

2023年投资实训体会与感悟(通用5篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得感悟的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。那么心得感悟怎么写才恰当呢？下面我给大家整理了一些心得感悟范文，希望能够帮助到大家。

投资实训体会与感悟篇一

长期投资是一种追求稳健收益的投资方式，通过对某些股票、基金等资产的长期持有来实现资产的增长。在进行长期投资前，需要学习相关知识和技能，并进行实际的投资实践。本文将分析长期投资实训的经历、问题及体会。

第二段：实训经历

在长期投资实训中，我们需要学习基本的投资知识和技巧，了解不同投资方式的优缺点，并在市场中选购股票、基金等资产。初期，我们反复学习相关的理论知识，对股票的基本面、走势、公司治理等方面进行了深入了解。随后，我们进行了实物投资，买卖了一些股票和基金，了解其中的风险和机会。

第三段：实训问题

在长期投资实训中，也遇到了许多问题。首先，如何评估股票或基金的投资价值是困扰我们的一个难题。其次，市场风险和行情波动是最有可能影响长期投资的因素之一。再者，我们必须时刻关注公司和市场信息变化，以调整我们的投资策略。总而言之，长期投资需要深入理解市场和公司，以及对宏观经济变化的敏感性。

第四段：实践体会

在长期投资实践中，我们领悟到了许多投资方面的经验，同时也明白了许多理论要点的实践价值。我们了解到，长期投资必须需要长远的眼光、坚定的投资信念和规律的投资策略，才能市场中获得稳定的收益。此外，我们也意识到，投资者需要有耳目一新的判断力和阅读技巧，以便及时反应市场信息。这一幅面要求我们不断充实自己、深耕市场，并不断提升自己的投资能力。

第五段：总结

总之，长期投资是寻求稳健长期回报的最佳方式，并充分表明了耐心、驾驭风险和高度信心的策略。我们在长期投资实践中，对跟踪市场、选择优质公司、控制风险等方面的技巧也有了更深入的了解。通过面对前期的理论和实践中的问题，我们也进一步了解了如何既保持高度专注、又紧密关注市场环境和整体经济的重要性。最后，我们得出结论：长期投资是一项长期的、持续性的、需要耐心和专注的投资策略，尽管困难重重，但是全面去面对和学习，并投入实践，我们仍然有能力获得更高的回报。

投资实训体会与感悟篇二

今天这样的聚会我不应该讲很多的话，主持人好象知道我既不会抽烟又不能喝酒，也不敢喝咖啡和茶（喝了它们睡不着觉），所以就安排我讲话。我这个人比较命苦，总是在人家好吃好喝的时候讲话。下面请大家慢慢品酒，听我讲一点投资心得。

主持人要我讲的题目是“投资给我们带来了什么？”这个题目既简单又复杂。要简单回答只有几句话：投资给我们带来了财富、带来了自信、带来了幸福和自由。这几句话我不想展开说，很多股评家、理财师、基金经理和大学的经济学教授都比我说得好。比如人们常说的：你可以跑不过刘翔，但你一定要跑过cpi等等，就说得非常好。在座的很多是成功人

士，我今天要讲的是我个人多年投资生涯中，最深切的一点感受：投资让人生得到升华！

投资给我们带来了什么？首先当然是钱，但不仅仅是钱。特别是你已经赚了一些钱的时候，或者你选择了把投资当作一生的事业的时候。你会发现，你有更多更好的理由去做投资。

我这里讲的生活质量的提升，并不是说投资能让你开好车，住大房，天天喝茅台、顿顿吃海鲜。我讲的是精神上有更多地愉悦。任何事业的成功都能大大提升人的生活质量，但我要讲的是股票投资者独有的快乐和成就感。

投资能让你在一些可能会令人烦恼的情况下，保持轻松愉快地心情。比如你开车去加油站加油，人人都在抱怨油价越来越贵的时候，你想起十年前在香港以一块五的价格买过中石油的股票，赚的钱足够让你加一辈子的油，结果你在掏钱时会潇洒很多。还有你一直拿着东阿阿胶的股票多年，当你得知这家企业居然一年之内把产品提价五次，你还是轻松地在超市为太太买下保健食品“固元膏”，并有意无意地对现场的女顾客表扬阿胶几句，说这是南京的一位名医马悦凌推广的。

投资能让你在很多时候莫名地增加自己的快乐。比如你多年拥有云南白药的股票，每当出现邻居或朋友不小心割破了手指的时候，你送云南白药创口贴的动作特别地快；尤其是你买了许多名酒的股票，你会在每次聚餐时，更愿凑中国人饭局的热闹，更愿听劝酒和斗酒的声音，并且没什么菜也能吃得香，不喝酒也能与人同醉。（现在大家知道我为什么喜欢看你们喝酒了）

投资的好处之一是，不管你以前学过什么专业，你都能在投资上派上用场。因为上市公司形形色色，特别是号称处在夹缝市场中的新兴中小企业，总会让人觉得知识不够用。你的知识越专业越全面，你就越能展示自己的才华。如果你以前

是企业家或者是财经专业毕业生，那你当然轻车熟路；就算你所学所用比较冷门，你也能大放异彩。我的一位朋友以前的兴趣是绘画和书法，他刚进投资大门时感到隔行如隔山，我建议他去研究传播和文化行业的公司，他很快就找到了感觉，并对生产电子阅读器的公司有独到的见解。

投资能让你交更多的朋友，因为你研究过各行各业的股票，所以你同各行各业的人士都谈得来。如果突然有一天，你和某个专业的权威人士在一起，很深入地畅谈他的专业，话逢知己千句少，让他对你刮目相看；你想想，那一刻你是什么样的感觉？我想会是蔡琴的一首情歌所唱的：“昨夜你对我一笑，我开始有了骄傲”！

甚至，投资还能让你愉快地陪太太购物。我知道很多大男人不太情愿陪太太去商场，除非刚刚谈恋爱的时候。我自己也不愿意，以前我一到时装店就感到头晕。但不少朋友告诉我，从事投资后，他们愿意去商店了。想顺便看看茅台在市场上最新的价格，想看看什么牙膏卖得最贵，想看看李宁的鞋店和百丽的鞋店哪个顾客人数多，想看看国美和苏宁最近怎么样。投资还让你想起，提醒太太应该有安全空间的意思，冬天买夏天的衣服，夏天买冬天的衣服。

投资的好处还能让旅游更有乐趣。很多股友告诉我说，把旅游和考察调研上市公司结合起来，是最经济、最理想的工作和生活方式。以前的旅游特别是参团旅游往往是“上车睡觉、下车撒尿、到了景点拍照，回来一问什么也不知道。”而投资让你旅游充实、富有意义，让你满载而归，让你的旅游质量更高。

投资还能帮你间接实现本来不能实现的愿望。我的一位邻居以前是从事五金生意的老板，他对我说，“年轻时想开成一家中国最好的公司，但很快就发现这太难太不现实，不是每个人都能创办最好的公司，你的能力和条件有限，但投资能让你很快成为中国甚至世界最好企业的股东。能和你最崇拜

的企业家建立股东之间的联系。你不仅能欣赏最好的东西，而且能拥有最好的东西。”我听了也非常高兴。

投资还能带来别的行业没有的成就感。我在深圳的一位朋友二十年来不光为自己赚了不少钱，而且为国家上缴了巨额的印花税。他认为现在国家的很多利国利民的重点工程，都有自己的贡献。他经常强调：股民是新一代最可爱的人。

投资让你感到平等。价格调节着一切投资品。没有人逼着你去买你不愿意买的东西，也没有人不准你买市场上公开上市的东西。

投资者永远不会寂寞。我的一位朋友说，投资比其他行业多一个情人，这个情人天天陪伴着你，有说不完的话题，而且天天变着花样，永远充满新鲜感，那就是股市。

投资能让你的身体更加健康。有人统计了很多投资大师的寿命，他们都活得很长。原因当然是象巴菲特先生所说的，他每天去上班的心情都象去西斯廷教堂画壁画一样，是唱着歌跳着舞去上班。

当然投资还有很多好处，比如不需要逼迫自己廉洁奉公，不需要请客送礼，不需要管别人和被人管。你可以干法律禁止以外的任何事情。在家上班或者不上班，出国旅游或者不旅游，非常自由。凯恩斯有句名言：经济自由是自由的最高境界。我以前一直不太理解这句话。为什么经济自由是自由的最高境界。现在是越想越清楚。自由有人身自由、婚姻自由、工作自由等等，但经济自由的天地最为广阔。

因此，投资者可以象李白那样表达自己的心情：“生不用封万户侯，但愿有钱投不够”。

对投资者来说，尽可能地多涉及各类知识领域，有助于在投资过程中的研究和思考。从这个角度来看，投资不但可以而

且需要学一些经济学、投资学、金融学特别是企业评估学的学问。最好还能掌握一些哲学、心理学、历史、地理包括很多自然科学方面的知识。再把要求提高一些的话，投资者还需要密切关注国际国内政治经济方面的大事。需要接触很多成功的企业家。需要跑很多路。需要思考很多事。很显然，投资需要眼界、需要学问、需要智慧。

可能有朋友会说，那从事其他经济工作不是也要这些吗？我认为，还是不一样的。比如，从事某项实业的人，他可能只关注自己的公司，最多只关注自己这个行业的动向，而不太关心其他。而投资者会关心所有的企业和所有的行业，因为上市公司很多，又分布在很多国家很多行业中，牵涉到方方面面。各个国家的国情不一样，各个企业的基本面不一样，各个行业的特点、规律不一样。这并不是说从事投资就比从事其它工作更了不起，而是因为投资这个行业有它自身的行业特点。哪个行业的工作都需要专注与投入。别的行当可能更需要把精力主要放在某个点或某条线上，而投资者则需要尽可能全面深入研究多个知识和领域。德国投资家科斯脱拉尼说：股民不需要什么都精通，但需要什么都能理解。

我的一个企业家朋友转向投资后非常感慨，说，以前开工厂几十年都是天天三点一线，家门-----工厂门-----客户门，从不去接触其他行业；现在做投资，才发现有世界上有几百上千个行业，这些行业丰富多彩、变化万千。早知道行业还可以分为什么稳定成长行业、周期性行业、固定收益行业，以及充分竞争行业和垄断性行业，那我恐怕早在几十年前就会想法子，混进茅台酒厂或者中央电视台上班。这位朋友还没有象罗杰斯那样广泛投资于国外。全球有股市的国家就有几十个，合起来有九万余家上市公司，即使把你感兴趣的那部分行业和代表性公司研究一下，那视野也是非常地开阔。

关键在于，投资是带钱作业的，就象电工在高压线上带电作业一样，它让你有压力，紧张，怕亏损，所以逼着你去学习、去提高。投资者的努力和大学里研究经济学、金融学和投资

学的教授不一样。他好象战争中的将军，带着资本组成的军队，运筹帷幄，在实战和实践中对很多事物的研究更贴近实际、更能够深入，所以也更能够学好弄通。

投资让人更关心国际国内大事，更关心自己的祖国。因为你希望自己投资的上市公司有更好的经济环境，希望自己的股票随着国家经济实力的增长而增长，希望自己的祖国更加强大，而不希望国家的经济发展受到阻碍。你会更愿意看每天的新闻联播，更关心物价，更关心民生，更不希望打仗，更希望稳定和和平发展。投资让人更热爱祖国，因为投资人和股市同命运，股市和国家同命运。即使象索罗斯这样的人喜欢作空，喜欢寻找一个国家经济链条中的薄弱环节，他还是希望美国强大。

投资让人的心灵得到净化。我就不止在一个场合，听到股友们在讨论，能不能购买烟草公司或者污染严重的公司的股票，那种社会责任感让人肃然起敬；在更多的场合看见，股友们在讨论伟大的企业时，两眼放光，神采奕奕，让人觉得他们自己的形象也很高大。

投资让人更愿意读书。拿我自己为例，我在大学读书时，经济学是主课之一，但我当年根本读不进去，每门课都是应付考试，成绩平平。然而在1999年转向价值投资的最近十年里，我读了上千本与投资有关的著作，数量比当年读大学时十倍都不止。有时居然还萌发出一种野心，想当半个经济学家。以前我听到什么gdp、m2、公开市场操作、中间业务、未来自由现金流等等术语就头痛，看到财务报表就厌烦，只记得一个恩格尔系数。因为那时我的钱太少，吃饭与我性命攸关。现在我讲起财务数据和经济学术语来兴致勃勃，毫不觉得枯燥。我写的一些投资学方面的论文，各方面的反映基本还是肯定的。

投资让人看得远。因为“投资股票就是投资未来”。只有未来好才能回报高。巴菲特先生有句名言：如果你不想持有一

只股票十五年，那你就不要持有它一分钟。我们要努力想象十五年内一家公司是不是依然很强大。给股票估值的方法形形色色，什么市盈率、市净率、市销率、市现率、市红率、市重率等等，但最重要的探讨公司未来的自由现金流。你必须关心公司未来的产品和服务能不能销量扩大、价格上升，未来的成本是不是能够控制，未来的竞争是不是更加激烈，未来的行业趋势和消费趋势有什么重大变化，未来的市场还有多少空间，未来的国家政策比如税收啊、牌照啊、特许权啊有什么调整。你会经常想2030年以后的事情，想中国人均收入达到二万美元以上时发生的事情。我的一位著名的朋友但斌先生说过：“投资就是比谁看得远”。我觉得他这句话说得太好了。要是这句话是我说的就更好了。

投资让人想得深。要寻找优秀企业的股票，要寻找皇冠上的明珠，你就一定要深思熟虑。那种功夫那种意境很象唐代诗人卢延让《苦吟》一诗所说的：“吟安一个字，捻断数茎须”。当你回顾自己持有近十年之久而且获利丰厚的股票时，心情既自豪又悲壮，又很容易想起诗人贾岛的感慨：“两句三年得，一吟双泪流。”我相信价值投资者和长线投资者都有这样的体会：“选好一只股，跑断两条腿”（如我深圳年轻的朋友翟敬勇先生，几年时间跑了无数的上市公司）；“选好一只股，胜读十年书！”

投资让人更愿意思考，加深对事物的理解。我年轻时读哲学四年，对很多哲学原理一直似懂非懂，还不如我现在读一天书体会得多，因为没有切身的经历去体验。经历了十多年的投资生涯，更能够理解什么是世界观，什么是方法论，什么是透过现象看本质、什么是大道至简、以不变应万变以及孙子兵法中关于“先胜而后战”这些宝贵的道理。反过来，也更能够理解价值最终决定价格，股票后面是公司，公司好股票才好这样浅显的道理。更能够理解为什么要选择优秀的企业长期持有。特别是，你能充分运用哲学的基本原理去分析各种各样的投资方法和理念，什么选美理论、技术分析、价值投资、有效市场等等方法以及经济护城河、消费独占、竞

争优势、商业模式等等概念，真正达到去伪存真、去粗取精的目的。那种境界那种乐趣真是奇妙得很。

大家看巴菲特的很多讲话，会发现他不仅在经济学、投资学方面水平顶尖，同时在概率的研究和运用上出神入化，就是在哲学、历史、文学甚至美国乡村音乐方面也有很深的造诣，他其实还是个思想家。投资让很多人成了小小的思想家。你看现在很多投资者都有自己的博客，水平在一天天提高。我的一位朋友的女儿说自己的男友自从迷上投资后，天天写投资博客，博客越写越高深，越写越热情，写得比情书还要好。我脱口而出说也应该是这样，结果她听了哭笑不得。

说到这里，可能有些朋友会说，我做投资怎么没有这些感觉？我想这可能是你的时间还不够长，经历还不够多，还没有养成深入思考的习惯。还有可能是投资方法出了点问题。你最好不要靠听消息、人云亦云做股票；不要急功近利，太过频繁地炒短线；不要透支借债，提心吊胆做投资。最好也不要采用技术分析的方法，特别是一点儿不结合基本面研究的纯技术方法。成天在电脑前和图表、线条、符号打交道，满肚子只有这些东西，对企业的基本面和大千世界的情况浑然不觉，就好象一个人闭门不出老吃方便面一样，容易出现营养不良。建议你运用价值投资的方法丰富自己，行万里路，读万卷书，思天下事，察天下机。让自己对宏观经济、国家政策、行业特点、企业状况都有全面深入地研究。让自己天高地阔、博学多才、眼光长远，意境非凡，让我们的人生得到更多地升华。投资的本质就是比谁有更多快乐，更多思想！

谢谢大家！祝各位在新的一年里知识与财富齐飞，心情共阳光一色！

投资实训体会与感悟篇三

投资创业就是创造基业，古时候对于投资创业的解释是，打天下，得到一块属于自己的领土。例如诸葛亮载出师表中写

到：.....先帝创业未半，而中道崩殒.....

要是这样理解的话，假如你是一个销售人员，为公司而做事，但这里也有自己的一份事业，也应该理解为投资创业；如此联想一般的工人为企业做事也是投资创业，只不过是借企业这个主体而投资创业，而擦皮鞋的更应该是投资创业了。

牛耕提到的马云、吴士宏、小雨、西柏力、平常等人，他们自身现有的价值(能力)就是他们自己的基业。

所以说不同的人对创来都有不同的理解，也就有了不同的含义，这个并不重要，重要的是这里有一份创造自己的事业，一份贡献，就应该是投资创业。

投资实训体会与感悟篇四

作为一个金融专业的学生，长期投资实训是我们课程中必不可少的一部分。在这个实训过程中，我通过学习、分析和实践，深刻地认识到了长期投资的重要性和技巧，也积累了不少的心得和体会。

第一段：了解长期投资的意义

在实践中，我深刻认识到，长期投资是投资者获得资产增值的有效途径。与短期投资相比，长期投资更加注重稳定的收益和持久的投资策略。通过长期持有合适的资产，不仅能够避免市场上的波动对投资的影响，而且能够享受资产增值所带来的长期收益。

第二段：精选适合长期投资的资产

在实践中，我发现，从长期投资的角度来看，股票、债券等是比较合适的投资资产。股票和债券往往具有较长的投资周期和稳定的投资回报，同时也有着好的风险控制手段。而在

选择具体的股票和债券时，我必须认真分析其业绩、未来发展趋势、财务状况等情况，以便为长期投资提供更加充分的保障。

第三段：制定长期投资计划

在实践中，我认为，制定长期投资计划至关重要。通过制定科学的计划，有目的地进行投资，可以使投资者更容易实现自己的长期投资目标，避免投资策略的盲目性和不确定性。在制定计划时，我需要考虑自己的投资风险承受能力，同时还需要根据市场形势、经济环境等变化进行及时调整，以保证投资的长期稳定性和优势。

第四段：学会分散化投资

在实践中，我深深认识到，分散化投资是长期投资中非常重要的一环。通过分散投资，可以降低投资的风险和波动，避免一次性投资导致产生不可控制的损失。在分散时，我需要认真考虑并结合自身的情况，选择不同类型的证券、不同领域的企业，以便在长期投资的过程中达到相对稳健的收益。

第五段：长期投资需要坚定信念

在实践中，我认为，坚定信念是长期投资过程中需要具备的一种品质。由于投资市场的不确定性，长期投资的收益必然会受到各种外部风险的影响和挑战。但是，只要我们坚定信念，坚持长期投资，对市场形势和个人的投资策略进行适时调整和改进，相信我们最终将会取得理想的收益。

总之，通过长期投资实训，我充分领会到了长期投资的重要性和技巧，同时也积累了不少的心得和体会。在未来的投资生涯中，我将坚持长期投资的理念，通过科学的投资策略和方法，实现投资的稳定增值和长期盈利。

投资实训体会与感悟篇五

第一，从国家的经济政策取向中寻找投资的机会。国家政策的变化引起股市波动，如利率的调整，印花税的收取等。这些都会影响你的投资方向和投资收益。

第二，正确的分析新闻发言人的话。这其实也是国家政策的一部分，但更多的时候新闻发言人或是领导的话并不是十分确定的，却指出了未来的政策方向，因此也有引起投资者预期变化，从而影响股市。

第三，注重上市公司的财务报表，重大新闻事件等，这些都会引起企业股价的变化，如何在变化中取得收益是一门高深的学问。

第四，注重行业动向，自然灾害的发生等。如玉树干旱，使得水利股大涨就是一个很好的例子。

根据市场环境和自身经济条件，投资者要十分注重风险控制。

在行情初期，不宜重仓操作。在涨势初期，最适合的资金投入比例为30%。这种资金投入比例适合于空仓或者浅套的投资者采用，对于重仓套牢的投资者而言，应该放弃短线机会，将有限的剩余资金用于长远规划。

在市场整体趋势向好之际，不能盲目乐观，更不能忘记了风险而随意追高。股市风险不仅存在于熊市中，在牛市行情中也一样有风险。如果不注意，即使是上涨行情也同样会亏损。

碰上“险礁暗滩”就要“翻船”，股市的“险礁暗滩”是指被基金等机构重仓持有、涨幅巨大的“新庄股”，如近期的有色金属股。其次，问题股、巨亏股、戴帽戴星股。不可否认，这类个股中蕴含着暴利的机会，但投资者要认识到，这种短线机会往往不是投资者可以随便参与的，万一投资失误，

就将损失惨重。

第四，分散投资，规避市场非系统性风险。当然，分散投资要适度，持有股票种类数过多时，风险将不会继续降低，反而会使收益减少。