

第二版

现代 实用社交礼仪

熊经浴◎主编



XIANDAI
SHIYONG
SHEJIAO LIYI



金盾出版社

· 014035529

C912.12
08

现代实用社交礼仪

(第二版)

主 编 熊经浴
副主编 李玉泉
编 委 李九莉 熊 博
荣顺玲 王禹奇



金 盾 出 版 社



北航

C1722768

0912.12

08

01032253



内 容 提 要



这是一本专门介绍现代社交礼仪常识的大众通俗读物。书中系统全面而又具体入微地讲述了人们在日常生活、工作及各种社会交往中,应当遵守的礼貌、礼节和礼仪规定,以及必须注意的各种细节问题,内容包括个人礼仪、交际礼仪、通信礼仪、涉外礼仪等。本书集知识性、实用性于一体,内容丰富,通俗易懂,适合社会各界人士阅读使用,是一本人人必读的人生教科书。

图书在版编目(CIP)数据

现代实用社交礼仪/熊经浴主编. —2版. —北京:金盾出版社,
2014.1

ISBN 978-7-5082-8933-5

I. ①现… II. ①熊… III. ①心理交往—礼仪—通俗读物
IV. ①C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 244712 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京精美彩色印刷有限公司

正文印刷:北京万友印刷有限公司

装订:北京万友印刷有限公司

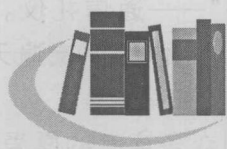
各地新华书店经销

开本:880×1230 1/32 印张:13.25 字数:320 千字

2014 年 1 月第 2 版第 6 次印刷

印数:46 001~53 000 册 定价:29.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



再版前言

中国素以“礼仪之邦”著称于世,讲“礼”重“仪”是中华民族世代相传的优良传统。源远流长的礼仪文化是先人留给我们的一笔丰厚遗产。继承和弘扬中华民族的优秀礼仪文化,提高人们的文明素质,对于建设富强民主文明和谐的社会主义现代化国家,具有重要意义。

古人云:“不学礼,无以立。”(《论语·季氏》)“若无礼,则手足无所措,耳目无所加,进退揖让无所制。”(《礼记·仲尼燕居》)启示我们,礼仪不仅是人们立身处世、文明生活的基础,也是一门待人接物、结交益友的学问,是人们一生都需要研习的必修课。为此,我们编写了《现代实用社交礼仪》,着重阐释社交礼仪知识,介绍社交礼仪规范和礼仪文化的优良传统,适当地介绍一些训练方法,并制作了《现代社交礼仪》VCD 光盘以满足初学者的需要。

本书旨在挖掘传统礼仪文化的合理内核,吸收借鉴国外礼仪文化的积极元素,使其内容科学实用,具有时代感和较高文化品位,且能融知识性、趣味性和可操作性于一体,以期在交往礼规上与国际接轨,以满足广大青年学生、机关干部、企事业单位和社会各界人士的需要。主要内容有:(一)绪论——现代社交礼仪的内涵、原则和作用,兼论道德与礼仪的内在联系。(二)塑造良好的自我形象——个人礼仪。包括仪容仪态、服饰穿戴、谈吐表情等。(三)扩大人际交往的“通行证”——交际礼

仪。包括见面礼仪、交往应酬礼仪、宴请礼仪、公共礼仪、校园礼仪等。(四)通向市场的“立交桥”——通信礼仪。包括际文书、通讯礼仪、求职礼仪等。(五)让你的朋友遍天下——涉外礼仪。包括涉外接待礼仪、国外礼俗举要等。

本书自 2003 年出版以来,受到众多读者的厚爱 and 好评,先后重印 5 次,并被华南师范大学等多所大专院校作为必修和选修课的教材,也得到一些专家的认可和肯定,被用作他们编撰新著时的参考书籍。2012 年,在湖北省开展推荐 2001 年至 2010 年底首届优秀社科普及读物的活动中,本书获得湖北省首届优秀社科普及读物奖。

为了感谢读者的厚爱,编著者对本书进行了增补和修订。在这次修订中,增写了第八章“校园礼仪”,补写了第七章第三节“遵守公共礼节”和第十章第三节“网络礼仪”,对其他有些章节的内容作了微调和必要的增订与修润。

本书在编写和修订过程中,先后参阅并吸收了国内外学者的研究成果(见书后所列主要参考书目),李德慧、许冲女士、汪伯潮先生阅读了部分书稿并提供了许多宝贵意见,丁江华牧师对宗教礼俗部分提供了补充资料和意见,杨先红女士打印了全部书稿,在此一并致以衷心的感谢。

本书由熊经浴主编,李玉泉为副主编。参加各章修订的有:绪论和第一、二、三、四、五、六、八、十三、十四各章由熊经浴修订与增写;第七章由李九莉修订与补写;第九章由李玉泉修订;第十章由熊博修订与补写;第十一章由荣顺玲修订;第十二章由王禹奇修订。由于编者学识有限,加之时间仓促,书中疏漏和错误恐难避免,恳请广大读者和专家不吝赐教。

编 者



绪 论

第一节 现代社交礼仪的内涵、原则和作用	(1)
一、现代社交礼仪的内涵	(1)
(一)“礼”和“仪”的区别与联系	(1)
(二)现代社交礼仪的梗概	(2)
二、现代社交礼仪的原则	(4)
(一)尊敬他人	(4)
(二)宽容自律	(4)
(三)诚实守信	(5)
(四)平等友善	(6)
(五)入乡随俗	(6)
(六)谦恭有度	(6)
(七)严守礼规	(7)
三、现代社交礼仪的作用	(7)
(一)塑造良好形象	(7)
(二)沟通有益信息	(8)
(三)协调人际关系	(9)
(四)促进社会文明	(9)



(五)适应“入世”需要	(9)
第二节 加强道德修养,提高礼仪水平	(10)
一、德与礼互为表里	(10)
二、加强道德修养	(12)
(一)学习和遵守公民道德基本规范	(13)
(二)认真学习和遵循社会公德	(13)
(三)加强职业道德修养,认真履行角色道德	(14)
(四)修身养性,着力家庭美德建设和个人品德修养	(14)
三、提高礼仪水平	(15)
(一)知书达“礼”	(16)
(二)躬行实践	(16)
(三)慎独重微	(16)
(四)角色恰当	(16)

第一编

塑造良好的自我形象——个人礼仪

第一章 仪表礼仪	(17)
第一节 仪表	(17)
一、注重仪表	(18)
二、讲究风度	(19)
第二节 仪容	(21)
一、头发修饰	(21)
(一)保持整洁	(21)
(二)长短适中	(21)
(三)发型得体	(21)
(四)美发自然	(23)
二、面部修饰	(23)
(一)眼部修饰	(23)



(二)口部修饰	(24)
(三)鼻部修饰	(24)
(四)耳部、颈部修饰	(24)
三、薄施妆粉	(25)
(一)化妆应遵循的原则	(25)
(二)提倡积极化妆	(26)
(三)化妆礼规与禁忌	(27)
四、注意个人卫生	(28)
(一)手部的保洁与修饰	(28)
(二)下肢的清洁与修饰	(29)
(三)注意全身卫生和生活卫生	(30)
(四)避免不雅行为	(30)
第三节 仪态	(30)
一、仪态在社交中的礼仪作用	(31)
(一)仪态语比口头语表达的内容有时更丰富真实	(31)
(二)仪态语能够表达有声语言所不能表达的真实	(31)
(三)仪态美有助于展示风采,树立良好的自我形象	(32)
(四)仪态美有助于加深交往对方的第一印象	(32)
二、几种主要的举止姿态	(33)
(一)良好的站姿	(33)
(二)端庄的坐姿	(35)
(三)文雅的蹲姿	(37)
(四)优美的行姿	(38)
第二章 服饰穿戴	(42)
第一节 服饰的社交意义及穿戴原则	(43)
一、服饰的社交意义	(43)
(一)服饰是社会身份的标志	(43)
(二)服饰是人体美的重要表现形式	(44)
(三)服饰是一种无声的交际语言	(45)
(四)服饰也是一种重要的交际礼仪	(46)



二、服饰穿戴的礼仪原则	(47)
(一)整洁原则	(47)
(二)个性原则	(47)
(三)和谐原则	(48)
(四)文雅原则	(48)
(五)TPO 原则	(48)
三、不同场合的不同着装要求	(49)
(一)喜庆场合	(49)
(二)庄重场合	(50)
(三)悲哀场合	(50)
第二节 服饰的色彩与搭配	(51)
一、色彩的象征意义	(51)
二、服饰色彩的搭配	(52)
(一)同色系服饰搭配	(52)
(二)相似色服饰搭配	(53)
(三)对比色服饰搭配	(53)
(四)主色调服饰搭配	(53)
第三节 男士着装礼节	(54)
一、中外传统礼服	(54)
(一)我国近现代的礼服——中山装	(54)
(二)西方传统礼服	(54)
二、潇洒的西装	(55)
(一)西装的流派	(55)
(二)西装的着装规范	(56)
第四节 女士着装礼节	(59)
一、中外传统女礼服	(59)
(一)我国传统女礼服——旗袍	(59)
(二)西式传统女礼服	(60)
二、西装套裙与其他裙装	(60)
(一)典雅的西装套裙	(60)



(18) (二) 异彩纷呈的其他裙装	(62)
第五节 服装配件与饰品佩戴	(63)
(18) 一、服装配件的礼节	(63)
(78) (一) 帽子	(63)
(23) (二) 手套	(63)
(28) 二、饰品佩戴的礼节	(64)
(88) (一) 眼镜	(64)
(90) (二) 首饰	(64)
(10) (三) 手表、钢笔与皮包	(66)
第三章 谈吐表情	(67)
第一节 谈吐	(67)
一、言词礼貌文雅	(68)
(一) 饱含敬意的谦敬辞	(68)
(二) 内谦外敬的七字诀	(70)
(80) 二、言谈委婉幽默	(71)
(60) (一) 吐词清晰准确	(71)
(10) (二) 用词委婉含蓄	(72)
(10) (三) 言谈幽默有趣	(74)
(10) (四) 会说话行天下	(75)
(30) 三、注意谈吐礼节	(79)
(60) (一) 尊重对方	(80)
(80) (二) 看对象说话	(80)
(80) (三) 看场合说话	(80)
(10) (四) 亲疏有度, 保持距离	(80)
(10) (五) 注意言谈忌语	(81)
第二节 表情	(81)
(30) 一、面部表情	(81)
(30) (一) 头部的表情达意	(81)
(40) (二) 面部的表情达意	(82)
(40) 二、眉目传情	(84)



(一)会唱歌的眉毛	(84)
(二)会说话的眼睛	(84)
三、微笑的魅力	(87)
(一)微笑是社交的通行证	(87)
(二)微笑是礼仪的基石	(88)
四、手势及其他体姿语	(89)
(一)手势的表情功能	(89)
(二)手势的运用原则	(90)
(三)其他体姿语	(91)

第二编

扩大人际交往的通行证——交际礼仪

第四章 见面礼仪	(93)
第一节 介绍与称呼	(93)
一、介绍礼节	(94)
(一)自我介绍时的礼节	(94)
(二)居中介绍时的礼节	(94)
(三)集体介绍时的礼节	(96)
二、称呼礼节	(96)
(一)称呼的原则	(96)
(二)称呼的礼俗	(98)
(三)称呼的忌讳	(101)
第二节 握手、拥抱与吻礼	(101)
一、握手礼	(102)
(一)握手的场合	(102)
(二)握手的礼节	(102)
(三)握手的禁忌	(104)
(四)握手礼的异域习俗	(104)



二、拥抱礼	(105)
三、吻礼	(106)
第三节 鞠躬、拱手、跪拜与致意	(107)
一、鞠躬礼	(107)
(一)鞠躬礼的形式与适用场合	(107)
(二)鞠躬礼的礼节要求	(108)
(三)鞠躬礼的异域礼俗	(108)
二、拱手礼	(110)
三、跪拜礼	(110)
四、致意礼	(111)
(一)致意礼的先后	(111)
(二)致意礼的形式	(111)
第四节 交换名片的礼节	(113)
一、名片的起源及其内容	(113)
(一)名片的起源	(113)
(二)名片的内容与规格	(113)
二、名片的用途	(114)
三、递接名片的礼节	(115)
(一)递送名片的礼节	(115)
(二)接受名片的礼节	(116)
第五节 见面献物礼、合十礼及其他	(116)
一、见面献物礼	(116)
二、合十礼	(117)
三、注目礼	(118)
四、鼓掌礼	(118)
第五章 交往应酬礼仪	(120)
第一节 寒暄与交谈礼节	(120)
一、寒暄礼节	(120)
(一)寒暄的类型	(120)
(二)寒暄的礼节	(121)



二、交谈礼节	(122)
(一)知人善谈,言随旨遣	(122)
(二)善选话题,内容适宜	(123)
(三)态度坦诚,亲切有礼	(125)
(四)环境适当,仪态得体	(126)
三、倾听的礼节	(127)
(一)倾听是一种修养	(127)
(二)学会倾听的礼数	(129)
第二节 拜访与迎送礼节	(131)
一、拜访礼节	(131)
(一)事先预约,不做不速之客	(131)
(二)守时践约,不做失约之客	(131)
(三)登门有礼,不做冒失之客	(132)
(四)衣冠整洁,不做邋遢之客	(132)
(五)举止文雅,不做粗俗之客	(133)
(六)适时告退,不做难辞之客	(133)
二、迎访礼节	(133)
(一)预做准备	(133)
(二)热情迎候	(134)
(三)待客以礼	(134)
三、礼貌送客	(135)
第三节 赠礼与送花礼节	(136)
一、礼品的赠受原则	(136)
(一)注重情意	(136)
(二)因人而异	(136)
(三)赠受有度	(137)
(四)随俗避忌	(137)
二、馈赠的艺术	(138)
(一)注重品位	(138)
(二)选择时机	(139)



(三)表现大方	(139)
(四)说明寓意	(139)
三、受礼与回礼	(139)
(一)恭谨受礼	(139)
(二)依礼回礼	(140)
四、送花的礼俗	(140)
(一)送花的礼节	(140)
(二)受花的礼节	(143)
(三)送花的宜与忌	(143)
(四)常用鲜花的花语	(145)
第四节 问候与探望礼节	(148)
一、问候的礼节	(148)
(一)问候形式	(148)
(二)问候礼节	(150)
二、探望的礼节	(150)
(一)掌握探视时间	(151)
(二)注意表情谈吐	(151)
(三)携带适宜礼品	(151)
第五节 沙龙与舞会礼节	(152)
一、沙龙的礼节	(152)
(一)沙龙的种类	(152)
(二)沙龙聚会的礼节	(153)
二、舞会礼节	(154)
(一)舞会的组织	(154)
(二)舞场的举止	(155)
第六节 婚丧寿庆礼节	(157)
一、婚礼	(157)
(一)婚礼的形式	(157)
(二)婚礼的程序	(158)
(三)婚礼请柬与赠礼	(159)



二、寿诞礼	(160)
(一)贺生日	(160)
(二)成人礼	(162)
(三)祝寿礼	(162)
三、丧葬吊唁	(164)
(一)讣告与丧仪	(164)
(二)吊丧与安慰	(165)
附:文明交往“三十忌”	(166)
第六章 宴请礼仪	(167)
第一节 宴会的筹办	(168)
一、常见的宴请形式	(168)
(一)宴会	(168)
(二)招待会	(169)
(三)工作宴会	(172)
二、宴请礼节	(172)
(一)宴会准备	(172)
(二)宴会桌次、座次的安排	(174)
(三)礼貌迎客	(180)
三、赴宴礼节	(181)
(一)答复邀请	(181)
(二)准时出席	(181)
(三)入席礼节	(182)
第二节 中餐的礼节	(183)
一、中餐的特色和用餐方式	(183)
(一)中餐的特色	(183)
(二)中餐摆台与用餐方式	(183)
(三)中餐的菜序	(185)
二、进餐礼节	(185)
(一)文雅进餐	(185)
(二)礼貌动箸	(187)



(三)客各尽欢,不必主动	(188)
第三节 西餐的礼节	(190)
一、西餐的特色	(190)
(一)西餐的起源与类别	(190)
(二)西餐的特色	(190)
二、西餐餐具的摆法与用法	(192)
(一)西餐餐具的摆法	(192)
(二)西餐餐具的用法	(193)
三、西餐的吃法与举止风度	(195)
(一)西餐的吃法	(195)
(二)用餐的举止风度	(200)
四、离席与告退	(202)
第七章 公共礼仪	(204)
第一节 讲究社会公德	(204)
一、爱护公物,保护环境	(204)
(一)爱护公物	(204)
(二)保护环境	(205)
二、尊老爱幼,乐于助人	(206)
(一)尊老爱幼	(206)
(二)乐于助人	(207)
三、礼让有序,卑尊分明	(207)
(一)礼让有序	(207)
(二)卑尊分明	(208)
四、文明礼貌,讲究卫生	(209)
(一)文明礼貌	(209)
(二)讲究卫生	(210)
五、遵纪守法,无碍他人	(210)
(一)遵纪守法	(210)
(二)无碍他人	(211)
六、亲疏有度,待人以诚	(211)



(一) 亲疏有度	(211)
(二) 待人以诚	(211)
第二节 注重出行文明	(212)
一、步行的礼规	(212)
(一) 遵守交通规则	(212)
(二) 讲究文明礼让	(213)
二、骑车的礼规	(213)
(一) 骑自行车的礼规	(213)
(二) 骑摩托车的礼规	(214)
三、驾车的礼规	(214)
(一) 合格驾驶	(214)
(二) 安全驾驶	(214)
(三) 文明驾驶	(215)
四、乘坐汽车、轮船的礼规	(215)
(一) 乘坐轿车的礼规	(215)
(二) 乘坐吉普车的礼规	(216)
(三) 乘坐公汽、轮船的礼规	(216)
五、乘坐火车、地铁的礼规	(217)
(一) 乘坐火车的礼规	(217)
(二) 乘坐地铁的礼规	(218)
六、乘坐飞机的礼规	(219)
第三节 遵守公共礼节	(220)
一、遵守公共秩序	(220)
(一) 自觉遵守公共秩序	(220)
(二) 谨守“一米线”距离	(221)
(三) 踏上楼梯“右侧站立,左侧急行”	(221)
二、做文明的观众	(221)
(一) 文明观看演出	(221)
(二) 文明观看比赛	(223)
三、做懂礼的游客	(223)