

儿童健康成长系列

儿童礼仪教养手册

主 编 周裕新
编著者 周裕新
赵 伟
姚振宇

上海科学技术出版社

前言



随着 2008 年北京奥运会和中国 2010 年上海世界博览会的日益临近,如何提高国民的整体素质,建设与之相适应的城市形象,已是一个具有十分深远历史意义和迫切现实意义的大课题。

《儿童礼仪教养手册》一书,就是在这样的大背景下撰写而成的。它是国内第一本专门就儿童的礼仪教养问题,较为系统阐述的普及性、仿教性读物。全书分走进礼仪篇、父母必行篇和礼仪教养篇三篇。为了方便广大家长查阅,全书采用条目式体例,共 82 个问题。最后,还附录了国家教委制定的《小学生日常行为规范》等一系列规范。

“望子成龙,望女成凤”是广大父母共同的期待和愿望,也是人之常情。然而,在如何促进孩子健康成长和成才的历程中,一个非常重要的课程,却往往被许多家长所忽视,那就是教孩子讲礼貌、重礼节,以及让他们学会一些经常碰到又极其有用的礼仪规范。不重视礼仪教育的结果,在许多公众场合,常常由于孩子的无礼或失礼行为,使得家长非常尴尬,也为之苦恼和无奈。

家庭是孩子最初的生活环境,父母是孩子的第一任老师。礼貌和礼节都来自父母对孩子的影响与教育。因而可以说,在孩子良好行为习惯的养成问题上,父母扮演着非常重要的角色,起着关键的作用。

为了有针对性地解决家长的实际问题,《儿童礼仪教养手册》一书绝大多数条目是通过生动有趣的生活故事,进行浅显易懂的分析和说理,再提出行之有效的礼仪教养技巧或建议。因此,本书主要是为那些想要以身作则,而又需要一些指导的家长们准备的。当然,有阅读能力的孩子也可自我

学习。

小不为早 ,老不为迟。要培养孩子成为现代社会的绅士、淑女 ,只需我们每一位家长树立社会主义荣辱观 ,讲究正确、科学的礼仪教养方法 ,从自身做起 ,从小抓起 ,从小事学起 ,相信一定会大获成功 !

本书由周裕新、赵伟、姚振宇共同编写 ,周裕新担任主编。在编写过程中 ,参考了大量礼仪方面的书刊、文献以及各类报纸上的相关资料 ,并得到了上海市妇联、市教委德育处领导的充分肯定和关心 ,上海市演讲学研究会也给予了大力支持和配合 ,特别是上海科学技术出版社的编辑同志为本书的出版付出了辛勤的劳动。在此 ,一并表示衷心的感谢。

周裕新

2006 年春于上海金桥



这是我国第一本专门就儿童的礼仪教育问题阐述的普及性读物。作者没有端着礼仪专家的理论架子,也没有板着师道尊严的面孔教训人,而是采用学→行→教的次序,合符逻辑地先让家长了解相关的礼仪知识,再懂得应该如何以身作则,最后掌握对孩子实施礼仪教养的方法和技巧。作者选取儿童日常生活中衣、食、住、行等方面的问题,与广大家长展开亲切、通俗的交谈,使其轻松地从中得到有益的指导。

子女是父母的爱情结晶,也是父母生命的延续。对子女寄予极大的期望,是理所当然的。谁不希望自己的子女有出息,谁不希望他们成为现代社会的绅士、淑女?问题在于如何才能把这些期待和愿望变为现实。

有人说,21世纪是中国人的世纪,这种断言能否变成现实,取决于我们的孩子,而他们能否在未来全球化的激烈竞争中成为强者,恐怕又主要取决于我们做父母的能不能为他们的健康成长创造良好环境。因而,父母的历史责任重大。

人类道德的起源在家庭,家庭的文化、家庭的规矩对于每一个家庭成员都会产生深远的影响。可以说,儿童礼仪教育的主要教员是父母,父母是孩子的第一任老师,是孩子礼仪教育的主要角色,是实现家庭教育与学校教育、社会教育相配合的关键。

我国是礼仪大国,素有“礼仪之邦”的美誉,这是值得每个中华儿女引以为豪的。继承和发扬我们祖辈流传下来的优良传统,是我们的责任。不少海外华人家庭恪守传统古训,将子女培养成遵守富有中国特色的传统家教规范的人,受到世人的交口称赞,就是我们学习的榜样。因而,从某种意义

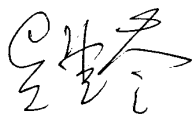
上说,儿童礼仪教育实际上是父母自身先受教育。我们应当把宣传中华礼仪当做自己的历史使命,更应当在社会实践中,加强自身礼仪修养,从小事做起,从现在做起,为创建和谐文明社会作出贡献。

近年来,北京、上海抓住迎奥运和迎世博的契机,在市民中广泛开展礼仪系列教育活动,并教育市民从一些基本的礼节规范做起,这无疑是一个提升全民素质的有效之举。《儿童礼仪教养手册》从父母角度所提供的,正是这样一些基本方面。

“少成若天性,习惯如自然”,礼仪教养将使孩子在日后立身处世和行为习惯中受用不尽。我真诚地希望《儿童礼仪教养手册》一书为广大家长所喜欢。

是为序。

上海教育报刊总社党委书记、社长



06.4.25.



序

前言

——走进礼仪篇——

1. 什么是礼仪？ / 1
2. 什么叫做有礼貌？ / 3
3. 什么是见面礼仪？ / 5
4. 什么是个人礼仪？ / 8
5. 什么是社交礼仪？ / 10
6. 加强社交礼仪修养应注意什么？ / 11
7. 社交礼仪为什么强调尊重妇女、“女士优先”？ / 14
8. 实施社交礼仪应该坚持哪些基本原则？ / 17
9. 在家庭中也要讲礼仪吗？ / 20
10. 礼仪教养仅仅是对孩子的要求吗？ / 23
11. 对儿童进行礼仪教养是小题大做吗？ / 25
12. 家庭实施礼仪教养的基本要求是什么？ / 26
13. 对儿童进行礼仪教养，必须遵循哪些原则？ / 28
14. 今天的儿童还需要“孔融让梨”吗？ / 31

——父母必行篇——

1. 什么是父母应有的礼仪素养？ / 34
2. 为什么说礼仪教养离不开诚信？ / 36

3. 礼仪教养为什么不忘尊重孩子的隐私？/38
4. 为什么说倾听是与孩子沟通的桥梁？/41
5. 礼仪教养为什么“管”“放”要适度？/44
6. 教育培养孩子，家长为什么不宜发怒？/47
7. 您的孩子会不会把您当成知心朋友？/49
8. 孩子之间吵架家长该怎么办？/51
9. 如何让孩子在玩耍中学会礼仪？/54
10. 年轻的父母，您会赏识孩子吗？/56
11. 为什么要教育孩子恪守“平等待人”的美德？/60
12. 为什么说家长是孩子成长的镜子？/62
13. 礼仪教养需要给孩子自信心吗？/64
14. 礼仪教养为什么应善待孩子的缺点与错误？/66
15. 儿童礼仪教养，为什么应从“最低要求”开始？/69
16. 为什么说“父母是孩子的第一任老师”？/71
17. 孩子不讲礼仪的“病根”在哪儿？/74
18. 您会让孩子在实践和体验中健康成长吗？/77
19. 礼仪教养是否要给孩子营造一个说话的空间？/79
20. 家长为什么不要轻易夸孩子聪明？/82
21. 在礼仪教养中，怎样给犯错的孩子一个“台阶”？/84
22. 您会给孩子一个说“谢谢”的机会吗？/86
23. 在礼仪教养中，您会运用“惩罚”的艺术吗？/89

1. 家长应如何对孩子进行感恩教育？/93

2. 怎样才能让您的孩子言谈举止优雅？/96
3. 家长应如何培养孩子在伙伴心目中的良好形象？/98
4. 您的孩子会正确使用礼貌用语吗？/101
5. 为什么要让孩子懂得有理还要有礼？/104
6. 如何让您的孩子学会交友？/107
7. 如何培养孩子良好的交往性格？/109
8. 为什么有的孩子看见人难开“金口”？/111
9. 如何帮助孩子克服“不合群”的问题？/113
10. 如何培养孩子文明、礼貌地对待他人？/116
11. 带孩子做客有哪些礼仪？/118
12. 怎样教孩子做热情大方的主人？/121
13. 如何培养孩子具有关爱他人的良好品德？/123
14. 为什么要让孩子学会微笑待人？/126
15. 如何让孩子正确求助于人？/128
16. 家长应如何正确地引导孩子追求美？/131
17. 家长应怎样让孩子学会道歉？/133
18. 为什么要让孩子从小养成守时的习惯？/135
19. 什么是女孩子应有的风度和魅力？/138
20. 您的孩子会用眼睛“看人”吗？/140
21. 您的女儿会正确地运用形体语言吗？/143
22. 您的孩子会“走路”吗？/145
23. 女孩子的服饰有哪些必须注意的礼仪？/148
24. 男孩子应有什么样的仪表风度？/150
25. 孩子平时用餐有哪些礼仪要求？/153



26. 家长带孩子出席宴请 ,应注意哪些礼仪 ? / 156
27. 您会培养孩子介绍的礼仪吗 ? / 159
28. 您的孩子懂得相互送礼之“礼”吗 ? / 162
29. 如何让孩子学会向亲友祝贺 ? / 165
30. 孩子打电话有哪些礼仪 ? / 167
31. 带孩子探望患者有什么礼仪 ? / 170
32. 老师家访和拜访老师 ,孩子应注意哪些礼仪 ? / 172
33. 在公共场所 ,应教孩子注意些什么 ? / 174
34. 观看电影和演出 ,孩子应注意哪些礼仪 ? / 177
35. 孩子乘公交车应注意哪些礼仪 ? / 179
36. 上下电梯或楼梯孩子应注意什么 ? / 181
37. 建立良好的邻里关系孩子应注意什么 ? / 183
38. 孩子应如何与家中保姆相处 ? / 185
39. 外出旅游 ,应教孩子懂得哪些礼仪 ? / 187
40. 遇见外宾孩子应注意哪些礼仪 ? / 190
41. 为什么应让孩子知道“玩笑不要开过头” ? / 192
42. 家长应如何培养孩子劳动习惯 ,懂得尊重他人的劳动 ? / 194
43. 如何让您的孩子获得他人的尊重 ? / 197
44. 您的孩子会写常用的礼仪性信函吗 ? / 200
45. 孩子上网有哪些基本礼仪 ? / 203

附录

小学生日常行为规范 / 207



——走进礼仪篇——

1. 什么是礼仪？

对儿童进行礼仪教养，我们首先要弄清楚什么是礼仪？

“礼仪”作为一个词，是“礼”“仪”两个词的合成词。然而，这两个词单独使用时表示的是两个虽有联系但不尽相同的概念。

礼的含义比较丰富，其跨度和差异也比较大。据考证，甲骨文中就有“礼”字。甲骨文中的豊，就是现在的“礼”字。豊是什么？即丰丰、凵、豆之合。“丰丰”据说是一条一条的玉石，“凵”是盛玉石的盆子。把一条一条的玉石放在盆子里，即成“曲”的样子，也就是盛了玉石的盆子的样子。“豆”就是放盆子的架子。盛了玉石的盆子放在架子上，即成豊；拿这样的东西去供神，就是礼。从这里可以看出，礼最初的含义就是供神的仪式。以后，逐步引申为表示敬意的通称。它既可指为表示敬意或隆重而举行的仪式，也可泛指为社会交往中的礼貌，还可以特指为奴隶社会或封建社会中贵族等级制的社会规范和道德规范。当然，礼仅仅是社会成员自觉自愿受其制约的行为规范的一部分，并非社会强加给人的外在规章制度，更不能与一定历史条件下形成的政治、经济、文化等各方面的体系相提并论。随着历史的发展，礼的内涵已经有了延伸和发展，在很多场合，它已成了“礼貌”“礼节”“礼仪”的代名词。例如尊老爱幼的礼仪行为，在公共



汽车上给老人让座可以说是表示敬意,但如果给小孩让座,乃至给患者、孕妇让座,恐怕用“敬意”就解释不通了。其实,这些礼仪活动和行为中所体现的“礼”,是遵守和维护某种社会规范和道德规范的活动与行为,都应该归结为某种行为准则、社会规范和道德规范。

因此,周文柏先生主编的《中国礼仪大辞典》中关于“礼”的定义是可取的:礼指特定民族、人群或国家基于客观历史传统而形成的,以确立、维护社会等级秩序为核心内容的价值观念、道德规范以及与之相适应的典章制度、行为方式。

至于“仪”的概念,比较而言要单纯一些。其与礼仪有关的含义主要有以下几点:

- 容止、仪表。
- 典范、表率。如“礼仪先生”和“礼仪小姐”中的“仪”,就包含此意思。
- 仪式、礼节。如“司仪”一词,即指掌管、主持仪式的人。
- 法度、准则。如《管子·任法》:“圣君所以为天下大仪也。”

上面仪的这几方面意义,应该说与“礼仪”都有关联,只是密切程度和使用频率有所不同罢了。但是,我们必须承认,当“仪”和“礼”组合在一起构成一个合成词“礼仪”时,就是取的“仪式、礼节”这个义项。不过,同“礼”一样,这样并不妨碍我们在某些特定情况下,按其他义项来理解“仪”甚至“礼仪”。

那么,究竟什么是礼仪呢?

在西方,“礼仪”一词最早见于法语的“Etiquette”,原意是法庭上的通行证。今天,由于人们也必须遵守一定的规矩和准则,才能显示人类区别于普通动物的特有风范,才能保证文明社会得以正常维系和发展。于是,当“Etiquette”一词进入英文后,就有了“礼仪”“规则”的含义,意即“人际交往的通行证”。

在我国,礼仪一词早在《诗经》和《礼记》中就已经出现了,其含义不仅在古代不完全一样,而且在现代也不尽相同。至于在实际运用中,则更是千差万别了。尽管如此,它们在内涵和外延方面,很多地方还是共通的。综合起来,礼仪就是人们在社会上的各种具体交往中,为了表示互相尊重而体现在语言、仪容、仪态、风度等方面的约定俗成的、共同认可的规范和程序。

对于礼仪的这个含义,我们家长在理解和运用时,应特别重视和把握好以下几点:

- 礼仪是人们在社会实践中,尤其是人际交往的实践中所形成的惯常行为模式。

- 礼仪在实践中是一种情感互动过程,也就是说它是双向的,是双方尊重和情感互换过程。

- 礼仪的核心是尊重。无论是施礼者还是受礼者,如果离开了对对方的尊重,礼仪则无从谈起。

- 礼仪是带有“共性”的行为规范,是一定社会的人们约定俗成、共同认可的。否则,它就不是礼仪。

2. 什么叫做有礼貌?

文明社会的礼貌,其原始含义大多属于如何与他人互相交往,以及如何与他人共同运用和处理空间。从历史上看,东西方对待第二关系的礼貌,都与“格斗”或“战争”有关,只是后来社会发展了,受文化的影响,懂得必须在大多数场合采取约束自己的态度,从而形成了现代社会常见的礼貌。例如握手礼,它与中国人的拱手、作揖同样表示自己手上没有武器,让对方感觉到自己没有恶意。

在今天,礼貌主要是指在人际与社交过程中相互表示敬



意、友善、得体的气度与风范。简单地说,礼貌是一种使自己和别人都感到愉悦的言行举止和内在修养。因而,礼貌的外部表现主要有两个方面,即语言文明和行为文明。它要求人们在待人接物时要使用文明语言,不讲脏话、粗话,说话和气,言谈得体;还要求人们注意使自己的仪表大方,行为合乎规范并遵守一般礼节。

人际交往讲究礼貌是中华民族优良传统。现在,文明礼貌更是社会精神文明建设的重要内容。少数人认为礼貌是“生活小事,不必大做文章”,显然是错误的。因为礼貌问题看起来是生活小事,但从这种“小事”上,往往可以反映出一个人道德水准的高低,窥见他内心世界的美丑。

古人早就对礼貌的重要性做了全方位的注释:“富者有礼高贵,贫者有礼免辱,父子有礼慈孝,兄弟有礼和睦,夫妻有礼情长,朋友有礼义为,社会有礼祥和。”我们每个人应该自觉接受礼貌教育,努力学习礼貌礼节方面的知识,积极参加社会实践活动,注意养成礼貌的文明习惯。

礼貌的内容极其广泛,从具体表现形式来说,至少以下两个方面必须引起注意:

(1) 语言表达

- 忌语言粗俗,应多用敬称、谦称、谢词。
- 忌只顾自己高谈阔论,不分场合、对象,不顾他人感情。
- 忌谈有关他人隐私、生理缺陷或让人难堪及窘迫的事。
- 忌长篇大论,应力求简洁、表达妥帖。

(2) 仪态仪表

- 忌松垮。应站有站相,坐有坐相,不要给人无精打采、懒散、无能的感觉。
- 忌冷淡。应该热情诚恳、平易近人,不要冷眼待人,拒人

于千里之外。

- 忌傲慢。与人交往应以礼相待,平等相处,不要对人斜视或视而不见,不作回应等。

- 忌不相称。服饰化妆应同自己的身材、气质、年龄、职业、身份以及周围环境相称。

3. 什么是见面礼仪?

见面礼仪就是在日常交往中,经常使用的、适用范围较广的礼仪。正确地、合乎规范地施行这些礼仪,可进一步表达对对方的尊敬、祝贺和关心,有助于人际交往的正常开展。

常见的见面礼仪,主要有以下一些:

(1) 注目礼

注目礼原是军人施行的特殊礼节。现时,已广为日常礼仪所用,但一般不单独使用,而是在介绍、握手、点头、挥手等礼节的同时,用双目自然地凝视对方,以示敬重。如果与人见面时心不在焉、东张西望,或由于紧张、羞怯不敢正视对方,或目光注视的时间不到交往的三分之一,很难想象这样的交往能够取得成功。就目光注视的位置而言,不同的位置会产生不同的效果。

- 双目注视对方眼鼻之间的部位为标准的社交礼仪。

- 双目注视对方的额头至两眼间(也称上三角形区域),会产生严肃的社交气氛,也能使你在交往中一直保持主动。

- 目光横过对方眼睛以及下巴以下的部位,会产生一种亲密接触的气氛。

可见,目光能自然地流露出一个人内心的情感,我们不但要正确运用目光,以求得好的社交效果,而且要学会观察交往对象



的眼神,以调整自己的交往方式。

(2) 致意礼

致意也是常见的一种见面礼仪。按礼仪规定,男性应首先向女性致意,年轻男性应首先向年长男性致意,年轻女性应首先向年长女性和年长自己许多的男性致意,下级应首先向上级致意。但致意不像介绍和握手礼仪的规定那么严格,有时候也会出现例外。

致意一般用点头、举右手打招呼或脱帽等方式表示。除上述规定外,还须注意:

- 双方相互致意的距离,一般在三四步远的地方最为合适。距离较远时,一般举起右手打招呼并点头致意,但切不可大喊大叫。

- 男性如戴有帽子,应施脱帽礼或将帽子掀一下以示敬意。天气奇冷时,则不需脱帽,用右手触及帽檐作抖动状即可。如果是一顶无檐软帽,则可欠一下身。

- 对于在同一场合已多次见面的相识者,或者有一面之交的朋友(俗称“点头之交”)等,也可用点头和微笑致意。

- 行致意礼时切不可口叼香烟或把手插在衣裤袋里。

(3) 鞠躬礼

鞠躬,即弯腰行礼,在我国是古已有之。它不仅是我国传统的礼仪之一,也是许多国家常用的礼貌方式。鞠躬礼在我国应用范围很广,除演员谢幕、讲演和领奖、举行婚礼、悼念活动外,一般下级对上级或服务人员对宾客、初次见面的朋友之间亦常施此礼。行鞠躬礼应注意:

- 行礼时避免两腿叉开或向前弯曲,应取立正姿势,双目注视受礼者,面带微笑,然后使身体上部向前倾斜,视线也随鞠躬自然下垂。

● 男性在鞠躬时,双手要放在裤线的稍前方,女性则应将双手在身前下端轻轻搭在一起。

● 戴帽者行鞠躬礼时,必须先脱帽,用右手握住帽檐中央,左手下垂行鞠躬礼。但女性戴无檐帽可免脱。

● 受礼者除是长者、贤者、宾客和女士可不鞠躬,而用欠身、点头、微笑致意,以示还礼外,其他人均应以鞠躬礼相还。

至于行鞠躬礼上身倾斜的角度,一般是角度越大,表示越谦恭。这须视对于受礼或被问候人的尊敬程度而定。在日本,特别是妇女鞠躬,上身倾斜角度较大。我们如果与之交往时,角度亦应相对加大。

(4) 亲吻礼

亲吻礼是西方国家社交中流行的一种见面礼。由于改革开放,我们与外宾的交往日趋频繁,因而也必须了解和掌握这一礼仪。

亲吻礼依双方关系的亲疏程度不同,亲吻的部位也不尽相同。

● 父母及长辈对子女、晚辈一般吻额头;朋友、同事间一般吻左右面颊。只有情侣或夫妻间才亲吻对方嘴唇,以示爱慕倾心。但也有例外,如俄国风俗中男女久别重逢即互吻嘴唇。

● 在公共场合,男女间礼节性亲吻应迅速地互贴面颊,而男性间可拥抱并互吻面颊,也有男宾待女宾伸出手后,轻吻其手背(手指)的。

● 在涉外交往中,为了尊重对方的习俗,可适当施行此礼。但是,女青年一般不宜和男外宾、尤其是年轻男外宾行亲吻礼,可主动热情地伸出右手,和对方施握手礼。

然而,如国外宾客(含外籍华人)中的长者,出于对我们的尊重而吻女士手背时,应落落大方以礼相待之。



4. 什么是个人礼仪？

个人礼仪是一个人的生活行为规范及待人处世的准则，是个人仪表、仪容、言谈、举止、待人、接物等方面的具体规定，是个人道德品质、文化素养、教养良知等精神内涵的外在表现。

个人礼仪的核心是尊重他人、与人为善、表里如一。因为在今天，无论是一般性的私人交往，还是工作中的人际交往，都需要遵循和符合一定的礼仪规范。而个人礼仪能使人与人之间的交往保持和谐、融洽的气氛。

一个人在公众场合中的表现以及给公众留下的印象，就是自身的公众形象。良好的公众形象不仅是每个公民尊严和修养的体现，也是进一步发展各种社会关系的重要条件。而要树立良好的公众形象，就必须讲究个人礼仪。可见，个人礼仪不仅是衡量一个人道德水准高低和有无教养的尺度，而且也是衡量一个社会、一个国家文明程度的重要标志。

个人礼仪的基本特点是：

(1) 以美好为目标

遵循个人礼仪尊重他人的原则，按照个人礼仪的文明礼仪标准行为，是为了更好地塑造个人的自身形象，更充分地展现个人的精神面貌。个人礼仪能使个人形象日臻完美，使人们的生活日趋美好。

(2) 以尊敬为原则

在社会活动中，讲究个人礼仪，自觉按个人礼仪的各项规定行事，必须奉行尊敬他人的原则。

(3) 以个人为支点

个人礼仪是对个人自身行为的种种规定，而不是对任何社