

<<从小白领到精装OL>>

图书基本信息

书名：<<从小白领到精装OL>>

13位ISBN编号：9787121151156

10位ISBN编号：7121151154

出版时间：2012-1

出版时间：电子工业出版社

作者：崔挚妍

页数：216

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>

<<从小白领到精装OL>>

前言

在你的头脑中想象这样一幅场景：一个发型精致，衣着得体高雅的女人从写字楼里优雅地走出来。她的皮肤好得令人羡慕，坚持健身的身材非常匀称。

她的职业素养、干练利索恰到好处地被包裹在温润美丽的外表下。

你看到的是一个美丽精致的小女人，同时也是一个成功的职业大女人。

对身为小白领的你来说，这样的形象有吸引力吗？

波伏瓦在《第二性》中谈到，女性经济地位的不独立导致人格的依附，所以她强调女性要走入职场获得经济独立。

这么多年后的今天，许多女性已经走进职场了，她们独立自信又美丽，她们用自己纤巧的双手打开了一扇人生之门。

在中国，女性比日本、韩国等亚洲女性拥有更广泛的职业参与权，女人拥有了广阔的天地。

在政界、企业界、文化界、教育界等领域，她们收放自如，崭露头角。

但是，一个在父母亲人呵护下长大的柔弱小女人，在工作之后，要面对朝九晚五、工作强度大、办公室恋情、同事间的残酷竞争、父母的年迈、夜晚的孤寂、未来的不确定、执著的梦想、励志的情怀...

...在这些纷繁复杂的情境中，如何做才能成为一名独立成功的精致OL呢？

工作经验在1~3年，事业正处于起步阶段的女性，她们往往只是小白领。

这些女性大多期望自己能够在职场做出一定成就。

但是职场歧视，以及自己身为女性必然处于弱势的心理暗示等，又让她们倍感压力。

然后，她们工作3~5年，有了一定的社会阅历和工作经验，事业稳定，有一定的发展前景。

她们成为了职场“熟”女人。

这时她们虽然已有了一定的积累和资本，但同时她们要面对的压力也是空前的。

随着年龄的增长，她们必须面对婚姻。

但是紧张的工作和单一的生活，使她们中的一部分常常缺少选择机会，遭遇“情感危机”。

对已婚女子来说。

生育则是她们惧怕和不敢过早规划的一件事。

此外，她们还需要不断充电以便不被淘汰或达到进一步提升，也是压力巨大一族。

工作5年以上，一个能干的女人就要变为职场“大”女人了。

她们担任企业的管理层或技术骨干。

进入事业顶峰期。

她们虽然面临的问题有很多，但已可独当一面，已经足以成为我们一开头描述出的职场精装女人。

问题在于。

从稚嫩小白领到精致OL，这中间要经历怎样的涅槃才能成就呢？

秘密在于你以何种态度选择和经营自己的人生。

那些事业女性背后的秘密，往往不是能力，而是态度。

我们在书中呈现出的独立、自信、敬业、忠诚等60种人生态度，可以帮你培养出在工作、生活中游刃有余的视野，帮你成为一个既有优雅的职场形象，又有过硬的工作成绩的职场精致OL。

最后。

让我们记得，不论处在怎样的位置，“过好生活”的态度都不要丢掉。

如此一来，即便在优越感、忧虑感、成就感、挫折感、幸福感、屈辱感、分裂感的五味杂陈中，一个小白领同样可以成为一朵盛放在职场上的女人花。

由衷感谢任昆、王君飞、马飞、杭三妹、白秀英、张彤、盛利、王迪、卢宁、李小虎、袁杰、陆元洁、刘凯为本书的编写提供材料。

<<从小白领到精装OL>>

内容概要

职场与生活是完全不同的两个领域，今天的社会，竞争日益激烈，相对于男人来说，职场中的女人本来就处于劣势，想要做强做大自己更是难上加难！而任何一个身处职场的女性，无不希望能够通过自己的努力改变自己的职场地位，获得老板和同事的欣赏，成为名副其实的“白骨精”（白领、骨干、精英）。本书正是基于这种市场需求，为身处职场中找不到大方向的小白领们量身定制，介绍了职场女性需要具备的基本态度，让她们用自己的软态度彰显硬实力，在低姿态中斩获高收益。

<<从小白领到精装OL>>

作者简介

崔挚妍，女性职场成功学专家，专栏作家。

在职场打拼十余年，曾任职于电视台、500强企业、民营企业等，有极为丰富的职场经验。

人生信条：“烹饪、旅游、工作，一个都不能少。

”

<<从小白领到精装OL>>

书籍目录

第一章 独立的女人才能精彩

不是无所依靠，而是不想依靠
中性态度在职场更受推崇
尊重别人的建议，但我有自己的判断
不负责任地逃避是职场大忌
爱工作，不“依赖”它
没有人能代替自己做主
为自己量身打造计划和目标

第二章 把自卑丢一边

没有理由不欣赏你自己
清楚自己的长处所在
自己的胳膊，没必要与别人的大腿比
不会被别人的言语伤害
命运的方向盘留给自己掌握
没有生在高枝，就在平地奋起
人生舞台上，旁白者和公主一样重要

第三章 打工妹也能成为精装OL

拿出CEO一样的工作热情
别总守着你的小格子，出去占领更多的地盘
什么课都可以翘，决不能翘人际这一课
自我充电永远是最重要的
不抱怨来不及，把重要的事挑出来先做
忠诚不只是男人的事
温柔一刀能所向无敌
礼仪是别人不能抢走的

第四章 “生生不息”的职场丽人

升迁不会女士优先，密切关注竞争对手
唤醒体内的危机意识
让自己郁闷的应酬聚会更要参加
在关键时刻闪亮全场
职场中，结果比过程重要
以极致细腻关注细节
拿一样的钱，干更多的活
主动出击，才能占得先机

第五章 用言语征服世界

Say NO 是不必放弃的权利
尴尬的时候自嘲可以反败为胜
用幽默来提高自己的气场
不争辩更能增加魅力
漂亮的嘴唇不说刻薄的话
妙不可言的“靠垫语言”
得体就是许多话不必说尽
背后的赞美更有杀伤力

第六章 柔而不弱的玫瑰不怕风吹雨打

在困境中说“这样也很好”

<<从小白领到精装OL>>

在人生黄金期，打造白金承受力
世界不相信眼泪，做个坚韧女子
情况糟糕就让心灵适当出逃
遇到绊脚石，把它踩在脚下
过去只是过去，今天是真正的你
每天给自己一个坚强的理由
小心眼儿会让小挫折变成大麻烦

第七章 天真不是愚蠢，女人处世更要小心

恭维就像香水，闻闻可以，但最好别喝
坟墓前面总有鲜花，当心糖衣炮弹
让别人丢面子的事绝不当众做
泛滥的同情心只适合留给流浪狗
“好人”的标签不好贴
原来人际倾轧真的不是与己无关
不在公司寻找姐妹兄弟

第八章 从现在起，演绎出优雅端庄

以无懈可击的形象示人
优雅行走于职场
肆意和无所顾忌只能留在家里
有分寸的女人懂得适时收敛
患公主病是什么下场
“无邪”的诉苦让人伤不起
摆脱羡慕嫉妒恨，找回你应有的风度

<<从小白领到精装OL>>

章节摘录

版权页：在中国，很多女孩子大概都受了“小鸟依人”的蛊惑，总认为自己将来是需要依靠某个人才能生活的，尤其想“靠”的就是男人。

暂且不说工作，即便是在感情中、生活中，是不是只有找到一个可以依靠的人才能获得幸福的保证呢？

不一定哦，谁能承诺做你一生的依靠？

况且，承诺只是一种可以相信，却不能依赖的东西。

最终能依靠的，只有你自己。

你可以长得像只小鸟一样娇小可人，这没有什么不好，但是如果长成一只“笼子里的金丝雀”就不好了。

你可以拥有一副我见犹怜的柔弱外表，它也是一种无坚不摧的武器，但如果内心也是那么柔弱无依就麻烦了。

你可以拥有一双让自己依靠的肩膀，那是一种幸福，但请不要随时动用，因为对方会累。

让我们不要依靠别人吧，非不能也，乃不为也。

在瑞典，平等与独立意识渗透进每个人的血液。

在斯德哥尔摩街头，漂亮姑娘自己扛着大包、小包并不罕见，瑞典女人在家里修这个、修那个也是平常事。

即便与人约会，付钱时，美女会很自然地掏自己的腰包。

这里的美女们和所有人一样乐于助人，与你握手时的笑容和北欧阳光一样温暖而不灼人。

瑞典女人和男人在各行各业竞争，即使在西方世界都足以引以为傲。

高尔夫明星索伦斯坦和自行车明星永斯库格都因向男子比赛挑战而震惊世界，踢足球的女孩随处可见；瑞典国家议会中女议员比例高达49%，政府内阁中女部长占了整一半，上市公司董事会的女性比例平均达到17%，女企业家到处在报章上发表文章；瑞典姑娘在酒吧、迪厅看见自己中意的男性，会毫不犹豫地主动说出一句“嗨”，但“第三者”却从未成为瑞典的社会问题。

总而言之，瑞典美女以不靠男人为平常，也因不靠男人而伟大。

而今的中国，一个女人要获得社会的尊重与认可，也得学会独立。

独立是一个成长的过程。

当我们慢慢地不再依赖他人，我们便可以忍受寂寞；当我们努力追求自我时，那么，独立也就在慢慢地靠近我们。

不管多么不情愿，你都不得不承认，做女人最重要的是“经济独立”，而经济独立就离不开一份属于自己的工作。

作为新时代女性，需要有渊博的文化知识、要有主见、有独立的经济来源，自己掌握自己的命运，不断地完善自我。

当然，拥有一份自己的工作的前提。

聪明美丽也罢，真诚善良也罢，一个女人，一定要有自己的事业。

这样才会有自己的追求，有一定的经济基础。

有了经济独立的资本，才能够谈到人格独立。

一个女人要活出人格，活出气概，活出自我，活出内在的修养，活出非凡的气质就必须有自己的工作。

职业对于女性的情感生活有着特殊的影响，它不仅参与塑造了女性的性格，也影响到了她们生活的半径。

出入写字楼的白领女性，多数经济独立、有主见，对生活品质有自己的要求。

从事医疗、文化、教育工作的女性，她们在工作中接触的人相对简单，比较容易找到门当户对的另一半，并且随着年龄的增长，逐渐变得以家庭为重。

而那些从事演艺工作的女性，她们的生活丰富多彩，与形形色色的人打交道，感情中的变数相对而言也更多一些。

<<从小白领到精装OL>>

一个没有工作的女人，即便有经济保障，在人格上也不够独立。
现代的女人一定要有一份独立的工作。
因为男人已经开始越来越钟情于感情上、经济上双重独立的女性。
因为这个社会，男人们的负担越来越重。
他们更需要的是一个能与他分担的女人。

<<从小白领到精装OL>>

编辑推荐

《从小白领到精装OL:女人不狠也能成功》为身处职场中找不到大方向的小白领们量身定制，介绍了职场女性需要具备的基本态度，让她们用自己的软态度彰显硬实力，在低姿态中斩获高收益。

<<从小白领到精装OL>>

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>