

女人
私房书

比文·阅读·珍藏

写给女人一生幸福的忠告

极品女人

枕边书

- ◎不可不知的女人智慧
- ◎不可不读的幸福宝典
- ◎不可不学的交际策略

一部指引女人开创美满人生的幸福宝典

做一个会为人、会交际、会处世的

聪明女人

上官薇薇
◎ 编著



生活就像一座蕴藏着丰富宝藏的迷宫，只要走对路线，掌握开启它的钥匙，你拥有一个美丽、富足、成功的人生，成为一个令人向往的“极品”女人。如果你此怀着梦寐以求的渴望，那么，请你打开这本书，它将给你带来意想不到的启迪切实有效的帮助。它是你走好人生每一步的智慧锦囊，将为你带来人生的好运。

中国商业出版社

写给女人一生幸福的忠告

极品女人

枕边书

一部指引女人开创美满人生的幸福宝典

上官薇薇
◎ 编著



中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

极品女人枕边书 / 上官薇薇编著. —北京: 中国
商业出版社, 2012. 4

ISBN 978 - 7 - 5044 - 7631 - 9

I. ①极… II. ①上… 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(2012)第 073505 号

责任编辑: 史兰菊

中国商业出版社出版发行

010 - 63180647 www. c - cbook. com

(100053 北京广安门内报国寺 1 号)

新华书店总店北京发行所经销

北京市通州富达印刷厂

* * * * *

710 × 1000 毫米 16 开 17 印张 250 千字

2012 年 6 月第 1 版 2012 年 6 月第 1 次印刷

定价: 29.80 元

* * * * *

(如有印装质量问题可更换)



前言

并不是每个女人都天生丽质，也并不是每个女人都拥有天才智慧的头脑。然而，“像月亮一样成为每个人瞩目的焦点”，却是每个女人都会有梦想。

做女人难，做一个出色、成功和富有的“极品”女人更难。女人如何在这个瞬息万变的社会里活出精彩的人生？

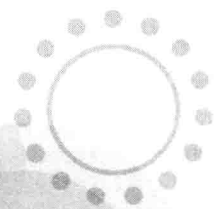
女人一生中，只有懂得做人的艺术，才能从容穿越生活的风雨，迎来七色的彩虹；洞悉处世的奥妙，才能在世态炎凉的冰河中，荡起温暖的双桨，赢得热烈的拥抱；参透情感的玄机，才能拥有和睦温暖的家，在爱的蜜汁中享受人生的快乐；明析人生的要义，才能最终避开人生的陷阱，稳健步入生活的繁华。

你必须从今天开始改变自己，去读书、学习、发现、创造，它能让你获得丰富的感受、活跃的激情，你要学会爱自己，赞美自己，善待自己，也要学会善待别人。作为女人要让自己的生活充满意义，你会因此更加灿烂，甚至痛苦都能升华为诗一般的境界。

假如你要寻找成功处世的捷径，想要成为一个“极品”女人，本书将给你提供一个简单易行的蓝本；假如你要寻找一份成功的喜悦，本书同样给你一份有价值的参考和忠告；假如你要寻找浪漫四溢的生活，它也能让

你尽随所愿。

生活就像一座蕴藏着丰富宝藏的迷宫，只要走对路线，掌握开启它的钥匙，你将拥有一个美丽、富足、成功的人生，成为一个令人向往的“极品”女人。如果你对此怀着梦寐以求的渴望，那么，请你打开这本书，它将给你带来意想不到的启迪和切实有效的帮助。它是你走好人生每一步的智慧锦囊，将为你带来人生的好运。





目录

第一章 极品女人的处世 001

一个女人对一个不值得托付的男人付出爱，从某种程度上说是成全了男人的罪恶。爱应该是有所节制的，而且应该是向善的。因此，好女人对男人只要心怀善意就行了。女人爱得泛滥，男人就不太懂得珍惜。

- 我的个性我做主 003
- 可爱的女人做什么 006
- 展现独特的自我 009
- 在社交中做个聪明的“傻女人” 010
- 女人的四部必读书 012
- 如何与不同类型的人相处 014
- 成功女性个性十要素 017
- 女人应掌握的六种宽容之法 020
- 悄悄地为别人做点好事 022
- 女人必备的八个“情绪面具” 024
- 名女人谈成熟女人 026
- 一流女人要有一流品格 028
- 不要沉醉于幻觉中 030

女人要经得住“忽悠” 032

第二章 极品女人的交际 037

你的表情、手势甚至无意中的动作，都会对别人产生作用，你要注意这一点并适当加以运用。一种表情、一个姿势、一声叹息等等，会说话的人常常会用来代替难以说出的话或弥补语言的不足，表达难以言状的情感。但要注意恰到好处，过分了就成了虚假做作、自作多情了。

快快补上“交际”这一课 039

发展人脉的技巧 041

白领丽人的交际术 043

在交际中展现女人味 048

牢记对方的名字 050

注意交谈的礼貌 051

把握说话的时机 054

在男性面前保持自尊的方法 056

应对男同事的夜晚之邀 058

好朋友也要保持距离 060

用言语表现你的魅力 061

掌握赞美别人的技巧 064

专心倾注于对你说话的人 066

女人社交的八个坏习惯 069

第三章 极品女人的感情 073

男人就像风筝一样，拉得太松会飞远，拉得太紧又容易扯断，所以，女人要懂得忽松忽紧地抓住男人，跟男人的距离也要永远保持若即若离。有时盯牢他的行踪，有时对他小小的

出轨视而不见；有时让他觉得你很在乎他，有时把他当做壁画，摆在一旁闲着；信任他，但偶尔对他的说词投下“不信任票”。

认清自己的红颜资本	075
寻觅如意男人的秘诀	076
学会占有男人的心	079
让他做你的感情俘虏	084
e时代人需要的爱情素质	086
不可错过好机会	088
六种不能交往的男人	090
让男人动心的女人	093
与“坏”男人斗智三大绝招	096
与男友分手的最后界限	098
认清男人的情色心理	099
冷静地对待失恋	102
女人在恋爱中成长	106
有力量才能把握住自己	109
不要为爱所累	110

第四章 极品女人的婚姻 113

当你问一个男人是否愿意在妻子之外拥有一位红颜知己的时候，答案中有不少是肯定的；当你仍然问这位男子，是否愿意自己的妻子成为别的男人的红颜知己的时候，他的答案大都是否定的。男人自己都这样矛盾，所以对于女人，在对待丈夫的红颜知己这个问题上，应该多一个心眼。

在恋爱婚姻问题上，切忌草率从事	115
男女有别，不必刻意掩饰	118

个性不合才正常	120
婚姻中的遗憾	122
保持婚姻持久的经验	124
多给男人一些自作主张的机会	127
如何对待男人的红颜知己	128
结婚以后更需要营造好人际关系	130
婚后女人如何排解心理压力	132
别让“痒”变成“痛”	134
帮助男人控制“好色”本能	136
丈夫“外遇”的八种征兆	139
把婚姻推向边缘的十种危险做法	141
明智的无为而治	145
女人，男人不是你的全部	146

第五章 极品女人的心态 149

不论一个女人的年龄是大是小，能否面对孤独，正是对女人成熟度的最佳考验。成熟的女人拥有独立的自我，不需要时时刻刻依赖他人，即使在孤独的时刻，也能够坚强地妥善处理问题，流露出成熟的自信。而这种成熟与稳定的个性，正是一个女人接纳自己、相信自己的象征。

心态决定女人的成败	151
你就是你，不必效仿别人	153
不要掩饰自我	155
女人要克服不求进取的心态	157
感受生命的喜悦	160
创造宽松的生活	162
忘记不愉快的往事	164

女人如何创造个人魅力	166
幸福女人的十三个处方	167
真心喜欢自己	169
钟爱静默和独处	173
做个“不锈”的女人	175
太阳每天都是新的	176
测一测你的自信心	179
女人情绪控制十项原则	182

第六章 极品女人的职场 187

女人处世，要注意保护自己，你不害别人，但是一定要注意别让别人害你。你绝对不能给人留下什么把柄，尤其是一些同事。要知道，竞争对手大部分就你身边，同事是朋友，同时也是敌人，所以绝对不要对同事诉说关于上司的任何事；也不要发任何牢骚，或者表达对公司的任何不满。

女性在新公司立足的七条守则	189
提高办公室工作的能力	191
时时勤拂拭的整洁	193
怎样与老板相处	195
了解职场规则	197
与不同风格的人有效合作	201
白领丽人的处世技巧	203
悟透工作的艺术	206
对付办公室里的小人当道	209
招致别人妒忌是一件非常失败的事	211
女人在职场最容易犯的过错	213
不受欢迎的几类职场女性	215

第七章 极品女人的事业 223

上帝赋予了女性许多特殊的品质，但因此，他同样对女性有更多的要求。每一件女性接触过的事业都应是高贵的。女性有责任把那些属于自己的特性融入到世界中。这些特性就是荣誉、正直、爱和诚实。

寻找最佳目标	225
善于扬长避短	227
事业女人必须克服的弱点	230
知识女性必须尝试的二十八件事	232
掌握现代化的生存技能	234
拥有不断学习的能力	236
让自信解放你的潜能	238
提升工作的热情	240
体验工作的快乐	244
女人应用直觉迈向成功的阶梯	245
善用女人优势打天下	247
不要刻意寻找上班族的天堂	249
成为超级女主管的十七心法	251
女人到底要什么	256



第一章

极品女人的处世

一个女人对一个不值得托付的男人付出爱，从某种程度上说是成全了男人的罪恶。爱应该是有所节制的，而且应该是向善的。因此，好女人对男人只要心怀善意就行了。女人爱得泛滥，男人就不太懂得珍惜。

我的个性我做主

全面地了解自己的个性，并把握和完善它，个性也会成为女性成功的财富。女人的个性就像七彩的服装一样，各有不同，色彩斑斓。

有人把女性的个性做了简要统计，归纳出10种个性女性。也许你恰恰属于这10种之一，或者有某些性格和这10种之中的某一种有些相近。针对这10种女性的个性特征，略提一些忠告，仅供女性了解自己的个性参考。

1. 逍遥消费型女性

由于种种原因，当今社会上出现了许多青春靓丽的公关小姐、女秘书或从事高级服务工作的女职员，她们用青春作赌注，利用自己的种种优越性拼命地挣钱，拼命地享乐。渐渐地，她们被称为“逍遥消费型女性”。她们常出入高级饭店、宾馆、高级购物场所，手里有大把大把的票子，喜欢无拘无束地生活。她们认为明天还遥远，不值得为它过于费神，要的是现在，只要今天快乐就行，不愿在紧张的工作学习之余再给自己“添堵”。她们常常穿着奇装异服，追求高档次、高格调、高价格。这些女孩在恋爱过程中喜欢与自己有共同嗜好的男性或有强大经济实力的大款交往。

忠告：这样的女性，应该避免自以为是，多倾听友人的劝告。谨记再美的花朵也有凋谢的一天，不要等到梦醒时，才恍然大悟。

2. 畏首畏尾型的女性

面对科技的不断发展，生活节奏的不断加快，有些女性越来越缺乏自信，特别是走向社会，发现自己柔弱得像株小草，很难经得起风吹雨打。特别是经历了几次挫折后，便决定循规蹈矩地做人，四平八稳地做事。表现得办事思前顾后，畏首畏尾，缺乏创意。她们喜欢穿洁净高雅





的服装，生活上从不奢侈，喜欢做家务或做手工。这样的女孩易于和知识层次较高的男孩恋爱，不慕金钱，讲求人品、家境。

忠告：这样的女性，应忌滋长自己对他人的依赖意识，而应增强自信心，加强适应外界环境能力的培养。

3. 自以为是型女性

这类女性为了拥有更加辉煌灿烂的明天，她们不断地给自己提出更高的要求。为了使自己的所作所为能最终为众人肯定，不惜花钱学习舞蹈或其他专修课程，甚至满怀野心地自己投资兴业，在有限的时间内，极力塑造理想的自我形象，提高自我地位。这样的女性自我意识很强，很难把别人看在眼里，常常用金钱和时间来充实自我，当然比一般女性更具魅力。这些女孩喜欢着装高贵、脱俗。她们喜欢和极赋天才的男孩交朋友，恋爱充满了浪漫。

忠告：这样的女性，应忌人际关系艰涩，看不起弱者。谨记曲高和寡。

4. 墨守成规型女性

这样的女性总是以尽快成为一个真正女人为目的，在任何场所都守规矩，绝不会给他人添麻烦，不说他人不爱听的话，很少和同事发生冲突，讲话礼貌、优雅。她们一般都喜欢看人脸色行事。她们喜欢穿着十分平常的衣服，喜欢传统绘画作品和传统室内装饰，喜欢和自己性格相差较大的男性结合。

忠告：这样的女性，应忌因自己缺少主张而听任他人摆布。谨记人不是木偶。

5. 光说不练的嘴把式型女性

这样的女性侃侃而谈，海阔天空，是典型的“万事通”，她们善于在众多谈话者中占领发言的一席之地，喜欢随大流谈论时尚问题，好像每一件事情都能参与进去并拿出见解。她们有很多想做的事情，但每件事都做不成。她们只注重服装的款式和颜色。这样的女性喜欢稳重坚强的男性，常常对异性充满兴趣并保持交往。

忠告：这样的女性，应忌兴趣过于宽泛，广而不精，人云亦云。谨



记随口飞出的不光是唾沫，还有大好的青春时光。

6. 任劳任怨型女性

这样的女性情愿牺牲自己的业余时间投身工作，虽然常遭到领导和同事的欺负，每天仍卖命工作并以此为荣。在性格上，不屑于一切娱乐活动，并以工作忙来搪塞，终日不苟言笑。这样的女性穿着上一般整日不脱制服，喜欢完美的男性，尤其是不惧危险而有魅力者。

忠告：这样的女性，应忌生活单一，缺乏情趣。谨记男人是喜欢丰富多彩的。

7. 时髦型女性

这类女性常被称之为时代的新型女性。这样的女性常用光彩华丽的服饰做包装。喜欢谈论高级装饰品，高级消费场所见闻，以此展示自我魅力。张口时尚，闭口时尚，仿佛自己是个时尚大使。她们的眼睛追逐势利，喜欢与可以满足自己虚荣心的男性交往，当然，以得到赠礼和物质享用为第一条件。

忠告：这样的女性，应忌因一时冲动和贪图物质享受而留下终身遗憾。谨记不要为此而失去了自我价值。

8. 保值型女性

以保值为人生最大乐趣，把所有值钱的东西换成保值品如黄金等。性格高傲，固执己见，外人难以揣测其心理特征。这种女性感情不易更改，穿着多庄重。喜欢和衣着潇洒、风度翩翩的男性交往。

忠告：这种女性，应充实一些精神寄托。谨记虽然人生没有钱是万万不行的，但是金钱不是万能的，世界上有许多比金钱更珍贵的东西。

9. 鹤立鸡群型女性

这样的女性善于不分场合地展示自己的才能。她们自认为本身具有某种特质与众不同。在聚会时，自我意识十分强烈。常常忘掉自我的位置总要高人一头。在性格上喜欢不断地丰富头脑，为的是能有更多的机会出风头。学习新事物的意愿强烈，但往往止于一知半解。喜欢穿时髦的款式和与众不同的服饰，喜欢正直、老实而有鉴赏力的男子。

忠告：这样的女性，不要做“半瓶子醋”和标新立异。谨记枪可最愛瞄上出头鸟。

10. 无所谓型女性

这种女性如水中浮萍墙头草，凡事不抗争，听天由命。从性格上看比较随和，虽很精明但懒于实践。喜欢正统的直发，穿着衣服较为朴素，不希望任何事给自己带来麻烦。喜欢比自己年龄大的、各方面成熟有依靠的男性。

忠告：这种女性，忌为他人左右；缺乏自主性。谨记怕麻烦可能麻烦更多。

只有了解自己的性格类型，并因此不断地完善自我，才能唱出气势磅礴的浩歌。

可爱的女人做什么

大凡女人，都愿意把自己打扮得漂亮一些，让大家喜欢。然而，仅仅靠外包装是不行的，还必须加上各方面的配合，才能避免在众人面前因一时的失态而影响自己在大家心目中的地位。

因此，要做一个可爱的女人，还得注意以下几点：

1. 充满自信

在这个处处充满竞争的社会，那种自怨自艾、柔弱无助的女人已日渐失去市场。男人不再是女人的主宰，女人也早已不是男人的附庸。“男人追求的极致是成功，女人追求的极致是幸福”的名言也日渐黯然失色。女人学会自我拯救和自我完善永远是最重要的。渴盼男人赐予你幸福永远是被动而不安全的。一位年轻的女记者在跻身记者行列之前，只不过是一个极其普通的农家女青年，她高考落榜后，不甘消沉，勤奋苦学，来到一家大报社毛遂自荐要当一名记者，不要一分钱工资，靠写稿维持