

<<20岁定好位，30岁有地位>>

图书基本信息

书名：<<20岁定好位，30岁有地位>>

13位ISBN编号：9787540446574

10位ISBN编号：7540446579

出版时间：2010-11

出版时间：湖南文艺出版社

作者：苏芩

页数：288

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>

<<20岁定好位，30岁有地位>>

内容概要

中国首席女性励志作家、情感心灵导师苏芩全新力作 不做爱情中找不到自我的痴男怨女，不做职场中升职加薪两无望的“二类分子”，读懂自己定好位，用50分的努力换取100分的人生！

也许你不够聪明，不够漂亮，不够能干，不够可爱，不够.....女人对自己永远是挑剔的，总有这样或那样的不满意，但是，作为女人，你一定具有作为女人与生俱来的天赋：良好的直觉，讲人情味，包容心强，抗压性好，有耐心，善于倾听，是理想的谈伴.....在爱情、友情、职场、家庭生活中，善于运用自己作为女人的天赋优势，才能够牢牢掌控自己的幸福。

比如——爱情中，有姿态的女人才有身价，一味地迁就，只能让对方看轻自己；对待“坏脾气”男人，与其包容，不如用点狠招，以毒攻毒； 职场中，女人与其和男人拼体力和精力，不如充分发挥女人在识人、用人、感官能力、语言能力等方面的才能，占据有利地位； 生活中，爱逛街的女人往往具有良好的交际圈子，她们通过逛街既交流了感情，又释放了压力，当再次投入到工作当中，她们往往更容易成功。

诚如苏芩在《20岁定好位，30岁有地位》这本书中所说：“并不是只有美女，才可笑得倾城。并不是学会‘完美’，就一定会有完美的人生。

”你可以不聪明，但不能没有智慧；你可以不漂亮，但不能让自己丑，因为女人让自己丑就等于“让男人对自己狠”；你可以不能干，但你要懂得用你的微笑让世界低头。

一个女人最终极的吸引力，不是来自她的完美，而是来自于“她懂得如何做一个真正的女人。

”

<<20岁定好位，30岁有地位>>

作者简介

苏芩，中国首席女性励志作家，女性文化深度探索与研究者，新浪、腾讯及全国多家电（视）台、平面媒体情感专家顾问。

她长期以大视角关注女性发展，关爱女性成长，为女人立言，是公认的“中国女性文化代言人”，所开办的“苏芩情感诊室”是目前国内最受欢迎、流量最大的情感交流空间。

著有《20岁跟对人，30岁做对事：让女人一生好命的新女学》《20岁跟对人，30岁做对事：从零开始学攻心术》《女人受益一生的7堂女学课》《爱情纪》《爱情医生》《官场红学》《非常品红楼》等，更设有腾讯、新浪、搜狐、网易等多家博客，总访问量超过5个亿。

她的文字以睿智、麻辣著称，常一语点破人情，又不乏温暖励志，以冷眼洞悉世情，以慧心指点迷津，极受青年读者追捧，是当今最有影响力的“情感心灵导师”。

<<20岁定好位，30岁有地位>>

书籍目录

第1章 第46条神秘染色体——男女之不同 一个字说透情场事 男女间的恋爱“骗规则” 男人天生是女人的威胁 两性间，同一句话背后的不同目的 “追求”背后有真相 不专心未必是他不专情 一个动作看透女人心底的不甘寂寞 为何他看不懂你的脸 男人女人分别需要怎样的沟通 吵架过后，最好的善后 心情不好时，他和她分别渴望什么？

“爱的质感”=“女人的肉感”？

男人女人心底最真实的“初夜原因” 了解了男人 了解了世界 最令女人胆寒的恋爱风险 第2章 用性别优势去成功——女人，就是天生的优势 为何女人更容易给人留有好印象？

共情和共鸣，女人赢得人心的法宝 女人是最佳说服者 女人的直觉决定女人的成功机会 女人为何比男人更擅长社交？

发掘女人天生的“领导优势” 聪明的女人，会用微笑让世界低头 压力为何总是绕行“女人” 为何男人爱对女人讲“秘密”？

女人特殊的听觉习惯 男人间的应酬，为何永远离不了女人？

巧妙发酵女人最受欢迎的“人情味” “情绪察觉能力”导致男女间误会重重 女人，如何用好你与生俱来的优势？

第3章 了解女人独有的风情——独特的女人性 你知道自己是哪种类型女人吗 什么阶段的女人才真正需要友情？

女人的挑战是打破僵局的妙计吗？

不折磨，不厮爱 想要成功，女人必须克服“矛盾型依恋” 白日梦是女人的特殊保养品 女人的社交野心为何蓬勃 男女间对“共同语言”的不同理解 可塑性是女人最奇特的才智 女人安全感的终极源头 神秘的记忆，造就无情的负心汉 如何尽快摆脱失恋的痛苦？

做家庭主角，女人得有好技巧 爱逛街的女人做事更容易成功 因为幸福，所以变笨 第4章 两性多战事——那些有趣的男人女人们 “缘分”是谁的麻药 有一种爱，只是人生的过场戏 男女间高智商的“装傻游戏” 男人从不在家里看女人 你的嚣张，他的反抗 女人的孩子性 每个男人都爱说那句假话 最无能的男人才最自信 “分手”如何讲出口 “失恋愈合”法则 如何抵御“前任的爱情”再度来袭 故作放浪的男人嫁不得 他为什么总会偷偷地看你 有多少人在患“爱情瘾症” 男人的眼睛是女人最爱的镜子 女人嫁不起，男人娶不起 有钱男人的恋爱恐慌症 如何花他的钱 第5章 聪明女人有技巧——男人天生被“她们”所吸引 一刹那的惊艳，一辈子的遗憾 爱情中，女人如何全身而退？

获得他的好感靠什么？

轻易不要让男人去吃醋 男人比女人更易一见钟情 单恋后，该如何解脱内心？

什么样的恋爱最让女人贬值？

痛说情史使不得 如何巧妙化解对方的嫉妒心 那条爱情底线你别碰 如何对付他的坏脾气 好女别嫁出轨男 如何看住抢来的爱 不是所有幸福都能熬出来 拒绝的诀窍 如何在他心里装满你的影子 为何好条件的女人易被甩？

男人的话该信多少？

第6章 女人关系学——情商是悟出来的 不能不说的秘密 如何判断“潜力男”？

如何让“贵人”来敲你的门？

初恋时的“钱关系” 婚姻，求互补还是求相似？

爱，先要接受被占有 该不该有“异性友情” “对你好”不如“为你好” 看透对方最真实的那一面 “死党”有秘诀 视线的高低决定地位的高低 一流的说客善于说“NO”！

做个能控制局面的闺蜜 稳定婚姻关系靠什么 有本事的女人都有位“另类老师” 一念间的幸福决定一辈子的造化 第7章 女人也有劣势——避开你最不擅长的雷区 一个选择，为何难坏女人？

她为何总被“细节”打败？

女人都愿意容忍的那种出轨男 “察情训练”是人生必修课 女人天生会悲观 男人爱撒谎女人会撒谎 文化压力让女人天天嫌自己“胖” “自闭”的女人最自负 好女孩永远没有坏女孩那么快乐 短信暴露的女人真相 女人的宽容总爱用错地方 解析女人的受虐倾向 漂亮女孩的遇人不淑 女人为何

<<20岁定好位，30岁有地位>>

都排斥独立思考 “低自尊”是女人问题的源头 第8章 女人读心术——人心原本是透明的 爱情的质量决定女人皮肤的质量 你的腰间，写着哪种爱的讯号？

写出来的爱不踏实 好记性不是女人的好运气 化妆术看透女人个性 为何打死也不承认“你爱他”？

女追男，如何能把胜局拉到最后？

女人为何更爱说“拒绝”？

撒谎时，你有什么小动作？

拒婚理由看穿男人心 听男人说说他为什么不愿娶你 领证后，他在悄悄改变…… 淑女为何迟迟嫁不掉？

第9章 力量的唤醒——唤起女人内心的潜能 掌握最积极的心理暗示 怎样唤醒你的“爱觉” 如何让他对你一见钟情？

想管住男人的心，也得管住他的眼 爱他，先把他想得好一点 “分裂”你的性格才能成大事 没时间的女人才有身价 女人的“胸”态度 漂亮，是女人的难题 钱是如何提升男人魅力的 如何唤起男人对你的好 学会合理情绪管理术 情场胜女如何表达暗恋 最适合你的结婚年龄 那些只有女人才懂的事 苏芩语录

<<20岁定好位，30岁有地位>>

章节摘录

心情不好时，他和她分别渴望什么？

再温顺的男人女人，也免不了发脾气的时候。

小微跟男友吵架。

理由是：第一次我跟他说：“我心情不好。”

”结果他说：“那好，你自己静一静。”

我不打扰。

”第二次我跟他说：“我心情非常不好。”

”结果他又说：“那好，你再自己静一静。”

我不打扰。

”第三次我跟他说：“我心情真的真的非常不好。”

”结果他还说：“那好，你还自己静一静。”

我不打扰。

”于是，小微说：“我忍无可忍，赶他出门！”

”小微的男友跟小微闹气。

理由是：第一次我跟她说：“我心情不好。”

”结果她说：“没关系，我陪你。”

有什么烦恼告诉我。

”第二次我跟她说：“我心情非常不好。”

”结果她又说：“没关系，我还会陪你。”

有什么烦恼告诉我。

”第三次我跟她说：“我心情真的真的非常不好。”

”结果她还说：“没关系，我会一直陪你。”

有什么烦恼全都告诉我。

”于是，小微的男友说：“我忍无可忍，只好对她发作！”

”小微和小微的男友，对待坏心情，永远是两种截然不同的期望。

小微屡屡向男友说“烦”，目的是为了让他哄让他陪。

小微的男友屡屡向她说“烦”，目的是想请她暂时性离开。

女人心情不好，就是为了让男人看到。

男人心情不好，是真的不想看到女人。

可塑性是女人最奇特的才智刚刚结婚的时候，芬妮说：“我洗不了衣，我做不了饭，我带不了孩子...婚姻，还不得被我过得一团糟糕？

！

”七八年下来，芬妮早上7点钟起床煮早饭，8点钟出门上班，下午5点钟接女儿放学，周末在家洗衣外带收拾屋子.....虽然，对于忙碌的主妇这个身份，她时有劳累的抱怨，但丈夫眼里，她还是能乐呵呵地把一切做好。

刚刚工作的时候，小爱说：“我受不了复杂的人际，我受不了繁重的工作，我受不了快节奏的每一天.....我想，用不了多久，我非得失业不可！”

”但两三年下来，小爱不仅没有被辞退，相反年年升职兼加薪。

婚姻关系中，口口声声要“改变男人”的女人，往往是更早一步地被婚姻改变。

职场生涯中，信誓旦旦坚决不做“职业奴隶”的女人，往往很快就变成了快乐的小女仆。

于是男人会说：“女人啊，真是意志薄弱的动物。”

”但除此之外，难道你没发现这个道理：女人天生具有更强的可塑性。

遇到压力，女人会喊苦喊累，但喊完之后，女人却能在最短的时间内找到最近的适应路径。

女人，天生具有一种奇特的聪明才智：随着不同的环境变化，改变自己。

贾宝玉说：“男人像泥，女人像水。”

<<20岁定好位，30岁有地位>>

”故而，水一般的女人具有更强的可塑性——加糖，她会变甜；加盐，她会变咸；把她装进什么样的容器，自然，她也会成为什么样的外形。

当你在抱怨生活不幸，你也该明白：苦味剂，会让女人变得更苦。

<<20岁定好位，30岁有地位>>

媒体关注与评论

很喜欢苏老师的书，写得真挚又现实。

似乎每个人都能在书中找到自己的影子，从而剖析自己，不断学习。

20岁要跟对人，更要定好位，幸福从来就是自己把握的。

苏芩的语言犀利幽默又真实，道理讲得很透彻，它会教你怎么样做一个智慧的女人、一个有魅力的女人，最重要的是，它教你如何幸福地生活。

建议女性同胞看看此书，它是会让你豁然开朗的一本好书。

愿我们都幸福美满。

一直都很少看有关心理方面的书，因为心理学的专著分析说教会让人看得乏味到想睡，而现实的写本又总会让人有种莫名的恐慌，害怕被书中的文字窥透一直极力掩饰的内心，担心在伪装被剥落的时候甚至连呼吸都能感觉到疼痛，而看过情感心灵大师苏芩的这本书后却给人焕然一新的感觉，简练的文字没有一句甚至一个字的废话和多余，都是直击心灵的箴言，让人有恍然大悟的感觉，不但将人的心理分析得透彻，更是一盏高悬又不刺眼的人生指路明灯。

这是很实用的一本书，是让女人内修涵养的一本书。

在我失意的时候我找到了这本书，简单看了一下就被吸引了。

书中说的任何一方面都像在说自己，我可以从中得到教训，学到经验，知道自己该怎样面对。

它陪我度过了一段艰难痛苦的日子。

看完后就一个感觉：“要是这本书早点被我发现就好了。

”书中对情感和心灵的解悟，让我对一些事也有了不一样的看法。

对于还处在迷茫中的女生，强烈推荐此书，说不定会让你豁然开朗，书中的处世态度积极，语言朴实，没有那些枯燥的大道理，作者的理念娓娓道来，就像在讲述一个个小故事，在故事的讲述中为人解惑！

我一直很关注苏芩，她是一个非常睿智的女人，她的文字总是会带给我很深的思考。

我想在每个人的人生道路上，都希望能够遇到一个给你点拨和启发的人，能够遇到这样的智者是让人一生受益的事，会让人少走很多弯路，甚至避免许多伤害。

<<20岁定好位, 30岁有地位>>

编辑推荐

《20岁定好位,30岁有地位》编辑推荐： 2010年度最佳女性励志“红宝书”！

20岁要跟对人，更要定好位，好定位改变女人一生！

首印10万册，发货当日即被经销商抢订一空！

中央电视台、北京卫视、江苏卫视、凤凰卫视、湖南卫视、山东卫视、河北卫视……腾讯网、新浪网、搜狐网、时尚网、开心网、人人网、网易……全国逾50家主流媒体高度关注，联名鼎力推荐！

为什么女人更容易给人留下好印象？

压力为何总是绕行女人？

为何男人爱对女人讲“秘密”？

男人间的应酬，为何永远离不了女人？

女人赢得人心的法宝是什么？

女人最奇特的才智是什么？

女人如何用好与生俱来的优势？

如何判断“潜力男”？

如何让他对你一见钟情？

如何尽快摆脱失恋的痛苦？

如何让“贵人”来敲你的门？

婚姻，求互补还是求相似？

该不该有“异性友情”？

怎样做个能控制局面的闺蜜？

……那些在爱情、职场、友情、家庭、社交中如鱼得水的女人，她们清楚自己作为女人的天生优势是什么，自己的劣势又是什么。

动用你的小宇宙，发挥优势，规避劣势，唤醒内心的潜能，这是把握幸福把握爱，最根本的答案。

<<20岁定好位，30岁有地位>>

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>