# 最新万能的心得体会（通用22篇）

作者：唐诗宋词 更新时间：2024-02-21

*心得体会是对自己成长的一种回顾和思考，可以帮助我们更好地面对未来的挑战。这些心得体会都是通过作者的亲身经历而总结出来的，希望可以给大家带来一些启发。万能心得体会\_万能心得体会模版万能心得体会\_ 万能心得体会模板 工作中也好，学习也好经常会写*

心得体会是对自己成长的一种回顾和思考，可以帮助我们更好地面对未来的挑战。这些心得体会都是通过作者的亲身经历而总结出来的，希望可以给大家带来一些启发。

**万能心得体会\_万能心得体会模版**

万能心得体会\_ 万能心得体会模板 工作中也好，学习也好经常会写心得体会，想要一个万能的心得体会模板吗？下面是带来的万能的心得体会，仅供参考。

万能心得体会篇一 在本学期的《论文写作》课程中，我学习到了关于论文写作的基本要素和方法。张聿老师在授课时非常细致、全面，将各种已经出现或可能产生的学术规范问题一一作了梳理，并介绍了一些历届的优秀毕业论文，为我们展示这些优秀文章中值得我们学习的优点，以至于我在听课时，不断地发现与再发现着自己以往论文中的一些问题。

在课堂上，我一步步了解了论文之前需要做哪些准备工作，如何选题，如何确定题目，论文的框架的主要内容，写作技巧以及需要注意的问题等等。通过这个课程，我从对于硕士论文的未知状态逐渐变得心中有数。老师在几次课上反复提到了论文的主题这一方面，可想而知，这是论文的第一要旨，极其重要。首先，是否有能力写，要根据主客观条件判断，课题过大，问题难以研究深入，可能导致虎头蛇尾，草草收摊;其次，论文要有价值，也就是需要有创新性、前沿性、理论性、趣味性等等;再次，所选的主题要有东西可写，方便展开，内容可充实;另外，是否可按期完成，送审是否顺利，是否有利于答辩，这些都是要综合考虑与权衡的。通过这些学习，对于我的开题报告有很大的帮助。

练习、提高艺术修养，不仅要勤写、多写，养成记笔记的好习惯，还要扩展知识面，大量关注相关领域。这些的确非常的重要，一方面，自从上了大学，没有了语文考试中的作文，没有老师布置的周记作业，我的写作水准逐年降低，文字功能退化严重，平时有些心得感悟最多三言两语记下来，只能称作意识流，且极少会书写百字以上的篇幅，这就造成自己逻辑思维能力下降，文章架构组织能力弱化。另一方面，缺乏一定的知识面和阅读量，例如老师在课堂上列举的诸多著作，有很大一部分都只是有所耳闻，却从未完整阅读过，甚至还有一些前所未闻。我深知作为一个硕士研究生，自己还差的太多，只觉惭愧之至。除文学艺术以外，老师还讲到了中国戏曲，当老师将昆曲 600 年的故事娓娓道来，我真是感动极了，更加懊恼自己的无知。我一向自诩对中国传统文化存在浓厚兴趣，自己的研究方向是民族性的色彩，然而却对中国文化中这么举足轻重的一笔多年来置若罔闻，实不应该。好在，这堂课真正激发了我对阅读的兴趣，很激动，决心要把这些空白慢慢补回来，尤其是中国传统艺术领域之精髓。老舍先生在《四世同堂》里，借英国领事富善先生说过一句话。他说，\"老派的中国人英语不好，但是中文还靠得住。可是现在的中国人是英语不好，中文也靠不住。\"这句话放到现如今仿佛更加贴切了。当我意识到这一点，那种紧迫感与压力也随之而来。一下课，我便直接冲进图书馆，借了《牡丹亭》，一面品读文字，一面找到白先勇先生的青春版《牡丹亭》视频，二者结合起来欣赏，不得不说，这极大地震撼了我。张聿老师在课堂上教授给我们的不仅是知识，更是比知识本身更重要的东西，让我有所反思，从而自觉地提高自身的艺术修养。

通过《论文写作》课程的学习，可谓受益良多，我更加深切地体会到，写一篇优秀的论文绝非易事，要投入更多时间与精力做好研究工作。以上就是我的《论文写作》课程的学习心得。

万能心得体会篇二 论文写作是一个一边思考和一边探索的过程，难免也走了一些弯路，我蓦然回首，论文写作的各个环节还记忆犹新，深有体会，下面谈谈对论文撰写的几点体会：

一、选题要准确。俗话说，良好的开头是成功的一半。论文写作也是一样，选题要结合自身情况，量体裁衣，在导师的指导下，选一个符合自己实际的题目。如我所处的浙江地区，是中小企业比较集中的地区，在身边发生了不少融资难问题，特别是在经济危机影响还没消去的今天，这个问题更加突出，所以我选择了将\"浅谈中小企业融资难\"作为题目。题目一旦论证确定，就要树立目标和信心，坚定的写下去，在写作过程中遇到困难在所难免，我们不断地去寻求解决困难的办法，切忌犹豫不定，一定要相信自己，选定的题目是有科学依据的，自己有能力有信心写下去，这一点，信心最重要，这是我们论文写作的动力和支撑。

二、研究思路要清晰。题目选定了，我们就围绕论文进行深入的论述，思路最重要，思路决定出路。论文写作，总有一个思路，是按时间顺序，历史发展顺序，战斗行动顺序，还是逻辑顺序。例如在本文中从分析事物的一般顺序出发，先描述了现状;分析了出现这种现状的原因;再到应对这种情况我们应该做什么。由表及里的确定论文的思路。

三、论据要充分。论文论文，重在论证。论文的重点在于解决\"为什么\"，可以不完整，但一定要亮出自己的观点，把道理讲明白，为什么是这样的观点，论据一定要充分，在论文中我们深刻探究了为什么会出现这种现象先后从中小企业自身和外部环境中进行探讨，这样论据充分了，我们的论文才显得丰满，论点才能站得住脚。

四、文中脚注和参考文献要全面。在论文写作中，不可能不引用别人的观点，不过论文写作中要标注出来，这是研究的需要，不能算抄。

论文撰写没有捷径可走，只有一步一个脚印，认认真真的去完成，在论文的字里行间凝结着导师和作者的心血，一份耕耘一份收获，预祝在一起并肩战斗的兄弟姐妹顺利通过!万能心得体会篇三 记得刚上完这门课的时候老师就布置了作业，要求我们就论文板块的某个方面去写心得，当时我就问我旁边的同学，你学到了什么?很多人迷茫了，上完了这门课不知道讲了什么，学到了什么。我个人的实际情况有点不一样的，虽然说论文课忘了很多，但是还是有一些收获的，起码自己以后在写毕业论文时候，知道要在内容与格式这两大方面抓好，这非常重要。写一篇好的毕业论文的确不容易，我们必须要认真对待。

刚开始的第一节课是张老师给我们上课的，老师谈及论文写作，给我印象最深的就是他多次强调论文的格式。的确，先不说我们的内容是否新鲜，观点是否创新，建言献策是否有建树，但论文格式的要求是基本的要求，是每个同学都可以做好的。这些基本的格式我们要做好弄好，基本的东西没做好，留给指导老师给你做，这合适吗?虽然说今天面对的是一篇本科论文，但是可能明天也许你就会因为这种不认真的态度而错失很多很好的工作机会。细节决定成败，虽然这是一句话很俗套而且老生常谈，但是十分有理。

其次是老师强调的选题，论文写作的成败，关键还在于选题。课上老师花了大量的时间给大家讲了选题的问题。老师说我们在选题的时候从现实的弊端中选题，学习了专业知识，不能仅停留在书本上和理论上，还要下一番功夫，理论联系实际，用已掌握的专业知识，去寻找和解决工作实践中急待解决的问题，尽量选择自己有较强的兴趣、而且平时有所思考、有所积累的比较熟悉的课题，可以保证选题后写作的可行性。而且范围要尽量小一点，要不就会显得没有什么内容，给人很空的感觉。选题要求学生注重平时积累，博览群书，并要长期的思考。另外注重对自己的跨学科知识的培养，以使自己能从更多的角度看问题，视野更开阔。老师还给我们举了好多的例子来说明，我倒是有一些自己的切身体会。选题就是要发现值得做课题研究的问题，这就需要我们有问题意识。确定论文的题目不可能靠临时抱佛脚，这项工作必须要放在平时。

记得在某一节课上老师给我们点评了一些师兄师姐的毕业论文，印象中听到老师批评的声音较多，赞许的话有，但是相对来说是比较少的。老师是一个会说真话有要求的人，老师的评价是中肯的。老师给我们一些师兄师姐的论文，在某些论文里，很多同学都可以看出挺多问题的。论文太难令人信服，文章太苍白了。论文最后是文献，文献资料来源太少，缺少精确。有的甚至来源我们教材，这是不太可取的。在此，老师强调论文的参考文献很重要，想写好一篇论文，必须要广泛地阅读大量的文献资料。

还有就是关于论文写作的态度问题，当下社会抄袭之风似乎盛行得很。

在这样一个急功近利的时代，所谓的\"学术抄袭\"好像四处都可以寻找到适合它滋生的环境。而我们呢，对这类现象自然是会嗤之以鼻，然而见多了，也就见怪不怪了。其实，我们在这课之前也写过论文，自己可以扣心自问，有多少的内容是借鉴了别人的。所以在上课时，老师也反复的强调，当我们自己进行论文写作时，要时刻提醒自己，千万不可以\"犯规\"，要靠自己的真本事。

总之，在这门课里可以学到挺多东西的，尤其在上课时我们可以感受到老师的学识渊博，但是老师对学生不骄不纵，低调的为人处事和谦虚认真的态度让我打心底去尊敬他。同时也想到了我们身边有些人吧，学识甚少、眼光短浅，还骄傲自大，把自己摆在高高在上的位置。事实上，在这个世界中，我们每个人都是那么的渺小，有什么值得你去特别骄傲的?所以我们都应该把自己的姿态放低，不懂就问，要多向身边的人学习，这样子你才能进步得更快!下一页更多精彩\"万能心得体会\"

心得体会格式

心得体会大全

心得体会格式

心得体会模板

心得体会300

**万能心得体会**

在很多人眼中，社工工作是光荣而又神圣的。今年寒假，我有幸成为了我市民政局直属部门的见习的大学生，去体验事业单位工作人员的日常工作。时光如梭，转眼间在xx市社会组织培育中心的见习生活也已经画上句号。短暂的.见习生活除了让我在工作经验和知识上有所增长外还有莫过于“转变”二字，从校园思维模式到社会或者职场思维模式的转变，从“纸上谈兵”到“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”的转变，为我今后尽快适应社会、融入社会生活奠定了基础。

**万能心得体会**

眼间大学四年的学习生涯即将结束，我也即将踏入社会这个大家庭，今年寒假，我在xxx镇便民服务中心社会事务办公室进行实习。虽然到目前为止，实习时间不长，但是在这短暂的实习时间里，我收获颇多。我的主要任务是协助处理日常工作，办公室工作需要较全面的知识和自我素质，要保持积极的工作热情，在工作中要积极主动提供服务。另外，也要提高自己的专业技能，比如办公室文档的熟练，这是对一名办公室人员的基本要求，它关系到每一天的.工作效率和工作效果。能够获得这次实习机会，我感到十分荣幸，我不仅收获到了友谊，学到了新知识，还提高了自己的能力，充实了自己的假期生活，获得了自我实现的满足感。在接下来的实习工作中，我将会更加努力，认真工作！

**万能心得体会**

公司推广学习“工匠精神”的活动，学习后，我进行了反思，工匠精神所须要的就日培育我们员工精益求精的精神。先成为优秀杰出的“工”，每个岗位所在都日公司整体运行中重要的环节，要保证自已在岗位的工作无差错，无托延，须要耐性，细心各决心，细心了解工作中的每一个环节，多发问，多求知，做到心中有数，心中有底，决心克服工作中遇到的难题，多取经，多探究，英勇尝试，信任方法总比困难多。

先成为一个自我升华的\'“匠”，如何在人力有限的条件下，提升工作效率；如何才能在完成本职工作后额外完成力所能及的细微环节，使工作流程更顺当；如何才能针对自身岗位的优劣现状提出具有可操作性的建议，只有深层次的思索才能让个人实力得到充分的发挥，并与工作相辅相成，真正实现从“工”到“匠”的价值升华。我是从20xx年加入atl的，很荣幸分到试验拉，始终在degassing岗位工作，在我们这边是样品的，所谓的样品就是精品，是一个手工制作的工艺品，所以要做得比其他产品更加完备，从调机到生产都是由我们自己来完成，因为单小品种多，有时候一个换好几个，当然就避开不了有些电芯比较难做，机器比较难调，在这种状况下就更须要我们的耐性和细心了，对我来说，越是难做的电芯就越有挑战性，当一个完备的品质的电芯从我手中流出，那种心情是无比的骄傲，是特别有成就感的。

当我们做某件事情的时候，我们就要跟它建立起一种难割难舍的心情，不要拒绝它，要把它当成是一个有生命的，有灵气的生命体，要专心去跟它沟通不仅仅是把工作当做赚钱的工具，而是树立一种对工作的执着，对所做的事情和生产的产品精益求精，精雕细琢，这就是工匠精神！

**万能心得体会**

长长的军姿，没完没了的踢打，没完没了的训斥，脆弱的我们渐渐变得坚强。在军训场上，我们少了一份矫情，多了一份刚毅。

站军姿永远是大学的第一课，教官耐心纠正我们的错误。整洁的服装体现了严格的规则:一举一动，力求行动的第一标准。站军姿的时间有长有短。这可能是你人生中最后一次军训了。不要浪费这次机会，珍惜下一次。

然后，我们学会了立正、稍息、跨立、下蹲、起立等等。教官还指导我们如何用标准的方式敬礼。从慢到快，从标准到规范，从散乱到整齐，每一个动作都是那么有力。

很快，我们开始学习弹前步。百人方阵需要很长时间的磨合。一开始，我们可能会右转，也可能会演奏上百首交响乐。但是当谈到整合时，事情正在变得更好。导师一遍遍耐心引导，而不是严厉训斥。耐心讲解，精细拆解每个动作，是为了我们获得更好的训练效果。没有我们每个人的努力，不可能有一个完整的高质量的方阵。

训练的每一个动作都让我深深体会到团结、合作的力量和团队合作的重要性。相信会让我终身受益，让我在以后的职业生涯中更好的`履行职责。

军训之余，教官还带我们拉歌。“听吧，新程号再吹响，强军目标召唤在前门……”这就是《强军战歌》，歌声一起就便人热血。或许这就是深深镌刻进华夏子女血肉中的信念吧。如果错过颜色，那一定是中国红！军歌体现了军人严整的作风和严肃端庄的姿态。这是神圣的山顶，是人人膜拜的向往之地。

**万能心得体会**

命运赋予我们人类一个永远的使命，就是不断的向自身的极限挑战。来源：生命当中谁也不愿坚守着一个呆板的自我一成不变，相反，而是想方设法地让自己一天天的进步，赋予自我以激情和勇气。

这就是我顶岗实习支教两个月后所得到的心得体会——每天都面临新的挑战，每天都要从心灵上或行动上改变自己、超越自己，去完成摆在自己面前的任务。激情和勇气由此而迸发，在自身价值得到展现的同时，一种成就感和满足感便油然而生。

曾经看到过一篇文章，说的就是“超越心里”，所谓超越心理是指开发自身潜能和突破自身素质的一种执着而顽强的进取心态。当一个人对自己赞赏和肯定的时候，就会产生一种价值认同感，而后强烈的表现出升华自我的动力，这不仅仅是心理潜能的激发，更多的是人性的完善、境界的提高或智慧的凝结。

人可能就是在一次次的不断地超越自己的过程中攀登到自己人生的顶峰的，就像破茧成蝶一样，一旦突破了限制自身发展的瓶颈，那么胜利就离你不远了。

现在的顶岗实习支教就如同一个破茧的过程，我们都在被一件件大大小小的事情磨练着，我们都在完成各自的每一件任务之后留下属于自己的精神财富。就这样不断的积累、不断的探索、不断的.超越。我相信在不久的将来我们一定会因为由量变的积累达到质变的飞跃的。

在我看来，超越其实是一种挑战，是一种创造，它相当的时候更倾向于人格的塑造。白岩松曾经说过“人格是最高的学历”，超越自己主要就是克服自身的心里惰性，勇敢的面对摆在自己面前的一切困难。当我把这种超越带给自己甚至传染给学生的时候我就是成功了。

超越精神是一种力量的彰显，一往无前的力量！

在今后的实习和工作中我会继续努力，努力的超越自己，一步步的向着自己的目标迈出坚定的步伐！

**心得体会万能**

这段时间很有幸从幼儿园老师那里看到了这本教育部颁发的如获至宝的书，它从以下五个方面详细阐述了幼儿从3岁到6岁学习与发展的规律和特点，即：

1、健康；2、语言；3、社会；4、科学；5、艺术；严禁“拔苗助长”式的超前教育和强化训练，为我们家长提供了具体可操作的指导及建议。

读完《指南》，我觉得自己在这些方方面面中有做得好的，但更多的是做得不够好需要改正的。以下是我个人的几点感悟。

第一：健康是身体和心理两个方面的完美结合。在幼儿园的一日膳食和老师们的精心呵护下，孩子身体健康，生活习惯和能力都有很大进步。而作为家长，我往往忽略了他的情绪，以至于在幼儿园有间歇性的表现好与不好。孩子的自尊心很强，有个体差异，不能拿别人的优点和他作横向比较。

记得有几次，老师跟我提起：孩子有时候在园心不在焉，没有进入学习状态，积极性也不高。回家后通过和他沟通得知，那几天因为班上某某同学突然不和他玩了，而我又误解了他，所以他很郁闷，心情不好，并把这种情绪带入了学习中。后来我告诉他：有什么事情别憋在心里，要说出来，找到原因，会有解决的办法。也会多听他自己的见解，尊重和理解他，多鼓励而不是多批评。

第二：语言是交流和思维的工具。特别是口语，孩子往往会把一句话或一个词语倒过来说，这时候就要及时纠正。有时间多带他去新华书店看书，看图讲故事，让他自编故事等，有利于提高孩子的语言表达能力，培养良好的阅读兴趣和习惯，充分发挥其想象力。分享阅读鼓励他边看图边认字，再教一些简单字的书写笔顺。有时候不经意间看见一块广告牌，他会情不自禁地问：那上面写的是什么字？什么意思？这让我深深体会到：孩子的学习方式其实在日常生活中无处不在。

一次周末晚饭后散步的时候，他看见墙体广告上的船，兴奋的叫起来：“好大的船帆！”当时我还没在意，他又说了一遍，我听出他说反了，马上把“船帆”和“帆船”两个不同的意思解释给他听，后来再没说错过。

分享阅读带回家后，也会经常拿来看看，每当这时他都很开心，一字一句，简单易懂，偶尔还会把自己也融入到书本中去，和书本中的角色互换。

第三：社会领域的学习与发展过程是幼儿在日常生活和游戏中通过观察和模仿学习发展起来的，成人应注重自己的言行对幼儿的潜移默化影响。良好的人际关系和社会适应能力对幼儿身心健康发展以及知识、能力和智慧作用的发挥具有重要影响。周末或放假，有时候出去玩，我都会鼓励他找同龄的孩子一起玩游戏，而且把动画片中的内容也用到实际游戏中来。偶尔也会有同伴来家里玩，他也会把自己的玩具和食物都拿来和他们分享。有时候也会问：“爸爸妈妈你们小的时候是怎样的、有什么愿望？”我不得不把我们小时候和他现在作一翻比较，让他知道，只有通过自己的努力，才能有更好的生活。

的动物没有腿？”此时我知道孩子虽小，但那种好奇心和求知欲却不小，所以尽量找来答案，给他一一回答并鼓励他多观察，多提问。

第五：艺术是人类感受美、表现美和创造美的重要形式。幼儿艺术领域的学习是在大自然和社会文化生活中，充分发挥想象力和创造力，用心灵去感受和发现美、用自己的方式去表现和创造美。幼儿对事物的感受和理解不同于成人，我们要充分理解和尊重幼儿独特的艺术表现，不能用自己的审美观去评判。

通过《指南》的解读，作为家长应改掉传统的教育模式，多反思，多学习，为幼儿创造一个轻松、愉快的童年。

**心得体会万能**

近段，学习了教育部发布的《3—6岁儿童学习与发展指南》，我业余细细地品读了一番，对《指南》的和认识，心得体会：

正如《指南》的\"说明\"中所说，《指南》将幼儿的学习与发展分为健康、语言、社会、科学、艺术五个领域，每个领域幼儿学习与发展最、最的内容划分为若干个，每个由学习与发展、教育建议两组成。

《指南》中对幼儿的能力发展的并随随便便的，有些语句意义相近，在数字或言语上的界定却详细规范了，如在动作发展中规定3~4岁的孩子能够单脚连续向前跳2米左右；4~5岁的孩子能够单脚连续向前跳5米左右；5~6岁的孩子能够单脚连续向前跳8米左右，小小的数字不同，却是幼儿的年龄特点层层递进的，正体现了不同年龄阶段孩子的能力发展差异，而也正是小小数字上的差异，让教师如何幼儿年龄特点制定教学计划，的参考数值，让孩子在不同年龄阶段的发展和成长。

幼儿的成长离不开教师的，教师的成长离不开专业知识的引领，《指南》中更详细的标准划分，教师不同年龄阶段的幼儿应该的某一能力或更详细的，对教师的工作有的作用，也让教师更快地在工作中成长。

《指南》中的学习与发展分别对3~4岁、4~5岁、5~6岁三个年龄段末期幼儿应该知道、能做，大致可以发展了期望；教育建议幼儿学习与发展，列举了能够帮助和幼儿学习与发展的教育途径与方法。

让我最印象的是每个领域中的教育建议，如\"鼓励幼儿做力所能及的事情，幼儿做得好坏都给与的肯定，不因做不好或做得慢而包办代替，以免剥夺他发展自理能力的机会\"、\"和幼儿一起美的事物的特征，感受和欣赏美\"、\"传统节日和民间庆典的机会，带幼儿观看或传统民间艺术和地方民俗文化活动，如皮影戏、剪纸和捏面人等\"、\"注意语言文明，为幼儿表率\"等等，教育建议每都很详实，且关注到了各个的细节和注意点，但建议却一点也不显得多余或杂乱，每一条工作中着实可行的，可操作性非常强。这本\"备忘录\"中的个\"温馨小提示\"，将为如何地在工作中实践，做更详细的指引。

在《指南》划分的几个领域中，并刻意强调或某一，而是更关注幼儿的发展，更关注幼儿健康、心理、社会、生活能力、学习习惯等的综合培养，也更强调\"自主\"二字。如\"支持幼儿自发的观察活动，对其表示赞赏\"、\"支持、幼儿学习用适宜的方法探究和解决问题，或为的想法收集证据，如想知道院子里有多少种植物，可以实地调查\"、\"幼儿园和班级里的重大事情和计划，请幼儿集体决定\"、\"鼓励幼儿尝试设计有规律的花边图案，创编有规律的动作，或者按某种规律搭建活动\"等等，《指南》像是一位经验老道的学者，将幼儿生活与学习上的活动锁定在自主能力的发展上，还不同的领域给出了的方法，\"鼓励\"、\"支持\"、\"和幼儿一起\"的字眼随页都可看到，让一件件学习中的小事都变得瞬间灵动了起来，幼儿的思维需要发散，教师的教育也需要发散，《指南》让我看到了教育的无限性。

现在的孩子多数都生活在教育的条条框框之中，需要自主，动手动脑得来的直接经验才是真正属于的，要想摆脱\"填鸭式\"的教育，想让孩子真正学习的主人、班级的主人，相信在《指南》中就能够找到答案。

或许我对《指南》的解读还，还片面，\"路漫漫其修远兮\"，我会在今后的教育工作中反思、实践，将《指南》的精神和经验到未来的工作中，为孩子的学习和发展的鼓励、和支持，和孩子共成长！

**心得体会万能**

“感恩的心，感谢有你”这是我要对家人说的一句最朴实不过的话。爸爸妈妈，你们辛苦了，感谢你们给了我这么温馨的一个家，我要用什么来回报你们那份爱啊!感谢生活的美好，让我觉得世界就是为我创造的。努力学习、积极生活，我能做到。

家，给了我们每个人一个心灵的归宿，出门在外的游子和劳务者，一年到头，都在期盼团圆相聚的那一刻。心中有爱便有家。家承载着沉甸甸的责任就应运而生了，我们不可以选择自己的出生环境，但是可以改变家庭的境遇。一个幸福的家是需要每个家庭成员的共同努力，因此我应当有所担当。

每年寒假就是最热闹、最繁忙的，有着传统的春节添加喜庆，也是让外出务工的人回家歇息与家人团聚的时刻。对于我也是这样，与父母分别又一年了，一年的辛苦全换成相聚这一刻的欢笑，相聚的时间让我倍感幸福和珍惜。父母辛苦了一年了，在寒假这段时间我应该主动承担家里所有的家务活，因此我每天早上都早起做早餐，洗衣服，做饭都包了，父母看到都挺欣慰的。知道女儿就是他们的长大了，懂得生活了，随之更多的是他们内疚的心，这20年了都没一年是完完整整的陪在我身边过的，这就是留守家庭的苦。父母对子女有愧疚，子女也缺少父母的温暖。但对于我来说，我要更多的理解父母，父母也不容易，不能陪在自己身边也是为了家，为了我，所以我要比别的孩子懂事，让父母放心工作。为了不疏远和家人的感情，我会经常和他们谈谈心，开开玩笑，说些我在学校的事，讲到心酸处也是由眼泪来挥洒那些惆怅!

记得很小的时候就学会了干家务活，也能下庄稼干农活，这些劳动锻炼让我有了一双勤快的双手和一颗朴实的心。自小是爷爷奶奶把我带大的，因此和奶奶的感情甚深，她说一我不敢二，奶奶是刀子嘴豆腐心，我经常跪服在她的竹鞭下，就因为贪玩忘记了回家的时间。虽说奶奶很严厉，但在她这种管教之下让我养成了这个懂得时间观念，会打理生活的人，我要感想奶奶的养育之恩。爷爷是个教育出身的人，张口就是道理，他教给我更多的是为人处世，由于我本性较粗放，做事易丢三落四，粗心大意，经常被爷爷训，这也使我养成凡事细心的习惯，我很感谢爷爷对我的教育。我家里饭桌上就是言传身教的最佳时期，经常得以他品性的熏陶，仁智礼仪已心有神会，娴熟用之，常被左邻右舍夸赞好孩子。对于学习我不得不提的是，每学期拿了奖状爷爷都有奖励，一张奖状5元，这对于小时候的我可是个骄傲，5块钱的零钱在儿时也不是小数目了。现在想起来就有一种感激之情，也是一件非常开心的事。正是这样我打小学习就努力，只为得到奖励。

现在爷爷已不在几年，奶奶也年老了，记忆力有所下降，很多东西都爱重复和总是想不起要说什么，家里少了爷爷这几年的确少了很多东西，爷爷在家是德高望重的老教师，别人都敬他三分。很遗憾，爷爷没了，可是爷爷的教育、爷爷的话还一直在我的耳旁萦绕，我会努力学习生活，做一个你眼中的好孩子。

在我的记忆里，我也有抱怨过生活，我抱怨为什么当我需要父母时父母不能陪在我身边?去学校没有人接送，就连下雨天也等不到爸爸妈妈，被欺负了不能回家撒娇..可是奶奶却一次次告诉我爸妈是爱我的，也一直在关心我，只是不能陪在我身边。于是从二年级起就学会了写信给爸妈，也正是靠这那一枚枚邮票才建立了我们沟通心灵的桥梁，才让我觉得我离他们并不远。经常拿到信，看着父母一句句叮嘱和一声声嘘寒问暖而感动得痛哭涕流的，仿佛他们的眼睛一直盯着我，这种思念之情一直陪伴着我成长让我并不孤单，正是这样的爱让我学会更自立、自强。我要感想父母那特殊的爱，可怜天下父母心，我会好好学习报答你们的。

今年寒假，收益不少，厨艺也长进不少，跟着爸爸在厨房里打下手，最后自己也学会做几道菜，这假期的每餐都有我的.功劳，看着自己做的菜，心里乐滋滋的。父母也赞不绝口，看到一家人这样其乐融融，我感到很满足。饭桌上爸爸也会教育我从学校回家要先问候家里长辈，打声招呼报平安，这也是长大的表现。谢谢爸爸的教育，我能把这些做好。和家人一起聚着这样的时光不多，也很短暂，所以每一天我都愿意和他们呆一起。正月十五一过一家人又面临分别，心里别提多难受啊!刚培养的感情又要分离心情真是如晴天霹雳，心里也空了很多。我有着最小的愿望是希望自己尽快读好书出去工作然后和父母一家人人能团聚一起，让他们早日安享晚年。

感恩是个永远不会过时的话题，做个懂得感恩的人。我们只有从身边的点滴做起培养一颗感恩的心，生活才会充满阳光。让感恩这样的责任更深入我们的心。

**心得体会万能**

党的十八大以来，同志高度重视党的纪律建设，在不同场合对加强党的纪律建设作出了一系列重要论述。在x月xx日召开的十八届中央纪委五次全会上，明确要求我党要加强纪律建设，把守纪律、讲规矩摆在更加重要的位置。这是把马克思主义和我国新形势下党的建设相结合的创新，为新形势下加强党的建设，提高党员先锋模范带头作用指明了方向。全面地阐明了纪律和规矩的辩证关系。他说：\"纪律是成文的规矩，一些未明文列入纪律的规矩是不成文的纪律;纪律是刚性的规矩，一些未明文列入纪律的规矩是自我约束的纪律\".政治规矩是我们党在长期实践中形成的政治规则、组织约束、优良传统和工作习惯，经过实践检验，约定俗成、行之有效。遵守政治规矩就是讲党性、讲政治的具体表现。我们党有远大的理想和目标，就要统一意志、统一行动，政治纪律和政治规矩就是保障。纵观我党的历史，中国共产党从最初的xx多人发展到现在的xxxx多万人，有xxx万多个基层党组织，筑成了我党坚强的堡垒。

毛主席同志说过：\"加强纪律性，革命无不胜\".在血雨腥风的革命战争年代，我党领导下的军队和组织就强调\"不拿群众一针一线，一切缴获要归公\",正是因为我党有严格的纪律，才能从小到大、从弱到强，最终取得了革命的胜利。无论在革命时期，还是在和平建设年代，纪律都是维护团结、保证忠诚和保持党的优良传统的基础和保障。讲规矩是对党员、干部党性的重要考验，是对党员的忠诚度的重要检验。

第一，必须加强学习，要学习好《党章》。同志强调指出：\"《党章》是全党必须遵循的总章程，也是总规矩\".党员要对党纪国法有敬畏之心，不仅要学习成文的规矩，也要知道不成文的规矩;要做到内化于心、外化于形。

第二，必须做到服从，\"个人服从组织、少数服从多数、下级服从上级\"是我党的根本政治纪律。党组织的决定反映和集中了大多数党员的要求和意见，服从组织的决定，就是服从正确或大多数人的意见。这样，才能保证党组织的集中统一，充分发挥党组织的作用和能力。当然，个别党员有不同意见，在服从组织的前提下，也可以保留个人意见，可以向党的上级组织反映。这样，既可以保证党在行动上的统一，又可以防止压制党员的不同看法和意见。

第三，要大力加强党章党纪、法律法规等的制度建设，增强制度执行力，坚决维护制度的\'严肃性和权威性。

同志强调指出：没有规矩，不成方圆;定了规矩就要照着办。党员要做到讲纪律、守规矩，襟怀坦白、言行一致，心存敬畏、手握戒尺;要坚持原则、恪守规矩，严格按党纪国法办事;做到政令畅通、令行禁止。我们要牢牢记住同志在十八届中央纪委五次全会上讲的\"五个必须\":必须维护党中央权威，在任何时候任何情况下都必须在思想上政治上行动上同党中央保持高度一致;必须维护党的团结，坚持五湖四海，团结一切忠实于党的同志;必须遵循组织程序，重大问题该请示的请示，该汇报的汇报，不允许超越权限办事;必须服从组织决定，绝不允许搞非组织活动，不得违背组织决定;必须管好亲属和身边工作人员，不得默许他们利用特殊身份谋取非法利益。

随着我国社会经济建设的发展，检验检疫部门在维护国家经济利益和国门安全等方面日益体现出其特殊作用，这就要求我们要从大局出发，树立科学的执行理念，提高执行力。

第一，认真学习。要从政治高度学习和把握质检总局\"抓质量、保安全、促发展、强质检\"总方针，检验检疫工作要紧紧围绕这\"十二字方针\",提高自己学习业务和政治的积极性和主动性;把我局建成学习型和创新型单位。

第二，建立和健全提高执行力的体制。建立全面可行的质量管理体系，明确各级领导和工作人员的工作职责，细化工作任务和目标，通过绩效对每项工作和每个人进行考核，做到人人有事做，事事有人做，工作不留死角，人员不会闲置。

第三，强化廉政建设，完善监督机制，推进廉政风险管控。针对在\"群教\"活动中反映出来的\"四风\"问题，结合在反贪腐斗争中出现的典型案件，继续深入党风廉政建设和反贪腐斗争，使每一位工作人员不敢腐、不能腐、不想腐。

第四，作风建设永远在路上，每个人都要以\"三严三实\"高标准要求自己，使单位上下形成一股风清气正的良好局面，引进更多的正能量，少一些负能量。

第五，主动适应经济发展新常态，切实转变思想观念，着力深化检验检疫业务综合改革，着力推进依法治检，着力维护国门安全，突出创新驱动，强化风险防控，当好\"三个表率\",服务\"两个率先\",不断提升履职能力和服务水平。

第六，提高执行力要从领导干部带头做起。作为领导干部，首先要严于律已、以身作则，处处起表率作用，在单位或部门中起模范带头作用。风成于上，俗化于下;领导所起的作用是潜移默化的，俗话说\"上梁不正下梁歪\",\"下梁\"一般都是盯着\"上梁\"看，有样学样。

总之，我们要时刻把守纪律、讲规矩作为底线，把提高执行力作为目标，建立长效化、常态化制度，为广东实现\"三个定位、两个率先\"提供强有力的保障。

“欲知平直，则必准绳;欲知方圆，则必规矩。”无规矩不成方圆。近日“讲规矩”成为政治生活的高频词。总书记在十八届中央纪委五次全会上强调，要加强纪律建设，把守纪律讲规矩摆在更重要的位置。

自古以来，规矩就是一种约束，一种准则，就是一种标准，一种尺度，更是一种责任，一种境界。守纪律、讲规矩是对党员、干部党性的重要考验，是对党员、干部对党忠诚度的重要检验。对广大党员干部来讲，规矩既包括党纪国法、规章制度，又包括道德规范、标准礼仪。党员干部一定要牢记自己是人民的公仆，是整个社会的表率。

人不以规矩则废，家不以规矩则殆，国不以规矩则乱。规矩很重要，不懂规矩、不用规矩、不守规矩，就要出问题，就会栽跟头。

第一，作为党员，作为干部必须熟知规矩，要先学会懂规矩，做到知晓规矩、认同规矩、遵守规矩、维护规矩。将规章制度入脑入心，严格按党性原则办事，按政策法规办事，按制度程序办事，明白哪些事该做，哪些事不该做，做到不越“雷池”，不乱“章法”。

第二，作为党员，作为干部必须敬畏规矩，更要学会守纪律，做到知大知小、知进知退、知荣知辱、知是知非。强化纪律意识和服从意识，对纪律心存敬畏，把纪律作为悬在头顶的“三尺利剑”，做到从遵守和维护党章入手，遵守党的政治纪律和各项纪律规定。只有敬畏规矩，为人做事才会合乎礼合乎法。因此，身为新时代的党员干部更要心存敬畏，谨遵政策法规，将严守规矩内化成一种生活习惯。

第三，作为党员，作为干部必须严守规矩，要公道正派，不徇私枉法。规矩的生命力在于执行，必须时刻把自己置于规矩之内，把规矩内化于心、外化于行是势在必行。于己，守规矩是个人修养的高度提升;于时，而今正是反腐攻坚年，更加必须得严守规矩;于事，群众路线始终是一条贯穿于我党的一条行动红线，各级党员干部必须一以贯之，从实际出发定规矩，实事求是守规矩。要始终坚持制度面前人人平等，始终坚持以事实为根据，以法律为准绳。用高度负责的态度对待每一件事情，以敬业奉献的精神追求自身所从事的岗位，廉洁自律，树立良好的形象。

学习是万事之本，是时代发展的客观要求，是履行职责的必备条件。因此，要花时间、下功夫认真学习马列主义、毛主席思想、邓\*理论和\"三个代表\"重要思想和专业理论知识。认真学好党章，要真学、真懂、真信、真用，真正学懂弄通，领会精神实质，力求在理论素养上有新的提高。要注重学习反映当代世界政治、经济、文化发展的各种新知识，努力使自己的思想水平和认识水平适应时代需要。不但要努力工作，同时要努力学习，既要向书本学习，又要向实践学习，向他人学习。只有通过学习，才能进一步坚定理想信念，陶冶道德情操，拓宽知识领域，提高工作能力，使自己真正成为辅导员工作的行家里手。

党章是规范和制约全党行为的总章程，不但是我们工作的指南，也是我们做人处世必须遵循的基本准则。打铁先要自身硬。党员领导干部要做学习贯彻党章的模范，必须坚持从自身做起，以身作则，率先垂范，做出表率，按照\"自重、自省、自警、自励\"的要求，不断加强自身人格的锻炼和修养，在改造主观世界上下功夫，用党章指导自己，规范自己的一言一行，遵守单位的各项规章制度。

3、转变工作作风，遵守职业道德，在爱岗敬业上下功夫

我们必须充分认识自己所从事的岗位职责，树立正确的岗位责任和岗位纪律等观念，努力学习掌握一流的业务技能，遵守职业道德规范，在本职岗位上争创一流业绩。转作风，树形象，诚心诚意地为广大师生办实事，接受他们的监督，公道正派，坚持原则，秉公办事，把代表人民群众根本利益的要求，真实地体现在我们的实际工作中，把师生满意作为第一标准。决不能空泛论论、无所作为，只把作风教育活动停留在口头上，而是要以人民群众的利益为重，做好本职工作，让成绩说话。

首先思想观念上要创新。我们要把思想认识从那些不合时宜的观念、做法和体制中解放出来，要用创新的标准、发展的眼光去发现问题、分析问题、解决问题。要及时研究工作中出现的新问题，勇于实践和探索，增强工作中的预见性、及时性和有效性，要始终保持奋发向上的精神状态和旺盛的斗志，勤奋敬业，甘于奉献，争取取得新的成绩。

当下正在进行的“讲政治、顾大局、守纪律”学习教育活动，在一定程度上说是前一个时期思想作风建设的继续，是深入推进思想作风建设的重要举措。思想作风好不好，往往体现在讲政治、顾大局、守纪律上做得好不好。讲政治、顾大局、守纪律就是要使思想作风建设提升到一个新高度，而实现这一个高度，关键要做到理论上的“知”与实践中的“行”的高度统一，体现到学习、工作、生活的方方面面。

“讲政治、顾大局、守纪律”的意识不是凭空就有的，首先来源于学习。加强学习，有利于清醒头脑，明辨是非，真正懂得举什么旗、走什么路，防止思想上的迷茫和政治上的动摇;有利于陶冶道德情操，提高精神境界，摆脱低级趣味，抵御各种诱惑。古今中外，许多政治家、思想家、科学家、军事家、艺术家，无不终生好学，无不把追求更高的理论素养作为立身之本、事业之基;而一些散失政治立场、没有大局意识、违法违纪的党员干部，一个共同的教训就是放松理论学习，他们在剖析自己犯错误的原因时，也都把平时不注重理论学习视为关键。党员干部无论在什么岗位，具体做什么工作，都要把学习作为一种精神追求，坚持做到学以致用，坚持理论与实践、学习与运用、认识与行动的统一，自觉运用理论加强思想改造，始终保持政治上的坚定和思想道德的纯洁。

自觉把“讲政治、顾大局、守纪律”当作一种党性修养。党性修养重要的就是体现在政治觉悟上、大局意识上和严守纪律上。在当前敌对势力的各种蛊惑和社会生活形形色色的诱惑面前，很重要的是看能不能把握住自己的立场，管住管好自己的行为。领导干部要自觉按照“自重、自省、自警、自励”的要求，常怀律己之心，自觉从各个方面严格要求自己，做到少犯错误，少走弯路。要慎初。许多犯错误的教训一再印证，往往因为第一次打开缺口，尔后有了第二次、第三次，直至控制不住、难以自拔。这就要求我们，凡是违法违纪的事，一定不能碰“高压线”，不越雷池半步。要慎独。人在缺少组织监督的情况下，往往容易放松要求，抱有侥幸心理，动邪念、犯错误。能不能做到慎独，最能反映一个人灵魂深处的东西，是衡量一个人道德水准和思想品德的试金石。《礼记·中庸》中说：“慎乎其所不睹，恐惧乎其所不闻。莫见乎隐，莫显乎微，故君子慎其独也。”还要慎微，就是要在小节方面保持高度警惕。分析一些人所犯的错误，最初都是从一些不起眼的小事开始，日积月累，由小到大，最后酿成了大错，遗恨终生。党员干部一定要引以为戒，在所谓的小事面前注意把握好自己，从一言一行做起，严格要求自己，切实防微杜渐，防患于未然。

“讲政治、顾大局、守纪律”的过程是一个改造自我的过程，从而不断完善人格品德。一个人，在工作、生活中难免有这样那样的不足和错误，如果经常自省，检讨自己的言行，就能及早发现自己的过失，不至于铸成大错。因此，要想有所作为、有所成就，不断提高自己的道德修养，就必须经常地进行自省自励。一方面，要经常检查剖析。古希腊哲学家苏格拉底曾说：“没有自省、检讨的人生，是没有价值的。”党员干部应对自己的工作能力、敬业精神、思想修养和文化知识等方面的情况，作出实事求是的估价，要敢于和自己“打官司”，经常审视自己的思想，检查自己的动机，反省自己的行为，反思自己的工作，从而看到自己的不足，找准自己的问题，防止小错不查、酿成大患。另一方面，要做到有错必改。宋代的大思想家朱熹说：“日省其身，有则改之，无则加勉”。现代管理学中有一个“木桶理论”，木桶盛水的多少，不是取决于最长的那块木板，也不是取决于木板的平均长度，而是取决于最短的那块木板。要想使木桶多盛水，就必须把最短的那块木板与其它木板补齐。人也一样，要想进步，就要敢于正视自己的问题，及时采取措施加以改正，不能遮丑护短、讳疾忌医，不能宽容自己、迁就自己。否则，问题就会越来越多，有的还会越来越大。

a、胆大：这就要求我们对自已有信心，对认准的目标有大无畏的气概，，怀着必胜的决心，主动积极地争取。天上不可能掉下馅饼，你不主动走出去寻找客户，你不主动去和客户沟通，那你永远不可能有业绩。为什么美国的总统无论见到谁都能面带微笑?因为他们有这种君临天下的心态。我们要取得成功，就必须象一个伟人一样，主动去微笑着与人握手。

b、心细：这就要求我们善于察言观色，投其所好。最让女人动心的是什么?就是你知道她，你了解她，你从细微之处关心她：风起的时候，为她披上外衣;生日的时候，你献上玫瑰;不开心的时候，你认真地倾听。没有哪一个女人能不被这种温柔的攻势打动。我们面对客户同样如此。客户最关心的是什么?客户最担心的是什么?客户最满意的是什么?客户最忌讳的是什么?只有你在他的言谈举止中捕捉到这些，你的谈话才能有的放矢，你的服务才能事半功倍。否则肯定是瞎折腾. 那么你要对公司、对产品、对科技背景、对专业知识更是要熟知。在会谈中要注视对方的眼睛。注视对方的眼睛，一则显示你的自信，二则“眼睛是心灵的窗户”，你可以透过他的眼神发现他没用语言表达出来的“内涵”。一个人的眼睛是不无法骗人的。

c、脸皮厚：脸皮厚实际上是优秀的心理素质的代名词，要求我们正确认识挫折和失败，有不折不挠的勇气。我们在做业务工作当中，会有很多次失败。但你一定要有耐心，你要相信所有的失败都是为你以后的成功做准备。这个世界有一千条路，但却只有一条能到达终点。道理很简单：成功者比失败者多努力，多坚持。

销售是一项实践性极强的工作，重要的经验来自大量的交易和销售活动，来

自与顾客无数次的沟通，因此要不断以足够的谦虚、真诚和好学的态度，稳健你的工作作风并加以完善，比如，善于总结每一笔业务的失败和成功的经验等。同时要多看一些文书.杂志.报刊，多了解些国家.市场重大新闻事件，以至你和客户交谈时不会觉得“孤陋寡闻”，只有具有广博的知识，你才会具有敏锐地思想。 3， 对于我们自己要“厚道”，因为如果你不对自己厚道，就没有人对你厚道了，在这个世界上，没有人告诉你应该做什么，不应该做什么，完全在于一心维系，尽管我们“吃得比猪都差，睡的比小姐都晚，活的比萨达姆都累!”但是，我们还是要对自己厚道一点，不要让烟酒侵蚀我们的身体，不要让情色迷惑我们的意志，不要让金钱遮挡我们的双眼，不要因为不小心犯下的错误而绊住我们的脚步!销售人员要学会做自己时间的主人，有些业务员晚上逛街玩耍.聊天，那是没有出息的业务员;我认为晚上与客户应酬的业务是个好业务员，晚上除了应酬的空闲时间用于学习.做工作计划的业务员才是有大作为的好业务员。

1.如果商品不只一件，不要替客户做主，本来我想卖两件热水器的，结果人家要了十件。尽量多的销售是我们的目的。

2.客户想法各不相同，不要将想法强加给客户，客户的需要是询问，不要替客户做主，怎么卖，怎么用只告诉他这个能怎么用。

3.有一天我居然差点错过成交信号，当客户沉默时，让他去考虑，不要多言。

4.尽量让客户多说话，自己少说，不要打断客户。

5.即使客户决定不买，也要问下为什么不买，问题出在哪里，接着不要过多解释，直接说好的方面，多问一句，提高成功率很多至少知道为什么不能成交。永远不要放弃! 不仅如此，此次社会实践也让我摆正了心态，随着教育普及，大学生越来越多，许多人认为大学生遍地都是，说天上掉下个板子，砸死十个人九个是大学生，大学生现在根本没有了竞争力。 然而“土豆与土豆是不一样的”，我们要在激烈的社会竞争中占优势，就必须具备他人所不具备的特点。事事精益求精的精神就是我们的一个法宝。 没有努力就没有成绩，没有信念就没有动力。相信自己，决不轻言放弃;珍惜实践，吸取宝贵经验。相信毕业之时，我们定能笑傲职场!

**万能心得体会**

为展示全国，6万消防官兵执着坚守无惧生死、勇干奉献、保民安全的精神品行和高尚情操，在全社会形成关切支持消防、提高消防安全意识、关注消防安全的良好氛围。中心电观台于20xx年3月正式启动找寻最美消防员大型公益行动。

找寻最美消防员活动以电视和网络为主要传插平台。以消防员为对象，找寻、发掘、宣扬他们中问的典型代表，弘扬社会主义核心价值观，勾画忠诚牢靠、服务人民、竭诚奉献的大爱形象，呼吁全社会关怀消防员，关注身边的消防安全。

这些最美消防员候选人都在工作上所取得的骄人成果，来源于他们对工作的兢兢业业，来自于他们对祖国、人民的高度责任感。或许他们的成果很难被人超越，不过我们更关注的是他们给我们每一个人带来的强大的动力，这种动力必将激励我们主动向上。

这些最美消防员候选人都是在这个春意盎然的季节为我们又增加了新的活力。作为一名一般工作者，我们要在自身的岗位上，在平凡的生活中去学习、传递这些最美的能量。

这些最美消防员候选人都是美在平凡、美在和善、美在奉献、美在责任、美在瞬间。这种美像一粒粒种子，随风飘扬，到处生根，激荡着越来越多人的心灵，溶化着人群中的冷漠，积聚着追求真善美的价值力气。

我们要学习这些最美消防员坚决信念、牢记宗旨、无私奉献、一心为民的高尚品质；学习他们忠于职守、冲锋在前、英勇坚韧、不怕牺牲的英雄气概；学习他们自强不息、坚忍不拔、苦练本事、勇攀高峰的坚韧作风以及爱岗敬业、刻苦钻研、永不满意的创新进取精神。我们要以这些最美消防员为榜样，真正把学先进活动渗透到自己的.思想、工作和生活中去，渗透到扎根高原，献身消防，建功立业的志向和实践中去，渗透到忠诚恳践三句话重要思想的行动中去，为推动祖国的全面建设贡献自己的一份力气！

这些最美消防员形象反映了代代相传的善，呈现出了人性光辉。在静默付出物质、精力和爱心的同时，助人者自己也将获得精神上的愉悦，实现人生价值的升华，也让我们感受到社会发展的正能量。我们除了去发觉和感受漂亮的事物外，更为重要的是我们的思想得到了更多的启迪，我们的行为在悄然的转变，整个社会的文明在不断的进步，我们应当感谢这些最美的人。

**万能心得体会**

这次实验虽然仅有短短的xx天，可是实习资料特别丰富，并且经过这个实习我们都得到了知识上的复习和能力上的提高。正是因为这个实习，加深了我对植物营养学这门学科的了解，同时对我们专业的发展方向有了初步认识。这次实习不但巩固了我们平时所学，也为我们日后的专业工作供给了十分实际的便利。中国是一个缺乏能源的的国家，却又是一个最浪费能源的国家。比如人畜粪便及很多的有机污染物，假如充分利用起来的话，就是一种取之不尽用之不绝的优质能源资源，但假如弃之不用的话，它就成为了一种永无尽止地污染空气污染水体污染环境的废物。再比如，此刻在我们的河流中漂浮着的蓝藻，一方面说明水质出了问题，但另一方面说明那水中富有有机养分，河下的泥土沃田，用这样的水灌溉农田能够增产粮食。所以，假如我们能够将原本弃之不用很多流入水中的有机废物利用科学技术来进行加工生产成为有机肥料的话，不仅仅能够为国家节省很多生产化肥所消耗掉的宝贵能源，更重要的是能够减少污染，逐步到达净化空气、水体和坚持人类生存环境的`生态平衡。

改变学科的主要目的是增加作物产量和提高产品质量。在实习期间，我们不仅初步了解了生物有机肥的生产工艺，还学习了有机肥行业前辈的经验和指导。比如在江苏天酿农业科技公司董事长高给我们的演讲中，我们深刻体会到了创业的不易，但也了解到生物有机肥的发展前景是完美的，我们这个专业未来会有很大的前景。在江阴联业生物科技，那里的员工也给我们讲解了一些生产上的常识和技巧。

综上所述，通过这次实习，我学到了很多未来工作所需的基本技能，检验了平时所学的基础知识，对植物营养学这门学科有了更深入的了解，无疑让我受益匪浅。我相信这次实习所获得的经验会促进我在今后的学习和工作中找到合理的方法和正确的方向。最后感谢学校给我们提供这样的实习机会。

**万能心得体会范文\_万能心得体会模板**

工作中也好，学习也好经常会写。

心得体会。

想要一个万能的心得体会模板吗？下面是本站带来的万能的心得体会范文仅供参考。

在本学期的《论文写作》课程中，我学习到了关于论文写作的基本要素和方法。张聿老师在授课时非常细致、全面，将各种已经出现或可能产生的学术规范问题一一作了梳理，并介绍了一些历届的优秀。

毕业论文。

为我们展示这些优秀文章中值得我们学习的优点以至于我在听课时不断地发现与再发现着自己以往论文中的一些问题。

在课堂上，我一步步了解了论文之前需要做哪些准备工作，如何选题，如何确定题目，论文的框架的主要内容，写作技巧以及需要注意的问题等等。通过这个课程，我从对于硕士论文的未知状态逐渐变得心中有数。老师在几次课上反复提到了论文的主题这一方面，可想而知，这是论文的第一要旨，极其重要。首先，是否有能力写，要根据主客观条件判断，课题过大，问题难以研究深入，可能导致虎头蛇尾，草草收摊;其次，论文要有价值，也就是需要有创新性、前沿性、理论性、趣味性等等;再次，所选的主题要有东西可写，方便展开，内容可充实;另外，是否可按期完成，送审是否顺利，是否有利于答辩，这些都是要综合考虑与权衡的。通过这些学习，对于我的。

开题报告。

有很大的帮助。

回想整个课程的学习，除了学到了有关论文写作的规则与技巧以外，我还有其他方面的收获。那是在第一堂课的引言部分，老师讲到平时要重视练习、提高艺术修养，不仅要勤写、多写，养成记笔记的好习惯，还要扩展知识面，大量关注相关领域。这些的确非常的重要，一方面，自从上了大学，没有了语文考试中的。

作文。

没有老师布置的周记作业我的写作水准逐年降低文字功能退化严重平时有些心得感悟最多三言两语记下来只能称作意识流且极少会书写百字以上的篇幅这就造成自己逻辑思维能力下降文章架构组织能力弱化。另一方面缺乏一定的知识面和阅读量例如老师在课堂上列举的诸多著作有很大一部分都只是有所耳闻却从未完整阅读过甚至还有一些前所未闻。我深知作为一个硕士研究生自己还差的太多只觉惭愧之至。除文学艺术以外老师还讲到了中国戏曲当老师将昆曲620xx年的故事娓娓道来我真是感动极了更加懊恼自己的无知。我一向自诩对中国传统文化存在浓厚兴趣自己的研究方向是民族性的色彩然而却对中国文化中这么举足轻重的一笔多年来置若罔闻实不应该。好在这堂课真正激发了我对阅读的兴趣很激动决心要把这些空白慢慢补回来尤其是中国传统艺术领域之精髓。老舍先生在《四世同堂》里借英国领事富善先生说过一句话。他说“老派的中国人英语不好但是中文还靠得住。可是现在的中国人是英语不好中文也靠不住。”这句话放到现如今仿佛更加贴切了。当我意识到这一点那种紧迫感与压力也随之而来。一下课我便直接冲进图书馆借了《牡丹亭》一面品读文字一面找到白先勇先生的青春版《牡丹亭》视频二者结合起来欣赏不得不说这极大地震撼了我。张聿老师在课堂上教授给我们的不仅是知识更是比知识本身更重要的东西让我有所反思从而自觉地提高自身的艺术修养。

通过《论文写作》课程的学习，可谓受益良多，我更加深切地体会到，写一篇优秀的论文绝非易事，要投入更多时间与精力做好研究工作。以上就是我的《论文写作》课程的学习心得。

论文写作是一个一边思考和一边探索的过程，难免也走了一些弯路，我蓦然回首，论文写作的各个环节还记忆犹新，深有体会，下面谈谈对论文撰写的几点体会：

一、选题要准确。俗话说，良好的开头是成功的一半。论文写作也是一样，选题要结合自身情况，量体裁衣，在导师的指导下，选一个符合自己实际的题目。如我所处的浙江地区，是中小企业比较集中的地区，在身边发生了不少融资难问题，特别是在经济危机影响还没消去的今天，这个问题更加突出，所以我选择了将“浅谈中小企业融资难”作为题目。题目一旦论证确定，就要树立目标和信心，坚定的写下去，在写作过程中遇到困难在所难免，我们不断地去寻求解决困难的办法，切忌犹豫不定，一定要相信自己，选定的题目是有科学依据的，自己有能力有信心写下去，这一点，信心最重要，这是我们论文写作的动力和支撑。

二、研究思路要清晰。题目选定了，我们就围绕论文进行深入的论述，思路最重要，思路决定出路。论文写作，总有一个思路，是按时间顺序，历史发展顺序，战斗行动顺序，还是逻辑顺序。例如在本文中从分析事物的一般顺序出发，先描述了现状;分析了出现这种现状的原因;再到应对这种情况我们应该做什么。由表及里的确定论文的思路。

三、论据要充分。论文论文，重在论证。论文的重点在于解决“为什么”，可以不完整，但一定要亮出自己的观点，把道理讲明白，为什么是这样的观点，论据一定要充分，在论文中我们深刻探究了为什么会出现这种现象先后从中小企业自身和外部环境中进行探讨，这样论据充分了，我们的论文才显得丰满，论点才能站得住脚。

四、文中脚注和参考文献要全面。在论文写作中，不可能不引用别人的观点，不过论文写作中要标注出来，这是研究的需要，不能算抄。

论文撰写没有捷径可走，只有一步一个脚印，认认真真的去完成，在论文的字里行间凝结着导师和作者的心血，一份耕耘一份收获，预祝在一起并肩战斗的兄弟姐妹顺利通过!

记得刚上完这门课的时候老师就布置了作业，要求我们就论文板块的某个方面去写心得，当时我就问我旁边的同学，你学到了什么?很多人迷茫了，上完了这门课不知道讲了什么，学到了什么。我个人的实际情况有点不一样的，虽然说论文课忘了很多，但是还是有一些收获的，起码自己以后在写毕业论文时候，知道要在内容与格式这两大方面抓好，这非常重要。写一篇好的毕业论文的确不容易，我们必须要认真对待。

刚开始的第一节课是张老师给我们上课的，老师谈及论文写作，给我印象最深的就是他多次强调论文的格式。的确，先不说我们的内容是否新鲜，观点是否创新，建言献策是否有建树，但论文格式的要求是基本的要求，是每个同学都可以做好的。这些基本的格式我们要做好弄好，基本的东西没做好，留给指导老师给你做，这合适吗?虽然说今天面对的是一篇本科论文，但是可能明天也许你就会因为这种不认真的态度而错失很多很好的工作机会。细节决定成败，虽然这是一句话很俗套而且老生常谈，但是十分有理。

其次是老师强调的选题，论文写作的成败，关键还在于选题。课上老师花了大量的时间给大家讲了选题的问题。老师说我们在选题的时候从现实的弊端中选题，学习了专业知识，不能仅停留在书本上和理论上，还要下一番功夫，理论联系实际，用已掌握的专业知识，去寻找和解决工作实践中急待解决的问题，尽量选择自己有较强的兴趣、而且平时有所思考、有所积累的比较熟悉的课题，可以保证选题后写作的可行性。而且范围要尽量小一点，要不就会显得没有什么内容，给人很空的感觉。选题要求学生注重平时积累，博览群书，并要长期的思考。另外注重对自己的跨学科知识的培养，以使自己能从更多的角度看问题，视野更开阔。老师还给我们举了好多的例子来说明，我倒是有一些自己的切身体会。选题就是要发现值得做课题研究的问题，这就需要我们有问题意识。确定论文的题目不可能靠临时抱佛脚，这项工作必须要放在平时。

记得在某一节课上老师给我们点评了一些师兄师姐的毕业论文，印象中听到老师批评的声音较多，赞许的话有，但是相对来说是比较少的。老师是一个会说真话有要求的人，老师的评价是中肯的。老师给我们看了一些师兄师姐的论文，在某些论文里，很多同学都可以看出挺多问题的。论文太难令人信服，文章太苍白了。论文最后是文献，文献资料来源太少，缺少精确。有的甚至来源我们教材，这是不太可取的。在此，老师强调论文的参考文献很重要，想写好一篇论文，必须要广泛地阅读大量的文献资料。

还有就是关于论文写作的态度问题，当下社会抄袭之风似乎盛行得很。在这样一个急功近利的时代，所谓的“学术抄袭”好像四处都可以寻找到适合它滋生的环境。而我们呢，对这类现象自然是会嗤之以鼻，然而见多了，也就见怪不怪了。其实，我们在这课之前也写过论文，自己可以扣心自问，有多少的内容是借鉴了别人的。所以在上课时，老师也反复的强调，当我们自己进行论文写作时，要时刻提醒自己，千万不可以“犯规”，要靠自己的真本事。

总之，在这门课里可以学到挺多东西的，尤其在上课时我们可以感受到老师的学识渊博，但是老师对学生不骄不纵，低调的为人处事和谦虚认真的态度让我打心底去尊敬他。同时也想到了我们身边有些人吧，学识甚少、眼光短浅，还骄傲自大，把自己摆在高高在上的位置。事实上，在这个世界中，我们每个人都是那么的渺小，有什么值得你去特别骄傲的?所以我们都应该把自己的姿态放低，不懂就问，要多向身边的人学习，这样子你才能进步得更快!

共

2

页，当前第。

1

页

1

2

。

**万能心得体会**

我叫\*\*\*，现就读于\*\*\*，\*\*\*专业，\*\*\*方向。我是一名普普通通的大学生。

20xx年的某一天，我接到了\*\*\*的录取通知书。很欣然，也很坦然。因为我刚走出高中校门的那一刻起，我深刻明白到了考上大学的意义。

大学不是意味着我们从此可以卸下高考的负担，也不是意味着我们可以拒绝长辈们的一切唠叨，更不是意味着可以成为我们逃离社会的一座天堂。

恰恰相反，它是人生一个关键阶段。而在这个阶段里，我们必须一如既往。 有人曾经说过，学习永远是校园里的主旋律。学习什么？我认为可以分为六个方面：包括自修之道、基础知识、实践贯通、培养兴趣、积极主动、为人处世。 现在，我就个人的学习情况根据这六个方面做一个简单的总结。

教育家b．f．skinner曾说：“如果我们将学过的东西忘得一干二净时，最后剩下来的东西就是教育的本质了。”所谓“剩下来的东西”，其实就是自学的能力，也就是举一反三或无师自通的能力。

在大学学习中，自学是每一位大学生都必须掌握的一种能力。因为大学上课的时间毕竟是有限的，一个老师要应付的学生几百甚至上千。如果每节课都只是带着疲劳的躯体呆坐着，而不是带着自己思考后不懂的问题来上课。我坚信，这样的大学学习方法，效率永远是低下甚至是徒劳的。所以在课余生活里，除了课堂里的老师以外，书本成为了我课余生活里的良师益友，图书馆变成了我的第二个“家”。我尤其爱图书馆里的书香气，翻开每一本书都仿佛在与历史对话，在与前人谈心，在与自我思想碰撞。

此外，善于利用互联网也是一种能更好地进行自学的手段。因为现代的教师观是要求新型的老师是专业的研究型教师，研究课题必然涉及搜寻和查阅书籍和文献，那么互联网自然就是其中的好帮手。

作为一名从小志愿成为语文教师的我，深知成为一名教师，首先第一点就是必须要夯实基础。

大学期间，我主修的课程包括有：中国文学史、现代汉语、语文教育史、语文课程与教育论、语文测试与评估、儿童文学等等。

这些课程都是我钟爱的，所以我的平均绩点保持在0.35以上，并且在语文教育史、语文测试与评估、陶行知教育思想理论等课程名词都位列专业学习成绩前三甲。

另外，我已通过学校设置的教育学、心理学课程的考核，并顺利取得了合格证明；普通话水平测试总分为90.2分，为二级甲等；大学英语取得了487分。

杜威曾经说过：教育即生活，教育即经验。

大学作为学校教育和社会工作之间的桥梁。可以说，只有当将自己在课堂里学习到方法、理论、知识与具体的实践活动相结合时，教育才真正有实际的意义。

所以在校期间，我积极主动地参加了各级各类的实践活动，如：

听课评课、备课试讲、见习班主任工作

听课、批阅试卷、参与举行各类大型关于中高考讲座、参与举办第一届中山七校区特色

才艺晚会并担任主持人及游戏组负责人

20xx/10——20xx/12 校爱心援助委员会 家教员

义务帮助前山小学一名贫困学生进行课外作业辅导、心理咨询

20xx——20xx愿望西餐厅 服务生

写菜单、传菜、收拾碗碟、打扫卫生

20xx——20xx \*\*\*“第一桶金”创业活动 个体老板

观察社会需求制定投资计划、采购、布置摊位、新媒体宣传，最后达到经济利益和经验的双赢。

孔子说：“知之者不如好之者，好之者不如乐之者。”如果你对某个领域充满激情，你就有可能在该领域中发挥自己所有的潜力，甚至为它而废寝忘食。这时候，你已经是为了“享受”而学习了。

诚然，从小就加入校管乐队并随队参加大大小小的比赛，并获奖无数。可能受启蒙老师的影响，我对音乐一直保持着高度的热情，并尝试着把音乐与一些看似枯燥的文字连结起来。此外，我更是一个长跑好手。高中时就曾加入校田径队，并随队参加比赛，一举夺得了番禺区南村镇镇运动会女子400m和女子800m的第一名。

上了大学，我并没有放弃长跑这些业余运动，同时也爱上了打乒乓球，加入了北师大的乒乓球社团。

不难发现，有很多学生从高中升上大学之后会出现一个“高原反应”，一下子不清楚什么事适合自己的，一下子找不到前进的方向，甚至有些学生会一直消极地过着生活，在学校混日子。

而我自己是这么认为：一个主动的学生，应从大学的第一份学习生涯规划开始。进入大学的第一天起，我就所有事情报有理想。这是一种生活的态度。我不希望自己白白地在叹息中度过大学四年。所以，每学期一份学习计划成为了我学习的导航。

虽不是事事都如所愿能达到目标。但是真正有付出过了，我就无怨无悔。

未来，人们在社会里、在工作中与人相处的能力会变得越来越重要，甚至超过了工作本身。所以，我们要好好把握机会，培养自己的交流意识和团队精神。 对于如何在大学期间提高人际交往能力，我的总结是：

第一，以诚待人，以责人之心责己、以恕己之心恕人。对别人要抱着诚挚、宽容的胸襟，对自己要怀着自我批评、有过必改的态度。与人交往时，你怎样对待别人，别人也会怎样对待你。这就好比照镜子一样，你自己的表情和态度，可以从他人对你流露出的表情和态度中一览无遗。最真挚的友情和最难解的仇恨都是由这种“反射”原理逐步造成的。

第二，学习团队精神和沟通能力。社团是微观的社会，参与社团是步入社会前最好的磨练。在社团中，可以培养团队合作的能力和领导才能，也可以发挥你的专业特长。但更重要的是，你要做一个诚心诚意的服务者和志愿者，或在担任学生工作时主动扮演同学和老师之间沟通桥梁的角色，并以此锻炼自己的沟通能力。把握在大学时学习人际交往的机会，因为大学社团里的人际交往是一种不用“付学费”的学习，犯了错误也可以从头来过。

以上便是我对自己大学学习生活的六点总结。

**万能心得体会**

在公司实习的这段时间里，我在公司主要负责xxx。我想这些对于一个实习生来说是太难得的锻炼机会，所以我也十分的珍惜。对上头的指示都按时完成，有很多不懂的操作我也进取地去提问在一系列工作的同时，我也尽可能的运用自己所学的专业知识，以便到达能够新颖的全面的展现我公司的实力以及产品或者活动的内涵，从而产生相对进取的社会影响力，因为对于新生的企业，社会影响是企业前进与生存不可忽略的一方面，是容不得怠慢的。

在平时工作的环境中我学会了如何简便地工作同时把工作质量提高这主要窍门在于多与公司部门的职员沟通态度谦卑建立良好的关系不懂就要问要谦虚的理解前辈的提议。

在实习的这段时间里我感受到了要生存于社会之中的不易与艰难。室内设计是个苦差使，每个设计师都不容易。但我既然在填报高考志愿的时候选择了这个专业，我此刻也未曾后悔过我的选择。室内行业是一个需要不断学习的行业，室内设计要提高生活审美质量，如果设计师的思维跟不上趋势，那么室内设计的作用也就无从谈起了。我个人认为室内设计工作者不仅仅要有专攻并且还要博闻强识。经过这次实习，我了解了室内设计方向的一些状况，明确了自己的位置，这些都为我以后的方向选择供给了一个具有借鉴意义的依据，为我走好下一步做好了基础。其次，做一个室内设计师，我深深的体会到知识面越广设计就越做的得心应手。所以，回到学校，我还仍有很多书要看，很多东西要学。文字的东西总是相互关联的，“运用之妙，存乎于心”。

经过这次是社会实践，我懂得了在以后的工作生活中重要的一课就是人际交往。同时作为大学生，我也了解到自身存在的不足，就是缺乏社会经验。那么对于还是学生的我们来说，多参加社会实践是有效的增加社会阅历的捷径了。那么对于我自己来说，我拥有的专业知识也是很有限的，可是我对自己的专业投入了很大的热情。对于将来的工作也是有着很多的想法以及憧憬。我想在今后的学习生活过程之中，针对这次实习过程中我所暴露出的缺点和不足，类似于对于室内设计的相关软件的运用，对于一些使用技巧的修炼还是需要必须的时间去磨练的，并且要在剩下的大学生活中更加牢固自己的专业知识，我想这才能够使自己做的更好！同时我也感激学校给予我们知识和实践的机会以及公司对我们学生的照顾，多谢你们！

**万能心得体会**

两周的课程设计结束了，通过此次课程设计，使我更加扎实的掌握了有关\*\*\*\*设计方面的知识，在设计过程中虽然遇到了一些问题，但经过一次又一次的思考，一遍又一遍的检查终于找出了原因所在，也暴露出了前期我在这方面的知识欠缺和经验不足。实践出真知，通过亲自动手制作，使我们掌握的知识不再是纸上谈兵。

此次设计也让我明白了思路即出路，有什么不懂不明白的地方要及时请教或上网查询，只要认真钻研，动脑思考，动手实践，就没有弄不懂的知识，收获颇丰。

何为课程设计？在我们的认识中，这便是理论与实践相结合的过程。在\*老师的课堂中，我们学习了很多关于\*\*\*\*设计的知识，这让我们脑中有着很多“模型” ，如何将模型具体化，这便需要课程设计的“真金”磨练。在课程设计中，我们重新温习并应用了很多课堂知识，。在理论与实际相结合的过程中，这让我们更加认识到课堂知识的重要性，这些都将是实际的公路设计的必备品。

总之，认真对待每一个学习的机会，珍惜过程中的每一分一秒，学到最多的知识和方法，锻炼自己的能力，这个是我们在在本次\*\*\*\*课程设计中学到的最重要的东西，以后也将受益匪浅的！

**万能心得体会**

我叫xxx，现就读于xxx，xxx专业，xxx方向。我是一名普普通通的大学生。

20xx年的某一天，我接到了xxx的录取通知书。很欣然，也很坦然。因为我刚走出高中校门的那一刻起，我深刻明白到了考上大学的意义。

大学不是意味着我们从此可以卸下高考的负担，也不是意味着我们可以拒绝长辈们的一切唠叨，更不是意味着可以成为我们逃离社会的一座天堂。

恰恰相反，它是人生一个关键阶段。而在这个阶段里，我们必须一如既往。有人曾经说过，学习永远是校园里的主旋律。学习什么？我认为可以分为六个方面：包括自修之道、基础知识、实践贯通、培养兴趣、积极主动、为人处世。现在，我就个人的学习情况根据这六个方面做一个简单的总结。

教育家b．f．skinner曾说：“如果我们将学过的东西忘得一干二净时，最后剩下来的东西就是教育的本质了。”所谓“剩下来的东西”，其实就是自学的能力，也就是举一反三或无师自通的能力。

在大学学习中，自学是每一位大学生都必须掌握的一种能力。因为大学上课的时间毕竟是有限的，一个老师要应付的学生几百甚至上千。如果每节课都只是带着疲劳的躯体呆坐着，而不是带着自己思考后不懂的问题来上课。我坚信，这样的大学学习方法，效率永远是低下甚至是徒劳的。所以在课余生活里，除了课堂里的老师以外，书本成为了我课余生活里的良师益友，图书馆变成了我的第二个“家”。我尤其爱图书馆里的书香气，翻开每一本书都仿佛在与历史对话，在与前人谈心，在与自己思想碰撞。

此外，善于利用互联网也是一种能更好地进行自学的手段。因为现代的教师观是要求新型的老师是专业的研究型教师，研究课题必然涉及搜寻和查阅书籍和文献，那么互联网自然就是其中的好帮手。

作为一名从小志愿成为语文教师的我，深知成为一名教师，首先第一点就是必须要夯实基础。

大学期间，我主修的课程包括有：中国文学史、现代汉语、语文教育史、语文课程与教育论、语文测试与评估、儿童文学等等。

这些课程都是我钟爱的，所以我的平均绩点保持在0.35以上，并且在语文教育史、语文测试与评估、陶行知教育思想理论等课程名词都位列专业学习成绩前三甲。

另外，我已通过学校设置的教育学、心理学课程的考核，并顺利取得了合格证明；普通话水平测试总分为90.2分，为二级甲等；大学英语取得了487分。

杜威曾经说过：教育即生活，教育即经验。

大学作为学校教育和社会工作之间的桥梁。可以说，只有当将自己在课堂里学习到方法、理论、知识与具体的实践活动相结合时，教育才真正有实际的意义。

所以在校期间，我积极主动地参加了各级各类的实践活动，如：

听课评课、备课试讲、见习班主任工作

听课、批阅试卷、参与举行各类大型关于中高考讲座、参与举办第一届中山七校区特色

才艺晚会并担任主持人及游戏组负责人

20xx/10——20xx/12校爱心援助委员会家教员

义务帮助前山小学一名贫困学生进行课外作业辅导、心理咨询

20xx——20xx愿望西餐厅服务生

写菜单、传菜、收拾碗碟、打扫卫生

20xx——20xxxxx“第一桶金”创业活动个体老板

观察社会需求制定投资计划、采购、布置摊位、新媒体宣传，最后达到经济利益和经验的双赢。

孔子说：“知之者不如好之者，好之者不如乐之者。”如果你对某个领域充满激情，你就有可能在该领域中发挥自己所有的潜力，甚至为它而废寝忘食。这时候，你已经是为了“享受”而学习了。

诚然，从小就加入校管乐队并随队参加大大小小的比赛，并获奖无数。可能受启蒙老师的影响，我对音乐一直保持着高度的热情，并尝试着把音乐与一些看似枯燥的文字连结起来。此外，我更是一个长跑好手。高中时就曾加入校田径队，并随队参加比赛，一举夺得了番禺区南村镇镇运动会女子400m和女子800m的第一名。

上了大学，我并没有放弃长跑这些业余运动，同时也爱上了打乒乓球，加入了北师大的乒乓球社团。

不难发现，有很多学生从高中升上大学之后会出现一个“高原反应”，一下子不清楚什么事适合自己的，一下子找不到前进的方向，甚至有些学生会一直消极地过着生活，在学校混日子。

而我自己是这么认为：一个主动的学生，应从大学的第一份学习生涯规划开始。进入大学的第一天起，我就所有事情报有理想。这是一种生活的态度。我不希望自己白白地在叹息中度过大学四年。所以，每学期一份学习计划成为了我学习的导航。

虽不是事事都如所愿能达到目标。但是真正有付出过了，我就无怨无悔。

未来，人们在社会里、在工作中与人相处的能力会变得越来越重要，甚至超过了工作本身。所以，我们要好好把握机会，培养自己的交流意识和团队精神。对于如何在大学期间提高人际交往能力，我的总结是：

第一，以诚待人，以责人之心责己、以恕己之心恕人。对别人要抱着诚挚、宽容的胸襟，对自己要怀着自我批评、有过必改的态度。与人交往时，你怎样对待别人，别人也会怎样对待你。这就好比照镜子一样，你自己的表情和态度，可以从他人对你流露出的表情和态度中一览无遗。最真挚的友情和最难解的仇恨都是由这种“反射”原理逐步造成的。

第二，学习团队精神和沟通能力。社团是微观的社会，参与社团是步入社会前最好的磨练。在社团中，可以培养团队合作的能力和领导才能，也可以发挥你的专业特长。但更重要的是，你要做一个诚心诚意的服务者和志愿者，或在担任学生工作时主动扮演同学和老师之间沟通桥梁的角色，并以此锻炼自己的沟通能力。把握在大学时学习人际交往的机会，因为大学社团里的人际交往是一种不用“付学费”的学习，犯了错误也可以从头来过。

以上便是我对自己大学学习生活的六点总结。

**万能心得体会**

老师是新课改的详细执行者，执行者的意识和素养是很关键的，所以在进行教学的过程中，老师必需要具备较高的专业水平，并自觉进行教学反思，发扬继承优秀的教学传统，更新教学理念和教学思想，努力实践、探究，提高自己的课堂教学水平。在培训中研讨了许多问题，让我反思再不能用老一套的教学方式了，在课堂上老师要更多的引导同学参加老师设计的课堂和问题探究中来了，那么这对老师的要求提高了，在课堂上，你怎样绽开探究的问题？你怎样才能让更多的同学有效的参加进来？等等问题都是上课之前老师要想好的，一节课就四非常钟的时间，同学参加课堂的机会多了，老师的讲授时间必定削减，在有限的时间内，怎样让同学把要把握的学问学熟学透，这也是老师要思考的\'。总之传统的“满堂灌”、“填鸭式”的教学方法已经完全不能适应新课改了。所以作为老师肯定要仔细学习新的教学理念，努力提高自己专业学问。

在每一次的网上互动沟通研讨中，都会结合自己的教学实际谈体会。每一个话题都会引发学员的热议，每天都有不小的收获。在沟通中大家各抒己见，使我有了更宽敞的视野，把握更高的教学技能。因此研讨沟通充实了我，让我获得了进步。我将把自己学到的、感悟到的应用于实践，只有这样才能让自己的工作更加得心应手，使教学效果更上新台阶。

专家老师的讲座，让我从中吸取了专家的精华，一方面，使我在理念上革新，使我对教材教法有了更新更全面的熟悉，理清了思路；另一方面找到了自身的不足之处以及与一名优秀老师的差距所在，我将以此为起点，不断梳理与反思自我，促使自己不断成长。在今后的教育教学实践中，我将带着收获、感悟、热忱，把学到的理论学问应用于自己的教学中去，在教和研中走出自己的一路风采。

**万能心得体会**

“青年是祖国的未来、民族的希望，也是我们党的未来和希望。”在庆祝中国共产党成立95周年大会上，总书记对全国青年提出了殷切期望，要求广大青年要“坚定不移跟着中国共产党走，勇做走在时代前列的奋进者、开拓者、奉献者，让青春在为祖国、为人民、为民族的奉献中焕发出绚丽光彩。”总书记的拳拳之心值得每一个党员干部认真思考、沉心琢磨并付诸行动。

“今天，我们比历史上任何时期都更接近中华民族伟大复兴的目标，比历史上任何时期都更有信心、有能力实现这个目标。”广大青年就是要以习总书记系列重要讲话为指引，积极投身于党领导的波澜壮阔的社会主义现代化改革中去，投身于为实现中华民族伟大复兴的中国梦的实践中去，在改革实践的大潮中经风雨、长才干、强本领，在改革实践的大潮中多做贡献、不忘初心、砥砺前行。

不忘初心、砥砺前行，就要有“一枝一叶总关情”的为民情怀。为民情怀是共产党人最显著的政治本色，理应成为广大青年最基本的政治品格和必备素养。“人民对美好生活的向往，就是我们的奋斗目标”，我们要自觉将人民的需要作为自己的追求，以赤子之心在服务人民中实现自身价值。我们始终要坚信“党的根基在人民，党的力量在人民”，将“全心全意为人民服务”内化为自己的习惯，时刻关注民生疾苦，关心群众冷暖，关切人民需求，常怀为民之心，常思为民之策，常践为民之行。只有植根于人民群众之中，立足于群众的需要中，我们的事业才有坚实的基础，才有美好的希望，否则就成了无源之水、无本之木。

不忘初心、砥砺前行，就要有“咬定青山不放松”的坚定信念。“我们党是否坚强有力，既要看全党在理想信念上是否坚定不移，更要看每一位党员在理想信念上是否坚定不移。”广大青年是中国特色社会主义事业的接班人，只有坚定理想信念，筑牢精神支柱，才能保证顺利接过历史的接力棒，继续跑出经得起历史和人民检验的漂亮成绩。这个理想信念就是要“自觉做共产主义远大理想和中国特色社会主义共同理想的坚定信仰者、忠实实践者”。

不忘初心、砥砺前行，就要有“君子强学而力行”的实干精神。“空谈误国，实干兴邦”，实干就是担当，就是检验广大青年干事创业的试金石。在改革发展的时代洪流中，任何时候都不能只看事、不干事，不能只想事、不做事，而应做勇于担当的“实干家”，做敢于拼搏的“开路人”。“ 天下事，坏于懒与私。”如果精神萎靡、得过且过，做事拖拉、不思进取，就会走入事业的死胡同，误入发展的断头路。广大青年就是要以钉钉子的精神，心无杂念、心无旁骛抓发展，一心一意、聚精会神谋干事，在干事创业中释放出正能量，在干事创业中赢得主动权。当前，“两学一做”学习教育正在全体党员深入推进，广大青年就是要结合具体实践，认真践行“两学一做”，增强“四种意识”，踏踏实实干好每一件事，在入脑入心上下功夫，在求真务实上下功夫，真正做到学而信、学而用、学而行。

**万能心得体会**

上课铃响了，我进入了课堂，也进入了状态。一切出奇地顺利，学生的反应也很出色。当结束这节课堂时，我整个人如释重负，立时轻松起来，终不辜负几日的辛劳。

上完课后，才开始静心与众位听课教师评课。第一节是张xx老师执教的《记承天寺夜游》。那是一篇“文质彬彬”的文言文，张老师也是个很有气场的老教师。读着她的课堂，平易近人，正如她所阐述的追求的境界“实”平实、踏实、真实。最令我震撼的是，在备课时，张老师特地阅读了大量的有关苏轼的诗文，对文章也颇有自己的见解。这一突破，引起了共鸣，评课的时候，很多xx县的老师也畅谈了有关“闲人”的感受与见解。那一时刻，我有种很幸福的感觉。这么多的人，这么用心地在研读一篇文章，如同在品尝一道美味佳肴，如何不幸福呢更妙的是，各有滋味在心头!一千个读者有一千个哈姆雷特!我真希望我们的语文课堂也有这样的情境!

第二周，我们又去了xx一中，执教的是同一堂课。这是xx科长为照顾我们的精力而力争的“福利”，不再再背新课了。由于有上节课的经验在前，稍微调整的这堂课更流畅了，教学效果也不错。只是这次教学活动，却显得有些拘谨，xx的老师颇有礼貌，多提优点，很少提缺点，让我和张老师有点抱憾而归。因为出一堂课真的很不容易，真想听听“旁观者清”的意见。我记得每次听课都有些感受的，我相信那些老师一定有自己的意见，只是在这种场合，怕我们尴尬没有直接提出而已。这也是唯一的遗憾!

经历了两周的忙碌，我仿佛轻松了许多，也收获了很多。作为一名语文教师，作为语文课堂，我们所做的真有很多很多。“纸上得来终觉浅，绝知此事须躬行。”语文课堂，挚爱!

**万能心得体会**

命运赋予我们人类一个永远的使命，就是不断的向自身的极限挑战。来源：生命当中谁也不愿坚守着一个呆板的自己一成不变，相反，而是想方设法地让自己一天天的进步，赋予自己以激情和勇气。

这就是我顶岗实习支教两个月后所得到的心得体会——每天都面临新的挑战，每天都要从心灵上或行动上改变自己、超越自己，去完成摆在自己面前的任务。激情和勇气由此而迸发，在自身价值得到展现的同时，一种成就感和满足感便油然而生。

曾经看到过一篇文章，说的就是“超越心里”，所谓超越心理是指开发自身潜能和突破自身素质的一种执着而顽强的进取心态。当一个人对自己赞赏和肯定的时候，就会产生一种价值认同感，而后强烈的表现出升华自己的动力，这不仅仅是心理潜能的激发，更多的是人性的完善、境界的提高或智慧的凝结。

人可能就是在一次次的不断地超越自己的过程中攀登到自己人生的顶峰的，就像破茧成蝶一样，一旦突破了限制自身发展的瓶颈，那么胜利就离你不远了。

现在的顶岗实习支教就如同一个破茧的过程，我们都在被一件件大大小小的事情磨练着，我们都在完成各自的每一件任务之后留下属于自己的精神财富。就这样不断的积累、不断的探索、不断的超越。我相信在不久的将来我们一定会因为由量变的积累达到质变的飞跃的。

在我看来，超越其实是一种挑战，是一种创造，它相当的时候更倾向于人格的塑造。白岩松曾经说过“人格是最高的学历”，超越自己主要就是克服自身的心里惰性，勇敢的面对摆在自己面前的一切困难。当我把这种超越带给自己甚至传染给学生的时候我就是成功了。

超越精神是一种力量的彰显，一往无前的力量！

在今后的实习和工作中我会继续努力，努力的超越自己，一步步的向着自己的目标迈出坚定的步伐！

**万能心得体会**

在综管部组织的为期一个月的行政助理力量培训中，通过理论与部门实际工作相结合的学习方法，我对行政助理的工作性质和工作内容有了进一步深刻的熟悉。同时，我从沟通的角度对如何提高部门行政效率的问题进行了初步的思索。从工作性质来看，我理解的行政助理工作属于文秘工作范畴。从工作内容来看，它是一个聚集部门行政工作、部分人事考核与部门后勤工作于一体的复合型工作。这一岗位对在岗人员工作力量的要求由工作性质与其工作内容打算。通俗的说，行政助理工作繁杂无序，大到帮助部门人事考核、各类会议支配、相关文件起草，小到部门资产管理、后勤杂事，工作中需要协调合作的人形形色色，因此要做好行政助理工作提高部门行政效率，不仅需要行政人员一丝不苟、兢兢业业的工作品质，更需要在岗人员有良好的沟通力量和沟通技巧。

在行政助理工作中，沟通无所不在。所谓沟通，是指为了一个设定的目标，把信息、思想和情感在个人或群体间传递，并且达成共同协议的过程。从某种意义上来说，沟通不但是一种生存的方式，更是一种职业技能。要想干好行政助理这项工作，除了需要具备基本的`专业学问和技能之外，更重要的是要做好沟通工作，不但能沟通，还要会沟通。

要做好沟通工作，首先必需明确沟通的对象。总的来说，行政助理工作的沟通对象分为领导、同事以及与工作内容相关的外部人员。对于机队助理来说，飞行大队是沟通所需的另一类特别人群。在与人沟通中，针对不同的沟通对象，需要有不同的沟通方式和态度。

首先，和领导沟通要认清自己的位置。无论何时何地，行政助理都要切记自己是领导的助手，属于份内的事情要仔细做好，除此以外不能擅做主见。要维护好管理层内部的团结，在向领导汇报、请示、反映问题时，不发表有关领导个人的谈论，不当传话筒，不说不利于团结的话。同时，要有未雨绸缪的工作预备，在和领导沟通之前理清晰工作的条理，理清汇报思路，让沟通变得更加有效，节省领导的沟通时间成本。

其次，与同事沟通要把握好基本原则。待人随和，敬重他人，要学会关怀他人，有良好的协作意识。要想和同事更好的沟通，我们还要在“情”字上下功夫，无论是在工作中，还是在生活上，要学会和同事沟通感情。工作中遇到问题需要向同事请教时，要谦和、恳切；同事在工作中遇到了难题向你请教时，要急躁地解答，做到知无不言，言无不尽。

总的来说，沟通是一项“软技能”，虽然没有详细的形象，但是良好的沟通却能提高工作的效率。做好行政工作，沟通是关键。在我将来的工作当中，我会进一步思索如何提高自己的沟通力量，将自己的工作做得更好。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com