

提升现代女性
生存质量书系

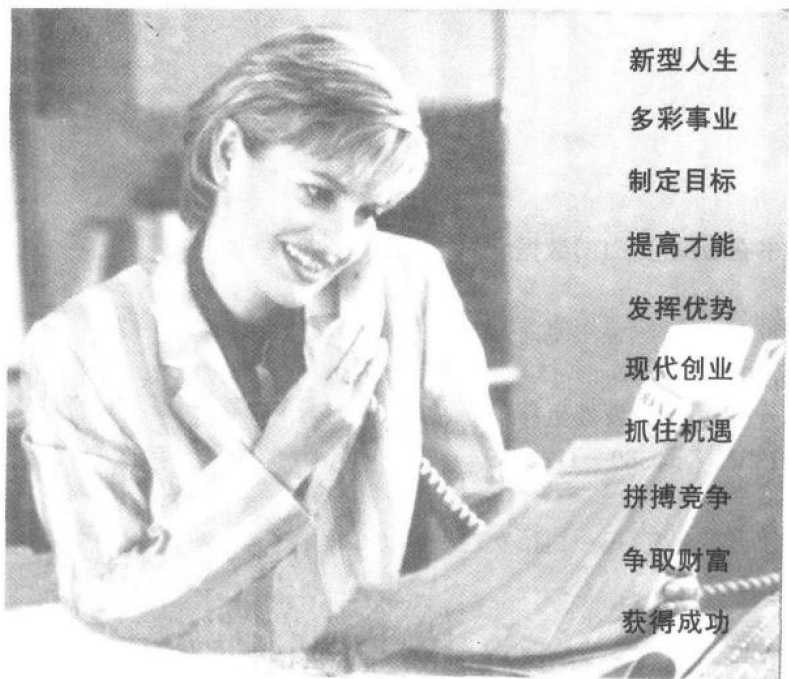


策划女性

女性未来人生与事业的10大系统策划

To Plan
Woman

内蒙古科学技术出版社



新型人生
多彩事业
制定目标
提高才能
发挥优势
现代创业
抓住机遇
拼搏竞争
争取财富
获得成功

策划女性

女性未来人生与事业的 10 大系统策划

冯 睿 / 主编

To Plan
Woman

内蒙古科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

策划女性/冯睿主编.—赤峰:内蒙古科学技术出版社,2003.6

(提升现代女性生存质量书系)

ISBN 7-5380-1126-9

I.策… II.冯… III.女性—成功心理学
IV.B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 047707 号

出版发行/内蒙古科学技术出版社

地 址/赤峰市红山区哈达街南一段 4 号

电 话/(0476)8224848 8231924

邮 编/024000

策 划/斯勤夫

责任编辑/达 来

印 刷/赤峰地质宏达印刷有限责任公司

经 销/全国各地新华书店

开 本/880×1230 1/32

印 张/12.5

字 数/290 千

印 数/1—4000 册

版 次/2003 年 8 月第 1 版

印 次/2003 年 8 月第 1 次印刷

定 价/20.00 元

To Plan Woman

提升现代女性生存质量 争做与时俱进的新女性

杨澜、靳羽西、巩俐、希拉里、赖斯、菲奥里纳……她们表现出非凡的才能、智慧、功绩、举止、美丽等，谱写了新世纪女性的崭新篇章，充分展现了现代女性的时代风采和魅力。

“提升现代女性生存质量书系”，旨在推动现代女性与时俱进，从现代最成功的女性身上采撷闪光点，经过归纳、升华，上升到理论的、规律的高度，再以此为参照，类推、自测、普渡到一般女性身上，使之充电、发光，并步步提高，全都塑造成新世纪的新女性，提升现代女性的整体生存质量。



新型人生
多彩事业
制定目标
提高才能
发挥优势
现代创业
抓住机遇
拼搏竞争
争取财富
获得成功

策划女性

女性未来人生与事业的10大系统策划

冯睿/主编

To Plan
Woman

内蒙古科学技术出版社

序 言

提升现代女性生存质量，争做与时俱进的新女性

“提升现代女性生存质量书系”，旨在推动现代女性与时俱进，提升女性的整体生存质量，把广大女性都塑造成新世纪的新女性。

在当今中外的政坛、商业、学术、文化、教育等各行各业中都有许多出类拔萃的新女性，如杨澜、靳羽西、巩俐、撒切尔夫人、赖斯、菲奥里纳……她们表现出非凡的才能、智慧、功绩、举止、美丽等，谱写了新女性的新篇章，充分展现了现代女性的无限风采和魅力。

现代社会为女性提供了非常广阔的表演舞台，也创造了广泛的成功机遇，使得女性能够充分发挥自己的聪明才智，广大女性应该抓住时代赋予的机遇，充分发挥自身的优势，创造女性的人生价值。

特别是在这个以经济为主的世界里，越来越有利于女性生存和发展。比如在美国，女性的地位就发生着翻天覆地的变化。女性以两倍于男性的速度不断创建中小企业，女性所拥有的企业占到全美企业的三分之一还多。许许多多的女企业家，担任着大中型公司的主要领导角色，成了公司的 CEO，而且她们往往是在公司陷入了困境时去担任拯救者角色的。惠普陷入泥潭时，菲奥里纳走马上任了；施乐卡纸了，马尔卡西去了；在网络经济泡沫破灭后，世界通讯行业举步维艰，朗讯作为主要的通讯服务商亏损累累，鲁索被请去担任 CEO，负责对朗讯公司进行重组，这简直真如歌德所说：“伟大的女性正引导着我们上升！”

成功的女性身上自有许多美好的精神和思想，完全可以借鉴和发扬，脆弱的女性身上自有许多糟粕和枷锁，完全可以克服和打破。

“提升现代女性生存质量书系”全套共四本，分别是：

《策划女性》——女性未来人生与事业的10大系统策划：

《卓越女性》——女性未来生存与处世的 10 大卓越追求：

• 2 •

目 录

第一章 新型人生：改变女性的人生模式

杨澜抒写现代女性的阳光人生(2)

杨澜是当今中国最出色的女性之一，她美丽、聪慧、优雅、知性，在早年就实现了许多人难以实现的人生梦想：考上了好大学，找到了好工作，嫁给了好丈夫，有了好儿女，开创了好事业，她的精彩人生抒写了现代女性的新定义。

(1)主持《正大综艺》/(2)制作《杨澜视线》/(3)开创阳光事业/(4)成功自信的传媒人

“第一打工妹”罗冬香创造传奇人生(7)

曾经是一位残疾女孩，她学习缝纫，自办裁缝店，参加中国纺织大学的函授学习等，经历了许多人生波折后，她应聘打工，创造了高质量的名牌服装。后来担任“朝龙”服饰公司生产技术厂长，成为中国年薪最高的打工妹。罗冬香身残志更坚，以自己的实际行动创造了传奇人生。

(1)不屈服命运的安排/(2)开始人生的飞跃/(3)赢得美好生活和锦绣前程

现代女性 = 成功事业 + 个人生活(9)

“女强人”、“职业女性”、“家庭主妇”，不能

(1)传统类型妇女/(2)先家庭后事业/(3)先事业后家庭/(4)远离婚姻型/(5)家庭与事业两不误

现代女性改变她们人生模式，在追求她们自身成功的同时能够享受人伦之乐吗？女性在经济秩序中受到的歧视是严重的，女性对成功的可能性的预测是消极的，可见，现代女性争取成功需要付出高昂的代价，然而不争取成功更要付出更加高昂的代价。

现代女性向往男人所向往的一切：成功、权力、地位和财富，以及爱情、婚姻和孩子，还有快乐、自我满足等，要是真的想拥有一切，就要获得成功的事業、美满的婚姻和出色的孩子。

破译你潜意识中的人生追求，解密你对未来是乐观还是悲观，只要行动起来，你的未来就不是梦。

(1) 坚守诚信、正直的原则 / (2) 从小事塑造人格和积累诚信 / (3) 生活在群体之中 / (4) 表达能力绝不只是“口才” / (5) 学会与人分享思想 / (6) 要具有团队精神 / (7) 做一个主动的人 / (8) 虚心听取他人的批评和意见 / (9) 挑战自我、开发自身潜力 / (10) 给自己设定目标 / (11) 要求你要比现在的你更强 / (12) 选择最热爱和最愿意投入的专业 / (13) 客观、直截了当的沟通 / (14) 开诚布公，敢于说“不”

开创自我的现代人生 (24)

(1) 创造人生就是要有使自己快乐起来的能力 / (2)
创造人生就是选择自己的职业要有敏锐的洞察力 / (3)
创造人生必须要有创造的心理 / (4) 创造人生不能靠等待机会

争取人生大为改变的方法 (27)

女性通常爱钻牛角尖，这其实是一种惰性心理，要学会及时修订自己的目标，及时调整自己努力的方向，一味盲目地追求一成不变又不切实际的目标，实际上是自己的愚昧跟自己的固执较劲。倘若不及时走出牛角尖，其结果只能是南辕北辙。

成功人生意味着什么 (31)

从认识自我、改变自我到超越自我，这是成功人生的三个关键，前后紧密相连，互相连贯，只有这三者的实现，才配称得上现代女性，才能走上一条合适的、能够实现自己价值的人生道路。成功人生的意义应该是充分发挥了自己的所长，尽了自己的努力之后所感到的一种无愧于心的收获之乐，而不是为了虚荣或金钱。

第二章 多彩事业：使女性成为自己的主人

叶莺丰富人生走出多彩事业 (36)

叶莺是一名出色的外交官，曾任职于缅甸、广州、香港、台湾和北京，是美国政府中第一位被任命为公使衔商务参赞的女性，现任柯达中国区副主席、亚太区副总裁兼对外事务部经理。她从记者、外交家到商界名人，在人生的道路上几乎扣住了每一个环节，她生命的

每一步都显现得那样的欢快、美妙、永恒。她在丰富人生道路上踏起了鲜花般的多彩事业。

(1) 多彩人生 / (2) 梦想成真 / (3) 加盟柯达

梁凤仪成功扮演多种角色 (39)

梁凤仪在生活中成功地扮演着好作家、好商人、好太太、好母亲的角色，她在大学中不仅有对知识、事业和前途的考虑，还有对爱情的追求，她的事业和爱情都在喜剧中收场。一切成功，都源于她对女性问题的真知灼见。

(1) 多艺的演员 / (2) 踏入财经界 / (3) 二度“勤+缘” / (4) 美满大团圆

事业是女性自信、自立、自强的基石 (44)

女性在经济上的独立，使女性真正成为自己的主人，也使女性得到男性们的尊重。事业是女性自信、自立、自强的基石，是女性的人生资本，是女性与社会相联系的主要纽带，否则，就会面临许多困扰。

超越女性事业追求的自我限制 (46)

(1) 练习取代女性自我限制的思想 / (2) 解决女性矛盾的思想

处理好事业与家庭的矛盾 (48)

事业和家庭的矛盾是常常困扰现代女性的大问题，不要把事业与家庭根本对立，事业的辉煌代表女性的独立与骄傲，家庭的温暖是女性的依托与归宿，处理家庭与事业的矛盾，最好把握“有所侧重，不可偏废”的原则。

测验：你能做到事业家庭两不误吗 (51)

不会生活就不会工作，生活是一团麻，各种各样、

大大小小的生活难题，如果处理不好，就会影响到人生事业，使人身心俱损。提高解决生活难题的能力，有助于事业更加顺利。

亲情第一、事情第二.....(54)

(1) 返回工作的时间 / (2) 作出工作或照顾孩子的暂时选择 / (3) 指导你的配偶 / (4) 遵守儿童保育的途径 / (5) 处理好有关理家的一些事情 / (6) 为你自己寻找一些时间 / (7) 适当“牺牲”

做到生活事业两不误的方法 (58)

(1) 学会生活和事业兼顾 / (2) 依据生活领域确定目标主次 / (3) 专注第一目标，兼顾其他选择

现代女性适宜选择的事业 (60)

现代女性适合的知识领域和行业领域是构建自身知识结构的出发点，是女性事业的选择。根据广大成功女性的经历，下面总结出适合女性事业发展的知识和行业领域：

(1) 从事服务业 / (2) 从事教育业 / (3) 从事出版业 / (4) 从事广告业 / (5) 从事会计业 / (6) 从事股票业 / (7) 从事律师业 / (8) 从事艺术业 / (9) 从事网络业 / (10) 从事信息业

采用新技术为事业插上翅膀 (64)

(1) 借助网络通晓天下 / (2) 利用电子邮件节约精力 / (3) 在因特网上找自己所需要的信息 / (4) 使用其他因特网工具 / (5) 使用电讯和软件工具

女性获得事业的第一桶金 (68)

(1) 获得事业发展的基础 / (2) 成功是一种心智的成熟 / (3) 金钱和事业是一个平台 / (4) 完成资金积累阶段 /

第三章 制定目标：让女性获得幸福的权利

确定人生定位的战略操作性 (93)

确立人生定位，先要认清自己，将自己摆在整个社会的宏观世界之中，了解自己所处的位置，进一步以你现在的位置为基础，为自己设定一个更高层面的定位。

把目标作为人生永远的航灯 (96)

锁定人生的目标，赋予更重要的梦想、目标及价值，再向目标迈进，这就是自己的生活方式和人生道路，人生幸福就从这设定的最高战略开始！

测验：你具有远见卓识的人生目标吗 (100)

你有远见卓识吗？你能看到大局吗？你能看出事情发展的可能性吗？你看问题深入吗？

为着目标包装自我才能 (105)

(1)创造艺术才能/(2)生意细节才能/(3)人道主义才能/(4)社会服务才能/(5)销售经商才能/(6)体育运动才能/(7)种植养殖才能/(8)领导影响才能/(9)科学技术才能

采取步步为营接近美好目标 (107)

(1)大目标尽量远大/(2)中短期目标要有挑战性、可行性、明确性与限时性/(3)目标需要随时调整和全面衡量/(4)目标要在实践中不断完善/(5)选择成功人生的最佳目标

人生目标直指幸福未来 (112)

追求幸福是女性的权利，获得幸福是女性的目的。为了幸福的目标，正确的做法是：把幸福的实现看成一个过程，在不断创造和奋斗中体验幸福。

第四章 提高才能：学习现代科技和知识

苏婉的“卓越”才能追求 (116)

苏婉当知青、读师范、当老师、考大学，最后舍弃优越工作，闯荡纽约修读学位，研读《对卓越的投资》，回国创业，开设心理课程，虽然屡经挫折，但她仍把心理学课程当作终生的选择，她说：“个人的事业不是最主要的，重要的是让这门心理课尽量多地激发出国人的潜能。”

(1)艰苦岁月/(2)回国创业/(3)追求卓越

谭海音从工作中积累经验 (121)

易趣网络信息服务(上海)有限公司总裁谭海音的梦想是：读遍天下的好书；听遍天下的好音乐；游遍天下的好山好水。她没有经验却照样管理网站，她的经验就是从工作中学东西。她希望工作的时候充实，离开的时候无怨无悔。

(1)做我想做的事/(2)做好承担风险的准备/(3)重视盈利质量和持续性

● 中外网络女强人 (125)

(1)美国网络女强人改变了人们的买卖方式/(2)中国网络女强人取得骄人成绩/(3)网络开启女性主导产业的时代

21 世纪学习的四个本质进步 (128)

“华尔街学习”体现了 21 世纪学习的四个最本质的进步。

(1)工作 with 学习之间界限的消失/(2)成长不必去正

规学院/(3)建立学习型组织/(4)学习新概念

信息 E 时代需要学习的内容 (132)

女性热衷于家庭生活,对接触现代科技和学习现代知识却比较冷漠,就是在 E 时代,男性喜欢把个人电脑当工具玩游戏,而女性则喜欢用电脑上的电子邮件或网络与人聊天。其实,运用电脑发展资讯科技业,对女性具有最大的吸引力,因为这样的工作具有很强的弹性。

测验:你学习知识才能的热情怎么样 (135)

你的学习热情高吗?你是否认为学习没有意思?你是否缺乏学习热情?

获取组织知识与专业知识 (137)

知识不是财富,除非加以组织,并以实际行动计划精心引导,才能达到积累财富的确切目标。获取知识要注意五点:

(1) 具有持久发展力的新兴专业/(2) 以未来的确切方向为标准/(3) 让整个一生都受益/(4) 不必学得样样精通/(5) 必须要具备专业知识

通过因特网快捷学习一切知识 (141)

现代女性生活不仅仅是美容、化妆、改善身体形象、教育子女或家庭理财,也包括对政治、文化、经济、教育、科技等领域知识的学习掌握,通过互联网,可以轻易、快捷地获得一切知识。女性必须克服上网的误区。

(1) 上网太难了/(2) 上网太贵了/(3) 上网没用/(4) 上网太危险了

利用现代教育建立自己学习风格 (144)

充分利用记忆信息、图书馆和互联网等建立自己新

(1)感觉偏好/(2)学习态度

(1)给人生经验分/(2)自选课程/(3)函授课程/(4)

在新形势下提高应变才能 (153)

(1) 加入 WTO 后, 人才的新概念 / (2) 东西方经理人的比较

王树彤充分把握自己的能力 (158)

(1)在微软中成熟/(2)定位 INTERNET/(3)把握自
走向成功

张璨从零开始迈进财富大门 (161)

(1)北大求学/(2)白手起家/(3)坚信成功

现代女性从心灵解放开始获得全面优势……………(166)

女性优势的获得首先是从心灵开始的，没有正确的