

做个 有情商 有智商 有财商 的女人

佳薇 ♥ 编著

做个“三有女人” 打造幸福生活
历练“三商”获得更多成功，轻松拥抱幸福。

*Zuoge
Youqingshang Youzhishang Youcaishang
De Nüren*



中国纺织出版社

做个 有情商 有智商 有财商 的女人

佳薇 ♥ 编著



中国纺织出版社

内 容 提 要

顶尖情商，培养女人最精彩的情绪管理能力，保持阳光心态；顶尖智商，训练女人最出色的逻辑推断能力，规划人生道路；顶尖财商，测试女人最独到的理财能力，培养创业眼光。本书是一部培养女性“三商”的指南，一本提升女性内在素质的宝典。

图书在版编目（CIP）数据

做个有情商 有智商 有财商的女人/佳薇编著. —北京：中国纺织出版社，2011.5

ISBN 978-7-5064-7396-5

I. ①做… II. ①佳… III. ①能力培养—女性读物

IV. ①B848.2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2011）第 045248 号

策划编辑：李秀英 丁守富 责任编辑：杨 盼 责任印制：陈 涛

中国纺织出版社出版发行

地址：北京东直门南大街6号 邮政编码：100027

邮购电话：010—64168110 传真：010—64168231

http://www.c-textilep.com

E-mail: faxing@c-textilep.com

三河市航远印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2011年5月第1版第1次印刷

开本：710×1000 1/16 印张：17

字数：228千字 定价：29.80元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换

前言

人生是一次充满无穷奥妙的旅程，带上情商、智商、财商这三根魔棒，每个女人都会成为一名情趣盎然的旅行家。对于女人来说，情商、智商、财商是成功不可缺少的资本。

情商是一个社会人的基本素质，智商是一个自然人的基本素质，财商是一个经济人的基本素质。

情商是女人重要的生存能力和技巧，是一种发掘情感潜能、运用情感能力影响生活各个层面和人生走向的最为关键的因素之一。高情商是女人一生顺利的积极推动力，情商越高，社交能力越强，人际关系越融洽，生活道路就越顺，收获的幸福感和越强。

高情商的女人能够做自己情绪的主人，她外表柔弱，内心却不脆弱；她意志坚强，言行却不逞强。她懂得如何让自己在琐碎的生活中寻找快乐，如何在繁冗的社会中坚守自我；她懂得如何让自己在人际交往中游刃有余；她懂得如何让自己在不幸和挫折面前保持坚强，如何在突发事件到来时沉着应对……高情商的女人就是如此优秀，她会在忙碌的日子里偷得半日闲以享受生活，也会在闲暇的日子里积极学习以寻求更大的突破。

智商高的女人靠自己来规划和把握命运，通过努力达到对生命的追求，体现生命价值，而不是平平庸庸度过一生。因此，她们在追求成功的路上，必须要有过人的智慧、独特的处世经验、积极进取的心态、坚韧的毅力等资本，用这些资本做铺垫，帮助自己克服重重困难，从而成就绚丽的人生。如今，成功已经成为女人的骄傲，代表着女人自信、坚强和完整独立的人格。在众多成功人士中，不



前言

Preface





做个有情商有智商有财商的女人



乏优秀干练的职业丽人、驰骋商场的女中豪杰……她们尽显成功女性的魅力，成为人群中一道美丽的风景线。

财商是指一个人处理金钱以实现人生目标的能力的总和，包括储蓄、投资、消费等方面的内容。财商对于个人生活和事业的重要性不言而喻，它意味着未来的生活品质。刚参加工作获得同样收入的人，财商低的女人可能一直停留在开始时的水平，工作很多年后还像大学刚毕业的时候那样一点积蓄都没有，到退休时生活仍捉襟见肘；而财商高的女人可能很快就得到升迁、利用“钱生钱”的方式积累财富，退休时可以悠闲地享受人生。

本书能让女人思考和觉醒。修炼“三商”，你也可以像聪明女人一样成功，甚至会变得比她们更成功。你会发现，即便是一个并不聪明的女子，也可以通过历练“三商”获得更多的成功，实现人生价值，轻松地拥抱幸福。





目 录

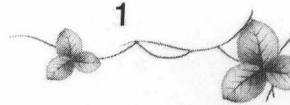
上篇：情商与女人的幸福共舞

有学者研究总结出了决定女人一生幸福的4个方面的智慧，即爱情、婚姻、职业和处世的智慧，而情商在这几个方面恰恰都起着非常关键的作用。女人不幸福，原因是什么？是女人的低情商。女人怎样才能提高幸福指数，靠的是什麼？是女人的高情商。只要女人找到情商的钥匙，幸福的大门将为她缓缓开启。

第一章、高情商的女人总是交好运

——打造自己的情商百草园

女人看透情商，更好把握幸福	2
情商是女人扩展人脉的好帮手	5
情商高的女人总能把劣势转换为优势	7
培养高情商，做幸福女人	9
提高情商要靠学习训练	11





第二章、正确客观地认识自我

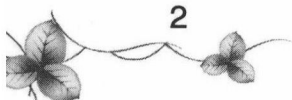
——女人的自省情商

从情商的角度主动认识自己	13
内省，认识自我的魔镜	14
发现你的独特价值	17
情商高的女人能正视并改善自己的弱点	20
不要让他人左右你的路	23

第三章、拥有良好的情绪管理和行为品格

——女人的情绪情商

了解自己的情绪特点	26
掌握情绪的晴雨表	27
女人要做自己情绪的调节师	31
小事别计较，闲气生不得	34
女人愤怒时，给心一道泄洪渠	37
高情商的女人会远离嫉妒	39
抛弃重负，让情商之舟轻扬	41





第四章、经营最美丽的爱情之果

——女人的恋爱情商

以分手为要挟考验男友只会失去他	44
看情商高的女人如何选择另一半	46
做一个善于营造浪漫的女人	48
千万别做嫁谁都后悔的低情商女人	51
不选择最优秀的，只选择最适合自己的	54
善待自己，别让幸福耽搁得太久	56
把男友当作自己的钱包是愚蠢的	60
理性的女人一定不要做情人	62
誓将善意的爱情谎言进行到底	65

第五章、迈向成功之路的人脉金矿

——女人的交友情商

会说话的女人最讨人喜欢	68
让别人乐意接受你的建议	71
至少拥有一个闺中密友	73
场面尴尬时要学会打圆场	76
高情商的女人会隐藏自己光鲜的一面	79

掌握说服的方法和技巧	80
------------------	----

掌握批评艺术，让忠言变得顺耳	83
----------------------	----

第六章、营造和谐家庭的黄金法则

——女人的家庭情商

男女之间有一定的差别	86
------------------	----

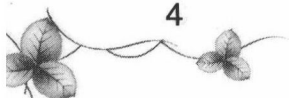
情商高的女人懂得婚姻需磨合	88
---------------------	----

情商高的女人不会过多地干涉男人	89
-----------------------	----

懂得让步的女人最聪明	91
------------------	----

适当依靠男人，但决不依赖男人	93
----------------------	----

趣味测试	96
------------	----





中篇：智商与女人魅力同在

高智商的女人尽显成功女性的魅力，成为女人中一道引人注目的风景线。高智商的女人，敢于挑战事业更高、更深的领域，给自己设定更新更高的人生目标；高智商的女人在自己事业做得很出色时，不咄咄逼人，给周围的人一种如沐春风的感觉。

第七章、知识

——彰显女人的人生价值

读书的女人散发淡淡的幽香	102
智慧女人是后天修炼成的	105
提升智商要靠不断学习	106
读书可充实自己	108
多读书让女人博学多才	110
会思考的女人智商比较高	112
悟性是能够培养锻炼的	114
创新是智慧的最好展示	116
智慧可以提升自身的能力	118
乐于汲取他人的智慧精华	119
行万里路，读万卷书	121
做一个高智商的知识女性	123



第八章、气质

——女人征服一切的魅力

气质美才是真正的美	125
修养，是高雅的气质	126
风度，是优雅的气质	128
仪容，是端庄的气质	131
个性，是别样的气质	134
知性，是高贵的气质	136

第九章、事业

——女性人格独立的资本

事业带给女人成就感	139
女性要敢于做职场“女超人”	141
认真地对待你的工作	143
如何在职场获得升迁	145
别让性别阻碍你的晋升	146
在职场中树立并坚定目标	149

第十章、处世

——女人成功的保证

把握好男女交往的分寸	152
帮助他人的女人最容易成功	154
给人留下良好的第一印象	156



倾听让你更受欢迎	158
赞美的话让你深得人心	160
原谅别人，才能活得更轻松	163
不要轻易责怪别人	165
不说他人是非的人最受欢迎	168
对你不情愿做的事情大声说“不”	170
趣味测试	172

下篇：财商为女人的财富铺路

能给女人一生幸福生活提供物质保障的是财富，而财富又来源于女人个人创造财富的能力，这个能力就是财商。财商是一个强大的创富力量，财商可以让你的财富从无到有，从小到大，从大到强。即使学历低、出身贫，只要有很高的财商，通过一段时间的努力奋斗，你将成为富有的女人。人人需要财商，人人都可以有高财商。只要学习，你一样能找回、挖掘出你更大的潜能——财商。而每个人财商能力的提高，都会给你今后的投资生活带来丰厚的回报。

第十一章、打理好幸福的本钱

——女人在理财上更具有优势

财商就是正确认识金钱并驾驭金钱的能力	178
女人在理财上更具有优势	180

掌握财商的通用原则	182
理财要掌握一种态度	184
让财商为爱情保鲜	186
记账拨响女人财商的金算盘	188
避开误区，不做“卡奴”	190
女人的理财观念要随着年龄变	192

第十二章、会赚钱的自信女人

——才女最终成为“财”女

做一个会赚钱的美丽自信女	195
遵守规则，女人创业成功有保障	196
慧眼发现新商机	199
“薪”情不佳时，想方设法给自己加薪	201
为财富“广开源”——开始你的“双薪”计划	203

第十三章、想生钱先要会省钱

——精明女人省钱有方

过节俭又体面的精致生活	207
控制不必要的开支	211
举行婚礼时坚持能省则省原则	213
管好财务，省钱不马虎	215
买房巧“砍价”	217

家庭生活省钱的小细节	221
外出旅游玩得开心又省钱的诀窍	224

第十四章、把钱花在刀刃上

——让每一分钱财都物尽其用

会花钱就等于是赚钱	227
要消费，但不能浪费	229
花钱是艺术，消费显品位	231
会花钱的人，越花越富有	233
先住新房，后还贷款	234
该花钱时就花钱	237

第十五章、投资当起小业主

——让钱生钱、利滚利

有钱不置半年闲	239
笨鸟要先飞，投资要趁早	241
依自身需求去寻找适合的理财项目	243
投资股票多动脑，积少成多收益高	246
银行储蓄巧投资	248
珠宝投资，“钱”途看好	251
趣味测试	254
参考文献	257



上 篇

情商与女人的幸福共舞



有学者研究总结出了决定女人一生幸福的4个方面的智慧,即爱情、婚姻、职业和处世的智慧,而情商在这几个方面恰恰都起着非常关键的作用。女人不幸福,原因是什么?是女人的低情商。女人怎样才能提高幸福指数,靠的是什么呢?是女人的高情商。只要女人找到情商的钥匙,幸福的大门将为她缓缓开启。乐与幸福。



第一章 高情商的女人总是交好运 ——打造自己的情商百草园

女人看透情商，更好把握幸福

在谈到促使个人成功的因素时，许多专家都得出了一个结论，并做出了分析，认为在一个人成功的因素里，情商的重要性差不多占了80%的份额。因此，情商被比做是开启心智的钥匙，是激发潜能的要诀，是人生成功的力量源泉。

那么，情商是什么？它包含哪些内容呢？

情商指的是一个人适应社会的能力。具体地说即与人交往的能力和掌控情绪的能力。在社会生活日益错综复杂的今天，没有一定的情商素养，就像没有翅膀却要飞上天空，是肯定不会成功的。

关于情商的定义最早出现在20世纪90年代。在1990年，美国的两位大学教授正式提出“情商”这一概念，并把它称为社会智力的一种类型。同时他们还对情商的内容做出了具体的解释，认为情商包括3种能力：

- (1) 区分自己与他人情绪的能力。
- (2) 调解自己与他人情绪的能力。
- (3) 运用情绪信息去引导思维的能力。

后来，许多企业管理者将情商的理论运用到自己的管理实践中去，他们看到了情商的力量。因为许多颇有成就的员工并不是智商



高的聪明人，而是对情绪十分敏感的情商人才。

到了1995年，《纽约时报》著名专栏作家丹尼尔·戈尔曼出版了《情感智商》一书，向大众介绍情商知识。这本书很快就成为炙手可热的畅销书，情商的概念也迅速走进了大众视野。

戈尔曼认为情商与智商有别，它不是与生俱来的，而是通过后天训练得到的。它包括5种学习的能力：

- (1) 了解自己情绪的能力。
- (2) 控制自己情绪的能力。
- (3) 激励自己情绪的能力。
- (4) 了解别人情绪的能力。
- (5) 维系融洽人际关系的能力，能理解并适应别人的情绪。

既然情商这么重要，而且又是可以通过学习、修炼得以提高的，我们就应该重视情商和不断提高自己的情商，因为我们都想获得成功。

总体来说，影响女人幸福的因素共有4个方面，即爱情、婚姻、职业和处世的智慧。如何才能让这4个方面做得都非常出色，卓而不俗，其中情商起着非常关键的作用。

首先，一个智商高的女人可以在工作中出类拔萃，但不一定能够拥有甜蜜的爱情，因为她常常只顾着爱对方，却连他的样子都没有看清，结婚后才发现他根本不是能带给自己幸福的男人。或者在相处的时候她常常自视清高，缺乏容人的度量，不懂相处的技巧，渐渐地就会失去自身的魅力。

而一个情商高的女人则是智慧的，她不仅拥有一双识别男人的慧眼，而且会将一份爱情打点得“千姿百态”、“万紫千红”。比如她会以温情而恰到好处的嫉妒，表明对他的爱和重视；她会适时地利用撒娇任性，来增加爱情的“蜜”度；“战争爆发”的时候，她会就事论事，懂得“收放自如”；她会像母亲一样宠他、呵护他，也会像女儿一样依赖他。这样的女人怎么会不让男人爱恋呢？又怎么会享受不到爱情的幸福呢？

其次，婚姻是女人精神的家园，感情的归宿。但是那些情商不



上篇

情商与女人的幸福共舞

