

國際儀態與形象專家

認證題庫共**200**題

認證檢定考試說明

本認證檢定採單科測驗制，每科考試內容與配分方式如下：

是非題：**15** 題

選擇題：**10** 題

每題配分：**4** 分

全卷 總分為 **100** 分，
成績達 **60** 分(含)以上者為合格。

考試時間為 **60** 分鐘，
請考生於規定時間內完成作答。

壹、是非題(100題)

一、國際儀態與形象基礎(1-20)

1. 國際儀態不僅包含外表，也包含行為與態度。

答案：是

解析：形象是整體展現。

2. 儀態只與走路姿勢有關。

答案：否

解析：包含站、坐、行、動。

3. 良好儀態可提升專業可信度。

答案：是

解析：第一印象關鍵。

4. 國際形象專家不需考慮文化差異。

答案：否

解析：文化差異極重要。

5. 行為形象是可經由訓練改善的。

答案：是

解析：屬後天能力。

6. 儀態與自信無直接關聯。

答案：否

解析：自信會反映在姿態。

7. 國際場合重視整體協調感。

答案：是

解析：避免突兀不一致。

8. 形象專家只需關注外表穿著。

答案：否

解析：行為同樣重要。

9. 儀態是非語言溝通的一部分。

答案: 是

解析: 肢體即訊息。

10. 國際儀態標準在全球完全一致。

答案: 否

解析: 各文化略有不同。

11. 良好站姿可傳達自信與穩定感。

答案: 是

12. 形象管理只適用於服務業。

答案: 否

解析: 各行各業皆適用。

13. 行為形象會影響他人對專業度的判斷。

答案: 是

14. 儀態與個人品牌無關。

答案: 否

解析: 是品牌的一部分。

15. 國際儀態需考慮場合正式程度。

答案: 是

16. 形象專家需具備觀察能力。

答案: 是

17. 儀態不佳不會影響跨文化互動。

答案: 否

18. 行為形象可反映內在修養。

答案: 是

19. 國際儀態屬於短期速成技能。

答案: 否

解析: 需長期養成。

20. 儀態管理是一種專業素養。

答案: 是

二、站姿、坐姿、行走與動態表現(21-40)

21. 站立時應保持脊椎自然挺直。

答案: 是

22. 身體過度僵硬屬於良好儀態。

答案: 否

23. 坐姿會影響他人對專業度的印象。

答案: 是

24. 翹腳在所有國際場合皆合宜。

答案: 否

25. 行走速度過快可能顯得浮躁。

答案: 是

26. 行走時視線下垂較顯專業。

答案: 否

27. 手部動作屬於動態儀態的一環。

答案: 是

28. 動作幅度過大在正式場合可能失禮。

答案: 是

29. 國際儀態鼓勵誇張肢體動作。

答案: 否

30. 坐姿應依場合調整正式程度。

答案: 是

31. 良好站姿有助於呼吸順暢。

答案: 是

32. 走路時拖步可能影響形象。

答案: 是

33. 手插口袋在正式場合屬適當行為。

答案: 否

34. 坐姿穩定可傳達自信感。

答案: 是

35. 儀態包含動作的節奏與流暢度。

答案: 是

36. 快速大幅度轉身顯得優雅。

答案: 否

37. 動態儀態需與服裝搭配。

答案: 是

38. 行走時雙肩不平衡會影響整體形象。

答案: 是

39. 國際場合可忽略行走姿勢。

答案: 否

40. 儀態需在靜態與動態中保持一致。

答案: 是

三、行為禮儀與跨文化互動(41-60)

41. 行為形象與禮儀密切相關。

答案: 是

42. 國際禮儀完全不受文化影響。

答案: 否

43. 眼神交流在多數文化中代表尊重。

答案: 是

44. 長時間直視在所有文化中皆適合。

答案: 否

45. 問候方式需考量文化差異。

答案: 是

46. 手勢在不同文化可能有不同含義。

答案: 是

47. 國際場合中，保持適當距離很重要。

答案：是

48. 行為形象只在正式場合才重要。

答案：否

49. 打斷他人談話屬於良好互動。

答案：否

50. 國際形象專家需具備文化敏感度。

答案：是

51. 餐桌行為屬於行為形象的一部分。

答案：是

52. 在國際場合遲到屬可接受行為。

答案：否

53. 聆聽態度會影響行為形象評價。

答案：是

54. 語言與肢體表現需一致。

答案：是

55. 情緒管理不屬於行為形象範疇。

答案：否

56. 尊重文化差異有助建立信任。

答案：是

57. 公共場合過度喧嘩會影響形象。

答案：是

58. 國際行為禮儀不需事前學習。

答案：否

59. 微笑可提升親和力。

答案：是

60. 不當幽默可能造成文化誤解。

答案：是

四、專業形象、職場與國際場合應用(61-80)

61. 專業形象包含言行舉止。

答案: 是

62. 國際職場中, 儀態可影響升遷機會。

答案: 是

63. 形象專家不需考慮場合正式度。

答案: 否

64. 公開場合的行為代表個人與組織形象。

答案: 是

65. 儀態訓練可提升領導魅力。

答案: 是

66. 行為形象僅影響第一印象。

答案: 否

67. 國際簡報時, 肢體語言很重要。

答案: 是

68. 緊張情緒不會反映在行為上。

答案: 否

69. 形象專家需具備自我管理能力。

答案: 是

70. 儀態不良可透過刻意練習改善。

答案: 是

71. 職場形象與專業能力無關。

答案: 否

72. 國際會議中坐姿影響他人觀感。

答案: 是

73. 行為形象可影響談判結果。

答案: 是

74. 形象管理只需短期調整。

答案: 否

75. 專業形象需長期一致。

答案: 是

76. 國際場合中應避免不必要的小動作。

答案: 是

77. 儀態與說服力無關。

答案: 否

78. 行為形象是無聲的溝通。

答案: 是

79. 專業形象不包含情緒控制。

答案: 否

80. 儀態能反映個人修養與教育程度。

答案: 是

五、專業倫理與形象顧問角色(81-100)

81. 國際形象專家需遵守專業倫理。

答案: 是

82. 可對客戶保證一定成功改變形象。

答案: 否

83. 尊重客戶文化背景是基本原則。

答案: 是

84. 形象顧問可忽略客戶意願。

答案: 否

85. 專業形象建議需符合實際場合。

答案: 是

86. 形象專家需持續進修。

答案: 是

87. 不實形象宣傳不涉及倫理問題。

答案: 否

88. 客戶隱私需受到保護。

答案: 是

89. 行為形象諮詢屬跨領域專業。

答案: 是

90. 形象專家不需良好自我形象。

答案: 否

91. 專業界線有助建立信任。

答案: 是

92. 形象改善應循序漸進。

答案: 是

93. 國際形象顧問角色偏向指導與陪伴。

答案: 是

94. 客戶回饋有助專業精進。

答案: 是

95. 行為形象訓練無需評估成效。

答案: 否

96. 國際儀態可提升跨文化溝通效率。

答案: 是

97. 專業形象有助個人國際競爭力。

答案: 是

98. 儀態管理是終身學習的一部分。

答案: 是

99. 行為形象與國際素養密不可分。

答案: 是

100. 國際動態儀態與行為形象的核心在於尊重與專業。

答案: 是

貳、選擇題(100題)



1. 國際動態儀態與行為形象最核心的概念為何？

A. 外表穿著

B. 個人喜好

C. 行為、儀態與文化整合

D. 流行趨勢

✓ 答案：C

解析：形象是整體表現而非單一元素。

2. 下列何者屬於非語言溝通？

A. 電子郵件

B. 語音訊息

C. 肢體動作

D. 書面報告

✓ 答案: C

3. 良好儀態最直接影響哪一項？

A. 收入

B. 第一印象

C. 年齡

D. 學歷

✓ 答案: B

4. 國際場合中，行為形象需特別注意哪一因素？

A. 個人星座

B. 文化差異

C. 天氣

D. 流行音樂

✓ 答案: B

5. 下列哪一項「不屬於」儀態管理範疇？

A. 站姿

B. 坐姿

C. 行走

D. 體重

✓ 答案:D

6. 良好站姿的基本原則為何？

A. 身體前傾

B. 脊椎自然挺直

C. 身體僵硬

D. 雙手插口袋

✓ 答案:B

7. 坐姿最容易影響哪一種形象？

A. 專業度

B. 年齡

C. 性別

D. 身高

✓ 答案:A

8. 在正式國際場合，翹腳的正確觀念為何？

- A. 所有場合皆合適
- B. 完全禁止
- C. 視文化與場合而定
- D. 越隨意越好

☒ 答案：C

9. 行走速度過快，容易給人何種印象？

A. 穩重

B. 優雅

C. 浮躁

D. 自信

✓ 答案:C

10. 下列哪一項屬於良好行走儀態？

A. 拖步前行

B. 身體左右晃動

C. 步伐穩定自然

D. 低頭滑手機

✓ 答案:C

11. 手勢在國際溝通中的正確角色為何？

A. 不重要

B. 可強化表達

C. 一定失禮

D. 只適用於演講

✓ 答案:B

12. 動作幅度過大在正式場合最可能造成？

A. 活潑印象

B. 專業加分

C. 失禮或不穩重

D. 無影響

✓ 答案：C

13. 下列哪一項最能提升動態儀態的專業感？

A. 誇張表現

B. 節奏穩定

C. 動作快速

D. 大聲說話

✓ 答案:B

14. 儀態與服裝之間的關係為何？

A. 完全無關

B. 互相衝突

C. 需相互搭配

D. 只看服裝

✓ 答案:C

15. 國際禮儀中，眼神接觸的主要意義為？

- A. 挑釁**
- B. 表達尊重與專注**
- C. 不禮貌**
- D. 壓迫他人**

☒ **答案：B**

16. 在部分文化中，長時間直視可能被解讀為？

A. 禮貌

B. 友善

C. 挑戰或不敬

D. 專業

✓ 答案: C

17. 問候方式在國際場合中應如何處理？

A. 固定一種方式

B. 模仿他人

C. 考量文化背景

D. 隨意即可

✓ 答案:C

18. 下列何者屬於良好行為形象？

A. 打斷他人說話

B. 專心聆聽

C. 東張西望

D. 玩手機

✓ 答案:B

19. 餐桌禮儀在國際形象中屬於？

A. 次要

B. 可忽略

C. 行為形象的一部分

D. 僅限服務業

✓ 答案:C

20. 國際場合遲到最可能造成何種影響？

A. 無影響

B. 顯得隨和

C. 影響專業形象

D. 增加親切感

✓ 答案:C

21. 行為形象是否僅存在於正式場合？

A. 是

B. 否, 日常亦重要

C. 只在舞台上

D. 只在職場

✓ 答案:B

22. 下列何者最能展現良好互動態度？

- A. 急於表現**
- B. 情緒失控**
- C. 適當回應與點頭**
- D. 保持沉默**

☒ **答案：C**

23. 情緒管理與行為形象的關係為何？

A. 無關

B. 密切相關

C. 只影響心理

D. 只影響語言

✓ 答案：B

24. 國際簡報時，下列何者最不恰當？

A. 清楚站姿

B. 適度手勢

C. 來回踱步

D. 眼神交流

✓ 答案:C

25. 專業形象最重要的特質為？

A. 流行

B. 一致性

C. 華麗

D. 高調

✓ 答案:B

26. 儀態訓練是否能提升領導魅力？

A. 不能

B. 只對女性

C. 可以

D. 只對演員

✓ 答案：C

27. 行為形象影響談判結果的原因為？

A. 增加聲量

B. 建立信任感

C. 讓人緊張

D. 轉移焦點

✓ 答案:B

28. 下列何者屬於不良小動作？

A. 穩定站立

B. 點頭回應

C. 不斷摸臉

D. 適度微笑

✓ 答案:C

29. 儀態不佳時，最適當的改善方式為？

- A. 忽略**
- B. 刻意僵硬**
- C. 持續練習修正**
- D. 完全模仿他人**

☒ **答案：C**

30. 行為形象是否會影響組織形象？

A. 不會

B. 只影響個人

C. 會

D. 無法判斷

✓ 答案: C

31. 國際形象專家最需要具備哪一能力？

A. 表演能力

B. 觀察與分析能力

C. 推銷能力

D. 設計能力

☒ 答案:B

32. 下列何者最能降低跨文化誤解？

A. 堅持己見

B. 文化敏感度

C. 強勢表現

D. 快速下判斷

☒ 答案:B

33. 專業形象是否只影響第一印象？

A. 是

B. 否，影響長期關係

C. 只影響外表

D. 無影響

✓ 答案：B

34. 行為形象訓練最終希望達成什麼？

A. 模仿他人

B. 自然內化

C. 刻意表演

D. 短期改變

✓ 答案:B

35. 下列何者最能提升親和力？

A. 冷漠

B. 微笑

C. 嚴肅

D. 沉默

✓ 答案:B

36. 國際場合中，距離感(**Proxemics**)指的是？

- A. 時間
- B. 語速
- C. 人與人之間的空間
- D. 音量

✓ 答案:C

37. 專業形象是否需要長期維持？

A. 不需要

B. 視心情

C. 需要

D. 只在重要場合

✓ 答案: C

38. 行為形象顧問是否可保證效果？

A. 可以

B. 不行，因人而異

C. 一定成功

D. 視價格

✓ 答案: B

39. 客戶隱私在專業服務中應如何處理？

A. 可公開

B. 只內部討論

C. 妥善保護

D. 不需在意

✓ 答案: C

40. 下列何者屬於專業倫理？

A. 誇大成效

B. 尊重文化差異

C. 強迫改變

D. 忽略需求

✓ 答案：B

41. 國際形象顧問的角色最接近？

A. 指揮者

B. 陪伴與指導者

C. 命令者

D. 評審

✓ 答案:B

42. 儀態改善的最佳方式為？

A. 一次到位

B. 長期練習

C. 臨時模仿

D. 只靠穿著

✓ 答案:B

43. 行為形象是否屬於跨領域專業？

A. 否

B. 是

C. 只屬於禮儀

D. 只屬於心理

☒ 答案：B

44. 專業形象是否影響國際競爭力？

A. 不影響

B. 稍微影響

C. 影響顯著

D. 無法判斷

☒ 答案：C

45. 下列何者最符合國際專業形象？

A. 隨性

B. 極端

C. 穩定一致

D. 高調張揚

✓ 答案:C

46. 行為形象訓練是否需要評估成效？

A. 不需要

B. 需要

C. 視心情

D. 無所謂

✓ 答案:B

47. 國際場合中，不必要的小動作應如何處理？

A. 放大

B. 忽略

C. 有意識修正

D. 強化

☒ 答案：C

48. 儀態管理是否屬於終身學習？

A. 否

B. 是

C. 只限學生

D. 只限職場

✓ 答案: B

49. 行為形象與個人品牌的關係為？

A. 無關

B. 相互衝突

C. 密切相關

D. 只影響外表

✓ 答案: C

50. 國際動態儀態與行為形象的最高原則為？

- A. 流行
- B. 速度
- C. 尊重與專業
- D. 表演

✓ 答案:C

51. 下列何者最能展現穩定且專業的站姿？

- A. 身體前傾
- B. 重心偏一側
- C. 雙腳平均承重、脊椎自然挺直

D. 雙手插口袋

✓ 答案:C

52. 坐姿時最容易被忽略卻影響形象的是？

A. 鞋子顏色

B. 背部姿勢

C. 髮型

D. 手錶品牌

✓ 答案:B

53. 在正式國際場合中，哪一種行為最可能被視為不專業？

A. 適度點頭

B. 專心聆聽

C. 不斷晃動身體

D. 保持微笑

✓ 答案:C

54. 行走時手臂自然擺動的主要功能為？

A. 增加速度

B. 顯得誇張

C. 維持平衡與流暢感

D. 吸引注意

✓ 答案:C

55. 下列哪一項最符合國際動態儀態的原則？

A. 越快越好

B. 越誇張越好

C. 自然且有控制

D. 完全靜止

✓ 答案:C

56. 正式場合中，雙手最適合的狀態為？

A. 插口袋

B. 抱胸

C. 自然放置或輕握

D. 不斷揮動

✓ 答案:C

57. 抱胸姿勢在多數文化中容易傳達何種訊息？

A. 開放

B. 防衛或抗拒

C. 熱情

D. 服從

✓ 答案:B

58. 國際禮儀中，適當的點頭動作通常代表？

A. 不耐煩

B. 同意或理解

C. 否定

D. 挑釁

✓ 答案:B

59. 下列哪一項最可能破壞整體行為形象？

A. 適度微笑

B. 穩定站姿

C. 頻繁查看手機

D. 眼神交流

✓ 答案:C

60. 動態儀態訓練中,「節奏感」主要指的是?

- A. 音樂節拍
- B. 動作快慢與連貫性
- C. 語言速度
- D. 走路步數

✓ 答案:B

61. 在跨文化互動中,最安全的肢體距離原則為?

- A. 盡量靠近
- B. 完全保持距離
- C. 依文化與場合調整
- D. 以個人習慣為主

✓ 答案:C

62. 下列何者最能展現尊重的聆聽行為?

- A. 插話補充
- B. 點頭並維持眼神交流
- C. 低頭做其他事
- D. 不斷看手錶

✓ 答案:B

63. 在部分文化中,過度手勢可能被解讀為?

- A. 專業
- B. 熱情
- C. 浮躁或不穩重

D. 權威

✓ 答案:C

64. 國際行為形象中, 語言與肢體的關係為?

A. 可完全分離

B. 彼此無關

C. 需一致才能傳達真實訊息

D. 只看語言

✓ 答案:C

65. 公共場合中, 最能提升親和力的非語言表現為?

A. 冷淡表情

B. 微笑

C. 快速動作

D. 高聲說話

✓ 答案:B

66. 下列哪一項屬於國際行為禮儀的基本原則?

A. 展現個性

B. 尊重他人

C. 強調自我

D. 打破規則

✓ 答案:B

67. 在正式會議中, 坐姿前傾微靠的效果為?

A. 顯得疲倦

B. 表示專注與投入

C. 不禮貌

D. 顯得焦慮

✓ 答案: B

68. 行為形象中,「小動作」過多最可能造成?

A. 活潑感

B. 專業感提升

C. 分散他人注意力

D. 增加說服力

✓ 答案: C

69. 下列哪一項最符合國際專業場合的走路方式?

A. 拖步

B. 小碎步

C. 穩定、步幅適中

D. 快速奔走

✓ 答案: C

70. 行為形象訓練中,「自我覺察」指的是?

A. 評論他人

B. 覺察自己的姿態與動作

C. 模仿他人

D. 忽略感受

✓ 答案: B

71. 國際簡報時,最能加分的肢體表現為?

A. 不斷走動

B. 適度手勢配合重點

C. 背對觀眾

D. 雙手抱胸

✓ 答案: B

72. 下列哪一項最容易造成文化誤解？

A. 詢問對方習慣

B. 尊重差異

C. 以自身文化為唯一標準

D. 觀察對方反應

✓ 答案: C

73. 行為形象是否會影響談判信任感？

A. 不會

B. 只影響外表

C. 會，且影響顯著

D. 無法判斷

✓ 答案: C

74. 在國際職場中，最不恰當的行為為？

A. 準時

B. 尊重發言順序

C. 公開打斷他人

D. 專心聆聽

✓ 答案: C

75. 專業形象維持最重要的關鍵為？

A. 高調表現

B. 長期一致

C. 流行元素

D. 價格

✓ 答案: B

76. 行為形象是否能影響領導魅力？

A. 不能

B. 只有外表影響

C. 能, 且影響深遠

D. 只影響新人

✓ 答案: C

77. 下列何者最能展現自信但不傲慢的形象？

A. 誇張動作

B. 穩定姿態與自然表情

C. 大聲說話

D. 指責他人

✓ 答案: B

78. 國際場合中, 過度表現個人情緒可能導致？

A. 親和力提升

B. 專業度下降

C. 信任增加

D. 無影響

✓ 答案: B

79. 行為形象顧問在服務中最重要的角色為？

A. 評判者

B. 指揮者

C. 引導與陪伴者

D. 批評者

✓ 答案:C

80. 儀態訓練是否需要長期反覆練習？

A. 不需要

B. 只練一次

C. 需要

D. 視運氣

✓ 答案:C

81. 下列哪一項最符合國際專業倫理？

A. 誇大效果

B. 尊重客戶文化

C. 強迫改變

D. 忽略意願

✓ 答案:B

82. 客戶拒絕某項形象建議時，顧問應？

A. 堅持執行

B. 中止服務

C. 尊重並調整建議

D. 公開批評

✓ 答案:C

83. 行為形象顧問是否可保證改變成效？

A. 可以

B. 不行，因人而異

C. 一定成功

D. 視費用

✓ 答案:B

84. 客戶個人資料與影像最適當的處理方式為？

A. 作為宣傳

B. 隨意保存

C. 經同意後使用並妥善保護

D. 不需管理

✓ 答案:C

85. 下列何者有助於建立長期專業信任？

A. 承諾快速改變

B. 明確溝通與紀錄

C. 高壓要求

D. 模糊說明

✓ 答案:B

86. 行為形象屬於哪一類溝通方式？

A. 書面溝通

B. 非語言溝通

C. 技術溝通

D. 數據溝通

✓ 答案:B

87. 儀態與行為形象是否能被後天培養？

A. 不能

B. 只能靠天賦

C. 可以透過訓練培養

D. 只能靠模仿

✓ 答案:C

88. 下列哪一項最容易破壞專業形象？

A. 穩定姿勢

B. 適度微笑

C. 情緒失控

D. 尊重他人

✓ 答案:C

89. 行為形象評估時，不應只關注哪一面向？

A. 動作

B. 表情

C. 外在環境

D. 語言與互動

✓ 答案:C

90. 國際行為形象的核心價值為？

A. 個人表現

B. 速度

C. 尊重、專業與一致性

D. 流行

✓ 答案:C

91. 儀態管理是否有助於提升國際競爭力？

A. 無關

B. 影響有限

C. 有顯著幫助

D. 只影響外表

✓ 答案:C

92. 行為形象訓練最終目標為？

A. 表演化

B. 自然內化成習慣

C. 臨時應付

D. 取悅他人

✓ 答案:B

93. 國際場合中，最重要的行為原則之一為？

A. 表現自我

B. 快速反應

C. 不讓他人感到不適

D. 主導全場

✓ 答案:C

94. 下列何者最符合專業形象顧問的自我要求？

A. 只管客戶

B. 忽略自身形象

C. 以身作則

D. 只講理論

✓ 答案:C

95. 行為形象與個人品牌的正確關係為？

A. 無關

B. 相互衝突

C. 彼此強化

D. 只影響外表

✓ 答案:C

96. 國際動態儀態訓練是否屬於終身學習？

A. 否

B. 只限學生

C. 是

D. 只限職場

✓ 答案:C

97. 行為形象不佳時，最專業的處理方式為？

A. 忽略

B. 指責

C. 覺察、修正與練習

D. 放棄

✓ 答案:C

98. 國際形象顧問與客戶的關係最適合形容為？

A. 命令關係

B. 上下關係

C. 合作夥伴

D. 評審關係

✓ 答案:C

99. 國際動態儀態與行為形象最終希望傳達的是？

A. 個人優越

B. 完美表演

C. 專業與尊重

D. 高調存在

✓ 答案：C

100. 成為優秀國際動態儀態與行為形象專家的核心能力為？

A. 模仿力

B. 說服力

C. 專業判斷與文化敏感度

D. 表演能力

✓ 答案：C

題庫