

# 职业形象礼仪心得体会与建议 职业形象礼仪心得体会(模板5篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。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。

## 职业形象礼仪心得体会与建议篇一

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。

## 职业形象礼仪心得体会与建议篇二

女性在职场最重要的资本是什么？据调查统计40%的白领人士选择了能力，之后依次为容貌33%，关系14%，学历8%。金钱和职位各占1%。没想到女人的容貌居然占有这么高的地位。职场女性精心打扮，时刻注意自己的仪容，让自己更加赏心悦目，非但不肤浅，还是一件相当实用的事情。

形象永远走在能力的前面，这句话尽管把形象的功力夸大了，但却能说明形象的重要性。形象对于人来说确实很重要，尤其是在别人不了解你的时候，比如给人的第一印象是干练，对方就会觉得你这个人有能力，如果是企业就会给你施展才华地机会，如果是客户会给你销售机会。形象就是展示给人的简历，所以当一个人给人的第一印象不好时，以后改变你最初的印象要付出很大的努力。

现在的社会竞争越来越激烈，如果你的外在的形象不让对方满意，连尝试的机会都得不到，这就是现在为什么有那么多的人愿意提升形象。

美好的形象、良好的礼仪，不仅有助于增进与他人的关系，还可以给自己创造机会，给自己以自信，每个人都应该注重自己的形象。

1、服饰端庄，不太薄、不太透、不太露。

2、化淡妆：眼亮、粉薄、眉轻、唇浅红。

3、头发保持干净整洁，有自然光泽，不要太多使用发胶；发型大方、高雅、得体，干练，前发不要遮住眼睛为好。

4、指甲精心修理过，不太长，不太怪，不太艳。

5、衣服上没有脱落的头发和头皮屑，无灰尘污渍。

6、裙子不太短，不太长，不太紧，不太宽，不太松。拉链拉好，裙缝位正。衣服的表面无明显的内衣轮廓痕迹。

7、领口干净，衬衣款式色彩不太复杂、不太花俏。

8、鞋洁净，款式大方简洁，没有过多装饰与色彩，鞋跟不太高不太尖，走动时不发出大声音。

9、饰品不太夸张、不太突出，款式精致材质优良，耳环点状、项链细，走、动时饰品安静无声。

10、丝袜无钩丝、无破洞、无修补痕迹，手提包里有一双备用丝袜。

11、衣袋中只放小、薄物品，衣装轮廓不走样。

12、公司标志佩戴在要求的位置，私人饰品不与之争夺他人注意力。

## 职业形象礼仪心得体会与建议篇三

“人无礼则不立，事无礼则不成，国无礼则不宁”。孔老夫子两千年前念念有词，以礼治国、以礼服人，打造谦谦君子之国。古人云：“礼兴人和”，谦恭礼让，谅解宽容，与人为善，重形象，讲礼义。现今的社会，经济发达，交际频繁，在人与人的接触与交际中，现代礼仪越发显得重要，甚至基本的个人礼仪是必不可少的。礼仪是人际关系的润滑剂，它规范人们在一定的场合的出现方式，是顺利进入社会的通行证，是得到人们认同的行为规范，是人们参与社会生活的行为指导。礼仪是我们当代大学生必修的一门课程。

随着现代社会人际交往中的日渐频繁，人们对形象的礼仪更是倍加关注。从表面看，形象礼仪仅仅涉及个人穿着打扮、举手投足之类无关宏旨的小节小事，但小节之处显精神，举止言谈见文化。形象礼仪，作为一种社会文化，不仅事及个人，而且事关全局。

形象礼仪是个人形象即通过个人在社会交往活动中的礼节、礼貌等表现出来的。形象礼仪不仅体现了一个人的学识、教养和文明程度，同事也体现了一个人对他人、对社会的认识水平和尊重程度。形象礼仪主要包括：仪容礼仪、举止礼仪、言谈礼仪、服饰礼仪等几个方面，它贯穿于日常生活的点滴之中。例：穿衣、打招呼、递名片、握手、站姿、入座、坐姿、微笑等细小的行为也有很多学问和规矩。

学习形象礼仪，它有以下三个作用。

第一个作用：可以增加自身素质。和别人打交道也好或是在自己的工作领域内展示自己的素质是非常重要的，教养体现于细节，细节展示素质，言谈话语、举止行为，都是素养问

题。

第二个作用：外塑良好的外表形象。在人际交往中个人形象很是重要，同时也代表着你的家庭形象。我们作为学生代表的是整个学校的形象，所以我们要注意自己的个人形象。

第三个作用：学习形象礼仪增进交往，我们这个时代要多交朋友，广结善缘，一个人不管愿意不愿意，都要跟别人打交道。人是社会关系的总和，做任何事情，都肯定要和别人交往，既然要跟别人交往，就要懂得交往的艺术，而学习形象礼仪有助于交往，我们要通过自己的学习和观察，通过自己的修养来提升自己的礼仪方面的知识，提升自己的礼仪方面的品位，增进自己的人际交往。

经过大半个学期的礼仪学习，我掌握了一些基本的礼仪规范，我想这对于以后的就业和人生都是受益匪浅的。我是一个不太爱打扮自己的人，但学习完形象礼仪中的仪表礼仪后我开始注重自己的仪容仪表了。

首先，我们需要根据场合搭配合适的服装。

其次，好的妆容可以让人更自信。

再次，礼貌用语很重要。

看到了自己学的公共礼仪的知识对实习的帮助，我觉得心里很宁静。

## **职业形象礼仪心得体会与建议篇四**

随着社会的不断发展，人们对自己的礼仪形象越来越重视，好的形象不仅可以增加一个人自信心而且对个人的求职、工作、晋升和社交都起着至关重要的作用，对企业服务、企业形象也有着重要意义。

现代社会中，职场礼仪的重要性将日益凸显，它除了可以体现个人的综合素质和修养，在全球化商务竞争中，也将成为企业形象的一部分而日益受到重视。职场礼仪已经基本形成了一种共识和行为规范，所以学习正规的职场礼仪是进入社会工作时要走好的一步。

职场礼仪，是指人们在职业场所中应当遵循的一系列礼仪规范。学会这些礼仪规范，将使一个人的职业形象大为提高。对公司而言，礼仪是企业文化的重要组成部分，体现整个公司的人文面貌；对个人而言，良好的礼仪能够树立个人形象，体现专业化；对客户而言，享受更上层的服务，提升对整个商务过程满意度和良好感受。

现今，职场的竞争不仅是实力的较量，也是个人职场礼仪、职业形象的比拼。了解、掌握并恰当地应用职场礼仪有助于完善和维护职场人的职业形象，会使你在工作中左右逢源，使你的事业蒸蒸日上，做一个成功职业人。成功的职业生涯并不意味着你要才华横溢，更重要的是在工作中你要有一定的职场技巧，用一种恰当合理方式与人沟通和交流，这样你才能在职场中处理好人际关系，赢得别人的尊重和领导的赏识，并在职场中获胜。

职场礼仪不仅可以有效的展现一个人的教养、风度、气质和魅力，还能体现一个人对社会的认知水平，个人的学识、修养和价值。礼仪不仅体现在日常生活中，还体现在工作中，通过职场礼仪在复杂的人际关系中保持冷静，按照礼仪的规范来约束自己，通过职场礼仪中的一些细节，会得到领导更多的信任，使人际间的感情得以沟通，与同事间建立起相互尊重、相互信任、友好合作的关系，从而使自己的事业进一步发展，能在职场中如鱼得水。

总的来说，学好和熟练现在礼仪有助于提升自身素质，塑造良好的个人形象，处理各种人际关系，建立适合自己发展的人际网络，为我们的生活和事业搭建成功的桥梁。

## 职业形象礼仪心得体会与建议篇五

礼仪的概念是：尊重别人尊重自己，规范的行为表达方式。教师礼仪是教师在工作岗位上待人接物、为人处世的行为规范。教师是学校工作的主体，不仅仅要做一个是知识的传播者，更应是学生思想道德的教育者。

教师在传道授业解惑时，应该是以自己的言行举止、礼仪礼貌对学生进行着潜移默化的影响，从而对学生的言行举止发生作用。因此，老师要十分注意自己给学生留下的印象，要使自己从各方面成为一个优秀的、学生能够仿效的榜样。学习了有关教师礼仪方面的内容，过后，我认为要每时每刻关注自己的礼仪与形象。

我认为一个人气质、自信、涵养往往是不经意间从他的姿态中就能表现出来。作为塑造人类灵魂的教师，更要注意自己在各种场合的行为举止，做到大方、得体、自然、不虚假。目光、站姿、手势等方面都有一定的要求。

平时教师承担的主要任务离不开语言表达。所以这就要求教师，要注意表达语言时应遵守的礼仪礼节。即：表达要准确、音量要适当、语言要精练、讲课可以适时插入一些风趣、幽默的话，以活跃课堂气氛，提高学生学习的兴趣。如果要和学生进行对话，应该要提前通知，让该生有一个准备的过程，这既是一种礼貌，又是对学生的尊重。谈话时，语气要平和，要有耐心，不要高音量、不反唇相讥，应表现出良好的道德修养。

通过这次文明礼礼仪学习后，我突然发现，原来在平时也有很多地方都做得不到位，比如从小小的鞠躬礼到文明用语，有时会被忽略，有的时候说话声音的大小、面部无表情等常见问题以后应该多加注意。

由于教师的大部分时间是与学生在课堂上共同度过的，因此

在教育教学中要注意尊重学生，与学生互动时要使用文明语言。如果我们使用了文明语言，那么这不仅仅有助于思维、情绪的完善表达，还能使学生产生美感、亲切感，从而会大大增进师生之间的感情。

一名教师不仅需要通过在课堂上讲课实施教育，更要在日常生活中规范自己的言行，以良好的道德风范，对学生实施教育。因为教师要求学生做到的，自己必须先身体力行，要求学生相信的，自己必须坚定不移；不允许学生做的，自己坚决不做；在学生面前做到的，在学生不在时也必须做到。因此教师要通过自己的不断学习，努力提高自己的道德修养，以身作则，言传身教。

通过对《教师礼仪》的学习，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。一名优秀的教师，除了必须以满腔的热情对待事业、对待学生以外，还必须自觉地、高标准地去塑造自身的人格，从而才能培养出学生健康的人格。

总之，作为一名教师，我们就一定要以良好的师德形象为学生树立一个表率，为学生营造一个和谐活泼的学习氛围。