

2023年伴老志愿者培训方案 志愿者培训 心得体会(优秀9篇)

为了确保我们的努力取得实效，就不得不需要事先制定方案，方案是书面计划，具有内容条理清楚、步骤清晰的特点。方案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇方案呢？下面是小编为大家收集的方案策划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

伴老志愿者培训方案篇一

外国语学校的一名学生，我有幸可以参加本次会议的志愿者培训。一直觉得能当一名志愿者是一件无比自豪的事，虽然志愿者服务中没有掌声，但只要坚持一路前行，我们的心每天都会开出一朵花来……

经过几次的培训后，我更加清晰地认识到了现实的厚重以及自己肩上将要挑起重担。作为志愿者，仅凭热情和一时冲动是远远不够的，我们不仅要行动，还要加强理论学习；不仅要提高自身为社会奉献的本领，还要以点带面，带动更多的人加入进来，推动志愿事业的发展。

正所谓实践见真知，有付出就有收获。通过这几次培训与演练，我们收获的是奉献的快乐，真切地体会到“我志愿，我快乐”“大家一起来，更精彩”的真谛。

在培训中，最令我印象深刻的是“志愿服务通用礼仪”的培训，培训通过一系列的正反典例，向我们展示正确的仪表姿态，以更好地展现志愿者形象。当我们担负了志愿者的使命之后，自身的形象已经不仅仅代表个人，也是代表着上海，甚至是中国。我们在举手投足之间都应该表现出一个大国的公民应有的素质和形象。只有懂礼仪，才能更好的成为一名合格的志愿者。

一次次的培训，使我对志愿者的重要性有了一个全新的认识，同时也对自身志愿服务精神和服务技能有了更高更严的要求。

第一，提升服务意识，充分认识志愿工作重要性。志愿者是城市的名片。因此，志愿者的精神面貌、工作态度如何将是留给外宾的第一印象。

第二，强化服务理念，始终保持工作热情持续性。志愿服务是一个持续的过程。如果我能成为志愿者，可能长时间的工作会使我产生厌倦甚至烦躁。这就需要我在服务的过程中适时地调整服务态度，强化服务理念，主动地去排除烦躁情绪，从而保持较高的服务热情，提升服务质量。

第三，增强服务技能，力争确保服务成效优异性。虽然，实际服务时间只有短短几天，但在这几天中面临的问题却可能来自方方面面。在服务过程中，我可能遇到语言的障碍，也可能在特殊的工作能力上显示出不足，更可能遭遇到许多无法预计的突发状况。这一切都需要我在服务过程中不断地去适应、去克服。我将充分利用好在我服务之前这一段宝贵时间，突击提升语言等服务技能，确保服务工作顺利进行。

一个人的力量是微薄的，但当一群群志愿者的力量融汇在一起，将成为不可阻挡的浩瀚洪流。我即将成为这洪流中的一滴水珠，为此我感到骄傲和自豪，我将把握好这一契机，力争圆满地完成好志愿者服务的工作，为本次大会的成功举办，奉献出自己的绵薄之力。

伴老志愿者培训方案篇二

梁博士常常谦卑的说自己跟我们学到了很多！其实我们才是真正的受益者！大家在与梁博士学习的日子里都有了坚实的成长！课堂上，为了帮助小伙伴加深对梁博士培训内容的理解，我个人也会坦诚的补充部分荣格分析心理学内容与大家分享。比如中年危机、阿尼玛阿尼姆斯、集体无意识、炼金

术、心理投射的应用等等，小伙伴们表示受益！梁博士也表示支持！我很开心能跟大家一起探讨和进步！

对于“督导与成长”单元部分我感触较深！因为在我们高阶群内，我“秒抢”到两次与梁博士共同走进临床学习的机会！第一次是与梁博士、雯雯、配配走进省立医院病房，与家属沟通！第二次是同健鹏、梁博士、亚男、路路、然然、一起到患者家中做临终关怀！梁博士要求我们每次做完志愿活动都要及时整理对话记录以便督导！

第一次与患者家属沟通后，我们在课堂上角色扮演，再现服务过程，梁博士结合我们个人的九站图和对话录，帮助我们学习九站图，了解自己的冲动防卫机制。九站图，是梁博士带给我们的一份礼物！梁博士对每一个人九站图的解读都让我们看到自己，令我们既惊又喜！若有所思！我是第三站“高效求成”！放慢忙碌的脚步勇敢面对真实地自己是我的突破方向！第一次临床服务我对帮助患者家属完成“告知坏消息”有了更深切的体会！

第二次服务活动，我们一起走进了患者家庭！走访结束后我们马上一起到梁博士的寓所讨论了服务患者过程中的收获与不足。梁博士结合自己的九站图“乐在助人”细细向我们讲解他的做法。我们也越来越明白九站图的意义所在！

对于梁博士回国返程我们有深深的不舍！所幸□xxxx年梁博士还将继续来济南，继续培训我们如何做好安宁疗护！尤其是九站图如何在临床中帮助到患者及家属令我们充满期待！

xxxx年是收获的一年！启明星年会上我获得“xxxx启明星优秀志愿者”荣誉称号！这是对我以往志愿者工作的肯定！另外我特别感谢小伙伴们和启明星家人们倾情投票助我成功入选济南市十佳公益心理咨询师！我只有用我所学回报大家，在启明星平台和小伙伴们一起用专业放大自己的善意！

来年定会再接再厉！继续和和小伙伴一起推进安宁疗护项目的发展！爱你们！祝福家人们平安快乐！

伴老志愿者培训方案篇三

刚刚升入大一，怀着对高校生活的新奇和满腔热忱，我加入了大连高校国际学院志愿者协会。在这个亲如一家的团队中，每位成员都有一顆乐于助人的善心，大家一起努力，尽我们所能去帮助须要我们的人。整整两年的时间，在志愿者协会的日子成为我高校生活中重要而精彩的一笔。

七百多个日子，参与了志愿者协会举办的许多活动。我们去北一食堂当“餐具护送员”，戴着志愿者协会蓝色的标记帽子，我为自己能有机会以志愿者的身份站在同学们面前并指引他们把用过的餐具放在清洗处而兴奋，这也是起先高校生活以来志愿者教我的第一课，我们做的事可能很微小，但我们都在不遗余力，让我深刻的体会到“莫以善小而不为”，即使一个很小的善举，也能帮助到须要的人。更让我印象深刻的就是去金州聋哑学校探望那些有缺陷的孩子们，虽然他们或聋或哑，甚至智力发育不正常，但通过他们的眼睛我看到的是另一个不被世俗污染的纯净无暇的世界。他们会用不标准的发音叫我们哥哥姐姐，争着抢着为我们表演节目，得知我们是高校生，他们更毫不掩饰对我们的艳羡与对高校生活的向往，我们承诺有机会肯定要带他们到我们的校内看看。和他们在一起的时间很短暂，我们一起拍了照片留念，听到他们喊再见的时候我就告知自己肯定要再回来看他们。他们教会我华蜜真的可以很简洁——不须要美丽的衣服，不须要同伴的羡艳，自己每取得的一点进步，来自他人的每一份确定，每一份简洁的欢乐都是华蜜，心灵的纯净才是最漂亮的。在我心中，他们每一个都是天使般的孩子，想到他们的坚韧与努力，我好像就没有什么砍儿是过不去的，看到他们的父母，更让我感叹这个世界爱的宏大。之后参与了校内校外的各种志愿者服务，我更为自己能以志愿者这一身份而感到庆幸与傲慢。

感谢这两年在志愿者协会的每一个日子，每一位兄弟姐妹般的成员，每一个帮助过我的人，更要感谢每一位我帮助过的人，他们的每一句赞许，每一个眼神，都让我感觉到自己存在的价值。两年的时间我已从刚入高校什么都不弄的小不点成长为对高校生活特别熟识的学姐，没有了大一的冲动，却有了更多的理性去感悟生活。欢乐可以很简洁，也可以很困难，但尽自己所能去帮助别人那份欣慰是哪种情感也替代不了的，原来每一个人不管他有多平凡，都可以很重要。

可以说命运是不公的，但相应的他对每一个人又都是公允的。谁能说自己从没遇到过挫折与不顺呢？关键是我们对待这些挑战的看法：可以很悲观自怨自艾，那很缺憾我们会觉得整个世界都对不起我们，为什么别人都华蜜安静的生活却只有我们受时运的牵连，即使是智者可能也只是无奈的告知你之所以幸运女神没有眷顾你，只是因为你还没有为驾驭这份幸运做好足够的打算；但若我们足够乐观，为什么不把挫折看作是让我们变得更强大有力的胜利基石呢？只要我们身体健康，就有创建生活的资本，只要还有爱着我们的人，就有实力去把这份我们得到的爱播撒出去，只要有感受欢乐的心情，欢乐就无处不在。

两年来志愿者这一身份给了我太多无以言表的感受，在感叹他人不幸的同时我也曾庆幸自己的生活：可以逍遥自在的享受高校生活，学感爱好的学问，参与喜爱的活动，尽情的哭，恣意的笑……但更多的是感恩，对父母感恩，对老师感恩，对挚友感恩，对我们的总理感恩，甚至感恩世界和平。虽然我的力气还很微小，但我会带着这份感恩，与挚友们一道，传播我们爱的信念，信任有爱，就有希望。

伴老志愿者培训方案篇四

在志愿者培训教育开始之前，我内心充满了期待和好奇。作为一名志愿者，我渴望通过培训获得更多的知识和技能，提升自己的服务能力。我相信培训不仅可以帮助我更好的理解

志愿服务的意义，还能够让我更好地与团队合作，并与被服务对象建立起更紧密的联系。

第二段：培训过程中的学习收获

在志愿者培训教育的过程中，我收获颇丰。首先，培训课程从基础的志愿服务知识讲解开始，逐步深入讲解志愿服务的理念、技巧和方法。通过系统化的学习，我更加清晰地认识到志愿服务不仅仅是一种行为，更是一种精神和态度。其次，在志愿服务团队的合作项目中，我们通过模拟实际场景进行角色扮演，学习如何在团队中有效地沟通和协作。这让我意识到团队合作是志愿服务成功的重要因素之一。最后，在与被服务对象的接触中，我明白到需要保持耐心和关爱的态度，真正关心他们的需要，并给予及时的帮助。

第三段：培训带给我的成长

通过志愿者培训教育，我的服务能力得到了显著提升。首先，我学会了更好地与人沟通，尤其是与不同年龄、背景的被服务对象。在培训中，我们进行了大量的沟通演练，通过与其他志愿者的讨论和反思，我逐渐改进了自己的沟通技巧，更好地理解别人的需求，并及时反馈。其次，我学到了如何在团队中发挥自己的优势，同时尊重和倾听他人的意见。通过团队合作项目的实践，我逐渐理解到团队的力量远比个人的力量更加强大，每一个团队成员都是不可或缺的一部分。最后，我培养了对弱势群体的关爱和同情心。培训中的互动课程和志愿者服务活动，让我更深刻地认识到弱势群体的困境，也更加渴望为他们带来帮助和关怀。

第四段：培训中的困难和挑战

志愿者培训过程中，我也遇到了一些困难和挑战。首先，培训内容的密集度让我有时感到压力较大。在有限的时间内掌握大量的知识和技能，并进行实践操作，并不容易。其次，

一些实践中遇到的问题和难题也让我感到困惑。然而，感谢导师和其他志愿者的帮助和鼓励，我勇敢地面对这些困难和挑战，并不断努力克服它们。通过反思和总结经验，我逐渐找到了解决问题的方法和策略。

第五段：对未来的展望和感悟

通过志愿者培训教育的学习和实践，我对志愿服务的意义和价值有了更深刻的认识。我希望能够将所学到的知识和技能应用到实际的志愿服务中，为更多的人带来帮助和温暖。同时，我也希望能够与志同道合的志愿者一起合作，共同推动志愿服务事业的发展。志愿者培训教育不仅仅是为了让我成为一名合格的志愿者，更是引导我将志愿服务作为一种习惯和生活态度，为社会做出自己的贡献。我相信，在未来的日子里，我会继续践行志愿者的精神，并不断完善自己的服务能力。

伴老志愿者培训方案篇五

第一段：介绍志愿者培训的重要性和个性化培训的价值（200字）

志愿者在社会公益事业中发挥着重要的作用，他们的参与和贡献对于促进社会进步和发展至关重要。为了更好地发挥志愿者的作用，提高他们的专业素养和服务质量，个性化培训显得尤为重要。个性化培训可以根据志愿者的特点和需求进行针对性的培训，帮助他们更好地适应和胜任自己的志愿工作。

第二段：个性化培训的具体内容和方式（200字）

个性化培训的内容可以根据志愿者的专业背景、兴趣爱好和工作需求进行量身定制。例如，对于医疗志愿者来说，个性化培训可以包括急救、心脏复苏和创伤处理等专业技能的培

训；对于教育志愿者来说，个性化培训可以包括教学方法、心理辅导和教育心理学等领域的知识培训。个性化培训的方式可以通过线上和线下相结合的方式，既可以利用互联网资源开展远程培训，又可以组织集中培训和座谈交流，使志愿者在专业水平和服务品质上得到全面提升。

第三段：个性化培训的优势和效果（200字）

个性化培训的最大优势在于其针对性和灵活性。通过个性化培训，志愿者可以更加清晰地了解自己的工作方向和目标，从而更好地发挥自己的优势和特长。个性化培训还可以根据志愿者的学习习惯和兴趣爱好进行设置，使他们在学习过程中更加主动和积极。同时，个性化培训还可以提高志愿者的参与度和满意度，增强他们的归属感和责任感，从而更加积极地为社会公益事业作出贡献。

第四段：个性化培训的挑战和应对措施（200字）

个性化培训也面临一些挑战。首先，个性化培训需要具备较强的组织和管理能力，对培训内容和方式进行科学合理的设计，保证培训的质量和效果。其次，个性化培训需要充分了解志愿者的特点和需求，与志愿者进行有效的沟通和交流，确保培训的目标和效果能够被理解和接受。最后，个性化培训还需要有足够的培训资源和师资力量支持，提供专业和实用的培训内容，为志愿者的发展和成长提供支持。

第五段：总结和展望（200字）

个性化培训是提高志愿者专业素养和服务质量的有效途径，对于推动社会公益事业的发展和进步具有重要意义。未来，应进一步完善和发展个性化培训机制，加强与高校和专业机构的合作，充分利用专业资源和人才培养渠道，为志愿者的培训和发展提供更多的支持和机会。同时，志愿者个性化培训应与志愿者管理机制相结合，形成完整的志愿者培养体系，

为志愿者提供更加全面和个性化的发展空间。只有这样，我们才能更好地发挥志愿者的作用，推动社会进步和发展。

伴老志愿者培训方案篇六

经过几次的培训后，我更加清晰地认识到了现实的厚重以及自己肩上将要挑起重担。作为志愿者，仅凭热情和一时冲动是远远不够的，我们不仅要行动，还要加强理论学习；不仅要提高自身为社会奉献的本领，还要以点带面，带动更多的人加入进来，推动志愿事业的发展。

正所谓实践见真知，有付出就有收获。通过这几次培训与演练，我们收获的是奉献的快乐，真切地体会到“我志愿，我快乐”“大家一起来，更精彩”的真谛。

在培训中，最令我印象深刻的是“志愿服务通用礼仪”的培训，培训通过一系列的正反典例，向我们展示正确的仪表姿态，以更好地展现志愿者形象。当我们担负了志愿者的使命之后，自身的形象已经不仅仅代表个人，也是代表着上海，甚至是中国。我们在举手投足之间都应该表现出一个大国的公民应有的素质和形象。只有懂礼仪，才能更好的成为一名合格的志愿者。

一次次的培训，使我对志愿者的重要性有了一个全新的认识，同时也对自身志愿服务精神和服务技能有了更高更严的要求。

第一，提升服务意识，充分认识志愿工作重要性。志愿者是城市的名片。因此，志愿者的精神面貌、工作态度如何将是留给外宾的第一印象。

第二，强化服务理念，始终保持工作热情持续性。志愿服务是一个持续的过程。如果我能成为志愿者，可能长时间的工作会使我产生厌倦甚至烦躁。这就需要我在服务的过程中适时地调整服务态度，强化服务理念，主动地去排除烦躁情绪，

从而保持较高的服务热情，提升服务质量。

第三，增强服务技能，力争确保服务成效优异性。虽然，实际服务时间只有短短几天，但在这几天中面临的问题却可能来自方方面面。在服务过程中，我可能遇到语言的障碍，也可能在特殊的工作能力上显示出不足，更可能遭遇到许多无法预计的突发状况。这一切都需要我在服务过程中不断地去适应、去克服。我将充分利用好在我服务之前这一段宝贵时间，突击提升语言等服务技能，确保服务工作顺利进行。

一个人的力量是微薄的，但当一群群志愿者的力量融汇在一起，将成为不可阻挡的浩瀚洪流。我即将成为这洪流中的一滴水珠，为此我感到骄傲和自豪，我将把握好这一契机，力争圆满地完成好志愿者服务的'工作，为本次大会的成功举办，奉献出自己的绵薄之力。

的基金会志愿者xx[]他幽默风趣的培训让我也学会了很多，也许总会从别人身上学到很多东西，欣喜的看到xx计划以前的志愿者永远保持一颗公益之心，让我真的很感动。

“生命的终结不能算结束，灵魂永远是在行走的脚步，让我们大家一起努力，力所能及的为那些需要帮助的人们做点事情！将爱心健康的传递下去”这是xx社xx站站长微博里的一句话，和他刚才聊了很久，让我对这句话的理解有了进一步的把我。我终于明白为什么有些人宁愿饿着肚子也会去做志愿，也会去关注公益事业。当我得知那么多志愿者都是兼职的时候，我觉得他们真的在做着一件很有意义的事。我们不能做什么，只希望那些山里的孩子们能坚强的走出大山，抛去背负的贫困。一个人不能做什么，只希望，更多的爱心，能温暖大山里孩子。

我没有什么可以做的。我只是觉得公益事业是一件非常有意义的事情，我也曾积极的投身到这些义务的工作中。大三了，因为学业的原因，也没有接触这些，现在至少知道原来我可

以通过一种思想或是一句话更多的去影响别人的生活。有时候，很多人也问我，你怎么会有那么多经历干这些事情，殊不知其实我的每个回家，每个假期，我都在接触做这些事情的人吧，渐渐的影响了我吧。不得不说，父母对我的影响很大，我的父亲和母亲对我的教导和疼爱，让我学会了温暖这个词的意义，给予就是一种快乐。说到这，我特别感谢xx大学的一位好朋友，他很用心和同学成立了致力于公益事业的xx社，并且已经开始运作。有很多大学生志愿者参与到活动中，他说希望有一天让xx出现在每一个需要它的地方。我一直也鼓励他好好地做下去、我也相信xx会像很多公益组织一样开花结果。

伴老志愿者培训方案篇七

第一段：引言（150字）

志愿者个性化培训是指根据志愿者个体特点和需求进行量身定制的培训计划，目的是提高志愿者的主动性和效率。我作为一名志愿者，有幸参加了一次个性化培训，收获颇丰。在这次培训中，我意识到了自己的优点和不足，明确了志愿服务的目标，并学到了实用的沟通和解决问题的技巧。

第二段：了解个人优点和不足（250字）

个性化培训的第一步是了解自己的优点和不足。通过自我评估和与他人的交流，我发现自己具备善于沟通、责任心强和团队合作等优点。这些优点对于志愿者工作起到了积极的推动作用。同时，我也发现自己在决策能力和应变能力上有不足之处。这些不足使得我在处理突发情况时经常出现犹豫和迟疑的现象，需要通过培训提高能力。

第三段：明确志愿服务目标（250字）

接下来的培训环节，我们进行了目标设定。志愿者服务的目

标可能多种多样，有的可能是帮助老人渡过寒冷的冬季，有的可能是关注留守儿童的成长。我通过与其他志愿者的交流，明确了自己对关爱儿童的志愿服务目标。这个目标对我具有吸引力，因为我对孩子们的成长充满了热情和关怀。明确了目标之后，我更加清晰地知道了自己所要去做的工作和为之努力付出的意义。

第四段：学习实用的沟通和解决问题技巧（300字）

个性化培训的重要环节是学习实用的沟通和解决问题的技巧。在志愿者服务中，与他人的沟通是非常重要的，能够顺利地与他人合作和交流，有助于提高志愿服务的效果。在培训中，我学到了主动倾听的技巧，通过练习和模拟，我更加熟练地掌握了与人沟通的艺术。此外，我们还学习了解决问题的方法，包括分析问题的根源、制定解决方案和监督执行等。这些实用的技巧在志愿者服务中起到了重要的作用，帮助我更好地应对各种挑战和困难。

第五段：总结和展望（250字）

通过个性化培训，我更加清楚地认识到自己的优点和不足，并明确了志愿服务的目标。学习了实用的沟通和解决问题的技巧后，我相信自己能够更加有效地开展志愿服务工作。未来，我希望能够将这些培训中学到的知识和技巧运用到实际工作中，与其他志愿者一起，为社会做出更大的贡献。同时，我也希望能够继续参加类似的个性化培训，不断提升自己的能力和素质。

总结：通过个性化培训，我发现了自己的优点和不足，并明确了志愿服务的目标。学习了实用的沟通和解决问题的技巧后，我相信自己能够更好地开展志愿工作。我将把所学应用到实际中，并期待能够继续参加更多的个性化培训，提升自己的能力和素质。

伴老志愿者培训方案篇八

机缘巧合，或者是命中注定，很幸运参加了启明星大家庭，尤其是刚完毕的高阶志愿者培训，让我从心出发重新理解了启明星和自己。

刚开场真正接触梁教师不是听他的课，而是参加第一次的和患者家属谈话，在进展之前，梁教师以非常专业的角度告诉我们一些考前须知，比方不可以超过陈医生告知的病情范围，这次谈话我很挣扎，同时兼顾护士和志愿者的身份，一时之间很难转换。在谈话过程中，被患者家属的一句有娘才有家深深触动，语塞了很久，我明白自己虽然共情，但是却陷入了别人的情感漩涡，我想自己努力走出，但是很难。

直到接触到九站图，对于梁教师的印象也有了很大的变化，原来有些严厉的/专业人士其实是很和蔼的老人家，在听梁教师讲解我的九站图时，我给梁教师说：这种感觉很奇怪，就像自己赤裸裸的站到这里。从来不愿意暴露真正的自己，突然被发现了一些自己都不愿意承认的事实。我是偏4站，在第三次与梁教师交谈中，再次谈到4站特质时，我更加认识了自己。

说起与梁教师的第三次交谈，感觉更加愧疚，因为听了他老人家的课好几节，真的对于九站图云里雾里，啥也不明白，但是在梁教师家里听陈医生，霍教师的对话，以及梁教师结合他自己的亲身经历和我第一次的'对话录，我明白了为什么我会在人与人的关系中那么痛苦，为什么对于外界的痛苦那么敏感。认识自己真的比什么都重要。

在高阶志愿者培训中，其实我仍然很关闭自己，就像张鹏教师说的，我好似一看上去就不愿意与别人接触的模样，可是真正接触后还是蛮有趣的。虽然很羡慕别人能发言，能谈笑自假设，我还是很怕和别人接触，甚至每次上课都还是坐同样的位置，进入同样的圈子。在这七周里，我也完成了很多

人生大事，可以说我也是和启明星共同成长起来的，希望在以后的日子里，能翻开自己，认识自己，帮助别人，愿自己和启明星的家人都能与爱同行。

伴老志愿者培训方案篇九

从最初的生疏，到现在的游刃有余，经历了五次的志愿者工作的培训，我仍在继续成长，为了开幕式那一天做到完美。

亚运志愿者，不单只是代表着自己一个人，更是代表着一个国家，作为千万名志愿者之一的我，迈入开闭幕式会场的那一刻，肩上背负的荣誉感让我产生了一定要做好志愿服务的信念。但接下来分配任务后，我的心情产生了些微的失落，作为地下负二层的服化道组的一员，我的工作是一看管服装。我的想象中，志愿者是辛勤为人服务的，但在这里我感觉不但没帮上忙，反而处处被我们的老师照顾着。但渐渐的，我发现，志愿者的工作不仅仅是表面上的那么简单。就比如说我们虽然是在地下工作，但对于我们服务的这个开闭幕式场馆还是要十分熟悉的，因为在这里，你随时会遇到有人问路等的问题，而提前到场馆熟悉场地就起到作用了。再有就是我们负责的那些服装，这个节目是比较危险的，而且要靠衣服上的灯饰才能达到表演时的场景效果。演员在台上努力表演，而下台后就需要一些技术工作者还有我们志愿者帮助他们将服装检查、缝补、维护等工作，从而使服装看起来更加完美，让演员们在台上展现到最好，为大家送上精彩的开幕式表演。随着开幕式一天一天的临近，我们的工作也变得越来越繁杂，越来越重要。一起来，更精彩！这是志愿者口号，但在这短短几天的工作中，我也越来越感受到这句话的内涵。是的，一起来，更精彩！只有大家的共同努力，才能保证一场高质量、高水准的精彩开幕式表演。

志愿者的工作是辛苦的，而且每一次排演完，我们的工作就如期而至，但是我还是很感谢亚组委志愿者部的领导们为我们准备了周全的餐点及后勤物资，还有那些为我们做后勤的

工作人员以及志愿者，正是他们在我们后面默默支持，我们才能以最饱满的精神为开幕式表演提供优质的服务。与此同时，我也很感谢领导我们的北奥志愿工作的老师，他们不仅指导我们岗位上的工作，在工作之余还很关心我们的温饱、健康、学习等各方面的事，在工作和生活上关心着我们。

这是我第一次参加这么大型的志愿服务，但在这短短的几天工作时间里，我收获了很多，无论是工作上的技术技巧，志愿服务的敬业负责，还是志愿者的心理调试，身心时间上的适应，所有的所有，我都在学习如何将我自己打成一个更加专业、更加优秀的志愿者。

今夜，海心沙上灯火依旧璀璨，亚运盛事的脚步越来越近，我们激动、我们骄傲，为着同一个梦想，在这一季晚秋的绽放，让我们“一起来，更精彩”！

志愿者培训心得体会最新篇7月21日晚，我以一名北京路站体验志愿者的身份，参加了黄景荣老师讲授的“我志愿，我体验”培训。这是一次别开生面的培训，在老师的`指导下，我们通过几个有趣的小游戏更进一层地理解了志愿者的内涵。

首先进行的是“纸牌游戏”，每个人背后被贴上一张本人不知的纸牌，通过互相帮忙而知道自己背后的牌到底是什么。从中我们体会到“团队精神”、“角色分工”的重要性。志愿者的工作不也需要这样吗？服务别人的同时，充实自己。成就自己。紧接着的游戏是“模仿动作”，黄老师用手语来表达自己参加志愿者工作的初始之心，被选中的10个人一个接一个地模仿并传递下去给下一个人模仿，结果到最后，动作几乎全变了样。老师说，这就像亚组委有一个goodidea□但在传达给下面志愿者的过程中也许会变样，所以我们志愿者必须正确地传递亚组委好的出发点给服务对象。第三个游戏是“传密码”，这游戏不仅告诉我们要团结协作，还要集思广益，找到正确的方法来解决问题等。

愉快的培训时光过得飞快，“听君一席话，胜读十年书”，此话不假，我们深有同感。尤其是黄老师用手语表达的初始之心恰如其分地表达了志愿者的内涵——志愿工作展能耐，服务社会真愉快！“我志愿，我体验”，我愿在今后的志愿者工作中努力实践这句话。