第一图书网, tushu007.com

<<礼仪，让女孩受益一生>>

图书基本信息

书名：<<礼仪，让女孩受益一生>>

13位ISBN编号：9787549921720

10位ISBN编号：7549921725

出版时间：2012-7

出版时间：江苏凤凰教育出版社有限公司

作者：杨晓雪　编著

页数：201

字数：163000

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

<<礼仪，让女孩受益一生>>

内容概要

礼仪已成为社会文明的重要标志。
优雅的行为举止，得体的谈吐仪态，规范的礼仪礼节，成了人与人之间沟通的桥梁，是判断一个人素质高下的重要依据。

《礼仪让女孩受益一生(9-15岁女生的枕边书)》是为青少年女孩量身打造的礼仪读本，希望能引导女孩们懂得礼仪，把握礼仪，为优雅人生打好基础。

《礼仪让女孩受益一生(9-15岁女生的枕边书)》的作者是杨晓雪。

第一图书网, tushu007.com

<<礼仪，让女孩受益一生>>

书籍目录

仪表气质 自内而外的修饰
洁净，仪表美的第一步
不同场合女孩的着装要求
鞠躬、颔首，做谦卑有礼的女孩
微笑最具感染力
正确地坐、立、行、走，展现女孩气质
小动作破坏优雅形象
让你的声音为你加分
说话的艺术 做一个善于与人沟通的女孩
合适的称谓体现女孩修养
怎样在不同的场合问候他人
出彩而不张扬的自我介绍
如何介绍他人
赞美是一剂良药
大方接受别人的赞美
事无大小及时言谢
善于倾听有时候重于表达
让幽默随行
道歉的艺术
聊天时常用话题让女孩化解尴尬
学校礼仪 女孩子涉世之初
与老师相遇要问好
教师节怎样送礼才合适
不要私下对老师评头论足
征得老师同意后再进入办公室
想认真听讲同桌却找你聊天怎么办
课堂辩论就事论事切忌人身攻击
主动认识新同学
和好朋友产生误会时
成绩得意时不张扬
闺蜜也要有秘密
与男孩相处要有礼有节
不要拿别人的缺陷起外号
同学之间切莫攀比
家庭礼仪 亲人也要有礼貌
细心的女孩会记住父母的生日
照顾父母的“好面子”
父母发生冲突时好女孩怎么办
与父母发生分歧时女孩该如何做
春节拜年时的礼节
与老人相处的礼仪
姐妹之间怎样平衡
尊重邻居的隐私
家庭讨论时如何参与决策
社交礼仪 做一个有准备的女孩

吃饭时有序入座
点菜与结账的学问
适合不同对象的礼物
做个受欢迎的客人
有朋友来拜访时
探视病人的礼节
接、打电话的礼节
邮件交流有讲究
女孩子网聊要小心
与外国朋友交往的礼仪
公其场所礼仪 注重外人眼中的你
入乡随俗，入门知讳
手机使用有禁忌
不在图书馆吃零食
观看比赛的礼仪
音乐会上要注意的事项
女孩子应该懂得的商场礼仪
出入电梯有讲究
洗手间的礼仪
公共交通工具上女孩子应避免的事情
女孩子怎样应对性骚扰

章节摘录

在同别人讲话或是站起来回答问题的时候，你是否也会像阿韶那样有些无意识的小动作呢？
动作虽小，但是对于一个追求完美的女孩而言，它着实破坏了你优雅的形象。
对于这样无意识的“顽疾”，即使改正非常困难，也不应该任其发展而不加以矫正。
1．讲话时不要拉黄衣袖　有的女生比较害羞、内向，在人前讲话时会不由自主地拉着自己的衣服下摆或是摆弄袖子，这会让别人觉得你过于紧张而且缺乏自信心。
如果面试的时候这样，更会把你口头表达能力不足的缺点暴露无遗。
2．切莫频繁抖腿　仔细观察就会发现，很多同学上课听讲或是做题的时候会习惯性地不停抖腿，这既是一种很不雅观的行为，也会让别人感到烦躁。
正式场合，我们应该尽量调整使自己不去抖腿，比如身体挺直、保持坐姿端正，如果在无意识中已经发生了抖腿的动作而让对方产生不快的话，就应该迅速调整坐姿，并用眼神向对方表示歉意，或者直接说声“对不起”。
3．吃饭尽量轻声　有的女孩子喝汤时发出“吧唧吧唧”的声燥，甚至会造成嘴唇破裂流血。
(2)单侧咀嚼食物：单侧嚼食会使另一侧的牙齿失去正常的咬合能力，久而久之会使颌骨骨质变形、肌肉萎缩，面部左右不对称。
(3)表情太过丰富：如果面部表情过于丰富，经常紧锁双眉、挤眉弄眼、大笑，那么额部、眼睛周围的肌肉就会长期受到挤压，血液循环减少，从而使皮肤弹性减退，额部、眉头间、眼角周围的细纹增多。
(4)眯眼睛：有的女孩子害怕戴眼镜影响了自己的容颜，只好在看东西时眯着眼睛，但久而久之，眼角就留下了细纹。
“真的啊？
不是吧！
”小美刚一说出口，阿韶便紧紧捂住了她的嘴。
“拜托啊！
小声一点行不行，我不想让每个人都知道我上学期的体育成绩没及格！
”小美是出了名的大嗓门，平时说话声音很高，阿韶告诉小美这个小秘密之前，嘱咐了她好久要。
尽量小声一点，不想小美嗓门还是那么大。
小美也自知冒犯了阿韶，不住地道歉：“对不起啊阿韶，你知道我天生嗓门大，我也没办法！
”“那就拜托你别再说了！
”阿韶没好气地回到了自己的座位上。
小美也很委屈，走到玲玲的座位旁把一肚子苦水都倒了出来：“哎，这个大嗓门的毛病我妈都说我好久了，可我就是记不住……”玲玲看小美那么苦恼，出主意道：“你可以有意识地练习把声音放低一点，久而久之就会形成习惯了！
比如说你现在和我说话的时候就可以多注意一点儿自己的音调，高了的话就轻声一些，回家也可以对着镜子练，我听说很多主持人就是这样练习自己的声音的！
”　“对啊！
”小美一听高兴得忘乎所以，把玲玲刚说的要注意自己声调的事忘得一干二净，大声说：“还是玲玲够朋友！
大嗓门也是我的困扰啊，阿韶那个家伙就会怪我，生我气，也不说帮帮我！
”话音未落，玲玲便向小美做手势让她小声一点，不想阿韶已经听到了小美的话，愤愤地走出了教室。
P18-21

第一图书网, tushu007.com

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