

家政社交指导手册

闫新 编着



目 录

法律诉讼事务指导	1
侵权认定	1
诉讼公证	4
心理卫生指导	8
记忆增强	8
识别测定	11
心理调适	17
子女教育知道	33
矫治预防	33
培养训练	38
婚恋生活指导	54
夫妻和谐	54
矛盾化解	59
形象塑造	65
社会交往指导	70
社交礼仪	70
信稿写作	89
餐饮技法	94
出境签证	99

法律诉讼事务指导

侵权认定

侵害公民个人财产权认定法

首先要明确什么是公民个人财产。根据我国法律规定：国家法律保护公民个人的合法财产，包括公民的合法收入、房屋、储蓄、生活用品、文物、图书资料、林木、牲畜和法律允许公民所有的生产资料以及其他合法财产。其次要明确财产权是一种具有物质财富内容、直接与经济利益相联系的权利，主要包括：财产所有权，财产使用权、承包权、继承权、债权和知识产权等。当上述一项或几项受到他人侵害时，就可确定其侵犯了公民个人财产权。

侵害公民人身权认定法

侵害公民的人身权，是指侵害公民的生命健康权、姓名权、名誉权、肖像权、荣誉权及侵害法人及其他组织的名称权、名誉权和荣誉权中的一项或几项。凡涉及上述范围的都属于对公民人身权的侵权损害。

侵害公民隐私权认定法

隐私，是指公民不愿公开的涉及其家庭、夫妻生活、恋爱经历、婚姻选择、生理缺陷、日记、信函、录音、录像等与私人生活有关的事实。根据我国法律规定，公民的隐私权是受法律保护的。民法通则第一百四十四条第一款指出：“以书面、口头等形式宣扬他人的隐私，或者

捏造事实公然丑化他人人格，以及用侮辱、诽谤等方式损害他人名誉，造成一定影响的，应当认定为侵害公民名誉权的行为。”例如，偷看、偷听有关隐私的书信、日记、录音、录像，并加以扩散；非法窃取他人隐私，造成他人沉重负担或引起严重后果的，都会被法院认定为侵害了公民隐私权，都要负法律责任。

侵害知识产权认定法

侵害公民、法人享有的著作权(版权)，侵犯公民、法人依法享有的专利权，侵犯法人、个体工商户、个人合伙依法取得的商标专用权，侵犯公民的发现权、发明权和其他科技成果权，都属于对知识产权的侵权损害。

侵权损害行为认定法

根据我国法律规定，大致可以将侵权损害分为两大类：一类是一般的或常见的侵权损害，它包括：侵犯财产所有权、侵犯人身权、侵犯知识产权。另一类是特殊的侵权损害，它包括：国家机关或国家机关工作人员在执行职务中对公民、法人合法权益的侵害；因产品质量不合格造成他人财产、人身的损害；从事高度危险作业对公民、法人造成的损害；违反国家保护环境防止污染的规定，污染环境，对公民或法人造成的损害；在公共场所、道旁或通道上挖坑、修缮安装地下设施等，没有设置明显标志和采取安全措施造成他人损害；建筑物或其他设施以及建筑物上的搁置物、悬挂物发生倒塌、脱落、坠落造成他人损害；饲养动物造成他人损害；侵权行为人和受害人主观上均无过错情况下造成的损害；无民事行为能力人和限制民事行为能力人给他人财产或人身造成的损害；因防卫过当给他人财产或人身造成的损害；因紧急避险采取措施不当或超过必要限度，造成他

人不应有财产或人身损害的。

商品实施"三包"时间界定法

根据国家有关文件，对部分商品实施三包时间上有规定。

①"7日"规定：产品自售出之日起7日内发生性能故障可以选择退货、换货或修理。

②"15日"规定：产品自售出之日起15日内发生性能故障，消费者可以选择换货或修理。

③"90日"和"30日"规定：在三包有效期内，因生产者未供应零配件，自修理之日超过90天未修好；修理者因自身原因使修理期超过30天的，消费者可免费调换同型号规格产品。

④"30日"和"5年"的规定：修理者应保证修理后的产品能正常使用30日以上。生产者应保证在产品停产后5年内继续提供条件符合技术要求的零配件。

⑤"三包有效期"规定：三包有效期自开具发票之日起计算。在国家公布的第一批实施三包的18种商品中，如彩电、冰箱、自行车、空调、手表等的三包有效期，整机分别为半年至1年，主要部件为~3年。在三包有效期内修理两次，仍不能正常使用的产品，消费者可凭修理记录和证明调换同样的产品或按规定退货。三包有效期应扣除因修理占用的时间，换货后的三包有效期自换货之日起重新计算。

伪劣商品认定法

根据我国法律和政策有关规定，凡生产经销的商品包括以下内容的均可认定为伪劣商品：

①失效、变质的；

②危及人体健康和人身财产安全的；

- ③所标明的质量指标与实际不符合的；
- ④冒用他人商标、优质产品标志、质量认证标志和伪造生产许可证标志的；
- ⑤掺杂使假、以假充真、以旧充新的；
- ⑥国家的现行法律、行政法规明令禁止生产销售的。

诉讼公证

打官司举证法

根据我国法律，民事诉讼举证制度的原则是“谁主张谁举证”，即当事人包括原告、被告或第三人对自己提出的主张，有责任提供证据。在侵权损害赔偿案件中，应着重提供下列证据：

①书证：如在财物损坏赔偿案件中，能证明权利人对财物享有所有权的所有权证；在侵害他人名誉权纠纷案件中，能证明侵害名誉权内容的有关材料。书证应当提供原件。当事人提交原件确有困难的，可以提交复制品、照片、副本、节录本，但要提供原件线索或有其他材料可以印证，否则不得作为认定事实的依据。提交外文书证，必须附有中文译本。

②物证：例如被毁坏的财物，实施侵权行为的工具等。物证亦应提交原件。当事人提交原件确有困难的，可以提交复制品、照片，但同是要提供原件线索或其他材料可以印证，否则不得作为证据使用。

③当事人的陈述：是指当事人在诉讼进行中向人民法院所作的关于案件事实情况的叙述和承认，这是一种重要的诉讼证据。当然，当事人拒绝陈述的，并不影响人民法院根据证据认定案件事实。

④证人证言：这是较为常见的证据，尤其是在侵害人身权的案件中是经常使用的。根据我国法律规定，凡是知道案件情况的单位或个人，都有义务出庭作证，都可以成为证人。证人确有困难不能出庭作证的，经人民法院许可，可以提交书面证言。

⑤鉴定结论：例如，对伤害程度作出的鉴定，对财产被损坏原因作出的鉴定结论。除了上述常见的证据外，其他证据还包括：视听资料，指利用录像或录音等反映出来的形象和音响，或以电子计算机储存的资料，可供证明案件事实的证据；勘验笔录，指人民法院审判人员对争议的现场和物品等进行勘验、检查所作出的笔录，包括对勘验对象的记载、测量、绘图、拍照等。

打官司起诉状拟写法

起诉状是原告向人民法院提出诉讼请求的书面依据。写起诉状，首先要说明各方当事人的自然情况。如当事人是公民的，应当写明姓名、性别、出生日期、民族、职业、工作单位和住所；如当事人是法人或其他组织的，应当写明名称、住所、法定代表人或主要负责人的姓名、职务。这部分内容要反映双方当事人身份，使原、被告特定化。接着要详细交代诉讼请求和所根据的事实和理由。如原告有什么具体诉讼请求，要求对方当事人承担什么样的法律责任，以及这种请求的事实根据、理由等。最后要标明证据和证据来源、证人姓名和住所。在起诉时，原告能提供的证据应一并递交法院，便于法院调查核实。另外，写起诉状时还要注意以下几点：

①当事人写起诉状必须使用人民法院统一制作的起诉状规范用笺；

②不能用圆珠笔或纯蓝墨水书写，必须用蓝黑或黑

色墨水书写；

③起诉状内容不得涉及国家机密、商业秘密和他人的隐私，也不得对他人进行人格上的侮辱和诽谤。

打官司求助法院法

当公民的合法权益受到侵害并造成损失，要求侵权人赔偿经济损失，而侵权人又拒不赔偿时，唯一的办法就是诉至人民法院，请求法律保护。但是，当公民要打官司时，究竟应该到哪个法院起诉呢？根据民事诉讼法的规定，最高人民法院管辖在全国有重大影响或认为应当由其审理的第一审民事案件，主要是指某些对国计民生有重大影响的经济纠纷案件，有必要由最高人民法院作司法解释的案件，以及影响很大的涉外案件。高级人民法院管辖在本辖区有重大影响的第一审民事案件，包括在政治上和经济上有重大影响的案件。中级人民法院管辖重大涉外案件、在本辖区内有重大影响的案件以及最高人民法院确定由中级人民法院管辖的第一审民事案件，“重大涉外案件”是指争议标的额大，或者案情复杂，或者居住在国外的当事人人数众多的涉外案件。除此之外的所有一审民事案件，均由基层人民法院管辖。另外，与铁道运输有关的侵权纠纷案件由铁路运输法院管辖，与海事有关的侵权纠纷案件由海事人民法院管辖，等等。要打官司时，只要对照以上有关规定，即可以明确某一具体的侵权损害赔偿纠纷案件应该由哪一级人民法院管辖，去哪个法院告状最合适。

打官司时效界定法

诉讼是有时效规定的，这一点打官司时必须搞清楚。根据我国法律规定，当事人的民事权利在诉讼时效期间内受法律保护，时效期满以后，权利人则丧失了依诉讼

程序强制义务人履行义务的权利，即丧失了胜诉权。因此，当自己的财产权、人身权、知识产权等受到了侵权损害时，必须在法律规定的诉讼时间内向法院上诉，否则过了这一有效时间，官司也就打不赢了。民法通则规定：下列的诉讼时效期为一年：

- ①身体受到伤害要求赔偿的；
- ②出售质量不合格的商品未声明的；
- ③延付或者拒付租金的；

④寄存财物被丢失或者损毁的。由此可见，因人身损害要求赔偿的诉讼时效期为一年，一般情况下因财物被损害要求赔偿的时效尾年。

公证办理法

办理公证首先由当事人向公证机关提出办理公证请求。当事人向公证机关申办公证时，应亲自到场，因故不能前去，可委托他人代理，代理人必须提出有代理权的证件。但申办委托、声明书、遗嘱、收养子女的，不得委托他人代理。国家机关、团体、企事业单位申请办理公证的，应当派代表到公证处。代表人必须提供有代表权的证明。在公证过程中，当事人对自己申请的事项，有责任提供证明。公证机关如有疑义时，可向有关方面进行调查，有关单位有义务给予协助。经公证后，发给的公证书，具有证据效力、执行效力和法律效力。

劳动争议解决法

作为公民，你应该享有合法的劳动权益，如果你无故受到用人单位辞退、开除，或用人单位不履行劳动合同，如克扣你的工资、延长工作时间，不加养老金等，你应该马上向有关部门提出申诉，寻求解决。一般来说，劳动争议的解决有两种途径：一是向设在企业工会内的

劳动争议调解委员会申请调解解决；二是可以向当地的劳动争议仲裁委员申请仲裁。

消费者权益受损索赔对象认定法

消费者因购买使用商品或接受服务时，其合法权益受到损害，可向下列对象索赔：

- ①向提供该类商品或服务的经营者要求赔偿；
- ②如上述经营者因原企业分立、合并已不存在，可向变更后承受其权利义务的企业要求赔偿；
- ③如是使用他人执照的违法经营者，就直接找其赔偿；
- ④如是在展销会顾客合法权益受到侵害的，在展销会期间可向销售者或服务者要求赔偿，展销会结束后可向展销会的举办者要求赔偿；
- ⑤如因受虚假广告误导而使消费者合法权益受到损害时，可向发布虚假广告的经营者要求赔偿。

心理卫生指导

记忆增强

读写记忆法

在记忆成语、诗词、单词、数字和公式时，边念边写，可加深印象。

儿童身高预测法

要预测儿童身高，有下列公式可供参考：

- ①儿子身高=（父身高+母身高） $\times 1.08 \div 2$ ；女儿

身高=（父身高×0.923+母身高）÷2。

②未来身高范围（厘米）=13岁时脚长（厘米）×7±3厘米。

③身高=肱骨长度（厘米）×5+5厘米，或=股骨长度（厘米）×3.7+5厘米。

概要记忆法

对复杂变化的事物，要先记住其梗概，然后逐一追记。

回忆记忆法

先回忆一遍学过的东西，再对照一下原文，特别注意记错了或记得不甚确切的部分。

及时记忆法

对学过的内容趁还未遗忘时就及时复习一遍，可以加深记忆。

记忆力提高法

- ①对自己的记忆力抱有充分的信心。
- ②对记忆的对象保持兴趣。
- ③记忆时保持平和的心境。
- ④把记忆对象与愉快的事物相联系。
- ⑤对记忆对象作细致的观察。
- ⑥充分理解记忆对象的意义和作用。
- ⑦要用形象来帮助掌握记忆对象。
- ⑧要理清记忆对象的内在关系。
- ⑨有效地反复是记忆的捷径。
- 10 丰富的联想是记忆的好友。

简化记忆法

把详细的资料用简化的方式来记忆，就容易多了。

框架记忆法

理清记忆内容的内在关系，画出结构框架示意图，可以随时唤起对相邻内容的记忆。

连锁记忆法

将一连串互相关联的记忆材料理成一条锁链，如甲乙丙丁，可先通过联想把甲与乙联系起来，再将乙与丙联系起来，以此类推。以后只要顺着这条锁链，便可将甲乙丙丁逐一记忆起来。

联想记忆法

由记忆对象联想到常见的或容易记忆的事物，然后记住后者，再推演到记忆的真实对象。

逻辑记忆法

根据事物的内部规律来记忆，多用于背诵诗词、古文。

区别记忆法

找出两个或多个性质或形体相近的记忆对象的相同点和不同点，按照增加、减少、移位、互换等方法将两者联系起来，成对成组地记忆，便可获得深刻的印象。

实践记忆法

动手实践，边看边做，记忆最牢固。

视听记忆法

边看边听，或边看边念，可以同时从视觉和听觉两个方面获得刺激，从而达到迅速记忆的目的。

图表记忆法

把有时间顺序和空间关联的事物列出图表，化抽象为具体，有利于增强记忆，尤以历史、地理等方面的效果明显。

谐音记忆法

将枯燥的数字等谐音为有趣的语句来记忆，如把圆

周率 3.14159 谐音作“山巅一寺一壶酒”。记电话号码尤为有效。

直观记忆法

直接观看或接触模型和实物，能帮助迅速有效地记忆。

重点记忆法

少则得，多则惑，抓住重点、要点，记忆就不难了。

组块记忆法

把记忆的材料分成若干个组块，可使记忆变得简单、快捷。尤其是在汉语中的成语、谚语，英语中的词组、短语，数学中的常数、公式等中，巧妙运用组块的规律，必将有效地提高记忆的效率。

识别测定

爱情检验法

①自由：让对方自由地参加社交活动，与各自的朋友健康地交往，是现代人表达爱情的一种方式。

②无私：幸福婚姻的主导意识应是“我能为你做什么？”而不是“你该为我做什么”。

③宽容：宽容和大度是爱情的稳定剂，因而应当具有忍受爱人过分指责的品格。

④性交：性交是爱情生活中的一项重要内容，在健康美满的性生活中，夫妻之间应当畅所欲言，为所欲为。

⑤金钱：夫妻在挣钱、积钱、花钱方面应逐步建立共同的观念。上述五个方面可有效地测定夫妻间的爱情是否牢固、稳定。

独生子女性格培养法

独生子女容易滋长任性、娇气、依赖性强、孤独等缺点，家长可用下列方法培养独生子女的良好性格：

①多让孩子到集体中去，学会与小朋友交往。

②不包办一切，不全部满足其要求，培养孩子的生活自理能力。

③当孩子不讲礼貌、表现出出格的行为时，要严肃批评教育，从小培养社会公德。

儿童孤独性格识别法

孤独症的症状如下：

①不喜欢与其他儿童一起，却喜欢一个人玩单调而怪异的游戏，有时会半夜起来玩，直至清晨。

②处于危险的境地却反应迟钝，视而不见。

③不爱说话，有时对别人的说话听而不闻，不愿和别人的目光接触。

④无缘无故地傻笑。

⑤睡时两腿僵直。

儿童体质测定法

正常儿童应能通过下列测定：

①2岁：中间休息一次可步行30分钟。

②3岁：能从50~60厘米处很灵活地跳下来；会两足交替着登上楼梯；听从口令立即起跑、停止、转身。

③4岁：会翻跟头、荡秋千、爬吊绳。

④5岁：用单腿能跳得很稳；跳绳跳得多；秋千荡得高。

⑤6岁至7岁：能在单杠上翻上翻下。

谎言识别法

对方说谎，可从其表情中识别：

①男子用力较大地揉眼睛，而女子则只是小心地揉

几下。说谎时眼视别处不看听者，更有可能是弥天大谎。

②有的人捂住嘴，同时用干咳来掩饰。

③有的人假装鼻子痒或用擤鼻涕来掩饰。

④用右手的食指搔左耳垂下面的颈部。

⑤说谎者往往还会额头出汗，面部泛红，肌肉抽搐，瞳孔放大或缩小，频频眨眼。

恋爱识别法

恋爱中的男女常有不同寻常的表现。如出现下列情况，可能已陷入爱河：

①恋人常用亲昵的名字称呼对方。

②恋人能主动分担失败的痛苦和烦恼，分享成功的快乐。

③恋人会乐意长时间倾听所谈的一切，不会流露厌烦情绪。

④不会用批判的口吻伤害对方，不会挑剔、指责对方的缺点。

⑤为减轻对方的劳累，会主动要求替对方办各种事。

⑥恋人用的语言总能使对方感受到关心、体贴、称赞。

⑦恋人会用饱含深情的眼光注视对方。

⑧彼此有共同语言，常能谈笑风生，两人在一起有安全感、舒心感，能自然地取长补短。

⑨感情持久稳定，不会一会儿如痴如醉；一会儿冷若冰霜。

目光透视心灵法

在人际交往中，透过一个人的目光往往可以窥见其内心的活动：

①不时地注视对方的眼睛和面部，表示尊重与真诚。

- ②微笑着注视对方，表示礼貌和领会。
- ③皱着眉注视，表示同情和慰藉。
- ④从头到脚细细打量，表示在思考。
- ⑤双方不停地对视，表示同心。
- ⑥偷使眼色，表示同谋、调情。
- ⑦经常转移视线，表示淡漠或愧疚。
- ⑧不敢直视对方，表示害羞、胆怯。
- ⑨有意不注视对方，表示高傲。

心理超负荷识别法

人所受的心理刺激超过了心理承受能力，即为心理超负荷，应当注意调适。其表现魏

①十天左右的时间内受过强烈的劣性精神刺激，或在一段时间内反复受到这类刺激，精神一直处于紧张状态之中。

②半月以上经常出现疲惫感，酣睡起床后仍感疲倦，或出现原因不明的极度疲劳。

③忧郁，懒言，不愿与人交往，烦闷不安，心慌意乱，好生气发怒。

④注意力难以集中，记忆力减退，工作、学习效率下降。

⑤食欲下降，头痛，失眠，心律不齐，血压波动，便秘或腹泻。凡符合上述中的三项并查不出其它原因的，一般即可确定为心理超负荷，严重的应接受心理治疗。

婴儿大脑反射测定法

可从婴儿在某一时期内一些本能的反射，来检测大脑发育正常与否：

①觅食反射：3~4个月内，用手去触及其一侧面颊时，幼儿会立即将头转向该侧；轻触其上唇，即作吮唇

觅食状。

②吸吮反射：用奶头触及新生儿嘴唇或放入其中，即会引起其口、唇、舌协调的吸吮动作。出生后4个月，这种反射会自行消失。

③抓握反射：用手指触及婴儿手心，即可被其抓住不放。此反射大约在出生后3~4个月消失。

④拥抱反射：让婴儿仰卧于床，托住头部，突然放低其头位，使头向后倾

10~15度；或在婴儿头部附近用力拍击床垫，婴儿会两臂外展继而屈曲内收到胸前作拥抱状。此反射约在出生后3~4个月消失。

⑤踏步反射：扶着婴儿腋下使其呈立位，身躯略向前倾，足底着床，会引致踏步动作。此反射在出生后6周消失。

幼儿索爱识别法

幼儿向父母索爱，有特殊的表现方法，父母应善于识别：

①平常孩子做得很好的事，突然一反常态要求大人的帮助，这可能是孩子遇着了困难。

②在父母面前长时间抱着心爱的洋娃娃时，意味着他渴望父母的爱抚和拥抱。

③孩子一直紧贴着在家忙着的大人，常是在祈求着大人对他的注意。

④父母一离开他，他随即紧张、不安、甚至大哭，是他要父母留在身边的表示。

早慧儿童识别法

天才儿童未能及时发现，是一大损失，家长应注意自己的孩子是否有早慧现象：