# 形体礼仪心得体会100字 形体礼仪课的心得体会(15篇)

来源：网络 作者：蓝色心情 更新时间：2025-03-20

*形体礼仪心得体会100字 形体礼仪课的心得体会一随着20xx年奥运会的成功举办和20xx年5月世博会顺利举行，媒体一次次把目光投注于礼仪小姐的选拔和培训上，让人们对形体礼仪有了更深层次的认识，并意识到形体礼仪美的可观性和实用性，形体礼仪文化...*

**形体礼仪心得体会100字 形体礼仪课的心得体会一**

随着20xx年奥运会的成功举办和20xx年5月世博会顺利举行，媒体一次次把目光投注于礼仪小姐的选拔和培训上，让人们对形体礼仪有了更深层次的认识，并意识到形体礼仪美的可观性和实用性，形体礼仪文化作为一门新生学科文化，受到众多高校学生及社会白领的关注和青睐。教育部对校园行为规范、礼仪文明方面也相当重视，并与时俱进对这方面给予建议和指导，由最早期对中小学生行为文明规范的制定上升到对艺术高校形体礼仪课程的倡导。

形体礼仪文化综合了舞蹈、音乐等多种文艺性元素，具有较强的实用性，可提高全民的礼仪文化素质，塑成良好的形体姿态。作为社会文化现象的新兴产物，它的形成和发展是与整个社会文化和国民素质的提高息息相关，是特定社会、人文环境背景下的产物。

形体礼仪训练是以身体练习为基本手段，匀称和谐地发展人体，塑造体型，培养正确优美的姿态和动作，增强体质，促进人体形态更加完美的一种体育运动。形体训练以塑造形体美为主。形体美的内容很广泛，它包括型美、姿态美和动作美。因此，形体训练也必须选择多种内容，运用多种方法。

形体训练可以让我们疲劳的身体得以伸展，每次作得伸展拉伸练习后，我都觉得自己长大了，而且科学表明充分拉伸身体可以使心脏向全身更有效的输送新鲜血液：还可以使我们的心\"聆听\"更动听的声音，每次听到瑜珈音乐我都会很开心很放松。这就是我上形体训练课两点最深的体会。

作为女性，我相信每个人都希望自己不仅能拥有较好的外表，而且向往更具有吸引人的魅力和优雅的气质。我认为形体训练课是可以帮我们实现这些基础课程入门的，也许达不到所希望向往的高度，但是它会灌注\"美\"的思想，实现对\"美\"的初体验。而这种最基本最原始的对\"美\"的体会在以后的追求产生重要的影响。

总之，学生学会基本的形体礼仪规范动作比较轻松，但是让学生养成一种审美感却非易事，教师应把握教学中的每一个环节，有目的、有计划的在形体礼仪教学中实施美育教育，寓美育于形体礼仪教学中，充分发挥其美育功能，不断提高学生的审美能力，最终达到审美教育的目的。在形体礼仪教学中，运用形体礼仪的美培养学生的综合素质，不仅可提高学生的审美能力，使学生获得美的享受，还可以提高他们的表现力、增强自信心以及对学习艺术专业的兴趣。加强教学质量，形体礼仪教学全方位的提高和培养学生的审美素质，有助于树立正确的审美观和提高艺术素养。

**形体礼仪心得体会100字 形体礼仪课的心得体会二**

转眼，一个学期已经过去了!而我也已经步入大学近四个月。这四个月之于我的人生而言是那么的重要，因为她向我昭示着“我自由啦”。

最先有体会的就是体育课选课。在高中，体育一直就是老师定好学什么我们就学啥。所以，我高中的体育分数一直就是全班最低的，可是进入大学后我们可以自己选自己喜欢的项目，而不是那又累又难的田径项目。于是我选择了形体礼仪，在我的心中，女孩子应当是淑女的，可是我觉得自己一点也达不到那种要求。高考之后，妈妈觉得我变成大姑娘啦!所以一直就想让我变得淑女一点，假期就想让我学形体礼仪。在我的印象中，形体礼仪就是一门可以让自己的身材变得凹凸有致，也让自己的身体姿态更优美。

而如今，经过这几个月对这门课程的学习，我对它的认识加深了一步。我发现形体礼仪是一门在生活中很有用的学问，它不仅可以提升自己的气质，而且有助于我们的人际交往，更能让我们在生活中有理有节的处理各种关系。

我们每堂课的内容包括三个方面，一是身体素质训练，它主要包括1000米长跑练习，踏板练习，哑铃练习等，它提高了我们的体能，让我们的身体更加的强健。二是身体基本姿态训练，它主要是训练我们的站姿、坐姿、走姿等，它纠正了我们的错误姿势，让我们的形体更加优美，更加有气质。通过对它的学习，我改正了以前的许多错误姿势，特别是写字时与桌子的距离，对保护我的实力也起到了很好的帮助作用。三是形体舞练习，它贯穿了整个学期的学习，是我们这堂课的重点内容，形体舞的练习可以增加我们身体的柔韧性，减少僵硬感。

这段时间的形体练习让我了解到要拥有好的令人舒服的气质不是一朝一夕可以达到的，它需要长久的坚持才能让那份气质渗透到骨子里，才能由内而外的散发出来而不是一时的做作。所以对身体基本姿态的训练需要我长久的坚持，这样我才能得到我所想要那份令人喜欢的气质。

同时，我也希望能从这堂课中学习到更多的与人交往的礼仪以及保持身体健康的方法。我们中华民族自来就是礼仪之邦，拥有着悠久的历史传统。通过在课程中对礼仪情景剧的编排，我搜集了各种资料，从中我了解到不仅是对陌生人要讲求礼仪，对待我们最亲密的人更应该注重礼仪。

在日常生活中，我们都认为我们作为有知识的大学生，是最讲究礼仪的。可是我们常常会发现，在公共场合，一些恋爱中的情侣老师做出一些让人很不方便也很尴尬的事情。所以在男女交往中我们应该注意与他人的关系，不能给他人带来不便。恋爱不仅仅只是两个人的事，爱情也不能脱离社会而存在，我们首先是社会的才是自己的。我们在男女交往中所应该注重的礼仪包括了与他人的关系方面。

除了我们所重点表演的内容之外还有另一发面我们仅仅只是一带而过的内容，那就男女生在恋爱过程中女生往往会习惯去撒娇。是的，在恋爱中女生不能太过于懂事和强势。太过理性会让你的男友绝得你不是很在乎他，依赖他，同时也给他一种你认为他不能给你安全感的错觉。而他过于强势会让他觉得自己没什么用，也给了太大的压力会把他吓跑。但是，撒娇太过也不行，那样就变成了无理取闹，会让本来就怕麻烦的男生更感觉烦躁。长此以往，男女之间的关系会越来越糟。所以，就算是自己最亲密的人也要讲究一些礼仪方面的问题。

形体礼仪这门课让我学会了并掌握很多的知识，不管是提升自己气质还是与人交往，这都让我受益一生。

**形体礼仪心得体会100字 形体礼仪课的心得体会三**

7月2日，我参加了公司举办的职业礼仪培训班，授课人为化工职业学院的李锦枫老师。李老师诙谐幽默的语言和深入浅出的讲解使我对职业礼仪有了更深的认识。

泱泱华夏，有着五千年的历史和文明，素称礼仪之邦。中国历来都非常重视礼仪教育，自周朝就出现了《周礼》、春秋时期伟大圣人孔子更是对礼仪的集大成者，进入封建社会后礼仪依旧非常重要，中央行政机构设有吏、户、礼、兵、刑、工六部，礼部就占其一。进入现代社会，在当今市场经济的条件下，经济飞速发展，商务往来变得越来越频繁，职场礼仪在企业的商务活动和对外交流中显得尤为重要，因此我们必须要掌握一定的职场礼仪。

所谓：“人无礼则不立，事无礼则不成”。在职场中，礼节、礼貌都是人际关系的“润滑剂”，能够非常有效地减少人与人之间的摩擦，如：与同事们和谐相处也是需要讲礼仪的，文雅、宽厚能使人加深友情，增加好感，与同事沟通必须注重言语礼仪，可以营造一个和睦、友好的人际环境。如果同事之间关系融洽和谐，每天上班就会感到心情愉快，有利于工作的顺利进行，从而促进事业的发展。职场礼仪在工作中最大限度的避免人际冲突，使人际交往成为一件非常愉快的事情。良好职场礼节能营造良好的交往氛围，为企业的合作奠定良好的基础;相反的话，可能会给企业造成不良的影响和带来巨大的损失，双方的业务很可能会毁在小小的职场礼仪细节之处。

那么，在工作中作为经理办公室人员应该在注意以下几方面的职场礼仪。

一是要掌握拨打电话、接听电话、代接电话和扣电话的技巧，使用礼貌用语，做好电话记录，并将来电信息及时反馈上级领导。

二是要搞好接待礼仪。要按公司要求着装，使用文明用语，待人热情，服务周到，学会正确地介绍自己和他人，做好迎送客人的礼节。

三是要做好会议礼仪。按照规定布置好会议场所，安排好参会人员及主席台领导的座次，做好会议的各项准备工作。

四是在工作中要时刻注意自己的言行举止，要做到尊重他人，只有先尊重对方，对方才会尊重你。“约束自己，尊重他人”才能使同事们更轻松愉快地工作。

职场礼仪是企业文化、企业精神的重要内容，是企业形象的主要体现。对齐城工贸公司来说，掌握一定的商务礼仪不仅可以提高企业形象，更能提高齐鲁公司和合作单位的满意度和美誉度，从而增加公司的经济效益和社会效益。因此，我们应该积极倡导大家从现在开始就要学习或熟悉职场商务礼仪，为齐城工贸的发展尽上一份力。

**形体礼仪心得体会100字 形体礼仪课的心得体会四**

7月11日的晚上，行支行邀请了我国著名礼仪专家、华中礼仪培训首席讲、我国知名银行服务礼仪专家xx老师为支行全体员工做了《银行优质服务礼仪》的培训。培训时间虽然非常紧张，但xx老师通过讲、看、演、练习的方式，将银行服务礼仪在行进行很好的灌输，让每位学员能够真正理解银行服务礼仪的内容，并且很好的运用在实际工作之中，使我们武汉农村商业银行的服务更上一层新的台阶。

这次礼仪培训使我深刻认识到，银行工作礼仪训练的重要性。生活里最重要的是以礼待人，有时侯礼的作用不可估量，从某种意义上讲，礼仪比智慧和学识都重要。随着社会的发展，商业银行也是越来越多，面临着日趋激烈的竞争，能否在竞争中保持优势地位，独树一帜，不断发展壮大，因素固然很多，其中，良好的品牌形象无疑会起到非常重要的作用。从某种意义上说，现代的金融市场竞争是一种形象竞争，银行树立良好的形象，因素很多，其中高素质的员工，高质量的服务，每一位员工的礼仪修养无疑会起着十分重要的作用。

银行是一个服务性行业。在服务中，只有把品牌效应和优良的服务结合起来，才能达到客户满意的效果。 优良的服务与人的举止行为有关，与银行员工服务质量的技能技巧有关，更与我们的礼仪修养有关。员工的礼仪修养不仅体现了一个行业自身素质的高低，而且反映了一个银行的整体水平和可信程度。 如果每一个工行人都能够做到接人待物知书达礼，着装得体，举止文明，彬彬有礼，谈吐高雅，就会赢得社会的信赖，理解，支持。反之，如果大家言语粗鲁，衣冠不整，举止失度，接人待物冷若冰霜或傲慢无礼，就会有损银行形象，就会失去客户，失去市场，在竞争中处于不利的地位。

随着日趋激烈的金融同业竞争，我们积极应对发挥已有的竞争优势，着力提高核心竞争力，提高服务质量，才能赢得市场商机，赢得可持续的质量效益型发展，进一步树立最富价值的现代商业银行的信誉形象。该行牢固树立“服务是立行之本”的服务理念，不断增强服务意识，转变服务观念，强化服务措施，从服务质量、服务手段、服务内容、服务态度、服务环境等方面入手，狠抓优质文明服务，提高优质文明服务的整体水平。认真落实“以人为本，服务至上，全面提升服务形象”的服务理念，以科学发展观为指导，从基础抓起、从细节抓起、从规范抓起，全面打造服务品牌，把“视客户如家人”作为全行员工的服务理念，让客户进入银行行有一种如家的感觉。

作为一家服务性金融企业，不仅要具有先进的设施，舒适的装潢，优雅的环境，更要拥有优质良好的服务，然而这些服务的前提是必须给客人留下良好的第一印象，我个人认为，好的第一印象是从初见客人的礼仪开始的。

应该说，我们每一位员工都懂得最基本的礼仪礼节，但在具体的接待服务工作中，不是我们淡忘了礼仪礼节，就是礼仪礼节做不到位，或者无法明显地表达出来。在这次培训中，老师讲授了：;学会着装庄重，举止得体，彰显职业品味;了解交际要点，提高交际能力，把握每一个机会，不错失优良客户;提升职业公信度，赢得客户的信赖，增加客户;用包容的心态去看待事物，通过塑造个人的职业形象，提升银行公众形象。总之，要设法使我们的礼仪礼节和良好的服务能够给客户留下美好的印象。

为了切实规范服务行为，我们必须按培训中所讲的服务礼仪要求，努力让自己的规范服务成为习惯，做到标准化、正规化，在为客户提供优质服务的同时，体现自身服务的价值，展示良好的个人修养，通过个人的专业形象与风度，加上周到的服务，提升客户感知的银行形象。

此次的《商业银行服务礼仪培训》，通过礼仪来提升银行柜面服务质量及银行柜面服务营销技巧，从而整体提升武汉农村商业银行的服务品牌，最终达到以效益为经营目标的经营理念。

**形体礼仪心得体会100字 形体礼仪课的心得体会五**

尊重别人就是尊重自己，而礼仪的核心就是尊重。掌握规范的社交礼仪，能有效创造出和谐融洽的气氛，建立、保持、改善人际关系。 我们知道，良好的礼仪的功用或目的只在使得那些与我们交谈的人感到安适与满足。如果我们要能做到通过恰如其分的普通的礼节与尊重，表明我们对他人的尊敬、重视与善意，这不仅是一种技巧更是一门艺术。

中国自古以来一直有“礼仪之邦”之美誉。荀子曰：“人无礼则不生，事无礼则不成，国无礼则不成。”所谓“礼”，是教人尊敬与关心他人，使之合乎情理。所谓“节”是教人在言谈举止上要恰到其分，使之合乎事理。可见，小到人与人的交往，大到国家间的交往，都必须遵守社交礼仪规范，否则便在细节上失礼失态。

通过一学期大学生社交礼仪课的学习，我对这门学科有了这样几点更深的认识和体会。第一，社交礼仪有利于大学生与他人建立良好的人际关系，形成和谐的心理氛围，促进大学生的身心健康。 任何社会的交际活动都离不开礼仪，人类越进步，时代越发展，人们也就越需要礼仪来规范社会生活。当代大学生随着年龄的增长和生活环境的变化，自主意识有了新的发展，如何为人处世，如何建立自己的交际圈，如何让自己更好的融入适应生活，不再是过去不识礼数，懵懂无知的青少年，社交礼仪便是一把成长学习的金钥匙。

第二，社交礼仪有利于促进大学生的社会化。 任何一个生活在某一礼仪习俗和规范环境中的人，都自觉或不自觉地受到该礼仪的约束，大学生是一个即将踏入社会的群体，如何获得社会的认可，得到社会的尊重，实现自身的价值，社交礼仪便起到了敲门砖的作用，它为一个人在生活中如何面对身边形形色色的人提供了最基本的方法，使大学生更好的锻炼成长自己。

第三，社交礼仪有利于对大学生进行思想道德教育和人文素质教育。首先，社交礼仪作为一种非法律性的社会规范，它在教我们礼仪规范的同时，帮助我们树立我们正确的人生观，世界观，价值观，提高了我们的思想道德修养。其次，社交礼仪对大学生进行人文知识教育，提高大学生的人文素质文化素质教育主要是指通过人文学科的教育去塑造和培养大学生的内在品格和修养，也就是塑造大学生具有高尚的精神境界和高品位的文化境界。社交礼仪作为一个与其他学科有着广泛交叉的学科，它作用于人的情感状态，影响和改变人的个性，最终教会我们如何成长为一个优秀人才。

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。一个知书不达礼，知识水准和道德水准严重不协调的大学生，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。因此，当代大学生学习社交礼仪的具有现实意义。

**形体礼仪心得体会100字 形体礼仪课的心得体会六**

社交礼仪的学习心得体会

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，大到国家领导人的见面会谈，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。由于自己是山东人，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……

**形体礼仪心得体会100字 形体礼仪课的心得体会七**

关于社交礼仪的心得体会

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.

**形体礼仪心得体会100字 形体礼仪课的心得体会八**

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，学习《魅力礼仪》课程有利于提高自己的礼仪素养;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。

经过这段时间的学习，《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。

**形体礼仪心得体会100字 形体礼仪课的心得体会九**

大学生学习社交礼仪心得体会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。

**形体礼仪心得体会100字 形体礼仪课的心得体会篇十**

前段时间，项目部组织30多名职工进行了礼仪培训。这次礼仪培训确实受益非浅，周思敏老师不仅传授了我们基本礼仪方面的知识，也学会了很多职场上的各种技巧和注意事项，更重要的使我们的心灵得到了提升和净化，使我们对未来的人生、工作、学习、生活有了新的认识和理解。通过对仪态仪容、举止、服饰、社交、会客、交谈等几个方面的礼仪知识的讲解，扩大和提升礼仪的实用价值，并很好地达到了对个人的职业塑造和对单位形象的促进作用。现浅谈一点自已的体会。

通过这次礼仪培训之后，我对礼仪、教养的认知得到了升华。这么多条规范礼仪当中，按照我个人的看法多数在我的身上都是适用的。其中有一些，比如礼仪中讲的：与别人交谈时，不要摇晃头、脚或腿，眼睛不要瞟来瞟去等等。结合实际来看，确实是的！在没有系统的学习礼仪之前，这些现象在我身上时常存在，这次系统的学习、规范之后，礼仪这个词就深深的印在了我的心里，再加上日常生活里的耳濡目染让我在现在的工作中，无论发生什么事情、面对什么难题，都能大方得体的处理。不经意间，礼仪已经成为了我面对人和事的一种本能反应。

我们从小就学“见到老是要问好”，别人说“谢谢”要回答“不用谢”，这就是礼仪。工作后，单位的一些“工作标准”“行为规范”，从某种意义上讲，也是一种对礼仪的要求，是一种更专业、更规范的礼仪。可以说，纵向上看，人的一生种种行为都和礼仪密不可分；横向上看，人几乎每天都在家庭、街道、学校或是工作单位里活动，而这些地方又都会有各自的礼仪要求和规范。

自小学起我们就接受着各种不同的礼貌教育，我们被要求学会问好，道歉及感恩等等，我们经常都在说礼貌用语十个字，然而事实是真正能够很准确地完整地说出来的人是很少的。在现实生活中，经常与人打交道，我们都要学会如何尊敬地称呼对方，能够在一定地场合恰当地应用好敬语，会给我们的生活和工作带来很多的好处，反之则可能给我们带来很多不便。

在请求别人帮忙时用恳请的语气和祈使句往往是会有很大结果的；在与人打交道时要懂得说对不起，傲慢只会把事情搞得更糟糕，退一步海阔天空。为别人服务时一定要做到真心实意、全心全意和充满善意。用心尽力地做到口到、眼到、身到和意到。与人交谈时要正视或者仰视对方，随时注意对方的需要，应用标准的国语普通话交谈，表情自然能够与对方互动，尽量保持着露出六颗牙齿的大方的笑容。

我们的言谈举止、我们的一举一动都影响着别人对自己整个人的评价，所以，我们需要加强自身的素质、修养；所以，我们需要学习礼仪规范。

**形体礼仪心得体会100字 形体礼仪课的心得体会篇十一**

银行窗口服务礼仪培训针对银行大堂经理、柜台人员、客户经理等介绍礼仪，同时结合银行人员应该必备的职业素养，心态等，把礼仪知识与素养心态结合起来介绍。

首先，服务是一门艺术，艺术很抽象，更难让人理解，要学好这门艺术，除了要对业务知识有熟悉的了解之外，还要以客户为中心，跟客户交流感情，设身处地为客户着想,保证客户满意。 通过为客户提供知识服务，超值服务和个性服务，不仅充实和丰富了工作内涵，更加巩固和提高了客户的忠诚度和满意度。当然，处事中我们要机智巧妙，从容自信，对自己自信,就是客户对你相信，做到超越平凡追求卓越。

服务要注重细节，细节方能彰显品质与品味，在人们对于生活品质日益追求完美的潮流趋势下，银行的服务工作更是要积极主动去迎合和创造这种氛围，要让顾客觉得，我们的一言一行,一举一动,都是很用心的在为他服务。

细节显示差异，细节决定成败,在高度竞争的时代里，银行之间的竞争往往就在于细节的差异，能够做到别处心裁而又迎合客户的需要就是我们的目的所在，我们要用心去服务，要善于观察客户，理解客户，对客户的言行要多揣摩，用真诚，真情，真心连接与客户沟通的桥梁，真情做好服务，真心让客户放心。要想客户之所想，及客户之所及。

注重自身仪容仪表，银行业是一个窗口行业，所以银行的所有工作人员都要对自己的仪容仪表按照有关的岗位规范，从严加以要求。

要将这些方面的具体细节问题提升到个人与银行的整体形象的高度来认真地加以对待，要将它们与自己爱岗敬业的工作态度联系在一起来予以关注。

服务热情周到耐心，银行业是一个服务行业，我们的宗旨就是服务客户，客户就是上帝。所以所有的银行工作人员一定要文明礼貌，热忱而主动地为客户服务。

与客户打交道时，在严格地执行本单位已经明文规定的文用语与服务忌语。对于客户所提出来的各种疑问，要认真聆听，而心解释，有问必答。为客户服务之时，态度必须主动、诚恳而热情。对待所有的客户，都要一视同仁。

摆正自身位置，真诚服务客人，银行工作人员要摆正自己的位置，要始终记住我们是为顾客服务的，在工作中难免会遇到与客户产生矛盾。在此种情况下，对客户的尊重、对工作的负责，都要一如既往。对于矛盾，要力求妥善解决。

得理之时，必须让人一步。失礼之时，必须主动致歉。受到客户的表扬要谦虚，受到客户的批评要虚心，受到委屈要容忍。在任何情况下，都要自觉作到与客户不争不吵，始终笑脸相对，保持个人风度。

**形体礼仪心得体会100字 形体礼仪课的心得体会篇十二**

为使我校的文明礼仪教育更深入、富有成效的开展，本学期，我们要在上学期学校文明礼仪教育的基础上继续深入地开展中华传统文明礼仪教育、现代文明礼仪教育，促进师生及家长礼仪规范的养成。

一、指导思想

通过师生“在校学习礼仪、走向社会实践礼仪、带动百万家庭传播礼仪”，来形成人人讲文明、重礼仪的良好氛围，从而全面提高我校礼仪培训工作水平，形成礼仪培训工作特色，促进学校和谐发展。

二、活动要求

(一)开展文明礼仪系列教育活动

各年级各班根据年级学生的特点，从学期、年度系统性目标出发，确定每月文明礼仪教育主题，并制定好年级文明礼仪教育活动要求，提出具体的礼仪教育措施。具体主题的确定，可参考“文明礼仪教育基本内容”。各班要把班级礼仪教育主题通过书面通知及时告知家长，让家长配合学校开展各类文明礼仪教育活动。通过各系列的主题式的文明礼仪教育活动，让学生知道现代社会生活中有哪些礼仪规范，应该怎样做，不应该怎样做，通过反复的实践，掌握交往技能。

(二)开展文明礼仪教育实践体验活动

各班要根据每月训练主题要设计各类实践体验活动，通过实践体验活动，培养学生的礼仪情感，激发学生对礼仪的认同感，不断强化礼仪的成就感，感受到礼仪的乐趣，从而自觉地实践礼仪，形成高尚的礼仪品质。

(1)各年级各班要充分利用各种节日，如周末开展“今天我当家”、“寻找我身边的礼仪细节”活动等等。本学期“十一”长假期间继续举行各类文明礼仪实践活动。

(2)积极开展“ 文明礼仪形象学生评比”活动。

三、具体措施

(一)进一步加强文明礼仪校园文化建设

1、各班要开辟班级文明礼仪展示台，要将班级开展的“文明礼仪标兵”的评比通过展示台予以展示;要将班级文明公约、各班礼仪之星展示出来。各年级要开辟年级礼仪教育阵地，将年级每月文明礼仪标兵通过礼仪教育阵地营造出浓厚的礼仪教育氛围。

2、教师要做到不在公共办公区吸烟、扎堆聊天、大声喧哗;在指定区域内停放车辆。个人办公区要保持办公桌位清洁，非办公用品不外露，桌面码放整齐。当有事离开自己的办公座位时，应将座椅推回办公桌内。下班离开办公室前，使用人应该关闭所用机器的电源，将台面的物品归位。

(二)注重多种教育的结合。

各班要把文明礼仪教育和学校其他德育工作有机结合，要发挥家庭教育的作用，把文明礼仪教育与家庭教育有机结合，各任课教师要把文明礼仪教育活动与学科教学活动有机结合，各班要把文明礼仪教育活动与学生的日常行为规范养成教育有机结合。通过各种教育，使学生养成文明的举止。

(三)重视礼仪教育的评价工作。

1、在开展文明礼仪教育的活动中，要求组织学生剖析自己，针对自己文明礼仪习惯中薄弱的地方，从班级每月文明礼仪主题提出两个文明习惯目标，月底及时进行总结对照。

2、在教师中开展“文明有礼教师”评选

四、保障措施

1、学校成立以校长为组长，副校长为副组长，其他校中层干部为成员的文明礼仪教育活动领导小组，加强对活动的组织与实施。

2、充分发挥校文明督导岗的监督作用，坚持文明礼仪日查日报制度，发现问题及时整改。

3、各班根据学校实施方案，结合班情，拟定出自己班级实施的具体方案，因需而搞，形式多样，凸现特色。要作好记录，每阶段有一份主题活动设计及活动后的感想。

4、加强师德建设，教师要学会“四个一”，即一张笑脸相迎、一句好话回应、一双眼神鼓励、一颗爱心相待。以身作则，做好学生的表率，起到带头和示范作用。

5、加大宣传力度，创造浓厚的舆论氛围。通过倡议书、广播站、宣传栏、班队活动、国旗下讲话等多种形式将主题宣传教育实践活动宣传到每一位教师，每一个学生，并争取家长的配合，形成教育合力。

6、文明礼仪教育要长抓不懈，寓礼仪教育于各项主题教育活动之中，寓礼仪教育于课堂教学之中，抓好养成。各年级、各班一定要强化学生礼仪训练，让文明礼仪成为学生的习惯。

**形体礼仪心得体会100字 形体礼仪课的心得体会篇十三**

服务礼仪心得体会

中国素来是礼仪之邦，国人秉着以礼相待的原则，接纳海内外的客人。尤其是在中国的职场上：商务宴会，商务谈判中公司年会中等等商务活动，就更能看出素来已有的中国式的礼仪。比如在商务介绍的时候我们会互递名片，在这个时候作为东道主的企业代表在递名片的时候要稍低于客人的以显示对客人的尊敬。其实中国的礼仪在日韩两国得到最好的发扬和表达。在日韩两国的职场上商务的礼仪要比中国的更加明显的，比如在日本企业当中有着很强的“年公序列”等级的制度，况且在他们的语言表达中对敬语和谦语的表达也是非常得细致的，也难怪日本人的压力比较大，一个曾经使用谦语的同事在得到升迁的时候会立马改用敬语了，对于别人的生存压力也就可想而知了。因此作为职场的人要格外多多学习商务礼仪。

学习商务礼仪的时候，我们可以重点从以下几个方面去学习：

首先，是学习在职场上相互介绍或者是介绍他人的礼仪。在互相介绍的时候要首先要注重主次顺序，同时在介绍别人的时候要先从级别高的人介绍依次往下，同时在介绍的时候使用的语气要尽量显示出自己的谦卑之态当我们在介绍完了的时候我们就要开始准备就座了或者开始洽谈，或者开始了商务宴会了，在这个之前，就座的礼仪也是我们必须要体会的，一方面就座的时候要让客人从左边开始按照级别的高低依次坐下这个时候，在客人坐下之后，主人再缓缓坐下表示对客人的尊敬，不过也有特殊情况，当人员中有左撇子的时候要让他在角落里面做下的，这样不会妨碍大家的就餐的。

其次，在商务的洽谈中我们也同样要注重商务的礼仪，比如在商务洽谈中与客人的谈判我们在坐姿上尽量坐得第一点，不要那么得威严和盛气凌人，同时在谈判中要尽量使用敬语“请、您、贵公司”等等都是非常注意的这样的话，客人才会觉得你对他的重视。

最后，在欢送客人的时候我们在欢送客人的路上要尽量走在离客人后侧方，不远不近的地方即为不离不弃。

从这些商务礼仪的细则中我们可以看出如下的几个商务礼仪的心得体会及其商务礼仪的原则：

第一，是要以尊重客人为主的原则，无论在任何场合我们都要始终坚持这条，始终让客人感觉的到你对他的尊敬和热情这是礼仪的最基本原则。

第二，要坚持平等人文的原则，虽然我们说要尊重客人但是不是盲目地抬高客人压低自己的身份，我们在尊敬客人的时候是有个底线，就是保持自己身份的一种高贵和大度，你的姿态就是高起点的那么你的公司也会和你一样受到别人的尊敬的。

第三，商务的礼仪要坚持，简洁高效快速原则，职场上时间就是生命，因此在职场上不必坚持那么多的繁文缛节，处处要以事实出发，坚持尊敬平等的原则就可以了。

在商务场合中或许还会有很多细节我们没有注意到，但是我相信只要我们坚持这样的礼仪原则，我们就一定能在商务场合中做到游刃有余，运用自如的!

**形体礼仪心得体会100字 形体礼仪课的心得体会篇十四**

礼仪是人类文明的标尺，人类需要礼仪，人类社会的发展进步离不开礼仪。礼仪是劳动者美好心灵的展现，是我们每个人的一门必修课程。

中华民族自古以来就是名重八方的 “礼仪之邦”。我们也充分了解到我们祖先在礼貌仪节上的许多讲究、规章和准则。随着时代的变迁，虽然许多古代礼仪礼俗已不复存在，然而一些新的，更为合理，更为完善，更为实用的礼仪形式不断产生。懂得一点礼仪的发展史，了解一点礼仪学理论，尽可能全面、系统、熟练地掌握现代礼仪的基础知识，是我们学习礼仪的目的和任务。

有礼走遍天下，无礼寸步难行。礼仪是工作和生活中必不可少的一门学科，也可以称为是一种技能。一个人的礼仪品行是由内而生的，如果只是一味的重视给人的感觉或在交往过程中硬套礼仪方式，而没有真正的内涵与内在的修养，那不过是自欺欺人，而且过程会很辛苦。所以修身当从修心而起，一个真正有内涵有修养的人在与人交往或行事中注意到礼仪必然是件容易的事。而修心最好最简单的办法就是读书，当然要有选择的读书。

俗话说“礼多人不怪”，只有懂礼节和重礼节，才可以为对方创造一个轻松、安全的环境，才可以拉近同他人的距离，才可以与他人进行放松、流畅、愉悦的交流，使所有事情朝着好的方向、简单的方向发展。

所谓公关礼仪，公关是塑造组织形象的艺术，礼仪是塑造个人形象的艺术，公关礼仪是一个统称。公关礼仪是一门学问、是一门交往中的艺术科学。通过观看金正昆教授的公关礼仪视频，理解了公关礼仪的含义、重要性及所包含的内容。公关礼仪可以分为以下个方面：

(1)形象、沟通、互动

我们在与人交往接触时，最初展现的就是自己的形象，不仅代表自己还代表我们背后的组织，可见形象的重要性。形象主要包括着装、言谈、举止、表情等，所以我们不仅要注重外形，更要注重自身内在的涵养。

(2)心态

在现代生活中，是不断与人交往和接触的过程，且随着社会的发展，人们在生活和工作中的压力也越来越大。所以只有良好的专业技能和较高的智力是不够的，还需要有非常重要的情绪控制调整的能力。在与人交往过程中要善待自己善待他人，笑面人生，开心每一天，做事懂得善于放弃，量力而行。

(3)不同场合下的礼仪

我们在工作中会参加各种不同的会议、见面会、宴会、舞会等，那么在不同的场合下礼仪也是不同的，但是宗旨是一样的。我们要根据具体的情况选择合适的着装、妆容、首饰等，采用不同的沟通方式和交流方式，在交流过程中要懂得互动、参与，同时要学会快速调整自己的心态，不让自己的情绪影响对方。

公关礼仪是人们在社会交往中的行为规范，是人类文明进步的表现，学习公关礼仪是适应现代环境，在现代社会生存的必备法则。经长时间公关礼仪学习，我受益匪浅，知道一个人的言行举止在生活和工作中是如此的重要，了解到一个人的言行举止中蕴含着如此多的东西。礼仪就是展示我们自己的一扇窗户，只有通过礼仪这扇窗户，才可以将我们个人的内涵和底蕴充分展示在他人面前。

公关礼仪是一门学问，观看视频只是入了公关礼仪的门。只有不断在实践中学习和应用，才可以领会公关礼仪的真正内涵，并熟练的应用到生活和工作中，从中不断获取惊喜。

**形体礼仪心得体会100字 形体礼仪课的心得体会篇十五**

随着社会的发展进步，文明程度的不断提高，以及与人交往的日益频繁，文明礼仪已成为现代社会中人们生活、商务等方面不可缺少的重要组成部分。因此，学习礼仪知识，运用礼仪规范，对提高我们自身综合素质具有重要的现实意义。

在学习过程中，我觉得我们在礼仪方面还存在许多不足，觉得学习文明礼仪非常必要，非常及时，对我深有感触，受益匪浅。

文明礼仪是我们中华民族的传统美德，我国素有“礼仪之邦”的美誉，自古以来，中华儿女一直将文明礼仪放在相当重要的位置。如今，随着改革开放和现代化建设步伐的不断加快，文明礼仪更显得尤为重要，它内容之多，范围之广，可谓包罗万象，无处不在。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。

通过这次对文明礼仪的学习，使我意识到，原来平时忽略的细小问题，其实带给对方的负面影响是十分大的，不要让别人觉得我们没文化，没水平，是一个没有目标，不懂文明礼貌的平凡人，而要在他们面前展示出我们高尚人的风格，让他们对我们刮目相看。在生活中我们也应该把“文明礼仪”这四个字铭记在心，我们不仅要把它记住，还要把它运用在实际生活中;我们不仅要自己学习运用，还要让你身边更多的人也学习运用。我们要团结一心，共同努力学习文明礼貌的高尚品德。

所以，我觉得我们在平时的工作中应真正地做到“注重细节、追求完美”，力求做好每一件事。当然，这不仅是单单要求我们文明礼仪方面，还包括工作水平方面，我们应在提倡文明礼仪的前提下认真学习和掌握各种工作技巧，当然，我作为一名大学生投身到农场的建设当中，更应该每时每刻，每事每处，每个环节都应该讲礼仪、用礼仪，把所学礼仪用得恰到好处，力求做好每件事。

如果我们整个社会、整个单位都是讲文明、讲道德的人，这将是我们共同的自豪。相信，如果我们每个人都能从我做起，从现在做起，树好自身形象，树好单位形象，那么，我们的生活将更加丰富多彩，我们的社会将更加温馨和谐。

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！