

2023年心得体会的正确格式字体(通用9篇)

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面小编为大家带来关于学习心得体会范文，希望对大家的工作与学习有所帮助。

心得体会的正确格式字体篇一

大家都知道什么是心得体会吧，但是如果要把自己的所想所感写下来是否每个人都会呢?下面，小编为大家整理关于心得体会怎么写，欢迎大家阅读。

心得体会的基本格式大致由以下几个部分组成

心得体会的标题可以采用以下几种形式：在xx活动(或xx工作)中的心得体会，关于xx活动(或xx工作)心得体会(或心得)。

(1)开头简述所参加的工作(或活动)的基本情况，包括参加活动的原因、时间、地点、所从事的具体工作的过程及结果。

(2)主体由于心得体会比较多地倾向于在文章标题下署名，写作日期放在文章最后。

(1)避免混同心得体会和总结的界限。一般来说，总结是单位或个人在一项工作、一个题结束以后对该工作、该问题所做的全面回顾、分析和研究，力求在一项工作结束后找出有关该工作的经验教训，引出规律性的认识，用以指导今后的工作，它注重认识的客观性、全面性、系统性和深刻性。在表现手法上，在简单叙述事实的基础上较多的采用分析、推理、

议论的方式，注重语言的严谨和简洁。

心得体会相对来说比较注重在工作、学习、生活以及其他各个方面的主观认识和感受，往往紧抓一两点，充分调动和运用叙述、描写、议论和说明甚至抒情的表达方式，在叙述工作经历的同时，着重介绍自己在工作中的体会和感受。它追求感受的生动性和独特性，而不追求其是否全面和严谨，甚至在有些情况下，可以只论一点，不计其余。

(2) 实事求是，不虚夸，不作假，不无病呻吟。心得体会应是在实际工作和活动中真实感受的反映，不能扭捏作态，故作高深，更不能虚假浮夸，造成内容的失实。

(3) 语言简洁，生动。心得体会在运用简洁的语言进行叙述、议论的基础上，可以适当地采用描写、抒情及各种修辞手法，以增强文章的感染力。

一转眼，正式参加工作已有半年时间了。对于社区工作也有了更深刻的认识：社区居委会是基层群众自治组织，是为老百姓服务的最前沿。同时社区是整个社会的基础，是联系党和政府的纽带。社区工作的开展，对整个社会的发展有着直接重大的影响。作为社区工作者，面对的是众多的居民，接触的是居民大大小小的琐碎的事，因此社区工作重要而有意义。

社区工作是一种帮助人解决困难，协调人与社会之间关系的服务活动，是以人的问题和需要息息相关的，因此社区工作者在工作中应本着人性、为服务对象着想和谦和态度，真诚地对待服务对象的问题和需要、社区工作也是社会福利事业的重要内容，是促进和谐社会建设的主要手段，建设和谐社会是党和政府当前坚持的主导政策方针，经过改革开放30多年来的发展，经济体制深刻变革，社会结构深刻变动，利益格局深刻调整思想观念的深刻变化，社会矛盾进入易发多发期，社区工作在化解矛盾纠纷解决社会问题促进社会公正上

有不可替代的作用。

在社区工作过程中，社区工作者应将和谐和发展作为服务与管理的主要手段，达到家庭关系和谐，人际关系和谐，干群关系和谐和社会和谐。不断探索和总结新的理论经验和方法，不断提升社区工作服务水平，解决各种社会问题，满足社区居民的社会需要。

在某社区，我主要负责的是民政，党建和宣传工作，辅助社会治安综合治理、劳动保障、计划生育工作。通过这段时间的工作学习，我认识到基层社区是一个可以发挥我们年轻大学生活力与创新意识、发挥自己专业知识与长处的大好平台，随着认识的不断改变，感受的不断加深，我的工作能力也在逐渐增强。我越来越清楚地看到社区工作的重要性，以及做好社区工作的不容易。同时我也看到了基层社区的不断发展，也学到了很多业务知识、掌握了很多与群众交流的技巧，增强了自己学习的能力，磨练了自己的意志。也有了一些心得体会，想与同事们分享。

首先，只有不断学习才能满足工作的要求，适应社区的发展。没有学习就要落后，没有学习就不能创新，没有学习就不能发展，因此应该树立自觉学习理念，不但要学习社区业务知识，还要学习与群众交流的技巧，特别是在和社区老大姐学习沟通技巧使我受益匪浅，也体会到姜是老的辣这句话的内涵。很多居民因为生活或工作上不如意而心存不满，能否化解群众的怨气就成为摆在社区工作者面前的大问题，所以要对这类居民做好耐心细致的思想工作，能在社区内解决的问题可以立即运用业务知识解决，不能再社区内解决的要与居民交流沟通，理顺情绪，让居民满意而去。

第二，要端正态度，真正做到服务群众有热心、有耐心。社区居委会是最基层的群众自治组织，是为老百姓服务的最前沿。群众是我们的衣食父母，应该用我们的热心和耐心帮助每一位辖区居民，千方百计解决居民生活中的各类困难和问

题，让老百姓感受到和谐社会大家庭的温暖。从事民政工作期间我感到：老年人残疾人等生活困难人群更需要被认识，被尊重，他们的内心深处非常希望得到社会 and 家人的理解、认识和尊重；特别害怕有人刺伤他们的自尊心，以至把他们当成累赘。因此在处理各项事务中就要遵循尊重和理解原则。记得有一次，有一位生活困难老人来到社区，由于不符合办理低保条件，子女又不给老人赡养费，给老人带来极大地伤害，社区本着尊重和理解的原则，用真心和耐心对他进行耐心疏导，同时劝导子女应负担老年人的赡养费，否则要付相应的法律责任。最后在社区的帮助下解决了老人的生活问题，使老人重新树立了生活信心和尊严。

第三，要加强创新意识的培养。创新意识达到对于国家，小到对于社区都有极其重要的作用。工作方法的创新，可以提高工作效率，节约工作时间，降低工作成本；对辖区组织活动形式的创新能够更好的达到宣传效果，形式多样的活动可以使群众更容易接受，更容易达到活动目的，打造社区品牌。增强社区工作者和社区居民的归属感。特别是在区委区政府关于开展“情系社区，奉献居民”活动的背景下，只有更多的运用创新意识，开展灵活多样主题实践活动，才能把党利民惠民的政策传达到社区居民之中，是群众得实惠。

半年来的工作锻炼了我的工作能力，同时也让我适应了社区工作环境，虽然在工作中遇到一些困难，但我相信这对于我以后的工作是一种历练、是一种考验。我将在今后的工作中，不断寻找差距，向领导和前辈们学习交流，通过不断地学习和积累，提高自己的业务水平和素质，更好的完成工作任务。

心得体会的正确格式字体篇二

伟大的实践，无穷的收获

自从进入大学以来就听师兄说我们回利用假期去参加社会实

践，我当时真的不知道何谓社会实践，更不知道社会实践对我们，对社会有什么帮助，所以就没什么放在心上！直到大一结束时，班长通知我们说，学院规定所有的同学必须参加暑期社会实践，并且要写社会实践心得，真的，当时我听到这个消息心都凉了一大节，因为我不了解社会实践！我怕，我担心。，可着有用吗？对我完成这次学院硬性规定的任务，答案当然是否定的，所以我选择了积极“入世”，参加了青年志愿者协会举办的主题为“关注乡镇教育，扶助希望幼苗”的活动。下面就是我第一次参加的社会实践的经历与感想，希望能和大家一起分享。

提出了要求与希望，在此我对支持并参与其中的领导，老师表示感谢，从此刻开始该我们上场了。

在哪天是我们第一次接触到我们这次实践活动的对象-天全县希望小学的学生，他们给我们的第一印象就是可爱，天真，对知识充满无限的向往可由于各方面条件的限制脸上又充满无赖，在他们的脸上我们能看的出他们想要我们来并且能够给他们带来某些他们所不知道的，看到他们的脸我们感觉我们来对了并且感觉我们应该把这次社会实践活动搞好，从哪天开始我们带着肩上的责任，我们开始了工作，在11号我们准备了《自我介绍》，说实话在这个我们看来相当简单的一项工作，可在农村的小学生身上可是一件可怕的事情，他们由于锻炼的机会很少甚至没有导致了他们没有面对众多认得勇气，也就是俗话说的胆子小，在课上我们通过自己的带头作用，同时邀请部分胆子大的同学到上面起示范带头作用，最后我们用带有奖惩性质的方法，让每个同学自我介绍了，并且我们没有用任何惩罚措施，我们成功了，成功的让他们站在大家面前来展示自己，增加了他们的自信心与胆量但着不是一个人的成功，是我们全体支援者的成功，在这次课上我们很多支援者本来没参加这项活动的，有的根本就不是实践组的但他们任活跃在这课堂上，他们维护课堂次序，进行教学，活跃气氛。总之我们的不是一个人完成的而是由几十个怀揣梦想的支援者来共同完成的，就这样我们相继完

成了大部分任务，并且都是很成功的。

我们的活动也就结束了，在这天我们准备了才艺大比拼，在这个活动上同学们展示了这几天他们所学的英语，绘画，唱歌，跳舞。看者这些我们笑了，我感觉我们有所值，给渴望知识的孩子带来了他们所需要的而我们完成了社会实践的任务同时达到了锻炼的目的，更重要的是我们杂这次社会实践活动中互帮互助，齐心协力，志愿者之间建立了比较深厚的友情，我觉得这是最重要的，也是我这次假期社会实践活动最大的收获。

心得体会的正确格式字体篇三

从上学期开始，我校积极响应全国文明办统一开展的“文明礼仪教育”活动，并让学生积极地阅读写出心得体会，并组织学生参加全国学校文明礼仪教育知识竞赛有六名同学获奖。本学期初根据学校实际认真开展“文明礼仪伴我行”活动，为创建文明和谐校园创造了良好的氛围。围绕文明礼仪教育主题，通过开展文明礼仪活动，使得学生的行为习惯得到了一定程度的好转和规范，班容班貌有了较大程度的改观。但是小学生文明礼仪教育是一项长期的工作，这不是结束，而是开始。我们一定认真总结经验，改正不足，努力将文明礼仪教育作为一项常规工作坚持不懈地抓下去。

年级召开动员会之后，全年级师生高度重视，统一思想，迅速行动起来，把开展文明礼仪教育活动作为进一步加强师生思想道德建设、创建文明和谐校园的一个重要内容列入学校的工作日程，做到了领导重视、人员到位、工作到位、措施到位，确保活动顺利、持续、深入开展。

为使文明礼仪教育实践活动扎实开展，加大了宣传力度，通过召开师生大会，利用班会、晨会、校园广播文明礼仪歌谣和国旗下讲话、黑板报、悬挂横幅等形式营造了浓厚的文明礼仪活动氛围，使师生充分了解文明礼仪活动的做法和要求，

充分认识讲文明、懂礼仪是中华民族优良传统，是社会文明进步对师生日常行为的基本要求，是进一步培养具有优良行为习惯的要求，是打造文明和谐校园的基本体现。经过广泛的宣传发动，使广大师生进一步认识开展文明礼仪实践教育活动的重要性和必要性。文明礼仪意识深入人心，成为全体师生的自觉行动，形成了人人讲文明、个个讲礼貌的良好氛围。

1、各班组织学生认真学习《中学生日常行为规范》、全国文明礼仪读本、文明礼仪歌谣每班选择后配上动作音乐表演，利用班会课开展文明礼仪大讨论，对照自身和身边的人和事，查找不文明行为，从我做起，以文明礼仪为光荣，粗俗低下为可耻，在全校形成崇尚文明、讲究礼仪的良好风气。

2、将主题教育实践活动与民族精神教育、传统美德教育、革命传统教育、行为规范教育以及学校的其它教育教学活动紧密结合。我们重点开展了以“文明礼仪伴我行”为主题的系列活动。

(1)全校开展说唱带表演带伴奏音乐的“文明礼仪歌谣”表演活动；

(2)各班组织一次以“文明礼仪伴我行”为主题的班队会。

(3)进行了以“我爱我们的校园”为主题的校园文化、走廊文化的更新活动。

(4)出了一期以“文明礼仪伴我行”为主题的中队黑板报。手抄报、心得体会、练字征集活动。

(5)倡导进行了一次以“美化我们的教室”为主题的教室布置活动。

通过展示他们的风采，树立教师、学生身边的文明礼仪榜样，

发挥先进典型的示范和辐射作用，激励学生积极参与学习礼仪、实践礼仪、展示礼仪和宣传礼仪整个宣传教育实践活动的全过程，推动文明礼仪宣传教育系列实践活动深入开展。

通过开展文明礼仪实践教育活动，培养了学生知礼仪、懂礼貌、讲文明的良好日常行为习惯，全面提升了学生的文明礼仪素质。在校园里，每天都能感受到学生向老师、长辈主动问好；课间追逐打闹现象逐渐减少；不乱扔、乱倒、乱吐、乱画，养成把纸屑、果皮、包装袋放到垃圾桶和随手拾废物的好习惯；大部分学生做到衣着整洁、大方、得体、美观。广大学生能自觉爱护校园环境，许多同学自觉地做好卫生保洁工作，基本消灭了脏、乱、差现象。能把遵守学校规章制度、遵守课堂纪律、卫生公约作为基本要求；把专心听讲、服从教师管理作为尊重老师劳动的具体表现。校园育人环境得到优化，提升了学生文明素养。从文明礼仪习惯到卫生习惯，从学习习惯到体育锻炼习惯，从严于律己到爱班爱校，循序渐进，由点及面地开展行为养成教育。通过这些形式多样、内容充实、富有针对性的学习实践活动，充分培养了同学们的自主性、自觉性，进一步规范了同学们的文明言行。全班同学对文明礼仪知识已有了一个全面而深刻的认识，并能潜移默化地内化到自己的日常行为习惯中去，整个班级始终能浸润在浓郁的文明有礼、热情友好、宽容谦让、诚实守信的和谐氛围中。

教师文明礼仪最重要的是体现在教师的行动上。为了使学生真正记住自己所学习的文明礼仪知识，落实到自己的行动中。平日里我们教师之间见面相互礼貌问好，相互帮助；不在班上、校园内乱扔一点废弃物，见到地面上有一点杂物主动弯腰捡起来所有的这一切都让同学们从老师的行为中受到深刻教育。在老师们的带动下，同学们的主人意识、团结意识、乐于助人的精神更加强烈了。许多同学都像老师们一样，用自己的行动践行着文明礼仪。

心得体会的正确格式字体篇四

伟大的实践，无穷的收获

自从进入大学以来就听师兄说我们回利用假期去参加社会实践，我当时真的不知道何谓社会实践，更不知道社会实践对我们，对社会有什么帮助，所以就没怎么放在心上！直到大一结束时，班长通知我们说，学院规定所有的同学必须参加暑期社会实践，并且要写社会实践心得，真的，当时我听到这个消息心都凉了一大节，因为我不了解社会实践！我怕，我担心。，可着有用吗？对我完成这次学院硬性规定的任务，答案当然是否定的，所以我选择了积极“入世”，参加了青年志愿者协会举办的主题为“关注乡镇教育，扶助希望幼苗”的活动。下面就是我第一次参加的社会实践的经历与感想，希望能和大家一起分享。

提出了要求与希望，在此我对支持并参与其中的领导，老师表示感谢，从此刻开始该我们上场了。

在哪天是我们第一次接触到我们这次实践活动的对象-天全县希望小学的学生，他们给我们的第一印象就是可爱，天真，对知识充满无限的向往可由于各方面条件的限制脸上又充满无赖，在他们的脸上我们能看的出他们想要我们来并且能够给他们带来某些他们所不知道的，看到他们的脸我们感觉我们来对了并且感觉我们应该把这次社会实践活动搞好，从哪天开始我们带着肩上的责任，我们开始了工作，在11号我们准备了《自我介绍》，说实话在这个我们看来相当简单的一项工作，可在农村的小学生身上可是一件可怕的事情，他们由于锻炼的机会很少甚至没有导致了他们没有面对众多认得勇气，也就是俗话说的胆子小，在课上我们通过自己的带头作用，同时邀请部分胆子大的同学到上面起示范带头作用，最后我们用带有奖惩性质的方法，让每个同学自我介绍了，并且我们没有用任何惩罚措施，我们成功了，成功的让他们站在大家面前来展示自己，增加了他们的自信心与胆量但着

不是一个人的成功，是我们全体支援者的成功，在这次课上我们很多支援者本来没参加这项活动的，有的根本就不是实践组的但他们任活跃在这课堂上，他们维护课堂次序，进行教学，活跃气氛。总之我们的不是一个人完成的而是由几十个怀揣梦想的支援者来共同完成的，就这样我们相继完成了大部分任务，并且都是很成功的。

我们的活动也就结束了，在这天我们准备了才艺大比拼，在这个活动上同学们展示了这几天他们所学的英语，绘画，唱歌，跳舞。看者这些我们笑了，我感觉我们有所值，给渴望知识的孩子带来了他们所需要的而我们完成了社会实践的任务同时达到了锻炼的目的，更重要的是我们杂这次社会实践活动中互帮互助，齐心协力，志愿者之间建立了比较深厚的友情，我觉得这是最重要的，也是我这次假期社会实践活动最大的收获。

心得体会的正确格式字体篇五

1月13日我们迎来了寒假，大家开心的不得了。当然，我也不例外。

在寒假里，我的时间在爸爸妈妈的指导下安排的非常妥当：早上八点钟起床，九点——十二点是作业时间。下午两点——四点务必完成早上未完成的作业，如还有时间就可以看点课外书。其余的时间就可以灵活安排了。

在这个寒假里，我学会了许多东西，也懂得了不少道理。打羽毛球——就是我印象中最深刻的事情。

一天下午，妈妈提议说：“我们去打羽毛球好吗？”“好呀！”我兴奋地叫了起来。可是，我还不会打羽毛球，怎么办？妈妈好像看透了我的心思：“没关系，到时我教你打，打羽毛球是很快就可以学会的。”到了羽毛球馆，妈妈先告诉我：右手拿球拍，左手发球，右手接着使劲拍过去球向上

抛，手就用力拍过去。接球也一样。要估计它降落到什么地方，拿球拍一下打出去。就ok了。还要注意，不能压球。妈妈示范了几次，就让我练习。练习了几次，终于学会了！

这个假期我很开心，这次让我学会了也懂得了这个道理：只要多练习一定能成功！

心得体会的正确格式字体篇六

社会实践活动带给我们的是欣喜，是得到成果的喜悦。在实践活动中我们感受到自己的微薄，体会到整个社会强大的凝聚力。

一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长，在实践中学习，充实了自我，增强了口头表述能力，与人交流，真正地走出课堂。去义务地帮助别人，让别人享受自己的成果，使自己陶醉在喜悦之中，有时会很累，但更多的感觉是我在成长，我在有意义地成长，在这之后，我明显地发现自己变开朗了，虽然我自己的力量不足以改变一些东西，但如果再多一些人呢，整个社会共同努力，这才是动力之根本，动力之源泉，使国家繁荣富强的途径，提高国民素质的实践活动。

另一方面，我意识到了自己的不足，没有经验，没有与人交流的口才，有些东西以前没有尝试过，难免会出差错，如果我还一成不变的话，以后很有可能没有立足之地，现在的社会不仅要有知识，还要拥有各方面的综合素质以及一些应辨能力，光靠在学校汲取知识，远远不够，从现在开始，就要培养自己的能力。

”纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是

多么少，这时才真正领悟到”学无止境”的含义。

业余的宝贵有很多人理解为什么学生要进行假期社会实践活动。在这之前也是不怎么懂得的。但是，经过这次的暑假实践活动，我竟然领悟到了一些我以前所不明白的东西。

首先，假期里，我们的时间相对的充裕了许多。我们被允许做更多的事情。所以这种假期的实践活动就成了我们的选择。因为它既可以帮助我们看到更大的一个世界，又可以让我们度过一段美好的时光。

最重要的是，当我们投入地去做一件事的时候，我们会发现一种难以用语言表达的快乐。当我们用自己的能力去实践，去帮助别人时，这种快乐别人是没有办法体会的。

人生中，有许多事情需要我们去完成。但是我相信，这种实践是不可缺少的一环。我想起了一句话，人的成就是决定于他怎么利用课余时间。所以，一段有意义的人生。实践一定是最最值得我们来体会的。

我们以后也要珍惜在校学习的时光，不断参加类似的活动，有目的的深入实践，之后还要`进行分析与体会，才能紧跟社会步伐，在以后的生活中站稳脚跟，做一个强人，才能吮能自己宝贵的实践阅历打开成功之门！

心得体会的正确格式字体篇七

人的一生都是学习的过程，而学习有两个途径，一个是向书本学习，再一个是向实践学习，这也就是古人强调的“读万卷书，行万里路”。

在我家，我和我爱人都受过正规的高等教育，非常清楚阅读对人一生的重要性。有了小孩以后，因为关注点的原因，感觉时时处处都有亲子阅读的影子，在当前子女培养教育中，

亲子阅读已经得到普遍认同。我们家自然也不例外，亲子阅读已经成为习惯，成为享受，就像一日三餐一样，成为每天生活中不可或缺的一件事。

亲子阅读，就像享受美味大餐。

享用大餐的过程是快乐的、甜蜜的、幸福的。宁宁还很小的时候，我们就在朋友的推荐下为他买了斯凯瑞的金色童书第一辑。跟他一起读了《轱辘轱辘转》以后，大人小孩都上瘾了，书中各种各样的车辆，小猪一家奇妙的旅行过程，不但深深地吸引了孩子，也让家长弥补了小时候缺少图书的遗憾。《猜猜我有多爱你》真是太美了，图画生动形象，文字简洁优美，情感深挚含蓄，自从看过这本书以后，每天睡觉前儿子都会说“爸爸（妈妈），猜猜我有多爱你”，我们回答“一直到月亮那里，再从月亮上回到这里来”，然后甜甜的进入梦乡。每次看《父与子》，都会捧腹大笑，书中乐观的态度、幽默的语言，逐渐融入了我们的生活。

这套大餐能为我们提供丰富的营养，拉近世界与我们的距离。读了《每颗行星都有自己的地方》，知道了太阳系是什么样子，每颗行星是由什么构成的，以及它的颜色、大小；读了《环球旅行》，知道了古老的空中花园，非洲有很多野生动物，世界各地的人是不一样的；读了《神奇校车：在人体中游览》，知道了人体的各个器官都有它的功能，都是由大脑控制的；读《不一样的卡梅拉》，让我觉得很开心，也更自信了。阅读，可以把我们“变大”，去触摸太空和宇宙；也可以把我们“变小”，去花草虫鱼中探秘；阅读还像妈妈的手，抚摸着，让我感觉幸福和甜蜜。

亲子阅读，绝不是一件简单的事。

首先，选择适合的书。要保证图书的质量，简单的办法，就是选择经典的图书。现在市场上的童书良莠不齐，粗制滥造的书不但对孩子毫无益处，而且会对孩子造成不良的影响，

还会损害孩子的阅读兴趣。要选择适合孩子年龄、性格特点和口味兴趣的图书。孩子的成长是有规律的，家长可以引导孩子阅读，但绝不能按自己的喜好规定孩子必须读什么样的书。

也不一定全靠眼睛看、嘴巴读，还可以用耳朵“读”。长途乘车的时候，不适合于看书，但可以“听书”。孙敬修爷爷讲的《西游记》一定会让孩子在想象的空间，进入神奇的神话世界。外出旅行的时候，不妨带上安野光雅《旅之绘本》，让孩子用眼睛把旅行装进书里。

第三，要给孩子营造阅读的环境。家长既要跟孩子一起读，自己也要读书。记得有一次，我起床后在阳台上看书，宁宁醒来第一眼看到的是我在看书，自己也拿起一本书来翻，这可能就是榜样的力量吧。家里布置要有书的氛围，把书放在孩子随手可拿到的地方。经常带孩子到书店、图书馆等地方看书，让他在书的海洋中得到熏陶。

第四，阅读可以帮助孩子解决现实困惑。孩子在成长中，心理上会遇到各种各样的问题，解决这些问题，就会帮助孩子形成健康的心理，塑造良好的性格品质。幼儿阶段，小兔汤姆成长的烦恼系列就是很好的选择。当孩子缠着你的时候，可以跟他读《汤姆无聊的时候》；当有亲人离世的时候，可以跟他读《汤姆的外公去世了》；当他和好朋友闹别扭的时候，可以跟他读《汤姆最好的朋友》；当孩子换了新的环境时，可以跟他读《汤姆搬家》。

为了找到好的工作，更不单纯是为了追求物质财富，而是为了提高个人的素质和修养，充实我们的内心空间，丰富我们的精神世界。有了这个观念，阅读就不会成为难事，就会得到坚持。

心得体会的正确格式字体篇八

搞好团队建设才能提高凝聚力和竞争力，进而实现团队全面协调持续发展，必须认真做好沟通、关爱、激励、信任、服务、协调和组织这七个方面的工作。下面是带来的团队建设培训心得体会，希望对大家有帮助。

通过这次培训，虽然只有短暂的两天，但在我的思想上产生了激烈的变化：一是要有肯定认同感，也就是信任别人，肯定别人，多从对方的角度去考虑，多发现别人的优势而不是老是挑剔、一味地否定别人，这样才能在团队中增加互信，彼此协作。二是要勇于为自己的行为负责任，不可以一味选择做受害者，选择做受害者最大的代价就是没有成果，选择做勇于负责任的人最大的好处是拥有人生当中丰硕的成果。三是要始终怀有一颗感恩的心。我们要感谢父母，因为他们给了我生命；我们要感谢老师，因为他们给予我知识；我们要感谢对手，因为他使我更强大；我们要感谢领导，因为他给我一个发挥自己才能的机会。我们要感谢身边的每一个人。这样才能使自己的心胸更加宽广，使我们以一种更积极的心态去面对人生，人生的旅程就是一条铺满荆棘的坎坷之路，我们唯有付出百倍的艰辛，努力付出，不懈奋斗才能实现自己的理想，到达胜利的彼岸。

最令我感动的是培训的最后一个环节，导师让我们紧闭双眼伸出双手去感知的时候，当我们睁开双眼看到的是一副激动人心的场景。只见每位领导手捧鲜花来到我们面前，真诚的说你们辛苦了！真的是无法用语言来表达此时的心情，在场每位员工无不流下激动的泪水。

真心地感谢公司所有的领导给予我们的那份关爱和鼓励！谢谢你们！

向家坝工程建设部综合管理部主要职责是为建设部领导工作提供服务，为各部门工作提供支持，为全体员工工作提供保

障。向家坝工程建设各项工作能否顺利进行，综合管理部起着非常重要的作用。作为这个部门的负责人，如何使大家能长期保持一种高昂的精神状态，在工作中能始终做到凝成一股绳、有劲一处使，是困惑我已久的问题。通过学习培训，我想在团结下属、有效沟通和激发大家潜能等方面要多下一些功夫。下面结合军事拓展就此谈谈自己的一点体会。

一、有效的沟通是团队成功的基础

在军事拓展的第一天，开展了七巧板游戏，这是一个需要大家协作完成的游戏，总分为1000分，我们被分成4个组，其中1个小组是从三个小组中各抽取2人组成的混合队，他们主要是帮助其他3个队拼图，其得分取各队得分的百分比。每组一个任务书、一套七巧板，每组成员轮流上场拼图，场下允许交流。比赛结果我们团队在4个小组中得分最低。我想问题主要出在团队没有进行有效沟通，当一个成员在上面进行拼图时，其他员工要么在场下焦急地指挥拼图人员，要么独自研究，没有集中一起想办法出主意，最终导致结果不理想。反思我的工作，为什么常感工作很忙很累，但效率不高结果也不甚理想呢？主要原因就是各自埋头干，与领导、与同事沟通不够造成。

因此，团队没有交流沟通，就不可能达成共识；没有共识，就不可能协调一致，就不可能有默契；没有默契，就不能发挥团队绩效，也就失去了建立团队的基础。所以，有效沟通是团队成功的基础。

二、团结协作是团队制胜的利器

军事拓展训练中有一个过地雷阵的游戏，在120个方格中暗藏着无数颗地雷，要求大家在限定的时间内探出一条从一端到另一端的无雷线路，伤亡人数最少且用时最短的队伍获胜。规则规定，地雷是永久存在的，每人最多触雷3次。大家进行了较好的沟通和成员分工，有先头部队、有人记录探测结

果、有人研究规则等。通过大家团结协作，我们团队取得了不错的成绩，这里体现了团队协作的力量。我们综合管理部主要负责文秘、行政、党务等工作，事务繁杂，虽然分工明确，但在人手少、任务重的情况下更需要大家团结和相互协作，才能把各项工作按目标要求按时并保质保量完成。

三、跟进激励是发挥潜能的催化剂

在高空抓单杠、高空跳跃断桥的游戏中，我们团队有位同志由于是初次高空作业，并没有完成抓单杠游戏，但接着进行的同样是高空游戏时，在集体的加油声中，她战胜了自我，顺利完成了高空跳跃断桥的游戏。这里体现了跟进激励的作用，这里的激励是“你能”、“你行”、“你是好样的”等语言。我们常常认为激励就是加薪发奖金和职务晋升，并没有认识到激励有很多种，鼓励、表扬、信任、关心、解读下属等都是激励的重要方式和手段。另外，我们在平时工作中也羞于使用上述鼓励的语言。这次培训使自己充分认识到了跟进激励的重要性及其他鼓励方式，对本人今后的工作大有裨益。

衷心感谢总公司组织的这次难得的培训机会，培训时间虽短，但内容充实，开阔了视野，增长了才能，加深了友谊，受益匪浅。我将进一步消化和理解这次培训的课程，并运用于实际工作中，使我们综合管理部员工的精神面貌和团队建设方面取得较大进步。

搞好团队建设才能提高凝聚力和竞争力，进而实现团队全面协调持续发展，必须认真做好沟通、关爱、激励、信任、服务、协调和组织这七个方面的工作。

一、沟通是真诚搭建理解的坦途，只有真诚沟通才能相互理解。我们的小组只有4个人，暂且不谈学习其他科目，很多时候我们除了做项目，我们各自都有自己的其他工作，有的是学院干部，有的是系里的干部，而且身兼多职，这就需要占

用我们的一定时间。这时候良好的沟通显得更加重要，只有沟通好了才能及时发现问题，解决问题。我们平时都是通过聊天的方式进行沟通。有人曾经问我：怎么整天见你跟人聊天啊？我的回答是：聊天也是工作。因为，那不是乱聊的，尤其在时机和话题的选择上。利用课间的休息时间聊聊项目的话题，目的只有一个：拉近距离，融洽气氛，了解情况，施加影响。还有比较喜欢用的就是娱乐，尤其是下棋、打牌、能体现人的性格，想藏都藏不住。性格无所谓优劣，最重要的是因人而异，善加利用。通过合理的组合，减少冲突，增强合力。还有就是文字记录，一定要让团队成员，尤其是关键成员养成做文字记录的习惯，这对我们团队的建设很有必要。

二、关爱组员，人是最富有感情的，每个人在生活中都会遇到这样那样的困难，这时候组员之间要相互帮助，真诚的为对方出谋划策，这将更牢固小组人员之间的感情。使我们的小组“温馨”之家的感情日益浓厚，责任感不断增强，同时给组员创造一个轻松的开发环境，是搞好团队建设重要一环。

三、激励和信任可以有效地增强组员的使命感，提高组员的自信心，给组员有更多的机会锻炼及自己的能力，促进工作的顺利完成，保证工作质量，同时使组员在心里产生可亲可敬的形象，觉得小组里的人是值得信赖的。当然我们没有资金投入开发，不可能有物质上的奖励。真正重视团队成员的意见并给予适当的授权，完成任务时给予及时的肯定，失败时给予真诚的帮助和鼓励，比物质上产生的激励作用要来的强烈和持久的多。

四、服务，这是团队建设的核心内容。每个组员都应该为我们组服务。而项目组长更多地想的是对这个团体的责任，目的是要把工作做好。工作最终要靠整个团队，而不是某个人来完成。要立足于服务，给团队成员创造出一个良好的工作环境。换句话说，组织者的任务是把台子搭好，让团队成员把戏唱好。即便是团队成员最终超越了你，你真诚地帮过他，

他自然也会帮你，何乐而不为呢？所以，不要吝啬的把你知道的东西告诉你的同伴，不要有妒忌的心理，这是非常忌讳的。这里需要指出的是：服务不等于麻木听从，是有原则的，会有不少误解、委屈，也会很“吃亏”，但你收获得将是一帮多少年后都还彼此眷顾、相互信任的朋友和一段美好的回忆。

五、协调和组织，也就是把合适的人放在合适的位置上。实际上，作为一种具体的技能和工作内容，这是和沟通和服务连在一起的。把前几项做好了，协调组织基本上就是个水到渠成的问题。由两个需要注意的方面，一是要注意实际情况，因人就势；二是要注意尽可能合理地分配任务。

总之，团队要想建设好，不仅仅是老师的引导有方，或是项目组长的亲力亲为，而是团队里每一个人的努力，只有项目组长热心、负责、真心的和团队成员交流，充分调动团队每一个人积极参与团队建设和未来的发展，大胆创新、不断进取，团队成员才会为了团队目标共同奋斗、共同努力，才能营造一支和谐、高效的团队。

心得体会的正确格式字体篇九

其实学好数学是十分简单的，只要你细心、认真，并掌握好数学四要素，那考上110分时没问题的。

首先是第一个要素：就是上课认真听讲，不分神、不走神。数学是考验思维能力与精力问题，所以，上课一旦分神，就会导致在数学老师讲题的过程中听不进去，听不进去就会变成一样类型的题不会，而上课的效率也是大损折扣。所以在课上最重要的一点，就是要保住精力，不能分神。

第二个要素：家庭作业认真做，这也是最为重要的一个因素。所谓家庭作业，就是对课上听讲的一个巩固。只有你认真做好家庭作业，才能及时对课上的知识再有一个了解。所以在做家庭作业的同时，就是相当于是在复习课上内容，同时也

是在检测你上课的听讲效率。

第三个要素：就是错题本。对于这个本子可能大家并不陌生，因为老师从初一就开始让我们建错题本，可是有些同学却偷懒不去做，其实错题本有两个好处，其一，省时间。打开本子，一目了然，用不了十分钟就复习完了。第二，复习效果也是极佳，所以，要想又省时又要复习的好，那么错题本就是必须要选择的了。

第四个要素也是我们最为熟悉的，那就是复习和预习了。所谓复习，就要看完错题本之后，再看一些例题就可以了。而预习，则要偏重于书上，而理解完书上后，大家应该尽所能在《配套练习册》或《同步训练》上找一些题做，这样就可以使你明天更加的得心应手。

相信只要大家学会学习，并掌握学习方法，注意这四个要点，数学成绩一定会上去。