

基本禮儀-衣的禮儀

1. 男士服飾的禮儀
 2. 女士服飾的禮儀
 3. 儀容儀態的禮儀
 4. 使用香水的禮儀
-

1.0. 男士服飾的禮儀

1. 男士服飾的基本禮儀

男士服飾的基本禮儀規則，宜兼顧以下各點：

1.1. 正式場合與非正式場合的服飾必有不同

服飾便區分為：

1. 正式服裝(Formal or Business Suit)
 2. 非正式服裝(Semiformal Suit or Lounge Suit)
 3. 一般休閒服或居家服飾(Informal Dress)
-

1.01. 男士服飾禮儀(續)

2. 特殊場合的服飾必遵循規範

2.1. 深色西服(Dark Suit)

2.2. 新婚禮服

2.3. 喪服

2.4. 軍人禮服

2.5. 小晚禮服(Smoking, Tuxedo, Black Tie)

2.6. 大晚禮服-燕尾服(Swallow Tail, Tail Coat, White Tie)

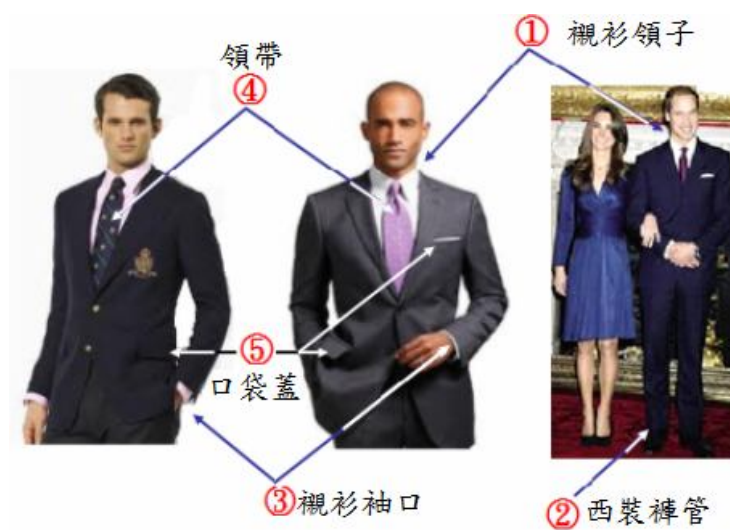
2.7. 早禮服(Morning Coat)

2.8. 中式禮服(國服)

3. 服飾與儀容儀態必相兼顧

4. 各行業上班服各有不同

1.02. 正式服飾



2011 奧斯卡男女主角

6897-3



83屆男主角柯林弗斯

84屆女主角梅莉史翠普

1.03. 正式服飾(續)

6897-3

2. 男士所著各種服飾及其禮儀約可區分如下樣。
 - 2.1. 西裝(Black Suit, Business or Lounge Suit)。
 - 2.1. 領帶與鞋襪。
 - 2.3. 小晚禮服、大晚禮服與早禮服(Black Tie, White Tie, Morning Coat)。
 - 2.4. 其餘服飾。



X

O

X

Source: <http://qiming0130.blog.163.com/>

1.04. 男士禮服



1.05. 男士西服

1. 男士西服禁忌有下列幾項:

- 1.1. 深色西服匹配同色系鞋子。
- 1.2. 深色西服不可著白色襪子。
- 1.3. 西服褲管蓋住皮鞋，不可著地。
- 1.4. 西服口袋不可裝異物鼓起。
- 1.5. 西服兩側口袋蓋子不可收藏。
- 1.6. 襯衫口袋不可裝異物鼓起。
- 1.7. 西服領子後端不可覆蓋襯衫領子。
- 1.8. 西服袖子末端不可覆蓋襯衫袖子。
- 1.9. 西服有2-3顆釦子，最底下一顆不釦。



1.06. 男士西服規範

口袋巾		襪子		褲管長度		吊帶與腰帶	
○	×	○	×	○	×	○	×

領帶		領扣		髮際		襯衫口袋	
○	×	○	×	○	×	○	×

2.0. 女士服飾的禮儀

1. 女士的主要服飾

可分為以下述幾種衣著：

- 1.1. 正式的服飾(Formal or Business Dress)
- 1.2. 非正式或休閒款式的服飾(Informal or Leisuring Dress)
- 1.3. 正式晚禮服(Evening Gown or Full Dress)
- 1.4. 中國旗袍



Source: <http://www.szrbl.com/>

公主與王子

6897-3



威廉王子與準王妃凱特日前重回兩人
墜入愛河的蘇格蘭聖安卓大學。
(法新社) 2011.03.25.

時尚

6897-3



【聯合報／
記者陳瑞源／攝影】

2.01. 配件

2. 女士服飾的配件

2.1. 髮式(髮型)

2.2. 帽子

2.3. 手套

2.4. 皮包

2.5. 皮鞋

2.6. 披肩、圍巾

2.7. 配件與首飾



Source: <http://www.fuzhuangdingzuo.net.cn/>

圍巾



2.02. 首飾

3. 女士服飾與配件的美感

女士服飾與配件的美感組合，是穿著的藝術，也是禮儀的技巧。譬如說：女士日間上班或參加午宴、聚會活動，其衣服飾品都不適合珠光寶氣般地金光閃閃之搭配，極易造成俗氣的印象；但在晚間參加晚宴、酒會、晚會一類的社交或商業活動，則穿著晚禮服時便不妨搭配光采奪目的飾品配件。



2.03. 風尚



Source: <http://style.udn.com/>

3.0. 儀容和儀態的禮儀

1. 儀容儀態之重要性

以男士而言，所謂文質彬彬或彬彬君子，未必是指英俊的容貌(good looking)，但最令人愉悅的該是男士的儀表堂堂以及磊落大方，形容如此的儀容儀態，自古即說：「立如松」- 挺拔，「坐如鐘」- 穩重，「行如風」- 風度；及「臥如弓」- 孕育。

一位穿著普通西裝的男士，若能顯出其英挺、莊重而自信的儀表，不得不令人刮目相看的。

3.01. 禮儀風度的要項

至於女士的服飾與配件，是靜態美；但社交或商業活動中的女士儀容儀態，則是動態美，兩者以個人內涵搭配，則是穿著禮儀的極致。

2. 男士女士儀容儀態之禮儀風度主要包含下列數項因素：

- 2.1. 容貌(Appearance)
 - 2.2. 姿態(Posture)
 - 2.3. 儀表(Visual Pose)
 - 2.4. 舉止(Behavior or Action)
 - 2.5. 談吐(Talking)
 - 2.6. 習慣性動作(Personal Halite)
 - 2.7. 氣質與風度(Personal Style & Good Character)
-

4.0. 使用香水的禮儀

香水至少有下列三項正面功能：

1. 香水在人身上，自然散發香氣，孕育儀容的美感。
2. 香水遮掩人身的體味或體臭，以減少醜態嫌惡的一面。
3. 香水增添穿著服飾的飄香美感與魅力，增益儀容的高雅。

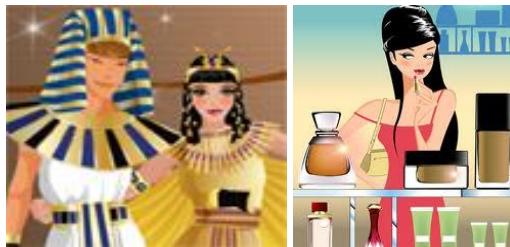


伊麗莎白泰勒的個人品牌香水持續長銷熱賣。(美聯社)

4.01. 香水使用的部位

香水應使用在人之身體部位，含：

1. 耳後。
2. 頸部。
3. 手腕。
4. 肘內。
5. 腳踝。
6. 腰部。
7. 關節內側。
8. 胸前。



在世上約3千多種香草植物中，只有約200餘種氣味得溶解在酒精與蒸餾水裏，成為香水，可見香水得之不易。適當、正確地使用香水，

4.02. 正確使用香水

對於身心與其周遭均有正面功用，但如果不懂得香水使用的方法與禮儀技巧，則反而糟蹋男士女士該珍惜使用的香水香氣啦！



Source: modified from <http://www.rayli.com.cn/>

第四章

基本禮儀-住的禮儀

1. 住家的禮儀
2. 居家待客與作客禮儀
3. 出差外宿的禮儀

1.0. 住家的禮儀

住的禮儀應包含「硬體」與「軟體」兩部分，即：

1. 硬體

- 1.1. 居家環境幽雅
- 1.2. 傢俱擺飾雅緻
- 1.3. 住家內外整潔

2. 軟體

- 2.1. 起居作息正常
- 2.2. 家庭倫常維繫
- 2.3. 鄰居和睦相處



Source: <http://warungblogger.com/>

1.01. 安全與溫馨



1.02. 環保與乾淨

1. 庭院籬笆必須修繕完整。
2. 庭院草坪青蔥茂盛修剪整齊。
3. 游泳池水質清潔安全防護。
4. 房舍外牆定期修繕和油漆。
5. 汽車清洗乾淨打臘保護。
6. 樹木枝桠藤蔓不擾鄰居。
7. 愛犬定期清洗安全栓綁。
8. 車道鋪設平整不傷訪客。
9. 果樹定期除蟲和摘果子。
10. 室內音量管控不擾鄰居。



2.0. 居家待客與作客禮儀

1. 居家待客禮儀

訪客須事先有預約，臨時來訪的賓客，應屬隨意款待即可。

日常生活中，常有若干至親或重要人士來訪，竟不事先約晤，而是臨時起意而來，容易造成他人的不便，實是失禮之至。

2. 拜訪寓所作客的禮儀

除了居家接待訪客外，人有時也拜訪他人寓所成為訪客，也就是外出作客。持家，該懂得待客，也該學會作客。懂待客之道，亦懂得作客，兩者都不能偏頗。

社交 - Social



Source: <http://www.slc.edu/>

辦趴 - Party



Source: <http://www.southernliving.com/>



3.0. 出差外宿的禮儀

1. 出差外宿的基本禮儀

不論寄宿、投宿、民宿、住宿……一般的基本禮儀是：

- 1.1. 合乎當地隨俗與問禁。
- 1.2. 保持良好住宿衛生習慣。
- 1.3. 鄰房宿友相遇，禮貌招呼。
- 1.4. 衣著不宜草率而應莊重整齊。
- 1.5. 保持寧靜氣氛而勿喧嘩。
- 1.6. 尊重隱私，出訪鄰房應預約和敲門。
- 1.7. 不應聚賭或飲酒自娛而滋生事端。



3.01. 出差外宿的禮儀(續)

2. 寄宿與外宿的種類

包含以下各類場所，介紹其禮儀規範：

- 2.1. 學生之住宿（宿舍）
- 2.2. 租屋之外宿
- 2.3. 暫住親友寓所
- 2.4. 住在民宿
- 2.5. 野外露營(camping)
- 2.6. 國內外開會或國際活動的住宿(Hotel, Motel or Hostel)
- 2.7. 國內外旅遊之投宿觀光飯店



Source: 【2012/02/13 聯合晚報】

3.02. 出差外宿的禮儀(續)



Source: <http://www.wheresthetoilet.com/>

3.03. 外宿的禮儀



露營須知:

1. 紮營，小心火燭。
2. 拔營，熄滅營火。
3. 不亂丟紙屑與廢棄物。

3.04. 出差外宿的禁忌



公共場合不可穿睡衣和拖鞋外出。



兒童不可在公共場合嬉戲玩耍喧鬧。



使用浴室須知：

1. 簾幕下端必須放置浴缸內。
2. 塑膠止滑墊須置放浴缸內。
3. 衛生綿須投入垃圾桶。
4. 地板止滑布墊須鋪地板上。
5. 使用過的浴巾置放浴缸內。
6. 用過刮鬍刀具投票垃圾桶。

3.05. 出差外宿的禁忌(續)





來自日本東京的「膠囊旅館」(又稱棺材酒店)，已有大陸商人進行複製，TVBS找到應該是大陸首個提出「膠囊旅館」概念的人，他是一位西安商人，從沒有去過日本，只靠著幾張照片，土法煉鋼，設計製造出中國版的「膠囊旅館」(又稱棺材酒店)。

3.06. 出差外宿的禁忌(續)



Source: <http://obayshelties.blogspot.com/>

第五章

基本禮儀-行的禮儀

1. 步行、方向與位置的基本禮儀
2. 行走及出入辦公大樓的禮儀
3. 駕車與乘、下車的禮儀
4. 搭乘大型交通工具的禮儀
5. 進出公共場所的禮儀

1.0. 坐的基本禮儀

1. 坐、行的姿勢及前後左右的秩序

一般坐姿應是L型，如屬晚輩，則僅坐滿椅子的三分之二(李前總統只坐三分之一)，女士如有手提包，則放在背部與椅背之間。

女士兩腿並排，可傾斜，但兩腳鞋尖宜朝下。男士女士坐時，如有長輩在場，忌翹二郎腿。(男女可翹腿時，鞋尖必朝下)。

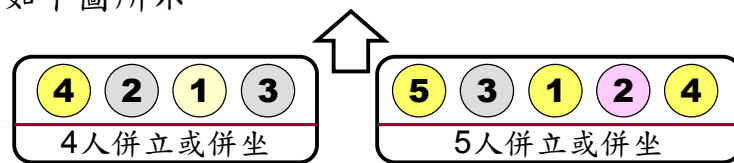
人坐定位往前平視，則人之左為左方，人之右為右方。如兩人併坐於長沙發上，則右為尊，左為卑。三人併坐時，中為大，右為次，左為小。

正確的坐姿

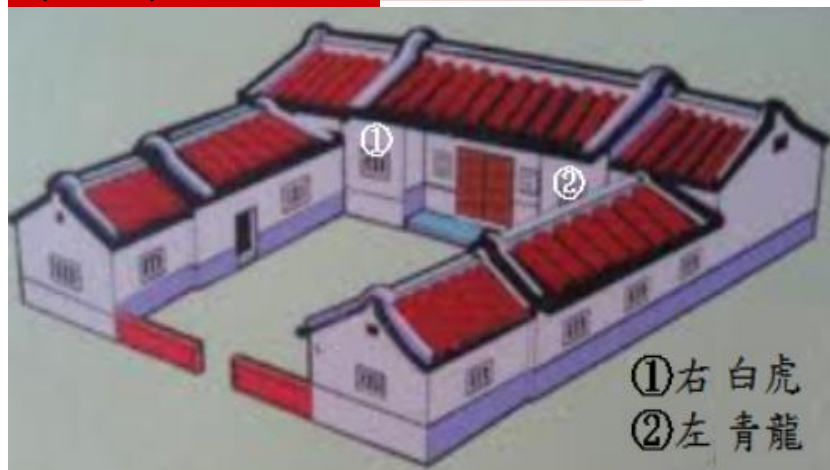


1.01. 坐(立)位秩序

2. 傳統上，若夫婦一同入坐沙發，則夫居右，妻居左。也可夫左妻右的方式(lady's first)。
3. 正式官場，本國首長或官員接待外國來訪外賓時，則以「尊賓原則」為準；則外賓居右，本國官員居坐左。然而在社交場合中，三人併排(立)坐時，中為大、右為次、左為小。設若四或五人並排(坐)立時，則內為大、外為小。一如下圖所示。



傳統傳承



1.03. 行的基本禮儀

2. 行的基本禮儀

不論個人徒步而行，或與人同行，步行的基本禮儀如下：

- 2.1. 遵守交通規則。
 - 2.2. 尊重或謙讓對方。
 - 2.3. 禮讓婦孺老弱。
 - 2.4. 與女士、長輩、長官、朋友同行，則應遵行前後、左右以及尊卑之步行禮儀。
 - 2.5. 騎車(腳踏車或機車)或開車，除注重交通禮節規範外，必禮讓行人。
 - 2.6. 步行或騎車、開車，以不打手機為原則。
-

1.04. 行的基本禮儀(續)

- 2.7. 青少年飆車，不僅危害自己、行人及其他人行車之安全。
 - 2.8. 男或女與老弱同行，男士應協助女士或老弱殘疾人士過街或代提貴重物品，下雨時也可代撐雨傘。
 - 2.9. 男士女士步行或駕駛，不應一邊走路或駕車，而又一邊吃東西。
 - 2.10. 進出門口前，男士應走在女士前一步，以先行推門，男女欲下車或途經髒亂黑暗區域時，男士均走在女士前頭，以示維護。
-

1.05. 行的必要禮儀

3. 行的秩序重要禮儀表現，分述如下：

3.1. 前尊後卑。

3.2. 右大左小。

3.3. 三人行。

3.4. 多人行。

3.5. 男女同行，男左女右，男走在靠街一邊。

3.6. 步行時如途經斜度頗大之上下坡，或經危石泥淖險路，甚或車道擁擠之處，則依據上述原則外，須以「安全」為原則來考慮。

2.7. 步行馬路上，即便遵守上述步行位置或次序，仍必以公共秩序為重。

1.06. 行進時男士守護女士



Source: <http://www.cityofbartlesville.org/>



2.0. 行走在辦公大樓的禮儀

1. 出入各辦公大樓或社交場所之基本禮儀是：

- 1.1. 排隊。
- 1.2. 安靜。
- 1.3. 順序。
- 1.4. 扶助。



Source: <http://www.jamesnava.com/>



客戶邀約準時赴約

Source: <http://www.mofa.gov.tw>

2.01. 行走樓梯與大門

2. 上下樓梯、電梯、大門的尊卑次序：

- 2.1. 上下樓梯(靠右邊上下)。
- 2.2. 上下扶梯。
- 2.3. 進出電梯。
- 2.4. 帶路者(接待人員)與訪客。
- 2.5. 進出辦公大樓、餐廳、晚會場所等大門。
- 2.6. 出入學校、醫院等場所。
- 2.7. 走在人群中的禮儀表現。



男女行進間，男士走在護衛女士一邊

Source: <http://www.mofa.gov.tw>

2.02. 行走樓梯



2.03. 進出辦公大門



2.04. 男士禮儀



Source: <http://elegantliving.ceonline.com/>

3.0. 駕車與乘車禮儀

1. 駕車禮儀

由駕車或開車禮儀介紹起。

1.1. 交通規則(Traffic Laws)

1.2. 道路禮節(Courtesies on the road)

1.3. 自己開車或載送友人與親屬，或在駕駛座上開車而又吸菸、吃檳榔、飲食、高聲談話或打手機，以上習慣，容易分心而無法專注於駕車，對其他乘客是不危險不禮貌的表現。

1.4. 「開車不喝酒、喝酒不開車。」

3.01. 行車的禮儀



3.02. 駕車與行車禮儀(續)

- 1.5. 停車如擋住別車的出入或影響住家的進出或卸貨，則駕駛人應留下自己的聯絡電話，以便屆時通知移車。
- 1.6. 自己不小心損毀他人的車子，應主動將自己的聯絡方式留給對方，以便補償
- 1.7. 司機勿過勞
- 1.8. 計程車司機的服務問題
- 1.9. 任何駕駛人在行車過程中，勿鬧情緒，也不應任意按喇叭，破壞氣氛。

3.03. 乘車禮儀

2. 乘車禮儀及座次

乘車的禮儀，可概括以下數點：

- 2.1. 禮讓老弱婦孺。
- 2.2. 謙讓女士長者就坐。
- 2.3. 勿擾及駕駛人。
- 2.4. 排隊依序上下車。
- 2.5. 車上勿吸菸或吃零食。
- 2.6. 車中勿大聲談話。
- 2.7. 勿將廢棄物隨意丟在車內或車外。



3.04. 乘車禮儀(續)

有司機駕駛之小汽車：

- 駕駛盤在左，以後座右側為首位，左側次之；駕駛盤在右，以後座左側為首位，右側次之。
- 惟不論駕駛盤在左或在右，前座司機旁的座位均最小。
- 依國際慣例，女賓不宜坐前座。
- 以三人乘坐之汽車為例，如靠右通行，坐乘第二位者應繞至車後左門上車，但如在鬧區車水馬龍處上車，則坐乘第二位者可自右門先上車，地位最尊者後上，而第三位殿後。



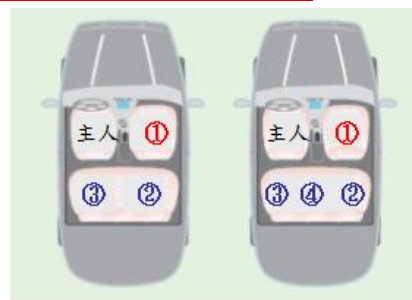
3.05. 乘車禮儀(續)

- ▶ 三位最早下車為後座乘客開車門，後座則按第一、二之順序從右邊下車。
- ▶ 又男女同乘時，因女士先行上車，故男士應居右側座位。

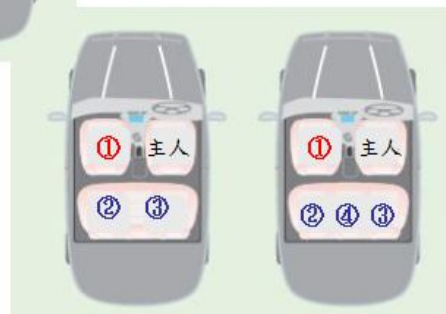
駕駛座在右，以司機後左方為主位。



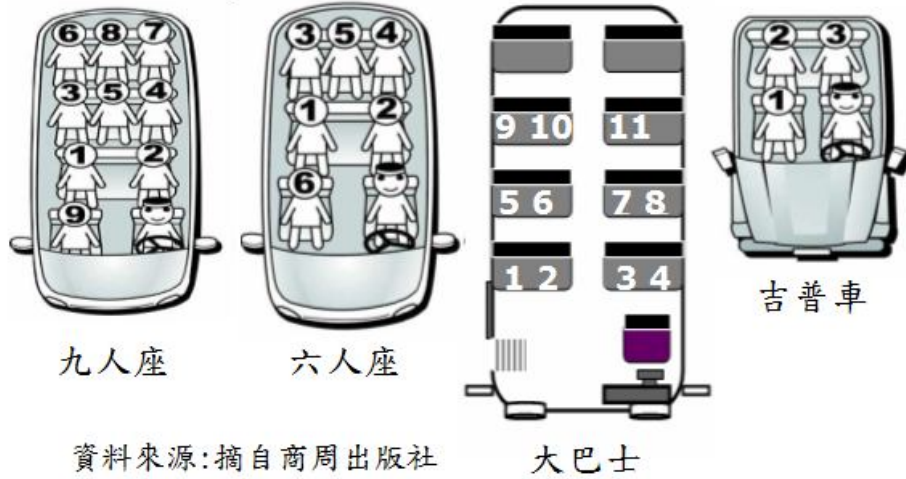
3.06. 主人駕車



主人開車以前座為主位。



4.0. 乘坐巴士



4.01. 台北捷運



台北人搭捷運
不爭先恐後，
都自動排。

記者曾吉松／攝影



台北人搭捷經常可見乘客寧可
站著，也不坐博愛座，成為讓
外國人稱道的特色。



記者曾吉松／攝影【2011/01/27 聯合報】



4.02. 搭乘飛機

- ◆ 上飛機時，應禮讓老、弱、孕婦及攜帶小孩者先行登機。
- ◆ 在機艙內，如欲更換座位，應俟全體乘客就座後，始行更換。
- ◆ 下機時，請依座位序號先後下機，切勿爭先恐後。
- ◆ 機艙內，請勿高聲談論或喧嘩，影響其他乘客安寧。
- ◆ 在機艙內移動，應儘量避免碰撞他人座椅。
- ◆ 用餐時，需將椅背扶正，以免妨礙後座用餐。



5.0. 進出公共場所的禮儀

1. 一般最「普遍性」的公共場所是指：
 - 1.1. 街道(逛街、遊街……)。
 - 1.2. 公園(Public Parks)。
 - 1.3. 電影院、歌廳、歌劇院。
 - 1.4. 商店、商場、購物中心、百貨公司。
 - 1.5. 運動場地。
 - 1.6. 登山景點。
 - 1.7. 海灘、釣魚場及游泳場所。
 - 1.8. 寺、廟、教堂及殯儀館。
 - 1.9. 郊遊或旅遊勝地。
 - 1.10. 國外觀光名勝。

5.01. 進出公共場所禁忌

2. 一般公共場所的禮儀禁忌

以下即為一般公共場所的禮儀共通重點：

- 2.1. 固可大吃大喝，卻不可吃相難看。
 - 2.2. 可以穿著輕便服飾，卻不可奇裝異服。
 - 2.3. 使用交通工具自理，卻不可違反交通或道路規則。
 - 2.4. 應對互動各守分際，不容自行其是而冒犯他人。
 - 2.5. 在公共場所雖可自由自在、無拘無束，但不可出現壞的習慣、懷的態度。
-

5.02. 搭乘電梯的禮儀

- ◆ 位高者、女士或老弱者先進入或走出電梯，為基本之禮貌。
- ◆ 先出後進，如遇熟人亦不必過分謙讓，以免耽誤其他乘客的時間。
- ◆ 進入電梯後依照美俗應立即轉身面向電梯門，避免與他人面對而立；歐俗則宜側身相向，不宜背對人。
- ◆ 電梯內不高談闊論，切勿吸煙。



5.03. 大型商場購物

3. 逛街與購物

一般逛街，有純為參觀的，如在國外地區之逛「唐人街」(China Town)；也有名為逛街，實為購物的(Shopping)。逛街又可分為獨自逛街、男女或親子同行，更有三五友好成群結伴的，似乎人數愈多愈熱鬧，但往往愈會疏忽應注意的禮節禮貌。



Source: <http://www.rohangupta.fundiaries.org/>

5.04. 博物館及電影院的禮儀

4. 出入電影院、歌廳、博物館場所之禮儀

有關藝文類公共設施（如音樂廳、歌劇院、美術館、博物館……）都是任何國家及地區展現其文化品質之場所，許多國外人士抵達中國大陸或臺灣地區，都想親往故宮博物院觀賞古文化遺下之文明器物古董，即此緣故；故出入此類公共場所，自須懂得禮儀文化，否則反而成為欠缺人文、或文化品質的粗人。



5.05. 進出休閒場所的禮儀

5. 進出休閒運動場所的禮儀

休閒或運動必著休閒服或運動服，也非隨意穿著而令人覺得怪異。其次，運動場上或登山途中，確不可隨意亂丟廢棄物，或破壞生態保育。否則，多數人的休閒運動，其意義便極受限制；舉例言之，臺灣山地遠比平地面積大得多（約3：1），然而在狹小的平地面積裏卻有為數約70個的高爾夫球場，其有助於高爾夫球愛好者，自不待言，但高爾夫球場的設立與維護，反而使台灣生態保護更不利。

5.06. 參加國際活動的禮儀

6. 參加國內外旅遊活動的禮儀

進出各旅遊名勝或觀光景點，主要意義在「行萬里路，讀萬卷書。」，所謂萬卷書，係指各國或各地的民情風俗、山川形勢與禮儀文化。因此，經常出入於各風景名勝，應可增廣視野，充實國際知識，更有助於各國禮俗與禮儀文化之熟習。而要能懂得各國禮俗禮儀文化，莫過於放寬胸襟，尊重多元文化、入境問俗，親自體驗其旅遊中所見所聞的經歷，如此終必留下許多難以忘懷的禮儀知識與行誼。

Bon voyage