# 2024年辞职报告辞职报告辞 请问辞职报告(实用8篇)

来源：网络 作者：天地有情 更新时间：2024-06-16

*报告是指向上级机关汇报本单位、本部门、本地区工作情况、做法、经验以及问题的报告，写报告的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家整理的报告范文，仅供参考，大家一起来看看吧。辞职报告辞职报告辞篇一辞职申请就是辞职报告。甚至有...*

报告是指向上级机关汇报本单位、本部门、本地区工作情况、做法、经验以及问题的报告，写报告的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家整理的报告范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**辞职报告辞职报告辞篇一**

辞职申请就是辞职报告。甚至有些人把申请和报告结合在一起。

首先得考虑有没有申请的必要。辞职报告是辞掉工作的报告，报告人一定要事先考虑好在做决定，不可仓促了事，事后后悔不已，造成不必要的痛苦和烦扰。

辞职报告必须将报告的事项理由交代清楚，让对方彻底了解你的要求和具体状况。

辞职报告语言表达要精确，文字要朴实。

(一)标题

辞职报告第一行正中写上报告的名称。一般辞职报告由事由和文种名组成，即以“辞职报告”为标题。标题要醒目，字体稍大。

(二)称呼

要求在标题下一行顶格处写出接受辞职报告的单位组织或领导人的名称或姓名称呼，并在称呼后加冒号。

(三)正文

正文是报告的主要部分，正文内容一般包括三部分。

首先要提出报告请辞的内容，开门见山让人一看便知。

其次申述提出报告的具体理由。该项内容要求将自己有关辞职的详细情况一一列举出来，但要注意内容的单一性和完整性，条分缕析使人一看便知。

最后要提出自己提出辞职报告的决心和个人的具体要求，希望领导解决的问题等。

(四)结尾

结尾要求写上表示敬意的话。

(五)落款

辞职报告的落款要求写上辞职人的姓名及提出辞职申请的具体日期。

1.理由要充分、可信。写辞职书，一定要充分考虑辞职的理由是否充分、可信。因为只有理由充分、可信，才能得到批准。但陈述理由的文字应扼要，不必展开。

2.措辞要委婉、恳切。用委婉、恳切的言词来表明辞职的诚意。

辞职报告又称辞职信 、辞职书、辞呈等。它是员工向所在单位或上级主管部门提交的请求解除劳动合同关系的实用文体，是国家机关、人民团体或企事业单位人才管理和人事工作环节中常用的一种事务性文书 。《中华人民共和国劳动法》第24条明确规定：“当事人双方可以协商解除劳动合同”。这种“协商解除劳动合同”正常而便捷的方式就是递交辞职报告和批准辞职请求。由此可见，在现代社会人才流动的过程中，辞职报告的写作和求职信 一样具有同样重要的意义。

一、具体化的原则

从法律意义上说，辞职报告的写作和辞职请求的得以认可，决定着劳资双方现有的劳动合同关系的解除，体现出当事双方对《劳动法》的充分尊重，劳资双方的相关义务和责任都必须以此为基础来承担或解除。而且，尽管社会主义市场经济条件下的人才流动呈现出越来越自由、方便和多元化的特征，但 “慎始善终”仍然是一种非常重要的道德准则。因此，辞职报告坚持以法律为准绳，以道德为准则。虽然要求言简意赅，但它在写作时，对相关内容的表达强调具体、清楚、明白。比如，对自己“个性化”请辞理由的陈述就要写得具体明确。这样既可以使自己的离开心安理得、不留遗憾，又是对自己曾经效力过的单位关心和负责的体现。又如，请求离开的时间安排要具体可行，而且要尽量从对方的角度出发来确定离开的时间，同时也注意给自己留下充分的回旋余地。可以由自己提出具体的时间，也可以采用征询对方意见的方式来确定。此外，对自己离开前后的相关工作的安排要具体细致，尽量争取把因为自己的离开所带来的工作损失减少到最低程度。例如，辞职报告的写作中要强调，在辞职请求未获批准以前，自己依然是单位的一员，会站好最后一班岗;会尽量清楚明白地做好相关业务的交接;还会做一回好老师，带一带接替自己工作的新人，把自己在任职期间积累的\'工作经验和业务资源，例如客户资源、业务网络资源等大方地留在这里等等。

二、情感化的原则

辞职报告的写作和辞职请求的得以认可，充分体现了人与人之间的相互尊重和相互关心。

对于情感化原则我们不能做庸俗化的理解，它实际上就是我们通常所说的人性化的原则。社会主义和-谐社会的建设从某种意义上说就是呼唤人性的回归和人性的美好。“忠厚诚恳”、“诚实守信”、“重情重义”、“善良宽厚”等永远都是美好人性中光彩夺目的内容。因此，用规范化的辞职报告这种形式来解除劳动合同关系，实际上就是把一种冷若冰霜的人事更替行为赋予了更多的人性化和情感化的色彩。要达到这个目标，就需要在写作辞职报告的时候，做到以情驭文、以情动人。这种“情”包括了辞职者对单位的感激之情、歉疚之情和关怀之情等等。纵使是一笔带过，也足以让对方感到温暖。其中，“感激之情”主要针对单位给自己曾经提供的业务培训、自己在单位中积累的工作经验、自己在工作过程中所建立和形成的人际关系网络等。对于任何一个辞职者来说，相关的业务经验和人际关系作为一种永久性的“财富”，都是即将离开的单位所给予的，是一种“隐性”的收获，是自己“厚积薄发”的基础，可以使自己一生受益不尽。因此，饮水思源，不管是出于什么原因提出辞职，借辞职报告的一角抒写自己的感谢之情始终是非常必要的;“歉疚之情”主要是对自己的离开为单位所带来的损失和不便表示由衷的歉意。原单位接受和认可自己的辞职请求，在很大的程度上出于被动，必须用很长的时间和努力来弥补自己的请辞所带来的损失。此外也包括对即将离开的单位的“关怀之情”。不管自己今后要面临多少新的选择，曾经付出过的、曾经得到过的、曾经服务过的、曾经依赖过的，都曾是自己在人生历程中所留下的足迹，岂有不关怀之理?比如说，自己对单位的现状有什么具体看法、对单位未来的发展有什么合理化的建议，以附件的形式写出来，也是体现自己忠厚诚恳和重情重义的好方式。

当然，情感的表现要注意把握好分寸，因为感激之情表达得过于热烈会让人觉得言不由衷，不舍之意表达过于缠绵又会让人觉得虚假造作。

三、艺术化的原则

辞职报告的写作必然要面对“写什么”特别是“怎么写”的问题。因此，这种艺术化的原则首先体现于对辞职报告写作内容的选择。比如就辞职的原因来说，自己之所以请辞，一般都和所在的单位、部门有着或多或少的关系，有些可能还是令人不愉快的。而且对于对方来说，自己的辞职原因可能也是他最为关心的问题。因此，在写作的时候，有些“个性化”的原因不妨写得明确一点。比如在对自己的学识水平和业务能力进行评价的基础上，强调更进一步深造和锻炼的必要性;对自己生活上的困难或者其他方面的特殊情况，而且单位又不能有效地帮助解决的问题可以直言不讳。但有一些原因没有必要直截了当地写出来，比如自己和单位在价值观念上的不同、自己对单位的运作模式和经营方法的批判与反对意见，或者是自己和单位曾经有过的不愉快等。

其次，在具体写作的时候，态度要诚恳，措辞用语要使对方能够接受。如果想借辞职报告来发泄自己的不满或怨恨，那是一种不妥当、不明智的做法。不但会让对方不高兴，而且还可能给自己以后的名声和工作带来不利。如果你实在想一吐为快，可以考虑换一个环境和方式。措辞用语要简洁精炼、委婉动人。另外，在语体的选用上最好是白话语体，语言平实达意就可以了，没有必要堆砌辞藻，把辞职报告写成为文采出众的抒情散文 ，这样就难逃卖弄之嫌。

最后要强调的是，不是所有的人都会去选择这种规范的请辞的方式，但是，在结束一段工作经历的时候，尝试着写一份精彩的辞职报告递交上去。也许，自己会从中得到很多意料之外的收获。

尊敬的领导：

本人现特意向您提出辞职，万望批准，不胜感谢!

我从20xx年x月份入职以来，一直在思考个人的发展问题：

经过这几个月的工作经验的积累和个人对未来的严肃思考，我发现我个人的工作能力有限，无法完成学生家长和公司领导对我工作业绩上的任务目标，我的个人生存理念和公司的各项规章制度与发展前景规范产生了一定程度的冲突。我自认为我无法继续履行作为公司职员应该履行的义务，我也难以将个人的思想统一到公司对人才的要求方面来。

我对每一天漫长的工作时间也是无法承受的。因为每一周、每一天我的工作时间太长，我已经错过太多和同学、朋友沟通感情的机会。

我所带的学生中也有对我的工作成就感到不是很满意的。

这些都对我本人做出任何决定造成了一定的影响。

人生苦短，时间流逝也是很快的，我没有办法不为个人的前途考虑。我必须要为寻求更高或者更适合我的薪资待遇而努力。

所以我郑重在此提出辞职，希望尽速批准，这样公司和我个人都能够有自由发展的空间。而我也希望大家好聚好散，希望公司不要在其他任何方面为难我。

此致

敬礼

辞职人：

日期

尊敬的xx人力资源部：

您好！

由于个人职业规划和一些现实因素，经过慎重考虑之后，特此提出离职申请，敬请批准。

在xx工作一年多的时间里，我有幸得到了各位领导及同事们的倾心指导及热情帮助，在本职工作和音乐专业技能上，我得到了很大程度的提高，在此感谢xx提供给我这个良好的平台，这一年多的工作经验将是我今后职业生涯中的一笔宝贵财富。

在这里，特别感谢各位领导在过去的工作、生活中给予的大力支持与帮助；尤其感谢xx，xx等，一年来对我的信任和关照，感谢所有给予过我帮助的同事们。

望批准我的申请，并请协助办理相关离职手续，在正式离开之前我将认真继续做好目前的每一项工作。

祝公司事业蓬勃发展，前景灿烂。

申请人：xx

**辞职报告辞职报告辞篇二**

急性发作时，多加休息，卧室应明亮，保持室内空气流通，但要避免直接吹风及阳光直射。

平时可常做鼻部按摩，能调节鼻的湿度和促进鼻腔的血液循环,有利于鼻黏液的正常分泌。经常擦鼻两侧还可使鼻腔血流通畅，温度增高，从而可是吸进的空气变温，使肺脏部受冷空气的刺激，免除咳嗽，预防感冒。增强局部气血流通，使鼻部皮肤津润光泽、润肺。

首先就是药物治疗，可以选择一些喷剂，直接喷在鼻子处。

如果鼻炎比较严重的话，通过药物治疗可能没有太大的效果，我们就要采用手术治疗了。

除了手术治疗以外还有就是用针灸，针灸的方法比较管用，可以试试。

**辞职报告辞职报告辞篇三**

双腿分开与肩同宽，俯身，把手放在脚心下面，让手心与之相通，吸气的时候抬头，呼气的时候缓慢放松。这个姿势可以改善颈椎疲劳，可以配合哈巴狗式一起做。

2鱼式

平躺，吸气时将身体弓起，头部和臀部支撑身体，背部形成一个孔;双膝回蜷并且交叉，手掌在头顶合拢或者双臂相交互握肘关节。呼气时身体缓慢放松，平躺。这个动作可以把受力点和延展点放在颈椎，同时对腰椎健康很有帮助，还能消除颈部的皱纹。初学者可以把双腿伸直，这样难度极大地降低了，而且锻炼目标更为明确，这也是颈椎病的治疗方法。

3乌龟式

呼吸的两个动作，如同从壳中探出头的乌龟。跪姿，双膝打开，身体坐直，小腿回蜷至大腿根部;上身前倾，手掌打开，在吸气的时候带动颈椎，下巴上扬。呼气的时候，下颌靠近胸部，运动的重点在颈部。龟式主要锻炼了颈椎的灵活性，对于塑造脖子的线条，消除双下巴也有很大的帮助，这也是颈椎病的治疗方法。

4猫伸展式

保持跪姿，双手和双膝作为重力支撑点，吸气的时候，背部凹下，下巴向上扬起，同时将臀部向上抬起，肩膀向下压，并且手臂伸直;在呼气的时候，拱起背部，让下巴和胸部靠近。四点着地的猫伸展动作，能够有效锻炼到背部和腹部的肌肉，使脊柱更加灵活，难度系数较小，这也是颈椎病的治疗方法。

5狼伸展式

双手和足尖支撑身体，腿部尽量伸展，吸气时头部向后仰，使颈部前侧充分拉伸，手臂与地面垂直，呼气的时候头部慢慢放松回复到正常位置。这个姿势对于26节脊髓充分拉长延展，刺激脑髓和脊髓的连通，对大脑的滋养很有帮助，这也是颈椎病的治疗方法。

6哈巴狗式

双腿伸直，尽量分开，上半身向下俯，双手撑地，保持背部伸展。吸气时，双手垂直伸展，头部向上抬，呼气时，以头顶、肘关节和双脚为重力支撑点，保持腰背伸展。如果觉得难度太大，可以使腿部略微弯曲，以减少对韧带的压力。

**辞职报告辞职报告辞篇四**

正常的写辞职报告时注意以下要素：

1。格式上与一般报告一样，一般写给单位，私人企业给最高负责人，第一段先自报个人在单位职务，简况，第二段写辞职的主要原因，第三段表示遗憾和感谢，并表示有机会合作。最后表示手上工作已完成可交接。

2。语气要平和，不要抱怨和不满，留有将来合作的余地。

3。辞职报告要用电脑打印，要用a4规格，亲自签名，提早一周以上亲自递给领导，并面谈。

具体写法可参考本站范文，结合实际情况，做出适当的修改。

实习生辞职报告 公司员工辞职报告 教师辞职报告 英文辞职报告

辞职报告

推荐：辞职报告辞职报告标准格式范文辞职报告标准格式:开头 正文 结尾的写法 英文辞职信格式 试用期辞职需要写辞职信吗?有关辞职的法律问题 员工创业辞职信模板 老员工辞职信样本 经典...

辞职报告

尊敬的z主任：您好！工作近四年来，发现自己在工作、生活中，所学知识还有很多欠缺，已经不能适应社会发展的需要，因此渴望回到校园，继续深造。经过慎重考虑之后，特此提出申请：我自愿...

辞职报告

本人初涉社会，经验商浅，不知人心之险恶、尺寸之长短。来到\*咖啡，我原没有别的意思，只想一心一意学本领。可这两个月来，本领没学到，苦倒吃不少！我一直想反映一个问题：这里的饭简直就...

辞职报告范文 老员工的辞职报告

辞职报告范文 老员工的辞职报告201x年x月x日我来到xx，正式成为xx的一员。对于这一点，真诚的感谢机缘。截止到今天，已然过去了四年多。在这段时间，和很多优秀的人成为同事，让我受益匪浅...

辞职报告格式

(一)标题在辞职报告第一行正中写上报告的名称.一般辞职报告由事由和文种名共同构成,即以“辞职报告”为标题.标题要醒目,字体稍大.(二)称呼要求在标题下一行顶格处写出接受辞职...

简单辞职报告

职员辞职报告

辞职报告

辞职报告也称为辞职申请书，是个人离开原来的工作岗位时向单位领导或上级组织提请批准的一种申请书。想离职的朋友是否还在为一篇好的辞职报告烦恼呢?如果想做的事，就没办不到的道理，我们一起来寻找答案吧！ 尊敬的公司领导：

过去的岁月里，公司给予了我良好的学习空间和时间，使我学到了一些新的东西，充实了自己，扩展了我狭窄的知识面，并增加自己的一些实践经验。对于公司这么长时间以来的照顾，在此我表示真心的感谢!

这段时间以来一直觉得很疲惫，而且近来对工作的完成情况不是很好，所以，经过自己慎重地考虑之后，我决定向公司提出辞职，望公司给予批准。 我感谢公司和您给我这个机会，能让我为公司工作;我亦感谢您和其他同事，对我的一切支持和指导。我有信心在您的领导之下，公司定能在今后的工作中发挥优势，扬长避短，祝愿公司兴旺发达!

由于个人今后的发展及薪金的原因，我不得不向公司提出申请，并希望能与今年x月xx日正式离职。

此致

敬礼

申请人：xx

xx年 xx月 xx日

辞职报告书怎么写

尊敬的领导：

很内疚自己在这个时候向公司正式提出辞职.

来xx公司已经快两年了，得到公司各位同仁之士的帮助，在此不胜感激！正是在这里我开始踏上了社会，完成了自己从一个学生到社会人的转变。有过欢笑，有过挣扎，但更多的是学到了很多新的知识充实了自己，并增加了很多自己的实践经验，衷心的感谢公司对我的关爱和眷顾！谢谢！

在公司突飞猛进发展之际，我选择离职，真的感觉很内疚！

或许只有重新回到社会上遭遇新的磨练，在不断打拼中寻找属于自己的定位，才是我人生的下一步选择。但由于自己个人的原因和近段时间身体的不适，经过慎重考虑不得不狠下心来选择离职，再次感谢各位领导对我的再三挽留！对此我内心十分矛盾，也很痛苦。离开公司和大家有太多的不舍和眷恋，但不得不以这种方式离开大家，离开这个培养了近两年感情的家！对于我的离职给公司造成的诸多不便，我深感对不起！但同时恳望公司能体恤我的个人实际情况，对我的申请予以考虑并批准为盼！

最后，祝愿我们的xx体育、我们的家，蓬勃发展、兴旺发达、和和睦睦！

辞职申请报告(工资太低型)

尊敬的xx-x领导：

您好！

我是xx-x，感谢您在百忙之中抽出时间阅读我的辞职申请报告。

我是怀着十分复杂的心情写这封辞职书的。自我进入本单位以来，单位对我生活上的关心，工作上的指导，使我感激万分。经过这段时间的工作，我学到了很多知识，积累了丰富的经验，对此我深表感谢。

自从xx以来，我从不脱岗、迟到、早退，工作中团结同事，尊重领导，有事请假或者跟同事换班。平时认真做好份内之事，负责完成好领导交办的工作任务。

当前，物价飞涨，单靠1000元左右的工资很难生活，更不用说照顾家人和供孩子上学读书。经过深思熟虑之后我决定辞去目前的工作我知道这会给单位带来一定程度上的不便，对此我深表抱歉。

我已准备好在月底辞职，并且在这段时间里完成好工作交接，以减少因我的辞职而给单位带来的不便。

非常感谢单位在这段时间里对我的教导和照顾。将来无论什么时候，我都会为自己曾经在xx上班而感到荣幸。我确信在这里的这段工作经历将是我整个职业生涯发展中相当重要的一部分。

祝单位领导和所有同事身体健康、工作顺利！

再次对我的辞职给单位带来的不便表示抱歉，同时我也希望公司能够体恤我的个人实际，对我的申请给予批准。

此致

敬礼

辞职报告

尊敬的领导：

您好！我自毕业后进入xx公司工作到现在，在这x年的时间里承蒙各位领导的关心和厚爱，在此表示衷心的感谢。这x年的工作对我本人的帮助非常大，学到了很多东西，与公司各位同事的合作也相当愉快和默契。但遗憾的是，在今年x月份的工作结束后，我将离开公司。做出这个决定对我个人而言是相当困难的，作为公司的一名xx部门人员，我的离去可能对公司、特别是人员的调动带来一定的不便。我会在剩下的工作时间里尽力完成自己份内的工作，并在离职前交接好手头的工作以尽量减少或避免这些损失。

xx公司是一个非常有前景的公司，从我进入公司到现在，公司生产的xx型号越来越多，接受的业务越来越多，规模也一天天的壮大。虽然公司内部也存在一些这样那样的问题，但这和其他国内工业公司一样，都是发展中必然会出现的一些问题，相信随着时间的推移，这些问题都会得到合理完善的解决。而且公司总经理xx，生产科长xx，设备科科长xx及其他主管，生产线和二线的某些工作人员认真负责的工作态度和勤奋忘我的工作精神给我留下了深刻的印象。可以说公司的发展和大家的共同努力是分不开的。所以我的辞职并非出于对公司制度或个人有什么不满，完全是我个人的意愿。

此次辞职我归结以下几个原因：

一， 自己对工作职业不太适应；

二， 考虑到个人职业爱好；

三， 发展前途与自己的定位；

四， 家庭事业。

既然我已经做出了离职的决定，具体理由就不多说了，望领导理解。我想我可以站在一个相对中立的立场对公司提出一些意见和建议，希望能对公司今后的发展能有一定的帮助，谨供各位领导参考。

一、 对员工的培训。相信这一点公司的领导早就意识到了，然而公司的各项培训制度却不尽如人意。原因可以说有各个方面的，但关键还是太注重借助内部资源。事实上公司完全可以向员工提供各种外部的培训机构和培训课程的相关资料，让员工自由选择，并在培训时间上给与一定的配合。至于培训费用可以先让员工自己承担，如果数额不大，在考试合格后即可给与报销。对于数额较大的可以采取考试合格后公司先保存发票，等员工为公司持续工作了一段时间后再给与报销。如果员工能够取得一些对公司发展非常有利的证书也可在工资水平上做出相应的调整，具体情况由公司掌握。相信如果能够采取这样的措施，对整个公司员工的培训热情和从业素质都会有极大的促进。同时增加专业员工的特殊培训，为公司添砖筑瓦。这样我相信公司业绩会蒸蒸日上。

二、 资源的再利用及节约制造成本。作为一个规模不断壮大的xx制造业公司，能否做到或者说能够做到多少程度的资源合理利用是判断这家公司是否产能高效的关键。我们都知道公司的一个状况：公司的料（铁矿），油，水，电等的浪费是很严重的，我想各位领导心里比我更清楚。当公司已经有了一部分废弃资源后，如何积累这些资源？以怎样的方式保存这些积累？如何利用这些已经积累的资源？这三个问题都是资源再利用不可或缺的一环，能够做好资源的再利用，对公司的制造效益，提高生产效率都会有极大的帮助。节约是节省制造成本，变相的说是可以增加效益。

我感觉这个是一个企业快速发展的基本。我想各位领导也知道这两个问题，公司也正在执行。我觉得还可以加大力度执行，让每个员工把节约与可持续利用深入内心。

三、 内部管理系统。作为一个正规的公司如果没有一个像样的内部管理系统就像鞋匠的儿子没有鞋穿一样不可思议。古人云：“没有规矩，不成方圆”，就是说任何一个组织都需要有序、有效、完善的`“规矩”来维持整个组织的运行次序，一个国家如此，一个企业亦如此。我们知道公司前面出现的一个状况：一个工序突然出现人事变动，这个工序就出现问题了，无人接管工作，导致工作滞后，甚至生产严重拖后。如果靠有效地管理制度和规范的管理程序就可以避免这样的问题，一个人走了，但另一个人能马上接着干，这才是一个企业走向成熟的表现。我认为完善的管理规章是一项复杂、长久的工作，它不是依靠某个人或某个部门“闭门造车”就能完成的工作，它需要集体合作全体员工的智慧，用“文本”的形式固定下来，从而不断地完善公司的各项管理制度。特别是制定合适我们公司的有效管理制度和规范操作程序，更需要集体的智慧；完善制度不是一劳永逸的工作，随着公司的不断变化发展，规章管理制度也会相应发生变化，所以再完美的管理规章也会有这样或那样的缺陷，这需要在工作中总结管理经验，让各项规章制度日趋完善、有效；管理制度不能有偏科，也不是一成不变，管理制度在大集团的前提下应做出小公司的独特可行有效的管理制度，这才是好的方法。

是工资发多发少的问题，而是在于多数员工不知道自己工资总额是怎么来的，不知道明细。这里呈现一个很大的弊端：工资的不明细化会让一些员工感觉自己被公司所蒙蔽，自己的劳动价值不能让自己很清晰地了解，就会产生一种心里不踏实之感，从而产生怀疑与不满。也许我的想法有些过偏，但这是公司的一个现实存在现象。

我见识浅薄，以上是我个人对公司的一点意见和建议，也许说的不尽人意。但如果这能对xx公司今后的发展有所助益，那么对即将离开公司的我也将是一种莫大的鼓励和安慰。

这是我的人生第一份工作，我倍感珍惜，只是感觉时间飞逝，还有许多事没有去经历。我想去经历更多的人和事，不管是好是坏，是幸福还是艰辛，我都要去尝试。

感谢领导对我的关心照顾，在此给公司带来的不便表示歉意！望领导给予辞职批准！

祝公司兴旺发达！！！

辞职人：

年 月 日

**辞职报告辞职报告辞篇五**

对于慢性鼻炎患者的饮食禁忌，首先患者需要注意戒烟，烟草对于慢性鼻炎患者来说是加重病情的，况且烟草当中还含有大量的有害物质对鼻腔粘膜的刺激很大，很可能会导致患者鼻炎的复发甚至引发其他呼吸道疾病的发生。

二、忌辛辣刺激食物

对于慢性鼻炎患者的饮食禁忌，患者还要注意避免辛辣刺激性的食物摄入，在平时的饮食上应该注意保持清淡的饮食原则，辛辣刺激性的食物容易导致鼻腔血管的肿胀，甚至还会导致鼻炎的加重。

辛辣刺激性的食物容易导致鼻腔血管的肿胀

三、忌生冷食物

对于慢性鼻炎患者的饮食禁忌，最后患者们还要注意避免生冷的食物，因为生冷的食物会对患者的病情康复产生一定的阻碍，甚至还会导致患者病情反复发作。

**辞职报告辞职报告辞篇六**

2、请问谁来回答我提的问题?

3、请问，你看见我的圆珠笔吗?

4、请问您打开这一个，好吗？

5、请问有什么饮料？

6、请问您能为我预定到伦敦的机票吗？

7、请问你的电话号码是多少?

8、请问你的工作环境能激励你工作吗？

9、请问，这是你的自行车吗?

11、请问您的地址？

12、那么请问你叫什么名字呢？

13、那么请问，你们想要我放弃吗？

14、请问这是否意味着说，中国在未来的.一百年都不需要民主？

15、请问你们的名字是？

16、请问您是要分开付押金还是一起付呢？

17、“请问，我今晚可以打开一个吗，”他请求着。

18、请问最近的医院在哪里?

19、请问公共汽车站在哪里？

20、请问人类让您感到最惊讶的是什么？

21、请问，你的地址是哪里？

23、请问，你的电话号码是多少？

24、请问您叫什么名字?

25、请问您有权利喷香水喷到我的鼻子里吗？

26、因此如果你需要一个辅导员的建议，就请问吧！

27、请问你比较喜欢哪些楼层？

28、请问中国在非洲和国际舞台发挥什么作用？

文档为doc格式

**辞职报告辞职报告辞篇七**

首先得考虑有没有申请的必要。辞职报告是辞掉工作的报告，报告人一定要事先考虑好在做决定，不可仓促了事，事后后悔不已，造成不必要的痛苦和烦扰。

辞职报告必须将报告的事项理由交代清楚，让对方彻底了解你的要求和具体状况。

辞职报告语言表达要精确，文字要朴实。

(一)标题

辞职报告第一行正中写上报告的名称。一般辞职报告由事由和文种名组成，即以“辞职报告”为标题。标题要醒目，字体稍大。

(二)称呼

要求在标题下一行顶格处写出接受辞职报告的单位组织或领导人的名称或姓名称呼，并在称呼后加冒号。

(三)正文

正文是报告的主要部分，正文内容一般包括三部分。

首先要提出报告请辞的内容，开门见山让人一看便知。

其次申述提出报告的具体理由。该项内容要求将自己有关辞职的详细情况一一列举出来，但要注意内容的单一性和完整性，条分缕析使人一看便知。

最后要提出自己提出辞职报告的决心和个人的具体要求，希望领导解决的问题等。

(四)结尾

结尾要求写上表示敬意的话。

(五)落款

辞职报告的落款要求写上辞职人的姓名及提出辞职申请的具体日期。

1.理由要充分、可信。写辞职书，一定要充分考虑辞职的理由是否充分、可信。因为只有理由充分、可信，才能得到批准。但陈述理由的文字应扼要，不必展开。

2.措辞要委婉、恳切。用委婉、恳切的言词来表明辞职的诚意。

辞职报告又称辞职信 、辞职书、辞呈等。它是员工向所在单位或上级主管部门提交的请求解除劳动合同关系的实用文体，是国家机关、人民团体或企事业单位人才管理和人事工作环节中常用的一种事务性文书 。《中华人民共和国劳动法》第24条明确规定：“当事人双方可以协商解除劳动合同”。这种“协商解除劳动合同”正常而便捷的方式就是递交辞职报告和批准辞职请求。由此可见，在现代社会人才流动的过程中，辞职报告的写作和求职信 一样具有同样重要的意义。

公司领导：

此致！

敬礼！

申请人：\*\*\*

时 间：\*\*\*\*\*\*\*

尊敬的领导：

您好！

经历而自豪。

而今，由于个人原因提出辞职，望领导批准。

×× 敬上

日期： ××

亲爱的××领导：

我可能会在×月份某个你觉得方便的时候离开公司。

人的理由，我最终选择了开始新的工作。希望你能早日找到合适的人手接替我的工作。

来。

×× 敬上

日期： ××

尊敬的xx：

最后，衷心的说：“对不起”与“谢谢”。

祝愿公司开创更美好的未来！

望领导批准我的申请，并协助办理相关离职手续。

此致

辞职人：

日期：

尊敬的公司领导：

此致敬礼！

xx年x月x年

辞职人xx-x

**辞职报告辞职报告辞篇八**

尊敬的公司领导：

您好！

在递交这份辞呈时，我的心情十分沉重。现在由于我的一些个人原因的影响，无法为公司做出相应的贡献，因此请求领导批准允许离开。

当前公司正处于快速发展的阶段，同事都是斗志昂扬，壮志满怀，而我在这时候却因个人原因无法为公司分忧，实在是深感歉意。

我希望公司领导在百忙之中抽出时间受理我的离职事项。

感谢诸位在我在公司期间给予我的信任和支持，并祝所有同事和朋友们在工作和活动中取得更大的成绩。

此致

敬礼

辞职人：xxx

20xx年x月x日

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