

“中高层领导形象风格魅力提升”培训大纲

课程时间：2天

课程对象：中高层领导、经理、企业家、培训师、教师等 课程人数：30人

培训形式：理论讲授 60%、实战演练 15%、案例讨论、游戏 15%、经验分享、答疑 10%

课程内容：

一、中高层领导的良好形象——为成功人士设计形象

1、“印象第一”的时代

A、这是一个两分钟的世界

a)一分钟要展示给人们？

b)一分钟要让对方？

B、不想别人鄙视该怎么办？

C、什么是典型的暴发户形象？

2、打造良好形象的核心——关注细节

A、“理”好你的发型——“从头开始”

B、成功之“履”——身份象征之一。

C、领带的学问——显示你的品味修养

D、仪容的重要部位“手”——人的第二张脸

E、饰物的佩戴学问——职场的增值器

F、公务妆面——粉墨登场，塑造专业人士

二、量身定制自己的形象风格

1、个人色彩测试和搭配

A、色彩测试的依据

B、找到个人色彩和色调范围

C、各种场合中搭配用色技巧——玩转你的色彩人生

2、如何找到个人款式风格

A、个人款式风格依据？

B、找到你的三大特征

C、什么是“风格”

3、什么才是你的最佳款式风格？

三、私人衣橱整理的学问

1、你是否正为衣柜中满满的衣服发愁

2、你是否总为缺少合适的衣服而困惑

3、您是否常常为新买的衣服而后悔

4、如何进行衣橱整理

A、进行衣橱整理的根据

B、如何割舍堆积无用的衣服

C、如何妙用配饰——让衣服发挥最大的价值

D、如何改变你的购物习惯

四、快乐购物的技巧

1、哪个品牌适合你

2、挑选衣服时该如何搭配

3、哪件衣服适合自己肤色和气质

4、什么是有效合理的购物预算