



中国科协重点支持项目
社区科普教育系列教材

市民文明礼仪

SHIMIN WENMING LIYI

王伟伟 编著



沈阳出版社

市民文明礼仪

SHIMIN WENMING LIYI

王伟伟 编著



沈阳出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

市民文明礼仪/王伟伟编著. —沈阳: 沈阳出版社,
2006. 12

(社区科普教育系列教材)

ISBN 7-5441-2535-1

I. 市... II. 王... III. 礼仪—普及读物
IV. K891.26-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 139119 号



王伟伟 1968年2月出生于辽宁葫芦岛市，辽宁大学经济学博士。现任沈阳师范大学旅游管理学院教授、硕士生导师、副院长。在国家及省级学术期刊共发表学术论文三十余篇，主持参与国家级、省市级课题十余项，主编教材五部。自1996年开始从事礼仪教学与研究工作，著有《礼仪形象学》等专著。被聘为沈阳市文明办礼仪顾问，为几十个行业的近十余万人进行了礼仪知识培训。

封面设计 朱 磊

责任编辑 耿作军

插 图 北鲲卡通

《社区科普教育系列教材》编委会

顾 问：苏宏章 邹大挺

编委会主任：王运升 宋铁瑜

副 主 任：李凤伦 李 力 张丽茹 常 亮 吴景峰

周荣生 白 实 唐 励 关蓉晖 翟焕珍

刘继林 郝集体 罗建春

主 编：李凤伦

副 主 编：朱 磊 王树雄

编 委：刘 丰 秦树梅 梁维平 卢金声 初良广

杨忠铎 王德昆 谭 捷 楼立群 康振明

穆瑞彪 孟庆礼 刘丽萍 张树忠 付玉振

栾世新 张庆华 程卫东 刘 涛 李 辉

杨建国 王伟伟

序

2006年3月，国务院颁布《全民科学素质行动计划纲要》之后，我们开始组织编写《养生之学》、《饮食卫生与食品安全》、《家庭用药常识》、《家庭理财》、《市民文明礼仪》等五部科普专著，到当年10月，中共中央作出《关于构建社会主义和谐社会若干重大问题的决定》时，这套科普专著正式定稿了。可以说，《养生之学》等五部书是伴随《纲要》和《决定》的出台应运而生的，因此这套焕发科学气息的市民科普丛书，必定会为提高全民科学素质和构建和谐社会带来生机和活力。

2003年，我们试编了第一套社区科普教育读本《沈阳社区科普大学讲义》。2004年，在中国科协的大力支持下，又编印了《心理健康》、《家庭保健》、《科学健身》、《法律常识》、《日常英语》首批五本社区科普教育系列教材。2005年，同样作为中国科协重点支持项目，我们又编印了《科学素养基础》、《饮食·营养·健康》、《环保与生态》、

《家庭教育指南》、《市民旅游大观》第二套五本社区科普大学教材。从2006年初开始，我们组织开展教材编研活动，广泛地征求了社区科普大学教师、学员、社区干部及其他方面的意见，同时邀请各地业内专家进行了教材论证，收集到一些很有价值的意见建议。在此基础上联系一批术有专工、业有所长的科普专家编写了《养生之学》、《饮食卫生与食品安全》、《家庭用药常识》、《家庭理财》、《市民文明礼仪》第三套五本教材。这套科普书籍的出版，标志着我市社区科普大学的教学能力有了新的提升。

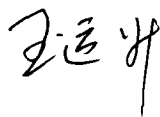
这套教材的编写，继续坚持贴近市民生活、贴近科学发展、贴近和谐社区创建的原则，力求内容充实、深入浅出、通俗实用，使之成为广大群众学习科学知识的良师益友，对广大群众树立科学发展观、提高科学素养、科学指导生活、创建和谐社区提供有效服务。

2002年4月沈阳第一所社区科普大学分校创建，至今已经5年多了。在中共沈阳市委和市政府的领导下及中国科协和辽宁省科协的支持指导下，我市社区科普大学分校已经发展到180多所，社区群众和干部学习热情高涨，求知励学正在成为社会时尚。实践证明，社区科普大学已经成为社区居民

汲取科学知识、提高科学素质和构建和谐社区的平台，也为科普工作向群众性、社会性、经常性推进开辟了广阔的前景。为百万市民学科学、用科学提供精神食粮，是为沈阳建设国家创新型城市构筑基础工程，我们为此感到欣慰，更感到责任巨大。

这套教材出版发行之时，恰逢沈阳市科协第七次代表大会开幕之际。作为向沈阳市科协七大献礼之作，我们衷心希望广大科技工作者都来关心科普工作，为广大群众推出更多更好的科普作品。同时也希望读者朋友们通过读书学习收获智慧、增长才干，为沈阳大发展、快发展贡献力量。

沈阳市科协党组书记、副主席



2006年初冬

前 言

不学礼，无以立。礼仪无所不在，只要人与人之间进行交往，就涉及到礼仪问题。礼仪内容包罗万象，上至政府典章法制，下至平民百姓生活，无礼不成事。礼仪产生由来以久，夏商时代的“礼乐文化”、西周时期的“制礼作乐”、春秋战国的“儒家思想”延续至今，礼仪已成为中国人精神世界的核心观念，成为人类社会文明进步的核心标志。人无礼则不生，事无礼则不成，国无礼则不宁。可见，礼仪是一个人、一个组织、一个国家生存与发展的关键因素。

市民是城市的主体。市民的行为规范和文明程度决定着城市的形象。遗憾的是，几千年的文明积淀自“十年动乱”始几乎消失殆尽，人格的错位，道德的缺失，功利的追求令现代社会背负了太多的浮躁、蛮横、无礼，令现代市民形成了太多忽视社

会规则和秩序的不良习惯。幸运的是，科学发展观、八荣八耻、和谐社会等新时期的理念正逐步唤醒人们回归精神家园的意识和信念。沈阳市 2006 年推出的知荣明耻看脚下、看仪表、看手中的“三看”活动收效显著，在日常生活小事中不断提升着市民的文明程度和道德水准。

学习礼仪是争做和谐市民，创建和谐城市，构建和谐社会的第一步。通过规范市民个人的仪容仪表、言谈举止、日常交往、社会活动、公共场所、邻里家庭、文明出行等内容，使市民在与人交往的小事中不断升华道德观念。学习礼仪不仅仅是学习一些个体外在形象与日常活动的表现形式，它更是一项内外兼修的系统工程，厚德载物，良好的习惯日久天长就会形成深刻的道德力量。学习礼仪的本质是要学习人与人之间的为人处世之道——“尊重”，这是礼仪的本质。“敬人者，人恒敬之”，只有人与人互相尊重，才会形成和谐融洽的人际关系。礼仪的教育、约束、协调和美化的功能是善化社会的最佳方式。

应沈阳市科协邀请特编写了这本社区科普教育教材，本书实用、简洁、趣味，为普及礼仪知识，树立市民新形象提供了可供参考的工具，如能在社区科普教育中发挥作用，我将感到十分欣慰。

在此特向为本书提供可借鉴成果的作者、出版社及相关单位表示诚挚的谢意，由于作者水平和阅历有限，难免会有不足之处，望读者谅解并不吝赐教。

莎士比亚曾说过：“仅仅一个人独善其身，那实在是一种浪费，上天生下我们就是要把我们当成火炬，不是为了照亮自己，而是为了普照世界！”。市民既是礼仪的学习者，也是礼仪的传播者，普及礼仪是每位市民的责任与义务，我们共勉！

王伟伟

2006年金秋



目 录

第一章 礼仪基本知识

第一节 礼仪的产生与发展/003

第二节 礼仪的基本概念/007

第三节 礼仪的原则与作用/011

第四节 学习礼仪的意义/015

第二章 仪容仪表礼仪

第一节 头发/021

第二节 面部/025

第三节 手部/034

第四节 服装/036

第三章 仪态言谈礼仪

第一节 举止/057

第二节 言谈/078

第三节 表情/092

第四章 日常见面礼仪

第一节 致意/103

第二节 称呼/106

第三节 握手/112

第四节 鞠躬/116

第五节 合十礼/117

第六节 拱手作揖/119

第七节 拥抱礼/120

第八节 吻礼/121

第九节 敬礼/123

第五章 社会交往礼仪

第一节 介绍/127

第二节 名片/131

第三节 行路/133

第四节 乘轿车/135

第五节 乘电梯/137

第六节 距离/138

第七节 馈赠/139

第八节 舞会/142

第九节 打电话/145

第十节 宴请/152

第六章 公共场所礼仪

第一节 课堂/173

第二节 办公室/175

第三节 食堂/181

第四节 图书馆/182

第五节 超市/184

第六节 厕所/187

第七节 观看体育比赛/188

第八节 观看音乐会/190

第九节 参观博物馆、展览会/192

第十节 探视病人/193

第十一节 升旗仪式/195

第七章 邻里相处礼仪

第一节 邻里关系/199

第二节 拜访/201

第三节 待客/204

第八章 家庭生活礼仪

第一节 长幼相处礼仪/209

第二节 平辈相处礼仪/213

第九章 出行礼仪

第一节 行人礼仪/219

第二节 自行车礼仪/221

第三节 公共汽车礼仪/222

第四节 自驾车礼仪/225

第五节 出租车礼仪/226

第六节 飞机礼仪/228

第七节 火车礼仪/230

第八节 轮船礼仪/231

主要参考文献/233



第一章

礼仪基本知识