第一图书网, tushu007.com

<<好女享上班>>

图书基本信息

书名：<<好女享上班>>

13位ISBN编号：9787111444480

10位ISBN编号：7111444485

出版时间：2013-11-1

出版时间：机械工业出版社

作者：孙菲雪

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《好女享上班》的作者是一位标准的职场白骨精。
历经了从白领达人到女性心理专家的一路成长，她用亲身经历加专业知识成就了这样一部既有情怀，又接地气的作品。

这是帮助职场女性了解自己、了解职场环境的“读本”。
本书借由四位不同色泽的“水晶女性”，以“心理剧”的形式引出一幕幕平凡又矛盾的真实生活。
她们的身影浓缩了作者无数的咨询案例，也暗藏着作者自己真实的职场故事。
作者与你坐在台下，一同观赏四位不同年龄、不同性格、不同职位、不同发展需求的职场女性的心理困惑后，再邀你评论剧情、分享感受。

“你上的不是班，上的是自在”在这样一个灵动的观点之上，作者以真心为笔、生活为纸，陪伴你开始一场心灵探险——从发现自己到驾驭自己。

作者简介

第一图书网, tushu007.com

<<好女享上班>>

书籍目录

推荐序 自序
楔子
1 流动的是水，凝结的是晶
你是否曾认真地立于镜前，从头到脚、从外到内地与自己对话：为什么我需要这样的装扮?为什么我有着这样为人处世的态度?因为习惯、自信还是内心一抹深深的不安?
1.1 职场青睐型女
1.2 因完美而沦为“ 剩女 ”
1.3 “ 男人婆 ”与“ 大叔控 ”
1.4 铁腕与温柔
2 浸润了万物，缤纷了色彩
上司、同事、下属、客户，纷繁的职场人际需要职场女性妥善经营，进退得当。
一不小心，不是跌入同性嫉妒的深渊，就是变成年轻下属口中的“ 事儿妈 ”，即使谨言慎行，强势客户的无理要求也往往会让你无所适从……
2.1 与同事保持低温距离
2.2 “ 事儿妈 ”女领导
2.3 对客户该狠就要狠
3 天然去雕饰，纹理各不同
女性在职场注定面临着比男性更多的发展困惑和两难选择：做销售还是搞专业，打拼事业还是经营家庭，快速升职还是稳步发展，好不容易摸索一路过了河，却又可能撞上“ 玻璃天花板 ”……
3.1 销售尤物与专业达人
3.2 “ 大女人 ”还是“ 小女人 ”？

3.3 身体在说话
3.4 要“ 升 ”还是要“ 生 ”?
3.5 男权主义幽灵
4 承千重压，结多重晶
职场舞台尚在享受镁光灯下的闪亮，生活舞台更复杂的戏份也鸣锣开幕了，从女领导到全能妈，从女娃娃到准妈妈，从婆媳过招到夫妻大战……饶你身经百战，也不一定能玩得转这台上台下、家里家外的大小事情。

4.1 工作家庭，水火不容？

4.2 孕妈妈的烦恼
4.3 婆婆，突如其来的妈
4.4 老公说我没事找事
5 水晶易碎，轻拿轻放
行在职场，经常有意外伤害令人猝不及防：信任的闺蜜可能陷你于危机；无意的言行竟然招致流言满天；来财的客户原来动机不纯；出差在外更容易触及安全底线……还有潜藏于女性内心深处的各种莫名的不安，又该如何守护?
5.1 我告诉你什么，我的闺蜜？

5.2 伤人的八卦
5.3 遭遇客户性骚扰
5.4 缺乏安全感
6 好女如晶，爱我本色

第一图书网, tushu007.com

“ 好女人 ”，究竟作何正解?我们是否总在辛苦地“ 让别人满意 ”?多久了，没有照顾过真实的自己?
上的不是班，是自在
结束语

第一图书网, tushu007.com

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