

职业形象塑造与高品质社交艺术

主讲老师：唐黛琳

课程收益

- 掌握国际商务交往中，职业形象的构成要素和塑造方法，改善和提升员工的精神面貌，着装品味，礼仪礼节，使其在与客户沟通交往中，树立专业值得信赖的成功职场形象；
- 学习高品质的社交礼仪，提升学员的美学认知和社交品味，塑造高品质的专业形象。
- 从不同角度、不同层面、不同模块进行综合阐述和训练，帮助学员加深理解商务礼仪知识及其应用，熟练掌握在商务接待、社交往来、酒会宴请等不同场合的礼仪规范，保障国际业务的顺利开展；
- 通过“内强个人素质，外塑企业形象”达到个人、企业双赢。
- 通过培训让学员提升人际交往艺术，进而提升工作效率;为企业树立更优质的形象，为企业的发展带来更全面的收益。

培训对象

企业中高层管理人员、商务人员、对外接待人员等

课程时间

2天（6小时/天）

授课方式

理论讲授、实战演练、案例讨论、培训游戏、经验分享、现场答疑

课程大纲

第一章：职场着装礼仪

一、 形象沟通的 55387 定律

二、 商务着装礼仪

(一) 商务着装的四大原则

(二) 女士职业着装基本技巧

1. 职业服装、首饰及其他服饰品的选择、搭配技巧
2. 现场动手，学系丝巾：
 - 1) 小方巾做项链
 - 2) 大方巾做衣服
 - 3) 长丝巾做花结
3. “项链”的选择、品质、佩戴技法、糟糕行为
4. “耳饰”的选择、品质、佩戴技法、糟糕行为
5. “手镯”的选择、品质、佩戴技法、糟糕行为
6. 职业着装“六大禁忌”

(三) 男士职业着装基本技巧

1. 西服、衬衫、领带的选择及穿着方法
2. 现场动手，学系领带：

四手结打法

双环结打法

半蕴莎结打法

蕴莎结打法

3. 职业西装需注意的“三个三”
4. “腕表”的选择、品质、佩戴技法、糟糕行为
5. “腰带”的选择、品质、佩戴技法、糟糕行为
6. “眼镜”的选择、品质、佩戴技法、糟糕行为

案例分享：

- 潘石屹的着装烦恼
- 徐峥面见泰国女王的衣着争议事件
- 彭丽媛的着装影响力
- 明星企业家的商务着装正反案例对比分析

- 一套西装成就亿万富翁
- 松下幸之助的形象观

参、 现场个案分析与诊断：如何“提升”你的形象魅力指数

第二章：职场仪容礼仪

一、 职场仪容礼仪的基本要点

- (一) 发型
- (二) 面部
- (三) 手部
- (四) 肢体

二、 女士化妆的原则与技巧

- (一) 实物学习：化妆工具、化妆品的选择
- (二) 基础化妆十大步骤，技法讲解与现场练习
- (三) 妆前护肤要点
- (四) 粉底的选择与用法
- (五) 扑蜜粉的工具和手法
- (六) 眉形的类型与眉毛的画法
- (七) 涂眼影技法
- (八) 画眼线的技法
- (九) 夹睫毛、刷睫毛膏
- (十) 唇膏、唇线技法
- (十一) 腮红的选择与用法
- (十二) 定妆、完妆检查
- (十三) 现场学员的化妆提问、指导、示范

第三章：职场举止礼仪

一、 国际商务形象塑造的仪态要求

二、 坐、立、行、蹲的姿态的基本要点及训练

- 三、 递物、接物、手势的运用要领示范与训练
- 四、 商务活动中的表情管理与眼神训练

案例分享：

- 抖腿“抖”掉千万合约
- 曾国藩的三千步识人术
- 原一平的 38 种微笑

第四章：高雅社交礼仪

- 一、 掌握国际交往礼仪的空间
- 二、 称呼礼仪
- 三、 名片礼仪
- 四、 握手礼仪
- 五、 介绍礼仪
- 六、 进出电梯礼仪
- 七、 陪同引导礼仪
- 八、 礼品馈赠礼仪
- 九、 合影位次安排礼仪
- 十、 送别礼仪

第五章：高品质人际沟通艺术

- 一、 影响沟通效果的因素分析
- 二、 高效沟通的 3A 法则
- 三、 高效沟通的六大技巧
 - (一) 迷人微笑
 - (二) 由衷赞美
 - (三) 正确陈述
 - (四) 有效倾听
 - (五) 高效提问

(六) 及时回应

四、 拉近人际沟通距离的五大技巧

(一) 情绪同步

(二) 主动迎合

(三) 语调语速同步

(四) 语言文字同步

(五) 镜面影像法

五、 沟通中的四大禁忌

(一) 打断对方

(二) 补充对方

(三) 纠正对方

(四) 质疑对方

案例分享：张大千祝酒的故事

赞美演练

提问游戏：撕纸

第六章：酒会宴请礼仪

壹、 中餐宴请礼仪

(一) 商务宴请的5M原则

(二) 中餐的坐次礼仪

(三) 点菜的“三优四忌”原则

(四) 祝酒致辞的礼仪

(五) 敬酒的顺序与技巧

(六) 用餐礼仪八不准

贰、 红酒酒会礼仪

(一) 酒会的着装礼仪

(二) 酒会的举止礼仪

(三) 红酒的基础知识

1. 主要的红酒品种

2. 红酒酒瓶的分类
3. 红酒的命名方式
4. 葡萄酒酒标的解读
5. 红酒杯的拿法
6. 品尝红酒三步曲：观、闻、尝