第一图书网, tushu007.com

<<形体礼仪实用教程>>

图书基本信息

书名：<<形体礼仪实用教程>>

13位ISBN编号：9787104038436

10位ISBN编号：7104038434

出版时间：2013-2

出版时间：中国戏剧出版社

作者：杨静

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

<<形体礼仪实用教程>>

内容概要

《形体礼仪实用教程》共分为十章，主要内容包括：礼仪概述；身势语言；形体美塑造；视觉语言；物体语言；空间语言；宴请礼仪；校园礼仪；综合交际礼仪，求职应聘礼仪。
图文并茂，不同于同类书籍“纸上谈兵”的写作模式，《形体礼仪实用教程》结合实践训练，突出全面性、实操性和直观性，配有大量案例、图片，清晰、直观，强化仪态礼仪的同时，塑造良好的形体。

作者简介

杨静，教授，硕士研究生。
河南省高招艺术类“模特空乘类”专业评委，专家组成员。
首批国家级健美操社会指导员。
曾任河南电视台形体礼仪培训讲师，为多家企事业单位进行礼仪培训和专题演讲。
主要从事礼仪与形象塑造、形体礼仪、职业素养等方面课程开发、培训及专业指导工作。
发表形体塑造、礼仪养成、形象设计方面文章30余篇；著有《形体礼仪》《空乘人员仪态与服务礼仪训练》《空乘人员化妆技巧与形象塑造》和《形体与健美》等书。

<<形体礼仪实用教程>>

书籍目录

第一章礼仪概述 第一节礼仪的概念 第二节形体、仪态与礼仪 第二章身势语言 第一节站姿 第二节行姿 第三节坐姿 第四节蹲姿 第五节手势 第六节握手 第七节拥抱、鞠躬、拱手和作揖 第三章形体美塑造 第一节形体美的标准 第二节营养与健康 第三节如何获得形体美 第四章视觉语言 第一节目光 第二节微笑 第五章物体语言 第一节介绍 第二节名片 第三节奉茶 第四节着装 第五节个体形象设计 第六章空间语言 第一节空间距离 第二节界域姿势 第三节方位座次 第四节位置 第五节电话礼仪 第七章宴请礼仪 第一节宴会 第二节中餐宴会 第三节西餐宴会 第八章校园礼仪 第一节校园礼仪与修养 第二节和谐师生关系 第三节校园公共礼仪 第九章综合交际礼仪 第一节办公交际礼仪 第二节舞会交际礼仪 第三节涉外交际礼仪 第十章求职应聘礼仪 第一节求职应聘基本礼仪 第二节求职应聘方法与技巧 第三节求职应聘形象设计 第四节面试礼仪 第五节求职应聘应避免的失误 后记 主要参考文献

章节摘录

版权页： 插图： 握手之前，男士必须先脱下手套，而女士握手，则不必脱手套。
客人多时，握手不要与他人交叉，让别人握完后再握。
按国际惯例，身穿军装的男士可以戴着手套与女士握手，握手时先行举手礼，然后再握，这是一种惯例。
握手时，应微笑致意，不可目光看别处，或另与第三者谈话。
握手后，不要当对方的面擦手。
与女性握手最应掌握的是时间和力度。
一般来说，握手要轻一些、短一些，也不应握着对方的手用劲摇晃。
但是，如果用力过小，也会使对方感到你拘谨或虚伪敷衍。
因此，握手必须因时间，地点和对象不同对待。
3.与老人、长辈或贵宾握手的礼仪 一般情况下，平辈、朋友或熟人先伸手有礼，而对老人、长辈或贵宾时则应等对方先伸手，自己才可伸手去接握。
否则，便会看作是不礼貌的表现。
握手时，不能昂首挺胸，身体可微微前倾，以视尊重，但也不能因对方是贵宾时就显得胆小拘谨而只把手指轻轻接碰对方的手掌就算握手，也不能因感到“荣幸”而久握对方的手不放。
当老人或贵宾向你伸手时，应快步向前，用双手握住对方的手，这也是尊敬对方的表示。
并应根据场合，边握手边打招呼问候，如说“您好”、“欢迎您”、“见到您很荣幸”等热情致意的话。
4.上级或下级之间的握手礼仪 在与上级与下级握手时，除应遵守一般握手的礼仪外，还应注意以下几个方面：上级为了表示对下级的友好、问候，可先伸出手，下级则应等对方有所表示后再伸手去接握，否则，将被视为不得体或无礼。
当遇到几位都是你的上级时，握手时应尽可能按其职位高低的顺序，但也可由他们中的一位进行介绍后，由你与对方一一握手致意。
如同来的上级职位相当，握手的顺序应是先长者（或女性），然后再是其他人。
如果长者中有自己比较熟悉者，握手时应同时说些如“近来身体可好”之类表示问候的话。
上级与下级握手，一般也应以其职位高低为序，遇有自己熟悉的下级，握手同时也应说些问候、鼓励和关心的话。
不论与上级还是下级握手，都应做到热情大方，遵守交往礼节。
下级与上级握手时，身体可微欠或快步趋前双手握住对方的手，以表示尊敬，但切不可久握不放，表示过分热情。
上级与下级握手时同样要热情诚恳，应面带笑容，注视对方的眼睛，切忌用指尖相握或敷衍一握了事。
也不可在握手时，东张西望或漫不经心，使对方感到你冷漠无情。
在众多的下级面前，也不要厚此薄彼，只与其中一两个人握手，而冷落其他人，更不能与下级握手后，急忙用手帕擦手。
这些表现，都会被人认为是轻慢与无礼的行为。

编辑推荐

《形体礼仪实用教程》编辑推荐：礼仪是在人际交往活动中，以一定的、约定俗成的程序和方式，来表现敬人律己的行为。
礼仪是一门行为科学，通过学礼仪、讲礼仪、用礼仪，在与他人交往时自觉地按照礼仪规范去做，大家或彼此间更相处的更和谐、更愉快。

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