# 礼仪培训心得范文

来源：网络 作者：天地有情 更新时间：2024-01-14

*当我们积累了新的体会时，往往会写一篇心得体会，这样可以不断更新自己的想法。怎样写好心得体会呢?以下是小编帮大家整理的礼仪培训心得范文5篇，欢迎大家分享。礼仪培训心得范文1培训，是学习的另一种表现方式，是提高个人素质的\'最直接有效的手段。近日...*

当我们积累了新的体会时，往往会写一篇心得体会，这样可以不断更新自己的想法。怎样写好心得体会呢?以下是小编帮大家整理的礼仪培训心得范文5篇，欢迎大家分享。

**礼仪培训心得范文1**

培训，是学习的另一种表现方式，是提高个人素质的\'最直接有效的手段。近日，汇展中央、君丽花园的客服部在公司的安排下开展了一次关于服务礼仪方面的实际操作培训。本次培训从基本的商务礼仪、吧台以及板房接待的岗位职责开始讲解，从讲授理论知识到现场实操，使大家真正认识到服务礼仪在日常工作中的重要性和必要性。我从中收获到最能影响我的有以下两点：

一、细节

细节是个人素质的真实体现，它是一种习惯，是一种积累。良好的习惯一旦形成，将会成为我们一生受用的宝贵财富，因为我相信行为决定习惯，习惯决定性格，性格决定命运。正所谓：大礼不辞小让，细节决定成败。在工作中养成一些良好的习惯，以习惯完善细节。

二、微笑

微笑在服务行业中起着不可忽视的作用，也可以说微笑是服务的灵魂，它可以让自身散发出的友好、融洽、和谐、尊重、自信的气息感染身边每一个人，从我们发自内心的微笑中，人们会感受到一种自身的优越，会感到自己获得尊重，这为成功的服务打下良好的基础。

培训实际操作

此外，您好、请、谢谢、对不起、再见这几个在服务行业中最重要最常用的金十字也让我印象深刻。所谓：人无礼则不立，事无礼则不成，在工作中，礼节、礼貌就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。不论是在服务工作中，或是日常生活中，多使用这些礼貌用语，可增强双方的好感，营造出一个和睦、友好的人际环境，那么人与人之间的相处及做事也就更加的得心应手。通过此次培训，参训的同事纷纷表示受益匪浅，并会将所学的理论知识、实际操作运用生活中，以最佳的状态服务好每一位业主。

**礼仪培训心得范文2**

在正式场合，服装礼仪是基本功，对于经常与人接触、商务洽谈的工作尤其重要。即使你的工作对着装没有强制要求，基本的服装礼仪也体现了自身素质和涵养。

1、工作时要穿工作服，不要太随意，工作服可以提高我们的企业形象和个人气质。要注意领子和袖口上的洁净，注意保持工装的整体挺括。穿工装时要注意检查扣子是否齐全，有无松动，有无线头，污点等等。

2、鞋子是工作服的一部分，在工作等正规场所要穿西装，穿皮鞋，一定要保持皮鞋的干净光亮。不要穿白色线袜，或露出鞋帮的有破洞的袜子。男职员的袜子颜色应跟鞋子的颜色和谐，通常以黑色最为普遍。女职员应穿与肤色相近的丝袜。

3、要佩戴好工作证，穿工作服要佩戴工作证，无论是哪一个具体部门的员工，均应把工作证端正的佩戴在左胸上方。

4、西装着装要讲究

A、要配套和得体
在正式场合，一般要求穿套装，色彩最好选用深色，给人稳重老成的印象。西服的;领子应紧贴衬衣领并低于衬衣1-2厘米。西装不宜过长或过短，一般以刚刚盖
住臀部为宜，不要露出臀部。西装的袖子不宜过肥，一般袖口处最多到手腕的1厘米。胸围为穿一件羊毛衫感到松紧合适为宜，以保持挺括潇洒的风格。按照传统习
惯，女西装配西装裙时，西装需做的稍短些，以充分体现女性的腰部、臀部的曲线美;如果是配裤子，则可以将上衣做的稍微长些。西装配裙子或裤子，无论是那种
形式，一般都应是同一面料的。穿西装裙时，不宜穿花袜子，袜口不要漏在裤子或裙子外面。

B、要穿好衬衣衬衣领要硬扎、挺括、干净。衬衣一般以白色为宜，白色衬衣显得稳重。衬衣的衣领一定要高于西装后领1-2厘米
。衬衣的下摆要塞在裤子里，衬衣的袖口略长于西装袖口1-2厘米，应扣上袖口纽扣。衬衣里面的内衣要单薄，不宜把领圈何袖口露在外面。

C、应注意纽扣的扣法一般站立时扣上西装的纽扣，坐下时要解开。西装扣子如果是两个，扣纽扣时只需扣上边一个(如果三个扣则只需扣中间的一个)。穿双排扣西装时，应把纽扣都扣上。

D、要注意整体协调
无论什么场合，穿西装都不宜穿喇叭裤，不宜穿毛袜。穿西装必须穿皮鞋，不能穿布鞋、旅游鞋、凉鞋或运动鞋，袜子应以深色为宜。西装上衣外面的口袋原则上不
应装东西，钱包、名片盒等最好放在上衣内侧口袋，上衣外面左胸袋可插一条颜色调和的手帕，不要乱别徽章，装饰以少为宜。

E、要注意领带的选择和佩戴
领带是西装的重要装饰品，西装与衬衣、领带的搭配十分讲究。领带与衬衫的配色规律是：黑色西装+银灰色、蓝色或黑红色条纹对比色调的领带+浅色或白色衬衣
灰色西装+砖红色、绿色、黄色领带+白色衬衣为佳 乳白色西装+最好选择红色为主，略带黑色或砖红色、黄褐色的领带+灰色衬衣
墨绿色西装+银灰色、浅黄色、红百相间的领带+银灰色或白色衬衣 暗蓝色西装+蓝色深玫瑰色、褐色、橙黄色领带+白色或浅蓝色衬衣
领带的长度一般要到腰部，如果未穿西装背心，领带要长到腰带上沿附近。如果要用领带夹，他的正确位置是在6颗扣衬衣从上朝下数第四颗扣的地方。领带夹不能
太上，特别是不能有意的暴露在他人视野之内。

5、注意事项穿西装必须打领带，袖口和裤脚不能卷起，衬衣的下摆塞入裤内。穿西装必须穿皮鞋，袜子应该以深色为宜。无论男装还是女装，都应该坚持“内衣不外露”的原则。参加各种活动，进入之内场所时，应该摘帽，脱掉大衣风衣。在室内不要戴黑色眼睛，在室外隆重仪式或迎送等礼节性场合，也不要戴黑
色眼睛;在与别人握手、说话时一般也需要将眼睛摘下，离别时再戴上。

**礼仪培训心得范文3**

这学期第一次接触了“酒店礼仪与形体训练”这门课程，但由于在泉州迎宾馆这边酒店人员流动的原因，我们一直缺酒店礼仪的任课老师，所以实际上只上了形体训练部分。还记得刚知道有这门课程时，心理想的是“酒店礼仪与形体训练”应该就是教我们一些如何保持微笑、端正坐姿、站姿、走姿的，后来开始上课了，刚开始是讲理论知识的。原以为这门课程就这么无聊了，没想到后来老师竟然带我们到体育运动中心去实地上课，而且不只是老师对着一些健身器材一一给我们讲解其用途及锻炼的功效，还让我们实际操作，切身体会，足足过了一把健身瘾。像这样的上课条件，我想在校园里面应该是无法实现的。

这门课程上课的时间虽然不多，但给我的感觉也是有所收获的。这一年在这边边上班边上课，虽然也有休息时间，但即使休息了也只是补充下睡眠而已，很少自己去锻炼身体。这点形体训练课刚好是一个补充，可以让我们疲劳的身体得以伸展。每次进体育运动中心，我都觉得自己浑身的神经、细胞都有动起来的欲望了，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。每次和大家一起在愉快、轻松的氛围中上课我都会很开心、很放松。这就是我上形体训练课最深的体会。

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、健康的理念，实现对\"美\"的初体验。而这种最基本最原始的对\"美\"的体会，对健康的珍惜，对我们以后的追求都会产生重要的影响。

对于这门功课，给我最深的印象就是休闲，娱乐，放松。当然，在这种放松过程中，我们也掌握了这门课程的一些技巧。初学这门课时，会觉得有点无趣，心理总是想“哎，又是无聊的一堂课了。”因为讲的都是一些抽象的理论知识，课也比较枯燥，不过后来老师体会到大家的想法，就改为实地教学了。之后上课前是这样想的“哈哈，又可以去享受一种别样的情趣啦!”对于上形体课的心情就发生了很大的变化。刚开始感觉这有点像我们在学校上体育课，但在学校上体育课是室外的，夏天的时候就要在太阳底下晒，而且运动设备也没那么好，所以在这边的机会对我们来说是一个很好的体验。对于自己心情的改观，我想也是因为对形体的进一步了解改变的。

这门课程与我们学的其它课程不一样，其它的这是一种枯燥的理论知识，根本没有实现的可能，也只有大脑在运转。而形体，给我们更多的是脑力与体力上的结合。不光是用身体做各种动作，还要用五官去感觉，用眼睛用脑想，用耳朵感受??它给我们带来的是真正意义上的劳逸结合，让我们全身各个部位都激活，都动起来。我想每周一节的形体课实在是有必要的，

但后来因为老师没时间的问题，就都不能上课，感觉真的很可惜。

**礼仪培训心得范文4**

比尔盖茨曾说过，企业竞争是员工素质的竞争，进而是企业形象的竞争，员工的素质高低对企业的发展是至关重要的。为了提高员工个人的道德修养，塑造员工的职业形象，提升企业的公众形象，服务中心在20\_年1月25日组织服务中心班长助理以上的人员学习了见面礼仪和电话礼仪，整个培训现场内容丰富、和谐活泼、注重实践，各位同事互动交流，更加深入的体会到了见面礼仪和电话礼仪的细节，并给大家取得了良好的效果。在这次培训中确实学习到了很多东西，以前对礼仪这个概念很模糊，感觉无非就是懂礼貌，经过这次培训，颇有豁然开朗的感觉，不曾想过原来礼仪会有那么多的讲究，不过想来也是，中国本来就是一个礼仪大国，发展至今，礼仪已经蕴涵了中国数千年的文化积淀，可算是中国的一种传统文化了，要想真正学精用精，还是得靠实践。不经过培训还真不知道礼仪在工作生活那么重要。

孔子曰：不学礼，无以立。在中国五千年文明发展中，礼仪文化扮演了重要的角色，在今天，生活、工作、事业等都离不开交际，而成功的交际离不开礼仪。良好的礼仪可以赢得陌生人的友善，赢得朋友的关心，赢得同事的尊重。良好的礼仪不仅是个人形象的社会体现，还关系到企业形象。尤其是我们的工作是为小区住户、业主提供服务的，个人的素质修养，直接关系到住户的满意度，关系到公司的利益。它看似虚无，其实包含在我们没一人的工作生活中，尤其的待人接物的服务细节中。希望通过这次培训，把所学的知识真正融入到我的工作和生活中，善学习而努力学习，实现自我和完善自我。对待业主、住户，既要坚持公司的原则，维护公司利益，同时也要从住户、业主的角度出发，为住户着想，灵活处理一些无关原则的小事、琐事，尽可能的为业主、住户提供更细致周到的服务，同时跟业主、住户处理好关系，为公司带来效益。

礼仪不仅仅是礼节，它还是源自我们内心的真诚，当我们真正关心别人，真正善待别人，在意他人的尊严，那就是对别人最好的尊重，通过本次培训，从见面、握手、微笑、打电话、接电话等一系列在日常生活的礼仪交往中，经常碰到的细节问题中，感受到了见面礼仪、电话礼仪的真谛和自身在工作中的欠缺。这次学习之后，我会更加注重“我代表公司，代表服务中心形象”的意识观念，从一言一行，每一个微小的细节做起，展示我们服务中心的最好的一面。

**礼仪培训心得范文5**

“中国有礼仪之大故称夏，有服章之美谓之华”，可见，古人是以服饰华采之美为华;以疆界广阔与文化繁荣、文明道德兴盛为夏。当提起动姐，大多数人都会把她们同温文尔雅、端庄秀雅、美丽大方、善解人意、亲和可人等美丽的词汇联系在一起。

“一个人永远没有第二次给别人第一印象的机会”，因为，第一印象虽然是常见的社会现象的表现。现代化的高度文明其实是展现在社会层面之中，一个人的衣食住行是离不开周围的社会影响的，而社会环境因素同样也会反作用于一个人的内心世界，这些都是有紧密关联性的。还包括个人的语言、表情、肢体、着转、动作，尤其是职业女性，更离不开我们的生活与工作。

万法惟心造，诸相由心生，一个人的印象都是由55%的着装、38%的外表、7%的语言所形成的。正如三分靠长相，七分靠打扮，无论你是家庭主妇还是职业女性，自信都来源于个人的端庄、典雅、勤劳。

于老师说微笑服务永远，因为微笑是最美丽的妆容。我们的生活离不开微笑，尤其是职业女性，笑容会感染身边的旅客，完成一段美好的旅程。俗话说笑对人生吗?微笑会让自己与周围的人特别舒适与亲切，微笑不管何时何地都有魔力，它会使任何困难迎刃而解，它会使你一切顺心如意，如果你遭受到失败或是挫折或是困难，只要你对着镜子微笑，你就会发觉生活是多姿多彩的。世界上最伟大的推销员乔~吉拉德曾说，“当你微笑时，整个世界都在笑。一脸苦相没有人愿意理睬你。”从今天起，直到你生命最后一刻，就用心笑吧!

好的笑容需要更好的心态来衬托，一个人的心态决定情绪的管理，影响整体的感知度与尊重度。其实人人都想心态好，可是生活天天跟我们开玩笑，我们能做的只有全然接受、积极创造、换个角度思考，世界别有一番风味……好心态造就好的仪态。

在课堂上于老师的教导我体会到，人的仪表美包括容貌美、形体美和在前二者基础上通过束装打份而取得的修饰美。容貌美是人的面容、肤色和五官长相的美，它是仪表美中最显露的部分，因而占有重要地位。形体美是人的整体形态的美，是仪表美的基础，所谓“堂堂仪表”，实质上就是指美的形体。修饰美对于强化容貌、形体美具有不容忽视的作用，因而是构成仪表美的重要组成部分。

人的仪态都是从肢体语言、动作所表达出来的，比如站姿、坐姿、蹲姿以及手势、语言等等。我们要谦恭礼让，谦恭礼让就是在人际交往中有谦虚的态度、尊重别人、对人恭敬、懂得礼貌、谦恭礼让是中国人的传统美德。谦恭礼让能与别人友好相处，也能赢得别人的尊重、友谊和帮助，已是一个动姐所应当具备的基本条件。“孔融让梨”的故事大家都听说过，四岁的孔融把大梨让给哥哥和弟弟吃，而自己却吃小的，这正说明虽然年幼但礼仪却不短缺。

在短短的时间里，于老师用她通俗易懂的方式，让我理解了如果失去了今天，不算失败，因为明天会再来。如果你失去了金钱，你不算失败，因为人生的价值不在钱袋。如果你失去了文明，你是彻彻底底的失败，因为你已经失去了做人的真谛。

style=\"color:#FF0000\">礼仪培训心得范文

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！