

你也可以优雅



[你也可以优雅_下载链接1](#)

著者:朱成

出版者:重庆大学出版社

出版时间:2012-2

装帧:

isbn:9787562463405

《你也可以优雅》是专门为女孩子写的性别教育书！涵盖了女孩生活中方方面面的问题，既教女孩如何提高自己的才艺和手工，还教女孩有趣的心理学与优雅的交友艺术；既教女孩如何急救，又教女孩幽默而风趣的口才；既教女孩美容和着装，又教女孩舞蹈与运动……可以让女孩打开心灵之窗、智慧之门，可以让女孩充满灵感和智慧，可以让女孩脱胎换骨：简单、优雅、浪漫地成长！

所有的女孩都希望自己优雅而自尊。这可以使她们更加快乐，对自己的生活更加满意，使她们充满自信，确保她们更好地学习、娱乐、爱和沟通。这本《你也可以优雅》就是要教会女孩们培养优雅的气质和自尊的生活态度；帮助女孩们提升内在力量，应对学校、朋友及社会对她们的要求；调控女孩子的行为，帮助她们实现自己的目标。

作者介绍：

朱成，青年诗人，对青少年性别教育有浓厚兴趣，所著《不能没有男子气》即将出版。

目录: 前言
神秘的读心术
徒步旅行吧
呵护你的第二张脸
女孩们的小秘密
智慧语录
完美的第一印象
胖也能优雅
如果你体型不够完美
幽默—开心的调料
举手投足尽显优雅
准备好交谈了吗?
不得不知的宴会礼仪
舞蹈和运动
美女私房菜
优雅地走路
香水识佳人
当个好听众吧
握手礼节
美发达人
换季的那些麻烦事儿
健康的法则
道歉、拒绝、生气
急救小手册
优雅气质从何处来?
化妆的基本知识
和宠物做个朋友吧
消除烦恼的秘诀
进餐礼仪
当你遭遇挫折
优雅的表现
保养的窍门儿
玩具-女孩的专利
如何塑造完美体型
颜色搭配技巧
有客自远方来
洗手间里的学问

人际交往绝招
衣橱大变身
出彩的耳饰
像她们一样优雅
· · · · · (收起)

[你也可以优雅](#) [下载链接1](#)

标签

女性

优雅

青春

注意点

评论

如何做个精致的猪猪女孩

其实这本书还没怎么看 就冲着名字收藏的 等找个时间再看看
我就喜欢优雅这种生活态度

没有很华丽的话，说的很朴实很容易懂

还可以，受用不少。

很棒的一本书，里面有各种各样需要注意的细节，十分精致，不错

[你也可以优雅](#) [下载链接1](#)

书评

开篇第一章是神秘的读心术，就是从言行举止解读对方的心理状态，这个安排让人眼前一赞。所谓优雅，就是在任何场合下都能做出合适的应对，不是风度。那么正确的解读对方言行就是关键的第一步，以此作为开篇真是再妙不过了！

[你也可以优雅](#) [下载链接1](#)