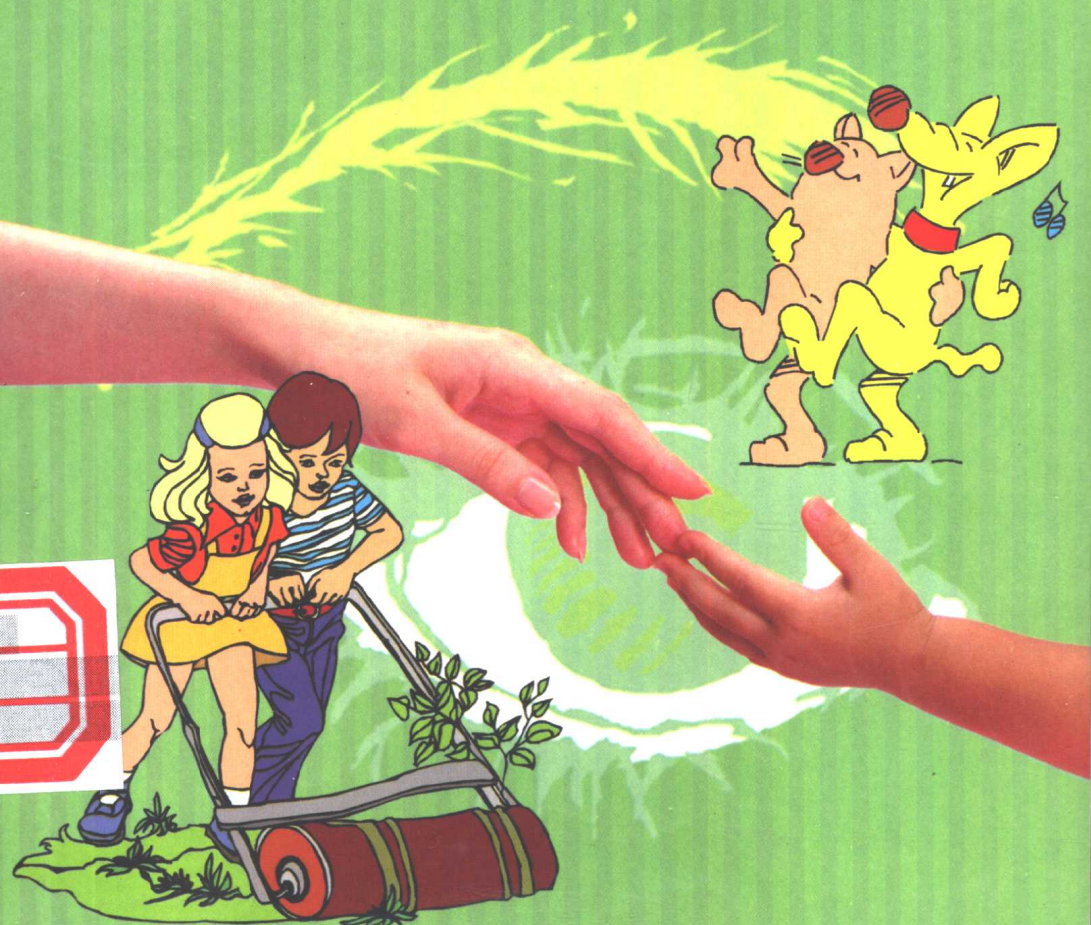


Collections Of Etiquette

礼仪全书

1



青海人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

礼仪全书/田晓娜主编. — 西宁:青海人民出版社,2002.9

ISBN 7-225-02171-0

I. 礼… II. 田… III. 礼仪-基本知识 IV. K891

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 067550 号

礼仪全书 田晓娜 主编

出版行:青海人民出版社(西宁市同仁路 10 号)

邮政编码 810001 电话 6143426(总编室)

印刷:北京通州区华龙印刷厂

经销:新华书店

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:64

字数:1605 千字

印次:2003 年 3 月第 1 版第 2 次印刷

印数:1—1580

书号:ISBN 7-225-02171-0/G·872

定价:128.00 元(共 8 册)

版权所有 翻印必究

(书中如有缺页、错页及倒装请与工厂联系)

前 言

礼仪是人们在社会交往中的行为规范,是人类不断走向文明、走向进步的结果。一个国家、民族、地区,礼仪水平的高低,是其政治、经济、文化是否发达的重要标志;一个团体、个人礼仪修养如何,是其道德水平综合素质的反映。我国是礼仪大国,素有礼仪之邦的美誉,这是值得每一个中华儿女引以为自豪的。继承和发扬我们祖先流传下来的优良传统,是我们的历史责任。我们应当把宣传中华礼仪文化当作自己的历史使命,应当在社会实践中,汲取外来礼仪文化的精华,加强礼仪修养,身体力行,为提高整个社会的礼仪水平做出自己的贡献,尤其要在青少年朋友中展开工作。

为此我们组织了国内众多对礼仪文化颇有研究的专家学者以及从事实际礼仪工作的人员经过几年的辛苦努力,共同编写了这部《礼仪全书》。

本书是研究整理我国各地区、各民族及世界各国、各民族礼仪文化的第一部大型工具书。目的是勾勒我国和世界礼仪文化的轮廓,概括礼仪文化发展的新趋势、新面貌,以期指导社会实践中的各种礼仪活动,和努力提高青少年朋友的礼仪道德水平。本书在编写时兼顾古今、中外,溶学术性、知识性、实用性于一体,并针对加入 WTO 后,各种涉外活动的增多而专门讲述了入世涉外礼仪,最具权威性。本书为 160 万字宏篇巨制,并配有 500 余幅精美图片,其全面性、系统性、可操作性为目前国内仅有。如本书能够为我国礼仪文化研究及青少年礼仪道德教育作出其贡献,编者将不胜欣慰。

《礼仪全书》编委会



目 录

第一篇 学校礼仪

一、学校与礼仪	(3)
二、学生礼仪	(4)
学生服饰礼仪	(4)
学生上课礼仪	(5)
学生与老师谈话的礼仪	(8)
同学间谈话的礼仪	(9)
学生进办公室的礼仪	(10)
学生宿舍礼仪	(11)
三、教师礼仪	(14)
教师仪表礼仪	(14)
教师在办公室的礼仪	(15)
教师与学生谈话的礼仪	(16)
四、学校仪式礼仪	(19)
升旗仪式礼仪	(19)
开学典礼礼仪	(20)
毕业典礼礼仪	(21)
校庆典礼礼仪	(22)

第二篇 礼节礼仪

一、见面礼节礼仪	(25)
----------	------

握手礼节	(25)
鞠躬礼节	(29)
拥抱礼节	(31)
亲吻礼节	(31)
举手礼节	(32)
合十礼节	(33)
脱帽礼节	(34)
作揖礼节	(34)
二、介绍礼节礼仪	(35)
介绍的规则	(35)
正式介绍	(42)
非正式介绍	(46)
自我介绍	(48)
家庭成员介绍	(50)
介绍后的礼节	(52)
三、称呼礼节礼仪	(54)
称呼的礼节	(54)
对地位、身份高的人的敬称	(57)
对女性的敬称	(59)
对男性的敬称	(60)
对姓名的称呼	(60)
四、邀请礼节礼仪	(66)
邀请信	(66)
请柬	(68)
会议、庆典请柬	(69)
讲学、开业、洽谈请柬	(70)
集体婚庆、祝寿请柬	(72)
家庭请柬	(74)
对邀请的答复	(86)



被邀请者的礼节	(88)
五、仪式礼节礼仪	(90)
仪式	(90)
升旗仪式	(90)
开幕式	(92)
闭幕式	(93)
“节”的仪式	(94)
授勋仪式	(95)
表彰仪式	(96)
颁发《荣誉证书》仪式	(97)
宣誓仪式	(97)
欢迎、欢送仪式	(100)
捐赠仪式	(101)
电影、电视片首映式	(101)
签字仪式	(102)
谒墓仪式	(104)
六、告别礼节礼仪	(105)
告辞的礼节	(105)
送客的礼节	(107)

第三篇 言谈礼仪

一、言谈的基本礼仪	(111)
言谈的礼仪	(111)
聆听的礼仪	(118)
言谈的技巧礼仪	(121)
言谈的语调礼仪	(126)
言谈用语礼仪	(126)
男性的言谈礼仪	(130)



女性言谈的礼仪	(135)
言谈应注意的问题	(139)
令人不快的言谈者	(140)
说服	(144)
回答	(148)
谦虚	(152)
拒绝	(155)
道歉	(158)
致谢	(161)
二、言谈的技巧	(162)
打招呼礼仪	(162)
与陌生人打招呼的礼仪	(165)
与名人交谈的礼仪	(168)
与不同类型人谈话的礼仪	(168)
办公室谈话礼仪	(169)
交谈的艺术	(171)
三、礼貌用语	(172)
基本礼貌用语	(172)
敬语	(176)
谦语	(177)
雅语	(178)
四、演讲礼仪	(179)
介绍演讲人	(179)
演讲前的准备	(180)
演讲的规则	(182)
演讲的礼仪	(184)
演讲人的仪态	(186)
演讲人的服饰	(187)

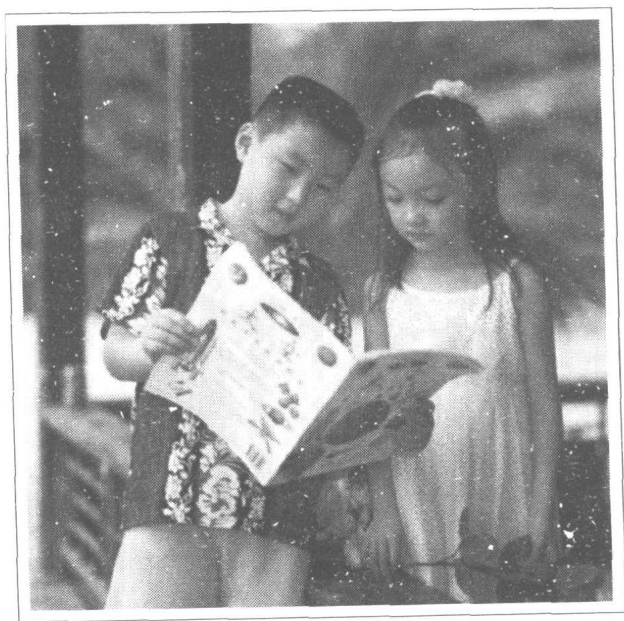


第四篇 举止礼仪

一、仪态礼仪	(191)
站姿礼仪	(191)
坐姿礼仪	(193)
走姿礼仪	(198)
卧姿礼仪	(201)
手势礼仪	(201)
动作礼仪	(208)
眼神礼仪	(210)
笑容礼仪	(214)
说话礼仪	(216)
几种不雅的仪态	(219)
个人卫生礼仪	(221)
二、男性举止礼仪	(224)
男性举止的“阳刚之美”	(224)
男性应具有的“刚”并不包括冒失	(226)
男性的行路礼仪	(227)
男性的形体健美	(231)
三、女性举止礼仪	(232)
女性举止的优雅之美	(232)
女性的体态美	(234)
女性的姿态美	(236)
女性的形体健美	(240)

第一篇

学校礼仪





一、学校与礼仪

学校担负着教育人和培养人的神圣使命。它不同于一般的工厂、机关,更不同于娱乐场所。学校不但要向学生传授知识,而且要使成为“四有”新人。所以,学校是一个既严肃又亲切,既庄严又活泼,既紧张又文明的地方。与此相适应,教师和学生也都应该保持仪容的整洁。教师是人类灵魂的工程师,承担着教书育人、为人师表的职责。一位教师的音容笑貌,举手投足、衣着发式无形中都可能成为学生学习的楷模。如果我们的学生有幸遇到一位政治观点正确、举止文明端庄、作风正派、知识渊博、风度儒雅的教师,在他的细心教导和影响下,学生们就能在各个方面得到健康成长。

很难想象,一位不修边幅不讲礼仪或是追求时髦、标新立异、缺乏政治修养的教师,能教出品德优良的学生来。

一个学生到学校来的任务,是学习知识、学习文化和接受教育。当学生一踏进校门时,就必须意识到自己肩负的责任,就应该自觉地接受老师的指导,加强自身的文化修养和道德修养,树立远大的理想和正确的人生观。因此,一个学生从小就应养成良好的行为习惯,做到衣冠端正、举止文明、遵守纪律和生活俭朴,以求将来能成为一个具有文明素养的劳动者。也因为如此,在校园这个特殊的社会环境里,就要求师生必须保持仪容的整洁。

二、学生礼仪

学生服饰礼仪

不同的仪容服饰,有着不同的社会效果。一个人的衣着打扮,应与本人的年龄、身份相适应。

中小學生尚处在求学阶段,他们的仪容和服饰,原则上应以朴素大方、活泼整洁为好。

女同学的发式以梳辫子、理短发或童花头为宜,不宜烫发,这样看上去给人一种清新、活泼、纯真和稚气之感,而烫发则显得老气和成人化。女学生还切忌涂脂抹粉与画眉毛,因为少女的肌肤丰润,本身就具有自然美,根本无须化妆。如果涂眼影抹口红,反而会给人矫揉造作的感觉。

男同学的发式最好是理学生头。它显得整洁、干净、富有朝气,并显示一种阳刚之美。如果留长发和蓄小胡子,则显得疲惫、精神萎靡不振,弄得不好,还会给人一种举止流气的印象。

中小学生的服饰还应以色彩鲜明、线条流畅、明快简洁为好,这样可充分显示出朝气蓬勃



仪表端正的学生



的精神面貌。

在校内,学生不宜穿中、高跟皮鞋,而应穿球鞋或布鞋,这样便于上好体育课,做好广播操,同时也可显示出青少年健美的身姿。

在校内,应绝对禁止学生戴金银首饰。这是因为,首先学校历来就是提倡清廉和节俭的地方,学生穿得珠光宝气,会显得俗不可耐,而且与学校的教育目的相违背;其次,个别学生佩戴首饰,也会使部分学生产生虚荣心,这也不利于学生的健康成长。

学生上课礼仪

学生应在上课前两分钟内进入教室,端坐恭候老师到来,并欢迎老师传授知识。这本身是一种应有的礼貌,也是对老师的尊敬。教室里的这种肃穆气氛,既能为老师取得良好的教学效果打下基础,又能够密切师生之间的关系。反之,若是两分钟准备铃已响,学生还是跑进跑出,教室里嘈杂不宁,这会使老师走上讲台时情绪烦躁不安,甚至可能使师生关系对立,从而影响教学的效果。

另外,对学生本身来说,两分钟准备是从上一堂课转向下一堂课、从室外活动转入室内活动的一种过渡,它能帮助学生使自己的思想尽快地集中起来。每位同学都能作好上课准备,既是尊重别人,也是尊重整个集体的表现。所有学生,都不能因为个人的准备工作尚未做好,而影响整个班级的上课。

学生如果遇到特殊情况,不得已而在老师开始上课后才进入教室,应特别注意举止的文明和礼仪的周到。

1. 在教室门口应先停下脚步,首先喊“报告”。如果教室门关着,那就应先轻轻叩门;在得到老师的允许之后,才能进入教室。

2. 要向老师说明迟到的原因,说话态度要诚实。应在得到老



师谅解和允许后,方可入座。

3. 在走向自己的座位时,速度要快,脚步要轻,动作幅度要小。走到座位前,在放书包和拿课本时,尽量不要发出太大的响声,更不能有任何滑稽可笑的举止。

4. 在坐下之后,应立即将注意力集中起来,端坐静听老师讲课。

总之,迟到学生要把由于自己迟到而对课堂秩序造成的影响,减小到最低限度。

同时,作为教师,当发现有学生迟到时,也应注意必要的礼仪。

1. 当迟到学生极有礼貌地报告后,老师应当允许学生进课堂上课,不能无理拒绝他们进入课堂。

2. 不要用生硬的语气训斥学生,因为学生迟到有时确是出于无奈,教师应以谅解的态度予以处理。

3. 若学生不便讲明迟到的理由,就不要当众追问,可以留待课后再进行了解,因为不能为了一个学生而中断教学,影响大多数人的上课。

4. 在课后找该同学个别谈话时,如问清迟到原因是因为贪玩等不正当的理由,身为教师,则应给予适当的教育。

教师在上课时向学生提问,是教师检验自己教学效果的最迅速和最直接的方法。教师通过提问,一方面可以了解学生对自己执教的内容是否理解和接受,同时,又可以启发学生积极思维,使学生的注意力集中。而学生的答话,反过来又能启发教师的思维活动,达到教学相长的目的。因此,教师提问是一种正当和必要的教学手段。

正因为如此,每个学生都应懂得教师提问的积极意义,并要正确、礼貌地对待教师的提问。

1. 当教师提问时,学生如要回答问题,首先应该举手,要在教



师点到自己的名字时,方可站起来答题。切不可坐在座位上,就七嘴八舌地发言,在老师未点到自己的名字时,也不可抢先答话。

2.在起立回答问题时,站姿、表情要大方,不要搔首弄姿或者故意做出滑稽的举止引人发笑。说话声音要清朗,不要过低,使老师同学听不清楚。

3.有时,对老师的提问自己回答不出来,但又偏偏被点到名,这时,自己应该站起来,以抱歉的语调向老师实事求是地表明,这个问题自己回答不上来。

4.在别人回答教师的提问时,不应随便插话。如别人回答错了,或者回答不出时,切不可在旁边讥讽嘲笑。当老师发问:“有哪个同学能回答这个问题”时,自己可以再举手,在得到教师允许后,站起来回答问题。

教师在提问时,也应注意下列几点:

1.要采用启发的方式,这样有利于学生积极思维、开发智力。

2.对学生正确的回答,应及时给予肯定。

3.当学生回答不出问题时,应让其坐下再进一步思考,切忌用讽刺挖苦的语言去伤害学生的自尊心,以致挫伤学生的学习积极性。

对老师的错处是应该指出的。但怎样有礼貌地向老师指出某些错处,却涉及一个学生的修养问题。请看下面几个例子:

例一:同学们鸦雀无声地在抄笔记,突然,一个同学喊道:“老师,你写错字了!”这一喊,弄得老师很尴尬,教室里的宁静顿时被打破,同学们七嘴八舌,再也没有心思上课了。原来,是由于老师偶尔笔误,把“帮助”写成“帮帮”了。但就因为这一声喊叫,这节课就一直乱到了下课。

例二:当老师课上巡视时,一位同学举手,请老师看他的演算,并商议地说:“老师,您好像算错了。”老师仔细地研究了她的演算,



当即在黑板上纠正了自己的错处,还高兴地表扬了这位同学讲礼貌和积极钻研学问的行为。大家也受了启发。

例三:老师在礼堂里作报告,其中有句话说:“竹竿都是圆的”。有位同学悄悄地写了张条子传上去,老师看了很乐意地纠正自己的错处说,多数竹竿是圆的,但也有方竹和扁竹。老师还当场感谢和表扬了这位同学的指正。

例四:一位同学找老师谈心,从谈心中,老师才知道在班会上对他批评错了,冤枉了他。事后,老师在班上作了自我检查,并向这位同学道了歉。

例五:和老师一起散步的同学向老师提醒道:“老师,您把烟头扔在地上了。”这位同学踩灭了烟头,又捡起来扔进废物箱。老师感动地说:“我今后一定注意。”

古人说:“人非圣贤,孰能无过”。老师是普通的人,平时出现这样那样的错处也是难免的。所以,学生应当像例二、三、四、五中的同学那样,在指出错处时,让老师有思考和商榷的余地,不能使老师当场难堪。为此,就必须选择适当的时间、适当的地点和场合,以商议的口气、谦和的态度向老师指出某些错处,这样才是符合礼仪的。

学生与老师谈话的礼仪

学生与老师谈话,因场合不同礼仪也有差异,但一般应注意如下几点:

1. 在和老师说话时,学生应主动请老师坐。若老师不坐,学生应该和老师一起站着说话。若老师请学生坐,则学生可以和老师坐着说话。



2. 在和老师说话时,学生无论是站着还是坐着,都应该姿势端正,不可东张西望,不可抓头摸耳,不可抖腿搁脚。学生还应该双目凝视着老师,认真地听老师说话。

3. 如果老师说的话,学生感到不理解,或有不同看法时,学生不必隐瞒,应谦虚而诚恳地向老师请教,直到弄明白为止。

同学间谈话的礼仪

古人说:“慧于心而秀于言”。与同学说话,能使心灵的聪慧得到交流;能使同学之间增加了解、增进情谊和相互增长知识。但要起到这样的作用,就要注意与同学说话的礼仪。也往往由此而能推断出这位同学的品性教养、思想面貌和文化水平。那么,与同学说话具体应注意哪些礼仪呢?下面分成态度和内容两个方面来讲。

1. 说话态度:与同学说话要态度诚恳、谦虚;要语调平和,不可装腔作势;还要关心听自己说话同学的兴趣和情绪。听同学说话时,态度要认真,不可做其他事,不可表示倦怠、打哈欠或焦急地看钟表;不要轻易打断别人的话,要插话或提问一定要先打招呼;若同学说得欠妥或说错了,应在不伤害同学自尊心的情况下,恳切、委婉地指出。

2. 说话内容:与同学说话的内容要真诚实在,要实事求是地谈出自己事物的看法。不说胡乱恭维别人的话,也不说使别人感到伤心、羞愧的事。更不说不文明的污言秽语。

古人说:“言,心声也。”一个学生说话的态度和内容若是美的,那么,他的心灵也必然是美的。