# 如何塑造个人礼仪形象[5篇]

来源：网络 作者：梦回唐朝 更新时间：2024-05-18

*第一篇：如何塑造个人礼仪形象首先在行业中塑造好个人的形象是非常重要的，因为在任何时候个人形象都是影响个人的社会活动是否成功的重要因素，例如在求职过程中个人形象，是断定结果是否成功的因素。对于我个人而言，我认为“端庄大方”这两个词就足以诠释...*

**第一篇：如何塑造个人礼仪形象**

首先在行业中塑造好个人的形象是非常重要的，因为在任何时候个人形象都是影响个人的社会活动是否成功的重要因素，例如在求职过程中个人形象，是断定结果是否成功的因素。

对于我个人而言，我认为“端庄大方”这两个词就足以诠释我对个人礼仪形象的观点。那要做到“端庄大方”我认为需要在两个大方面做工作。一是：感官方面二是:内涵方面 感官即是：看的到，听得到的，闻得到的，触得到的。

对于要在感官方面提升礼仪形象，就要在梳妆，服饰，动作，语气，表情几个方面来着重提升。

我觉得从这几个方面来讲最打动人的方面就是表情，动作和语气。在和人交谈中表情自然，眼睛注视着对方。也要多微笑，微笑可以缓解压力和紧张感。言谈举止要开朗热情大方，要有亲和力。坐，走，站。都要合乎基本要求。挺胸抬头，精神些。要表现的更自然一些，大忌就是不要表现的很虚假做作。虚假做作是最容易让别人感觉到的，也是最反感的。

其次就是着装打扮方面，尽量简单干净就可以，如果打扮的太过妖艳会有种高傲冷酷的气势，会给人一种很难接近的感觉。还有就是在什么场合穿什么样地衣服。穿着简洁，讲究卫生。像我们实习的话在殡仪馆就不能披头散发，染指甲，穿亮色的衣服。

在内涵方面：有句话说的好“内心美丽才是真正的美丽”。内涵影响举止，内在方面才是真正影响是长期成功的重要因素。在外表获取赞同时，内涵会显得格外的重要。为什么大公司在面试时会聘那个将废纸捡起扔进垃圾桶的人。这就是内涵。我认为我们要提升内涵首先是要有个正确的思想观念。这是做人的基本。那对于我们学生要在这个基础上提升的话，对于我而言看书的话肯定是不行的，因为我知道自己坚持下来的机率很小。那我建议很好的方法就是看一些有意义视频。像百家讲坛，艺术人生，讲述，不枯燥还有意思。还有就是提升内涵最重要的影响就是不易被其他人“同化”。（我认识一个人一开始的时候人特别好，憨厚朴实，但是一段时间以后，变得自私虚伪做作。了解后，才知道是被其他人带坏了，我觉得这是很危险的。）做任何事都要掌握平衡，不超越底线。最重要的就是要知道无论对人对事都不越过自己的底线并用心去对待。我相信只要有目标用心了，就一定会成功。

**第二篇：如何塑造个人形象——职场称呼礼仪**

个人形象塑造——职场礼仪：领导为什么不喜欢你 作者：JOMI来源微信公众号：JOMI个人形象顾问

不管你喜不喜欢韩剧，你多少知道韩国人喜欢欧巴欧巴的叫。韩国日常尤其是职场上是非常讲究前后辈、上下级的礼貌的，但反观中国，作为曾经的宗主国却没有把这种传统沿袭下来。我不推崇他们那样的点头哈腰，但基本的礼貌请留在心里，更挂在脸上，含在口里。

这时候又到了说故事的时间：我有一个女朋友，人说不上聪明但是工作勤勤恳恳，兢兢业业的在一家公司做了两年工作，前段时间跑来和我抱怨，一个刚来公司半年的小女生升职爬到了她头上。她很气愤但更困惑，因为论资排辈这个经理的位置一定是她的，这个女生入职的时候还是她一把手带起来的。我问她新人表现怎样？她告诉我这女生做事挺细致，但最多称的上中规中矩，没有特别出彩的地方。不过嘴巴特别甜，人也特别有礼貌，也是因为这一点朋友才特别愿意带她。

听到这儿，我明白了一点，我知道我这个朋友性格大喇喇，偶尔爆粗口不说，对上司（上司也是年纪相仿的女性）更是以大名相称。我想她没有升职肯定还有其他原因，当然不只是因为这一点，不过以对其上司其他事迹的推测，朋友这种“称兄道弟”的行为并不讨巧。就算她冲进总监室责问领导也不会有人告诉她真相。

阿谀奉承，虚情假意这些东西各人有各人的活法，但是秉承基本的称呼礼貌无论如何也不会错。

那怎么称呼领导或者前辈合适呢？

一来观察其他同事怎么称呼，二来可以委婉的询问怎么称呼其合适（放心，与其一直听你以后不顺心的称呼，你问这个问题无碍）。

职场称呼无非两种，一来称呼职位，如陈经理，吴总，二来称呼刘姐，赵哥。如果善未熟稔的，称呼职位为佳，也更为专业。当然，关系好一些的称呼哥姐显得更为亲昵一些。有一些中国式外企喜欢直呼英文名，尤其是老外（前任公司也有，但多数我们还是称呼职位，哥姐比较多）。

其实聪明的你，只要知道以己度人，换位思考，换做你的自己，你也会喜欢一个懂礼貌的下属或者后辈。

所以下次，不妨谦虚一些，即使对方年级比你小，但职位资历比你深，也不妨礼貌称呼，你绝对不会吃亏的。

——JOMI的一句话温馨提示——

职场如战场，绝大部分人不会明摆着告诉你他或她对你的不满，所以请认真观察你上司的微表情。

题图：源自《来自星星的你》女主千颂伊与韩宥拉因为前后辈礼貌的事情大起争执

**第三篇：社交礼仪论文 个人形象塑造**

个人形象塑造的必要性

中国是一个礼仪之邦，我们的言行在不同的场合会有不同的要求，要做到具有良好的礼仪，要从实践中感受礼仪，而礼仪与塑造自我形象有着相辅相成的关系。好的礼仪形象不仅可以美化人生，而且可以培养人们的社会性，同时还是社会生活和交往的需要。注重言语礼仪形象，可以有一个和睦、友好的人际环境；注重行为的礼仪形象，可以促进人际关系的和谐；因此作为一名大学生，礼仪习惯的培养对我们个人形象的塑造至关重要。注重个人形象塑造是当代大学自我发展和社会发展的要求，一个好的形象必然会为自己在日常的人际交往和未来的社会工作中加分。个人形象塑造的途径

作为形象塑造主体的大学生，对于这些问题再加上老师讲课我总结出了平时应从以下几个方面注意自己的形象：

1、仪容仪表，即外观也。在社交中，仪表是打造个人形象魅力的基础。首先重点是头和手，头部和手部很重要，鼻毛不能过长，不能有发屑，一般要先梳理后穿衣服，身上不能有怪味。男人的头发也有要求，不要太长。其次是服饰。服饰也代表个人修养。服饰最关键的一个问题，就是要选择搭配到位。首先要适合你的身份，适合你的地位。其次要把不同的服装搭配在一起，要给人和谐的美感。

2、言谈举止。要求端庄、自然、大方、稳键。在举止动作上，要有风度，风度就是优雅的举止，就是优美的举止。优雅的举止，实际上是在充满了自信的、有良好文化内涵的基础上的 一种习惯的自然的举止动作。举止要文明，尤其是在大庭广众之前，我们必须要树立个体代表集体这样一个理念。比如不能够当众随意整理我们的服饰，不能当众处理我们的废物，举止简言之是教养。进而言之，举止要优雅规范。所谓的站有站相、坐有坐相。手不要乱放，脚步要乱蹬。在谈吐上，就是语言，要讲普通话。第一要压低声量，打电话和谈话能声音过大，声音过大显的没有修养。受教育程度不高。说话的声 音低一点有二个好处，一是符合规范，二是比较悦耳动听。第二要慎选内容，言为心声。你所讨论的问题，首先是你的所思所想，要知道该谈什么不该谈什么。第三、在与人交往中谈吐时礼貌用语的使用也是很重要的，前面已经说了。另外在交谈中，面部表情也很重要，表情是人的第二语言，表情要配合语言。表情自然、不要假模假样；表情要友善、不要有敌意；友善是一种自信，也是有教养。表情要良性互动。要双方平等沟通。

3、内在素质。加强内在形象的培养和锻炼，对于大学生自身也是至关重要的。要进行社会责任感和道德感的培养，这是塑造自我良好形象的基础；注重知识的积累，做到既博又专；要有一个积极向上的态度，勇往直前，毫无畏惧；同时拥有一个自信、豁达、热情、开放的心理，相信自己，正确认识和对待自己。

4、与他人交往，待人接物，作为一名大学生，与人交往事关你的形象。很重要的一点是“遵时守约”。时间就是生命、时间就是效益，与人交往中必须要遵守时间，这不但关系到你的形象问题，更关系的你自身的信誉问题。结语

作为一名大学生，我觉得大学生自身礼仪要求要规范化。一个知书不达礼，知识水准和道德水准严重不协调的学生，不可能成为一个优秀人才。一个优秀人才，不仅应当有高水平的专业知识，还必须有良好的道德品质修养和礼仪修养。步入社会就要和许多社会上的人打交道，因此对我们个人的形象塑造是有一些要求的。通过本次选修课关于礼仪的学习，让我受益匪浅。我们只要有心，注重小节，我们就是成功者！

**第四篇：学习礼仪文化,塑造良好个人形象**

学习礼仪文化，塑造良好的大学生形象

古语有云：礼，天之经也，民之行也。由此可见礼仪文化由来已久，对中华儿女有着深远的影响。中国自古以来有“礼仪之邦”的美誉，在大力提倡社会主义精神文明与构建和谐社会的今天，讲文明，懂礼貌是每一位公民必须具备的社会公德。而大学生在接受了高等的教育的同时，不应忽视礼仪文化的作用，我们大学生以后进入社会更免不了与他人打交道的机会，所以学习社交礼仪、提高礼仪修养显得尤为重要。

为什么说学习礼仪文化对大学生来说是至关重要的呢？大学生即将走上社会，去面临社会的洗礼，等我们走上工作岗位：如何与领导打交道，如何与同事交往，如何建立良好的人际关系等对我们来说都是不得不面临和思考的问题。接下来我将根据我在礼仪文化课程中的所学所感浅谈一下学习礼仪文化与塑造大学生形象的联系。

现如今，在大学校园里，课堂上大学生无视礼仪的现象非常严重。小学时，甚至中学时，我们都还知道在校园里遇到老师要停下来喊上一声“老师好”，而在大学的校园里看到老师跟看到路人对我们来说已经没有什么区别了。那时的课堂上我们是严肃的，上课之前我们要对老师起立鞠躬表示敬意，大学里无疑使开放的，也许是为了老师和学生能够平等地交流，无形中这些以前约定的规矩就都不复存在了，甚至在课堂上大声喧哗，手机铃声震耳欲聋。这些与塑造一个良好的大学生形象都是不符的。

首先我想谈一谈塑造一个得体的大学生形象是必要且必须的：塑造一个良好的大学生形象有利于大学生与他人建立良好的人际关系，促进大学生的身心健康；其次，这是大学生自我完善、自我提高、自我发展的内在要求；而且大学生的形象不仅关系到自己，更关系到整个学校的精神风貌和整个社会的精神文明；最后，塑造一个良好的个人形象对个人未来的发展更有着不可言喻的作用。既然这样，那大学生又应该如何塑造良好的个人形象呢？通过我这半学期对礼仪文化课程的学习，我认为在塑造良好的个人形象之前要了解礼仪和学习礼

仪。礼仪文化大体包括个人礼仪、公共礼仪、交往礼仪、联通礼仪、应酬礼仪、求职礼仪以及餐饮礼仪这几个方面的内容。

首先个人礼仪包括仪容，举止，表情，服饰，佩饰五个方面的内容。仪容，通常指人的外观，在人际交往中是交往对象首先关注到的并且影响到他人对自己的整体评价，所以生活中对自己的仪容要求切忌过于随便，要做到自然美，修饰美和内在美，对头发，面容等细节也要多多注意。其次就是举止，在与人的交往中要做到举止得体，优雅，无论是手资，立资，蹲姿等。对于表情，要考虑到场合，对象，不宜过分夸张，要做到自然得体。最后关于服饰和佩饰，两者不可分离而谈，服饰和佩饰要相互搭配。良好的个人礼仪有利于加深别人对你的印象分，能让别人舒心主动地与你接近，一个外表邋遢的人很难得到他人的认同和接纳，无论是朋友还是领导。

在公共场合个人形象就显得尤为重要了，因为这时你的言谈举止，一言一行都影响着别人对你的看法。公共场合分为行路、行车、乘船、宾馆等，平时看似很简单平常的举止都有着细微的区别，我们要特别留意一些细节，如：乘车行路办公室的工作人员在陪同领导及客人外出时要注意：让领导和客人先上，自己后上；要主动打开车门并以手示意，待领导和客人坐稳后再关门，一般车的右门为上、为先、为尊，所以应先开右门，关门时切忌用力过猛；在乘车的座次上很讲究，我国一般右为上，左为下；陪同客人时，要坐在客人的左边等等。不同的环境要注意不同的细节，这只能靠我们平时多留心，课余多学习。

交往礼仪对于大学生来说并不陌生，刚刚步入大学的我们都渴望收获一份真挚的友情或爱情，此时，交往礼仪是我们必须了解的。人与人之间初次见面要主动地自我介绍，然后再询问他人的信息，还要注意分寸，称呼要合乎常规，认真区别，适当的场合要相互行礼以表示尊重、有好、关心与敬意，在当代中国及世界经常采用握手礼，握手要注意时机、方式，名片在当代社会交往中用途广泛，我们要学会交换和索取名片，人际交往中不可避免的就是交谈，交谈中要注意语言，方式。

对于通联礼仪，通常指人们进行通信、联络时所应遵守的基本规范。电话礼

仪和书信礼仪在如今被大家使用和接受的范围较广，拨打电话时要考虑时间，内容，书信交往中要使用正确的书信格式，信纸的折叠技巧也可以适当注意。以后步入社会，应酬是一项必不可少的社交活动，因此了解一些应酬礼仪对我们而言也是非常有必要的。在不同的场合，与不同身份的人应酬寒暄时都要照顾到对方的喜好与需求。应酬礼仪多是吃喝聚会等活动，所以谈及应酬礼仪，不可避免地就要说到餐饮礼仪，饮食礼仪因宴席的性质、目的而不同；不同的地区，也是千差万别。作为客人，赴宴讲究仪容，根据关系亲疏决定是否携带小礼品或好酒；赴宴守时守约；抵达后，先根据认识与否自报家门，或由东道进行引见介绍，听从东道安排，然后入座；对于“排座次”，是整个中国饮食礼仪中最重要的一部分，总的来讲，座次是“尚左尊东”、“面朝大门为尊”。而随着中西方交流日益频繁，了解一些西餐餐饮礼仪，也将会有利于我们在工作中顺利地开展外交活动、生活中避免可能会遭遇的尴尬。

对于大学生来说，毕业之后求职找工作时人生一个重要的转折点，所以很多同学都对求职礼仪特别感兴趣。面对日益激烈的就业竞争，当前大学生面临着更加严峻的就业形势，所以我们应该投入更多的时间和精力在学习上。应聘前要做好充分的资料准备，写好个人简历，突出个人特点，要注意言辞的准确性，求职信要做到简洁精练。言辞诚恳。面试过程中要仪表整洁，着装整洁大方，面试要准时赴约，耐心等待面试，把握进屋时间，面试时要注意表情和形体语言，面带微笑，坐姿正确，注意和考官的眼神交流。同时要适时告退，给考官留下一个好印象。面试中的谈话礼仪是我们要特别关注的一点，良好的谈吐能反映一个人的文化素质和内涵修养，与考官的交流中要谦虚、诚恳、自然、亲和、自信一般要使用普通话作答，要求发音准确，吐字清楚，最好能使用谦辞和敬语，切忌出言不逊，三心二意。这只是一些简单的面试礼仪，面试过程中要保持冷静，注意细节，时刻保持警惕。大学生如想提高自己的面试成功率，要从平时注意自己的言行举止，塑造良好的大学生形象。

个人形象如同一个店铺的门面，一个人个人形象的好坏，直接决定着你的人际交往的成败，一个大学生要塑造良好的个人礼仪，要从学礼仪、知礼仪、讲礼

仪开始，学习礼仪文化能够让我们在今后的人际交往中把握好尺度，时刻注意自己的仪表、风度、语言等细节。讲究礼仪，遵从礼仪规范，可以有效地展现一个人的教养、风度与魅力，更好地体现一个人对他人和社会的认知水平和尊重程度，从而使个人的学识，修养和价值得到社会的认可和尊重。适度、恰当的礼仪，不仅能给公众以可亲可敬、可合作、可交往的信任和欲望，而且会使与公众的合作过程充满和谐与成功。礼仪是良好品德修养的表现形式，也是良好道德品质养成重要途径之一。

其实，大学生形象的塑造不仅仅在于讲究礼仪，树立远大的理想，追求真理，全面发展等也是必不可少的。注意个人形象塑造是当代大学生适应社会发展的要求，二十一世纪是充满了挑战与机遇的世纪，作为一个当代大学生，在竞争日趋激烈的社会中，人们对个人形象的要求也越来越高，内外兼修的复合型人才越来越受欢迎，为了生存和发展，每一位大学生都应该以一个良好的个人形象参与竞争，一个好的形象可能会为你赢得一个好的机会，试想一下：在一个匆匆一面的求职现场，一个不修边幅的人和一个形象气质俱佳的人，谁会更占优势？

所以我们应当正确地认识自我，发展自我，提高自我，努力提高自身素质，塑造良好的形象，无论是在学校还是将来走上社会，努力提高自身的社交礼仪，为将来打下坚实的基础。改变自己，塑造自己，把握自己人生的航向。

**第五篇：公务礼仪与形象塑造**

《公务礼仪与形象塑造》

课程背景：

政务礼仪是公务员在从事公务活动、执行国家公务时所必须遵守的礼仪规范。随着现代社会的进一步发展，政务活动不断开放、政务往来日趋增多，对党政干部政务礼仪素质的要求也越来越高。学礼、知礼、用礼成为每一位党政机关干部必备的素质。我们近年来国家机关一直在改善服务作风，国家公务员学习遵守政务礼仪有助于增进和改善个人素质，更好地为人民和社会服务，最后会改善和维护我们的国家形象、政府形象，公务员是政府的化身。

课程收益：

通过培训学习，提高公务员个人修养，规范自身言行和行政行为，掌握沟通艺术与技巧，促进公务员队伍建设，提升组织整体形象。

课程特色：

培训师采用轻松、幽默的语言，通过互动、模拟、游戏等环节让学员达到即学即用的效果。使学员在意识、形象、语言、举止、内外往来及沟通技巧等方面有据可依、有章可循，从而提升公务员魅力、提高工作效率、和谐内外关系。

授课对象：公务人员

课程大纲: 第一讲：打造你的政务魅力——个人形象塑造

1、重塑自我形象——礼仪的作用

2、着装礼仪

3、政务女性着装礼仪

4、政务男性着装礼仪

5、个人仪容的塑造

第二讲：打造你的政务魅力——日常工作往来

1、政务活动与公务礼仪

2、接待与迎送的礼仪

3、日常谋面礼仪

4、会见与会谈礼仪

5、请示汇报礼仪

6、政务文书礼仪

7、出差在外的礼仪

8、参观礼仪

9、乘车礼仪

第三讲：打造你的政务魅力——会议礼仪

1、计划流程、运作筹备

2、会场布置、会议座次

3、会议传达、会后沟通 第四讲：打造你的政务魅力——仪式礼仪

1、签字仪式

2、剪彩仪式

3、奠基仪式

4、座次了解

第五讲：打造你的政务魅力——宴请礼仪

1、宴请的分类

2、宴请的简介

3、宴请的准备

4、餐桌的礼仪

5、茶、酒文化

第六讲：打造你的政务魅力——电话礼仪

1、基本电话礼仪

2、拨打电话礼仪

3、接听电话礼仪

4、转接电话礼仪

5、形象杀手手机

6、邮件、传真礼仪

第七讲：打造你的政务魅力——工作沟通礼仪

1、公众沟通

2、同事沟通

3、领导沟通

4、语言规范

5、沟通技巧

6、沟通障碍

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！