# 职场需要注意的握手礼仪

来源：网络 作者：紫云飞舞 更新时间：2025-05-11

*职场需要注意的握手礼仪 握手的标准方式：行至距握手对象1米处，双腿立正，上身略向前倾，伸出右手，四指并拢，拇指张开与对方相握，握手时用力适度，上下稍晃动3、4次，随即松开手，恢复原状。与人握手，神态要专注、热情、友好、自然，面含笑容，目视对...*

职场需要注意的握手礼仪

握手的标准方式：

行至距握手对象1米处，双腿立正，上身略向前倾，伸出右手，四指并拢，拇指张开与对方相握，握手时用力适度，上下稍晃动3、4次，随即松开手，恢复原状。与人握手，神态要专注、热情、友好、自然，面含笑容，目视对方双眼，同时向对方问候。

握手的先后顺序：

男女之间握手，男方要等女方先伸手后才能握手，如女方不伸手，无握手之意，方可用点头或鞠躬致意;宾主之间，主人应向客人先伸手，以示欢迎;长幼之间，年幼的要等年长的先伸手;上下级之间，下级要等上级先伸手，以示尊重。多人同时握手切忌交叉，要等别人握完后再伸手。握手时精神要集中，双目注视对方，微笑致意，握手时不要看着第三者，更不能东张西望，这都是不尊重对方的表现。军人戴军帽与对方握手时，应先行举手礼，然后再握手。

握手的力度：

握手时为了表示热情友好，应当稍许用力，但以不握痛对方的手为限度。在一般情况下，握手不必用力，握一下即可。男子与女子握手不能握得太紧，西方人往往只握一下妇女的.手指部分，但老朋友可以例外。

握手时间的长短：

握手时间的长短可根据握手双方亲密程度灵活掌握。初次见面者，一般应控制在3秒钟以内，切忌握住异性的手久久不松开。即使握同性的手，时间也不宜过长，以免对方欲罢不能。但时间过短，会被人认为傲慢冷淡，敷衍了事。

握手的禁忌：

不要在握手时戴着手套或戴着墨镜，另一只手也不能放在口袋里。只有女士在社交场合可以戴着薄纱手套与人握手。握手时不宜发长篇大论，点头哈腰，过分客套，这只会让对方不自在，不舒服。与基督教徒交往时，要避免交叉握手。这种形状类似十字架，在基督教信徒眼中，被视为不吉利。与阿拉伯人、印度人打交道，切忌用左手与他人握手，因为他们认为左手是不洁的。

握手的动作

握手时,距对方约一步远,上身稍向前倾,两足立正,伸出右手,四指并拢,虎口相交,拇指张开下滑,向受礼者握手。掌心向下握住对方的手,显示着一个人强烈的支配欲,无声地告诉别人,他此时处于高人一等的地位,应尽量避免这种傲慢无礼的握手方式。相反,掌心向里同他人的握手方式显示出谦卑与毕恭毕敬,如果伸出双手去捧接,则更是谦恭备至了。平等而自然的握手姿态是两手的手掌都处于垂直状态,这是一种最普通也最稳妥的握手方式。

握手礼仪注意事项

1、握手时双目应注视对方,微笑致意或问好,多人同时握手时应顺序进行,切忌交叉握手。 与人握手时不要看第三者或心不在焉。

2、握手时不要一句话不说,也不可长篇大论、点头哈腰、过分客套。

3、不要用左手,即使你是左撇子,也要用右手;有些国家习俗认为人的左手是脏的,所以这个错误不能犯。

4、男士在握手前先脱下手套,摘下帽子,女士特别是在晚会穿着晚礼服的女士可以戴着手套。

5、如果需要和多人握手,握手时要讲究先后次序,由尊而卑,即先年长者后年幼者,先长辈再晚辈,先老师后学生,先女士后男士,先已婚者后未婚者,先上级后下级。

6、多人相见时,注意不要交叉握手,也就是当两人握手时,第三者不要把胳膊从上面架过去,急着和另外的人握手。

7、在任何情况下拒绝对方主动要求握手的举动都是无礼的。但手上有水或不干净时,应谢绝握手,同时必须解释并致谦。

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！