

社交礼仪



狄保荣 主编

黄河出版社

社交礼仪

主 编 狄保荣
副主编 王艳霞
编 委 徐 锐 李爱军
王 维 曹银玲



黄河出版社

责任编辑 李景荣

封面设计 张宪峰

图书在版编目 (CIP) 数据

社交礼仪/狄保荣编著. —2 版. —济南: 黄河出版社, 2004. 7

ISBN 7—80152—036—X

I. 社… II. 狄… III. 人际交往—礼仪
IV. C912.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 061209 号

书名	社交礼仪
编者	狄保荣
出版	黄河出版社
发行	黄河出版社发行部 (济南市英雄山路 19 号 250002)
印刷	莱芜市圣龙印务书刊有限责任公司
规格	850×1168 毫米 32 开本 7.375 印张 185 千字
版次	2004 年 8 月第 2 版
印次	2004 年 8 月第 2 次印刷
印数	10001—15000 册
书号	ISBN 7—80152—036—x/G·007
定价	16.00 元

内容简介

在现代文明社会里，讲究礼仪实非小事。以正确的礼仪待人接物，不仅反映了现实生活中每个人的道德修养和个性特征，而且也是一个国家和民族精神文明质量的重要体现。在日益扩大的社会交往中，得体的礼仪，使个人生活充满自信、友爱和欢乐，使民族精神焕发出青春魅力。

通过本书的学习，可以培养一种理解、宽容、谦虚、诚恳的待人态度；培养一种是非分明、推心置腹、与人友善、助人为乐的做人品行；培养一种庄重大方、热情友好、谈吐文雅的行为举止。

《社交礼仪》是一本理论与实际相结合，集思想性与知识性于一体，具有实用性和可操作性的社交必备书籍。此书深入浅出、语言生动、雅俗共赏，对广大读者有很大的吸引力。



前 言

我国现正处在一个改革开放的新时代，人们的物质文化生活水平不断提高，人际之间的交往和国际之间的交流日益加强。学习礼仪，讲究礼仪的风尚正在我们享有“礼仪之邦”美誉的文明古国悄然兴起。礼仪作为文明社会的日常行为准则，不仅是调节人际关系的手段，而且是人们高层次的生活追求。我们既要保持中华民族传统礼仪的精华，又要吸收国际通行的礼仪标准，适应现代开放社会中相互融合的趋势。人类的文明准则，是人类共同财富，具有普遍意义。通过礼仪教育训练，可以培养一种理解、宽容、谦虚、诚恳的待人态度，一种是非分明、与人为善、乐于助人的做人品行，一种彬彬有礼、落落大方、谈吐文雅、风度翩翩的行为举止。“礼仪是通向世界的通行证”。山东旅游职业学院从1991年第一届学生入学开始即开设了礼节礼貌课程，并注重了对学生日常生活中礼节礼貌修养的要求，对提高学生的良好素质起到了重要作用。本书反映了学校礼节礼貌课教学经验的结晶和学术研究的成果，对礼节礼貌的理论及知识进行了全面系统的阐述，结构严谨、内容丰富、实用性强。它不仅是礼节礼貌课的教科书，而且可以作为了解礼仪知识的普及读物。

山东旅游职业学院 赵学义

2004年8月12日

目 录

绪 论	(1)
第一章 仪容仪表仪态	(8)
第一节 仪容与修饰	(8)
第二节 着装与服饰	(21)
第三节 体态与身姿	(32)
第二章 见面的礼节	(43)
第一节 姓名与称谓	(43)
第二节 问候与介绍	(50)
第三节 敬礼与答礼	(55)
第三章 不同场所的礼仪	(65)
第一节 乘坐交通工具	(65)
第二节 商业场所	(72)
第三节 娱乐场所	(77)
第四节 其他场所	(84)
第四章 礼貌谈吐	(91)
第一节 交谈	(91)
第二节 礼貌用语	(99)
第五章 访问礼仪	(106)
第一节 拜访	(106)
第二节 接待	(111)
第三节 名片	(114)
第四节 通讯礼仪	(119)
第六章 馈赠礼仪	(127)

第一节 馈赠的方法与技巧·····	(127)
第二节 送花·····	(133)
第三节 国际赠礼习俗·····	(139)
第七章 宴请礼仪·····	(144)
第一节 宴请·····	(144)
第二节 赴宴·····	(154)
第八章 涉外礼仪·····	(161)
第一节 迎送·····	(161)
第二节 会见与会谈·····	(166)
第三节 签字仪式与开幕式·····	(169)
第四节 礼宾次序和国旗悬挂·····	(174)
第九章 世界各国习俗·····	(179)
第一节 亚洲·····	(179)
第二节 北美洲及大洋洲·····	(192)
第三节 欧洲·····	(200)
第四节 非洲·····	(208)
第十章 我国部分少数民族及港澳台地区礼仪·····	(212)
第一节 我国部分少数民族礼仪·····	(212)
第二节 我国港澳台地区礼仪·····	(226)

绪 论

中国是文明古国，有着光辉灿烂的历史文化，素以“礼仪之邦”著称于世。特别是在当今社会，中国与世界的联系以及人与人之间的交往日益频繁和广泛，得体的礼仪，可使个人生活充满自信、友爱和欢乐，使民族精神焕发出青春魅力。在对外交往中，仪态大方、彬彬有礼、举止庄重、不卑不亢，足以表现我们泱泱大国的国民精神风貌，也日益成为我们扩大开放、增进友谊、促成合作的重要方法和手段。礼仪助您成功。

一、礼仪的涵义

礼仪是指人们在社会交往活动中形成的行为规范与准则。具体表现为礼貌、礼节、仪表、仪式等。

礼貌是指人们在与他人交往的各种行为处境中所应有的品行和礼仪（包括程序、方式、容貌和风度等）。是在日常生活中，调整人们之间的相互关系、维持社会正常秩序的一种人们共同遵守的行为规范和道德准则。

礼节是指人们在社会交际过程中表示致意、问候、祝愿、尊敬等的惯用形式。

仪表是指人的外表，包括人的容貌、姿态、举止、风度、衣着、修饰等各方面。

仪式是指在一定场合举行的具有专门程序、规范化的活动。

二、礼仪的起源与发展

礼仪是世界几千年文明史的产物，是世界各民族文化的重要组成部分。礼仪体现了人类社会不断摆脱愚昧、野蛮、落后，不断走向开化、进步和文明的进程。礼仪实质上是一个历史范畴，它既有一定的继承性和延续性，又呈现动态性和发展性的趋势。从历史发展的角度考察礼仪的产生和发展，大致可分为四个阶段。

（一）礼仪的起源阶段

礼仪的起源阶段主要包括原始社会和奴隶社会的前期。礼仪是伴随着原始宗教的产生而产生的，原始宗教的祭祀活动产生了最早的礼仪形式。《说文》中解释“礼”，“履也，所以事神、致福也。”就是说“礼”是“祈福祭神”的一种仪式。由于原始人类对影响和左右自身命运的自然现象充满了敬畏和神秘感，便产生了原始崇拜和原始宗教。祭祀活动就是人类表达这种崇拜之意而举行的仪式。这种仪式在祭祀活动的历史发展中不断得到完善，进而形成一种制度。人类的自然崇拜即万物有灵论，逐渐扩展到人类自身，首先转移到那些在与自然界斗争中创造了奇迹、做了贡献的“英雄”身上，如中国古代的“教民农桑的伏羲氏”、“尝百草的神农氏”、“治水有功的大禹”等等。他们都成了人类心目中的神，理所当然地受到人们的崇拜和祭祀。随后，祖先也成为人类崇拜和祭祀的对象。人们对自然界、神灵和祖先的祭祀活动日益频繁，逐步形成种种固定的模式，形成祭祀礼仪。原始人类的其他生活礼仪也随着各种生产活动和战争等逐渐形成，用手舞足蹈庆祝胜利，用拍手、击掌、拉手、拥抱表达友谊，这都是人际交往礼节的雏形。原始社会发展到后期，社会关系逐渐复杂化，人类之间的交往日趋频繁，礼节也更加繁杂。这就需要一

种可以节制人的行为和为大家都可以接受的规范，于是便逐步产生了原始的社交礼仪。

（二）礼仪的形成阶段

礼仪的形成阶段主要覆盖奴隶社会和封建社会。进入奴隶社会，社会经济日益繁荣，人类文明日趋发展，人与自然，人与人之间的关系在各个方面、各个层次上不断展开。为了找到一种约束和规范社会生活中各种关系的通行标准，人类开始有意识地制定各种礼仪规范，于是礼仪也开始了对社会生活的全面干预。

礼仪根植于文明，随着文明的发展而形成。从世界的范围来看，不论是东方的礼仪，还是西方的礼仪，无一不是如此。中华民族是世界文明的发源地之一，几千年来创造了灿烂的文化，培养了高尚的道德，重视礼仪，甚而以礼治国、立德于礼，也形成了一整套完整的礼仪规范，是世界礼仪史的重要一页。恩格斯说，当世界上许多民族还没有形成的时候，中国就已经进入了文明时代了。从一定意义上说，中国文化就是礼的文化，中华民族就是礼的民族，中国历史就是礼的历史。礼仪在整个民族精神和政治社会生活中的作用，有着一种独特的极其重要的文化意义。

中国的商代已有完备的礼制，而周代更是将礼制扩充和用于规范整个社会生活。所谓周代的“五礼”：“吉、凶、宾、军、嘉”。吉，即吉礼，是祭祀的礼仪，为“五礼”之首；凶礼，是丧葬的凭吊之礼和灾祸的慰藉之礼；宾礼，是朝见天子或会见之礼；军礼，是征伐等军旅之礼；嘉礼，是婚嫁、宴请等喜庆场合的礼仪形式。所以说“五礼”的范围已基本包括了中国古代整个社会生活的各个领域，它作为一种规范，在大到国家重要活动，小到个人日常生活的全部社会生活，起到一种全面制约人的行为的作用。从具体的礼仪形式来说，周礼已达到了完备的阶段，并有了著名的《周礼》、《礼仪》和《礼记》三书传世。《礼仪》就记载了 17 种礼仪，习惯上概括为六个大礼：冠礼、婚礼、丧礼、

祭礼、相见礼和跪拜礼。

简言之，几千年来中国礼仪的特点是：敬为礼的要点，揖让跪拜是礼的中心，进退周旋是礼的边缘，宾主为礼的枝干，鼎俎玉帛是礼的材料，并推动了文明的发展。在这一点上，世界各国礼仪规范的形成，与中国也大体类似，只是礼的历史悠久性和礼仪规范的完备性难以比拟。

（三）礼仪的演变阶段

礼仪的演变阶段主要覆盖封建社会以至现代。进入封建社会末期，尤其是资本主义社会，随着社会发展和现代文明进程的加快，礼仪也在流传、演变、消亡和复合。一方面，在奴隶社会和封建社会形成的一整套礼仪规范，起着调节、整合、润滑各种社会关系的作用；另一方面，封建礼仪的繁文缛节又逐渐成为妨碍人类个性自由发展、阻碍人类平等交往、窒息思想自由的精神枷锁，逐渐被时代所抛弃，从而加快了礼仪的演变。

社会的进步，标志着文明的发展；经济生活和社会生活的变革，也必然带来礼仪的不断变化和进步。有些符合时代需要的礼仪被继承、完善和流传；有些带有腐朽气息，不必要的繁文缛节被废弃、渐渐消亡；有些虽保留形式，却换成新的内容，表达新的思想情绪。此外，又不断地萌生和演绎出新的礼仪，以表现新的内容和人们新的意愿。中国的礼仪规范也兼容并蓄了许多外来的、在国际上较为通行的礼仪，并且这种兼容量随着社会的发展而不断增加。

（四）现代礼仪的形成

资产阶级登上历史舞台以后，不仅在经济基础，而且在上层建筑领域进行了巨大变革，出现了能够为不同国家共同采纳的现代礼仪，这是礼仪发展的一个重要阶段。今天国际上通行的礼仪绝大部分是这个时期留下的。在中国五四运动前后，在推翻封建统治、猛烈抨击封建社会上层建筑及其意识形态的同时，对旧礼

教、旧习俗也展开了纵深批判。倡导新的文明礼仪，成为一种社会时尚。西方的进步文化和平等思想，极大地冲击了旧的礼仪习俗。西方礼仪重视人权尊严，强调相互平等，主张交际、开放，突出礼仪的简要、实用的特点，对中国的现代礼仪产生了重大影响。中国的现代礼仪，是继承了传统礼仪的精华，融合了西方礼仪的优点，并结合当今中国的改革开放的实际情况，形成的一种具有中国特色的礼仪规范。

三、礼仪的特点

在了解了礼仪的内涵之后，有必要认识礼仪的特点，结合现代社会纷繁复杂的大背景，对各种礼仪现象和礼仪规范作出多层次的审视，才可以正确认识礼仪，掌握礼仪的真谛。

（一）多样性

现代社会人际交往的丰富多彩，构成了礼仪规范的多样性。社会交往的环境、时间、对象等的不同，分别适应不同的礼仪规范。本书后面所讲的各种礼仪规范，如见面的礼节、交谈的礼节、公共场所礼节、宴会礼节、拜访与接待礼节等众多礼仪规范，只不过是包括了日常生活中的常用礼节而已。拿一个人的一生来看，生命所处的不同时期应熟悉不同的礼仪，如小时候要掌握“尊老爱幼”、“尊师守纪”、“文明礼貌”等礼仪常识；走上社会要熟悉各种公共礼仪和职业礼仪，如军人有军人的礼仪，医生有医生的礼仪，服务人员有服务人员的礼仪等等；退休以后，热心公益，又要熟悉各种社区礼仪等等。另外，民族的多样性、国家的多样性、宗教的多样性，无不是形成礼仪多样性的原因。

（二）传统性

传统性是礼仪的重要特点。这首先表现为礼仪的继承性。今天的众多礼仪规范并非一天形成的，而是将人类长期交往中的习

惯以准则的形式固定下来，或经过长期的发展和变革形成适应今天社会的形式。如尊敬老人的礼节自人类之初就存在，今天也是人类共同接受的准则。所以礼仪的传统性说明了礼仪是长期人类积累的财富，是社会进步和文明的标志之一。礼仪的传统性还表现为它的约定俗成性。不同国家、不同民族的历史背景下形成的独特风俗习惯，这正是礼仪的传统性所体现出来的。某一国家或地区的礼仪特点则是以特定文化为依据的，往往突出集中地体现了本国、本地区、本民族的心理、文化和习惯。尽管不同国家和民族的风俗习惯有所不同，但都必须尊重别人的风俗习惯，即“入乡随俗”。如伊斯兰国家忌猪肉，甚至讳言“猪”字，这是长期的宗教信仰形成的习俗，一旦进入这些国家，就要遵守这种习俗。

（三）互动性

社会交往是人们相互作用的方式和过程，它不是单方面的行动，因此礼仪具有明显的互动性。社会交往的互动性深受所处环境的影响。比如，生活中最常用的握手礼。男女之间，无论见面、分手经常互相握手，而男士一般不主动与女士握手，当女士先伸出手，男士才作出反应，颇感荣幸地去握；如果女士作为主人，在迎接客人的情景下，应主动伸手。总之，与女士握手要视当时的具体情况。礼仪的互动性，是互相尊重、友好和礼貌的体现。所以在一方施礼的情景下，另一方必然有相应的礼仪反应。例如，人们在见面时都要打招呼，如果对方主动向你问候，而你却不还礼，那将是十分失礼的行为。

（四）差异性

礼仪的差异性表现在不同的民族、不同的时代以及不同的行为处境中，有着不同的内容和要求。人们如果忽视了礼仪的差异性，就达不到交往的目的，甚至适得其反。用大拇指和食指构成一个圆圈，再伸出其他三指，这就是人们通常所用的 OK 手势。

在美国它表示“同意、了不起、顺利”的意思；在我国和法国则表示“零”；在日本、韩国则表示“金钱”；在印度表示“正确”；在地中海一带则表示骂人等等。世界各个国家和民族，由于历史发展的情况不同，产生了各具特色、丰富多彩、复杂多样的礼仪。如简单的见面礼，除比较通行的握手礼外，还有鞠躬礼、合十礼、抱拳礼、拥抱礼等。另外，礼仪的差异性还表现为同一种礼节，在不同的场合，对不同的对象，会有细微差别，这也是需要注意的。如接吻礼，要视相互关系的不同，亲吻的具体部位也有所不同。

（五）适应性

人们对于新的或异族的礼仪具有适应的能力。随着社会的发展，来源于不同的文化制度的礼仪之间能够互相兼容和互相适应，有些不同的礼仪经过长期交流、联系、调整而互相融合，形成被某一国家某一民族所乐于接受和采用的礼仪。西装起源于欧洲，是西方人常穿的一种社交服。它于清朝晚期传入中国，很快被一些城市激进的青年学生们所接受，一时“西装”成为新思想、新潮流的象征，而象征着保守与传统的长袍、马褂则日趋没落。现在，西装在我国已非常普及，大有成为标准社交服的趋势，这从一个侧面反映了中国对西方礼仪的适应。当然每一种礼仪的适应性都是特定的，并非无限的，一种礼仪只有适应一定社会文化需要的时候，它才能与原来的礼仪相结合、相融化，否则，它就遭到原有礼仪的排斥、对抗而发生冲突。之所以如此，是因为礼仪适应并不仅是礼仪本身的问题，还有政治、经济、社会等等因素在起作用。

思考题

1. 什么是礼仪？礼仪有哪些特点？
2. 礼仪的起源与发展经历了哪几个阶段？

第一章 仪容仪表仪态

在日常生活中，一个人的着装、仪容、基本体态反映出一个人的个性、习惯、爱好、审美情趣和文化修养水平，向人们传递着一种“非语言信息”。在社会交往中，一个容貌整洁、穿着得体、举止优雅大方的人，会使人未闻其声，便先留下深刻的印象，从而为今后的交往奠定很好的基础。

第一节 仪容与修饰

今天，改革开放、市场经济给国人的生活带来了乐观、自信和力量，人们在不倦地追求事业的同时，极力地追求美、塑造美。仪容修饰是一种文化价值的显现，显现了对自我的性格、爱好、气质、风度的重新塑造。尤其是在涉外交往中，仪容修饰则更是一个民族的生活方式和精神面貌的折射。

一、仪容的修饰作用

（一）掩瑕扬瑜，美化形象

仪容的修饰主要是突出个人容貌上的优点，掩盖缺陷，使人风采更加出众。因为天生丽质、美貌绝伦的人毕竟是少数，但通过恰到好处修饰，弥补和掩盖容貌上的不足之处，并在视觉上把自身较美的部位展露、衬托出来，便可使形象得以美化。如果一个人的唇形欠佳，眼睛却很美，则可强化眼部修饰，让眼睛引人注目。口红的颜色则须节制，使之与肤色接近，不可过分突

出，达到掩瑕扬瑜之效。仪容的修饰不光能掩瑕扬瑜、美化形象，更重要的是通过讲究仪容折射出的精神状态和礼仪修养，更深层次地美化形象。在与人交往中，修饰仪容体现了一个人的自尊、自爱和对社会、对他人的尊重，本身就是一种礼仪，而得体的修饰所反映出的个人风采和审美能力又从另一个角度美化着你的形象。

（二）辅佐社交，顺达事业

仪容的修饰在社会生活中会产生不可低估的作用，形成的价值是有形的。它不但影响着人们的办事效率、社交的成功、事业的顺达、生活的愉快等许多方面，还控制和左右着周围人的态度。“以貌取人”是不足取的，但却实实在在地存在着，并且相当普遍、相当根深蒂固。

因为社交，特别是初次接触，形成最初印象的因素主要是认知实际对象的外部线索和信息，经由语言和非语言的途径获得，且以非语言为主。若是你的语言传递的信息与你的仪容传达的信息一致，对方就易对你产生信任感。否则，素不相识的对方更相信的则是仪容所传递的信息。人们在较短时间内判断一个人，靠的不是背景材料，而是强烈的“第一印象”。这个“第一印象”往往是在视觉器官与观察对象的外表形态相接触的一瞬间产生的。根据“晕轮效应”，一旦“第一印象”这种定势产生了，在一定时期内就很难改变。短暂的人际接触，有时会决定你的某项事业或某种行为的成功与否，这种无声的语言不可忽视，否则将会出乎意料地失败，甚至不知道原因。

可见，借助仪容的修饰，既可美化形象，增强人际吸引，又可以辅佐事业成功。

二、仪容的清洁与保养

我们对自己的容貌进行精心的修饰打扮之后，会显得朝气蓬勃、神采飘逸，从而强烈地吸引别人的注意力，创造良好的第一印象。仪容的清洁卫生是我们保持良好形象的基础和前提。男士应该经常修面，胡须最好每天刮一次，胡须比较多的人除早晨刮一次外，出席重要活动时事先也应刮一次。洗脸时一定要清除附在面部的污垢、汗渍等不洁之物，养成正确洗脸的习惯。洗脸的正确顺序：从多油垢的“T”地带洗起，然后再洗面颊与眼部四周，最后是耳部、颈部及发际、眉骨等部位，彻底清洁皮肤。洗脸的方向从下而上，动作要轻柔。

为了使自己保持容貌的青春活力，要特别注意皮肤的保养。

（一）心情舒畅，情绪乐观

这是效果最好的“润滑剂”。经常笑，可以使面色红润，容光焕发，给人一种年轻和健康的美感。因为笑的时候，表情肌的舒展活动，使面部皮肤新陈代谢加快，促进血液循环，增强皮肤弹性，起到美容的作用。

（二）睡眠充足，皮肤亮丽

充足的睡眠对美容具有生理与心理的双重益处。人的生理器官在紧张工作一天之后，夜间良好的睡眠可以使之获得充分的休息、调整和吸收营养。早晨起来后精神饱满，会使人心情舒畅，信心十足，精力充沛，因而面色亮丽，神采飞扬。

长期睡眠不足的人，除了影响身体健康之外，对皮肤的健美有直接损害。由于生理器官在疲劳之后得不到正常休息与机制调节，会使血液循环减慢，造成眼圈发黑，内分泌失调，使皮肤的光洁度减弱，变得苍白、灰暗、无血色。睡眠不足，会引起体内循环系统的不平衡，使皮肤表面的微血管的血液循环出现滞淤现