

<<男人要懂礼仪学>>

图书基本信息

书名：<<男人要懂礼仪学>>

13位ISBN编号：9787546353548

10位ISBN编号：7546353548

出版时间：2011-7

出版时间：吉林出版集团

作者：墨墨

页数：262

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>

<<男人要懂礼仪学>>

内容概要

礼仪是潜移默化的东西，掌握以后多多应用，自然可以影响你的一生。

《男人要懂礼仪学》收录了大部分社交礼仪，包括穿衣礼仪、沟通礼仪、交际礼仪、电话礼仪、职业形象礼仪、商务礼仪等。

编者墨墨的目的就是让读者在阅读《男人要懂礼仪学》以后，懂得礼仪，在交际场合可以应用自如。

<<男人要懂礼仪学>>

书籍目录

第一章 仪表礼仪，加深第一印象

做好基本才真的美——仪容基本礼仪

站出气质和风度——站姿礼仪

坐出健康和气度——坐姿礼仪。

走出风采和韵味——行姿礼仪

不失潇洒大方——蹲姿礼仪

眼睛是心灵的窗口——目光礼仪

通用的世界语——微笑礼仪

让手成为你的“第二双眼睛”——手势礼仪

测试：你在乎你给人的第一印象吗？

第二章 衣着礼仪，提升你的形象

穿衣有“道”——着装的基本原则

别让穿衣毁了你——男士着装礼仪禁忌

穿出你的魅力——西装着装礼仪

提升职业形象的法宝——职业装着装礼仪

穿出绅士风度——男士礼服礼仪

领带中的学问——领带佩戴礼仪

让饰物为你锦上添花——饰物佩戴礼仪，

测试：你是注重形象的人吗？

第三章 沟通礼仪，好口才增添魅力

语言是个技术活——说话的基本礼仪

别让说话毁了你——说话礼仪禁忌

两耳一口，多听少说——倾听礼仪

赞美是法宝——赞美礼仪

良药也可以不苦口——批评礼仪

谢出涵养和境界——致谢礼仪

巧妙说声“对不起”——道歉礼仪

勇敢说“不”——拒绝礼仪

玩笑不要开出祸——玩笑礼仪

让谈吐更动人——谦语、敬语、雅语使用礼仪

在演讲台上展现风采——演讲礼仪

说服人要有策略——说服礼仪

注意你们的谈话氛围——气氛礼仪

测试：你说话会得罪人吗？

第四章 交际礼仪，成就你的社交魅力

在介绍中认识更多的朋友——介绍礼仪

手是人的第二张脸——握手礼仪

弯腰行礼表尊重——鞠躬礼仪

抱拳拱手传情谊——拱手礼仪

打招呼也要懂门道——寒暄礼仪

称呼是把双刃剑——称呼礼仪

<<男人要懂礼仪学>>

让客人享受宾至如归的温馨——待客礼仪
让致意充满友善感——致意礼仪
在约会中让感情升温——约会礼仪
拥抱是种礼节——拥抱礼仪
有分寸地交往礼节——亲吻礼仪
拜访并不简单——拜访礼仪
探病是一门艺术——探病礼仪
赠礼是人际关系的“增稠剂”——馈赠礼仪
让鲜花表达你无限的情意——送花礼仪
做烟民也要讲文明——吸烟礼仪
测试：你会给别人带来什么感觉？

第五章 婚恋礼仪，甜蜜生活的基石

让爱情的花朵顺利绽放——求爱礼仪
在约会中培植爱情的花朵——恋爱约会礼仪
情人节的浪漫和感动——情人节送礼礼仪
拜见未来岳父母——到对方家做客礼仪
有情人终成眷属——订婚礼仪
喜“邀”八方宾客——婚礼请柬礼仪
做一个完美的新郎——新郎礼仪
做一对完美的夫妻组合——新郎、新娘共同礼仪
婚宴席位莫失礼——婚宴席位礼仪
让你的婚礼锦上添花——婚礼用花礼仪
别破坏婚礼的喜庆气氛——参加婚礼礼仪
三朝回门看父母——回门礼仪
测试：你的婚姻幸福指数是多少？

第六章 家庭礼仪，让家庭更温馨

夫妻的相处之道——夫妻相处礼仪
百善孝为先——子女对父母的礼仪
养育子女讲方法——父母对子女的礼仪
情深如手足——兄弟姐妹相处礼仪
女婿是半子——与岳父、岳母的相处礼仪
亲属称呼有讲究——亲属称谓礼仪
远亲不如近邻——邻里相处礼仪
测试：你的家庭和工作的关系怎样？

第七章 电话礼仪，彰显你的修养

用电话塑造个人形象——打电话礼仪
让对方闻声赞人——接电话礼仪
别匆匆挂断电话——挂电话礼仪
接打电话要三思而后说——电话用语礼仪
公用电话也能体现素质——公用电话使用礼仪
用电话敲开对方的心门——电话拜访礼仪
别让手机损坏形象——手机使用礼仪
网络世界也要有礼貌——网络聊天礼仪
测试：打电话方式测试财运。

<<男人要懂礼仪学>>

第八章 职场礼仪，提升你的职业形象

面试是步入职场的敲门砖——面试礼仪
小电梯也大有学问——职场电梯礼仪
职场进餐不同于家常便饭——职场进餐礼仪
上司和下属也可以成为朋友——上下级相处礼仪
同事相处并不难——同事相处礼仪
职场男女别犯“色戒”——异性同事相处礼仪
办公室忌讳乱穿衣——职场服饰礼仪
维护良好的办公环境——办公室环境礼仪
办公室不是家——办公室举止礼仪禁忌
测试：你是个对工作负责的人吗？

第九章 商务礼仪，尊重是第一原则

好的开始是成功的一半——商务迎送礼仪
给客户良好的第一印象——商务接待礼仪
邀约要讲规矩——商务邀请礼仪
商务交谈要适宜——商务交谈礼仪与禁忌
谈判桌上，赢在礼仪——商务谈判礼仪
商务人员的必修课——商务会议礼仪
商务人员的第二张脸——名片礼仪
测试：和别人相处时，你懂得换位思考吗？

第十章 服务礼仪，心态最重要

赢在服务——服务礼仪的基本要求
服务是关键——酒店服务人员礼仪
销售人员是企业的门面——店面销售人员礼仪
做个合格的掌“机”人——司机礼仪
文明服务你可以做得更好——公交车售票员礼仪
迎宾员是服务工作的第一张脸——迎宾员礼仪
测试：你善于掌控自己的心态吗？

第十一章 宴会礼仪，不是吃饭喝酒那样简单

中餐桌上的学问——中餐礼仪
西餐桌上的学问——西餐礼仪
饮茶是一种品位和艺术——饮茶礼仪
喝咖啡是高雅的行为——咖啡品饮礼仪
形式随便，礼仪不能随便——沙龙聚会礼仪
福如东海，寿比南山——祝寿礼仪

第九章 商务礼仪，尊重是第一原则

好的开始是成功的一半——商务迎送礼仪
给客户良好的第一印象——商务接待礼仪
邀约要讲规矩——商务邀请礼仪
商务交谈要适宜——商务交谈礼仪与禁忌
谈判桌上，赢在礼仪——商务谈判礼仪
商务人员的必修课——商务会议礼仪
商务人员的第二张脸——名片礼仪

<<男人要懂礼仪学>>

测试：和别人相处时，你懂得换位思考吗？

第十章 服务礼仪，心态最重要

赢在服务——服务礼仪的基本要求

服务是关键——酒店服务人员礼仪

销售人员是企业的门面——店面销售人员礼仪

做个合格的掌“机”人——司机礼仪

文明服务你可以做得更好——公交车售票员礼仪

迎宾员是服务工作的第一张脸——迎宾员礼仪

测试：你善于掌控自己的心态吗？

第十一章 宴会礼仪，不是吃饭喝酒那样简单

中餐桌上的学问——中餐礼仪

西餐桌上的学问——西餐礼仪

饮茶是一种品位和艺术——饮茶礼仪

饮咖啡是高雅的行为——咖啡品饮礼仪

形式随便，礼仪不能随便——沙龙聚会礼仪

福如东海，寿比南山——祝寿礼仪

酒桌上那些事儿——酒桌礼仪

筷子的奥妙——筷子使用礼仪

做舞会上的绅士——舞会礼仪

测试：从吃饭看你的优点？

第十二章 涉外礼仪，做个规范的文明人

涉外交往的黄金法则——涉外基本礼仪

涉外人员要注意服饰得体——涉外着装礼仪

涉外人员要注意谈吐得当——涉外谈话礼仪

付小费也要懂规矩——付小费礼仪

让外宾体会礼仪之邦的风采——陪同外宾礼仪

让礼品馈赠成为友谊的桥梁——涉外馈赠礼仪

涉外活动须防“触雷”——涉外礼仪禁忌

测试：你让人看不顺眼吗？

<<男人要懂礼仪学>>

章节摘录

在所有面部表情中，起主导作用的就是眼睛，眼睛对内心情感的传递主要是靠眼神，即所谓的“眉目传情”，所以眼睛被称为“心灵的窗口”。

不同的眼神可以透露出不同的信息，通过观察一个人的眼神很容易洞察他的心思。

很多科学研究表明，目光的相互接触能够控制谈话的局面。

1. 威严的目光在办公室里，老板想树立自己的威信时通常会使用这样的眼神。

在同事之间相处的时候，运用这样的目光会使气氛变得非常严肃，这样的眼神让人有一种遭受威逼和胁迫的感觉。

所以，在办公室里，不论是上级对下属，还是同事之间相处，这样威严的眼神最好不要经常用，因为这样的眼神通常会给办公室带来一种不和谐的气氛。

同事之间在开玩笑的时候，这样的眼神尤其不适合用。

2. 严肃的凝视老板严肃的凝视，给人一种威严的感觉。

如果有员工故意跟他捣乱，他就会死死盯住这个员工的眼睛，并把眼皮压低，让自己全部的视线都集中在对方的眼睛上。

据说这种目光是食肉动物在袭击猎物前经常会使用的眼神，这种眼神会让员工感到恐惧，从而收敛自己的行为。

3. 游移不定的眼神一位领导者如果在跟自己的下属进行交流的时候眼神总是游移不定，就很可能让下属认为他做了对员工的利益十分不利的东西。

同事之间的交流也要忌讳这样的眼神，因为这种眼神代表着不礼貌，还会反映出其为人的狡猾，是不利于同事间的友好相处的。

有位初出茅庐的政治家在接受电视采访的时候，只要一面对摄像机，眼神就开始游移不定，他这样的眼神让他的形象在民众心里大打折扣，每次在上完电视以后，他的民众支持率都会下跌很多。

后来在接受了眼神的训练以后，他学会只将目光放在采访者的身上。

在一次电视辩论会以后，他的观众支持率上升了很多。

在人际交往过程中，我们必须学会正确运用眼睛。

一个好的交际形象，目光应该是坦然、亲切、和蔼、有神的。

有下列几点礼仪要求：1. 注视时间在与他人交往的过程中，尤其是在与人交谈时，与对方目光接触应该累计达到全部交谈过程的50%—70%，这样才能显得自然、有礼貌。

2. 注视区域不同的场合，要求注视对方的部位也不同。

通常可以分为公务凝视、社交凝视、亲密凝视三种。

(1) 公务凝视。

在洽谈、磋商、谈判等比较严肃凝重的场合，目光要给人一种严肃、认真的感觉。

注视的位置应该放在对方双眼或双眼与额头之间的区域。

(2) 社交凝视。

即在各种社交场合使用的注视方式。

注视的位置应该放在对方唇心到双眼之间的三角区域。

(3) 亲密凝视。

即亲人之间、恋人之间、家庭成员之间使用的注视方式。

凝视的位置应该放在对方双眼到胸之间。

3. 注视方式无论是使用哪种注视方式，都不能将目光长时间固定在一个位置上。

应适时适当地将目光从固定的位置上移动片刻。

这样才能使对方的心理得到放松，彼此交往起来才能轻松自然。

当与别人谈话时，目光应该集中注视对方。

听人说话时，要看着对方的眼睛。

如果表示对谈话内容非常感兴趣，则应该用柔和友善的目光正视对方的眼区。

如果想要中断与对方的交谈，则可以有意地将目光稍稍转向他处。

<<男人要懂礼仪学>>

如果对方因说错了话而拘谨害羞，千万不要立即转移自己的视线，而应该用亲切、柔和、理解的目光继续看着对方，否则对方会认为你比较高傲，缺少人情味儿，是在讽刺和嘲笑他。

微笑是一门学问、一种艺术，是一种尽人皆知的世界语。

微笑是人与人相互交融、相互感染的过程，它能创造一种融洽、和谐、互尊、互爱的气氛，减轻人们的身心压力，消除人与人之间的陌生感，使人产生心理上的安全感、亲切感和愉悦感，从而增进彼此之间的理解和友谊。

从人的本性来说，笑会在对方心里产生积极正面的效应，让对方喜欢上自己。

事实上，笑的原始意义是“顺从”；但人在焦虑与害怕时也会发笑。

比如当一个人在拥挤的街道上行走差点命丧于车轮之下时，他必定陷入紧张与害怕的情绪中，但是，他并没有愁眉苦脸，反而会咧嘴笑笑，然后说：“真是太危险了，我差一点就死了！”

这就是一种顺从的表现。

与灵长类动物一样，遭遇危险时人们往往也会用微笑表达心情，以期待一种顺从的态度能得到他人或者命运的眷顾，让自己从害怕的情绪中解脱出来。

当人们微笑时，其实是想告诉其他人自己不会给对方带来任何伤害，希望对方能够接受自己。

这就是笑的最初目的与意义。

如果你能仔细观察生活就会发现，笑脸最多的往往是那些地位较低的人，而那些野心勃勃的强权人士往往是不苟言笑的。无论男女，其脸上的笑容都是比较少见的，而是一贯的严厉、肃穆。

尤其在国际访问中，他们也常常严肃以对，因为这些政治家需要的不是顺从。

政客保持严肃的面容是为了让自己看起来更加威严，笑容太多会削弱他们的威势。

而普通民众则多用微笑来表示顺从。

……

<<男人要懂礼仪学>>

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>