

青少年最应该懂得的 100个社交礼仪

QING SHAO NIAN ZUI YING GAI
DONG DE DE
100 GE SHE JIAO LI YI

唐敏 编著



哈尔滨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪 / 唐敏编著. — 哈尔滨: 哈尔滨出版社, 2007.7

ISBN 978-7-80699-889-2

I. 青... II. 唐... III. 人间交往-礼仪-青少年读物
IV. C912. 1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 058168 号

责任编辑: 范淑梅

装帧设计: 新锐·中鹤书装

青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

唐敏 编著

哈尔滨出版社出版发行

哈尔滨市动力区文政街 6 号

邮政编码: 150040 电话: 0451-82159787

E-mail: hrbcbs@yeah.net

网址: www.hrbcbs.com

全国新华书店经销

辽宁星海彩色印刷中心印刷

开本 670×960 毫米 1/16 印张 18 字数 200 千字

2007 年 7 月第 1 版 2007 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-80699-889-2

定价: 22.80 元

版权所有, 侵权必究。举报电话: 0451-82129292

本社常年法律顾问: 黑龙江大公律师事务所 徐桂元 徐学滨



前言

余秋雨先生说：所谓礼仪，就是文明人的行为规范。而甄别一个人的文明与低俗，最明显的区别就在于这个人有没有礼仪。也许有不少人认为，礼仪规范这些东西是为那些整天在社会上摸爬滚打的人准备的，青少年朋友大部分时间都是在学校度过，似乎用不着去学习掌握那些“令人头疼的礼仪”。其实，青少年也是“社会人”，虽然他们现在与社会的接触并不是那么紧密，也没有那么多的人际交往，但是，青少年朋友将来也会成为社会的顶梁柱，成为生活的主角明星，社交礼仪对于青少年而言同样具有举足轻重的意义。

即便现在置身校园，也得和老师、同学、朋友、亲人、家长打交道。而无一例外的，没有哪一个男生不希望自己训练有素、彬彬有礼，成为受人关注的“人气王”；没有哪一个女生不希望自己气质优雅、举止得体，成为人见人爱的“美丽公主”。而事实上，总有很多青少年朋友为不知如何和父母、老师更好地相处与沟通而大伤脑筋；总有一些青少年朋友为得不到同学的友谊和老师的关注而烦恼；还有一些青少年与朋友在一起时能侃侃而谈，一遇到陌生人就变得张口结舌、手足无措；更有一些青少年朋友在聚会上因不懂得礼仪而出尽洋相，甚至在一些公共场所因自己的恣意妄为而受到众人的鄙视与白眼……

为什么会这样呢？就是因为这些青少年朋友不懂得社交礼仪，不懂得怎样与人相处，不懂得哪些是该做的，哪些是不该做的。事实上，由于文化背景和地域差异，不同的国家和民族总有其约定俗成的礼仪规范。这些经过数代人形成的礼仪规范是具体的，是被大家所认可的，



也是要求大家共同遵守的。当然,我们先天并不熟悉这些规则,必须通过后天的学习才能掌握这些基本的礼仪规范。

所以,掌握和了解一些最基本的社交礼仪于青少年朋友就显得尤为重要了。无论我们是身在校园,还是将来踏入社会,人与人之间的交往和沟通都是不可避免的。只要与人交往,就会存在着礼仪规范。尽管这是一个张扬个性、突出自我的时代,尽管现在的青少年朋友都希望自己能够与众不同,但是,作为一个社会的人,作为一个文明的人,一些基本的社交礼仪是必不可少的。如果缺失了最起码的行为准则,那我们就有可能变成一个不受欢迎的人,一个失去了社会、亲人和朋友支持的人。

正是基于礼仪对青少年朋友的重要性,于是有了这本《青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪》。这本书与其他礼仪书的最大不同,就是针对性强。内容上,我们只选取了最适合青少年朋友的 100 条社交礼仪,做到有的放矢、简洁明了;语言上,以清新、简练、活泼的文字表述出来,较之以往那些枯燥、教条的文字要轻松得多,生动得多;形式上,选配了一些精美、可爱的插图,使这本书更适合现代青少年的阅读习惯。

衷心希望这本专为青少年朋友量身打造的社交礼仪书籍,能为青少年朋友更好地掌握社交礼仪带来有益的帮助。



家庭篇

如何与父母有效地交流和沟通？长辈和晚辈之间怎样才能做到和谐相处？邻里之间、亲朋好友之间应该以什么样的姿态交往？家庭礼仪，正是处理这些关系的润滑剂。

001 对亲近的人也要讲礼节	002
002 与父母相处——礼节知多少	004
003 与老人相处的礼仪与禁忌	007
004 敲门再进——尊重家庭成员的隐私	010
005 家庭聚会时做个称职的聚会主人	012
006 今天我是主人——接待来宾的礼节	015
007 做一个善解人意的拜会者	018
008 合适的称谓很重要	020
009 逢年过节的拜访礼节	023
010 寿诞——老人的节日	026
011 “礼”轻情义重	028



012 送礼送到心坎上	031
013 探视病人讲究多	034
014 探视病人鲜花、水果要慎选	036
015 婚丧嫁娶礼仪忌讳多	039
016 邻里和睦相处的秘诀	041
017 新型社区摩擦矛盾知多少	044

学校篇

学校生活,对我们每个人来说,都是人生中一段最美丽、最绚烂的时光。同学之间、师生之间的关系也是最单纯、最美好的。然而,即便是单纯朴素的人际关系,也同样需要我们细心呵护,努力掌握学校礼仪。

018 问候老师——礼仪的体现	048
019 向老师提意见要讲分寸	050
020 学会和老师交朋友	052
021 感谢老师不一定要送礼	055
022 “唯我独尊”行不通	057



023 异性相处有尺度	059
024 做同学中的“人气王”	061
025 “死党”也有秘密	064
026 和新同学打交道的艺术	067
027 敞开心扉 消除同学间隔阂	070
028 借用同学东西要打招呼	072
029 同学之间莫攀比斗富	074
030 玩笑开过火 易伤同学心	077
031 同学间融洽相处的礼仪	080
032 大学生着装应适宜 不可太怪异	083
033 课堂上的礼仪知多少	085
034 典礼仪式礼仪知多少	088
035 学校活动——展示礼仪的天地	091
036 自习室不要“霸占座位”	094
037 阅览室——轻轻地来,轻轻地走	096
038 小小宿舍礼仪多	098
039 自主人生第一步——跨出校门进职场	101



朋友篇

无论是在校学习,还是将来走向社会,我们都离不开朋友。而很多时候,正因为大家都是比较亲近的朋友,所以很容易忽略一些朋友之间的交际礼仪。长此以往,一些失礼的举动无疑会动摇友情的基石,甚至一段友情就此破裂。

040 做“第一眼”优质男生、文雅淑女	106
041 恰到好处的“个人秀”	108
042 优美的体姿为你加分	111
043 由内到外散发夺目光彩	113
044 让人过目不忘的自我介绍	115
045 恰如其分地介绍他人	117
046 “勿忘我”——不要忘记他人姓名	119
047 基本的交际用语要掌握	121
048 微笑是你最好的名片	124
049 让情感从手心传达	126
050 传情达意的表情你了解吗	129
051 与陌生人打交道的艺术	132



052 尊重对方 善用“注目礼”	134
053 运用手势表达意思	137
054 分清对象 慎选话题	140
055 让你的谈话达到最佳效果	143
056 交谈也有禁忌	146
057 巧妙提问 打开他人的“话匣子”	149
058 做一个忠实的聆听者	152
059 我有我主张——巧妙表达自己的观点	154
060 恰当的赞美有秘诀	157
061 学会礼貌地说“不”	160
062 约会迟到很不礼貌	163
063 一举一动透露你的小秘密	165

聚会篇

虽然青少年朋友大多还是校园里的读书郎,但也会经常参加各种各样的聚会。在聚会上,一切失礼的行为举动,都会令我们的形象大打折扣。所以,只有掌握了聚会的基本礼仪,才能优雅而从容地赴会。



064 带着你的礼仪走进宴会	168
065 自助餐——“少取多跑”最要紧	170
066 静静享受咖啡浪漫情调	173
067 中餐讲究知多少	175
068 莫把西餐当中餐吃	178
069 茶餐厅中的茶文化	181
070 生日会上的礼节	184
071 宴请外国朋友礼节多多	186
072 “沙龙”——高雅的聚会	189
073 参加派对的礼仪	192
074 同学会——巩固你的人际圈	196

仪容仪态篇

爱美之心人皆有之,得体的仪容仪态,可以提高我们的形象分。但是,追求时尚并不代表可以“恣意妄为”,青少年朋友在仪容仪态方面也必须遵循一定的规矩,才能既体现出青少年自身的特点,又不失时尚的气息。



075 优雅的妆容之美	200
076 巧用发型变幻自我	203
077 小小配饰还需巧用	206
078 服装搭配有讲究	209
079 着装因场合而改变	212
080 男生——魅力无法挡	215
081 女生——穿出你的魅力	218

业余生活篇

丰富多彩的业余生活,是我们保持精神活力的“秘密武器”。虽然每个人的生活不尽相同,但生活中的礼仪却是一样的,总有一些约定俗成的生活礼仪需要我们遵守,也只有这样,我们生活的社会才会和谐、安宁。

082 社交场合的 Lady First	222
083 做文明观众 赏精彩赛事	225
084 静静聆听“音乐会”	228



085 参观展览的 N 个小细节	231
086 医院里 记住保持安静	234
087 商店自选购物的小节	236
088 不可忽视接听、拨打电话的礼节	239
089 手机使用也有礼仪须注意	242
090 别让手机铃声给你添乱	245
091 网络世界的礼仪	248
092 送花的寓意与讲究	251
093 记住生活中靠“右”的原则	255
094 把握生活中的 N 个私人距离	257
095 和外国朋友打交道	260
096 给外国朋友送礼的禁忌	263
097 名胜景点需要文明行为	265
098 入住宾馆的礼仪	267
099 坐火车、乘飞机要注意的礼节	269
100 乘车的礼节	272



【 家庭篇 】

FAMILY CHAPTER

温馨、和睦、幸福……我们在形容家庭的时候总有数不清的美好词汇。家能否让我们感到温暖舒适，与每一个家庭成员是否互相关心、互相爱护有着密切的关系。青少年朋友在日常生活中，不论是与长辈、晚辈相处，或是与亲朋好友、街坊邻居交往，都必须注意家庭礼仪。这些看似微不足道的家庭礼仪，如同润滑剂一样，使得家庭、亲朋、邻里间的关系亲切却不失自由，密切却留有空间。生活这样的环境中，被人与人之间的爱包围着、温暖着，我们会感到舒适而自由。





001 对亲近的人也要讲礼节

走亲访友是我们日常生活的一个重要组成部分，经常拜访亲朋可以增进相互间的感情，在如今这个事事讲求效率，人情味逐渐变淡的社会里走亲访友就显得尤为重要。礼节在其中发挥的作用不言而喻，即使是对十分亲近的人，我们也要讲究一定的礼节，这是尊重对方的一种表现，也可以树立彬彬有礼的个人形象，这样的人不论走到哪里都是受欢迎的客人。

拜访亲朋要注意个人的仪表，一定要整洁。现代社会，个人形象越来越受到重视。在许多地方，女性外出一定要略施粉黛，这已经成为了一种基本的礼节。当然，有时我们拜访亲朋无须作过多修饰，但是仪表一定要整洁。进门前一定要把鞋上的泥土擦掉，把外衣、雨具等随身携带的东西放在主人指定的地方，不要太拿自己不当外人。

下面，我们来看看娜娜这个访客是不是属于受欢迎的一类。

娜娜天性开朗、不拘小节，这为她赢得了很多的朋友，但是似乎许多朋友都不太愿意邀请娜娜到家里做客，这又是为什么呢？我们来看看娜娜是怎么做的吧！一天下雨，娜娜来到了好朋友小美的家里玩，还不等小美开口让她换鞋，娜娜已经迫不及待地“大踏步”走了进去，干净的地板上顿时留下了片片污迹。从进门的一刻开始，小美家就遭了殃，娜娜是个闲不住的人，到处走走看看，想坐就坐，想吃就吃，真是应了一句话——“不拿自己当外人”。大家都是朋友，小美也不好说什么，只能暗暗叫苦，自己收



拾了。

相信像娜娜这样的朋友是没有人愿意经常请她到自己家做客的。可见,在亲朋家里也要注意自己的仪表,讲究坐有坐相、站有站相,即使在最熟悉的朋友家里也有一个礼节的底线,像娜娜这样过于“不拿自己当外人”的人,恐怕就属于不受欢迎的访客了。



在亲朋家用餐也有很多讲究,作为客人,不可左顾右盼、亟待进食,吃饭的时候也不要挑食,切忌谈论饭菜的质量,以免伤及主人的一番好意。如果有长辈在场,应当请年长的亲友入席,自己入席的时候也要向主人表示礼让。

如果你要留宿在朋友家,要注意主人的生活习惯,不要给人家带来不便。即使是十分亲近的朋友,未经主人允许也不能乱翻抽屉、橱柜,外出游玩要事先说明回来的时间,以便主人作一些准备安排。

这些仅仅是很微小的一部分,还有很多的礼节需要我们随机应变,只有这样,才会成为人见人爱的访客。



002 与父母相处——礼节知多少

如果说世界上谁是最伟大的人,或许每个人都会有各自的答案;如果说谁是最无私的人,相信我们大部分人的答案会出奇地一致,那就是我们的父母。

谈到与父母相处的礼仪,可能大部分人首先想到的就是要孝敬父母。没错,这也是我们作为儿女必须做到的。

孝敬父母

孔子的一位学生曾经问他:“老师,您经常讲孝敬父母,是不是指在衣食住行方面供养父母,并且经常让他们高兴?”孔子摇头答道:“不是。如果说供养和宽慰父母就是孝敬,那我问你:忠实的仆人为主人劳作、讨主人欢心,是不是也是孝敬?”孝敬父母,不仅是要在物质方面为父母做些力所能及的事情,更重要的也常常被我们忽略的是一种发自内心的关心,这是子女对父母最质朴最真挚的感情。

理解父母、尊重父母

如果说人的“第一次诞生”是离开母体,来到世界上,“第二次诞生”便是青少年朋友离开父母的监护,成为独立的自己。这是青春期的断乳阶段,孩子彻底地切断了个人与父母在心理上联系的“脐带”,走向成人。习惯了依赖和被保护的孩子们,身上仍然带着父母教养方式的烙印,父母也往往出于担心未能对孩子完全放手。这样处于断与不断之间,便产生了很



多孩子与父母相处的矛盾。产生家庭矛盾的原因是多方面的,大部分是由于孩子与父母在看待问题上的差距造成的,这也就是所谓的“代沟”了。

父母毕竟是从艰苦的岁月中走过来的,很可能与时代有点儿脱节,思想上的陈旧并不代表他们就不比你更懂得人情世故。即使我们的学历再高,挣的钱再多,也不要因此看不起自己的父母。他们能做到的我们可能永远做不到,而我们的所有成就却属于他们。当然,我们不一定所有意见



都要听从父母的,但必须尊重他们。

其实,父母并不像我们想象中那么蛮不讲理。我们必须了解他们作为父母的心理:看着自己的孩子慢慢长大,最后却要挣脱自己的保护,父母心里肯定充满了不舍和担忧。但孩子却往往是“初生牛犊不怕虎”,冲劲儿十足,这样便容易产生矛盾。这种情况下,用我们的坦诚去换取父母的理解与信任是最明智的。向父母提出合理的要求,并说明原因,留给他们一个可以发表他们看法的机会。

关心父母

父母有时也需要孩子去疼他们。现在我们中间很多朋友的父母年纪



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

都已不轻,有的甚至已经退休,很多时候他们还要面临儿女不在身边的现实。这时候,他们的心情也是复杂的,可能是失落,也可能是孤寂。这时候,如果你身在远方,你时常捎回家的一声问候、一张小卡片将是他们最大的快乐与欣慰。或许他们会为你的一封信高兴几天,甚至与亲友奔走相告,但在你面前却说没时间就甭写信了;给他们买个生日蛋糕,他们口中可能埋怨你浪费,实际上心中却幸福得不得了。父母,有时候比你更像小孩子!你的一些很小的心意都会让他们为之骄傲、兴奋。不必苦心经营,只是举手之劳,何乐而不为?

当然,生活不会总是风平浪静的。如果与父母之间发生了冲突又该怎么办呢?

首先,应分析一下究竟是谁对谁错。如果真是父母的问题,就应该诚恳地跟他们解释清楚。我们毕竟已经长大,可以拥有自己独立的观点,但千万不要怨恨父母。倘若是自己错了呢,就诚恳地认错。无论哪种情况,打破僵局的都应该是你,因为父母永远是你的长辈,对他们尊重是作为子女最应该做的。

此外,还有一个问题就是有时候不妨听一听父母的劝告。很多时候我们发现自己草率的决定只是一种年轻的冲动,往往缺乏周全的考虑,事后在想“早知听爸爸妈妈的了”也没用了。父母毕竟有丰富的处世经验,他们看待问题更加全面、客观。这些,只有等我们经历了才能明白。

“家家有本难念的经”,家庭关系,永远如此复杂,烦透了的时候我们可以找些全家人的照片看看或者翻翻一些童年的珍藏品,心里一定又会重新充满温情和信心!家,永远是最可爱的!



003 与老人相处的礼仪与禁忌

每个人都有老去的时候，也许只有到那时我们才能真正明白老年人的心理。其实，老人有些时候比孩子更需要关心，他们容易感到孤独，也容易赌气，人们常说的“老小孩”，就是形容老人其实在某些地方和孩子是很相似的。

“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼。”关爱老人、关爱儿童是我们中华民族的优良传统。在与老人相处时，我们应该注意：

尊重老人

俗话说“家有一老是块宝”。老人比起我们这些年轻人，经历更加丰富，在某些问题上也比我们看得更加透彻，可以给我们许多很中肯的意见。我们有些人认为老人年纪大了，脑子也自然会不太好使，尤其是时代发展变化这么快，老人的思想观念可能已经落伍了。不可否认，这些都是客观存在的事实。即便如此，我们可以不采用老人的意见，但是，有一点是我们这些晚辈必须做到的，那就是尊重。

《我爱我家》中的爷爷，退休前是一个机关干部，长期的机关工作让爷爷形成了一种热心、闲不住、好管事、爱发号施令的性格。于是，我们在电视中常常看到这个可爱的爷爷长篇大论地给家人作报告，用处理工作的方法管理家庭，也因此闹出了不少笑话。可是，家里的每个人虽然对爷爷的某些做法不能认同，但大家还是“耐着性子”听爷爷作报告，给予了他足



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

够的尊重。这样的家庭虽然不时地闹些小矛盾,可是不论父母、孩子还是老人都快乐地生活在一起,是一个幸福美满的大家庭,这也许就是《我爱我家》的真正含义吧!

上了年纪的人,常常由于生理机能上的衰老而产生心理上的自卑感。他们有些人害怕承认自己老了,更怕别人看不起自己、说自己“老了,不中用了”,自尊心也会变得更加强烈。对于老人心理上的这些变化,作为晚辈的我们不能漠视,更不能反感,在自己的能力范围内要尽量满足老人的合理要求。遇到重要的大事,要和老人商量,合理的意见要采纳;老人犯了错误,不能像管教孩子那样训斥老人;遇到意见不统一的时候,不要顶撞老人。给予老人充分的尊重,会让老人心情愉快,安享晚年。

关爱老人

生老病死是人生的必然规律,人随着年纪的增长,各项生理机能也会随之衰退,健康状况也会亮起红灯。作为晚辈的我们,要关心老人的健康状况,必要时照顾老人的饮食起居。

同身体上的疾病一样,老人心理上的“疾病”也需要我们随时关注。“孤独”、“寂寞”是危害老年人心理健康的大忌。近些年来,“空巢老人”的逐渐增多,也使这一问题成为了一个普遍存在的社会现象。子女身在外地,甚至是定居国外,只留下老人“独守空房”,即便身体健康,可是“寂寞”、“孤独”还是会如影相随。长此以往,也会危害老人的身体健康。孝敬老人,在很大程度上要求我们给予老人足够的精神关怀,让他们的晚年生活充满阳光。

有一则公益广告讲的就是一个老大妈满怀欣喜地准备晚餐,等待孩子们回家看她。可是,老大妈却接二连三地接到孩子们的电话,找出“加班”、“健身”等种种理由不回家,老人对着一屋子的高档电器,却更加孤独。



不要把“常回家看看”当成一句空话,要落到实处,经常回家陪陪辛劳了一辈子的爸妈,尽我们做子女的孝道。

体谅老人

老年人有一个通病,就是喜欢唠叨,喜欢回忆往事。晚辈们听多了这些唠叨,难免会心生怨言,有时候甚至会出言顶撞。冲突过后,老年人的伤心程度也许是我们难以体会的。

实际上,体谅老人并不是很难,只要我们遇事少说一句,多一些耐心,就足以让老人感动满足。

焦波的《咱爸咱妈》让很多人看了以后泪流满面,我们的父母也许是平凡得不能再平凡的人,但他们却是最伟大的人,比起他们的恩情,我们做多少都显得那么微不足道。所以,让我们孝敬、尊重、关爱、体谅我们的长辈吧!



004 敲门再进——尊重家庭成员的隐私

在我们每个人的内心世界里都有一个角落，在这个角落里尘封了一些只能供自己独享的故事，不论它是已经成为历史的片段还是正在进行的过程，我们都希望把它们仔细地珍藏起来。这也就是我们所说的“心灵的圣地”，是不容侵犯的。通常情况下，我们将这种故事称为隐私。当发现自己保护的这段“秘密”被别人，即便是自己最亲近的家人偷偷地阅读时，我们的内心都会留下一道伤痛的划痕。因此，如果你爱自己的家人，就请你尊重他们内心深处的“故事”。

曾经有这样一个令人痛心的报道：一个名叫玲玲(化名)的 15 岁中学生在服下一瓶安眠药和一瓶鼠药后，离开了这个充满阳光的世界。原因就是她日记中的“秘密”在被母亲偷看后又遭到了母亲的责怪。现在，人们无法获知玲玲内心的悲伤或是愤怒，只能听到玲玲妈妈充满忏悔地解释：“我只是想知道女儿心里在想什么。”玲玲的母亲原本可以珍藏这个并不是秘密的秘密，她也可以通过其他方式了解女儿的内心世界。但在她善良的母爱下，这种直接“揭秘”的方式却是对孩子内心自尊的一种扫荡。作为孩子，他们应该有属于他们自己的“秘密”；作为家长，需要找到合适的方法与孩子沟通，如果每个家长都能理解这一点的话，也许玲玲式的惨剧就不会发生了。

现在，青少年朋友中很流行这样一句话：“防火防盗防父母。”有的孩



子在看完手机短信后就立即删除;有的在日记上加了锁;有的甚至准备了两个日记,一本写一些无关痛痒的事情,故意放在父母能找到的地方,而另一本真正记录他们内心世界的日记则藏在了十分隐秘的地方。如果我们的隐私需要这样的“严防死守”,那么原本温馨的家也会变成密不透风的“监狱”,到那时,将会是一个多么可悲又可怜的局面。

事实上,在家庭中,期待自己内心的隐私受到保护与尊重的不仅仅是孩子。长辈与晚辈之间、兄弟姐妹之间都需要彼此尊重隐私。这不光是法律赋予我们每个人的权利,更是人类文明与进步的一种表现。在张扬人性、人文特质的现代社会,封建时代对父母“唯命是从”以及包管一切的“父母至上”原则,显然与合作、宽容的现实需要有了不小的差距。每个人都是独立的个体,都有属于自己的精神世界。父母与孩子之间、兄弟姐妹之间需要为彼此预留出一定的安全距离,需要有一种分寸感,需要让家人有空间保留自己的隐私。

尽管我们可以以“爱”或者是“家庭荣誉”为借口来解释我们探询家人隐私的原因,但是,在这种“好奇”心理获得满足之后,亲人感情上的雷霆风暴却有可能接踵而至。既然对家人的关爱方式有那么多,我们有什么理由以探询别人隐私这种破坏家庭和睦稳定的方式来进行“沟通”呢?因此,如果你真的爱家人,就要学会尊重他们的隐私权。



005 家庭聚会时做个称职的聚会主人

家庭聚会多用于招待亲朋好友，也可以作为现代社交活动的一种方式，用于招待尊贵的客人、合作伙伴、工作同事等等。青少年朋友喜欢热闹，常常会与同学朋友聚会。麦当劳、肯德基是青少年朋友聚会不二的选择，好伦哥、必胜客也是我们聚会最频繁的场所。但是，青少年朋友有没有想过在自己家中办一个家庭聚会呢？它一定会带给你不同于在外聚会的别样味道，让你充分体验到做聚会主人的全新感受。当然，在举办家庭聚会之前，你要做好充分的思想准备，因为真正的“考验”还在后面。在家中宴请同学好友，不同于在饭店由他人提供服务，家庭聚会需要我们事事亲历亲为，虽然比较辛苦，却充满亲切、温馨的生活气息。

席前准备

谁是你家庭聚会的客人，要做到心中有数。聚会的时间要对主客双方都适合，定下时间以后，要提前通知你的客人，以便对方提早做好安排。

举行家庭聚会，首先我们要根据你所宴请的人数准备好足够的餐具，餐桌上的一切用品都要十分清洁卫生。桌布、餐巾都应是洗净熨平的，酒杯、筷子、碗碟等都要洗净擦亮。餐具应该是在客人入座前就摆好的。

如果你准备的是中餐，那么应备有水杯、酒杯、盘、碗、小碟、筷子等餐具，桌子上还应备有几份公用的筷子、勺子，以方便大家使用。

如果你准备了西餐，则要准备好酒杯、水杯、汤盘、刀、叉、汤匙等西餐



用具。座位正面放汤盘,汤盘左边放叉,右边放刀(刀口向内),汤盘上放汤匙,餐巾(或餐巾纸)折成花再插入水杯中或放在汤盘上,面包、奶油盘放在左上方。

相信你宴请的这些同学朋友应该没有主次之分,那么也不必“对号入座”。入席时,一句“请大家随便坐”就足以表示你没有安排席位,所有的客人都可以随便选择座位就坐。

通常情况下,在开始用餐前,作为聚会的主人,我们要说一些助兴的话。我们要围绕聚会的中心话题致辞,语言应简短、精练、亲切,有一定内涵,能为聚会的进行创造良好气氛,切不可不着边际地乱说一通。

用餐礼仪

关于用餐,有很多的讲究,就上菜的顺序来讲,就有许多需要注意的地方。

上菜的顺序是:先上凉菜,再上热菜,然后上大菜(整鸡、整鱼等),最





青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

后上点心和汤。第一道菜上来,我们要先请主宾或长者品尝。当朋友们相互谦让,不肯下筷时,我们可站起来用公筷、公勺为客人分菜。分菜时,一要注意首先分给主宾或长者,然后按顺时针方向依次分下去;二要注意分菜的量,尽量差不了多少,避免有多有少、有好有差。当客人对某道菜表示婉谢时,应给予谅解,不要强人所难。

当一道菜端上桌时,我们可以简单介绍一下这道菜的特点。如果有人对某道菜表示特别的兴趣时,我们还可以简单介绍一下这道菜的烹饪方法。在介绍的同时,应热情招呼大家动筷品尝。

在聚会中,我们应该时时注意与客人进行简短的交谈。每上一道菜,还要招呼大家下筷品尝。在吃海鲜或鸡这类菜肴时,主人可示意大家用手撕开吃。

在举办家庭聚会时,可先准备一些香巾。所谓香巾就是把手绢浸入水盆中,在水里滴上几滴香水,再将手绢轻挤掉水分,对折两次,摆放在托盘中。还要准备一些餐巾纸,当客人用手取食过海鲜等食物后,我们可递上餐巾纸和香巾让客人擦手。作为聚会的主人,要尽职尽责,偶有迟到的客人,我们要起身迎接、招呼。天气炎热时,我们可示意客人宽衣。聚会中,如有人不慎发生异常情况,如餐具掉落在地或打翻酒水,要沉着应付,一方面迅速收拾环境,另一方面要送上干净的餐具酒杯。

举办家庭宴会,我们当然希望饭菜的质量能得到大家的认同,但这并不是我们聚会的主要目的。家庭聚会最主要的目的还在于增进我们与同学、朋友之间的了解和友情,所以对于青少年朋友来说,家庭聚会是我们展现自我的绝佳舞台,应当学会妥善安排,做到宾至如归。



006 今天我是主人——接待来宾的礼节

俗话说：“有朋自远方来，不亦乐乎。”邀请朋友来家中做客，是件很开心的事情，怎样做才算得上是一个热情好客、礼数周到的主人呢？我们需要注意下面的一些问题：

迎接客人

如果客人在约定时间到达，我们应提前到门口迎接，不要在房中静候。如果客人是突然登门拜访，我们也要热情相待。这时，如果你还没有整理房间，也不用慌张，向客人说声抱歉再适当收拾，但不要立即打扫，因为这样会有逐客之意，客人还以为自己是“不受欢迎的访客”！

问候寒暄

见到客人，我们要热情地打招呼，如果客人手提重物，要主动帮忙，对于长者或体弱者要主动上前搀扶，引导他们进入客厅。进入室内要把最佳位置让给客人坐，如果客人是初次来访，应向其他家人或客人作介绍。这时我们要面带微笑，步履轻松，不能有疲惫心烦之相。

敬烟、敬茶

一般情况下，如果来客是男士，一落座马上敬烟。敬烟忌用手直接取烟，应打开烟盒弹出几支递到客人面前，请客人自取，敬烟不能忘了把烟给客人点上。若主人也会吸，应先客后主。当然这些主要是针对一般情况，对于青少年朋友，不仅自己不要吸烟，最好也不要让来看你的朋友吸烟。



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST



泡茶时,首先要清洁茶具;斟茶时,每杯茶以斟杯高的 $\frac{2}{3}$ 为宜,应双手捧上放在客人的右手上方。切勿用手指捏住杯口向客人敬茶,这样既不卫生,又不礼貌。敬茶时要先敬尊长者。

陪客交谈

客人坐下,奉敬烟茶糖果之后,聊天就成为我们主要的“娱乐项目”了。话题内容可因实际情况而定,一般来说应谈一些客人熟悉的事情。与客人交谈时,要让客人畅所欲言,而作为主人的我们则要认真倾听,不要打断客人的谈话。若无法奉陪客人交谈,可安排他人代陪,或提供报纸杂志、打开电视供客人消遣,切不可出现主人只顾自己忙,把客人晾在一旁的现象。客人在没有起身告辞之前,不要当着客人的面看表,这样会使人觉得你是在下“逐客令”。双手支在椅子扶手上也是一种你要结束交谈的



表现。

送客礼节

当客人散席或准备告辞时,我们应婉言相留。客人要走,应等其起身后,主人再起身相送,家人也应微笑起立,亲切告别。若客人来时带了礼物,应再次提及对礼物的感谢或回赠礼物,并不忘提醒客人是否有东西遗忘,或有什么事需要帮忙。送客应送到大门口或街巷口,切忌跨在门槛上向客人告别或客人前脚一走就“啪”地关门。如果是初次来客,主人应主动指路或安排车辆接送,远方来客则应送至火车站、机场或码头,并说祝愿话或发出“欢迎再来”的邀请。

待客的禁忌

中国人讲究待客之道,给客人倒茶时,不能将壶嘴对着对方,因为“壶嘴”的谐音是“虎嘴”;点烟时也忌讳一根火柴连点三支烟;宴请客人时,主人要始终作陪,不要提前离席,更不要将空碗空碟收走,或是擦桌抹地,这些都是“逐客”之举。

做到了以上的要求,你基本上就成为了一个合格的主人,相信来拜访你的朋友会越来越多哦!



007 做一个善解人意的拜会者

走亲访友,是最常见的交际方式。每逢节假日,到亲戚、好友、长辈家作例行拜访;或是有时到别人家中去请教问题,这类交际活动是经常发生的。这些活动虽然普通,但也需要我们处处讲究礼节,做一个善解人意的拜会者。

事先通知

“突然袭击”式的拜访,不仅会使对方“措手不及”,而且如果恰巧碰上对方有事要外出,或是家中没有整理打扫,就会使双方都觉得尴尬。所以当我们要产生拜访亲友的想法时,应先与被拜访者约定具体日期,这有利于对方提早安排日程,否则可能造成唐突,令对方毫无准备而打乱其原定的生活秩序。

拜访时机

选择适当时间去拜访,一般不要在别人吃饭和休息的时间去拜访。如果是晚上拜访亲友,逗留的时间不宜太长,以免影响主人及其家人的休息。有些人常常喜欢“赖在别人家里不走”,用我们的话来说,就是不懂得察言观色,长时间占用他人的时间,也不管别人是否还有事要做,大有“泰山崩于前而面不改色”的气势,这是不合适的。

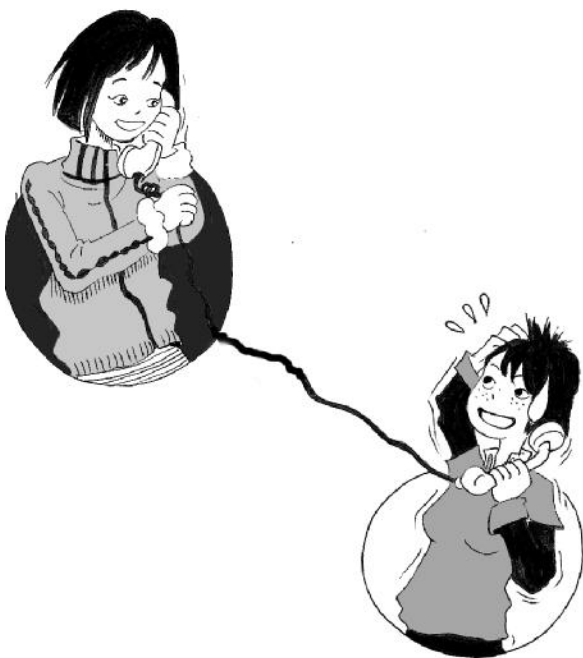
注意仪表

拜访他人时穿戴要整齐,仪容要整洁,这是对对方的尊重和礼貌,同



时也是对自己的尊重。

进门前要按门铃或轻轻叩门,待有回音或有人开门时才可以进入。即使对方家门是敞开的,也不能乱闯一通,“不请自入”是十分失礼的事情。



我们要站在门外打招呼,等有人应答后再入内。

如果拜访的人是长辈,要特别注意:主人未坐下时,自己不能先坐。如拜访的亲友很熟,则可以随便一些,也没有那么多的讲究。进屋后,对亲友家的其他成员要主动打

招呼。如遇多人在座,经主人介绍后,要一一问好。

入座时,动作要轻稳,不可猛地一下子坐下,发出响声。入座后,手可平放在沙发上或沙发的扶手上,上身稍向前倾,以示对主人的尊敬。

交谈时,如有长辈在座,应该用心倾听长者的谈话,而不可随便插话。做客中,若主人家来了新的客人并有要紧的事商谈,这时应尽快告辞。

离开亲友家时,要郑重其事地告别,随便说一声“走了”,便拍屁股夺门而出,会使主人觉得不舒服,不辞而别当然更不可取。



008 合适的称谓很重要

如果你生活在一个庞大的家族,这里有你众多的亲朋好友,也许平常因为工作忙或距离远而难得相聚,可一旦这些亲朋聚在一起,你是否常常会为想不起一些亲朋的称呼而备感尴尬呢?这样的类似的情形相信我们每个人都曾经遇到过,不一定是发生在亲友之间,有时在职场上、朋友圈中,我们也常常会忘记一些同学、同事、朋友的名字或称呼。其实合适的称呼不仅能令对方觉得你是一个懂事、有礼貌的人,还可以避免出现尴尬。

按照惯例,成年男士不论年龄长幼都通称为先生;对身份颇高的已婚女士称呼夫人,而身份一般的已婚女士则称呼太太;对未婚的女士我们一般称呼小姐。但是“小姐”一词现在的境遇也颇为尴尬,由于众所周知的原因,许多年轻的女士不太喜欢别人称自己为“小姐”,这时我们可以称呼其女士。如果你无法分辨对方是否结婚,为了保险起见,我们一般都通称为小姐或女士。

亲属之间

关于亲属间的称呼问题,常常令我们头痛不已,尤其是远方的亲朋,有时候想搞清楚相互之间的亲属关系还真是一件困难的事。中华民族历来对亲属的称谓特别讲究,尤其在中国的古代,亲属之间的称呼绝对不能乱来。汉语中林林总总的称谓,让一些学汉语的外国人头晕眼花、一片混



乱。英语中“sister”代表了姐姐和妹妹两个意思,同样,“brother”也是哥哥和弟弟的意思;而汉语中不仅姐妹、兄弟分得十分清楚,还有什么“表妹”、“堂姐”等等类似的词语,用来区分不同的亲属关系。至于什么“妯娌”、“连襟”等,则更是令人眼花缭乱,有时候连我们自己都分不清楚,何况是外国友人?

职务称呼

职务称呼自古有之。杜甫又称为“杜工部”,因杜甫做过工部员外郎;诸葛亮则被人称为“诸葛丞相”,因为大家都知道他是三国时期刘备的军师、蜀国的丞相,因此,他二人都有一个“职务称呼”。到了现代,我们很多时候仍然沿用祖先的这种职务称呼,因为这样的职务称呼有一种对对方的赞美和尊敬的意味,如“李局长”、“王经理”、“张处长”等等。

对于具有专业技术的人我们则常常称呼其技术职称或以职业相称,如“刘教授”、“钱医生”等。

不合适的称谓

1. 使用错误的称呼。主要在于粗心大意、用心不专。常见的错误称呼有两种:一是误读,一般表现为念错被称呼者的姓名;二是误会,主要指对被称呼者的年纪、辈分、婚否以及与其他人的关系作出了错误判断。比如,将未婚女子称为“夫人”,就属于误会。

2. 使用过时的称呼。有些称呼具有一定的时效性,现已不宜采用。如在我国古代,对官员称为“老爷”、“大人”。若将它们全盘照搬进现代生活里来,就会显得滑稽可笑、不伦不类。

3. 使用不通用的称呼。有些称呼具有一定的地域性,比如,北京人爱称人为“师傅”,山东人爱称人为“伙计”。但是,在南方人听来,“师傅”等于“出家人”,“伙计”肯定是“打工仔”。所以,称呼也要注意不同地方的不



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST



同习惯。

4. 使用俗气的称呼。“哥们儿”、“姐们儿”、“磁器”、“死党”、“铁哥们儿”这一类的称呼在私下里用还可以，但是正式场合就显得有点儿俗气了。逢人便称“老板”，也显得不伦不类。

5. 使用绰号作为称呼。对于关系一般者，切勿自作主张给对方起绰号，更不能随意以道听途说来的对方的绰号去称呼对方。还要注意，不要拿别人的姓名乱开玩笑。

得体合适的称谓，除了要合乎常规，还要照顾到被称呼者的个人习惯。到了别的地方要入乡随俗，这不仅是友好、尊敬和与人为善的表现，同时也可以体现出一个人的文化修养和礼貌教养，马虎不得。



009 逢年过节的拜访礼节

春节是我们中华民族最重要的节日,预示着新的一年的开始。从小我们就喜欢过年的感觉,可以穿新衣服,吃好东西。随着年龄的增长,过年的快乐也不再是穿新衣服吃美食这么简单,而是可以访亲探友,可以有时间和同学、朋友相聚,放松一下这一年的紧张心情。所以,关于春节拜年的一些礼节我们有必要了解一下。

拜年的时间

提醒你最好不要搞“突然袭击”,因为你所要拜访的对象可能也要出去拜访他人,为了避免吃闭门羹,有必要先向主人打招呼。如果你不准备吃饭,上午的最佳时间是九时至十一



时之间。过早,可能对方还未起床,节日里大家都有可能睡个懒觉;太迟,如果正巧碰到对方吃饭,会不方便。下午应以一时至五时之间为宜。



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

向长辈拜年,最好安排在节日内,以示敬重。拜年要注意衣着整洁,大家在春节期间喜欢穿新衣服,就是讨一个“好彩头”,同时也给人一种节日的美感。对于那些平常联系不是很紧密的亲友,有必要对可能碰到的长辈、同辈的称呼有所了解,以免出现尴尬的场面,使人感到不够礼貌。

吉利话说得恰当

对不同的人,应有不同的祝贺语。过年是喜庆的日子,在这个普天同庆的时刻,要在轻松愉快、亲切自然的气氛中,把道喜贺新的真情实意表露出来。

热闹也要有限度

虽然过年图的就是个热闹,但是也不能放肆地大声喧闹,通宵达旦,这样会影响左邻右舍,妨碍别人休息。告别时,要对主人的盛情款待表示谢意,并邀请对方回访。

近些年来,电话拜年、短信拜年、邮件拜年成了时下年轻人的最爱。尤其是对于那些相距比较远,不能亲自登门拜访,或是时间紧迫,来不及拜访的亲友,电话、短信和邮件此时就派上了大用场。即使是相距万里,远在地球的另一端,我们也可以很快送达我们的祝福。

不过也有很多人觉得这种方式拜年显得不够正式,没有办法真实地表达出我们的深情厚谊,也缺少浓浓的人情味。这确实是电话、短信、E-mail 拜年存在的不足。但它们也有自己的优势,那就是方便、快捷。当然,电话、短信、E-mail 拜年也有一些礼节需要注意:

一般情况下,大家都习惯在除夕夜的12点才开始打拜年电话,但因为那时是拜年的高峰期,经常会遇到占线的情况,我们不妨提前打电话拜年,这样既可以错过打电话的高峰期,又可以把你的祝福及时地送到。如果是自己打过去的电话,要掌握好时间,不要太长,以免长时间占线影响别人。



现在的短信拜年几乎都是大家发来转去的“现成品”，而有的“冒失鬼”没有检查短信的内容就给亲朋好友发了过去，结果自己发送的祝福却署着别人的名字，这是很失礼的事情。所以，发送短信前，一定要仔细检查一下内容，最好是自己亲自编写的文字。最后要注意的是一定要署上自己的名字，因为并不是谁都能记得我们的号码，大过年的让人猜来猜去实在是件头疼事儿。

邮件的一大优势就是有多种字体、信纸，甚至版式可供选择，这固然可以强化电子邮件的个人特色，但我们在选用的时候还是要慎之又慎。一方面，对电子邮件修饰过多，难免会使其容量增大，收发时间增长，既浪费时间又浪费空间资源，而且往往给人以华而不实的印象；另一方面，收信人的电子邮箱并不一定能支持你所选用的功能，这样一来，对方收到的电子邮件就很可能背离了发信人的初衷，做了一场“无用功”。



010 寿诞——老人的节日

生日、寿诞,有何不同?相信大家都很清楚,年轻人逢出生之日只能过生日,而不能称作过寿,就是怕“折寿”。而一般五六十岁的老人的生辰才有资格接受祝寿。

按照传统的说法,老人过生日叫“做寿”,向老年人祝福叫“祝寿”,尤其是逢五逢十的祝寿活动更隆重一些。在某些地区为了避讳“十全为满,满则招损”的说法,改为逢九做寿,如六十九岁时做七十大寿。

老年人的寿诞一般不自己操办,多由子女、家人出面举行。在寿诞前一段时间,应预先通知亲朋好友,可以发请柬,也可以电话通知,或请别人捎个口信。

来拜寿的宾客要衣着整洁,最好穿颜色明快的服装,忌穿全黑、全白或只有黑白两种颜色的服装。说话要恭敬,避免不吉利或容易引起不快的话语。祝词可以是祝福老人健康长寿,也可以是赞美老人所取得的成绩或作出的贡献。

祝寿活动往往是以寿筵形式展开,可在家中设宴,也有许多人选择在饭店举办,但是不论地点在哪,都要作相应的布置。大厅正中间悬挂“寿”字,周围布置一些花篮、寿桃等。子女要在门口迎候客人,引导客人入席。寿星作为主角,自然应该坐上座,并请其他德高望重的长者陪同。

在《红楼梦》中有一个片断:宁国府为贾敬做寿。作为当时的名门望



族,寿筵的排场自然不在话下,点心、水果、礼盒数不胜数,甚至还准备了戏台。只是贾敬早已出家做了道士,孙子贾蓉准备了礼品来道观请贾敬,贾敬推托不回。荣国府、宁国府一干晚辈只好对着一张空座椅行了跪拜之礼,以示对贾敬的尊敬和祝寿。这就是封建时代的寿诞礼节,尤其是在达官贵人的家里,寿筵可谓“极尽奢华之能事”,一些在我们现代人看来的“俗礼”也是万万不能少的。

虽然现在我们已不再实行什么叩头、拱手的旧礼,但是向寿星道贺却是必不可少的礼节。寿筵开始后,由家人和重要的贵宾致辞,致辞可长可短,表达出祝福之意即可,特别是对那些年事已高的寿星,仪式应尽量简短一些。

给寿星送礼,我们常用的生日贺卡已不再适用,除了食品、服装一类的礼品之外,最受欢迎的应该就是书画作品及其他工艺品。现如今,送花似乎已经成为了一种新的时尚,可以送一些代表健康长寿的文竹、万年青、罗汉松等。当然,一些老年人用的保健品、保健器材也是当仁不让的贺寿佳礼。

其实,对老人们的关爱应该体现在让老人们在生命中的每一天都心情愉快,而不仅是在寿诞之日。



011 “礼”轻情义重

礼物是沟通友情的纽带,小小礼物可以把你的祝福带给他人。送礼也有些讲究,怎样把礼物送到他人的心坎儿上呢?那些不懂得人情礼仪的人,往往是投入了自己的真情实感,耗费了精力和时间,但结果却总是事与愿违,竹篮打水一场空。

赠送礼品应考虑具体的情况和场合

一般在赴私人家宴时,我们可以为女主人准备些小礼品,如花束、水果、土特产等,这些都是最受女主人欢迎的小礼物。如果对方家中有小孩儿,可以送些小礼物给孩子,这样大人小孩都会开心,如玩具、糖果等。

如果你是要参加婚礼,除了常见的礼金外,还可赠送花束及艺术装饰品。

遇到新年、圣诞节时,一般可以送日历、酒、茶、糖果等,这些都十分适合在这样喜庆的日子里送人。

要提醒青少年朋友注意的是:烟、酒有害健康,如果不是特别亲近的亲戚朋友,最好不送这样的礼品。

把握送礼的时机与方式

一般情况下,我们应该当面赠送礼物。但有时参加婚礼,也可事先送去。祝贺节日、赠送年礼,可让人送上门或邮寄。如今,各种礼仪公司都有“代人”送礼的服务项目,只要一个电话,你的心意就会和礼物一起送达,



快捷方便。值得注意的是,这时应随礼品附上送礼人的名片,也可手写贺词,装在大小合适的信封中,信封上注明受礼人的姓名,贴在礼品的外包装上。

送礼的时机要选择恰当,通常情况下,如果有很多朋友在场,可是我们只给其中的一个人赠礼是不合适的,这样会让没有受礼的人有受冷落和受轻视之感。



关系亲密的人,如热恋中的情侣,也会将一些表达特殊情感的礼物,在大庭广众面前赠送,那么这时公众就变成他们真挚感情的见证人。

态度友善、言辞勿失

送礼时要注意态度、动作和语言表达。平和友善、落落大方的动作并



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

伴有礼节性的语言,才是受礼方乐于接受的。那种“做贼式”悄悄地将礼品置于桌下或房间某个角落的做法,不仅达不到馈赠的目的,甚至会适得其反。在我国一般习惯上,送礼时自己总会十分谦虚地说“薄礼!薄礼!”“一点小意思!”如果对方是“国际友人”,这种做法最好避免,因为他们会信以为真。当然,如果在赠送时以一种近乎骄傲的口吻说“这是很贵重的东西”也不合适。在对所赠送的礼品进行介绍时,应该强调的是自己对受赠一方所怀有的好感与情义,而不是强调礼物的实际价值,否则,就把自己变成了重礼轻义之徒,甚至会使对方有受贿的感觉。

顾及习俗礼俗

因人因事因地施礼,是社交礼仪的原则之一,对于礼品的选择,也应符合这一原则的要求。礼品的选择,要针对不同的受礼对象区别对待。一般说来,对家贫者,以实惠为佳;对富裕者,以精巧为佳;对恋人、爱人、情人,以纪念性为佳;对朋友,以趣味性为佳;对老人,以实用为佳;对孩子,以启智新颖为佳;对外宾,以特色为佳。

送礼的禁忌

中国人普遍有“好事成双”的说法,因而凡是大喜大贺之事,所送之礼,均好双忌单,但广东人忌讳“4”这个偶数,因为在广东话中,“4”听起来就像是“死”,是不吉利的。另外,白色虽有纯洁无瑕之意,但中国人比较忌讳,因为在中国,白色常是大悲之色和贫穷之色;同样,黑色也被视为不吉利的颜色,是凶灾之色、哀丧之色;而红色,则是喜庆、祥和、欢庆的象征,受到人们的普遍喜爱。

另外,我国还常常讲究给老人不能送钟表,给夫妻或情人不能送梨,因为“送钟”与“送终”、“梨”与“离”谐音,是不吉利的。



012 送礼送到心坎上

送礼的主要目的是为了给人带来欢欣，而送礼的形式和内容可反映出送礼者的个性。礼物就像一面镜子，从中可以看到虚荣和朴实、轻佻和幽默、俗气和高雅。也正是因为礼物有如此大的功效，常常会令我们绞尽脑汁，不知道送什么才好。

看过《宰相刘罗锅》的观众一定还记得其中的一个情节：乾隆皇帝要过生日，大臣们都在为送什么礼物而头痛。乾隆皇帝富有四海，还有什么东西没见过呢？就在众大臣苦思冥想的时候，刘罗锅却早已心中有数。等乾隆寿辰到来的这天，众臣子都送上了各地的宝物，乾隆皇帝虽欣然接受，却并没有露出喜色。轮到刘罗锅了，只见他提着一个铁桶，里面装满了鲜姜，走上殿来。皇帝不认识鲜姜，大臣们也不知道刘罗锅葫芦里卖的什么药。刘罗锅说道：“我的礼物就叫做‘一统江山’，铁桶里装的是鲜姜，故叫做‘一桶姜山’。”乾隆听了，不禁龙颜大悦。刘罗锅没花多少钱，却收到了极好的效果，虽然大臣们都说他是“投机取巧”，可不能否认的是，这个别致的礼物在赢得皇上欢心的同时，也没有劳民伤财，可以说是一举两得。

由此看来，礼物不在于是否贵重，关键要看有没有用心思，是不是能很好地代表我们的心意。多想想对方到底想要什么，或是希望什么，才是送礼时我们最需要考虑的。以下是一些小小的送礼技巧，大体上，只要送礼者能将心比心，选择你自己也希望收到的礼物，就会收到意想不到的效



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST



果,如果你送的礼物连自己都不喜欢,别人又怎么会喜欢呢?

不要把去年收到的礼物今年再转送出去,因为送礼的人通常都会留意你有没有使用他所送的礼品。曾经有一个相声,讲的就是相同的礼物“泛滥成灾”的故事。主人公在中秋节时收到了“堆积成山”的月饼,可是他却为如何处理这些月饼而发愁。最后,全家三口开始了消灭月饼的“战斗”,一天三顿饭都是月饼,饶是这样突击,月饼还是吃不完。最后没办法,只好把一些月饼送人了。可是等到来年中秋节时,主人公却收到了自己去年送出去的月饼——上面还有他的牙印。看来,收月饼的人连包装都没打开,月饼转了一圈又回到了原地。这则相声虽然有些夸张,但是也能反映出现在相似礼物过剩、送礼物不花心思现象的大量存在。



如果你比较富有,送礼给一般的朋友也不宜出手阔绰,因为有时这会引来不必要的尴尬,会让对方觉得你是在“摆阔”,结果往往适得其反。

记得把礼物上的价格标签拿掉,如果把价标留在礼物上,礼物就传递两个讯息:一个是“我们的情谊值多少钱”,另一个是“看着吧!下次得回同样价格的礼物给我”。而这两个讯息,可以把送礼的所有情分都打得粉碎。此外,不论礼物本身价值如何,都要打好包装再送,这是礼节。

送礼时,必须考虑到接受礼物的人在日常生活中能否用得上,或者你的礼物是不是会给对方带来“不便”。我们常常会收到一些很有意思的礼物,但是在新鲜劲过去后,处置这些礼物却成了头号难题。小梅在圣诞节的时候,收到了朋友送的一棵巨大的圣诞树。挂满了装饰品和彩灯的圣诞树十分惹眼,也为圣诞增添了节日气氛,小梅真是“爱不释手”。可是等到圣诞节一过,这棵巨大的圣诞树怎么处理就让小梅头痛不已。原来小梅自己在外租房住,本来不大的地方,又加上这棵圣诞树,真是快没地方站人了。而且搬家的时候也很麻烦,扔掉,小梅不舍得;带着,却很难运输。一棵圣诞树,真是难住了我们的小梅。

有些人到别人家中做客,直到要离开时,才想起要送的礼物,在门口拿出礼物时,主人却因为谦逊、客套而不肯接受,此时双方在门口推推拉拉的,颇为狼狈,要如何避免这种情形发生呢?最好的送礼时机是,进到大门,寒暄几句就奉上礼物。如果错过了在门口送礼的时机,不妨在坐定后,主人倒茶的时候送,此时,不仅不会打断原来谈话的兴头,反而可以增加另一个话题。



013 探视病人讲究多

当亲友、同事、同学患病时,前往探望、慰问是人之常情,也是一种礼节。但是,探望病人也要注意一些细节,如探望病人的方式得当,可增加患者战胜病魔的信心,有利于身体早日康复。

探望时机很重要

探望病人时,首先应选择适当时机,尽量避开病人休息和治疗时间,因为病人的身体虚弱,他们的饮食和睡眠就比常人更重要。如果是探望住院的病人,还要在医院规定的时间内前往。若病人正在休息,我们就不要打扰,可改天再来探望或是托人转达自己的关切之情。

探望病人的语言艺术

由于特殊的心理状态,人在患病期间都相当的敏感。与病人谈话时,一般应先询问病人的身体状况及治疗情况。在病人讲述病情时,要认真地听,不要心不在焉、左顾右盼。

对患病的亲友而言,安慰和鼓励的话语,比任何时候都显得生动、有力,它容易引起患者与自己情感的共鸣,进而稳定病人的思想情绪,有利于病人的治疗。

阿伦是一名年轻的建筑工人,一次高空作业时不慎摔伤,顿时昏了过去。等他在医院里苏醒过来,觉得下肢不听使唤,就怀疑自己的腿断了,可能会终身残废,遂萌发了轻生念头。阿伦的好友发现他这一思想苗头后及



时鼓励说：“你这么年轻，身体机能这么强，只要你积极配合治疗，日后加强锻炼，肯定能够康复，这是医生说的，你相信我！”短短几句鼓励的话，就使得阿伦放弃了轻生念头，增强了治疗信心。

我们在探病时，适当地给病人以积极的暗示，将会消除其悲观心理，帮助他们鼓起希望的风帆，积极配合治疗。

小军不幸患上了黄疸型肝炎，经过一段时间的住院治疗，总觉得自己的病没有好转，于是便产生了悲观情绪，整天垂头丧气，没有治疗的信心了。这时，小军的好友来探望他，一见面便对小军说：“你的脸色比以前好多了，听医生说，你的黄疸指数已有所下降，看来你这病就快好了！”这句带有暗示性的话语，使小军的精神倏然振作。于是，他乐观地接受治疗，加快了康复进程，不久便病愈出院了。

除了要说些安慰和鼓励的话语，淡化病痛带来的苦恼，增强病人战胜疾病的信心外，切忌向病人介绍道听途说的偏方、秘方，更不能推荐未经临床实验的药物。

为照顾病人休息，谈话和逗留的时间都不要太长，注意避免谈论可能刺激对方或有关忌讳的话题。告别时，记得祝他（她）早日恢复健康。

拥有一个好心情，对战胜疾病大有帮助，我们所要做的就是让病人心情愉快，树立与疾病斗争的信心，最终恢复健康。



014 探视病人鲜花、水果要慎选

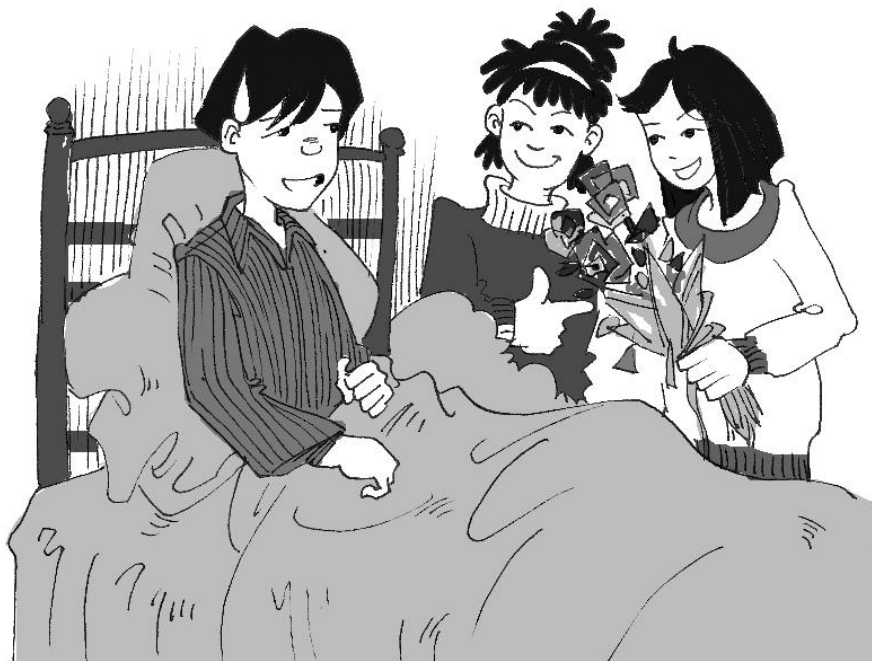
不要小瞧了看望病人时需要注意的一些礼节,如果忽视这些礼节,也许就会影响病人的康复。鲜花和水果是我们在探望病人时不二的选择,可并不是所有的病人都能“享受”鲜花带来的芬芳,更不是所有的病人都能享用我们带来的水果。

某市的一所大医院里,一名呼吸道疾病患者住院治疗数日后,症状反而加重;一位患者手术后,发生了原因不明的“感冒”,几个喷嚏下来,伤口裂开;一名患者术后莫名其妙发生了感染……

经医生细查病源才发现,病人亲友送来摆放在患者床头、窗台的几束鲜花竟是引发患者过敏、感染的罪魁祸首。

专家介绍,对花粉敏感的人群要比对青霉素过敏的人群多得多。鲜花是常见的过敏源,能引发或加重呼吸道等器官产生的多种疾病。如今卖花者又常在花篮上喷洒香水,更容易诱发过敏性疾病,加重皮肤及呼吸道疾病患者的病情。目前已证实,至少有 200 多种花粉可诱发人体出现异常反应。另外,花卉等植物在夜间要消耗大量氧气,与病人争夺室内氧气,直接影响患者的康复。

让我们来看一下在美丽外表下隐藏的“危机”。鲜花可能诱发细菌感染。专家介绍,一项细菌检验发现,鲜花插入花瓶 1 小时后,花瓶中一汤匙的水即含有细菌约 10 万个;3 天之后,可增至 2000 万个。这些细菌多来



自种花处的土壤。当花插入盛自来水的花瓶后,细菌即以花茎和水中物质为养料进行繁殖,并会随水分的蒸发而飘浮于空气中。严重时,会使患者伤口发生感染或诱发肺部感染。由此看来,花束作为我们探视病人时的“当家礼品”,在选择时要慎之又慎。

送花探病有讲究

专家建议,在探视呼吸道疾病、过敏性疾病、有伤口或免疫力低下的病人时,不要送鲜花。

如一定要送花,应尽可能去正规花店买鲜花,而且不要购买喷有化学芳香剂的鲜花和花篮。患者也需要注意,在病房里摆放鲜花时间不宜过长,要经常换水,及时清理凋谢的花,更不要用输液剩下的药液浇花。

慰问病人适合送红色剑兰、粉玫瑰、兰花等,避免送白、蓝、黄色或香味过浓的花。



挑选水果的学问大

平时我们去探望病人,最常买的是水果,但多数人的随意性很大,常常是碰到什么就买什么。其实,不同的病人对不同的水果是有宜有忌的,选对了有利于病人康复,反之则可能会使患者病情加重。

糖尿病人:有几样含糖量在 15% 以下的水果可以吃,如:苹果、梨、桃、西瓜,每天的食用量可在 300 至 500 克。而含糖量超过 15% 的水果最好不吃,如香蕉和荔枝等。

冠心病:应吃柑橘、桃、李、杏、草莓和鲜枣等,这些水果含有丰富的维生素 C,有降低血脂和胆固醇的功效。

腹泻病人:不宜吃香蕉、梨等,应多吃苹果。

肝炎病人:应选食含维生素 C 和胡萝卜素丰富的水果。如:西瓜、柚子、荔枝、梨、苹果、香蕉等,它们具有保护肝脏、促进肝细胞再生的功能。

心力衰竭和水肿严重的病人:切忌食用含水量多的水果,如果食用了大量的西瓜或饮用了过多的椰子汁,会增加心肾负担,加重水肿。

心肌梗死病人:宜吃些香蕉、橘子,有利于通便,不宜吃苹果、柿子、莲子等,这些水果能引起便秘,导致病情加重。

胃溃疡、十二指肠溃疡、胃酸过多的病人:不宜吃李子、山楂和柠檬等含有机酸过多的水果,以免损伤胃黏膜,加重病情。

咳嗽、哮喘病人:最适合梨、橙子、杏等,因为这些水果能够化痰、润肺、止咳,而枣最好不要吃,因为它容易生痰、助热,吃了反而会导致咳嗽加重。

所以,在我们探视病人的时候,鲜花水果这样的礼品也要慎选,仔细考虑你所要探望的病人是不是能“承受”美丽的鲜花和甜美的水果。



015 婚丧嫁娶礼仪忌讳多

青少年朋友的主要任务虽然是学习，但也会参加一些婚丧嫁娶的活动。同样，一些基本的礼节和忌讳也需要注意。

贺婚

结婚是一个人一生中的大事，古时候就有“洞房花烛夜，金榜题名时”的说法，由此看来，结婚对一个人是多么重要，它是人一生的转折点，从此就要开始自己独立生活，也可以说是真正意义上脱离了父母的独立生活。

作为参加婚礼的客人，有许多礼节需要注意。

首先是衣着，要整洁、大方、喜庆，我们中国人在结婚的时候喜欢红色，象征喜庆、红火、热闹，所以我们选择衣服也忌穿黑色和白色，黑色和白色一般是参加葬礼时才用的颜色。女性要稍加修饰，可略施薄粉，但注意不要太过夸张、惹眼，毕竟婚礼的主角是新娘新郎。

参加婚礼要准时，提前安排好时间和车程，以免误事。对于比较亲密的朋友，常常会送一些结婚礼物。当然，送喜礼也要精心挑选，可以送实用的物品，如别致的茶具、酒具或装饰性的书画、工艺品，但要注意，一般送双不送单，中国人讲究好事成双。鲜花也是很好的礼物，如玫瑰、常春藤、并蒂莲、百合花等，都可以传递出我们良好的祝愿。

而对于一般的宾客，红包也不失为一种很好的选择。用红纸包好送给新人，既免去了挑选礼品的麻烦，又便于对方使用，是一举两得的好办法。



礼品一般应该在亲友结婚前送去,也可以在参加婚礼时一并带去。参加婚礼时要向新郎、新娘道喜,说些吉祥祝福的话。新郎、新娘敬酒时,要起身接杯,祝福他们并碰杯畅饮。

我国自古就有“闹洞房”的风俗,但应该文明适度,决不可搞低级庸俗的恶作剧。在婚礼上,也不要过分地“折磨”新人。

送葬

出生与死亡,是每个人都逃不掉的宿命,参加葬礼,也有许多的礼节,忽视了这些礼节,会被认为是对死者的不敬。

接到通知后,要做好相应的准备,如花篮、花圈、挽联等。花篮、花圈都应缀以白绢或纸的标志,上写“××千古”,落款“××敬挽”等。挽联是有中国特色的哀婉文字,可由奔丧者自拟自书,也可拟好文字请人代书。联语应对死者生平事迹以及和自己的关系等有所概括,写得情真意切。

追悼会是沉痛肃穆的场合,因此,吊丧人的衣着要庄重,一般应穿深色衣服,也可穿比较素雅的服装,衣服上可佩戴白花或黑纱。女士衣着要朴素大方,而艳丽花哨是一种严重的失礼行为,是对死者的不敬。

在追悼会上,参加者的态度要沉痛,走路要轻手轻脚,说话要低声。要照顾死者亲属的心情,要安慰其家属,说些“节哀顺变”“不要太过伤心”的话。要尊重死者家属的安排,遵守会场秩序,不可谈笑或中途退场,这是对死者及其家属的不敬。

常用的挽幛用词

千古流芳 永垂千古 望云思亲 德高望重 一别千古 名流后世
流芳百世 壮志长存 遗爱千秋 松柏常青 功业长存 天人同悲
古道照人 星变台微 功名不朽 福寿全归 音容宛在 神赴香山
神赴仙岛 甲马扬声 碧落黄泉 浩气长存 劳苦功高 畅其天游



016 邻里和睦相处的秘诀

俗话说得好：远亲不如近邻。亲戚虽然多多少少都有一些血缘关系，但是对于那些住得比较远的亲戚来说，相互之间即便是很近的关系，遇到特殊情况恐怕也是“远水解不了近渴”。而住在我们楼上楼下的邻居，大家可以说是“抬头不见低头见”，相互之间要经常打交道。即便是现在这个快节奏的时代，大家每天都忙着各自的事情，但邻里间的交往也是难以避免的，更何况一旦发生了紧急情况，邻居也是能最快帮上忙的人。

居住条件的改善，虽然使我们的生活便利了许多，但同时，一扇扇防盗门也将邻里之间的距离拉开了。许多青少年朋友在搬进新楼房的同时，也常常会怀念小时候在胡同里、街头巷尾的美好时光。那时候邻里之间相处得十分融洽，大家的关系都很亲密。生活在都市中、楼房里的我们，难免会和邻居发生一些磕磕碰碰，想要和睦相处，不是一件易事。但如果我们注意邻里间一些相处的礼节，相信我们不仅会相安无事，而且会互助互爱，像一个温暖的大家庭。

多替别人考虑

有这样一个相声：一个老大爷住在楼下，一个二十多岁的年轻人住在楼上，老人晚上休息得比较早，而年轻人则总是很晚才回来。偏偏这个年轻人总是穿一双皮靴，走起路来动静极大。每天晚上，老人总会被年轻人发出的巨大声响而从梦中惊醒。从上楼到脱掉两只皮靴，老人只好等年轻



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

人安静下来才继续入睡。终于有一天,老人忍不住告诉年轻人“希望你晚上回来时能轻一些”,年轻人也很抱歉,答应以后小心。可是就在当天晚上,晚归的年轻人忘记了老人的嘱咐,直到脱掉一只鞋后才想起来,后悔莫及,于是他轻轻地脱掉另一只鞋上床睡觉了。第二天老人又找到年轻人,抱怨道:“昨天我一晚上没睡,就等着你把另一只鞋也脱了。”

虽说这是一个笑话,可是也反映出了邻里间存在的一些问题。住楼房的人尤其要考虑到别人的安静,避免发出很大的声音,以免弄得四邻不安。

很多青少年朋友都喜欢听音乐,有的还喜欢一些摇滚乐,甚至在家里唱卡拉 OK,或练个架子鼓、拉个小提琴什么的。小民的家住在旧式的楼房里,在他家对面的楼里,就住着这样一个“摇滚青年”,而且他热衷打架子鼓。“我真是佩服他的毅力,一年 365 天没有一天间断,而且是准时准点,每到中午吃饭时就开始敲鼓,”小民无奈地抱怨道,“简直比我们家的





钟表都准时。就他那些鼓点,我都能敲出来了。”

青少年朋友喜欢听音乐、看电视,这都无可厚非,但是,把音量调得过大,整栋楼都能听到,搅得四邻都不得安生,这就是我们的不对了。

思想上重视

有很多青少年朋友说话办事常常会比较“酷”,和邻居见面也是摆出一幅“明星做派”,不理不睬。总是认为,大家都是“关起门来过日子”的,没有必要去和邻居打交道。可殊不知,不论在哪里生活,总是离不开邻里相处的。由于邻里靠近,而邻居相处一般时间较长,免不了你来我往,这就需要以礼相待,以礼相交,相互关照,相互谦让,和善相处,“老死不相往来”的局面也是我们都不愿意看到的。

互相尊重最重要

清早起来,邻里之间亲切地打招呼,是一天美好的开始。邻里间要相互尊重生活习惯,不要互相干扰。特别是有上夜班的人,或者有什么特殊情况时,就需要保持安静、相互照应。离家外出时可以和邻居招呼一声,请邻居帮忙照看一下,回来时可以买点儿纪念品作为礼物送上。

互帮互助搭把手

常常有些邻居喜欢借别人家的东西,借了不要紧,可一定要记得及时归还,如有损坏要主动说明,争取谅解;贵重的物品最好不要外借,以免弄坏之后让双方都为难;邻里有事要相互帮忙,尤其是那些有老人独自在家的邻居,我们可以帮他们做些力所能及的事情,像搬一些重物,送老人上医院等等。

邻里相处的基本要求是:在自己说话、办事乃至一举一动之前,首先要考虑到别人,最低限度也要做到不妨碍别人。邻里之间,只要“以和为贵”,相互谅解,互帮互助,就可以像亲人一样相处融洽。



017 新型社区摩擦矛盾知多少

当年在胡同里和小伙伴们追逐、嬉戏的我们,转眼间已变成懵懂的青少年。原来那狭长的小巷也随着时间的流逝,逐渐消失在我们身边。取而代之的是一座座高耸的大厦,我们的生活也随着这些耸立的高楼进入了一个新的时期——新型社区。

现在的社区建设的规模越来越大,社区里的楼房几十栋甚至上百栋,住户也有成千上万,配套设施差不多应有尽有。医院、商店、幼儿园、银行、饭店……俨然是一个浓缩版的小社会。居民们“足不出社区”就可以满足日常生活的基本需要。

生活在这庞大的社区里,自然不同于我们以往所生活的街道,所谓“林子大了什么鸟都有”,社区也是一样。各种年龄段、各种职业的人都生活在这一个社区里,难免会出现一些摩擦。出现矛盾并没有什么,关键是我们如何去化解这些矛盾,使之“化干戈为玉帛”,这里面就涉及到一些新的社区礼仪问题。青少年朋友血气方刚,遇到问题容易冲动,而我们又不能用从前的方式方法去解决,所以有必要对这些新的礼仪问题有个新的认识与了解。

宠物狗到处跑、粪便到处留

随着人们生活质量的提高,养狗成了许多人最大的爱好,外出溜狗也成了这些养犬人士每天必做的功课之一。对于那些天生怕狗的人来说,随



处可见的宠物狗常常令他们不知往哪躲,满地的狗粪更是让人“防不胜防”。

兰兰今年上高中三年级,功课非常紧,在学校上完课后还要再去补习数学,因此常常很晚才回家。社区里的宠物狗和它们的“便便”常令兰兰头痛不已。晚上社区里难免会有些地方灯光照不到,尽管兰兰总是提心吊胆、格外小心,可有时也会被突然蹦出的小狗吓得不轻,更让兰兰恼火的是,时常会踩到“地雷”。

虽然宠物主人从饲养宠物的过程中得到了许多乐趣,但是作为一名新型邻里关系中的成员,必须知道对公共权利和公共环境的尊重和维护是新型社区最基本的礼仪要求。所以热衷养狗的朋友在外出溜狗时必须自觉清除宠物的粪便,不能采取“散养”的方式,而要将自己的狗狗用狗链牵好,更不能因为大意而伤害了别人。

有数的车位 VS 无限增长的私家车

私家车主们在拥有了自己的“宝马良驹”后,就开始为每天上下班堵车、没有地方停车而大伤脑筋了。即便是在社区里,有规范的停车位,也常常会出现一些“鸠占鹊巢”的尴尬情况。

周扬家最近新买了一辆汽车,可是,新鲜劲还没有过去,周扬一家就被这辆车搅得头痛不已。原来周扬家为了安全起见,在小区为汽车购置了固定车位。“有了车位还不如没有,”周扬气愤地说,“我爸常常会碰到一些人,乱停汽车,占据了我们的车位,没办法,他只好把车停到了离家较远的地方。可这一客气不要紧,过了两天,那辆车又停在了我们家买来的车位上。我爸为这事是既恼火又为难,觉得大家都是邻居,为这事闹红脸也没必要,可不说出来,又觉得很憋屈,你说气人不气人。”

解决这个问题,首先要认识到建立一种沟通渠道对于不以直接联系



为特征的新型邻里关系非常重要。邻居家很可能不知道车位已经被周扬家买下的情况,因此最好的办法是先写一张纸条说明车位有主的事实,希望对方配合让出车位,以后不要再占,再把这张纸条夹在对方的雨刮器下。如果经过这样,对方仍不予理睬,则应该通过物业,对该车主进行劝说。当然如果对方车主与周扬家人正好碰上,则不妨直接说明。切记,无论如何,不能忘记使用礼仪用语,只要抱着友善态度来处理这件事,就会有好效果。

电梯间的尴尬

现在很多小区都有电梯,但在电梯里经常会遇到这样的问题:一些住户在上电梯之后,着急回家,根本不愿等后来的邻居;有的住户上电梯后,发现二十几层的按钮竟然都被一一按亮,虽然电梯层层都停,但电梯外却空无一人。那么我们应该怎样文明乘电梯呢?

在新型邻里关系中对公共权利、公共环境、公共设施、公共空间以及对他人时间的尊重是最起码的礼仪要求和规范。从长远来看,文明乘电梯将会惠及到每一个在小区中生活的人。

因此,小区的居民都应自觉维护乘梯规范,不乱按电梯键,共同维护公共财产。

每天发生在社区里的故事还有很多,相同的情景也在不断地上演,摩擦矛盾还将伴随我们每一天的生活。但是,只要我们能心平气和、礼貌地对待周围的人和事,我们的生活将会在矛盾中变得更加丰富,五味俱全不正是我们生活的本来面目吗?



【 学校篇 】

SCHOOL CHAPTER

对于青少年朋友来说,学校的重要性不言而喻。他们把人生中最美丽、最绚烂的时光都留在了菁菁校园中。这里有辛勤的老师、有最铁的“死党”;有永远也学不完的知识、也有充满欢声笑语的集体活动……毫无疑问,在学校里人与人之间的关系是最单纯、最美好的。然而,即使是学校里单纯朴素的人际关系,也同样需要我们细心呵护。青少年朋友如果能够很好地掌握这些学校礼仪,无疑可以帮助他们建立良好的同学、师生关系,为将来走上社会奠定坚实的基础。





018 问候老师——礼仪的体现

尊师重教自古以来就是中华民族的传统美德,“善之本在教,教之本在师”。教师是知识、伦理道德、价值观念的传授者,在社会上承担着“传道、授业、解惑”的责任,理应受到尊重。而向老师问好是尊师最基本的体现。

让我们来看看同学们见到老师以后都有什么表现吧!大多数同学都会主动向老师问好;也有一部分同学在看到老师迎面走来时,绕道而行,就像“老鼠见了猫”一般;还有同学一进校园就低着头溜边快走;更有甚者,有人在老师从他身边走过且主动叫到他的名字后,才不情愿地回一声“老师好”。同学们的表现真是千奇百怪,但是哪些是礼貌的举动,想必我们每个人心中都明镜一般,一清二楚。

包老师是一所高中的政教处老师,说到学生向老师打招呼的问题,包老师有很多话说:大多数学生能做到主动和老师打招呼;但很多学生只是和认识的老师打招呼,而遇到不教自己课的老师就不闻不问;还有的学生只挑自己喜欢的老师问好,不喜欢的老师就装作没看见。

“不是不想打招呼,只是有点儿怕老师。上周的物理考试我才考了 60 多分,我怕老师见了会问。”初二的小冬不好意思地说,“我觉得尊敬老师不一定要说出来,不向老师问好并不代表我不尊重老师。”另一个高一学生小允说:“有时向老师问好,老师好像没听见,要不就点点头,好像也没有什么反应,问不问好都一样嘛!”



学生要尊重老师,这种尊重首先体现在表面礼节上的尊重,见到老师要有礼貌,能够做到主动热情打招呼,通过在每次上课前主动把讲台擦干净、课间把黑板擦干净等这些小事也能让老师体会到学生的尊重。尊重还包括与老师讲话时,语气温和,语调平稳,说话时不要指手画脚。要保持端正的身体,双目注视老师,认真听,不可东张西望,不可将手插在口袋里,或两条腿一颤一抖地晃动。这些看似简单的行为,体现了学生尊重老师的意识。如果青少年现在不能学会尊重他人,将来就不能融入社会,更得不到相应的尊重和认可。

尊师不仅体现在对老师有礼貌、帮老师拿东西等方面,还体现在对老师辛勤劳动的理解,并用优异的成绩来报答老师的辛勤工作。所以,不要小瞧一声亲切的问候,它可以化解老师一天的疲惫。

学生在校内与老师相遇时,应主动向老师行礼问好。学生进老师的办公室或宿舍,应先敲门,经老师允许后方可进入。在老师的工作、生活场所,不能随便翻动老师的物品。学生对老师的相貌和衣着不应指指点点,要尊重老师的习惯和人格。

与老师交往时行为举止要恭敬,见到老师要鞠躬敬礼,同行时要让老师先行。此外,敬师尊长的良好传统还体现在许多文明礼貌的称呼上,如把师长称为恩师、严师、良师等,把老师的话称做是教导、教诲、训诫、赐教等。

在古代,老师是最受人尊重的人之一,就连统治天下的君王也十分尊重自己的老师。古人都能做到这样,我们作为一个拥有良好教养的人怎能不尊重传道授业解惑的老师呢?



019 向老师提意见要讲分寸

每一个人的成长都离不开老师。在学习知识的过程中,我们都难免会因为这样那样的原因挑战权威、质疑老师。有人说,不会提出个人见解的学生多半不是好学生,可是老师毕竟是长者,即便他们在某一个环节上犯错误,作为学生也要尊重他们。作为学生,应选择合适的时机以恰当的方式向老师提出。

老师几乎每天都要对学生的行为作出评价,帮助他们发扬优点,克服缺点,引导他们提高认识。作为学生,我们应当尊重老师。当然,对老师毕恭毕敬唯唯诺诺未必就是尊师,向老师直抒己见、表达不同的观点未必就是不尊师。关键是怎样给老师提意见。其实,我们大多数的老师都可以接受学生给自己提意见。赵老师是学校新来的化学老师,他的一番话也许能代表许多老师的心声:“学生应该允许老师犯错误,老师不是完美的,如果他有观点不正确或是误解了某个同学时,学生用正确、恰当的方式给老师提出来有助于老师的自我反省。”赵老师说,“但是,作为学生也应该在老师偶尔犯错的时候保持一份理解和宽容。向老师提意见语气要委婉,时机要适当。如果老师冤枉了你,当面和老师顶起来不但无助于问题的解决,还会由于时机不对而有可能激化矛盾。不管怎么说,老师是长者,学生应该照顾老师的自尊心和面子。”

对于很多在班级内发生的问题,如果老师不能了解实情,那么就难以



找到正确的解决矛盾的途径和方法。因此如果有意见,应该坦诚地告诉老师。此外,在提意见时,不要固执己见,要谦虚谨慎;不要强加于人,要客观表

达自己的态度,同时给别人以保留不同观点的权利。不要用“我的意见是绝对没错的”类似的语气来跟老师讨论问题。

所以学生向老师提意见,要注意语气和方式。否则,不但不利于问题的解决,而且还容易引起误解和反感。即使是很普通的朋友和同龄人,在给对方提意见的时候,也要考虑到是否会伤害到对方的自尊心。如果有意见要提,一定要注意用礼貌、商量、交换意见的口气进行。

不论在学习、工作,还是日常交往中,我们与人谈话都要注意选择合适的时机和场合。自然,给老师提意见和建议也是如此。如果在听讲时发现老师讲话有误或有不当之处,也最好不要马上发表意见,一是避免打断老师的思路,干扰教学进度,或者分散其他同学的注意力;二是不要当众太让老师难堪,这也是处世为人中一个基本的原则。



020 学会和老师交朋友

学校是青少年朋友主要的生活学习场所,虽然这里与社会相比,更加纯净、简单,但是从某种程度上说,学校也是社会的一个缩小版,麻雀虽小,五脏俱全。我们在这里学习的同时,也不可避免地要和同学、老师相处,每一个环节都不容忽视。与人相处是一门艺术,而学生与老师的相处在现阶段就显得尤为重要。

青少年朋友可能都有这样的体会:与哪个老师相处融洽,就会爱屋及乌地喜欢这门课,成绩自然会全线上升;相反,与某个老师相处得十分糟糕,也会相应地殃及这门课,所谓的“亲其师而信其道”就是这个道理。

还有一类同学被人们称为“灰色学生”,他们既不是深受老师喜爱、同学推崇的佼佼者,也不属于到处惹是生非、老师眼中的“刺儿头”,他们安静、谨慎、腼腆、本分,而正是这些原因,使他们总显得默默无闻、可有可无。小丽就是这样一个学生,听话、善良,可同时她也常常被老师同学忽略,身在学校,却游离于学校生活的边缘,总是孤孤单单的一个人。

由此可见,学会和老师交朋友,对于每一个在校的青少年朋友都十分重要,那么怎样才能和老师交上朋友,相处和谐呢?

相互尊重是彼此友好相处的前提

我们常常能听到一些同学在私下里这样谈论老师:“小李今天上课穿的衣服还不错,一看就是名牌”,“老刘刚才又把板书写错了”。没错,这里



的“小李,老刘”就是这些同学的老师,而给老师起外号似乎成了一种风气,有的老师的外号甚至不止一两个。尊重老师,首先要尊重老师的人格,而这恰恰也是最重要的。你有权不喜欢某个老师,但你不可以不尊重老师的人格和劳动,只有尊重他人的人才能获得他人的尊重。

坦诚相待,以心换心

人与人的交往,贵在能将心比心,与老师相处也是同样的道理。在处理学生和老师的关系中,“坦诚”就显得尤为重要,它可以将矛盾和误会及时地化解,打开心灵的大门。俗话说“人无完人”,老师也不是完美的人,也可能犯错误,有时他的观点也可能不正确,又或是误解了某个同学。这时,我们就要向老师委婉地提出意见,真诚地提出你的想法,和老师交换看法,相信没有哪个老师会拒绝承认自己的过失,同时,老师对你的印象也会加深,使师生关系更加和谐融洽。

小强在数学课上收到邻座同学传来的纸条,小强轻声劝告:“上课不要传纸条。”这一幕恰恰被数学老师看到,老师马上批评了小强上课不该传纸条说话。小强感到十分委屈,有口难言,他又联想到他好几次和数学老师打招呼,老师都没有理他,由此小强认定数学老师对他有成见,决定以后再也不主动和老师打招呼了。从此每逢遇到数学课,小强就从心底抵触,和老师的关系也愈来愈僵,数学成绩也江河日下、一落千丈。其实,解决这种问题的最好方法就是,找个时机和老师诚恳地谈一次,把自己心里的想法告诉老师,取得老师的理解,从而也化解和老师的矛盾与误解。

克服多种沟通的心理障碍,和老师“打成一片”

封闭型心理:把自己装在“套子”里,从不轻易表露心迹,使老师无法掌握真实情况;

自卑心理:对老师盲目崇拜,把老师的话当成“圣旨”,即使老师的方



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

法有不妥之处也不敢提出,和老师相处总感觉自己“矮了半截”;

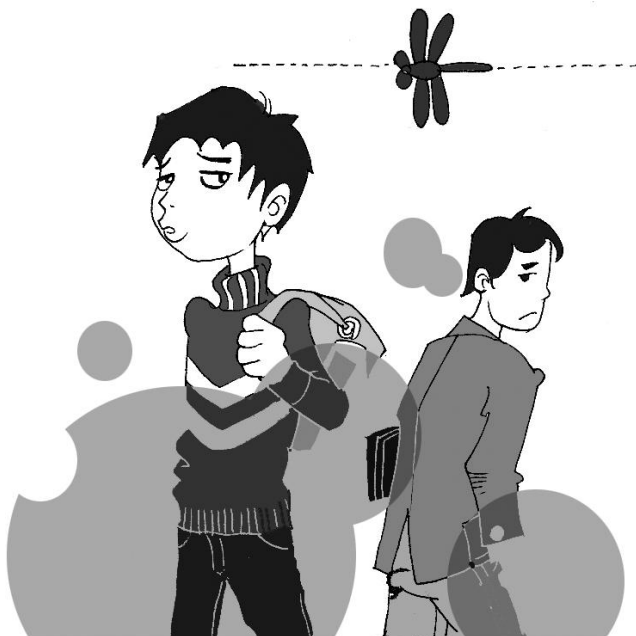
羞怯心理:这类型的同学十分惧怕和老师打交道,遇到难题也不愿请教老师,老师很难与之接触,思想上难以沟通;

自满心理:对老师不屑一顾,认为老师水平低,老师台上讲,他在台下说,拿老师的缺点当笑料,不尊重老师的劳动;

逆反心理:老师说东,我偏要向西,对老师的话充耳不闻,事事和老师对着干,久而久之,老师的耐心也会逐渐地消磨掉,师生沟通成了大难题;

等待心理:从家里众星捧月的“皇帝公主”,变成学校里普普通通的学生,许多同学还在等着老师围着自己转,或者认为毕业以后就不会和老师再联系,因此没有必要和老师打交道,对老师敬而远之。

以上种种心理都是和老师沟通的障碍,只要我们抱着正确的态度,相互理解,真诚交流,就能和老师真正“打成一片”,和老师成为朋友。





021 感谢老师不一定要送礼

尊师重教是优良传统，但老师和学生的感情是不能用金钱和礼物来衡量的，每位学生都应真心感谢曾经教过自己的老师，珍惜真挚的师生情。其实，一份优异的成绩单、一声深情的祝福、一首诗、一幅画就是对老师最好的祝福。

教师节是我们感谢老师的一个最好的机会，但是不一定只有礼品才能表达我们的谢意，让我们来看看下面这些学生是怎么做的吧！

操场上，正在上体育课的同学们，用整齐洪亮的声音喊道：“祝老师节日快乐！”尽管这份礼物不算贵重，但从年轻的体育老师激动的表情上可以看出这份礼物其实很合老师心意；教室里，每个讲桌上都摆放着鲜花，有的教室黑板上还写着给老师的祝福，老师们看到这些温馨的布置时都会先惊讶，紧接着就是满面的笑容。

面对形形色色的礼品，教了 20 年英语的章老师说，她今年收到了一张学生为她画的漫画肖像，画像中惟妙惟肖的神态让她一想起就会忍俊不禁，而且这是学生亲手制作的，所以章老师动情地说：“比起那些贵重的礼品，我更喜欢学生亲手做的小制作，一张贺卡、一幅图画、一张剪纸……这些孩子们亲手做的小礼物我都乐于接受，而且会珍藏起来。学生发自内心的对老师的尊重与感谢才是我们最想得到的礼物。”

又快到教师节了，已上初中的君奕正和几个好友讨论送什么礼物给



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST



老师，“不知道‘慈禧太后’喜欢什么东西？”“是啊！听说‘慈禧’喜欢花，要不就送鲜花吧！”君奕她们口中的“慈禧太后”正是她们的班主任刘老师，因为刘老师向来以严厉著称，因此被班上的同学称为“慈禧”。

其实，给老师送什么礼物并不是最重要的，关键还是要同学们从心底尊敬自己的老师，不要像君奕她们那样，虽然是在讨论给老师送什么教师节礼物的问题，却张口闭口地“慈禧太后”，如果我们抱着这样的心态为老师庆祝节日，即便是送上再贵重的礼物也是毫无意义的。

尊师重教是我国的传统美德，但随着时代的变迁，少数人开始用纯粹的利益来衡量各种东西，过去师生间那种亦师亦友的美好关系也在这种衡量下变了味。青少年朋友不要用礼物的贵重与否来衡量与老师的关系，发自内心的尊重，真诚地道一声“老师，您辛苦了！”就是老师最好的礼物。



022 “唯我独尊”行不通

青少年朋友在学校里常常会遇见这样一类人，他们走在校园里总是“昂首挺胸”，从不主动和老师同学打招呼；他们特立独行，从不听取别人的建议；他们自我感觉良好，自认为是天之骄子，所以傲视群雄……他们就是我们所说的“唯我独尊”、从不把他人放在眼里的人。

换句话说，他们的这种心理其实是一种以自我为中心的心理障碍，问题在于自我意识过浓，为人处世总是以自己的需要和兴趣为中心，只关心自己的利益得失，盲目地坚持自己的意见，顽固不化。

在初二(3)班 56 个同学中，小志学习成绩算得上名列前茅，尤其是数学成绩颇为突出，获过很多奖项，可就是这样一个“数学天才”，身边却没有一个亲密的朋友，总是形单影只，独来独往。小志出身于一个高干家庭，家境良好，父母也十分宠爱这个儿子，小志想要的东西总是会得到，从小就没有人会违背他的意愿，久而久之，小志的性格也变得孤傲，不可一世。在学校里，小志从来不和同学主动打招呼，集体活动也很少参加，大扫除时更是见不到他的影子，对请教他问题的同学也是能躲则躲。时间一长，同学们也不愿和他打交道，小志从此被排斥在外，和同学“水火不容”了。

以自我为中心的人很少去关心他人，不顾及他人的感受，当他有求于人的时候总是“临时抱佛脚”，一旦不求人时，则对人没有丝毫的热情。人际交往要遵循人际互动的原则，讲求“人人为我，我为人人”，“唯我独尊”



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

的人必然会被人冷落,到那时就只能“顾影自怜”了。

“地球村”的概念一经提出,便得到了广泛的认可,这意味着我们的社会已经变得越来越密不可分,单凭一个人的力量不可能做成大事,只有很好地融入社会,才能取得成功。

相信没有人愿意成为人际交往世界里的“弃儿”,想改变“唯我独尊”

的状态,关键在于改变对自身的认识:

首先,我们必须正视客观现实,学会礼尚往来,出现矛盾时可以作些适当地让步,不能只顾自己而忽视他人。

其次,要从“以自我为中心”的圈子里跳出来,设身处地地为他人着想,学会理解、尊重、关心他



人,只有这样才能获得回报,从而实现自己的人生价值。

第三,要加强自我修养,充分地认识自我为中心的危害,学会控制自己的言行。

让我们跳出“唯我独尊”的圈子,融入温暖的社会大家庭,希望像小志这样的青少年朋友能够早日与同学、朋友“打成一片”,享受生活的美好与乐趣。



023 异性相处有尺度

俗话说：“男女搭配，干活不累。”这句话在学校生活中也有所体现。没有女生参加的劳动，男生干活会松松垮垮，尽磨洋工；而有了女生的介入，男生就会变得异常有活力，踏实肯干；反之，在没有男生的“女儿国”里，女生们就会叽叽喳喳，失态地大笑；而一旦出现了男生，女生们就会变得格外温柔而娴静，就连笑声都甜润了许多。这就是神奇的异性效应。

异性交往是人类生活中不可缺少的组成部分，异性交往对男生和女生来说都是个体成长过程中的必经阶段。青少年朋友萌发的异性吸引是一个正常的自然现象，是我们感情生活中异常珍贵而美丽的果实。男生女生在学校正常交往，在学习上互相帮助，在生活上互相照顾，这对于男生和女生的心理健康发展都是有益的。

真挚而纯洁的友谊可以为我们紧张的学习生活倍添色彩，可是如果处理不当，就会给我们的学习和生活带来烦恼。

嘉瑞最近就发生了一件烦心事。原来前天放学突然下了大雨，嘉瑞没有带雨伞，这时同班的张扬撑着伞向她走来，说：“咱们一路，一起走吧！你也没带雨伞。”嘉瑞看着天色越来越暗，雨也没有要停的样子，于是就和张扬一起走了。可是令她没有想到的是，第二天上学，同学们都用异样的眼光看着她，还不停地窃窃私语……嘉瑞真的觉得很冤枉，她不明白为什么同学们会有这样的非议。



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

其实,在学校里,一旦涉及到敏感的男女问题,同学们无不小心翼翼。对于这些还在学校上学的青少年来说,异性友谊是一种敏感的、潜在的而又美妙的情感体验。但是由于同学们缺乏社会经验,年纪也小,使得不少同学对异性交往和友谊抱着一种怀疑的态度,有的甚至是持否定态度。有些同学一看到男女生单独在一起就认为是不正常,于是流言飞语就传遍了全班。其实正常的异性交往有助于男生女生取长补短。当然青少年朋友也要注意以下几个问题:

交往的心态提倡自然。男女同学在接触的过程中,言语、表情、行为、情感自然就好,既不要过分夸张,也不要闪烁其词、扭扭捏捏。自然原则最好的体现是:像对待同性同学那样对待异性同学,不要因为异性因素而变得不舒服或不自然。

交往的程度,宜疏不宜密,要留有余地。男女生之间的交流是正常现象,但也不能一门心思地钻在里面。所言所行要留有余地,不能毫无顾忌。比如谈话中涉及的一些情感问题可以回避,交往中的身体接触也要有分寸。如果在交往中发现苗头不对,一定要及时地调整好心态,让同学间的友谊保持良好的势头。

交往的时间,宜短不宜长。青少年中的异性同学如果一直形影不离,长此下去,从相聚到相恋就难以避免了。在交往的过程中,要尽可能扩大接触的范围,从而可以结交更多不同个性的同学,这会使人受益多多。

交往的内容要健康。健康的交往有助于男女生各自发挥自己的长处,提高交往能力,使身心健康发展。反之,如果只追求某种刺激,满足一些不健康的欲望,不仅会影响学业,而且会妨碍我们的身心健康发展。

青少年朋友在异性交往时要摆正心态,让友情自然而然地延续下去,为我们的学生时代留下美好的纪念。



024 做同学中的“人气王”

“人气王”是近些年来在娱乐圈十分流行的一个词汇,随着电视台各档选秀节目的热播,“人气王”在我们身边出现的频率也越来越高。这些“人气王”常常有超高的人气,众多的支持,可以说是“集三千宠爱于一身”。这样的人不仅在娱乐圈里存在,即便是在学校里也有很多,虽然没有给这些人冠以“人气王”的称号,但他们在学校里永远是那么光彩夺目,拥有众多的“粉丝”。

那么,究竟怎样才能与同学处好关系呢?怎样才能做同学中的“人气王”呢?青少年朋友要注意以下几点:

关心别人

希望得到别人的关心是人的基本需要。但是我们总能发现每个班里总有几个独来独往的身影,他们大多数时候总是像独行侠一样,没有朋友,没人关心,他们又常像“透明人”一样,对于大多数同学来说是可有可无的。造成这样的局面有很多原因,其中一个可能就是这些“透明人”不主动和同学交往,也不愿主动关心同学。

你有希望得到别人关心的需要,别人也有同样的需要。你愈关心别人,你在他生活中的重要性也就愈大,自然地他也会转而关心你。一旦彼此间能互相关心,同学关系也就自然亲密了。但是,关心别人要无私。有些人表面上很热情,实际上却是“拔一毛利天下而不为”,他关心别人,目的



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

是希图“放长线钓大鱼”，从别人那里捞到更大的好处。这样的人，可以博得别人一时的好感，但很少有人能与之“患难与共”，当然最终也不可能有良好的同学关系。

接纳别人

所谓接纳别人即要从心底把别人当做自己的朋友。这包括要一分为二地看待别人。古语说：“金无足赤，人无完人。”不要因为某人有这个缺点，某人有那种毛病，就轻易地嫌弃他、远离他。“水至清则无鱼，人至察则无徒”的说法是有道理的。接纳别人当然不等于接纳他的缺点和毛病，而是接纳此人，并诚心地帮助他克服缺点和毛病。一旦别人感受到你的真诚





接纳,自然就会心悦诚服地和你处好关系。

改变自己

同学关系紧张的人大多在性格和习惯方面有些毛病。例如,清高、傲气往往使人敬而远之;狭隘、自私往往受人厌弃;吝啬、刻薄往往受人鄙视;花言巧语、爱耍手腕最终会被人唾弃等等。另外,有的人还有不少影响他人的坏习惯,或经常有令人讨厌的举动,这都会影响到同学关系。所以,刻意改变自己的不良性格和习惯,自然会为你个人形象加分不少。每个人都有其独特的个性,鲜明良好的个性往往也是受人喜爱的重要原因。

小路今年初三,关心同学,性格很好,也有自己的朋友圈、同学圈。可是无论在哪个圈子里,小路好像总是最不受关注的一个,虽然身在朋友同学圈里,可又游离于圈子的边缘。这种境遇也让小路十分尴尬。

为什么会这样呢?原来小路是一个“没什么主意”的人,别人说什么他都没有意见,也从来不会主动提出自己的看法,总是“随大流”。

实际上我们在与同学相处时,固然需要迁就别人的需要,但那也是有限度的。因为随和迁就不是放弃一切原则。真正那样做的人,根本就不会得到同学的信任和尊敬。但是,当你拒绝同学的一些有违于自己的原则和立场的请求时,有一点值得你注意,不可过分强调自己的道德和行为标准,标榜自己的高尚品质,从而使对方感到难堪,甚至觉得你是在间接地责备他。你只须说明你不能满足他的愿望的原因。对方若是明理之人,应当不会责怪你;如果你这样做仍不为对方所谅解,也就只好随他了。“岂能尽如人意,但求无愧我心。”这句话有时是要记在心里的。当然,最好的办法是在平日的接人待物中,能将自己的处世原则和态度明白地表现出来,让同学知道你是怎样的一个人。这样,别人知道了你的作风,就不会过分勉强你去做你不愿做的事情了。



025 “死党”也有秘密

每个人都有属于自己的小天地,在这里有只属于我们自己的秘密,这是一块神圣的地方,不容他人侵犯,即使是最亲近的父母和“死党”。

现代社会对个人生活隐私的保护日益重视。同学之间更要注意相互尊重,一些属于个人的隐私问题不要打听,也不要以为相互之间是无话不谈的“死党”,就必须没有秘密。

我们周围总有一些同学喜欢打听别人的事情,殊不知有些同学由于特殊原因,对于自己家庭情况、身体状况等个人信息是讳莫如深的。所以,青少年朋友应该注意同学间相处的一个最基本的礼仪,就是不要相互打听、传播他人的隐私,以免给他人带来不快,给自己带来麻烦。

同学们都知道,在学校每年要进行一次体检,这是对学校、对家长、对我们身体的负责,可以及时检查出身体上存在的问题,应该说是百利而无一害的事情,可是,总有些同学不愿参加体检,一听到要做体检就害怕、犯难。原来,体检中有些项目要求我们脱去一些衣服,虽然都是同性又是同学,可是大家还是难免会觉得尴尬,感觉自己的隐私都暴露在他人面前,尤其是对于那些身体上有些缺陷的同学,这体检就像是一道难以逾越的关卡,真是有说不出的痛苦。为此,不少体检部门为了进一步保护学生的隐私,出台了相关方案。有些学校为学生提供了个别检查、单间检查、预约检查的服务。一位高三学生觉得这样的新规定非常人性化,“比起三年前



的初中毕业体检,感觉轻松多了”。

一个小小的体检尚且如此,可见隐私对于我们每一个人的重要性。

隐私的概念是什么,范畴又是什么?正因为许多青少年朋友对这些概念并不十分明确,才会出现这么多“包打听”、“小喇叭”。

初中生王海对此深有体会:“我不十分清楚隐私都包括什么,但有时我不太愿意把家里的电话告诉别人,一些同学就觉得我小气,其实这应该是个人的自由。”

还在读高三的聂斌也有很多话说:“一次我得了重病,在家休息了好长时间。回到学校后,很多同学都追问我到底得了什么病,让我觉得心里不太舒服。毕竟有些问题是难言之隐,我真的不想让更多的人知道。”

实际上,王海和聂斌遇到的情况是一个见仁见智的问题,有些同学可能觉得同学之间相互留下电话没有什么不妥;同学询问病情也是出于关心,并无他意。可是,毕竟人与人是不同的,想法也会有所差异,我们不能把自己的意志强加在他人身上,要相互尊重,我们有询问的权利,对方也有拒绝回答的权利。可是,这样的情况如果多次发生是有损同学间的感情的。在校园中,同学之间的相处是非常密切的,涉及隐私的地方不可避免。目前还没有一条成文的规定来限定隐私的范畴,该用何种具体的文明方式尊重他人的隐私,这个礼仪问题需要我们自己去体会、去学习、去建立,其实只要我们在说话、行动之前多考虑一下他人的感受,尊重他人,就会避免这种尴尬情况的发生。

打探隐私固然是不可取的,一些同学因为年龄和阅历的关系喜欢问长问短,虽然没有恶意,但在无意中可能涉及到他人的隐私,从而招致反感。也有同学把自己了解到的有关其他人的重要信息随意传播,给他人带来不必要的麻烦。因此,学会适当收起对他人的“好奇心”,约束自己的言



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

行,才能加深同学间的友谊。

下面这些基本的礼仪是青少年朋友应该掌握的,对同学朋友间的相处也大有帮助:

同学间应该彼此尊重,即使关系亲密,也不应随意打探对方的家庭情况;同学的物品不随意使用,别人托付的物品应妥善保管;同学的手机、电脑存有重要的个人信息,未经允许不得使用;在使用中不随便查看其他内容,用后及时归还主人;同学生病应该给予适当问候,不要打探对方的具体病情、病因……

现代版的《三字经》中已有关于“隐私”的一些内容,当你又犯了打听别人隐私的毛病时,就让《三字经·隐私》给你提个醒:

校园内,讲人际,同学熟,重实约。小消息,背后议,招人嫌,众口弃。人与人,需沟通,若忽视,朋友失……





026 和新同学打交道的艺术

从记忆中遥远的幼儿园时代,到疯玩疯闹的小学,到一下子变得害羞腼腆的中学,到“一寸光阴一寸金”的高中,再到梦想中的“象牙塔”,我们从小到大要转换很多学习环境,要不止一次地接触新同学。其中有些人,总会很快地融入新环境,和新同学打成一片;也总会有一部分人和新环境显得格格不入,和同学熟悉也需要很长的时间。是否能在最短的时间里适应新环境,和新同学熟悉,不仅关系到我们今后的学习和生活,也关系到青少年日后能否快速地适应工作,搞好与新同事的关系。

刚刚进入大学的同学们,对这个陌生的环境总是充满了好奇,生活学习的环境一下子来了个 180 度的转变。所谓“有人欢喜有人忧”,有的同学很快喜欢上了这个崭新的天地,而有的同学却常常因为环境的突变,变得无所适从。

让我们来学习一些与新同学打交道的礼节,这对那些“郁郁寡欢”的同学会有所帮助。

姚瑶今年如愿考入了理想的大学,常年的紧张学习和父母无微不至的照顾,使本来就内向腼腆的姚瑶,到了新环境后就更加无所适从。从之前的独享卧室到住满六个人的宿舍,拥挤的环境,一个个性格各异的新同学,这些在姚瑶看来都是那么难以接受。

姚瑶自小爱干净,东西总是收拾得井井有条,可是住在她上铺的小娟

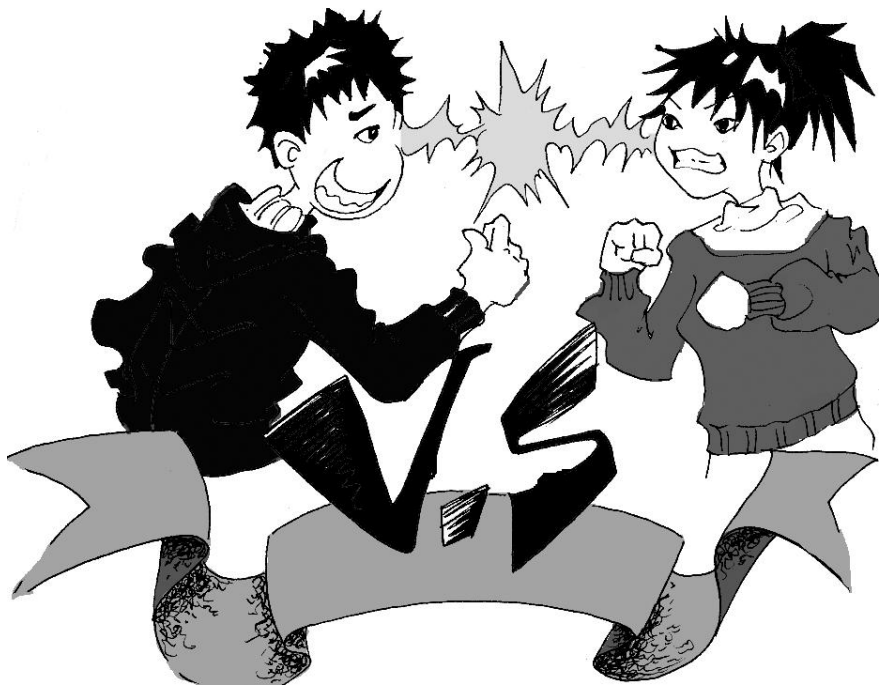


性格却是马马虎虎,不怎么爱干净,总是随手乱丢东西,这简直让姚瑶难以忍受。终于有一天,“战争”爆发了,姚瑶唠叨小娟不爱干净,小娟则辩驳道:“我喜欢,不用你管,别的同学都没说什么,为什么你总是看我不顺眼?”激烈的争吵使二人一个多月形同陌路,谁也不理谁。姚瑶不明白,这到底是谁的错,是小娟做得过分,还是自己太斤斤计较了?类似这样的问题还有很多,姚瑶终日被这些小事搅得心神不宁,苦恼不已。

其实,人和人成长环境不同,所受教育不同,自然会形成不同的人生观、价值观,当走到一起时,在同一个寝室生活,在同一个教室读书上自习,日久天长,难免会在思想上、行动上产生分歧。比如,有人爱整洁,也有人邋邋遢遢;有人安静,也有人好说好闹;有人赶时髦,追潮流,讲流行;也有人好复古,好诗词曲赋,整日吟诗诵词……面对这些形形色色的同学,你如何自处?身为潮流先锋的你怎么教训邻床那个又酸又臭的“老夫子”?爱清洁到一天擦数次桌子的你如何收拾上铺那个仨月不洗澡不换衣服的邋遢鬼?自尊好面子的你是不是要对那几个嘴尖舌快的刻薄家伙操刀相向了?

其实,凡事都有两面,我们的问题是只看到了事物坏的一面。那个不爱干净的上铺同学,虽然邋邋遢遢,却有一副热心肠,胸怀大度,从不计较得失;那个成天“陈词滥调”的老夫子,学识渊博,无形中增长了我们的“古文知识”;而新潮时髦的同学是不是也在无形中把我们变得美丽时尚,异性缘极好……这样一来,那些在我们看来一无是处的同学,原来还有那么一点儿可爱,也不是讨厌到难以接受。

所以在进入一个新环境后,要积极地调整心态,全面地看待你周围的新同学、新事物,凡事要抱着积极正面的心态去面对,要学会宽容,容忍那些在你看来有瑕疵的同学和事物。相信如果姚瑶能转变自己的认识,变得



宽容一点,与新同学相处也会变得融洽。

人的胸怀,不仅仅表现在宽容上,还表现在不妒忌比自己优秀的人、愿意看到别人比自己强、肯虚心向别人学习上。当优秀的人没看出你的优秀而不愿与你接近时,你要谦虚地向他们学习,让他们接纳你。在我们周围,有无数优秀的同学和老师,他们身上有无数我们没有的品质,为什么不主动接近他们,谦虚地向他们学习呢?向优秀的人学习不丢人,不丢面子,只有那些自以为是,骄矜自傲的人才是众人的笑柄。不过,说起来容易做起来难,很多人都难以接受比自己强的人,更别说向别人学习了。这个时候,我们应该向自己的弱点挑战,让自己认同那些强于自己的人。当我们真心想和对方交朋友的时候,不妨适当“低下自己高贵的头颅”,拿出你的诚意,相信会“精诚所至,金石为开”“守得云开见月明”的。



027 敞开心扉 消除同学间隔阂

谁是中学生最亲近的人?一项中学生文化研究报告显示,同学是初中生最亲近的人,其他依次是同学外的朋友(如邻居家的孩子、笔友、网友等)、妈妈、爸爸、妹妹、邻居、其他人。与朋友聊天是 36.7%的人获得外界信息的最重要途径之一,仅次于电视(85.1%)和报纸(53.3%),高于杂志(32.4%)和电台(21.3%)。由此可见,同学在初中生生活中的重要地位。一旦同学间出现了矛盾与隔阂,就会影响青少年朋友的学习与生活,是一件“大事”。

中国有句古话:“虽有兄弟,不如友生。”结交朋友,是人生的一大乐事。青少年朋友热情,愿意为朋友付出一腔真情,但问题、矛盾与隔阂好像总会缠着其中的一部分人。

徐江初中二年级,用他自己的话来说,每天小心翼翼地处世,可还是不能和每一位同学都建立起融洽的关系,尤其是和王宁、李新他们几人的关系相当紧张。徐江在学习中遇到困难也不愿意去问他们,课外活动也不愿意和他们一起进行。表面上看去平平静静,实际上却是气氛僵硬。这种严冬般的同学关系令他十分苦恼。

所谓隔阂,是指人与人之间彼此情谊不通,思想有距离。它是妨碍人们成功处世、交际的无形障碍,也是我们生活中的一大烦恼。当然我们并不能要求所有的人都与我们有共同的志向、相同的爱好,但即便如此,彼



此之间的相处也应该是舒服的,而非别扭。在同学间相处时,如果不能及时地消除隔阂,对青少年的成长将十分不利,这不仅影响青少年朋友正常的社会交往,影响学习生活,同时也会破坏班级体和谐的气氛。

如何消除隔阂,青少年朋友应当从以下几个方面入手:

深刻地反省自己,查找自身原因;开诚布公地向对方正面询问;如果有些话不便当面启齿,可以请第三者帮助询问。

如果错在对方,是对方的问题,我们也不要耿耿于怀,要善于谅解和宽容他人,慷慨大方地捐弃前嫌。如果因为一点儿小事就得理不饶人,势必会让别人退避三舍,不愿与你交往。相反,如果胸怀豁达开朗,善于体谅别人的过失,反而会令对方感到愧疚,双方也会因此冰释前嫌。

在消除隔阂的过程中,决不能虚情假意,两面三刀,必须以真诚的情感、坦诚的态度去化解双方的矛盾。当然,我们也要讲求一定的策略,在谈话的过程中,语调要平和,语气要含蓄,要注意选择好话题,谦虚温和,不能盛气凌人,语言莽撞。也不能一味地找证据来证明自己是正确的,越是这样,对方的抵触情绪就越强烈,会造成反效果,雪上加霜。

要消除相互之间的隔阂,必须克服自身的封闭心理,有的同学总喜欢把自己裹得严严实实,总是掩饰自己的真情实感,把该说的话闷在肚子里,让人看不透。这样的人最容易和别人造成隔阂,相应地消除隔阂也十分困难。消除隔阂是双方的事情,只是了解对方还不够,更重要的是敞开心扉,适时地“表现自己”,适当地“暴露自己”,让别人看到一个真实的你,这样才会显示出你真诚的态度,打动对方,从而化解隔阂。

当然,我们在人际交往时也要留有余地,适当地保持距离,因为我们每一个人都是一个相对独立的个体,心灵上都需要一点儿自己的空间。靠得过近,反而会让人觉得无法喘息,不利于人际交往。



028 借用同学东西要打招呼

青少年朋友具有良好的交往礼仪不仅有利于交往的顺畅，还有利于体现自身的文化修养。日常生活中，我们常常要借用他人的物品，但一定要征得主人允许，这是青少年朋友学习如何待人接物的重要环节，是发展青少年社会技能的重要任务。

《中学生日常行为规范》中规定：未经允许不进入他人房间、不动用他人物品、不看他人信件和日记。类似的条款在很多学校的规章制度中都较为常见，但一些学生对此并不重视，有时甚至认为朋友之间可以不分彼此。

蔡俊今年刚升入初中，他对自己的手机频频被借就很是烦恼：“现在学生中手机的普及率挺高的，我的新手机买了不到两天就被同学拿走了，虽然他把他的手机留给我，说是换两天用用就还，但从心里我并不愿意。”如果说中学生对这样的基本礼仪还不了解的话，那大学生总该懂了吧？可大学中也同样存在着不打招呼就使用他人物品的问题。肖佳今年考入了理想的大学，她对于自己的新电脑被同学随便使用也是有苦难言：“我刚买了台电脑，有时候就成了公用的，室友们有时不征求我同意就随手把机器打开，走时又不关机，这种行为令我非常反感。我觉得使用这样贵重的物品应该事先征得主人的同意，更何况电脑中有很多重要的资料和一些私秘的文件，同学间应该彼此尊重，不能随意使用他人物品。”

使用他人物品要事先征求主人的意见，经过允许后才能够顺理成章



地使用,否则不仅丢失了基本的礼貌,也会损害彼此之间的关系。清代的《弟子规》明确地告诉世人“倘不问,即为偷”。虽然今天我们不能一概而论,但不打招呼就随意使用他人物品却是非常不礼貌的行为。

同学之间的友谊需要互相包容、细心经营。使用同学的物品,应该礼貌对待,征求了主人的意见,会让对方有受到尊重的感觉;相反,莽撞行事,不仅导致误会产生,也会令彼此的关系变得淡漠。因此,同学间应该提倡尊重他人,养成良好的交往习惯。注重文明礼仪的培养,是保障彼此关系和谐健康发展的基础。

同学间使用他人贵重物品,如手机、电脑等,要格外爱护。借用物品要提前约定时间,定期归还。另外,在学校里我们还应该爱护设施,对公共财产有责任保护。在未经允许的情况下,不可使用校内设施,以免造成损坏。



029 同学之间莫攀比斗富

改革开放后,人们对财富的理解逐渐发生了变化,对金钱和奢华的过分追求成为一部分人的生活目标。奢华风同样不可避免地刮进了校园,一些学生受社会风气的影响,和同学之间互相攀比:印名片买手机,甚至个别富家子弟出门“宝马”手提 LV,戴着钻戒进课堂,实与中学生以学习为主的身份不相符。

近来,一些学生当中也开始流行互赠名片。虽然不可一概而论,但多少反映了部分学生追求时尚的心理,不可避免地增加了家长的经济负担。有些同学还将父母的官职、家庭收入都印在了名片上,这种行为则是炫耀家庭的不良行为,也引起众多老师及家长的关注。

青少年朋友互赠名片,从根本上来说弊大于利。因为某些学生名片上显示的荣誉、财富都是属于父母的,不应该是学生拿来炫耀的资本。但这样简单的道理,学生还是不能理解。长此以往,会助长同学之间比父母、比家庭财富的不良风气,不但影响学习,还会影响同学团结和心理健康。另外,这些名片一旦落入不法分子的手中,很可能会严重威胁到自己以及家人的人身、财产安全。除非有特殊的活动,比如联谊会什么的,大部分时间里中小学生的活动范围都很小,所接触的人也只是熟悉的同学、老师而已,如果大家要加强联系,只要一本通讯录就足以解决问题,何必去印制名片?正在上初中的夏雨表示:“在学校里炫耀的风气经常有,不仅仅是发



名片,比如一些家庭好的同学买了新手机都要跟大家公布一下,生怕别人不知道。我觉得这种行为根本没必要,因为这不是自己的劳动所得,没什么可值得炫耀的。”

同学之间朝夕相处,暗中比较是难以避免的。我们应该从小树立正确的人生观,每个人先天的条件不是自己能力所创造的,不应该拿来攀比。比如自己的家庭条件好,总是把一些贵重的物品拿来向同学炫耀,类似的比较实际上是父母劳动结果的对比,跟自己的后天努力没有关系。这些行为虽然满足了一时的虚荣心,却难免伤害到其他同学。

攀比心理还反映出学生的独立自我的意识不强,同学之间可比较的应该是属于自身创造的价值,比的是个人的奋斗结晶,例如学习成绩、创造能力、思维能力等等,这些都是靠个体打造的,是每个人自身不断努力



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

的见证和结果。这种比较不仅可以彼此激励,还可以培养学生的发展潜能。

教育家陶行知有一首著名的《自立歌》:“滴自己的汗,吃自己的饭,自己的事自己干,靠人靠天靠祖上,不算是好汉。”这充分说明,学生的成绩应该靠自己不断实践来提高,值得骄傲的资本应该是个体辛勤创造的结果。

同学间应该互敬互爱,不要向对方公开自己的家庭财富,父母的工作头衔、社会地位也不应成为炫耀的资本。个人财产应该妥当保管,一些贵重物品,如新手机、高档电脑、新款 MP3 等如无特别需要不必带入校园,以免给同学造成故意炫耀之感。

某些学生的炫耀性消费也会给家庭条件较差的学生带来心理压力。买不起名牌的学生有的会选择购买假名牌。因此,校园里有些学生在倡导高消费和超前消费的同时,他们的虚荣心态和炫耀行为也造成了一种示范效应,这对很多学生都会产生一种外部压力。类似的行为应该杜绝。

下面这段《三字经·社交》道出了青少年朋友在日常社交中应注意的地方,虽然简单,但却明白易懂,可以为那些在交往中迷失的同学敲响警钟。

寒窗中,应朴素,追奢侈,学业失。美少女,社交中,着淡妆,忌浓重。留指甲,不卫生,藏污垢,病丛生。高跟鞋,要慎重,跟过高,须放弃。



030 玩笑开过火 易伤同学心

人生中最纯真的友谊是在校园里产生的，人生中最诚挚的朋友也往往是自己的同学。所以，在学生时代一定要珍视同窗情谊，相互关爱和帮助。虽说童言无忌，但有时候因为自己不经意中的一个动作或一句话伤害了对方，甚至给对方造成一生的阴影，这是很遗憾的。所以，同学间的交往光有一颗热情与坦诚之心是不够的，同学之间还要懂得学会相互体谅、相互尊重，不仅要懂得如何不伤害别人，同时也要懂得，当对方无意中伤害了自己时要学得更加宽容。

许多同学认为同学互相起外号，会导致有的同学被激怒而发生冲突，更多的被起外号的同学表现出不同程度的心理压抑和痛苦。一些青少年杂志社经常接到家长的电话，诉说自己的孩子因受到同学挖苦和嘲讽，对上学产生了恐惧感，不想继续上学或者要求转学的情况。

初二学生小范表示：同学之间不该互相起外号。如果被同学起了外号的话，其他同学会跟着叫你的外号，那么你的心情会很难过，也会影响自己的学习和同学之间的团结。高二学生小洁也认为，同学之间不应该互相起外号。虽说好的外号让同学直呼起来，彼此之间会觉得更加亲切，但有些同学给别人起的外号是含贬义的，有部分同学甚至用脏话给人起外号，这样，对方会很反感，彼此也会疏远。

历史上有绰号的人很多，比如《水浒传》里的“浪里白条”、“智多星”



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

等,这都体现着一种对人的赞美,是完全善意的,受到欢迎的同时,还会给人一种愉快的享受。

所以,起绰号的行为要具体问题具体分析,其根源是让同学们理解如何尊重别人。比如拿人家的生理缺陷起绰号,抓住别人的缺点、差错不放手,侮辱同学人格,这些行为是对别人的不尊重,而与之相连的绰号不但显示不出与同学的亲密,反而会引起人家的反感。

同学之间相互称呼外号其实是一种亲昵的举动,但是这要看外号是否起得恰当。有的外号对对方是一种赞赏或喜爱,并非含有贬义,比如称爱学习的同学为“小学究”,叫班上年纪最小的同学为“小不点儿”,这些外号不仅不会让对方反感,还会让人觉得受到了偏爱,有利于建立良好的同窗关系,说不准这些外号还会成为一个人难忘的回忆,甚至会跟随他一





生。但是,如果给同学起的外号含有嘲笑对方身材、智力、家庭等缺憾的意味,甚至是具有侮辱性的外号,就是对别人的不尊重了,应该禁止。

“一年之中我最害怕过的就是愚人节,”刚上初中的陈晓抱怨道,“去年的愚人节,我就被吓得够呛,还因为这个和同桌闹了几天的别扭。”原来,去年愚人节的时候,陈晓的同桌小梁把一个“血淋淋的眼球”放在了陈晓的铅笔盒里,并不知情的陈晓上课时打开铅笔盒,看到了这个做得颇为逼真的“眼球”,当时就吓得叫出声来,好半天没缓过神来。虽然事后小梁解释了原因,陈晓也知道是愚人节同学开的玩笑,可还是觉得心有余悸,和小梁也好几天没说话。“我真后悔,不应该用那东西吓她的,”小梁不好意思地说,“下次愚人节的时候说什么也不敢了。”

相信愚人节收到这样“厚礼”的同学不在少数,很多同学都有被捉弄的“可怕经历”,整人的道具也是“与时俱进”,不断地更新换代。从越洗越黑的香皂、辣椒水做的可乐到“血淋淋的眼球”、会触电的手机……这些吓人的道具,做得越来越可怕。“这些玩意很新的,绝对吓死我同桌。”读初二的小魏说,“只有愚人节才‘整人无罪’,当然要好好利用。”许多青少年朋友正是抱着小魏这样的想法,才会想出那么多整人的过火玩笑。

本来是带给人快乐的愚人节,现在也因为同学间一些过火的玩笑变了味。青少年朋友应该注意,同学间开玩笑要有个限度,一旦过火就会伤害同学间的情谊。同学之间开玩笑时也要讲究轻重,千万别说到对方的短处或是痛处,当被开玩笑的同学露出不满的神情时,一定要及时停止玩笑,并立即安抚对方。



031 同学间融洽相处的礼仪

罗摩衍那曾经说过：“朋友是容易交的，保持友谊却很难，小事也能破坏友谊，因为人的心易变。”

青少年朋友们在学生时代的友谊是最纯洁的，而这样的朋友关系也是最牢固的。面对纷繁复杂的社会，保持这样纯洁的友谊对于青少年朋友来说是“有百利而无一害”的事情，怎样才能和同学在学校甚至是班级这样的小集体里融洽相处呢？以下几个方面我们可以作为参考：

宽容

宽容是人类最宝贵的品德之一，青少年朋友思想活跃、热情奔放，思考问题多是出于自己的第一感觉，这就造成了一些朋友有时会钻“牛角尖”，朋友间也常常因为一些“鸡毛蒜皮”的小事而翻脸，甚至从此形同陌路。出现这样的结果，想必是我们谁都不愿看到的，时光流走，等到多年后，这也许会成为我们终生的憾事。

李佳直至今日谈起高中时的挚友彭欣时，依然后悔当初不该如此决绝，致使两人毕业后再无联系，“茫茫人海，不知道她现在过得好不好？”李佳难过地说。

从高一开始，两个人就是形影不离的好朋友，不论是谁学习生活上遇到了困难，另一个人马上会帮助对方，走出困境。可是，由于两个人学习成绩不相上下，常常是年级的第一、第二名，两个人也在暗中较劲。随着高考



的临近,两个人的战斗也是愈加激烈,同学们也都在讨论着谁是这场“没有硝烟的战争”的胜者。第一次模拟考试,李佳考取了年级第一,超过了彭欣,也许是一时难以接受,彭欣逐渐与李佳疏远了。李佳也憋着一口气,“你不理我,我也不理你”。转眼间,高考成绩出来了,李佳顺利地考取了理想的大学,而彭欣却失败了。面对李佳,难过的彭欣说了一些伤人的话,李佳十分气恼,决心不再和彭欣联系。没想到,三年过去了,两个昔日的朋友再也联系不上了。

同学间、朋友间的交往并不是一帆风顺的,常常会有些小矛盾,即使再要好的朋友也难免会有意见相左的时候,遇到这种情况要相互谅解、宽容。尤其是在对待朋友的缺点时,我们要学会包容对方的缺点,毕竟人无完人,每个人都会有不足的地方,选择适当的时机和方法帮助朋友改正缺



点才是一个真正的朋友应该做的。

真诚相待、相处有“度”

同学间的友谊是最纯真的情谊,建立这样的友谊并非易事,需要我们彼此真诚相待,以心换心。在学校里,同学间要在学习上相互帮助,生活上积极交流,这些都需要我们用心去沟通,用情来联络。

另外,“物极必反”这个道理我们都很清楚。生活中,任何事情一旦“过了头”必然会走向它的反面。同学间的交往也是如此。交往过密,不但会在一定程度上影响学习,而且反倒容易出现裂痕。把握好同学相处的度,给双方都留有余地,毕竟人人都需要一点儿私人的空间,相信“距离产生美”这句话是有一定的道理的。

同学间的交往同其他事物一样,无时无刻不在发生着变化,我们应该以一颗平常心来面对这样的变化。人与人之间的交往,要达到“亲密无间”是有一定难度的,因此,我们更要珍惜目前同学间的这份宝贵的情谊。一方面要以积极的态度、真诚的感情、适当的方式,使同学间的关系更为牢固;另一方面要有敢于面对现实的心态,勇于面对随时可能出现在朋友间的各种问题。



032 大学生着装应适宜 不可太怪异

穿着打扮是十分个人化的事情,但是也涉及到服饰礼仪问题,对于那些历尽千辛万苦考入大学的学子来说,大学就像是天堂,久违的自由的空间让我们在享受的同时,也容易迷失自我。走在大学的校园里,从同学们的装束上就可见一斑。

如今大学生的打扮,再也不像十几二十年前那样清一色卡其布军装,男生平头,女生短发了。现在的大学校园,同学们的着装色彩丰富,款式更是多种多样,像一个多姿多彩的花花世界,色彩纷呈、生气勃勃。但是,在一片繁华的背后也隐藏着一些不和谐的音符。

夏天在大学校园里,经常可以看到一些人穿着各式各样的拖鞋晃荡,一些人甚至把拖鞋穿进了教室。在某高校教书的高老师感慨地说,现在的一些孩子,真是越来越不像话。上课的时候发现学生穿着拖鞋,尤其以男生居多,而且花样还不少。现在学生当中流行一种木屐,很多男生都穿着它来上课,一次有学生上课迟到了,竟大摇大摆地穿着木屐进来,发出拖沓又响亮的啪啪声,惹得大家都抬头观望。高老师说,穿拖鞋进教室,本身就不太文明,但还只是看着不雅观,现在问题是已经影响到了课堂秩序。大学里张扬个性无可厚非,但这种自由也是有一定限度的,不能干扰正常教学的秩序,不能给自己和他人造成不良的影响。

在高校里还有一个不文明的现象就是夏天男生喜欢在宿舍楼里光膀



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

子。原来一到夏天,很多男生都嫌天气热,上身脱得精光做“膀爷”,让一些进男生宿舍的家长 and 女生看着十分不雅。此外,出于对 NBA 球星的崇拜,一些大学生也开始模仿他们的发型、衣着,有的甚至还钉鼻钉,穿脐环,文身,一副完整版的嬉皮士模样。加上哈韩、哈日的风气,一些奇装异服也在校园里流行。虽然着这种装束的学生是少数,但大有上升的趋势。

当然,男生对女生的打扮也有不少的意見。学中文的小林对班上女生的装扮就有一肚子的气说:“现在的某些女生打扮一点不落在社会女性的后面,低胸吊带已经不算什么了,一些花里胡哨的打扮真是令人咋舌,很多人还大大方方地进教室。班里女生多,有时候上课,一眼望去五颜六色,很多人穿得实在太露,更受不了的是自己的鼻子,香水牌子杂七杂八的,教室里也通常是各种气味混杂,可苦了我们这些男生了。”

无可否认,当代大学生的个性追求确实比前一代人有了一个很大的跨越,社会的多元化必然会导致追求的多元化。但很多人却只停留在物质追求上,特别是很多人在服装上都在极力地求新求异。大学生作为高学历者,应该学会尊重他人,在着装上应适宜,大方自然,不要让人生厌。同时,青少年朋友们在追求个性着装之余不能影响自己的身心健康。一些学生模仿嬉皮士打扮,即使学校没有明文禁止,但文身、穿孔这些行为多少会有些不利于健康,尤其是一些不规范的店铺,很容易出问题。

作为新一代的大学生,要有朝气蓬勃的精神面貌,展现新一代大学生的良好风貌。



033 课堂上的礼仪知多少

学习是学生的主要任务，而课堂就是学生完成这个艰巨任务的主要“阵地”，在这个“阵地”上，我们不能恣意为，也有许多的礼仪需要我们注意。

课堂上的礼仪

听到上课铃声后，应迅速走进教室，准备好课本、文具等学习用品，安静端坐，恭候老师的到来，这是对老师最起码的尊重。老师走进教室，班长要喊“起立！”，全班同学应立即起立并立正站好，向老师鞠躬问好并行注目礼，待老师回礼后方可坐下。课前做好准备是上好一节课的良好开端，体现了对老师的尊敬。

有时候我们确实会遇到特殊情况，不得已只好在上课后才进入教室。这时候，因事迟到的同学不能“破门而入”，应先在教室门外喊报告或敲门，待老师允许后再进入教室。回座位后，尽量不要发出声响，更不能为了掩饰自己的窘况，反而故意做出惹人发笑的举动。坐下之后，取出课本和笔记，然后迅速集中精力听讲。总之，迟到了的同学应该努力补救自己给班级带来的干扰，要把由于自己迟到而对课堂秩序造成的影响，减少到最低程度。

同样的，老师上课时也可能迟到。在这种情况下，同学们一定要以理解、冷静、正确的态度来对待。当我们发现教师在上课铃响过后才进入课



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

堂时,不要大惊小怪,不要喧哗,更不要大声议论,而仍应起立向老师致礼。当老师就迟到的原因作出解释并表示歉意时,我们应给予谅解。

学校是我们学习的地方,不是“秀场”,在课堂上要衣着整洁,不要穿奇装异服。夏天不能赤脚或穿拖鞋,更不能敞胸露怀,听讲时不能扇扇子。冬天课堂上不应穿大衣,戴帽子,戴手套或口罩,围围巾。课堂上不能随便下位子走动,吃东西,喝水,嚼口香糖,听录音机。

课上认真听讲,认真思考,有疑问提出或回答问题时,要经老师允许后再起立发言,态度要严肃认真,不要故意做出松松垮垮或引人发笑的举动。在其他同学回答提问时,不要随便插话。别人回答错了,或者回答不出,不可在旁讥讽嘲笑。

遵守课堂纪律,既是尊重老师的表现,也是尊重同学的表现。在老师上课时,我们要认真听讲,做好笔记,积极发言,不窃窃私语。课堂上,任何一个同学扰乱了课堂秩序势必都会影响到其他同学的上课情绪。不是爱搞小动作爱说话的同学影响到前后左右的同学无法集中精神听课,就是老师不得不中断上课来提醒批评一些不遵守纪律的同学,这样不仅浪费了全班同学的时间,而且也打断了同学们听课的连贯性。遵守课堂纪律,这是对老师、同学的尊重,是对自己的尊重,也是对知识和学业的尊重。

对老师讲述的内容有异议时,最好下课后单独找老师交换意见,共同探讨。若需要当时提出,那么你的态度要诚恳,谦虚恭敬,不可扰乱课堂秩序。

上课时要认真做好笔记,独立完成练习,不看与本课无关的书报或做其他与教学无关的事情。自习课上,同学应认真复习、预习,独立完成作业。不做其他无关事情,更不能随便走出教室,要始终保持教室安静。

下课铃响,老师宣布下课后,待老师离开课堂或经老师允许再自由活



动。如有听课老师,应先请听课老师退席,然后同学才能活动。

课间礼仪

课间是同学们上过课后休息的时间,而在这短短的十分钟里也存在着很多礼仪问题。那么课间都有哪些礼仪呢?

课间休息时不得在教室里打闹;

课间举止要文明,严禁在走廊里乱跑乱撞,追逐打闹,大声喊叫;

通过走廊遇到老师时,要主动和老师打招呼;

课间游戏要注意安全,文明高雅、相互谦让;

要抓紧时间做好下节课的准备工作。





034 典礼仪式礼仪知多少

仪式是按一定礼节进行的集体活动。青少年朋友在学校生活中要参加各种各样的仪式,无论参加什么仪式,都必须遵守仪式所要求的各种礼仪。

典礼之开学典礼、毕业典礼

开学典礼 每个新学年或新学期开学之际,学校都要举行开学典礼。开学典礼是学校的大典,是新学年、新学期开始的标志,全校师生都要参加。

参加开学典礼的同学应身着统一的校服、佩戴校徽(少先队员还应佩戴红领巾,共青团员应佩团徽)。参加开学典礼的同学要按班级列队入场,在指定位置就座,入场要迅捷、安静,落座后也不要交头接耳、大声喧哗,要保证会场气氛庄严肃穆。典礼开始时要认真听从主持人的指挥。认真听取校长报告和其他人的发言,适时报以掌声。掌声应热烈而有节制。唱国歌、校歌和喊号时声音要响亮。典礼结束后应等领导、来宾以及老师离场完毕再在主持人的指挥下按顺序退场。

毕业典礼 毕业对于每一个经过艰苦学习的青少年朋友来说,是一个充满快乐却又伴随着些许悲伤的时刻。青少年朋友完成初中或高中阶段的学习任务后,经过考试成绩合格,就可以顺利地毕业了。为此,学校要举行大规模的毕业典礼。全体应届毕业生、学校领导和毕业班的老师都会



参加毕业典礼,有时候,毕业典礼也会邀请毕业生家长参加。

毕业典礼的会场气氛隆重、热烈。学生、老师、家长共同见证青少年朋友学业道路上最重要的一刻,心中可谓百感交集,我们要珍视这一时刻。出席毕业典礼,毕业生应身着校服,佩校徽,按班级在主席台下就座。在听取发言时应专注,要适时适度鼓掌,以表示感谢或认同。在领取毕业证书时,毕业生要依次上台,稳步走上前,双手接过毕业证书。

毕业典礼可以说是青少年朋友正式结束某一阶段学习生活的最后时刻,对于每一位参加的同学来说都具有重要的意义,在毕业典礼上遵守各种礼仪规范,可以为我们这一阶段的学习画上完美的句号。

仪式之升旗仪式、入团宣誓仪式、成人宣誓仪式

升旗仪式 《中华人民共和国国旗法》明确规定:全日制中小学除假期外每周举行一次升旗仪式。升旗仪式在星期一早晨举行,全体学生应着装整齐在大操场列队集合,面向旗杆肃立。当主持人宣布“奏(唱)国歌,升旗”时,要脱帽、立正、行注目礼(少先队员应行队礼),目送国旗升顶,直至仪式完毕。唱国歌时要吐字清晰声音洪亮,感情真挚而热烈。升旗是一项严肃、庄重的仪式,全场要保持安静,不应自由走动、东张西望。升旗后,有国旗下讲话。讲话者无论是学校领导,还是同学代表,同学们都应保持安静、认真听取。

入团宣誓仪式 青少年朋友都会经历从少先队员到共青团员的转变,这象征着我们的成长与成熟,是我们人生中最重要的一刻之一。

入团宣誓仪式是由团组织主持的新团员入团的仪式。参加入团宣誓仪式的新团员,要在团旗下列队肃立;宣誓时右手握拳举于右耳稍高处;读誓词时,要目视团旗,随领誓人齐声宣读,声音要响亮、坚定、有力。在领誓人报“领誓人×××”之后,宣誓人要依次报“宣誓人×××”,随后放下



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

右手。

成人宣誓仪式 18 岁,对于青少年朋友来说是意义非凡的一个年龄,依照《中华人民共和国宪法》,年满 18 岁的公民都有选举权和被选举权,这就意味着随着 18 岁的到来,你已经是一个成年人了。

在 18 岁这一年,我们会举办成人宣誓仪式。举行宣誓仪式的地点一般是当地举行重要政治性活动的场馆或具有纪念意义的历史遗址、烈士陵园等。成人宣誓仪式必须按照规定的程序进行,使用统一的誓词、标志和主题歌曲。

参加成人宣誓仪式的同学着装要整齐,态度要严肃,要保证仪式气氛的庄重。领誓人应由学校主要领导担任,也可特邀德高望众的英模人物担任。宣誓时,要精神饱满,态度严肃,随领誓人齐声宣读,声音洪亮而有力。

以上这些典礼仪式是青少年朋友参加的最基本的活动,不论参加什么样的典礼或仪式,青少年朋友都要遵守礼仪规范。



035 学校活动——展示礼仪的天地

青少年朋友在学校里不仅要学习文化知识，还要参加学校的一些活动，这些活动不仅丰富了我们的业余生活，也扩大了我们人际交往的范围。相信每一位同学都喜欢在学习生活之余参加学校的活动。也正因为如此，学校的活动也成为了我们展示礼仪的一个重要的场所。

集体活动是扩大了课堂，对于培养青少年的集体主义观念、提高各方面素质，健康地成长、成才具有很好的促进作用。青少年朋友应在集体活动中顾全大局，遵守礼仪。要积极参加学校各级组织的各项集体活动，扮演好自己在活动中的角色。

校运动会

运动会是学校重要的活动之一，是我们展示自身风貌的绝佳场所。在运动场上，运动员奋力拼搏，场下助威的同学们激情飞扬，体现了青少年朋友朝气蓬勃的精神面貌。但同时，我们也要注意，在运动会上无论观众还是运动员都要遵守赛场纪律，时刻注意我们的礼仪。

开幕式象征着运动会的开始，不仅能激发鼓舞运动员的热情和斗志，更能吸引观众。无论观众、运动员都要听从大会指挥，严肃认真，使开幕式在隆重的气氛中进行。同时，我们在参加运动会时，要按时进退场，中途不随意离席。

作为观众的同学不要过分大声喧嚷，或做出粗言辱骂等失礼行为，要



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

适时、适度鼓掌,不起哄,不喝倒彩,要当文明观众。勿随意向比赛场地投掷空罐、纸屑、果皮、垃圾等影响比赛。也不要观众台上看书报,交头接耳,对比赛漠不关心。

运动员要保持良好的精神状态,不要过分计较得失,要尊重裁判判决,不与裁判发生争吵,正确对待输赢,观众要鼓舞选手志气,不要偏袒自己的同学、敌视对手,应以公平竞争的态度观赏。

参加会议

在学校生活中,我们经常有机会出席各种类型的会议。出席会议,务必遵守有关的会议礼仪。

参加会议时,特别是作为主持人、报告人参加会议,宜着正装,不要穿便装。





遵守会议纪律和社会公德。准时出席,不要迟到、早退,要在指定的位置就座,不要任意离席,不要自由散漫,更不要闭目养神、听随身听、吃零食,也不要与身边的人交头接耳、窃窃私语或高声谈话,不要传阅书报或讨论私人问题。

当轮到 we 登台发言时,要向领导、师长、来宾和观众行礼。遵守会议程序及规定,言简意赅,不要超过规定的时间。发言完毕,首先向听众行礼,再向领导、师长、来宾行礼。

讨论问题时应尊重对方意见,针对事情以理相争,不要大声争吵,更不可进行人身攻击。

要严格遵守关于会议时间、议程的规定。

如果是表彰大会需要我们上台领奖时,要注意如下几点:听到宣布后要整理好自己的衣着,快速走上领奖台,立正站好行礼后,双手接过奖品并再次行礼,然后转过身向台下有礼貌地展示奖品,按秩序走下领奖台。



036 自习室不要“霸占座位”

要说自习室里什么最令人头痛,不是闷热的空气,不是拥挤的环境,而是“千金难买”的座位。说到座位这个问题,想必很多大学生都深有体会,尤其是到了学期末,这自习室里的座位简直可以用“炙手可热”来形容。也正是因为如此,才为后来的网络歌曲《大学生的自习室》的成功奠定了广泛的“群众基础”。有人说《大学生的自习室》暴露出了目前困扰自习室的诸多问题,道出了众多大学生的心里话,歌曲中那个可怜的主人公,为了找到一个座位可以说是“历尽艰辛”,最终被一句“下午三点有会,谢谢合作”彻底打败。现实生活中你是否也曾经为找不到座位而苦恼呢?是否大面积早已“名花有主”的座位而恨自己来得太迟呢?

张静是百万考研大军中的一员,为了能“杀出重围”,金榜题名,张静下了很大的工夫,起早贪黑地学习,“我这劲头真赶上了当年考大学了,”张静无奈地说:“可是当年考大学不用为座位愁,现在每天学习首要解决的问题就是座位。”让我们来看一下张静每天艰辛的抢座位历程。

图书馆自习室每天早上六点半开门,为了能抢到一个好位置,张静不得不在五点半起床,六点钟去排队,冬天寒风凛冽,在图书馆外面排队的人已经有不少了。时间一到,大门一开,众人一拥而入,百米冲刺般地冲进自习室,场面甚是壮观。不到一分钟,能容纳上百人的自习室已经是“座无虚席”。可是,定睛一看,座位还有很多,却早已是“名花有主”,主人未到,



座位已经被“预订”、“抢购”了。张静常常是“无功而返”，因为等到她气喘吁吁地冲进自习室时，大部分座位已经被他人“占为己有”了。像张静这样的同学不在少数，他们也只能“望座兴叹”，束手无策了。

曾经有调查显示，有多达 86.3% 的学生都有过占座的经历。占座事小，影响却大。对于很多同学来说，占座的初衷也许是为了自己能有一个良好的学习环境与氛围，这本来无可厚非。但如果占着座却又空着座，自己不来学习，这不仅浪费了自习室的“座位资源”，而且也损害了其他同学的权利。毕竟，自习室的座位也是公共资源，没有人有权将它据为己有。很多学校也采取了许多措施来扭转“占座”之风，但常常是法不责众，“风头紧”的时候大家可能会有所顾忌，一旦“严打”过了，新一轮的占座大战就又开始了。

占座问题也许可以通过严格制度和加强管理来缓解，但并不是治本之策，关键还在于大学生自己的自觉和自律。一滴水可以折射太阳的光辉，提升道德境界也需要从小事做起，不能因为太“习惯”而以为是“正常”。

有媒体曾报道说，针对大学校园普遍的“占座”现象，北大学生正在酝酿发起“不占座日”活动。此前的征求意见显示，大多数学生对此都表示支持并愿意参加。这说明了一个可喜的变化，即大学生自己已经意识到了问题的存在并在着手加以改变。

除了要改变现在自习室里找座位难的现状，我们还应注意自习室里的其他礼节：不要大声讲话，交头接耳，嘀嘀咕咕；把手机设置成为静音状态或是关机；不要旁若无人地在自习室里接电话；不要把自习室当成食堂，不要在里面吃零食。

只要大家自觉遵守自习室里的礼节，相信我们每个人都会拥有一个舒适的自习环境，学习成绩自然会提高。



037 阅览室——轻轻地来,轻轻地走

徜徉在书的海洋之中是一件惬意而轻松的事情,学校的图书馆藏书丰富,环境优雅,是同学们业余时间最喜爱去的地方之一。

可是在图书馆里总有一些“不合时宜”的声音打断我们的思路。

媛媛没事的时候总喜欢到图书馆里看书,她算得上是图书馆里的常客,可却是最不受欢迎的访客。媛媛喜欢穿高跟鞋,每当进入图书馆,她的高跟鞋发出的声响却让其他同学觉得“震耳欲聋”,可媛媛似乎并没有意识到。找到一个好位置坐下后,媛媛先把旁边的位置也占了,因为她的东西实在是太多了,虽然学校的图书馆没有明确禁止带吃的进入,可是大部分同学还是很自觉地带任何零食。媛媛可管不住自己,她的零食总是花样百出,应有尽有。媛媛的行为招来不少白眼,可是她好像也没有意识到自己的做法有什么不妥。

其实在阅览室里,除了要保持安静外,还有许多潜在的礼仪规矩需要我们时刻注意。

有些同学喜欢穿着拖鞋、背心、短裤去图书馆,这样的打扮实在是“有碍观瞻”。女生也最好不要穿高跟鞋,尽量少走动,走路时也尽量不要发出声响。不可在图书馆里无事闲逛或者追逐打闹。当然爱美的女生穿得过于“凉爽”也不太适合图书馆的气氛。

像媛媛那样几乎把全部“家当”都带到图书馆的行为实在是不可取,



去图书馆看书最好不要带过多的私人物品进入,以防盗窃。更不能随便吃东西,以免污染书籍。不嚼口香糖,当然我们自己制造的垃圾,如食品袋、纸屑等还是要自己带走,更不能吸烟或是随地吐痰。

手机噪音已经成为了图书馆的“头号大敌”,此起彼伏的铃声常常搅得他人无法专心看书,所以只要我们进入了阅览室,就要把手机关机或者调整成为震动状态,不玩手机使其发出声响。

在图书馆里要尽量不说话,如果实在需要交谈,应当把声音压到最低,并且尽快结束交谈。切忌高声谈笑、吵闹,或与男(女)朋友打情骂俏,这样做的结果只能是遭人白眼。

遵守图书馆规则,不要与管理人员争执。尊重管理人员的劳动,这同时也是尊重了我们自己。

不要用任何东西占座,更不要在座位上休息或睡觉。

有些同学喜欢在桌子上“抒发感情”,于是才有了我们很常见的“课桌文化”。图书馆的桌椅是公共财物,是为每一位来到这里的同学服务的,所以我们不能在桌椅上胡乱涂划雕刻,就座时,移动椅子不要发出声音,不要故意拖拉椅子。

爱惜图书就要做到轻拿、轻翻、轻放。不在书上注记或折页,阅览时不要往书本上划线,不要折角。“缺胳膊少腿”的“残疾书”在图书馆里也是屡见不鲜,为了能让他人也获得知识,即使是我们再喜爱这本书也不能把它“据为己有”,或是撕下其中的几页。遇到对自己有价值的资料,可与管理人员联系,得到允许后可以复印。

阅览室是大家共有的资源,还要我们大家爱护它。



038 小小宿舍礼仪多

我们常常可以听到许多住校的同学这样形容自己的校园生活——教室、食堂、宿舍三点一线的简单生活。相信很多还没有经历过宿舍生活的青少年朋友很羡慕这种自由的感觉。自由惬意是不假,宿舍生活虽然无拘无束,但是没有了父母的管束并不代表我们可以恣意妄为,小小的宿舍确有许多礼仪要我们时刻注意。

宿舍卫生大家共同维护

保持宿舍的整洁干净需要大家共同维护。要时刻保持宿舍内外整洁,经常打扫寝室,包括地面、桌椅、橱柜和门窗等。个人“领地”也要注意整洁,床上物品应该摆放整洁。

宿舍卫生问题一直是一个大难题,尤其是男生宿舍,卫生状况简直可以称得上是“老大难”问题。不仅宿舍里常常是乱七八糟无处站人,就连一些男生的个人卫生问题也有待解决。

男生中很流行这样一种说法:衣服脏了不要紧,放在一边备用,等所有干净衣服都穿完了,再从这堆脏衣服里挑出比较干净的,重复利用。虽然这种说法有些夸张,但在一定程度上确实反映出了问题的严峻性。

还有些同学虽然很注意自己的个人形象问题,个人卫生也搞得十分到位,什么时候都是以最佳面貌示人。但是,在宿舍里却是另一个样子,大家都喜欢用“臭名昭著”来形容这类同学。小帅就是这类人,在同学面前总



是穿得时尚干净,在女生中有很好的口碑。可是,只有住在一个宿舍里的同学知道他的“真实面貌”。“宿舍里最不注意卫生的就是他了,”宿舍长肖岩说,“虽然自己穿得很整齐,可是宿舍里最乱的地方就是他的床铺,上面什么东西都有,书、衣服、笔记本电脑,被子也常常堆在那里不愿意叠起来。这还不算,最令人无法忍受的是他总不尊重他人的劳动,喜欢乱丢东西,别人打扫干净以后,只要小帅在宿舍里,过不多久一定又恢复原状,乱得‘一塌糊涂’。”

“宿舍是我家,人人都爱它。”这句口号还需要我们用实际行动来将它落到实处。

“串门”也要知礼节

住宿舍的同学都有“串门”的习惯,喜欢到各个宿舍走走、聊聊天,这



不仅有助于同学间的相互了解,同时可以增进同学间的感情。但是,在“串门”时我们还要注意一些礼节。

到别的宿舍“串门”,要敲门后方可进入,未得到允许不要乱闯一通。如果你是在他人的邀请下来的,进门后,应主动向其他同学打招呼,并且只能坐在邀你的同学的铺位上,不能随处乱坐。不要乱用别人物品,不要乱翻别人的东西。讲话声要轻,不能坐得太久,以免影响其他同学的正常作息。

接待亲友或外人来访时,在进入前自己应先向在室内的同学打招呼。进来后,自己应主动为同学作介绍,如果是异性亲友或外人来访,更要事先打招呼,说明情况,要在同寝人有所准备之后再进入。同寝同学也要礼貌待人,这样既尊重了客人,也尊重了同学。

关心舍友,不干预对方生活

住在同一屋檐下的兄弟姐妹要相互关心,但也要为各自留下一定的空间,过分热心于别人的私事,可能会导致侵犯他人的个人权利。假如有意或无意地干预别人的私事,也可能造成难堪的后果。

不可以私翻私看别人的日记。日记是非常私人的东西,即使是摊在桌上的日记本也不要以任何借口私自翻阅。宿舍人多,信件自然也很多,我们要注意不可以私拆、私藏别人的信。

当同学有亲友来访,谈一些私事时,其他同学要适当回避。不要在一旁听,更不要插嘴询问。

在宿舍小小的天空下,有我们一同生活的兄弟姐妹,我们来自天南海北,只有真诚地对待他人,遵守宿舍的礼仪规范,才能让我们在同一屋檐下生活得愉快而自由。



039 自主人生第一步——跨出校门进职场

十多年的学校生活,轻松惬意,但是我们都有真正独立的一天,必须自己承担一些责任,走上职场,找一份工作是我们独立生活的第一步。青少年朋友必须早作准备,而临时抱佛脚将会使我们丧失很多机会。俗话说:机会只青睐有准备的人。要做一个职场新鲜人,你有很多“功课”要做。

当年“千军万马过独木桥”是指高考大战,现在职场面试大战似乎也面临同样的局面,而且绝对是有过之而无不及的。例如某家报社招聘记者五人,光是报名者就突破了三千,其状简直可以用“惨烈”来形容。所以要想在面试中脱颖而出,我们就必须掌握一些面试的技巧。

有成熟的见解

能确切拥有自己的观点,说来并不容易。但在面试时,公司都会针对你对事物看法的成熟度和逻辑性来判断你是否有足够能力担任这个工作。你的观点成熟而正确,那么,公司就会认定你是一位能真正善于工作的人。

请看下面这个案例,如果你是公司老总你会选择小强还是小华?

小强和小华同时进入一家公司的最后一轮面试,老总抛出这样一个问题:你为什么要选择我们公司?

小强的回答:贵公司规模庞大、管理科学,是我理想中的工作单位。

小华的回答:我认为自己所学的知识很适合这个岗位,而且公司对于



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

人才的培养有详细的规划,年轻人在这里会有更大的发展空间,如果贵公司愿意录用我,相信我会用我的实力证明自己能给公司带来利润。

当然,最后是小华如愿以偿地进入了这家公司。

针对类似这样的问题,最重要的是,如何确实掌握问题中的“为什么”来回答。回答时不要专说一些美丽的言辞,而要以诚恳、认真的态度表达自己的意见。因为,你的回答是出自真心,还是只是公式化地背出别人教的话,都难逃出主考官经验丰富的法眼。

具有正确的是非观点,好恶分明,不优柔寡断,而且能针对主题,不在乎周围的想法,大胆地表达自己意见的人,才是公司需求的人才。但过于强调自己意见及是非观点的人,也会被认为是没有协调性,因为人们不会喜欢一个思想偏激的人。

良好的精神风貌

你对将来所要从事的事业有多少动力、热情?对工作与环境的关心程度有多高?你未来的梦想如何?采取什么样的前进姿态?挑战精神有多高?





这些潜在的精神风貌都可以通过说话的语气、脸上的表情、眼神、态度等表露无遗。平时不注重这些细节的人,在面试时无论多么善于伪装,都无法掩住真相。公司聘用你,他们最希望你充满活力,即使你成绩不太好,举止行为也欠理想,但只要健康、热情、有活力,评价就会较高;反之,评价就会大打折扣。

正确认识自身的缺点

你对自己的优点与缺点认识多少?你能正视你的缺点与弱点并勇敢地去改正吗?公司所要求的,当然是对该团体最有益的人。

每个人都有缺点,但你自认为是缺点的地方,公司方面不一定给予反面评价。问题的重点在于你是否真正了解自己具有哪些缺点,是否一直在努力地改进?在你真正了解自我以后,是否能很坦诚地用语言把它表达出来?对公司而言,他们绝不欢迎对自己性格判断不明确,以及缺乏协调性、判断能力、责任感和计划性的人加入他们的工作队伍。

我们还很年轻,这是我们的资本,同时也是我们的不足。当你在遭遇挫败时,能否坦然去承认自己的错误,通常是人们判定你是否能承受压力的第一条件。人在逆境中,最易表露出本性。当你遇到失败、遭受斥责、犯错误、情绪低落时,是否仍能冷静地处理事情,甚至转化这种不利的状况成为正面的动力,这些都是表现你个人优秀品质的要点。

体现自己的才干

能力又分为体力、智力和气力,只要你有心培养它,它就可以增长起来。一般人都忽略了体力与气力的重要性,实际上,公司所期望的人才,就是三者都能均衡发展的人。

谈到人的素质,通常都会以智力作为立论的基点。但光有智力而缺乏行动力,又怎能期待它的成果?所以我们还应该拥有健康。



团结协作精神

身为一个社会人,我们应当有独立自主的能力,且有处于团体中的协作性格。所以,除了必须具备基本的生活常识外,还要懂得遵守社会规则,明辨公私,关心别人,言语、态度、动作合于礼节等,这些都是被考核的基本准则。

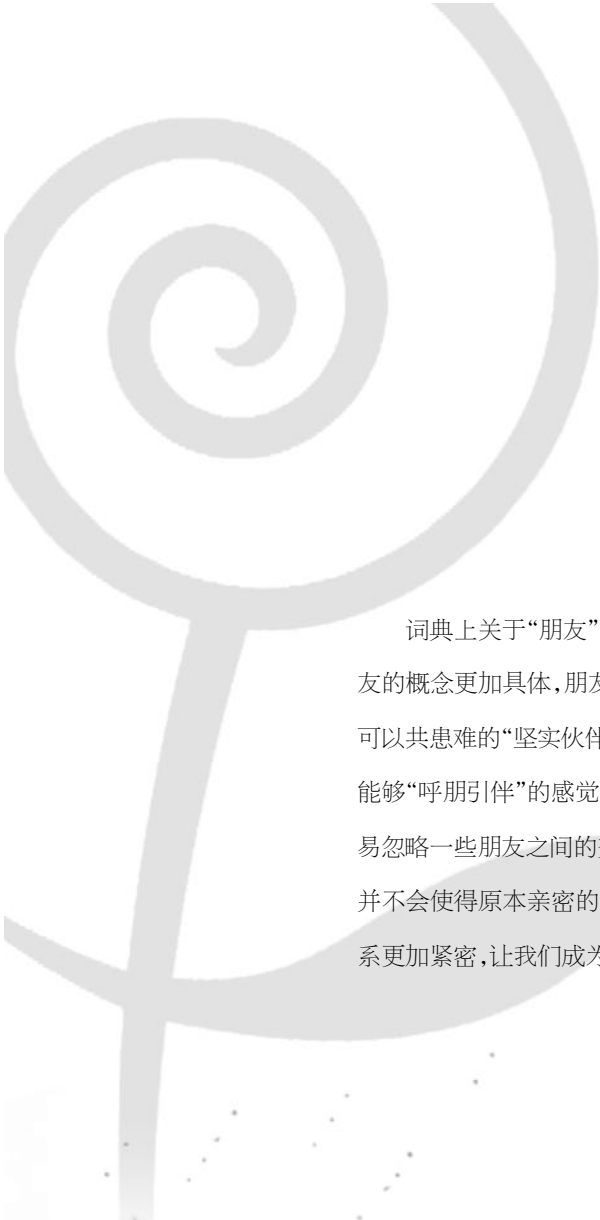
职务与待遇

作为标准的求职者,要把自己的职业专长当做最优先考虑的条件。

待遇通常是人们最重视的一项条件;除非你已经相当富裕,或愿意安贫乐道地过一辈子。别以为所要求的待遇越少,就越容易找到工作;相反的,可能会因此而吓跑了聘主。一个工作所提供的待遇,至少应能满足你基本生活的要求,并还有些富余。

掌握了这些应聘的技巧,并不代表你能“所向披靡”,还要我们自己随机应变,灵活变通,另外一些面试禁忌也是我们必须了解的,这些小小的禁忌也许就会决定你的未来:

说话太多或太少;笑得太多或绷着脸不笑;一直在换主题,无法在某一主题上陈述自己的观点;整理能力太差,慌慌张张,粗心大意;反应太慢,呆头呆脑;把自信和自满搞混了;带别人一起去面试;随意开玩笑;最后还有——随意嚼口香糖。



【朋友篇】

FRIEND CHAPTER

词典上关于“朋友”的解释是：“彼此有交情的人。”在我们看来，朋友的概念更加具体，朋友是可以共同分享快乐的“最佳损友”，朋友更是可以共患难的“坚实伙伴”。青少年喜欢结交朋友，喜欢那种走到哪里都能够“呼朋引伴”的感觉，然而他们在对待越亲近的朋友的时候，就越容易忽略一些朋友之间的交际礼仪。我们所说的这些朋友间相处的礼仪，并不会使得原本亲密的朋友关系变得疏远；相反，它会让朋友之间的关系更加紧密，让我们成为最受欢迎的“人气王”。





040 做“第一眼”优质男生、文雅淑女

“你永远没有第二次机会给人留下美好的第一印象。”

美好的第一印象直接关系到我们以后社交活动的成败,如果说天赋、勤奋与机遇是成功的关键,那么,良好的外部形象将会起到先入为主的神奇作用。青少年朋友在学习生活的过程中处在不同的社交圈里,不可避免要与人交往,良好的外部形象将为我们的社交生活打开一扇大门。因此,我们的目标就是做“第一眼”优质男生、文雅淑女。

生活中不可能每个人都拥有明星般出众的外貌,但是只要我们有得体的衣着、典雅的举止,一样可以给他人留下深刻的印象。

男生们都希望自己看起来更“酷”,更有男子汉气概。但是如果我们错把冷漠、孤傲、鲁莽、粗野、颓废、暴躁当做男性美来追求,往往会弄巧成拙,事与愿违。

那些拥有高远的志向、高尚的品格、高贵的情操、高洁的人格、高深的学问、高超的技艺、高雅的兴趣的男生,是最有人缘的;而胸无大志、粗俗浅薄的男生则令人厌恶反感。

我们常常会在街头看见一些成群结队的中学生,穿着奇装异服,发型夸张怪诞,自我感觉良好,却浑然不知如此的造型令人生厌。

而女生们则希望自己看起来更加甜美,温柔,善解人意。

晓薇是一名中学三年级的学生,没有让人过目不忘的外表,但周围的



同学老师都很喜欢她。活泼开朗的晓薇,脸上总是挂着明朗的笑容,漂亮的马尾辫,干净整洁的衣服,为晓薇加了不少分。同学们评价她是一个热情而不做作,言谈举止恰到好处,相处起来十分舒服的女孩子,是朋友眼中公认的“第一眼”淑女。

那么,究竟怎样的男生女生才是“第一眼”优质男生、文雅淑女呢?

优质男生的标准: 1. 面容、头发整洁,修饰得体;2. 衣着干净、大方;3. 勇敢、幽默、诙谐;4. 思维敏捷、善于变通,勤学好问;5. 团结同学、重友情;6. 集体荣誉感强、热心助人;7. 有主见、勇于承担责任、有魅力。

文雅淑女的标准: 1. 温柔大方、清纯秀丽;2. 活泼而不疯癫,稳重而不呆板;3. 心直口快, 善良随和;4. 聪颖、善解人意;5. 纯真不做作、有性格;6. 能听取别人意见、有主见;7. 坦然、充满信心。





041 恰到好处的“个人秀”

“我要秀自己”是时下最流行的语言之一，现代社会是一个处处标新立异，彰显个性的时代，恰到好处地“秀”出自己，可以加深他人对自己的印象，有利于我们拓宽社交面，广交朋友。要想在各种社交场合里，把自己最好的一面展现在大家面前，让所有人都记住你，我们就必须注意以下几个方面：

不要过分掩饰自己的缺陷

每个人都希望自己无论在任何何地都完美无缺，令人羡慕，但现实往往并不能都遂人愿，每个人都会在某点方面有点儿缺陷，就像身材矮小，皮肤黝黑等等，适当的掩饰是可行的，但是我们一定要牢记“过犹不及”的古训，这些缺陷也许是美中不足，但我们要以一颗平常心来坦然地面对，以别的方面来弥补这些不足。

小黑是我们的主人公，而这个名字的得来也是源于她黝黑的肤色。但是，小黑本人并不十分在意自己的肤色，也从不在自己的脸上涂过量的粉来遮盖。她兴趣广泛，热爱运动，是同学朋友眼中的乐天派，她黝黑的皮肤仿佛成了她独特的标志，透出健康时尚的美。

保持本色不做作

每个人都有属于自己的独特气质和秉性，如同指纹一样，是个人区别于他人的独有标志。“做自己”是我们在任何社交场合必须坚持的一个原



则。有些青少年朋友总觉得自己本来面目不尽如人意，气质不如别人高雅，谈吐也不脱俗，于是，就刻意地模仿别人，但这样毫无技巧、没有原则的模仿，往往会呈现出“画虎不成反类犬”的效果，令人哭笑不得，“东施效颦”正是形容这一类人最好的词语。另一方面，保持真实的自我并不等于刻意使自己“鹤立鸡群”，甚至是明明知道自己具有某种不良习惯却固执不改；而是要求我们要保持区别于他人的独特的、健康的个性，这样的人无论走到哪里都是魅力四射、卓尔不群的人。

恰到好处地“秀”出自己，要求我们的言行举止要落落大方，待人接物要不卑不亢。

用“目光”吸引人：坦荡如水、平静的注视，不要躲躲闪闪不敢直视。从





青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

容、平静,如一池风平浪静的湖水,热情而自信,没有丝毫的不安和掩饰,会让所有与你接触的人都如沐春风。

迷人的微笑:发自内心的微笑如同一缕温暖的阳光,赶走所有的尴尬,如同一朵娇艳的花朵在唇边绽放,暖人心扉。

生动的表情:会心的微笑、哈哈大笑、蹙紧的眉毛、悲戚的面容、惊愕的神情……这些都是上天赐给人类最宝贵的礼物,只有人类才有如此生动的表情,即使没有语言,我们一样可以传情达意,交流感情,而这些生动的表情都是你展现自身魅力最好的武器。

众所周知,美国大选共和党和民主党竞争激烈,候选人的外貌、言行、甚至是一举一动都成为媒体、公众关注的焦点,总统候选人的个人魅力是吸引民众投票的一个重要因素。

2004 年美国总统大选,布什再次取得了连任,这其中有很多的因素,而他胜出的原因之一就是他的对手克里个人魅力不足。有分析家指出,这次克里代表民主党出战,挑战总统宝座,虽然具备天时地利人和种种外因,但失败的内因是“推销”自己不力,个人形象不够鲜明,政见不够突出,结果功败垂成。

从媒体报道中我们不难看出,布什牛仔腔调十足,克里则是一副绅士派头。两人虽同是名校耶鲁的毕业生,并同为该校“骷髅会”成员,但美国选民眼中的两位候选人形象却迥然不同。简单说来,布什是那种可以和你坐下来一起喝啤酒的人,而克里则让人产生距离感,难以亲近。

恰到好处地“秀”出自己,不仅可以使你广结朋友,关键时刻为你赢得人气,也可以让你在自己的朋友圈中做回“总统”。



042 优美的体态为你加分

达·芬奇曾经说过：“从仪态知觉人的内心世界，把握人的本来面目，往往具有相当的准确性和可靠性。”用优美的体态表达礼仪，比语言更让受礼者感到真实、美好和生动。由此看来，拥有优美的体态，对于我们每个人来说都具有非同寻常的意义。也许很多青少年朋友认为，生活就是图个自在、随性，如此严格的要求，就如同上了一道牢固的枷锁，动弹不得。实际上，优美的体态与自在的生活并不矛盾，二者可以很好地兼容在一起。

体态，是人的身体姿态，又称仪态，包括了人的站姿、走姿、坐姿、手势及表情等等。我们除了用语言来表达感情以外，也常常用体态来表达我们的内心活动。体态语言学大师伯德惠斯戴尔的研究成果表明：在两个人的沟通过程中，有 65% 的信息是通过体态语言来完成的。体态语言的信息负载量远远大于有声语言，而且常常比有声语言更真实，它们能够表达有声语言所不能表达的感情，比有声语言更简洁生动。

我们常常可以看到一些人站在那里浑身抖动、摇头晃脑、耸肩、哈腰，有时还故意耍帅，玩弄打火机、香烟盒，这在外人看来是十分不舒服的。在我们日常生活中，根据场合的不同站姿也应当有所变化，但是不论哪种站姿，身体都要保持挺直，所谓“站如松”就是这个道理。男生要站得稳健、挺拔，显示出男性的刚健、潇洒；女孩子则要站得典雅、娴静，体现出女性的柔美、轻盈。



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

得体的坐姿,要求我们端庄、优雅,如同钟一样,稳重沉着。坐姿是否优雅常常关系到我们的前途命运。大学生应聘找工作往往要经过好几轮的面试,竞争激烈。在找工作的过程中,用人单位不仅要考察应聘者的学识、能力,还要考察应聘者的作风,而这往往是通过应聘者的仪态表现出来的,尤其是坐姿。

李华和张伟是同一所大学的应届毕业生,二人都是学校的优等生。面试当天,李华打扮适中,言谈得体,但是一坐下就会不自觉地跷起二郎腿,给人一种放荡不羁的感觉。而张伟由于临时接到通知,没有时间装扮自己,在和招聘人员解释后就开始了面试。我们来看看张伟的表现,他坐下以后,双腿微微合拢,双手放在腿上,上身挺拔端正。如此良好的坐姿,给人一种谦逊、严谨的印象,也为张伟赢得了这宝贵的工作机会。由此可见,仅仅是因为坐姿不同,他们的前程就大相径庭了。

正确的坐姿是:上体要正直,头部要端正;双目平视,两肩齐平;下颌略微收缩,双手搭放自然。在谈话过程中,手脚不可盲目乱动,更不可手舞足蹈,高跷二郎腿,表现出不屑一顾的神态,这些都是十分不雅的。

在“007”系列电影中,主人公詹姆斯·邦德总给人一种风度翩翩的绅士印象,这不仅同他英俊的外表、先进的装备、神秘危险的工作有关,还与他时时刻刻都表现出的良好的体态有关。不论何时何地,呈现在观众面前的始终是一个英俊、挺拔、干练的绅士形象。即使是在走路的过程中,詹姆斯·邦德也是上身挺拔,双目平视前方,表情自然,精神饱满,给人一种积极向上、朝气蓬勃的印象。

只要我们时刻注意自己的体姿,养成良好的习惯,必定会像詹姆斯·邦德那样,风度翩翩、潇洒迷人,为你提升个人形象加分。



043 由内到外散发夺目光彩

意大利著名画家、人体解剖学家达·芬奇提出,人体各部分之间的比例,都存在某些“黄金分割定律”,人的头发应是全身高度的 $1/7$,肩宽应为身高的 $1/4$,跪时身長减少 $1/4$,卧时减少 $1/10$,两腋宽度与臀部宽度相等,大腿的正面宽度应等于脸的宽度,两眼间的距离等于一只眼的长度,耳朵的长度应与鼻子的长度相等,以上是人体自然美的标准。但天生容貌秀丽、胖瘦适宜、高矮适当、肤色漂亮,线条优美的人并不多,对于大多数人来讲,还是需要通过化妆、服饰等来掩饰不足,扬长避短,创造视觉上的美感,但更为重要的是,外在美必须由内在美来衬托,只有拥有丰富内在美的人才能由内到外散发夺目的光彩。

人人都有追求美丽的权利,青少年朋友也不例外,但是美丽不仅仅指外表美,更重要的恰恰是被很多人忽略了的内在美。我们常常可以在街头看见许多俊男靓女,这些外表看起来可以和明星一较高下的美女帅哥们,走在街上的回头率可以高达 100%,但是这其中也不乏一些徒有其表的人,空有一幅美丽的皮囊,不经意的言谈举止便把他们的本质暴露无遗。

毫无内涵、满嘴脏话、蛮不讲理……这样的人即使“貌比潘安”恐怕也不会维持长久的人气。

相反,那些外表看起来并不出众,但却拥有高雅谈吐、大方举止的人,



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

则更受人欢迎,也更具魅力。

青少年朋友对美丽的追求似乎永无止境,但是有的却常常适得其反。近些年来,韩流的影响越来越大,韩国的一些服饰、化妆技巧也潜移默化地影响着青少年朋友,在出现了一些好的变化的同时,我们也在各地看到许多穿着怪异、发型夸张的学生模样的青少年,他们的回头率也高得惊人。但是依靠奇异的装扮可以维持多久的人气呢?青少年朋友正处在积累知识、提高个人修养的关键时期,在这一阶段,应该把我们的主要精力放在如何丰富自己的内涵,提高个人素质方面,适当的装扮可以给自己和他人一个好心情,但是一味地追求外表美而忽视内在美的培养,只能是昙花一现,不能拥有长久的美丽。

张曼玉,这个曾经的花瓶,经过岁月的沉淀,终于实现了美丽的蜕变,成为了现在的影后。刚出道时的张曼玉演技比较稚嫩,人们常常把焦点集中在她美丽的外表上,因此也有了“荧幕花瓶”这样颇为尴尬的称号。但是张曼玉并不满足于已有的成绩,她在工作中不断地学习,努力地提高自己的演技,丰富自己的表演内涵,随着时间的流逝,自身的成熟,当年那个带着憨憨笑容的姑娘,已经蜕变成一个带有知性美的优雅女性,在她的脸上我们可以感受到那种饱经世事的成熟和“腹有诗书气自华”的高雅。

与现在年轻的女演员相比,张曼玉也许没有惊为天人的容貌,但是从她身上散发出的独特韵味,让观赏她影片的观众深深地折服。内在的气质为张曼玉赢得了更为长久的艺术生涯和更为广泛的观众群体。

青少年朋友在日常生活中要重点注意培养自己的内在气质,让我们的魅力由内而外自然的散发出来,历久而弥新。



044 让人过目不忘的自我介绍

现代人要生存、发展,就需要与他人进行必要的沟通,以寻求理解、帮助和支持。介绍是人际交往中与他人进行沟通,增进了解,建立联系的一种最基本、最常规的方式,是人与人进行相互沟通的出发点。

在社交场合,如能正确地利用介绍,不仅可以扩大自己的交际圈,广交朋友,而且有助于自我展示、自我宣传,在交往中消除误会,减少麻烦。恰到好处、新颖别致的自我介绍,就是一张让人过目不忘的名片。

如果你名叫高晓强,那么你将怎样设计自己的开场白,怎样介绍自己才能让别人记住你,让我们来看看下面这个自我介绍:

“我叫高晓强,周星驰的《唐伯虎点秋香》大家都看过吧,电影里与周星驰相依为命的蟑螂叫小强,我的小名也叫小强,可是此‘小强’非彼‘小强’噢!大家可不要弄混了。”相信这样一个别致的自我介绍在让你在不禁莞尔的同时,也记住了这个可爱的“小强”。

自我介绍在我们的日常生活中是必不可少的,恰当的自我介绍,不仅能让对方在最短的时间里记住你、了解你,而且对方也会以礼相待,为双方进一步的交流奠定基础。青少年朋友都热衷于结识五湖四海的朋友,良好的自我介绍,可以为双方成为朋友打开一扇大门。

轻松自然 表情亲切

有很多青少年朋友在陌生人面前十分地拘谨,很害羞,总是躲躲藏藏



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

不愿大方地自我介绍。要克服这个毛病，就要勇于踏出第一步，大方自然地介绍你自己。在作自我介绍的时候，举止、仪表要得体，表情要亲切，态度要诚恳，不要惊慌失措，更不要一副满不在乎的样子。

坦率诚恳 友好自信

克服了害羞的毛病，我们还要知道在自我介绍的时候到底要介绍些什么，不要长篇大论像作报告一样把有关自己的所有情况都一股脑儿倒出来。



在社交场合，自我介绍一般包括三个部分：本人姓名，供职或学习单位，本人的职务或职业。一般在初次见面时，将三者集中起来进行自我介绍即可。当然，自我介绍的内容也可根据实际情况来安排，随机应变。

另外，在进行自我介绍的时候，不要过分地炫耀自己的身份，当然也不应该过分地贬低自己的成绩，态度一定要自然、友善、坦率、诚恳。应落落大方，彬彬有礼。既不能唯唯诺诺，又不能虚张声势，轻浮乖张。语气要自然，语速要正常，语音要清晰。



045 恰如其分地介绍他人

掌握了自我介绍的技巧,我们来了解一下怎样恰当地介绍他人。我们可以通过很多途径来扩大社交圈,而通过朋友、熟人介绍是其中一种很重要的途径。在我们的日常生活中,介绍与被介绍起着非常重要的作用,青少年朋友通过相互之间的介绍,扩大了自己的朋友圈子,友谊就在这样周而复始地相互介绍中生根发芽。

恰当地介绍他人如同一个好的自我介绍一样重要,是人与人相识的桥梁,那么怎样才能算是一个恰如其分的介绍呢?以下几个方面必须注意:

介绍的顺序不能乱

21 世纪虽然不再讲究什么“三纲五常”,人与人都是平等的,但是在许多场合一些必要的介绍顺序还是不能乱的。在介绍他人时,要遵循“尊者居后”的原则,即先将身份地位低的一方介绍给身份地位高的一方,以示对尊者的敬重之意。目前,国际上公认的介绍顺序是:将男士介绍给女士;将年轻者介绍给年老者;将职位低者介绍给职位高者;将客人介绍给主人;将晚到者介绍给早到者。如果被介绍者符合其中两个以上的顺序,一般应按后一个顺序进行介绍。例如,当一位年轻女士来拜访一位比这位女士年长很多的男士时,应该将年轻的女士介绍给年长的男士,而不能倒过来。



正确的介绍用语不可少

在介绍他人时，最好先说一些：“请让我为您介绍一下……”“请允许我向您介绍一下……”之类的介绍词。在非正式场合，还可以较为随意地如此介绍：“张小姐，您认识刘先生吗？”“李小姐，来见见王先生吧”等等。

另外，我们在介绍他人的时候，不能厚此薄彼，还应考虑双方是否有意相识，可以提前询问被介绍人的意见，以免尴尬。

选择恰当的介绍人

在我们的日常生活中，朋友间相互结识，介绍对方的时候，毫无疑问是选择双方都认识的人来充当介绍人的角色。然而，不是所有的场合都是这样的，不同的场合，要选择不同的介绍人。在公务活动中，公关人员是最恰当的介绍人；在接待贵宾时，介绍人应该是本单位职位最高的人；在社交场合，主人是当仁不让的介绍人。

做一个称职的介绍人也有很多需要注意的地方：在介绍一方时，应该微笑着通过自己的视线将另一方的注意力吸引过来，态度要诚恳热情，不可敷衍了事，漫不经心，用手胡乱地指点被介绍者是很不礼貌的举动。

被介绍者的姿态

上面我们都在讨论怎样做一个称职的介绍人，在日常生活中，我们也不可避免地会被人介绍，作为一个被介绍者，也有一些需要注意的地方：在被介绍时，应保持直立，目光柔和真诚地平视对方，和对方握手时要热情，并点头致意，用一些真诚的问候语来博得对方的好感，尽快地与对方熟识起来。

掌握了这些介绍与被介绍的方法，相信你不论是作为介绍人还是被人介绍，都将会是称职的、合适的，你可以尽情地享受与朋友相识的愉快氛围。



046 “勿忘我”——不要忘记他人姓名

赢取对方好感最有效、最直接的方法，便是牢牢记住对方的姓名，在碰面的时候能自然地叫出对方的名字，尤其是对那些你并不熟悉的朋友，脱口而出对方的姓名，会使对方感到惊喜；反之，如果忘记对方的姓名或是叫错了，不但会使双方感到难堪，也会使对方产生出抵触的情绪。

姓名是一个人的生命中最重要的一部分，它将伴随我们走完生命的旅程。在人的一生中，会有众多的朋友，会接触无数的姓名，我们当然不可能像电脑一样记住所有我们曾经遇到过的人的姓名，但是记住那些你有可能再碰面的朋友的名字，可以使你获得友谊，赢得别人的好感。“记住别人”是与别人进一步交往、发展友谊的交际谋略之一。

吉姆·弗雷，10岁丧父，由于家境贫寒，他不得不辍学打工，虽然没有上过一所中学，但他在46岁那年就已经获得了四所大学颁给他的荣誉学位，并且高居美国民主党要职，最后还曾担任邮政部长之职。

当记者问及他成功的秘诀时，吉姆·弗雷说：“勤奋工作，就这么简单。”记者不相信，又问道：“听说你可以一字不差地叫出1万个朋友的姓名？”

吉姆·弗雷回答道：“不，我叫得出姓名的人，少说也有5万。”

记住对方的姓名也许就是吉姆·弗雷成功的秘诀之一。

不论面对大人物还是小人物，记住对方的姓名容易为你赢得他人的好感，拉近双方距离。对你来说，也许要记住每一张新面孔实在不是一件



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

简单的事；于是，再次见面却想不起对方的名字的尴尬场景便常常发生，当你发现自己常常叫不出他人的名字时，你就应该意识到这其实是对他人的一种忽视和不尊重。青少年朋友，让我们来试想一下，如果某个和你只是点头之交的人，在你忘记他的姓名的同时，他却毫不迟疑地叫出了你的名字，那么你会作何感想呢？

每一次良好的沟通都是从记住对方姓名开始的。尽管人的记忆能力是有限的，但是当我们认识到尊重对方和记住对方姓名的重要性，认识到姓名其实也是一种资源，正确叫出对方姓名是一种很有效的交际工具之后，再掌握一定的规律，辅以一定的技巧就不至于张冠李戴。

所以，迅速、正确地记住对方的名字，不仅能缩短双方的距离，还能增强亲密感，毕竟记住对方，或被对方记住，都是一件很快乐的事。



047 基本的交际用语要掌握

我们的日常生活总是多姿多彩,每天要遇到各种各样的情形,会碰到形形色色的人,无论是在街上,在学校,还是在我们每天活动的社区,都不可避免地会遇到熟人、朋友,这时就要发挥交际用语的作用,温暖的问候、简单的寒暄、真诚的安慰、真挚的赞美、诚恳的道歉……都会让我们的交流变得愉快而轻松,也许有时我们要“长篇大论”地叙叙旧,也许我们只是简单的一两句的问候,在这不经意的交谈之中,就包含了种种交际用语和许多社交礼仪。

打招呼

“吃了没?”相信这句问候语对于每个中国人来说都不陌生,它也是我们日常生活中最常用也最“无意义”的一句问候,它的作用就相当于“您好”,并不一定具有实际内容,也并不期望得到一个确定的回答。在我们的日常生活中,还有很多交际用语是熟人间打招呼常用的:“早上好”“晚上好”“最近好吧”“下班啦”诸如此类的打招呼方式有很多,根据不同的场合和不同的人,我们会选择不同的打招呼用语。

寒暄

“寒暄”,顾名思义,就是简单地问寒问暖,熟人间偶遇时难免会寒暄几句,交流一下感情,有时候这看似简单的寒暄,还可以起到“抛砖引玉”的作用。



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST



“今天天气真好”“最近忙吗”“您这车真不错”“大妈，气色越来越好了”……这样简单的寒暄往往是双方开始交谈的一个“引子”，为双方的交谈奠定良好的氛围，带领我们自然地开始交谈。

安慰

当朋友遇到挫折，心情不佳时，简单的安慰话语可能会起到意想不到的巨大作用，也许正是我们几句不经意间的话语，会帮助我们的朋友振作精神，走出逆境。

小雨也许至今都不知道，正是她那几句简单得不能再简单的话语，帮助小冉重新收拾心情，走出了失败的阴影。成绩一向稳定、名列前茅的小冉在模拟考试时意外失败，这样的成绩不可能考取理想的大学，小冉心情十分沉重，信心大失。好友小雨安慰她：“没关系，不要灰心，我相信你的实



力,这次只是意外,你不是常说‘我不上北大谁上北大’吗?你肯定没问题。”正是小雨这几句安慰的话语,帮助小冉重拾信心,最终考取理想的大学。

小冉自身的实力和努力是她成功的主要原因,但是如果没有小雨的安慰,也许小冉不会这么快就振作起来,换句话说,是小雨振奋人心的安慰帮助小冉在最短的时间内恢复了状态,最终考取理想的大学。

常用的安慰话语有很多,例如:“好事多磨”“塞翁失马,焉知非福”“留得青山在,不怕没柴烧”等等。我们可以根据不同的情形选择不同的词语来安慰我们的朋友。

道歉

相信每个人都不愿发生需要道歉的事情,但是现实生活是复杂多变的,我们一生中会遇到无数次需要道歉的情形,恰当的、诚恳的道歉会解除误会,化解尴尬,有时甚至会帮助我们“化敌为友”。

小扬和小宇是同班同学,两个人个性都很要强,人长得也有点儿“小帅”,在班里都很有人气,两个人都不服气对方,还真有点儿“水火不容”的意思。后来两个人成为“铁哥们”还是源于一次真诚的“道歉”。足球赛上,小扬和小宇是班里的主力,在赛场上,小扬被对方不怀好意地绊倒了,小宇看到同学痛苦地倒在地上,愤然冲上去找对方理论,这一切小扬看在眼里,令他十分感动。赛后,小扬和小宇不约而同地向对方道歉,双方可以说是“一笑泯恩仇”,化敌为友,成为了好朋友。

“对不起”,“很抱歉”,“我错了”,“请原谅”……这些看似简单的语言,却蕴含着巨大的神奇的力量,可以让我们的友谊更加长久。所以,不要碍于面子,如果是你的错,诚恳地说出“对不起”吧!



048 微笑是你最好的名片

阳光、雨露、鸟语、花香是地球上最美丽的东西,除此之外,微笑也是上天赐给人类的礼物,微笑是人类传达感情最好的方式,“此时无声胜有声”,微笑所能起到的作用,也许远远超出你的想象,它可以缩短人与人之间的心理距离,为深入沟通与交往创造温馨和谐的氛围。

我们在日常生活中偶遇朋友,有时也许无暇寒暄,此时,只要相互微笑示意一下,同样可以温暖我们的心,达到交流的目的。在社交场合中,微笑更是一种“屡试不爽”的工具,相信没有人能拒绝一个人善意的微笑。微笑并不难,难在常常保持微笑。真诚、礼貌的微笑可以为你的社交之路打开一扇门。

服务性行业提倡微笑服务,微笑也是服务性行业对外的窗口。美国希尔顿饭店董事长康纳·希尔顿在 50 多年里,不断到世界各国的希尔顿饭店视察,视察中他经常问员工的一句话就是:“今天你对客人微笑了吗?”康纳·希尔顿之所以如此看重“微笑”,就是因为他深刻领悟到微笑的巨大作用,有时甚至会关系到一个人事业的成功。

相信我们在乘坐飞机时,空姐礼貌的微笑会让乘客有宾至如归的感觉。只有发自内心的微笑,才会是自然大方的。微笑要由眼神、眉毛、嘴巴、表情等方面的动作协调配合来完成。生硬的、虚假的微笑则不可取。

青少年朋友受各方面的影响,总有一部分人认为面无表情、沉默寡言



是一种“帅”的表现,还有些人总是一幅心事重重的样子,在他们的脸上笑容真是难得一见。我们要学会微笑,不能因为精神受挫就将笑容隐藏。尤其是在社交场合,即便我们心中不悦,也不能吝啬自己的笑容,更不能由于自己心情不佳而破坏了整个社交场合的气氛。

正如我们的表情可以千变万化,微笑也有许多种,但是下面这几种笑容却是失礼、失态的表现:皮笑肉不笑、不屑一顾的冷笑、阴阳怪气的笑、讨好逢迎的媚笑、幸灾乐祸的窃笑、面带凶相的狞笑。

微笑可以使萍水相逢的人成为好友,微笑可以使家庭气氛变得和睦愉快……那些容易接近的人,也许有很多讨人喜欢的地方。但是,无一例外的是他们都是经常面带微笑的人,微笑是他们最好的名片。

有人说:“微笑可以化解悲伤与仇恨。”也有人说:“微笑是心灵沟通的钥匙。”从现在起,用微笑示人,在给别人带来温暖的同时,也会令自己心情愉悦。





049 让情感从手心传达

握手，是人类最基本的礼节之一，也是我们日常生活中最常用的礼节。据说在中世纪时，打仗的骑兵要身披盔甲，全身包裹严密，准备冲锋陷阵。如果要表示友好，就要脱去右手的铁甲，伸手相握；如果双方将领经过谈判后愿意和平共处，则在签订协议后用握手表示庆贺，这种习惯沿袭下来，就演变成今天的一种礼节。

握手是双方传递情感信息的礼貌举动，是一种生动的触摸语言，我们的情感可以通过彼此的手心传达到对方的心底，无论是热烈的欢迎，还是久别重逢后的喜悦，都可以通过我们的掌心传递出去。

美国著名盲女作家海伦·凯勒曾经说过：“我接触过的手，虽然无言，却极有表现力。有的人握手能拒人千里……我握着他们冷冰冰的指尖，就像和凛冽的北风握手一样。而有的人的手却充满阳光，他们握住你的手，使你感到温暖。”

简单的握手，看似平常，却可以传递很多信息，在双手相握的同时，可以传达出热情的问候、真诚的祝福、殷切的期盼、由衷的感谢，当然也可以传递出虚情假意、敷衍应付、冷漠与轻视……虽然只有短短的几秒钟，却蕴含着大文章，所以，我们万万不可忽视。

握手的场合

当你拜托别人做某事，一定要握手表示感谢和期盼之情；

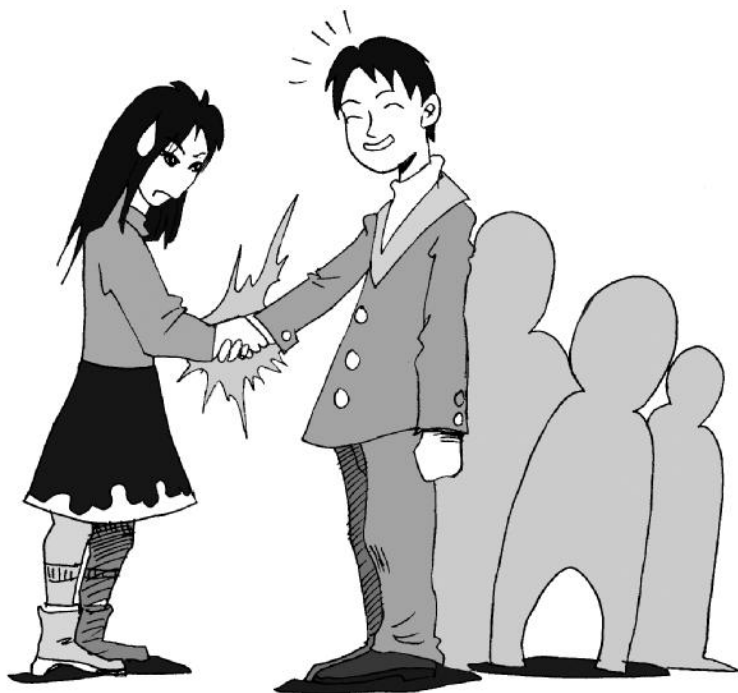


当别人帮你做了某事,一定要握手表示感谢;

当与亲戚朋友告别时,要握手表示感谢和希望再见之意;

当你被介绍与他人认识时,要握手表示很高兴认识之意。

握手的场合还有很多,我们可以根据场合决定是否需要通过握手来表达情感。



握手的时间

握手时间的长短,可以根据不同的人、不同的情况来合理安排,时间过长会让人感到不安,时间过短又无法表达自己的热情。初次见面时,握手时间最好控制在3秒钟左右,过长时间地握住他人的手会引起误解。尤其是男士与女士握手,长时间地握住女士的手,会让女士感到尴尬,觉得你不尊重女性。当然,遇到久别重逢的朋友,自然握手的时间就会长一



点,力度也要大一点儿,双方的情谊通过握手就可以充分地传达,真可谓:
“此时无声胜有声。”

握手的分寸

握手时一般用右手,眼睛要正视对方,不要东张西望;彼此的距离应保持在一米左右;上身稍向前倾,张开拇指,其余四指自然收拢与对方相握;微微上下抖动 3-4 次,然后松开对方的手,恢复原状。

握手时,讲究一定的顺序,一般由年长的人先向年轻的人伸手,身份地位高的人向身份地位低的人伸手,女士先向男士伸手。拜访时,主人先向客人伸手,表示欢迎;告别时,客人先向主人伸手,表示感谢。

握手时的力度也要掌握好,如果过于用力,像一把老虎钳子似的握住对方的手,把对方捏得酸痛,说明你握手的力度过大了;反之,握手时也不能过于无力,如果你的手像没有骨头的鱼,会让对方觉得你是一个缺乏自信的人,又或是怀疑你是在敷衍,没有诚意……

握手礼虽小,却有很多需要注意的地方,任何一个小小的失误都会使你的形象大打折扣。

握手是我们社交活动中最常见的礼仪,对初次相见的朋友,握手是搭建友谊的桥梁;对久别重逢的老友,握手可以表达彼此深厚的感情;对于处于困难的朋友,握手是信心和力量的源泉……让我们用彼此的手,搭建友谊的桥梁,温暖彼此的心。



050 传情达意的表情你了解吗

俗话说：人生好比一台戏。在我们身边，每天都上演着各种各样丰富多彩的故事，喜怒哀乐，五味俱全，个中滋味都需要我们自己来品尝。于是就有了我们各种各样的表情，每一个表情都能传达出不同的内心感受，妙不可言。法国著名作家罗曼·罗兰曾经说过：“面部表情是多少世纪培育成功的语言，是比嘴里讲的更复杂千万倍的语言。”表情会随着我们心情的不同而发生着微妙的改变。

当然，在我们日常生活中，最愿意看到的就是微笑的表情，微笑可以给人如沐春风的感觉。香港《大公报》曾经报道过这样一则消息：美国爱达荷州的波卡特罗市在 1993 年重申，要求市民遵守该市在 40 年前通过的一项法令。即市内所有的人不得愁眉苦脸和拉长脸孔，违者处以罚款。该市市长解释说，恢复这样法令的目的，在于鼓励市民以乐观的态度对待逆境，同时也让所有市民生活在一个令人愉快的环境之中。

现代传播学认为：人际交往的核心组成部分是表情。美国一位心理学家研究指出：一个信息的传达=7%的语言+38%的语音+55%的表情。可见表情在传达我们内心感受和信息的过程中占有举足轻重的地位。对于语言来说，表情更为直观和生动，我们常用的表情有以下几种：

头部动作

点头：表示同意、肯定、赞赏、满意等，当然我们在打招呼的时候也会



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

用到“点头”，表示致意、客气、恭顺等情感；摇头：一般表示否定、反对、阻止或不以为然。

在社交活动中，头部动作的不同，也可以反映出人的不同心态——

身体直立，头部端正：表示自信和庄重；

头部前倾：表示认真倾听，同情和关心；

头部倾斜：表示对对方的话颇感兴趣；

我们常用的成语，有很多都是我们生动表情的写照，比如说“怒发冲冠”“耳鬓厮磨”等，可谓数不胜数。

面部表情

说到表情达意，面部丰富的表情远胜过头部。面部表情是一个人内心情绪的外在表现，常常能体现出一个人的个性和此时此刻的心情。我们常常说的“察言观色”，就是说通过观察某个人的面部表情就可窥视他此刻的心情。面部表情的“词汇”最为丰富，也最具表现力，它能最迅速、最敏感、最充分地表现

出我们的各种情感，如喜、怒、哀、乐、忧、思、悲、惊等等。开心的时候我们常常会眉飞色舞；悲伤的时候则是一幅愁眉苦脸的样子；生气时又会咬牙切齿……我们内心的情感就随着面部肌肉的收展毫无保留地展现了出来。

眉目可以传情，可并不仅仅只在恋人中才行得通。俗话说：“眼睛会说话，眉毛会唱歌。”维吾尔族的舞蹈动作中就有很多脸部的动作，眉毛和眼睛仿佛可以说话，生动无比。眉毛在我们的五官中功能性的作用不是最大的，但却一点也不影响它为我们传递情感：眉开眼笑、喜上眉梢、愁眉蹙





额、愁眉泪眼,还有十分著名的横眉冷对……

眼睛是心灵的窗户,它不仅能使我们看到这花花世界,同时也最为生动地传达着我们内心的情感。而合理地运用目光是一种重要的礼仪。在社交活动中,目光可以表现出对他人的友好、亲切与关爱,当然也可以表现出对他人的不满、蔑视与仇恨。

最大限度地运用目光的表现力,能够创造出最佳的交际氛围。在谈话中注视对方的角度,是关乎对交往对象亲疏距离的问题。在我们与人交流的过程中,应用直视、平视、凝视、正视等目光。目光注视对方的长短也有一番讲究,可以根据与对方的亲疏远近和重视程度来决定目光直视时间的长短。

面部表情有天生的因素,但是,一个人后天气质、风度等变化也必然会写在脸上,这意味着,人的喜怒哀乐等基本表情同人的其他素质一样,也要受到人的文化修养、气质特征的影响。

有一次,有人向林肯总统推荐了一个人做内阁成员,但是林肯总统没有用他。林肯的理由是:“我不喜欢他那副面孔。”“可是,这不是太苛刻了吗?他不能对自己天生的面孔负责啊!”林肯说:“一个人过了四十岁,就要对自己的面孔负责。”林肯这么说是有一定道理的。人的面貌虽然是天生的,但一个人的面部表情可以随着人的心理活动而改变。表情是一个人气质、修养的外在表现,表情可以流露出人的内心情感,同时也可以反映出一个人的心计。

表情是每个人自身拥有的一笔财富,它可以充分展示每个人独有的人格魅力,十分奇妙。



051 与陌生人打交道的艺术

我们每天都在接触陌生的人、陌生的事。无论是在学校、在公共场合、在单位……都不可避免地要与陌生人沟通。你是否也觉得,在漫漫的旅途中,与同座的人沟通,既可减少旅途的寂寞,调节和活跃旅途生活,还可以扩大视野、增长见识呢?

有些青少年朋友可以与陌生人谈笑风生、游刃有余;但也有些青少年朋友在与陌生人沟通时存在诸多困难,常常不知所措。

俗话说:“万事开头难。”与陌生人的第一次交谈确实是一件比较困难的事情,但是只要掌握一定的技巧,同样可以打破交往的僵局。

在人与人的交往中,第一次见面给对方留下什么样的印象非常重要,往往成为决定双方是否继续交往的关键。一般在首次交往中,最容易引起人们注意的是对方的外部信息,如长相、面部表情、身体姿势、言语行为、衣着打扮等。这些因素综合在一起构成人的仪表的吸引力。虽说“以貌取人”是不对的,但是,我们却不能否认“貌”在人际交往中的重要地位。所以,我们一定要注意自己的穿衣打扮,起码要做到干净整洁,穿出自信、穿出个性。在交往的过程中,态度要诚恳热情,不卑不亢,举止要文明礼貌。

其次,一些交往中的细节需要我们关注。在交谈的过程中要保持微笑,并不时地注视对方的眼睛,这样会给人诚恳的感觉,切忌在谈话过程中东张西望,心不在焉,这样会让人有不被尊重的感觉。同时,在首次交往



时,不要急切地把双方的距离拉得过近,否则就闯进了对方的心理空间,反而容易引起对方的自我保护,弄巧成拙。

交往是由话题引发的,如果话题选择不当,“话不投机半句多”,交往必然会受阻甚至失败。因此,话题的选择是非常重要的,虽然没有固定的套路,但还是有一些可遵循的原则。我们在交谈的过程中,可根据不同的对象、场合、时机选择适合的话题。

一般来说,第一次见面的五分钟是人与人交往的关键,在这五分钟里,你的表现将决定你给他人的第一印象,我们要表现出自信与友好。当别人夸奖自己的时候,我们不能得意忘形,要谦虚;当他人遇到难处时,我们要给予真诚的问候和体谅;遇到自己听不顺耳的话语,不要表现出不耐烦或是不高兴。

值得注意的是,这五分钟不是演戏给别人看,而是要发自内心的,以心换心才能赢得更多的朋友。相反的,如果你的演技拙劣,则很容易被人识破,这样反而会给人一种虚伪的感觉。



052 尊重对方 善用“注目礼”

眼神是心灵之窗,心灵是眼神之源。眼睛是人体中无法掩盖情感的焦点。《人体秘语》的作者莫里斯对人类的“眼睛”这样定义——它直径大约 2.5 厘米,但却像是从石器时代以来就有的最复杂的电视摄影机。在眼球后方感光灵敏的角膜含有 1.37 亿个细胞,将收到的信息传送至脑部。这些感光细胞,在任何时间均可同时处理 150 万个信息。这就说明,即使是一瞬即逝的眼神,也能发射出千万个信息,表达丰富的情感和意向,泄露心底深处的秘密。所以,眼球的转动,眼皮的张合,视线的转移速度和方向,眼与头部动作的配合,所产生的奇妙复杂的眉目语,都在传递着信息,进行着交流。

事实上,通过眼神来传情达意,是一种普遍的心理现象,人们自然而然地运用眼神来表达对周围一切事物的复杂情感。我们的喜怒哀乐,悲欢离合,都会从微妙变化的眼神里真实地流露。

在我们日常交流过程中,用目光注视对方是一种起码的礼仪要求。用目光注视对方时,应是自然、稳重、柔和的,不能死死地盯住对方的某一部位,或不停地在对方身上“扫射”。

在人际交往活动中,眼神应注视对方脸上的三角部分,这个三角以双眼为底线,前额为上线。如果你看着对方的这个部位,会显得很严肃认真,别人会感到你有诚意。



注视时间

与人相处,若注视对方的时间占全部时间的 $1/3$ 左右,表示友好;不足 $1/3$ 表示轻视;占到 $2/3$ 左右,表示重视;超过了 $2/3$,则表示兴趣十足或者怀有敌意。

注视角度

平视,适用于与身份、地位相当之人进行平等交往;侧视,含有轻蔑不



敬之意;仰视,表示尊重敬畏;俯视,表示对晚辈的宽容、怜爱,也可表示轻慢、歧视。

注视部位

短时地注视对方双眼,表示聚精会神、专心致志,称为关注型注视;注视对方额头,表示严肃、认真、公事公办,称做公务型注视;注视对方眼部至唇部,是交际场合的常规,称为社交型注视;随意一瞥他人身上任意部



位叫做随意型注视,也叫瞥视,表示注意或者敌意。

注视方式

直视,表示认真、尊重、坦诚;虚视,即目光不聚焦于某处,眼神不集中,表示胆怯、疑虑或失意;扫视,即上下左右反复打量,表示好奇、吃惊;环视,即与多人交往时有节奏地注视不同的人或物,表示“一视同仁”;他视,即与人交往时眼望他处,表示胆怯、害羞、心虚、反感、心不在焉;无视,即闭上眼睛不看对方,表示疲惫、反感、没有兴趣。

注视变化

目光、视线、眼神的变化,都反映着内心情感的变化。比如:眼皮眨动过快表示活跃、思索,过慢表示轻蔑、厌恶;瞳孔突然变大放光表示惊奇、喜悦,突然缩小无神表示伤感、失去兴趣;眼球反复转动表示心有所思。

世界上的各民族注视习俗也是有差异的。例如,日本人认为直视对方的脸是失礼的,他们习惯看着对方的脖子;在地中海沿岸,人们深信呆滞的目光会带来灾难;在希腊,凝视别人是极端无礼的,而阿拉伯人则认为凝视对方是起码的待人礼节……

在交谈中运用眼神,是一门需要刻苦学习的艺术。泰戈尔在他的《素芭》中曾经以哑女素芭为模特描述了眼睛的传神作用。他写道:“当我们用语言表达思想的时候,言辞并不容易找到,必经过一个翻译的过程,这往往是不准确的,于是我们就会发生错误。但是这双眼睛却不需要翻译,思想本身就融入这双眼里。在眼睛里,思想敞开或是关闭,发出光芒或是没入黑暗,悬静着如同落月或是像急闪的电光照亮了广阔的天空。那些自有生以来除了嘴唇的颤动之外没有别的语言的人,如果学会了眼睛的语言,则表情的变化将是无穷的……”



053 运用手势表达意思

手势是人们交往时不可缺少的动作，是最有表现力的一种“体态语言”，俗话说：“心有所思，手有所指。”手的魅力并不亚于眼睛，甚至可以说手就是人的第二双眼睛。手势表现的含义非常丰富，表达的感情也非常微妙复杂。如招手致意，挥手告别，拍手称赞，拱手致谢，举手赞同，摆手拒绝；手抚是爱，手指是怒，手搂是亲，手捧是敬，手遮是羞等等。手势的含义，或是发出信息，或是表示好恶感情，能够恰当地运用手势表情达意，会为交际形象增辉。让我们先来看一下几个常用的手势表达的是什么意思。

伸出大拇指：在我国，毫无疑问，这是表示“好”、“了不起”，有夸奖赞赏之意；在希腊，大拇指向上伸表示“够了”，如果拇指向下伸则表示“厌恶”、“坏蛋”；在美国、英国和澳大利亚等国，拇指向上伸表示“好”、“行”、“不错”，而拇指向左、向右伸则大多数是表示要搭“顺风车”。

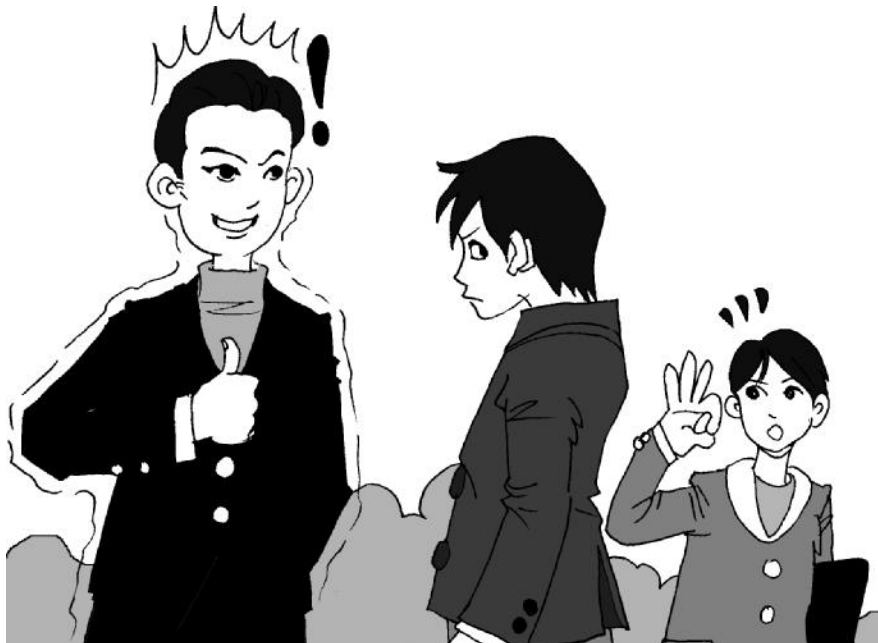
“V”形手势：据说这是英国首相丘吉尔在第二次世界大战时发明的。在世界上大部分国家表示“胜利”，当然数字“2”也使用这个手势。不过，有一点需要我们注意，在表示胜利的时候，掌心一定要向外，如果掌心向内，则有贬低人、侮辱人的意思。在希腊，做这一手势时，即使是掌心向外，如果你的手臂伸直，也有对人不恭敬之嫌。

类似这样的例子还有很多，看似小小的手势，蕴涵着多种意思。尤其是在不同的国家，由于文化历史的差异，同一个手势就可能表示出不同的



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST



意思。

当然也有一些手势是我们普遍认可的，不同的手势可以表示出某个人此时的心理状态，这已经成为大部分人一种自然的生理反应。

如果对方双手自然摊开，表示对方心情轻松，坦诚而无顾忌；如果对方紧攥双拳，说明对方怒不可遏或准备与你“决战到底”；如果对方双手支头，表示对方对你的话全神贯注，或是极其厌烦；如果对方用手成“八”字形托住下颚，是深沉的意思。

我们在与人交谈使用手势时应该注意以下几点：

在人际交往中，手势不宜过多，动作不宜过大，切忌“指手画脚”和“手舞足蹈”。

打招呼、致意、告别、欢呼、鼓掌属于手势范围，应该注意其力度大小、速度的快慢、时间的长短，不可过度。以鼓掌为例，鼓掌是表示欢迎、祝贺、



赞许、致谢等的礼貌举止。在正式社交场合,观看文艺演出、重要人物出现、听报告、听演讲等都热烈鼓掌表示钦佩、祝贺、欢迎等。鼓掌的标准动作应该用右手掌轻拍左手掌的掌心,鼓掌时不应戴手套,宜自然,切忌为掌声大而使劲鼓掌。鼓掌要热烈,但不要“忘形”,一旦忘形,鼓掌的意义就发生了质的变化而成“喝倒彩”、“鼓倒掌”,有起哄之嫌。这样是失礼的。注意鼓掌尽量不要用语言配合,那是无修养的表现。

在任何情况下都不要用手指指点他人,这样的手势是不礼貌的。

一般认为,掌心向上的手势有诚恳、尊重他人的含义;掌心向下的手势意味着不够坦率缺乏诚意等;攥紧拳头暗示进攻和自卫,也表示愤怒;伸出手指来指点,是要引起他人的注意,含有教训人的意味。因此,在介绍某人、为某人引路指示方向、请人做某事时,应该掌心向上,以肘关节为轴,上身稍向前倾,以示尊敬。这种手势被认为是诚恳、恭敬、有礼貌的。

每种文化都有自己的“手势语言”,千姿百态的手势语言饱含着人类无比丰富的情感。它虽然不像有声语言那样实用,但在人际交往中能起到有声语言无法替代的作用。



054 分清对象 慎选话题

如同世界上没有两片纹脉完全相同的叶子一样,每个人的个性、爱好都是不同的。自古有“见人说人话,见鬼说鬼话”这句俗语,就是形容要分清对象来说话,但不可以理解为“逢场作戏”、“曲意逢迎”,我们主张要根据场合和对象来选择话题,意思是在真诚待人,平等相处的基础上能更好地进行相互交流。

首先我们要了解对方的基本情况,包括性别、年龄、文化程度、身份、爱好等等诸多因素。

身份职务不同并不妨碍我们进行交流,下级对上级,晚辈对长辈,学生对老师,普通人对名人,不应当也没必要表现得屈从、逢迎,但言谈举止也不应过于随便,尤其是在社交场合,说话要把握好度,要说得恰如其分。

研究生李霞在某机关单位工作,每日工作勤勤恳恳,任劳任怨,也取得了一定的成绩,但是总得不到晋升的机会。时间一长,李霞就开始感叹了:“有些老同志都这么大岁数了,还不退休。”就是这么一句话,惹得王主任十分不悦,原来王主任已经快 60 岁了,每天正在为退休的事犯愁,这时听到李霞的一番话,心中真是别有一番滋味,两人的关系也从此陷入了僵局。

由此可见,我们在开始说话时,一定要分清对象,不能想说什么就说什么,否则会伤害他人,甚至使双方的关系变得紧张,一触即发。



我们谈话时还要注意选择一些双方都感兴趣的话题,这样才能使谈话轻松地继续下去,也是对对方的一种尊重。我们常常会遇到一些口若悬河的人,一开始说话就停不下来,如同开了闸的黄河水一样,滔滔不绝,也不管对方是否对此话题感兴趣,而对方常听得昏昏欲睡,又碍于面子不好说什么。长此以往,想必人人见了此人都要绕道走了。想要收到理想的谈话效果就需要我们恰当地选择话题:

美国记者芭芭拉·华特初遇美国航空业巨头亚里斯多德·欧纳西斯,午餐时趁他与大家谈论业务的短暂空隙,赶紧提问:“欧纳西斯先生,您在海运和空运方面,还有其他方面都取得了巨大的成就,这是令人震惊的,请问您是怎样开始的?”这个话题扣动了欧纳西斯的心弦,他立即同芭芭





青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

拉侃侃而谈,动情地回顾了他的奋斗史,而芭芭拉的采访也取得了成功。

如同很多女士不愿透露自己的年龄一样,我们每个人都有自己的隐私,有些问题是不愿拿出来与人分享的,在谈话的时候,我们就要注意避开这些“雷区”,选择“安全系数大”的话题。对于那些刚刚遭受不幸的人,不要再提及他们伤心的往事,对于失恋的人也不要在他面前大谈“爱情之道”……一些政治性、宗教性的问题也很难处理,我们最好不要在谈话时触及。

除了根据对象选择话题,我们同时也需要根据场合的不同,慎重地选择话题,常常有些不会说话的人“大煞风景”,惹得众人不悦。喜庆的场合,不要谈论伤感的、不吉利的话题;反之,悲哀的场合,不能谈论令人捧腹大笑的话题。其他诸如庄严、肃穆、热闹等不同的场合,交谈时都要慎重选择话题。

谈论对方感兴趣的话题,可以在谈话中增进双方的了解,使我们的谈话愉快地进行。



055 让你的谈话达到最佳效果

德国哲人黑格尔曾经说过：“同样一句话，从不同人嘴里说出来，具有不同的含义。”其实，同一句话，即使是从同一个人的嘴里说出来，也可能因为音调、音质以及面部表情不同，而有不同的含义，给人以不同的感觉。

意大利著名的悲剧家罗西有一次应邀为外宾表演，他在台上用意大利语念起一段台词，尽管外宾听不懂他念的是什么内容，但却为他那辛酸、凄凉、悲怆的语音、声调和表情所感染，大家禁不住泪如泉涌。当罗西表演结束后，翻译解释说，刚才罗西念的根本不是什么台词，而是大家面前桌上的菜单。看完这个小故事，想必我们都不禁莞尔，但是仔细想想，是什么能让罗西的语言具有如此大的魅力呢？如果换成是我们自己，能把一张菜单念得那么生动，甚至让听众泪流满面吗？

怎样才能使我们的谈话达到最佳效果？我们也许做不到像罗西一样，但只要注意一些技巧，我们还是可以吸引广大听众的。

条理清晰 切忌啰唆

主旨明确、内容相关、有条不紊的谈话，容易让人领会，有一种美感；反之，主旨不明、杂乱无章的谈话往往令人费解。青少年朋友中有不少人就存在这样的问题。他们天马行空，说话常常毫无逻辑，想到哪里就说到哪里，常常让听者觉得匪夷所思，“丈二和尚摸不着头脑”。以下是一位同学在电影放映后发表的观后感：“这电影简直就是胡编乱造，谁信啊？那个



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

反派可真够狡猾的,可最倒霉的还是他的女朋友,那么好的人,真可惜!警察也不行,太笨了,要都像他们这样办事,一个罪犯也抓不着。不过一开始我还以为是皮鞋匠杀的人呢!”这样语无伦次,意思模糊不清,难怪大家都不知道他到底要说什么了。

措辞准确 避免误解

有一则笑话,很好地说明了如果措辞不准确,就会闹出笑话来。某人过生日,邀请八位朋友到家里做客。约定时间已经过了,还有两个人没到。主人等得不耐烦了,就说:“怎么搞的,该来的还不来?”六位客人中,有两个人觉得不对劲,耳语:“如此说来,我们可能是不该来的吧!”便悄悄走了。主人摆好饭菜一看,走了两个人,又不满地说:“怎么搞的,不该走的却





走了!”又有两位客人嘀咕:“这么说,我们是该走的了,何必还要赖在这里呢!”于是,这两位也伺机溜走了。主人一看,十分恼火,说:“我又不是说他们俩!”最后两位一听也生气了,对主人说:“既然你不是说他们俩,就是说我们俩了!”这两个人也愤然离席。这则笑话虽然夸张,却充分地说明了说话要注意用词的逻辑性。

巧用比喻 形象生动

比喻人人都会,关键在于要巧用。生动形象的比喻,可以使我们的谈话更加吸引人。

一位演讲家在演讲时说:“男人就像大拇指,而女人就像小拇指。”话音刚落,全场哗然。在场的女士们强烈反对演讲家的比喻。演讲家立刻补充道:“女士们,大拇指粗壮有力,而小拇指却纤细苗条、灵巧可爱,不知诸位女士中,哪一位愿意颠倒过来?”一句话平息了众人的愤怒,大家相视而笑。

由此可见,生动的比喻,不仅能增强语言的说服力,而且能使我们的谈话效果更加明显。



056 交谈也有禁忌

古人云：赠人以言，重于珠玉；伤人以言，重于剑戟。意思是，我们在交谈过程中，一定要注意交谈的内容，要“言谈得当”。即使是相识已久的朋友在谈话中也有相应的禁忌，对于并不太熟悉的社交场合，我们更要注意自己的谈话内容，警惕不要触犯交谈的禁忌。

交谈的禁忌有很多，需要我们在日常生活中不断地总结，针对不同的人、不同的情况交谈禁忌的内容也会有所变化，一般情况下，交谈的禁忌大致有以下几种：

飞短流长 说长道短

很多网站都做过这样的小调查：“少男少女最喜欢/最讨厌的异性形象。”关于男生最讨厌的女生形象，有一条就是：把传播别人私事当“正业”地女孩。喜欢传播别人的“奇闻轶事”的女生，像一个小喇叭一样，不间断地广播，想必这样的女生不仅不受男生喜欢，就连女生们也不喜欢，因为谁知道哪天你的“小秘密”也会被她的“广播”出去呢。

在我们碰到过的人当中，总会有些人喜欢关注一些无聊的琐事，爱打探别人的秘密，有时甚至为了增加他闲谈的资料，增强可信度，还会把这些秘密添油加醋地加工一番，然后广播出去，并以此为乐。我们在与这类人交往的初期，也许还会信以为真，可是时间长了，谁也不愿意再和这样的人深交。长此以往，这些“包打听”“小喇叭”也就会没有了听众，成了孤



家寡人。因此,我们在交谈的过程中,切忌在背后议论别人,尤其是传播未经证实的“小道消息”。

喋喋不休 枯燥乏味

喜爱喋喋不休抱怨不停的人给人的第一印象就是:像开闸放水的黄河一样。这类人对生活总是充满了不平,总觉得上天对他们不公正,张口闭口地抱怨不停,一旦开始就很难停下来。

小王今年研究生毕业,在一家外资企业做中层管理人员,收入与其他同学相比已经是颇为丰厚了,可小王似乎对现状并不满足。下班后,他和老同学小李吃饭,他的抱怨又开始了:我每天的生活真是没意思,真不愿给这些外国人做事,现在生活中只剩下钱了,为了挣这点儿钱连自由都没有了,又不是自己感兴趣的工作,真是没劲透了!小王的话匣子打开之后



就停不下来,他可以喋喋不休地讲上两个小时,令一旁的小李不胜心烦,只能硬着头皮听下去。

在现实生活中,其实每个人都会有烦恼,而别人有什么义务浪费时间听你那破坏心情的过分的唠叨与抱怨呢?所以喋喋不休抱怨的人只能引起别人的厌烦而不是同情。

还有另外一些人,他们对生活没那么多的抱怨,可是他们一说话就没人愿意听,究其原因,并不是因为他们喋喋不休,而是在于他们的谈话内容总是像白开水一样平淡无味,没有一点儿波澜和惊奇。这类人不开口则已,一开口便使人感到厌倦。

小张就是这样一个人,他总是喜欢把生活中的小事像流水账一样讲给别人听,而这些话往往和谈话对象扯不上一点儿关系,真是听得人“欲哭无泪”:“昨天和高中同学聚会,吃了一顿‘东来顺’,别说还真好吃,光是羊肉就有好多种,什么羔羊肉、鲜羊肉……后来喝多了,还是同学送回去的……”这些没有重点、平淡无奇、白开水似的话,很快就让听众失去耐心。

心不在焉 插嘴插舌

做白日梦似乎是我们都曾有过的经历,可是总有一些人喜欢在别人讲话时“神游四海”。正当别人说得兴起的时候,这些人总会突然问道:“你说到哪了?”“你刚才说什么了?”这时说话人一定会觉得兴致全无。

而另一些人则是喜欢在别人说到兴头上时,冷不防“杀进来”。插嘴者有时会把话题岔到别处,有时则是替他人把结论说出,并且常常以此为荣扬扬得意。无论是那种情况,都会让原来说话的人顿生厌恶之感。插嘴插舌是一种不尊重别人的做法。

关于交谈的禁忌其实还有很多,这就需要我们在生活中多多注意,尽量避免触犯这些禁忌。这样,无论走到哪里,你都会成为受欢迎的人。



057 巧妙提问 打开他人的“话匣子”

“善问者能过高山,不善问者迷于平原。”提问在我们的交谈中不可避免,具有举足轻重的地位,并不是只有记者、律师这类经常与“提问”打交道的人才需要学习提问的技巧,青少年朋友在日常生活和社交场合中都可能需要向他人提问,如果提问技巧运用得当就很容易打开对方的“话匣子”,从而使彼此的交流畅通无阻。

提问的方式有很多种,面对不同的人、不同的场合有不同的提问方式。下面向大家简单介绍几种常用的提问方式:

选择型提问

这种提问形式常用于朋友之间,例如约朋友出去吃饭,在不了解对方喜好的情况下,可以采取这样的提问:“咱们是去吃湘菜,还是吃川菜,或者你有什么好意见?”这样的提问,对方很容易回答,也显示出对对方的尊重和双方亲密的感情。

婉转型提问

这种提问方式可以避免双方尴尬,我们的主人公小俊遇到了他心目中的理想对象,但不知道对方是什么想法,多次想表明心迹,又怕被拒绝。后来,小俊试探地问道:“我陪你走走好吗?”这样如果对方不愿意,就会找个合理的理由拒绝,也不会令小俊过于难堪。这种提问方式在双方还不太熟识的情况下很常用。



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

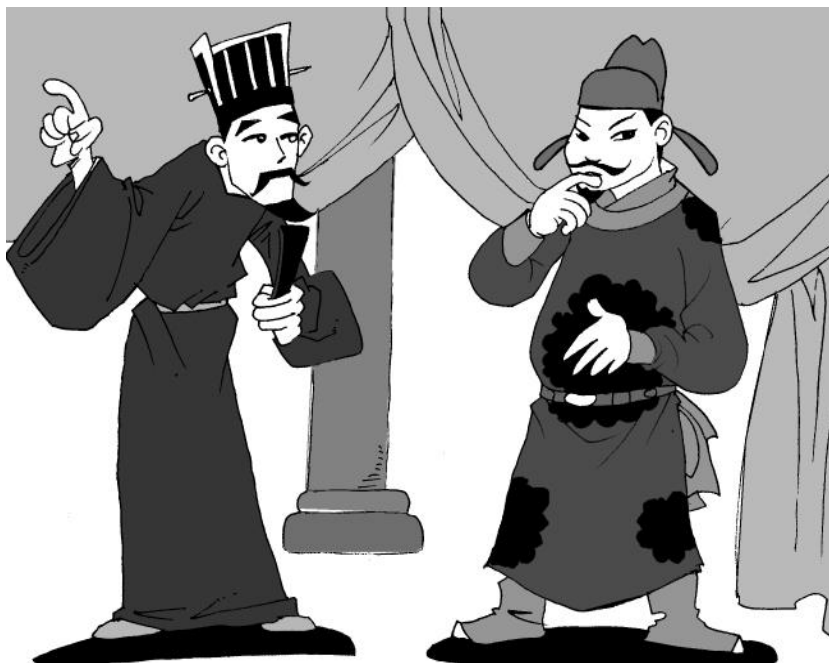
协商型提问

“你看这样写是否妥当”，类似这样协商型的提问在我们的生活中被广泛应用，这样的提问方式给予对方足够的尊重，在与人合作中尤其重要。

我们在交谈中，也常常会用到一些反问，巧妙的反问可以平中出奇，有时甚至可以反败为胜。

讽刺型反问

曾经有这样一则故事，地主在半夜催长工干活：“天亮了，快起来干活。”长工回答道：“等我捉完虱子再去。”地主又说：“天这么黑，能看见虱子吗？”长工反问道：“既然天这么黑，又怎么能看见干活呢？”长工的讽刺反问，使地主哑口无言。讽刺的反问以嘲讽的形式加以辛辣地抨击，使我们在微笑过后进行思考。





肯定型反问

回答者以反问的语气直接明确地表明自己的观点和态度。早在唐朝时期,唐太宗李世民与大臣魏徵的一番对话就为我们提供了这样一个例子。贞观十五年,李世民间大臣:“守天下难不难?”魏徵回答道:“非常难。”李世民又说:“我任用德才兼备的人为官,又听从你们的批评意见,守天下还难吗?”魏徵说:“古代帝王,打天下的时候,注意用人和听从意见,一旦打下江山,只图安乐,不喜欢别人提意见,导致亡国。所以,圣人说‘居安思危’,指的就是这个道理。能说守天下不难吗?”这种反问比正面回答更有力。

提问和反问的艺术,还有很多种,若想真正掌握这些艺术,还需要我们不断地提高语言表达能力以及想象力、思辨力和应变能力。

当然,我们在提出问题的时候也要学会察言观色,从对方的表情中洞察他的态度。如果对方低头不语或是答非所问,你就要考虑换一种提问的方法;如果对方面露难色或是有困顿疲乏之感,我们就要适可而止。

在提问的时候,不要问一些“大而空”的问题,这种空泛的问题往往会对方“摸不着头脑”,不知如何回答。因此,我们的问题要尽量提得细致、具体一些,引导对方的思路,最终得到满意的回答。

最后,我们还要注意在提问时的态度和表情。面带微笑、亲切友好的口气会让对方感到自然舒适,绝对不能用生硬或带有审讯性的口气问对方,这样往往会适得其反,无法得到满意的回答。

巧妙的提问与反问如同一把钥匙,可以打开对方的“话匣子”,使对方向你倾诉心声,让我们学会巧妙地使用这把钥匙,结交更多的朋友。



058 做一个忠实的聆听者

一位名叫兰金的社会学家曾经提出,在人们的日常语言交往活动中,听的时间占 45%,说的时间占 30%,读的时间占 16%,写的时间占 9%。由此可见,听在我们日常生活中的地位十分重要。

与人沟通时,如果只顾自己一人喋喋不休、口若悬河,不顾及他人的感受,是件十分不礼貌的事情。有些人自以为说话水平高,在与人交往的过程中,从来不给别人讲话的机会。聆听是一种礼貌的表现,你认真听取他人讲话,是对他人的一种尊重,同时你也可以从中获得有用的信息,增进相互了解,使人际关系更加融洽。真正的语言高手,自己也许并没有雄辩的口才,但他们一定具有聆听别人讲话的耐心。

善于倾听也是一种良好素养的表现。美国人戴尔·卡耐基说过:“商业言谈并没有什么特别的秘诀,最重要的就是注意倾听对方的说话,这比任何阿谀奉承都有效。这是一个普通的道理,却有着深远的意义,真正认识到这一点并真心去做的人几乎是百里挑一。”在社交场合,善于倾听不仅可以使你获得有用的信息,还可以使你获得他人的信任和好感。

这样的例子还有很多,聆听是一种艺术,聆听的时候也有许多诀窍。

在听别人讲话的时候,不要交头接耳,左顾右盼。要与说话人进行交流,让你的眼神和表情表现出你认真倾听的态度。一定要注视对方,但不要自始至终紧盯着对方的眼睛。适当发出“噢”等回应声,表示自己在认真



听对方讲话,从而激起对方继续讲话的兴趣。即便是你感到不耐烦,也不要打断对方的讲话,可以在对方的讲话告一段落时,表明自己的看法。

与人交流,在一般情况下,身心要处于放松的状态,全神贯注,并随着说话人情绪变化表达出同样的喜怒哀乐的感情。如果对方讲得激情飞扬,你却毫无表情,会让对方觉得你根本没有在听,而觉得索然无味,没有讲下去的热情。

在对方讲话的过程中,通过一些简短的插话和提问,可以暗示你对他的讲话确实很感兴趣,或启发对方引出你感兴趣的话题。

对于我们大多数人来说,减少自己开口的次数,缩短自己讲话的时间,不是一件容易的事。改变我们已有的思维方式,做个善于倾听的人,你会发现,原来听别人讲出自己的心里话,是一件很享受的事情。





059 我有我主张——巧妙表达自己的观点

你是一个勇于表达自己观点的人吗？

你敢于挑战“权威”，说出自己的想法吗？

你在朋友中是一个受重视的角色吗？

如果上述问题，你都能给出肯定的答案，那么相信你是一个有自己的主张和看法的人，也有表达自己观点的勇气。可是，在你说出你的想法以后，是不是受到了大家的重视和认可了呢？如答案是否定的，那你就要认真地思考一下问题出在了哪里。是你的看法总是异于常人让人无法理解接受；还是你在表达自己观点的时候没有掌握好方法，无法取得理想的效果？相信大多数人都是属于后者这种情况的。

在讨论棘手的问题或商量复杂的事情时，彼此有不同的意见和观点，这是难免的。但不同的意见和观点往往是建立在否定他人意见之上的，如果方法不巧妙，很可能会使人处于尴尬境地，甚至得罪了人。那么怎样表达自己的观点才容易被人接受，或是达到你理想中的效果呢？下面几种方法，你不妨试一试。

两分法

用辩证的方法先肯定对方的意见有合理的因素，再提出自己的不同意见。这种方法也是我们用得最多的。郝菊是高一（5）班的班长，李维是班上的卫生委员，学期初在讨论怎样搞好集体卫生时，李维提出一个小组连



着搞一个星期的方案,而郝菊觉得不妥,她是这样说的:“刚才李维提出的意见有一定的道理,也是一种方法,但我认为一个小组搞一天卫生操作起来比较容易。”接着,郝菊提出了具体的理由。郝菊先肯定对方,再提出不同意见,这样显得公正和客观,也容易让人接受,又不伤害作为卫生委员的李维的面子。如果郝菊只是硬邦邦地直说,直接否定李维的建议,很容易形成紧张气氛,使对方难堪,又伤害了同学间的友谊。

商量法

尽量用商讨或询问的口吻,不用命令或过于绝对的语气。当你要表达不同意见时,可先用较温和的口吻来说,这样的话听起来比较舒服,如:“你的意见是这样,我觉得是不是可以那样?说不定那样会更好呢?你再想想。”或者这样说:“我们能不能换一个角度来考虑?你看那样行不行?”先商量,当对方仍坚持己见时,你再用坚定的语气也不迟。商量是尊重人的表现,你非常尊重人家,即使人家不想否定自己的想法,不想接受你的意见,也会充分考虑你的意见,并给以相应的尊重。这样你的意见被采纳接受的几率也会大大提高。

析弊法

用“欲立必先破”来形容这种方法再合适不过了。你要提出不同意见,肯定对人家的意见不满意,对方的意见弊端在哪里呢?你必须好好思考一番,尽可能多找出一些来,你给对方的意见找的毛病越多,否定起来就越容易,一旦对方的意见被否定了,自己的意见被人接受的把握就大了。不破不立,讲的就是这个道理。当然,分析别人意见的弊端要实事求是,要有理有据,不能无中生有,更不能任意扩大。

借助法

借助他人的观点和做法来替代自己的不同意见,即借他人之力达成



自己所望。有时,自己直接说出不同意见比较为难,譬如面对的是老师、长辈或上级。此时,你可借助同类型的、对方也熟悉或已经明确了的事例来替代自己的意见。同类型的,是指性质和类型相同的;对方也熟悉的,往往说服力强。借助法,实际上就是用事实来说话。

为难法

这种方法也被我们广为采用,事实证明,确实是一种比较委婉但很有效的方法。在表达不同意见时,先表现出明显的不好意思和为难情态。当你的意见与对方的意见分歧较大时,在说出来之前,你可表现出犹豫不决或吞吞吐吐的样子,让对方有心理准备,让对方劝你说出来:“讲吧,没关系的,有什么不同意见就直说吧。”此时,你就可以直接告诉对方:“我们一直合作得很好,我这个人也很直率,你也非常痛快,我就不客气了。”待彼此感情沟通后,再说出自己的不同意见。表现不好意思和为难情态,是一种退让,它给对方的是一种宽慰,一种暂时的有利,以便使自己的进攻有了基础,最后达成心理上的平衡。

以上几种方法,相信我们很多人都采用过,如果其中有些方法你还没有尝试过,那么不妨下次拿来用用,也许会收到意想不到的效果呢!



060 恰当赞美有秘诀

心理学家认为,每个人都有自卑的情绪,都愿意听到他人的赞美。善于发现他人的优点,并恰到好处地赞美他人,不仅能很好地鼓舞他人,使人与人之间的关系变得更加密切,同时也是一种拥有良好美德的象征。我们有些青少年朋友,自信心非常强,从不轻易地低头,认为自己是最强的,自然也就不会轻易地赞美他人。当然,充满自信是难能可贵的,但是过于自信就相当于盲目自大;看不到他人的优点,就会给人一种高傲的感觉,影响我们的人际交往。

赞美别人也要讲求技巧,要给人真诚的感觉,过分地恭维别人,不仅给人一种虚情假意的感觉,同时也是在“贱卖自己的人格”。

赞美别人要给人真诚的感觉

赞美要给人真诚的感觉就是要“实事求是”,即在事实的基础上或稍加放大的赞美。对于一位长相普通的女士,如果你赞美她:“您真是美极了。”这样的话不仅会让对方觉得你很虚伪,更会让对方对你产生厌恶的情绪。

赞美从细微处入手

美国社会心理学家海伦·克林纳德认为:正确的赞美方法是将赞美的内容详细化、具体化。其中有三个基本因素需要明确:你喜欢的具体行为,这种行为对你有何帮助,你对这种帮助的结果有无良好的感觉。有这三个



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

基本因素为依托,赞美语才不会空泛笼统,才能给人留下好印象。

理了新发型,换了新衣服等等,每个人生活中都有不少细小的事情发生,而此时赞美一两句,立刻能使对方感到愉悦。比如说:“你这件新衣服真不错。”“新发型真时尚啊!”就事论事,会让他人觉得十分得体,对你产生好感。如果你发现的对方的特色、潜能、优势,是他人甚至是其本人没有意识到的,你的赞美会令对方恍然大悟,不仅能让对方增强自信,而且也不会觉得你是在有意地讨好。

对于那些长相比较普通的女士,与其赞美她的长相,不如把赞美的重点放在她的衣着、谈吐上,这样会让对方觉得更可信,赞美也会达到最佳的效果。

赞美要“赞”到点子上

我们在赞美他人的时候,要寻找对方最希望被赞美的内容。每个人都





有“自我感觉良好”的地方,他们固然希望得到他人的赞美,但是对于自身缺少自信的地方,尤其希望得到他人的肯定与赞美。

露露从升入大学的第一天,就被同学们评为“班花”,不用问,露露确实长得十分美丽。露露自己也知道,从小到大她听到的称赞最多的就是关于她漂亮的外表,对于这样的赞美,露露真是感觉有点儿“赞美疲劳”了。其实在她内心深处最希望听到别人说她“有才华,将来肯定会有所成就”。露露的男朋友就是靠着“别具一格的赞美”才赢得了她的芳心,“在我身上,他总能发现别人发现不了的优点。”露露开心地说。

“雪中送炭”的赞美

最好的赞美不是“锦上添花”,而是“雪中送炭”。最需要赞美的不是那些功勋卓著的人,而是那些处于人生的低谷、内心自卑的人。当他人身处逆境时,一句真诚的赞美可以使他重新振作起来,早日走出困境,大展宏图。

赞美是社交成功的关键之一,青少年朋友要学会真诚地赞美他人,它可以使你的社交之路变得平坦顺畅。



061 学会礼貌地说“不”

多年前的一个小品《有事您呼我》，风靡了大江南北，剧中主人公是一个极好面子，从不对有求于自己的人说“不”的男人，对自己力不从心的事情也是来者不拒，打肿脸充胖子，最后往往是难以收场，狼狈不堪。

在现实生活中，我们周围存在着许多不会说“不”的人。青少年重情义，讲义气，把朋友对自己的请求理解成为“看得起自己”，因此，往往会毫无原则地答应朋友的任何请求，认为这样就是“为朋友两肋插刀”的男子汉。

小刚今年刚刚升入高中，在新的环境里认识结交了很多朋友，为了能搞好同学关系，小刚对朋友的请求可以说是来者不拒，每天都忙于应付各种各样的、种类繁多的朋友请求，学习成绩也是“江河日下”、“一落千丈”，而被同学们“亲切地”称为“有求必应的好好先生”。

“助人为快乐之本”，是人人都熟记于心的一句格言，但是，当别人有求于自己的时候难免会遇到力不从心的情况，而毫无原则不考虑实际情况的应承难免会陷自己于尴尬的境地，处理不当也会有损朋友的情谊。

所以，大胆地说出“不”字，是相当重要却又不太容易的事情。有人喜欢直截了当的拒绝，而有人则需要含蓄委婉的方法拒绝，根据不同类型的人需要采取不同的方式礼貌地说出“不”，清楚地表达自己心中的想法。

启功先生是我国著名的书法家，在上世纪 70 年代末向他求学、求教



的人就已经很多了,以至先生住的小巷脚步声和敲门声终日不断,惹得先生自嘲曰:“我真成了动物园里供人参观的大熊猫了!”有一次先生患了重感冒起不了床,又怕有人敲门,就在一张白纸上写了四句:“熊猫病了,谢绝参观;如敲门窗,罚款一元。”先生虽然病了,但仍不失幽默。

拒绝并不是一件可耻的事情,只要掌握分寸,合情合理,反而会有利于朋友同学间的相处与沟通。如何拒绝别人也是一种艺术,怎样开口拒绝才不会伤害对方,又不会有损朋友间的情谊呢?

不要立刻就拒绝:立刻拒绝,会让人觉得你是一个冷漠无情的人,甚至觉得你对他有成见。

不要轻易地拒绝:有时候轻易地拒绝别人,会失去许多帮助别人、获



得友谊的机会。

不要盛怒下拒绝：盛怒之下拒绝别人，容易在语言上伤害别人，让人觉得你一点儿同情心都没有。

不要随便地拒绝：太随便地拒绝，别人会觉得你并不重视他，容易造成反感。

不要无情地拒绝：无情地拒绝就是表情冷漠，语气严峻，毫无通融的余地，会令人很难堪，甚至反目成仇。

不要傲慢地拒绝：一个盛气凌人、态度傲慢不恭的人，任谁也不会喜欢亲近他。何况是他有求于你，而你以傲慢的态度拒绝，这更是对方不能接受的。

要婉转地拒绝：真正有不得已的苦衷时，要委婉地说明，以婉转的态度拒绝，别人还是会感动于你的诚恳。

要有笑容地拒绝：拒绝的时候，要能面带微笑，态度要庄重，让别人感受到你对他的尊重、礼貌，就算被你拒绝了，也能欣然接受。

要有出路地拒绝：拒绝的同时，如果能提供其他的方法，帮他想出另外一条出路，实际上还是帮了他的忙。

要有帮助地拒绝：也就是说你虽然拒绝了，但却在其他方面给他一些帮助，这是一种慈悲而有智慧的拒绝。

喜剧大师卓别林曾说过：“学会说‘不’吧！那你的生活将会美好得多。”



062 约会迟到很不礼貌

时间,从礼仪学的角度讲,无论是对于悠闲者还是繁忙者,无论在东方还是在西方,都有一定的界域,超过这个界域就会引起他人的不快和反感,就是失礼。尤其是在现代这个讲求效率的社会,时间就是金钱,时间就是效率。鲁迅先生曾经说过:无端的浪费人家的时间其实是无异于谋财害命的。遵守时间,珍惜对方的时间是社交活动中极为重要的礼仪。

在电视里我们常常可以看到大公司的老总们,时间都安排得十分紧凑,秘书会及时地提醒老总的日程安排,上午主持两个会议,下午会见几个客户都是司空见惯的事情。在现实生活中,这样的人不在少数,对于那些非常繁忙的人来说,各种活动都要严格按照时间表顺序进行,如果来访者不能准时赴约,就可能打破人家的整个计划。在去他人家里拜访的时候,也要严格遵守约定好的时间,去得太早,人家可能还没有整理好房间,双方都会感到尴尬;去得过后,会耽误他人的行程安排,或是影响他人的休息。

青少年朋友热衷于各种活动,总有许多约会,经常迟到的人,会给他人造成不好的印象,也影响自己的社交活动。小芳,人送外号“迟到大王”,约会迟到对她来说简直就是家常便饭。一次,小芳约了好友君君、思思下午三点去书店。君君对思思说:“小芳肯定会迟到,我们就三点半在书店门口见吧。”果然,当君君和思思三点半达到书店时,还没有看到小芳的



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

影子,又过了十五分钟,小芳才急匆匆地赶来,并不停地解释说“路上塞车”。君君和思思相视一笑,对于这样的情况,她俩可以说是见怪不怪了,小芳最晚的迟到纪录是“一个半小时”,这次就算是早到了。对于熟悉小芳的朋友来说,与小芳约会自己最好晚到半个小时,因为小芳一定不会准时赴约,“迟到大王”的名声算是实至名归了。

对于像小芳这样没有时间观念的人来说,约会迟到对于他们没有什么大碍,他们常常认为都是朋友,迟到一会儿也不要紧,殊不知长此以往,形成了迟到的习惯,尤其是在工作中,一旦遇到重要的事情可能会造成严重的后果。

青少年朋友一旦决定要参加某个活动,首先要明确活动的具体时间和地点,然后估计行车或是步行到达活动地点所需的时间,并将堵车或是其他偶然事件可能耗费的时间考虑进去。如果到达的时间太早了,应当稍等片刻,等时间到了再进去;如果因故迟到,应向主人说明理由并表示抱歉,必要时还应向其他客人表示歉意。

如果和他人单独有约,但却因故不得不取消,应与对方协商改期进行;如果在赴约途中因故不得不改变计划,应尽早通知对方,并讲明原委,征得对方的理解,无故失约,是绝对失礼的行为。

如果我们接到外国朋友的邀请,一定要给予明确的回答。倘若你决定去,不要按照我们的习惯说“谢谢”,对于外国朋友来说,“谢谢”的表意不明确,他们很难把握你是否会来,因此可能在安排宴会的时候不再考虑你的席位,如果到时候你“不请自来”,双方都会感到十分尴尬。

不论你参加的是正式的社交活动,还是朋友间日常的约会,都不要迟到,在他人面前树立守时的良好形象,珍惜对方的时间,就是珍惜自己的时间。



063 一举一动透露你的小秘密

每个人都有许多小动作,也许我们自己并不在意,但这些小动作,在他人眼里往往有碍观瞻,甚至很不雅观。每一个看似不经意的小动作,都会透露出你的小秘密,因此我们“不可不防”,要时刻注意自己的一举一动,努力改掉一些不雅的小动作。

小文今年大学毕业,开始找工作,虽然她面试了很多家单位,但最后都是无果而终,没有一家公司聘请她。小文很苦恼,在同学眼里,她是一个长得挺好看,学习成绩也不错的学生,没有道理找不到工作啊!后来,一位面试过她的经理真诚地指出了小文的问题所在。原来小文在最初给人的印象还是不错的,但是她的坐姿很不雅观,穿着裙子,两腿分开的角度比较大,令人不得不怀疑她的品格和修养。小文并没有意识到自己以前的坐姿有什么问题,经过这个经理的“指点”,小文在后来的面试中十分注意自己的坐姿,终于找到了一份理想的工作。

一些小小的举动,也许你并没有意识到它的问题所在,但却实实在在地影响了你的形象,所以我们一定要注意。以下这些小动作也许在我们许多人身上都可以找到影子:

两腿交叉的站立——给人一种不严肃的感觉;

双臂交叉抱于胸前——有消极、抵御、抗议之嫌;

双手插入裤袋中——不严肃、一副吊儿郎当的样子;



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

身体不停地抖动——漫不经心、没有教养的感觉；

身体左摇右晃——轻佻、浮夸；

坐在那里跷二郎腿，不停地晃动脚尖——傲慢无理、目中无人；

双腿伸开、伸得老远——不雅观；

双脚藏在座椅下或勾住椅腿——小气、不大方。

这些小动作是不是很熟悉，其中的一些是不是也在你的身上存在？每个人都希望自己是“绅士”与“淑女”，可究竟绅士与淑女是什么样的呢？我们先看看绅士与淑女都有什么样的举止：

绅士

走路的时候，上身挺拔，不乱晃动；

站在那里，挺拔如松，双手自然地垂下，不会手插在裤袋里，也不会抖动双腿；

坐的时候，从不跷二郎腿，更不会抖动脚尖；

没有多余的小动作，不会抓耳挠腮、左顾右盼。

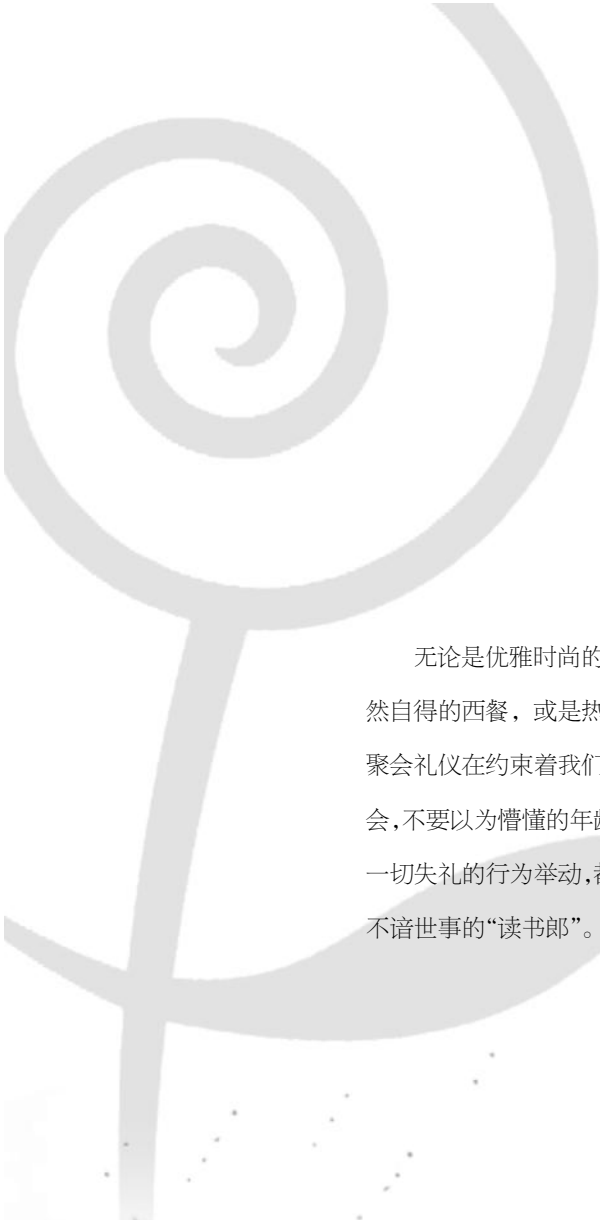
淑女

温文尔雅，走路时步子不会迈得过大；

动作幅度小，不乱摸头发；

礼貌的微笑，不在公共场合放声大笑。

所以，无论在什么场合，我们都要注意自己的一举一动，千万不要让一些不雅的小动作透露出你的秘密噢！



【 聚会篇 】

PARTY CHAPTER

无论是优雅时尚的沙龙派对,或是自在惬意的自助餐会;无论是悠然自得的西餐,或是热闹自由的中餐……总有着许多看不见摸不着的聚会礼仪在约束着我们的行为。青少年朋友有机会参加各种各样的聚会,不要以为懵懂的年龄可以成为我们不得体举动的借口。在聚会上,一切失礼的行为举动,都会令我们的形象大打折扣,即便你还只是一个不谙世事的“读书郎”。在“聚会礼仪”面前,不分年龄,人人平等。





064 带着你的礼仪走进宴会

宴会社交应酬活动的一种重要场合,形式多种多样。无论是舞会、酒会还是日常的聚会,礼仪繁琐复杂,而一些最基本的礼仪则需要我们时刻注意,这既能体现出一个人的素养,同时也是对宴会主人的一种尊重。

前期准备

接到对方的邀请,我们应早日答复对方是否能够出席。要对出席的地点,行车路线,以及路上需要花费的时间做到心中有数,如果计划有变,不能出席应及时地通知宴会主人,讲明原委并道歉。出席一些正式的场合,一般都要求衣着整洁大方、美观得体。女士应化一些淡妆,而男士虽然不用化妆,也应该保证面容、发型干净整洁。

如果你是参加家庭宴会,可为宴会主人准备一些礼品,礼品不一定特别贵重,但要有意义,所谓“礼轻情义重”。特别需要我们注意的是,参加任何宴会都不能迟到。

宴会开始

入席时,不要“捷足先登”或是随便乱坐。应该听从宴会主人的安排,等主人或是主宾就坐后再坐下。入座后,坐姿要端正,不要东张西望“抓耳挠腮”。不要双手托腮,或是将胳膊放在桌子上。在正式的社交场合,即使是天气再热,也不能当众宽衣。

宴会开始后,如果主人要致辞,则应放下手中的餐具,正座聆听。



进餐时,举止要文雅。餐桌上,不要动作过大,更不能用餐具对他人指指点点。使用餐具时,要照顾到邻座的客人,防止“筷子打架”。动作要轻,尽量避免发出碰撞的声音,这一点无论是吃西餐或是中餐都是适用的。

吃相要文雅,将食物小口地送入口中,不可“甩开腮帮子”大吃大喝。碰到带刺、较硬的食物,不要直接吐在桌子上,而是要用餐巾掩住口,用筷子取出,置于碟中,或专用器皿中。

小小意外要泰然处之

我们在用餐的时候,常常会不小心将餐具掉在地上,这时可以要求服务员更换一下。当我们不小心把酒水洒到别人身上,应该马上道歉,并递上手帕或餐巾纸。

了解了这些宴会的基本礼节,将对我们参加宴会有所帮助,当然,我们也要根据不同的宴会形式,掌握不同的礼节,做到“有备无患”。



065 自助餐——“少取多跑”最要紧

自助餐是时下很受青少年朋友欢迎的一种用餐方式。在吃自助餐时，遇上了自己喜欢吃的东西，只要不会撑坏自己，完全可以放开肚量，尽管去吃。不限数量，保证供应，这也许就是自助餐大受欢迎的地方。

自助餐英文为 Buffet，原意是冷餐会、酒会。二战时，自助餐形式被广为引入到美军后方驻地的军用食堂。战后，美国风情成为一种极受欢迎的消费方式，这种美式自助餐也随之传播到世界各地，在我国的一些大中型城市，自助餐也逐步成为一种时尚的饮食文化。

“自己照顾自己”是对自助餐最好的定义。在自助餐会上，省去了点餐的麻烦，没有服务员的打扰，我们可以自由地选择自己喜欢的食物，大快朵颐。但是，在享受自己动手乐趣的同时，并不意味着我们可以因此而“不择手段”。

自助餐的礼节有很多，不能为了吃得过瘾，而将食物狂取一通。严格地说，在享用自助餐时，多吃是允许的，而浪费食物则绝对不允许。这一条，被世人称为自助餐就餐时的“少取”原则。

另一条则是“多次”的原则，是“多次取菜”原则的简称。即我们在自助餐上选取某一类别的菜肴，允许其再三再四地反复去取，每次应当只取一小点儿，待品尝之后，觉得它适合自己的话，那么还可以再次去取，直至自己感到吃好了为止。换言之，这一原则其实是说，在自助餐选取某菜肴



时,去取多少次都无所谓,一添再添都是允许的。相反,要是为了省事而一次取用过量,装得太多,则是失礼之举,必定会令其他人侧目视之。“多次”与“少取”的原则其实是同一个问题的两个不同侧面。“多次”是为了量力而行,“少取”也是为了避免造成浪费。所以,二者往往也被合称为“多次少取”原则。

因为没有记住“多次少取”原则,我们的主人公小谨在众人面前丢尽了脸面。

一次小谨参加同学家里举办的一个小型的自助餐会。在此之前,小谨并没有参加正规的自助餐会的经历,她小心翼翼地开始了自己的首次“自助餐之旅”。但是在用餐开始之后小谨发现其他用餐者的表现非常“随便”,也就“依瓢画葫芦”,像别人一样放松自己了。

让小谨开心的是,她在餐台上排队取菜时,竟然见到自己平日最爱吃





的北极甜虾。于是,她毫不客气地替自己满满地盛上了一大盘。照小谨看来:这东西虽然好吃,可也不能一遍遍地跑来取,否则别人就会嘲笑自己没见过世面了。而且,北极甜虾这么好吃,这回不多盛一些,保不准一会儿就没有了。所以小谨决定来一个“让我一次爱个够”。

然而令小谨脸红的是,当她端着盛满了北极甜虾的盘子从餐台边上离去时,周围人居然个个都用异样的眼神盯着她。有一位同伴还用鄙夷的语气小声说道:“真丢人!”事后小谨才知道,自己当时的所作所为,是有违于自助餐礼仪的。在自助餐上自取菜肴时,应当循序渐进,每次只取一点点。吃完之后,允许一而再,再而三地去取用。可是,若为图一劳永逸,不管三七二十一大装特装一通,在别人眼里,就如同一个“饿死鬼”打劫一样了。

所以,我们在享受自助餐的时候,不能够放任自己,还是需要注意一些自助餐礼仪:

取菜时,一般应该按照顺时针方向排队行进,取完后立即离开,在美食面前徘徊不决,而让他人久等是很失礼的事情。

浪费食物无论在哪里都是不礼貌不道德的,在自助餐会上也是一样,当然自助餐会不同于普通的餐馆,“吃不了兜着走”是万万行不通的。

自助餐让我们在最短的时间里和有限的空间内尝尽各式美食,正是这种难以抵挡的诱惑才吸引着我们乐此不疲,如果在享受美食的同时注意我们的礼节,那么相信你的这顿自助餐之旅一定是美好而难忘的。



066 静静享受咖啡浪漫情调

“星星有多重？”

“八克！”

“为什么呢？”

“你没有听说‘星巴克’吗？”

这个冷笑话在一部分时尚青年中广为传播，在给我们带来欢笑的同时，我们忽然发现“星巴克”的影响已经深入人心，更准确地说，是咖啡已经从一种上层阶级的专属品，变成我们生活中一道美味的“甜品”，深入到我们每个人的生活中了。关于咖啡还有这样一个故事：

1991年“海湾战争”爆发，法国人担心战争会给日常生活带来影响，纷纷跑到超级市场抢购商品，当电视台的采访记者把摄像机对准抢购商品的民众时，镜头里显示的却是顾客们手中拿着大量的咖啡和方糖，一时传为笑谈。

可见，咖啡的魅力非比寻常。我们喝咖啡，品尝的是一种情调，一种文化，浅啜慢饮，才能享受咖啡带来的浪漫气氛。在品尝咖啡的时候，有很多礼节需要注意，尤其是在社交场合，从一个人喝咖啡的举止上，就可看出这个人是否是绅士或是淑女。我们常常能在电视里看到这样的场景：

一个穿着颇为气派的男士，用一只手握着杯子，急不可耐地大口大口地喝着咖啡；而有的女士则用小勺舀着咖啡喝。其实这些做法都是错误



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

的,想以优雅的姿势品尝咖啡,你必须这样做:

咖啡杯的杯耳一般比较小,我们在端拿咖啡时,不要双手握杯,更不能用手指穿过杯耳,而是用拇指和食指轻轻地捏住杯把儿;

喝咖啡时,切忌大口吞咽,也不要俯首就杯,更为不雅的是发出声响;

在给咖啡加糖时,要用糖夹子夹至咖啡碟的近身一侧,再用咖啡匙把方糖放入杯内,如果我们直接用糖夹子把糖放入杯内,可能会把咖啡溅出,弄脏衣服和台布;

有的人喝咖啡时常常没有耐心,直接用嘴去把咖啡吹凉,这样是十分不雅的,正确的做法是用咖啡匙搅拌使之冷却,或是耐心地等待它自然冷却后再饮用。另外咖啡匙是专门用来搅拌咖啡的,饮用咖啡时,要把咖啡匙放在杯盘上,不能留在杯内,更不能像上面那位女士那样用咖啡匙一勺一勺地舀着喝;

我们通常会在喝咖啡时吃一些点心,但不要一手拿杯一手拿点心,边吃边喝,这样非常有碍观瞻。

现如今,咖啡文化可以说是一种很成熟的文化形式了,世界各国喝咖啡的方式不同,但对咖啡的热爱却是一样的:

在奥地利的维也纳,咖啡与音乐、华尔兹舞并称“维也纳三宝”,可见咖啡文化的意义深远。

在意大利有一句名言:“男人要像好咖啡,既强劲又充满热情!”把男人等同于咖啡,这是何等的非比寻常。

约上三五个好友,静静地品尝咖啡,享受冬日午后暖暖的阳光,这样的生活怎一个“惬意”可以形容!



067 中餐讲究知多少

中国是一个礼仪之邦，中式饭菜作为中国传统文化的一个重要组成部分，也有许多用餐的礼节需要我们注意。尤其是参加正式宴会时，一举一动都需要我们“多加小心”。

在参加正式宴会入席时，不要捷足先登，随意乱坐，要等主人或主宾入座后再坐下。就座后，坐姿要端正，不要双手托腮或将双臂支在桌子上。不要随意摆弄餐巾和餐具，要避免一些不合礼仪的行为举止，如：随意脱下上衣，摘掉领带，卷起衣袖；说话时比比画画，频频离席或挪动座椅；头枕着椅背打哈欠，伸懒腰，揉眼睛，弄头发等。这些都是十分失礼的举动，要尽量避免。

餐具摆放

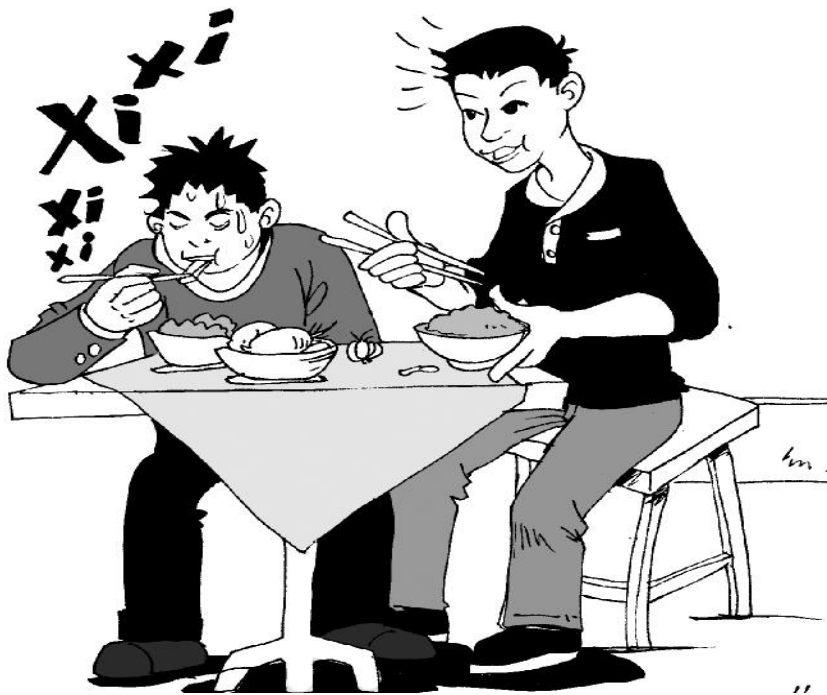
西餐中使用的刀叉很多，也有一定的顺序。同样，中餐的餐具也有各自摆放的规矩。中餐使用的餐具主要有：杯、盘、碗、碟、匙、筷等几种。在正式宴会上茶水杯要放在菜盘的左上方，酒杯放在右上方，筷子放在专用的筷架上，汤匙放在小碟子里，餐巾或餐巾纸叠成花型插在杯中或是平放在菜盘上，备用的公用筷和汤匙放在专用的托盘上。另外餐桌上一般还备有调味料和牙签。

筷子是中餐中最主要的餐具，和西餐的刀叉一样，使用筷子也有很多讲究。有很多人一旦吃得兴起，常常“得意忘形，忘乎所以”。



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST



小张大学毕业后顺利地进入一家国有企业工作，同事间相处得十分融洽，常常在一起聚会。小张也是聚会的常客，可是每每吃到兴起时，小张就会“忘乎所以”，把筷子当成了道具随意挥舞，“张牙舞爪”的样子让周围人都不得不“退避三舍”。他还常常用筷子敲打碗碟，或是用筷子指点他人，虽然大家都知道他并无恶意，可是总觉得不自在。大家都说：“聚会就是小张的个人秀时间。”

在用餐过程中，筷子的使用有很多讲究。在正式的宴会上，筷子一定要放在筷架上，放在碟子或碗上很容易碰掉。如果你不知道吃哪道菜，切不可将筷子在各菜碟间来回飞舞，犹豫不决；更不要把筷子当成叉子用，或是用筷子推动碗碟。当然，用舌头舔食筷子上的附着物是十分不雅观的，也影响了其他客人的食欲。



享用美食应多注意

餐盘的转动一般以逆时针方向为宜。如果他人正在转动餐盘,你不可逆向旋转,僵持不动是十分尴尬的。更不可用手固定住餐盘不停地夹自己喜欢的食物,这样做不仅十分失礼,更让他人轻视你。

在夹菜时,要等到菜肴转到自己面前再动筷子,不可抢在邻座前面夹菜。一次夹菜不要过多,也不能把桌上的菜一次性“夹个够”,这么做,你自己是省了事,可却让其他在座的人“大跌眼镜”,实属不雅。如果不小心把菜掉在了桌上,不可将其再放回菜盘中。邻座夹菜时要注意避让,防止筷子“打架”。

用餐时要注意我们的“吃相”。吃的时候要闭嘴细嚼慢咽,不要发出咀嚼和咂嘴的声音。中国人喜爱喝汤,在喝汤时要用公用汤勺舀到自己碗里。不可用汤匙在汤碗里来回搅动。喝汤时,也不要发出不雅的声响。

进餐过程中,如果吃到鱼刺骨头之类,可用餐巾或手掩口,用筷子取出放在盘碟里,不可直接吐在桌上。剔牙时,要以手遮口,不能用筷子替代牙签剔牙。

用餐结束后,可以用小毛巾或餐巾擦擦嘴巴,但不宜擦拭额头、颈部,更不可“肆无忌惮”地当众打饱嗝儿。

了解了这些中餐礼节,在下次参加宴会时,相信你得体的举动一定会为你增加不少好感度,赢得众人的青睐。



068 莫把西餐当中餐吃

近些年来,人们吃腻了传统的菜肴,纷纷把目光转向了国外的食品,韩国餐馆、日本寿司店,甚至是泰国、马来西亚这些东南亚地区的餐馆也悄悄地出现在了我们的身边,而这其中,西餐是比较早进入中国的。西餐厅给人的感觉不像中餐馆那么人声鼎沸、热闹非凡,而是给人一种惬意、优雅、安静的用餐环境。西餐厅的灯光柔和,常常配有轻柔的音乐,来这里享用美食的人往往被这优雅的环境所感染,人也变得安静了许多。因此,有许多人喜欢与朋友去西餐厅就餐。

如同西餐使用刀叉、中餐使用筷子一样,西餐和中餐在许多方面都有差异。出席、享用正式的西餐宴会,并不是一件轻松容易的事情。宴席过程中的一举一动、一颦一笑都必须掌握必要的礼仪分寸。这可以体现我们良好的礼仪修养。因此,在享用西餐之前,我们应该掌握一些出席、享用西餐方面的常规礼仪。

就座

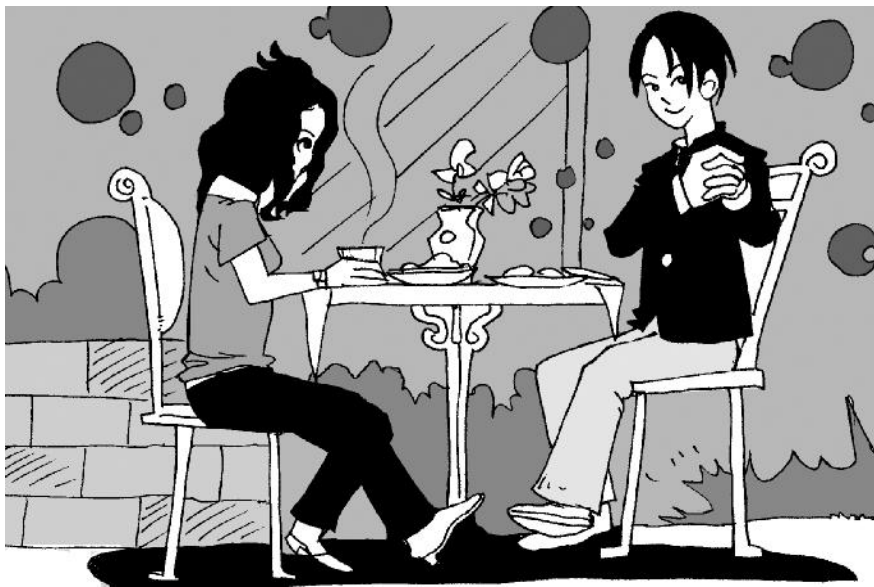
西餐的座位排列与中餐有相当的区别,中餐多使用圆桌,而西餐一般都是用长桌。如果是男女二人同去餐厅,女士要坐在男士的右边,男士还应注意不要让女士坐在人来人往的过道边。如果是两位同性就餐,那么靠墙的位置应该让给其中的年长者。另外,我们还要注意西餐的一个规矩:每个人入座或离座时,要从座椅的左侧进出。



餐具使用

使用西餐餐具,一般是左手持叉,右手持刀。西餐所使用的刀叉很多,一般的摆放顺序是根据上菜的先后次序从外到内的。用过一道菜后,服务员就要将相应的刀叉撤走。所以,在你享用西餐的同时,千万不要手忙脚乱地弄乱了刀叉的顺序,否则到时餐具不够用或使用不上,甚是难堪!

使用餐刀切食物时,尽量避免餐刀撞击盘子发出声响,食物应该吃一块切一块。另外,餐刀是专门用来切割菜肴的,切不可图省事直接用刀将



食物送进嘴里,在用餐时,嘴唇不碰及叉齿是最为标准的。

一手拿刀,一手用餐巾,或是一手拿刀,一手持酒杯都是不雅的吃相,更不能挥舞着刀叉和朋友聊天。

如果你在用餐中途需要放下刀叉,应将刀叉在垫盘上放成八字,注意:一定要刀口朝内,刀尖朝下,表示你将继续享用这道菜。否则,服务员有可能将这道菜撤走。如果你已经吃完某道菜,应将刀叉平行摆在菜盘



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

上,注意刀口向内,刀尖向上,等待服务员将其撤走。

西餐用匙也很有讲究。喝汤时,要用右手持匙,左手扶盘或端碗,由内向外朝餐桌中心方向舀取汤汁。喝汤时,不要使劲吮吸,以免发出不雅的声音。如果汤太热,不要用嘴吹,要等汤放凉了以后再喝,喝完以后,应将汤匙放在盘内,注意匙心向上,匙柄放于右边边缘。

细节关乎礼节

面包是西餐的主食。吃的时候要将面包掰成小块吃。不要用嘴直接啃整块面包。如果需要涂抹黄油、果酱,应先用手将面包掰开,再用专用的小刀抹在面包上,然后再吃。

在喝饮料时,应先用餐巾擦一下嘴,然后再喝,不能在塞了满嘴食物时喝酒。同时,最好将进酒量控制在自己酒量的三分之一,以免酒后失态。如果主人提议干杯,大家应自觉起立,当主人要致辞时,应放下餐具,坐好聆听。

如果席间不得不打喷嚏、咳嗽时,应转身用手捂住嘴鼻,并向邻座表示歉意。在用餐过程中不宜在众人面前用牙签剔牙。为了防止发生食物喷出的不雅现象,嘴里含有食物时最好不要说话。有人为你夹菜,一般不要拒绝,实在不要,可以用手示意表示够了,切不可用手捂住碗碟,或是干脆藏于桌下、身后。

西餐的礼仪还有很多,可以说细致入微。也许你觉得这样吃饭实在是很不“自由”,这也许正是西餐的魅力,它不同于中餐觥筹交错的热闹,别有一番雅致的情趣在其中。



069 茶餐厅中的茶文化

饮茶在我国有着悠久的历史,早在西汉时期人们就开始饮茶。唐宋年间,饮茶风吹遍江南大地。亚洲小天王周杰伦曾经创作了一首关于茶的歌曲,歌曲中提到了中国古代的“茶圣”陆羽和他所著的《茶经》。由于该书的传播,与茶相关的茶道也开始形成并流行开来。《梦粱录》中记载“盖人家每日不可缺者,柴、米、油、盐、酱、醋、茶”,可见茶已经成为我们日常生活中必不可少的生活用品。

如同西方人喜欢喝咖啡一样,饮茶几乎成了我们每日必做的功课。尤其是在中国的南方,人们已经形成了早晨喝早茶的习惯。还有一些对茶有特殊爱好的人,甚至会专门地抽出时间去品茗,研究茶道艺术。正是由于有如此悠久的历史,形成了在正式场合喝茶的专门的礼节。青少年朋友在逐步接触社会的过程中,难免会参加一些茶会,去专门的茶餐厅品茶,甚至是参加品茗。因此,我们需要简单了解一下品茶的礼仪。

在酒吧喝酒时,我们常常穿着休闲随意,酒吧也是张扬个性的地方,我们可以在酒吧里看见各种装扮的人。而茶的本性是恬淡平和的,因此,品茗礼仪要求着装整洁大方,女性切忌浓妆艳抹,大胆暴露;男性也应避免夸张怪诞,如穿乞丐装等。除了仪表整洁外,还要求举止庄重得体,落落大方。

茶是灵魂之饮品,以茶载道,以茶行道,以茶修道,因而茶中无道就算



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

不得“茶道”。不懂品茗技巧,也不理会饮茶养性的作用,亦算不得“茶人”。

在参加茶会时会用到跪式鞠躬礼。分为站式、坐式和跪式三种。根据行礼的对象分成“真礼”(用于主客之间)、“行礼”(用于客人之间)与“草礼”(用于说话前后)。“真礼”以跪坐姿势为预备,背颈部保持平直,上半身向前倾斜,同时双手从膝上渐渐滑下,全手掌着地,两手指尖斜对,身体前倾至胸部与膝盖间只留一拳空当(切忌低头不弯腰或弯腰不低头)。稍作停顿慢慢直起上身,弯腰时吐气,直身时吸气。“行礼”两手仅前半掌着地,“草礼”仅手指第二指节以上着地即可。

品茗过程中使用频率最高的礼节是伸掌礼,表示“请”与“谢谢”,主客双方都可采用。两人面对面时,均伸右掌行礼对答。两人并坐时,右侧一方伸右掌行礼,左侧方伸左掌行礼。伸掌姿势为:将手斜伸在所敬奉的物品旁边,四指自然并拢,虎口稍分开,手掌略向内凹,手心中要有含着一个大气团的感觉,手腕要含蓄用力,不至显得轻浮。行伸掌礼同时应欠身点头微笑,讲究一气呵成。

叩指礼是从古时中国的叩头礼演化而来的,叩指即代表叩头。早先的叩指礼是比较讲究的,必须屈腕握空拳,叩指关节。随着时间的推移,逐渐演化为将手弯曲,用几个指头轻叩桌面,以示谢忱。

这里还有一些表达美好祝福的礼仪动作,最常见的有:

凤凰三点头。用手提壶把,高冲低斟反复三次,寓意向来宾鞠躬三次,以示欢迎。高冲低斟是指右手提壶靠近茶杯口注水,再提腕使开水壶提升,此时水流如“酿泉泄出于两峰之间”,接着仍压腕将开水壶靠近茶杯口继续注水。如此反复三次,恰好注入所需水量,即提腕断流收水。

双手回旋。在进行回转注水、斟茶、温杯、烫壶等动作时用双手回旋。若用右手则必须按逆时针方向,若用左手则必须按顺时针方向,类似于招



呼手势,寓意“来、来、来”表示欢迎。反之则变成暗示“去、去、去”了。

放置茶壶时壶嘴不能正对他人,否则表示请人赶快离开。

斟茶时只斟七分即可,暗喻“七分茶三分情”之意。俗话说“茶满欺客”,茶满不便于握杯啜饮。

中国茶道推崇茶人的神韵,即茶人应具有外观形象美和气质美。我国茶人在长期的茶事活动中,借助佛教修行的“五调法”来修炼自己。

调身:茶人在茶事活动中要求坐有坐相、站有站相、走有走相,如:坐姿端正,腰板直立,肌肉放松,目光祥和,举止从容。

调息:呼吸要轻细而匀实,做到不粗、不喘、不乱。

调心:目定意闲、驱除杂念,排除干扰,做到心“不散”(不想与茶无关之事)、“不浮”(不浮躁不定)、“不沉”(不昏昏沉沉,无精打采)。

调食:饮食适度,吃有吃相。

调睡:不贪睡,不失眠,作息有序。

茶人通过“五调”就可以进入“心斋”、“坐忘”的境界,得到大智大慧、超越自我、明心见性、陶冶情操等人格的修炼与完善。

品茗后,应对主人的茶叶、泡茶技艺和精美的茶具表示赞赏。告辞时要再一次对主人的热情款待表示感谢。



070 生日会上的礼节

生日,是我们每个人的节日。在这天,我们可以吃蛋糕、吹蜡烛、收礼物,与好友家人共同庆贺,实在是一件开心无比的事情。但是别忘了,你的生日也是你母亲的“受难日”噢!

现在很多人过生日都会和家人一起庆祝,或是约上三五个好友为自己庆贺。在生日晚会上,“寿星”当然是当仁不让的主角。生日蛋糕当然也是绝对不可缺少的生日礼物。让我们来看看“寿星”小织的生日派对。

小织今年十六岁,准备在家中举办一个简单的生日派对,她邀请了自己的同学参加。为了过一个难忘的生日,小织在客人到来之前就将自己的房间布置一新,挂上了漂亮的气球和彩带,准备好了食物和饮料,自己也换上新衣服,只等同学们的到来。

当然,小织的同学们也很准时,每个人都精心准备了礼物,一句句“生日快乐”让小织心里乐开了花。客人到齐后,小织的生日派对正式开始。

生日蛋糕与生日蜡烛是必备的。同学兼好友丽丽为小织准备好了生日蛋糕,并插上了代表 16 岁生日的 16 支蜡烛。大家齐动手点燃了所有的蜡烛,灯光熄灭后,只有点点烛光和张张笑脸,温馨而浪漫。小织的同学们齐声唱起《生日快乐歌》,小织也默默地许下了生日愿望,然后吹灭了蜡烛。小织亲手把蛋糕切开,送给了在场的每一位同学。在大家的要求下,小织表演了第一个节目,之后同学们也表演了自己的“拿手绝活”……生日



会在开心热烈的气氛下结束了,小织把同学们送到了门口,一一道别。相信这个生日是小织永生难忘的,因为不仅有生日蛋糕、蜡烛、礼物,更重要的是有同学们真诚的友谊。

小织的生日是一个“标准”的生日派对,因为生日晚会要注意的一些礼节小织和同学们都做得很好。

生日晚会的程序

首先,点燃生日蜡烛,来宾向生日主人致祝词,并向他敬酒,生日主人应向来宾致答谢词。生日蛋糕上所插的生日蜡烛的个数要同生日主人的年龄相对应。20岁以下可用1支蜡烛代表1岁。20岁以上者,可用1支大蜡烛代表10岁,1支小蜡烛代表1岁来表示年龄。

其次,众人齐声唱《生日快乐歌》,生日主人应在歌声中用一口气把点燃的生日蜡烛全部吹灭,接着,由主人分发生日蛋糕。最后,大家可共同表演一些活泼轻快的节目。客人一般不要中途退场。

生日晚会结束后,生日主人应将来宾送至门外,并再次向大家表示感谢。要是寄生日贺卡的话,应在生日晚会之前寄达。



071 宴请外国朋友礼节多多

我国是文明古国、礼仪之邦，中华民族素来热情好客。孔子曰：“有朋自远方来，不亦乐乎？”表达了人们对朋友到来的欢愉喜悦之情。中国人讲究待客之道，往往宾主尽欢，宾至如归，如沐春风。双方礼尚往来，相互走动，关系日益紧密，感情日渐加深。随着国际间的交往越来越频繁，宴会的客人也不再仅仅是自己的同胞，外国朋友也成了我们的“座上客”。关于宴请外国宾客，我们需要注意的礼节更多。让我们先来看一个笑话。

据说在大清年间，李鸿章宴请外国人吃饭。

中午吃饺子。老外是一个个急得抓耳挠腮，用筷子就是夹不上饺子。李鸿章一看，“怎么办呀？这不是要外国人没有面子吗？老佛爷一定会说我办事不力的！唉！算了，丢下我的老脸，用手抓吧！”老外一看，哦，原来也可以这么吃的，于是一个个赶忙用手抓着吃饺子！

到了下午，改吃面条了。老外这回学精了，都先不急着吃，先看看李鸿章怎么办。李鸿章一看见老外现在的样子就想起了中午吃饺子时的情景，忍不住笑了起来。这一笑可不好了，面条从鼻子里喷出了半根。老外全部惊呆了！这怎么学呀？这长长的东西是怎么从嘴里吃进去再从鼻子出来半根的呀？

看完这个笑话，我们来看看现代宴请外国宾客的礼节。

官方活动，除男女主人外，还要有少数其他主要官员陪同主人排列成



行迎宾,通常称为迎宾线。主人要陪同主宾进入宴会厅,等待全体客人就座,宴会即可开始。

一般的正式宴会都有主客致辞,各国安排讲话的时间不一致。可以在热菜之后甜点之前由主人讲话,接着由客人讲话。当然也可以一入席就发表致辞。冷餐会和酒会讲话的时间则更为灵活。

用完水果,主宾和主客起立,宴会即告结束。

主宾告辞,主人要送至门口。主宾离去后,原迎宾人员依次排列,与其



他客人握手告别。

如果你是在家中宴请外国客人,则相对比较随意。不用设迎宾线。客人到达后,主人主动上前握手,把客人迎进屋内。

至于招待外国客人的食物,则有很多的讲究。

英国有句谚语是:“你的佳肴,他的毒药。”意思就是说,此物对你是美



味,对其他不爱吃的人就像毒药一样。在为外国客人准备菜肴时,一定要考虑外国客人的口味和禁忌,不要想当然地认为你喜欢吃的东西,外国客人就一定会喜欢,一定要考虑外国客人的口味和习惯,切不可强加于人。

一次,洋洋请了几个在补习班认识的外国同学来家里做客,为了一尽地主之谊,洋洋花了不少心思在饭菜上,还特意从饭店里买来了海参,想让他外国朋友也尝尝。不料,这道在洋洋看来是最好吃的菜,却遭到了外国朋友的一致冷遇,大家都拒绝吃,洋洋实在是搞不懂这么美味的食物怎么他们外国人都爱吃呢?

很多中国人爱吃海参,认为是“海味八珍之首”,广东人有“无参不成宴”之讲究,但是大多数西方人却不喜欢这道菜,在他们看来海参“形似小老鼠,味道如胶皮,实在难以接受”。西方女士更将海参称为海洋毛毛虫,觉得看起来就很恐怖,更别提吃了。

一般而言,外国客人特别是西方客人,不愿吃动物的头、尾、蹄和内脏,不愿吃宠物尤其是狗和猫。但事情总有例外,比如,法国人就爱吃牛尾汤和猪蹄,韩国人爱吃狗肉。所以,我们为外国朋友准备饭菜时,还要事先了解一下外国朋友的喜好和禁忌,避免像洋洋一样“费力不讨好”。

有些外国朋友吃不惯中国菜,我们就要准备一些西餐。另外,西方人喜欢饭后吃些甜点和水果,这些也需要我们事先准备好。



072 “沙龙”——高雅的聚会

“沙龙”是法文 Salon 的音译,法文原意为“会客室”、“客厅”。17 世纪末期至 18 世纪,是西欧贵族和资产阶级社交集会的一种形式。他们通常借某些私人客厅谈论文学、艺术和政治等问题。后来,就把有闲阶层的文人雅士倾谈的场所叫做“沙龙”。到了现在,沙龙已经逐步形成成为室内社交聚会的一种形式。

沙龙的种类:

社交性沙龙:由较熟识的朋友、同事结成的定期或不定期的聚会,如同乡联谊会等。





青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

学术性沙龙:由职业、兴趣相同或相近的人组成的,以探讨某一学术问题为主要目的。

应酬性沙龙:以接待来访者、谋求增进了解和友谊为目的,如接待客人来访的座谈会、茶话会、舞会等。

文娱性沙龙:以联络感情和相聚娱乐为目的,如家庭音乐会等。

综合性沙龙:兼有多种目的,促进人们自由交谈,增进了解,如酒会、家庭晚宴等。

在我国,把凡是能扩大交际范围的各种各样的定期室内聚会统称为沙龙。信息交流、学术讨论、自由漫谈,都可以成为沙龙活动的内容。虽然沙龙聚会形式比较自由、随便,但毕竟是聚会,仍应当讲究必要的礼仪。

首先应当明确聚会的时间、地点等,并让每一个参加者都知道。赴会的人,要按时到场,不要太早也不要迟到。来时可带鲜花或其他小礼品。穿着要得体,穿衣服不一定要讲究料子,但一定要熨平整,干净利落。如果衣服皱皱巴巴,歪歪扭扭,只能给人以邋遢的印象。男士要注意外衣、衬衣和领带颜色的调和。女士的衣着当然就更要讲究整洁悦目。参加不同类型的沙龙,着装也要与其相适应。正如你不能穿运动服出席交响乐演奏会,也不能穿着晚礼服去观看球赛。

交谈真诚

沙龙是展示个人修养、结交新朋友的重要社交形式,所以,交谈务必真诚。在交谈之前,要对自己所说的话作一番思考,要言之有物,言之有理,紧紧围绕主题,防止空洞无物,信口开河,想到哪儿说哪儿。不能为了哗众取宠,故作惊人之语。不要自以为是,滔滔不绝,睥睨一气,以免弄巧成拙,在众人面前失态。交谈有适度的幽默和风趣是必要的,可以活跃沙龙的气氛,但不要说庸俗的俏皮话或讥讽性言语,也不可违心地对别人进



行肉麻的吹捧。

要尊重别人,不要轻易打断他人的发言,插话时要礼貌地说一声“对不起”。

举止文雅大方

沙龙是一种重要的社交活动,我们要保持乐观开朗、生气勃勃的精神面貌。文雅大方、彬彬有礼的举止有助于树立良好的形象,赢得大家的信任、友谊和尊敬。有的人常把不拘小节、不修边幅作为洒脱的体现,殊不知小节不拘失大礼。比如,随地吐痰、当众抠鼻子、挖耳朵等举止,看似很小的动作,却是有伤大雅的,显得粗俗不堪。因此,在这样的社交场合,应该私下处理一些不雅的小事情,尽量避开众人的注意。

只有做到了这些最基本的礼仪要求,才能为你树立良好的公众形象,赢得大家的信任,获得更多的朋友。



073 参加派对的礼仪

许多年前,派对一词对我们来说还很陌生,但是随着时代的进步,派对也逐渐走进我们的生活。那么参加派对有没有需要注意的礼节呢,答案当然是肯定的。

细节体现风度

参加派对时,男士一定要体现出绅士风度。有些细节一定要注意。进大厅时,男士一定要走在女士前面,替女士开门,待女士进去之后才进去。如果乘电梯,进的时候男士要先进,出的时候后出。坐下之前,如果身边有女士,一定要先给女士移动凳子,然后再坐。

用餐时,如果和别人同时看中了某样点心,一定不要和别人争抢,要懂得礼让。如果和女士站在一起,拿饮料时,要帮助女士拿饮料。吃东西时不要发出太大的声音。和其他人交流的时候,声音不要太大,以免影响旁人交谈。

交谈的话题很重要,要选择对方感兴趣的话题,不要一开始就去要别人的电话。常用的话题有旅游、电影、上网、音乐等,一般在谈话结束时要对对方的电话比较礼貌。如果对方婉言谢绝,不要强求。

交谈时,出于对女性的尊重,要保持一定距离,最好不抽烟。说话时要看着对方,如果东张西望,是对别人不尊重。如果想提前结束谈话,最好委婉一些。



优美的坐姿

派对上,女士们最怕穿着礼服坐下去,站起来之后礼服就变得褶皱不堪。因此,为了避免出现这样不雅的情况,坐下时应该用手轻轻地压一下或撸一下礼服裙摆的后面。使其坐下后,处于完全平整的状态。当然,坐下后臀部一定要安分守己地待在一个地方,千万不能时不时地来回移动。

另外,双腿摆放的方式也是影响美观的关键。正确的方法是将双腿交叉,小腿呈一边倾斜的姿势,关键是小腿交叉时一定不能太用力,如果挤出小腿上多余的赘肉就不太雅观了。

打招呼

如果你没有携带同伴出席派对,那么进入派对以后,第一件事就是寻找认识的目标。这时候,你就会遇到第二个社交礼仪——打招呼。

当你认识的人身处遥远的地方时,千万不能大声地招呼对方,应当慢慢地走到对方身边。这时,不应该用手重重地拍对方的肩膀或拉扯对方。一般来说,比较熟悉的朋友之间可以轻轻地抱一下、碰一下脸颊。另外,两个女生之间打招呼往往会出现夸张的姿态,除了踱小碎步以外,还会使用一些象声词,如“哇”、“啊”、“咿”等,这些都是不高贵、不大气的表现,在派对上应当尽量避免。

喝香槟

参加派对,现场总会有一些香槟、果汁等饮料,这时候需要注意些什么礼仪呢?

当碰到你口渴很渴,服务生却离你很远的时候,千万不能大声地叫他,一定要等服务生自己送上门来,或自己委婉地走上前去。一般来说,派对上服务生所走的路线都经过专门的培训,绝不会有疏忽遗漏的角落,所以别急,等服务生询问:“小姐,需要来杯香槟吗?”再优雅地伸出手来拿吧!



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

拿香槟的手势也是表现派对礼仪的一个细节,正确的方法不是用整个手掌握住杯壁,而是用纤细的手指轻轻地捏着杯把,这样不仅优雅,手的温度还不会破坏香槟原本的口味。

此外,在喝香槟时,许多女生涂抹的唇油或唇蜜很容易沾到杯口,很不雅。这时,有个小技巧可以帮你化解这一难题。利用舌尖,瞄准你要下口的位置,轻轻地舔一下即可,然后喝上一口香槟,你会发觉口红印并不是那么明显。另外,控制酒量也很重要,千万不要让自己成为红脸的关公,这样先前的优雅就白费了。



聊天内容

派对不仅是个秀场,更多的还是一个轻松、休闲的场所。所以在派对上,聊天应当以生活化的内容为主,比如:“你最近在忙什么?”“做什么运动?”“等会儿要不要去吃点儿东西?”因为派对本是一个让人放松心情地方,不需要聊一些比较沉重或深入的话题,这样反而会使派对变得沉闷,没有生趣。

进食礼仪

派对上除了会提供一些饮料以外,还会有一些精致的一口小食品。要认识到派对上的食物并不是为了让你吃饱的,而是让你在喝酒前先垫一垫肚子,不至于马上喝醉,所以记住千万不能贪吃哦!

当服务生拿着品种多样的小食品走到你面前时,先决定你选择哪一



个再下手,千万不可以东挑西拣,否则太失礼了。

聊天语言

我们常常会看到这样一个场景:在一个聚会里,两个同乡用方言叽哩咕噜地说着,其他人根本插不上话。“他乡遇故知”的确是人生一大乐事,能与同乡说两句故乡话当然很好。但是在社交场合里,到底应不应该用方言与同乡交谈、联系感情呢?答案是否定的。众所周知,社交场合是拓展人际关系的最佳舞台,通过它,你可能结识来自不同背景的朋友,并借此丰富自己的知识、开拓视野。在这样一个舞台上,人人都该扮演一块磁铁,竭尽所能去吸引他人,同时又放开胸襟去被吸引。试想一下,在聚会上,一种你听不懂的语言在你耳边萦绕,你是否会有一种不被尊重的感觉。而且若用方言论及隐私的话题,那更是严重触犯了国际礼仪的禁忌。方言无罪,使用有理,但要看场合而定。如果是同乡会聚餐,讲方言有助于凝聚力,说说倒无妨!反之,若在一般聚会场所,大家最好学会尊重别人,使用共同的语言。作为白领更应该警惕,别在团体中孤立别人,否则到头来被孤立的绝对是你自己。

应对尴尬

派对是个热闹的交际场合,常常会遭遇一些尴尬的事情。其中经常遇到的一大尴尬是,一个面孔熟悉的陌生人跑上来与你打招呼,你却怎么也想不起来他究竟是何方人物时,尴尬的状况就会发生。

应对以上尴尬场面,首先应保持冷静,千万不能流露出一不认识对方的神情,因为这样会显得很没有社交礼仪。你可以通过一些技巧性的交流方式,帮助自己恢复记忆。

掌握了这些派对社交礼仪,相信你会成为派对上的“礼仪先生”或“礼仪女皇”。



074 同学会——巩固你的人际圈

人的一生会更换许多环境,认识许多朋友,但有趣的是,我们大部分要好的朋友都是我们的同学,从同学到朋友,同学情加上朋友义,这种友谊是相当牢固的。我们走向社会后也会结交很多的朋友,但是很少有能够推心置腹的,也许是社会环境的问题,也许是我们自身的问题,我们越来越不愿轻易地交出我们的真心。因而,在上学时期结交的朋友就成为了我们一生中最宝贵的财富。走上社会后,我们依然保持着联系,同学会就是我们联系情感的纽带。参加同学聚会是一件轻松惬意的事情,虽面对的是我们多年的老同学,但基本的礼仪还是不能马虎的。

守时

其实参加同学聚会和商务洽谈在“守时”这一点上是一致的。有些人认为,大家已经是老朋友、老同学了,迟到一会儿无所谓。也许你喜欢成为万众瞩目的“焦点人物”,但是迟到让大家等待是非常失礼的事情。如果当时确实有事要晚到,要及时打电话给聚会发起人,说明情况并表示歉意。当然,一定要说清楚自己抵达的时间。

忆旧

“怀旧、忆旧”是同学会的主题,同学们聚在一起,肯定会畅谈往事。但是当我们想回顾一段自己觉得很有意思的往事来助兴时,不可毫无顾忌地夸夸其谈,在开口前要想一想,提起这段往事会不会让在场的某位同学



感到尴尬或不自在,如果是这样,那么还不如不讲。同样,如果有外人在场的情况下(如同学的朋友、配偶等),不要轻易乱喊小时候互起的绰号,说一些他人当年的“糗事”,也许表面上乐呵呵的同学,在心里已经开始“诅咒”你了。

同学会上的话题并不是“百无禁忌”,有些需要我们回避的话题千万不能随便拿出来当谈资。

饮酒

同学聚会时,很多人信奉“感情浅,舔一舔;感情深,一口闷”。于是在许多同学会上总会有些人喝得酩酊大醉。其实,喝酒可以调节气氛,但一定注意要有所节制——如果醉酒闹事,不但会让大家扫兴,而且还会成为同学的笑柄。

聚会致辞

同学毕业多少年之后,相约搞一个正规的聚会,看看昔日同学的变



化,听听同窗挚友的奋斗历史,谈谈彼此间的友情,表示一下美好的祝愿,这是很有意义的事情。有聚会,必然就有聚会致辞,因为聚会致辞不仅可以表达自己的心愿,还可以活跃气氛。

关于聚会致辞有一些需要注意的地方:

要有恰当的称呼。恰当的称呼,一是可以引起同学们的注意,二是能够使同学们一下子回忆起昔日共读的情景。同学聚会致辞的称呼一般有下列几种:“各位同学”、“同学们”、“亲爱的同学们”、“各位同窗好友”、“各位老同学”等。

要有一个简单的开场白。致辞总得有个开场白,或营造氛围或沟通感情或引起下文。要注意的是开场白必须简洁、朴实、真切,不能哗众取宠。

正文部分要有实在的内容。聚会致辞要有实在的内容,不能海阔天空,空洞无物。重点要突出两方面:一是对往事的回顾,往事很多,不能面面俱到,而是要高度概括,重点说明同窗之情的浓厚;二是赞扬同学们在各自的岗位上所取得的成绩,可先总括,再点明几位比较突出的。

要有一个祝愿未来的结尾。同学聚会致辞一般以提出希望祝愿未来的话语作结,以勉励同学们在今后的人生道路上奋发上进,取得更大的成绩。

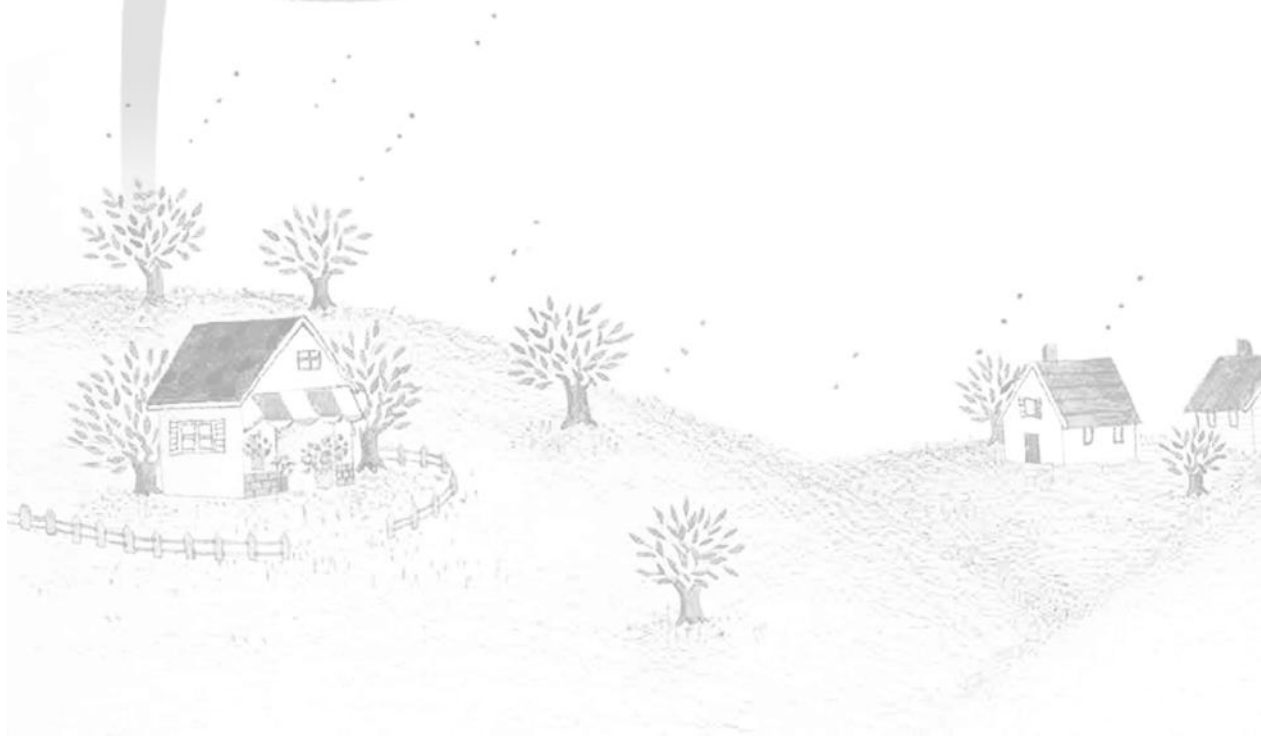
上述四个要求是演讲者必须注意的问题,这四项要求就是同学聚会致辞的框架。同时还要注意演讲礼仪的一般性特点,如注意礼节、文雅别致、短小精悍、以情感人等,只有这样才能做出精彩的同学聚会致辞。



【仪容仪态篇】

APPEARANCE AND MANNER CHAPTER

爱美之心人皆有之,得体的仪容仪态,可以提高我们的形象分。青少年朋友在穿衣打扮上也有各自的一套心得体会,他们追求时尚的穿衣风格,不愿与人雷同。人们眼中的青少年总是那么充满活力,宛如色彩鲜明的调色盘。然而,追求时尚与众不同,并不代表我们可以“恣意妄为”,青少年朋友在仪容仪态方面也必须遵循一定的规矩,这样既可以体现出青少年阳光健康的年龄特点,同样也会让他们看起来更加靓丽、帅气又不失时尚的气息。





075 优雅的妆容之美

俗话说：“三分人才，七分打扮。”美容化妆可以使我们看起来更加健康、有魅力，同时也是提高自信的有力手段之一。“没有丑女人，只有懒女人”。这句话虽然不太准确，但有一点是可以确定的，即化妆可以掩饰你的不足，突出你的优点，让你整个人看起来朝气蓬勃，光芒四射。

喜剧电影《花田喜事》中吴君如扮演的女主角，为了讨好老公，也精心地化了妆，只是这妆化得实在是不敢恭维。惨白的脸庞，厚重的粉一跑起来只往地上掉，血红的大嘴，黑黑的眉毛，使她整个人看起来像女鬼一样，这样的妆容也只能把人吓走了，谁还敢轻易靠近。当然这些都是电影中虚构夸张的内容，在现实生活中，我们当然不可能把自己画得像鬼一样。可是，大街上也随处可见一些没有掌握化妆要领，妆容让人不敢恭维的女生。差劲的化妆，不仅不会为你增添光彩，反而会使你看起来别扭，不和谐。

妆容与服饰

正确的化妆不是凭空而来，要根据服装的颜色款式来决定妆容的基本色调。眼影、腮红、口红的颜色不能“信笔由缰”，喜欢什么颜色就画什么颜色，而是要根据服装的颜色来定。

穿着橙色调系列的服装时，眼影可用米色、茶色、橙色、褐色等，面颊可使用棕红系列，口红用橙色系列。



穿着玫瑰色系列的服装时,眼影可选用黄色、桃红、粉红、玫瑰红系列,面颊及口红宜选用玫瑰红系列。

穿着黑色系列的服装时,化妆的色彩搭配范围比较广,大部分颜色都容易与黑色相配。如果是深棕色、深蓝色等深色服装,可根据色彩的冷暖性质来选择相应的化妆色,一般宜淡不宜深。如淡红色的面颊、浅棕色的眼影。

妆容与年龄

化妆可以使我们看起来更加年轻,这也是许多人毕生所追求的。但是,人在每个阶段都有这一年龄段特殊的美。如孩童的天真烂漫,少女的纯情可爱,中年的成熟大方,老年的端庄稳健,得体的妆容可以使你看起来更加健康、年轻,但是如果一味地追求年轻,而忽视了自己的实际年龄,可能会适得其反、不伦不类;相反的,如果过分追求成熟美,而拼命掩盖自己的年龄,这样的化妆可能会让人觉得别扭,而毫无美感。

阿紫今年二十二岁,长相颇为





甜美,大家都说她有明星相。阿紫也颇为得意,常常会刻意地模仿一些明星化妆,涂上厚厚的粉底,擦上浓重的眼影和口红,把自己打扮得比实际年龄成熟好几倍。可是,她这样的化妆让人看了总觉得不舒服,男朋友也总是觉得她的妆容过于浓烈,反而喜欢她素面朝天的样子,更加的清纯、自然。

其实,像阿紫这样年轻的女孩,完全没有必要把自己打扮得那么成熟。时下非常流行的透明妆会更适合年轻的女孩,若有若无的妆容,透出女孩特有的青春气息,宛如微风拂面,清新自然。如果要出席一些晚会或是聚会,可以稍加修饰,把自己装饰一番,但也不要画得过于浓重,过犹不及就是这个道理。

妆容与身份

不同的身份要配合不同的妆容,如果你是“统领三军”的公司老板,则化妆要显得庄重大方;如果你是招待人员,则不要浓妆艳抹,妆容要自然亲切,不要留下过浓重的痕迹。

好的妆容,可以更好地体现自己的职业特点,配合我们各自的工作。性格开朗的女生或是运动员,化妆要尽量表现出轻松活泼的格调;职业女性,则要表现出自己干练、沉稳的风度;教师、法官、律师的妆容则要简洁明快,清淡素雅……

如果你对自己的长相不是很满意,又没有勇气通过美容手术彻底地改头换面。没关系,只要你了解自身的需要,掌握化妆技巧,一样可以通过化妆换一幅面孔,变得更加年轻,容光焕发。



076 巧用发型变幻自我

发型对一个造型的重要性相信是不言而喻的,以前简单的理发、剃头已经演变成了今天的发型设计、美发顾问;理发店也从当年的街边小店演变成了今天规模颇为庞大的专业美容美发机构;从单一的剪发,到今天洗、染、烫等多种手段,发型种类已经变得千姿百态。大家都在用独具特色的发型创造只属于自己的个性风采。但是,不是所有的好看的发型都适用于我们每一个人,根据各人不同的脸型和不同款式的服装,发型也应该有相应的变化。一个绝佳的发型不仅能提升你的个人魅力,还能为你的社交增分不少,让你成为真正的“社交女王”。

发型与脸型

椭圆形脸型是每个女生梦寐以求的脸型,椭圆形的脸型不仅秀气,而且适用于各种发型;

中国女孩中,圆脸的占很大比重,圆圆的脸像向日葵一样可爱阳光,但是,又总是给我们带来不少困扰。从发型上说,就有很多限制,为了使我们脸看起来不那么大,我们可用发型来弥补。如,将头发垂直梳下来,利用头发遮住两颊,可减少两颊的宽度;如果你是喜欢烫发的美眉,则不要选择碎小的波浪,而要选择大波浪,这样可以使你的脸看起来小巧一点儿。

如果你是“不幸”的“国字脸”,也不要犯愁,一样可以用发型来弥补。小圆十分不喜欢自己的“国字脸”,觉得不论怎么打扮都差强人意,与自己



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

的名字简直是截然相反,为了能弥补自己脸型上的不足,小圆特意咨询了美发师,剪了一个新的发型。果然,换了新发型的小圆让人眼前一亮。发型师用头发修饰小圆的下巴和额头,缩小了脸的宽度。而“刘海”则往太阳穴方向梳,有效地遮盖了小圆的方正的额角。小圆的头发并不长,到下巴处,正好用两额垂下的头发遮住了下额。这样一来,小圆真的像换了一个人,原来的“国字脸”真的不见了。



菱形脸的女孩可用蓬松的“刘海”遮住额角,使额角看起来更宽,头发遮住颧骨,增加脸型的柔和感。

倒三角形脸可将头发往上梳,这样会显得头部稍长,可适当地增加两侧头发的分置,尽量使之蓬松,尽量遮住过宽的额角。与之相反的大脸型,就不能梳过于蓬松的头发,而要使头发伏贴在脸颊两侧,以减少脸的宽度。

发型与发质

如果你的头发又直又黑,想烫成卷发,则最好选择大号发卷,梳理成



略带波浪的发型,这样会使你的头发显得蓬松自然,尽显迷人风采;

头发细而柔软的你,短发和烫发最适合你,这样会显得朝气蓬勃;

如果你的头发比较稀疏,则最好不要留长发,可以选择把头发烫成细密的小卷,这样会让你的头发看起来比较多。

发型与服装

参加晚宴等比较正式隆重的场合,我们会穿着礼服,这时,发型也有一定的要求,不能像平时那样随便散下来,应将头发作相应的造型。选择什么样的发型,要与你的礼服款式、你的脸型气质相配。最常见的就是把头发盘在脑后,这样会显得比较高贵典雅,十分适合宴会的气氛;

喜爱运动的美眉,在运动时可以将头发扎成辫子,或是束在脑后,这样会显得有精神,极富运动气息;

在职场中,许多女性需要穿着小西装,西装给人的感觉是端庄整洁。因此,我们的发型也要与之相配合,要梳得端庄、大方,不要过于蓬松、前卫,这样可以给人一种干练、精明的形象。

如果你很少光顾美发店,那么不妨去改变一个发型,给自己换一个心情,也给周围的朋友一个小小的惊喜吧!



077 小小配饰还需巧用

帽子、项链、戒指、耳环、墨镜、胸花、还有款式多样的包,是我们扮靓自己必不可少的配饰。尤其是爱美的女孩子们,在她们的百宝箱中肯定少不了这些小小的配饰,有的甚至多到可以开一家小小的饰品店。而一向看来不拘小节的男孩子们,近些年来似乎也喜欢上了这些配饰,帽子、墨镜自然是男孩子们的首选。一些过去是女孩子们专属的饰品现在也被他们“据为己有”,像戒指、项链甚至是耳环,都被男孩子们巧妙地派上了用场。其实,只要搭配得当,不论是男孩还是女孩,不论是耳环、戒指还是帽子、墨镜,都可以戴出自己的个性与风采,成为“万众瞩目”的焦点。当然,这些配饰的选择与佩戴也关系到礼仪,尤其是在正式的社交场合,配饰的选择与佩戴同服装发型一样重要。

造型的佳品——帽子

帽子作为我们造型的佳品,受到男女老少的欢迎,无论是材质、色彩还是款式,可以说是应有尽有,甚至是无奇不有。我们在选择帽子的时候,不仅要照顾款式,更应该注意色彩、大小、高矮与自己的肤色、体型、身材的关系,尽量让帽子发挥扬长避短的作用。

以前歪戴帽子被认为是街头“小混混”,现在帽子有的要正戴,有的却必须歪戴,才能取得最佳的视觉效果。需要歪戴的帽子如果被我们戴正了,恐怕就会缺少一种味道,甚至有些“傻”。一般来说,正戴帽子会显得比



较庄重严肃,使脸型显得更加丰满、端庄;而歪戴帽子则显得活泼妩媚,也会让我们看起来更加清瘦俏皮。

当我们参加各种活动,或是上门做客时,进入室内场所都应脱帽,并视情况脱掉大衣、雨衣等。男士在室内的时候,不能戴帽子和手套;而女士的手套、披肩等,作为礼服的一部分允许在室内穿戴。

酷酷的墨镜

原本是用来遮挡阳光的太阳镜现在被我们广泛运用在生活中,成为一种修饰五官的饰物,有时候我们即使不把墨镜戴在脸上,也会用在其他地方做造型。

无论是谁,只要戴上墨镜,就会凭空生出几分神秘感,显得严肃、深沉。墨镜的颜色与款式选择恰当会衬托你的脸型和肤色。

墨镜在材质、颜色、款式上千姿百态,我们在选择的时候要慎重,要考虑自己的脸型、肤色、发型等因素,重视整体效果。

佩戴墨镜的礼仪规范是:参加室内活动时,不要佩戴墨镜。在室外,遇



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

有礼仪活动时也不要佩戴墨镜。如患有眼疾必须要戴墨镜,则应该向主人或客人说明情况,在与人握手、说话时应摘下墨镜,等到离别时再戴上。

小小手提包

女性的小手提包是出席正式场合时重要的饰物。精美的手提包使人赏心悦目,可以在动态中显示出女性独特的魅力,自古以来就受到高雅女性的青睐。小型手提包面料、款式应有尽有,选择手提包的原则是小巧、新颖、别致、协调、装饰性强。

挂肩型手袋比小型手提包稍大一些,带子长一些可挂在肩上,是女性出席正式或非正式社交场合的既美观又实用的装饰品。

戒指佩戴有讲究

戒指是男生和女生共同的朋友,无论男女都可以佩戴,但是戴在哪个手指上却大有文章,传递出的信息是不同的,需要我们格外地注意。

一般来说,戒指戴在食指上,表示尚未恋爱,正在求偶中;戴在中指上,表示已有意中人,正在恋爱中;戴在无名指上,表示已正式订婚或已结婚;而戴在小指上,则表示誓不婚恋,笃信独身主义。由于戒指的不同佩戴有不同的含义,我们在参加正式活动时一定要严格区分,以便正确把握自己,了解对方,避免失礼。

另外,常用的耳环和项链的佩戴也有相应的讲究,最重要的是要与自己的脸型、肤色和服装相协调,还要注意所在的场合。掌握了这些要点,相信你可以游刃有余地佩戴这些饰品,为你增添无限光彩。



078 服装搭配有讲究

在现代,服装具有越来越强烈的个性特点,一个人所穿的服装往往能传达出性格、爱好和心理状态等多方面的信息。俗话说:人靠衣装马靠鞍。合适恰当的服装搭配,不仅可以弥补你自身的缺陷不足,甚至可以改变你在他人心中固有的形象。而糟糕的穿着,则可能使你整个人黯淡无光,即使是天生丽质,也会遮住你自身的光芒。

色彩搭配

从视觉效果上讲,服装的色彩在人的知觉中是最领先、最敏感的。一位世界知名的时装设计师曾经说过:“色彩不仅可以完全改变一个女人的外表,而且可以完全改变她的气质,不管她是演员还是家庭主妇。”

近些年来,一个新兴的行业受到了很多人的欢迎,它有一个时髦的名称:色彩顾问。就是专门为他人提供穿衣化妆方面的色彩搭配服务。色彩顾问师会根据你的肤色、气质、体形等为你提供专业的色彩顾问服务,让你的服装色彩搭配更加合理,丰富你的穿衣哲学。

根据色彩明暗度的不同来搭配,可以形成一种和谐的美感,但我们还要注意深浅色的衔接不能太生硬,要尽量过渡得自然。

相近的颜色

如橙色与黄色、蓝色与绿色的搭配等,在搭配时要在明暗度或鲜艳程度上加以区别。



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST



相排斥的颜色

红配绿、黄配紫等相排斥的颜色搭配多年来是服装搭配的一个禁忌，一旦搭配不好，就会使整个人显得“不协调”，怎么看都觉得别扭。但随着“混搭风”的流行，红配绿、黄配紫再也不是“老土”的象征，只要搭配得当，就会收到意想不到的效果。

肤色与服装颜色

服装色彩能影响甚至改变人的肤色在他人感官中的印象。人的肤色会因服装色彩的不同，给他人的感官带来微妙的变化。生活中我们会发现，有的颜色会使人的皮肤显得更黄、更黑；而有的颜色则会使人的肤色显得红润有光泽，整个人也因此变得更加精神抖擞、朝气蓬勃。因此，我们在为自己选择服装的同时，要注意服装颜色的选择。皮肤黄且偏黑的人，忌用大红色、黑色、紫色等深色调的颜色，可以选择白色、黄色等暖色调，当然粉色还是不要轻易尝试。



量体裁衣

人的身材有高矮胖瘦之分,穿衣服的时候,不要看见漂亮的衣服就忍不住花钱购买,还要考虑自己的体形是否适合这套衣服,否则就会将你的体形不足暴露无遗。

胖胖的体形

女孩子们常常会为自己偏胖的体形发愁,除了减肥这个方法以外,还有没有更好的办法让自己看起来更苗条呢?如果你的身材偏胖,就要选择一些剪裁流畅、柔和、带有流线型线条的衣服,避免穿一些紧身的或带有水平线条的服装,这样的衣服只会让你看起来更加肥胖。

瘦瘦的体形

身材过瘦的人可以选择设计上有很多层次的服装,这样可以很好地掩饰你消瘦的身材,太窄太紧或是像水桶一样的服装最好不要轻易尝试。

高个子

选择线条流畅的服装,但不要选用有垂直线条的衣服,色彩上可以选择一些较为鲜艳的服装转移你“过人的身高”。

矮个子

身材较矮的人也没有必要自卑,可以从服装上着眼,使你的身材看起来更高。带有垂直线条的服装,有很好的拉伸效果,避免穿水平线条的服装。女孩子们喜欢穿靴子,这时裙摆就要盖过靴口,裤脚也要盖过鞋口。

男孩子总是不明白女生为什么对服装这么着迷,其实原因很简单,穿衣打扮有很多学问,也充满了奥秘。另外,男孩子也可以认为是“女为悦己者容”,这样一来就可以为约会迟到的女孩子找到一个合理的解释,因为女孩子们面对成堆的衣服不知该如何选择而耽误时间是在情理之中的。



079 着装因场合而改变

英国前首相撒切尔夫人曾经说过：“衣着美丽整齐，使人看了有赏心悦目之感……个人的服装可以衬托出这个人的气质。”

美国的行为学专家迈克尔·阿盖尔曾经做过一个实验：他本人以不同的衣着打扮出现在某市的同一地点。当他西装革履、风度翩翩地出现时，所有向他问路、问时间的人，大多数是彬彬有礼的绅士阶层的人；当他破衣烂衫、蓬头垢面出现时，接近他的多半是流浪汉、无业游民等。

日本著名推销大王齐藤竹之助在他的自传体专著《高明的推销术》中说：“服装虽不能造出完人，但是初次见面给人的印象 90%产生于服装。”

现代社会，相信大多数人都十分清楚服装对我们的重要性。服装的含义已经远远超出了御寒，更多的是为了美化我们自身，或是方便我们的行动……由此也衍生出了不同场合、不同功用的服装，我们日常的穿着也应该随着场合的变化而改变。

实际上这是一个很简单的问题，我们在个人活动的场合，如家中往往会穿着随便舒适，无论怎样也不会妨碍别人；在公共场合，我们自然要穿着整齐干净，整洁也是对我们最基本的要求。在一些正式的、职业的场合，对服装的要求往往更加严格，来不得丝毫的马虎。

社交场所

比较正式的社交场合对服装的要求比较严格，随随便便的穿着不适

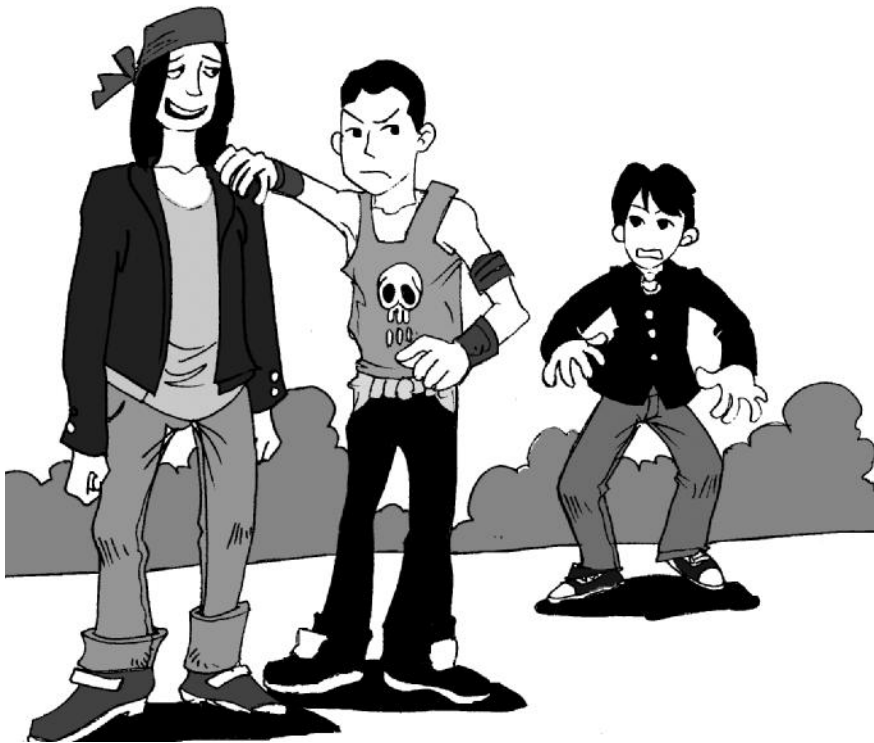


合气氛颇为正式的场合。即便是你穿着休闲服身在其中,恐怕也会吸引来众人异样的目光,让你如坐针毡。

一般在正式的社交场合,男士应穿着深色的、质地好的西装,可以根据不同的活动主题选择合适的领带;而女士一般需要穿着一些做工精细、合体的礼服,可以配合服装选择一些饰品或是手袋。

职业场所

大多数人都过着朝九晚五的生活,即我们所说的上班族。职业的不同对着装的要求自然也有所区别。有些工作没有统一的职业装,但是整洁干净是最基本的要求。对于那些有统一着装要求的职业来说,着装就不仅仅是干净整洁这么简单了。职业装可以显示出某个职业的与众不同之处。服装设计师的着装永远是走在时代的最前沿,新潮时尚,他们常常会一天换





青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

一件衣服,每天都是新鲜的;而作为园丁的教师,着装上就不能走前卫路线,他们的服装要符合教师的职业特点,要整洁舒适;银行、保险等职业则要求男士着西装,女士穿职业套装;护士、医生也都有各自的职业装。总之,不同行业、不同工种都有各自的着装要求。

运动场所

生命在于运动。越来越多的人在业余生活中喜欢出去运动一下,从羽毛球、乒乓球这些简单的运动,发展到现在的网球、壁球、保龄球、高尔夫球、骑马等运动,我们可以选择的运动种类越来越丰富。运动时的着装有一个基本的要求,就是要舒适、便于活动。而一些运动则有着自己的着装要求,比如骑马,有专门的骑马装;网球、高尔夫球也各有自己的一套服装。我们在参加这些活动的时候,要提前准备,避免措手不及,扫兴而归。

娱乐场所

诸如音乐会、歌剧、交响乐这类的娱乐活动,对着装的要求较为严格,尤其在国外,一般要着正装。背心、拖鞋这样不雅的着装是极为不合适的。在一些休闲娱乐场所,如歌厅、舞厅我们则可以选择一些轻松休闲类的服装,在这些场合穿得过于死板严肃反而会被视为异类。

现实生活中还有很多具体的场合,对服装的要求也不尽相同,我们要灵活掌握,根据场合的不同选择合适的服装。



080 男生——魅力无法挡

很多人认为爱打扮只是女生的专利，男生若是过于注重外表就是一种自恋。这样的思想早已落后于时代，是不可取的。现代社会，男生也要注意自己的外表和穿着。

保持面部清爽干净

女孩子们都知道，护肤的第一步是要清洁皮肤，如果清洁做得不到位，之后的任何护肤步骤都不能收到理想的效果，只能是事倍功半。更有甚者，如果皮肤没有得到很好的清洁，长此以往，脸上容易长痘痘。男生们





青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

现在也要注意这一问题,清洁皮肤是人人该做的。常听到很多男生抱怨自己的“女生缘”不好,当然这是由很多因素造成的。但是,相信没有一个女生愿意和一个不注意自身清洁,每天都一副脏兮兮模样的男生走得过近。现在市面上也有很多品种的男士专用的面部清洁用品,是专门针对脸部比较爱出油男生的。当然在洁面后,也要随之注意保持脸部的清爽干净,多余的油脂可使用吸油面纸。这样一个脸部清爽干净的男生,即使长相不帅,也一定拥有大群的“粉丝”。

当然男生们只要保持面部的清洁就足够了,无须像女孩子那样进行过多的修饰。多余的修饰无异于画蛇添足,涂脂抹粉就更没有必要,这样会让你的男子气概大打折扣,甚至会显得不伦不类。

男生也要穿出自己的品位

虽然男式服装比起款式多样、颜色鲜艳的女式服装要显得简单一些,但是,这并不意味着男生就可以不注意自己的穿着打扮。男生着装也要符合身份。如果你要到一家公司去面试,那么是否必须要穿西装打领带?其实很简单,如果你是个白领,要跳槽,那为了表示你的训练有素,就要穿套装去。但是如果你还是学生,着装则要朴实无华,自然而然,和你学生身份相称足矣,没有必要打扮得花枝招展,风度翩翩。

“有味道”的男生

很多男生都希望自己更具阳刚气,充满豪放的魅力,做一个“有味道”的男生,这无可厚非。但是有些男生却把这里的“味道”误认为男性由于生理特征所散发出来的“味道”,就大错特错了。

男性的汗腺一般都比较发达,出汗后会有一股酸臭味,尤其是在炎热的夏季,在人群密集的地方这种味道常常令我们避之不及。而有的男生却把这种味道理解成为男人特有的“魅力”而不注意自我清洁,这种想法真



是让人哭笑不得。很多男生都热衷于运动，而且大部分还是一些比较激烈的运动，像足球、篮球等。很多男生都很喜欢运动过后大汗淋漓的感觉，但是“你喜欢并不代表我也喜欢”，女生们对男生浑身的汗味就很有意见。有的男生在运动过后，带着满身的“香汗”就去上课，试想一下，在教室这个相对封闭的空间里，人数众多，一个男生身上的汗味我们可以忍受，但是如果是一群男生，那



恐怕就难以忍受了。因此，男生们最好能勤快一些，在运动完后洗个澡，换身干净的衣服再赶去下一个活动，这样会让彼此都觉得神清气爽。

如果上述的几点你都做到了，那么你现在只要注意自己的精神面貌，做到表里如一，积极向上，对生活充满信念，你就是一个“魅力”男生了。



081 女生——穿出你的魅力

“云想衣裳花想容”，相对偏于稳重单调的男生着装，女生的着装则亮丽丰富得多。得体的穿着，不仅可以显得更加美丽，还可以体现出一个现代文明人良好的修养和独到的品位。

随着社会的发展，人们现在的穿着在某些情况下已经不再仅仅是个人的事情，能否穿出自身的魅力，关系到我们的人际交往。穿衣打扮已经逐步发展成为一门艺术，每个人都有自己独特的穿衣哲学，不过并不是每个人的穿衣哲学都是符合自己风格的。在大街上，我们总能看到一些穿着入时，但是却总有些别扭的时尚女郎，问题也许就出在她们自己身上。

女生着装要注意一个 TOP 原则。TOP 是三个英语单词的缩写，它们分别代表时间(Time)、场合(Occasion)和地点(Place)，即着装应该与当时的时间、所处的场合和地点相协调。

时间原则

“T”原则，即时间原则，穿戴服饰要注意时代性、四季性、早晚性，不同同时段的着装规则对女生尤其重要。青少年朋友大部分时间都是在学校度过的，学习是我们最主要的任务。关于穿什么样的衣服，其实很简单，如果学校要求穿着校服，那我们也不用费心去挑选衣服；如果无须穿校服，那么就选择一些符合学生身份的服装即可。无须过多的装饰，也不要夸张造型，只要干净整洁，能体现出青少年朋友蓬勃向上的精神状态即可。当



然,服装的舒适性也很重要,要利于我们日常的学习和参加体育锻炼。时间原则,就是要求我们根据时间的不同改变我们的服装。青少年朋友在课余时间,则可以让我们的爱美之心解放一下,穿上美丽时尚的衣服自由地呼吸。当然,过分的夸张或走异类路线还是不可取的。另外,服装的选择还要适合季节气候特点,春夏秋冬四季不同,我们的服装也要随时变化。

场合原则

“O”原则,即场合原则,衣着要与场合协调。这个原则其实也很容易理解:上学时,我们要穿着校服或是整洁的服装;听音乐会或看芭蕾舞,则应按惯例着正装;参加朋友聚会、郊游等场合,着装应轻便舒适。试想一下,如果你参加朋友的野炊聚会,却一身礼服,穿得十分正式,大家都会觉得你迂腐、俗气、不合时宜,甚至对你敬而远之。同样的,如果以便装出席





青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

正式宴会,不但是对宴会主人的不尊重,也会令自己颇觉尴尬。

地点原则

“P”原则,即地点原则,服装要随着地点的变化而变化。青少年朋友如果是在自己家里接待客人,则可以穿着舒适但整洁的休闲服;如果是去拜访老师或是长辈,则要穿得略为正式些,这样也是对所要拜访的人的尊重。外出时要顾及当地的传统和风俗习惯,如去教堂或寺庙等场所,不能穿过露或过短的服装。

另外,我们在着装时,还有一些细节需要注意。

整洁平整

服装并非一定要高档,但必须保持清洁,穿起来就能大方得体,显得精神焕发。在学校里常常会见到一些学生,虽然穿的是校服,乍一看没有什么不雅,但仔细一看,她们身上的校服简直可以和“乞丐装”一较高下了。脏兮兮的一看就是好久没有洗过了,有的衣服上还破了好些洞,看起来实在是不雅。其实,保持整洁并不完全为了自己,更是尊重他人的需要,这是良好仪态的第一要务。

色彩技巧

不同色彩会给人不同的感受,如深色或冷色调的服装让人产生视觉上的收缩感,显得庄重严肃;而浅色或暖色调的服装会有扩张感,使人显得轻松活泼。因此,青少年朋友可以根据不同需要进行选择和搭配。

配套齐全

除了主体衣服之外,鞋、袜、手套等的搭配也要多加考究。如袜子以透明近似肤色的或与服装颜色协调的为好,带有大花纹的袜子不能登大雅之堂。正式、庄重的场合不宜穿凉鞋或靴子,黑色皮鞋是适用最广的,可以和任何服装相配。



【 业余生活篇 】

SPARETIME LIFE CHAPTER

丰富多彩的业余生活,是我们保持精神活力的“秘密武器”。虽然每个人的生活不尽相同,但生活中的礼仪却是一样的,无论是“饱经沧桑”的社会人,还是青春懵懂的青少年,生活中的礼仪规范对于我们每一个人而言都是平等的、相同的。在医院、商场、影院、赛场等公共场所我们需要懂得相应的礼仪;写信、打电话、上网、发邮件……我们也要遵守一定的礼仪规范。俗话说,没有规矩不成方圆,而没有礼仪的社会也将是一片混乱。





082 社交场合的 Lady First

北京日报曾经做过这样一个小调查：你是怎样看待“女士优先”的？

- A. 无论什么情况下都应该做到“女士优先”；
- B. 在社交场合，应该做到“女士优先”；
- C. 现在男女平等，没有必要提倡“女士优先”；

在此次小调查中，有 73% 的人选择了“在社交场合应该做到‘女士优先’”，还有 22% 的人认为无论什么情况都应该做到“女士优先”，也有 5% 的人认为现在男女平等，没有必要提倡“女士优先”。可以看出，大部分人还是认同“女士优先”这条礼仪原则的。在国际社会，尤其是在西方国家，“女士优先”这条礼仪原则不仅得到了公认，而且早已逐渐演化为一系列具体的、可操作的做法。“女士优先”不仅已是世人皆知，而且在社会舆论的督促之下，每一名成年的男子均须将其认真付诸实践。在社交场合，男士应该处处尊重女士，礼让女士，以女士为先。

著名笑星笑林为我们讲述了这样一个故事：

“我们作为演员，经常有出国演出的机会。大家也都很熟悉我的搭档李国盛老师，他年纪比较大，在一次出国之前我们安排了一个年轻的女舞蹈演员来照顾他，帮他拿拿东西。我们在美国下了飞机之后，把行李全部放在行李车上，我和舞蹈演员推着，国盛老师在一边走着。刚从机场出来，就有一位警察冲着我们大声地指责，陪同我们的华侨就给我们翻译，他说



警察在质疑国盛老师怎么能让女孩拿着行李,自己在一边走。于是我们的华侨朋友就和他解释说国盛老师年纪大了,结果警察还是不放过,问道,他病了吗?走不动了吗?让人哭笑不得。后来再到别的国家时,我们就会注意入乡随俗,都是我帮着国盛老师拿行李,不用女舞蹈演员拿了。”

这个小故事集中体现了东西方礼仪文化的一种碰撞,从中我们可以看出在西方社会,“女士优先”这条原则早已深入人心,有时候在我们看来似乎还有点儿不可理解。



西方文化中往往把女性作为母亲、美神、爱神的化身去看待,所以格外受尊重。而一个有教养的成熟的男士在公共社交场合应该用自己的言行举止去关心女性、照顾女性、体谅女性,只有做到这一点才是一个有教养的人,才是一个不粗俗的人。

在我们中华民族传统的文明礼仪当中,没有“女士优先”这个概念。中国古代的传统文化中,等级制度相当严格,我们一直强调的是长幼尊卑,而不是按照性别来分。由于中国的传统文化和西方的传统文化存在着差



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

异,所以中国的男士还不习惯处处“女士优先”,而我们的女士也不适应“女士优先”。青少年朋友即将走向社会,会接触到越来越多的社交场合,也可能和外宾打交道,能否在社交场合做到“女士优先”,体现着一个人良好的素质与修养。

上楼梯时,女士走在前面,男士走在后面,下楼梯时则相反。因为万一发生意外,男士可以设法保护走在前面的女士;万一自己滑倒,也不会倒到走在后面的女士身上。

看影剧时,同行男士应坐在最靠近走道的座位上,影剧结束时,男士应站在走道边等女士出来后,再一起走出影剧院。如果影剧结束时,因走道拥挤而不能并行时,男士应走在女士的前面。

出席晚会或宴会时,同行男士应先给女士找好座位,并等女士坐下后再坐下。如果没有专人服务,男士就应该为女士拉出椅子,等她站在椅子前的时候再把椅子稍稍往前移,直至女士就座。

男士和女士一同上车时,男士应上前几步,为女士打开车门;下车时,男士应先下来,为女士拉开车门。在乘坐公共汽车时,看到年长或体弱的女士,应主动让座;聚会时,女士进入聚会场所,先到的男士应站起来迎接。和女士一起外出,男士应主动帮助女士拿一些笨重的东西,但不用帮拎随身的小包。

北京 2008 年奥运会召开在即,我们将会迎来来自世界各地的外宾,作为泱泱大国的主人,我们更要尊重外国客人的习惯,做到“女士优先”,体现出中国人良好的素质与修养,体现出中华民族热情好客的风范。



083 做文明观众 赏精彩赛事

体育赛事,特别是国际性体育赛事是一面镜子,赛场观众的文明程度和表现,甚至要比运动员的表现,更能体现一个国家的国民素质。做一个观众并不难,难的是做一个文明的观众。青少年朋友一定有很多观赏比赛的经历,赛场观众的不文明行为也可能见过很多,那么你是不是一个文明的观众呢?也许你认为在赛场上观看比赛,心情难免随着比赛的进程激动不已,做出一些不文明的行为完全可以理解,也没有什么值得大惊小怪的,那么就请你看看下面球迷张某的经历。

2006年《解放日报》曾经报道过这样一篇新闻,申花球迷张某,仅因为在虹口足球场放了一只火焰信号弹,就成了“足球流氓”。随着2006年3月1日《中华人民共和国治安管理处罚法》的实施,他因此成为上海第一个受到法律处罚的球迷——被拘留5天,一年内不准再进体育场观看同类赛事。

张某的经历,可以给那些在观看比赛时经常有不文明举动的观众提个醒,我们在欣赏比赛时,要做一个文明的观众。

许多观众在观看比赛的时候缺乏起码的基本礼仪,我们常常可以看到这样的情形:足球比赛结束后,球场已经成了满地碎报纸、烟蒂等杂物的垃圾场;足球场上的“国骂”司空见惯。同样,在乒乓球、羽毛球和网球比赛中,运动员发球时仍有人在呐喊喧哗,即便主持人进行提醒,手机铃声



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

还是不断响起,闪光灯拍照仍是此起彼伏。

体育比赛可以给我们带来美的享受,2008 年奥运会即将在北京召开。青少年朋友热爱运动,积极乐观,是观赏比赛的主要人群,如何做一名文明的观众,是每一个青少年朋友必须思考的问题。我们不妨看看国外观众的表现:在韩日世界杯上,韩国球迷的“红魔”拉拉队用整齐划一、排山倒海般的加油,给全世界留下了无法抹去的印象;在 2004 年雅典奥运会,有人看到退场的希腊观众,排队到垃圾箱前丢弃废物。那么即将在我们家门口召开的奥运会,我们要用怎样的热情和礼仪去欢迎来自五湖四海的朋友呢?

以网球比赛为例,观看比赛时有非常严格的注意事项:

网球四大公开赛的安检非常严格,在美国网球公开赛中照相机、摄影机等都是限制带入场地的,因为闪光灯会影响球员的发挥。温网允许人们带入酒精饮料,但是不能超过一瓶葡萄酒或两罐啤酒,允许喜欢享受的观众可以边看球边品尝美酒,但美网对此是完全禁止的。

行李是不能带进场内的,尤其是大件的物品。在大的网球公开赛中,背包的观众入场前必须通过安检门,确定包中没有危险物品方能允许进入。为了球员和观众的安全,玻璃瓶、易拉罐饮料都是不允许带进场地的,比赛时只允许带软包装饮料进入球场。

一些电子通讯设备也是不能带进场地的,如电视、收音机、电脑等,电视及收音机的杂音会影响到选手的发挥。另外,也不能带婴儿进入场地,因为他们的声音无法控制。

值得一提的是观众观看比赛时,最好将手机关掉或调成振动。

中国是举世闻名的礼仪之邦,北京奥运的文明观众可以通过他们的言行展现中华礼仪之邦的风采。每位北京市民、每位到现场的观众都要以



自己的文明举止是作为树立北京形象的名片来要求自己，尤其是在赛场上，中国观众要做文明知礼的观众。知礼的核心是相互尊重，在赛场上，知礼可以体现在很多方面：例如尊重其他国家的国旗、国歌；尊重运动员和裁判员；遵守赛场规则，文明着装，文明用语等。我们要向赛场的不文明行为说“不”，要让世界各地的人们感受到中华文明礼仪在赛场上的延伸，向世界展示中国观众的良好素质。



084 静静聆听音乐会

贝多芬说过：“领悟音乐的人，能从一切世俗的烦恼中超脱出来。”

德国哲学家尼采也说过：“如果没有音乐，生活就是一个错误。”

这也许就是音乐的魅力所在，音乐如同体育一样是没有国界的，不论你是否能听懂其中的含义，只要有优美的旋律，就足以让我们陶醉其中，难以自拔。

音乐会，这门高雅的艺术，已经离我们越来越近了，越来越多的普通人开始走进音乐厅欣赏高雅的音乐，但是在音乐厅欣赏演出，并不能像在家一样“随心所欲，为所欲为”。如果你不能管住自己，那么最好不要轻易尝试去音乐厅，以免给自己和他人带来不便。

丁燕是一个音乐发烧友，喜欢各种类型的音乐，古典、流行、摇滚……都是她的最爱。因此，音乐会就成了她最常去的地方。可令她头痛的是，在音乐会上总能碰到一些不懂礼仪的人，用她自己的话来说简直就是“大煞风景，丢人”。一次，丁燕买到了她心仪已久的一位钢琴家的演奏会的门票，兴冲冲地前去欣赏大师的演奏。可是，坐在她内侧的一对男女却搅得她无法专心聆听，令她气愤不已。开场已经半个小时，这两人才摸黑进场，丁燕不得不给他们让道，可是没坐下多久，这两个人就开始了“表演”。从膨化食品到可乐、汽水，嘴巴几乎一刻也没有停歇。不仅如此，两个人还不时地交头接耳，嘀嘀咕咕，像两只蜜蜂一样，把丁燕搞得“头都大了”。两个



半小时的演出,他们进进出出了三回。演出结束后,丁燕无可奈何道,“简直不知道是来看谁表演?”

丁燕的遭遇也许你也曾经碰到过或遇到过,这样的观众,怎能不打扰我们欣赏演出的好兴致。这些“大煞风景”的观众,不仅影响了他人观看演出,同时也暴露出他们缺乏良好的修养和观看演出的礼仪知识。

下面简单介绍一些欣赏音乐会的礼节要求,希望下次观看演出的时候,我们都能有一个安静舒适的观看环境:

着装要整洁,盛装出席,这是重视音乐会的直接表现。在西方,男士着燕尾服、女士穿晚礼服,是最传统的音乐会着装。

不要在场内进食和吸烟,这是对演奏者和其他观众最起码的尊重。

如果你的喉咙发痒,可以含服非咀嚼型喉糖,暂时控制不了咳嗽或喷嚏的观众,可向工作人员要求出场稍歇。虽然精彩的演出不容错过,但难以自控的咳嗽和喷嚏,必定会给你和其他观众欣赏音乐会带来干扰。

一般情况下,演出中途需要离场的观众,要在一首乐曲结束后才离开座位,这将最大限度地减少对演奏者和其他观众的影响。

如果需要照相,千万不要使用闪光灯,因为闪光灯会打扰演奏者的尽情发挥。在这种情况下,演奏者是完全有权利选择退场罢演的。

欣赏交响乐作品或组曲时,不要在乐章之间鼓掌,对于篇幅较长的作品而言,一个段落的结束,只表明情绪或速度的变换,并不是完全的停止。许多人常犯这样的错误,尤其是对那些不太懂得交响乐的观众,常常会在听得兴起时不由自主地鼓掌。如果拿不准何时鼓掌,就等别人都鼓掌了再说,以免失礼。

在全部作品结束时,要鼓掌,这是你对演奏者的尊重,演奏者有可能会因您热烈的掌声而返场并加演曲目。



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST



身高 1.2 米以下的儿童谢绝进场,1.2 米以上儿童凭票进场,这是到音乐厅欣赏音乐会的国际惯例。之所以对儿童有特别的限制,其实是为了对在场的其他音乐爱好者静心聆听音乐会权益的一种保障。

欣赏一场音乐会,需要的是一个尽可能安静的环境,谁都不希望在全身心投入欣赏音乐的时候被其他声响干扰。因此,不要携带易出现噪声的物品进场,进场后请关闭手机等发声装置。音乐会开始后,切记千万不要在场内随意走动和大声喧哗。

文明高雅的欣赏环境需要我们共同营造,如果我们都能遵守这些礼仪,相信安静舒适的演出环境不仅会令大家身心愉悦,同时我们也将受到最美的熏陶。



085 参观展览的 N 个细节

展览馆、美术馆、博物馆作为一个文化场所,拥有丰富的展品,为广大的群众提供了一个欣赏艺术品的绝佳地点。为了能更好地欣赏这些艺术品,需要我们保持良好的参观氛围。参观者要注意自己的言行,这关系到个人的修养和品位,也保证了其他观众能在优美的环境中欣赏艺术品。

一天,一群中学生到美术馆参观展览,他们安静地排成队,按照顺序参观艺术品。虽然正值中午,天气炎热,可是他们没有一个人在馆内吃东西、喝水。相反的,旁边有几个成年人却旁若无人地“大吃大喝”,还不停地对着墙上的画作,指指点点、大声地发表着个人的“评论”。同学们见状,立刻上去阻止,希望他们能保持安静,不要在参观展览时吃东西。

参观展览,最重要的是保持安静。参观过程中,一定要时刻想着“安静”两个字。曾经有这样一则笑话:

在博物馆里,大家都安静地观看着艺术品,这个时候,一位眼睛近视的妻子站在一幅作品前大声地对丈夫说:“你看,这是我生平看到的最丑的一幅画像。”

丈夫连忙拉过妻子,小声说:“你过来吧,亲爱的,不要这么大声!这不是画像,这是一面镜子。”

虽然我们不可能像笑话中那名妇女一样愚蠢,但是却有不少人在参观展览的时候毫无顾忌地大声和同伴讲话,或是旁若无人地打手机,真是



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

令人不得不对他们“刮目相看”。

除了要保持安静以外,参观展览时还有许多需要注意的地方:

参观者要自觉维护展馆内的卫生。参观展览时,常常会发一些有关展览品的资料,有些人在看完以后就把这些资料随手扔在地上。展览过后,场地内常常是满地狼藉,惨不忍睹。

参观者还要服从工作人员管理,严禁携带易燃、易爆、剧毒等危险品或动物等进入展馆。这不仅是为了保护这些珍贵的艺术品,更重要的是为每一个观众着想,保证参观者的安全。

进入展馆后观众不要大声喧哗、追逐、打闹,以免影响他人参观。这就是前面提到的,要随时保持安静。同时,观众不能在展馆内吸烟、吃东西、喝饮料及过于靠近展品,以免污染展品。有些艺术品,价值连城,是难得一





见的世间珍品,观众希望能近距离观察是在情理之中,但是我们切不可伸手触摸乱碰这些展品。因为,我们手上的油渍、汗渍会污损这些艺术品。

还有很重要的,也是常常被我们忽略的一点,就是由于在展馆内展出的艺术品都是原作,未经工作人员允许,我们不能随意摄录、临摹展品。即便工作人员允许摄录的作品,我们在摄录的时候,也不能使用闪光灯和强光源照明。因为展品大部分都裸露在空气中,尤其是绘画作品,画作使用的颜料在遇到闪光灯和强光源的照射后会发生化学变化,会引起画作的色彩走样,画面变形。对于那些有百年历史的艺术精品,如果由于我们的照相机让它们“面目全非”,恐怕我们也会觉得十分惋惜,痛心疾首了。

另外,参观者不得在展馆内乱刻、乱画、张贴及从事经营活动,不得在展馆座椅上躺卧。

综上所述,参观展览不能“为所欲为”,如果在遵守这些礼节要求的前提下欣赏这些艺术品,会让我们在更加惬意的氛围中领略到其艺术的魅力。



086 医院里 记住保持安静

相信不到万不得已,除了医院的工作人员再没有人愿意去医院了。医院是治病救人的地方,每个人都希望自己健健康康,以免去医院遭受打针吃药的痛苦。当然我们同样也不愿看到自己的亲朋好友住进医院,所以医院对于我们每一个人来说都是“既爱又恨”的地方。医院里住着各种疾病患者,正是因为这样“特殊”的环境,如果我们要去医院,就有许多需要注意的地方。

白色是医院的主色调,给人一种整洁干净的印象。当然,现在也有越来越多的医院选择淡淡的粉色、蓝色等浅色调来装点过于沉闷的环境,缓解患者和家属的紧张情绪。但是,有一点是不会改变的,就是要尽量保持安静,不要大声喧哗。

医院里住着形形色色的病人,并经常收住急诊病患者,如果没有一个安静的环境,不仅病人会感到烦躁不安,医生也会因受到周围嘈杂环境的干扰,而影响了工作。医生工作质量的好坏,直接关系到病人的健康甚至是生命。因此,为了他人和自己,在医院里,请保持安静。

在一些大医院里,常常会有许多病人来看病,排队挂号、取药、候诊等。常常有一些人不甘心“久居人后”,总喜欢插队加塞儿,惹得众人不满。按顺序排队是许多场合必须遵守的一项规定,没有规矩不成方圆。试想一下,如果人人都不排队,乱糟糟的挤作一团,相信办事的效率反而会更慢,



对自己、对他人都十分不利。来到医院排队的人不是患者就是家属,相互体谅、顺序候诊,对每个人都有好处。

除了保持安静以外,医院里还有十分特殊的一个要求,就是要保护病人的隐私。“隐私权”是近些年来我们提得比较多的一个词。来医院就诊的患者,有各种各样的病情,有一些连患者自己也不愿提起,更不想被他人知晓。所以,在医生看病的时候,其他患者要在门外候诊,不要站在医生和患者的旁边,这样不仅影响了病人和医生的情绪,也关系到患者的隐私问题,这一点我们不得不注意。

医生被我们称为“白衣天使”,他们用自己的手拯救了无数人的生命,给人们带来健康。在就诊时,要尊重医生,不要“指挥”医生做这个检查或是开什么药方。如果你对医生的诊断有所怀疑,应该礼貌地向医生说明自己的想法和原因,相信医生会给你一个满意的答复。

如果你需要住院接受治疗,也要注意医院关于住院的一些规定。对于那些同住在一个病房的病友,要友好相处,进出病房随手关门。同时,要注意保持病房的整洁,讲话时不要大声,以免影响他人休息。

良好的就医环境需要众人的维护,在医院这个特殊的地方,时时处处注意自己的小节,是对自己和他人都百利而无一害的事情。



087 商店自选购物的小节

无论是日常百货,还是家居用品,大型的自选购物商场正在我们周围扮演着越来越重要的角色。比起早些年站在“遥远”的柜台前对着商品指手画脚的购物方式,自选购物无疑给了我们充分的自由,让我们可以“无拘无束”地畅游在自主购物的乐趣中,和琳琅满目的商品来个“亲密接触”。

自选购物采取开放式的购物形式,顾客可以任意选购自己喜爱的商品,而无须“劳驾”售货员。同时也无须买一件商品付一次钱,省去了许多的麻烦。尤其是那些大型的百货购物商场,那里的商品可以说是涵盖了吃、穿、住、用、行各个领域,差不多是应有尽有,一应俱全。在超市中,顾客可以把所需的商品全部选购完了再一次性付账,方便快捷。

面对摆在我们面前琳琅满目的商品,我们有些人就有点儿“失去了理智”。吴华作为一名记者,对于超市里的一些不雅现象可谓“见怪不怪”了。上周吴华去一家刚开业的大型超市去采访,就看到了这样的尴尬局面。“开业八折酬宾”的牌子吸引了周边的居民蜂拥而至,超市里人声鼎沸,好不热闹。在卖散装汤圆的货架前围了一群人,大家都在“你争我夺”地抢购便宜汤圆。盛汤圆的勺子不够,周围的几个人也顾不得那么多了,唯恐被人抢先一步,直接用手去抓,这样一来,周围的顾客都没有了购买的欲望。再看看新鲜的蔬菜也难逃“噩运”,几名女士抓起新鲜的白菜,以惊人的速



度剥掉了外面的叶子,毫无“反抗能力”的白菜们只能“任人宰割”了。而备受人们喜爱的零食,也成了“被宰的羔羊”,开口的、破洞的,其状简直“惨不忍睹。”

看来,在这看似自由自在的超市里,也需要一些规矩。

“见一个爱一个”是人之常情,在购物时也常常发生这样的情况。在买了一件商品后,突然发现了更好的,于是就把已经选购的商品随意丢弃。也许想要把这些货物放回原处要耗费时间,但是,还是希望我们能够多走几步,把它们“物归原位”,以此保持购物环境的整洁。

超市里的大部分包装好的商品是不允许开封的,但往往有许多人要“验明正身”,打开一探究竟。一旦发现不是心中所想,就毫不犹豫地丢弃,继续寻找。即使是“正中下怀”,也会再拿一件包装完好的。这样一来,就出



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

现了那些“开口的、破洞的”商品。试想一下,如果人人在买之前都要开封“检查”,那么恐怕我们就买不到完好无损的货物了。如果你对所买的货物有疑问,可以向服务人员询问,了解商品的信息。

在超市结账时,由于出口有限,如果遇到购物高峰,顾客比较多,就难免会排队等候。这时候,请大家稍安毋躁,按顺序结账。排队结账一直是困扰商家和顾客的一大难题,不过前不久有一个好消息,国外已经发明了指纹识别结账系统。只要顾客把自己的指纹和银行账号绑定,在超市相应的指纹识别系统上输入自己的指纹,所买商品的花费将自动从你的银行卡中扣除,十分方便。另外,还有一种先进的技术,无须把商品一件件扫描,即使是再多的商品,一次性全部通过某种仪器,所有商品的价格会立刻显示并计算出你所需要支付的费用。相信随着这些先进技术的投用,排队结账的头痛局面将“一去不复返”了。

在这个没有“规矩”的超市里,让我们用自己的“规矩”把购物环境变得更加舒适,让我们的购物真正变成一种享受吧。



088 不可忽视接听、拨打电话的礼节

“煲电话”是许多女生的最爱,用她们自己的话来说就是她们的“业余活动”之一。其实,无论是喜爱讲电话的女生,还是只在“万不得已”时才打电话的人,电话已经无可争议地成为了现代人的主要通讯手段之一。和亲朋话家常,和同学谈学习,和爱人讲情话,和上司报告工作……电话几乎成了我们“生命中不可缺少”的东西。以前常常有人研究人这一生要花多少时间在吃饭、睡觉、走路、工作上,现在恐怕也要研究一下,人一生打电话到底会用去我们多少时间,也许研究结果会使你我大吃一惊。

既然电话的地位如此重要,关于电话的一些礼节我们就必须要熟知。

打电话的人看过来

王齐是一家文化公司的部门经理,每天的工作十分繁忙,下班回到家中就不愿再考虑工作上的事情。王齐无奈地说:“回到家,就想休息,不愿接电话。”公司的员工也知道他的脾气,除非有十分紧急的情况,晚上10点以后从不给他打电话。

其实,无论是像王齐这样忙碌的公司经理,还是一般的工薪族,在他人的休息时间内,如早晨的7点之前和晚上的10点以后,以及午休时间都尽量不要打电话,以免打扰他人正常的休息。

有些人的脾气比较急躁,反映在打电话上面就是只要电话一接通,就变得急不可耐,如果不巧对方在过了较长时间才接电话,这些人就会不由



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

自主地“火冒三丈”，冲着电话的一端“狂吼”。这些都是不礼貌的举动，我们在接通电话后，要耐心等待，待铃响六七声后还无人接听再挂断。否则，若等对方急忙接起电话后，电话已经挂断，既耽误了正事，也比较失礼。当然，更不能由于对方没有及时接听电话而“火冒三丈”。

我们也经常会遇到一些拨错电话的人，拨错了不要紧，令人无法忍受的是，有些打错电话的人常常喜欢“刨根问底”，一味地追问对方是哪里。



正确的做法是：当得知自己打错电话后，要主动地报出自己所要联系的号码，请对方核对，如果证实自己确实有误，应当道歉说自己拨错号码了，再挂断电话。

通话之后，要向对方道一声“你好”，然后再进入正题，不要一开口便讲自己的事情，让人“摸不着头脑”。通话结束后，同样要礼貌地道声“再见”、“谢谢”。



接电话的人看这里

一般接电话要在三声之内接起,尤其是在商务活动中,是否能及时地接听电话,不仅体现到个人的素养,更是关系到企业工作效率和形象的大事,不可忽略。如果没能及时地接听电话,要向对方说声“抱歉”、“让您久等”之类的话语。

在接工作电话时,首先要“自报家门”,如:“您好!广浩咨询公司!”这样即使对方打错了电话,也省去了许多麻烦。在接电话时,最忌讳的是自己什么也不说,一味地追问对方的姓名、职业等,就像查户口似的,是十分不礼貌的做法。

想必每个人遇到“喂,找谁,不在”然后挂断电话的情况时,心里都会十分的不悦。我们在接电话的时候态度要亲切,语气不能生硬。要认真倾听对方的话,礼貌地给予回应,可以适度地重复对方话语,这样可以使对方觉得自己受到了重视,谈话也会愉快地进行下去。

关于到底应该谁先挂断电话,其实没有什么好疑惑的。一般都是由打电话的一方先挂断。如果是接电话一方先挂断电话,会让对方觉得你急不可耐或是不愿接听他的电话。当然,还有一个通行的原则,就是地位高者先挂,或长辈先挂,这表示我们对地位高者或对长辈的尊重。

有理有节地接打电话,会使双方都心情愉悦,相信这样通话的效率会很高,也将是一次愉快的“电话之旅”。



089 手机使用也有礼仪须注意

你知道“手机礼仪”吗?最近澳大利亚电讯发布了一项新的研究成果,即研究人们使用手机的态度,同时还在全球提倡更好的“手机礼仪”。研究发现,大部分人都认为手机使用者越来越旁若无人了,吵闹的铃声现在已经成为最烦人的噪声。

这项研究的对象既有手机使用者,又有非手机使用者。其中,62%的被调查者认为在过去的几年中,手机使用者越来越少地顾及社交礼仪了,其中非手机使用者的反应则更强烈,比例达 77%。

从对 300 人的调查中,澳大利亚电讯发现人们主要对下列手机的使用行为不满意:一是打手机时声音过大,二是在餐馆使用手机,三是在其他不合时宜的时候使用手机,四是在谈话中接听手机。

曾几何时,手机对于我们大部分人来说,还是一个“奢侈品”。而近些年来,就连还在读书上学的青少年朋友也使用手机,“手机礼仪”这个新名词也被人们常常提起。随着手机的日益普及,无论是在社交场所还是工作场合放肆地使用手机,都已成为社会礼仪的最大威胁。能否恰当地使用手机,已经成为衡量一个人是否有良好教养的重要指标之一。

自由与约束是相对的,并不相互排斥,没有约束便没有了所谓的自由。在手机使用的过程中,也应该自觉遵守一些礼貌约束,这样才能既便于自己使用,又不妨碍他人的生活。



礼貌使用手机之接听电话

手机响了,要在第一时间尽快接起。切忌磨磨蹭蹭,把铃音拖成噪音。这样做不仅影响了你周围的人,而且也影响到了拨打你电话的朋友。

如果正在与人谈话的时候,手机突然响起,这时一定要向对方说声:“对不起,我先接个电话。”这是对别人的一种尊重。

有风度地对待打错电话的人。虽然打错电话可能浪费你几角钱,但也不要非常蛮横甚至讲粗话。即使有人连续两次打错你的电话,也应该先查清楚是不是对方将号码记错或者你的号码被盗用,而不要在还没有问清楚之前就粗暴对待。

礼貌使用手机之切记关机

开会请关机。开会的时候如果开机,势必会影响到注意力。如果真的有重要的事情需要开机,也应该调到振动模式,以免手机铃声影响整个会议的进行。

看电影、听音乐会请关机。在电影院里,总有一些人喜欢开着手机。于是,电影院里的铃声也常常是此起彼伏,遥相呼应,令人实在是心烦不已。当别人在集中精力进行一项工作或者欣赏一个事物的时候,千万不要让我们的手机干扰别人。

到医院、乘飞机请关机。手机的信号会干扰到机场、医院的一些仪器,人命关天,非同儿戏,为了我们自己和他人的安全,我们要慎之又慎。

演讲、典礼仪式上请关机。这体现了对别人劳动成果的尊重。

图书馆内请关机。图书馆内不仅是不适宜铃响的地方,更是不适宜说话的场所。要求安静的公共场所,如果我们的手机响个不停,想必会遭到他人的白眼。从这一点上也可以引申到自习室和教室内,在这些方面,更是我们青少年应该自觉遵守的。



礼貌使用手机之随机状态

开机后要把手机随身携带,人跑远了,手机在桌子上叫个不停,吵得大家不知如何是好。

把手机放在能随手拿到的地方,不要手机响了,翻箱倒柜也找不到,等找到了,对方也已经挂断了。

自己的手机自己接听。不要让家人、朋友当接线员,更不要无事生非去接别人的手机,除非是别人交待过需要你帮忙接听的。

不要用手机偷拍

现在,手机已不再是简单的通话工具,手机的功能也随着科技的发展不断完善。照相可以说是手机最为普遍的一种功能。也正因为如此,我们身边常常会发生“手机偷拍事件”,相信无论偷拍者出于什么目的,在未经他人允许的情况下,偷拍都是不道德的行为。

我们在用手机拍照或者摄影时,应该征得对方的同意,不要在车厢、剧院、餐馆等地方用摄像手机对着行人拍照。如果对方允许你拍照存在你的电话簿里,也不能未经对方同意将对方的照片转发给其他人欣赏,甚至传到网络上传播。

“手机礼仪”需要我们人人注意,在方便我们自己的同时,不要把我们的“快乐建立在他人的痛苦之上”。



090 别让手机铃声给你添乱

曾几何时,是否拥有一部手机还是人们身份的象征,现如今,手机已是人们“日常生活的必备”了。很多青少年朋友也拥有了属于自己的手机。手机的使用,无疑使我们的生活更加便利,同时也在悄悄改变着我们的生活。

近些年来,手机的款式不仅丰富多样,手机铃声也一改单调乏味的旧式调调,手机铃声不仅可以反映一个人的生活状态,同时也让我们的生活变得“悦耳动听”。但是,手机铃声的使用并不能“由着我们的性子来”,手机铃声的使用也有许多礼仪。

个性化铃声的使用还要分场合

现在有很多人,尤其是追求时尚、始终走在时代前列的年轻人,为了能彰显自己独特的个性和与众不同的品位,不仅在穿衣打扮上下了很大工夫出奇出新,就连选择的手机铃声也会“出其不意”,用流行歌曲做铃声也不再是什么稀罕事,许多青少年朋友追求的是更有个性的铃声。于是,在校园里,商场内,大街上,我们常常能听到一些“怪怪”的声音,当你听到这些声音时千万不要大惊小怪,那只不过是手机铃声罢了!

当然,个性化铃声为生活增添了色彩,我们选择它无可非议,但是过于个性化的铃声应注意使用场合。“现在班里很多同学都有手机,手机铃声也是千奇百怪,每个人的都不一样”,还在上高二的小莹对花样繁多的



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

手机铃声颇有感触,“有些同学的铃声听起来总叫人觉得不舒服”。原来,班里有些同学选用的手机铃声是“爸爸,来电话了!”“妈妈,来电话了!”这样的铃声平常听着无伤大雅,但是在一些正式严肃的场合,就“难登大雅之堂”了。

因此,青少年朋友选择个性铃声要注意所处的场合,让悦耳动听的铃声在彰显个性的同时,也需适应所在的场合气氛。

对不文明的铃声说“不”

比起流行歌曲、狗叫声等悦耳逗趣的铃声,下面的这些铃声不仅不能带给我们美感,反而会让你心生厌烦。如“有话快说,有屁快放”,不知道拨打这个手机的人,如果听到这样的铃声会做何感想,恐怕是很难笑得出来吧!还有一种铃声是“鬼子进村了”,大家都知道,当年侵华日军对中





国犯下了不可饶恕的罪行，用这种铃声恐怕就不仅仅是不文明这么简单了，对于每一个中国人来说都是一种伤害，实在是不可取。

铃声不能“骗你没商量”

关于铃声骗人的例子有很多，下面发生的就是一件令人啼笑皆非的事：一位巡警在经过一辆豪华旅游车时，突然听到一阵急迫的呼救声：“抓贼呀，抓贼呀，抓偷手机的贼！”于是巡警急忙将这辆旅游车拦住，可上车一看，根本没有偷手机的贼，乘客们全都在呼呼大睡。忽然，“抓贼呀……”的“喊声”再次响起。巡警循声找去，原来这“呼救声”是从一名熟睡的乘客手机里传出的。可想而知，如果这样的铃声到处都是的话，那我们的公众秩序一定大乱。

铃声要和身份相匹配

如果说，个性化的铃声与年轻人的身份比较匹配，那么长者或者有一定身份的人也要选择与自己身份相匹配的铃声，过于个性化的铃声恐怕就不合适了。试想一下，如果一位身份颇高的领导，用“喜刷刷”做铃声，会出现什么样的效果呢？虽然并没有什么不文明的嫌疑，但是“喜刷刷”欢快激烈的旋律再加上“花儿乐队”的“倾情演绎”，恐怕会让周围的听众“欲笑而不敢笑”吧！这就好比是穿衣，20岁的小姑娘穿上超短裙是一种美，50岁的女士穿上超短裙就一定会成为笑柄。

铃声音量不能太大

无论是座机还是手机铃声，都不能调得过大。有些人的铃声简直就像是“午夜凶铃”，在大家埋头干活时突然刺耳地响起，会让人心跳都会加快。在医院、图书馆等场所，过大的铃声无疑是一种公害。

青少年朋友在选择手机铃声时要注意礼仪，让动听悦耳的手机铃声伴随在我们的身边，对不文明的手机铃声也要大声地说“不”。



091 网络世界的礼仪

用“忽如一夜春风来，千树万树梨花开”来形容互联网的发展再合适不过了。电脑早已成了我们学习、工作、生活的重要工具，上网写邮件、浏览信息、聊天、下载、写博客……也成为我们日常生活的消遣，与我们的生活变得密不可分。

在浩浩荡荡的网络大军中，青少年朋友是先锋部队、主力军团。相信网络对每一个生活在城市中的青少年来说都是再熟悉不过了。但是，谈到网络礼仪想必就不是每一个人都清楚的了。

在互联网上人与人之间的交流，由于各种因素，对方未必能完全正确地理解我们所要表达的意思，这样就很容易陷入“言者无意，听者有心”的困境。所以，我们必须更加注意自己的言行举止，注意网络礼仪。

让自己在网上留个好印象

因为网络的匿名性质，如同“雾里看花”，别人无法从你的外观来判断，所以你的言语就成为别人对你的唯一判断。如果你对某个方面不是很熟悉，最好先找几本书看看再开口，不懂装懂到处“灌水”，只会成为不受欢迎的人而遭到“封杀”。同样地，发帖以前要仔细检查语法和用词。不要故意挑衅和使用脏话。

记住人的存在，网上网下行为一致

互联网给来自五湖四海的人们提供了一个交流的空间，这是高科技



的优点,但往往我们在面对电脑屏幕的时候很容易忘记我们是在跟其他人打交道,我们的行为也因此容易变得更粗劣和无礼。青少年朋友要记住,有些话如果你当面不会说,那么在网络上也不要轻易地说出口,尤其是那些粗俗的话。现实生活中,有法律条款来约束我们的行为,而在虚拟的网络世界里,法律法规并不是很完善。但是,青少年朋友要明白网上的道德和法律与现实生活是相同的,不要以为在互联网上就可以降低自己的道德标准,做一些不“道德”的事。

入乡随俗

以时下很流行的论坛为例,即使是在同一个网站里,不同的论坛有不同的规则。在一个论坛可以做的事情在另一个论坛可能不宜做。比如在聊天室里发布传言、开玩笑,可能没有人会当真,但在一个新闻论坛散布传言,结果很可能是不同的,会有很多网友信以为真。因此,我们最好先“潜一会儿水”再发言,这样就可以知道论坛里的气氛和可以接受的行为。

平心静气地争论

网络上的争论可以说是一场没有“硝烟的战争”,虽然我们看不到对方的样子,但从那些针锋相对、火药味十足的文字上就可以想象到双方争执的激烈程度。笑笑今年初中三年级,同很多处于这个年龄段的少男少女一样,笑笑也有非常喜欢的明星,也痴迷网络。闲暇的时候笑笑总喜欢到自己最中意的歌星论坛里浏览一下。上个月笑笑就在网络上经历了一次激烈的网友“口水大战”。事情的起因始于一个谁是歌坛天王的争论,本来这是一个无关紧要的帖子,每个人都有自己喜欢的歌手,不论谁是歌坛天王都是无所谓的事情。可偏偏就是这个帖子引发了大家激烈的争论。“刚开始大家还只是发表各自对偶像的支持性言论”,笑笑回忆道,“但是没过



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

多久双方的歌迷就开始相互谩骂,侮辱对方支持的歌星,这两个明星可是最无辜的了,他们要是看了这些言论,真不知有何感想?”

网络上争论是正常的现象,但是我们要以理服人,不要人身攻击,说一些带有侮辱性的话语。

宽容

我们都曾经是新手,都有犯错误的时候。当看到别人写错字、用错词,问一个低级问题时,我们不应嘲笑对方,如果想给他建议,最好用电子邮件私下提议,毕竟人都是爱面子的。

随着网络的进一步发展,相关的法律也会逐步完善,网络礼仪也会“与时俱进”,青少年朋友在享受网络带给我们快乐的同时,也要注意这些网络礼仪,让我们无论在现实生活中还是在虚拟的网络世界里都是一个懂得礼仪并受欢迎的人。





092 送花的寓意与讲究

我们常常把一个人比喻成像鲜花一样美丽,希望我们的生活“幸福得像花儿一样”。有鲜花的地方总是伴随着愉悦的心情。鲜花在我们日常生活中扮演的角色越来越重要,恋人间、亲友间、开业时、探病时……我们常常用鲜花代表我们的心意,表达美好的祝愿。美丽的鲜花和它所代表的深情厚谊,我们怎么能抗拒!

鲜花的寓意

世界上,有一些鲜花的寓意是相传已久、人所共知、广为沿用的。这就是所谓鲜花的通用寓意。在许多情况下,人们习惯把鲜花的通用寓意叫做花语。准确地说,所谓花语,是指借用花卉来表达人类某种情感、愿望或象征的语言。简言之,花语就是借花传意,借花传情。

根据礼仪规范,花语一旦形成,并被众人接受之后,便流传开来。在国外,花语是相当普遍的。所以我们不能自造花语,当然也不能篡改花语。

世界上的鲜花种类数不胜数,花语也因此成千上万,甚至是同种类的花朵,不同颜色间也表达着不一样的意思。事实上,任何人没有必要,也不太可能对全部花语一清二楚,熟练掌握。不过,对常用的花语,我们有必要作到基本了解。在国际社会里,它们尤为受人重视。

寄情于花

在全部花语之中,有相当一部分数量的鲜花,是被用来“寓情于景”,



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

表达我们感情的。

例如,玫瑰表示爱情,丁香表示初恋,柠檬表示挚爱,橄榄表示和平,桂花表示光荣,白桑表示智慧,百合表示纯洁,茶花表示美好,紫藤表示欢迎,豆蔻表示别离,杏花表示疑惑,垂柳表示悲哀,石竹表示拒绝等等。

母亲节:并不限于送康乃馨,如桔梗科的风铃草、土耳其桔梗、蕾丝花、薰衣草、香水百合、玫瑰等都是不错的礼物;

父亲节:花语中含有威严意味的百合、飞燕草等蓝色系的花,或应节的紫阳花等都很适宜。不过选择父亲喜欢的当然更好;

圣诞节:圣诞蔷薇、圣诞红、海芋都是不错的选择;

结婚:适合送颜色鲜艳而富花语者佳,可增进浪漫气氛,表示甜蜜;





乔迁:适合送稳重高贵的花木,如剑兰、盆栽、盆景等表示隆重之意;

生日:送诞生花最贴切,另外玫瑰、雏菊、兰花亦可表示永远祝福;

毕业:色彩绚丽的香豌豆花是不错的选择;

探病:适合剑兰、玫瑰、兰花等,避免送白、蓝、黄色或香味过浓的花;

丧事:白玫瑰、白莲花或素花均可,象征惋惜怀念之情。

民俗寓意

在不同的国家和地区,同一品种的鲜花往往会被赋予大不相同的民俗寓意。在选送鲜花时,尤其是在跨地区、跨国家的人际交往中欲以鲜花赠人时,我们不但要了解鲜花的通用寓意,而且也要注意其民俗寓意。

品种

在不同的风俗习惯里,同一品种的鲜花,往往在寓意上大为不同。不懂的话,难免就要犯忌。

例如,中国人喜爱的黄菊,送给西方人是万万要不得的。在西方,黄菊代表死亡,仅能在丧葬活动时使用。

中国人赞赏荷花,是因其“出淤泥而不染,濯清涟而不妖”。可是到了日本,荷花也同样是不能用来送人的,这是因为荷花在日本表示的也是死亡。

在我国的广东、海南、港澳地区,送人金橘、桃花,会令对方笑逐颜开。而以梅花、茉莉、牡丹花送人,则必定会招人反感。原来,在那里人们爱“讨口彩”。金橘有“吉”,桃花“红火”,所以让人来者不拒。而梅花、茉莉、牡丹则音同“霉”、“没利”、“失业”,故而令人避之不及。

色彩

鲜花的一大特点,是其万紫千红,色彩缤纷。但是,在不同的习俗里,对于鲜花的色彩却有着不同的理解。在国内,人们最喜爱红色的鲜花,因



为在中国民俗里,红色象征大吉大利,兴旺发达。新人成婚时,赠与红色鲜花,方为得当。但在西方人眼里,白色鲜花象征着纯洁无瑕,所以在结婚时常常送白色的鲜花。在很多国家,人们送花时多以多色鲜花相结合,很少会送人清一色的红花或黄色。原来,在那里以纯红色的鲜花送人意味着向对方求爱,以纯黄色的鲜花送人则暗示决定与对方分道扬镳。

数量

送花的具体数量,在不同国家、地区的民俗中,是大有说道的。在中国,在喜庆活动中送花要送双数,意即“好事成双”。在丧葬仪式上送花则要送单数,以免“祸不单行”。而在西方国家,送人的鲜花则讲究是单数。比方说,送 1 枝鲜花表示“一见钟情”,送 11 枝鲜花则表示“一心一意”。只有作为凶兆的“13”,才例外。

有些数字,由于读音或其他原因,在送花时也是忌讳出现的。比如,在欧美国家,送人的鲜花不能是“13”枝。而在日本、韩国、朝鲜,以及中国的广东、海南、香港、澳门、台湾地区,送“4”枝花给人,也是招人白眼的,因为其发音与“死”相近。

“鲜花寄人情”,了解了这些送花的注意事项,我们才能在表达感情的同时,不犯忌讳。



093 记住生活中靠“右”的原则

在中古时期的英国,以名誉为第一生命的骑士上马决生死时,是右手持兵器,所以马匹必须靠左走,才能准确地刺向敌人。这样不断地练习和比武,使骑士养成靠左行的习惯,久而久之,朝野蔚然成风。当骏马换成汽车时,现代的英国人仍然沿用右驾左行的传统,并将之带到世界各地的殖民地,包括已回归祖国的香港现在仍是“右驾左行”。在世界上其他国家,通用的是“靠右行驶”的惯例,我国也是这样。

“左行右立”,这个国际惯例,我们身边虽然经常被提及,但却并不能很好地得以实现。除了我们每天开车坐车,自然而然地要“靠右”行使外,生活中其他“靠右”的原则似乎被大家有意无意地“冷落”了。

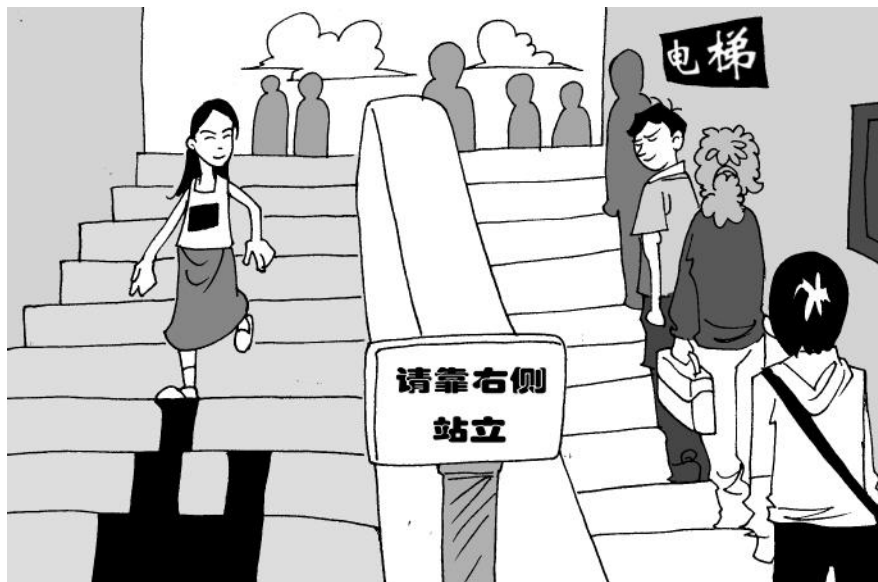
陆丹丹从学校毕业后在外租了房子,每天上下班都要乘坐地铁,对于地铁里的电梯,丹丹真是又爱又恨:“我有好几次在上班的途中,刚乘上电梯,就听到广播里放着列车进站的信息,想赶紧下去,却发现前面的人纹丝不动地站在那里,真是怎么往前挤都过不去。等我挤到下面了,就眼睁睁地看着列车开走了。如果按‘左行右立’的原则,那么乘客就能自动分流,这样节约了时间和能源。”

记得小时候,我们曾经学过一篇课文,内容大概是讲几个中国的学生参加一个从玻璃瓶内取球的实验。这个实验告诉我们一个很好的道理:如果每个人同时将球拉出,瓶口有可能会破裂,或是因为争抢而浪费时间,



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST



如果一个个拉的话,很快就能将球全部取出。同样的道理,如果可以合理文明乘地铁的话,大家各取所需,这样就节约了我们的时间。

《礼记·曲礼》中说:“行不中道,立不中门。”意思就是不要在道路正中间行走,那样会妨碍他人行走;也不要在大门正中长久站立,那样会影响别人进出,又显得狂妄。在古代,我们的先辈,虽然还没有明确地提出要“靠右”行走站立,但已经开始强调我们在行路站立时,不能妨碍他人。但这与我们现代生活中所提倡的在公共场所乘坐扶梯靠右站立的原则有异曲同工之妙,也是为了不妨碍他人。



094 把握生活中的 N 个私人距离

人是一种群居动物,我们需要相互给予温暖和力量。但同时,人也不能失去私人空间。一个人散步、一个人听音乐、一个人想心事……这些一个人的时光,因为没有外界的打扰,显得孤独宁静。

在我们日常生活中,人与人的交往有许多隐形的距离,跨越了这些距离,我们就会觉得不自在,甚至产生反感和危机感。你是否曾因为别人距离自己太近而生气?曾因为别人对你长时间凝视而厌烦?或者为附近的人放着吵闹的音乐而烦躁不安?十年前,人际关系学家创造了一个叫“空间关系”的新词,那么,理想的私人空间到底是什么呢?

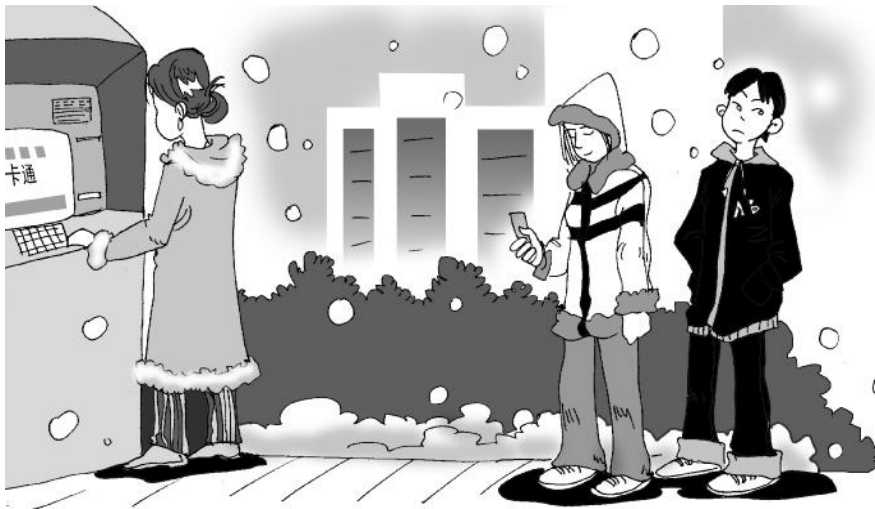
曾经有项研究发现,当人们发现被他人长时间注视时,会转移自己的视线。美国斯坦福大学的空间关系学专家拜勒森说:“私人空间不仅如同身体周围被一圈看不见的泡沫包围,还包括很多感官,如人们不喜欢的声音、场面或凝视等。”据《旅行建议》杂志做的一份乘客需求调查显示,乘客最希望改进的就是增加座位的宽度,甚至不介意为此多付费用。

研究人员曾做过一个测试:用DV悄悄拍摄图书馆内的人群。结果发现,人们通常首先选择角落的位置落座。同时选择与他人背角的座位,因为这是与他人最远的距离。对于这个有趣的发现,相信青少年朋友是深有体会的。不论是在图书馆里,还是在自习室里,那些靠边的座位总是最抢手的。大学生李丽是图书馆的常客,为了能选到自己“心仪”的靠边的座



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST



位,她总是不辞辛苦地早早到图书馆占座,可以算得上是“雷打不动”了。

素有“空间关系学之父”称号的人类学家霍尔将我们身边无形的距离作了一个定义:

亲密关系(0.15~0.2 米):这是恋人之间,夫妻之间,父母子女之间以及至爱亲朋之间的交往距离。

私人距离(0.45~1.2 米):它适合于一般性的交际应酬,也叫做“常规距离”。

社交距离(1.2~3.6 米):它适用于会议、演讲、庆典、仪式以及接见,意在向交往对象表示敬意。

公众距离(超过 3.6 米):适用于在公共场所同陌生人相处,它有个有趣的名字叫做“有距离的距离”。

民族文化传统不同,人们交往的空间意识会有差异。例如:相比较而言,中国人与日本人在相同关系中,日本人要求空间距离不要太大,而中国人则希望交往距离不要太小。同样是欧洲,丹麦、挪威等国,人们要求人



际接触的距离应该稍大一些；其他许多欧洲国家的人则要求这种距离应当稍小一些。同是美洲，北美洲的人要求人际接触的距离应该大一些；南美洲人认为这种距离应小一些。美国传播学家施拉姆曾为此举过一个例子：如果让一个拉美人同一个美国人在一个走廊上交谈，属于接触文化的拉美人会“不自觉”地向美国人靠近，而属于非接触文化的美国人，为保持他认为适度的社交距离，则会同样“不自觉”地向后退，一段时间后，就会发现他们已从走廊的一端“谈”到了走廊的另一端。

这些微妙的距离，常常会体现在我们的日常生活中。例如，我们在银行、邮局、飞机售票处和海关出入口，常常能见到一条黄色的线，称“一米线”，它使我们在公共空间里有了一定的私人距离，而像银行这样的地方，私人空间和隐私是紧密结合在一起的，也是绝对不可逾越的。试想一下，当你在银行存款时，后面的人紧贴在身后，你肯定会觉得十分不安，而后面的人不是无意识的，就确实是“意图不轨”。

餐馆老板在摆放桌椅位置的时候，都要运用空间关系学，这样才能保证提供给顾客一个舒适的空间。

所以，在人际交往中要保持一定的私人距离，不轻易侵犯他人的“领地”，会使你的社交“马到成功”。有趣的是，当你去看电影时，如果整个影院只有你自己或者很少的人，你不会喜欢。这意味着“有时，快乐是需要分享的”。人真是一种有趣的动物，不是吗？



095 和外国朋友打交道

随着我国经济文化的发展,越来越多的外国朋友来到中国。我们也不可避免地要和一些外国朋友交往,怎样才能尽好这“地主之谊”呢?有许多地方都需要我们注意。

交谈有禁忌

由于文化背景的不同,我们在和外国朋友交谈的时候,有许多问题是不能“随便打听”的,否则会被视为没有教养、不懂得尊重对方。

收入支出不问。如纳税数额、银行存款、股票收益、私宅面积等。其实对于我们自己来说,这些问题也是极其私人化的,是不轻易透露的。

年龄大小不问。特别是外国妇女,最不希望外人了解自己的年龄。慎用“老”字来形容外国人。在中国,询问一位老人的年龄是常有的事。如果我们向一位外国妇女询问年龄,不论出于什么原因,相信你既不会得到答案,也会遭到对方的反感。也许我们中国人的尊称“老人家”、“老先生”、“老夫人”,在外国人看来就好像是谩骂一样。

恋爱婚姻家庭状况不问。在我们日常生活中,“有没有恋人”、“结了婚没有”、“婆媳关系如何”、“有没有孩子”和“为什么不结婚”之类的话题,是我们最常见的谈资。而在一些国家里,跟异性谈论此类问题,极有可能被对方视为无聊之至,甚至还会因此被对方控告为“性骚扰”而吃上官司。



“实在”很重要

由于文化的差异,我们往往出于礼貌,会说一些看似“言不由衷”的话,到最后,“吃亏”的往往是自己。

有一次夏荣和父母去一位美国朋友家里做客,主人准备了许多的饮料、点心,并热情地请夏荣品尝。夏荣出于礼貌,客道地说:“谢谢!我不渴!”于是,主人也没有再次请她。实际上夏荣渴得嗓子快冒烟了,心里还在嘀咕:“这美国人还真实在,我不过是客气一下,还真当真了。”没错,外国人在这一方面确实很“实在”,他们会把你的话当真,所以和外国人打交道的时候,有时不要说虚话。否则,像夏荣一样,“吃亏”的就是你自己了。

另外,我们往往会在告别的时候说一些“客套”的话,“有空请到我家喝茶”、“改天我请你吃饭”。如果你说话的对象是中国人,自然不会有什么问题。但是,如果你是在和一位外国朋友说话,那么你做出的这些客套的“邀请”,也许就会被当真。为了避免误会,和外国朋友交谈的时候我们最好“实话实说”。

令人眼花缭乱的禁忌

根据民俗传统的不同,每个国家都有各自不同的禁忌。在与外国朋友交流或是送礼的时候,我们都要注意这些禁忌。

“13”这个数字是西方人普遍忌讳的。在古代的传说中,天国的第13位神是煞神,他常常给人带来厄运。在名画《最后的晚餐》中,第13个人正好是出卖耶稣的犹大。所以,在欧美和一些信仰基督教的国家,人们对“13”这个数字很敏感,唯恐避之不及,大多数门牌号、楼层都没有13。所以我们在给外国朋友送花的时候千万不要送“13”朵。

关于颜色的忌讳就更是千变万化,令人头晕目眩了。

以白色为例,在中国、日本,是丧服的颜色;摩洛哥人认为白色意味着



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

贫穷；而欧美人却认为白色象征纯洁、和平，正因为如此，结婚礼服也是白色的。

以色列人视黄色为死亡之色，土耳其人也同样讨厌黄色；

埃及人认为蓝色是恶魔的象征；

英国人厌恶绿色，他们用橄榄绿作为裹尸布的颜色；

巴西人认为紫色会给人带来悲哀，黄色则会使人陷入绝望，黄色和紫色配合使用会使人疾病缠身；

印度人忌讳白色和紫色，因为这两种颜色都象征着内心的悲哀，黑色也被他们视为不祥之色。





096 给外国朋友送礼的禁忌

在人际交往中,我们常常会为送何种礼物给朋友而绞尽脑汁。如果你要送礼的对象是外国朋友,那就不仅仅是要考虑礼物是否能传达心意这么简单了。由于“十里不同风,百里不同俗”,同一种礼品在不同国家、地区、民族往往会被赋予一些不同的寓意。给外国朋友送礼物需要注意的地方有很多,因为文化上的差异,有些忌讳是我们难以理解的。但不管怎样,我们都应该熟悉了解这些禁忌,否则,一旦送错了礼物,那就会特别难堪,甚至引起不必要的麻烦了。

小北、小优是高中二年级的学生,两个人有一个共同点,就是除了外语成绩不尽如人意,其他各门功课都很优秀。为了提高英语成绩,两个人下了很大的工夫,可就是不见成效。两个月前,学校请了几名外教,专门教高三学生的英语。小北和小优还没有上高三,无法听外教的课。为了提高英语成绩,两个人找到了外教 Minna, 希望她能抽空帮他们补习一下英语。Minna 很高兴地答应了。于是,在接下来的两个月里,小北和小优每天的活动就变成了英语补习课。Minna 牺牲了自己的休息时间来为他们补习功课。在老师和学生的共同努力下,小北和小优的英语成绩有了显著的提高,为了表达对 Minna 老师的谢意,他俩决定送一份特别的礼物给老师,为了礼物能充分表达自己的心意,又不冒犯外国人在礼物方面的禁忌,他们特别了解了关于给外国人送礼的一些禁忌,下面,让我们一起来看一下吧!



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

对于外国朋友,以下几类物品不宜充当礼品:

药品、补品、保健品

在国外,个人的健康状况属于“绝对隐私”,将与健康状况直接挂钩的药品、补品、保健品送给外国朋友,往往不会受欢迎。

广告性、宣传性物品

若将带有明显广告性、宣传性的物品送与对方,会被误解为有意利用对方,或借机进行政治性、商业性宣传。

冒犯受赠对象的物品

若礼品本身的品种、形状、色彩、图案、数目或其寓意,冒犯了受赠者的个人、职业、民族或宗教禁忌,会使馈赠行为功亏一篑。

易于引起异性误会的物品

向异性赠礼时,务必要三思而后行,切勿弄巧成拙,误向对方赠送示爱之物或含有色情的礼品。

以珍稀动物或宠物为原材料制作的物品

出于维护生态环境、保护珍稀动物的考虑,在国际社会中不要赠送此类物品。

有悖现行社会规范的礼品

现行社会规范不仅指我国现行的社会规范,还包括对方所在国家现行的社会规范,以免跨越法律、道德的界限。

参考了这些,相信小北和小优应该知道什么礼物既能表达自己的谢意,又不会冒犯外教的禁忌了。



097 名胜景点需要文明行为

春节、五一、十一、暑假、寒假……难得的假期,使得我们有足够的时间出游。即便是周末,也有许多人选择出游散心。我国幅员辽阔,名胜景点不胜枚举,这些景点如同一面镜子,那些文明与不文明行为,我们都能看得清清楚楚。

晶晶觉得自己漂亮,比较“上照”,所以外出旅游时,逢景必“照”,而且面对镜头,她还喜欢摆出各式各样的姿势。虽然男友一边拍一边啧啧称赞,可一旁等候拍摄的游客却不耐烦了,纷纷朝他们翻起了白眼。

晶晶喜欢拍照无可厚非,可在旅游景点旁若无人地照相,只顾着自己过瘾,而无视别人的等待,就容易引起周围游客的不满。在旅游景点拍照,应该互相谦让,不要争抢。轮到自己拍照,应抓紧时间尽快结束,不要长时间占用景点。让人久等是不礼貌的,尤其是让那些怕挡你镜头而在旁等着过往的人久等,更是一种无礼的行为。而在众目睽睽之下,也不宜过分地摆出种种 pose,景点毕竟不是影楼,需要为了拍出好的照片,摆各种姿势。

另外,在拍摄照片时,应事先把相机调好,不要让别人等在一边,不停地进行取景或干一些其他和拍摄无关的事情。如果你尚未确定拍摄的角度,不妨让别人先拍,你也可以学习借鉴一下他人的拍照经验。

拍照时,发现有人走近而妨碍镜头时,应礼貌地向人打招呼,或者等他人过去再拍。大声叫嚷、斥责或是上前推拦只能带来矛盾和不快。同样,



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

你也应该给其他正在拍照留念的人以方便,在人家已摆好姿势后,不要贸然“抢镜头”。当必须穿过别人拍照地点时,应先示意。如果需要路人帮忙按快门,事后一定要道声谢。

“××到此一游”、“××于某年路经此地”等留言是我们在名胜景点经常能看到的。不论是古建筑还是旁边的树木都难逃一劫,成了许多游客的留言板。古代有史官记录皇帝的一言一行,现代人没有这个待遇,只好自己给自己做记录了。这些都是不文明的行为,我们在名胜古迹观光的时候,要爱护文物古迹,甚至是一草一木都不能随意破坏。

不要乱丢杂物,随地吐痰。也不要一个人横躺在椅子上,霸占整个椅子。文明的行为需要他人监督,但是更需要我们每一个人的自觉。做文明的游客,共享祖国的名胜。





098 入住宾馆的礼仪

不论是外出旅游或是出门办事,入住宾馆是常有的事情。青少年朋友平日虽然课业负担比较重,但是,总会有些外出旅游的机会,也会入住当地的宾馆旅店。宾馆并不是我们的家,它只是我们旅途中一个暂时歇脚的驿站,也正因为如此,有一些必要的规定和礼仪是我们一定要注意的。

提前预约

如果我们外出旅游,尤其是在旅游的旺季,常常会出现宾馆客满的情况,为了保证我们能如期入住旅店,不至于耽误行程,最好提前进行电话预约。万一我们比预订时间到达晚得多,为避免被取消,就要尽快用电话通知宾馆方。相应的,如果我们的行程有变,要取消房间,有礼貌的做法是及时打个电话取消,这样宾馆就可以把房间租给别人了。

客房要爱护

在我们的旅途中,舒服的房间为我们提供了很好的休息场所,作为一个懂礼节的文明游客,要爱护客房的用具,不要随地吐痰,不要在墙上乱画,用完卫生间后要清理干净。

小东在中考结束后,如愿以偿地考上了重点高中,父母为了庆祝儿子顺利升入高中,特意在暑假带着小东去香港旅游。这可是小东长这么大第一次出远门,再加上迪斯尼乐园的巨大诱惑,小东格外兴奋。在短短的五天时间里,小东玩得很尽兴,买了很多纪念品。结束了香港之行,小东



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST



和父母愉快地踏上了归途。可是，负责整理小东房间的服务员却十分头疼。小东住的房间可以说如同“龙卷风”过后，一片狼藉。地上满是杂物、包装袋、瓜子皮，雪白的床单上也留下了小东的鞋印。洗手间里更不用说了，地上如同“水漫金山”一样，洗手池旁边也全是垃圾。

想必在我们身边有很多像小东这样的游客，他们只顾自己住得舒服，知道有服务员整理清洁，就毫不留情地“糟蹋”房间，享受难得的自由时光。这些人自身的素质从他们住过的房间就可见一斑。青少年朋友千万不要学小东，成了不受欢迎的游客。

还有的人喜欢“顺手牵羊”，带走房间里的一些用具，像烟灰缸等物品。不用说，这种做法当然是不对的，这些物品都是宾馆的财产，不是我们的东西当然不能“据为己有”。



099 坐火车、乘飞机要注意的礼节

飞机火车是人们长途旅行的重要交通工具，也是人群比较集中的地方，因此，我们每一个人的一举一动都会影响到周围的乘客，尤其是一些人不文明的举动，不仅有失体统，而且会给他人造成不必要的困扰。

坐飞机的礼节

在候机大厅内的旅客应注意，一个人只能坐一个位子，不要用行李占位子。要注意异性之间不要过于亲密。无论是同性还是异性，都不要坐在对方腿上，这是非常不礼貌的行为，特别是在国际机场。在座位紧张的情况下，要把座位让给老人、抱小孩的妇女或孕妇。

在机场，旅客携带的行李比较多，一般会使用行李车。在使用行李车时要注意爱护，不要损坏。在座位上休息时，行李车不要横在通道内，影响其他旅客通行。乘飞机时，一定不要带太多随身行李。很多人不愿意托运行李，于是便带着大包小包乘飞机。这样一来，在取放行李时，经常长时间占用过道，影响其他人通行。而且还会占用别人的行李位，使后来的旅客往往没有地方放自己的随身物品。

旅客结伴出行时，在办理登机牌和安检时，总有些人为了几个朋友占队，让好几个朋友都加进他的位置上，这样的做法不可取。因为办理登机牌和安检的队伍往往有好几个，旅客可以选择人较少的队伍，而占队的行为会增加其他旅客的排队时间。



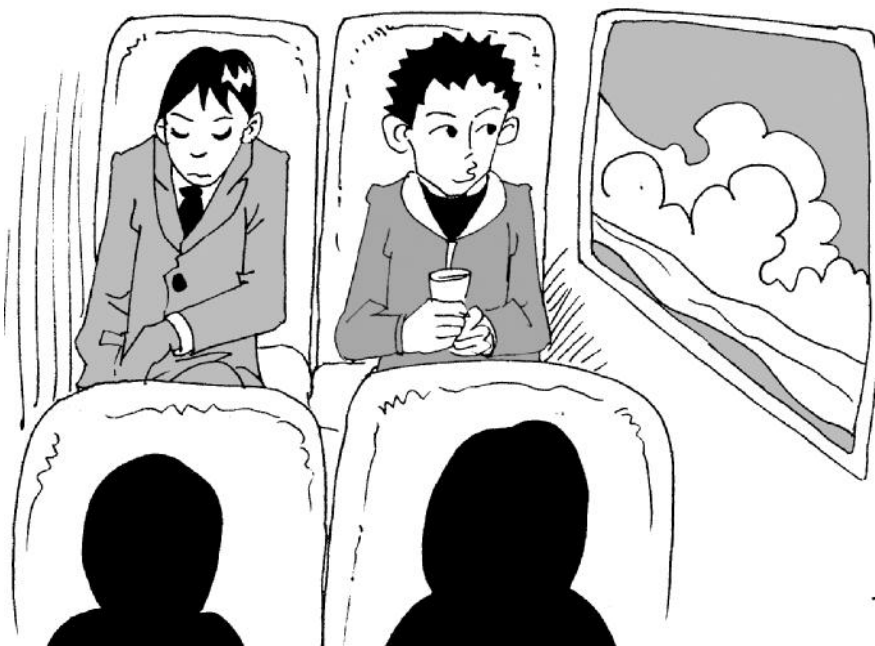
青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

安检时还需要注意,在轮到自己安检前,要提前把护照、身份证、登机牌和机票准备好,以免临时翻找耽误时间,也容易出错。

在飞行的过程中,手机是一定不能使用的,这样会干扰飞机的电子系统,导致严重后果。所以,我们一上飞机就要关闭手机,在飞机停稳后才可以打开。

飞机上的饮料是不限量免费供应的。但需要注意的是,在要饮料的时候,只能先要一种,喝完了再要,以免饮料洒落。而且,由于飞机上的卫生间有限,狂饮饮料的旅客恐怕要一趟趟地来往于座位与卫生间之间,不仅自己不便,也妨碍了他人。在飞机上是可以喝酒的,但只是为了促进饮食,不能像在饭店里一样推杯换盏,尤其要注意的是,千万不要酗酒。喝得醉醺醺,甚至耍酒风,实在是失礼的举动,等到酒醒以后,真是要“追悔莫及”了。





另外,由于飞机所能承受的垃圾数量有限,所以旅客最好不要自带零食,尤其是一些带壳的零食。此外,我们不要贪图小便宜,把飞机上提供的非一次性用品带走,比如餐盘、耳机、毛毯等。

邻座旅客之间可以进行交谈,但不要隔着座位说话,也不要前后座说话。注意谈话的声音不要过大。

坐火车的礼节

在火车候车大厅内,旅客要注意行李的摆放不要妨碍其他旅客通行。一个人只能占一个位子,不要躺在椅子上,也不要把脚跷在椅子上。在候车大厅内吃东西时,不要把垃圾随便扔在地上,最好自己带一个小塑料袋放垃圾。不要随地吐痰,也不要把水倒在地上。带小孩的旅客注意,一定要带小孩子到卫生间上厕所,不要为了图方便,直接在候车大厅的角落里方便。

上铺和中铺的旅客不要长时间占用下铺床位。需要坐时,要先询问对方,得到允许后要道谢。上下床时,动作要轻,注意自己鞋上的土不要把下铺的床位弄脏。在其他旅客已经休息时,不要大声喧哗,如需交谈,可以到走廊上或列车两边的洗手池旁。

在火车上使用卫生间时,一定不要随手乱扔废纸或者把卫生间搞得很恶心。

乘飞机和火车都要注意衣着得体,穿着可以舒适,但不要敞胸露怀。

无论是坐火车还是乘飞机,都要保持安静,不要因为自己开心而让别人不开心,把自己的快乐建立在他人的痛苦之上。



100 乘车的礼节

曾经有这样一则故事,在我们寻找外星生物的同时,外星人也在观察着地球。通过他们的探查,对外星人对地球得出了这样的认识:地球上的主要生物是有四个轮子的汽车,而人则是这种“四轮生物”的养料,只要“养料”(即人)添加到“四轮生物”中,这种生物便有了活力,可以行动自如了。这虽然是一则夸张的笑话,但是却很好地说明了一个问题:汽车的数量已经不可小觑,毫无疑问不论是私家车还是公共汽车,现在汽车已经成了我们主要的代步工具。每天我们都不可避免地要在汽车上耗费大量的时间,因此乘车时的一些礼节还是需要我们每一个青少年朋友注意的。

小轿车的位置问题

小轿车一般能乘坐包括司机在内的五人,而后排中间的位置在正式场合一般是不安排他人乘坐的,车内的位置也有高下之分。一般来说,轿车内的座位是后排为上,前排为下,后排的三个座位(通常只坐两人)又以右为上,左为下,也就是说,与司机成对角线的位置是车内最尊贵的位置。其次是后排左座、前排右座(副驾驶)。世界上大部分国家的交通规则是右侧行驶,这样坐在右侧的人上下车就相对方便一些。我们不难发现,看似复杂多变的乘车礼仪所遵循的基本规则不外乎三条:方便为上,安全为上,尊重为上。单从方便的角度讲,作为坐车者上下车比较方便的位置有两个,即前排右座和后排右座。而前排右座通常被视为最不安全的位置,



所以后排右座就通常被尊为上座了。

也许你会认为,如果以安全论,车上最安全的位置当数后排左座,即司机后面的位置,却因何未被视为上座,是否意味着方便优先,安全次之呢?其实也不尽然,在一些政务或外交礼仪中,确实是把后排左座视为尊位的。因为这时车上坐的都是政府要员或重要外宾,在这种情况下安全性就被提升到更重要的位置了。

所谓尊重为上就是在遵守礼仪规则的同时还要尊重客人的生活习惯和认知水平。比如说有时候客人在并非出于谦让的情况下坐错了位次,即坐在了下位,而这种错误又不影响别的客人,我们就应当将错就错尊重他的选择,而不必告诉对方您坐错位置了。这就是商务礼仪中通常说的客人坐的位置即为上的道理。

如果主人(或领导、长者等)亲自驾车的时候,副驾驶位成了尊位,后面依次是后排右位、后排左位位置。它体现的是尊重为上的礼仪原则,即客人对开车者的尊重,而安全和方便又都变得相对次要了。

公共交通工具

在我国,私家车还没有像电视机一样普及,大部分人外出主要乘坐的还是公共汽车。大家共享一个狭小的空间,有很多的礼仪需要注意。

上车时不要拥挤,要排队上车,同时照顾到一些老弱病残。

上车后不要“你追我赶”地去抢座位,要把座位让给那些老弱病残,比起我们,他们更需要那些座位。不要为了给同伴占座而把腿或东西放在旁边的座位上。如果东西过多,要和售票员商量,不要把东西堆在过道上,影响他人通过。

在上下班的高峰期,车上的乘客比较多,相互之间难免会碰撞、踩踏,这时我们也不要着急,如果是自己踩了他人要主动道歉,如果是别人碰撞



青少年最应该懂得的 100 个社交礼仪

100 PROPRIETIES THAT THE YOUTHS SHOULD KNOW MOST

了自己,也不要发火,应大度地表示“没关系”。

谈到公交车上最令人讨厌的行为,旁若无人地大声接电话或是滔滔不绝地说个没完想必会榜上有名。虽然没有明文规定“公车上不准大声讲话或接电话”,公车也不是图书馆、自习室,必须保持安静,但是长时间旁若无人地大声讲话,已经给他人造成了“噪声污染”,也容易分散司机的注意力,为我们带来了安全隐患。

小信、小诺、小辉三个人是同班同学,住得也很近,三个人的关系很好,每天都要一同乘公交车上下学。从家到学校,他们需要乘坐半个小时的公车,三个男生本来嗓门就大,还喜欢开个玩笑,一路上说说笑笑好不痛快。可是他们不知道,在他们大声说笑,打打闹闹的同时,早已有人投来了厌烦的目光,其他乘客被他们三个人一刻不停的说笑搅得心烦不已,又不好说什么,只能是硬着头皮听之任之了。

在日常生活中,像小信、小诺、小辉他们三个这样在公车上大声说笑或是讲电话的人很常见,这些人并不知道自己的行为给他人带来了不便,是很失礼的行为。青少年朋友大多性格活泼,常常在不经意间管不住自己的“大嗓门”,看了小信他们三个的例子,下次乘车的时候千万不能像麻雀一样叽叽喳喳地不停说话。

感谢青少年朋友阅读这本关于社交礼仪的小书,希望
它能给你带来一系列行为举止上的变化,再遇到礼仪问题
时,相信青少年朋友一定能轻松搞定。