

# 2023年礼仪心得体会(优质9篇)

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 礼仪心得体会篇一

在大学的最后一次选修课中，经过慎重的考虑，我选修公关礼仪这门课。之所以选修这门课程，主要原因有以下两个方面：首先，作为一名大学生，学习《公关礼仪》课程有利于提高自己的公关礼仪素养；其次，作为即将步入社会的大学生，自己需要更加自信、更加积极主动地去推销自己，而公关礼仪是则自己成长和成功必需的法宝。

有礼走遍天下，无礼寸步难行。对于我们即将步入社会的学生而言，礼仪是工作中必不可少的一门学问，或者说是一门技能。一个人的礼仪品行首先是由内而生的，如果一味的重视给人的感觉但是确实没有内涵与内在的修养又何尝不是在自欺欺人人，而且还欺人欺得那么的辛苦！所以修身当从修心而起，一个真正有内涵有修养的人严格要求自己来也必定不是难事！而修心最好的办法就是多读书！

俗话说“礼多人不怪”，懂礼节，重礼节不仅不会被别人厌烦，相反还会使别人尊敬你，认同你，亲近你，无形之中拉近了同他人的的距离，也为日后共同生活创造了宽松的环境，也会使事情更加向好的方向发展，也会有个更好的结果。反之，若不注重这些细微礼节问题，犯了“规矩”就可能使人反感，甚至会造成关系恶化，导致事情向坏的方向发展，所以说公关礼仪是很重要的。

说到公关礼仪，老师讲的很明了，礼仪便是塑造个体形象的艺术，而公关是塑造企业组织形象的艺术，公关礼仪是一个统称，原来公关和礼仪仍是有区别的。我们来选修公关礼仪，是想塑造个体的形象。学习礼节的益处便是，可以内曾修养，外塑形象，让自己有品位。因为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。因为社会是人与人相互交往而形成的关系网络，这些社会关系网络的形成、维持和发展除了会受到法律的影响外，还受到历史传统、风俗习惯、宗教信仰、时代潮流等因素的影响。而这些因素实际就是为达到各种关系的和谐的而遵守行为准则和规范，即礼仪。只有我们遵守了一定向上的礼仪，伦理道德准则，我们才会得到社会的认可，获得更多的资源，并会得到更多的自由。

公关礼仪是一种学问、是一门交往中的艺术科学。通过老师生动有趣的讲解和课堂上观看金正昆教授的视频，我主要掌握了一些说话的技巧，穿着应注意的地方，待人接物的方方面面，与人交往的诸多细节等等。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宝。我相信其他同学和我一样，通过本学期的学习，一定使自己有了很大程度的提高，对自己在以后的学习都会有很大的影响。

经过这么长时间的公关礼仪学习，我受益匪浅，知道一个人的言行举止在商业活动中是如此的重要，知道一个人的言行举止中蕴含了很多的东西，知道了一个人的底蕴跟内涵并不是很容易就可以被别人发现的，所以我们需要礼仪，这扇展示自己的窗户，中国是一个礼仪之邦，在一个随时都在推销自己的商业化年代，我们更需要标准专业的礼仪！

学习了公关礼仪这门课后，让我感受颇深，才更为深刻懂得礼仪在生活中的重要性，才更为清楚明白礼仪的深邃内涵。对于个人来说，礼仪是外部形象和内在素质的集中体现，礼仪既是尊重别人也是尊重自己的表现，在个人事业发展中也起着相当重要的作用。正确的礼仪对于内部可以融洽关系，

对于外界可以树立形象，营造和谐的工作和生活环境，它还可以提升人的涵养，增进彼此之间的了解沟通，细微之处更显真情。学习了这门公关礼仪课程后必将影响我的人生，对我以后的学习工作都将起到至关重要的促进作用。正是由于当今社会生活中，社交礼仪在人际交往中具有不可忽视的重要作用，有时甚至会决定事情的最终结果，所以，任何人都不能轻视礼仪，都应当积极主动去学习礼仪、讲究礼仪，让我们的社会更加文明，更加和谐，人们的生活更加健康。

## 礼仪心得体会篇二

### 第一段：引入礼仪的重要性和个人体会

我们生活在一个复杂多变的社会中，随着人们生活水平的提高，礼仪越来越被重视。作为一个社会人，我也深刻体会到了礼仪在日常生活中的重要性。通过学习和实践，我逐渐认识到礼仪不仅是一种行为习惯，更是一种积累社会人情感和信任的方式。在过去的一段时间里，我反思了自己的行为举止，收获了一些关于礼仪的心得体会，下面我将分享给大家。

### 第二段：言谈举止的礼仪之道

言谈举止是与人交往时最直接露脸的方式，可以说，它是个人修养的一个展示窗口。在日常交往中，我学会了保持微笑，礼貌待人，尤其是在面对长辈和陌生人时更加注重言辞的礼貌。我发现，对待他人的礼貌和真诚会得到更多的认同和尊重，同时也能建立起良好的互信关系。此外，我还学会了注意自己的语言和态度，避免说一些冒犯他人的话语，尊重他人的观点和意见。通过这些努力，我不仅提升了自己的社交能力，也建立了更多的友谊和合作关系。

### 第三段：仪容仪表的外在展示

仪容仪表作为人们对外的第一印象，对个人形象的塑造起到

了决定性的作用。有一次，我有幸参加了一场重要的活动，于是我开始为这个活动准备自己的仪容仪表。我去理发店修剪了发型，选择了一套得体的服装，还搭配了简约而精致的配饰。当我参加活动时，我注意保持坐姿端正，面带微笑，举止得体。通过这些细节的呈现，我深刻认识到了仪容仪表如何影响他人对我的印象。一个整洁、得体的形象会给人留下良好的印象，进而为我赢得更多的机会和信任。

#### 第四段：社交礼仪的运用

在社交场合，懂得社交礼仪的运用，可以使我们在人际关系中更加得心应手。我发现，合适的礼仪行为可以帮助我化解尴尬，拉近与人之间的距离。在与人交谈时，我学会了主动与他人沟通，注意倾听对方，尊重对方的意见。这不仅使我在交流中更加得心应手，还增强了我与他人之间的信任感和友好感。此外，我还学会了在社交场合中注意用语和表情的适度，避免言谈举止上的过度，尊重他人的隐私和边界。只有在尊重他人的同时，我们才能得到他人的尊重和喜欢。

#### 第五段：反思与展望

通过对自己礼仪修养的反思，我认识到礼仪不仅仅是一种行为表现方式，更是一种修炼内心的方式。在今后的学习和工作中，我将更加注重礼仪修养的培养，不断提升自己的言行举止。同时，在与人交往中，我也会更加注重尊重他人的权益和边界，为一个和谐、友好的社会贡献一份力量。

#### 总结：

通过对礼仪的学习与实践，我深刻体会到礼仪在社会交往中的重要性。言谈举止的礼仪之道、仪容仪表的外在展示以及社交礼仪的运用，都是修炼我个人修养的一个过程。通过对自己的反思与展望，我更加坚定了修养自己礼仪的决心。我相信，只有不断地修炼，我们才能成为更有礼貌、更受人尊

敬的人。

## 礼仪心得体会篇三

看了金正昆教授的教师礼仪光盘之后，我对教师这一神圣的职业又有了进一步的了解和认识，我深深地体会到，作为一名教师，不仅仅是传道、授业、解惑，还需要具备更多的素质。百年大计，教育为本；教育大计，教师为本。因此，教师的礼仪必须规范。

是啊！我们作为教师平时的工作确实很忙，有时没有时间去思考。但是我们必须反思，因为我们是人类灵魂的工程师！我们不仅是科学文化知识的传播者，更是学生思想道德的教育者。因此教师的言行举止、礼仪礼貌都对学生进行着潜移默化的影响。试想：当学生的热情有礼换来的是老师的冷漠时，学生会对老师有怎样的想法呢？又会对学校的教育持有怎样的想法呢？他以后还能够做到文明礼让吗？所以，我们作为教师必须十分注意在学生面前的形象，使自己成为一个优秀的、学生能够仿效的榜样。

因此，我决心从以下几方面努力完善自己。

仪表是教师的教养与形体给学生的整体感觉。在日常工作中，我对自身的着装及修饰等方面还是比较注重的。首先说发型，我从不披散着，一贯梳成马尾辫，简洁利落。其次衣着，我总会保持干净整齐，另外，服装的式样也较朴素大方。以前我对教师穿无袖无领的衣服一直没有十分清楚的认识，特别是夏天都捂着，多热呀！现在通过金教授的讲解，我对这一点有了新的认识。总之，今后的着装和修饰自己还要特别注重，特别是在校园里，要与教师的职业特点相吻合。

举止方面，我认为应该从坐立行的姿势，以及表情动作行为习惯等方面来要求自己。在我看来，教师仅仅注重了自己的着装，但是在坐、立、行方面做出一些不得体的行为，也是

非常难看的。所以，我要求自己坐就坐正，站就站直，走就走稳。努力做好学生的榜样。

语言是教师在教育学生时使用的最主要的手段。因此，教师的语言必须规范、准确、生动，我会努力运用语言的力量激发学生的求知欲，拨动学生的上进心，把知识和感情送进学生的心田，让学生知晓做人的道理，让学生在思想上认同后，再指导其行为，以加强自己的人格素质。

教师应该通过文明的礼仪表现出应有的风度，反映出对他人的尊重，从而给学生良好的影响。我要开展“四个一”工程，即：一张笑脸、一声致谢、一声问候、一句道歉。努力为学生做表率，从而体现教师的示范性和率先性。其实这是待人接物的礼仪之基本，不管在哪里，对于每个人来说是必须具备的。

“身教重于言教，榜样的力量是无穷的”，在以后的工作中，我一定不断学习，提高自己的道德修养，严格要求自己，以身作则，言传身教，做学生喜欢的老师。

## 礼仪心得体会篇四

段落一：介绍礼仪章的背景和目的（200字）

礼仪是人类社会生活中必不可少的组成部分，它是人们在交往中遵循的一种行为规范。而礼仪章是对这些规范进行总结和概括，旨在帮助人们更好地理解 and 遵守礼仪。作为一种传统文化的重要组成部分，礼仪章不仅体现了社会的发展进步，更是提升个体修养与形象的重要方式。在人们互相尊重、和谐相处的社会中，遵守礼仪章成为展现个人素质和尊重他人的重要体现。

段落二：谈谈礼仪章的重要性和实践意义（250字）

礼仪章在人与人之间的交往中起到了重要的桥梁作用。它规范了人们的语言和行为，使交往更加和谐顺畅。遵守礼仪章可以培养人们的修养和素质，提升个人的形象与气质，更好地适应社会发展的需要。同时，它也是一种传承文化的方式，代表了一个地区、一个民族的社会风貌和精神追求。因此，遵循礼仪章成为一种对传统文化的尊重与继承，更是展示人们良好教养和教育背景的重要方式。

段落三：总结礼仪章中的几个重要原则和实践方法（300字）

在学习和应用礼仪章中，我们可以总结出几个重要的原则。首先是尊重他人，这是所有礼仪活动的核心和基础。无论是言行举止还是对待他人的态度，都应该体现出对他人的尊重和关心。其次是注重细节，细节决定成败。我们应该注重各种场合中的细节要求，比如服装的选择、用餐的礼仪等。同时，也要不断学习充实自己的知识和修养，提升自己的内在素质。最后是注重实践，切实将礼仪规范应用到自己的生活中。只有在实践中不断完善自己，才能真正做到身体力行，对他人有所影响。

段落四：分享自己在实践中的心得和体会（300字）

在我个人的实践中，我深刻体会到礼仪章对于个人形象的提升和人际关系的改善具有重要意义。在过去的时光里，我通过学习礼仪章，改善了我的言行举止，让自己的内在修养得到了锻炼和提升。我学会了在与人交流时注重细节，比如微笑、握手和问候等，这给我带来了更好的人际关系和更多的朋友。我也学会了在正式场合穿着得体、用餐得体，这使我在各种社交场合都能更加得体、自信地表现自己。通过实践，我发现自己的形象和气质得到了改善，给人们留下了积极、自信的印象。

段落五：总结并展望（150字）

通过学习和实践礼仪章，我深刻认识到礼仪在现代社会中的重要性和实践意义。它不仅是个人修养的重要组成部分，更是社会和谐、稳定发展的保障。礼仪章的学习和实践是一个不断提升自己的过程，我们应该不断学习、总结和实践，使之成为我们日常生活的一部分。只有通过自身的努力，我们才能真正做到以礼待人，成为一个有修养、有教养的人。未来，我将继续学习和传承礼仪章，不断提升自己的形象和修养，为社会的和谐发展贡献自己的力量。

## 礼仪心得体会篇五

20xx年一月下旬至二月中旬，临淄分局开展了一次以提升执行超越为主题的学习教育活动，其中文明礼仪是这次活动中的一个重要环节。通过这次活动的开展和平日里的培训学习，我从中领悟到了文明礼仪的真谛，现在我来谈谈自己的一些心得体会。

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。

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。

## 礼仪心得体会篇六

礼仪是人与人之间相处的规范，是我们展现自己形象和品质的重要方式之一。在日常生活中，我们始终面临着与同事、上司、朋友、亲人和外人交往的机会，因此，了解并掌握一些基本的礼仪知识是非常重要的。在此，我将分享我的一些讲礼仪的心得和体会。



## 第二段：学会尊重他人

礼仪的核心是尊重他人，礼貌和尊重是我们与人交往时必不可少的原则。首先，我们应该学会倾听别人的意见和诉求，无论是在家庭还是工作环境中。“请”、“谢谢”、“不好意思”等词汇是我们必须掌握的礼仪用语，它们能够表达我们对别人的尊重。

其次，我们应该要重视他人的感受，尽可能地避免触犯别人的底线。例如在饭局上，我们要避免过度喝酒引发的尴尬场面，避免吃相不雅的行为，这些都是尊重他人感受的表现。

## 第三段：注意穿着

穿着是我们展示自己的形象和品味的重要方式。无论是在工作还是在朋友聚会上，我们的着装都要注意整洁、得体。穿衣要根据场合来选择合适的服装，尤其在拜访长辈或是进行正式场合的活动时，需要注意衣着要求，避免出现不得体的情况。衣着得体不仅能够给人留下好的印象，还能提高我们的自信心和职业形象。

## 第四段：注意言谈

言谈举止是我们展现自己素质和能力的重要方式，用文明的语言表达我们的意见和感受，能够让我们在交往中得到更好的评价，同时还能展现我们的教养和修养。在职场上，表达的准确性和有效性尤其重要。在和老板或同事交流时，我们要注意措辞，尤其是避免使用粗口和谩骂等不良用语。在社交场合中，我们要掌握好聆听和表达的度，不仅要丰富自己的谈资，还要注意给别人留下好的印象。

## 第五段：注意仪态举止

在家庭、工作和社交场所中，良好的仪态举止能够让我们得

到更好的评价和反馈。朴实、谦虚和有礼貌的态度是我们的成长必经的道路，在与人际交往中，我们要尽量表现出信任、礼貌和保持微笑的情绪面容。不论是在饭局上还是参加颁奖典礼，我们需要注意坐姿端正，行走有度，不流露紧张或焦虑的情绪。做到这些，不仅能够展现我们良好的心态，还能增强我们与人交往的信心和保持优雅的形象。

## 总结

掌握基本的礼仪知识，学会尊重、得体的言行和注意选择正确的穿着，都是建立良好人际关系的重要途径。在这个多元化的社会中，我们要时刻注意自己的举止行为，提高自己的素质和修养，成为一个更有价值、更受人尊敬的人。友好、礼貌与尊重是人际关系的基础，通过积累和学习，我们可以更好地掌握社交技能，成为更加幸福自信和成功的人。

## 礼仪心得体会篇七

中国素以“文明古国，礼仪之邦”著称于世，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，职场礼仪 心得体会。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xx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。

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。

## 礼仪心得体会篇八

礼仪是社会交往中非常重要的一部分，它既是对他人的尊重体现，也是自身修养的体现。在多年的社交中，我深刻体会到了礼仪的重要性，并从中获得了一些宝贵的心得体会。

首先，礼貌待人是最基本的礼仪。我深知，只有用礼貌的方式对待他人，才能建立起良好的人际关系。例如，每当我与人交谈时，我总是关注对方的感受，并尽量做到言辞温和、表情友好。这样的行为不仅体现了我对他人的尊重，也给人留下了良好的印象，为今后的交往奠定了良好的基础。同时，我还会主动向人道别，并用“请”、“谢谢”等礼貌用语，以表达对别人的感谢和尊重。这些细微的举止都能够给人留下良好的印象，提升自己在社交中的形象。

其次，穿着得体也是展示礼仪的重要方面。我相信，衣着是一个人品味和修养的体现，适当地穿着得体不仅能够向他人展示自己的良好品味，还能给人带来愉悦的视觉享受。因此，我在选择衣物时会注重色彩的搭配和服装的整洁，力求展现自己的个性与风采。同时，我明白在不同场合下，应该选择适合的服装。比如，在正式的商务场合，我会穿正装，表达出自己的专业和严谨；而在休闲的聚会上，我则会选择合适的休闲装，更好地融入氛围。通过这样的穿着，我不仅能够获得他人的认可，也更好地适应不同的社交环境。

第三，在用餐礼仪方面，我也有一些体会。在餐桌上，我相信好的用餐礼仪能够展示一个人的修养和教养。我会尽量保持优雅的坐姿，并使用正确的餐具，养成良好的用餐习惯。例如，用筷子夹菜时，我会注意不要用手指抓菜，保持碗盘的清洁；喝汤时，我会小口品尝，不发出大声的声音。同时，

我会对他人表达文明的感谢，例如他人夹菜时，我会礼貌地说一声“谢谢”。这样的用餐礼仪不仅彰显了我的修养，还能让他人感受到我的尊重和关怀，为我们的交往增添温暖。

第四，在社交礼仪方面，我学会了虚心接受和尊重他人的意见和建议。无论在与上司、同事还是朋友的交往中，我都会耐心倾听他们的意见，并尽量理解和体谅他们。与此同时，我也会尊重对方的隐私和自由，并遵守相关的社交规范。比如，不突破私人空间、不侵犯他人的利益等。通过这种尊重和理解，我与他人的关系更加融洽，我们的合作也更加顺利。这种虚心和尊重相互促进，让我懂得了与人为善、尊重他人，才能真正建立起良好的社交关系。

最后，我认为真诚待人是关键的礼仪心得。在与人交往中，我会真诚地对待每一个人，不论是亲近的朋友还是陌生的路人。我相信，真诚是人与人之间建立信任和友谊的基础。我会真诚地对待身边的人，倾听他们的心声，分享他们的喜怒哀乐。同时，我也会真正关心并帮助他人，尽量为他们提供帮助和支持。因为我知道，只有真诚才能彼此信任和信赖，做朋友的道路上才会更加宽广和平坦。

综上所述，礼仪心得的体会使我认识到礼貌待人、穿着得体、用餐礼仪、社交礼仪和真诚待人等方面的重要性。通过平时的实践和反思，我不断完善自己的礼仪修养，从而在社交中获得更多的机会和成功。我相信，只要我们始终坚持这些基本礼仪，就能够在社交中展现出自己的魅力与成熟，取得更多的人际合作和个人发展。

## 礼仪心得体会篇九

一位全国特级教师贝新莹的报告让我记忆犹新，她曾经是化学老师，后来却成了一名礼仪老师，而且是全国第一位礼仪特级教师。

那一次化学课，贝老师去上课时，看见了令她吃惊的一幕，一个男生正歇斯底里地冲课代表怒吼，并把分发的试卷撕碎，扔到了女孩脸上……贝老师要求男生道歉，否则就停止这个班的化学课，哪怕校长来做思想工作，结果那名男生最终都没有真正的道歉。这件事给了贝老师很大的启发，她认识到礼仪教育的重要性，她认为做人比成绩更重要，于是她自费去北京培训机构学习了礼仪课程，和校长请求后开始了她礼仪课程教育的道路。下面我把贝老师在报告会上提出的礼仪内容进行介绍：一、教师礼仪。她先问了在场的老师们开会时，是否把手机打到了震动？培训时的心情，是自愿的吗？如果不是发自内心的自愿，那这次培训就等于是受罪。老师们都笑了，反正都是要学，是心怀抱怨学，还是心甘情愿学，是把学习当做受罪还是当做乐趣。我想这是一种态度，态度决定了认识，认识决定了行动，行动决定了结果。

贝老师介绍了很多待人接物的礼仪：

1、我们沏茶时，茶叶怎么取？很多时候不注意，我们就把茶叶用手抓一下，有时手也不洗，就放进去。那沏茶要沏多少？待客时我们很热情，热情洋溢，水倒满甚至都溢出。茶凉了，要怎么知道凉了呢？有一位老师在讲课时问学生：你怎么知道茶凉了呢？结果那个学生回答说：尝一尝。这位老师没有回应，忽略过去，就说同学请回。那这个老师给全班同学的信息就是客人的茶凉了要尝一尝。通过贝老师这样生动的讲解，我才知道沏茶倒水有学问，以前真的不太懂，也不注意，现在知道了茶叶不能下手抓，茶要倒七八分满，端茶要端下半部分，双手送上，茶凉了不能尝一尝，可以摸一摸试一试。

2、递物接物礼仪：递物接物要双手，贝老师在上课进行了一个实验，把一把刀放在桌子上，让学生递给她，那个女生心怀敬意的双手捧着刀递过来，但是刀尖是对着老师就递过来，这虽然是些小细节，但能看出一个人的文明礼仪，贝老师通过这样模仿演示对学生进行教育，学生很容易懂得了以后再送尖端物品时，尖端要转向自己。礼仪就在我们身边，

在小事中，在细节中。我想我们的班会课中也可以像贝老师这样让学生模仿着练习，并给他们正确的指引，学生一定会很喜欢这样的课。

贝老师还讲了学生上课礼仪，要学会倾听，要有正确的坐姿。上课时，老师一个劲地要求做好，认真听，可是孩子们真的知道怎样做吗？我想当学生很随意，心不在焉上课时，不妨停下来，让学生眼睛看着你，然后把腰挺直，离开桌子，两脚着地放好，这样再继续讲课，假若一会学生的眼睛又不看你，那就是又三心二意了，那就再停下来，时间久了，慢慢学生注意力就应该有所提高，就学会了倾听。贝老师还讲了周很多在细节处注重礼仪的故事，比如接见外宾刮胡子的事，为参观长城的外宾清理马路的积雪，招待外宾的包子，周要先调查一下有没有对海鲜过敏的，从这些细节中，从周的身上，我们看出细节就决定了成败。。”在《礼记·冠义》中这样写道：“凡人之所以为人者，礼义也。礼义之始，在于正容体，齐颜色，顺辞令。容体正，颜色齐，辞令顺，而后礼义备。”大家放松一下，一起读一下。

这段话告诉我们人之所以成为人，是因为有礼义，礼仪是从正容貌，修整服饰开始的，贝老师又讲了体态礼仪，体态是一种无声的语言，是一种内在的道德修养，此时无声胜有声，学生在教室里大部分时间是坐着，出去大部分要走着、站着，要训练站姿、坐姿很重要，要站如松，坐如钟，行如风。

贝老师还讲了对小学生进行安静教育，小学老师要常常给学生一个动作，请不要大声喧哗，是什么动作？嘘！她还讲了一个案例，去桂林开会时，在机场先是来了一群外国的三四年级的小学生，他们很活跃，蹦啊跳啊，特别开心，但是他们说话时却是悄悄凑到耳边，有一个大声说话的，另一个人就：嘘！他们带来的是特别活跃的气氛，但是没有特别大的噪声。后来又来了一个中国艺术团，都是成人，他们来了就大声喊，大声叫，一下子变得很嘈杂。我想若是从小就接受了安静教育，成人后在公共场合应该不会这样大声喧哗。

贝老师的报告让人听得很轻松，更让我真正感受到了我们所忽视的文明礼仪是那么重要!作为小学老师，要从细节做起，今后应更多给予要给学生礼仪的指引!