# 人际关系社交基本礼仪知识

来源：网络 作者：空山幽谷 更新时间：2024-08-13

*人际关系社交基本礼仪知识 　　礼仪作为人际交往的重要的行为规范，它不是随意凭空臆造的，也不是可有可无的。下面是由编辑为大家整理的人际关系社交基本礼仪知识，仅供参考，欢迎大家阅读本文。>　　一、形体语言全世界的人都借助示意动作，有效地进行交流...*

人际关系社交基本礼仪知识

　　礼仪作为人际交往的重要的行为规范，它不是随意凭空臆造的，也不是可有可无的。下面是由编辑为大家整理的人际关系社交基本礼仪知识，仅供参考，欢迎大家阅读本文。

>　　一、形体语言全世界的人都借助示意动作，有效地进行交流

　　最普遍的示意动作，是从相互问候致意开始的。了解那些示意动作，至少你可以辨别什么是粗俗的，什么是得体的。使你在遇到无声的交流时，更加善于观察，更加容易避免误解。

　　1、目光（用眼睛说话）

　　在公事活动中，用眼睛看着对话者脸上的三角部分，这个三角以双眼为底线，上顶角到前额。洽谈业务时，如果你看着对方的这个部位，会显得很严肃认真，别人会感到你有诚意。

　　2、微笑

　　微笑可以表现出温馨、亲切的表情，能有效地缩短双方的距离，给对方留下美好的心理感受，从而形成融洽的交往氛围，可以反映本人高超的修养，待人的至诚。

　　微笑有一种魅力，它可以时强硬者变得温柔，使困难变容易。微笑是人际交往重的润滑剂，是广交朋友、化解矛盾的有效手段。微笑要发自内心，不要假装。

　　3、握手

　　它是一种常见的“见面礼”，貌似简单，却蕴涵着复杂的礼仪细节，承载着丰富的交际信息。比如：与成功者握手，表示祝贺；与失败者握手，表示理解；与同盟者握手，表示期待；与对立者握手，表示和解；预悲伤者握手，表示慰问；与欢送者握手，表示告别，等等。

　　标准的握手姿势应该是平等式，即大方地伸出右手用手掌和手指用一点力握住对方的手掌。

>　　二、正确体态成功的着装

　　体态无时不存在于你的举手投足之间，优雅的体态是人有教养，充满自信的完美表达。美好的体态，会使你看起来年轻的多，也会使你身上的衣服显得更漂亮。善于用你的形体语言与别人交流，你定会受益匪浅。

　　站姿

　　女人的站立姿势应该是：抬头，挺胸，收腹，两腿稍微分开，脸上带有自信，也要有一个挺拔的`感觉。

　　坐姿

　　正确的坐姿是你的腿进入基本站立的姿态，后腿能够碰到椅子，轻轻坐下，两个脐盖一定要并起来，不可以分开，腿可以放中间或放两边。如果你要跷腿，两条腿是合并的；如果你的裙子是很短的话，一定要小心盖住。

　　行姿

　　正确的行姿是：抬头，挺胸，收腹，肩膀往后垂，手要轻轻地方在两边，轻轻地摆动，步伐也要轻轻的，不能够拖泥带水。

　　蹲姿

　　正确的方法应该弯下起盖，两个起盖应该并起来，不应该分开的，臀部向下，上体保持直线，这样的蹲姿就典雅优美了。

>　　三、常见的不良举止

　　1.不当使用手机

　　手机是现代人们生活中不可缺少的通讯工具，如何通过使用这些现代化的通讯工具来展示现代文明，是生活中不可忽视的问题，如果事务繁忙，不得不将手机带到社交场合。

　　2.随便吐痰

　　吐痰是最容易直接传播细菌的途径，随地吐痰是非常没有礼貌而且绝对影响环境、影响我们的身体健康的。如果你要吐痰，把痰抹在纸巾力，丢进垃圾箱，或去洗手间吐痰，但不要忘了清理痰迹和洗手。

　　3.在公共场合抖腿

　　有些人坐着时会有意无意地双腿颤动不停，或者让跷起的腿像钟摆似地来回晃动，而且自我感觉良好以为无伤大雅。其实这会令人觉得很不舒服。这不是文明的表现，也不是优雅的行为。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找