

# 《修炼魅力女人》

## 图书基本信息

书名：《修炼魅力女人》

出版时间：2012-2

作者：胡兰

页数：237

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)

# 《修炼魅力女人》

## 内容概要

《Mbook随身读:修炼魅力女人》内容简介：女人是世界上最亮丽的风景，每个女人都有专属自己的魅力。魅力决定女人在公众心目中的形象，并最大化地影响他人。尤其在当今社会，魅力更是女性在各个领域取得成功的前提。《Mbook随身读:修炼魅力女人》从形象、气质、品味、风情、心态、智慧、情商、情感、职场、交际、礼仪等生活中的方方面面来揭示现代女性的魅力要点，全面而细致地讲述了现代女性获取魅力与成功的必备要素，帮助女性朋友迅速提升个人魅力，打造成功资本，从而赢得更为幸福的生活。

# 《修炼魅力女人》

## 作者简介

## 书籍目录

### Chapter 1 气质篇

秀外慧中，滋养魅力泉源

女人魅在气质

气质，征服人心的最佳名片 / 002

解读女人的经典气质 / 004

培养良好气质八步骤 / 006

优雅是气质女人的最高境界

优雅是一种卓越的气质 / 010

良好的教养是优雅的前提 / 012

练出你的优雅 / 014

好气质源于好品质

上善若水，润物细无声 / 016

宽容似海，会聚你的人气 / 019

诚信是金，闪耀你的人格魅力 / 022

### Chapter 2 风情篇

至真至纯，彰显魅力韵味

永不褪色的女人味

男人眼中的女人味 / 026

最是那一低头的温柔 / 028

性感是一种卓越的女人味 / 031

独特个性展示旖旎风情

破解女人的个性密码 / 037

展示个性，秀出真实的自己 / 041

让独特个性成为你的魅力标签 / 045

声音，身体的旋律被轻轻拨动

声音是你的另一张名片 / 048

磁性的声音最具魅力 / 052

优美的嗓音是可以练出来的 / 054

### Chapter 3 心态篇

乐观进取，保鲜魅力风采

积极的心态，魅力女人的心智法宝

积极心态塑造迷人个性 / 060

魅力源自进取的心 / 064

全面培养积极的心态 / 067

自信最是真女人

女人先要爱自己 / 072

自信是女人最好的魅力装饰品 / 076

点燃你对生活的热情 / 079

乐观的心，美丽的人

快乐的女人最迷人 / 081

乐观让生命焕发光彩 / 083

相信快乐是自找的 / 085

### Chapter 4 智慧篇

内外兼修，延长魅力时效

你可以不漂亮，但不能没有智慧

红颜易逝，智慧长存 / 092

获取智慧，砥砺心智 / 094

打造生活中的才情女子 / 096
理财智慧：女人就是要有钱
财商决定你的未来 / 099
不同时期的理财计划 / 102
有钱是学出来的 / 106
舍得智慧：演绎精彩人生
选择无处不在 / 108
倾听内心的声音 / 111
舍得，有舍才有得 / 113
Chapter5 智慧篇
左右逢源，增添魅力砝码
掀开情商的面纱
感知情商 / 118
情商是一门人生艺术 / 121
你的情商成就你的成功 / 124
卓越情商成就魅力女人
自知是一种幸运 / 127
识别他人，知己知彼 / 130
自我激励，活出真我风采 / 132
情商修炼，魅力女人的必修课
做个高情商女人 / 136
为自己的言行负责 / 139
做自己情绪的主人 / 143
Chapter6 情感篇
至真至诚，激发魅力灵性
爱情是永恒的话题
了解男人才能把握自我 / 148
抓住属于你的那个人 / 151
做一个会爱的女人 / 153
经营婚姻，享受家庭的幸福
婚姻需要心的经营 / 155
与男人相处的学问 / 162
给你的婚姻加点儿甜蜜的“佐料” / 166
好女人成就幸福家庭
幸福家庭是事业的坚强后盾 / 169
在事业与家庭之间寻找平衡 / 171
从生活中采撷情调 / 174
Chapter7 职场篇
游刃有余，闪耀魅力光芒
成功放大女人的魅力
利用你的魅力来推销自己 / 178
找出自己的成功潜力 / 182
优秀女性必备的职业技能 / 186
“职场玫瑰”保鲜法
把握机遇，铸就辉煌人生 / 190
创新让成功唾手可得 / 194
职场女性要不断给自己充电 / 197
相处有道，让你在职场如鱼得水
与上司相处的9个原则 / 200

## 《修炼魅力女人》

做一个受同事喜欢的人 / 205  
当你成为领导 / 209  
Chapter8 社交篇  
如鱼得水，施展魅力魔法  
储蓄你的人脉存折  
人脉让女人的生活更精彩 / 214  
精心营造自己的社交圈 / 216  
好人缘是女人的宝贵财富 / 220  
做个人见人爱的八面玲珑女  
微笑是最美丽的社交名片 / 223  
赞美是打造良好人际关系的基础 / 225  
学会倾听，女人社交第一课 / 227  
魅力女人会说话  
做个“会说话”的女人 / 230  
融洽谈话的言语技巧 / 233  
幽默为你的魅力锦上添花 / 236

# 《修炼魅力女人》

## 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)