


HONGZHONGYUAN
李波◎编著

中职礼仪读本



礼仪是人类文明的重要组成部分，是宝贵的精神财富。中华民族五千年历史孕育了璀璨的礼仪文化，这是一代又一代华夏子孙必须继承和发扬的。礼仪是每个人的人生必修课，作为中职学生，礼仪更是他们走向社会、找到岗位的通行证，更是他们干一番事业的软实力。

本书按照理论足够、操作详尽的原则，站在中职学生现实和将来的实际需要的角度，尊重由浅入深、由感性到理性的认知规律，安排各章各节内容，从礼仪的概念，到学习礼仪的途径作了简单而必要的阐述，对学校礼仪和社交礼仪两大块进行了较详细的介绍，并安排了“想一想，做一做”的小练习以及拓展知识面的“小贴士”。力求系统完整、内容充实、结构新颖，注重科学性、理论性、实用性和操作性的统一。

湖南人民出版社

李波◎编著

中职礼仪读本

参编者：王玉梅 李晓春 何海燕 张良平 加娜尔

湖南人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中职礼仪读本 / 李波编著. —长沙: 湖南人民出版社,

2008. 7 (2010. 7)

ISBN 978 - 7 - 5438 - 5311 - 9

I. 中... II. 李... III. 礼仪 - 专业学校 - 教材

IV. K891. 26

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 101594 号

中职礼仪读本

编 著: 李 波

出 版 人: 李建国

责 任 编 辑: 聂双武

装 帧 设 计: 张 锋

出版、发行: 湖南人民出版社

网 址: <http://www.hnppp.com>

地 址: 长沙市营盘东路 3 号

邮 编: 410005

经 销: 湖南省新华书店

印 刷: 湖南贝特尔印务有限公司

印 次: 2008 年 7 月第 1 版 2010 年 7 月第 2 次印刷

开 本: 850 × 1168 1 / 32

印 张: 10

字 数: 226000

印 数: 6001 - 11000

书 号: ISBN 978 - 7 - 5438 - 5311 - 9

定 价: 18.90 元

营销电话: 0731 - 82226732

(如发现印装质量问题请与承印厂调换)

前 言

礼仪是人类文明的重要组成部分，是宝贵的精神财富。中华民族五千年历史孕育了璀璨的礼仪文化，这是一代又一代华夏子孙必须继承和发扬的。礼仪是每个人的人生必修课，作为中职学生，礼仪更是他们走向社会、找到岗位的通行证，更是他们干一番事业的软实力。

本书按照理论足够、操作详尽的原则，从中职学生现实和将来实际需要的角度出发，尊重由浅入深、由感性到理性的认知规律，安排各章各节内容，从礼仪的概念到学习礼仪的途径作了简单而必要的阐述，对学校礼仪和社交礼仪两大块进行了较详细的介绍，并安排了“想一想，做一做”的小练习以及拓展知识面的“小贴士”。力求系统完整、内容充实、结构新颖，注重科学性、理论性、实用性和操作性的统一。

本书除适合中职学生的学习外，也适合中学生和大学生以及社会各行业人士的礼仪学习，是通俗易懂的礼仪手册。

本书在编写过程中参考了大量文献资料、专著教材，得到了很多中职教师和礼仪专业人士的指导，特别是河北涿州职教中心的王雅娟，湖南长沙市旅游职业中专的郑霞，湖南桃江职业中专的杨秋良，湖南岳阳市湘北女子职业学校的龙美华，在此一并表示感谢。

鉴于编者学识水平和专业素养有限，加上时间仓促，尽管本人作了很多努力，但仍然存在一些不足之处，敬请广大读者指正。

礼仪是人们在社会生活中，为了相互尊重而约定俗成、共同认可的行为规范。任何一个文明的国家和民族，都十分注重礼仪。礼仪成为体现文明程度的重要标志，衡量道德水准高低的基本尺度。

中国是人类文明的发祥地之一，享有“礼仪之邦”的美誉。中华民族文化传统源远流长，“非礼勿视，非礼勿听，非礼勿言，非礼勿动”、“人无礼则不生，事无礼则不成，国无礼则不守”的古训可谓人人皆知，代代相传。然而，随着社会的发展，时代的进步，礼仪的内涵、功能和形式与时俱进，发生了巨大的变化，注入了彰显时代特征和现实意义的鲜活内容。

社会主义精神文明建设的根本任务是适应社会主义现代化发展的需要，培养有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义公民，提高整个中华民族的思想道德素质和科学文化水平。礼仪是社会主义精神文明建设中的一项重要内容。在构建社会主义和谐社会和全方位对外开放的今天，人们需要更多的社会交往，交流思想，增进友谊，广纳信息，合作共事。在这里，礼仪就是一根金纽带，一种润滑剂。

中等职业学校学生是青年一代中最先脱离家庭独立生活的一个学生群体。进入社会，他们就会接触各类人群，需要求职，需要应聘，需要交友，面临一系列的问题。如若具有仪表端庄、举止大方、温文尔雅、彬彬有礼的礼仪风度，就会给人以良好的第一印象，有助其走向成功之路。

良好礼仪的形式不是一学即会，一蹴而就的，需要训练和养成。岳阳县职业中专长期坚持礼仪教育，指导学生从小事做起，从点滴做起，不断增强文明礼貌意识，养成良好的文明习惯，收到了显著的效果。这次正式出版的《中职学生礼仪读本》一书，是该校礼仪教育成果的一个缩影。愿他们发扬成绩，勇于探索，敢于创新，再创佳绩。

是为序。

湖南省教育科学研究院副院长、研究员

唐国庆

2008年4月



目录

CONTENTS

第一章 礼仪概述

- 第一节 礼仪的内涵和类别..... 002
- 第二节 礼仪的起源与发展..... 006
- 第三节 礼仪的功能、原则和特性..... 011
- 第四节 礼仪的作用、意义和礼仪修养途径..... 015

第二章 个人基本礼仪

- 第一节 仪容仪表..... 022
- 第二节 仪态..... 029

第三章 校园基本礼仪

- 第一节 学生对老师的礼仪..... 044
- 第二节 同学之间的礼仪..... 047
- 第三节 课堂礼仪..... 053
- 第四节 实训室礼仪..... 058
- 第五节 图书馆礼仪..... 061
- 第六节 宿舍礼仪..... 066
- 第七节 食堂礼仪..... 071
- 第八节 公厕礼仪..... 075

第四章 常用社交礼仪

- 第一节 服饰礼仪..... 080
- 第二节 见面礼仪..... 085

第三节	接待礼仪	089
第四节	拜访礼仪	095
第五节	握手礼仪	097
第六节	名片礼仪	102
第七节	自我介绍礼仪	105
第八节	介绍他人礼仪	110
第九节	交谈礼仪	114
第十节	电话礼仪	119
第十一节	馈赠礼仪	125
第十二节	乘车礼仪	129
第十三节	会谈签字仪式	133
第十四节	中餐礼仪	137
第十五节	西餐礼仪	151

第五章 礼仪用语

第一节	学校文明礼貌用语	158
第二节	日常礼貌用语	161

第六章 礼仪文书

第一节	贺信	172
第二节	祝词	173
第三节	慰问信	175
第四节	感谢信	179
第五节	邀请信	183
第六节	书信	184
第七节	演讲稿	187
第八节	悼词	193
第九节	聘书	195
第十节	个人简历	196
第十一节	求职信	199

第七章 宗教礼仪

第一节 基督教礼仪	206
第二节 伊斯兰教礼仪	211
第三节 佛教礼仪	216
第四节 道教礼仪	219

第八章 少数民族及港、澳、台地区礼仪

第一节 蒙古族	224
第二节 藏族	227
第三节 回族	231
第四节 维吾尔族	234
第五节 壮族	236
第六节 朝鲜族	239
第七节 傣族	241
第八节 其他少数民族习俗与禁忌	245
第九节 港、澳、台地区礼仪	248

第九章 外国礼仪

第一节 亚洲国家	256
第二节 美洲国家	272
第三节 欧洲国家	280
第四节 非洲国家	289
第五节 大洋洲国家	295

附录1: 颜色寓意例录	300
-------------	-----

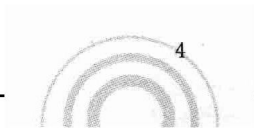
附录2: 花卉寓意例录	301
-------------	-----

附录3: 数字寓意例录	303
-------------	-----

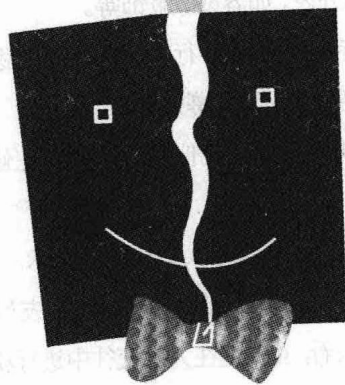
附录4: 不同年龄阶段的别称	305
----------------	-----

附录5：婚龄纪念名称..... 308

主要参考文献..... 309



第一章 礼仪概述



第一节 礼仪的内涵和类别

一、礼仪的内涵

礼仪是人们在各种社会交往活动中,为了相互尊重和友好而约定俗成的、共同认可的行为规范。具体表现为礼貌、礼节、仪表、仪式等。

礼貌是指人们在相互交往过程中应具有的相互表示敬意、友好等得体的气度和风范。

礼节是指人们在社会交往过程中表示尊重、祝颂、致意、问候、哀悼等惯用的形式和规范。

仪表是指人的外表,如容貌、服饰等。

仪式是指在特定场所举行的、具有专门程序的规范化的活动,如颁奖仪式、签字仪式、开幕式等。

从个人修养的角度来看,礼仪是一个人内在修养和素质的外在表现。

从交际的角度来看,礼仪是人际交往的艺术,一种交际方式或交际方法,是人际交往中约定俗成的示人以尊重、友好的习惯做法。

从传播的角度来看,礼仪是在人际交往中进行相互沟通的技巧。

从团体的角度来看,礼仪是企业文化、企业精神的重要内容,是企业形象的主要附着点。大凡国际化的企业,对于礼仪都有高标准的要求,都把礼仪作为企业文化的重要内容,作为获得国际认可

的重要软件。

礼仪与礼貌、礼节既有区别又相互联系。礼仪在层次上含义最深、最广，它包括礼貌、礼节，它是由一系列具体的、表现礼貌的礼节所构成的。而礼貌则是礼仪的基础，它侧重于表现人的品质与素养；礼节则是礼仪的基础组成部分，是礼貌的具体表现方式。礼仪与礼貌、礼节三者所表现的都是对人的尊敬和友善。

二、现代礼仪类别

现代礼仪是异常庞杂的社会文化系统，有必要进行分类以便于学习掌握。但是其中各类内容常相互渗透，往往难以界定清楚，其名称也众说纷纭。因此对礼仪的门类只能做大概的归纳划分。现代礼仪大致可分为如下十大类别：

1. 人生礼仪

是指人从出生到老死、贯穿人一生、尤其是人生几个重要阶段的礼仪。主要有：出生礼、成人礼、婚礼、丧礼以及每年一次的庆贺生日（寿）礼等。人生不同年龄阶段有不同的称谓（见附录4）。

2. 个人礼仪

包括个人仪容、仪表、仪态的恰当体现，言谈举止的得体表达以及一般礼节的正确运用，等等。个人礼仪是个人文化素质、品德教养、待人处事态度等的综合反映。

3. 家庭礼仪

即家庭内部和家庭之间的有关礼仪，包括家庭成员之间及亲戚之间的称谓、相互问候、庆贺、拜访、待客、家庭应酬等方面的礼仪。这类礼仪较典型地反映了民族传统和地方习俗以及家庭教养、家规家风。

4. 交际礼仪

指社会成员之间交往时的规范与准则,包括致意、问候、介绍、交谈、拜访、接待等礼仪以及宴会、舞会、聚会、馈赠等社会活动中的礼仪。交际礼仪的正确运用,有利于扩大人们的社会交往,有助于事业成功,有益于身心健康,有利于净化社会风气。

5.公共礼仪

指人们在社会活动尤其在公共场所中所要遵循的言语和行为规范,包括与活动内容及场所相适应的仪表仪容、言谈举止和饮食、居住、旅游、观光、娱乐、通讯等活动以及在商店、宾馆、剧院、学校、军营、体育馆等公共场所的礼仪。一个人在公共场所能否做到慎独和在公共礼仪方面的表现,与这个人的人格与教养密切相关。

6.职业礼仪

是指从事一定职业的人在职业活动中所遵循的行为规范、准则以及某种行业为树立自身良好形象而推行的具有本行业特色的规范动作及其仪式,也是其职业道德的具体体现。职业礼仪类别非常多,如商业礼仪、教师礼仪、医生礼仪、演员礼仪、公务员礼仪、军队礼仪、体育礼仪,等等。职业礼仪在维持社会秩序、纯洁社会风气、促进社会和谐与进步方面具有无可替代的作用。

7.政府礼仪

指国家政府为维护自身尊严,协调各方面关系而推行的礼仪。如升国旗仪式、节日及重大事件庆典、纪念大会、重要领导人的追悼大会以及对灾荒事故等的救济、慰问、抚恤等。政府礼仪的推行关系到国家的权威和声誉,而且体现了政府的施政水平,关系到民心的向背,影响极大。

8.外事礼仪

外事礼仪是涉外交往中的有关礼仪,主要有外交部礼宾司安排的外交活动礼节,如领导人互访、外交使节的互派、接待外宾的一切

活动,包括外交庆贺、馈赠、援助、慰问、凭吊等礼仪,还有团体、企业的对外交往,如商业谈判、学术交流等活动的礼节。外事礼仪体现国家声誉、民族文明程度等,关系国格人格,切不可掉以轻心。

9. 习俗礼仪

亦称民族礼仪。是指与各民族传统风俗习惯有关的礼仪,包括节日庆贺、婚丧嫁娶、祭祖扫墓、敬神娱乐、迎来送往等方面的礼仪以及各种生活禁忌,等等。习俗礼仪是一个民族、一个地域历史传统的重要内容,它深深扎根于民族文化土壤中,具有民族性、区域性和群众性。显然,习俗礼仪中既有积极健康有利于团结协作的内容,也可能有消极愚昧的内容,应汲取精华,去其糟粕。

10. 宗教礼仪

指各种宗教特有的规范准则,主要有佛教礼仪、道教礼仪、伊斯兰教礼仪、基督教礼仪,等等。这是宗教文化的特有现象,应予以尊重,不能混同于封建迷信,但也需要扬善避恶,积极引导。

想一想 做一做

- 1、什么是礼貌、礼仪、礼节?
- 2、现代礼仪可分为哪几类?



列宁的日常礼仪

一次，俄国共产党和苏维埃社会主义共和国联盟的主要创建人列宁下楼，在楼梯狭窄的过道上，正碰见一个女工端着一盆水上楼。那女工一看是列宁，就要退回去给让路。列宁阻止她说：“不必这样，你端着东西已走了半截，而我现在空手，请你先过去吧！”他把“请”字说得很响亮、很亲切。然后自己紧靠着墙，让女工上楼了，他才下楼。这就是一个伟人的日常礼仪行为。

一个社会的公共文明水平，可以折射出一个国家的文明程度，一个人如果不讲文明，小则影响自身形象，大则影响国家声誉。

第二节 礼仪的起源与发展

一、礼仪的起源与发展

中国是人类文明的发祥地之一，文化传统源远流长。礼，作为中华民族文化的渊源和基础，也有着悠久的历史。从历史唯物主义的观点来看，礼属于上层建筑，是与社会经济基础相适应的。作为一

种文化现象，礼最早产生于人与人的交往之中。在原始社会时期，同一部落的成员在共同的采集、狩猎、饮食生活中所形成的习惯性语言、动作，构成了“礼”的最初萌芽。进入阶级社会以后，统治阶级利用其中的某些习惯加以改造和发展，逐渐形成各种正规的“礼”。

人类最初的礼仪主要是对神秘自然表示不可知的敬畏和乞求，并由此形成了人类早期的宗教与祭祀活动。人类进入阶级社会以后，统治阶级把礼仪作为维护其统治地位的一种手段和制度，并且设立专司其职的行政部门，如礼部等。随着奴隶主阶级、封建地主阶级的等级制度日益森严，经统治阶级改造和发展的礼节礼仪也日益繁杂化、规范化和经典化。

从历史发展的角度看，中国古代礼仪的演变可分为四个阶段：公元前21世纪的夏朝产生之前是礼的起源时期，原始的政治礼仪、婚姻礼仪等在这个时期已有了雏形；夏、商、周三代是礼的形成时期，这一时期，礼仪被典制化，并形成了诸如“五礼”等极为重要的礼仪概念；春秋战国时期是礼的变革时期，这一时期，学术界百家争鸣，孔子、孟子等思想家的礼仪思想，构成了中国传统礼仪文化的基本精神，对古代中国礼仪的发展产生了重要而深远的影响，奠定了古代礼仪文化的基础；秦、汉到清末时期是礼的强化时期，这一时期的重要特点是尊君抑臣、尊夫抑妇、尊父抑子、尊神抑人。在漫长的历史演变中，中国古代礼仪逐渐成为妨碍人类个性自由发展、阻挠人类平等交往、窒息思想自由的精神枷锁。

中国的现代礼仪，许多是在辛亥革命以后尤其是新中国成立以后才形成的。辛亥革命的胜利，掀起了一场推翻封建礼教的斗争，如废除了维护尊卑等级的跪拜礼等，同时又兼收并蓄，汲取了世界各民族礼仪之长，如举手礼被军队所采用，握手礼被广泛使用，等等。

新中国的成立，标志着中国人民开始进入一个新的文明时代。

改革开放更是把中国推向了整个世界，经济、文化的交流也带来了世界各地、各民族礼仪的交流。20世纪80年代，我国逐步恢复了礼炮、国宾护卫队等礼仪形式，迎送国家元首鸣放21响礼炮，政府首脑鸣放19响礼炮，副总理或副首相鸣放17响礼炮。90年代起在天安门广场举行升旗仪式，成为全国人民心目中最庄严的礼仪活动。各种新颖的礼仪形式，生动地体现了礼仪文化的生命力和革新精神。

在构建社会主义和谐社会的今天，在马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想的指导下，新型的人际关系、社会关系的确立，更标志着我国礼仪发展进入一个崭新的历史时期。随着社会生产力的发展和人民生活水平的提高，人与人之间逐步建立起了平等互助的和睦关系，讲礼貌、讲礼节、讲礼仪的传统美德得到了前所未有的弘扬和发展。

二、“礼仪之邦”的由来

1. 中华民族制礼历史悠久

中国是一个文明古国，素有“礼仪之邦”的美称。儒家肯定“周公制礼作乐”。周公(姬旦)为周朝开国元勋、大思想家，是礼法和典章制度的创制者、东方文化的奠基人。《周礼》一书，相传为周公所著，其内容大部分是周旧制，同时记载着作者的许多政治思想，全书共六篇，按天、地、春、夏、秋、冬六官分述。历代统治阶级将《周礼》列为儒家重要经典，至今已有3000多年的历史。

2. 中国古代礼制仪法完备

中国最早的三部礼书为《周礼》、《仪礼》和《礼记》，它们详细记载了秦汉以前的礼仪。在西周时期，已有礼的专门机构——春官宗伯，到了唐代，改称礼部，清代则改称典礼院，民国后隶属外交部礼宾司管辖至今。