

· 双色版 ·

Congmingnoren  
Shouyongyishengdezhihuik

一看就懂、简单易学、百用百灵的智慧书  
为想要成功的女性朋友开启智慧之门，顺利走向精彩人生。

# 聪明女人

受用一生的

# 智慧课

张吉杰◎编著

中国华侨出版社

· 双色版 ·

Congmingnoren  
Shouyongyishengdezhihuike

一看就懂、简单易学、百用百灵的智慧书  
为想要成功的女性朋友开启智慧之门，顺利走向精彩人生。

# 聪明女人

受用一生的

# 智慧课

张吉杰◎编著

中国华侨出版社

### 图书在版编目(CIP)数据

聪明女人受用一生的智慧课 / 张吉杰编著. -- 北京:  
中国华侨出版社, 2013. 6

ISBN 978-7-5113-3674-3

I. ①聪… II. ①张… 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 (2013) 第 122314 号

### ●聪明女人受用一生的智慧课

---

著 者 / 张吉杰

责任编辑 / 棠 静

装帧设计 / 添翼图文设计室

经 销 / 全国新华书店

开 本 / 710 毫米 × 1000 毫米 1/16 开 印张 / 16.5 字数 180 千字

印 刷 / 北京九天志诚印刷有限公司

版 次 / 2013 年 7 月第 1 版 2013 年 7 月第 1 次印刷

印 数 / 4000 册

书 号 / ISBN 978-7-5113-3674-3

定 价 / 30.00 元

---

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

网址: [www.oveaschin.com](http://www.oveaschin.com)

E-mail: [oveaschin@sina.com](mailto:oveaschin@sina.com)

## 前言

### FOREWORD

人生三件事，总结起来无非是个人、家庭和事业。现代成功女性以其美丽和智慧，自如地游走在家庭与社会中，用聪明和技巧在不同领域扮演着各种不同的角色。

聪明女人有非常明确的目标，知道自己要什么，不会轻易被别人的看法所左右；聪明女人专注、果断，不左顾右盼，不拖泥带水；聪明女人不找借口，不发牢骚，不吐苦水……她们意志坚定，对事情有主见。也正因如此，她们最后才会把自己的才华、精力、知识发挥得淋漓尽致，收获丰硕的果实。

聪明女人乐观开朗，善于说话、办事。她们不是传统礼教约束下的女人，而是抛弃了不合时宜的老调旧曲的聪明女人。她们更具有个性、魅力和品位。

工作、家庭和社会生活，这其中哪一个环节处理不好，都会给人带来无穷的烦恼，让自己陷入僵局，难以自拔。聪明女人为了完美地扮演这些角色，练就了独到的说话、办事的技巧，修炼了平衡人际的境界与智慧。她们凡话能说得入木三分，凡事能办得圆融完美，在任何情况下，自己都是魅力四射的焦点。聪明女人这种收放自如的状态和境界，绝非一个不通世事的女人所能掌握的。要知道，一个能把话说好、把事办成的聪明女人，也会得到别人真正的



尊重，取得令人艳羡的成就。当然，聪明女人这种说话办事的本领也并非来自天赋，而是通过特有的敏锐洞察力去感悟，在生活的每一个片段中不断地搜寻、提炼，最终把它与自己的生活融会贯通，才掌握了人际交往的艺术。

本书正是通过聪明女人成长、成功的过程，剖析聪明女人的心路历程，让广大读者在了解她们这样说话、办事背后的自我提升方法的同时，能联系自身，意识到一个女人掌握说话办事的必备技巧是多么重要的事。让我们向聪明女人看齐，着手改造自己，让自己在说话、办事方面有所获益，成为左右逢源、从容自信的魅力女人。

## 第二章



# 目 录

## CONTENTS

### 第一章

#### 柔能克刚，聪明女人懂温柔

在人际交往中，聪明女人都是“独树一帜”的。她们会充分发挥女性魅力来克服遇到的种种困难，实现以柔克刚的局势逆转，不能不让人折服。

1. 发挥女性魅力，摘取人生的桂冠 ..... 3
2. 温柔女性独有的武器 ..... 4
3. 四两拨千斤，聪明女人善于以柔克刚 ..... 6
4. 刚柔相济，聪明女人的办事作风 ..... 7
5. 嘴巴甜，化百炼钢为绕指柔 ..... 10
6. 一句软话或许就能把事办成 ..... 12
7. 学会运用温柔的力量 ..... 14

## 第二章

### 经营爱情，聪明女人不任性

爱情是人生命中一个永恒的主题，每个人的一生都将与爱情相关。但是，现实中的爱情却总是让人欢喜让人忧。这不仅仅是因为爱情中的人都变成了“傻子”，更为重要的是，你没有学会用语言来为爱情加分。爱情中永远少不了甜言蜜语，同样，会说话也会让你尝到爱情的甜蜜。

1. 公众场合多给男人面子 ..... 19
2. 做一个善解人意的好女人 ..... 22
3. 女人不做“河东狮” ..... 25
4. 臭脾气的女人没人缘 ..... 27
5. 遇到爱情，女人也要学会“追” ..... 30
6. 女人擦亮眼睛不吃亏 ..... 34
7. 用宽容成就人生 ..... 37
8. 别用唠叨赶走你的丈夫 ..... 41
9. 善于和丈夫的朋友相处 ..... 43
10. 用贴心话获得婆婆的认同 ..... 46

## 第三章

### 至情至性，聪明女人有魅力

别人爱上你，或者关注你，是因为你不是别人，你是作为你而存在的，因为你身上那些独一无二的特点。每一个女人都不能一味地模仿别人而迷失自我，因为连自我都迷失的人也将失去整个世界。所以，女人要保持着最本真的性情，保持真正的自我。那样，女人才能够拥有生活和幸福。

1. 善良的女人更美丽 ..... 51
2. 做一个个性女人 ..... 54
3. 女人用真心换友谊 ..... 56
4. 别在爱情中迷失自我 ..... 59
5. 助人为乐的女人有魅力 ..... 62
6. 女人要善于调节不平衡的心态 ..... 65
7. 搞好工作，学会生活 ..... 69
8. 摆脱抑郁，做一个快乐的女人 ..... 72
9. 不要发牢骚 ..... 76
10. 女人会谦让，更能赢得尊重 ..... 78
11. 别因为爱情失去朋友 ..... 81
12. 说话幽默的女人有魅力 ..... 84



## 第四章

### 聪明女人要坚强，命运不同情弱者

每个人的一生都是由上万个日日夜夜、数十个春夏秋冬组成的，这看似漫长实则短暂的一生，要一路走下来也需要一份坚持和执着、一份梦想与希望。作为女人，要想这一生过得有意义，要想生活得充实而快乐，就必须有自己的梦想，有为之而奋斗的目标，并充满自信，永不言弃。

1. 坚强的女人路更宽 ..... 91
2. 女人有梦才有希望 ..... 94
3. 坚持自己的事业之路 ..... 98
4. 做经济上独立的女人 ..... 101
5. 学会选择与放弃 ..... 103
6. 学会独处，给自己一个空间 ..... 105
7. 别总是沉醉在别人的赞美中 ..... 108
8. 积极挖掘自己的潜能 ..... 111
9. 懂得珍惜，享受过程 ..... 114
10. 自信地面对人生 ..... 117

## 第五章

### 亲和力，尽显聪明女人的领导力

真正聪明的女人，虽然声名显赫、居于高位，但却能平易近人、受人爱戴。其实，这都是她们善于利用亲和力的功劳。无论是在社交中还是在工作中，她们时刻谨记高而不炫、华而不显的道理，以此为自己打开方便之门。

1. 语带善意受人爱戴 ..... 123
2. 体恤员工，用亲和力去感染别人 ..... 126
3. 鼓励让你做到人心所向 ..... 129
4. 不要打断下属说话，避免造成尴尬 ... 132
5. 学会恰当地表扬下属 ..... 134
6. 学会倾听 ..... 137
7. 让甜美的微笑缩短彼此间的距离 ..... 140
8. 让优秀的员工为己所用 ..... 143
9. 如何成为人人喜欢的女上司 ..... 146

## 第六章

### 和为贵，做职场中的聪明女人

“竞争强、压力大”似乎就是现代职场的真实写照。身在其中的成功女性，在为工作争取更大的发展空间的同时，也会更艺

术地与不同的工作伙伴交流，为自己创造一个和谐、愉快的工作环境。

1. 不与同事发生正面争吵 ..... 151
2. 聪明女人会淡化自己的优势 ..... 152
3. 对待下属需一视同仁 ..... 156
4. 在工作中体贴老板 ..... 159
5. 聪明女人如何与男同事和谐相处 ..... 161
6. 喜新不厌旧，老同事也要常联系 ..... 163
7. 批评下属要得法 ..... 165
8. 避免做出疏远同事的行为 ..... 167

## 第七章

### 高情商的女人从不被情绪所左右

对于一个女人来说，情商的高低直接影响着她人缘的好与坏。而聪明女人也正是凭借自己的高情商，妥善地协调人际关系，并最终取得事业和人生的成功。

1. 情商打造女人的交际艺术 ..... 173
2. 积极努力地面对生活 ..... 175
3. 高情商操控情绪并不难 ..... 178
4. 别让愤怒破坏完美的形象 ..... 181
5. 聪明女人的情绪不由男人左右 ..... 184
6. 没有怨恨的女人心中充满阳光 ..... 186
7. 时刻保持快乐的心情 ..... 189

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 8.完善性格有助融洽人际关系 ..... | 192 |
|----------------------|-----|

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 9.聪明女人会给自己减压 ..... | 195 |
|--------------------|-----|

## 第八章

### 聪明女人会交朋友

朋友，是始终伴随聪明女人的一道选择题。人际交往对未来的影响，在你向人伸出友谊之手的那一刻就开始了，所以选择什么样的人做朋友，要比维系关系更重要。不能否认，结交一个优秀的朋友，有时甚至会成为人生的一个转折点。

也许你由于工作繁忙，已经有很长时间没有问候你的朋友了，这实在是一个不太好的征兆！即使在工作紧张的情况下，聪明的女人也会经常打个电话，发个邮件，偶尔小聚，以加深彼此的感情和友谊。

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 1.主动寻找赏识自己才华的伯乐 ..... | 201 |
|-----------------------|-----|

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 2.向成功人士学习成功的经验 ..... | 203 |
|----------------------|-----|

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 3.让友谊之树常青 ..... | 205 |
|-----------------|-----|

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 4.老朋友间也不忘礼尚往来 ..... | 207 |
|---------------------|-----|

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 5.不张扬，长期与同事保持和睦关系 .. | 210 |
|----------------------|-----|

|                  |     |
|------------------|-----|
| 6.联系老朋友不能少 ..... | 213 |
|------------------|-----|

|                        |     |
|------------------------|-----|
| 7.莫让友谊随着谈话的终止而结束 ..... | 214 |
|------------------------|-----|

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 8.维系友谊，不同类型的人要不同对待 .. | 216 |
|-----------------------|-----|

## 第九章

### 聪明女人立世的八条法则

一直以来，人们都喜欢把女人比喻成水，因为她的柔，因为她的弱。人们也都知道水滴石穿的故事，它告诉人们，女人也可以做出惊天动地的事情来。它也告诉女人们，一定要发挥自己的特长，那样才能做到以柔克刚、以巧取胜。当女人把她的特长发挥到极致的时候，她也成就了女人的魅力。

1. 女人要学习，知识女性最受欢迎 ..... 221
2. 女人别怕哭，真情表白时会流泪 ..... 224
3. 女人声音美，用你的声音打动他 ..... 227
4. 女人有气质，气质是女人的核心 ..... 229
5. 女人有涵养，涵养使女人更有魅力 ... 232
6. 女人会“糊涂”，糊涂深处是聪明 ... 234
7. 女人内心美，内在美是真正的美 ..... 237
8. 做呵“气”如兰的女人 ..... 240



## 第一章

### 柔能克刚， 聪明女人懂温柔

在人际交往中，聪明女人都是“独树一帜”的。她们会充分发挥女性魅力来克服遇到的种种困难，实现以柔克刚的局势逆转，不能不让人折服。



又即部，中對空滿人告  
越，所“應一見然”人  
甚來古越對決卒  
以察實，衆國特制  
才證不，輕重傳圖尚兩京某  
，假許人引

## 1. 发挥女性魅力，摘取人生的桂冠

聪明女人的一生，纵横驰骋、所向披靡，大有巾帼不让须眉之势。而她们的成功，完全是取决于她们对“刀枪剑戟都有征服不了男人心灵的时候，如水的柔情才是灵丹妙药”的正确认识。在向着成功奋进的道路上，她们时刻不忘发挥女性魅力，用女人特有的温柔、细腻，帮助自己摘取人生的桂冠。

一个具有独特魅力的聪明女人，必定是外表精致、举止得体、声音悦耳、言谈丰富、善意眼神与聪明智慧、独立执着、坚忍不拔、温柔多情等内在美的完美结合。无论是青春妙龄还是白发苍苍，无论是靓丽动人还是姿色平平，她们的魅力都似清风般轻柔，如月光般皎洁，似湖水般清澈，如泉水一般甜润。这样的魅力女人，必将拥有不平凡的人生。

这就是聪明女人特有的魅力，这种魅力让女人有一种独有的力量。这种力量让女人驯服命运、驾驭命运，从而改变命运。女性的独特魅力，让女人的能力得以升华。女性的独特魅力，让女人拥有洒脱的人生。

### 聪明女人小贴士

女人如果想在事业上不断有所突破，就必定要借助一些女性特有的魅力。聪明女人正是最大限度地发挥了自己的这种女性魅力，所以她们脱颖而出，摘得人生的桂冠。



## 2. 温柔女性独有的武器

以柔克刚、以静制动的温柔，也是女性独有的武器。懂得运用温柔的成功女性，将变得智勇双全，在人生的路上攻克各种难关，所向无敌。

温柔的女性，善解人意，在极度的单纯中却有着深刻的含义。生命的美丽需要女性的温柔来点缀，成功的事业需要女性的柔情来交际，幸福的婚姻需要女性的温柔来经营。古往今来，杰出的男人无不欣赏女性的温柔，马克思说他最喜爱的女性的性格就是温柔。

温柔，是上天赋予女人的秘密武器。女人用这件温柔的武器面对生活的挑战，使她们在人生的道路上所向披靡。在现实生活中，也有很多女性，把温柔用于工作当中，常常能令她们在“山重水复疑无路”时出现“柳暗花明又一村”的奇迹。

柯达公司全球副总裁叶莺在谈到自己如何屡次获得事业成功时是这样说的：“我的交际之所以成功，首先是女人的柔情。‘柔情似水’这四个字没有人用来形容男人的，而绝对是形容女人的。女人是水做的。再硬的钻头钻不出河床里的鹅卵石，可是水可以做到，所以‘柔情似水’不是指徐志摩诗歌中写的那种‘最是那一低头的温柔，像一朵水莲花不胜凉风的娇羞’，而是有一种滴水穿石的力量。我每次做事前，绝不可能只从单方面思考，不可能只考虑到自己的利益，把别人当傻瓜。要将自己放在别人的位置想问题。由于环境、文化、价值观、地域的不同，可能我做不到100%，但至少能做到50%，这总比不做好。”