

最新初次留学心得体会(通用5篇)

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

初次留学心得体会篇一

概述：初次留学并非轻松，需要充分准备与适应，但其中也有很多值得学习与体会的经历。

1. 前期准备与文化适应

初次留学需要做好充分的前期准备，包括签证、机票、住宿、交通等各方面。同时，还需要熟悉目的地国家的文化特点与礼仪，以免造成冒犯。刚到一国，语言障碍也是需要适应的挑战，遇到问题要主动沟通求助。

2. 课程学习与教学方式差异

留学期间的主要任务当然是学习，但课程领域与教学方式与国内可能有较大差异。需要认真听课、主动请教老师、适应与同学合作与表达的方式。领略不同体系的教学方式也是一种开阔和深化自身能力的宝贵机会。

3. 文化交流、社交与生活体验

除了学习，文化交流与充分融入当地生活同样重要。和当地人沟通交流、尝试体验当地的文化活动等可以更好地加深对本地文化的理解和感受。在留学生集体和外国朋友的帮助下，我们可以尝试更多当地的节日、美食、习俗等，收获不少宝贵的人生经验。

4. 情感压力与自我成长

留学并不是旅游，需要花大量精力解决生活中的问题，如各种行政手续、应付健康问题等等。面对语言不通、习惯不同、环境陌生的挑战，我们需要开放心态、积极面对与适应。在逐渐习惯、理解和适应后，会感觉更开心、自信和成熟。

5. 总结与未来规划

留学体验给人生带来了许多改变和收获，需要好好总结和涵盖这些感受在未来的规划和计划中，将留学带回到自己的人生轨迹上，变得更加坚定、自信和成功。

总之，留学经历给我们带来很多挑战和收获，需要主动适应和调整，并将这些经历化为一份宝贵的人生财富，带回自己的生活、工作和人生中。

初次留学心得体会篇二

1. 办理外国人登录手续 日本法律规定，在日外国人在留期限超过90天的，必须自入境日起一月内尽快办理外国人登录证，学校也会提醒大家及时办理的。登录的地方在居住地的区或市政府，申请登录之后需要差不多2周的时间才能拿到登录证。

变更住所时，或者进了大学之后在留资格从原来的「就学」变成「留学」时，或者在留期间变更时等登录内容变更的时候，从变更之日起14天之内必须到登录的区、市政府去办理变更登录。

2-2登录证的返还：

毕业回国或到第三国留学时，必须返还外国人登录证。返还手续是在出日本时的机场或港口办理，或者直接交给机场的入国审察官。

2-3不慎遗失外国人登录证时：

外国人登录证是证明身分的重要证件，当不慎遗失时需紧急办理以下手续。

3. 银行开户 有了银行账户，每个月可以通过银行自动支付水电煤及电话费用。另外，有关部门可以通过银行账户将医疗费、税金退还给你，奖学金团体也可以通过银行账户把奖学金汇给你，打工的工资也可以直接打到银行账户上。

3-1开户所需材料：

想在银行开户，就要先完成外国人登录手续。拿到外国人登录证后可以到居住地或者学校附近的银行开账。

3-2印章：

开账户时会被要求盖章。你可以告诉对方[我是外国人，请允许我用签字的方法来代替盖章]。如果被拒绝的话，就去做一个用平假名或片假名表示自己名字的印章，一般中国人的话直接带国内的印章过去用也可以。在日本刻的话500-1000日元就能做好，再贵的就没有必要了。

初次留学心得体会篇三

作为一名留学生，在初次接触异国文化的生活中，我有许多的收获与感悟。这些感悟不仅是关于生活方式的改变，更是关于人际交往与价值观的转变。在这篇文章中，我将分享我在留学生活中的三个方面的体验与思考：学习、交友、生活。

第一段：学习

来到国外，最大的目的就是学习。而我在这里感受到了强烈的学习氛围。盛行的优胜劣汰的竞争，让我更加珍惜机会，

并且努力提高自己的学习成绩。在国外的学习不仅是更多地接触专业知识，增加知识面，还有就是培养自主学习与独立思考的能力。在这里，我明白了，学习不仅只是为了一份好成绩，更是为了自己的成长。

第二段：交友

留学的额外收获就是及其丰富的人际交往，我遇见了来自世界各地的同学和友人。通过他们的故事，我学习了很多不同的文化背景和价值观。在不断的交流中，我与他们慢慢建立了深厚的友谊。能够拥有来自不同文化背景的朋友，让我更有趣、更理解和更开放。这些宝贵的友谊让我拥有了浓厚的情感基础。

第三段：生活

生活是留学生活的重要组成部分。在异乡修炼自己独立生活的技能，甚至像自己煮饭、打扫房间等所涉及到的方方面面如何克服。我经常与家人和朋友隔大洋通话，听说我的生活中上演了很多搞笑的故事。我现在能处理好那些我以前所要依靠别人完成的事情，并学会了更多在紧急情况下迅速作出反应的技能。

第四段：感恩

在国外，我真正领悟到了珍惜时光的重要性。在不断的学习生活中，我意识到每分每秒都是宝贵的。我要感恩这个机会，感恩我的导师和同学，感恩我的家人和朋友。没有他们的支持和鼓励，我无法在这里成长成为一个更好的人。

第五段：展望

留学对我产生了巨大的影响，这是一个非常有意义的旅程。在这段旅程中，我做了很多决策，从而找到了自己的人生方

向。在留学生活中，我不断成长并且更加坚定了自己的信念。未来的路还很长，我会用自己的努力与勇气追逐自己的梦想。我相信这个旅程将会是最美好的回忆，并为我的未来生活打下了坚实的基础。

综上所述，留学生活不仅是学习知识，更是收获包括人际关系、个性成长、世界观等方面的体验。这些体验，总会一直伴随着我，成为我人生宝贵的财富。

初次留学心得体会篇四

培训期间，我们每天的睡眠时间不足6个小时，大家共同的感受是，累并亢奋着。这次培训我最大的收获是，改变了以前的思维定式，开始有了新的思维模式。如果说好的讲授式培训好比是金子，那么这种实训模式则像点石成金的方法。

一、全新的培训理念和方式

此次培训充分贯彻了中央教育培训改革纲要，改变讲授式的培训理念，创新思维，树立了新的教育培训理念，可谓全国检察系统培训的风向标。

1. 以需求为导向。需求包括组织上的需求、工作岗位的需求及学员的具体需求。举个例子，此次培训主题是公诉证据审查，而这一主题正是在对第二期学员进行调查问卷的基础上确立的。证据审查能力一直是公诉办案的重中之重，特别是在去年两个证据标准出台后，刑事诉讼法面临重大修改之际，我们经常非法证据排除等方面产生这样那样的疑惑，因此这次培训正是在以学员需求为导向的基础上确立的。而我们培训结束时，高检院又下发了针对处长培训的调查问卷，以确立第四期培训主题。

2. 以问题为中心。培训从过去单向的讲授式教学转向互动的研讨式教学，从以教师为主体转向以学员为主体，老师仅是

引导者。老师提前下发案例，学员以组为单位制作ppt汇报审查意见，其他组提出补充建议和反对意见。这是一个不断发现问题、评价问题和解析问题的过程。对产生分歧的焦点问题，老师引导学员以模拟开庭方式进行论辩。

3. 以提高能力为目的。培训的目的不是单一地向学员传授知识，而是为了培养和提高学员发现问题和解决问题的能力。北京市院李继华处长以及各位培训老师特别强调学员一定要积极参与、充分投入到讨论当中去，畅所欲言，只有在讨论中才能发现自身存在的不足和学习别人好的做法。

二、紧张的培训任务和充满激情的课程安排

培训班将学员分成四组，每组设组长一名。培训第一天，班主任先安排大家进行“破冰”训练。给每组一张大纸和一打彩笔，要求在十五分钟内制作出小组的“logo”并把每个组员的个人信息描绘出来。短短十五分钟，各小组集思广益，制作了新颖独特的“logo”而正是这短短的十五分钟，小组成员间的距离一下子拉近了。接下来是小组成员上台介绍自己组的“logo”含义及每个学员的情况。每个学员都想用最简短的语言最充分地介绍自己和家乡的情况。这些打破培训常规的小情景，充分调动了我们参与的积极性。培训还安排每天早晨上课前以小组为单位进行培训反思与小结，这既是对昨天培训状况的思考也是对接下来培训的新期待。

此次培训任务非常紧张，老师提供的研讨案例要提前看，以小组为单位进行讨论，而这部分工作都要课下做，稍有放松，在明天的小组研讨上就会卡壳，制作的审查报告就会成为其他小组攻击的对象。培训期间，我们每天的睡眠时间不足6个小时，大家共同的感受是，累并亢奋着。

在老师安排上，仍然贯彻检察官教检察官原则，聘请了北京市石景山院挂职副检察长、北师大博士生导师刘广三，及全国检察业务专家熊红文等引导我们就言词证据审查、综合证

据审查、电子证据审查、伤情鉴定审查、勘验检查结论审查等问题进行了深入探讨。老师引导我们就如何排除非法言词证据及证据量与优势证据的关系等问题展开了激烈辩论，在论辩中，很多以前迷茫的问题都豁然开朗。

三、我的几点感受

这次培训我最大的收获是，改变了以前的思维定式，开始有了新的思维模式。比如我以前遇到一个法律分歧，我立刻会去查教科书，看看答案是什么。但现在我会思考，主要分歧点是什么？分歧两方的理由都是什么？为什么会产生这种分歧？等等，进而思考解决分歧的方法。也就是说，我学会了思考，学会了从哪里下手去分析问题、解决问题了。

这次培训感受很深的是全国各地公诉人的水平都很高。北京特别注重对公诉人论辩能力的培养，公诉人的口才和应变能力很突出；江苏公诉人的理论功底很深，谈起问题来有理有据，令人折服；湖南学员制作的ppt审查报告将部分情景制作成模拟动画，形象再现了案发过程，得到了老师和同学们的高度评价。特别是全国优秀公诉人、重庆二分院的廖祥勇在模拟开庭中充分展示了一名优秀公诉人的举证、质证技巧，让我们刮目相看。大家交流时发现，那些表现优秀的公诉人有个共同点，就是从未放松学习。要养成良好的学习习惯，我想这也是我此次培训的一个重要收获。

我培训的另一个收获就是克服了自身的两个障碍。一个是情感障碍。一开始我比较紧张，总认为自己代表山东公诉形象，不能随便发言，一旦说错话就把山东公诉的脸丢到全国去了。但随着气氛的活跃，我发现其实不管谁的发言，都有道理，勇于展示自己的缺点并不一定造成负面影响。因为“别人存在的缺点，是我存在的价值；我存在的缺点，是别人存在的价值。”正是在这种互动研讨中，我的思维开始活跃起来，原来一当众发言就紧张的心理，也被热烈的气氛赶跑了。因为在深入探讨中，我完全不在乎我是以何种形式发言，更在乎

我们探讨的问题本身。二是克服了信任障碍。以前不管干什么，都有信任依赖，感觉老师的话就是真理。但在这个课堂上，老师主动让我们质疑他的观点，告诉我们解决不了问题是正常的，实践中很多问题都没有标准答案，关键在于发现问题及探索解决问题方法的过程。

以往的培训，都是填鸭式、讲授式的，虽然确实能学到很多知识，但培训时间毕竟有限，所以所学知识点也是有局限的。但这种研讨式培训模式能充分激发学员潜能，更注重学员发现问题、解决问题能力的培养。如果说好的讲授式培训好比是金子，那么这种实训模式则像点石成金的方法，值得推广。个人感觉我们山东公诉的培训，可以借鉴这种培训模式。

我深知，这次培训机会难得，我不敢独享培训收获。打算将培训体会结合办案实践写出来，通过我们公诉二、三处的《死刑二审实务》让全省的公诉人都能共享。

当然这种培训也有缺点，就是只能是小班制，培训范围不能太广。但我认为薪火相传的力量是无穷的，好的东西需要不断推广，才能遍地开花。省院学来后可以给市院培训，市院可以在全市范围内推广；基层里三五个人也可以组织这种研讨。如果这样，我想这种培训模式是可以推广的。

以上是我的一点粗浅感受和建议，不当之处请您批评指正。另外，顺便跟您汇报，培训结束时，推选了八名明星学员，我有幸被推荐为明星学员，没给山东公诉丢脸。

初次留学心得体会篇五

近年来，出国留学已经成为了许多年轻人的选择。出国留学可谓是开启新世界的一扇门，人生中也是一个非常难得的体验。无论是学习新的知识，还是体验不同的文化，留学都让人受益匪浅。今天，我就来分享一下我的初次留学心得和体会。

第一段：选择留学的初衷

作为一个大学生，我一直觉得自己在国内的发展有限。因此，选择留学成为了我进一步拓展自己的重要途径。我选择了去英国留学，因为那里的教育水平不断提高，教育体系也被世界广泛认可。这个选择也意味着我将要离开我的家人和朋友，面对语言和文化障碍的挑战。但是，我对未来充满期待，充满了决心和信心。我相信能够面对挑战，充实自己，创造出更好的未来。

第二段：文化差异的体验

到达英国后，我第一时间感受到的就是文化的差异。这里的人思考和生活方式都和国内不同，他们更注重个人隐私和独立性。同样的，我在语言交流中遇到了很多麻烦。不过，这些新颖的文化差异也激发了我对于不同文化的探究和学习兴趣。我开始去了解英国文化，结交了很多当地的朋友，并且让自己逐渐适应了这种新的文化环境。随着我的不断思考和交流能力的提升，我能够和当地人自如地交流和交往了。

第三段：学习体验的改变

出国留学，最重要的当然是获得新的知识。在这里，我面对不同的学习环境和不同的教育方式。在英国，教师追求的不仅是知识教育，他们也更加强调学生的独立思考和创造能力。这种严谨而富创新意识教育体系对我影响很大，帮助我不断深化和完善知识体系。更重要的是，由于这种教育体系的深刻体验，我更能够自信和自立地面对未来挑战。

第四段：跨文化凝聚的体验

除了涉及文化差异的体验，我还在留学的过程中尝试了不同的文化体验。例如品尝英国传统的美食，参加当地的活动，更深入地了解当地文化和历史等。这些体验不仅丰富了我的

知识和情感生活，也让我感受到了文化之间的差异和相似之处。同时，也感受到了不同文化之间组成的一个世界，这个世界让我们共同努力和发展。

第五段：对未来的展望

通过留学的体验，我更加深刻地了解了世界的多样性和全球化。我不仅从知识上增长了很多，也在心理和精神上不断成长。我相信，这种成长和拓展的体验，将对我的未来产生重大的影响。未来，我希望成为一个世界性的人才，能够利用自己的知识和经验来当地自己，同时也为祖国和人类社会做出贡献。

总结：

初次留学的体验并不是完全的顺利，也不是完全的坎坷。但是，我相信，每一个留学生都能够遇到自己独特的体验和成果。无论是语言、文化、学习还是生活上，留学都让我们获得了很多新的收获和启示。我相信，在未来的日子里，这种坚持和努力将为我们带来更多的成长和回报。