

深大培训部 到大学培训心得体会(实用9篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

深大培训部篇一

按照市委组织部的安排,我怀着从未有过的激动心情,走进了令当代学子魂牵梦绕的一流学府——清华大学,参加了“清华大学—武威市中青年干部高级研修班”学习培训.虽然只有短短的8天时间,但通过体验“自强不息、厚德载物”的清华校训,汲取名校丰富的知识营养,使我体会深刻、受益匪浅.

清华园位于京西北,北四环路 with 圆明园路交汇处,向南步行10分钟,是全国另一知名学府——北京大学;向西步行15分钟,是被誉为“万园之园”的圆明园.历史记载,明朝时这一带是一片园林区,清华园原是圆明园的一部分.

清华园里处处都是文明的气息.无论是在教学区,还是在生活区,时时都是宁静祥和,井然有序.清华校园很大,初来几天不识路,总会有人热情地为你指路.遇到年少的清华学子,总是把我们尊称为“老师”,尽管心里有点虚,但面子上还是蛮受用.在食堂就餐,尽管偌大的餐厅高峰时有几千人同时进餐,但从喧嚷,且整洁、有序.在课堂上,如果同学们偶有倦意,教授们马上会讲个小笑话,播个多媒体短片,或者玩个小游戏,既为你提神,又让你受到启迪.可以说,清华园里这样一种文明的气息、一种人文关怀,会让你时时感到温暖,受到教益与启迪.

这次学习培训的授课老师,分别来自清华大学、北京大学、中国社会科学院等国内外知名高校与科研机构,他们个个学贯中

西、博古通今,知识渊博、理论精深,每个人对自己从事的研究都有独到的分析和精辟的见解,他们精彩的讲解不时闪烁出智慧的火花,使我的思想观念不断地受到新的冲击,从而进一步理清了思想认识上的误区,解开了许多工作、学习、生活中的迷茫和疑惑,时时让我有茅塞顿开的感觉,享受豁然开朗的喜悦.

这次学习培训虽然时间不长,但课程安排科学合理,内容丰富,信息量大,涉及宏观经济、招商引资、城市化和城市规划信息化管理、现代服务业、新闻媒体和危机公关、领导干部能力建设、科学发展观、党建工作等多个方面的知识.这对于我们这些长期在基层工作的中青年干部来说,特别是对于教育管理者的我确是一次高层次、系统化的理论学习和全新的知识拓展机会.通过聆听资深博导教授、名家大师们的精心授课,不管是从理论到实际,还是从耳闻到目睹,无不使我眼界大开,受益匪浅.9个专题讲座,具有较强的针对性和实用性,从时代发展的最前沿,从不同的学科领域、不同的观察角度出发,给我们带来了一场提升领导综合能力的盛宴.特别是那些满腹经纶、博古通今的专家教授,他们的讲解生动有趣、旁征博引,既有很强的理论指导,又有成功的实践经验;他们能抓住重点,层层剖析,让人豁然开朗、茅塞顿开.他们的授课使我掌握了更多的领导技能,从而使正确认识问题、科学分析问题、果断应对问题的能力得到显著的提高.

学习期间,我们深深感受到,无论是坐在安静的课堂还是徜徉在美丽的校园,所到之处无不渗透和折射着浓浓的清华文化和清华精神;不管是聆听教授们授课还是路遇行色匆匆的学子,无不体现着清华人的严谨和一丝不苟的治学精神.“清芬挺秀、华夏增辉”的清华风采、“自强不息、厚德载物”的百年校训、“行胜于言”的清华校风和“严谨、勤奋、求实、创新”的学风,无不激励着一代又一代“清华人”成为国家栋梁,社会英才.清华人之所以长期蜚声中外,就是在于这不竭追求卓越,争创一流的精神.我想这便是清华魅力所在,给人以心灵的震撼,给人以行动的力量,给人以前进的勇气,给人以成功的

信心.对我工作的启迪主要有:

一是工作中要有激情与思想.只要生命在激情就在,做到激情不老,务实肯干,积极进取,在现实生活的土壤中找到自己的生长点,并以自己的成长影响周围你我他.

二是提升学校管理水平.以身作则,用自己的行动和声音表达自己的理念,与全校师生共同开启学校美好远景,提升感召力.把握机遇,质疑现状,促进合作团结,更新学校.关注收获,培养后继人才.

三是促进教师专业化成长.四是建设健康校园文化.文化是无形的,形成良好的学校文化是管理的最高境界,良好的学校文化比说教更有效.校园富有朝气,让教职工有充分的更高的期望,改变学校面貌,改变其价值追求,改变一个学生更高的理想和人生目标.让师生更添智慧,适应学生,学生才能适应教育,适合学生的教育更会符合目标性,符合规律性.学校更具美感,员工非常和谐,即善待师生,崇尚宽容,善于妥协,学会善待,追求高尚,淡薄名利.

深大培训部篇二

在深圳这个新兴的特区城市,地铁作为主要的公共交通工具,扮演着越来越重要的角色。作为一名新入职的地铁员工,我有幸参加了深圳地铁的培训课程。通过这次培训,我不仅了解了深圳地铁的发展历程和运营流程,更重要的是,我意识到了作为一名地铁员工应具备的职业素养和责任感。以下将从培训内容、培训方式、学习收获、个人成长以及未来发展等方面进行阐述。

在培训课程中,我们首先学习了深圳地铁的发展历程。深圳地铁作为中国改革开放后第一条地铁线路的建设者之一,经历了短短几十年的飞速发展。通过了解地铁的历史,我们对地铁的宏伟规模和重要性有了更加清晰的认知。同时,培训

课程还介绍了地铁的运营流程，包括安全检查、列车驾驶、乘客服务等各个环节。这让我们对地铁的运营有了更加详细的了解，也增强了我们对这项工作的重视和责任感。

培训方式是我们了解地铁知识的重要途径。在培训过程中，我们既有理论学习，也有实际操作。理论学习主要通过课堂上的讲解和教材的学习。这些理论知识帮助我们了解地铁的基本原理、操作方法以及规章制度等。同时，我们也进行了模拟操作，通过实际操作列车模型和应用调车模拟软件，让我们更加接近实际工作环境。这种实践操作的方式不仅增强了我们的学习兴趣，也帮助我们更好地掌握了操作技能。

通过这次培训，我不仅学到了地铁的相关知识，还获得了很多宝贵的学习收获。首先，培训课程强调了安全意识和乘客服务意识的重要性。地铁作为公共交通工具，安全是永恒的主题。通过培训，我明白了只有不断强化安全意识，才能做到守口如瓶、杜绝事故的发生。其次，在乘客服务方面，我学到了细心、耐心和热情的重要性。只有通过真心实意的服务，才能够赢得乘客的信任和支持。此外，培训课程还加强了我们的团队意识和沟通能力。地铁以出色的整体运营为目标，无论是与乘客的交流还是与同事的合作，我们都需要具备良好的团队合作意识和沟通能力。

通过这次培训，我在个人成长方面也取得了进步。首先，我提高了自己的学习能力和学习方法，通过不断思考和实践，我发现了适合自己的学习方式，使我更加高效地掌握知识。其次，我意识到了问题解决的重要性。在培训过程中，我们经常面临各种问题和困难，通过培训，我学会了主动解决问题，并形成了解决问题的方法和思路。最后，我也提高了自己的自信心。培训过程中，我们不断督促自己克服困难，不断挑战自我。这种不断突破自我的经历，让我深刻意识到了自己的成长潜力和能力。

在未来，我对自己的发展有了更加明确的规划。首先，我将

继续加强自己的专业能力。地铁作为特殊行业，专业知识的积累对于职业发展非常重要。因此，我将继续学习深化自己的专业知识，并通过实践经验提高自己的工作能力。另外，我也将注重自我发展，通过参加各种培训和学习活动，提升自己的综合素质和职业能力。最后，我将积极参与团队合作，通过和同事的共同努力，提高地铁的整体运营水平，为城市的交通建设做出更大的贡献。

通过对深圳地铁培训的参与和学习，我不仅深化了对地铁的认识，更重要的是，培养了良好的职业素养和责任感。深圳地铁的运营需要我们不断提高自己的专业能力，通过自我发展和团队合作来为城市的交通建设做出贡献。我相信，在未来的工作中，我将不断努力，不断进步，为深圳地铁的运营做出自己的贡献。

深大培训部篇三

很幸运，能参加这次中小学数学的高端培训。南岸区教委为了提高教师的专业发展和我区中小学教育质量，加强学科建设，建设一支高素质、专业化学科带头人队伍，依托北京师范大学的雄厚师资力量，对学科带头人和学科骨干教师进行现代教育理念与实践的高层次的通识培训和学科本体知识提高培训。正因为这次机会很难得，所以我特别珍惜，抓住培训期间的分分秒秒，作好培训笔记，认真领会，我也会在以后的教育教学中慢慢渗透这次培训的理念和精神。

初次看到培训的课程安排，我震撼了，课程很紧凑，基本上每天都有六个小时的培训时间，而让我吃惊的不是这些，给我们上课的除了几个是中学的特级教师外，那些都是北师大、北大和清华大学的教授和博士生导师。北京，从小就是我所向往的，天安门、长城、故宫、颐和园、清华、北大等等，我终于到了我梦想的地方，而且是在北京师范大学学习十天，“我不就是北京师范大学的学生了？”，大学没有实现的梦想，现在也算是实现了。我真的很感谢学校给我这次机会，也感

谢南岸教委和进修学院的各级领导能给我们教师搭建这么好的一个平台。我来到了我“梦中的天堂”。

暑假在参加高中新课程培训期间，国培的网上资源里，我看了由张思明支持，王尚志和张饴慈主讲的课改培训视频，他们对数学的理解和见地非常准确，认识到数学对当今社会的各个领域的重要性，而新课改恰恰就体现在将这些理念和精神融合在我们的课堂里面。而在这次北师大培训里也有这三位老师。天啊，遥不可及的事情却成了现实。张思明老师是北大附中的数学特级教师、副校长，给我们讲了《怎样让我们的教学更有效》，教我们新课程应从哪里突破，教学的核心目标是“提高教学的有效性”，即“有效果、有效率、有效益”，告诉我们“最遗憾的是——自己能做但没做，或没做到位；自己做了，但漏掉了有价值的东西”。从现在美国的中学教学到张老师自己的教学案例，让我领略了教学的魅力，我感叹“原来中学数学可以这样教”。

王尚志老师讲了《中国数学教育发展的几个问题》，留给我们两个值得思考的问题：1什么是数学自主学习的关键环节？如何帮助和激励学生养成数学自主学习的习惯？2如何进行有效地指导？，王老师呼吁“把学习的权利和责任还给学生”和“依托信息技术发展建立新的学习环境——数学“双课堂””，要培养学生“learning to do(学会做事)”“learning to know(学会数学学习)”“learning to be(学会做人)”“learning to live and work together(学会理论结合实践)”，我很赞同王教授的教育理论。张饴慈就概率与统计从小学、初中到高中的教法演变，讲了一节详细而生动的示范培训课，使我耳目一新，从一个搞了多年研究者的角度，对概率和统计的认识确实更要深刻。同样的内容，不一样的认识，不一样的理解，对我们中学新课改提出了更高的挑战，同样也给学生们学习增添了乐趣，不止是学习枯燥的知识，还理解了知识的生成过程，学会了独立思考和独立学习。

让我印象最深刻的还是北京市广渠门中学“宏志班”班主任、

全国著名班主任、全国优秀教师高金英老师，一个看起来很慈祥、很普通的女老师，她从她坎坷的经历讲起，从河北农村的知青，一个普普通通的教师，到北京的重新开始，由于教学成绩的不凡，再到担任“宏志班”的第一届班主任，期间的酸甜苦辣可以想象。从她的著作《阳光下的味道》和《没有音乐照样跳舞》，可以读出高老师不平凡的教师经历，为了自己的学生，节假日和家人团聚的机会也放弃了，没时间去教育自己的子女。她的课给我增添了几分佩服和理解，因为我也曾是一个高中的班主任，常年教高三毕业班，很多教育教学的经历和高老师有共鸣。她的故事让我知道“如何做平凡的事，成为一个不平凡的人”，也使我感受到当好一个“教书匠”的责任和义务，我们教得不仅仅是书，而更重要的是学会育人。今天的教师即是工作者，又是学习者，也是研究者，是具有这三种身份的专家。

三个小时的培训课，感觉特别短暂，她用诙谐生动、简洁易懂的语言，把当老师的真谛讲得淋漓尽致。高老师讲到“静下心来教书，潜下心来育人”，静下心来收益的是学生，而最终收益的是教师自己。全国劳动模范李素丽说过：“认真做事只能把事做对，用心做事才能把事做好”。我买的《阳光下的味道》一书，高老师亲笔给我写上“做学生生命中的贵人”，我顿觉双肩的重担是不可推卸的，我认识到这才是我人生价值的最好体现。从如何教书，到当班主任的技巧和语言艺术；从调整老师的心态，到老师应从多方面培养自己的能力。她的一句“把学生看做魔鬼，您会生活在地狱里；把学生看做天使，您就会生活在天堂中！”，真正体现了我们老师在对待学生上，一定要调整好自己的心态。太多了，我不能一一写出来，总之我不可能达到高老师那样的高度，但我会好好体会他的理念和心得，慢慢的融入我的课堂我的人生。再引用高老师的人生格言：吃所喜，穿所好，一任秉性；付其劳，奉其酬，两袖清风——为的是：心底坦然。

紧张的几天培训，学了如何开展新课改的教育教学，懂了如何建设教研组和备课组，听了数学的人文内涵和科技外延和

数学史与教学科学研究方法，体会了数学建模在教学实施中的重要性，探究了数学课堂教学模式和我国数学教育改革趋势。最后知名心理学专家马健给我们上了一堂使用性很强的讲座《心灵光合作用：健康与幸福之路》，教我们释放工作中的压力，学会放松，珍惜自己的健康。

北师大这次的培训让我的思想有所改变，在与专家的学习和交流中，感受到什么是教育，教育应该教什么。“学为人师，行为世范”，我对教师的理解更近了一层，在以后的教学中，我会一点点的渗透到我的教育理念中，保持自己的教学风格，取长补短，我也相信我的教学会不断进取，再接再厉，为南岸的教育添砖加瓦，尽自己的绵薄之力。既然选择了教育行业，就样充分体现自己的人生价值，培养出更多的国家栋梁。

深大培训部篇四

10月9日—19日，很荣幸参加了东营区教育局组织的“东营区中小学青年教师高级研修”培训。这次培训的内容十分丰富，研修期间我聆听到了高等专家学者研究的最新理论，共同探讨如何将理论与实践相结合，与北京优秀的教育实践者一起分享工作了与成长经验，令我受益匪浅。北京之行处处给我带来惊喜，课程一堂比一堂精彩，来自全国的优秀专家、教师给我留下了深刻的印象……下面分享一下令我感动的画面：

教师心理健康是关系教师成长的关键。10月10日来自北京教育学院校长研修学院伍芳辉教授所作的“教师心理健康及自我调适”正式拉开了培训活动的序幕。

10月11日来自北京市东城区教育研修学院语文教研员、中学高级教师王文丽老师，让我领略了一名优秀教师的风采，王老师积极的心态，对教育的执着、热爱，对学科的钻研及对学生的关爱着实让我感动。王老师的讲学结合自身经历谈起，通俗、风趣，既有理论又联系实际。她告诉我们：一个拥有教育理想的老师应该具备积极健康的心态和自信乐观的人生

态度；一个拥有教育理想的老师应该有一颗博爱、善良的心，有高度的责任感和使命感；一个拥有教育理想的老师，应该有扎实的科学文化功底及一定的教育教学能力；一个拥有教育理想的老师，应能够发挥自己的特长，为学科教学增色；一个拥有教育理想的老师，应不断反思自己的教育教学行为，善于思考、善于总结。王老师的理论为我们如何成长为一名有教育理想的老师指明了努力的方向，教会我们该如何去做，如何去找准自己的角色。

10月12日，来自北京市广渠门中学宏志班管委会主任高金英老师从心态、师德、知识、管理等不同篇章向我们展示了什么样的教师才是有价值的老师以及如何做一名有价值的老师。高老师的讲课，时而煽情、时而风趣、时而幽默……紧紧抓住了每一位学员的心，不时赢得全体学员的阵阵掌声。高老师的“阳光”心态深深感染了我。

10月13日，我们来到北京市灯市口小学参观考察，在这里满媛媛老师一堂颇具语文味的《钓鱼的启示》深深感染了我，真正让我见识了“语文老师“的风采。在满老师的课堂上我学到了很多：1)讲究说话的艺术。满老师在课堂上说话的语调抑扬顿挫，表情及肢体语言丰富，用自己的声音及肢体动作吸引了学生的注意力，同时课堂也生动活泼。2)讲究评价的艺术。满老师在课堂上注重对学生肯定及激励性的评价和鼓励，每位学生回答完问题后都不忘加一句激励或肯定的评语，调动了学生学习的积极性。3)讲究“渔”的艺术。注重对学生的引导，发挥学生的主体地位，注重的是授之以渔而非授之以鱼，不断启发，引导学生用他们的嘴说出教师想要的答案，课堂气氛和谐、高效。4)讲究创新的艺术。满老师的课堂不是枯燥的灌输语文知识，在向学生传授知识的同时注重将知识与生活相联系，注重对学生创新能力的培养。同时将信息技术与课堂教学整合，利用电子教课白板及活动反馈器，将课件发给学生，这一系列先进的做法既提高了课堂效率，充分掌握每位学生的学习状况，又能帮助学生巩固、复习知识……满老师的教学不仅仅是在上一堂语文课而是在

教学生学习知识的同时更重要的是学会思考、学会评价、学习表达……虽然我们来自不同的学科，但仍有许多值得学习借鉴的地方。

北京的学习时时充满着惊喜，处处充满着感动，每一位老师的成长经历、研究理论、对教育的执着态度都是我学习的楷模，由于时间的关系在此我不再一一列举。开学至今，学校已经给了我两次外出学习的机会，非常感谢区教育局以及学校领导给我的两次学习的机会，每次学习会有不同的收获。滨州之行，聆听了来自全省优秀教师的优质课，借鉴了一些优秀教师在教学过程中好的经验、教法，北京之行的学习理论与实践相结合，同样让我受益匪浅。回来之后心情许久不能平静，对照学习的内容我一直反思自己的教学过程，我认为自己还需要从以下方面继续努力：

一、调整心态，做一名有“幸福感”的老师。有人说，心态决定命运，这是有道理的。佛家讲“定能生慧，相由心生”，一个人如果心态淡定、宁静、平和，不但可以提升自身的智慧，就连他的相貌都会幻化出一副慈眉善目的面容，给人一种安全、稳重、可靠的感觉。佛家还讲境随心转，境乃山河大地，人心向善，山河大地没有一样不善。反之，人心不善，山河大地没有一样是善的。教师的工作态度是其心态的折射，从某种意义上讲，教师能否做好本职工作，主要取决于其心态，教师能否获得职业的幸福感，也主要取决于其心态。记得北京学习时一名教授说“如果你把学生看成魔鬼，那么你就生活在地狱里；如果你把学生看成天使，那么你就生活在天堂里”。苦也教，乐也教，我们不妨换种心态，苦教不如乐教。保持阳光心态，如果我们把学生看成了天使，那么我们每天都都生活在天堂里。

二、静下心来，做一名有“价值”的老师。_在接见全国优秀教师代表时曾对教师提出期望，期望教师爱岗敬业，关爱学生、刻苦钻研、严谨督学、勇于创新、奋发进取、淡泊名利、志存高远。从社会的角度来看，好老师就是学生爱戴、家长

信赖、领导欣赏、同事喜欢的老师。教师需要一种“静气”，静下心来备每一节课，静下心来批每一本作业，静下心来与每一个孩子对话，静下心来研究学问，静下心来读几本好书，静下心来总结规律，静下心来反思自己的言行和方式，以便更好的超越自己，静下心来细细的品味与学生在一起的分分秒秒、点点滴滴，品尝其中的乐趣，品味其中的意义。教师能够静下心来、潜下心来将会获得多重收益，收益的不仅是学生，最终受益的是教师自己。静心教书、潜心育人，做一位有价值的老师，成全学生一生中一大幸事，是我今后努力的方向，当成为我孜孜以求的职业理想！

三、加强基本功训练，做一名学生敬佩的老师。在通过这两次外出学习，我深深地体会到了教师基本功的重要性。音乐作为一门特殊的学科，它不是孤立存在的，它与各科教学相互联系，这就对音乐教师提出了更高的要求，他不仅需要具有较高的文化素养，还需要有过硬的专业基本功：一是加强声乐、器乐、舞蹈等专业基本功的训练，更好的为学生示范，更好的为课堂教学服务；二是多读书、广读书，包括有字书与无字书，用书籍来充实自己的头脑指导实践。

老师的工作像把盐，尝尝觉得有点咸。做个老师需要有智慧，做一个有价值的老师需要大智慧。作为一名音乐老师，我的价值就是同孩子们一起乘着歌声的翅膀遨游在音乐的殿堂里。当你成为一个有价值的老师，是幸福的，因为你是社会需要的，我将朝着这个目标不断迈进，相信只要努力了，定能开拓属于自己的一片蓝天。

深大培训部篇五

得益于云南中烟工业公司对人才培养的大力重视，我有幸参加了中烟公司在郑州轻工业学院组织的第二期烟草工程高级研修班。十个月的脱产培训学习已经过去三分之二，整理笔记、盘点收获、几多感悟在心头：

(一)收获知识，转变思维

就自身而言，以我本科所学的化学专业来搞烟草分析算是专业对口。可进入这个行业后我渐渐的感觉有点力不从心。虽然在工作中边实践，边学习，可一直没有系统的学习过专业理论知识，而烟草工程却是个复杂的学科体系，它涉及了多个学科的综合知识。只有实践和单一学科的理论虽然能够应付一般的工作要求，却很难达到一个高度，因为专业知识是一个基底，没有基础，难为大厦。

现代的普遍教育方式是，首先系统地学习专业知识，然后付诸实践，运用学到的知识更好地指导实践。这种教育方式显然在实践中可以提高效率，可它的缺点就在于有时受到专业知识的束缚，可能不能很灵活地运用到实践中。而我们这次参加培训的学员恰恰相反，我们没有系统的学习过烟草专业的知识，只是在实践中学习，实践中掌握工作的技能与方法。通过这次培训，我学习了烟草原料学、烟草化学、卷烟香味化学等理论基础，卷烟设备、卷烟工艺、调香技术等技术手段，烟草分析和香精香料分析等检测手段，再我结合自身的实际情况，总结出自己的优缺点，以积累的工作经验来更好地理解专业的知识。在未来的工作中我想通过实践更好的巩固所学知识，让两者互相渗透，更好地提升工作效果。烟草工程是一个复杂的体系，光靠经验或是理论都是不能够走下去的。只有把理论和实践很好地结合起来，才最为正确。古人说读万卷书，行万里路。这两者在现实中都是不可或缺的。

(二)体味刻苦，感受奉献

这次研修培训同学们克服了工作、学习、生活等多方面的困难，可谓是“抛家舍业”。十个月的时间看似漫长，其实是将正常两年的课程压缩在这十个月完成，期间还要通过相应的全国统一考试，其压力之大可想而知。经常是完成一天的课程，放学后已经是满天繁星。回到宿舍后依然要完成作业到深夜。可同学们都很珍惜这次难得的进修机会，勤奋学习、

刻苦钻研。而给我们上课的老师更是殚精竭虑，诲人不倦。为了我们能在有限的时间内能够学到更多的知识，经常是利用周末休息时间给我们补课辅导，特别是一些老教授，拖着病体，冒着酷暑严寒依然坚持授课，这种敬业奉献的精神更激励我们奋进。

(三) 扩大视野，拓展思路

这次研修培训是在烟草人才“摇篮”的郑州轻工业学院进行的，给我们授课的大都是研究烟草相关知识多年的教授、副教授，除了学习专业理论知识，学院还请来包括郑州烟草研究院在内的多位专家学者给我们举办讲座。通过多种形式使我们了解了相关技术领域的动态，更新观念，扩大视野，拓展技术创新思路，在一定程度上起到了提升学员们研发和科技创新能力的作用。

(四) 加强交流，收获友谊

参加研修培训的35名学员来自不同集团的各个生产厂，大家所处的岗位不同，从事工作的内容各异，其中不乏相关领域的专家，真可谓“群英荟萃”。课堂上经常是由老师讲授转到学员和老师间的“学术交流”，甚至由我们学员自己准备课件，走上讲台“表演”。不同的思想，不同的方式给了我很大的触动和启发，让我受益匪浅。

虽然大家的经历不同，但都赤诚相待，力将自己最热情、最精彩的一面展现给大家。同学之间、师生之间由陌生到相识、到相知、到亲密无间的同学和良师益友。学习与生活中大家相互帮助，一次次的团队活动大家拼搏进取，勇夺胜利，无不体现我们是一个团结奋进的团队。收获知识的同时，我们也收获了友谊。知识虽然难得，友谊更为可贵。

时间如梭，研修培训的时间所剩不多。在剩下的时间里，我们一定会坚持学习不放松。只有不断深入学习，以专业知识

为主，以相关知识为辅，不断完善提升自己的素质水平，我们才能触类旁通，深入对象的本质，我们工作思路才会清晰有方向，才能找准工作的切入点，达到事半功半的效果。

思想在我们的头脑中，工作在我们的手中。我们追求卓越，拒绝平庸。坐而言，不如起而行！路虽远，行则将至；事虽难，做则必成。让我们播种希望，收获成功；继续乘风破浪，扬帆远航。

深大培训部篇六

地铁系统作为现代城市交通的重要组成部分，承载着数以亿计的乘客和货物安全、快速地在城市间流动的重要使命。为了提高地铁安全和服务质量，深圳地铁为员工开展了培训活动，经过一段时间的学习和实践，我深切地感受到了这次培训的重要性和收获。以下以五段式写作方式来分享我在深圳地铁培训中的心得体会。

第一段：对培训的期望

在参加深圳地铁培训之前，我对这次培训的期望很高。首先，我期待通过培训了解地铁的基本运作原理和常见问题处理方法，增加我的专业知识。其次，我希望这次培训能提高我的团队合作能力和沟通能力，因为在地铁系统中，团队的合作和有效的沟通至关重要。最后，我希望通过这次培训能够更加熟悉深圳地铁，增加我的职业发展机会。

第二段：培训内容与收获

在培训课程中，我们学习了地铁的安全操作、服务技巧以及客户服务等方面的知识。通过实际案例分析和模拟练习，我深入了解了处理突发事件和矛盾纠纷的方法和原则。同时，通过团队合作项目和角色扮演，我学会了如何与其他同事有效地合作，提高工作效率。此外，培训还丰富了我的沟通技

巧，让我更好地与乘客进行交流和解决问题。

第三段：团队合作与团队精神

在深圳地铁培训中，我有幸结识了来自不同背景和专业的同事，他们的热情和才华深深地吸引了我。在培训过程中，我们一起完成了各种团队合作项目，如演练、案例分析等。这些活动不仅增强了我们的团队合作能力，更培养了我们之间的团队精神。通过相互支持和协作，我们共同解决问题，创造了良好的学习氛围，使每一个人都能够充分发挥自己的潜力。

第四段：培训带来的职业发展机遇

参加深圳地铁培训不仅仅是提高个人技能和专业素养的机会，也为我们提供了更多的职业发展机会。培训结束后，我们将有机会参与地铁系统的实际工作，并有机会晋升为培训生。这种机会让我倍感荣幸，也更加珍惜自己在培训过程中学到的知识和经验，努力成为一个优秀的地铁工作人员。

第五段：对未来的展望和感悟

这次深圳地铁培训让我受益匪浅，对我的职业生涯和人生观都将产生积极的影响。通过深入了解地铁系统的运作和团队合作的重要性，我更加意识到了自己作为一个环节的重要性。我相信，只要我们不断提高自己的能力和素质，积极面对挑战，我们一定能够在地铁行业中取得良好的发展。我将努力实践培训中学到的技能和知识，不断完善自己，为深圳地铁的发展做出贡献。

通过这次培训，我深入了解了地铁系统的运作原理和服务要求，提高了我的专业素养和团队合作能力。这次培训不仅是对我个人职业生涯的一个里程碑，也是对整个深圳地铁团队的一个鼓舞和推动。我对未来充满信心，相信我可以在深圳

地铁这个大家庭中有所作为。

深大培训部篇七

在如今这个竞争激烈的时代，不断的学习才能让我们在工作中更加出色，与时俱进。作为一名职场新人，我在工作中发现自己的不足，于是决定报名参加培训课程。经过调研，我选择了深圳一家口碑良好的培训机构，因为他们的课程设置全面、师资力量雄厚、助学后期服务完善。这些优势让我相信我的选择是正确的。

第二段：思维方式的转变

在参加深圳培训机构的课程后，我的思维方式发生了转变。课程中所讲授的思维方式和方法，让我意识到日常生活中的很多小小的古怪事物，可能会成为我们工作中的灵感来源。对于刚刚踏入职场的我而言，思维方式的转变是一件重要的事情。我慢慢地学会了如何发掘和利用工作中的资源，如何应对新的工作挑战，这一切都源于培训机构所传授的方法和思维方式。

第三段：如何提升个人技能

培训机构的每一位师资都有丰富的教学经验，从语言表达、聚焦主题、沟通技巧到时间管理、头脑风暴、人际交往，他们给出了很多有用的建议和技能。通过课堂上的讲解，自己的技能陆续得到了提高，更加自如地沟通表达，更加果断地处理问题，更加高效地处理任务。

第四段：如何提高自己的学习效率

在这个快节奏的环境下，提高自己的学习效率很有必要。我相信深圳培训机构中的每个学生，在这里都学到了如何提高自己的学习效率的方法，比如如何控制自己的时间、如何合

理规划学习内容等。同时，我们也会在课堂上学到记笔记的方法，有效地记录下知识点和重点，帮助自己更好地掌握课程内容。

第五段：助学后期服务的重要性

培训机构的助学后期服务是非常重要的。通过助学后期服务，我们能够及时弥补学习中的不足和提出疑问，并得到专业老师的解答和建议，提高自己的学习成效并且在学习过程中不会走弯路。

总结

在参加深圳培训机构的课程后，我深刻感受到了自己在学习和工作中的不足，但我也很庆幸选择了这样一家培训机构，让我有了机会学到更多知识和技能，更好地适应这个快速变化的时代。我相信，在这样一个充满机遇和挑战的时代，深圳培训机构能够为更多的人提供良好的培训服务，帮助他们更好的应对职场挑战。

深大培训部篇八

第一段（引言）：

深圳作为中国改革开放后的一座新城市，在快速发展的过程中，吸引了大量的人才从各地涌入，而培训工作则成为了一项必不可少的工作。在培训工作的实践中，我也积累了一些心得体会，今天就和大家分享一下。

第二段（培训目标的明确）：

在培训工作中，首先要明确培训的目标是什么。只有在清晰明确的目标基础上，才能够更有针对性的进行培训。比如在公司内部进行职业技能培训时，我们要先了解员工们在具体

的工作中哪些技能不够熟练，基于这个情况来挖掘出培训的主要内容，制定相应的教学计划，避免过多浪费时间和精力

第三段（培训方式的多样性）：

这也是我在工作中的一个体会，就是培训的方式一定要多样化。以前一直认为传统的面授教育是必不可少的，但是随着移动互联网的发展，现在培训的方式可以通过在线视频，网络直播等方法来达到培训的目的，大大提高了培训的效率。而这种方式对于刚入职的新员工来说，也更能够满足他们快速学习的需要。

第四段（反馈的重要性）：

在职业培训过程中，给学员及时的反馈也是至关重要的。实质上，学员参加培训的目的无非是获得知识和技能，其次是解决问题、过程中得到反馈。而培训人员要及时为学员规划和定位走向，保证学员圆满完成培训阶段，积极参加评估，提高自身能力。

第五段（培训结果的评估）：

最后，在培训工作结束后，仍然需要对培训的结果进行评估。在评估的过程中，我们要综合考虑学员的反馈，以及实际情况的变化，判断是否达到了预期的目标，并且从中总结经验，不断地改进和完善培训工作。

总结：

总的来说，深圳培训工作的存在，不仅是为企业提供了优质的人才，更是为这座新城市的各行业提供了一群专业化强、实力雄厚、良好素质的职业人才。而这些职业人才，实现了其自身发展的同时，也为深圳这座城市的发展做出了不可磨

灭的贡献。

深大培训部篇九

为帮助党务干部加快知识更新，优化知识结构，提升政策水平、理论素质、业务能力和领导能力，6月6日到11日在党委关心精心组织下，在浙江大学成功举办了综合素能提升培训班。

作为一名党务工作者，由衷感谢领导们为我们搭建了一个很好的学习提高的平台，为我们提供了一个难得的学习锻炼的机会。我非常珍惜这次难得的学习机会，悉心聆听了每堂辅导课程，收获颇丰。也切身感受到了浙大“求是创新”的精神和“大不自多，海纳江河”的深厚文化底蕴。六天的培训时间虽短，但却让我汲取到了先进的理论知识和创新思维理念，开拓了新的思路和方向。

“学习意识”是培训的基石。“在自然界，无论你是狮子还是羚羊，都必须奔跑；在企业界，无论你是总裁还是员工，都必须学习”，这是浙江大学总裁班导师，《时代浙商》培训顾问，悟道觉人的传道者谢永能导师在《国学智慧与廉政文化建设》课程中的授课内容。时代在不断前进，信息呈爆炸式发展，如果停止学习，必定会落后于人，而在当今社会里，落后就会被淘汰。“一日不读老庄，身上就充满酸臭之气”，不学习就要落伍。学习是修身之要，无论对于个人还是对于组织，学习的更多更快更好将是未来持久的优势。因此，要牢固树立危机意识和终身学习意识，加强学习，不断提升理论素养。本次培训，时间虽短，但课程内容丰富，充实了理论知识，提高了自身的文化素质。

“创新意识”是培训的主线。一走进享有“东方剑桥”美誉的浙江大学校门，就被它深厚的文化底蕴深深吸引，尤其是“求是创新”校训的更是精练地道出了浙江大学奋发进取、开拓创新的优良校风。在整个培训期间，创新理论贯穿培训

始终，无论是十八届六中全会精神解读、新常态下的经济形势分析、当前中国社会热点难点问题分析，还是国学智慧与廉政文化、高效组织执行力、中国周边环境经济金融方面的讲解论述，都彰显出专家、学者强烈的创新意识，都深深地影响了我们。通过听教授讲解和个人学习，深深地体会到创新是动力之源，只有创新才有出路，只有创新才有发展。

“服务意识”是培训的升华。培训期间，无论是授课教授的谦虚态度，还是浙江大学提供的优质高效服务，人文关怀的痕迹处处可见，小到解说员介绍经验时为每个人配发的无线耳麦，大到专门设置的培训室，更有印在门口“打造全国安全感的中心城区”这种极具震撼的标语口号，无不体现出了和谐、大气、开放的杭州精神和服务群众意识。这些都是我们做好工作必须具备的，都值得我们深思和学习。在日常工作中，我们要更加注重服务意识，加大责任意识，优化服务管理，不断提升服务能力，以更高效、更优质的服务赢得领导和同志们的认可。

读万卷书，行万里路。本次浙大学习，是一次机遇，增加了我的人生阅历，提高了综合素质。学习的结束，是一个新的开始，是一个新的起点。我将以此次培训班学习为契机，进一步坚定信念，发扬实事求是、严谨踏实、奋发进取、开拓创新的精神，以更贴近基层的优质服务，把党建工作推上一个新台阶，做出新的更大贡献。

喜欢流浪远方的文章请关注、点赞、分享、转发。有意见请留言共同交流探讨。