

《心理学角度学礼仪》 或《客户思维学礼仪》课程大纲

讲师：席婷

课程背景：

传统的礼仪教学，倾向于告诉你怎么做是可以的，怎么做是不可以的，怎么做得体，怎么做规范。可是你知道这背后的逻辑和原因是什么吗？所以，关于礼仪的学习和运用，我们要“知其然”还要“知其所以然”，这样知识才会内化于心。随着时代的推进，互联网技术的发展，商务活动、职场活动也发生了很多的变化。过去，我们将收集回来的名片插在名片夹中便于保存和查看；现在，名片对你是怎样的存在呢？传统的名片礼仪还能满足你的需求吗？名片礼仪2.0时代才是你需要的。

《心理学角度学礼仪》以心理学为底层逻辑，对礼仪知识点进行了延伸升级、更新换代，对于指导工作和生活都具有重大价值和意义。

课程意义：

- 1、以心理学、国学为底层逻辑，解读礼仪知识点。
- 2、了解与掌握商务礼仪知识点的更新与升级。

3、职场生活两相宜，具有极强的操作性。

课程对象：企业员工、职场人士

课程时间：2天（12小时）

课程形式：讲授辅导、小组讨论、案例分析、情景演练、游戏互动、视频思

考、头脑风暴、手势操等

课程纲要：

第一单元 “由心而发”学礼仪

- （一）了解礼仪发展史
- （二）什么是礼仪
- （三）礼仪对我们有什么作用
- （四）礼仪之“冰山模型”
- （五）建立礼仪思维

第二单元 形象之印象管理

- （一）什么是印象管理
- （二）人类思维习惯
- （三）人类思维如何做决策
- （四）影响印象建立的心理效应

(五) 职业形象塑造四原则

第三单元 印象管理中的色彩管理

(一) 色彩的冷暖

(二) 色彩的纯度

(三) 莫兰迪色系

(四) 中性色

(五) 色彩心理学

(六) 色彩与场合

第四单元 印象管理中的着装礼仪

(一) 着装经典法则

(二) 职场着装原则

(三) 职场女性必备经典款--裙装

(四) 职场女性必备经典款--鞋

(五) 职场男士必备经典款--西装

(六) 职场男士必备经典款--鞋、袜

(七) 职场男士穿搭 4 禁忌

(八) 职场女士穿搭 8 禁

第五单元 印象管理中的仪容礼仪

- (一) 男士职场发型
- (二) 女士职场发型
- (三) 不可忽视的脸部饰品--眼镜
- (四) 女士饰品搭配原则
- (五) 女士妆容基础三件套
- (六) 女性的“第二张脸”护理
- (七) 微笑的“秘密”
- (八) 目光的“秘密”

第六单元 印象管理中的仪态管理

- (一) 仪态的三种场景
- (二) 身体微体验
- (三) 身体心理学
- (四) 手部心理学
- (五) 手势运用
- (六) 用肢体语言塑造自己

第七单元 彰显风度的会面礼仪

- (一) 时间颗粒度与时间管理
- (二) 符合心理的称呼与问候
- (三) 用大脑喜欢的方式做自我介绍
- (四) 谦卑有度的接访礼仪

第八单元 现代名片礼仪 2.0

- (一) 什么是名片礼仪 2.0
- (二) 微信名片如何管理
- (三) 社交邓巴数定律
- (四) 人脉归档分类计数
- (五) 人脉涵盖的六大生态圈
- (六) 人脉管理的五记三用法
- (七) 成功的砝码--客户档案表

第九单元 指间技巧微信礼仪

- (一) 微信的“首因效应”
- (二) 职业人的头像设计 4 要素
- (三) 微信交流礼仪
- (四) 发朋友圈的礼仪

(五) 祝福信息发送与回复礼仪

(六) 因人而作的仪式感

(七) 朋友圈规划的思维模式

第十单元 和谐之沟通礼仪

(一) 打开沟通之门

(二) 沟通中的情绪管理

(三) 沟通中的“三明治”法

(四) 实现非暴力沟通的四把钥匙

(五) 沟通中的聊天话题选择

(六) 说什么重要 怎么说更重要

(七) 把话说清楚的万能公式

第十一单元 高效之会议礼仪

(一) 会议如何选择位置

(二) 会议时的正确仪态

(三) 赢得尊重的“会后执行 4 步曲”

(四) 会议发言时的礼仪

(五) 让会议高效的“秘密”

第十二单元 用心之礼物礼仪

(一) 送出礼物的六大时机

(二) 如何选择合适的礼物

(三) 礼物送出仪式感