

社交礼仪

做一个有教养
的现代人



*Shejiaoliyizuooyige
youjiaoyangdexiandairen*

在人与人的交往中，礼仪越周到
越保险，运气也越好。

[英]卡莱尔

金城出版社

●时尚生活顾

社交礼仪

——做一个有教
养的现代人



张倩 编著

金城出版社

图书在版编目(CIP)数据

社交礼仪/张倩编著. —北京:金城出版社,

2003.8

(时尚生活顾问丛书)

ISBN 7-80084-504-4

I. 社... II. 张... III. 礼仪—基本知识

IV. K891.26

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 064989 号

金城出版社出版发行

(北京市朝阳区和平街 11 区 37 号楼 100013)

电话:(发行部)8425 4346 (总编室)6422 8516

中国纺织出版社印刷厂印刷

880×1230 毫米 1/32 8.2 印张 180 千字

印数:1—4500 册

2003 年 8 月第 1 版 2003 年 8 月第 1 次印刷

ISBN 7-80084-504-4/C·10

全套三册定价:48.00 元(每册 16.00 元)



吃出来的风度



说话要有艺术



举止也是一种语言



仪式更重礼



来的都是客



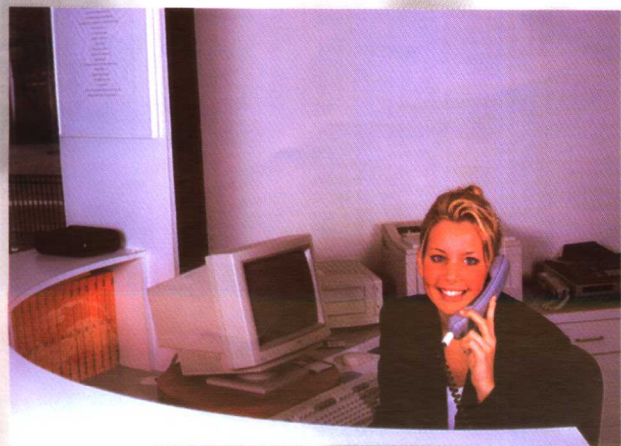
居家过日也讲礼仪



出行时别忘了“礼”



走进商海礼为先



从沟通开始



丰富你的表情



极重礼仪的日本人



规矩甚严的韩国人

前 言

礼仪是人类文明和社会进步的重要标志,这既是社会交往活动的重要内容,又是社会道德文化的外在表现形式,而且它更直接地反映着一个国家其国民普遍的素质。

中国,素有礼仪之邦的美誉,中国人遵礼守仪亦是渊源流长。古人有言:“中国有礼仪之大,故称夏,有服章之美,故称华。”古代的华夏民族正是以其丰富的礼仪文化为周边各民族所仰慕。夏有夏礼,商有殷礼,周有周礼,至孔夫子著《礼记》,中国已形成了较完备的礼仪文化体系,特别是盛唐时期的礼仪,今天在诸多华侨居住区仍盛行,名曰“唐礼”。

管子曰:“仓稟实则知礼节。”的确,礼仪作为一种为社会所认可的软性规则与社会经济发展状况是分不开的。今天,随着改革开放的不断深化与发展,中国人已彻底摆脱了昔日的“一穷二白”的落后面貌,即将步入全面小康社会的发展阶段,复兴传统美德,重建具有现代意义的礼仪文化势在必行。本书正是在这一前提下编写的一部有关现代人社交礼仪方面的基础性读物,知识性强、通俗易懂、贴近生活是本书的特色所在。

诚然,由于编写者知识水平所限,难免有不足之处,诚望广大读者批评指正。

编者
2003年5月

目 录

CONTENTS

第一章 个人形象礼仪

丰富你的表情.....	(2)
眼神,传递心神	(2)
笑容,展示心态	(4)
面容,暗示心理	(6)
现代人的修饰.....	(8)
仪容个性之美.....	(8)
服饰特色之美	(15)
说话要有艺术	(27)
声音,传达情意.....	(27)
寒暄是很必要的	(28)
谈吐文雅的培养	(31)
演讲中的风度	(37)
举止也是一种语言	(38)
用手来交流	(38)
站出来的气势	(40)
蹲姿也讲美	(41)
坐相有学问	(42)
走出来的优雅	(45)

第二章 日常生活礼仪

居家过日子也讲礼仪	(48)
家庭中的规矩	(48)
美化居家环境	(49)
用花香来装点居室	(51)
串门有讲究	(52)
敲门的规矩	(53)
日常交往“十不要”	(53)
拒绝他人有技巧	(54)
出行时别忘了“礼”	(54)
走路的学问	(55)
身为乘客要文明	(58)
吃出来的风度	(59)
学会用帖办事	(59)
赴宴前的准备	(61)
点菜是讲学问的	(61)
营造餐桌上的气氛	(63)
少不了的“酒文化”	(64)
别小看“吃相”	(66)
你会用西餐吗	(70)
吃中餐也有说法	(82)
吃快餐要注意的	(84)

CONTENTS

你用过自助餐吗	(85)
卡拉时别忘了	(86)
品茗新时尚	(87)
公共场所别忘了“礼”	(90)
舞会的礼节	(90)
看电影的礼节	(95)
欣赏歌剧及音乐会的礼节	(96)
艺术欣赏的礼节	(97)
男士对女士的礼节	(99)
女士对女士的礼节	(102)
男士对男士的礼节	(103)
女士对男士的礼节	(103)

第三章 人情往来礼仪

别忽视了见面礼	(106)
行礼示意表心境	(106)
异国他乡话礼仪	(110)
握出来的友谊	(111)
推销自我	(116)
名片里的艺术	(122)
聊出来的情意	(124)
沟通情感要互动	(131)

CONTENTS

礼尚还要往来·····	(136)
送礼以表心意·····	(136)
受礼要有风度·····	(139)
拒礼要讲策略·····	(140)
送花的艺术·····	(141)
男士不该送女士的礼物·····	(146)
出国该送什么礼·····	(147)
各国送礼漫谈·····	(149)
办公室的送礼·····	(153)
问候与探望·····	(156)
讲点形式很必要·····	(156)
探望亦讲礼·····	(157)
婚丧寿庆话心情·····	(159)
婚礼是件大事·····	(159)
婚宴的礼仪·····	(161)
关注寿诞·····	(164)
丧葬吊唁寄哀情·····	(166)

第四章 商务合作礼仪

从沟通开始·····	(170)
打电话看品味·····	(170)
接电话重文明·····	(173)
移动通讯也要讲点礼·····	(176)

CONTENTS

鸿雁传情礼在先·····	(178)
签名的礼节·····	(182)
走进商海礼为先·····	(183)
洽谈该准备什么·····	(183)
在行礼中进行·····	(185)
仪式更重礼·····	(192)
开业典礼新时尚·····	(193)
交接的仪式效应·····	(194)
剪出来的气氛·····	(196)
签字时的礼貌·····	(198)
来的都是客·····	(201)
接待是讲原则的·····	(201)
有备无患·····	(203)
按程序办事·····	(204)
服务即是礼·····	(206)
到家的感觉·····	(206)
吃的是心情·····	(214)

第五章 我国主要少数民族礼俗

热情奔放的蒙古族人·····	(222)
规矩多多回族人·····	(222)
注重传统的满族人·····	(223)
独具风格的朝鲜族人·····	(224)

CONTENTS

载歌载舞的维吾尔族人·····	(225)
乐观豁达的哈萨克族人·····	(225)
信奉喇嘛教的藏族人·····	(226)
古色古香的彝族人·····	(226)
享受自然的白族人·····	(227)
朴实无华的苗族人·····	(228)
热情好客的侗族人·····	(229)
笑语欢歌的壮族人·····	(230)
不忘本的土家族人·····	(230)
坦诚可信的瑶族人·····	(231)
浪漫情调的黎族人·····	(231)

第六章 域外礼仪与禁忌

走进亚洲·····	(234)
极重礼仪的日本人·····	(234)
规矩甚严的韩国人·····	(236)
极富修养的新加坡人·····	(237)
友好和善的马来西亚人·····	(237)
敬重神佛泰国人·····	(238)
畅游北美洲·····	(239)
富有个性的美国人·····	(239)
实事求是的加拿大人·····	(241)

CONTENTS

漫步欧洲.....	(241)
注重风度的英国人.....	(242)
享受浪漫的法国人.....	(243)
清洁自律的德国人.....	(244)
追求艺术的意大利人.....	(244)
性格豪放的俄罗斯人.....	(245)
大洋洲国家礼俗.....	(245)
热情好客的澳大利亚人.....	(245)
诚恳热情的新西兰人.....	(246)
感受非洲和拉丁美洲.....	(246)
纯朴善良的非洲人.....	(246)
能歌善舞的拉丁美洲人.....	(247)

第一章

个人形象礼仪

现代社会人际交往日趋增多,人们对个人形象也倍加关注。

给别人一个好印象,这是树立良好人际关系的基础。

千万不要以为“以貌取人”是一种错误的选择,快节奏的生活,人们是无暇去考虑你的庐山真面目的,可以说,良好的个人形象就等于成功了一半。

怎么办?跟上时代步伐,抽出一部分时间去精心塑造一下自己,你就拥有了富有现代人个性的品味了……

丰富你的表情

礼仪是表达人的内心情感的形式之一，而表情则在人际交往中更真实地反映着人们的思想、情感及其心理活动与变化，因而，塑造良好的个人形象是由内心开始的。

眼神，传递心神

眼神，是能够最明显、最自然、最准确地展示一个人的心理活动。

日常生活中，借助于眼神传递出信息的举措被称为眼语。俗语云“心领神会”就是这个道理。

社交活动中，眼神运用要符合一定的礼仪规范，不了解它，往往被人视为无礼，给人留下坏的印象。

与人交谈时，目光应该注视着对方，但不要死死盯着对方眼睛，这样会使对方紧张；注视时要轻松自然，可以在对方胸部以上、头顶上方 5 厘米以下、两耳外侧 10 厘米以内的范围内移动目光。注视对方时，最好不要眯着眼睛，那是一种意味深长的目光。

注视对方时，一般有三种注视方式：

一是公务注视，一般用于洽谈、磋商等场合，注视的位置在对方的双眼与额头之间的三角区域内。

二是社交注视，一般在社交场合，如舞会、酒会上使用。位置在对方的双眼与嘴唇之间的三角区域内。

三是亲密注视，一般在亲人之间、恋人之间、家庭成员等亲近人员之间使用，注视的位置在对方的双眼和胸部之间。

如果对对方的讲话感兴趣，就要用柔和友善的目光正视对方的眼区，内心充溢着爱慕、友善和敬意。

