

实用交际礼仪丛书

学做绅士淑女

zuò Shenshi yu shunü

裴少桦 编著

杭州出版社



实用交际礼仪丛书

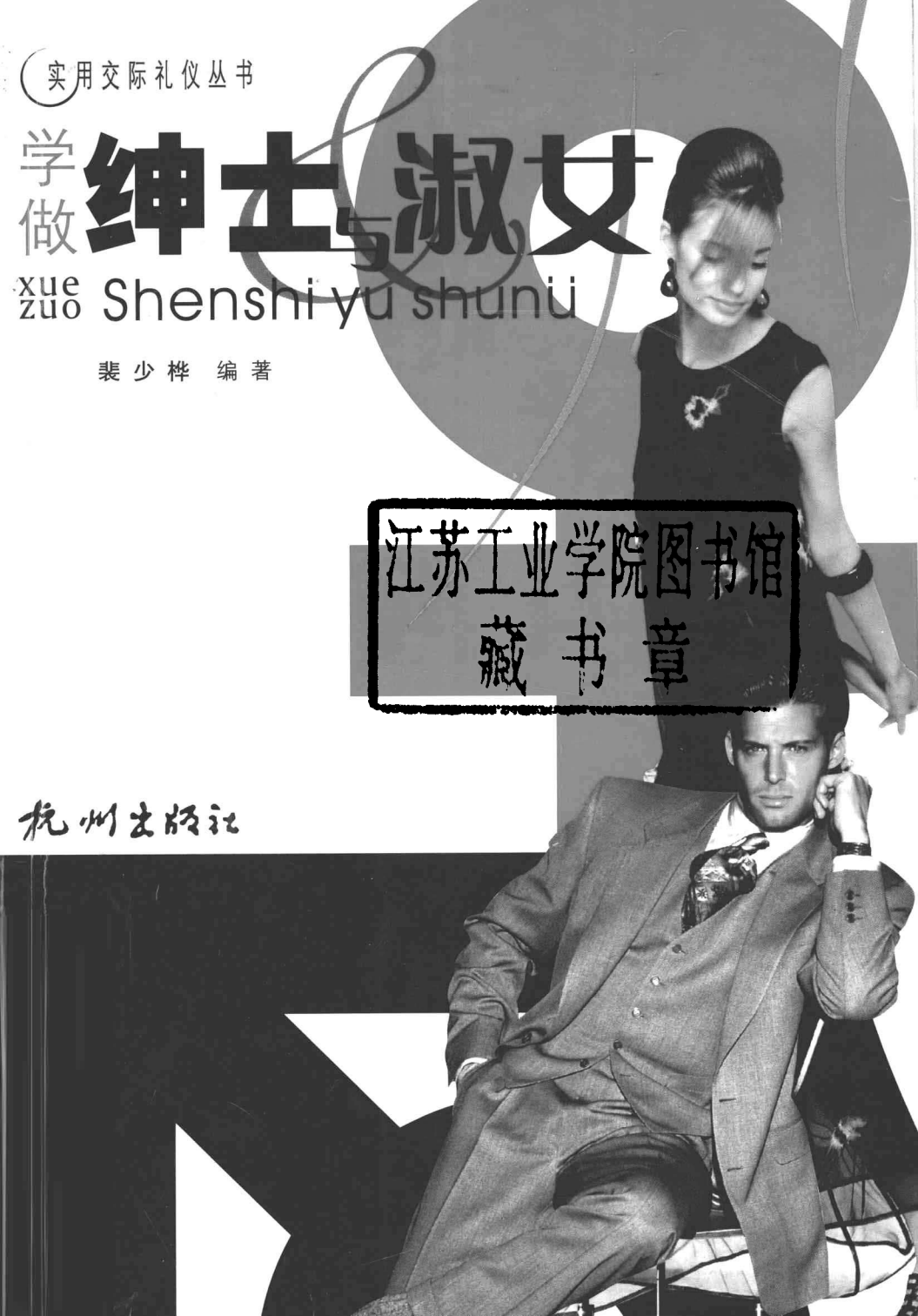
学做绅士淑女

zuò Shenshi yu shunü

裴少桦 编著

江苏工业学院图书馆
藏书章

杭州出版社



图书在版编目(CIP)数据

学做绅士与淑女:实用交际礼仪/裴少桦编著

—杭州:杭州出版社,2000.2

ISBN 7-80633-211-1

I.学… II.裴… III.人际关系—礼仪 IV.C912.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 01419 号

学做绅士与淑女

——实用交际礼仪

作 者/裴少桦

插 图/曹 劲

责任编辑/袁弘煦

责任出版/赵 辛

封面设计/陆 洲 张 帆

出版发行/杭州出版社

社址/杭州市体育场路 286 号

邮编/310003 电话/0571-85163195 85066612 85066370

印刷/杭州余杭人民印刷有限公司

经销/新华书店

开本/850×1168 1/32 字数/200 千

印张/10

版次/2000 年 2 月第 1 版 2002 年 10 月第 5 次印刷

书号/ISBN 7-80633-211-1/G·121

定价:18.00 元

(版权所有·侵权必究)

前 言

本书作者裴少桦女士在二十年前,还是个活泼、单纯的女大学生,对世间许多美好而新奇的事物怀有浓厚的兴趣和虔诚的向往。她的朋友认为,以她的性格,她也许更适合时装设计、艺术创作一类能自由张扬自己个性的职业,但她毕业后却当了一名教师,而且一干二十年不动窝。这二十年来,世界的变化令人目不暇接,多少人频繁地变换着自己的角色,上天入地,登山下海,东奔西闯;找不着北的也不知凡几。而活跃的裴少桦却执著于教师的岗位与事业,这恐怕不单靠女性的坚韧,还依赖于一种对自己所从事的工作的信心以及热爱。

也许是“求新”与“执著”在她内心得到统一,她的兴趣逐渐转移到这个时代新兴的学科——交际礼仪教学上,并在这个舞台上施展自己的才华,取得了可喜的成绩。她应邀到处讲课,日程排得满满的,忙得简直喘不过气来。这正证明了当今社会对于交际礼仪知识的渴求。虽说我们都生长在素有“礼义之邦”之称的中国,熟知中国传统的礼仪礼节,但对于现代文明中的现代交际礼仪规范,还知之甚少,或者虽知道了,却羞于实践,这是一个不容乐观的结论。从此书中可发现,我

们跟人打交道,即在一定的空间与时间里进行形形色色活动的时候,实际上是经常地、不知不觉地犯一些交际礼仪方面的错误。我们经常很不现代很不文明,在许多场合很不“绅士”或很不“淑女”。我们虽然生活在人际交往与交流十分频繁的现代社会,但还不能自称是文明的人。我们的一些不够文明的言行举止与服饰打扮,可能会铸成大错,也可能会坐失良机,但绝大多数人却不自觉,也更少有人从理论的角度来认识这个问题。比如在求职面试时一个不经意的小动作,或在商务谈判时一句不够到位的话,或在恋爱时一件含义模糊的小礼品……都可能造成与愿望相反的后果。裴少桦的这本书可以帮助我们避免这类过失,更可以帮助我们提高自己的文明素质。她用设问的形式提出了 200 多个有关交际礼仪的问题,涉及到生活的方方面面,给出了许许多多的“规矩”。我们常说一本好书要“开卷有益”,《学做绅士与淑女》就做到了这一点。这本书对于读者朋友——特别是刚刚进入社会的青年朋友是很有用处的。可以肯定,读了这本书的青年朋友,都会“绅士”起来、“淑女”起来,满怀信心地去追求自己的人生理想。

编 者

目 录

一、男男女女的基本礼仪 1

“礼仪”最早来自何处 (1) 社交礼仪的涵义是什么 (2) 社交礼仪的动因和核心是什么 (3) “下半旗”“献花圈”的国际礼俗从何而来 (5) “鸣礼炮”“赠金钥匙”“碰杯”的礼俗由来是什么 (6) “度蜜月”和“生日蛋糕”的由来是怎样的 (8) 怎样塑造良好的社交“第一印象” (9) 人的体型有哪些类型 (11) 人体姿态美的标准是什么 (12) 什么是女性交际中的“淑女风范” (14) 女性在交际中的整体礼仪是什么 (15) 如何塑造你的“电话绅士”与“电话淑女”形象 (16) 社交中打接电话有哪些基本礼仪 (17) 社交中女性的举止之美是什么 (18) 女性仪态美的礼仪内涵有哪些 (20)。为何说女性的语言形象是她的“第二张脸” (21) 为何说“苗条意识”创造女性苗条

形象 (23) 社交中女性怎样运用好“眼神”礼仪 (24) 女性与他人合作要注意哪些礼仪 (26) 女性的作客礼仪是什么 (27) 女性在社交场合能否化妆 (28) 女性穿衣打扮的礼仪有哪些 (29) 白领女性应具备怎样的礼仪 (31) 年轻女性和年长女性交际时应注意什么 (33) 女性交际中有什么忌讳 (34) 公共场合女性的挽臂礼仪有何内容 (35) 如何礼貌地处理办公室的两性关系 (36) 怎样进行脚的保养和修饰 (38) 女性保持魅力有何小“秘方” (39) 特别忙的职业女性怎样化妆 (41) 青年女性如何化妆 (42) 中年女性如何化妆得体 (43) 男士怎样才能具备“绅士风度” (44) 男性朋友之间的交际讲究哪些礼仪 (46) 男性在与人交谈时的礼仪忌讳有哪些 (47) 男性上下级之间应注意的礼仪有哪些 (48) 男性之间交际应注意什么 (50) 如何把握男女初次见面的“四十五秒”效应 (52) 社交中正确而优美的动作有哪些 (53) 异性之间交往应注意哪些礼仪 (54) 什么是上班族仪表仪容的“ABC” (56) 上班族女士如何注意个人形象 (58) 什么是办公室工作礼仪 (59) 到别人的办公室拜访应注意什么 (60) 现代白领的办公室礼仪有哪些 (61)

二、社交中的行为举止与服饰 …… 65

潇洒优美的走姿礼仪有何标准 (66) 怎样是正确而美观的走姿 (67) 社交场合应具备怎样的站姿 (68) 女性的优雅坐姿礼仪是什么 (70) 生活中的卧姿礼仪应注意什么 (72) 在社交中如何体现称呼礼节 (72) 交际中介绍礼节有哪些内容 (74) 交际中的“寒

“瞪”礼节是什么意思 (75) 打招呼的礼仪有哪些内容 (76) 怎样与名人交谈 (77) 常见的握手礼节要注意哪些问题 (78) 何时何地使用鞠躬礼节 (80) 拥抱和亲吻礼节是完全西式的吗 (81) 合十礼、作揖礼和脱帽礼各有什么含意 (82) 社交中优美自然的手势语有哪些 (83) 国际上通行的手势语主要有哪些 (84) 如何使用“眼神”礼仪 (85) 为何说“微笑助你成功” (87) 什么是自我介绍的艺术 (88) 交际中名片的递送有何作用 (90) 如何设计自己的名片 (92) 交际中不雅的体态动作有哪些 (94) 哪些礼仪有助于别人喜欢你 (95) 社交中的约会礼仪包括哪些内容 (97) 约会中的“付账礼仪”指的是什么 (99) 到宾馆访客应注意哪些礼节 (100) 到居室访客应注意哪些 (101) 上茶服务中有何礼仪 (103) 什么是服装和饰品艺术 (104) 仪表美包含哪些方面 (105) 什么是社交中着装的基本原则 (107) 什么是着装的“TOP” (108) 什么是着装的“黄金规律”第一条 (109) 如何选出适合自己肤色的服装色彩 (110) 社交场合着装如何与形体相谐 (112) 着装风格怎样与衣料质地相匹配 (113) 为什么说“个性化是着装中的最高品位” (115) 社交场合女性如何着装 (116) 女性着装的风格类型有几种 (117) 佩戴装饰物要注意哪些礼仪 (118) 社交场合戴帽子要注意什么 (120) 为什么说“眼镜是脸上的一道风景” (121) 重视鞋袜是男士讲究仪表的开始 (122) 风衣是秋冬里的一道风景 (123) 为什么说黑白时装具有永恒的美丽 (124) 女士穿旗袍须注意什么 (125) 穿雨衣、拿雨具的礼仪是什么 (127) 男士穿西装

的礼仪有哪些内容 (128) 男士穿大衣、风衣要注意什么 (129) 西方国家里正式场合男性着装有何要求 (130)

三、商务、谈判、交流、旅行的礼仪

..... 135

什么是商务礼仪的含义 (135) 礼仪能否有助于提高企业经济效益 (136) 什么是商业迎宾送宾礼仪 (137) 商务接待的言语礼仪有哪些 (138) 商务洽谈中聆听的礼节有哪些 (139) 商业庆典中的剪彩礼仪是什么 (140) 开业庆典礼仪有何要求 (141) 商务宴请的形式有哪几类 (143) 商务宴请的席间礼仪有哪些 (144) 怎样进行商务签字礼仪 (145) 处理企业与顾客之间纠纷有何礼仪要求 (146) 饭店宾馆前厅的服务礼仪有哪些 (147) 客房服务礼仪有哪些 (149) 餐厅服务礼仪包括哪些方面 (150) 酒吧服务接待有哪些礼仪 (151) 柜台营业员应具备怎样的礼节 (153) 超市营业员应注意哪些礼仪 (154) 售后服务有哪些礼仪要求 (155) 导游人员的服务礼仪是什么 (157) 社交中与人交谈的基本礼仪有哪些 (158) 交谈中怎样礼貌技巧地提问 (160) 怎样礼貌技巧地回答问题 (161) 怎样礼貌技巧地拒绝 (163) 言语得体要注意哪些礼仪 (164) 与陌生人交谈时应注意什么 (166) 与异性交谈时应注意哪些礼节 (167) 怎样巧妙使用恭维 (168) 怎样把握交际中的交谈区域 (169) 与比自己地位高或低的人谈话礼仪是什么 (171) 办公室里的谈话要注意些什么

(172) 教师与学生谈话有哪些礼仪 (173) 教师在课堂上对学生应有哪些礼仪 (174) 学生进出教师办公室有何礼仪要求 (176) 跟南方人谈话应注意什么 (177) 跟北方人谈话应注意什么 (178) 与外国人交谈要注意哪些 (179) 如何重视人际交往中的“安慰”作用 (180) 为什么“学会倾听能使你富有” (182) 学会“倾听”有哪些技巧 (183) 令人不快的交谈者有哪些 (185)

四、宴饮、馈赠、聚会与日常生活的礼仪 189

各类宴会有何礼仪忌讳 (189) 接到请帖去赴宴要注意什么礼仪 (190) 常见的涉外宴会有哪些形式 (191) 涉外宴请的准备礼仪有哪些 (192) 涉外宴请座次安排有何讲究 (194) 中餐的用餐礼节有何讲究 (195) 中餐的席间礼仪有哪些 (196) 席间如何正确使用筷子 (198) 西餐中的菜肴是哪几类 (199) 西餐主要菜肴的进食方法是什么 (200) 西餐中如何吃水果 (202) 西餐的席间礼仪有哪些 (203) 西餐用餐中有什么忌讳 (205) “鸡尾酒”的名称来自何处 (206) 喝酒时要注意哪些礼仪常规 (208) 中国人饮酒的传统礼俗有哪些 (209) 酒席上要注意哪些礼仪 (210) 中国传统的酒习俗有哪些 (211) “洋酒”指的是哪些酒 (212) 饮咖啡有何礼仪讲究 (215) 吸烟的礼节、礼貌是什么 (216) 公共场所男性吸烟要注意什么 (218) 公共场合女性吸烟礼仪是什么 (219) 为什么不能连续点燃三支烟 (220)

茶会形式有何礼仪要求 (221) 中国人的饮茶观念有哪些 (223) 南北方饮茶习俗有何差异 (224) 茶和餐巾中的忌讳是什么 (225) 家庭日常生活中待人接物有何忌讳 (226) 朋友往来中有何礼仪忌讳 (228) 与邻居及其他人的交往忌讳有哪些 (230) 求职面试的礼仪有哪些 (232) 求职面试时应注意哪些忌讳 (233) 馈赠礼品时要注意哪些礼节 (234) 如何使礼品既有意义又有特色 (236) 馈赠礼品礼仪中有何忌讳 (237) 中国人怎样接受礼物和回礼 (238) 馈赠鲜花的礼仪有何讲究 (239) 东西方人馈赠金钱的礼仪有哪些 (241) 怎样包装礼品 (242) 国外馈赠礼品有何禁忌 (243) 参加游戏时应注意什么礼仪 (245) 观看电影时有哪些礼仪 (246) 出席音乐会的礼仪有哪些 (247) 参观美术馆、博物馆的礼仪有哪些 (250) 参加卡拉 OK 活动要注意什么 (250) 西式交谊舞会有哪些类型 (252) 参加交谊舞会穿什么 (253) 女性参加舞会应注意哪些礼仪 (254) 男性参加舞会要注意哪些礼仪 (256) 舞会中如何得体地邀舞与拒舞 (258) 男女舞伴应有怎样的风度、礼仪 (259) 什么叫“沙龙”聚会礼仪 (260) 乘飞机旅行有什么忌讳 (262)

五、各国传统礼仪习俗及忌讳 …… 267

出国参观游览注意哪些礼仪 (267) 美国人的礼仪习俗忌讳有哪些 (268) 法国人有哪些礼仪习俗和禁忌 (270) 英国人有哪些礼仪习俗与忌讳 (272) 德国人有哪些礼仪习俗和忌讳 (273) 意大利人有哪些礼仪习俗和忌讳 (276) 俄罗斯人有什么礼仪习俗和忌

讳 (277) 新加坡人有何礼仪习俗和忌讳 (279) 泰
 国人有何礼仪习俗及忌讳 (280) 日本人有哪些礼仪
 习俗和忌讳 (282) 为何说饮食礼仪最多的是日本人
 (283) 佛教有哪些礼仪习俗 (284) 伊斯兰教有哪
 些礼仪习俗 (286) 基督教有哪些礼仪习俗及忌讳
 (288) 为什么西方将“13”和“星期五”看成灾难数
 (291) 西方人的爱情禁忌是什么 (292) 西方人有
 何穿衣禁忌 (293) 西方人对宝石的认识和忌讳是什
 么 (294) 西方有关船的忌讳有哪些 (295) 西方有
 关飞机、电梯的忌讳是什么 (296) 西方人有关婚礼
 的忌讳是什么 (298) 不同宗教信仰的人的饮食禁忌
 有哪些 (299)

后记 301



一、男男女女的基本礼仪

“礼仪”最早来自何处

礼仪的起源可以追溯到原始社会的远古时代。那时,社会生产力十分低下,人类在大自然面前显得软弱无力,对斗转星移、四季更替、风云变幻、电闪雷鸣、地震、旱涝、疾病等各种自然现象和灾害感到神秘莫测、惶惑不解。凭着朴素的思维方式和质朴的感情,人们相信在天地之间,还有超自然的神、鬼的存在,并主宰着万物。如主宰天的有天神,掌管地的有地神,日、月、山、川皆由神主管,并且还有形形色色的鬼在世间作祟。人们为了避免受伤害,便虔诚地向神鬼跪拜敬礼,祈求免祸致福,从而产生了人类以祭天敬神为主要内容的礼的雏形。反复敬神祭鬼的结果,使得各种程序与形式逐渐完善并固定下来,这就是最初的礼仪。所以说礼仪最早起源于祭神祀鬼。郭沫若在《十批判书·孔墨的批判》中认为:“礼之起,起于祀神,其后扩展为对人,更其后扩展为吉、凶、军、宾、嘉等多种仪制。”阐明了礼仪的起源和发展的顺序。

从“礼”字的释义上也可以看出,礼仪起源于祀神。《说文解



字》中释“礼”为：“度也，所以事神致福也。”认为礼与“事神”的活动紧密相关，能为人类消灾降福。“礼”字的起源是“曲”，像用器具托着两块玉器奉献给神鬼，是人类早期祭祀活动的反映。汉语繁体字“禮”的字形和结构也反映了祭神所用的器物和仪式。

据考证，距今1.8万年前的北京山顶洞人时代，就有了“礼”的仪式。族人死了，要举行仪式，在其身上洒上赤铁砂粉，期望死者能复生。

今天，随着对外交流的发展，西方的一些先进的礼仪、礼节陆续传入中国，与我们积淀了上千年的中国传统礼节、礼仪融会贯通，进入我们的日常交际生活。它就像润滑剂，为营造一个平等、友爱、互助的新型人际关系环境，起着不可忽视的作用。

社交礼仪的涵义是什么

社交礼仪，一般是指在一定交往场合的行为准则和交往规范。这个“一定交往场合”指的是各种社会交往、交际活动的场合。

社交礼仪广泛存在于人类活动的各个方面，在经济、政治、文化、外交、军事和日常生活中，都存在社交礼仪。随着我国改革开放的深入发展，人民的物质与精神生活的极大的丰富和提高，以及与外部世界交往的日益增多，与世界礼仪行为准则和交往规范“接轨”就变得更为迫切和重要。

社交礼仪作为人们交际中的行为准则和交往规范，具有以下涵义：

社交礼仪产生的基础，是“礼”这一某些社会形态下的社会规范和道德规范。



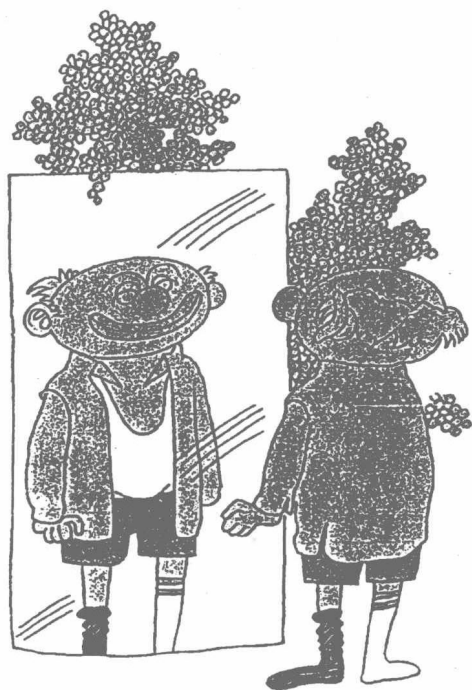
礼有多重含义。它有礼貌之礼、礼节之礼、伦常制度之礼等多种,而礼制、礼律、礼教、礼治则是从不同方面表述礼的内容和功能。礼,从狭义上看,指祭祀或指馈赠,也指礼节,指仪节宗教制度及仪式。从广义上看,礼是指一个时代的典章制度。如《周礼》、《仪礼》、《礼记》就是我国春秋时期的周代的政治,经济和社会的制度。在当今时代,礼仪是社会规范和道德规范的一部分,它既可指为表示敬重而举行的仪式,也可指社会人际交往中的环节。

社交礼仪的表现形式,是“仪”这一社会人际交往的外观形象和行为规范。“仪”通常指人的外表,或某一仪式及礼物等。

在社会活动中,人与人之间的互相交往都要运用“仪”这一形式,遵循一定的规范,常常是借助语言、外貌、表情、动作、物品,通过人们交往中的称呼、交谈、仪态、举止等予以表示。由于语言受时空的限制较小,同时与思维具有同步性,所以语言是社交礼仪重要的表现形式。它可以传递复杂而深刻的信息,也可以解释或替代其他非语言的交际手段,具有其他表现形式不可比拟的优越性。尤其是口语,更是语言中最活跃、最广泛、最直接、最迅速、最有效的交际工具。仪态、表情、举止也是社交礼仪的重要表现形式。人们正是通过自己的优雅的仪态、丰富的表情、得体的举止来表现出对他人的恭敬、尊重、友好、谦和与平等,从而在社交活动中很好地树立起自己的社交形象。

社交礼仪的动因和核心是什么

社交礼仪的直接动因,是交际主体的社交需要,人的行为是从需要开始的。交际,作为人类活动的重要组成部分,反映出人类共



有的最基本的心理需要,即塑造自身形象的需要。而人们的交往又可划分为生存交往、安全交往、认知交往、情感依恋、自我价值实现等多种交往层次。

1. 社会交往的需要。人们通过礼仪,使个人与同事、同伴保持良好的关系,获得友谊、忠诚、爱情及信任,并使个人被群体接纳。你能关心帮助别人,同时也能得到别人的关心帮助。2. 尊重的需要。人们通过讲究社会礼仪,使个人的能力、才华、业绩、成就、形象等得到社会的承认与欣赏,进而逐步拥有一定的社会地位和威



望,并由此产生自信心和威望感,使人们体验到自身存在的价值及魅力。

社交礼仪的核心是真、善、美。所谓美,是人的思维及听、视、感觉对客观世界的反映,它与丑相对立。所谓真,是指事物与客观事实相符,它与假相对立。美的本质除具有客观性、实践性和形象性以外,还必须以真为前提;假的、伪的就不成其为美了。所谓善,就是社会性的现实功利,与恶相对立。美必须是善的,善能令人感觉到美。

在社会生活中,人们呼唤真、善、美的人和物,一切形态、动作、色彩、声音都具有一定的客观物质形式,而这些形式要是与真、善、美相连,就是可见、可闻、可触、可感的,就是令人愉悦、受人欢迎的。一个人优雅的仪态、姣好的面容、动人的嗓音、高贵的气质能够引起人们强烈的审美情趣,使人们陶醉其中,感形之所感,言形之所言。

社交礼仪更是生活中一种善良的道德,它要求人们将自己的本性纳入规范,加以约束,时时用道德的力量支配自己的行动。也就是说,一个人在实施某一行动时,要考虑自己的行为是否合乎礼的要求,若不合礼,则要违礼,则是恶的行为、不道德的行为。凡是注重社交礼仪的人,必定是讲道德重善行的人。

“下半旗”“献花圈”的国际礼俗从何而来

“下半旗”和“献花圈”是国际上通用的致哀礼仪方式。

下半旗这种方式最早出现在15世纪,一艘名叫哈兹·伊斯号的英国船只在北美洲北海岸探寻通向太平洋的水道的航行中,船