

# 《做一个有头脑懂手腕的女人》

## 图书基本信息

书名：《做一个有头脑懂手腕的女人》

13位ISBN编号：9787504472366

10位ISBN编号：7504472360

出版时间：2011-8

出版社：中国商业出版社

作者：方舟

页数：308

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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《做一个有头脑懂手腕的女人》

## 内容概要

事业成功、生活幸福、婚姻美满，是所有女人毕生的追求。但同样是在这个共同的追求中，有的女人在其中如鱼得水，有的女人却呼吸困难；有的女人游刃有余，有的女人却步履维艰；有的女人戴上成功的花环，有的女人却跌进失败的深渊；有的女人最终走向辉煌，有的女人却在黄昏中收拾残局。个中原因，你可明白？

是天生的美貌成就了女人幸福生活？是窈窕的身材营造了美满的婚姻？是满腹的学识造就了成功的事业？如果你是个有头脑的女人，就一定会肯定这些答案。女人的头脑和手腕才是女人在追求幸福生活、美满婚姻和成功事业中最重要武器。

一个女人要在当下这个竞争激烈、关系繁杂的社会中活得精彩，实在是辛苦。这个社会对女人的要求太苛刻：在公司里要能独当一面；在家庭中要做贤妻良母；在社会中要保持良好形象……如果你没有头脑不懂手腕，如何能在家庭、职场和社会上赢得地位？

女人在身体上是弱者，在精神上却可以成为强者。女人的头脑和手腕可以把事情办得滴水不漏，让领导折服；女人的头脑和手腕可以使自己魅力四射，让男人倾倒；女人的头脑和手腕更能使家庭温馨幸福。

《做一个有头脑懂手腕的女人》站在女人的角度，从生活和交际的各个方面入手阐述了女人必备的聪慧头脑和成功手段，教你学会在关键时刻以出色的表达方式展现自己的魅力和个性，赢得他人赞赏和认可，成为一个充满智慧的成熟女人。

《做一个有头脑懂手腕的女人》的作者是方舟。

# 《做一个有头脑懂手腕的女人》

## 作者简介

方舟，华夏成功学研究中心创始人之一，毕业于中国人民大学，改革开放之初便进入成功学研究领域，作为交流学者先后赴美国拿破仑·希尔成功学研究中心和日本早稻田成功学研究所进行深入学习和研究，尤其对男性成功规律的独到探索，成果显著，著有《四十岁男人的取舍之道》、《日本著名企业家成功的共性》、《他为什么比你成功》、《成功男人八条定律》等。

# 《做一个有头脑懂手腕的女人》

## 书籍目录

第一章 有头脑的女人把自信写在脸上天生丽质，拥有关貌的女人可以是漂亮的，但未必是美丽的女人的美丽不仅仅在于她的花容月貌，更重要的是她的人格魅力以及由丰富知识构成的内在涵养！因为外表所谓的美丽迟早有一天会随着时光的飞逝而从身边溜走，而智慧却可以随着岁月的沉淀而越发光彩照人！聪明的女人，因为内涵而神采飞扬；智慧的女人，因为自信而美丽。而有头脑的女人，有理由把自信写在脸上！我型我秀，自信照亮女人一生远离自卑.奇迹来源于你自己不再抱怨，命运掌握在强者手中自知之明，放弃不切实际的理想改变信念，方能改变自己的生活自信由我，做一个能改变心境的女人忘记过去，怀着自信沉浸在现实生活中

第二章 懂手腕的女人把魅力当作武器魅力是由内而外散发出来的吸引别人的气质，如果说容貌、服饰、身体是魅力之形，学识、阅历、修养则是魅力之本，执著、专注、自信、创意、才气、多情、善良、有情趣、有教养、懂得情绪管理内在素养的成长，让魅力女人的心灵质量不断丰富“魅力”二字足够女人琢磨一辈子，学习一辈子。如果你真对“魅力”发生了兴趣，你会终生受益，而魅力也将使你的生命大放光彩。忘记年龄，魅力来自完美装扮告别懒惰，懒女人没有魅力可言举止优雅，任何场合都光彩照人同性相处，三个女人一台戏气质非凡，女人有气场才有磁场品位高雅，一种超凡脱俗的神韵脱俗魅力，将自己修炼成生活丽人

第三章 有头脑的女人擅长“以柔克刚”当代社会，已可以用“战场”来形容现代女人的生活和交际。现在的女人长期处在事业、爱情、婚姻的重重捆绑和束缚下，总希望自己变得更坚强其实，女人的温柔，也是女人用来杀人于无形的最好武器，不仅在事业上，也在最让女性苦恼的两性关系中。身为一个女人，你尽可以潇洒、干练，像女强人一样地去工作和生活，但有一点不能少，那就是温柔女人的温柔是天性，也是女人征服世界的天然武器。快乐女人，心不顺也不能泄气鸡毛蒜皮，小事何必斤斤计较态度谦和，千万不要咄咄逼人柔和女人，最是那一低头的温柔装傻充愣，用傻痴之状迷惑他人迷人微笑，打造个人专属的明信片软硬兼施，温柔也是一种力量.....

第四章 懂手腕的女人努力做职场达人

第五章 有头脑的女人要主动寻找幸福

第六章 懂手腕的女人既会说话又会听话

第七章 有头脑的女人会打理家庭财富

第八章 懂手腕的女人把人脉变成资本

第九章 有头脑的女人会用心经营生活

第十章 懂手腕的女人塑造好性格

第十一章 有头脑的女人使家庭生活和睦

第十二章 懂手腕的女人既好强又坚强

## 《做一个有头脑懂手腕的女人》

### 章节摘录

女人在生活中时常会产生自卑感，如先天的、生理上的缺陷，在家庭中的地位、走上社会后面对人与人之间的利害冲突等，都可能产生不完美、不得志、比别人差的情绪。而交往中的自卑心理则往往是现实交往受挫，产生消极反应的结果。比如失恋，常常会引发其较长时间的不良情绪反应。除此之外，生理上的某些不足引起消极的自我暗示也是导致女人自卑的一个很重要原因。由于先天或后天的原因，有人常因个子矮，过于肥胖，五官不正，身体有残疾等抑制了自己天性的发挥，感到精神压力大，担心自己的缺陷会被人耻笑，因而离群索居，不敢主动交往或接受友谊。还有些人对自我能力估计过低，在交往中过于拘谨，放不开手脚，老是担心自己成为笑料或被人算计。自卑感重的女人无法理智地认识自己，常拿自己的短处、缺点跟别人的长处、优点对比，结果越比越觉得自己不如别人，形成了消极的恶性循环。更严重的是，自卑心理还促发消极心理的暗示，长此以往，便会抑制自身的信心，限制自己能力的展示、发挥，容易导致自身学习、工作、交往的失败。王女士是恢复高考后的第一届大学生。在学校学习乃至参加工作，学习成绩和专业技能都是同龄人中的佼佼者。可她生性胆怯，怕与陌生人打交道，与陌生人讲话就会脸红。有时不得不随单位或是丈夫参加一些社交活动，可是她总是感到非常不自在。最让她感到难过的是在年初，单位要搞处级干部竞争上岗，其中一关是“施政演说”。她没有足够的勇气和胆量，只好放弃。她的专业和资历绝不比别人差，然而就是这个由“胆怯、害羞”组成的自卑拖了她的后腿！虽然自卑的后果很严重，但一个能意识到自己有自卑感的智慧女人，要比自己感觉不出来的傻女人好很多，这意味着你已经走上了克服自卑的道路。其实，想克服自卑心理，就要学会与自信为友，因为自信是消除自卑心理最根本的动力，也是一个女人最重要的资本。自信的女人，无论家庭、事业、交际都能一帆风顺，偶尔出现的挫折打击，总能被她们轻巧化解，一举手、一投足间，便能使事情向着有利于她们的方向发展。……

# 《做一个有头脑懂手腕的女人》

## 编辑推荐

有头脑的女人，能在生活的巨大洪流中游刃有余，自信积极地展现魅力个性。懂手腕的女人，能在社会的各处场合里长袖善舞，恰到好处地施展处世技巧。一本引导女性走向成熟的智慧宝典。

### 1、《做一个有头脑懂手腕的女人》的笔记-第1页

#### 第一章 有头脑的女人把自信写在脸上

我型我秀，自信照亮女人一生  
远离自卑，奇迹来源于你自己  
不再抱怨，命运掌握在强者手中  
自知之明，放弃不切实际的理想  
改变信念，方能改变自己的生活  
自信由我，做一个能改变心境的女人  
忘记过去，怀着自信沉浸在现实生活中

#### 第二章 懂手腕的女人把魅力当作武器

忘记年龄，魅力来自完美装扮  
告别懒惰，懒女人没有魅力可言  
举止优雅，任何场合都光彩照人  
同性相处，三个女人一台戏  
气质非凡，女人有气场才有磁场  
品位高雅，一种超凡脱俗的神韵  
脱俗魅力，将自己修炼成生活丽人

#### 第三章 有头脑的女人擅长“以柔克刚”

快乐女人，心不顺也不能泄气  
鸡毛蒜皮，小事何必斤斤计较  
态度谦和，千万不要咄咄逼人  
柔和女人，最是那一低头的温柔  
装傻充愣，用傻痴之状迷惑他人  
迷人微笑，打造个人专属的明信片  
软硬兼施，温柔也是一种力量

#### 第四章 懂手腕的女人努力做职场达人

因果法则，有付出才会有回报  
经营友谊，职场友情要有分寸  
弥补不足，他人优点可以复制  
激情工作，高昂斗志中找寻自我  
团队精神，单枪匹马干不成事业  
曲线艺术，巧妙面对办公室政治  
明察秋毫，将细微之处放大看清楚

#### 第五章 有头脑的女人要主动寻找幸福

恋爱可以，但千万不要滥爱  
爱情虽好，面包同样不可缺少  
不待机缘，女人要主动寻找王子  
永葆爱意，聪明女人不回避年龄  
爱情宝典，让你把十二星座的男人全搞定  
不赌未来，情感投入不意味着收获  
不做剩女，女人必知的恋爱必修课

#### 第六章 懂手腕的女人既会说话又会听话

自我反省，嘲笑他人是自取其辱  
远离禁区，口下留情脚下才有路  
弹性语言，委婉拒绝他人的要求  
理解万岁，人总是希望有人倾听

## 《做一个有头脑懂手腕的女人》

口吐莲花，学会运用得体的语言

审时度势，人微言轻就尽量少开口

惺惺相惜，用兴趣拉近彼此的距离

第七章 有头脑的女人会打理家庭财富

正视财富，坚决不做金钱的奴隶

投资生财，千万不要让钱睡大觉

不做卡奴，别把自己刷进去

学会生活，懂节俭的女人会过日子

管理金钱，做一个好的“账房先生”

转变观念，金钱不是穷富的惟一标准

好的人脉关系，是人生最大的财富

第八章 懂手腕的女人把人脉变成资本

化敌为友，报复是一件可怕的事

相互鼓掌，为对手叫好

弹性交际，给自己留下足够余地

距离适当，不要大大咧咧

放低姿态，清高的女人没人喜欢

拒绝乏味，女人有味道才能吸引人

彼此相爱，发展一些健康持久的关系

第九章 有头脑的女人会用心经营生活

悲欢离合，“红尘”看透不看破

心态平和，拥有太多未必就幸福

驾驭人生，努力追求你真正想要的

乐观主义，为生活播下快乐的种子

张弛有矩，不妨在快节奏中慢半拍

喜怒有度，掌控自我的女人打不垮

返璞归真，减一分欲望多一分自由

第十章 懂手腕的女人知道塑造好性格

化解嫉妒，心底无私天地宽

小事糊涂，大事千万别犯傻

忍让有度，该出手时要出手

善待自己，人都有犯错的时候

自我认知，性格决定女人的命运

宽恕他人，没有不可原谅的罪行

三思后行，多一点考虑少一分阻碍

第十一章 有头脑的女人使家庭生活和睦

甜言蜜语，男人也是听觉动物

克服唠叨，千万不要变成碎嘴婆

生活戒律，成熟女人要远离禁区

为爱保鲜，女人要学会表达爱意

化解矛盾，没有解决不了的问题

了解差异，婚姻并非爱情的坟墓

职业女性，巧对家庭和事业的矛盾

第十二章 懂手腕的女人既好强又坚强

自然随和，赶紧放下你的孤傲

内在价值，女人并非一无是处

成熟稳重，从容面对每一次挑战

敢作敢为，你的人生才会有机会

坚强起来，不要让自己显得太脆弱



## 《做一个有头脑懂手腕的女人》

强者心态，女人不是懦弱的代名词  
自我保护，从心理上避免他人的伤害

# 《做一个有头脑懂手腕的女人》

## 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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)