

最新第一天做销售的心得体会(实用5篇)

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？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。

第一天做销售的心得体会篇一

很荣幸作为瑞信的新入职员工参加此次的培训，作为瑞信企业文化中的重要部分——终身学习，培训自然也就成了每位新员工入职后的重要的环节之一。这次集团人力资源部为我们新员工安排的一系列培训课程资料涵盖丰富、多彩，贴近新员工实际需求，课时安排合理、紧凑，各位讲师授课生动搞笑、通俗易懂，课堂气氛活跃，学员反应热烈。一天的培训我感受颇多，使我对集团大家庭有了更多的认识，也使我更加得坚定了勇于担当所在岗位工作职责的信念。

整个培训课程资料分为五大块：企业文化讲解、财务管理知识讲解、产品知识讲解、行政管理制度讲解和人力资源管理制度讲解。这其中的每一块的讲解都与每位员工的切身利益息息相关，便于新员工更快的融入到瑞信大家庭、更快的进入到新的工作岗位、开展新工作。

这次的培训课程较多，我主要有以下几点的心得与体会：

第一、集团企业文化丰富多彩、内涵全面、结合了多方的先进企业文化因素，切合公司现有架构、员工结构、经营和管理制度。集团企业文化包内含企业文化精神、企业使命、员工的核心价值观、管理方针、企业愿景、服务宗旨和质量方针等这些方面，概括精炼、简洁、读来朗朗上口且具有必须的前瞻性。

第二、集团在财务管理方面出台了严格的、详细的、规范的、

人性化的财务管理方面制度，透过培训学习能感受到公司在财务管理工作上的严谨。有了这样一些财务管理方面的制度，势必能够让不一样层次的员工在涉及公司财务工作时，依规、按程序处理相关涉及公司财务工作事宜，减少了财务管理漏洞、保护了公司财务管理的安全、增加了工作的便捷性、提高了工作效率。

第三、透过产品知识的培训，了解到公司的主要产品，同时也了解到了很多的关于防火门方面的专业产品知识及各项标准，公司严格按照国家各项标准做最好的产品和服务。现代市场经济中产品和服务是企业的生命线，如何提高产品质量和降低生产成本是提高企业竞争力的根本所在。这无疑是一切员工最需要去共同努力的方向。

第四、行政管理是企业的最为基础的管理，同时也是最为广泛的管理和最体现管理细致性的管理。而透过行政管理制度方面培训，能够很容易感受到集团行政管理的基础性、广泛性和细致性。正是有了这些完善的行政管理制度，保证了每一位员工都能处于一种井然有序的工作环境中，其中的奖惩制度也是保证各项工作规范的必然而为。

第五、人力资源是企业的重要资源，这一点已得到了绝大多数企业经营者的共识，如何让企业的人力资源得到最好的发挥与应用考验着每一位企业经营者。这一切离不开企业人力资源管理制度设计和完善，从培训课上了解到了企业的基本人事管理制度、培训制度和绩效薪酬管理制度，这一切制度均依据现有国家劳动合同法规和企业经营发展而制定，具有极大的实际操作性和可行性，其中的很多规定也很大程度的保护了员工的合法权益，极具鼓舞作用。

最后，透过这短短的一天的新员工入职培训，使每一位新员工在很多方面由不知到知，由知之不多到知之甚多。同时我也深深的体会到集团十分重视企业文化的建设和各项管理制度的建设，集团的`发展固然是一切工作的重心、但集团同时

也十分重视每一个员工的成长和发展，集团为员工设计了职业发展的通道只等每一个瑞信任去努力和奋斗。另外，集团重视管理的动态性和发展性，以开放思维做好各项管理工作。一天的培训课程就想到对集团有深刻的了解是不可能的，培训只是起一种引导作用，每一位新入职的员工应以此为契机尽快的熟悉各项管理制度和流程，尽快以饱满的热情投入到各自的工作岗位上，做出出色的工作成绩，不断的学习，为实现企业的价值和个人的价值而不断努力。

第一天做销售的心得体会篇二

在__年1月8日到15日我们在__大学东校园进行了测量实习。主要任务是绘制实习位置的地形图。通过实习，巩固和加深测量基本知识，基本理论和基本方法的理解和运用。熟练掌握各种测量仪器的使用。培养学生能综合运用所学的测量知识去解决资源调查和矿业资源工程测量问题的能力，为今后从事相关专业工作奠定基础。

实习内容：

控制测量。我们的测区为西大东校园，控制范围为农学院以东至东苑餐厅，东苑路以南至农院路学校外墙。我们的已知控制点为位于鸪江路.留学生办处的点
a124(7329.834□29926.465)□高程78.937m;鸪江路.动科院东路边的点a024(7462.967□29889.511)□高程78.447m;东苑路/三角地的点a025(7487.626,30057.538),高程77.756m□我们这次主要运用了闭合导线测量。

碎部测量：

我们采用了全站仪和经纬仪观测，现场展点绘图。测量中我主要负则的是观测，其他成员记录、立杆、绘图密切配合。开始我们用的是经纬仪测量。经纬仪测站的高程是要计算的，因此，除了操作规范外还要正确的读出水平角、竖直角、下

下十字线距离和中丝读数。因为工作比较繁锁，一天下来才得四五十个点，绘图工作也基本跟得上。

第二天我们用全站仪观测。因为全站仪只要在站点对中整平后，对准前视点安下程序就好了，因此测得很快，一天下来就测了两三百个观测点，绘图工作就相对跟不上了。而我们使用仪器的时间有限，因此我们就先把点位给测好，并在旁边标注点的性质，这些方面查找，又让画图者一目了然，知道该怎么画。部分测站上观测不到的区域，我们采了用角度交汇法和钢尺量距法测出数据把图画了出来。因为对测绘工作基本上手，所以在预定的时间内我们把测图任务完成了。

施工放样：

我们这次放样是将15_20m的建筑画在图上空闲处，以一定的精度标定到实地上。我们用的是经纬仪放样建筑物的轴线。我们先在图上测出要放样的一点的坐标，然后运用已知点的坐标和方位角算出该点与已知点的距离和方位角。以此类推，分别算出另外三点与已知点的距离和方位角。

将经纬仪安置在已知点上，以控制点定向，定好方位，用钢尺量所需距离，在所算好的距离上定点。因为开始时我们计算数据出了错误，所以在放样时校核不对，我们又重新计算过，用正确的数据放样。因为在最后一点实地有阻碍，我们用了角度放样得到了点。最后检测得到相对精度 $1/100$ 达到了要求(数据和略图详见表6)。高程放样我们用的是水准仪，已知高程 a 与需要标定已知高程的待定点 b 之间安置水准仪，精平后读取 a 点的读数 $a_{\text{后}}$ 则仪器视线高程为 $h_i = h_a + a_{\text{后}}$ 则放样已知高程为 h 的点 b 前视读数为 $b_{\text{前}} = h_i - h$ 组员每人操作一次。

心得体会：

我们的实习正好是期末，很影响考试的心理。同时全站仪数量太少对我们的测量不免产生了不少感叹。要是这些方面能

得到解决，我相信我们的实习会更加愉悦。

第一天做销售的心得体会篇三

体验式学习感悟

秦皇岛财富 李宁

关键词:体验

本次从11月14日以来，参加了尹贺老师的体验式教学的学习。通过学习我对体验式教学的理念、手段及功效的认识更清晰。我为本次学习对我的学习帮助极大，也希望更多的老师将体验式教学运用到实际工作中，做到“知行合一”。

简单地说就是学习不仅要用自己的脑子去想，而且要用眼睛看，用耳朵听，用嘴说话，用手操作，及用自己的身体去亲身经历，用自己的心灵去感悟，这不仅是理解知识的需要，更是激发学员生命力、促进学员成长的需要。基于此，课程标准提出了体验式目标，强调“活动”、“操作”、“实践”、“考察”“调查”等活动，而且重视学员的直接经验，鼓励学员对课程的自我解读，自我理解，尊重学员的个人感受和独特见解。

培训结束也已经一个多星期了，现在回想起来，觉得也还是比较受用这一些理念，一些军训过程中养成的习惯，虽然培训加军训的日子比较枯燥，再夹杂几次考试，无形中给自己增加了不少压力。枯燥训练中寻找属于自己的快乐，似乎就是那么得简单，对于我们的教官，埋怨也多，但是怀念也同样少不了，学到的东西也很多。

一、活到老学到老

人，一出生前面十几年甚至二十几年集中用来学习，这个已

经是社会常识，但仅仅依靠学校、课堂的那些知识是显然不够的。因为社会不仅是知识的社会更是实践的社会。就像在培训的第一天对于老师的领袖理论一直不认同，但是通过这么两个星期来的接触，能够站上台勇敢的表现、相信自己的人确实相对比较优秀，这对自己的感触很大，有实力一定要表现出来。董事长开营仪式上也强调荣安的学习文化，像我们讲述了公司荣安大学堂的学习氛围。这么多年来，也没有经历过这种体验式培训的方式，也第一次体验到了此次培训后内心的那种震撼和感动，我明白自己需要不断的学习、需要不断的实践才能带来不断的进步。

二、沟通是一个团队中的桥梁，不沟通的行为是盲目的在任何一个团队完成的任务中，沟通是使大家凝聚并协调行动的连线。如果你不沟通你不能获得信息，那样你会一无所知；如果你不善于沟通，不能从沟通中获得充分的信息或者通过沟通形成统一的认识和意志，那么你的那个容易出问题而整个任务就不能完成。这点在七巧板任务中体现最为深刻，当所有小队都在研发自己的图形时，其不知很多小队所做的都成了无用功，各自未战得分率都会很低，也导致了我们没有完成任务，游戏结束之后回想起来沟通是那么的重要，可能一半的时间就够我们完成整个团队的任务。这些都是未能及早地意识到沟通所致。由此推而广之，可以推出个人之间的沟通、领导与下级的沟通、下级与上级的沟通以及经验的主动交流等是实现集体目标的关键，同时沟通可以让所有人变得主动和智慧。

三、树立团队精神，增强团队合作意识

“泰山不拒细壤，故能成其高；江海不择细流，故能就其深。”所以，大礼不辞小让，细节决定成败。几位受邀而来的老师给我们讲述的高效人士的七个好习惯，办公室礼仪等等，让我也深深明白学生时代的彻底结束，不可能再回到过去，你要学会面对未来，现在的我们面对未来能做的首先就是做好自己，就像一些好的习惯，一些办公室基本礼仪都是一些

琐碎的细节，但真正做好的人并不多，很多时候一个小小的失误就能够酿成大错，细节决定成败。通过这次培训我们增强自信心，磨练战胜困难的毅力，提高解决问题的能力，增进了对集体的参与意识与责任心，我想这次经历一定会在今后的工作中带来很大的帮助。人生的道路是曲折的，漫长的，一各短暂的15天不能解决所以的问题。但它给我们以启示，愿我们更团结、更坚强。

“体验式课堂”研讨会（数学）学习心得

扒头小学 关云凤

2014年5月10日参加了洛阳市实验小学第二届学术艺术节暨“体验式课堂”研讨会（数学），我受益匪浅，真的感觉不虚此行。

洛阳市实验小学是洛阳一所很特殊的学校。洛阳市实验小学的特殊不仅表现在地位上的与众不同——市直重点小学，更表现在它的教育理念上的特殊定位。正如校长所言：“小学教育不是禁锢和束缚，而是释放和体验。”一个小学，不应该只是一座封闭的象牙塔，也应该是一个小小的社会。让学生在体验中快乐成长”，是市实验小学的核心办学理念。该校推行“体验式教育”，根据学生的身心发展规律，注重对学生行为习惯的培养，培养其健全的人格，引导其学会生活。今天的课堂是由许海燕老是讲的四年级下册《三角形的分类》。课堂开始，老师根据爱好、年龄、性别等因素和学生们一起对自己进行了分类，自然而然的让学生感受到分类的好处与作用，其次教师和学生一起根据三角形角的大小和边的长短对三角形进行分类。这些问题通过老师设置情景，学生产生质疑，师生探讨研究，分享结果。拓展结果得到很好的解决。学生们在一次次操作中，切实掌握了“三角形的分类”这些知识和数学以及生活中“分类思想“的应用，同样更多的享受到数学带来的快乐。

通过对“体验式教学”深入的学习，我的心得如下： 体验了一个学期的数学教学，我颇有感触。在新课程的标准下，学生需要在自主探究中体验“再创造”，在实践操作中体验“做数学”，在合作交流中体验“说数学”，在联系生活中体验“用数学”。学生体验学习，是用心去感悟的过程，在体验中思考、创造，有利于培养创新精神和实践能力，提高学生的数学素养。而传统的数学教学是学生被动吸收、机械记忆、反复练习、强化储存的过程，没有主体的体验。然而在新课程中，教师只不过是学生自我发展的引导者和促进者。而学生学习数学是以积极的心态调动原有的认知和经验，尝试解决新问题、理解新知识的有意义的过程。

《数学课程标准》提出：“要让学生在参与特定的数学活动，在具体情境中初步认识对象的特征，获得一些体验。”所谓体验，就是个体主动亲历或虚拟地亲历某件事并获得相应的认知和情感的直接经验的活动。让学生亲历经验，不但有助于通过多种活动探究和获取数学知识，更重要的是学生在体验中能够逐步掌握数学学习的一般规律和方法。教师要 以“课标”精神为指导，用活用好教材，进行创造性地教，让学生经历学习过程，充分体验数学学习，感受成功的喜悦，增强信心，从而达到学会学习的目的。

（下图）。乍一看，似乎无从下手，但学生经过自主探究，便能想到：长方形的周长不就比圆周长多出两条宽，也就是两条半径，一条半径的长度是3厘米，问题迎刃而解。

教师作为教学内容的加工者，应站在发展学生思维的高度，相信学生的认知潜能，对于难度不大的例题，大胆舍弃过多、过细的铺垫，尽量对学生少一些暗示、干预，正如“教学不需要精雕细刻，学生不需要精心打造”，要让学生像科学家一样去自己研究、发现，在自主探究中体验，在体验中主动建构知识。第二、实践操作——让学生体验“做数学”。教与学都要以“做”为中心。陶行知先生早就提出“教学做合一”的观点，在美国也流行“木匠教学法”，让学生找找、

量量、拼拼??因为“你做了你才能学会”。皮亚杰指出：“传统教学的特点，就在于往往是口头讲解，而不是从实际操作开始数学教学。”“做”就是让学生动手操作，在操作中体验数学。通过实践活动，可以使学生获得大量的感性知识，同时有助于提高学生的学习兴趣，激发求知欲。

如“将正方体钢胚锻造成长方体”，为了让学生理解变与不变的关系，让他们每人捏一个正方体橡皮泥，再捏成长方体，体会其体积保持不变的道理。在学习圆柱与圆锥后，学生即使理解了其关系，但遇到圆柱、圆锥体积相等，圆柱高5厘米，圆锥高几厘米之类的习题仍有难度，如果让学生用橡皮泥玩一玩，或许学生就不会再混淆，而能清晰地把握，学会逻辑地思考。

对于动作思维占优势的小学生来说，听过了，可能就忘记；看过了，可能会明白；只有做过了，才会真正理解。教师要善于用实践的眼光处理教材，力求把教学内容设计成物质化活动，让学生体验“做数学”的快乐。

第三、合作交流——让学生体验“说数学”。这里的“说数学”指数学交流。课堂上师生互动、生生互动的合作交流，能够构建平等自由的对话平台，使学生处于积极、活跃、自由的状态，能出现始料未及的体验和思维火花的碰撞，使不同的学生得到不同的发展。因为“个人创造的数学必须取决于数学共同体的‘裁决’，只有为数学共同体所一致接受的数学概念、方法、问题等，才能真正成为数学的成分。”因此，个体的经验需要与同伴和教师交流，才能顺利地共同建构。让学生在合作交流中充分地表达、争辩，在体验中“说数学”能更好地锻炼创新思维能力。

第四、联系生活——让学生体验“用数学”。《数学课程标准》指出：“数学教学要体现生活性。人人学有价值的数学。”教师要创设条件，重视从学生的生活经验和已有知识出发，学习和理解数学；要善于引导学生把课堂中所学的数学知识

和方法应用于生活实际，既可加深对知识的理解，又能让学生切实体验到生活中处处有数学，体验到数学的价值。

如何写读书心得体会

记得第一次读这本书，我只觉得故事很有趣，很生动，读完之后，只是为卖火柴的小女孩悲惨的遭遇感到同情，为海的女儿痴情而感到伤心……然而当今天我把这本书又重温一遍后，有着太多太多的话要说。《安徒生童话》中的每一个故事都包含着一个深刻的哲理。

先来说说安徒生的〈丑小鸭〉，这是一篇看似普通却是如此寓意深刻的故事，说的是一只长得又大又丑的小鸭子，打从出生就受到其他动物的歧视和欺侮，后来还被自己的亲生母亲及兄弟姐妹抛弃，从此孤苦伶仃的流浪在外，饱受了风吹雨打、严寒酷暑的折磨。有一次，它发现了湖中来了一群美丽的天鹅，无比地羡慕着天鹅的优雅和华丽，同时，也更为自己的丑陋感到自卑，它连做梦都不敢去奢望有一天能变成像它们一样。可是，又有谁会想到，后来正是这只又丑又大的鸭子，当它鼓起勇气朝天鹅们游去的时候，竟受到了它们的欢迎，因为自己竟梦想成真地变成了一只更为美丽的白天鹅！于是，它回忆起此前遭受的种种痛苦与不幸，觉得非常有益，可使它更珍惜今天的幸福，并看到了更为美好的未来。

这让我不得不想起一个人，那就是张海迪，一个坚强的女性。她是一个残疾人，对于正常的人来说是不完美的，甚至还可以说是一个有生理缺陷的人。但她不是克服了生理缺陷造成的心理障碍，顽强地与生活抗争，拼命地吸收知识，最终取得了成功吗？而且，她还成为了一个名人，其光辉的形像影响了一代又一代的后人，真正的成为了众人所崇拜的“天鹅”。所以，〈丑小鸭〉这篇童话不但让自卑的人充满信心，还告诫人们，千万不可轻易小看那些曾经比自己条件差的人，说不准哪一天他会你更优秀呢！

再说说〈皇帝的新装〉这篇童话，这则故事虽然是发生在遥远的西方时代，可是在现实生活中却也可屡见不鲜。故事中的皇帝其实是一个虚荣的、自欺欺人的傻瓜。但是，他非常自命不凡，才让两个骗子可以乘虚而入，最后把皇帝骗得大出了洋相。皇帝相信了那两个骗子的话，认为他们能织出神奇美妙的布帛来，只有愚蠢至极的人才看不见它。没想到，皇帝与他的大臣们一样，聪明反被聪明误，当他光着身子在街上游行，却被一个小男孩诚实地说出他根本什么都没穿时，他才醒悟过来，这真是可悲！

在现实生活中，不难见到有这样一些人，一些虚荣的、自以为是和唯利是图的人，他们为了眼前的小恩小利，不惜上当受骗，结果付出了更大的代价。骗子们在现今社会上仍然络绎不绝，任何人都该吸取〈皇帝的新装〉这则童话的教训，《安徒生童话》中，我最喜欢的故事还是〈海的女儿〉，它不仅描写了美奂美伦的海底童话世界，还有最凄美、最催人泪下的爱情故事。最小的海公主是一条最漂亮的美人鱼，她的皮肤像玫瑰花瓣一样柔嫩，还有一对像湖水一样湛蓝的双眸。她虽然生活在神奇而绚丽的海底宫殿，却十分向往着岸上的世界。当从几位姐姐口中得知海面上那灯光闪烁的大城市、美丽的天空、青翠的树林时，她显得是那样的兴奋。而她浮上水面看到的却是一个英俊的王子，还是一个令她一见钟情的王子。暴风雨的袭来击毁了王子所在的船帆，是她歇尽全力救了王子的生命。可是当王子从昏迷中醒来，看到的却是一位路过的公主。美人鱼深深地爱上了王子，她不惜为了王子抛弃了养尊处优的生活，放弃了宠爱自己的亲人，还舍弃了自己甜美的声音，忍着巨痛换到了一双人类的双腿。可是，王子并不认识她，只是把她当成一个会用眼睛说话的侍童罢了，他爱上的是那位以为是自己救命恩人的公主。美人鱼却还是这样默默无闻地爱着王子，心甘情愿地讨他欢心，最终还为了成全王子的幸福变成了泡沫，消失在偌大的空气中了。

这才是伟大的爱情！其实爱一个并不一定要占有他的身体，

或者掠夺他的灵魂，只要他能够幸福，自己付出的牺牲也是值得的。只有在美人鱼的身上，才让我们看到了真爱的光环在眩目地闪耀。

现代科技时代面临着童话故事幻灭和消亡的危险，其实童话不仅可以培养儿童的想象力和陶冶他们的性情，而成年人也是同样需要童话的！不是有很多成年人希望自己变成一只自由飞翔的小鸟，或是一条无忧无虑的小鱼吗？这便是一种童话式的向往，有多少成年人希望回到童年时代，和鸟兽树木一起过着无忧无虑的生活，只用承受一些想象出来的痛苦罢了。正是这种脱离现实的向往，却能给他们带来了片刻的轻松，并缓解了生活的压力。

成年人为生计奔波劳碌，没有多少时间体味现时生活，也没有多少时间想象未来的生活，他们活得很累，他们的想象力和生活情趣面临日益枯竭的危险。也许成年人还认为异想天开是一种不成熟的表现，却不知道其实也是他衰老的另一种表现，因为一旦丧失了好奇心和想象力，一个人就老了。如果，成年人也能时不时读点童话，那么他既有成人的成熟，又有孩子的童心，那么他的生活该是多么丰富、多么有生气啊！童年和成年一起过，这是人生的一种极高的境界，这样的我们才能活得更年轻、更具有活力，相信童话能给我们带来这一切。

读《汤姆索亚历险记》有感

你相信一个顽皮的小孩子会冒着生命危险在法庭上为一个无辜的人辩护而得罪一个杀人如麻的强盗吗？你相信当两个孩子陷入绝境，他们仍不顾自己安危为对方着想吗？你也许会大吃一惊，大人都不一定做得到，何况孩子呢？但当你读过《汤姆索亚历险记》后你便不会这样想了。本书向读者勾勒了一个顽皮、不安分的儿童汤姆的形象，但是他却有内在的美，我对这一点感受颇深。

为此人作证，以致后来差点招来杀身之祸。汤姆就是这样的坚定果敢，富有良知和正义感，关键时他总能挺身而出，把自己的生死之置于度外。但在生活中，又有多少人能像汤姆这么做呢？许多人表面上斯斯文文、潇洒大方，可真到关键时刻，他们却跑得无影无踪，充分体现了这些人自私、保守、贪婪的陋习。这是多么鲜明的对比呀！

其实，儿童是最天真无邪的。我们在某些方面不妨以儿童为师，把他们的行为当作自己的一面镜子，时刻照照自己，可以不断抹去尘世的喧嚣、抚平心灵的浮躁，让自己始终保持一颗童心，拥有正义感和善良的本性，用真诚的心对待每一个人，不要再那么贪婪、自私了！相信人人都会如此，让我们共同创造出更加美好的明天！

《汤姆索亚历险记》是一曲洋溢着清新童趣的悠扬牧歌，也是我对童真心智的永久向往，这真是一本富有教育意义的好书啊！

读《汤姆索亚历险记》后感

这个暑假我读了美国大文豪马克吐温的一篇长篇小说——《汤姆索亚历险记》。小说以美国密西西比河上的圣比得堡镇为背景，描写少年汤姆索亚和他的顽皮少年哈克贝利费恩及汤姆的女友贝基撒切尔的冒险故事。主人公汤姆生长在一个缺少幸福的家庭，他的父母在他很小的时候就去世了，由波莉姨妈抚养。没有父母管教的孩子永远都是不懂事的小孩子。汤姆聪明又淘气，不屑与平庸的生活，富有冒险精神。他足智多谋，富于同情心，对现实环境持反感态度，一心要冲出村庄，去当绿林好汉，过行侠仗义的生活。他用不断的逃学和恶作剧来对枯燥的学校教育循规蹈矩的大人们表示反抗。汤姆虽然调皮，但在正义与邪恶的较量中，在危机降临的时候，他和他的顽皮小伙伴们却都能挺身而出，显示出他们思想善良的一面。

为了能让别人帮他刷墙，汤姆充分的显示了自己的聪明才智，他故意表现的很有意思，让别的孩子感觉刷墙是一件十分有趣的事，主动要求帮他刷墙。这样汤姆不仅省了不少功夫，还让别人心甘情愿的给东西他，作为劳酬。而就在他和哈克相遇的那天晚上，两人一起目睹了一起凶杀案，为了主持正义，不畏强暴的汤姆站了出来，揭发了印第安乔的丑陋面目，解救了波特。终于有一天，为了摆脱枯燥无味的功课、虚伪的教义和呆板的生活环境，乔、汤姆、哈克一行三人决定追求冒险的经历。逃到荒岛上以后，人们都以为他们死了，正在为他们举行葬礼时，可他们却回来参加自己的葬礼，让他们的亲人破涕为笑。而为了寻找财宝，两人又跟踪印第安乔来到了山洞找到了财宝，成为了首屈一指的大富豪。从他们在困难当中表现的正直和勇敢，在平时生活中聪明活泼，幼稚而又认真的言行，给我留下了深刻的印象，不由自主喜欢上这个美国小男孩。

读了这本小说以后，我真羡慕汤姆能有如此有趣的经历。这本书让人看起来津津有味，甚至废寝忘食。我想，《汤姆索亚历险记》在你烦闷的时候或许能让你一笑解千愁。

我觉得汤姆天真活泼，自由自在，但总有缺点，就是他太让别人操心了，特别是他的姨妈，为了他，经常担惊受怕，可汤姆却不明白，对一个妇女来说最重要的就是孩子要听话，这也是汤姆唯一不好的地方。不过我还是比较欣赏他对外面一切事武好奇心和想像力，而且大胆尝试，机智勇敢，向往自由，向往未来，这不能不让人赞叹。

看完《汤姆索亚历险记》，我觉得遇到困难不要轻易气馁，而要努力奋斗，坚持下去。如果能够做到这点，就可以走向成功。汤姆在充满阳光的生活里告诉我们的只要有欢乐、有梦想，美梦便可以成真。终有一天，我们的天性可以自由自在的发挥，创造出一片我们自己的空间。应该说没有父母的疼爱，汤姆的童年是不幸的，然而马克吐温笔下汤姆的童年又是多彩而丰富的。每 每读完一段总会感觉生活真好啊！感

谢生命，感谢父母，感谢老师，感谢朋友……童年就像一罐蜂蜜，越吃越甜。时隔越长，就越令人回味无穷。年少的时光十分宝贵。我们要让生活过的充实、有意义，一定不能虚度光阴。

培训心得体会

7月15日-7月17日参加了马斯达导师讲解的心灵沟通与素质管理课程，令我学习到了一些新的知识，认识到全新的概念，感悟到了一些平时忽略的细节。这次培训使我受益匪浅，表面上看有点零散、不系统，但细想起来，所讲到的点点滴滴都是我们生活和工作中的方方面面。

这次培训给我印象比较深刻的有三方面的问题，一是扩展自己的舒适空间，突破自己；二是重承诺，负责人，守信用；三是学会如何勇敢地去沟通生活中学会为别人出黑牌。

人的舒适空间这个概念，我是第一次听说到，通过马老师的故事自己的内心被深深地触动，我要学会敞开胸怀去接受周围的一切事和物，不断的扩展自己的舒适空间，虽然做不到弥勒佛那样“笑天笑地笑天下可笑之人，容古容今容天下难容之事”境界，但是可以朝着哪个方向努力，哪怕只前进了一点，那也是进步，离那个方向也就变得近了；突破自己，敞开胸怀，拥抱明天。

一个人具备什么样的心境、站在什么样的高度，心中有什么，那他所能看到的就是什么。“心有多大，舞台就有多大”，只要敢想敢做，就没有做不成的事情。关键看你想怎么样，想要得到什么样的结果。授课中，马斯达老师讲到：做任何事情你都要投入百分之百的意愿去努力实现它，方法是有无数种的，只要你都找到自己的方法，投入百分之百的意愿，你就能做到；这种理论是我第一次听到，曾经总以为很多问题是无法解决的，或者，解决的方法不多，现在回想起来，并非如此。很多困难在特定的时候，转变思路就会发现

新的突破点。没有人做不了的事情，关键在于有没有用心去做，有没有投入百分之百的意愿去做。如果有，那总有成功的一天。

这个世界上有许多自己不能不去做的事，这就是责任。人生中自己会遇到形形色色的人，而处于不同位置上的人，也有着属于自己的责任要去承担，作为子女，孝敬父母便是我的责任；作为员工，努力的工作便是我的责任，作为朋友，使朋友快乐便是我的责任，自己不是什么伟大的人物，没有历史中那些仁人志士那样的肩挑天下信心，但是只要能把属于我自己的那份责任、作出的那份承诺挑起来，便可问心无愧。

入百分之百的意愿朝着这个的方向一直不断的去努力，相信哪怕是输掉，但只要是自己努力过，得到的可能是更宝贵的东西。

沟通是人与人之间相互了解的桥梁，我要学会努力的和别人去沟通，在没有参加这次培训时，自己想都不会去想，自己会跑到大街上找陌生人去拥抱，但是自己竟然真的去这样做了，真正得突破了自己，以后我更应该的朝着个方向去努力，赠人玫瑰，手留余香，生活中时常的给身边的人一个灿烂的微笑，让他感受你的活力、感受你的温暖，相信快乐会围绕在你和你周围的人身边。

以上内容是我在这3天培训中主要体会到的东西，虽然课程中充满了快乐和痛苦，但是只有深深体会那种快乐的感觉和痛苦的滋味，才能真正的学习到东西，希望以后还有这种机会是自己得到提升。

通过这几天的学习，在我的大脑里对日后的工作有了个大概的框架和思路，对以后顺利开展工作有很大的帮助，但是有很多具体的工作方法以及领导与前辈们的经验还需要自己在实际工作中慢慢学习体会。在酸甜苦辣的军训生活中，无论是教官的指导还是公司老员工的教诲，都让我看到了一种团

队精神和力量。所有学员积极参与，无论是在平时训练和在进行各种游戏中，还是在最后的结训表演上，学员们都积极参加，努力的融入团队，并且很好的扮演好自己的角色，这让我体会到个人与团队的关系，没有团队，就没有个人角色的成功，只有更好的融入团队，承担责任，敢于担当，才能实现个人与团队的双赢。

六天的时间，这个过程让我体会很深、感触很深的是，我的内心发生了变化。人没有高低贵贱，只有转变观念，端正心态，以努力换取肯定，用实力赢得尊重。学历不等于能力，没有低素质的员工，只有高标准的管理。做我所学，学我所做，树立正确的人生观，价值观是立身的本质，成才的导向。只有对未来一切具有强烈的责任感，以各种方式进行学习，提高自身修养。铭记真诚、勇于承担、懂得感恩、回报社会、塑造真、善、责、爱，的世界观和人生观。只有正确的人生观，世界观是不够的，只有加上吃苦耐劳的精神和心态，更加的努力，付出更多，才能正真的实现目标，才能为团队，为公司做出更多的贡献。

正如前文所述，培训内容详细，培训成果卓有成效，这六天的培训将对我的职业生涯产生深远的影响。感谢公司为我们提供如此形式的培训，最后引用一句话：认真做事可以把事做成，用心做事才能把事做好。在工作中我一定要学会做人，用心做事。

听了韦老师两次的课程培训，我的收获是颇多的。生活中，我们每个人都面临许许多多选择，我们可以选择自己的职业，也可以规划自己的未来。由于每个人的阅历不尽相同，所以大家对生活的理解也不同，彼此的思想观念也有很大的差异。人就这么一辈子！因此有人选择了索取与享受，而有人则选择了给予与奉献，还有大量非常善良但心态与行动却一直在摇摆的寻常百姓。这也就形成了日常的文化差异。

所学校、一支军队和一个家庭，这种比喻确实有其道理，他

告诉我们一个企业要拥有一个能使自己的员工能通过学习，不断提高自身素质的环境，这也许是企业人才来源的最好的途径。首先我们应该认识到，什么样的人才才是企业优秀的人才？一个企业的优秀人才，应该是深知企业的文化，在思想上能有机地溶入企业的文化中成为一个整体，同时具备能创造性地、出色地完成本职工作的能力，特别是前者尤为重要。

来到xx公司就职，我们每个人都有一种期待：希望通过自身的奋斗来实现自我价值，同时获得合理公平的回报。这种回报不仅仅是物质上的，而且也包括精神上的。有时，绝对公平是没有的，但如果失去了基本的公平，一个团队就不可能团结，分崩瓦解只是迟早的问题。怎样让xx这个团队拧成一股绳，发挥出最大最好的效应，是我们迫切需思索的问题！

我们在工作的过程中应该贯彻“堂堂正正为人、兢兢业业做事”的原则，而不是把它当成一种口号，而是把它切切实实地融入到具体的工作和公司的经营活动中。

创新、超越、团结、务实这是xx公司的企业文化的一种体现，以服从组织、团队合作、责任敬业、诚实守信和自我批判等的企业价值观和文化为依据，这种文化与管理，是公司发展过程中多年经验的积累与沉淀，是xx公司人集体智慧的结晶。

一个企业如何建立自己的企业文化，我认为没有固定的模式，我们要通过工作的实践来不断的学习，积极地注意吸纳其它企业的先进思想，结合公司的实际和自己的员工来共同建立的一种文化。如经营理念、管理理念、服务理念、风险理念、人才理念等等一系列形成企业文化的一个组成部分。

一个拥有优秀文化的企业，在今后的市场竞争中，才可能得以生存和发展，其资本才可能不断增加，而且成为真正有价值的资本，否则，再多的资本也不过是一堆废纸，因为它会在今后的市场竞争中逐渐丧失。

公司的企业的文化是开放的、包容和不断发展的，所以只要我们继承这种文化，并将其发扬光大，集体团结一致共同奋斗，我们有理由相信xx的明天会更好！

2月24日至3月4日，在县局的精心组织和安排下，我们七名刚加入县局的新人接受了政治和业务培训。时间虽然不长，但听了县级领导、县局领导们的重要讲话和各有关单位领导的认真讲解，我个人感觉受益匪浅，思想与境界有了巨大的飞跃。现结合今后的实际工作，非常肤浅地谈几点心得与体会，不正之处，万望领导批评斧正。

一、严峻的形势

由美国金融危机引发的世界性经济危机波及到了全世界每一个角落，来势凶猛，对各行各业影响极其深远，严重挫伤了投资者的信心。

同时，我县人多地少，土地成为了制约我县经济发展的最大瓶颈，并且我县资源相对匮乏，煤、天然气出产量低，是严重缺水、靠天吃饭的城市。随着成渝之间多条高速公路、高速铁路的贯通和修建，我县的地理优势、区位优势已经荡然无存，面临着被边缘化的危险。

在国际经济环境恶化的背景下，在全国各地“挖客商、拼政策、比资源、抢人才”的大环境下，在周边市县竞争白热化的不利情况下，县委、县政府高度重视招商引资工作，专题研讨，大力支持，挤出资金，给出政策，搞好了园区基建，配备了更加强大的领导班子和招商队伍，同时为我局下达的目标任务大幅度提高，这就导致了今年我局招商任务异常艰巨，压力空前增大。

二、发展的措施

1、沿海土地成本、人员工资、福利待遇、教育培训、生活成

本和税收等远远比我们西部更高，因此我县应千方百计抓住承接产业转移的大好时机，扁平管理，压缩层次，减少环节，优化流程，形成聚合力，在县委、县政府的直接领导下，在我局的直接组织下，引领全县开展好招商引资工作。

2、结合我县县情，在县委、县政府的大力夯实基础建设和融资工作的前提下，首先要明确我县自身的定位、优势、劣势。突出我县的亮点、卖点，千方百计捕捉信息，以主导产业招商为主拓展产业规模，围绕龙头企业发展配套产业，推进优势产业，形成产业集群。3、招商引资的终极目的是争取经济效益的最大化，是我县税收的大幅度增加。因此，我们必须以市场为导向，重点引进原料产地、商品市场主要在西部的规模企业，从而进一步提高招商引资的成功率、收益率。

4、坚持抓大不放小的招商原则，在立足三大产业的基础上，加大小企业培育力度，争取做大做强。

5、广开招商渠道和门路，立足成渝，开拓珠、长，放眼沿海、冲向全国和全世界，网罗一切人际资源，集人气，合人脉，完善客商数据库。加强与省市驻外办、兄弟招商局以及各企业的联系，充分利用分队招商、中介招商、顾问招商和节假日招商。

6、搞好网络招商，开办专门的隆昌招商网，力争达到我县招商工作的科学化、网络化和信息化，从而实现最低投入，最大产出的目标。7、招商工作是服务性工作，是协调性工作，既要脚踏实地的干，也要灵活搞好各方各面的关系。招商工作一定要抓住要领，有的放矢，应规范投资协议会签制度，制定协议蓝本，定期召开招商分析会，加强招商队伍建设与培训，实现我县招商工作的科学化、规范化管理，从而提高落地率、履约率。

8、在招商引资工作中，我们必须牢记“招商引资是最亲民最惠民的工程，绝不能成为最损民最害民的工作”，绝不能危

及子孙后代，成为后世唾骂的历史罪人。因此，我们必须坚持以人为本，坚持有选择性招商，不招国家限制、禁止的项目，做好环评工作，防止高污染、高耗能、落后企业西迁。

9、在招商中，我们必须时刻保持清醒的头脑，不要被拉大旗扯虎皮的假客商所迷惑，防止一切诈骗活动，如骗吃、骗喝、骗财和圈地运动等。必须不动声色地通过有效渠道查清对方底细，掌握客商可信度，知己知彼，方能百战不殆。

三、自我的方向

1、尽快实现由教师到招商局工作人员的角色转变，下定决心，立志招商。关注国际国际时事，尽快补充和消化招商引资知识，充分了解县情、省情、国情，掌握我县八大优势以及有利的经济要素，2、在工作中，坚持“六不谈，五不问”，发扬“四千精神”，坚持不越级、不越权，一切行动听指挥。多请求，多汇报，多掌握各地各民族风俗习惯和禁忌，努力摸清领导、客商的爱好、习惯，从而为开创招商新局面奠定基础。

3、“小节影响大局，细节决定成败”，今后我将更加注重塑造个人形象，坐有坐相，站有站相，有礼有节，不卑不亢，既落落大方，又小心谨慎，努力提高自身修养，从而为树立我局、我县优秀形象做好榜样，4、发扬“一不怕苦，二不怕累，三不怕吃亏”的精神，坚持不迟到、不早退，领导在不在一个样，积极学习，积累知识，加强内在素质。5、密切同事关系和小分队成员的关系，为了共同的目标，心想一块想，劲往一处使，精诚团结，打造敢闯敢干敢拼的招商团队。

“学而不思则罔，思而不学则殆”。当前，我县招商引资工作正面临关键时期，我必须勤奋学习，努力钻研，细心观察，力争上游，一心一意在我县招商引资工作跨越式发展的征程中贡献出自己的力量和智慧。

“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”，我们有理由坚信，在以练局长为核心的领导班子的正确领导下，以科学发展观为统领，思发展之计，谋发展之策，团队合作，鼓足干劲，冲刺极限，爬坡上行，积极开展招商引资工作，为实现我县招商引资工作宏伟蓝图的那一天即将到来，我局必能大显身手，大展宏图。

第一天做销售的心得体会篇四

为了提高自己的教学认识水平，适应新形势下的教育工作，我认真地参加学校每次的培训活动，认真记录学习内容。“脚踏实地，大胆创新”是我教书育人的座右铭。本年度我继续领悟新课程标准，以新思路、新方法来指导自己的工作，认真备课、上好每一节常规课。

本学期我积极参加了百花奖的赛课活动，在准备公开课的过程中我虚心向组内、组外教师请教，查阅了大量的资料，最终拿出了一节符合自身风格、深受学生喜欢的公开课《跳起舞》，为本年度的教学工作添上了一个美丽的音符。

学校的bbs论坛也是我经常驻足的地方，在那里我认真学习其他教师在教育、教学中的先进经验同时也把自己好的做法、想法跟大家分享，这种方便、快捷的学习方式使我的生活更加充实。通过多种方式的学习我积累了大量的素材，撰写的也多次在国家、省、市、区获奖。

二、师德表现总结

关心集体，以校为家。响应学校号召，积极参加学校组织的各项活动，注重政治理论的学习，积极向党组织靠拢。配合组里搞好教研活动，认真负责集体备课记录的整理工作，抓住每一个学习的机会提高自己的业务水平。每周按时参加升旗仪式，从不缺勤。服从学校安排，人际关系融洽。本学年度全勤。

关心、热爱学生，做孩子们的好朋友。记得王校长曾经对我们说过：“虽然你面对的是五、六十个学生，他们的能力水平高低不等，但在家长的眼中他们却是唯一的，是完美的，我们不要在心里就给孩子划分出等级，那样做对孩子是不公平的。说我们教师这个职业神圣是因为我们的工作完全是良心活，没有办法去准确地衡量！”我认同王校长的话，所以我用爱心浇灌稚嫩的花朵，课堂上严格要求，课下每一个孩子都是我的朋友，一年的努力换来的是孩子们开心的笑脸，我经常听孩子们说：“赵老师，如果能每一天每一节课都是你给我们上课那该多好呀！”听到孩子这样的话我所有的付出都值得！

学校无小事，处处是教育。值周教师的工作让我有机会接触更多的学生，我非常认真地对待这项工作，并且能够富有创造性地开展。让我校的学生养成良好的行为习惯，成为讲文明、懂礼貌的学生。

我负责的校舞蹈队可谓是本年度的一个工作亮点，今年编排的舞蹈《好运来》获得了南岗区中小学生文艺汇演的一等奖，我本人也被评为优秀指导教师和南岗区第__届校园艺术节活动的优秀组织工作者。在代表学校参加黑龙江省督导评估检查的活动中，孩子们的表演打动了在场的领导，受到了领导们的高度赞扬。在南岗区教育局的新年联欢会上，舞蹈《好运来》代表南岗区的中小学生为参加联欢的领导们作精彩的表演，迎来了阵阵掌声。为了庆祝建队55周年，团省委在黑龙江省电视台筹备了一场题为：民族精神代代传的晚会，我校舞蹈队也光荣地被邀请表演创作歌舞《美丽的鲜花献给你》，整个舞蹈从排练到演出只有七天时间，而且恰巧赶上十一长假，我和孩子们放弃了休息时间，每天早早来到学校进行排练，功夫不负有心人，在节目预检的时候我们就受到了团省委领导和电视台导演的高度赞扬，说我们的节目是“放心节目、效果好、符合晚会气氛……”10月22日晚会在黑龙江省电视台播出，效果非常好，坐在家里，通过电视当看到我们复华小学的名字出现在电视屏幕上的时候，我相

信每一个复华人的心情都会无比的激动。

新工作的个人心得体会篇3

第一天做销售的心得体会篇五

还记得初参加工作时，内心没有多大热情，现在不知不觉已过了好几个月了，原本大脑中对护理一片空白，现在却有了许多抹不去的记忆。

没有及时地给予，那就是我的失职，更没有资格去谈工作的高尚了！只有患者的赞许才最高的荣誉！

在护理工作中我们应该是“做”和“说”同时进行的，甚至有些时候“说”要比“做”来得更为重要。

在与病人沟通中技巧占据着很大的因素，我们科的责任护士在这方面有着很深的“功力”，让人不得不服。

从工作中使我意识到护理工作要顺利展开，首先要取得患者信任，信任是双方交往的基础，是人和人之间最美丽的语言。

在交流过程中，要讲究语言的艺术性，避免套用生硬的医学术语，善于使用非语言沟通技巧，运用亲切的目光，良好的言行举止，缓和患者因紧张造成的紧张心理，使患者积极配合治疗，最后获得双赢。

“信任”是我们护士和病人之间最好的桥梁，让我们把这座桥梁搭得牢固些吧，用我们的细心，获取患者的舒心！