

# 最新电抗训练心得体会(大全10篇)

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 电抗训练心得体会篇一

我这次有幸参加了这次军训，让我感悟颇深。军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

心目中的军训充满教官的训斥；心目中的军训是紧张与艰苦的合奏；心目中的军训更是无常地响起那集合手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练；心目中的军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进！我想那样的路才是真正的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

很快的，很快的，我的军训生活即将结束了，不知道自己是喜，还是悲。

军训之前自己还是个老师，记得自己在军训之前说过：“军训反正没什么用的，大伙都是这么说的”。难道不对吗。一直以为军训在委屈我们，即使训练的再多那也不过是短暂的，现在又不是我们上战场打战，既然我们在这里学习，我们就去做学习该做的，未来假如真有战争的话，那也是轮不到我们的，更何况现在是和平年代呢。一直抱着这个念头很委屈的去参加训练，尽管冒着风雨雪恶劣天气，我还是有话不敢说，因为同事们都在努力坚持着。我放弃了反抗的念头，继续让那崭新的军服湿漉。一天过去了，没什么感觉，那一晚我睡不着，我去体会今天的所思所想，打算去忘记今天的辛苦，可是不知道为什么它在我的脑海里记忆犹新。

如果我们不随时看到自己的不足，用新的知识来充实自己的头脑。“学然后知不足”，这是前人的经验总结，也应该作为我们不断前进，奋发努力的座右铭。

不论是孟夫子得“天时不如地利，地利不如人和”还是范晖的“同舟共济，患实共之”，说的都是人与人之间要团结协作，可见“团队精神”的重要性，我们有热血更有燃烧热血的个性，我们独立更有独立后对事物独特的见解，而“团队精神”正是将我们的个性融合，在达到目的的同时也让我们尽展个性。在集体中，我们学会了相互包容，彼此谅解；学会了忍让，一时间中华民族的传统美德尽显无疑，而我们也在团体中真正实现了自我价值。

“流血，流汗，不流泪；掉皮，掉肉，不掉队”。我们以实

际行动为军训生活画上了完美的句号。我将全力以赴迎接工作上更大的挑战，争取做得更好！在这次军训中所学到的知识，教给我的学生们，让他们做到不怕苦、不怕累，让学生们体验军训生活带给他们无限的快乐。

## 电抗训练心得体会篇二

精选范文:团队精神训练营心得体会(共2篇)经过两天两夜封闭式课程的学习，让我学会了好多好多的人生道理，也感悟了太多太多，让我终身难忘，做一个人要感谢的人太多，要感谢自己的父母，是他们给了我们的生命，要感谢老板给了我这次的培训的机会和就业的机会，在这两天两夜我感到本来做不好的事情，只要自己努力付出就没有做不好的事情，虽然付出的多，胜利了也很开心。

在新思维里一开始【孙武斩妃】说起吧，就比如公司一样，公司有自己的制度，公司的中层就好像妃子，如果自己的员工做错事，也并不一定要很凶的态度来对待他们，一定要想好办法在做定论。

游戏中的数字接龙中我学会了团队精神，做为一个团队一定要把一个团队当做一个人一样，才会取得胜利，所以说一个团队一定要每个人都一样一个想法，才会胜利。

从星光大道上我学会了每个人都要开动大脑，遇到困难不要怕多想办法，最后肯定会反败为胜的，方法肯定要比困难多。

让我感悟最多的就是红黑游戏了，红黑游戏中就比如公司里员工一样，如果你出红牌，攻击对方，对方也一样出红牌攻击你，那么都会失败，所以说一定要相信对方，才能得到双赢。在自己的人生中要学会宽容别人体谅别人，多为别人着想，那样才会取得双方的胜利。在创新游戏中，让我感悟到了在自己的公司中要学会创新，我们要开动脑筋想办法创新，别的公司都在努力，我们要更加努力的想办法超过其他公司，

我们才会胜利，别人在进步，我们更要进步，才不会被社会淘汰。

在淘汰中我感悟到了其中的重要性，在公司里每天我们都要努力的付出，公司要创新，我们更要进步，在游戏中4个家庭里就比如4个车间一样，如果我们车间输了，我们肯定也输了，所以我们要更加努力的工作。

在最后的数字游戏中我学会了天下没有不可能有做不好的事情，只要开动脑筋，就会成功。

公司要进步要创新，我们就更要提高一点，如果没有提高自己，最终会被淘汰，在这次培训中我感悟太多，我一定要把学到的知识都带到工作中去，我要把我们复合车间所有的人员都要带好，我相信在自己的努力中会把本车间提高一个档次，要做到焕然一新。虽然这次很累很苦，但是我很开心，感到很值，在此衷心的感谢老板给我这次培训的机会，以后定将报答公司。

2014年教师团队精神培训心得体会 [团队精神训练营心得体会(共2篇)] 今天我校全体教师在校长的带领下共同学习了有关, 管理方面的一些的知识. 我深深的体会到如何更好的做到人与人之间沟通和交流. 大家在一起就是一个大家庭, 一个团队, 通过两天的学习, 我的体会如下:

现在科学技术迅速发展, 人们同样提倡团队精神, 主要是因为这个行业的发展太快. 而随着国际竞争的加剧, 我国改革开放的进一步深入, 中国的教育界也在发生深刻的变化, 知识的更新速度在不断加速, 每一个教师都不可穷尽所有的知识, 学科的纵深发展的态势日益显现的同时, 加强联系和协作成为必然的要求, 这样就有必要提倡教师的团队精神. 团队精神培养团队成员之间的亲和力. 一个具有团队精神的团队, 能使每个团队成员显示高涨的士气, 有利于激发员工工作的主动性, 由此而形成的集体意识, 共同的价值观, 高涨的

士气、团结友爱，团队成员才会自愿地将自己的聪明才智贡献给团队，同时也使自己得到更全面的发展。

### 一、团队精神有利于提高组织整体效能。

通过发扬团队精神，才能取得更好的成绩。不能要求每一个教师都是优秀教师，都是教育的行家里手；教育科学的发展呈纵深式的推进，从宏观和微观两个方面都要求走向联合与合作；某一门学科也要求多学科的参与才能更好地发挥该学科的优势。我们提倡教师的团队精神，可以集群体之优势，形成合力、聚为焦点，不必面面俱到，也许在解决教育的某些问题上或某个问题的某个方面，更能获得突破，但在团队之中，仍然要尊重劳动，尊重人才的价值取向，才能形成合作向上、积极进取精神是团队精神的基本内核之一。

### 二、“感恩与爱”

自己的感激之情表达出来，我以后将会把这份感恩的心投入的工作去，带着爱和尊重去工作，去影响一个团队，去影响更多的人。

### 三、教育的合作精神或协作精神，是当代教育的特色之一。

教师没有一种合作精神，但凭自己的那一点知识或技能是远远不够用的。每个人必须与他人协作，他自己才有成功的可能，同时每一人又处在特定的团体之中，这个团体可大或小，因为每一个人都是“特定社会关系的人”，即社会的人，教师也是这样的一种人，教师的社会角色决不可能脱离社会而存在，当代的教育已不是教师个人的英雄主义时代，更多的要谋求协作和合作，因此，教师以团队协作的方式，就更可以发挥该团体的作用，使知识和学科的纵深发展都得很好的延续，它较传统的教研组或办公室为单位的组织，具有更好的实现目标的能力，这对于当前的教育教学改革具有重大的现实指导意义。

团队精神是教师集体智慧的结晶，是教师教育教学和科研能力的具体体现，它对教育改革具有重大的理论指导意义。团队精神的实质是“整体大于部分之和”。

## 篇二：团队精神培训心得体会

### 团队精神培训心得体会

体验式培训，讲授的内容不是很多，而且也能记录，所以主要也就记住了团队、活在当下有点印象，其他还是对体验的项目的实际感悟，将感悟写出来，与大家共享，也便于自己经常回顾。

#### 体验之一：“同心杆”

在这个小小的游戏中，我的最大感受有三点：

- 1) 尊重和信任团队的领导，不要有任何怀疑和不满，团队里只能有一个声音。一个声音使团队成员朝着一个目标共同努力，才能最大范围的提高团队的工作效率。对领导的能力和指挥的怀疑会导致团队停滞不前。
- 2) 目标明确之后，作为团队的成员最需要的是做好自己，做好自己的工作，而不是去挑剔和指责别人。每个人停下来挑剔和指责别人的时候，就忘记了自己的工作职责。
- 3) 团队配合中每个成员必须要能提得起、放得下，该提起的时候提不起，工作没有好的开始；该放得下时候放不下那么工作的关键就得不到落实。

#### 体验之二：“承诺”

承诺有两层含义，诺是诺言，承是履行，承诺就是有言必行，说到做到。严格的履行自己的诺言，不是为了别人，而是为了自己，是为了品格和尊严。不管是工作中还是生活中，在

承诺之前要想好；承诺之后，就要想尽一切办法去实现。承诺之后就是责任，小到遵守纪律的承诺，大到关键任务的承诺。

结合工作中，我们公司中的遵守诺言的意识太弱了，小到会议纪律的遵守，大到部门职责的履行。很多时候都不能遵守自己的诺言。

体验之三：“风中劲草”。

信任是卓越团队的基础，没有对团队成员的信任，就没有全力以赴的投入和付出。

体验之四：“领袖风采”

很荣幸被大家推选为a组的女队长，虽然三天之后的我还是全身酸痛。在这项活动中，通过实践和教练的引导，我的感触颇深。

队的成果，失败是

和长处就半天找不到。如果不用“欣赏”的眼光去看事物和人，那么看到的世界是残缺的世界。这世界不缺少美，而是缺少发现美的眼睛。所以要建立卓越的团队，一定要有一双善于发现美的眼睛，懂得去看到每个成员的优点，这样取长补短才能发挥团队的优势。

体验之六：“过电网”

成功的十大警句：承诺与事情的发生而不是它如何发生；承诺与得到预期的结果而不执着于常规；行动的速度是迫切的而不是孤注一掷；清晰的目标和理想焦点集中于计划；愈挫愈勇屡遭挫折而热情不减；愿意放弃我现在所拥有的；细节决定成败；严谨、自律、坚持；镜子照向自己而不是归罪于外；充分利用所有的资源。

在我们的活动中有多少次失败是因为成员的不严谨、自律不够而使我们前功尽弃;有多少次失败是因为我们忽略细节而功亏一篑;有多少次失败是因为我们没有充分利用资源而不能达成目标啊? 这些理念不仅是我们记在脑海, 而是如何在工作中得到实际的应用, 才能切实提高团队绩效。总之, 我亲眼目睹了两天一夜的体验式的培训, 就把来自山东省不同地区、不同单位和不同年龄的人打造成了一个热情高涨、配合默契和高效率的团队。我相信这种体验式的培训对于各部门的团队建设或者跨部门的团队建设都非常有帮助, 对于新组建的团队有利于快速融合和建立团队的战斗力, 对于老的团队也有利于提高成员的认知和配合能力。

### 电抗训练心得体会篇三

我是一名刚转不久的士官, 在这一年里, 在连队党支部的领导下, 我很快进入角色, 根据自身的工作特点, 积极寻求突破, 不断学习, 不断成长, 不断进步, 力争本职工作锦上添花。结合这一年来的状况, 总结如下:

#### 一思想方面

思想稳定, 在连队的工作中, 能够服从命令, 履行职责, 遵守各项规章制度, 严格要求自己, 学习先进模范的职业精神, 提取优秀的作风, 提高对士官的认识。读取、讨论新时期士官的专题教育! 但自我意识飘浮, 稳定性有待加强, 不时出现坏情绪, 我行我素, 巩固性欠佳!

#### 二工作方面

### 电抗训练心得体会篇四

2014年1月14~15日, 我化学化工学院开展了为期两天的第九期学生骨干训练营活动。化学化工学院学生骨干训练营作为一项针学生骨干的工作技能, 心理素质和个人素质等方面的



培养课程，如今已成功举办了八期，为学院的发展提供了强有力的支撑。学院不断挖掘新方法、新思路，注重精英人才培养，着眼于学生骨干的思想建设和队伍建设，为学院各项工作的开展奠定了坚实的基础。作为化学化工学院心理协会的一员，我很荣幸能参加这一次的训练营。在现代人才济济的大学校园里，要想成为一名有影响力、合格的学生干部不是一件很容易的事，更何况是一名社团干部，一名同学喜欢、老师认可的学生社团干部。

在为期两天的训练营中，我们打破了各个社团的限制，不再单一的面对熟悉的那一群人，而是分成六个大组。组里有大一进入社团不到半年的新生，也有大二的部长干事们。既有很熟识的同僚，也有萍水相逢的陌生人。这时，我们没有了班级年级社团的限制，我们都有一个共同的名字——学生干部。

学院党总支书记刘雷，校党委宣传部徐岩老师等出席了骨干训练营的开营仪式。在开营仪式上，师生共同回顾了化学化工学院一年来在学生干部培养方面取得的优异成绩。开营仪式后，徐岩老师有以“如何写好新闻稿”为题举行了一场专题讲座。讲座中，徐岩老师以她从业多年来的宝贵经验，从实际出发，为我们讲解了新闻稿的结构及其写作要领。这让从来没接触过这方面的我受益匪浅，我从讲座中收获良多。

参加过上午开营仪式以及专题讲座后，我无比期待着下午的活动。当然下午的活动也没让我失望。于洁老师的主持很吸引人，做的也很用心。为了让我们不再固守自己熟悉的圈子，老师让我们按照生日顺序排队站好，将我们重新分组，让我们在紧张刺激的气氛中记住了自己同组人的名字。利用短时间内每个人对大家的了解，我们快速的选出了队长和副队长，制订了队名队徽队歌与口号。我是第三组，我的队伍是梦想队。正如我们的口号所说：让快乐张开翅膀，看梦想瞬间绽放。我们作为社团未来的骨干力量，更应该坚持自己的梦想，不断努力，带领同学们实现大家的梦想。

通过画小猪的游戏，我更好的了解了自己，认识到了自己的优势与不足，今后争取做到扬长避短，尽可能在团队发挥自己的长处。一个团队不是一群人，团队是有分工合作的。在一个团队中，需要各个类型的人才。当今社会中，埋头苦干的老黄牛型已经不会再被大力弘扬了。一个团队中不仅需要“老黄牛”，还需要拥有领导气质，崇尚权力的“狮子”型；调节气氛，让大家放松精神的“孔雀”型；默默无闻，在适当的时候说几句中肯的话的“壁虎”型；以及除去团队中的不良隐患的“啄木鸟”型。每个人并不只是单一的“孔雀”型或者“壁虎”型，也可以是两种甚至更多的属性并存。然而属性再齐全，如果各自为政，也是没有用的。要知道，团结就是力量。队员之间相互信任要比各自能力出众重要得多。三只小猪盖房子的游戏就体现了这一点。队员们被蒙上了眼睛，黑暗之中，他们依靠的对队友的绝对信任出色的完成了任务。

作为社团骨干，免不了要有一些上传下达的任务，要做好这个任务首先要有清晰地表达能力。表达能力不单单是指语言，也包括肢体动作的表达。“人体拷贝”的游戏让我明白了正确传达消息的重要性。有时，就因为一个人的理解错误或者是表达不清，后面所有的人都被告知了完全错误的消息。这种事情发生在现实生活的消息传递中将多么可怕。

当我以为这快乐的一下午就这样结束的时候，于洁老师为我们带来了最后一个，也是最有趣的一个环节——蜈蚣翻身。别看这简单的四个字，实际操作起来可并不简单，它考验了整个团队的配合程度以及默契程度，真正做到“一个都不能少”。

如果说第一天是老师带领我们活动，那第二天就是我们独立自主额时间了。在短短的半天的时间里，我们要对本组得到的选题进行分析，思考，然后以节目的形式表达出来。从未有过这样的体验，真可谓是时间紧，任务重。但是，在全组人员的积极配合下，编剧本，选音乐，定演员，做道具，一

切有条不紊的进行着。最终的演出结果也得到了大家的认可。

我身边有很多同学因为各种各样的原因未能到场，这是他们的遗憾，参加这次骨干训练营，我学到了很多，也收获了很多。明白了自己在团队中能起到什么样的作用，也结识了许多新的同伴。

作为社团骨干，提高自己的素质，也绝非一日之功，不仅需要我们在长期工作中一直锻炼，不断磨练。不断摸索，总结，提高，也同样需要学校管理者不断给予更好的指导和培养。社团骨干训练营虽然结束了，但我的学习不能停止，我将时刻牢记作为学生社团骨干的责任，继续珍惜每一次锻炼自己的机会，提高自己的综合素质，为同学为学校奉献自己更多的智慧与力量。“脚踏实地，仰望星空，独立思考，终身学习”这句话将鼓励我一路前行。

## 电抗训练心得体会篇五

丁霞

我有幸参加了这次公司组织的“星火”训练营，抱着期待和学习的心情，我参与其中，收益良多，给我的人生上了生动的一课。

我们这次星火训练营，来自金华市各个公司，一共分为五个大组，分别是“金星”组、“木星”组、“水星”组、“火星”组、“土星”组，每组有8个人，我是“火星”组的一员，其中组织了许多活动，充分调动了大家的积极性，一年的活动下来，感觉就是不一样。在这个训练营中认识的许多人，每个人都是那么的和蔼可亲。大家都全程全身心投入，互相帮助，展示出了最精彩的自己，因此次活动也拉近了彼此的距离。教官也不是严肃敬畏的，而是幽默风趣的，同伴也不是生疏冷漠，而是热情热心的。

“态度决定一切；成功者，学习者。”这一句话倒是伴随着我走过了每一个训练营的日子，一直支持着我去定下每一个小小的计划和目标，使自己更快的成长和成熟。在这次训练营让我学到许多丰富的非车险知识，对我在从事的非车险工作上面发挥了很大作用，总是能学到条款以外的新知识，如法律知识，关于境外救援的知识等等，特别是各位教官的博学多才让我心里敬佩不已，暗暗下定决心成为有丰富知识的人。对团队的理解和重要性有了更深一层的认识。团队的力量是何其伟大！个人不过是高楼上的一块砖，大海中的一滴水，世间的一微尘而已！从我们的出生，成长到成材，什么时候离开过团队而能生存的？小时候有家庭这个小团队，是爸爸妈妈在默默的支撑着这个家！让我茁壮成长；读书有学校团队，是老师的殷殷教导和同学们的热心帮助，使我能成材；工作有公司团队；是领导的英明决策和同事的精诚合作使我工作起来如鱼得水！训练营中许多活动让我感触颇深，我本身有些胆小，缺乏勇气，但在训练营活动中勇敢的走上台发表我的看法和想法，积极参与其中，在磐安组织的挺进大盘山活动中，自己体质本身比较弱，耐力不够好，大盘山又比较险，是同伴的一次次鼓励和帮助，也觉的不那么累了，爬的更有劲，终于爬到了山顶，战胜了自己，人生就像一座座高峰，只有战胜了自己，才能看到最美丽的风景。在晚上的晚会中，充分发挥自己会唱歌的特长，代表火星组表演了独唱节目，接受到了许多掌声和赞美声，使自己变得更有信心，现在面对更多的人也不紧张而是勇于表现自己，展示自己，发挥自己的长处，弥补自己的短处，而这些都要谢谢我的团队和伙伴们，是他们给了我勇气和鼓励，通过这次活动，我的感想是：做什么事都需要有信心和耐力，要有团队精神，靠你一个人是无法很好的完成任务的，只有信任你的伙伴发挥大家的智慧，才能出色的完成任务，不要总想公司能给你什么，要想想你能为公司做些什么；在对待工作和生活时，时刻提醒自己所肩负的责任，无论对上下级的沟通，对具体事物的处理，对细节的关注，都离不开自身的责任感。同样，在集体目标的实现过程中，要学会换位思考，多替别人着想，可能会为目标的实现发挥更大的能量，最终和团队一起成长。

要学会赞许别人，敢于表现自己！要把每天的工作和学习当作一件非常快乐的事情，那样你就会感受到幸福。学会理解和包容别人。知道了怎样去和别人交流沟通，懂得了去嘉许和欣赏他人！有了丰富的非车险知识做后盾怎么应用到业务中，更是有了一颗感恩的心以及爱心和责任心！超越自己就会创造奇迹！

从现在开始，我将把这次训练中所学到的宝贵经验好好的运用到公司工作和自己的生活中。

我的行动计划是：

1. 把这次训练中所学到的宝贵经验和帮助过我的朋友一起分享。
2. 未来的日子里我会不断的温习在这次活动中所感悟的道理，不断总结完善自己。
3. 把在活动当中学到的运用到工作生活中。

感言：

我们很渺小，但是我们可以爬上大树看风景。

## 电抗训练心得体会篇六

由于国情的决定，我们国家独生子女愈来愈多，父母、祖父母都特别溺爱孩子，导致孩子性格孤僻，抗挫能力低下，自由散漫，自理能力差等。80后、90后的父母们，未来国家的栋梁由你们来锻造，未来国家的希望由你们来掌握，所以我们必须帮助孩子塑造一个良好的性格。

对于孩子而言，良好的性格包括：有理想，有纪律，谦虚，懂礼貌，懂得感恩，集体荣誉感强，做事踏实认真，乐于助人，为人正直朴实，能够独立生活和思考，与人和谐相处，观察敏锐，富于想象等等！

人与人之间需要交流，父母与孩子也不例外。父母在与孩子交流时，首先要学会倾听，倾听孩子内心的诉说，遇到与孩子有不同见解时，允许孩子申辩，不要过多的去强求孩子，而是在交流的过程中去发现孩子的兴趣、爱好和特长，也许这些都是孩子未来发展的方向。

所以有必要建立正常的交流方式，让孩子感觉到自己与父母处于平等地位，也能让孩子建立足够的自信。

孩子需要健康饮食，父母就需要学习饮食方面的知识，做好营养均衡搭配，避免孩子挑食，杜绝垃圾食品，和孩子一些养成良好的饮食习惯。对于着装而言，需要做到衣着整洁，大方即可，不与人攀比。

在校期间，教育孩子穿好校服，带好红领巾，保持衣物整洁干净，常洗手，做一个文明的孩子。

现在的独生子女家庭，一切都以孩子为中心，所以孩子认为得到的都是理所当然，他们的这种生活方式都只因为他们从来都是“满足”，从来就没有体会到“缺失”感，所以要想让孩子学会感恩，首先要让孩子体验“缺失”，让他们知道他们的得到并非天经地义。体验了“缺失”后的“满足”，自然就知道感恩。在日常生活中我们要教育孩子尊重别人，对别人的给予要心存感激，对别人的奉献要懂得图报。让我教会孩子从说声谢谢开始吧！

## 电抗训练心得体会篇七

拓展训练是现在很多公司集团都在进行的，为了做好团建活动，提升员工专业素养，锻炼大家的实际动手能力，作为一名员工，参加班组长拓展训练，你有什么感悟？下面给大家带来的是20xx年集团班组长拓展训练营心得体会。

11月20日-23日，我参加了集团公司工会主办的“扬正气树新

风”企业文化节系列活动之第三期班组长拓展训练营。学习过程中，我边学边思，边思边悟，3天半的课程，在老师的答疑解惑和学员们的交流互动中悄然而过。

三天半的学习，是一次知识的积累，是一次认识的提高，更是一次素质的提升。学习中，我反思过去，规划明天，针对如何做好班组建设工作找到了一些答案，在此，与大家共享。

充分挖掘地域资源优势，从历史、人文、地区特色等角度深化品牌建设。从现实情况看，许多班组建设难以形成有内涵、有特色的班组。文化引领的目的，最终是为了形成内涵丰富，更具文化底蕴的班组。

没有规矩，不成方圆。完善的规章制度是做好班组建设的保障和依据，建立健全规章制度，规范班组成员行为，增强约束机制，确保各项工作有章可循，有规可依。

班组长作为兵头将尾，具有管理班组的各项权利，要用好这些权利，就要坚持原则，不徇私情。否则，就会引起员工不满，影响班组的和谐团结，使队伍失去凝聚力、战斗力。只有坚持原则，奖惩分明，才能把员工的积极性调动起来，更好地发挥员工的主观能动性。

一名优秀的班组长必须做到身先士卒，率先垂范，有了榜样的力量，才能够凝聚队伍士气，调动员工的积极性。要身体力行，严格遵守各项规章制度，起到模范表率作用，让员工心悦诚服服从你的管理。

民航的工作性质决定了安全、服务是整个生产过程的关键因素，员工素质的高低关系到每个航班的平安起降和服务产生的社会效应。加强班组建设，就必须把员工队伍素质的提升作为重要工作来抓，从安全知识到服务意识，从理论知识到岗位实操，要帮助员工进行职业规划，真正让员工在企业发展的同时，实现职业发展。

班组作为企业最基本的组织细胞，承担着重要且基础的工作，而对人、财、物的使用没有决定权，这就需要管理者要深入了解班组建设中存在问题和困难，适时给予指导帮助，对班组建设中出现的难题及时上报公司予以解决，杜绝充当“甩手掌柜”，“信息员”的角色。

以上是本人在学习、工作过程中的一点心得体会，不足之处请批评指正。

## 电抗训练心得体会篇八

穿着迷彩，我们英姿飒爽；踢正步，我们意气风发；唱军歌，我们斗志昂扬……七日的军训给了我太多太多的感想。

有人说，人生其实就是跨过一道道坎的过程。那么，这次的军训给了我跨过这些坎的勇气和力量。这次的军训前，我很胆怯，我害怕自己会支持不住，在众人面前倒下。然而，军训开始后，我慢慢发现只要自己怀有不倒的信念，只要自己有勇气去克服一切困难，那么，身体里就会有股力量支撑着我永不放弃。所以，烈日炎炎下，我能坚持着和同学们一起努力认真地完成了站军姿、跨立、齐步走、踢正步等的学习和严格的训练。尝到了艰辛，感到了疲惫，但更多的是喜悦，是战胜自我的喜悦。其实，人生何尝不是一次军训？那么，就让我以在军训中的那种勇敢的姿势去面对我的人生吧。

然而，军训不仅仅提醒了我要敢于战胜自我面对人生，还教会我做一个人。在众人组成的队伍当中，我学会了克服身体上的种种不适去完成一次次严格的训练，并且我渐渐地开始严格要求自己把每一个动作做好，因为只有先做到严于律己才不会影响到队伍整体训练的效果。由零零散散到整齐化一，这正是我们每一位同学严于律己、相互配合的结果。一直以来都认为我能做个随心所欲的人最幸福，但是无论是学习还是工作，我们都离不开集体，有了集体当然就要有纪律。只有严于律己才能出色地完成自己的任务，只有



人人都做到严于律己，才能有一个出色的集体。时光如水，悄然流逝；岁月如土，随风而去。从前我是一个自由散漫的人，不喜欢被约束，如今我发现只有做到严于律己才能得到他人的尊重，而后我会更加努力地去做一个严于律己的人。

军训是有苦也有乐的生活，虽然没有成为真真的士兵，但是那段的磨练为日后的学习工作打下基础，也往往成为参与者后来生活的一种美好的回忆。军训走入了年轻人的生活中，高中进行军训、大学进行军训。我经历了2次军训，都是请部队军事教官按照部队的要求进行军事的基本训练。在大学进行了为期一周的军训，进行队列训练，军姿练习。军队中的一个优良的传统，那就是：严明的纪律！纪律严明，才能战无不胜！学生的自由散漫的思想严重，随心所欲！那么就要由军队铁的纪律的作风来培养学生良好的纪律性。

这次军训，体现了良好的纪律，每天点名和洪亮的回答声“到”，证明了一切！同学的吃苦耐劳是有目共睹的。今天的军事训练不仅要学习军人吃苦那老的精神，还要亲身体验士兵训练的辛苦。并把这种吃苦耐劳的精神发扬到学校的各项工作和学习中去。

在训练场上，学生们经受着烈日的考验。汗水不断的流下，留入眼睛、留入嘴里，后背胸前的汗水顺流而下。体验军队严明的纪律，没有人用手去擦汗、去抓痒。个别学生中暑，做了短暂的休息后又加入了训练的行列。行军拉练，更是没有人掉队，迈着整齐的步伐，唱着高亢的军歌！俨如一支训练有素的部队！

军训，就是要学习部队高度的执行力、严明的纪律和吃苦耐劳的精神。改善学生的工作作风和精神面貌！对我来说，这次的军训的确是我人生中的一次难得的考验和磨励，军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。它让我明白了很多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获，特别的面对艰苦的环境时，我们应该坚强，

勇敢面对，而不是逃避，畏首畏尾。古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”。经过这次的军训，我的确深有体会这句名言的含义。作为男生最多的工学院的我们，在这次的军训中也应该是最艰苦的了，每天的立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，这些动作平常看起来非常简单的而现在做起来却没那容易了，教官对动作的准确性要求的非常严格，对同学们也充满很高的期望，所以，我们更加努力做好一切。教官心里是对我们班的每一个同学都是十分关心，负责任。

## 电抗训练心得体会篇九

### 公安学习心得体会

#### 公安学习心得体会一：公安干警学习心得体会

一、执法规范化建设体现社会公平、正义，是公安机关对人民群众新要求、新期待的积极回应。严格、公正、文明执法是公安工作的生命线，也是公安机关和公安\*\*\*最基本的履职要求和价值所在。执法规范化建设就是以全面进步公安机关的执法能力和执法公信力为目标，最大限度地增加\*\*\*因素、最大限度地减少不\*\*\*因素，下大力气解决人民群众最关心，反映最强烈的执法突出题目。要突出五个重点：一是强化\*\*\*执法意识，进步\*\*\*执法能力；二是强化执法责任，健全完善执法制度；三是强化执法审核，加强规范执法的监视；四是强化执法保障，打牢规范执法的基础；五是推进执法信息化建设。

二、警务信息化建设是公安工作的一场新革命，也是当今时代对建立现代化、高效能警务的必然要求。信息时代的到来，给公安工作带来了一场全面而深刻的革命——公安信息化。这场革命，打破了公安工作对传统发展路径的依靠，在警务运作、公安执法、队伍治理等方面开辟了新的科学发展路径。加快实施公安信息化建设是实现公安工作跨越式、可持续发

展的必由之路。我以为，公安信息化建设要捉住三个关键：第一、既要瞄准集约高效目标，通过完善基础网络，优化应用系统；又要不断完善公安警务信息体系，逐步形成公安信息“大集中、大整合、大共享”格式。包括建设智能化综合指挥系统、建成集约化信息中心数据库和完善基础通讯网络设施建设。第二、既要确保拥有丰富、正确、鲜活的信息资源；又要不断提升\*\*\*运用信息系统的实战能力。具体要把握好“广辟信息来源，严把信息质量关，加强信息维护和培训信息人才”这四个环节。第三、既要不断强化网上作战意识，构筑网上作战平台；又要不断完善运行机制，建立适应现代警务要求的公安信息运行新机制。不断引导广大\*\*\*树立“向信息要战斗力”的理念，着力研究和探索建立网上作战信息应用机制的途径和方法，逐步完善信息预警、快速反应、信息导侦和信息防控等机制。

三、\*\*\*警民关系建设是促使广大群众理解和支持公安工作的重要措施，也是公安机关“立警为公、执法为民”理念的直接体现。党的十七大报告指出：深入贯彻落实科学发展观，要求我们积极构建社会主义\*\*\*社会。\*\*\*警民关系是构成\*\*\*社会的要素。当前，由于少数\*\*\*违法违纪或执法不当，被新闻媒体曝光或过度渲染，严重损害了公安机关的良好形象，导致部分群众对公安工作不理解、不支持。古人说“不以恶小而为之，不以善小而不为”，构建\*\*\*警民关系就要从人民群众反映最强烈的题目改起、从人民群众最期盼的事情做起，以良好的业绩和形象取信于民，夯实公安工作群众基础。一要加强公安队伍思想政治建设，打牢构建\*\*\*警民关系的思想基础。二要进步公安\*\*\*业务素质，练就为人民服务的本领，改善公安机关的形象。三要加强公安队伍作风纪律建设，增强警务职员法制观念，进步综合服务水平。

四要深化“大走访”爱民实践活动，消除警民之间沟通渠道上的障碍，缩短警民之间的间隔。五要加强宣传阵地建设，积极实施公共关系活动，主动化解警民误解、冲突所引发的形象危机题目。

## 公安学习心得体会二：公安民警学习心得体会（2304字）

按照廉政准则的要求，我市公安机关认真部署省公安厅组织的开展的“党风党纪、警风警纪”集中学习教育活动，通过开展为期一个月的以整肃“两风两纪”为主要内容的集中学习教育活动，通过采取“六严”、“四必查”措施，全力抓好全市公安机关队伍建设。

我身为一名公安民警在此次全市公安机关开展的“两风两纪”活动中，我将认真遵守上级机关的要求，严格采取“六严”、“四必查”等措施，全力整顿纪律作风、推进队伍建设。“六严”：即严格执行各项禁令；严禁民警违规经商；严格枪支管理；严格警用车辆管理；严格对公安内部非警务人员管理；严格落实“一职双责”。“四必查”，即：实名举报必查；领导干部违法违纪必查；黄赌毒和黑恶势力保护伞必查；群众或媒体反映强烈必查。全市各级公安机关将严格按照省厅的要求，认真领会精神，精心组织部署，采取切实有效措施，把学习教育活动组织好、开展好，保证收到预期效果，促进公安工作和队伍建设的稳步、持续发展。在工作中，我将做到以下几点。

### 一、提高认识，积极领会“两风两纪”活动的重要性

机关相继出台了一系列的条例、条令、禁令、法规、规章等相关规章制度，对人民警察执法办案提供了有法可依，同时对我们的言行加以必要的限制，要违法必究。从现在执法形势分析，对我们民警要求越来越高越严，稍不注意就会触“电”，轻者受到党纪、政纪处理。重者依法追究刑事、行政责任。我所曾发生过民警违纪案件，就是一个活生生的典型案例。就在我们身边，历历在目。以事实为根据，以法律为准则，坚持以人为本的原则。无论是执法办案，还是化解社会矛盾都必须依法行事，切忌不能随意执法，枉法办事。警察虽然不是公众人物，但因为你从事执法工作任务，而是敏感人物。你一旦出事引起的波澜不亚于公众人物，因为你

的社会地位不同，你虽然没拿你自己当回事，但是群众拿你当回事，用高标准严要求看待你，你说错话，办错事就不行，就要赔礼道歉，说清楚，否则群众不答应你。总之，警察决不能做违法的事。

## 二、当前队伍存在的问题

### 三是在“两风两纪”集中学习教育活动如何解决存在的问题及措施

我个人认为要认真学习领会上级领导讲话精神实质，加深理解“两风两纪”教育活动的重大意义，认识教育的重要性和必要性。每位民警，特别是党员民警必须要认真学习好文件读本。学习好省厅厅长孙永波、副市长吴刚、分局长李政等领导的讲话精神，以讲话为指导，作为今后工作的方向，不断提高认识能力，使思想和行动统一到上级党委的要求上来，并不折不扣地贯彻执行。严格遵守各项规章制度。俗话说：大匠悔人必以规矩。要时刻牢记政策、法规、规章和纪律，从严约束自己。抓好“五条禁令”的贯彻执行，管好八小时以外的活动，廉洁自律，做到“慎独”。认真学习好爱民模范同志的先进事迹，以他们为榜样，牢固树立宗旨观念，全心全意为人民服务，坚持党的事业至上，人民利益至上，宪法法律至上的原则，坚持以人为本，关心群众的疾苦，争做群众心目中的好人、亲人、能人。强化学习意识，不断创新工作思路。学习是永无止境的。要不断更新知识，认真学习好法律、公安业务、现代信息和科研创新，跟上时代步伐，创新工作思路，勇于探索进取。不断提高法律知识，增强执法办案水平，做到公正廉洁执法。尤其要把等基础法律学深学透，运用到实际工作中去，增强打击工作的能力，强化基层基础工作，为维护社会稳定和谐做出贡献。搞好党风党纪、警风警纪集中教育活动与各项活动的结合，要把中央政法委提出的“三项重点工作”、公安部提出的“三项建设”、省厅提出的“三位一体”工作思想紧密结合好，突出工作重点，同时还要把集中整顿执法过程中涉案人员非正常死亡问题的

专项治理同集中整顿警用车辆和涉案物品管理这两项工作抓好，互相促进、有机结合、弹好钢琴、不可偏废。

我们要严格按照省厅的要求，认真领会精神，精心组织部署，采取切实有效措施，把学习教育活动组织好、开展好，保证收到预期效果，促进公安工作和队伍建设的稳步、持续发展。在学习教育活动中，剖析、整改工作和队伍中存在的突出问题，进一步加强公安队伍建设正规化，执法工作规范化，警民关系和谐化。为我市社会繁荣稳定发展做出积极的贡献。

公安学习心得体会三：公安民警学习“十八大”报告心得体会（836字）

党的第十八次全国代表大会于11月8日9：00在人民大会堂大礼堂举行，胡锦涛代表第十七届中央委员会向大会作报告。按照上级的要求，我们单位组织了观看，听了胡总书记做的十八报告后感触颇深。十八大总结了党的十七大以来5年的工作情况，回顾总结了改革开放的伟大历史进程和宝贵经验。

党的十八大是全面建设小康社会关键时期和深化改革开放、加快转变经济发展方式攻坚时期召开的一次十分重要的大会。开好党的十八大，对于我们党团结带领全国各族人民，继续全面建设小康社会，加快推进社会主义现代化，开创中国特色社会主义事业新局面，必将产生重大而深远的影响。高举中国特色社会主义伟大旗帜，在全面总结科学发展经验的基础上，全面审视当今世界和当代中国发展大势，全面把握我国发展新要求和人民群众新期待，科学制定适应时代要求和人民愿望的行动纲领和大政方针，把科学发展观进一步转化为推动经济社会又好又快发展的强大力量。这是全党全国人民对党的十八大的殷切期望。

领会十八大报告的精神实质。牢固树立为经济建设这个中心服务，为大局服务的思想，认真贯彻总书记提出的严格执法、热情服务，通过“严打”整治维护社会稳定，为社会的经济

发展保驾护航。

## 坚定正确理想信念 立警为公执法为民

信仰是什么？从字面上解释，信仰是人的心灵被某种主张、或说教、或现象、或神秘力量所震撼从而在意识中自动建立起来的一套人生价值体系。我认为人民警察信念价值标准，概况起来就是忠诚、公平、正义。

第一，忠诚是人民警察的根本品质。忠诚是人民警察的首要品质，我认为人民警察的忠诚首先要具备社会主义法治理念，将法治精神贯穿到工作、生活中的点点滴滴。要具有良好的道德情操，也就是严于律己、执法为民。因为各行各业都有特定的职业道德和职业伦理，社会讲究公德，家庭讲究美德。忠诚不仅是一种美德，更是一种能力，一种责任，一种精神。因此，我们不论身居任何位置与职务，只要拥有一颗忠诚的心，永远追求、无私奉献，坚持理想、经受考验，都能为和谐社会作出重要贡献。

第二，公平，立警为公，执法为民。公安执法是一项具有严密性的社会工作，要做好公安工作，人民警察必须具有良好的道德品质，全面的法律知识、较高的业务能力。要做到这一点，唯一的办法，就是不断努力学习。首先，我们人民警察应该认真学习马列著作，学习党的方针、政策。只有这样，我们人民警察才能用唯物主义思想武装自己，跟上时代的步伐，只有党性坚强、信仰坚定，我们在工作中才会做到光明磊落、无私奉献；反之，党性虚伪、信仰缺失，人就会贪图享乐、腐化堕落。只有不断学习政治理论，才能给自己提供强大精神动力作为自己的牢固政治基础。其次，我们人民警察必须认真学习法律知识，因为人民警察的工作就是执法，我们人民警察不但应具备法律知识，而且应有法理知识；不但应懂得公安管理方面的法律，还应懂得经济的、行政的、民事的法律。只有这样，才能保证我们的执法水平和办案质量，真正做到“打击敌人，保护人民”。再次，警察还应该

广泛学习经济的、伦理的、文化的、教育的诸多方面知识。我们人民警察只有具备了广博的社会知识，才能正确认识纷繁复杂的社会现象，联系实际，实事求是地做好警察工作。学习，应成为人民警察的终生任务，不爱学习的警察决不是一个好警察，我们人民警察应以列宁“学习、学习、再学习”的教导为座右铭，向书本学习，向社会学习，互相学习，共同提高。

受着人民群众的监督，自己在执法过程中哪怕有一点点的瑕疵，都会给警察的整体形象带来影响。

作为我自己来说刚参加工作，在巡特警大队担任处突反恐任务，必须要有清醒的头脑和处置突发事件的能力，在思想上要高度紧张，时刻为战斗做好准备。所以就更要严格要求自己，平时工作之余强健自己的体魄，深入学习各种法律法规，养成多学、多问、多练的好习惯，慢慢充实自己的业务技能，使自己能够在最短的时间内成为一名反恐处突的尖刀。

要干好工作，必须坚定自己的信仰，立警为公、执法

人民警察落实作风纪律要求要坚持高标准

自作风纪律整顿学习教育活动开展以来，按照上级党委机关关于此项活动的总体部署安排，自己认真学习了各级机关领导关于“深化作风纪律整顿”的一系列指示精神，认真阅读了相关单位和个人经验做法，深刻领悟到此次学习教育活动重大意义，并通过个人对照检查与自我剖析，认识和反思了自身存在问题及不足，进一步深化了对“作风纪律整顿”内容的理解把握，进一步增进了改进自身问题及不足的信心决心，进一步加深了对所肩负职责使命的认知和体会，进而增强了贯彻落实的高标准、严要求和自觉性。

一、思想修养的境界要高



人民警察作为国家公职人员，自身的政治属性和职业身份决定了首先要提高自身思想政治修养，只有做到做事讲规矩、做人讲人品，思想修养高于普通群众，才能较好地胜任本职工作，进而赢得社会认同和群众信赖。

首先，要坚定理想信念。政治上坚定是加强思想修养的首要问题，也是根子上的问题，与党与国家乃至与个人关系甚大，是一切的源头、一切的基础。政治上坚定说到底就是坚定党的领导，自觉做到知党、信党、跟党走，这也是对一名普通党员干部的基本要求。当前，意识形态领域的斗争复杂多样，社会上流传着各种小道消息，互联网上充斥着大量负面信息，作为一名有职业担当的人民警察，就要保持高度的政治敏感性，不断提高从政治上认识、观察和分析问题的能力，始终做到与党和政府保持一个声音，自觉以党的旗帜为精神指引、以党的方向为行动指南，在思想言论上始终与党中央保持高度一致，不信伤害党群关系的谣言、不说违背党的精神的言论、不做有损党员形象的事情，不因组织放心而放松个人、不因身份普通而混同群众，时时牢记党员身份，处处遵守党的纪律。

其次，要加强理论学习。作为一名入党多年的老党员，以“三严三实”为衡量标准，自己在党性意识方面的差距及不足，最突出反映是党的创新理论跟进学习不够。自从入党以来，先后经历过“三讲”、“三个代表”、“科学发展观”等理论学习活动，自己感到学理论学的不少了，再加上平时忙于工作、生活及业务学习，渐渐地疏于理论学习，没有做到理论发展一步、学习就跟进一步，参加学习教育活动也往往是“身在曹营心在汉”，存在敷衍应付的情况。理论上的清醒才能保证政治上的坚定。下一步，要把政治理论学习的“软”指标变为“硬”杠杠，重点学习党的创新理论，以及各级党委机关会议精神，利用集中培训、会议学习等时机做到深入学、系统学，不断增强政治敏锐性和鉴别力，以理论上的清醒，促进政治上的坚定。

刻刻注意自身公众形象，在任何公共场所都应遵守公共秩序，防止和克服把自己凌驾于群众之上的言行。

## 二、工作作风的转变要实

小平同志曾讲过：不干，半点马列主义都没有。转变工作作风最重要的体现是落到实处。作为一名人民警察改进工作作风，最重要的体现就是在本职岗位上不断提高工作水平和能力，努力争创一流工作业绩。

一是开创工作新境界，真正学好本领。当前，以信息技术为基础的公安科技迅速发展，新情况新问题层出不穷、新知识新技术不断问世，同时犯罪分子也从低技术含量转为高科技高智能犯罪，同时在国家实行“依法治国”大的战略目标下，全国范围内形成了良好的法律意识，人民群众法律意识在不断提高，这一系列现实情况要求我们必须加强学习，没有学习紧迫感和自觉性就不能适应新的形势、新的情况，也就势必影响我们工作更好的开展，势必影响我们自身在群众中的威信。学习好业务是最为重要的一环，还要学习法律、学习兄弟单位及发达国家先进理念及技术，通过外出培训、参观及办案等多种时机进行学习，特别是利用好个人时间进行充电，做到干一行、爱一行、精一行。

部，尽心尽力、兢兢业业地在岗位上建功立业。要做到“四多四少”：要多一些求真务实、少一些浮躁浮夸，坚持实事求是的思想路线，从实际出发，按规律办事；要多一份民气、少一份官气，坚持深入群众，深入实际，努力同群众打成一片；要多想一些工作、少想一份自己的私利，坚持克己奉公，秉持廉生威、公生明的原则，把工作干好；要多一份干事的行动、少一些抱怨推诿的理由，坚持在推动工作上比高下，在工作业绩上见分晓，在服务群众上论英雄。

三是树立工作高标准，真正争先创优。用力工作仅能及格，精心工作方能成就事业。海尔集团总裁张瑞敏曾经讲过：什

么是不简单？把每一件简单的事做好就是不简单；什么是不平凡？把每一件平凡的事做好就是不平凡。工作的高标准，就是把大家习以为常的事办成精品，就是“人无我有、人有我精”。要牢固树立“岗位可以平凡，工作不能平庸”的理念，努力把大事做精彩、小事做精致。要把心思和精力都放在干好本职工作上，做到思考谋划有层次、工作落实有质量，力争干一件是一件、抓一件成一件。只有把工作当成事业干，不满足于过得去、低标准，始终保持昂扬进取的精神状态，才能收获丰硕的成果。

### 三、遵章守纪的意识要强

遵章守纪是对每名干警基本素质要求。要把遵章守纪内化为个人自觉意识、外化为自觉行动。在各种利益和诱惑面前，自觉做到不触道德修养的“保底线”、不越制度规定的“警戒线”、不碰法律法规的“高压线”，确保在任何时候、任何情况下做到思想不跑偏、言行不失范。

一是对上强化听招呼意识。公安队伍是一支纪律部队，只有上下政令畅通、人人令行禁止，才能确保工作顺利开展、有效开展。如果各行其是、随心所欲、自作主张，工作会打乱仗、出纰漏，甚至会使社会稳定遭受重大损失。当前，我国正处于改革攻坚的关键时期，由于体制转轨、社会转型、思想多样、利益多元等新情况新问题，导致和带来的社会矛盾日益突显，再加上外部敌对和分裂势力渗透与破坏，使得作为维护社会稳定中坚力量的公安队伍，面临的工作压力也越来越大。只有我们每名同志严格按照上级指示办好每一件事，做好每一项工作，做到件件有着落、事事有结果、次次不回音，就能使工作落到实处、落到末端，使各种破坏社会稳定的人和事无所遁形、无处藏身，就能维护好社会秩序、化解好矛盾纠纷，从而推进社会健康有序和谐发展。

二是对己强化守规矩意识。作为一名警察，手中都多多少少掌握一定的权力，多多少少涉及和影响到利益调整和冲突。

如果为了地方建设、为了群众百姓，权力就是用得其所；反之，为了一己之私或一单位私利，权力就是用偏了、用歪了，甚至会用出问题。面对手中权力，一定要把权力视为“公器”和“重器”，不亵渎、不滥用，凡事要按政策办、按规定办、按程序办、按职责办，过好原则关、利益关、人情关，切不可因照顾关系而放弃准则，不可因碍于面子而丢掉人格，不可因绳头小利而违法违纪，在权力和诱惑面前始终如履薄冰、如临深渊、不越雷池一步。此外，还要经常接受组织和群众的监督，本着有则改、无则防的原则，知德守节、知足节欲，自觉养成遵规守纪的良好习惯，保证公正用权、干净用权。

## 电抗训练心得体会篇十

拓展训练是目前非常成功的一种体验学习方式，国内外诸多著名院校都将拓展训练机构列为mba教学的必修课程，更有许多优秀的组织将拓展训练作为整合组织文化、激发员工潜能、打造卓越团队、提升核心竞争力的必要培训。拓展训练作为体验式训练，是从行动着手，从实际中学习，在实际中经历、感受、分享、感悟、升华。

促进个体成长，发展及增强与人沟通的能力；

培养及展示个体与群体的适应能力、生存能力、合作能力；

激发个体的责任心、自信心和自立能力，培养群体合作精神；

树立关心社会、服务人群、关爱他人的意识。

拓展训练实行分组活动，强调集体合作，力图使每一名学员竭尽全力为集体争取荣誉，同时从集体中吸取巨大的力量和信心，在集体中显示个性。个性是一个人在先天生理条件和后天环境作用下，通过人的身心活动和社会实践而形成的不同于他人的心理特征和行为特征。个性是普遍的、绝对的，

没有个性就没有共性。个性本质特征是人格的独立性、积极性和创造性，个性形成有先天因素作用，更需要后天环境的影响，拓展训练就是加强这方面的训练，养成良好的生活习惯。

拓展训练作为战略策略的重要组成部分，受技术发展和管理理念的影响，其中变化和发展十分迅速。拓展训练是一种突破传统教育思维和模式要求的全新学习与教育方式，其中开课程独具创意，融思想性、教育性、挑战性、实用性和趣味性于一体。