

# 2023年仪表礼仪心得体会 仪容仪表心得体会(汇总5篇)

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。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心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 仪表礼仪心得体会篇一

### 1、服饰着装：

(1) 上班时必须穿工作服，工作服要整洁，纽扣要扣齐，不允许敞开外衣，非工作需要不允许将衣袖、裤管卷起，不允许将衣服搭在肩上。

(2) 制服外衣衣袖、衣领不显露个人衣物，制服外不显露个人物品，服装衣袋不装过大过厚物品，袋内物品不外露。

(3) 上班统一佩戴工号牌，工号牌应端正地戴在左前胸胸襟处。

(4) 非当班时间，除因工作或经批准外，不穿着工作服或携带工作牌外出。

(5) 鞋袜穿戴整齐并保持清洁，鞋带系好，不允许穿鞋不穿袜，非工作需要不允许打赤脚或穿雨鞋到处走。

(6) 当班时间尽量统一穿着黑色平底布鞋或皮鞋，女员工应穿肉色丝袜或白袜，男员工不允许穿肉色丝袜。

(7) 不允许穿背心、短裤、拖鞋。

(8) 男女员工均不允许戴有色眼镜，不佩戴多余首饰。

## 2、须发：

(1) 女员工前发不遮眼，不披发，不梳怪异发型。

(2) 男员工后发根不遮领，不盖耳，不留胡须，不梳怪异发型。

(3) 男女员工不允许剃光头。

## 3、个人卫生：

(1) 保持手部干净，指甲不允许超过指头两毫米，指甲不允许残留污物，不涂有色指甲油。

(2) 员工应经常洗澡防汗臭，勤换衣服。衣服因工作而弄湿、弄脏后应及时换洗。

(3) 上班前不允许吃异味食品，保持口腔清洁，口气清新，早晚刷牙，饭后漱口。

(4) 保持眼、耳清洁，不允许残留眼屎、耳垢。

(5) 女员工不允许浓妆艳抹，避免使用味浓的划转品。

(6) 每天上班前应注意检查自己的仪表，上班时不能再业主面前或公共场所整理仪容仪表，必要时应到卫生间或工作间整理。

## 4、行为举止：

员工的行为举止是指员工在日常工作、服务和日常生活中的

动作行为。在服务中员工的行为举止直接影响公司的声誉，恰当合理的行为举止不但可以维护公司利益，同时也给业主和客户留下较深的印象。

## 仪表礼仪心得体会篇二

### 第一段：引言（150字）

仪表实习是我大学期间的一次重要实践活动，这次实习让我更加深入地了解职业生涯中仪表的重要性。在实习的过程中，我积累了一些经验和体会，对于仪表的认识也得到了不同程度的提升。在这篇文章中，我将谈谈我对仪表实习的感悟和体会。

### 第二段：对仪表实习的重要性的认识（250字）

在仪表实习过程中，我深刻认识到仪表对于一个人的职业发展和学术研究的重要性。仪表不仅仅是外表的打扮，更是一种礼仪、修养和内涵的体现。一套合理的仪表规范不仅使我在与同事和上司的交流中更加得体，还使我在工作中更加自信、专业。从这个角度看，仪表实习是非常有意义的，它不仅能提高个人的仪表素养和修养，还能为未来职业的成功奠定基础。

### 第三段：仪表实习的经验总结（400字）

在仪表实习中，我积累了一些宝贵的经验与体会。第一，要注重细节。细节决定成败，仪表实习也不例外。从穿着、仪态到沟通技巧，每一个细节都要注意到位。第二，要求实效。仪表实习的目的是提高自己的仪表素养，因此要注重实际效果。只有在实践中不断改进和完善，才能真正提高自己的仪表水平。第三，要与他人合作。仪表是一个团队性的事情，我们不仅要与同事相互配合，还要向他们学习。在与他人的交流和合作中，我们能够不断提升自己的仪表水平。

#### 第四段：仪表实习的收获和成长（250字）

通过这次仪表实习，我不仅提高了自己的仪表素养和修养，也培养了自己的审美能力和表达能力。在实习的过程中，我不断反思和总结，并积极参与到不同的活动中去，通过不断锻炼和实践，我逐渐形成了一套自己的仪表规范。这次实习对于我个人来说是一次很好的成长机会，我相信这些经验和收获将会伴随着我未来的职业生涯。

#### 第五段：对未来的展望及结论（150字）

通过这次仪表实习，我对自己未来的职业生涯有了更明确的规划和展望。我将更加注重自己的外表形象和仪表素养，并通过不断学习和提升，全面提高自己的专业能力和修养。我相信，只有拥有优秀的仪表素质，才能更好地适应职场的竞争，取得成功。

总结：

仪表实习是大学生职业生涯中一次非常重要的实践活动。通过仪表实习，我深刻认识到了仪表的重要性，通过积累经验与总结，我提高了自己的仪表素养和修养。这次实习对我个人的成长和未来的发展都产生了积极的影响。我相信，只有通过不断锻炼和实践，我们才能真正提高自己的仪表素质，取得职业生涯的成功。

### 仪表礼仪心得体会篇三

煤仓中的煤粉经称重后和甲醇废水、添加剂一起送往磨机研磨，制成小于3mm浓度为60~65%的水煤浆送往磨机出料槽经出料槽泵送往分滤器，将大于3mm的颗粒分离出来送回研磨机，小于3mm的导入煤浆槽，经过给料泵到达德氏古气化炉。氧气和煤浆以一定的比列通过工艺烧嘴在满足4.0mpa[1350条件的气化炉中燃烧生成一氧化碳、二氧化

碳、氢气等气体。气体经激冷室降温后携带有大量的水汽和细小的煤渣送往洗涤塔;大颗粒煤渣送往锁斗,锁斗每30min开启一次将煤渣倒入渣斗,大部分煤渣被捞渣机捞取,剩下的黑水送往沉降槽将其中的细煤渣分离出来,水去污水处理。在洗涤塔中将合成气中的细煤粉除去,降低含水量送往变换。洗涤塔中的水经过高压闪蒸和低压闪蒸罐后送往沉降槽。

答:测温元件:热电偶、热电阻、双金属温度计。

热电阻[pt50][pt100][cu50][cu100];热电偶:铂铑30——铂铑10、铂铑10——铂、镍铬——镍硅、镍铬——铜镍。

温度变送器:将电阻信号转化为电流信号。

测压元件:液柱式(u形管压力计)、弹性式(波纹管、波登管、膜片)、压阻式压力计、压电式压力计。

流量计:电磁流量计、差压流量计、转子流量计、容积流量计、漩涡流量计、罗茨流量计。

从开始在神木化工实习至今已有一个多月,在这期间从学生逐渐转变为打工一族,习惯了所在实习单位的各项规章要求。从学生到打工一族的转变使自己感到做任何事情前都必须要有了一颗负责任的心,做事前需要预计后果,做事时必须谨慎,事后做记录的原则,确保自己的行为安全可靠。

通过电缆输送至执行机构完成相应的控制,另一方面将结果送往服务器供操作站和工程师站监控,工程师站也可以直接访问控制器读取数据。工程师站用于对系统的维护、下装、组态。操作员站用于对设备的实时监控满足工艺需要。其中为了保证控制系统的稳定性对于关键设备采取了冗余,例如服务器、控制器、监控网络、系统网等在主设备出现故障时可以实现无扰自动切换。在软件方面由实时监控软件和组态软件构成,组态软件将硬件和监控软件紧密的联系起来并赋

予合适的控制算法。在对于国产的国外的设备比较中，其在设备结构的紧密性，数据处理能力，控制算法存，控制精度存在相当大差距。但是性价比便宜容易掌握，培训、维护成本低可以用于中小企业。

气化车间主要是将煤转换为一氧化碳和氢气作为合成甲醇的原料气，包含有德氏古气化炉、烧嘴冷却系统、黑水处理系统、合成气洗涤系统具有结构复杂控制点多的特点，对于关键部位的控制采取了双气阀控制和设置联锁来保证设备的运行安全。在气化车间对于重要设备采取同一种变量多种测量仪表进行测量，这样可以在自动控制仪表出现问题后采取强制联锁实现对设备的手动控制控制，用以保证生产继续进行防止停车事故。对于同一种被控变量在不同的设备、流体介质下采取的测量方法，例如：对于流量的测量取压方式有角接和法兰，导压方式有毛细管和导压管，对于含杂质流体可以采用电磁流量计。在气化车间仪表种类繁多、结构各异大多拥有相似的工作原理，在实习过程中应当注意对于基础知识积累并且达到精通。

在过去的一个月里看到了许多仅仅在课本里能看到的测量仪表，意识到理论和实践之间的这道鸿沟并没有想象的那样容易实现。在接下来的时间里要注重理论知识的积累和运用方法的积累。

## 仪表礼仪心得体会篇四

随着科学技术的进步，仪器设备的数目和种类也越来越丰富，仪器的使用也成为了科研工作中不可或缺的一部分。在大学学习期间，学生们通常会接触到各种仪器，以帮助他们更好地掌握理论知识并加深对学科知识的理解。本文旨在分享我在进行仪表实验时所获得的经验和体会。

首先，对仪器原理和操作流程的深入理解是非常重要的。在实验室中使用仪器的过程中，仪器的原理和操作流程是至关

重要的。仪器的原理指的是仪器内部的结构、合适的操作条件等知识，而操作流程是关于如何使用仪器的知识。需要我们对仪器内部结构进行深入的了解，才能更好地理解其实验原理。同时，操作流程的掌握也是至关重要的。我们需要耐心细致地学习操作方法以及维护保养方法，并实践多次以提高自己的熟练度。在掌握好这些方面后，我们才能更好地运用仪器，从而更好地完成实验任务。

其次，准确的数据记录和处理对实验结果的准确性至关重要。在实验中记录数据的准确性决定了结果的可靠性。我们需要仔细记录每次实验中的数据，确保数据的可靠性。在实验数据记录时，注意记录仪器的量程和精度，保证数据的精准度。同时，数据的处理也是十分重要的。在数据处理中要注意误差的来源，选用合理的处理方法，加强对数据的分析和还原过程的监管，确保数据的准确性和真实性。

除此之外，安全意识和仪器保养也是必须要考虑的问题。在使用过程中，对于仪器的安全与合理准确性也是十分重要的。我们需要遵守实验室的规章制度，保持正确的使用姿势，防止一些安全方面的问题出现，如短路、漏电、误伤等。此外，保养仪器也是我们需要注意的问题。仪器使用结束后，及时进行清洗、消毒、包装以及密封存储，以保证仪器的正常运转，避免出现故障。

最后，通过实验对理论知识的总结和思考有助于对理论的加深认识。在实验过程中，我们需要根据实验结果对实验原理进行总结和思考，深入了解实验原理，并结合目前学科知识进行理性思考，从而提高自己的仪器使用能力和对学科知识的理解深度。同时，在实验过程中，对于出现的问题及时进行总结，在下次实验过程中进行加强和改进，提高实验的效率，减少实验过程中的错误。

总之，仪表实验不仅是对理论知识的深入掌握，更是对学生实践能力的一次锻炼和提高。在实验过程中，我们需要深入

掌握仪器的结构原理和操作方法，准确地记录和处理数据，注意安全和仪器的保养，最后对实验结果进行总结与思考，提高自己的实践能力和对学科知识的深入认识。

## 仪表礼仪心得体会篇五

### 1、得体的着装

茶的本性是恬淡平和的，因此，泡茶师的着装以整洁大方为好，不宜太鲜艳，女性切忌浓妆艳抹，大胆暴露；男性也应避免乖张怪诞，如留长发、穿乞丐装等，总之，无论是男性还是女性，都应仪表整洁，举止端庄，要与环境、茶具相匹配，言谈得体，彬彬有礼，体现出内在文化素养来。

### 2、整齐的发型

要求发型原则上要根据自己的脸型，适合自己的气质，给人一种很舒适、整洁、大方的感觉，不论长短，都要按泡茶时的要求进行梳理。

### 3、优美的手型

作为茶艺人员，首先要有一双纤细、柔嫩的手，平时注意适时的保养，随时保持清洁、干净。

### 4、娇好的面部

茶艺表演是淡雅的事物，脸部的化妆不要太浓，也不要喷味道强烈的香水，否则茶香易被破坏，破坏了品茶时的感觉。

### 5、优雅的举止

一个人的个性很容易从泡茶的过程中表露出来。可以借着姿态动作的修正，潜移默化一个人的心情。做茶艺时要注意两



件事：一是将各项动作组合的韵律感表现出来；二是将泡茶的动作融进与客人的交流中。

## 茶艺师的服务姿态

在茶艺活动中，要走有走相，站有站相，坐有坐相。

### 1、茶艺人员的走姿

如是女性，行走时脚步须成一直线，上身不可摇摆扭动，以保持平衡。同时，双肩放松、下颌微收，两眼平视。并将双手虎口交叉，右手搭在左手上，提放于身前，以免行走时摆幅过大。若是男士，双臂可随两腿的移动，作小幅自由摆动。当来到客人面前时应稍倾身，面对客人，然后上前完成各种冲泡动作。结束后，面对客人，后退两步倾身转弯离去，以表示对客人的恭敬。

2、茶艺人员的站姿在泡茶过程中，有时因茶桌较高坐着冲泡不甚方便，也可以站着泡茶。即使是坐着冲泡，从行走到下坐之间，也需要有一个站立的过程。这个过程，也许是冲泡者给客人的“第一印象”，显得格外重要。站立时需做到双腿并拢，身体挺直，双肩放松，两眼平视。女性应将双手虎口交叉，右手贴在左手上，并置于身前；男士同样应将双手虎口交叉，但要将左手贴在右手上，置于身前，而双脚可呈外八字稍作分开。上述动作应随和自然，避免生硬呆滞，而给人以机器人感觉。

### 3、茶艺人员的坐姿

冲泡者坐在椅子上，要全身放松，端坐中央，使身体重心居中，保持平稳。同时，双腿并拢，上身挺直，切忌两腿分开，或一腿搁在另一腿上，不断抖动。另外，应头部上顶，下颌微作收敛，鼻尖对向腹部。如果是女性，可将双手手掌上下相搭，平放于两腿之间；而男士则可将双手手心平放于左右两

边大腿的前方。

## 茶艺师的言谈得体

进行茶艺活动时，通常主客一见面，冲泡者就应落落大方又不失礼貌地自报家门，最常用的语言有：“大家好!我叫某某，很高兴能为大家泡茶!有什么需要我服务的，请大家尽管吩咐。”冲泡开始前，应简要地介绍一下所冲泡的茶叶名称，以及这种茶的文化背景、产地、品质特征、冲泡要点等。但介绍内容不能过多，语句要精炼，用词要正确。否则，会冲淡气氛。在冲泡过程中，对每道程序，用一二句话加以说明，特别是对一些带有寓意的操作程序，更应及时指明，起到画龙点睛的作用。当冲泡完毕，客人还需要继续品茶，而冲泡者得离席时，不妨说：“对不起!我可以离开一会儿吗?”这种征询式的语言，显示对客人的尊重。

总之，在茶艺过程中，冲泡者须做到语言简练，语意正确，语调亲切，使饮者真正感受到饮茶是一种高雅的享受。

## 茶艺师的服务用语

- 1、迎宾语：您好，请进!请问您几位?做大堂还是雅间。
- 2、请看茶单，请问您喝什么茶?
- 3、现在可以泡茶了吗?
- 4、请问各位喜欢喝口味浓点的，还是一般的?
- 5、请慢品，如果有事，请按呼叫器。
- 6、送客语：您慢走，欢迎再次光临

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档