

<<你不可不知的100种社交礼仪>>

图书基本信息

书名：<<你不可不知的100种社交礼仪>>

13位ISBN编号：9787534569791

10位ISBN编号：7534569796

出版时间：1970-1

出版时间：江苏凤凰科学技术出版社有限公司

作者：沈力匀 编

页数：199

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>

<<你不可不知的100种社交礼仪>>

前言

生活里最重要的是以礼待人，有时候礼的作用不可估量，从某种意义上讲，礼仪比智慧和学识都重要。

中华民族素有“礼仪之邦”的美誉，可谓历史悠久，我国历史上第一位礼仪专家孔子就认为，礼仪是一个人“修身、养性、持家、立业、治国、平天下”的基础。

礼仪是普通人修身养性、持家立业的基础。

是一个领导者治理好国家、管理好公司或企业的基础。

首先，加强个人礼仪修养有助于提高个人素质，体现自身价值。

俗话说“金无足赤，人无完人”。

然而在现实生活中，人们却都在以各种不同的方式追求着自身的完美，寻找通向完美的道路。

我们认为，只有将内在美与外在美统一于一身的人才称得上唯真唯美，才可冠以“完美”二字。

加强个人礼仪修养是实现完美的最佳方法，它可以丰富人的内涵，增加人的“含金量”，从而提高自身素质的内在实力，使人们面对纷繁社会时更具勇气，更有信心，进而更充分地实现自我。

其次，礼仪是陌生人之间的润滑剂，是熟人之间的奢侈品。

在日常生活和工作中，礼仪能够调节人际关系，从一定意义上说，礼仪是人际关系和谐发展的调节器，人们在交往时按礼仪规范去做，有助于加强人们之间互相尊重，建立友好合作的关系，缓和和避免不必要的矛盾和冲突。

<<你不可不知的100种社交礼仪>>

内容概要

《你不可不知的100种社交礼仪（畅销特惠版·第2辑）》内容包含与人们生活、成长密切相关的种种知识和有趣话题，每册涉及一个主题，以问答形式和亲切的话语、活泼的版面，讲述与生命伴生而来的种种快乐和烦恼、种种酸甜与苦辣，讲述我们存在其中的世界的丰富与多彩。

<<你不可不知的100种社交礼仪>>

书籍目录

A 仪态礼仪1.什么是社交礼仪2.什么是仪态礼仪3.如何养成协调、稳健、敏捷的走姿4.如何培养挺拔、舒展的站姿5.如何养成自然大方的坐姿6.如何做出优雅的蹲姿7.鞠躬有哪些不同的含义8.如何用手势表达你的感情B 仪容礼仪9.什么是仪容礼仪10.如何修饰你的腿部仪容和腿姿11.如何修饰保养你的手与指甲12.如何用你的微笑进行友善沟通13.如何学会利用眉目传情14.怎样使你的口气清新15.怎样无事从“头”开始16.如何进行适度化妆17.基本的着装礼仪是什么18.男性着装的基本礼仪是什么19.职业女性着装的基本礼仪是什么20.女性着礼服的基本礼仪是什么21.女性穿内衣的基本礼仪是什么22.男性如何成功地配饰23.女性如何优雅、协调地配饰24.戒指的佩戴有哪些特殊意义25.如何恰当地使用香水C 见面礼仪26.日常见面礼仪有哪些27.如何使用好握手礼28.什么是致意礼29.如何恰当地进行自我介绍30.如何恰如其分地介绍他人31.如何正确地使用名片D 交谈礼仪32.什么是基本的交谈礼仪33.交谈过程中的礼貌用语有哪些34.职场商务中问候礼仪要注意哪些35.如何正确地打电话36.如何礼貌地接电话37.如何在不同场合礼貌地使用手机38.发送电子邮件的礼仪有哪些39.商务交往注意发收传真礼仪E 接待礼仪40.什么是接待礼仪41.邀约的礼仪有哪些42.私人拜访时应注意哪些礼节43.公务拜访应注意哪些细节44.如何学会真诚地道歉45.如何表达自己的感谢之情46.如何摆脱交往中尴尬的局面47.如何学会使用谢绝48.如何表达惺惺惜别的感情49.探望病人时应该注意哪些事项50.在中国送礼的秘诀有哪些51.商务往来送礼应注意些什么52.受礼与答谢的礼仪是什么53.如何妥善选择适宜鲜花送礼F 职场礼仪54.什么是基本的求职礼仪55.求职者应注意哪些仪态礼仪56.求职信的礼仪要求57.辞职也应这厢有礼58.什么是工作礼仪59.白领丽人办公室礼仪有哪些G 进餐礼仪60.什么是进餐礼仪61.餐桌上的礼仪知多少62.如何做好宴请的准备工作63.赴宴前要做好哪些准备工作64.应该如何做宴会主人65.如何进行中餐桌次的安排66.如何进行中餐席位的排列67.如何正确地使用中餐餐具68.中餐席间礼仪有哪些69.祝酒的礼仪有哪些70.如何进行西餐席位的安排71.西餐上菜的顺序是怎样的72.如何正确地使用西餐餐具73.西餐餐巾的使用礼仪是什么74.西餐席间的礼仪有哪些75.号隋侣约会点菜时应注意哪些礼仪76.吃自助餐时应注意哪些礼仪77.喝咖啡时应注意哪些礼仪78.敬茶和饮茶的基本礼仪有哪些79.有哪些吃水果的礼仪80.抽烟时应注意哪些礼仪H 公共礼仪81.什么是公共场所应注意的礼仪82.什么地方使用女士优先的原则83.如何用平等、尊重的态度与残疾人交往84.在公共场所如何使用洗手间85.乘专车时应注意哪些礼仪86.乘公共汽车时应注意哪些礼仪87.行路中不同场合应注意哪些礼仪88.乘电梯有哪些礼仪89.乘坐飞机时应注意哪些礼仪90.乘坐舟船时应注意哪些礼仪91.乘坐火车时应注意哪些礼仪92.旅游途中应注意哪些礼仪93.观看演出应注意哪些礼仪94.观看体育比赛应注意哪些礼仪I 习俗礼仪95.参加舞会应注意哪些礼仪96.有关生日的礼仪有哪些习俗97.中国传统的结婚喜帖如何制作与发放98.现代饭店婚礼仪式礼仪99.中国传统婚礼仪式礼仪100.教堂婚礼仪式礼仪

<<你不可不知的100种社交礼仪>>

章节摘录

插图：1.优雅的蹲姿，一般采取下列两种方法：（1）交叉式蹲姿：下蹲时右脚在前，左脚在后，右小腿垂直于地面，全脚着地。

左腿在后，与右腿交叉重叠，左膝由后面伸向右侧，左脚跟抬起，脚掌着地。

两腿前后靠紧，合力支撑身体。

臀部向下，上身稍前倾。

（2）高低式蹲姿：下蹲时左脚在前，右脚稍后（不重叠），两腿靠紧向下蹲。

左脚全脚着地，小腿基本垂直于地面，右脚脚跟提起，脚掌着地。

右膝低于左膝，右膝内侧靠于左小腿内侧，形成左膝高右膝低的姿势，臀部向下，基本上以右腿支撑身体。

男士选用这种蹲姿时，两腿之间可有适当距离。

2.优雅蹲姿的基本要领：站在所取物品的旁边，蹲下屈膝去拿而不要低头，也不要弓背，要慢慢地把腰部低下；两腿合力支撑身体，掌握好身体的重心，臀部向下。

一脚在前，一脚在后，两腿向下蹲，前脚全着地，小腿基本垂直于地面，后腿脚跟提起，脚掌着地，臀部向下。

男士两腿间可留有适当的缝隙，女士则要两腿并紧，穿旗袍或短裙时需更加留意，以免尴尬。

若用右手捡东西，可以先走到东西的左边，右脚向后退半步后再蹲下来。

脊背保持挺直，臀部一定要蹲下来，避免弯腰翘臀的姿势。

特别是穿裙子时，如不注意背后的上衣自然上提，露出臀部皮肉和内衣则很不雅观。

即使穿着长裤，两腿展开平衡下蹲，撅起臀部的姿态也不美观。

<<你不可不知的100种社交礼仪>>

编辑推荐

《你不可不知的100种社交礼仪(畅销特惠版·第2辑)》教你如何用文明礼仪规范言谈举止，学会待人接物；塑造良好形象，赢得社会尊重；架设友谊桥梁，通向成功之路。

<<你不可不知的100种社交礼仪>>

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>