# 职场仪表礼仪基础知识

来源：网络 作者：静默星光 更新时间：2025-05-28

*职场仪表礼仪基础知识 在职场生涯中，仪表礼仪对一个人的前途影响非常大，所以学会职场仪表礼仪知识至关重要。下面是第一范文网小编整理的职场仪表礼仪，欢迎阅读。职场仪表礼仪基础知识 保持良好的仪表，可以使一天的心情轻松、愉快，也可使人对自己充满信...*

职场仪表礼仪基础知识

在职场生涯中，仪表礼仪对一个人的前途影响非常大，所以学会职场仪表礼仪知识至关重要。下面是第一范文网小编整理的职场仪表礼仪，欢迎阅读。

职场仪表礼仪基础知识

保持良好的仪表，可以使一天的心情轻松、愉快，也可使人对自己充满信心。大家清晨起床都充分计算吃早餐、上班交通所需要的时间，如果你每天早起5分钟对自己的仪表进行检查的话，既能使你一天的工作增加自信，也可使其他人感到舒畅。要求如下：

(1)女士

1. 发型文雅、庄重，梳理整齐，长发要用发夹夹好，不能染鲜艳的颜色;

2. 化淡妆，面带微笑;

3. 着正规套装，大方、得体;

4. 指甲不宜过长，并保持清洁。涂指甲油时须自然色;

5. 裙子长度适宜;

6. 肤色丝袜，无破洞;

7. 鞋子光亮、清洁;

8. 全身3种颜色以内

(2)男士

1.短发，清洁、整齐，不要太新潮;

2.精神饱满，面带微笑;

3.每天刮胡须，饭后洁牙;

4.白色或单色衬衫，领口、袖口无污迹;

5.领带紧贴领口，系得美观大方;

6.西装平整、清洁;

7.西装口袋不放物品;

8.西裤平整，有裤线;

9.短指甲，保持清洁

10.皮鞋光亮，深色袜子

11、全身3种颜色以内。

(3)养成良好的卫生习惯

1. 头发：整洁、无头屑，头发软者可用摩丝定型。在办公室里，留长发的女士不披头散发;

2. 眼睛：清洁、无分泌物，避免眼睛布满血丝;

3. 鼻子：别让鼻毛探头探脑，勿当众抠鼻子;

4. 嘴巴、牙齿：清洁、无食品残留物;

5. 指甲：清洁，定期修剪;

6. 男士的胡子：每日一理，刮干净;

7. 配件及饰物：检查有否污损或被碰歪了。

职场中洗手间礼仪基础知识

① 在洗手间遇到同事不要刻意回避，但也不要在洗手间聊天职场仪表礼仪基础知识职场仪表礼仪基础知识。(我有一回在洗手间遇到同事，当时正在想事情，没有主动打招呼，同事也没跟我打招呼，他认为我高傲，这样后来我们之间好像就有了一种隔膜。)

② 不要与上司在同一时间上洗手间，特别是洗手间小的情况下。

③ 有的洗手间采用封闭的门扉，要进去时，先敲一下门，没人再进。在有人敲门时，应回答：我在里面!

④ 当你用完厕所，就要即时放水冲洗。有的地方，即使贴了告示，有人还是一走了之。我知道，这个坏习惯很难改过来，就是在我办公场所的厕所，也还是有这样的情况。所以，我们一定要相互提醒才是。

⑤ 在卫生间洗手时，不要把水搞的满地都是，或把纸巾乱丢。(在国外，大部分厕所都有烘手机、毛巾和纸巾擦手，这是专为洗手后准备的。中国很多公共厕所都没有这些装备，有的地方尽管有，不少人却又对此视而不见。有些人习惯洗手以后一边走路一边挥动双手，请注意千万不要这样做，这样会把地板弄湿

职场仪表礼仪基础知识默认。在湿的地板上踩进踩出，地板很容易就会变脏。)

⑥ 用洗手间时要关门，用完洗手间时不用关门。我常常看到相反的情况，这是不对的。当你用完了洗手间，出来时不用把门关掉。洗手间应该是漂亮、干净，而且没有气味的地方。

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！