Chương 1: Giao tiếp thông minh trên bữa tiệc.

TIỆC NGỒI

* Khoảng cách từ ghế đến bàn khoảng 1 gang tay.
* Nên để túi xách sao lưng ghế.
* Không nên ngồi khoanh chân, rung đùi.
* Không nên ngồi khoanh chân, rung đùi.
* Không nên chống tay lên cầm.
* Khăn ăn nên gấp gọn gang, dùng 4 góc của khan ăn nhẹ nhàng lau quanh miệng khi cần.
* Với món soup, không nên quét sạch chén soup gây tiếng động.
* Với món cá, dùng dao xẻ cá dọc theo phần xương ra và ăn tiếp, không nên lật cá khi ăn hết nửa con.
* Với món thịt, nên cắt ra từng miếng nhỏ cho vừa ăn.
* Với món gà, tôm, cua,… bạn có thể dùng tay khi ăn.
* Ko nên ngaamh thìa, nĩa, đĩa,…
* Ko nên gõ chén, đĩa.
* Khi ăn ko nên để phát ra tiếng động: tiếng chép miệng, tiếng nhai, tiếng hút soup,…
* Ko nên nhả ra nay khi tại bàn các thức ăn khó chịu.
* Không nên lấy hết thức ăn mà mình thích.
* Ko nên lấy quá nhiều thức ăn.
* Chú ý khi xoay bàn, đừng để đổ, vỡ các vật dụng xung quanh bàn xoay.
* Ko nên với lấy thức ăn ở xa, hạn chế việc cầm đũa đưa qua mặt người khác, chồm lên bàn để vớ lấy đồ ăn ở xa.
* Ko nên chê đồ ăn trong khi ăn.
* Ko nên thọc đũa riêng của mình vào đĩa ăn chung.
* Ko nên gấp thức ăn rồi bỏ xuống.
* Tránh việc hắt hơi, ợ hơi ngay trên bàn ăn.
* Nên tránh đổ tháo trên bàn ăn.
* Ko nên từ chối đồ ăn của người khác gắp cho mình, nếu là món ăn mình k thích, cứ nhận lấy và sau đó chừa lại.
* Hạn chế việc vừa ăn, vừa uống.
* Hạn chế việc tằng hắng trên bàn tiệc.
* Nên để xương trên đĩa nhỏ riêng và dùng khăng giấy che lại.
* Dùng 2 ngón tay che miệng ly, chén để từ chối khéo.
* Ko nên nói lúc đang ăn.
* Ko nên vừa ăn vừa nói to.
* Ko nên nói những chuyện mất lịch sự trên bàn ăn.
* Ko nên sai bảo nhân viên phục vụ quá nhiều.
* Nên hỏi trước khi gấp thức ăn cho người khác.
* Khi gấp thức ăn cho người khác, nên sử dụng đồ gấp chung.
* Khi ăn xong nên gác dao, nĩa, đũa… hình chữ X để nhân viên phục vụ biết bạn đã ăn xong và dọn đĩa.

TIỆC BUFFET

Bạn phải làm quen và trò chuyện với nhiều người hơn, bạn nên có kỹ năng giao tiếp, mở đầu bằng câu chuyện hay một nụ cười để làm quen, sau khi giới thiệu xong thì hãy hỏi thăm và lắng nghe họ, hãy quan tâm chăm sóc giúp đỡ mọi người.

Chương 2: Những điều cần chú ý khi tham gia buổi tiệc.

1. Tư thế ngồi

Nam: ngồi thoải mái, chân ko dạng rộng or khép quá hẹp. Nên gác chân chữ ngũ.

Nữ: ko mở rộng chân, khép và xếp bằng song song một bên or bắt chéo chân.

1. Tư thế đứng

Nam: ko đứng rộng qua vai, ko quá hẹp 2 chân, đứng 2 chân cách 1 gang tay là đẹp nhất.

Nữ: ko đứng trực diện với đôi phương, tư thế nên hơi nghiêng hướng 2h or 10h.

1. Tư thế mở cửa

Nguyên tắc đưa mặt vào trước (tránh đưa mông trước gây phản cảm) Khi đống cửa: đóng nhẹ nhàng.

1. Tư thế cúi nhặt đồ.

Một chân đứng trước, một chân đứng sau rồi từ từ cúi xuống nhặt.

1. Tư thế chụp hình.

Thay đổi nhiều tư thế, dáng vẻ để buổi chụp hình phong phú và thú vị hơn.

Cách phục trang thanh lịch.

* Áo sọc ngang hợp với người gầy.
* Áo sọc đứng hợp với người đầy.
* Áo màu tối hợp với người đầy.
* Áo máu sáng hợp với người gầy.
* Áo sọc caro hợp với người cá tính.

Cách trang điểm tôn lên vẻ đẹp.

* Tóc ngắn hợp với cá tính.
* Đôi giày nói lên giá trị đàn ông.
* Dây chuyền bạch kim tạo hình ảnh công chúa, công tử.
* Tóc phù hợp.