

<<打造完美女性>>

图书基本信息

## &lt;&lt;打造完美女性&gt;&gt;

## 前言

2010年两会期间，一项针对女大学生就业、创业状况的调查显示：90%以上的女大学生感到用人单位有性别偏见，56.7%的女大学生在求职过程中感到“女生机会更少”。

同样是在今年，某招聘网站一项针对女性的职场调查显示，40%的职场女性希望迈入管理层，92.5%以上的女性想成为成功的职业女性，77.6%的职场女性认为工作和生活同样重要。

现状似乎是，尽管形势不容乐观，却没有湮灭大多数女性心中的事业梦想。

那么，女性该如何排除万难，通过自身的努力“杀出重围”呢？

本书就是这样一本能带领女性走向事业和生活成功的书。

本书的一个特别之处在于，它承认并分析了女性和男性的区别。

第一，除了工作之外，女性还需要承担妻子、母亲的角色，所以，一方面与男性相比，女性更有可能选择“中途退出”；另一方面，即便选择了继续前进，女性也要面临比男性更多的挑战。

如第一，男性可以工作到很晚，下班后继续参与社交活动，拓展人际网络，而大多数女性无法做到；

第二，与大多数男性相比，女性往往会经历更经常、更剧烈的情感波动。

女性更容易“沉思默想”，陷入曾经的失误或尴尬中不能自拔；第三，性别偏见依旧存在，男性敢于表达可能会被视为思维活跃的表现，而女性却往往会被贴上“强势”、“自我中心”、“出风头”的标签，束缚她们在职场上“纵横捭阖”，等等。

针对上述女性特点，以采访、调查和理论分析为基础，本书旨在引领女性塑造领导力，走向事业和生活的成功，核心在于提出重心平衡式领导力模型。

这一模型包括五大部分：

- 发现意义。

找到自己真正的兴趣所在，发挥自己的优势和实力，将其应用于工作中，以达到鼓舞士气的目的。

- 分析形势。

积极地分析局势，拓展自己的视野，即使在遇到困境时，也要保持达观，勇往直前。

- 建立关系。

确定谁能帮助自己成长，建立强大的人际关系网，找到自己的“赞助人”，增强自己的归属感。

- 积极投入。

要敢于说出自己的想法，善于抓住机遇并承担随之而来的风险，并与其他人协作，变得更加自强自信。

- 管理精力。

知道自己的精力来自何处、用于何地，可以采取哪些措施来管理精力，如何降低消耗，如何给自己“充电”。

五个部分相辅相成却又缺一不可，是一个“良性循环”的过程。

每个人都能根据自己的情况选择一个着手点，付诸实践，开始改变自己，塑造未来。

本书的另一个亮点是，每个章节都加入了一些杰出女性领导者的经历介绍。

每个人的经历都有着一些共同点，却又是独一无二的。

她们分别代表了个性不同的女性群体，所以，每一种读者都能在其中找到共鸣。

值得一提的是，其中也包括一些中国女性领导者的经历，如前维亚康姆MTV中国区总裁，现任阳狮锐奇(VivaKi)大中华区主席、“亚洲最有影响力的商界女性”李亦非，中国证监会前副主席史美伦，雅芳主席兼CEO美籍华人钟彬娴，以及华人导演李绍琪。

此外，麦肯锡公司关于重心平衡式领导力的整个研究项目也具有很强的“中国元素”，在关于模型实践效果的问卷调查中，约2000个调查对象中就有7%来自中国，他们都对该模型给出了非常积极的评价。

事实证明，重心平衡式领导力模型可以跨越地理、行业和任职年限的界限，不仅适用于个人，也适用于公司人力管理。

所以，我们相信，你肯定能从中受益匪浅。

最后要说的是，本书可以成为你的枕边书。

每当你觉得生活索然寡味，毫无激情的时候；每当你遭遇失误，陷入沉思默想而难以自拔的时候；每

## <<打造完美女性>>

当你退缩不前，想要说出观点，却又害怕遭受白眼或批判的时候；每当你面对挫折，觉得前途一片黯淡，想要中途放弃的时候；每当你精疲力尽，感觉工作和生活永远无法平衡的时候……请打开这本书，我相信，你会找到“心灵鸡汤”，你会越过这道坎，走向成功。

让我们回到“重心平衡式领导力”这个概念。

在伸向天空、拥抱未来的时候，去感受脚下稳固支持着自己的引力；勇于承担风险，但永远不要失去平衡。

重心平衡意味着，在感觉踏实、强大、稳固的同时，又能倍觉轻盈、灵活，蓄势待发。

我相信，每一个人都可以做到。

王茜

## <<打造完美女性>>

### 内容概要

本书作者——麦肯锡公司的咨询顾问乔安娜·巴斯和苏西·克兰斯顿用最新的重心平衡式领导力模型将快乐、幸福和出色表现连接起来。

书中女性领导者的个人故事和相关观点叙述表明，只要你将模型中的五个部分——发现意义、分析形势、建立关系、积极投入和管理精力加以运用，就能缔造成功的神话。

本书深刻入里，鼓舞人心，但同时又易于操作和实践。

不论你是女人还是男人，都能在字里行间找到自我，根据领导力模型设计自己的时间计划，实现工作和生活的双重突破。

## <<打造完美女性>>

### 作者简介

乔安娜·巴斯：

1981年加入麦肯斯公司，现任麦肯锡公司高级合伙人。

在进行咨询工作的同时，她领导了旨在发掘女性领导者的领导力培训计划。

乔安娜还是纽约市妇女事务委员会委员，曾荣获美国女童军总会颁发的杰出女性奖和全国女性研究协会奖。

此外，她是芝麻工作室的理事

## &lt;&lt;打造完美女性&gt;&gt;

## 书籍目录

译者序	前言	寻找“魔法”	第一部分	发现意义	第1章	从意义出发	第2章	你的幸福公式
李绍琪的幸福表格	你的幸福来源	写下你的幸福公式	第3章	发挥你的优势	利用	核心优势	现在该你了	第4章
追寻目标	格里的目标	目标和领导力	第5章	追梦人	梦想+行动	带着目标梦想	领导+梦想	实现梦想
第二部分	分析形势	第6章	分析形势	分析形势是一种选择	你如何分析形势	克服“恶性循环”	良好的心态	培养适应力
第7章	实践乐观精神	即便天生的乐观者也需要学习乐观精神	摆脱“恶性循环”	有意识地重新分析形势	重新分析形势	第8章	继续前进	敢于面对
反馈信息助你成长	第9章	迎接改变	置之死地而后生	保持冷静	适应是一种长期行为	第10章	重过程不重结果	开始启程
最严峻的挑战	第三部分	建立关系	第11章	寻找归属	发展包容性	交往的艺术	设计人际网络的必要性	人际网络的核心：赞助人
第12章	以公司为家	家庭模式	顺从本能	利用本能	第13章	互惠的奥秘	互惠的作用	构建关系
将互惠变成一种习惯	第14章	编织你的“挂毯”	通往新目标	人际网络分析	成为“联结者”	第15章	站在巨人的肩膀上	卢斯的故事
赞助人和导师	找到你的赞助人	第16章	团队的一分子	偶像型导师	打开机会之门	赢得人心	赞助未来领导者	第四部分
积极投入	第17章	穿越那道界线	昂首挺胸，自信满满	掌控未来	承担风险	第18章	站出来，说出来	对话朱莉&#8226;道姆
倾听自己的声音	如何表达	停下来，倾听对方	领导者姿态	第19章	捕捉好运	直面自己的生活	一切尽在掌握	第20章
风险和机遇	成为风险管理专家	承担风险的心理障碍	如何发现机遇	在路上	厌恶风险也是一种风险	第21章	高处不胜寒	决定性时刻
借力赞助人	适应新情况	肩负领导重任	核心问题	第五部分	管理精力	第22章	让管理精力成为你的工具	降低消耗
重新制定时间表	第23章	快速恢复	体力铸就恢复力	她是如何做到的	让自我恢复成为你的习惯	精力管理马拉松	第24章	福乐状态
福乐大师	寻找你的“福乐状态”	第25章	精力无限	准备充分	挑战极限	特殊局势	极速恢复	正确全面地看待问题
结语：乐观	结束语：落实行动	五大能力	随时出发	时间到了！	附录A	方法论	附录B	研究概况

## <<打造完美女性>>

### 章节摘录

母亲希望安和家族里的其他女人一样，成为一名护士。

但安自己的想法完全不同。

“我的父亲是个铁杆球迷，-由于前三个生的都是女孩，我想，他可能觉得自己不会有儿子了。

在我5年级的圣诞节，他送了我一个篮球。

所以，我想长大后成为一名投篮大师。

”尽管安后来并没有成为一名职业篮球运动员，但是运动成为了她生活中的一个重要部分。

“我真的觉得篮球影响了我的整个职业生涯，”安说，“从哈佛大学毕业后，由于想到体育画报工作，我加入了时代集团。

”安发展了自己的核心优势，并建议大家也这么做。

“如果你希望找到一份对自己来说有意义的工作，首先要回答以下所有问题。

第一个，你是谁？

”她问到，“我发现有一个奇怪的现象：很多人说自己不喜欢数字，却强迫自己进入了金融领域。

为什么不发挥自己的强项？

不要再因自己的缺点而自怨自艾。

如果发挥强项，你将做得更好。

每个人都有强项。

”尽管这需要承担一些职业风险，但是安忠于自己的想法，坚持自己的信念。

“我曾拒绝过一次升职机会，老板们对此非常恼火，”安讲到，“但是我做了对自己来说正确的决定

。离开手头的工作，转而进入一个并不感兴趣的领域，将是一个错误的决定。

这对我来说就是不适合。

我因此放弃了大把机会，付出了代价。

但是，我必须这么做。

如今，老板们已经离开了，我才是老板。

”看看周围的朋友，安发现，从自我评价的角度来看，相信自己做到了最好的人是最快乐的。

“他们了解自己，”安解释道，“他们了解自己的价值体系，并做出相应的决定。

”或许，正是自我评价促使安尝试发行新杂志，突破时代集团长期以来的出版物组合——《时代》、《财富》和《人物》。

发行新杂志存在风险，除了要有耐心之外，还需要有创造力，懂得捕捉消费者尚未满足的需求，以及广告市场赞助新出版物的机会。

## <<打造完美女性>>

### 媒体关注与评论

我们一直在寻找关于培养杰出女性领导者的新观点。

《打造完美女性》提出了很多客观的见解和易于操作的方法，是一本很棒的书！

书中鼓舞人心的故事能让读者看到优秀女性的成功历程，提供了一个同时适用于女性和男性的发展模式。

这本书激人奋发、注重实践，让人耳目一新！

”——通用电气首席学习官兼管理者开发副总裁 苏珊P.彼得斯 “ 本书的特点和价值在于，作者对于示范性领导力对应的个人特质给予了广泛的关注。

不要被书名所限制：男性和女性一样可以从本书中受益匪浅。

”——南加利福尼亚大学教授、《领导力》作者沃伦·本尼斯 “ 本书大胆创新却又务实客观，包含了大量出色女性领导者的真实故事，向关于领导角色和领导方式的偏见提出了挑战。

《女性的幸福模型》播撒了未来的种子，新一代CEO必定是敢于破旧立新的人。

”——《管理大未来》作者加里 哈梅尔 “ 《打造完美女性》是一本能真正引起所有女性共鸣的书。

它关注个性、震撼人心、发人深省，揭示了我们女性的生存和领导之道。

故事叙述的形式更是让本书大放异彩；叙述者都是曾经面临重大困难却最终有所作为的女性领导者。

这本书非常真实、很具启发意义，将鼓舞人心又便于实践——将这两种特点完美结合。

”——雅芳公司总裁伊丽莎白·史密斯 “ 这些年来，我曾和很多出色的女性领导者共事。

个人经验让我知道，我们是有天分的，只是尚待开发和挖掘。

培养女性领导者不仅是正确的选择，而且具有商业意义。

培养表现出色的高级人才既是一门艺术，也是一门科学。

乔安娜巴斯和苏西克萊斯顿为我们指明了方向，她们提出的可行方法让这个潜力巨大的机会变成了现实。

”——梅西百货公司(Macy's) 董事长、总裁兼CEO泰瑞·伦德格伦 “ 如今的商业环境呼唤着新理念的产生——而这本书恰恰顺应了这一要求。

每一页都让人倍受鼓舞，整个阅读过程非常令人兴奋。

《打造完美女性》通过震撼人心的故事，为所有人（包括男性和女性）带来了启迪。

有没有一本关于领导力的著作让人爱不忍释，拍案叫绝？

这就是！

”——玩具反斗城董事长兼CEO 杰拉尔德·斯托齐



## <<打造完美女性>>

### 编辑推荐

《打造完美女性:你和幸福只差五步》：女性的幸福模型麦肯锡公司5年领导力培训计划的研究成果——是什么驱动并支持女性走向事业和生活成功？

<<打造完美女性>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>