

<<形象决定未来>>

图书基本信息

书名：<<形象决定未来>>

13位ISBN编号：9787540747701

10位ISBN编号：7540747706

出版时间：2010-1

出版时间：漓江出版社

作者：李昀

页数：189

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<形象决定未来>>

### 前言

大约17年前，我第一次回到内地，旁人问我：“金老师，大陆和台湾的女孩儿有什么区别吗？”

我当时没敢太老实地回答，只敢在心里默默地回答：区别挺大的，台湾的女孩儿时髦多了。

曾几何时，旁人再问我同样的问题时，我已经不会再有内心的独白，我会直截了当地大声说：“完全没有区别，甚至和巴黎、纽约都不太有区别。

走在北京、上海、重庆等城市街头的女孩儿都太时髦了！

可是，可是，我心里还不免有些微弱而细小的独白：我的这番评价是针对那些已然进入职场的白领女孩说的，至于那些还在大学里念书，或准备进入职场的新鲜人来说，她们可能还是需要一些提醒和指导的。

由于我和先生的公司所经营的生意和Lifestyle有关，因此每次面试新进员工的最后审核工作泰半都由我来完成。

说实话，我在面对这些孩子时，常被她们弄得啼笑皆非，不知道是该生气还是不该。

该生气的理由，是因为许多孩子学习很优秀，但太不懂得礼貌和人情世故；不该生气的理由，又是因为我知道这些孩子们课业繁重，光顾着读书，没人教导、也没心思学习礼仪和如何打扮自己。

这种困惑不仅仅只发生在我身上，我周围许多朋友谈起新入职场的孩子们时，也有相同的慨叹（和痛苦），有人甚至因此决定只录用有工作经验的员工，希望他们在职场历练过，打磨棱角、举止得宜之后，再好好发挥一肚子的本事。

不过，我们也都知道这对刚毕业的孩子是不公平的，如果大家都不给他们历练的机会，他们能从什么地方开始呢？

我很高兴李昀老师从另一个角度解决了这个困难。

李昀和我是小同乡，我们不仅从台湾地区来，也同样生长在高雄，虽然长大后我们分别去了美国和英国，但我们的母亲却都还住在高雄相距不远的地方。

这些相似之处的缘分，让我们颇为珍惜彼此的情谊，几次我们约了在北京见面聊天，也都觉得好似老朋友般的熟稔。

她的得体装扮和举手投足之间的优雅得宜，也让我钦羨和赞佩！

## <<形象决定未来>>

### 内容概要

本书引领年轻人迈入形象管理的新世界。

前半部为进入职场前的面试形象策略。

包括服装仪容，肢体仪态，应对进退，口试技巧与履历自传等；后半部为进入职场后的个人品牌打造，包括装扮风格，场合着装，肢体语言，沟通技巧与商务礼仪等。

以上知识全面性地帮助职场新鲜人赢在形象，赢在起跑点。

<<形象决定未来>>

作者简介

李昀

华人世界形象管理大师  
近二十年形象管理教学经验  
北京风采网CKO首席知识官  
AICI国际形象顾问协会北京分会项目副主席  
曾任教于台湾中山大学与高雄餐旅学院  
台湾大学文学士  
美国印第安纳大学教育硕士暨博士班

<<形象决定未来>>

书籍目录

序	金韵蓉自序	播下一颗美的种子	前言	个人品牌从新开始	第一部分	Before进入职场前	第一章
面试服装仪容	一、基本原则	1.面试形象七三铁律	2.新鲜人装扮四大迷思	3.新			
鲜人装扮四大原则	4.面试服装四大类型	二、职场服装	1.女士职场服装	西装或			
外套	大衣或外套	裙子	裤子	针织衫	衬衫	连衣裙	
内搭	女装	单品正式度	2.男士职场服装	西装	西裤		
衬衫	领带	男装单品	正式度	三、职场配件	1.女性职场配件		
鞋子	袜子	皮包	饰品	2.男士职场配件	饰品	皮	
鞋	皮夹	皮带	袜子	手帕与袋巾	四、个人修饰	1.个人外表	
修饰	皮肤保养	皮肤出油	化妆	头发	身体毛发处理		
手与脚	牙齿	气味	香水	第二章	面试语言表达及形象	一、面试Q&A	
1.个人特质	2.前途规划	3.职业态度	4.生活方式	5.求学经历	6.时事常		
识	7.创意思维	二、声音语言的美化	1.音质	2.音调	3.音量	4.语速	
5.语气	6.发音	7.赘字	8.语法	三、克服紧张的技巧	四、面试形象加分十		
点通	1.礼貌敲门	2.自信亮相	3.稳健脚步	4.亲切招呼	5.谢座与坐姿		
6.眼光交流	7.双手递送	8.笑容可掬	9.告辞致谢	10.临别致意	第三章	书面	
形象	一、书面形象四大原则	二、文件内容	1.履历	2.自传	3.外文资料		
4.个人专辑	5.照片	三、文件包装	1.纸本	2.电子文本	第四章	职业场合面试	
形象策略	一、面试形象规划的四个维度	二、职场服装正式度分类说明	三、十大工作类型				
面试形象策略	1.企业公司	2.政府机构	3.文化艺术领域	4.学校(大学)			
5.学校(中学)	6.学校(小学)	7.学校(幼儿园)	8.服务领域	9.金融保险			
领域	10.科研领域	第二部分	After进入职场后	第一章	职业素养与职场伦理	第二章	服务态度与观念
第三章	职场服仪管理	一、服仪管理的社会层面	二、社会期望值与行业	三、			
装扮与人格特质	四、社会期望值与形象风险	五、主流审美观	第四章	自我风格的探寻与建立			
一、个人色彩识别	1.个人色彩分析	2.变色计划	3.色彩搭配	.....	第五章		
职场着装规则	第六章	肢体与仪态	第七章	语言表达与沟通技巧	第八章	新鲜人职场礼仪	

## &lt;&lt;形象决定未来&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：1.面试形象七三铁律提到面试很多人都不禁手心冒汗，呼吸急促，三分钟定生死，绝不能等闲视之。

新鲜人从步出校园的第一天，面试便与之相伴，成为职场生涯的敲门砖，倘若能成功地敲开一扇扇职场之门，就有机会学习、成长并汲取经验，向丰美远大的未来迈进一步。

面试形象有一个七三定律——七秒钟建立第一印象，三分钟建立第二印象，成败立见，接下来机会就不多了。

这两部分把握住，主考官会有兴趣花更多时间再探究竟，否则大概就可以准备收拾东西回家，或起码在心理上主考官已经将你送出门了。

在这宝贵的七秒钟内我们来得及做些什么，不妨想象一下面试的场面。

当听到叫你的名字，站起来，紧张地整理衣服，朝门走去，敲敲门，再往里走，一、二、三、四、五、六、七，停，时间到，刚好往前走了七步，如果面试地方较大，可能还在半途中，地方较小，大概刚好站定在主考官面前。

关键的七秒钟，很公平的，每个参赛者都仅仅做了一个亮相，也就是将自己呈现在主考官的面前。

这短短七秒钟大约足够我们将人从头到脚浏览一遍，从发型、面容、身材、服装、配饰，这些静态的视觉元素都一一进入眼帘。

当然还有动态的视觉表现，表情、手势，站立与走路的姿势等。

结论是七秒钟的第一印象几乎全部来自视觉信息的传达，简单说将服装仪容打理好，就提高了第一印象的成功率。

七秒钟之后到三分钟左右，属于第二印象的时间段，此时大家熟知的“五五三八七”比例就可以派上用场了，也就是说55%的印象来自视觉表达，38%来自说话的语气，7%来自说话的内容，这与大多数人拼命准备面试模拟考题的想法大相径庭。

面试形象七三铁律：第一印象七秒钟，第二印象三分钟第一印象第二印象第二印象信息比重当我们有机会开口说话，可以较为深入地表达自己的想法时，往往严重高估了语言的影响力。

根据研究显示，语言内容其实是最不重要的，他人在接收语言信息时，怎么说比起说什么重要多了，语气比内容的重要性高出五倍之多，而超出人们想象的是，当我们说得口沫横飞之际，对方的眼睛可比耳朵忙得多，人们相信自己所看到的远远要超过自己所听到的。

我们搜集到的视觉讯息比听觉来得更重要，我们总是在仔细地推敲“弦外之音”，时时寻觅着“意在言外”的信息，不断通过大脑复杂的运算，最后才得到结论。

总之，平均不超过十分钟的面试是成是败，第一印象与第二印象的建立可以说是最关键的因素，而综观这两大印象的信息来源，结论无一不是视觉。

<<形象决定未来>>

媒体关注与评论

这本书集结了作者在台湾中山大学多年教课的精华，以及在美国生活工作的经验，是一本给亟需打磨、抛光，进而绽放异彩的孩子们的“提携书”。

——金韵蓉谨将这本书献给所有的莘莘学子，容我在你们心中播下一颗小小的种子，一颗美的种子，日后开出内外兼备的花朵，结出品味人生的果实，成功与幸福就在你们手中。

——李昀

<<形象决定未来>>

编辑推荐

《形象决定未来:职场新鲜人形象管理成功书》：超实用职业形象终身参考



<<形象决定未来>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>