

培训后感想总结 培训后感想心得体会(精选6篇)

总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。那关于总结格式是怎样的呢？而个人总结又该怎么写呢？下面是小编带来的优秀总结范文，希望大家能够喜欢！

培训后感想总结篇一

第一段：介绍培训的背景和目的（200字）

近年来，随着社会的不断发展和竞争的日益激烈，培训成为了企业提升员工素质和竞争力的重要手段之一。我所在的公司也非常重视培训，定期组织各类培训活动，旨在提升员工的专业能力和管理水平。最近我有幸参加了一次为期一周的培训班，通过这次培训，我受益匪浅，深有感触。

第二段：培训过程中学到的知识和技能（300字）

这次培训主要围绕着管理技能和团队建设展开，我们学习了很多实用的知识和技能。首先，我们学习了团队合作的重要性，通过讲解案例和游戏演练，我们深刻体会到了团队合作的力量。其次，我们学习了一些领导力的原则和方法，了解了如何激发员工的潜能。此外，培训中还涉及到了一些管理工具和技巧的应用，如项目管理和决策分析等。通过这些学习，我对自己的工作职责和角色有了更清晰的认识，也提高了自己的组织和沟通能力。

第三段：培训中的感悟和收获（300字）

在培训过程中，我最大的感悟是要不断学习和提升自己。在

现代社会中，技能更新、知识更新的速度非常快，只有不断学习才能与时俱进。培训让我认识到了自己的不足之处，也激发了我进一步学习和探索的欲望。其次，培训还让我更加深入地认识到团队合作的重要性，无论是在工作中还是生活中，团队合作都能让事情变得更加容易和快乐。我也意识到作为一个员工，只有承担起自己应有的责任，团队才能更好地发挥协同效应。

第四段：培训后在工作中的应用和效果（200字）

培训结束后，我迫不及待地将所学到的知识和技能应用到了工作中。我主动与团队成员沟通，协调大家的工作进度，通过团队的努力，顺利完成了重要的项目。此外，我也尝试着应用一些领导力技巧来激发团队成员的积极性和创造力，取得了一定的成效。这让我深刻认识到培训的实际应用性，只有将所学的东西运用到实际工作中，才能真正提升自己的能力和价值。

第五段：结论和对未来的打算（200字）

通过这次培训，我不仅学到了实用的知识和技能，更重要的是树立了正确的学习态度和人生观。在未来的工作中，我将继续保持学习的热情，不断提升自己的能力和素质。我还计划参加更多的培训活动，不仅可以提升自己的专业能力，也可以拓宽自己的眼界。同时，我也会将所学到的知识和技能与团队成员分享，共同成长和进步。相信通过持续的学习和努力，我一定能够在工作中取得更好的成果。

通过这次培训，我不仅学会了实用的管理技能和团队合作能力，更重要的是，我懂得了学习和提升的重要性，也认识到了团队合作的力量。我会将所学到的知识应用到工作中，并与团队共同努力，取得更好的成绩。相信通过不断地学习和努力，我能够不断提升自己，在职业道路上不断前进。培训让我有了更加清晰的目标和方向，我期待着未来的工作和学

习挑战！

培训后感想总结篇二

教师是学生成长路上的引路人，教师的思想境界直接影响这孩子，因为学生都有向师性，都希望得到老师的表扬和鼓励，所以教师要做一位有理想的老师，为了祖国的繁荣富强，为了早日实现中国梦，教师应尽心竭力的工作，用心思考未来世界，需要怎样的人才，怎样的人才能是世界和平，使我们人类幸福美满的生活，那就是德才兼备的高素质人才。为了实现中国梦我要做这样的老师：

1、兢兢业业的老师

今天的思想境界是不是比昨天有了提高，今天的备课是不是比昨天认真了？我今天上课是不是比昨天更精彩？，，，，每天晚上我都自省吾身。虽然每天都不是最好，甚至每天都有遗憾，但每天自问，坚持不懈，我们便不断地找到努力的方向，弥补自己的不足。

2、充满爱心的老师

欣欣向荣？遭霜雪则生机尽矣。这就告诉我们“爱”是架起沟通师生心灵金桥的最好方法。没有爱心的培育就没有师德的提升？只有爱心能够唤醒爱心？只有爱心能够滋润爱心。爱学生就必须走进学生的情感世界？把自己当作学生的朋友？去感受他们的喜怒哀乐？教师对学生真挚的爱是我们感染学生的情感魅力。爱是教育的桥梁？爱是教育的钥匙。教育是爱的共鸣？是心与心的呼应。教师只有爱学生才能教育好学生？才能使教育最大限度地发挥作用。可以说？热爱学生是教师职业道德的根本。当我们感悟到了这一层？师德这面镜子也就擦亮了。

3、认真负责的教师。

只有认真负责的老师，才能培养出有责任感的學生。因为教师是學生学习的榜样。只有认真负责的老师，家长才会放心把孩子交给你，学校才会更信任你。在上每一节课前。我总是认真备课，不但备教材，而且备學生，把自己当成學生的引路人，把课堂的主阵地还给學生。我带着愉悦的心情走进课堂；我总是提醒自己：上课时，尽量把自己的最具活力，激情和热情的一面勇敢的展现在學生的面前，和學生一起快乐地学习。

4、创新精神的教师；

要做一个富有创新精神的教师，必须要勤于学习，不断充实自我；教师创新精神教师 创新人才的成长靠教育，创新素质的发展需要创新教育来培养。而创新同样离不开“人类灵魂的工程师”。从这个意义上，我们可以说：创新是教师的首要必备素质、不可或缺的师表。要培养学生的创新能力，教师自身必须做名创新型的教师。

作为教师的我，面对这场世纪盛会激动万分，无法言表，同时也深深感受到了自己肩上责任之大，任务之重，充分认识到教育是民族振兴的基石，要优先教育，建设人才资源强国，在以后的教学工作中要始终坚持党的性质和宗旨，立足平凡岗位，争做优秀教师。我感谢这伟大的盛世年代，我更因自己是创造时代人才的灵魂师而骄傲和自豪，做教师让我倍感幸福和荣耀！

培训后感想总结篇三

在现代社会，培训已成为个人提升和企业发展的的重要手段之一。每一次参加培训，都是一次提升自我的机会。近期我参加了一次关于领导力培训，通过这次培训，我收获了许多心得和感悟。

首先，培训课程为我带来了新的知识。作为一个工作多年的

职场人士，往往会陷入工作的繁忙中，远离了时下流行的管理理念和战略规划。而这次培训给了我一次重新学习和理解的机会。通过培训，我了解了最新的领导力理论和实践案例，对如何在团队中发挥领导力起到了积极的指导作用。同时，在培训中还结识了一些同行业的优秀同事，通过和他们的交流和分享，我深刻地意识到学习是一种持续的过程，只有不断地学习和更新知识，才能不断提升自我。

其次，培训过程中的互动和合作对我的思维方式和团队合作能力有了很大的提升。在课程中，我们进行了很多小组讨论和团队合作的练习。通过这种方式，我学会了倾听和尊重他人的观点，也通过和不同背景的人一起合作，培养了协调和沟通的能力。在这个过程中，我认识到没有一种管理模式是适用于所有情况的。通过与他人的互动和交流，我可以更好地理解他人的需求，找到更好的解决方案。

第三，培训课程是一次自我反省和成长的机会。在培训中，我们除了学习知识，还进行了一些自我反省的练习。通过这些练习，我审视了自己的优点和不足，深入思考了个人在工作和生活中存在的问题，并寻找了解决问题的方法。通过与导师和同学的互动，我对自己有了更深入的认识，也明确了自己的目标和规划。我相信在实践中不断地反省和成长，我会变得更加优秀并取得更好的成绩。

第四，培训过后我也开始更加注重团队合作和内外沟通的能力。在培训中，我们了解到团队合作和良好的沟通是成功领导者的必备素质。作为一个领导者，如果不能有效地与团队成员沟通和合作，就很难实现团队目标。因此，我决定在今后的工作中更注重团队的建设 and 沟通技巧的培养。我将学习如何更好地与团队成员沟通，了解他们的需求和难处，帮助他们解决问题，并创造一个积极向上的工作环境。

最后，通过这次培训，我也深深地意识到了培训对于个人的重要性。只有不断地学习和提升自我，才能适应这个日新月

异的社会。培训是对个人职业发展的一种投资，只有不断地学习和成长，才能在职业道路上不被淘汰。所以，我以后会积极参加各种培训和学习机会，不断提升自己的能力和水平。

总而言之，通过这次培训，我意识到学习无止境。只有持续地学习和提升，才能不断适应社会的变化和挑战。我将把这次培训的经验 and 技能应用到日常工作中，努力成为一名优秀的领导者，为公司的发展做出更大的贡献。同时，我也会不断地寻找学习机会，提升自我，为自己的职业生涯做好规划。我相信，通过不断地学习和成长，我一定能够实现自己的人生目标并取得成功。

培训后感想总结篇四

培训前，我对即将开始的培训感到忐忑不安，因为以往的培训经历并没有给我留下深刻的印象。然而，为了提升自己的专业能力和个人素质，我还是决定积极参加这次培训。在报名之后，我仔细研究了培训的内容和基本要求，并且提前做好了相应的准备，以便更好地吸收培训中的知识和经验。

段二：培训中的收获

在培训的过程中，我发现这次培训与以往不同。首先，培训的方式和教学方法非常丰富多彩，有讲座、案例分析、小组讨论等。这种多样化的教学方法不仅提高了培训的效果，也激发了我对学习的兴趣。其次，培训的内容与实际工作紧密结合，实用性非常强。我学到了许多实用的技能和方法，这些将对我的日常工作产生积极的影响。此外，培训还邀请了一些行业内的专家和成功人士来授课，他们的经验和思维方式让我受益匪浅。

段三：培训中的困惑与挑战

尽管这次培训收获了很多，但我也面临了一些困惑和挑战。

首先，由于培训时间紧凑，内容较多，我需要花费更多的时间来消化和吸收所学知识。其次，培训过程中的一些案例分析 and 小组讨论对于我的逻辑思维和团队合作能力提出了一定的要求。这让我意识到还有一些方面需要进一步提高和加强。

段四：培训后的反思和总结

经过这次培训，我深刻认识到学习的重要性和不断自我提升的必要性。培训是一个很好的学习平台，通过培训我不仅学习到了新的知识和技能，还结识了许多同行和朋友。同时，培训也让我认识到自身的不足之处，激励我去加强自我学习和提高自身的能力。我深信，只有通过不断学习和提升，才能在职场竞争中立于不败之地。

段五：培训对我的影响和展望

这次培训不仅对我的知识和技能产生了积极的影响，也在我内心深处激起了对于未来的向往和追求。我希望能够将所学知识运用到实际工作中，提升自己的专业能力和创新能力。同时，我也希望能够将所学传递给身边的人，影响和帮助更多的人。我相信，通过不断学习和积累，我将在职场上有更好的发展和成就。

总结：通过这次培训，我深刻体会到了学习的重要性和自我提升的必要性。培训不仅为我提供了学习的机会，也增强了我的自信和动力。我将继续保持学习的态度，不断提高自身能力，为实现更高的目标而努力。

培训后感想总结篇五

这次受学校指派到泉州党校参加“百校千师”未成年人思想道德建设骨干教师培训，其他学校大多是派分管德育的副校长或政教主任，我校派政治老师。虽然本人是思想品德科的教师，从教20多年，对未成年人的思想道德有所了解，但参

加这次培训，还是受益匪浅，对我国目前未成年人的思想道德、心理健康状况有了更深了解，对加强未成年人思想道德建设的重要性有了更深的认识。

实现中国梦，任重而道远，要靠全国人民的共同努力。而未成年人是祖国未来的建设者，是中国特色社会主义事业的接班人。未成年人可塑性强，世界观、人生观和价值观正在形成，是实施培养和教育的黄金阶段，而国内外的研究资料表明：13-18岁是初犯品德不良或初犯劣迹行为的高峰年龄。目前，我国18岁以下的未成年人约有3.67亿。他们的思想道德状况如何，将直接关系到中华民族的整体素质，关系到国家前途和民族命运。陈教授讲到全国未成年人犯罪总数是全国刑事犯罪总数的80%，从以上这些可以看出，未成年人的思想道德状况不容乐观，无疑给我们学校和老师敲响警钟。因此，加强对未成年人的思想道德教育，培养他们的爱国主义情感，确立远大志向抱负，养成良好的生活习惯，提高思想道德素质，无论对国家、社会还是对于他们的一生都十分重要。

培训后感想总结篇六

培训后的感想

培训后的感想（一）：

一、机会难得，学习气氛浓厚。

参加这次培训的同志们都很珍惜这次难得的学习机会，在最短的时间内完成了由教育工作者到学生的主角转换，认真、虚心、诚恳地理解培训，态度端正、学习专注，从教育局领导到学校校长都能专心致志，全神贯注，认真的聆听和记录，及时完成作业，如饥似渴地理解着新鲜的理念。大家都觉得机会是如此的难得，学习气氛十分浓厚，仿佛回到了学生时代。

二、异彩纷呈，讲座全面系统。

专家、教授的讲座就象是一顿丰盛的大餐，精美地呈此刻我们的面前，真是“听君一席话，胜读十年书”。各位专家、教授毫无保留的把自己在学习和工作中的经验拿出来与大家分享，深入浅出，可谓是异彩纷呈。刘华蓉教授报告：教育管理中的危机和舆论应对和李雯教授的“学校安全工作理论、政策与实践”，对指导实际工作有较大帮忙，使我们不仅仅了解了全国学校安全的现状，也对如何做好学校的安全管理有了新的思路。更重要的是懂得如何处理校园突发事件和应对各种媒体，理解什么叫“媒治”。做好学校安全工作，需要脚踏实地，持之以恒，不能心存侥幸。余祖光副所长的讲座，使我对职业教育人才培养模式、影响因素及改革走向有了新的认识，理解了什么叫“工业文化缺失”。聆听了孙霄兵副部长对《国家中长期教育发展纲要》的解读，明白了基础教育改革的重点，明白了做为一个人才，不只要懂外语，更要懂国际规则、懂中国国情。

三、学无止境，更新学习观念。

听专家、教授们滔滔不绝、挥洒自如的讲座，心中十分佩服他们的口才，佩服他们的自信，佩服他们的敏锐，佩服他们知识的渊博。想想如此才气从何而来？所有人都是走着同一条道，那就是不断的读书学习，关注专业知识，关注国家大事，日复一日，永无止境。就像听课时孙部长说过的一句话：“人生是一个长跑，要一向坚持下去。”学习也是如此，要让读书学习已像吃饭睡觉一样，成为我们必不可少的生活方式。我虽然不能教育教学的专家，但我能够从此刻起就行动起来，像专家一样投入到读书学习的活动中去，让读书学习也成为我生命活动中不可或缺的组成部分。对照自己的工作实际，将所学知识为我所用。

培训学习虽然已经结束了，但我明白有更重的学习和工作任务在后面。思想在我们的头脑中，工作在我们的手中，坐而

言，不如起而行！路虽远，行则将至；事虽难，做则必成。让我们借市教育局开展“学习工程”的东风，重新树立终身学习的观念：为做一名合格的教育工作者努力学习，为培养出更多创新人才努力工作。

人要走进知识宝库，是一辈子的事情，不可能一蹴而就。因此我们要学习的东西太多了。网络教育，给了我们一把学习的钥匙。这是一把增长知识才干和提高思想素质的钥匙。

当今社会已经进入了信息社会，世界已经开始全面信息化、全球化。所以，为了适应社会的发展，我们教师务必首先牢固树立信息化、全球化的思想，用心参加培训学习，紧跟时代脉搏，做一个e环境下的新型教师。透过此次培训，我收获很多，体会深刻。具体想就有关网络学习浅谈几点体会：

1、在降低成本的同时保证质量

大家明白，经济发展状况能够促进教育的发展，影响教育的规模，一般地，教育受经济的影响是从两个方面展开的。一是从教育设施上，教育技术和设施的改良，提高了教育的效益。二是从教育的规模上，麦克风和音响能够让几百人聚集在一齐上课。但是，这种教育模式实践证明是不可取的。网络学习可看做是一种在教育领域内扩大劳动规模的典型形式，劳动力因素(教师)被网络所替代，并不意味着教师作用是剩余的，相反，作为指导者的教师或设备维护者，其作用也在逐步提升。

2、自我决定学习时间和地点

网络学习不是让学生，而是让课堂从一个地方转向另一个地方。这种学习方式下是适应了成人的特点，它为学员节省了很多时间。比如，我们此刻的培训就能够透过网上课件自由回家抽时间进行网络学习。

3、按需进修

网络学习最大的特点是成人能根据自身发展需要进行选取性地学习。在网络社会中，人的学历已不显得多么重要，替代的是人的学术水平和真实本领。一个人在工作之余要不断地了解新技术，掌握新技术，网络社会需要的是有多个学位、多张资质证书的人才。

网络学习还有一个特点是每个学员能与优秀教师开展互动。传统教育教师在课堂中与学生应对面讲课，教学质量很大程度上依靠教师个人的素质和能动性。然而，好的教师是极少的，如果教师缺乏能动性或素质不高，传统教育的优势将消失。远程式学习中，每门课程一般由优秀教师主持(此刻多数采用课程主编与主讲教师合一的模式)，教师在教学中能把握好课程的精髓。学员在选取课程的同时也选取了教师。

网络学习对我们教学观念，思想模式的转变很大，在传统教育模式中，是以教师为中心，教师透过讲授、板书及多种媒体的辅助，把教学资料传递给学生或灌输给学生。老师是整个教学过程的主宰，学生则处于被动理解知识的地位。在这样一个模式下老师是主动施教者，学生是被动的外部刺激理解者即灌输对象，媒体是辅助老师向学生灌输的工具，教材则是灌输的资料。表面上学生参与教学活动，但这是一种被动的参与。它的优点是有益于教师主导作用的发挥，有益于教师对课堂教学的组织、管理与控制；但是它存在一个很大的缺陷，就是忽视学生的主动性、创造性潜力的培养，不能把学生的认知主体作用很好地体现出来，学生缺乏主动的思考、探索潜力，其自主性、用心性难以发挥，不利于培养学生的发散性思维和创造性思维，不利于创新潜力的培养和创造性人才的成长。

在信息时代，教师既不会被技术所替代，也不就应再作为传递知识的权威。教育技术的发展永远不会替代教师主角，教师之所以是教师，在于教师能在智力、情感、个性、精神和

人格等方面全面培养和塑造学生，教育的根本特性是以人育人。有了信息技术，教师将会从广播知识的繁重任务中解脱出来，有精力和时间真正进行以人育人的活动。现代教育技术进入到教学过程中，教师能够由原先的处于中心地位的知识权威转变为学生学习的指导者和合作伙伴、设计者、开发者、社会文化的诠释者、教育的研究者，更多关注学生学习活动的设计和开发。个性在网络环境中，教师会自然而然地专注于对信息教学系统的设计、监控、研究和评价。在信息技术的环境中，学生就应被看作为待点燃的火把，学生地位就应由被动的知识容器和知识受体转变为知识的主宰、学习的主体，成为教学活动的用心参与者和知识的用心建构者。

夜深人静时，我坐在电脑前，登上继续教育网，已成为多年来的一种自然习惯。“继续教育网”像一本磁力很强的教科书，里面共享信息资料丰富，各类课件制作精良。网上资源中，不只是知识的储存和播放，更为我们带来了旨在提高实践潜力的诸多方法。而且，那里有着良好的互动交流的学习氛围。比如在线答疑、教师论坛、等栏目，让我们的协同学习和自主学习相得益彰。

对知识的贫乏，就会产生对知识的无知。一位名人说：“认识到我们知识上的不足，便向成功走了一大步。”懒汉最容易做出的辩解，是没有时间学习。其实这但是是一种托辞罢了。有一个著名的“三八理论”说，八小时睡觉，八小时工作，这个人人都一样，十分公平。但人与人之间的不同，在于业余时间怎样度过。

当今社会的生活，丰富多彩。人们选取生活的方式，也变得千姿百态。就说网络吧，有人借助这一现代科技手段，学知识，用信息，长才干，出成果，助推了自己的事业。但是也有不计其数的人，把大好时光“网”费了。有的长期沉溺于虚拟的“网恋世界”，有的彻夜迷失在所谓“新新人类”的网络游戏之中，有的热衷于与天下网友“狂聊”得天昏地暗，有的甚至“借网”实施各类违法犯罪。这些不是网络本身的

错，错的是“入网者”把握不够好。

我把网上学习当作了一种生活方式。再忙再累，每一天都要抽点时间光顾继续教育网，或调阅课件，或与人交流，或完成作业，或自我检测，或搜寻信息。网络学习的关键还在与相互的参与。我们都明白现代教育的发展越来越强调自主学习和讨论式的学习，网络就给我们这样一个机会，这天在坐的老师们能在网络上自由地发表自己的对网络环境下教师专业发展的思考与体会，这本身就已经体现了网络环境下的教师这个团队的协作学习精神。

培训后的感想（二）：

透过这2个月培训学习，让我又从新了解和认识了继电保护这个专业。不仅仅仅是专业知识的了解，更多的是对于从事继电保护的人员应当具有的专业精神和素质。继电保护要求的是快速，准确和精确，不能出一点差错，这就要求我们在以后的工作当中认真的对待，仔细在仔细，留意在留意，一点点疏忽都可能让整个电网受到巨大的伤害，让企业受到巨大的损失。

企业文化方面

在培训期间，我们学习了国家电网公司的历史及发展、公司的企业文化、国网职工职业道德，电力法律法规，安全生产规程等。透过学习，我明白了什么是国家电网公司的企业文化和发展战略，它涵盖着核心价值观(企业宗旨、企业精神、企业理念、奋斗方向)、战略目标(一强三优)、工作思路(三抓一创)、战略实施举措(两个转变)、发展要求(内质外形)等。我觉得国网企业文化能够给电力员工以导向、约束、凝聚、激励的作用。而发展成现代公司是国网上下统一思想的基础，统一行动的指南，是公司总部、区域电网公司、省公司及各市县公司的统一目标和共同任务，是每一个电力人义不容辞的职责和使命。

团队建设对企业是十分重要的。在参加了拓展训练和学习了《团队建设与沟通协调》后，我明白实际工作中没有任何一项工作是个人能够独立完成的，大家要透过良好的沟通协调配合，激发工作的用心性，提高工作效率，才能产生1+1远远大于2的效应。

牢记国网公司的企业文化、发展战略，让我相信在一个充满生机的企业努力工作，必须会有光明的发展前途，企业也能为我们带给一个施展才华的平台。明白了这些，我体会到本次培训注入了国网公司对我们的期望，同时也是自己将来能够更好地服务企业，实现自我价值的一次宝贵机会。

纪律方面

本次的培训，国网技术学院实施的是半军事管理，制定了详细的纪律，并将每个学员在纪律方面的表现作为量化考核成绩的一部分。5月初，全世界范围的甲型h1n1流感蔓延，学校响应号召，实施了封校和严禁离开济南的政策，我严格要求自己，服从班主任、班委会的管理，服从学校的各种规定，绝不外出。严格遵守国网技术学院得各项规章制度，对每一天的早操、上课、晚自习做到不迟到、不早退、不旷课。培训期间采取了封闭式，全过程，半军事化管理，这就要求我们学员在学习和生活纪律上都要严格要求自己，适应从职工到学员的转变，从平时工作散漫的生活向节奏紧张的学习生活转变。良好的纪律也是我们取得好成绩的保证。

生活方面

在丰富学员业余生活方面，国家电网技术学院也做了很多工作。山东做为文化大省、孔孟之乡，其文化底蕴进过五千年的积蓄，是相当深厚的。为了让广大学员了解齐鲁文化，国网技术学院组织我们继电保护班的学员前往曲阜、李清照故居参观。透过导游的讲解，我被影响中国几千年的儒家文化思想深深的吸引住了。并对自己从小就敬仰的一代词宗命运

多舛有了新的认识，对她的“生当做人杰，死亦为鬼雄”的英勇和豪迈气魄相当的钦佩。

骄阳似火的天气，热火朝天的赛场，激情四射的呐喊。学院举办的“鲁能智能杯”篮球赛给我留下了许多难以磨灭的印象。它不仅仅丰富了学员们的业余生活，更拉近了之间的距离，使友谊更加牢固，更加长青。

七一前夕，在党的生日来临之际，学院举办了首届新员工培训班党员知识竞赛大型活动，党员们从竞赛中体验到乐趣，也增加了各自的党性修养。毕业晚会让我见识到同学们的多才多艺，更加让同学之间的情谊得到升华，同时也对即将离别的同学，即将分别的老师，即将告别的济南深深的留恋。

结语

培训所给予我的，远不止这些，路漫漫其修远兮，吾将上下而求索！为期4个月的学习已经结束了，4个月时间过的真快，刚来学校的时候的情景仿佛还在眼前，转眼间就要离开了。4个月时间不短，我在那里不仅仅学习到了知识，还交到了很多朋友，认识了许多全国各地的同行，开阔了眼界。立刻就要和这个学校告别了，立刻就要和那里的朋友告别了，对于我来说，有着对于学校，老师，同学的不舍，更多的是对于以后工作和未来的憧憬，我们都应当有着急不可待的情绪，回到原先的工作岗位去大展身手，去用我们在那里学习到的知识更好的应对以后工作中遇到的困难，更好的回报对我们满怀期望的老师，家人，同事，去回报对我们有着殷切期望的公司，去回报社会。我们必须会在以后的工作中交出一份让国网，让单位，更是让自己满意的答卷。

培训后的感想（三）：

培训学习心得体会

在我们的仔细聆听中，我们期盼已久的培训学习在我们的恋恋不舍中敲响了结尾的钟声。对于这几天的培训课程，我想我只能用受益匪浅这四个字来形容了。老师们的博文广识、生动讲解、精彩案例无不在我的脑海里留下了深刻的印象，我只恨自己才疏学浅、文笔糟糕，不能够将所有的感触都透过文字显然于纸上。但是我还是尽力绞尽脑汁，以祈求能将培训完后心中所想所获能表达出来。

此次精彩的培训学习主要心得有以下几个方面：

一、让自己更加了解涟钢，了解炼钢的工艺流程，了解涟钢的规模和组织结构。

想来自己真的就应感到惭愧，虽然在涟钢长大，却还真的不是很了解涟钢。对涟钢的建厂历史，产量，规模，所经历的种种，以至于钢铁的铸造过程，我都是一知半解。透过这次的培训学习，最后明白了涟钢老一辈工人既然是将1958年的年产5万吨的小钢铁厂发展到此刻的450万吨(不含集团其他公司)的大型钢铁厂，历经50年不衰，而且还在蓬勃发展，并多次获得了不少全国性奖项。而且还明白了炼钢的工艺流程，明白了炼钢最开始是从焦化、烧结开始，经历了不少中心环节，克服不少困难，最后透过轧钢厂将我们需要的钢材制造出来。并明白了涟钢有着比较复杂的组织结构，让我们一时一下消化不了，但是我想这个在我们以后的工作中很快会清楚的，为了我们能更好在涟钢发展，我想我们也就应主动的去了解这些的。

二、了解了更多的生产安全、交通安全和消防安全的知识。

这次培训学习，花了很大一部分时间去学习生产安全、交通安全和消防安全的知识，因为安全是人们十分重视的东西，人们通常会把安全放在首位，也就是我们经常说的安全第一。

虽然平时我们也学习过一些安全方面的东西，并参加过消防

演习等活动，但并没有这么系统的，并联系我们以后的工作岗位进行培训过。透过这次培训学习，了解了涟钢的诸多会发生不安全事故的因素，甚至有的到达了恐怖的程度，这次我们学习了该怎样去预防它，避免它，并杜绝它，让我们以后能好好的在工作岗位上保护自己。对于交通和消防方面，了解了很多交通方面和消防方面的知识，让我们以后能更好的远离危险。坚决将我国的安全生产方针—安全第一、预防为主、综合治理—贯彻到底。

三、学习了不少礼仪与修养

这次培训还专门安排了一个上午来给我们培训礼仪与修养的知识。在这次课上，我学到了就应如何发挥自己的情商，处理好与他人的关系。如何让自己以后的一言一行更加具有素质与修养。让自己在为人处事方面慢慢走向成熟与稳重。

四、最后培训中心还请来了公司的管理代表和工人代表

给我们做了精彩的谈话，告诉我们以后在涟钢就应怎样好好的去工作。主要是要靠自己的聪明才智，勤奋刻苦，细心严谨的态度，这样才能慢慢在工作中磨练自己，成长自己。

学习是可贵的，培训是精彩的。透过这次可贵而精彩的培训学习，我们向涟钢更进了一步。感叹与憧憬之余，我想我们只有靠自己的聪明与才智、努力与勤奋去建设好涟钢，为我们的涟钢更好的发展贡献自己微薄的力量。

培训后的感想（四）：

今年3月30日至7月30日，根据公司安排，我有幸参加了国网技术学院举办的继电保护培训班。能成为首批培训员工中的一份子，我感到十分的荣幸，同时也感谢江西省电力公司及九江供电公司的领导给我这样一次不断完善和提高自己潜力的机会。

这次培训是在国家电网技术学院进行的。那里是国家电网公司为大力转变公司和电网发展方式，加快建设“一强三优”现代公司而组建的高素质应用型技术人才与技能人才培养基地，电网实用新技术与新技能应用示范中心。

培训期间，先后学习了公共基础课如《企业文化》、《团队建设及沟通协调》、《员工职业生涯规划》等，专业知识课如《安全规程》、《电力系统继电保护》、《二次回路》、《电力系统故障分析》、《两票管理》等，并在继保实训室对主变保护屏、线路保护屏、母线保护屏、断路器保护屏等进行了校验和故障查找消除。在这4个月的培训生活中，我的感受很多，收获也很大，以下从学习，生活等几个方面总结此次学员培训。

专业知识理论方面

(一)对《电力系统故障分析》的学习。这是继电保护专业的最基础的部分，要掌握故障分析，首先要对电力系统正常运行有深刻的理解，所以能够说继电保护是一门综合性的课程。透过对故障分析的重新学习，我对电力系统常见故障有了全面的认识，透过对各种故障的特点进行总结，我发现了故障的规律性，以及继电保护在这些故障的针对性。

(二)对《电力系统继电保护原理》进行学习。继电保护原理也是继电保护专业的基础，这门课透过对各种故障的特点进行总结分类，讲述了保护的构成原理，以及各种原理的保护的使用范围，优点和缺点，以及系统中各种保护的配合使用问题。由于我们这些同志绝大部分来自地区供电公司，所以我们主要学习了220kv及以下电压等级的保护原理。

(三)对电流互感器、电压互感器(以下简称ct和pt)的学习。ct和pt是继电保护专业务必掌握的部分，因为继电保护对一次系统的保护是建立在对一次系统的监视上的。ct和pt将一次的大电流、高电压变为继电保护能够使用的小电流、低电压。

透过学习，我掌握了ct二次绕组有好几个，分别供保护、测量、计量用，以及零序电流的采集方法；ct与pt的极性接线正确与否直接关系到保护是否能可靠工作。

(四)二次回路对我来说是一个陌生的知识点。以前学校重视原理教学，二次回路部分并没有讲。这个月在开始讲二次回路前，我对其进行了恶补，有什么不会的问题，找老师和有工作经验的同学请教，在之后透过上课学习，我对二次回路有了必须程度的掌握，二次回路分为控制回路、测量回路、信号回路、调节回路、继电保护和自动装置回路以及操作电源系统，此刻我掌握比较好的是电源系统、测量回路和信号回路，其他的回路我正在不断的学习中。

(五)学习北京博电继电保护测试仪的使用。在学习中，既温习了各种继电保护原理，还掌握了测试仪的使用方法以及对各种保护的测试方法。

继保实训室涵盖了变电站所有的继电保护。它的最大优点在于能够让我们亲自随意动手学习。让我们能够清楚以后自己将从事怎样样的一个工作，对今后的工作有一个初步的了解。比如做母线差动保护实验时，我们能够把所有的跳闸出口压板和失灵压板全部投上，然后给某条母线加故障，同时使母联开关失灵，然后观察跳闸现象。这个实验在几面保护屏上都有工作，如果在实际变电站里，是不允许这样做的。但在实训室，我们能够放心的做，这样透过观察现象，然后进行分析，总结就能够学到很多，构成面得知识，而不是单个独立的知识点。

培训后的感想（五）：

从3月31日到7月31日，我们参加了国网技术学院进行的新员工入岗培训。由于这次培训是国网首次举办的，将祖国各地的新学员聚在一齐，带来了不同的文化，而文化的差异不会挡住交流的热情，更不会阻碍友谊的建立。我相信，一个团

结大家庭的建立正是这次培训的目的之所在。

培训的资料

这次培训总体分为两个部分：第一部分是公共课程的学习，透过专家讲授，多媒体学习等教学方式生动而全面地给我们展示了国家电网的企业文化、团队建设。

1) 透过深入学习国网公司企业文化，对国网公司的核心价值观、企业宗旨、企业精神及理念、奋斗方向、战略目标及实施举措、发展要求、工作思路、电网发展战略等有了深入的理解，个性是透过学习员工守则、供电服务“十项承诺”、“三公”调度、以及员工服务“十个不准”，让大家对供电企业员工的行为规范有了清楚的认识。透过对安全文化、服务文化、管理文化、廉洁文化、职责文化等国网公司企业子文化的学习，强化了大家对建立统一优秀企业文化必要性的认识。

在学习国网公司概况及发展规划中，对国网公司的结构和经营发展状况有了比较清晰的认识，全面学习了国网公司建设“一强三优”现代公司的战略目标以及国网公司“十一五”发展规划，个性是深入学习了“一特四大”国家电网建设的总体目标。

2) 进一步强化安全生产知识、紧急救护和电网反措知识，透过学习安规、安全工器具使用以及紧急救护知识使大家对保护人身和设备安全有了更深的理解。透过电网反措知识的学习，对电网各种事故产生的原因以及预防和处理方法有了初步的认识，这将有助于指导我们将来进行安全生产工作。

3) 透过学习员工职业生涯规划和自我管理，学会如何建立职业生涯目标，规划好职业生涯的各个时期和如何解决职业生涯之路的5个w□透过团队建设与沟通学习，以及户外拓展训练，学习如何组建团队，如何协调好团队来解决各种任务，

从而提升了大家的团队意识和沟通潜力。透过学习电力法和合同法，提高了大家依法治企、依法维权的意识和平等、协商、风险防范意识。应用文写作的学习，则帮忙大家学会如何写作各类公文，从而有助于规范写作、提高大家的写作潜力和意识，让大家在今后的工作中既要学会做也要学会写。

第二部分是专业实际操作学习。实训主要分为电能表检定、互感器检定、电能表现场检定和错接线仿真、电能计量装置安装接线，电力营销知识学习。

电能表的检定，主要是学习了单相和三相电子式电能表的校验。需注意的问题：通讯接线要正确，否则会出现仪器与被检表通讯错误，无法读数的问题。并且需要手动录入被检表的参数和设定类别，但在试验中，每个数据得来的原理还是要清晰明确，个性是检定时间的设置，要明确其由来，以便机器发生故障时，能明确正确与否。例如启动时间的计算方法，就是要透过脉冲常数，算出一个脉冲对应的功率值，乘上时间，除以对应等级的启动电流下的功率值，得出启动时间。

由于条件的有限我们学习电流互感器的检定。在练习时主要出现的问题是，升流器和被检设备接线时同名端要接正确。在使用升流器时需要按被检设备的电流大小选者接线，个性是穿心接线时，穿心扎数需要准确把握，切实到达所需检定电流大小。

电能表现场检定和错接线仿真，首先要明确三相电路的有功和无功计算方式。而且要明确向量图的画法和所代表的含义。现场检定中主要是仪器设定和电流拨片的打开和合上的问题。即是电流互感器二次侧不能处于开路的状态。在错接线仿真中，原以为没有基准点，完全透过万用表的测量数据画向量图来决定接线方式，感觉难度很大。而在操作和工作中都是又基准的电压点作为参考。能够快速得到电压单元的接线方式，而后再决定电流的接线，难度也就降低了很多。仿真平

台几乎能够模拟全部的错接线状况，在课程要求之外，自己设置了电压互感器回路出现开路，电流互感器二次短路等多种状况进行练习，并掌握。

在这次培训中，让我受益匪浅的是电力营销知识的学习。学校给我们请来了济南供电公司营业厅的班长给我们上课，让我们全面了解国网公司供电企业的业务流程，透过培训认识到，供电企业市场营销的最终目标是满足各类电力客户(商业用户、工业用户、居民用户)对电力产品的需求，在满足客户需要的同时企业本身获取利润，因此其基本任务是使电力需求与电力供给顺利、完美的结合。这一目标的实现也是透过交换来完成的。我们也进行了简短的讨论，关于供电公司提倡优质服务的必要性。在现今电力行业竞争日益激烈状况下，电力作为商品供销给用户，要使用户用的满意，这就要求我们工作做的认真，服务也要到位。加强优质服务，对外不仅仅提升我们的服务形象和企业竞争力，对内还能增进企业与员工，员工与员工间的和谐、团结。而营业厅作为服务窗口，加强优质服务势在必行，这个讨论虽然简短，却也极大的增强了我们的企业归属感，明白了今后工作中的学习方向。

培训的认识

从早春的3月到济南，结束于激情的7月，在这120个培训的日子里，我学习着，感悟着，怀着感恩的心努力掌握每一个知识点，就像是生活、工作道路上的一个驿站，给我补充能量，增强信心。这次培训让我认识到，对于我们这些刚从学校毕业的新员工而言所有一切务必从零开始，每位新员工都务必理解工作实际的检验。以前的知识并不能直接转变为工作需要的技能，思考问题的方式在具体的工作岗位中变得并不适用，我务必要做出一系列调整，诚实地应对自身的不足并严格要求自己，诚恳地向身边的前辈学习并努力找出差距，透过深刻地自我反省找到问题的症结并坚决地改正。踏踏实实地做好每一件小事，从努力做一名合格的新员工开始，找准自己的位置，明确自己的方向，时刻持续谦卑的态度和踏实

的作风。我也会不断提升自身水平，踏踏实实的工作，为公司的明天做出自己最大的贡献。

培训后的感想（六）：

2008年7月毕业以后，我进入了江西九江供电公司，在南昌参加了为期两个月的培训后，经过考试，我选取了电力修试所。这是一个人才济济的群众，是一个学习电力生产知识的好场所，更是一个锻炼人的部门。我有幸加入这个大群众，更让我有进步的动力。2009年3月，那时我还正在继保班轮岗，这时我接到要来国家电网技术学院培训的通知，当时我很激动，因为我是江西省为数不多的去参加培训中的一员，而当我明白我去那培训的是高压电气试验时，心里又有了那么点紧张，因为我还没轮岗过试验班，以前也从来没有接触过高压试验这一块，怕到那以后跟不上大家的步伐。3月底我从九江来到了山东济南，有幸成为国家电网技术学院的一名学员。转眼间，四个月已经过去。透过四个月的脱产学习，个人政治思想素养、理论知识水平、实际操作潜力得到很大提高，为今后立足本职工作，更好地服务于建设“一强三优”现代公司的工作大局打下了良好的基础。具体有以下几个方面的体会。

一、国家电网公司领导对新进员工的关怀。

培训期间国家电网公司总经理刘振亚亲临国家电网技术学院检查、指导工作，走入新进员工的中间，同大家亲切握手，热切关心新进员工的培训工作和生活。

在本次培训班开班之际，国家电网公司人资部方国元副主任亲自参加开学典礼，并做重要讲话，讲话中对全体学员提出了殷切的期望和严格的要求，期望员工们刻苦努力学习，学得一身好本领，将来更好的服务于社会和公司。

二、重视企业文化的学习和综合素质的提高

3月31日，培训班正式上课，首先给我们授课的是国家电网公司企业文化处副处长张忠伟，他给我们主讲的是国家电网公司的企业文化。透过引古喻今和一些事例来说明企业文化的重要性，从而引出了企业文化的概念和国家电网公司的企业文化，深刻详细的介绍了国家电网公司的核心价值观、企业宗旨、企业精神、企业理念和奋斗方向等资料，并在最后介绍了助你成功的十个习惯和少走弯路的十条忠告。透过这一天的学习，我们得知了先进的企业文化它就如同一根纽带，纽带的一头系着企业，另一头系着员工，两者的相互协调统一构成了一个巨大的力量，能够带领企业在激烈的市场竞争中立于不败之地。

4月1号，给我们授课的是山东电力集团公司的曹丽霞老师，他给我们主讲的是员工职业生涯的规划。刚从大学毕业走入社会的我，对自己的未来一片迷茫。透过这一节课，我重新审视着自己的人生目标和如何完成这个目标，对自己进行了一个简单的职业生涯规划。

2号和3号这两天的时间里，我们进行了团队建设沟通的理论培训和拓展训练。从这两天的培训里，我明白了什么是团队和团队精神，团队是一群具有相互弥补才能的人，致力于共同的宗旨，努力途径的选取与绩效目标的完成，并且愿意共同承担职责的群体。团队成员之间务必相互信任、相互理解，这就需要良好的沟通。良好的沟通对于一个团队就如血液对于生命，良好的沟通能够增进相互的信任，鼓励创新，消除怀疑和不安全感，提高团队的绩效。

在接下来的二十天里，培训的是作为一名国家电网公司的员工务必掌握的知识和一些基本的技能，如国网概况及发展规划、应用文写作、电力法律、合同法、安规学习、安全用具使用及紧急救护法、新能源发电技术等等。透过这二十多天的培训，理论知识水平、业务技能得到了很大的提高，也学习到了很多以前在课本上学习不到的知识，个人综合素质也得到了必须的提高。

三、重视基础理论知识和基本技能的掌握

4月27日至5月15日，我们进行了电工基本技能、安全基本技能、登高作业、各种一次设备的结构和原理、不同试验的试验方法和注意事项等方面的培训。开始的第一天，我们就进行了登高方面的培训。作为国家电网公司的一员，登杆是一项最基本的技能。从这一天的培训中，在老师的耐心指导下，我们都掌握了登杆这项最基本的技能。接下来的两天是电工基本技能和安全基本技能的培训，我们学会了如何做触电急救、灭火和接线等一些基本的技能。作为电力公司生产线的员工，随时都有可能碰到触电的状况，学会触电急救，不仅是对自己负责，也是对别人负责。而灭火不仅仅是在工作上需要，在生活上也是务必掌握的。

5月初，我们培训的是电力一次设备的结构、原理及参数描述。我学的是电气高压试验，即对电力一次设备做各种试验，检测设备的好坏，而掌握电力一次设备的结构和原理，才能透彻的理解试验的原理和接线等。而随后培训的是一些基本的试验的试验方法、影响因数和结果分析等，对之后的实际操作部分奠定了理论的基础。

四、夯实理论基础，实践中提高业务素质

5月中旬至6月中旬，我们进行了为期一个月的模拟训练，我们的模拟训练都是在电脑上进行的，电脑上有一个软件，里边详细介绍了各种设备的结构，并进行拆分讲解。前几天，老师让我们自己好好看下各种设备的结构，由于是多媒体讲解的，并且以图片的形式，之前很多设备都无法看到内部的结构，经过这几天的学习，更加清楚了设备内部是什么样的，以前存在的很多疑问也都迎刃而解了。然后我们又认真仔细的看了各种电力设备电气试验的原理，即是对之前在教室里学习的基本试验方法的原理的一次复习，之后又认真仔细的学习了各种设备的电气试验的接线，并在一个模拟软件了进行了模拟。

经过了这一个月模拟训练，我们对各种试验的原理和接线都理解的相当的透彻了，当然，光有理论是不行的，实践才能出真知，随后我们就到电气试验实训大厅对真实设备做各种试验，将之前所学的理论与实践相结合，相互补充，在老师们不厌其烦的教导下，将碰到的一些问题请教老师，在老师的指点下，所有问题都得到了解决，之前的模拟训练容易忽视的一些现场注意事项，透过实际操作也得到了很好的补充。最后这二个多月的培训，我系统地掌握了各种电力设备的内部结构、原理和试验的原理、方法等有关高压试验方面的知识，使我更加能够信任将来的工作。

在整个培训中，我们不仅仅对国家电网的各种规章制度以及企业文化有了系统的认识和体会，我想更重要的是，在四个月的培训中我们获得了彼此之间的友谊，以及在此之间迅速凝聚的团队精神，这在我们以后的工作中将会受益匪浅。四个月的培训眨眼就过去了，经过这次培训之后，又使我重新对自己的职业规划进行了认真的总结。懂得了一个人的成功与否不在于挣了多少钱，而在于在自己的岗位上能为公司，为社会做出多大贡献，这才是我在自己岗位上所能体现出的价值。由此，我给自己定了一个目标，就是在一到两年内，不断地充实自己的理论知识，提高自己的技术水平，能在自己的部门内成为骨干员工。在此基础上，透过自己的不断努力，再继续向技术专家的方向迈进。而实现这一切，自己本身的潜力是一方面，另一方面则是对工作的态度，认真是一切工作的基本原则，只有认真地对待每一项工作，努力把每一个细节都做好，才能不断在自己的岗位上前进，不断接近自己的目标。

合抱之木，生于毫末；九层之台，起于累土；千里之行，始于足下。回首四个月的培训历程，我感觉十分地充实，这次培训令我终身难忘。我要从小事做起，从工作中的点点滴滴开始，向着自己的目标而前进！

培训后的感想（七）：

回到九江的这几天，我也在回味这几个月学到的东西，感觉到自己要学习的东西还很多，要走的路还很长，务必在工作中不断的努力来提高潜力、弥补不足，做好准备迎接更高的挑战，我会虚心向领导、同事请教，尽最大的努力把技能和业务学的更扎实。在和学员们的相处过程中，我了解到我们是一个有机的整体，每个人在工作中都扮演着重要的主角，只有透过团队的努力才能使工作顺利完成，随着国网公司的发展，我也会正在向着更高的目标奋斗，我会努力成为这个团队中合格的一员，为公司的发展壮大锦上添花，我相信透过我们的努力，国网公司的明天必须会更加辉煌！电力人生，从此扬帆起航！现作诗一首，以激励自己：

雏鹰励志，腾飞可期

培训后的感想（八）：

培训已近尾声，回想学习中，多位教育名家的讲座为我们的教育科学理论注入了源头活水，给我带来了心智的启迪、情感的熏陶和精神的享受，让我饱享了高规格的“文化大餐”，我感受着新思潮、新理念的激荡，他们以鲜活的案例和丰富的知识内涵及精湛的理论阐述，给了我强烈的感染和深深的理论引领，每一天都能感受到思想火花的冲击；我分享到了收获的喜悦，理解了思想上的洗礼，受益匪浅。国培就像一朵盛开的奇葩，宛若傲雪红梅，分外娇艳，为我们搭建了一个交流学习的平台，能和更多的同行交流，探讨了疑惑。在一次次的感悟中，颇感自己的职责重大、知识贫乏。透过这次国培，收获颇丰、感想颇深、眼界开阔了、思考问题能站在更高的境界。心中的困惑、教学中的疑难、成功的经验都是我们热心交流的话题。这是一个畅所欲言、平等交流的地方，使我对教育与新课程又有了一个新的认识，不断完善自己，多多吸取别人的经验，使自己在国培中成长。下面将我的学习心得小结如下：

一、在学习中反思。

“一个人能走多远，看他与谁同行，一个人有多优秀，看他有什么人指点，一个人有多成功，看他与什么人相伴，有几位好同伴，将会成就你的一生。”当我听了几位专家的讲座，真是受益匪浅。激起我心中的许多感想，让我树立了新的正确的教育观，感悟到要善待学生，尊重生命。学到了自信，学到了方法，感悟至深。作为一名教师，我认为这种观念的构成是很重要的。有了这个观念的引导，在今后课程改革中尽管可能会碰到各种各样的问题、挫折，坚信我会去探索、解决！

作为一名教师，不能只是课堂技术的机械执行者，而务必是课堂实践的自觉反思者。必须要在课堂教学中保证“教师主导”“学生主体”的地位，深深地感到教法要结合实际，就地取材，灵活机动，要因人而异、因生而异，生源不同，各有千秋，要针对学生，因材施教。教学有法，教无定法，贵在得法；构成自己的教法，构成自己的特色，构成自己的风格，教出自己的风采。教师务必要有开发课程和整合课程资料的潜力。只有这样才能用好教材、活用教材。还应不断的学习，不断的增加、更新自己的知识，在教学中预设与生成的矛盾，这样才能将教材中有限的知识拓展到无限的生活当中去。

二、在反思中进步、成长

透过学习，让我清醒地认识到，专家与名师，之所以能成为专家与名师，他们那广博的知识积累和深厚的文化底蕴。能够“恰当把握教学生成”，是与他们辛勤的付出、不断地积累总结分不开的，“不经一番寒彻骨，哪得梅花扑鼻香”是他们的最好写照。作为一名参加教育教学潜力提升提升工程省级培训的教师，要想以高贵的姿态行走，就要在教学中学会反思，在反思中总结，真正提高教学潜力，做一个智慧型的老师。因此，要做好以下几个方面：

1、促进自己向专业化的发展

社会在发展，科技在进步，也就要求教育的不断更新，需要可持续性的发展。能否对学生实施高素质的教育，促进学生主动、活泼、生动地发展关键在于教师的素质。只有透过在教育中不断学习，在学生实际状况的基础上对教学有所创新，才能逐渐提高教学水平。教育将更进一步注重对学生创新和实践潜力的培养，进一步理解以人为本的理念；听了专家的报告，使我明白每个学生都能够学习，并且能够学好，成为优秀的学生和未来社会的成员。“老师的能耐是让一个不爱学习的孩子爱学习了”。因此，教师就应着力于将经验资料转化为学生容易理解和理解的资料与形式。专家的讲座，让我认识到教师应由经验型向专业型转化，传统型的教师已不适合新形势的需要。因此我们要不断提高自身素质，不断地用知识来充实自己，并逐步向专业化教师转化。

2、努力转变好主角

新课程倡导学生主动参与、乐于探究、勤于动手，培养学生收集和处理信息的潜力、获取新知识的潜力、分析和解决问题的潜力以及交流与合作潜力。它还注重在学习过程中培养学习和做人的品性。要使学生的学习从以要我学，到我要学的这种巨大变化，在孩子们身上凸显出来，兴趣是最好的老师。老师的引导和鼓励让他们在学习中获得快乐。把价值引导和孩子的自由发展结合起来，体现了价值引导，同时又注重学生快乐的学习，不强迫学生去被动的理解，而是满足学生的需求。学生不但主动快乐的学习了知识，努力创造一个想说、敢说、喜欢说、有机会说，并能得到用心的应答的环境，学生在交往中，在生活中交流和表达，不仅仅语言得到发展，其他各方面的潜力也得到发展。为此，教师务必转变自己的主角地位，顺应课改的需求，把放飞心灵的空间和时间留给学生，营造宽松自由的氛围。在这种简单的氛围里真正地引导学生们用心、主动地学习，鼓励学生大胆去学，真正让学生成为主宰学习的主人，学习活动参与者、探索者与研究者。只有这样，才能培养出新时期“发现型、发明型、创造型、创新型”的学生。

3、教师要做好“言传”和“身教”的表率作用

(1)用心去热爱自己学生。

教师就应是一位雕塑大师，能将一块坯材，用自己的思想与感情，将它雕塑成一件艺术精品。从本质上看，学生并不存在好与差之分，“差生”之所以“差”，原因在于他们潜能被种种主客观因素所束缚，而未得到充分的释放而已。因此，我们教师对这些所谓的“差生”，更应加备的关爱与呵护。教师要心胸宽广，能够听取各种不同意见，要严于律己，宽以待人，要多一些理解之心、关怀之心、友爱之心，这样给学生良好的示范作用。在他们身上，我们要倾注全部的爱，去发现他们学习上每一点一滴的进步，去寻找他们生活中，品德上每一个闪光点；冰心曾说过：“爱是教育的基础，是老师教育的源泉，有爱便有一切。”要想成为一名优秀的人民教师，我们首先要爱学生。因为，我们每一天应对的是一个一个有着鲜活生活，一个个正在茁壮成长的学生，我们要把他当作一个能动的人，给他们一个自由的空间，尊重平等地对待他们、关心他们，和他们成为无话不说的好朋友；从而缩小师生间心灵上的距离，使他们产生“向师性”。然后运用激励机制，加以充分的肯定和激励，让学生感到温暖，增强自信，这样，才会在他们成长与发展的道路上有一个质的飞跃，更会使教学效果收到事半功倍的作用。

(2)用自己的言行去感染学生

教师要以自身的行为去影响学生，真正成为学生的表率，使学生从教师身上懂得什么应为之，什么不可为。因此，教师的教学，待人接物，行为举止，一言一行都务必认真、稳重、规范、得体，切不可马虎、轻率、任性、不负职责。此外，教师还应和学生进行经常性的心灵沟通，向学生畅开心灵，既能够向学生谈自己从人生中取得的宝贵经验，也能够向学生坦诚地公开自己的生活教训，使学生真正感受到你不仅仅是良师还是益友。

上课是一门艺术，除了有必须的知识结构外，还要有一些技巧和方法。教师上好一堂课，最主要就是有自己的特色，有自己的灵魂，不同的方法能够学习、借鉴。国培活动是短暂的，但无论是从思想上，还是专业上，对我而言，都是一个很大的提高。专家结合自身的成长给我们做的一场场精彩讲座，为每一位潜心求学者带给了丰盛的教学营养大餐，为我们教师的健康成长又一次指明了方向。愿我们的教师像大海那样敞开胸怀容纳百川，像太阳那样，不断地进行新的核聚变，积蓄新能量，做一支永远燃烧不尽的蜡烛，去照亮人类，照亮未来。为了我们的教育，为了我们的学生，也为了我们自己，时时处处都要注重自己的师德修养和人格塑造，并加强自己的理论素养和专业技能的学习和提高，一切从实际出发，切实担负起教师应尽的职责和义务。

教育的与时俱进，也许这就是脚踏实地走出的第一步。教育的改革任重道远，教师是主力军，课堂是主阵地，没有高素质的教师就没有高质量的中国教育，为了中国教育的发展，作为一名教师，我发自内心的说一句：国培，你是一道亮丽的风景线！

培训后的感想（九）：

透过近期的培训学习，本人切实的感觉到了自身的提高，在此感谢上级安排的此次学习活动，感谢每一位授课老师精彩的授课。此次的培训学习，使自己的理论基础，道德水准，业务修养等方面有了比较明显的提高，进一步增强了学习理论的自觉性与坚定性，增强了做好新形势下本职工作的潜力和信心。参加本期培训本人主要有以下几方面体会和收获：

一、透过培训，使我进一步增强了对学习重要性和迫切性的认识

培训是一种学习的方式，是提高业务知识的最有效手段。21世纪是知识经济社会，是电子化、网络化、数字化社会，其

知识更新、知识折旧日益加快。一个国家，一个民族，一个人，要适应和跟上现代社会的发展，唯一的办法就是与时俱进，不断学习，不断进步。透过培训班的学习，使我进一步认识到了学习的重要性和迫切性。认识要应对不断更新的工作要求要靠学习，要靠培训，要理解新思维、新举措。要透过学习培训，不断创新思维，以创新的思维应对竞争挑战。我真正认识到加强培训与学习，是我们进一步提高业务知识的需要。加强培训与学习，则是提高自身工作潜力最直接的手段之一，也是我们提高业务水平的迫切需要。只有透过加强学习，才能取他人之长补己之短，只有这样，才能不负组织重望，完成组织交给的工作任务。

二、透过学习培训，使我清楚地体会到要不断加强素质、潜力的培养和锻炼

1是要不断强化全局意识和职责意识。“全局意识”，是指要站在全局的立场思考问题，表此刻政治上是一种高度的觉悟，表此刻思想上是一种崇高的境界，表此刻工作上是一种良好的姿态。要求我们用正确的思路来思考解决当前存在的问题，就是要求我们要有超前的思维，要有悟性，有创新精神，而不是仅仅做好自己负责的那一方面的工作了事，要始终持续开拓进取的锐气；要牢记“全局意识”，自觉适应目前形势发展需要，认真学习实践科学发展观活动，不断增强使命感和社会职责感，提高自身潜力素质和调整好精神状态，为社会发展献计献策，贡献力量。要树立群众利益第一位，局部服从整体，小局服从大局的原则，始终持续健康向上、奋发有为的精神状态，增强勇于攻坚克难的进取意识，敢于负责，勇挑重担。

2是要加强沟通与协调，熟练工作方法。要学会沟通与协调，要善于与领导、职工、相关服务单位进行沟通，要学会尊重别人，不利于团结的话不说，不利于团结的事不做，用心主动地开展好工作。要经常反思工作、学习和生活，把反思当成一种文化，透过反思，及时发现自身存在的问题。

3是要敢于吃亏、吃苦、吃气，弘扬奉献精神。“三吃”是一种高尚的自我牺牲精神、奉献精神，是社会的主流风气。就是要为人处世要心胸开阔，宽以待人。要多体谅他人，遇事多为别人着想，即使别人犯了错误，或冒犯了自己，也不要斤斤计较，以免因小失大，伤害相互之间的感情。要树立奉献精神，树立“吃苦、吃亏、吃气”的思想。吃别人吃不了的苦，做别人做不了的事，忍别人忍不了的事，严格要求自己。

4是要宽宏超多，学会包容。包容是一门艺术，是一种境界，要到达这种境界，就务必拥有博爱的心，博大的胸襟，还要有一份坦荡、一种气概，包容是赢得朋友的前提，包容是人生的财富。包容不等于迁就和放任自流，包容别人的过错，是为了让别人更好地改过，与人相处要学会容纳、包涵、宽容及忍让，做到心理相容。

5是要注重礼貌礼仪，增强综合素质。礼貌礼仪是生活和工作的根基，是体现一个国家和民族礼貌程度、经济实力的重要标志，没有了礼貌，就没有了基本的道德防线。我们每一个人都应具备礼貌素质，做一个堂堂正正的人，做一个懂礼貌、有礼貌的谦谦君子，礼貌就是我们素质的前沿，拥有礼貌，就拥有了世界上最为宝贵的精神财富。只有当每一个人都具备了礼貌素质，我们这个国家的整体素质才能提高。我们要从自我做起，从每一件小事做起，做礼貌事，说礼貌话，让礼貌礼仪成为社会发展的主流，让我们的素质上一个台阶。

6是要廉洁自律，加强思想道德修养。要认真学习科学发展观重要思想，牢固树立正确的世界观、人生观、价值观和正确的权利观、地位观、利益观。廉洁勤政，严格自律，自觉理解监督。认真贯彻执行上级关于廉洁自律的各项制度和规定，不断提高拒腐防变的潜力，堂堂正正做人，踏踏实实做事。要用自己高尚的品德和人格力量去感召人、凝聚人，始终做到自重、自省、自警、自励，在职工中树立廉洁从政、勤政为民的良好形象。

总之，透过几天的学习，我收获颇多，感触颇深，在获得知识的同时，也认识到了自己在理论素质、工作水平、思想观念中存在的差距和不足，今后，我要把握住各种学习的机会，本着做一名小学生的态度，向书本学、向实践学，向身边的同志学，透过多种途径、采取多种方法丰富自己的知识，努力锻造自己，提高自己，使自己成为无愧于人们的合格的干部。

培训后的感想（十）：

培训学习心得体会

在我们的仔细聆听中，我们期盼已久的培训学习在我们的恋恋不舍中敲响了结尾的钟声。对于这几天的培训课程，我想我只能用受益匪浅这四个字来形容了。老师们的博文广识、生动讲解、精彩案例无不在我的脑海里留下了深刻的印象，我只恨自己才疏学浅、文笔糟糕，不能够将所有的感触都透过文字显然于纸上。但是我还是尽力绞尽脑汁，以祈求能将培训完后心中所想所获能表达出来。

此次精彩的培训学习主要心得有以下几个方面：

一、让自己更加了解涟钢，了解炼钢的工艺过程，了解涟钢的规模和组织结构。

想来自己真的就应感到惭愧，虽然在涟钢长大，却还真的不是很了解涟钢。对涟钢的建厂历史，产量，规模，所经历的种种，以至于钢铁的铸造过程，我都是一知半解。透过这次的培训学习，最后明白了涟钢老一辈工人既然是将1958年的年产5万吨的小钢铁厂发展到此刻的450万吨（不含集团其他公司）的大型钢铁厂，历经50年不衰，而且还在蓬勃发展，并多次获得了不少全国性奖项。而且还明白了炼钢的工艺过程，明白了炼钢最开始是从焦化、烧结开始，经历了不少中心环节，克服不少困难，最后透过轧钢厂将我们需要的钢材制造

出来。并明白了涟钢有着比较复杂的组织结构，让我们一时一下消化不了，但是我想这个在我们以后的工作中很快会清楚的，为了我们能更好在涟钢发展，我想我们也就应主动的去了解这些的。

二、了解了更多的生产安全、交通安全和消防安全的知识。

这次培训学习，花了很大一部分时间去学习生产安全、交通安全和消防安全的知识，因为安全是人们十分重视的东西，人们通常会把安全放在首位，也就是我们经常说的安全第一。

虽然平时我们也学习过一些安全方面的东西，并参加过消防演习等活动，但并没有这么系统的，并联系我们以后的工作岗位进行培训过。透过这次培训学习，了解了涟钢的诸多会发生不安全事故的因素，甚至有的到达了恐怖的程度，这次我们学习了该怎样去预防它，避免它，并杜绝它，让我们以后能好好的在工作岗位上保护自己。对于交通和消防方面，了解了很多交通方面和消防方面的知识，让我们以后能更好的远离危险。坚决将我国的安全生产方针—安全第一、预防为主、综合治理—贯彻到底。

三、学习了不少礼仪与修养

这次培训还专门安排了一个上午来给我们培训礼仪与修养的知识。在这次课上，我学到了就应如何发挥自己的情商，处理好与他人的关系。如何让自己以后的一言一行更加具有素质与修养。让自己在为人处事方面慢慢走向成熟与稳重。

四、最后培训中心还请来了公司的管理代表和工人代表

给我们做了精彩的谈话，告诉我们以后在涟钢就应怎样好好的去工作。主要是要靠自己的聪明才智，勤奋刻苦，细心严谨的态度，这样才能慢慢在工作中磨练自己，成长自己。

学习是可贵的，培训是精彩的。透过这次可贵而精彩的培训学习，我们向涟钢更进了一步。感叹与憧憬之余，我想我们只有靠自己的聪明与才智、努力与勤奋去建设好涟钢，为我们的涟钢更好的发展贡献自己微薄的力量。