

最新外出培训心得体会总结(优质7篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么心得体会怎么写才恰当呢？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。

外出培训心得体会总结篇一

非常感谢领导给我这次外出学习的机会，通过这短短的40天时间，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、增强了自己的业务能力，认清了自身与其它银行员工所存在的差距，明确了自己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：

：

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，都想做到最好。

三所银行共有二十几人，分组练习还好，可一到晚上自由时间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，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，不由得感觉自己像是进了一个没有硝烟的战场，时刻会有人出现在你身边，告诉你：你被淘汰了。

分部领导委派xx主任给我们做指导，从细小至微处抓起，怎么样和客户沟通，怎么走路，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x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。

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。

2、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，可通过这次培训，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，时间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，员工要的是全面的发展，不能只依靠领导指挥我们去执行，在理论上也要充实自己，如果单是这样那要员工有什么用。

现代网络信息化这么发达，客户的金融意识提高，客户提出的问题，你回答的不全或者是答不出来，人家上网一查比你知道的还多，你说丢不丢人，让客户想这员工连这点都不懂，这对我们的员工整体印象会大打折扣，所以一定要加强理论学习，把理论真正运用到实际当中，那定会得心应手。

3、整体形象与心理素质得到加强:

员工的形象对于我们更是非常重要，它代表着一个人的气质，品质，还代表着一个银行的形象，第一印象尤为重要可以使客户对你产生信任感，在集训队时我们从点滴练起，如何报告，与客户沟通的语言听起来如何的简洁、亲切、委婉，动作优美利索，如何能节省时间，提高效率，还要时间提醒自己注意自己的形象，不管是比赛时的评委还是平时工作中的

客户及家属，都使他们加深对我们的整体印象。

总之，通过这次培训学习，我付出了该付出的时间、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一定提高，更重要的是视野的开拓，思维的拓宽，理念的转变是我最大的收获。

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，结合我们的实际情况，以最好的方式在我行进行落实发扬。

心得二：外出培训心得体会

20xx-4-23至20xx-4-25日我有幸去上海参加了华东师范的“幼儿园有效教学观摩研讨”活动，见到了很多的专家，分享了她们的很多的教学观摩和名师专家的讲座。

本次的外出培训的分三天的教学活动观摩和专家讲座。

在本次的培训中，我们观摩了好多上海名师的教学活动。

如：上海名师袁晶晶的科学活动《放大镜》、上海名师顾莹的综合活动《鲜花彩虹》、特级教师应彩云在主题背景下的活动《犟龟》等。

她们的教学主要是研讨“主题背景”下的教学活动。

包括了绘本教学、集体教学、科学活动及专家们的教学活动设计与实施案例分析、新课程背景下的绘本教学的思考分享。

通过这次学习，我们更进一步了解了主题背景下新课改的发展方向、目标和一些对教育教学工作很有见解的专家们以鲜活的实例和丰富的知识内涵及精湛的理论阐述，使我的教育

教学观念进一步得到更新，受益非浅。

下面是我通过培训获得的几个方面的体会：

一、教师应注重综合性和课程的整合

儿童的生活是一个不可分割的整体，儿童的多个发展领域之间是相互联系、相互促进的，在教学实践中，要综合各领域的知识进行活动设计，力求帮助幼儿获得完整的经验。

如：主题背景教学中班的综合活动《鲜花彩虹》，教师根据中班孩子的是非辨认的时期，采用了连词成句的语言发展阶段，用情感渲染、交流互动的形式促进中班孩子在课堂上的表达能力。

教师有效的提问来拓展幼儿的想象力，让孩子在活动过程中淋漓尽致的自由发言，使孩子们在情景中情感内化。

二、教学内容的问题引领恰到好处。

放弃任何框框和本本，尊重孩子，让他们尽情表露真性和梦想，然后教师进行观察分析，再是顺导性的教育，同时附上适当的强制和计划，这就是自然的教育。

如：中班袁晶晶老师的科学活动《放大镜》，教师用简洁的语言引出放大镜，让孩子们自由想象，并采用观察法尝试让孩子使用最主要的工具放大镜，从而推动了科学活动观察的主要性，值得我学习的是教师的回应策略非常的好，当孩子发生争议时，教师只是在一旁聆听这些观点，并尊重孩子们的意见。

关注孩子背后的思想，“你是怎么想的？”让孩子们在说出解决问题的方法的同时，说明自己是怎么想到要这样解决。

这样，老师就能够真实地了解孩子的想法，为后面的指导提供保证。

其实是教师提供孩子的一个梳理思路，完善假设的机会，将后面的探究活动引向一个明确的方向。

三、把绘本作为语言学习素材

绘本阅读过程中的语言学习有多种方式：可以听老师读、讨论、看图讲述，故事续编等。

教师在为孩子讲述故事的过程中，将自己对绘本内涵的感悟，对绘本文字的品味乃至自己对阅读的情感，通过声音、神情传达给孩子，给孩子以强烈的情感熏陶、无声的语言滋养与畅快的阅读享受。

我觉得王红裕老师的《熊叔叔的生日派对》很有感染力，教师在教学过程中让孩子猜想、讲述也是训练语言的有效方式。

从而尝试让孩子们理解相反词并能根据相反拓展成比赛的形式在游戏中学习。

最后“整体回归”这一环节中，也是一种非常好的训练语言方式。

四、新课程背景下绘本教学的思考，教师要学做会反思斟酌

绘本教学给我的启示是：首先应该“认真品读、梳理价值点、精准定位、选择教学点。

”教师要对照各年龄段的发展目标，寻找到与绘本中相对应的契合点，然后确定活动目标。

本次外出培训使我提高自我动机，我们要对已有经验与新知识的思维碰撞，让我们的观念有所改变。

有了亲身体验，让我们对新理念认识更加深刻。

因为有与导师的直接对话，让我们感受更多的教育教学风范。

我要向应彩云老师学习，学习她一步一步走，让我在教学方向更加明确、思路更加清晰、效果更加明显。

在日常教学中，我要不断地自我思考、审视、反省、判断、分析、概括、总结能使自己在今后的教学活动中更灵活的调整自己的教育策略，使我的专业素质在反思中不断的，有效的提高和成长。

以上就是我参加这次活动所收获到了，希望以后可以多参加这样的活动。

使我更快更好的成长起来。

心得三:外出培训心得体会

今年我出去学习了两次，一次职业健康业务培训，一次节能管理与技术培训，两个学习时间加起来不到十天，但对于我的启发很大，受益匪浅，并且使我对有些工作有了新的认识，对工作中存在的有些问题有了新的思考。

在工作中学习，在学习中成长，只有一个目的，那就是提高自身业务水平，能更好的服务于工作，指导于生活。

下面我就这两次学习的主要内容给各位汇报下。

一，职业健康业务培训

本次培训班是由省安监局主办，学习时间为8月21日至24日，学习内容分四个部分。

1，由省卫生监督所主任医师申秀芹主讲的企业职业健康监管，

职业病防治法及相关法律法规;2, 由西安市疾控中心主任医师袁永新主讲的职业危害因素分类, 识别, 评价和防治措施, 职业病危害事故典型案例分析;3由兵器工业卫生研究所主任医师姜相阳主讲的企业建设项目职业卫生”三同时”监督管理;4, 由航天总医院王岩主任医师主讲的职业健康监护知识培训。

这四位老师通过大量的事例给我们讲述了我国以及世界职业健康工作情况, 语言通俗易懂, 课程内容深入人心, 听后使我对职业健康工作有了更进一步的了解, 我相信这将对以后的工作有很大的指导意义。

二, 节能管理与技术培训

这是西安石油大学短期教育的一次专业性培训, 由油田公司安质部组织, 课程有1, 化工节能原理和技术;2, 油田管网技术;3, 油田注水系统节能控制技术;4, 生产节能与国家标准;5, 用能单位能源利用状况报告填报系统。

学习时间为一周, 内容极其丰富, 涵盖了整个国家节能方面的知识, 作为第一次接受节能知识培训的我, 可谓求知若饥, 接触到了很多专业性的节能技术与管理, 使我对节能工作有了更高的认识。

在世界能源日益减少的形势下, 节能工作势必更加重要, 节约能源是我们每一个人的责任, 杜绝浪费是我们每一个人的义务。

通过这两次有组织有目的的学习, 我深感自己能力不足, 在和来自各个单位的同志们交流后, 对自己的业务工作有了更清晰的认识。

这两次专业性很强的学习, 使我忽然产生这么一个想法, 我开始在怀疑自己, 为什么没有来学习之前, 我自我感觉很好,

反而学习之后，吸收了知识，我越觉得自己懂的越少，这就是所谓的”学得越多，不知道的越多”。

如果你去系统的学习一门学问，深刻地去钻研，你就会觉得什么叫做专业，如果你去深入的接触一位大师，促膝而谈，你就会体会到什么叫渊博。

学无止境，我希望通过更多的学习，来填充自己微薄的生命。

心得四:外出培训心得体会

非常感谢院领导给我这次外出学习的机会，通过这短短的40天时间，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、增强了自己的业务能力，认清了自身与其它医院护士所存在的差距，明确了自己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：

1、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，都想做到最好。

三所医院共有二十几人，分组练习还好，可一到晚上自由时间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，不由得感觉自己像是进了一个没有硝烟的战场，时刻会有人出现在你身边，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，什么样的手法能把床单拉展，什么样的手法能把床单角铺成标准的90度，内角达到45度，怎么样和病人沟通，怎么走路，怎么端治疗盘，怎么推治疗车，怎么拿输液架，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，我从上面都摔下来好几次，为了克服抗眩晕，练习平衡能力，我们在荡板上从开始的5分钟到后面一点点的往上加，练习在上面跪，最后跪的膝盖都肿了，戴上护膝继续，终于经过反复练习时间可以在上面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。

2、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，可通过这次培训，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，终于考到了别人的前面，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。

时间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，护士不应该只是会打针，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己，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，人家上网一查比你知道的还多，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，所以一定要加强理论学习，把理论真正运用到实际当中，那定会得心应手。

3、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非常重要，它代表着一个人的气质，品质，还代表着一个医院的形象，第一印象尤为重要可以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，怎么站姿，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，如何能节省时间，提高效率，还要时间提醒自己注意自己的形象，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，通过这次培训学习，我付出了该付出的时间、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一定提高，更重要的是视野的开拓，思维的拓宽，理念的转变是我最大的收获。

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，结合我们的实际情况，以最好的方式在我院进行落实发扬。

心得五:外出培训心得体会

20xx年11月2日，我们早晨五点出发，一路风尘仆仆来到杭锦旗城镇中学，全天观摩了全校校容校貌，并听取了两位老师的示范课，城镇中学的校长对讲学稿的开发、试行、推广做了深入细致的介绍。

这一天匆匆忙忙，却收获颇丰。

下面就谈几点认识。

1. 讲学稿的设计

“讲学稿”设计要过好两关:一是学生关，教师要了解学生的学习意向、兴趣和主要困难，从而确定切实有效的教学对策。

二是教材关，教师要吃透教材的编写意图和知识结构，以及对不同层次学生的学习要求，解决因材施教、“差异教育”问题等。

就在很多学校感叹集体备课流于形式时，东庐中学的“讲学稿”恰恰是集体备课的有形成果。

为确保集体备课的质量，东庐中学要求每个备课组做到“三定三有”：定时间、定地点、定主备人；有计划、有主题、有记录。

学校还将此项规定纳入备课组长与教师的考核，一月一考核，使集体备课落到实处。

东庐中学的备课模式可以概括为：“提前备课、轮流主备、集体研讨，优化学案，师生共用”。

具体说来，教研组长会同备课组长确定主备教师和审核人，主备教师提前一周确定教学目标，选择教学方法，设计教学程序，将“讲学稿”草稿交备课组长审核；备课组长初审“讲学稿”后至少提前两天将“讲学稿”草稿发给全体组员，然后召集组员集体审稿，提出修改意见；主备教师按集体审稿的意见将“讲学稿”修改后交审核人审查，再由备课组长将审核后的“讲学稿”交分管领导审定，制成正式文本，发给每个教师一份。

教师上课前一天将“讲学稿”发给学生，任课教师对“讲学稿”再进行理解和补充，第二天师生共用“讲学稿”实施课堂教学，在上课前，教师必须抽批部分“讲学稿”，以了解学情，并进行最后的课前备课。

2. 讲学稿的用处

除了教师的教案、学生的学案外，讲学稿还是学生的练习册。

东庐中学的教师除了“讲学稿”上的题目外，原则上不允许再布置课外作业。

对每份“讲学稿”教师要做到有发必收，有收必改，有改必评。

此外，学校对学生的成绩考评也紧紧围绕“讲学稿”。

东庐中学测试或考试时，教师通常从“讲学稿”上选择题目，引导学生利用“讲学稿”进行复习，达到“学什么，教什么；学什么，考什么”。

学生每隔一定时间后将各科“讲学稿”进行归类整理和装订，就成为很好的复习资料。

3. 讲学稿优点

“讲学稿”关注学生的学，优化学习过程，教给学生自学的方法，培养学生自学的习惯，鼓励学生提出自己的观点。

运用“讲学稿”的教学活动打破了只用教案教学的常规做法，实现了课下与课上相结合，学案与教案相结合，学生自主学习与教师讲解诱导相结合，让学生自主、探究、主动地学习。

“讲学稿”改变了传统的“填鸭”式教学，把思维空间留给学生，把自学方法教给学生，把学习主动权还给学生，把自主时间还给学生。

“讲学稿”还使“学生的学习品质得到了优化。”

按“讲学稿”的要求预习是一种主动的达标，要达标就应迎难而上，决不轻易放弃。

经过努力，绝大多数学生都能实现目标。

这样，中等生、学困生也逐步树立了自信。

总之，讲学稿是集教案、学案、笔记、作业、测试和复习资料于一体的师生公用的教学研究文本，是教学研究合一的载体。

它的可操作性强、实效性高，推广面广。

值得一用。

外出培训心得体会总结篇二

随着社会的快速发展和竞争日益加剧，绝大多数人都被困在了乏味的日常生活中，外出培训成为了现代人们彻底摆脱墨守成规的一剂良药。近期，我参加了一次有关咖啡的外出培训，获得了许多珍贵的经验和知识，这不仅给我充电增能、拓宽视野，还提高了我的自信心和专业能力，使我更加从容应对职场的挑战。

第二段：外出培训的意义

外出培训，是让我们站在不同的视角、从各个角度来审视日常工作，随之而来的是丰富的见识、多元的思路、独特的体验。同时，与从业者的交流互动也能够加深对职业的理解，了解自身的不足和优势，更好地展现出自己的特长和潜力。外出培训还可以打破自己的认知局限，通过学习与互动，拥有全新的思维框架和工作方法，更加具备应对突发事件和解决问题的能力。

第三段：咖啡培训的收获

在这次外出培训中，研究咖啡酿造以及现代咖啡文化成为了主要内容。在培训课程中，我学会了如何用不同的方法酿造

咖啡、如何评判咖啡的品质和口感、如何进行咖啡市场调研以及经营咖啡店理念等方法和技巧，大大拓展了我对咖啡的认知，同时也提升了我的市场营销和管理能力。

在培训的过程中，我认识了来自不同城市的咖啡专家和行业从业者，通过和他们的交流，我更加体会到行业的竞争和机会。他们激发了我的灵感，让我有了更多的创业想法和实践方向。外出培训的收获，超乎了我之前的预期，为我今后的职业发展提供了理论和实际上的。

第四段：面临的挑战

随着市场的竞争不断加剧，咖啡市场的发展也面临着诸多挑战：人才培养不足、原材料价格上涨、市场营销策略不当等。这些挑战摆在了这个行业的从业者面前，需要采用更加新颖的思路和技术，来应对这些问题，使自己在业内巩固稳定的地位。

第五段：总结

外出培训，是职场人士最好的一个提升自己实力，塑造自己形象的机会。通过不同的培训机构或行业组织，不仅可以为工作增添不少实际经验，更能够打通职业发展的任督二脉。有时候，自己愚钝一时，就需要外出学习，汲取新鲜体验，增强自己的职业前途。外出培训，使我们建立起一个庞大的资源网络，让我们在工作中遇到困难和压力时，总能找到方法和灵感的来源。外出培训并不是花销的浪费，而是职业发展中不可或缺的重要环节。

外出培训心得体会总结篇三

非常感谢院领导给我这次外出学习的机会，通过这短短的40天时间，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、增强了自己的业务能力，认清了自身与其它医院护士所存在的差距，明确了自己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：

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，都想做到最好。三所医院共有二十几人，分组练习还好，可一到晚上自由时间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，不由得感觉自己像是进了一个没有硝烟的战场，时刻会有人出现在你身边，告诉你：你被淘汰了。

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，我从上面都摔下来好几次，为了克服抗眩晕，练习平衡能力，我们在荡板上从开始的5分钟到后面一点点的往上加，练习在上面跪，最后跪的膝盖都肿了，戴上护膝继续，终于经过反复练习时间可以在上面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。

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，可通过这次培训，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，终于考到了别人的前面，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。时间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，护士不应该只是会打针，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己，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，人家上网一查比你知道的还多，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，所以一定要加强理论学习，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非常重要，它代表着一个人的气质，品质，还代表着一个医院的形象，第一印象尤为重要可以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，怎么站姿，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，如何能节省时间，提高效率，还要时间提醒自己注意自己的形象，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，通过这次培训学习，我付出了该付出的时间、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一定提高，更重要的是视野的开拓，

思维的拓宽，理念的转变是我最大的收获。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，结合我们的实际情况，以最好的方式在我院进行落实发扬。

外出培训心得体会总结篇四

咖啡是现代社会中流行的一种饮品，不仅具有美味的味道，还能提高人们的精神状态。然而，要在这个行业中拥有成功的职业生涯需要各种技能和知识。为了获取这些技能和知识，我最近参加了一次咖啡外出培训，并在培训中体验到了许多不同的经历和收获和体会。在本文中，我将分享这次培训的心得和体会，以及它给我的启示。

第二段：培训中的经历和收获

培训是在一家专业咖啡店内进行的。教练采用了实际操作方式，让我们亲身感受不同种类和风味的咖啡，并亲自体验了咖啡的制作过程。此外，我还跟随教练一起了解了不同的咖啡豆的种植和采摘过程，以及如何从中挑选出高质量的咖啡豆。这让我感受到了一个专业咖啡师所需要拥有的技能和知识的广泛性和深度。

第三段：培训带来的体验和启示

这次咖啡外出培训给我带来了深刻的体验与启示。首先，我意识到制作一份完美的咖啡需要掌握很多的技巧和细节，如水温、时间、材料等。其次，我发现一个好的咖啡师必须要有出色的口味和嗅觉，以便挑选出最高质量的咖啡豆和配料。最后，我认识到与客户建立良好关系是在这个行业成功的关键，包括对他们的喜好进行了解，及时满足他们的需要并保持谦虚、友好的态度。

第四段：培训带来的收益和价值

这次外出培训为我带来巨大的收益和价值。首先，它帮助我提高了咖啡制作的技能和知识，让我更好地管理和操作咖啡店。其次，它让我对咖啡行业有了更深入的认识，也了解企业家的困难和挑战。最后，它拓展了我的人脉和资源，并带来了更多的事业机会。

第五段：我的未来规划和展望

咖啡外出培训为我提供了了不同的视角，我对自己的未来有了更深刻的认识。我将继续加强咖啡制作的技能和知识，并掌握更多的相关技术和工具。我还将不断学习最新的咖啡行业动态，以更好地了解该行业的趋势和流变，并不断寻求合作和发展机会。最重要的是，我会保持热情和谦虚的态度，并持续提升自己，从而在咖啡行业中取得更大的成功。

总结：

本文在介绍了一次咖啡外出培训的体会中，通过描述培训中的经历和收获、培训带来的体验和启示、培训带来的收益和价值以及对未来的展望，揭示了咖啡行业的竞争与挑战，以及个人应对此挑战的关键要素。最终，本文希望给读者留下一个启发：无论何时，只要我们保持对自己充满热情，积极学习和拓展技能和资源，始终保持着谦虚和友好的心态，我们就可以在咖啡行业中实现成功。

外出培训心得体会总结篇五

最近，我参加了一次外出会计培训，并受益匪浅。这次培训不仅让我全面了解了会计的基本理论知识，还让我了解了行业的发展趋势，更重要的是，我还结识了一大群志同道合的会计从业者。在这次培训中，我学到了许多知识和技能，也深刻认识到了许多问题，希望通过本文跟大家分享我的心得体会。

第二段：培训内容

这次培训主要包括会计基础知识、企业税务筹划、财务报表分析、企业内部控制等内容，内容深入浅出，可以说是一次系统全面的会计入门培训。其中，我尤其关注的是企业税务筹划和财务报表分析这两个方面。在企业税务筹划方面，我学习到了如何利用企业自身的特点，结合税收政策，在遵守法律的前提下降低企业的税负，提升企业的竞争力。在财务报表分析方面，我学到了如何全面客观地分析企业的财务状况，为企业的经营决策提供合理的依据。

第三段：行业趋势

在外出参加培训的过程中，我也了解了行业的发展趋势。现代企业高速的发展需要会计人员具备更高的综合素质，如计算机、外语、财务管理等方面的能力。特别是财务管理方面的能力越来越得到重视，会计人员不再仅仅是单纯的会计员，而是要具备有战略视野和商业智慧的综合型人才。

第四段：结识同行

除了学到丰富的知识外，我还结识了一大批同行。在这个过程中，我们互相分享自己的经验，互相交流自己的见解，一起讨论问题，相互学习进步。这些同行之间的合作与交流可以使我们更好地了解行业趋势以及怎样更好地为企业服务。

第五段：总结

总之，这次外出会计培训让我获得了很多的收获。我不仅增长了知识，也加强了交流，志同道合的同行们让我感觉到了自己不再孤单。我深刻认识到了自己的不足和不足之处，也更清楚地了解了未来所面临的挑战和机遇。我将一如既往地不断学习，提升自我，更好地服务于企业和社会。

外出培训心得体会总结篇六

非常感谢领导给我这次外出学习的机会，通过这短短的40天时间，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、增强了自己的业务能力，认清了自身与其它银行员工所存在的差距，明确了自己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：

1、业务技能方面有了进一步提高：

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。

三所银行共有二十几人，分组练习还好，可一到晚上自由时间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，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，不由得感觉自己像是进了一个没有硝烟的战场，时刻会有人出现在你身边，告诉你：你被淘汰了。

分部领导委派主任给我们做指导，从细小至微处抓起，怎么样和客户沟通，怎么走路，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x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。

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。

2、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，可通过这次培训，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，时间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，员工要的是全面的发展，不能只依靠领导指挥我们去执行，在理论上也要充实自己，如果单是这样那要员工有什么用。

现代网络信息化这么发达，客户的金融意识提高，客户提出的问题，你回答的不全或者是答不出来，人家上网一查比你知道的还多，你说丢不丢人，让客户想这员工连这点都不懂，这对我们的员工整体印象会大打折扣，所以一定要加强理论学习，把理论真正运用到实际当中，那定会得心应手。

3、整体形象与心理素质得到加强：

员工的形象对于我们更是非常重要，它代表着一个人的气质，品质，还代表着一个银行的形象，第一印象尤为重要可以使客户对你产生信任感，在集训队时我们从点滴练起，如何报告，与客户沟通的语言听起来如何的简洁、亲切、委婉，动作优美利索，如何能节省时间，提高效率，还要时间提醒自己注意自己的形象，不管是比赛时的评委还是平时工作中的客户及家属，都使他们加深对我们的整体印象。

总之，通过这次培训学习，我付出了该付出的时间、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一定提高，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，结合我们的实际情况，以的方式在我行进行落实发扬。

外出培训心得体会总结篇七

今年（xx年）10月17日至11月25日，我有幸参加了东城区第十六期国家公务员科级任职培训班（注：俗称科长班）。因为是全脱产学习，委室领导和同事给了我很大的支持，基于此，我十分珍惜这次难得的学习机会，把学习过程当作是全面充电，提高素质的过程。

通过四个单元240课时的学习，自己在政治理论、业务素质及综合能力等方面都有了一定的提高。这次培训紧紧围绕“我怎样当好科长”这条主线，注重理论联系实际，着力提高我们作为科级干部应知、应会和应具备的能力。通过本次培训学习，我的主要收获有以下三个方面。

一、系统的理论学习，提升了思考力。

通过学习有关中国经济建设与经济体制改革，民主政治与文明建设，加强党的执政能力建设，建设服务型政府，构建和谐社会等基本理论，使自己在看到中国改革开放以来取得的巨大成就的同时，清醒地认识到当前国家面临的各种困难和问题，增强了立足本职、服务群众的紧迫感和责任感，同时更深化了对规划提出的背景、目标、原则以及任务的理解，进而能够从社会发展的大背景和构建和谐社会的高度来重新审视自己的工作定位。我深深感到：只有站位高，定位准，工作才能有实效，有突破。

二、参与体验式培训，增长了才智。

通过拓展培训、演示课、模拟课、参与式研讨、演讲、撰写调查报告等多种形式的实操锻炼，使自己在亲身投入，学习

体验、展示交流的过程中，综合能力得到了一定的提高。如：拓展培训，为大家提供了彼此了解认识的机会，展现了每个人的优势，锻炼了每个人的能力，强化了责任意识，培育了团队精神，增进了同学间的友谊。通过参加科长的办会能力这项演示课，自己能够运用已有的知识和经验，认真履行组长的职责，积极组织本组学员进行筹划，锻炼了组织协调和沟通能力，同时也看到了自身存在的不足。通过参加演讲，锻炼了我的逻辑思维能力、语言表达能力，并从中学到了他人的优点和长处。通过多次参与式研讨，以及各组学员们的互动交流，使自己对老师讲授的科长的政治素质、行政能力及法律素质等理论知识有了更深刻的认识，我认为政治素质是前提，行政能力是基础，法律素质是保证，除此之外，还必须要有良好的道德素质、人格魅力及健康心理，只有这样才能更好地胜任科长的职位要求。

三、贴近实际的授课内容，领悟了领导艺术、技巧和方法。

通过学习“科学思维与行政决策；科长的开拓能力；领导方法与领导艺术”等课程内容，提示自己在今后的工作中，要努力实现思维方式、工作作风、工作方法的转变。牢固树立现代思维方式，既要做公共汽车司机，又要学会做出租汽车司机，面对千变万化的情况和需求，善于运用创造性思维、敏捷性思维、多维性思维，来分析、解决问题和矛盾，提高执行力。要抓住“人”这个中心，做到五个学会，即：学会调适、学会分享、学会宽容、学会激励、学会沟通，从而使领导行为人性化，管理效能最大化。

以上汇报的是自己参加培训后的主要收获，下面再谈一点自己的体会和感受。

四、一点体会和感受：

在本次培训中，通过学员投票和老师评定，我被评为本期培训班优秀学员。我的体会是——尽快使自己较好地融入班集体。

体，做热心关心集体，真心关爱他人，适时展示自我的“局内人”。我们这次培训共有来自全区27个部门的66名同志参加，除了本单位一同培训的同志外，应该说对老师和绝大多数同学都是非常陌生的。班级是临时组建、仅能维持40来天集体，老师和同学多是素未谋面，且学习后又将各奔东西的“过客”，如何使自己真正融入这个集体，做一名“局内人”，是对全班66名同学的一个考验。我想我经受住了这次考验，并且得到老师和同学的认可。

我认为：不管是临时的、相对松散的团队，还是长期工作、学习的单位、集体，我们都应有做“局内人”的意识和行动，一是要热心的关心这个集体，关心它的前途和发展，积极投身其各项工作、学习和活动，努力为它增光添彩；二是要真心关爱他人，这个他人包括领导和同事等，正如照镜子的道理一样，你对着镜子微笑，你看到的必然是一张笑脸。因此，真心的去关爱他人，你必然也会享受到他人真心的关爱。三是要适时的展示自己，我想，适时的展示绝不是张扬和张狂，相反它是使领导和同事们更进一步了解我们的一个重要也是必要的途径，同时也是我们发掘自身潜能、证明自己能力的渠道之一。

总之，通过这次培训学习，自己感到不仅学到了理论知识，更重要的是获得了实践的方法，提升了工作的能力。今后我要努力排除自我放松的惰性，不断强化自主学习的内动力，从多种渠道扩展知识结构，使自己不断扩充知识的总量、质量、流量，转化为知识增量，从而获得持续发展的综合能力。要在实践中不断锤炼决策、协调、创新等行政能力，特别是自觉反思总结的能力，做到“勤学、勤思、勤问、勤写”，努力使自己成为领导的参谋助手，同事们的合作伙伴和益友。

以上是我参加本次培训学习的汇报总结，请领导和同志们指正。