



赵 征◎编著

New Guide
Book of Etiquette

不学礼，无以立。

——孔子

人无礼则不生；

事无礼则不成，

国无礼则不宁。

——荀子

双色珍藏版



一部权威而专业的礼仪百科

礼仪贯穿于我们日常生活的点滴之中，许多司空见惯的行为都有其一定的讲究与规矩，一些不起眼的礼仪细节往往关系事业的成败。礼仪是我们立足、立业之源，没有礼仪，就没有事业的成功。掌握并娴熟地应用一些必备的礼仪，您就能在人际交往中应对自如，早日成功。

社交公关的手边书 提升品位的礼仪教程

礼仪大全

中原出版传媒集团



赵 征◎编著

不学礼，无以立。

——孔子

人无礼则不生；

事无礼则不成，

国无礼则不宁。

——荀子

双色珍藏版



一部权威而专业的礼仪百科

礼仪贯穿于我们日常生活的点滴之中，许多司空见惯的行为都有其一定的讲究与规矩，一些不起眼的礼仪细节往往关系事业的成败。礼仪是我们立足、立业之源，没有礼仪，就没有事业的成功。掌握并娴熟地应用一些必备的礼仪，您就能在人际交往中应对自如，早日成功。

社交公关的手边书 提升品位的礼仪教程

中原出版传媒集团

礼仪大全

图书在版编目(CIP)数据

礼仪大全/赵征编著. —郑州:中原出版传媒集团,中原农民出版社,2010.5

ISBN 978 - 7 - 80739 - 808 - 0

I. 礼… II. 赵… III. 礼仪 - 基本知识 IV. K891.26

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 02136 号

出版:中原出版传媒集团 中原农民出版社

(地址:郑州市经五路 66 号 电话:0371—65751257

邮政编码:450002)

发行单位:全国新华书店

承印单位:黄委会设计院印刷厂

开本:787mm × 1092mm

1/16

印张:25

字数:320 千字

版次:2010 年 5 月第 1 版

印次:2010 年 8 月第 1 次印刷

书号:ISBN 978 - 7 - 80739 - 808 - 0

定价:49.00 元

本书如有印装质量问题,由承印厂负责调换



前言

礼仪关系事业的成败。不懂得礼仪细节，会让你身陷困境，给你带来许多烦恼，并失去成功的机会；掌握并娴熟地应用一些必备的礼仪，能够让你左右逢源、应付自如，让你的人生之路更平坦。熔塑优雅礼仪，提升你的品位，塑造你优雅的魅力，是每个现代人的必需。知礼必修身，做事先做人。本书旨在助你：高扬人生理想风帆，驶向事业成功彼岸！

礼仪是在人际交往中，以一定的约定俗成的程序、方式来表现的律己、敬人的过程。它涉及穿着、交往、沟通、情商等很多内容。中国有着悠久而古老的文明，素来被人赞为礼仪之邦。礼仪是人类为维系社会正常生活而要求人们共同遵守的最起码的道德规范，它是人们在长期共同生活和相互交往中逐渐形成，并且以风俗、习惯和传统等方式固定下来的。对一个人来说，礼仪是一个人的思想道德水平、文化修养、交际能力的外在表现，对一个社会来说，礼仪是一个国家社会文明程度、道德风尚和生活习惯的反映。重视、开展礼仪教育已成为道德实践的一项重要内容。

礼仪是律己敬人的法则，礼仪是融洽关系、事业腾飞的阶梯，礼仪是当代青年修养素质的体现。没有礼仪，就不会有事业的成功！礼仪的主要功能，从个人的角度来说，有助于提高人们的自身修养；有助于美化自身、美化生活。

从单位的角度来说，可以塑造单位形象，提高顾客满意度和美誉度，并最终达到提升单位的经济效益和社会效益的目的。从社会的角度来说，有助于促进人们的社会交往，改善人们的人际关系；还有助于净化社会风气。

本书分别讲述了人际交往中的个人礼仪、日常社交礼仪、职场礼仪、商务礼仪、餐饮礼仪、访友探视礼仪等方面的内容，深入剖析了人际交往中需要注意的问题和实施细节。注重全面性和实用性相结合，具有一定的指导作用和学习参考价值。





目录

◇ 第一章 个人礼仪:人生第一块金字招牌

好形象对自己而言,可以增强人生的自信;对他人而言,能够较容易地赢得他人的信任 and 好感,同时吸引他人的帮助和支持。形象是一个人在社会生活中的广告和名片。每个渴望成功的人都应该善于利用自己的形象资本,塑造自己的好形象。

注意形象:服饰仪容决定一切	3
形象是你的第一张名片	3
第一印象很重要	4
穿着要合时得体	6
面部修饰礼仪	7
发型修饰礼仪	9
保持得体的仪表和风度	12
你的着装代表你的品位	13
服装颜色搭配	14
服饰装扮要适当	15
服饰穿戴的礼仪原则	18
饰物搭配礼仪	20
举止有方:让举止展现你的品位和气质	22
优美的体姿为你加分	22



让你的表情传情达意·····	23
学会利用眼睛的语言·····	25
运用手势表达意思·····	27
坐姿礼仪·····	28
站姿礼仪·····	30
举止礼仪禁忌·····	32
改掉不雅的小动作·····	33
微笑是你最好的名片·····	34
礼貌谈吐:体现教养,感受亲和 ·····	36
不讲礼仪者举步维艰·····	36
言谈体现你的个人素质·····	38
谈吐有礼让人欢喜·····	39
礼貌文雅让人广结良缘·····	42
不要忘记他人姓名·····	46
基本的交际用语要掌握·····	47
根据场合和对象来选择话题·····	49
让你的谈话达到最佳效果·····	50
交谈也有禁忌·····	52
把握好开玩笑的分寸·····	54
巧妙设问的技巧·····	56
做一个忠实的聆听者·····	58
巧妙表达自己的观点·····	59
恰当的赞美有秘诀·····	61
学会礼貌地说“不”·····	63
交友礼仪:展现自我、从容交际的基础 ·····	65
打动人心是第一要素·····	65
把握每一个与人相识的机会·····	67
正确处理社交关系·····	67
交友应注重真挚的感情·····	68
友情是人生财富·····	69
不要苛求朋友的“十全十美”·····	71
朋友是成大事者的依靠·····	74



一份真挚的友谊是成功的基础·····	77
朋友不能“一概而论”·····	78
真正做到以诚待人·····	81
信任是交际的前提·····	83
置身交际圈不可缺少威信·····	85
亲切随和使人信赖·····	86
真诚地对待每一个人·····	87
掌握交友的艺术·····	89
以宽宏大量的心胸容纳别人·····	90
口才礼仪:能说会道,以情动人·····	92
快乐开口,拉近彼此距离·····	92
动听的语调胜过雷霆万钧·····	93
说客套话须把握好分寸·····	94
不该问的不要乱问·····	95
笑着说话,关系融洽·····	96
说话要有度,做人要留情·····	97
抓住关键,说话才会有分量·····	99
敢开口说话就能提高信心·····	100
多找说话的机会·····	102
真话最能感动听众·····	104
真情胜过滔滔不绝·····	106
多读好书,增加见识·····	107
迎合对方的观点·····	110

◇ 第二章 日常社交礼仪:待人有礼聚人脉

日常礼仪是人们在社会活动中所共同遵守的规则,是一种礼貌行为规范的法则。礼仪是处世为人、给人的第一印象!优雅的礼仪,有助于提升你的品位和人格魅力,知礼必修身,做事先做人。识礼懂仪会让你成为社交场的高手、政坛或商场上叱咤风云的人物。礼仪很大程度上决定着一个人的未来!



社交礼仪:礼貌大方显内涵	113
日常介绍常用礼节	113
打招呼常用礼仪客套话	116
握手有讲究	119
拥抱的礼节	123
吻礼一定要优雅	123
鞠躬礼	125
拱手礼	127
致意礼	127
递接名片的礼节	129
见面献物礼	130
与老人相处的礼仪	131
问候老师的礼仪	133
同学间相处的原则	134
与异性相处的礼仪	135
与陌生人打交道的技巧	137
与不同性格的人相处的礼仪	138
邻里和睦相处的秘诀	140
和外国朋友打交道	142
电话礼仪:看不见的隐形讯号	145
打电话的礼仪细节	145
学会正确使用电话	147
电话联系要拟好通话要点	148
电话要及时接听	148
接打电话要慎用免提	149
要注意“电话形象”	149
认真倾听应对	150
注意结束通话时的礼貌	150
公共场所礼仪:识礼懂仪人人爱	151
问路、行路礼多通捷径	151
开学典礼、毕业典礼	153
卫旗与宣誓礼仪	154



会议礼仪	155
图书馆里的礼仪	155
女士优先	157
观赏体育赛事的礼仪	158
欣赏音乐会的礼节	159
参观展览不能“为所欲为”	161
医院里要处处注意小节	162
商店自选购物的规矩	163
做个文明的游客	164
入住宾馆的礼仪	165
坐飞机的礼节	166
乘小轿车的礼节	167
坐火车的礼节	168
乘坐船舶的礼仪	169
日常沟通礼仪:广结人脉的必需	170
从实际出发拓展人际关系	170
恰当地运用人情网	173
成为“让人有好感的人”	175
以一种战略眼光看人	176
交际中的心理战术	177
养成恭敬待人的习惯	178
莫打听别人的隐私	180
诚实是立足的根本	181
不妨使用恻隐之术	182
该糊涂时要“难得糊涂”	183
博得同情很重要	185
情感投资一本万利	186
控制情感方显“成熟”	187
主动调节人际关系	188
明白你在交际中的目的	190



◇ 第三章 职场礼仪:工作环境中的交际法宝

我们生活在一个讲“礼”的环境里,如果你不讲“礼”,简直就是寸步难行。职场礼仪对职场中的你我都非常重要。职场礼仪是指人们在职业场合中所应当遵循的一系列礼仪规范,了解、掌握并恰当地应用职场礼仪会使你工作中左右逢源,使你的事业蒸蒸日上。

礼	求职面试礼仪	195
仪	把握求职面试的机会	195
	求职面试前的准备	197
	面试中的自我介绍礼仪	198
	面试时的言谈举止礼仪	200
	面试时的应答礼仪	202
	面试结束的告别礼仪	203
	求职面试时的礼仪禁忌	205
大	办公室行为礼仪	207
全	初入职场懂“情”知“礼”	207
	初入职场四“注意”	208
	轻松遨游职场的言谈礼仪	209
	同事之间融洽相处有助于开展工作	212
	领导应具备的礼仪	214
	员工的必备礼仪	216
	同事之间相处的礼仪	218
	异性同事相处的礼仪	219
	注意影响同事关系的细节	220
	白领丽人办公室礼仪	222
	职场赢取人心的七个技巧	223
	如何应对职场小人	225
	辞职的礼仪	227
	职场日常礼仪禁忌	231



◆ 第四章 商务礼仪:涵盖广泛的商务交往文化

商务礼仪是从事商业活动的商务人员在商业交际活动中必须遵循的礼仪规范,懂得和运用现代商务中的基本礼仪,不仅能反映出商务人员良好的自身素质,而且能折射出其所在公司的企业文化水平和经营管理境界,从而使商务交往活动顺利进行,达到事半功倍的效果。现代商务礼仪不仅体现在言谈举止方面,更体现在现代社会生活的各个领域,这就需要我们不断学习现代知识,以适应现代迅猛发展的商业浪潮。

商务接待、拜访礼仪:奏响商务合作的序曲	235
妥当的见面礼仪	235
商务介绍礼仪	239
商务迎宾礼仪	244
商务招待礼仪	246
商务送别礼仪	250
商务礼品礼仪	251
商务推销拜访活动的准备	253
商务推销拜访的礼仪与技巧	255
商务涉外礼仪:塑造形象广结人缘	260
商务人员的服饰礼仪	260
商务男士穿西装的礼仪	262
商务女士着装礼仪	264
涉外商务礼仪	264
商务社交中的忌讳	266
港台的礼仪习俗	268
部分亚洲国家的社交礼仪	269
部分欧美国家的社交礼仪	271
其他国家的礼仪	274
商务仪式礼仪:展示自我的风范	276
开业仪式礼仪	276



庆典仪式礼仪	278
剪彩仪式礼仪	279
商务签约仪式礼仪	281
交接仪式礼仪	282
商务仪式礼仪禁忌	284
商务谈判礼仪:纵横捭阖有礼有节	285
商务谈判前的礼仪准备	285
商务谈判前的热身准备	287
如何安排商务谈判的座次	288
说服讲礼仪,让对方心悦诚服	289
答复有方法,商务谈判才能稳操胜券	290

◇ 第五章 餐饮礼仪:细节之处体现个人修养

人生在世,必须交际;社会进步,要求交际;进行交际,需要规则。随着国际交融的深入,礼仪日益显现其普认性特质。而在诸多的礼仪规范中,餐饮礼仪又以它的不可避免性,日益凸显学习它、掌握它、运用它的重要性。中西方餐饮礼仪由于文化、地域、宗教、习俗等的不同有着巨大的差异。学习好餐饮礼仪,有助于我们成长为学礼知礼的现代人,懂得了关注细节,更有助于我们体现教养,成为受欢迎的人!

宴会礼仪:幽雅餐桌助推事业成功	295
带着你的礼仪走进宴会	295
宴会的一般礼仪规则	297
宴会的组织礼仪	298
宴请的礼仪	300
宴请的席位安排	302
恰当选择宴会上的话题	304
离宴的礼仪	305
餐后结账的礼仪	306
宴会礼仪禁忌	307



中餐礼仪:享受中华美食的魅力	309
常见的用餐形式	309
就餐时间、地点的选择	311
安排菜单与点菜礼仪	312
餐具的使用	315
用餐的得体表现	317
西餐礼仪:吃西餐“有条有礼”	318
西餐的点菜礼仪	318
饮咖啡的基本礼仪	319
西餐入座、坐姿有讲究	320
掌握十四礼,优雅吃西餐	321
饮酒礼仪:品味尊贵不凡的西方酒文化	323
点酒不要装内行	323
品酒的最佳方法	324
得体的斟酒方法	326
宴会祝酒的技巧	328

◆ 第六章 访友探视礼仪:分寸尺度要把握

礼仪是律己敬人的法则,礼仪是融洽关系事业腾飞的阶梯,礼仪是当代青年修身养性的素质体现,注重礼仪会使你因此而成功。拜访是一件经常性的工作,拜访也是一门学问,看望病人更是一门艺术。在生活中,做客拜访是日常生活中最常见的交际形式,也是联络感情、增进友谊的一种有效方法。提前预约,这一点在普通拜访时是一个基本礼仪,而在看望病人时则更显重要。

探视问候礼仪	331
接待来访与上门拜访礼仪	331
恰当问候的形式	333
探望病人的礼节	334
春节拜年的礼节	335



做客时的言谈举止	337
慎选探视病人的鲜花、水果	338
馈赠礼仪	340
送礼送到心坎上	340
送礼的技巧	341
送礼的时机	343
送礼礼仪禁忌	344
如何挑选理想的礼物	345
送礼的禁忌	348
好礼还需巧包装	349
生日送礼的原则	351
随附在礼物上的留言卡	356
送花的寓意与讲究	359
给外国朋友送礼的禁忌	361
婚丧寿庆礼仪	363
婚礼的形式礼仪	363
婚礼的程序礼节	365
婚礼请柬与赠礼	365
贺生日的礼节	366
祝寿的礼仪	367
讣告与丧仪礼仪	369
吊丧与安慰	370
附录	371
礼仪培训与能力评估测试题	371
商务礼仪测试题	371
文明礼仪自测试题	374
文明礼仪实用问答题	377
文明举止与礼仪知识综合测试	384

第一章

个人礼仪：人生第一块金字招牌





礼仪大全

好形象对自己而言，可以增强人生的自信；对他人而言，能够较容易地赢得他人的信任 and 好感，同时吸引他人的帮助和支持。形象是一个人在社会生活中的广告和名片。每个渴望成功的人都应该善于利用自己的形象资本，塑造自己的好形象。