

# 自身形象与魅力修炼



[自身形象与魅力修炼 下载链接1](#)

著者:王晓旭

出版者:

出版时间:2007-9

装帧:

isbn:9787887024275

本光盘内含3DVD。

主要包括以下内容：

一、形象与魅力 二、形象魅力的构成要素 三、魅力与角色定位  
四、对塑造自身形象、增加魅力的建议

形象魅力的构成要素是七点：体貌、服饰、表情、姿态、礼节、谈吐、精神。

五官比例要合适，所以美容师一般根据最简单的比例计算，叫三庭五限。

从美学角度看，服饰第一要义是得体、合适，即和谐。就是要按照自己的年龄、环境、职业，性别等等去选择，着装的原则是宁穿破，不穿错。

谈吐是展现人的魅力的最重要环节，我讲三点，一个是谈吐中也要注意礼仪；第二个谈吐的态度要从容和低调，第三个在谈吐中要展示学识智慧。

领导魅力的构成要素包括：资历、识别、能力、胆识、情感、人格。领导魅力公式是：99%的个人影响力加上1%的职位权力。

怎样塑造自身形象、增加魅力？非常简单，八个字：了解自己，建立自信。

作者介绍：

目录：

[自身形象与魅力修炼 下载链接1](#)

标签

自身形象与魅力修炼

评论

[自身形象与魅力修炼 下载链接1](#)

## 书评

---

[自身形象与魅力修炼 下载链接1](#)