

# 最新下雪的心得体会(汇总9篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。优质的心得体会该怎么样去写呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 下雪的心得体会篇一

今天我们全体教师利用周末会的时间一起聆听了著名教育专家赵大威的业务讲座，前几次的业务学习，让自己收获了许多教学的实际经验，今天的学习更让自己明白作为一名教师，一名学生所喜欢的教师，学生所崇拜的教师更应具备广博的知识。

赵教授精彩的讲座从理论到实践告诉我们看书应该看什么书，尤其是告知我们作为一名教师所应掌握的文化知识中的中国的《弟子规》、《内径》、《论语》、《学记》……而这些书籍是被自己所忽视的，以前自己总是觉得作为一个小学教师，对于中国这些深奥的东西不为学生所用，学生知识浅薄，思维广度也不够，让他们去接触，没有更大的价值，今天听了赵教授的讲解让我豁然明白：我们的教育不仅仅是为学生今天服务，更要为学生今后铺路。而我们掌握了这些知识不仅帮助我们丰富学识，提高素养，更能在教学中传引给学生，让学生在潜移默化中了解中国的灿烂文明，让他们在我们的引导下进一步了解为人处世的方法，从而提高他们的素养。

听了赵教授的讲解还让我明白作为教师的我们不仅仅交给学生知识，更应该让学生拥有良好的学习习惯，更应该让学生拥有健康的为人处世之道。

我们经常说要培养良好的素质，就是培养良好的习惯，素质只有变成习惯才能成为终身受用不尽的财富源泉。培根说，

习惯是一种顽强而巨大的力量，它可以主宰人的一生。当今，我国教育改革家魏书生也说过：“教育就是培养习惯。”这些精辟的见解，也可以说揭示了素质教育的本质。今天赵教授帮助我深刻明白交给学生一个方法比一个知识更重要，帮助养成一个良好习惯比短暂的几个一百分更有意义。

在今后的日子里让我自己尽量多挤出时间看书，看好古书，让拥有两千历史的书籍成为我的良师益友，为我所用，为我的学生所用！

## 下雪的心得体会篇二

下雪天气虽然美丽，却也带来了许多日常生活中的不便。然而，经历了几个下雪天气，我逐渐发现，心态的调整和适应是很重要的。本文就是探讨下雪天气的体验和优化。

### 第二段：望雪兴叹

每次出门前，我总是会先望望窗外，看看这个雪天有没有下大雪。有时候，大雪纷飞，视野变得模糊，心情也随之愉悦。在这样的时候，我会忘了所有的不便，伸出手去捕捉雪花，放慢脚步，享受雪天带来的感觉。

### 第三段：出行不便

然而，在下雪天气下出门便成了件麻烦事，步行的人会滑倒，开车的人会遇见交通拥堵。每天都要留出一点时间去应对这些交通不便。为了避免滑倒受伤，我会选择携带一把雪地鞋和拐杖，还有防滑橡胶弹性杖，这些东西可以帮助我更好地抵御下雪天气的影响。

### 第四段：心态调整

在下雪天气下发生的不便，完全可以从心态上来应对。首先，

不要过分纠结于时刻。气候天气大可不必强求，重要的是保证自己的安全和健康；其次，要保持思维的活跃性，思考如何更好地应对和适应现实；最后，快乐心态也是关键之一，和家人朋友一起出门，也是一种享受。

## 第五段：总结

总之，下雪天气虽然带着不便，但是，借此机会，我们可以思考如何应对环境变化，如何适应降温，如何保护自己。我们可以享受雪天的美丽，更要建立快乐的心态，把不便转化成自我觉悟和体验的过程，给自己带来正向的生活体验。

## 下雪的心得体会篇三

学校安全工作是一项长期、艰巨、复杂的系统工程，确保师生安全是学校工作的一个重要内容，安全工作责任重于泰山。我校是一所农村小学，座落在国道公路旁边，安全问题尤其显得格外重要。针对我校安全教育工作所存在的问题和实际情况，我校认真组织全体教师研究新学期安全工作的新思路，围绕把学校办成无事故、无安全隐患的目标，坚持预防为主、防治结合、加强教育、群防群治的原则，我校在全校范围开展内容丰富、形式多样的安全教育月活动，现将活动的开展情况总结如下：

认真贯彻落实“安全第一、预防为主”的方针，扎实开展好安全教育活动，以“珍爱生命，安全第一”的主题，通过宣传教育，使全体师生牢固树立“安全第一”的思想，增强自我防护意识，培养学生的自我防护能力，避免事故发生，确保师生人身和学校财产安全。

学校把安全工作列入重要议事日程，做到学校校长直接抓。在活动期间，学校领导组织全体教师对此事做了专题研究，统一思想认识，分工具体明确，责任定位到人，做到安全事故天天讲，时时注意排除安全隐患，认真落实责任追究制度。

- (1) 要求教师在学科教学中渗透公共安全教育内容。
- (2) 要求各班利用班、队会开展专题教育活动。教育主题为：强化安全管理，共建和谐校园。
- (3) 举行一次安全知识教育的专题讲座。
- (4) 举行一次疏散演练。
- (5) 组织师生观看安全教育光盘。
- (6) 悬挂一幅安全教育横幅标语：强化安全管理，共建和谐校园。
- (7) 进行一次校园安全隐患的排查和整改。
- (8) 在活动月期间坚持每日“放学前一分钟安全教育”。

1、通过“安全教育周”活动的集中宣传教育，使广大师生的安全防范意识和防范能力得到提高，形成自我表现防范，群防群治，见义勇为的良好氛围。

2、学校防范宣传意识得到强化，实现学校内部无盗窃，师生无社会斗殴、赌博等不良行为发生，确保学校无盗窃和非正常死亡事故发生。

1、认真做好安全教育周工作，并将学校“安全教育周”的活动继续深入开展下去。

2、开展丰富多彩的教育活动。在本周里，我校利用班队会、活动课、学科渗透等途径，通过讲解、演示和训练，对学生开展安全预防教育，使学生接受比较系统的防溺水、防交通事故、防触电、防食物中毒、防疾病、防体育运动伤害、防火、防震、防骗、防煤气中毒等安全知识和技能教育。学校还利用广播、黑板报等宣传工具及举行主题班会、讲座、安

全征文和知识竞赛等形式开展丰富多彩的安全教育，继续推行一周安全工作小结并布置本周的安全工作，强调安全事项，通过教育提高了全体学生的安全意识、安全防范能力和自我保护能力。

3、及时传达上级的文件精神，每一次上级下发的有关安全文件都进行认真贯彻，组织全体教师深入领会，进一步提高广大教师的安全意识。

1、加强常规性的安全检查。学校对重点安全部位，强化警钟长鸣意识，做到了时时检查、处处留心，严加防范。学校建立并严格执行了“班级安全工作周检制度”并详细记载检查情况。对检查中发现的问题或安全隐患，学校立即采取措施，切实整改。

2、做好学生的安全防护工作，尽量让危险远离学生。

3、学校针对排查出来的治安隐患，积极与派出所、镇人民政府、中心学校等部门通力合作，及时研究对策，落实有效的人防、物防、技防等安全防范措施，治安隐患整改率达100%。

今后，我们将进一步重视安全教育工作，把安全教育工作落实在日常的教育之中，做到长抓不懈，确保学生安全无事故、努力提高学生的安全意识和安全素质，进一步巩固和深化了“创平安校园”的成果，保证了学校正常教育教学活动的顺利进行。

## 下雪的心得体会篇四

在我参加军训的这几天里，一直天气晴朗，阳光明媚，我们每天都在炽烈的阳光下艰苦训练。然而就在最后一天，我们遇到了一场出乎意料的大雪，这令大家倍感兴奋和新奇。雪下得越来越大，覆盖在地面上，给整个军训过程增添了一份独特的美感。

## 第二段： 雄伟的校园在雪中浪漫而庄重

我所在的学校位于山间，校舍座落在一座小山上。大雪覆盖了整个校园，枯草和树木上被雪一层层包裹，校舍的屋檐和大门上都挂满了厚厚的雪簌簌，看上去异常壮观。校园里红色的教学楼也变得宛如世外桃源，与雪的纯洁相得益彰，仿佛置身于一个冰雪世界里。雪花落在身上，冷冰冰的触感让人充满了雪的魅力与神秘。

## 第三段： 心驰神往的军训活动在雪中更显激情

与往常一样，我们每天都要集体晨跑，进行各种军事基本训练。在雪中进行这些活动，让我们感受到了更多的挑战和兴奋。在雪地里跑步，脚下的雪松软而沉重，每迈出一步都需要更大的力气。但我们并没有因此怯弱，反而更加咬紧牙关，对抗着寒冷和阻力。手持步枪，我们在雪地上迎风狂奔，仿佛自己就是身处战场的士兵，更加激发了我们训练的激情与斗志。

## 第四段： 团队协作意识在雪地中得到了锻炼

军训中，我们经常要进行队列训练和军事操练。而今天的雪天，则让这些锻炼更加考验了我们的团队协作意识和默契程度。队列行军时，脚下的雪格外滑溜，队员之间必须要紧密配合，保持步伐一致，避免倒下或影响他人。在军事操练时，手臂因寒冷而僵硬，但我们依然要配合默契地完成各种肢体动作。这样的训练，不仅让我们更加密切地相互协作，还锻炼了我们的坚韧性格和适应能力。

## 第五段： 对雪天军训的收获与感悟

雪天军训虽然多了一些艰辛，但也带给我们许多收获与感悟。首先，我们学会了在压力和困难面前坚持不懈的品质，雪天下的军训考验了我们的意志力和毅力，让我们不断地向前迈

进。其次，雪天的军训加深了我们的集体荣誉感和团队协作精神，只有团结一致，齐心协力，才能在严寒的雪天中完成各项任务。最后，雪天的军训让我们感受到了自然的力量和魅力，教会我们更加珍惜大自然，学会了与自然和谐相处。

总结：雪天下的军训给我们带来了全新的体验和收获。坚韧的意志、团队协作的精神以及与自然和谐相处的能力，这些都是雪天军训中得以培养和锻炼的。这次军训使我们不仅得到了严格训练，更在雪的洗礼中收获了一种说不出的美好体验。雪天的军训将成为我们记忆中永不磨灭的一道风景线。

## 下雪的心得体会篇五

为期一周的实践教学马上就要接近尾声，首先我想感谢院长和各位老师为我们打造的“黄金实践周”，在短短的实践期内给我们安排了如此丰富的教学实践：校内课堂理论+企业老总讲座+实地考察参观。如此含金量十足的实践安排可见各位老师在策划和安排这场实践活动中付出了不少心血，真的非常感谢亲爱的院长和老师对我们的重视和关怀，同时还要感谢师兄师姐们的大力支持，谢谢你们的倾情付出。

我想，这次教学实践将成为我人生中弥足珍贵的一次学习经历。在美好的事物面前总感觉时间过得太快，但是这次实践真的让我受益匪浅，期间的每一个画面都感觉历历在目，充实紧凑的整个过程同时不乏精彩生动的细节。那么我的心得也将围绕实践的进程来展开。

1月3、4日为实践的第一阶段——培训测试阶段，由刘同老师负责。刘同老师采用理论加实践的方式把第一阶段分3个部分展开：

一、系统讲解农村社会调查的相关知识。其中讲到五个方面的内容：

1、农村社会调查的3个作用和3方面的取材。

2、农村社会调查的6项基本原则。3农村社会调查的一般程序。

4、农村社会调查的3个主要类型及3个主要方法。5、3个访问技巧。内容充实全面，老师讲解的也很有条理，使我们对社会调查有了一个整体上的了解。令我感受颇深的有3个细节问题：1考虑到调查对象的文化程度，提问方式尽量通俗化。2为了防止统计过程出现错误数据，最好记下调查对象的联系方式方便校正。3不要误导调查对象，这要求调查员对调查问卷中涉及的所有问题要有充分的了解。

二、提供十个课题让同学们自己试着做调查问卷，然后上台展示制作问卷的目的及思路。不仅锻炼了我们制作问卷的逻辑思维能力，而且给了我们一次上台展示自己的机会提高了自信心，同时认识到自己的不足并学习到其它同学的闪光点。

三、学习spss和orange等统计分析软件。虽然没学会，但是认识到统计分析的重要性，所以我准备在寒假好好学习一下spss。12月5、6、7日为实践的第二阶段-----问卷设计阶段，由张建杰老师负责。第一天以张老师授课为主，张老师提出了“是什么？为什么？怎么样？”的三步走战略。重点讲解了调查背景问题，强调高素质的调查员是保证数据真实性的必备因素，输表时用数字代替选项易于分析整理，还讲了背景信息要站在不同的角度分析取材等一些问题。让我们对社会调查有了进一步的认识。课堂上我以“在对调查对象的基本情况不了解时，如何让调查对象能均匀分布，让调查结果更具代表性？”向老师提问，老师从宏观和微观两个方面来解答了我的问题，并举了一些实例，令我醍醐灌顶。同时认识到分析问题一定要学会变通，换个角度便是柳暗花明。除此之外老师还给我们讲了一些学长们的创业经历，和自己的在创业路上的一些个人见解。让我颇有感悟，我也曾想做一些独特的东西，但是总感觉无从下手，于是每天只是按部就班的学习做事，但我不想安于现状，我想在毕业的时候

候可以有一些拿得出手的東西，那麼，是時候該做些改變了。

第二天，小組自找專題做一份調查報告。對我個人而言，作為小組長我需要負責整個過程的安排，多操一份心自然收穫的就更多。對於小組而言，雖然大家在製作過程中表現出的積極性有謝差距，但整體還是很好的，我始終認為團隊的力量是非常重要的。

第三天，聽了鼎優朱總的講座，看到了農業的大好前景，也對自己的專業更有信心。朱總把企業的運營之道搬到了我們的課堂上，加上談諧的語氣，讓我們在快樂的氣氛中潛移默化的學到了很多。之後的調查問卷匯報各個小組各有千秋，也都有不足的地方，因此要相互學習。

1月12、13日是第三階段-----實地調研階段。

第一天，載著滿心的喜悅，大家一起乘車去開封縣興隆鄉做農戶調查問卷。一路上老師和同學們的的才藝展示讓車廂里笑聲不斷。使我深深的感受到農經八班大家庭的溫馨和老師們的親切。在馬老師的帶領下我們小組圓滿完成了對李大河村的調查任務，原本以為調查任務開展起來會比較困難，好在農戶們都很配合，所以感覺調查進行的很順利。這一天我們收穫的不僅僅是調查數據，更重要的是對整個問卷調查過程的體驗，在對調查流程熟悉的同时，自身在溝通能力方面有了一些提升，對問卷調查技巧也有了一些切身的感悟。

第二天，我們先後參觀了長葛縣眾品實業有限公司鮮易股份有限公司、許昌天和現代生態農業示範園區、許昌學院農耕文化博物館、許昌縣菌類生產基地、鄆陵縣建業生態苑。感受到了現代化農業的魅力，了解了眾品從農產品種植、養殖基地源頭到加工過程，從物流配送到終端營銷的一體化運營模式，其中我比較感興趣的是眾品的溫控供應鏈，經過參觀當天的學習和回來搜資料，我发现冷链物流是一个复杂的系统工程，在技术、资金、管理等方面的要求都比较高，建设

现代化的冷链物流体系，完善的资讯系统、先进的物流设备、标准的作业流程都至关重要。笔者就此总结了如下经验：首先，物流配送中心每天要接受大量来自内部和外部、来自各个动作环节的资讯，如不进行及时的处理，就不能保证整个物流配送中心的高效运转。其次，先进的物流设备也不可或缺。物流设备的采用一定要适应所配送商品的物流特点。越是先进的物流设备维护费用越大，十分考验企业的资金实力，由此可见产业链的整合确实需要涵盖方方面面的实力。在对生态园区的参观中，我认识到现代网络将引导农业的未来，农业将在科技的带动下呈现一次时代的变革。在许昌学院的农耕博物馆里我看到了许多以前只能在历史书中看到的农具和历史文物，走进了历史的长廊，仿佛亲眼看到了我国的农业发展历史，不禁惊叹古代农民无穷的智慧，也对未来的农业发展充满信心。

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。

一、善于沟通。尝试与不同的人沟通，作为学生我们更多地是与同学和老师进行沟通，这次与农户进行沟通，使我的沟通能力有了一些提升，沟通是我们生活、学习、工作的桥梁，因此以后要继续培养自己沟通能力。

二、注重知识的积累。知识是我们走向社会的通行证，掌握扎实的知识基础方能游刃有余。很多时候往往感觉自己掌握的知识太少，看问题的观点太狭隘，因此在今后的学习中我决定着重培养自己全面的学习角度，拓宽自己的视野。

三、注重的细节的学习，真正的技巧和奥秘往往是存在在细节中的，只有善于发现细节的人，才有很好的学习能力。无论是在自己观察学习的过程中还是别人的讲述中都多要很好的把握细节性的东西，才能有多的收获。

四、团队的力量是强大的。无论是在平时的学习中还是在以后的工作岗位中都要注重团队合作精神。

五、培养良好的人际关系。广交良师益友，此次实践如果没有校领导和老师们的人际关系方面的支持恐怕实行起来就没这么顺利了。所以说人际关系也是成功道路上不可或缺的因素。

以上是我对此次实践的真实感悟，在我看来这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识的更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。

## 下雪的心得体会篇六

第一段：引言，阐述下雪天的意义与美好。

雪花飘落的时候，在这个寒冷的世界里，我们总能感受到一丝温暖。下雪天是一种美好的日子，它带给我们不仅仅是美丽的风景，更是一种深深的情感。当雪花从天而降，铺满整个世界的时候，我们或许会有些兴奋，有些疲惫，但是总是带着一种说不出的喜悦。回忆起孩童时期的冬天，我们总是盼着看到雪，那样纯真而美好的心境仿佛未曾离去。

第二段：陈述下雪天的影响。

雪花飘落，世界就像被慢慢包裹在一层白色的纱布里。雪天会对人的生活造成很大的影响。首先，下雪会导致路面积雪，可能会给交通和出行带来一些不方便。其次，雪天气温偏低，可能会让生活在室外的人们感受到挑战，这时候我们需要注意保暖。不过在另一方面，下雪也会带来美好，它可以温暖人心，给人一种亲切温馨的感觉。

第三段：探究下雪天的美好与意义。

下雪之所以能让我们感到温馨的原因是因为它代表着家的温暖。即使在大雪纷飞的夜晚，家还是安静温馨的。而且，在下雪天，我们可以尽情享受大自然带来的美好风景，人们可以在雪中玩耍，制作雪人，甚至开心地打雪仗。这些活动们都表达了快乐、孩童气息，彰显了雪的吸引力。

第四段：下雪天的启示。

当我们在欣赏和享受下雪带来的美好时，也应该思考一下这深刻的启示：我们要用心去感受生活的点滴，不论是面对遇到的挑战还是拥抱新的机会。这也是雪天给我们的一个提醒，它告诉我们，在过程中注意享受生活，将所有的不安和困难化为美好的回忆。

第五段：总结，呼吁加深对下雪意义的理解。

总之，下雪天是一种特殊的气候现象，它不仅给我们带来了冬日风景，还独特地代表了温暖。在冬季，无论是在心灵上还是身体上，人们都需要一些陪伴，而雪藏在无限的幻想中，散发着那种无法忽略的魅力。雪天让人留下了多少美好的回忆，每一次降雪都为我们带来了新的启示。希望我们能够更加深入地理解下雪的意义，珍惜生活，享受平凡中的幸福。

## 下雪的心得体会篇七

户来与自己面对面地交流，通过交流获得当事人的信任，接受当事人的委托，签下代理合同和委托书，并收到相应的律师费。既然目标很明确，就是要咨询者带着交易资料来律师事务所面对面地交流，那么方法就是多种多样的，律师与律师之间个人魅力上的差异也就是在这个时候显现出来了。

从上面这个简单的问题就不难看出，律师不仅仅专业人士，而且还是商人，律师的专业能力要通过高超的商人技巧才能淋漓尽致地发挥出来。现在地大学中，法学院和商学院是分

开的，商学院必须要学法学院课程，但法学院未必去学商学院的课程了。现在律师的商业意识很薄弱，做了律师也不把自己当商人，由于不善于推销自己，再高的学识和才华充其量也就是巷子深处的酒。

律师属于知识分子的范畴，中国知识分子历来重学轻用、重理轻行、重己轻人、重文轻商，这些知识分子的酸臭味在法学院老师不遗余力的言传身教下得以不断的发扬光大，使得现在有些法学院的学生到了社会上后，望着茫茫人海，不知所措，满腹经纶无处可泄。

作为一名律师，知识、学问、技能、经验也都不是你从娘胎里带来的，执业律师要做的最重要的一件事就是把法律、法规，法学理论、知识，自己和别人在学习、工作、生活中积累起来的经验、技能、技巧贩卖给需要它的人，说白了就是拿别人好的东西拿来贩卖，就足可以成名成家了。

律师等于商人加专家，先用商人的大脑找到目标客户，用商人的大脑谈成业务，签订成业务签成单，只有接受了当事人的委托后，才有可能充分发挥自己的专业特长和业务技能，否则再高深的学问和精湛的技能充其量也只是茶壶里的水饺——倒不出来。

就是结构层次非常明确，最后才是填充内容。律师两大基本功就是说和写，至于该说什么、不该说什么，该写什么、不该写什么，说到什么分寸，写到什么程度，这完全靠练，就像烧饭做菜一样，咸淡、火候只有多练几次才能掌握。在人际关系的培养上，最大的瓶颈是心理障碍，自我设限和对自我价值的定位过低。假如把一位刚刚从事律师工作年轻人与亿万资产的企业家，县处级以上领导干部在一个桌子上吃饭，可能就会不知所措，甚至会惊慌失措。

年轻律师要注重培养自己的平常心，面对各种各样的场合，各种各样的人都要有一种平和的心态，做到不亢不卑、坦然

自若。这个世界上没有什么事值得律师去大惊小怪的，大凡世界上所有的怪人和怪事，在律师经办的案件中都会出现。综合以上的内容，做律师首先是要接到业务，其次是接到什么样的业务，再者能接到什么样的人的业务，最后是选择为什么样的人服务。一名律师只有具备了选择当事人的能力的时候，什么样的人有资格接受你的服务，做律师所有的学问大概都在这其中了。

做律师应该具备的几项能力

二、通情达理，这样容易被受众接受；律师要心思细密，善于把握当事人的心理。

三、交际能力，个性长袖善舞八面玲珑未必是个好律师，但是有着超强的交际能力无疑会为你带来更多渠道去接触到给你带来案子的人。

四、写作能力，要求文字组织能力强，出稿快，文章说理性强。因为律师要求应变能力强，同时写作方面也要跟的上才行，律师在法庭上的基本功能就是说服法官，所以要求文字的说理性要强。

六、唯美追求，精益求精，法律文书、出庭发言要争取做到没有一句废话，不说一句错话！

要做好律师要注意这几个方面能力的培养：

一、思辩的方法：要看出别人看不出来的问题，想别人想不出来的方法，找别人找不出来的道理，多角度思考问题，要是做不到这点怎么脱颖而出？平日读书最好是多读大家之作，不要浪费太多时间在无谓的争吵和聊天嘻嘻哈哈上。

必须有超越别人的本事，要舍得下一番工夫，除了常识性、理论性、基础性的东

西外，要肯钻艰涩的专业书！！成不成才在自己，不行一定是决心不够。其实要做成功律师真的很简单：

战略上：一、眼界要开阔，一定多跟高层次的人交往，他们不仅可能给你带来高端客户，更有可能提升你人生的品位。

（找配偶也一样，一定选最有潜力的绩优股或成长股）多参加各种研讨班、学术会从现在起你就该学着抓大放小，记住：律师要想作大作强最终要做高端客户的高端业务，起初的低端客户的低断业务只是为了练手，高端客户的低端业务也要做，为了将来做高端业务打基础。

二、努力要执着。要记得：失败得越惨烈，成就得越辉煌！千万不要被一时的失意打倒，律师行业的规律就是这样一开始难得很，做顺了就好了。即使做顺了，也不是每月都保证有钱挣的，心态一定要特佳才行，永远自信！

四、目标明确后，有规划有过程。别和任何人比，心静如水！！人和人的情况不一样，机遇也不一样，永远和自己的计划相比。你要记住：积累得越深，成就得越辉煌！！！学习、发展潜在客户就是积累的内容！别急着挣钱，等积累到一定阶段，想不挣钱都难。

战术上：实习期间

二、多研究法律文书尤其是诉状的写作，一个没有庭审经验的律师想作好非诉讼的业务相当于痴心妄想。

三、业务上精益求精：

（二）感动当事人：就是在费用上和工作中要尽量多给当事人行方便，替他考虑；

（三）挑战极限、超越自我：对每一件案子都把知识、能力、水平发挥到极限！！

四、没有事情的时候，学着找正经事情做。养成思考和动笔的习惯，律师不一定要能说，而是会说，有时无声胜有声！年轻的你很有正义感的，有时候可能会多说，其实不一定会起到最佳效果，这个在实践中慢慢品吧，不是一两句说清楚的。还是慢慢来吧。

## 下雪的心得体会篇八

党课是党组织对党员进行党性教育的重要形式，也是党员发展成长的关键环节。参加党课是每一个党员的责任和义务，通过参与党课学习，我们能够更加深入地理解和把握党的理论，凝聚共识，提高思想觉悟和政治素养。在这篇文章中，我将分享我在每次党课中的心得体会，希望能够与大家交流和共享。

第一次党课，我感受到了党的教育的接地气。党课并不是一味地灌输理论知识，而是通过讲授党史党章和当前政策法规，引导我们把个人理想与组织目标统一起来。在课堂上，我们不仅了解到了共产党的初衷和党的历史，更深刻地认识到了中国共产党是为人民谋幸福的政党，我们作为党员的责任和使命。通过党课，我们能够更加清楚地认识到党的执政基础是人民，坚持为人民服务的初心不可动摇。

第二次党课，我认识到了党的建设的常识。党的建设不仅仅是由党组织层面来推动的，每一个党员都应该积极参与和践行。在课堂上，我们探讨了如何做到“四个意识”，如何提高党性修养和理论水平。学习党的组织生活制度和党员权利义务，让我们更加清晰地认识到自己的定位和责任，明确了自己在党内的角色和地位。做一个合格的共产党员不容易，但是通过党课的学习，我们能够更好地规范自己的行为，践行党的要求。

第三次党课，我领悟到了党建工作的重要性。党的建设工作是党的事业兴旺发达的根本保证，也是党员自身成长发展的

关键环节。学习党的全面从严治党的重大意义，理解党的纪律和规矩，是我们在党课中深入思考的重要内容。党的组织生活制度的贯彻落实，党员教育管理的创新，都需要我们每一个党员有更高的要求 and 更好的表现。通过党课的开展，我们能够更加理性地看待党建工作，更加深入地参与和投身到党建工作中去。

第四次党课，我体悟到了党员责任的深刻含义。作为一名党员，肩负着更多的责任和义务。在党课中，我们学习了党员的权利和义务，了解了党纪党规的基本要求。了解到党纪委员会在党风廉政建设方面的大力推动，学习了党风廉政建设的警钟长鸣，让我们深刻认识到，作为党员应该时刻自觉遵守党的纪律，自觉维护党的形象。通过党课的学习，我们能够进一步提高党性观念和政治素质，增强自护队伍的意识。

第五次党课，我感受到了党内政治生活的活力。党的内部政治生活是党内民主的重要体现，也是推进党的事业的重要保障。通过党课，我们了解到党委和党组织是如何推进和监督党的工作的。学习了党的理论，我们能够更好地参与和指导党的工作，推动党员的思想成熟和行动规范。党课还引导我们如何加强党组织的建设，促进党组织的活力和凝聚力。通过党课的开展，我们能够深入参与到党的组织生活中，增强党的凝聚力和战斗力。

通过参与每次党课的学习，我深感党课的重要性的意义。党课不仅仅是一种学习活动，更是我们接受党的教育的一种方式。通过深入地学习和思考，我们能够更加理性地认识党的理论和政策，更加自觉地贯彻党的要求和决策。只有不断地提高自己，在党课中汲取营养和智慧，我们才能够更好地为党和人民事业而奋斗，为实现中国梦而努力奋斗！

## 下雪的心得体会篇九

20xx年高中教师继续教育培训即将结束，在这一期的培训时

间里，我认真听了老师的课程，几位老师分别从教师职业道德、教师的心理、新课程背景下教师的专业素养、高效课堂的实践和思考等方面进行了详细的讲解，使我收益非浅。尤其是第三天的课，使我认识到，作为一名教师，心理健康是极其重要的。随着经济社会的急剧变革，种种压力不期而至，使人们的心理问题越来越严重。作为教师归根到底还是一个普通的社会人、自然人，也同样会有不同程度的心理问题，但教师职业的特殊性又要求教师必须是心理健康的人。因为，教师的一言一行在学生心目中将产生重大而深远的影响。这就要求教师不仅要用高超的教学艺术去培养学生的智力，而且更重要的是要以高尚的师德和良好的心理素质去感染和熏陶学生，而高尚的师德和良好的心理素质源于教师的心理健康。

教师的心理健康是指教师的思维方式、处世态度要与社会的要 求相协调，为社会所容纳，并具有创造的思想，即教师必须有广泛的生活兴趣、融洽的人际关系、健康的情绪体验、积极的进取精神、稳定的工作热情。因此，只有重视教师的心理研究，才有利于更好地维护学生的心理健康。通过学习我认为作为一名教师应该做好以下几方面的工作。

### 一、自我调控转变观念。

教师应努力树立正确的教育思想，树立正确的学生观，加强与学生的交流和沟通，以学生为友，善于发现学生的闪光点。教师应注重提高自身修养，全面提高自己的素质，逐渐养成良好的性格，自觉克服不良心理，消除不良情绪，经常反思自己的不良心理，学会给自己减压，学会宽容学生。这样，就可以使自己逐渐形成健康心理。

### 二、加强学习。

通过学习，系统掌握心理学、心理卫生学和心理健康教育等知识，主动解决一些常见的心理问题：如何保持良好的心理

状态；如何克服狭隘、自卑、嫉妒等不良心态；如何面对工作；如何对待学生；如何面对在工作中遇到的挫折和失败；如何处理好各种人际关系；如何看待社会上的不良风气；等等。并根据自己的实际情况，进行有效的心理自我调节。

### 三、悦纳自我。

作为教师一定要接受我是教师这样一种角色，这样才能在繁重、琐碎的教育教学中取得乐趣。一个厌烦教师工作的人，在天天面对教育工作的同时，怎么可能会有一种好的心态呢？如果能冷静地对待自我、悦纳自我，就会“天天有个好心情”，也只有热爱自己的工作，把自己的工作当做乐事而不是负担的教师，才能够保持健康的心理。

### 四、拓宽心胸。

有些心胸不宽广、遇事想不开的人经常会有心理疾病困扰。因此教师要养成乐观、豁达的性格，努力加强自身修养，遇事泰然处之。要有角色意识，明确自己在社会中的位置，拼搏进取，要知道优胜劣汰永远是社会发展的公平法则，只有正视现实、不断奋进，才能适者生存。一味怨天尤人，就会永远是一个失败者。同时，要学会放弃，因为人生有太多让你心动的东西想去追逐，像评先、评优、晋级、提干等，如果没有一个正确的态度，等待你的将是痛苦。有时即使你付出了全部也不会是满意的结果，因为有许多东西自己是左右不了的，所以，该放下就放下，退一步海阔天空。

### 五、学会放松。

会休息才会工作。当自己的工作压力过大时，不妨到户外运动一下，或者跟朋友爬爬山、喝喝茶等，能够让身心得到有效的放松，更利于精神抖擞地投入到教育教学中去。可能的话，学会一种技艺最好，它会是你进入一种新的境界，产生新的追求，在爱好中寻找乐趣，以驱散不健康的情绪，

令生活更有意义。同时，也应增强自控能力，合理释放情绪，在适当的情况下多找好朋友谈谈心减轻精神压力和积郁的愤懑情绪，心情抑郁不想做事时，请选择放下，想休息就休息，想娱乐就娱乐，美国斯坦福大学都要求学生不追求十全十美，何况我们教师呢！

总之，通过学习，我明白了教师是教育过程的决定者，教师的行为直接影响学生人格的形成和发展。所以教师要在工作中不断充实自我，完善自我，以健康的心理状态和良好的心理素质去帮助每个学生得以健康和可持续发展。