



New Guide
to the Social
Etiquette

《现代礼仪》丛书·电视课程配套教材

金飞飞 编著

社交礼仪



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

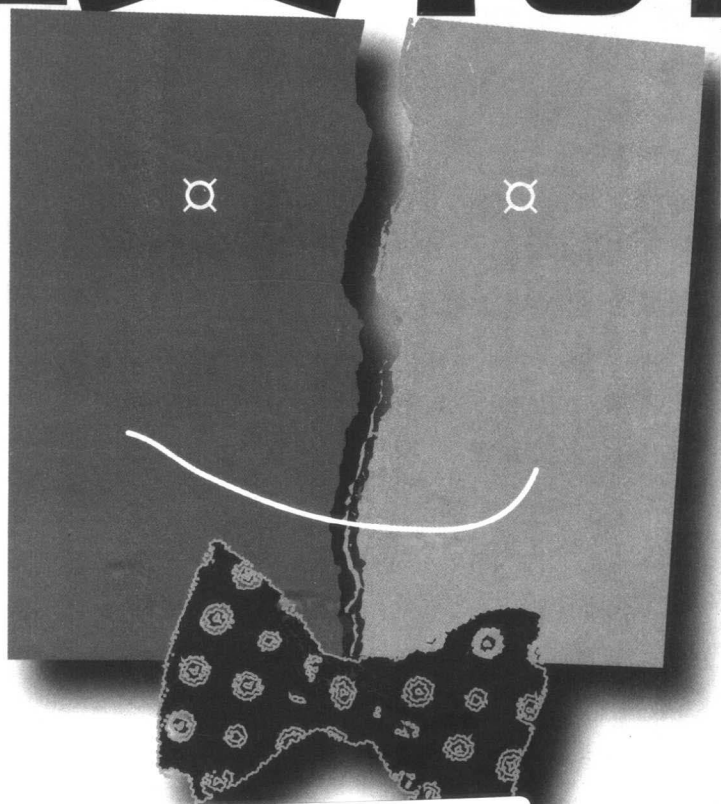
New Guide
to the Social
Etiquette

《现代礼仪》丛书·电视课程配套教材

金卫兵 编著

社交礼仪

C912.1
91



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

社交礼仪/金正昆编著, —北京: 北京大学出版社, 2005. 8

东方燕园培训书系·《现代礼仪》丛书

ISBN 7-301-09367-5

I. 社… II. 金… III. 人际交往—礼仪 IV. C912.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 079924 号

书 名: 社交礼仪

著作责任者: 金正昆 编著

责任编辑: 文白雁

标准书号: ISBN 7-301-09367-5/G·1567

出版发行: 北京大学出版社

地 址: 北京市海淀区中关村北京大学校内 100871

网 址: <http://cbs.pku.edu.cn>

电 话: 邮购部: 62752015 62754450 发行部: 62754623 62750672

编辑部: 62752825

电子信箱: em@pup.pku.edu.cn

排 版 者: 北京天舒文化公司

印 刷 者: 北京人卫印刷厂

经 销 者: 新华书店

787 毫米×1000 毫米 16 开本 18 印张 332 千字

2005 年 8 月第 1 版 2005 年 11 月第 2 次印刷

定 价: 36.00 元

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

东方燕园培训书系专家委员会

主 任	刘 伟			
副 主 任	睢国余	金正昆	卢存岳	于宏钧
委 员	张燕生	周孝正	崔建华	黄桂田
	邓荣霖	刘红松	张玫玫	张 利
	章 政	高贤峰	严 冰	康 宁
总 顾 问	萧灼基	郑学益		

培 训 书 系 编 委 会

主 编	张文定	于宏钧	邹群柱	侯书森
执行主编	高博厚	李 东	文白雁	
编 委	张 涛	李卫东	王 原	姜艳娥
	耿建柱	贺永霞	侯艳华	崔素萍

序 言

人生一世，必须交际。任何一个正常人如果打算完全回避人际交往，都是绝对不可能的。

进行交际，需要规则。没有规则，人际交往难免各行其是，难以沟通，难以修成正果。

所谓礼仪，即人际交往的基本规则，是人际交往的行为秩序。其具民族性、地域性和国别性。随国际交融的普势化，礼仪亦日益显其普认性特质。这是人类文明时代性指征。作为社会群落分子的每个人，立足现世尤必须具备礼仪和法律两大行为律则。然礼仪侧重于道德层面，而法律则重于惩戒层面，亦即前者重自律，后者重他律。

“礼”的含义是尊重。孔子云：“礼者，敬人也。”从本质上讲，“礼”是一项做人的基本道德标准。“礼”所规范的是一个人对待自己、对待别人、对待社会的基本态度。“礼”的基本要求是：每一个人都必须尊重自己、尊重别人，并尊重社会。

每一位现代人都应该尊重自己。一个人不尊重自己，就不会获得别人的尊重。尊重自己的具体要求是：首先，要尊重自身；其次，要尊重自己所从事的职业；最后，则要尊重自己所在的单位。

每一位现代人都应该尊重别人。因为“来而不往，非礼也。”一个人不尊重别人，就难以得到对方的尊重。尊重别人，具体要求往往有所不同：尊重上级，是一种天职；尊重同事，是一种本分；尊重下级，是一种美德；尊重客户，是一种常识；尊重对手，是一种风度；尊重所有人，则是一种做人所应具备的基本教养。

每一位现代人都应该尊重社会。马克思说过：人是社会关系的总和。每一个人都生活于社会。尊重社会，将美化人类自身的生存环境，并有助于人类的最优化发展。尊重社会的具体要求是：首先，要讲究公德；其次，要维护秩序；再次，要保护环境；最后，则要爱国守法。

“仪”的含义则是规范的表达形式。任何“礼”的基本道德要求，都必须借助于规范的、具有可操作特征的“仪”，才能恰到好处地得以表现。就礼仪而言，没有“礼”，便不需要“仪”；没有“仪”，则又难以见识何者为“礼”。

简而言之，所谓礼仪，就是人们用于表现尊重的各种规范的、可操作的具体形式，它普遍适用于各种各样的人际交往；亦人际交往的基本规则。

在现代生活中，人们所讲究的自然是现代礼仪。一般而论，现代礼仪通常具有以下四个基本特征：

其一，普遍性。在任何国家、任何场合、任何人际交往中，人们都必须自觉地遵守礼仪。

其二，规范性。讲究礼仪，必须采用标准化的表现形式，才会获得广泛认可。

其三，对象性。在面对各自不同的交往对象，或在不同领域内进行不同类型的人际交往时，往往需要讲究不同类型的礼仪。

其四，可操作性。在具体运用礼仪时，“有所为”与“有所不为”都有各自具体的、明确的、可操作的方式与方法。

孔子常言：“不学礼，无以立。”在现代生活中，礼仪依旧是每一位现代人不可或缺的基本素养。

学习现代礼仪，首先可以内强素质。在人际交往中，有道德才能高尚，讲礼仪方算文明。学习礼仪，讲究礼仪，无疑会使人们提高自己的内在素质。

学习现代礼仪，其次可以外塑形象。现代礼仪讲究尊重，强调沟通，重视认知，力求互动。得法地运用礼仪，不仅会令自己更易于被他人所接受，而且还会有助于维护自身乃至所在工作单位的良好形象。

学习现代礼仪，最后还可以增进交往。目前，人们已经普遍意识到：在现代社会中要成功、要发展，不但需要智商，而且需要情商。所谓情商，外在表现为一个人的心态如何，内在的本质则是一个人与其他人进行合作的能力。掌握现代礼仪，自然有助于使自己更好地与他人进行合作，并且进而令自己成为受欢迎的人。

作为一名现代人，不学礼，则不知礼。不知礼，则必失礼。

作为一名现代人，不守礼，则会被他人视为不讲礼。在现代社会中，一个人若被他人视为不讲礼，则往往无人理！

现代生活已经告诫人们：有礼走遍天下，无礼寸步难行。

现代生活已经提醒人们：必须学礼、知礼、守礼、讲礼，必须时时处处彬彬有礼。

金正昆

2005年5月1日于北京寓所

目 录

第一章 社交礼仪概述

一、礼仪的形成与发展	3
(一) 礼仪的形成	3
(二) 礼仪的发展	8
二、社交礼仪的内涵与特点	9
(一) 社交礼仪的内涵	9
(二) 社交礼仪的特点	11
三、社交礼仪的功能与作用	13
(一) 社交礼仪的功能	14
(二) 社交礼仪的作用	15
四、社交礼仪的规则与惯例	17
(一) 社交礼仪的规则	17
(二) 社交礼仪的惯例	21

第二章 仪表礼仪

一、仪容修饰	35
(一) 仪容美	35
(二) 仪容修饰的要求	36
(三) 头发的美化	38
(四) 面容的修饰	41



二、行为举止	43
(一) 手 势	43
(二) 站姿与走姿	46
(三) 坐姿与蹲姿	47
(四) 举止禁忌	49
三、表情神态	52
(一) 眼 神	53
(二) 微 笑	55
四、常规着装	56
(一) 着装的原则	58
(二) 服饰的谐调	59
(三) 面料的选择	61
(四) 色彩的搭配	64
(五) 西装的要求	66
(六) 打领带的礼仪	69
(七) 穿着的禁忌	72
五、佩戴饰品	73
(一) 佩戴饰品的原则	73
(二) 佩戴饰品的方法	75
(三) 手表的选择	78
(四) 皮包的选择	80

第三章 交往礼仪

一、称 呼.....	85
(一) 称呼概说	85
(二) 称呼的使用	87
(三) 生活中的称呼	87

目 录

(四) 工作中的称呼	89
(五) 常见的错误与禁忌	91
二、介 绍	93
(一) 自我介绍	93
(二) 介绍他人	94
(三) 集体介绍	96
三、握 手	99
(一) 握手的时机	99
(二) 伸手的次序	101
(三) 握手的方式	102
(四) 握手的禁忌	104
(五) 不宜握手的情况	105
四、交换名片	106
(一) 名片的类型	106
(二) 名片的制作	108
(三) 名片的递送与交换	111
(四) 注意事项	114
五、打电话	115
(一) 通电话的时间	115
(二) 打电话的语言	117
(三) 接听电话	118
(四) 代人接听电话	120
(五) 使用移动电话	121

第四章 谈话礼仪

一、谈话的规范	125
(一) 语言要求	125



(二) 话题的选择	129
(三) 谈话的禁忌	131
二、谈话的艺术	135
(一) 如何与人寒暄	135
(二) 如何赞美他人	138
(三) 如何聆听	140
(四) 如何拒绝他人	142
 第五章 出行礼仪 	
一、走 路	149
(一) 行走的规则	149
(二) 上下楼梯和共同搭乘电梯	151
(三) 出入公共房间	152
(四) 在公共场所	153
(五) 排 队	154
二、乘 车	156
(一) 乘坐轿车	156
(二) 乘坐公共汽车	161
(三) 乘坐火车	162
(四) 乘坐地铁	167
三、乘 船	169
(一) 乘船的安全	169
(二) 乘船须知	171
(三) 乘船时的交际	173
四、乘飞机	174
(一) 登机前的要求	174
(二) 乘机时的规则	176

目 录

(三) 停机后的事项	178
------------------	-----

第六章 聚会礼仪

一、拜 会	181
(一) 预 约	181
(二) 作 客	182
(三) 待 客	184
二、会 议	187
(一) 主持者	187
(二) 发言者	190
(三) 倾听者	192
三、舞会的礼仪	195
(一) 组织舞会	195
(二) 参加舞会	196

第七章 应酬礼仪

一、亲缘关系	201
(一) 孝敬长辈	201
(二) 厚待同辈	203
(三) 关心晚辈	204
二、地缘关系	207
(一) 邻里之间	207
(二) 同乡之间	209
三、业缘关系	212
(一) 学业应酬	212



(二) 职业应酬 214

四、友缘关系 216

(一) 与朋友相处 217

(二) 拒绝朋友的技巧 219

(三) 处理朋友间的麻烦 222

第八章 餐饮礼仪

一、中 餐 227

(一) 筹备宴会 227

(二) 餐桌安排 229

(三) 安排位次 233

(四) 使用餐具 235

二、西 餐 240

(一) 上菜的程序 240

(二) 餐具的使用 242

(三) 进餐的守则 244

(四) 餐巾的使用 246

三、饮 酒 248

(一) 酒水的种类 248

(二) 斟 酒 250

(三) 祝 酒 251

(四) 敬 酒 252

第九章 生活礼仪

一、婚 礼 257

(一) 传统婚娶 257

目 录

(二) 现代婚礼	259
(三) 祝贺新婚	260
(四) 婚礼新趋势	263
二、寿 礼	264
(一) 民间寿庆	264
(二) 现代寿庆	266
(三) 生日聚会	267
三、探 病	268
(一) 探视的时间	268
(二) 言谈举止	269
(三) 携带的礼品	271
后 记	273

第



章

社交礼仪概述

社交礼仪是人与人在社会交往中，通过语言、仪表、仪容与举止等表现出来的行为规范。随着社会的进步和文明的发展，社交礼仪越来越受到社会的重视，并被纳入道德文明建设的内容。随着人们社会交往的日益频繁，正确地面对和处理错综复杂的人际关系，已成为人们社会生活中的重要课题。由于社交礼仪是调节人际关系的行为规范，讲求社交礼仪有利于在社会中建立相互尊重、友好合作的新型的人际关系，因此，人们就很有必要学习和掌握必要的礼仪知识。

379208778

本章要点

您应该记住的 4 个基本点

- ❑ 在现代社会，人们的社会交往日益频繁，正确地面对和处理复杂的人际关系，已成为一个重要的问题，这就需要人们学习和掌握必要的社交礼仪知识。
- ❑ 社交礼仪起源于原始的宗教祭祀活动，现已发展成为系统的约束人们的社会交往行为的规范，并通过人的语言、仪表、仪容及举止等表现出来。
- ❑ 讲究社交礼仪不仅可以提高个人的文明、修养和道德素质，而且有助于在社会中建立起相互尊重、友好合作的新型人际关系。随着我国改革开放力度的加强，对内、对外交流的愈来愈多，社交礼仪作为联系沟通交流的纽带和桥梁，显得更加重要。
- ❑ 现代生产方式和生活方式迫使人们将传统礼仪的冗繁削尽。即使重要场合的礼仪活动，也尽可能删繁就简，把注意力更多地放在实际效果上。

一、礼仪的形成与发展

社交礼仪起源于原始的宗教祭祀活动，后为统治阶级所利用，现已成为人们道德行为的规范，对于一名社会成员来说，弄清礼仪的形成与发展对于加深对社交礼仪的认知和实践有着重要的意义。它不仅能使你受到周围人的赞扬和欢迎，对于你自身形象的提高和扩展人际关系都是十分有利的。

（一）礼仪的形成

追寻社交礼仪的起源，弄清其发展脉络，对提高人们对社交礼仪的认识，加强对社交礼仪的学习是十分必要的。

◆ 礼仪的起源

礼仪源于礼。礼的产生，可以追溯到远古时代。自从有了人，有了人与自然的关系，有了人与人之间的交往，礼便产生和发展起来。首先为维持自然“人伦秩序”而产生礼。在群体生活中，男女有别，老少有异。这既是一种天然的人伦秩序，又是一种需要被所有成员共同认定、保证和维护的社会秩序。例如，在刀耕火种时代，人类已知道应有的礼貌。那时，人类的祖先以打猎为主，世界对他们来说充满着危险，因此，当不同部落里的人相遇时，如果双方都怀着善意，便伸出一只手来，手心向前，向对方表示自己手中没有石头或其他武器，走近之后，两人互相摸摸右手，以示友好。这一源于安全交往需要的动作沿袭下来，便成为今天人们表示友好的握手礼。

礼起源于原始的宗教祭祀活动。《说文》中解释“礼”，“履也，所以事神，

致福也。”就是说，“礼”是祈福祭神的一种仪式。由于原始人类认识自然的能力很低，面对变幻莫测的自然现象和无法驾驭的自然力量，往往迷惑不解，从而对自然界充满了神秘莫测感和恐惧敬畏感，于是便产生了“万物有灵”的原始宗教观念。在这种观念的影响下，原始人开始一厢情愿地用原始宗教仪式等手段来影响神灵。祭祀活动就是人类为表达这种崇拜之意而举行的仪式。这种仪式在祭祀活动的历史发展中不断得到完善，进而形成一种制度来为自己的功利目的服务。人类的自然崇拜逐渐扩展到人类自身，开始转移到那些在与自然界斗争中创造了奇迹、做了贡献的“英雄”身上，如中国古代的“教民农桑的伏羲氏”、“尝百草的神农氏”、“治水有功的大禹”，等等。他们都成了人类心目中的神，理所当然地受到了人类的祭祀、赞颂、祈祷等。随后，祖先也成为人类崇拜的对象。于是原始人虔诚地向这些“神灵”和“祖先”打恭跪拜，表示崇拜、祈祷、致福。祭祀活动日益频繁，原始人的“礼”便产生了。

◆ 社交礼仪的发展阶段

从历史发展的脉络看，社交礼仪在中国的演变经历了五个阶段。

社交礼仪发展的五个阶段

- △ 起源阶段（公元前 21 世纪夏朝之前）
- △ 形成阶段（公元前 21 世纪—公元前 771 年）
- △ 变革阶段（公元前 771 年—公元前 221 年）
- △ 封建社交礼仪的形成、强化与衰落时期（公元前 221 年—公元 1911 年）
- △ 现代社交礼仪阶段（1911 年至今）



⇨ 起源阶段（公元前 21 世纪夏朝之前）

这一阶段约在公元前 21 世纪的夏朝之前。综合民族学材料、文献材料、考古材料可以发现，这一时期的华夏先民在社会生活中已形成了一些对后世具有影响的礼仪规范。原始的政治礼仪、敬神礼仪、婚姻礼仪、宗教礼仪等在这一时期