

<<给女白领看的升职加薪书>>

图书基本信息

书名：<<给女白领看的升职加薪书>>

13位ISBN编号：9787502837570

10位ISBN编号：7502837574

出版时间：2010-8

出版时间：地震出版社

作者：李琴

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>

## <<给女白领看的升职加薪书>>

### 内容概要

也许你极具才华，可是却遇到了各种各样的问题；或者作为新人，你遇到了恶魔一样的boss，或许你非常喜欢这份工作，却不知道如何展现自己，以博得上司的青睐；或许你无法继续现在的工作，想要寻找适合自己发展的地方，那么你应该怎么做呢？

本书将从各个角度，阐释白领女性走向职场成功之路将会遇到的种种问题，旨在用经验之谈，帮助你走向更灿烂的明天。

## &lt;&lt;给女白领看的升职加薪书&gt;&gt;

## 书籍目录

一、职场自荐书 笑容是最好的敲门砖 如何应对面试中的刁钻问题 选择适合自己发展的职业 自我认识要清晰 不要坐等伯乐 不要不懂装懂 学会换位思考 用自身魅力来战胜职场性别歧视 自信比黄金更重要 你的形象价值百万二、职场规划书 职业规划决定发展前途 珍瞄你职业生涯的前五年时间 职业选择要结合自己的性格特点 适合做什么,而不是能够做什么 选择自己热爱的职业 特长对工作选择也很重要 切莫入错行,掌握最低生存技能 给你的人生做加减法 “个人品牌”附加值很重要 明确定位,术业有专攻 加强自身能力 学会积累,并寻找创业机会 处理好你的双C问题 避免走入职业规划误区三、职场竞争书 当你遇到竞争对手 做狼不做羊 如何让自己不被裁员 保持工作的热情 你擅长沟通吗 沟通有什么技巧 不必好奇别人的议论 懂得变通 用心做好每一件事 要学会拒绝 坚持自己的专业,不轻言放弃 善用“女色” 想升职,就别期望人人都喜欢你 不善于与男同事、男客户沟通是大忌 不敢接受挑战,就很难得到升迁四、职场升迁书 想升职,你该这么做 职场的“弹簧升职”法则 升职,要时刻准备着 设定现实的目标 永远比别人多做一点,像老板那样思考和行事 凡事别太争强好胜 你是一个会偏私的人吗,别光说不练 输赢都要做出完美姿态,千万不要迟到,“溜须拍马”不是错 学会聪明的抱怨 看懂失宠信号,提前想法应对 不要无条件地回避冲突五、职场加薪书 为什么你总和升职擦肩而过 警惕五类上司拖累你的升职 学会为公司精打细算 工作中要苦干,更要巧干 在老板面前混个“脸儿熟” 会议期间至少发言一次 怎样才能获得快速晋升 为什么你加薪总是很难 让老板主动加薪的六个秘诀 要加薪,你够格吗 加薪有什么潜规则 向老板提加薪要审时度势 加薪,多少才合适 申请加薪的最好时机 不得不防范的加薪陷阱 要加薪,还要注意七个细节 忠于职业生涯不等于忠实老板六、职场跳槽书 跳槽是另外一个起点 跳槽,你是否拥有这些资本 不要为了跳槽而跳槽,跳槽前考虑四个 如何选择适当的时间跳槽 跳槽前应注意的问题 如何向自己的老板辞职,辞职之后的注意事项 不要为了这些事情跳槽 跳槽面试四大“忌语” 跳槽须知:两种情况辞职要付违约金 跳槽糟了怎么办 年龄不是跳槽的绝对标准七、职场关系书 做一个有亲和力的同事 不要浓妆艳抹 如何与老员工融洽相处 不要让上司对你的宠爱,成为你与同事的隔阂 不搞小圈子 一言一行须深思熟虑 如何应对职场中的排挤现象 掌握同事间的最佳距离 与人方便,必有意外收获 不要轻易忘记别人的恩惠 谦虚的人更容易赢得尊重 不要喜欢引人侧目 管住你的嘴巴 练好内功是根本 不要和同事有过密私交 修饰自己也要赞美别人 善于与同事分享 与上司出差有技巧八、职场心态书 好心态比什么都重要 心态决定健康 什么是健康心态 幸福和不幸都来自攀比 勇于面对任何问题 职场女人要会装糊涂 不要对自己的年龄感到恐慌 退步是为了更好地前进 拿得起,放得下 对人对事都别太强求 有知足的心,才能经常快乐 冷静看待身边不平事 视逆境为进步的阶梯 宽恕别人就是解放自己 心态决定命运 凡事都应该量力而行 与人为善 不妨来一点鸵鸟精神九、职场减压书 每个女人都会有心理压力 保持一颗平常心 厌倦工作怎么办 为什么总是焦虑不安 觉察和解读你的心理困扰 透彻分析自我,为心灵排毒 百病由心生 用幽默点缀生活 运动是减压良方 睡觉减压 调整饮食能减压 适当的发泄情绪 想哭的时候不要忍耐 和朋友一起开怀大笑 找人倾诉 将压力转换为人生动力 放慢你的工作速度 学会忙里偷闲 将压力写出来 慢慢的用餐 需要的时候一定去看心理医生十、职场充电书 为什么要充电 四个信号告诉你——你该充电了 做足充电规划 职场“充电”要会选品牌和选老师 找准充电的最佳时机 如何平衡好工作与充电的关系 不要胡乱充电 不要认为充电越多越好 不要在错误的时间点进行不恰当的“充电” 职场充电:哪些洋证书找工作最“牛” 记得培养你专业以外的“软能力” 养成一些好习惯十一、职场爱情书 不要把自己学历弄得太高 不要太强 要学会理智对待情感 别把男人太当回事儿 不怕女追男 冷静面对情感危机 拒绝职场里的情感诱惑 如何避免职场里的“桃色陷阱” 不要嫌贫爱富十二、职场理财书 女人一定要理财 先改变消费习性,再谈理财 六大要素,建立理财观 别借钱给男人 三阶段理财,一生无忧虑 对自己的花销有所控制 给自己买一份保险 学会预算规划和记账 学会合理利用每一分钱 低收入女性更要理财 省小钱不如省大钱 年轻的时候最好不要做“房奴” 选购婚房不要超越自身能力 高收入也要留好应急金 钱多钱少,快乐就好十三、职场自保书 职场性骚扰是暗箭难防 不要在办公室里做让人误会的小动作 如何和上司保持合理的距离 对于职场异性的非分要求,要明确拒绝 不要接受男上司的特殊关照 不要梦想与男上司成为朋友 男上司追问你的私生活怎么办 男上司不停给你电话、短信怎么办 男上司送你礼物怎么办 男上司要求你单独加班怎么办 男上司要求你跟他单独出

<<给女白领看的升职加薪书>>

差怎么办 男上司要求你跟他单独宴请客户怎么办 如何避免男同事的倾慕 和男同事出差怎么做才能不尴尬 遭遇性骚扰,一定要收集“三证” 沉默只会让你更受伤十四、职场爱己书 女人要会爱自己 任何东西都不值得用健康交换 行走职场如何保持身材 让自己保持一个好睡眠 学会为自己花钱 定期做妇科检查 挑选适合自己的衣服 不必害怕皱纹 经期一定不要马虎 快乐一定要发自内心 防辐射很重要 少吃多餐,学会养生 适度、安全的性爱才健康 “性游戏”该不该玩 规律的生活有助健康 养一只宠物陪伴自己

## <<给女白领看的升职加薪书>>

### 章节摘录

“谁都希望鱼和熊掌能够兼得，当二者不能同时得到的时候，在一段时间内我会选择工作，因为拥有一份好的工作，将来培养孩子就会有更为坚实的经济基础。

我想总会有合适的时候让我二者兼得。

”这样回答，或许真的能提醒上司在你生孩子休息时仍把原来的位置给你留着，而不让别人取而代之。

问题四：面对上司的非分之想，你会怎么办？

招聘女秘书，往往会问及这类话题。

回答此类问题，最好委婉一些：“你们提出这个问题，我非常感激，这说明贵单位的高层领导都是光明磊落的人。

不瞒诸位说，我曾在一家公司干过一段时间，就是因为老板起了非分之念，我才愤而辞职的，而在当初他们招聘时恰恰没问到这个问题。

两相比较，假若我能应聘进贵单位，就没有理由不去为事业殚精竭虑。

”这样的应答堪称精妙，妙在没有直接回答“该怎么办”，因为那是建立在上司“有”非分之想的基础之上的。

通过一个事例来表明自己态度的坚决，又没让问话者难堪。

即使新老板确有投石问路之意，日后也不会轻举妄动了。

女性在求职面试时，常会碰到一些敏感的问题，学会如何巧妙地回答这些问题对你的求职帮助是很大的。

选择适合自己发展的职业寻找适合自己的职业，应该从以下几个方面考虑：兴趣——在选择职业过程中，人的兴趣和爱好往往具有一种强大的推动作用。

但是，兴趣和爱好只能作为重要依据，而不是全部。

因为，只有把它们建立在一定能力基础之上，并与社会需要相结合，兴趣、爱好才会获得现实的基础，也才有实现的可能。

性格一根据性格选择职业，能使自己的性格特征与职业工作相吻合，更好地发挥自己的聪明才智和特长，从而得心应手地驾驭本职工作。

例如，理智型性格的人喜欢周密思考，故适合于选择管理性和研究性的职业；情绪型性格的人通常表现为情感反应比较强烈和丰富，故适宜于艺术性的职业等等。

<<给女白领看的升职加薪书>>

媒体关注与评论

男人、女人之外，上班族是人类的第三大族群！  
世界人数最大的职业女性人群。

——杨澜(著名主持人、成功职业女性)

——朱德庸(台湾漫画家)今天的中国，恐怕拥有全

## <<给女白领看的升职加薪书>>

### 编辑推荐

《给女白领看的升职加薪书》：职场书生一定要读的职场成功法则。  
掌握，职场升迁术，读懂，职场跳巢法则，学会把握，职场关系，做好，职场生涯规划。  
全球最权威的书生职场成功定律，当当网、亚马逊网、搜狐读书网、凤凰读书网、新浪读书网联合推荐。

要想在职场呆得久一些、发展好一些，时不时为自己充电是必须的，尤其是女性。  
否则被人轻视、升职无望、加薪没门.....这些事都能找上你！

<<给女白领看的升职加薪书>>

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>