# 202\_年礼仪培训心得

来源：网络 作者：星海浩瀚 更新时间：2025-03-26

*20\_年礼仪培训心得5篇中国是礼仪之邦，我们作为中国的孩子就更应该在生活中注重礼仪，做一个懂文明的好孩子。下面小编给大家带来20\_年礼仪培训心得，希望大家喜欢！20\_年礼仪培训心得（精选篇1）职场礼仪，是指人们在职业场所中应当遵循的一系列礼...*

20\_年礼仪培训心得5篇

中国是礼仪之邦，我们作为中国的孩子就更应该在生活中注重礼仪，做一个懂文明的好孩子。下面小编给大家带来20\_年礼仪培训心得，希望大家喜欢！

**20\_年礼仪培训心得（精选篇1）**

职场礼仪，是指人们在职业场所中应当遵循的一系列礼仪规范。学会这些礼仪规范，将使一个人的职业形象大为提高。职业形象包括内在的和外在的两种主要因素，而每一个职场人都需要树立塑造并维护自我职业形象的意识。

从\_\_大学\_\_副教授的精彩的现代礼仪视频讲授中让我学会了很多之前不了解的职场要注意的事项，原先职场礼仪远比自我想象的要复杂的多。在袁涤非副教授的视频演讲中，职场礼仪主要包括两个方面：求职礼仪和工作礼仪。

求职礼仪，主要讲解了在面试中药注意的事项，作为一个大学生，求职使我们必须会面临的，所以，学好求职礼仪对我们十分重要，礼仪体现的是一个人的自身素质体现。求职礼仪主要是求职信，个人简历，电话求职，面试着装，见面礼仪，面试难题，和结束后的礼仪。基本上没一点都很重要。在写求职信的时候要书写规范，最好是手写前提是字能看得过去，然后要注意在信中的措辞以及信的格式，资料，和字数。其次个人简历是必不可少的，最好在面试的时候多准备几份，在电话求职的时候要注意时间，不要打家里的电话。面试的时候要注意着装，不要迟到，最好提前10分钟，关掉手机，耐心等待。在面试之前，能够准备好可能会遇到的问题，自我能够找朋友家人帮忙排演一下。最终在结束面试的时候，不管结局如何，要注意结束礼仪。

工作礼仪，在工作礼仪中，主要包括两个部分，第一是怎样处理与上司之间的关系，第二就是怎样处理与公司同事之间的关系。与与上司坚持良好的关系，这是下属能顺利开展工作的重要条件，也是坚持自我身心愉快、事业长进的重要因素。

1、摆正上下级关系。

2、尊重上司不能越位。

3、不可锋芒毕露。

4、尽可能为上司做好公共关系。

5、正确对待上司的批评。

6、慎重对待领导的失误。

7、注意自我的仪态。当你来到一个新单位，在新的工作环境中恐怕会有许多的不适应，其中异常明显的是人际关系的不适应。

那么，怎样做才是适当的呢？

1、要多看多做少说。

2、要尊重同事之间的距离感。

3、要坚持“一视同仁”的公正感。

4、同事间忌飞短流长。

现代社会离不开人际交往，人际交往离不开现代礼仪。了解和掌握现代礼仪，既是衡量大学生综合素质的重要标准，也是对每一位社会公民的基本要求。了解、掌握并恰当地应用职场礼仪有助于完善和维护职场人的职业形象，会使你在工作中左右逢源，使你的事业蒸蒸日上，做一个成功职业人。成功的职业生涯并不意味着你要才华横溢，更重要的是在工作中你要有必须的职场技巧，用一种恰当合理方式与人沟通和交流，这样你才能在职场中赢得别人的尊重，才能在职场中获胜。

**20\_年礼仪培训心得（精选篇2）**

通过2月13日的礼仪培训让我在礼仪接待方面有了更深一步的了解，虽然这次培训时间有限，但让自己了解到在礼仪接待方面有哪些地方做的不到位，例如与参保人的眼神交流，文明语言使用的是否得当，接递物品时需要注意哪些等。

文明礼仪是中华民族的传统美德，是人际交往中约定俗成的、示人以尊重友好的习惯做法，一个人内在修养和素质的外在表现。尤其是窗口服务人员文明礼仪显得尤为重要，我们的每一个细节都会影响参保人。我所在的窗口主要是医保制卡业务，面对参保人时，首先我们应该停下手中的工作，目光自然的注视对方的眉骨和鼻梁，主动问好询问，并告知参保人需要提供哪些材料，填写登记簿时，要用笔指引参保人需要填写的内容，不能笔尖对着参保人。

参保人离开时，要说“再见”或者祝福语，并提醒参保人带好物品，以免遗漏。有时会面对一些丢失社保卡人员，他们都是带有一些比较焦急的情绪来办理业务，所以文明语言的使用比较重要，可以安抚他们的情绪。遇到年纪比较大的参保人，更要耐心的引导，不能心烦气躁。

文明礼仪是尊重他人的表现，是一个人素质修养的表现，是一个单位形象的表现，所以要从我做起，从身边小事做起。

**20\_年礼仪培训心得（精选篇3）**

万分荣幸的参加了公司开办的商务礼仪培训课程，让我在礼仪、礼节方面认识到了自己的不足，弥补了自己在商务礼仪方面的欠缺。因此，诚挚的感谢公司为我们提供了这次难得的培训机会，让刚刚就业的我认识到了商务礼仪在工作及日常生活中的重要作用；也非常感谢\_\_帮我们请来了\_\_为我们讲解，给我们提供了一个与专家零距离接触的机会，而且x老师精彩、丰富、有效、生动的讲解，让我在短短的一天学习到了大量的商务礼仪知识，也对以往所了解的一些商务礼仪有了更深的理解，同时对照工作、生活中出现的问题也有了更深刻的反思，为今后的待人接物及行为规范都指明了方向。具体而言，此次培训使我主要有以下三个方面的深刻体会：

一、让我认识到了学习商务礼仪的重要性。

首先，学习商务礼仪是社会的需要，是适应社会文明进步的需要。我国是一个历史悠久的文明古国，素有“礼仪之邦”的美称，讲“礼”重“仪”是中华民族世代相传的优秀传统，源远流长的礼仪文化是先人留给我们的一笔丰厚遗产。在中国更加向世界开放的今天，礼仪不仅体现出丰厚的历史优秀传统，更富有鲜明的时代内涵。随着人与人，国与国之间交往的日益频繁，讲究礼仪，礼尚往来，对营造和谐的人际关系，显得尤为重要。随着“文明礼仪”的宣传活动日益深入，人们对礼仪知识的认知也越来越多，对商务礼仪的需求也越来越强烈。

其次，学习商务礼仪是企业的需要。良好的商务礼仪是公司实力和企业文化的体现；良好的商务礼仪能有效提升公司的形象；良好的商务礼仪能有效促进业务洽谈的成功。随着社会的发展，在现今竞争激烈的市场体制下，各商家为了时刻能在市场中占有优势，纷纷塑造品牌形象，通过对产品、服务等包装后对外宣传推广，提高其知名度和层次度，以客户需求为目的，通过品牌效应巩固客户的忠诚度。综上，从某种意义上说，现代的市场竞争是一种形象竞争，而形象则作为社交礼仪的核心体现，从个人而言，是衡量道德人格、气质修养和文化教养的尺度；从企业角度来看，则传递着企业实力、经营理念和企业文化等信息。学习礼仪有助于塑造职业形象，有助于增进员工的士气，有助于塑造公司形象，有助于创造良好的效益。

再次，学习商务礼仪是个人的需要。

1、学习商务礼仪有利于提高自身的素质。内强素质外塑形象，如果我们时时处处都能以礼待人，那么就会使我们显得很有修养。古人有这样的话：穷则独善其身，达则兼济天下。“修身齐家治国平天下。”把修身放在首位。教养体现细节，细节展示形象。

2、学习商务礼仪有利于丰富内涵，增添自信。

3、学习商务礼仪有利于增进人际交往、营造和谐友善气氛。人称个人礼仪是人际交往的“润滑剂”。作为社会的人，我们每天都少不了与他人交往，假如你不能很好与人相处，那么在生活中、事业上就会寸步难行，一事无成。俗话说：“礼多人不怪”。人际交往，贵在有礼。加强个人礼仪修养，处处注重礼仪，恰能使你在社会交往中左右逢源，无往不利；使你在尊敬他人的同时也赢得他人对你的尊敬，从而使人与人之间的关系更趋融洽，使人们的生存环境更为宽松，使人们的交往气氛更加愉快。

二、让我从真正意义上理解了礼仪的含义。

在古中国，就有对礼仪的规范。礼仪：礼者，敬人也，是做人的要求，是尊重对方；仪，是形式，是要把礼表现出来的形式，两者相辅相成，在社会活动接待中缺一不可。礼仪是一种待人接物的行为规范，也是交往的艺术。它是人们在社会交往中由于受历史传统、风俗习惯、宗教信仰、时代潮流等因素而形成，既为人们所认同，又为人们所遵守，是以建立和谐关系为目的的各种符合交往要求的行为准则和规范的总和。所谓商务礼仪就是指在商务活动中，维护企业形象或个人形象，对交往对象表示尊重友好的行为规范；是商务活动中应遵循的礼节，是礼仪在商务领域中的军团运用和体现；实际上是在商务活动中对人的仪容仪表和言谈举止的普遍要求。

以前，我对于商务礼仪的概念及重要性理解不透，总认为礼仪好坏是个人问题，人与人不同，甚至认为像气质一样是天生的，认真学习后，我才进一步明白，礼仪不仅是个人形象的社会表现，而且还关系到所在单位的荣辱得失，个人的礼仪素质，直接关系到顾客的满意度，关系到企业的形象，关系到单位的经济与社会效益。

三、让我学习了许多在工作和生活方面的行为准则。

x老师在培训的一天里就商务礼仪、公关礼仪、接待礼仪等方面向我们阐述了日常的礼仪规范。同时例举事例提醒我们生活中容易忽视的礼仪小细节，让我们意识到原来礼仪的内容包罗万象，无处不在啊。在课堂上，老师让我们学习谈话的姿势，注意交谈的时候要相互注视，相互倾听，面带笑意；学习站姿，注意抬头，挺胸，收腹，双肩放松，自然而且自信地站立；学习坐姿，尤其是女性在多种不同场合的坐姿，要端庄柔和等等。通过\_\_的讲解，让我们充分理解到个人的行为举止对我们的重要性，为我的行为提供了规范，在以后的生活中我一定会反复练习、不断巩固并学习新的知识的，努力让自己向职业女性靠拢。

一个人的举止、表情、谈吐、对人待物等方方面面，都能展示一个人的素质修养，一个单位的整体形象。因此，在平时工作与生活中，我会着重注重四个方面提高：一是强化自律意识，提高自身服务能力；二是端正思想态度，提高自身道德修养；三是讲究学习方法，提高自身礼仪水平；四是注重学以致用，提高工作效率。在这次文明礼仪学习后，我犹如醍醐灌顶，原来在平时的工作生活中我有这么多的不足，从小小的鞠躬礼到文明用语，似乎我都有太多的欠缺，比如在平时工作中鞠躬礼不标准、文明用语声音太小、面部无表情等常见问题却被我们习惯性的忽略，不以为意。而通过这次商务礼仪学习，使我们意识到原来平时忽略的这些小问题其实带给对方的负面影响是非常大的。因此，我觉得学习礼仪文化应该伴随我们一生，而且一个人随着年龄的增长，不能只是知识经验的增长，更应该让人感觉到我们不断成熟、不断增加的魅力。因此，不断学习礼仪文化并且能够在工作和生活中坚持礼仪待人待物是个长期工作。

总之，再次感谢公司提供的这个学习机会，感谢\_\_的生动讲解，使我懂得了在某些场合什么事是该做的，什么事是不该做的，不该做的怎样避免，该做的怎样去做，给自己将来的行为树立了标准，做一个更加大方得体的人。在这美好、短暂的一天中，我感到万分的激动和荣幸，因为我得到了一个使我将来表现的更好的工具——商务礼仪。与那些书面知识相比，礼仪更显生动活泼，更具感染魅力，也更加直观。

作为中天的一名普通员工，我的一言一行，代表的不仅是我个人，而是整个\_\_公司。要树立\_\_的良好形象，就要从我做起，从最基本的礼仪做起，客户是我们的上帝，用真诚的心与客户交流，将客户的需求放在重要的位置，把每一件小事当作客户的大事来办。而且我认为能把每件简单的事情都做好就是不简单，把每件平凡的小事做好就是不平凡。而且如果每位员工都能掌握良好的商务礼仪，不断提升自己，才能使我们\_\_在激烈的金融竞争中立足于不败之地，拥有更加广阔的发展平台。

**20\_年礼仪培训心得（精选篇4）**

今日学习了礼仪知识后，我感受颇深，受益匪浅，更加深刻的懂得服务礼仪的重要性。

对个人来说，礼仪是外部形象和内在素质的体现，礼仪既是尊重他人也是尊重自我的要求，在个人事业发展中也起着十分重要的作用。适当的礼仪对内部能够融洽关系，对外界能够树立形象，营造和谐的工作和生活环境，它还能够提升自我的涵养，增进彼此之间的了解沟通，在细微之处显真情。

礼仪在日常生活中无处不在，常常发生在我们身边的小事中，但又往往被我们所忽略，所以学习和运用礼仪要注重平时，注重细节，构成良好习惯，我们必须要要求自我，注重仪容仪表，待人接物等各方面，礼仪常用于日常生活的点滴之中。

生活中我们常常不经意间在一些平常的事情上做出的动作可能正是不贴合礼仪要求的，可能自我没有察觉，但往往正是这些被人们认为不足挂齿的小事却体现出了一个人的涵养，仅有尊重别人，才能受到别人的尊重和信赖，所以，注重礼仪是每个人立足社会，成就事业和打造完美人生的重要条件。

**20\_年礼仪培训心得（精选篇5）**

公司组织观看了中国人民大学金正昆教授的商务礼仪知识的视频讲座。金教授把单调枯燥的商务礼仪知识用通俗诙谐的语言表达出来，通过一个个生动的案例，让我们知道在商务交往中接待客人、交换名片、赠送礼品、的体着装等方面的要求，看过讲座后，我深深体会到礼仪的重要性，发现自己在人际交往中有许多需要改进的地方。

中国自古以来就是礼仪之邦。衣食足而知礼仪。礼仪就在我们身边，对每个人来讲都是很重要的。那么，什么是礼仪呢？金教授认为，礼仪就是前人定的规矩、家法和行规，做人的规则。“礼由心生”，一个具有良好文明意识的现代人，礼是必备的基本教养，必须表里如一。“文明礼貌服务，怎么对待别人？那就要做到‘待客三声’——来有迎声、问有答声、去有送声。不仅要形式美而且要心灵美。”金正昆教授给我们的启示是，良好的礼仪可以赢的陌生人的友善，赢的朋友的关心，赢的同事的尊重。礼仪是一个人综合素质的体现，是一个人内在素质与仪表特点的和谐之美、综合之美、完善之美，更代表一种深刻的道德指引。

商务礼仪看似虚无抽象，其实包含在我们每一天的工作中。作为一名工作在服务岗位的员工，每天都会接触一些不同层次、不同修养的人，这些人都是我的客户，他们就是我在商务交往中的对象。对照自已在为客户服务中的一言一行，我感觉有很多地方都还有待改进。对待客户，既要坚持公司的原则，维护公司的利益，同时也要从客户的角度着想，灵活地处理一些无关原则的小事、琐事，尽可能地为客户提供细致周到的服务，同形形色色的客户处理好关系。

的体的商务礼仪，体现的是一个人道德修养、一个企业的企业文化。人都是平等的，既要尊重自己，同时也要尊重他人。尊重上级是一种天职，尊重下级是一种美德，尊重客户是一种常识，尊重同事是一种本分，尊重所有人是一种教养。而尊重他人是要讲究一定方法和原则的，要善于表达对他人的敬意和友好，为他人所接受，形成互动，否则就可能造成不必要的误会。总的来说，我觉的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，赢的尊重，便是自己生活和事业成功的基础。所以，如果公司每一名员工都能学会尊重他人，包容他人，同时时时注意自己的说话方式、仪容仪表，以乐观积极的形象去迎接生活的每一天，那么我们不仅能提升自我形象，实现自己的人生价值，还能充分提升公司企业形象，创建健康向上的企业文化，促进公司和谐发展。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！