

<<气质女人的77个好习惯>>

图书基本信息

书名：<<气质女人的77个好习惯>>

13位ISBN编号：9787806997390

10位ISBN编号：7806997393

出版时间：2006-10

出版时间：第1版 (2006年8月1日)

作者：靳羽西

页数：213

字数：142000

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>

## <<气质女人的77个好习惯>>

### 内容概要

真正有气质的女人必须具有一分柔情，二分优雅，三分浪漫，四分智慧。

柔情来自于关爱，来自于善解人意；优雅来自于从容，来自于自信，来自于内秀外美的和谐统一；浪漫来自于纯真，来自于热忱，来自于骨子里的万种风情；智慧来自于阅读，来自于体悟，来自于对生活不倦的追求。

女人的气质，从某一种角度来说，就是思维习惯、行为习惯与情绪习惯的综合，不同的习惯会带来不同的生活方式，不同的生活方式又决定了不同的人生。

如果说改变自己首先要从习惯着手，那么，要想成为一个气质优雅的女人，同样也要从改变那些影响女人气质的习惯入手。

因此，爱美的女人，从现在开始，行动起来，养成并修炼决定气质女人的77个好习惯。

## &lt;&lt;气质女人的77个好习惯&gt;&gt;

## 书籍目录

第一篇 女人高雅的气质，从丰厚的文化修养中来 1. 有气质的女人身上能散发出高雅的气息 2. 女性气质来源于深厚的文化底蕴 3. 力口强文化修养把自己培养成气质好的女人 4. 女人内外兼修的美才是真正的美 第二篇 爱心，让女人拥有永恒的美丽 5. 女性要在善良中展现自己的美丽 6. 同情心展现了女性关爱的美丽 7. 女性在帮助别人中可以使内心得到宁静和快乐 8. 温柔是女性最独特的美丽 第三篇 自信是女性的气质底蕴 9. 自信是女性成功的基石 10. 女性要让“个性”为自己增添光彩 11. 诚实会让女性变得更加完美 12. 现代女性未来成功指数的自我检测 13. 启卑会让女性变得神经兮兮、疑神疑鬼 14. 聪明的女人要把诤友当成自己的一面镜子 第四篇 有气质的女人既不会让感情“干涸”，又不会让它“泛滥” 15. 女性不要让自己卷入“人言可畏”的悲剧中 16. 女性要把握好热情的“温度”，莫要滥施于人 17. 女人要分清感情的界限 18. 女人要做“大众情人”，为自己的成功增加筹码 19. 女人要筑牢情感的堤坝，别为情所伤 第五篇 女人的幸福由快乐中来 20. 快乐就是女人的财富 21. 心胸狭隘会让女人失去快乐 22. 睿智豁达的女人懂得用幽默制造快乐 23. 机敏的女人善于掌握开玩笑的尺度 第六篇 女人的宽容会使气质再罩光环 24. 女人见事不容见利就争会大失人心 25. 有修养的女性会婉言拒绝闲话 26. 女人要学会慷慨、真诚地赞美别人 27. 女人要学会得理也饶人的处世哲学 28. 有才干的女人不流露一丝霸气 第七篇 做一个懂得浪漫的时尚女性 29. 有深厚文化底蕴的女人才懂得制造浪漫 30. 成功的女性能驾驭时代的大潮 31. 女性要成功地包装自己的形象 32. 现代职业女性必备的24种素质 第八篇 仪态是女人气质的完美展现 33. 仪态是女人内秀外美的和谐统一 34. 做一个永远保持微笑的女人 35. 会说话的眼睛让女人更具有神秘感和亲和力 36. 温文尔雅的坐姿直接反映出女性的文化修养 37. 有品位的女人仅凭站姿就会给人好印象 38. 女人优雅的步态会吸引男人的目光 39. 女性在蹲姿中最易有伤大雅 40. 有伤大雅的行为举止会使女性形象大打折扣 第九篇 女性要学会言谈中的艺术 41. 让女人的声音更有感染力 42. 女人文雅的谈吐是学识、品格的外在流露 43. 女人要学会应对说无聊话、难听话的人 44. 女人谈话时不应该出现的陋习 第十篇 做一个懂得倾听和善解人意的女人 45. 懂得倾听的女人才可以成为别人信赖的朋友 46. 女性在拒绝对方时要真诚、友善 47. 女人要善用肢体语言来传情达意 第十一篇 女人要利用聚会充分展示自己的美丽与才艺 48. 女人要重视聚会前的充分准备 49. 女人要了解社交场上相互介绍的礼仪 50. 女人应该掌握使用名片的礼仪 51. 女人一定要重视握手的礼仪 52. 要做一个热情待客的女主人 53. 女人在西餐文化中应遵从的礼仪 54. 女人在用餐时要懂得的礼仪 55. 中西餐宴席中用酒的礼仪 第十二篇 在公共场所的举手投足是女人修养最真实的体现 56. 女人在逛商场时不要不拘小节，大声说话 57. 女人要注重在盥洗间的细节表现 58. 女人在接打手机时不要损坏自己的形象 59. 女人不要忽视乘飞机、火车时的端庄举止 第十三篇 影响女人气质的各种坏习惯 60. 忌妒令女人变得丑陋 61. 情绪化的女人缺少品位 62. 爱唠叨的女人衰老得快 63. 没有人喜欢愿传闲话的女人 64. 妥协、让步及熄灭怒火是女人的一种大智慧 65. 相信迷信是愚昧女人最典型的特征 第十四篇 会生活的女人游刃有余地经营自己的钱财 66. 女人理财是为了将命运掌握在自己手中 67. 女人理财应有计划地从年轻时开始 68. 女性应让自己从“月光族”变成“女财族” 69. 女人要留住经常在指缝间“溜掉”的钱 70. 女人在快乐的旅行中仍可以理财 71. 好女人居家省钱有妙招 72. 女人别受“廉价货”的诱惑 73. 理智的女人投资时最会规避风险 第十五篇 女人抓住了幸福婚姻就留住了美丽的气质 74. 幸福的婚姻是成功女人的重要支柱 75. 幸福的家庭少不了一个贤妻良母 76. 女人驾驭丈夫应该像放风筝一样快乐 77. 女人经营幸福婚姻的秘诀

## <<气质女人的77个好习惯>>

### 章节摘录

每一个女性都想让自己成为一个超凡脱俗、气质高雅的完美女性，然而在现实中，气质往往却钟情于那些知识女性，这是为什么？说到底这是一个人的文化修养使然。

首先，有文化修养的女性能正视自己，摒弃自己的不足，在适时改变自己中随顺潮流，成为一个受欢迎的人。

其次，有文化修养的知识女性能够自觉地规范自己的言谈举止，理性地同男人交往。

再次，深厚的文化底蕴使她们的视野变得更加开阔，在和层次不同的人接触中，往往能把握住自己，应对自如。

最后，她们的文化修养使自己变得更加成熟、更有主见。

因此发表意见时，会有自己的思想，同时又能理智地对待不同的意见，不会固执己见，只在潜移默化中去影响他人。

正因为这样，她们的见解往往让人更乐于接受。

以书为伴，让书成为自己的终身朋友书可以增加一个人的智慧，使人变得更聪明。

很多成功的女性在回忆自己的成长道路时，往往都会和几本好书联系在一起，说这些书是如何改变了自己，帮助自己走上了成功之路。

由此可见，与书为友，受益无穷。

至于应选择哪类书做“朋友”，这可以根据个人的情趣与爱好。

这一点我们不妨把中世纪英国哲学家培根的名言作为参考。

培根说：“历史使人睿智；诗歌使人灵秀；数字使人周密；哲学使人深刻；伦理使人庄重；逻辑修辞使人善辩。

”要喜欢音乐，它使女性内心宁静在音乐中寻求内心的宁静。

气质是女人的内在美，因此有气质的女性，通常内心世界都是宁静的。

内心宁静，就会无邪无欲，使女性无意中现出端庄娴淑的仪态。

而音乐恰恰会平和你的心境，消除各种杂念。

因此，要想使自己成为一个有气质的女人，就要把听音乐形成一种爱好，从而提高自己的品位，显现出高雅的格调。

学会欣赏书画，培养女性的审美观念 在水墨丹青中培养自己的审美观念。

一般来说，有气质的女性都有极高的审美能力。

正因为这些女性对美有正确的认识，才使自己比别人更会美。

培养自己的审美观念虽然有多种途径，但更多的女性都觉得莫过于学习和欣赏书法与绘画。

她们认为艺术家对美都有各自的独到见解，他们对美的理解要超出常人。

因此，经常向这些艺术家学习或欣赏他们的作品，能对美有一个全新的认识和理解，使自己超凡脱俗。

培养自己的高雅情趣有很多的渠道，只要使自己的某种爱好能够去掉身上的不足，远离恶习，都是正确的选择。

<<气质女人的77个好习惯>>

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>