

# 穿著禮儀與職場專業形象



人力資源室  
吳柏燁

# 穿著禮儀

## 8 tips 儀容ok

- 髮型：整齊有型。
- 化妝：得體合宜。
- 臉部：精神煥發。
- 服裝：目標設定。
- 配件：合乎階級。
- 襪子：搭上配下。
- 鞋子：整齊亮麗。
- 整體：專業形象。

# 職場專業形象

## 形象塑造

### ■ 合適的妝扮

- 適當的展現現自己個性、特質與工作能力。
- 符合公司文化。
- 職場有倫理，衣著也有倫理。
- 穿著是經營形象的必要投資。
- 別把”錢”穿戴來上班。
- 出了辦公室，衣著仍要費思量。

# 專業形象（續）

## 形象塑造（續）

### ■ 優雅的儀態

➤ 挺拔立姿。

➤ 從容行姿。

➤ 優雅坐姿。

### ■ 得宜的話語。



# 專業形象（續）

## 基本原則

- 乾淨＋質感＝專業升級。
- 保持身體的整潔。
- 女性避免過度暴露(裙子過短、露背、領口過低……)。
- 男性可善用V字區（領口＋領帶區域）。
- 善用西裝外套。
- 別戴「有色眼鏡」。
- 時常留意自我儀容。

# 專業形象（續）

## 粉領佳人穿著原則

- 適度的淡粧是禮貌。
- 球鞋不適合穿著至上班場所。
- 正式場合記得穿絲襪。
- 飾品搭配以不超過三件為主，避免誇張。
- 日常上班穿著以洋裝或襯衫、針織衫搭配裙子、褲子為宜，正式場合或出席會議，建議穿著套裝。





# 專業形象（續）

## 都會型男穿著原則

- 穿西裝應穿長袖襯衫，更顯專業。
- 領帶及襪子顏色以配合西裝為主，勿穿白襪。
- 西裝顏色以深色為主，黑色為最正式場合穿著。
- 領帶圖案以有規則為正式，不規則為非正式。
- 西裝前襟口袋只能放置裝飾手帕，其於物品均應放入內袋。









祝福大家~

因禮儀而優雅，

因優雅而形象專業，

因形象專業而邁向成功之道！

謝謝各位 敬請指教