

被人帮助的心得(通用5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

被人帮助的心得篇一

x年3月，我有幸来到贵州航天职业技术学院社科部工作，8个月来，在社科部领导的关心下，在社科部全体教师的帮助下，我不断地健康成长，在社科部学到了很多知识、技能及其他方面的知识。特别是在开展传帮带工作以来，我在社科部x老师的关心、支持和指导下，我的工作从开始不懂不熟悉到现在已基本熟悉了干事工作和教学工作，进一步熟悉和了解了学院。感觉到自己的能力提高了很多，自己又长大了很多，成熟了很多，在此对x老师和社科部的全体老师表示衷心的感谢。

到航院来，我的第一份工作是干事工作，由于我刚从地方来到学校，地方上的工作和学校的工作都是不同性质的工作，无论是在思维上、处理问题的方式上及思考问题的切入点上，都是不同的，刚来的时候很不适应，对干事工作一点都不了解，x老师及时帮助我熟悉干事工作，帮助我熟悉iso9000质量管理体系、会议记录、干事职责及学校的人、事等内容，在x老师到指导下，我熟悉了干事工作，学到了学院许多管理方面的知识。

今年9月份，社科部对工作进行了重新分工。我从事教学工作，虽然我是师范类院校毕业的，在学校期间学习了一些基本的教学技能，但我们学习的是高中的教学技能，我对高校的教法基本上都不了解，特别是在知识的把握上及知识的传递上，我硬是不懂。

在加上在地方上工作多年，许多教学方面的知识都忘记了。参与教学工作，对于我来说是一件难事，需要我从新不断的学习。x老师并没有因为我的现状而失去信心，她一方面在精神上鼓励我不要怕困难，另一方面还不断教我的教学方法。她经常去听我上课，课后帮我指出教学方面存在的问题及我的教学特点。我也时常去听王老师上课，不断积累上课的经验，现在我也对上课充满了信心，并且在上课的时候，我还有了激情，掌握了很多教学艺术。

8个月来x老师随时都在关注我的思想状况，并不断帮助我适应新生活。刚到航院的时候，我很不适应这边的环境，比方说在人际关系上、语言表达上、时间安排上、生活方式上等方面，都与原来的单位发生了很大的变化，曾经因为困难，自己有退却的思想。王老师一方面帮助我介绍学校的情况，另一方面教我适应工作环境的方法等，使我对航天职院有了更深的了解和认识，逐步融入了航院的大家庭中。再加上由于我的个性比较大罗，很粗心，经常在工作中犯一些不必要的错误。x老师还经常提醒我，在工作中要细心。不仅如此x老师还不断关心我的生活问题和爱情问题，让我在社科部得到了很多温暖。

向各位领导、老师请教，不断积累工作经验，改进自己的不足，以百倍的精神，坚定信心，严谨治学，开拓进取，爱岗敬业，为人师表，勤学奋进，争取做一名合格的人民教师。

被人帮助的心得篇二

随着电子商务的快速发展，仓库帮带在物流行业中扮演着重要的角色。我有幸在一家大型电商物流企业担任仓库帮带工作，与同事们一起负责仓库管理和货物配送。这段时间的工作经历让我深感收获颇丰，下面将从职责、团队合作、高效管理、技能提升和成长感受五个方面谈一下仓库帮带的心得体会。

首先，作为仓库帮带，我的职责非常重要。仓库是电商企业及时满足客户需求的关键环节，而仓库帮带更是承担着仓库管理的责任。我需要及时处理进出货物的流程，确保货物准确无误地送达客户手中。在这个过程中，我不仅要负责货物的发货、分拣和码放，还需要保证仓库的整洁和安全。这个职责的重要性让我深感责任重大，每天都会以高度的责任心去完成工作。

其次，团队合作在仓库帮带工作中起着至关重要的作用。仓库作为一个高效的运作体系，需要仓库帮带和其他仓库工作人员紧密合作。大家需要相互配合，共同解决工作中出现的问题。在我的经验中，我发现通过与同事们互助、相互学习，我们可以更好地完成工作。团队合作不仅提高了工作效率，也增进了同事之间的友谊，形成了一种和谐的工作氛围。

第三，高效的仓库管理对于物流企业的运作至关重要。作为仓库帮带，我们需要合理安排货物的存放和分类，以便于快速找到和配送。在我做这个工作的过程中，我学会了如何利用仓库管理系统进行货物管理和库存控制。合理利用空间，快速定位货物，大大提高了仓库的工作效率。高效的仓库管理可以提高客户满意度，帮助企业建立良好的品牌形象。

第四，我在仓库帮带的工作中学习到了很多实践技能，提升了自身的能力。例如，我学会了使用FIFO（先入先出）原则进行货物分拣，提高了货物的周转率。我还学习了一些紧急情况下的应急处理方法，比如如何快速应对大量订单、如何妥善处理异常情况等等。这些技能的提升不仅对我个人发展有很大帮助，也能为企业的发展贡献力量。

最后，通过仓库帮带的工作，我不仅提升了自身技能，还积累了很多工作经验，获得了成长感受。在接触各种货物和订单的过程中，我逐渐了解了电商行业的特点和运作流程。我通过解决问题和应对挑战，不断提升自己的工作能力和应变能力。这种成长感受让我更有动力去追求更好的职业发展，

并且为自己树立了更高的目标。

总而言之，仓库帮带是一项重要且充满挑战的工作。通过这段时间的亲身经历，我认为仓库帮带需要承担重要的职责，注重团队合作，高效管理仓库，不断提升实践技能并从中获得成长感受。作为一名仓库帮带，我将继续努力提升自己，为物流行业的发展做出更多的贡献。

被人帮助的心得篇三

作为新上岗的青年老师，学校给了我一个良好的机会与平台，让我很荣幸地成为了师徒结对活动的中的一员，并且很荣幸地成为了王x老师的徒弟。在这一年多的时间里，我成长了许多，学到了许多技能，从刚起先站上讲台的瑟瑟颤抖到后来的懂得调整心理、擅长发挥特长、勤于反思不足，点点滴滴的成长离不开王老师的激励和栽培。王老师作为我的师傅，在阅历以及面对学生的看法、教学方法上给予了我很大的帮助。主要内容如下：

通过师徒间相互听课、点评、探讨等方式，使我对自己的教学有了进一步的相识。王老师每个月都会不定期来听我上课，每次听完课都会特别耐性的给予我教学阅历上的看法，以及对我的教学方式提出特别有利的评价。我平常也会利用空课或调课等方式去王老师那学习阅历，师傅最大的特点就是教学有序，思路特殊清楚，课堂气氛也很好！通过师徒间相互的`探讨与探讨，我会仔细把她上的课和自己的课作对比，找到自己在备课及上课过程中的不足之处，重新调整自己在课堂上的思想脉络，在不断反思的过程中取得进步！

王老师通过多年的阅历传授了我许多教学上的方法和应对方式。她让我学会了对待不同学生所须要的不同看法，也教会了我如何正确处理课堂上的偶发事务。特殊是对于音乐科目不用参与考试使得许多学生对这一学科没有文化课那么重视，在学生散漫的问题处理上，也得到了王老师许多的帮助。

王老师通过供应教学信息、举荐学习文章以及心得沟通，让我的视野得到了开阔，同时也让我不断充溢了自己。她让我明白了教学是一种创建性的思维活动。要想教会学生用最短的时间、最少的精力，学到最多的学问，老师必需得对所教学问融会贯穿、敏捷驾驭，必需得有一个科学而有效的教学方法，而这些方法的获得来源其实就在我们的身边，它可以从学生嬉戏中来、学生的爱好中来、学生的生活中来，也可以从学生的“已知”中来、学生的思维特点中来，更可以从教学难点中来、从提高老师自身的素养中来可以说：教学难点有多少，学生生活有多少，教学方法就应有多少。王老师给了我许多在教学中所缺少的信念、耐性，更为我引领了前进道路中的方向，让我勇往直前，少走了很多弯路。她是一个特别优秀的老师，也是一名特别优秀的师傅。诚心的感谢王老师对我的教育！

被人帮助的心得篇四

时间如白驹过隙，转瞬间，快一学期，在这学期里我学习了许多，也收获了许多。下面我就以这学期谈谈师徒结对心得体会。

作为一个有些许教学经教师，在工作中我不敢放松，活到老学到老。教育也一样，只要拜师都有收获。从备课到上课的每一环节，熟识教材，细心设计，力求把握重点难点，使课上内容简洁易懂，同时自己制作或借鉴网上比拟好的教学课件，把传统讲授教学模式和现代教学模式结合。谨慎上好每一节课。坚持听各位教师的课，学习师傅和其他教师的教学经历，提高自己的教学方法。

古人云：“师者，传道授业解惑也。”可见身为人师除了教书本学问以外，更重要的是传授生活道理、解答人生怀疑。育人难，难在对学生的劝服和诱导上。老师要有渊博的学问。根本学问、根本理论驾驭得不够，不擅长适当拓展学生的学问面，不擅长补充教材之外的学问，这样就无法完成老师的。

神圣使命。常言道：“给人一碗水，自己应备一桶水”而这一桶水所折射出的道理显而易见。老师想要渊博的学问和较高的人文素养，就不能满足于现状，已有的学历和已驾驭的学问。实践告知自己不仅要留意积累，而且要树立自身学习的理念，主动进展学问的更新和“充电”。

吴恩慈教师的为人处事，经历心得，他的热忱、真诚与自信，时时让我在感动之余，获得了更多的学习、工作动力，使自己能更好的投入到这份事业中去。学校组织的“师徒结对”活动，使我受益匪浅，我感谢学校为我供应了这样的时机，我也将不断学习，不断提高，向更高的目标迈进，向专业型老师开展。

这一学期以来，在吴恩慈教师的悉心指导下，在他谨慎踏实的工作作风的感染下，良好人格品质的熏陶下，我各方面都有了不小的提高。

我总是时刻告知自己要不断提高自身素养，注意自身创新精神与实践实力]情感、看法与价值观的开展。让自己更好成长，努力成为优秀的教师。把自己的全部学问教给学生。通过实践，不断总结经历，诚意感动学生。我想，一名优秀老师是有爱心、勇于创新 and 思索的老师，这也是新时代对老师的要求，我要做的更好。

被人帮助的心得篇五

“传帮带”是我校的优良传统，展开好教师“传帮带”活动不但能够完成学校“以老带新、共同发展”活动的任务，而且能够增强教师队伍建设，能够促动教师的团结与融合，更有利于继承和发扬我校的优良传统，增强教育学科教研，使全体教师共同发展、共同进步、共同提升。在各种培训和实际工作中，我学到了很多，现将这些年的点滴收获总结如下：

从教几年来我有很多的机会外出听课、培训。每一次都有很

多收获。但我没有把这些经验据为己有，而是把新信息尽我所能传授给其他教师，把新的教学理念，教学方式带回来，鼓励教师走新路子，利用上公开课的机会，向老师们渗透这些思想。如有老师向我提出疑问，我会毫不犹豫地把我所理解的观点讲出来。另外，在协助老师改善观点的过程中，校领导也交给我一些任务。要先给老师们上课、说课，然后听老师上课、说课，我参与评课，把有疑问的地方指出来，与老师共同切磋。因为地理环境差异，我们的教学设备比较落后，很难调动的学生的学习积极性。学生学习没有兴趣就很难学好，学生和老师之间的主体位置更容易颠倒。折兑这些问题，我首先从自身做起，寻找方法。逐步地，我发现了孩子听话不是骂出来的，而是表扬和鼓励出来的。要用自己的眼睛观察每一位学生的心理变化，抓住他们的'弱点，切中要害，一点点去说服。这样，学生的心理就会掌控在老师手中，凝聚力大了，心齐了。于是，我试着跟老师们说：“要经常谈心，用爱去感化他们。”收到很好的效果，老师们也不觉得上课累，学生不好管理了。

这些年，新老师逐渐走进校园，他们的基本功底子很厚，而且能说一口标准的普通话。相对来说上课经验少，对学生缺少耐心，学校成立了“传帮带”工作小组，我带两个新教师——简老师、梁老师，我们经常联系，深入其课堂听课，就课堂当中的问题和教学中的困惑实行探讨，尤其在学校教研课活动之后，与他们实行倾心交流；经常座谈，交换教学感受和最新的教学方法，相互学习。使我校教师的听课、评课得到实惠，真正达到了共同交流，共同进步的效果。上学期梁老师承担了一节数学学校教研课，本学期简老师的一节数学学校教研课，备课前，我帮她们查阅大量的相关资料，提供优秀的课例课件；备课时，我都耐心地指导她们分析教材，明确教学目标，准确把握教学重难点，选择恰当的教学方法，如何发挥电教媒体优化课堂教学的作用，如何利用学科整合，如何指导学生课前搜集资料等等，悉心地与他们一起讨论交流整节课的每一环节的设计；在说课过程中，我就一些细节性问题即时提出改进意见；在试讲的过程我发现这两位教师

都非常虚心好学，有着良好的素质和悟性。课后与她们交换了想法，在交流和探讨过程中二位都有了很明显的进步，两节教研课都收到了意想不到的效果。

总之，在这几年的骨干教师生涯中，我体会很深，收获很大，是上级相关部门给我成长提供了广阔的平台与协助，我将继续努力工作，发挥自身的潜能，实现自身的价值。