

# 最新自己的心得体会(汇总5篇)

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 自己的心得体会篇一

一年的时光匆匆而过，转眼间又到了总结的时候。回顾这一年的所见所闻，自己收获颇多，也有不少值得深思的经历和教训。通过反思和总结，我收获了自信、勇气、成长和幸福，这些都是我人生中宝贵的财富。

在这一年中，自信是我最大的收获之一。回想起一年前的我，总是对自己缺乏信心，因此很少有勇气去尝试新的事物。然而，在一次次的尝试中，我发现只要勇敢去面对，很多事情并没有我想象的那么可怕。与陌生人交流、公开演讲、挑战自己的极限，这些经历都让我重新认识到自己的能力。自信的心态让我在工作、学习、社交等方面都能更加从容淡定地面对各种挑战。

与此同时，勇气也成为我在这一年中不断获得的品质。人生充满了不确定性，面对未知的风险和险阻，很多时候我们总是选择躲避或者回避。这样的逃避只会让问题无法解决，积重难返。因此，我在今年下定决心要勇敢迎接一切挑战。不管是公开表白自己的爱慕对象，还是大声说出自己的意见，亦或是承担起自己忽视的责任，我都会毫不犹豫地去面对。勇气让我变得坚定而坚强，敢于承担责任和面对困难，使我在日常生活中变得积极向上。

这一年，我不仅在精神上得到了成长，同时也在知识和技能

方面取得了一定的进步。通过积极参加各类培训和学习，我提升了自已的专业能力和技术水平。通过不断学习和努力，我获得了来自同事和上司的肯定和认可。而这些认可使我更加有动力和信心去追求更高的目标。在这一年中，我明白了成长是一个不断努力的过程，只有保持学习的态度和持之以恒的努力，才能在竞争激烈的职场中立于不败之地。

然而，即使在成长的过程中，我也经历了挫折和失败。面对失败，一开始我会感到沮丧和失落，甚至会自怨自艾。但随着我不断总结和反思，我明白失败是成长的一部分，它是我们成为更好的自己的途径之一。失败告诉我们我们还有哪些方面需要提升，激励我们更坚定地去追求目标。失败并不可怕，可怕的是不去面对和吸取教训。在这一年中，我跨过了很多失败的坎坷，通过坚持不懈和持之以恒，最终战胜了困难，取得了更大的成功。

总结一年的心得体会，我觉得自己受益良多。我在这一年中获得了自信、勇气、成长和幸福，这些经历和教训无论在现在或将来都将是我人生中宝贵的财富。回首过去，我深感感激和自豪，同时也对未来充满期待。我相信只要我保持积极的心态和努力，未来的日子必将更加美好。这一年的心得让我明白，人生不过是一段段的旅程，我们应该珍惜每一个机会去追求自己的梦想，并为之努力奋斗。相信自己，勇敢面对，成长无疑会是人生中最珍贵的果实。

## 自己的心得体会篇二

一年的时光如流水般匆匆而过，回首过去的一年，我心潮起伏，感慨万千。这一年，我经历了许多事情，学到了很多宝贵的经验和教训。在即将迈入新的一年之际，我不禁思考自己的成长与进步，总结自己一年的心得体会。

首先，这一年，我学会了坚持。坚持是一种能力，也是一种修行。在留级的压力和课业负担下，我曾一度对自己产生怀

疑和动摇。然而，我从坚持不懈的努力中明白，只有坚持才能突破自己的局限，实现自己的梦想。无论是学习上的困难，还是个人成长的挫折，我都告诉自己要坚持下去，相信自己的力量。

其次，这一年，我学会了珍惜。珍惜时间、珍惜机会，更要珍惜身边的人和事。很多时候，我们往往在追求自己的目标时忽视了重要的东西，忽视了陪伴我们成长的人。我通过与家人的交流，感受到他们对我的关爱和支持，从而更加珍惜他们的存在。同时，我也结交了很多朋友，他们的友谊让我明白，在这喧嚣的世界中，有人陪在身边是多么的幸福和珍贵。

再次，这一年，我学会了积极面对挑战。人生没有不经历挫折和困难的时候，而如何调整自己的心态和面对挑战则显得尤为重要。我在面对失败和困境时，学会了不悲观不沮丧，而是从中寻找到机遇和启示。每一次的挑战都是一次成长的机会，只有不断地迈过困难，才能得到更大的收获。

还有，这一年，我学会了坚韧。人生如戏，全凭演技。当我迈入新的阶段时，我深刻认识到，只有充实自己、提升自己才能更好地适应新的环境。于是，我主动参加各种培训和实践活动，提高自己的能力和素质。在追求梦想的道路上，只有坚持不懈地努力，才能取得最终的成功。

最后，这一年，我学会了感恩。感恩是一种美德，也是一种担当。我感恩生活中的每一个人和每一件事，感恩他们带给我的快乐和成长。同时，我也学会了回报，回报那些曾经伸出援手、帮助过我的人。这种感恩之心不仅使我获得更多的人生幸福感，同时也激励我更加快乐地生活。

总的来说，这一年对我而言是充实而宝贵的一年。我学会了坚持、珍惜、积极面对挑战、坚韧和感恩。这些经验与收获，将成为我迈向新的一年动力和支持。无论未来会遇到什么

样的风雨和坎坷，我相信自己会用坚持、珍惜、积极面对挑战、坚韧和感恩的心态，勇敢地前行，不负时光，不负自己。

## 自己的心得体会篇三

分享自己工作让同伴一起学习自己的工作经验，可以让朋友少走一些弯路，下面是本站带来的分享自己工作心得，希望可以帮到大家。

在任何环境中，牛人都可以用平静的心来面对随时出现的波澜，通过“见招拆招”来化解问题和矛盾，扎实推进工作，从容达到预期的目标。怎么才能成为牛人呢，站位高看得远？有思路有方法？提前做出预案？不对！这只是牛人的重要表现之一，有个大前提如果不具备，能力就无法发挥，也成不了牛人。这个大前提是拥有良好的工作状态。

状态这个词很虚无，它存在于每个人的内心且不断发生变化，只有自己最清楚自己的状态。因此，工作状态其实也就是心理状态。我所理解的心理状态是：现实或想法(例如愿望、诉求)给心理带来反应，进而影响自己看待事物的角度。心理状态可以分为三种，一种是平静状态，另一种是积极状态，第三种是消极状态。

在通常情况下，心态很容易受到内心和外界的影响，自己把握不好就会成为心态的奴隶，被牵着鼻子走。在这种情况下，他即便在工作中具备很强的能力，也不能说明他就是个有能力的人，因为心态决定他的能力很难平稳发挥，仍可能被定性为没能力。

以下几个方面会与心理状态有关系。

心态与情绪有关。工作压力大、受了委屈、没有成就感等等，都会形成负面情绪，从而影响心态走向消极。

心态与性格有关。从一个人看问题的方式和角度可以判断他的性格特点，积极的人眼中总是充满阳光，即便心被淋湿了也没关系，会经常拿出来晒一晒。消极的人正相反。要相信，心态与性格可以互相影响，也可以同步改变。

心态与身边的氛围有关。自己的沟通和协调能力不强、周围关系复杂紧张等等同样可以形成心理压力，对心态造成负面影响。

心态与自身的调整能力有关。例如克制情绪的能力，转换情绪的能力等。有人说，人生就像一杯白开水，放点盐，他就是咸的；放点糖，它就是甜的。你放什么，它就有什么样的味道，我们的人生完全靠自己来调剂。应该有意识的去认识自己，了解自己，做正版的自己，不做盗版的别人。做自己的主人，多往生活中加点糖，让工作和生活充满甜蜜。

有这样几个途径可以调整心理状态。

采取“无所谓”的态度。多反思我们斤斤计较的事情是否值得这样去纠结，得到了会怎样，大不了又会怎样？不要夸大小事的重要性。跳出自我或者换个角度重新来审视，很可能让自己放下包袱，轻装前进。

拥有一颗平常心。宁静致远，是指拥有平稳静谧的心态，不为杂念所左右，静思反省，才能实现更高远的目标。烦恼是自己给的，别人永远无法给你烦恼。心态如果受到杂事左右，心神就会被扰乱，无法静思反省，这时，你就不是自己的主人。我听到过一句很有价值的话：在你生气的时候不要做决定。当情绪占上风时，很多决定都不是理性的，会离正确很遥远。平常心是做到宁静致远的前提，是上面提到的第一种心理状态，即平静状态，也是最高状态。

培养对工作的兴趣。如果将工作看成一项任务，心里就会抵触，因为是被动的去接受；换个角度，如果能培养起对工作的

兴趣，我们就能主动投入，带着“玩”的心态来做事，自然可以焕发出激情和动力，做自己喜欢的事情不累，尤其是心不累。不管你有没有兴趣，工作都要照常去做，不多也不少，这就值得我们换个角度去培养兴趣。

拥有发展的眼光。当你快乐时，你要想，这快乐不是永恒的；当你痛苦时你要想这痛苦也不是永恒的。任何事物都处于发展变化中，只要我们还拥有健康和生命，就不要把阶段当成终点。不要被眼前的困难击倒，相信一定能度过难关，而且只要拥有积极的心态，方法总比问题多。

分析心理状态是为了拥有良好的生活状态和工作状态。很多时候，事情本身无所谓难和易，拥有良好的工作状态，就能唤醒内心的潜能，自然可以斗志昂扬、披荆斩棘。

回想自己走过的历程，已经工作20xx年了。在这20xx年的工作经历中，可以说有喜悦，也有痛苦。工作的日子是快乐的，那时候是个什么都不懂的孩子，总感觉我好不容易毕业了，可不用学习了，终于可以玩玩了。于是，我们每天的生活就是和几个好朋友在一起吃、喝、玩、乐。每天晚上的必修课就是出去逛街，回到家还要拉呱。头脑中根本不想工作，只是偶尔到有什么比赛，我才投身到工作中去。

在各位领导和老师的热心支持和帮助下，我认真做好教学工作，积极完成学校布置的各项任务。在这十几年的时间里我始终以勤勤恳恳、踏踏实实的态度来对待我的工作，以“师德”规范自己的教育教学工作，以“当一名好老师”作为自己工作的座右铭，直到现在，我虽然没有什么优质课，但是我有自己的学生，看到学生每节课都听的这样高兴，我知道是我自己课堂水平在提高，我心里无比欣慰。今后自己要更进一步认真学习“三个代表”的理论精神，从思想上行动上提高自己的工作责任心，树立一切为学生服务的思想。提高自己的钻研精神，不要遇难而退，要发挥敢于与一切困难做斗争的思想和作风。刻苦钻研业务知识，做到政治业务两过硬。

一份春华，一份秋实，在教书育人的道路上我付出的是汗水和泪水，将继续努力学习“三爱”精神得要求和思想规范得要求。我总从以下几个方面改进自己：

## 一、 师德方面：

1、首先，要树立崇高的师德形象，升华自己的师德境界。年轻教师要不断提高自己的师德水准，就必须以优秀典型为榜样，勤于学习，虚心请教，善于钻研。因为社会和人民对教师寄予厚望，教师具备了高度的责任感和强烈的事业心，就会在教育实践中全身心投入，潜心钻研业务，努力掌握现代科学理论知识，不断改进教学方式，树立正确的教育观，就会甘于平凡，为人民教育事业默默奉献，在平凡的三尺讲台上奉献自己的才智和毕生的精力。

2、以身作则、率先垂范。教师的一言一行对学生的思想、行为和品质具有潜移默化的影响，因此，我一定时时处处为学生做出榜样，凡是要求学生要做到的，自己首先做到；凡是要求学生不能做的，自己坚决不做。严于律己，以身作则，才能让学生心服口服，把我当成良师益友。

3、在教学上狠下功夫。我要努力增强自身基本功的训练，课堂上能结合实际创设教学情境，使数学和生活密切联系；营造民主和谐的课堂气氛，使学生学得轻松；做到精讲精练，不搞题海战术；并注重对学生创新思维能力和实践能力的培养，努力使班级学生的成绩在原有的基础上有更大的进步。

4、平时对差生多些关心，多点爱心，再多一些耐心，努力培养他们学好数学的信心，培养他们良好的学习习惯，教给学习方法。并能多联系学生家庭，家校携起手来，使他们在各方面有更大进步。

## 二、在日常教学工作中，我认真做好“六认真”工作：

(1)认真研究教材，力求准确把握重点、难点，备好每一节课，为上课做好充分地准备；并注重参阅各种资料，制定符合学生认知规律的教学方法及教学形式。

(2)努力上好每一节课，在课堂上采用多媒体等教学手段，激发学生的求知欲，活跃课堂气氛，最大限度地让学生在轻松自主的学习氛围中快乐求知，轻松学习。

(3)认真及时批改作业，注意听取学生的意见，及时了解学生的学习情况，并有目的的对学生进行讲解。对于班级里的后进生，我利用空余的时间为他们辅导，努力使他们有所提高。

(4)坚持听课，学校为了能使我们更快的适应、胜任教学工作，在教学过程中，遇到问题时她总是不遗余力的帮助我，我们互相听课，使我能够及时了解自己在上课过程中存在的不足，从她那里学到了很多。并且抓住学校安排的外出听课的机会，吸取别人的精华，取长补短，收获不少。

本着“六认真”的原则，在教学中我也取得了一些成绩，我们班几次期中和期末考试成绩都不错，均超出尚湖片的平均分和优秀率。

### 三、今后努力的方向：

1、加强自身基本功的训练，课堂上做到精讲精练，注重对学生能力的培养，知识上做到课课清、段段清。

2、利用各种方法，训练学生，提高并集中注意力，提高课堂效率，使学生牢固掌握本节课的知识。

3、对后进生多些关心，多点爱心，再多一些耐心，使他们在能够有所提高。

5、经常向各位老师学习，提高自身教学水平。



6、多看教育杂志，学习成功经验，使班级管理更上一层楼。

7、扎实根本做好校本培训，在实践中不断丰富经验、技能。

以前我与老公常常发生一些小磨擦，老公说我爱抱怨，我说老公不理解我，女人抱怨因为心里不满，不然怎么会抱怨呢？老公感觉不舒服，尤其是我这样的女人，不担心油盐柴米，有什么好抱怨的呢？老公用他母亲做榜样，生病了从来都不抱怨，哪怕得了癌症，也从不哼哼唧唧。我听了也觉得不痛快。以前很多文章也谈过老公埋怨我爱抱怨，也不知道从什么时候起，我很少谈到老公和我之间因为抱怨而发生争执，也不知道从什么时候起，发现自己不爱那么抱怨了，难道是生活比以前更顺利？还是夫妻之间相处更好？不是，而是我们夫妻之间更家彼此了解的缘故。

去年夏天开始，老公他们开始编一个新程，我常关心老公他们的进展以及老板们对此事的态度，老公也不知道什么时候习惯和我分享他的喜怒哀乐，每次遇到老板们抱怨，回家第一件事就是告诉我，我则安慰他。老公有时候遇到工作中的困难，抱怨想放弃，我继续安慰他。前些天忙碌得每天很早上班，很晚下班，我们做好晚饭等他回家，虽然老公告诉我们不要等他吃饭，我们还是坚持如此。我告诉老公：我们要等他一起吃晚饭才觉得舒服。老公听了嘴巴上仍然说不必等，可心里自然很高兴。

共2页，当前第1页12

## 自己的心得体会篇四

今年中共中央xx在中纪委侵蚀党的肌体，就会损坏党群干群关系，就会影响党和国家的各项工作，就会干扰党和人民事业的发展进程。领导干部作风方面存在的问题，有着复杂而深刻的社会根源和思想根源。领导干部始终保持振奋的精神和良好的作风，始终坚持党的根本宗旨，是我们党在执政情

况下必须面对的考验。这种考验不仅过去存在、现在存在，将来也还会长期存在。弘扬新风正气，抵制歪风邪气，着力解决突出问题努力实现领导干部作风的进一步好转，是我们党完成肩负的历史使命的重要保证。中央提出要在领导干部中大力倡导八个方面的良好风气，这就是：

每次除了参加单位组织的学习外，只是看文件报纸，电视新闻等，没有系统地学习政治理论书籍。没有培养自己深刻从政治的角度来观察、分析问题，认识事物停留在表面上，未能透过现象看本质，对事物的理解不够深刻、不够全面。

表现在：

有时对待工作不够主动、积极，只满足于完成安排的工作任务，在工作中遇到难题，有等待指示的心态，未把工作做实、做深、做细，只要还过得去就可以了。对业务知识的掌握不够全面，还存在多一事不如少一事的态度。

为民服务的公仆意识有点淡化，未切实做到为群众所想，急群众所急

有时碍于情面、关系，能过则过，能不批评就不批评，能不得罪就不得罪。

虽然经常学习马列主义、毛泽东思想及邓小平理论，但思想上未引起高度的重视，学习时缺乏思考，只从字面上理解，没有理解其思想的精髓，没有发挥理论的指导作用，只是为了学习而学习，使学习变得形式化、教条化。

是未牢固树立全心全意为人民服务的宗旨观念。没有深刻体会一切为了群众，一切依靠群众，从群众中来到群众中去的实质。

上半年的工作已经结束，下半年的工作逐渐进入关键时期。

在这承上启下的时刻，机关作风提升月活动的开展，对完成今年的各项工作任务，进一步树立良好形象，提高工作效率具有重大作用。我们要充分认识加强机关作风建设的重要性和紧迫性，开展机关作风提升活动是推进事业不断发展的迫切需要。要积极认真地投入到这次机关作风提升活动中。对照机关作风提升月的要求，要清醒地看到自己与先进的差距。草堰的各项工作能取得长足进步，发生显著变化，这主要得益于三班成员团结奋斗、真抓实干、开拓创新，得益于全镇广大干群爱岗敬业、充满激情的良好作风。但是，不能因为上半年成绩好，下半年就能放松，就能马虎。机关作风提升月活动的开展，适时给下半年的工作注入了新的活力。

进各项工作结合起来，牢记根本宗旨，坚持立党为公，执行为民，真正做到用心想事，用心谋事，用心干事。

学习，是干部增长才干、提高素质的重要途径，是作为一名干部终身的任务。加强学习，努力提高理论水平和政治素质是履行好自己肩负职责的重要保障。沿海大开发上升为国家战略，给我市的发展带来前所未有的机遇。这个机遇看似离我们个人很遥远，其实与每个人都息息相关。对于我这样一个普通的工作人员来说，尤其要学习。学习我市沿海开发的规划和具体实施细则，吃透精神，进一步明确我市沿海开发的具体内容，不断地反思：

我为沿海开发应该做什么？我为沿海开发能够做什么？努力提高服务沿海开发意识，只有通过不断的学习才能做到在思想上跟上新形势的发展，宽广的视野、正确的决策，才能更好地服务。

附送：

作风建设民主生活会发言材料

作风建设民主生活会发言材料

更多精美民主生活会的内容尽在实用资料民主生活会专题。  
作风建设民主生活会发言材料

## 【1】作风建设活动教师党员民主生活会发言

学习了应局长《在\*\*县教育系统作风建设主题教育推进会上的讲话》，结合自身在作风建设主题活动中的感受，作为党员教师我觉得自己要从以下三个方面去努力：

应局说教师先读十本书，然后教学生一本书。确实，当今社会，技术突飞猛进，经济发展快速，教学理念变化迅速，我们不懂的东西很多，学习真的很重要。应局要求我们做到自觉学、坚持学、系统学、真心学。让读书成为教师的习惯。学法律法规、读名家名著，不断提高教学理念、教育思想，并在课堂中运用和提高。我觉得这就是马克思主义的学风。现在我们下各小学非常重视教师的学习，学校把读书室建成了最豪华的办公室，成为教师课余时间走的最勤的地方。我今后也要边工作边学习，争取做学习上的典范。

做道德上的样板。应局要求我们做人民满意的教师，我觉得自己要从以下三方面去做：

一爱岗敬业，干一行、爱一行、钻一行，做到一切为了学生；二对待学生公平、公正，做到为了一切学生；三关心爱护学生，既要关心学生的学习，也要关心学生的生活，做到为了学生的一切。

纪律是一个规范，没有规矩不成方圆。党员教师不仅要遵守党的纪律，而且还要模范地遵守学校的劳动纪律，做到我们学校王校长要求的那样来的早一点，去的晚一点。

总而言之，作为党员教师我对自己的要求是：

平时看得出来，困难面前站得出来，党和人民需要的关头豁

得出来。

以上是我个人的想法，与各位老师共勉。【2】作风建设领导班子民主生活会发言材料

互了解和信任，也有利于我们的工作。在此，我仅结合自己的工作实际和自身作风建设，谈谈我一年来的工作、思想认识和存在的不足。

我是半年前被任命为公司副经理的，此前在大队干了三年的基层领导工作。在公司党委和公司的正确领导下，在全体干部职工的共同努力下，大队紧密围绕生产经营、安全生产等中心工作，抓管理、堵漏洞、保质量、促生产，较好地完成了各项任务，产值和利润都创历史新高。可以说，在基层的三年是自己发展意识不断增强的三年，更是自己管理和实践不断创新的三年。担任公司副经理一职后，我分管全公司生产、安全、市场等方面工作，面对新的工作任务，特别是面对总体运量不饱和、阶段运量不均衡、部分设备不适用等矛盾，面对安全生产压力的挑战，自己思考了一些，想了一些办法，也积极采取了一些措施。今年15月，完成货运量43万吨，货物周转量2238万吨公里，同比增长24%和5%。同时加大对揽活力度，探索物流发展，规范项目部管理，市场工作又有新的起色。当然，这里面也凝结着在座各位领导班子成员的支持和汗水。就我个人而言，主要是在加快运行节奏、加大安全监管力度、加强团队协作、加速项目部建设、减少投诉这四加一减方面做了一些工作和努力，现简学述习如网下：

案，落实车辆人员，确保运行万无一失。只要是局内重点井搬迁，我都会督导到现场，指挥靠前，协调到车。在今年3月的\*\*1井搬迁过程，我多次赴新井所在地嘉鱼县幸福村现场，和职工打成一片，鼓舞大家的士气。\*\*1井的搬迁4月23日开始，连续12天之久，从探路、制定方案、概预算，到实施搬迁、调解矛盾，我全程7000米钻机长途搬迁过程中，长车短缺，

矛盾突出。在这种情况下，我要求所有车辆单位加强协作。内部协作、内外协作、对外合作已成为我们完成大型长途运输的主要做法，解决了我们有活没车干、有车没活干的矛盾。比如在实施\*\*1井、\*\*106井搬迁过程中，我们\*\*的工程公司、物流公司两个车辆单位以及西南运输部通力合作，发扬团队精神，才取得最佳的效果。我们自己能拉的先拉，拉不了的，利用我们的资质、诚信度和掌握资源的优势，由物流公司组织社会运力拉运，西南运输部负责进井场的设备倒运。时间进度得到保证、车辆搭配得到保证、效益也得到了保证。

今年3月9日，为给外创市场的项目部将士加油、鼓劲、提神，我们在工程分公司车辆为西北运输部举行了声势浩大的出征仪式，增强外闯市场信心，坚定走出去的决心。在稳定外部项目部人心、规范生产安全管理方面也做了很多工作，我们会同经营部门出台了《运输公司驻外项目部营运管理规定》，进一步明确了安全生产职责，规范了运费洽谈、合同签订程序，严格了设备维护和油材料管理制度，也调整了项目部干部职工的各种补助待遇。在新购设备分配问题上，果断决策，适应市场，尽量考虑驻外项目部的发展需要，优先配车，逐步夯实项目部基础。同时，自己通过各种渠道掌握信息，联络朋友，扩大业务面。加强对外合作，内配外拉，从而打开了经营之路，为外创市场营造良好环境。

为掌握个别现象，但反映的是运输的整体形象，此风不可涨。我极为重视，高度警觉，多次到工程公司召开现场办公会，多次到搬迁现场检查落实，多次与用用户沟通，有效遏制了部分司机工作疲塌、拖拖拉拉、懒懒散散的行为。同时经常白天黑夜的深入大修厂、\*\*修理厂督促抢修车辆，提高车辆完好率，缓解车辆和任务之间的矛盾，服务质量的投诉问题基本上没有了，做到了正点、优质、高效地服务勘探开发，也树立了运输良好的服务生产、服从大局的形象。

过去一年，本人无论是在基层担任大队长，还是在公司负责安全生产和市场工作，始终坚持学习政治理论，并努力向xx

倡导的八个方面良好风气和集团公司党组要求的领导干部六种作风形象迈进。一是政治意识显著增强。通过学习，使自己进一步加深对科学发展观、构建和谐社会的认识和理解，认真贯彻局党委、管理局的总体部署，强力落实公司的工作安排，促进了公司生产平稳运行。二是宗旨意识得到加强。坚持心系职工群众，关心弱势群体，经常深入特困家庭，问寒问暖，帮助困难职工群众解决实际问题。三是廉洁自律意识显著增强。无论是在工作还是在日常生活中都能严格要求自己，从不以权谋私。花钱办事，主动置身于群众监督之下，不乱花单位一分钱，不收受他人所送的礼金。四是勤奋敬业意识得到提升。把精力都放在工作上，把心事都放在事业上。始终坚持服务用户抓质量，开拓市场讲诚信，稳固市场创品牌。精心组织生产，合理调整运力，实施承诺服务，没早没晚、没日没夜、随时随地、随叫随到，以服务油田的勘探开发为己任。在确保局内生产用车的前提下，加大外闯市场开拓力度，竭力挖掘潜在客户。抢抓机遇，扩张市场，为公司圆满完成各项任务，实现又好又快发展目标不懈努力。

虽然个人在工作上干劲比较足，思想上有一定的进步，但也存在着很多不足：

二是人、车、活三者矛盾还比较突出，研究和解决的不够深入，还有大量工作要做；三是对机修板块的关心和支持不够，安全上管的多，生产上管的少；四是出于工作，遇到一些具体问题，情绪急躁，批评人过度。当然，旁观者清，在工作和生活中，可能还存在一些我没有察觉的不足。我的发言完毕后，请各位诚恳的给予指正，帮助我提高认识，改进工作。

## 自己的心得体会篇五

工作一个月的心得体会

转眼间任教一个月了。作为一名新教师，在各位老师的帮助和支持下，也很感谢领导的信任，让我担任班主任，这使得我有更好的平台去锻炼自己，让我在这个月里成长、进步、收获了不少。通过一个月的学习我学到了很多知识，也更加感到了自己的不足。这一个月里对自己的工作表现也有满意和不足，但无论怎样，我都需要自己踏踏实实的工作，实实在在的做人。

先说说自己，体会到了做一个老师真的不容易。我深深体会到，教育确是一门艺术，一门大学问，值得我用一生的精力去钻研。学校领导为我们考虑的非常周全，给我找了指导老师，让我多听课，学习老教师是怎样上好一节课的，学习指导老师的管理方式。对于我们新教师来说，听课时需要关注两个方面：

- 1、关注教师的教。我们新教师不同于学生，听课的目的是回去教学生。所以首要的目的是要看指导教师怎样教。要应该注意课的结构，重点难点的突破，板书及教学媒体运用，教学媒体是对教学起辅助作用的。课堂气氛。

2. 关注学生的学。除了听课之外，平时我也经常向师傅以及其他老师请教教学上的问题。这些老师都非常热情的帮我解答，使我获益匪浅。从中我也明白了，知识和经验不会自己从天上掉下来，必须发扬勤学好问的精神，把自己当成学生一样，积极吸取周围其他老师一切先进的东西，才能提高自己的水平。

对于刚刚从大学校门踏出的我，对新的生活、新的责任、新的角色多少有些怯懦，但在这些日子当中，老师们鼓励我们要更加理性地认识社会，认识自己的角色，改变以往学生时期那种趋向感性或者说是浪漫的生活态度。鼓励我们要做一名能够不断适应新知识新问题新环境的老师。

在教学工作方面，做为一名新教师，基本功不扎实，经验缺



乏是我的不足。为了提高自己的教学水平，我主要做以下几点：

一、我要多学习，多请教。作为新教师的我，刚开始确实有些盲目，不知如何下手，但在教学上我不敢有一丝马虎，努力转变自己的观念，力求让自己的教学方法适应学生的学习方法，我应该不断改进自己的缺点。我会利用空余时间去请教和观摩其他老师的教学活动并学以致用。

二、我要认真备课，钻研教材，努力上好每一节课。在备课时我会认真钻研教材、教参，虚心向其他老师学习、请教。力求要吃透教材，找准重点难点。为了上好一节课，我上网查资料，集中别人的优点确定自己的教学思路。在课堂上，我应该努力调动学生的积极性，尽可能使每个学生都参与到课堂中来。要学习跟指导老师及时批改、讲评作业，对有进步的学生及时给予鼓励表扬，要学习做好课后辅导工作，使学生学有所得。一个月来深感站上讲台不难，但站好讲台不容易。特别是在听了几位老师的课之后，发现自己的备课确实存在很多的漏洞，很多地方都是自己想不到的。备课是上好一节课的前提，所以我对自已提出必须要按照教材和各班学生的实际情况认真备课。只有自已准备充分了，才有可能做到有的放矢。

三、我要多看书，多上网。积极学习各种教育理论，来充实自己，以便在工作中以坚实的理论作为指导，更好的进行教育教学。我们常说给学生一杯水，教师就要有一桶水，时代在不断的发展，知识也在不断的变化，为了使自己的这一桶水不会陈旧、不会用竭，我要努力学习，给自己充电。我还经常网上找一些优秀的教案课件学习，努力提高自己的教学水平。

为了更好适应教师的角色，使自己更快成长，我为自己设立了以下几个目标，以激励自己：

1. 在教育教学的思想，认真学习新课标，转变理念，与时俱进。

3. 加强学习，除了向书中学习外，还要继续向有经验的教师学习。不断提高自己的理论水平，同时也要积极参与课题探究。

在今后的实践中，我会继续努力工作，不断提高自己，完善自己，努力使自己早日成为一名优秀的教师。

刚毕业那会，很茫然，不知道自己做什么工作，也不太清楚自己喜欢什么工作，毕竟自己也从没工作过。有些同学选择考研，继续上学，有些同学家里已经给安排好工作了，只要去上班就行，有些早就有想从事的工作，现在终于可以去自己想做的事了。还有一些和我一样，不知道自己喜欢什么工作，后来，想一想，反正不知道自己喜欢什么工作，索性先找一份工作先干着，如果不合适再做其他工作，总会找到适合自己的工作。来关帝庙之前，也做过其他的工作，觉得不太适合自己，后来就辞职了。

刚开始来关帝庙做讲解员时，还很茫然，不确定这份工作是不是适合自己。时间长了，慢慢的发现，自己还是很喜欢这个行业的。每天面对着不同的游客，他们也会提问一些稀奇古怪的问题。真所谓林子大了，什么鸟都有，大千世界无奇不有。唯一的一个缺点就是从事讲解员这行时间长了，皮肤容易晒黑。

在讲解过程中，游客经常会问一些和讲解内容无关的问题，有时自己也答不上来，虽然这也很正常，但是还是觉得心里很难受，这也敦促自己在讲解的空余时间查找答案，最起码在第二次碰到这个问题时，可以很流利很完整的回答出来。无形之中也丰富了自己的知识。有些客人是那种学识渊博的人，与他们交谈中，也可以增长自己的见识。俗话说，读万卷书，不如行万里路，行万里路，不如名师指导。有时别人

的一句话，会让自己茅塞顿开，真所谓听君一席话，胜读十年书。有些游客是性格很好，心态也很好，从他们身上也可以学到一些生活的哲理，毕竟人生在世，不如意者十有八九。有好的心态，才能让自己风雨后见到彩虹。

看到的博文有“it的爱情”“我走过的2年多‘非主流’it路”“it人生 需要指引”，这三篇博文给我带来的影响和感受，有很多，发现当中描述他们人生经历的事情，就好像自己也曾经过迷茫、徘徊过，就像这些事是昨天发生的事情一样，在这里谢谢这几位博主写出各自带有真情和各自特点的事情，来给朋友们作一个引路人。

我是20xx年底去一家培训机构培训学习网络工程师课程，记得当时自己对电脑不是很陌生，不是很熟悉，那时的我仅局限于上qq聊天、打字，对于办公软件不是很熟悉。那时的我在一家物业管理公司工作，在那里工作了几年，记得当时手上有一点点积蓄，每天上班工作比较轻松，薪水不高，凑合着过日子，有时晚上自己睡觉的时候，在心里时常在问自己“这是你想要的生活，想要一直这样下去吗？那么你会死在这条胡同里，必须改变下自己未来的出路和生活方式”，带着这个问题，想了很多天，终于下定决心学一门技术，就是前面所说学习电脑，在那里培训，上的课程是很快的，我报的是周日班，就是每周日去上课，那时候感觉很幸苦和不容易，每天都要上班，到了要上课的时候，要早早的起床，洗漱完毕后乘车往培训中心赶，当时自己的薪资在1500--1600左右，一个月下来，手上所剩的钱不是很多，要生活、要上课，开销是比较大的。在培训中心学习的知识和技术，自己掌握的不是很多，不是有句话“师傅领进门，修行靠个人”，还好自己不好不坏在20xx年10月的时候毕业了，拿了毕业证书，算是对自己的学习和那段时间的坚持有了个交待。

20xx年时，到我同事那里，也就是佛山那边，制作好简历，去人才市场现场招聘会，经过10多天的来回在人才市场现场

招聘会和主动去为自己找机会推荐自己，终于有家小型企业金属制品厂招一个网管，问了下大致的情况，去面试了，走了下流程，看了下我的个人简历和毕业证书后就决定录用我。第二天就把行李带过来后，开始上班，前任网管带我熟悉工作，招聘上的要求是做与网管的相关联的工作，网管不会每天都有电脑故障的事情发生，会安排网管做别的事，在我们这行里俗称“打杂”，这道坎相信从事网络管理工作的人，都会有这样的经历。在这里也遇到了一个好的领导，教会我许多工作方面的细节，她是一个女上司，做外贸是比较在行的一个领导，在公司里是除了老板以外，她是最有权的一个人，每当工作遇到问题或者生活上有困难时，她说可以找她，会尽量帮助她的下属。在那里和前任网管交接的差不多时，他走后，遇到这样的一件事，因这家企业生产的产品往外销售是很好，但是钱很难拿回来，到发工资时有一条这样的规定“薪资在20xx以上的，当月发1000，下月结清，这条条款不针对生产线上的员工”，这条条款出来后，当时公司里在办公室、技术部工作的同事，都有很大的意见，而且每个月发工资很不准时，我当时因为某些原因走不了，到20xx年11月28号的时候，就离开了这家公司。对自己的个人简历作了很大的修改，企业主动联系上我，约我面试，通过一个星期的面试，来到了现在的企业工作。

现在所在的企业是一家服务外包公司，在广州这边也算是比较正规的一家企业，对方给我的岗位是“服务器工程师”这个职位，是驻点到机关、企事业单位工作，当时我对服务外包公司不是很了解，通过一段的时间工作，对这个岗位工作和性质要求有所熟悉，在工作的这段时间里，出现过几次大的网络故障，记得是在20xx年4月12日接到值班员电话，出现故障，立刻乘车赶往现场，通过排查不是内部网络问题，是医保网有问题，只要进行故障排除后就可以恢复正常，当时已打电话给驻点单位的领导和自己的领导，说明情况，客户要求工程师协处理问题，直到故障恢复才放人走，当时考虑第二天早上8:00要上班，想早点回去，经过协调回不去，直

到凌晨2:45分修复网络故障。因为看到前面一位博主写的博文，说进公司最好不要进服务外包公司，是最让我有深有感触，驻点的地方要求是7\*24\*365响应机制，在招标合同里条款是要求有三名工程师驻点工作，实际上只有两名工程师驻点工作，每人一周轮休两天，每天晚上睡觉时，非常害怕半夜两、三点来电话说出现故障，排除完后回来不是不回来也不是，在一个事业单位里面的设备都是进行招标中标后进行建设，里面的每一个系统、运行的平台有不同的供应商和代理商进行安装和调试，不出发问题还好，一出问题就不得了，经历了几次，遇到些问题，打电话联系相关供应商和代理商进行上门服务，真的感觉得难，就像是在求人，这种滋味真的不好受，国企事业单位就没有“网络管理”这个编制，就外包给服务公司，里面出现所有问题，都由服务外包公司解决，而这里的领导只要结果，不过问中间如何处理的过程。

非常赞同那位博主说的话，不要进服务外包公司，在招标合同里，有很多没列进去要管的事情，都会要求工程师去做的，就好比昨天我遇到这样的一件事，当时是服务器的通信网关服务器上出了点问题，内部网络是没问题的，联系相关供应商的工程师，反映情况给出反馈结果是说中国电信的那端到这边的对端有问题，后打电话给中国电信，中国电信的工程师说进行查询说没有问题，当时检查了机房各服务器运行的状态，都处于正常范围，那就是软件有问题，在联系供应商，只能硬着头皮说好话，尽快解决这些故障，后来我反映给管辖我们的客户说这件事，她说“这是你们运维工作人员的事，我们请你们服务外包公司是来解决问题的，不是来给我们客户增加麻烦的，当时就要求我给项目经理去反映这个事情，最好公司和供应商会次面，就相关软件方面的问题进行交流，以利于工作”，后来同项目经理说这个事，我挨了批评，说我不应该跟客户说这个事，那样会让客户觉得我们公司不行，没有这个资质能力承担这个项目，印象不好，有什么问题，解决不了，反馈给二线工程师，或者公司这边来。还说前几天客户说机房的灰尘较多，要清理，我当时在场说没有专门的工具来进行清理，客户后来直接打电话给项目经理，今天

一并说了我，关于机房设备清洁的事以前也没有做过，不是说不想做，最主要的原因(这里运行和跑的业务系统，不能断网，一断网这个责任客户都不想背这个责任，非常反感断网现象发生)，要是自己不小心接触或者碰到哪里，造成断网现象影响不好，关于清洁的问题同自己的上司反映过，上司说客户直接联系项目经理就让客户去说，让我不用管这事。在服务外包公司工作，进行驻点上班，在政企、机关、企事业单位，技术是一方面，人际交往和交道非常重要，另一位搭档在这方面比我要强许多，他有时偷懒，客户不会说什么，聪明人做聪明事，而我在这方面不行，得向他学习，不大认可这种投机取巧的工作方式。

来到这里后，感觉到有所迷茫、徘徊，接触的平台和系统和企业里的平台不一样，运行的业务系统不相同，每一台服务器运行的业务和别的服务器都有关联，只要一台有故障，其它都会有直接或者间接影响，而且各个服务器都没有做镜像备份，一旦因为某种原因崩溃，在重新安装会很麻烦，这样会影响业务使用，我一直在想，要是哪天中个系统崩溃了，而相关服务有所影响，而客户那时正在使用，比较繁忙，那该怎么办?要命的是不能够长时间断网，这个问题同我的领导反映过，说让我写一份方案，交给客户看，口说下是没用的。

这是我亲身经历的事，正像那位博主所说的，不要进服务外包公司，里面这趟水很深，这仅代表我个人的意见和看法，感觉太麻烦，做事是做得好没话说，做不好，里外不是人，接下来的计划是，加强学习网络设备方面的知识和技术，学好cisco的ccna相关技术后，准备重新找工作，这份工作让我做的提心吊胆和每天晚上睡不好觉，非常害怕半夜三更的打电话说全部断网，无论多晚，或者第二天要上班的话，都要赶往现场处理问题(公司有的项目没有这个7\*24\*365这个机制响应)。

昨天下午和一位好友聊天，和他认识差不多一年多的时间，都快去考ccie证书，而我还在学习ccna[]一直没有跨越过这道

坎，没有前进的步伐。说明我没有用功努力的去坚持学习，在这里要作深刻的检讨，人在当前环境下，要给予适当的压力，要有紧迫感，那么人会成长的更快一些。在付出努力的时候，不会一下子就有回报，但是不付出，就一定没有回报。

说了这么多，确实让我见识了这块发生的事情和处理方法，非常赞同那位博主所说，最好不要进服务外包公司工作，因为当时自己不解行情，如果了解相关细节，对自己成长不利的话，是不会进来的。

共2页，当前第2页12