

# 最新心态培训总结(优质5篇)

当工作或学习进行到一定阶段或告一段落时，需要回过头来对所做的工作认真地分析研究一下，肯定成绩，找出问题，归纳出经验教训，提高认识，明确方向，以便进一步做好工作，并把这些用文字表述出来，就叫做总结。那么我们该如何写一篇较为完美的总结呢？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 心态培训总结篇一

中国各类企业目前都正处在二次创业期以及由经验型管理向职业化管理转型过程中，这直接关系到企业在市场竞争中生存和发展力。而如何使企业员工形成良好的职业心态、具备职业化所需要的各种职业技能则是重要的内容之一。

职业化是什么，我原先笼统的略微懂得，现在通过这次培训，我很自豪地说，我明白了，并且我正在努力向职业化素质人才挺进，奋斗。职业化素质内涵包括了三：职业心态，职业知识，职业精神、包装。

职业的心态，多数人甚至所有人都觉得是一种乐观向上，积极饱满的心态，对，这是正确的，每个行业，每个位置，都需要这种乐观，朝气蓬勃的人才，这是社会活力美好的元素。可是除了乐观，我们难道不需要一种危机心态吗，面对危机自我调节，均衡的心态，这比乐观更重要，因为有危机意识的人更懂得自我生存、自我保护。当然还有一点是感恩的心态，这也是处理人际关系中有益的一种方式。

职业知识中那25个讨人喜欢的原则，我看了又看，揣摩了有揣摩，想想自己哪里不好，哪里需要改进，哪里需要反省的，这25条原则是工作生活中必备的法宝，是我们生活中拥有自信，拥有勇气的定心丸，或许更是我们构建和谐-谐社会的一个

基点。

职业精神是我们每位职业人员所要必备的，这不是建议，是自我意识中的要求。没有职业精神的人，就没有资格甚至没有能力站在这个岗位上，因为你连最起码的职业操守，职业道德都不清楚，又凭什么去得到职业中的快乐和享受呢。这是我认为社会工作者最需要最起码的一种职业精神——敬业，责任，专业，规范，协作。

通过这次企业管理培训，我真的受益匪浅，学习到很多专业知识以及作为一名员工所应具备的职业道德，职业操守。培训或许会枯燥，会繁琐，可是我相信这次培训带给我更大的的是有用的知识和源源不断做人做事的道理，做好一名员工，做好一名管理人员，还是一个老板，都要懂得的职业规则，职场要求。

我相信我们企业这笔投资——培训，是绝对有益有价值的，而且回报率绝对不低。

## 心态培训总结篇二

自己参加过很多次培训，心态培训也不在少数，当公司通知我去参加这个三天两夜的心态培训时，心里不是很乐意，心想，心态不就那么几点么，用得着三天两夜培训吗？多无聊啊，还不如用这几天的时间多做些事情呢，和上级交流下自己的看法，先去听听，感觉课程不怎么样，当天就回，不用那么长时间呆在那边。于是没按培训的要求带好自己的换洗衣服去了培训现场。

进场时，现场和所有开大课的流程与氛围一样，用一首富有激情的歌曲及门口两边排站着富有激情的队伍迎接，心想，多老套啊，所有大课都是这样，能不能换个花样，心中充满着排斥。上午的课是由班主任大鹏老师开讲，讲了很多关于本次课程的一些大概内容，花了好几个小时，天啦，这课咋

就这样呢，连开场白都浪费这么长的时间，早知道这样，我就不来了。

当我们分成一个个小组，每组要竞选鹰王，我们组的家人都很优秀，都想竞争鹰王，当轮到我竞争时，其他的伙伴基本不太想念我，因为我的感觉让人看上去像个小孩，不具备做领导的潜质。我力争，用承诺赢得了本组最高荣誉鹰王，同时也肩负着带领本组家人取得胜利的使命。

第一个游戏是牙签传回心针，游戏规则就是所有人站在椅子上，用嘴含着牙签，回心针放在牙签上，下一位家人用牙签将回心针接过去，然后再以同样的方式传给下一位家人，中途不充许手接触牙签与回形针，就算是回形针掉在地上，也只能趴在地上用牙签将回形针拾起。

大家开始传递了，一切还算顺利，而到了某位家人时，她犹豫了，她挣扎着，因为我们是一男一女叉开站的，最终，她还是放下了这一切，抛开所有的杂念，将嘴伸过去，把回形针传递给了下一位家人。在游戏进行中，我们组的回形针掉了三次，家人争先抢着趴在地上，用嘴去挑起那小小的回心针，那嘴几乎和地面接触了。

然而，所有的家人不去想那些，一次一次的去尝试，去补救。最终我们组在规定的时间内完成了回形针的传递。在这个游戏中，我们悟出了两个道理：

- 1、放下自我；
- 2、一个人的成功不是成功，团队的成功才是成功。

这个游戏结束后，我们组的家人更加地团结了。

同样，每次入场时，老师都会要求每组进行团队风采展示，每个风采展示都要围绕当天所讲的主题进行，而每次课程结

束后到下一课程开始的时间都很紧张，换句话说，就像打仗一样，不，是真枪真刀的打仗。每次课程结束后，我们组的家人都群力群策想尽方法去装饰自己的团队，有的家人连饭都没吃，去为团队买装饰品，有的家人不顾装饰是怎么的离谱，也积极的配合着家人，因为这都是为了团队加分，为了团队的荣誉。因为，大家都学会了一句话反正死不了，我们豁出去了！抱着这种信念，我们组的装饰是离谱的，记得第三天的主题是蜕变、重生，我们想了很多方案，但最后被一一否决，最终选定的方案是重温童真，我们组的家人口中含着奶嘴、叨着奶瓶扮成小孩，那一时刻，我们放下自我，完成了人生的蜕变与重生，回到了孩提时代。

第一晚上的活动是齐眉棍，每个人都有自己的想法，每个人都按自己的意思去做，但这样的结果是一次又一次的失败，一次又一次的重来，大家都抱怨着对方不配合。之后，刘昱兴老师让大家总结经验，为什么会一次又一次的失败，总结过后，大家认为：

- 1、团队要有统一的指挥，团队成员要无条件服从指挥；
- 2、团队要有一个共同的目标；
- 3、全心全意做好自己的本职工作；
- 4、不要指责他人的缺点，要看到他人优点。就这样，我们找出了各自的优点、缺点，统一了思想。

经过再一次的尝试，虽说也失败了，但大家似乎更明白了。我们再来一次，朝着一个目标走着，时间继续走着，我们也在努力着，最后听见指导员说了一声ok大家一下雀跃了，喊着ye抱成团，跳跃着，喜悦的泪水夺眶而出。包容家人的缺点，并帮助他改正，互相吸收家人的优点，共同成长，收获胜利的喜悦。这就是活动后我对团队的真正诠释。

在报数活动中，连小学生都会玩的一个游戏，而我们的队员却一次又一次地报错，一次又一次地犯下错误，两队的领袖为自己的队友犯下的错误默默的承担着、全力以赴坚持着，他们在队友的注视下默默的做着俯卧撑，默默的、默默的做着，他们没有任何的抱怨，没有任何的指责，因为他们深知，为队员所犯下的错误承担后果，这就是他们的责任。

看着我们队的领袖那颤抖的背影、那颤抖的双手、女领袖抽泣的哭声、还有那皮鞭的抽打声，眼前的一切是那么的刺眼、那么的刺耳，然而我们在一旁却不能帮到他们什么，只能看着他们默默地做着、抽泣。看着这一幕幕，我的内心受到很大的触动。现实生活中的我们，不是也犯了很多的错误吗，而这些错误的结果，大多是我们的家人、领导、好友为我们承担着。

而他们又说了什么？没有！没有！！他们只是默默地承担着看着我们队的领袖，想到我们的家人、领导、好友，又何偿不是一直在为我们做着俯卧撑，他们又何偿不想停下。然而，他们能吗？不能！不能！！他们为了自己的家人、员工、好友的成长默默地承担着，默默地、默默地、无怨地承担着。此时此刻的我们除了哭泣、除了感动、除了内心的震撼，我们无能为力，谢谢为我们成长默默地承担着的家人、领导、好友，让我们为你们深深鞠上一躬！

在感恩的`心环节中，让我知道了在现在这个生活节奏越来越快的社会，人们把陌生、冷漠、封闭自己内心脆弱的情感，变成了一种习惯。我们把家人的付出、领导的培养与关爱都视为应该，视为理所当然。我们疏忽了太多爱我们的人。

当刘老师讲到一对恩爱的恋人，因为一件小事发生了争吵，男孩走了，就在也没有回来了。几年后，女孩对男孩还是思念万分，去了男孩的家人，当走进男孩的家们，男孩的父母哭着将一个盒子交给女孩，那是男孩的骨灰。原来，男孩早知道自己得了不治之症，为了能让女孩过得幸福，故意与女

生吵架，一去不返，减少女生的痛苦。

听到这里，我流下了愧疚的泪水。我想起了我的父亲，回想起父亲从小将我拉扯大的情形，回想起自己参加工作后很少回家、很少与他联系，回想起此时，我发现我生命中最重要的人被我忽略了好久好久，眼泪再也控制不住，嚎嚎大哭各位，让我们重拾那颗许久未跳动的感恩的心！不要在子欲孝而亲不在时才悔恨莫及，多和家人通电话、尽可能的陪陪他们，毕竟我们能陪伴他们时间已越来越少、越来越少当然，这次培训还有很多很多感人的地方，正如老师所说，这些培训很空洞，只有用心，才能感受到其中的奥妙，真的，只有用心才能感受到其中的奥妙，才能激发内心埋藏已久能量。

最后，我带领我的团队，在20个团队中脱颖而出，成为冠军团队，当我们团队的家人共同站在领奖台上，看到其他团队羡慕的眼神，我们再次哭了，因为这个荣誉得之不易，这个荣誉让我们付出了太多的艰辛，而这一些都得自于家人的团结、家人的共同努力。虽然只有短短的三天两夜，而我们却好像是多年不见的好友、意外重逢的家人一起相知以沐。

此次的培训，让我对其的不悦，到接受、到共鸣，不仅仅是一个过程，更重要是让我完成了生命中最重要的一次蜕变，让我真正理解什么是团队、什么是责任、什么是承担、什么是坚持、什么是感恩、什么是爱、什么是亲情、什么是孝道、什么是忠诚。在培训结束后找到了以上问题的答案。而且找到了最重要的一点：不管做什么事之前首先自己要把自己的心放开，后面的一切事都会有更多、更好的解决方法。

经过这次的培训，我明确知道自己要去做一个懂得感恩、帮助、有爱心、有责任感的人，在工作、生活中要认认真真、用心的去做每一件事，这样才不会辜负爱我们的人为我们所做的一切。还有，我一这会记住老师的嘱托，把爱传出去，因为有了爱世界会变得更美好。

## 心态培训总结篇三

自己参加过很多次培训，心态培训也不在少数，当公司通知我去参加这个三天两夜的心态培训时，心里不是很乐意，心想，心态不就那么几点么，用得着三天两夜培训吗？多无聊啊，还不如用这几天的时间多做些事情呢，和上级交流下自己的看法，先去听听，感觉课程不怎么样，当天就回，不用那么长时间呆在那边。于是没按培训的要求带好自己的换洗衣服去了培训现场。

进场时，现场和所有开大课的流程与氛围一样，用一首富有激情的歌曲及门口两边排站着富有激情的队伍迎接，心想，多老套啊，所有大课都是这样，能不能换个花样，心中充满着排斥。上午的课是由班主任大鹏老师开讲，讲了很多关于本次课程的一些大概内容，花了好几个小时，天啦，这课咋就这样呢，连开场白都浪费这么长的时间，早知道这样，我就不来了。

当我们分成一个个小组，每组要竞选鹰王，我们组的家人都很优秀，都想竞争鹰王，当轮到我竞争时，其他的伙伴基本不太想念我，因为我的感觉让人看上去像个小孩，不具备做领导的潜质。我力争，用承诺赢得了本组最高荣誉——鹰王，同时也肩负着带领本组家人取得胜利的使命。

第一个游戏是“牙签传回心针”，游戏规则就是所有人站在椅子上，用嘴含着牙签，回心针放在牙签上，下一位家人用牙签将回心针接过去，然后再以同样的方式传给下一位家人，中途不充许手接触牙签与回形针，就算是回形针掉在地上，也只能趴在地上用牙签将回形针拾起。大家开始传递了，一切还算顺利，而到了某位家人时，她犹豫了，她挣扎着，因为我们是一男一女叉开站的，最终，她还是放下了这一切，抛开所有的杂念，将嘴伸过去，把回形针传递给了下一位家人。在游戏进行中，我们组的回形针掉了三次，家人争先抢着趴在地上，用嘴去挑起那小小的回心针，那嘴几乎和地面

接触了。然而，所有的家人不去想那些，一次一次的去尝试，去补救。最终我们组在规定的时间内完成了回形针的传递。在这个游戏中，我们悟出了两个道理：

1、放下自我；

2、一个人的成功不是成功，团队的成功才是成功。这个游戏结束后，我们组的家人更加地团结了。

同样，每次入场时，老师都会要求每组进行团队风采展示，每个风采展示都要围绕当天所讲的主题进行，而每次课程结束后到下一课程开始的时间都很紧张，换句话说，就像打仗一样，不，是真枪真刀的打仗。每次课程结束后，我们组的家人都群力群策想尽方法去装饰自己的团队，有的家人连饭都没吃，去为团队买装饰品，有的家人不顾装饰是怎么的离谱，也积极的配合着家人，因为这都是为了团队加分，为了团队的荣誉。因为，大家都学会了一句话“反正死不了，我们豁出去了！”抱着这种信念，我们组的装饰是离谱的，记得第三天的主题是“蜕变、重生”，我们想了很多方案，但最后被一一否决，最终选定的方案是“重温童真”，我们组的家人口中含着奶嘴、叨着奶瓶扮成小孩，那一时刻，我们放下自我，完成了人生的蜕变与重生，回到了孩提时代。

第一晚上的活动是“齐眉棍”，每个人都有自己的想法，每个人都按自己的意思去做，但这样的结果是一次又一次的失败，一次又一次的重来，大家都抱怨着对方不配合。之后，刘昱兴老师让大家总结经验，为什么会一次又一次的失败，总结过后，大家认为：

1、团队要有统一的指挥，团队成员要无条件服从指挥；

2、团队要有一个共同的目标；

3、全心全意做好自己的本职工作；



4、不要指责他人的缺点，要看到他人优点。就这样，我们找出了各自的优点、缺点，统一了思想。经过再一次的尝试，虽说也失败了，但大家似乎更明白了。我们再来一次，朝着一个目标走着，时间继续走着，我们也在努力着，最后听见指导员说了一声“ok”大家一下雀跃了，喊着“ye”抱成团，跳跃着，喜悦的泪水夺眶而出。包容家人的缺点，并帮助他改正，互相吸收家人的优点，共同成长，收获胜利的喜悦。这就是活动后我对团队的真正诠释。

在“报数”活动中，连小学生都会玩的一个游戏，而我们的队员却一次又一次地报错，一次又一次地犯下错误，两队的领袖为自己的队友犯下的错误默默的承担着、全力以赴坚持着，他们在队友的注视下默默的做着“俯卧撑”，默默的、默默的做着，他们没有任何的抱怨，没有任何的指责，因为他们深知，为队员所犯下的错误承担后果，这就是他们的责任。看着我们队的领袖那颤抖的背影、那颤抖的双手、女领袖抽泣的哭声、还有那皮鞭的抽打声，眼前的一切是“那么的刺眼、那么的刺耳”，然而我们在一旁却不能帮到他们什么，只能看着他们默默地做着、抽泣。看着这一幕幕，我的内心受到很大的触动。现实生活中的我们，不是也犯了很多的错误吗，而这些错误的结果，大多是我们的家人、领导、好友为我们承担着。而他们又说了什么？没有！没有！！他们只是默默地承担着！！！看着我们队的领袖，想到我们的家人、领导、好友，又何偿不是一直在为我们做着“俯卧撑”，他们又何偿不想停下。然而，他们能吗？不能！不能！！他们为了自己的家人、员工、好友的成长默默地承担着，默默地、默默地、无怨地承担着。此时此刻的我们除了哭泣、除了感动、除了内心的震撼，我们无能为力，谢谢为我们成长默默地承担着的家人、领导、好友，让我们为你们深深鞠上一躬！

当然，这次培训还有很多很多感人的地方，正如老师所说，这些培训很空洞，只有用心，才能感受到其中的奥妙，真的，只有用心才能感受到其中的奥妙，才能激发内心埋藏已久能

量。

最后，我带领我的团队，在20个团队中脱颖而出，成为“冠军团队”，当我们团队的家人共同站在领奖台上，看到其他团队羡慕的眼神，我们再次哭了，因为这个荣誉得之不易，这个荣誉让我们付出了太多的艰辛，而这一些都来自于家人的团结、家人的共同努力。虽然只有短短的三天两夜，而我们却好像是多年不见的好友、意外重逢的家人一起相知以沐。

此次的培训，让我对其的不悦，到接受、到共鸣，不仅仅是一个过程，更重要是让我完成了生命中最重要的一次蜕变，让我真正理解什么是团队、什么是责任、什么是承担、什么是坚持、什么是感恩、什么是爱、什么是亲情、什么是孝道、什么是忠诚。在培训结束后找到了以上问题的答案。而且找到了最重要的一点：不管做什么事之前首先自己要把自己的心放开，后面的一切事都会有更多、更好的解决方法。

经过这次的培训，我明确知道自己要去做一个懂得感恩、帮助、有爱心、有责任感的人，在工作、生活中要认认真真、用心的去做每一件事，这样才不会辜负爱我们的人为我们所做的一切。还有，我一这会记住老师的嘱托，把“爱”传出去，因为有了爱世界会变得更美好。

## 心态培训总结篇四

职场心态对于一个人的职业生涯至关重要，它不仅影响着我们的情绪与心态，还会直接影响我们的工作产出与业绩表现。因此，追求良好的职场心态，成为越来越多职场人士的追求方向。而相应的职场心态培训也因此应运而生。今天，笔者将分享自己在参加职场心态培训课程中的一些体会和心得，与大家一同探讨如何建立一个良好的职场心态。

第二段：理解职场心态培训的含义

在参加职场心态培训时，首先要明确的是职场心态培训所指的是什么。简单来说，它就是帮助我们明确职业目标、建立积极的心态、避免职业焦虑和其他消极情绪以及提高职场绩效的一种培训方式。职场心态培训期间，我们会了解一些实用的方法和技巧，例如如何保持积极的心态、如何调节情绪、如何建立良好的工作习惯和如何与同事保持良好的关系等。

### 第三段：建立积极的心态

职场中不可避免会遇到一些困难和挑战，在如何处理这些问题时，职场心态培训也为我们提供了很好的指导。在培训课程中，我们学会了如何将负面情绪转化为积极能量，如何主动应对工作中的变化和挑战，并且学会多角度思考问题，进而找到解决问题的办法。同时，在职场心态培训中，我们也学会了如何通过增强自信心和自我认知，提升工作效率，进而实现职业生涯的目标。

### 第四段：建立良好的人际关系

在职场中，不可避免会遇到各种各样的人际关系问题。参加职场心态培训可以为我们提供很好的解决方案。在培训中，我们学会了如何以开放、客观的态度去面对同事之间的分歧和沟通不畅等问题。同时，学会了如何发掘自身擅长的领域，并与同事合作，从而更好地发挥职场个人能力。通过这些方法，我们不仅可以解决与同事之间的矛盾，而且还可以在職場中展露我们的工作价值，并获得团队内部的认可。

### 第五段：总结

通过参加职场心态培训，我们学会了如何处理职场中的情绪，如何建立积极的心态和人际关系，并提升我们的工作能力。在职场中，面临困境与挑战时，这些实用的技巧和方法会让我们更加从容地应对。建立良好的职场心态，不仅有利于我们的职业生涯发展，还能使我们的生活变得更加幸福和充实。

在以后的职业生涯中，我们仍要将这些理念内化为自己的永久信仰，努力实践，才能成为一个更加优秀的职场人士。

## 心态培训总结篇五

自己参加过很多次培训，心态培训也不在少数，当公司通知我去参加这个三天两夜的心态培训时，心里不是很乐意，心想，心态不就那么几点么，用得着三天两夜培训吗？多无聊啊，还不如用这几天的时间多做些事情呢，和上级交流下自己的看法，先去听听，感觉课程不怎么样，当天就回，不用那么长时间呆在那边。于是没按培训的要求带好自己的换洗衣服去了培训现场。

进场时，现场和所有开大课的流程与氛围一样，用一首富有激情的歌曲及门口两边排站着富有激情的队伍迎接，心想，多老套啊，所有大课都是这样，能不能换个花样，心中充满着排斥。上午的课是由班主任大鹏老师开讲，讲了很多关于本次课程的一些大概内容，花了好几个小时，天啦，这课咋就这样呢，连开场白都浪费这么长的时间，早知道这样，我就不来了。

当我们分成一个个小组，每组要竞选鹰王，我们组的家人都很优秀，都想竞争鹰王，当轮到我竞争时，其他的伙伴基本不太想念我，因为我的感觉让人看上去像个小孩，不具备做领导的潜质。我力争，用承诺赢得了本组最高荣誉——鹰王，同时也肩负着带领本组家人取得胜利的使命。

第一个游戏是“牙签传回心针”，游戏规则就是所有人站在椅子上，用嘴含着牙签，回心针放在牙签上，下一位家人用牙签将回心针接过去，然后再以同样的方式传给下一位家人，中途不充许手接触牙签与回形针，就算是回形针掉在地上，也只能趴在地上用牙签将回形针拾起。大家开始传递了，一切还算顺利，而到了某位家人时，她犹豫了，她挣扎着，因

为我们是一男一女叉开站的，最终，她还是放下了这一切，抛开所有的杂念，将嘴伸过去，把回形针传递给了下一位家人。在游戏进行中，我们组的回形针掉了三次，家人争先抢着趴在地上，用嘴去挑起那小小的回心针，那嘴几乎和地面接触了。然而，所有的家人不去想那些，一次一次的去尝试，去补救。最终我们组在规定的时间内完成了回形针的传递。在这个游戏中，我们悟出了两个道理：1、放下自我；3、一个人的成功不是成功，团队的成功才是成功。这个游戏结束后，我们组的家人更加地团结了。

同样，每次入场时，老师都会要求每组进行团队风采展示，每个风采展示都要围绕当天所讲的主题进行，而每次课程结束后到下一课程开始的时间都很紧张，换句话说，就像打仗一样，不，是真枪真刀的打仗。每次课程结束后，我们组的家人都群力群策想尽方法去装饰自己的团队，有的家人连饭都没吃，去为团队买装饰品，有的家人不顾装饰是怎么的离谱，也积极的配合着家人，因为这都是为了团队加分，为了团队的荣誉。因为，大家都学会了一句话“反正死不了，我们豁出去了！”抱着这种信念，我们组的装饰是离谱的，记得第三天的主题是“蜕变、重生”，我们想了很多方案，但最后被一一否决，最终选定的方案是“重温童真”，我们组的家人口中含着奶嘴、叨着奶瓶扮成小孩，那一时刻，我们放下自我，完成了人生的蜕变与重生，回到了孩提时代。

第一晚上的活动是“齐眉棍”，每个人都有自己的想法，每个人都按自己的意思去做，但这样的结果是一次又一次的失败，一次又一次的重来，大家都抱怨着对方不配合。之后，刘昱兴老师让大家总结经验，为什么会一次又一次的失败，总结过后，大家认为：1、团队要有统一的指挥，团队成员要无条件服从指挥；2、团队要有一个共同的目标；3、全心全意做好自己的本职工作；4、不要指责他人的缺点，要看到他人优点。就这样，我们找出了各自的优点、缺点，统一了思想。经过再一次的尝试，虽说也失败了，但大家似乎更明白了。我们再来一次，朝着一个目标走着，时间继续走着，我们也

在努力着，最后听见指导员说了一声“ok”大家一下雀跃了，喊着“ye”抱成团，跳跃着，喜悦的泪水夺眶而出。包容家人的缺点，并帮助他改正，互相吸收家人的优点，共同成长，收获胜利的喜悦。这就是活动后我对团队的真正诠释。

在“报数”活动中，连小学生都会玩的一个游戏，而我们的队员却一次又一次地报错，一次又一次地犯下错误，两队的领袖为自己的队友犯下的错误默默的承担着、全力以赴坚持着，他们在队友的.注视下默默的做着“俯卧撑”，默默的、默默的做着，他们没有任何的抱怨，没有任何的指责，因为他们深知，为队员所犯下的错误承担后果，这就是他们的责任。看着我们队的领袖那颤抖的背影、那颤抖的双手、女领袖抽泣的哭声、还有那皮鞭的抽打声，眼前的一切是“那么的刺眼、那么的刺耳”，然而我们在一旁却不能帮到他们什么，只能看着他们默默地做着、抽泣。看着这一幕幕，我的内心受到很大的触动。现实生活中的我们，不是也犯了很多的错误吗，而这些错误的结果，大多是我们的家人、领导、好友为我们承担着。而他们又说了什么?没有!没有!!他们只是默默地承担着!!!看着我们队的领袖，想到我们的家人、领导、好友，又何偿不是一直在为我们做着“俯卧撑”，他们又何偿不想停下。然而，他们能吗?不能!不能!!他们为了自己的家人、员工、好友的成长默默地承担着，默默地、默默地、无怨地承担着。此时此刻的我们除了哭泣、除了感动、除了内心的震撼，我们无能为力，谢谢为我们成长默默地承担着的家人、领导、好友，让我们为你们深深鞠上一躬!

当然，这次培训还有很多很多感人的地方，正如老师所说，这些培训很空洞，只有用心，才能感受到其中的奥妙，真的，只有用心才能感受到其中的奥妙，才能激发内心埋藏已久能量。

最后，我带领我的团队，在20个团队中脱颖而出，成为“冠军团队”，当我们团队的家人共同站在领奖台上，看到其他团队羡慕的眼神，我们再次哭了，因为这个荣誉得之不易，

这个荣誉让我们付出了太多的艰辛，而这一些都来自于家人的团结、家人的共同努力。虽然只有短短的三天两夜，而我们却好像是多年不见的好友、意外重逢的家人一起相知以沐。

此次的培训，让我对其的不悦，到接受、到共鸣，不仅仅是一个过程，更重要是让我完成了生命中最重要的一次蜕变，让我真正理解什么是团队、什么是责任、什么是承担、什么是坚持、什么是感恩、什么是爱、什么是亲情、什么是孝道、什么是忠诚。在培训结束后找到了以上问题的答案。而且找到了最重要的一点：不管做什么事之前首先自己要把自己的心放开，后面的一切事都会有更多、更好的解决方法。

经过这次的培训，我明确知道自己要去做一个懂得感恩、帮助、有爱心、有责任感的人，在工作、生活中要认认真真、用心的去做每一件事，这样才不会辜负爱我们的人为我们所做的一切。还有，我一这会记住老师的嘱托，把“爱”传出去，因为有了爱世界会变得更美好。

注：查看本文相关详情请搜索进入安徽人事资料网然后站内搜索员工心态培训总结。