

现代礼仪培训经典教程

青年处世与 社交礼仪

全书

付红梅◎编著

最实用的处世哲学

QINGNIAN CHUSHI YU SHEJIAO LUYI

- 讲礼仪是一种才能
- 讲礼仪是处世的根本
- 讲礼仪是成功的潜在资本
- 讲礼仪成就人一生



中国华侨出版社

训经典教任

青年处世与 社交礼仪

付红梅◎编著

全书

QINGNIAN CHUSHI YU SHEJIAO LUYI



中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

青年处世与社交礼仪全书 / 付红梅编著. —北京: 中国华侨出版社, 2006.2

ISBN 7-80222-063-7

I. 青... II. 付... III. 人间交往—礼仪—青少年读物 IV. C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 160374 号

● 青年处世与社交礼仪全书

编 著 / 付红梅

责任编辑 / 张海元

经 销 / 新华书店

开 本 / 880×1230 毫米 1/32 开 印张/13 字数/250 千

印 刷 / 北京银祥福利印刷厂

版 次 / 2006 年 4 月第 1 版 2006 年 4 月第 1 次印刷

印 数 / 5000 册

书 号 / ISBN 7-80222-063-7 / C·52

定 价 / 24.80 元

中国华侨出版社 北京市安定路 20 号院 3 号楼 邮编: 100029

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

▶ 前 言

礼仪代表你的品位

当今时代，礼仪是社会文明的重要标志，也是人们处世待人的准则。遵循礼仪，交际应酬就会得心应手、游刃有余，生活也会变得更加和谐、顺畅；违背或偏离礼仪，往往会事与愿违，事倍功半。

我国素有“礼仪之邦”的美称，早在 2000 多年前，就已经有了比较成熟的“周礼”。彬彬有礼一向是古人所尊崇的一种处世准则。中国最早的诗歌总集《诗经》曾对此做过生动的阐释：“相鼠有皮，人而无仪！人而无仪，不死何为？”

礼仪不仅显示一个人的素养，而且还影响人生的发展。一个崇尚礼仪的人不仅能够抓住稍纵即逝的人生机遇，更能为自己的发展“储蓄”人情，进而获取用之不



竭的人脉资源；一个不懂礼仪的人，则如同一艘行驶在陆地上的船，会被碰得千疮百孔。

身处在百舸争流、千帆竞渡的时代，拥有礼仪意识和掌握更多的礼仪知识，是时代赋予青年人的责任，也是青年人获得成功的无价财富。从某种意义上说，礼仪已经成为一种潜在资本，成为参与激烈竞争的杀手锏。

本书从青年人处世与社交实践出发，详细介绍了有关实用礼仪知识。全书共分八个篇章：仪态礼仪、交际礼仪、待人处世礼仪、职场礼仪、商务礼仪、人情往来礼仪、家庭礼仪、日常生活礼仪；涵盖了青年人生活、职场、发展、交际、家庭的方方面面，对于涉世之初的青年人来说，不愧是一种处世指南。

细细地品读你手中的这本书吧！它会为你的人生提供丰富的精神营养，让你成为一个举止有度、大方优雅的人，成为一个言谈得体、神采奕奕的人，在处世与社交中展示自己独特而迷人的魅力！



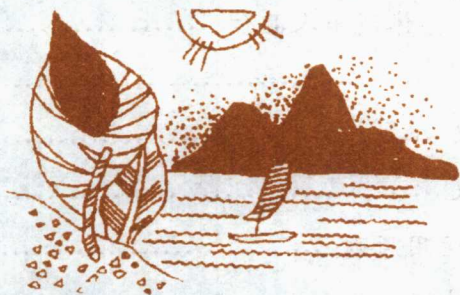
第一章

仪态礼仪

1 仪表，决定个人成败	8
2 光鲜的面部是社交成功的关键	13
3 服饰，打造你的第一印象	18
4 女士的风采：女士着装礼仪	23
5 男士的品味：男士着装礼仪	28
6 举止优雅，体现个人品位	33
7 站姿礼仪	38
8 坐姿礼仪	43
9 行姿礼仪	48
10 手势的运用原则	53
11 微笑是最好的见面礼	58
12 以独特的气质打动人	63
13 言谈礼仪有讲究	68



14. 交谈的润滑剂——寒暄	49
15. 得体的称谓：让你赢得尊重	53
16. 聆听也是一种尊重	57
17. 交谈有禁忌	60
18. 把握好传情达意的表情	63
19. 男士仪态礼仪禁区	67
20. 女士仪态礼仪禁区	70





第二章

交际礼仪

1. 交际礼仪成就社交人生	123
2. 善待每一个人，构建完美的社交网	127
3. 社交应酬礼仪的“黄金法则”	131
4. 胆怯者如何走进人群	135
5. 扣人心弦的自我介绍	139
6. 恰当地介绍他人，搭起相识的桥梁	143
7. 握手展示你的真诚	147
8. 恰当致意，让人喜欢你	151
9. 迎来送往的礼仪	155
10. 合宜的赞美沁人心脾	159
11. 满足需要最让对方开心	163
12. 选择彼此感兴趣的话题是对别人的尊重	167
13. 站在对方的角度看问题是一种礼节	171
14. 与不同性格人交往的十个秘诀	175
15. 巧妙提问：敲启对方的心门	179



16. 拒绝讲艺术，将“不”轻松说出口 122
17. 批评：委婉而不攻击 125
18. 酒桌之上有礼仪 128
19. 带着你的礼仪走进宴会 131





第三章

待人处世礼仪

1. 处世待人，礼多人不怪	137
2. 不必强争，处世“理”为先	139
3. 保持本色，积极处世	142
4. 内方外圆，处理得当	144
5. 随顺自然，平和处世	147
6. 察微知著，悉心洞察他人	149
7. 趋利避害，处世良方	153
8. 赞美：使你成为广受欢迎的人	155
9. 赢得别人信赖的方法与技巧	158
10. 以退让开始，以胜利告终	161
11. 学会幽默，轻松处世	163
12. 处世不能锋芒毕露	167
13. 不能触及对方的隐痛	170
14. 处世不要牢骚太盛	172
15. 君子成人之美	175



第四章

职场礼仪

1. 精通礼仪，职场上纵横捭阖 179
2. 敬业与实干是职场最大的礼仪 182
3. 职场面试礼仪 185
4. 面试禁忌 188
5. 初入职场的礼仪规则 190
6. “融”在职场的礼仪 193
7. 与上司默契配合的礼仪 196
8. 如何让上司接受你的意见 199
9. 如何让上司重视你 202
10. 同事间融洽相处的礼仪 205
11. 与同事分享胜利和荣耀 208
12. 职场竞争要争取双赢 211
13. 远离职场中的三种人 213
14. 轻松遨游职场的言谈礼仪 216
15. 办公室礼仪准则 220
16. 办公室八大禁忌 222





第五章

商务礼仪

1. 商务礼仪为你广结人缘和财源	227
2. 先交朋友, 后做生意	229
3. 精诚合作, 创造财富	231
4. 平等竞争是商务礼仪的核心	234
5. 投其所好, 商务交往游刃有余	236
6. 将心比心, 商务谈判易如反掌	238
7. 说服讲礼仪, 让对方心悦诚服	240
8. 答复有方法, 商务谈判才能稳操胜券	243
9. 感染客户, 热情是关键	246
10. 讲“礼”为先, 攻心为上	249
11. 信誉是推销之本	252
12. 真诚是一种礼节: 对客户不要隐瞒	254
13. 商务拜访礼仪	257
14. 商务接待礼仪	260
15. 商务洽谈礼仪	263
16. 开业庆典礼仪	266
17. 商务签约礼仪	269



第六章 人情往来礼仪

1. 送礼送进人“心坎” 275
2. 经常往来，做好人情生意 278
3. 顺水人情怎么送 281
4. 预约拜访，适时告辞 284
5. 邀请和约会的礼仪 287
6. 做客讲礼节 290
7. 待客有礼仪 293
8. 把握馈赠的原则 296
9. 把握送礼良机 299
10. 把合适的礼物送给合适的人 301
11. “礼”解人意，薄礼传深情 304
12. 送礼讲技巧，小礼寓深情 307
13. 答礼与受礼的礼仪 311
14. 送花讲礼仪，鲜花寄人情 314
15. 探病礼仪 317
16. 送礼莫弄巧成拙 320



第七章

家庭礼仪

1. 礼仪使家庭更幸福和睦	325
2. 夫妻相处礼仪	328
3. 互尊互爱让夫妻关系更亲密	331
4. 妻子永葆魅力的五大秘方	333
5. 夫妻交谈有禁忌	336
6. 与父母相处的礼仪	340
7. 问候父母的礼仪	343
8. 规劝父母的礼仪	345
9. 与子女相处的礼仪	347
10. 以理服人是教育子女的关键	350
11. 教育子女的“千金方”	353
12. 兄弟姐妹相处的礼仪	356
13. 婆媳相处的礼仪	359
14. 与岳父母相处的礼仪	361
15. 妯娌融洽相处的礼仪	364
16. 与老人相处的礼仪禁忌	368



第八章

日常生活礼仪

- 1. 公共场所礼仪：显示个人素养 373
- 2. 打电话礼仪 377
- 3. 接听电话礼仪 380
- 4. 结婚祝贺礼仪 383
- 5. 吊慰礼仪 386
- 6. 寿诞礼仪 389
- 7. 游览礼仪 393
- 8. 书信礼仪 396
- 9. 邻里和睦相处礼仪 399



第一章

仪态礼仪

Yitailiyi



