

<<女人修养全攻略>>

图书基本信息

书名：<<女人修养全攻略>>

13位ISBN编号：9787506470322

10位ISBN编号：7506470322

出版时间：2011-2

出版时间：中国纺织出版社

作者：咖啡猫女

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>

## <<女人修养全攻略>>

### 前言

爱美是女人的天性。

女人要想让自己美丽动人，只靠漂亮的容貌与华丽的服饰是远远不够的。

一个没有知识的女人会美得浅薄，一个没有修养的女人会美得空洞，而容貌之美会随着岁月的流逝而褪色。

因此，要想美得持久，做个有修养的女人才是最佳选择。

热爱生活也是女人的天性。

没有一个女人希望自己的生活一团糟。

女人天生充满灵秀的气息，细腻柔美，对自己以及世界都充满了美好的愿望和期盼。

这需要女人用生来的灵性和才智来不断地学习，提炼自己生活的点滴，为精彩的人生打下坚实的基础。

做人要有修养，尤其是做女人。

良好的修养不但让一个女人更加美丽，也是获得和把握机遇的重要前提，是为人处世的重要原则，是让女人获得别人青睐的法宝，也是女人永葆青春的良药，更是女人丰满自己人生的重要元素。

女人的美已不单体现在漂亮的脸蛋、华丽的服饰上，更体现在得体的礼仪、优雅的举止谈吐上；不单体现在羸弱娇羞的魅性中，还体现在腹有诗书的知性和长袖善舞的灵性中，甚至是具有叱咤风云的领导能力与力挽狂澜的聪明才智上……女人要想美得彻底，美得全面，就一定不能只重视靓丽的外表而忽视丰富的内涵。

## <<女人修养全攻略>>

### 内容概要

做人要有修养，做女人更要有修养，尤其是爱美的女人。  
因为女人的美不体现在漂亮的脸蛋、华丽的服饰上，更体现在得体的礼仪、优雅的谈吐举止上；不体现在羸弱娇羞的魅性中，还体现在腹有诗书的知性和长袖善舞的灵性中……女人要想美得彻底，就一定不能只重视靓丽的外表而忽视丰富的内涵。  
本书旨在教给女人如何提升自身的修养，让自己呈现出自信、宽容、独立、成熟、风情，从而让美丽的色彩不会随着岁月流逝而渐失光泽，使自己变得静若幽兰，芬芳四溢，耀眼迷人。

## <<女人修养全攻略>>

### 作者简介

咖啡猫女

嗜咖啡，爱猫。

任某知名企业品牌经理，熟知流行脉动、女性心理，业余时间写作，兼任多家杂志特约撰稿人。

对女性情感、家庭问题、人际交往等有独到见解，常以平稳细腻的文字为广大女性谱写浸润心灵的篇章。

著有畅销书《我不是教你诈：聪明女人36计》、《女人口才全攻略》、《女人交际全攻略》等。

## &lt;&lt;女人修养全攻略&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 修养之于女人，一生不容忽视的必修课 女人可以不漂亮，但是不能没修养 良好的修养是女人的未来 让好修养成为你的商标 修养决定女人的优雅程度 修养决定女人青春的长度 修养决定女人的交际宽度 修养决定女人的职业温度 修养决定女人做人的纯度 修养决定女人的人生高度 修养决定女人成功的速度

第二章 提升气质，让女人举手投足均显优雅 气质女人具有能够征服一切的魄力 有内涵的女人才有气质 有修养的女人有高尚的气质 有品位的女人有高贵的气质 有风度的女人有优雅的气质 仪态美的女人有端庄的气质 注重细节的女人更有气质 有个性的女人有别样的气质

第三章 强化品质，让女人的人格魅力永远闪光 诚信：女人的立身之本 礼貌：女人最基本的修养 谦虚：越有修养的女人越谦虚 孝顺：女人最好的品质 善良：善良的心比金子更珍贵 简单：单纯的女人受欢迎 坚强：用柔肩撑起一个世界 磊落：坚守为人处世的原则

第四章 充实内涵，让女人洗尽铅华却不减底蕴 知识，彰显女人的人生价值 知识是女人最好的化妆品 运气会被用完，但才气不会 读书，成就一份永不过时的美丽 读书，是获得幸福成功的前提 想要改变命运，就要拥有知识 有终生学习理念的女人最成功 时刻提醒自己给大脑充电 用知识武装头脑，用文采描绘人生 完美女人一生要读的四部书

第五章 修炼女人味，女人特有的妩媚由此而生 妩媚风情，最能俘获男人心 温柔娇羞，最是令人难忘怀 刚柔相济的女人最动人 水做的女人要用香水来识别 浪漫，女人味的绝佳演绎 微笑，一缕沁人心脾的和风 细语，一汪浸润心田的清泉 韵味，唯有暗香浮动 时尚，聚焦万千目光

第六章 重视形象，良好的修养靠形象来展示 形象也是女人的竞争力 端庄的外表是收获幸福与成功的资本 注重形象能够体现你的教养 形象邋遢的女人生活也不精致 不修边幅是不在意自己也忽略他人 仪表清新是对他人的尊重 精致的妆容体现女人的修养 得体的服饰让女人更显优雅

第七章 讲究礼仪，有礼有节的女人方显良好修养 注重礼仪是女人的一种修养 彬彬有礼让你大受欢迎 有“礼”的女人才有“利” 懂礼仪才能把握机遇 握手，让修养从掌心流出 女人与花，鲜花礼仪在心中 女人与酒会，举手投足显修养 女人与宴会，得体的礼仪成就迷人风景

第八章 培养职业修养，在职场竞争中打造一片天地 忠于自己的职业，做就要做好 遇到问题勇于担当不逃避 杜绝拖延，及时完成手里的工作 .....

第九章 提升语言修养，谈笑风生中彰显从容风范

第十章 打造社交修养，在你来我往中和谐相处

第十一章 坚守性情修养，淡泊宁静中收获美丽人生

## &lt;&lt;女人修养全攻略&gt;&gt;

## 章节摘录

气质女人具有能够征服一切的魄力一个女人走在人群中，她若是美艳动人，或许会迎来他人的惊鸿一瞥；她若是气质如兰，她那自信的气韵更会吸引他人的目光，久久无法散去。

有气质的女人所拥有的是自信，她们不会为困难所击败，不会为别人的否定而垂头丧气，她们有着别样的胆识和魄力，勇敢地追求自己的理想，用智慧与拼搏争取理想的实现。

倘若说有的女人如同藤蔓花一般，需要攀附于大树才能绽放出娇艳的花朵，那么气质型的女人则更善于发挥自己的主观能动性，挖掘自己的潜力，努力去征服一切，因为她们具有征服一切的魅力。

群群是一个非常干脆利落的女孩，从小对于自己所渴求的事情，她都会通过自己的努力去得到，而不是向父母索要。

在她的成长过程中，她的自立能力也逐渐地凸显出来，而且，她是一个敢于挑战的女孩，当别人对许多事情还处于观望状态的时候，她就已经开始实践了。

虽然并不是每次都那么顺利，那么成功，可是她并不会因此而积极性受挫；相反，她善于总结经验和教训，果断而不武断，认真而不较真，积极勇敢地尝试着。

跟很多同龄人比起来，她也算是小有成就了。

当网店刚刚兴起的时候，很多人不接受这种新生的经营方式，认为网络的东西太虚幻，信誉与质量都是很大的问题。

群群则不这么认为，她觉得时代在进步，新生事物也必定会产生，即使产生之初存在许多弊端，也必定会在成长中完善。

敢于抓住先机的人，才是勇敢的人，才有机会更早迈向成功。

于是，群群开始尝试网络经营。

那时候，她才18岁，刚刚高中毕业，她讲求信誉，公平公正，认认真真地开着自己的网店。

终于，功夫不负有心人，她从网上赚得了自己的第一桶金。

当大学生活开始之后，群群一边认真学习专业知识，一边自学制图技术。

当然，经过她的努力，她的网店像是经过装修一般，给人十分清新的感觉，同时也因为网店的模式被越来越多的人所认可，再加上她的信誉一直极好，她的生意做得越来越好——从一开始的小本经营逐渐扩大了规模，收入也不断地提高。

尽管群群还是个在校的学生，却已经有了上班族的收入。

群群敢闯敢干，独立性强。

也许在今天，对于她的网络创业，很多人会觉得无所谓，因为现在开网店的人已经不在少数。

可是换个角度想想，群群开始开网店的时候只有18岁，而处于这个年龄的人，有经济独立能力的女孩只是极少数，更何况当时网店刚刚兴起，并不被大多数人所认可，群群却敢于尝试。

正是她那股敢做敢干的气质，让她有了征服一切的渴望，她才会有今天的收获。

什么样的女人能够大放异彩？

是那些拥有独特气质的女人。

她们不再是传统的小女人，不想只停留在毫无波澜的平静生活层面上，她们会充分发挥自主权，有勇气有信心接受新生事物，挑战未知生活。

这样的女人充满活力，跟她们在一起，你永远不会觉得乏味，不会觉得疲惫，而是会被她们征服的欲望所感染，更会对她们所具有的魄力而感到钦佩。

## <<女人修养全攻略>>

### 编辑推荐

《女人修养全攻略:做个由内而外的美丽女人》：让美丽的女人更具无穷的魅力，砺炼女人修养，打造女人气质；规范女人礼仪，提升女人内涵!让魅力的女人更具丰富的内涵。

有修养的女人是美丽的，她的衣饰妆容总是那么恰到好处；有修养的女人是得体的，她的言行举止总是那么优雅有礼；有修养的女人是温和的，她的为人处世总是那么融洽祥和；有修养的女人是贴心的，她的善解人意总是那么沁人心脾；有修养的女人是上进的，她的追求完美总是那么感染他人。

<<女人修养全攻略>>

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>