

<<法国女人的幸福心理学>>

图书基本信息

书名：<<法国女人的幸福心理学>>

13位ISBN编号：9787514314892

10位ISBN编号：751431489X

出版时间：2013-4

出版时间：金圣荣 现代出版社 (2013-04出版)

作者：金圣荣

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>

<<法国女人的幸福心理学>>

内容概要

《法国女人的幸福心理学》由金圣荣著。
在每年的“世界女人幸福指数”评比中，不论组织者采用什么样的标准，法国女人都名列前茅。心理学家曾有一句精辟总结，即“振奋精神，自得其乐，广泛爱好，乐于交往”。而法国女人之所以如此幸福，和这种心理状态密不可分。
《法国女人的幸福心理学》从心理学的角度出发，为读者深度解析法国女人的幸福秘诀。

<<法国女人的幸福心理学>>

作者简介

金圣荣，社科心理类图书作家，先后出版过《FBI读心术——美国联邦警察的超级心理密码》（FBI攻心术——美国联邦警察的超级心理战术）（FBI心理操控术——美国联邦警察的超级心理策略）《CIA读心术——美国中情局决胜全球的秘密武器》《FBI沟通术——美国联邦警察的超级人际沟通策略》《FBI气场修习术——美国联邦警察独有的秘密气场能量手册》等著作，位居同类图书畅销榜。其中《FBI读心术》更是连续成为2011年4—9月全国心理类图书畅销榜第一名。

<<法国女人的幸福心理学>>

书籍目录

Chapter1法国女人永远不会老：老的是年龄，幸福的是心态 01你会爱上这样的法国女人——快乐、热情、年轻/003 02为什么法国女人受到全世界女性的“嫉妒”/006 03法国女人长寿的秘诀，/008 04每个法国女人至少会有一百双鞋子 05法国女人的财富梦想/013 06像法国女人那样优雅地衰老/015 07为什么法国女人更有范儿/020 08外在魅力：法国女人装点自己的第一张名片/023 09穿出色彩：法国女人擅长的“把戏”/025 Chapter2让女人的内心一起时尚起来：时尚的是外表，幸福的是心灵 01法国女人的时尚经：穿出巴黎风，带来好心情/031 02让时尚成功演绎自己的内心/033 03法国女人天生就是香水行家/037 04路易十四的香水俘虏了众人的心/039 05口袋镜——法国女人不可或缺的时尚配饰/041 06法国女人的着装理念：可以“露”，但绝不可以“透”/044 07窈窕、美丽、性感是法国女性终生追求的目标/047 08不走在香榭丽舍的大街上，就停留在塞纳河畔的咖啡厅里/050 Chapter3爱要大胆说出来：有爱就学会表达；无爱就要直接拒绝 01法国女人的爱情观：婚姻要学马拉松，恋爱要擅长短跑/057 02法国女人的幸福秘诀：爱情是滋润幸福生活的第一要素/059 03你可以奔跑着寻找幸福，但是一定要说出你的爱/062 04恋爱中的女人要体现出小女人的姿态、大女人的心态/065 05人生中只有一种幸福，就是爱与被爱/068 06让爱情点燃幸福的烟花/071 07法国女人恋爱心得——最美的花是雾里花/076 08气质培养：成就优雅女人的大智慧/078 09矜持有度：女人味十足的保证/081 Chapter4不要让婚姻束缚你的脚：幸福的婚姻是为自己活着 01法国女人拥有幸福婚姻的秘诀/085 02婚前风情万种，婚后行止有度/088 03有爱就向前奔跑，无爱就从头再来/091 04如何化解婚姻危机——看法国女人“放牛吃草”/094 05婚姻不是神话——希望越大，失望越大/099 06征服丈夫的秘诀：保持十足的书卷气/102 07幽香如兰——法国女人的内涵美/105 08“撒娇”——法国女人激起男人保护欲的妙计/109 Chapter5最美好的气质是自信：散发出你足够的自信和十足的魅力 01法国女人的自强精神：通过自信才能表现出独有的迷人风情/115 02法国女人抓住幸福的根源——自信/119 03有些法国女人有点胖，但裙子却很靓/123 04强大的内心可以召唤幸福，弱小的心灵只能乞求幸福/125 05最能体现法国女人优雅自信气质的服饰：风衣/129 06看夏洛特·甘斯布如何变身法国最有气质的女人/134 07让女人拥有美丽的密码：红酒/139 08像居里夫人一样自信，成就另类“万人迷”/143 Chapter6生活比工作更重要：你可以错过公司的班车，但不能错过生活中的约会 Chapter7把化妆变成一种心理享受：让外表和内心一起幸福起来 Chapter8积极心理学的力量：主动去寻找幸福，而不是坐在家里等待幸福

<<法国女人的幸福心理学>>

章节摘录

版权页：可以说，法国女人的一生都致力于美丽事业中，所以，如何保持美丽，如何对抗衰老，成为每个法国女人终其一生研究的课题。

事实上，法国女人从来就不认同用肉毒杆菌遮掩衰老，或者采用眼部抽脂、丰唇来努力彰显自己的“年轻”。

法国女人追求的是一种不伤及身体的情况下，完善自己，对抗衰老。

莫非法国女人真有什么克服衰老的办法？

法国女人为什么看上去总是那么年轻美丽？

其实答案很简单，法国女人对自己的要求十分严格。

在体重上，她们是不允许自己多长一块赘肉的。

法国女人对自己的体重有明确的感官意识，当她们觉得自己的体重达到一个标准和谐值时，她们就始终只会接受那个数字。

当她们无意中发现自己胖了，哪怕只有一公斤，她们也一定会不遗余力地消灭掉这多出的一公斤肉。

很多法国女人都表示，她们只会吃很少的食物，这是控制体重最好的方法。

法国女人不是不会变胖，而是看不下去自己变胖。

但是法国女人并不热爱运动，在她们看来，在健身房里无聊的运动是一种自虐行为。

走路是她们可以接受的唯一一项燃脂运动，但这远远达不到她们需要的效果，她们有属于自己的强化方法，并会借助于药丸、机械、医学手段去应对肥胖（如药店里罗列的各式各样的节食产品等），还会对平坦腹部的药丸十分感兴趣，也十分热衷于某些刺激肌肉、加速脂肪燃烧的机器。

在法国女人看来，备受推崇的减肥手段是做按摩和spa疗法。

摸准穴位和轻盈的按摩手法，会让法国女人告别衰老，告别囤积的脂肪，告别大肚腩，告别乳房下垂。

法国女人乐此不疲地偏爱这种方法，而这除了具有减肥功效以外，还可以缓解疲劳和降低发病率，以致法国政府曾称赞，spa事业的兴荣为医疗保险事业免去了大量的账单。

在外在形象上，除了控制体重，法国女人还会通过各种保养来对抗衰老。

法国女人都可以被称为精通护肤的大师，她们都会尽可能少地使用粉底液和化妆品，而是更加注意皮肤的基础保养。

首先她们会做足量的皮肤保湿，并选择与皮肤相适应的粉底液，在眼皮上稍微涂一点眼影和睫毛膏，偶尔也会画上一眼线唇膏，但务必要确保妆容看上去舒服。

敏特尔调查公司曾研究表明，法国女人每年在皮肤保养上会花费22亿美元，相当于西班牙、德国和英国女性开销的总和。

如果你恰好进入一间浴室，发现里面呈现的有一长排的护肤品，有防晒日霜、夜霜、抗皱霜、精华素、保湿霜、洁面乳、化妆水，以及从消除橘皮组织到静脉曲张的任何护肤品，那么不用怀疑，你一定是恰巧进入了哪位法国女人的浴室了。

而最新数据表明，在法国33%的15~19岁少女，在这样的年龄就开始使用抗皱霜了。

可见，法国女人的保养防老意识，并不仅限于成熟的女性。

<<法国女人的幸福心理学>>

编辑推荐

《法国女人的幸福心理学》让读者能够像法国女人一样，保持积极的生活心态，获得幸福正能量。

<<法国女人的幸福心理学>>

名人推荐

“每一个法国女人的心里，都藏着一颗幸福感恩的心，而这样一种年轻积极的心态，是她们生活幸福的根本原因。

”——法国香水大王 保罗·盖尔兰 “居住在法兰西的女子，是世界上最迷人、最具风情的。在她们的衬托下，巴尔干半岛上漂亮开朗的意大利女子，显得轻浮躁动；德意志民族的高挑女人显得严酷粗戾；波斯湾附近的美艳少妇，竟连脸都不敢露出来。

”——法国著名诗人 拉·封丹 “对一个女人而言，最幸福的事情是具备了较高的社会地位，拥有很多的追随者，所有人都将她当作明月一般捧着。

”——法国著名女作家 西蒙娜·德·波伏娃

<<法国女人的幸福心理学>>

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>