

<<一本书读懂礼仪常识>>

图书基本信息

书名：<<一本书读懂礼仪常识>>

13位ISBN编号：9787502180416

10位ISBN编号：7502180419

出版时间：2010-11

出版时间：石油工业出版社

作者：赵浩

页数：354

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>

<<一本书读懂礼仪常识>>

内容概要

在现代社会，礼仪修养几乎成为一个人，或一个社会，或一个国家文明程度的标志。

优雅的行为举止、得体的仪态言语等，都将成为构建人与人之间沟通的桥梁。

本书从现实生活出发，对商务礼仪、职场礼仪、社交礼仪、举止气质、服饰形象仪表、用餐礼仪、说话艺术等人们在日常生活中所涉及的礼仪常识进行详尽地阐述，帮助读者提高自身修养、提升个人魅力、改善人际关系。

<<一本书读懂礼仪常识>>

书籍目录

第一章 个人礼仪—仪表言行，价值千万 一、仪容礼仪——会打扮，你本来就很美 二、服饰礼仪——佛靠金装，人靠衣装 三、说话礼仪——一句话能乐死人，也能气死人 四、举止礼仪——举手投足，都要合乎礼仪第二章 生活礼仪—人情往来，无处不在 一、家庭邻里礼仪——家人，更值得你尊敬 二、访客接待礼仪——来而不往非礼也 三、人情馈赠礼仪——“礼”多人不怪 四、祝寿庆生礼仪——生命无价，情义也无价 五、红白喜事礼仪——自古传承下来的民族礼俗第三章 社交礼仪—现代社交技巧 一、见面礼仪——闻名不如见面 二、介绍礼仪——让彼此不再陌生 三、电话礼仪——用声音传递感情 四、集会礼仪——有规可循，无规矩不成方圆第四章 餐饮礼仪——饭桌规矩，不得不知第五章 职场礼仪——职场日常行为规范第六章 商务礼仪——商务活动，事事庄重第七章 公共场所礼仪——公共场所，切勿干扰他人第八章 对外交际礼仪——涉外交友的艺术准则

<<一本书读懂礼仪常识>>

章节摘录

不同脸型的化妆——脸型不可变，但可以化妆 每个人的脸型是天生的，无法改变，但得体的化妆，却能让人扬长避短，平添几分典雅、大方的气质。

(1)椭圆脸型化妆要着重自然，眉毛要顺着眼睛画成正弧形，位置适中，眉头与内眼角对齐。胭脂适合抹在颧骨最高处，再向上化开；依照唇形涂成最自然的样子；中分发式是最合适的发型。

(2)圆形脸型的理想化妆，是将眉毛画为自然的弧形，并略带少许的弯曲，不可平直式起角。胭脂从颧骨一直延伸到下颧部；部分上唇化成阔而浅的弓形，均匀涂成圆形小嘴；发式适合六四分，若有刘海，最好是弄厚一些。

(3)方形脸型往往两边颧骨很突出，要设法以掩饰。眉毛要画得稍阔而微弯，不可有角，可以用暗色的粉底来改变面部的轮廓，胭脂适合涂得丰满一些；发式六四分或是中分都可以，若是采用偏分的法式，则会造成不平衡的感觉。

(4)长脸型应增加面部宽阔感，眉毛不可画得太高而有角；胭脂要抹在颧骨的最高处和太阳穴下方所构成的曲线部位，然后再向上抹开，离鼻子要远一些；嘴唇也要涂得稍厚一些；采用三七分路的发式，可以使脸看起来宽些。

(5)三角脸型的额部较窄，而两腮较大，化妆的秘诀和长脸型有些相似。

眉毛最好是保持原状；胭脂由眼尾外方向涂抹，两腮可用较深的粉底来掩饰；嘴唇要显得稍微上翘；为了使额部显宽，最好也采用三七分路的发式。

(6)心形脸型是美人脸型。

画眉时，应顺着眼睛的位置；胭脂要涂在颧骨最高处，然后向上向后化开；嘴唇要显得柔和，下巴过尖，脸的下部要用浅色的粉底，而过宽的前额，宜用较深的粉底；为了使前额显小，最好采用六四分路发式。

手的修饰——向手上的污垢、死皮说“拜拜”手是人的第二张脸，工作、吃饭、握手的时候都要用到它，所以平时手的卫生和修饰都应该引起我们的注意。

(1)要定期的修剪手指甲。

指甲不宜留得过长，否则既不美观，也不卫生，一般以不超过指尖的长度为宜。

(2)经常清洗。

手是我们用得最多的部位，从健康卫生的角度来说，一般在饭前和便后，或是接触其他各种东西之后，都应及时洗手，这样才能保证手的卫生和美观。

(3)修剪死皮。

人体的新陈代谢决定了手上死皮的产生，当我们发现之后，就应及时地将其剪掉。

修剪时，注意不要当众进行，也不要用手撕，或是用牙齿去咬，这些都是不文明、不卫生的方式。

(4)注意手部的“健康”。

因为生活中的种种原因，难免会出现手上皮肤粗糙、红肿、皲裂、破损等现象，这时，我们就要及时地对其进行护理，必要的时候，还应就医治疗。

若是手上长癣、生疮，还要避免与让其与他人接触，否则会让人觉得这是很不礼貌的行为。

睫毛的修饰——“制造”长而浓密的睫毛动人的眼睛，需要长而浓密的睫毛来陪衬，才显得完美。

但是东方人的睫毛却一般较稀、较短，无疑是个缺憾。

这时，你可以使用睫毛液和睫毛夹，来弥补这些不足。

在使用睫毛液和睫毛夹时候，需要注意以下几点：(1)涂刷上睫毛的时候，视线要向下，从睫毛的根部向外慢慢地刷。

刷下睫毛的时候，视线向上，把睫毛刷竖起来，左右拨动睫毛梢，再将其横拿，由上到下刷。

为了脸部的清洁，也可在睫毛下放张纸，等刷完之后再拿走。

(2)如果要多刷几次的话，应该在等前一次刷的睫毛液干了以后再刷，防止一次刷得过多，容易让上下睫毛粘在一起。

(3)为了去掉多余的睫毛液，可以用细齿的梳子轻轻地梳理，当然也可以用睫毛夹，这样才能使修饰过的睫毛显得浑然天成。

<<一本书读懂礼仪常识>>

(4)在使用睫毛夹的时候，要注意视线向下，把睫毛夹放在睫毛的根部，再慢慢加力，由内向外移动。

另外，选择一个合适的睫毛刷非常重要，首先要了解自己眼睛的宽度，按照此宽度来进行选择。还要注意夹口和橡皮垫是否光滑，因为这影响着睫毛的健康。

鼻子的修饰——占据重要位置，不可忽视。鼻子在人们的脸上占据着重要的位置，要想保持仪容的干净整洁，鼻子是不可忽视的地方。

(1)要注意鼻子的干净与否，由于生理原因，有的人的鼻沟处总是存有油渍一样的东西，让人看了难免会有邋遢的感觉。

所以，这些人就得注意，及时清理这些不该存在的东西。

(2)保持鼻腔的清洁，不要让异物堵在鼻子里，也不要鼻涕任意地流，清理时注意不要在公共场所。要知道，在别人面前擤鼻涕和挖鼻孔都是很不文明的行为。

(3)还要经常注意鼻毛有没有长到鼻孔外，有的话，就得及时地进行修剪。

千万别让鼻毛像两撇胡子一样挂在脸上，这是极为不雅的，尤其是在社交场所，会让人觉得肤浅和邋遢。

P6-9

<<一本书读懂礼仪常识>>

编辑推荐

《一本书读懂礼仪常识》由石油工业出版社出版。

<<一本书读懂礼仪常识>>

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>