



中等职业教育“十一五”规划教材



商务礼仪

..... 于立新/主编



配 助教课件



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

中等职业教育“十一五”规划教材

商务礼仪

主 编 于立新
参 编 孙思珍 毛莉萍 朱恒斌
刘荣华 吕天健



机械工业出版社

俗话说：“商场如战场。”在竞争日益激烈的今天，从事商务活动的人员，若要在激烈的竞争中立于不败之地，除了具备必要的专业知识外，提高个人修养、注重礼仪，也显得越来越重要，甚至决定着商务活动的成败。

本书围绕商务活动的各个环节，分别从个人形象礼仪、办公室日常礼仪、商务交往礼仪、商务会议礼仪、宴请礼仪、商务旅行礼仪等6个方面，简要介绍了仪表、仪态方面的注意事项和做法；办公期间在办公室及办公区域内应该注意的问题；日常见面、交往和迎送的礼仪规范；组织会议、会议服务以及参加会议的礼仪；参加宴请的礼仪知识和乘坐汽车、火车和飞机的礼仪规范。为便于教学，本书设计了相应的训练内容，讲练结合，使学生更好地掌握知识，进而将知识转化为技能。

本书可作为中职学校的公共课教材，也可作为在职人员的培训用书。

图书在版编目 (CIP) 数据

商务礼仪/于立新主编. —北京：机械工业出版社，2008.9

中等职业教育“十一五”规划教材

ISBN 978-7-111-24928-3

I. 商… II. 于… III. 商务—礼仪—专业学校—教材
IV. F718

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 126199 号

机械工业出版社 (北京市百万庄大街 22 号 邮政编码 100037)

责任编辑：徐永杰 聂志磊 责任印制：邓 博

北京双青印刷厂印刷

2008 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

184mm×260mm · 8.75 印张 · 207 千字

0 001—4 000 册

标准书号：ISBN 978-7-111-24928-3

定价：15.00 元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

销售服务热线电话：(010) 68326294

购书热线电话：(010) 88379639 88379641 88379643

编辑热线电话：(010) 88379182

封面无防伪标均为盗版

前言

自 2005 年《国务院关于大力发展职业教育的决定》颁布以来,职业教育进入了更加迅猛发展的时代。这一决定的颁布,为职业教育工作者提供了更为宽广的舞台,也为职业教育改革进一步深化提供了可能。教材作为教学的参考及辅助工具,在职业教育改革中起着举足轻重的作用。注重实用、可操作性强成为职业教育教材的发展趋势。

本书面向中等职业学校学生,以培养学生技能为宗旨,注重实操,训练学生掌握并运用礼仪基本知识解决实际问题的能力。同时,通过学习,使学生的礼仪素养得到提高。本书突破传统教材编写模式,以案例引出基本知识,侧重技能训练,并附有图片、图表,形式简洁、实用、活泼,内容浅显、易懂。

本书内容共分六章,主编为北京市外贸学校的于立新老师。具体分工为:第一章由孙思珍编写;第二章由毛莉萍编写;第三章由朱恒斌编写;第四章由于立新编写;第五章由刘荣华编写;第六章由吕天健编写。本书在编写过程中得到了机械工业出版社相关领导的大力支持,在此表示衷心感谢!

由于编者水平有限,书中难免有不妥或疏忽之处,恳请同行专家和读者批评指正。

编 者

目 录

前 言

第一章 个人形象礼仪	1	第四章 商务会议礼仪	79
第一节 仪表礼仪	1	第一节 会议的组织准备	79
第二节 仪态礼仪	15	第二节 会议服务礼仪	85
第二章 办公室日常礼仪	26	第三节 参加会议的礼仪	88
第一节 处理好几种关系	26	第五章 宴请礼仪	93
第二节 通讯礼仪	32	第一节 宴请一般礼仪	93
第三节 办公室内的礼仪	38	第二节 中餐礼仪	98
第四节 办公室公共区域的礼仪	42	第三节 西餐礼仪	102
第三章 商务交往礼仪	47	第六章 商务旅行礼仪	108
第一节 日常见面礼仪	47	第一节 乘车礼仪	108
第二节 交谈礼仪	55	第二节 乘火车、飞机礼仪	116
第三节 送礼的礼仪	60	第三节 住宿礼仪	126
第四节 商务接待礼仪	66	参考文献	133
第五节 商务拜访礼仪	73		



第一章 个人形象礼仪

第一节 仪 表 礼 仪

◎ 学习目标:

1. 了解仪容礼仪的相关知识,掌握美容化妆及美发的技巧。
2. 能根据不同场合、不同身份,设计不同发型、化不同的妆。
3. 了解并掌握着装的 TPO 原则。
4. 能按照服饰的礼仪礼规,合理地选择服装、穿着服装。
5. 学会领带的两种打法。

教学



1. 教师准备一些有关化妆礼仪、服饰礼仪的标准图片供学生参考。
2. 教师准备一些化妆工具,让学生了解认识这些工具。
3. 学生自带化妆品,按照要求练习化妆。
4. 学生自带领带,练习领带的几种打法。
5. 实训安排在教室或形体房进行。
6. 采取学生个人训练与小组训练相结合的方式 进行模拟练习。
7. 本节拟安排 4 学时。

知识模块结构图





案例

曾有媒体报道，扮演《泰坦尼克号》女主角的凯特·温氏兰特和男友回英国度假，在一家高档商店门前，其男友因穿着随便而被门卫拒之门外。凯特的男友大怒，指着大名鼎鼎的女友对门卫说：“你可知道她是谁？她就是《泰坦尼克号》中罗斯的扮演者——凯特！而我就是她的男朋友。”谁知这位门卫铁面无私，偏偏让他吃了闭门羹。最终，凯特的男友不得不回到宾馆，换好服装后才得以迈进那家商店的大门。

请问：人们在个人仪表方面应该注意哪些问题？



相关知识点介绍

一、仪容礼仪

(一) 仪容礼仪的构成

仪容是指人的容貌，它是由面容、发式以及身体所有未被服饰遮掩的皮肤所构成。在社会交往中，整洁的仪容不仅体现自身的良好修养，而且表示着对交往对象的尊重，因此是礼仪的重要内容。在个人修饰仪容时，通常包括头发、面容、手臂、腿部、化妆等5个方面。

1. 美发礼仪

(1) 勤于梳洗：头发要勤洗、勤理、梳整齐，保持头发的美观。洗发应为两天一次；理发，男士应为两周一次，女士最长不应超过一个月。

(2) 长短适中：头发的长短不可强求一律，但也不能一味地追求个性，而要注重规范。头发的长短应考虑到性别、身高、年龄、职业等因素，必须与这些因素相协调。

(3) 发型得体：发型是指头发的整体造型，它对人的整体形象塑造有着重要的作用。在理发与修饰头发时，要考虑到个人条件（如发质、脸型、身高、胖瘦、年纪、着装和性格等）以及所处的场合等因素。

(4) 美发自然：美发是指人在修饰头发时有意识地运用某种技术手段对其进行美化的过程。美发不仅要美观大方，而且要自然，要与个人发质、年龄、职业等因素相协调。

职业人员几种标准发型，如图 1-1～图 1-5 所示。

2. 面容礼仪

面容是仪容的重点，它是人际交往中引起他人注意的重点部位，因此面容的清洁是仪容美的关键，不容忽视。



图 1-1 女正面短发



图 1-2 女侧面短发

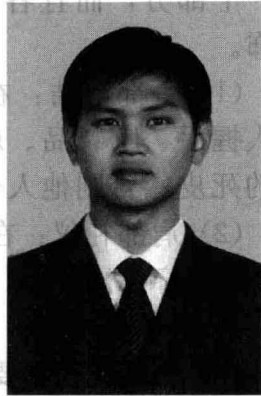


图 1-3 男标准发型



图 1-4 女正面束发



图 1-5 女侧面束发

(1) 眼部清洁：眼部清洁应注意两个问题。

1) 眼部分泌物要及时清除。

2) 在戴眼镜时，眼镜要美观，而且要随时清洗保持明亮。

(2) 耳部清洁：耳部虽位于面部两侧，但仍在他人在视野之内，在洗澡、洗头、洗脸时，不要忘记清洗耳部。

(3) 鼻腔清洁：平时要注意清理鼻腔，修剪鼻毛。不要让异物堵塞鼻孔或让鼻涕流淌，更不要在他人在面前挖鼻孔，这样既不卫生，也不文雅。

(4) 嘴部清洁：坚持每天早晚刷牙，保持牙齿洁白、口腔无异味；上班工作或参加社交活动之前，不吃带有刺激性气味的食物，如葱、蒜等；饭后要用纸巾将嘴部擦拭干净。

3. 手臂礼仪

手臂被人们看作是社交中的“第二枚名片”，它是人际交往中使用最多



的一个部分，而且各种动作附加了多种多样的含义，因此要重视手臂的修饰。

(1) 手部清洁：在日常生活中，手是接触他人、他物最多的地方，如与人握手、拿物品、就餐等，因此要勤洗手，定期修剪指甲，去除指甲周围的死皮。否则他人会把你与“不卫生”划等号，引起厌恶。

(2) 肩部礼仪：在正式的工作场合，肩部不能裸露。也就是说，在这些场合不宜穿无袖装。

4. 腿部礼仪

(1) 脚部礼仪：要勤洗脚，勤换袜，不要穿残破、有异味的袜子，保持脚部卫生；在正式场合不能光着脚穿鞋，这样既不美观，又不文雅；更不能穿拖鞋、凉鞋等；要经常修剪脚趾甲，至少要每周修剪一次。

(2) 腿部礼仪：在正式场合，男士不能穿短裤，使腿部暴露在衣服外面；女士不能穿超短裙或短裤，可以穿长裤或过膝的裙子。在穿裙子时，不能光着腿不穿袜子，也不能穿短袜，而要穿长筒袜，否则是不雅观的。

5. 化妆礼仪

在人际交往中，化妆既是自尊的表现，也是对他人尊重的表现。

(1) 美容化妆的原则：

1) 自然原则。自然是化妆的生命，它能使化妆后的脸看起来真实生动，而不是一张呆板生硬的面具，因此美容化妆既要求美化，更要求真实自然、生动，具有生命力，没有人工美化的痕迹。

2) 美化原则。化妆是为了使自己变得更加美丽漂亮，那么要使化妆达到美的效果，必须了解脸部特点，清楚怎样化妆才能扬长避短，因此在化妆时要注意适度矫正，修饰得法。

3) 得法原则。化妆虽要求个性化，但也要考虑场合。上班、郊游或户外运动等可化淡妆；参加喜庆活动、文艺晚会或舞会等可化浓妆。

4) 协调原则。美容化妆特别强调整体效果，因此在化妆时应力求使妆面、全身、场合、身份相协调，取得完美的整体效果，以体现自己的不俗品位。

(2) 美容化妆的礼规：

1) 扬长避短。美容化妆应突出面部的富有美感之处，掩饰面部的不足之处，以达到最佳的化妆效果。

2) 化妆的浓淡要注意时间与场合。化妆不是一成不变的，要区别对待白天和晚上、一般场合和特殊场合的具体情况去化妆。通常，白天化淡妆，晚上化浓妆；一般场合化淡妆，特殊场合化浓妆。



3) 不要当众化妆。在公共场所众目睽睽之下化妆是被认为没有教养和失礼的行为。

4) 不要在异性面前化妆。在异性面前化妆会降低自己身份,有损自己形象。

5) 不要使化妆妨碍他人。有些人妆化的过浓、过重,香气甚至令人窒息,这种过量的化妆就是对他人的妨碍。

6) 不要使妆面出现残缺。由于出汗或其他原因使妆面出现残缺,应及时到洗手间里补妆,不能听任不理,那样会让人觉得自己懒惰、不懂礼规。

7) 不要借用他人的化妆品。借用他人的化妆品既不卫生,也不礼貌,还容易传染皮肤病,所以应避免借用他人的化妆品。

(3) 化妆方法:

1) 清洁脸部。用清洁霜或洗面奶涂在脸部,稍作按摩后,用水清洗,再用湿毛巾将脸擦拭干净。

2) 抹粉底。粉底起着打基色、调整肤色、掩盖瑕疵的作用,可使皮肤显得细腻、滋润、艳丽。化妆者应选择适合自己皮肤肤质、肤色的粉底,先抹在额部、鼻果、两颊和下巴等处,然后由上而下,抹匀面部。

同学们所处的年龄,青春亮丽,不宜在皮肤上做太多的修饰,只抹上一些简单的护肤霜即可。

3) 眼睛化妆。

① 涂眼影。根据设计方案来决定眼影的色彩和涂抹的地方。

② 画眼线。在眼影涂好后,用灰黑色、咖啡色或黑色等眼线笔画眼线可以保证眼睑用色的干净。眼线的描画可以突出眼睛的轮廓,修正掩饰眼型缺陷。

③ 涂卷睫毛。用睫毛刷自睫毛根部向外涂,然后用睫毛夹夹住睫毛,卷压片刻,使睫毛向上翘立,可以增加眼睛的光彩。

④ 刷染睫毛液。在卷翘的睫毛上刷染睫毛液可以使睫毛显得浓密而漂亮。

(4) 修眉与描眉:修眉是用眉钳修正眉型和拔除杂乱的眉毛。描眉是使眉型与脸型相搭配。描眉不能过浓、过重,那样会使颜色失真。

(5) 上胭脂:双颊上略施胭脂,轻轻向四周抹匀,这样可以起到改变脸型的视觉效果,使面色红润美丽。

(6) 涂口红:用唇线笔勾出适合自己特点的唇型,唇线的颜色应稍深于唇膏的颜色,唇膏均匀地涂抹在唇廓线内,以达到修饰嘴型的效果。



皮肤美化八要诀

- 1) 以优质的洁面用品彻底清洁面部。
- 2) 每天喝大量白开水。
- 3) 少吃煎炸食物。
- 4) 多吃新鲜蔬菜。
- 5) 不吸烟。
- 6) 用不含油分的化妆品。
- 7) 保证充足的睡眠。
- 8) 做适量的运动。

二、着装礼仪

(一) 着装的基本原则

1. 和谐得体原则

古希腊美学观点认为：“和谐就是美。”这一美学观点在服饰美中得到了充分地体现，它要求着装者在着装时必须与自己的年龄、体形、肤色、脸型、职业等相协调。

(1) 着装与年龄相协调：年龄是人们选择服装颜色、款式的重要参照物。例如，超短裙、白长袜穿在少女的身上显得天真活泼，可以展示少女的形体美和青春活力，但穿在中年人身上则显得不伦不类；旗袍穿在成年女性身上可以展示成年女性的含蓄柔美、高雅华贵，但穿在发育未成熟的儿童身上则失去儿童天真无邪的特点，也无法阐释旗袍的内涵。

(2) 着装与体形相协调：人们的体形千差万别，而且绝大多数人的体形都或多或少地存在着不完美的地方，因此在选择服装时应该了解自己的体形缺陷，根据自己的体形特点选择服装，以弥补自身的不足，达到扬长避短的效果。

1) 身材矮胖的人，宜选择具有收缩效果的冷色或深色的竖条纹服装，从视觉上产生一种横向收缩、纵向延伸的效果；款式上可选择宽松一点或呈“H”型的服装。不要穿紧身衣、百褶裙、横条纹或掐腰类服装，避免产生体形增宽的视觉效果。

2) 身材瘦高的人，宜选择具有扩张效果的暖色或浅色的横条纹服装，最好是穿长袖衬衫、长裤、高领连衣裙、褶裙，不要穿无领无袖或竖线条纹的上衣，也不要穿紧身的服装，那样会使你的体形缺点暴露无疑。

3) 身材瘦小的人，应选择贴身的、直线型服装，要尽量合体，不要穿肥



大的衣服。

(3) 着装与肤色相协调：人的肤色会随着着装的色彩不同发生微妙的变化，因此在着装时要注意同自己的肤色相协调，从而起到相得益彰的效果。

1) 肤色偏黑的人，适合穿色彩明快、图案较小且柔和的服装。颜色上应选用铁灰色、藏青色、粉红色、米色、淡黄色或翠绿色等，应避免选用黑色、黑紫色、深褐色或白色等，否则会显得皮肤更黑。

2) 肤色偏黄的人，可以选择素雅的小碎花、网格或条纹的上衣。颜色上应选择与自己肤色反差较大或明亮的服装，如红色、白色、粉色、蓝色或浅蓝色，最好不要选用与肤色相近或较深暗的服装，如黄色、土黄色、米色、橙色、棕色、咖啡色和铁灰色等，否则会显得皮肤更黄，缺乏生机。

3) 肤色较白的人，一般来说什么颜色都可以选用，只要整体上搭配合理就可以了。

(4) 着装与色彩搭配相协调：服装的色彩非常多，选择时要因人而异，合理搭配。理想的色彩搭配主要有：

红 色—白色； 红 色—黑色； 红 色—橄榄色；
粉红色—白色； 天蓝色—黑色； 深蓝色—灰 色；
天蓝色—白色； 浅灰色—黑色； 宝蓝色—鲜绿色；

在色彩搭配上，白色、黑色是安全色，它们最容易与其他颜色搭配，取得良好的效果。

(5) 着装与职业相协调：职业是人们选择服饰时不能遗忘的重要因素，作为职业人必须考虑着装是否与职业相协调。例如，作为职业女性，在工作岗位上的穿着打扮是否得体是有无敬业精神的具体表现，只有使穿着打扮与职业达到协调一致，才会得到上司的欣赏、同事的敬重和客户的信赖。再如，教师的着装要求端庄大方，如穿着过分“前卫”、“时髦”的服装进行教学，不仅会分散学生的注意力，而且还给人一种轻率浅浮的印象，这显然与教师的职业不协调。

(6) 着装与环境、场合相协调：置身于不同的环境、不同的场合就应该有不同的着装，使着装与周围环境相和谐，如喜庆的场合不能穿得古板，庄重的场合不能穿得随便，悲痛场合不能穿得刺目，办公场合不能穿得休闲。

2. 遵循国际通行的 TPO 原则

TPO 三个字母是英文里时间、地点、目的三个单词的缩写，它的基本含义是人们在着装时应兼顾具体的时间、地点、目的，不可以一味地“跟着感觉走”，并力求使着装在时间、地点和目的上达到协调一致。



(1) T (Time): 表示时间,即穿着要应时,不仅要考虑到时辰的变化、季节的变换,而且还要适应时代的要求。特别是随着社会的发展,时代的变迁,人们的着装观念和要求也发生了很大的变化,因此着装时要考虑时代的特点,避免穿着与流行趋势格格不入的服装。

(2) P (Place): 表示地点,即穿着要因地制宜,置身在室内或室外、驻足于闹市或乡村、身处于单位或家中,由于地点不同,着装理当有所不同。例如,上班一般穿庄重的服装,如果穿休闲装就不得体;如果穿礼服去参加体育活动,就显得更不得体了。

(3) O (Object): 表示目的,即穿着要适合自己,人们的着装往往体现着意愿,即自己的着装留给他人的印象如何,具有一定的预期效果。着装应适应自己扮演的社会角色,不同的角色有不同的社会行为规范以及服饰规范。不要盲目地追赶潮流,而要根据自己的工作性质、社会活动的具体要求、自身的年龄、形象特点和气质等来选择服装,从而塑造出与自己的身份、个性相协调的外表形象。

3. 遵守“三色”原则

“三色”原则是指在正式场合的衣着色彩应当以少为宜,最好控制在三种之内,而且这三种色彩应该相互协调。这样有助于保持正装庄重、保守的总体风格,并且使正装在色彩上显得规范、简洁、和谐。正装的色彩如果超出三种会给人以繁杂、低俗的感觉。

(二) 着装的一般要求

男士着装应遵循与他人保持一致的原则。一般来说,男士选择服装不要过于注重款式和色彩,应更多地注重服装的质地和做工。

女士着装应主要遵循个性化的原则。俗话说:“男人穿牌子,女人穿样子。”由于女士服装在款式和色彩上的丰富多变,选择空间的相对广阔,人们对女士的服饰要求相对较高。女士的服饰穿着要有自己的特色。也就是说,无论是服饰的款式,还是色彩都必须符合自己独特的个性(如身材、气质、长相、职业和涵养等),并通过服饰展示自己的内在美。这一点与男士的服饰选择标准正好相反,女士穿着与他人雷同的服饰是非常糟糕的事情。

对于职业女性来说,其服饰大多职业化。这使女士在服饰的选择标准上与男士日益趋同,更多地注重服饰的质地和做工,而在服饰款式和色彩的选择上往往以简洁大方为基本原则。为了使女士职业化的服饰具有一定的个性色彩,通常可以利用一些小饰物来体现独特的审美追求和服饰品味。



(三) 着装的具体要求

1. 男士穿着西装的具体要求

西装最大的特征是挺括(毛料),这一特征决定了我们在选择和穿着西装时应特别注意体现其挺括的效果。

(1) 选择合体的西装:合体的西装的上衣领子应紧贴后颈部衬衫的领口,并且低于衬衫领口 1.5cm 左右;上衣的长度与垂下手臂的虎口相平或上衣盖过臀部;四周平衡下垂无皱折;手臂伸直时,袖子的长度应到手心处;衬衫袖口应露出西服袖口 1.5cm 左右,肥瘦以穿一件羊毛衫为宜。与西服上衣相配套的通常是面料一样的西裤,合体的西裤要求有合适的腰围和长度。合适的腰围应是裤子穿在身上,拉上链锁,扣好裤扣后,裤腰处正好还能伸进一只五指并拢的手掌。如果插进一只手掌后,还有很大的余地,则腰围太大;如果一只手掌插不进去,则腰围太小。合适的裤长是裤子穿上后,裤脚下沿正好触及脚面,并确保裤线垂直,不可太短或太长。

(2) 男士西装的穿着:西装穿着要得体,必须懂得着装知识,按规矩穿着。

1) 西装的钮扣。若穿的是两个扣的单排扣西服上衣,一般只扣上扣,也可以两个扣都不扣或两个扣都扣上。两个扣都不扣,显得比较潇洒;两个扣都扣上,显得比较稳重;只扣下扣是错误的做法。若穿的是三个扣的单排扣西服上衣,可以只扣中间一个扣或扣上边的两个扣,当然也可以全都扣上或是全都不扣。

若穿的是双排扣的西服上衣必须把全部扣子都扣上。在坐下时,为了避免西服出皱,一般可以把最下面的一粒扣子解开,以防止服装扭曲走样;在站起来时,再扣上最下面的一粒扣子。

2) 西装的口袋。西装的口袋只起装饰作用,没有任何使用价值。为了使西服保持挺括,所有西服的外袋(包括西裤的两个边袋和后袋)都不能放物品。像钢笔、手帕、皮夹、香烟、通讯录之类的物品都应放在西服上衣的里袋或手提包里,否则将破坏西装的整体美观。

(3) 西服的配件:在礼仪活动中,西装的穿着是非常讲究的,必须懂得其着装要求。一般来说,在穿西服时需要有衬衫、领带、领带夹、背心、裤带和皮鞋等与之配套。

1) 衬衫。与西服配套的衬衫一般应选用硬领尖角式的白色或浅色的衬衫,领口一定要直,不能有折痕。合适的衬衫领子是以扣上衬衫领子纽扣后还能自由插进一个食指为标准。衬衫袖子的长度与领子的高度都应比西服上衣的袖子和领子稍长、稍高,即衬衫的领子要比西服上衣的领子高 1.5cm 左



右，袖口要长出西装袖口 1.5cm 左右。衬衫的下摆要塞进西裤里，不要散在外边。如果衬衫与西装搭配，一般应打领带，这时所有的衬衫纽扣都应扣上；如果不打领带（这是比较随便的穿着），那么衬衫的上领纽扣应解开，但袖子的纽扣仍需扣好，且不能将袖子卷起。

2) 领带。正式场合穿西服如果不打领带是不规范的做法，领带是西装必不可少的组成部分，对西装的美观起着重要作用。在选择领带时，一般应选择流行款式，颜色应与西服和衬衫的颜色相协调。（详见本节中“领带打法及领带与服饰搭配”）

3) 领带夹。领带夹的主要作用是用来固定领带，使其不至于上下左右飘舞。它的具体用法是在衬衫第四与第五颗纽扣之间把领带与衬衫夹在一起。通常，只要衬衫外面不穿背心或羊毛衫就有必要用领带夹。

4) 背心（马甲）。穿西装最好有背心与之配套，因为西服上衣敞开或脱下时会让人看到衬衫与裤子的连接处，这样是不雅观的。

5) 裤带。如果穿西服时不穿背心，西服上衣敞开或脱下时，裤带就会露在外面，因此选择裤带就显得特别重要。一般来说，与西装配对的裤带通常宽度为 2.5~3cm 之间，颜色以深色为佳，皮带头应美观大方，不要过于花哨。皮带系好后，带头内藏。

6) 皮鞋。“西装革履”意味着穿西装一定要配皮鞋，而且皮鞋要擦亮，千万不能搭配旅游鞋、布鞋或凉鞋等。黑色皮鞋可配各种颜色的西服，其他色彩的皮鞋要与西服的颜色相同或接近才能搭配。袜子的颜色应与皮鞋的颜色相近，也可以是西服颜色与皮鞋颜色的过渡色。

2. 女士穿裙子的具体要求

女士裙子的穿着与裤子的穿着可以说是同样的普遍，但裤子的穿着只适合在一般场合，而裙子的穿着既可以在正式场合，也可以在一般场合，但在不同的场合，女士应选择不同款式的裙子。

(1) 裙子的选择：女士在正式场合的着装一般以裙装为最佳，其中以西式套裙为首选，它适合任何正式场合穿着。裙子的长度最好能过膝，不应穿超短裙、无袖裙或背带裙；晚上参加比较正式的社交活动可以选择华丽、飘逸的长裙或旗袍。女士在一般场合的着装可以根据自己的喜好和活动的方便选择适合自己的裙子款式。

(2) 裙子的穿着：

1) 套裙应成套而穿，最好不分开穿。

2) 穿着时要注意色少、款新，不宜穿亮度过高的裙子，如大红、大绿等。同时，还要注意与衬衫的色彩相搭配。



3) 穿裙子一般得穿袜子,且裙子的长度应足够长,确保袜口在任何情况下都能被裙子的下摆盖住;在袜口与裙子之间露出一截皮肤是很不雅观的。袜子的颜色应与裙子的颜色相协调。一般来说,肉色的袜子可与任何颜色的裙子搭配;袜子的厚度应与鞋子的款式相搭配;比较单薄、小巧的鞋子应与薄丝袜搭配。

4) 穿裙子时(穿着其他服饰时也一样),不应露出内衣。一般情况下,露出内衣有两种情况:①外衣布料太单薄,透出了内衣;②在举止不当时,无意中让内衣露在外面。不管是哪一种情况都严重损害了女士端庄、稳重、细致和完美的形象。

5) 当裙子面料太薄时,一定要有内衬;在穿着短裙时,不要随意蹲下;在坐下时,应双腿并拢。

女士穿套裙的四大忌

- | | |
|-------------|---------------|
| 小
技
巧 | 1) 忌穿黑色皮裙。 |
| | 2) 忌裙、鞋和袜不搭配。 |
| | 3) 忌光脚。 |
| | 4) 忌“三截腿”。 |

3. 领带打法及领带与服饰搭配

对于穿着西装的男士来讲,除了西装本身要合体外,领带系得如何将决定西装的整体穿着效果。

(1) 领带结:领带扎得好不好看,关键看领带结打得如何。打领带结有三大技巧:

- 1) 领带结要打得端正、挺括,外观呈倒三角形。
- 2) 在收紧领结时,有意在其下压出一个窝或一条沟,使其看起来美观、自然。
- 3) 领带结的大小应与所穿的衬衫领子的大小成正比。

需要说明的是穿立领衬衫时不宜打领带,穿翼领衬衫时可打领带,也可扎蝴蝶结。

(2) 领带的长度:成人日常所用的领带通常长度在130~150cm之间,领带打好之后,外侧应略长于内侧。其标准的长度是打好领带后,领带下端正好触及腰带扣的上端,这样当外穿的西装上衣系上扣子后,领带的下端不会从衣襟下面显露出来。

(3) 领带的几种主要系法,如图1-6所示。

(4) 领带与服饰的搭配:领带与衬衫、西服这三者是分不开的,它们的搭配是一门学问。其搭配的要点是视觉上要求舒服、协调,总体上既可以追求和谐,也可以形成反差。总的来说,三者的搭配要符合美学的基本规律。



图 1-6 领带的几种系法