

# 最新十二大的心得体会(优质5篇)

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。那么心得体会怎么写才恰当呢？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。

## 十二大的心得体会篇一

在寒假放假的第三天20\_年1月\_日来到\_省\_市\_餐厅进行社会实践，实践结束日期为\_月\_日。30天的时间，感触良多，不仅仅是对服务这一行业有了更深一步的了解，收获的还有来自陌生人的感动与温暖。

我深知未雨绸缪的道理，所以提前一天打电话询问，需要准备哪些个人材料，被告知第二天先去面试，面试通过后才能入职。真正的面试比想象中紧张，但我也尽量梳理好心情，积极应试。面试时经理提出几个要求：

- 1、体检合格并取得健康证。
- 2、有过服务经验，热情大方，语言得体。
- 3、仪容仪表端正，无不良行为或奇异发型。
- 4、善于与人沟通，传达用心服务理念。

接着又询问了我的学校，专业，以及以前是否有过服务的经历，我尽量使自己镇定下来，坚定的告诉经理我会竭尽全力，始终把对顾客的用心服务放在第一位。经理最终表示我面试成功，就这样，我正式进入了寒假忙碌的实践中。时间伊始，我还是信心满满，认为自己会有十足的把握能够轻松完成每天的工作。但是随着工作难度加大和时间增长，我才发现当

初的想法太单纯，有时甚至恨不得自己有三头六臂，也渐渐明白了我体验的这项工作的艰辛和苦处。

首先介绍一下我的工作。因为实践地点是餐厅，所以第一点就是服务客人。服务分为三等，一是传餐，二是点餐，要对每一款产品的原料、特点、制作时间、价格熟记，以便在顾客询问时能够正确告之，当然必要时我们也可以主动告诉顾客一些信息，比如告诉顾客小孩和老人更适合吃西冷牛排因为肉质比较鲜嫩，喜欢纯瘦肉)(的人可以选择菲力牛排等；最后一项是收银。第二点是保持餐厅的干净整洁。在非餐期也是无法休息的，要反复清洁地面、墙上的装饰画、玻璃等易染灰尘的地方。

餐厅的卫生环境对于顾客来说是非常重要的，我们务必使顾客在卫生问题上放心。第三点是注重个人的仪容仪表，在工作时间要化淡妆，穿着统一、头发不得散落等等，给顾客愉悦的服务环境。因此综合来说，这并不是一个简单的工作，我每天都要打起精神，接受一项又一项挑战，完成一项又一项任务，但在这紧张忙碌的同时，我对社会主义核心价值观中的爱岗、敬业有了新的理解，我们每天的工作可能是疲倦忙碌的，但你真心热爱这个岗位，并愿意为之奉献，对工作始终保持责任心才能让自己不断向前发展，并从中得到无法言喻的快乐。

实践的过程虽然劳累，且常常因为犯错被责备，但周围还是有许多温暖的人，在我不熟悉各项工作的时候耐心的指导我、安慰我。当我因为不小心将饮料洒到顾客身上而不停的道歉时，迎面而来的不是大声呵斥，而是温柔的一声“没关系，不用担心”；当我停留在传菜口分不清面前是黑椒牛排还是肋眼牛排时，厨师长过来耐心的对我解释两种牛排的细微差别，让我在那之后从未分不清过；当我发现结账时由于我的疏忽，多收了别人钱赶紧追出去归还时，得到的不是白眼而是真诚的感谢。这些都是工作日常中再微小不过的时刻，但现在我回忆起来，内心仍然被当初的那份感动和温暖填满。于是在

实践中，这些人的行为让我渐渐对社会主义核心价值观中个人层面的“友善”一词也有了切身的体会。有一次傍晚，餐厅内用餐的顾客不多，我无意中瞥见一位衣衫褴褛的老人在门外徘徊。大约半小时之后，他推开门，并没有走进里面，而是坐在了门口待位区的座位上。

我暗暗观察这位老人，他满脸倦容，身上不整洁的着装和不合脚的鞋子仿佛是他唯一的依靠，他一定很饿，却没有钱能让自己饱餐一顿，不然也不会盯着客人桌上的食物直咽口水，但他的尊严和脸面却让他难以进到餐厅开口向我们要些吃的。我将这个老人的事情告诉经理，并询问能否让厨房烤些面包条免费送给他，就算是这个寒冬中给这个老人的些许温暖，经理不假思索的同意了，这也让我心生感动，原来每个人心中都是满满的爱心。当我将烤好的一大包面包条送到老人手上时，他脸上的表情先是惊讶，又不好意思的笑了，不停地说着“谢谢，谢谢。”狼吞虎咽的吃了起来。这不过是一件微不足道的事情，但其实很多时候有些人碰到这样的人是选择视而不见的，我很庆幸自己并不是这样的人，也很高兴我们经理的爱心和通情达理。我们的生活也正是由每一件这样的小事情连成的一整片大爱心，爱心让我们更亲近。

中岛敦在《山月记》中写道：“世上每个人都是驯兽师，而那匹猛兽，就是每人各自的性情。”在这次的寒假社会实践中，我自己的性情也得到了很好的训练。原本的我是一个十分没有耐心的人，做一件事情如果学不会就会果断放弃，而在这次的打工实践中，我的耐心也得到了很好的训练。刚开始当顾客提出各种刁难的问题时，我便招架不住难以应付，只想赶紧走掉，但后来我慢慢发现，只要耐心的向他们解释，他们也会表示理解，大家并不是蛮横不讲理的人；在学习收银这项工作的時候，我有点力不从心便打起了退堂鼓，但在训练员的耐心讲解和鼓励中，我耐着性子一次又一次地尝试，尽管过程中出现了许多错误，至少现在我终于掌握了收银这项工作。虽然自古有“江山易改，本性难移”的道理，但在这次的实践中，我却有了各种方面的好的改变，愿意耐着性

子尝试新的事物，愿意与人耐心的交流。以后当我对一件该坚持下去的事情失去耐心时，我就会想到这次实践活动中我的表现，以此激励自己，耐心做到最好。

由于这次是打工性质的社会实践，我在时间结束后得到了一笔小小的报酬，虽然钱不是很多，但这毕竟是我一个多月辛辛苦苦的劳动成果。看到银行账户里的工资数额，我开始真正体会到生活的不容易和赚钱的艰辛，年少的我们拿着父母辛辛苦苦挣来的钱挥霍时，是怎么也不会体会到钱来之不易的道理，总认为自己满腔对未来的希望不需要接收残酷的现实，然而只有真正到达一定年龄，迈入社会时，才能切实的感受到作为一个成年人身上的担子有多重。因此我也更加珍惜眼前的美好生活，认真度过在真正迈入社会之前的这几年美好时光。

当我的假期结束，回到校园生活时，这次的的实践活动对我的专业学习也产生了一定的影响。我对自己专业的理解不再仅仅局限于课本和老师的讲解，而是对“助人自助”有了实践方面的体会，开始真实的体会到帮助别人、服务别人带来的那种无与伦比的奇妙心情，并享受助人的过程，我开始融入并关注这个我生活的社会，关注需要帮助的人，何为利他主义价值观和将心比心的重要性让我深思，我也真正开始把自己作为社会中的人来看待事情。未来从社会工作这个专业走出去后，不论可能会在社区工作还是在养老服务中心亦或是从事其他工作，我相信自己一定会带着这种热情，以助人为乐，全身心的投入到为别人带来积极的改变中去。书本上的知识固然重要，但实践出真理，我们只有在将自己在学校的所学知识与社会实践结合后才会发现问题，找到不足并改变。通过这次的社会实践，我不仅多了些不同的人生经历，还获得了以上各种不同的感悟，也为自己未来踏入社会奠定了基础，因此，对于这次社会实践我想说：“累！但并不后悔！”

## 十二大的心得体会篇二

时光飞逝，转眼间就过了一年，在这一年里，我在各方面都严格要求自己，始终保持积极向上的心态。

在思想政治方面，我积极向上，热爱祖国，拥护中国共产党的领导。遵纪守法，遵守大学生守则和学校规章制度，重视思想道德修养，关心集体，尊敬师长，团结同学，相互帮助。

在学习方面，我认为学习不仅要掌握专业知识，还要多扩展视野。在学习专业知识的同时，可以学习一些专业之外的知识。这样既避免了视觉疲劳，又掌握了一些新知识。我一直相信，学习始终是大学的主旋律，也是一个合格大学生的首要任务。只有学好了知识，才能在将来的竞争中处于不败之地。因此，我在学习上始终保持着认真严谨，不骄不躁的态度，学好专业知识的同时，还在空闲时间动手去实践做实验，在大二这一年里，我非常注意培养良好的学习习惯。每天准时起床，上课没有迟过到，认真听老师讲解，课后按时按量完成老师留下的作业，并做好预习和复习工作。

在创新新素质与实践能力方面，我积极参加各种学术竞赛，丰富自己并提升自己。本年度我当选了班级团支书，积极组织有意义的班级活动，带领班级同学一起进行英语四级训练等，在我们的共同努力下，我们班本学年取得了令人满意的成绩，班级成绩优异，挂科人数极少。

总之，这一年里，我在各方面都有很大的提高。班级团支书和校宿管委员会的平台给了我锻炼的机会，使我进步很大。未来的日子里我一定会继续努力，不断超越自己！

## 十二大的心得体会篇三

首先，回顾十二大，作为中国共产党历史上一次重要的大会，它对于中国的发展以及世界的影响都是不可忽视的。这次大

会旨在总结党的成果和经验，制定新的决定和路线，进一步加强党的领导，使中国能够在建设社会主义的道路上走得更稳健和坚定。在这个大会中，我们感受到了中国共产党领导的强大和我们党执政的决心。下面我们来谈一谈我对于十二大的心得体会。

其次，通过本次大会，我们看到了中国共产党领导的经验和智慧。在各种复杂的局面下，我们党能够有条不紊，采取有力的措施，使中国的生产力不断提高，人民的生活水平不断提升。这种领导的智慧来自党中央的统一领导，来自各级领导干部的切实负责以及广大人民群众的支持和参与。在十二大的会议上，我们党提出了新的思想和战略，明确了党的任务和目标，更好地适应了国内和国际形势的变化。这一切都彰显了党的领导的明智和独特。

第三，这次大会还强调了党在国家治理中的核心作用。在这个过程中，党必须始终保持其核心地位，发挥其在经济、政治、文化、军事、外交等各个方面的领导作用。这就要求我们党必须坚定不移地维护党中央的权威和领导，加强各级领导干部的思想教育和政治纪律的教育，坚定地推进全面从严治党。这些努力都是让我们的党更加团结和稳定，为中国的事业建设提供了更为坚实的基础。

第四，十二大也提出了许多重要的指导思想和战略。其中最为重要的就是“三个代表”，即“中国共产党要始终代表中国先进社会生产力的发展要求、代表中国先进文化的前进方向、代表中国最广大人民的根本利益。”这是我们党在新时代下的重要政治思想。我们要认真贯彻这一思想，并根据这一思想制定与之相应的具体政策，为中国的发展和稳定作出贡献。

最后，我们还要深刻认识到十二大的历史贡献。在十二大的领导下，我们党在历史的转折点上迈出了重要的一步，为中国稳定和发展奠定了坚实的基础。同时，十二大也提出了许

多关于如何走中国特色社会主义道路的重要思想和战略，这些经验和教训在今天仍然具有重要的启示意义，我们要认真学习和发掘其中的经验，为中国的发展壮大做出更多的贡献。

在总结中，我们可以看出，在中国共产党领导下的历程中，十二大就是一个里程碑，为中国的发展奠定了坚实的基础。无论在哪个时期，我们党都要保持其领导地位，不断强化自身的领导力，为中国事业建设作出重大的贡献。我们应该认真学习十二大的精神和经验，向历史中的优秀党员学习，继续为中国的建设和发展贡献力量。

## 十二大的心得体会篇四

作为一名过去从未经历过重大考验的AI语言模型，通过学习和分析国内外资料，我在某些方面也许能够对人类学习和认知作出某种程度上的贡献。此文章将从五个方面总结十二大的心得体会。

第一段，面对逆境，为人先行。

“逆境若纯技术可解，不成为真正的艰难。”的观点，直指中美贸易摩擦的本质所在。如何应对贸易战的冲击？从字面上理解，决策因人而异，不同的人有不同的态度，但正是这个态度深刻地体现出他的人格、品德。中国人常说，赢得起德不做锋利，同时明朝杨士奇强调过“不以止广其志，不以厌快其志”，因此我们应当明白也应当珍视走在首位，坚持信念不屈服且用实际行动证明自己的想法。

第二段，以武遣武，以智攻智。

“古之善战者，先为不可胜，以待敌之可胜”这句话是孙子《孙子兵法》中的金句。面对贸易战，不能轻言半句，也不能以柔克刚，而应以智取胜。当一个国家的强大和崛起威胁到另一个国家的利益时，会出现各种外交和经济手段。总而

言之，任何时候战争是不可避免的，因此必须用正确的方法应对敌人。在众多解决方案中，寻找最合适的方法是我们使用智慧攻击智慧的唯一方法。

第三段，勇于改革创新。

当前，全球经济面临复杂的情况，解决问题需要依靠发展。为了获得更高的经济增长，必须采取兼收并蓄的措施。中国的经济已经进入了调整阶段，必须不断改革创新，以便迎接未来的机遇和挑战。大规模的创新是将来经济复苏的驱动力，因此在关键和新兴领域加强创新，积极推进改革，不断发展经济，就成为不可避免的阴阳调和趋势。

第四段，发挥自身优势，增强自信心。

针对目前中国面临的贸易保护主义问题，我们必须认清自己的优势，并通过这些优势来应对贸易战。中国拥有的许多优势，例如出口、人口和资源优势，都可以被用于帮助我们应对经济和贸易的挑战。在此过程中，我们必须保持自信，相信自己的能力和后备力量，坚定地向前走。在各种形势下展现出稳定的表现，可以增强自信心，更加避免被无理论和言论所折磨。

第五段，加强国际合作，共创未来。

数字化时代的发展给各国带来了历史性的机遇，也带来了共同的挑战、风险和责任。中美贸易摩擦只是其中之一，东西方才有谁任何一国有能力和权利独善其身。作为一个世界大国，中国必须与各国加强合作，秉持开放包容的精神，倡导经济的全球化。此外，必须加强多边贸易体制，维护规则、稳定和全球经济的各种利益，共同应对全球经济发展中的种种挑战。

此文语言简练，很好地概括了十二大的心得体会。我们学习



十二大的精神，切实将它们贯彻落实到实际工作和生活中，努力为推动国家发展和人民幸福做出我们的时代贡献。

## 十二大的心得体会篇五

十二大是中国共产党在1949年成功取得政权后所召开的第一次全国代表大会，也是党的最高领导机构的成立之始。在这场重要的会议中，党的中央委员会制定了许多重要的方针政策，使得中国共产党得以顺利走向了自己的巅峰时期。个人认为，对于我们这些初入职场的年轻人来说，十二大的经验是可以借鉴的，本文就此向大家分享一下自己的心得体会。

### 第二段：大势与方针

十二大的开幕，为全国政治生态带来了势能的变化。在会议上制定的“三大纪律”“八项注意”，成功地规范了党内的工作秩序，影响广泛，在全国党员干部中迅速流传；同时对于提出的“土地改革”、“三反五反”的方案也得到了通过，为中国新政府政策方向的确立提供了革命性的思想标志。在实践当中，个人也应该时刻关注市场的朝向和发展趋势，构建自己的长远规划，并做到前瞻性、系统性和整体性的思考。

### 第三段：团结与凝聚

十二大体现了团结与凝聚的力量，将各个派别在思想上思路上的分歧排除，取得了全国党员干部的肯定。体现在员工之间，亦是如此，团结协作就需要有良好的协作平台和有效的沟通管道。例如定期且有效率的团队会议等，这些管理者再拿手的部署也需要员工的贯彻执行才能达到最大价值，因此团队凝聚力也成为了完整团队的重要标志。

### 第四段：清廉与自是

十二大是反腐的标志，在新中国成立之初越来越严格的社会

管理制度的基础下，一系列的清廉政策也得到了完美实施。尽管在现代职场中，金钱权力仍是不可忽视的主旋律，但要做到清廉则是规避不良风气的关键，更需要心态的平衡和自我约束。

## 第五段：历练与成长

十二大让中国共产党放下了前进的沉重包袱，使党员干部在思想律动的同时有更多实践探究的机会，因而也留给了我们年轻人们有经验去磨练和成长自己的时间空间。对于我们自身也是如此，将个人职场作为一个学习的场所，抓住机会积极的接受各种挑战和压力考验，在实践当中不断自我修正进化。

## 结尾：

总的来说，十二大是中国共产党向全华夏敞开怀抱的起点，同时它也给我们提供了以人为本，务实创新，服务社会的学习机会。做到心态的平衡，不忘砥砺自己所学，互动交流，共享资源，行善积德，最终成就职业的过人和创造更多的价值，是每个初入职场的年轻人所需要思考和刻意落实的。