

<<卡耐基夫人魅力女人课>>

图书基本信息

书名：<<卡耐基夫人魅力女人课>>

13位ISBN编号：9787802518148

10位ISBN编号：7802518148

出版时间：2011-5

出版时间：金城出版社

作者：龙柒 编

页数：215

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>

## <<卡耐基夫人魅力女人课>>

### 前言

魅力女人是这样的好 每个女人都非常希望自己被别人称为是有魅力的女人。每个女人都非常渴望获得幸福美满的家庭、事业和生活。

然而，事实并非如我们所愿。

在今天激烈的社会竞争面前，许多女人又不得不面临残酷的工作压力和家庭生活的挑战。所以，在家庭与事业、理想与现实之间，我们时常会感觉迷茫和疲惫。

我们的心灵在现实中空虚着，我们的梦想在忙碌中破灭着。

卡耐基夫人和你一样，也曾经深陷其中。

然而，经历了痛苦的挣扎之后，最终她从这其中走了出来。

庆幸之余，卡耐基夫人了解了这其中的奥秘：魅力并非神秘词汇，每一个善良包容的女人只要肯努力学习，都可以成为自身魅力的化妆师。

作为伟大的人际关系大师的妻子，桃乐丝·卡耐基曾和戴尔·卡耐基先生一起巡讲全球五大洲的50多个国家，指导和帮助干百万人建立了更富活力、更具高品质的生活。

作为卡耐基成人教育课程的一部分，这些生活经营模式已经被全球2000余所卡耐基成人教育机构的女性学员所使用。

这些生活经营模式囊括了成熟与魅力、职业与成功、心情与快乐、形象与交往、沟通艺术、性爱与包容、婚姻与爱情、身心健康、家庭料理、理财与管钱、信任与奉献、激励与相夫等12个方面的内容。

这些内容其实就是对女人的成长忠告和幸福实施方案。

你想使自己的心理品质迅速达到成功女人的标准吗？

你想使自己成为一个有品位的女人吗？

你想让自己在家庭、事业和生活中与众不同吗？

按道理，我们完全没有理由要求你按照书中的这些方法去做，但我们却有理由将这些生活经营理念 and 模式强力推荐给你：它确实实能够帮助。

你成为一名魅力女人，帮助你最终走向事业与家庭的成功。

因为，许多女人和她们的幸福生活都已经证明了我说的这些话是对的。

还有，不论你现在的起点是什么样子，只要你灵活变通地运用这些方法，你的生活定会与从前的生活大相径庭。

当你修炼成为一名光彩照人、耀眼夺目的魅力女人时，我在地球村的另一端为你举杯庆贺。

到那时，和我一样，你也会发现： 成为一个魅力的女人竟是那么的容易！

！  
！

魅力女人的感觉是这样的好。

## <<卡耐基夫人魅力女人课>>

### 内容概要

作为伟大的人际关系大师的妻子，她曾和卡耐基一起巡讲全球五大洲

50多个国家，指导和帮助千百万人建立了更富活力、更高品质的生活。

卡耐基夫人所撰写的魅力女性生活指南，已经成为了卡耐基成人教育课程的一部分，由此所确立的生活经营模式已经被全球2,000余所卡耐基成人教育机构的女性学员所使用。

这一生活经营模式囊括了成熟与魅力、职业与成功、心情与快乐、形象与交往、沟通艺术、性爱与包容、婚姻与爱情、身心健康、家庭料理、理财与管钱、信任与奉献、激励与相夫等12方面的内容。

《卡耐基夫人魅力女人课》会让你发现：魅力女人是这样的好！

《卡耐基夫人魅力女人课》由龙柒主编。

## <<卡耐基夫人魅力女人课>>

### 书籍目录

代序：魅力女人是这样的好

关于成熟与魅力

摆脱时尚，使自己成为一个有品位的女人

1.如何使自己成为一个有品位的女人？

2.如何做一个令男士欣赏的女人？

3.如何摆脱时尚的压迫？

4.如何去征服一个男人？

5.如何建立起属于自己的价值观？

6.如何使自己变得因为可爱才美丽？

7.如何做到机敏圆通？

8.如何展现你的成熟与稳重？

9.如何与丈夫更好地相处？

10.如何把自己修炼为成熟的女人？

11.如何对待分居和离婚？

关于职业与成功

追求卓越，修炼成功女人的心理品质

1.如何修炼成功女人的心理品质？

2.如何选择适合自己的工作环境？

3.如何做个赚钱高手？

4.如何选择适合自己的理想职业？

5.如何重新给自己进行职业定位？

6.如何成为一个优秀的职业女性？

7.如何绘制每天的心灵地图？

8.如何在家办公？

9.如何有效地利用时间？

## <<卡耐基夫人魅力女人课>>

### 关于心情与快乐

战胜孤独，活出真正的你自己

- 1.如何做到心理放松？
- 2.如何不让挫折击倒你？
- 3.如何做到自我负责？
- 4.如何活出真正的你自己？
- 5.如何使自己变得快乐？
- 6.如何排解自己的压抑心情？
- 7.如何摆脱对自己或他人的依赖？
- 8.如何才能尊敬你自己？
- 9.如何战胜孤独？
- 10.如何克服虚荣心悲剧？

### 关于形象与交往

打理自己，做一个令人喜欢的人

- 1.如何让自己穿得更漂亮？
- 2.如何使用香水？
- 3.如何打理自己的头发？
- 4.如何搭配自己的服装？
- 5.如何做一个令人喜欢的客人？
- 6.如何做一个招人喜爱的女主人？
- 7.如何动作优雅地穿脱外套？
- 8.如何应对异性的非分之想？
- 9.如何利用音乐来美容？

### 关于沟通艺术

化解僵局，勇于打破沟通中的各种障碍

- 1.如何识破男人的谎言？
- 2.如何选择适当的时机进行沟通？

## <<卡耐基夫人魅力女人课>>

- 3.如何理解丈夫需要独处的心理？
- 4.如何化解夫妻之间的僵局？
- 5.如何促成夫妻关系的巩固发展？
- 6.如何对待丈夫潮起潮落地脱离生活？
- 7.如何避免家人之间相互排斥？
- 8.如何制造并细化夫妻间的浪漫生活？
- 9.如何对待丈夫的忠告？
- 10.如何打破与丈夫之间的隔阂？

### 关于性爱与包容

懂得感恩，投入足够的力量去爱

- 1.如何看待夫妻性生活的敏感问题？
- 2.如何使性生活更理想？
- 3.如何保持夫妻间性爱的和谐？
- 4.如何处理丈夫的过错？
- 5.如何艺术地去说“抱歉”这个词？
- 6.如何培养包容但不苛刻的个性？
- 7.如何拥有一颗感恩之心？
- 8.如何保持夫妻间的性热情？
- 9.如何与丈夫经常讨论性？
- 10.如何用足够的力量去爱？

### 关于婚姻与爱情

保持距离，建立开放式的新型爱情

- 1.如何避免外遇的发生？
- 2.如何在夫妻间保持一定距离？
- 3.如何制定一个同伴式的婚约？

## <<卡耐基夫人魅力女人课>>

- 4.如何建立开放式的新型爱情？
- 5.如何不犯结婚后的致命错误？
- 6.如何去认定一个夫妻双赢的角色？
- 7.如何善待离婚的发生？
- 8.如何保持婚姻的永久活力？
- 9.如何摆脱婚姻的烦恼？
- 10.如何不被丈夫遗落在身后？

### 关于身心健康

多多运动，了解并控制自己的情绪

- 1.如何走出压抑？
- 2.如何进行有益健康的体育锻炼？
- 3.如何不让自己发火？
- 4.如何了解并控制自己的情绪？
- 5.如何进行体育锻炼？
- 6.如何在生活中安慰自己？
- 7.如何避免丈夫情绪集聚暴发？
- 8.如何去克服每月几天的坏心情？

### 关于家庭料理

勤俭持家，创造和睦的家庭氛围

- 1.如何对待孩子？
- 2.如何创造和睦的家庭气氛？
- 3.如何在家庭生活之间使用幽默？
- 4.如何换一种心情做家务？
- 5.如何营造一个温馨的家？
- 6.如何对付房间里的杂乱？
- 7.如何让家里的东西“各就各位”？

## <<卡耐基夫人魅力女人课>>

- 8.如何减少每月的家庭开支？
- 9.如何才能做到既娱乐又省钱？
- 10.如何合理安排早晨的时间？
- 11.如何管理家庭重要文件和记录？

关于理财与管钱  
谨慎购物，做个成熟的理财太太

- 1.如何做个存钱高手？
- 2.如何做个成熟的理财太太？
- 3.如何去花钱？
- 4.如何改掉不良的购物习惯？
- 5.如何减少家庭日常用品的开支？

关于信任与奉献  
拒绝唠叨，做建设者不做批评家

- 1.如何协调夫妻间不同的心理性格？
- 2.如何改掉自己爱唠叨的臭毛病？
- 3.如何让丈夫不去追求别的女人？
- 4.如何对待“贪玩”的老公？
- 5.如何有效运用男女性别之间的差别？
- 6.如何做丈夫忠实的“信徒”？
- 7.如何与丈夫真正地在一起？
- 8.如何帮助丈夫和了解丈夫？

关于激励与相夫  
懂得影响，做丈夫的激励大师

- 1.如何帮助丈夫度过那些特殊的日子？
- 2.如何拴住丈夫的心？
- 3.如何提高丈夫的影响力？



<<卡耐基夫人魅力女人课>>

- 4.如何看待男人的孩子气？
- 5.如何培养影响而非改变丈夫的好习惯？
- 6.如何赞美自己的丈夫？
- 7.如何鼓励先生成为理想中的那个人？
- 8.如何免遭“揠苗助长”的反效果？
- 9.如何鼓励丈夫获得更高的成就？
- 10.如何做丈夫的激励大师？

## <<卡耐基夫人魅力女人课>>

### 章节摘录

版权页：一个女人不化妆打扮，就意味着拒绝男人，拒绝男人的欣赏。

殊不知，对女性美最敏感的是男人，男人才是女性美的鉴赏专家。

女人比男人更执著地追求爱，我们需要爱情的阳光雨露，但是不经意之间我们把不美的东西尽现男人眼底。

本来爱情就是一种心理感受，有高潮有低谷。

热恋之后，爱情波浪由浪尖逐渐往下跌，在低谷时女人应猛推一把，再把浪掀上去，或者再激起汹涌波涛。

但是女人外在的最差形象即使没有让男人倒了胃口，至少也使丈夫心灰意懒、无情无趣。

时代变了，审美要求变了，男人的要求也变了，做妻子的再不要固执地用以前的观念来束缚自己，更不要以此作为自己不打扮的借口。

女人不打扮是没有信心的表现。

她越不打扮自己，美就与她无缘，男人的赞美与追求就与她无缘，她就越没有自信——至少美是要得到他人的肯定的。

还有的女人原本就缺乏自信，但也没有通过打扮去弥补和提高。

许多漂亮女人的信心最早也是由男人激发的，或许就因为一次打扮得到男人们的好评，从此喜欢上打扮，而人也越来越美。

外在美也会激发内在美，尤其是男人的赞美之语和爱慕的眼光，会激发女人的女性美，每一次夸奖都在提醒她的性别意识。

在男性倾慕的注视下，女性下意识自觉不自觉地就流露出女性的娇羞与温柔。

没有女人会在这种情况下张牙舞爪、大声嚷嚷，此时女性的娇柔最能激发男人的阳刚之气。

## <<卡耐基夫人魅力女人课>>

### 媒体关注与评论

“魅力有一种能使人开颜、消怒，并且悦人和迷人的神秘品质。  
它不像水龙头那样随开随关，突然迸发。  
它像根丝巧妙地编织在性格里，它闪闪发光，光明灿烂，经久不灭。  
” ——美国著名女诗人西尔维娅·普拉斯

## <<卡耐基夫人魅力女人课>>

### 编辑推荐

《卡耐基夫人魅力女人课》：男人征服世界靠的是智慧，女人征服世界靠的是魅力，我们都知道卡耐基影响了千百万人的生活，但到底是谁影响了卡耐基并把卡耐基的事业推向了顶峰呢？

是成功魅力女性的永恒符号卡耐基夫人！

魅力的秘密就是：魅力本身并不神秘，每一个善良包容的女人只要肯努力学习，都可以修炼成为令世界驻足的魅力女人。

<<卡耐基夫人魅力女人课>>

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>