# 2024年礼仪的总结方案 礼仪的总结和感悟(17篇)

来源：网络 作者：月落乌啼 更新时间：2024-06-08

*体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么我们写心得感悟要注意的内容有什么呢？下面是小编帮大家整理的心得感悟范文大全，供大家借鉴参考，希望可以帮助到有需要的朋友，我们一起来了解一下吧。礼仪...*

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么我们写心得感悟要注意的内容有什么呢？下面是小编帮大家整理的心得感悟范文大全，供大家借鉴参考，希望可以帮助到有需要的朋友，我们一起来了解一下吧。

**礼仪的总结方案 礼仪的总结和感悟篇一**

我班有学生53人，不少同学都存在着这样那样的问题，比如他们有的行为有些散漫，有些听不进老师的教诲，不遵守课堂纪律，个人卫生搞不好等等，在礼仪上他们不是很注重。在这次的创建过程中，学生的改变让我有了以下的感想。

一、加强宣传，坚持教育

文明是人与人之间进行友好交流的窗口，只有我们每个人自觉提高文明意识，规范自己的行为，使之形成良好的习惯，社会才会发展，人们的生活才会愉悦。为此，宣传文明礼仪知识，加强文明建设尤为重要。在利用班会时间多次组织学生学习了“全国青少年文明礼仪教育读本”，在认真研读，互相交流的基础上，我们又组织学生进行了读后感的撰写，虽然有的只有短短的只言片语，但是从这些发自学生内心的文字中，我看到了学生对“文明”的向往。，我加紧了“文明”的宣传，将“文明”细节化，如：教室卫生、放学秩序、礼貌用语等等。采取“互帮互助”的方法，让每个学生都有所提高。并在期末评选出四名文明生。在校园中良好的文明礼仪风气的形成过程中，榜样的作用是不可忽视的。

二、开展活动，促良好习惯养成。

开展丰富多彩的活动，既可以陶冶学生的情操，又可以激发学生的竞争意识，为此我校组织了学生参与“满天星”征文比赛等一系列活动，我班学生参加征文比赛，两名获得了三等奖。另外，在校运动会上获得了年段二等奖，全校总分第四的好成绩。活动中我们老师和学生积极性都很高，不但活动取得了很好的效果，而且此活动还得到了很好的延续，促进了同学们的自觉行为意识，使校园文明意识大大提升。

三、形成制度，人人作主。

我班级开展班级量化考核制度，分值周班长与值日班长，并将每生的日常行为进行量化考核，形成每日一小计、每周一反馈、每月一统计的量化管理。由班级每位学生都能参与班级管理，实现在管理班级中也学会了自我教育的目的。

文明最重要的是体现在自己的行动上。为了使学生真正记住自己所学习的文明礼仪知识，落实到自己的行动中，结合学校开展的一系列活动，我在班级倡议：校园是我家，环境靠大家。让每位学生都知道保护校园环境的重要性，并且鼓励学生将这样的感受付诸于行动。在公车上，要让座给老、弱、病、残、孕;在亲戚朋友家要注重自己的言行仪表;在公共场合要遵守公共秩序等等。

**礼仪的总结方案 礼仪的总结和感悟篇二**

中国素以“文明古国，礼仪之邦”着称于世，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。然而，无论是在日常生活还是在职场的礼节上，我总是觉得在这方面缺少了些什么。

实践求真知，通过20xx年12月31日领导组织项目部全体人员参加了这次职场礼仪培训，虽然是光盘播放，但是大家都认真的观看，我也感触颇深，原来在平时的工作中我有很多地方都做得不到位。

那么，什么是礼仪呢?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。”

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。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。

职场交往是讲究规则的，即所谓的无规矩不成方圆。比如自己的办公桌，即是办公地点，就不能放太多的私人物品，文件归档是否及时归档，办公区的卫生情况，个人着装，这些都代表你的个人和公司的形象，给人第一印象，能够给人以美感。因此，不过是这些礼仪，还有生活中的其他细节都应留意，也要学会设身处地的为他人着想。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3声内接起，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，面带微笑，声量适中表达清楚，简明扼要，文明礼貌，挂电话时要确定挂好电话后再与其他人说话，在身边应经常准备好笔和纸，及时记录。

当开会时手机需静音，重要电话不得不接时，要先向在座各位道歉，然后只听不讲，最好在30秒内结束通话。更要注意的就是不要在会上频发短信，转笔，补妆，跷二郎腿，晃悠，这都是对发言者和其他会上同事的不尊重的行为。打电话时不要吃东西，与领导同乘电梯，是要落落大方，面带微笑，不要拘谨，这可是可遇不可求的机会呀。

同事之间沟通，上下级之间的沟通，一定要会说话，说好话，用语言、文字、肢体、眼神、心灵上的沟通。态度要真诚，公私要分明，不要用手指人，背后不要议论别人，金钱往来要谨慎，私下里面不要抱怨等等。其实我们对礼仪的认知面还有待加强。所以，我们要趁闲暇时间应多多来加强礼仪这方面的学习，因为我们代表的不仅仅是个人，而是以整个集团公司的形象面对外界，并且还要做到学以致用。

可以说，礼仪是一张人际交往的名片。文明礼仪可以帮助我们“规范言谈举止，学会待人接物，塑造良好形象，赢得社会尊重。”所以说：知礼懂礼，注重文明礼仪，是每个立足社会的基本前提之一，是人们成就事业，获得美好人生的重要条件。而精通礼仪的目的就在于运用，将我们所学的点滴运用到今后的工作之中，再不断地学习，一步一步完善自己，争取尽力为我们的客户提供最优质的服务，个人与集体共同成长。

**礼仪的总结方案 礼仪的总结和感悟篇三**

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。

前些日子，在县委倡导的“学礼仪、讲文明、树新风”系列活动中，本人通过听了金正昆教授的礼仪讲座，并观看了相关的礼仪录象，觉得我们在礼仪方面还存在许多不足，觉得县委组织的学礼仪活动非常必要，非常及时，对我深有感触，受益非浅。

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。因此，在平时工作与生活中，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。

文明礼仪培训学习心得文明礼仪培训学习心得 在这次文明礼仪学习后，我们恍然大悟，原来在平时的工作中我们有很多地方都做得不到位，从小小的鞠躬礼到文明用语，似乎我们都有太多的忽略，比如在平时工作中鞠躬礼不标准、文明用语声音太孝面部无表情等常见问题我们好象都没有多加注意。

通过这次文明礼仪学习，使我们意识到原来平时忽略的这些小问题其实带给车方的负面影响是十分大的，试想当车辆驶到我们收费窗口，看见一个精神不振、吐词不清、面无表情的收费员时会是什么的感觉，相信他们也不会有愉快的心情，甚至会产生厌恶感。而我们公司的服务宗旨是什么呢?—“享受高速，感受真诚”，可我们的服务态度却带给车方的是一种疲倦、无奈的感觉，这不是违背了我们的服务宗旨吗?如果我们自己是车方，谁又愿意见到这样一位收费人员呢?

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，还包括业务水平方面，我们应在提供文明服务的前提下认真学习和掌握各种文件，真正为车方营造一种良好的收费氛围，让他们真正地感受到我们的真诚!

当然，我作为一名乡镇机关干部，一名公务员，在每时每刻，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，“注重细节，追求完美”，力求做好每件事。

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。

**礼仪的总结方案 礼仪的总结和感悟篇四**

圆形餐桌一直是中国人用餐时的首选。因为可以坐更多人，而且大家可以面对面坐，一家之主的身份并不像西方长形餐桌上很清楚地通过他的座位而辨认。客人应该等候主人邀请才可坐下。主人需要注意不可让客人坐在靠近上菜的座位。此为一大忌。

要等到所有人到齐后方可开始进餐--即使有人迟到也是需要等的。一旦大家就位，主人家便可以做开场白了。进餐期间，主人必须承担一个主动积极的角色--敦促客人尽情吃喝是完全合理的。

一张典型中式餐桌看上去相当空。每张座位前可见放在盘上的一只碗，右面是一组筷子与汤匙，分别放在各自的座上。在正式场合上，会出现餐巾，主要放在膝上。

在正式宴席上，菜式的吃法很像放映的幻灯片，每一次一道菜。米饭一般不会与菜式同上，不过可以选择同吃。由于菜式各有特色，应该个别品尝，而且一次只从碗中吃一种，不是混合品尝。不可用盘子吃，只能用碗。骨头和壳类放在骨盘中。堆放的盘子如果骨头过多，必须及时用干净的盘子替换。

除了汤之外，席上一切食物都用筷子。也有可能会提供刀叉，但身为中国人，最好用筷子。筷子是进餐的工具，因此千万不可玩弄筷子--把它们当鼓槌是非常失礼的做法，更不可以用筷子向人指指点点或打手势示意。当然，绝对不可吸吮筷子或把筷子插在米饭中，这是大忌--这正好像葬礼上的香烛，被认为是不吉利的。再有，不可用筷子在一碟菜里不停翻动，应该先用眼睛看准你想取的食物。当你用筷子去取一块食物时，尽量避免碰到其他食物。可能的话，用旁边的公筷和汤匙。吃完饭或取完食物后，将筷子放回筷子座上。

一席中式餐饮如果没有茶便称不上正式了。为此，有关茶的问题，应该注意几件关键的事，先由最长者至最年青者，最后为自己斟。当人家为你斟茶时，礼节上应该用手指轻敲桌子，这样做是对斟茶者表示感谢和敬意。斟茶的顺序很讲究，先长后幼，先女后男。

中国人向来“以食为先”，饮食除了是满足人的基本需求，亦是秉承传统习俗，聚首饭桌前大快朵颐。设宴的原因可以是庆贺，也可以是哀痛。每逢农历新年、结婚、中国节日如中秋节等，中国人便会一家老少聚首饭桌前共贺佳节;但另方面，若有人离世，丧家会在葬礼完成后设“解慰酒”，宴请出席葬礼的亲戚朋友，向他们表示谢意，可见中国人十分重视聚首饭桌前分享喜乐与悲哀。

**礼仪的总结方案 礼仪的总结和感悟篇五**

有主有宾的宴饮，是一种社会活动。为使这种社会活动有秩序有条理的进行，达到预定的目的，必须有一定的礼仪规范来指导和约束。每个民族在长期的实践中都有自己的一套规范化的饮食礼仪，作为每个社会成员的行为准则。

维吾尔族待客，请客人坐在上席，摆上馕、糕点、冰糖，夏日还要加上水果，给客人先斟上茶水或奶茶。吃抓饭前，要提一壶水为客人净手。共盘抓饭，不能将已抓起的饭粒再放回盘中。饭毕，待主人收拾好食具后，客人才可离席。蒙古族认为马奶酒是圣洁的饮料，用它款待贵客。宴客时很讲究仪节，吃手抓羊肉，要将羊琵琶骨带肉配四条长肋献给客人。招待客人最隆重的是全羊宴，将全羊各部位一起入锅煮熟，开宴时将羊肉块盛入大盘，尾巴朝外。主人请客人切羊荐骨，或由长者动刀，宾主同餐。

作为汉族传统的古代宴饮礼仪，一般的程序是，主人折柬相邀，到期迎客于门外;客至，至致问候，延入客厅小坐，敬以茶点;导客入席，以左为上，是为首席。席中座次，以左为首座，相对者为二座，首座之下为三座，二座之下为四座。客人坐定，由主人敬酒让菜，客人以礼相谢。宴毕，导客入客厅小坐，上茶，直至辞别。席间斟酒上菜，也有一定的规程。现代的标准规程是：斟酒由宾客右侧进行，先主宾，后主人;先女宾，后男宾。酒斟八分，不得过满。上菜先冷后热，热菜应从主宾对面席位的左侧上;上单份菜或配菜席点和小吃先宾后主;上全鸡、金鸭、全鱼等整形菜，不能把头尾朝向正主位。

在古代正式的延宴中，座次的排定及宴饮仪礼是非常认真的，有时显得相当严肃，有的朝代皇帝还曾下诏整肃，不容许随便行事。宋真宗曾下诏批评朝中筵宴仪容下端的现象，事见《宋史·礼志十六》的记述：

景德二年(1020----年)九月，诏曰：朝会陈仪，衣冠就列，将以训上下、彰文物，宜慎等威，用符纪律。况屡颁于条令，宜自顾于典刑。稍历岁时，渐成懈慢。特申明制，以儆具僚。自今宴会，宜令御史台预定位次，各令端肃，不得喧哗。违者，殿上委大夫、中丞，朵殿委知杂御史、侍御史，廊下委左右巡使，察视弹奏;同职殿直以上赴起居、入殿庭行私礼者，委閤门弹奏;其军员，令殿前侍卫司各差都校一人提辖，但亏失礼容，即送所属勘断讫奏。……

朝中筵宴，预宴者动辄成百上千，免不了会生出一些混乱，所以组织和管理显得非常重要。史籍上有关这方面的记载并不太多，我们可以由《明会典》上读到相关的文字，可以想象古代的一般情形。“诸宴通例”说：

(筵宴)先期，礼部行各衙门，开与宴官员职名，画位次进呈，仍悬长安门示众。宴之日，纠仪御史四人，二人立于殿东西，二人立于丹墀左右。锦衣卫、鸿胪寺、礼科亦各委官纠举。

凡午门外饮赐筵宴，嘉靖二十五年(1546年)题准光禄寺，将与宴官员各照衙门官品，开写职衔姓名，贴注席上。务于候朝外所整齐班行，俟叩头毕，候大臣就坐，方许以次照名就席，不得预先入坐及越次失仪。……又题准光禄寺掌贴注与宴职名，鸿胪寺专掌序列贴注班次。每遇筵宴，先期三日，光禄寺行鸿胪寺，查取与宴官班次贴注。若贴注不明，品物不备，责在光禄寺;若班次或混，礼度有乖，责在鸿胪寺。

**礼仪的总结方案 礼仪的总结和感悟篇六**

文明是人与人之间进行友好交流的窗口，只有我们每个人自觉提高文明意识，规范自己的行为，使之形成良好的习惯，社会才会发展，人们的生活才会愉悦。利用班会时间组织学生学习文明礼仪，在认真学习，互相交流的基础上，我看到了学生对“文明”的向往。采取“互帮互助”的方法，让每个学生都有所提高。在校园中良好的文明礼仪风气的形成过程中，榜样的作用是不可忽视的。 文明最重要的是体现在自己的行动上。为了使学生真正记住自己所学习的文明礼仪知识，落实到自己的行动中，让每位学生都知道保护校园环境的重要性，并且鼓励学生将这样的感受付诸于行动。在公车上，要让座给老、弱、病、残、孕;在亲戚朋友家要注重自己的言行仪表;在公共场合要遵守公共秩序等等。

一、积极动员，全班参与

本次“文明礼仪在校园”班会活动中，全班上下都很重视，我在课堂上专门作了动员，提出了教育活动的目的、方法、内容以及具体要求。同学们表现出了较高的积极性，大家认为：我们中华民族素有“礼仪之邦、文明古国”的美誉，当前我们的祖国正积极建设文明国家、构建和谐社会，继承和发扬中华民族优良的传统，是每一位同学的责任。

二、组织认真，内容丰富

“文明礼仪在校园”主题教育活动期间，我班开展了一系列内容丰富的实践活动。

1、引导同学们发挥主动性，自己动手收集文明礼仪教育活动资料。涌现了一批文明礼仪学习宣传积极分子，如王玥瑶，贺伟栋，王天琪等，他们利用家里的电脑上网搜索并打印了不少相关的文明礼仪资料，在活动时上讲台读出来，供全班同学学习。

2、开展了“文明礼仪在校园”主题教育班会。全班同学在课堂上集体学习了有关文明礼仪的知识。对照文明礼仪的要求，同学们明确了努力方向。

3、加强了教育活动的宣传。我班在黑板上设计了“文明礼仪”宣传板报。营造了良好的宣传氛围。

三、从严要求，积极实践

同学们不光将教育活动停留在学习上，而是积极将文明礼仪的要求体现到我们平时的言行中。从我们的走路、着装、语言、路队以及课堂秩序等等方面，都有意识地按文明礼仪的要求做，进一步规范了同学们的文明言行，逐步使同学们的言行举止自然得体，落落大方，又文明、又规范。使我班的风气有了进一步提高

充分肯定成绩的同时，我们也看到，乱扔杂物、粗言野语、乱摘花草等现象仍时有发生。文明礼仪行为的养成需要一个长期的过程。希望我班以这次文明礼仪活动为契机，进一步增强讲究文明礼貌的思想意识，并不断把文明礼仪意识转化为日常学习和生活中的自觉行动，形成人人讲文明话、做文明事、当文明人的良好风尚，让文明礼仪之花香飘校园。

**礼仪的总结方案 礼仪的总结和感悟篇七**

餐桌礼仪顾名思义就是指在吃饭用餐时在餐桌上的礼仪常识，餐桌礼仪在中国人的完整生活秩序中占有一个非常重要的地位，在餐桌上是最能观察出一个人是否有涵养，尤其是一群人围坐一起吃饭时，很多细节都是少不了要注意到的，不然就会给人留下一个“没有修养”的坏影响。为此，掌握某些中式餐饮规则的知识便显得特别重要了，无论你是在家，亦或外出做客，都必须掌握一些规则。我们从几个方面来了解：

一、在家时

1、吃饭前，要帮父母、长辈做放置碗筷，搬放凳子等一些力所能及的事情。

2、入座的礼仪，吃饭时让长辈先入座。要等父母长辈先开始吃，才拿起碗筷吃饭。

3、吃饭时，不狼吞虎咽，不无故讲话，口内有食物，应避免说话。

4、不随意走动，不要将脚踩在椅子上或别人的椅子上，菜渣残骨不要乱扔。

5、不要对着餐桌咳嗽打喷嚏。打喷嚏时要转身，或用餐巾纸捂住嘴。

6、若长辈给自己添饭夹菜，要说谢谢。若比父母、长辈先吃完饭，要请父母、长辈“慢吃”。

7、吃饭后，要帮助父母收洗碗筷、抹餐桌凳等。

二、外出做客时

1、在等待上菜的时候，不能因为无聊而敲桌子、敲餐具，这是很不礼貌的行为。

2、夹菜的时候，不能用筷子在菜里面翻来挑去，或者夹到一半，发现时自己不爱吃的，又重新放回到盘子里。如果想吃的菜很远，应该等转到自己面前或者请边上的人帮忙夹到你碗里。

3、吃饭的时候要把碗端起来，但是胳膊不要撑得太开，挤到边上的人。

4、夹菜或盛汤的时候应该把碗凑上去接住，不能让菜汁或汤水洒得到处都是。动作不要太大，当心溅到旁边的人。

5、不要“霸”着某几样爱吃的菜不放，让别人都没法吃了。不要狼吞虎咽，也不要发出“吧嗒”的声音，应该闭着嘴，细细品，不仅吃相文雅，也有助于消化。

三、学校：

1.在老师的指导下有秩序地进入餐厅。

2.坐指定的座位上，两脚自然并拢，双腿自然平放，坐姿自然，背直立。

3.安静、文明进餐。

4.饭、菜、汤要吃净;不要偏食、挑食。

5.碗、碟轻拿轻放，摆放整齐。

**礼仪的总结方案 礼仪的总结和感悟篇八**

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。

**礼仪的总结方案 礼仪的总结和感悟篇九**

一.几种常见的用餐方式

我们主要介绍宴会、家宴、便餐、工作餐(包括自助餐)等具体形式下的礼仪规范。

1.宴会，通常指的是以用餐为形式的社交聚会。可以分为正式宴会和非正式宴会两种类型。正式宴会，是一种隆重而正规的宴请。它往往是为宴请专人而精心安排的，在比较高档的饭店，或是其他特定的地点举行的，讲究排场、气氛的大型聚餐活动。对于到场人数、穿着打扮、席位排列、菜肴数目、音乐演奏、宾主致词等，往往都有十分严谨的要求和讲究。非正式宴会，也称为便宴，也适用于正式的人际交往，但多见于日常交往。它的形式从简，偏重于人际交往，而不注重规模、档次。一般来说，它只安排相关人员参加，不邀请配偶，对穿着打扮、席位排列、菜肴数目往往不作过高要求，而且也不安排音乐演奏和宾主致词。

2.家宴，也就是在家里举行的宴会。相对于正式宴会而言，家宴最重要的是要制造亲切、友好、自然的气氛，使赴宴的宾主双方轻松、自然、随意，彼此增进交流，加深了解，促进信任。

通常，家宴在礼仪上往往不作特殊要求。为了使来宾感受到主人的重视和友好，基本上要由女主人亲自下厨烹饪，男主人充当服务员;或男主人下厨，女主人充当服务员，来共同招待客人，使客人产生宾至如归的感觉。

如果要参加宴会，那么你就需要注意，首先必须把自己打扮得整齐大方，这是对别人也是对自己的尊重。

还要按主人邀请的时间准时赴宴。除酒会外，一般宴会都请客人提前半小时到达。如因故在宴会开始前几分钟到达，不算失礼。但迟到就显得对主人不够尊敬，非常失礼了。

当走进主人家或宴会厅时，应首先跟主人打招呼。同时。对其他客人，不管认不认识，都要微笑点头示意或握手问好;对长者要主动起立，让座问安;对女宾举止庄重，彬彬有礼。

入席时，自己的座位应听从主人或招待人员的安排，因为有的宴会主人早就安排好了。如果座位没定，应注意正对门口的座位是上座，背对门的座位是下座。应让身份高者、年长者以及女士先入座，自己再找适当的座位坐下。

入座后坐姿端正，脚踏在本人座位下，不要任意伸直或两腿不停摇晃，手肘不得靠桌沿，或将手放在邻座椅背上。入座后，不要旁若无人，也不要眼睛直盯盘中菜肴，显出迫不及待的样子。可以和同席客人简单交谈。

用餐时应该正装，不要脱外衣，更不要中途脱外衣。一般是主人示意开始后再进行。就餐的动作要文雅，夹菜动作要轻。而且要把菜先放到自己的小盘里，然后再用筷子夹起放进嘴。送食物进嘴时，要小口进食，两肘向外靠，不要向两边张开，以免碰到邻座。不要在吃饭喝饮料、喝汤发出声响。用餐时，如要用摆在同桌其他客人面前的调味品，先向别人打个招呼再拿;如果太远，要客气地请人代劳。如在用餐时非得需要剔牙，要用左手或手帕遮掩，右手用牙签轻轻剔牙。

喝酒的时候，一味地给别人劝酒、灌酒，吆五喝六，特别是给不胜酒力的人劝酒、灌酒，都是失礼的表现。

如果宴会没有结束，但你已用好餐，不要随意离席，要等主人和主宾餐毕先起身离席，其他客人才能依次离席。

3.便餐，也就是家常便饭。用便餐的地点往往不同，礼仪讲究也最少。只要用餐者讲究公德，注意卫生、环境和秩序，在其他方面就不用介意过多。

4.工作餐，是在商务交往中具有业务关系的合作伙伴，为进行接触、保持联系、交换信息或洽谈生意而用用餐的形式进行的商务聚会。它不同于正式的工作餐、正式宴会和亲友们的会餐。它重在一种氛围，意在以餐会友，创造出有利于进一步进行接触的轻松、愉快、和睦、融洽的氛围。是借用餐的形式继续进行的商务活动，把餐桌充当会议桌或谈判桌。工作餐一般规模较小，通常在中午举行，主人不用发正式请柬，客人不用提前向主人正式进行答复，时间、地点可以临时选择。出于卫生方面的考虑，最好采取分餐制或公筷制的方式。

在用工作餐的时候，还会继续商务上的交谈。但这时候需要注意的是，这种情况下不要像在会议室一样，进行录音、录像，或是安排专人进行记录。非有必要进行记录的时候，应先获得对方首肯。千万不要随意自行其事，好像对对方不信任似的。发现对方对此表示不满的时候，更不可以坚持这么做。

工作餐是主客双方“商务洽谈餐”，所以不适合有主题之外的人加入。如果正好遇到熟人，可以打个招呼，或是将其与同桌的人互作一下简略的介绍。但不要擅作主张，将朋友留下。万一有不识相的人“赖着”不走，可以委婉地下逐客令“您很忙，我就不再占用您宝贵时间了”或是“我们明天再联系。我会主动打电话给您”。

5.自助餐。是近年来借鉴西方的现代用餐方式。它不排席位，也不安排统一的菜单，是把能提供的全部主食、菜肴、酒水陈列在一起，根据用餐者的个人爱好，自己选择、加工、享用。

采取这种方式，可以节省费用，而且礼仪讲究不多，宾主都方便;用餐的时候每个人都可以悉听尊便。在举行大型活动，招待为数众多的来宾时，这样安排用餐，也是最明智的选择。

二.慎重选择时间、地点

中餐特别是中餐宴会具体时间的安排，根据人们的用餐习惯，依照用餐时间的不同，分为早餐、午餐、晚餐三种。确定正式宴请的具体时间，主要要遵从民俗惯例。而且主人不仅要从自己的客观能力出发，更要讲究主随客便，要优先考虑被邀请者，特别是主宾的实际情况，不要对这一点不闻不问。如果可能，应该先和主宾协商一下，力求两厢方便。至少，也要尽可能提供几种时间上的选择，以显示自己的诚意，并要对具体长度进行必要的控制。

另外，在社交聚餐的时候，用餐地点的选择也非常重要。

首先要环境优雅，宴请不仅仅是为了“吃东西”，也要“吃文化”。要是用餐地点档次过低，环境不好，即使菜肴再有特色，也会使宴请大打折扣。在可能的情况下，一定要争取选择清静、优雅的地点用餐。

其次是卫生条件良好，在确定社交聚餐的地点，一定要看卫生状况怎么样。如果用餐地点太脏、太乱，不仅卫生问题让人担心，而且还会破坏用餐者的食欲。

还要充分考虑到，聚餐者来去交通是不是方便，有没有公共交通线路通过，有没有停车场，是不是要为聚餐者预备交通工具等一系列的具体问题，以及该地点设施是否完备。

三.怎样安排“双满意”菜单

根据我们的饮食习惯，与其说是“请吃饭”，还不如说成“请吃菜”。所以对菜单的安排马虎不得。它主要涉及到点菜和准备菜单两方面的问题。

点菜时，不仅要吃饱、吃好，而且必须量力而行。如果为了讲排场、装门面，而在点菜时大点、特点，甚至乱点一通，不仅对自己没好处，而且还会招人笑话。这时，一定要心中有数，力求做到不超支，不乱花，不铺张浪费。可以点套餐或包桌。这样费用固定，菜肴的档次和数量相对固定，省事。也可以根据“个人预算”，在用餐时现场临时点菜。这样不但自由度较大，而且可以兼顾个人的财力和口味。

被请者在点菜时，一是告诉作东者，自己没有特殊要求，请随便点，这实际上正是对方欢迎的。或是认真点上一个不太贵、又不是大家忌口的菜，再请别人点。别人点的菜，无论如何都不要挑三拣四。

一顿标准的中餐大菜，不管什么风味，上菜的次序都相同。通常，首先是冷盘，接下来是热炒，随后是主菜，然后上点心和汤，最后上果盘。如果上咸点心的话，讲究上咸汤;如果上甜点心的话，就要上甜汤。不管是不是吃大菜，了解中餐标准的上菜次序，不仅有助于在点菜时巧作搭配，而且还可以避免因为不懂而出洋相、闹笑话。

在宴请前，主人需要事先对菜单进行再三斟酌。在准备菜单的时候，主人要着重考虑哪些菜可以选用、哪些菜不能用。

优先考虑的菜肴有四类：

第一类，有中餐特色的菜肴。宴请外宾的时候，这一条更要重视。像炸春卷、煮元宵、蒸饺子、狮子头、宫爆鸡丁等，并不是佳肴美味，但因为具有鲜明的中国特色，所以受到很多外国人的推崇。

第二类，有本地特色的菜肴。比如西安的羊肉泡馍，湖南的毛家红烧肉，上海的红烧狮子头，北京的涮羊肉，在那里宴请外地客人时，上这些特色菜，恐怕要比千篇一律的生猛海鲜更受好评。

第三类，本餐馆的特色菜。很多餐馆都有自己的特色菜。上一份本餐馆的特色菜，能说明主人的细心和对被请者的尊重。

第四类，主人的拿手菜。举办家宴时，主人一定要当众露上一手，多做几个自己拿手菜。其实，所谓的拿手菜不一定十全十美。只要主人亲自动手，单凭这一条，足以让对方感觉到你的尊重和友好。

在安排菜单时，还必须考虑来宾的饮食禁忌，特别是要对主宾的饮食禁忌高度重视。这些饮食方面的禁忌主要有四条：

宗教的饮食禁忌，一点也不能疏忽大意。例如，穆斯林通常不吃猪肉，并且不喝酒。国内的佛教徒不吃荤腥食品，它不仅指的是不吃肉食，而且包括葱、蒜、韭菜、芥末等气味刺鼻的食物。

出于健康的原因，对于某些食品，也有所禁忌。比如，心脏病、脑血管、脉硬化、高血压和中风后遗症的人，不适合吃狗肉，肝炎病人忌吃羊肉和甲鱼，胃肠炎、胃溃汤等消化系统疾病的人也不合适吃甲鱼，高血压、高胆固醇患者，要少喝鸡汤等。

不同地区，人们的饮食偏好往往不同。对于这一点，在安排菜单时要兼顾。比如，湖南省份的人普遍喜欢吃辛辣食物，少吃甜食。英美国家的人通常不吃宠物、稀有动物、动物内脏、动物的头部和脚爪。

有些职业，出于某种原因，在餐饮方面往往也有各自不同的特殊禁忌。例如，国家公务员在执行公务时不准吃请，在公务宴请时不准大吃大喝，不准超过国家规定的标准用餐，不准喝烈性酒。再如，驾驶员工作期间不得喝酒。要是忽略了这一点，还有可能使对方犯错误。

在隆重而正式的宴会上，主人选定的菜单也可以在精心书写后，每人一份，用餐者不但餐前心中有数，而且餐后也可以留作纪念。

四.席位的排列

中餐的席位排列，关系到来宾的身份和主人给予对方的礼遇，所以是一项重要的内容。

中餐席位的排列，在不同情况下，有一定的差异。可以分为桌次排列和位次排列两方面。

1.桌次排列

在中餐宴请活动中，往往采用圆桌布置菜肴、酒水。排列圆桌的尊卑次序，有两种情况。

第一种情况，是由两桌组成的小型宴请。这种情况，又可以分为两桌横排和两桌竖排的形式。

当两桌横排时，桌次是以右为尊，以左为卑。这里所说的右和左，是由面对正门的位置来确定的。

当两桌竖排时，桌次讲究以远为上，以近为下。这里所讲的远近，是以距离正门的远近而言。

第二种情况，是由三桌或三桌以上的桌数所组成的宴请。在安排多桌宴请的桌次时，除了要注意“面门定位”、“以右为尊”、“以远为上”等规则外，还应兼顾其他各桌距离主桌的远近。通常，距离主桌越近，桌次越高;距离主桌越远、桌次越低。

在安排桌次时，所用餐桌的大小、形状要基本一致。除主桌可以略大外，其他餐桌都不要过大或过小。

为了确保在宴请时赴宴者及时、准确地找到自己所在的桌次，可以在请柬上注明对方所在的桌次、在宴会厅入口悬挂宴会桌次排列、安排引位员引导来宾按桌就坐，或者在每张餐桌上摆放桌次牌(用阿拉伯数字书写)。

2.位次排列

宴请时，每张餐桌上的具体位次也有主次尊卑的分别。排列位次的基本方法有四条，它们往往会同时发挥作用。

方法一，是主人大都应面对正门而坐，并在主桌就坐。

方法二，是举行多桌宴请时，每桌都要有一位主桌主人的代表在座。位置一般和主桌主人同向，有时也可以面向主桌主人。

方法三，是各桌位次的尊卑，应根据距离该桌主人的远近而定，以近为上，以远为下。

方法四，是各桌距离该桌主人相同的位次，讲究以右为尊，即以该桌主人面向为准，右为尊，左为卑。

另外，每张餐桌上所安排的用餐人数应限在10人以内，最好是双数。比如，六人、八人、十人。人数如果过多，不仅不容易照顾，而且也可能坐不下。

根据上面四个位次的排列方法，圆桌位次的具体排列可以分为两种具体情况。它们都是和主位有关。

第一种情况：每桌一个主位的排列方法。特点是每桌只有一名主人，主宾在右首就坐，每桌只有一个谈话中心。

第二种情况：每桌两个主位的排列方法。特点是主人夫妇在同一桌就坐，以男主人为第一主人，女主人为第二主人，主宾和主宾夫人分别在男女主人右侧就坐。每桌从而客观上形成了两个谈话中心。

如果主宾身份高于主人，为表示尊重，也可以安排在主人位子上坐，而请主人坐在主宾的位子上。

为了便于来宾准确无误地在自己位次上就坐，除招待人员和主人要及时加以引导指示外，应在每位来宾所属座次正前方的桌面上，事先放置醒目的个人姓名座位卡。举行涉外宴请时，座位卡应以中、英文两种文字书写。我国的惯例是，中文在上，英文在下。必要时，座位卡的两面都书写用餐者的姓名。

排列便餐的席位时，如果需要进行桌次的排列，可以参照宴请时桌次的排列进行。位次的排列，可以遵循四个则。

一是右高左低原则

两人一同并排就坐，通常以右为上座，以左为下座。这是因为中餐上菜时多以顺时针方向为上菜方向，居右坐的因此要比居左坐的优先受到照顾。

二是中座为尊原则

三人一同就坐用餐，坐在中间的人在位次上高于两侧的人。

三是面门为上原则

用餐的时候，按照礼仪惯例，面对正门者是上座，背对正门者是下座。

四是特殊原则

高档餐厅里，室内外往往有优美的景致或高雅的演出，供用餐者欣赏。这时候，观赏角度最好的座位是上座。在某些中低档餐馆用餐时，通常以靠墙的位置为上座，靠过道的位置为下座。

五.中餐餐具的使用注意事项

和西餐相比较，中餐的一大特色就是就餐餐具有所不同。我们主要介绍一下平时经常出现问题的餐具的使用。

1.筷子

筷子是中餐最主要的餐具。使用筷子，通常必须成双使用。用筷子取菜、用餐的时候，要注意下面几个“小”问题：

一是不论筷子上是否残留着食物，都不要去舔。用舔过的筷子去夹菜，是不是有点倒人胃口?

二是和人交谈时，要暂时放下筷子，不能一边说话，一边像指挥棒似地舞着筷子。

三是不要把筷子竖插放在食物上面。因为这种插法，只在祭奠死者的时候才用。

四是严格筷子的职能。筷子只是用来夹取食物的。用来剔牙、挠痒或是用来夹取食物之外的东西都是失礼的。

2.勺子

它的主要作用是舀取菜肴、食物。有时，用筷子取食时，也可以用勺子来辅助。尽量不要单用勺子去取菜。用勺子取食物时，不要过满，免得溢出来弄脏餐桌或自己的衣服。在舀取食物后，可以在原处“暂停”片刻，汤汁不会再往下流时，再移回来享用。

暂时不用勺子时，应放在自己的碟子上，不要把它直接放在餐桌上，或是让它在食物中“立正”。用勺子取食物后，要立即食用或放在自己碟子里，不要再把它倒回原处。而如果取用的食物太烫，不可用勺子舀来舀去，也不要用嘴对着吹，可以先放到自己的碗里等凉了再吃。不要把勺子塞到嘴里，或者反复吮吸、舔食。

3.盘子

稍小点的盘子就是碟子，主要用来盛放食物，在使用方面和碗略同。盘子在餐桌上一般要保持原位，而且不要堆放在一起。

需要着重介绍的，是一种用途比较特殊的被称为食碟的盘子。食碟的主要作用，是用来暂放从公用的菜盘里取来享用的菜肴的。用食碟时，一次不要取放过多的菜肴，看起来既繁乱不堪，又像是饿鬼投胎。不要把多种菜肴堆放在一起，弄不好它们会相互“窜味”，不好看，也不好吃。不吃的残渣、骨、刺不要吐在地上、桌上，而应轻轻取放在食碟前端，放的时候不能直接从嘴里吐在食碟上，要用筷子夹放到碟子旁边。如果食碟放满了，可以让服务员换。

4.水杯，主要用来盛放清水、汽水、果汁、可乐等软饮料时使用。不要用它来盛酒，也不要倒扣水杯。另外，喝进嘴里的东西不能再吐回水杯。

5.中餐用餐前，比较讲究的话，会为每位用餐者上一块湿毛巾。它只能用来擦手。擦手后，应该放回盘子里，由服务员拿走。有时候，在正式宴会结束前，会再上一块湿毛巾。和前者不同的是，它只能用来擦嘴，却不能擦脸、抹汗。

6.牙签。尽量不要当众剔牙。非剔不行时，用另一只手掩住口部，剔出来的东西，不要当众观赏或再次入口，也不要随手乱弹，随口乱吐。剔牙后，不要长时间叼着牙签，更不要用来扎取食物。

六.用餐的得体表现

任何国家的餐饮，都有自己的传统习惯和寓意，中餐也不例外。比方说，过年少不了鱼，表示“年年有余”;和渔家、海员吃鱼的时候，忌讳把鱼翻身，因为那有“翻船”的意思。

用餐的时候，不要吃得摇头摆脑，宽衣解带，满脸油汗，汁汤横流，响声大作。不但失态欠雅，而且还会败坏别人的食欲。可以劝别人多用一些，或是品尝某道菜肴，但不要不由分说，擅自作主，主动为别人夹菜、添饭。不说这样做是不是卫生，而且还会让人勉为其难。

取菜的时候，不要左顾右盼，翻来覆去，在公用的菜盘内挑挑拣拣。要是夹起来又放回去，就显得缺乏教养。多人一桌用餐，取菜要注意相互礼让，依次而行，取用适量。不要好吃多吃，争来抢去，而不考虑别人用过没有。够不到的菜，可以请人帮助，不要起身甚至离座去取。

用餐期间，不要敲敲打打，比比划划。还要自觉做到不吸烟。用餐时，如果需要有清嗓子、擤鼻涕、吐痰等举动，尽早去洗手间解决。

用餐的时候，不要当众修饰。比如，不要梳理头发，化妆补妆，宽衣解带，脱袜脱鞋等。如必要可以去化妆间或洗手间。用餐的时候不要离开座位，四处走动。如果有事要离开，也要先和旁边的人打个招呼，可以说声“失陪了”、“我有事先行一步”等。

家庭就餐，心情愉快。

一日三餐，吃植物油较多。

吃饭用筷子。手脑并用。

日常生活中，喜爱喝绿茶。

以各类杂粮为主。

一日三餐，常吃些豆类食品。

日常生活中，喜吃些新鲜的瓜果。

常用姜、葱、蒜、辣椒、胡椒等佐料，具有杀菌消脂的作用。

每天吃新鲜的蔬菜。

日常生活中，很少吃罐头及腌腊制品。

**礼仪的总结方案 礼仪的总结和感悟篇十**

相信大多数妈妈都遇到过这种情形--在餐厅里，邻桌的孩子不停打闹、上窜下跳、互相追逐;小孩把盘子碗敲得叮当乱响，挑拣食物或把食物当做玩具;席间一同就餐的孩子不断打断大人谈话，大声尖叫、娇纵顽劣…每当这种时候，作为旁观者或是心里想，如果是我的孩子，一定要胖揍一顿!

但孩子在餐桌上没样儿，并非抽他两个嘴巴，然后告诉他一堆条条框框就可以解决的。多观察就会发现，那些可以安安静静、举止得体的小孩，都是在平日里就受到过良好的言传身教，有愉悦的生活环境，并时刻被成人礼貌对待着的孩子。反之，没有被好好尊重过的小孩是不会理解这些抽象词汇中的含义的。

“礼法并不是为了看着漂亮，礼法的真意是理解生命中的一些本质。”日本知名平面设计师山口信博如是说。就像我们了解，残酷是生命的真相，因而我们懂得了珍惜那些被我们剥夺生命而得来的食物。在西方的餐桌上，饭前会为上天赐予的食物祈祷，在东方，亦以不可掉落饭粒和剩余食物成为重要的用餐礼节;自私是人的本性，克制自己为他人着想则成为重要的礼仪。谦恭、隐忍、注重礼节——不打搅别人，让他人感到愉悦是其中的本质。

对于幼童，在一餐一饭的日常生活中培养的礼仪，并不仅仅是这些规矩本身，而是通过这些细小的行为方式，告诉他们一种与人、与世界相处的模式，并通过这些获得自信和他人的尊重。英女王皇室家庭总管ale--andramesservy女士这样诠释礼仪——拥有好的礼仪的全部目的，是为了建立自信。因为它可以使其他人感到舒服、自然。

同样，对于孩子的教育和培养，也并非一个粗鲁的命令和强加式过程，而是在尊重他们，为他们着想的基础上，让他们从懵懂的模仿，到能体会出其中的美好的真谛。

这么说听起来有点白痴，谁不知道用餐是为了愉快呢?但事实往往本末倒置，在我们过多专注于严格练孩子用餐礼仪、培养用餐好习惯时，常常忘了让他们首先感受到，吃饭是一个享受愉悦的过程——这才是我们的出发点。那些懂得享受用餐乐趣的孩子总能在举手投足间恰到好处，而缺乏用餐礼仪的小孩更多时候甚至不知道他们为何会出现在餐桌前，为何总在这种时候被父母教训?更不知道他们究竟该用什么样的态度去对待食物或周围环境?

李安导演曾说过拍电影有几条定律，不要碰小孩、不要碰动物，不要碰水。确实，这些都是最难掌控的部分，但电影可以避开小孩，可作为生活的导演，我们必须面对我们的孩子。在这部戏的脚本中，就要从心底认同，教会孩子餐桌礼仪的目的，不是在外出吃饭时做给别人看，也不是在家里拿着游标卡尺盯住孩子在餐桌上的一言一行就够了。餐桌礼仪不是桎梏，不是让孩子戴着脚镣舞蹈，而是灰姑娘的水晶鞋，把孩子最天真美好的部分连同他们古灵精怪的热情一起安放其中，用最自然最舒服的方式展现出他们闪闪发亮的一面。

1. 教养首先要讲道理

一次吃饭时，一个孩子不断大声地打断我们的对话，对她的妈妈以及其他人大叫——吃饭的时候不可以说话!场面尴尬。作为父母，是粗鲁地呵斥，大人说话小孩不要搭茬儿，还是含糊地说，大人可以说话小孩不可以?这似乎都不合理。难道不是他的老师或父母曾经这样要求他吗?是否有必要先给他解释清楚，吃饭的时候为什么不能说话?是的，吃饭的时候为什么不能说话呢?

难道吃饭的时候不正是大家交谈最好的时机吗?这条规矩的形成也许起因于希望孩子尽快专心吃完食物，并且不要被饭粒呛到，但这并不合乎生活常理。日本小说家、评论家宫本百合子在她的著作《新教养》中提到，教养要合乎道理，这是非常重要的事。烦琐而不得要领的教养，是最差的。因而，吃饭不能说话这条规矩应该稍作修改——嘴里含着食物的时候，请不要说话。

教养首先要讲道理。实际上，无论是拿筷子的方式，还是左叉右刀从外而内的餐具摆放顺序，都是符合人体工学的。千百年来形成的礼法，一定会是最方便、最有效率的章法。无论中西，上菜的顺序、品尝美味的讲究，又都内含着对人味觉的深入研究。我们为什么要告诉孩子，先品尝清淡的前菜，味重的荤菜要在海鲜之后，而甜品压轴?因为这样才能享受到味觉丰富的层次。又为什么拿酒杯的时候只能捏住杯脚?专喝勃艮第酒的酒杯杯口窄，而喝波尔多酒的酒杯杯口宽?这里面关于化学和生理学的道理可以等他们长大点后慢慢讲解。但你要做的是，教给孩子之前，自己要深谙其中的道理，即使像不能抖腿斜眼、筷子不能插在米饭上、不能敲盘子敲碗这些要求，虽然尽可以大喝一声，少废话，这就是老祖宗留下的规矩!但其实，这一切也是和社会文化与心理学之间有着扯不完的关联和典故的。

2. 不被打扰的小孩才懂得安静

在餐厅里，我们会遇到这样的孩子——像有多动症一般，一直处于不安的状态。对父母说话高声而无理，甚至尖叫，把食物乱丢，杯盘弄得乱响，还会撒泼哭闹。

们也会遇到这样的孩子——一直专注地吃着面前的食物，小手的动作甚至还笨笨的、萌萌的，但却很努力地吃完食物。想要什么的时候会向父母提出请求，会和父母交流，但不会过大声量或一直打断大人的谈话。

这两种孩子从生下来都是一无所知，并没有谁对餐桌礼仪或用餐规则天生就懂，但发展到如此极端的两个方向，必然有其中的原因。我们把镜头再推过去仔细观察，会看到第一个孩子的妈妈一直在絮絮叨叨问孩子吃这个不吃那个不，要擦手要喝水要撒尿，不要摔筷子不要敲碗要坐直。那个孩子刚吃一口米饭，妈妈便塞过来一口青菜，刚要喝水，妈妈又叫着擦擦嘴，而孩子的父亲一直在玩手机，与这对母子的交流几乎为零。而第二个孩子的父母则穿戴精致得体，一边用餐，一边彼此轻声愉快地交谈，他们的目光时常会落在孩子的身上，但很少去打扰他，只在他最需要的时候及时而到位地提供帮助。如果他要说什么，他们总会转过目光，注视着他认真倾听，并耐心地和他交流。

就像前文所说，被好好尊重和礼貌对待的小孩，才会以同样的礼貌待人。同样，在日常生活中不被随意打扰的孩子，才能够懂得安静和专心。从儿童心理学上讲，专注力是幼儿发展的第一要素，成人过多指令和频繁的干扰会阻碍专注力的发展;不能懂得他们内心的需求，错误的教育手法和无效的沟通方式，都会让孩子因为无路可走而变得焦躁——他们除了以发脾气和搞破坏为手段地发泄和引起关注外，别无他法。做一个简单的置换游戏，假设你是那个被一万只苍蝇嗡嗡嗡包围住的可怜虫，三分钟被人摆弄一下头发抹一下嘴角，两分钟纠正一次坐姿，并不断地让你吃这个吃那个要这样不要那样，你还不能掀桌子也不能起身就走，不可以以成人的方式表示抗议，怎么办?估计也只能嚎啕着满地打滚儿了……

3. 为孩子外出用餐做足准备

经常看到一些年轻而时髦的父母会带着他们一两个月甚至更小的小婴儿一起吃饭、喝咖啡、晒太阳，小宝宝也许只是躺在婴儿提篮里，或依偎在大人怀里睁大眼睛吃着手指好奇地看，但最好的家庭教育，不正是一家人在一起，愉快地吃很多很多顿饭吗?

千万不要因为怕麻烦而放弃带小孩出门。在餐厅里看各式各样的人、观察环境，感受轻松欢乐的气氛，都是潜移默化的启蒙。只是当你决定带小宝宝出门前，备课工作要做仔细，这样才能让吃饭变成一个令人愉快的过程。

因而餐桌礼仪的培养，不应该仅仅限于在餐桌之上。一言一行具体的身教，胜于空洞乏味的言传。就像简单的请、谢谢、对不起，每个成年人都会教给孩子，但小孩更直观地感受到的不是这些词汇的应用，而是父母对待服务人员的态度;为他人着想是一个宽泛的概念，在降低了嗓门、打喷嚏知道遮住嘴巴后，在餐桌上是否会倾听配合别人的谈话则是潜移默化中教养的体现。筷子刀叉的使用方法可以通过严格的管教来传授，但吃相中的贪相和贫相则是更细微之处的流露。

在遇到孩子失礼于人的时候，我们总是先想到，你丢了我的脸。但要知道，他并不会为了你的面子而活。教养并不是只针对孩子，要时刻透过孩子的行为反思自己的举止。也不要喋喋不休地去说这样不可以那样不可以，而是去做。一个温和谦恭的父亲，不会教出对人颐指气使的女儿;一个举止优雅的母亲，也不会有粗俗莽撞的儿子。在一个顽劣的孩子身上，反射出的实际上是父母的粗鲁和不自知。

因而我们也会说，养孩子也是一个不断自我修正的过程。与其说，孩子，你要为我争气!不如说，孩子，我会为你争气!

全世界通用的餐桌礼仪

在我们的印象里，总有个误区，觉得西餐的规矩更多一些，而中餐不必那么讲究。但其实，光秦汉以前的各种礼仪就已经写成了一部《礼记》，其中关于餐宴中的诸多规矩细致到惊人，“毋咤食，毋啮骨，毋反鱼肉，毋投与狗骨。毋固获，毋扬饭……”，翻译成大白话就是吃饭别吧唧嘴;不要大口撕咬着啃肉;吃多少夹多少，别再放回去;狗也有尊严，别把自己不啃的骨头扔给狗;不能爱吃什么就猛吃，更不能因为烫嘴就扇风吹热气儿……这些东西放在今天，依然是完全通行的标准，而且，如果细细想来，其实无论中餐西餐，好的礼仪，全世界通用。

**礼仪的总结方案 礼仪的总结和感悟篇十一**

还没开始学商务礼仪时，就对这门课充满了期待。在真正接触了商务礼仪这门课之后，我才发现，原来要真正做到优雅并不是那么容易的。一个人举止得体，言语文雅，就给别人留下了良好的印象。

正所谓，爱美之心，人皆有之。虽说现今崇尚的是自然美，但两者并不冲突。恰到好处的打扮和修饰，不仅不会显得过分招摇，反而塑造了个人的良好形象，展现了个人的道德素养。

在此之前，我总认为，只有未经任何修饰的美才叫自然美。然而经老师一讲，我逐渐改变了以前的观点。学习商务礼仪，不仅仅局限于应用在正式的社交场合，生活中，礼仪同样随处可见。通过对一个人仪表风度，服饰着装，行为举止以及语言谈吐的观察，我们能够大致了解其生活习惯、个人喜好、思想品德等其他方面的信息。因此，学好礼仪，对我们大有用处。

每当看到荧幕上的亚运会礼仪小姐迎面走来，个个气质非凡，举手投足间无不散发着一种优雅。这时，我们往往不由心生艳羡。禁不住感慨，如果我们能有她们一半的气质……然而，我们或许无须去羡慕别人，只要我们用心，肯努力，一样可以做的很好。

通过一个学期的礼仪课的学习，我收获颇多。比如着装，在不同的季节、场合，就要有适合其季节、场合的不同的装扮。并不见得非得穿着漂亮、时尚才是美，这也不是我们要追求的目标。得体大方的衣着，同样能展现个人的美好形象。在这一系列的礼仪指导课程中，自我感觉收获最大的是行为举止。如果在平时，我们大都随意任行，从来没有注意过自己的一些行为举止是否得体。上了礼仪课后，我才察觉，以前的一些行为在现在看来是多么地不雅，着实有失淑女风范。

在礼仪课的学习过程中，我们获得了很多的乐趣。仅一个简简单单的蹲坐姿势，就蕴含着不少学问。课堂上，当老师说到，坐不能超过椅子的三分之二时，几乎所有的同学都不由地欠了欠身。这时才惊觉，自己的整个身体几乎全瘫坐在椅子上了，于是不禁一阵窃笑。有些人则暗暗自喜，庆幸自己没坐多。又如，当不小心掉了东西时，捡的时候要半蹲着身子，并膝盖靠拢……有时候，我偶尔会自我开玩笑地说：连捡个东西也表现得如此有绅士风度和淑女风范，这还真有点古代的韵味了。不过，这也正好展现了我们“礼仪之邦”固有的大国风范。

在职场中，学好商务礼仪更显得重要。穿着得体、谈吐优雅、举止大方，无言中增加了自己的印象分。对于一个即将面临就业的大学生，更应该了解一些职场礼仪方面的知识。光有专业知识还不够，还要懂得一些面试的技巧。有些人很优秀，但在求职中却屡屡不顺，很多时候往往是在一些细节上出了问题。因此，在面试之前，我们要给自己来一个精心的打扮，这不仅是对自己负责，同时也是对面试官的一种尊重。在面试的过程中，我们要做到自信、有礼。如此我们将迈出了成功的第一步。接下来的，我相信，如果你已经具备了一定的专业知识和技能，那么，一切的问题也都能迎刃而解了。

短短的一个学期的商务礼仪课，却让我们从中学到很多。生活中仍然存在着一些有失大体的行为举止和不良的习惯，虽然我们一时半会还无法改正过来，但至少我们已经意识到了。我们经常不断地提醒自己，注意自己的一言一行。相信在不久，我们会在不断地改进，完善自我的过程中受益不少。

**礼仪的总结方案 礼仪的总结和感悟篇十二**

文明是人与人之间进行友好交流的窗口，只有我们每个人自觉提高文明意识，规范自己的行为，使之形成良好的习惯，社会才会发展，人们的生活才会愉悦。利用班会时间组织学生学习文明礼仪，在认真学习，互相交流的基础上，我看到了学生对“文明”的向往。采取“互帮互助”的方法，让每个学生都有所提高。在校园中良好的文明礼仪风气的形成过程中，榜样的作用是不可忽视的。 文明最重要的是体现在自己的行动上。为了使学生真正记住自己所学习的文明礼仪知识，落实到自己的行动中，让每位学生都知道保护校园环境的重要性，并且鼓励学生将这样的感受付诸于行动。在公车上，要让座给老、弱、病、残、孕;在亲戚朋友家要注重自己的言行仪表;在公共场合要遵守公共秩序等等。

一、积极动员，全班参与

本次“文明礼仪在校园”班会活动中，全班上下都很重视，我在课堂上专门作了动员，提出了教育活动的目的、方法、内容以及具体要求。同学们表现出了较高的积极性，大家认为：我们中华民族素有“礼仪之邦、文明古国”的美誉，当前我们的祖国正积极建设文明国家、构建和谐社会，继承和发扬中华民族优良的传统，是每一位同学的责任。

二、组织认真，内容丰富

“文明礼仪在校园”主题教育活动期间，我班开展了一系列内容丰富的实践活动。

1、引导同学们发挥主动性，自己动手收集文明礼仪教育活动资料。涌现了一批文明礼仪学习宣传积极分子，如王玥瑶，贺伟栋，王天琪等，他们利用家里的电脑上网搜索并打印了不少相关的文明礼仪资料，在活动时上讲台读出来，供全班同学学习。

2、开展了“文明礼仪在校园”主题教育班会。全班同学在课堂上集体学习了有关文明礼仪的知识。对照文明礼仪的要求，同学们明确了努力方向。

3、加强了教育活动的宣传。我班在黑板上设计了“文明礼仪”宣传板报。营造了良好的宣传氛围。

三、从严要求，积极实践

同学们不光将教育活动停留在学习上，而是积极将文明礼仪的要求体现到我们平时的言行中。从我们的走路、着装、语言、路队以及课堂秩序等等方面，都有意识地按文明礼仪的要求做，进一步规范了同学们的文明言行，逐步使同学们的言行举止自然得体，落落大方，又文明、又规范。使我班的风气有了进一步提高

充分肯定成绩的同时，我们也看到，乱扔杂物、粗言野语、乱摘花草等现象仍时有发生。文明礼仪行为的养成需要一个长期的过程。希望我班以这次文明礼仪活动为契机，进一步增强讲究文明礼貌的思想意识，并不断把文明礼仪意识转化为日常学习和生活中的自觉行动，形成人人讲文明话、做文明事、当文明人的良好风尚，让文明礼仪之花香飘校园。

**礼仪的总结方案 礼仪的总结和感悟篇十三**

一、引言：

“人生一世，必须交际。进行交际，需要规则。所谓礼仪，即人际交往的基本规则，是人际交往的行为秩序。”

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，在国际活动接待中缺一不可。礼仪三要素包括：礼仪是交往艺术，交往强调互动，互动看结果;礼仪是沟通技，巧沟通强调理解;礼仪是行为规范，规范就是标准。对中国人来讲礼仪是一种自我修炼，是律己行为，管住自己，独善其身;而国际礼仪讲的是交往艺术，是待人接物之道。礼仪要求人和人打交道保持适当距离，距离产生美感，适当的距离是对对方的尊重。国际交往中，拉开距离如果适当，有助于交往的顺畅;换言之，不要随便套近乎。人际交往要使用称呼，国际惯例是使用尊称，而尊称的一个基本技巧是“就高不就低”。

在现代社会，礼仪不仅仅是关系到我们的个人形象，更是一门非常有用的学问，也是一门高深的文化。说它有用，是因为通过合理的着装以及礼仪，来促进贸易谈判;说它高深，同样是交谈，为什么有人能谈的很和谐，而有的人却把人惹的大发雷霆，生意告吹。

二、认识：

通过学习商务礼仪，让我受益匪浅。我想这对我为人处世方面及以后找工作会有很大帮助!给别人也会产生好的印象。同时增强了我的内在素质，也塑造了我的外在形象，增进了交往……

随着人们日常交际的频繁，在商务活动、公务活动、社交活动中越来越重视交往的细节，也许一个微小的细节决定了一个人的第一印象。俗话说：“没有规矩，不成方圆。”所以，做任何事情，都应有一定之规。礼仪，是一种在人与人交往中的行为准则和规范，是互相尊重的需要。

“商务礼仪”这门课，从坐姿，站姿，握手，微笑，递名片等一系列在日常的商务交往中经常碰到的细节问题中感受商务礼仪的真谛。老师用行为教学引导同学去学习，并且通过一边教学，一边知道我们该怎么做，让我深刻体会到礼仪的重要性。

通过学习，让我从真正意义上理解了礼仪的含义，礼仪是一种在人际关系和社会交往过程中所应具有的相互表示敬重、亲善友好的行为规范，是人的一种内在涵养的充分体现;从个人角度看，优秀的礼仪素质不仅有助于提高个人的修养，还有助于美化自身、美化生活，并且有利于与他人的交往与沟通，使人获得良好的人际关系。以前，我对于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，尤其像我们所在的服务性行业，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、感受

通过选修这门课程让我懂得了许多日常必须注意礼仪，也让我作为一名现代的大学生，必须从各方面严格要求自己，除了提高成绩锻炼智商外，还应该提高文化修养来培养自己的情商。

中国一向是礼仪之邦，礼仪对每个中国人来说是非常重要的，无论是会见亲朋好友或者是在人与人的打交道上，都离不开礼仪。礼仪被认为是一个人道德修养的表现，一个人若毫无礼仪可言，那么他在学习或工作时都将不会很顺利，因为没有人愿意和这样一个人相处。如何才能脱颖而出，除了需要卓越的能力外，还要掌握有效沟通及妥善人际关系，建立良好优雅的企业形象，此时，商务礼仪便起到了一个十分重要的作用。商务礼仪就是商务活动中对人的仪容仪表和言谈举止的普遍要求，体现了人与人之间的相互尊重，同时也约束了商务活动中的某些方面。而在商务往来中，任何一个表现都可能会导致意想不到的结果，也许是一块手表，也许是一顿晚餐。

学习商务礼仪可以提高个人的素养。比尔盖茨曾讲过，企业竞争，是员工素质的竞争，进而到企业，就是企业形象的竞争，教养体现细节，细节展示素质，可见一个人的素养高低对企业的发展是多么重要啊!可以交际应酬，因为商务活动中毕竟是离不开礼仪的，在不同的交往活动中我们会遇到不同的人，如何让人感到舒服，却又没有拍马屁的嫌疑是非常关键的。有助于维护企业形象。在商务交往中，个人便代表了整体，个人的所作所为，一举一动，一言一行，就是企业的典型活体广告。等我们一出学校，找工作，面试，哪一样不要求我们要有良好的商务礼仪。当今社会，大学生的就业压力越来越大，如何才能在庞大的就业压力与挑战中拔得头筹，如何才能在面试中给主考官留下一个好印象，一直是困扰每个毕业生的最大问题。

而很多公司在招新人，除了考虑学历，更会观察是否有良好的礼仪规范，从最基本的穿着打扮，到言谈举止，主考官可是看的很清楚呢。因此有人说礼仪是面试成功与否的重要砝码是很有道理的。良好的礼仪表现会给主考官留下最好的第一印象，进而取得他们的好感，尊重与信任，而没有什么会比信任更为重要了。而能够在面试的种种细节上表现出良好的素质，相信在与客户洽谈时也一定不会有差错，同时还能代表公司形象。良好礼仪同时还是人际关系的润滑剂。现代企业强调团队精神，而礼仪可以促进这一力量。好的商务礼仪在人际交往中会给人一种亲和力，增进吸引和情感交流，增强信任和了解。

四、评价(题外)

当初选择商务礼仪的时候，还对这门课程很懵懂，只觉得选门简单的学科，容易拿到该有的学分，顺利毕业就ok了。但是接触了它之后，让我越来越重视它，多希望自己能够掌握全部的礼仪知识，因为它使我提升了自己，慢慢的我融进了这门课程。现在学期快结束了，说真的，还真舍不得。

对老师的印象也很深，幽默，有亲和力，并且可以贯穿很多课外知识，也拓展了我们的知识面。老师以前授课于旅游系，其实我对旅游很感兴趣的，因为我就生活在一个旅游城市——丽江。我是个少数民族——纳西族。自然会对旅游有亲切感，记得您在课堂上放映过一段视频，旅游景点的，也很吸引我。我很欣赏老师，生活阅历丰富，资历高。以后的选课中，如果老师有任课的，我想我会继续选的，我很支持老师，也相信自己可以从老师那学到很多知识，不仅仅局限于课本。

**礼仪的总结方案 礼仪的总结和感悟篇十四**

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。

**礼仪的总结方案 礼仪的总结和感悟篇十五**

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。

前些日子，在县委倡导的“学礼仪、讲文明、树新风”系列活动中，本人通过听了金正昆教授的礼仪讲座，并观看了相关的礼仪录象，觉得我们在礼仪方面还存在许多不足，觉得县委组织的学礼仪活动非常必要，非常及时，对我深有感触，受益非浅。

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。因此，在平时工作与生活中，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。

文明礼仪培训学习心得文明礼仪培训学习心得 在这次文明礼仪学习后，我们恍然大悟，原来在平时的工作中我们有很多地方都做得不到位，从小小的鞠躬礼到文明用语，似乎我们都有太多的忽略，比如在平时工作中鞠躬礼不标准、文明用语声音太孝面部无表情等常见问题我们好象都没有多加注意。

通过这次文明礼仪学习，使我们意识到原来平时忽略的这些小问题其实带给车方的负面影响是十分大的，试想当车辆驶到我们收费窗口，看见一个精神不振、吐词不清、面无表情的收费员时会是什么的感觉，相信他们也不会有愉快的心情，甚至会产生厌恶感。而我们公司的服务宗旨是什么呢?—“享受高速，感受真诚”，可我们的服务态度却带给车方的是一种疲倦、无奈的感觉，这不是违背了我们的服务宗旨吗?如果我们自己是车方，谁又愿意见到这样一位收费人员呢?

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，还包括业务水平方面，我们应在提供文明服务的前提下认真学习和掌握各种文件，真正为车方营造一种良好的收费氛围，让他们真正地感受到我们的真诚!

当然，我作为一名乡镇机关干部，一名公务员，在每时每刻，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，“注重细节，追求完美”，力求做好每件事。

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。

**礼仪的总结方案 礼仪的总结和感悟篇十六**

一、引言：

“人生一世，必须交际。进行交际，需要规则。所谓礼仪，即人际交往的基本规则，是人际交往的行为秩序。”

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，在国际活动接待中缺一不可。礼仪三要素包括：礼仪是交往艺术，交往强调互动，互动看结果;礼仪是沟通技，巧沟通强调理解;礼仪是行为规范，规范就是标准。对中国人来讲礼仪是一种自我修炼，是律己行为，管住自己，独善其身;而国际礼仪讲的是交往艺术，是待人接物之道。礼仪要求人和人打交道保持适当距离，距离产生美感，适当的距离是对对方的尊重。国际交往中，拉开距离如果适当，有助于交往的顺畅;换言之，不要随便套近乎。人际交往要使用称呼，国际惯例是使用尊称，而尊称的一个基本技巧是“就高不就低”。

在现代社会，礼仪不仅仅是关系到我们的个人形象，更是一门非常有用的学问，也是一门高深的文化。说它有用，是因为通过合理的着装以及礼仪，来促进贸易谈判;说它高深，同样是交谈，为什么有人能谈的很和谐，而有的人却把人惹的大发雷霆，生意告吹。

二、认识：

通过学习商务礼仪，让我受益匪浅。我想这对我为人处世方面及以后找工作会有很大帮助!给别人也会产生好的印象。同时增强了我的内在素质，也塑造了我的外在形象，增进了交往……

随着人们日常交际的频繁，在商务活动、公务活动、社交活动中越来越重视交往的细节，也许一个微小的细节决定了一个人的第一印象。俗话说：“没有规矩，不成方圆。”所以，做任何事情，都应有一定之规。礼仪，是一种在人与人交往中的行为准则和规范，是互相尊重的需要。

“商务礼仪”这门课，从坐姿，站姿，握手，微笑，递名片等一系列在日常的商务交往中经常碰到的细节问题中感受商务礼仪的真谛。老师用行为教学引导同学去学习，并且通过一边教学，一边知道我们该怎么做，让我深刻体会到礼仪的重要性。

通过学习，让我从真正意义上理解了礼仪的含义，礼仪是一种在人际关系和社会交往过程中所应具有的相互表示敬重、亲善友好的行为规范，是人的一种内在涵养的充分体现;从个人角度看，优秀的礼仪素质不仅有助于提高个人的修养，还有助于美化自身、美化生活，并且有利于与他人的交往与沟通，使人获得良好的人际关系。以前，我对于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，尤其像我们所在的服务性行业，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、感受

通过选修这门课程让我懂得了许多日常必须注意礼仪，也让我作为一名现代的大学生，必须从各方面严格要求自己，除了提高成绩锻炼智商外，还应该提高文化修养来培养自己的情商。

中国一向是礼仪之邦，礼仪对每个中国人来说是非常重要的，无论是会见亲朋好友或者是在人与人的打交道上，都离不开礼仪。礼仪被认为是一个人道德修养的表现，一个人若毫无礼仪可言，那么他在学习或工作时都将不会很顺利，因为没有人愿意和这样一个人相处。如何才能脱颖而出，除了需要卓越的能力外，还要掌握有效沟通及妥善人际关系，建立良好优雅的企业形象，此时，商务礼仪便起到了一个十分重要的作用。商务礼仪就是商务活动中对人的仪容仪表和言谈举止的普遍要求，体现了人与人之间的相互尊重，同时也约束了商务活动中的某些方面。而在商务往来中，任何一个表现都可能会导致意想不到的结果，也许是一块手表，也许是一顿晚餐。

学习商务礼仪可以提高个人的素养。比尔盖茨曾讲过，企业竞争，是员工素质的竞争，进而到企业，就是企业形象的竞争，教养体现细节，细节展示素质，可见一个人的素养高低对企业的发展是多么重要啊!可以交际应酬，因为商务活动中毕竟是离不开礼仪的，在不同的交往活动中我们会遇到不同的人，如何让人感到舒服，却又没有拍马屁的嫌疑是非常关键的。有助于维护企业形象。在商务交往中，个人便代表了整体，个人的所作所为，一举一动，一言一行，就是企业的典型活体广告。等我们一出学校，找工作，面试，哪一样不要求我们要有良好的商务礼仪。当今社会，大学生的就业压力越来越大，如何才能在庞大的就业压力与挑战中拔得头筹，如何才能在面试中给主考官留下一个好印象，一直是困扰每个毕业生的最大问题。

而很多公司在招新人，除了考虑学历，更会观察是否有良好的礼仪规范，从最基本的穿着打扮，到言谈举止，主考官可是看的很清楚呢。因此有人说礼仪是面试成功与否的重要砝码是很有道理的。良好的礼仪表现会给主考官留下最好的第一印象，进而取得他们的好感，尊重与信任，而没有什么会比信任更为重要了。而能够在面试的种种细节上表现出良好的素质，相信在与客户洽谈时也一定不会有差错，同时还能代表公司形象。良好礼仪同时还是人际关系的润滑剂。现代企业强调团队精神，而礼仪可以促进这一力量。好的商务礼仪在人际交往中会给人一种亲和力，增进吸引和情感交流，增强信任和了解。

四、评价(题外)

当初选择商务礼仪的时候，还对这门课程很懵懂，只觉得选门简单的学科，容易拿到该有的学分，顺利毕业就ok了。但是接触了它之后，让我越来越重视它，多希望自己能够掌握全部的礼仪知识，因为它使我提升了自己，慢慢的我融进了这门课程。现在学期快结束了，说真的，还真舍不得。

对老师的印象也很深，幽默，有亲和力，并且可以贯穿很多课外知识，也拓展了我们的知识面。老师以前授课于旅游系，其实我对旅游很感兴趣的，因为我就生活在一个旅游城市——丽江。我是个少数民族——纳西族。自然会对旅游有亲切感，记得您在课堂上放映过一段视频，旅游景点的，也很吸引我。我很欣赏老师，生活阅历丰富，资历高。以后的选课中，如果老师有任课的，我想我会继续选的，我很支持老师，也相信自己可以从老师那学到很多知识，不仅仅局限于课本。

**礼仪的总结方案 礼仪的总结和感悟篇十七**

中国素以“文明古国，礼仪之邦”着称于世，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。然而，无论是在日常生活还是在职场的礼节上，我总是觉得在这方面缺少了些什么。

实践求真知，通过20xx年12月31日领导组织项目部全体人员参加了这次职场礼仪培训，虽然是光盘播放，但是大家都认真的观看，我也感触颇深，原来在平时的工作中我有很多地方都做得不到位。

那么，什么是礼仪呢?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。”

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。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。

职场交往是讲究规则的，即所谓的无规矩不成方圆。比如自己的办公桌，即是办公地点，就不能放太多的私人物品，文件归档是否及时归档，办公区的卫生情况，个人着装，这些都代表你的个人和公司的形象，给人第一印象，能够给人以美感。因此，不过是这些礼仪，还有生活中的其他细节都应留意，也要学会设身处地的为他人着想。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3声内接起，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，面带微笑，声量适中表达清楚，简明扼要，文明礼貌，挂电话时要确定挂好电话后再与其他人说话，在身边应经常准备好笔和纸，及时记录。

当开会时手机需静音，重要电话不得不接时，要先向在座各位道歉，然后只听不讲，最好在30秒内结束通话。更要注意的就是不要在会上频发短信，转笔，补妆，跷二郎腿，晃悠，这都是对发言者和其他会上同事的不尊重的行为。打电话时不要吃东西，与领导同乘电梯，是要落落大方，面带微笑，不要拘谨，这可是可遇不可求的机会呀。

同事之间沟通，上下级之间的沟通，一定要会说话，说好话，用语言、文字、肢体、眼神、心灵上的沟通。态度要真诚，公私要分明，不要用手指人，背后不要议论别人，金钱往来要谨慎，私下里面不要抱怨等等。其实我们对礼仪的认知面还有待加强。所以，我们要趁闲暇时间应多多来加强礼仪这方面的学习，因为我们代表的不仅仅是个人，而是以整个集团公司的形象面对外界，并且还要做到学以致用。

可以说，礼仪是一张人际交往的名片。文明礼仪可以帮助我们“规范言谈举止，学会待人接物，塑造良好形象，赢得社会尊重。”所以说：知礼懂礼，注重文明礼仪，是每个立足社会的基本前提之一，是人们成就事业，获得美好人生的重要条件。而精通礼仪的目的就在于运用，将我们所学的点滴运用到今后的工作之中，再不断地学习，一步一步完善自己，争取尽力为我们的客户提供最优质的服务，个人与集体共同成长。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找