

纪亚飞

在最好的时间，
给予孩子最恰当的教育和培养！

教孩子学礼仪

纪亚飞
著



中国纺织出版社



纪亚飞
著

纪亚飞 教孩子学礼仪



 中国纺织出版社

内 容 提 要

本书为纪亚飞老师长久以来从事儿童礼仪培训工作的心得总结。全书以日常生活中方方面面的礼仪为切入点,重点介绍了儿童形象礼仪、儿童举止礼仪、儿童语言礼仪、儿童家庭礼仪和儿童公共礼仪,书中每一篇不仅讲述相关的礼仪知识,还穿插了古今中外的小故事、小常识,旨在帮助父母培养一个自信、大方、优雅得体的小绅士、小淑女。

图书在版编目(CIP)数据

纪亚飞教孩子学礼仪 / 纪亚飞著. — 北京: 中国纺织出版社, 2016. 9

ISBN 978-7-5180-2752-1

I. ①纪… II. ①纪… III. ①礼仪—儿童读物 IV. ①K891.26-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 145356 号

策划编辑: 刘 丹

责任印制: 储志伟

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京市朝阳区百子湾东里 A407 号楼 邮政编码: 100124

销售电话: 010—67004422 传真: 010—87155801

http: //www. c-textilep. com

E-mail: faxing@c-textilep.com

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博 <http://weibo.com/2119887771>

北京佳信达欣艺术印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2016 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 710×1000 1/16 印张: 17.5

字数: 209 千字 定价: 39.80 元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换

前言

春秋时期，辅佐齐桓公成为第一霸主的管仲曾说：“仓廩实而知礼节，衣食足而知荣辱。”礼仪是弥足珍贵的品质，曾经的“礼仪之邦”，经历礼仪文化的兴衰，今天被再度重视。

经济越发达，国家越强大，民众的人文素养需求就越强烈，礼貌的缺失也就成为亟待弥补的短板。

意大利外交官德拉卡萨 1558 年出版的《礼貌行为准则》里写道：“礼貌是美德，或者接近于美德。虽然开明、忠诚、大方比潇洒、礼貌更重要、更值得赞美，但令人愉快的习惯、端庄得体的礼貌和语言与勇气和自信一样有用。”

根植于内心的教养和外化于形的礼仪

我在机场准备安检。

看到安检的队伍很长，我走过来有片刻犹疑，离我最近的队伍后面并排了三个人，一人在队伍笔直的线条中，另外两人正在看安检通告，仔细阅读需要单独过检的物品种类。我于是排在队伍线中，但略留余地给看安检通告的两人，因为看上去他们三人是同行者。

片刻，他们阅读完毕转头，但径直走到我的身后，安静排好。

我在那一刻以为他们原非同行者。因为司空见惯的场景是一个人排队而所有认识他的人就都会站在那个位置，并且是随时过来。

我随队伍缓慢前行，他们隔着我偶尔小声交流，是一种我听不懂的语言。

内心突然有一种莫名的尊重之情升腾而起。

终于抵达过检传送带，他们按照安检通告的提示，取出包中的洗漱用品、电脑、雨伞……快速过检。

每个城市的安检规格其实并不相同，比如在北京出港，可以携带小于 100 毫升的化妆品，但需要取出单独过检；在上海出港，小于 100 毫升的化妆品



无须取出单独过检。所以阅读安检通告可以加快过检速度，避免箱包需要重复开启和过检。

真正的礼仪是对他人、环境、规则的尊重。礼仪是社会生活的准则，虽比不上法律的制裁力度，但会影响别人怎样看待你，这一点，是不是更加重要呢？

礼由心生，所谓尊重，无处不在。相比较礼节（Etiquette）而言，我想对于儿童，可能采用礼貌（Manner）这种表达更准确有效，我们希望孩子有教养，蕴含平等、尊重。

优雅礼仪 家族传承

8岁之前是孩子行为习惯的养成阶段，有些习惯一旦形成将很难改变，如同“乡音”一样如影随形。

如果可以，请放慢脚步，在孩子童年时代耐心培育，正如改掉“赖毛病”很难一样，好的习惯一旦养成也会伴随终生，如同儿时养成的饮食习惯。

无论事业多么成功，其实都没有办法替代对孩子的教育。

教育始于家庭。

以下事例说明家庭环境与氛围对孩子成长的影响力。

约瑟夫·帕特里克·肯尼迪是一位成功的商人，对政治始终有着强烈的兴趣。等到他娶了波士顿市长的女儿，便开始进入当地政治的核心圈子。

老约瑟夫·肯尼迪和露丝共生有4男5女，其中当空军飞行员的老大在29岁时因飞机失事而不幸殉职，其余的三个儿子都步入政坛，成为显赫一时的政治人物，老二约翰·肯尼迪在1946～1960年期间曾先后任众议员和参议员，并于1960年当选为美国总统，成为美国历史上最年轻的当选总统，登上了美国政治的顶峰，时年43岁。老七罗伯特担任过参议员、司法部长，最年轻的爱德华也是一名参议员。肯尼迪家族有26人活跃在美国政界。约瑟夫·肯尼迪的9个孩子中的老五尤妮斯·肯尼迪·史里弗如是说。

同样，这种政治血液的流传也是从童年的培养开始。

这个家里规定了严格的纪律条令：吃饭时，孩子们必须在饭前5分钟全部就座，等待父亲。母亲露丝把报纸上报道当天大事的新闻贴在通往餐厅的走廊上，以便孩子们经过时读上几条，好在餐桌上参加辩论。

从小在政治敏感度极高的环境下长大，难怪这个家族那么多人从政。

儿童时期的孩子就如同向日葵追逐阳光一般，有着天然的可塑性，他们被影响、被吸引，如果能够给予“礼仪”的滋养，对于孩子道德、人格、品质、习惯的形成都至为关键。

你是优雅的，你的孩子也会是从容的。

常常会看到穿着睡衣的父母抱着孩子出来晒太阳，甚至有时会走到小区外面的街心公园。有时七八个月的宝宝就要求下地站立或尝试着迈步，他的母亲俯下身去时，开阔的领口、宽松的睡衣令胸膛里面一览无余，而他们母子仍是旁若无人，唯有身边的同行者及路人，不知该将目光投向何处，无比尴尬。

我们都知道宝宝出门都要穿外出服，更何况他的父母呢。

其实很多人都说，这么小的宝宝就被“礼仪”束缚住了，以后还有无拘无束、自由快乐的童年吗？答案是肯定，礼仪是获得自信、尊重、良好人际关系的最有效途径，如果一个孩子从小就形成对美的审阅和欣赏能力，并且把许多礼貌修养变成自己的生活习惯，他的人生并不因此而变得拘束，反而会从中受益匪浅。而家长需要做的就是为孩子创造一个有礼貌、有修养的环境，对自己有所约束，孩子的好习惯就会不知不觉被熏陶出来，而无须专门地、造作地培养。

所以，希望孩子有优雅礼仪，父母先要培育一个优雅的土地，做行为示范的家长。

与金钱无关的品质

冈察尔说，礼貌是最容易做到的事，也是最珍贵的东西。

我的很多学生学习了“儿童礼仪”之后成为讲师，问我：“老师我可不可以给福利院的孩子上礼仪课，我可不可以给打工子弟学校的孩子上礼仪课，可不可以给农村的孩子上礼仪课，他们需要吗？”

我的回答十分肯定，礼仪与金钱无关，是流淌在血液里的品质。相比较含着金汤匙出生的富二代，如果出生卑微、贫寒，则更需要学习礼仪，为自己书写一个大大的“人”字来赢得尊重。

不管出身怎样，我们都可以选择做更好一点的人。

在北京有一个餐厅非常火爆，经营台湾菜，价格较高但味道很好，由于台湾菜比较适合小朋友的口味，所以，我也经常带着孩子光顾。最近，突然



在这家餐厅的洗手间发现了一个令人触目惊心的提示——请不要让孩子在洗手池便溺。想想这得是多少人让孩子在洗手池小便，才能引得餐厅如此强烈地表达。略略叹息。这样的场景，我一点也不陌生，就是在这家洗手间，我就见过有人让三四岁的孩子蹲在洗手台上小便。我曾提醒，母亲的回应是“小孩子的尿，不脏”。

有一种礼仪文化叫作“不给别人添麻烦”，这样的父母带着孩子来这家昂贵的餐厅，无关金钱，有关素养。

此刻，我很感恩您在阅读这本书。无论您是谁，都如同暗夜里明亮的星辰，让我们相信未来的光芒如此强烈。

在拥挤的水泥森林，在兴趣班层出不穷，在竞争激烈的学历教育体系，在纷繁复杂的教学理念养育规则的环抱之下，而你，选择了“礼仪”这样一条绿荫小道，道路两侧有高大的树木，一路清凉一路光阴。我深知这需要勇气。

在最适合的年纪，给予孩子最适合的教育。比如“礼仪”，这其实是选择了人生的捷径，因为未来，你将享受礼仪的绿荫所带来的美好。

8岁之前，孩子如果能够有良好的礼仪素养，他便拥有了自信、自律的品质，便具有了得体、自重的生活习惯。

相比较他一生的所谓成功，或许成为一个值得尊重的人更能够带来内心的愉悦和幸福。

用一段诸葛亮的教子书来作结尾以共勉。

夫君子之行，静以修身，俭以养德；非淡泊无以明志，非宁静无以致远。夫学须静也，才须学也；非学无以广才，非志无以成学。怠慢则不能励精，险躁则不能治性。年与时驰，意与岁去，遂成枯落，多不接世。悲守穷庐，将复何及！

短短86字，道出“君子”之修炼真谛。尊重每一个生命，陪伴他的成长，让其得以绽放。我相信，这也是对现代父母的一种生活智慧启迪。

纪亚飞

第一篇 童蒙养正，幼学礼仪

- 第一章 童蒙养正，幼学礼仪 / 2
- 第二章 果敢的爱与坚定的礼仪 / 9
- 第三章 基于“尊重”的儿童礼仪 / 14
- 第四章 传统文化与礼仪教育 / 18
- 第五章 儿童礼仪魔力教学技巧 / 23
- 第六章 建立礼仪规则五部曲 / 35

第二篇 形象礼仪

- 第一章 你是孩子形象的榜样吗 / 44
- 第二章 形象从“选择”开始 / 48
- 第三章 点击儿童形象礼仪关键词 / 56
- 第四章 小淑女的形象塑造 / 65
- 第五章 小绅士的形象礼仪 / 73

第三篇 儿童举止礼仪

- 第一章 礼由心生，而后成仪 / 80
- 第二章 站出儿童自信心 / 85
- 第三章 坐出儿童规矩感 / 91
- 第四章 走出儿童稳健步伐 / 97
- 第五章 我的手势会传情达意 / 105
- 第六章 深谙尊重之道的行为举止 / 110



第四篇 儿童语言礼仪

- 第一章 礼仪就是让别人舒服 / 118
- 第二章 言为心声，语为心境 / 122
- 第三章 敬语与谦语 / 126
- 第四章 沟通礼仪 / 134
- 第五章 称呼虽小讲究多 / 142
- 第六章 问候礼仪知多少 / 145
- 第七章 会说礼貌用语的孩子受欢迎 / 150

第五篇 家庭礼仪

- 第一章 优雅礼仪，家族传承 / 158
- 第二章 建立家庭礼仪氛围 / 167
- 第三章 建立家规，是培养家庭礼仪的起点 / 174
- 第四章 家庭用餐礼仪 / 181
- 第五章 家庭礼仪 29 条 / 192

第六篇 公共礼仪

- 第一章 礼仪的品格——诚实 / 202
- 第二章 致意礼仪 / 207
- 第三章 社交语言礼仪 / 216
- 第四章 排队等待礼仪 / 225
- 第五章 乘车礼仪 / 229
- 第六章 观看演出比赛礼仪 / 234
- 第七章 商场超市购物礼仪 / 244
- 第八章 餐厅酒店就餐礼仪 / 249
- 第九章 乘坐交通工具礼仪 / 259
- 第十章 节日礼仪 / 265

附 录 礼仪故事：问候鸟 / 269



第一篇

童蒙养正，幼学礼仪





第一章

童蒙养正，幼学礼仪

我经常说，为人父母最骄傲的人生作品应该是那个你生养的孩子，因为孩子是你的镜子。

我们先来做一个测试，看看您做到了几条，再看看你是否培养过孩子这些基本文明守则：

公共场合礼仪

- (1) 超市里，选好饮料再打开冰箱，选好速冻食品，再打开冷柜。
- (2) 在超市选好的东西，决定放弃，请放回原来的位置。
- (3) 预约了餐厅，临时取消，应主动告知。
- (4) 关门时，能回头看下，后面如果有人可以扶门停留一下。
- (5) 公共场合交谈以彼此可以听到，且不妨碍他人为准则。
- (6) 快餐店食用完毕，能够将餐具收拾整理到工作台。
- (7) 会说请、麻烦您、谢谢、对不起、很抱歉。
- (8) 乘坐电梯靠右站立，左侧留给急行的人。
- (9) 公共洗手间，在门口排队，而不是某个洗手间门前。
- (10) 在关着的门前应该敲门。
- (11) 自助餐只拿自己能够吃完的食物。
- (12) 公共区域，一个人不要坐两个座位，行李不要占座。
- (13) 吃自助餐夹取食物不破坏容器中剩余的干净食物，拿取后夹子能够放回原位以方便下一位顾客，厨师烹制食物后接过来感谢……

- (14) 扔垃圾不是投篮，要走过去开盖稳妥放进去。
- (15) 进电梯不堵在门口。
- (16) 结伴走路能够不并排堵路，始终留一半的空间给其他路人。
- (17) 从他人身边挤过时能说：“抱歉”。
- (18) 行进时，从左侧超越他人行进。
- (19) 开车不频繁按喇叭。
- (20) 公共场合注意保持音量不影响他人，包括任何声音。

我曾经在课堂做过这 20 题的测试，答案让人汗颜。请注意不是了解这些基本文明礼仪，而是真正践行这些礼仪，方能够给自己打对钩，很多时候我的课堂上做到以上各项的少于 10 个的人有很多。更不要说，将这些君子修养灌输给孩子，要知道，父母是孩子的第一位老师。

我想告诉所有父母，让你一生骄傲或是值得炫耀的，让你珍视的并不是有多么斐然的事业成就和财富地位，而那个延续你生命的孩子是否如你所期待的那样长大，才是最珍贵的。

现在我想问你，在宝贝呱呱坠地时，你对他的期望是什么？健康、快乐、成功、自信、漂亮、幸福……

答案总是很多，那么我想和你探讨一个几乎所有人都认为重要的词即“快乐”，这是一个有诱惑力，却似乎很难企及的词，似乎要做到快乐越大越艰难。

受人尊重是获得“快乐”非常重要的一个途径，尊重何来？前提是你必须值得尊重。

通常我们会欣赏和喜欢那些彬彬有礼、自信大方的人，而这些并非与生俱来的天赋，需要引导和培养。

越早接受礼仪的熏陶，对孩子而言更容易获得快乐的童年。

有一个词一度很流行即“熊孩子”，甚至有一种说法“关爱生命，远离熊孩子”。试想一下，这样的孩子在童年仰望的那个世界中看到的都是



什么样的目光？嫌弃的、躲避的、厌烦的还是无奈的？他能够获得内心的自在快乐吗？我想不能。

孩子是多么渴望成人给予的爱、关怀和喜欢。

小贴士

早期对孩子进行礼仪的熏陶和培育，珍视他的潜能生长期，便能够使优雅礼仪浸入骨髓，很多习惯就此养成，比如，他学会的第一个请求帮助的句式如果是“麻烦妈妈，帮我放上去”，那么很自然这就将成为他的表达习惯。同样的道理，如果他从小学会的就是“给我放上去”，这样没有称呼、没有请托语的话，那么这也将成为一种习惯。

无论成人还是孩子，都更喜欢听到哪一种表达呢？帮他忙的人的心情会相同吗？表情、态度甚至帮他放东西的动作会一样吗？

因此，对于儿童礼仪的课程，我们常常建议早一点给孩子启蒙，只不过教学的侧重点会不同，但抓住礼仪潜能培养的关键期无比重要。

小鸡的潜能生长期是出生后的4天左右，如果错过了它的潜能期，与生俱来的潜能就会消失不见，比如小鸡如果在出生4天内没有见到自己的妈妈，那么日后再有机会遇到，也无法辨识、形同陌路（纪亚飞著《幼儿礼仪图画故事》中曾使用这一理论）。小鸡识别妈妈声音的潜能生长期是8天左右，如果在这8天里未曾听到过妈妈的声音，这种潜能也会就此消失。

孩子出生就已经做好了享受母乳的准备，如果第一时间让宝宝吮吸到母乳，他便具有了这个能力，即使奶瓶比母乳直接吸吮来得更简单畅快，可是孩子仍然眷恋妈妈。如果错过了这个黄金时间，宝宝的吸吮反射在今后会有所减弱。他也许会更喜欢奶瓶吸吮的省力、快速和方便。出生后即享受母乳，不单单是享受美食，同时对孩子的心理也是一种慰藉，能够减少他的紧张感，帮助他适应新环境。

因此，我们有必要知道，在孩子的成长过程中，任何一种行为的习得都有一个关键期，如果能够给予适当的刺激和引导，这种能力就会应运

而生。

在最好的时间，给予他最恰当的教育和培养。

礼仪的学习就是这样，8岁之前这个时间段非常关键，这时的礼仪熏陶对于孩子而言是培养恰当得体的行为习惯，而8岁之后，一些不良的习惯已经养成，再进行礼仪教育难度颇大，因为那时就是在纠正一些不良行为习惯。比如，随地吐痰这个为人诟病的习惯，如果幼时便没有这种行为，长大自然不容易沾染，但从小当随地吐痰是游戏，是自然的，是司空见惯的行为，成人之后几乎无法抑制，并且甚难改变。时至今日，随地吐痰都似乎是个大问题，很多人无论是在哪里都能够肆无忌惮地大口吐痰，声音之响亮、动作之无忌都令人侧目。

8岁之前，孩子的可塑性非常强，我一直说孩子天生热爱学习，当然这种学习是指对世界的探索，并不是特指某个专项技能的学习。这时的他们愿意接受来自外界的各种信息，也是模仿和学习良好行为习惯的关键时期。

从猿到人的进化尽管缓慢，比如能够用两足直立行走，头颅变大变圆，原始的犬齿变短，全部牙齿靠近在一起，这些用了几百万年的时间。但比之更缓慢的是心性的进化。在今天，我们的身上依然有非常强烈的动物性痕迹。礼仪是内修和外塑的两方面结合培养，其实这是让人更具有自我管理能力的的重要途径。礼仪归根结底是使人更有教养，或许摸不到，或许无法量化评估，但给人所带来的影响则是贯穿一生的。

需让孩子学会如何自重，如何尊重他人，如何进行具有同理心的沟通。

我们提倡“童蒙养正、幼学礼仪”，礼是自律，礼是尊重，礼是谦和，礼是规则……

在儿童礼仪培养的关键阶段，我们始终强调培养孩子的“感恩心”“尊重心”“恭敬心”“谦卑心”。否则，单纯的礼仪规则教育，会沦为一场浮夸的表演，礼仪不是作秀，不能用会做几个礼仪标准动作来论定，不能以

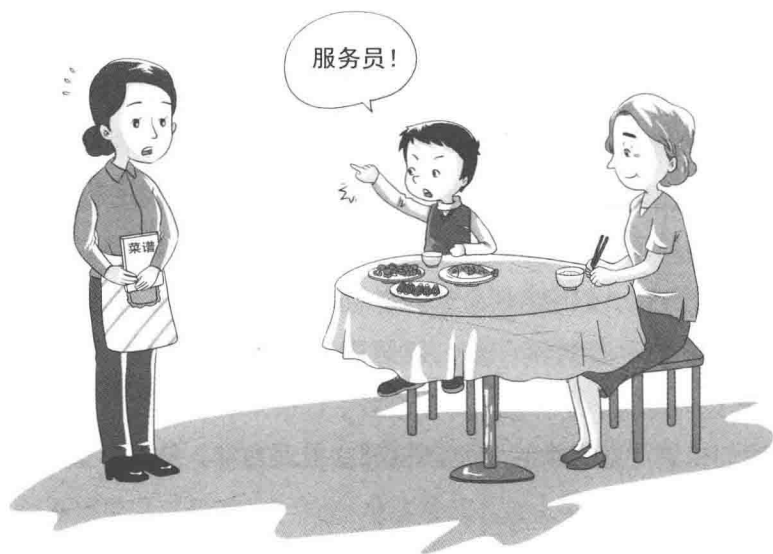


知道多少规则来评价，礼由心生，首先源自内心的美好。

我们越来越多见的“小霸王”“小皇帝”，经常看到没有任何称呼，就“使唤”自己的父母，是的，我用了一个非常强烈的词“使唤”，随意呼喝自己的父母拿这个、买那个，全无商量、请求甚至必要的尊重。

这让我们深深忧虑，如果一个孩子不懂得感激父母的付出，觉得一切都是应该的，一切都是为所欲为的，会不会有一天，因为得不到某项满足，就伤害了父母，在新闻报道中并不鲜见，而这并不是我们想要的教育结果。

我曾经在一个餐厅，碰到一个名副其实的小皇帝，吃饭时什么菜一端上来全家人第一时间转盘到他的面前，他心安理得地夹取或放弃，看上去七八岁的样子。对家人将菜让他优先选取似乎司空见惯，无半点感谢，甚



至没什么表情，完全不知“长幼有序”。爷爷和奶奶甚至要在他取菜后才能够夹菜，尽管服务员上菜会将新菜转到长辈处，却又总是被转回到孩子处。

一旁用餐的我，除了苦笑，也只能平静，因为这样的场景太常见。

及至他一挥手大声喊“服务员，给我拿双筷子”，我几乎下巴惊脱，一个小男孩筷子掉在地上冲着妈妈一样年纪的服务员连声“阿姨”的称呼都没有，直接要求拿双筷子，语气肆意，语言无理。连一句“请”或“麻烦你”都没有，更重要的是孩子的父母似乎觉得并无不妥。

这让我的汗涔涔而下。

每当哪个国家爆出有长相似华人的孩子“当街便溺”这样的新闻，几乎不用核实，媒体便一致认为是内地人做的这般粗鲁之事，过不多久，愤怒的民众开始抽丝剥茧寻求真相，有时证实并非内地人所为。

但比找到真相“究竟是谁”更重要的是：人们只要听闻这样的事情便认为是内地人。这多么可怕，我们已经被习惯性定位，我们已经被习惯性划归到会随地便溺的群体。这远比到底是谁做了不文明的事更令我们触目惊心。因为这样一种惯性思维一旦形成，也许数十年、数百年都难以得到纠正和调整。

我们和我们的子孙需要背负多少这样的评价，这几乎让我们觉得沉重到无法承担。

那些“集万千宠爱于一身”的孩子们，在懵懂时期，尚不能分辨正确恰当与否，便习得这样的行为，有时他们竟不知这样是不得体的，甚至也不懂怎样做就得体，糊里糊涂就成了缺失良好素养的人。

有些孩子从小受到太多的无限制溺爱与满足，以自我为中心，特别缺乏同理心，当然也做不到谦让、友善、合作，也不懂团队精神。

智力的发展和礼仪的修养完全不成正比。

这样的孩子并不会因为得到太多的“优先”而感到满足，反而会因为



无边界的许可和纵容，形成极端的不安全感。

试想一下，你在一个不着边际的旷野行走，和在一片原野之中有一条清晰的路上行走，哪一种会感觉更安全呢？如果是小朋友呢？

想想他们孩提时对你的依恋，学走路时可以看得到你的手就在对面的踏实，你便会知道“真正的自由原来是拥有边界的，所谓自由源于严谨的自律之中”。

我们没办法用表格给你画出孩子的礼仪收益，我们也没办法去量化孩子学习礼仪将获得的分值，但我们深知从小对孩子进行礼仪培养，孩子会自信、自律、友善、受人欢迎。

童蒙养正，幼学礼仪。如此重要。

纪亚飞礼仪心语：

① 为人父母最拿得出手的奢侈品不是爱马仕包包、不是阿玛尼的服装、不是宝格丽的首饰，而是一个拿得出手、领得出去的孩子。

② 在孩子的成长过程中，任何一种行为的习得都有一个关键期，处在一种积极的准备状态，极容易接受，如果能够给予适当的刺激和引导，就会应运而生这种能力。

在最好的时间，给予他最恰当的教育和培养。

③ 在儿童礼仪培养的关键阶段，我们始终强调培养孩子的“感恩心”“尊重心”“恭敬心”“谦卑心”。