# 202\_年大学礼仪心得体会(精选11篇)

来源：网络 作者：尘埃落定 更新时间：2024-10-23

*当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一...*

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

**大学礼仪心得体会篇一**

第一段：引言（100字）。

大学礼仪部门是为了提高大学生的综合素质而设立的，致力于培养学生的礼仪意识和社交能力。在参与大学礼仪部门的活动中，我深深地感受到了礼仪的重要性，同时也收获了许多宝贵的经验和心得体会。

第二段：培养自信与自尊心（250字）。

通过参与大学礼仪部门的各种活动和培训，我逐渐克服了羞怯和紧张的情绪，在人群中不再害怕表达自己。这让我变得更加自信，有了更强的自尊心。在担任主持人的活动中，我学会了平稳自如地展示自己，无论是面对整个班级还是整个学校。这种自信也使我在其他领域更加有勇气挑战自我，取得更大的成就。

第三段：提升人际交往能力（300字）。

与他人沟通交流是大学生活不可或缺的一部分。大学礼仪部门的活动为我提供了丰富的锻炼机会，让我学会了如何与不同背景的人进行有效沟通。在组织活动时，我需要与各个组织协调合作，学会了倾听不同的声音并尊重不同的意见。我也学会了如何在正式场合使用得体的言辞和姿态，从而更好地与他人建立良好的关系。这些经验不仅在大学生活中受益，也为我今后的职业发展打下了坚实的基础。

第四段：培养细致和耐心（300字）。

大学礼仪部门的工作细节非常繁琐，要求我们对细节保持足够的注意力和耐心。例如，在举办晚会时，需要提前安排场地、策划节目，还要确定适当的座次安排和仪式进行。这些工作需要我们经常与各方面进行沟通，并且要高度细致。通过这些琐碎的工作，我懂得了事情的每一个细节都至关重要，这种细致的精神也同样适用于我的学习和生活，使我成为一个更加注重细节和有耐心的人。

第五段：增强责任感和领导力（250字）。

作为大学礼仪部门的一员，我有机会担任不同的职位，负责组织和管理各种活动。这使我首次体验到领导的感觉，并培养了我的责任感。我必须带领团队一起工作，确保活动的顺利进行。作为一名领导，我学会了合理分配任务、团队建设和解决问题。这些经验不仅让我成为一个更加有效的领导者，也让我明白了责任感对于一个人的成长和发展是多么重要。

结尾（100字）。

参与大学礼仪部门的经历让我收获颇丰。从提高自信和自尊心到培养人际交往和领导能力，我都感受到了自己的成长。礼仪是一种文明和修养的表现，大学礼仪部门通过提供实践和培训机会，使我更加意识到礼仪的重要性，并将其融入到日常生活中。我相信，这些宝贵的经验将对我未来的职业生涯和人际关系产生积极的影响。

**大学礼仪心得体会篇二**

近年来，随着我国经济的发展和社会的进步，大学生们在就业过程中越发重视职业礼仪的培养和实践。作为大学生，我也在大学期间积极探索并总结了一些关于大学职业礼仪的心得体会。以下是我对于大学职业礼仪的几点认识和建议。

首先，大学生应该重视穿着的影响力。一句老话说得好：“衣着是第一张名片”。大学生出席正式与非正式场合时都应该注意穿着得体，既不能过于随意，也不要过于拘谨。正式场合应穿着正装，西服、白衬衫和正规皮鞋都是不错的选择。而非正式场合可以选择得体的休闲装。此外，大学生还应注意个人仪表的修养，如保持整洁的发型、不浓妆艳抹、注意口气清新等。通过合适的穿着和仪表，大学生能够给他人留下良好的第一印象。

其次，大学生在社交场合中应注意言谈举止。在与他人交流时，要注意言谈之间的得体和礼貌。避免使用粗鄙的语言和不当的幽默，尊重他人的隐私和观点。另外，大学生还应该学会控制自己的情绪，避免在公众场合发泄情绪或表现过激的行为。礼貌地与他人交流、注重倾听他人的观点和进行适当的回应，能够让人感受到你的尊重和关心。

第三，大学生要重视面试礼仪。面试是大学生求职中非常重要的环节，如何展现自己的优势以及给面试官留下良好印象是成功的关键。在面试前，大学生要认真准备，研究公司的背景和职位要求，充分展示自己的知识和实践能力。面试时要保持自信和镇定，认真回答问题，并用例子说明自己的能力和经验。同时，要注意面试礼仪，如握手时要自信有力而不过于紧，坐姿端正而不僵硬，保持良好的眼神交流和微笑等。良好的面试礼仪能够给面试官留下深刻的印象。

第四，大学生要注重电子邮件和电话礼仪。随着科技的进步，电子邮件和电话已成为大学生与他人进行交流的重要方式。然而，大学生有时会因疏忽而在电子邮件和电话中失礼。在发送电子邮件时，大学生应注意用正式的语言格式，避免使用缩写和带有个人情感色彩的语言。另外，要注意语法和拼写的准确性。在电话中，大学生应在接听电话时语气友好、态度热情，并注意控制自己的音量，以免影响他人。

最后，大学生应该注重团队合作礼仪。在大学期间，很多作业和项目都要求学生进行团队合作。团队合作的成功与否与成员之间的沟通和礼仪密不可分。在团队合作中，大学生要学会倾听和尊重他人的意见，能够虚心接受他人的批评和建议。此外，大学生还要有良好的沟通能力，适时表达自己的意见和想法，并与团队成员保持良好的合作关系。

总之，大学职业礼仪的重要性日益凸显。大学生通过严格要求自己的穿着、言谈举止、面试礼仪、电子邮件和电话礼仪以及团队合作礼仪等方面的修养，既能够提升个人的职业素养，也能够给他人留下良好的印象。通过不断实践和总结，大学生们可以在职业道路上更加成功。

**大学礼仪心得体会篇三**

在大二的这个学期，我选修了魅力礼仪课程。我觉得这是作为大学生必须面对的选修课，所以在选择过程中我的态度非常谨慎。我觉得自身的修养还有欠缺，气质方面还打不到效果，经再三思量和对比后，之所以选修这门课程，主要原因有以下几点：首先，作为一名大学生，其次，在学校与社会上，自己需要更加自信、更加积极主动地去推销自己，而魅力礼仪是则自己成长和成功必需的法宝；再次，我觉得自身的修养还有欠缺，气质方面还打不到效果，作为一名专业的学生在今后的工作中需要接待外宾，更需要掌握礼仪知识。所以就下定决心选择了《魅力礼仪》。

刚开始有点不适应，觉得这些礼仪都很累，觉得在生活中也用不到，但是经过老师的讲解，觉得越来越有用，在以后的生活中、工作中，用处都很大，既为人们所认同，又为人们所遵守，简言之，礼仪就是人们在社会交往活动中应共同遵守的行为规范和准则。

从个人修养的角度来看，礼仪可以说是一个人内在修养和素质的外在表现。从交际的角度来看，礼仪可以说是人际交往中适用的一种艺术，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相互沟通的技巧。

礼仪的主要功能，从个人的角度来看，一是有助于提高人们的自身修养；二是有助于美化自身、美化生活；有助于促进人们的社会交往，改善人们的人际关系；从团体的角度来看，礼仪是企业文化、企业精神的重要内容，是企业形象的主要附着点。大凡国际化的企业，对于礼仪都有高标准的要求。

在个人修养方面，现代礼仪起了很大作用。学习现代礼仪，不仅规范了自己的行为，使举止得体，言语文雅，而且还培养了礼貌待人接物的好习惯。尤其是平时老师举的典例，实训室里的各种模拟，都使我受益匪浅，懂得了许多，了解了许多以前所不了解的，各种模拟使我的紧张感减小了，让我可以从容镇定，落落大方的面对眼前的一切。同时也了解到了许多国家的不同的风俗习惯，多姿多彩的课堂模拟，同学们的踊跃参与，争相表演各国风俗，形象生动，激情澎湃，再谈吐言语中学到了许多。

总之，现代礼仪对于当代大学生来说，都是十分重要的，在职业竞争中，学历只占一小部分，而大部分归属于你的礼仪举止是否得体，得体的礼仪举止会使你在未来的竞争中占据更大优势。

《魅力礼仪》这门课程对我触动很大，对我学习生活产生了重大影响。作为一个女生，我希望在外在形象塑造方面可以多讲一点，讲细一点。老师上课风趣幽默、博学多识、为人师表的形象，亦将对我产生重大影响。我将会把课上学习的知识运用到自己的生活中去，努力提高自己的自身修养、个人形象和人际关系，使自己在公关礼仪方面有一个质的提高。

大三的第二个学期，我还有机会选择自己感兴趣的课程学习，在那么多的课程里，我选修了大学生礼仪这门课，原因是我希望通过这门课学习到一些本来我可能忽略或者不知道的礼仪文化，以此来帮助以后人生中可能遇到的一些礼仪问题，避免失礼之处。

对于即将步入社会的我，从报纸、电视等媒体上知道。在人才招聘会上，言谈儒雅、服饰得体、仪表端庄、神态大方、礼仪到位的大学生更能受到用人单位的青睐。也就是说，在市场经济大潮之下，社会对大学生的个人素质提出了更高的标准和更加具体的要求。在就业竞争日趋激烈的背景之下，有必要对大学生礼仪加以普及与规范。讲究礼仪，遵从礼仪规范，可以有效地展现一个人的教养、风度与魅力，更好地体现一个人对他人和社会的认知水平和尊重程度，从而使个人的学识，修养和价值得到社会的认可和尊重。适度、恰当的礼仪不仅能给公众以可亲可敬、可合作、可交往的信任和欲望，而且会使与公众的合作过程充满和谐与成功。

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，不仅应当有高水平的专业知识，还必须有良好的道德品质修养和礼仪修养。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，良好的道德品质需用彬彬有礼的方式去体现。可是礼仪教育，还未引起高校的足够重视。

好的\'礼仪不仅可以美化人生，而且可以培养人们的社会性，同时还是社会生活和交往的需要。孟德斯鸠曾说：“我们有礼貌是因为自尊。礼貌使有礼貌的人喜悦，也使那些受人礼貌招待的人喜悦。”生活中有许多口角、摩擦、矛盾、争斗，都是起因于对小节的不注意。而文雅、宽厚能使人加深友情，增加好感。注重言语礼仪，可以有一个和睦、友好的人际环境，注重行为的礼仪，可以有一个宁静、洁净的生活环境，可以促进人际关系的和谐，也可以美化人生，美化社会，因此礼仪习惯的培养是精神文明建设的一项重要内容。

**大学礼仪心得体会篇四**

社交礼仪，是人们相互交往中的一种行为规范。人们在日常生活中，时时处处都离不开社交礼仪。随着改革开放的不断深入，人们交往不断增多，讲究社交礼仪越来越凸现出它的紧迫性、必要性和重要性。尤其是机关干部，主要是与人打交道，做人的工作，在工作交往中更应当注意礼貌礼节，处处做到仪表端庄，谦逊和蔼，文明礼貌，保持一种有素质，有修养的良好形象。

实践证明，仪表整洁，举止端庄，谈吐文明，讲究社交礼仪，也是做好人的工作的一种有效手段。如接待来访者，百姓来向你反映问题，而你举止不得体，讲话粗鲁，心不在焉，就会缺乏信任度，引起来访人的反感，甚至可能反目为仇，不欢而散。而要是来访者反映情况，你彬彬有礼，热情接待，耐心倾听，就会给人一种有信任度的感觉，让人家满腹牢骚而来，满意高兴而去。同样是接待来访者，讲不讲究社交礼仪，注不注意礼貌礼节，就会有两种截然不同的效果。

改革开放后，人们的社会交往日益增多，社会礼仪也显得更加重要。为适应这个新形势，机关工作场所十分需要有礼仪礼节的氛围。机关工作人员作为机关工作的“主体”，要有效地做好日常工作，亟待注重三个方面的问题：

其一、更新观念，适应形势。懂得机关礼仪是社交礼仪的重要方面，明确讲社交礼仪与做好机关干部的关系，正确认识在机关日常工作中讲礼仪礼节与做好机关日常工作关系的哲理，从而提高讲究礼仪礼节的自觉性。

其二、内强素质，外树形象。外表文明是内心文明的反映，培养良好的礼仪行为，必须有内心的文明素质。机关工作人员所做的每一项工作，都反映一个人素质的水准，代表政府的形象。因此，每个机关工作人员都应当认真学习社交礼仪的基本知识，加强自身修养，培养高尚的情操和良好的习惯。注意自己的外表形象，说文明话，做文明事，着装端庄整洁，举止文明斯文，保持一种有内在素质，有外表文明的良好形象。

其三、自觉养成，注重实效。良好的礼仪素质，文明的行为，并非一朝一夕能提高和养成的，而要靠平时做起，从点滴做起。如接一只电话，应当首先说：“您好!请讲……”这种和蔼可亲的话语，会给人一种亲切、温馨的感受。机关工作人员不仅要在机关日常工作中时时处处讲究礼仪礼节，注意职业礼仪，而且还要讲究家庭礼仪，注意家庭美德的培养，用家庭美德来带动机关礼仪工作的拓展。家庭礼仪是社交礼仪的重要组成部分，它应以家庭美德为主线，每个成员都能自觉做到尊老爱幼，相互尊敬，讲文明，懂礼貌，守规矩，和睦相处。我们只要持之以恒地注重实效，从平时做起，从点滴做起，就能成为深受群众欢迎的一名机关工作人员。

11月26日晚，我们在学术报告厅学习了学生干部培训的第一堂课，气势还真是庞大，偌大的学术报告厅坐满了人。突然意识到，自己跟平常人没有什么区别，多的只不过是头上的那道光环---学生干部。而那晚更加意识到，那道光原来很多人都有!

当晚有幸听贠小波老师给我们讲社交礼仪方面的知识，可谓受益匪浅，下面就感受颇深的几点谈谈。

礼仪，是中华传统美德宝库中一颗璀璨的明珠，是中国古代文化的精髓。身居礼仪之邦，应为礼仪之民。知书达理，待人以礼，更应该是当代大学生的基本素养!

人在社会这一大环境中，社交是不可避免的，而如何与人相处，甚至融洽相处都是一门值得学习的艺术。通过这堂课，我认识到日常与人交流时，口气一定要适当，分场合因人而异。作为学生干部，涉及工作方面时，态度一定要严谨、端正;办事一定要果敢、干脆。这样才能赢得同学们的信任及佩服。而在生活中，跟朋友相处，就该放下学生干部的架子。即工作中雷厉风行，生活上和蔼可亲。

在礼节这方面，则要求我们在实际生活中有意识的体会。就穿着打扮而言，初入大学，一脸的稚气，青涩中无不透露着对大学的好奇与憧憬。此时，装扮可能朴素甚至幼稚，而到了大二，所谓大一部员嘴里的部长、学姐和学长，着装就该大气些。正式场合，如举办全校大活动时，有必要穿正装，以突出工作的正式与认真的态度。

在听贠小波老师讲课时，全场保持安静，手机静音，同学们都非常认真的听讲，做到对在场的同学的尊重，更是对老师的尊重。作为一名学生干部，还要懂得身份的转换，素质的提高。

听完培训的第一堂课后，不仅增长了关于社交礼仪方面的知识，而且对学生干部有了更深刻的认识，受益颇深!

众所周知，中国历来就是礼仪之邦，文化大国。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制度。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。作为新时代的炎黄子孙更加应该把这优秀的文化传统发扬光大，待人接物都以礼仪优先。不论是从样貌着装，还是言谈举止都要讲求合宜得体。

从小，我们的父母老师就对我们进行了启蒙教育，告诉我们什么是礼貌的什么是不礼貌的，怎么样才能惹人喜欢，比如：见到长辈熟人要打招呼问好，如饭桌上不能狼吞虎咽，如衣服要整洁干净，如到别人房间，进门前要先敲门，若不敲门就直接闯进去是失礼等等一些细节。久而久之，这些事情也渐渐成为了我们的日常习惯。进入大学后我有了更多的机会去接触各种各样的人和事。说实在的，开始选修大学社交礼仪并不知道要学些什么，潜意识里觉得不过就是学些平常礼貌性的问题，但是我也知道学习它定不会是无意义的事情。结果证实了学习它的重要性。我从中受益匪浅。社交礼仪使我懂得了如何与他人建立良好的人际关系，形成和谐的氛围，促使彼此的身心健康。任何的社交活动都离不开礼仪。而人类的进步以及社会生活的进步，让人们也越来越需要礼仪来调节生活。(励志天下)。

社交礼仪是指人们在人际交往过程中所具备的基本素质，交际能力等等。社交在当今社会人际交往中发挥的作用日益重要。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，人们可以互通有无，对取得事业成功有很大的帮助。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。

我先从着装礼仪说起，一个人的形象至关重要，可以说就是他个人给人的第一印象的重要组成部分。而着装是一门艺术、一种文化、一种“语言”，同时，也是对他人的尊重，每个人都有被尊重的需要。很明显，如果你邋邋遢遢，形象欠佳，别人就会首先否决了你，更可能会生气。相反，整洁的着装不仅让人赏心悦目，还使人获得尊重的满足，从而获得愉悦，扩大交际范围，获得更多的人得喜爱，由此达到人与人之间关系的和谐。就拿面试的着装来说吧，修饰是女士必不可少的，但是不要太华丽了，太耀眼了，如果这样去面试，我想机会就已经寥寥无几了。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。想想看打扮的整整洁洁是不是让别人看上去很舒服!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!

对于言谈礼仪，文明礼貌使你的谈吐更风趣、高雅、且富有感染力;一个人谈话的姿势往往反映出他的性格、修养和文明素质。所以，交谈时，首先双方要互相正视、互相倾听、不能有东张西望、看书看报、哈欠连天等等不礼貌行为;否则，会给人心不在焉、傲慢无理等印象。当然，除了言谈时的姿势之外，语言也是社交的工具，是人们表达意愿、思想感情的媒介和符号，是一个人道德情操、文化素养的反映。在与他人交往中，如果能做到言之有礼，谈吐文雅，就会给人留下良好的印象;相反，如果满嘴脏话，甚至恶语伤人，就会令人反感讨厌。语言文明看似简单，但要真正做到并非易事。这就需要我们平时多加学习，加强修养，使我们中华民族“礼仪之邦”的优良传统，能得到进一步的发扬光大。

再来说举止礼仪。优雅的举止，洒脱的风度，常常被人们羡慕和称赞。人们常说“站有站相，坐有坐相”。站立时，身体应与地面垂直，重心放在两个前脚掌上，挺胸、抬头、收腹、双肩放松、双臂自然下垂或在体前交叉、眼睛平视、面带笑容。千万不要不要歪着头、斜着腰、曲着腿等，特别是在一些正式场合不要将手插在裤袋里或者交叉在胸前，更不要下意识地做些小动作，那样不但显得拘谨，给人缺乏自信之感，而且也有失仪态的庄重。坐，也是一种静态造型;端庄优美的坐，会给人以文雅、自然大方的美感。正确的坐姿应该：腰背挺直，肩放松。女性应两膝并拢，而男性膝部可分开一些，一般不超过肩宽。双手自然放在膝盖上或椅子扶手上。在正式场合，入座时要轻柔和缓，起座要端庄稳重，不可猛起猛坐，弄得桌椅乱响，造成尴尬气氛。不论何种坐姿，上身都要保持端正，如古人所言的“坐如钟”。若坚持这一点，那么不管怎样变换身体的姿态，都会优美、自然。走，行走是人生活中的主要动作，走姿是一种动态的美。正确的走姿是：轻而稳，胸要挺，头要抬，肩放松，两眼平视，面带微笑，自然摆臂。这些都是礼仪课程的重要部分。现实生活中我们也许不能做到这样的完美，但是懂得这些礼节是社交的必然要求。

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。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。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。

**大学礼仪心得体会篇五**

第一段：引言（120字）。

现代社会高度竞争，大学生除了需要具备专业知识外，还需要具备一定的职业礼仪素养。作为一名大学生，我在大学期间深刻体会到了职业礼仪的重要性。通过学习和实践，我认识到职业礼仪对于个人职业发展的巨大影响。在这篇文章中，我将分享我在大学期间的职业礼仪心得和体会。

第二段：规范形象（240字）。

在职业生涯中，第一印象很重要。一个良好的外貌和仪态可以带来令人难以忽视的好处。因此，在大学时期我十分注重自己的形象表现。首先，我养成了每天仔细洗漱、整理头发和穿着得体的习惯。其次，在正式场合，我会选择适合的服装，保持整洁干净的衣着。此外，我还学会了正确地站立、走路和坐姿等基本举止。通过保持良好的形象，我能更好地与他人建立信任并给予他们一个积极的印象。

第三段：言行得体（240字）。

大学时期，我学会了在言行上保持得体。礼貌和尊重是我与他人交往的原则。当与他人进行交谈时，我会注意自己的语气、用词和表情，尽量避免使用粗鲁或冒犯性的语言。在遇到问题或困难时，我会保持冷静和耐心，与他人合作解决问题。此外，我还学会了正确地握手并保持目光交流，这展示出我对他人的尊重和诚意。在与同学和老师交往时，我始终保持谦逊和真诚的态度，与他们保持良好的关系。

第四段：文明用语（240字）。

现代社会，文字交流已成为人们日常生活的重要组成部分。因此，在大学时期，我十分注重提升自己的文明用语水平。我遵循积极向上的原则，尽量使用文明的言辞进行交流。在社交媒体上，我不发表不负责任的言论或攻击他人。同时，我注重用字准确，尽量避免拼写和语法错误，以确保我表达的信息得到正确理解。通过这些努力，我能够与他人进行清晰、文明的交流，并获得更好的沟通效果。

第五段：培养专业礼仪（360字）。

在大学期间，我还积极参与一些职业培训活动，提升自己的专业礼仪水平。例如，在模拟面试和商务社交活动中，我学会了正确地进行自我介绍、礼貌用餐、与他人交流等。我了解到在职业场合中，专业礼仪的重要性不容忽视。一举一动都会影响到自己和他人的观感。通过培养良好的职业礼仪，我能够在就业面试中给予面试官一个积极的印象，并与同事们保持良好的工作关系。

总结（120字）。

在大学期间，通过对职业礼仪的学习和实践，我深刻认识到职业礼仪对于个人职业发展的重要性。规范形象、言行得体、文明用语和培养专业礼仪都是达到这一目标的重要方面。通过不断努力，我相信我将在职业道路上更加出色，并为自己的未来构建一个成功的形象。

**大学礼仪心得体会篇六**

第一段：介绍大学生涉足职场的背景及必要性（约200字）。

随着大学生就业竞争的日趋激烈，他们需要展现出更完善的职业素质来与其他求职者区别开来。在这种背景下，大学职场礼仪的重要性不可忽视。在大学期间，我参加了多个实习和招聘活动，对大学职场礼仪有了一定的了解和体会。在这里，我将分享我的心得体会。

第二段：重视职场外表形象及沟通技巧（约300字）。

首先，职场形象在求职过程中起着至关重要的作用。面试者会通过你的穿着、举止以及言谈举止来评价你的专业素养和对工作的态度。因此，我们要注意着装得体、仪态端正，展现出自己的职业品味。此外，在与他人交流时，我们要注重倾听，保持良好的沟通技巧。尊重对方的观点、尽量使用礼貌和专业的表达方式，并创造积极的沟通氛围，这对与领导和同事之间的关系以及工作的顺利进行都至关重要。

第三段：注重工作态度及职场处事技巧（约300字）。

其次，工作态度在职场生涯中起着决定性的作用。对待工作我们应抱着认真负责、积极主动的态度，细心完成每一个工作任务。积极与拥有丰富经验的同事交流，乐于学习和借鉴他们的成功经验，努力成为职场的佼佼者。此外，灵活处理各种复杂的职场情况也是不可或缺的。在遇到疑虑或困惑时，积极寻求帮助，善于与他人合作，以争取更好的工作效果。

第四段：重视礼仪知识的学习和实践（约200字）。

要提高职场礼仪，我们还需要学习和实践相关的礼仪知识。职场礼仪的细节包括：如何与他人交谈、如何处理电子邮件、如何正确使用电话和会议礼仪等等。此外，在大学期间，参加一些与职场礼仪相关的活动也是一个很好的方法。这些活动旨在培养学生的大局意识和团队合作概念，提升他们的职业态度和职场素养。

第五段：总结职场礼仪的意义及重要性（约200字）。

大学生进入职场是一个重要的转折点，在这个阶段，我们需要更好地了解和掌握职场礼仪的要点。职场礼仪的执行能够有效提高个人形象、加强职场的交流和协作，产生积极的工作关系，更好地适应职场的挑战。因此，大学生要时刻绷紧职场礼仪的“弦”，不断提升自己的职业素养和职场形象，为未来的就业生涯打下坚实的基础。

总结：在当今竞争激烈的就业市场中，大学生必须有着足够的职业素养和职场礼仪来脱颖而出。通过注重外表形象、沟通技巧、工作态度、处事技巧以及学习和实践礼仪知识，大学生能够在职场中展现出良好的个人形象，更好地适应职场的挑战。只有这样，在职场中，大学生才能获得更多的机会和成功。

**大学礼仪心得体会篇七**

礼仪是人类为维系社会正常生活而要求人们共同遵守的道德规范，是人们在长期共同生活与相互交往中逐渐形成，并且以风俗、习惯与传统等方式固定下来对一个人来说，礼仪是一个人的思想道德水平、文化修养、交际能力的外在表现，对一个社会来说，礼仪是一个国家社会文明程度、道德风尚与生活习惯的反映。

本学期选择学习大学生礼仪这门选修课，我对此感到无比的荣幸。因为，这样一门课程对我们的生活至关重要，它不仅告诉我们作为当今大学生应该拥有一个怎样的思想道德水平、文化修养，而且告诉我们应该怎样更好的立足社会、适应社会的需求。

大学生礼仪，这是一个很广的话题，它包括了大学生适应社会生活的诸多方面，从内容上看有仪容、举止、表情、服饰、谈吐、待人接物等；从对象上看有个人礼仪、公共场所礼仪、待客与作客礼仪、餐桌礼仪、馈赠礼仪、文明交往等。在人际交往过程中的行为规范称为礼节，礼仪在言语动作上的表现称为礼貌。加强道德实践应注意礼仪，使人们在“敬人、自律、适度、真诚”的原则上进行人际交往，告别不文明的言行。

在开始的课程中，老师给我们就讲到了作为一名大学生来说我们应该拥有一个端庄的外表。老师告诉我们在我们走出大学生活后，我们要踏进社会，需要在社会中立足，我们要求值，要面试，要进行人际交往。我们应该拥有怎样高尚的行为规范。于是，老师首先给我们讲到了作为大学生要有一个好的言谈举止，要礼貌对人，态度要诚恳、亲切；声音大小要适宜，语调要平和沉稳；要学会尊重他人。用于要恰当。

接着，老师给我们讲到了我们应该具有一个端庄的仪表，服装，头饰，脸面等方面的问题，还自己带了众多的日常生活用品为学生做示范。又给我们讲到了大学生应该具有的正确的行为举止、分别冲站姿、坐姿、走姿、待人、接吻、握手等多方面的内容。还给给我们讲到了众多有观公众场合中的众多生活礼仪。比如说：乘车礼仪，旅游观光礼仪，饭店用餐礼仪等众多方面。

最后老师给我们重点介绍了餐桌礼仪，告诉我们接受别人的宴请时应该怎样，怎样用餐，怎样就坐。也告诉我们在邀请别人在家做客时应该如何布置，如何准备菜单，如何邀请客人。怎样安排坐次，怎样接待客人等礼节。

通过这样丰富多彩礼仪课的学习，感觉到受益菲浅，觉得这样的礼仪课学习增加了我们在以后寻找工作的路途中增加了就业机会，能够以文明的言谈举止待人接物，礼仪是指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，是以建立与谐关系为目的的各种符合交往要求的行为准则与规范的总与。简言之，礼仪就是人们在社会交往活动中应共同遵守的行为规范与准则。

从个人修养的角度来看，礼仪可以说是一个人内在修养与素质的外在表现。从交际的角度来看，礼仪可以说是人际交往中适用的一种艺术，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相互沟通的技巧。如果分类，可以大致分为政务礼仪、商务礼仪、服务礼仪、社交礼仪、涉外礼仪等五大分支。但所谓五大分支，因为礼仪是门综合性的学科，所以又是相对而言。各分支礼仪内容都是相互交融的，大部分礼仪内容都大体相同。

礼仪的主要功能，从个人的角度来看，一是有助于提高人们的自身修养；二是有助于美化自身、美化生活；有助于促进人们的社会交往，改善人们的人际关系；还有助于净化社会风气。从团体的角度来看，礼仪是企业文化、企业精神的重要内容，是企业形象的主要附着点。大凡国际化的企业，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，同时也是获得国际认证的重要软件。

通过学习，可以从中得到很多乐趣，可以提高个人修养，提升个人素质，使你更适合在这个激烈竞争的时代生存。

一、在个人修养方面，现代礼仪起了很大作用。学习现代礼仪，不仅规范了自己的行为，使举止得体，言语文雅，而且还培养了礼貌待人接物的好习惯。

二、在职场礼仪方面，也学到了很多，尤其是平时老师举的典例，实训室里的各种模拟，都使我受益匪浅，懂得了许多，了解了许多以前所不了解的，各种模拟使我的紧张感减小了，让我可以从容镇定，落落大方的面对眼前的一切。

三、再涉外礼仪方面，也学到了许多前所未闻的离异，同时也了解到了许多国家的不同的风俗习惯，多姿多彩的课堂模拟，同学们的踊跃参与，争相表演各国风俗，形象生动，激情澎湃，再谈吐言语中学到了许多。

总之，现代礼仪对于当代大学生来说，都是十分重要的，在职业竞争中，学历只占一小部分，而大部分归属于你的礼仪举止是否得体，得体的礼仪举止会使你在未来的竞争中占据更大优势。

**大学礼仪心得体会篇八**

这个学期很幸运地“捡到”这门公选课，每个星期一晚上我们几十个幸运儿就聚在这个小小教室里面，一点一点走进礼仪这门艺术里面。礼仪是人际交往中适用的一种艺术，一种交际方式或交际方法，是人际交往中约定俗成的示人以尊重、友好的习惯做法；是在人际交往中进行相互沟通的技巧。现代人，不能不学礼仪。现代人，不可不接受礼仪教育。于是，对于我们这些即将踏上社会，穿梭于各种社交活动的大学生来说，这样一门课程是很有意义的。

经过一学期的社交礼仪学习，我学到了很多，也感受了许多。非常感谢老师这学期的辛勤栽培。还特意邀请音乐学院的师姐来给我们女生上一门难能可贵的化妆实践课，让我们更深切体会到在适当的场合化一个符合自己特点的妆容着实为女性的美丽打开翅膀。每一次的课堂并不是生硬的站与坐、讲与记——授课老师站在台上滔滔不绝，听课学生坐在台下认真做笔记，生动活泼的课堂即时训练，各富创意的小组展示，这才更能让所学到的融会贯通，运用得当。灵动的课堂让这学期的公选有了活力，带着欢乐的回忆也积淀着收获。

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。

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。

**大学礼仪心得体会篇九**

通过了今天的礼仪课学习，使我明白了很多，同时也使我学习到了很多，我们以前的行为在许多方面都有不足之处，但我们没有正确的面对，而是顺其自然，让这样的错误一直错下去;现在想想真的是太无知了，这大概也是我们太小，经历得太少的原因吧!!!!

我们以前在老师和家人的照顾下成长着，我们没有接触过其他方面的礼仪的知识，以前我就知道尊老爱幼，其他的一概不知，最初上课前我还以为礼仪就是礼仪，没有其他的概念，完全是茫然的，虽然我们现在看的电视剧上有很多的礼仪知识，但我们没有去引入利用，而是学习坏的方面。例如：和老师顶嘴、上课讲话、下课打闹等，这些就是我们的礼仪，想起来真的好傻哦。

礼仪，最基本的准则就是：言行举止。

首先，自己觉得自己的礼仪素质很差，脏话脱口而出，真的像个骂街的“泼妇”一样了，今天的学习我明白许多礼仪方面的细节，和作为一个准职业人的礼仪标准。

其次，在现实中，我们的行为也许和高层的人员素质有所区别，但是这两者都有相同的点，那就是着装，如果一个人的穿着都不讲究，那就更别谈其他的了。我觉得，我们最该做好的就是穿着的问题，然后在去谈其他的礼仪。

作为一个准职业人，也是二十一世纪的新生的我们，我们该做好的就是自我的约束，凡事都要有个度，不能像非主流一样的\'，想干什么就干什么，那样我们只会做最底层的人员，永远进不了高层的社会，所以，礼仪方面的知识，我们就应该学习，同时也要把这些礼仪方面的知识合适的运用，这样我们才会有更好的做好我们的角色。

最后，我觉得自己从现在起应该多去注意身边的小事情，这样才会使自己更好的改变自己以前的坏习惯，做得更好!

伴随着高等教育改革的深入，在倡导素质教育的今天，礼貌礼仪教育成为素质教育中比不可少的内容。礼貌礼仪课程被很多大学列为必修课，并成为学生学习、交往、沟通、求职的向导,引领大学生们成长进步。讲究礼仪是个人良好形象的表现，也是人类优秀文化底蕴的再现，因此礼仪教育在大学生成长过程中具有独特的功用。

通过对这门课的学习使我了解了礼仪教育对大学生以及对所有人的重要性。礼仪教育有利于对大学生进行思想道德教育，提高思想道德素质。礼仪是一种社会规范，是调整社会生活成员在社会中相互关系的行为准则。社会规范主要包括法律规范和非法律规范两大类别。

礼仪是一种非法律规范，它主要包括道德规范、习俗、共同生活准则等。其中，道德规范具有特殊的地位和作用，因为，它是从社会生活中概括提炼出来的一种自觉的社会意识形态，它是依靠社会舆论、传统习惯和个人的内心信念来维持的。社会礼仪反映了人们在共同生活、彼此交往中最一般的道德关系，是保证交往活动顺利进行和社会生活正常秩序的重要因素。

刚接到职场礼仪培训通知的时候，感觉多此一举，礼仪之邦，这还用培训么?但是通过学习，让我对职场礼仪有了正确地了解和认识，使我自身有了更进一步的提高，同时也找到了自身的不足，为以后的职场礼仪学习运用打下了坚实的基础。

在这次职场礼仪学习后，我恍然大悟，原来在平时的工作中我有很多地方都做得不到位，从与他人交谈到衣着服饰，似乎我都有太多的忽略，职场交往是讲究规则的，即所谓的没有规矩不成方圆。比如自己的衣着服饰，在工作时不是自己喜欢什么就穿什么，个人衣着服饰应符合自己的工作与职位，能够给人以美感。

学习职场礼仪我认为首先应当让每一个人了解学习职场礼仪的必要性，在现实工作当中，很多人对职场礼仪不重视，认为是一些表面的东西，是做给别人看的。但正是这些表面的东西才真正体现了我们的素质和教养，所谓的内行看门道，外行看热闹，你受过哪样的教育，上过哪些场合是一眼能够看出来的。在与人交往的过程中，能否给人留下良好的印象，树立自己良好的形象，更好地与人交往都是离不开礼仪的。学习职场礼仪能够从中得到一些交往艺术，能够更好地与人沟通，知已知彼，才能百战百胜。

因此，不光是这些礼仪，还有生活中的其他细节都应留意，也要学会设身处地地为他人想想。这就是这次礼仪培训我的所得，通过这次职场礼仪学习，我才明白在原来的平时工作中我们有很多地方都做得不是很好，从小小的电话，短信用语，鞠躬礼到文明用语，似乎我们都有太多的忽略，比如在平时工作中接电话是否在铃响了三遍时接听，是否先报自己的姓名部门以及工作单位，还有我们是否做到了语调热情，大方自然，声量适中表达清楚，简明扼要，文明礼貌。鞠躬礼是否标准、文明用语声音大小是否适中、面部是否有表情等常见问题我们好像都没有多加注意。因此，我们应该加强礼仪方面的学习，还要做到学以致用。

本次礼仪学习开拓我的视野，让我受益匪浅。因此，我觉的我们在平时的工作中应真正的做到“注重细节，追求完美”。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

**大学礼仪心得体会篇十**

随着社会的发展和大学生的日渐增多，大学职场的竞争日益激烈，求职者们必须具备良好的职场礼仪，才能在激烈的竞争中脱颖而出。作为一名大学生，通过在职场实习的经历和参加各类职业培训，我深深体会到了职场礼仪的重要性，并总结出了一些心得和体会。

首先，穿着得体是职场礼仪的基础。在职场中，穿着得体的形象能够给人留下深刻的第一印象。穿着要符合职场的氛围，应避免过于奇装异服的打扮。同时，要注意衣着的整洁和修养。要注意搭配服饰的合理性，在颜色和款式上要搭配得体，不得过于花哨，显得过于浮夸。此外，穿着要适合岗位，既要符合自己工作性质的要求，也要符合企业文化的形象。只有穿着得体，才能给人一种专业和可靠的感觉，从而获得更多的信任和机会。

其次，语言文明是职场礼仪的重要表现。在职场中，与同事、领导和客户的交流是必不可少的。而优秀的交流能力是职场成功的关键之一。在与他人交流时，应选择文明的用词，不使用粗鄙的俚语或恶语，要注意用语的准确性和恰当性。对于听到他人的意见和建议，应保持谦虚和包容的态度，不要觉得自己无所不知或早已融会贯通。此外，在职场需要处理的各种纠纷和矛盾中，保持冷静理性，不轻易发表激烈的言论，充分考虑对方的感受。只有用温和文明的语言与他人交流，才能建立良好的人际关系，促进工作的顺利开展。

再次，进退有度是职场礼仪的关键。在职场中，对待工作和事务，不能过于冲动和激烈，要学会控制自己的情绪。当遇到困难和矛盾时，要保持冷静的头脑，不要急于做出决策和行动。要学会换位思考，设身处地为他人着想，理智地解决问题，不偏执地坚持己见。此外，也要学会进退有度，不要在同事面前过于自信，如果有不当之处，应该及时改正，勇于承认错误。只有在进退有度的前提下，才能在职场中与他人协力合作，形成良好的工作氛围。

最后，注重细节是职场礼仪的细微之处。在职场中，细节往往可以显现一个人的综合素质和职业修养。所以，注重细节是非常重要的。在日常工作中，要保持办公区域的整洁和干净，不乱丢纸屑和废弃物。在文件的存放和整理上，要有一定的规范和秩序，以便日后使用和查找。此外，要注重个人形象的细节，比如指甲的修剪、发型的整洁和妆容的合理搭配等。只有在注重细节的基础上，才能全面提升自己的形象和修养。

总之，大学职场礼仪是大学生进入职场必须具备的素质之一。通过穿着得体、使用文明的语言、进退有度和注重细节等方面的努力，我们可以提升自己在职场中的形象和素质，从而更好地适应职场的需要。只有在礼仪之道上不断修炼，才能成为一名真正优秀的职场人。

**大学礼仪心得体会篇十一**

大学生活是一个新的起点，而其中一个重要的方面是学习与培养良好的社交礼仪。在这个多元化的时代，西餐礼仪越来越被重视。作为一名大学生，学习西餐礼仪对于提升个人形象和社交能力至关重要。在这篇文章中，我将分享我在大学学习西餐礼仪的心得体会。

首先，掌握基本的西餐礼仪技巧是非常重要的。学会正确使用刀、叉、匙以及服用时的正确姿势，不仅展示了一个礼貌的形象，还能让用餐过程更加愉快。除了这些基本的技巧外，了解一些专业术语也是非常有用的。例如，了解如何正确点餐和选择适合的饮品，这样在正式场合就能更得体地表达自己的需求。

第三段：注意用餐姿势和礼仪细节。

进一步地，注意用餐姿势和礼仪细节能够让我们在社交场合更加自信地展示自己。在西餐中，用餐姿势是非常重要的。保持正确的坐姿、用刀叉吃菜、品尝酒水，都需要我们在细节方面做到完美。此外，对于不同的菜肴，我们还需要掌握正确的吃法，比如使用正确的工具和吃法来处理螃蟹和牛排等食物。这些细节看似微小，但却是一个人修养和礼貌度的体现。

第四段：社交礼仪与他人交往。

西餐礼仪除了用餐技能，还包括了社交礼仪和与他人的交往。在西餐中，与其他人交流是我们无法回避的一部分。我们需要学会使用正确的言语和表情来与他人交流，尊重他人的意见以及给予适当的回应。此外，要懂得在用餐期间注意到他人的需求，并以礼貌方式提供帮助。所有这些社交礼仪的技巧是我们在大学期间努力培养的基本素质，它们会在我们毕业后给予我们更多的机会。

最后，学习西餐礼仪对于我们的职业生涯发展也有积极的影响。在现代社会，我们经常需要参加商务活动和正式的聚会。在这些场合，良好的西餐礼仪会给我们加分，并增加我们的职业竞争力。用餐时的适当举止和表现会让雇主和其他商务伙伴留下深刻的印象，从而为我们赢得更多机会。因此，通过学习西餐礼仪，我们不仅可以提升自己的形象，还能够有更多的机会在职业竞争中脱颖而出。

总结：

大学西餐礼仪的学习对于我们综合素质的提升和成长至关重要。掌握基本技巧和注意细节，学会与他人交流以及在职业场合中运用这些技能，都是学习西餐礼仪的不可或缺的部分。通过这些学习，我们可以展现出自己的优雅和自信，提升自己的社交和职业能力。因此，大学生活中，我们应该积极学习西餐礼仪，以提升自己的综合素质，在未来的职业生涯中获得更多的机会和成功。

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！