

所有奋斗中的女孩都相见恨晚的人生智慧读本

说话要像播音员 做事要像乘务员

아나운서처럼 말하고
스튜어디스처럼 행동하라

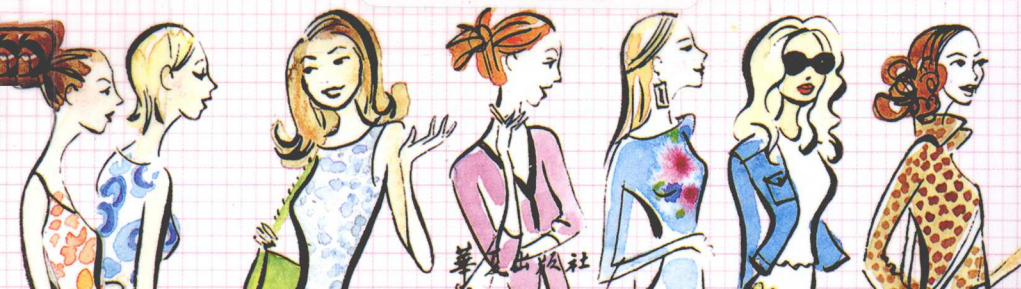
[韩] 白仁河 / 权珍 / 李惠瑛◎著
程匀◎译



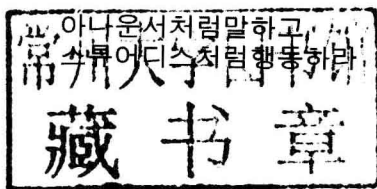
韩国 超人气 NO.1 幸福女人修炼手册

如果你像播音员一样会说话，像乘务员一样会做事，那么不管你做任何事，都能够获得成功。现在就开始，让“灰姑娘”成为过去式，做一个拥有成功事业与幸福人生的双料女王吧！

{ 美好生活从说话开始 }
{ 幸福人生从做事开始 }



说话要像播音员 做事要像乘务员



[韩] 白仁河 / 权珍 / 李惠瑛◎著
程匀◎译



华夏出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

说话要像播音员 做事要像乘务员 / (韩) 白仁河,
(韩) 权珍, (韩) 李惠瑛著; 程匀译. —北京: 华夏
出版社, 2011.8

ISBN 978-7-5080-6470-3

I. ①说… II. ①白… ②权…③李…④程… III.
①女性—成功心理—通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第063937号

Like the announcer talk and like the stewardess act by Paik In Ha (白仁河) Kwon Jin (权珍)

Lee Hye Young (李惠瑛)

The Original Korean edition © 2007 published by Joongang Economy Publishing Co.

The Simplified Chinese Language Translation © 2011 HUAXIA PUBLISHING HOUSE by arrangement
with Joongang Economy Publishing Co. Seoul, Korea through EntersKorea Co., Ltd.

All rights reserved.

著作权登记号 图字: 01-2010-1011号



出品策划:

网 址: <http://www.xinhua bookstore.com>

说话要像播音员 做事要像乘务员

作 者 [韩] 白仁河 权珍 李惠瑛

译 者 程 匀

责任编辑 曾 羽

封面设计 思想工社

排版制作 思想工社

出版发行 华夏出版社

(北京东直门外香河园北里4号 邮编: 100028)

总 经 销 新华文轩出版传媒股份有限公司

印 刷 北京通州皇家印刷厂

开 本 787mm × 1092mm 1/32

印 张 8

字 数 137千字

版 次 2011年8月第1版 2011年8月第1次印刷

定 价 25.00元

书 号 ISBN 978-7-5080-6470-3

本版图书凡印刷、装订错误, 可及时向我社发行部调换

得到与付出是相等的，在希望得到更好的东西之前，先看看自己可以拿出多少砝码。你的砝码越重，可以要求的东西才越多。如果你没有足够的砝码，那与其梦想小概率的好运发生在你身上，不如从现在开始，寻求增加砝码的方法。

梦想存在于我们的生活中，想要实现梦想，必须改变我们现在的生活。真正地去准备，而不是沉醉在迷惑自己内心的情绪中享受精神鸦片。这样才能带来真正的改变，离梦想才能更近一些。



当你越放松，你就变得越有力量；当你感觉放松，你就会累积更多的能量，你的工作就会开始有创造力，而不只是在工作。不论你做什么，都要全情投入，带着极大的爱，以及更多的能量去完成它。

改变命运也许只在一瞬间，就像穿上漂亮裙子这么简单。但要是之前你没有足够的付出，那么一步登天的幸运就不会在你身上发生。忘记漂亮裙子，做你该做的事情，终有一天，你会用你的方式成就自己。



推荐语

就我个人经历而言，书中的很多内容和我这些年通过自己的实践和不断的努力所获得的经验不谋而合，我现在所取得的一些微不足道的成绩，也大都得益于此。对我来说，这是一笔非常宝贵的财富和难得的经历。

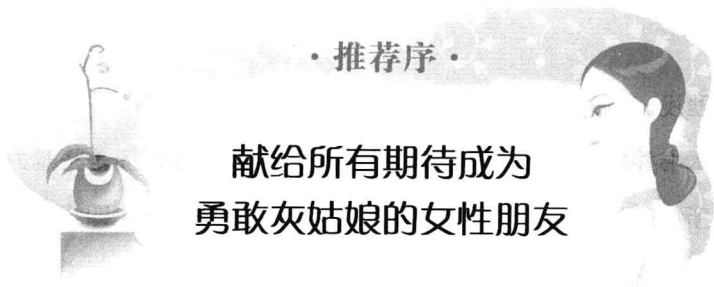
——SBS POWER FM 主持人 李淑英

作者在书中提到：对失败的恐惧阻碍了我们实现梦想。但事实上，每个人都将实现梦想。这本书旨在激励读者相信自己内心的力量，敢于去追逐梦想，永远不要放弃梦想。

——大韩航空空中乘务员 李智莲

现代社会，品牌形象左右着企业的成败，而个人形象也决定着人生的成败。我们的祖先用“身言书判”来选拔考核官员，而这本书恰恰从现代人的视角对这一方法作出了新的诠释。这本书并非简单传授自我包装的技巧，还同时兼顾了如何充实内心、丰富内涵等诸多内容。为那些想成为众人羡慕对象的女性朋友提供了明确的答案。

——大韩航空空中乘务员 李秀英



· 推荐序 ·

献给所有期待成为 勇敢灰姑娘的女性朋友

现在有越来越多的女性走向社会，成为独当一面的职业女性。在诸多的职业当中，播音员和乘务员似乎成为了关注的焦点。也正因为如此，这两种职业的选拔考试愈来愈严格，竞争也愈来愈激烈。此外，在众多连续剧或电影中，这两种职业也频繁登场。

这些事实从侧面证明，这两种职业不但在女性中间很受青睐，在整个社会也获得了极高的关注和人气。人们普遍相信这两种职业在未来会有很好的发展前景。

本书给读者提供了30条建议，内容围绕个人形象打造、谈吐细节、说话、办事、沟通、思维方式、人际关系、理财、人生规划、婚姻等决定女人一生的因素，详尽地阐述了一名现代职业女性所必须具备的素质，以及一些鲜为人知的修炼方式。既有一些平日容易被忽略的小细节，也有非常重要、必须牢记的关键点。

本书通俗易懂又充满趣味，它会让你一拿到就迫不及待想一口气读完。同时，它又是一本职场女性所必备的教科书，会使你

受益匪浅。

本书并非只适用于播音员或乘务员这两种职业，而是将魅力女性所必须具备的素质全都囊括其中，这对那些刚毕业即将走向社会的学生，或是刚刚参加工作的年轻女性来说，具有非常好的指导作用。

就我个人经历而言，书中的很多内容和我这些年通过自己的实践和不断努力所获得的经验不谋而合，我现在所取得的一些成绩也大都得益于此。这对我来说，也是一笔非常宝贵的财富和难得的经历。

SBS POWER FM 主持人 李淑英

· 作者序 ·



让我们都成为“现代灰姑娘”吧！

——二十一世纪灰姑娘的成功法则

一位女播音员的婚姻

2006年8月末，在KBS电台主持多个节目且极具影响力的播音员卢贤贞结婚了。结婚对象是韩国知名财团董事长的公子。他们的婚事迅速成为当时的热门话题，网友在网上进行了热议，其中大部分内容都是关于“现代版灰姑娘”的批评性留言。

虽然在当今这个开放的社会里，允许有不同的思想和价值判断，但我依旧认为，类似这种一边倒的评论确有不妥。

“现代版灰姑娘”有必要受到指责吗

现在又不是中世纪，每个人都有和自己意中人结婚的自由。在当今这个年代，一对情投意合的男女准备结婚，其他人有何权利在旁边指指点点？就算这位播音员真的是“灰姑娘”，她通过

展现自己的魅力，和优秀的对象结婚，并希望拥有更美好的生活，又有什么不妥的地方呢？我们不能因为这位播音员是一位具有相当人气的公众人物，就随意指责她，更不能否定她的婚姻，或是对她进行人身攻击。

事实上，我认为有许多人，特别是一些生活阅历丰富的人，对他们的婚姻是满含祝福之意的。婚姻是为了追求个人幸福而做出的选择，同时也是缔造和谐社会的基础，这本身就是一件值得祝福的事情。

为什么会有误解呢

当今社会，那些梦想成为播音员或空中乘务员的女性总是很容易被人们误解为是一些通过靓丽外表迷惑男人的女人。在一些影视作品中，播音员或空姐也经常被塑造成外表光鲜却思想幼稚、举止傲慢且不可一世的反面形象。

可事实却恰恰与之相反。在当今这个竞争激烈的社会，选择播音员或空中乘务员作为职业的女性可以说是非常勇敢而坚强的。发挥自己在外貌、声音或亲和力方面的优势，为社会发展贡献自己的一份力量，活出精彩人生的她们，难道不值得鼓励吗？

她们的生活是多么的富有挑战性，又是多么的富有意义。相

信读者朋友在读完此书后，会做出自己正确的判断。

像播音员一样说话，像乘务员一样亲切待人的人，如果无法获得成功，那一定是这个世界出了什么问题。换句话说，如果一个人身上具备播音员或乘务员身上所具备的竞争力，那么不管他做任何事，必定都能够获得成功。

事实上，又有多少职场人士具备播音员或乘务员身上所具备的竞争力呢？

曾几何时，企业在招聘员工时，会优先考虑那些在服兵役时升为军官的人。同样，我相信在不久以后，有过播音员或乘务员经历的人，也一定会成为企业招聘人员的“抢手货”！

二十一世纪是女性的时代

在当今这个时代，男人一统天下的单一格局已被打破，“男主外，女主内”的时代宣告结束。女人美丽的高跟鞋正以异常优雅的姿态踏上从前属于男人的领地，和男人一争高低，可以说，二十一世纪就是女性的时代。

如今，获得成功的女性越来越多。女性的幸福指数越来越高，才能证明社会是一个有发展的、不断进步着的社会。同样，只有女性的智慧和能量充分地发挥出来，这个世界才会变得更加

美好。

一名二十一世纪的新女性应该有一个怎样的形象呢？

在互联网上有这样一份调查报告：在网民心目中，在新时代成长起来的新女性，具有如下统一的形象：她们独立自主、自尊自立，拥有一份自己喜爱的事业；她们注重个人修养与学识，拥有自己的理想与目标；她们思维敏捷、聪明智慧、干练精明、谈吐优雅；她们善解人意，对所爱的人体贴有加；她们既有个性，又保持女性的温柔本质。这里不难看出，时代赋予了女性新的内涵：谋求知识武装，找准社会定位，强调人格独立，追求个性解放。

那么，你还在等什么呢？让我们昂起头来，勇敢地塑造出一个独立、优雅、充满魅力的新女性形象吧！



梦想与现实的距离与自我

梦想与现实的距离与自我

200× 200× 200× 200×

200× 200× 200× 200×

梦想与现实的距离与自我

目录

CONTENTS

PART 1

打造自己特有的职场形象



ADVICE ① 塑造成功的自我形象

让人大吃一惊的喜帖 / 005

不当大哥很多年 / 007

ADVICE ② 塑造积极向上的个人形象

独特的个人魅力 / 010

形象不同于风格 / 013

年轻女性更要注重个人形象 / 014

不可忽视的第一印象 / 015

ADVICE ③ 准确的吐字发音是塑造正面形象的必要因素

上升为最受欢迎的职业之一——播音员 / 017

减少重复性失误 / 018

吐字清晰是基本原则 / 020

完美发音的秘诀 / 021

ADVICE ④ 充分扎实的准备工作

一位大学教授的精彩授课 / 027

事先准备好台词 / 029

能将准备好的台词如实地表达出来才是专业性的体现 / 030

ADVICE ⑤ 幽默，那是必须的

幽默的效果 / 032

营造幽默的环境 / 033

幽默是面试时的有力武器 / 034

不要为了玩笑牺牲他人 / 035



ADVICE ⑥ 小心驶得万年船

播音结束后他们在说什么/038

永远不要放松警惕/041

ADVICE ⑦ 朝着目标不断努力

所有播音员的终极目标都是晚九点新闻吗/044

每个人都需要成功的自我形象管理/045

不要急于求成/046

