

北京市高等教育自学考试职工素质建设工程教材

礼仪与审美



北京教育考试院高等教育自学考试办公室 组编
贾新奇 主编

 **北京理工大学出版社**
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

北京市高等教育自学考试职工素质建设工程教材

礼仪与审美

组编 北京教育考试院高等教育自学考试办公室

主编 贾新奇

参编 张姗姗 常 李 卢明静

郭永生 范瑞雪 莫医铭

 北京理工大学出版社

BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

版权专有 侵权必究

图书在版编目 (CIP) 数据

礼仪与审美/贾新奇主编. —北京:北京理工大学出版社, 2013. 6
ISBN 978 - 7 - 5640 - 7815 - 7

I. ①礼… II. ①贾… III. ①礼仪 - 高等教育 - 自学考试 - 自学参考资料
②审美 - 高等教育 - 自学考试 - 自学参考资料 IV. ①K891. 26②B83 - 0

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 127391 号

出版发行 / 北京理工大学出版社有限责任公司

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010) 68914775 (总编室)
82562903 (教材售后服务热线)
68948351 (其他图书服务热线)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 三河市文通印刷包装有限公司

开 本 / 710 毫米 × 1000 毫米 1/16

印 张 / 17.5

字 数 / 326 千字

版 次 / 2013 年 6 月第 1 版 2013 年 6 月第 1 次印刷

定 价 / 30.00 元

责任编辑 / 刘 娟

文案编辑 / 刘 娟

责任校对 / 周瑞红

责任印制 / 王美丽

图书出现印装质量问题, 请拨打售后服务热线, 本社负责调换

编委会人员名单

高福勤 吴圣谷 成国志 负 新
刘美凤 赵玉凤 王幼真 卢 玲
毕 胜

出版说明

2011年，北京市总工会、北京市教委等11个委办局联合发布了《首都职工素质建设工程五年规划（2011—2015年）》，提出以“为首都经济社会发展服务、为企事业单位发展服务、为职工学习和发展服务”为宗旨，以就业导向、技能为本、终身学习为原则，以提高职工道德素质、科学文化素质、职业技能素质、社会文化素质、民主法治以及健康安全等素质为核心内容，充分调动企事业单位和职工的积极性，逐步建立和完善资源丰富、形式多样的职工素质建设新模式。

为落实首都职工素质建设工程，充分发挥高等教育自学考试开放灵活的特点，结合企业需求和人才培养特点开设适合在职工学习的专业、编写适合职工学习的教材、创新职工在职学习的新模式，是自学考试参与职工素质建设工程的必要途径。

在北京师范大学继续教育与教师培训学院的大力支持和工会主席成国志教授的精心组织下，我们成立了课程开发和教材编写两个团队。

由刘美凤教授带队组成的课程开发小组，运用教育技术的科学方法，对总工会提出的大力提高职工思想道德素质、民主法律素质、科学文化素质、技术技能素质、健康安全素质和社会文明素质六方面进行需求分析，结合首都职工现状，确定课程目标，构建职工基本素质框架，确定职工各方面的素质项，进而梳理得到职工素质项包含的知识点，形成了思想道德、民主与法治、健康与安全、人文素养、科学技术与社会、经济生活、审美与礼仪、通用技能共8门大专层次的首都职工素质教育课程。教育技术的运用使职工素质教育的内容更加具体化、系统化。

由董春雨、王成兵、李晓东、贾新奇、郭殊、仲鑫、庞星火、王学广等教授组成的专家团队，编写了这套自学考试职工素质建设工程教材。为了贴近广大职工学习、工作和生活的实际，这套教材图文并茂、通俗易懂，既保证了增加职工素质的知识含量，又兼顾了自学考试的特点，便于自学。

我们非常感谢这套教材的所有作者，他们以自己的智慧和多年的从教经验，以服务于考生学习为目的，把抽象的理论具体化，又从各种案例中归纳出学习要点，完成了这套面向自考生自主学习的最新教材，为自学考试参与

首都职工素质建设工程作出了贡献。我们对专家学者们的辛勤劳动深表钦佩与感谢。

由于这是我们首次尝试编写针对一线职工提高基本素质的自学考试教材，其中很可能存在不成熟的地方。希望通过一段时间的使用后，读者能发现问题、不吝赐教。我们在此先表示衷心的感谢，并将不断完善教材。

北京教育考试院高等教育自学考试办公室

2012年12月28日

目 录

第一篇 礼 仪

第一章 礼仪概述	3
第一节 什么是礼仪	3
第二节 为什么要讲礼仪	8
第三节 怎样讲礼仪	12
第二章 个人礼仪	18
第一节 仪表仪容	18
第二节 服饰着装	23
第三节 举止行为	29
第四节 语言谈吐	34
第三章 家庭和私人交往礼仪	42
第一节 家庭称谓礼仪	42
第二节 拜访与接待礼仪	47
第三节 宴请礼仪	52
第四节 馈赠礼仪	57
第四章 日常公共礼仪	63
第一节 交通中的礼仪	63
第二节 购物中的礼仪	74
第三节 游览中的礼仪	78
第四节 观看演出中的礼仪	81
第五章 事务礼仪	87
第一节 介绍与会面	87
第二节 文书礼仪	94

第三节	会务礼仪	99
第四节	参观礼仪	103
第五节	仪式中的礼仪	106
第六节	求职面试中的礼仪	110
第六章	民族、宗教与涉外礼仪	115
第一节	民族礼仪	115
第二节	宗教礼仪	121
第三节	涉外礼仪	127
第二篇 审 美		
第一章	审美概述	137
第一节	生活中需要审美	137
第二节	审美需要培养	142
第三节	审美的特点	148
第四节	审美中的一些概念	154
第二章	自然美	162
第一节	自然审美在我们生活中的重要性	162
第二节	自然美的特点	166
第三节	自然景观的欣赏	171
第四节	我国的几处自然景观	180
第三章	社会美	186
第一节	什么是社会美	186
第二节	人物美	189
第三节	日常生活场景的美	195
第四节	技术美	199
第四章	艺术美（上）	205
第一节	有关艺术的几个问题	205
第二节	绘画	209
第三节	书法	215
第四节	音乐	220

第五章 艺术美（下）	227
第一节 舞蹈	227
第二节 戏剧	232
第三节 曲艺	238
第四节 影视	243
第六章 美化我们的家居环境	247
第一节 美化家居环境，提高生活质量	247
第二节 家居之美的几点表现	250
第三节 色彩在家居美化中的运用	252
第四节 陈设装饰品	258
参考文献	267



第一篇 礼 仪



第一章

礼仪概述

在第一篇里，我们来谈礼仪。生活与工作的各个方面都需要讲礼仪，所以礼仪的内容是很多的。关于礼仪的具体内容，我们将在后面的几章中分别介绍。在介绍那些具体内容之前，我们打算谈一点儿一般性的问题，以便使大家对礼仪形成一些总体印象。

第一节 什么是礼仪

日常生活中，“礼仪”是个常用词。比如，长久以来，我们一直很自豪地说：“中国是礼仪之邦。”在某些场合，我们也经常使用“礼仪”这个词，如“文明礼仪”“礼仪教育”“礼仪专家”等。那么，你想过没有，“礼仪”比较确切的含义是什么呢？

一、礼仪的含义

虽然我们在生活中经常提到礼仪，但要确切解释什么是礼仪，并不是件容易的事。这里我们不能长篇大论地解说这个词的来龙去脉，只能简单地说一说。“礼”，有时是指所有的制度、法律、道德和风俗习惯，有时则特指制度、法律、道德和风俗习惯的外在表现形式。“仪”，是指某些外在的东西，如做事的场面叫作仪式，人的外表叫作仪容。礼、仪合在一起，一般就是指为人处世要讲究的礼节、仪式和仪容。

举例来说：古代社会人分贵贱，政治地位的高低是贵贱的实质性内容，而衣着服饰上的不同、见面时彼此称呼的差别，就属于礼仪。无论古今，儿女都要孝敬父母，儿女内心中对父母的爱与敬是孝敬的实质性内容，而和颜悦色、嘘寒问暖则属于礼仪。对别人要敬重、不损人害人，是敬重的实质性内容，而说话和气则属于礼仪。

理解礼仪的一个好办法，是把它和道德联系起来。如果既知道它们之间的关联，又知道它们彼此的区别，对礼仪的理解就算是比较确切了。道德是

为人处世的规矩，通常来说，这套规矩对两个方面都有要求，即外在的言谈举止和内在的思想感情。也就是说，一个品德良好的人，他的言谈举止要合乎一定的标准，同时他也要具备一定的思想感情。不过，两方面相比较，思想感情的重要性远远超过言谈举止。为什么这么说？一个人言谈举止不够文雅，但只要内心善良，大体上仍算是个好人；相反，一个人尽管看似风度翩翩，却内心邪恶，无论如何也算不上是个好人。这就说明，道德主要强调的是人内在的思想感情，而外在的举手投足、仪容仪表相对而言只是辅助性的。

可是，礼仪所侧重的恰恰是人的外在表现。什么事情应该按照怎样的程序来做，什么场合应该有怎样的言谈举止、仪容仪表，诸如此类，就是礼仪。

和上面那一点差别相关，又衍生出另一个差别：很多时候，道德较为笼统，而礼仪非常具体、细致。人对事应该有什么样的态度，可以用三言两语概括出来，但是，落实到礼仪上，却需要讲得非常细致。

比如，晚辈对长辈、下属对上级要尊敬，一句话就可以说清楚。可是，尊敬的礼仪却详细得多：见面怎样打招呼、走在一起谁先谁后，甚至谈话时的语气语调，等等，在礼仪中都有具体规范。

这样说，是不是意味着礼仪和道德之间差别巨大，甚至没有多大关系呢？也不是。人内心的思想感情要表达出来，离不开外在的言谈举止和神情仪表。思想感情藏在内心，假如不通过外在的礼仪表现出来，别人又怎么会了解？假如在礼仪上一窍不通，不懂得什么样的思想感情应该用什么样的礼仪来表现，别人又怎么会准确了解自己？可见，礼仪和道德（其实也包括其他的规范）也是有密切关系的。

二、礼仪的特点

为了加深大家对礼仪的理解，我们下面再简略介绍礼仪的几个特点。

1. 礼仪是普遍存在的

礼仪处处存在，时时存在，可以说存在于我们生活的各个方面，每时每刻伴随着我们。这就提示我们，要想真正做一个知礼守礼的人，随时随地都需要注意自己的行为表现。

比如说，你是一个员工，每天早上起床之后要穿衣打扮，这也是一种礼仪。适当的妆容对别人来说是一种尊重，你不能蓬头垢面地去上班，这其中就包含着礼仪。你出门之后要乘坐交通工具，如果你坐公交车的话，上车的时候要排队，要按顺序上车，上车之后遇到老幼妇孺要主动起来让座，这些都是礼仪的一部分。到了公司之后，遇见领导和同事要面带微笑打招呼，这些也是礼仪的一部分。

2. 礼仪是有差异的

这里的差异性是指，世界上没有通行古今而不变、放之四海而皆准的礼仪。古代的礼仪和现代的礼仪不一样，中国的礼仪和外国的礼仪不一样，城市的礼仪和农村的礼仪不一样；此外，不同民族、不同宗教的礼仪也不一样。这就提示我们，在学习、实践礼仪时，不能想当然，不能照搬照套，一定要切合眼下的具体情况。

我国古人相见，用拱手作揖、跪拜、万福之类的礼仪，而现在则流行握手。除了个别场合，如果有谁再磕头跪拜，就显得不合时宜了。许多国家盛行拥抱礼，但在我国大部分地区，见面拥抱则让人不习惯。见面礼包含的态度是一样的，就是对别人表示尊敬，但由于时代、地域等的差异，礼节往往迥然不同。

3. 礼仪是不断发展变化的

哪怕是再流行的礼仪，都不是一成不变的。时代不断进步，人与人的关系在变化，人的观念在变化，因此礼仪也会发生变化。这就是礼仪的发展性。差异性中实际上包含着发展性的意思，但为了强调，这一点还是值得单独提出来。礼仪有发展性，这就提示我们，要跟上时代的步伐，及时了解社会礼仪的新动向，不能墨守成规，不能固执地排斥一切新礼仪。

喜欢坚持原有的礼仪，看不惯礼仪中出现的新变化，这在年龄比较大、心态比较保守的人那里较为常见。随着社会生活大环境的改变，礼仪不可能依然如故。例如，中国的古礼在很多方面都十分烦琐、复杂，施行起来费时费力。如果照搬到现代社会里，显然不符合时代要求。现代生活的节奏非常快，因此在体现礼仪精神实质的前提下，总的原则还是简便易行为佳。可见，礼仪不只在过去发生了很大变化，将来仍然会发生很大变化。

4. 礼仪是约定俗成的

应该说，各项礼仪在出现的时候，一般都有它的原由。也就是说，礼仪为什么是这样规定而不是那样规定，自有能说出的原因。比如见面握手，据说就来源于古人的做法。那时，为了向别人表示友好，就把右手伸出来，让对方知道自己手里没有武器。这种做法，天长日久就演变成了今天的握手礼。虽然礼仪都有来由，但一旦形成，往往就成了习俗，绝大多数人只是照样子做，而不关心当初的原由。人人都这样做，就成了规矩，就不能允许个别人独出心裁、随意改动。礼仪的这个特点，要求我们尊重大众的习俗，不要在言谈举止上标新立异，否则会影响我们与别人的交往与相处。

三、现代礼仪的原则

通过上面的介绍，大家已知道，礼仪涉及我们生活、工作的方方面面。

在学过后几章之后，大家还会发现，礼仪的具体内容非常之多。在这里，我们要思考一个问题：这么多礼仪要求，是不是由什么人强制规定的？还是相反，它们体现着我们这个社会多数人都认可的某些想法？答案应该是后一种。

礼仪是我们待人接物时要遵守的一种规矩。应该怎样待人接物，不同时代的人有不同的想法，我们这个社会也有自己的想法。礼仪很多、很细，但都是体现这些想法的。所以，礼仪当中包含着的这些想法，实际上就是礼仪的精神实质。我们把这些想法或精神实质叫作原则。理解了这些原则，我们在学习礼仪、实践礼仪时，可以变得更加自觉、更加方便。

在我们国家，现代礼仪的原则主要有以下几项。

1. 平等原则

现代礼仪中的平等原则，是指以礼待人，有来有往，既不能盛气凌人，也不能卑躬屈膝。平等原则是现代礼仪的基础，是现代礼仪有别于以往礼仪的最主要原则。

既然现代礼仪讲究平等，那么怎么解释“女士优先”之类的礼仪呢？众所周知，现在许多场合都提倡“女士优先”：男士见了女性，一般不得主动握手，除非女士先伸手；尽管公共汽车非常拥挤，男士也会让女士们先上车；一同进门、出门，男士让女士先走；分享某种东西，男士让女士先挑选。其实，这和平等原则不矛盾，只是现代社会尊重女性、适当照顾弱者的体现。

2. 互相尊重原则

古人说：“敬人者，人恒敬之。”只有相互尊重，人与人之间的关系才会融洽和谐。可以说，礼仪的多数内容就是为了体现人与人之间的相互尊重。人和其他动物的一个不同之处，就在于人不只看重物质性的东西，而且希望得到周围人的尊重。这就是为什么任何一个正常人都希望被别人以礼相待的原因。

上海有一家电影院曾发生这样一件事：年末，电影院经理把员工（包括离退休人员）及其家属都请到电影院来开一个茶话会。会前，专门制作了这些离退休人员和在职职工的生活录像片，会上放给大家看。每个人，尤其是离退休职工非常感动。原因很简单，这些人一辈子干的工作就是给别人放电影，从来未感受到自己上银幕是什么滋味。今天他们有机会在给人们放了一辈子电影的电影院里看见自己走上银幕，感到电影院领导没有忘记自己一辈子的辛苦，他们能不感动吗？因而很自然地，每一个人对自己单位的感情都加深了，同时精神上也感到振奋，团体的凝聚力大增。

要想在与人交往中通过礼仪的形式体现出对对方的尊重，就应该从以下

几个方面做起：

第一，与人交往，要热情而真诚。热情的态度，意味着对别人的用心接纳，会给人留下受欢迎、受重视、受尊重的感觉，而这本来就是礼仪的初衷和要旨。当然，热情不能过火，过分的热情会使人感到虚伪和缺乏诚意。所以，待人热情一定要出自真诚之心，要是尊重他人的真挚情感的自然流露。如果心存不敬，却又要故意表现出热情，只会让人感到做作，引起反感。比如在商业、服务行业，这一点在与客户及其他来访者打交道时尤为重要。不论来访者是不是客户，客户部的工作人员都应热情接待；不论是不是自己的客户，我们都应热情真诚地为其服务。

第二，要给他人留有面子。所谓面子，即自尊心。即便一个毫无廉耻之心的人，也存在着一定的自尊心。失去自尊，对一个人来说，是一件非常痛苦、难以容忍的事情。所以，伤害别人的自尊是严重失礼的行为。

第三，允许他人表达思想、表现自己。每个人都有表达自己思想、表现自己的愿望。社会的发展，为人们弘扬个性提供了更为广阔的空间。丰富的个性色彩和多元思想的共存，是现代区别于传统社会的一个基本特征。因此，现代礼仪中的互尊原则，要求人们必须学会彼此宽容，尊重他人的思想观点和个性。

3. 诚信原则

诚信原则是指遵时守信，“言必信，行必果”。取信于人在人际交往中是非常重要的。

让别人相信自己是不容易的。《韩非子》中记载着这样一则故事：有一户有钱人家的围墙被大雨冲塌了，隔壁的邻居提醒他：“要及早修复，免得盗贼侵入。”有钱人家的儿子也同样说道：“爸爸，及早修理吧，不然小偷会来的。”结果当天晚上小偷果然来了，偷走了不少东西。有钱人家的反应是：儿子预先说在前，意见很对，有先见之明；可他心里却对邻居起了疑心，怀疑邻居是小偷。从主人方面说，固然有偏见在作怪；可是，从邻居方面讲，邻居没能通过平日的表现取信于人，也是一个原因。

信任是靠慢慢积累的，与客户初次打交道，客户都会抱着怀疑的态度跟你沟通。待接触多了，如果你在工作中做得到言而有信，说什么时候出方案就什么时候出方案、答应了提供材料就提供材料，客户也就慢慢开始信任你了，这样就更有利于自己开展工作。

结合礼仪问题，取信于人的策略就是：一方面应礼仪周全，不要有失礼之举；另一方面要真正替他人着想，不能仅仅用虚礼来应付别人。

4. 宽容原则

宽容就是心胸宽广。“海纳百川，有容乃大”，能设身处地为别人着想，

能原谅别人过失，也是一种美德。宽容被视为是现代人的礼仪素养，那么如何在礼仪中遵循宽容原则呢？我们认为，应从以下几个方面做起：

第一，要做到“入乡随俗”。如中东一些国家，受宗教信仰的影响，禁止女性向家庭成员以外的男人裸露肌肤，严格讲究“男女授受不亲”。去这些国家访问做客，就应尊重他们的礼仪规范。

第二，理解他人，体谅他人，对他人不求全责备。俗话说“金无足赤，人无完人”。现实生活中的人，没有十全十美的。表现在礼仪方面，有些人擅长礼仪交际，说话办事滴水不漏；有些人则不熟悉礼仪知识，言行粗俗，用心却不坏，我们就应该善意提示、指点。

第三，虚心接受他人对自己的批评意见，即使批评错了，也要认真倾听。俗话说“人非圣贤，孰能无过”，有了过错后允许他人批评指正，才能得到大家的理解和尊重。有时，批评者的意见是错误的，但只要不是出于恶意，就应以宽容大度的姿态对待，有则改之，无则加勉。特别是在工作中，更应注意这个问题。

第二节 为什么要讲礼仪

对于礼仪在我们生活中的作用，历来就有不同的看法。有的人高度重视，认为非常重要，比如大多数的中国古人。西方人也有许多推崇礼仪的说法，如17世纪英国著名教育家约翰·洛克说：“礼貌是儿童与青年所应该特别小心养成习惯的一种大事。”德国著名文学家歌德也说：“一个人的礼貌就是一面照出他的肖像的镜子。”但也有相反的意见，认为礼仪侧重的是人外在的言行举止，因此和内在的思想感情比起来，是无关紧要的；或者认为，礼仪都是礼节、仪式、仪容上的一些琐碎规定，所谓的“小节”，不值得太在意；甚至有人认为，看重礼仪，会误导人只关心外在的东西，而忽视内心的修养。

对于以上两种观点，你是怎么看的？

礼仪对于我们的生活是很重要的，它的重要性可以从几个方面来谈。

1. 礼仪是塑造个人美好形象的条件之一

几乎每个人都会关心自己的形象，希望自己在别人眼里的形象是美好的。可是，个人形象的好坏取决于哪些因素呢？

我们首先想到的是长相。长相固然重要，但仅有好的长相，并不足以受人欢迎。当评价一位女士时，我们都很认同这样一句话，说一个人最美的不是她美丽的容颜，而是她温柔的微笑。一个人长相很漂亮，可能给我们的第一印象会很好；但如果她总是待人冷冰冰的，整日绷着个脸，时间长了估计