

Shejiao Ligi

社交礼仪



● 杨丽娜 主编

华中科技大学出版社

<http://www.hustp.com>

社 交 礼 仪

主 编 杨丽娜

副主编 翟丽丽 胥学跃

华中科技大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

社交礼仪/杨丽娜 主编
武汉:华中科技大学出版社,2006年10月
ISBN 7-5609-3843-4

I. 社…
II. 杨…
III. 礼仪-基本知识
IV. K891

社交礼仪

杨丽娜 主编

责任编辑:曾 光
责任校对:周 娟

封面设计:刘 卉
责任监印:张正林

出版发行:华中科技大学出版社

武昌喻家山 邮编:430074 电话:(027)87557437

录 排:武汉万卷鸿图科技有限公司
印 刷:武汉市新华印务有限责任公司

开本:787×960 1/16

印张:14.25

字数:251 000

版次:2006年10月第1版

印次:2006年10月第1次印刷

定价:22.00元

ISBN 7-5609-3843-4/K·45

(本书若有印装质量问题,请向出版社发行部调换)

前 言

我国的教育事业正处在一个快速发展的时期，而高等教育已经跨入“大众化”阶段。在高等教育中，高等职业教育的发展尤为迅速，就像夏季映日的红莲，别样多姿。不言而喻，培养大批具有一定社交能力的高等专业技术应用型人才的任务，就落在了高等职业教育的“肩上”。

古人云：“天子之职在于礼！”说明了礼仪的重要性。中国自古就是礼仪之邦，随着经济社会的发展，人们生活品位也在不断提高。社交礼仪是调节企业与企业、企业与个人、个人与个人之间关系的杠杆，更是人生的必修课，也是青年学生成功之路的通行证。本书基于人们的社交需要，根据学生的认知规律，从阐述社交礼仪的基本理论开始，继而介绍日常生活、求职以及工作需要的社交礼仪，然后扩展到商业服务和涉外活动的社交礼仪知识，从“通”到“专”、由浅入深。同时结合内容，每一章都设置了“学习目标”，安排了“思考与练习”和“情景模拟”训练，最后还增加了“案例分析”，使读者学习目标明确，理论联系实际，增强了教材的可读性和可操作性，实现了“学中用，用中学”。

本书由杨丽娜（平顶山工业职业技术学院）主编。第1章、第2章由司培培（平顶山工业职业技术学院）编写；第3章由杨丽娜编写；第4章由李国英（平顶山工业职业技术学院）编写；第5章由胥学跃（四川邮电职业技术学院）编写；第6章由院宗雷（平顶山工业职业技术学院）编写；第7章、第8章由翟丽丽（武汉生物工程职业技术学院）编写。全书由主编进行统一协调、修改和审稿。

本书的编写工作，得到了平顶山工业职业技术学院、四川邮电职业技术学院、武汉生物工程学院、华中科技大学出版社的领导 and 老师们的大力支持，谨向上述单位及个人表示衷心的感谢！同时在编写的过程中，还参考了大量国内外学者、专家的著作；收集了许多相关网站的典型案例，在此一并向参考书和网站的作者致以衷心的感谢！

由于编写时间短、任务重，加之编者水平有限，书中难免存在不足和错误之处，敬请读者批评指正。

编 者

2006年5月

目 录

第 1 章 社交礼仪概述	(1)
1.1 社交礼仪的内涵	(1)
1.1.1 社交礼仪的定义	(1)
1.1.2 社交礼仪的特点	(3)
1.1.3 社交礼仪的分类	(4)
1.1.4 社交礼仪的发展历史	(4)
1.2 社交礼仪的作用	(6)
1.2.1 社交礼仪的功能	(6)
1.2.2 社交礼仪的意义	(6)
第 2 章 日常生活礼仪	(8)
2.1 个人形象塑造	(8)
2.1.1 仪容仪表礼仪	(8)
2.1.2 行为举止礼仪	(11)
2.1.3 言谈举止礼仪	(13)
2.2 中国民俗礼仪	(16)
2.2.1 婚丧礼仪	(16)
2.2.2 传统节日礼仪	(26)
2.2.3 宗教活动礼仪	(34)
第 3 章 求职礼仪	(37)
3.1 求职、应聘的准备	(37)
3.1.1 求职信和个人简历	(37)
3.1.2 求职面试前的准备	(38)
3.2 求职面试过程中的礼仪	(42)
3.2.1 准时赴约	(42)
3.2.2 仪表大方	(42)
3.2.3 身体语言	(42)
3.2.4 谈话技巧	(43)
3.2.5 面试中应避免的动作	(43)
3.2.6 面试结束时的礼仪	(44)
3.2.7 求职面试过程中容易犯的“错误”	(44)
3.3 上岗礼仪	(46)

3.3.1	上岗须知	(47)
3.3.2	敬业勤奋	(48)
3.3.3	办公室内物品设置的礼仪规范	(49)
3.3.4	同事之间的礼仪——相处的艺术	(50)
第4章	办公室礼仪	(56)
4.1	上、下班礼仪	(56)
4.1.1	上、下班时	(56)
4.1.2	工作时	(58)
4.2	办公管理礼仪	(61)
4.3	同事相处礼仪	(62)
4.3.1	同事相处注意事项	(62)
4.3.2	如何做一名被上级信赖的部下	(63)
4.3.3	发扬团队精神	(63)
4.3.4	办公室礼节应用	(64)
4.4	接打电话礼仪	(65)
4.4.1	接听电话	(65)
4.4.2	代接电话	(67)
4.4.3	手机的使用	(68)
4.5	公务文书礼仪	(69)
4.5.1	公务文书	(69)
4.5.2	公务礼仪文书	(77)
第5章	社交场合礼仪	(82)
5.1	会议礼仪	(82)
5.1.1	会议筹备礼仪	(82)
5.1.2	会场布置	(84)
5.1.3	主持人礼仪	(85)
5.1.4	入会者礼仪	(87)
5.2	庆典仪式礼仪	(88)
5.2.1	组织庆典的礼仪	(88)
5.2.2	出席庆典的礼仪	(90)
5.3	舞会礼仪	(92)
5.3.1	舞会前的准备	(92)
5.3.2	舞会的礼仪	(94)
5.4	沙龙礼仪	(96)
5.4.1	聚会的类型	(96)

5.4.2	聚会的基本礼仪	(97)
5.5	宴会礼仪	(100)
5.5.1	宴会的形式	(100)
5.5.2	宴会组织礼仪	(102)
5.5.3	赴宴礼仪	(108)
第6章	商务活动礼仪	(118)
6.1	商务活动原则	(118)
6.2	商务谈判礼仪	(122)
6.2.1	商务谈判礼仪的基本要求	(122)
6.2.2	谈判准备的礼仪	(122)
6.2.3	谈判过程中的礼仪	(124)
6.3	商务营销礼仪	(125)
6.3.1	商务营销礼仪与社交礼仪之异同	(125)
6.3.2	商务营销礼仪在商业交往中的运用	(126)
6.3.3	赠送礼品	(131)
6.3.4	接受礼品	(133)
6.4	商务旅行礼仪	(134)
6.5	商务接待礼仪	(136)
6.5.1	文明待客	(136)
6.5.2	礼貌待客	(137)
6.5.3	热情待客	(138)
6.6	签字仪式礼仪	(139)
6.6.1	签字仪式的准备工作	(140)
6.6.2	签字仪式的程序	(141)
6.6.3	注意问题	(141)
第7章	服务业礼仪	(142)
7.1	营销业礼仪	(142)
7.1.1	营销人员的综合素质要求	(142)
7.1.2	仪表礼仪	(143)
7.1.3	营销活动中的礼仪	(144)
7.2	餐饮业礼仪	(147)
7.2.1	餐饮服务人员的礼仪修养	(147)
7.2.2	餐饮服务过程中的礼仪	(150)
7.3	旅游业礼仪	(154)
7.3.1	导游服务的基本礼仪要求	(155)

7.3.2	导游接待服务中的礼仪	(156)
7.4	宾馆业礼仪	(160)
7.4.1	前厅服务礼仪	(161)
7.4.2	客房服务礼仪	(166)
7.5	美容美发健身休闲业礼仪	(168)
7.5.1	美容业服务礼仪	(168)
7.5.2	美发业礼仪	(171)
7.5.3	健身业礼仪	(172)
第8章	涉外礼仪	(175)
8.1	涉外礼仪基本原则	(175)
8.1.1	不卑不亢, 平等相待	(175)
8.1.2	讲究诚信, 遵时守约	(176)
8.1.3	女士优先, 以右为尊	(177)
8.1.4	尊重隐私, 热情有度	(177)
8.1.5	入乡随俗, 求同存异	(178)
8.2	涉外接待礼仪	(178)
8.2.1	礼宾次序礼仪	(178)
8.2.2	迎接礼仪	(179)
8.2.3	国旗悬挂礼仪	(181)
8.2.4	会见礼仪	(182)
8.2.5	宴请礼仪	(185)
8.2.6	参观游览礼仪	(187)
8.2.7	馈赠礼仪	(189)
8.3	涉外谈判礼仪	(191)
8.3.1	涉外谈判准备工作的礼仪	(191)
8.3.2	涉外谈判中的礼仪	(192)
8.3.3	不同国家人员的谈判风格	(194)
8.4	一般涉外交往礼仪	(198)
8.4.1	称呼礼节	(198)
8.4.2	着装礼节	(199)
8.4.3	见面、会谈的礼节	(200)
8.4.4	用餐礼仪	(200)
8.4.5	语言表达	(201)
8.5	一些国家的习俗礼仪与禁忌	(201)
8.5.1	欧美国家的风俗与禁忌	(201)

8.5.2 亚洲国家和地区的风俗与禁忌	(205)
案例分析	(208)
第 1 章	(208)
第 2 章	(208)
第 3 章	(209)
第 4 章	(211)
第 5 章	(212)
第 6 章	(213)
第 7 章	(214)
第 8 章	(216)

第 1 章 社交礼仪概述

学习目标

通过本章的学习,从宏观的角度了解有关社交礼仪的基本内容;了解社交礼仪的基本内涵,以及礼仪的起源、特点、分类、发展历史、作用、意义等。充分认识学习社交礼仪的重要性,激发学习本门课程的兴趣,为自己今后的学习、生活、工作奠定良好的人际基础。

20 世纪 80 年代初,我国引进公共关系这门理论学科,经过十几年的广泛介绍,积极推进,努力建设,已经取得了很大的成绩。其边缘学科、交叉学科也相继出现,并且粗具规模。作为公共关系和礼仪交汇点的社交礼仪也应运而生。它遵循公共关系的原理,将必要的礼仪运用于公共关系职能活动之中,自觉为实现公共关系的目的而服务。

1.1 社交礼仪的内涵

1.1.1 社交礼仪的定义

1. 西文礼仪来源

西文中礼仪一词最早见于法语 *etiquette*,原意是一种长方形的纸板,上面书写着进入法庭所应遵守的规矩、秩序。因而,这纸板就被视为法庭上的通行证。*etiquette* 的英文就有了礼仪的涵义,有规矩、成规、礼节、礼仪之意,成为人际交往的通行证。

世界语中的 *etiketo*,即礼仪、仪式、礼节、礼貌,还有“纸贴”、“标签”的意思。这表明“礼仪”一词,还蕴含着某种“标志”之意。

在韦氏词典中,含有“礼仪”意义的单词主要有以下四个。

courtesy: 指言辞和行为谦恭有加。

etiquette: 在现代英语中它有三层含义,一是指礼仪;二是指礼节(即言辞或

行为以既定的习惯、约束为标准)；三是指规范，是规范同行业人员的行为、言辞等规矩的总称。

protocol: 指一种公认的相处准则。

rite: 一是指仪式和典礼；二是指由习惯、惯例和仪式等构成的礼仪行为或一系列此类行为。

2. 中文礼仪之源

“礼”在《辞海》中注释为敬神，可引申为表示敬意而隆重举行的仪式。在《诗经》和《周礼》中，“礼仪”一词的内涵是典章制度和道德教化。

人类区别于动物的一个显著特征是人的社会性。置身于社会中的人与人之间总会有各种交往活动，即我们所说的社交。

社交礼仪是指人们在人际交往过程中所具备的基本素质、交际能力等。社交在当今社会人际交往中发挥的作用愈显重要。通过社交，人们可以沟通心灵，建立深厚友谊，取得支持与帮助；通过社交，人们可以互通信息，共享资源，对取得事业的成功大有帮助。随着人们相互合作、相互交往的机会日趋增多，要学会尊重自己、尊重他人，应对自如，凸显个人魅力。

为了从理性的高度领悟社交礼仪的真谛，有必要进一步深入了解礼仪的含义。

郭沫若曾指出：礼，之起于祀神，故其字后来从示，其后扩展而为对人，更其后扩展而为吉、凶、军、宾、嘉的各种仪制。

东汉许慎《说文解字》中解释：礼，履也，所以事神致福也；仪，度也，宜也，匹也。

中国的礼仪起源于古人的敬神祭祖的活动，要求人们怀着虔诚的心理，认真地履行，把握好分寸。

《礼记·曲礼》中解释：开宗明义就是毋不敬。把敬作为礼的不容忽视的本质内涵予以强调。君子之于礼也，有所竭情尽慎，致其敬而诚若，有美而文而诚若。要深情、慎重、尊敬、真诚、美妙，才是真正的礼仪。《礼记·经解》中解释：恭俭庄敬，礼教也。

礼仪是人格的修养，人品的熏陶。

《礼记·乐记》中解释：礼者，天地之序也，无邪，礼之质也。礼体现了符合自然规律的秩序，引申为人际关系中的人之定位，以防过制则乱，过作则暴之后果。

每个人都要明确自己的身份、地位，都要守本分，遵守规章制度，不可做出越轨之事。不偏不倚，怀着正直之心，做正事，走正道，才是礼的本质要求。

《礼记·乐记》中解释：礼也者，理之不可易者也。理，显然是指道理、原

则和规范，为了保障社会正常的秩序和人类生存发展及其交往的需要而制订出合理的人类行为准则、社会规范，也就是礼。

《礼记·曲礼》中解释：礼从宜，使从俗。所谓风俗，即人心所为也，礼者，因人之情而为之节文，以为民坊者也。一定区域的居民，在长期共同生活过程中，依生存环境、宗教信仰、生活习惯而形成了民情风俗，体现在生老病死、婚丧嫁娶、迎来送往、节日庆典等方面就成为礼仪。礼者，履也。这说明礼仪的基本落脚点在于践履性。《礼记·曲礼》中解释：修身践言，谓之善行。行修言道，礼之质也。

要发挥礼的功用，做个有礼的人就必须严以律己，言行一致，认真去实践礼的精神，使言谈举止都符合礼的要求，才算把握住礼的实质。

1.1.2 社交礼仪的特点

礼仪具有共同性、变动性、历史继承性、民族区域性等特征。

礼仪的共同性指礼仪是社会成员调节相互之间关系的行为规范，是应该遵守的人际交往的准则。《论语》云：“大小由之，有所不行”，即“无规矩，不成方圆”。

礼仪的变动性是指一个社会在不同的历史阶段有着特定的礼仪，礼仪本身就是不断发展变化的，我国古代社会的女子缠足，由于不适应现代社会的生活和审美观念而被废弃。

礼仪的历史继承性则是指礼仪属于一个文化范畴，一些符合人性基本需要的礼仪具有超越时代和社会的适用性。孔子的“礼”作为一种制度，已经烟消云散了，但是他的关于礼仪的一些基本思想和规范却一直影响着炎黄子孙。如“礼之用，和为贵”，“知和而和，不以礼节之，亦不可行也”，“责己严，待人宽”，“温、良、恭、俭、让”，“敬老爱幼”等思想和行为都被继承了下来。

礼仪的民族性和区域性指的是每个民族和地区都有自己特定的礼仪，这具体体现在民俗之中。例如，我国北方的蒙古族、藏族和裕固族多着长袍、裤和靴子。而蒙古族穿的长袍，镶有滚边，有领，下摆不开衩，内衬有领，长袖短褂，习惯袒右肩。裕固族的长袍则为左襟，有高领，束红蓝色腰带，女袍的领边、袖口都刺绣花边。而每个地区又有着自己的文化历史和风俗习惯。如香港人过年喜欢说“恭喜发财”，但在新加坡这句话就不受欢迎，认为有教唆捞取不义之财的嫌疑。

1.1.3 社交礼仪的分类

不少人认为礼仪很简单,只是见面问个好,离别道声再见而已。其实这种想法是错的。礼仪一般有三大类。

第一类是日常生活礼仪,包括见面礼仪、介绍礼仪、交谈礼仪、宴会礼仪、会客礼仪、舞会礼仪、馈赠礼仪及探病礼仪。

第二类是节俗节庆礼仪,包括春节礼仪、清明礼仪、端午礼仪、重阳礼仪、中秋礼仪及结婚礼仪、殡葬礼仪和祝寿礼仪等。

第三类是商务礼仪,包括会议礼仪、谈判礼仪、迎送礼仪及谈判禁忌知识等。

其他还有公关礼仪、公务礼仪、家居礼仪和求职礼仪、服务礼仪、涉外礼仪,等等。

1.1.4 社交礼仪的发展历史

亚当、夏娃在伊甸园获得人类之光,第一件事就是从遍地落叶中拾取一片叶子来遮掩身体的隐私部位。从此,人类也就开始了修饰自己仪容仪貌和穿着打扮的历史。悠悠岁月,漫长而久远,仅仅数千年的人类文明发展历史,人们就将这一人类进化发展的标志推演到现在登峰造极、至臻完美的地步。从一片当时也许是毫无价值、俯拾即是树叶到现在的精美绝伦、价值连城的一套高级服装;由当时一片随处可得的贝壳骨片到现在昂贵至数以万计的一件钻戒首饰;由古时只有帝后王子才能佩带的兰槐之根到现在家存户用的高档化妆品,这是一部色彩斑斓、智慧璀璨、道路艰难的人类进步史与人类文明史。

礼仪是随着社会生产力的发展、人际交往的扩大、人类思维能力的提高和审美观念的变化而发展变化的。在原始社会,生产力极端低下,人类认识和改造自然的能力也相当低,因此普遍形成了万物有灵的观念。图腾在当时人类社会生活中占有重要的地位。人们的仪表、饮食、服饰、行为也基本以图腾为中心。据我国先秦古籍《山海经》的记载:“其首曰招摇之山……有木焉,其状如一,而黑理,其华四照,其名曰迷,佩之不迷。”佩迷可以使人不迷,所以有佩迷的服饰,是新石器时期以后出现的,佩物多为玉、骨等物,多呈动物形状,如玉鸟、玉鱼、玉蝉等,带有浓厚的饰物性质。人之所以有佩物,源于相信所佩之物对人的生活能带来好处;反之,如果认为此物不吉祥,会给人的生活带来害处,那么就会形成禁忌。

在原始社会,人们的交往活动也相当有限,一般而言,仅仅限于氏族、部落

内的交往，交往的礼节也极其简单，只要不违背图腾的意义，人们的交往就可以顺利地进行下去。

人类历史进入阶级社会以后，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。礼仪的内容和地位也就有了很大的改变，并得到了迅速的发展。《礼记》认为：“道德仁义，非礼不成；教训正俗，非礼不备；公争辩识，非礼不决；君臣上下，父子兄弟，非礼不定；宦学事师，非礼不亲；班朝治军，莅官行法，非礼威严不行；祷祠祭祀，供给鬼神，非礼不诚不庄。”这深入浅出地说明了当时社会中“礼”在道德修养、导民治国、社会交往方面具有的重要作用。朱熹在对孔子“齐之以礼”加注时就认为：“礼，谓制度品节也。”显然，朱熹把孔子的“礼”看做一种制度。

奴隶主贵族用“礼”来树立君主的尊严和绝对权威，维护自己的统治，把原始的祭祀仪式发展成为一整套的伦理道德观念。周公集“礼”之大成，提出了一系列的礼制，即所谓的“礼仪三百”、“威仪三千”。封建统治阶级又从周礼发展到“三纲五常”、“三从四德”等一系列封建礼仪教条。我国封建社会的历史如此漫长，封建思想如此顽固不化，这和盘根错节的封建礼制不无关系。

另一方面，社会生产力的发展，生产规模的扩大、经济活动的深入和物质生活资料的丰富，客观上为人们提供了追求礼仪、讲求礼仪的物质基础。人们的社会交往范围的扩展，交往活动的丰富，观念的进化，文明的进步，主观上又要求人们更加讲究和重视礼仪。汉魏时期，士大夫因喝酒吃药的关系，形成轻裘缓带的服饰之礼，“扞肱而谈”也成为他们的一种行为之礼。晋朝时“衣服上俭下丰”，到后汉时，服制已成熟。单就戴的帽子而言，一般冠高 23 cm (7 inch)，宽 10 cm (3 inch)，促漆仿之，以竹为里，有爵弁冠、远游冠、高从冠、进贤冠、洁冠、武冠等。不同的“冠”代表着戴冠人的身份地位。婚嫁之礼，到唐代已发展得极为完备，迎接新娘，要用三升粟填臼，用一张席盖井，以三斤皂塞窗，放三支箭在门上。新娘子上车，新郎骑马绕车三周，新娘子到婆家先要拜猪栏、灶头；舅姑以下的都要从旁门出来，从正门进去，这称作“新妇迹”。清朝时，男子参加喜庆之事，必须穿长衫加马褂，女子穿裙子，主家设席招待，男坐东方，女坐西方，以北为上座，席首坐亲戚，紧接下来是邻友、宗族。有一亲、二友、三本家的说法。一般办婚事，至亲来贺的要住三日才合乎礼节。

在当代，封建时代的繁文缛节消失了，但是，现代人花费在修饰打扮上的时间、精力和财富，比古人有过之而无不及。

礼仪是一个有着意蕴深厚的知识和高深博远的学问乃至曲折动人的故事的领域，它至今还一直在变化发展着。

1.2 社交礼仪的作用

1.2.1 社交礼仪的功能

礼仪的基本目的就是树立和塑造个人的形象。所谓个人形象就是个人在公众观念中的总体反映和评价。个人形象包括内在和外在两方面的内容。内在包括素养高低、心灵美丑等；外在包括仪容仪貌、语言行为等。外在作为内在的体现，是以内在的素质为基础。所以，只有加强自身的内在修养，做到“内慧外秀”，才能树立起良好的个人形象。

在树立和塑造个人形象的过程中，恰如其分地运用礼仪，将会有以下几个功能。

1. 沟通的功能

人们在社会交往中，只要双方都自觉地遵守礼仪规范，就容易沟通感情，从而使交际往来容易成功。

2. 协调的功能

在社会交往时，只要人们注重礼仪规范，就能够互相尊重，友好合作，从而缓和或避免不必要的冲突，越过障碍。

3. 维护的功能

礼仪是社会文明发展程度的反映和标志，同时也对社会的风尚产生广泛、持久和深刻的影响。讲礼仪的人越多，社会便会越和谐安定。

4. 教育的功能

礼仪通过评价、劝阻、示范等教育形式纠正人们不正确的行为习惯，倡导人们按礼仪规范的要求协调人际关系，维护社会正常生活。讲究礼仪的人同时也起着榜样的作用，潜移默化地影响着周围的人。

1.2.2 社交礼仪的意义

现代社会文明程度的提高，自然促进了人们素质的提高，高素质的人对礼仪文化也就更重视。在当今社会，学习社交礼仪具有深远的意义。

1. 学习礼仪是适应对外开放的需要

对外开放的国策打破了我们长期封闭的环境,使得人们深刻地意识到坐井观天已难以适应形势,唯有从井底跳出,走出国门、走向世界,才是现代人应有的意识。要从狭小封闭的环境中走出来,除了应具备一些必备的专业技能外,还必须了解如何与人相处的法则和规范。这些规范就是社交礼仪。礼仪的学习能够帮助你顺利地走向社会,走向世界,能够更好地树立起自身的形象,在与人交往中给人留下彬彬有礼、温文尔雅的美好印象。

2. 学习礼仪是适应市场经济发展的需要

市场经济的发展带来了大范围的分工协作和商品流通关系,促进了人与人之间、组织与组织之间、地域与地域之间的相互依赖和相互合作,同时更带来了激烈的市场竞争,“皇帝的女儿不愁嫁”、“酒香不怕巷子深”的局面已一去不复返。这对于一个企业或服务行业而言,就更需要积极地适应这种由“卖方市场”向“买方市场”的转变,而这种转变总是需要具体的人去实施、操作的,这些实践者如不懂得现代的社交礼仪,那么就很难在市场上站稳脚跟。比如说一个推销员上门推销产品时,事先不敲门径直而入,是不礼貌的,甚至会被人误解。所谓“礼多人不怪”,在市场经济的氛围下,人们不管是为自己还是为组织,应更多地了解学习社交礼仪的知识,帮助自己顺利走向市场、立足市场。

3. 学习礼仪是适应现代信息社会的需要

现代信息社会飞速发展的传播沟通技术和手段,日益改变着人们传统的交往观念和交往行为。尤其是人们交往的范围已逐步从人际沟通扩展为大范围的公众沟通,从面对面的近距离沟通发展到了不见面的远程沟通,从慢节奏、低频率的沟通变为快节奏、高频率的沟通。这种现代信息社会人际沟通的变化给人类社交礼仪的内容和方式提出了更高的要求。如何在这种沟通的条件下,实现有礼有节的交往,去实现创造“人和”的境界,这是学习礼仪的另一层意义。

4. 学习礼仪是争做现代文明人的需要

我们生活在社会主义大家庭中,人人都是大家庭的成员。我们国家提倡每个公民应争做“四有”新人,即做一个有理想、有道德、有文化、有纪律的人,则必须学会礼仪知识。我们经常会对擦肩而过的一位先生或女士行注目礼,这是因为他们高雅的气质或潇洒的风度深深吸引了我们。那么如何在与人的交往中,给人留下好印象呢?起码的一点就是要多学一些社交礼仪,它可以免除你交际场上的胆怯与害羞,它可以指点交际场中的迷津,它可以给你平添更多的信心和勇气,使自己知礼、懂礼,做一个有教养的、有礼貌的、受人欢迎的现代人。

第2章 日常生活礼仪

学习目标

通过本章学习，能熟练运用日常生活礼仪。了解仪容仪表礼仪、行为举止礼仪、言谈举止礼仪、中国民俗礼仪、传统节日礼仪、宗教礼仪等。成功塑造个人形象离不开恰如其分的仪容仪表、大方得体的行为举止、优雅的语言谈吐。通过本章的学习，能够在以后的日常生活中，根据不同时间、场合、自身条件等塑造完美的个人形象。了解中国民俗礼仪、中国传统节日以及传统节日的礼仪、宗教活动的礼仪。

2.1 个人形象塑造

2.1.1 仪容仪表礼仪

仪表：是指人的外表，包括人的容貌、姿态、服饰和个人卫生等方面，它是人精神面貌的外观。

仪表美：仪表美包括心灵美、自然美、修饰美。心灵美属于内在美，自然美、修饰美属于外表美。外表美只有和内在美高度统一才能令人敬慕和向往。

仪容：是指人的容貌，它包括人的面部、头发、手部等，是仪表的重要组成部分。

人不仅应该有美好的内心，而且也应该有美好的外表。如果把一个人的思想品质、道德情操、文化修养看做一个人的内在美，那么仪表仪容则是一个人的外在美。

1. 仪表的意义

(1) 良好的仪表能够给人留下较好的第一印象

心理学上，把不相识的人第一次见面后形成的直观感觉称为第一印象，由于第一印象具有鲜明、深刻的特点，其效果的优劣直接影响到交往能否继续进行，