

<<做一个心态好口才好气质好的女人>>

图书基本信息

书名：<<做一个心态好口才好气质好的女人>>

13位ISBN编号：9787506459761

10位ISBN编号：7506459760

出版时间：2009-11

出版时间：中国纺织出版社

作者：佳薇

页数：262

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：<http://www.tushu007.com>

<<做一个心态好口才好气质好的女人>>

前言

冲破历史的禁锢，打破封建的残余，女人早已从被动柔弱中走了出来，成为了社会的主力军。一句“巾帼不让须眉”充分道出了女人的非凡能力和强者风范。然而，生活是错综复杂、千变万化的，一个女人要想在复杂的社会环境中站稳脚跟，就得树立终身学习的观念以适应瞬息万变的生活。

在此情境下，“女子无才便是德”早已成为过去，人们对女性的审美评价开始引入了更多的现实和内在因素。

于是好心态、好口才、好气质开始成为新时代赋予竞争中女性的三个基本要素，并吸引着人们的审美目光。

心态好的女人最幸福。

女人们要想在竞争中生存就得拥有一个

<<做一个心态好口才好气质好的女人>>

内容概要

《做一个心态好口才好气质好的女人》结合女性的实际情况，从心态、口才、气质三个层面展开，对新时代赋予女人的这一审美标准进行了很好的诠释。

女人们在现实中打拼，好心态、好口才、好气质一样都不能少，它会让你荡开心灵的视野，拥有更多的发展机遇。

在困难面前冷静、果断、积极地主宰自己的命运。

女人们不委屈自己，因为她们表达的是最真的自我；女人们不谄过于命运，因为她们展示的是最棒的自己。

相信读完此书定能使您获得不小的感悟。

<<做一个心态好口才好气质好的女人>>

书籍目录

第一部分 心态好的女人最幸福一、包容的心态让女人平衡学会宽容就是善待自己多一点包容就多一分快乐女人如水爱心，女人的至高境界不要在小事上斤斤计较学会控制自己的情绪宽容别人受益自己不要恨你爱过的人祛除心灵的斑点爱是责任，情是包容贤淑的女人不爱唠叨女人，学会用沟通打开紧缩的内心让深厚的涵养提升你的可爱指数二、从容的心态让女人淡定尽情挥洒浪漫情怀平和的心态带来高雅的气质爱他所“是”还是爱你所“想”做一个独立的女人学会拒绝是成熟的开始女人，首先要学会爱自己既要拿得起，也要放得下“小打小闹”也从容忘掉感情上那些痛三、知足的心态让女人放下知足是打开幸福之门的钥匙享受生活才是真正的生活女人知足福自来从容放下过多欲望，旋转青春色彩女人幸福人生的哲学小谈女人的攀比之心女人，请将奔波劳碌之心放下数数自己的得意事多一分鼓励，少一些打击生活即在得失间凡事要退一步想第二部分 口才好的女人会办事四、好口才是女人的一大资本好口才塑造好形象养成谦逊儒雅的言谈之风做一个巧言如花的女人体态语言让你深得人心生活需甜言蜜语来点缀不笑不开口好口才为你赢得男性的喜爱倾听是最美的语言主动和陌生人说话完善你的说话风格和个性五、用好口才办成难力的发挥性别优势，主动与人交往让别人乐于接受你的建议了解对方的观点从对方感兴趣的话题入手在谈判中学会运用智慧六、一点一滴练成好口才与人交往时谈吐要得体淑女式的谈吐技巧掌握因人而异的说话技巧不要轻易责怪别人巧妙地运用暗示得体的说话手势打电话也有学问当众说话的勇气和信心幽默的女性更可爱含蓄一些，委婉一点拒绝别人须三思学会适时沉默第三部分 气质好的女人受欢迎七、气质好胜过模样好有气质的女人是一道风景做个韵味十足的女人“糊涂”女人更可爱做个优雅的女人让自信成为你身上最美的气质保持自我本色追求有个性的美阳光下的“半边天”八、气质来源于对细节的关注女人让自己美起来举止细节透露女人风情从职场形象看女人气质把握与恋人交往的尺度关注细节，从容社交从细微处体贴男人巧手营造温馨舒适的居家环境礼仪和修养体现你的尊贵九、好气质在于对内涵的培养知性是女人最永恒的魅力智慧让女人更美丽思考，拨开感性的迷雾读书的女人散发淡淡的幽香女人不能缺少灵气内涵，知识底蕴的升华涵养来自全面的修炼建立终身学习的观念做个秀外慧中的脱俗女子参考文献

<<做一个心态好口才好气质好的女人>>

章节摘录

多一点包容就多一分快乐 乌云后面依然是灿烂的晴天。

——朗弗罗（美）生活中，一些女人留给别人的印象往往是苛刻的，对别人的一点小错不依不饶。

这种情况很糟糕，女人应该学习以平和宽容的心态去面对生活，因为宽容的女人才是聪明美丽的。

生活中，我们总是对自己很宽容，对别人却不谅解。

自己起床晚了，我们会说昨晚工作太晚；自己骑车撞了人，我们会说没留神；自己闯红灯被交警撞了个正着，我们会说要赶时间忘记看红灯了……相反，对别人就大大不同了：别人犯了错，我们会长时间地揪住不放；别人长了工资晋了职，我们会背后抱怨这小子有什么能耐……我们就是这样生活，日子就是这样一天天过去，然而我们是否会感到自己活得很累呢？

由于对自己的过多宽容，导致我们将错误一犯再犯；由于对别人的抱怨，我们再也看不到真诚的笑脸，而只是一张张神态各异的假面。

我们又开始埋怨起来，埋怨生活如此的冷漠乏味且沉重不堪。

然而这一切又能怪谁呢？

倘若我们能从黑暗的谷底走出来，用一颗宽容的心去看待周围的人和事物，我们就不会如此沉沦失望了吧！

学会宽容别人的缺点，缺点是每个人都有的；宽容别人无心的过失，那常常是他们也不能去主宰的。宽容能使你学会如何去欣赏别人，也使别人学会如何来欣赏你。

学会宽容，却不要放任自己的缺点和错误，只有不断发现并改正它们，你才能不断地提高自己的思想境界，让别人更加欣赏你。

当然，宽容并不是无原则的，它是有底限的，‘宽容许不等于懦弱，我们是在用爱心净化世界，而绝不是含着眼泪退避三舍。

宽容不是天平一端的砝码，不停地忙碌，维持着不断被打破的平衡，而是人世间永恒的爱与被爱。

投之以李桃，报之以琼瑶，把宽容插在水瓶中，她便绽出新绿；播种在泥土中，她便长出春芽。

学会宽容吧，互相宽容的朋友一定百年同舟；互相宽容的夫妻一定千年共枕；互相宽容的世界一定和谐美丽。

‘我们来到这个世界上有两大使命：一是丰富世界；二是完善世界。

用宽容这个武器，可以化解这世界上的一切矛盾。

不懂得宽容的人需要先从自身找原因。

相传有位老禅师，一日在禅院里散步，突见墙角有一张椅子，他一看便知有位出家人违犯寺规越墙出去了。

老禅师也不声张，走到墙边，移开椅子，就地而蹲。

片刻之后，果真有一小和尚翻墙，他在黑暗中踩着老禅师的背脊跳进了院子。

小和尚双脚着地时，才发觉刚才踏的不是椅子，而是自己的师父。

小和尚顿时惊慌失措，张口结舌，但出乎他意料的是，师父并没有厉声责备他，只是以平静的语调说：‘夜深天凉，快去多穿一件衣服。

‘我们可以想象听到老禅师的这句话后，小和尚的心情。

在这种宽容的无声教育中，小和尚不是因被他的错误被惩罚了，而是被感化了。

‘夜深天凉，快去多穿一件衣服。

‘轻轻的，句话，看起来很容易说出，但具体落到我们每个人身上，也许就不容易了。

不容易就在于我们常常认为宽容是一种软弱，是一种妥协，是一种对他人的纵容。

其实，一个懂分寸的人是不会被纵容的，他有自己的尺度。

而真正的宽容来自一个人内心的力量。

人，尤其是女人，不如意的事情时时都有，这就需要用一种宽容的心态去面对，才会让心中充满快乐。

那么怎样才能拥有平和宽容的心态呢？

<<做一个心态好口才好气质好的女人>>

需要做到以下几点：（1）用谅解的态度去对待别人 在为人处世之中，度量的大小将直接影响到人与人之间的关系能否顺利发展。

有句俗话道：“千人千思想，万人万模样。”

这就足说每个人都有自己的思想，对事情各有不同的看法，人与人的交往，难免会产生一些矛盾，另外，一时的误解也会将双方置于矛盾的境地。

因此需要你以谅解的态度去对待别人，这样便可以赢得时间，使矛盾得以缓和。

相反，一个人如果度量不大，经常为了自己的一点私利，与对方斤斤计较、争吵不止，结果只能使矛盾愈加深化，伤害了彼此的感情，影响了相互的友谊。

（2）容许别人犯错，也容许自己犯错并改正错误 天下没有完人，即使智者也会有犯错的时候。

因此，你不应该因为别人的一次过失，便看不起他，甚至在内心将他置于一种“永不超生”的境地。

在别人犯了错，尤其是涉及你的利益时，能否以一种宽容的态度来对待，是衡量一个人素质的标准。

宽容别人的错误，使其有更多改正的机会，你也会因此变得更加充实。

当然，你也不应该因为自己“次”过失或失败，便内疚不堪、自怨自责。

人都是会犯错误的，只要能够从错误中吸取教训，及时加以改正，这也算足一种幸事。

（3）不要轻易猜疑别人 一般来说，女人容易起猜疑之心。

殊不知，猜疑是制造矛盾的“凶手”，无端的猜疑，不仅会影响到你人际关系的成败，还会给自己做事的原则带来负面的影响。

（4）不要在内心埋下怨恨 当你不幸在工作上二遭受别人算计的时候，你的内心一定充满对那人的怨恨，甚至是绞尽脑汁想办法来进行报复。

这个时候，你的胃、睡眠和身体的免疫力都会受到一定损害。

如果对方知道了这些，他一定会愈加幸灾乐祸。

因此，不要给自己埋下怨恨的种子，那样你会损失更大。

（5）在生活中不苛求事事如意 因为你不是万能的，所以你有优势的一面，肯定也有劣势的一点。

你有绘画的天赋，并不意味着你在体育方面也拥有强势。

你不能苛求自己事事都成功出色，在自己希望的园地里耕耘，弹奏自己的音符，这才是最明智的选择。

女人不仅要宽容别人，也要宽容自己。

宽容别人，你得到的是真心的理解与尊敬，而宽容自己则会让你的生活温馨而幸福。

……

<<做一个心态好口才好气质好的女人>>

编辑推荐

做“三好”女人，能够一生平安，事事如意，幸福常伴，好命一辈子。

心态好的女人最幸福 口才好的女人会办事 气质好的女人受欢迎 好心态 包容的心态让女人平静 从容的心态让女人淡定 知足的心态让女人放下烦恼 好口才 好口才是女人的一大资本 用好口才办成难办的事 一点一滴练成好口才 好气质 气质好胜过模样好
气质来源于对细节的关注 好气质在于对内涵的培养

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:<http://www.tushu007.com>