

大学生文化素质教育书系

大学生礼仪

教育部高等教育司 组编

金正昆 编著



高等教育出版社

大学生文化素质教育书系

大学生礼仪

教育部高等教育司组编

金正昆 编 著

高等教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生礼仪/金正昆编著. —北京:高等教育出版社,
2000

ISBN 7-04-007786-8

I. 大... II. 金... III. 大学生-礼仪-基本知识
IV. K891

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 56373 号

大学生礼仪

教育部高等教育司组编

出版发行 高等教育出版社

社 址 北京市东城区沙滩后街 55 号 邮政编码 100009

电 话 010-64054588 传 真 010-64014048

网 址 <http://www.hep.edu.cn>

经 销 新华书店北京发行所

印 刷 北京印刷三厂

开 本 850×1168 1/32

版 次 2000 年 6 月第 1 版

印 张 11.5

印 次 2000 年 6 月第 1 次印刷

字 数 290 000

定 价 12.70 元

凡购买高等教育出版社图书,如有缺页、倒页、脱页等
质量问题,请在所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

内 容 提 要

本书系教育部高等教育司组织编写的“大学生文化素质教育书系”之一，是知名礼仪专家金正昆先生特意为国内大学生所编写的一本礼仪教材。

全书分为四章，约 30 万字，具体涉及私人礼仪、公共礼仪、应酬礼仪、交往礼仪等当代人所难以回避的各类实际的礼仪问题。它兼具权威性、系统性、知识性、趣味性与可操作性，重视理论联系实际，注意照顾当代大学生的特点，实例丰富。它既可作为大专院校的专用教材，亦可用作在校大学生和社会各界人士的自修读物。

“大学生文化素质教育书系”编委会

顾 问：周远清 张岂之

主 任：钟秉林

副主任：杨叔子 李文海 王义道 胡显章
李进才

委 员：王义道 费振刚 王天有 叶 朗
胡显章 徐葆耕 李文海 杜厚文
石亚军 刘大椿 陈 洪 逢锦聚
张文显 马世力 施岳群 朱立元
叶取源 王斯德 许敦敦 杨叔子
刘献君 文辅相 李进才 陈春声
张楚廷 李植松 冉昌光 束鹏程
彭治平 郑惠坚 张 峰 钟秉林
刘凤泰 阎志坚

“大学生文化素质教育书系”总序

教育部副部长 周远清

加强大学生文化素质教育工作到现在已经进行四年了。1995年,加强大学生文化素质教育工作作为高等教育教学改革的一个重要探索,首先在52所高等学校进行试点,试点工作得到高等学校的普遍认同和积极响应。通过近三年的实践,试点工作取得了显著成效。在试点工作取得一定经验的基础上,教育部又相继出台了几项重要措施:制定并下发了《关于加强大学生文化素质教育的若干意见》,成立了高等学校文化素质教育指导委员会,在全国普通高校建立了32个“国家大学生文化素质教育基地”等,加强文化素质教育工作从此由试点逐步向全国高校推开。

在实践的过程中,我们认识到,要使加强文化素质教育向纵深发展,就必须实现“三提高”:提高大学生的文化素质,提高全体教师的文化素养,提高大学的文化品位与格调。实现“三提高”应是高等学校文化素质教育工作更

高的境界,也将把文化素质教育工作推向一个新的阶段。

从我国和世界社会、经济、科技的发展要求,以及 21 世纪对人才的需求出发,我国原有的高等教育人才培养体系确有许多不相适应的地方,人文教育薄弱就是较为突出的一点。实践证明,加强大学生文化素质教育,对于推动教育思想和观念的改革,推动高等教育人才培养模式的改革,对于高等学校培养适应 21 世纪需要的高质量、高素质的人才,具有重要意义。无疑,加强文化素质教育已经成为深化高等教育改革特别是人才培养模式改革的切入点,切中了我国高等教育人才培养的时弊,符合我国高等教育改革的实际,而且也顺应世界高等教育改革和发展的潮流。

党中央、国务院召开了改革开放以来的第三次全国教育工作会议,颁发了《关于深化教育改革,全面推进素质教育的决定》。《决定》以及江泽民总书记等中央领导同志的讲话,无疑为我们进一步开展加强文化素质教育工作指明了方向,更加坚定了我们做好这项工作的信心。

我们强调的加强文化素质教育,主要是通过对学生加强文学、历史、哲学、艺术等人文社会科学和自然科学方面的教育,以提高全体大学生的文化品位、审美情趣、人文素养和科学素质;我们也强调作为一种新的教育思想观念,加强文化素质教育必须贯穿于人才培养的全过程,必须课内外相结合。为此,作为推动文化素质教育工作的一项重要措施,我们组织国内有关学科的著名专家、学者,编写了这套“大学生文化素质教育书系”。它既可以作为教材,也可以作为课外读物,其主要目的是向大学生介绍中华民族的优秀传统文化,介绍人类优秀文化成果,使学生从中汲取营养,不断提高自身的综合素质和文化品位,提升自身的精神境界。

从古今中外杰出人才的成长过程来看,除老师的教导和课堂的学习外,无不从前人留下的文化精品中得到启发,受到熏陶。我们组织编写“书系”的初衷就是弘扬中华民族的优秀传统文化,体现时代精神,使它在提高大学生的人文素养和科学素质方面发挥

作用,对大学生的成长产生积极的影响。我们深信,由著名专家学者精心编撰的这套“书系”,一定能够成为大学生成长过程中的良师益友,伴随他们走上成才之路。

21世纪即将到来,知识经济已见端倪,从高等教育改革和发展的趋势看,21世纪是更加尊重知识、更加注重人才素质全面提高的世纪,就这一意义而言,我们现在所开展的加强文化素质教育仅仅是个开始,还有许多工作等待着我们共同去完成,我们相信会有更多的学校和教师参与到这项工作中来,我们也希望更多的专家、学者参与“书系”编写,为全面推进素质教育工作提供更加丰富的、高质量、高品位的文化精品,为加强文化素质教育工作做出自己的贡献。

一九九九年八月于北京

前 言

在 21 世纪来临之际,中国的大学生正在为提高自身文化素质而进行着不懈的努力。在广大中国大学生为提高其自身文化素质而进行的认真努力之中,礼仪已经日益受到了普遍的重视。

礼仪,通常指的是人们在人际交往中必须恪守的行为规范。也就是说,它是人们在同别人打交道时所应当采取的标准化、正规化的作法。不同行业、不同身份的人士,往往需要遵守不同的规范。准确地讲,大学生礼仪指的就是大学生为人处世时所应当遵守的行为准则。

就总体而言,大学生礼仪可以分成两大基本内容。其一,是有关大学生自我形象塑造的内容。它具体涉及到大学生在日常生活中的穿着打扮、言谈话语、举止行为、仪容仪态等方面。其二,是有关大学生交际应酬技巧的内容。它具体涉及到大学生在其人际交往的方方面面所需面对的各种具体问题。学习大学生礼仪时,对上述两个方面的内容应予以同等的关注,而切切不可偏废其一。应当明确:塑

造大学生的自我形象,是大学生礼仪的基本点和出发点。没有良好的自我形象,大学生在人际交往中就难于为其交往对象所认同或接受。而掌握常规的交际应酬技巧,则是大学生礼仪的重点之所在。不了解或者不遵守常规的交际应酬技巧,大学生在人际交往中就难于取得成功。

应当说明的是,大学生礼仪的具体内容不但包括了大学生日常生活的基本礼仪,而且也涉及到一些社会生活里所通用的礼仪。这既是为了开阔大学生们的视野,也是为了使大学生们为今后自己走上社会、熟悉社会、立足于社会而提前有所准备。

学习大学生礼仪可以发挥下述4个方面的作用。

首先,学习大学生礼仪有助于维护大学生的形象。现代人对个人形象无不十分在意。一个人的个人形象,其实主要就是其他人对于他的总的评价和基本印象。歌德曾经非常生动地作过一个比喻,他说:“一个人的礼貌就是照出他的肖像的镜子”。由此可见,大学生在日常生活里注意学习礼仪、应用礼仪,使自己举止得体、表现不俗、温文尔雅,自然会塑造出自己的完美形象。在某些情况下,大学生的个人形象,时常还被人们等同于大学生的群体形象,甚至是一个民族、一个国家的形象。所以大学生注意维护个人的形象,实际上也是在维护大学生的群体形象,维护自己民族的形象,维护自己国家的形象。

其次,学习大学生礼仪有助于提高大学生的素质。从某种意义上讲,礼仪即教养,教养即素质。正如一位礼仪专家所说过的:“教养体现于细节,细节展现素质。”一名当代大学生在日常生活中的一言一行、一举一动,通常都会被人们与他的个人素质直接挂钩。如果他在这些方面表现得中规中矩,其自身素质就会获得肯定的评价。反之,则会获得否定的评价。孔子曾经教诲后人说:“不知礼,无以立也”。当代大学生要提高自己的素质,就应该认真地从礼仪的学习与应用着手。

再次,学习大学生礼仪有助于大学生人际沟通能力的改善。

所谓沟通,即人与人之间的相互理解。人是需要理解的,相互理解往往是人际交往取得成功的重要前提。一般认为,在人际交往中,尤其是在跨行业、跨地区、跨文化背景的人际交往中要指望取得成功,大都需要交往双方共同借助于某种约定俗成的习惯性作法来尝试沟通。这种有助于沟通的人际交往的约定俗成的习惯性作法,又称沟通技巧。实际上,礼仪就是一种行之有效的沟通技巧。法国思想家拉罗什福科曾说:“礼仪是所有规范中最微小却最稳定的规范。”

最后,学习大学生礼仪有助于促进大学生的交际。在社会生活中,每一个人都必然要同别人进行交际,大学生们也是如此。平心而论,作为有知识、有教养、风华正茂的年轻一代,大学生们是渴望交际、喜欢交际的。然而由于种种原因,有的大学生怯于交际,有的大学生不善交际,有的大学生则在交际之中不得其法。作为交际应酬技巧,礼仪实质上是一门交际艺术。学习大学生礼仪,必定会对大学生交际能力的提高大有帮助。

在学习大学生礼仪时,除了对其需要加以高度重视之外,有两点必须予以注意。一是大学生在学习、运用礼仪时,应以自律为本。学习和运用礼仪,不但要自觉、自愿,而且还要时时处处以之维护个人的自尊、自爱。二是大学生在学习、运用礼仪时,应以敬人为先。前苏联杰出的教育家苏霍姆林斯基说过:“只有尊敬别人的人,才有权受到别人的尊敬。”礼仪的核心在于敬人,“礼者,敬人也。”惟有铭记此点,才能够真正地学习好、运用好礼仪。

编者
1999年8月

目 录

前言	(1)
----------	-------

第一章 私人礼仪	(1)
----------------	-------

第一节 修饰	(2)
--------------	-------

一、面部修饰	(3)
--------------	-------

二、头发修饰	(6)
--------------	-------

三、肢体修饰	(11)
--------------	--------

第二节 化妆	(16)
--------------	--------

一、化妆守则	(17)
--------------	--------

二、化妆方法	(20)
--------------	--------

三、化妆禁忌	(25)
--------------	--------

第三节 仪态	(28)
--------------	--------

一、站立姿势	(30)
--------------	--------

二、行进姿势	(34)
--------------	--------

三、蹲坐姿势	(38)
--------------	--------

四、手臂姿势	(45)
--------------	--------

五、神态表情	(51)
--------------	--------

第四节 服饰	(56)
--------------	--------

一、服饰应时	(58)
--------------	--------

二、服饰应事	(60)
--------------	--------

三、服饰应己	(63)
--------------	--------

四、服饰应制	(67)
第五节 谈话	(70)
一、谈话语言	(72)
二、谈话主题	(78)
三、谈话方式	(83)
附 西装	(88)

第二章 公共礼仪	(106)
第一节 公德	(107)
一、维护秩序	(108)
二、关心他人	(110)
三、讲究卫生	(113)
四、爱护环境	(115)
第二节 会面	(116)
一、称呼他人	(117)
二、互致问候	(120)
三、进行介绍	(122)
四、彼此握手	(126)
五、交换名片	(128)
第三节 赠礼	(132)
一、选择礼品	(133)
二、赠送礼品	(136)
三、接受礼品	(138)
第四节 交通	(143)
一、徒步行走	(144)
二、乘坐汽车	(148)
三、乘坐火车	(152)
四、乘坐轮船	(155)
五、乘坐飞机	(158)

第五节 书信	(162)
一、书信格式	(163)
二、通信技巧	(168)
第六节 通讯	(175)
一、接打电话	(176)
二、手机、呼机	(182)
三、收发传真	(186)
四、电子邮件	(188)
第三章 应酬礼仪	(192)
第一节 宴会	(193)
一、操办宴会	(194)
二、用餐规范	(199)
三、席间举止	(207)
第二节 舞会	(211)
一、组织舞会	(212)
二、舞场表现	(219)
第三节 晚会	(226)
一、筹备晚会	(227)
二、参与晚会	(233)
第四节 集会	(241)
一、主持会议	(242)
二、会间发言	(247)
三、聆听讲话	(252)
第五节 拜会	(255)
一、作客之规	(256)
二、诗客之道	(263)
附 西餐	(270)

第四章 交往礼仪	(289)
第一节 家庭	(290)
一、孝敬长辈	(291)
二、厚待同辈	(295)
第二节 学校	(301)
一、师生关系	(302)
二、同学关系	(307)
三、集体关系	(311)
第三节 友邻	(315)
一、朋友相处	(316)
二、同乡相处	(320)
三、邻里相处	(324)
第四节 涉外	(328)
一、求同存异	(329)
二、不卑不亢	(331)
三、入乡随俗	(334)
四、热情有度	(336)
五、不必过谦	(338)
六、女士优先	(341)
后记	(344)
“大学生文化素质教育书系”第一批书目	(346)

第一章 私人礼仪

古人曾经说过：“正人必先正己。”学习礼仪、运用礼仪，也是如此。只用礼仪去要求别人，而从来不用礼仪来要求自己，永远都不可能学好、用好礼仪。

私人礼仪，又叫个人礼仪。它是每一个人在参加人际交往时用以要求自身的有关礼仪规范。对于大学生而言，私人礼仪是其待人接物的立身之本，是其自我要求、自我表现之所本。

大学生所必须明确的私人礼仪的宗旨，是要为人际交往的每一位参加者努力塑造出一个尽可能完美的个人形象。故私人礼仪亦可被视之为有关个人形象塑造的常规礼仪。

一般而言，一个人的形象，主要与别人对他的评价与看法有关。而人们对于一个人的评价与看法，通常又与对他的第一印象直接相关。具体来看，人们对于一个人的第一印象，主要来自对其修饰、化妆、服饰、仪态、谈话等方面的综合认识与印象。因此，私人礼仪主要包括上述内容，而大学生们要塑造和维护个人的形象亦应在这些方面着手。

第一节 修 饰

处于豆蔻年华的汤宝茹,是一名天性爱美的女大学生。即便在紧张而繁忙的学校生活中,注重修饰的汤宝茹也时时不会忘记打扮自己。这不,现在她就染了一头亚麻色的彩发,纹了两道又细又弯的眉毛,十只手指留着长长的指甲,自我感觉良好地在自己的校园里露面了。

令汤宝茹多少有些失落的是,自己周围那些见多识广的人们似乎对于她的这种形象反应不佳。认识她的人往往对她侧目而视,不认识她的人则大都对她避而远之。汤宝茹的问题,主要在于她的修饰不得法。由于她未能对自己进行正确的定位,所以她对自己的修饰未必真正地适合自己。

每一个人在日常生活里都离不开自我修饰。所谓自我修饰(简称修饰),一般是指人们根据常规的审美标准对自己的仪表进行必要的修整、打扮和装饰。对大学生而言,重要的是自我修饰既要美观、规范,又要符合礼仪。

进行自我修饰时,大学生务必要符合常规的审美标准。其具体含义主要有以下3方面:

首先,需要讲究修饰美。在日常生活中,大学生有必要根据自身条件进行必要的修饰,以便扬己之长,避己之短,为自己塑造出完美的个人形象,以便在人际交往中使自己显得自尊自爱、有备而来。

其次,需要重视自然美。修饰自我形象时,大学生必须注意适度而为,符合身份,突出自然美。作为一名大学生,自然本分、朴实