

**素养是一个女人的核心竞争力
素养修炼是每一位职业女性一生的功课！**

职业女性素质修养



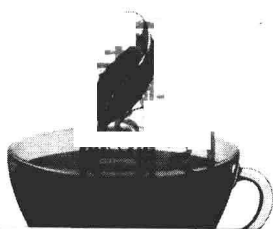
李 云◎编著

一个女人可以不漂亮，但是不可以没有素养；美丽是女人的灵魂，素养是女人的精髓，素养比美丽更有魅力，更动人。

中国言实出版社

**素养是一个女人的核心竞争力
素养修炼是每一位职业女性一生的功课！**

职业女性素质修养



李 云◎编著

一个女人可以不漂亮，但是不可以没有素养；美丽是女人的灵魂，素养是女人的精髓，素养比美丽更有魅力，更动人。

中国言实出版社

图书在版编目(CIP)数据

职业女性素质修养/李云编著.

—北京:中国言实出版社,2011.2

ISBN 978-7-80250-429-5

I. ①职…

II. ①李…

III. ①女性—修养—通俗读物

IV. ①B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 256163 号

出版发行 中国言实出版社

地 址:北京市朝阳区北苑路 180 号加利大厦 5 号楼 105 室

邮 编:100101

电 话:64924716(发行部) 64963101(邮 购)

64924880(总编室) 64914138(四编部)

网 址:www.zgyscbs.cn

E-mail: zgyscbs@263.net

经 销 新华书店

印 刷 北京市德美印刷厂

版 次 2011 年 2 月第 1 版 2011 年 2 月第 1 次印刷

规 格 710 毫米×1000 毫米 1/16 15 印张

字 数 200 千字

定 价 32.00 元 ISBN 978-7-80250-429-5/B·263

前言

Preface



她似水,却能抵抗繁重的工作压力;她有自己曲线,也有自己明确的职业路线;她是女性,却能和男性一样,撑起职场的半边天。她不是花瓶,更不是老虎,她和你一样,是一位混迹职场的 Office Lady! *Lady*.

职业女性,一个并不陌生的名词。在近几年来,它以迅雷不及掩耳之势将一部分女性从大众中分离出来,成为人们或艳羡、或不屑、或不解的一群人。这群人与上一辈相比,拥有更多接受高等教育的机会、更令人称羡的职业岗位、更优越的生活条件以及更强的专业和领导才能。与男性相比,拥有共同竞争一份好工作、共同负责项目、共同争取领导地位和薪金的机会。另外,据美国的一位社会学家研究指出,“上班族”女性与那些专职的家庭主妇相比,生活得要更快活。这一结论的根据是,在他的调查中,有 26% 的专职家庭主妇表示对自己的生活不满意,而只有 14% 的“上班族”女性表示对生活的不满情绪。

但是,这并不能说明职场是风平浪静的,它其实蕴藏着无限的玄机、风险,会让人防不胜防,稍不小心,就可能陷入泥淖中而不能自拔。对于肩负着生活和事业双重责任和压力的职业女性来说,她们需要在有限的时间内,既做好本职工作,又要面对生活中的各种繁杂琐事。这一多重的角色,更要求她们在做一位好职员的同时,又要做一位好妻子、好母亲……如何妥善处理好各种角色,使自己在竞争激烈的职场中屹立不倒,基业长青,就要不断地寻找自己职场的增长点,持续提升自己的生存力。

毋庸讳言,一个优秀的职业女性,绝不仅是职场的润滑剂,更是职场的助推剂;绝不仅是职场的一道风景,更是实实在在的一种力量。绝不只是自己出业绩,更有助于整个团队出业绩。从职业女性身上体现出的应该是一种独立的思想和强大的责任心,一种他人所无法比拟的职场魅力。你可以在职场上呼风唤雨,但必须把微风细雨带给同事,只有掌握一定的职场“铁律”,才能让你像一阵清风般,给大家带来舒心的感觉,为自己的职场增添魅力。

可见,职场女性必须掌握多种的方法和技巧以使自己更为出色,如沟通的技巧、情绪的管理、礼仪的运用,同时还要学会具备良好的心态,守护自己的健康……大小事,事无巨细,无不需要一一“打理”。那么,如何应对这些事情,让自己逐渐走向卓越?《职业女性素质修养》一书告诉你如何成为一个事业成功的女人,一个独立的女人,一个有品格的女人,一个有修养、富有女人味的幸福女人以及如何让自己在工作中体会到独立的价值与工作的乐趣。

本书从心态、沟通技巧、情绪管理、打造女人味、掌握职场礼仪以及守护健康几方面,采用论说加事例的方式,全方位阐述了作为一个职业女性所应“修炼”的职场魅力。它是你职场蓝图的规划师,心灵健康的净化剂,职场通达的指路灯,增添智慧的指挥棒以及行走旅途的化妆师……阅读本书,能使你不断提升自我素质,增强自我修养,也能让你寻找到职场增长点,持续提升自己的职场竞争力和生存力。

有人说,职业女性既要有自己的时装,还要善于“伪装”;既要有姿态,还要有属于自己心态……只有这样,才能提升自我素质,修炼自我魅力。也只有这样,才能让自己如鱼得水、游刃有余。如果你想活出自己的风采,如果你想拥有健康的体魄和美丽的容颜,以及发展的机会,翻开本书吧,也许答案就在其中。有时候,鱼与熊掌是可以兼得的!

目 录

Contents



第一章 随风飞翔有梦作翅膀

女人的美丽如一年四季的灿烂,美不胜收,五彩缤纷。在当今时代,女性早已不仅仅扮演“妻子”、“母亲”的角色,越来越多的女人走出家门,走向社会,融入到了这个瞬息万变的社会之中。女人用一副并不健壮的肩膀肩负起了更多的社会责任,用汗水灌溉了属于女人自己的一片天地。如果说女人因可爱而美丽,那么当今的职业女性则因工作而变得更加美丽。

1. 女人因工作而完美,因梦想而美丽 /002
2. 拒绝平凡,能做珍珠不做沙 /004
3. 有了梦想就要大胆追求 /006
4. 志存高远,一步步实现自己的梦想 /009
5. 职场是条单行道,目标为你导方向 /012
6. 确立清晰的目标,寻找自己的职业理想 /015
7. 规划职业蓝图,始终领先他人一步 /018

第二章 心灵排毒,心怀阳光人人爱

太阳总是毫不吝惜的把自己的光芒洒向人间,阳光般的女生总是让人感觉清新自然、活力无限。阳光般的职业女性一定是豁达的,一定是乐观积极的,她们不虚伪、不做作,她们率真、自信,她们能够冷静的面对生活工作中遇到的坎坷和挫折,用自己阳光般的心将生命中的所有坚冰融化。

1. 用阳光为心灵排毒,打通女性心灵的峡谷 /022
2. 寻找善良的天性,升华自己的气质 /024

3. 播下善良之种,采撷胜利之果 /027
4. 给别人余地,就是给自己机会 /030
5. 面对他人之过,得饶人处且饶人 /032
6. 穿越自卑的峡谷,插上自信的双翅 /035
7. 自信不自负,踏实走好每一步 /037
8. 宰相肚里能撑船,职场女性也豁达 /040
9. 不畏惧失败,越挫越勇才是真英雄 /043
10. 摆脱压力负担,轻轻松松闯职场 /046

第三章 修炼职场白骨精,你准备好了吗

俗话说得好“人在江湖漂,哪能不挨刀?”职场就是大战场,刀剑无情,不是你挨了别人的刀,就是别人挨了你的剑,只有“成精”才能减少被职场大江湖伤害的可能性。那么,如何才能修炼自己的道行,成为不随意出刀伤害别人的同时却还能保护自己的职场白骨精呢?那当然是加强能力的培养了,有才,走遍天下都不怕!

1. 认真是一种魅力,工作认真的女性才美丽 /050
2. 职场竞争无性别,别拿女性娇气当权利 /053
3. 全力以赴,用敬业精神赢得职场的胜利 /055
4. 把握细心特质,跳好职场华尔兹 /059
5. 主动自发工作,不做被动的小绵羊 /063
6. 肩膀再瘦弱,也要主动承担责任 /066
7. 勤于思考,不做“胸大无脑”的花瓶 /069
8. 每天比别人多做一点,不做职场“猪八戒” /072
9. 借口不是保护伞,用结果证明自己 /075
10. 行动,让你巾帼不输须眉 /078

第四章 告别花瓶,腹有诗书气自华

女人总是容易被冠以“花瓶”的称谓,也有一些女性为自己成为“花瓶”而洋洋自得,但是“花瓶”毕竟是脆弱、易碎的,一个女人持久的美丽不是来自于外表而是发散自内心。智慧的职场女性会用知识来打磨自己,用修养来装饰



自己,告别“花瓶”,追求隽永的美丽。

1. 智慧是职场女性永不褪色的资本 /082
2. 职场生存需本钱,用专业能力说话 /084
3. 学习是一种能力,带来无限潜力 /086
4. 自身先升值,职场再升职 /088
5. 不断丰富自己的学识,秀外更要慧中 /090
6. 以书为伴、拥书而眠,做才貌双全的职场女性 /092
7. 敏而好学,不耻下问 /095

第五章 艺术沟通,轻松畅游职场

所谓“人在江湖,身不由己”,其实职场也是一个江湖。在“职场江湖”上,每个人都想翩翩起舞、挥洒才华、得以提升。但是,如何才能把平凡的自己修炼成一个职场高手呢?这就要靠沟通的技巧了。掌握了沟通技术,并将其充分运用到职场中,才能在职场人际交往中如鱼得水,才能成就自己灿烂的人生!

1. 掌握沟通资本,做人见人爱的职场丽人 /098
2. 掌握沟通艺术,为职场增光添色 /100
3. 小小幽默好处多,轻松化解大尴尬 /102
4. 赞美他人 成就自己 /105
5. 巧妙避开沟通“地雷” /108
6. 沟通是门大学问,装饰语言是关键 /111
7. 跳出沟通误区,和上司无极限沟通 /113

第六章 管理情绪,做职场情绪的“环保者”

职场中,压力是无处不在的。在这种强压的情形下情绪的变动幅度会随之增大,管理情绪也就变得越来越重要。情绪可以决定你的命运,做好情绪管理不仅关系你的工作事业,更关系到你一生的幸福和美满。那么,如何才能有效的管理自己的情绪呢?这就要掌握管理情绪的方法了。只有掌握管理情绪的方法,才能在面临不好的情境时“选择”适宜的反应,有效的掌控自己的情绪。

1. 管理自己的情绪,做情绪的主人 /118
2. 职场不相信眼泪,懂得控制情绪 /120
3. 不良情绪——女性的职场“杀手” /122
4. 懂得微笑,将不良情绪扼杀在摇篮之中 /124
5. 换个背景看问题,柳暗花明又一村 /126
6. 逆境是职场“顽疾”,坚韧是逆境的“良药” /128
7. 摒除职场厌倦情绪,做新鲜活力的职业女性 /130
8. 愤怒是职业“肿瘤”,心平气和才有健康 /132
9. 走出沮丧的困境,乐观才能拥有多彩的职业生涯 /134

第七章 拼搏不忘本性, 拼命三娘也有女人味

在现代生活的快节奏中,人们似乎已经习惯了“风风火火闯九州”的拼命三娘式的职业女性,甚至职业女性自己也逐渐的忘记了自身本该拥有的女人味。但是千百年传承所赋予女人的美却是最令人怀念与留恋的,或许偶尔,身为职业女性的你也会停下脚步,展露出那一低头的温柔?

1. 最是那一低头的温柔 /138
2. 宁静温婉是女性最引人的因子 /140
3. 拥有一颗爱心,温暖身边的人 /142
4. 善用可爱之处,拒绝做“冷美人” /145
5. 当爱情来临时,大胆把握爱情的脉搏 /148
6. 坚强不失本色,适当示弱才最佳 /151
7. 细微之处方见情深 /154
8. 热情的女性,才有难以阻挡的魅力 /156

第八章 舞动个性魅力, 展现独一无二的风景

在人际交往中,很多人会有这样的体会,有的人,尽管你们只有一面之缘,但是他的行为举止、音容笑貌却令你难以忘怀,而有的人见过很多次了,但是却很难给别人留下什么深刻印象。出现这种现象的原因就在于每个人的个性都是不一样的。有的人在思想、性格、品质、意志、情感和对人对事的态度方面展现出来个性稳定、有吸引力的特点,所以人们很容易就能记住他,



对这个人印象深刻,而有的人个性则不明显,比较难让人记住。

我们每个人都是个性化的、不同于其他人的存在。在职场中,我们职业女性也要善于展现自己独特的个性魅力,在工作中坚持自己的工作原则,锐意创新工作方式,创造良好的职场人际关系,为自己的职场生涯创造机遇,在职场中展现独一无二的风景。

1. 每个女人都是独一无二的风景 /162
2. 舞动个性魅力,做个与众不同的职场丽人 /164
3. 坚持自己的,做最真实的自己 /166
4. 个性张扬有尺度,在含蓄中蕴藏个性 /168
5. 永远保持活力,做新鲜的职场达人 /170

第九章 将美丽进行到底

每一位女性朋友都有自己美丽的一面,职场丽人们在展示自己良好的职业操守、业务能力的时候,也同样在展示着自己的美丽。不过,想让自己变得更美是需要职场女性们细细琢磨的,无论是在仪表仪态,还是妆容服饰上,都有很多能让我们变得更加美丽的方法。

1. 仪表仪态——展示个人魅力的第一张名片 /174
2. 轻描淡抹,做清新自然的职场美女 /176
3. 神韵之美,更甚仪表 /178
4. 体姿优雅,仪态万方 /179
5. 蒙娜丽莎的微笑最迷人 /182
6. 打开心灵的窗户,用正确的眼神传递信息 /185
7. 巧搭配饰,奏出华美乐章 /189
8. 穿出职业女性的优雅品味 /191

第十章 用礼仪包装,做优雅的女神

成功是否就意味着废寝忘食,夜以继日呢?这只是一部分。成功是价值与理念、细节与积累的产物,一个只懂得废寝忘食、夜以继日的人离成功的距离还是很遥远。在追求成功的道路上,礼仪才是最大的助推器,是你在微小中获得胜利的保证。

1. 礼仪是一道美丽的风景线 /196
2. 世界因女性而美丽,女性因礼仪而优雅 /198
3. 了解日常交际礼仪,适度得体往来 /201
4. 完美周到地把握职场礼仪 /203
5. 餐饮宴会,优雅从容尽显个人魅力 /206
6. 潇洒社交,虔敬合度才得体 /209

第十一章 向健康进攻,不做职场林黛玉

看过《红楼梦》的朋友,一定还对宝玉结婚,而黛玉孤独地咳血死亡的场景记忆犹新。想必大家也都记得为什么贾母没有选择让林黛玉嫁给贾宝玉,就是因为林黛玉自幼体弱多病,常年靠吃药维持健康,贾母怕林黛玉不能给贾家繁衍后嗣。

可见,健康对于一个女人来说是多么的重要,没有健康连和自己心爱的人在一起都不能得到。封建时代,女人是男人的附庸,“相夫教子”是女人一生最大的事业。现代社会,男女平等,很多女人都有自己的工作和事业,健康对女人来说变得越来越重要。只有拥有健康的身体和心态,女人才能在职场上拥有不断前进的基础和能量。

1. 健康是女性一生的守护神 /214
2. 用健康之土栽培梦想之树 /216
3. 均衡精力,会休息的女人才会工作 /218
4. 告别“病美人”,健康活力才精彩 /221
5. 摆脱职业病的困扰,健康生活每一天 /224

第一章 随风飞翔有梦作翅膀

女人的美丽如一年四季的灿烂,美不胜收,五彩缤纷。在当今时代,女性早已不仅仅扮演“妻子”、“母亲”的角色,越来越多的女人走出家门,走向社会,融入到了这个瞬息万变的社会之中。女人用一副并不健壮的肩膀肩负起了更多的社会责任,用汗水灌溉了属于女人自己的一片天地。如果说女人因可爱而美丽,那么当今的职业女性则因工作而变得更加美丽。



1

女人因工作而完美,因梦想而美丽

怎样的女人才是完美的?温柔贤惠又风情漂亮?美丽温婉又大方明理?琴棋书画样样精通?诗词歌赋曲曲都行?诚然,这样的女人确实是美丽的,但却不是完美的。

有人要提出异议了,这世上本就没有完美,又何来完美的女人呢?这里的完美并不是没有一点缺憾,而是说作为一个女人要有让人欣赏的地方,也要有自我实现的过程。所以,上面提到的女人还不是完美的,因为还缺少严格意义上的自我实现。完美的女人,应该是工作的,并为了工作而努力的女人。工作使女人的价值得到更完美的体现,也使女人更好地完成自我实现。

著名的主持人、成功女人的典范杨澜曾说过:“这世间,女人的美丽有千万种:纯真善良、温婉可人的女子是美的;端庄秀丽、稳重大方的女子也是美的;披上婚纱,成为新娘的女人是美的;初为人母,相夫教子的女人也是美的……然而,在我看来,这一切还不够,必须有一份工作,女人才算完美。”

为什么说女人因工作而完美?因为工作给予了女人更多的独立和自信。以前的社会,女人没有地位,最主要的原因便是她们没有独立,凡事依附于男人。而工作可以为女人提供独立的经济支持,在工作的过程中,她们可以感受任务完成、目标实现带来的喜悦和成就感,从而更自信。

从小宛如便被人们认为是美女,享受着人们的美慕和格外的照顾。上了大学后,宛如更是成为公认的美女,甚至被评为她所在系的系花。美丽的外貌让宛如一直是焦点人物。然而,外貌的出众增长了宛如的虚荣心,她开始更关注于对自己外貌的修饰,而忽略了对自己内心的提炼。眼看大学毕业,周围的同学



都开始忙碌各自的前途，考研或者工作，总之都在努力。宛如并不这么认为，在她的心中，如今的时代就是美女时代，像她这样的美女，难道会有公司拒绝吗？毕业后，宛如也开始了自己的求职路，然而几番下来，她并没有找到理想的工作，有的是因为她不愿意做底层的工作，而更多则是公司觉着宛如的学识和能力并不符合他们的要求，尽管她的外貌确实很出众，但他们更喜欢可以为公司创造实效的人。屡屡碰壁的宛如一气之下回了家。然而，看着周围的同学逐渐在职场中崭露头角，宛如决定不再沉默。她意识到美貌并不是一个女人全部的资本，只能说是一块敲门砖，最后还是需要自己的能力和奋斗。宛如开始学习相关知识，并考取了证书。几个月后，自信美丽的宛如找到了自己满意的工作，并靠着踏实和勤奋受到领导和其他人的赏识。宛如真正感受到了工作带给她的充实和快乐。

有这样一种女人，她们是职业女性羡慕的对象：她们自立自信，言谈举止中不时透露着冷静和坚韧；她们聪慧豁达，精明能干；她们阅历丰富，先知先做，爱人爱己，不知不觉间就描绘出一幅美丽人生。她们就是有梦想，并通过努力逐步实现梦想的人。

女人因梦想而美丽，有梦想的女人更有光彩。梦想是一个人自我价值的体现，是生命的意义所在。制定了梦想，并一步一步实现梦想的过程也是女人追求美和实现美的过程。每实现一个阶段的目标和梦想，女人就会很有成就感和满足感。这种成功的感觉会使女人年轻、快乐。

杨澜曾说：“时常有女性朋友问我是如何保持容颜的，我给出的答案是‘工作是我最好的美容术’。”工作之所以美容，是因为工作就是女人实现梦想的一个途径，而它可以带给女人成功和满足的享受。“我工作，我快乐”，工作还可以带给女人成就感和满足感。

工作是实现梦想的途径，梦想是激发工作的动力，而工作和梦想是女人变得完美和美丽的秘密。所以女人因工作而完美，女人因梦想而美丽！

2

拒绝平凡,能做珍珠不做沙

女人该怎样活着?几千年的封建社会,女人似乎除了做妻为妾,相夫教子,再没有其他的事情可做。不是她们不想去做,而是社会并没有提供给她们一个平台。所以,那时的女人除了嫁的好坏之外,再没有其他让人生出彩的地方了。然而,现在的时代已经大不同了。

在“男女平等”的进步、文明的口号声中,女人开始走出大门,进入学校,接触社会。随着社会的进步,现在几乎没有对女性的限制,你可以通过自己的努力成为某一领域的专家或领军人物,你可以攻读博士、管理企业,甚至管理一个国家。只要你有能力,你的人生可以自己选择,并让她放出光芒。

是的,现在有太多提供给女人的机会,只要你拒绝平凡,只要你能做珍珠,便不会被沙埋没。那么,对于你来说,一切皆有可能。你完全可以让自己的人生大放光彩!

于是,有的女人开始尝试之前没有走过的路,她们是这样一种女人。这种女人,她们走出家庭的禁锢,进入职场,然后开始了独自在职场中的闯荡。自尊、精明、理智是她们的典型特征。既然选择了工作,选择了与以往不一样的人生道路,那么,在工作中她们不再柔弱,更没有矫揉造作,而是用一个女人的坚韧、力量和智慧闯出自己的一片天。因为,她们有一个理想,那就是做一颗光芒耀眼的珍珠。

这种女人多了理性,少了感性;多了自强,少了依赖。现实早就让她们明白要自尊自爱,不依靠别人,否则只能像寄生虫一样。她们自己的人生观和价值观,即使为此失去了甜蜜的爱情,她们也并不惋惜。因为在她们看来,爱情并非生活的全部。她们像男人一样在职场之中叱咤风云,扭转乾坤。虽然她们也困惑过,也迷茫过,但是,她们始终坚持自己的理想,做一颗珍珠。最终她们可能有幸福的家庭,可能有傲人的成绩,可能



有和谐的人际关系,可能几者都具备,也可能缺失一块,但她们已经拥有了夺目的光芒,成为了现代社会潮流中令人敬佩又羡慕的新女性。

然而,在最终走向成功的过程中,她们也会有不自信,也会迷茫,也会失措。研究表明,女性比起男性具有更明显的自身的内省能力。受到社会传统的制约,女性对于生活工作的各个方面,总是显露出很强的劣势担忧,认为自己并不适合做,或做不好某件事。因此,在这种担忧下,她们常常将自己的弱点扩大化,总是给自己一种误导,认为自己什么都做不好,态度也逐渐消沉了,变得消极和不自信。

而这种不自信和消极转而影响了她们的情绪。她们开始整日萎靡不振、自暴自弃。在这个过程中,女性开始丧失了原本的自信,甚至于连自身的优点都视而不见了。

L小姐与现在的老公是大学同学。大学毕业后,两人都开始工作。上个月,在他们恋爱六年,L小姐工作四年后,两人步入了婚姻的殿堂。然而,刚结婚L小姐就把工作辞掉了。对此,她的朋友W小姐十分不解。

“干了三年的工作,说辞就辞了,不觉得可惜么?”

“我老公挣的钱足够我们生活了,与其在公司上班把自己弄得那么辛苦,我更想照顾好我们的家。”

“你在公司表现很出色,能力也很强,你的上司很看好你,不是要升你为副经理么?”

“我认为女人做得再好也好不过男人,女人工作就是找点事情做做,真正要事业成功,还得是男人去闯,女人最终的归宿还是家庭、丈夫和孩子。”

“其实你并不比男人差,凡事都做得很出色,现在真是可惜了。”

L小姐确实很可惜。但是,女人的劣势担忧也能激起女性的抗争意识。心理学家表示,人具有补偿劣等感的心理倾向,有弥补缺陷的本能,只要激发了她们补偿劣等感的意识,就可以把劣势担忧导致的悲观、消极

转变为努力完善自己的动力。

其实每个人都很平凡,奋斗的过程其实就是在弥补自身的劣势,在奋斗中让自己得到成长。

“天将降大任于斯人也,必先苦其心志,劳其筋骨,饿其体肤,空乏其身,行拂乱其所为。”只有我们发现了自身的缺点、并受其所累的时候,我们才真正找到能够将其补足的机会,并激发我们无穷的动力。

职业女性常常感受到这样的无奈:对工作强度的承受能力不如男性,面对升迁,男性升迁的可能性永远比女性大,女性似乎总不如男性那么容易受到上司信任,甚至会在工作能力等方面受到歧视等等。这时,首先不必感到自责,更不应因此退缩。当心中的负面因素不断增加,你最需要做的不是沉默,不是消极,而是将其转化为推动自己前进的正面能量。这样,有多大的负面情绪,就会产生相应多的奋斗动力和能量。发现了自身弱势于是产生劣势担忧,态度消极,情绪低落,负面能量郁积,最终爆发,自我完善。这就是女性不断提升自我的过程。职场游戏,人人都是玩家,只要清楚游戏规则,人人也都可能成为赢家。只要你不甘平凡,你就有可能成为一颗耀眼的珍珠!

此时此刻,你走在哪个阶段了呢?

3

有了梦想就要大胆追求

(小时候,每个人都有这样那样的梦想,随着时间的推移,年纪的渐渐增大,在看过了越来越多的无奈之事,饱尝了生活中的艰辛困苦之后,人都变得现实了。在追梦的道路上,妥协的人占了一大半。)

F小姐刚进公司,上司找她谈话。

“你还记得自己的梦想吗?想为自己创造美好人生的梦想?”

“是的,我有过那样的梦想。”