

在异地商会上的讲话 年轻干部异地教学 心得体会(优质5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

在异地商会上的讲话篇一

为期五天的楚州区年轻干部培训转眼已经结束了，作为一名大学生村官有幸参加此次培训实在是受益匪浅。区委组织部无论在课程安排上还是在授课老师的选择上，都动足了脑筋，创新点很多。在第一天去报到后，大家拿到培训日程安排，心里都觉得压力很大。上午的课程安排名师进行知识授课，下午安排的即兴演讲、实地调研、无领导小组讨论、拓展训练对我们绝大多数人都是第一次参加，有点措手不及的感觉，然而一天天，一关关经历过来，大家回去时都觉得内心充满了自信，收获颇多，满载而归，这正是此次培训课程安排的妙处。培训开班马部长提出了要胸怀大志、遵章守纪、争创佳绩的几点希望，在培训班结束马部长又要求我们始终把学习作为人生永远的主题；把干事作为人生永远的主线；把修身作为人生永远的主流，充分体现了区委组织部对我们培训的高度重视。通过此次培训，我内心最主要的感受有：

时俱进，铸造文化自信；注重科学发展，实现文化自强。赵校长的依法行政深入浅出，语言幽默诙谐，结合实际事例，深刻阐述了依法行政的重要性、必要性和如何做到依法行政。李淑芳教授不但是一位高级教授更是一位资深美女，将加强廉洁自律，争做优秀党员的老话题，讲出了新意，特别是向我们推广了周恩来的倡廉思想，强调思想教育是廉政建设的基础，规章制度是廉政建设的关键，民主监督是廉政建设的

保证，进一步增强了我们的党性。

力，大家通过互相配合成功高质量的穿越了电网，更是形成了一个团体的凝聚力。悬崖铁壁对于我来说是最大的挑战，我平时就恐高，但是拓展训练的主旨就是超越自我，挑战极限，如果永远不尝试，就永远不知道自己的极限在哪里，最终我战胜了自己内心的恐惧，成功的完成了悬崖铁壁的训练内容，内心非常有成就感。3、理念得到了进一步升华。在这次培训中，从一开始的不太自信到结束时的自信不仅仅是一种简单的心理变化，更是一个对自己加深认识的过程。在这个过程中，通过看其它同学优秀的演讲对自己有很深的触动，正如马部长所言，学习是人生永远的主题，学无止境，必须要时刻将学习放在第一位，对照自己的不足，深刻的剖析自己。压力无时无刻存在，但是要将压力转化为自己进步的动力。学习不仅仅是看书本，更是要锻炼自己语言表达能力、综合协调能力、组织能力等，所以在今后的工作中要始终保持学习的状态，保证务实的作风。

此次培训充满活力、充满竞争更充满挑战。培训的内容安排上既体现了能力与实践相结合、知识传授与活动的参与相结合、组织管理与自我管理相结合的创新点。作为一名大学习村官，作为一名村主任，在今后的工作中，我将坚持做到有板有眼的学习，常思学习之益，常享学习之乐，常悟学习之道；有声有色的工作，在工作中坚持标准要高、过程要精、效果要好；有滋有味的生活，物质上要勤俭、精神上要享受、体魄上要强健。

天津政法系统青年干部培训班学习心得体会

11月14日至12月9日，我有幸参加了天津市政法系统青年干部培训班的学习，作为一名来自天津边检总站基层科队的科队领导，此次学习对我是一次难得的学习机会，也是一次很好的提升自身素质的机会，感觉时间过得很快，收获很大。

市委政法委、政法委党校的领导和老师对我们此次培训学习非常重视，课程安排丰富紧凑，内容覆盖广泛全面，并进行了域外实地考察走访学习，课堂讲解深入浅出，培训效果明显。使自己思想文化素质得到了极大的提升，自身素质也显著提高，对自身不断加强学习的重要性有了更深刻的认识，并就如何树立终身学习的理念和如何更有效的学习有了一些初浅的思考。

一、参加党校学习的收获和体会 第一、关于对党章进行进一步学习的深刻认识和体会。十七大党章对党的基本路线的新表述立足国内外形势的发展和党员队伍发生的深刻变化，进一步明确提出了新时期保持党员先进性的具体要求，为我们党与时俱进、加强先进性建设指明了方向。此次培训班把党章作为学习重点，就是根据党章的这一特点和党员队伍的实际状况，立足于从最基本的要求入手，有的放矢地引导党员以党章为思想武器，增强党性，提高素质。

党章篇幅虽然不长，但每段内容、每个观点、每点表述都是以科学理论为基础，都是宝贵的实践经验的结晶，其内涵丰富，寓意深刻。认真学习和履行党章，是对每个党员的毕生要求。在先进性教育学习阶段通过进一步学习党章，加深了对党章内容的理解。学习的目的在于应用于实践，学习好党章，目的是贯彻好党章，增强学习和贯彻党的基本理论、基本纲领、基本路线、基本经验的自觉性和坚定性。

展的世界观和方法论的集中体现，是同马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想一脉相承又与时俱进的科学理论，是我国经济社会发展的重要指导方针，是发展中国特色社会主义必须坚持和贯彻的重大战略思想。贯彻落实科学发展观，不论是对一个地区还是对一单位来说，都具有重大意义。我们必须把科学发展观贯彻落实好。那么，如何贯彻落实好科学发展观，并取得实效？我认为必须着重认识和解决如下几个问题。一是必须正确理解科学发展观的内涵和精神实质；二是找准各自存在的妨碍科学发展

的因素；三是制定好科学的发展规划和实施方案。第三、关于开展“发扬传统、坚定信念、执法为民、创先争优”主题教育实践活动的认识和看法。主题教育实践活动应以邓小平理论和“三个代表”重要思想为指导，深入贯彻落实科学发展观，结合出入境边防检查工作实际，以发扬革命传统、坚定理想信念、践行执法为民、党员创先争优和提高边检服务水平工作为主要内容，以弘扬光荣传统、加强队伍建设、推进创新边检执法整体工作为着力点，切实解决民警在理想信念、宗旨意识、服务意识、执法执勤工作等方面存在的突出问题，努力造就政治坚定、业务精通、作风优良、执法公正、服务水平优良的边检队伍，担负起中国特色社会主义事业建设发展的捍卫者的神圣使命。切实做到理想信念更加坚定；警民、党群、干群关系更加密切；党的建设进一步加强；领导班子建设明显加强；工作成效更加明显。

致的。维护社会稳定本身不是目的而是手段，维护社会稳定的根本目的就是为了维护、发展和实现广大人民的根本利益。要有效地化解社会矛盾，维护社会的和谐稳定，必须加强社会矛盾源头治理，加大利益协调力度，妥善处理人民内部矛盾，坚决纠正损害群众利益的不正之风，切实维护群众的合法权益。

第五、浅谈如何加强公安机关公正廉洁执法。公正是法律永恒的价值追求，廉洁是执法者最基本的职业操守，公正廉洁执法，维护社会公平正义，是公安工作的生命线，也是党和人民对公安队伍的永恒要求。要保证公正廉洁执法，应着重抓好以下几个方面的工作：一是牢固树立公正廉洁意识是保证公正廉洁执法的关键；二是正确运用自由裁量权是实现公正廉洁执法的必然要求；三是强化和完善执法监督是实现公正廉洁执法的保障；四是提高广大民警的业务素质和执法水平是实现公正廉洁执法的重中之重；五是建立健全公安机关特别是边检机关执法制度建设是实现公正执法廉洁的治本之策。

二、理论学习和实地考察相结合培训期间政法委党校组织我们全体学员到长三角一带进行了为期四天的实地考察学习走访，通过此次外出考察学习，有三个方面的感受：一是通过考察学习，进一步开阔了眼界、拓宽了思路，也增强了信心。二是坚持高起点规划、高标准实施、高水平建设。三是找准自身定位、发挥自身优势，努力弥补自身存在的不足，积极向其他单位学习先进管理理念和先进的执法理念，切实提升自身队伍的整体素质。

此次实地走访，也使我深刻认识到科学的决策来自创新的思维，创新的思维来自更新观念，研究新方法、新思路。工作中应自觉加以运用，促使我们思考应该怎么办、怎样提高工作效率、怎样创新、怎样拼搏。作为一名出入境边防检查工作基层科队领导，必须以科学的创新思维方式不断顺应时代的变化，扎实稳健地学习边检管理创新先进理念，通过专业理论学习和实践研究探索，锻炼自己的分析能力、综合能力、创新能力，以及思维能力、领悟能力、洞察能力，全面提高自身的整体素质和管理能力，顺应全面提高边检服务水平 and 边检队伍活力的发展大趋势，在服务经济社会发展、服务人民群众方面取得了新成效。

三、加强交流，发挥优势，弥补不足。

此次培训学习为我们提供了一个更方便、更宽阔的交流平台，扩大了我们学员间的相互沟通和了解。一是增强了对友邻执法单位相关工作的了解和深入认识，有助于学习新的思维方式、工作方法和领导能力；二是丰富了自身阅历，交流了工作经验，促进了自身履职能力的提高，提升了自身水平、增长了知识和才干；三是增进感情的同时也使其他友邻单位对边检机关的工作特点和性质有了更加深入的了解，有助于加强对外宣传，形成品牌效应，扩大社会影响力和知名度。

四、明确今后努力方向

1、进一步加强学习。作为年轻干部如果不爱学习，就会缺少灵气、无法创新，就不能适应部门工作的需要，素质提不高，成长也不快，有可能成为时代的落伍者。我将进一步增强自身业务水平，学习履行职责相关的新知识新技能，不断扩展知识面，优化知识结构，跟上时代前进的步伐。

2、进一步勇于创新。思想观念不适应现状，就不能顺应时代进步历程，就不能与时俱进地推动工作的新发展。我将走出就固守理论，不能合理联系实践工作的局限，研究新方法、新思路，学习边检管理创新先进理念，理论创新与实践相结合。

3、进一步廉政勤政，作为青年干部，特别是一名人民警察，必须要求自己在物欲横流的复杂环境下，经受住困难和诱惑的考验，正确处理个人利益和集体利益、正当利益与不正当利益、奉献和索取的关系问题。进一步自觉接受组织、群众的监督，发现问题及时纠正，把公道正派作为自身的重要职业操守，提高自身廉政勤政的意识。

此次培训班学习作为人生旅途的一个加油站和新的起点，在工作中树立求真务实的工作作风，把树立远大理想和做好本职工作结合起来，努力勤奋工作、积极开拓创新，在平凡的岗位上创造业绩。

参加中青年干部培训班心得体会

日前，我非常荣幸的参加了由区委组织部和党校联合举办的中青年干部培训班，聆听了xx部长的开班动员讲话，对中青年干部进行了鼓励，提出了要求。xx提出的注重个人修养和理论修养的问题，强调要正确认识自己，切勿取得一点成绩就固步自封，要有认真、较真的精神，慎权、慎威、慎行，强化廉洁从政和敬业精神等思想，让我印象深刻，屡屡反思，受益匪浅；别出心裁的拓展体验课程让我认识到集体力量和团队精神才是战胜困难的决定性力量，敢于突破自我才能迎

来更广阔的天地；潘教授执教的职业素养与政务礼仪课程对于我所从事的办公室工作来说，真是起到了及时雨的作用，纠正和弥补了我在这方面的知识和经验上的匮乏；特别是观看了中央党校教授关于沟通与协调的教学视频，对于担任副职的年轻干部，如何协调管理工作关系、处理好上下行关系，摆正自身位置，当好参谋助手等问题有了更加深刻的理论支持和体会，对今后的工作实践确实起到了现实的指导作用。

委组织部和党校领导、老师的精心组织和辛勤劳动，又感悟珍惜岗位方能有所作为。现将学习心得小结如下：

一、认真学习，深刻领会，树立“五个意识”。

—2—

超常规工作的意识，有激情，竭尽全力，团结带领广大群众推进各项事业的发展，努力做一名勇于实践的实干型干部。

三是牢固树立沟通与协调意识。要学会沟通与协调，要善于与领导、同事、相关服务单位进行沟通，要学会尊重别人，不利于团结的话不说，不利于团结的事不做，积极主动地开展工作。要经常反思工作、学习和生活，把反思当成一种文化，通过反思，及时发现自身存在的问题。为人处世要心胸开阔，要多体谅他人，遇事多为别人着想，即使别人犯了错误，或冒犯了自己，也不要斤斤计较，以免因小失大，伤害相互之间的感情。树立“吃苦、吃亏、吃气”的思想。吃别人吃不了的苦，做别人做不了的事，忍别人忍不了的事，严格要求自己。严于律己，宽以待人。

二、开拓思维，联系实际，努力干好工作。

学习理论是为了运用，用理论来指导实践。结合自身工作实际，我感到作为一名青年干部，最大的实际就是正确认识当前工作面临的实际情况，努力提高自身素质、业务技能，尽快完成

角色转换，以适应新岗位的新需要。作为一名副科级干部，我要在学以致用、学用一致上下功夫，在实践中切实锻炼自己，向“张口能讲、提笔能写、遇事能办、办事能成”

—3—的方向靠拢，着眼于新形势下政协工作的新理论、新方法，着眼于完成本职工作的过程中，提高认识水平，增长工作经验，服务政协委员，服务大局，努力做到知行统一。

三、明确思路，增强干劲，提高工作水平。实践证明，工作越重，担子越重，越需要保持迎难而上、开拓进取的精神状态，越需要在工作创新中有所作为，概括起来就是要振奋精神，开拓创新。

在今后的工作中，我要将把老师地谆谆教诲化为一股积极向上的动力，以崭新的姿态、饱满的热情投入到工作中去，做到在学中干，在干中学，争做学习型、实干型的党员干部，真正把工作做到位，同时，在继承以往经验做法的基础上，从习惯性的思维方式和生活方式的羁绊中解放出来，努力做到以创新的视角认识问题，以创新的方式指导工作，增强工作的针对性和有效性。

—4—

误，接受新的正确的思维方式和工作方法，促进工作更好的开展。始终牢固树立团队意识和大局观念，维护团队协作的和谐氛围，时时事事以大局为重，一切从全局利益出发，严格按程序办事，按制度办事，按客观规律办事，以此提升工作的效率和质量。

在异地商会上的讲话篇二

很快11届高考生就要到报志愿的时候了，估计很多家长和学生都会为孩子是否考虑去外地上大学而纠结。当初我也是这样，最后鼓足勇气给孩子报了南京大学。一个学期过去了，

我把这近半年来的感受写出来，做一个小结吧。

因为我自己有在外地求学的经历，所以对作为学生在远离父母的地方生活有深切的感受，我觉得在外地上大学的四年虽然很艰苦，但对我能力的提升起到了很大的作用。所以，从一开始我就对到外地上学持积极态度，况且同样的分数，作为北京考生到外地可以上相对层次高一些的大学。因此，很早我就开始给孩子吹风，谈到外地上学的好处，消除她的胆怯，让孩子从思想上做好了准备，无论是留北京还是到外地都能坦然面对。在此同时，注意培养孩子的独立生活能力，为将来做好准备。孩子一直心仪南京大学，她的成绩在北京进入不了第一军团，我们感觉报考南京大学还是有可能的，于是就决定报考，最终被南京大学录取。

但等到真正孩子要离开北京的时候，作为家长，的确感到不舍。开始我说不去学校送她，但禁不住朋友的劝说，加上自己也不是很坚定，还是和老公一起将孩子送到学校。到了南大，看到学校的各方面条件都不错，尤其是住宿条件我感到很满意，我那颗悬着的心算是放下了。但离开学校返回北京的时候，我和老公都感到伤感，孩子从小没有离开过父母，一下子把她放到一个陌生的环境，心里总是有些不踏实。

回到北京，从高三的忙碌一下子变成了空巢，加上老公还经常出差，真是不太适应，做饭也没了积极性，面条成了我们经常的晚餐。我们尽量调整自己，与网友多交流，周末上公园散步，连一向不愿逛商店的老公也主动要求陪我逛商店了，我还重新拿起毛衣针织起了毛衣，担任了“儿在大学”博客圈的管理员，尽量充实自己。我们时刻牵挂着南京，每天要看南京的天气预报，总是希望接到女儿的电话，我们的心情与南京的天气都关联了，又担心她吃饭能不能适应，会不会自己照顾自己。

好在不久就到了国庆节，孩子和同学一同回到北京。买车票成了大问题，多亏了同学的妈妈，帮助买了往返票，有两个

孩子结伴乘车，我们也感到踏实。到外地求学来往的车票的确是个很大的问题，寒假又遇到这个问题，干脆买了机票给女儿。孩子回来，由于军训晒黑了，但精神状态很好，跟宿舍的同学相处的十分融洽，我悬着的心终于放下了。之后的日子，老公出差去上海，女儿也上世博会，爷俩在上海见了一面，后来老公到南京开会，匆匆到学校看望了女儿。孩子在学校生活很充实，各项活动和学习忙的不亦乐乎。

但元旦后，女儿所在的宿舍楼发生了盗窃事件，虽然孩子安然无恙，我和其它几个南大家长立刻就紧张起来，一再嘱咐孩子注意安全，总怕回家之前出现什么问题。好在校方也加强了安全保卫和学生的安全意识教育，孩子顺利通过了期末考试，于元月17号回到家中。

经过一个学期的外地生活，我感觉孩子懂事了，比以前知道心疼父母了。回到家中能够主动承担洗衣服等家务劳动，更加珍惜与父母相聚的时光，似乎我们的关系更亲密了。她办事更加干练，不依赖父母，我觉得我希望的目的达到了。我问女儿，如果重新选择一次志愿，你是选外地还是选北京，女儿还不犹豫的选择外地。

我知道，我的小鸟放飞了。

但是，要提醒大家的是，到外地上学，对孩子和家长的的确是个不小的考验，对此要有充分的认识。主要有以下几点：

- 1、家长的心理素质：有些家长孩子一离开就想的无法自控，总是担心孩子，以至于茶不思夜不寐，一旦出去就无法改变了，这样的要慎重。

- 2、我认为到外地适合比较开朗容易和人相处的孩子。一旦孩子缺乏和别人相处的能力或者同宿舍遇到特别不易相处的同学，上大学的日子会变得很受煎熬，家长也会倍感担心。

3、如果孩子自控能力不强，慎重选择外地。因为到了大学，基本靠自觉学习，没有自控能力往往会沉迷于网络、游戏等，以至于门门功课挂红灯，家长是鞭长莫及，这样的例子有很多，所以要慎重。

4、到外地交通费、生活费可能会比在北京上学有所增加，尤其是即使花钱有时也买不到票，会感到很着急。

5、如果家长有意想给孩子选择外地求学，从现在开始，可以潜移默化地开始做准备工作，可以向孩子吹风，同时有意识地锻炼孩子的自理能力。

最后，祝大家心想事成，金榜高中！

在异地商会上的讲话篇三

在当代社会，越来越多的人选择异地奔走。他们背井离乡，追逐自己的梦想，很多人选择去更大的城市或者国外寻找更好的发展机会。异地奔现或许是一条艰难的路，但也可以带来很多意想不到的惊喜和收获，而我也有幸经历过这条路程，今天我想分享一下自己的心得和体会。

第二段：经历与感受

在我20岁那年，我离开了自己熟悉的城市，前往一个陌生的城市寻找发展机会。在新的城市，我经历了许多磨难，经历了无数次的失败和磕磕绊绊。但是，我的坚持和努力最终让我找到了一份理想的工作。在这份工作中，我学会了更多的技能和知识，结交了新的朋友，也体验了一个全新的文化环境。这一经历让我更加明确了自己的目标和追求，也让我更加深刻地理解了人与人之间的差异和相似之处。

第三段：困难与挑战

尽管这段异地奔走之旅带给我许多的好处和收获，但也不可避免地遇到过许多的困难和挑战。最明显的一个问题就是人际关系的建立。在异乡，我失去了与家人朋友之间的交往和支持，需要自己适应走路、交通工具等一系列生活细节。除此之外，我还需要积极融入不同的文化中，学习新的语言和习俗。此外，我还要适应各种突发事件，面对社会上形形色色的人和事，做出自己的选择和决策。

第四段：成长与收获

虽然我经历了不少的磕磕绊绊，但是我获得了很多机会来成长和收获。首先我感受到自己内心强大的毅力和勇气，在经历了无数次的困难和挫折之后，我没有选择放弃，反而更加努力地走好自己的路。其次，我学会了很多东西，在与不同的人交往和合作中，我学会了倾听、尊重和理解别人，遇到问题，我也能够积极寻找解决方法，提高自己的思维能力和应变能力。最重要的是，异地奔现让我变得更加自信和坚韧，我会更自信地面对未来的挑战和困境。

第五段：结语

总而言之，异地奔现是一段艰难而充实的旅程，在这个过程中，我们经历了许多困难和挑战，同时也创造了很多的机会和奇迹。虽然这是一条让人感到孤独和不安的路，但也可以让我们领略到丰富多彩的生活，结交到新的朋友和体验不同的文化和风景。在走向异地奔现之前，我们需要做好足够的准备和规划，并且保持对未来的信心和乐观，我相信这样的经历一定会让你变得更加成熟和坚强。

在异地商会上的讲话篇四

赴x大学学习的一个星期时间转瞬即逝，最突出的感受就是相见恨晚：教授专家授课太过精彩、学习时间太过短暂、自己的感悟太少太少。天下没有不散的宴席，虽然有许多遗憾，

但仍是不虚此行、大有收获。

一是找到了差距。来x大学学习前，自我感觉良好，总觉得自己态度还算端正，学习还算勤勉，工作还算努力，虽不能一览众山小，也能够出类拔萃。经过四天的学习，我才恍然大悟，可笑自己竟然坐井观天而犹不自知。不懂得领导和管理的区别、没掌握沟通的技能、缺乏提升心理资本的意识□dui国家的历史、现状、未来都是一知半解等等，反正以前就是盲人骑瞎马、夜半临深渊。这次赴北大培训，无异于一场头脑风暴。好的开始，是成功的一半。亡羊补牢，犹未迟也。找到了差距，就是好的开始。

二是坚定了信心。毛zx同志讲：与天斗其乐无穷，与地斗其乐无穷，与人斗其乐无穷。自己没有那么高的境界，我的体会是：与自己斗其乐无穷。明白差距固然令人羞愧，但何尝不是一件幸事呢博士讲要改变心态，积极地迎接压力，提升心理资本。如果说国家的软实力是文化的自信，那么个人的软实力就应该是内心的强大。相信自己能行，知耻而后勇。无他，因为明白了不足，不满足现在的状态，进而决心用不屈的斗志与自身的怯懦斗争不止。有这样一副dui联：有志者，事竟成，破釜沉舟，百二秦关终属楚；苦心人，天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴。谨以此自勉。

三是找到了方向。王岐山讲：作风建设，永远在路上□dui我而言，提高充实自己，永远在路上。怎么办？唯有学习，持之以恒的学习。我以为，此次赴北大学习重要的不是学到多少知识，而是开阔了眼界，更新了观念，提升了境界。书山有路勤有径，学海无涯苦作舟。在提高自身的道路上，没有捷径可走，唯有与苦相伴、以苦为乐。能受苦方为志士，肯吃亏不是痴人□x教授讲：管理，首先要管控自己。斗室不扫，何以扫天下。黑夜给了我黑色的眼睛，我却要用它来寻找光明。越学习，越觉得自己无知，在追求光明的道路上，我愿一直走下去。

我怀着朝圣的心态，赴x大学学习一周，但结果仍然让我大吃一惊。欲穷千里目，更上一层楼。古人诚不欺我。在中国最好的大学里，我的收获沉甸甸!感谢市委组织部、市委党校给我们提供了这次宝贵的学习机会，感谢老师们的辛勤工作!

3赴外地党校培训学习心得体会为期半个月的xx市xx区区委党校的培训学习结束了。当接到县委组织部到上海xx区党校学习的通知时，内心无比的激动，大家都知道上海xx区dui口挂帮遵义，上海是中国共产党发源地，遵义是中国共产党历史上的转折之地，两地有深厚的“地缘”，而我们xx县夜郎镇又是此次dui口帮扶的直接受益者，上海xx区在我镇投入帮扶资金520万元，一是投入帮扶资金320万元，在黄山村修建占地为4000多平方米的黄山民族小学，硬化一条1公里的少数民族通寨水泥路;二是投入帮扶资金200万元在茶台村修建一条长3.8公里的通组油路。帮助我镇解决了少数民族学生上学难的问题，改善我镇的交通设施条件。这几个项目的实施也是由我负责分管，所以内心的感激之情无以言表，深深的说一声“上海，谢谢!”。我怀着一颗感恩的心踏上了上海这一片土地，倍感珍惜这次学习的机会，虽然学习时间短暂但收获颇多，我认真的聆听了许多专家和教授的讲课，学到了很多知识让我受益匪浅。现将本人在此次培训学习中的收获作以下几点总结：

一是理论素养进一步提高

此次学习，党校上下作出了充分准备，特别是在学习安排上。党校通过深入分析了解当前基层干部的学习要求，科学设置课程，邀请了有名的专家教授亲自授课，还以多种学习形式来提高学员们的理论水平。在学习了xx区委党校张卫红副教授讲解的《培育和践行社会主义核心价值体系建设》，以及参观了中国共产党一大会址，陈云纪念馆、故居以后。我dui党的历史和党知识有了更深刻、更全面的了解和认识，正确的认识了世界观、人生观、价值观，更坚定了我的理想信念

和为人民服务的宗旨意识，自身的党性修养和理论素养得到提高和升华。

二是工作能力进一步提升

学习了xx市委党校董幼鸿教授的《突发事件的防范与处置》，区委党校陆迪民《新闻发布会辅导》，市委党校教授赵勇《提高行政执行力》，市国资委顾美华副教授《管理人员的沟通艺术》，同济大学郭永康副教授《走进你的心里——领导者演讲沟通技巧》，市委党校副教授柳恒超《压力管理与心理调适》，以及新闻发布会实训演练。通过这些知识的学习，使我更加清醒的认识到作为新时期的基层干部面临的挑战更大，必须要有高度的政治敏锐性和预见性，还必须有危机意识和风险意识，还要有丰富的知识和多方面的技能，学会与领导和干部沟通，提高管理水平，提升工作能力。适应时代的发展，不断创新，做好本职工作，成为一名合格的基层干部。

三是务实清廉进一步增强

学习了区委党校老师胡稼东《坚持为民务实清廉，践行党的群众路线》，参观青浦党风廉政教育基地。作为一名乡镇的纪委书记，在今后的工作中更要铭记严以律己，做到率先垂范，廉洁自律，严格执行中央“八项规定”，坚决反dui“四风”问题。深入基层，坚持群众路线，一切为了群众，一切依靠群众，从群众中来到，群众中去。认真践行党的根本宗旨坚持全心全意为人民服务，真正做到权为民所用，情为民所系、利为民所谋。

四是服务意识进一步加强

这次学习培训，我看到了上海教师的敬业精神，也得到了xx区委党校老师的无微不至的关心和最优质的服务。使我明白上海的发展为什么这么快?因为他们有一支强有力的干部队伍，

他们爱岗敬业，他们有最强服务意识和服务水平。在今后的工作中我将进一步增强服务意识，提升服务能力。深入基层，转变观念，转变作风，转变工作方式，把群众的冷暖放在心上，想群众之所想，急群众之所急，以饱满热情的投入到工作中去，真正的为民办实事。

同时，还学习了区委党校宋静《当前国际形势与我国对外战略》，上海对外经贸大学教授《中国(上海)自由贸易实验区的内涵与影响》，区委党校郝云玲《建设上海西部新兴科技贸易区，推进普陀转型发展》。使我目前对我们国家的安全形势有了一个全面了解，增强忧患意识，深知我们所面临的发展问题和肩上所担负的责任。

总之，经过这次学习培训，我收获颇多，感触颇深，在获得知识的同时，也认识到了自己在理论素质、工作水平、思想观念中存在的差距和不足，在今后的工作中将不断加强学习，不断提升自身素养，提高工作水平，以一种崭新的姿态投入到工作中去。

在异地商会上的讲话篇五

第一段：引言（200字）

异地研修是现代企业中常见的一种培训方式，它为员工提供了与不同地区、不同文化、不同行业从业者交流的机会，从而拓宽了视野、增加了经验、提升了能力。我曾参加过一次异地研修活动，深切体会到这种研修对个人的价值。以下将结合自身经历，总结出异地研修的得与失，以及对个人的心态和发展所带来的影响。

第二段：异地研修的得与失（200字）

异地研修给我带来了许多收获，首先是知识上的收获。在异地研修期间，我接触了许多行业专家和同行业从业者，通过

他们的分享和交流，我获得了新的知识和技能。其次是人际关系的收获。在研修过程中，我结识了很多全国各地不同背景的人，他们为我提供了非常宝贵的人际资源。此外，我还学会了适应异地环境和融入不同文化的能力。然而，异地研修也存在一些不足之处，比如时间的限制导致学习的深入度有限，还有异地研修的成本较高，对机构和个人都是一笔不小的开销。

第三段：对个人心态的影响（200字）

异地研修活动对我的心态和成长产生了深远影响。首先，它让我摆脱了舒适区。每次异地研修，我都要适应新的环境和不同的工作方式，这让我不断克服困难，锻炼了我的应变能力和抗压能力。其次，它培养了我对学习的热情和自主学习的能力。在异地研修期间，我没有老师的指导，需要自己寻找学习资源和解决问题，这让我更加注重学习和自我提升。此外，异地研修也加强了我的团队合作意识。在团队中，我们必须相互配合、互相支持，才能顺利完成任务。

第四段：对个人发展的影响（200字）

异地研修对个人的发展也起到了积极的推动作用。首先，它提高了我的职业素养。通过与不同行业的从业者交流，我对自己所处的行业有了更全面的认知，并学到了一些先进的管理经验和方法。其次，异地研修拓宽了我的人脉资源。在研修期间，我结识了很多行业内的专家和成功人士，这些人成为了我的导师和朋友，为我的职业发展提供了宝贵的支持和指导。另外，通过参加异地研修，我也更加自信和勇敢面对挑战，敢于接受新的角色和任务。

第五段：总结（200字）

经历了异地研修，我收获颇丰。我意识到人生的道路并不是一成不变的，只有不断跨越自己的舒适区才能不断成长。异

地研修让我学到了知识、结识了人脉、提升了能力，并影响了我的心态和发展。在未来的工作和生活中，我会继续开拓自己的努力方向，勇于面对挑战，不断追求进步，为自己的个人发展铺就更加广阔的道路。

（总字数：1000字）