

《做个讨人喜欢的女人》

图书基本信息

书名：《做个讨人喜欢的女人》

13位ISBN编号：9787564020835

10位ISBN编号：7564020830

出版时间：2009-10

出版社：北京理工大学出版社

作者：刘小媚

页数：263

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

《做个讨人喜欢的女人》

前言

“女人啊！你的名字叫脆弱”四百多年前，莎士比亚曾经发出过这样的哀叹与悲悯。由于“脆弱”，女性长期以来没有自由，没有追求，也没有人生的幸福和方向。面对固若金汤的男性世界，女人们只能把唯一的希望寄托在讨人喜欢，尤其是讨男人喜欢之上。“女为悦己者容”，一个“悦己者”，其背后有着怎样的凄楚和辛酸（透过诸如“楚王爱细腰，宫中多饿死”等直白、带着血泪的诗词，以及时至今日仍然让我们无法回避的“三寸金莲”，我们不难想象到女性在过去的岁月里是多么的卑微，多么的无可奈何……好在，随着全世界范围内女性解放运动的展开，千千万万个女性终于站起来了。她们用自己的行动和事实证明，女人并非天生的弱者。“休言女子非英物，夜夜龙泉壁上鸣！”女人，照样有王者之风。那么，这是不是说现代女性就不需要讨人喜欢了呢？当然不是。确切地说，在新世纪、新时代、新形势下，女人们还要学会讨得所有的人喜欢。原因很简单——那些讨人喜欢的女人能够获得良好的人际关系，进而有助于实现成功的人生。当然，讨人喜欢说起来简单，真正做起来却千难万难。所以我们为您奉上本书，它能够让你在最短时间内掌握其中的奥妙。

《做个讨人喜欢的女人》

内容概要

《做个讨人喜欢的女人》带给广大女性朋友的是实用价值，是大家真正需要并渴望阅读到的那种书。全书有很大的针对性，对解决生活、工作中的困惑有很好的指导作用。它站在当代女性的视角，注重全方位地塑造一个讨人喜欢的女人，而不是片面地去帮助一位女性。它是女性朋友的良师益友，主要从以下七个方面帮助你打造讨人喜欢的各种资本和能力：

- (1) 打造自己的良好形象；
- (2) 修炼自己的语言能力；
- (3) 培养自己的处世能力；
- (4) 强化自己的交际能力；
- (5) 提高自己的生存能力；
- (6) 恰到好处地与男人相处；
- (7) 保持良好的心态。

可以负责任地说，只要认真研读，并结合自身优势，做到有针对性地吸收、发挥，《做个讨人喜欢的女人》不仅能帮助你少走许多弯路，更能够让你知晓走怎样的路更适合你去创造自己的幸福。把握好了这份最有价值的礼物，你的人生必定会更加缤纷闪耀。

《做个讨人喜欢的女人》

书籍目录

第一章 我的美丽我做主美人如花魅力何来回眸一笑百媚生美丽要有度色·戒美胸源于自信化妆8忌细腰之魅做个“睡美人”社交服饰“TPO”形象打造有7招三分长相，七分打扮衣装气韵白领着装巧搭配

第二章 好口才，大智慧赞美之道幽默达人把话说到心坎里争论切忌伤和气说“NO”的技巧巧妙“兜圈子”批评他人“点到为止”会说的不如会听的“职言”有忌游刃职场的10句话

第三章 职场丽人处世宝典笑傲“职场江湖”同事相处之道给上司留下最佳印象避免“越位”面对不同类型的上司女下属与女上司社交场合18忌难得糊涂不抠门，不贪心

第四章 魅力女人交际法则赠人金银不如给人面子4种方式了解一个人察言观色30招职场礼仪原则和常识小细节成就完美形象练就一双会说话的眼睛手势语言3原则穿衣识人同性嫉妒的“灭火器”小心这7种人办公室里的5种小人遭遇难缠人物消除领导误解的6种方法

第五章 智慧女性生存之道工作减压7法则赶走坏心情心理健康5堂必修课女性解忧必备职场必备8大勇气克服弱点，追求成功容易被炒的7种人远离“帮派”之争职场自我保护术积极应对老板挑刺扭转被动局面与老板“打太极”完美跳槽全攻略

第六章 在男人世界游刃有余慎重应对上司的晚约5锦囊避开上司性骚扰打消上司的“邪念”认清好男人远离办公室“桃色新闻”女秘书的“魅力”误区不忸怩，不退让与男同事的距离和竞争向男人学习7个技巧融入男人的圈子了解男性的气质类型小心应对7种男人必须铲除的5种男人应该珍惜的9种男人

第七章 好心态造福女人一生变抱怨为自信避开自我定位的陷阱不要盲目与人攀比走出虚荣的死胡同珍视身边的幸福公平的真谛幸福的前提不要为明天烦恼读懂婆媳关系学爱的极致是包容不要让冲动毁掉你的一生

《做个讨人喜欢的女人》

章节摘录

第一章 我的美丽我做主 美人如花“秀外慧中”是每个职场女性的终极追求。但是生活中，很多女性连“秀外”都做不到，自然也就谈不上“慧中”了。这并不是说她们长得差强人意甚至惨不忍睹，而是说她们不会或者懒得装扮自己。事实上，我们经常可以看到一些很有魅力的女性，她们的五官也仅仅是端正而已。“世上没有丑女人，只有懒女人”，说的就是这个道理。虽然外表的“美丽”只是职场的“开场白”，但是试问，如果我们连职场的大门都不得而入，我们又怎么去展现自己的才干和智慧呢？所以说，外表美是职场女性的首要能力。下面我们便来听听几位年轻女孩对此的见解。

1. 女人漂亮，办事顺利（周小姐，北京，自领）相对来说，生活中女人要比男人好办事，如果是关女，更好办事。我大学毕业后竞聘的是办公室工作，典型的室内活儿，与社交不搭边，但也未能免俗。我去应聘时根本没抱多大希望，因为我读书时患过阑尾炎，开过刀，只要一体检立即就能查出来。但是我长得像张曼玉——面试那天我刚一进门，一位面试者（后来得知他是人力资源部的负责人）就大声说道：“张曼玉！”经他一说，其他几个面试者也附和起来，一群人开始嘻嘻哈哈地议论，等说够了笑够了，那位负责人在我的简历上随手一圈，告诉我：“下周一来上班吧。”就这么顺利！在以后的工作中，这张明星脸还给我带来了许多方便，比如请假、晋级等。一位长相有点惨的男同事甚至这样夸我：“至少出门时不必像我一样被警察当成不法分子！”

2. 形貌姣美者加20分（杨小姐，上海，自领）几年前，我去一家很有名气的公司应聘总经理秘书一职，经过初试、面试、复试，我和一位姓黄的小姐站在了该公司总经理面前。黄小姐面容姣美，身材高挑，和她站在一起，我甚至有一种自惭形秽的感觉。最终，我被委婉地告知“回家等通知”，而黄小姐第二天便去报到上班了。当时，我的心情非常郁闷，很不平衡，因为我的笔试成绩比黄小姐高出了十几分，我读的大学也比她有名，但是这些有什么用？一张漂亮的脸蛋立马可以多加20分！难怪现在有不少相貌普通的姐妹争先恐后地去做美容手术——职场竞争这么强，用人单位要求那么高，天生的面容差距，往往从一开始就造成了许多不平等——这就是我们这些女性所得的经验教训。

3. 不漂亮等于“先天不足”（梅小姐，广州，自领）21岁时，我高考落榜，父亲通过朋友介绍，让我去县里的电信部门应聘（其实就是走走过场）。应聘那天的情景，我至今记忆犹新：当时有两个主考官，十多分钟里，他们没有问我一句与业务有关的话，也没有问我的学历，只是对我的外表大加褒贬，一个说：“这个妹子长得一般。”另一个说：“我觉得还行，不难看。”我当时年少气盛，对他们的话极为反感，当即不顾父亲的劝阻，扭头就走。我想我一定要考上大学，我一定要让那些“花瓶”们黯然失色。不过话说回来，说句大实话，我确实长得不漂亮，没有魔鬼的身材，更没有天使的脸蛋。上学期间，我曾经不止一次为这烦恼，自卑极了，但后来我学会了用快乐来武装自己，用学习成绩来弥补“先天不足”，人们不都说“人美在心灵”吗，我还有一颗善良的心……长大后，听人说美丽是女人的资本。我想这下惨了，难道十年寒窗白受罪了吗？难道心灵美不值一文吗？好在，我遇到了一家比较务实的公司。在一次大型招聘会上，我与一位小姐同时被一家贸易公司秘书部招去试用。看着她，我心里一点都不舒服，女人的天性是嫉妒嘛，因为她比我漂亮，也很高傲。她的存在给我造成了很大的压力，我每天提心吊胆，丝毫不敢怠慢，把工作干得一丝不苟，精益求精，业余时间还不断地充电，挖掘潜力，同时尽量给同事们带来一些活力或欢乐。结果3个月后，我被晋升为公司秘书部部长，那位漂亮小姐却因为考试不过关惨遭淘汰。事后，老板夸我有气质、有内涵、有实在的能力。对此，我一笑置之——这不是摆明了说我不漂亮吗？女人，尤其是美女，办事情比较顺利，有人归结为男人的好色，其实并不尽然。为什么这么说呢？因为爱美之心，人皆有之，人人都有呵护美、向往美、追求美的心理。我就曾亲眼见过一位拣垃圾的老大娘手上带着一对塑料手镯。正是这种爱美之心，引导着大家积极地爱美扮美学美。事实上，就像我们开篇所说的那样——“世上没有丑女人，只有懒女人”——无论高矮胖瘦，只要肯用心，每个女人都能装扮出属于自己的美丽。真希望走在街上，就如同走在花园里，每个人都是一朵美丽的花，每个人都能让周围的人赏心悦目。那感觉多好！魅力何来美丽的女人是上帝的宠儿，无论走到哪里都受人欢迎，她们的人生和事业，也比一般人相对顺利。但是天生丽质、清水出芙蓉者毕竟属于少数，很多女性都曾为自己存在着哪怕是无关紧要的细微不足烦恼不已。其实女人们大可不必烦恼，因为容貌是天生的，美丽却可以修炼。我们不能改变父母给我们的容貌，却可以通过后天的塑造，让自己变得魅力十足。魅力，是比美貌更动人的风景。美国女诗人普拉斯说过：魅力是一种能使人开颜、消怒，并且悦人和迷人的神秘品质，它不像水龙头那样随开随关、突然迸发，它像根银丝巧妙地编织在性格里，它闪闪发光、光明灿烂、经久不灭。诗人的话，恰到好处地解释了那些充满魅力的女人，为什么总是时时

《做个讨人喜欢的女人》

处处都透露出一种让人无法抗拒的吸引力和迷惑力。毫无疑问，每个女人都有自己的魅力所在。关键问题是，什么样的女人才称得上魅力十足呢？或者说，怎么做才能把自己塑造成为一个魅力十足、人见人爱的女人呢？一般可从以下方面着手。

1.外在形象方面首先要给自己的形象明确定位。无论是容貌、形体，还是气质，每个女人都有自己的优势和弱势所在，所谓定位就是找到自己的优势并尽量将其发挥、凸显出来，比如端庄典雅、时尚前卫、浪漫性感等等。有了明确的形象定位，你就可以通过对服饰的色彩和风格，头发的造型和颜色以及妆容、饰品乃至相应的眼神、动作等多方面因素的综合把握，将你鲜明的个性展露无遗。比如，塑造端庄典雅的形象时，服饰色彩要讲究和谐，面料及裁剪应该高贵精致，发型发色多为素色的长或中长直发，妆容要淡雅精致，每个细节都应该照顾到；塑造时尚前卫的形象时，服装色彩要突出对比，服装款式和饰品要新潮另类，发型发色必须引领潮流，妆容有必要大胆醒目；塑造性感浪漫的形象时，服饰颜色要以热情的暖色调为主，服饰和饰品必须豪华奢侈，发型发色最宜挑染的大波浪，妆容则要浓郁渲染，重点突出眼睛和嘴唇的色彩等。其次要注重形体美。女人的美丽来自于容貌和形体，然而生活中大多数女人都把大部分精力放在了容貌上，而忽略了形体。其实，体态不仅是一个女人美丑的重要衡量标准，更是一种无声的语言。一个魅力十足的女人，应该随时保持优雅的姿态，恰到好处地去运用各种姿势和动作。否则你的形态配不上你绝美的面孔，照样会让人贻笑大方。再次是掌握必要的社交礼仪。有道是“礼多人不怪”，一个有礼貌的人，无论走到哪里都会大受欢迎。一个魅力十足的女人，不仅要把“请”、“谢谢”、“对不起”随时挂在嘴边，还要知道并学会：倒茶要浅倒酒要满，无论任何时候，茶壶嘴不冲着客人，不用咖啡勺喝咖啡，等等。凡此种种，都需要你用心去留意去学习，天长日久，“有礼”的你自然能走遍天下。最后是注重保养。拥有魅力的女人，也就拥有了一生的美丽。只有用心去琢磨、去设计、去塑造，我们才可以越来越有魅力；只有用心去呵护、去保养，我们才可以抵御岁月的无情。所以，一个魅力十足的女人应该永远都比实际年龄小10岁，而绝不可以让别人看你比实际年龄老1天，为此美容、护肤、减肥、锻炼，你一样都不能少。总之一句话，你要让自己永远处于“精装版本”状态。

2.内在素质方面首先要保持一颗永远年轻的心。有人说：“岁月是女人的天敌”，因此很多女人都害怕岁月流逝掉自己的美丽，其实，我们虽然无法阻挡光阴的脚步，也无法阻挡皱纹爬上我们的额头，但只要拥有一颗年轻的心，我们就可以美丽一辈子。因为有魅力的女人，永远不会老，老去的，不过是容颜。

《做个讨人喜欢的女人》

编辑推荐

《做个讨人喜欢的女人》：讨人喜欢的女人能够得到自己要想的一切，形象优雅、善良体贴、宽容大度、真诚实在、大方得体、善解人意的女人最讨人喜欢。如果长得不好，就让自己有才气。如果才气也没有，那就总是微笑。如果时尚学不来，那就纯朴一些。如果有人背后议论别人，那就笑而置之。一定要学会对事无情，对人有情。一定要学会自我批评，千万不要自我表扬。一定要学会记住别人的好，忘记别人的错。一定要自己喜欢自己，别奢望所有人都喜欢你。——讨人喜欢的女人最喜欢的格言云想衣裳花想容，女人形象好讨人喜欢。语言可以打开心锁，女人会说话讨人喜欢。做人做事滴水不漏，女人善于处世讨人喜欢。游刃有余左右逢源，女人懂得交际讨人喜欢。战胜自我，提升自己，女人生存能力强讨人喜欢。了解男人，把握自己，女人不依赖男人讨人喜欢。直面现实，坚强自我，女人心态好不抱怨讨人喜欢。

《做个讨人喜欢的女人》

精彩短评

- 1、很好看 很励志
- 2、口水话多，文笔一般，没有感染力
- 3、好傻的一本书，就是说你要有气质么

《做个讨人喜欢的女人》

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