

不一样的社交**水平**，不一样的精彩！

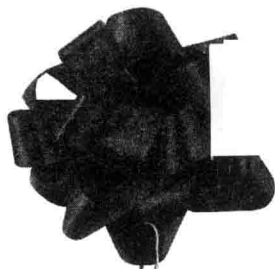
不一样的精彩，不一样的人生！

获取了社交能力，好比鱼儿有了水，
所谓“如鱼得水”。

社交大全

计成谦 编





计成谦
编

社交大全

不一样的社交水平，不一样的精彩！
不一样的精彩，不一样的人生！

羊城晚报出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

社交大全/计成谦编.—广州:羊城晚报出版社,
2009.10

ISBN 978-7-80651-798-7

I.社… II.计… III.人间交往 IV.C912.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第073808号

社交大全
SHE JIAO DA QUAN

责任编辑/廖 霁

责任技编/汤卓英

装帧设计/阿 帆

责任校对/胡艺超

出版发行/羊城晚报出版社(广州市东风东路733号 邮编:510085)

发行部电话:(020)87133824

出 版 人/罗贻乐

经 销/广东新华发行集团股份有限公司

印 刷/广东昊盛彩印有限公司

规 格/850毫米×1168毫米 1/32 印张/12 字数/200千

版 次/2009年10月第1版

书 号/ISBN 978-7-80651-798-7 / C·6

定 价/25.00元

版权所有 违者必究

(如发现因印装质量问题而影响阅读,请与印刷厂联系调换)

QIAN YAN

前 言

社交是现代文明社会的世界性公关课题，是每个善于自我提高、自我完善、自我发展的人的必修课程，是一门积淀着广泛社会经验和生活经验的学问，其实用性作用于每个人的每个生活细节。只有活学活用了人际交往的方法和手段，我们才能在社会生活中如鱼得水，游刃有余。

本书是一本实用性很强的社交礼仪方面的指导用书，包含着社会生活中的方方面面，对于塑造个人形象，建立良好人际网络大有裨益。

目 录

第一章 社交形象的塑造

服饰	(2)
服装的款式	(2)
服装的色彩	(3)
着装基本原则	(7)
男士着装礼仪	(15)
女士着装礼仪	(24)
化妆	(40)
举止	(41)
站姿	(41)
坐姿	(42)
步姿	(43)
动态体语	(44)
眼神	(44)
微笑	(50)
手势	(54)
男性的礼仪	(56)
对女性的礼仪	(56)
对男性的礼仪	(60)

关于帽子的礼仪	(61)
关于握手	(62)

女性的礼仪	(62)
道德观念	(62)
举止斯文	(63)
文静	(63)
女性对女性的礼仪	(63)
女性对男性的礼仪	(64)
行礼	(64)
握手	(65)
人前化妆	(65)
对服务的感谢	(65)
挽着男性胳膊走路	(66)

第二章 语言交际的艺术

掌握说话分寸	(68)
说话时要说清自己的身份	(68)
说话要适当考虑措辞	(68)
说话要尽量客观	(68)
说话要具有善意	(68)
谈话中的言语艺术	(69)
批评人不如赞美人	(69)
会说不如会听	(72)
修辞技巧	(75)
逻辑技巧	(80)

正面推理法	(85)
反面推理法	(86)
幽默诙谐	(87)
拒绝技巧	(89)
劝说技巧	(92)
演讲的艺术	(95)
演讲在公关中的意义和作用	(95)
公关演讲口才技巧	(97)
谈判与公关	(100)
协调人际关系的言语艺术	(104)
协调领导与下属关系的口才艺术	(104)
协调同级之间关系的口才艺术	(109)
协调组织与职工关系的口才艺术	(113)
协调政府关系的口才艺术	(116)
协调社区关系的口才艺术	(119)
协调新闻媒介关系的口才艺术	(122)
交谈中的礼仪禁忌	(123)
不要总是摸后脑勺	(123)
注意克服手爱动的习惯	(124)
不要抖动腿部	(124)
避免做脸上动作	(124)
讲话时举止大方	(124)
不要过分地关心别人	(125)
不要事事总表现自己	(125)

第三章 人际交往的艺术

恋爱婚姻交际艺术	(128)
选择意中人	(128)
揭开爱的帷幕	(133)
掌握约会规则	(138)
谈恋爱的艺术	(143)
情爱误区种种	(150)
家人亲戚的交际艺术	(151)
父母	(151)
子女	(155)
婆媳	(156)
兄弟姐妹	(161)
妯娌	(164)
姑嫂	(167)
朋友交往的艺术	(170)
交友应具备的素质	(170)
交友的基本策略	(173)
交友的层次要求	(175)
保持友情的窍门	(178)
同事交往的艺术	(186)
敬而远之	(186)
互帮互助	(194)

第四章 日常交往的礼节

问候与介绍礼仪	(198)
微笑是最好的名片	(198)
致意是最基本的礼节	(201)
介绍的礼节	(203)
介绍中的称谓和姓名问题	(210)
名片的使用	(214)
见面礼节	(218)
握手礼	(218)
拱手礼	(222)
合十礼	(223)
鞠躬礼	(223)
接吻礼	(224)
拥抱礼	(225)
拜访的礼节	(226)
事前邀约	(226)
作客礼节	(228)
接待的礼仪	(231)
迎客	(231)
接待“不速之客”	(233)
送客	(234)

第五章 通联礼仪

社交文书	(238)
信函类	(238)
礼贴类	(246)
庆贺类	(250)
吊唁类	(254)
接拨电话手机的礼仪	(256)
打电话礼仪	(256)
接电话礼仪	(259)
使用手机的礼仪	(263)
手机短信礼仪	(263)
收发电子信函的礼仪	(264)
电子信函基本礼仪	(264)
电子邮件使用礼仪	(264)
传真礼仪	(264)

第六章 馈赠礼仪

赠送礼品的基本要求	(266)
各国赠礼习俗	(270)
美国	(270)
英国	(270)

法国	(271)
德国	(271)
日本	(272)
韩国	(273)
意大利	(273)
俄罗斯	(273)
澳大利亚	(274)
阿拉伯	(274)
送花礼仪	(274)

第七章 餐饮礼仪

7

邀约与赴宴	(282)
酒会、茶会的邀请卡	(283)
餐会的邀请卡	(283)
赴宴的准备	(284)
不能受邀的理由	(285)
入席的礼仪	(286)
点菜的技巧	(287)
用餐的礼仪	(289)
中式餐	(289)
西式餐	(291)

席间交谈	(293)
要有勇气与邻人攀谈	(293)
要准备开朗而愉快的话题	(294)
酒水、茶和咖啡	(295)
酒道	(295)
品茶	(297)
饮咖啡	(298)
离席的礼仪	(299)
退席	(299)
致谢	(299)
结帐、付小费的礼仪	(300)
看看帐单再付钱	(300)
用帐单盖住所付的钱	(301)
别把小费直接给服务人员	(302)
应避免的举止	(302)
手提包不可放在桌上	(302)
在餐桌上不能化妆	(303)
弯腰进食不仅姿势不雅，也不觉食物美味	(303)
手摆在桌上才能显现亲切感	(303)
不能用手指指人	(303)
不可露骨地直视他人	(304)
打呃或打嗝不可太明显	(304)
不能堂而皇之的使用牙签剔牙	(304)
尽量避免抽烟	(304)

太拘泥礼节的形式反而会忽略重要的礼节	(305)
进食、喝饮料、餐具碰撞等声音或大声喧嚷都要避免	(305)
禁止挥动筷子或刀叉等餐具	(305)
放入口中的菜肴不可再让人看到	(306)
进餐步调要与他人配合	(306)

第八章 公共场合的礼仪

行路	(308)
乘车	(309)
购物	(310)
影剧院	(311)
晚会	(312)
舞会	(313)
医院	(314)
急症就医的礼仪	(314)
门诊就医的礼仪	(315)
探视病人的礼仪	(317)

第九章 工作场所的礼仪

办公室礼仪	(322)
-------------	-------

个人仪态仪表与办公环境	(322)
同事之间的礼仪	(322)
上下级之间的礼仪	(324)
办公室的其他礼仪	(326)
会议礼仪	(326)
日常工作会议	(326)
大、中型会议	(328)
特殊类型的会议	(329)
公务接待礼仪	(331)
接待规格	(331)
接待要求	(332)
一般来客的接待	(333)
商务谈判礼仪	(334)
谈判准备	(334)
谈判之初	(335)
谈判之中	(336)
谈后签约	(337)
推销活动中的礼仪	(338)
接近顾客	(338)
约见礼仪	(339)
推销过程中的礼仪	(339)
成交礼仪	(340)

第十章 节日习俗礼仪

中国节日礼俗	(344)
春节	(344)
元宵节	(345)
清明节	(346)
端午节	(346)
乞巧节	(347)
中秋节	(348)
重阳节	(348)
其他节日	(349)
人生礼俗	(350)
生辰礼俗	(350)
成年礼俗	(352)
婚嫁礼俗	(352)
丧葬礼俗	(355)
少数民族礼俗	(357)
回族	(357)
蒙古族	(358)
维吾尔族	(359)
藏族	(360)
其他少数民族	(360)
国外的礼俗	(362)
元旦	(362)

情人节	(362)
狂欢节	(363)
复活节	(363)
愚人节	(363)
母亲节	(364)
父亲节	(364)
感恩节	(365)
圣诞节	(365)
其他节日	(366)

社交形象 的塑造



第一章