

《我最想要的形象礼仪书：做优雅有礼的得体女人



书籍信息

版次：1

页数：305

字数：214000

印刷时间：2010年11月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装-胶订

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787506467834

内容简介

在现代生活中，女人们从服饰打扮、举止言谈、气质风度、文明礼貌等各个方面在做着尽善尽美的改变，因为这一切的细节都可能决定着她们的前程和命运。沿着古老的文明走到今天，女性已逐渐由幕后走到了台前，越来越多的社会生活需要女性参与、融人乃至主导，因此对女性的形象礼仪也提出了新的要求。女人们也用自身独特的形象礼仪为这个世界缔造着温暖和美丽。

本书从外貌仪态、行为举止、生活、职场等各个方面为女人们提供了一套系统的形象礼仪介绍，帮助女性朋友们由内到外散发出更加优雅迷人的气息。

作者简介

咖啡猫女，嗜咖啡，爱猫。任某知名企业品牌经理，熟知流行脉动、女性心理，业余时间写作，兼任多家杂志特约撰稿人。对女性情感、家庭问题、人际交往等有独到的见解，常以平稳细腻的文字为广大女性谱写浸润心灵的篇章。

目录

第一章 外貌妆容：没有丑女人只有懒女人

女人形象，“妆”不可没

素面彩妆总相宜

静默中暗香浮动

牙齿洁白很重要

手是女人的第二张脸

万千发丝，细心呵护

认识我们的肌肤

选择适合自己的护肤品

做个粉底美人

自己动手，漂亮不愁

完美肌肤养出来

第二章 仪态举止：举手投足尽显优雅形象

你只有两分钟

举止细节，不可忽视

正确运用肢体语言

“站”好了，才能亭亭玉立

“走”出一道美丽风景

“坐”个风姿绰约的女人

“蹲”也可以是一种美
握手，修养从掌心流出
手势妙语，传情达意
邀请与引导，手势来说话
行礼方式知多少

第三章 服饰装束：得体穿戴传达完美品位

先识霓裳，再识佳人
变身职场俏佳人
巧妙着装，完美形象
衣橱也要归归类
哪个色系适合你
丝巾绽放美丽
关于高跟鞋的细节

“包”揽女人心

环佩琳琅多妩媚

第四章 面部神态：五官展示靓丽内心

你的表情会说话
明眸善睐，秋波微转
用微笑点缀生活
时尚Lady，不要害羞
倾听让对方感到温暖
自信让女人更具魅力
不要带着情绪做事
不卑不亢，热情谦让

礼仪篇

第五章 谈话礼仪：谈话有“礼”，左右逢源

谈话有“礼”，体现修养
优美声音，塑造完美形象
做个会说话的女人
遇到谁，就向谁问好
恰当称呼很关键
得体称赞。赢得好感
构筑一次愉快的交谈
女人更要懂得夸女人
批评的语言艺术
别让玩笑伤了和气
争论也要有“礼”
巧妙说“不”，勿求“尽如人意”

第六章 社交礼仪：交际有“礼”，俘获人心

得体的介绍礼节
做最懂礼貌的女主人
做最“识礼”的客人

女人应讲究的餐桌礼仪
学会优雅地吃西餐
香浓咖啡尽显高雅
参加舞会，有“礼”有“丽”
魅力女人的时尚沙龙之旅
礼物虽小心意多
掌握人际交往中的浪漫花语
女人公共场合十个“不”
第七章 家庭礼仪：用礼仪营造温馨的港湾
做家中的礼仪先导
恋人之间也需要讲礼仪
让婚姻成为爱情的天堂
收放自如，吵架也有小哲学
初次拜见未来公婆莫紧张
像对待爸妈一样对待公婆
多陪陪父母吧
给父母送礼的原则
与亲戚交往要有原则
共度美好假期
第八章 职场礼仪：谨言慎行，做办公室女王
Office Lady的办公室礼仪
谦逊多礼，与同事和谐相处
小心提防职场越位
细节中的礼仪最关键
进军职场的面试礼仪
请别忽视了办公桌
接打电话不可忽视的礼仪
掌握交换名片的礼仪
电梯间的礼仪，你可曾了解
接待来访，礼仪不容忽视
商务谈判，礼仪是关键
离职也不可不讲礼仪

在线试读部分章节

第一章 外貌妆容：没有丑女人只有懒女人

女人形象，“妆”不可没

爱化妆的女人一定是热爱生活的，她们不但懂得追求生活的美，更懂得把握艺术的美。

女人用智慧和修养精雕细刻出的美丽妆容，必定会展现给大家一道赏心悦目的靓丽风景

。想要成为一个令人艳羡的女人，一定不可以对化妆掉以轻心。

有位哲人曾说过这样一句话：“想要一个女人放弃自卑，远离憔悴，最好的一味药便是化妆。”拥有完美妆容，不仅可以体现女人自身的美丽，还表达了对他人的一种尊重。在不同的场合，化妆与否，化怎样的妆，绝不是由你的心情决定的。一个在社交场合出现的女人，若没有必要的妆扮，便会被大家认为是一种失礼的表现，更不要说美丽与魅力了。

想知道上帝赐予女人最珍贵的礼物是什么吗？答案其实很简单，那就是女人的脸。粉嫩透白的肌肤、精致玲珑的五官，红唇一张一合、明眸一开一闭间都传递着女人来自心灵的信息。这样珍贵的礼物，自然值得用一生去呵护，给自己化一个美丽得体的妆，使这份珍贵得以升华和延续。得体的化妆，不但可以巧妙地将女人的端庄、温柔、大方、娴静淋漓尽致地展现出来，更可以给人留下美好的印象。因此，一个注重自身形象的女人是不会对化妆掉以轻心的。

然而，在现实生活中，依旧有很多女人认为化妆只是做表面的功夫，不值得太卖力，也无须多在意，所以并不重视。一个化妆得体、精神状态佳的女人，在具有良好个人形象的同时，也在向他人传递着这样的信息：请相信我，我是有修养、有能力的。在这样的暗示下，一定可以为自己赢得更多的好感和机遇。尤其是在职场中，决定成败的已不仅仅是你的工作能力，很多时候，形象也可以是决定一个人成败的关键，得体的化妆一定可以为你赢得更多的机会，

化妆的最高境界，可以用一个词来形容，那就是“自然”。一张素颜，经过非常考究的化妆后，让人看起来妆容似有似无，并且与主人的身份相匹配，能自然地表现她的个性与气质，这就是最高明的化妆术；次级的化妆是把人凸显了出来，让她变得引人注目，令人惊艳；一个女子一站出来，身边的人就发现她化了很浓的妆，并发现这层妆是为了掩盖她的缺点或年龄而化的，这样的化妆就有些拙劣了。我们或许还会看到这样的妆容。大脸蛋的人化了个白脸，小眼睛的人化了个浓眉，阔嘴的人化了个红唇……这就是最坏的化妆，不但失去了五官的协调，还扭曲了自己的个性。

因此，女人一定要会打扮自己，对镜梳妆，细敷粉，浅描眉，轻点唇……看着镜中的自己一点点靓起来，心情也会随之飞扬起来，你会不由地从内心感慨：装扮原是一件如此惬意的事情！第一章 外貌妆容：没有丑女人只有懒女人 女人形象，“妆”不可没 爱化妆的女人一定是热爱生活的，她们不但懂得追求生活的美，更懂得把握艺术的美。女人用智慧和修养精雕细刻出的美丽妆容，必定会展现给大家一道赏心悦目的靓丽风景。想要成为一个令人艳羡的女人，一定不可以对化妆掉以轻心。有位哲人曾说过这样一句话：“想要一个女人放弃自卑，远离憔悴，最好的一味药便是化妆。”拥有完美妆容，不仅可以体现女人自身的美丽，还表达了对他人的一种尊重。在不同的场合，化妆与否，化怎样的妆，绝不是由你的心情决定的。一个在社交场合出现的女人，若没有必要的妆扮，便会被大家认为是一种失礼的表现，更不要说美丽与魅力了。想知道上帝赐予女人最珍贵的礼物是什么吗？答案其实很简单，那就是女人的脸。粉嫩透白的肌肤、精致玲珑的五官，红唇一张一合、明眸一开一闭间都传递着女人来自心灵的信息。这样珍贵的礼物，自然值得用一生去呵护，给自己化一个美丽得体的妆，使这份珍贵得以升华和延续。得体的化妆，不但可以巧妙地将女人的端庄、温柔、大方、娴静淋漓尽致地展现出来，更可以给人留下美好的印象。因此，一个注重自身形象的女人是不会对化妆掉以轻心的。然而，在现实生活中，依旧有很多女人认为化妆只是做表面的功夫，不值得太卖力，也无须多在意，所以并不重视。一个化妆得体、精神状态佳的女人，在具有良好

个人形象的同时，也在向他人传递着这样的信息：请相信我，我是有修养、有能力的。在这样的暗示下，一定可以为自己赢得更多的好感和机遇。尤其是在职场中，决定成败的已不仅仅是你的工作能力，很多时候，形象也可以是决定一个人成败的关键，得体的化妆一定可以为你赢得更多的机会，化妆的最高境界，可以用一个词来形容，那就是“自然”。一张素颜，经过非常考究的化妆后，让人看起来妆容似有似无，并且与主人的身份相匹配，能自然地表现她的个性与气质，这就是最高明的化妆术；次级的化妆是把人凸显了出来，让她变得引人注目，令人惊艳；一个女子一站出来，身边的人就发现她化了很浓的妆，并发现这层妆是为了掩盖她的缺点或年龄而化的，这样的化妆就有些拙劣了。我们或许还会看到这样的妆容。大脸蛋的人化了个白脸，小眼睛的人化了个浓眉，阔嘴的人化了个红唇……这就是最坏的化妆，不但失去了五官的协调，还扭曲了自己的个性。因此，女人一定要会打扮自己，对镜梳妆，细敷粉，浅描眉，轻点唇……看着镜中的自己一点点靓起来，心情也会随之飞扬起来，你会不由地从内心感慨：装扮原是一件如此惬意的事情！在什么时间、什么场合化什么妆，是一个女人的妆前必修课。化妆可以令自我得到更好地展现，而并非是让人孤芳自赏，女人是感性的，难免会根据自己的喜好和情绪来设计妆容，也有些女人仅仅是为了漂亮而化妆，这些观念都是片面甚至错误的，也是很多女人化妆后并不美的真正原因。

根据不同的场合给自己选择适度得体的妆容，才能把最美的你恰到好处地展现出来。

.....

[显示全部信息](#)

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)