

<<年轻人必知的160个形象细节>>

图书基本信息

书名：<<年轻人必知的160个形象细节>>

13位ISBN编号：9787508052038

10位ISBN编号：750805203X

出版时间：2009-9

出版时间：华夏出版社

作者：魏清素

页数：312

字数：300000

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>

## <<年轻人必知的160个形象细节>>

### 前言

形象的作用从来没有像今天这样备受重视过。

虽然“以貌取人”一直是被批判的观点，但这是普遍存在的问题，是人类无法避免的共同的弱点。

既然无法避免，那么我们就要尽量去适应，从改变自己的形象做起。

如果你现在还是刚刚踏入社会，没有成功而渴望成功的年轻人，首先你必须看起来像个成功者，你自信、尊贵、儒雅、有风度、有气质，这样别人才会信任你，即使你并没有百万身家，但你这种成功的形象，就很有可能为你带来更多的机遇，因为对方相信，你能为他带来更多价值。

有人可能会有疑问：形象真的有那么重要吗？

还有人可能认为：美丽无疑是女人天生最有杀伤力的武器，讲究形象塑造是女人的事，而男人只要有能力，有事业心就不用顾及其他。

这些都是人们在形象认识上的误区。

我们不妨换个角度来看待这个问题。

如果你有一单生意需要跟别人合作，当看到你的合作者穿着随意宽大的服装、邋遢的鞋子，几天没刮胡须，你会放心地跟他合作吗？

或者有一天你坐在面试官的位置上，看到前来面试的小伙子穿着花衬衫，烫着卷发，左耳朵上戴着一个大大的耳环，你相信他能够胜任你交给他的工作吗？

如果你的回答都是否定的，那么，你也应该明白形象的重要性了，而且无论男女，都不能忽视形象问题。

## <<年轻人必知的160个形象细节>>

### 内容概要

本书通过详解160个与年轻人工作生活紧密相关的形象细节，内容涵盖外貌、穿戴、举止、说话、人脉、品质、心态、性格、智慧、情商，全面提出“内外兼修、以内养外”的自我形象打造的新思路。让初入社会的年轻人恍然大悟，少走弯路，从而更顺当地走向成功！

特色与卖点： 1、本书是为初入社会的年轻人量身定做的一本形象必修书。

2、本书提出“内外兼修、以内养外”的形象塑造新概念。

3、内容实在受用，是同类书中难得一见的、结合具体需要为年轻人提出问题并解决问题的实用书。

4、绝对轻松好读，瞬间帮助读者少走弯路，不犯迷糊。

## <<年轻人必知的160个形象细节>>

### 作者简介

魏清素，毕业于河北师范大学新闻系，专攻记者专业，现为专职编辑，对职场励志、员工培训等方面有独到见解。

广泛涉猎生活保健、美容养颜、社科文史、政教等多个领域。  
已出书有《实用生活妙招全集》。

## <<年轻人必知的160个形象细节>>

### 书籍目录

序篇 形象是你成功的第一步 Chapter 1 认识你自己是成功的起点 1. 形象是什么 2. 要成功, 先要有好形象 3. 正确判断自己的专业形象 Chapter 2 这是个第一印象决定命运的世界 4. 第一印象决定你的成败 5. 测一测你给人的第一印象 Chapter 3 好形象是获得成功的一种潜在资本 6. 好形象光环下充满机遇 7. 什么样的人更应该注重形象 外貌篇 “以貌取人”是整个社会的“潜规则” Chapter 4 外貌: 上天赐予的不是不可以改 8. 女人: 不要忽视你外貌的魅力 9. 健康是美丽的前 10. 裸妆的基本化妆技巧 11. 打造女性完美妆容的“八字箴言” Chapter 5 发型: 成功形象, 从“头”开始 12. 美发护发的基本常识 13. 如何找到适合自己的发型 14. 常见的护发习惯 15. 不能忽略的头发妆饰 Chapter 6 形体: 整体完美, 令人赏心悦目 16. 男人体形的标准是什么 17. 女人的完美形体标准 18. 控制体重的有效方法 19. 好习惯让你拥有健康苗条的体形 Chapter 7 细节: 追求卓越, 细节不容错过 20. 呵护双手就是呵护第二张脸 21. 牙齿最能体现你的健康状况 22. 颈部护理不容忽视 23. 不要让身体异味破坏你的形象 穿戴篇 穿出活力, 更要穿出成功举止篇 举手投足间尽显个人风采 说话篇 形象好会说话, 就能事半功倍 人永篇 良好的人脉网塑造成功形象 品质篇 人品是成功形象的保证 心态篇 美丽人生来自良好的心态 性格篇 性格决定你的形象与命运 智慧篇 智慧为你的形象增添知性魅力 情商篇 卓越情商塑造成功形象

## <<年轻人必知的160个形象细节>>

### 章节摘录

职场的紧张压力本来就使人容易猜忌、乖戾、郁闷、暴躁，现代人生活在“钢筋水泥的丛林里”，面对多方面的压力，更是不堪重负。

如果你在工作中遇到了强劲的对手，与其花费时间去贬低对手、急着跳出来表现自己，不如冷静下来想想怎样编织更为和谐的人际关系和圆满地完成每一项任务。

职场中的人际关系也跟生活中一样，无论走到哪里都要以宽容之心待人，尽管有时并不公平，但是不居要职的你没有生杀大权，在办公室这个“是非之地”，如果不遵守其中的游戏规则，那么当“裁判员”的号角吹响时，第一个被淘汰出局的人，就是你。

在一个企业里，如果你是员工，想胜过别人一筹，想得到老板的赏识和同事们的刮目相看，你必须有过人的长处。

这种长处不仅包括过人的智慧和能力，而且要求你的态度中有一项很重要的性格特质，那就是——宽容。

有宽容的心胸，有忍让的作风，并使它成为有助于你提升形象的一种行为准则。

一个宽容大度、与人为善、能主动为他人着想的人，肯定会得到他人的帮助，在任何场合都会讨人喜欢，受人尊重，独具魅力，因而也能更多地体验成功的喜悦。

宽容大度是企业的发展过程中，尤其是员工应具有的基本素质。

做事要先做人，做人要先学会处世。

宽容是一个人处世的哲学，只有宽容待人，才能在这个缤纷的世界上做到游刃有余、如鱼得水。

在公司里如果你宽容地对待老板，原谅他细微的不足之处，忍受他突然间的脾气，忍受他有时的无理批评，你就能更顺利，更快地完成工作，而且也能提升你在老板面前的形象。

当然这些也都是在员工应该忍受的范围内，而不是百依百顺、逆来顺受。

宽容的力量是无穷的。

宽容是一个人人格魅力的真正体现，是人际关系的“润滑剂”，是一个人提升形象的必经之路。

在现实生活中，我们应该培养成一种宽容的美德，用宽容豁达的胸襟去缔造我们的人生！

## <<年轻人必知的160个形象细节>>

### 编辑推荐

《年轻人必知的160个形象细节》：好形象对自己而言，可以增强自己人生的信心，美丽的外表及美丽的行为塑造美丽的内心。

好形象对他人而言，能够较容易地赢得他人的信任 and 好感，吸引他人的帮助和支持。

形象塑新思路，内外兼修真魅力。

也许你知道了“以貌取人”是整个社会的“潜规则”；形象好、会说话，就能事半功倍；有一门人生艺术叫情商；也许你还不知道你在最初的几秒钟给面试官留下的第一印象，可能决定了你能不能得到这个学习或工作的机会；你的声音也能散发一种无形的魅力，尤其是对于电话那边的听者来说；一个人的成功，80%的决定因素来自情商；打造年轻人完美形象的“三部曲”。

以技巧提升形象书中有很多技巧能让你在几分钟内提升自己的形象：打造女性完美妆容有“八字箴言”男士着装礼仪有“八忌”；腰带、手表等小装饰的搭配有N多小绝招……以技巧提升形象。

切皆有可能。

以智慧优化形象有的人在重大的场合里总能发挥自如，妙语连珠，聪明干练，人缘倍儿好，升职加薪……难道他们天生就是幸运的宠儿？

本书为你一语道破：最终靠的是智慧作支撑。

以智慧优化形象，一切帮你轻松搞定。

以文化滋养形象从外观穿戴到言谈举止再到情商智慧.无一不是一个人文化修养的体现。

丰富的内心、高尚的志趣、优雅的言谈……一切都是因为有了文化的滋养。

以文化滋养形象，铸就你的美丽人生！

关注细节，精益求精。

亮出最好的自己一个人的形象细节总容易被自己忽视。

然而这些细节却往往最能反映你的真实状态，因而也最能体现你的个性。

在崇尚个性的今天，有个性就有自信，自信的你才是最佳状态的，别人可以羡慕你，却无法效仿。

本书结合160个形象细节全面地提出一套“内外兼修、以内养外”的自我形象塑造的新思路，让初入社会的你恍然大悟，自信扮靓起来！

<<年轻人必知的160个形象细节>>

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>