

<<30岁前要学会的33堂礼仪课>>

图书基本信息

书名：<<30岁前要学会的33堂礼仪课>>

13位ISBN编号：9787542926074

10位ISBN编号：7542926071

出版时间：2010-8

出版时间：立信会计出版社

作者：赵凡禹，水中鱼 主编

页数：304

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>

<<30岁前要学会的33堂礼仪课>>

前言

30岁，已是个不小的年纪。

你可能还把自己当做小孩。

完全不知道“心理断奶期”是个什么概念。

在家里，你是父母的宠儿，于是你可以放肆地无理取闹，肆意而为，你觉得没有人能管得了自己或者已经习惯了“霸权”。

在家里还要讲礼吗？

30岁，你已经长大、成熟，开始走向社会。

来到这个纷繁复杂的社会，你发现，一切都变了，完全不是自己想象的那么回事。

你需要交朋友，在交朋友的过程中，你感受到了友谊的可贵和美好。

你和朋友们谈天说地，搂肩搭背，甚至哥们义气来个“桃园三结义”，或者和闺中的姐妹们挤在一张床上诉说心事，分享喜悦，或者谈论着某个部门的帅哥……这些都让你觉得，有朋友的感觉真好！

然而，不知在什么时候，你发现，朋友们渐渐地疏远自己了，电话、短信少了，见面也不冷不热，怎么回事？

后来被告知：某人被你无心之言“伤了自尊”，某人对你的“长舌”痛恨有加，某人的玩笑让你恼羞成怒产生了“开不起玩笑”的念头，某人认为你“不够意思、不仗义”……难道朋友之间还要那么多讲究吗？

不容置疑，社会交往礼仪是每个人必备的硬件，如果你忽视了这个问题，就会在人际关系上栽跟头。

30岁，是你风华正茂、驰骋职场江湖的黄金时期。

你可能准备着一展身手，来个群雄逐鹿或技压群芳，可是却换来了老板和同事们的反感、侧目。

没错，此时的你应该学会合作，而非挑战和决斗。

你可能渴望得到老板的赏识，也希望得到一些同事的赞美，无奈，你总是感叹：“人心隔肚皮”，职场生存实在不易。

为什么不从自身找原因？

工作不顺都有原因，人际关系紧张都有缘由，许多问题很可能是你自己造成的，比如行事我行我素、说话出口伤人等。

在职场不像在家里。

家里无礼可以得到原谅，在上司面前不懂礼仪，在同事群里犯了规矩，就不那么轻松了。

所以，在职场上，不但要会工作，还要会做人，懂礼仪，这三样一个都不能少。

30岁，你需要适当地在各种场合抛头露面。

你的形象就是你的名片。

你的衣橱里的衣服也许该认真地精简一下了，如果穿着一身娃娃装见客户，那么对方的感觉只有一个：不放心。

还有你非常喜爱的那些饰物也需要拿掉，因为你已经不是小女孩，应该学会理解品位和魅力的内涵。

你给人的第一印象此时是最重要的。

公共场合的礼仪，当然不只用外在形象来判断。

你的举手投足、衣着打扮，别人全都看在眼里。

所以，你尽量要以优雅的姿态出场，不要落人俗气、轻佻的行列。

<<30岁前要学会的33堂礼仪课>>

内容概要

礼仪小至影响一个人的形象和声誉，大至决定一个人的前程和命运，礼仪上的一点小小的疏忽，都会为你带来危害和麻烦，使你的形象一落千丈，事业功败垂成。

30岁是一个人成长中的标志性阶段，如果你30岁前还没有掌握相关的礼仪知识和准则，30岁后你在人生的各种场合将会举步维艰。

本书总结出了最重要的33堂礼仪课，解说了仪表礼仪、社交礼仪、谈话礼仪、应酬礼仪、用餐礼仪、生活礼仪、商务礼仪、职场礼仪等生活中必须要接触的所有礼仪规范，让你在趣味而活泼的礼仪课堂中，领略礼仪的魅力，学习礼仪的知识，在潜移默化中塑造自己的优雅形象，提高自己的礼仪技能，在30岁后的人生中用礼仪走遍天下，赢得一切！

<<30岁前要学会的33堂礼仪课>>

书籍目录

Part 1 基础篇——问题礼仪，开启礼仪人生 第1课 礼仪是什么：揭开礼仪的面纱 致福为礼，成义称仪 礼仪缘何而起 为什么一定要讲究礼仪 礼仪的基本原则 礼仪三宝 第2课 问题出在哪里：有礼走遍天下，无礼难行寸步 我们对礼仪文化的认识仍然存在着误区 潇洒人生，以礼当先 礼尚往来乃人之常情 现代年轻人的礼仪意识 第3课 一个无法估量的影响：礼仪的心理和社会效应 礼仪的心理效应及其影响 礼仪的社会效应及其影响 是什么让你不愿意表现出礼仪 礼仪活动也有度 第4课 成功路上一张必须认识的通行证 好礼仪是你结识陌生人的通行证 好礼仪帮你赢得好人缘 好礼仪有助你实现事业成功 好礼仪帮你融化与他人之间的心灵坚冰 阅读链接给年轻人的31条礼仪忠告Part 2 修炼篇——礼倾天下，雕饰最优雅的自己 第5课 美好的心灵，美好的礼仪，美好的自己 什么是个人礼仪 个人礼仪修养重点修炼内在美 个人礼仪修养的关键是塑造个人魅力 积累个性魅力因素 4 招累积你的魅力指数 阅读链接教你做个礼仪范儿 第6课 仪容礼仪：美容主义，你一生必修的功课 将美丽进行到底 好“面子”是你最闪亮的王牌 淡妆浓抹总相宜，像雕塑家那样雕琢自己 给30岁前小美女的美容新方案 男士美容新概念：你可以变得更英俊 阅读链接午休美容，白领MM的宠儿 第7课 仪表礼仪：穿出“花样”好味道，做第一眼魅力达人 你的形象就是你的个人品牌 仪表风度，尽显风采 我的衣装我做主 男士7件套教你穿出潇洒 女人的“衣”恋情结 阅读链接微妙的职场变装法 第8课 仪态礼仪：举手投足，说不尽的“风骚” 千姿百态演绎万种风情 手“舞”足“蹈”的艺术 体态三种 女人，做个仪态美人 男士的仪态魅力 阅读链接男人味·女人味 第9课 谈吐礼仪：能说会道，做世界上最会说话的人 会说话，为人处世如鱼得水；讷于言，交际应酬四处碰壁！说话的艺术 说话四要 不伤人的拒绝法 谈吐礼仪5忌 阅读链接布吉林的3A法则 第10课 社交礼仪：做交际圈中的谦谦君子 and 优雅淑女 打造社交场上魅力型男 女人，因美丽而生，因气质而赢 谦谦君子要知道的20条社交礼仪 打造女人优雅气质5法 第11课 礼仪大师的风范：向名人学礼仪 赞美：礼仪的高层境界 宽容：最具涵养的礼仪 幽默：最让人叹服的礼仪方式 现代礼仪风范：丰子恺的家庭礼教 阅读链接周恩来：细节中绽放伟人风采Part 3 商务篇——细节决定高度，商务礼仪决定商业关系 第12课 拜访礼仪：第一印象只有一次机会 打造成功的拜访形象 拜访无礼，落跑生意 拜访时言谈举止的礼仪细节 商务拜访礼仪重点在询问环节 涉外拜访礼仪4细节 第13课 接待礼仪：接待无小事，让你的客人真正宾至如归 迎来送往蕴藏大奥妙 全方位接待3步骤 接待服务礼节和言行举止示范 阅读链接行李员，酒店中的一道亮丽风景 第14课 电话邮件礼仪：掌握21世纪的新沟通工具 当电话铃响起时 我是主叫方 正在通话中 挂电话的学问 手机的“突发事件” E-mail的“发送”关键 第15课 谈判礼仪：有礼、有利、有节 礼仪细节决定谈判成败 成功谈判要遵守诚信之礼 谈判中的让步之礼 谈判中的互惠互利原则 阅读链接“分橙子”中的谈判学 第16课 会议礼仪：开一个良性而高效的“圆桌会议” 当好你的会议角色 让开会来得更欢快些 让每个人都参与会议 会议场上的10个忠告 第17课 商务交往中的空间奥秘 人际交往中的空间距离 商务中的行进距离礼仪 座次的选择与感情亲疏有关 商务中的座次礼仪 第18课 舞会礼仪：谁是舞会上最受欢迎的人 准备参加舞会 当舞伴邀请你共舞时 舞会散场后 舞会5禁忌 阅读链接今晚，我是派对女王 第19课 庆典仪式：策划一个富有特色的企业广告案 策划与筹备：来场完美的庆典活动 布置现场：让你的庆典与众不同 来宾入场：感受庆典的热情氛围 庆典开幕：给来宾一个难忘的记忆 出席庆典应遵守以下7个礼仪Part 4 职场篇——职渡生涯发展，礼仪先行 第20课 进职场，请先修Office礼仪 打造一个很“职业”的office形象 营造舒适宽松的office环境 暂停一下，现在是office休闲时分 下班啦 职场新人的办公室礼仪全攻略 第21课 学会推销自己，3分钟征服面试官 我“行”我“秀”，把自己推销给职场 简历一出手，就知有没有 职场面试，请注意你的礼仪 职场成功敲门砖：自我介绍，你准备好了吗 轻松赢得面试官青睐的3绝招 阅读链接“暴露”一点又何妨 第22课 与上司、同事、下属“共舞”的礼仪原则 老板，让你仰慕让你忧 下属，让你欢喜让你忧 你的那些同事们 上司、下属、同事亲如一家的秘诀 游刃职场江湖的9大绝招 阅读链接好员工是孙悟空还是猪八戒 第23课 办公室礼仪二三事 失态就是失礼：你拿“绝交”吓唬谁 无视礼数：因为太“自我”被老板炒鱿鱼 不懂尊礼：爆料同事糗事的下场 无意失礼：只因玩笑太过火 视“礼”不见：假公济私被发现的尴尬 阅读链接不受欢迎的13种职场角色 第24课 细节决定职场人生：Office一族礼仪之5戒 Office之1戒：痛定思痛的

<<30岁前要学会的33堂礼仪课>>

“职场潜规则” Office之2戒：关于吃喝那点事 Office之3戒：近君子，远“小人”，当职位被升迁后 Office之4戒：莫当职场隐形人 Office之5戒：白领“哭戏”惹人烦 阅读链接美国职业培训师眼中的101个职场细节错误Part 5 生活篇——让礼仪的阳光洒满生活的每一个角落 第25课 掌握爱情“物语”，留住一世的情缘 传情：捕捉心照不宣的爱情信号 表白：记住这最浪漫感动的一刻 珍惜：精心呵护来之不易的天使之恋 爱情的真谛：平淡中的适应 爱如磐石的16个秘诀 阅读链接爱情的暗示 第26课 举案齐眉，相敬如宾：让婚姻的纽带更加坚实 新婚甜蜜期：尊重和宽容让婚姻更长久 婚姻疲倦期：婚姻需要经营 金婚相守期：你依然是我手心里的宝 婚姻的极致：互相欣赏 维系婚姻幸福的18个秘诀 阅读链接婚姻的三重境界 第27课 你的孝心指数有多高：跨越代沟，“四世同堂” 代沟一：稚气未脱想独立，父母时刻不放心 代沟二：我的青春我做主，父母叮咛加唠叨 代沟三：追求个性加新潮，父母思想太落伍 沟通：和父母和睦相处的最佳之道 孝敬父母是人类最大的美德 阅读链接永远都不要对父母说的10句话 第28课 探望礼仪：洛阳亲友如相问，一片冰心在玉壶 探望长辈的礼仪 探望亲友的礼仪 探望病人的礼仪 团体探望需要扶助的群体的注意事项 第29课 生日婚礼寿筵礼仪：把最好的祝福送给他(她) 开个创意生日Party：祝你生日快乐 百年好合：向新人奉送最美好的祝福 寿比南山：儿女们那深情的祝寿礼 第30课 送礼礼仪：送礼送到心坎里，礼物代表我的心 别让送礼成负担 小礼物隐藏的大学问 真诚地受礼，恭敬地对人 礼轻情义重，大方送礼5注意 阅读链接选好你的“定情物” 第31课 小餐桌大礼节：觥筹交错中的礼仪学问 家宴待客：让亲朋好友感受最实惠的浓情与关怀 赴宴做客：接受并感谢主人的真情厚意 参加团体宴会：欢聚一堂，体会被热情包围的幸福 喝酒、敬酒、劝酒，让宴会来得更热情些 雅致地品茶 阅读链接西餐就要吃出优雅 第32课 公共场所里，你就是礼仪的形象大使 户外活动区：让礼仪像阳光一样温暖 公共服务场所：小空间蕴藏大礼仪 特殊场所，特殊礼仪 第33课 出行和旅游，做个文明的传播者 自由的出行方式，不同的出行礼仪 游客，请提高你的文明礼仪意识 出国游，把良好的礼仪展现给世界 旅行中住店、餐饮的礼仪细节

<<30岁前要学会的33堂礼仪课>>

章节摘录

《礼记》中说：“礼尚往来，往而不来，非礼也；来而不往，亦非礼也。”

人们在社会交往中，由于受历史传统、风俗习惯、宗教信仰、时代潮流等多种因素的影响，形成了一种既能为人们所认同，又为人们所遵守的行为规范和准则，这个规范和准则就叫做礼仪。

简而言之，礼仪就是律己、敬人的一种行为规范，就是以最恰当的方式来表达对他人的尊重。

礼仪的“礼”即尊重，它要求我们在人际交往中既要尊重自己，也要尊重别人。

古人讲“礼仪者敬人也”，就是对待人接物的基本要求。

“仪”。

顾名思义，表示仪式，即用什么样的方式和形式来表达对自己和别人的尊重。

而在古代。

“礼”和“仪”是两个不同的概念。

“礼”是制度、规则和一种社会意识观念；“仪”是“礼”的具体表现形式，它是依据“礼”的规定和内容形成的一套系统而完整的程序。

我国是历史悠久的文明古国，几千年来创造了灿烂的文化，形成了高尚的道德准则、完整的礼仪规范，被世人称为“文明古国，礼仪之邦”。

所以，礼仪对于我们来说，更多的时候能体现出一个人的修养和品位。

真正讲究礼仪的人，不会只在某个特定的场合才注重礼仪规范，而是时时处处都遵守和保持着礼仪规范和修养。

礼仪是一个人内在修养和素质的外在表现；是人际交往中适用的一种艺术、一种交际方式、一种沟通技巧。

按不同的应用范围和场合，可以将礼仪大致分为个人礼仪、商务礼仪、职场礼仪、社交礼仪、生活礼仪和涉外礼仪等几方面。

这些礼仪分支在内容上都是彼此相关、相互通融的。

礼仪作为必要的社交行为准则和规范，并不是主观臆造的。

了解礼仪的起源，有利于认识礼仪的本质，使人们自觉地按照礼仪规范的要求进行社交活动。

关于礼仪的起源，历史上并未有过明确的定论。

经过研究者的总结和归纳，大致有以下几种说法可供参考。

<<30岁前要学会的33堂礼仪课>>

编辑推荐

《30岁前要学会的33堂礼仪课》：为每一位年轻人量身定造的礼仪精华课，人无礼则不立，事无礼则不成，国无礼则不宁。

礼仪是一门待人交际的学问，也是一个人立身处世的准则。

礼仪是行走社会的第一护照，是迈向幸福生活的通行证。

如果你30岁前还不能成为一个懂礼仪有礼貌的人，30岁后你在社会上将处处碰壁，生活事业进退维谷。

30岁前学点礼仪常识，由内而外雕饰最优雅的自己，30岁后在人生舞台上挥洒魅力彰显风采，游刃有余胜券在握。

每一堂礼仪课，让你言谈得体，谈吐不凡。

每一堂礼仪课，让你举止恰当，行为优雅。

每一堂礼仪课，让你增强内涵，提升品位。

每一堂礼仪课，让你焕发风采，魅力十足。

每一堂礼仪课，让你人气日旺，事业兴盛。

无论是男人还是女人，无论是老板还是员工，都不能不讲究礼仪。

无论是从政还是经商，无论是居家还是外出，都不能不运用礼仪。

有谁不愿意与举止有度、大方优雅的人交往？

有谁不愿意与彬彬有礼、言谈得体的人为友？

又有谁不希望自己在人际交往中展示自己独特而迷人的风采？

又有谁不渴望赢得机会拥抱成功？

33堂礼仪课，浓缩了生活行为规范和待人处世的准则，深藏着成功的秘诀和法则。

早掌握，早受益；早运用，早成功。

<<30岁前要学会的33堂礼仪课>>

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>