

青马培训开班心得体会 青马培训心得体会 (汇总7篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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。

青马培训开班心得体会篇一

20

**

年1月21日，由我院团委主办的“青年马克思主义者培训工程”正式启动。作为大学生代表的一员，我部也积极响应号召于1月23日正式开课。各系部的心健部成员以及大一大二各班心健委员都按时出席了该课，我非常荣幸的参加了这项课程，心中无比激动。如今此次培训也已结束，虽然这次培训时间不长，但是让我从中受益匪浅，让我明白，要成为一名真正的“青马人”我还有很长的一段路要走。

1，我要明确的就是为什么学校要为开办青马工程。“青年马克思主义者培训工程”简称是“青马工程”，旨在通过教育培训和实践锻炼等行之有效的方式，不断提高大学生骨干、团干部、青年知识分子等青年群体的思想政治素质，政策理论水平，创新能力和组织协调能力，使他们进一步坚定跟党走中国特色社会主义道路的信念，成长为中国特色社会主义事业的合格建设者和可靠接班人。

作为一名院心健部委员，在平时的日常生活中要学会和同学们好好相处，要学会更好的去注意同学们的心理问题，学会

倾听他人声音，要及时传达院里的消息，做好学校与学生之间的桥梁，要有一套自己的可行的方法，不能一意孤行，独断专行，要学会听取大家的意见，相信团结就是力量，要为院里及系里做出自己的一份贡献。充分发挥一名学生干部的力量，将自身的激情传播和散发给身边的每一个人，让自己身边的人及身边的人能够更好的学习和工作。

记得高尔基曾这样说过：“青春是有限的，智慧是无限的，以短暂的青春去学习无穷的智慧。”再者，我们青年大学生担负着建设社会主义现代化的历史重任。所以，我们要树立远大的视野，发扬“延安精神”，“做一名合格的青年马克思主义者。

学生干部是师生对话的联络员，是学校精神的宣传员。不仅如此，学生干部也应端正自己的态度，摆正自己的位置，学生干部是其他众多学生的代表，应具备优良的道德素质，而健康的心理则是学生干部能否胜任工作的关键所在。培养健康的心理素质是学生干部开展工作的必然要求。

心理健康利于大学生培养健康的个性心理。大学生的个性心理特征，是指他们在心理上和行为上经常、稳定表现出来的各种特征。当代大学生的心理特征普遍表现为思想活跃，善于独立思考，这些有利于大学生的健康成长。

青马培训开班心得体会篇二

时光荏苒，再次回首，我已成为大一的一名新生。

昔日，阳光下可爱调皮的我也已经换上成熟的脸孔，天真烂漫的心也经日月风蚀变得心细理智。

不敢回顾那小时代的种种，但以往的有些记忆片段还时不时涌上心头。

想当初满怀着热爱祖国的小心脏加入了不曾深入了解的共青团，现在想来还是一个笑话，也还想问以往的我一个为什么，直到今天听了老师讲解，才算了解那么一点点皮毛，也才知道什么是共青团，知道我们作为共青团员该做些什么，不该做些什么。

作为一位共青团员，一位暂时还是一个班的团支书，我很荣幸被选来青马工程培训，而且本次培训内容也让我深深了解到什么是共青团，怎样做才是一位合格的共青团员，并让我认识到以前从来不曾知道的一些关于共青团的知识，为此我深深的佩服讲座老师，更加信服中国共青团。

中国共青团在我认识中，它不仅是中国共产党领导的先进青年群众，也是建设中国特色社会主义和共产主义的学校，更是中国共产党的助手和后备军，为党和国家的发展做好前期和后期工作，让建设中国特色社会主义社会更好更快的发展。

中国共青团从建设以来，一致实施民族集中制的组织原则，一切都以民为主，建设成立中国共青团，履行自己的职能，为党做好后备军，为建设国家政权作重要支柱，并成立联系群众的纽带，为中国的一切发展做好充分准备，所以每位共青团团员在其中都发挥着不可泯灭忽视的作用，因此每位共青团员更应该履行自己的义务和责任，为党和国家的发展献出自己的一份力量，为此，根据共青团的要求，每一所学校都应有自己的机构设置。

据老师讲解，我校也为发展团学精神，成立了校团委、团总支、团支部等重要机构设置，而且我校团委干部也为校团委发展开展了一系列的工作。

我校执行本着发扬优点，克服难点，找准支点，做实基点，突出重点，争创亮点的工作思路，配合第二课堂主渠道，充分发挥团学组织第二课堂主阵作用，并开展思想引领，校园文化，科技创新，社会实践，志愿服务，困难帮扶等工作，

围绕青年学生成长成才的一个中心，夯实组织、制度两项建设，凝聚社团干部、共青团干部、学生会干部三支队伍，为我校建设发展校园里团组织奠定基石，凝聚力量。

校团组织的发扬也让作为共青团员的我更加懂得如何去做一位合格共青团员，不仅要有良好的世界观，思想观，道德观，更加要具有不可缺少的素质观。

让我们在对待每件事情时都表现出冷静、沉着、积极、勇敢的思想策略，不为任何事情羁绊牵连，积极做好自己应该做的事，为自己，为校园，为国家的建设突显自己的能力，在实践中彰显自己的个性，为社会的良好发展再创辉煌。

总而言之，老师的讲解，让我对共青团的认识更深，也让我对今后共青团的工作更加了解，更加让我有一颗涌动赤诚热爱共青团的心，为今后建设党和国家尽献自己一份微薄的力量。

从最初对青马工程一无所知到亲身经历，从最初参加青马工程到这期培训结束，我也在这段旅程中从而迈向了更成熟的阶段，加深了更高的思想认识，提高了更优的实践水平。

有幸参加青马工程对我而言是收获颇多、受益匪浅。

青马工程为我们搭建了稳定的阶梯。

这期青马工程培训丰富多彩，理论学习，素质拓展结合。

理论讲座带我们接触到高校共青团工作，更深入走进马克思主义，使我们体会到青年的责任，明白了青年的使命，是我们成长的阶梯；素质拓展领我们接触到实践工作，更深刻的了解实践活动，指导我们行动能力的培养。

这是为我们的成长之旅搭建的阶梯。

胡老师的“青春、梦想与使命”讲座拉开了青马培训班的序幕，点燃了作为青年我们的青春之火。

老师深入浅出的为我们讲解了有关高校共青团、校团委的知识，这使我们清楚的了解其工作任务，工作原则，工作思路，工作构架与工作重点。

现实而言，这与我们还有不小距离，但是通过老师的讲解，我学到更多有关这方面的知识，系统的了解的这方面的工作，而这也是青年我们必须关注的、学习的。

讲座的氛围比之其他方式更深刻地使其雕刻在我们的心中。

这是在老师丰厚的经验，科学的知识下地传授，是潜移默化的影响。

此外老师提出了对我们的要求，这些要求是注入给我们的力量。

这方面的学习让我进一步了解到我们的责任与要求。

在能力中提出了学术研究能力，组织管理能力，信息捕捉能力，这是我们熟悉的团结协作能力，开拓创新能力，沟通表达能力之外的新要求。

指引我们能力前进培养的方向，确定个人能力发展完善的目标；在素养中提出了知识文化素养、身体心理素养、礼仪文明素养；在学生干部中提出做信念型、学习型、创新型、实干型、服务型、清正型的“六型”学生干部。

这次讲座使我正确的认识自我，了解差距，并促使我努力缩短差距。

素质拓展活动是理论学习之外的实践活动，最为让我难忘，

最为让我受益。

感谢张老师为我们做的精心安排，感谢其使我接触到现代人和现代组织全新的学习方法和训练方式，使我接触这终生受益的活动及根植于我心的行动思维，使我我能有机会以之分享于我的班级，使我能见到打破我一直期待克服的执行力、行动力缺陷的第一步，使我能在以后的日子获得长足前进动力。

这次活动是在专业的'汪教练指导下进行的，这是一堂学习实践的课。

活动中每一活动都使人深受其益。

取队名培养团队的协作沟通能力，“足够高”更是启发想象力与创造力，锻炼战胜困难的毅力，“人椅”对我们而言是个挑战自我超越自我，学会团队激励，群体合作意识的活动，也是对这些平时言于口上的理论知识的实践。

活动更有对思维创新的训练与启发。

素质拓展是在实践中的学习，开拓了视野，增长了见识，体会到了实践的重要，“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。

没有实践，没有真理。

决定问题，需要智慧，贯彻执行时则需要实践。

在这次活动中服从也是要求重点，它是我们在老师指导下开展活动，进行活动，完成活动的基础。

同时，应当在活动克服自己的心理的障碍，积极主动参与活动，学会沟通配合，学会发挥自己力量，积极为群体做出自己的贡献。

素质拓展是我之前从未接触的，甚至与从未想到，却于我而言是到目前为止所接触中的最为“奇迹”的。

学习是大学学生的最为主要的任务，我们的学习更为重要在学会学习的方式方法，对校党委组织部部长陈刚教授的“如何提高学生干部的学习能力和综合素养”的讲座无疑是我的攀山之捷径，飞天之羽翅。

“为什么学习”是老师给我们讲的第一个问题也是我们寻求学习意义的深层思考。

或许如老师言生存的需要，实力的要求，不学习思想僵化、能力退化，学习的高附加值及面对全世界都学习的竞争，不过从中最要的收获应在于寻找自己的学习理由、意义，为自己找到学习的不竭动力。

当明白学习之于自己的意义，才可全心投入，不懈追求。

其二谈到“学什么”，老师指出了围绕长远的目标学习，满足个人发展的需要学习，工作需要什么，就学习什么，这些是着眼于我们未来就业之需求，提高核心竞争力的有关方面学习内容。

更具启发之处在于老师同时强调了学习历史，这发人深省，让我重新认识到自己放下的历史是多么重要，这些是积淀的宝贵，是免费却无价的财富。

学习历史更是要求自己独立思考，深刻领悟。

教授的在历史中学习，在历史中感悟于自己该时刻谨记。

此外老师所言学医学知识，法律知识也弥补所学之盲区。

其三谈到“怎么学”，老师谈到向实践学，向群众学，向网

络信息学，综合多种学习方法来学。

学习最重要的不是客观的方法，而是主观的学习品质，这是老师讲座又一直指人心的地方。

学习要持之以恒，要勤于思考，善于总结，要精力聚焦，要学以致用。

成功一定有方法，失败一定有原因，而原因多在于品质问题，所以我们更当注重学习品质的培养，构建自己的坚定品质。

谈到干部，老师也给了我们做出指导，提出了统筹兼顾能力，知人善用能力，开拓创新能力；也给我们做出了注意事项，工作主动，工作快节奏，工作高标准，抓好工作最后一步，关注群体利益；也给我们做出了要求，敢于担当，吃苦耐劳，加强学习，注意管理艺术的研究，等等。

这些是没有工作经历的我的及时良药，是我现在，未来的指导。

陈教授的讲座是我面临切实问题的真切解决之道。

我们在青马工程铸造了坚定的方向。

经过这次培训，我得以重新的认识自己，定位自己，也深刻的认识自己的重担。

这种重担一是发现自己的许多有待不断克服的不足与不断缩短的差距，这方面给了我重担，前进如逆水行舟，但是我会在这重担下寻到压迫的力量及决心，我更要以积极的热情，坚定的态度去正式自己，努力把自己提高。

拜伦说，青年人满身都是精力，正如春天的河水那样丰富。

我相信正是青年的自己那爆发的精力，隐藏的潜能。

这重担又是当代青年肩负的责任与使命，以及青马工程的使他们进一步坚定跟党走中国特色社会主义道路的信念，成长为中国特色社会主义事业的合格建设者和可靠接班人的重担。

这个重担是我们全体青年所肩负的。

在这个学习过程中我明白这是重担又是使命，又是力量，我们当代的使命较革命前辈而言是幸福的。

我们身处和平年代面临这样的使命也将是我们力量的源泉，这将不再为重担，是当下中国梦的力量。

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。

这些重担是一个方向，指引航行的方向，引领未来的方向，一个坚定的方向。

青马工程时间是短暂的，但影响是长远的。

青马工程所获的价值来源自己，你可以获得价值一分的收获，你可以获得价值一亿的收获，你只有不停地实践它，持之以恒，才会使之成为现实，在行动践行过程中的达到你所期望的价值。

我们都应期待的是真心，有心，恒心的理论的学习、实践的行动起来之后的无价。

1.青马工程心得体会

2.青马培训心得体会

3.青马培训心得体会总结

4.水利工程培训心得体会

5.信息技术应用能力提升工程培训心得体会

6.青马班结业典礼主持稿

7.工程培训自我鉴定

8.工程质量培训个人总结

青马培训开班心得体会篇三

现在想想还是感到我非常的幸运，我非常荣幸地参加了机电与车辆工程学院的“青年马克思主义者培养工程”，这一期培训已经结束，在短暂的时间内，通过青马班的培训，我懂得了很多，给我带来的感触也很多很多。对于如何做好一名称职的学生干部有了更全面的了解。青马班的学习可以说是提高了我的综合素质，让我在以后的学习工作中会思考的更加成熟。

通过这次学习，我深深的感到，作为新时期的先进青年，先进大学生，我们应该在生活里克勤克俭，严格要求；在工作中身先士卒，勤勤恳恳，不断增强贯彻党基本路线的自觉性；在学习上，以“书山有路勤为径，学海无边苦作舟”的精神，不断增加新的科学文化知识，不断提高自我政治理论修养，努力争取在建设有中国特色社会主义过程中建功立业。

作为一名学生干部应该具有的品质，从路云老师进行的讲座中，我懂得了一名优秀的学生干部应具备怎样的基本素质，从而联系到自身，了解到自己应怎样成为一名合格的学生干部。

我们必须要学会做人、做事，因为人格才是人生的最高学位，而且我们要学会感恩，感恩是人生的最高基石，作为一个大学生，我们的大学生活应该是一种提升灵魂的生活。

通过张程老师给我们进行的讲座，我明白了我们应该学会总结自己，做好短期和长期规划，不要沉溺于一种事物，学会提升自己的思想。做到对自己人生的掌握。

其次，在做事方面，我们就应该力求做到找准自己在团队中的位置，提高自己的能力，要锻炼出自己的管理能力、观察能力、语言表达能力、创新能力、突发事件处理能力以及自我控制能力。

我们应该更好的协调和管理自己的时间，有效率的利用自己的时间，因为只有这样才能使得自己在工作和学习两方面都游刃有余。我们更应该学会表达自己，因为只有更好的表达自己的观点意见，才会及时有效的解决问题。

第三，从路云老师的讲座中中，让我更好的理解到了团队这个词的深刻含义，其实说得简单点团队就是一些人对一个共同的目标做出一直的承诺并且彼此之间高度的信任。

组织靠拢。

在路双双老师的讲座中，我们学到了许多有用的基本新闻稿写作知识，了解到了许多写作技巧及语言规范；在刘传燕老师的讲座中我们知道了奖助学金的基本的申请流程，让我们以后再工作中可以少走很多弯路；张开宝老师的讲座让我明白了如果我们只是有了知识，不能做到意志品质高尚，陶冶自己的情操，健康的心态，那依然不是一个健全的社会人。我们应该追求一个高尚的人格，感恩帮助过自己的每一个人。

中国在国际上地位的日趋稳固 和提高，说明了共产主义在中国是行得通的。中国共产党与时俱进，在不同时期分别提出了 毛泽东思想、邓小平理论和三个代表。在中国，马列主义不再是本本主义，而是不断进化发展的适合国情需要的理论基础。 作为一名共青团员和入党积极分子， 就应当对共产党与时俱进的理论思想有真正意义上的了解、学习和吸收，

只有强化了自身的理论修养，才能有扎实的思想基础成为一名真正的共产党员，听从党的号召，为实现共产主义贡献自身的所有才能。自觉加强课外理论修养是时代的需要，同时对个人和社会的发展也都有重要的意义。

通过青马班的培训，我思想上也有了一些提高，更加深刻的明白了作为一名学生干部应该怎样更好的进行工作，怎么处理好在学习和工作方面上发生的矛盾，怎样建设好、维护好自己所在的团队，现在青马班结束了，但是我们的学习不能结束，我将继续努力，不断充实自己，完善自己。这次青马班学习使我再一次接受到了爱国主义先进性教育和励志教育，学习收获颇丰，感谢院团委为我们提供了这次机会，同时也希望更多的同学也可以参加到青马培训班中来，在培训班中学习提高自己。

青马培训开班心得体会篇四

历时两个月的青马培训已然接近尾声，但我相信这是我畅想未来的起点，崇高的马克思主义精神、坚定的马克思主义信念激励着我勇往直前。能够成为辽宁师范大学首期青年马克思主义者培训班的一名学员是我的荣幸，这次培训更是我成长进步的阶梯，高尚充实的培训生活更成为了我人生中最美好的回忆。

学习体会：

1. 通过聆听共青团大连市委赵宏书记的“如何做一名优秀的团学干部”的报告，我懂得了优秀的学生干部应是有表达能力、沟通能力、协调能力、调研总结能力、适应能力的人，优秀的学生干部应是有高尚道德修养的人，有无限激情的人。
2. 通过聆听刘晨焯教授的“如何做一名坚定的马克思主义

者”的报告，我懂得了作为一名学生干部要将伟大的马克思主义精神不断传承，要坚定马克思主义信念，成为社会有用的人才，要认真学习马克思主义的经典著作，真正掌握马克思主义的立场、观点，吃透马克思的精髓，用以指导个人的认知思想与行动。。

3. 我们要开拓视野，吸收整个人类文明的思想成果，作为我们学习和掌握马克思主义的参照，立足人类文明发展，高度认识和理解马克思主义。

4. 认真学习马克思主义中国化的最新理论成果，在当前尤其是学习和实践科学发展观深入社会生活，了解国情、民情，真正从中国实际出发“活学活用”马克思主义。

5. 日常生活中加强个人修养，砥砺意志品质，培养高尚人格，锐意开拓进取，扎实走好人生道路，迎接事业辉煌！

6. 通过聆听郑燕老师“‘大学如歌，青春无悔’和我年轻的朋友聊聊天”，我懂得了人生需要感性也需要理性，凡有所学，皆成性格。我们要大量阅读名著，心中的万紫千红有助于跨越人生中的万水千山。我们要学会沟通，学到知识，顿悟智慧，交到朋友，整合资源。人生一世，要活出生命的质量，生命去向要高，生命体验要深，生命能量要强，青春不是年龄而是心态。

为了提高学生干部的综合素质和管理能力，培养学生干部的责任意识、大局意识，提高学生干部自身理论水平，增强学生干部的组织协调能力，加强学生干部队伍的凝聚力、战斗力建设，培养坚定的青年马克思主义者，以促进学生工作更好的开展。学校团委开设了“青年马克思主义者培养工程团学骨干培训班”。

通过这次青年马克思主义者培养工程的学习，我从中了解了学生干部应该如何培养大局意识、服务意识、责任意识、团队

意识以及协调沟通能力，提高思想政治觉悟，端正工作态度，掌握基本工作技能，力争成为一名优秀的学生干部。

高校的学生干部主要包括团干部、学生会干部、班级干部以及社团干部等等，这些群体在高校学生工作中扮演着十分重要的角色，并且是每一所高校开展各项工作的得力助手，是学校教育思想深入学生的、最快、最有效的途径。加强对团学骨干的培训，坚持不懈地用马克思主义中国化的最新成果武装团学干部，让他们在“青年马克思主义者培养工程”中发挥重要作用，引导广大团员青年树立远大理想，坚定走中国特色社会主义道路的信念，对于为中国特色社会主义事业培养合格建设者和可靠接班人具有重大的现实意义和深远的历史意义。我们作为一名学生干部，与其他同学一起学习、生活，我们面临着和其他同学一样的实际问题，所以大部分同学都比较愿意向我们这些学生干部敞开心扉。通过学生干部这一沟通桥梁，学校可以比较准确地了解学生实际的各种状况。同时，我们学生干部也是联系学校各二级学院、各部门的纽带，传达各项任务的桥梁，贯彻和落实各项工作的骨干。因此，学校非常重视对我们这些学生干部的培养。这一次，我有机会参加学校的团学骨干培训班，我觉得很幸运，毕竟不是每一位学生干部都能接受学校这样的培训，因此，我非常珍惜这次机会。

在这次青年马克思主义者培养工程培训期间，学校团委为我们这些学员邀请了在校内外具有很大影响力的博学多才的几位老师为我们定期进行培训，在这期间我的收获是巨大的，学到的东西是在平时工作中自己体会不到的。记得培训班开班典礼那天，也是我们培训班的第一讲，学校团委为我们请来了大连团市委赵宏书记为我们做报告，赵书记在近两个小时的报告中，通过轻松幽默的语言从五个方面向我们讲述了如何作为一名优秀的团学干部。在这一讲中，让我真真切切的认识到，现在的自我离赵书记所讲述的优秀团学干部还有很大的距离，因此听过赵书记的报告后我暗下决心，在以后的学生工作中以赵书记的报告内容为标榜，不断的严格要求

自己，争取在尽早的时间内把自己塑造成为一名优秀的团学干部。

在培训班所有的培训中，文学院郑艳老师的“大学如歌，青春无悔——和我年轻的朋友们聊聊天”一讲中我的收获是的。在那一讲中仿佛老师所谈的每一点都会在我的身上找到缩影，在我心中那一讲就是为我自己开设的课程。“生活处处皆学问”、“裨阖第一”、“活出生命的质量”、“心有多大，舞台就有多大”等经典的句子，让我记忆犹新，在最近生活中我还再不断的思考着这些句子，使我对生活的态度发生了很大的改变，使我自身修养得到了很大的提高。在不开心的时候去翻一翻参加培训时所记下的笔记，总会在里面发现能为自己宽心的东西。如果说参加培训的收获是什么？那么我想说，让生活变得比以前更加快乐，这是人生的幸福，也是这次培训的收获。

本次培训班的开办给我提供了提高自身素质和工作能力的机会，我将以此为契机，认真学习，提高工作能力，提升自身素质与思想境界，转变工作思路、履行好学生干部职责，更好的为同学们服务。努力成长为一名优秀的学生干部。同时我也希望学校能够安排更多这样的机会，使更多的同学参与到这样的培训活动中来，不断优化我们的学生干部团队。

参加青马培训心得体会5篇参加青马培训心得体会3篇

青马培训开班心得体会篇五

今年的暑假挺异常的。不单单是因为这是我人生中，大学生涯以来的第一个暑假，更是因为，我参加了学校组织的“青年马克思主义者培养工程”2015年暑期团学骨干培训班。自开班以来的7天来，我真的收获了很多，成长了很多。能以总结的方式和教师，同学们分享我的心得体会，我感到很荣幸。这一周，我感到很充实，很欢乐，很感动。

下面，我就来说一下，这一周所想所感所得。

13、14两日我们先后听了四个报告。

首先是厉教师在开班典礼上的重要讲话，接下来就是陈一峰副书记的重要报告。这两次连续的讲话让我对团学的认识上升到了一个新的高度。厉教师对我们提出五点要比一般大学生具备的更高的要求与目标、把我五个结合以及处理好两个关系，精辟的论述了当今团学骨干应当具备，必须具备的素质。接下来陈一峰副书记又重点谈论了两个问题，更是站在了历史与现实的高度，分析阐述了团学骨干应当深入思考的两个问题。

心里话是，以前我根本没有如此深入的思考团学骨干这个词汇，也从未深仔细思量过，团学骨干应当具备哪些素质，承担哪些职责。而那个上午，带给我的，不仅仅是灌顶醍醐，更是一个深入思考的警钟。

然后，余丽教授做《国际形势中美关系》报告。简单，平实的语言分析当下中美之间微妙的关系。我认为，这是在紧紧的承接了陈一峰副书记的报告中，在国际形势下团学骨干应当正视和应对的问题，又一种更为具体和形象的激励。整个余教授的报告的精髓，我想用五个字来概括，我想这也是校团委以及余教授想要传授于我们的任重而道远。毫不客气的说，青年，是祖国的未来。而我们团学骨干，不仅仅是党的接班人，更是未来，带领中国屹立于世界民族之林的中坚力量。所以说，我们，任重而道远。

不得不承认，本次青马培训的理论部分，安排的极为合理。紧之后上头的团学骨干需要应对的严峻的形式，辛世俊教授的《弘扬感恩文化，构建和谐社会》继踵而至。感恩文化，是我们中华民族积淀了五千年的文化的精华，历久不衰。青年团干，需要传承与发扬这种精神礼貌，至少我们需要具备一颗感恩的心，学会感恩。

理论培训的最终，是葛坤英教授的《构建高校团学干部人生三大支撑》。从夯实物质支撑、强化精神支撑以及坚固社会支撑三个大方面，深入细致的讨论了团学骨干需要到达的诸多目标与要求。更是对前面两次报告的一种涵盖性的总结与延伸。

整个理论培训，带给我的，并不仅仅是教师们讲授的道理。我想最重要的是，教师们的报告，告诉了我，要深入思考团学骨干这个词，如何做好这个主角等等更多需要我们去体会的东西。

15~17日，我们来到了鹤壁市进行为期三天的调研。

大学生村官座谈中，我懂得了，只要坚持不懈，不避艰苦，努力奋斗，就有成功的一天。更重要的是，深刻的体会到了，广大大学生投身农村，响应党的农村经济建设的大潮中去的思绪，还有党的工作重点在基层的基本思路。可是我还想说，其实投身农村产业建设是一条需要研究自身专业的道路。因为我发现大学生村官所作为的人都是农畜类专业的。当然，凡是无绝对，只要肯努力，什么都能够做到，可是浪费的时间，却是不可衡量的损失。所以提议有非农畜类专业的想要在毕业之后投身农村的同学们，此刻就开始学习这方面的知识，以便发展。

对产业集聚区调查，我只想说：熟能生巧。因为企业展出给我们参观的都是外围的生产线，我只能从工人的做工速度中，体会到：凡事，熟能生巧。

新农村社区调查和看望留守儿童，我最深的体会就是，任何时候，党和国家都没有忘记最基层的农村和受苦受难的人民。仅有.....，才最最实际的关心着老百姓的生活，乃至柴米油盐酱醋茶。

18、19日，我们来到上八里镇回龙村，还八千米的高山上的

训练基地。

经过一系列的项目：潮起潮落、月球行走、领袖风采、诸葛布阵、穿越生死线，我确实确实学会了很多。

信任，自信，职责，领导才能，领袖，承担，感恩，合作，统筹，耐心……

这是我生命中首次参加这种形式的拓展活动。给我的印象也异常深刻。大家一齐努力，一齐挥洒汗水。一齐集中智慧，攻克难关。尽管我们失败了，可是在我们的教员眼中有爱的总结引领下，我们认识自我的不足。

“潮起潮落”，让我们信任自我的伙伴，让我们在合作的时候，由这种信任产生自信。一个没有信任与自信的团队，不是团队，是散沙。

“月球行走”，告诉我们的是不要自我把自我套在规矩里面，脑子要灵活。并且不仅仅是团队内部，团队之间的合作也是尤为重要。更是要求我们要在个人利益的牺牲与团队到达的成绩做出选择。

“领袖风采”，这一环节，我，落泪了。我很少感动，可是这一次，我发现我的内心深处最软弱的那根弦。真的很感动，不禁想感激父母和教师，感恩这个社会，更要感激教员对我们的循循善诱。

“谋贵重，虑贵详，断贵独，行贵力”。这十二个字是我在“诸葛布阵”之后记下来的。这就是团队领导者应牢记和熟练掌握的十二个字。

“穿越生死线”，更注重的是团队对相对薄弱的成员的耐心帮忙。

作为团学骨干，我们必须要将自我培养成为一个合格的领导者，在短时间内起到榜样的作用；在不久的明天，起到中流砥柱的作用！

是的，今年的情吗结束了，可是我，不会忘记，这次青马，带给我的是如何的震撼。

青马培训开班心得体会篇六

“大四了，想起当年大一刚进校就有幸被推荐参与了青马工程的培训，确实受益匪浅。虽然有很多博学多才的教授给我们讲各种历史，文化，自然等知识，但让我受益最大还是从一年学习过程中的一次感悟，以及优秀同学们对我的影响。

记得每次听完一场讲座都会有班会，班主任都会组织大家交流学习心得，还记得第一次班会交流课，班主任问了个问题，大家都没人说话，当时我也觉得，哎，老师也真是的，赶紧放学得了，谁会回答？刚刚课上我就没怎么听，就只顾玩手机了。就在大家沉默时，班主任魏老师居然点我名了，说第一节课他也不认识太多人，看我是班里唯一一个大一的，加上上次班委竞选我给他留下了还不错的印象，就让我谈谈想法，一下子我就懵了。站起来什么都没憋出来，搞得我很尴尬。坐下后我还埋怨老师，心里想着谁会听这么认真？又不是专业课？可就在教室里沉默了一会儿后，就有一个学姐举手了，他拿着记得密密麻麻的笔记本，把自己想法说了出来，很有条理。后来又陆续有学长学姐发言了，无疑都是记了笔记的。当时的我以己度人原本以为，没有人会在乎这“无用”的课，但很多学长学姐都很认真的急了笔记，认真思考。

青马工程菁英人才培养是由团市委主办的一项培养大学生骨干关于马克思列宁主义的理论及讲解大学生感兴趣课题的一项活动，作为一名学生干部，今年x月份，我有幸被学校推荐参加第一届“青马工程菁英人才培训班”，经过市领导的动员、专业马克思主义学者的谆谆教导和素质拓展、暑期社会

实践等活动的参与，我对马克思主义的认识和自身的综合素质都有了较大提高。

作为一名普通的学员，此次培训给我带来的，不仅仅是精神上的巨大改变，而是内心的温暖与感动，特别是在开展学生工作方面，更是给我带来了丰硕的收获。学生干部是学生中相对较积极的一部分，一般也是团员中较优秀的团队。他们胸怀“服务大家，锻炼自己”的想法进入学生会，经过几年锻炼，大多积累了一定的能力与经验，具备了一定的思想觉悟，但这种自发自觉的思想缺乏系统的理论指导，在组建学生会这个非正式的组织中，难免会出现一些连接的断层。因此，现在对学生干部进行一些思想方面的系统指导，引小川而归大海，是非常有意义并具有事半功倍的效果的。此次培训让我对如何做一名优秀青年，如何做一名优秀学生干部有了更深刻的认识。一名合格干部的基本要求是能够胜任本职工作，具备应有的责任心。而要成为一名优秀的学生干部，则需具备以下几个方面的能力及修养。

作为一个优秀的学生干部所要具备的品质有许多，要从多方面来锻炼自己提高自己。

首先，要加强政治思想修养。这是一个优秀的“人”所必须具备的，有德无才可以理解，有才无德便无法让人接受。学生干部除了基本道德要求外，还要对学生会工作有清醒的认识，对广大同学有服务意识。

第二，勤勤恳恳的实干精神。要学在前，干在前，起表率作用，这是取信于同学的极其重要的一点。

第三，要有创新精神。在学生中开展活动，要采取多种行之有效的的方式方法，这就要求学生干部有强烈的创新意识和独到的见解。而这是要靠平时注意培养好奇，热爱，信心，毅力以及高度的注意力和丰富想象力。

第四，要有较强的表达能力、沟通能力、协调能力及适应能力，表达不只是书面更要锻炼口头表达能力。另外，作为学生干部要与同学交道，而同学的性格修养不同，不同的人就应有不同的对待，对不同的人讲不同的话，与人沟通的过程要注意细节，在不同的环境下要懂得随机应变，要知道怎样去调动各方力源为我所用。

第五，要有文化修养同时还要加强自身专业课程的学习，现在学生干部普遍学习成绩不是很好，注重工作而轻了学习。学生的本职工作首先就是要学习。本职尚未做好。何以言其他？学生干部应是学生中较为优秀的人，应是青年的骨干和带有人，应该作为大学生学习，生活各方面的楷模，领导学习，文明习惯，创新等优秀的风尚，潮流。学生干部更应时刻把自己摆在各种考验的前端，引导广大青年走马克思主义军之路，引导广大青年健康成长，引领学校及社会的优良新风尚，不断提高自身理论素养，坚定跟党走中国特色社会主义之路。学生会工作多而杂，虽然并不一定很大型，但必定多种多样。如果缺少学习能力，也很难适应这样繁琐的工作，而一个学习积极性很高的干部，无论放在哪里，都会很快适应，触类旁通。所以要努力学好专业知识，与此同时还必须在从事一定社会工作的过程中，不断提高个人的思想觉悟和文化素养；不断增强分析问题、解决问题的综合能力。

第六，要有性格及胸怀方面修养，一名优秀的团学干部应具备外圆内方或者外方内圆的性格，坦诚直率的对待身边的人和事，要学会容忍做到容忍别人之长、包容别人之短、容人之过、容人之异。

以上就是我对本期青马工程培训课程的一些感想，今后，我一定会运用此次培训交给我的理论进行学生工作的实践，同时加强自身道德素质的修养，做一名合格大学生的同时，也要做一名合格的学生干部。

青马培训开班心得体会篇七

在青马培训的见面会和第一堂课，我认识了很多新的朋友，也明白了团支书的地位以及我们要成为网络文明宣传志愿者的原因。

首先，通过培训我意识到了团支书真的是一个很重要的职务，我们不仅仅需要帮助班长，协调班级事物，更重要的是需要在思想发展上帮助同学们。我们需要时刻关注同学们的思想动态，帮助同学们调整自己的思想状态，并且和同学们更好地认识思考问题。

另外，我懂得了不要总是把自己想象的很厉害。人外有人天外有天，只有虚心下来，从最简单的小事干起，才能把事情做的更加完美。而总是把自己放在一直居高临下的地位终会害了自己。因为一颗最谦逊平和、保持本真的心，才能让我们在这个浮华烦杂的世界中安静下来，看到事情的本质。在这个流言纷扰的社会里，我们不能总是听从他人的意见，被他人引领着方向前行，我们需要擦亮自己的眼睛，明辨事物的本质，去思考，去探索，理智地分析他人的话语和眼前的事物，取其精华，去其糟粕，辩证地看待各种问题。并且在这个网络时代，身为大学生，我们有责任站出来，指出事情的原貌，纠正非正义的言论，为净化网络，宣扬正能量贡献自己的一份力量。

我们是祖国的未来，我们需要掌握自己的明天，而身为团支书，我们更需要肩负起这份责任，明辨是非，擦亮双眼，净化混沌的社会，帮助同学们更好地发展并走向明天！