

生 活 百 事 通 从 书

SHENG HUO ZHONG DE LI YI

生活中 的礼仪

李 敏 编著



黄河出版社



生活中的礼仪

李 敏 编著



黄河出版社

责任编辑 程 鹏 封面设计 华 慧

图书在版编目(CIP)数据

生活中的礼仪/李敏编著. — 济南: 黄河出版社,
2005. 2

(生活百事通丛书/朱晓梅, 程鹏主编)

ISBN 7-80152-640-6

I. 生... II. 李... III. 礼仪—基本知识
IV. K891.26

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 126619 号

书名	生活中的礼仪
著者	李 敏
出版	黄河出版社
发行	黄河出版社发行部 (济南市英雄山路 19 号 250002)
印刷	莱芜市圣龙印务书刊有限责任公司
规格	850×1168 毫米 32 开本 13.75 印张 280 千字
版次	2005 年 2 月第 1 版
印次	2005 年 2 月第 1 次印刷
印数	1—5000 册
书号	ISBN 7—80152—640—6/G·124
定价	25.00 元

《生活百事通丛书》编委会

主 编 朱晓梅 程 鹏

副主编 王志玉 肖素华

编 委 李 敏 成曙霞 王志鹏



目 录

一、餐宴礼仪	(1)
参加宴会的服饰礼仪	(1)
餐宴时的仪表礼仪	(2)
白领女性餐宴礼仪	(3)
做餐桌上的气质美人	(6)
办家宴的礼仪	(9)
办午宴的礼仪	(10)
单身女士的家庭款待礼仪	(11)
筹备酒会的礼仪	(12)
晚宴的必备礼节	(13)
参加宴会的必备礼仪	(14)
宴会的宾主礼仪	(15)
做客用餐的礼仪	(17)
西餐的取菜礼仪	(17)
西餐的上菜礼仪	(19)
西餐的点菜要诀	(20)
西餐的进餐顺序	(21)
西餐进餐礼仪	(22)
西餐蔬菜的吃法	(25)
西餐宴会饮酒礼仪	(26)
西餐餐桌礼仪	(27)
喜宴挡酒的招数	(28)
业务邀请的回请礼仪	(29)
约会用餐礼仪	(30)





中途离席的礼节	(32)
餐巾的使用礼仪	(33)
餐宴中洗指的礼仪	(34)
吃沙拉的礼仪	(34)
刀、叉、汤匙的使用礼仪(一)	(35)
刀、叉、汤匙的使用礼仪(二)	(35)
刀、叉、汤匙的使用礼仪(三)	(36)
刀、叉、汤匙的使用礼仪(四)	(37)
刀、叉、汤匙的使用礼仪(五)	(38)
喝咖啡的礼仪	(38)
喝汤的必备礼仪	(40)
回应祝酒的礼仪	(41)
结账的礼仪	(41)
弄脏餐巾是不是罪恶?	(41)
品酒的礼仪	(42)
葡萄酒餐桌礼仪	(43)
手提包的摆放礼仪	(44)
用手指取食的礼仪	(44)
正统西餐礼仪	(45)
中餐的取菜礼仪	(46)
中餐宴请礼仪	(47)
宴席菜品食用礼仪	(47)
中国菜的菜单和餐桌	(48)
中餐排座次的礼仪	(49)
自助餐举办常识	(49)
用筷子的礼仪	(50)
宴请中的桌次与座位	(51)
宴后的礼节	(53)
用餐礼仪八“不”	(53)



餐桌礼仪六忌	(54)
不懂礼节时的诀窍	(55)
避免失礼时的尴尬	(55)
二、仪表礼仪	(57)
仪表基本礼仪	(57)
个人仪容卫生礼仪	(58)
穿衣的必备礼仪	(58)
服装的色彩搭配礼仪	(59)
国际交际场合的着装礼仪	(60)
将黑色穿到最美的礼仪	(63)
时尚穿衣之道	(64)
情绪低落时穿衣指南	(66)
着装的基本礼仪	(67)
着装的 TPO 原则	(67)
着装仪表美的原则	(69)
着职业装的礼仪	(69)
着休闲装的礼仪	(70)
舞会上的着装礼仪	(70)
饰物的选用礼仪	(71)
白领女性的仪表礼仪	(73)
女性化妆基本礼仪	(74)
女性着装色彩搭配礼仪	(76)
女性着装应与身材相配	(76)
女性在不同人面前的着装	(77)
职业女性的着装礼仪	(77)
职场女性的穿着类型	(79)
女性着装不宜男性化	(81)
女性长袜的穿着礼仪	(81)





女孩扮靓,八大禁忌	(81)
女性补妆的礼仪	(82)
高矮男士穿衣有别	(82)
男士的修饰礼仪	(83)
男士着装不宜太华丽	(84)
男士着装的色彩搭配	(85)
西装穿着礼仪	(85)
西装口袋的使用礼仪	(87)
西装领带的搭配礼仪	(87)
男士袜子的搭配礼仪	(88)
男士用香礼仪	(88)
让女子心仪的男性魅力	(89)
魅力男人四要	(90)
绅士的二十个必备礼仪	(90)
绅士的十大礼仪破绽	(91)

三、谈吐礼仪..... (93)

谈吐必备礼仪	(93)
谈吐应遵循的原则	(95)
言语交际礼仪	(97)
谈话礼仪	(98)
谈吐艺术	(99)
谈吐礼仪的语音美	(101)
问话的礼仪	(102)
电话礼仪	(103)
介绍的礼仪	(107)
打招呼的礼仪	(108)
致谢的礼仪	(108)
致歉的礼仪	(109)



办公室谈吐礼仪	(110)
与陌生人交谈的礼仪	(111)
谈话时插话的礼仪	(112)
交谈中打开话题的诀窍	(112)
交谈中提问的礼仪	(113)
聆听别人讲话的礼仪	(114)
说话不失“分寸”的礼仪	(115)
避免交谈中的礼貌忌语	(115)
向人问询的礼仪	(116)
面对他人问询的礼仪	(117)



四、举止礼仪	(118)
个人行为举止礼仪	(118)
形体姿态礼仪	(119)
手势和表情礼仪	(123)
递物和接物的礼仪	(127)
致意礼仪	(128)
行的礼仪	(130)
女性的姿态美	(131)
正确使用体态语言的礼仪	(131)
乘车礼仪	(132)
搭乘电梯的礼仪	(134)
观看体育比赛的礼仪	(135)
听音乐会的礼仪	(136)
出席文艺演出的礼仪	(136)
出入酒吧的礼仪	(137)
高尔夫礼仪	(138)
玩保龄球的礼仪	(139)
吸烟的礼仪	(139)



五、求职礼仪	(142)
求职面试的必备礼仪	(142)
求职面试的技巧	(144)
求职面试前的准备	(147)
求职面试小心语言陷阱	(149)
求职面试“说话”要投其所好	(154)
面试中“听”的礼仪	(155)
面试难题的回答艺术	(155)
学会运用你的目光	(160)
主考官面试的必备礼仪	(161)
求职之扬长避短的艺术	(162)
电话求职礼仪	(165)
网络求职礼仪	(165)
面试仪表礼仪	(167)
面试时握手的礼仪	(173)
面试题回答的技巧	(174)
餐叙型面试礼仪	(175)
成功取决于瞬间的智慧	(176)
录用前的提问礼仪	(177)
面试结束后的礼仪	(178)
如何写出得体的简历	(178)
在履历表上大胆押宝	(180)
制作简历九大标准	(181)
自荐信忌“贴金”	(182)
求职信的诸多不宜	(183)
电子简历的投放礼仪	(183)
投放履历后的礼仪	(184)
人事经理如何筛选简历	(184)
女士面试前的自我心理调节	(186)



女士面试的服饰礼仪	(186)
男士参加面试的服饰礼仪	(188)
面试西装搭配礼仪	(189)
涉世之初选购西装的诀窍	(190)
初涉职场的穿衣礼仪	(191)
求职面试的举止礼仪	(192)

六、职场礼仪

职场礼仪知多少	(195)
初入职场的仪表礼仪	(198)
初入职场的必备礼仪	(200)
哪些人不受职场欢迎	(200)
职场约会礼仪	(201)
职场待客礼仪	(202)
职场交际中“融”的礼仪	(202)
职场称呼的礼仪	(204)
与上司沟通的礼仪	(204)
与老板说话的艺术	(206)
让老板重视你的礼仪	(207)
对上司说“不”的礼仪	(208)
与同事相处的礼仪	(208)
职场获得成功的礼仪	(210)
职场获得晋升的礼仪	(212)
职场巧言攻略五大秘笈	(213)
职场三大纪律八项注意	(217)
轻松遨游职场的言谈礼仪	(218)
职场礼仪不同单位不同对待	(220)
职场生涯的七项基本功	(221)
职场十二大致命缺陷	(221)



职场隐私设防的礼仪	(224)
职场赢取人心的礼仪	(225)
职业生涯设计的礼仪	(225)
好习惯为职场加分	(226)
部门经理的必备礼仪	(229)
职场自我检查的礼仪	(230)
职场轻松快乐五大礼仪	(231)
职场会谈礼仪	(232)
职场一般与会礼仪	(234)
会议中化解尴尬的礼仪	(236)
公关送礼的礼仪	(237)
商务送礼的四大礼仪	(238)
开业、周年庆典的送礼礼仪	(240)
职业男士的形象礼仪	(241)
与职场女性交往的礼仪	(242)
职场美女的处事礼仪	(243)
办公室白领仪表礼仪	(243)
白领女性的服饰礼仪	(245)
白领女性与男同事共事的礼仪	(246)
不同职业女性的穿着礼仪	(247)
女性工作时切忌性感时髦衣着	(247)
办公室必备礼仪	(248)
办公室内用餐礼仪	(249)
办公室生存礼仪	(249)
办公室友谊十大礼仪	(251)
办公室沟通礼仪	(253)
办公室四大不良习惯	(254)
应对办公室精神骚扰的礼仪	(255)
现代办公礼仪禁忌	(256)



名片递接礼仪	(257)
名片使用礼仪	(259)
电话通讯礼仪	(260)
七、社交礼仪	(263)
成功社交的必备礼仪	(263)
常用社交礼节	(264)
握手礼仪	(265)
交际中的必备礼节	(267)
树立良好社交形象的礼仪	(267)
影响社交的四种因素	(269)
交友的礼仪	(272)
社交中的“黄金原则”	(273)
交际中运用目光的艺术	(274)
路遇的问候礼仪	(274)
社交公共礼仪	(275)
手机使用礼仪	(277)
赢得好人缘的礼仪	(278)
“真诚展示自己”的礼仪	(279)
“学会欣赏别人”的礼仪	(280)
“学会对他人微笑”的礼仪	(281)
赞美的礼仪	(281)
赞美男士的礼仪	(283)
男士对女士的礼仪	(285)
女士对男士的礼仪	(288)
女性对女性的礼仪	(288)
男人不该送女人的礼物	(289)
记住对方的名字	(289)
给人留下好印象的礼仪	(290)



开玩笑的礼仪	(291)
交谈的最佳距离和角度	(291)
有教养者十大必备礼仪	(292)
日常处世“八戒”	(293)
对立人际关系的调适礼仪	(293)
消除牢骚满腹的礼仪	(294)
对待背后议论的礼仪	(295)
社交礼仪小要领	(296)
社交十“不要”	(297)
社交中运用体态语言的礼仪	(298)
社交中令人讨厌的行为	(299)
女性社交礼仪八忌	(299)
女士优先的礼仪	(300)
少女克服社交羞怯心理的礼仪	(302)
商务招待礼仪	(303)
自我表现与分寸把握的礼仪	(303)
拒绝他人的礼仪	(304)
获得别人尊重的礼仪	(305)
“请教别人”的礼仪	(305)
避免偏见的礼仪	(305)
自我介绍礼仪	(306)
介绍他人的礼仪	(307)
拜访做客的基本礼仪	(308)
客人早到与迟到的礼仪	(309)
家庭待客的基本礼仪	(310)
办公待客的礼仪	(311)
迎接客人的礼仪	(312)
结束会见的礼仪	(313)
道别的礼仪	(313)



到对象家做客的礼节	(314)
约会礼仪	(315)
恋爱漏洞的补救礼仪	(315)
串门的礼仪	(316)
敲门的礼仪	(317)
有关请帖的礼仪	(317)
商业社交的礼尚往来	(318)
送礼的礼仪	(319)
送礼的禁忌	(321)
给男性朋友送礼的礼仪	(321)
馈赠的目的及相应的礼仪	(322)
送礼指南	(323)
收礼后的礼仪	(324)
送花的礼仪	(325)
给女孩子送花的礼仪	(326)
探病礼仪	(327)
祝寿礼仪	(328)
旅行礼仪	(328)
八、涉外礼仪	(329)
加拿大的生活礼仪	(329)
澳大利亚的生活礼仪	(331)
美国人的饮食礼仪	(332)
吃法国餐的礼仪	(333)
韩国饮食礼仪	(333)
美国社交场合中的礼仪	(334)
美国送礼·约会·做客礼仪	(338)
西方餐桌上的礼节	(341)
鸡尾酒会礼仪	(344)



舞会礼仪	(345)
美国名片使用礼仪	(347)
旅美社交礼仪二十戒	(348)
美国男女交往的礼仪	(352)
美国其他生活礼仪	(353)
涉外宴请礼仪	(358)
涉外赴宴礼仪	(360)
赴约与做客礼仪	(362)
欧美上洗手间的礼仪	(362)
涉外着装礼仪	(364)
涉外言谈礼仪	(366)
有代表性的国际着装	(369)
涉外活动中首饰的佩戴礼仪	(370)
涉外住宿礼仪	(371)
与外宾的见面礼节	(374)
正式场合介绍的礼仪	(375)
涉外称呼礼仪	(376)
给外国人送礼的礼仪	(377)
向外国人赠花的禁忌	(378)
各国手势趣谈	(379)
北美人手势的含义	(382)
中外手势的不同含义	(383)

九、家庭礼仪

家庭礼仪的内容	(385)
家庭礼仪教育	(386)
如何让孩子学会爱	(387)
英国家庭的餐桌礼仪教育	(387)
亲人间也须讲礼貌	(388)



孝敬老人的礼仪	(389)
向父母问候的礼仪	(390)
兄弟姐妹相处的礼仪	(390)
规劝父母的礼仪	(391)
家庭成员之间的正确称谓	(392)
结婚礼仪	(394)
夫妻之间的礼仪	(395)
夫妻关系之“三 T”原则	(396)
妻子永葆魅力的六大礼仪	(396)
拜访亲友的礼仪	(398)
亲友间送礼的礼仪	(400)
亲友间的探病礼仪	(400)
参加丧事的礼仪	(401)
祭奠的礼仪	(402)
举办生日晚会的礼仪	(402)
家庭待客礼仪	(403)
敬茶之道	(405)
起居礼仪	(406)
父母私翻了你的日记或信件怎么办	(407)
当父母错怪你时怎么办	(409)
与父母产生隔阂时怎么办	(410)
要求遭到拒绝时怎么办	(411)
与父母发生“顶牛”怎么办	(412)
父母吵架时怎么办	(414)
父母生病时怎么办	(415)
老小相处的礼仪禁忌	(415)
亲戚交往的礼仪	(417)
邻里交往的礼仪禁忌	(418)
老乡交往三忌	(419)

