
打造价值百万的职场形象

讲人：王雯楚

课程背景：

形象一定要走在能力前面！

我们认识一个人往往是从他的形象开始的，在你没有说话之前，对方所看到的一切都已经帮你说了第一句话了。

职场上，那些成功人士，之所以能在工作中出类拔萃，是因为他们拥有良好优雅的专业形象和卓越的沟通能力，并且注重职场礼仪。

社会上，人们每时每刻都在根据你的穿着、表情、眼神、手势、声调、语言等自我表达方式在判断着你，对你做出评价。

形象在工作中影响着你的升迁，在商务中影响着你的交易，在生活中影响着你的人际关系。人无礼则不生，事无礼则不成，国无礼则不宁。能为你赢得事业成功和情感幸福的巨大助力，就是你的个人形象和礼仪。

课程收益：

- ◆ 了解职业形象塑造的基本概念和原则；
- ◆ 掌握职业着装的基本规范和搭配技巧；
- ◆ 学习如何塑造良好的言谈举止和职场礼仪；
- ◆ 提升个人形象魅力和自信心；

课程时间：2天，6小时/天

授课对象：所有人员

授课方式：讲师讲授+案例分析+视频互动+行动学习+情景模拟+实操演练

课程大纲：

一、你的形象决定你的价值

- 1、形象塑造的概述和重要性
- 2、好形象塑造的三大优势

案例分析：我们真的不会以貌取人吗？

二、First Look--出场定胜负

- 1、什么是“第一印象”？
- 2、第一印象是你事业的敲门砖

现场互动：为自己的第一印象打分

三、形象从“头”开始

- 1、发型的学问
- 2、隽秀潇洒，守护男人味
- 3、风姿绰约，妆出女人味

视频展示：仪容的重要性

四、职业着装规范与搭配技巧

- 1、提升形象着装的三原则
- 2、正装的基本要求与搭配技巧
 - 职业着装，展现职场气质
 - 商务着装，透漏优秀涵养

视频展示：职业装和商务着装的展示

- 3、休闲装的挑选与搭配方法
 - 休闲着装，表达生活态度
- 4、配饰的合理运用与整体协调

视频展示：配饰的重要性

五、言谈举止与职场礼仪

- 1、优雅的言谈举止可以增添魅力
 - 行如风，走出你的风格
 - 站如松，站出你的气质
 - 坐如钟，坐出你的修养
 - 口吐莲花，说话的艺术

现场互动：模拟练习

- 2、职场礼仪的基本规范与实践
 - 职业礼仪的定义与重要性
 - 职业礼仪的基本原则
 - 不同行业的职业礼仪要求

现场互动：模拟练习

- 3、商务场合的应对策略与技巧
 - 商务会议礼仪
 - 商务宴请礼仪
 - 商务接待与拜访礼仪
 - 商务旅行与出差礼仪
 - 商务仪式与庆典礼仪

现场互动：模拟练习

- 4、职场有效沟通的基本技巧与注意事项
 - 不同风格的人，采用不同的沟通方式
 - 同事沟通，有礼赢人缘
 - 社会交往，有礼赢尊重

现场互动：设计自己的第一印象

六、个人形象魅力提升

- 1、自信心的培养与展现
- 2、气质的塑造与提升方法
- 3、形象的个性化打造与展示

现场互动：模拟练习

七、案例分析与实践演练

- 1、分析成功职场形象的案例
- 2、分组模拟演练，实操个人形象塑造技巧与方法
- 3、个人形象提升计划制定与执行
- 4、分享学习心得，总结课程收获。