

魅力going她世纪之 精彩工作

打造e时代魅力女人，“绕指柔能敌百炼钢”，在魅力风行的地带铿锵前行。

欧 晴 著

中国致公出版社



魅力going她世纪之 精彩工作

打造e时代魅力女人，“绕指柔能敌百炼钢”，在魅力风行的地带铿锵前行。

欧 晴 著

中国致公出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

魅力 Going “她世纪”之精彩工作/欧晴著. —北京:
中国致公出版社, 2005. 9
ISBN 7-80179-456-7

I. 魅... II. 欧... III. 女性—职业选择—通俗读
物 IV. C913.2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 106875 号

魅力 Going “她世纪”之精彩工作

著 者: 欧 晴
责任编辑: 于建平

出版发行: 中国致公出版社
(北京市西城区太平桥大街 4 号 电话 66168543 邮编 100034)

经 销: 全国新华书店
印 刷: 北京密云红光印刷厂
开 本: 880×1230 1/24
印 张: 10.75
字 数: 96.3 千字
版 次: 2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月第 1 次印刷
印 数: 1—10000 册

ISBN 7-80179-456-7

定价: 24.80 元

版权所有 翻印必究

代序

修饰过的女人总是有种风情。裙裾飘飘，暗香袅袅，像冬日里浮动的一支室内乐，或者，春天户外明媚的光线。即便面容平淡的女人，于色香堆叠处，也会有些许魅力的光影闪动。

女人的魅力实在不仅仅来自天生，更是一种后天善视自身的着力修饰。一个女人，实在应该一辈子都不要有理由蓬头垢面。

“修”出来的魅力

某天去拜访一位女友，门开启处，着实令我吃了一惊。声音依旧，但映入眼帘的那张脸，却无论如何不能与记忆中的影像对号入座：眉毛秃了、睫毛没了、眼神黯淡、肤色暗黄，外加状如满天星斗的雀斑在脸颊鼻梁处星罗密布。比之昔日精致妆容加面、服饰恰如其分、行走间摇曳生姿的魅力风情女子，眼前这位面容惨淡、一身睡裙拖鞋的女人，已完全失掉了当时当日的美仑美奂与楚楚动人。

辞别女友之后，我一时间很有些慌乱的心，方逐渐变得淡然。想想也是，女友原本不是什么得天独厚的美人胚子，妆前妆后会“变脸”，当是意料中事，倒是我，有些见怪自怪，其怪难败了。又想，多少昔日里风姿绰约、丽质天生的美人，如今已是身形沉坠、面目臃肿，似乎连五官也个个移了位？

于是，不由感叹：女人呵，原本是上天格外恩宠的尤物，原本该将这种美丽与魅力经久不断地坚持下去。但可惜总有些女人，会



不能持之以恒地坚持始终。

一位天“姿”泛泛，却总有本事成为大众目光焦点的女友说：女人，实在应该从25岁的时候起，就应该多些心力努力修饰自己，否则，简直无法见人。

的确，完全的素面朝天，恐怕得要一点丽质天生的底子，那种只靠内在素养学识所呈现出的，是男女无差的“风度”，或说“气质”。

而且，高明的素面朝天，绝非铅华不施，而是饰过无痕。一切贴近自然，但又超越自然。

放眼看去，修饰过的女人总是有种风情。裾裾飘飘，暗香袅袅，像冬日里浮动的一支室内乐，或者，春天户外明媚的光线。即便面容平淡的女人，于色香堆叠处，也会有些许魅力的光影闪动。

女人的魅力实在不仅仅来自天生，更是一种后天善视自身的着力修饰。一个女人，实在应该一辈子都不要有理由蓬头垢面。

所谓魅力女人

她够大方高尚，但也不乏细致情调；她可以亲密无间，但绝对不可轻言亵渎；她心胸大度，但决不刻板教条；她难免耍些小手腕，但决不惹人生厌；她难免有些“曲高和寡”，但已久经文明的淘洗，且有实用作底……

所谓魅力女人，可以“小资”，可以“中产”；可以“白领”，但绝少“粉领”。她们至少大学毕业，会说流利的英语，穿黑、蓝、灰职业套装，拎大号公文包或手提电脑，薄施粉黛，举止文雅，风度翩翩出入于高档写字楼、星级酒店、商务会所、咖啡馆……她们爱



看法国电影、喜读村上春树、倾听莫扎特、浅啜马爹利VSOP兑青柠汁……她们以品位优雅、风度优美及专向素质优秀而挺立成都市的一种精神；她们更为理性的美丽、更为内敛的时尚、更为独立的浪漫、更为睿智的自信，独立成城市的一道风景。……

这，就是魅力女人。

行走职场的魅力女人，会在每天晨光初起时，足蹬高跟鞋，急速穿过熙熙攘攘的车流人流，走进大理石地板的办公室开始工作；下午，在轻盈跳跃的音乐声中整理文件；暮色氤氲的黄昏，去国贸购物，去星巴克喝咖啡……

都市丛林中几乎每一辆穿行过的轿车中、每一幢矗立着的高级公寓里，都会有魅力女人的身影。

白天忙碌于都市最高级的Office里的魅力女人，不那么高不可攀，而是平易近人；她很谦虚、够温暖、不造作；她够大方高尚，但也不乏细致情调；她可以亲密无间，但绝对不可轻言亵渎；她心胸大度，但决不刻板教条；她难免耍些小手腕，但决不惹人生厌；她难免有些“曲高和寡”，但已久经文明的淘洗，且有实用作底……

在魅力风行的地带铿锵前行

今年的天气有点反常。

2005年的第一缕阳光，比以往时候来得稍晚一些，那是因为，年初两天朔风凛冽，既而，2005年的第一场雪，比以往时候来得更早一些。

有灿烂阳光朗朗晴天来布景，自然更容易令人心情愉悦、豁然开朗，但沉静低调的阴天不也更多了几分含蓄轻淡吗？

其实，有时我们不必对己对物太过苛求，给自己一个借口，让



脚步在时间辗转、自然更迭间作短暂停留的同时，也让心灵驻足，哪怕简单得只是意识到时间又要从1开始了，也是好的。

谭咏麟曾说自己要永远25岁，这大抵是新老更迭、竞争惨烈的演艺圈中人拒绝成长、变老的一种表现。对于女孩子来说，18岁、25岁、30岁等等机械的数字，又何尝不是青春的一道道分水岭呢？18岁时含苞待放、欲语还羞、希冀无限；25岁时傲然盛放、极致美丽、恨不久长；30岁时容颜惨淡、时光易老、美人迟暮……不是不令人惊异的。

所以，盛放之时之后的女人希望时光停驻容颜不老，永葆青春时的鲜亮美丽，主观上便拒绝年轮的更替日历的常新，大约从25岁那个年纪起，便自觉地对岁末年初的概念，不是忽略，便是敷衍，于是，在日历翻新的刹那，提笔给生命过程划一个顿号，算是没有太过分地辜负生活。

我们惶恐于时光荏苒，时间却偏偏我行我素。

依稀昨日还是纯纯小女生，不知什么时候起，后80年代生人已继80年代生人的短暂喧嚣之后风生水起，当我们或主动或被动地混迹其中，甚至以大姐大的身份对他们授之以渔，我们才意识到20岁不再来，那些曾在我们眼中幼齿甚至笨拙的小毛头，顺理成章地开始成为我们的同事、朋友、合作伙伴、竞争对手，甚至情人。

年龄如山坡上的野草般在春天里疯长，有些介意、失落，甚至恐惧，但生活，原来如此。看大街上偶然走过的老妇人鹤发鸡皮的身影，会诧异时光的年轮会将青春演变地支离破碎，但生活，原来如此。

港星张曼玉40有余而依然娇娆美丽、知性风情，我们的蒋雯丽虽然比她小了好几岁，却老早已是最佳少妇代言人。于是感叹，年龄，有时在女人的身上脸上，又表现得不是那么绝对。



固然，青春易逝，容颜易老，但女人的态度却不应只是恐惧、躲避和叹息，而是要有面对的勇气。

关锦鹏说：所谓勇气，无非就是和自己坦白。

终于可以坦白的东西必将带来关乎心灵至深的触动。年龄和感情——两个长久以来最容易让女人躲躲藏藏的东西，能开诚布公地被亮相、被正视，是女人应该做也必须做的一件事。深埋内心固然最安全最隐蔽，但久而久之，也容易腐烂、发霉。

所以，在走过了春天的清新与悸动之后，在这个花妍叶绿的夏日，抛却过往、迎接未来，是女人拥抱真我保持真我的最好体现。

让我们在洋溢着芬芳浓郁的青色气息的夏日，在魅力风行的地带铿锵前行，并诚恳说声：再见！青涩的青春。

欧 晴

2005年夏 于北京

目 录

Part 1 个性魅力Going

1. 完全“眼女”A-Z / 1
2. 别因性格误前程 / 6
3. 职场MM之成功六大“酷”方案 / 12
4. 自我EQ管理四步曲 / 15
5. 职场高效OL必备之十大技能 / 21

Part 2 创新魅力Going

1. 白领必备之鸳鸯双剑 / 25
2. 做个时间管理高手 / 30
3. Office“色诱”大法 / 35
4. 爱“软”才会赢 / 42
5. 白领丽人，八步赶蝉奔成功 / 48

Part 3 求实魅力Going

1. 好工作：除了“薪情”还有什么？ / 52
2. 勿使自己处于“越位”的位置 / 57
3. 简单9招，牵着职场幸福走 / 60
4. Office生存之道全攻略 / 66



5. 职场高效OL特质 / 72

Part 4 交际魅力Going

1. 好人缘=好财缘 / 77
2. 把握好与上司相处的“度” / 81
3. 八面玲珑 玩转职场 / 85
4. 聪明MM性“少”扰 / 89
5. “非”一般的合作力 / 93

Part 5 情感魅力Going

1. Office情感方程式 / 100
2. 小心！你的办公室友情 / 106
3. N记妙招跟“误解” Say Goodbye / 112
4. 对你的老板感情“投资” / 118
5. Office 6大情感禁忌 / 126

Part 6 激励魅力Going

1. 通向成功之10种积极心态 / 129
2. “十步一杀”，打造减压高手 / 133
3. 步步高升13招 / 138
4. “非典型蘑菇OL” DIY自救 / 141
5. Keep住你的职业性激情 / 145

Part 7 多维魅力Going

1. 人在职场：没有任何借口 / 150
2. 危机管理：找到职场高速的下一个出口 / 155

- 3.学会选择你的老板 / 160
- 4.抽离困境，就更靠近成功 / 165
- 5.从职场大女人到居家小女人 / 169

Part 8 决策魅力Going

- 1.提升你的决策力 / 175
- 2.职场MM：善用女性领导力 / 181
- 3.如何赢得男下属的拥戴 / 185
- 4.权力何来 / 188
- 5.小心，别落入决策陷阱 / 191

Part 9 动感魅力Going

- 1.一线“职女”，从A到A+六捷径 / 196
- 2.做职场上的“优质猎物” / 200
- 3.对职业危机说“NO” / 203
- 4.职场女人，向男人学什么？ / 209
5. DIY在行动：Office咸鱼大翻身 / 215

Part 10 职场魅力女人工作必备

- 1.从容面对职业礼仪 / 221
- 2.人在外企的9种行为礼仪 / 225
- 3.参悟职场生存之道 / 229
- 4.不做职场“黑八类” / 237
- 5.工作中的女人最“魅力” / 240



Part 1

个性魅力Going

1. 完全“职女” A-Z

做女人难，做职场女人更难，而要做一个优秀的职场女人，更是难上加难。话虽如此，路还是要走，事还是要做，生活还是要继续。对于职场 OL 来说，虽不一定要练就十八般武艺，八面玲珑，但也要努力向那个境界靠拢。所谓完全“职女”一定要有如下“A-Z”的“内功”，方能玩转职场，工作着并快乐着。

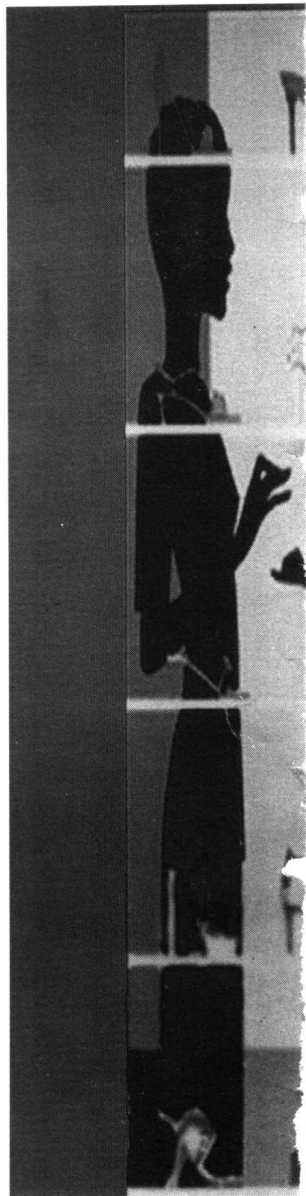


A (Ambition) 雄心壮志：也有OL（职场女性）将之戏称为“雌”心壮志，但无论怎样，有了雄心壮志的女人，都难免多少有些凌厉干练、牙尖爪利，于是有OL担心这会使她们失去女性的温柔。但一项进行了多年的调查表明，74%的职业女性一直都在积极寻求获得提升的机会。其实也是，既然人在职场走，那又何不走得意蕴铿锵些呢？

B (Belief) 信仰：前段时间热播的央视版“天龙八部”的片尾曲中，王菲幽幽怨怨地唱道：“我是你执迷的信徒”，想来这是剧中小女子阿朱对大英雄乔峰的小女人情怀。但看看小说或影视剧还可以，现实生活中，女人尤其职场OL，千万不要轻易将某个男人当作自己的“信仰”，虽然小鸟依人也是一种娇柔的美，但人在职场，却不一定“背靠大树好乘凉”。很多时候，对工作信仰比对男人信仰更可靠。

C (Cute) 可爱：周杰伦的那首《可爱女人》，不知撩动了多少小女子的芳心。无论何时，可爱都是一个女人一种天生的宝贵气质，无论性格优劣、外貌美丑，只要有心，每个女人都可以让自己的可爱保持一辈子。

D (Diy) 自己动手：“E”时代，什么都流行DIY，工余的某段闲暇时光，自己动手，做一些自己喜欢的东东，也是一件很有意思的事情，情趣之外，还有些许“浮生偷





得半日闲”的惬意与舒爽。有时候，幸福还需要自己去主动创造。

E (Enjoy) 享受：相信那个“渔夫晒太阳”的故事大家一定耳熟能详，的确，努力工作，适度娱乐，尽情享受、体味生活的甘苦冷暖，也是一种难得的人生况味。女人一定要懂得爱自己，才会更快乐。

F (Freedom) 自由：如今之女权当道的“她”世纪，女人虽不一定要大张旗鼓地高呼“我是女权”，但自己的人生自己掌握，做自己想做和爱做的事，不是很好吗？

G (Go) 冲：“冲”其实决不是年轻女孩子的专利，30岁左右的“熟女”，也一样可以“冲”力十足。而且，随时随地，保持一种向前冲的勇气，也是一种人在职场的必须。

H (Happy) 快乐：很多女人喊累，其实当今社会，无论男人女人，肩上的担子都不轻，压力来袭时不妨想一想：有多少焦虑其实是庸人自扰？有多少操心其实是作茧自缚？给自己一个快乐的理由，会活得更轻松。

I (Independent) 独立：是做挺立的木棉，还是做攀缘的菟丝，相信当今职场女子的选择不言而喻。而且，做个不依附别人的女人，至少说话的底气会要足一些。

J (Just) 正直：正直的男人让人肃然起敬，正直对于女人其实同样不可或缺，职场女子，尤其女性领导，正直当是其最重要的人格魅力，万万不可将之随意丢弃或忽略。

K (Kitchen) 厨房：上得厅堂，下得厨房，或许不过是男人对于心目中完美女性的憧憬与幻想，大家不必当真，

但退一步说，会做饭的女人，无论怎样都是多了一项技能，正所谓“艺不压身”，即使不是“饭”为悦己者“做”，心情不错时做来慰劳自己，不也是人生一大乐事？

L (Love) 爱：女人似乎是天生为情而生的动物，或许女人最不缺的就是“爱”，爱别人，也爱自己，如此方为真女人。

M (Marriage) 婚姻：无论是尚处在围城外还是已置身于围城内的女人，婚姻大概都是人生必不可少的一个过程，有人说婚姻使男人心身受益，健康“万年长”，其实婚姻对于女人也同样有益健康，晨起时的一个轻吻，午夜时的有力拥抱，大约是每一个女人都想要的。

N (No) 不：女人应该学会说“NO”，懂得拒绝才更懂得接受，对自己不喜欢的人和事说“不”，生活会因此而变得更精彩。

O (Open) 开放：开放的女人决不是简单的来者不拒，适当的时刻，让自己的心处于一种“Open”的状态，才不会错过擦身而过的一些美好。

P (Personality) 个性：“痛快去爱，痛快去感受”更有一种酣畅淋漓的美。

Q (Quiet) 安静：人心总是喜新厌旧，潮流总是兜兜转转，不随波逐流，拥有一份坚持和坚定，适时回归宁静，也是一种很女人的生活态度。

R (Romantic) 浪漫：来自男人的浪漫弥足珍贵，很多女人趋之若鹜，其实浪漫本是源生自女



人骨子里的一种气质，打造并拥有一份浪漫情怀，并把它变为自己的长期“内存”，又何愁无浪漫可言？

S(Study)学习：职场如战场，只有不断地学习，才不致离时代太远，拉开了自己与身边优质工作或优秀男人的距离。

T(Tenet)原则：“我在我的世界不能犯规，你在你的世界笑我无所谓”，对人、对事、对自己，原则不可或缺，女人，实在不能失掉真我。

U(Understand)理解：对工作、对男人、对自己，多一份理解，生活会因此而海阔天空。

V(Vigor)活力：女人安闲是静若处子，女人跳脱是动如脱兔，无论安闲还是跳脱，都不能缺少活力。没有活力的女人譬如一潭死水，大概会应了那句“流水不腐，户枢不蠹”的箴言的反面。

W(Wisdom)智慧：女人的智慧决不应该是处处锋芒毕露，精明外露，而应是一种大智若愚的韬光养晦。事情并不紧急的时候，让身边的男人为你摁开电梯的按钮、打开旋转的玻璃门、拉开椅子……享受这一时刻的被呵护与娇宠，不仅是善用女性专利这么简单，更重要的是，你同时也赢得了男人们因自尊心被看重而反馈过来的爱护与信任。做起来如此不费吹灰之力，又何乐而不为呢？

X(X)未知数：生活当然要实实在在，但也决不能缺少了一点未知，否则，一切真相大白，那明天还有什么意义？

Y(Yoga)瑜伽：如今正是瑜伽正当时，即使不为流行，瑜伽也是一种最适合女人修身养性的锻炼方式。

Z(Zeal)热情：不要总抱怨生活中缺少了一些亮色，很多时候，是我们缺少了一些对生活的热情。多给周围的人和事一些热情吧，至少，它会让我们年轻10岁。

2.

别因性格误前程

女人总是流于感性，男人大多偏向理性。这似乎已是公认的“道理”。事实也正如此，女人无论是在职场还是在情场，感性总会时不时冒出来张牙舞爪，以至于压住了理性的光辉。当然，有时候，女人也会因为自己的感性，而获得与男人不一样的灵感和收获。但当女人不合时宜的表现出过分的感性时，亦会造成不可避免的损失。这时，是到了我们该好好管理一下自己性格的时候了。

