

<<女人如何重返职场>>

图书基本信息

书名：<<女人如何重返职场>>

13位ISBN编号：9787538731446

10位ISBN编号：753873144X

出版时间：2010-9

出版时间：时代文艺出版社

作者：晓熙

页数：138

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<女人如何重返职场>>

内容概要

在这本书中，作者介绍了关于如何华丽转身、如何处理同事间的关系、如何处理公司上下级间的关系、如何在职业化上得到提升、如何在能力方面为自己充电、如何跟上时代的步伐等诸多女人在重返职场时会面临的棘手问题。

<<女人如何重返职场>>

作者简介

晓熙，国内旅游、时尚类资深媒体人、特约撰稿人。

文章定期在《时尚旅游》《时尚芭莎》《旅游》《Time Out》《好主妇》《健康之友》等知名杂志上发表。

近年来专注于研究女性心灵健康、家庭规划、职场生存等方向。

<<女人如何重返职场>>

书籍目录

第一章 天地大不同，出路在前方 1.重出江湖，找回自信 2.女人的幸福自己掌握 3.女人就是要有钱 4.给自己留出过冬的粮食 5.重返职场跨过七道坎 6.重入职场综合分析第二章 我选择，我快乐 1.回归原岗位 2.换一份工作，换一个活法 3.加入SOHO一族 4.自己做老板 5.做女强人还是做女人 6.家庭、事业、孩子，一个都不能少第三章 好心态决定好状态 1.先斟满自己的酒杯 2.得之淡然，失之坦然 3.凡事往好的方面去想，往好的方向去做 4.学会放弃，懂得选择 5.女人有时要饶过自己 6.晋升输在心理上第四章 能力说明一切 1.从细节做起，从琐碎妈妈到职业女人 2.把工作日程昭告天下 3.重新学会说话 4.巧用办公设备 5.利用新技术，不要落后时代潮流 6.充电，提升职场资本第五章 学会解压，让心灵适当“出逃” 1.坦然面对背后中伤 2.有付出，才有回报 3.不要梦想一个人打天下 4.多交流，努力干，争取理解和帮助 5.约会闺蜜，倾诉心情 6.用购物减压，用装扮职业化第六章 顶起职场半边天 1.让自己符合“职业角色” 2.善用你的女性“职场资本” 3.同事的恭维就像香水，可以闻但不要喝 4.不要将私人感情混入工作中 5.树立一个职业女性的专业形象 6.创造一个绝对职业的工作环境

<<女人如何重返职场>>

章节摘录

毕淑敏在其作品《女人什么时候开始享受》中写道：“因为我觉得无数的女人，在慷慨大度地向人间倾泻爱的时候，她们太不爱一个人了——那就是她们自己……女人们，给我们自己留一点享受的时间和空间吧。

不要一拖再拖，不要一等再等……就从现在开始，就从今天开始……不要把盘子里所有的肉，都挟到孩子的嘴边；不要把家中所有的钱，都用来装扮房间和丈夫；不要把所有的精力，都投入工作；不要在计划节日送礼物的名单上，独独遗下自己的名字……善良的女人们，请从这一分钟开始，享受生活。

现在，我还是很温柔，还是不和别人红脸，说话还是细声细气，也还是爱哭容易被感动。

可是我开怀大笑的次数多了，心上暖暖的时候也多了。

我愿意体谅别人的心情，照顾别人的需要，可却绝不再过分地委屈自己。

请相信我，从现在开始，对自己好一点，爱自己多一点，当你的杯子满了，会发现周围和你一起分享快乐幸福的人就更多了！

”女人要学会爱自己，不要怨恨自己。

柔软地、温和地关怀自己，学会原谅自己。

不要太苛刻，不要反对自己。

石头吸引石头，花朵吸引花朵。

你会像一朵花，在开放的过程中，将吸引别的花朵。

会有一种优雅的、美妙的、充满祝福的关系存在，这样的关系最终又将升华为虔诚的祈祷，极致的喜乐。

2.得之淡然，失之坦然只要不计较得失，人生便没有什么不能克服的。

人生中得到的东西有许多，失去的也不少，一得一失都是互相联系的。

如果得到更高的职位，就会失去更多做人的轻松和快乐；如果得到更多的钱财，就会失去苦中作乐的体验机会；如果得到工作上的清闲，就会失去相应的权利；如果得到更大的住宅，更好的汽车，就会失去往日的安全感。

反过来也是同样的道理：如果失去了官位，就会得到舒心的生活；如果失去了不该到手的财物，就会得到清正廉洁的评价……在我们自己身上也经常有得失发生：如果得到舒适的懒觉，就会失去晨练的机会；如果得到过分的营养，就会失去轻便的身材；如果得到网上通宵聊天的畅快，就会失去第二天的充沛精力……人生就是这样有得有失，往往得失相当。

所以，得失自有天数。

凡事要做到“拿得起，放得下”，得之淡然，失之坦然。

面对无法解决的问题，不妨选择放下，以退为进，尽显个人魅力。

生活中，有太多的人在执著：执著于近在咫尺的成功，执著于绚丽多姿的生活，执著于唾手可得的感情……然而却始终差之毫厘，谬以千里。

执著没有什么不对，但放下也放下，是一种心态的选择；放下，是一门心灵的学问；放下，是一种生活的智慧。

放下压力，获得轻松；放下烦恼，获得幸福；放下自卑，获得自信；放下懒惰，获得充实；放下消极，获得进取；放下抱怨，获得舒坦；放下犹豫，获得潇洒；放下狭隘，获得自在……得之淡然。

简单生活，淡淡地来，淡淡地去，换来灵性的清静。

对人生、对社会的宽容和不苟求，得到的是自己内心的宁静和有条不紊。

为生活而努力，足以维持体面，但不忘乎所以，因为人生需要执著，但更重要的还是随缘。

简单地活着，活得善良、率直、坦荡，才能有时间的心情去品评人生的况味，享受人生的乐趣。

在世事的牵累、终日的忙碌中，偷出空闲，用淡然的心境去修饰自己、滋养自己，呈现出来的，是清晨阳光般的笑容、端庄的气度、深厚的内涵。

白日的尘埃落定，在灯下读一点书，修复日渐粗粝的灵魂，使自己依然温婉和悦。

放达宽厚，修炼从容的心态，健康的心智。

<<女人如何重返职场>>

爱恨情仇，恩怨得失，虽无法忘记，但可以宽宥，让一切慢慢沉淀在记忆里。
远离刻薄和庸俗，明白什么是爱，什么不是爱；什么是属于自己的，什么不是属于自己的。
像秋叶般静美，淡淡地来，淡淡地去，淡淡地相处，给人以宁静，给人以淡淡的欲望，活得简单而有味道。

<<女人如何重返职场>>

编辑推荐

《女人如何重返职场》：重寻自我价值，焕发精彩人生你要搞清楚你的人生剧本，不是你父母的续集，不是你孩子的前传，更不是你伴侣的外篇。
左手家庭右手职场，女人嫁得好更要干得好。
女人在多种角色中寻求平衡，实现自己的人生价值。
女人在天地不只是在家庭灶台，更是职场舞台。

<<女人如何重返职场>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>