

穿着高跟鞋奔跑



[穿着高跟鞋奔跑_下载链接1](#)

著者:曹樱乔

出版者:鹭江出版社

出版时间:2015-11

装帧:平装

isbn:9787545910421

本书是一本职场小说，描写了一位外企公关行业的菜鸟，从初入职场的懵懂无知到能够

独当一面的成长过程。

公关，一个小众却被大众误解的行业；一个脑力、精力、心力、体力、美丽密集的行业；一个女性比例高达70%以上，只有女王和女汉子才能生存的战场；一个可以很俗也可以很雅的舞台……小说展现主人公跌宕起伏的职场经历，具有外企公关行业的特色，故事曲折生动，节奏时尚明快、人物温暖励志、内涵积极向上，适合大多数职场女性阅读。

本书作者具有多年的公关行业从业经验，因而书中也有很多对职场女性有所启迪的内容，此外，还特别附赠随身小册子，介绍作者从业十二年来的一些经验，颇具实用性。

作者介绍:

作者曹樱乔女士拥有超过十年的专业公关顾问经验，曾担任易为公关合伙人、北京总经理，明思力中国企业传播与政府事务总经理。曹女士拥有广泛的产品及企业品牌公关经验，涉及IT、快速消费品、连锁经营、政府机构及非营利组织、B2B、能源、医药等多个行业领域；为数十家跨国企业及财富五百强企业提供品牌定位、公关战略规划、媒体关系管理、危机管理、新闻发言人培训等顾问服务。

目录: 试飞记 | 公关菜鸟的第一根羽毛 001

被“主动辞职”的丑小鸭 002

与新老板一起吃午餐 010

关于一杯绿茶的奇遇 018

逆风展翅，一飞冲天 029

Carrie，你想飞多远？ 038

鲸鱼记 | Team Leader 的自我成长 043

赢了“战役”丢了“兵” 044

那些沿途错失的美景 054

跳吧，小鲸鱼们！ 060

制衡记 | 总有机会让你扳回一局 067

过河卒子的反击 068

树欲静，风不止 076

生气不如争气！ 082

同盟记 | 让团队成功，自己才能成功 089

挽起袖子，把手弄脏 090

这个问题真的没办法解决了吗？ 096

换位思考 105

狸猫记 | 要做最懂媒体的公关人 111

Kelly 的秘密拜访行动 112

一次跌宕起伏的撤稿 121

从一开始就是个套儿 132

暗箱记 | 学会建立全新的客户关系 135

天下没有免费的午餐 136

向高人取经！ 140

机会从天而降 146

一双翻云覆雨手 150

你要学会自我保护 155

淬火记 | 经济危机是一场漫长的战役 157

风云突变 158

不华丽的转身 168

未生之局 176

不要问为什么 180

夹缝求生 182

以人为先 189
焚心记 | 优秀与卓越的差别只有 5% 197
初遇黑马王子 198
汽车是他的 Baby 205
有爱的孩子 210
有多少爱禁得起等待？ 215
圆舞记 | 当好临时的新闻发言人 219
一个人的舞蹈 220
如此惊喜！ 224
临危受命 228
危机 = 危险 + 机会 236
草根记 | 转战社会化媒体公关 239
再领军令状 240
是李逵还是李鬼 251
化敌为友 262
夜航记 | 事业与爱情的双赢 269
虚拟的爱情 270
硬币的两面 277
人生的万花筒 287
· · · · · (收起)

[穿着高跟鞋奔跑_下载链接1](#)

标签

职场

职场小说

公关

我想读这本书

女性励志

好书，值得一读

曹樱乔

成长

评论

虽然是以小说的形式呈现的，但是内容很干。虽然做公关狗到现在不到一年，但是此生无悔入公关。这一行可以用最快的速度教会你怎么自上而下看问题。我很羡慕carrie，能遇到J&P这样环境绝佳的公司。这一行虽然累，但是见世面、涨知识、不断学习和生发个人创意这点上是别的工作不能替代的。这书最好的地方大概是预见到了各种趋势：比如三年后社会化媒体营销将要大洗牌。随着创业热度的逐渐散去，社会化媒体营销的热度也随之褪去，所以最后留下的一定是真正能够做出好作品的公司。传统公关与社会化媒体公关结合才能发挥最大的能量。确实是一部有诚意的作品，祝每位公关人在不断的奔跑的道路上越来越好。

G20前的杭州周五晚上，我们悦览树里没几颗人，而曹老师的本事就是娓娓道来，客人陆续被吸引后将场子坐满。近80场读书活动，这是第一次。而我也是唯一一次坐在台下认真听完的那个人。

漏斗理论：用推倒的方法，根据自己的目标，逐一预计自己完成需要做的事情。

故事性不强，有些地方还是有启发性的

第一批十本十分鐘內被一搶而空，期間還收到許多朋友和同事的消息說「已經下單，正在讀！」，今天收到老曹的簽名，分外開心，讀這本書是為了緬懷理想因為那裡有我們的過去，學習專業因為這支撐起了我們的今天，更是為了堅持價值因為那想要奔跑去的明天。每段經歷都成就今時今日的你，苦或樂，起與伏。所以用達觀的心去看待，毀譽不計，遵從我心。#想入行，想轉行都應該看看！

#算是言之有物

非常好看，而且很受益。本来以为是水文，却惊叹这么精彩这么干！btw，要是人物可以更立体更生活化一点，情节更丰富、别奔跑的那么快，就可以妥妥的改编剧本了[偷笑][偷笑]

终于知道公关是干嘛的了！比较理想化的一本职场小说，不过比《杜拉拉升职记》好多了。

一个奔跑的故事

以为是鸡汤，结果超过预期

虽然有点鸡汤，但还是很受鼓励

作为一本小说/文学作品就太垃圾了....像杂志故事会之类的风格。还是当职场纪实教学手册（？）来看吧

一口气读完，一个PR行业的女性奋斗史，有点意思但不是特别有意思，主人公的顺遂让读的人心生动力，只是太过圆满的故事让人觉得有点意兴阑珊，毕竟现实还是很残酷的。

用朴实的文字以女性的视角写出了自己的奋斗，让人敬佩不已

一个强势的玛丽苏开局后，零散书写了作者的行业经历。但通篇下来不过让我更加坚定：快速攀升没有太多秘诀，不过就是没日没夜没生活的死熬。我恰恰是不愿意成为没有日常生活没有精神乐趣的职业人。谢谢分享，再见。

可是我再也不想去乙方了

还可以吧 不浮夸 让人对公关有所了解 想到了大学时毅然的加入公关部

实在是受不了中英文穿插了，可能是不了解公关行业的原因，读起来实在是别扭

是本正儿八经的职场小说，一个好老板比什么都重要

[穿着高跟鞋奔跑_下载链接1](#)

书评

如果说7年前“赵老工人”的《一年时间，从公关菜鸟到总监》，讲的是游击战式的公关战术，曹樱乔老师的这本《穿着高跟鞋奔跑》就是PR正规军的生存宝典。相比来讲，赵老师的经验更偏公关实战领域；而这本书，在实战之外，讲了更多PR圈乃至其他领域职场人员都适用的生存法则， ...

文/旋枢

看到《穿着高跟鞋奔跑》的书名，我脑海中浮现的第一个画面是前段时间网上热传的一张图——一个女孩在地铁站里脱掉高跟鞋光脚走下楼梯。很多网友纷纷心疼地留言，“你一定很累吧”。白衬衫，黑色A字裙，浅色单肩包，一双高跟鞋拎在手里。说实话这样的背影之所以打动人...

这本小说更像是公关案例分析汇总:)干货满满。从Carrier进入J&P与Ben吃的第一顿聊天午餐开始，就开始了自我的征服之路。首先是对自己的定位，十年后想以什么闻名于行业之内；其后是对在这个行业生存正确的价值观的确立。J&P确实是一家拥有优秀企业文化的公司，正直、诚实。甚至...

是在网上发现的这本书，书封面的那只抽象高跟鞋吸引了我的注意。
20岁出头的年纪疯狂的迷恋上了高跟鞋，各种样子各种颜色的高跟鞋都恨不得拥有一双，然后朋友们买鞋子都会带上我，我总是能在琳琅满目的鞋群里帮她们找到一双最适合她们的高跟鞋。 却不想自己进了职场之后反倒是...

拿到《穿着高跟鞋奔跑》这本书是五个多月以前，那时我刚开始接触公关这一行，还处在懵懵懂懂的状态，看着里面的客户、媒体、竞标、成本控制...简直是一头雾水。但是当我经历了五个多月的洗礼，再拿起这本书的时候，简直就像着了魔一样，拿得起就再也放不下了。 ...

生气不如争气，这是多好的一种奋斗精神啊。出自一个刚毕业的小女生之口，多少有一些让人敬畏。Carrie的整个前半生人生经历，汇集而成的这本书，给了我等许多参考。且不论公关行业与其他行业的专业性差别，就论这样的奋斗精神和深入实践的行动，舍得下苦功夫去不断的磨砺自...

Kevin把last day之前几乎所有工作时间都用来培训Carrie，从如何管理客户的期望值、如何处理客户的抱怨、如何听懂客户没说出来的意思、如何平衡客户方不同部门之间的角色及矛盾、如何有高度地撰写方案和报告、如何授权监督团队工作、如何激励团队成员甚至活动管理的流程和注意事...

作者真的很实诚很有诚意啊啥都往里写呢嗷？！ 而且很有社会责任感
会读这本书的受众群大多都是初级入门想要了解这个行业的人
而她传达给这些读者的也都是关于这个行业很正面的思路 正面的三观(嚶嚶嚶
越看越发现我和carrie的态度有不少相同之处 那我要愈发的坚定了嗷) 想起...

老师的这本书让我对公关行业有了学习认识。很遗憾不做这个行业，比起活学活用，本书让我从整体上再一次体验了生动鲜活的职场。开篇丑小鸭就特别吸引我，从是什么？为什么？的角度告诉了职员->公司中高层的一般公司不二生存之道。水略深（笑。末生之局这篇是无比现实的在商言商...

5月份用了三周的时间看了两遍《穿着高跟鞋奔跑》，这本书是介绍公关Carrie一步步从小菜鸟成长为公关公司副总裁（虽然最终没有去）的历程。个人感觉适合初入职场一两年的新人，里面写的工作方法、人际管理等等习惯的养成，对之后个人成长和职场晋升都有很大的帮助。作者曹樱乔...

看到豆瓣评价上非常高的点评和它的简介义无反顾的把它收了。可是兴致勃勃的开始没想到是遗憾的收场并且实在看不下去。文笔不点评，但是全程流水一样的文风是什么鬼。这书不是要告诉大家没有什么不劳而获的事情么，为什么一个初级的小白进到新公司没多久就被升做小组领导，而且...

广告，公关，传播类的书籍，市面上更多的是那些操作技巧，实操经验。的确在工作中，技能很重要。但面对沟通性工作类型，往往如何做人，如何保全各方利益，更甚一筹。传播性工作，更多的是“一句话让你笑，一句话让你哭”。相比技术性工作，广告公关更需要拥有良...

一开始看到书名，以为只是普通的职场励志鸡汤，没想到打开确实满满的干货。作者的文笔较为白话，没有多余的技巧，叙事方式也比较单一。但书里的内容不失为一本职场宝典，尤其适合我这样出入职场的小菜鸟。Carrie在做第一份工作时，由于站错了队，被领导以“近期业绩不佳，...

读完这本书的那天，老爸跟我来电话说家那边的企业效益很不好，很多员工轮岗降工资，越来越不好混了。我对这个消息不以为意也特意留意到老爸口中“混”这个词。在我看来，对于一个人员冗余效率低下人浮于事的老国企，效益好是运气，效益差、甚至倒闭是必然。因为，在这个时代，...

转眼间公关16年了。早知道这本书的存在，因有一些心结，一直没勇气读。前些天读了，也空荡荡了好几天，好完美的Carrie，我对她有理解、有喜爱、有怜惜，更有感动、有爱、有羡慕，甚至有几分忌妒.....大概只有公关人能写出这样生动的公关人。不是所有相爱的人都能走到一起，但...

严格意义上来说，这是我看的第二本职场小说，第一本是《第二份工作》。下面的书评尽量针对这本书来说，并不想和《第二份工作》那本书来比，毕竟大家性质不太一样，那是本小说，这本在我眼中看来，更像是半教科书。
《穿着高跟鞋奔跑》这书我也是翻得很快，有时看看书中描写到...

[穿着高跟鞋奔跑 下载链接1](#)