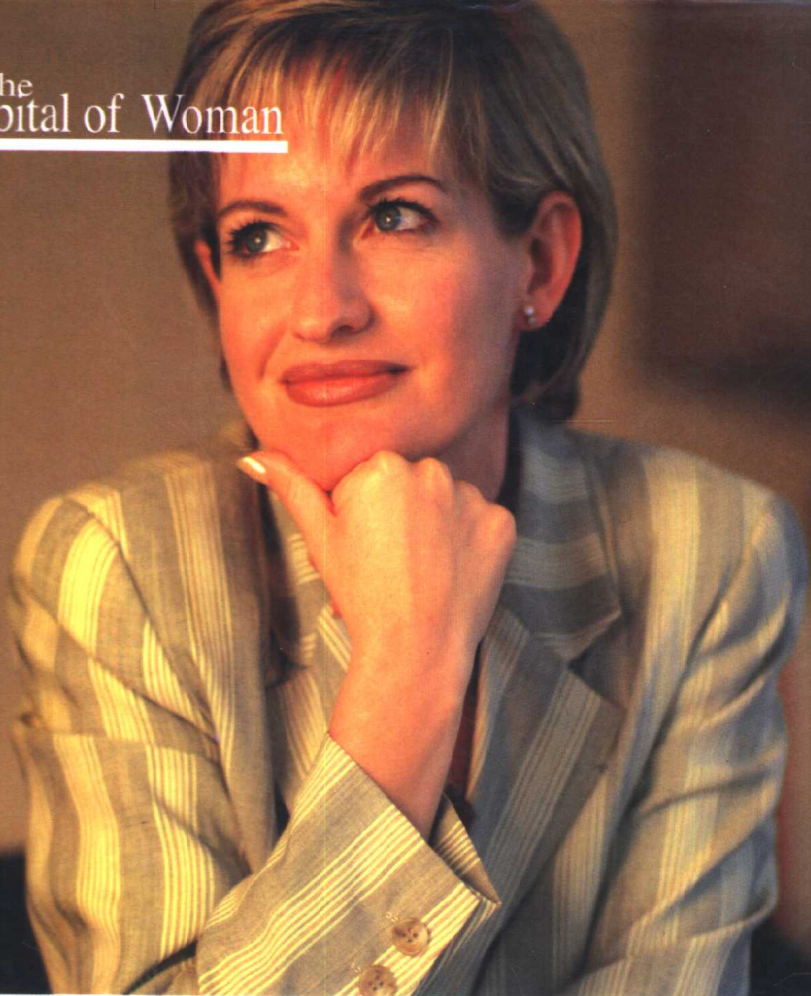


The
Capital of Woman



女人^的资本

幸福女人的11种生存优势

The
Capital of Woman

九州出版社

B848.4
62

82966



红颜资本

社交资本

直觉资本

魅力资本

女人的资本

幸福女人的11种生存优势

The
Capital of Woman

肖卫/主编



九州出版社

图书在版编目(CIP)数据

女人的资本/肖卫主编. - 北京:九州出版社,2001.12

ISBN 7-80114-723-5

I. 女… II. 肖… III. 女性-成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 092462 号

女 人 的 资 本

肖 卫 主 编

出版:九州出版社(北京市海淀区万寿寺甲4号)

邮编:100081 电话:68706019

经销:全国新华书店

印刷:九洲财鑫印刷有限公司

开本:850×1168 毫米 1/32

字数:300 千字

印张:14

版次:2002 年 3 月第 1 版 第 2 次印刷

书号:ISBN 7-80114-723-5/C 38

定价:23.80 元

引 言

靠“女人资本”，做幸福女人

从“上帝”造就女人的时候，就注定她们与男人不同，这不同，包含生理、心理、情感、性格以及其他能力等等方面。因这些不同，在人类几千年的历史演变中，凸现出女人命运与男人的不同。

在主要凭男人的勇武蛮力生存的农耕年代，女人的特点注定成为劣势，因此，女人的名字是“弱者”，尽管女人身上包含许多男人并不具备的优点，但她们没有施展潜能的舞台，女人的命运一直十分可怜、可悲。

随着工业文明的发展并向着知识经济时代演进，人类逐渐开辟出丰富多彩的职业行当，仅靠男人的智力、体力为生存资本的时代早已过去，女人是弱者的时代也永远结束了。女人的天生特点不再显为劣势，反变成了在许多方面胜过男人的优势。她们在历史的舞台上表演得美妙绝伦，在政界、商界、学界以及其他领域，成功女性灿若星河，照亮了人类的天空。

在今天，女人的成功机会比任何时候都显得多。如果女人善于发现、培植和发掘自己的特点，并找到适合自身优势的成长土壤，那么她们会比男人更容易成功。

很多女人之所以不能成功，大体由于自身潜在的优越性尚

13-118/3

未开掘发挥,或客观的环境、条件未开拓展现。她们面对男人们叱咤风云的世界,总以为男人比女人强,却看不到自己的强项所在,更谈不上运用它们去开创幸福成功的人生了。

一个女人要想成功,就必须:

1. 去发掘你比男人更好的天赋资本,并大力张扬它们。

2. 去发掘适合运用天赋资本的事业环境。

3. 不要用你的女人弱项去和男人的强项比,而要用你的女人强项去和男人的弱项比,在竞争中胜过男人。

4. 最好是用你的女人强项去与男人的强项相结合,这是最好的优势互补,也可称为“资本合作”、“合资经营”吧!如此经营女人的强项,其命运必可大为改变。

这本书明白告诉你女人比男人不同的优势所在,这便是女人成功的独具资本。愿女性读者们善于营运你的“女人资本”,做生活和事业上的幸福的成功者。

The Capital of Woman

“男人通过征服世界征服女人；女人通过征服男人征服世界。”

“男人有钱就变坏；女人变坏就有钱。”

不论这话是怎样的不确切，它表明女人和男人有着某些相反的存在特点。而女人可以依靠自身的优势向男性世界谋取所需。

其实，女人身心包含的生存资本应该更多，若他能将其如地火般开掘，令其迸发，则完全不必依靠男人为生。相反，她们会比男人更易于取得成功，获得幸福！

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)

成功女人对待事物，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。她把每一天都当做新生命的诞生而充满希望。

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的好坏。

2. 心中怕做“强人”，注定就是弱者 (7)

有的女人以为成功女性总是像男人一样的强人之类，因此，她们并不喜欢，于是宁可做个“女人”，也不求成功。这种错觉妨碍了她们的上进。

阻碍女性在社会上成功的，就是存在于女性心理上的障碍。

女人不必做“强人”，但一定要做“强者”！

3. 事业失败女人的 5 个毛病 (10)

男女对于成就感的需求各不相同，策动男性追求成就的心理关键是

“竞争”，女人的动机却是“社会的接纳”，而一些漂亮的女子往往不思进取，认为自己天生已有了被社会接纳的资本，无需再费力去“竞争”了。

- (1) 漂亮产生过分的优越感/ (2) 害怕成功会取代爱情
- (3) 缺乏竞争欲望/ (4) 同性的嫉妒心理/ (5) 延续性太强

4. 成功女性的 10 个心理动员 (12)

在心中不断重复：“我想要——我能！”养成习惯。

5. 成功女人的 10 种心理品质 (14)

她们不找借口，不怪别人，不发牢骚，不吐苦水。

她们个性乐天开朗，周遭的人皆乐于提供协助与支持，为她们打气。她们永远走在前面。

- (1) 成功的女人有梦想/ (2) 成功的女人专心
- (3) 成功的女人会处事/ (4) 成功的女人为自己的行动负责
- (5) 成功的女人勇于作决定/ (6) 成功的女人勇于认错
- (7) 成功的女人自立自强/ (8) 成功的女人具备专门知识与才能
- (9) 成功的女人开朗乐观/ (10) 成功的女人有热忱

6. 做成功新女性的 10 种心理调整 (17)

每天早上起来，梳洗完毕，对着镜子里那个袅袅婷婷的女人大声朗诵：“我很好，我很好，我真的，真的，真的很好！”

女人的力量犹如“百炼钢成绕指柔”。

- (1) 自信多多/ (2) 宽容，允许不同生活理念的存在
- (3) “铜钱”性格/ (4) 完整独立的自我/ (5) 活力四射
- (6) 我们每天在进步/ (7) 家庭事业两平衡
- (8) 幽默是最大的智慧/ (9) 美丽是永远的追求/ (10) 酷

7. 成功商数测试 (21)

8. 吴士宏：中国普通女人的成功楷模 (31)

吴士宏创下了几项第一：她是第一个成为跨国信息产业公司中国区总经理的内地人；她是惟一个在如此高位上的女性；她是惟一个只

有初中文凭和成人高考英语大专文凭的总经理。在中国经理人中，吴士宏被尊为“打工皇后”。

9. 梁凤仪：成功人生的爱情和事业 (43)

梁凤仪说：“女人最懦弱时刻，永远是面对真情之际。因为只有在这时，坚定的意志才会面临最大的挑战，她才会力不从心地愿意屈服，准备投降。”

第二章 做你自己：女人的个性资本

1. 10种女人如何完善个性 (50)

了解自己的个性，并把握和完善它，个性也会成为你成功的资本。

女人的个性就像七彩的服装一样，各有不同、色彩斑斓。

(1) 逍遥消费型女性 / (2) 缩手缩脚型女性 / (3) 自大型女性

(4) 传统性格型女性 / (5) 光说不练型女性

(6) 忠心耿耿的职业型女性 / (7) 追求时髦型女性

(8) 拜金主义型女性 / (9) 自我表现型女性 / (10) 听天由命型女

性

2. 做个充满贵气的女人 (55)

贵气的打扮要点在于精致中却不露痕迹。装饰一定要恰到好处、点到为止，千万不可弄得一身“矫揉造作”之气。

贵气女人最重要的一条，就是由内而外散发的文化气质。

(1) 打扮自己 / (2) 自我欣赏 / (3) 充实自己

3. 成功人格塑造 (58)

玛丽·玛格丽特·麦克布蕾刚刚进入广播界的时候，想做一个爱尔兰喜剧学员。结果失败了。后来她发挥了她的本色，做一个从密苏里州来的、很平凡的乡下女孩子，结果成为纽约最受欢迎的广播明星。

(1) 知识的力量 / (2) 成功女性的人格素质匹配 10 要则

(3) 保持你的本身

4. 四类性格大比拼 (64)

我们可以跟活泼型的人玩得开心，他们总是流露出对生活的积极态度；我们也可以严肃地跟完美型的人相处，他们的眼里揉不进一粒沙子；我们也将和生为领袖的力量型一起冲锋；我们也会和对于生活知足常乐的和平型无拘无束地一起放松。

这样，我们就能在把握性格的基础之上，避免成功之路上的不必要的不便，并且更好地借助别人来为自己服务。

5. 你的性格优劣测试 (67)

你的个性轮廓有别于任何人，而从你的气质模式所得到的资料信息，对你了解自己及接受别人很有帮助。

(1) 活泼型性格 / (2) 完美型性格

(3) 力量型性格 / (4) 和平型性格

6. 个性成熟度测试 (74)

7. 叛逆王妃戴安娜 (85)

戴安娜由一位天真烂漫的女人成为王室王妃。但叛逆的个性注定她不是王室合格的王妃，而是人民王妃，也是叛逆的个性让她过早地走完了人生之旅。

第三章 EQ与成功：女人的情商资本

1. 女人，战胜孤独 (98)

内心世界的封闭使人们无法通过情感交流建立真正的友谊，友情的缺乏使现代人陷入一种强烈的孤独感。正如有的女人对自己感受的描述那样：“在这个世界里，我感到孤独、嫉妒、愤怒、紧张。”也正是这种孤独感和对他人的排斥感加剧了女人的情绪危机。

2. 逃离沮丧 (101)

虽然沮丧是人类的正常现象，但如果长年逃避和否定自己，陷于持

续的沮丧之中不能自拔，却又习惯把责任一股脑全推给别人的话，那么这样的女人大都是些缺乏勇敢和能力承担不幸的女人。

3. 不要在情绪上被男人左右 (105)

女人往往把同约会的男人共享的活动视为只有与男人一块儿才能享受的活动。

一旦身边没有男人，一切都黯然无光，一旦话题离开男人，就觉得烦躁不安，这些都说明她们一旦离开男人就连自己也失去了，她们的情绪完全由身边的男人决定。

4. 突破低情商的 10 种障碍 (109)

等待有心情、等待情绪好之后再工作，这是很多情商较低的女人的通病。

如果你要等到“心情舒畅了”才动手，恐怕你永远也等不到成功了。

忧愁和厄运是低情商女人最熟悉的领地，她们使自己的生活中充满了消极的情绪——她们对这些消极的东西说来说去，并把它们积存起来，她们总是不断地提起过去的幸，悲叹现实中每一点不顺心之处，被莫名其妙的丧气话包围着，宛如监狱的围墙。她们用自己那令人窒息的阴郁情绪污染着周围的气氛。无论走到哪儿，她们先想到事物阴暗的一面。搜寻出每一点的幸，记录下每一点瑕疵。她们难得微笑高兴。

(1) 靠心情好坏来做事 / (2) 成功不是一天的事

(3) 对自己冷酷无情 / (4) 成功与运气无关

(5) 走出阴暗低沉的心情 / (6) 正确对待喜欢

(7) 不要扼杀别人的动机 / (8) 不识诚实真面目

(9) 脆弱的自尊 / (10) 永远的后退者

5. 高情商女人这样赢取成功 (118)

成功女人之所以成功，是因为她们能致力于力所能及的或经过拼搏才能胜任的工作，积极地与著名的成功者相比较，把她们当成楷模。在别人说他不具备条件时，也绝不放弃希望和努力，相信只有行动才能把人生引向成功，即使有点灰心，也决不后退。

高情商女人可能并不是人群中最聪明的，但都是热忱而顽强的人，对成功而言，并不必定要有很高的智商，问题也不在于天资，更在于情商。

- (1) 行动才是真理 / (2) 坚持就是胜利 / (3) 全身心的努力
- (4) 抓住每一次机会 / (5) 积极心态的力量 / (6) 真诚的肯定
- (7) 不要争论 / (8) 诚实第一 / (9) 笑对逆境

6. 情商测试 (126)

7. 突破失落情结的王思懿 (132)

鲜为人知的是，王思懿在演艺事业取得巨大成功前，却遭遇过理想破灭的巨大打击。

她的演艺事业蒸蒸日上，首要的原因就在于她能面对失败，从不丧气、灰心，以积极开朗的情绪去寻找新生活。

第四章 提高个人魅力：女人的品味资本

1. 羞涩的诱惑力 (136)

“犹抱琵琶半遮面”、“插柳不让春知道”的神韵尤能刺激人的丰富想象力，甚至使人着魔入迷，如醉如痴。同时它闪耀着谦卑的光辉，是一种道德和审美的反射，“唤醒两性关系中的精神因素，从而是减弱了纯粹的生理作用”。

2. 做一个优雅别致的格调女人 (138)

一位具有优雅风度的女人，必然富于迷人的持久的魅力。

聪明的女性不是不要镜子，而是能够从镜子里走出来，不为世俗偏见所束缚，不盲目描摹别人的所谓风度之美。

3. 柔情似水的情调女人 (140)

“女性向男性进攻，‘温柔’常常是最有效的常规武器。”

4. 泼辣是一种野性的美 (142)

提及泼辣，有些人像碰上大老虎一样，十分惶恐，好像泼辣与蛮不

讲理、刁钻乖戾划等号。其实，泼辣与温柔并非水火不容，事实上，泼辣的女性对亲人，对朋友、对恋人、对丈夫往往柔情似水，谦和恭敬。

5. 爱笑的女人=美的爆炸力 (145)

生活不能缺少笑声。如果我们能够永远保持达观的笑容，不仅会有益健康，而且也会成为我们事业成功的巨大动力。

6. 坐拥书城铸内秀 (149)

当代许多成功女人在回顾自己的成长道路时，常常将人生一些最真诚、最辉煌的瞬间与一本或几本好书联结在一起。一本好书能够给予一个人最初的人生启蒙甚至终生的影响，这有多么神奇！

7. 女人魅力测试 (154)

8. 杨澜的品味哲学 (159)

我认为年纪渐长并不会影响个人美态，只要穿得其所便可以衬托出自然典雅的气质。杨澜以两位长者为喻，道出了她追求古典美的穿衣哲学。难怪她每月花一个下午到商场逛逛便可搜罗好日常所需，因为她相信直觉和了解自我，从不爱挑来挑去，这种感染力强的自信是现代新女性的典范。

(1) 杨澜的优质生活 / (2) 杨澜的审美观

(3) 杨澜至爱的服饰搭配

第五章 开创大业的敏捷力量：女人的直觉资本

1. 女人的直觉十分准确 (164)

一位女士在一家享有盛名的公司里任职，当时人们都看好这家公司，但这位女士有天突然对人说，3个月后，这家公司会倒闭。当时无人相信，但3个月后，她的预言变成了现实。她说出这个预言，并非事先得到了什么小道消息，或是进行了深入的分析，而仅仅是突然的感觉。

2. 全球 13 位巅峰级成功女人的直觉利器 (167)

直觉往往能带来比理性判断更准确的结论。因为理性判断会被有意识的言语、行为以及感情之外一时的利弊权衡所影响，而直觉却更能注意到一个人无意间暴露出来的内在信息，或内心深处的想法。

3. 把直觉放在第一位 (170)

直觉力强的人，常常不是那种“完美无缺”的人，在灵感涌现之时，快速地说出、写出，快速地行动，往往让一般人觉得不稳重，但他们更有灵性，更具创造力。

4. 直觉力的冥想训练法 (173)

心理学家在研究基础上，以五官对人进行分类。他们通过判断某人身上最敏感的感官，教其把握自己的兴趣和能力优势，从而刺激其潜能，开发其创造力、直觉力。

对我们每个人，判断自己的感觉类型，不仅有益于直觉力的开发，还可以了解我们的能力优势在哪方面。

5. 怎样培养和运用直觉使女人成功、富有 (176)

一个成功女性，要时时注意去观察你的生活和事业中发生的多种现象，并勤于运用直觉去判断它们的本质和结局，并在事实中加以检查，看你的直觉正确与否。不断如此训练，随着经验的增长，你的直觉运用起来也就更加得心应手。

(1) 女人直觉的开启和培养 / (2) 运用直觉创富的方法

6. 直觉敏锐度测试 (179)

7. 我靠直觉打天下：三位女性创业者的故事 (183)

克莱本公司被《财富》杂志选入 500 家利润最高的公司。

所有这些之所以成为可能，只是因为一个相信直觉，不屈不挠的女性想向顾客提供她本人想穿的服装。

当时的人们以拥有传呼机为荣，虽然不菲的价格让许多人望而却步，但她敏锐地看到腰挂传呼机，对大多数人来说这是必然的趋势。毅然办理了停薪留职的手续，成为了第一批下海经商的弄潮儿。

第六章 做知识女人：女人的才学资本

1. 适合女人的八大优势行业与知识领域 (190)

对于广大女性朋友来说，了解女性适合的知识领域和女性行业是构建你自身知识结构的出发点，下面是根据广大成功女性的经历总结出的适合女性的行业和知识的领域。

- (1) 服务业 / (2) 教育业 / (3) 出版业 / (4) 广告业
(5) 影视业 / (6) 股票业 / (7) 新闻业 / (8) 艺术界

2. 怎样成为一个快乐的知识女性 (194)

怎样成为一个快乐的知识女性呢？

第一，转换角色观念和行为模式，营造良好心境是知识女性的必修课。

第二，只有健康女性才会拥有持久的快乐人生。

3. 中国女人必读的四大名著 (197)

很多女人都不喜欢看书。可无论有多少个理由，作为一个中国女人，一个期待精彩且美好人生的中国女人，有4本书你一定要看，而且要仔细地看。因为它们会教你如何看一个男人，如何做一个女人。

- (1) 《神雕侠侣》 / (2) 《围城》 / (3) 《飘》 / (4) 《红楼梦》

4. “华尔街学习”的四大突破 (201)

“华尔街学习”体现了21世纪学习的4个最本质的进步，即工作与学习之间界限的消失、成才不必去正规学院、建立学习型组织和学习新概念。这些都是当代女性积累才学资本不可或缺的。

- (1) 工作与学习之间界限的消失 / (2) 成才不必去正规学院
(3) 建立学习型组织 / (4) 学习新概念

5. 拥抱E时代 (206)

许多女性仍然对科技一无所知。女性的科技冷漠感，是女性成功的一大障碍，也是女性需要通过学习加以克服的难题。

男性经常拿个人电脑当工具或玩游戏，而女性则喜欢用电脑上的电子邮件或网际网络来沟通与获取资讯。

6. 学习能力测试 (210)

7. 靠学习知识出人头地的打工女 (217)

我一边打工，一边读书，1991年9月我拿到了大专文凭。

有一次我采访新羽西，新羽西的一番话让我回味了很久：“美容专业是一门美丽的人文事业，这是很好的职业。”

我萌生了当美容师的愿望。

于是我离开文化艺术中心，揣着不多的积蓄去珠海拜师学美容。

我如愿以偿地获得了高级美容师和主持老师的资格。

1999年10月，我经营的美容院固定顾客已经达到2000多人，在同类美容院中名列前茅；我有了自己的车，自己的房子，还有一个温馨的三口之家。

8. E时代的中国女人——陈嫦娟 (221)

陈嫦娟的名字并不像张树新、吴士宏那样为公众所熟知，但她也是一个“大姐大”级人物。在陈嫦娟的身上你的确很难感到那种说话慢条斯理官腔十足的官府味。有人说，她天生就是实干型的企业家。

第七章 获得男人的爱和支持： 女人的红颜资本

1. “眼神效用”可以大用 (226)

生活在没多少封建道德理念的当今社会，女人博取男性的青睐是获得事业成功及爱情的重要方式。这其中，女人的“眼神效应”不可低估。

你的心情、目光都调节在最佳的状态了，你就可以大方地将目光渐渐向他靠拢，然后捉牢他的目光。你要切记，一定不能临阵脱逃，只有

大方的目光才能百发百中，一下穿透他的心。畏缩、小气的眼光注定没戏。

(1) 如何在爱的开始抛媚眼 / (2) 因人而异的媚眼

(3) 如何选择时机 / (4) 如何分析对方的眼神

2. 挑战成功男人的爱情 (230)

就算一个普通男人，也受不了女人爱的纠缠，更何况一个成功男人，同样的伎俩不但容易使你失去恋情，甚至你自己也会遭到他的厌弃。

为此切记：成功男人需要爱情，但他需要的爱情一定要有分寸。因为，女人的爱人是男人，成功男人的爱人是事业。

(1) 成功男人的特点 / (2) 成功男人的渴望 / (3) 成功男人的惧怕

3. 女人让男人着迷的“坏” (235)

为什么这种“坏”女人也动人呢？因为她以“守”为攻，以柔克刚，符合女人“守”的本性。

把自己“弱者”的形象推到极至，你男人不是强者么，我就是只楚楚可怜的小鸟，以此手法来博取强者男人的抚慰与呵护。

4. 这样做他更爱你 (239)

所有的丈夫都希望他的妻子是一个曲线玲珑的女人，如果你的吨位超重，你必须立即采取行动来消除身上那些不受欢迎的脂肪，否则，恐怕你整个人都不会再受欢迎了。

5. 情色制约 (241)

喜欢美女是男人的天性，但是面对美女的反应却是因人而异。总有些男人因此冷淡或是唐突了美女。

女人了解了男人对你的感觉和看法，才能更好地利用自己的红颜资本牵制住他们。

6. 使你性感迷人的 16 个妙方 (244)

性感之所以是性感，在于它能引发一种性的吸引力。性感这回事，放诸于不同的女性身上，自会散发出不同的味道或产生异样的效果，真