

<<职场女性百大处世秘笈>>

图书基本信息

书名：<<职场女性百大处世秘笈>>

13位ISBN编号：9787510428227

10位ISBN编号：751042822X

出版时间：2012-6

出版时间：新世界出版社

作者：谢婷

页数：246

字数：229000

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>

<<职场女性百大处世秘笈>>

前言

在这个女性能顶半边天的社会，女性出现在了职场的角角落落。

她们用各种努力，证明女人在职场一样能够拥有自己的天下。

但是总有一些质疑女性的声音：当她们事业有成的时候，人们总是将成功归功于她们的容貌，她们的工作业绩在人们的眼里会因为长得美丽而大打折扣。

当她们事业有成的时候，人们总是认为这样的女性冷漠、高傲，是不具有女人味的“女强人”。

这就是职场女性的尴尬，她们用尽力气就是为了证明自己的价值，从而得到人们的认可。

所以，这种尴尬就提示职场女性：在发展事业的同时，发展人际，拥有好人缘是多么重要。

本书从外在形象、内在性格、语言等方面阐释了女性在人际交往及为人处世方面要“修炼的部分”：

外在形象：女性的外在形象非常重要，在人际交往中，这是第一印象。

所以，女性要从衣着、妆容、举手投足各方面进行修饰。

不仅如此，还要从内在修养着手，培养女性迷人的气质。

只有外在形象符合身份和场合，内在修养也表现出一定的气质，“慧中”又“秀外”才能长久，才能真正让人赏心悦目。

语言和个性：语言是人际交往中最基本的工具，如何让这个工具变得更富有吸引力，女性就要发挥“女人的优势”，比如甜言蜜语、真诚赞美、礼貌发言等，有气质的。

外形加上语言技巧，让女性绽放魅力，让同事和客户顺理成章地喜欢她们。

职场上为了拥有好人缘，就要有迷人的个性、成熟的性格，抛却嫉妒、小心眼、抱怨等缺点，拥有自信、真诚、谦虚、宽容等个性，让大家都喜欢靠近她们。

除了以上的“修炼部分”，职场处世有更多的技巧性东西，女性要掌握。

比如学会倾听，不斤斤计较，不占小便宜，要大度热情，要乐于助人，也要适当求助，等等。

要成为办公室里人人喜欢的女性，不是容易的，要在工作中不断地积累经验，不断地完善自己。

对上司：职场女性要尽量掩饰自己的个性，因为大多数上司需要的是一个忠诚、听话的追随者。

工作中要获得上司的认可，要有足够的抗压能力，以及基本素质，诸如责任心、执行力、主动、敬业等。

而同时。

女性要成为男上司面前的“红人”，又能不引起其他同事的嫉妒与闲话，就要把握好与男上司之间的距离和尺度。

作为女上司：职场上，作为一个女上司，要面临来自男性下属的压力和女性下属的压力。

男性不服输的性格，可能会觉得自己比女上司更有能力。

女下属爱嫉妒的性格，可能会用拖拉、说闲话等方式“消极抵抗”。

所以，做好一个女上司压力更大。

不能发挥女性特有的吹毛求疵的特性，不能发挥女性的母性特征不相信下属能力。

更不能把情绪随便显露给下属，还不能逞强显出自己无所不能，要适当示弱，经常扮演亲和形象，表扬和批评下属都要把握分寸。

人生处处是江湖，职场更是一个残酷江湖。

在江湖处世，就得有江湖人的个性和特征：不能软弱，遇到欺负不能忍气吞声；害人之心不可有，防人之心不能没有；不能抱有童话梦想，没有大侠来拯救我们，自己要拿着刀和枪去为未来拼搏……

在职场，为了不“踩地雷”，我们还应该遵守一些明文规则和不成文的潜规则：有守时的美德，这也是明文规定的地雷；说也要有禁忌，上班时间不谈论私事，不能跟同事谈论薪水高低，不要散播闲言碎语，惹人厌烦；不要大发牢骚，引起他人反感；不要做诸如兼职、聊私人QQ之类的私事，一旦被发现，一定被“枪毙”。

女性的世界其实很单纯，女性的职场其实也很单纯。

女性同胞们只需要具备一些应该具备的东西。

抛却一些不该具备的东西，微笑、坦然、自信地在办公室里驰骋，也能够如鱼得水的！

<<职场女性百大处世秘笈>>

内容概要

女性在少女时期就养成了一个习惯：热衷于和个别知己好友共享秘密，对其他人则充满了警惕与排斥；任性似乎是女性从幼年时代就具有的特征，有任性就有抱怨、嫉妒等不成熟心理。把这些习惯带入职场，你会四处碰壁，举步维艰.....

职场女性为了证明自己的价值，为了在事业上多走平路，最应该花大力气的就是处世。

《职场女性百大处世秘笈》从外在形象、内在性格、语言等方面阐释了女性在人际处世方面要“修炼”的部分，同时阐述女性在职场处世需要特别注重的处世技巧，以及如何处理纷繁复杂的人际关系。

如果你想做一个明媚、迷人的女性，想在自己有限的专业能力下，在事业道路上越走越顺利，那么在《职场女性百大处世秘笈》中寻找女性职场处世的秘诀吧！

<<职场女性百大处世秘笈>>

书籍目录

第一章

先形夺人，让外形为你的人际加分

工作成就了女性持久的美丽。

而工作时的衣装打扮、妆容、举止等都能体现女性身上的美丽因素，比如流露品位、释放自信、引导时尚……“女孩子连自己都打扮不好，怎么会胜任你所喜欢的工作呢？”

”形象分是女性在职场的第一印象分，是职场处世的第一道关卡。

1. 衣装是一种无声的语言
2. 怎么把正装穿出气质
3. 职场女性穿衣有禁忌
4. 化妆让你更加完美
5. 职场女性优雅香味怎么来
6. 走路也是一门学问
7. 站有站相、坐有坐相
8. 职场女性的餐桌礼仪

第二章

气质高雅，让内蕴为你增加人气

职场中，女人之间比的不是长得美与丑，而是气质是否高雅。

气质美的女孩，即使长得丑点，人们也根本不会说她丑。

反之，容貌漂亮的女孩，如果无知、俗气，很难给人们好的印象。

真正有气质的聪明女性，不仅懂得用服装和打扮来美化自己，又懂得培养自身的气质。

1. 微笑是女人最大的亮点
2. 高雅举止为第一印象加分
3. 职场女人请把握好撒娇技术
4. 职场女人因自信而美丽
5. 腹有诗书气自华
6. 柔情似水是女人天生的武器
7. 气质女性首先应该是善良的
8. 让办公桌跟你一样亮丽
9. 职场抽烟女人为哪般

第三章

好言服人，让语言做人际的润滑剂

职场上，对于女人来说，服饰与化妆固然重要，但说话水平同样重要。

说话恰当得体、妙语连珠，会为你的美丽加分，为你的魅力添彩；而说话粗俗浅陋、词不迭意，则会使女人的自我形象受损。

一个不会说话的女人，即使再漂亮，能力再强，也不会有好人缘。

1. 面试中说话千万不要这样
2. 女性的甜言蜜语作用很大
3. 把赞美之语大方送人吧
4. 赞美绝对不是拍马屁
5. 幽默的女人惹人爱
6. 如何开玩笑恰到好处
7. 职场上的称呼学问

<<职场女性百大处世秘笈>>

8. 先“礼”后发言

9. 谈论对方感兴趣的话题

10. 开创自己的说话风格与个性

11. 学做巧言如花的女人

.....

第四章 个性魅力，让成熟的性格吸引人

第五章 处世技巧，掌握职场人际的法宝

第六章 按部就班，做好上司的追随者

第七章 刚柔并济，做下属佩服的女上司

第八章 职场江湖，拿好你的矛和盾

第九章 入乡随俗，遵守办公室规则

<<职场女性百大处世秘笈>>

章节摘录

1. 衣装是一雨中无声的语言 “云想衣裳花想容”。

女性天生钟爱服装，有可爱型的，有时尚派的，有优雅派的。

对于女性来说，穿怎样的衣服，如何搭配，穿出怎样的效果，大多能够展示你的性格和做事的风格，在职场上最重要的是反映出你对工作的态度。

有一本书叫《衣服的语言》，里面有这样一段话：“我在街上，在会议中，在宴会上与你交谈，你所穿的衣服说出你的性别、年龄、阶层——甚至提供讯息(也许是误导的讯息)，说出你的职业、出身、性格、想法、品味、性观念以及目前的心情……在我们正式见面谈话之前，我们早已用更古老、更具普遍性的语言讲过话了。

”也就是说，你的衣装给人的第一印象是你与别人交谈的关键。

对方通过对你着装的观察，就已经差不多知道要怎么与你交谈了，是诚心诚意，还是敷衍了事，都差不多决定好了。

所以说，衣装是一种无声的语言，是一种人际交往的礼仪。

得体的穿着，不仅可以显得更加美丽，还可以体现出一个现代文明人良好的修养和独到的品位。

莉莉刚刚从农村来到城市，在一家医疗器械公司做销售。

她是一个非常漂亮的小姑娘，大家都说：“莉莉，你脸蛋真可爱，白里透红，身材又好，简直是出水芙蓉。

”莉莉很自豪，是爹妈给了自己一副漂亮的容貌。

然而，让莉莉困惑的是，每次她出去工作，客户都认为她是农村的。

莉莉其实很想脱掉农村的外衣，能摇身一变成为城里的女孩子。

但是。

她怎么着都看着不像。

一天，同村的好姐妹卓卓来了。

看到莉莉，卓卓就笑了：“你怎么穿得还这么土啊！”

”莉莉看卓卓，火黄色的爆炸头，耳坠比手镯还大，眼睫毛又黑又长，超短的花色连衣裙，红色漆皮的包包，黑色的高跟凉鞋。

卓卓说：“看到没？”

城市的女孩子都这样打扮！

”卓卓的话让莉莉思考了很久，她当天下午就跟卓卓一起去买衣服。

第二天，当她穿着和卓卓差不多得衣服上班时，同事都睁大了眼睛，笑着说：“莉莉变得时尚了呀！”

”可是，经理看到后很不高兴：“你这样出去，客户会以为你做什么工作呢？”

太耀眼了！

”莉莉赶紧回去换掉了。

又一天，在城里工作的表姐来看莉莉，她自告奋勇帮莉莉选衣服。

表姐三十多岁，在政府单位上班，穿得都是素色职业装。

莉莉穿着表姐帮她选的衣服，瞬间觉得十八岁的自己长了十多岁，又赶紧换掉……就这样，莉莉在城里待了一年多了，她慢慢明白了穿衣的道理：首先，穿衣服要有自己的风格，不能学卓卓，也不能学表姐，我就是莉莉，穿出莉莉的风格。

她身材高挑，腿细长，又年轻，性格温顺，就慢慢走出了淑女路线。

其次，穿衣服要看场合。

上班时，要展现成熟干练的一面，莉莉不想再被人认为是农村单纯的小姑娘，不仅要让客户感觉她可靠，而且要感觉成熟，不会欺负她。

而平时，爱美的莉莉穿得很随意，经常逛街，去观察别人的穿着打扮。

当莉莉回到老家时，村里的人都说莉莉成熟了，更漂亮了，是个城里女孩子了。

而同事们惊讶莉莉的变化，都说“蚕蛹终于变成蝴蝶了”。

衣服能够直接体现你的年龄、身份、职业和做人做事的态度，与人交往的第一印象就是衣服。

<<职场女性百大处世秘笈>>

孔子说：“见人不可不饰，不饰无貌，无貌不敬，不敬无礼，无礼不立。”

就是说会见客人一定要打扮得体面一些，不打扮就没有好的仪表，没有好的仪表就是对客人的不尊敬，不尊敬客人就是不讲礼仪，不讲礼仪的人就难以在世上立足。

所以，女性的着装打扮一定要多下功夫。

穿衣服的原则，首先必须合乎身材，一个瘦弱的女子不要穿太宽大的衣服，让人感觉不伦不类。身体胖一点的女士，不要穿过紧的衣服。

其次，必须合乎年龄。

二十多岁的女性，不要穿得太老气，让人感觉死气沉沉。

相反地三十多岁的女性，更不要穿得太年轻，脸上有皱纹，还穿娃娃装，会很难堪的！

第三，必须合乎身份职业。

如果你是教师，就要有为人师表的样子，穿短裙面对学生终究是不好的。

如果你是政府单位工作人员，就要穿统一的职业装，或自己搭配稳重的服装。

如果你是美容美发行业的，一定要打扮时尚。

穿着的方式，是依照你希望获得的职位为标准，而不是依照你目前的状况而定位。

这项原则经常被人忽略。

第四，必须符合场合。

家居装一定不要穿出户外！

职场服装应该端庄稳重，去参加大型会议，更要稳重。

而同学同事聚会，就脱掉职业装吧！

不过，女人是这个世界最美丽的花朵，就不要跟男士一样去打扮了吧。

就算要做女强人，也不应该一味模仿办公室里男士的服饰打扮，要有一种“做女人真好”的心态，充分发挥女性特有的柔韧，一扫男人式的武断独裁。

所以，女性的穿着打扮应该灵活有弹性，要学会怎样搭配衣服、鞋子、发型、首饰、化妆，使之完美和谐。

最终被别人称赞，应该夸你漂亮而不是说你的衣服好看或鞋子漂亮，那只是东西好看，不是穿着好。

着装又是一种心情的体现。

明丽的颜色，给人感觉心情愉悦。

职场上，身穿明亮颜色衣服的女性，带着温和的笑容，永远让人忍不住亲近她。

2. 怎么把正装穿出气质 朝九晚五的职场女性都知道衣着对于维护好个人形象有多重要。

正装是职场女性比较普遍的服装，把正装穿好了，会给人树立一种干练、值得信赖的职业女性形象，是你现身办公场合取得职业认同的第一步。

戴灵上个月出了一次丑，这次丑让公司失去了一个大客户，也让她失去了晋升的机会。这次丑竟然就出在她的职业装上。

那一天，戴灵早早就起床，精心地化了淡妆，穿上灰色的职业套裙。

因为要去见一个重要客户，经理前一天就跟她叮咛过了，这个客户对公司非常重要，所以要作为营销部主管的她亲自出马，一定要把这个客户搞定。

经理还暗示过戴灵，这次任务如果成功了，她很有可能被调到其他分公司做部门经理。

八点钟，戴灵准备妥当出门。

客户就在离家不远的商务酒店，打车十分钟就到了。

见到客户，戴灵脸上的笑容更加甜蜜了，忙与客户握手，做自我介绍。

客户是个40岁左右的女性，一身套裙显得非常合体。

一头短发非常干练。

但是不到两分钟，戴灵就发现这位客户不太好伺候，说话很漫不经心，场面气氛并不好。

戴灵努力地表现，真害怕这个客户飞了。

20分钟后，客户问戴灵：“不好意思，我有急事。

您还有其他的事吗？”

”戴灵傻眼了：完了，没救了。

<<职场女性百大处世秘笈>>

她只能回答：“没事了。”

” 客户眼睛瞟了戴灵一眼：“那好，以后联系！”

” 戴灵回到公司，也不敢去见经理，默默地回到自己的位子上。

果然，吃过中午饭，经理就气急败坏地把戴灵叫到办公室：“你是怎么回事？这点事情都搞不定？”

这个客户有多重要你知道吗？

.....” 噤里啪啦一顿臭骂，戴灵也不敢吭声。

她也想不明白怎么就出了这档子事。

她小心翼翼地问：“她没说原因吗？”

” “原因？”

你问谁啊，问你自己！

” 戴灵低着头走出经理室，这时候经理忽然叫住了她：“你脚上穿什么鞋子？”

” 戴灵低头一看：糟了，今天匆忙中把露趾凉鞋穿上了！

“你看看你自己，像什么样！”

客户是做服装的，对服饰要求非常苛刻，你竟然这点细节都不注意.....” 戴灵简直都要哭了。

穿上职业套裙，却搭配一双露趾凉鞋，天知道今天怎么这么大意！

唉，升职没有希望了！

P2-5

<<职场女性百大处世秘笈>>

媒体关注与评论

你以为，因为我穷、低微、不美、矮小，我就没有灵魂没有心么？

你想错了——我的灵魂跟你的一样，我的心也跟你的完全一样！

——简·爱 一个女人的成功只有15%是依靠专业技术，而85%都依靠人际关系等软科学本领。

——卡耐基 女人想要获得一生的幸福，那么在二十几岁的时候，做好七件事情。

即规划人生，找准人生定位；塑造阳光心态，学会快乐和感恩；提高修养，培养自己的优雅品位；进行智慧投资，使自己更聪明；掌握拓展人脉的社交手段；学会理财技能，开始累计财富；找个真正爱自己的男人。

——美国著名成功学家安东尼·略宾 每一个人都有权利来追求自己的成功，每一个人都有天赋的能力为自己创造自己的成功，做自己，为自己下一个定义，不要让社会来告诉你是不是一个成功的女人，更不要让社会告诉你女人的成功是如此这般得来的，没有免费的午餐，我是女人，我的成功是我自己得来的，而女人的成功和男人的成功都是一样辉煌的成功。

——伊士曼柯达全球副总裁兼大中华区主席叶莺 相较于男性，女性具有与生俱来的语言天赋，思维细密，记忆力强，人际交往能力出众，职业的忠诚度也高于男性。

——《楚天都市报》

<<职场女性百大处世秘笈>>

编辑推荐

任何一个女人，都要活出气概，活出自我，活出内在的修养，活出非凡的气质。

职场上的女人，要有一颗博大的爱心，修炼出健康的心态，与身边的人一起携手共进！

一个充满魅力的女人，一定拥有好人缘，这才是真正的成功女人！

谢婷编著的《职场女性百大处世秘笈》从外在形象、内在性格、语言等方面阐释了女性在人际交往及为人处世方面要“修炼的部分”。

<<职场女性百大处世秘笈>>

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>