

女人的职场芭蕾课



[女人的职场芭蕾课 下载链接1](#)

著者:田美玉

出版者:重庆

出版时间:2008-11

装帧:

isbn:9787229002138

上市5个月，印刷12次，强占韩国职场类图书第1名。36家媒体共同票选为21世纪，女性入职必读书。一本由女性白领口耳相传流行起来的超级畅销书。

每个女人都是不同的，但女人的敏感却存在着普遍的共性。这份敏感使“女人们在道德性、伦理性、母性等方面有着独特的天分”，但也带给职场上的女人更多的无眠之夜和折磨。这种折磨是女人在职场中进一步发展的重大障碍，更是多少女人身体恶疾的源头。在这本书里作者通过如何处理职场中的一件件小事，慢慢地，轻轻地安抚着那些游历在职场中紧张的，甚至恐惧的心灵，放松下来，舒展开来……从而一切都归于根本，一切都是很小的事情，一切都变得很简单，其实一切也真的不是那么玄妙。

目录：

序言 被这个速食年代折磨的职场女人

第一课 女人，你还没摸清职场规则吗

公司的组织结构图，就算闭着眼睛也要画出来

面对麻烦，你必须统统“吃光”

与男同事相处的法则

不要成为派别的任何一方

必要时，抄袭男人的优点

什么是你不能被抢走的

患“公主病”的下场

仔细观察时机，选择准确的时间留下或者离开

第二课 关系，关系，还是关系！

人际关系，真的是女人的弱项

把自己的意见兜售给上司

你要成为享受成果的公主，还是终日劳碌的宫女

要为过度的人情减肥

说政治的女人最美丽

调教讨厌的后辈

试着和敌人做朋友

SAY NO有多难

流言蜚语，一定要正面回击

提升人际关系的三种投资

第三课 那些会要人命的小事

嘘～这些事是秘密

已经打开的MSN窗口，也要再检查一遍

“这样的事”，值得做一遍

令你郁闷的会餐，更要参加

不要在公司找“姐姐”

千万不要让礼物变成贿赂

实在控制不住的办公室恋情，怎么办？

跳吧，跳吧，直到失去所有人的信任

真正的酒鬼，会给自己留后路

第四课 你的职场形象合适吗

给你的形象披一件“高级的外套”

包包的大小，代表你本人

质地，而不是款式

教你几个职场着装的绝招

电话漏玄机

用“靠垫语言”（cushion语言）转换气氛

女人的身体，更是革命的本钱！

第五课 要想出头，就得这样

“我不干了”的话，就再也不要说了

学学男人对“忠诚”的理解

唤醒你体内的竞争因子

开刀整形，不如“自我炫耀”来得实惠

善良的表情，正直的说话，真的很没意思

寻找可以与你交流经验的高人

在公司里，不存在“没有消息就是好消息”的说法

骂声像打针，只会痛一时

结束语

化茧成蝶，读懂女人的第一张职场地图

媒体评论

所谓速食时代职场的折磨，我以为更多都是对女人心理的折磨。这本书写得很好，因为作者懂得感知女人特有的敏感神经，并且和读者讨论了在这个无视性别差异、无视这种敏感的职场舞台上，女人应该怎样快乐、平和地生存。

全惠贤 女性职场规划师

快三十岁时才明白，女人和男人的职场思维很不一样。很多东西男人认为YES，女人却认为NO。第一次看到这样一本书可以把方方面面过来人的经验细细道来，有很多共鸣，早几年读，可以少走很多弯路。

柳文姝 读者

这是在韩国迄今为止，上架后读者反响最大，传播速度最快的一本职场读物。

朴成玉 kyobo书店店长

我为公司所有的管理团队都买了这本书，不分男女，因为从另外一个角度看，这是一本让管理团队更加理解女性员工的心理，也更加了解自己的好书；使沟通更加有效，尊重不同，达到以心而不是以薪管人的更高管理境界。

金善秀 KTC公司CEO

本书是2008年度韩国女性职场图书销售冠军，将当前时代女性在职场遇到的种种问题和困扰用一种最轻松的形式进行讲述，内容亲切生动，幽默诙谐。本书出版后被韩国36家媒体共同票选为21世纪“女性入职必读书”。

作者介绍:

田美玉，自我开发和职业管理方面的专家。目前任职于韩国CMI(Career Management Innovation, 职场规划创新)研究所，HiCEO的策划委员，女性自我启发咨询顾问。

潜心研究被团队和社会所承认的成功女性具备的领导能力，并通过自己在职场积累的实战经验为众多年轻女性带来借鉴和帮助，成为她们的良师益友。

著有《I am Brand》《成功女性的自我经营笔记》《自信感Up笔记》等等。

目录: 序言 被这个速食年代折磨的职场女人第一课 女人，你还没摸清职场规则吗
公司的组织结构图，就算闭着眼睛也要画出来面对麻烦，你必须统统“吃光”
与男同事相处的法则 不要成为派别的任何一方 必要时，抄袭男人的优点
什么是你不能被抢走的 患“公主病”的下场
仔细观察时机，选择准确的时间留下或者离开第二课 关系，关系，还是关系！
人际关系，真的是女人的弱项 把自己的意见兜售给上司
你要成为享受成果的公主，还是终日劳碌的宫女 要为过度的人情减肥
说政治的女人最美丽 调教讨厌的后辈 试着和敌人做朋友 SAY NO有多难
流言蜚语，一定要正面回击 提升人际关系的三种投资第三课 那些会要人命的小事
嘘~这些事是秘密已经打开的MSN窗口，也要再检查一遍“这样的事”，值得做一遍
令你郁闷的会餐，更要参加 不要在公司找“姐姐” 千万不要让礼物变成贿赂
实在控制不住的办公室恋情，怎么办？跳吧，跳吧，直到失去所有人的信任
真正的酒鬼，会给自己留后路第四课
你的职场形象合适吗给你的形象披一件“高级的外套” 包包的大小，代表你本人
质地，而不是款式 教你几个职场着装的绝招 电话漏玄机
用“靠垫语言”（cushion语言）转换气氛女人的身体，更是革命的本钱！第五课
要想出头，就得这样“我不干了”的话，就再也不要说了 学学男人对“忠诚”的理解
唤醒你体内的竞争因子 开刀整形，不如“自我炫耀”来得实惠
善良的表情，正直的说话，真的很没意思 寻找可以与你交流经验的高人
在公司里，不存在“没有消息就是好消息”的说法 骂声像打针，只会痛一时结束语

化茧成蝶，读懂女人的第一张职场地图
· · · · · (收起)

[女人的职场芭蕾课_下载链接1](#)

标签

职场

女性

女人

社会

魅力女人

职场;行为

礼仪

自我成长

评论

2015-3-9 快速浏览类书籍。

少犯错误

这本书讲得很贴心很透，女性在职场上面临的问题，从市面上讲男性竞争的书中很难找

到答案。详读这本书，很多贴心的Tips很受用，想法能影响人的一生。相信顺应着这本书的思路，职场之路会更加顺畅。当然，还需要实践中去慢慢摸索。

有些用处，但不多，书不厚，装帧不美，但也不便宜，

很实际，不过看了就忘了。

虽然道理都明白，但是作者还是阐述得比较好。看了之后，能够说服我再次注意这些方面。

为即将踏入职场作准备。

鸡肋。

不太适合我这行。

对比，我需要很大改进。受益。

2010年6月23日

学习了

还是有所收获，夹着尾巴做人呐..

涵盖了目前职业女性会遇到的不少问题，也有细节性的东西，但是理论较普遍，更多的还是需要女性们对自身的反思，是不是自己也曾经有过这样的行为？今后能否真的避免呢？期待每一位职场女性的完美蜕变，踮着脚尖在职场中华丽旋转。。。

值得一读，女性职场必看

还是浅了一点

r

实用，不错

对我地几实用噶~

[女人的职场芭蕾课 下载链接1](#)

书评

培养自己的想法：

对上司忠诚，笑脸相迎；研读权力结构图，观察办公室的聊天内容，布置和会议形式等微妙细节；通过公司扩展眼界和交际范围，不露声色地学习。和同事相处：

向男同事学习了解各种新闻，顾全大局并保持平静，不扬家丑不聊他人是非；遇到推卸责任的同事要事先划分...

请注意，在题目上个人玩了个小花样，说值得一看，是电子书值得一看，换言之就是花钱去买纸质的那就不必了。当然，既然可以一看，说明书本身还有些东西值得花些时

间的。首先说，这是一本相对另类的职场书，这本书不同于以往那些泛泛之作，比如个人之前写过的杜拉拉秘笈一类的...

女人经济的独立其实才走了一半的路，而且是比较容易的一半。忘记哪一位台湾女作家曾经说过，其实女人最关键是在心灵上画一个独立的圆，这样才能舒展，才能幸福，才能美丽。
而这个圆怎么画，似乎跟你现在金钱的多少和事业的成败毫无关系，心灵的圆，怎么画？我好像跑题了...

现在心理辅导听得越来越多了，奥运会运动员需要心理辅导，地震灾区人民需要心理辅导；其实日常生活中普通人也需要心理辅导。
对于我来说，这本书中就是做了这件事，太多工作中的琐事积攒在心上，只是心烦还好，有的时候睡不着觉，我甚至觉得我的身体也受到损害。很佩服韩国人...

[女人的职场芭蕾课 下载链接1](#)