名家推荐学生必读丛书



文明要从小事做起

高　姗/编著



轻阅读

吉林人民出版社

需要全本请访问 www.ertongbook.com

图书在版编目(CIP)数据

文明要从小事做起/高姗编著.— 长春:吉林人民出版社,2008.5
(**名家推荐学生必读丛书**)
ISBN 978-7-206-05710-6
Ⅰ.**文**… Ⅱ.**高**… Ⅲ.**社会公德教育—中国—青少年读物**
Ⅳ.D648.3-49
中国版本图书馆 CIP **数据核字**(2008)**第** 066438 **号**



文明要从小事做起

编　　著:**高　姗**
责任编辑:**赵洪涛**　　**封面设计**:**张　娜　张　迅**
吉林人民出版社出版　发行(**长春市人民大街** 7548 **号　邮政编码**:130022)
网　址:www.jlpph.com
全国新华书店经销
发行热线:0431-85395845　85395821
印　刷:**长春新华印刷有限公司**
开　本:880mm×1230mm　1/32
印　张:8　　**字　数**:100 **千字**　　**图　片**:280 **幅**
标准书号:ISBN 978-7-206-05710-6
版　次:2008 **年** 6 **月第** 1 **版**　　**印　次**:2008 **年** 6 **月第** 1 **次印刷**
印　数:1-10 000 **册**　　**定　价**:17.80 **元**

如发现印装质量问题,影响阅读,请与出版社联系调换。

目录 3

补上文明这一课

无须他人提醒的自觉 / 009

拆除心灵的围城 / 012

“爱心基金”经受双重危机 / 014

都需“阳光心态” / 016

我们离文明社会有多远？ / 017

中国人养成文明习惯需要多少年？ / 020

尊重人们的现实需求 / 022

第一恶习何时休？ / 024

说声“谢谢”并不难 / 029

公共秩序在自律中形成 / 032

画出“心理一米线” / 034

我这一生都在关身后的门 / 037

赛场上，请当一个安静的观众 / 040

便民服务为何夭折？ / 042

文明需要超越“顺应”心理 / 045

主动让座是根本 / 046

坐公交咋能用假币残币蒙混过关？ / 049

给丙肝患者一个空间 / 051

无视“车德”给城市带来压力 / 054

“狗患”破坏了城市文明 / 060







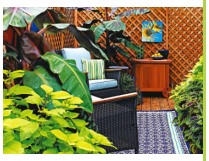






4 文明要从小事做起











110 是大家的 110 / 062

当手机不再是身份地位的象征 / 065

节约是一种健康的生活方式 / 068

“绿色殡葬”,还有多长的路要走? / 070

“谦让牌”,到底尴尬了谁? / 072

“公交优先”咋成了“公交特权”? / 075

搀扶瘫倒老人,要找路人“见证”吗? / 078

要问路,先买报? / 081

职业排队,是耶?非耶? / 085

拾金不昧要回报,是贪还是义? / 087

孩子捡巨款,家长扣住不还行吗? / 089

乞丐缠晕老外折射什么? / 091

谁窥探了我的个人隐私? / 094

谁泄露了我的个人信息? / 096

野蛮标语能阻止不文明行为吗? / 099

钱是你的,但资源是大家的 / 101

勿以善小而不为

拾金不昧是中国人的传统 / 105

路上的“求索者” / 108

一个韩国留学生的 “环保情结” / 111

一个“绿色家庭” / 116

做个有良知的企业家 / 119
一个改变农村卫生习惯的老人 / 122
小事多了成大事 / 124
我会永远记住您的微笑 / 127
爱心接力 / 129
让关心成为一种习惯 / 131
让互助成为一种力量 / 134
57 年的坚守 / 137





文明细节知多少

公共场合中的个人礼仪 / 141
文明从礼貌用语开始 / 146
不要无视对方的存在 / 149
捏牢手机，攥紧文明 / 150
公共场合的个人卫生 / 154
邻里关系的十大生活细节 / 157
亮起“心中的红绿灯” / 159
凉快着，文明着 / 161
城市养宠物的 8 个细节 / 164
善待电梯 / 167
学会参观博物馆 / 168
做一个文明的“天上乘客” / 170







需要全本请访问 www.ertongbook.com



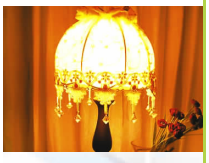
带着平和的心情上路 / 174
健身房的文明细节 / 175
化解礼仪尴尬 / 177
环保随手可做的小事 / 179



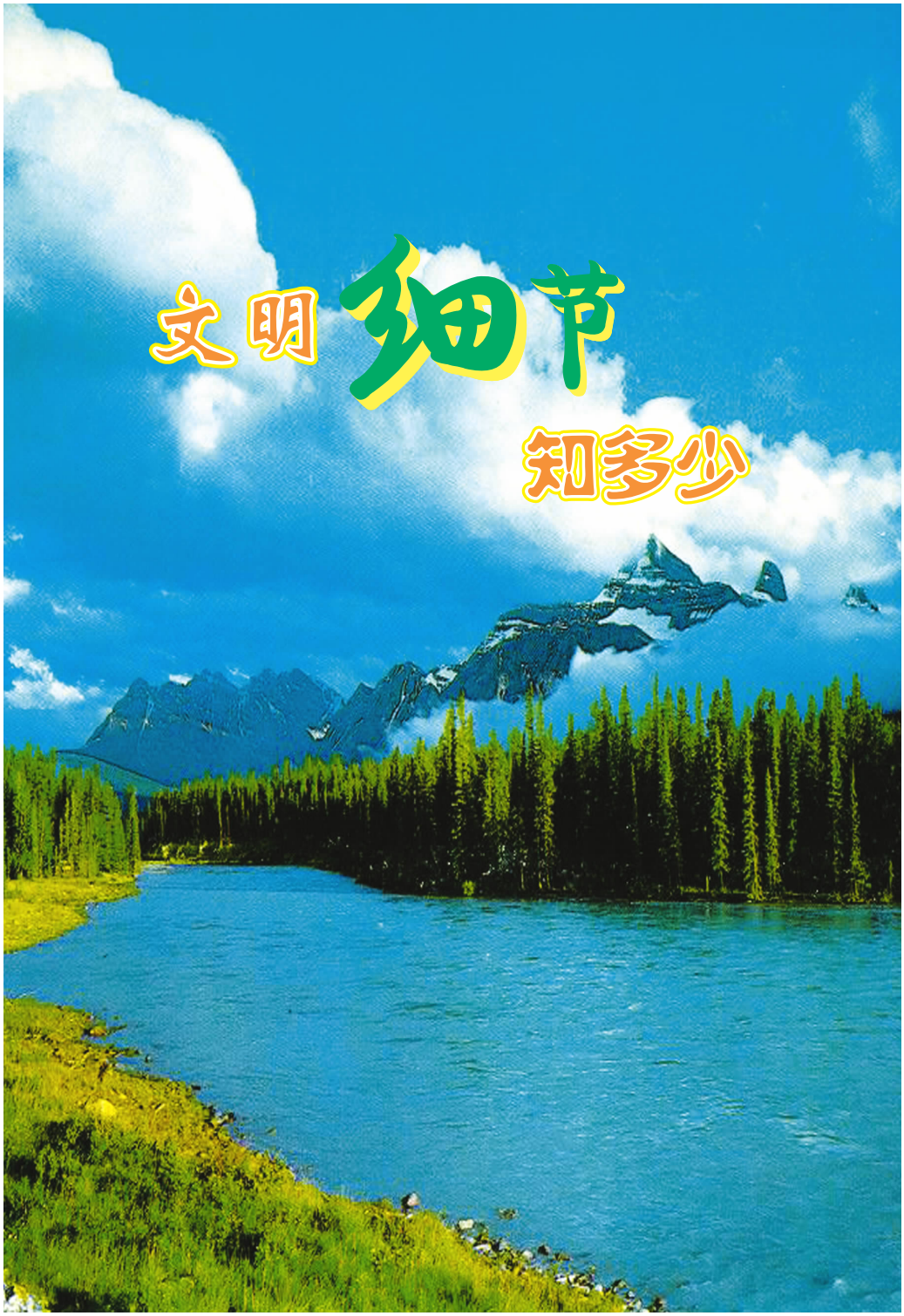
国外文明面面观

养成 4 个好习惯 / 199
诚信教育 / 204
吃“忆苦饭” / 206
做完整的人 / 210
关爱空巢老人 / 213
讲究公共卫生 / 218
文明行车 / 222
“随手关门”是基本礼仪 / 224
美国式慈善 / 225
欧洲人的排队文化 / 228
吃喝欧洲，向嘴唇致敬 / 231
英国讨伐塑料购物袋 / 234
欧洲国家食品包装考虑环保 / 237
节能好习惯从小养成 / 242
“生态文明”从娃娃抓起 / 245
垃圾分类是大势所趋 / 248
政府在环保中的作为 / 252








文明细节
知多少

走在路上，我们要遵守交通规则：红灯停、绿灯行、车辆行人靠右行，如果违反规定，就可能发生交通事故、造成伤亡；进行各类比赛时，要遵守有关的竞赛规则，犯规就要被罚，重则黄牌警告，再严重者红牌罚出场，失去参赛资格。这些都告诉我们一个基本常识：在人类社会中，人们必须用相关的规则约束自己的思想和言行，这样才能保证社会秩序稳定，人们才能安居乐业，正所谓“没有规矩，不成方圆”。同样，文明也有规则，有些人之所以行为举止不文明，是因为他们根本不知道该怎样讲文明，不知道文明中的细节。

公共场合中的个人礼仪

文明提示

究竟是依赖个人素质提高达成公德意识自觉回归，还是采用法律的强制手段，让违法成本加大，来尽可能快地减少不文明行为，有关部门一直没有明确的立场，这不利于社会公德意识的提高。

文明细节

特定公共场所礼仪

1.影剧院：观众应尽早入座。如果自己的座位在中间应当有礼貌地向已就座者示意，请其让自己通过。通过让座者时要与之正面相对，切勿让自己的臀部正对着人家的脸，这是很失礼的。应注意衣着整洁，即使天气炎热，袒胸露腹也是不雅观的。在影剧院万不可大呼小叫，笑语喧哗，也不可把影院当成小吃店大吃大喝。演出结束后观众应有秩序地离开，不要推搡。

对宾馆服务员要以礼相待，对提供的服务表示感谢

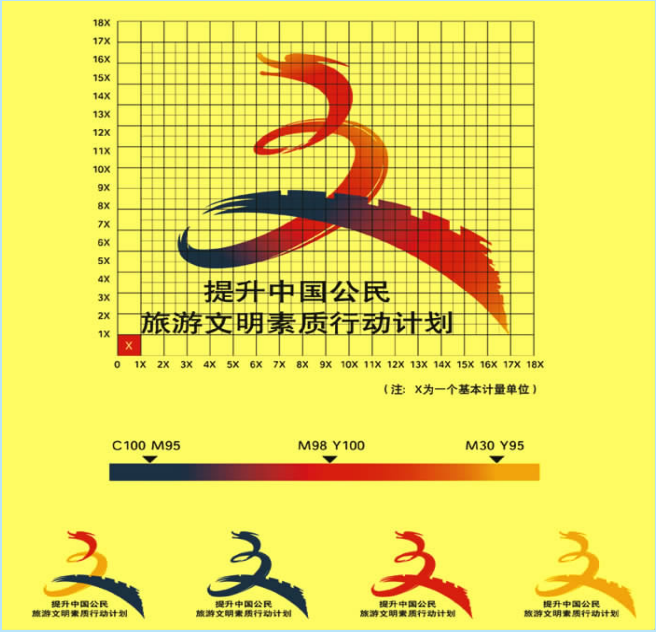


2.图书馆、阅览室：图书馆、阅览室是公共学习场所。

①要注意整洁，遵

“提升中国公民旅游文明素质行动计划”主题标识

由中央文明办、国家旅游局联合组织开展的“提升中国公民旅游文明素质行动计划”主题标识征集活动已圆满结束。经评选，确定以“龙、长城、汉字‘文’”为基本元素的设计方案最终入选。该标识的所有权、使用权、解释权归中央文明办、国家旅游局共同所有。各级政府、企事业单位、社会团体和个人均可无偿使用该标识于社会公益事业；若用于任何以商业性、营利性为目的的活动，均被视为侵权。该标识自2007年1月31日起生效。



■标识由汉字“文”、龙、长城等元素构成。

■标识整体为草书的“文”字，象征着中华民族灿烂的文化，表达了提高公民文明素质的含义；龙的形象体现了中国悠久的历史，具有亲切感，也易于传播；动态的龙，表明动员全民参与，积极投入到提升旅游文明素质行动计划中；长城的造型，代表了中国丰富的旅游资源，表达通过“提升中国公民旅游文明素质行动计划”的实施，达到保护旅游资源，增强公民文明意识，弘扬文明形象的目的。

■标识造型简洁、生动，红色和黄色又是我国国旗的颜色，代表了勇于创新，代表了文明和吉祥。

守规则。不能穿汗衫和拖鞋入内。就座时，不要为别人预占位置。查阅目录卡片时，不可把卡片翻乱或撕坏，或用笔在卡片上涂抹画线。


在阅览室里要保持安静和卫生

②要保持安静和卫生。走动时脚步要轻，不要高声谈话，不要吃有声或带有果壳的食物，这些都是有悖于文明礼貌的。

③图书馆、阅览室的图书及桌椅板凳等属于公共财产，应该注意爱护，不要随意破坏。



办完手续请说声“谢谢”

乘车礼仪

1.骑自行车：要严格遵守交通规则。不闯红灯，骑车时不撑雨伞，不互相追逐或曲折竞驶，不骑车带人。遇到老弱病残孕者动作迟缓，要给予谅解，主动礼让。

2.乘火车、轮船：在候车室、候船室里，要保持安静，不要大声喊叫。上车、登船时要依次排队，不要乱挤乱撞。在车厢、轮船里，不能随地吐痰，不能乱丢纸屑果皮，也不能让小孩随地大小便。

3.乘公共汽车：车到站时应依次排队，对妇女、儿童、老年人及病残者要照顾、谦让。上车后不要抢占座位，更不要把物品放到座位上替别人占座。遇到老弱病残孕及怀抱婴儿的乘客应主动让座。

旅游观光礼仪

1.游览观光：凡旅游观光者应爱护旅游观光地区的公共财物。对

需要全本请访问 www.ertongbook.com

中国公民国内旅游文明行为公约

1.维护环境卫生。不随地吐痰和口香糖，不乱扔废弃物，不在禁烟场所吸烟。

2.遵守公共秩序。不喧哗吵闹，排队遵守秩序，不并行挡道，不在公众场所高声交谈。

3.保护生态环境。不踩踏绿地，不摘折花木和果实，不追捉、投打、乱喂动物。

4.保护文物古迹。不在文物古迹上涂刻，不攀爬触摸文物，拍照摄像遵守规定。

5.爱惜公共设施。不污损客房用品，不损坏公用设施，不贪占小便宜，节约用水用电，用餐不浪费。

6.尊重别人权利。不强行和外宾合影，不对着别人打喷嚏，不长期占用公共设施，尊重服务人员的劳动，尊重各民族宗教习俗。

7.讲究以礼待人。衣着整洁得体，不在公共场所袒胸赤膊；礼让老幼病残，礼让女士；不讲粗话。

8.提倡健康娱乐。抵制封建迷信活动，拒绝黄、赌、毒。

（中央文明办、国家旅游局颁布）



骑自行车要严格遵守交通规则，不骑车带人。

公共建筑、设施和文物古迹，甚至花草树木，都不能随意破坏；不能在柱、墙、碑等建筑物上乱写、乱画、乱刻；不要随地吐痰、随地大小便、污染环境；不要乱扔果皮纸屑、杂物。

2.宾馆住宿：旅客在任何宾馆居住，不要在房间里大声喧哗或聚

会，以免影响其他客人。对服务员要以礼相待，对他们所提供的服务表示感谢。

3.饭店进餐：尊重服务员的劳动，对服务员应谦和有礼，当服务员忙不过来时，应耐心等待，不可敲击桌碗或喊叫。对于服务员工作上的失误，要善意提出，不可冷言冷语，加以讽刺。

中国公民出境旅游文明行为指南

中国公民，出境旅游；注重礼仪，保持尊严。
讲究卫生，爱护环境；衣着得体，请勿喧哗。
尊老爱幼，助人为乐；女士优先，礼貌谦让。
出行办事，遵守时间；排队有序，不越黄线。
文明住宿，不损用品；安静用餐，请勿浪费。
健康娱乐，有益身心；赌博色情，坚决拒绝。
参观游览，遵守规定；习俗禁忌，切勿冒犯。
遇有疑难，咨询领馆；文明出行，一路平安。

（中央文明办、国家旅游局颁布）





这么多年来，在社会公德方面，我们究竟是采用“法治”还是“德治”一直难以达成统一。因此，不文明行为就成了城市的顽疾。北京举办 2008 年奥运会，在社会公德意识培养方面就下了不少工夫，将每个月的 11 日定为排队日等，这就是政府在有意识地引导市民重视公德。

文明从礼貌用语开始

文明提示

礼貌是人们在频繁的交往中彼此表示尊重与友好的行为规范。礼貌用语则是尊重他人的具体表现，是友好关系的敲门砖。

文明细节

“请”字开路

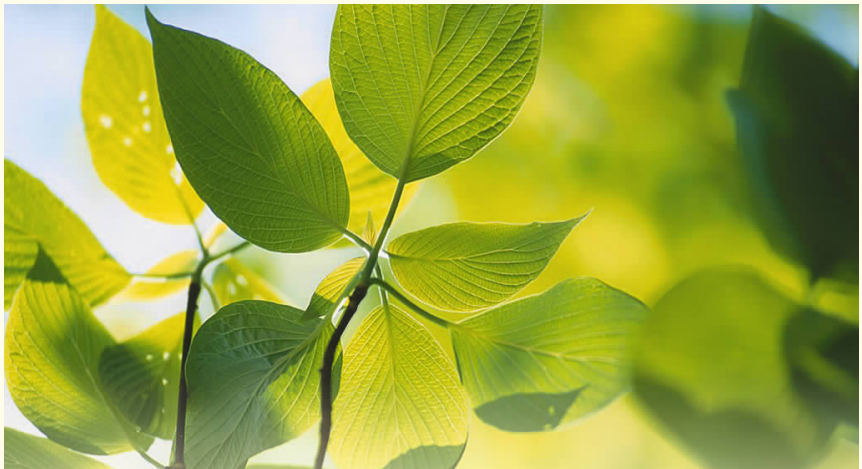
不论在欧美国家，还是在我们中国，日常生活中“请”字不绝于耳。

当一个人需要别人帮忙时，总是“请”字开路。要从人群中穿过时，要说“请让开一下”；坐汽车嫌空气闷热时，要说“请把窗户开一下”；乘车要在中途下车时，要说“请停一下车”；上下火车时，乘务员要对乘客说“请出示您的车票”。



“老师好，大家好，文明礼貌天天见……”看小学生的文明礼仪韵律操。

在机场，海关人员要对旅客说“请出示您的护照”；在饭店，顾客要对服务员说“请给我一杯咖啡”或“请给我来一份牛肉面”，服务员要对顾客说“请稍等”，“请付款”；在旅店，旅客对服务员说“请给我一个单人间”，招待员会对旅客说“请办理住店手续”；在商



店，顾客会对营业员说“请给我一盒万宝路香烟”、“请递给我那双蓝色的运动鞋”，营业员会对顾客说“请走好，欢迎再次光临”。

美国人即使在家里也十分客气，丈夫无论做什么，都得先对妻子说：“请允许我这样做。”而妻子总是很认真地回答：“请你自便。”在中国家庭里，也常常可以听到“请给我倒杯茶”、“请把工具递给我”。

总之，不管何时何地，也不管何人何事，只要你需要别人帮忙时，请先说：“请。”

“谢谢”压阵

凡给你服务、做事和帮忙，无论对你的帮助是大是小，都要说声“谢谢”。当顾客买到称心如意的东西时要说声“谢谢”，售货员对付了款的顾客要说声“谢谢”，服务员为就餐者送来一杯咖啡时，就餐者要说“谢谢”，而旅客付给服务小费时，服务员也要说声“谢谢”。

在海关、车站、码头，当旅客应要求出示证件后，工作人员都要说“谢谢”；在学校，学生回答问题后，老师要说“谢谢”；在街上，向人问路后要说“谢谢”。到亲友家做客，当主人端来咖啡或茶时，要说“谢谢”。甚至家庭成员之间，包括长辈请求晚辈帮个忙，同样也要说“谢谢”。

当人们称谢时，接受者也要用“不用谢”、“别客气”、“没关系”、“这个算不了什么”、“乐意效劳”等礼貌用语回敬，以示尊重对方。

不过，千万注意：在美国，为一件事道谢，只谢一次足矣，绝不能为同一件事不断道谢；在中国，为一件事道谢，可以谢了又谢，谢个没完，“一再致谢”表明谢意之真诚，这是中国人的言谈礼仪。

“对不起”不离口

无论何时、何地、何事打扰别人，都必须说声“对不起”。

当一个人要经过别人的面前时，要说“对不起”；在公共汽车上，不小心踩了别人的脚，要说“对不起”；在公共场合，无意之中打了个饱嗝儿要说“对不起”，无意之中打了个喷嚏要说“对不起”，无意之中打了个哈欠要说“对不起”；在中途离开会议时要说“对不起”，约会时迟到了要说“对不起”，在离开宴会时要说“对不起”，上课时晚了几分钟要说“对不起”。

在美国，甚至常常有这样的情形，即两人迎面而过，其实相距甚远，根本不会碰撞，但必有一方会说“对不起”，而另一方连忙说“抱歉”，然后彼此道声“多谢”，各行其路。这种情形对美国人而言如家常便饭，早已习惯。

简言之，当一方说“对不起”时，另一方也应用“对不起”、“没关系”、“抱歉”之类的礼貌用语来应答，以示相互尊重、相互谅解。

问候语天天说

在欧美国家，“上午好”、“下午好”、“晚上好”、“晚安”这类问候语人人说、天天说、处处说。新知故友在街上相遇时，要相互打招呼，同事之间每天在办公室见面时要相互问候，同学之间在学校碰面时要相互问候一声，左邻右舍在电梯或楼梯上相逢时要互相打一声招呼，甚至家庭成员在早晨见面和上床睡觉前都相互问一声好，道一声晚安。

文明礼貌用语除上述以外，还有很多很多，如“您好”、“劳驾”、“再见”、“欢迎光临”等。



在日常生活中，尤其在社交场合中，礼貌用语十分重要。多说客气话不仅表示尊重别人，而且表明自己有修养；多用礼貌用语，不仅有利于气氛融洽，而且有益于交际。

不要无视对方的存在

文明提示

让我们学会感谢：感谢生命，感谢人生，感谢生活。让我们学会感谢：感谢别人的给予——哪怕是一个浅浅的微笑，一个礼让的示意。

文明细节

出入楼宇时，如遇门童为自己开门问好，应予以回应或表示感谢。如保安人员出于职责打量或盘问自己时，要进行合作，不应冷眼相对，或故意不予理睬，扬长而去。

搭乘有人服务的电梯，应清晰报出自己要去的楼层，并向服务人员致谢，不要无视对方存在。

当服务人员需要进入房间打扫卫生、送水、送报、送液化气时，应表示欢迎，并且道谢；如不方便其进入，可事先说明。

使用总机人工接转的电话，要向接线员小姐问好和道谢。当家中电器或者设备出现故障时，应对前来修理的维修工、设备检查工表现大度，切莫口气粗暴，责怪刁难对方。

在商场购物或在餐饮场所消费后，应对服务人员的接待真心致谢。



感谢能温暖心灵、消除隔阂，给人以更多的快乐和勇气；感谢能驱散寂寞、缓解痛苦，给人以更多的友情与温馨；感谢能使生活中充满更多的欢乐与幸福，感谢能使人们得到更多的善意与宽容。

需要全本请访问 www.ertongbook.com