# 有关培训的心得体会

来源：网络 作者：独坐青楼 更新时间：2024-10-14

*很多人经过了我们的生命，留下了一些，带走了一些，于是一个个故事演绎了人间百态，让你尝尽苦辣酸甜。对于这些人这些事，我一直心存感激，他们丰富了我的记忆，它们装点了我的人生。与人相处是一门高深的学问，我自知学识浅薄不敢妄加评论，但却始终渴望靠近...*

很多人经过了我们的生命，留下了一些，带走了一些，于是一个个故事演绎了人间百态，让你尝尽苦辣酸甜。对于这些人这些事，我一直心存感激，他们丰富了我的记忆，它们装点了我的人生。

与人相处是一门高深的学问，我自知学识浅薄不敢妄加评论，但却始终渴望靠近并走入这门艺术，领略它的美。终于，在09年10月24日，我第一次真正接触了我向往已久的公关培训。

公关培训，我们首先要学会的就是与人接触，友爱互助。虽然在培训之初就知道，队长要做那个承担全队错误的人，但我没有犹豫选择成为队长，因为我知道，有些事，还是要有人去做的。我把这份责任揽过来，就可以保证队友们免遭痛苦。在数字传递环节中，我组的失误让我的俯卧撑从1个以乘2的方式涨到了32个，本来，我的身体素质很差，膝盖又有伤，俯卧撑对我来说是难之又难的事，每一次受罚，我趴在地上费力地撑起身体时，我的组员们都在注视着我，是他们自责和心痛的目光支撑着我一次次撑起越来越沉重的责任，那一刻，我深知：我的背上，是一个队长的担当。

很多时候，责任是一种催化剂，活跃你的思维，调动你的激情，挖掘你的潜力。一次性32个俯卧撑，是我从来没有想过能够做到的事，如果我没有选择当队长，这将是我的心理极限。在组员们从地上扶起汗如雨下的我，给我端水按摩的时候，我被一种强烈的无悔冲击着，因为我的付出，已然在别人的心中留下了爱的印记。

数字传递的惩罚规则紧紧的凝聚了一个个小组，而这种团结在接下来的过电网环节中，则上升成了一种信任。

过电网的要求很苛刻，一个小小的网格，你要没有丝毫接触的穿过去，这意味着几乎每一个人，都只能被别人抬起穿越网格。这期间，你的眼睛无法给你外界的任何信息，你不可以自行移动，你只能毫无怀疑地把身体和生命交给队友，让他们用双手托起你，接过你。

我是第二个穿越网格的人，之后的二十几个人几乎都被我托起过。当一个个队友在我的手上成功穿越的时候，我早已意识不到疲倦，心中充斥着托起生命的欣慰和自豪，激荡得快要溢出。

游戏结束后的分享环节，我说了这样几句话：当每个人闭上眼睛被队友托起时，我们团队的核心就是信任两个字，这种交付生命的信任必定升华为信仰，而信仰，是比梦想还要重要的东西。的确，是信仰支撑着革命烈士挨过严刑拷打，是信仰支撑着民族一代代人前赴后继创造奇迹。如果说梦想给了我们前进的动力，那么信仰，则赋予了我们追求的勇气。

公关培训的每一个环节都教会了我一生受用的东西，比如合作，比如诚信，比如成功背后必然要付出的那些东西，比如我们生存的世界其实人才济济……这些认知对成长来说都是不可或缺的学习内容。更重要的是，我们在一起，努力了，付出了，感动了，收获了。如果多年以后我们驻足回眸，这段经历将会成为成长岁月中一道温暖的阳光，点亮眼睛，点亮希望。

最后，我想感谢为我们提供了这次机会的老师和学长们，感谢托起我的队友和公平竞争的对手们，谢谢你们在我成长的路上不求回报、全心全意的陪伴和指引，谢谢你们的信任和肯定。短短的两天，我们一起经历的悲伤与欢乐，会化作永恒闪烁于我心空的恒星，成为我低落时的安慰、忐忑时的信念、迷途时的召唤、成长中的丰碑。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找