

社交礼仪论文(实用5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

社交礼仪论文篇一

社交礼仪在当今社会中已占有举足轻重的地位，掌握良好的社交礼仪规范对于一个人的工作，生活，交际等各方面的发展都起着极其重要的作用。作为大学生的我们，学习并掌握社交礼仪的意义，目的等方面的知识是非常有必要的。

社交礼仪;行为规范;关系;大学生

作为一名华夏儿女，我们都知道我国是有着上下五千年悠久历史文明古国，一直以来文明礼貌传统代代相传，因此我国素有“礼仪之邦”的美称。千百年来中国璀璨多样的传统文化孕育了我们每一个炎黄子孙高尚的道德情操，同时也在传承的过程中形成了一套完善的礼仪体系。

当今，在各种信息文化竞相绽放的环境下，礼仪的内涵也变得更加丰富多样。而能够娴熟灵活地掌握礼仪技巧并且得心应手地运用礼仪知识则会对一个人的成功产生至关重要的影响。

所谓礼仪就是指人们在各种社会交往中为了互相尊重而约定俗成、共同认可的行为规范和程序，它是礼节和仪式的总称[1]。社交礼仪是礼仪修养中的一种。

社交礼仪即指人们在人际交往过程中所具备的基本素质，交际能力等[2]。随着社会的发展社交在当今社会人际交往中发

挥着愈加重要的作用，通过社交，人们可以沟通心灵，建立深厚友谊，取得支持与帮助；通过社交，人们还可以顺利进行信息互通，资源共享。而在大学校园中，我们和朋友、同学、老师们相互交流也是一种社会交往。

社交礼仪的意义主要有四点：

一、社交礼仪是一种道德行为规范。即社交礼仪是一种约束与规范人的行为举止的法则。每个人做事的方法方式各有不同，同样一件事业会因人们的不同处理方法而产生不同的结果。比如进老师办公室，应该先敲门，得到允许再进入，而不是直接开门进去，这虽然是我们日常生活中看似再简单不过的事情了，但这种行为就是一种社交礼仪。而社交礼仪的遵守就要依靠我们每个人自觉地约束与规范，即是一种道德行为的规范。

二、社交礼仪表示对他人的尊重。这是社交礼仪的直接目的。尊重是社交礼仪的本质。渴望得到他人的尊重是每个人的精神需求，在社交礼仪中如果我们自身做到了对他人足够的尊重，那么，在给他人带来愉悦和满足的同时，更重要的是增进了彼此之间的友谊，使彼此之间的关系更加和谐融洽，对自己的发展也会有好处。

三、社交礼仪维护社会正常生活秩序。这是社交礼仪的根本目的。试想一下，如果每个人都不遵循社交礼仪，以为得按照自己的想法来，想怎么做就怎么做，那么我们的社会将会是一种怎样的局面，难以想象。如果我们能够自觉遵守社交礼仪，主动约束自己的行为规范，那么我们的社会才会是如今的这样有条不紊地向前发展。

四、社交礼仪要求在人际交往、社会交往中遵守。这是它的履行范围。虽说社交礼仪很重要，但它一定适用于一定的范围，而一旦超出了这个范围将无法适用。比如在家里穿拖鞋，而在公众场合穿拖鞋就显得失礼了。因此，运用社交礼仪一

定要分场合分地点，要灵活运用。

社交礼仪的主要目的有四点：

一、交流信息。交流信息即信息资源共享。我们在日常生活中都会需要获取大量的信息以方便我们这样或那样的需要。然而，仅凭我们个人直接获取我们所需的一手信息资源是很繁杂的，也是无法实现的。这时，人际交流就显得格外重要，而日常生活也很好地证明了这一点。比如某一天要停水停电，相关单位是不会直接告诉你的，我们更多的是通过楼道里的通知或是其他人那里得知这一消息的，我们会提前接一些水，准备好手电筒或蜡烛以备停水停电，这样就避免我们在不知情的情况下措手不及。

二、增进感情。社会交往是一个人与人相互沟通的过程，它是双向的，需要双方都投入其中，因此在社交中投入的时间与精力会为我们的友谊和感情带来收获。比如经常与朋友一起休闲娱乐则会增进彼此之间的友谊，使双方更加了解彼此，相处更加融洽。

三、建立关系。社交在彼此熟悉的人中会增进感情，而在陌生人之间，很多时候则会促使彼此之间建立关系。比如在很多情况下会建立商业合作、感情姻缘等关系的纽带。而当关系建立，我们则要注意跟进关系，加强联系，以免忘记，以致淡化关系，失去联系。

四、充实自我。在与不同人群、不同的社会环境接触的时候，会丰富我们不同方面的经验，从而丰富我们的'人生阅历与人生情感。

下面介绍几个社交礼仪的具体相关礼仪：

一、握手礼

握手礼是在一切交际场合使用最频繁，适用范围最广泛的见面致意礼节。它表示致意、友好、寒暄、道别、祝贺、感谢等多种含义。有时候握手往往比语言更具有亲和力，更充满情感。

握手礼的场合：迎送客人、拜访告辞、久别重逢、初次见面等。

握手礼的规则：行握手礼是存在先后次序，其次序主要根据握手双方所处的社会地位、身份、性别等条件来确定。通常是上级在先、长辈在先、女士在先、主人在先，而下级、晚辈、男士、客人应先问候，在对方伸出手后再伸手同他握手，如果两个人身份、年龄、职务等相仿时，先伸手为礼貌。如果男女初次见面，双方可以不握手，互相致点头礼即可。如果一方忽略了握手的先后次序，先伸出了手，那么另一方应立即回握，以免尴尬。

握手礼的正确姿势：握手时双方相距约一步，上身稍前侧，伸出右手，四指并拢拇指张开，两人的手掌与地面垂直相握，持续二至三秒，力量适中，注视对方，微笑或用简单的语言致意或寒暄。

二、鞠躬礼

鞠躬礼是一种人们用来表示对别人的恭敬的致意礼节。

鞠躬礼的场合：庄严或喜庆的仪式、演讲、演员谢幕等。

鞠躬礼的方式：一鞠躬，行礼时身体上部向前倾斜15—20度，随即恢复状态，只做一次；三鞠躬，行礼时身体上部向下弯约90度，然后恢复原样，如此连续三次。

鞠躬礼的正确姿势：行礼者和受礼者互相注目，不得斜视和环视，行礼时不可戴帽，脱帽所用之手应与行礼之边相反，

行礼者在距受礼者两米左右进行。行礼时，以腰部为轴，头、肩、上身顺势向前倾约20度至90度，双手应在上身前倾时自然下垂放两侧，也可交叉相握放在体前，面带微笑，目光下垂[3]。

三、介绍

介绍时社交场合中互相了解的基本方法。通过介绍，可以缩短人与人之间的距离，以便更好地交流，更好地深入了解彼此。

自我介绍：时间应选在对方有时间、心情好、有认识你的兴趣的时候。态度要亲切、友好、自信。内容包括姓名的全称、供职单位、负担的工作。

礼仪就仿佛一张人际交往的明信片。尤其是社会交往，它可以帮助我们规范言谈举止，学会待人接物；塑造良好形象，赢得社会尊重；架设友谊桥梁，通向成功之路。因此礼仪又是一张我们人生的通行证，它能帮助我们获得成功，从而创造属于我们自己的幸福与人生。在这个发展迅速，注重人际关系的社会中，社交礼仪无疑成为每个人立足社会的基本前提之一。

作为当代大学生，社交礼仪对我们来说更是至关重要。有利于我们同他人建立良好的社交关系，形成和谐美好的氛围，从而促进我们的心理健康成长。有利于促进我们大学生更好地与社会接触，锻炼心智，增强心理承受力。

总之，我们每个人都必须重视礼仪修养，一个人只有拥有良好的礼仪修养，才能更好地展示出自身的气质，更好地为他人所接受所喜欢，从而塑造更好的自己，实现更有价值的人生。（沈阳师范大学文学院汉语言文学；辽宁；沈阳；110034）

[1]黄菊良：《大学生礼仪修养》，华东师范大学出版社

[2]王华，邓自新：《现代社交礼仪》，华南理工大学出版社

[3]王华，邓自新：《现代社交礼仪》，华南理工大学出版社

社交礼仪论文篇二

社交礼仪在人际交往中起着重要性作用。那么我们要如何做到礼仪社交呢?下面是小编为大家整理的5000字社交礼仪论文，与你分享!

社交礼仪是在社会交往中使用频率较高的日常礼节。

一个人生活在社会上，要想让别人尊重自己，首先要学会尊重别人。

掌握规范的社交礼仪，能为交往创造出和谐融洽的气氛，建立、保持、改善人际关系。

在大二我选修了社交礼仪这门科目，因为我想通过学习来了解多一些社交时应该怎样做好，因为是学工商企业管理的，学习这门科目这以后的方方面面都是很有必要的。

社交礼仪不仅仅是一门我们需要通过的课程，她更是一门艺术，在和老师同学相处的这一个学期里，我发现原来在我的生活中有这么多不合体的地方。

所以我就现在就想说说我通过学习之后的体会。

社交礼仪确实在生活中很重要。

在生活中谈话时的礼节很重要。

在生活中很多时候都需要与人交谈，没错，社交就是平时生

活中很一直要做的事情，但是又该怎样与人交谈呢？这也是很有学问的。

首先，谈话的表情要自然，语气和气亲切，表达得体。

说话时可适当做些手势，但动作不要过大，更不要手舞足蹈，不要用手指指人，因为没有人能够容忍这种不礼貌，如果不尊重别人，那么谈话就结束了。

还有与人谈话时，不宜与对方离得太远，但也不要离得过近，不要拉拉扯扯，拍拍打打，谈话时不要唾沫四溅，但是生活中却是有这种情况，那么确实很令人反感。

但是，如果在谈话过程中只有一方在讲，也是一种很不和谐的气氛的。

在交际场合，自己讲话要给别人发表意见的机会，别人说话，也应适时发表个人看法。

要善于聆听对方谈话，不轻易打断别人的发言。

对方发言时，不左顾右盼、心不在焉，或注视别处，显出不耐烦的样子，也不要老看手表，或做出伸懒腰、玩东西等漫不经心的动作。

再看看我们同学们平时在交谈时不是经常犯这样的错误的。

尤其是在我们以后参加工作后，如果这样做的话就会别人所厌恶，升职就不用去考虑的了。

很多的时候在宿舍中就会发生这样的情况，我作为班委去每个宿舍通知一下事情，但是很多的同学都在玩电脑，更他们说话都没有回过头，只是很在意游戏，自己确实就产生了一种很不爽的心情，心里想以后有什么通知都不说了。

仪表仪态在生活中也是很重要的。

我们每个人都应注意自己的个人礼仪，一个人的穿着打扮、举止行为，不但事关对方对自己个人形象的印象好坏，而且也是个人教养与素质的最形象的展示。

但是在现在的社会，我们经常能看见

一些不符合礼仪规范的行为存在。

大街上，穿着暴露、邋遢、不修边幅的人比比皆是，他们不顾礼仪规范，一味追求前卫，带给别人的印象却是糟糕至极。

这个社会追求个性是没错，但是也应该在人的接受范围之内。

比如，在我们学校上课是不允许穿拖鞋、背心的，如果这样的着装就不算是来读书的了，这要老师怎么看呢？影响老师的情绪，然后把情绪带到课堂上，一节课就这样效果不佳了。

在社交中应该要做到保持头发清洁，修饰得体，发型与本人自身条件、身份和工作性质相适宜。

男士应每天修面剃须。

女士化妆要简约、清丽、素雅，避免过量使用芳香型化妆品，避免当众化妆或补妆。

表情自然从容，目光专注、稳重、柔和。

手部保持清洁，在正式场合忌有长指甲。

无论是站姿、坐姿、走路都应该很注意，很多的招聘公司都会有这样的考核指标，如果我们现在察觉到错误的，加以改正，那么社交时将会更轻松和谐。

接电话礼仪在生活中很重要。

在接电话时，首先要注意自己的态度与表情。

虽说通电话是一种“未曾谋面”的交谈，表面上看，商务人员接电话时的态度与表情对方是看不到的。

但是在实际上对于这一切对方其实完全可以在通话过程中感受到的。

在通话时，声音应当清晰而柔和，吐字应当准确，句子应当简短，语速应当适中，语气应当亲切、和谐、自然。

不要在打电话时为自己的情绪所左右，要么亢奋激动，一上来就“力拔山兮气盖世”，像一位草莽英雄一般地大声吼叫，震耳欲聋；要么情绪低沉，断断续续，小声小气地如同“耳语”或“哀怨”一样，让对方干着急也听不清楚。

需要注意的是，在商务交往中，不允许接电话时以“喂，喂”或者“你找谁呀”作为“见面礼”。

特别是不允许一张嘴就毫不客气地查一查对方的“户口”，一个劲儿地问人家“你找谁”，“你是谁”，或者“有什么事儿呀？”结束通话时，应认真地道别。

而且要恭候对方先放下电话，不宜“越位”抢先。

万一对方拨错了电话，也要保持风度。

切勿发脾气“耍态度”。

确认对方拨错了电话，应先自报一下“家门”，然后再告之电话拨错了。

因为这也可能是商机。

尊重习俗与风俗禁忌很重要。

尼克松在访华前就用了好长一段时间学习使用筷子，这样一下子就拉近了距离。

员就试图帮他们把鱼翻过来，但这一举动立刻引起了反感。

使用筷子进食的东方国家，用餐时不可用一双筷子来回传递，也不能把筷子插在饭碗中间；东南亚一些国家忌讳坐着跷大腿；伊朗称好不伸大拇指；保加利亚、尼泊尔等一些国家，摇头表示赞赏，点头表示不同意，等等。

这些风俗习惯若不注意，会使人误以为对他们不尊重或闹出笑话。

新到一个国家或初次参加活动，应多了解，多观察，不懂或不会做的事，可仿效别人。

学习宴会的礼仪在生活中很重要。

在宴会中有很多需要注意的礼节。

进餐入座后，主人招呼，即开始进餐。

取菜时，不要盛得过多。

盘中食物吃完后，如不够，可以再取。

如由招待员分菜，需增添时，待招待员送上时再取。

如果本人不能吃或不爱吃的菜肴，当招待员上菜或主人夹菜时，不要拒绝，可取少量放在盘内，并表示“谢谢，够了。”

对不合口味的菜，勿显露出难堪的表情。

入座 应邀出席宴请活动，应听从主人安排。

如是宴会，进入宴会厅之前，先了解自己的桌次和座位，入座时注意桌上座位卡是否写着自己的名字，不要随意乱坐。

如邻座是年长者或妇女，应主动协助他们先坐下。

吃东西要文雅。

闭嘴咀嚼，喝汤不要啜，吃东西不要发出声音。

如汤、菜太热，可稍待凉后再吃，切勿用嘴吹。

嘴内的鱼刺、骨头不要直接外吐，用餐巾掩嘴，用手(吃中餐可用筷子)取出，或轻轻吐在叉上，放在菜盘内。

吃剩的菜，用过的餐具牙签，都应放在盘内，勿置桌上。

嘴内有食物时，切勿说话。

剔牙时，用手或餐巾遮口。

祝酒 作为主宾参加外国举行的宴请，应了解对方祝酒习惯，即为何人祝酒，何时祝酒等等，以便作必要的准备。

碰杯时，主人和主宾先碰，人多可同时举杯示意，不一定碰杯。

祝酒时注意不要交叉碰杯。

在主人和主宾致辞、祝酒时，应暂停进餐，停止交谈，注意倾听，也不要借此机会抽烟。

主人和主宾讲完话与贵宾席人员碰杯后，往往到其他各桌敬酒，遇此情况应起立举杯。

碰杯时，要目视对方致意。

学会握手的礼仪在生活中很重要。

熟识的朋友间，握手不是必须的，只要双方觉得舒适自然就行。

握手遵循的是“尊者优先”的原则。在上司面前，应该由上司先伸手；在客户面前，应由客户先伸手；在长者面前，应由长者先伸手。

在社交场合，尤其是与外国朋友在一起，男女之间应遵循女士优先的原则，

由女士先伸出手示意与男士握手。而由于经济的发展及女性地位的提高，女性在职场应表现的大方而独立，所以在商务场合握手的礼仪不受女士优先原则的限制。

另外，握手时的姿势、力度和时间也是非常重要的。握手时，双方的手应该在虎口处交叉相接，握手要有力度以显示真诚，时间不宜过长，握一下就可以了。

对于我们这些涉世未深的大学生来说，有关礼仪方面的基本常识了解得不多。

但这些又是和我们的生活息息相关的，掌握良好的社交礼仪知识是我们走向成功必要的铺路石。

虽然有一些礼仪现在还用不到，但是在以后总会有用。

如果现在还不重视礼仪的重要性，那么在以后的社交活动中会出现各种尴尬。

我国历来是“礼仪之邦”，礼仪不仅是思想道德的重要组成

部分，也是反映精神文明建设的重要形式；礼仪不仅反映一个人的精神面貌，更能折射出一个单位、一个地区乃至整个社会的道德风尚。

随着人与人之间、国与国之间交往的日益频繁以及东西方文化的交流与碰撞，使得世界各地的礼仪习俗不断地融合与发展。

关键字：大学生，礼仪，重要性

在当今时代中，大学生是社会中的一个特殊的群体，他们个性突出、有着充沛的精力，有着良好的文化知识，有着敢做敢为的无畏精神，有着强烈的求知欲望，是社会上的精英，是祖国的接班人。

可是很多大学生缺乏礼仪意识，缺乏交际礼仪的能力，这一点会让大学生难以在社会上立足，因此，关于培养大学生交际礼仪的问题值得大家深思，大学更应当将大学生的礼仪教育纳入培养过程。

1、礼仪的定义

礼仪泛指人们在社会交往活动过程中形成的应共同遵守的行为规范和准则。

具体表现为礼节、礼貌、仪式、仪表等。

礼仪作为一种文化，是人们在社会生活中处理人际关系，用来对他人表达友谊和好感的符号。

讲礼仪可以使一个人变得有道德，讲礼仪可以塑造一个理想的个人形象，讲礼仪可以使你的事业成功，讲礼仪可以使得社会更加安定。

礼仪是个人乃至一个民族素质的重要组成。

2、大学生礼仪的重要性

2.1是大学生适应现代信息社会的需要

现代信息社会飞速发展的传播沟通技术和手段逐渐改变着人们传统的交往观念和交往行为，尤其是人的交往范围已逐步从人际沟通扩展为公众沟通，从面对面的近距离沟通发展到远程沟通，从慢节奏、低频率的沟通变为快节奏、高频率的沟通。

这种现代信息社会的人际沟通变化，对大学生社会交往的内容和方式提出了更高要求。

2.2是大学生提高思想政治素质的需要

一个知书不达礼，知识水准和道德水准严重不协调的学生，不可能成为一个优秀人才。

一个优秀人才，高水平的专业知识是必须的，但更重要的是良好的道德品质修养和礼仪修养。

良好的道德品质需用彬彬有礼的方式去体现，因为礼仪是良好品德修养的表现形式，也是良好道德品质养成重要途径之一。

2.3是大学生建立良好人际关系的需要

大学期间能否与他人建立良好的人际关系，对大学生的成长和学习有着十分重要的影响。

社交礼仪论文篇三

社交礼仪越来越重要了，现在大学多会开展礼仪课，以下是小编为大家精心搜集和整理的大学生社交礼仪论文，供大家参考和借鉴，希望能对大家有所帮助！

生活中，社交礼仪已经成为我们必不可少的一部分，掌握良好的社交礼仪知识是我们走向成功必要的铺路石。

一、修饰与衣着

修饰是指女士穿戴不要太华丽了，太耀眼了，如果这样去面试，我想机会就已经了了无几了。

因为你是来工作的，要庄重，不要给人一种浮的感觉。

我觉得不化妆也不太好，最起码要化些淡妆，这也是对别人尊重的一种做法。

想想看打扮的整整齐洁是不是让别人看上去很舒服呀！你想如果一个老农民和一个西装革履的人，找你谈判，你是不是要选择那个西装革履的人呀！

当面试时，有的人说：“面试时，不就是到那天从里到外都换上新衣服，穿的整整齐齐的，然后到发廊整理一下头型吗？”其实这样做是不对的。

一、会让人一看就知道你提前准备了，有的时候连刚打上去的发胶还在头上呢，一看就知道你是刚从发廊里出来的。

二、由于刚穿上新衣服，一切都是新的，你会有一种很不舒服的感觉，所以你最好要提前一、两天就穿上，适应一下。

也就是面试前要提前一、两天做好准备。

面试时要多带几份简历，因为你交到面试官那的已经订成厚厚的一打了。

他要看你的简历还要翻找一下才能找到，这时你就要拿出你已提前多准备的简历给他，他会觉得的很舒服的。

当面试完后要给面试官写感谢信，虽然现在有许多人一般都不写，但这是礼仪，我还是希望大家写，你想别人都不写，你写了是不是会引起注意呀。

在面试或会议时要带上比较精致皮面的笔记本，还有好的笔，不要随便找一个本或笔。

面试时要提前半小时去，先与他们的总台人熟悉一下，总台是个很关键的人物，多打听一下有关将要面试你的上级的消息。

如称呼等。

有一次一位王女士，接了一个电话说：你好，我是xx公司的王浩，请你明天九点到我们公司来接授面试。

第二天，他八点半就到了，和总台服务员聊了一会，服务员打了一个电话，说“王总，王小姐到了”，这时她才知道，原来给她打电话的就是王总呀！在这之前她还把这个人当成小人物呢？因为一般打电话通知的都是小人物或员工做的事。

所以她进去面试时，说了你好！王总。

二、自我介绍。

应筹式：在不太重要的场合。

如在火车上等场合只要说出叫什么名字就可以了，不必报上

职务等。

工作式:你好,我是xx公司的xx经理。

交流式:你好,我是xx□请多多关照,或送上名片。

比较随便。

礼仪式:如:开学仪式,升旗仪式等等。

比较庄严。

三、眼神

时间:与别人谈话30分钟时,如果只有10分钟以内对方是看着你的,说明他在轻视你。

如果10分钟至20分钟之间,说明他对你是友好的。

20分钟至30分钟说明两种情况:一、重视。

二、敌视。

也就是与别人谈话时眼睛要注视谈话时间的2/3。

部位:额头上,属于公务型注视。

不太重要的事情和时间也不太长的情况下。

眼睛上,属于关注型注视。

眼睛至唇部,属于社交型注视。

眼睛到胸部,属于亲密型注视。

角度:平视，表示平等。

斜视，表示失礼。

俯视:从上往下看，轻视别人。

四、面容

有的时候皱眼眉，表示不奈。

撅着嘴表示生气。

“噢”?表示惊讶!

五、笑容

要学会微笑。

微笑很重要，谁喜欢天天面对着冷冰冰一点笑容的人呀。

像储蓄所、银行的职员，当你去取钱时，他们是不是很冷冰冰的，一点笑容也没有。

像别人欠他们什么似的，感觉不太好吧，其实那是他们的职业病，已经习惯了。

下面我给你们讲一个故事:

以前有一家公司让他们的员工去拿一份重要的材料，结果去的都被骂了回来。

老板就把这个任务交给了小李，小李很愁呀!但这份材料不拿还不行，结果还是去了。

到那时，只见那位科长还在破口大骂呢?这时小李什么也没有

说，只是微笑、微笑还是微笑，嘴里说着：“噢？这样呀？是吗？”，只是点着头微笑着。

后来，那个吴科长骂了一阵子的时候，小李说：“吴科长，你很会善于表达你内心里的愤怒呀！”。

后来，吴科长看了看小李说：“嗯！这小子不错！我也不为难你了，你就拿回去吧！”，就这样别人没有拿到的，他却拿到了。

六、需要避免的身体语言。

当与别人谈话时不要双手交叉，身体晃动，一会倾向左边，一会倾向右边，或是摸摸头发、耳朵、鼻子给人以你不耐烦的感觉。

一边说话一边在玩笔，有的人特别喜欢转笔，好像在炫耀，你看我转的多酷呀！也不要拿那个笔来回的按。

虽然与同辈之间还算说的过去吧，但是跟长辈谈话时这样做是很不礼貌的。

关于社交礼仪还有很多我们需要学习的地方，我们应该不断的完善自己、充实自己。

社交礼仪是一门学问，又是一门艺术。

在我们生活中都起着十分重要的作用！本学期学习这门课程，让我受益匪浅。

现将本课程的主要内容简要的写下来。

社交礼仪的基本规则：尊重他人，自律自重，宽宏大度，适度为宜。

社交礼仪的惯例:女士优先, 等距离, 尊重隐私, 修饰避人, 不字惯例。

在社交中, 仪表是打造个人形象魅力的基础。

仪表礼仪包括仪容修饰、着装配饰、行为举止的规范。

(一) 仪容美, 其涵义包括自然美, 修饰美, 内在美(最高境界)。

(1) 仪容修饰的要求: 1. 自然 2. 协调: 妆面协调, 全身协调, 角色协调, 场合协调 3. 美观。

而对头发的美化也有一定的要求: 勤于梳洗, 长短适中, 发型得体, 美化自然。

(2) 面容的修饰。

1、对男士面容的基本要求: 剃须 2、对女士面容的基本要求: 整理仪容, 化妆。

女士美容化妆应该注意: 第一: 化妆浓淡要考虑具体时间场合。

第二, 公共场所不当众化妆或者补妆。

第三, 提倡积极美容: 户外体育活动; 良好的心境和充足的睡眠; 合理的饮食。

(二) 行为举止, 要求端庄、自然、大方、稳健。

内容包括手势, 站姿与走姿, 坐姿与蹲姿, 举止禁忌。

(三) 表情神态, 主要体现在眼神, 笑容, 面容三个方面。

(四) 常规着装, 整齐清洁的着装是无言的介绍信。

(1) 着装的原则:个性原则, 合礼原则□tpo原则, 整体性原则, 整洁形原则。

(2) 服饰的协调:穿着要和年龄协调, 穿着要和体形相协调, 穿着要和职业相协调, 穿着要和环境相协调。

(3) 面料的选择。

(4) 色彩的搭配。

(5) 西装的要求。

1. 西装的选择:合适的款式, 颜色, 面料, 衬衣和领带。

2. 穿着西装的要求:要穿好衬衣, 内衣不要穿太多, 一定要打好领带, 鞋袜整齐, 扣好扣子。

(6) 穿着禁忌:过露, 过透, 过短, 过紧。

(五) 佩戴饰品。

(1) 佩戴饰品的原则:数量, 色彩, 质地, 身份, 体形, 季节, 搭配, 习俗。

(2) 佩戴的饰品:戒指, 项链, 挂件, 耳环, 手镯, 手链, 脚链, 胸针, 领针, 眼镜。

(3) 各种饰品的佩戴方法各不相同。

(4) 手表的选择:种类, 造型, 色彩, 图案, 功能。

(5) 皮包的选择。

交往礼仪是人们生活当中最常用、最通行的礼仪。

它最能反映一个人以及社会的礼仪水平。

社交礼仪包括称呼的礼仪、介绍的礼仪、握手的礼仪、交换名片的礼仪，以及电话的礼仪等。

(一) 称呼。

在社会活动中，选择正确适当的称呼，反映着自身的教养和对对方尊敬的程度，甚至体现着双方关系发展所达到的程度。

(1) 称呼的特征:简洁性、褒贬性、开启性。

称呼的种类:尊称和泛称。

(2) 称呼的使用:要注意顾及主从关系，顺序，先上后下先长后幼，先疏后亲，先女后男，不有刺激和轻蔑的字眼，注意节奏。

(3) 注意区分生活和工作中的称呼。

(4) 常见的错误和禁忌。

称呼错误:误读、误会;禁用的称呼:过时;不通行;不当;庸俗;绰号。

(二) 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。

介绍是人与人进行沟通的出发点。

(1) 自我介绍:仪态大方，表情亲切，选准机会，把握分寸，掌握基本秩序，内容要准确、恰当。

(2) 介绍他人。

介绍者的礼节:介绍者的姿势，介绍的顺序。

被介绍人的礼节:主动，热情，一般起立。

(3) 集体介绍。

集体介绍的内容，不要使用歧义的简称，不要开玩笑、捉弄人。

(三) 握手。

握手的力量、姿势与时间的长短，往往能够表达出对对方不同的礼遇与态度，显示出交往双方的个性，不同的握手方式，会给人留下不同的印象，通过握手，可以了解对方的个性，从而赢得交际得主动权。

(1) 握手的时机:欢迎与道别，祝贺与感谢，高兴与问候，理解与慰问。

(2) 伸手的次序。

(3) 握手的方式(4) 握手注意事项:神态专注，姿势自然，手位适当(单手、双手)，力度适中，时间适度。

(5) 握手得禁忌:拒绝他人握手，用力过猛，交叉握手，戴手套握手，握手东张西望。

(6) 不宜握手得情况:手部有伤，对方手中拿着较重得东西，对方忙，距离远，手不干净。

(四) 交换名片。

(1) 名片的类型:社交名片，职业名片，商务名片。

(2) 名片的制作。

(3) 名片的递送与交换:名片礼仪规范, 递交名片把握好时机, 交换名片的正确礼仪, 收受名片要有礼貌。

(4) 注意事项:名片放再容易取的地方, 接过名片要仔细看, 不玩弄名片, 不乱发名片, 使用名片夹, 没名片表示歉意。

(五) 打电话也要知礼、守礼、待人以礼。

(1) 打电话的时间要求:合适的时间、通话长度、体谅对方。

(2) 打电话的语言文明、态度文明、举止文明。

(3) 接听电话:别让对方等, 自动报上姓名, 请对方大声点、说慢点, 说话时嘴里不要含着食物, 不要长时间占用公用电话, 挂断电话要适时。

(4) 代人接听电话:以礼相待, 尊重隐私, 做好笔录, 及时传达。

(5) 使用移动电话:不炫耀手机, 尽量不停机, 不要不接听电话, 换号码应该及时通知朋友, 狭窄的公共场所不宜停留打电话, 要求安静的场所, 手机应该静音, 聚会时候, 不要接听电话。

开会、上课, 病房、油库、飞机, 手机应关机。

应酬礼仪, 是指日常生活中, 要处理来自各个方面的应酬, 在应酬时应该遵守的规范。

(一) 亲缘关系。

(1) 孝敬长辈。

社交礼仪论文篇四

礼仪是人类为维系社会正常生活而要求人们共同遵守的最起码的道德规范，它是人们在长期共同生活和相互交往中逐渐形成，并且以风俗、习惯和传统等方式固定下来。对于一个人来说，礼仪是一个人的道德思想水平、文化修养、交际能力的外在表现；对一个社会来说，礼仪是一个国家文明程度、道德风尚和生活习惯的反应。重视开展礼仪教育已经成为道德实践的一个重要内容。

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，几千年的光辉灿烂文化培养了中华民族高尚的道德情操，也形成了一套完善的礼仪。随着社会的发展，礼仪的内涵也更加丰富、新潮、多元。能够娴熟的掌握和得心应手的运用社交礼仪，是一个人成功的重要因素。从交际的角度来看，礼仪可以说是人们交往过程中适用的一种艺术，一种交际方式或交际方法，是人际交往中的约定俗成的示人以尊重、友好的习惯做法；从传播的角度来看，礼仪可以说是在人际交往中进行互相沟通的技巧。现代人，不能不学社交礼仪。现代人，不可不接受社交礼仪的教育。于是，社交礼仪里教育更加凸显重要。

社交礼仪是一种无声的人际交往语言，它不仅能体现出一个人的修养、涵养、教养和素质水平，而且有利于我们的身心健康，对我们的学习，日常生活有重要的影响。它是我们个人发展、事业进步的需要，是社会时代的需要，是一门人生的必修课。在大力提倡社会主义精神文明与构建和谐社会的今天，讲文明，懂礼貌是每一位公民必须具备的社会公德。而我们大学生以后进入社会更免不了与他人打交道的机会，所以学习社交礼仪、提高礼仪修养显得尤为重要。通过这几周社交礼仪课程的学习，也确实让我们学到了更详细更系统的礼仪知识。

社交礼仪是一门技术，同时它也是一门艺术。人如果不懂一些礼节的话，会闹一些笑话，这还是小事。就是怕你无意做出的事，对别人来说，是一种侮辱，这怕你哑巴吃黄连——有苦说不出了。礼仪作为一种行为准则和规范是约定熟成的，这是各民族礼仪文化的一个共性。中华民族大都热情好客。“有朋自远方来，不亦乐乎”。对来客，不管是预约好的，还首先是拜访做客的基本礼仪做客有不同情况：初次登门拜访，老朋友串串门，应邀赴约聚会，有事求助于人等等，因而礼也稍有不同，不过无论何种情况，作为客人的身份一样，都要为主人着想，客随主便，少给主人带来不便有些需遵循的大致相同的礼节。

礼仪其实可以分为好几个部分，个人礼仪，包括自身的仪容、举止、服装等。我们每个人都应注意自己的个人礼仪，一个人的穿着打扮、举止行为，不但事关对方对自己个人形象的印象好坏，而且也是个人教养与素质的最形象的展示。但是在现在的社会，我们经常能看见一些不符合礼仪规范的行为存在。大街上，穿着暴露、邋遢、不修边幅的人比比皆是，他们不顾礼仪规范，一味追求前卫，带给别人的印象却是糟糕至极。同样在赠送反面也要讲究礼仪，中国自古就是礼仪之邦，传统上很注重礼尚往来。

未知。”我们嘴上喊着要文明讲礼的口号，自己却从不身体力行，这跟从来没有接受文明礼仪教育有什么区别！所以我们要实践，就要从这“知行合一”上下功夫、从自己的坐言起行上下功夫，就要告别不符合礼仪规范的行为。

可以说，礼仪是一张人际交往的名片。文明礼仪可以帮助我们规范言谈举止，学会待人接物；塑造良好形象，赢得社会尊重；架设友谊桥梁，通向成功之路。礼仪又是帮助我们获得成功，创造幸福生活的“通行证”。所以说：知礼懂礼，注重文明礼仪，是每个立足社会的基本前提之一，是人们成就事业，获得美好人生的重要条件。一个社会的公共文明水平，可以折射出一个社会一个国家的文明程度，一个人如果

不遵守社会文明，不仅会影响个人形象，更会破坏社会公共秩序。我们当代大学生是祖国的未来，我们更应担起这个重担。从自身做起，积极认真地学习礼仪文化，并付诸实践，以礼修身，共建美好和谐社会。

社交礼仪论文篇五

摘要：我国历来是“礼仪之邦”，礼仪不仅是思想道德的重要组成部分，也是反映精神文明建设的重要形式；礼仪不仅反映一个人的精神面貌，更能折射出一个单位、一个地区乃至整个社会的道德风尚。随着人与人之间、国与国之间交往的日益频繁以及东西方文化的交流与碰撞，使得世界各地的礼仪习俗不断地融合与发展。关键字：大学生，礼仪，重要性在当今时代中，大学生是社会中的一个特殊的群体，他们个性突出、有着充沛的精力，有着良好的文化知识，有着敢做敢为的无畏精神，有着强烈的求知欲望，是社会上的精英，是祖国的接班人。可是很多大学生缺乏礼仪意识，缺乏交际礼仪的能力，这一点会让大学生难以在社会上立足，因此，关于培养大学生交际礼仪的问题值得大家深思，大学更应当将大学生的‘礼仪教育纳入培养过程。礼仪的定义礼仪泛指人们在社会交往活动过程中形成的应共同遵守的行为规范和准则。具体表现为礼节、礼貌、仪式、仪表等。礼仪作为一种文化，是人们在社会生活中处理人际关系，用来对他人表达友谊和好感的符号。讲礼仪可以使一个人变得有道德，讲礼仪可以塑造一个理想的个人形象，讲礼仪可以使你的事业成功，讲礼仪可以使得社会更加安定，礼仪是个人乃至一个民族。