

# 2023年宝玉石实训心得体会(精选7篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

## 宝玉石实训心得体会篇一

处对项目经理和各级管理人员进行了集中培训，从管理理念到提高制度的执行力以及安全管理、工程技术管理到经营管理分别进行了深入透彻的讲解。通过学习我受益非浅。特别是x处长所作的《企业经营管理理念》讲座更使我感悟很深。

首先，作为一名企业员工，带着感恩的心情去工作这在以前是没有这个意识。以前总以为我在这个单位工作，就应该把工作做好，完成上级领导交给的工作是作为一个员工必须做到的，一来是对得起领导的信任，二来是对得起自己的薪水，这样工作是被动的。如果带着感恩的心情去工作就会使自己去主动工作，做每件事就会追求更高的境界，就会充分发挥自己的主观能动性、创造性地去工作，就会体会到工作着是最美好的。

一个人一般都会感到自己所言所行都是正确的，自己的判断是准确的。当别人有不同意见时往往不能接受，包括领导的批评。因为出发点不同，观念不同，看问题的方法也不相同，所以工作中就会出现失误等不到之处。所谓工作失误一是直观的，一是隐性的。直观的失误当有人指出时或许能够接受，而隐性的失误当时反映不出来，或自己没有感受到就不易被接受。所以“坦率承认工作失误，诚恳接受批评”就要有勇气。别人指出来就会使自己能有机会及时地审视自己，提高自己感悟能力和综合素质。

“精益求精”是我们工作时的要求。但要想做到这一点是非常不易的。在钱处长的这个报告里也指出了“精益求精重在一个求字”“精益求精是一种精神，一种态度，更是一条道路”这就要求我们做事要有恒心，要去克服困难，有一种做不到最好决不罢休的韧性。

诚信和自信是在商品经济的今天必备的两件法宝。只有诚信才能在社会中立住脚。只有自信才能在经济大潮中生存，如果有一个机会，自己没有信心做好，就会失去这个机会，就会给自己的信心又一次打击，以后更没有信心去做。机会一次一次的丢掉，自己就不能在这个社会中存在下去。

诚信和自信是每个人应具备的素质，而团结是整个团队的灵魂。现在由于分工越来越细，每做成一件事都需要团队的合作才能完成。象以前一个人就有多么伟大的发明和创造的事现在不多了。一个好汉三个帮，只有团队团结了才能集思广益战胜困难。要做到这一点就要象钱处长在文章中说的“要有理解、宽容的待人态度”“要与人为善”“要配合默契、热情有度”“要真诚待人”。

x处长在这个报告中还对管理人员讲解了在工作中应注意的行为举止、应养成的好习惯，讲解了在社交中应肯有的素质和修养。这对我们在今后的工作都有很大的帮助。

有些习惯是长期养成的，有些习惯自己或许没有意识到是不当的。通过钱处长的报告，使我们知道了什么是对的，什么是不当的。在今后的工作中我们要克服缺点，把所有工作做得更好。

## 宝玉石实训心得体会篇二

时光如白驹过隙，转眼已至学期末。在大学里，我们学习了许多不同领域的新鲜知识，接触了以前从未听说过的领域。这个学期，我们学习了工程概预算这门课程。

工程概预算是指在工程建设过程中，根据不同设计阶段的设计文件的具体内容和有关定额、指标及取费标准，预先计算和确定建设项目的全部工程费用的技术经济文件。工程概预算其实包括两个部分：对工程造价的概算和预算。广义上工程造价涵盖建设工程造价，安装工程造价，市政工程造价，电力工程造价，水利工程造价，通信工程造价等。工程造价是指进行某项工程建设所花费的全部费用，其核心内容是投资估算、设计概算、修正概算、施工图预算、工程结算、竣工决算等等。工程造价的任务：根据图纸、定额以及清单规范，计算出工程中所有的分部工程、分项工程所消耗的人工费、材料费、机械台班费等等。

工程概预算可以分为

(1) 设计概算：设计概算是在初步设计或扩大初步设计阶段，由设计单位根据初步设计或扩大初步设计图纸，概算定额、指标，工程量计算规则，材料、设备的预算单价，建设主管部门颁发的有关费用定额或取费标准等资料预先计算工程从筹建至竣工验收交付使用全过程建设费用经济文件。

(2) 修正概算：在技术设计阶段，由于设计内容与初步设计的差异，设计单位应对投资进行具体核算，对初步设计概算进行修正而形成的经济文件。

(3) 施工图预算：施工图预算是指拟建工程在开工之前，根据已批准并经会审后的施工图纸、施工组织设计、现行工程预算定额、工程量计算规则、材料和设备的预算单价、各项取费标准，预先计算工程建设费用的经济文件。

(4) 施工预算：施工预算是施工单位内部为控制施工成本而编制的一种预算。它是在施工图预算的控制下，由施工单位根据施工图纸、施工定额并结合施工组织设计，通过工料分析，计算和确定拟建工程所需的工、料、机械台班消耗及其相应费用的技术经济文件。

学习不能一蹴而就，我们应当不断积累各方面各领域的知识才能成为一个适应新型社会的人才。

## 宝玉石实训心得体会篇三

20xx年新年伊始，工勘院全体在职员工在各级领导的大力支持下进行为期五天的集中培训学习。这次培训学习采取理论与实践相结合的方式，针对性强，知识覆盖面广，涉及了地质灾害危险性评估、深基坑设计、工程勘察、财务核算、安全生产知识及工程施工等多方面知识，知识结构不可谓不饱满，使我收获颇多。

首先，精神上的激励。担任这次培训主讲人或是院领导，或是专业骨干专家，他们能够亲临授课就足以见出各级领导对这次培训的重视，对人才培养的重视。为了这次培训，他们从知识材料的收集整理到课堂上深入浅出的精彩讲解，无不作了精心的准备，这些凝聚着他们多年的理论知识和工作经验，这也体现了一种严谨、认真、负责的态度。这些理论知识和实践经验值得我们好好汲取，这样的态度更值得我们好好学习，这些会是我们受用一生的财富。

其次，知识上的收获。这次培训涉及面广、信息涵盖量大。采用的教学方式也很有效直接。教学分两个模块：课堂理论教学+野外实践教学；理论教学是知识结构基础，野外教学是知识理论的巩固与拓展，两者这样有机的结合让全体员工更清楚明白的掌握了知识。这次培训知识体系分门别类，既很有针对性，又有非常重要的联系，如此次培训内容中的地灾评估、工程勘察、基坑设计、工程施工、安全知识及财务知识，这六者既相互独立，又彼此相互之间有联系，这样的培训既提高巩固了各专业职工的既有技能水平，又提升拓展了各职工的综合素质。

再者，集体凝聚力增强。这次培训各职能部门积极配合，几乎做到了全院整体性参与。在实际生产中，各职能部门相互

独立，相互间联系较少。而此次培训就是一个平台，是相互间加强联系的桥梁。培训即是教学平台，也是各部门间、各职员间的交流平台，既加强了业务知识交流，又增进了人与人之间的情谊交流，这让本不熟悉的个体变成了彼此相熟的集体，突显了整体性，增强了单位的集体凝聚力。

最后，提升了应急反应能力。培训压轴是各级领导精心组织了一场应急抢险实战演练。这场演练贴近真实，从组织动员到现场分工协作，都严格参照了客观实践活动，这是一场高逼真的实战演练。这对加强院在应急抢险方面的能动反应能力上有很重要的现实指导意义。所谓养兵千日用兵一时，只有平时加强个人的专业素质及团队的协同配合能力，这样才能在社会需要我们的时候完成使命，为社会创造价值，从而实现提升自我的人生价值。且不论培训学习最终接受率多少，从各级领导对人才培养的重视程度来说，这次培训是很成功的，事实也证明了这样的培训是很有必要的。

培训从来不是人才制造厂，是否是人才从来不会盖棺定论。要做与时俱进之人才，须长怀学习之心，做热爱学习之人。

## 宝玉石实训心得体会篇四

这次，我有幸参加上海新纪元教育集团举办的命题培训会（视频会议），聆听了上海的姚教授和重庆一中王老师的报告，深深地认识到命题这一环节在教学中的作用。

在此之前，我们已经在教育集团相关领导的指导下自己命了一次题目，此次命题是作为学校半期检测的试题，整个命题过程我们叫苦不迭，因为那些命题知识都是首次耳闻，就别提目睹了，那些双向细目表、难度、效度、区分度??等等一系列的知识弄得我们晕头转向。说我落后，我觉得一点也不言过其实。仅仅一张命题双向细目表就花了几天的时间，最后总算凑齐了，让我如释重负，接着就是命题，按照细目表精心挑选题目，把题目组成试卷，试卷批改完了，要命的家

伙又来了，质量分析，光是听那几个“度”，头都大了，好不容易完成了，说句心里话，就像卸下千斤重担。不过还是学到许多关于命题的知识。

这一次培训会，我终于茅塞顿开，知道命题要以新课程标准为根据，要遵循“导向性、基础性、适度开放性”的原则，以基础知识、基本技能为主要测试内容，以紧扣教材、紧扣基础、紧扣日常教学为基本命题底线，突出重点，加强应用，从而达到检测的目的。

教学检测也不合理，必须把“布卢姆目标分类”结合“solo分类方法”，进行教学测量与评价，既不影响目前我们习惯的测量与评价方式，又能适应课程改革的需要，对主观性、开放性问题的进行有效的质性评分，有利于帮助学生形成良好的思维习惯和创性意识。“布卢姆目标分类”用于教学测量与评价，有助于教师获得学生在各个学习水平和思维的类型，但不能清晰地获得学生的思维结构层次□“solo分类法”应用教学测量与评价，有助于教师了解学生的思维结构层次。在命题的难易度控制的技巧上，姚教授以案例做了详细的介绍，让我们都耳目一新，今后也不会再呆板地命题。

重庆一中的王海洋老师则是介绍具体的实践中总结的优秀经验上指导我们命题。他提出命题必须“两注意”，即“换位与定位”“运思与悦人”所谓“换位”也就是换位思考，要求我们在命题时能站在学生的角度去进行思维还原，凸显过程，“定位”就是要重点研读课标、研读考查点、研读教材、研读学情，命题的指令要精确。“运思”就是让人乐思能思，让试题有开放性，增加试题的自由度和灵活性，加强试题的实用性。“悦人”就是让试题有赏心悦目的感觉，增强试题的可读性和对话性。“悦目”就是做好试卷的规范性，不能给学生读题疲劳的感觉。同时，他还教给我们收集命题素材，以备命题时需要。做好命题这一重要环节的工作。

两位老师！

## 宝玉石实训心得体会篇五

近日，有幸聆听了钟老师的小学英语培训课——高效使用课堂，提高学生英语学习兴趣，内心深有感触，受益匪浅，如醍醐灌顶，清楚了自己英语教学中存在的问题和解决办法。钟老师不愧是专家，有着丰富的教学经验，我们所遇到的问题在她这里都不是问题，我也学到了只要敬业，一定能找到方法。总结了钟老师的宝贵建议，有以下几点。

众所周知，小学英语每个班每周安排的英语课其实是很少的，没办法像语文数学那样天天见，但我们还要完成大量的教学任务，也就呈现了任务多、责任大、时间少、课少的局面，只能依靠英语老师自己想办法赶课。钟老师有句话说得非常好，要让每一分钟都发挥的价值，我深有同感，40分钟弥足珍贵，再切割成复习、学新、巩固、练习几部分，每一部分的每一分钟都不容一丝浪费，还要高效，这就需要作为老师的我们高效认真地备课，每个步骤都记在心里，清清楚楚，每个步骤都脚踏实地，同时还要想办法集中孩子的注意力。

在集中孩子们注意力上，钟老师给了几个实用的办法。我们可以学习足够的英文童谣儿歌，简笔画，在教学中，这些技能信手拈来，融入到枯燥的英文字符里，孩子们是喜新的，好奇心很重的，课堂充满活力和变幻，老师充满活力，那么孩子们一定不愿错过可以笑的时刻。

新课程标准下教师不再是一片水域，而是一条常流常新的河，学生一代又一代地在变，作为老师怎能因循守旧，一套课本用n年？英文作为一门语言，需要经常交流经常说，所说我们没有语境，没有生活在外国，但网络信息时代，想要什么样的学习方式没有？钟老师还给我们推荐了很多练习英文的公众号，都很实用。其实，不仅仅是英语，任何一位老师都应该不停地学习，保证所授的都是全新的知识。

英文单词如此枯燥甚至晦涩，没有兴趣、不喜欢学怎么能行？

小学生都是坐不住的主儿，好玩，他们才愿意接触。我曾经吐槽过三年级是个入门、打基础的阶段，可是这个门好难入啊，基础好难打啊，都不如高年级好教，入门阶段，每个字母都是陌生的，再加上语文拼音的干扰，学生们直呼难呀难，难于上青天。因此，钟老师给了我们很宝贵的建议，学儿歌，学简笔画，在意学生的任何意见，与学生做好朋友，让英语课堂成为活泼课堂的代表，我们可以蹦，可以跳，可以唱，孩子们慢慢就会爱上英语课。

最后，我们还可以合理利用孩子们的崇拜心理，展示优秀、厉害的自己，担任强大人物的角色，学生渴望成为老师这样的人，像老师这样可以流利地讲英语，那么他们喜欢英语、学好英语就指日可待了。

## 宝玉石实训心得体会篇六

我有幸成为区体育骨干教师培训班的一员，荣幸地获得了再学习、再提高的机会。合川教师进修学校安排的这次培训内容丰富，形式多样，既有集中培训的专家讲座，又有网路研修，还有学员间的互动交流。三天的集中培训里分别聆听了，迟希新博士题为《做最好的自己，做幸福的自己》、重庆师大晏清才教授题为的《学校发展规划》、重庆教委高教处处长徐辉题为《基础教育课程改革的发展趋势》、西南大学副教授于波题为《行动研究与教育实践改进》、四川沐川县特级教师叶俊芝题为《做一名快乐的教师》、重庆教育科学研究院张鸿教授题为《教育科研课题研究方法》的6位专家的讲座，讲座深刻体现了大师成长之路与风范，诠释了前沿的教育教学理念，为我们成长为科研型教师指明了方向。他们所讲内容深刻独到、旁征博引、通俗易懂、生动有趣、发人深省，他们超凡的人格魅力和治学精神深深地印在我的心中。增添了我努力使自己成为科研型教师的信心，对我今后的教育教学工作无不起着引领和导向作用。下面是我在培训中获得的几点深刻体会：

通过此次培训，我的教育观有了更大程度的转变。传统观念下的“师者传道、授业、解惑”已经远远不能满足现代教育要求，已不能适应新课程“主动、探究、合作”的学习方式。正如叶圣陶先生所说：教是为了最终达到不需要教，为了达成这个目标，教学不光是简单的传授知识，要重在教会学生掌握方法，学会学习，不能只让学生“学到什么”还让学生“学会学习”，学生掌握了方法，终身受用，可以自己获取知识，除了学习，还要注重启迪学生的智慧，善于给学生留白，留给学生充分的空间、时间，促使学生发挥他们充分的想象力和创造力。现代教师必须通过学习掌握新的育人手段，熟练掌握能够促使学生学会做人，学会求知，学会合作，学会实践，学会创新的新方法，为学生终身发展奠基。

通过培训，让我深刻认识到，作为一名教师，必须不断地学习，积极进行知识的更新。当今社会，经济、科技、文化正发生着日新月异的变化，学生的知识来源渠道广阔、时间迅速，教师如果不拓展学习的渠道，不间断地加强学习，难以跟上学生的需求；现代教育方法与手段也在不断更新，多媒体与网络技术为核心的现代教育技术的迅速兴起，正猛烈地冲击传统的教学模式，作为一个现代教师，必须得具备熟练掌握现代教育技术的本领。

通过培训，让我学到了更多提高自身素质和教育教学水平的方法和捷径。作为现代教师，应该是有文化、有思想的教师，正如平时常说的“给学生一碗水，自己需要有一桶水”，我们必须从教学工具向“文化传播者”转变，必须丰富我们的知识结构。教师知识的丰富与更新方法与途径是多样的，可以通过读书、网路学习、进修、培训获得，也可通过听取专家讲座、教研活动、课题研究、论坛研讨等获得。时时、处处都有知识更新的资源，一个创新性的教师，随时不忘知识的更新。要成为一名骨干教师，必须要以扎实的作风潜心学习，坚持不懈；要以自觉的精神对待学习，不必急功近利，心浮气躁；要以务实的心态全面学习，力求兼收并蓄，博采众长；要以独特的眼光甄别真伪，识别科学有效的方法；要不断

创新的勇气，敢于完善自己知识结构。

通过培训，让我能以更宽阔的视野去看待我们的教育工作，克服职业倦怠。第一，学会了寻找成功，教师的职业是个清苦的职业，是个奉献的职业，不能与大官比权力地位，也不能与富商比金钱收入。我们要像魏书生一样做个大度豁达的人，把教书育人作为最幸福的事情，我们的收获便是看到学生知识的丰富，快乐地成长，我们要细细体会受到学生爱戴的欢乐；第二，学会了做好自身职业规划，一步步实现区级、市级骨干教师，区级、市级名师，努力实现研究生考取与学习，为实现一个个既定奋斗目标，在不断攀登中寻找新的快乐；第三，学会了理性妥协，对自己的能力、知识水平再次做了一个较为客观的评价，适当降低了成就欲和期待值，从而使自己摆脱沉重的失落，难解的怨气，无名的惆怅；第四，思考和学习生活，在烦琐、细腻的工作之余，安排了固定的读书、锻炼时间，逐步将自己培养成驴友，徒步远游，了解大自然、享受闲适的生活。保持积极而健康的心理品质，逐步形成巧借外力的综合素养，让自己的工作、生活与学习始终处于一种研究的状态，让自己的生命处于不断探索与追求的过程之中。更深刻地理解了教育就是“爱”，只能更好地去爱我的学生，才能让我的学生在更好的环境下健康的成长，长大成才后回报社会，让社会充满更多的爱。

通过培训，让我深刻地认识到必须积极加强课程改革，做科研型教师。目前，我们国家的课程改革还处于探索、借鉴阶段，与发达国家还有很大的差距，我们不能简单地学习别国的经验，需要探索寻找适合我国国情的教育教学道路。在这条道路上还有许多未知的领域需广大教师去进行认真摸索和总结。经过这培训，我认识到每一位教师都可以结合自身工作实际深入开展“行动研究”。一名科研型教师，要把握教育科研最新动态、熟悉科研的方法。为使自己成为一个科研型的教师，使自己的工作更具前瞻性，培养出新时期“发现型、发明型、创造型、创新型”的学生。我将不断地学习理论知识，用理论指导教学实践，研究和探索教育、教学规

律，把科研和教学结合起来。为了更好发展自己、更好培养学生，我将时时处处加强自己的理论素养和专业技能的学习和提高，提高自己教育科研的水平。在今后教育教学中，我将积极投身于课程改革中去，不做旁观者，从细小的教法、学法开始研究，有目的地总结教育经验，反思教学实践，一切从实际出发，切实担负起教师应尽的责任和义务，在工作中起到骨干教师的带头示范作用，成为学校、区里的课改积极实施者与引导者。

通过培训，让我深刻地认识到要成为骨干教师，必须得有带头示范的能力。我深深地认识到骨干教师必须是学生尊敬的人，家长放心的人，群体认可的人，实绩突出的教师；必须具有正确的人生观、教育观和学生观；必须具有爱心、事业心、责任心、进取心。接下来，我将细细消化吸收专家们讲解的理论知识，认真加强网络学习和网络教研，充分利用时间自读、自悟，把读书和运用现代技术作为重要学习内容，认真参加校本培训及各级各类骨干教师培训、学历培训，并做到学以致用；带头实践课改精神，上好各类示范课、公开课，常上常新，积极带领同事们开展教学研究；积极参与教师中开展颂师德，扬师风，铸师魂的活动，使自己早日成为本校、本区师德修养，职业素质相对优异，有一定知名度的教师；积极树立信心，不断进取，力争让自己尽快脱颖而出，成为能实践、善研究、懂创新的新型教师，早日成为学习乃至全区的示范型教师。

通过培训，让我成为专家型、学者型教师充满信心。六位上课的专家有学者、有高级管理者、有大学教授、有专业科研专家，但都无疑例外都是从小教师开始干起的。于是，我有理由相信，我这种一线的教师完全可以走上科研的道路，成为一名专家型、学者型教师。从现在开始，我将重新定位自己，按陈希新教师所指引的“多读一点书、多写一点东西，多参加一点竞赛，外语学习多投入一点时间、多一点自己学历提高的思考”五多原则严格要求自己，努力向科研型、学者型教师迈进。

三天的学习是短暂的，但专家讲解的理念是先进的、指引的道路是光明的，阐释的新课程理念是深刻的，充满着教育智慧，使我们开阔了眼界，洗礼净化了我的心灵，丰富了我的知识。我将把这里学到的知识与理念尽快地内化为自己的行为，灵活运用到学习与教育教学工作过程中去，结合学校的实际情况，及时地为学校的建设和发展出谋划策，结合自己的工作，从最简单的开始，努力开展“行动研究”，争取早出成果。在后期的网络研修阶段，努力学习骨干班同学的学习态度，求知精神，协作能力，用优秀学员的要求严格要求自己。与此同时，我一定将学到的知识运用于教育教学实践中去，让培训的硕果在我的教育事业中大放光彩。

## 宝玉石实训心得体会篇七

开学的第一天，王副院长就给我们做了对这次培训的初步课程计划及学院的教学安排，第一次见面的讲述就给我留下了深刻的印象，留个我最宝贵的一句话大概意思就是“知识和技能是能够学到的，然而人品是你一辈子都要做的修养。人与人之间成功与否的差距很大的关键不是取决于你跟别人之间在知识和技能层面的差距，更多时候是你为人的素养和人品”。在后来的学习中，接触了很多的老师，他们也在不同的层面教我们业务操作技能的同时给我们做人、做事方面一些忠告和建议。

这次培训用四个词总结概括心得体会：素养、责任、价值、智慧。

这次培训好几节课都围绕关于法官职业道德、司法核心价值观、司法的价值体系的问题。老师的教学内容中都涉及法官这一个职业所需要的操守。“在西方，如果一个人是法官，就根本不用考虑这个人的道德，法官和道德高尚的人之间是可以划上等号的，而在我们这个国度里，恐怕不能，所以我们具备更多的或许不是我们单纯的法律知识和法律技能，而是一个高出于常人所应该具有的素养（宽容、仁厚、博爱、

正直等等），这些也是其他技能的基石”。正所谓“正人用邪法，其法也正，邪人用正法，其法也邪”！法官需要有厚德载物的品质！

法官需要承担的主持社会公平正义责任，每当我们说到西方正义女神的形象时候，我们都内心澎湃，但是有很多同事将来所拥有的就是生杀予夺的权利，为什么我们崇尚法治的同时，自己不敢去追求，不追求也就算了！但为啥还有那么的同事还要去亵渎法律的尊严和法官职业的威信呢？在这几节课中，同学们最不愿意上的课就是这些纯粹法学理念而不是实际操作的课程，然而，却让我感觉有些不解的是虽然这些同学都希望自己在行业里面得到社会的尊重和认可，他们却经常在别人面前诋毁法官这一行业的公众形象，经过这次培训我也从中理解公众为什么对我们这一行业的偏见和不解，更多的'时候是我们自己把自己说成这样的形象，能怪谁？“如果你自己都不维护你自己的尊严，没有人会帮你维护”。这些话从他们口中说法院这里没有了公平正义，有些时候我真的感觉很可怕，如果是从老百姓口中说出来时候我还能理解，但这话从自己人口中说出来我却怎么都不敢憧憬法治的未来。

法官需要有自己的一个价值判断，这个判断首先就需要的是法律，更多的时候不仅仅是体现在你对法律，还有对政治、经济、社会形势的整体判断。仅仅追求一个法律效果，那种机械的裁断案件的法官只是一个法律的工具。是不懂法律艺术的法官。以前我也一直理解法律要独立，那天起我终于理解为啥法院的裁判不能脱离政治，脱离社会，脱离民众的法感。“法律本来就是政治的一个衍生物，怎么可能脱离政治呢？法律就是为执政者所服务的”。法律更多时候是需要维护一个社会的稳定和秩序，没有稳定，就没有发展，最后受害的也是芸芸众生。一个判决下去，会导致多少人为此付出代价，社会会因此产生怎样的价值导向。这是我们法官需要考虑的不单单是法律效果，更加要考虑的是政治效果。戴海老师说的没错：法官不仅仅是法学家，更应该是一个政治家。

法官需要有智慧、需要法律智慧、需要政治智慧、还更需要一个智慧，那就是民间智慧。案件都是发生了以后才起诉到法院的，法官需要的就是用证据还原客观的真实事实，客观的真实事实与法律事实之间的差距就需要我们运用生活的经验法则去推理，这就是我们在日常生活中积累的智慧。排除合理怀疑。还原事实真相。