

<<三头六臂的职业女性>>

图书基本信息

书名：<<三头六臂的职业女性>>

13位ISBN编号：9787209032278

10位ISBN编号：7209032274

出版时间：2003-4

出版时间：山东人民出版社

作者：聂祎

页数：105

字数：85000

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>

<<三头六臂的职业女性>>

内容概要

该书所针对的读者群是已经跨入社会，并已成为了一名职业女性的读者群。

本书以较为实用、幽默的风格，帮助她们在工作、朋友、婚姻、照顾自己等诸多烦心而矛盾的角色扮演中寻找一个平衡点。

这是一本透视职业女性的书，本书试图通过职业女性这一特定群体的工作与生活、事业与家庭、人际关系与自身状况的解读，探究他们的成功与失败、欢乐与烦恼、理想与追求；揭示她们对社会的巨大贡献、对家庭的无私付出和对自己不断进取力求完美的更高要求；展示她们多彩的人生角色、不凡的气质风度和丰富的精神世界。

以期得到社会更多的关注、理解、尊重和支持。

本书还浅析了职业女性的优势和劣势、长处和不足，为其今后的发展进步提出了建议和忠告。

同时书中还列了一些有关女性身心健康、美容养颜、幼儿护理、子女教育等方面的知识，希望对广大的职业女性能有所补益。

<<三头六臂的职业女性>>

书籍目录

一 走进职业女性的世界 光临她们的领域 她们扮演的角色 全职工作 她们的变动世界 你需要平衡二 掌握并营造自己的生存空间 合理安排时间 减轻负担, 勇于求援 抽空聚会 调节睡眠 调教好孩子 缓解压力 应付妙策三 复杂的情绪和疏解办法 缺乏自信 心烦意乱 怕犯错误 情绪高潮和低落四 生活中的职业女性 人际关系 善待自己 更有主见 奖赏自己 你和你的伴侣 滋养你的朋友 分担家务 简化生活 放手五 工作中的职业女性 返回工作场 在家工作 有危机时六 非常时期 与工作相关的身体健康 情绪变化 孕期保健 产前照顾和讲习 新生儿护理后记

<<三头六臂的职业女性>>

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>