# 女性职场实用社交礼仪常识

来源：网络 作者：九曲桥畔 更新时间：2025-03-11

*>酒桌礼仪第一关：接受约会至到达餐厅答应对方的邀请后如果临时有事要迟到甚至取消约会，必须事先通知对方。赴会时稍迟是可以接受的，但若超过十五分钟便会给对方留下不重视约会的坏印象。来到座位后勿须第一时间拉椅就座，因为对方可能已准备好为你位开椅子...*

>酒桌礼仪

第一关：接受约会至到达餐厅

答应对方的邀请后如果临时有事要迟到甚至取消约会，必须事先通知对方。赴会时稍迟是可以接受的，但若超过十五分钟便会给对方留下不重视约会的坏印象。

来到座位后勿须第一时间拉椅就座，因为对方可能已准备好为你位开椅子，就给他一个表现绅士风度的机会吧。

坐在椅子上时应坐直，要紧靠在椅背上，双眼正视前方，别只顾垂头避对方的视线。手腕(不是手肘)可自然地放在桌子边沿上。椅子与桌旁的距离不宜太远。否则进餐时会增加身体移动的机会。

待对方拿起餐巾后，你便可把它放在大腿上。如果餐巾很大可对摺成长方形成或三角形，较小的则可直接把餐巾放在大腿上，以防用餐时汁液弄污衣服。

第二关：点菜时

自己应选定想吃的食物,如果看遍菜牌也没有头绪的话,可请侍应为你推介餐厅的招牌菜,但要给予明确的指示,如果想吃海鲜、不吃红肉等，切记事事拿不定主意，只懂说\"随便\"的人只会为同桌客人添麻烦。

通常侍应会站在主人家(在这情况下是男方)身旁，记下你点选取的菜式。如果想表达你对对方的尊重，可告诉男方你想点的菜，再由他向侍应落单。这样强调了他主人家的角色，并暗示你对他的信赖。

第三关：用餐时

用餐要注意的细节甚多，但其实大部分也是日常的礼仪，只要保持冷静，不做大动作，发出声响或阻碍别人用餐的事已算合格。以下列出部分常犯和错误：

用餐前以餐巾角轻印嘴唇，可减淡唇膏留在杯上的痕迹。

若需要调味料但伸手又取不到，可要求对方递给你千万不可站起来俯前去取。

喝汤时身要坐直，头不能低下去就汤匙，而要把汤匙送到嘴边。所以汤不要太热，每匙也不要太满，更重要是喝时不可发出声响。喝到最后，可把碗子稍向外倾出，方便舀出剩下的汤。

口中有食物时不要说话，也不要含着食物喝水，因为用水将食物冲下是不礼貌的。

嘴角或手指上沾有污渍，可用餐巾的角落轻印几下，但不要大力擦拭。

中途要离席，可将餐巾对摺两下，整齐地放在椅子上，紧记弄污了一方应摺向内，以免别人看?“战绩斑斑\"的餐巾。

第四关：晚餐完结至离场

如有需要补妆，可选一道菜与另一道菜中间的空档，向对方小声说明便可。拨头发、弄衣服和涂唇膏等动作只可在洗手间进行。

离席时，可将餐巾放在椅子或桌子上，同样要将干净的一面向外。到这里，晚餐考验已告一段落。回想这一两、三小时吃过的一顿饭，便明白只要保持心情轻松、谈吐举目自然，即使是元首级的晚宴，你也可从容应付。

>中西餐的礼仪

一、中餐的`礼仪

要想成为人人称赞的优雅女性，首先要知道入座的礼仪，圆桌正对大门即离入口最远的座位是上座、主客位，而最靠近入口的座位是下座，右为上、左为下;其次要正确使用餐具，不要用筷子在菜汤中捞取食物，不可以舔筷子，说话交流时要放下，不用时不能竖插食物上。用勺喝汤不要洒落，不能用嘴吹，也不能把勺子塞进嘴里，或反复舔食，当众剔牙是大忌，可用一只手遮掩口部，另一只手剔除异物。要明白餐前餐巾用作擦手，餐后餐巾用作擦嘴，不可随意错用。

二、西餐的礼仪

西餐长桌的座次有别于中餐。在西餐礼仪里，女士处处备受尊重，女宾的座位要比男宾的座位稍高，在排列位次时，女主人坐主位，男主人坐第二主位，男主宾坐女主人右侧，女主宾坐男主人右侧，其他男女应遵循交叉排列的原则就坐。当女性单独与男士共进西餐时应坐男士右边或靠墙而坐，当与丈夫及另一位男士共同时应坐其中间。

入座和离座都应从左侧，坐姿端正，腹部和桌子保持约一个拳头的距离，两脚不要交叉，双手不要放桌子下面。在点完料理后打开餐巾，对折口朝外放于双膝上;用餐中需暂时离席，应将餐巾放在座位上，用餐完毕将餐巾折好放餐桌上表示宴会结束。使用餐具是右手拿刀，左手拿叉;不要用餐刀直接进食;餐中如想休息，呈八字形刀于右侧、叉于左侧并叉背朝上放于盘中;用餐完毕时，刀外叉内并列放于盘中表示用餐结束。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！