# 大学生与公关礼仪

来源：网络 作者：清风徐来 更新时间：2024-07-09

*第一篇：大学生与公关礼仪大学生与公关礼仪作为一名大学生，许多人都经历过交往和交际中的尴尬，如着装不当、举止失礼、不会说话等。事情虽小，但常常挫伤我们的自信，影响我们的形象。在未来的求职、工作、业务沟通中这些尴尬依然与我们形影相随，我们的命...*

**第一篇：大学生与公关礼仪**

大学生与公关礼仪

作为一名大学生，许多人都经历过交往和交际中的尴尬，如着装不当、举止失礼、不会说话等。事情虽小，但常常挫伤我们的自信，影响我们的形象。在未来的求职、工作、业务沟通中这些尴尬依然与我们形影相随，我们的命运也会因此改变。因而说明公关礼仪于我们大学生有着密切的关系。下面我用五方面来说明公关礼仪对大学生的重要性。

1.公关礼仪教育有利于大学生与他人建立良好的人际关系，形成和谐的心理氛围，促进大学生的身心健康。随着人类越进步，社会生活越社会化，人们也就越需要礼仪来调节社会生活。礼仪是人际交往的前提条件，是交际生活的钥匙。

2.公关礼仪教育有利于促进大学生的社会化，提高社会心理承受力。大学生在社会化过程中，需要学习的东西很多，而公关礼仪教育是一个人在社会化过程中必不可少的重要内容。因为礼仪是整个人生旅途中的必修课。

3.公关礼仪学习有利于对大学生进行人文知识教育，提高大学生的人文素质，主要是指通过人文学科的教育去塑造和培养大学生的内在品格和修养，也就是塑造大学生具有高尚的精神境界和高品位的文化境界。

4.大学生是知识层次较高的群体，在礼仪修养方面提出了更高的要求。在市场经济大潮，就业竞争日趋激烈的背景之

下，有较好的公关礼仪修养的学生则更加受社会的亲睐，更容易找到自己心仪的工作。

5.公关礼仪是成功者的潜在资本，美国有一大学的研究人员对100家大公司进行调查，英国有93%，美国有96%的公司经理一致认为公关礼仪素质对于个人获得成功非常重要，因为公关礼仪不仅有助于大学生造就迷人的个性，保持身心健康，培养自信和积极的心态，还可以增强团队意识，提高责任感和使命感，而这些正是成功者的必备条件和素质。

大学生想在今后的工作中有所作为，必须注重公关礼仪的修养。总之，公关礼仪是一种学问，我们都应该重视它，并让它在我们的成长中发挥重要的作用。

**第二篇：公关礼仪与大学生自我修养**

公关礼仪与大学生自我修养

礼仪是人们在一定交往场合中的行为规范和交往准则；“不学礼，无以立。“礼仪是一个人道德水准和教养的重要标志，是一个人立足社会、成就事业、获得美好人生的基础。懂礼仪的人具有绅士风度，淑女风范；懂礼仪的人总是温文尔雅，彬彬有礼；懂礼仪的人展示的是落落大方、高贵典雅的形象；懂礼仪的人态度自然得体，充满自信，令人有说不出的舒服与自在。我们通常所说的气质、风度，是指人的内在美与外在美的和谐统一，是一个人德、才、学识诸方面修养在行为上的外化，从而产生了一种使人妙不可言的美好感觉。要提高一个人的气质、风度，应从礼仪修养入手。公关礼仪是在公共关系交往中，表现出的对交往对象尊重、恭敬的行为规则，以通过个人树立组织的良好形象。它看似简单，却受主、客观因素的影响，并对公关人员的素质提出了较高的要求。

公关礼仪包括了仪表礼仪，仪容礼仪，仪态礼仪，称呼礼仪，电话礼仪，介绍礼仪，握手礼仪，奉茶礼仪，接待礼仪，语言礼仪等多种礼仪。其中仪表礼仪又是最基本的礼仪，是指人的外表，包括容貌、打扮、举止和风度，仪表美就是这四个方面的协调统一；仪容礼仪是指人的面容表情，在社会交往中人的面部表情起着传递信息、沟通感情的重要作用；仪态是指人们的举止和体态，包括站姿，坐姿、走姿、蹲姿和手势等。优雅的举止和体态，即可以塑造形象，又可以展示风采；称呼礼仪在日常的人际交往中是必不可少的；当今社会，电话已经成为人们彼此联系和相互沟通信息的重要工具，所以电话礼仪也成为了一种比较重要的礼仪；介绍在人际交往中是相互了解、建立联系的最常用的方式。掌握介绍的礼仪，会让你在重要场合中显得更懂得礼貌，更受人尊敬；握手礼仪是一种见面时的礼仪，掌握了该礼仪会让我们显得更加的有礼貌；无论是在家里还是在办公室，接待来访者茶水都是必备的。有客来访待之以茶，虽然物美价廉，却表现出一种文化，所以马虎不得；懂得接待礼仪，也会让我们重要会议或聚会中，显得我们更加拥有一定的内涵；语言是人类的交际工具和思维工具，是人们沟通信息、交流思想、联络感情、建立有益的桥梁。

形象，我们并不能简单地理解为人的外表特征，而是人的精神和内在素质通过外表的一种自然流露和表现。其中，精神和内在素质是从根本上决定一个人形象的主要因素。生活在激烈竞争的社会，良好的形象是一个人立足社会、取胜于人的基础。为大学生应注重礼仪的修养。然而，礼仪修养绝不仅仅是一种外在的行为表现形式，它是与人内在的道德、文化和艺术修养密切相关的，是其内在的道德、文化和艺术修养的反映和折射。

人的精神面貌的塑造，在很大程度上取决于其思想境界、道德情操和文化素养这些内在品质，这才是人生命美的长青树。比如，有的人尽管穿着高级的名牌衣服，但他的内在涵养不高，整体效果也显示不出美的效果；有的人礼仪语言的表达很动听，即使他着装很俭朴，但给人的感觉依然是美的。因此，大学生在学习社交礼仪行为规范的同时，还要注重自己的内在修养，在勤奋求知中不断地充实自己，以提高自己的礼仪水平。

通过对这门课的学习，我知道人具有外在美，包括形体美、相貌美、修饰美等。人除了外在美，还有内在美。内在美是人的精神、心灵方面的美，是人的美的灵魂。它主要包括理想美、品德美、智慧美。内在美和外在美统一便体现一种风度美，反映在待人接物，言谈举止上，包括语言美、姿态美、行为美。那么，作为新时期的大学生，应该从哪些方面塑造自己的形象呢? 我觉得当代大学生要塑造良好的形象主要从以下几个方面着手。

（一）伦理修养。

伦理修养是指一个人的意识、信念、行为和习惯的磨练与提高的过程，同时也指达到一定的境界。有德才会有礼，缺德必定无礼，伦理是礼仪的基础、现实生活中，为人虚伪、自私自利、斤斤计较、唯我独尊、嫉妒心强、苛求于人、骄傲自满的人，对别人不可能诚心诚意、以礼相待。因此，只有努力提高伦理修养，不断地陶冶自己的情操，追求至善的理想境界，才能使人的礼仪水平得到相应的得高。

（二）文化修养。

风度是人格化的表征，是精神化的社会形象，它是人们长期而又自觉的文化思想修养的结果。有教养的人大都懂科学、有文化。他们思考问题周密，分析问题透彻，处理问题有方，而且反应敏捷，语言流畅，自信稳重，在社会交往中具有吸引力，让人感到知识上获益匪浅，身心上愉快舒畅。相反，文化修养较低的人，缺乏自信，给人以木讷、呆滞或狂妄、浅薄的印象。因此，只有自觉地提高文化修养水平，增加社交的“底气”，才能使自己在社交场上温文尔雅、彬彬有礼、潇洒自如。

（三）艺术修养。

艺术是通过“叛徒”具体、生动的感性形象来反映社会生活的审美活动。艺术作品蕴藏着丰厚的民族文化艺术素养，更凝聚着艺术家的思想、人生态度和价值取向。因此，我们在欣赏艺术作品时，必然会受到民族文化的熏陶，同时也受到艺术家的人生观、世界观、价值观等方面的影响，倾心于艺术作品所描绘的美的境界之中，获得审美的陶醉和感情的升华。思想也得到了启发，高尚的道德情操和文明习惯就会培养起来。因此，要有意识尽可能多地接触内容健康、情趣高雅、艺术性强的艺术作品，如文学作品、音乐、书法、舞蹈、雕塑等，它对人们提高礼仪素质大有裨益。

（四）理念的塑造。理念的塑造即培养大学生塑造良好形象的意识，就好比是认得大脑中枢神经，它解释了为什么要塑造形象，决定着怎样塑造形象，是形象塑造中最本质的东西。

(l)树立远大的理想。理想是前进的动力，人的理想、精神、意志、品格、习惯、爱好等，无一不对学习产生直接或间接、这样或那样的影响，甚至是重大或根本性的影响。所以，我们要不断增强学习自觉性，树立远大的革命理想，养成刻苦钻研的学习习惯和严谨科学的治学态度，形成奋发有为的进取精神，才能有力地促进智力因素的不断发展，获取持久的学习动力，进而养成勤奋好学的良好形象。

(2)全面提高自己的文化素质。学习文化知识是学生的天职，文化知识素养是塑造大学生良好形象的基础。“问渠那得清如许，为有源头活水来”。文化素质教育对大学生的道德情操、价值观念、人格修养、审美品位具有潜移默化的影响，进而内化为大学生的完善人格，完美形象。因此，当代我们大学生必须励学敦行，丰富自己的内涵，塑造卓越的形象。

(3)提高自己的思想素质和道德素质。在形象的塑造过程中，要不断完善我们的思想素质和道德素质。思想培养方面，要学会爱党、爱国、爱家，考到自己肩负的安邦兴国的巨大责任；道德培养方面，大学生是人们眼中的“天之骄子”，要具备应有的文明道德素质，弘扬中国优良的传统道德，看到自身形象塑造的努力方向。

（五）行为的塑造。良好的言谈举止是一个人修养的外在表现，因此，言谈举止的好坏是评价一个人形象的重要尺度。对于行为的塑造应从三个方面着手：

(l)塑造文明行为。每一个人也都以其独有的言行方式表现自己的修养内涵和道德行为，文明带给人们不仅仅是精神的安慰。在理念塑造中既然培养了良好的道德修养，在行为中就应该有所展现。譬如，在宿舍中，要遵守宿舍规定，保持良好的休息环境，加强自我管理，自我教育，争创“文明宿舍”；在餐厅中，要做到不奢侈、不良费，自觉遵守秩序；在校园中，要自觉保持校园的整洁，维护周边环境，遵守公共道德准则。

(2)懂得自我展现。形象的塑造要懂得敞开心扉，向别人展现自己，而且这个过程必须是主动的。大学校园里有许多展示自我的平台，如学生社团、学生会、自律会等，它们都是我们大学生塑造自我形象、亮出青春色彩的中介，都已成为我们文化素质积淀、青春活力迸发的窗口。

(3)学习榜样。在培养良好品质形象的过程中，榜样的作用是非常重要的。通过榜样的力量，我们要积极主动地完善自我形象。主动和榜样式的人物交往，在潜意识里把他们作为自身形象塑造的参照点，接受他们的行为熏陶，提升自己的行为修养。

（六）.外表修养。

仪表服饰是一个人形象的第一外在表现。因此，良好的仪表形象是塑造形象的关键。良好的仪表不代表穿戴贵重、华丽的服饰，但要做到合身合体，落落大方，符合身份。作为大学生，我们可以展现我们的青春活力，但不能背离了学生的本质，损坏了自己的形象。

总之，对形象的认识，我们不能仅仅停留在言谈举止、仪表服饰上，而要充分体现在对理念、内涵、修养、行为等深层面的理解上，正确认识自我，塑造良好的自我形象，实现形式与内容、外在美与内在美的和谐统一。

最后想说的就是，感谢老师给我们开了这门课，让我们从本质上改变了自己，学到了我们从书本上无法学到的知识，为我们将来进入职场，进入社会从形象和礼仪方面彻底的改造了我们，让我们以一个健康文明向上的姿态去迎接各种挑战。所以作为大学生的我们不仅要学会如何穿着打扮，更重要的是要学会如何使自己的心灵更加美丽。只有心灵美的人，在别人心中的形象才会更加美。

**第三篇：大学生公关礼仪心得体会**

作为一名大学生，如何使自己的气质高雅、形象更出众；如何使自己充满自信地出现在同学老师、上级下属和客户面前；如何使自己得体而又自如的参加会议、出席社交活动？

通过老师在课堂上播放碟片，由中国知名礼仪专家金正昆教授对商务礼仪的讲解，使我对商务礼仪有了一个较系统的认识和理解。所谓商务礼仪就是人在商务交往中的艺术。通过学习我深深地懂得，大学生掌握了商务礼仪，就等于为以后的学习工作奠定了一个良好的开端。现在，我对这一个学期来得到的收获和感想作。以下总结：

首先我想谈谈初次见面握手的体会，主要有三个基本规范。

①握手对象与先后顺序。通常，客人来访时主人先伸手，以表示热烈欢迎和等候多时之意。告辞时客人先伸手后，主人再伸手与之相握，才合乎礼仪，否则有逐客的嫌疑。但女士如果伸出手来，男士一般不能拒绝，以免造成尴尬的局面。

②握手时机和时间。握手之前要审时度势，听其言观其行，留意握手信号，选择恰当时机。尽量避免出手过早，造成对方慌乱，也避免几次伸手相握均不成功的尴尬局面。握手时间长短的控制可根据双方的亲密程度灵活掌握。初次见面者，握一两下即可，一般应控制在二三秒之内，切忌握住异性的手久久不松开，握住同性的手也不宜过长，避免“马拉松式”的握手。

③握手的力度。握手力度一般不超过两公斤，即以不握疼对方的手为限度。切记不可用力过猛，甚至握得对方感到疼痛。

其次是介绍礼仪：

公关活动是与人交往的艺术，与人打交道要作介绍是常有的事，但越是平常

之事越能够显出一个人在日常细节处的涵养。所以无论自我介绍还是相互介绍，在公关活动中都需注意，因为这是与对方直接接触的第一步，将成为自己在对方印象中的第一印象。这与公关所达成的目的紧密相关。

(1)自我介绍。自我介绍时，可以介绍一下自己的姓名、身份、单位。切忌信口开河，过分表现自己，应该在介绍完时表示“请多多指教”。另外，重要的是使对方记住自己的名字。介绍时可将右手放在自己的左胸上，不要随随便便用手指指画画、毛手毛脚表情应亲切、自然，眼睛应该看着对方或大家，用眼神、微笑和自然亲切的面部表情来表达友好之情。既不应拘谨忸怩，也不要满不在乎。

(2)为他人作介绍。为他人作介绍时，要准确了解双方各自的身份、地位等基本情况。介绍时，要遵照受尊敬的一方有了解对方的优先权原则。介绍时，先恭敬地称呼身份高者、主人、女士和先到场者；然后，把对方介绍给有身份者、年长者等；再把有身份者、年长者等介绍给另一方。

当被介绍时，被介绍的一方应当表现出结识对方的热情，双方都要正面地面对着对方。另外，在介绍时除女士和长者之外，其余的人都应当站立起来。但是若在会谈进行中或是在宴会等场合，则不必起身，只欠身致意即可。

再次谈谈交换名片，介绍完自己要留下自己的联系方式嘛。交换名片有一个先后尊卑的问题。一般的作法是：位卑者应当先把自己的名片递给他人，应立正，面向对方，双手执名片的两角，态度恭敬地递给对方。注意，名片的正面要朝上，名片上文字的正面朝向对方。这样，对方不必翻转就可以阅读名片的内容了。递上名片后，还应说一声“敬请指教”、“请多关照”、“希望今后保持联络”等。不可一言不发，用单手递，或是随手一扔。

接受名片的人要及时起立，态度恭敬地双手接过名片。要说声“谢谢”，然后双手接过来，浏览一遍，以示恭敬。也可以把送名片者可能引以为荣的部分念出来。最后，要把名片当着送者的面，妥善地放置在名片夹中。最忌讳的是接过他人名片以后，看也不看，顺手一塞。在这金教授特别强调禁止将他人名片塞进裤子后边的兜子。

忌胡乱随意散发自己的名片，忌逢人便要名片。名片和存放名片的夹子应避免放在臀部后面的口袋里。在交谈时不要拿着对方的名片玩耍。男士不宜主动给自己朋友的夫人或女朋友留下名片，以免发生不必要的误会。

第四．称呼的礼仪原则：

通常情况下“先生”一词是用来称呼男性的，而且不论年龄的大小。“太太”一词一般是用在已知对方已婚情况下对女子的尊称。“小姐”一词则主要是对未婚女子的称呼，有时在不了解女方婚姻状况时也可使用，但千万不可仅凭印象便贸然称未婚女性为“太太”或“夫人”，这很容易被视为无理，引起对方的恼怒。

(1)敬称。通常所用的词如“您”、“您老”、“您老人家”、“君”等，都表明说话人的谦恭和客气。多对于年岁较大的人，用于正式的礼仪场合等。

(2)通称。通称是一种不区分听话人的职务、职业、年龄等而广泛使用的一种称呼。

(3)职业称谓。在比较正式的场合，往往习惯于采用职业称谓，这带有尊重对方职业和劳动的意思，同时也暗示了谈话与职业有关。如“师傅”、“医生”、“老师”、“律师”等。

(4)职务称谓。如书记、工程师、校长、主任、经理、老板等，并在前面冠以姓氏，显示了说话人对对方地位的熟知和肯定。这种情况多用于工作单位之中谈论公事之用，而在日常生活或其他场所可以用别的称谓。

总之，公关礼仪是一种学问、是一门交往中的艺术科学。通过观看碟片，我主要掌握了一些说话的技巧，穿着应注意的地方，待人接物的方方面面，与人交往的诸多细节等等。所以礼仪是企业形象、文化、个人修养素质的综合体现，我们只有做好应有的礼仪才能为企业在形象塑造、文化表达上提升到一个满意的地位。我们应该重视这们学科，并让它在我们的成长中发挥重要的作用。最后，想对老师说一句：您辛苦了！感谢您，让我收益匪浅。

**第四篇：大学生公关礼仪现状与分析**

大学生公关礼仪现状与分析

『摘要abstract』 作为一名新时代的大学生,相信每个人都经历交往、交际中的尴尬，如着装不当、举止失礼、不会说话„事情虽小，但常常挫伤我们的自信，影响我们的形象。如果在未来的求职、工作、业务沟通中这些尴尬依然与我们行影相随，我们的命运会否因此改变?如何使自己的气质更高雅、形象更出众；如何使自己充满自信地出现在同学老师、上级下属和客户面前；如何使自己得体而又自如的参加会议、出席社交活动？通过老师在课堂上对仪表、仪容、仪态、服饰、语言、相识、交往、校园、求职应聘等专业礼仪的介绍，帮助了我们提升整体形象，做到举止优雅大方，更好地展现个人独特的气质与魅力。让我们更多自信、更好形象、相信在未来能让我们赢得更多求职、升迁、交友、合作的机会!

『关键词key words』 公关 礼仪 分析 现状

As a new times university student, believed each people all experience in the contact, human relations awkwardness, like clothing not when, the manner failure in politeness, cannot speak...The matter although is small, but frequently dampens our self-confidence, affects our image.If will seek employment, in the work in the future, the service communication these is awkward still follows with our good shade, our destiny will be able otherwise therefore to change? How causes own makings to be loftier, the image outstanding;How causes \_disibledevent=“3”>“礼仪”一词，最早见于《诗经》。现代社会“礼仪”一词有了更加广泛的含义，其内容包括行礼仪式、礼节及仪式、风俗规定的仪式、行为规范、交往程序、礼宾次序、道德规范等等。是人们在社会生活中处理人际关系，用来对他人表达友谊和好感的符号。礼仪对于大学生来说,可以塑造一个理想的个人形象，可以使未来的事业成功，以致于使社会更加安定、文明和和谐。

一 大学生公关礼仪现状

(一)大学生在公关礼仪方面积极的一面

相对旧中国,人文素质普遍较低的时代,随着九年制义务教育的普及,现代的学生过早的就接触了礼仪方面的学习,有些家长甚至从孩子呀呀呓语时就教自己的孩子如何学习公关与礼仪.如如何称呼长辈,如何尊敬长辈,如何和同辈相处,如何关心别人„等等之类的好品质我们一直在发扬,并趋于成熟.我们可以发现,这些基本的礼仪,我们学的不错,包括象见面主动问好,尊敬师长,注意自己的形象,积极对待生活.注重语言的内涵与自身修养的形成,注意给人好的印象.等等这些都是我们大学生在公关礼仪方面积极的一面.(二)大学生在公关礼仪方面消极的一面

追求个性是当代年轻人的特点，在追求突出个性过程中，许

多不文明、不礼貌，甚至丑陋、陈腐、粗俗的东西都被当做了“新潮”、“潇洒”，在我们的周围，经常可以看到衣冠不整者、行为不端者、张口骂人者、随地吐痰者„„。诸如此类不良行为的存在，已严重损害了大学生的形象，成为我们健康成长的障碍，因此，开展礼仪教育和教学，进行标准的礼仪训练，通过礼仪这个“尺度”，规范大学生的言谈举止，矫正粗俗、丑陋行为，性格孤僻,不善与人交往.这些都是个人交际能力的欠缺,需要提高.已经成为培养大学生良好形象、优雅气质和风度的必修课。

由于公关与礼仪对我们的生活很重要,它体现你的素养，体现

你对别人的敬重。就像诚信、守约、文明等，都应该严格做到的。好好的学好它,迫在眉睫.二 我们应该学习的公关与礼仪简析

(一)交谈

我们深深地懂得,大学生掌握了公关礼仪与形象塑造，就等于

手中握有一把人生成功的钥匙.首先,我觉得交谈在公关方面很重要。谈话的表情要自然，语气和气亲切，表达得体。说话时可适当做些手势，但动作不要过大，更不要手舞足蹈，不要用手指指人。与人谈话时，不宜与对方离得太远，但也不要离得过近，不要拉拉扯扯，拍拍打打。谈话时不要唾沫四溅。参加别人谈话要先打招呼，别人在个别谈话，不要凑前旁听。若有事需与某人说话，应待别人说完。有人与自己主动说话，应乐于交谈.在交际场合，对方发言时，不左顾右盼、心不在焉，或注视别处，显出不耐烦的样子，也不要老看手表，或做出伸懒腰、玩东西等漫不经心的动作。谈话中要使用礼貌语言，如：你好、请、谢谢、对不起、打搅了、再见等等。

(二)化妆

应以轻柔、优雅的淡妆为主，切忌浓妆艳抹。画眼线、涂口

红也是可以作到恰到好处的画“龙”点“睛”的，不过，不宜涂过多彩色眼影，口红不可以涂得太鲜太亮。第三说服装。最好以大方、舒适，便于行动为要。当然，简朴、利落感并不是每日套装、窄裙的硬梆梆形象，也不单是千篇一律的制服。身为白领小姐的你，可以让柔和的线条与干练的敏锐感同时出现在你身上。款式上的选择可以不必过于拘泥，颜色方面则不妨避开死灰、黑色之类，而改选较为鲜明一点的宝蓝、翠绿、亮橘、鹅黄......等色系.(三)举止

最后说举止。一个人的仪容服饰，无论多么亮丽可人，她的举止投足稍有闪失，就可使其整体形象“全军覆没”，所以必须对行为举止有所规范。有的当众拿自己的芳容“开涮”，涂脂抹

粉(这些都是应该在洗手间里完成的)，有的上洗手间的时间过长，无论是早上刚到办公室，注意护理头发衣领及头上的头皮屑有碍观瞻，应保持勤奋护理头发的好习惯，并选择合适的洗发精.注意你的姿态。在办公室脱鞋是仪态的大忌，如果穿着暴露足趾的鞋，就要小心注意足趾间的整洁。坐下来不要跷二郎腿，正确的坐姿应该两腿并拢，双脚并立或作相互交错的倾斜。保持微笑这是最最重要的仪态。行走时不可以额首凹胸，显得无精打采，最可贵的是昂首阔步，收腹挺胸，以显示你的自信。注意打电话的姿势.最好养成用左手拿话筒的习惯，右手空出来后随时都可将对方所讲的话或重要事项记下来，尽量站着 听电话，即使采取坐姿，也要伸直上身，如此有助于语调的提高，精神集中，更能展现你高雅的神韵。

三 现状分析总结

大学生是知识层次较高的群体，在礼仪修养方面应当提出更

高的要求。

在市场经济大潮之下，社会对大学生的个人素质提出了更高的标准和更加具体的要求。在就业竞争日趋激烈的背景之下，有必要对大学生礼仪加以普及与规范。提高大学生的整体素质，将直接有助于提高大学生的文明素质。有助于提高大学生的自身修养。将促使大学生从一点一滴小事着眼，从检点一举一动自身行为着手，逐步提高其自身修养；有助于维护高校的形象。在社会上，大学生个人形象往往与高校形象划等号，所以大学生对个人形象的维护将直接有助于高校形象的维护，甚至有助于对整个高等教育形象的维护；有助于增进人际沟通。

大学生想在今后的工作中有所作为，必须注重公关与礼仪的修养。总之，公关礼仪是一种学问，我们都应该重视它,并让它在我们的成长中发挥重要的作用.公关礼仪

作为一名大学生，许多人都经历过交往、交际中的尴尬，如着装不当、举止失礼、不会说话 „„，事情虽小，但常常挫伤我们的自信，影响我们的形象。如果在未来的求职、工作、业务沟通中这些尴尬依然与我们行影相随，我们的命运会否因此改变？如何使自己的气质更高雅、形象更出众；如何使自己充满自信地出现在同学老师、上级下属和客户面前；如何使自己得体而又自如的参加会议、出席社交活动？通过老师在课堂上对仪表、仪容、仪态、服饰、语言、相识、交往、校园、求职应聘等专业礼仪的介绍，帮助了我们提升整体形象，做到举止优雅大方，更好地展现个人独特的气质与魅力。让我们更多自信、更好形象、相信在未来能让我们赢得更多求职、升迁、交友、合作的机会！因为我们深深地懂得,大学生掌握了公关礼仪与形象塑造，就等于手中握有一吧人生成功的钥匙 现在,我想对这一个学期来得到的收获和感想,细细地和老师谈谈.首先,我觉的谈话在公关方面很重要。谈话的表情要自然，语气和气亲切，表达得体。说话时可适当做些手势，但动作不要过大，更不要手舞足蹈，不要用手指指人。与人谈话时，不宜与对方离得太远，但也不要离得过近，不要拉拉扯扯，拍拍打打。谈话时不要唾沫四溅。

参加别人谈话要先打招呼，别人在个别谈话，不要凑前旁听。若有事需与某人说话，应待别人说完。有人与自己主动说话，应乐于交谈。第三者参与说话，应以握手、点头或微笑表示欢迎。发现有人欲与自己谈话，可主动询问。谈话中遇有急事需要处理或需要离开，应向谈话对方打招呼，表示歉意。谈话现场超过三人时，应不时地与在场的所有人攀谈几句。不要只与

一、两个人说话，不理会在场的其他人。也不要与个别人只谈两个人知道的事而冷落第三者。如所谈问题不便让旁人知道，则应另找场合。

在交际场合，自己讲话要给别人发表意见的机会，别人说话，也应适时发表个人看法。要善于聆听对方谈话，不轻易打断别人的发言。一般不提与谈话内容无关的问题。如对方谈到一些不便谈论的问题，不对此轻易表态，可转移话题。在相互交谈时，应目光注视对方，以示专心。对方发言时，不左顾右盼、心不在焉，或注视别处，显出不耐烦的样子，也不要老看手表，或做出伸懒腰、玩东西等漫不经心的动作。

谈话的内容一般不要涉及疾病、死亡等不愉快的事情，不谈一些荒诞离奇、耸人听闻、黄色淫秽的事情。一般不询问妇女的年龄、婚否，不径直询问对方履历、工资收入、家庭财产、衣饰价格等私人生活方面的问题。与妇女谈话不说妇女长的胖、身体壮、保养的好等语。对方不愿回答的问题不要追问，不究根问底。对方反感的问题应表示歉意，或立即转移话题。一般谈话不批评长辈、身份高的人员，不讥笑、讽刺他人。男子一般不参与妇女圈内的议论，也不要与妇女无休止地攀谈而引起旁人的反感侧目。与妇女谈话更要谦让、谨慎，不与之开玩笑，争论问题要有节制。谈话中要使用礼貌语言，如：你好、请、谢谢、对不起、打搅了、再见„„好吗？等等。在我国人们相见习惯说“你吃饭了吗？”“你到哪里去？”等，有些国家不用这些话，甚至习惯上认为这样说不礼貌。在西方，一般见面时先说“早安”、“晚安”、“你好”、“身体好吗？”“最近如何？”“一切都顺利吗？”“好久不见了，你好吗？”“夫人（丈夫）好吗？”“孩子们都好吗？”“最近休假去了吗？”对新结识的人常问：“你这是第一次来我国

吗？”“到我国来多久了？”“这是你在国外第一次任职

吗？”“你喜欢这里的气候吗？”“你喜欢我们的城市吗？”分别时常说：“很高兴与你相识，希望再有见面的机会。”“再见，祝你周末愉快！”“晚安，请向朋友们致意。”“请代问全家好！”等。在社交场合，还可谈论涉及天气、新闻、工作、业务等事情。

在社交场合中谈话，一般不过多纠缠，不高声辩论，更不能恶语伤人，出言不逊，即便争吵起来，也不要斥责，不讥讽辱骂，最后还要握手而别。其次,我感觉公关礼仪对白领一族更为重要。从事办公室工作的白领小姐，学会在各种场合扮好自己的形象，不仅仅是为了个人的美丽，也是为了维护公司的整

体形象。有关白领小姐仪态有一些不成文的规范，还是注意为好。先说发型。要想扮靓，从头做起。作为一位干练的白领小姐，发型上应力求流畅、简洁。那些赶时髦的或浪漫或花俏的发型，还是“忍痛割爱”适可而止好。奇异，花样百出的罕见发型和黑色之外的染发更是不可轻易尝试。不过，为了调剂单调、沉闷的工作气氛，发型或绾或扎或放，倒是可以交替变化使用，不妨使用一些发带、发夹、发箍之类的花饰品。同时，一些保湿液，发雕油，顺发露，摩丝之类，就可成为你梳理时的得力助手，让你有效率的做出各种发型。再说化妆。应以轻柔、优雅的淡妆为主，切忌浓妆艳抹。画眼线、涂口红也是可以作到恰到好处的画“龙”点“睛”的，不过，不宜涂过多彩色眼影，口红不可以涂得太鲜太亮。

第三说服装。最好以大方、舒适，便于行动为要。当然，简朴、利落感并不是每日套装、窄裙的硬梆梆形象，也不单是千篇一律的制服。身为白领小姐的你，可以让柔和的线条与干练的敏锐感同时出现在你身上。款式上的选择可以不必过于拘泥，颜色方面则不妨避开死灰、黑色之类，而改选较为鲜明一点的宝蓝、翠绿、亮橘、鹅黄......等色系，为无色的办公室增添“色”彩。如果不是下班后有特别的应酬，需要做华丽摩登的打扮，办公时间则应以套装或衬衫、裙子的搭配为宜。值得注意的是，你穿着服装的色彩虽然可以跳眼一点，但不可以把所有的颜色往自己身上堆，打扮得像个调色板，丰盛得像棵圣诞树，丑化了形象，降低了品味。

最后说举止。一个白领小姐的仪容服饰，无论多么亮丽可人，她的举止投足稍有闪失，就可使其整体形象“全军覆没”，所以必须对行为举止有所规范。

注意你的化妆风范对白领小姐而言，时常为其他同事所指责的是化妆公开化。有的当众拿自己的芳容“开涮”，涂脂抹粉(这些都是应该在洗手间里完成的)，有的上洗手间的时间过长，无论是早上刚到办公室，还是下班前，为了化妆在洗手间花上大半个小时也无所顾忌，这种作法是不合适的。注意护理头发衣领及头上的头皮屑有碍观瞻，应保持勤奋护理头发的好习惯，并选择合适的洗发精。

注意你的姿态。

在办公室脱鞋是仪态的大忌，如果穿着暴露足趾的鞋，就要小心注意足趾间的整洁。坐下来不要跷二郎腿，正确的坐姿应该两腿并拢，双脚并立或作相互交错的倾斜。保持微笑这是最最重要的仪态。行走时不可以额首凹胸，显得无精打采，最可贵的是昂首阔步，收腹挺胸，以显示你的自信。

注意打电话的姿势

最好养成用左手拿话筒的习惯，右手空出来后随时都可将对方所讲的话或重要事项记下来，尽量站着 听电话，即使采取坐姿，也要伸直上身，如此有助于语调的提高，精神集中，更能展现你高雅的神韵。总之，公关礼仪是一种学问，我们都应该重视它,并让它在我们的成长中发挥重要的作用.最后,想对老师说一句,您辛苦了!感谢您,让我收益匪浅!

**第五篇：公关礼仪教育与大学生综合素质教育**

公关礼仪教育与大学生综合素质优化之探讨

《桂林电子工业学院学报》2024．4

浙江大学城市学院传媒分院 赛来西··阿不都拉 张兰欣

【内容摘要】

在商品经济高度发达，交往方式日趋开放、政治观念日趋民主的现时代，公关礼仪已成为现代人所必备的基本条件。公关礼仪教育可以培养大学生提高对礼仪知识的认识，陶冶讲究礼仪的情感，锻炼讲究礼仪的意志，确立讲究礼仪的信念以及养成讲究礼仪的习惯。公关礼仪教育是大学生走向社会后获得自尊与自信、理解与支持的重要手段。因此，在高校开设公关礼仪课程成为目前优化大学生综合素质的当务之急。【关键词】 公关礼仪教育

素质培养

形象塑造

Discuss the education of public relation & etiquette and the synthetic character optimization of undergraduates

Media and Communication Department of Zhejiang University City College

Sawliexi · Abdullah

Zhang Lanxin

[Abstract] With the rapid development of commodity economy, gradual opening of communication methods and increasing democracy in politics, public relation and etiquette is becoming one of the essential qualities of modern.The education of public relation & etiquette could increase undergraduates’ knowledge about etiquette, nurture their sentiment to observe etiquette, exercise their volition to observe etiquette, establish their faith to observe etiquette and foster their custom to observe etiquette.Public relation & etiquette education is an important means for undergraduates to obtain self-esteem, self-confidence, understanding and support after their graduation.Consequently, it is an urgent affair to set up a public relation & etiquette course to optimize the synthetical quality of the undergraduates.[Key words]

public relation & etiquette education

cultivation of quality

image-building

公关礼仪是现代社会人与人之间，人与组织之间、组织与组织之间用以沟通思想，联络感情、促进了解、构造和谐环境，最终塑造良好形象的一种行为规范。古往今来，礼仪是一 1 个国家、一个民族文明程度的重要标志，是一个民族精神面貌和凝聚力的重要体现。在商品经济高度发达，交往方式日趋开放、政治观念日趋民主的现时代，公关礼仪已成为现代人所必备的基本条件。掌握好公关礼仪的有关知识，成为高校大学生走向社会后获得自尊与自信、理解与支持的重要手段。我国《公民道德建设实施纲要》提出，公民道德建设要在全社会大力倡导“爱国守法、明礼诚信、团结友爱、勤俭自强、敬业奉献”的基本道德规范，在这二十个字的方针中，已经把礼仪教育的内容融进了公民道德建设的系统工程。加强公关礼仪教育应该成为高校精神文明建设的重要组成部分，公关礼仪课程应该成为我国高校培养“面向世界，面向未来，面向现代化”人才的必修课程。通过公关礼仪教育可以使学生了解和认识社会道德规范内容，加强个人品德修养、家庭伦理修养、社会公德修养；陶冶情操，培养美德；树立积极向上的人生观和价值观。通过个人素质的提炼和内在实力的提高，使学生面对纷繁社会更具勇气、更有信心，以健康的人格参与日益激烈的社会竞争，以良好的心态顺应环境，并有效地、富有建设性地发展和完善自我，以自信、自立和积极的行动去创造和成就个人的事业，为社会献出自己的一份力量，人们已经强烈地感受到了公关礼仪教育的重要性。因此，高校开设公关礼仪课程，培养学生提高对礼仪知识的认识，陶冶讲究礼仪的情感，锻炼讲究礼仪的意志，确立讲究礼仪的信念以及养成讲究礼仪的习惯，成为优化大学生综合素质的当务之急。

目前大学生礼仪规范及素养状况的问题分析

随着我国经济的高速发展和市场竞争机制的强化，社会对个人专业能力的要求愈来愈高。面对竞争的市场，现代大学生的思想意识发生着很大的变化，他们一方面注重个人专业能力的提升，一方面强调个性的培养和张扬，由此容易忽视对日常的礼仪规范的学习和培养。礼仪意识的逐渐淡化与缺失带来了诸多令人担忧的问题，这些问题主要体现在学生在课堂和校园的表现，也来自学生实习单位，就业面试现场与毕业后工作单位的反馈，一些学生为了追求时尚，不分场合，奇装异服，忽视适当地装饰，仪表不整洁、不得体；有些学生缺乏应有的礼仪常识，行为上的失态给自己造成一些负面影响；一些大学生不懂得如何正确处理人际关系，往往使自己陷入人际交往的心理危机；不知道如何恰如其分地表现自己，谈吐举止不礼貌，无意中失去了摆在面前的机遇；也有些学生不尊敬师长，上课迟到、旷课、在教室大声喧哗或随意接打手机、考试作弊等等。解读存在于大学生身上普遍存在的礼仪规范缺失的原因主要有几个方面。

1、快速发展的市场经济对大学生价值观念的冲击

市场经济的快速发展给中国社会带来了无限的生机和活力。宏观环境的变化必将冲击大学生的世界观、人生观、价值观。大学生在利益、需求和爱好方面的不断变化使他们的平等意识、竞争观念、法制意识、创新意识都在增强，同时信仰危机、道德滑坡等问题也随之而来。如追求个人利益的唯利是图思想、“合理利己主义” 的个人至上观念、金钱至上的“拜金主义”等极大地困扰着现代大学生的思想观念和行为。这些现状自然影响到大学生的思维与行为方式，他们更加注重个人专业能力的提升、更加强调个性的张扬、更加会对各种机遇表现出高度的敏感，更容易忽视礼仪的重要作用，将礼仪规范视为无关紧要的东西，将正常、高尚的礼仪规范看作是虚伪造作、溜须拍马的表现，并对之产生抵触心理。

2、中国家庭的教育方法和教养方式的负面影响 家庭教育是一个连续的过程，大学阶段的家庭教育是以往各阶段家庭教育的延续，但又有其特殊性，这主要体现在对大学生的家庭教育主要是非智力因素的教育，其内容是配合学校、社会进行综合素质培养。这就要求家长要不断学习新的教育观念，了解大学生的心理特点，做好其综合素质培养与优化的工作。然而，长期以来，我国的学校和家长在教育学生的过程中往往采用应试教育的方法，只重视智力教育，而没有将培养学生综合素质渗透到其中，忽略学生健康人格的培养。在教养方式上，相当一部分家长采用简单、粗暴的消极教养方式，2 使子女形成敏感多疑、自卑易怒、抑郁焦虑、偏执敌对等不健康的品质。还有相当多的家长在子女考入大学后将更多的精力转移到提供经济支持上，忽视对其面对社会能力的培养。这种重知识、轻素质的教育模式的直接后果就是多数学生只把注意力集中在书本上。忽视人际交往能力的培养，忽略了人的综合素质的培养。他们中的很多人一旦离开父母,进入大学校园和将来踏入社会,不知道如何与人沟通、如何处理人际关系、如何与他人合作、如何有效表达自己的意见、如何面对挑战经受挫折、如何调控自己的情绪，因此感到茫然不知所措，出现畏惧、恐慌、逃避等心理。

3、高校传统道德教育内容与礼仪教育的脱节

我国高校思想道德教育的核心内容是培养有正确人生观、价值观，能将个人发展和祖国发展联系在一起的高层次专业人才。教育出发点放在大学生的理想、信念教育和人生观、价值观的塑造上，这一层面很高的教育内容与最直接反映道德意识、道德关系和道德活动的礼仪表现形式在衔接上有一定的差异和距离。由于中国家庭传统教育的方法和教养方式使我们的教育理念客观上缺少了从低到高的层次性，造成了对学生思想道德教育逻辑上的断层，反映出了目前我们高校在人才培养目标、专业设置、培养方法等方面存在着许多同社会需求脱节的问题

二、公关礼仪教育在高校大学生综合素质优化中的实施方案

在现代社会，一个知礼、懂礼、行礼、树立自身良好形象的人，才能赢得他人的尊重和信赖，从而使自己的事业得以发展，正如荀子所说：“人无礼而不生，事无礼而不成，国无礼而不宁。”礼仪修养是完善人生的必修课。因此，公关礼仪教育在当前具有极大的社会意义和实践意义。在公关礼仪课程教学过程中，应该制定有利于学生个性化需求的教学目标，借助现代化教学手段和别出心裁的教学创意，激发大学生热情，建立科学、合理的教学模式。具体方案的实施可以从几方面展开。

1、确立以人为本，提高学生综合素质的理念。公关礼仪课程的教学和研究应该提倡以人为本、以教育为本、以素质教育为核心的原则。在教学过程中不断地给学生灌输现代公关礼仪的基本原则：（1）尊重原则。尊重和敬意是公关礼仪的情感基础，“恭敬主人、礼之端也”，尊重是公关礼仪的第一原则和根本原则，没有尊重就没有礼仪，在教学过程中具体的操作要求上下课时师生之间的问候礼，同学之间的见面礼等，养成习惯，积累品德。（2）诚信原则。“言必信，行必果。”诚信是道德行为至高的精神境界。西方最新经济学把“精神资源”作为国民生产总值的一个重要支柱，其中一个重要内容就是诚信。有诚信，才有合作，才有共赢。因此，要在授课过程中不断给学生渗透真诚、诚笃、诚实、信用、信任的理念，从而体现礼仪文化的品味和礼仪的层次水平，使礼仪含有更多的文明因素和文明内涵。（3）包容原则。宽以待人是人际交往的至高美德，包容是阳光、是空气、它可以协调沟通，化解矛盾。公关礼仪教育要始终遵循宽容的原则，教导学生以宽大之心善待各类公众，只有这样，才能彰显公关礼仪文化，提升大学生的综合素质。

2、不断更新教材内容，使学生掌握最新的知识

当前，公关礼仪教育的相关教材品种繁多，但精品不多，少数教材内容雷同、重复，案例不能适应形势发展的需要，多数教材过于注重理论，缺乏必要的实践内容。任课教师在组织讲稿和教材时，应该尽量参考最新出版的教材、利用互联网等寻找与礼仪相关的最新资料，并配置情景剧或专家讲座等光盘作为授课内容。另外，最新的时事动态或社会热点话题中涉及礼仪方面的内容也可以作为讲授的内容，如2024年4月29日，胡锦涛主席接见以国民党主席连战为首的大陆访问团以及连战主席在北京大学的演讲，其中涉及了公关礼仪中的往来礼仪内容，现场的接见、拜会、会谈、礼品赠送、欢迎欢送等。这些内容通过录制成光盘给学生感性的认识，从而帮助学生理解教材中的理论知识。

3、教学计划的设计要符合实际需要 目前的《公关礼仪》教材中，有关仪表、仪容、仪式、礼节等教学内容，理论性强，所占篇幅多。对仪态、言谈、行为规范方面的内容相对要少，学生在平时生活中自觉地对美的关注和追求，使他们对仪容、仪表等部分有一定的感性认识，再加上教材中有大量这方面的介绍，学生容易接受和掌握。仪态方面的内容，操作性强，必须安排一定的时间进行示范、训练和点评，这样才能达到实际的教学目的。因此，在设计教学计划时，应该加大仪态方面的课时数，强化仪态、言语、行为规范方面的训练，4、注重仪态训导，培养学生良好气质

仪态训导主要指站姿、走姿、坐姿、手势以及表情的训练。在教学过程中，教师可以通过理论讲解，示范操作，组织训练，现场点评进行。仪态课应尽量安排在形体房进行，配合音乐，营造轻松、幽雅的训练氛围，使学生尽快进入意境。站姿训练可以采取背靠墙站立，头顶书训练，做到挺胸收腹的效果。仪态训导仅靠课堂有限的时间难以达到理想的效果，老师应该鼓励学生在日常生活中营造塑造良好形象的氛围，通过照镜子训练、同学之间相互指正等，还要引导学生不断提高自己的文学、艺术、音乐及美学的鉴赏能力，调动学生的学习积极性，从而达到良好气质的培养。

5、运用多种教学手段，改进教学方法，激发学生学习热情 公关礼仪教育具有很强的操作性，很多内容需要通过现场模拟训练才能达到教学目的。在仪式方面的教学可以采取讲授、讨论、模拟训练相结合的教学方法。学生在已掌握的理论知识基础上，扮演不同角色进行演练，如电话礼仪、名片礼仪、应聘礼仪等可以安排议程进行过程演示；对自我介绍环节和言谈礼仪环节，安排相应的课时，设计主题，训练学生的语言表达和在语言表达中所需遵守的礼仪规范，并让学生组成评委小组，根据每一位学生的表现，打分、点评，选出最佳表现者，整个过程由学生自己操作，这些程序结束后，再由老师进行适当的总结和分析讲解，帮助学生加深印象和深化理解。另外，还可以采用拼盘式教学法，即请公关礼仪方面的学者、专家、业界的公关经理走进校园，开设相关讲座，根据系列主题，组合成具有新意并可以在实践中操作的内容，开拓学生视野，激发学生学习热情。

6、使传授者成为学生礼仪修养的楷模

优化大学生综合素质教育,教授者起着决定性的作用。教师综合水准的高低直接影响着人才素质的质量。教师不仅给学生传授知识，还要有为人师表的崇高师德，在思想道德、专业知识、教育心理、教学能力等方面要适应素质教育的要求。首先，公关礼仪课程的任课教师本身要讲究仪容、仪表，要具备良好气质，可以在学生中起示范表率作用，通过教师良好的仪态展示，激发学生对良好仪态的追求和向往。其次，任课教师应该及时进行知识更新，调整自身的知识结构，通过到一些组织、企业调研走访的方式或参加一些公关礼仪实践活动，加强自身的公关礼仪实践功底，更好的为教学服务。

结语:礼仪从表层上看是从穿着打扮、言行举止、仪容仪态进行教育，但从深的层面去分析则是一个人精神面貌，内在素质和人生态度的体现。礼仪修养要达到出神入化的境地，必须有一定的社会科学，自然科学等方面的文化基础，需要一定的学识，修养和悟性，学生在掌握自己专业知识和技能的同时，还要提高自己的文学、艺术、音乐及美学的鉴赏能力。公关礼仪教育应该本着尊重学生个性为前提、善于引导，加强个人修养，灌输良好的行为规范准则，因势利导，让学生在学习思考和展现自我的过程中，充分理解和认识：文明的社会需要文明的成员一起共建，文明的成员要靠文明的理念来教化，个人礼仪修养的加强，良好行为习惯的培养，可以使每个人强化文明意识，端正自身行为，加强文明社会的进程。公关礼仪教育的终极价值在于追求人际关系的和谐，发展人文素质，体现人文关怀。正如社会学家埃米利·波斯特在《西方礼仪集萃》中所言：“公关礼仪表面上有无数清规戒律，其本质在于，使人类充满生机和活力，使人人变得平易近人。”在校大学生学习掌握公关礼仪方面的知识意义重大。公关礼仪知识可以帮助大学生以积极的人生态度和良好的人际关系走向社 4 会，其宗旨和内容符合时代的需要，因此，公关礼仪课程应该成为每一个大学生的一门必修课。

参考文献：

王明景 关于高校《公关礼仪》课程教学的几点思考 2024.3湖南社会科学 韦维 谈高职公关礼仪教育与学生素质教育 2024.4 中国林业教育 李健荣 彰显公关礼仪文化，提升大学生的综合素质 2024.82高教公关 曹钰娟 邱显清 向波涛 开设《大学生礼仪基础》课程的启示 2024.12北京教育 李萍 唐晓娟 任萍 大学生礼仪行为培养的思考 2024.11 人才开发 刘红娟 关于加强当代大学生礼仪教育的思考 2024.8 武汉科技学院学报 薛巍 礼仪教育之思考 2024.5 济南教育学院学报 鲁家宝 加强礼仪教育不容忽视 2024.11 教学与管理 许艳霞 加强高校礼仪教育的重要意义 2024.6 理论界 作者单位：浙江大学城市学院传媒分院

邮编：310015

地址：浙江省杭州市舟山东路浙江大学城市学院传媒分院 电话：\*\*\* 邮箱：slx704@163.com 第一作者简介：1965年7月生，哈萨克族，新疆乌鲁木齐市，大学本科学历，副教授，从事公共关系教学与研究.第二作者简介：1963年10月，汉族，浙江东阳，大学本科学历，浙江大学城市学院传媒分院党总支书记兼副院长，从事高校思想政治教育

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！