



让孩子走出家门，融入社会

# 社交宝贝

微风 / 主编

社交能力不是天生的，是父母培养出来的

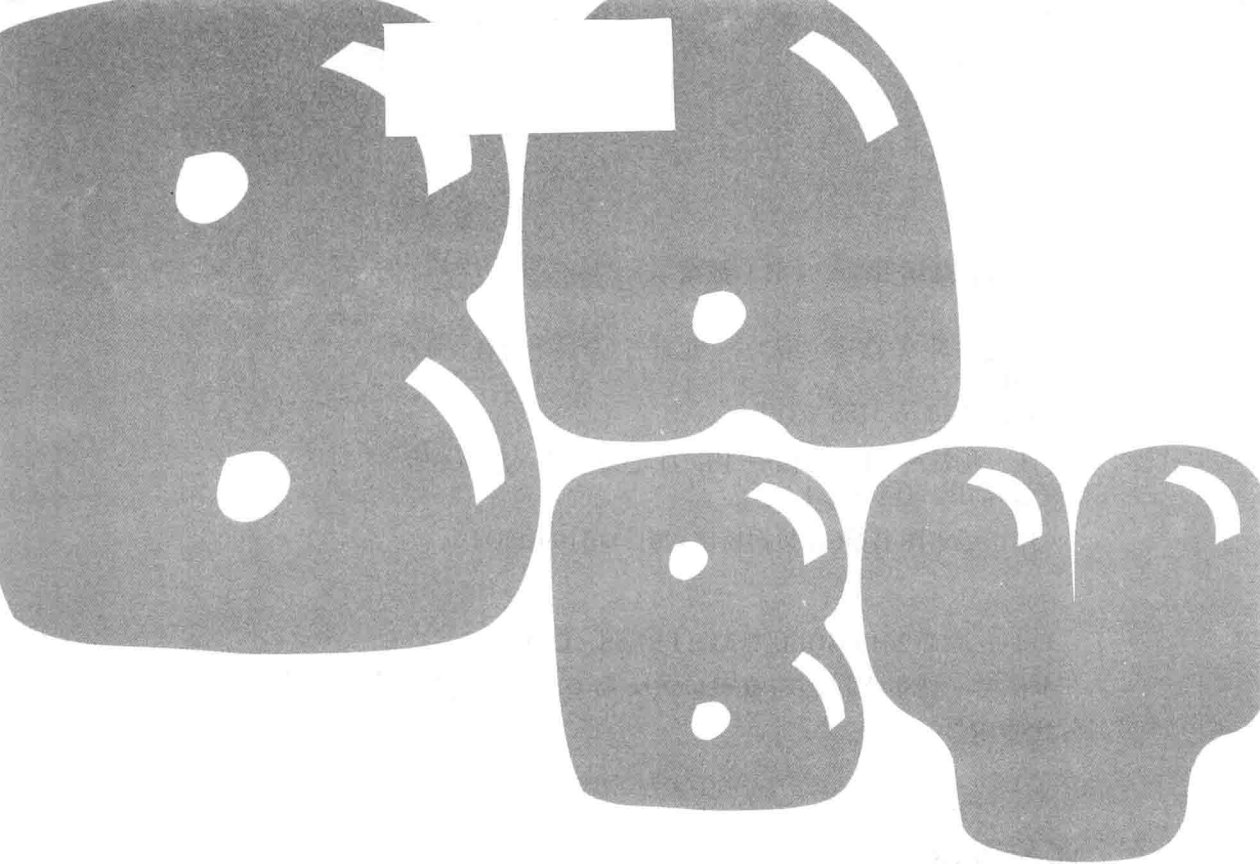
孩子的成长过程，是一个不断融入社会的过程。有的孩子害羞、怕生、不善言辞……那么做父母的应该扮演一个什么样的角色来引导孩子？教官、导师还是朋友？

培养孩子的社交能力，是家庭教育迫在眉睫的大事。



金城出版社  
GOLD WALL PRESS





# 社交宝贝



## 图书在版编目 (C I P) 数据

社交宝贝 / 微风主编. -- 北京 : 金城出版社,  
2011.10  
ISBN 978-7-5155-0219-9

I. ①社… II. ①微… III. ①心理交往—能力培养—  
家庭教育 IV. ①C912.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第199185号

Copyright© 2012 GOLD WALL PRESS, CHINA

本作品一切中文权利归**金城出版社**所有, 未经许可, 严禁以任何  
方式使用。

## 社交宝贝

---

主 编 微 风

责任编辑 雷燕青

开 本 787毫米×1092毫米 1/16

印 张 13.25

字 数 100千字

版 次 2012年1月第1版 2012年1月第1次印刷

印 刷 北京正合鼎业印刷技术有限公司

书 号 ISBN 978-7-5155-0219-9

定 价 28.00元

---

出版发行 **金城出版社** 北京市朝阳区和平街11区37号楼 邮编 100013

发 行 部 (010) 84254364

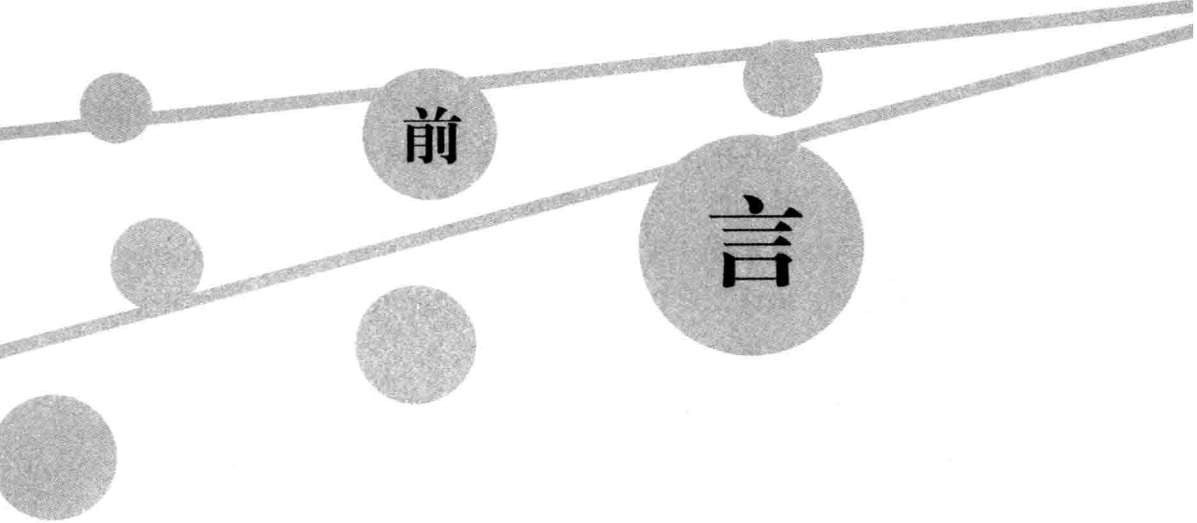
编 辑 部 (010) 84250838

总 编 室 (010) 64228516

网 址 <http://www.jccb.com.cn>

电子邮箱 [jinchengchuban@163.com](mailto:jinchengchuban@163.com)

法律顾问 陈鹰律师事务所 (010) 64970501



前

言

礼仪源于人类的生活习俗。这种生活习俗是指一种文化中群体性的生活习惯。中国有很多关于习俗的成语：礼贤下士、礼尚往来、三纲五常，等等。从春秋战国孔子向老子学礼，到孟子在家中演习周礼，都跟礼仪密不可分。身居礼仪之邦，应为礼仪之民。

中国作为东方文明古国和东方文化的发源地，素有“礼仪之邦”的美誉。然而在现今社会中，大多数的家长都更注重孩子学习成绩的好坏，而忽略了孩子在学校中是否有礼貌，是否能在礼仪的规范下处理好人际关系等素质方面的教育和培养。事实上，入校读书，除了学习知识外，让孩子从小就能礼貌待人，也是一种生活的训练，更是对孩子社会性的一种培养。让孩子从小懂礼仪非常重要，试想，一个从来不知道何为礼貌或者一个从来都不顾及他人感受、不尊重他人的人怎么可能会得到别人的喜欢和认可。

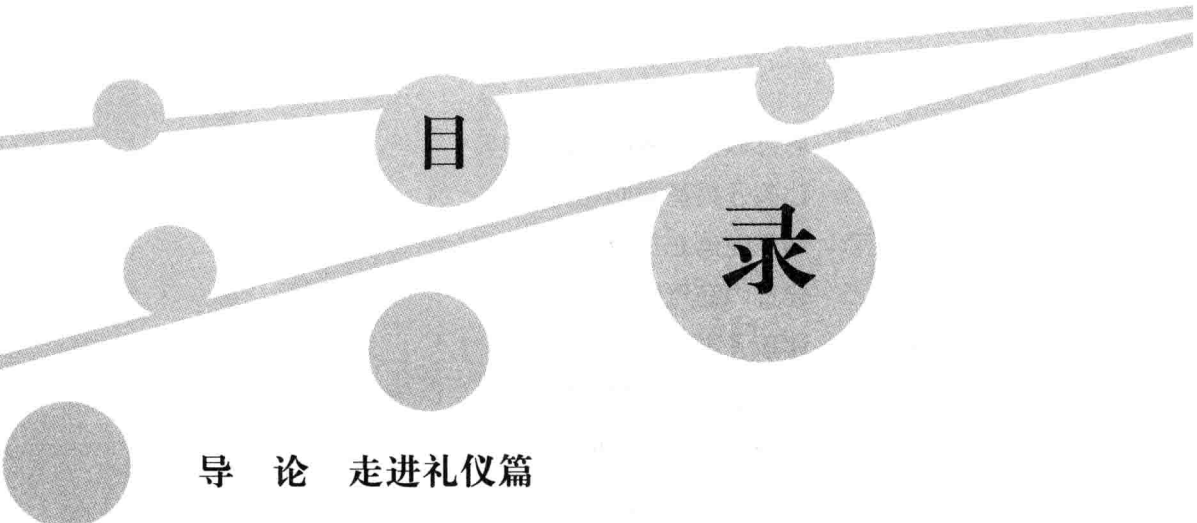
孩子的礼仪教育往往会体现家长的个人修养，人说“子不教，父之过”，孩子在外面举止不当，常常听见人们评论的就是“不知道父母是怎么教育的”，所以说，孩子缺乏礼貌修养不仅仅是孩子的行为，更多的是家长教育方式的问题。对于家长来说，孩子在耳濡目染中渐渐地学会模仿的时候，礼仪教育就应该开始，并不断深入下去。



对于孩子的礼仪教育问题，本书从各个方面进行了全面的阐述，其中包括品质、孩子的仪表举止行为、言谈礼仪、家庭礼仪、交往礼仪、餐桌礼仪、学校礼仪，再到公共场合礼仪等，非常细致地给予指导和说明，同时，本书还引用了大量的实例，以期对孩子的礼仪教育给予一定的帮助。

本书选材精细，内容丰富；启发性强，可读性强；语言生动，意趣横生；由表及里，通俗易懂。相信本书能为家长在培养孩子社交礼仪这门课程中提供有效的帮助和指导。





# 目

# 录

## 导 论 走进礼仪篇

身居礼仪之邦，应为礼仪之民。有诗曰：人讲礼仪为先，树讲枝叶为源。就是说做人最基本的原则即要有礼貌，学会做事之前先要学会做人，会做人才能保证事情能够顺利进行，就像树要生长最基本的就是要有枝叶根茎一样。

社交礼仪教育是一个人在社会成长过程中必不可少的学习内容，是整个人生旅途中的必修课。社交礼仪教育，不仅满足孩子走向社会的需要；而且，还可以培养孩子适应社会生活的能力，提高孩子的社会心理承受力。孩子在人生开端的时候就接触到这些，对其将来定大有裨益。

## 第一章 品质培养篇

由内在品质而散发出来的大方、从容、镇静、正直的气质才是孩子在社交过程中的制胜法宝。所以说，世界上最好的父母是注重培养孩子内在品性的父母。诚实是一个人修养的基本表现，爱心、善心、同情心、宽容之心同样是社交礼仪中让你的孩子闪光的制胜法宝。因为一个拥有好品质的孩子必定会获得人们的认可和喜爱，所以要想让孩子成为人见人爱的社交宝贝，首先要培养的就是孩子的品性和气质。父母应该利用各种机会、各种场合让孩子在这方面得到良好的教育。



- 第一节 培养诚实正直的品性 / 19
- 第二节 让孩子具备爱心和同情心 / 24
- 第三节 培养自信心 / 26
- 第四节 培养内在气质 / 29
- 第五节 让孩子学会宽容 / 31
- 第六节 培养助人为乐好品质 / 34
- 第七节 让孩子勇于承认错误 / 37
- 第八节 养成节俭好习惯 / 39
- 第九节 懂得劳动的意义 / 41
- 第十节 尊重残疾人 / 43

## 第二章 仪表举止篇

在与人交往中，第一印象是十分重要的。通常情况下，人们在见面后5秒钟内就会对对方形成第一印象。虽说第一印象也许并不准确，但是这种印象却在人的认知中有不可估量的作用，甚至可以决定社交活动的成败。

没有人喜欢衣衫褴褛的人，也不会有人喜欢处处忸怩作态的人。一个人的外在表现，往往可以看出关于这个人的很多东西。比如，学识、能力和其他方面的修养程度。

因此，作为家长要想让自己的儿女在人际交往的过程中获得他人的喜爱和认可，就需要培养好孩子的仪表，让孩子注意自己的举止礼仪。

- 第一节 仪表的重要性 / 49
- 第二节 让孩子掌握服饰礼仪 / 52
- 第三节 神态表情有玄机 / 55
- 第四节 站有站相，坐有坐相 / 59
- 第五节 正确运用身体语言 / 62





### 第三章 言谈礼仪篇

生活中，有些人的言谈让人觉得很舒服，而有些人则一开口就把人惹恼了。会说话的人其实很大程度上就是注意了礼仪，掌握了礼貌原则，保全他人的面子。

关于说话，很多人认为这是一种天赋，其实则不然。善于交谈的人只不过是懂得一些谈话技巧而已，从根本上来说，就是懂得如何礼貌、委婉地表达自己。而这些礼貌原则是每个人都可以学会的。对于小孩来说，掌握谈话技巧和礼仪是拥有良好的人际关系不可缺少的重要部分。

作为家长，应当让孩子掌握基本的礼貌用语及文明礼貌行为。除此之外，学会倾听、恰当地表达自己、学会赞美别人、学会安慰别人、礼貌地说服他人等，都是孩子需要学习和掌握的言谈礼仪。

#### 第一节 掌握基本礼貌用语 / 67

#### 第二节 恰当地表达自己的想法 / 73

#### 第三节 礼貌地邀请别人 / 77

#### 第四节 拒绝不情之请 / 79

#### 第五节 巧妙化解矛盾 / 83

#### 第六节 接打电话有礼貌 / 87

#### 第七节 巧妙应对他人的无礼 / 90

#### 第八节 开玩笑要有分寸 / 92

### 第四章 家庭礼仪篇

对小孩子来说，家庭的环境对他们的成长是非常重要的，家是人生的第一个港湾，从这里开始了航行人生大海的准备。从这个意义上讲，家庭生活也是社会生活的提前训练。只有从家庭生活中，





从与孩子最亲最近的家人相处中，才能够更好地学习做人的礼貌，不断提高修养，养成文明的习惯，才可能进而在社会上做一个文雅、得体和备受欢迎的人。

#### 第一节 尊重家人第一位 / 97

#### 第二节 亲戚称呼要理顺 / 100

#### 第三节 拜访亲友要礼貌 / 103

#### 第四节 探望病人讲礼仪 / 105

### 第五章 交往礼仪篇

良好的人际关系是在人际交往中形成和发展起来的，并表现在人际交往中。而掌握人际交往的礼仪是人们在交往过程中的重要工具。

孩子往往在很小的时候就表现出与人交往的愿望，这也是人类的共性，当孩子的这种交往需要得到满足时，往往会有助于孩子情商的进一步发展。因此，家长应正确认识并有意识地在孩子小时候便为其创造交往的条件，满足孩子情感上的需要。而孩子的交往中所需要的一些技能，如分享、轮流、协商、合作等，则需要家长以身作则，在潜移默化中传授给孩子。人际在于交往，对人际关系运用得当，孩子才会在以后的人生路上左右逢源。孩子教育不光是知识方面的教育，而且包括如何改善人际关系方面的教育，其重要性要远远超过知识教育。

#### 第一节 赢得见面分 / 111

#### 第二节 记住别人的姓名 / 114

#### 第三节 倾听是一种美德 / 117

#### 第四节 积极与人沟通 / 121

#### 第五节 学会宽容 / 123



- 第六节 学会与人合作 / 126
- 第七节 多多微笑 / 129
- 第八节 礼貌地说服他人 / 132
- 第九节 学会赞美他人 / 137
- 第十节 学会安慰别人 / 140
- 第十一节 有责任感的孩子才合群 / 143

## 第六章 餐桌礼仪篇

餐桌虽小，但人们的一举一动却能表现出一个人的修养高低。随着现代社会的飞速发展，餐桌和宴会距离孩子不再遥远，孩子会有自己的聚会，家长也会有带着孩子出去参加宴会的时候。因此，孩子也同样有必要了解餐桌礼仪。

- 第一节 餐具的使用 / 149
- 第二节 餐桌上的言谈举止 / 153
- 第三节 用餐时的禁忌 / 156
- 第四节 自助餐注意事项 / 158
- 第五节 付账的技巧 / 161

## 第七章 学校礼仪篇

因为学校礼仪体现着一个人的修养，作为家长应该对孩子的一些基本礼仪进行有效的引导。针对不同年龄孩子的特点，从他们的思想实际和生活实际出发，对孩子进行必要的礼仪教育，规范孩子在学校的行为，这是家长应该做的事情，也是一件很有意义的事情。

- 第一节 尊重老师 / 165
- 第二节 同学相处礼仪 / 168
- 第三节 课堂礼仪 / 171





#### 第四节 宿舍礼仪 / 174

#### 第五节 学校活动的礼仪 / 178

### 第八章 公共场合礼仪篇

公共场合礼仪是人类社会为了维护社会公共生活而必须遵循的道德规范和准则，它主要包括尊重妇女、尊敬老人、遵守公共秩序等内容。

在一般的人际交往中，礼貌在调节人们之间的一般关系时具有全民性、普遍性，从这个意义上讲，礼貌是对全人类的基本要求。正是由于它的普遍性，所以才应该要求人们必须把它作为生活惯例来看待和遵守。对于家长来说，应当尽早为孩子灌输这种理念，帮助孩子掌握公共场合的各种礼仪，这样，我们的孩子才有可能成为一个有礼貌、有社会责任，并受人尊敬的人。

其实，所有的公共场合的礼仪规则都是在要求我们每个人“设身处地为他人着想”，一定要让孩子明白这一点，只有这样，孩子才有可能和别人、和这个社会和谐相处，从而得到别人认可与喜欢。

#### 第一节 人行道上不乱跑 / 185

#### 第二节 公交车上讲礼貌 / 187

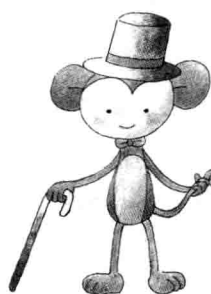
#### 第三节 公共场所有公德 / 189

#### 第四节 电梯礼仪要掌握 / 193

#### 第五节 做有礼貌的小观众 / 196

#### 第六节 做遵纪守法的小公民 / 199





# 导 论

## 走进礼仪篇



身居礼仪之邦，应为礼仪之民。有诗曰：人讲礼仪为先，树讲枝叶为源。就是说做人最基本的原则即要有礼貌，学会做事之前先要学会做人，会做人才能保证事情能够顺利进行，就像树要生长最基本的就是要有枝叶根茎一样。

社交礼仪教育是一个人在社会成长过程中必不可少的学习内容，是整个人生旅途中的必修课。社交礼仪教育，不仅满足孩子走向社会的需要；而且，还可以培养孩子适应社会生活的能力，提高孩子的社会心理承受力。孩子在人生开端的时候就接触到这些，对其将来定大有裨益。





## 一、什么是社交礼仪

有诗曰：人讲礼仪为先，树讲枝叶为源。还有一句话：未曾学艺先学礼。就是说做人最基本的原则即要有礼貌，学会做事之前先要学会做人，会做人才能保证事情能够顺利进行，就像树要生长最基本的就是要有枝叶根茎一样。

要真正了解礼仪，有必要先来明确礼仪的基本含义。一般情况下，与“礼”相关的词最常见的有三个，即礼仪、礼节、礼貌。

礼貌指在人际交往中通过言语、动作向交往对象表示谦虚和恭敬。它侧重于表现人的品质与素养。这是日常生活中最常听到的关于礼仪的一个词。

礼节，通常是指人们在交际场合，相互表示尊重、友好的惯用形式，是一些需要我们注意的社会规则。

礼仪，则是对礼节、仪式的统称，指人们在社会交往中由于受历史传统、风俗习惯、宗教信仰、时代潮流等因素而形成的，为人们所认同和遵守的以建立和谐关系为目的的各种符合交往要求的行为准则和规范的总和。换句话说，礼仪就是在人际交往中，以一定的、约定俗成的程序、方式来表现的律己、敬人的过程，涉及穿着、交往、沟通、情商等内容。总而言之，礼仪就是人们在社会交往活动中应共同遵守的行为规范和准则。



在现代社会交往中，所谓“礼”，是叫人尊敬和关心他人，使之合乎“情理”，更多的是观念上的；所谓“仪”，是指行为上的，是叫人在行为上恰如其分。“礼”是内在的，是人们对自己、对他人的尊重、敬意的态度；而“仪”是外在的，是人们通过一定的动作、形式等表现出来的“礼”。

在中国古代，礼仪主要表现为两个方面：

### （一）与人为善

与人相处，态度很重要。这个态度不是我们表现出来的态度，而是发自内心的感觉。比如，诚实、善良等品性。与人为善，这个“善”，应是出自内心的诚意，是诚于内而形于外，而不是巧言令色和徒具形式的繁文缛节。

### （二）礼尚往来

中国有一句古话：来而不往非礼也。就是说，接受别人的好意，必须报以同样的礼敬。中国还有一句话：你敬我一尺，我敬你一丈。换言之，你对我态度恶劣，我也不可能拿好脸色给你。就像假如在公交车上，踩了别人一脚，如果能及时地说一声对不起，那么别人可能就不会生气，即使很痛也不好再说什么，但是如果踩人的人像没事一样不言不语，那么被踩的很有可能就会勃然大怒，口角甚至厮打就会上演。

在现代社会中，礼仪又扩展为很多方面，从人的精神面貌到行为举止和气质，都有着详细的约定俗成的内容：

1. 谦虚恭敬的态度
2. 干净整洁的仪容
3. 大方得体的举止
4. 文明礼貌的语言



## 5. 充满自信的气质

礼仪的含义，从不同的角度还可以这样理解：

1. 从道德方面来说，礼仪是为人处世的行为规范，是一种道德要求。

2. 从修养方面来说，礼仪可以说是一个人内在修养和素质的外在表现。有礼貌的人才能称得上是有修养的人。

3. 从审美方面来说，礼仪是一种外在美和内在美的结合。这种美，不是一定要长得漂亮，而是强调仪表和举止美，强调行为处事方式方法得体。

4. 从传播方面来说，礼仪是一种信息的传递，通过这个媒介表达出尊重和友善。

5. 从交际方面来说，礼仪是一种技巧，交际中有效的沟通方式，是人际交往中适用的一种艺术，一种交际方式或交际方法。

6. 从民俗方面来说，礼仪是待人接物中，约定俗成的示人以尊重、友善的习惯做法。

7. 从法制方面来说，礼仪是维护社会秩序、治国安邦的途径之一。

总之，现代社交礼仪是现代人们用以沟通思想、联络感情、促进了解的一种行为规范，是现代交际不可缺少的润滑剂。对于孩子来说，礼仪同样重要。

## 二、为什么要让孩子学习社交礼仪

社交礼仪是人们在社会生活中处理人际关系，展现自我修养的一个途径。自古以来，礼仪就是中华传统美德宝库中的一颗璀璨的





明珠，是中国古代文化的精髓。作为中华民族的接班人，我们的孩子必须尽早地掌握规范的社交礼仪，把中国传统文化发扬广大。

没有人喜欢言语粗俗的孩子，要想赢得别人的尊重，首先就要懂礼仪。一切的交往都是从礼仪开始的。一个懂得礼仪的孩子必能够在社交过程中创造出和谐融洽的气氛，建立良好的人际关系。

从礼仪的习得上来讲，礼仪不是先天遗传的，而是需要我们学习的一门知识。人在社会化过程中，需要学习的东西很多，而任何一个生活在某一礼仪习俗和规范环境中的人，都会自觉或不自觉地受到礼仪的约束。因而社交礼仪教育是一个人在社会成长过程中必不可少的学习内容，是整个人生旅途中的必修课。孩子在人生开端的时候就接触到这些，对其将来定大有裨益。

能够自觉地接受社会礼仪约束的人，是“成熟的、符合社会要求的、受欢迎的人。”这样的人，在交际活动中遇到各种情况和困难时，都能始终保持沉着稳定的心理状态，根据所面临的情况，迅速采取最合理的行为方式来争取主动。反之，一个人如果不能遵守社会生活中的礼仪要求，他就会被该社会中的人视为缺少教养，举止粗鲁，就会受到人们的排斥，社会就会以道德和舆论的手段来对他加以约束。而这样的人，不仅不能建立起良好的人际关系，也很容易在参加重大交际活动的时候，出现惊慌恐惧、心神不定、坐卧不安等状况，有的在交际活动中，甚至会心跳加快、四肢颤抖、说话变调。

所以，社交礼仪教育，不仅满足孩子走向社会的需要；而且，还可以培养孩子适应社会生活的能力，提高孩子的社会心理承受力。

那么，孩子的礼仪教育应该从什么时候开始呢？孩子的礼仪教育，应该从小培养，不可认为孩子小，讲不讲礼仪无所谓，树大自