

《做一个智慧女孩》

图书基本信息

书名：《做一个智慧女孩》

13位ISBN编号：9787546902944

10位ISBN编号：7546902940

出版时间：2010-5

出版社：周春彦、赵洪恩 新疆美术摄影出版社，新疆电子音像出版社 (2010-05出版)

页数：456

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《做一个智慧女孩》

前言

与生俱来的魅力，是上天赐给女孩最可观的财富，但魅力绝不等同于美丽，因为女性的魅力源自智慧的积累。在上帝造就女人的时候，就注定她们与男人不同，其中包含着生理、心理、情感、性格以及其他能力等方面，同时，这些不同也造就了女人在过去的历史中的不幸和没有展示自己能力舞台的境况。随着工业文明的发展并向着知识经济时代演进，男人独霸世界的时代早已过去了，女性的天生特点不再显为劣势，反而成了在许多方面胜过男人的优势。女性的成功机会比任何时候都显得多。在这个求新求变的新时代里，如果我们女性朋友向着智慧型迈进，善于发现，培植和发掘自己的特点，并找到适合自身优势的成长土壤，那么就会比男人更容易成功。智慧其实是一个美丽的女孩不可缺少的素养。王小波说：“智慧本身就是好的。有一天我们都会死去，追求智慧的道路还会有人继续走着。死掉以后的事我看不到，但在我活着的时候，想到这件事，心里就很高兴。”应该说，女性是智慧的始祖，在《圣经》里，是女人受了蛇的引诱偷吃了智慧果的。而后各种技能，各种思想、各种情感，皆从智慧果里孕育而出。没有蛇，没有容易受诱惑的女人，就没有“智慧”。不过说起对“智慧”的理解，也是因人而异的。不是只有你做了CEO、做了名主持人才证明你有智慧。一个女性，在自己的事业做得很出色时，不咄咄逼人，给周围的人一种和风细雨的感觉，这是一种智慧的表现。一个尚算有几分美貌的职业女性，能在众多的诱惑面前把握住自己，不偏离生活正常的轨道，不自己的生活制造某种混乱和意外，这难道不需要智慧吗？一个女性，在生活已经很安逸了的时候，敢于再去挑战事业更高更深的领域，给自己设定更新更高的人生目标，这里表现的同样是一种智慧。智慧使女人面对大小问题时懂得分寸，能够有明智的抉择。智慧不是天生的，学识、阅历并善于吸取经验、教训会使一个人迅速成长起来。从而成为一个独立而不强悍，美丽而有内涵，聪明而又内敛的智慧型精品女人。智慧型女性懂得最大限度地发挥魅力的作用，从容而自信地掌握着自己的命运，周身散发着超然的气质，轻松地享受生活，成为美丽一生最终的赢家。智慧的女人是温柔的。智慧的女人是美丽的。智慧的女人是高贵的。

《做一个智慧女孩》

内容概要

《做一个智慧女孩(套装上下册)》主要内容包括：得到智慧，需走入人群，发现每个人的优点和长处，和别人的优点长处合作，集众人之长而长于众人，从人群中脱颖而出。使你成为经济独立，能力独立，思想独立；懂得营养，保养，不断提升自我修养；拥有美丽，能力和魅力。智慧不是天生的，学识阅历并善于吸取经验、教训会使一个人迅速成长起来。从而成为一个独立而不强悍，美丽而有内涵，聪明而又内敛的智慧型精品女人。

《做一个智慧女孩》

书籍目录

上册第一章 新时代才智女性21世纪学习的四个本质进步怎样成为一个快乐的知识女性拒绝成为新时代“文盲”女人需要提升技能获取专业知识职场女性“充电”意识要增强充电与就业走上正确业余学习道路读书的女人更美丽白领女性要走向世界学习能力测试第二章 真我的风采现代女性的成功人生理念开创自我的现代人生无与伦比的优势现代女性如何运用自己的优势坚守自己的个性做个“不锈”的女人自我个性完善21世纪新女性的生存主张塑造迷人的个性人格素质匹配原则拥有自己的朋友圈子坚强面对人生个性魅力测试第三章 展现迷人魅力魅力究竟是什么魅力如女人的生命魅力女人的七种武器魅力女人的六种精品气质漂亮在于内在美微笑是天下最美的表情羞涩的诱惑力做一个优雅别致的格调女性柔情似水的情调女人泼辣是一种野性的美展现自己的高贵气质成就魅力穿出女性的魅力相貌平平者的仪态塑造坐姿的艺术打造标准的站姿走出风度，走出美举手投足尽露风雅穿脱外套的修养闻香识女人无穷魅力从头发开始保持窈窕身材女性魅力测试第四章 职场中盛开的玫瑰正确评估自身能力善于挖掘自身优势学习男人的职场游戏规则现代新女性的工作立足新公司的七条守则女性轻松工作的方法女性工作十项不良习惯优秀职业女性必备七要素让薪水多些再多些的秘诀职业女性自我放松小方法你为什么仍然拿着如此低的报酬？白领佳人亮丽装扮建立职业自信的七个步骤把握好职场第一原理如何适应五种类型的上司运用眼睛与上司交流如何与男上司成功相处白领丽人的两种“拍马”对上司提要求的巧妙方法谨慎对付“坏”上司走出工作习惯的误区打工人公司主流群体的七种策略决定女性事业成功的八个细节你开始厌倦你的工作了吗？重燃工作激情的八种方法你是时候跳槽了吗？测验：什么工作适合你第五章 施展天才社交能力现代女性社交的优势社交的基本礼仪社交场合中女性的八种禁忌打造成功的人际关系网怎样接近知名人物借助名人推销自己掌握谈话的技巧对自己的声音进行包装办公室里的语言艺术办公室交往禁忌职业女性交往三忌与领导相处的方法与同事平等相处不要陷进是是非非客客气气解决矛盾蓝颜知己是女人的财富刚柔相济的交际手腕下册第五章 施展天才社交能力（续）巧妙摆脱男性的纠缠女人与女人相处的艺术与陌生人相处的诀窍致命的社交小缺点女性社交的三个要诀成功交际的“七个不要”人际交往能力测验人际问题处理能力测试第六章 创造健康安全生存空间健身让你更快乐办公室健美操消瘦女孩应该如何锻炼大忙人的隐形体操健美需要注意的盲点亚健康状态的表现容易造成亚健康的不良生活习惯办公族“保健操”预防亚健康的五种生活方式女性自我安全保卫措施女性自卫三大绝招女性自我保护的技巧注意性骚扰行为注意电话性骚扰行为对付上司性骚扰的六种计策有“把柄”被要挟时的自卫有效对付情感敲诈避免出现安全事故女性财务人员的自卫外企女雇员自卫方法测验：你能分辨他是敌是友吗第七章 学会致富与理财女性的经商优势观念决定财富女人贫穷的五个原因女人致富的基础女性创业的障碍创业前的准备步骤女性创业的突破口给经商女性的建议如何进行投资时尚的网上投资家庭理财的方法现代女性的消费热点女性消费防范财商综合测试测验：你的消费态度怎么样第八章 恋爱中的女孩讨人喜欢的十种好性格男人最害怕的八种女孩看透男人的法则抓住男人心的恋爱秘诀让三种伪装男人亮出“底牌”与多情男人斗智透视男人的隐秘从习惯透视男人个性测试：你是否了解恋爱中的男人恋爱的技巧用心营造神秘感柔情女人会结网爱的五种语言做情感独立的女孩女性婚前性行为的误区要有识别男人谎言的能力如何选择丈夫不能嫁的二十种男人会爱的女人测试：你在男人眼中的形象第九章 享受幸福美满婚姻帮丈夫确定目标做好丈夫的助手永固爱情的黄金准则易失败的婚姻招灭战争导火索吵架应遵守的原则防范丈夫学坏的三种方法学会与丈夫同台演出助夫成功的十个细节激活单调的婚姻保持夫妻生活的协调保证婚姻完美的秘诀如何搞好婆媳关系婚姻危机的八个信号丈夫是否有“外遇”了如何面对不忠的丈夫测验：你的婚姻生活质量怎么样第十章 克服弱点，解放心灵21世纪成功新女性的十项心理调整在别人的嫉妒中快乐生存控制自己的嫉妒杜绝说闲话让自己不累的妙法纠正不守时的缺点杜绝使小性儿让忧伤远离自己学会控制自己的怒气克服不安全感女性必备的八个“情绪面具”女性自我情绪控制十项原则事业失败者的五个毛病成功女性的十个心理动员职业女性减轻压力五法面对失败时的自我盘整女人心理健康测试

女性社交的三个要诀在交际方面，女性虽然有着男人无法比拟的优势，但如果女性不会运用优势，或者具有优势而不付诸实践，就成不了真正的优势；同时，女性虽然在某些方面占有优势，但又在某些方面存在着十分明显的缺点和劣势，这些缺点和劣势不加以注意和调整，同样严重地影响着女性的全面发展。因此，女性要注意增强自身的交际能力，不断开拓自己的新生活。具体来说：1.要有战胜传统的心理习惯与舆论的勇气和方法不可否认，传统观念、习惯对于女性，特别是对那些性情开朗、喜爱社会活动的女青年要苛刻严酷得多。一个男性善于交际，朋友多，是能力强、“会办事”的表现，而一个女性朋友多了，则往往流言四起，绯闻多多，给女性带来了很大的心理压力，许多女性也就是在“人言”面前却步不前，积极性受到严重的挫伤和打击。当女性在社会交往中面临这沸沸“人言”的时候，该怎么办呢？可以采取以下几种方法：（1）冷静分析，反省自身。在言过其实、捕风捉影的“人言”面前，一怒而起，火冒三丈是于事无补的，明智的办法是学会“不动声色”，冷静地分析一下出自何因：是不是自己确实存在一些缺点、毛病？有没有一些不恰当的方式方法伤了人家的感情？如果确实存在问题，则注意加以改正调整，吸取经验教训；如纯属子虚乌有，则可以不去理睬，坚定地走自己的路。在坚韧不拔的意志和勇气面前，谣言、诽谤等等“人言”是不会有生命力的。（2）讲明事实，澄清是非。对那些属于道听途说、人云亦云、添枝加叶的“人言”，必要时可以光明磊落地向人们讲清楚，也可以直接找散布“人言”者面谈，争取沟通思想，消除误会，澄清是非，使更多的人了解自己，了解真相。对于暂时解释不清楚的一些事情，也不要怕，要坚信凡是事实根据的流言，总是“腿短”的，最有力量的是事实本身。（3）心胸坦荡，善于忍耐。俗话说得好：“忍一时，风平浪静。”有些人信口雌黄，尤其关于男女性之间的关系问题，很伤人心，有时谣言极盛，自己一时又拿不出有力的证据予以澄清，特别使人忿意抑郁。在这种时候，要想得开，放得下。全然不理、不想、不畏也是空话，但要想得开，自己把握得住自己，心胸开阔一些，忍到适当时候再加以澄清说明，当人们一旦认清了事实，会对你更加信任、更为钦佩。（4）泰然处之，自强不息。谣言毕竟是谣言，它的生命力是不会长久的，是经不起推敲的，最好的应对之策是“走自己的路，让别人去说吧！”像鲁迅先生那样，连眼珠都不转一转！“人言”当畏而不畏，未必是勇士；“人言”不当畏而畏，则是生活中的懦夫。在“人言”面前能够泰然处之自强不息，才是生活中的强者。女性要想成就一番事业，建立自己美好的交际形象，就必须做好与世俗偏见作斗争的心理准备，化“人言”为鞭策、为动力。2.处理好“意外”事件女性的社会交往，一方面容易遭到各种流言、绯闻的攻击，一方面也会受到男性的格外“青睐”，最常见的表现就是在无意中，收到一些莫名其妙的“求爱信”。这种求爱信，常常让一些尚未成熟或没有考虑此事的女性感到十分难堪，认为这是一件使人无颜面的事情，有的女性认为写信人是无赖、卑鄙的小人，这些“意外”事件使她们六神无主，甚至再不敢与异性来往。实际上，大可不必如此，男女之间互相倾慕是不可避免的，也是很平常的。假如你并无此意，可以婉言示意，表明态度，但不要以言相讥，伤害对方的自尊心，更不要做那种把别人的求爱信公之于众的蠢事。假如你的婉言拒绝仍不起作用，可以采取暂时疏远对方的办法，尽量避免增加对方的幻想。只要有理有节地做到这些，对方的感情也会渐趋平淡不致影响双方是朋友、同事的关系。除了正确处理好别人的求爱外，女性在交往中，也应该注意自己自尊、自重、自爱的立世形象，过分的虚荣、过分的急切、过分的随便，都有损自己的形象；而喜欢猜疑，喜欢喋喋不休地饶舌，喜欢耍小性子、小心眼，也会影响自己同朋友结成良好的关系。这些都是女性易犯的小毛病。有了毛病就应该及时改掉，既敢于在集体活动中表现自己的个性与爱好，也敢于在众人面前承认自己的不足，那么，人们对你也会热情有加，为有你这样的朋友而感到愉快。生活日益丰富，人际关系日益复杂，这些都给女性提出了更高更新的要求，良好的人际关系和真诚的友谊，将帮助女性鼓起勇气，迈开双腿，笑靥长驻面对世界，去寻觅和开拓更广阔的生活领域，创造事业的成功和爱情的幸福。3.从克服自身的缺点和弱点开始女性消极的心理与她们的生理是分不开的，是有着一定联系的。青春期的到来，使得女性在身体上和成年人接近，但心理上却离成年人远了，她们不再像儿童时那样无所顾忌地向人敞开心扉，而满足于保守内心的秘密，不希望有人去窥探和扰乱它。她们希望自己有单独的房间，能上锁的抽屉，喜欢在夜深人静时，或读缠绵悱恻的小说，或在日记里写下心底的悄悄话，形成了一个自我封闭的内心世界。这个时期，女性还会产生很强的自尊心，注意自己的穿戴打扮，关心别人对自己的看法评价，有的则表现为过分的孤芳自赏、过分的虚荣心等等。这种消极的心理因素，会使得她们更容易沉浸在个人生活的理想世界里，而忽略对外部世界的认识 and 了解，拉大自己与现代生活的距离，

《做一个智慧女孩》

造成自己智力与能力正常发展的心理障碍。生活中，我们不难发现女学生比男学生更注重考试的考分，而缺乏实际能力，在爱情上，对于爱情婚姻的渴望往往胜过于对事业的追求等现象，这主要就是由于消极的心理因素所造成的。所以，女性要勇敢地走向生活，培养自己的交际能力，这些自身的缺点和弱点也定要加以克服。（摘自下册P235-238）

《做一个智慧女孩》

编辑推荐

到底什么样的女人是智慧女人呢？《做一个智慧女孩(套装上下册)》将向您详细解析智慧女人。相信您读了《做一个智慧女孩(套装上下册)》，对您的人生一定会有帮助。智慧女人之所以智慧，表现在生活的方方面面。她们清楚地知道自己需要什么和不需要什么，需要的如何得到，不需要的如何拒绝；她们在得失之间善于权衡，进退之机把握得宜；她们充满自信却不自大，谦和却不自卑，性格独立却不霸道；她们一心追求美丽前程却没有忘记丈夫和家庭。

《做一个智慧女孩》

精彩短评

- 1、做一个智慧女孩（套装全2册）
- 2、便宜。内容一般。
- 3、感觉还可以，可以学习
- 4、印刷不是很好，内容不错，很适合刚步入社会的女孩读。
- 5、做一个智慧女孩
- 6、可以学习做一个智慧的女孩
- 7、妙计啊！

《做一个智慧女孩》

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：www.tushu000.com