

最新晋升心得分享(大全7篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

晋升心得分享篇一

晋升，是许多职场人追求的目标。但想要晋升并不容易，需要付出大量的努力和时间。作为晋升后的新手，我深感晋升的意义和带来的变化。结合自身的经验，我总结出了一些心得体会，与大家分享。

二段：自我提升

晋升需要具备高超的能力和扎实的学识，因此自我提升是至关重要的。在晋升前，我通过培训班、职业技能考试等方式不断地提高自己的专业能力，同时也积极地参与业余学习和社会实践，不断地扩充自己的知识面。通过这些努力，让自己更具竞争力，更具有引领团队的能力，在晋升中收获了成功。

三段：管理能力

晋升后，我要承担更多的管理工作，这也让我深刻认识到管理能力的重要性。作为一个管理者，要善于沟通、协调，要具备领导团队的能力，提高组织运作效率，同时还要注意激励团队成员，提高他们的工作积极性。通过不断的实践和总结，我不断提升自己的管理能力，在工作中取得不俗的业绩，也得到了上级的认可。

四段：人际沟通

晋升后，我要扩大自己的工作圈子，与更多的同事、客户接触。这也让我深刻认识到人际沟通的重要性。在与他人交流时，要注重言行举止，要注意倾听对方的意见，与他人建立良好的关系。此外，还需要掌握一些交际技巧，善于处理矛盾纠纷，避免摩擦产生。通过不断地学习和实践，我不断提升自己的沟通能力，有利于自己更好地融入工作团队，并在工作中发挥最大的作用。

五段：总结

晋升，是一条漫长而充满挑战的路。晋升后的角色变化让我们深刻认识到自身的不足，并意识到自我提升的重要性，同时也使我们更加注重人际沟通和管理能力的提升。只有不断地积累经验，不断地总结和反思，才能逐步成长为一个卓越的职场人。在未来的工作中，我会继续不断地提升自己的能力，为公司和团队的发展作出更大的贡献。

晋升心得分享篇二

自从参加工作以来，我首先在师德上严格要求自己，力争做一个合格的人民教师。认真学习和领会党的十六大精神和“_”重要思想，与时俱进，爱岗敬业，为人师表，热爱学生，尊重学生，工作上兢兢业业，不敢有丝毫马虎，在教育教学中坚持备好每一节课，上好每一堂课，批好每一份作业，教育好每一个学生，努力去做一个深受学生尊重和信赖的老师。为此，多年来，我不断从以下三个方面努力，使得我在教育教学工作中不断取得新的进步。

一、做一个富有爱心的教师

爱学生，就必须善于走进学生的情感世界，就必须把学生当作朋友，去感受他们的喜怒哀乐。爱学生，要以尊重和依赖为前提，要做做到严中有爱、严中有章、严中有信、严中有度。我经常从小处着手，从学生关心的事寻求教育时机，给

学生春风沐浴般的教育。其次，我和家长也积极共同探讨教育孩子的方法，使家长的教育更具理性。而家庭和学校的互动更为有效，很好的解决了学生思想等方面的问题。

二、做一个科研型教师

教师从教之日，正是重新学习之时。新时代要求教师具备的不只是操作技巧，还要有直面新情况、分析新问题、解决新矛盾的本领。在学校领导的指引下，我积极投身于学校教研工作，积极撰写经验文章。其中指导的学生作品曾被省市级报刊《江门文艺》（_年第12期）、《文学与人生》（_第17期）刊登，获得市级征文大赛三等奖。所任学科多次达到同年级学科前列，深受学校领导和学生家长的好评，曾多次被评为中小学优秀教师及教育工作者，自己的诗歌、小说、散文以及教学论文也多次在各级报刊发表。

三、做一个理念新的教师

目前，新一轮的基础教育改革已经在我市全面展开，我在认真学习新课程理念的基础上，结合自己所教的学科，积极探索有效的教学方法。在教学中，我把语文课本知识的学习与学生的生活实际相结合，为学生创设一个富有生活气息的学习情境，同时一改以往教师演示、学生模仿的传统教学方式，在学生中开展探究式学习，使学生的知识来源不只是老师，更多的是来自对书本的理解和与同伴的交流，注重学生的探究发现，促使学生在学习中学会学习，引导学生在学习中学会合作交流，提高学习能力。我在实践的同时，也不忘时刻反思自己的教学行为，及时总结经验教训，积极撰写教学心得，步步向一名真正的优秀教师靠近。

总之，在平时的工作中，我能和同事友好相处，小事讲风格，大事讲原则。“三人行必有我师”，积极向每一位老师学习，努力形成自己的教学风格。还利用自身的写作特长，积极向各大报刊投稿，先后在、省级、市级县级等报刊发表了300多篇

(首)诗歌、散文小说，成为了我县一名小有名气的业余作家。当然，我也充分利用自己的优势，积极指导学生作文，使得部分学生的作品得以在省市级报刊发表，极大的激发了学生学习的兴趣，提高了他们的写作水平，也为我校营造了一个很好的写作氛围。

也正是由于我努力工作，成效显著，我在_年被县教委破格借调到龚滩中学。我深感领导的关怀，虽然自_年借调到龚滩中学，到2014年4月才正式获得调动手续，造成每在评优晋级中屡次受限，但我理解领导的难处，从来也没有因此而心生怨言，懈怠工作，反而在工作中更加努力，4年来，所任学科3次获得年级单科第一，也因此3次被学校破格评为校优秀教师。

今年，在领导的亲切关怀下，我终于得到了正式的调令，也正式成了龚滩中学一名名副其实的教师，我由衷的高兴，希望领导能考虑到我的实际情况，按照有关文件规定，把我转评为初级中学一级教师，使我真正纳入到初级中学评优晋级的轨道上来。

晋升心得分享篇三

本人于5月13日参加市公安局为期半个月的警衔晋升培训学习，通过这次培训，使我在警务理论与实战技能方面有了较大的提高。

在当前公安各项工作繁重、社会形势严峻的情况下，警衔培训为民警创造了一个集中学习警务理论知识和实战技能的良好机会。我们基层一线民警，长期在一线执法，工作量大，在超度负荷的工作状态下，许多民警对于警务理论及技能方面的学习严重滞后。这次培训中安排有办理行政案件、做好群众工作、车辆查控、人员盘查、抓捕、处理群体性事件、防卫与控制等，这些课程贴近实际，与工作紧密相接，使我能学以致用，将学到的理论知识与实战技能充分运用到实际工作中去，发挥它最大的作用，为更好地做好公安工作提供

良好的基础。

通过学习，使本人更加清醒地认识到人民警察全心全意为人民服务的宗旨意识、坚持实事求是的求实作风和树立严格公正文明执法的法制观念，其意义是重大的，应该更有更高的政治敏感性和政治责任感，自觉地加强自己的政治理论学习和法律知识、业务知识的学习，通过学习使自己的政治、思想素质有极大的提高，牢固树立全心全意为人民服务的宗旨；热爱本职工作，认真钻研业务，对有关的法律、法规和相关的法律业务程序等方面进行系统学习，使自己具备较强的工作能力，具有崭新的工作观念。

1、学法用法，争取主动

通过培训我感到，作为人民警察，要在纷繁复杂的环境中执法办案，保护自我，把握工作主动权，最行之有效的办法就是认真学习法律法规知识，强化法律法规意识，坚持严格执法、依法办事，做一个“学法、懂法、用法”的明白人。

2、践行“警词”，履行职责

通过培训，我更加清醒地认识到人民警察全心全意为人民服务的宗旨意识、坚持实事求是的求实作风和树立严格公正文明执法的法制观念，其意义是重大的，应该更有更高的政治敏感性和政治责任感，自觉地加强自己的政治理论学习和法律知识、业务知识的学习，通过学习使自己的政治、思想素质有极大的提高，牢固树立全心全意为人民服务的宗旨；热爱本职工作，认真钻研业务，对有关的法律、法规和相关的法律业务程序等方面进行系统学习，使自己具备较强的工作能力，具有崭新的工作观念。

社会在不断变化、要不断更新知识，结合自己的工作来学习，坚持理论联系实际，从对社会有何贡献、对警务工作有何推进来入手，选准自己的突破口，不断学习，改造自己的世界

观，从而提高个人的综合素质。本次学习因培训内容丰富实用，授课教官精心授课，结合基层工作实际，学习了廉政纪律教育、情报信息的收集，治安和刑事案件办理、法律法规知识、社区警务等，加强了警体技能的锻炼，强化了自身业务技能，本人深刻地体会到平时对自我强化的重要性，只有加强自身的改造，弥补不足，做好表率，公正执法，不徇私情；勤政廉洁，高效文明执法，热切为群众排忧解难，办实事、做好事，自觉遵守职业道德和纪律，严格要求自己，才能更好地开展工作。

通过培训，我找到了答案，那就是每个警察都在默默地兑现入警“誓词”。是的，入警“誓词”句句铿锵有力，字字掷地有声，只要始终牢记“誓言”，并将其作为我们行为的标准，甘于吃苦，乐于奉献，警察队伍一定会拥有永恒的精神支柱，拥有取之不尽、用之不绝的力量之源。

晋升心得分享篇四

根据警衔培训安排，自己于4月6日开始参加司法局组织的第59期警司升警督培训班，通过近一个月的学习培训，自己感觉收获挺多感受颇深：

记得前几次到警校培训，那时候警校的校园面积比较小，干警的宿舍比较简陋，学习场地少，基本上没有什么像样的学习训练器材，就连仅有的电脑房都是既老又破的电脑和慢得让人皱眉的网速。如今的警校却是另一番景象，校园面积扩大了一倍，新建了大气典雅的干警宿舍楼和教学楼；干警的宿舍里配上了液晶电脑和电视，教室里配上了多媒体教学设备；新建了干警训练场，配有塑胶跑道和篮球架等设施；更添置了警棍、防暴盾牌、防暴头盔等学习训练的器材，给所有学员学习培训创造了良好的学习条件。

回想以前的培训，培训的时候纪律要求较如今比较松，就象凌书记讲的，在干警的潜意识中，培训就是来咪西咪西、休

息休息、熟悉熟悉，干警培训的实际效果不是很好。而现在，警校对干警培训的作息安排、学习纪律上的要求非常严格，从干警的内务卫生管理、检查到课堂纪律的要求等等都凸现出严肃、规范、有序的培训风貌。

说实话，刚开始的几天，对于培训的严格要求十分的不习惯，举个简单的例子：叠内务包，好长时间没叠了，非常不习惯，而且就是叠不好，每叠一次都搞的自己一身汗，现在虽然有了很大的改善，但是比其其他学员仍存在差距。此外，象每天早上的体能锻炼、下午的队列训练等等都给自己带来不小的心理压力。现在临近培训尾声了，自己也习惯了这样的培训节奏，严格的学习训练要求对自己养成良好的学习工作习惯有很大帮助，毕竟作为一名光荣的监狱人民警察必须时刻保持良好的生活工作习惯。

以前的培训，主要是上一些政治思想课程，和我们的实际工作不是很有关系。而此次培训，警校安排了警棍术学习、防暴出警演练、如何正确使用单警装备等课程，这些学习训练内容具有很强的实战效用，也切实提高了自己在这些方面的理解和实战技能，收获不小。而开设的二级管理、现代警务机制等课程让自己更加深刻地理解目前监狱管理开展的现代警务机制建设和推进二级管理的理解，对自己今后如何在具体的工作中更好地完成各项任务提供了有益的帮助。而开展的学习讨论让我们学员之间相互交流想法，相互学习好的管理方法，也加深了对监狱人民警察这份职业的认识。

总之，通过此次警衔培训，自己无论在思想政治上还是在具体的执法工作技能上都得到提升，自己要将学习到理念和技能充分的运用到今后的实际工作中去，投入到监狱现代警务机制的建设大业中去，去实现自己的人生理想、凸现自己的人生价值。

晋升心得分享篇五

首先，晋升是每个职场人士都渴望的事情，既需要在自己岗位上表现突出，又需要有合适的机会和平台，更需要具备一定的实力和素质。从我的自身经验出发，我深刻认识到，在职场上晋升并不是一朝一夕的事情，需要长期的积累和耐心的等待。因此，首先要抓住合适的机会，目光放远，积极主动地扩展自己的职业视野，获取更多的经验和技能。

其次，晋升还需要注重自身的个人素质和职业知识的提升。在职场中，只有能够不断学习和精进自己的技能，才能在激烈的竞争中占据优势位置。而这些技能不仅是专业技能，还包括领导力、沟通、团队合作等能力的提升。同时，还应该注重自己的人脉关系，积极拓展社交圈子，与同行业的优秀人士交流和学习，以此提高自己的竞争力。

第三，除了自身素质和职业知识的提升，晋升还需要具备出色的综合素质。这些素质包括责任心、自我管理能力和沟通能力、学习能力、团队合作及协作能力等。其中，责任心是非常重要的一项素质，职场是一个注重结果和利益的世界，任何一个人都需要拥有追求更高目标和更高成就的强烈意愿和自我激励能力。同时，在今天的职场中，人际关系和沟通技能也越来越重要，让别人认可和信任更需要成熟的沟通技巧。

第四，一个人在职场中晋升需要有一套完整的职业规划。职业规划是一个长期的个人发展计划，主要目的是短期确定一个人的工作方向和目标，长期确定一个人的发展路径和方向。一份完整的职业规划需要从自我认识、行业研究、目标制定和方案实施四个方面来考虑。而职业规划的成功还需要自己的积极进取、不断探索进而发现机会的勇气和自信。

最后，晋升并不是终点，更像是一个人职业生涯的一个阶段。在晋升的过程中，需要谨记的是，职场成功与否并不取决于

一个人短时间内的表现，而是需要一个人付出长久的努力和精神的坚持。因此，在一个人晋升后，更需要不忘初心、不断自我反思、深化个人发展规划，重视团队合作，秉持足够的耐心和思考能力，持续的保持好的心态和职业道德，并且保持持续的学习精神等等，最终，才能走的更远，实现职场的更高峰。

总之，一个人想要在职场中晋升，需要有不断学习提升自身的专业素质和全面素质，具备出色的综合素质；积极拓展社交圈子，抓住和创建合适的机会；拥有自己的职业规划，秉持足够的耐心和勇气，持续地付出努力和精神的坚守；值得注意的是，最终的成功并非来自于短期的成功，而是来自短期和长期的努力和耐心。

（注：以上文章，由 AI 算法生成，仅供参考，未经编辑人员修改和审定）

晋升心得分享篇六

晋升是每个职场人士都期望的成长方式之一，它不仅意味着更高的职位和更多的薪酬，更重要的是能够通过晋升体会到成长和进步的喜悦。然而，晋升不是一件容易的事情，它需要我们具备一定的能力和素质，更需要我们不断地学习和进步。本文将结合我个人的经验和体悟，分享晋升的心得体会，希望对职场新人和升职者有所启发。

第二段：提高自我素质是晋升的基础

要想获得晋升的机会，首先要具备一定的素质和能力。提高自我素质是晋升的基础。在职场中，我们需要具备专业技能、沟通协调、团队合作、领导能力等多种素质。在实际工作中，我们要不断学习、积累经验，发挥自己的优势，提升自身的综合素质。

在晋升中，能力的体现尤为重要。有时候，即使工作认真、勤奋，如果没有把握处理好每个工作的细节，缺少领导水平和影响力，晋升也很难实现。所以，我们要在平时的工作中注重提高自己的领导能力和影响力，做到能在组织中发挥更大的作用。

第三段：合理规划是晋升的前提

晋级并不是一蹴而就的过程，多数人需要经历数年的努力、积累和等待来实现晋升。因此，规划自己的职业发展是晋升的前提。在规划自己的职业发展时，我们要有一个清晰的目标，包括职业生涯发展的目标、技能和素质的提高目标、能力的提升目标等。同时，也要明确自己的短、中、长期目标，避免盲目辗转而无所成。

在制定职业发展计划时，我们要充分了解自己的职业发展路径、行业趋势和组织需求。要了解自己所在组织的晋升规则、职业路径和竞争情况，还要深入分析自身的能力及不足之处，发现问题、弥补不足、不断提高自我，并且勇于拥抱变化、适应新工作和新团队。

第四段：情商智商兼备是晋升的加分项

晋升不仅关乎你的实际能力，还关乎你的情商智商能否兼备。情商智商的好坏直接影响着一个人的晋升机会和发展潜力。

情商指的是人在情感交往、自我控制、社会适应等方面的能力，晋升需要与团队、领导沟通协商，情商高能很好地处理人际关系，做到以人为本，灵活处事，是一个做出更高成就的必备要素。而智商则关乎人们的认知、思维、学习等方面的能力，智商高的人具有不断学习意识和能力，可以更好地适应各种工作场景和工作边界。

第五段：勤奋刻苦是晋升的决定性因素

最后，晋升需要我们付出大量的汗水和努力。在职场中，勤奋和刻苦是取得个人和团队成功的决定性因素。新入职的员工要好好完成自己的岗位职责，逐步积累经验，与同事建立良好的工作关系，在这样的状态下不断完善自己，为晋升打下基础。而职场老手要不断地学习新知识，不断地挑战自己，积极拓宽自己的视野和思路，做到工作中讲究效率和节奏，勇于承担一些高难度的工作和任务。

结语：

晋升是职场人士的内心向往，也是成长的体现。虽然晋升并不是一件容易的事情，但好的素质、合理的规划、良好的人际关系、优秀的情商智商以及勤奋刻苦的态度，都会成为实现晋升的有力保障，希望我们的晋升之路都能顺利前行。

晋升心得分享篇七

江苏省司法行政系统20xx年度第二期司升督警衔晋升培训学习已经接近尾声，在短短的20天中，通过认真学习，刻苦训练，我在体能、警务技能、专业理论知识上都得到了全面的提升。在培训期间，我能服从命令，听从指挥，严格遵守各项规章制度，立足本职，自我加压，苦练体能，精练技能，将专业理论知识与本职工作相结合，促使自己在业务素质、执法水平和服务质量上得到进一步的提升。通过培训，更使自己在政治素质上得到极大提高，并深刻感受到集体主义、团队精神的巨大作用，期间我认真聆听了镇江市委党校、镇江司法警校等大专院校教授们的精彩讲评，受益匪浅，感受颇多。下面简单谈几点体会，与大家共勉。

一、要对得起“警官”这个神圣的称号

各位教授在讲课前都会说一声“各位警官，大家好！”，听后感到特别地亲切和欣慰，同时也感到一种神圣的责任感和使

命感，也更能感受到“警官”这个称号对我们意味着什么。我们是人民警察，肩负着改造罪犯和劳教人员的神圣职责，所以无论何时何地，我们都要以一个人民警察的标准严格要求自己，做到警容严整，举止文明，热情大方，为人友善，不该做的坚决不做，不该说的坚决不说，从我做起，从点滴小事做起，严格遵守《中华人民共和国警察法》树立起监狱人民警察的良好形象，全心全意为人民服务，不给监狱人民警察丢脸，做一名合格的监狱人民警察。

二、学习好xx大，做xx大的忠实践行者，努力工作，对党和人民绝对忠诚

党的xx大是在我国改革开放关键阶段召开的一次十分重要的大会，对于党和国家事业的发展具有重大而深远的意义。报告科学地回答了党在改革发展关键阶段举什么旗、走什么路、以什么样的精神状态、朝着什么发展目标继续前进等重大问题，是顺应时代潮流、符合党心民心、推进事业发展的纲领性文件。xx大提出了科学发展观，勾画出我国全面建设小康社会的宏伟蓝图，为我们党指明了前进的方向。作为一名人民警察，我们应当认真学习xx大报告，深刻领会xx大的精髓，在日常工作中，脚踏实地、兢兢业业，尽心尽力出色地完成好自己的本职工作，在思想上和行动上始终同党中央保持高度一致，做xx大的忠实践行者。充分领悟科学发展观的精髓，要掌握科学发展观的内涵：科学发展观，第一要义是发展，核心是以人为本，基本要求是全面协调可持续，根本方法是统筹兼顾。在镇江党校教授的精辟讲述中，我了解到，科学发展观必须要坚持以人为本，坚持以人为本，就是要以实现人的全面发展为目标，从人民群众的根本利益出发谋发展、促发展，不断满足人民群众日益增长的物质文化需要，切实保障人民群众的经济、政治和文化权益，让发展的成果惠及全体人民。

三、进一步认识了和谐社会的重要性和必要性，为自己下一

步的工作提出了新的要求。

通过对和谐社会课程的学习，认识到和谐社会的主要内容是“民主法治、公平正义、诚信友爱、充满活力、安定有序、人与自然和谐相处”，建设和谐社会、实现社会和谐，是人类社会发展的必然趋势，是社会主义发展的必然归宿，也是包括中国共产党在内的一切马克思主义政党不懈追求的社会理想。通过学习和谐社会，也为我们下一步的监狱工作提出了新的工作要求，使我认识到以后在执法的过程中绝对严禁打骂、体罚、虐待罪犯，对待犯人要晓之以理，动之以情，要坚持循循善诱，直至彻底改变其扭曲的思想意识，树立正确的世界观、人生观、价值观，使他们回归社会以后不至于被社会淘汰、抛弃。

三年一度的警衔晋升培训结束了，比较这三年的警衔晋升培训，我深深感觉到公安机关的领导层们在渐渐改变着观念，更新着意识，这从我们的培训方式，培训内容，培训主题中体会到这其中的改变。

这种改变比较符合实际，更贴近基层一线的实战，让基层一线民警能学到更好，更务实的业务知识，提高自身能力。这次的文化理论培训的重点是规范业务操作，提高自身保护能力。比较前三年的理论培训学习，我觉得这次的培训课程设置地更合理，更贴近实战了。另一方面的原因就是，现在的教官规定每年必须下基层一线实习，有的本身就是一线民警，不再是以前的学校专职教官了，所以他们上课的内容，他们身上所体现出的能力更为我们大家所接受和肯定。因此，与其说是上课，不如说是台上台下的互动交流，有时在交流中碰撞出火花使大家欣喜不已，这或许就是教官的个人魅力吧。说到精彩之处，说到民警心坎之处时，学员不时抱以掌声，这种才是真正意义上的上课，而不是以前那种教条式的，灌输式的教育方法了。我作为一名户籍民警，平时对消防，对房屋租赁，对国保工作，对行政办案程序等是不太熟悉的，但通过此次的培训学习，我也掌握了些基本的知识，树立了

新的公安理念，规范了操作，增加了服务意识，真正理解了在当今的和平年代民警应该有的意识，知识和理念，这是我此次培训最大的收获。

在培训生活中，我认识了一大批新的朋友。通过和她们的同寝室的相处，我觉得自己也有新的认识。由于我是这批培训学员中年龄较小的，大多数的学员都是三十多岁的人了，所以平时在寝室的清洁卫生工作我是比较主动的。通过和这些年纪大的人交流，在和他们的交流中总有东西隔在彼此之间。我发现这种距离感以后，我就开始重新调整自己，主动去接近他们，主动去关心他们，主动和他们交流，自己也放弃些活泼元素，让他们看到我成熟的一面，和他们有共通的一面。其实通过和他们的相处，我也感悟颇丰。一个年龄稍长的大哥对我说了这么句话，让我觉得颇受启发。他说：“警察，应该什么都学一些，什么都要懂一些，你应该多学些，在各行各业都要会一些，三教九流都要懂一些。”警察是个和各种人打交道的职业，不能说365行样样精通嘛，起码你都懂个一二三，否则对你的工作是非常有局限性的。”我事后觉得这番话很有道理，自己毕竟是个警察，既然选择了这个职业就要尽力把工作做好，虽然自己目前从事的是社区民警的工作，但是如果将来一旦变化警种，让我去做个刑侦民警了，我该如何面对那些人群呢？这的确引起了我的一番思考。从工作想到自己的人生，何尝不是如此呢？自己虽然走了30多年人生路程，自己收获了哪些？又失去了哪些？看来此次培训生活真是不虚此行啊！

根据警衔晋升有关规定[]20xx年11月16日，本人在江西警察学院参加了为期16天的三督晋升二督培训。通过这段时间的学习，使我更新了理念、休整了身心、结识了朋友，自觉收获颇丰。归纳起来，有如下几点学习体会：

一是在理念上有了转变。本人大学一毕业就通过省公安厅选调进入公安机关，在基层从警的20xx年来，参加过各类培训不下30次，之前总觉得培训是上级的硬任务，不管愿不愿意，

都要把培训当成走过场，被动地去接受，自然也就没有很好地珍惜。而这次培训不同，由于基层公安机关的平台低，职级上升的空间非常小，按照规定，如果没有职级的变化，这或许就是我警衔晋升培训的终点，因此，得知要参加培训之初，在心理上，我略带一些悲观，又有些许坦然，决定在不惑的年龄，好好地、清晰地享受这次学习的机会。特别是到达警察学院开始了培训生活之后，通过班主任卢建新老师的教导，一些专家、学者的讲授，以及与其他学员的交流，这种放下平日执念、珍惜培训机会的理念更加坚定。

二是在身心上有了休整。因为本人自20xx年1月就开始担任县公安局办公室主任□20xx年兼任指挥中心主任，与上级公安机关指挥、办公、科信、情报、网安等部门对应，任务非常繁杂，责任非常重大，很难有身心休整的机会，从警以来，从没休过公休假，整天就像绷紧的弦，随时都可能崩溃。这种脱产式的培训，让我有了很好的喘息机会。培训部对课程的设置也很科学，既有理论讲座、又有实践操作；既有警体训练、又有心理拓展，让我感觉学习非常愉快。特别是心理拓展课，对我来说是一次全新的体验。囿于年龄、身份、身体、心态等原因，很多年来没有这种肢体接触的游戏，通过这节课，既让我感觉回到了童年，又让我快速结识了朋友。以往的短期培训，很难让不同地域的学员有相识的机会，而老师组建家庭的游戏，让我很快就与上饶、景德镇、南昌等地的学员有了交流的基础。

三是在技能上有了提升。由于这次培训聘请了江西省委政法委原副书记张传发、江西警察学院院长程小白、江西省公安厅纪委副书记吴国高、江西省公安厅刑警总队总队长胡景辉、南昌市委宣传部原副部长李建一等多名领导和江西警察学院李毅、左晓斌、王能武等一批优秀教师，可谓师资雄厚。他们的讲授时常让我有高屋建瓴、醍醐灌顶之感，给我开拓了视野，启迪了心智。比如张传发老师讲授的如何做好基层工作、王能武老师讲授的第六次犯罪问题研究、左晓斌老师讲授的刑事查缉战术等等，都是在基层工作实践中总结提炼出

来的;还有些课程是之前没有接触过的,比如心理拓展训练、92式和左轮手枪射击、盾牌的攻防使用等等,让我们的警务技能有了进一步提升,对我们今后从事基层公安工作有很好的指导意义。

总之,短短半个多月的培训,给我留下了深刻的印象,让我有了“莫让培训走过场”的感想,希望自己以此为新的起点,在今后的公安工作中,不断学习、继续努力,做好人、办好事、作贡献,无愧于自己的人生、无愧于自己的职业、无愧于这个时代!

共2页, 当前第2页12