



● 专用于国家职业技能鉴定

国家职业资格培训教程

家政服务员

(高级技能)

劳动保障部组织编写
中国就业培训技术指导中心



中国劳动保障出版社

JIA ZHENG FU WU YUAN

75976
41

专用于国家职业技能鉴定

国家职业资格培训教程

家政服务员

(高级技能)

劳动和社会保障部
中国就业培训技术指导中心 组织编写

中国劳动社会保障出版社

图书在版编目(CIP)数据

家政服务员：高级技能/劳动和社会保障部中国就业培训技术指导中心组织编写。—北京：
中国劳动社会保障出版社，2000.10

ISBN 7-5045-3004-2

I. 家…

II. 劳…

III. 家政-服务人员-职业技能鉴定-教材

IV. TS976.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 71518 号

中国劳动社会保障出版社出版发行

(北京市惠新东街 1 号 邮政编码：100029)

出版人：唐云岐

*

新华书店经销

北京印刷二厂印刷 北京京顺印刷有限公司装订

787 毫米×1092 毫米 16 开本 8 印张 198 千字

2000 年 10 月第 1 版 2004 年 7 月第 4 次印刷

印数：3000 册

定价：12.00 元

读者服务部电话：010-64929211

发行部电话：010-64911190

出版社网址：<http://www.class.com.cn>

版权专有 侵权必究

举报电话：010-64911344

国家职业资格培训教程

家政服务员

编审委员会

主任 张小建

副主任 信长星 陈 宇 张梦欣

委员 (按姓氏笔划排列)

王 君 邓永利 冯振君 刘永澎 刘 英

吕红文 宋 建 张先民 张 斌 孟 刚

周 芳 侯玉瑞 袁 芳 崔德立 崔宇澄

葛 玮 谢 伟

前 言

为推动家政服务员职业培训和职业技能鉴定工作的开展，在家政服务从业人员中推行国家职业资格证书制度，劳动和社会保障部中国就业培训技术指导中心在完成《国家职业标准——家政服务员》制定工作的基础上，组织部分参加标准编写和审定的专家及其他有关专家，编写了《国家职业资格培训教程——家政服务员》。

《教程》紧贴标准，内容上力求体现“以职业活动为导向，以职业技能为核心”的指导思想，突出职业培训特色；结构上，《教程》是针对家政服务员职业活动的领域，按照模块化的方式，分初、中、高三个等级进行编写的。《教程》的章对应于标准的“职业功能”，节对应于标准的“工作内容”，单元对应于标准的“技能要求”。每一单元包括学习目标、操作步骤、注意事项和相关知识。另外，针对标准中的“基本要求”，还专门编写了《家政服务员（基础知识）》一书，内容包括职业道德和法律、安全、卫生等方面的常识，是各等级家政服务员的必备知识。

本《教程》适用于初、中、高级家政服务员培训，是家政服务员职业技能鉴定的指定辅导用书。

本《教程》由张先民、王君、周芳、侯玉瑞、崔德立、刘英、崔宇澄、谢伟、孟刚、邓永利编写，由王君主编统稿。由于时间仓促，不足之处在所难免，欢迎提出宝贵意见和建议。

劳动和社会保障部中国就业培训技术指导中心

目 录

第一章 社交礼仪	(1)
第一节 家庭宴请.....	(1)
第二节 不同社交场合的服饰和化妆.....	(7)
第三节 家庭对外交往.....	(11)
第二章 操持家务	(27)
第一节 制作家庭餐.....	(27)
第二节 家庭美化.....	(38)
第三节 家用办公设备的使用.....	(46)
第四节 家庭理财.....	(58)
第五节 家庭保健.....	(73)
第三章 家庭教育	(78)
第一节 学前儿童家庭教育.....	(78)
第二节 学龄初期儿童家庭教育.....	(93)
第四章 家庭休闲娱乐	(102)
第一节 家庭娱乐活动的组织安排.....	(102)
第二节 常用家庭音像设备的使用.....	(109)

第一章 社交礼仪

第一节 家庭宴请

一、家庭宴请和聚会的筹备

1. 学习目标

能按照雇主要求完成家庭宴请和聚会的筹备工作。

2. 家庭宴请和家庭舞会的筹备工作

(1) 家宴筹备

1) 明确要求。在进行家宴准备前，首先要向雇主询问清楚有关家宴的情况，这包括家宴的目的；家宴的方式和种类；家宴的日期和时间；参加家宴的人数和人员情况，以及他们有无特殊需要和禁忌；宴会厅、房间和庭院布置方面的要求，菜肴、酒水的具体要求以及费用开支的限额。

2) 邀请。中国人对邀宴，除特殊喜庆的结婚、订婚等外向来较为随便，常常当面约定，或电话中邀请后即成定局。但对正式隆重的家宴，在面邀后，一定要发帖，以示慎重。请柬要在宴请之前的一至两周发出，以便被邀请者有所准备。请帖务求大方美观，其内容通常包括：举行家宴的目的，如为庆祝某某的寿辰；主人的姓名；被邀请人之姓名，中文请柬的被邀请人姓名多写在信封上；家宴的种类及方式，如晚宴、酒会、茶会等，正式家宴的请柬上一般还要标明席次号；举行家宴的日期，包括上午或下午、时辰、日、月、星期；写明家庭住址，包括某街、某号、某大楼、第几层等；更加正式些的家宴还要注明客人所穿的服装；最后，为确定客人是否参加邀宴，多注明被邀客人要给予回音。

3) 酒菜选择。根据宴请的目的、人数、形式、规格，本着节约和使宾客满意的原则来安排酒菜。选菜时，以雇主的要求为准，主要考虑主宾的喜好和禁忌。如个别人有特殊需要，可以单独为其准备菜肴。选的菜要合理搭配，包括荤素搭配、色彩组合、营养构成、烹调方法搭配、时令菜和传统菜的搭配、以及菜肴和酒水饮料的搭配等。菜肴的道数和分量要适宜，不宜过多或不足。可以制作菜单，供宾客阅览。

4) 布置。宴请前，要将宴会厅或庭院进行清扫和布置，以达到雇主的要求。如屋顶和墙壁是否需要装饰和布置；宾客餐前、餐后休息的地方是否需要准备；门前、房间是否需要摆上鲜花盆景；餐桌或菜台的摆放位置；主餐桌的布置是否有特殊要求；是否需要为带小孩的宾客准备椅子；视听设备的摆放等。

房间布置好后，开始认真布置餐桌。要铺上平整清洁的桌布，通常应当超出餐桌边缘 20 公分左右。可以考虑在每套餐具下面铺上一块圆形或方形餐巾，它们可以使餐桌具有美丽的

色彩。另外，还可以用鲜花和蜡烛增加餐桌的隆重气氛。当然，也不要家里所有的摆设统统放到餐桌上。桌椅摆放的位置要适当，尽量避免客人受到桌腿和别人膝盖的挤夹，要留足距离。注意不要让强风或光线直吹或直射到客人的脸上。

5) 席位安排。席位的安排以礼宾次序和便于交谈为原则。多桌宴请时，桌次高低以离主桌位置远近而定，右高左低，并摆上桌次牌。最尊贵的客人坐在主桌上，由主人一块儿陪客，通常主宾坐在主人的右手方。有时宾客身份高，也可以请到主位上。座位卡这时很能派上用场，可以装饰得喜气一点，这不仅告诉客人的座位在哪儿，还有美化餐桌的作用。最好能把兴味相投的客人安排在一起，因为他们有共同的话题。如果来客都是好友或亲戚，也可以随意些。

6) 餐具摆法。所有餐具都要准备充足，并清洗干净，餐巾要熨平。中餐的餐具摆放是有一定规则的。中餐宴请中使用的餐具主要有杯、盘、碗、碟、筷、匙、筷座、匙座几种。除筷子、酒具外，其余的餐具都应该是质地优良和不破损的瓷器。在宴会上，饮料杯放在菜盘前方，酒杯放在右前方。酒杯数和种类应与所上的酒的品种相同。餐巾折成花形插在饮料杯中，筷子与汤匙可放在专用的座子上，或放在纸套中。公用的筷子和汤匙最好备两份，放在专用的座子上，摆在主人和第二主人面前。酱油、醋和辣油等佐料应一桌两份或每人一份，并要备好牙签和烟灰缸。宴请外宾时，还应备好刀叉，供不会使用筷子者使用。

(2) 舞会筹备

1) 邀请。雇主家决定举办家庭舞会后，家政服务员应立即明确雇主举办舞会的时间和要邀请的人员。通常，举办交谊舞会较为理想的时间是在周末晚间。人们在周末和节假日往往想使身心处于一种松弛悠闲的状态，舞会气氛轻松浪漫，音乐柔美动听，正是满足人们休闲放松的方式。对于较高规格或较为正式的舞会，应以请柬的形式发出邀请，请柬要印刷精美，内容中注明舞会举行的时间、地点和邀请人。请柬应在舞会举行前几天送出。邀请参加舞会的人员数量要根据舞厅的容量确定，男女比例要相当。

(2) 布置。家庭舞会地点可以放在庭院或较大的客厅内。最好场地要宽敞些，能保持空气流畅。除原有的家庭装饰之外，还可根据舞会的性质悬挂带有礼节色彩的条幅和彩带，给舞厅增添祥和与温馨气氛，也显示了主人的热情。舞厅的地板光滑度要适宜，灯光要柔和，最好有配套的灯光装置。舞厅内一般在四周设有小圆桌和座椅，方便参加舞会的人员随意而坐。同时应准备足够的茶水和饮料。也可以摆上水果、点心，供跳舞的人享用。为了保证舞会的顺利进行，应事先安排好舞会所用的音响设备和各类舞曲的音乐盘或音乐带，较高规格的舞会还可以专门聘请演奏乐队。这时须准备乐队所需的座椅、谱架及演奏的曲目等。

(3) 着装和化妆。作为东道主，家庭所有成员都要精心修饰自己的仪容仪表。家政服务员要根据舞会的类型，协助雇主家每一名成员挑选、准备舞会服装，力求服装华丽、高雅、美观。另外要协助女士、小姐化好舞会妆。

3. 相关知识

(1) 家宴种类

除了在节假日到外面聚餐外，现代人也较喜欢在自己家中设家宴招待亲朋好友，把它作为表达感情的一种方式。这时，往往由主妇亲自掌勺，家人共同待客，显得亲切、友好。家宴广泛用于亲友聚会中，也用于官方与业务宴请。宴会时间，在上、下午均可举行。请柬上须注明。

有些家宴也很排场。有的安排乐队演奏音乐，场面布置十分讲究，请柬上还往往注明服

饰的要求。并且对餐具、酒水、菜肴道数、陈设、座位安排、讲话顺序、服务人员的装束、仪态及服务,都有严格要求。中餐家宴的酒水比西餐的简单些,餐前在休息室上茶水、汽水、果汁、啤酒等饮料,餐中始终用白酒或甜酒两种,不设餐后酒。通常晚宴常有余兴节目,如跳舞、音乐、游戏、电影等。有的家宴形式简便,不明确座位,不作正式讲话,菜肴道数相应酌减,使家宴的气氛随便、亲切,有利交际。

有些家宴以自助餐的形式款宴宾客,具有下列优点:不必排座次,免除宾客排位之麻烦;人数不受拘束;自己取食,主方可节省服务人力;客人先后参差进食,免除必须等客人到齐后,才能进餐的困扰;宴会可在自由的气氛中举行,客人间较多彼此认识的机会。这种家宴方式越来越受欢迎。

还有的家庭采用招待会方式,只备一些食品和饮料,不备正餐,不安排座次,以一种较为自由的宴请方式招待宾客。常见的有冷餐会与鸡尾酒会两种。冷餐会菜肴以冷食为主,简单的冷餐会只有一两样主菜。有的也备一定数量的热菜,用保温托盘存放,可在室内外举行。冷餐不排座位,客人可以随便坐在椅子、凳子、沙发甚至地毯上,或站立进食。餐具放在桌上或由服务员送至客人面前。客人可自由活动,自取菜肴、酒水,交际和交谈很方便。由于无餐桌,不便于用刀切割食物,所以这类冷餐会的食物多是不用餐刀只用餐叉就可以吃的品种。酒会,又称鸡尾酒会,形式较活泼、随便,时间经常在下午4点以后。酒会的招待品种以酒水为主,略备小吃、菜点,不设座椅,仅摆桌子、茶几。酒水常用多种酒按一定比例混合成的鸡尾酒,有时也用品种众多的酒代替,并配以果汁饮料。食物常为三明治、香肠、炸春卷等。食物上面插有牙签以便取食。客人可以在宴会举办时的任何时候出席和退席,来去自由。

家庭主妇在家中还以茶会这种简便的招待形式招待女性朋友,时间常在下午4点左右,或上午10点左右。地点可设在客厅,厅内设茶几、座椅,或用沙发代替。一般不排席位,通常只是有意识地安排主要宾客与主人坐在一起,便于交谈。招待品主要是茶。茶叶茶具比较讲究,不论绿茶、红茶或花茶,都应用品质好一些的,一般不用袋泡茶招待客人。茶具一般用陶瓷茶具,不用玻璃杯和热水瓶,体现一定茶文化。可略备便于食用的点心和风味小吃。也可用咖啡作主饮料。

(2) 舞会种类

交谊舞又称交际舞,交谊舞的舞蹈形式是男女二人面对合舞。这种舞蹈是在欧洲民间舞蹈的基础上发展演变而来的一种舞厅舞。如今,舞会已经成为现代大众娱乐的主要形式,也是家庭常用的社交方式之一。目前的舞会按舞蹈形式,可分为交谊舞舞会、现代舞(迪斯科、霹雳舞)舞会、国际标准舞(以拉丁舞为主)舞会等。

4. 注意事项

(1) 邀请宾客时,尽量将趣味相投的客人邀请在一起,这样可以使宴请或聚会有非常融洽和友好的气氛。而舞会上所邀请的男士和女士比例最好相当,且总人数与舞厅场地面积相宜。

(2) 家庭聚会要精心布置和认真准备,不要太不在意。应避免家宴的菜肴忌原料单一,烹调方法单一,色泽单一和口味单一。但家庭聚会也不宜铺张浪费,它不同于单位聚会和专门的饭店及舞厅,不能把聚会作为炫耀雇主家的机会。聚会的目的是使主宾们愉快地交往和沟通,是为了增加朋友之间的友谊,所以,应给宾客创造一个温馨和睦的氛围。

(3) 女主人的打扮应尽可能比女宾客的装扮朴素一点，不能企图在服装上胜过客人一筹或显示服饰。

二、家庭宴请和舞会的招待

1. 学习目标

作好家庭聚会的迎送及招待服务工作，让宾客满意。

2. 家庭宴请和舞会的招待工作

(1) 迎接宾客

家宴或舞会开始前，主人应在门口迎接宾客，家政服务员可以协助迎接，如按照迎接宾客的基本要求问候致意，帮挂外衣，并一一将宾客引进会客室，进行相互介绍，递上茶水、饮料等。如若为宴请，则待宾客到齐后，引导他们到餐厅入座。要注意，在女主人邀请宾客入席之前，不要擅自引导宾客进入设有餐桌的房间。

(2) 家宴上的服务

一般说来，宴会应当由女主人主持。等到大家坐定后，如果女主人取下餐巾，并说“祝你们胃口好”时，这就示意开餐。宴会开始，主宾致词时，服务员应关闭室内音响，并通知厨房暂停起菜。服务员应用托盘准备好一至两杯甜酒，在致词结束时送上。祝酒碰杯时，服务员要注意给每个客人满上酒，当客人起立干杯或敬酒时，应迅速拿起酒瓶或酒壶，随时准备添酒。斟酒的顺序一般是先从上宾开始，然后再斟正主位左边的主宾，最后斟主位。宴会上如遇不喝酒者，服务员应给客人换斟饮料。

宴席开始后，上菜应按下列顺序进行：先上冷盘，后上热菜，最后上甜食和水果。宴会上桌数再多，各桌也要同时上菜。上菜的方式大体有以下几种：一是把大盘菜端上，由各人自取，这是中餐的传统吃法。二是由招待员托着菜盘给客人过目，并报上菜名，然后分菜逐一放入每个人的食盘中。三是在报菜名、过目后，按西餐方式由服务员分份，用小碟盛放，每人一份，每道菜换一个小碟。服务员应主动介绍菜谱。对于中餐，上的菜凡有头型，如上生拼盘时，应注意头型朝向主位。上菜时，凡有配料的菜，先上配料，后上主菜。如果上鸡、龙虾等时，服务员应送上一杯水盂，供宾客洗手用。用餐者洗好手后，服务员应递手巾，撤下水盂。菜要一道道趁热上，菜上桌后才拿开盖，介绍菜名后才撤到分菜台上分菜。分菜时掌握好菜的分量、份数，分得要均匀。分菜时尽量避免餐具发出响声，分汤时禁止用盆倒。递菜时，应先从女主宾左侧开始，用右手放在客人的左边，然后顺时针方向逐一送上（图1—1）。倒饮料、酒水时，应用右手在客人的右边进行。撤餐具时，应当从客人的右边撤下。上菜、上食物时，严禁服务员的手和肘同客人相碰撞。

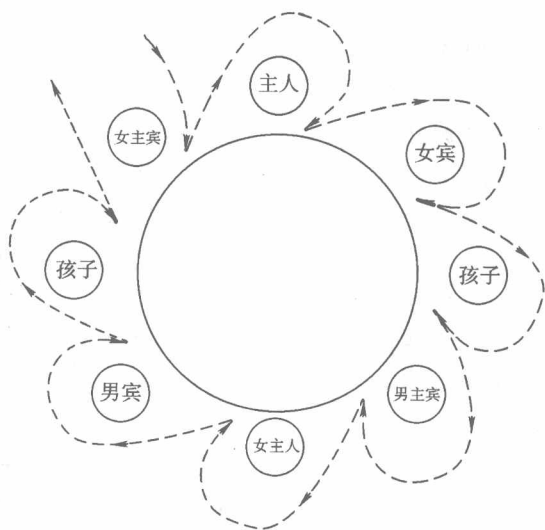


图 1—1 服务员上菜次序

在宴请中，家政服务员要尽量配合女主

人，女主人不应该为一些小事离开客人，这将会破坏桌上的气氛，除非她要亲自下厨烧菜。宴会上，所有菜上完后，服务员应向客人作说明。客人吃好饭后，可送上洗好的水果或热菜，并送上香巾。

(3) 舞会中的招待

舞会中的主要工作是要把握舞会的整体节奏和气氛。家政服务员要协助雇主将舞会持续下去，并分阶段地掀起高潮。交谊舞的舞曲以轻柔舒缓的风格为宜，但旋律和节奏要富有变化，通常以快速、中速、慢速，或者中速、快速、慢速为舞曲节奏搭配的基本方式，不可连续播放快节奏音乐，令舞蹈者气喘嘘嘘、疲惫不堪。舞曲安排有序、搭配适宜，使舞蹈者在舞曲的变化中展示不同的舞姿和舞技，在优美的音乐和热烈的气氛中陶然忘我，舞会便可达到高潮。有时，还可以穿插安排些唱歌等活跃气氛。若舞会的男女比例不均时，家政服务员可以在雇主的允许下，承担伴舞，勿让宾客久坐而不能尽兴。另外，家政服务员还应时刻关注参加舞会的宾客，询问他们喜爱的舞曲，为他们作一些招待服务工作，如送茶、送热香巾等，使他们愉快地度过一晚。

(4) 送别

家庭聚会结束时，家政服务员要协助雇主送客。客人离席时，一般是身份高者、年长者、妇女先走。服务员一定要主动为他们拉开椅子，并帮助宾客取外衣、穿外衣，帮助宾客提重物，还可以说一些感谢或告别的话语，如“感谢您全家的光临！”，“谢谢您的参加”等。最后，按照送客的礼仪，逐一将宾客送到大门口、电梯口或汽车上，热情话别。

3. 相关知识

(1) 用餐礼仪

无论是作为主方，还是作为宾客，在用餐时都要讲究礼仪。

1) 姿态文雅。要轻松不懒散，端端正正坐在椅子上。当主人拿起餐巾后，方可以取下餐巾铺在双膝上。餐巾是用来轻轻抹嘴上的油或擦手用的。千万不要拿它当抹布，或用来擦餐具、抹汗等。餐中，必须离开时可把餐巾摺叠，置于座位上，切不可放在桌子上。散席时才可将餐巾放在桌上。有的餐厅，服务人员会主动帮客人打开餐巾。服务员送上的第一道湿毛巾主要是用来擦手的，有的人一上来就抹脸，甚至连脑袋也抹一遍，是很不雅观的。如须宽衣，应到洗手间去，不要作出失礼的动作。

2) 礼貌进餐。用餐时须温文尔雅、安静，不能急躁，不要狼吞虎咽，必须小口进食。好的吃相是食物就口，不可将口就食物。食物带汁时，不能匆忙送入口，否则汤汁滴在桌布上，极为不雅。咀嚼食物要把嘴闭起来，喝汤或羹都不要吸，不要发出声音。如汤、菜太热，可稍待凉后再吃，切勿用嘴吹。口内有食物，应避免说话，自己手上持筷子或刀叉，或他人在咀嚼食物时，均应避免跟人说话或敬酒。进餐的速度最好和大家保持一致，从容不迫，不要显得太急或太饿，但也不要太慢，让大家都等着你。对餐桌远处的食品、物品，不要伸手去取，更不要越过别人的头取食物，可请邻座传递。如有招待员，应请招待员递。菜一次不要盛得过多。如由招待员分菜，一般不要要求增添。

3) 讲究卫生。要讲究用餐卫生和公共道德。自用餐具不可伸入公用餐盘夹取菜肴，也不要用自己的筷子给宾客夹菜。取菜舀汤时，应使用公筷、母匙。嘴内的鱼刺、骨头不要直接吐到桌面上，应用餐巾掩嘴，用筷子（吃西餐可用叉）取出，放在菜盘里。在进餐的过程中，把盘中的食品翻来翻去也是不文雅的表现。切忌用手指掏牙，应用牙签，并以手或手帕遮掩。

避免在餐桌上咳嗽、打喷嚏、呕隔，万一不禁，应说声“对不起”。

(2) 跳舞礼仪

1) 邀请和被邀。通常由男人邀请女士跳舞。邀请时应当向她欠身致礼，说一句：“冒昧请您跳舞。”女士可以友好地点一下头，表示接受邀请。如果女士有家人陪同（兄弟、父母等），男人在邀请这位女士跳舞时，应首先向她的家人施礼，说：“请允许我邀请您家小姐跳舞。”对这样的邀请，不必由家人出面拒绝，决定权在小姐自己。男人在跟自己女伴以及同座的女士都跳过舞之后，才可邀请别的座席上的女士跳舞。受男伴邀请参加舞会的女士可以跟别的不相识的男人跳舞，但一定要事先征得男伴的同意。女性如果已经谢绝跳舞，那她只能在事先有约的情况下才能接受另外一个男伴的跳舞邀请。拒绝别人邀请时应当说：“谢谢您，我已经约好了舞伴。”或“对不起，我有点累，想休息一会儿。”邀请他人共舞理当彬彬有礼，被邀者也该落落大方，这是舞蹈者良好礼仪修养与文化素质的体现。通常，跳舞不能男和男为伴，女和女为伴。除非在小范围内，舞伴不足时，才可以这样。

邀请之后，男人应请女士走在前面，自己跟在后面步入舞池，如果人不很拥挤，也可以挽着女士的手，一起步入舞池。到了舞池，起舞之前，男人应向女方再次鞠躬致谢。跳完了舞，男舞伴可以挽着女士的手，走到她的座位前，或者让女的走在前面，自己跟在后面。男舞伴应当为能一起跳舞向她表示谢意。

2) 舞姿和风度。舞会的风度，主要由人们跳舞时的姿态与表情构成，最佳风度应当是：姿态优美端庄，表情明朗温和。令人赏心悦目的舞者风度表现为：一，舞姿要端正规范、大方活泼。舞蹈时整个身体要保持平、正、直、稳，无论进退或是左右移动，都要掌握好身体的重心，如果重心不稳就会导致身体摇晃、肩膀高低不一、舞步不和谐，甚至踩了舞伴的脚，这样舞姿就会变形走样。起舞的正确姿态应是抬头、挺胸、收腹，双目平视前方。男女双双相向而立，相距 20 公分左右，男士向左上方伸出左手，女士向右上方伸出右手，使手臂弧形向上，与肩部呈水平线，男士掌心向上，拇指平展，将女士掌心向下的右手平平托住，而不是随便握住或捏紧。男士用右手扶着女士的腰部时，正确的手势是手掌心向下，用右手拇指背面将女士后侧腰轻轻挽住，而不是用右手整个手掌心紧贴女方后腰部。女士的左手手指部分只需轻轻落在男士的右肩头即可，而不应满把贴在男士的后肩或是勾住对方的脖颈。总之，无论哪种舞步，舞蹈者的动作要尽可能舒展协调，和谐默契，以展示舞蹈的美感与舞蹈者的魅力；二，要表情自然，举止文明。舞会的音乐、灯光、气氛都营造着一种温馨浪漫的情调，参加舞会的人们也往往随之心情欢悦。在这种状态下，人们跳舞时的神情姿态通常轻盈自若，充溢着欢乐感，男女双方都面带微笑，目光柔和宁静，整个身心都显得十分自然、轻松和愉悦。跳舞时一声不吭，完全沉醉在音乐之中，不能算是严重失礼。但舞伴之间若能交谈几句，则是礼貌的优良风度的表现。谈话一般应由男的开头，交谈应简短，并选择舞曲较为轻柔时进行，声音不可过高，更不能若无旁人地大声谈笑。

(3) 赴宴礼仪

随着社会交往的增多或举行家庭宴会的回访，赴宴或到别人家里做客常不可避免。为此要了解有关赴宴的礼仪。

1) 接到正式的宴会的请柬后，一般应尽早答复对方，以便对方安排席位。对请柬上注有“R、S、V、P”（敬请赐复）字样的，无论出席与否，均应迅速答复。万一有特殊情况不能出席，尤其是主宾，应尽早向主人解释、道歉，甚至亲自登门致歉。

2) 出席宴会前,全家要认真梳洗打扮,穿上符合时令的、符合对方要求的干净衣服。每个人都容光焕发地赴宴,会使整个宴会有一种比较隆重的气氛。若家政服务员随户主家一起赴宴,千万不要衣冠不整,蓬头垢面,以免破坏别人的食欲。

3) 要准时到达。出席宴会活动,到达时间的迟早及逗留时间长短,在一定程度上反映了对主人是否尊重,以及对活动是否重视。迟到、早退、逗留时间过短被视为失礼或有意冷落。出席宴会应正点或提前两、三分钟到达。入席时,家政服务员要先照顾雇主和他们的孩子就座,自己再入座。

4) 进入邀请人家或饭店后,应在门厅脱下帽子、大衣和手套,并跟随雇主向女主人致谢,向男主人致意。对邀请人家的小孩也要表示喜欢,可以说一些夸奖的话语。参加家庭宴会,应准备些礼品带上,如酒、鲜花等,也可为对方的孩子带些礼物。

5) 赴宴或做客,要客随主便,通常客人的座位要等男女主人安排,客方不要自己决定或推推让让,过分客气反而失礼。对主方安排的食物不能挑剔,如若不合口味,也要少吃一点,表示对主人的礼貌。

4. 注意事项

(1) 家庭聚会中,虽然作了非常充分的准备,仍会在聚会中出现这样那样的问题,如来赴宴的人员突然增加,小客人把菜碟打破等等。这时家政服务员不要惊慌,对自己有能力处理的事情要礼貌地处理,尽量不影响聚会的气氛。不要事事麻烦雇主,如果女主人接连不断地往厨房来回走动,客人就会感到不安,吃不下饭。如果确实自己解决不了,那么也不要自作主张,应找到合适的机会向雇主说明,听取雇主的处理意见。

(2) 有时宴请会采用自助餐的形式,它的特点是不讲座次,菜肴以冷食为主,由客人根据自己的爱好自由取用。取食时要随大家一起行动,拿起一个空盘排队取菜,切勿拥挤。西式自助餐中,取菜时务必记住要“一次少取,多次取食”的基本要求,多去添几次菜并不为怪,一下子装得很满,冷热都有,会令人瞠目。

(3) 家政服务员作为客人被邀请用餐时,要注意自己的举止行为。如果雇主带你来赴宴的主要目的是让你帮助照顾一起来的小孩,那么你应该将照顾小孩作为主要任务,不能只顾自己用餐。

第二节 不同社交场合的服饰和化妆

一、不同场合的着装

1. 学习目标

能根据不同场合对服装的要求为自己或帮助雇主选择、准备服装。

2. 不同场合的着装

(1) 喜庆活动着装

参加节日活动或参加宴会时,要注意自己的衣着同活动场所的色彩相和谐。若请柬上有对服饰的要求,则需要尊重对方的意见。若没有明确规定,则可以根据本人情况,按庆典活

动着装。我国女士在庆典活动中，选择衣着的范围比较大，可以穿西装套裙、各式上衣配长裙或长裤、连衣裙、旗袍及其他民族服装。在正式的场合或涉外场合，我国的女士通常可穿素色西装套裙、单色连衣裙或旗袍（图1—2）。晚上赴宴时，可在服装色彩和饰物上加以精心选择，打扮得漂亮些。参加婚礼时，应根据婚礼的正规程度和新娘的礼服来决定。一般在参加隆重婚礼中穿礼服，可打扮得漂亮些，但不宜装饰过多。

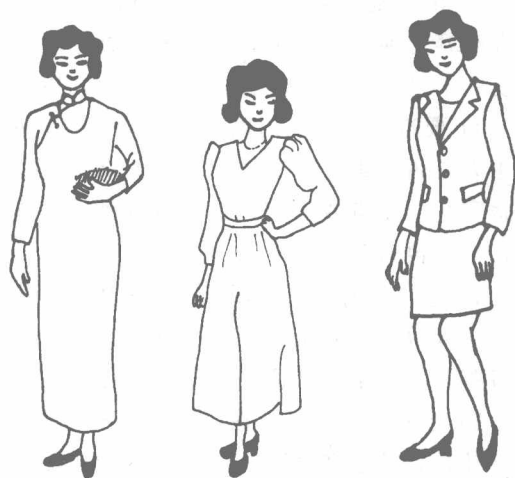


图1—2 旗袍、连衣裙和女西装

西装是世界公认的男子正规服装，几乎在所有场合均可以穿着。传统西装有几大流派。但不论那种西装随时间变化多少年，它的基本款式仍保持不变。在正规场合或庆典活动中，男士穿深色西服套装或中山装最适宜，相应的，要穿白色衬衫、深色袜子和黑皮鞋。

(2) 丧事着装

参加葬礼或吊唁活动时，女士宜穿黑色或藏青色、白色、素色无花的衣裙，内穿白色或暗色衬衣。不能着鲜艳和袒露过多的服装，不能用花手帕，不能化浓妆和抹鲜艳色口红，不能佩戴明显或带亮的装饰物。

在丧事活动中，男士应穿黑色或深色西服套装或中山装，系黑领带。

(3) 礼服与晚装

如出席音乐会、戏剧等晚场的活动，女士应穿西服或典雅的长裙，并适当化妆。现在的剧院并没有规定观众要穿着正式的礼服进入，但是戏院档次越高，穿着服饰越规范的原则还是适用的。尤其是观看歌剧和芭蕾舞剧时，穿着正式些与剧院的气氛更适宜。在西方交际场合中，一般要求男士和女士穿礼服。

(4) 旅游着装

外出旅游，选择服装时应考虑服装的轻便、结实、耐磨、透气、舒适、易洗等特点。如全棉休闲服、牛仔服等，款式简洁、实用、大方。服装的色彩可根据季节而有所变化，与所到之处的田野、山林、湖泊等自然色协调。若去海滨沙滩游玩，则以泳装为主要服饰。

男士在非正式场合，如在旅游、参观和休息日时，可穿便西装或茄克衫。其面料和色彩可随意些，可以是格子的，也可以是稍淡颜色的。可以搭配不同颜色的裤子或牛仔裤。穿便西装对内衣的要求也可放宽，可穿衬衫打领带，也可穿圆领或翻领T恤，或是高领羊绒衫，以显示轻松随意的风格。

3. 相关知识

(1) 在不同的场合氛围下，应选择不同的服装与其相适应、相和谐，实现人景相融。

随着人们生活水平的提高，每个人都会有不少套服装，以适合不同场景。例如一名办公室白领女士，上班的服装要传统，社交的服装要新颖，休闲的服装要舒服。不同的服装有不同的用处，如若场合正式和隆重，服装就要正规庄重，不要过于花俏，显得太随意。如若与外方人员一起聚餐，女士穿上旗袍这种中国女性最佳礼服，既能把其柔美婀娜的身姿最大限

度地表现出来，又显得端庄典雅。如若去郊游，穿件休闲服，配双旅游鞋，自己方便，别人看着也舒服。

2) 在涉外活动中，有时对服装穿着有要求，根据场合，通常西式服装分为五类：

①便服。男士不需穿着整套西装、打领带，可穿牛仔裤。女士可穿长裤。

②不隆重装束。男士不需打领带，西装可以不成套。女士可穿长西裤。

③较隆重装束。男士要穿整套深色西服。女士要穿式样隆重的裙装或常礼服。女士的礼服可分三种。常礼服为质地、色泽一致的上衣和裙子，通常以一件套的长裙为宜，上下两件套的套装也可。在日间较庄重场合上，服饰的颜色不宜过分浮华，应选用稳重的色彩。

④隆重礼服。男士要穿黑礼服（热带着白礼服），详细分为：白天活动穿晨礼服，前襟一粒扣，后摆呈圆尾型，白衬衫，系领带。晚间活动穿小礼服，西装衣领镶缎面，配有缎腰带，系黑领结。女士穿盛装长裙或小礼服。小礼服为长及脚背但不拖地的露背式单色连衣裙式服装，一般有袖。

⑤极隆重礼服。男士着大礼服，又称燕尾服。前摆齐腰，后摆较长，燕尾开叉，缎面翻领及围腰，白衬衫，白领结，白手套。女士穿晚礼服，也叫大礼服。大礼服为袒胸露背的拖地或不拖地的单色连衣裙式服装，其设计是以露肤为主，衣料往往较高档，且具有照明反光的特色，以配合晚间的灯光。穿晚礼服有时要配以披肩、大衣等披盖物，进入室内再脱下。头发要梳成各类发式和用光彩耀眼的头饰来装饰。手套要与服饰相配。

目前，大多数国家在穿着上已趋于简化。无论外方对服装的要求如何，中方男士相应可穿深色西装或中山装，女士可穿西式套裙、连衣裙及旗袍。

4. 注意事项

1) 对不同场合的服装注意不要乱搭配。切忌上身正规传统，下身体闲浪漫，整体不伦不类。如上身穿双排扣西装，下身着牛仔裤或全身西装笔挺，脚蹬旅游鞋，会给人滑稽之感。

2) 挑选服装时，注意雇主或自己在不同场合中的角色，不要与扮演的角色不相称。如雇主主要参加朋友的婚礼，肯定要穿上喜庆的服装，但要牢记她只是宾客，绝不要穿同新娘或伴娘的礼服同样同色的服装，更不能打扮得比她们还漂亮。

二、不同场合的化妆

1. 学习目标

能根据不同场合，为自己或帮助雇主家的女士化妆。

2. 不同场合的化妆

(1) 日妆

1) 淡妆。白天光线强，应化淡妆。淡妆的作用是突出美而掩饰不美，做到扬长避短。淡淡几笔，使整个脸色色彩协调，突出被化妆者天然容貌的丽质，又无明显的修饰痕迹，遮盖了不足，恰到好处。过于浓艳的妆色，会使你与周围的环境产生极不协调之感。通常在自然光下，与人近距离交往，无论是底色还是五官的修饰，都应力求一种“自然美”，这样既可体现对他人的尊重，又显得亲切随和。所以日妆要求妆色明朗、端庄，效果要追求干净利索，以给人理智成熟的印象。化妆时可注重整体色调的统一，避免用过多的装饰品。面部化妆的色彩可偏重于沉稳，少用鲜艳单纯的颜色，如大红、玫瑰红等。最好是选用乳液状粉底，然后轻施定妆粉，皮肤会显得格外细腻。面红与口红的颜色要用饱和度低的中性红色，如棕红、浅

砖红等，这样化妆的效果就会显得自然、含蓄，给人舒服、得体的感觉。眼影色也应与服装色协调，如选用灰色眼影，同时勾勒灰色的眼线。另外，在修饰眉毛、眼线、唇线时，线条应干净利索，简洁明快，不任意加粗或减弱，不作大幅度的色彩晕染。

2) 旅行妆。出门旅行总希望轻装，因此，对携带的化妆品要进行挑选。旅途中，常常生活不规律，或因气候变化，给皮肤带来一定影响。为防止皮肤在旅行期间出现干燥、粗糙、晒黑等现象，清洁及防紫外线的护肤类化妆品必不可少。旅行时化化妆，能使心情愉快、容颜焕发，但旅行生活是紧张的，一般适合化简便的生活淡妆，这样一来与旅行时的服装相协调，二来淡妆能适应环境，可避免浓妆被汗水或其他弄脏而显得人狼狈不堪。

3) 运动妆。参加体育运动的化妆要非常自然，不宜过艳。化妆效果应当显得健康、有生气，又没有留下明显的化妆痕迹。由于进行体育锻炼常常会出汗，所以选择的化妆品最好是不怕汗水和不溶于水的，有的化妆品在游泳时也能用，通常选用比肤色稍深的粉底霜，使皮肤显得清秀、健康。眼睛上的色彩要自然，不要用蓝色或灰色，因为皮肤上本来没有这样的色彩。颊红也要自然，如同是运动后脸上泛出的红润。用唇膏可以保护嘴唇，需要时也可以用橙红或褐色的口红。

(2) 晚妆

1) 普通晚妆。晚妆是指为参加舞会等晚间活动或较庄重的晚宴而进行的美容化妆。夜间化妆是施展化妆才能的好时机，通过化妆，能使你光彩耀人，充满美丽和神秘之感。若是参加古典舞会，化妆应遵循传统习惯，力求保持气派高雅、娟秀娇丽的形象。要根据脸型精心梳理发型，并用发胶定型，以防舞会上因出汗或大幅度运动而使发型散乱。古典舞会的灯光一般不会太强烈，而且多为暖色，底色可涂得略厚一些，面红可以适当强调。拍打粉底时，各部位的用量要均匀，使整个底色平滑不腻，不薄不厚。如果身穿晚礼服，则要注意在涂粉底时，将颈项、肩膀等暴露部分均匀涂遍。化眉时，先用棕色眉笔打底，再用黑色眉笔涂上。眼睛可精心描画和作适当矫正，使眼睛更加动人。唇线的勾画可清晰。根据服装的颜色确定口红，艳丽的色彩或闪光型的口红都会与舞会的环境气氛融合，即使脸上显露一些化妆痕迹，也合乎情理。晚妆不宜上太深色和带蓝色的颜色。因为在灯光下使人看来脸庞深陷，显得衰老。洒一些香水在耳背、手腕等处，使人更加光彩迷人。

2) 新潮妆。在现代舞会或化妆舞会上，闪烁不定的灯光，奔放的音乐，漂亮的服饰，给化妆创造了良好的气氛。新潮妆因为有着较大的随意性，可任意发挥，但化得不好就会显得俗气，或平平淡淡不引人注目。化妆时，首先要确定在舞会上以什么样的形象出现，再考虑用色彩来体现构思，比如在脸上用各种颜色装饰或进行夸张，也可以用漂亮的材料装饰发型，或者与服装一起作总体造型，以强烈的色彩感来引人注目。在化妆舞会上还可用造型体现构思，如梳理一种别致而奇特的发型，在脸上画图案或脸谱，戴面具或眼镜等等。化新潮妆的用笔不在于多，而在于恰到好处，用色不在于艳，而在于巧妙。成功与否，关键在于艺术构思。

3. 相关知识

(1) 日妆的目的。

白天化妆的目的之一是，通过化妆，充分体现自己内在气质和性格。如果把化妆仅仅停留在描眉、涂眼、抹口红上，那只能是初级阶段的技艺。真正的美，是在它本身能显示出被化妆者的奕奕神采上。要做到这一点，除了化妆技术外，还需要更高一层的审美能力与判断、分析能力。有人说：“世界上最有效的化妆品，不是来自巴黎的名牌，而是来自文学艺术的熏

陶。我心目中的女性形象是由看过名画的眼、嗅过书香的鼻和吟过唐诗的嘴构成的。”这样评论虽说不上全面，但强调了女性美的内在修养。因此化妆的目的并非让人知道你打扮过了，抹了化妆品在脸上，而是要让人见到化妆后的你时，感到你并没有怎么化妆，却很光彩迷人。

白天化妆的目的之二是希望用化妆品及化妆技艺来矫正面部的某些缺陷和不足。这种化妆，除了一般的化妆工艺技术外，更主要是运用色彩的造型原理以及视错觉和幻觉效应。最常用的手法有明暗起伏，凹凸变化，色彩的引导与切割，线条变化的错觉等。要做好这种化妆，首先要对被化妆者的面部及五官特征有一个客观、准确的分析，这样才能确定如何掩盖不足，以最简洁的方法获得最大的效果。

(2) 晚妆的目的。

晚间化妆与白天有所不同。晚妆要适应某种特定的环境，使化的妆与一定氛围相协调，进一步激发个人和周围人们的情趣。化妆时，首先要根据化妆者本人的情绪，希望表现出的最佳姿态，想产生的效果来考虑。如有时可打扮得可爱，有时可化妆得妩媚动人，有时可标新立异，引人注目。总之，可以在不超出限度的范围内，充分发挥想像力，达到预期的效果。夜间光线、灯光柔和、朦胧或者幽暗，对化妆品起到了很好的辅助作用，各种色调会显得更柔美，更容易取得最佳效果，给化妆创造了良好的气氛条件。晚妆与日妆不一样，不容易显露化妆痕迹。因此，晚妆要化得浓一些，艳一些。面红、唇红可大胆地用白天不敢用的颜色。眼影色根据服装色调或其他条件，尽可能使色彩丰富漂亮。眉毛、眼型、口型在夜间化妆中逐可作适当的矫正。

4. 注意事项

1) 白天化妆时，要注意整体效果。一要注意面部各局部的妆色要统一和谐，如颊红的渲染应十分小心，不要在粉白的脸上涂两块颊红，边缘可见，而应晕染揉开，浓淡相连。二要注意化妆与服饰的色彩和风格相协调，如身穿粗呢或牛仔装这种质感重、线条硬的服装时，就要配以“粗犷”的妆相，让“妆”与“装”相得益彰。三要注意化妆应随季节变化而变化。夏季易出汗、服色浅，应化淡妆。冬季服色深，妆可浓一些。四要注意化妆应与环境气氛相容。环境是化妆者的场所，也是衡量化妆效果的背景，在很严肃的场合中，浓妆艳抹不相宜。在热烈的气氛中，无妆素裹也让人感到若有所失。因此整体的协调统一是美容化妆时要切记的。

2) 为了保证整天面部化妆完整无缺，化妆者应准备一些便捷的化妆品，以便在需要时重新化妆和补妆。这里要提醒的是千万不要在公共场合补妆，这是高雅女性特别要注意的生活细节。在考虑整体修饰时，还不要忘了手、手指和指甲的美。

第三节 家庭对外交往

一、家庭对外交往

1. 学习目标

能根据雇主的要求，对家庭以外的事情进行联络，包括与外方人员交往，协助雇主有效地工作。