

宿舍沟通心得体会500字(汇总9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。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。

宿舍沟通心得体会500字篇一

知识无穷无尽，学习永无止境！学习可以改变一个人的思想觉悟，提高人的内涵。在企业中，学习可以让你更好更快的了解掌握一门技能，提高自身素养，成为企业一名合格的员工。

二十六号我接到厂里通知去临沂学习。我很开心，因为这是自己开拓视野的好机会，我自知实力欠缺，就像一个啤酒瓶，需要经过灌装来充实自己，实现自己。学到更多的企业知识，让自己成为一名更加优秀的员工！

我们的课程主要讲高效管理沟通技巧。管理沟通，从概念上来讲，是为了一个设定目标把信息·思想和情感在特定个人和群体间传递，并且达成共同协议的过程。沟通是种技能，是个人对本身知识能力·表达能力和行为能力的发挥。无论是企业管理者还是职工，都是企业竞争的核心元素。做好沟通工作，无疑是企业各项工作顺利进行的前提！通过沟通我们可以减少工作中的失误，提高工作效率。沟通表面上看就是语言交流，但同样的事情，不同的人沟通会得到不同的结果。问题就出在沟通的方式上，性格·关系·背景·状态和时机这些都造成沟通障碍的因素。我们在沟通时要对对方非常敏感，发现错误的信号就及时变换频道，也许是一个表情也许是一句敷衍的话语都能传达给你一种信息：对方对你的话语不感兴趣。所以我们要马上转换直到同一频道。而且

在沟通中你也要给对方一个信号：你对我很重要。这也是沟通的基本原则！企业中短短几分钟的沟通就可以看出一个人的能力，一个人能够与他人准确，及时的沟通，才能建立起人际关系，进而能够使自己在事业上左右逢源，如虎添翼，最终取得成功！

在学习中，老师还谈到职业化管理。现在国内很多民营企业通过管理员工的人品思想来达到管理员工的行为。但外企却是通过管理人的行为来管理人的思想。企业是一个商业中心，企业中人与人是一种商业合作关系。人品固然重要，但不适用于企业。就像现在的东西文化，东方文化讲：己所不欲，勿施于人。而西方的理念则是：己所欲，施于人。一家企业，通过管理员工的行为，而形成一种企业文化，在通过企业文化来约束人，从而改变人的品行，品德以适应企业的生存。就像当今社会人才可以复制，其答案就是我们复制的是行为。在企业中管理者扮演了个很重要的角色。在企业中每个人都希望得到别人的尊重，社会的认可，自我价值的实现，一个优秀的管理者就要通过有效地沟通影响甚至改变职工的工作态度，对生活的态度。管理者是通过下属来完成任务，仅仅自己努力是不够的。如何带领下属工作，有意识地打造一个高绩效团队，提升下属的能力和意愿，部门组织内减少沟通障碍，形成一种执行文化，让下属成为无论上司在与不在，自动自发地工作，都能把工作做得一样好。在职场，要做好一个管理者，除了你有本职位的专业能力外，还要审时度势的把握好人际关系。

员工管理好了，质量才能上去要多和员工沟通，了解员工的基本信息，技能，能力等，关心员工说到做到，除非你不答应，只要答应员工的就要给员工实现做好绩效考核，奖罚分明，该奖的必须要奖，该罚的必须要罚，尽量公平对待对员工的激励。要主动的激励员工，帮他们进行职业生涯规划，让员工有目标有奔头。

首先你的团队必须要制定一个计划和目标，让大家朝这个目

标使劲。

其次，通过学习企业文化来达到共同的理念

第四，让员工真正认识到一荣俱荣，一损俱损。

第五，通过授权调动员工的积极性，让每个员工都有事做

第六、任何事情的处理，要把握一个度，要结合当时的情况，管理不能死板，要合理，要有生机！一个成功的管理者能够广泛听娶吸收信息意见，审时度势，从时间、战略和全局上考虑和分析问题，抓住时机，确立目标。同时，力图将目标明确化、愿景化，使下属真正理解并建立信心，持久投入，成为组织的信仰和价值观。

这些都是我学习中得到的一点粗浅的心得，以后我会把它应用在自己的工作生活中，严格要求自己，熟练掌握操作技能，提高自身素养，积极沟通发现问题及时更正，让自己成为一名最优秀的员工，成就自己的未来！

宿舍沟通心得体会500字篇二

本人在教育战线上工作了36个春秋。从20xx年9月来到后旗丰华中学，现已整整六个年头了。丰华中学是一所全封闭寄宿制学校，我一直担任学校宿舍管理工作。在这六年来，我深深地体会到宿管工作的责任与艰辛。

宿管是学生宿舍管理的服务者、协调者和联络者重任，看似简单而平凡的工作，其实内在的责任很大。关系到学生的安全、学生的日常行为规范的教育和自理生活能力的培养以及学校的声誉。为学生创设文明、卫生、整洁、美观、舒适的生活环境，确保学生的身体健康，提高学校的素质教育。

本校的宿舍管理工作，安全工作重于泰山，丝毫不可放松，

学校领导齐抓共管，分管领导天天督查宿舍的纪律和卫生工作。宿管员与校长、班主任、教管办及家长密切配合，共同管理好学生，共同参与管理。学校完善了学生的请假制度，每个请假的学生需要填写一式三份的假条。假条要求填写：班级、姓名、性别、宿舍号、请假事由以及请假时间，尤其严格要求的是家长签字。教管办、宿管、门卫各执一份，确保学生的人身安全。学生如有夜间生病的，宿管员及时与值班领导、班主任、家长取得联系，若是病情较重，领导和班主任及时护送到医院，同时通知家长。

宿管员每天按时值班，中午从十二点到下午两点，晚上从十点到零点。在此期间，每天中午、晚上都是校长、教管办主任、教务处副主任、值班领导，还要在楼道巡视，直到休息铃声响后。宿管不仅关注学生纪律，同时还要发现宿舍内的一切安全隐患，及时上报有关负责人。确保学生按时休息，悄无声息。每一天重复着这样的工作，有时觉得很困，但又每每被校领导们的工作精神所感动，鼓舞着我们的工作热情。

为了培养学生良好的生活习惯，学校对学生宿舍的内务整理要求特别严，一不小心宿舍卫生就被扣分了，床单、枕巾、要求平整无褶皱；被子叠得要方正、有棱角且摆放床头居中；洗脸盆、洗脚盆要相扣放置于床下统一方位，拖鞋一律鞋尖朝里放置于床下；暖壶把一顺儿朝同一方向；窗台上水杯按高低顺序整齐排列。上学期开学的第三个星期六，有位初一新生的家长来接孩子，进宿舍看到整洁的情景，惊奇地问孩子：“呀，多整齐！这是你自己叠的被子吗？”孩子说：“我自己叠的”。从这位母亲的语调中，可以看出孩子来校三个星期的变化，让她吃惊。通过一学期的管理学生们已养成良好的生活习惯。休息铃声一响，几分钟之内鸦雀无声。宿舍的卫生每个星期都要评比“流动红旗”，并给予表彰和奖励，直接与班主任考评挂钩。

在丰华中学工作的这几年，有辛劳也有感动。尤其是孩子们刻苦学习的尽头，让你看在眼里，疼在心上。每天在校的学

习时间已经足够了，晚上还有不少学生挑灯夜战，尽管是借着小台灯的光，学习也不会影响他人休息。宿管员只好在夜间十一点半语重心长地叮嘱：休息吧！明天还要上课，注意劳逸结合。孩子们总是会意地点头微笑，收拾起笔准备睡觉。

宿管工作琐碎事多，需要通过点滴事情来教育学生，使学生“学会做人，学会做事，学习求知，学会健体”，如果说教室是学生求知的殿堂，那么寝室则是学生学会做人做事的演练场。学生在寝室可以锻炼自律和独立生活的能力，体验到集体生活的温暖。也有应对不同性格同学的不同相处方式。作为宿管员，面对着形形色色的人，很多让你意想不到的事情会发生，同时要学会对不同性格的学生进行沟通教育，切忌粗暴教训。因此，要当好一名合格的宿管员很不容易，但当面对毕业学生，利用节假日的时间，专程来看望我们的情景，心里颇有成就感。

总之，来丰华中学就读三年，虽保证不了学生个个成才，但能保证每个学生都成人。

宿舍沟通心得体会500字篇三

说道沟通，我的话就多了。沟通是架起人与人这件的桥梁。我也不清楚这是谁说过的！不过，这句话对我留下的印象确是永远忘不了了！原来我并不把沟通这两个字放在我的字典里，可现在我把它看为人生的重要一步！以前的时候，我考试都是很马马虎虎。考完试后就仔仔细细的检查一遍，可是考卷交上去一回想，还是错了一道计算题。怪不得妈妈老说：难得不错，简单的就错！太马虎了！之后，我每天做什么事都没精神，一脸郁闷。生怕小周公布成绩让母亲知道会伤心，说我不争气。

后来，我决定和母亲说清，让她有心理准备。妈妈得知了，他嘻嘻的朝我笑，对我说：你不用担心，只要你努力了，靠70分我都无所谓！听了这话，我心里立刻平静了、开心了，

做什么都是都精神抖擞!以后的考试中我一点也不担心了，压力没了，十分轻松。成绩一下子有了飞跃性的`提升。

和自己的知心者沟通，可以令有难题得你得到知心者的指点迷津。也可以让无聊的你觉得有趣不已。更可以让无助的你等到帮助!沟通是架起人与人之间的桥梁!

宿舍沟通心得体会500字篇四

管理沟通是在企业管理中很重要的部分。沟通很重要。下面是带来的，希望对大家有帮助。

11月26日参加了张晓东培训师讲解的管理与沟通课程，令我学习到了一些新的知识，感悟到了一些平时忽略的细节。这次培训表面上看有点零散、不系统，但细想起来，所讲到的点点滴滴都是我们工作中的方方面面，虽然有一些问题没有深入的讲解，但还是让我们能够领略其中一些深层次的东西。

这次培训给我印象比较深刻的有三方面的问题，一是思想和学习的问题，二是企业二次创业中可能遇到的现实问题，三是如何做好企业的员工以及基层团队的领导。

一个人具备什么样的心境、站在什么样的高度、受到过什么样的教育、培训，进行过怎样的学习，决定了这个人的行为处事方式。心有多大，舞台就有多大，只要敢想敢做，就没有做不成的事情。关键看你想怎么样，想要得到什么样的结果。授课中，张晓东老师讲到：任何问题都有三种以上的解决方法，现在解决不了的关键是因为我们还没有找到合适的方法。这种理论是我第一次听到，曾经总以为很多问题是无法解决的，现在回想起来，并非如此。很多困难在特定的时候，转变思路就会发现新的突破点。没有人做不了的事情，关键在于如何去做。作为一名中层员工、管理人员，个人思想很重要，自己的思想是否适应企业及部门的发展需要，能否带领本部门员工顺利完成领导交付的各项工作任务，是否

能为企业的发展献计献策至关重要。

张晓东老师讲到的企业二次创业过程中经常遇到的问题在我们公司也同样存在，那么如何进行改革、改革过程中需要注意什么就是我们在今后的工作中要面临的问题了。现在公司的管理中存在着一些制约企业发展的习惯或思想，只有下决心去改革，突破制约的瓶颈，才能保证企业发展有新的突破。市场变化莫测，只有触角灵敏、尖锐，企业的改革顺应市场大气候的变化，公司才能基业长青。各公司、各部门应以大局为重，抛开个人或部门的小利益，保障公司、集团的整体利益。

自己在企业中是一个什么样的员工?是不是最有价值的员工?自己都为企业做了什么?应该是每一个员工应该考虑的问题。有些人终日抱怨，却没有想到自己为企业究竟付出过什么。企业是追求利益最大化的，通过自己的努力为企业能够创造多少利润，才是个人价值观的真正体现。同样，作为一名员工是合格的，那么作为一个领导呢?有一句话叫做：做事先做人。做领导更是如此。做人应正直，做事应公正、思路清晰，通过自己的人格魅力来影响员工。

首先非常感谢公司给予这次培训的机会，尤其对于我们做技术出身的人员，管理沟通是个误区或者说是欠缺，通过本次学习有以下收获：

一. 通过管理行为来规范个人思想。对于技术性强的部门[it部]要有一套标准规范的技术指导书。1. 硬件方面：标准的网络布局图，电脑维护技术标准手册，设备保养计划，让技术人员参照技术指导书作业;2. 软件方面：做项目方案可行性分析，解决方案分析，系统流程，各部门使用的erp系统要作系统的作业指导书，通过标准化作业来规范企业的操作流程，统一思想;3. 内部技术授权，根据技术人员的能力分配权限，技术必须在权限范围内作业，以防止系统混乱。标准化作业将是it部将来工作的方向和重点。

二. 认同企业立足自己的文化，企业的高管来自企业内部。加强本部门团队建设，让下面的技术人员各有所长，既分工又协作，打造一个协助高效团队。

在上架子，真诚聆听下属员工的声音，尤其是一线技术员工，他们的心声真实反映生产的真实状态。只有了解到问题才能行之有效解决问题。同时下属也必须尊重管理者的决定。总之，各部门应该积极主动的沟通。

真诚希望企业部门内部和谐，部门与部门之间沟通达成默契。公司的发展能一步一个台阶。

人与人之间最宝贵的是真诚、信任和尊重。其桥梁是沟通。关心员工善于听取员工的意见和建议，充分发挥其聪明才智与积极性。企业决策广泛征求员工的意见，参与的员工越多，获得支持的员工越多。一言堂排斥参与，只有争议、争辩、斗智，才能增强员工的主人翁意识，才能集思广益，才是真正的沟通。

沟通是从心灵上挖掘员工的内驱力，为其提拱施展才华的舞台。它缩短了员工与管理者间的距离，使员工充分发挥能动性，使企业发展获得强大的原动力。

沟通是一门学问，也是一门艺术。说沟通是学问是因为任何沟通都是有其本身的目的，把握住沟通的目的，同时掌握沟通的要领，将相互的理解或者思想表达出来是需要练习和实践的；说沟通是一门艺术，讲的是沟通是技巧，其中包括语言的，非语言的，外部因素，交流双方对事件的认知度等等。

沟通的目的有很多，最浅显的一个目的便是信息的传递，信息的传递包括了单向和双向传递，而此时，信息传递的有效性，及时性，保真度等等都是需要重要考虑的方面；沟通的高一级别的目的在于沟通的影响性，也就是我们通常所认为的去说服沟通的一方的行为，思想等。

有效地改善沟通工作中的沟通并不总是看起来那么容易，但它却是一个工作基础，你可以利用它来建构你的团队，显示你的领导能力并提供及时的指导。你需要从基础出发来决定使用如何来补救工作沟通不顺的现状。当信息输入之后无法得到输出时，沟通实际上就是封闭的。在一部分团队成员能够访问到一些确切的信息，其他成员不能的情况下会出现沟通封闭。管理者的关键性职责就是提供定期的信息反馈，例如状况汇报，工作日志，会议记录或仅仅是一张发表工作信息的通知、便条。

你应该提供一个完整确切的工作信息来避免团队中出现错误的沟通和混乱。另一方面，你应该确保你给客户或其他成员提供了正确的信息，而不是给他们提供过量的不相关的或是重复性的信息。优秀的管理者知道如何计划他们的沟通工作，了解每一个团队成员需要什么类型的信息，并在工作中采用了很广泛的沟通方式。总之，在工作中我们要善于沟通应用沟通才能达到更好的工作效率。

部门改善计划：

- 1、定期给其他员工开展沟通培训课程，提高全队沟通意识。
- 2、通过沟通，提高成员的团队协作意识，进一步提高工作效率。
- 3、增强外部沟通，和内部沟通的能力。
- 4、与各部门之间多开一些现场协调会。

明年沟通的目标：进行沟通理论的进一步学习和实践，把沟通与实际相结合，取得工多更好的工作实效。

宿舍沟通心得体会500字篇五

保持良好的师生关系是良好教学效果的保证，了解学生的最佳途径莫过于与学生进行有效的沟通。在平时的沟通中，老师一般占主导地位，老师掌握与学生沟通的技巧非常重要。才能保证沟通的有效性。

教师与学生因年龄的差异，生长环境、思维方式的不同，很容易产生认识上的差异。因此，教师应多站在学生的角度看问题，以学生的眼光去看世界，以学生的心态去推理一切，然后有效地将这些感受传递给对方，从而使学生感受到教师对他的理解与尊重，从而产生温暖感和满足感。对于学生来说，教师的爱是一种神奇而又伟大的力量，是除了母爱之外，世界上又一伟大的爱。这种爱是无私的。但师爱不同于母爱，师爱可以引导学生产生巨大的内动力，去自觉地、主动地沿着老师指出的方向迈出。只有当老师给学生以真挚的爱，给学生以亲近感、信任感、期望感，学生才会对老师产生依恋仰慕的心理，才能向教师敞开内心世界，我们才能“对症下药”，收到应有的效果。因此，教师必须用自己的爱心去感化学生，做到动之以情、晓之以理、寓理于情、情理结合，才会产生动情效应，从而收到较好的德育。

如果学生向你倾诉，你一定要专心倾听。哪怕一个牢骚满腹、怨气冲天，甚至最不容易对付的人，在一个有耐心、具有同情心的倾听者面前，常常会被“软化”而变得通情达理。不管面对一个怎么冲动或愤怒的场面，只要你积极的倾听，整个气氛便会缓和。愤怒或冲动的学生在自由的表达了自己受压抑的感情后，心理压力得到一定程度减轻，而且通过你的认真倾听，学生觉得自己问题已经被引起老师重视和理解，于是精神得到支持和鼓励。在这种情况下，解决任何问题都有了良好的开端。

学会和学生沟通的艺术，找准机会，抓住重点，有的放矢的和学生进行思想得沟通，这样的教育才会有成效。老师怎样

判断自己与学生的沟通是否成功呢？事实上老师只要看学生的反应就可以了。换句话说，学生是不是按照你所希望的那样去想了，去做了，别人对你的印象如何？你的班级是否团结，这些都是判断师生沟通是否成功的标准。

总之，建立平等、民主、和谐、朋友式的师生关系，是教育成功最关键的地方，一双眼睛看不住几十个学生，一颗爱心却可以拴住几十颗心，教师可以凭着高尚的人格魅力和精到的育人艺术，走进学生的心灵，教师必须打开学生的心理的壁垒，透视学生的内心世界，为他们分忧，为他们清除“病灶”，把学生心灵世界的沃土垦植成“真、善、美”的苗圃，真正建立起新的师生关系。在教育活动中，老师只有用爱心换起学生的信任感，与学生进行有效的交流，使学生喜欢老师，再喜欢他所提供的教育，这样才能达到教育的最佳效果。

宿舍沟通心得体会500字篇六

尊敬的老师：

我由于没有按照宿舍管理条例的要求，将大功率电器拿到寝室使用。给寝室的安全带来了很大的隐患。今天上网看了很多关于用电热毯带来的火灾事件，我深表惭愧。虽然我买了电热毯也没用过几次，没给宿舍带来损失但我这种行为本身就是违背了做合格学生的原则。我只是顾着自己的便利和一时的想法，这也是不对的。

人是社会的人，大家不应该只是想着自己，我这么做，损害了整个18幢楼同学的生命和财产的安全，我这样做，同时也是对宿管老师全心为同学们服务的不尊重。所以，当宿管老师通知我写检讨的时候，也让我深刻的认识到这点。

再者，我这种行为还在寝室内造成了及其坏的影响，破坏了学校的管理制度。同学之间本应该互相学习，互相促进，而我这种表现，给同学们带了一个坏头，不利于学校和院系的

校风建设。

敬爱的老师我是真的认识到自己做错了，以后决不会再犯了，敬请原谅。

此致

敬礼！

检讨人：

20xx年xx月xx日

宿舍沟通心得体会500字篇七

各位寝室长：大家好！

很高兴，有这样一个机会和大家聚在这里一起探讨下寝室长的工作。首先，我想谈一下在我眼中，寝室长如何定位，也就是“寝室长是什么”。第一，寝室长是一名干部。有的寝室长是寝室同学选举的，有的寝室长是班主任任命的，无论前者还是后者，你们都是一名干部，因为你们代表着、协调着、管理着一个群体。

第二，寝室长是一个桥梁。寝室同学平时有什么问题、意见，不可能逐个去找班主任或学校领导，而要通过你们；学校有什么要求，一般也是通过你们转达。所以说你们是连接同学与学校的桥梁和纽带。

无论从那一个角度讲，寝室长都是一个发挥着重要作用的角色。你们要明确职责，在坚持原则的前提下灵活处理。既不伤感情，又能做好工作。

其次，我想谈一下寝室长所肩负的使命，也就是“寝室长在

寝室要管什么”。从哪几个方面管理。概括地说，就是“三管、一促”。

第一、管安全

安全相当重要，我们班主任平时在讲评的时候也经常提到安全问题，我们寝室长在寝室要随时观察寝室的公共设施比如门、窗、床架子、灯管、有没有出现安全隐患，同时也要关心寝室同学学习、生活、思想等各方面的情况，发现本寝室同学擅自离校或外出逾期未归，熄灯时未回寝室，同学之间闹矛盾，吵架等情况如果有问题，要及时向管-理-员或者班主任反映，要观察细节。每天晚上要配合学校值班领导、班主任和寝室管-理-员进行检查，不允许任何人私自离校不在寝室住宿，外出上网等等，杜绝一切危险。用电安全、重要物品钱财等安全。不允许带任何危险品进入校园，管制刀具、棍棒等等。

第二、管纪律

我们说寝室纪律是最难管的，我们寝室住这么多人，有时会因为管理寝室会出力而不讨好，得罪人。这就要求寝室长牢牢树立集体意识，心甘情愿地为同学服务，平时该说就要说，不要想着装老好人。平时工作要不厌其烦，耐心细致，有时还要吃一点“亏”，受点委屈，牺牲一点个人利益。晚上熄灯后就要保持安静，自己要先起到带头作用，不能自己带头讲个不停，熄灯后叮嘱，安静下来，不要讲话，每天要坚持这样，我想多数同学是可以听的，如果有极个别同学，我们可以私下交流，一次不行，两次三次，时间长总会有效的，但只要自己严格要求自己，脚踏实地工作，最终会得到全寝同学理解和支持的。我也是经常晚上去我们寝室看，就目前这种状况不行，也许记不清你叫什么名字，但是我可是可以记清你是哪个寝室的吧，特别有的同学熄灯后到处乱跑，我确实不知道说你什么好。我认为今天开了这个会，晚上回寝室，都要在全寝开个会，传达今天开会的内容，寝室长要制

定条例，如果在上去查寝看到哪个寝室的女生熄灯后还管不住自己的嘴，那我肯定要请你出来，不要说我不给你留情面！我相信我们女生都能自觉。

第三、管卫生

及时向班主任、管-理-员反映都可以，求得支持。女生寝室垃圾桶要及时倒掉，特别是走廊过道卫生。

第四、促和-谐

我们平时在寝室要关心同学，爱护同学，正确处理“小集体”与“大集体”关系。一个宿舍是一个“小集体”，寝室长要像对待姐妹、兄弟一样对待所有成员。同学之间有矛盾、隔阂，要积极调解，消除误会，增强团结。室长要带头讲友谊、讲团结、讲谅解。在工作中，要正确处理“小集体”与“大集体”的关系，“小集体”要服从“大集体”，不能以损害、牺牲“大集体”的利益来照顾“小集体”，要防止为了“小集体”利益对同学包庇、护短，甚至形成小集团。妥善协调各种关系，严格管理。要从维护全体室员的利益出发，对每个成员从严要求，从严管理。另外，要尊重老师、尊重管-理-员，我曾经遇到过这样的情况，我相信班主任也在教室讲过，有个同学中午走的迟老师看见垃圾箱没有倒，就说那个同学把垃圾箱倒掉，那同学说，我又不是值日生，同学们想，这对不对？我希望我们以后不做这样的事，寝室长吃点亏不要埋怨，平时心里对寝室的管理上有什么想不开的，可以找管-理-员，班主任，我们会对你的工作给予指导和支持。遇到困难和问题时，及时向我们汇报，我们都希望你把工作做好。最后我们要培养成员的集体主义观念，积极争先创优。一个宿舍既然是一个小集体，室长就要积极培养所有成员的集体主义观念，增强集体荣誉感，争创先进文明寝室。要求成员用文明寝室的标准来约束和规范自己，逐步养成良好的学习、生活、卫生习惯。

寝室工作很细很复杂，会遇到很多困难，寝室长们需要用用自己的智慧去战胜困难，提高自己的管理能力，创造良好的寝室环境。

宿舍沟通心得体会500字篇八

一位哲人说过：“没有交际能力的人，就象陆地上的船，永远到不了人生的大海”。人的一生中都在沟通，不说话也是在沟通。认识人，了解人，你就无所不能。学了苏州大学江波教授的一课，收获良多，启发很大。

现实的世界是一个人与人构成的世界。在日常的生活和工作中，我们的内心或许时常会产生一种孤寂、渺小、自卑、困惑的感觉。这种感觉是我们不喜欢和不需要的。因为它消极，与成功的心理和胜利的人生背道而驰。

那么，一言以蔽之，问题就在于我们的心灵与这个世界没有进行有效的沟通。与这个世界沟通，实质上就是与这个世界上的人进行沟通，而且必须是有目的的沟通。可以说，无论我们在做什么，或者想做什么，要想获得成功，必须学会善于与人沟通。

俗话说：两军相遇智者胜。千智万智又以攻心为上。在人与人沟通和交往的过程中，人心可谓是最神秘莫测的世界。要打开人心这扇紧闭的大门，并非毫无办法。只要我们以成功的原则为指导，并且切实掌握一些行之有效的技巧，自然就能很容易地敲开任何人心灵的大门。

在此，我们应该牢记，打通人心的策略，不仅是靠理性的逻辑力量，而在很大程度上依赖于一个人的情商智术。

在我们掌握这些成功技巧之前，首先要做的就是：正确了解人和人的本性。这是我们致力于打开人心的大门和提高人际交往能力的开始。

宿舍沟通心得体会500字篇九

开学的第一天，学校把管理学生宿舍的重任交给了我，我是既高兴又担心。高兴的是我得到了一次锻炼自己，提高自己管理能力的机会，担心的是，我一点管理宿舍的经验都没有，还怕不能胜任。但是心里想一下，人一出生，哪有什么都会的呢，所以我下定决心，一定要把管理工作做好。

知道自己经验不足，责任重大，我主动向老师和家人请教，他们给了我很多很好的建议和意见，我总结了一下：

1. 学生出勤问题。做好检查学生人数是否到齐和做好学生请假工作，请假必须争取家长的同意，在家长知晓和同意的情况下同意请假。
2. 学生安全问题。杜绝和处理突发事情的发生。如：打架，生病，着火。
3. 学生纪律问题。制定宿舍纪律制度，强调宿舍纪律问题，严格要求作息时间，不能大声喧哗，杜绝在宿舍玩火，聚赌等。
4. 学生宿舍卫生问题。严格正规摆放生活用品，定时清理宿舍垃圾。
5. 宿舍管理员做好每天的记录。

我相信，经过不断地总结反思，我一定能够把工作做好，把宿舍管理的有条理。