

每一种智慧都可以学习  
每一种成功都可以修炼而成



# 无懈可击之 职场美女如云

80后职场女性生存“宫心计”

教你发现自己的特长，挖掘自身的潜力，找到适合自身优势的成长土壤，开创小美女自己幸福成功的人生。

白山◎编著



## >> 80后职场女性必知的竞争智慧

职场如战场，万不可大意  
女性的职场，更要做到无懈可击

**只要你愿意，你一样可以成为职场女王！**

北京工业大学出版社





# 无懈可击之 职场美女如云

……80后职场女性生存“宫心计”……

白山◎编著

北京工业大学出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

无懈可击之职场美女如云:80后职场女性生存“宫心计” / 白山编著.—北京:北京工业大学出版社,2010.12

ISBN 978-7-5639-2560-5

I. ①无… II. ①白… III. ①女性-成功心理学-通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第211924号

---

## 无懈可击之职场美女如云——80后职场女性生存“宫心计”

---

编 著:白山

责任编辑:黄维维

封面设计:创品牌工作室

出版发行:北京工业大学出版社

地 址:北京市朝阳区平乐园100号

邮政编码:100124

电 话:010-67391106 010-67392308(传真)

电子信箱:bgdcbs@sina.com

承印单位:九洲财鑫印刷有限公司

经销单位:全国各地新华书店

开 本:787mm×1092mm 1/16

印 张:18

字 数:243千字

版 次:2010年12月第1版

印 次:2010年12月第1次印刷

标准书号:ISBN 978-7-5639-2560-5

定 价:30.00元

---

版权所有 翻印必究

图书如有印装错误,请寄回本社调换

## 前言

## Preface

从上帝创造女人开始，就注定她们与男人不同，这些不同，包括生理、心理、情感、性格以及其他能力等方面。正是由于这些不同，在日常生活和工作中，凸显出了女人命运与男人的差异。

在今天，女人的成功机会比任何时候都要多。如果女人善于发现和挖掘自己的潜能，并找到适合自身优势的成长土壤，那么她们会比男人更加成功，也更容易成功。而电视剧《无懈可击之美女如云》讲述的正是这样一群 80 后职场成功女性的心路历程。

该剧讲述了朗雅公关公司几名女性职场人的故事，剧情不仅包括她们各自间的钩心斗角，揭示职场生存法则，更引入不同商业利益集团相互安插卧底的博弈斗争，一步步揭开职场真相，引领剧情层层深入，堪称美女版的《无间道》。

生动有趣且贴近现实的故事情节，明星如云的演出阵容，层出不穷的经典台词，令观众大呼过瘾。该剧自开播以来，收视率居高不下。

当然，这部戏对 80 后职场女性的一种崭新诠释也给我们留下了深刻的印象：以吕笑笑、尤小柔、马嘉丽为代表的 80 后职场女性，她们懂生活，会生活，更能活出一种品质，她们身上所体现出的魅力和责任感是他人所无法比拟的。她们可以在职场上呼风唤雨，大显神威，同时又用甜美的声音、温柔的笑容和随和的为人去赢得人心。她们就如同一缕清

风，给现代职场带来了感动和温馨。

本书正是基于这一点创作而成。很多女人之所以不能成功，大多由于自身潜在的优势尚未被开发出来，或受客观环境、条件的影响尚未展现出来。她们面对男人叱咤风云的世界，看不到自己的强项所在，更谈不上用它们去开创幸福成功的人生了。

一个80后职场女性要想成功，就必须有“我天生丽质，才貌双全”的自信和魅力，有“敢拼，才会有回报”的激情和动力，有“办公室里也有温暖”的方圆策略，有“拿下她们，我也是美女”的领袖气质，有“上司，绝非什么空中小姐”的睿智和胆量，有“我想做的事，没有做不成”的良好心态，有“你是我心中最理想的职业女性”的目标和抱负，有“人犯错就不可爱”的谦虚和谨慎。只有具备以上种种“宫心之计”的职场女性才能走向成功，才能真正做到无懈可击！

本书明白地告诉你，女人和男人相比优势有哪些，这些优势便是女人成功的独特资本。但愿所有80后职场女性善于运作你的资本，动用你的智慧，做生活和事业上幸福的成功者。



# 目 录

# Contents

## 第一章 “我天生丽质，才貌双全”

### ——富含魅力的女人无懈可击

“我天生丽质，才貌双全。”这是吕笑笑在戏中经常说的一句口头禅，这可以看做是她超自信的一种体现。如果一个女人注重自己的形象、妆容、气质、谈吐、品位，那么我们就可以说她富含魅力，只有富含魅力的女人才会无懈可击。

一、形象设计，塑造完美的第一印象 .....	003
【情景闪回】 .....	003
【宫 心 计】 .....	003
【无懈可击】 .....	004
二、妆容精致，办公室里也需要化妆 .....	007
【情景闪回】 .....	007
【宫 心 计】 .....	008
【无懈可击】 .....	009

三、脱俗魅力，将自己修炼成职场丽人 .....	010
【情景闪回】 .....	010
【宫心计】 .....	011
【无懈可击】 .....	012
四、迷人微笑，打造个人专属的名片 .....	013
【情景闪回】 .....	013
【宫心计】 .....	014
【无懈可击】 .....	015
五、善用优势，女人独有的温柔一刀 .....	016
【情景闪回】 .....	016
【宫心计】 .....	016
【无懈可击】 .....	017
六、谈吐睿智，智慧就在开口之间 .....	019
【情景闪回】 .....	019
【宫心计】 .....	019
【无懈可击】 .....	020
七、肢体语言，看透他人或被他人看透 .....	022
【情景闪回】 .....	022
【宫心计】 .....	023
【无懈可击】 .....	024
八、品位高雅，一种超凡脱俗的神韵 .....	025
【情景闪回】 .....	025
【宫心计】 .....	026
【无懈可击】 .....	026
九、气质非凡，女人有气场才有磁场 .....	028
【情景闪回】 .....	028
【宫心计】 .....	028
【无懈可击】 .....	030



十、举止优雅，任何场合都光彩照人 .....	031
【情景闪回】 .....	031
【宫 心 计】 .....	031
【无懈可击】 .....	032

## 第二章 “敢拼，才会有回报”

### ——饱含激情的女人无懈可击

吕笑笑刚进入朗雅公司时，面对繁杂的工作和人际关系，总是用“敢拼，才会有回报”来激励自己，这句话同样适用于每一位80后的职场女性。工作本来就是一场冒险，没有人能看清它的未来，每走一步都有一定的风险，同时也有很多机会，关键在于你是否胸怀热忱，是否敢打敢拼。只有饱含激情的女人才会无懈可击。

一、激情工作，高昂斗志中找寻自我 .....	039
【情景闪回】 .....	039
【宫 心 计】 .....	039
【无懈可击】 .....	040
二、精益求精，将工作做到至善至美 .....	041
【情景闪回】 .....	041
【宫 心 计】 .....	042
【无懈可击】 .....	043
三、明察秋毫，将细微之处放大看清 .....	043
【情景闪回】 .....	043
【宫 心 计】 .....	044
【无懈可击】 .....	045
四、弥补不足，他人优点完全可以复制 .....	048
【情景闪回】 .....	048





【宫心计】 .....	048
【无懈可击】 .....	049
五、忧患意识，无处不在的职场危机 .....	052
【情景闪回】 .....	052
【宫心计】 .....	053
【无懈可击】 .....	054
六、虚心学习，“笨鸟先飞”是真理 .....	055
【情景闪回】 .....	055
【宫心计】 .....	055
【无懈可击】 .....	057
七、从容果断，没有解决不了的事情 .....	058
【情景闪回】 .....	058
【宫心计】 .....	058
【无懈可击】 .....	060
八、敢作敢为，你的人生才会有机会 .....	061
【情景闪回】 .....	061
【宫心计】 .....	062
【无懈可击】 .....	064
九、团队精神，单枪匹马干不成事业 .....	065
【情景闪回】 .....	065
【宫心计】 .....	065
【无懈可击】 .....	067
十、因果法则，有付出才会有回报 .....	069
【情景闪回】 .....	069
【宫心计】 .....	069
【无懈可击】 .....	071



### 第三章 “办公室里也是有温暖的”

#### ——内方外圆的女人无懈可击

“办公室里也是有温暖的。”这是冉冉对吕笑笑说的一句话，真可谓意味深长。有人认为，办公室是工作场所，理应严肃、认真、公私分明。其实不然，有人存在的地方就会有人性和情感，只要你善于培养人脉、经营友谊、同性和谐相处，你就能营造出温馨自然的办公室氛围，而你必然是一个受欢迎的人。只有内方外圆的女人才无懈可击。

- 一、平易近人，放低姿态的人受欢迎 ..... 075
  - 【情景闪回】 ..... 075
  - 【宫 心 计】 ..... 075
  - 【无懈可击】 ..... 076
- 二、礼品互送，小礼物增进彼此感情 ..... 078
  - 【情景闪回】 ..... 078
  - 【宫 心 计】 ..... 078
  - 【无懈可击】 ..... 079
- 三、人脉投资，天时地利不如人和 ..... 080
  - 【情景闪回】 ..... 080
  - 【宫 心 计】 ..... 080
  - 【无懈可击】 ..... 081
- 四、经营友谊，职场友情要有分寸 ..... 082
  - 【情景闪回】 ..... 082
  - 【宫 心 计】 ..... 083
  - 【无懈可击】 ..... 084
- 五、化敌为友，请拥抱一下你的对手 ..... 085
  - 【情景闪回】 ..... 085



【宫心计】 .....	086
【无懈可击】 .....	087
六、软硬兼施，调教无理后辈有高招 .....	088
【情景闪回】 .....	088
【宫心计】 .....	088
【无懈可击】 .....	090
七、摒弃偏见，别人没你想得那么差 .....	090
【情景闪回】 .....	090
【宫心计】 .....	091
【无懈可击】 .....	092
八、同性相处，三个女人一台戏 .....	093
【情景闪回】 .....	093
【宫心计】 .....	093
【无懈可击】 .....	094
九、曲线艺术，办公室政治巧妙面对 .....	097
【情景闪回】 .....	097
【宫心计】 .....	097
【无懈可击】 .....	098
十、同事之间，帮他人就是帮自己 .....	100
【情景闪回】 .....	100
【宫心计】 .....	100
【无懈可击】 .....	101

## 第四章 “拿下她们，我也是美女”

### ——精于管理的女人无懈可击

“拿下她们，我也是美女。”这是吕笑笑在上任之初即将面对众位美



女下属时鼓励自己的话，这可以看做是她作为一个管理者应有的自信。当然，除了高度自信之外，管理者还要放下架子、恩威并施、勇于承担责任、巧妙处理下属矛盾等等，唯有如此才能真正“拿下她们”。只有精于管理的女人才无懈可击。

一、新官上任，风格取决于你自己 .....	105
【情景闪回】 .....	105
【宫 心 计】 .....	105
【无懈可击】 .....	106
二、放下架子，不妨拍拍下属“马屁” .....	108
【情景闪回】 .....	108
【宫 心 计】 .....	108
【无懈可击】 .....	109
三、首当其冲，勇于替下属承担责任 .....	111
【情景闪回】 .....	111
【宫 心 计】 .....	112
【无懈可击】 .....	113
四、兼听则明，虚心接受下属的建议 .....	114
【情景闪回】 .....	114
【宫 心 计】 .....	115
【无懈可击】 .....	116
五、一事一断，巧对下属之间的矛盾 .....	117
【情景闪回】 .....	117
【宫 心 计】 .....	118
【无懈可击】 .....	120
六、弹性管理，摒弃僵硬的条条框框 .....	121
【情景闪回】 .....	121
【宫 心 计】 .....	121
【无懈可击】 .....	122



七、恩威并施，发威的同时不忘施恩 .....	124
【情景闪回】 .....	124
【宫心计】 .....	124
【无懈可击】 .....	125
八、对症下药，管理下属要因人而异 .....	127
【情景闪回】 .....	127
【宫心计】 .....	127
【无懈可击】 .....	129
九、绩效考核，科学合理又不失公正 .....	132
【情景闪回】 .....	132
【宫心计】 .....	132
【无懈可击】 .....	134
十、树立威信，你的影响力非同凡响 .....	135
【情景闪回】 .....	135
【宫心计】 .....	136
【无懈可击】 .....	137

## 第五章 “上司，绝非什么空中小姐”

### ——“搞定上司”的女人无懈可击

“上司，绝非什么空中小姐，只在天上飞来飞去，可做不了朗雅的区域总经理。”这是弗兰克对吕笑笑和卓原说过的一句话，这可以看做是他幽默的自嘲，也可以说是对“上司”概念的一种解释。的确，上司都不简单，自有其过人之处。而作为下属，如何揣摩上司心思、与上司流畅沟通、为上司排忧解难，是职场女性必学的功课之一。只有搞定上司的女人才无懈可击。

一、装疯卖傻，有时聪明有时糊涂 .....	141
-----------------------	-----



【情景闪回】 .....	141
【宫 心 计】 .....	141
【无懈可击】 .....	142
二、取长补短，发现上司的闪光点 .....	143
【情景闪回】 .....	143
【宫 心 计】 .....	143
【无懈可击】 .....	145
三、越级申诉，不应该发生的事情 .....	145
【情景闪回】 .....	145
【宫 心 计】 .....	146
【无懈可击】 .....	148
四、忠心不二，职场游戏的首要原则 .....	149
【情景闪回】 .....	149
【宫 心 计】 .....	149
【无懈可击】 .....	150
五、善意欺骗，面对上司多用脑子 .....	152
【情景闪回】 .....	152
【宫 心 计】 .....	152
【无懈可击】 .....	153
六、掌控命运，不要让上司当枪使 .....	154
【情景闪回】 .....	154
【宫 心 计】 .....	154
【无懈可击】 .....	156
七、得罪上司，都是冲动惹的祸 .....	157
【情景闪回】 .....	157
【宫 心 计】 .....	158
【无懈可击】 .....	159
八、出谋划策，帮助上司分忧解难 .....	160



【情景闪回】 .....	160
【宫心计】 .....	161
【无懈可击】 .....	162
九、沟通顺畅，与上司建立良好关系 .....	163
【情景闪回】 .....	163
【宫心计】 .....	163
【无懈可击】 .....	164
十、不卑不亢，上司面前自尊自重 .....	166
【情景闪回】 .....	166
【宫心计】 .....	166
【无懈可击】 .....	168

## 第六章 “我想做的事，没有做不成的”

### ——能够自控的女人无懈可击

“我这人有个优点，就是天性乐观，只要我想做的事就没有做不成的。”这是吕笑笑对自己的评价，这足以让我们看到她的乐观、自信和自知之明。除此之外，宽广的心胸、平和的心态、随和的个性，也是吕笑笑的优点。可见，控制自己的心态和情绪对于职场女性的重要性。只有能够自制的女人才无懈可击。

一、适时宣泄，将压力排解出来 .....	173
【情景闪回】 .....	173
【宫心计】 .....	173
【无懈可击】 .....	174
二、自然随和，赶紧放下你的孤傲 .....	175
【情景闪回】 .....	175
【宫心计】 .....	176



【无懈可击】 .....	177
三、心胸宽广，戒掉你的嫉妒之心 .....	178
【情景闪回】 .....	178
【宫 心 计】 .....	178
【无懈可击】 .....	179
四、相信自己，办公室里的生存法宝 .....	180
【情景闪回】 .....	180
【宫 心 计】 .....	180
【无懈可击】 .....	182
五、心平气和，冲动不会有好结果 .....	184
【情景闪回】 .....	184
【宫 心 计】 .....	184
【无懈可击】 .....	185
六、报复心理，搬起石头砸自己的脚 .....	186
【情景闪回】 .....	186
【宫 心 计】 .....	187
【无懈可击】 .....	188
七、天性乐观，没有做不成的事情 .....	189
【情景闪回】 .....	189
【宫 心 计】 .....	189
【无懈可击】 .....	190
八、摒弃多疑，大家都是好样的 .....	191
【情景闪回】 .....	191
【宫 心 计】 .....	192
【无懈可击】 .....	193
九、自知之明，放弃不切实际的理想 .....	195
【情景闪回】 .....	195
【宫 心 计】 .....	195





【无懈可击】 .....	196
十、成熟稳重，从容面对每一次挑战 .....	196
【情景闪回】 .....	196
【宫心计】 .....	197
【无懈可击】 .....	197

## 第七章 “你是我心中最理想的职业女性”

### ——独立自主的女人无懈可击

在吕笑笑心里，尤小柔是“最理想的职业女性”，因为她“年轻但老练，职业但有品位，成功但又懂生活”。其实，要想达到这样的标准并不难，只要你能突破自我、破茧而出，面对职场的升降沉浮、纷纷扰扰，做到独立自主、掌控命运，你就能成为“最理想的职业女性”。只有独立自主的女人才无懈可击。

一、破茧而出，职业生涯几道坎 .....	203
【情景闪回】 .....	203
【宫心计】 .....	204
【无懈可击】 .....	205
二、榜样参照，带你走出职场迷茫 .....	206
【情景闪回】 .....	206
【宫心计】 .....	206
【无懈可击】 .....	207
三、晋升死穴，冲破“玻璃天花板效应” .....	208
【情景闪回】 .....	208
【宫心计】 .....	208
【无懈可击】 .....	209
四、突破自我，跟职场弱势说“拜拜” .....	210

