

能办事的女人受欢迎 会处世的女人最出众

CONGMING NVREN BIZHIDE
101GE CHUSHI ZHIHUI

聪明女人必知的 101个处世智慧

一本让你寻找成功处世捷径
的最佳蓝本



倪梓涵◎编著

聪明的女人善于打造自己的交际圈，她们在社会交际中长袖善舞，
不但展现了女人的自信，也是女人气场的表现！

中国华侨出版社

能办事的女人受欢迎 会处世的女人最出众



CONGMING NVREN BIZHIDE
101GE CHUSHI ZHIHUI

聪明女人必知的 101个处世智慧

一本让你寻找成功处世捷径
的最佳蓝本



倪梓涵◎编著

中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

聪明女人必知的 101 个处世智慧/倪梓涵编著. —北京:
中国华侨出版社, 2012. 1

ISBN 978-7-5113-2100-8

I. ①聪… II. ①倪… III. ①女性—人际关系学—通俗读物 IV. ①C912. 1—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 279539 号

●聪明女人必知的 101 个处世智慧

编 著 / 倪梓涵

责任编辑 / 宋 玉

责任校对 / 孙 丽

装帧设计 / 天下书装

经 销 / 新华书店

开 本 / 710×1000 毫米 1/16 印张/16 字数/206 千字

印 刷 / 北京联兴华印刷厂

版 次 / 2012 年 2 月第 1 版 2012 年 2 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-2100-8

定 价 / 29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层
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

E-mail: oveaschin@sina.com



前言

聪明的女人像陈年老窖，散发着醉人的清香。聪明的女人与众不同，是处世方面的高手，在人生的旋涡中，可以化险为夷，也可以坚守自己的一块净土。

聪明的女人有气场，她们善于利用自己的优势，为自己打造不同的品牌。聪明的女人认为，随时随地保持自己的形象比任何语言都重要。聪明的女人懂得微笑，就算简单地牵动一下自己的嘴角，也可以俘获人心。她们也会对任何一个人表现得优雅得体，有气质的女人总是会得到别人的好评。

聪明的女人懂得展现自己的价值。如今是个看实力说话的时代，不懂得展现自己的价值，再有才华也和旁人毫无差别。帮不上大忙帮个小忙，平时积累人情，是女人求人办事的法宝。懂得如何提升自己的形象才是建立人脉中的王道。职场，是个是非多的地方，聪明的女人明白烦在心里，笑在脸上。温婉含蓄是聪明女人拒绝的秘密武器。讨厌、拒绝、批评，不一定越苦越有效，“糖”是任何时候都需要的辅助语言。

聪明的女人喜欢理智地去爱。爱，是真心的，但不会是生活的全部。聪明的女人知道最爱自己的那个人永远是自己，要想爱别人就要先学会爱自己。爱也不是全部的分享，而是一点一滴的满足。爱到八分是聪明女人恋爱的技巧，剩下的两分来对待工作和善待自己刚刚好。

待人宽厚也是聪明女人的一大优点。懂得宽恕别人，体谅别人的难处，不用别人的错误来惩罚自己，那么幸福也会亲自来敲门的。聪明的

女人知道感恩，怀有一颗感恩的心来看待这个纷繁复杂的世界，也会让自己拥有一份难得的心境和欢乐。聪明的女人比其他的人快乐，因为她们理解了处世的玄机，也学会了从容地面对。

聪明的女人能说会道。在与其他人相处的过程中，总能够让更多的人喜欢自己。幽默风趣的言语，温婉谦和的姿态，大度淡定的从容，都让她们在人生的舞台上尽情地旋转，适时的赞美也会让她们的语言生动而美妙。聪明的女人不会用语言来伤害身边的人，但也会用语言的技巧来捍卫自己的利益。聪明的女人懂得用微笑来温暖每一个人，用真情来换回每一个真诚。

聪明的女人不仅说得漂亮，还会做得漂亮。在职场上，聪明的女人懂得适度的赞美，而绝非献媚。聪明的女人教你怎么让老板看到自己工作中的努力。聪明的女人会和老板交心，而不是随便地探听别人的隐私。

聪明的女人睿智豁达，对于意见相左的人，聪明的女人是说服而不是压服。聪明的女人可以把命令变成和颜悦色的商量，也会在兵法中寻找说服的技巧——欲擒故纵。聪明的女人会劝架，设身处地地为他人着想。聪明的女人在为人处世的时候，也会留个心眼。聪明的女人会识别好话背后的阴谋，跳过爱情的陷阱。

处世作为一门社会的学问，它不仅体现一个女人的智慧和修养，更重要的是会决定一个人的前途和命运。女人想要很好地驾驭这门学问并不是一件很容易的事情，本书将指导女人走出处世的禁区，学会独立地处理一些棘手的问题。女人不一定要有多么地好学，但是一定要有一个看枕边书的习惯。《聪明女人必知的101个处世智慧》会是每一个女人身边不可缺少的“枕边书”，从而让女人大放光彩，魅力四射。

目录 contents



第1章

对陌生人，优雅得体的女人有气场

1. 首因效应：男人可以邋遢，你绝不可以 /2
2. 微笑不用付出任何代价，却能带来好的回报 /3
3. 握手的礼仪，你重视了吗 /6
4. 打造亲和力，和蔼的女人最有吸引力 /8
5. 得体的表达方式让人如沐春风 /10
6. 即使不是大人物，也要用请教的姿态和口吻 /11
7. 倾听，是对他人的尊重 /14
8. 任何场合，都保持应有的涵养 /16

第2章

对渴望结交的人，善于展现价值的女人受欢迎

9. 在交往前，别人也要审视一下你的价值 /20
10. 把握每一个帮助别人的机会 /21
11. 经常提醒自己“我可以为别人做些什么” /24
12. 帮不上大忙帮小忙 /26
13. 不妨让别人欠你一份人情 /29
14. 不怕吃亏的女人才能占便宜 /30
15. 提升自己的魅力，吸引更有价值的人脉关系 /32
16. 培养高情商，提高女人的人际智能 /34



目录

contents



第3章

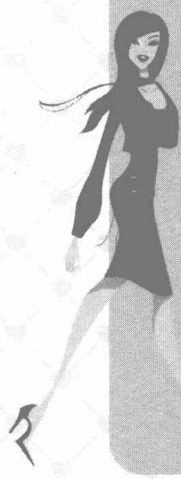
对自己不喜欢的人，聪明的女人厌在心笑在脸

- 17. 遭遇不速之客，如何应付 /38
- 18. 巧妙应对那些令人讨厌的交谈 /40
- 19. 有人与你争辩，让他赢 /42
- 20. 应对抢功，不妨以退为进 /45
- 21. 给批评的苦药裹上糖衣 /48
- 22. 巧妙拒绝男上司的暧昧行为 /50
- 23. 面对他人不合理的请求，如何拒绝而不得罪人 /52
- 24. 你不喜欢的男人向你示爱，如何不伤他的心 /54

第4章

对有好感的男人，智慧的女人会吸引而不是穷追猛打

- 25. 女人倒追男人的小策略 /58
- 26. 矜持一点，诱惑无穷 /60
- 27. 给他糖吃，但每次最多只给一颗 /62
- 28. 不要指望用性来获得爱情，这是最不牢靠的方式 /64
- 29. 天天相恋，未必天天相见 /67
- 30. 爱到八分刚刚好 /69
- 31. 若即若离，让男人兴致盎然 /71
- 32. 漫不经心，吊足男人的胃口 /74
- 33. 女人被追的诀窍 /76



目 录

contents



第5章

对有所求的人，活用人情打动对方

- 34. 绝不做平时不联系，一联系就有事的女人 /80
- 35. 出门看天气，进门看脸色 /82
- 36. 聪明女人求人办事时态度诚恳 /84
- 37. 以情动人，客套是关键 /87
- 38. 聪明女人擅用眼泪 /89
- 39. 找准所求人心理的薄弱点，“恭”其所需 /91
- 40. 利用他人虚荣心巧办事 /93
- 41. 不要勉强别人办很难办的事 /95
- 42. 从所求人的身边人人手 /98
- 43. 不论结果如何，都要感谢为你办事的人 /100

第6章

对“不见外”的人，即使“姐妹淘”，亲密也应有间

- 44. 闺蜜之间也不能说话直肠子 /104
- 45. “关心”过度也会造成伤害 /106
- 46. 不要和闺蜜分享你的爱情私密事 /108
- 47. 永远不要打断别人说话，哪怕对方是你的知己 /110
- 48. 求好朋友办事，说话也要客气 /113
- 49. 约会时，别用迟到考验对方的耐性 /115
- 50. 男人是用来依靠而不是依赖的 /117
- 51. 爱情里，请把你的猜疑藏起来 /120
- 52. 聪明的女人会把礼貌带进婚姻 /122
- 53. 别让你的固执伤了亲人的心 /124



目 录

contents



第7章

对掌控你前程的人，做得漂亮还要说得漂亮

- 54. 肯定，是对上司最好的赞美 /128
- 55. 汇报工作进度，让老板看到你的努力 /130
- 56. 与上司说话，永远保持尊重的语气 /132
- 57. 好薪水都是“谈”出来的 /134
- 58. 聪明女人不说替上司做决定的话 /136
- 59. 偶尔跟老板交心是必要的，但要有的放矢 /138
- 60. 与上司私底下关系再好，公共场合也不可逾矩 /141
- 61. 遭遇批评，即便不公正，也别忙着辩驳 /143

第8章

对存在利益关系的人，距离不能太远也不能太近

- 62. 对待同事，心要热，头脑要冷 /148
- 63. 有好东西，不要吃独食 /150
- 64. 任何情况下，都不要跟同事撕破脸皮 /152
- 65. 别和男同事玩暧昧 /154
- 66. 好同事也要明算账 /156
- 67. 别奢望和某位同事成为知己 /158
- 68. 和同事交往过程中一定要避免的几种话题 /161
- 69. 看好自己的秘密，不可轻易向同事吐露心声 /163
- 70. 对同事的“隐私”，要么拒绝要么守口如瓶 /165



目录

contents



第9章

对意见相左的人，聪明的女人会说服而不是压服

- 71. 把命令变成和颜悦色的商量 /168
- 72. 否定的话说得要委婉漂亮一些 /170
- 73. 学会利用权威的力量来说服对方 /173
- 74. 态度决定说服效果 /175
- 75. 欲擒故纵，故意正话反说 /177
- 76. 把说服建立在肯定的基础之上 /180
- 77. 聪明女人会劝架，设身处地效果好 /182
- 78. 曲言婉至，拐着弯儿地说服 /184
- 79. 既要说服对方，也要给对方留足面子 /186

第10章

对难相处的人，因人而异提高交往技巧

- 80. 如何与婆婆相处 /190
- 81. 遭遇爱抱怨的朋友，如何应对 /192
- 82. 如何感化孤僻、不合群的人 /194
- 83. 在不受伤害的前提下，对付爱挑衅的人 /196
- 84. 适当地反击恃强凌弱者 /198
- 85. 如何获得城府较深的人的信任 /201
- 86. 尽量远离喜欢搬弄是非的人 /203
- 87. 给心胸狭隘者以大度 /206



目录

contents



第11章

对心怀不轨的人，多留个心眼以防被利用

- 88. 克服女人容易被人利用的弱点——心太软 /210
- 89. 警惕爱情的陷阱 /212
- 90. 在好色的男上司面前学会保护自己 /214
- 91. “小便宜”是陷阱 /217
- 92. 别掺和是非，以防给人当枪使 /219
- 93. 谨防外表柔弱的伪君子 /221
- 94. 提防同事射来的暗箭 /223
- 95. 识别好话背后的玄机 /226

第12章

对对不起你的人，豁达宽容散发人格魅力

- 96. 懂得原谅，别拿别人的错误来惩罚自己 /230
- 97. 他抛弃了你，恰恰给了你一个重新选择的机会 /232
- 98. 不要为了伤害你的人去伤害自己 /234
- 99. 撕掉女人“小心眼”的标签 /236
- 100. 抱怨不如感恩 /239
- 101. 女人把心放宽，幸福就在眼前 /241





第1章

对陌生人，
优雅得体的女人有气场





1. 首因效应：男人可以邋遢，你绝不可以

与女人打交道，对方最注重的便是对面女人的仪装。俗话说：“家有懒女，一臭到底。”懒散的女人通常在穿着或清洁上会有纰漏，与他人初次见面，一旦被看出一些不雅之处，比如衬衫领有油污，衣袖口有脏渍等，那么势必造成不好的印象，从而联想到你是个邋遢的女人。而这第一印象我们称为“首因效应”，在与他人首次见面中起着举足轻重的作用。

陈默大学毕业首次面试失败后，心情颇为低落，便给上学时最喜爱的一位老师打电话。

陈默：“老师，我是陈默，我遇到一些问题，就是今天在面试业务员时，明明每个问题回答得都很好，可为什么招聘单位还是没有聘用我呢？”

老师：“你给我讲述一下面试的全过程。”

陈默：“收到他们的面试通知后，我精心打扮了一番才去的。一开始面试官对我态度很好，可仅仅一会儿就冷下脸来。”

老师：“抛去个人能力不说，今天你穿的什么衣服去面试？”

陈默：“我穿了白色的运动鞋，黑色的紧身裤，白色的衬衫。”

老师：“问题出在这里，你应聘的是业务员，是要直接与客户面对面沟通的，而你上身穿着职业的衬衫，下身休闲的装束，连基本的衣着搭配都如此散漫，又怎么取信于客户？业务员要求必须精悍干练，从上到下干净利落，尤其是衣着，要做到得体大方，不可超脱正装的范畴，而你的穿着恰恰说明一种由内而外的懒惰心性，即使你的专业和应变能力很强，公司也不会将自身的声誉放在一个不修边幅的人手里。”



陈默恍然大悟：“老师，我知道了，谢谢老师。”

几天后的一场面试中，陈默干练的衣着和良好的沟通能力拿下了一家公司的业务助理这个职位。

女人心态散漫，便是懒惰的附加语。无论是生活上，还是职场中，懒惰的女人在他人眼中就是邋遢的代言，尽管只是领口有些污渍，但你的形象却大打折扣。

我们会在第一次见面时打量对方的衣着是否整洁，妆容或仪表是否干净，从而判断他内心是否沉稳成熟和勤奋。一个穿着磨破口板鞋的人，你或许都不太喜欢与之并肩通行；一个满头头皮屑的女人，她简单地晃晃头，你可能都想躲得远远的；一个一件衣服穿了四五天还不换洗的人坐在你床上，心中便时时对那块地方耿耿于怀……

如果不想因为自己偶尔的小疏忽或平时本来不太修边幅的情况影响自己交朋友或在职场上的形象，从此刻开始，从小事开始，注重自己的生活。床单铺了一周，就拿下来清洗一遍；桌椅、书架每天擦擦；衣服勤换洗，涂口红或唇彩时，想象面部是否清理过，去什么场合就搭配什么服饰……惹人喜爱与尊重的女人，她的一颦一笑都会给人清爽舒适的感觉。

托尔斯泰说过：“没有比漂亮的外表更有说服力的推荐信了。”女人天生丽质并非关键，而三分靠长相，七分靠打扮才是真理。世界上没有丑女人，只有懒女人。若想成为“人见人爱”的好命女，就把懒字从骨头里剔除掉。

2. 微笑不用付出任何代价，却能带来好的回报

“有你的微笑让我感觉很奇妙，再也不无聊。有你在心情就很好，当你听 iPod 我在旁边跟着跳，在下雪的夜看着烟花灿烂地笑……”女人纵使拥



有闭月羞花之貌，不会微笑始终是具冰冷的外壳，让人拒之千里之外。

俗话说“回眸一笑百媚生”，笑是妩媚女人最有力的武器。懂得用微笑营造轻松舒心环境的女人纵没有倾城之颜，也有着牵动他人心弦的悸动魔力。与人接触，笑传达的是友好、善良、真诚、亲切、温馨等情愫，是只需要牵你嘴角，便能换来良好回报的无付出投资。

陈梦珂应邀去参加上流社会的宴会，请帖上注明宴会期间会举行一场盛大的交际舞大赛，从中抽取最有魅力的男女嘉宾作为本次宴会的香槟特约嘉宾。

陈梦珂经过一番精心打扮，穿上舞会时必要的晚礼服，虽不漂亮，但她信心满满。站在偌大而辉煌的宴会厅中，陈梦珂有些恍惚。

陈梦珂带着满足自信的微笑一一向周围的人打招呼，有时看到一位杂志上提到过的大人物，陈梦珂也没有放过机会，从容微笑着与之打招呼，并且不卑不亢地与那些大人物进行了短暂的交流。其中一位年轻些的博士举着酒杯对她说：“你很美丽，希望接下来的舞蹈能有幸与之共舞。”陈梦珂微笑着点头答应了。

比赛开始时，有三四位男生来找陈梦珂，但陈梦珂看到前来的那位博士，便大方地笑着说：“不好意思，我已经答应那位先生了。”陈梦珂笑得柔和、典雅，那些男生礼貌地退到一旁。陈梦珂并不漂亮，舞跳得也很一般。

与她共舞的男生说：“你很美，笑起来更美。”陈梦珂随着男生的舞步在人群中穿梭，而独有的光柱总是跟随着他们的步伐。没想到，最后荣获冠军的竟是她这个相貌平凡，却一脸真诚、温馨笑容的女孩。

永恒的微笑胜过华丽的裙摆，胜过闪烁耀眼光芒的红宝石。会微笑的女人让人感觉亲切、愉悦与温馨。



微笑是上帝赋予我们的无价财富,不需花费一分一文,却蕴涵着富可敌国的潜质。懂得微笑的女人,总给人内心富足的感觉,虽然仅仅是一瞬间的小表情。

笑是彼此心灵沟通的钥匙,与他人见面,笑容是打开心灵窗户,让阳光温暖人心的最有效沟通方法。无论对方是满怀戒备,还是敷衍了事,或者紧张过度,你轻松温柔的笑是对他的鼓励,是对他的信任,是传播你真诚与友好的媒介。

不要吝啬笑容,也别否定笑容的价值。与陌生人初次见面,除了注重仪表,真正打开话匣子,减少拘束,制造轻松温馨氛围的仅仅是亲切的笑容。

与客户见面,大方自信的笑,是博得对方信任与好感的绝招,时刻保持微笑,客户不仅满意你的服务态度,更是对你、对你身后的公司从心底给予信任与好评。

一位心理学家对100个不爱笑的人用微笑做了一个实验。一个月后,那些过去冷面冷眸的人都拥有了令人如沐春风的笑容,其中一位说:“过去我并不喜欢笑,但因为实验要求,所以我坚持每天微笑。一个月后,过去不敢接近我的孩子们更喜欢与我黏在一起。在单位过去对我一副拘谨态度的下属,也开始与我说笑打趣。同时,我也得到更多领导的赞许,这是我在这几年中最快乐的时光……”

“外部”的笑容营造内心的喜悦,而发自内心的笑容才是幸福与满足,是最温暖人心的快乐。吝啬笑容是拒绝与他人沟通的封锁线,笑容很多时候起着“允许”的作用。当与他人见面,越笑得坦然自若,越是对对方的认可与允诺,是增加对方信任与诚恳的首要因素。

因此,懂得微笑的女人是睿智的,极具内涵,也是最吸引人的女人。喜爱微笑的女人明白,微笑是润滑剂、黏合剂,具有打破一切不可能的神奇力量。微笑更是对他人的尊重,是对爱心和诚心最美好的赞礼。



3. 握手的礼仪，你重视了吗

“握手”很简单、简短的两个字却难住了不少女孩子，即便知道应该去握手，可谁先出手呢？要掌握什么技巧才不会落人笑柄，贻笑大方呢？平辈如何握手？遇到长辈如何握手？而那些领导、大人物该不该主动伸出手去握呢？

上海一家大公司要招聘一位重要的女性客户代表，该公司人事部主管经过再三考核，最后选出两名应聘者。但因为这两个女孩子各方面都很优秀，不分伯仲，很难做出最终选择。

主管将应聘情况向老板汇总。老板说：“明日，你让那两个女孩到我这儿来。”第二天，主管将两名应聘者的简历递给老板，但老板放到一旁说：“先叫她们过来。”

两名应聘者进去不久便出来了，一位面容淡定，而另一位则有些失落。主管进屋问：“您做出决定了？”老板说：“是的，留下那位叫惠芳的女孩。”主管看看纹丝不动的简历，有些疑惑地问：“您没有看简历，是如何办到的？”老板微笑着说：“与惠芳握手时，握手的力度适当，还很镇定地对望着我，说明她不骄不躁，加上她的谈吐不凡，给人一种自信、淡定的感觉。而与张璐握手时，她的手无力，略带颤抖。给人的感觉像是在敷衍。”

握手是社交中不可忽视的一部分。握手的形式、力度、姿态和时间的长短能够很好地表现出握手对对方的礼遇和尊重。同时，更能体现出