# 学习社交礼仪的心得体会(通用8篇)

来源：网络 作者：前尘往事 更新时间：2025-03-08

*学习社交礼仪的心得体会(通用8篇) 　　在平日里，心中难免会有一些新的想法，可以记录在心得体会中，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。到底应如何写心得体会呢？以下是小编整理的学习社交礼仪的心得体会，供大家参考借鉴，希望可以...*

学习社交礼仪的心得体会(通用8篇)

　　在平日里，心中难免会有一些新的想法，可以记录在心得体会中，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。到底应如何写心得体会呢？以下是小编整理的学习社交礼仪的心得体会，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**学习社交礼仪的心得体会1**

　　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，人们常常把礼仪看作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。同时，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。社交礼仪已经成为我们必不可缺少的一部分，掌握良好的社交礼仪知识是我们走向成功必要的铺路石。

　　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。

　　言谈礼仪可以使你的谈吐风趣、高雅、富有感染力;优雅的举止，洒脱的风度，常常被人们羡慕和称赞，最能给人们留下深刻印象而一个人行为举止的综合，就是风度的具体表现;而着装是一门艺术、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，是评价个人礼仪的重要因素。这些礼仪是社交中无声语言，是个人性格、品质、情趣、素养、精神世界和生活习惯的外在表现。

　　在礼仪方面我对求职前的准备、自我介绍的礼仪、面试的礼仪等掌握的不是很好。当然，我会向知道的同学请教的。

　　人们在创造优美物质环境的同时还应创造和谐的人际环境。生活的意义在于不断创造和进取。同时，还应在复杂的人际关系中表现、欣赏和发展自己，从中享受无尽的乐趣。

　　人，一走向社会就要适应这个社会，这样才能实现自己的理想抱负。一个人能否对现实社会或周围环境有良好的、积极的适应是衡量他心理健康状况的重要标准。通过社交礼仪的学习，可以让我们认识到应该积极适应社会，自觉参与社会活动，改造、变革社会环境，促使社会发展进步，同时改造、发展和实现自我。

　　通过对社交礼仪的学习，我懂得在社交场合如何注意自己的仪表和表现，提高了我在社交礼仪方面的表现水平。

　　由于我只是通过理论学习并未在实际情况下练习，所以，不能想像每种礼仪的实际情况。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。

**学习社交礼仪的心得体会2**

　　目前，大家都掀起学习“文明礼仪”活动，自己也通过选修课程来学习，感觉收获的很多。一些平时不被注意的事情竟然会成为个人成败的关键因素。个人礼仪修养有着极为重要的现实的意义体表现在：首先，加强个人礼仪修养有助于提高个人素质，体现自身价值。其次，加强个人礼仪有助于增进人际交往，营造和谐友善的气氛，所以学习社交礼仪是非常必要的。

　　现代社会越来越注重个人的仪表以及社交是怎样对待他人。个人的仪表问题不仅关系到你自信与否，而且还关系到工作。一旦成为一个企业的员工，那么个人的形象就有可能随时代表企业的形象。这时如果个人的仪表出现问题，个人和企业都会有所损失，或是有形的或是无形的。损失的大小也不一定。

　　一些生活上的小事也需要我们知道必要的社交礼仪，如上楼时男士先上，女士在后面，这样会避免女士又过多的想法和不必要的尴尬。又如在正式场会里男士要穿西装，打领带，穿皮鞋。而且身上的衣服的颜色不能超过3种。事情看似简单，可是真要做起来又是难免会忘记。所以我们应该时时刻刻的注意礼节。当在会议场合或和是上课，不能讲话，以示对开会者和老师的尊重。这是所有人都知道的，还有一点，当你在这种场合想咳嗽时，最好出去咳嗽完了再进来。一面让人产生误解。这些小之又小的细节有时候却是成功或失败的决定因素。譬如一女毕业生应聘文秘工作，但没有录取他的原因是她的头发染成红色。考官认为做为文秘工作，需要注意外在形象，文秘工作应沉稳，而他不是好的选择。可见成败在于“一发间”啊!

　　所以我认为“社交礼仪”是我们大学生必须作的一件事，对我们队有百益无一。

**学习社交礼仪的心得体会3**

　　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，它是我们个人发展、事业进步的需要，是社会时代的需要，是一门必修课，每个人都应该学习社交礼仪。

　　作为一个刚刚学习过社交礼仪的大学生，我觉得受益匪浅。社交礼仪使我懂得了如何与他人建立良好的人际关系，形成和谐的心理氛围，促使我的身心健康.

　　任何社会交际活动都离不开礼仪，而且人类越进步，社会生活越社会化，人们也就越需要礼仪来调节社会生活.礼仪是人际交往的前提条件，是交际生活的钥匙.

　　作为一名大学生，随着年龄的增长和生活环境的变化，自我意识有了新的发展，每个人都非常渴望获得真正的友谊，进而更多的情感交流.现在的大学生都远离父母，过着集体生活，与别人处在平等位置，以前那种对父母的依赖已经不存在.通过人际交往活动，并在交往中获得友谊，是适应大学生活环境的需要，是发展成\"独立\"的人的需要，也是我们成功走上社会的需要.事实上，在大学期间，能否与他人建立良好的人际关系，对每一个人的成长和学习有着十分重要的影响.渴望友谊和情感交流是大学生心理的一个重要特点.

　　所以，社交礼仪的基本规范和知识，帮助我掌握交际技巧，积累交流经验，在交往过程中学会遵循相互尊重，诚信真挚，言行适度的原则，就能很快与交往对象接近，使他们觉得我是熟悉他们，理解他们，尊重他们的.因此我们之间建立真挚深厚的友情.

　　事实表明，在日常生活中，良好的人际交往有助于提高我们的自信和自尊，降低挫折感，缓解内心的冲突和苦闷、烦恼，宣泄愤怒，压抑和痛苦，减少孤独，寂寞，空虚。这些都是十分有益于我们身心健康，而且也会使我们最大限度地避免不良情绪的产生，即使产生也能够得到有效的排遣.

　　同时，我感觉社交礼仪本身就是一种特殊的语言，让我们用社交礼仪的基本知识和规范，去顺利地开启交际活动的大门，让我们建立和谐融洽的人际关系.这样，不仅是形成良好社会心理氛围的主要途径，而且对我自己来说，也具有极其重要的心理保健功能.

　　总之，学习社交礼仪知识使我受益匪浅.

　　以上是以个人角度来看的。从团体的角度来看，礼仪是企业文化、企业精神的重要内容，是企业形象的主要部分。凡是较大的企业，对于礼仪都有高标准的要求，都把礼仪作为企业文化的重要内容，同时也是与其他企业合作成功的关键，所以学习社交礼仪，不仅是时代潮流，更是提升竞争力的需要。

　　纵观当今社会，社交礼仪无所不在，因为其对我们真的是很重要，是每个人都应该学习的。

**学习社交礼仪的心得体会4**

　　半年的社交礼仪选修课的学习让我受益颇多。

　　在选课的时候就十分看好这门课程，我认为它会对我现在以及以后的人际关系有很大的帮助，会让我学会更从容、更得体的进行人际交往，赢得更多的机遇、将来更好的适应这个文明的社会。当前，我们需要文明素质的培养与学习，尤其作为当代的大学生更应该掌握好基本的文明社交规则，以一种文明得体的方式融入社会，为自己将来的发展奠定坚实的非智力后盾。

　　礼仪，我认为就是在社交的过程中文明得体，让对方真诚的接受你，从而真正达到沟通交流的目的，让整个过程和谐而美好的顺利的进行。现代社交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。

　　我认为自己在学习的过程中成长了许多。首先了解到，由于地域的差异，文明礼仪有了它局限性的定义。例如：在我国的港澳地区说的“同志”就是同性恋的意思，有别于我国其他地区对“同志”的理解，而德国人称纳粹分子为“同志”;我国的东北地区的“爱人”就有情人的意思，他们也不能接受称谓一般女性为“小姐”的叫法……诸如此类，不胜枚举。这就需要我们要把握好文明礼仪的尺度，懂得文明礼仪也有局限性的一面，也就是见面礼仪中要求我们要做到称谓合乎常规、入乡随俗……

　　就我们中国人而言，礼仪就是在人们交往活动日渐频繁的过程中逐渐形成的，当然离不开人们的日常生活，大到国家领\*人的见面会谈，小到百姓生活点点滴滴。就拿我们学生的生活来讲，即使是平常的交往也存在着礼仪的潜规则，不同的场合需要我们以不同的姿态来对待——介绍的礼仪，简单的说，就是自己主动或是经过第三者从中沟通，从而使双方相识、建立联系、增进了解的一种交往方式。介绍又分自我介绍、介绍他人、集体介绍。我们平时的活动就需要介绍我们的领导老师和嘉宾，当然大多时候我们学生是主体，也就牵涉到集体介绍的礼仪，我们就要先把领导老师介绍给我们的同学，这就是集体介绍时的要求：当把一个或几个人介绍给全体时，要先介绍少数，再介绍多数。

　　再者就是，在介绍他人时，要遵守：把男性介绍给女性，将年轻者介绍给年长者，将职位低的介绍给职位高的，将客人介绍给主人，将晚到者介绍给早到者等。还有，每当第一次进入一个集体的时候就需要我们自我介绍，我们要注意场合，尽量随着其他人自我介绍的方式来介绍自己，有时只需简单的介绍自己的姓名，有时我们的目的是交友，拿就需要我们详细的介绍自己的喜好等个方面的情况，要大方得体，注意的就是，如果女性没有主动要求握手，男士就要需要矜持了。

　　其次，值得让我注意的就是交谈的礼仪了。由于自己是广东人，干什么都喜欢爽快、干脆，也就有了我心直口快的性格。孰不知，这性格让我错失了许多应得的友谊。通过社交礼仪课的学习，让我明白了自己的不足之处，原来我应该做到：选择双方都感兴趣的话题进行交谈，以让交谈持续的进行下去;善于聆听，适时的赞同对方的言论，让对方感觉自己选择的交谈对象是可以信任的;适度赞美，但应该诚心诚意的，并且要因人而异、注意场合，让对方可以接受;控制声调，因为一个低沉的声音更能吸引人们的注意力，并博得人们的信任和尊敬。另外交谈的四忌：①打断对方②补充对方③纠正对方④质疑对方。做到了这些，相信我们会避免很多口边的失误，赢得更对的友谊，建立和谐的人人际关系。

　　再者，我还学习了握手的礼仪、致意的礼仪、名片的礼仪、宴请与馈赠的礼仪等，也许这些就是我应该再以后的社会交往过程中尤其的注意的。因为任何人都不可能离开社会而单独存在，过群居生活就应该学会交往，学会交往过程中应该注意的规则，才能再纷繁复杂的社交中赢得立足之地。

　　通过大学的窗口，慢慢的开始接触社会，开始有很多的社交活动，而学习不该停止。社会有学问，文明有礼仪，也许当我们无意的文明举动给我们收获或不切合场合的言语让我们尴尬难解时，我们才会真正体会到：礼仪的规则已经渗透到我们生活的每一个小细节里……

**学习社交礼仪的心得体会5**

　　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，它是我们个人发展、事业进步的需要，是社会时代的需要，是一门必修课，每个人都应该学习社交礼仪。

　　作为一个刚刚学习过社交礼仪的大学生，我觉得受益匪浅。社交礼仪使我懂得了如何与他人建立良好的人际关系，形成和谐的心理咨询氛围，促使我的身心健康。

　　任何社会交际活动都离不开礼仪，而且人类越进步，社会生活越社会化，人们也就越需要礼仪来调节社会生活。礼仪是人际交往的前提条件，是交际生活的钥匙。

　　作为一名大学生，随着年龄的增长和生活环境的变化，自我意识有了新的发展，每个人都非常渴望获得真正的友谊，进而更多的情感交流。现在的大学生都远离父母，过着集体生活，与别人处在平等位置，以前那种对父母的依赖已经不存在。通过人际交往活动，并在交往中获得友谊，是适应大学生活环境的需要，是发展成\"独立\"的人的需要，也是我们成功走上社会的需要。事实上，在大学期间，能否与他人建立良好的人际关系，对每一个人的成长和学习有着十分重要的影响。渴望友谊和情感交流是大学生心理咨询的一个重要特点。

　　所以，社交礼仪的基本规范和知识，帮助我掌握交际技巧，积累交流经验，在交往过程中学会遵循相互尊重，诚信真挚，言行适度的原则，就能很快与交往对象接近，使他们觉得我是熟悉他们，理解他们，尊重他们的。因此我们之间建立真挚深厚的友情。

　　事实表明，在日常生活中，良好的人际交往有助于提高我们的自信和自尊，降低挫折感，缓解内心的冲突和苦闷、烦恼，宣泄愤怒，压抑和痛苦，减少孤独，寂寞，空虚。这些都是十分有益于我们身心健康，而且也会使我们最大限度地避免不良情绪的产生，即使产生也能够得到有效的排遣。

　　同时，我感觉社交礼仪本身就是一种特殊的语言，让我们用社交礼仪的基本知识和规范，去顺利地开启交际活动的大门，让我们建立和谐融洽的人际关系。这样，不仅是形成良好社会心理咨询氛围的主要途径，而且对我自己来说，也具有极其重要的心理咨询保健功能。

　　总之，学习社交礼仪知识使我受益匪浅。

　　以上是以个人角度来看的。从团体的角度来看，礼仪是企业文化、企业精神的重要内容，是企业形象的主要部分。凡是较大的企业，对于礼仪都有高标准的要求，都把礼仪作为企业文化的重要内容，同时也是与其他企业合作成功的关键，所以学习社交礼仪，不仅是时代潮流，更是提升竞争力的需要。

　　纵观当今社会，社交礼仪无所不在，因为其对我们真的是很重要，是每个人都应该学习的。

**学习社交礼仪的心得体会6**

　　社员干部培训如期举行，本次培训的主题是情绪管理及社交礼仪，主讲是心理咨询室的潘子彦老师。

　　首先潘老师请同学们思考两个问题：What is成功? How to成功?同学们对此问题众说纷纭，我所理解的成功就是得到自己想要的，及实现自己的理想。至于后者---怎样成功，我想没有多少捷径，只有自己不断思考、不断进取。

　　潘老师给出一个公式：20%IQ+80%EQ=100%成功，IQ我们没法控制，但对于EQ(情商)，则在于我们自己把握，它是我们对感情的自我意识、自我调节，要管理好情绪，首先我们得了解情绪有哪些，即要最大量的掌握有关情绪的词汇，老师给出几种情绪让我们说同义词，虽然大家情绪高涨，但说出的就那几个，我们了解的太少，还需努力。只有掌握的够多，我们才能及时发现问题所在，才能更好的解决问题、调解好情绪。

　　对于如何及时发现自己的情绪在哪方面存在问题，老师的一个方法很好，饼状图，将自己的情绪分类并划分几个区域各占几种不同的比例，给他们涂上颜色，然后让积极情绪与消极情绪对话，逐渐恢复好的方面。另外给自己的情绪画折线图，看看自己的情绪周期，以及时应对，也是一个不错的方法。

　　然后，潘老师针对社团人，说了自己的看法，她说社团人一般都自认为很优秀，即使情绪出现了问题，也不愿寻请帮助，更不用说去心理咨询室去咨询老师。确实，这话我非常认同，在这之前，一直我都认为心理咨询室是为那些不正常的人开的，可老师的话改变了我的看法，也是我对心理问题有了更多的了解，她说心理问题人人都会遇到，别说是我们，就连、身边也少不了心理医生。所以，我们已正视现实，一经发现出现心理问题，要及时应对，必要时，走入心理咨询室，是个明智的选择.

　　接下来，老师又对如何消除不良情绪，给出几点建议，其中我想我可以学以致用的有以下几点：1、开心大笑2分钟相当跑步45分钟;2、听古典音乐可以提高智商;3、敏锐觉察情绪问题，可以更快解决…以此作为行为准则，相信我们会走得更好。

　　情绪管理讲完后，潘老师又给我们讲了一些日常礼仪，她从生活的方方面面讲起：着装、打扮，各种场合的行为举止…确实有了不少收获，比如正规场合着装颜色不超过三种，沟通时要有眼神交流就餐、开会座次有尊免之分…这讲，对我们来说有着非常重大的意义，我国素有礼仪之邦之称,讲礼仪才能彰显一个人的素质,才能彰显大国风范。这也使我想到，为什么生活中有那么一些人总是不那么容易接触，他们的言行总那么不讨人喜欢，原来他们不注意细节，不注重礼节。

　　情绪影响人生、细节决定成败，我们要一本节课所学为指导，管好自己的情绪、规范自己的行为，做个文明人，展现最风采的自己。

**学习社交礼仪的心得体会7**

　　作为一名大学生，随着年龄的.增长和生活环境的变化，自我意识有了新的发展，每个人都非常渴望获得真正的友谊，进而更多的情感交流，中职生礼仪课心得体会。现在的大学生都远离父母，过着集体生活，与别人处在平等位置，以前那种对父母的依赖已经不存在.通过人际交往活动，并在交往中获得友谊，是适应大学生活环境的需要，是发展成\"独立\"的人的需要，也是我们成功走上社会的需要.事实上，在大学期间，能否与他人建立良好的人际关系，对每一个人的成长和学习有着十分重要的影响.渴望友谊和情感交流是大学生心理的一个重要特点。

　　所以，社交礼仪的基本规范和知识，帮助我掌握交际技巧，积累交流经验，在交往过程中学会遵循相互尊重，诚信真挚，言行适度的原则，就能很快与交往对象接近，使他们觉得我是熟悉他们，理解他们，尊重他们的.因此我们之间建立真挚深厚的友情.

　　事实表明，在日常生活中，良好的人际交往有助于提高我们的自信和自尊，降低挫折感，缓解内心的冲突和苦闷、烦恼，宣泄愤怒，压抑和痛苦，减少孤独，寂寞，空虚。这些都是十分有益于我们身心健康，而且也会使我们最大限度地避免不良情绪的产生，即使产生也能够得到有效的排遣.

　　同时，我感觉社交礼仪本身就是一种特殊的语言，让我们用社交礼仪的基本知识和规范，去顺利地开启交际活动的大门，让我们建立和谐融洽的人际关系.这样，不仅是形成良好社会心理氛围的主要途径，而且对我自己来说，也具有极其重要的心理保健功能.

　　总之，学习社交礼仪知识使我受益匪浅.

**学习社交礼仪的心得体会8**

　　苏格拉底曾言：“不要靠馈赠来获得一个朋友，你须贡献你诚挚的爱，学习怎样用正当的方式来博得一个人的心。”可见社交礼仪是人们在社会来往活动过程中构成的应共同违犯的举动尺度和准绳。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，它是我们个人发展、事业进步的需要，是社会时代的需要，是一门必修课。

　　我觉得社交礼仪使我懂得了如何与他人建立良好的人际关系，形成和谐的心理氛围，促使我的身心健康.而且使我认识到在人际交往中有很多重要的原则要遵守的。社节虽是生活小节,但在某些场合却代表着个人、单位甚至民族、国家的形象,标志着一个国家和民族文明程度的高低,它也是衡量人们的教养和道德水准的尺度.我国是一个文明古国,有五千年的文明历史,一向有“礼仪之邦”的美誉.在日常生活和社会交往中,我们应该仪态大方、彬彬有礼、举止庄重、不卑不亢,表现出良好的精神风貌和礼仪行为.以前没学社交礼仪的时候，对社交基本上不懂，总以为做那些是多此一举的事情，但是学过我才恍然大悟，原来社交礼仪还是挺重要的，就象前面所说的那样小则代表个人，大则代表国家代表民族，所以社交礼仪是不容忽视的问题，它是个人是国家的形象。

　　作为一个刚刚学习过社交礼仪的大学生，我觉得受益匪浅。学习了社交礼仪让我知道了真诚尊重是礼仪的首要原则，只有真诚待人才是尊重他人，只有真诚尊重，方能创造和谐愉快的人际关系，真诚和尊重是相辅相成的。所谓心底无私天地宽，真诚的奉献，才有丰硕的收获，只有真诚尊重方能使双方心心相印，友谊地久天长。

　　就比如交往中的着装问题，要注意三点：首先要注意“三色原则”，即全身颜色不多于三种颜色，其次要注意“三一定律”，即鞋子，腰带，公文包三个部位保持一种颜色，再次要注意“三大禁忌”，即袖子商标没拆，袜子出现问题，领带打法出现问题。同时我还了解到职场着装六个不准问题：1、过分杂乱2、过分鲜艳3、过分暴露4、过分透视5、过分短小6、过分紧身，虽然说没有法律来约束某人的行为，但是在商务场合，如果你违反了商务礼仪道德准则，那么你就要受到人们不同眼光的对待、受到人们的指责，也就是说你会同那个社交圈子脱离关系，因为你不注重那样的规则。我想学习了这些，会让我在以后的职场生涯中不会给自己带来不必要的麻烦吧，更会给我带来自信。

　　自信是社交场合中一份很名贵的心理本质。一个有充分自信念的人，才能在来往中不卑不亢、落落大方，碰到强人不自惭，碰到艰难不泄气，碰到欺凌敢于挺身反击，碰到弱者会伸出增援之手;一个短少自信的人，就会处处碰鼻，致使屁滚尿流。自信但不克不及自信，自认为了不起、一贯自信的人，每每就会走向自信的极度，凡事自命不凡，不尊重别人，致使强人所难。

　　我在社交礼仪课上学到的东西举不胜数，在此我就不一一罗列了，在课堂学的是理论知识，那么要想把学到的知识合理利用，就要做到‘理论与实际相结合’，只有那样才能更好地做到学以致用。

　　随着年龄的增长和生活环境的变化，我们的自我意识有了新的发展，每个人都非常渴望获得真正的友谊进而更多的情感交流.通过人际交往活动，并在交往中获得友谊，是适应大学生活环境的需要，是发展成\"独立\"的人的需要，也是我们成功走上社会的需要.事实上，在大学期间，能否与他人建立良好的人际关系，对每一个人的成长和学习有着十分重要的影响.渴望友谊和情感交流是大学生心理的一个重要特点.

　　礼仪是人际交往的前提条件，是交际生活的钥匙.社交礼仪的基本规范和知识，帮助我掌握交际技巧，积累交流经验，在交往过程中学会遵循相互尊重，诚信真挚，言行适度的原则，就能很快与交往对象接近，使他们觉得我是熟悉他们，理解他们，尊重他们的.这样我们之间才能建立起真挚深厚的友情.

　　同时，我感觉社交礼仪本身又是一种特殊的语言，让我们用社交礼仪的基本知识和规范，去顺利地开启交际活动的大门，让我们建立和谐融洽的人际关系.这样，不仅是形成良好社会心理氛围的主要途径，而且对我自己来说，也具有极其重要的心理保健功能.

　　总之，学习社交礼仪使我受益匪浅，使我懂得了许多.

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！