

C Contemporary

现代礼仪丛书

Etiquette Series

丛书主编 李荣建

现代社交礼仪

■ 李荣建 宋和平等 编著



武汉大学出版社
WUHAN UNIVERSITY PRESS



Contemporary Etiquette Series

现代礼仪丛书

丛书主编 李荣建

现代社交礼仪

李荣建 宋和平 李帅男 方爱平 肖安平 李雯 编著



WUHAN UNIVERSITY PRESS

武汉大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

现代社交礼仪/李荣建,宋和平等编著. —武汉:武汉大学出版社,
2007.12

现代礼仪丛书/李荣建主编

ISBN 978-7-307-06039-5

I. 现… II. ①李… ②宋…[等] III. 人间交往—礼仪
IV. C912.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 195364 号

责任编辑:詹 蜜

责任校对:刘 欣

版式设计:詹锦玲

出版发行:武汉大学出版社 (430072 武昌 珞珈山)

(电子邮件:wdp4@whu.edu.cn 网址:www.wdp.com.cn)

印刷:湖北恒泰印务有限公司

开本:880×1230 1/32 印张:8.625 字数:183千字 插页:2

版次:2007年12月第1版 2007年12月第1次印刷

ISBN 978-7-307-06039-5/C·197 定价:18.00元

版权所有,不得翻印;凡购买我社的图书,如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请与当地图书销售部门联系调换。

现代礼仪丛书编委会

主 编 李荣建

副 主 编 冯 兰 宋和平

编 委 冯 兰 宋和平 杨 丹 李 丽

邹翊燕 丁永玲 余忠艳 李 晶

刘 俊 吕 燕 方爱平 肖安平

李帅男 何晓琳 李 雅 丁建安

方长明 王 莹 李荣建



内容提要

《现代社交礼仪》是我国著名礼仪专家、武汉大学李荣建教授主编的“现代礼仪丛书”之一。

社交礼仪是人际交往的规范和准则，被誉为步入社会的“通行证”、沟通人际关系的“立交桥”。

本书内容主要包括如何美化个人形象的形象礼仪，怎样与老师、上级、朋友交往的交际礼仪，还有教导人们体面享受美味佳肴的餐饮礼仪，以及丰富多彩的外国礼仪等。

本书既可作为大专院校学生使用的教材，也可作为广大青年朋友的通俗读物。本书介绍的社交礼仪基础知识和应用社交礼仪的基本技巧，将使讲究礼仪的读者朋友学有所获，受益匪浅。



总 序

礼仪是人类文化的结晶，是社会文明的重要标志之一。礼仪是人们进行交往的行为规范与准则，宛如步入社会的“通行证”，沟通人际关系的“立交桥”。

我国是历史悠久的文明古国，美名远扬的礼仪之邦，历来重视礼仪理论研究，关于礼仪方面的著作汗牛充栋，浩如烟海。我国礼仪文化博大精深，民风敦厚、朴实，礼仪之邦的美名享誉海内外。

2006年3月4日，胡锦涛总书记提出以“八荣八耻”为主要内容的社会主义荣辱观。“八荣八耻”是中华民族传统美德与时代精神的有机结合，具有鲜明的时代性、科学性和可操作性。

当今，在充满活力的神州大地上，一个学习优秀礼仪文化，参与构建和谐社会的热潮正在蓬勃兴起。

为了配合广大群众学习礼仪，我国著名礼仪学专家，湖北省礼仪文化研究会常务副会长，武汉礼仪文化研究会常务副会长，武汉大学教授李荣建先生联合我国南方地区的部分知名礼仪学专家、学者，通力合作编写了这套现代礼仪丛书。“现代礼仪丛书”由六本独立成册、相辅相成的礼仪著作组成，分别是《现代社交礼仪》、《现代公关礼仪》、《现代公务礼仪》、《现

代商务礼仪》、《现代国际礼仪》和《现代服务礼仪》。

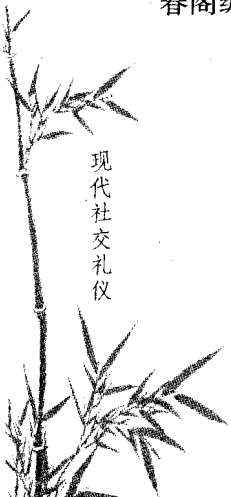
本丛书由主编李荣建先生确定体例及总体要求。其体例科学、严谨，内容丰富多彩，案例精彩，文风清新，文字优美，雅俗共赏。李荣建先生选定丛书各册的召集人，并请各册召集人担任第一作者，具体负责各册的编写大纲及统稿事宜。

这套由李荣建先生主编的现代礼仪丛书是我国礼仪学专家精诚合作的精品，集体智慧的结晶，其中，《现代社交礼仪》由李荣建教授领衔；《现代公关礼仪》由我国知名公共关系礼仪专家、华中农业大学冯兰教授领衔；《现代公务礼仪》由武汉礼仪文化研究会副会长、武汉工业学院杨丹副教授领衔；《现代商务礼仪》由我国知名礼仪专家、湖北省礼仪文化研究会秘书长余忠艳女士领衔；《现代国际礼仪》由武汉大学国际关系专家李晶博士主笔；《现代服务礼仪》由武汉礼仪文化研究会副会长、江汉大学实验师范学院邹翊燕副教授领衔。

在编撰丛书过程中，我们参考、借鉴了中外学者编著的相关书籍，受益匪浅，谨此深表谢意。本丛书在立项过程中，得到了武汉大学出版社领导的宝贵支持，我们谨此深表敬意。本丛书在编辑、出版过程中，责任编辑王雅红、陶洪蕴女士，王春阁编审付出了辛勤的劳动，我们向她们表示衷心的感谢。

现代礼仪丛书编委会

2007年10月于武汉



现代社交礼仪



前言

礼仪是人类文化的结晶，是社会文明的标志之一。中国是文明古国，礼仪之邦，讲“礼”重“仪”是中华民族世代相传的优良传统，源远流长的礼仪文化是祖辈传承的丰富遗产。继承和发扬中国优秀的礼仪文化，是每位炎黄子孙神圣的职责。

礼仪涉及人生的方方面面，包括提高个人文化素养的个人礼仪，营造温馨家庭气氛的家庭礼仪，讲究尊师爱生的学校礼仪，探讨公务活动规矩的公务礼仪，规范服务人员行为举止的服务礼仪，以及研究国际交往规范的国际礼仪等。本书作为武汉大学李荣建教授主编的《现代礼仪丛书》之一，着重介绍教导人们如何为人处事的社交礼仪。社交礼仪是人际交往的规范和准则，被誉为步入社会的“通行证”、沟通人际关系的“立交桥”。

《现代社交礼仪》是为青年朋友编写的通俗读物，也可以作为社交礼仪教材。本书主要针对青年人的特点，本着理论与实践相结合的原则，将社交礼仪的基础知识和应用社交礼仪的基本技巧传授给青年朋友们，让他们学有所获，学以致用。

《现代社交礼仪》以李荣建和宋和平编写的《外国习俗与礼仪》（武汉大学出版社 1996 年版）、《谈判艺术评品》（华中理工大学出版社 1997 年版）、《礼仪训练》（华中理工大学出版社

1999 年版)、《社交礼仪》(武汉大学出版社 2005 年版)和我们的礼仪教学实践为基础,并且参考了国内外礼仪专家的著作及相关资料,我们谨此向有关作者、译者和出版工作者表示衷心的感谢。武汉大学出版社为该书的出版提供了宝贵的支持,我们在此深表敬意和谢意。

李荣建

2007 年 8 月于武汉大学



目 录

前 言	/ 1
第一章 形象礼仪	/ 1
第一节 仪容仪表礼仪	/ 1
一、头发护理	/ 2
二、面部清洁与化妆	/ 6
三、手部养护	/ 14
四、香水的使用	/ 19
第二节 服饰礼仪	/ 20
一、服饰礼仪的基本原则	/ 20
二、服饰礼仪的要求和技巧	/ 22
三、男士西服着装规范	/ 24
四、女士套裙的着装规范	/ 33
五、穿制服的礼仪规范	/ 39
六、佩戴饰品的礼仪规范	/ 41
第三节 举止礼仪	/ 43
一、规范的站姿	/ 44
二、优雅的坐姿	/ 46
三、稳健的走姿	/ 48

四、得体的蹲姿	/ 50
五、优雅的手势	/ 50
六、自然的微笑	/ 51
七、克服不良习惯，改善个人的举止行为	/ 52

第二章 公共礼仪 / 55

第一节 日常礼仪 / 55

一、购物礼仪 / 55

二、进餐礼仪 / 57

三、住宿礼仪 / 58

第二节 公共场所礼仪 / 60

一、在影剧院 / 60

二、在图书馆 / 62

三、在博物馆 / 63

四、在体育场 / 64

五、在健身房 / 65

六、在游泳池 / 65

七、在公园里 / 66

八、在洗手间 / 67

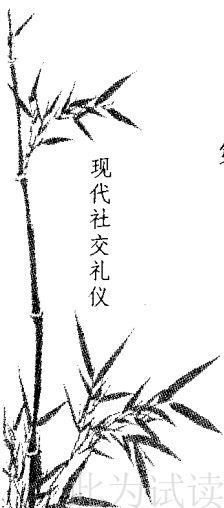
九、在医院里 / 68

第三节 交通礼仪 / 69

一、乘公共汽车礼仪 / 69

二、乘轿车礼仪 / 70

三、乘火车礼仪 / 71



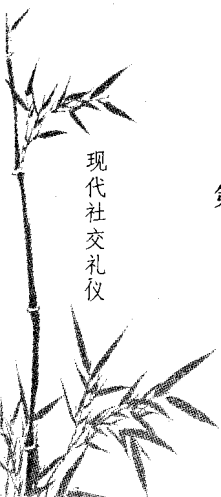
四、乘客轮礼仪	/ 72
五、乘飞机礼仪	/ 72
第三章 见面礼仪	/ 76
第一节 握手	/ 76
一、握手的由来	/ 76
二、握手的顺序	/ 77
三、握手的规矩	/ 77
第二节 介绍	/ 78
一、介绍的类型	/ 78
二、介绍的方法	/ 78
第三节 名片	/ 82
一、名片的种类	/ 82
二、交换名片礼仪	/ 83
三、名片的保存	/ 84
第四节 交谈礼仪	/ 84
一、交谈礼仪	/ 85
二、交谈技巧	/ 86
三、察颜观色, 随机应变	/ 87
第四章 通联礼仪	/ 91
第一节 电话礼仪	/ 91
一、打电话的礼仪	/ 91
二、接电话的礼仪	/ 92

三、塑造良好的电话形象	/ 93
第二节 手机礼仪	/ 94
第三节 网络礼仪	/ 96
一、网络礼仪	/ 96
二、网络礼仪训练	/ 97
三、掌握网络沟通技巧	/ 99
第四节 求职礼仪	/ 102
一、求职准备	/ 103
二、联系单位	/ 104
三、面试礼仪	/ 107
 第五章 交际礼仪	 / 117
第一节 怎样与同学交往	/ 117
一、一般交往礼仪	/ 117
二、异性交往礼仪	/ 118
第二节 怎样与老师交往	/ 118
一、学生尊师礼仪	/ 118
二、学生请教礼仪	/ 119
三、学生进办公室礼仪	/ 119
四、学生拜访教师礼仪	/ 119
第三节 怎样与朋友交往	/ 120
一、选交志同道合的朋友	/ 120
二、慎交异性朋友	/ 121
三、善交有真才实学的名人朋友	/ 122



第四节 怎样与上级交往	/ 123
一、尊敬上级	/ 123
二、讲究方式	/ 124
三、注意小节	/ 124
第五节 怎样与同事交往	/ 124
一、彼此尊重	/ 125
二、互相帮助	/ 125
三、一视同仁	/ 125
第六节 怎样与下级交往	/ 126
一、任人唯贤	/ 126
二、言而有信	/ 126
三、宽宏大量	/ 127
四、平易近人	/ 127
第七节 社交禁忌	/ 127
一、忌开玩笑过度和随便发怒	/ 127
二、忌恶语伤人和飞短流长	/ 128
三、忌言而无信和忘恩负义	/ 129
四、忌衣冠不整和不尊重妇女	/ 129
第六章 聚会礼仪	/ 133
第一节 待客礼仪	/ 133
第二节 馈赠礼仪	/ 134
一、选择时机	/ 134
二、选择礼品	/ 135

三、馈赠礼仪	/ 136
第三节 舞会礼仪	/ 140
一、舞会的组织	/ 140
二、参加舞会的礼仪	/ 140
三、邀舞礼仪	/ 141
四、跳舞时应具有的风度	/ 143
第四节 沙龙礼仪	/ 144
一、沙龙的含义及类型	/ 144
二、举办沙龙的条件	/ 145
三、参加沙龙的要求	/ 146
第七章 饮食礼仪	/ 147
第一节 中餐进餐礼仪	/ 148
一、中式餐饮的特点	/ 149
二、日常进餐礼仪	/ 150
三、中式宴会礼仪	/ 153
第二节 西餐进餐礼仪	/ 162
一、西餐的特点	/ 162
二、西餐餐具的摆放与使用	/ 163
三、西餐菜点食用礼仪	/ 166
四、西餐宴会礼仪	/ 170
第三节 饮酒礼仪	/ 176
一、酒的种类及特点	/ 177
二、饮酒礼仪与禁忌	/ 179





第四节 饮茶礼仪	/ 184
一、茶的种类及其特点	/ 185
二、约定俗成的饮茶礼仪	/ 186
三、中国地方特色茶品饮礼仪	/ 189
 第八章 宗教礼仪	 / 195
第一节 基督教礼仪	/ 196
一、基督教礼仪	/ 196
二、基督教节日	/ 199
第二节 伊斯兰教礼仪	/ 210
一、伊斯兰教主要礼仪	/ 210
二、伊斯兰教主要节日	/ 217
第三节 佛教礼仪	/ 219
一、佛教历史概况	/ 219
二、佛教主要礼仪	/ 221
三、佛教主要节日	/ 222
 第九章 外国礼仪	 / 226
第一节 亚非国家礼仪	/ 226
一、日本礼仪	/ 226
二、韩国礼仪	/ 230
三、泰国礼仪	/ 232
四、菲律宾礼仪	/ 234
五、马来西亚礼仪	/ 234

六、新加坡礼仪	/ 235
七、印度尼西亚礼仪	/ 237
八、阿拉伯礼仪	/ 239
九、以色列礼仪	/ 240
第二节 欧洲国家礼仪	/ 241
一、俄罗斯礼仪	/ 241
二、德国礼仪	/ 243
三、法国礼仪	/ 244
四、英国礼仪	/ 246
五、意大利礼仪	/ 249
第三节 美洲、大洋洲国家礼仪	/ 250
一、美国礼仪	/ 250
二、加拿大礼仪	/ 251
三、澳大利亚礼仪	/ 252

主要参考书目	/ 256
--------	-------

后 记	/ 257
-----	-------

