# 推荐心得体会心得体会范文怎么写(5篇)

来源：网络 作者：流年似水 更新时间：2025-01-17

*推荐心得体会心得体会范文怎么写一课改实践告诉我们，没有坚定的新课程理念，真正意义上的教与学方式的转变是不可能的。新课标要求全面提高学生的语文素养，要求扩大学生知识面，要求课堂教学中师生互动等，对于小学语文教学来说，既要转变教的方式又要转变学...*

**推荐心得体会心得体会范文怎么写一**

课改实践告诉我们，没有坚定的新课程理念，真正意义上的教与学方式的转变是不可能的。新课标要求全面提高学生的语文素养，要求扩大学生知识面，要求课堂教学中师生互动等，对于小学语文教学来说，既要转变教的方式又要转变学的方式,培养和形成“自主、合作、探究”的学习方式。

在教学实践中，我力求打破传统封闭、单项、机械的教学模式，主要采取了以下几点做法：

1、认真学习新课标，深入领会《语文课程标准》的精神实质，\*切实转变观念，克服以往在语文教学中忽视学生的主体地位，忽视人文精神和科学精神的培养，过分追求学科知识系统的错误倾向，真正确立语文教育的新理念。通过教学任务的完成，全面提高学生的整体语文素养;注重提高学生的语文实践能力，积极倡导、促进学生的主动发展，拓宽学习和运用知识的领域;注重联系生活、跨学科的学习和探究式学习，使学生获得现代社会所需要的终身受用的语文能力。我努力实现语文课程的呈现方式和学生学习方式的转变，确立学生在学习中的主体地位，努力给学生创造一个有利于素质教育的空间。

2、我还从整体上把握教材，把课标学习与教材教法研究结合起来，钻研新教材、理解和把握新教材，用好新教材，弄清其编写意图、体系特点，弄清教科书与《课程标准》、教科书各教程之间的内在联系，弄清教科书各种编辑设计的意图和着力点，以备在备课和教学活动中准确设定教学的重难点，找准达到《课程标准》提出的课程目标的落脚点，有效地实施语文教学。经过一番阅读分析，我总结出二年级教材主要是以识字为主，识字课内容丰富，形式多样，于是在教学中，我引导学生通过多种形式来识记生字词。在教学语文时，我注意每组教材在内容上的联系，从整体上先把握教材内容，然后来设计教学方案。在阅读教学中，首先重视朗读的指导，在学生读正确、流利的基础上指导学生读出感情，利用多种形式来读，并鼓励学生独立思考，质疑问难，培养他们勤思善问的习惯和提出问题、解决问题的能力。

3、在准确把握教科书编辑思想的基础上，我从本班本校本地的实际出发，根据学生的年龄特征和不同教学内容，创造性地灵活地选择和运用教科书的各种设计，采取合适的教学策略，把读写听说和综合实践活动落到实处;大力改进课堂教学，提倡启发式、讨论式教学;积极开发课堂学习资源和课外学习资源，沟通课堂内外，沟通平行学科，创造性地开展各种活动，增加学生语文实践的机会，让学生在实践中丰富语言积累，掌握学习方法，提高基本技能，接受熏陶感染，养成良好的学习习惯，打下扎实的语文基础;鼓励学生采用各种手段扩大阅读面，增强学生在一切场合学语文、用语文的意识，积极参加各种课改活动，促进学生语文素养的整体提高。在教学中，我充分利用语文课程资源，开展丰富多彩的语文实践活动，采用了游戏、唱歌、猜谜语等方式，引进课堂教学，还带领学生走出校门，走进自然、社会，走进沸腾的生活，使学生在生活中学语文，用语文。

4、新课改改变了以往的教师滔滔不绝地讲，居高临下地问，学生规规矩矩地听，小心翼翼地学的课堂呈现状态。当学生平等、互尊的情感得到满足时，才会轻松、愉快地投入学习，才会主动探究，因此，在课堂教学中，我注意确立师生平等的教学观念，构建平等对话的教学平台，使教学“在师生平等的过程中进行”，将师生关系“理解为愉快的合作，而不是意志间的冲突，对、尊严的威胁”，让学生在率真、坦诚、互尊的环境里一起学习。这个过程使学生处于一种心理放松、精力集中的状态，思维活跃，敢想敢问，敢说敢做。在布置讨论的时候我明确要求，设置一至两个问题，让每个学生知道这个主题，必须围绕主题进行讨论，让他们有准备的时间。在实践工作中，我不断总结反思，努力把课改工作做得更好，使课堂教学呈现出民主、和谐、师生互动、生动活泼的新面貌。

教师不是万能之人。作为教师应该放下架子向学生学习。使学生明白，不管是谁都要学习，不管是谁，只要会就能成为别人的老师。给学生以自信，激发学生的学习欲望。小组合作学习也是平等对话，老师参与学生的合作中，让每个学生都有机会说话，学会合作，增强自信。有时，那些发言不积极的学生，并非他们的思维不活跃，只是他们不擅长口头表达而已，我们应该想方设法调动他们的学习积极性，激励他们积极思维，勇于发言，避免置身于课堂学习之外的“看客”出现。从现在实施课改的课堂教学实际来看，学生的学习方式由过去那种被动接受式转变为学生自主、合作、探究式的学习方式，这种学习方式，不仅使学生对语文材料的感知和领悟得到了落实，还让学生的好奇心、求知欲得到了很好的保护，学生学习的主动意识、进取精神以及合作精神都得到了充分的激发和增强。

5、评价探究结果，具有共享学习成果，激励后继学习的意义。由于学生在探究中，师生之间，学生之间、小组成员之间对探究的成果也进行了小范围交流讨论，对探究中存在的问题进行了质疑，对来自各方的观点进行了归纳总结，对探究的问题有了较全面、深刻、独特的见解，我们要设置丰富多彩的展示平台，鼓励学生用适合自己的方法和策略来汇报探究成果，以便使不同类型的学生都能发挥自己的潜能，都能从探究阅读中获得收益。善于表演的同学，可将文中的精彩片断改编成课本剧;心思细腻，不善言辞的同学可写写心得体会;善于辞令的同学可以进行辩论，以展示思想……

6、新课程的教育理念，使我们认识到“语文的外延和生活的外延”相等，人们的视野开放了，观念更新了，从书本延伸到书外，从学校拓展到社会，学生的阅读范围，也不仅限于教科书，课外书、报刊、杂志，都是学习语言的材料。因此应该鼓励学生自主阅读，搜集信息，随时掌握最新的知识，吸取最鲜活的语言。生活是一本开放的大书，是知识的源泉。在教学中，我竭力引导学生睁开双眼，用心感受，教导他们“两耳多闻窗外事，一心要读有用书”，多从生活中吸收信息充实自己，启发他们的想像与创造，树立正确的人生观，大到时事政治，小到家庭生活、社区活动、校园生活，都要学生留心观察，细细体味，逐步形成自己独特的见解。

本学期在语文教学中，我努力改进了课堂教学，取得了较好的成绩，顺利地完成了语文教学任务，今后还要取长补短，学习新的教学经验，努力改进教学方法，为更好地完成语文教学任务而努力奋斗。

**推荐心得体会心得体会范文怎么写二**

今天是我首次离开父母出远门的日子，虽说是初中生，逐渐走向自立，但总会有那么一份的不舍得，这也是我向往的锻炼自我的好机会。

我与七十多位小学生一同参加了有“五邑小记者协会”举办的军训活动，训练地点是广州市黄埔区的风水宝地——长沙岛上的“黄埔青少年军校”。

在车上大家有说有笑，有个胖子还总爱抢麦克风，可总是抢了又不会作答，使我记住了他——胖子。

到了军校，我被分到第二排第四班。在军校，哨声就是命令，我们必须服从。

午饭时，我们学到了军人进食的步骤，大概是初来报到，大家都很不习惯，不过在教官一再批评后，大家都进入状态了。那些菜就当然没有家里的好吃，但是你不吃就得挨饿，大家当然是硬着头皮吃啦。

午休后，我们到军校内训练。我们先乘座了水陆两栖坦克。看大家都挺愉快的，可没想到后面是多么的“可怕”。

之后我们开始操练，学习军人的立正、转身、敬礼……你别以为这是件容易的事情，不断反复地操练，真是挺辛苦的。可这，这是“可怕”的开始。

晚饭后，我们要洗澡、洗衣服，这可是件苦差事。洗澡是小菜一碟，可说到洗衣服，呵呵，别说他们，连我这个初中生都被弄得手忙脚乱。这是我首次独自洗衣服，洗刷后的衣服确实不怎么干净，可经过这次“实战”，相信明天将有所进步。

最后就是整理内务，在教官的精心指导下，大家开始自己动手，分工合作，完成内务工作，这不正是自立与团队精神的表现吗。

军训。一个令人毛骨悚然的词语。就在8月23号早上6点30分，我的5天军训生涯从现在开始……

原本、是一个晴空万里的早晨。但在我心中，就像是晴天霹雳。

初一军训心得体会600字(四)[\_TAG\_h2]推荐心得体会心得体会范文怎么写三

尽管单位里的房子都在大修，可是书记还是安排时间加强学习。大家在一起畅谈聆听张书记报告后的体会，学习胡七一讲话资料，并且书写心得体会。

胡的讲话实事求是、高屋建瓴、言简意赅，对于我们正确熟悉中国共产党90年来上下求索，创建出光耀中华的辉煌业绩，具有重要指导作用。

作为一名人民教师，从事着党的宣传教育事业，更应认真地去认识党，走进党，融入党，从而激发起内心深处对党的深深热爱，并将这份对党的热爱化为工作的动力。在认真学习“七一”讲话后，使我对党有了更深的认识，回顾中国共产党90年的光辉历程和取得的伟大成就，总结党和人民创造的宝贵经验，提出新的历史条件下提高党的建设科学化水平的目标任务，阐述了在新的历史起点上把中国特色社会主义伟大事业全面推向前进的大政方针。胡指出，90年来，党团结带领人民，完成和推进了三件大事。这三件大事，从根本上改变了中国人民和中华民族的前途命运，不可逆转地结束了近代以后中国内忧外患、积贫积弱的悲惨命运，不可逆转地开启了中华民族不断发展壮大、走向伟大复兴的历史进军，使具有5000多年文明历史的中国面貌焕然一新，中华民族伟大复兴展现出前所未有的光明前景。

90年来，中国共产党为了实现民族独立、国家富强而不懈奋斗，使古老的中国焕发了青春。

90年来，中国共产党坚持立党为公、执政为民，为了中国人民的富裕幸福而不懈奋斗，使全中国人民实现了政治上当家作主、经济上逐步富裕。我们党始终代表着广大人民的根本利益，时刻关注人民群众的具体利益。尽管我国人民的生活水平还不高，尽管还存在贫富差距较大等问题，但我国人民对执政党和政府、对生活现状的满足度比较高。如今，中国人民的民族自信心和民族自豪感大大增强。过去，出国生活和工作成为许多中国人的向往;现在，不仅出现了“归国潮”，而且外国人选择到中国生活和工作的越来越多;过去，不少海外华人、华侨不敢承认自己是中国人，现在，海外华人、华侨都以自己的身上流淌着中国的血液而骄傲。

90年来中国革命、建设和改革的成就是巨大的，但道路并不平坦。为国家独立、民族解放、人民幸福，我们党历经磨难和挫折，但矢志不渝，百折不挠，迎难而上，自身不断发展和壮大，事业不断发展和胜利。

90年来中国革命、建设和改革取得的巨大成就，是马克思主义理论及其中国化成果指导的结果。事实有力证实，只要把马克思主义的基本原理同各国的具体实践紧密结合起来，在实践中不断发展马克思主义理论，马克思主义就能万古长青。正是因为坚持不懈地进行理论创新和实践创新，不断推进马克思主义理论中国化的进程，不断发展马克思主义理论，我们党才能够在国际国内形势不断变化的条件下，领导全国人民使中国革命、建设和改革事业不断从胜利走向胜利。

学习了“七一”讲话，使党员都要严格按照党的章程和党内法规行事，严格遵守党的纪律。要经常运用批评和自我批评的武器，开展积极的思想斗争，坚持真理，修正错误。党员必须始终坚持清正廉洁，一身正气。党员应做到“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐。”这对一个人来说，能做到这几点真的很并不容易，尤其是那一身正气，一心为他人，我想也只有真正的党员能做到，更让我觉得能成为一名党员是何等的光荣。我会把胡的话牢记在心，用来作为自己前进和努力的方向。我知道我很难全部做到，但我会不懈的努力。我把持续、深入研读讲话作为今后一项主要党课学习，不断精确领会讲话精神，用以指导创先争优工作，实践科学发展观。

**推荐心得体会心得体会范文怎么写四**

8月23—27日，本人受单位指派，参加了××区委组织部在××市委党校举办的科级领导干部培训班学习，培训班历时五天，市委党校有关教授和专家就“领导者的形象塑造、科学发展观解读、依法行政、当前宏观经济形势分析、党员领导干部廉洁从政若干准则解读、马克思主义学习型政党建设、地方政府危机管理和危机公关、领导者的用权艺术、××文化、沟通艺术等十个专题，进行了深入浅出、有理有据的讲解。可谓内容丰富、讲解透彻，使听者颇受启发和教育。下面谈一下自己的学习体会和心得。

一、受到了一次思想道德教育，有助于提高个人素养

学习班首先由王俊银副教授作了《成功打造领导者的个人品牌—领导者的形象力》专题报告，这既是领导者形象塑造的方法和策略，也是领导者个人素养的基本要求。王教授从国际国内实际出发，讲解了为什么要注意领导者的个人形象塑造及其意义，重点讲解了怎样塑造领导者的个人品牌的方法和策略。指出领导者不但要德才兼备，还要外表堂堂，谈吐高雅，内外兼修，具有领袖形象;不仅要代表个人，还要代表组织。一个人的形象标志着一个国家和地区形象水平和组织规范，良好的形象是一种软实力(威信威望价值)。个人品牌一旦形成，就有了知名度和美誉度。做为一名合格的领导者在工作中要加强学习，提升个人素养，提升人格魅力。要逐渐培养志存高远、正直高尚、诚实守信、以身作则、言行一致、光明磊落、勇于担当、宽容大度、关爱他人的良好人格。要树立正确的价值观和人生观。要具有敏捷的思考力、正确的决断力、敏锐的洞察力、坚决的执行力，要具有亲和力、激发力、凝聚力、演讲力、组织力。领导者要不断加强自身修养，使自己具有良好的高雅气质、风度、魅力。在工作中坚持做到：

诚信为本、平等待人。在工作中，要勤于学习，不断充实自己，用知识和能力提高人格魅力。努力学习政治理论、科学文化知识，加强自身修养，提高综合素质;学习领袖人物的交际艺术、领导风范和人格魅力，培养高尚的情操;向当代先进人物学习，树立适合自身的理想人格目标;向人民群众和周围的人学习，博采众长，取长补短。

勇于实践，善于总结，不断塑造和完善人格魅力。要积极参加各种领导活动，主动接受挑战，在实践中增长才干，锻炼人格;要经常与人沟通思想，用自己的人格魅力感染他人，教育他人，鼓舞他人;要严格管好亲朋好友和身边工作人员，使他们成为展示自己人格的重要窗口;要从小事做起，探寻和创造建立良好人缘的切入点、结合处和连接部;要敢于同各种不法、不良行为作斗争，增强塑造人格魅力的勇气和力量。在工作和学习中，定期反省自己的人缘发展状况，及时总结成功的经验和失败的教训;虚心听取多方面的意见，及时发现和改正自己的缺点;经常开展自我批评，同时鼓励他人批评和监督自己，营造彼此之间诚恳批评和热情监督的良好风尚。

二、受到了一次科学发展观再教育，有助于促进工作的科学化

吕学芬副教授解读“科学发展观”，使我们更加清楚的认识到，科学发展观，是对党的

三代中央领导集体关于发展的重要思想的继承和发展，是马克思主义关于发展的世界观和方法论的集中体现，是同马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想既一脉相承又与时俱进的科学理论，是我国经济社会发展的重要指导方针，是发展中国特色社会主义必须坚持和贯彻的重大战略思想。

科学发展观，是立足社会主义初级阶段基本国情，总结我国发展实践，借鉴国外发展经验，适应新的发展要求提出的重大战略思想。强调认清社会主义初级阶段基本国情，不是要妄自菲薄、自甘落后，也不是要脱离实际、急于求成，而是要坚持把它作为推进改革、谋划发展的根本依据。科学发展观，第一要务是发展，核心是以人为本，基本要求是全面协调可持续发展，根本方法是统筹兼顾。学习和贯彻科学发展观就要结合实际领悟和实践：

――必须坚持把发展作为党执政兴国的第一要义。要牢牢抓住经济建设这个中心，坚持聚精会神搞建设、一心一意谋发展，不断解放和发展社会生产力。要着力把握发展规律、创新发展理念、转变发展方式、破解发展难题，提高发展质量和效益，实现又好又快发展。

――必须坚持以人为本。要始终把实现好、维护好、发展好最广大人民的根本利益作为党和国家一切工作的出发点和落脚点，尊重人民主体地位，发挥人民首创精神，保障人民各项权益，走共同富裕道路，促进人的全面发展，做到发展为了人民、发展依靠人民、发展成果由人民共享。――必须坚持全面协调可持续发展。要按照中国特色社会主义事业总体布局，全面推进经济建设、政治建设、文化建设、社会建设，促进现代化建设各个环节、各个方面相协调，促进生产关系与生产力、上层建筑与经济基础相协调。

――必须坚持统筹兼顾。要正确认识和妥善处理中国特色社会主义事业中的重大关系，统筹个人利益和集体利益、局部利益和整体利益、当前利益和长远利益，充分调动各方面积极性。既要总揽全局、统筹规划，又要抓住牵动全局的主要工作、事关群众利益的突出问题，着力推进、重点突破。

学习贯彻科学发展观，就要结合工作实际，从教育教学实际出发，立足学校、立足教学、立足教研，想实招，办实事，求实效，切实解决广大教师急需解决的问题，为教师服务、为学校服务。

学习实践科学发展观，就要牢牢把握深入学习实践科学发展观活动的总要求;开展深入学习实践科学发展观活动，是用中国特色社会主义理论体系武装全党的重大举措，是深入推进改革开放、推动经济社会又好又快发展、促进社会和谐稳定的迫切需要。党员干部受教育、科学发展上水平、人民群众得实惠，是开展深入学习实践科学发展观活动的总要求。这个总要求，为深入贯彻落实科学发展观指明了方向，是搞好学习实践活动必须贯穿始终的一条主线。

深入学习实践科学发展观，需要将思想认识上的收获转化为指导科学发展的实际能力，转化为推动科学发展的实际行动。科学决策是领导工作的主要内容，是推动科学发展的关键环节。所以，我们要深入学习、科学领会、认真贯彻，创造性发展。

三、受到了一次廉洁自律教育，有助于自身廉政建设

崔占禄教授解读《中国共产党党员领导干部廉洁从政若干准则》，使我们清楚了《廉政准则》中的8个方面“禁止”和52个“不准”，涵盖了行政权力使用中极易滋生腐败的各个领域，包括党员领导干部私自从事营利性活动的问题、违规干预和插手市场经济活动问题、浪费挥霍等干部作风问题，甚至连婚丧喜庆等个人行为也有了“紧箍咒”。这表明，中央正全力构建结构合理、配置科学、程序严密、制约有效的权力运行机制，致力封堵权力滥用的漏洞、挤压权力寻租的空间，以保持党的纯洁性和先进性，将反腐倡廉建设推向纵深。按照勤奋好学、学以致用，心系群众、服务人民，真抓实干、务求实效，艰苦奋斗、勤俭节约，顾全大局、令行禁止，发扬民主、团结共事，秉公用权、廉洁从政，生活正派、情趣健康的要求，把领导干部作风建设作为党的作风建设的重点来抓，在求实效上下工夫。

使我们清楚了学习贯彻《廉政准则》，一要进一步加强党性修养，牢固树立宗旨意识。要自觉加强党性修养，从思想道德教育这个基础抓起，筑牢拒腐防变的思想道德防线。二要进一步自觉接受监督，保持艰苦奋斗本色。作为党员领导干部，要认真处理好亲情与党性的关系，坚持原则、秉公办事、公私分明，做到两袖清风，一身正气。三要进一步增强法纪意识，做遵纪守法的模范。领导干部要牢固树立正确的人生观、权力观和政绩观，并把它溶化在自己的一言一行、一举一动之中。自觉做到条件变了艰苦奋斗的作风不丢，环境变了吃苦耐劳的精神不减，时代变了甘于奉献的传统不变，成为遵纪守法的模范。

四、学习了领导者的用权和沟通艺术，有助于提高工作艺术

在培训中，领导者的用权艺术和沟通艺术也非常有用，讲的是艺术，更是工作方法和工作策略。

清楚了权力的来源，用权的八大原则，用权的方法和技巧。要谨慎使用权力，不要迷信权力;要注意适当放权，不要迷恋权力;诚信是领导者影响力的根本。

沟通艺术，讲的是在现代社会里，一个人的成功与其沟通技能密切相关，一个组织的绩效能否提升与其内外部沟通状态也息息相关。

有效的沟通能更快地解决问题;更果断地做出决策;更融洽地营造交谈气氛;更密切地建立商务关系;更专业地树立公共形象;更快地从众多求职者中脱颖而出要学会沟通，学会处事，与同级会沟通，与下级会沟通，与上级也要会沟通，与媒体与自己也要会沟通，要以诚相待以礼相待，要讲究语言语调也要肢体和动作。

另外，还听取了依法新政、经济形势分析报告和红山文化报告，也颇有收获。

总之，五天的学习，时间虽短，内容却很充实，收获很大，受教育很深。

**推荐心得体会心得体会范文怎么写五**

“参加的是一次训练，影响的是你的一生，公司素质拓展训练心得体会-感恩、奋进。”这是我们这次参加香港心洲国际文化产业有限公司中国国民素质教育训练学院时进教室老师说的第一句话。老师说话的语气沉重、铿锵有力，充满挑战性，令人血液沸腾。培训的时间距现在已经两个月了，但我记忆犹新。

是的，我非常认同老师的这句话，这次培训让我收获太多。特别是自己都快四十岁的人，过去有很多迷茫，对人生、事业、亲情、家庭、朋友都比较肤浅，有些方面还认识模糊。通过这次培训，我认识了自己，明确了自我，也总结了过去的很多不足的地方，对我今后的人生道路指明了方向和目标，我一定要好好的珍惜自己，珍惜这次学习到的知识，运用到我的工作和生活中去，让我今后的人生更加有价值。

来到银龙煤业这个团队已经快四年了。四年的艰辛、坎坷和不平凡的工作让我感觉到认识了黄总，认识了唐总，和这个团队一起奋斗、创造是我这辈子的福分。是公司、是团队成就了我的今天!这也是我一直跟随并继续跟随团队走下去的重要原因之一吧。

黄总是个令我尊重敬佩的团队领头人，他就是我的良师和益友。他年龄比我小，但他爱学习，生活朴实无不良嗜好，对人和蔼友善，对工作的敬业精神和对事业的狂热追求是我学习的榜样，他和其他的煤业老总有很多不同的地方，特别是怎样让公司、团队走的更远、飞得更高他想出了与众不同的办法：投资上百万、循序渐进的给团队高中层提供学习、训练的机会，让团队素质整体提高，让团队成员跟上企业发展的步伐。我非常感谢黄总给予的学习机会，一次又一次的参加培训和学习，让我知识得到更新，生活更加充实，对未来充满信心。

通过几次培训，我有个小小总结，那就是做人要与人为善，公平正直，做事要忠厚诚实，有责任意识。特别是作为企业的高中层管理人员，更应该体现这方面的素质。还有就是只有团队的力量才能成就一番事业。在思八达智慧场杨光老师说过：当今的企业发展要成功并长远的发展，就一定要通过学习来提高团队的整体素质，体现团队精神，通过学习收到团队“学相同、思相近、言相和、行相扶、国一致”的效果。高贤峰博士的讲演中，举例巴西和阿根廷的足球比赛，阿根廷在1分钟内，10个队员都接触球，通过32次的传递，打进了决定胜负的进球。说明一个问题，那就是团队的力量、互相信任、协作的精神产生的结果。心洲成功素质训练营的培训，斯巴达克方阵告诉我，“团队兴亡，我的责任”。用这样的心态去做我们应该做的事，面对一个共同的愿景和目标，我们定会实现自己想要的梦想。

还有，这次学习中我收获了对人生的态度、做人的标准、感恩的心态。

真的，感谢心洲，这次学习是一个人生的洗礼，洗掉心中的污垢、尘土。也悟出了许多过去不知所为的道理。他们用最简单的而又最直接的小小游戏告诉了我：其实人的一生，就像来自宇宙、大自然的一颗尘土，匆匆的来，又匆匆的去。但我们在这短短的来去时间空间段应该留下什么呢?我认为就是认识自己、活出精彩、就是做平凡而有意义的事，就是体现自己价值，不枉渡此生。

第一个游戏就让我感到煎熬。《人生的选择》：列出生命中最重要的10项需求，先由舍去5项再舍去3项到只留下1项的过程。让我懂得：生命是一种选择的智慧，生命更是一种舍弃的艺术。舍和得是件公平的事情。还有就是《生命之旅(侣)》：和自己的合作伙伴一个扮演盲人，一个扮演哑巴，在坎坷不平、充满荆棘的树林、山坡、沟涧中相互依偎、搀扶行走。到达目的地又进行角色互换。短短的一个多小时时间，就像我们的人生道路的展现。这个游戏告诉我，我们在生活和工作中，要相信自己的伙伴、同事，平时要多沟通，达到优势互补，对人有爱心、责任心和常怀一颗感恩的心。只要我们有共同的目标和有战胜困难的坚定信念，我们就会成功。还有让我留下深刻的记忆的是《爱、微笑、感恩的心》，我深信：爱是无坚不摧的力量，给别人多少爱，你就会收到同样的回报;微笑是改变人际关系最快的表达方式,良好的人际关系决定人的生存状态，也是人走向成功的法宝。所以，今后我要用微笑来面对我的工作和生活，用阳光的心态来对待我同事和朋友，让我每天都生活在快乐之中。感恩的心，感谢命运。。。。我忍不住的留下了眼泪，回忆过去，我感到愧疚和忏悔，我对不起父母，对不起妻儿，对不起老总。父母养育了我，给和身躯和灵魂，我没尽到孝心，妻儿给了我天伦之乐，我没给予太多关爱，老总给我工作的平台，我认为那是自己的功劳。。。。感恩乃动物本能，如果人类丧失了这种本能，愧对万物之灵。真心才能拥有，感恩才能天长地久。我要改变自己，用感恩的心态来迎接我新的生活，用行动证明我的诺言，我要感谢我的父母，含辛茹苦把我抚育成人，我要抽出时间，来尽我的孝心。我要感谢我的妻儿，给我温馨的生活，奋斗的动力，坚强的后盾，懂得肩上的责任。我要感谢我的老总，给我工作的平台，发展的空间，让我人生更加具有价值的体现。

今后的工作和生活中，我要常开我的智慧之门，常关情绪之门，做好我的本职工作，用做天地间最有价值的事的寓意抓好安全、生产、技术工作。无愧于公司、团队赋予我的权利和责任。

“用一生的时间，干两辈子的事情，活出三世的精彩”这是我们老总总结出的!

“做善良的人，走成功的路，创灿烂人生”这是心洲文化传媒对成功人的诠释!

我就把他们的经典语句当做我的座右铭吧。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！