# 商务礼仪与实训总结

来源：网络 作者：空山新雨 更新时间：2025-04-12

*商务礼仪与实训总结（精选3篇）商务礼仪与实训总结 篇1 为期一周多的礼仪实训很快就结束了。虽然时间很短但这次实习真是感受颇深。这是我们第一次系统的了解和学习礼仪知识，通过一系列的讲座以及排练情景剧来让我们参与其中，同时也让我们知道正确的站姿...*

商务礼仪与实训总结（精选3篇）

商务礼仪与实训总结 篇1

为期一周多的礼仪实训很快就结束了。虽然时间很短但这次实习真是感受颇深。这是我们第一次系统的了解和学习礼仪知识，通过一系列的讲座以及排练情景剧来让我们参与其中，同时也让我们知道正确的站姿坐姿蹲姿和走姿，在学习的同时开始改变，并把越到的知识运用到实际生活中，练就好的仪态不仅能提升我们的自信，同时也可以让我们获得更多的机会。在短短八天的时间里，我们还学习了如何化妆，如何挑选合适的职业装，同时还粗略的学习了西餐的基本知识，上菜的顺序，就坐的位置，刀叉的摆放，每把刀叉的名称和用途，以及就餐完后该如何摆放刀叉，服务生该如何倒酒如何上菜，陌生人初次见面应该如何交换名片如何握手。同时，问候、自我介绍、介绍他人、业务介绍、行礼。这些都是必不可少的。当然，商务礼仪不可能只限制在这几方面，餐厅礼仪和舞会礼仪也是我们必需掌握的知识。吃要吃出品位，舞要舞得精彩，着样才能达到我们真正的目的。 我们知道实习是大学教育中一个极为重要的实践性环节，通过实习，可以使我们在实践中接触与本专业相关的一些实际工作，培养和锻炼我们综合运用所学的基础理论、基本技能和专业知识，去独立分析和解决实际问题的能力，把理论和实践结合起来，提高我们的实际动手能力，为将来我们毕业后走上工作岗位打下一定的基础。通过这段时间的学习，从无知到认知，到深入了解，让我深刻的体会到学习的过程是最美的，在整个实习过程中，我每天都有很多的新的体会，新的想法。

在日常生活和工作中，我们经常会提到商务礼仪，那么，什么是商务礼仪?它的核心问题是什么?商务礼仪是在商务活动中体现相互尊重的行为准则。商务礼仪的核心是一种行为的准则，用来约束我们日常商务活动的方方面面。商务礼仪的核心作用是为了体现人与人之间的相互尊重。这样我们进行商务礼仪培训就显得十分重要。用一种简单的方式来概括商务礼仪，它是商务活动中对人的仪容仪表和言谈举止的普遍要求。

我们明白讲究礼仪不仅仅是表面文章，实际上是一个人、一个企业的生存之道、立足之本。所以，我们应该学好礼仪，并且真正用好礼仪，为自己、为团队、为企业从自己做起。

实训的第一天，老师给我们大概的讲解了接下来的几天我们所要学习的内容和我们必须完成的任务，包括一个情景剧每个人站姿坐姿蹲姿走姿的展示还有一个三千字的读书报告，下午我们去了形体教室，这是我第一次进到四面都是镜子的房间，自己的一举一动都可以在镜子中得到反映，每个人也都会更加的注重仪态，同时老师也分组教授了站姿坐姿蹲姿走姿的基本要领，每个同学都在镜中看到自己的姿态，不可否认，每个同学都有自己的不足之处，也因为之前大家都没有经过系统的培训，没有接触过礼仪，所以缺陷很多，通过老师不厌其烦的讲解和修正，课程结束后，很多同学的仪态都或多或少的有所提升。

第二天我们看了有关商务礼仪的视频，它让我对商务礼仪有了有深层次的了解。商务礼仪是在商务活动中体现相互尊重的行为准则。我们可以用一种简单的方式来概括商务礼仪，它是商务活动中对人的仪容仪表和言谈举止的普遍要求。在这段视频中系统地介绍如何化职业妆如何挑选适合自己的职业装等等，通过这些学习使我们在商务场合中事事合乎礼仪，处处表现自如、得体，从而使商务交往活动顺利进行，事半功倍。商务礼仪知识共享礼仪是人际交往的艺术，教养体现细节，细节展现素质。要塑造良好的交际形象，必须讲究礼貌礼节，为此，就必须注意你的行为举止。举止礼仪是自我心诚的表现，一个人的外在举止行动可直接表明他的态度。做到彬彬有礼，落落大方，遵守一般的进退礼节，尽量避免各种 不礼貌、不文明习惯。 其中有很多是细节问题是我们需要注意的。 之后通过将近三天的假期，同学们自行编排剧目并安排角色，在网上搜集资料，了解一些礼仪方面的细节以期在最后的表演中做到完美。之后老师也礼仪利用一个下午给我们播放视频让我们了解一些中餐西餐中的礼仪，如何使用刀叉，每个杯子的作用等等。

然后我们进行了紧凑的排练，并利用一天的时间跟老师沟通在老师面前进行表演，在修正一些表演中不足的部分使表演更加完美，不得不说，我们的情景剧还有很多的不足之处，我们的情景剧是以西餐宴请为题，由于对西餐所需注意的细节不是很清楚，服装没办法弄到完全一致等等，存在的问题还有很多。

最后一天，所有同学集中到一起，分别表演了这些天密集训练的成果，有的表演的是职场应聘有的是机场接送有的是拍卖会场等等。每个组都各有优劣，但不得不说同学们的进步都很大，很多组服装妆容都很整齐，姿态也大有进步，很有职场白领的范儿。

一个多礼拜的实训很快就结束了，通过这一个多星期的礼仪学习，受益匪浅，让我知道了在工作生活中一个人的言 行举止是如此重要，知道了礼仪所涵盖的文化的风采。实训让我知道了商务礼仪 是一门社会科学，也是一种人际交往艺术的运用，更是能折射出个人与企业的文化水平。它的核心在于一种行为准则，用来约束我们日常商务活动的各个方面与细节。礼仪就是能帮助我们在各个场所中事事合乎礼仪，使我们的能够达到事半功 倍的效果。这就是礼仪的妙处。我们首先学习了礼仪的概念,以及礼仪所涉及的各个方面,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.国际礼仪讲的是交往艺术,是待人接物之道.课堂中 还不时有同学的演习。

一个多星期的礼仪实训，虽然时间很短，就是看看视频，练练站姿，坐姿，握 手，拥抱，微笑，递名片以及服装方面等一系列在日常商务中经常用的几个，虽然看上去很简单，但是在细节方面，还是有很多需要注意的。就拿握手举例吧，在正规的商务场合，则应该基于位高者先伸手的原则下，但是身份不同是不一样应有不同的原则。例如，女士是公关经理，男士是董事长，女士职位显然比男士低，两个单位商务交往，就是董事长地位高，因此应该由董事长先伸手。但是在一般性的社交场合，无论职位高低，仍然是女士优先，大家在一块玩，不讲职务，不讲头衔，那么在礼仪上就是女士的地位高于男士，因此应该由女士先伸手。握手时最佳的做法是稍微用力，但是不能太狠。有的人为了表示自己的热情而刻意用力握手，其实握手无力确实是一种缺乏热情的体现，但是每个人本身握手的自然力度其实可以在其外表个性和自然表现中察觉，过于刻意的用力握手是完全可以被人察觉，这样的力度不但不会为 热情 加分，反而有些失礼会减分。但不管做什么，最重要面带微笑，做到彬彬有礼，自然大方。看上去很简单的一个握手，其中就这么多细节，那其他的就更不用说了。就不一一举例了。

礼仪实训时间虽然很短暂，学习的内容也比较简单，但是实际上对我们以后

进入社会后帮助是很大的，学的只是礼仪中的一点皮毛而已，但最起码让我们有 了那种意识!相信对大多数人感受最深的就是要有团队精神，如果一个小组内部不和谐，没有这个合作的意识，只有一两个人积极的想要完成这个任务而其他人却无动于衷，相信这是谁都不愿看到的景象。而老师们想要看到的也就是同学们 和小组间能相互合作一起完美的完成表演，让我们能意识到团队精神在生活中不 管是学校或者出去社会对我们都有着很大的影响力。让我们了解到很多事情不会 是只要一个人就能完成的，更多的是需要与身边的人团结合作的完成。通过学习商务礼仪，让我感触良多。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 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。

可能这就是我在这次实训中最大的收获，我也会在今后的生活中继续了解礼仪知识并运用这些学到的礼仪。

商务礼仪与实训总结 篇2

为期一周多的商务礼仪实训横快就结束了。虽然时间很短,但这次实习让我感受颇深。才知道一个人的言行举止在商业活动中是如此的重要,才知道一个人的言行举止中蕴含了如此多的东西,也才知道礼仪一词所涵盖的文化跟修养。商务礼仪在我们的生活中扮演了越来越重要的角色， 通过这一周多的学习，我从殷老师那里学到了许多有关商务礼仪方面的知识，不仅拓宽了知识面，而且许多东西在我的日常生活中也已经用到。注意那些极重要的小节、细节的精致与精彩，从而使你的职业形象更加完美。往往有一些小地方，也许是忘了或未发觉的小事，会令你尴尬。

这是我第一次系统的了解和学习礼仪知识，通过一系列的讲授、观看视频讲座和排练情景剧来让我们参与其中，同时也让我们知道正确的站姿坐姿蹲姿和走姿，在学习的同时开始改变，并把学习到的知识运用到实际生活中，练就好的仪态不仅能提升我们的自信，同时也可以让我们拥有更多的机会。在这一周多的时间里，我们学会了如何注重仪表，如何进行着装搭配，同时还学会与不同人士之间的握手、介绍、递交名片礼仪，还有简单学习了用餐礼仪。

我们知道在大学教育中，实习是一个极为重要的实践性环节。通过实习，可以让我们在实践中接触到与我们专业相关的一些实际性问题，培养和锻炼我们综合运用所学的基础理论，基础技能和专业知识，去独立分析和解决实际性问题的能力，把理论和实际结合起来，提高我们的实际动手能力，为将来走向工作岗位打下一定的基础。通过这段时间的学习，从无知到认知，让我深刻的体会到学习

的过程是美好的。在实习过程中，我每天都有新的感受，新的想法。

本次实训，我们首先学习了礼仪的概念，以及礼仪所涉及的各个方面，课堂中还不时有朋友们的演习，老师的示范，听来也容易接受，更可以根据所学习的礼仪知识来衡量自己!因为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，在我们接待校友的途中，礼仪也是至关重要的。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!

礼仪最基本的功能就是规范各种行为。商务礼仪作为指导、协调商务活动中人际关系的行为方式和活动形式，广泛涉及社会经济生活的各个方面，并为社会中全体成员调节相互关系的行为规范。在商务礼仪培训中，老师主要讲述了关于如何接待客人、如何交换名片、在宴席中宾主的礼仪知识、以及对于男女着装的问题在不同场合该如何搭配等方面的问题。在职场中，男士应该穿西裤皮鞋衬衫，整体保持适应协调性，在颜色的搭配选择上，应该以净色为主，全身的颜色不应超过3种。在选择衣服着装的问题上，尽量能够让衣服衬托人，不能让衣服抢了自己，让肤色决定服色，脸型决定领形，体形决定款型，价位决定价位。着重从颜色、款型、质地三个大的当面去选择服装，穿出自己的个性、穿出自己的品味。对于职场形象塑造应秉承这样一个原则：远看头，近看脚，不远不近看中腰。男人看表，女人看包，女人看头，男人看腰。在商务礼仪交往中，在作出相互介绍时，应该先把地位低者介绍给地位高者，把年轻的介绍给年长的把本单位的介绍给其他单位的人。

有礼走遍天下，无礼寸步难行。对于我们学习金融专业的学生而言，礼仪是工作中必不可少的一门学问，或者说是一门技能。金融行业里经常要跟消费者跟客户打交道，要想别人接受你的业务，就必须要让消费者跟客户接受你这个人，这样才会对你的公司跟业务产生最初的好印象!然而礼仪就是人与人沟通中所必须的诚意，尊重!如果一个人连最基本的礼仪都没有，又有谁能够接受得了他，更别提跟这种粗鲁的人合作做生意了!

中国自古以来就是礼仪之邦。衣食足而知礼仪。礼仪就在我们身边，对每个人来讲都是很重要的。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。 金正昆教授给我们的启示是，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。

商务礼仪看似虚无抽象，其实包含在我们每一天的工作中。作为一名工作在服务岗位的员工，每天都会接触一些不同层次、不同修养的人，这些人都是我的客户，他们就是我在商务交往中的对象。对照自已在为客户服务中的一言一行，我感觉有很多地方都还有待改进。对待客户，既要坚持公司的原则，维护公司的利益，同时也要从客户的角度着想，灵活地处理一些无关原则的小事、琐事，尽可能地为客户提供细致周到的服务，同形形色色的客户处理好关系。

得体的商务礼仪，体现的是一个人道德修养、一个企业的企业文化。人都是平等的，既要尊重自己，同时也要尊重他人。尊重上级是一种天职，尊重下级是一种美德，尊重客户是一种常识，尊重同事是一种本分，尊重所有人是一种教养。而尊重他人是要讲究一定方法和原则的，要善于表达对他人的敬意和友好，为他人所接受，形成互动，否则就可能造成不必要的误会。总的来说，我觉得一个人以其高雅的仪表风度、完善的语言艺术、良好的个人形象，展示自己的气质修养，赢得尊重，便是自己生活和事业成功的基础。所以，如果都能学会尊重他人，包容他人，同时注意自己的说话方式、仪容仪表，以乐观积极的形象去迎接生活的每一天，那么我们不仅能提升自我形象，实现自己的人生价值，还能充分提升公司企业形象，创建健康向上的企业文化，促进公司和谐发展。

礼仪不仅仅表现出自身的道德修养水平，更体现出自己的一种律己、敬人的行为规范，是表现出对他人的尊重和支持。作为以后所在工作单位中的一员，一言一行代表的是个人单位的形象。我们应该更好地将商务礼仪方面的知识运用到工作中来，以更好的状态迎接未来的工作，做好市场工作，提高自身业务知识水平，以迎接更大的挑战。

大学生学习商务礼仪作用和意义以及商务礼仪对大学生社会适应能力的积极作用，学习和了解商务礼仪上知识,对我个人素质的提高有很大的作用。也是我们能以一种很成熟的心态面对人生，在大学，除了知识的学习外，最关键、最基本的是人的能力与素质的提高，大学生应该培养各种能力如：人际交往能力、创新思维能力、掌握信息能力、学习能力和自立能力等等。其中人际交往能力的培养是要讲礼仪的，做为大学生交我们不仅要有高素质，高技能，更要懂礼仪，礼仪是赢的自尊的基础，我们的学生时代就是我们塑造自我形象的时间，通过实训我们了解了社会需要有素质，懂礼仪的大学生，企业需要，我国的发展也需要。过本次实习，我们了解了 商务礼仪知识，提高了个人素质。现在社会商务礼仪已经成为个人素质必不可缺少的一部分，掌握良好的商务礼仪知识是我们走向成功必要的铺路石。

学校里面是一种世界，到社会上面又是另一种世界。虽然是很简单的礼仪实训，但在社会上看到的却是另外的一番情景。不是正规的商场、宾馆，服务人员

的一些动作都不是很到位，也没有像老师所讲述的那样;但毕竟还是学到了许多东西，一些语言的运用，行为举止的表现，以及在人际交往中的礼仪在社会上得到了充分的体现，这些都使我受益匪浅。作为市场营销专业的学生，学习商务礼仪知识必不可少，但是把礼仪规范理论熟记于心将无济于事，更重要是就是懂得在适当的场合表现合适的礼仪举止，在客观的场景凸显标准的礼仪规范。 礼者，节之准也。

商务礼仪与实训总结 篇3

中国，自古就是礼仪之邦，礼仪对于我们炎黄子孙来说，更多的时候能体现出一个人的教养和品位，它标志着一个社会的文明程序，反映着一个民族的精神面貌。

在20xx年的最后一天，大家在报告厅举行了形体与商务礼仪实训的动员大会。这天我们认识了我们的指导老师，她们是李媛媛老师、童茜老师和张超老师。老师们给我们介绍了这两周的实训安排，同时也说明了这次实训的考核方式。这次实训的成绩有三部分组成，分别是20%的实训总结，30%的考勤，50%的礼仪展示和商务情景剧展示。虽然只有短短为期九天的时间，但是我发现这九天里我们要做的有很多。

礼仪是一种待人接物的行为规范，也是交往的艺术。对一个人来说，礼仪是一个人的思想道德水平、文化修养、交际能力的外在表现，对一个社会来说，礼仪是一个国家社会文明程序、道德风尚和生活习惯的展现。有礼走遍天下，无礼寸步难行。而我们是商务英语专业的，今后步入社会，进入职场，我们会较多的和外国人打交道。此时，我们的言行举止所展现的不仅仅代表着是个人素质，也不仅仅代表着公司形象，更是代表着我们整个民族的礼仪。礼仪是塑造形象的重要手段。在日常活动中，交谈讲究礼仪，可以使我们变得文明;举止讲究礼仪，可以使我们变得高雅;穿着讲究礼仪，可以使我们变得大方;行为讲究礼仪，可以使我们变得美好。由此可见，礼仪对于我们的重要性，这次实训的实用性和必要性。我相信通过这次实训，大家的精神面貌肯定会焕然一新的，我们所学到的东西必将会让我们终生受用。

实训的每一天都被安排的满满当当。实训的第二天，我们的任务是仪态礼仪训练。学校从姜泓吟职业培训学校给我们请来了一个专业礼仪培训老师 高利平老师。她首先向我们介绍了什么是礼仪，也让我们了解到礼仪悠久的历史。我也知道了仪态包括举止动作、神态表情和相对静止的体态。人们的面部表情，体态变化，行、走、站、立、举手投足都可以表达思想感情。仪态是表现一个人涵养的一面镜子，也是构成一个人外在美好的主要因素。怎么样才能把我们最好的精神面貌展现出来呢?首先是站姿，女生要把腿并拢，绷直，提臀，站成丁字步,抬头挺胸，眼睛平视前方，把手交叉握好放在腹前。男生要把两脚分开至与肩同

宽，将手放在裤缝两侧，抬头挺胸，眼睛平视前方。其中，最重要的是要时刻保持着微笑，露出6-8颗牙齿。我不得不说这样的站姿真的非常累，但是大家都在坚持。老师们不断的给我们纠正姿势。高老师更是边跟我们讲解要注意的地方边给我们灌输一些关于礼仪的小知识，偶尔还有一些笑话。我们也算是 苦中作乐 了。除了站姿，我们还学了鞠躬，鞠躬可以分成15 鞠躬、45 鞠躬、90 鞠躬。一般场合下，我们可以使用15 鞠躬来表示问候，而45 鞠躬表示感谢，90 鞠躬则表示道歉。除此之外，我们还学了 请 的姿势，有小请、中请、大请三种，以及蹲的姿势和走姿。这个下午，我们 度秒如年 ，真正意识到了礼仪是一门大学问，要想学好礼仪，我们任重而道远。礼仪是要靠平时生活中一点一滴积累的，也不可能一蹴而就的。

学习了仪态礼仪，接下来我们要学的是仪容仪表礼仪。这一项课程由姜泓吟老师来给我们讲解。姜老师首先教我们正确洁面的步骤，每个人应该根据自己的皮肤来选择适合自己的洗面奶，正确的使用洗面奶。如果女生化了妆，那么就要先卸妆再进行洁面。男生也要进行彻底的洁面，而不是睡前直接用水洗把面。清洁不彻底会造成毛孔堵塞，所以痘痘就会来了。尤其是在昆明这个灰尘满天飞的城市，我们更加要做好清洁工作，给皮肤进行大扫除。要想在以后的岁月里也保持年轻，那么我们从现在开始就是对皮肤进行保养工作。光光是清洁是远远不够的，更重要的是做好补水、保湿工作，让皮肤富有弹性。我们都知道昆明是一个紫外线很强，气候又很干燥的城市。对于火辣辣的太阳，我们大家都是 裸 着出门，既不打伞也不擦防晒霜。后果就是回家听到最多的一句话就是 你怎么这么黑了啊 !一旦黑了，无论再怎么下功夫都很难恢复到之前的肤色了。可见，防晒工作的重要性。眼睛，是心灵的窗户。眼部的护理是至关重要的，由于眼部皮肤极其娇嫩，易疲劳，十分容易产生黑眼圈，长皱纹。根据不同的年龄段，我们要选择正确的眼霜来对眼部进行护理。我们现在要做的就是未雨绸缪。化妆，对于一名职业女性来说是一门必修课。老师们为了让我们更好的学会化妆，把我们分成10人一组，每组都会有一名专业的化妆老师来帮同学化妆做示范，讲解化妆要注意的要点。例如怎样选择粉底，怎样涂抹，怎样画眉毛，怎样画眼线我们学到了很多化妆的知识，还总结出了一个结论我们要经常拿自己练练手，学会化妆。除此之外，老师还给我们讲了职业装的搭配方法，穿衣技巧以及色彩搭

配。同时，我们也在为我们的礼仪展示做准备。每天都感觉过得很充实，可以学到许多之前都不知道的东西。

第四天，我们大家按小组形式去往了各个商店、宾馆等观察商务礼仪，为每组的商务场景模拟训练收集素材。

第五天，高老师给我们讲的是商务接待与办公礼仪。商务交往活动中,接待是给客户留下良好第一印象的重要工作，为下一步深入的交往打下基础，接待要有周密的布置。接待的程序：预约 准备 接待 送客。那么,怎样才能使客户体会到你的热情好客、礼貌待人的诚意呢?大体上应做到以下几点: 对于如约而来的客人，要表示热情、友好。 对贵客或远道而来的客人，要指派专人出面，提前到达双方约定的地点，恭候客人的到来;接待人员要提前到达机场或车站，以示对客人的尊重。我们要做到要文明待客、礼貌待客、热情待客，接待工作在礼仪方面应做到严谨、热情、周到、细致。文明待客主要以主人的语言、举止和态度来体现：来有迎声、问有答声、去有送声。送客时的寒暄之辞：提醒客人的随身物品，对即将离去的客人说些客气的话，使客人愉快的离去。商务人员在与客户和上司乘坐电梯时，也应注意相应的礼仪。必须主导客人上、下电梯。首先必须先按电梯按钮，如果只有一个客人，可以以手压住打开的门，让客人先进，如果人数很多，则应该先进电梯，按住开关，先招呼客人，再让公司的人上电梯。出电梯时刚好相反，按住开关客人先出电梯，自己才走出电梯。如果上司在电梯内，则应让上司先出，自己最后再出电梯。除此之外，我们还要注意名片的递送，电话礼仪..?.

学完了商务接待和办公礼仪，我们在李媛媛老师的带领下去悠然 德尼咖啡沙龙学习西餐礼仪。一个给人非常轻松的工作室，在那里，我们见到了各种咖啡机，闻到了浓郁的咖啡香，也品尝到了热腾腾的美式咖啡。那里的老师首先给我们介绍了礼仪的含义，礼仪的作用，西餐文化在欧洲，所有跟吃饭有关的事，都被备受重视，因为它同时提供了两种最受赞赏的美学享受 美食与交谈。除了口感精致之外，用餐时酒、菜的搭配，优雅的用餐礼仪，调整和放松心态、享受这环境和美食、正确使用餐具、酒具都是进入美食的先修课。去高档的西餐厅，男士要穿整洁;女士要穿晚礼服或套装和有跟的鞋子，女士化妆要稍重因为餐厅内的光线较暗，如果指定穿正式的服装的话，男士必须打领带，进入餐厅时，男

士应先开门，请女士进入，应请女士走在前面。入座、点酒都应请女士来品尝和决定。就座时，身体要端正，手肘不要放在桌面上，不可跷足，与餐桌的距离以便于使用餐具为佳。餐台上已摆好的餐具不要随意摆弄，要将餐巾对折轻轻放在膝上。使用刀叉进餐时，从外侧往内侧取用刀叉，要左手持叉，右手持刀;切东西时左手拿叉按住食物，右手执刀将其锯切成小块，然后用叉子送入口中。使用刀时，刀刃不可向外。进餐中放下刀叉时，应摆成 八 字型，分别放在餐盘边上。刀刃朝向自身，表示还要继续吃。每吃完一道菜，将刀叉并拢放在盘中。刀、叉又分为肉类用、鱼类用、前菜用、甜点用，而汤匙除了前菜用、汤用、咖啡用、茶用之外，还有调味料用汤匙。在吃西餐时，我们还要注意酒杯的拿法，正确的持杯姿势应该是用拇指、食指和中指夹住高脚杯杯柱。首先，夹住杯柱便于透过杯壁欣赏酒的色泽，便于摇晃酒杯去释放酒香。如果握住杯壁，就用手指挡住了视线，也无法摇晃酒杯;其次，饮用葡萄酒讲究一定适饮温度，如果用手指握住杯壁，手温将会把酒温热，影响葡萄酒的正常水平。我们要牢记这些礼仪，以便今后踏入职场使用。

商务谈判作为一项为切磋商达成合作关系而进行的商务活动是一个严谨重要的过程。商务谈判与签约礼仪扮演着很重要的角色。不了解这些礼仪,随时会陷入麻烦,甚至危及公司的形象和利益或是破坏公司关键的商务关系。熟练掌握一定的商务谈判礼仪有助于在商务谈判中获得成功。商务谈判之前首先要确定谈判人员，与对方谈判代表的身份、职务要相当。谈判代表要有良好的综合素质，谈判前应整理好自己的仪容仪表，穿着要整洁正式、庄重。还要布置好谈判会场，采用长方形或椭圆形的谈判桌，门右手座位或对面座位为尊，应让给客方。 谈判前应对谈判主题、内容、议程作好充分准备，制定好计划、目标及谈判策略。谈判之初，谈判双方接触的第一印象十分重要，言谈举止要尽可能创造出友好、轻松的良好谈判气氛。姿态动作也对把握谈判气氛起着重大作用，应目光注视对方时，目光应停留于对方双眼至前额的三角区域正方，这样使对方感到被关注，觉得你诚恳严肃。签约仪式上，双方参加谈判的全体人员都要出席，共同进入会场，相互致意握手，一起入座。双方都应设有助签人员，分立在各自一方代表签约人外侧，其余人排列站立在各自一方代表身后。助签人员要协助签字人员打开文本，用手指明签字位置。双方代表各在己方的文本上签字，然后由助签人员互

相交换，代表再在对方文本上签字。签字完毕后，双方应同时起立，交换文本，并相互握手，祝贺合作成功。其他随行人员则应该以热烈的掌声表示喜悦和祝贺。

第八天，这天是我们的礼仪和商务情景剧展示。尽管天气十分的寒冷，但是大家热情高涨，通过了一个多星期的学习，我们要借助这个舞台来展现我们的收获，我们的成果。女生为了礼仪展示坚持穿了丝袜，带着淡妆上阵，男生们也打起了领带。走进报告厅，忽然给人一种身在职场的感觉。每个小组的三分钟礼仪展示都各具特色，每位同学都精神抖擞，这就是这次实训的目的。不仅仅是这一天，以后的生活中我们也要这样保持下去。商务情景剧五花八门，有西餐礼仪的，有签约礼仪的，有酒店接待礼仪的.大家把其中所包含的礼仪展现的淋漓尽致，会场中时不时就会爆发出一阵阵的笑声，一阵阵的掌声，我们快乐的学习着。表演结束，老师们点评了我们的表现，告诉了我们今后遇到真实的商务场景该注意的事项。让人高兴的是，每个人真的学到了一些东西，还有我们小组在这次展示中获得了第三名不错的成绩。我们为之欢呼，为之喜悦，为之喝彩。

学校里面是一种世界，到社会上面又是另一种世界。虽然是很简单的礼仪实训，但在社会上看到的却是另外的一番情景。在如今竞争这么激烈的社会，大学生毕业后找工作越来越难，如何能让自己在人群中脱颖而出呢?靠的不仅仅是过硬的专业知识，更重要的一个人的礼仪。通过这次实训的学习，我懂得了得体的言行举止可以提升个人素养，方便我们以后应酬交流，也有助于维护企业形象，让我们从自身的言行举止开始，把礼仪运用到日常生活中去，做一个有品德、有修养、有礼仪的人!

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn