# 职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得(18篇)

来源：网络 作者：岁月静好 更新时间：2024-10-15

*我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得...*

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得篇一**

转眼间培训班的课程已经接近结束，经过十一天的学习，我想我们每一位学员都有不一样的但很大的收获。对于我个人，我认为这次培训班举办的十分有好处，十分有必要，因为它不仅仅让我充实了更多的理论知识，更让我开阔了视野，解放了思想，打动了内心。无论是从党校到复旦，从听课到交谈，还是从所听到所闻，每时每刻、每一堂课，都让我有所感动和收获，许多不可言语表达的收获。加之与来自不一样县市区、不一样工作岗位的同学们聚集一堂，相互交流借鉴工作经验、思路方法，较全面的提高了自我的理论水平和工作潜力。

以下是这些天的几点体会:

一、多种形式的学习，提高了理论水平

作为一名年轻的基层干部，我有了必须的理论知识和工作经验，但既不够系统也不够丰富。透过教师深入浅出的讲授，感觉豁然开朗，许多问题从理论上找到了依据，对原先在工作实践中觉得不好解决的棘手问题找到了切入点，感觉收获很大。透过系统地学习xx大精神，让我强化了服务大局的意识，同时让我更清晰更全面地看到了加快乡镇政府职能有管理型向服务型转变的好处。

总的来说，各位教师们以朴实无华的语言为我们授课解惑，对我们来说是一次难得的学习机会，更是一次书本知识与具体工作相结合的锻炼机会。

二、不一样地域的学习，开阔了视野

这一次培训给了我们理解高端教育的机会，让我们开阔了眼界，丰富了知识，打开了思路，不仅仅对本地本土有了更加深入的认识，也对开放先进的城市、理念有了进一步的了解。

复旦、同济大学教授的五堂课，让我们站在了更高的台阶上重新地认识、学习各方面的理论知识，这样让我们站在更高的层次上看待我们的工作，看待我们的缺点和不足。

昆山一天的考察让我有很大的感触——一个地方的发展如此惊人。

当我们感叹她此刻的发展成果时，我们更应想到当初为了此刻的成果有多少人付出了多少的努力。我们不认同“人有多大胆，有多大产”，但一味的甘于落后、甘于现状是绝不能有此刻全新的现代化的昆山。

对宝钢的参观，让我们感受了世界五百强企业的生命力和自身文化。更认识到一个企业并非一开始就是大企业、强企业，而都是要从小从弱做起来的，坚强的毅力、创新的思维和团结的合作是每个企业做强作大的前提。透过对一个企业的发展过程的了解，让我们看到了自我的影子，我们不能一向梦想着晋升、提拔，而是要在精神上更高。每个人的人生都不是一帆风顺或布满荆棘的，所以我们要一颗健康、乐观的心来看待人生路上所有的酸甜苦辣，仅有这样才能赢来完美的明天和辉煌的未来。

三、案例的分析，警惕了自我

培训第二天陈淑英教师给了我们一个具体的吻合我们当前身份的虚拟人物——章明，透过“夹缝中的年轻副镇长”这个故事，让我们认识了公章明，并为他惋惜，同时更提醒了我们自我。章明本身业务素质、政治素质有很高，可是缺乏组织协调潜力，有没有很好的心理素质，这样两个致命的缺点让他在工作上寸步难行。

透过对案例的分析，让我们以旁观者的身份认清问题的本质所在，也让我们看到章明的同时看看自我。给别人找问题的时候比较容易，但给自我找问题的时候往往比较难，所以教师让我们透过查找别人问题的方式来提醒自我不要犯类似的错误。正确处理各种关系是干好工作的前提之一。事例也告诉我们没有好的上下级关系、群众关系，最终会导致工作无法开展，所以我们要着重注意自我的言行举止，处理好各种关系，在阳光心态下工作。

四、前辈的座谈，找准了差距

在诸城市的考察，让我学到了很多，无论是城市的变化、社区的建设还是两位乡镇党委书记的讲话，都让我受益匪浅。

在与两位乡镇党委书记的座谈过程中，我们学到了作为一名年轻的基层领导干部如何把所学的理论知识应用于实际工作中去，如何在平日的工作和生活中积累自我的工作经验和理论知识，如何处理工作中棘手的复杂的问题等等。同时也让我们看到了相比之下自我的不足和差距。当然找出差距并非要生搬硬套别人工作的方式方法，而是借鉴别人的方法来完善自我的方法。

结合这几天教师所讲的资料，总结出了干好工作应具备的六种潜力:一是科学决策潜力，就是应对错综复杂的局面和瞬间变化的形势要有善于做出正确抉择的潜力;二是贯彻执行潜力，就是应对问题能拿出行之有效的方案与计划，贯彻下去并做到全面准确、得当有力;三是综合协调潜力，就是在工作中能把握大局、权衡协调、统筹兼顾;四是组织管理潜力，就是善于社会交往，有较高的管理水平，组织得当;五是开拓创新潜力，就是要以大无畏的精神，在旧有的经验基础上大胆尝试，做到与时俱进、科学合理;六是学习实践潜力，就是每个人要把学习当成是毕生的任务。要想把工作干得有声有色那么务必具备这六个潜力，因为作为新世纪的干部人才就要顺应时代的发展、跟上时代的步伐，仅有这样社会才能科学的提高。这次培训无论是课堂学习还是参观考察，使师生互动还是所见所闻，都让我从没个角度获得了知识，感激组织部给了我们年轻干部这次学习的机会、锻炼的机会。今后，我将尽自我所能把所学到的知识用于实际工作中，保证在政治上、思想上、组织纪律上、工作职责上始终持续一个共产党员的先进性，用一份做人的真诚和爱心、一份政治职责完成好组织交给的每一项工作。如上是我对这次培训学习的己点肤浅的心得，如有不当请领

导批评指正。

**职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得篇二**

期末考试结束后，我校针对全体教师进行了课改培训，经过三天紧张的学习，使我对新课改有了全新的认识，思想意识上有了极大的震动的转变，现总结如下：

一、课堂教学一定要以学生全面发展为主

通过参加这次培训，使我深刻地认识到教学过程中一定要“先学后教，以学定教”的课程理念。我们课堂教学的构建，不是学科知识的给予，而是学生能力的发展。同时，我们在教学中还要立足于学生的全面发展和终身发展，实施新课程标准，要求课程的设置，课堂的教学必须立足于学生的全面发展和终身发展。传统的数学教学偏重数学知识的传授而忽视学生的知识学习过程。在教学中着眼于提高学习兴趣，培养学生创新思维的能力。

二、我们教师一定要加强学习

提高自己的专业知识和理论水平校要求年轻教师每学期听课不得少于30节，通过与老师们之间的相互交流、切磋，使自己转变了观念，知道了学习的重要性，只有通过培训才会促进自己的专业知识和理论水平的提高。我要把这些学到的理论与方法，应用于我的教学生活中。

三、课堂教学时一定要创设和谐课堂气氛，转变师生角色，体现学生主体地位。

这次培训使我懂得：新课程不仅要求教师的观念要更新，而且要求教师的角色要转变，教师再也不能把知识传授作为自己的主要任务

和目的，把主要精力放在检查学生对知识的掌握程度上，而应该成为学生学习的激发者、引导者、组织者和合作者。

本学期开始，我校实行了电子备课，这样更有利于教师之间相互交流，相互学习，提高业务水平。

总之，通过这次培训使我清楚的认识到：我们教师只有不断地学习新课程理念“先学后教，以学定教”，学习优秀教师的课堂设计，充分结合本班学生的实际对课程进行精心的教学设计，才会在教学中使学生真正地动起来，让学生主动地参与学习，不断提高学生的学习动力和能力，才会使学生感到学习知识的快乐。培训虽然结束了，但学习和思考并没有停止。在今后的教学工作中努力改善自身，不断提高自己的教学水平。

**职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得篇三**

经过在深圳中集专用车有限公司的大半个月的培训，我在自身努力学习，以及领导、同事的关心和帮助下，已初步融入到了深圳中集专用车有限公司这个大家庭中。个人的思想觉悟和工作水平有了显著的提高，也顺利完成了从学生到社会人的初转变，由此感触颇多。

为期12天的焊接培训是人事行政部按领导指示，针对我们培训生的实际情况特别安排的。通过从理论到实际的焊接培训，使我们初步了解公司焊接工艺及产品的知识。并通过每天早的军训培养我们服从命令，按部生产的思维模式，使我们成为一名合格的中集人。整个培训使我受益良多，主要谈谈以下几点：

“挖一百个坑，不如种一颗树”。年轻是我们最大的资本，但有时年轻的我们太过于浮躁。没法静下来，沉不住气，受不了累，吃不了苦。如果没法让自己以踏实的态度去做事去做人，那么年轻的我们就会付出沉重的代价。没有哪个领导会信任一个浮躁的人，特别在重工业行业，往往我们的一次不踏实就会造成难于估计的恶果。人，就应当像“人”字一样，永远向上而双脚踏地。所以在培训期间，我踏踏实实的按李班长和周班长的教导来努力学习，积极配合同组同事，与同事心往一处想，劲往一处使，不计较干多干少，不怕吃苦，不怕受累，坚定不移地把班长每天布置的考核任务，力求完美地去完成。

“他山之石，可以攻玉”。讲的就是可以借鉴别人好的强的一面为己用，这样自己也会进步很快。在焊接学习过程乃至今后的学习工作，这都是放置四海皆准的硬道理。学习别人成功的经验是自我成功的捷径，要多观察多分析别人成功与失败的经验，这样才能少走弯路，早成才。

一加一在什么情况下大于二？在两人团结情况下大于二。一加一在什么情况下小于一？在两人闹矛盾不团结情况下小于一。在制造生产时我们就是生产流水线的一份子，必须同心协力才能以最快的速度做出最好的产品。如果中集是一辆车，那我们就是它身上一个个零件，只有团队合作才能推动中集向前飞驰。我们不需要个人英雄主义，我们需要集体合作精神。

“为人处事，先学为人方能处事”。在技术中心王平王工在给我们做专业培训时曾经说过，一个好的工程师不仅要技术过关，做人更要过关。很多时候，工程师的工科思维在他们与人交往和沟通时会造成一些困扰。而要消除这种困扰更多是靠自己在做人处事上的细心学习，只有学会做人了，才能做事。毕竟做不好人就没有同事愿意配合自己，没人配合就不能完成工作任务。所以我坚持做事先做人，努力做好日常工作。所以在培训学习中我觉得自己应该着重以下几点：

1、出勤方面，每天都能提前十到二十分钟到达岗位，做好上班前的相关工作准备。

2、学习方面，虚心请教每个工人师傅和班长，不耻下问，决不不懂装懂。

3、关系处理方面，努力和每个接触到的人处好关系，与其他同事加强沟通，密切配合，互相支持，保证整体学习工作不出现纰漏。在工作中确定自己工作原则，属于自己的工作要保质保量完成，不属于自己的工作范围的配合其他人员能完成的也要按时完成，做到了主动帮忙，主动完成。

“不要让眼睛禁锢了想象力”。在创意工夫提案发布会上蒋总提到的我们的梦工厂时，我意识到了我们培训生其实只是带着有色眼镜看公司的现在发展状况，缺乏一种想象力，给眼前的困难和挫折所吓倒。我们必须具有先进的观念，要用科学发展的眼光看待一切，充分发挥我们的想象力去创造中集美好未来。坚持永无止境的努力加上永不被禁锢的想象才能创造我们的梦工厂。

“事事可改善，人类进步来源于每次的改善”。蒋总在创意工夫提案发布会上提出这个改善的理念。诚然，只要事事可改善，天天有改善，我们就具备了无限发展的核动力，在我焊接培训过程中我也发现到这样的一个现象，就是每次换焊丝时候都很麻烦。有没有可能把这个换焊丝的动作省掉呢？我正在思考着这个问题，希望能早日解决这个问题，让其得以改善。

“一个硬币总会有正反两面”。在刚开始接触焊接气割时我会有所畏惧，后来经过多次尝试已经掌握了基本操作技巧，希望在以后下线的工作学习过程中可以做到胆大心细，争取以最快的速度去适应，踏踏实实把车间生产线的学习工作做好。

总之，这一大个月来，我比以前有了很大的进步，我认为自己从思想认识上、焊接实操及理论知识上有了明显提高，这些进步是与领导和班长们对我极大支持和帮助的结果离不开的。这次焊接培训让我获得了宝贵的工作经验，我会吸取这次培训得到的经验教训，以最佳的状态把以后的工作做好，以回报公司，回报社会。

**职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得篇四**

金秋九月，秋风送爽，丹桂飘香。9月16日至19日，我很荣幸参加省分行组织的“第7期中年员工‘职业续航力提升’培训班”学习，4天的短暂培训，我非常珍惜这次培训机会。培训结束后，我心潮澎湃，依依不舍，感触颇多。

在我的记忆里，我参加工作已有30年，在农行工作近25年，我从一名年轻力壮的青年经过时间的洗礼逐渐步入奔五的行列。可以说，我们这一代农行人把自己最美好的青春年华奉献给了党、奉献给了国家、奉献给了农行的建设事业。在参加农行工作的这些日子里，我从未参加过省分行组织的业务培训班。

9月8日，一张参加省分行中年员工“职业续航力提升”培训的通知通过电子邮件转到了我的手里。手捧培训通知书，我若宠若惊，感到既惊又喜，觉得机会难得。在惊喜的同时，又让我感到这是一次迟来的爱，一种曾经被忽视现在又被重视的感受突然涌上心头，像翻腾的江水久久在我的头脑里难以平静，心里十分矛盾，想去参加培训又不想参加培训的思想念头顿时在我的头脑中纠结着。

为什么会产生这种思想情绪呢？其一，我总认为自己年级大了，培训对我来说已没有什么作用，因而，对培训已不感兴趣；其二，我一直认为自己是个快奔五的人了，在农行没有提升空间，培训与不培训对自己意义不大；其三，我一直认为自己在农行工作时间长，大部分工作岗位都干过，即便是一根铁棒也该磨成“绣花针”了，因而，无须再参加培训；其四，我一直认为银行业务单纯，工作简单，对农行各岗位工作适应，没有再参加培训的必要。

由于内心深处存在这种错误的、模糊的思想认识，不愿参加培训的思想油然而生。尽管思想上有种抵触情绪，但培训通知白纸黑字写着我的名字，加之这次培训是农总行的决策部署，是提高中年员工职业能力的需要。省分行指名道姓要我参加这次培训，是为我提供一次大好学习的机会和提高业务素养的平台，是不容我多思多想的。想到这，我的内心豁然开朗，欣然接受。

培训班安排在湖南大学，我于9月15日来到湖南大学报到。映入眼帘的是“热烈欢迎参加中国农业银行湖南省分行中年员工‘职业续航力提升’培训的学员”的巨型横幅；进入湖南大学集贤宾馆，一块写有“热烈欢迎省农行培训班学员莅临湖南大学”的红色招牌格外鲜艳耀眼，给我一种倍受尊重和宾至如归的感受。

宾馆内签到处的工作人员热情接待了我们这些远道而来的客人，并为我们每位学员分发了“学员证”、培训指南和培训教案汇编等。翻开培训指南，展现在眼前的是培训须知、作息时间、培训日程、培训班委会成员及职责、培训学员名单及分组、培训教学服务团队等，给我一目了然的感受。

湖南大学是一所千年学府，百年名校。自建国以来，为国家培养百万计的优秀人才。省农行选择湖南大学作为中年员工“职业续航力提升”培训基地，一方面，体现了省农行对培训工作的高度重视；另一方面，体现了省农行对中年员工的关心与关怀。同时，借湖南大学这块“风水宝地”和雄厚的师资力量为全省农行培养培育更多的中年员工和灌输丰富的知识营养。省农行和湖南大学为此都做了很多准备，让我们在培训期间充分感受到了省农行和湖南大学对中年员工的负责态度和良苦用心，让我们置身其中，融为一体，开心乐怀。

培训班举行了简短的开班典礼。省分行人力资源部副总经理梁宏群站在全省农行的高度，从中年员工的现状阐述了对中年员工培训的重要性、必要性、紧迫性，并对这次培训寄予了厚望。湖南大学金融与统计学院副院长、湖南大学金融发展研究中心主任龙海明教授主持开班典礼，并从岳麓书院的历史渊源阐述了湖南大学的千年历史变迁、人文变化、办学特点、办学学科以及研究成果，让参加培训的学员对湖南大学有了初步的了解和深情向往。

短短4天的培训，湖南大学的教授、讲师为我们送上了7堂知识大餐。培训涉及“中年员工职业素养与职业形象塑造、健康与养生、优质服务与营销沟通技巧、团队精神培育、阳光生态培养、幸福家庭经营、国学智慧与企业文化等内容。教授、讲师精心的备课、精彩的讲解、精辟独到的见解，给我目耳一新的感受，我恍惚回到激情燃烧的岁月，回到充满活力的青年时代。4天的培训，让我倍感亲切，受益匪浅。

培训期限间，湖南大学组织学员开展了团队大讨论和有益身心健康的团队活动，如组织学员爬岳麓山、参观岳麓书院等，让学员在紧张、忙碌学习的同时，放松心情，锻炼身体，开阔视野，陶冶了情操。

这次培训项目很多，而且很有条理和秩序，从中年员工职业素养与职业形象塑造到优质服务与营销沟通技巧；从健康与养生到阳光生态培养；从团队精神培育到幸福家庭经营，每天都很充实，每天都在进步。大家在学习中相互认识、相互熟悉、相互帮助。待到结业离别之际，大家都很依依不舍，因为有缘我们相聚了，因为相聚我们相识，因为相识我们相知。或许是培训结束了，或许是考试通过了，或许是离别的不舍，或许是对友谊的珍惜，大家都相互拥抱，相互合影，那场景真的让人感动，让我回想起当年的毕业离别场景。

短短的4天培训不是枯燥无味的，而是生动的，有很强互动性的具有很强实践性的学习过程。可以说，它给我的人生历程留下了最美好的回忆，让我倍感亲切，回味无穷。参加这次培训，我从中得到八点收获，与各位分享。

当今世界是个知识经济时代，随着信息化时代的到来，知识更新加快，谁最先掌握信息技术，谁便最先拥有更加美好的未来。这次培训，学习内容丰富，观点新颖，教授、讲师不遗余力，全神灌输，让我从中学到了许多日常工作、生活中难以接触到的东西，更新了我的知识，优化了我的知识结构，为今后更好地工作、更好地服务客户、更好地建功立业奠定了基础。

人的素养是在不断地学习、历练中培养起来的。我以前总是片面地认为，自己每天忙于工作，以没时间为由而不愿学习。偶尔看点业务书，也是走马观花，心不在焉。这次培训时间紧，学习任务重，日程安排得满满当当，让我静下心来扎扎实实地学习了4天。通过学习，我弄懂了什么叫团队精神？如何培育团队精神？怎样才能提高职业素养？如何塑造职业形象？如何搞好优质服务等，这对提高我的个人素养大有裨益。

4天的培训时间，这个过程让我体会很深、感触很深的是，我的内心发生了深刻变化。通过培训，我从中发现，过去那种觉得自己年级大、没有提升空间的思想观念是极其错误的。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。只有扎实学习，不断用新知识、新观点武装自己的头脑，在学习中干，在干中学，在学中提炼，在干中总结，在创新中长才干，在实践中出真知，在实干中出业绩，才能提高自己的学识水平，提高工作技能，才能适应新形势、新事物发展的要求。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，还需要有人生的价值观，加上吃苦耐劳的精神和心态，更加的努力，付出更多，才能真正实现人生目标，才能为团队、为农行做出更多的贡献。

信念是前进的动力，是人生前行的指路明灯。长期在小小县城工作的我，接触新鲜事物少，了解新情况、新知识少，目光短视，见识浅薄，看问题片面。在这种工作、生活环境下，感觉不到自己存在的价值，对工作敷衍了事，对前途感到渺茫，看不到前进的方向，丧失进取的信心。通过这次培训，我懂得了什么叫人生价值，什么叫知足常乐。人生的价值在哪里呢？教授、讲师在授课时给我找到了正确的答案：人生的价值不是你向社会索取了多少，而是你为整个社会奉献了多少。想到这，转瞬间，我恍惚找到了失去的自我，我唯有坚定信念，下定决心，树立信心，爱行爱岗，爱岗敬业，在农行这个大家庭里有所作为，建功立业，有为才能有位，有位才能奉献自我。

通过认真听课，使我对现代银行职业形象塑造有了进一步的加深和了解，特别是优质服务与营销沟通技巧、团队精神培育和阳光心态培养等相关的知识和发展趋势了解的更为全面和深入，同时对农行的改革和发展从中年员工的角度进行了深层次的理论探讨与学习。这些知识和研讨对我们农行的业务发展和改革提出了一些有价值的参考建议。培训受益面广和效果显著，拓宽了思维，增长了见识，为更好的推动业务经营和有效发展起到了积极的作用。

养生是一门高深莫测的学问，说起来容易，做起来难。进入二十一世纪，生活节奏加快，竞争压力加大，国人大都在忙生计、忙仕途、忙工作，拼人脉。无论是八小时之内，还是八小时之外，大家都在忙忙碌碌，完全违背生活规律，无节制地透支身体、透支健康，导致体力下降，小病不断，以致疾病缠身，药不离身，严重影响了身心健康和心理健康。这正应证了网上一句流行语：四十岁前拼命工作赚钱，四十岁后大把花钱买命；四十岁前饭当药吃，四十岁后药当饭吃。参加这次培训，教授给我们上了一堂生动的养生课，对照授课内容，结合自身实际，我从中感受到养生的重要性和必要性。早在20xx年，农总行便提出“快乐工作，健康生活”的理念。我作为一名银行从业人员，从养生的角度来说，只有留得青山在，不怕冬寒没柴烧。身体是工作的本钱，没有一个健康的体魄，“快乐工作，健康生活”将无从谈起。我长期在办公室综合文秘岗位上工作，每天忙于完成领导交办的工作任务，忙于赶写工作报告、汇材料，忙于赶写总行报社交办的新闻稿件，白天工作忙不完，晚上加班加点忙工作。每当夜深人静，别人早已进入梦乡，我却仍在伏案笔耕，冥思苦想，忘记了休息，透支着身体，透支着健康，年级不到四十便病痛不断。亡羊补牢为时不晚，这堂养生讲座正好为我补上了人生一课，教我懂得养生的许多道理与原理：工作上，劳逸结合；饮食上，合理膳食；锻炼上，适量运动；习惯上，戒烟戒酒；心理上，平衡心态。唯有如此，才能真正做到工作上享受快乐，生活上享受健康。

有人说：一个会经营家庭的人，必定是一位成功人士；而一个不会经营家庭的人，必定是一个不会工作、生活的人。这话听起来有点刺耳，实则有一定的生活哲理。小家庭是社会大家庭的组成部分，别看她只是一个小小的社会细胞，却起着举足轻重的作用。家庭和睦，社会才能安定，反之，则鸡犬不宁。参加这次培训，教授从教养子女六大基本原则讲起，逐步深入讲解和谐家庭的重要性、人生的三种境界、如何确保家庭和谐、沟通的定义、沟通的前提、沟通的三个行为等等。这与民俗所说的“家和万事兴”，都是与经营家庭有关的话题。由此可见，家庭也是需要用心去经营的。这为我们今后更好地经营家庭提供了理论基础和思想保障，给人取之不尽，受用一生。

心态决定命运，是塑造阳光生态的主题，也是这堂课的主旨。在教授看来，人生就像一面镜子：你对它哭，它对你哭；你对它笑，它对你笑。笑比哭好，人心不老。笑一笑，十年少；笑十笑，无忧愁！一个人有什么样的心态，就决定着他有怎样的命运。心态即一个人的心情，心情的好坏，决定着事情的成败。好的心情，将会对你产生向上的力量，使你喜悦、生气勃勃，使你沉着、冷静，处事不惊；而坏心情，将会使你不思进取、忧愁、悲观、失望、萎靡不振，甚至颓废。由此，想起我在农行二十几年，事业上追求成功，就急于求成，结果离成功相离甚远；生活上追求完美，就急功近利，结果人生并不完美。而这，正是坏心情在作怪。通过这次培训，我懂得了如何调整自己的心态，如何做一个快乐的人。我想，改变心态，学会享受过程，活在当下，学会感恩，在今后的工作、生活当中，定能改变自己，成就事业，实现人生价值。

**职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得篇五**

今年，我非常荣幸的参加了幼儿教师远程培训，在这个培训中，聆听了许多专家及名师的讲座，他们以鲜活的案列和丰富的知识，给了我强烈的感染和深深的理论引领。在学习活动中，我听了专家的讲座，对我来说更加加深了对幼儿园教育的认识与理解，能够更好的促进各位教师的专业化的发展。社会在发展，科技在进步，当然我们的教育要不断的更新，教师也要不断更新充值自己的学识，可持续发展。只有通过教育中不断学习，才能自身的素质与教学水平，所以我认为理论联系实际是最重要的一点，把这几位专家的观点及理念(心得体会 )与幼儿园的现有实际情况结合在一起，通过不断的反思与摸索，是我们的幼教事业能够有更大的突破。再一次次的感悟中，感受到了身为一名幼儿教师自己的责任是多么的重大啊。

幼儿教师作为一个神圣的职业，肩负着为祖国培养下一代的历史重任。当一名教师不容易，但是要当一名好幼儿教师却是非常不易的，通过本次的培训，我更进一步的了解“学高为师，身正为范”这八个字对于幼儿教师的重要性。我们教育的对象是幼儿，对于幼儿来说幼儿园就是他们接触社会的第一步。身教重于言教，幼儿教师个人的范例，对于幼儿幼小心灵的健康和成长是任何东西都无法代替的最灿烂的阳光，所以幼儿教师要加强师德修养，以自己崇高的情操和良好的思想道德风范去感染幼儿和教育幼儿，为幼儿树立良好的榜样，给予他们正面，积极的教育，使幼儿从小身心都得到健康的发展。

本次学习中让我懂得了一些沟通技巧，家庭是幼儿园重要的合作伙伴。应本着尊重、平等、合作的原则，争取家长的理解、支持和主动参与，并积极支持、帮助家长提高教育能力。” 幼稚教育是一种很复杂的事情，不是家庭一方面能单独胜任的，也不是幼稚园一方面能单独胜任的，必定要两方面共同合作方能得到充分的功效。沟通是一门学问，也是一门艺术。在与家长的沟通过程中，必须了解家长的心理，需要根据沟通对象不同的情况，以真诚的态度，运用灵活的沟通技巧，采取正式和非正式的多种沟通方式，才能收到好的效果。充满爱心，家园合作，运用多种沟通策略，通过灵活的沟通方式，实现有效的沟通交流，使家园协作更密切，教育环境更和谐，孩子的成长更健康，让沟通成为多赢。与家长的沟通在幼教工作中非常重要，要使沟通更有效，需要我们不断学习、不断摸索、不断总结。

一是通过本次远程培训，拓宽了我们基层教师参与培训的途径。

作为一名基层幼教老师，我们的培训是有限的，甚至是很少得，这次远程研修教育，是我们多了一次参与培训的机会，对提高自身知识水平，增强自己的教学理念都有着非常重大的意义。通过网络这个平台，我们在轻松学习的同时，也提升了自己的计算机知识，创新教学是前所未有的，从理念和形式都有了很大的进步，教学内容丰富，题材形式多样，驾驭效果明显。特别是各级教育专家的专题讲座，是我受益匪浅。这次培训学习，我的教学理论有所提高，教学技艺有所增长，收获很大。

二是通过本次远程培训，促进了我们教学理念的不断提升。

在远程研修过程中，通过细心聆听教育专家的讲座，高级教师的教学经验之谈，是我学到了更多更丰富的教学知识，在一定程度上，对我今后的教学起到了很好的教育和启发作用，为我树立了良好的教学理念，尤其是专家详尽细致讲解，教学点的切入，最后的教学结尾，是我深深体会到了，教学的传授过程是需要丰富的知识和灵活多变的经验，这些都是我要学习的典范，也是我今后教学中不可或缺的宝贵财富。

三是通过本次远程培训，拓宽了我们教学知识的视野。

远程研修搭建的这个学习平台，使我们积极投身于紧张而又繁忙的学习中，虽然只有短短的六天时间，我还是认真地学习着，研究着，讨论着，从中汲取营养。在评比对照中了解更多的知识点，掌握切合自身实际的教学教研，对提升自己的教学能力积淀了丰厚的基础。通过学习，不断完善自己，强化自己，提高自己，让自己在教学理念上升到一个更高的层次。四是通过本次远程培训，激励着自己的教学工作再上新台阶。短短的培训即将结束了，留给自己的是一种激励，是精神，我要在今后的工作中不断改进自己，在教学中不断完善自己，在幼教工作中不断丰富自己，使自己在今后的幼教工作有新的创新，教学事业再上新的台阶。

总之，在今后的教学教育工作中，我会更加珍惜每一次教育培训，利用学习的机会，创造出自己美好的幼教事业。

**职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得篇六**

在我的印象中，心理学是一门挺枯燥的学科，研究对象无非就是那些心理有障碍的人群。所以这次 “逼不得已”来参加嘉兴市中学心理健康教育专题培训暨省级心理教师c证培训，我早已做好“枯坐”六天的准备。但是，事实告诉我，我之前的想法都是错误的。几天培训下来，我完全没有感到乏味，相反，我第一次认识到，原来心理学是这么有趣而又实用。

在几天培训中，让我感触最为深刻的一场报告，莫过于陶新华老师关于积极心理学的报告了。作为一名踏上教师岗位不久，作为一名年轻的班主任，我从中学到了很多很多。

我工作已经快两年了，在工作的最初一年，我一心投入到工作之中，尽管很辛苦，但却依旧觉得满足，因为我找到了一份自己挺满意，家里很称心的工作。然而第二年开始担任班主任之后，我的想法却有了转变——整天忙死忙活，为着处理学生这些“鸡毛蒜皮的”小事，一直从早上7点忙到晚上5点多不得空闲，却拿着如此微薄的收入，这难道真的是我当初的选择么?身边的同事也经常抱怨工作上的烦恼，同学聚会的时候不敢说出自己的收入如此种种，让我对工作产生了一种厌烦的情绪，甚至有几次，我开始考虑跳槽，另谋他就。

但是听了陶新华老师的报告之后，我对于自己有了新的认识，对于工作、生活都有了新的思考。

作为一名老师也好，作为一个普通工人也罢，都要有一种积极客观的心态，只有拥有良好的心态，才能够从工作、生活中找到幸福的感觉。我并不主张每个人都要像古人那样做到“不以物喜，不以己悲”，这样的境界实在太高，可能我们穷极一生也只能是作仰望状。但是我们至少可以在工作、生活不如意的时候自我开导：工资太低?有比我们工资更低的，他们能活得好好的，那我也应该可以;工作压力大，事物繁多?这不正是对我们的考验么?给我们锻炼的机会，让我们不断积累工作中的经验教训。其实有时候，做一次“阿q”也不错。

教师，尤其是班主任需要有一个健康的心理环境，对待工作要有乐观、积极向上的`态度，这样才能让每天接触我们的学生也同样乐观开朗。每天拥有一个好心情，既能让自己更有幸福感，又能同时给学生带来好的影响，何乐而不为呢?

**职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得篇七**

这次班主任培训，我受益匪浅，感触也颇深。使我更清楚地理解到新时期要当好一个合格的班主任就要努力做到以下几点：

一、提高自身素质

班主任的一言一行，对学生都会产生巨大的影响，所以，新时期的班主任应对教育对象实施影响的同时，不断地完善自己。必须不断地学习有关知识，在实践中总结经验，提高自身素质，才能严于律己，以身作则，在学生中树立一个实实在在的榜样。

二、班主任要走进学生的心灵

班主任是班级的组织者、教育者，做为一个班主任要善待每一个学生，做好与每一个学生的接触，缩短师生间的心理距离，与学生打成一片。注意发现学生身上的优点进行因材施教。对学生要注意语言分寸，多鼓励学生，树立学生的自信心做到你尊重他，他才会尊重你。这样才能搞好师生关系。

三、优化班级系统

在班级里，班主任可以从以下几方面入手：

1、拓展大视野，确立大目标。

班主任应教育学生开扩视野，经常结合一些社会知识，让学生有自己的人生目标。使每一个学生对自己未来都有大目标，并从小都能向自己的目标去奋斗。

2、养成大气度。

班主任经常让学生举办对现在，对未来的设想主题班会让学生能从小养成一个胸怀家庭、胸怀社会的心理，有一种外向性、独立性、变化性、适应性的社会态度。

3、大文化，提升新人格。

经常鼓励学生阅读一些有关的课外书刊。勇于开拓，着眼于大文化、大问题，多让学生学习一些研究性学习的论文，这样学生的思维洞开，目光也高远，使命感、责任感也强化了。

四、做一名成功的班主任

每一位班主任都希望成功，但是责任心获得成功才是成功班主任的前提，班主任全身心地投入到工作中，用自己的光和热去照亮和温暖着每一个学生的心灵。有了责任心班主任、在工作过程中就会想方设法克服困难最终使自己的事业成功。作为班主任应做到上对学校负责，下对学生负责两方面。因而要做到全面执行学校布置的各项工作，并能积极带领全班学生。通过各种教育形式，组织各种活动，使学校学生双满意。这样才能当好一名成功的班主任。

**职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得篇八**

这个暑假，是一个收获颇丰的暑假。由市教育局组织的全市教师统一培训，虽然只有一周的时间，但这一周的事情改变了本人许多过去错误的经验，让本人在教学经验上改变了固有的思维习惯，从而使得本人在教学方式上有了新的突破。这一次的暑假教师培训，本人感触颇多，现将这些感触一一记录下来，方便未来回看吧!

一、学生听不懂是老师讲课有问题

在这次的暑假教训培训中，我最大的收获就是明白了，学生听不懂课，不是学生的问题，而是老师讲课有问题。这是来自\_\_学校的\_\_老师讲述的观点，但这一观点就像是一道闪电一样，击中了一直苦于许多学生听不懂我课的我。过去我将这些听不懂我课的学生叫去办公室谈过话，也叫这些学生的家长也去办公室谈过话，但这些学生依旧是听不懂我的课，依旧是考试时，我的科目成绩是他们所有成绩中最糟糕的。一直我都以为是这些学生的问题，听了\_\_老师讲到此处时，我这才猛然想到，如果是我的讲课有问题呢?那些听懂我课的学生，不一定就是真的听懂了我的课，他们也许只是有着自学的天赋，而听不懂我课的学生，他们正是我课讲得不清楚的表现啊!

二、学生不爱学习是老师耐心不够

暑假的教师培训中，主讲人都提倡让我们从自己身上找寻问题，虽然有些让我觉得不太能够理解，但有几点我还是深有感触。比如，学生不爱学习是老师耐心不够。这一点我在还是一个学生的时候就深有感触了，也不知道怎么到了自己做老师，却忽略了这一点。在我还是一个学生时，我也有过一段不爱学习的时光，那会儿根本没有人管我的学习，就连老师也是对我们所有学生眉毛胡子一把抓，没有真正对待教育的耐心，后来换了一个耐心的老师教我，我很快就爱学习了。这一点我会在秋季开学后马上改正过来，不能等到学生们都变得不爱学习之后，再来后悔自己作为一个老师耐心不够了。

三、学生调皮捣蛋是老师爱心不够

同样的，在培训中，我也明白了那些调皮捣蛋的学生，是因为没有得到充足的爱。一个得到了充足的爱的学生，他不会有想要去捉弄别人的时候，他有的是满满的爱和善意。本人将在下学期的教学中，重点培养自己的爱心，不让孩子们再有捉弄别人的念头。

**职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得篇九**

这个暑假为期一周的培训，是难得的一次充电机会，这不仅是教育部门的领导为我们所有教师搭建的一个提高学习的平台，更是我们所有教师互相切磋成长的平台。在这次培训中，本人学到了许多在平时上课途中很难学到的经验知识，也认识了许多优秀的老师，可以说是受益匪浅吧!关于这次的培训，本人有三点很深的体会：

一、保持学习

在这次的培训中，先是听了培训老师精彩的讲课，后又听了各个学校优秀教师的讲课，从听这些优秀教师的讲课中，本人意识自己在讲课方面还有许多的不足，而这种不足不是教书育人的能力问题，而是本人未能坚持学习的问题。通过这次培训，本人认识到自己从师范毕业之后，虽说一直是在当老师，也会认真备课，但却并没有能够一直在教书的过程中保持对自己的教育，也就是说并没有一直保持着学习。这种不足现在意识到了还算好，但毕竟和其他优秀教师比起来，本人因为未能一直保持学习，与他们有了很大的差距。这次培训之后，本人会努力保持学习，争取在下一次这样的培训交流中，可以展现出一个优秀教师该有的模样。

二、努力创新

在这次的培训中，本人除了感觉自己学习不足外，也感觉到了自己创造力的薄弱。不论是给我们培训的老师，还是其他学校的优秀教师，他们讲得课之所以精彩，不单单是内容讲得好，更是在教课方式上有了突破有了创新。那样的课，我们讲了那么多课的老师都觉得精彩纷呈，更何况是听课的学生们呢?通过这次的培训，本人会在未来的教学工作中，努力进行突破，努力进行创新!过去本人讲的课，虽然不至于让同学们昏昏欲睡，但要说精彩纷呈，本人自认为还有着一点距离。本人会在未来的教学工作中，通过对讲课方式的学习，以及本人对所有学生的了解，来改进课堂，争取让学生们也能够听到如这次培训时本人听到的，那么精彩的讲课!

三、师风师德

一次培训一次经历，而这一次的经历中，本人对师风师德有了更深的体会。本人明白了师风师德乃为师之本，一个老师讲得课再好，如果这个老师没有良好的师风师德，那么学生们又如何会将老师作为自己的模范来学习呢?本人通过这次培训，以后会更加重视师风师德的建设，争取做一位能够让学生们学习的好榜样!

**职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得篇十**

十分感谢院领导给我这次外出学习的机会，透过这短短的40天时光，培训虽很短，从中学到的知识却使我受益匪浅，感触颇多，使我更深刻的认识到这份职业的精辟之处，在很大程度上开拓了我的眼界、增强了自我的业务潜力，认清了自身与其它医院护士所存在的差距，明确了自我今后的学习发展方向，为今后的学习和业务技能培训奠定了坚实的基础。现将外出培训学习所学总结如下：

一、业务技能方面有了进一步提高

我们先后练了7项操作：无菌技术操作、静脉输液、心肺复苏、卧床病人更换床单、野战条件下心肺复苏、动态微光条件下静脉输液及微光静脉输液。前期因为没有理论大家训练热情比较高，明着是以集训队为一体，可暗地里都是以个自利益为重，都想做到。三所医院共有二十几人，分组练习还好，可一到晚上自由时光大家都争着到训练室练操作，场地少，人员多，每次为练都不开心，我们孔同志为了占场地好几次都不吃饭，在练每项操作的同时，大家都付出了许许多多，有人从荡板上摔下来过，有铺床时划破手的，有苦有甜大家都很认真，这些我从来没有见过的。平时在科里上班觉得没啥，可随着环境与事态的改变，不由得感觉自我像是进了一个没有硝烟的战场，时刻会有人出此刻你身边，告诉你：你被淘汰了。

经过每一轮的淘汰，使我更深的认清了事情的残酷性，我们单位就留下我们三个人，虽然每个人嘴上都不说，但是心里都明白，后期的训练都不言而喻，训练场由集训队搬到了大礼堂，分部领导委派贾萍贾主任给我们做指导，从细小至微处抓起，给我们每个人扣游击动作，怎样样的手法能把床单拉展，怎样样的手法能把床单角铺成标准的90度，内角到达45度，怎样样和病人沟通，怎样走路，怎样端治疗盘，怎样推治疗车，怎样拿输液架，怎样消毒瓶口与皮肤，共消毒几圈等等都有规定，就连走路多一步少一步都不行，让我们平时看起来无关紧要的东西，让贾主任一扣是漏洞百出，刚开始弄的我们都不会走路了，尽管这样可大家还是认认真真一遍一遍的练习。练习铺床期间正好赶上分部领导去集训队视查工作，我有幸代表集训队学员演示了卧床病人更换床单，受到了分部领导的一致好评。也由于大家手法不对经常不是把手划破就是把指缝弄劈，裂着好大的口子，直流血，但还是坚持，贾主任耐心细致的要求我们不能有一个废动作，脚底下的步子都是数出来的。动态微光静脉输液在荡板上，一个大型的秋千，我和李静同志都有晕车的毛病，一上荡板就晕，平衡感极差，我从上方都摔下来好几次，为了克服抗眩晕，练习衡潜力，我们在荡板上从开始的5分钟到后面一点点的往上加，练习在上方跪，最后跪的膝盖都肿了，戴上护膝继续，最后经过反复练习时光能够在上方漂亮的完成这项操作，我相信任何成果都要有艰辛的付出，任何困难都难不倒有恒心的人，滴水穿石就是这个道理。

二、理论知识得到充实

以前看书的时候总想着看完就完了，也就是为了应付某个考试而看，可透过这次培训，使我认识到医学领域里的理论知识就好比盖房子打的地基一样，需要相当的牢固、扎实。是任何科研与操作的先决条件，要求相当的严谨，一环扣一环，理论两天考一次，一天要看100页左右，白天练操作晚上看理论，大家学习热情高，都是加班加点的看，看到晚上3点多，有的甚至看到4点都不睡觉，为了防止瞌睡每晚都要喝浓浓的咖啡，都的落到别人的后面，我前面考试不理想，最后经过努力一次比一次高，最后考到了别人的前面，学习要讲究方式方法，不是单靠死记硬背，而是要理解性的记忆，要不然前记后忘，看了也是白看。时光对于每个人都是公平的，就看你用来做什么，用贾主任的一句话，护士不就应只是会打针，会发药换液体这么简单，而是全面的发展，不能只依靠医生下医嘱我们去执行，在理论上也要充实自我，如果单是这样那要护士有什么用了，这些事情护工也会干。现代网络信息化这么发达，病人的健康意识提高，病人提出的问题，你回答的不全或者是答不出来，人家上网一查比你明白的还多，你说丢不丢人，让病人想这护士是学医的自私连这点都不懂，这对我们的护士整体印象会大打折扣，所以必须要加强理论学习，把理论真正运用到实际当中，那定会得心应手。

三、整体形象与心理素质得到加强

三分治疗、七分护理，这一点大家都不陌生。护士的形象对于我们一线的护士更是十分重要，它代表着一个人的气质，品质，还代表着一个医院的形象，第一印象尤为重要能够使病人对你产生信任感，在集训队时我们从点滴练起，如何报告，声音响亮度，不能托音，怎样站姿，与病人沟通的语言听起来如何的简洁、亲切、委婉，操作要有形无声，动作优美利索，如何能节省时光，提高效率，还要时光提醒自我注意自我的形象，不管是比赛时的评委还是平时工作中的病人及家属，都使他们加深对我们的整体印象。

总之，透过这次培训学习，我付出了该付出的时光、精力，相比我所得到的知识、经验与感悟，后者更值。在理论知识和实践技能方面都有了必须提高，更重要的是视野的开拓，思维的拓宽，理念的转变是我的收获。总体实现了既定目标，在今后的工作中，我将结合培训所得，使自身工作得到进一步提高，结合我们的实际状况，以的方式在我院进行落实发扬。

**职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得篇十一**

百年大计，教育为本;教育大计，教师为本;教师大计，师德为本。可见师德师风对于教师而言是多么重要。那么怎样才能做一名好教师呢?我认为可以从以下几个方面自觉加强师德师风修养，努力做到敬业律己，以德育人。

一、敬业爱岗，忠诚教育事业。

教育者首先要热爱教育，要有崇高的品质和高尚的人格，我们选择了教育事业，就要对自己的选择无怨无悔。从走上三尺讲台的那一天起，就把自己的一切毫不保留地交给党的教育事业，不计名利，积极进取，努力创新。

我是一名党员教师，在教育岗位上辛勤耕耘了三十年，我时刻提醒自己要有奉献意识、服务意识，忠实践行党的教育方针政策,从各方面严格要求自己，努力培养自己高度的自觉性。

二、行为示范，为人师表。

作为一名人民教师，特别是班主任，凡是要求学生做到的，自己一定要先做到，要用自己的实际行动去感动学生、带动学生，共创良好的学习氛围。

每周一的升旗仪式，我都和学生一样，立正姿势，站立在队伍的前面或后方，面向国旗，注视着国旗徐徐上升。周二至周五的室内升旗，不管多忙，也要和孩子们一起站在教室里，伴随着国歌，瞻仰着黑板上方的五星红旗。我的行动感染了学生，学生只要听到升旗曲，就不由自主地面向国旗庄严肃立，心中充满了崇敬之感。

每天晨读时间，我总会拿着自己的课本或古诗词站在讲台上和学生一起诵读，有时也会坐在来得比较迟的同学座位上读书。我还培养了一位“小老师”领读。时间久了，只要“小老师”在，同学们的晨读纪律非常好，一个个都坐姿端正，整齐而流利地诵读着。

三、热爱学生，教书育人。

爱是教育的别名，热爱是的老师。如何对待所培养的对象，千百年来，对这个问题的思考和探索，衍生出一种崇高的教师职业道德，就是热爱学生，教书育人。热爱学生，就是爱护每一个学生，相信每一个学生都能成才。

我时刻叮嘱自己，无论在什么场合，不忘自己的教师身份，我的一言一行都将影响着学生，我要做得更好，用一个高尚美好的人民教师形象去影响学生，熏陶学生。我要用深沉的爱去唤醒学生的心灵，让他们感受到老师的温柔相待，从而乐意在老师的引领下养成良好的学习行为习惯，学习更多的文化知识。

我班上有一个李\_的女孩子，父母都是有较高文化的大学生，但父亲远在上海工作，母亲也要去市区上班，每天要晚上八点才下班，爷爷奶奶在外地，没有和他们住一起。孩子上下学无人按时接送，每天不是跟同学一起来上学，就是自己走路来学校。早晨来到学校就趴在课桌上很累的样子，有时还睡着了。因家庭缘故，孩子性格古怪，与其它孩子不能好好地交流，经常独自玩耍。我非常同情这个孩子，经常叫她到办公室和她谈心，告诉她有什么困难就找老师，老师可以满足她的很多愿望。孩子很会说话，经常和我说她家中的事，特别是她在老家的一些开心事。我也常带早餐给她吃，她一有零食就放到我办公室，饿了就来吃，并且告诉我她知道的一些课外知识，问我学习上的问题，仿佛我就是她的“朋友”。上语文课上，她是积极举手回答问题，思维最活跃的一个女孩子。这个孩子的行为习惯还有待加强，但我觉得爱学生也要能包容孩子的“缺点”，让这样缺少家庭温暖的孩子在老师爱的怀抱中逐渐成长，“缺点”也会消失不见，而且健康快乐地成长的。

张\_\_同学是一位性格特殊的孩子，他不管上下课，眼睛总是喜欢盯着别的同学，找别人的做得不好的地方，然后气呼呼地找老师告状。老师批评别人，他就得意地在一边扮鬼脸。同学们都不喜欢他，他也一个朋友也没有。我把孩子叫到办公室，让他一次性地把班上其它同学的“缺点”都说出来。孩子很认真地说了不少，我也耐着性子听着，还细心做了记录。然后我盯着孩子的眼睛问：“同学们有这么多缺点，那你能说出自己都比谁做得更好呢?”孩子想了半天，最后憋红了脸，一句话也说不出来。这时我很温柔地对他说：“每个孩子都有自己的不足，这很正常，老师也非常清楚。但你总是盯着他们，老师讲课你没有听到，那是自己害自己呀!”孩子不好意思地低下了头。我摸着他的头说：“你知道自己有哪些地方做得不好吗?”孩子很聪明，他竟然能准确地说出自己的很多缺点。他一边说，我就一边引导他如何改正。现在孩子在老师的和同学的监督下，在不断地进步!

**职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得篇十二**

在过去一年的工作学习中,我熟悉到:工作岗位没有高低之分,一定要好好工作,不工作就不能体现自己的人生价值。同时为了进步本身的科学理论水平,我通过成人参加了\*大学的本科函授,平时也自学电脑知识,利用网络了解国际情势和国内外大事,开阔了视野,丰富了知识,电脑使我的生活过得充实起来。

在工作中,我是忠于职守,尽力而为的,领导和同事们也给了我很大的帮助和鼓励,在大家的共同努力下,客户们都以为\*分理处的服务比其他银行的好,都愿意来这里开立账户和办理业务,去年开立的会计账户有200多个,会计业务笔数去年更是从年初的日均\*多笔上升到\*多笔,人均笔数列居全行榜首,天天的繁忙可想而知,银行属于服务行业,工作使我天天要面对众多的客户,为此,我经常提示自己“善待他人,便是善待自己”,在繁忙的工作中,我依然坚持做好“三声服务”、“站立服务”和“微笑服务”,耐心细致的解答客户的题目,碰到蛮不讲理的客户,我也试着去包容和理解他,终究也得到 了客户的理解和尊重。

回顾检查本身存在的题目,我以为:

一是学习不够。当前,以信息技术为基础的新经济蓬勃发展,新情况新题目层见叠出,新知识新科学不断问世。面对严重的挑战,缺少学习的紧急感和自觉性。理论基础、专业知识、文化水平、工作方法等不能适应新的要求。

二是在工作较累的时候,有过松弛思想,这是自己政治素质不高,也是世界观、人生观、价值观解决不好的表现。

针对以上题目,今后的努力方向是:

一是加强理论学习,进一步进步本身素质。对前台金融业务的熟习,不能取代对进步个人素养更高层次的寻求,必须通过对理论、市场经济理论、国家、法规和金融业务知识、相干政策的学习,增强分析题目、解决题目的能力,

二是增强大局观念,转变工作作风,努力克服自己的消极情绪,进步工作质量和效力,积极配合领导同事们把工作做得更好.

**职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得篇十三**

一、畅通渠道善待信访群众

群众信访是社会矛盾的客观反映，是群众自身承受能力的外在表现。依法、有序、活跃的群众信访活动，是我们党和国家兴旺的标志，是党群关系正常的表现。“人不伤心不落泪，人无难事不上访”。信访群众大多是遇到了自身无法克服的困难和问题，因超越了自身的承受能力，他们只得求助于各级政府。群众信访无小事。从表象上看，群众信访反映的问题都是些琐碎、繁杂的小事，而对信访人来说，是大事、难事。这些事，事事连着家事、国事;事事系着人心、民心。办好群众的信访事，就能为党和政府赢得一片民心，为社会增添一份安宁。我们不能将正常的、依法有序的信访视为不稳定因素，更不能消极地对待群众信访活动。惟有切实畅通信访渠道，及时妥善地解决信访中反映的问题，才能提升社会秩序的“稳定系数”。畅通信访渠道，善待信访群众，才能保持党和群众的密切联系，才能保证群众的合法权益不受侵犯，才是促进经济发展、维护社会稳定的明智之举。

首先，要构筑大格局，落实责任制，合理分流信访量。要构筑党和政府联系群众的全方位、多层次、多渠道的信访大格局，营造人人关心、支持信访工作的大环境。要健全市、县(市、区)、乡镇、村四级信访工作网络，健全以各级党政领导信访工作责任制为主体的纵到底、横到边的信访工作领导机制。从组织体系上保证“分级负责、归口处理”的原则落到实处。尤其要加强基层基础信访工作，加强信访系统上下之间，机关职能部门之间的联系，形成一方受理，多方联动，确保群众信访反映的问题，能及时、就地、妥善得到处理，以适应当前信访工作的新形势，新变化。

其次，要建立党和政府联系群众的快车道。为适应新形势下群众信访快节奏的要求，要运用现代化的通信网络，建立起党和政府联系群众的快车道。让群众既可以运用传统的写信、走访形式向党和政府反映问题，又可以通过电话、电报、电子邮件、网上信访等现代通信方式，快捷地向党和政府提出意见、建议和要求。

再次，要加强信访信息工作，及时反映群众呼声。各级信访部门要及时、准确、真实地反映人民群众的想法、意见和建议，反映人民群众关注的热点、难点、苗头性、倾向性的问题，反馈党的各项政策的执行情况，深入开展调查研究，加大对信访信息的综合开发利用，努力为各级党委、政府的科学决策提供参考意见和建议。

第四，要积极探索长效运行机制 本文来自文秘，转载请保留此标记。 ，减少“三访”。当前“越级访”、“重复访”、“群体访”增多，信访工作面临很大的压力，群众为此也付出了较高的信访成本。要积极探索有效的信访工作运行机制，既要确保信访渠道畅通，又要减少越级访、重复访、集体访，特别是减少去京赴省来市越级上访。一要完善领导下访、约访制度，变群众上访为领导主动下访，实现信访工作重心下移。下访领导应以县处级以下干部为主，市以上领导下访对于推动、促进信访工作的开展，推动、促进疑难信访问题的解决，推动、促进机关效能建设起到了积极作用、取得了明显成效。但从信访实践看，许多信访问题发生在基层，解决也在基层，许多信访问题的解决是上级机关无法取代，也不应该越俎代庖的。县处级以下干部要结合工作分工，开展定期不定期的经常性的下访约访活动，主动上门倾听群众呼声，解决群众实际问题。市以上领导可结合信访中带普遍性、倾向性的热点、难点问题进行下访、约访，开展信访调研，主要解决政策性、全局性的问题。二要完善矛盾纠纷排查调处制度，变被动为主动，实现信访工作关口前移。要层层建立矛盾纠纷排查制度。排查分析本单位可能出现的问题，及时、就地调处化解在矛盾纠纷的初发阶段。三要完善信访工作重点管理和考核制度，变压力为动力，实现信访工作长效管理。要将信访工作领导责任分解量化，纳入党政干部年度考核内容，激发各级领导抓信访、保稳定、促发展的积极性。

二、规范行为维护正常的信访秩序

首先，要规范信访办理行为，维护信访群众的合法权益。一要规范工作程序，健全工作制度。规范信访受理、查办、结案、回告、归档工作。健全信访工作领导责任制、首问负责制、责任追究制等行之有效的制度。对群众署名的来信，责任单位要认真处理，并将办理情况回告信访人。要防止和纠正将群众来信一转了之、不督不办，不问结果的现象。对群众来访反映的问题，要按首问负责制的要求，接待人员能当面解答和处理的，当场予以解答处理;不能当面解答处理的，要落实承办单位和承办人限期解决。对申诉类和求决类信访问题的处理情况应根据信访人的要求及时出具《信访处理意见书》;对群众持《信访处理意见书》逐级上访的，受理单位要在规定的时间内认真复查处理，并答复信访人。二要依法分流和妥善解决涉法信访问题。对涉法信访案件，信访部门要加强与人大、公、检、法司有关部门的联系，积极引导群众按法定程序解决，公检法部门要切实履行职责，严格依法办事，所在地人大和政法部门要加强协调和督办，建立公检法司与信访部门联席会议制度，定期研究解决涉法信访问题。三要继续开展评选文明接待室活动。要在信访工作量大的部门和单位开展创建文明接待室活动，进一步规范文明接待用语、接待程序，提高接待质量和水平。

其次，要规范群众的信访行为，切实改变当前信访活动中仍然存在的无序性。一要加大

对新修订的《浙江省信访条例》的宣传力度，引导群众依法逐级有序信访，进一步规范和维护群众上访秩序。二要区分正常上访和非正常上访，对群众按《信访条例》要求的正常上访，各级都应满腔热情地接待，实事求是地处理。对群众未按《信访条例》要求的非正常上访，要教育疏导在先，限其在规定的时间内按《信访条例》要求有序上访。三要对极少数别有用心、以上访为幌子借机闹事、不听劝告和警告的违规违法人员依法处置，以儆效尤。消除一些信访人中存在的“大闹大解决，小闹小解决，不闹不解决”的心理错觉。真正做到对群众有理有序的信访想方设法帮助解决，有理无序的先变无序为有序后认真加以解决，无理无序的依法处理。只有依法维护信访秩序，才能保护绝大多数信访人的合法权益。

三、着力解决群众信访问题尽力降低群众信访成本。

低成本信访是信访群众的首选，着力就地解决群众信访问题是降低信访成本的关键所在。只有把群众信访反映的问题就地、及时、妥善解决，才能提高群众对基层干部的信任度，才能减少越级信访、减少重复信访、减少集体上访。

一是讲求时效，做到“二及时”。及时办理。要按照“马上就办、一步到位”的要求，对群众的初信初访凡有权直接作出处理决定的党政机关或单位，应及时处理，及早解决。要采取换位思考的方式，多从群众的角度考虑问题，急群众之所急，想群众之所想，真心实意为群众解决实际困难和问题。宁可干部少休息，也不能让信访群众多跑路，更不能让信访群众跑冤枉路。及时沟通。承办单位不仅要及时向交办单位报结，更要及时与信访人沟通，以利巩固信访办理成果，就地稳定信访人，减少重复信访和越级信访。可将办理时限、办事程序、办理结 本文来自文秘，转载请保留此标记。 果、承办人员，及时与信访人沟通，确保信访人对信访件办理情况知情权。同时，也可将听证机制、政务公开机制、引入信访办理工作中。

二是注重实效，做到“三到位”。督查到位。对交办的重要信访件和重大疑难信访件，交办单位要实行跟踪督办，一抓到底，直至该解决的问题解决到位。对超越职责范围的疑难问题和涉及多部门的疑难问题，要指定一个责任部门牵头协调，其它部门配合，限时解决。对因顶拖不办、弄虚作假造成延期报结和越级信访等后果的，要追究有关领导及责任人的责任。落实到位。对该解决也有条件解决的问题，要尽快处理落实到位，问题不解决不撒手。信访处理要一步到位，宁可一次性处理略微从宽，切不可采用挤牙膏式的吊胃口。思想疏导工作到位。对要求合理但解决条件暂不具备的问题，要耐心细致地做好群众就地稳定的思想疏导工作，并积极向上级领导和有关部门反映，争取问题早解决;对要求过高无法解决的问题，既要动之以情，晓之以理，耐心细致地做好信访人疏导工作，又要明确态度，把话讲死，不要留有余地，以促使信访人息信止访。

三是讲求质量，讲究方法和策略。一要善于举一反三，不能就信访办信访。对带普遍性的、倾向性的问题，要通过办一件信访，解决一片类似问题。如反映当前农村土地征用中的问题、城市拆迁中的问题。二要深入群众，掌握第一手材料。信访工作是一项实实在在的工作，工作不到位，问题难解决。要防止从电话到电话，从会议到会议的官僚主义作风，只有深入到第一线、掌握第一手材料，才能取得工作的主动权，才能把好事办好，实事办实。三要善于找出问题的症结所在，控源治本。近年来我市信访总量上升与改革力度加大、重点工程建设加快密切相关，由此引发的信访问题又与各种利益的驱动和基层组织的基础建设紧密相联。许多信访问题的发生是对基层党组织战斗力的一次最实际的检验，也是对干部工作作风、工作水平的一次考验。要找准问题的症结所在，对症下药，才能有效化解矛盾。衡量信访处理质量，主要看能否做到“三个经得起”。经得起上级审理。经得起群众评说，经得起时间检验。达到群众满意、领导满意、自己满意。

**职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得篇十四**

按照组织安排，我于20xx年5月20日至6月20日在县信访局工作。经过一个多月时间的专职处理和接待来信来访工作，让我更深层次的理解在新时期做好信访工作至关重要，我也是一名从基层干起的领导干部，在乡镇也处理了不少的信访事件，但这次直接面对面接处信访工作，使我更加明白：新时期的信访工作是人民群众反映诉求的正当途径，是解决群众困难、化解社会矛盾、促进社会和谐的重要渠道，处理信访事件时应灵活、变通，方式方法得当。

一、开展工作的基本情况

信访部门是代表党委政府形象的部门，言行举止应符合党委政府形象。由于部门的特殊性，政策性非常强，所以说话要有理有据，言语要严谨，用词要得当。在构建和谐社会的指导思想下，努力做好维护地区稳定的工作，把矛盾尽量化解在基层，最终目标是让百姓安居乐业，促进经济良好的持续的发展。

我是刚从乡镇调任县商务和外事侨务局任局长不到半年，许多工作还正在熟悉当中，原来我局负责全县企业改制工作，所以全县企改遗留问题较多，在上任信访工作之前，我再次熟读了《信访条例》，按照信访工作流程处理各种来信来访。在对待上访人要和蔼可亲，把百姓的诉求当成自己的事情，按照“四个到位”的要求，认真分析哪些是能够解决的，哪些是需要做思想疏导工作的，哪些是需要制订稳控措施的，分类处理，一项一项的抓好落实，切实做到“诉求合理的解决问题到位，诉求无理的思想教育到位，行为违法的依法处理到位，生活困难的帮扶救助到位”。按照《信访条例》规定的时限办结各类信访事件。我工作的一个多月理共接待来访5件，属我管职权范围办结4件，转相关部门办理1件。特别是对尚勇煤矿职工上访问题，在一个星期内及时处理和办结，解决了多年的改制遗留问题。

二、如何做好新时期的信访工作

近年来，随着民主法制建设的不断加强，信访工作也趋向规范化，如何解决好发生在群众身边、侵害群众利益的问题，使矛盾和问题解决在萌芽状态，是对信访工作的新考验。信访工作的重点和难点在基层，在城区是企业改制、下岗职工生活出路问题及城镇建设、拆迁、安置、赔偿及管理中的问题;在农村是村级村务、财务公开透明及上级惠农政策的落实问题。这中间就存在着职工与企业、群众与乡村干部之间的矛盾。如何做好这项难度高、责任重的基础性问题是每个领导和信访工作干部应该深刻考虑的问题。群众信访是社会矛盾的客观反映，是群众自身承受能力的外在表现。依法、有序、活跃的群众信访活动，是我们党和国家兴旺的标志，是党群关系正常的表现。“人不伤心不落泪，人无难事不上访”。信访群众大多是遇到了自身无法克服的困难和问题，因超越了自身的承受能力，他们只得求助于人民政府。群众信访无小事，从表象上看，群众信访反映的问题都是些琐碎、繁杂的小事，而对信访人来说，是大事、难事。这些事，事事连着家事、国事;事事系着人心、民心。办好群众的信访事，就能为党和政府赢得一片民心，为社会增添一份安宁。我们不能将正常的、依法有序的信访视为不稳定因素，更不能消极地对待群众信访活动。惟有切实畅通信访渠道，及时妥善地解决信访中反映的问题，才能提升社会秩序的“稳定系数”。畅通信访渠道，善待信访群众，才能保持党和群众的密切联系，才能保证群众的合法权益不受侵犯，才是促进经济发展、维护社会稳定的明智之举。当前新形势下，我们应该加强以下几点：

(一)要构筑大格局，落实责任制，合理分流信访量。要构筑党和政府联系群众的全方位、多层次、多渠道的信访大格局，营造人人关心、支持信访工作的大环境。要健全县、乡镇、村、组四级信访工作网络，健全以各级党政领导信访工作责任制为主体的纵到底、横到边的信访工作领导机制。从组织体系上保证“分级负责、归口处理”的原则落到实处。尤其要加强基层信访工作，加强信访系统上下之间，机关职能部门之间的联系，形成一方受理，多方联动，确保群众信访反映的问题，能及时、就地、妥善得到处理，以适应当前信访工作的新形势，新变化。

(二)要建立党和政府联系群众的快车道。为适应新形势下群众信访快节奏的要求，要运用现代化的通信网络，建立起党和政府联系群众的快车道。让群众既可以运用传统的写信、走访形式向党和政府反映问题，又可以通过电话、电报、电子邮件、网上信访等现代通信方式，快捷地向党和政府提出意见、建议和要求。

(三)要加强信访信息工作，及时反映群众呼声。各级信访网络要及时、准确、真实地反映人民群众的想法、意见和建议，反映人民群众关注的热点、难点、苗头性、倾向性的问题，反馈党的各项政策的执行情况，深入开展调查研究，加大对信访信息的综合开发利用，努力为各级党委、政府的科学决策提供参考意见和建议。

(四)要积极探索长效运行机制，减少“三访”。当前“越级访”、“重复访”、“群体访”增多，信访工作面临很大的压力，群众为此也付出了较高的信访成本。要积极探索有效的信访工作运行机制，既要确保信访渠道畅通，又要减少越级访、重复访、集体访，特别是减少去京赴省来州越级上访。一要完善领导下访、约访制度，变群众上访为领导主动下访，实现信访工作重心下移。下访领导应以县处级以下干部为主，有力利推动、促进疑难信访问题的解决，推动、促进机关效能建设起到了积极作用。但从信访实践看，许多信访问题发生在基层，解决也在基层，许多信访问题的解决是上级机关无法取代，也不应该越俎代庖的。县处级以下干部要结合工作分工，开展定期不定期的经常性的下访约访活动，主动上门倾听群众呼声，解决群众实际问题。二要完善矛盾纠纷排查调处制度，变被动为主动，实现信访工作关口前移。要层层建立矛盾纠纷排查制度。排查分析本单位可能出现的问题，及时、就地调处化解在矛盾纠纷的初发阶段。三要完善信访工作重点管理和考核制度，变压力为动力，实现信访工作长效管理。要将信访工作领导责任分解量化，纳入党政干部年度考核内容，激发各级领导抓信访、保稳定、促发展的积极性。

(五)规范行为维护正常的信访秩序。首先，要规范信访办理行为，维护信访群众的合法权益。一要规范工作程序，健全工作制度。规范信访受理、查办、结案、回告、归档工作。健全信访工作领导责任制、首问负责制、责任追究制等行之有效的制度。对群众署名的来信，责任单位要认真处理，并将办理情况回告信访人。要防止和纠正将群众来信一转了之、不督不办，不问结果的现象。对群众来访反映的问题，要按首问负责制的要求，接待人员能当面解答和处理的，当场予以解答处理;不能当面解答处理的，要落实承办单位和承办人限期解决。对申诉类和求决类信访问题的处理情况应根据信访人的要求及时出具《信访处理意见书》;对群众持《信访处理意见书》逐级上访的，受理单位要在规定的时间内认真复查处理，并答复信访人。二要依法分流和妥善解决涉法信访问题。对涉法信访案件，信访部门要加强与县人大、公、检、法司有关部门的联系，积极引导群众按法定程序解决，公检法部门要切实履行职责，严格依法办事，县人大和政法部门要加强协调和督办，建立公检法司与信访部门联席会议制度，定期研究解决涉法信访问题。

**职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得篇十五**

根据总行干部教育培训总体规划，分行根据新形势、新任务的需要，及时调整工作重心，加大培训力度，制定了《20xx年分行教育培训计划》。并以全面落实人民银行人才兴行的发展战略为方向，采取有力措施，加强对干部职工的政治理论学习，加大各类培训力度，取得了明显成效，进一步提高了干部职工队伍素质。

20xx年我分行全辖共举办各级各类干部培训班758个，培训48889学时，参训人员15498人次，并从以下几个方面重点开展教育培训工作：

一、大力开展党校培训轮训工作。

分行党校通过举办党校主体班，在实践中探索了一条“依托地方资源、突出央行特色、改进教学管理、提高培训效果”的党校办学思路，提高了分行党校的整体工作水平。

按照总行党校全年工作部署，制定《分行党校20xx年度培训计划》，按计划分别于三月下旬和五月下旬举办了第二、三期分行党校主体班，共对98名近两年新提拔的副处级领导干部进行了40天的脱产理论培训。学员经过理论辅导、经济金融热点问题讲座、实地考察等不同阶段的学习，回到单位后，结合本地工作实际情况撰写了调研论文，分行党校对第二、三期党校主体班调研课题及学员论文进行评估，学员们完成了专题调研报告7篇，毕业论文98篇，经分行党校组织的专家审阅，推荐优秀论文42篇，论文优秀率为43%，理论课考试优秀率达94%。通过接受党校教育，领导干部的党性修养、政治理论素质和依法履行职责的能力进一步增强。

二、加强对辖内各级领导干部的理论业务培训。

1、举办领导干部先进性教育培训班。

根据辖区先进性教育活动的需要，按照分行党委的要求，我们于8月中下旬在北戴河举办了一期分行辖区处级党员领导干部先进性教育培训班，此次培训班共有77名学员参加培训，其中包括分行党委组织部、呼和浩特中心支行党委班子成员13人、辖区32个地市中心支行党委书记及机关党委书记64人。培训班采取专家辅导、观看讲座录像、集中自学等方式，针对保持共产党员先进性教育活动有关内容进行培训，并在学习结束前组织全体学员参加了以《党章》为主要内容的开卷考试。

2、组织各级领导干部参加业务培训。

在开展理论教育的同时，我们进一步加强了对各级领导干部的业务培训：一是在4月，推荐分行机关和省会中心支行12名行领导，分2期参加总行组织的副厅局级分支行领导干部高级研修班;二是在5-6月，推荐32名地市中心支行副行长，分3期参加总行举办的中心支行行长业务培训班;三是在3-5月，推荐38名县支行行长参加总行举办的第五、六期县支行行长培训班;四是于4月初至6月末在保定金专分三期举办了县支行副职培训班，组织辖内240名县支行副行长、纪检组长针对中央银行新业务、宏观经济与货币政策、金融稳定与金融服务、金融会计管理与财务分析、金融法规、金融改革热点问题、领导科学等内容进行脱产学习。培训结束后，组织学员结合各地实际工作撰写结业论文，并对240篇论文进行打分评优。

三、在大力开展辖内岗位任职资格培训的同时，开展各类专项业务培训

1、按照总行统一规划，做好岗位任职资格培训考核的各项相关工作。

为了进一步在辖内做好岗位任职资格培训考核的宣传动员工作，促进分行岗位任职资格培训考核工作规范顺利进行。我们一是在辖区征求《岗位任职资格培训和考核实施细则》(讨论稿)的意见，整理上报总行;二是制定《中国人民银行分行岗位任职资格培训三年规划及考核实施方案》、《中国人民银行分行岗位任职资格考核实施办法》等若干办法，推动辖区岗位任职资格培训考核各项工作制度化、规范化;三是在全辖发放并统计岗位任职资格与电大学历续读项目问卷;四是推荐机关及辖区干部参加任职资格培训考试法律科目的师资培训班;五是按照总行要求，在辖内证订新出版的岗位任职资格公共科目培训教材并组织学习。

2、利用省会中心支行培训资源，开展全辖业务培训。

在20xx年利用省会中心支行培训资源开展全辖业务培训的成功基础上，我们在9月下旬和10月下旬，分别在太原和石家庄举办了国库业务培训班和金融稳定业务培训班，期间邀请总行业务司局和分行有关处室领导，通过讲座和研讨的方式，针对新业务以及工作中的热点和难点问题，对163名辖内业务干部进行了培训，收到了较好的培训效果。

3、根据履行中央银行职能的需要，抓好辖区业务骨干的前沿性金融理论培训。

按照总、分行培训规划，做好辖内干部的业务培训。一是推荐28名辖内干部参加总行全年举办的各类专项业务培训班、研讨会;二是突出领导干部和业务骨干的培训，根据年初培训计划，经请示总行同意，2月在财经学院开办了第二期在职干部攻读金融硕士学位的专业课程进修班，共有50名干部参加。截至目前，第一期进修班50名学员已全部结业，有5名学员提前通过了同等学力申请硕士学位全国统考，10名学员通过了统考的单科考试，第二期进修班也已经完成了两个学期，6门课程的学习。

4、举办大型理论业务讲座。

按照年初培训计划，我们在全年邀请总行有关领导和其他单位的专家、学者分别对机关副处以上干部和机关全员进行了保持共产党员先进行教育、公文处理与写作、影响宏观货币政策因素、征信业务等8个专题，15次讲座。通过开展讲座，加强了理论学习、更新了业务知识、开拓了工作新思路。

四、开展高层次培训，培养复合型、研究型人才。

1、积极推荐干部参加国际交流项目培训。

为全面提高辖区各级领导干部和业务骨干素质，开拓视野，培养复合型人才，我们积极推荐辖内干部参加总行各类国际交流项目的培训。一是推荐分行和省会中心支行4名副行长参加总行在德国举办的二期货币经济学及国际银行业务培训班;二是推荐7名辖内地市中心支行行长参加总行在香港举办的三期金融市场高级研讨班;三是推荐4名干部参加总行国际司的德国发展基金会项目面试、3人参加澳大利亚奖学金项目面试、3人参加日本奖学金项目面试、2人参加英格兰银行奖学金项目面试。

2、加大英语培训力度。

分行党委多年来一直重视培养高层次外语人才，20xx年，在培养英语人才方面，一是推荐12名干部分2期参加总行在西南财经大学举办的bft英语培训班;二是推荐5名干部参加总行在研究生部组织的英语强化培训班;三是组织20xx年分行英语强化培训班的学员参加全国bft考试，共有37人参加，全部通过了考试，其中取得高级证书36人，中级证书1人;四是组织41名干部参加在南开大学举办的20xx年分行英语强化培训班，为保证培训效果，本次培训班依然采取提前半年通过笔试和口试选拔的方式确定参训人员。学员经过90天的脱产学习后，将于20xx年1月初参加全国bft考试。

3、加强对辖内中高层次专业技术人才的培养。

为了充分发挥高级专业技术人才在基层单位的积极作用，我们推荐分行及辖内省会中心支行21名高级经济师、6名高级会计师参加总行举办的高级经济师、高级会计师培训班，通过系统学习以及与国内外有关专家的讨论、交流，系统地提高了高素质干部的调研分析能力。

为提高辖区专业技术人员业务素质，便于加强岗位交流，针对部分职工现有职称与所从事专业不对口，以及某些业务骨干具有往其它专业发展潜力的情况，我们一是于3-4月在保定金专举办了一期24天的全国会计师资格考试考前培训班，共有辖区干部47人参加培训;二是在10月初在保定金专举办了一期20天的全国经济师资格考试考前培训班，共有辖区37名干部参加培训。

五、鼓励干部参加各类学历教育，规范学历学位变更认定工作。

1、鼓励、引导干部通过自学提高学历层次。

在加强学历教育工作，改善辖内干部学历层次方面，我们一是为促进干部职工参加在职学历教育的规范化，提高干部职工的学习积极性，在总结近年来学历教育工作经验的基础上，重新修订了《中国人民银行分行工作人员参加学历(学位)教育或脱产培训协议书》;二是组织动员辖内100名左右具备全日制专科学历的职工报考对外经贸大学金融学、会计学的专升本教育;三是组织分行机关及辖区有关人员报名参加“中国人民银行岗位任职资格考试与中央广播电视大学学历教育接轨项目”，分行辖区报名参加岗位任职资格考试和电大学历套读的人员共1376人，其中：按单位层次分，分行10人、中心支行426人、县支行940人;按学历层次分，研究生1人、大学本科46人、专科1329人;按报考专业分，报名参加货币政策方向214人、金融服务方向679人、金融稳定方向54人、外汇管理方向28人、综合管理方向401人。

2、开展全辖学历学位变更认定工作

按照总行人事司《关于中国人民银行系统干部职工学历、学位证书集中在教育部学历、学位认证中心查询认证的通知》(银人发[20xx]65号)有关要求，分行辖内处以下干部的学力学位认定变更工作，全部由分行人事处集中办理。我们及时向辖内转发总行文件并布置了20xx年度学历学位变更认定工作，共将分行机关、辖区上报的321人的学历学位材料进行审查、汇总整理，送交教育部学历、学位认证中心进行认证。此项工作的开展，基本解决了多年来干部职工学历学位变更认定工作中学籍查询难，政策尺度掌握不一致的问题。

六、做好金融专业英语证书考试考区的各项工作。

根据20xx年全国金融专业英语证书考试工作会议精神，布置考区20xx年度考试工作。在今年的考前准备和考务工作中，我们更新工作思路，改变以往独力承担报名考务工作的做法，在南开大学开设考点，并与南开大学和财经大学合作开展面向考生的考前培训。5月28、29日在南开大学顺利地组织了考试，经过统计，20xx年共有有727人报名参加考试，337人次通过考试，分别是20xx年报名人数和通过人次的三倍，报考人数也是考区历史上人数最多的一次，进一步扩大了考试的社会影响。

七、做好基础数据的统计和工作调研。

为了配合全员岗位任职资格培训考核工作的开展，我们在辖内积极开展基础数据的摸底统计和培训考核试点单位的调研工作，一是定制统一的摸底调查表发放到各级中心支行，按照岗位任职资格考核的不同专业统计参加考试人员，并将参加考试人员分成三批参加不同年度的考试;二是针对基层行如何开展岗位任职资格培训考核工作以及相应的奖惩激励措施等课题开展广泛的工作调研，将优秀的调研文章装订成册。

八、干部教育培训工作存在的问题和难点

一年来，我行的干部教育培训工作虽然取得了一定的成绩，但仍然面临着一些问题和困难，制约了工作的进一步深入，这些问题主要是：一是基层行参加高层次培训的机会有限，干部思路难以开阔，视野难以拓宽;二是辖内各省的常规技能培训相对缺乏交流，整体业务培训存在效率不高，资源浪费等问题;三是具有较高理论水平和丰富实践经验的师资力量不足，目前的各类培训多数是应付当前工作需要，满足不了干部对高深层次知识的需求;四是教育经费相对不足，对员工在职参加高层次学历教育的积极性有一定影响。

九、对干部教育培训工作的几点建议

为了更进一步做好教育培训工作，我们认为：一要进一步加强干部培训教育工作制度化。结合岗位任职资格考试工作的展开，在制度上将岗位培训和干部上岗、转岗、晋升等工作结合起来，同时把领导干部抓职工教育工作的好坏作为绩效考核的一项内容;二要进一步改进培训方法，拓宽培训渠道。采取“走出去、请进来”的方式，多为干部提供拓宽视野的机会，同时不断改进培训方法，改灌输式为专题研讨式、案例分析式等，相互研讨，各抒己见，共同进步;三要建立科学的培训评估指标体系，对照确定的培训目标，从培训内容、培训形式、参加人数、出勤情况、考试成绩等综合评价培训组织者和接受培训这的培训绩效，确保学习培训效果;四要进一步加大对教育的投入，为提高教育水平和保证培训质量提供坚实的保障。

**职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得篇十六**

参观小井红军医院，小井烈士墓，难忘曾志老红军为了革命忍痛舍弃三个孩子，为她的铁骨柔情潸然泪下;难忘红军将领张子清不顾自己的生命安危，把救命用的食盐献给了战友，而自己却因伤口感染而光荣牺牲。

通过参观井冈山革命历史博物馆以及教授课堂上讲解井冈山革命斗争与井冈山革命精神，让我们进一步深刻领会和感受了什么是井冈山精神。中国井冈山干部学院特聘教授余伯流主讲《井冈山斗争及井冈山精神》、中国井冈山干部学院黄仲芳教授主讲《弘扬井冈山精神 树立正确的三观》，高水平的专家教授授课，让我们能够清晰领悟到“井冈山精神”的深刻内涵。

在“群众路线与中国梦”的互动教学环节，通过毛泽东与兴国籍红军战士开座谈会的老红军傅济庭、温奉章等后代孙子、上海老知青杨洁如等访谈、交流，让我们心灵受到强烈震撼，理解老红军的革命情怀及井冈山精神的传承。

丰富的现场教学，让我们全方位了解了井冈山革命斗争的伟大和壮烈。穿越峡谷、抢救伤员、胜利会师等“井冈山红色体验教学”， 让我们身临实景，感受到了当年红军战士的艰难跋涉，体验当年红军的艰苦奋斗和共产主义追求。

通过这次培训教育活动，我们每一个人的思想、心灵一次又一次得到刺激、震撼。不仅感觉到老一辈革命先烈的伟大，更觉得今天的幸福生活来之不易。通过这次学习，我觉得“井冈山精神”不是一句空话，理想和信念实在太重要了。井冈山精神概括地讲，就是坚定信念、艰苦奋斗，实事求是、敢闯新路，依靠群众、敢于胜利。井冈山之行，受到了一次深刻的党性和革命传统教育，对中国革命的艰难历程有了更全面的了解，充分认识到新时期继承和发扬井冈山精神的重要性和必要性。作为一名既从事教学一线教学又从事技术管理工作的“双肩挑”干部，在工作中也应该学习和弘扬井冈山精神。坚持以科学发展观为指导，树立正确的人生观、价值观、道德观，增强爱国的热心与责任感，逐步完善自我，树立顾全大局的观念和意识，做到思想理论成熟，保持解放思想、实事求是、扎实肯干、不畏艰难、开拓创新的工作作风。

实际感受了一次老一辈无产阶级革命家干革命、打江山的艰难困苦;真正接受了一次深刻的革命传统教育和党性洗礼。使我们懂得了井冈山精神的真正含义，真正能够领会：弘扬井冈山精神，就要敢于斗争，敢于胜利，牢固确立加快发展的必胜信念;弘扬井冈山精神，就要实事求是，大胆创新，闯出一条跨越式发展的新路;弘扬井冈山精神，就要敞开省门，走出封闭，善于借助外力求发展;弘扬井冈山精神，就要艰苦奋斗，真抓实干，努力营造一种干事业的氛围;弘扬井冈山精神，就要相信群众，依靠群众，真心实意为人民群众谋利益。继承这一份宝贵的精神财富并使这发扬光大，对于我们建设有中国特色的社会主义，具有重大的现实意义和深远的历史意义。

**职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得篇十七**

20xx年10月，我有幸参加新邵县新进教师岗前培训，获益匪浅，无论是对于我们青年教师提高教学水平而言，还是对增强自身综合素质、修心养性而言，都特别难能可贵。学校的中心工作是教育，办好学校要靠教师，离开教师，教育就是无源之水，无本之木。学校工作离不开教师，青年教师是教师队伍的重要组成部分，是学校未来发展的希望，是学校可持续发展的根本所在。感谢县教育局领导以及学校领导的精心安排，更感谢多位主讲教师在百忙中给我们新进教师带来营养颇丰的精神食粮。

通过对《小学语文教学示范研讨课》、《小学数学教学示范研讨课》、《初一语文教学汇报课》、《初一语文教学样板课》、《教育教学常规管理》、《新教师专业成长之路》、《新教师学会做安全教育工作》、《新教师》等课程的学习，以及为期三天的网络远程跟踪研修，看了远程培训教学光盘。心得如下：

通过学习，我深刻认识到加强师德修养，不断提高教师的思想政治素质，注重学生的人格培养已刻不容缓。推进素质教育的过程，既是提高学生素质的过程，也是提高教师素质的过程。教书育人，重在育人。“为人师表”这四个字应该成为每位从事教育事业的人的座右铭。教师的一言一行，不仅代表着他自己的修养和品性，更代表了我们学校的教师团体。我们所承担的任务不仅是向学生传授知识，更是要教会学生如何做人。这就要求我们教师自己本身首先应该具有健全的人格、优良的品行和可以以身示范的言行举止。所有的这些都是我们年轻教师从一开始从事教师职业之前就必须做出的最为庄重而神圣的选择和承诺。我喜热爱教师这个职业，崇尚教师这个职业，敬重教师这个职业，将来也同样会以自己的一言一行实践自己对自己承诺的尊重，把教书育人当作自己的一种崇高的追求，根据新时期对高等学校教师的要求，尽我自己全部的努力，成为一个德才兼备的初级中学教师。

教学过程在教学方法、教学手段及组织教学方面，多位知名教授的讲解给了我很大的启发。理论教学是实践教学的基础，学生只有在理论教学环节中明白实践教学涉及到的原理，归纳理论教学环节中存在的问题和注意事项，才能在实践环节中带着问题与学习、研究，才能达到理论和实践结合的目的，最终掌握学习内容。在理论教学过程中，必须按照理论教学规范要求，高质高量地完成授课计划的编制、备课过程，才能在讲课过程中做到准确、重点突出，才能使学生在教师带领下，掌握所需知识。在理论教学过程中还要注意因材施教，针对不同的学习对象，组织相适宜的教学内容，采取特殊的教学手段和方法。对以往的工作做到细致、系统的归纳、总结，及时解决存在的问题。

通过此次学习，在极大的转变教育观念的同时，我更深刻认识到：创新作为教育的核心，必将成为21世纪中国教育的主题。没有观念的更新，就没有创新的行动。高等学校教学要创新，必须转变旧的传统观念，建立新的现代学习观。由“师道尊严”向师生平等转变，建立民主合作的教学观。由传授知识为主向指导自学为主转变。树立“学生会学习的学习观念”。教好课早已不仅仅只是把头脑中的知识复制给学生那么简单，这就要求教师们，尤其是我们刚刚走向工作岗位的年轻教师们，转变教育观念和方法，不但要教授学生基础知识，更要激发和保护学生们的学习热情，在传授知识的同时培养学生的学习方法和创新意识及能力，而这恰恰是我们年轻教工需要向老教工们虚心学习和讨教的。

当一名合格的教师，既要有对教育的无限忠诚，循循善诱、诲人不倦的精神，还必须有对学生的一片爱心，通过自己无私的爱，来开启学生的心扉，激发他们求知的欲望。“教育的一切都源自于爱”这句话便是最好的答案。如果没有爱心，却去找寻什么教育的“技巧”，终是舍本逐末之举，到头来这也只能事倍功半。教授学生不只是知识的传授，更是对学生个性的培养。这次青年教师岗前培训使我在教育理念上有了全新的认识，我将努力在今后的教学过程中结合自己的学科特色，采用个性化教学，成为学生学习中的引导者、解惑者，更要引导他们做个对社会有用的人，这将成为我今后从教过程中终身教学追求的目标。

学生是祖国的花朵，是祖国的未来。生命是神圣的，是最重要的。要时刻教育孩子注意保护自己，远离危险。我要用青春的热情点燃自己事业的烛光，为我国教育的圣火增加我的一份光和热，更要为我们学校的发展贡献出自己的努力，实现自己的价值。

**职业生涯规划培训心得体会 培训体会心得篇十八**

不观高崖，何以知颠坠之患?不临深渊，何以知没溺之患?不观巨海，何以知风波之患?这是我参加20xx年湖北选调生岗前培训得出的切实感悟。虽然培训周期不长，但赋予我们的思想理念却是高屋建瓴。这次培训选题广泛，内容充实，有群众工作的科学艺术、心理健康的剖析，也有基层工作方式方法、基层民主政治建设的表述，还有演讲能力、政务礼仪的指导。站在一定的高度，省委党校安排的课程内容深刻地彰显了其设计的科学性及现实性，凝结了省委省政府的殷切希望，体现了各级领导以人为本的思想理念，与群众需要紧密结合，敲响了时代的最强音。我想以信仰、学习及坚持三个关键词作为本篇总结的骨架，浅谈我的培训心得。

摒弃环境的艰苦，坚定政治的信仰

信仰是一个人前进的灵魂，是一个人思想的核心体现，它集中反映了世界观、价值观和人生观的标杆。苏洵说过：为一身谋则愚，为天下谋则智。xx大报告鲜明的指出：中国特色社会主义伟大旗帜，是当代中国发展进步的旗帜，是全党全国各族人民团结奋斗的旗帜。作为一名选调生，必须坚定社会主义的伟大信仰，把全心全意为人民服务的宗旨放在至高无上的地位，坚持中国特色社会主义道路和中国特色社会主义理论体系。如此，我们方能在建设富强民主文明和谐的社会主义现代化国家的进程中贡献力量。

基层工作，考验我们的不仅仅是业务技能，更多是心性的较量。选择选调，就意味着选择了党和人民的事业，就意味着选择了为人民服务。我们是新世纪的大学生，要志存高远，在基层岗位上下功夫。培训第一天，省委组织部吴部长就强调：一是要处理好社会责任与个人价值的关系，培养社会责任感。我们立志投身人民事业，就肩负了历史的使命和社会的责任，在这个过程中必须处理好个人价值与社会价值的辩证关系，这样才能把个人追求与时代的需求结合起来;二是要处理好大事与小事的关系。所谓一屋不扫何以扫天下，我们经历了大学系统的理论培训，难免会形成一种眼高手低、好高骛远的思想，小事不愿做，大事做不好，最终只是碌碌无为、纸上谈兵。我们应该清晰的意识到，小事成就大业。只有通过小事的点滴积累，才能为大业的实现奠定厚实的基础，做到干一行，爱一行，懂一行。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;三是要处理好理想与现实的关系。理想是必须的，它是我们的行进的航向和指南针，我深谙实践出真知的道理，只有通过基层工作的磨砺，才能对工作开展的现实因素有深刻的体会，才能把理论和实践和谐的统一起来，进而知行合一，突破空洞理论的障碍，实现想与做的深度结合，使高效有序的工作与不失偏颇的创新相互促进、完美协调起来。面对现实，以平和的心态来看待生活和工作中的挫折。不自见，故明，不自是，故彰。

志向宏远，立场坚定，信仰过硬，是我们每一个选调生必备的素质，只有这样才能耐得住寂寞、守得住清贫、稳得住浮躁。面对基层环境的艰苦与困惑，我们可将其看成一种人生路途的风景、一种必须的人生阅历，真实地用心去感受基层工作，了解群众的疾苦。先天下之忧而忧，后天下之乐而乐，用心去总结，用心去做事，逐步升华自己的思想意识，提升自身的工作技能和应急应变的能力，争做一名优秀的选调生。

寂寞正是学习时，昂扬求知的动力

君子贤而能容罢，知而能容愚，博而能容浅，粹而能容杂。学习是认知世界的有效途径，是我们提升涵养的唯一方法。物竞天择势必至，不优则劣，不兴则亡。培训期间，多位领导及授课老师都强调了学习的重要性，我认为，学习是我们不断进步的内因，是搞好工作的前提和基础，无论在什么情况下，我们都应该把学习放在首要位置，只有如此，才能顺应时代发展的需求，才能为国家建设、民族进步提供源源不断的动力。

勤学善思，在求学的道路上下功夫，承担好自己的职责，努力把自己培养成学习型和专业型的干部，利用好业余时间，勇于学习，勤于思考，善于积累，为人生的进步不断奠基。我想，学习应该做到以下几个方面：

第一、加强政治理论学习，从思想的高度上塑造良好形象。一定的文化是一定社会的政治和经济在观念形态上的反映，不仅具有多样性，还具有统一性，是人们认识世界、改造世界的基本手段。先进的政治文化是先进的社会经济、人民心声的反映，符合最广大人民的根本利益，与社会的发展方向是一致的，同时，它还对社会经济发展、政治进步起到推动作用。从一名党政工作者的角度来说，政治素养的水平至关重要，所以，我们应积极学习党中央的各种理论，在思想上与党中央保持高度一致，深入践行我党全心全意为人民服务的宗旨，贯彻以人为本的理念，以新时期的社会主义理论来指导自己、武装自己，不断提高自身为人民服务的水平。

第二、勇于向实践学习，从行动的深度中锤炼扎实技能。一年之计，莫如树谷;十年之计，莫如树木;终身之计，莫如树人。在人生的规划里，实践支撑着理想的实现，它是中流砥柱、人之栋梁。选调生的岗位刚好给我们提供了一个实践的平台，可能我们会遇到各种各样的困难，可我们要明白，正是一个又一个的障碍，才成就了我们逐步的成功和胜利。农村的广阔天地，大有可为，苦中寻甜，才能有宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来的职业收获。

第三、坚持知行的结合，从视野的广度里搜索人生理想。坚持理论联系实际，做到学以致用，知识的积累包括理论的积累和经验的积累，只有把理论与实践结合起来，才能从中提炼出精华，总结出经验，进而指导我们以后开展的每一项工作。这样，也才能不脱离实际，不脱离群众。在工作中要愿干小事、多干实事、善干难事，做到知行结合，用超凡的综合能力来践行组织的厚望，实现人生的价值。

朝夕难登泰山顶，加强坚持的韧劲

善始者实繁，克终者盖寡。在工作中，我们有信念战胜一次困难，可当这种困难一次次的积累，残留的惰性超出了心理承受范围，就会通过某次失败迸发出放弃的念头，这个时候，我们需要坚持。

非淡泊无以明德，非宁静无以致远，非宽大无以兼覆，非慈厚无以怀众，非平正无以制断。党校培训通过洪湖市洪林村支部书记叶昌保的亲身授课，让我明白了坚持的重要性。我从他的身上看到了一种优秀共产党人的品质，叶书记提出 良心、爱心、诚心、耐心、信心的五心价值观，是我此生开展工作的准绳。他用四十年的光阴向我们诠释了坚持的关键性和必要性，几十年如一日，兢兢业业，克己奉公，牺牲小我，成就大业。作为一名选调生，我们是刚刚走出校门的大学生，带着一袭天真、一丝幼稚踏上工作岗位，不怕我们没有知识，不怕我们不会学习，就怕我们不能持之以恒。古语有言：行百里者半于九十。坚持的意识，坚持的作风，必须贯彻到人生的价值理念中，以此来指导践行开展的任何一项工作。否则，仅凭一腔热情，不能持之以恒，便难有大作为。失一，不足谓善射;千里蹞步不至，不足谓善御。

坚持的同时，还要注重团队合作意识的培养。俗话说：众人划桨开大船。古人已用质朴的文字阐释了合作的重要性，苏轼有言：各专其能，各致其力，只有如此，才能聚众人之小力，谋恩施之大成。一己之力难作为，唯有合作出成效。集思广益，努力开拓恩施发展的新思路、新局面!

唐太宗有言：心暗则照有不通，至察则多疑于物。我们只有保持一颗平常心，和谐的统一各种素质，才能通，才不疑。以诚立人，以信处世，言而有信，言之所以为言者，信也。言而不信，何以为言?孔子也说过：人而无信则知其可，言下之意即是：信，则知其可。

我们踏上选调的风雨征程，就要义无反顾的走下去。触摸历史的汗水，感悟和谐的魅力，体会未来的情怀，我们承载着民族不屈不挠的信仰和追求。选调之路，流走的是青春，收获的是成长;洗去的是浮躁，留下的是沉稳;付出的是艰辛，砥砺的是品格。我必将以此作为未来征途的新起点，全心全意的践行我党为人民服务的宗旨，争取做一名组织信任、领导放心、群众满意的基层服务者。

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