第一图书网, tushu007.com

<<像希拉里一样做女人>>

图书基本信息

书名：<<像希拉里一样做女人>>

13位ISBN编号：9787802234932

10位ISBN编号：780223493X

出版时间：2009-6

出版时间：中国三峡出版社

作者：甘丽君

页数：268

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

<<像希拉里一样做女人>>

前言

希拉里，美国前第一夫人，现任美国国务卿。
在2008年的美国总统竞选中，她输给了现任总统奥巴马。
但在世人眼中，她不是一个失败者，相反，她以光彩照人的魅力，超乎寻常的自信，包容豁达的胸怀，以及掌控局面的智慧，树立了一个胜利者的形象，赢得了更多追随者的敬仰和支持。
作为女人，希拉里达到了一般女性难以企及的高度，不管是作为一个学生、一个妻子、一个律师、一个政治家，她都做到了最好。
对普通女性而言，也许难以做到最好，但通过努力你可以做到更好，在向希拉里学习的过程中，成为一个更加出色、更受欢迎、更有成就感的女人。
首先，像希拉里一样做一个自己决定自己未来的女人。
许多女性遇事自己拿不定主意，婚前听父母的，婚后听丈夫的，自己的人生往往在这种摇摆与默认中淡去了应有的华彩.希拉里不一样，读什么样的学校，要什么样的伴侣，做什么样的事业，她都有自己的认识，自己的抉择，自己的坚持。
在这种独立的认识、抉择与坚持中，成就了一个不一样的希拉里。
像希拉里一样做女人，就是要做一个自己说了算，自己决定自己命运的女人。

第一图书网, tushu007.com

<<像希拉里一样做女人>>

内容概要

出生在罗德姆家族，希拉里是幸运的也是不幸的。
不苟言笑的父亲带给她的是常人无法理解的恋父情结和传统保守的政治理想，而温顺善良的母亲则教给她人生最重要的态度——“隐忍”与“平衡”。
正是这两种冰火不容的家庭教育，使得希拉里能够坚定、从容地走过她的童年和学生时代，从一位古板保守的“戈德华特女孩”成长为自由派民主党人，从稚嫩的时尚牺牲品变成身着权力套装的政治领袖，从苦苦挣扎的“第一夫人”变成一个实权在握的国务卿。
女人要向希拉里学习什么：像希拉里一样光彩照人；像希拉里一样游刃有余；像希拉里一样展示个性；像希拉里一样独当一面；像希拉里一样善待家人；像希拉里一样争取幸福；像希拉里一样勇于竞争；像希拉里一样面向未来。
这是一本女性修养的通俗读物。
它号召女性朋友们要像美国前第一夫人，美国现任国务卿希拉里学习。
学习她的光彩照人；学习她的游刃有余；学习她的展示个性；学习她的独当一面；学习她的善待家人；学习她的争取幸福；学习她的勇于竞争；学习她的面向未来。

<<像希拉里一样做女人>>

书籍目录

第一章 形象靠塑造：像希挝里一样光彩照人　01. 在发型的变化中焕发迷人的光彩　02. 让着装给魅力加分　03. 摘掉眼镜，展现迷人的心灵窗口　04. 既要做女强人，也要有女人味　05. 少一些棱角，多一些温柔　06. 开心一笑百媚生　07. 大胆地做一回时尚先锋　08. 美丽与自信同行　09. 最极致的化妆是不化妆　10. 知识是最好的化妆品第三章 社交有智慧：像希拉里一样游刃有余　01. 会说话，好办事　02. 小心应对落在他人手中的把柄　03. 让朋友遍天下　04. 过错何须掩饰　05. 平易近人不摆谱　06. 心平气和地应对他人的攻击　07. 做人不必太较真　08. 与同事之间和谐相处　09. 每一个人都值得尊重第三章 做人要独立：像希拉里一样展示个性　01. 有个性的女人就要保留自己的本色　02. 自己的路还要自己去走　03. 休闲与工作同样重要　04. 别把赚钱当作唯一的目的　05. 只有创新才能开创新局面　06. 让明确的目标指引人生的方向第四章 做事须用心：像希拉里一样独当一面　01. 职业定位要慎之又慎　02. 关键时刻要大胆拍板　03. 积极地参与，大胆地表现　04. 充分运用直觉的力量　05. 拼搏付出，全力以赴　06. 保持事业和家庭之间的平衡第五章 亲情倍珍惜：像希拉里一样善待家人　01. 没有什么比家人更重要　02. 与婆婆相处的学问　03. 伟大的爱是送给孩子最好的礼物　04. 给孩子一个自由的成长空间　05. 给孩子应有的尊重　06. 别让孩子陷入猜疑的漩涡第六章 婚姻须经营：像希拉里一样争取幸福　01. 把共同的志趣作为爱情的基础　02. 找一个“势均力敌”的爱人　03. 勇敢地接受那个不太完美的男人　04. 了解男人的内心世界　05. 尊重男人的隐私　06. 给你的男人最需要的　07. 承认差距，学会欣赏　08. 冷静地面对男人的外遇　09. 宽容不等于纵容　10. 离婚并不是唯一的选择　11. 适可而止的吵架艺术　12. 理财是好妻子的基本功　13. 做一个出色的贤内助第七章 权力是力量：像希拉里一样勇于竞争　01. 谁说女人不能有“野心”　02. 驭人有术的女领导　03. 利用周围的一切为自己铺路　04. 靠实实在在的真本事脱颖而出　05. 打破惯例，勇于挑战　06. 勇往直前的路上没有气馁　07. 挑战极限，没有什么不可以第八章 目光要远大：像希拉里一样面向未来　01. 拥有过人的气度才会有过人的承受力　02. 用合作与务实开创人生的新局面　03. 行动力比什么都重要　04. 在得失之间作出选择　05. 把现在当作开始　06. 做个热情而智慧的知性女人附录：希拉里大事记

<<像希拉里一样做女人>>

章节摘录

第一章 形象靠塑造：像希挝里一样光彩照人01.在发型的变化中焕发迷人的光彩对于外在形象，给人的印象最深的同时也是媒体最乐于炒作的，莫过于希拉里发型的变化了。
1976年，克林顿还是阿肯色州的司法部长，当时的州长夫人芭芭拉?普赖尔作为政治家的配偶显示了她在职业选择上的独立性。
为了声援芭芭拉，希拉里像她一样烫了头发，这是她为了心中的原则作出的最漂亮的一次发型改换。
1986年，希拉里既成了小石城法律界的风云人物，又完全成了该市的一员。
这时她的头发已剪短，自然卷曲，从脸部向后梳，是像南希?里根一样既稠密又柔软的式样。
1992年在帮助克林顿竞选总统期间，希拉里曾经拜访过杰姬?肯尼迪，她告诉希拉里“ 你必须做你自己 ”。
希拉里一直欣赏和尊敬这位前第一夫人，听了她的建议之后，希拉里对于自己发型的变化依然热衷，但不再为了别人的想法而改变。
发型的变化成了她的一种敢于尝试的象征。
“ 她像小孩子进了糖果店一样，尝试每一种款式 ”，长发、短发、刘海、辫子、卷发、戴发带、去掉发带……在这些尝试之中她仿佛进入了一个新奇的世界。
每一次改变带来的乐趣是别人所无法体味的，她简直沉浸在这种快乐之中了。
1993年，希拉里“ 自作主张 ”剪了一个轻松随意的发型，像电视记者戴安娜?索耶的那样，只不过比她的更短一些。
就是这样一种出于个人爱好的选择，却给她带来了大麻烦，甚至使她上了国际版头条。
只是因为她是第一夫人，她的象征身份是新闻界赋予的，所以如果他们觉得那是一种公关失礼行为，那她就只有接受批评的份儿了。
如今的希拉里成了美国历史上第一位通过选举竞选公职的前第一夫人，她已经由外围走到舞台的中央，但没有改变的是她的一头金色的头发。
改变以及没有改变的都是为了造就一个全新的自己，一个同时可以被公众所能接受的自己。
她一直都做得非常成功。
与希拉里那一头金发散发出的魅力相比，中国传统的审美观则以乌黑的头发为美，我国古代妇女对头发的乌黑程度甚为执著，那是与浓密与修长相并列的衡量头发美的重要标准。
古人对女子的黑发多有赞颂，如《左传?昭公二十八年》：“ 昔有仍氏生女，鬓黑而甚美，光可以鉴，名日玄妻。
”左丘明称赞仍氏所生之女“ 鬓黑而甚美 ”，并将她那一头黑亮而充满光泽的头发比作铜镜。
时代变了，许多身边的现代女性以时尚为目标，不再执著于自己的本原发色，染发作为一种新兴的美发项目悄然兴起，并渐渐引领出一股新的时尚美发潮流。
许多时尚女性已不再保留她们的自然发色，纯粹、自然的色调在很多女性眼中已不再是理想的色调。
时尚女性通过为秀发增添绚丽的色彩来重现生命的激情与活力，并以不一样的形象演绎不一样的心情，展现丰富多彩的自我。
五彩缤纷或长或短的头发在女人的魅力里占据很大的份额。
但是什么样的头发才算魅力呢？
那就要像希拉里一样在发型上多做点“ 手脚 ”了。
头发的长度很重要，一定要拥有一头软滑柔亮的长发，而且要很香。
长发非常实用，跟男生说话的时候，不经意地贴近他，让一头长发披散下来轻轻扫过他的手臂皮肤，让他不酥麻也难。
很多女生说话时喜欢用手去拍男生的手臂，用手拍比不上用指尖轻轻搔过，而指尖又比不上发梢。
不过，现代女性善于追求时尚和展现个性，短发和中发的潮流此起彼伏，长发不再是时尚女性的唯一选择。
然而，抛却时尚和张扬自我个性的外衣，一头性感的长发对于女人而言仍然是最具魅力和诱惑力的装饰品。

女人的头发对男人具有非常的吸引力，这是为科学家们所确认了的事实。
美丽的头发总是令男人心动，对于女人们来说，头发其实是很好的一件武器。
无论是顺滑的披肩直发，还是温柔的波浪卷发，或者是根根直竖的另类，不一样的发型跟服装搭配在一起，都能完美地诠释一个女人的万千风情。
成为一个有魅力的女人，是无数女人的梦。
每个女人都能通过合适的发型实现自己的梦想，那么不同的脸型、身高应该有怎样不同的选择呢？
每个女人都可以变得魅力十足，重要的是个性的体现，还要自信。
发型不必过于计较长短、颜色之分，只要能体现个性、大方、自然、内涵、生动、有气质、有信心，展现自己的身材并与之相呼应，能体现一种不同年龄段的神秘感，真正适合自己，有一定的时代感及美感，能被众多人所接受，有流行性与观赏性就好。
比如说超长卷发、短而干练的发型也可以体现性感，但要由不同内涵的人物来展现。
比如高个、长脸型、身材较瘦的女性，可选择长卷发，适当加以刘海，借助其身高，可体现出其妩媚的外表；身材矮小者，就不适合长发，应增加头发的高度，若选择烫发则不适合大波浪；身材矮且丰满的女性，可选择有层次感的头发，看起来较为飘逸。
十七、十八披头散发，这说的是过去。
现在的女人只要高兴，不管年纪大小都可以披头散发，以散发的淋漓尽致来体现自己的个性。
无论在西方还是东方，长直发都是性感的主流，而东方女性是性感长直发的最好演绎者，而且极富东方韵味。
拥有一头长发，轻舞飞扬，哪个男人不臣服？
短发一样可以焕发迷人光彩。
如果是短直发的话，外观轮廓要层次分明、干净利落、自然大方、具有动感、富有朝气、有时代感，符合大众审美品位，并要根据肤色而染发。
不要过多张扬，要体现出皮肤的质感，符合自己整体的设计元素，做到因人而异就是一种性感的短发。
比如一个男健美运动员，一款短发配上一套得体的健身服，结合自身时尚完美的健康身材，一样能体现出性感。
比如杨澜的短发展现出了现代女性的干练与自信，也体现出了性感之美。
所以，女人对自己的发型定位准确很重要，发型定位主要依靠自己，还可以咨询专业人士比如发型师等等。
在剪发前一定要与发型师沟通，沟通内容包括自己的定位，还要考虑到自己出现的时间、地点、环境、光源，以及头发的长短、头发的受损程度、三庭五眼的比例、色系、身材、服装的颜色、服装的质感，饰品等；要注意适合自己的就是最好的，最时尚的，不要一味追求潮流，染发更要根据肤色和之前的发型来定位，既要具有时代感，又要突出重点；烫发也要求发型师因人而异，之后和你的设计师多学几种打理方法，学会在各种不同场合的应用，以便用一个发型做出百变造型。
另外，染发时，一定要注意因人而异，不要一味地迎合潮流和时尚，要适合自己的肤色、自己的气质和自己的发型，突出自己头发的质感，使发型层次分明，并增加亮色，起到画龙点睛的作用。
02.让着装给魅力加分为了参加克林顿的就职大典，希拉里曾经专门聘请了阿肯色州的时装设计师设计了一套紫红色和黄色细格相间的套装和一件蓝色外套，并配上蓝色的绒皮帽。
希拉里这身装束连挑剔的洛杉矶著名时装评论家也赞不绝口。
在为期一周的庆典活动中，希拉里的穿着打扮与发型样式成为全美新闻媒体炒作的热点，也成为报道克林顿当选总统系列新闻的一部分。
《纽约时报》发表专栏文章说：“有一件事是肯定的，希拉里在这个星期向世人作了一次时装声明，它表明希拉里愿意尝试新的服饰与发型了。
”《时尚》杂志撰文指出：。
她的穿着打扮将影响时装潮流。
不论她穿什么都会引起几百万妇女的极大兴趣。
她集中体现了美国妇女的风格。

她是每一家商店和时装设计师所企求的理想顾客。
”得体而恰当的着装就是有这样的魅力。
作为一个女人，千万不要把衣服仅仅当作一种御寒品，要知道，完美的形象也可以“穿”出来。
其实大多数女人天生都有好美的特质，她们每天早上打开衣柜，总是会觉得“没有合适的衣服穿”。
衣柜里的衣服或许都很漂亮，但一件一件地试穿之后，才焦虑地发现，漂亮衣服并没有令自己更出众，自己还是原来的自己，衣服就那样死板地挂在身上。
经过几番挣扎，她们最后终于明白了一个道理，谁都不缺衣服，缺的只是像希拉里那样的风格。

编辑推荐

《像希拉里一样做女人》：希拉里绝不仅仅是一个政客。
作为女人，希拉里达到了一般女性难以企及的高度，不管是作为一个学生，一个妻子，一个律师，一个政治家，她都做到了最好。
对普通女性而言，也许难以做到最好，但通过努力你可以做到更好，在向希拉里学习的过程中，让自己成为一个更加出色，更受欢迎，更有成就感的女人。
　　希拉里与克林顿的婚姻曾被无数人称为“天作之合”，然而他们的政治生涯和感情生活无一不经历了数次的跌宕起伏。
他们因为共同的政治理想走到一起，而极具讽刺的是，他们之间所有的矛盾冲突无不是源自他们的伟大梦想。
　　在2008年的美国总统竞选中，她输给了现任总统奥巴马。
但在世人眼中，她不是一个失败者，相反，她以光彩照人的魅力，超乎寻常的自信，包容豁达的胸怀，以及掌控的自信，包容豁达的胸怀，以及掌控局面的智慧，树立了一个胜利者的形象，赢得了更多追随者的敬仰和支持。

第一图书网, tushu007.com

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