

<<女人的资本智慧书>>

图书基本信息

书名：<<女人的资本智慧书>>

13位ISBN编号：9787510411823

10位ISBN编号：7510411823

出版时间：2010-9

出版时间：新世界出版社

作者：吴平

页数：274

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>

## <<女人的资本智慧书>>

### 前言

女人，是一座宝藏，所以历经千古也挖掘不尽，让古今人有着无限的遐想空间，创作出无数经典之作，“北方有佳人，绝世而独立。

一顾倾人城，再顾倾人国。

宁不知倾城与倾国？

佳人难再得。

”女人何以有如此大的力量？

真的是女人的美貌倾国倾城吗？

我想，用今天的语言来解释，应该不仅仅指女人的外貌美，更应该深入发掘的是女人还有着强大的智慧资本。

古有“窈窕淑女，君子好逑。

”但在当今社会，女人已经不单单是窈窕的化身，天生丽质的外表不是一生不变的，随着年华老去，美丽也随之褪色，所以女人要让魅力长久，就必须提升自身的内在美与气质美，做智慧淑女。

女人在一生中要扮演多种角色，在家庭中，她是女儿、媳妇、母亲；在社会中，她可能是员工，老板，各行各业中的某一个角色。

在复杂的关系中，要怎样才能成为一名家庭事业都成功的女人呢？

这就需要女人去学习去努力的运用智慧这把金钥匙了。

智慧是什么？

智慧是才识和经验，是良好的工作习惯，是积极的人生态度，是独立自信的人格，活泼开朗的性格，是宽容豁达的胸怀，是左右逢源的人缘，是坚韧不拔的品质，是清新而持久的魅力，是呵护家庭生活美满温馨的一颗爱心……睿智的女人是一杯佳酿，历久弥香，让人回味无穷。

## <<女人的资本智慧书>>

### 内容概要

这是一个因女人的存在而变得丰富多彩的世界，做时尚而智慧的女人则不可避免地成为每个渴望幸福的女性追求的目标。

在这个因女人的崛起而变得精彩异常的世界，如何让自己变得更加出色也越来越迫切的需要人去解答。

其实，很多时候，答案就在你身边。

在女人身上，一直以来就隐藏着那些与生俱来的优势，我们要做的只是去发现，去发掘，让女人的资本在后天的磨练中发挥更为巨大的潜能。

## &lt;&lt;女人的资本智慧书&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 努力拼搏的智慧 女人要知道如何正确认识自己的优缺点 自己不努力, 机遇再多也没用 努力培养有助于事业成功的心理品质 把梦想转化为具体的人生目标 为理想的实现而付诸行动最为重要 科学分配时间。

让宝贵的时间发挥出更大效益 勤奋执着、不懈努力的精神是通往成功的金钥匙 不怕痛苦, 不畏艰辛, 不断克服困难 在逆境面前不退缩就有希望 以顽强的毅力去迎接命运的挑战 更新理念, 想巧办法能够更好地办事 第二章 克服自身弱点的智慧 现代女人必须有独立意识, 争取自己的事业 女人要敢于做出决断, 克服犹豫不决的弱点 克服虚荣的心理, 追求真实的荣誉 克服嫉妒心理, 发挥自己的优势 消除自卑感, 树立真正的自尊心 努力使自己避免犯“想当然”的错误 在生活中尽力克服过分猜疑的心理 要保持温柔, 但必须告别软弱 不甘认输, 对竞争抱积极的态度 第三章 纵横职场的智慧 做一个有追求、独特而自信的女人 培养职业化的习惯, 树立良好的形象 扫清影响女人职场发展的常见心理障碍 培养自己的业务能力, 奠定晋升的基础 无论如何都应该先把手头的工作做好 努力把握学习机会, 增进学识的广度与深度 做事要讲究方法。

注重效果 改变态度, 真正喜欢自己的工作 找寻工作中独特的乐趣, 享受职场的快乐 战胜职业倦怠症, 轻松地发展自我 在职场不要苛求百分之百的公平 职场不顺时不要自卑 如何正确对待和消除职场的自卑心理 努力形成与上司和谐默契的人际关系 把握好与男同事和睦相处的技巧 与女同事愉快相处的基本要领 第四章 驾驭情绪的智慧 只要肯付出适当的努力就能控制自我情绪 进行正面思考, 呵护好心情 在陷入情绪低潮的时候该怎么办 学会调节不良情绪, 培养乐观的心态 几种缓解和摆脱恶劣心情的简便方法 掌握控制愤怒情绪的技巧 花点时间和精力去调整自己的心理状态 合理安排工作, 减轻紧张和焦虑 学会平衡心态, 保持心理健康 第五章 日常交往游刃有余的智慧 掌握社交基本原则, 轻松愉快地与人交往 注重态度和礼仪, 展示良好的风度 要学会以积极健康的心态去交往 要努力克服那些有碍人际交往的不良心理 与人交谈时注重礼节, 关注细节 表现出对他人的足够尊重, 避免交流中的障碍 批评别人的时候要把握住原则和分寸 求人办事时说话一定要得体 学会巧妙的拒绝, 避免伤害对方的自尊 把握好和异性好友相处的分寸 不要丢掉自己结婚前的那些朋友 精心为朋友选择适宜的礼物 第六章 为人处世的智慧 人生在世不可太敏感, 要适当糊涂 用理解和关心来提高与人交往的质量 在生活中不要过分关心别人的想法 该哭的时候就哭, 该笑的时候就笑 做女人一定要保持善良和纯真 要把自信当做幸福和成功的第一秘诀 自己要有主见, 敢于坚持自己的梦想 与朋友平等相处, 摆脱对朋友的依赖 拥有自我意识, 不被他人所左右 为了进步敢于冒出丑的风险 关爱自己, 不过分追求完美 培养宽容的心态, 努力改善人际关系 第七章 培养品位格调的智慧 无论如何都要对自己的长相满意 成熟的女人要把自身的魅力当做重要的资本 女人要追求内在的美 要肯于为提升魅力而付出超常的努力 学会如何保持优雅的女人味 表现出得体的谈吐和优雅的举止 不要为追赶时髦而成为化妆的奴隶 让得体的服装为自己增添美感 职业女性的服饰应以简单大方为主 学会根据自身的特点科学选择服装 通过适当的颜色搭配为自己增添优雅高贵的气质 努力提高自己的人生品位和格调 第八章 恋爱婚姻的智慧 选择理想的伴侣时要运用一点想象力 争取主动, 减少恋爱中的烦恼 直率地表达自己的心理活动和渴望 正确的选择只是良好婚姻的开端 学会准确地判断结婚条件是否成熟 悉心打造健康、和谐的家庭 增强自己的吸引力, 把丈夫迷住 克服婚后的不良情绪, 避免婚姻危机 要多反思自己的言行。

尽量少指责丈夫 学会以宽容的心胸去面对丈夫 要学会保留一些属于自我的空间 维持良好的夫妻关系, 做个好太太 在争吵中磨合理解, 促进夫妻感情 巧妙化解家庭矛盾。

维护夫妻关系的和谐 第九章 自如应对生活的智慧 努力把自己修炼成一个善于理财的女人 管理家庭财务须遵守的一些常识性的原则 抛开急功近利的思想, 保持平淡轻松的心境 摆脱物质生活的羁绊, 保持一颗纯净的心 合理安排, 减少家务劳动的时间 在生活中一定要学会适度放松 在日常生活中避免疲劳、减轻烦恼的要领 放慢生活的脚步, 从忙碌中摆脱出来 协调好工作和家庭的矛盾, 扮演好生活中的角色 在人生中采取正确的态度, 积极寻求乐趣 将你的心灵寄托在一种爱好或事物上 努力追求自我价值, 为自己而活 拥有富足之心, 懂得适可而止 注重健康, 养成良好的运动习惯

## <<女人的资本智慧书>>

### 章节摘录

“认识你自己！”

”——这是铭刻在希腊圣城德尔斐神殿上的著名箴言，希腊和后来的哲学家喜欢引用它来规劝世人。了解自己比了解别人更重要..如果一个女人连自己都不了解，她又怎能更好地发展自己呢？

兵法上讲：“知己知彼。

百战不殆。

”只有看清楚自己的模样，才能和别人进行对比。

不了解自己，即使了解了别人也没有任何意义，因为你失去了了解别人的必要。

认识自己往往比认识别人更难。

认识别人，你是站在客观的角度以客观的标准去衡量的；但认识自己却不一样，认识自我受到主观意识的支配，增加了认识的难度。

了解自己最重要的，是了解自己的优点和缺点。

其实，能真正认识到自身优点和缺点的人并不多。

自卑者常常看不到自身的优点和长处，而自负者也很难发现自己的缺点和不足。

了解了自身的优点和缺点，我们就掌握了正确规划人生的第一手材料，这是赢得成功人生的基础。

作为一个女人，该如何正确认识自己的优缺点呢？

<<女人的资本智慧书>>

媒体关注与评论

女人的眼睛总是比较敏锐的，哪怕是对世上的坏事全然无知的最老实的女人有时也会突然闪现出惊人的睿智 —— 都德 聪明的男人要冷静的女人来对付，但是愚蠢的男人就要是个相当聪明的女人才  
能对付 —— 吉卜林 世界就是一本女人的书 —— 卢梭 永恒的女性，引领我们上升！  
—— 歌德

## <<女人的资本智慧书>>

### 编辑推荐

《女人的资本智慧书》智慧是一种超越凡俗的境界女人的资本将如明星一般照亮她们通往成功与幸福的大路。

智慧对一个女人来说至关重要，一个女人可以没有工作，可以没有家庭，但一定要拥有智慧，因为一旦拥有智慧，工作和家庭都是轻而易举达成的事情。

<<女人的资本智慧书>>

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>