

<<实用礼仪教程>>

图书基本信息

书名：<<实用礼仪教程>>

13位ISBN编号：9787307037694

10位ISBN编号：7307037696

出版时间：2003-1

出版时间：武汉大学出版社

作者：胡静 编

页数：237

字数：276000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<实用礼仪教程>>

### 内容概要

本书是21世纪旅游管理专业系列教材丛书之一，本书的编辑是根据高等院校旅游专业教学和社会生活和工作的实际需要，有针对性地选取素材，系统地论述社交礼仪的基本理论、基本知识与应用技巧。

本书的主要内容包括礼仪的基本原理，如何塑造良好的个人形象，社会交往中的一些基本规则，所有内容力求具有实用性、时效性和可操作性。

<<实用礼仪教程>>

书籍目录

第一章 绪论 第一节 礼仪概述 第二节 礼仪的特点与原则 第三节 礼仪学的研究对象及内容体系 思考题  
第二章 个人礼仪（一） 第一节 言谈礼仪 第二节 举止礼仪 思考题  
第三章 个人礼仪（二） 第一节 着装礼仪 第二节 仪容礼仪 思考题  
第四章 社交礼仪（一） 第一节 见面与介绍 第二节 拜访与接待 第三节 亲友礼仪 第四节 礼品礼仪 思考题  
第五章 社交礼仪（二） 第一节 聚会礼仪 第二节 通联礼仪 第三节 求职礼仪 第四节 商务礼仪 思考题  
第六章 外事礼仪（一） 第七章 外事礼仪（二） 参考文献

## &lt;&lt;实用礼仪教程&gt;&gt;

## 章节摘录

第三章个人礼仪(二) 第一节 着装礼仪 着装是一门艺术、一种文化、一种“语言”，是一个人给其他人“第一印象”的重要组成部分，是评价个人礼仪的一个重要因素。正确得体的着装，不仅能体现个人较高的精神面貌和文化修养，给人留下良好印象，而且还能够提高与人交往的能力。

总的来说，着装需要时间、地点、场合、身份以及色彩的相互协词。

一、着装的基本原则 (一)TPO原则 TPO原则是人们着装的总原则它是指人们在着装时，要注意时间、地点、场合并与之相适应。

“TPO”在英语中是time(时间)、place(地点)、occasion(场合)三个单词开头字母的缩写。

1. 与时间相适应 在西方，不同的时间里有不同的着装要求。

例如。

男士在白天不能穿小礼服和夜礼服，在夜晚不能穿晨礼服；女士在日落前则不能穿过于裸露的礼服。

2. 与地点相适应 这是指根据不同国家、不同地区所处的地理位置和自然条件的要求来着装。

例如：在气候炎热的地方，服装以浅色或冷色调为主；在寒冷的地区，服装则以深色或暖色调为主。

3. 与场合相适应 这里的场合主要是指上班、社交、休闲三大场合。

上班要穿得整洁、大方、美观，不可过分妖艳，女士在夏季不宜将吊带背心和超短裙穿进办公室，男士则不能穿短裤和拖鞋。

社交装要穿得时髦、流行又不失高雅，在出席婚礼、宴会等重要场合时，女士既可以穿西装和中式服装，也可以穿旗袍和晚礼服，男士可以着中山装，也可以着正规西装，但必须系领带。

休闲装要穿得宽松、舒适、随意，棉制的衬衣、T恤、牛仔装是郊外游玩的首选，穿上它们可以使你显得轻松和惬意。

(二)着装的配色原则 一般来说，黑、白、灰是服装搭配时最常用的三种颜色，它们最容易与其他颜色的服装搭配并取得很好的效果。

因此，这三种颜色也被称做“安全色”。

如果你对配色不是很在行，你可以大胆地使用这三种颜色。

除此之外，服装色彩的搭配要遵循上深下浅或上浅下深的原则，可采取同类型配色或衬托配色的方式，例如：绿色配黄色、浅蓝配粉红、深蓝配红色等。

不同颜色的服装穿在不同的人身上也会产生不同的效果。

如深色的衣服。

特别是黑色、深蓝色、深咖啡色等给人以收缩感，瘦人穿着显得更加“瘦小”，而胖人穿着则会显得苗条，反之，浅色的衣服给人以扩张感，适宜瘦人穿着。二、着装的要求及技巧 服饰是一种礼仪、一种文化，也是一个国家和民族经济发展的标志之一。

随着国际间的交流日益加深，服装逐渐向国际化、多样化、个性化方向发展，但是，我们对着装的总体要求没有改变。

除了整洁、大方、典雅、和谐是着装永远追求的目标外，我们还要求着装与自己的年龄、体形、职业相称，与周围的环境相协调。

(一)穿着要和年龄协调 俗话说，“爱美之心，人皆有之”。

古往今来，人们对美的追求是没有年龄之分的，但是，不同年龄的人有不同的审美观和不同的穿着要求。

老年人喜着深色以显成熟稳重，青年人喜着亮色以显青春活泼。

一套黑色的中山装，穿在中老年人身上会显得端庄大方、风度翩翩；穿在青少年身上则会显得少年老成、老气横秋。

少女穿着色彩鲜艳的超短裙会显得朝气蓬勃、热情开朗，少妇穿超短裙则不免有虚浮轻佻之感。

(二)穿着要和体型协调 不同的人，身材有高矮，体型有胖瘦，肤色有深浅，穿着要因人而异、扬长避短。

## <<实用礼仪教程>>

瘦子穿浅色、横条纹、大花图案的衣服可以显得圆润丰满些，胖子穿深色、竖条纹的衣服则可显得苗条清秀些。

肤色较深的人穿浅色服装会显得时尚健美，肤色较白的人穿深色服装更能显出皮肤的细腻白嫩。

(三)穿着要和职业协调 例如，年轻人模仿能力强，教师的一言一行和穿着打扮对学生们有很大影响，因此，教师在学校里不宜染头发、穿奇装异服，不能打扮得过于前卫，在上课时更不能浓妆艳抹、珠光宝气。

医院的医生、护士也不能穿得过于鲜艳，打扮得花枝招展不仅会影响病人和家属的心情，也不利于病人的治疗和休养。

(四)穿着要和环境协调 在喜庆场合不能穿得太古板，在悲伤场合不能穿得太花哨，在庄重场合不能穿得太随意，在休闲场合不能穿得太隆重。

高跟鞋和西服套裙显得高雅大方，适合在参加宴会时穿着，但不适于去登高探险、郊外野营。

三、男士西服着装规范 西服，又称西装、洋服，它起源于欧洲，目前是最流行的一种服装，也是男士们在正式场合着装的最佳选择。

男士们要想使自己所穿的西装真正称心合意，就要了解西装在选择、穿法和搭配上相关的礼仪规范和要求。

(一)西服的选择 挑选一套面料上乘、做工精细、款式大方、适合于多种场合穿着的西服，需要关注其面料、色彩、图案、款式、造型、尺寸、做工等七个方面的细节。

.....

## &lt;&lt;实用礼仪教程&gt;&gt;

## 媒体关注与评论

前言 我国是文明古国，富有优良的文明礼貌传统，素有“礼仪之邦”的美称，几千年光辉灿烂的文化，培养了中华民族高尚的道德也形成了一整套完善的礼仪。

在社会生活中，人们常常把礼仪看做是一个民族精神面貌和凝聚力的体现，把文明礼貌程度作为衡量一个国家和民族是否发达的标志之一；对个人而言，则是衡量道德水准和有无教养的尺度。

一个人以其高雅的仪表风度、完善的语言艺术、良好的个人形象，展示自己的气质修养，赢得尊重，将是自己生活和事业成功的基础。

礼仪讲的是规矩。

表面上它有无数的清规戒律，但其根本目的却在于使世界成为一个充满生活乐趣的地方。

孟德斯鸠曾说过：“没有绝对的自由，规矩是束缚我们行为的，同时也是给我们的自由以保证的。”

社会的发展需要规则意识，它是一个人的学识、修养和价值观的重要体现。

当今世界竞争激烈，尤其需要礼貌谦和。

礼仪可以有效地展现施礼者和还礼者的教养、风度与魅力，体现着一个人对他人和社会的认知水平、尊敬程度，是人与人之间表达心意、增进交流、促进了解的有效保障，是人际交往中不可缺少的润滑剂和联系纽带。

为让世界和平安宁，社会中的每一个人都应该学习和掌握有关的社交礼仪知识。

本书的编撰是根据高等院校旅游专业教学 and 现代社会工作和生活的实际需要，有针对性地选取素材，系统地论述社交礼仪的基本理论、基本知识与应用技巧。

本书的主要内容包括礼仪的基本原理；如何塑造良好的个人形象，如言谈举止、仪容仪表等；社会交往中的一些基本规则，如见面介绍、接待拜访、各种聚会、通联等；外事活动中的相关规则，如：国际礼仪、外交礼仪、国旗国徽国歌礼仪以及涉外习俗、交往禁忌等。

所述内容力求具有实用性、时效性和可操作性。

全书共有七章，由胡静提出整体构架并撰写编写大纲。

参加本书编撰的有(按各章节先后顺序)：华中师范大学胡静(第一章、第二章、第五章第3节、第六章第1节和第3节)；武汉大学李帅男(第三章、第五章第2节和第4节)；中国地质大学李江敏(第四章、第五章第1节)；华中师范大学李星明(第七章)；武汉科技学院陈万卷(第六章第2节)。

全书最后由胡静统编定稿。

本书的出版得到了武汉大学出版社的大力帮助，在此深表谢意。

此外还应特别感谢海外归来的许强先生，在本书的撰写和修改过程中提出了宝贵意见，并给予了許多具体帮助。

笔者衷心地希望本书能为培养和提高读者的规则意识、道德感和责任心以及提高个人的综合素质和礼仪的理论水平尽一点力量，为读者生活事业更为顺利和成功提供一些相关的资讯和必要的技巧。

由于笔者水平有限，其不成熟和疏漏之处在所难免，敬希读者和有关专家不吝赐教。

编者 于武昌桂子山

<<实用礼仪教程>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>