

<<女人22岁以后该做什么>>

图书基本信息

书名：<<女人22岁以后该做什么>>

13位ISBN编号：9787506451079

10位ISBN编号：7506451077

出版时间：2009-2

出版时间：中国纺织出版社

作者：亦辛 编著

页数：364

字数：450000

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>

<<女人22岁以后该做什么>>

前言

22岁，人生的分水岭。

22岁以前，或许你还是温室的花朵，家庭给你遮风挡雨，父母为你解决衣食住行；22岁以后，你就该走出温室，去接受狂风暴雨的洗礼，你就该挣脱父母，去面对生活和生存的艰辛。

22岁的年华，也许你即将走出大学校园，也许你正在四处奔波求职，也许你已经走上工作岗位，也许你已经确立了人生目标，也许尚茫然而不知所措，也许你豪言已许但壮志未酬……不管你正处于何种境地，你都要明白，以后的人生路，你将面对更多：生活的艰辛，求职的艰难，感情的迷离，婚姻的莫测，家庭的繁琐，人际的复杂，事业的跌宕，人生的起落……。

<<女人22岁以后该做什么>>

内容概要

22岁的年华，也许你即将走出大学校园，也许你正在四处奔波求职，也许你已经走上工作岗位，也许你已经确立了人生目标，也许你尚茫然而不知所措，也许你豪言已许但壮志未酬……不管怎样，身为女人你都要明白，此时，你开始步入由女孩到女人的转变，从活力四射走向魅力无边，从少不更事走向智力无穷，从畏首畏尾走向能力无限，从一穷二白走向财力之巅。二十几岁的女人该如何把握这美好的青春，创造属于这个年龄的奇迹，走进本书，你就会找到答案。

<<女人22岁以后该做什么>>

书籍目录

第一章 打造形象，你的形象价值百万 形象也是竞争力 青春是最美的资本 女人善良更美丽 寻找适合自己肤质的美白方法 没钱也做“白雪公主” 从此刻开始向美丽靠近 化妆，让女人美丽不掉线 女人要做得有“味道” 拥有自己的“饰”界 头发的护理和漂染 百变魔发，让你的形象炫起来第二章 修炼气质，不让美丽随年龄走失 女性的美在于内在气质 有美丽更要有魅力 我自信我美丽 幽默是生活的智慧 女人时尚，与时代同行的品味 女人要学会让自己高贵 女人味，彰显你“魅”的灵魂 用微笑装点你的美丽 “走”出你的美丽风景 “坐”个风姿绰约的女人 做个“衣”Q高手 在购物中提升自己的品味第三章 丰富内涵，做个知性“贵”女人 做个知性女人 做个读书的女人 腹有诗书气自华 女人读书，永不过时的美丽 拥有智慧，拥有独特 智慧是一种永不褪色的美丽 女人，让智慧与美丽并存 只有Reader才能成为Leader 将“充电”进行到底 女人，让时尚与内秀并存第四章 关爱健康，女人就是要对自己好一点 对身体的投资，绝不会亏本 别“抛弃”你的早餐 别让疾病征服你 别为工作失去生活 谁动了你的颈椎 女人，别让黑夜伤了你 打好保“胃”战 把压力留在办公室 宅女，别把健康弄丢了 定期体检，把疾病拒之门外第五章 塑造心灵，做情绪的主人 让感恩成为一种习惯 捕捉快乐，让幸福永驻 从意志消沉中自我解救 消除自卑，别过分在意自己的劣势 抛开依赖，自己才能救自己 拥有自立，拥有成功 别让犹豫毁了你的幸福 与浮躁说拜拜 远离社交恐惧的羁绊第六章 善待自己，做个幸福的“利己”主义者 让自己拥有公主的手和侍女的脚 自家库房充实了，才能帮助别人 以自己的方式享受生活 从爱自己开始 女人一定要让自己幸福 品味午后红茶 女人追求完美也有错 女人也要对自己宽容一些第七章 享受休闲，让美丽人生更丰富 累了，就去泡泡“吧” 周末做一回“懒女人” 体味生命的洒脱 走进大自然的怀抱 营造高品位家居 感受SPA，体验假日的悠闲 在美妙浪漫中修身养性 女人的饮品情怀第八章 经营情感，给爱情加一点儿智慧 不因恋爱不聪明 女人，珍惜自己 在没准备好之前，先别急着结婚 把你的可爱亮出来 别说我不在乎钱 金钱和爱情，我们都想要 为了梦想，利用婚姻吧 不做男人的风景 借来的肩膀不要靠 当爱已随风而逝 别让爱情等得太久第九章 规划家庭，女人幸福离不开家 婚姻的房子住着谁 婚结了，情不能淡了 做个“性”福女人 学做聪明的“经营者” 婚姻不可上枷锁 当丈夫有了婚外情 你和丈夫有多远 要不要做全职太太 做一个称职的母亲 幸福从厨房做起 珍视生命中的亲情 当婚姻无法挽回第十章 涉足社会，做一个会说话会办事的女人 从幼稚走向成熟 提高交朋友的品味 贵人可遇也可求 学会与同事共舞 付出的爱收得回 你想说的就是我想听的 用你的热情去燃烧别人 让朋友存折本本生息 学会理解，其实我一直都懂你 尊重他人就是尊重自己 人生因赞美而不同第十一章 游刃职场，争做职场女皇 设定自己的目标 行走在求职路上 学会推销自己 勤奋，让成功近在咫尺 成功在于继续做下去 把你的想法说出来 做好目前的工作 行进在奋斗的喜悦中 不要给自己太多压力 巧妙应对女同事的嫉妒第十二章 投身理财，女人就会更有钱 早一点学会“世俗” 愈早学会理财，人生就愈顺利 理财计划不可少 “月光族”未必潇洒 教你怎样做投资 会花钱，比会赚钱更重要 买份保险，下雨的时候有地儿躲 巧妙使用信用卡 做个理财精女人 女人，为自己投资主要参考书目

<<女人22岁以后该做什么>>

章节摘录

第一章 打造形象，你的形象价值百万形象也是竞争力对于女人来说，当今社会的竞争是一个全面的竞争，不只是一要比智慧、比能力，还要比气质风度和外貌形象。

在今天这个人人都想提高自身价值的时代，具备中等实力的人实在是太多了。

在能力都不是极为出色的情况下，谁在机会面前的曝光率高，谁成功的可能性就会更大一些。

女人美丽无所“畏”22岁以后的女孩，通常会对“内涵”和“外貌”给予同样的重视程度。

尽管如此，以“没有时间”“麻烦”或“没钱”为借口，心疼在自己的外貌上做投资的女孩还是大有人在。

其实，二十几岁的女孩们需要弄明白，对外貌的投资也是为你的成功而投资的一部分。

有统计显示，外貌出色的人在社会上取得成功的概率较高。

某人力公司曾发函给各大公司的人事主管，调查结果如下：有70%的主考官会注意，求职女性是否懂得打扮；92%的主管表示，他们不会录取完全不化妆或妆化得很糟的求职女性；62%的主管认为，女性会不会升迁与会不会打扮有关。

而各大公司的人事主管们普遍认为：只要是从事“公关类”、“业务类”、“客服类”、“秘书类”和“营销类”的女职员，一定要会打扮。

看来，会不会打扮和一个女人的职场前途真的密切相关。

这个世界总是给美女更多的机会。

很多时候，美女确实享有特权。

在看不见的平等面前强调个性，这确实有一点儿让人无可奈何。

如果打扮能够让人感觉自己重视这个工作，能够有助于业务推展，又何乐而不为呢？

像美女一样妆扮自己，可以让别人感觉你就是美女其实，人们区别美女和丑女，比起容貌美丽，更在于“形象美”。

只要能把适合自己的某一点放大，就能达到意外的效果。

女人一旦化了妆、穿上漂亮的衣服，就会让人感觉更美丽。

这不仅仅是因为打扮，而是因为女人会从中得到自信。

坚持打理自己，认为自己是个美丽的女人，那么你就可以树立自己的美女形象。

女人可以尝试适合自己脸型的多种发型，也可以通过化妆使自己的五官更加精致，还可以穿高跟鞋来弥补个子矮的缺陷。

只要努力，任何人都可以成为“美女”。

打扮自己，并不仅仅是要做给别人看。

对自己用心的人，自然会更了解自己，知道自己的长处，从而获得自信。

而萎靡不振、生活节奏紊乱的女人，仅从她们憔悴的外表就能轻易地看出来。

打造自己的形象需要更多的诚心和努力。

不论多么疲倦也要搭配好第二天出门要穿的衣服，花一点时间化好更漂亮的妆容；为了身材和健康着想，尽量保持规律而有节制的生活。

不把打造形象当做负担，而是当做女人快乐的资本和能享有的特权，生活会更加丰富多彩。

“表面功夫”要做足在竞争日益激烈的求职市场上，在艰苦的求职路途中，有不少自认为很有实力的女人抱怨这世界现实、以貌取人、只注重表面功夫，不注重女人的实力。

这种抱怨也不完全是没有道理的，现实确实如此，只是程度上有一些差异而已。

哀怨归哀怨，还是接受现实比较好。

其实自古以来，表面功夫对女人都非常重要；就算女人以实力崭露头角，还是不能不重视表面功夫。

对自己的外貌没有自信的女人，因为外貌问题，或许你一直无法拓展人际关系。

那么，现在试着改变一下自己的形象，你会发现，只有在电影中才能看到的美女所享有的特权在现实生活中也确实存在，你可以大胆地和自己喜欢的男孩谈恋爱了，你有了更多面试成功的机会……22UP

成长宣言生活在注重形象的时代，却不关心自己的外在形象，这无异于不关心自己。

在未来的社会中，不注重自己的外貌，也会受到和不注重内涵一样的待遇，甚至情况更为糟糕。

<<女人22岁以后该做什么>>

青春是最美的资本青春是美丽的，女孩是美丽的，充满着青春活力的女孩更是有着让人百看不厌的靓丽风采。

青春的生命充满着激情，迸发着活力，涌动着急待张扬的个性和美丽。

青春就是资本，是无可比拟的年轻人的资本。

美女泛滥的时代不知从何时起，空气中到处弥漫着美女的味道，不管是女性之间或男性和女性之间，甚至上下级之间，但凡有女生或女性存在，必有美女之称谓。

由于“小姐”一词意思的改变，“美女”不知不觉中成了替代品，在神州大地广为流传。

不分国界，无论婚否，无论美丑，只要是年轻女性，都可以亲昵地被称为“美女”。

你是美女，我也是美女，只因为我们都年轻，我们有着遮不住的青春光彩，有着美丽的青春资本。

审美疲劳的驱使，让另一类女人进入了人们的视线：她们不是标准美女，却个性可爱；她们少了大家风范，却真诚至极。

不做可望而不可即的标准美女，而做自然、纯真、不做作的可爱女人。

“美女”是一种情感，“美女”是一种人际关系，“美女”甚至是一种生活态度。

“美女”的确应该泛滥，这是社会进步的一种表现。

张扬青春的美丽青春的生命充满着激情，迸发着活力，涌动着急待张扬的个性和美丽。

被象牙塔文化熏陶过的青春，还有着丰富的内涵和新鲜独特的思维。

这样美丽的青春，不去展示，不能张扬，岂不是对生命的浪费？

大学是社会的一个缩影，已经为我们提供了一个展现自我的舞台，即使不能做这个舞台上的主角，但至少别让自己永远躲开聚光灯。

张扬是对人性格的一种亮丽的点缀，它能极好地展现自己的闪光点。

青春的闪光点何其多，青春风采迷煞人，个性的张扬与青春的亮点，就像一对亲密无间的孪生姐妹，她们欢笑着，雀跃着，将个人一生中最真最美的方面，毫无保留、大大方方地展现在我们面前，让人情不自禁地表现自我，超越自我。

青春就是资本，因为有可以并值得表现的，所以，年轻的女孩尽可以大胆张扬自己的个性和美丽，完全不必缩手缩脚，羞答答“犹抱琵琶半遮面”。

年轻的女孩们，勇敢地张扬你的个性，让真诚放飞你的青春，淋漓地表现自己，显示生命的诗意和美丽。

做个类型女孩生活在21世纪的年轻女孩，比以往任何时代的女人都充满自信和勇敢，都面临机遇和挑战。

她们有着自己独到的新型的价值观念和为人处世方式，她们是有个性的类型女孩，有着与众不同的美丽。

无论是“淑女”美，还是“酷女”美，无论是古典美，还是现代美，美都建立在真实的“自我”基础之上。

21世纪的女性具有更强的独立性。

她依靠自己、信赖自己、把持自己，摆脱世俗的羁绊，想干就干，敢爱敢恨。

21世纪时尚女人的一句流行口号就是“爱自己，才能爱别人”，她们会时时倾听自己的内心，诚实地面对真实的感受和欲念，选择自己想要的，不曲意承欢，不委屈求全，不刻意讨好别人而压抑自己。

一个女人如果对自己都很苛刻，那又怎能爱护别人呢？

22UP成长宣言二十几岁的女孩，对美的追求应该是无所畏惧的，不要在乎别人的眼光，只在乎自己的感受，向着自己的美丽，努力前进！

女人善良更美丽善良应该是女人必不可少的美德，她有一颗美丽的心灵，那是一种永不凋谢的美丽。

善良中蕴涵着宽容大度，善良中深藏着理解与尊重，善良中包含着仁爱友善……善良偶尔也会被人误解和利用，但那绝对是女人的一个重要砝码。

南丁格尔是许多人心中最圣洁最漂亮的女人，因为她有一颗为他人解除痛苦的善良的心。

女人拥有独立，所以才更美丽女性是社会不可分割的一部分，同时也是独立的个体，所以无论什么时候女人都应独立，一个独立的女人才会秀美。

一个女人敢于独立生活，不依靠男人，不做反射别人光彩的月亮，那么她一定是有底气的、乐观的、

<<女人22岁以后该做什么>>

有能力的，从而更具吸引力。

熟悉三毛的人都知道她与荷西之间的真挚爱情，但是她依然说：“我的心有很多房间，荷西也只是进来坐一坐。

”学会独立是女人推不掉的人生作业。

越是浮躁喧嚣的今天，越是要静下心来做自己的事；越是在虚假繁荣的泡沫中求生存，越需要从容独处时的踏实感。

再绚丽多彩的生活，再丰富莫测的职业，即便是可以夜夜笙歌的有钱有闲阶级，也不可能不独自面对自己。

漂亮的女人不一定美丽，但美丽的女人一定是漂亮的，因为那是一种包含女人特有内涵的漂亮：那便是坚强、独立、才华和善良。

不要再去争论谁是美人，美丽的标准是什么，女人的美丽，无须太多言语，女人本身就是一种美丽。

美丽是别人对你的称赞，而非自己下的定义。

美丽是你脸颊上挂着的淡淡的微笑，美丽是你给别人声声温暖的问候；美丽是围绕在你周围阵阵清幽晚耳的笑声；美丽是你向他人毫不犹豫地伸出的援助之手；美丽是你父母、亲人和朋友细致入微的关怀……美丽的人是因为美丽的心而美丽，美丽的外表只能美丽一时，而美丽的心却能够美丽一生！

<<女人22岁以后该做什么>>

编辑推荐

《女人22岁以后该做什么》由中国纺织出版社出版。

22岁以后，女人人生的这场大戏将在此拉开序幕，女人要在这场戏中扮演各种各样的角色。

这场戏演得够不够精彩，还要看你的演技和功夫怎样。

22岁以后，是一个女人成长最重要的时期。

这个时候的女人，应该自己的人生目标，规划好自己的人生。

22岁以后，女人有更多的事情要做，有很长的路要走，有太多的角色需要你去扮演，事情怎么做，道路怎么走，角色怎么演，走进《女人22岁以后该做什么》，你就不再有任何疑问！

22岁以后，女人开始从青春稚气走向优雅历练，从不谙世事走向成熟稳重！

22岁以后，女人不仅要有活力，要有魅力，还要有能力，更要有财力！

22岁以后，女人应趁青春尚在，规划自己的人生，树立人生目标，创造于这个年龄的奇迹！

女孩们，醒醒吧！

越早醒悟，越早幸福！

22UP，你的人生从此向上！

向上！

向上！

<<女人22岁以后该做什么>>

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>