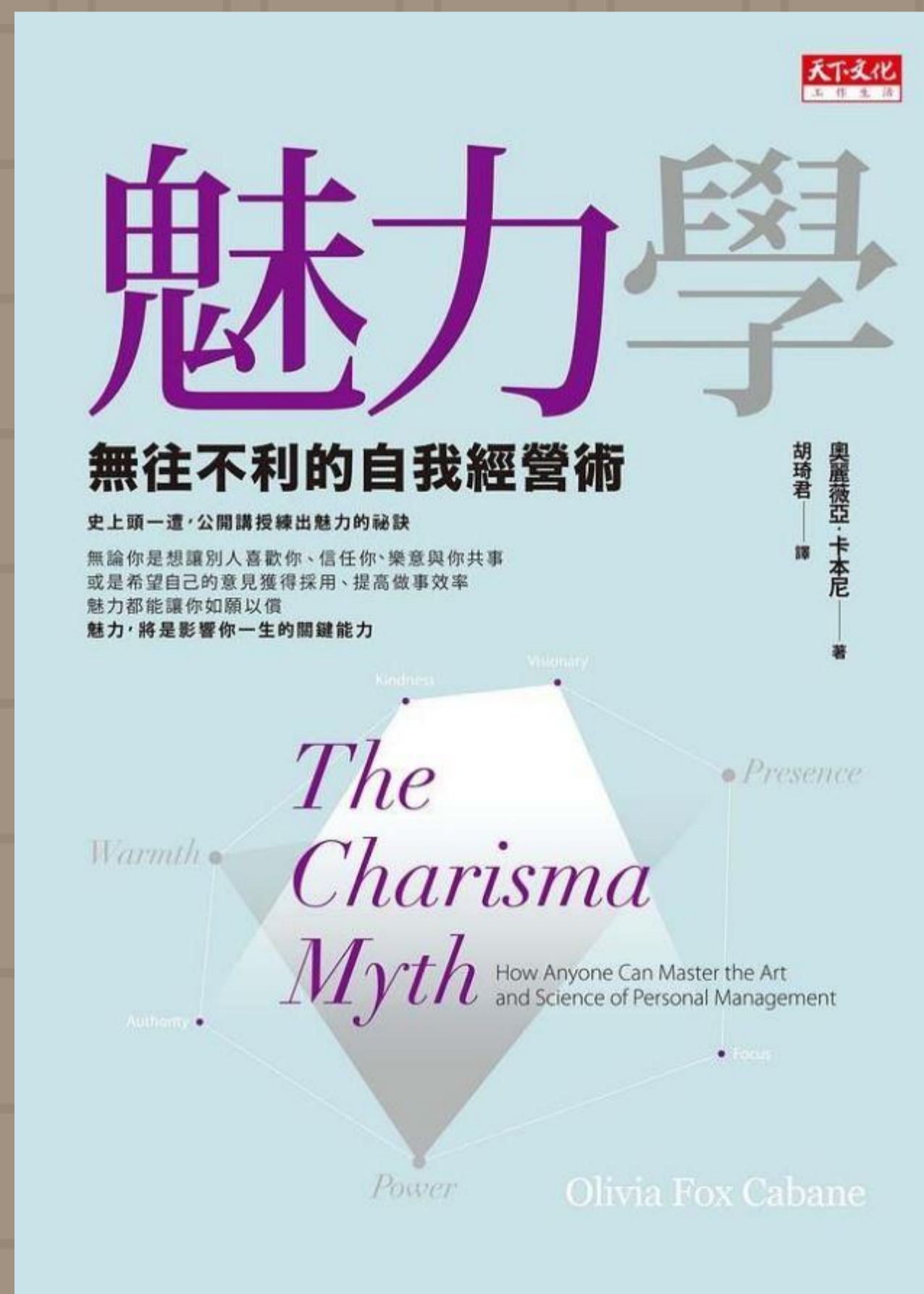


# 館員選讀



書封來源：三民網路書店

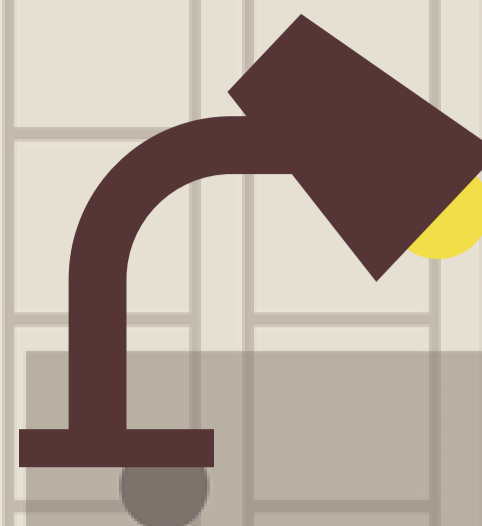
書名：魅力學：無往不利的自我經營術  
作者：奧麗薇雅.福克斯.卡本尼  
(Olivia Fox Cabane)著，胡琦君譯



選書師推薦好書



館藏連結



「魅力是可以練出來的」，是貫徹《魅力學》中強調的概念。這裡要打破迷思！魅力並非天生善於交際或長得好看，也不必勉強自己去做違背內在本質的事，而是能夠學習養成的行為。書中會有一步步的小練習，引導你運用工具提升魅力，先來第一個練習- 談話技巧：

- 句子結束時，降低說話的聲調。
- 別急著點頭，次數也別太頻繁。
- 開口前，先停頓整整兩秒鐘。

作者拆解展現魅力的行為要素分別為臨在感、影響力和親和力，認為魅力從心開始，搭配肢體動作比說出口的話還有用，擁有正確的內心狀態，才會自然流露出正確的行為與肢體語言。基於魅力要素，作者將魅力風格分為四種：專注型、遠見型、仁慈型和權威型，各個代表舉例的魅力領袖為馬斯克、賈伯斯、達賴喇嘛和墨索里尼，他們擁有不同的氣質和讓人感受不同的氣場。各種魅力風格可以交替或混搭運用，透過培養魅力的階段練習訓練臨在感、排除心理障礙、設定內心狀態及調整外在，找到適合自己個性、目標、環境需求的魅力風格。

本書對於魅力有具體的架構和案例，適合當成一本工具書時不時回來翻閱，試著來點小練習，也許因為有一點點的改變，認識更多不一樣的自己。

選書師 Lissie