

# 《改变女人一生的50个细节》

## 图书基本信息

书名：《改变女人一生的50个细节》

13位ISBN编号：9787505414846

10位ISBN编号：7505414844

出版时间：2006-4

出版社：朝华出版社

作者：羽茜

页数：163

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](http://www.tushu000.com)

# 《改变女人一生的50个细节》

## 内容概要

女人的魅力，靠“细致”打造；女人的美丽，靠“细腻”装点；女人的事业，靠“细微”积累；女人的成功，靠“细心”实现。

别让细节毁了你本来漂亮的形象

优雅的谈吐，聪明的头脑，迷人的气质，得体的壮饰，幸福的生活，成功的事业，都与你的一颦一笑、一举一动这些细小的动作息息相关。

细节铸就一个人的内涵、一个人的魅力。该书从女性朋友的立场出发，为你总结了在为人、处世、家庭生活、爱情、人际交往、职场等方面的细节注意事项。看完本书，希望能为各位女性朋友带来很多细节上的改善。

# 《改变女人一生的50个细节》

## 书籍目录

第一辑 关注魅力细节,铸就美丽人生 1. 追求美丽,永不放松 2. 时时关注自己的线条 3. 拿起温柔这个武器 4. 把个性张扬出来 5. 羞涩,也是一种美 6. 女人的微笑最动人 7. 让你的声音多一些甜蜜 第二辑 时刻追求快乐,永远保持好心情 8. 女人不必追求完美 9. 为自己找个快乐的理由 10. 撇开烦恼,每天有个好心情 11. 记得为自己鼓掌 12. 掌握快乐的秘诀 13. 减少压力,让生活轻松 第三辑 把爱留住,做个多情女郎 14. 有爱就大声喊出来 15. 当爱暂时不能表达时,写一封情书 16. 选一个爱你的人结婚 17. 为你的爱人织一件毛衣 18. 控制男人“好色”的本性 19. 面对情敌,战而胜之 20. 女人无须改造男人 21. 对外遇说“不” 22. 做个会“听话”的贤妻 第四辑 做好家庭主角,让家有家的感觉 23. 设计一个充满情调的家 24. 种点花草,美化生活空间 25. 女人的必修课——学做几样菜 26. 巧用孩子“治”婆婆 27. 常回家看一看 28. 做个聪明的傻女人 第五辑 掌握处世智慧,做生活的强者 29. 多做善事,保持善良的天性 30. 女人也要学会宽容 31. 不要随便说“随便” 32. 好管闲事是女人的缺点 33. 永远不要抱怨 34. 远离是是非非,不做俗女人 35. 制怒,别让坏情绪玷污了你的形象 36. 树立积极“嫉妒”的人生观 第六辑 善于与人交往,做事八面玲珑 37. 给别人台阶下 38. 善于倾听,避免说教 39. 不要吝啬自己的赞美 40. 懂得送礼学问 41. 别忘了敲响邻居家的门铃 42. 拥有一个闺中密友 43. 找一个“蓝颜知己”,体验第四种感情 第七辑 打造职场品质,维护女性尊严 44. 选购一套专业的上班服 45. 与男上司保持最佳距离 46. 赢得一个好人缘 47. 保守自己的隐私 48. 对性骚扰说“不” 49. 不占公司一点小便宜 50. 对上司细心一些

# 《改变女人一生的50个细节》

## 章节摘录

书摘 每次出门前，要对自己进行心理暗示：“今天真美。我很高兴。”有了这样的暗示之后，你会发现，笑意会不知不觉地流露出来。每当你烦闷、恼怒、郁郁寡欢的时候，不妨也强迫自己露出笑脸，而且还可以拿着一面小镜子，对照着自己的苦瓜脸和笑脸，看看哪一种会让你变得更加轻松。对着镜子的几次勉强微笑后，相信你的心情真的会好多了。每天微笑的女人是一个崭新的人：带着微笑迎接初升的朝阳，带着微笑奔赴工作的岗位；独处时保持微笑，与人相遇时向对方微笑致意；忙碌时微笑，休闲时也微笑——这些都说明你是一个快乐的女人。微笑，是一种你可以付出的快乐。有一个老太太，已垂老到走路都不能自如的境地，还坚持在景山公园的台阶上，一级一级地往上蹭。她的脸上阳光灿烂：“这是我每天最快乐的事呀！”有一个女孩，整天在办公室忙碌，无非打印个文件，收收发发，很琐碎，往身后一看什么都留不下。可她微笑着说：“工作使我快乐。” P17 有一个操劳了一辈子的母亲，不穿金，不戴银，不讲吃，不讲喝，每日依然辛劳不辍，笑呵呵回答儿女们的是：“全家的平安就是我最大的快乐。”她们的笑部源于快乐的付出，她们付出汗水，付出努力，付出爱心，所以，她们笑得灿烂，笑得舒心。只要你心中快乐，你就应发自内心地微笑。心情是会写在脸上、身上的。心情愉快时，和人擦身而过，对方从你的脸上、走路姿态上都能感受到你的愉快，如春风拂过一样，对方也会感染到一丝丝喜悦。在上班途中，我们不再注视匆忙的行人、持月票的乘客和那些被钉牢在方向盘后的人的面容，试试看，把焦点放在那些蹦蹦跳跳背着书包，挽着父母手的小孩身上，他们将把欢乐传播给你。你可以向任何人展露你的微笑，看看他们是否也注意到你的微笑，并有所回应。通常一个微笑就会带来另一个微笑，微笑是个注意和肯定他人的积极方法，也是两个人沟通的开始。你可以用微笑增加脸上的神采，并且让积极的活力改变周围的气氛。注视人们的脸庞吧！一旦你集中焦点于一个人，就会注意他外表之下的内心世界，并且深入其中，去发现他人的人格特点，法国服装设计师香奈尔曾直言不讳地说：“上天在你20岁时给了你这张脸，在你50岁时，你就得为自己的脸负责。”做个爱笑的女人吧！当你把微笑送给别人时，你就会体验到一种真正的愉悦，你的世界将变得更加美丽。 P18

# 《改变女人一生的50个细节》

## 媒体关注与评论

书评 每一个细节都在悄悄地揭露你的现状、你成长的历程和家庭背景。 ——世界著名形象设计师 英格丽  
展示完美的自己很难，需要每一个细节都完美：但毁坏自己很容易，只要一个细节没注意到，就会给你带来难以挽回的影响。 ——世界著名女性专家戴尔·海顿

## 《改变女人一生的50个细节》

### 编辑推荐

女人的魅力，靠“细致”打造；女人的美丽，靠“细腻”装点；女人的事业，靠“细微”积累；女人的成功，靠“细心”实现。别让细节毁了你本来漂亮的形象 优雅的谈吐，聪明的头脑，迷人的气质，得体的壮饰，幸福的生活，成功的事业，都与你的一颦一笑、一举一动这些细小的动作息息相关。

# 《改变女人一生的50个细节》

## 精彩短评

- 1、还不错,不过还应该再具体点
- 2、还不是很满意现在的自己所以要改变,从细节开始

# 《改变女人一生的50个细节》

## 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](http://www.tushu000.com)