# 狼性团队培训心得体会总结五点(10篇)

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2024-07-29

*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。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。狼性团...*

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。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**狼性团队培训心得体会总结五点篇一**

这几天的培训，让我体会到了什么是高绩效的团队以及如何去打造一个高绩效的团队，通过起队名，喊队呼，让我们每一个团队的成员团结得更加紧密，目标更加明确。我们知道我们的每一个人都不是一座孤岛，所以要学会融入到集体中，增强团队的凝聚力和战斗力!同时这几天的培训，也让我的人生目标有了更明确的定位，如果把团队比作一台正常运转的机器，那每一位成员就是其中的零部件，甚至一颗螺丝，我愿意做一颗螺丝，以螺丝钉的精神坚守在自己的岗位上为机器的正常运转保驾护航。记得雷锋同志说过，“一滴水只有放进大海里才会永不干涸，一个人只有当他把自己和集体的事业融合在一起的时候才显示出强大的生命力。”这几天的培训，真正诠释了团队协作的重要性以及个人在集体中的角色和作用。

下面我着重来谈谈这几天培训学习的心得体会。

一、团结就是力量。通过这几天的培训，我时时刻刻都感觉到团队合作的重要性，我们知道有些事情单靠个人的力量是不可能完成的，像西游记里的孙悟空无论多么有本事，也不可能到西天取到真经，所以要懂得去融入团队，让每一个人都能发挥出各自的作用和长处来战胜突如其来的困难和挑战。只有这样才能顺利扬起生命风帆，达到成功的彼岸。

二、自信造就成功。一个没有自信的人是不可能取得成功的，哪怕他有多高的iq和eq。现实生活中有些人在面临困难时，由于不相信自己的能力，犹豫不决最后临阵逃脱。比如非典和地震发生时，有些四平入稳的政府官员为了保全自身却忘了自己作为人民公仆的形象。历史上的三湾改编也证实了自信的重要性，当时只剩下700多人，面对强大的敌人和严峻的挑战，如果缺乏自信，不相信星星之火可以燎原，就没有辉煌的今天，这也启示我们年轻人，无论面临多大的困难，都要拥有一颗自信的心态，勇往直前去战胜困难，迎接挑战。为夺取全面建设小康社会的新胜利而不懈奋斗!

三、以高度的责任感和铁一般的纪律，打造高绩效团队。高绩效的团队应当具备目标明确、善于授权、团结协作、灵活主动、高度负责的特征。作为高绩效团队的一员，更应该要本着求真务实的精神将自己的能力发挥到极致，为团队的辉煌添砖加瓦，用铁一般的纪律来约束自己的行为。一个团队里没有纪律是不行的，所谓无以规矩，不成方圆。人民解放军要讲三大纪律，八项注意。所以我认为我们也需要有纪律的约束，才能让我们的工作计划有条不紊，我们的方针政策与党中央保持一致。

四、用感恩的心来回报社会、回报我们身边的人。当我唱起《感恩的心》这首歌时，顿时觉得有好多好多的话想对我身边的人说，他们包括我的父母、我的老师、所有关心和支持我的亲朋好友。我想对他们说，“因为有你，才让我的生活更精彩，人生更辉煌!”我会为你们默默地祝福和祈祷。尤其在四川汶川发生地震时，看着那一幕幕场景，我的心一直都在为灾区的同胞们祈祷着，通过捐款捐物献血和缴纳特殊党费来诠释自己对社会的关爱。

五、以实际行动为社会做贡献。爱因斯坦说过，“一个人的真正价值在于他奉献了多少，而不是索取了多少。”的确，人生的真正价值在于奉献，这是衡量一个人的标准。我想只要我们站在人民群众的角度和立场去想问题，办事情。做到从群众中来，到群众中去，切实解决人民群众最关心、最直接、最现实的利益问题。就一定能够得到人民群众的拥护和支持。只要我们献出一点爱，世界将会变成美好的人间!是的，社会需要我们的奉献，它的明天才会更精彩!

今天，我们来到了港口区，这就是我们奉献社会、服务人民的舞台!我愿意扬起生命的风帆从港口区起航!我想对自己和身边的人说，我已经准备好了，让暴风雨来得更猛烈些吧!

港口区是广西北部湾经济区开放开发的核心和前沿地带，是西部第一大港和广西一号工程的所在地。这里充满了希望和生机，我作为广西的一名热血青年，应该要为自己的家乡、为富裕、文明、和谐的新一极和桥头堡贡献自己的青春，这是贯彻落实科学发展观的具体要求，也是人才强港战略的新举措。

毛主席说过，“世界是你们的，也是我们的，但归根到底是你们的，你们年轻人朝气蓬勃就好像早晨八九点钟的太阳，我们把希望寄托在你们身上!”同样我认为，港口区是年轻人的，也是前辈的，但归根到底是我们年轻人的，所以我们要鼓足干劲，为港口区的和谐发展、快速发展发挥排头兵的作用。形成人人围绕中心，服务大局的工作理念和服务大项目的工作合力!

来吧!年轻人，我们是雄鹰，就应该搏击长空;我们是水手，就应该扬起生命的风帆从港口区起航，为港口区美好的明天，乘风破浪!

**狼性团队培训心得体会总结五点篇二**

此次培训，体现了学校团委对我们学生骨干的关怀，也使得我们自己业务素质的提升。我很珍惜这次机会，同时也积极参加实践活动，在课堂上积极发言。在这几天的培训中我学到了很多东西，也有很多的感慨。在此我向组织报告一下我的内心最真实的想法!

告别中学时代，迈进大学的校门。人生的理想将在这里确立，未来的发展空间也将在这里孕育，美好的生活在这里展开新的一页。面对崭新的学习、生活环境，我们努力去适应，克服了一个个困难。从一定意义上讲，进入大学，就意味着独立的走向了社会，走向了生活。在这个新的起点上，为了给自己的人生理想打下坚实的基础，就需要摆脱依赖、等待和犹豫，树立自信、自律、自立、自强的精神，勇于面对社会和生活。

面对新的生活环境，同学们随时都可能遇到过去没有遇到过的问题、矛盾和困惑。作为一名学生干部，过去没有接触过的人，需要去交往;过去没做过的事，需要学者去做;过去没有遇到过的问题，需要自己去解决。为了尽快提升自身的综合素质，我们需要在各个方面虚心求教、细心体察，多向老师、同学学习。我认为，每个人的能力不是天生就有的，都是在生活过程中积累、历练出来的，都有一个从不会到会的过程。只有在生活的实践中不断的磨砺，才能逐渐提高独立生活的勇气和能力，“生活是最好的老师”就是说的这个道理。

我们要提高自身的修养!

勤奋，我相信任何成功的人士都具备勤奋的品质。古语有云：业精于勤，荒于嬉。有两的学业是辛勤的汗水的结晶，突出的成就也离不开勤奋的工作，马克思说过：“在科学上没有平坦的大道，只有不畏劳苦沿着陡峭的山路攀登的人，才有希望达到光辉的顶点。”我们要自我要求自己，通过自己的不懈努力成长为学业有成、综合素质过硬的西南科大人，为国家的建设出自己的一份绵薄之力。

严谨，就是要一丝不苟、认真负责，做到严肃、严格、严密。我本人从来就反对弄虚作假，我相信弄虚作假的人是不可能有什么大的成就的!不管是学习还是生活，都做到井井有条，有条不紊，坚决抵制急功近利的浮躁的风气。

务实，脚踏实地，一步一个脚印打好基础。大学是学习知识的阶段，同时也是我们的人格成形的阶段。因此我们要做到：老实做人，认真做学问，不驰于空想，不鹜于虚声，唯以就真务实为人生理念行世。培养出大海一样的胸襟，永远都保持一种积极健康的人生态度。

创新，我们的校训就要求我们要有创新的精神，敢为人先，不拘一格。我们是国家未来的建设人才，我相信经过我们的不懈努力，一定能够成为社会各个行业的骨干，我们需要自觉培养勇于创新的品质和才干，打下扎实的基础，不断提升和拓展自己的创新能力，为将来在祖国各个建设岗位上发挥骨干作用做好准备!

**狼性团队培训心得体会总结五点篇三**

通过学习孟志强老师关于“狼性团队”培训，使自己受到了一次很好的教育。作为永宁煤业有限公司一个管理者，工作中的执行力有了明显的增强，尤其感觉到了内心的强大。感悟很多，仅以以下几点体现：

一、一个优秀的团队必须强调统一，而不强调个性。要有统一的思想，要有统一的声音，要有统一的动作，要有统一的目标，还要有一个优秀的领导。思想是基础，目标是关键。在一个优秀的领导的带领下，有了统一的思想，团队就有了凝聚力、向心力，才会有统一的声音，才会有统一的动作，才会实现我们的目标，才会得到我们想要的结果。

二、结果提前，自我退后。什么是真正的执行?一个团队真正的执行是“有结果的行动”，更应该是一个“有成果的行动”。结果就是客户(内部客户及外部客户)的需要。只有满足了客户的需要，我们的行动才是有效的。过程固然重要，但是，所有不为我们共同的目标所采取的一切行动都是盲目的无效的。

三、谁是我们的客户?这个问题必须搞清楚。这个问题不搞清楚，那么，我们的行动都是盲目的和毫无目的的行动。通过这次学习，不仅使我进一步了解了什么是外部客户，更使我学到了一个新的概念“什么是内部客户”。我们对我们的行动以及对我们的客户(内部客户及外部客户)必须负责。

四、信守承诺、结果导向、永不放弃。作为一名管理者，我们既然接受了任务，我们也就有了承诺。有了承诺，也就有了责任。我们一定要把领导对我们的要求以及客户的需要转化为自己对自己的要求。没有上级说不清，只有下级没问清。要履行责任，一切都不会一帆风顺，需要我们付出很多。只有付出才会有收获。我们一定会遭遇痛苦，但我们必须坚持，绝不放弃。一切皆为结果。

五、要学会忍受痛苦。所有成长皆因痛苦;接受了就不痛苦了;一切痛苦皆因不接受;痛苦本身不会伤害你，伤害你的是你对痛苦的态度;对痛苦的麻木是一种美德。对“痛苦”多么精辟的诠释啊。作为业务人员，必须学会忍受痛苦，因为痛苦是一种现实，你不可回避，所有舒服的环境都不会令你成长，你的道路不可能一帆风顺，如果我们欣然接受，认真努力去工作，我们要相信上帝是公平的，付出必有回报，成功一定属于我们。

六、必须遵守规则，敢于承担责任。任何游戏必有规则，团队的背后一定要有规则，没有规矩不成方圆。规则面前人人平等。我们公司的所有制度及管理规定，就是我们所有人员的游戏规则。我们必须严肃认真、不折不扣地去执行。执行不问为什么，责任必问为什么。只有敢于承担责任，才能切实有效的去预防、去发现问题，改正错误。去思考、去挖掘发生问题的根源。才能杜绝类似问题的再次发生。领导只会把重任交给那些敢于承担责任的人。

七、狼性——团队意识;整体利益;优胜劣汰;目标明确、决不放弃。狼能成为动物食物链中的最高终结者，就是它们具备了以上四点。首先是群狼战术，就是团队精神。不搞个人英雄主义，注重团队力量。其次是整体利益之上。团队成员要有大局意识，要有牺牲精神、奉献精神，率先垂范精神。第三是适者生存，不适者淘汰,也就是要有竞争意识。第四、决不放弃目标。为了既定的目标，排除困难，勇往直前，决不放弃。

**狼性团队培训心得体会总结五点篇四**

通过近期的培训学习，本人切实的感觉到了自身的提高，在此感谢上级安排的此次学习活动，感谢每一位授课老师精彩的授课。此次的培训学习，使自己的理论基础，道德水准，业务修养等方面有了比较明显的提高，进一步增强了学习理论的自觉性与坚定性，增强了做好新形势下本职工作的能力和信心。参加本期培训本人主要有以下几方面体会和收获：

一、通过培训，使我进一步增强了对学习重要性和迫切性的认识

培训是一种学习的方式，是提高业务知识的最有效手段。21世纪是知识经济社会，是电子化、网络化、数字化社会，其知识更新、知识折旧日益加快。一个国家，一个民族，一个个人，要适应和跟上现代社会的发展，唯一的办法就是与时俱进，不断学习，不断进步。通过培训班的学习，使我进一步认识到了学习的重要性和迫切性。认识要面对不断更新的工作要求要靠学习，要靠培训，要接受新思维、新举措。要通过学习培训，不断创新思维，以创新的思维应对竞争挑战。我真正认识到加强培训与学习，是我们进一步提高业务知识水平的需要。加强培训与学习，则是提高自身工作能力最直接的手段之一，也是我们提高业务水平的迫切需要。只有通过加强学习，才能取他人之长补己之短，只有这样，才能不负组织重望，完成组织交给的工作任务。

二、通过学习培训，使我清楚地体会到要不断加强素质、能力的培养和锻炼

1是要不断强化全局意识和责任意识。“全局意识”，是指要站在全局的立场考虑问题，表现在政治上是一种高度的觉悟，表现在思想上是一种崇高的境界，表现在工作上是一种良好的姿态。要求我们用正确的思路来思考解决当前存在的问题，就是要求我们要有超前的思维，要有悟性，有创新精神，而不是仅仅做好自己负责的那一方面的工作了事，要始终保持开拓进取的锐气;要牢记“全局意识”，自觉适应目前形势发展需要，认真学习实践科学发展观活动，不断增强使命感和社会责任感，提高自身能力素质和调整好精神状态，为社会发展献计献策，贡献力量。要树立群众利益第一位,局部服从整体，小局服从大局的原则，始终保持健康向上、奋发有为的精神状态，增强勇于攻克难关的进取意识，敢于负责，勇挑重担。

2 是要加强沟通与协调，熟练工作方法。要学会沟通与协调，要善于与领导、职工、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。

3是要敢于吃亏、吃苦、吃气，弘扬奉献精神。“三吃”是一种高尚的自我牺牲精神、奉献精神，是社会的主流风气。就是要为人处世要心胸开阔，宽以待人。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。要树立奉献精神，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。

4 是要宽宏大量，学会包容。包容是一门艺术，是一种境界，要达到这种境界，就必须拥有博爱的心，博大的胸襟，还要有一份坦荡、一种气概，包容是赢得朋友的前提，包容是人生的财富。包容不等于迁就和放任自流，包容别人的过错，是为了让别人更好地改过，与人相处要学会容纳、包涵、宽容及忍让，做到心理相容。

5 是要注重文明礼仪，增强综合素质。文明礼仪是生活和工作的根基，是体现一个国家和民族文明程度、经济实力的重要标志，没有了文明，就没有了基本的道德防线。我们每一个人都应该具备文明素质，做一个堂堂正正的人，做一个懂文明、有礼貌的谦谦君子，文明就是我们素质的前沿，拥有文明，就拥有了世界上最为宝贵的精神财富。只有当每一个人都具备了文明素质，我们这个国家的整体素质才能提高。我们要从自我做起，从每一件小事做起，做文明事，说文明话，让文明礼仪成为社会发展的主流，让我们的素质上一个台阶。

6是要廉洁自律，加强思想道德修养。要认真学习科学发展观重要思想，牢固树立正确的世界观、人生观、价值观和正确的权利观、地位观、利益观。廉洁勤政，严格自律，自觉接受监督。认真贯彻执行上级关于廉洁自律的各项制度和规定，不断提高拒腐防变的能力，堂堂正正做人，踏踏实实做事。要用自己高尚的品德和人格力量去感召人、凝聚人，始终做到自重、自省、自警、自励，在职工中树立廉洁从政、勤政为民的良好形象。

总之，通过几天的学习，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，今后，我要把握住各种学习的机会，本着做一名小学生的态度，向书本学、向实践学，向身边的同志学，通过多种途径、采取多种方法丰富自己的知识，努力锻造自己，提高自己，使自己成为无愧于人们的合格的干部。

**狼性团队培训心得体会总结五点篇五**

通过前段时间的员工培训学习，我感觉收益良多。作为中韩的一位老员工，我非常高兴能有这样的学习机会，我把这种学习机会当作单位能够给予我们的最好的福利来享受，愉快地接受并珍惜拥有。

既然是企业的一员，我们都想做个优秀的员工，得到领导和同事的认同与赏识，实现自我价值。但是，怎样才能做一个优秀的员工呢？通过学习，我明白了许多道理。

首先，做一个优秀的员工，一定要忠诚，有高度的责任心，把完成好自己的工作当作自己义不容辞的责任，并且乐于承担更多的责任。只有把工作当作一份属于自己的事业，认真地对待它，我们才能把工作完成得更好。

其次，做一个优秀的员工，应该具备良好的工作态度。一位名人说过，世上没有鄙微的工作，只有鄙微的态度。而工作态度完全取决有于自己。在工作中，充满热情，讲究原则，注重细节，追求完美，我们就会在不知不觉中进步许多。

与此同时，作为一个优秀的员工，还应该具有不折不扣的执行能力和较强的团队意识。西方人曾评价中国人“一个人是龙，一群人是虫”，这就是在耻笑我们不善于通力协作。个人有能力固然好，然而，个人的力量毕竟是有限的，不可能一个人做好所有的事情，只有大家齐心合力，才有可能把事业逐步推向顶峰。

以上这些道理都比较浅显易懂。我认为，在本次学习中，最发人深省的一句话是“做事先做人”。细细品来，这句话说得真是太好了！它的内涵如此博大，几乎可以涵盖一切，从而成为我们每个人都必须认真修习的重要课题。

如果我们想成为优秀的员工，想成就一番事业，就要先学习做人。做什么样的人？怎么样做人？——这对于一个人的人生、事业都产生着决定性的影响。要做优秀的员工，我们应该怎样做人？——我以为，我们应该做到以下几点：

曾说过：“自信人生二百年，会当击水三千里”。这是大鹏展翅的雄心壮志呀！不想当元帅的士兵不是好士兵，没有目标没有志向的人，大概只能终生碌碌无为了。做优秀员工，一定要有人生的志向和奋斗目标，有了志向，才有做人的气魄和胆略;有了目标，才能不断激励自己，超越自我，不断创造新的业绩。所以，做人需要问问你的志向在那里，要问问你有没有信心。

“人之初，性本善”。善良是人性光辉中最温暖、最美丽、最让人感动的一缕。善良是和谐、美好之道，心中充满慈悲、善良，才能感动、温暖人间。没有善良，就不可能有内心的平和，就不可能有世界的祥和与美好。所谓善良，无非就是拥有一颗大爱心、同情心，不害人、不吭人、不骗人。有了善良的品性，就有真心爱父母、爱他人、爱自然的基础和可能。一个善良的人，就象一盏明灯，既照亮了周遭的人，也温暖了自己，善良无须灌输和强迫，只会相互感染和传播。所以，做人不一定要顶天立地，轰轰烈烈，但一定要善良真诚。善良的品质，使你更容易和人沟通，更容易得到别人的认可和帮助，也更容易走向优秀，走向成功。

中国是一个非常讲究修身养性、崇尚道德的民族。五千年来，无论世事如何变化，勤俭、忠义、谦让、孝顺都是亘古不衰的美德。智者说：小事业的成功靠机遇，中事业的成功靠能力，大事业的成功就完全靠品格、看操守。大凡成功的人，往往都是德行高尚的人。所谓教养，就是应该知深浅、明尊卑、懂高低，识轻重，应该是讲规矩、守道义。有教养的人在自己独处时，超脱自然，会管好自己的心，在与人相处的时候则为他人着想，与人为善，淡然从容，管好自己的口。方正做人，圆通做事，宁静致远。自我反思，则事事放心、顺心。所以，做人若能做得有教养，工作中又怎能不优秀呢？

有知识不等于有智慧，知识积存得再多，若没有智慧加以应用，知识也就失掉了价值。智慧是头脑的智能，是一种洞察力和判断力。知道你在做什么事，知道能把什么事做成什么样，这就是智慧。只有方向，而没有智慧，方向本身就成了没有意义的。技能加智慧，你会更强大。

如果说“智”在于治大，那么，“慎”则在于畏小。一次深思熟虑，胜过百次草率行动。谨慎是“不糊涂”的基础。一个处事谨慎的人，必然是头脑清醒的人，必然在大是大非面前不糊涂。人生在世，有招来祸患的言语，有招来耻辱的行为，要接近成功，当然要格外谨慎。低调做人，虚心做事。远虑在先，就能近处无危。谦虚谨慎，则事易成。谨慎还是远离危险，确保安全的良方。所以，做人需要智慧，也需要谨慎。

海纳百川，有容乃大。做人做事，心胸不可太狭隘。尺有所短，寸有所长，金无足赤，人无完人，赏识别人的优点，包容别人的不足，靠的是有爱人之心，有容人之量。善待别人，等于就是善待自己，无论生活受到怎样的伤害，不必忿忿不平、耿耿于怀、怀恨在心。要学会忘记，忘记是对自己的最好保护;要学会感恩，感谢生活给你磨砺自己的机会。心灵若能充满阳光，生活自然灿烂无比。

做人还需要正直。做人要正派，做事要堂堂正正，公公正正，这是我们的立身之本。品行端正，做人才有底气，做事才会硬气，“心底无私天地宽，表里如一襟怀广”——襟怀坦荡，光明磊落，就会赢得他人的信赖与尊敬。所以，做人要宽容正直。

以上几点，并不足以完全注解“做事先做人”这样精辟的人生哲理，只不过是我个人的一些粗浅认识罢了。我和各位同事一样，也想做个优秀的公司员工，希望通过和大家一起不断地努力，把我们中韩大酒店管理得越来越好，铸造出属于我们中韩的新的成功与辉煌！

**狼性团队培训心得体会总结五点篇六**

通过近期的培训学习，本人切实的感觉到了自身的提高，在此感谢上级安排的此次学习活动，感谢每一位授课老师精彩的授课。此次的培训学习，使自己的理论基础，道德水准，业务修养等方面有了比较明显的提高，进一步增强了学习理论的自觉性与坚定性，增强了做好新形势下本职工作的能力和信心。参加本期培训本人主要有以下几方面体会和收获：

一、通过培训，使我进一步增强了对学习重要性和迫切性的认识

培训是一种学习的方式，是提高业务知识的最有效手段。21世纪是知识经济社会，是电子化、网络化、数字化社会，其知识更新、知识折旧日益加快。一个国家，一个民族，一个个人，要适应和跟上现代社会的发展，唯一的办法就是与时俱进，不断学习，不断进步。通过培训班的学习，使我进一步认识到了学习的重要性和迫切性。认识要面对不断更新的工作要求要靠学习，要靠培训，要接受新思维、新举措。要通过学习培训，不断创新思维，以创新的思维应对竞争挑战。我真正认识到加强培训与学习，是我们进一步提高业务知识水平的需要。加强培训与学习，则是提高自身工作能力最直接的手段之一，也是我们提高业务水平的迫切需要。只有通过加强学习，才能取他人之长补己之短，只有这样，才能不负组织重望，完成组织交给的工作任务。

二、通过学习培训，使我清楚地体会到要不断加强素质、能力的培养和锻炼

1是要不断强化全局意识和责任意识。“全局意识”，是指要站在全局的立场考虑问题，表现在政治上是一种高度的觉悟，表现在思想上是一种崇高的境界，表现在工作上是一种良好的姿态。要求我们用正确的思路来思考解决当前存在的问题，就是要求我们要有超前的思维，要有悟性，有创新精神，而不是仅仅做好自己负责的那一方面的工作了事，要始终保持开拓进取的锐气;要牢记“全局意识”，自觉适应目前形势发展需要，认真学习实践科学发展观活动，不断增强使命感和社会责任感，提高自身能力素质和调整好精神状态，为社会发展献计献策，贡献力量。要树立群众利益第一位,局部服从整体，小局服从大局的原则，始终保持健康向上、奋发有为的精神状态，增强勇于攻克难关的进取意识，敢于负责，勇挑重担。

2 是要加强沟通与协调，熟练工作方法。要学会沟通与协调，要善于与领导、职工、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。

3是要敢于吃亏、吃苦、吃气，弘扬奉献精神。“三吃”是一种高尚的自我牺牲精神、奉献精神，是社会的主流风气。就是要为人处世要心胸开阔，宽以待人。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。要树立奉献精神，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。

4 是要宽宏大量，学会包容。包容是一门艺术，是一种境界，要达到这种境界，就必须拥有博爱的心，博大的胸襟，还要有一份坦荡、一种气概，包容是赢得朋友的前提，包容是人生的财富。包容不等于迁就和放任自流，包容别人的过错，是为了让别人更好地改过，与人相处要学会容纳、包涵、宽容及忍让，做到心理相容。

5 是要注重文明礼仪，增强综合素质。文明礼仪是生活和工作的根基，是体现一个国家和民族文明程度、经济实力的重要标志，没有了文明，就没有了基本的道德防线。我们每一个人都应该具备文明素质，做一个堂堂正正的人，做一个懂文明、有礼貌的谦谦君子，文明就是我们素质的前沿，拥有文明，就拥有了世界上最为宝贵的精神财富。只有当每一个人都具备了文明素质，我们这个国家的整体素质才能提高。我们要从自我做起，从每一件小事做起，做文明事，说文明话，让文明礼仪成为社会发展的主流，让我们的素质上一个台阶。

6是要廉洁自律，加强思想道德修养。要认真学习科学发展观重要思想，牢固树立正确的世界观、人生观、价值观和正确的权利观、地位观、利益观。廉洁勤政，严格自律，自觉接受监督。认真贯彻执行上级关于廉洁自律的各项制度和规定，不断提高拒腐防变的能力，堂堂正正做人，踏踏实实做事。要用自己高尚的品德和人格力量去感召人、凝聚人，始终做到自重、自省、自警、自励，在职工中树立廉洁从政、勤政为民的良好形象。

总之，通过几天的学习，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，今后，我要把握住各种学习的机会，本着做一名小学生的态度，向书本学、向实践学，向身边的同志学，通过多种途径、采取多种方法丰富自己的知识，努力锻造自己，提高自己，使自己成为无愧于人们的合格的干部。

**狼性团队培训心得体会总结五点篇七**

时间过的真快，我进入博鳌国宾馆培训已经一个月多了，在这五周里，公司领导，同事对我十分关心，同事给予了我莫大的帮助，在这里我表示由衷地表示感谢！

虽然培训才经历了短短的一个月多，接下来还有一段很长的时间，这几天的培训，让我了解到公司的规模和制度非常完善，也比较人性化。我想这是一个企业成功的先决条件。这几天汤总监给我们讲了很多，做人做事的道理，给我的第一印象就是：课程讲授涵盖面广，切合实际，汤总监谨慎的作风和幽默的谈吐新意的授课方式也深深的打动了我，人们常说听君一席话胜读十年书。我相信这是让我受益终身的在服务行业。

虽然培训才刚开始其实我时常在问自己这样一个问题：“你为企业的发展做好准备了吗？”也许有人会说我只是一名普通的职员，在平凡的不能再平凡的岗位上工作，能做出什么事情？在这里我要说：“你错了！”公司的发展需要大家团结起来共同奋斗，企业的壮大离不开你我的共同努力。也许你我都在平凡的岗位上，犹如大海里的一滴水，而正是这无数水珠聚集在一起才汇集成浩瀚的大海。你我爱岗敬业的实际行动必将成为企业发展壮大的坚实基础。

商汤盘铭有曰：“苟日新，日日新，又日新。”就是体现一个“变”的精神，而怎样才能变？就是学习。所以从今往后我会无时不刻督促自己多学新的知识和技能，每天都让自己有变化，

军训很辛苦、也很累。说实在话，刚开始对军训，我很不适应。不就是培训培训我们的服务技能嘛，军训与服务有什么关系呢？可经过几天的军训后，我终于明白它的重要性。来自四面八方的学员纪律观念都不强，都有一点散慢。经过几天军训后，在我们身上发生了变化，从一开始的散慢变得遵章守纪，使学员们的团队精神，整体意识都得到加强。我们不是做得最好，但是都在不断的努力。

军训结束后，开始了我们的公共课培训。我们的培训经理也是尽心尽力教我们，严格要求我们，就是希望我们的服务一流，创酒店品牌文化。经过培训经理的辛苦教导，我们掌握了酒店的应知应会全部操作技能等。

进入房务部这个大集体，也通过这几天舒主管、阮主管、刘主管，对我们的培训，让我们这些员工受益匪浅。以下就是我对这次房务部培训的心得体会服务的重要性，一个能不能在激烈的市场竞争中，持续稳定地发展，能否成为品牌企业，客房特色、服务、环境三大支柱缺一不可。随着客人观念的变化，如今人们越来越重视酒店的服务水平，甚至把服务水平的高低作为选择酒店的重要依据。因此，提升服务水平是投入少、见效快的主要手段。

我做为房务领班应当以身做责提升服务水平的核心在于提升服务人员的素质，服务语言则是服务人员素质的最直接体现。语言是人们用来表达思想、交流感情的交际工具。服务不是演讲也不是讲课，服务人员在服务时只要清楚、亲切、准确地表达出自己的意思即可，不宜多说话。服务过程中不能只有鞠躬、点头，没有问候，只有手势，没有语言的配合。传统服务是吆喝服务，鸣堂叫菜、唱收唱付，现代服务则讲究轻声服务，为客人保留一片宁静的天地，要求三轻（即说话轻、走路轻、操作轻）。一些服务人员往往由于腼腆，或者普通话说得不好，在服务过程中不能向客人提供清楚明了的服务，造成了客人的不满。特别是博鳌国宾馆介绍，经常使顾客听得一头雾水，不得不再问。由此妨碍主客之间的沟通，耽误正常的工作。即使是因为客房特色，也要采用方言服务才能显现出个性，也不能妨碍正常的交流。因此服务员也应该会说普通话，或者要求领班以上的管理人员会说普通话，以便于用双语服务，既能体现其个性，又能使交流做到晓畅明白。直接面对顾客服务，每天接触的客人很多，而且什么样的客人都有。虽然他们在服务时很小心，但有时仍难免一时疏忽，造成客人的伤害;或者服务人员服务时所做的一切都符合规定，但仍然不能使客人满意。这里应以“顾客至上”为原则，向客人道歉以求客人的谅解。身为服务人员，一定要了解各种顾客的类型，才能随机应变，把握时机，应答自如，顺应其需要，提供最佳的服务。

**狼性团队培训心得体会总结五点篇八**

从单打独斗到并肩作战再到团体作战，踏上工作岗位一年来，笔者实现了这样的初级转变。笔者忽然深深地感觉到，自身已然不是最初的独立战斗，而是逐步走向了团队合作，并且这种团队合作在项目开发过程中愈发凸显其重要性。

笔者不才，愿在这里与各位朋友分享一下关于团队管理的一些心得体会，这归结起来涉及到以下五点：追求务实、有效沟通、适当激励、合理组织、鼓励创新。

一、追求务实

笔者认为，在一个团队之中，成员之间通过相互信任而聚集到一起，继而为了一个共同的目标而协同工作。而其中，无论对每一位团队成员还是对整个团队而言，非常重要的一点就是求真务实。

追求务实，就是要注重实际。做项目开发工作，不能脱离实际情况而盲目开发，其结果必然会导致所开发出来的产品不能完全符合客户期望，更有甚者，则会与项目初衷背道而驰。这个注重实际，就是要求我们要正确评估自身、团队及项目现状，继而把握好项目的实际需求、团队所拥有的资源及所受的限制，从实际出发开展工作。

追求务实，就是要注重实现。这里所提到的实现并不是狭隘意义上的代码实现，而是相对宽泛的项目实现。项目的实现至少包含了从项目的设计、编码、测试等等的一系列过程。注重实现，就是要求我们能够在项目质量上下功夫，严格把控好项目的质量关，尽可能地避免输出无效或无用的产品。

追求务实，就是要注重实效。实效，这个概念对于项目团队而言是至关重要的，因为一个团队是否注重实效，会直接或间接地影响着项目质量的好坏甚至项目的成败。团队是由每一位成员因为一个共同的目标而聚集在一起构成的，这也就是说实效是落实在每一位团队成员身上的，项目经理或负责人如何管理项目会影响项目的质量，同样程序员如何做项目的代码实现也会影响项目的质量。笔者曾经目睹的某一位程序员编写的一个有1000多行的包含若干职责的方法，便是从侧面反映了该程序员并没有很好地注重实效。注重实效，就是要求我们要努力遵循dry(don’t repeat yourself)原则，尽量运用正交性原则，注意每一个细节，多方面、多角度地看待问题，使我们所开发的系统变得更加灵活、更易于理解、更易于调试、测试和维护。

此外，无论是项目经理或负责人还是程序员，都不应该打肿脸充胖子，在项目开发过程中，对某些问题特别是一些技术性问题不懂装懂或是独自郁闷。遇到一些自己不懂的问题而一时无法解决，请教旁人并不是什么难为情之事。很多时候，项目的目标和进度应该首当其冲，或许这个问题依靠自身的能力花费了两天解决了，但若及时请教旁人(当然并不是说自身可以不寻求解决之道)也许不到两小时就解决了，这中间所产生的效益之差已经不言而喻。很多时候，我们要清醒地认识到我们不是在搞研究，而是在开发项目。知之为知之，不知为不知，这种务实态度是值得推荐的。

二、有效沟通

沟通从来都是团队开发中不可或缺的一个环节，而有效的沟通能够促进团队各项工作的顺利开展，继而提高团队生产力。

那么，在一个团队工作当中，可以采用哪些方式来确保团队交流与沟通的顺畅呢?结合笔者的工作实际，除了团队成员之间的日常交流与沟通，笔者主要关注在定期会议、问题讨论及白板文化三个方面。

对于定期会议，通常是每天花10到20分钟的时间召集团队成员聚集在一起，就各自的工作情况作一个简单的介绍，重点是关注出现的问题。当然，这个定期会议并不是死板的，若一切进展良好，那么就可以提早结束，而每一次的会议时长也是灵活可变的。

问题讨论常常是针对开发过程中一些较为重要的、关键的问题而言。通过将团队成员组织在一起，要么以“圆桌会议”的形式针对问题展开交流讨论;要么围在白板前，通过白板进行交流。

白板文化是笔者特别推崇的一种文化，因为在笔者看来，白板其实就是一个平台，它使得团队成员可以在该平台上自由地交流思想。笔者在项目开发过程中碰到的诸多问题都是通过白板这个平台，要么得到了圆满的解决，要么获得了非常好的启发。在白板面前，没有高低等级之分，取而代之的是平等和自由。在这样的团队氛围的推动下，团队的整体作战能力得到了显著提高。

三、适当激励

激励，从来都不是一个过时的话题，恰恰相反，它是构成领导力不可或缺的一部分。对于一个团队而言，没有好的激励机制，更会直接影响到团队整体效率的提升。而对于一个团队的负责人，在适当的时机进行适当的激励，往往能够起到事半功倍的效果。

阅读过卡耐基书籍的朋友都知道，真诚是其中一个值得关注的话题。用到团队中来，这点显得尤为重要，要取得他人的信任，首先自己要真诚待人，这种真诚待人应该是发自内心的，而不应该是虚伪的伎俩。学会了这点，就是在一定程度上学会了怎样去激励他人。

接着就是要提供帮助，当然这种帮助是指与工作相关的帮助。像笔者所在的团队，因团队扩容及项目开发需要，两个月前又新增了两名新同事，两名刚走出大学校园的新同事。虽说他们进入公司时进行了培训，但并未受过项目开发方面相关的培训。于是，帮助他们尽快成长的这个任务，笔者自是不能逃避之。因此，笔者与另外一位相对资深的开发同事一道，根据他们的实际情况设计并制定了相对合理的计划，并在实际的工作中经常性地与这两位新同事交流并提供若干帮助。到如今，这两位新同事已经可以胜任一部分的项目开发工作了。

再者就是目标导向。对于一个团队而言，目标(包括最终目标和阶段性目标)是非常重要的。不仅如此，明确目标也是一种有效的激励机制。因为一个个的目标就构成了一幅幅蓝图，在团队里面，通过清晰地描述目标，就是向团队描述一幅清晰的蓝图，这会从思想层次、从精神层次对团队成员起到一种激励作用。

当然，还包括物质层面的激励机制，只不过这与所在公司的政策会存在较多的关联，在这里不予讨论。

四、合理组织

组织，主要是针对团队的整体工作而言的。这里所提到的组织是相对狭隘意义上的组织。具体而言，涉及到职责分工与边界划分、共同遵守的契约等方面。

在一个团队之中，职责分工是首先要做好的一件事。职责分工不明确，必然会造成项目开发过程中诸多的交叉性，交叉性愈多，项目的风险就愈大。职责分工又会牵扯到项目边界的划分。如果项目边界定义不清晰，那么清晰明确的职责分工便无从谈起。这就要求项目团队能够根据实际的项目，清醒地认识到以模块化或分层的思想或是其他可行的方式去合理地划分项目，并明确哪些模块是关键的以至于能够影响全局的，然后根据团队成员的特点，合理地进行分工。

团队管理心得体会5篇心得体会，学习心得当然，在开始正式的团队开发之前，团队成员之间必须要有一个或多个契约供大家共同遵守。比如文档规范、编码规范等等。这样做，不仅能够统一协调团队的开发工作，更为项目良好的可维护性奠定了基础。

此外，对于团队的负责人，还必须要尽可能地争取更多的资源，服务于团队工作的顺利开展。

除了上述的几点外，

合理的组织当然应该包括团队内部会议、问题交流与讨论等方面。不管如何，组织的最终目的都是为了能够进一步提升团队的整体作战能力，早日实现团队目标。

五、鼓励创新

创新是一个永恒的话题。在笔者看来，创新并不是要求我们一定要使用一种前所未有的方式或方法去解决项目中遇到的种种问题。能如此做固然是好的，但如果能够从多种角度去思考问题，从多方面去解决问题，哪怕是已有的方式或方法，只要能够经过改变并成功地应用于解决问题，也应该被视为是一种创新。因为，在这个时候，我们的思维并不是陈旧的、死板的，而是游离于多种解决方案之中;因为我们时刻注意到了要改变，而改变正是创新的内涵之一。

在一个团队之中，通过不断地学习、持续地改进，正是为创新提供了一定的条件。很多时候，或许我们并不缺乏有新思维、新创意的团队成员，而是缺乏激发这种思维、创意的环境。因此，要时刻鼓励创新。正如前面提到的那样，白板文化是一种良性文化，是一个非常好的交流平台，同时它又是一个激发创意的好地方。

团队管理内涵之深、之广，并不是一两句话就能说清楚的，也不是一两篇文章就能讲明白的。以上所谈，均是笔者在实际工作中做团队管理建设时的一些临时性总结。虽谈不上什么经验，但只希望通过这样的总结，能够更好地帮助自身提高罢了，同时也真诚地希望各位朋友能够分享与此相关的好经验、好想法。

**狼性团队培训心得体会总结五点篇九**

培训结束了，给我留下的除了胳膊的酸痛，全身的疲惫以外还有心灵上的感悟。除非亲身经历，否则你绝不会相信团队合作的精神和力量有多惊人，当团队的力量发挥的淋漓尽致时，你往往会完成许多“不可能”的任务。

经过训练，我深深体会到信任、勇气、智慧，协作配合都是实际工作和生活中缺一不可的，也是团队合作的关所在。

两天一夜的封闭式练训，培训方式独特，对我的心灵震撼很大。我认为，无论是心灵深处的触动，还是淋漓尽致的洗涤心灵的过程，对人生的感悟，对超强团队凝聚与合作意识以及对我们今后的工作和生活都有着指导性的帮助。

1、心存感恩，生活会绚丽多姿

《感恩的心》是一首很美的音乐，很美的歌词，也可以用无声的语言来表达它深刻内涵的一首歌。回想着曾经所发生的一切，正如老师所说：如果我们都有一颗感恩的心，世间都会充满爱。一个充满感恩、充满微笑、充满快乐的世界又有什么让我们不可战胜的呢?

在这里我要深深感谢我的父母、老师、朋友、还有每天一起工作的同事，是您们给予我爱与关怀、是您们给予我知识、是您们给予我一颗友爱的心、我还感谢给予我生存空间的所有人!

2.勇于承担责任

在进行“报数”这一项目时，由于某些原因，我们接连出错，团队领袖主动承担责任，队友们也展开了自我批评，为下一次的活动积累了经验。试想，如果大家都不主动找出自己的失误而都去抨击别人，那就和我们工作中相互推委、扯皮的情况一样，是不能提高工作质量的，我认为，宽松的环境、宽容的态度是让人勇于承担责任的基础。只有这样，在不断地反思和总结中升华自己的灵魂，才能找出问题的症结。

3.不找任何借口去逃避安排的任务

在“我=团队”环节中，“齐眉棍”的游戏让我感悟：任务的完成，要靠我们团队的每一位成员。当队长根据每个人的特点安排任务时，如果我们为了个人利益找诸多借口推委，那么再简单的任务也是不可能完成好的。一个巴掌拍不响，万人鼓掌声震天。在一个团队里，如果大家劲不往一处使，想要快速前进是根本不可能的。

4.集体的利益高于一切

在这次培训中，很多队员都哭了，我也不例外。大家都是因为感动和震撼才流下了激动的泪水。在“跨越生死线”这个培训项目中，我们每一位队员都在别人的帮助下逃离了“电网”。也许你会觉得太夸张了，你会说这不过是个游戏，没有电网，也不用面对死亡。可是，这可是一种精神啊，看看他们孤单的背影，眼泪流了下来。无论做什么事情，我们都应该认真对待，所以当最后一名队员也完成任务时，我们内心的自豪感和成就感流露在大家激动的泪光中。

我想说的是：团队是个大熔炉，我们每个人都在其中铸造自己。只有我们团结起来，这世上就没有跨不过的坎。我相信：振兴小学是最优秀的团队，我作为其中一员而感到骄傲。我爱这个团队，更爱团队里的兄弟姐妹。回想“齐眉挑杆”环节中，许多人自信的认为那会是几秒钟就可以完成的事。但就在半个小时之内还没有哪个团队做好的那一刻，相信每个人的心都是被震憾的!是啊，只有一两个人做好是不够的，这是一个团队，既然是团队，那么就该是一家人。试想如果是在学校，因为某个人自身的问题，而学校的印象大打折扣，那该是多大的损失，又该如何挽回呢?细节决定成败!所以每个人对身边的任何人和事都应留心并尽有一份责任;一个团队一条心，事情才可以圆满的完成，我终于懂得了齐心协力是何等的重要。“齐眉棍”和“电网逃生”两个游戏，给我的感觉就是把弱小的个人融入强大的团队当中，用信任对待团队，相信团队，也让我知道什么是责任，一个人的力量是有限的，而团队的力量是无穷尽的，只有当团队中每一个人都真诚地团结起来，才能把团队的力量发挥得无穷无尽。

整个培训过程中，最触动我内心灵魂的是游戏“报数游戏”。在这一环节中，队长为了兑现承诺，也为了超越自我，强忍着疼痛，依旧全力以赴的坚持时，我深刻体会到当领导的不易和所肩负的责任，那时的氛围，那时的激情，以及那时的感动让我再次震撼，坚持不懈，全力以赴，超越自己，自己常挂嘴边却无法触及到。这一次培训给我的人生道路带来一些改变，不是身体上的而是思想上的。

首先，要互相信任。信任，是一个庄重而神圣的词汇，它需要彼此用心沟通，以诚相待，发挥集体智慧，互相鼓励，协调分工，认可他人。个人的力量是非常有的，集体合作才可以排山倒海，激发出无限动力，充分利用身边现有的资源，并将之组织起来，一起把工作做好，尤其在团队中，信任是必须的，我们只有互相信任，才能有共同的理想和追求。各怀心思的人，怎么会有共同的奋斗目标?又怎能相互抉择，同舟共济?所以，作为团队中的每个成员，要想自己的目标实现，要想团队成绩卓越，请拿出你的诚心，彼此信任吧!

其次，要不断沟通。两天一夜当中似乎总被一些东西感动着，感动之后我觉得人与人之间需要沟通，需要心灵上的真诚沟通，只有沟通我们的距离才可能缩短，才可能是零距离，信息的传递就像一座桥，有了桥，但你不过去，还是无法沟通;没有了桥就更无法沟通了，我们同事之间和家人之间都需要沟通，从沟通中获得相互理解，理解增进我们的感情，只有这样才能打造一个强有力的团队，团队精神才能体现地淋漓尽致。21

再次，挑战自我，相信自我。个人所处不同环境，从事不同工作的时候，首先要树立信心，勇于挑战自我。在活动中让我清醒地认识到自己的缺点，不要被一些表象所迷惑，朝着目标坚定前进，成功就在面前。

最后，分工明确，周密计划，认真执行。注重细节，讲究科学方法，依赖整体的智慧，克服困难，我们的团队必会无往而不胜，作为团队领导者要时刻不忘肩上的重任，作为被领导者应该体会到领导者的压力，努力工作，尽力配合，各尽其职。

两天一夜的培训很短暂，只是我生命中短暂的一次停留，但它给我的触动，给我的思考，给我的裨益，将是我一生所受用不尽的，我完成了一次思想的蜕变，不是说蜕变的过程是痛苦的吗?那破茧高飞的蝴蝶美不美?我坚持，我自信，是的，心就是一个人的翅膀，心有多大，世界就有多大，选择我爱的，爱我所选择的，这是一次心灵的洗礼，我们生活中每一个人都值得去感恩。

**狼性团队培训心得体会总结五点篇十**

通过这次游戏方式培训，让我感受最深有以下几点：

一、团队的士气，团队力量

我本身通过培训，懂得如何去调整员工工作气氛，气氛是每个团队必不可少的中坚力量，还有就是要相信自己的团队，形成一种默契，放开手脚去做，倡导自检是责任，接受别人检查是一种美德的心态，下道工序是上道工序的客户角色去看待问题，要互相帮助，使团队更加完善。

二、团队的合作意识

对待事情的态度：我们其实大多时候都在给员工一个不确定的标准，使员工对待自己的物料，自己的工序潜在的隐患有所不知，我们要提倡“是”“不是”而不是“还好”“差不多吧”这就会造成误区、盲点。对待事情应去面对，而不是一味逃避，逃避不能解决任何问题!思维能力：对待事情，如何去逆向思考或换位思考，是否可以做到心脑手一致而不是心脑不一，还有反应能力，先发现问题，而不是出了问题再去解决，首先树立自己思维标准再去传达。

三、团队凝聚力

品质也是需要团队文化去凝聚，学会怎么去自检互检，说其实很容易，但是做的时候要以什么样的角度或心态去面对很难，要倡导我的工作我负责，我的产品你放心。学会发现，管控问题

通过团队培训让我感悟很多，使我深刻意识到每个人都需要有团队文化。

平时学习和生活，工作中都有能力未曾发挥出来，无论在何时何地，只要有信心，有勇气面对，就没有解决不了的难题，因为有团队。

在老师的讲解中让我们每一个员工了解到团队合作，有了团队才能更锻炼意志，完善自我!

从员工们一开始的不敢说，不敢做，到敢想、敢说、敢做，心贴心、面对面，通过游戏的方式交流学习，让我们从思想上做出改变，认清自己的角色。

感谢公司的精心安排，让我在游戏中能够体会到工作中的不足，能够发现自己的问题，及时反思，调整自己，同时也感谢我的所有队友能与我在一起完成团队建设的游戏，一起感悟，共同进步!

团队建设学习让我感觉到团队精诚合作的重要性，任何事情光靠自己的力量是不够的，一个班组就是一个团队，只有每个人尽心做好了，整条线也就成功了。

时刻关心了解员工的状态，让我们的线体拧成一股绳，发挥它最强大的力量。

让他们拥有更多的机会体现自己的特长，尽量让每个员工发挥特长，以自身的力量干自己力所能及的事情，让我与我的线体一起成长!

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