

<<女性魅力静修与自测>>

图书基本信息

书名：<<女性魅力静修与自测>>

13位ISBN编号：9787802034020

10位ISBN编号：7802034027

出版时间：2007-8

出版时间：中国妇女

作者：薛雅文

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，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<女性魅力静修与自测>>

内容概要

女人可以不漂亮，但可以拥有魅力。

女人外在的漂亮只是昙花一现，只有魅力是永不变色的钻石。

我们知道，钻石有很多不同的面，可以在不同的状态折射出不同的光彩，如同今天的女人，每一天都拥有太多的社会角色，我们有没有让自己的各个侧面都释放出美丽的光芒呢？对于女人来说，一生最重要的三个角色——父母的女儿、丈夫的妻子、孩子的母亲，我们又该如何诠释呢？薛雅文女士通过本书教你完美呈现这三个人生最重要的角色，让女人们都能光彩熠熠，充满魅力。

本书从女性求学、做人、敬业、相夫、教子方面十分全面地谈到一个女性在人类社会充当着各种角色，其中包括一个新时代的女性的权利、义务、责任。

书中包含女性一生经常遇到的几个值得注意的问题，书中不仅提出问题，而且提出解决问题的方法。

<<女性魅力静修与自测>>

作者简介

薛雅文女士，心灵静修课程创始人，从事女性心理美容健康教育近20年，拥有丰富的女性心灵修养教育经验：现国家级鉴定高级心理咨询师，国家级鉴定美容高级技师，香港专业效能管理学院、家庭大学亲子课程专业导师，全国未成年人家庭教育高级导师；曾获马来西亚美肤博士级学位；1997年求教于国内外优秀的心理学导师，学习德国灵性、日本灵修课程；2005年创办香港雅文丽莲国际女子学院；现任中国妇女儿童事业发展中心研究院副院长，北京三好女性文化发展有限公司总经理，全国三好女人项目承办人。

<<女性魅力静修与自测>>

书籍目录

第一章 魅力女人宜修炼第一节 做温柔的女人一、温柔是女人的撒手锏二、温柔靠细节 取胜三、温柔塑造好男人四、温柔女人养成术第二节 做独立的女人一、独立是女人的美德二、女人独立需要自信三、“独”领风骚不寂寞四、懂得选择和放弃第三节 做有爱心的女人一、善良女人心二、学会爱与被爱三、微笑是世界上最美的表情第四节 做有智慧的女人一、智慧是永不褪色的美丽衣衫二、女人如书三、读书让女人更美丽四、千娇百媚女人味第五节 做幸福的女人一、幸福地图连连看二、幸福保鲜课第六节 做快乐的女人一、赶走坏心情二、淑女也疯狂三、十大好心情原则第七节 做有情调的女人一、音乐中的浪漫二、玫瑰的情怀第二章 魅力女人的细节 修炼第一节 我的魅力我做主第二节 修炼魅力最低限度30件事第三节 魅力的外在修炼一、优美仪态的准则二、穿衣配色小秘密三、不同体型的穿着四、怎样使不好的身材变“酷”五、穿出风格才美六、魅力女人包装诀窍第四节 魅力女人十大细节 修炼一、优雅二、知性三、妩媚四、本色五、温婉六、练达七、恬淡八、时尚九、清纯十、气质第五节 心灵静修课堂第三章 女儿——从蓓蕾初开的女孩到风姿绰约的女人第一节 坚强和独立——女人成熟的标志一、生活中应有的积极心态二、女人，请一定要独立三、女人要对自己好一点四、学会爱自己五、建立自己的个人空间六、健康心理10要素七、女人怎样才算心理健康第二节 保持一颗女儿心一、让调皮留住童心二、情趣是女人的灵魂三、可爱是一种气质四、纯真的女人像水晶五、让笑容更甜美六、不同类型的女人怎样保持个性魅力第三节 女儿在家中的责任一、做“乖乖女”二、要多陪陪长辈三、怎样当家中的“调节器”四、怎样做家中的和平使者五、了解父母的心理第四节 测一测，你是积极的女人吗一、给自己的适应能力打打分二、心理健康自测第四章 妻子——神秘错综的生活图景第一节 一种观点，多种发问：妻子是什么一、忍者成妻二、嫁对了人才能做好妻子三、妻子要学会打太极第二节 妻子的智慧一、你有一个特别的丈夫吗二、不要做蒙尘的珍珠三、那绸缎似的温柔四、家，甜蜜的家五、比大海更深的爱情第三节 做好妻子是女人一生的职业一、给丈夫一个梦想二、梦想之后的行囊三、如何与男人待在一起四、用哪只耳朵听他的话五、做丈夫忠实的信徒第四节 好妻子，好课堂一、真正理解爱的含义二、世界上没有完美的婚姻，只能努力追求美满的婚姻三、满足丈夫的特殊需求四、嫉妒心非常可怕五、用温情迎接丈夫六、责备不能改变丈夫七、不要自以为是八、遇事要有耐心第五节 亲昵爱人枕边书一、争吵不能解决任何问题二、性爱是美满婚姻的关键三、满足丈夫的性爱要求四、妻子如何对待丈夫阳痿第六节 住手！家庭暴力一、一组触目惊心的数字二、什么是家庭暴力三、警惕！家庭暴力之中精神暴力数“第一”四、对待家庭暴力的11种错误观念五、遇到家庭暴力问题怎么办第五章 母亲——繁衍生命的伟大第一节 中国母亲，是谁“杀死”了你一、母亲是怎么变得后现代的二、中国母亲应该教些什么第二节 好母亲的智慧一、母爱是一种宽容的智慧二、母亲一生撒的八个“谎”三、为了孩子做一个精明的妈妈四、母亲需要经常和孩子在一起五、母亲的言行是孩子学习的样本六、父母要学会成为孩子的平行线第三节 你有打孩子屁股的权利吗一、谁有权利“打屁股”二、谁剥夺了孩子们说真话的权利第四节 成功母亲的借鉴一、满腔羡慕和一声叹息二、对“教育神话”的追问三、危险的捷径心理四、小心，教育也会“伤”人第五节 母亲在培养孩子的过程中学到了什么一、培养孩子成才不能操之过急二、早期教育中培养孩子的含义三、应如何对待孩子对性的关心第六节 外行母亲对孩子的伤害一、你不会这样做吧二、外行父母对孩子的妨碍和伤害三、母爱，不只是包容一切四、包办，离无私的爱有多远五、母爱也有误区，那就是溺爱附录1：魅力静修自测一、魅力静修（修养）自测积分表二、魅力静修（容貌）自测积分表三、魅力静修（服饰）自测积分表四、魅力静修（身体）自测积分表五、魅力静修（声音）自测积分表六、魅力静修（健康）自测积分表附录2：魅力静修自测答案一、魅力静修（修养）自测积分表二、魅力静修（容貌）自测积分表三、魅力静修（服饰）自测积分表四、魅力静修（身体）自测积分表五、魅力静修（声音）自测积分表六、魅力静修（健康）自测积分表

<<女性魅力静修与自测>>

编辑推荐

女人可以不漂亮，但可以拥有魅力。

女人外在的漂亮只是昙花一现，只有魅力是永不变色的钻石。

我们知道，钻石有很多不同的面，可以在不同的状态折射出不同的光彩。

如同今天的女人，每一天都拥有太多的社会角色，我们有没有让自己的各个侧面都释放出美丽的光芒呢？

对于女人来说，一生最重要的三个角色——父母的女儿、丈夫的妻子、孩子的母亲，我们又该如何诠释呢？薛雅文女士通过本书教你完美呈现这三个人生最重要的角色，让女人们都能光彩熠熠，充满魅力。

。

<<女性魅力静修与自测>>

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>