

全国师范院校“十二五”系列规划教材

唐志华 杨志敏 主 编

JIAO SHI LI YI XIU YANG

教师礼仪修养



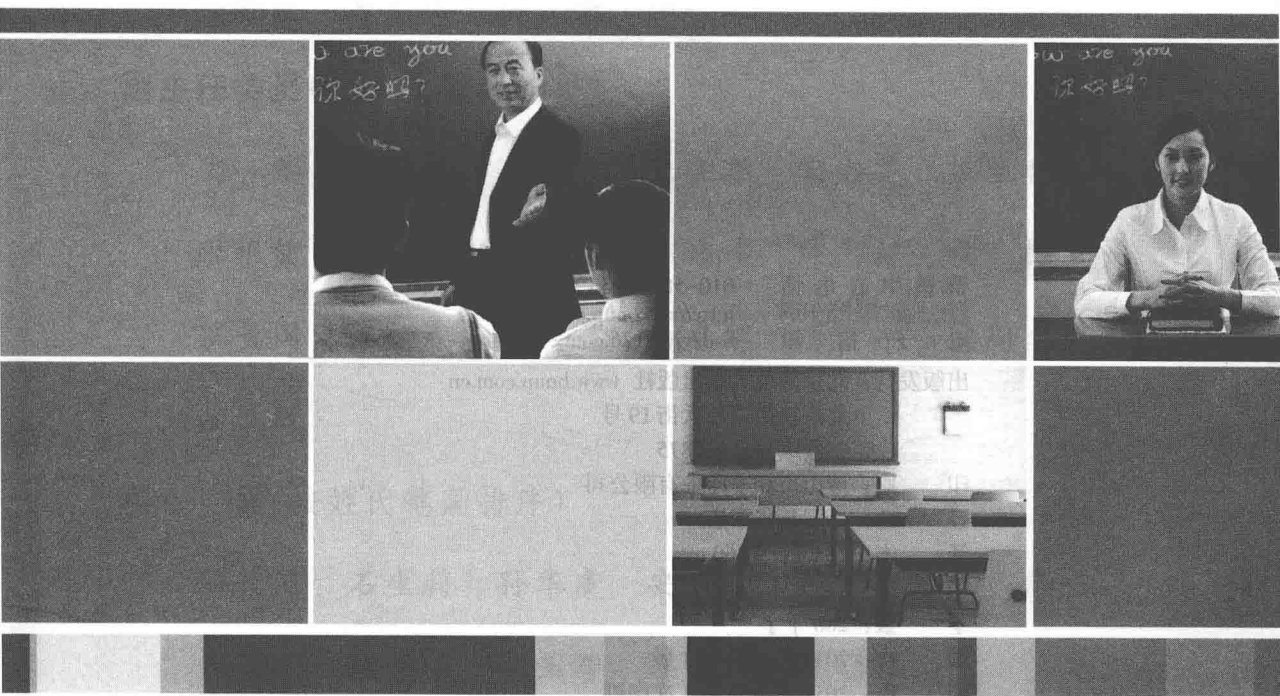
北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

全国师范院校“十二五”系列规划教材

唐志华 杨志敏 主 编

JIAO SHI LI YI XIU YANG

教师礼仪修养



责任编辑：唐志华
封面设计：杨志敏
文字编辑：杨志敏



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

教师礼仪修养 / 唐志华, 杨志敏主编. —北京: 北京师范大学出版社, 2012.6

(全国师范院校“十二五”系列规划教材)

ISBN 978-7-303-13903-3

I. ①教… II. ①唐…②杨… III. ①教师—礼仪—幼儿师范学校—教材 IV. ①G451.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第245670号

营销中心电话 010-58802755 58800035
北师大出版社职业教育分社网 <http://zjfs.bnup.com.cn>
电子信箱 bsdzyjy@126.com

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com.cn

北京新街口外大街19号

邮政编码: 100875

印 刷: 唐山市润丰印务有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 184 mm × 260 mm

印 张: 11.25

字 数: 200千字

版 次: 2012年6月第1版

印 次: 2012年6月第1次印刷

定 价: 19.80元

策划编辑: 姚贵平

责任编辑: 姚贵平

美术编辑: 高霞

装帧设计: 北京翰艺堂

责任校对: 李菡

责任印制: 吕少波

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

编写委员会名单

主任委员

冯晓霞 朱家雄 秦金亮 杨 文

副主任委员(按姓氏笔画排序)

文 颐 刘 洋 庄建东 朱宗顺 宋占美 张兰香

张根健 张祥华 陈文华 陈伟军 陈志超 杭 梅

罗长国 郑健成 郦燕君 唐志华 唐学军 梁周全

黄淑敏

委 员(按姓氏笔画排序)

邓大河 石生莉 孙华庚 安春芳 张锋利 陈 华

周玲玲 武建芬 胡玉智 蒋荣辉 戴猛强

前 言

礼仪是人类社会文明的表现形式之一,伴随着人类社会的发展而发展。礼仪是一种秩序,是社会确定的人们应当共同遵守的思想道德规范和行为规范,是道德的外在表现形式。人们把讲究礼仪、礼节、礼貌作为一个国家和民族文明程度的重要标志。

在现代文明社会中,“礼仪”不仅关系到整个社会的精神文明和社会风气、民族风貌,也关系到文化事业、经济事业、民族和睦、教育事业和国际交往等各个领域的基础建设。礼仪作为一种社会活动,它对各类团体和社会组织来说,不仅反映其管理水平,也反映其员工基本素养;对个人来说,一方面,礼仪程度是衡量人道德水平高低和待人接物素养的尺度;另一方面,礼仪是人们适应社会发展、促进事业进步的必要途径。

礼仪的内涵十分丰富,但其本质和核心在于尊重,对自己、对他人、对社会、对事物、对环境的尊重。对在校师范生来说,礼仪学习有着双重意义。除了要通过认真、系统的学习和有意识的训练,培养真诚友善、谦虚随和、理解宽容的待人态度,形成端庄大方、热情友好、谈吐文雅、有理有节的行为举止,把它作为一项基础职业素养外,还要树立尊重意识,提升内在思想道德品质,为礼仪的教育和传授打下基础。

本书旨在让师范院校的学生了解现代礼仪的基本常识,掌握作为教师的接人待物的方法与技巧,形成人际交往及教师职业中的基本礼仪规范,树立起良好的教师形象,并养成良好的教师职业意识。

本书强调知识与规范学习的同时,充分挖掘其思想教育功能,致力调动学生学习的主动性、积极性与创造性,以保证学生学习的质量与效果。

本书针对师范生的认知规律与特点,注重每一种礼仪规范的训练与养成,力求使学生真正做到“举手投足皆有礼”。

本书由南京幼儿高等师范学校唐志华、郑州幼儿师范学校杨志敏担任主编,第一章由运城幼儿师范高等专科学校李平编写,第二、第三章由杨志敏编写,第四、第五(第一、第二、第四、第五节)、第七章由南京幼儿高等师范学校赵春燕编写,第五章的第三节由南京幼儿高等师范学校黄立新编写,第六章由南京幼儿高等师范学校周全编写。唐志华校长负责全书的编写组织、统稿、定稿工作。

本书中如有不妥和疏漏之处,敬请广大读者批评指正。

编 者

目 录

第一章 礼仪概述	1
第一节 礼的起源	1
一、礼的起源	2
二、礼貌、礼节与礼仪	3
第二节 礼仪的意义与原则	4
一、礼仪的意义	4
二、礼仪的原则	5
第三节 培养礼仪修养的途径	8
一、培养礼仪修养的具体途径	8
二、师范学校礼仪教育的特殊性	11
思考与练习	12
第二章 个人礼仪	13
第一节 仪容仪表素养	14
一、整洁大方的仪容仪表	14
二、得体雅致的衣着服饰	21
第二节 仪态举止	28
一、表情	29
二、站姿	35
三、坐姿	37
四、走姿	40
五、蹲姿	41
六、手势	42
七、鞠躬	45
思考与练习	49
第三章 公共礼仪	53
第一节 公共场所礼仪常识	54



一、公共场合中的礼仪要求·····	54
二、人际交往的空间距离·····	56
第二节 交通礼仪·····	59
一、行走的礼仪·····	59
二、上下楼梯与自动扶梯的礼仪要求·····	60
三、乘坐电梯的礼仪·····	62
四、乘车(船)礼仪·····	63
第三节 称谓礼仪·····	66
一、称谓的要求·····	66
二、称谓的运用方式·····	68
三、称呼的禁忌·····	69
第四节 介绍礼仪·····	70
一、介绍手势·····	71
二、介绍的方式·····	71
第五节 握手礼仪·····	74
一、握手的方法·····	74
二、握手的次序·····	75
三、握手的礼仪·····	75
第六节 交谈礼仪·····	76
一、交谈中的话题·····	77
二、谈话的礼仪·····	78
三、谈话的禁忌·····	79
四、交谈中的聆听·····	81
五、交谈中的目光·····	82
六、学会幽默·····	82
第七节 拜访与聚会礼仪·····	84
一、拜访·····	85
二、聚会礼仪·····	87
思考与练习·····	87
第四章 学校礼仪·····	92
第一节 课堂礼仪·····	93
一、学生课前准备的礼仪·····	93
二、学生上课过程中的礼仪·····	94
三、学生上课结束后的礼仪·····	95

第二节 师生交往礼仪	95
一、与教师交往的礼仪	96
二、与同学交往的礼仪	98
第三节 校园公共场合礼仪	100
一、升降旗仪式礼仪	100
二、集会礼仪	103
三、观看演出的礼仪	103
四、图书馆、阅览室礼仪	104
五、餐厅用餐礼仪	105
六、宿舍礼仪	106
思考与练习	108
第五章 公务活动礼仪	109
第一节 办公室日常礼仪	110
一、办公室环境	110
二、办公室中的个人礼仪形象	111
三、办公室常规性来访接待礼仪	113
第二节 电话礼仪	114
一、接电话	114
二、打电话	116
三、移动电话	116
第三节 会议礼仪	118
一、出席会议的礼仪	119
二、会议服务的礼仪	122
三、会议接待的礼仪	126
四、会议中的服务工作	128
第四节 宴请礼仪	128
一、宴请的形式	128
二、宴请的组织	129
三、进餐中的礼仪	132
第五节 馈赠礼仪	135
一、送礼的时机	135
二、礼物的选择	136
思考与练习	138



第六章 求职与就业礼仪	139
第一节 面试前的准备	139
一、知己知彼、确定求职目标	139
二、形象准备	142
三、其他准备	144
第二节 编写简历	144
一、自荐信	144
二、履历表	147
第三节 求职过程中的礼仪规范	149
一、入场、坐定	151
二、自我介绍	151
三、考官提问, 双方交谈	152
四、考官请应聘者提问	152
五、考官示意结束	152
思考与练习	152
第七章 涉外礼仪	153
第一节 外事接待礼仪	154
一、礼宾次序	154
二、国旗悬挂礼仪	156
第二节 涉外礼仪中的习俗与禁忌	157
一、数字的忌讳	157
二、颜色的忌讳	158
三、花卉的忌讳	159
四、动物图案的忌讳	160
第三节 与礼仪相关的世界各国主要节日	160
一、中国传统节日	160
二、国外主要节日	163
思考与练习	167
参考文献	168



第一章

礼仪概述



学习·目标

通过本章学习，你应该能够实现以下目标：

1. 了解礼仪的起源，理解礼貌、礼节与礼仪的含义。
2. 掌握礼仪的基本原则，能在实践中自觉坚持礼仪原则。
3. 明确培养礼仪的主要途径，自觉提高自己的礼仪素养。

朋友们，你想受到他人的尊重吗？你想成就一番事业吗？你想成为高尚的人吗？如果你的回答是肯定的，那么，你就必须懂得礼仪。你只有学会尊重他人，你才会受到他人的尊重；你只有学会与人和睦相处，你的事业才会一帆风顺；你只有学会帮助他人，你才能得到他人的帮助。怎样才算懂得礼仪，怎样做才是不失礼仪？首先，我们必须学习礼仪的相关知识。

第一节 礼的起源

凡人之所以为人者，礼仪也。——《礼记·冠义》

这句话的意思是，为人之所以是人，是因为人讲礼仪。《礼记》成书于春秋时期。那个时代的人们已经意识到了礼仪的重要性，并把礼仪作为人与动物的区别。可以说，中国被称为“礼仪之邦”是有其根据的。现代的人们理应继承传统礼仪的精华，让中国的礼仪文化发扬光大。



一、礼的起源

礼，起源于祭祀。《说文解字》说：“礼者，履也，所以事神致福也，从示为豊。”“示”，是意符，说明“礼”与祭祀有关，“豊”是盛食物的器皿。古代祭祀主要分为两种：一是祭祀自然神；二是祭祀祖先。远古时期，人们认识低下，对一些自然现象无法解释，如雷、电、雨、雪等，进而对此充满了恐惧、敬畏，认为这些自然现象来自于神灵，所以，对自然神灵顶礼膜拜，希望它们赐福消灾。这就是祭祀自然神。同时，人类对自身的生老病死等现象，也是难以理解的。并认为人死后灵魂不灭，灵魂既能保佑生者，又能给生者带来灾难。如何让祖先的神灵给自己带来幸福，就是要祭祀祖先。特别是商代，对鬼神的信奉是相当广泛的。《礼记·表记》：“殷人尊神，率民以事神，先鬼而后礼。”“商人信仰多神，崇拜天神、地祇、人鬼，有着狂热的宗教感情”。

当然，随着人们认识水平的提高，人们在崇拜自然的同时，也在观察自然，思考自然现象。对于自然来说，四时运行不悖，物产就丰茂，反之，就导致自然灾害。这里面也就是遵循规则。既然四时运行遵循一定的规则，人类也应如此，这就是由“观乎天文”到“观乎人文”的转变。于是，就有必要制定一定的规则调整人们的生活，保障其有序进行。如张晋藩《中国政治制度史》：“最初的礼，原是人们供奉鬼神的一种习俗。随着国家的产生，阶级关系的复杂化，为了巩固奴隶主贵族的暴虐统治，他们需要规定出一套统治秩序，于是把礼逐渐由祭祀仪式发展成为调整人们社会关系的行为准则。”

礼，无论是祭祀鬼神仪式，还是调节人与人之间关系的规范，它的制定者是统治阶级。在古代，祭祀是神圣的职业，从事这种职业的人的地位也是很高的，绝不是一般的老百姓。自然祭祀的权利掌握在统治阶级的手中，他们通过祭祀的手段维护自己的统治。“尊神、事神，乃至借助神权以加强王权的统治，都需要不断地请示神明”。这表明祭祀有两个作用：一是表达对神灵的敬畏；一是加强统治。既然祭祀有助于统治，那么，这种仪式就被统治者所掌握。“早在龙山文化时期，即传说中的颛顼、尧、舜时代，祭祀已经被统治者垄断和控制。”礼仪演变为调节人与人之间关系的规范，它的制定者非统治阶级莫属，因为礼本身就是一套社会政治制度、道德标准、行为规范。

礼由对自然鬼神的崇拜到规范人伦，那么，就目前的文献而言，最早系统地制定礼仪的人是谁？应该是周公。周公，名旦，亦称叔旦。西周时期的政治家、军事家、思想家、教育家，周文王的第四子，周武王的弟弟。在周公的主持下，对以往的宗法

传统习惯进行补充、整理，制定出一套以维护宗法等级制度为中心的行为规范以及相应的典章制度、礼节仪式。统治阶层力图使西周的社会制度、国家制度和人们生活以及思想，都要符合礼的要求，做事以礼为准则。“周公摄政，一年救乱，二年克殷，三年践奄，四年建侯卫，五年营成周，六年制礼作乐，七年致政成王，北面就群臣之位”。又说：“朝诸侯于明堂，制礼作乐，颁度量而天下大服。”我们说周公系统制定礼仪，并不是说在这之前就没有礼仪，周公只是在前代礼制的基础上制定礼制而已。孔子说：“殷因于夏礼，周因于殷礼。”又说：“周监于二代，郁郁乎文哉。”这是说周礼是在总结继承夏礼、殷礼的基础上而制定出来的，周文化是继承发扬夏、商文化而繁荣兴盛起来的。此后，中国 2000 多年的历史中，虽然朝代更替很多，但西周时，周公制礼所确定的各种礼制却被继承了下来。可以说，我们所遵循的礼仪制度有着悠久的历史，很多都可以追溯至西周时期。



二、礼貌、礼节与礼仪

礼貌、礼节和礼仪都是人际交往过程中表示尊重、友好的行为，它们既相互联系，又有区别。从目的上说，它们是一致的，都保持人际交往正常有序地进行，但又各有其自身的具体含义。

礼貌，以言语、行动所表现的恭敬、谦虚，是礼仪在言语、行动上的表现。对人的恭敬、谦虚必须是发自内心的。也就是说，礼貌侧重于强调个人的道德品质，是一个人良好道德品质的真实体现。礼貌是礼仪的内在基础。

礼节，指人际交往过程中的行为规范，是礼仪的外在表现。它是具体规定人际交往言语、行动的规则和形式。与礼貌相比，礼节处在表层，礼节总是表现为一定的动作、行为。有礼貌虽有对他人尊敬友好的心意，但不懂礼节就容易失礼。礼节是表示对他人尊重与友好的外在行为规范，也与内在品质有关系。

礼仪，指礼节和仪式。“礼仪”是由“礼”和“仪”两个字组成的。什么是“礼”？孔子对此作过高度的概括：“礼者，敬而已矣。”“礼”，即尊敬人，意在强调在人际交往中人人都要尊敬别人。我们为什么要尊敬别人？因为尊敬别人就是尊敬自己。什么是“仪”？“仪”就是规则、标准。由此可见，礼仪就是一种人们相互之间表示尊重和友好的行为规范。具体来说，包括人际交往过程中的行为规范及典礼的秩序形式。显然它的范围比礼节大，包含由一定的程序、方式来表现的特殊场合的仪式，如结婚庆典、生日宴会等。

相关链接

有一次，一位中学教师黄某去自己同学家，这位同学在乡财政所上班，中午请黄某到饭店吃饭，并顺便邀请所里面的同事一起去，当然也包括财政所所长。习惯上，一般喝酒都相互碰一杯，以示友好。在酒桌上，其他人都和黄某碰了杯，财政所所长可能看不起教师，不愿和黄某碰杯，但又感觉不好意思，于是勉强碰一杯，他用一只手碰杯，眼睛却看着别处，轻蔑地说：“我和某某中学的教师碰一杯。”

显然，这位所长注意到了礼节，喝酒应该和别人碰杯，但是并不发自内心，对他人不尊重，所以，是不礼貌的。

第二节 礼仪的意义与原则

信近于义，言可复也；恭近于礼，远耻辱也。——《论语》

这句话的意思是，如果约定的内容符合道义，那么，约定的话就可以实现；如果恭敬的态度符合礼节的要求，就不会因此受到屈辱。它揭示礼仪的重要作用。

我们经常说中国有 5000 年的文明，中国是礼仪之邦。讲礼仪有什么意义？遵守礼仪有什么规则？这是我们接下来要探讨的问题。



一、礼仪的意义

(一)反映个人修养

礼仪本身是一种既具有内在道德要求，又具有外在表现形式的行为规范。

礼仪是人的文化修养、道德品质、精神气质和思想境界等内在的要求，又是谦恭的态度、文明礼貌的语言、优雅得体的举止等外在的表现，人没有内在的修养，外在的形式就失去了根基。荀子说：“故礼者，养也。”强调的是礼仪是每个人都必须具备的为人处世的基本素养。

首先，礼仪是人与动物区别的一个标志。《诗经》中说：“相鼠有皮，人而无仪；人而无仪，不死何为？”意思是看那老鼠有皮，而有的人不知礼仪。人不知礼仪，活着不死还等何时呢？孟子也说：“饱食、暖衣、逸居而无教，则近于禽兽。”意思是吃得饱，穿得暖，住得安逸，却没有教养的人，和禽兽差不多。可以说，礼仪是区别人与动物的一个重要标志。

其次，礼仪能提高个人修养。如果人们都能够按照礼仪做事，那么，他们就

会不知不觉地提升自己的人格而成为一个文明的人。《礼记》中说：“富贵而知好礼，则不骄不淫。贫贱而知好礼，则志不慑。”意思是有钱人与有地位的人心内好礼，就不骄傲、不放纵；贫穷的人与低贱的人心内好礼，就不胆小害怕。因为好礼，富贵的人就会约束自己，贫贱的人就会保持节操，外来的东西就不能左右其心志。可以说，人无论富贵贫贱，只要好礼，就有修养。

一个人讲求礼仪，他才是文明的人，才能被别人所接纳，也才能有较好的发展空间。

（二）促进社会和谐发展

礼仪能促进社会和谐发展。管子说：“礼、义、廉、耻，国之四维，四维不张，国乃灭亡。”意思是礼、义、廉、耻是维持国家的四个基本要素，如果这四个要素不能贯彻执行，那么，国家就很容易灭亡。这里把礼仪列为立国要素之首，说明礼仪在国家建设和社会发展中的重要地位和作用。一个国家，如果没有完备的礼仪规范，人们就不能自觉地遵守。礼仪规范是衡量社会秩序状况的一个重要尺度。《礼记》中说：“分争辩讼，非礼不决。”意思是理有曲直，事有是非，明决是非曲直，不依礼仪就不行。这表明礼仪在社会发展中的重要作用。

新加坡在 20 世纪 70 年代后期，伴随经济的飞速发展，道德出现了危机。李光耀总理及时提出，要把国家建设成为一个“富而有礼”的国家。80 年代初，又进一步把“仁、智、勇、义、礼、信”确定为中学《儒家伦理》课的重要内容，把“忠、孝、仁、爱、礼、义、廉、耻”作为政府必须贯彻的“治国之纲”。这样一来，道德危机消失了，社会文明程度提高了。新加坡成为名副其实的花园式国家。这也证明了礼仪在社会和谐发展中是十分重要的。

现代社会中，有教养的人在事业、生活中表现出良好的礼仪，受到人们的欢迎。古语说：“船多江不碍，礼多人不怪。”意思是生活中注重礼仪，即使礼仪有点多，别人也不会责怪你。在实现现代化的过程中，我们应始终把推进现代化建设与弘扬本民族优秀传统文化有机结合起来，在推动经济飞速发展的同时，为传统文化注入新鲜血液，使传统文化焕发出新的活力，使其成为社会稳定与经济发展的精神动力。



二、礼仪的原则

（一）宽人严己的原则

在交际活动中，人们遵守礼仪，既要严于律己，又要宽以待人。《礼记》中说：“傲



不可长，欲不可纵，志不可满，乐不可极。”意思是骄傲就不会把别人放在眼中，人之傲态绝不可以助长。情欲享受，适可而止，决不可以任其放纵。学海无涯，什么时候都不可自满而止。快乐也不能到极点，任何事物发展到一定阶段，就要走向反面，因此，对自己要求要高、要严，不能自满。

1. 严于律己表现在对财物、名利的追求上

对财物、名利的态度能反映出一个人的品位。我们应该怎样对待财物、名利呢？《礼记》中说：“临财毋苟得，临难毋苟免，很毋求胜，分毋求多。”意思是面临财物，无论多少，不要以苟且的方式来得到，是本分才要。有危难临身，不要以牺牲他人为代价以求幸免。争执不要求胜，分派不要求多。这里强调，不是自己应得的，无论多少都不能要，更不能以不光彩的手段去获取。《礼记》中还说：“见利不亏其义”“见死不更其守”。意思是见到利不能忘义，遇到死也不能改变气节，这是择善固执的精神。可以说，在财物、名利的追求上也要讲原则。当今一些国家干部身居要职，贪污堕落，最后身陷囹圄，这是没有严于律己的后果。学习礼仪，不仅仅是要依礼而行，更重要的是，随时警惕自己不要去做失礼的事，要遵守法律、法规。这其实也正是今天我们常说的战胜自我，超越自我。

相关链接

20世纪60年代初，周恩来身边的工作人员趁总理出国访问的机会，为了保护与加固建筑物，他们抢时间为总理进行了简单的室内装修，更换了窗帘、洗脸池与浴缸。周恩来回国后见了十分生气，将工作人员狠狠地批评了一顿。事后，他语重心长地对身边的工作人员说：“我身为总理，带一个好头，影响一大片；带一个坏头，也影响一大片，所以，我必须严格要求自己……你们花那么多钱，把我的房子搞得那么好，群众怎么看？一旦大家都学着修起房子来，在群众中会造成什么样的影响？”周恩来的这一番话发人深省。自此以后，再也没有人敢提及装修房屋的事了。

正如陈毅元帅所说：“廉洁奉公，以正治国者，周恩来也。”从这里我们可以看出，周恩来在生活中是严格约束自己的。

2. 严于律己表现为言行一致

遵守礼仪，要勇于实践，说到做到。《礼记》中说：“修身践言谓之善行，行修言道，礼之质也。”意思是修持你的行为以实践你说的话，就叫善行。行为有修持，说话符合道理，这就是礼节的本质。

我们不仅要严于律己，也要宽以待人。宽以待人就是对别人理解宽容。韩愈

说：“古之君子，其责己也重以周，其待人也轻以约。”指古代品德高尚的人，他们对自己的要求既严格又全面，对别人的要求既宽容又平易。对自己的要求严格而全面，就不会懈怠；对别人的要求宽容而平易，别人就乐意同他交好。理解宽容就是要豁达大度，有气量，不计较和不追究别人小的过失。具体表现为一种胸襟，一种容纳意识，既有“海纳百川”的气度，又有自控能力，不要因为别人的小小过失，而紧抓不放。宽人严己是礼仪的基础和出发点。

总之，遵守礼仪要宽人严己，最重要的就是要自我要求，自我约束，自我对照，自我反省，自我检查。说到底，就是按照礼仪规范严格要求自己，知道自己该做什么，不该做什么。在交际中，每个人都必须自觉地遵守礼仪，用礼仪去规范自己的言行举止，做到严于律己，宽以待人。

（二）尊人卑己的原则

尊人卑己是中华民族的传统美德。这从称呼上就可以看出，古人称别人时用敬辞，称自己或家人时用谦辞。在称别人的父母时，敬辞用“令父”“令母”等；称自己的父母时，谦辞用“家母”“家父”等。如《礼记》中说：“夫礼者，自卑而尊人。”意思是说所谓礼，就是通过自谦的方式来表示对他人的敬意。

人们在社会交往中，要有尊敬他人之心，处处不可失敬于人，不可伤害他人的尊严，更不能侮辱对方的人格。尊敬他人，也包括尊敬自己，维护个人乃至组织的形象。不可有意贬低他人抬高自己，甚至有损人利己的言行，因为这都不符合尊人卑己的原则。

（三）入乡随俗的原则

入乡随俗就是指交往各方都应尊重相互之间的风俗、习惯，了解并尊重各自的禁忌，如果不注意风俗、习惯、禁忌，就会在交际中引起障碍和麻烦。由于民族、文化背景的不同，必须坚持入乡随俗，与绝大多数人的习惯做法保持一致，切忌目中无人，自以为是。《礼记》中说：“礼从宜，使从俗。”意思是当时的情况适宜用什么样的礼节，就用什么样的礼节。各地风俗不同，必须入乡随俗。正如《汉书》中说：“是以百里不同风，千里不同俗。”意思是各地的风俗不同，到一个地方或国家，要问一下当地的风俗。礼仪就要根据当地的风俗习惯而实施。

（四）平等的原则

人与人是平等的，在礼仪面前人人更应该平等。这里强调平等原则，与前面尊人卑己的原则不矛盾。尊人卑己是从交往方式来说的，并不是人格上的人尊我卑。人际交往中，不论职务高低，不论家庭贫富，人格都是平等的，所以，我们

提倡：对所有的人都应当一视同仁，平等交往，给予同等程度的礼遇。礼仪就是一种平等的、彼此之间的相互对待关系的体现。

相关链接

1957年，赫鲁晓夫在莫斯科会见周恩来，两人见面握手后，赫鲁晓夫掏出手绢擦了擦手，然后把手绢装进了衣兜，周恩来机敏过人，马上掏出手绢擦完手，直接把手绢扔在地上。这样周恩来给了傲慢的赫鲁晓夫以重重的反击。从这个例子可以看出，周恩来要求不仅人格是平等的，而且国格也必须是平等的。

(五)不妨碍别人的原则

自己行为做事，不要妨碍别人。《论语》中说：“礼之用，和为贵。”意思是礼的应用，以和谐为贵。我们现在都要自由，也提倡自由，但自由是有限度的。一个人可以自由地做自己想做的事，但不能因此而影响别人。我们说不能随便扔垃圾，不能高声喧哗，不能胳膊腿伸得太长，不能不对号入座等，因为这些都会妨碍别人的工作、生活或学习等，这些都与礼仪的原则相违背。

遵守礼仪的原则是现代 society 对我们提出的基本要求，更是人格素质的基本体现。在交往中，遵守礼仪原则，才能赢得他人的尊重，确保交际活动达到预期的目标。当然只知道这些原则还不够，关键在于怎样努力践行这些原则。

第三节 培养礼仪修养的途径

禁童子之暴谑，则师友之诫不如傅婢之指挥。——《颜氏家训》

这句话的意思为，禁止小孩的粗暴行为，老师、朋友的告诫，不如侍婢的教育。这表明家庭教育在孩子的成长中有重要的作用。



一、培养礼仪修养的具体途径

个人礼仪养成的途径是多方面的，但主要通过家庭教育、学校教育、社会教育三个途径来完成。

(一)家庭教育

1. 家庭教育的地位

家庭是个人教育、特别是幼儿教育的基本场所。家庭教育是个人礼仪培养的