# 最新左耳心得体会(精选16篇)

来源：网络 作者：繁花落寂 更新时间：2024-06-25

*心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会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。左耳心得...*

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会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。

**左耳心得体会篇一**

来东平项目部实习已经有一段时间了，说实话，感觉自己收获了很多，学到了很多，也见到了很多以前在学校里从来都没有见过的东西。

刚开始到项目部的时候，什么人也不认识，就是告诉了名字，有时候也记不住。觉得来到一个新环境，真的需要慢慢的去适应，融入到新的大集体中去，这个过程也是自己慢慢成长的过程。而现在，项目部的每个人都能认得了，而且在这里还认识了很多朋友，就是像他们这样的人，在这里我才能成长，从他们身上学到了很多，认识了很多东西，他们不只是领导、同事，下班后更是朋友，在这样的大环境里，我感觉自己还是很幸运的，在这里能认识这么一群能让我成长的人。所以应该很感谢他们。

这是我第一次到施工一线来，切身体会工地的环境，觉得干路桥工程的我们，的的确确很不容易，需要很大的毅力和忍耐力才能在最艰苦的一线待下去，并且才能很快的成长。在学校的时候，老师们就说，施工现场是最锻炼人的，最能在很少的时间锻炼出自己的能力，现在感觉确实是那么一回事，现场有很多东西都是值得我们学习的，在现场会遇到各种各样的事情，见到的也多，慢慢的自己的能力就锻炼出来了，知道自己什么该做，什么不该做，自己做事情的能力也会一步步的提升。

下面我就分享一下我每天的工作日常。我们项目部是每天早上7点半上班到中午12点下班，然后下午2点半上班到7点下班。时间安排的很紧张，但却是过的特别充实。

然后就是我的工作了，我所分配的部门是技术质量部，是一个以内业为主的部门，总的来说是事儿多又杂，可以说是内业外业兼顾。

内业部分主要是处理一些资料文件档案之类的，还有就是写方案和修改方案，都是些零零总总的事情。但这些事情确实能够锻炼人的各种能力，比如写方案和修改方案，之前在学校的时候都不知道什么是方案，现在来到单位，才知道什么是方案，和怎样修改方案，慢慢的从中学到了很多。

实习让我成长，每天都会有所收获，很充实，朋友前几天给我说过一句话：你如今的气质里，藏着你读过的书，走过的路和经历过的人，所以，感谢经历，感谢实习。

**左耳心得体会篇二**

在我们平常的生活中，每个人都会有自己的经历，每一次的经历都会带来不同的收获和心得体会，这些经历和体验都是我们成长的一部分，让我们更加坚强和成熟。在接下来的文章中，我将分享我所经历过的一些事情，以及带给我的收获和心得体会。

第一段：经历并学会珍惜友情。

在高中的时候，我的一个好朋友搬到了另一个城市，我们之间的交流也逐渐少了。在那段时间里，我开始感觉到孤独和压抑，朋友的缺失让我觉得生活没有了什么意义。通过这件事情，我学会了珍惜身边的人，也明白了友情的重要性，朋友可以带给我们什么样的帮助和安慰。

第二段：经历让我学会勇敢面对挑战。

在大学期间，我参加了一次志愿服务活动，这是一项我从未尝试过的工作，而我所负责的工作又是一个挑战：与一个孤独症儿童交往。刚开始时，我有些害怕，不知道该如何与他交流，但是通过我的努力，我发现了和他相处的技巧，开始了解他的生活和想法，慢慢地，我和他之间建立起了深厚的关系。在这个经历中，我学会了勇敢地面对挑战，珍惜每一个机会并且不要被恐惧所限制。

第三段：经历让我懂得了惜时。

在工作中，我遇到过一个问题，那就是一件重要的事情需要我去处理，但是当时我的时间已经被其他琐事占据，我没有及时处理那件重要的事情，在确定以后才意识到自己的错误。我开始反思，并且在以后努力去规划自己的时间表，把时间合理分配，珍惜每一个时间片，做重要的事情。

第四段：经历让我明白了价值观。

在工作的过程中，我也有遇到一些人生阈点的问题，让我开始审视自己的人生价值观，并且重新评估自己的人生方向。通过经验和反思，我明白了自己想要的是什么，什么是我真正追求的，而不是跟随潮流或者别人的期望。在这个过程中，我学会了对自己的价值观有所认知，并且坚定自己的信念。

每一个经历都有值得我们引以为豪的收获和心得体会，正是这些经历让我们成长、进步、学习成长。经历让我们拥有更多的智慧、勇气和洞察力，让我们变得更加成熟和聪明。在人生中，要珍惜经历的机会，学会从经历中获得收获和心得体会，让每次经历变成我们进一步完善自我的机会，为未来打下坚实的基础。

**左耳心得体会篇三**

随着时间的推移，生活中总有一些值得我们回味和反思的经历。这些经历不仅仅是一份记忆，更是我们人生中宝贵的财富。无论是从工作中、学习中，还是从与人相处中，我们都能够获得一些宝贵的心得和体会。通过反思和总结这些心得，我们不仅能够个人成长，更能够在未来的路上取得更大的成功。在我的生活中，我也有许多收获的心得，让我在人生的道路上更加从容和自信。

第一段：倾听和沟通的重要性。

在与人相处的过程中，我发现倾听和沟通的重要性。曾经我是一个总是喜欢说话而不愿意倾听他人的人，这让我错过了许多与他人建立深入联系的机会。后来，我开始意识到倾听和沟通其实是相辅相成的。通过倾听他人的心声和意见，我可以更好地了解他们并与他们建立互信和共同话题。同时，我也逐渐明白，只有通过与他人进行真正的沟通，我们才能够真正了解对方的需要和想法。因此，我开始积极倾听他人的声音，与他人进行真实而有意义的对话。

第二段：积极应对变化的态度。

生活中变化是无法避免的，但是我们可以选择积极应对。曾经，我对变化抱有恐惧和担忧的态度，总是尽可能地避免改变和冒险。然而，我渐渐明白了，只有接受变化并主动适应，我们才能够把握住机遇。对此我有一个亲身经历就是，我曾在一家公司工作了多年，感到工作日复一日地枯燥乏味。然而，当公司发生变化并提出一些新的挑战时，我决定积极面对。最终，我通过不断努力和学习，成功地完成了这些新任务，获得了新的工作机会和晋升。这个经历让我明白，只有积极应对变化，我们才能够跳出舒适区，迎接更广阔的发展空间。

第三段：自律和坚持的重要性。

自律和坚持是成功的基石。曾经我是一个缺乏自律和容易放弃的人，总是迁就自己的懒惰和不安。这使得我在学习和工作中的成绩表现不佳。然而，随着时间的推移，我开始明白成功需要付出努力和坚持。因此，我下定决心加强自律，培养耐心和毅力。我设定了一些小目标，然后坚持不懈地去完成它们。随着时间的推移，我逐渐发现，只有通过自律和坚持，我们才能够实现自己的梦想和目标。这个经历让我明白，只有坚持不懈，我们才能够迎来成功的曙光。

第四段：积极心态的力量。

积极心态是成功的关键。无论面临什么样的困境和挑战，都要有积极的心态来面对。曾经我是一个情绪容易波动，很容易陷入消极思维的人。然而，这种思维方式只会让我更加沮丧和无助。后来，我开始认识到，只有保持积极的心态，我们才能够找到解决问题的方法。我努力培养自己的乐观和信心，对待困境始终保持积极的态度。渐渐地，我发现，只要心态积极，我们面对的问题便迎刃而解。这个经历让我明白，只要保持积极心态，我们就能够充分利用自己的能力和资源，走向成功。

第五段：珍惜与他人相处的机会。

人际关系是人生中重要的一部分。在与他人相处的过程中，我们能够获得更多的机会和启发。曾经我是一个总是独来独往，不愿意主动与他人交往的人。然而，随着时间的推移，我渐渐了解到与他人交往的重要性。我积极参加社交活动，主动结识新朋友，并与他们分享自己的经历和心得。通过与他人相处，我学习到了很多生活的智慧，也拓宽了自己的视野。这个经历让我明白，活出精彩人生需要与他人建立良好的人际关系，珍惜与他人相处的每一个机会。

总结：通过这些收获的心得体会，我不断成长和进步。我学会了倾听和沟通，积极应对变化，保持自律和坚持，培养积极心态，珍惜与他人相处的机会。这些心得让我在人生的道路上走得更加从容和自信。我相信，在未来的人生旅程中，我将继续努力，不断总结与收获，不断超越自己，实现更多的成功和成就。

**左耳心得体会篇四**

我在顶岗实习过程中荣幸获得随当地老师去xx中进行观摩课学习的机会，收获颇多，如下：本课堂最值得学习的方面有以下几点。

1.教学方法与手段：x老师以板书形式标明本节课主题内容，即环境描写作用分析，同时通过课件以教师讲授的形式加以强调，使学生明白本节课的重点内容，打开思路，并利于学生记笔记；牛老师的课堂主要内容通过课件来展示，增加了课堂教学内容，节省了教学时间；同时引导学生在课堂上积极回答问题，调动了学生学习的积极性，真正实现了学生在课堂上的动脑思考。

许老师主要通过课件与板书结合的形式，引导同学复习基础知识，巩固了学生的基础知识积累。

2.教学基本功：x老师板书书写工整，字体赏心悦目；对教学程序把握精确，上下衔接密切，并对上下课时的教学内容加以连接、巩固，保证了教学程序的高效、有序进行。

x老师本身对文言文相关基础知识掌握熟练，能够在提问过程中及时对学生进行纠错，同时对相关的知识加以整理，扩充、完善了学生的基础知识面。

3.教学个性：x老师教学语言幽默风趣，不是刻板的教授基础知识，而是结合相关的生活事例加以类比，帮助学生更好地理解；语气轻松，语速稍快，有利于节省课堂时间。

x老师稳扎稳打，逐步复习相关基础知识。

**左耳心得体会篇五**

第一段，周尾收获的重要性。在一周的努力工作后，人们总是希望能够通过总结来了解自己所取得的成果。收获的重要性体现在两方面。首先，通过回顾自己的一周工作，我们可以反思自己的不足之处，为下周的工作制定更加合理的计划和目标。同时，收获也是一种动力，当我们看到自己一周来的付出得到了一定的回报，就会更加坚定自己前行的信心。

第二段，工作收获的心得体会。对于每个人来说，工作是一周中最为重要的一部分。工作上的收获不仅仅是完成了任务，更体现在所获得的经验和能力的积累。在工作中，每个人都会遇到各种困难和挑战，如果能够从中学到经验和教训，并将其应用到下一次工作中，那么就是一份重要的收获。职业的发展离不开积累，每周工作的收获将成为一个人职业发展的基石。

第三段，生活收获的心得体会。除了工作，生活中也会出现各种各样的收获。可能是家人间的温暖互动，可能是朋友间的支持和理解，也可能是自己在生活中的一次突破。生活收获的重要性在于它的真实性和纯粹性。生活是人类最基本也是最真实的一部分，我们真实的感受和体验着。生活中的点滴收获不仅让我们感到快乐，更是对生活态度的一种激励和肯定。

第四段，学习收获的心得体会。学习是每个人一生都无法终止的事业。无论是在学校还是在社会中，每周都有各种各样的知识和技能需要我们学习和掌握。学习收获的体会在于它的广泛性和长期性。通过学习，我们从他人的经验和智慧中获益，不断地丰富自己的知识结构，并提高自己的综合素质。学习的收获将成为我们未来发展的内在驱动力，也是我们实现梦想的基础。

第五段，心得体会的总结与展望。收获是人们前进道路上的里程碑，它伴随着我们成长和进步的脚步。通过总结与收获，我们不仅能够认识到自己的优势和不足，进而找到突破自我的方法和途径，同样也能够更深刻地理解自己的价值和潜力。每周的收获不仅让我们不断成长，同时也为我们带来了信心和勇气，让我们更加坚定地面对未来的挑战和机遇。

总之，周收获的心得体会是每个人人生旅途中的重要一环。它让我们每周都有了一个话题去思考和总结，它为我们的成长和进步提供了动力和方向。无论是工作上的收获，生活中的收获，还是学习中的收获，都是我们前进的里程碑和标志。让我们珍惜每一次收获，为自己的未来不断努力。

**左耳心得体会篇六**

在此之前，我们在教师的带领下到工地上进行实地勘察，但那毕竟是理论的，实际操作对我们来说还是模糊的，所以，这次实训就是对我们整个学期以来本科目的一次大检验。我们把这次实训当做我们以后工作的一次磨练，把我们学到的知识与实际联系起来，从实践中发现自我的不足，弥补我们的缺陷。

测量是一项务实求真的工作，半点马虎都不行，我们在测量实训中必须坚持数据的原始性，这也是很重要的。为了确保计算的正确性和有效性，我们得反复校核对各个测点的数据是否正确。我们在测量中不可避免的犯下一些错误，比如读数不够准确，气泡没居中等等，都会引起一些误差。所以，我们在测量中内业计算和测量同时进行，这样就能够及时发现错误，及时纠正，同时也避免了很多不必要的麻烦，节省了时间，也提高了工作效率。

测量也是一项精确的工作，经过测量学的学习和实训，在我的\'脑海中构成了一个基本的测量学的轮廓。测量学资料主要包括测定和测设两个部分，要完成的任务在宏观上是进行精密控制，从微观方面讲，测量学的任务为按照要求测绘各种比例尺地形图;为哥哥领域供给定位和定向服务，建立工程控制网，辅助设备安装，检测建筑物变形的任务以及工程竣工服务等。而这一任务是所有测量学的三个基本元素的测量实现的:角度测量、距离测量、高程测量。

**左耳心得体会篇七**

在这短短的实习时间中，我学到了很多，也锻炼了自己。从前在学校里面只接触了书本上的知识，从来没有实际的在现实中运用过。就算偶尔会有一些实训过程，但是都不需要结合实际去做，只要把想法通过文字表达出来，让老师明白你想做的是什么就可以了。所以这可以说是我第一次把学到的知识结合实际，在实际的场景中运用出来。

学校组织我们实习的目的就是为了让我们把书本上的知识理解的更加的透彻，然后运用到实际当中去，从而避免我们毕业之后去工作的时候什么都不会，像从来没有学过一样。帮助我们在毕业之后更好的适应工作的节奏，不要跟实际脱节。因为老师也只是根据书本上的.东西在传授我们知识，老师也没有实际的操作过，所以难免会跟现实脱节。通过实习，能够让我们看到理想与现实之间的差距，在以后的工作中，更好的上手。

在经过这次实习之后，我发现我之前在实训的时候的那些想法是真的太不切实际了，根本不可能完成。我的那些想法就像是凌驾于空中的一样，根本就落不到地面。我想的那些活动也是根本不可能完成的，就算能够实现，付出跟回报根本不成正比，只能够给公司带来损失，不能带来利益。

**左耳心得体会篇八**

我是一名高中生，在学校里度过了丰富的一年，我认为年收获的心得体会可以总结为三点。

第一点是：认真学习，在课堂上做到聚精会神，听课不打瞌睡，笔记做到精心细致。去年我们班上的同学在期末考试中成绩不理想的原因就是平时没有认真学习，而是过于依赖老师的讲解和讲义，这样的学习方法无法建立自己的知识体系和思维方式，只会让自己的学习更加被动。

第二点是：多参加活动，培养自己的综合素质。学习不仅是在课堂上进行，我们还应该通过丰富多彩的活动来拓展我们的视野和能力。例如，参加文艺比赛、运动会、科技比赛等，这不仅可以促进自己的身体发展，还能让我们在比赛中学到许多实际操作的技能和策略。

第三点是：与人为善，做一个奉献者。作为一名学生，我们不仅要学会自我管理，还要学会关心他人，积极向着善良、温暖的方向发展。去年我们班上的一个同学在极不利的情况下依然勇敢地挺身而出，给我们树立了一个积极向上的榜样。在未来的日子里，我们应该为我国的发展做出贡献，为更多的人做出改变。

综上所述，我们在过去的一年中可以总结出这些心得体会。当然，这些仅仅是一些粗浅的想法，真正获得心得体会还需要我们在未来的岁月中，不断积累、总结。希望我们每一个人都能在未来的日子里不断地学习、成长，成为一个更好的自己。

**左耳心得体会篇九**

第一段：引言（150字）。

在人生的道路上，我们每个人都会不断地面临各种各样的挑战和困难，而这些挑战和困难所带来的经验和收获，也构成了我们成长和进步的宝贵财富。在我自己的经历中，我收获了很多宝贵的心得体会，让我更加深刻地理解了人生的意义和目标。

第二段：意义和目标（250字）。

在我认真思考人生的意义和目标之后，我认识到每个人来到这个世界上，都有着自己独特的使命和责任。我们不应该只是一味地追求物质上的满足和享受，更重要的是要在追求自己的梦想和目标的过程中，为社会做出一份贡献。通过参与各种社会实践和公益活动，我深刻地体会到，帮助他人其实就是帮助自己，只有在为他人服务的过程中，我们自己才能获得真正的快乐和满足。

第三段：面对困难的勇气和智慧（300字）。

在人生的旅途中，我们难免会遇到各种各样的困难和挫折。面对这些困难，我们需要有足够的勇气和智慧来克服它们。我曾经参与一个艰苦的志愿者工程，要在一个山区村庄修建一所学校。在修建过程中，面临着资金不足、材料不足、人手不足等一系列问题。然而，正是面对这些困难，我逐渐发现了自己的潜力和能力。通过不断地思考和努力，我和团队成功地完成了这个艰巨的任务。这个经历让我明白了，只要我们拥有坚定的信念和不屈的毅力，我们就能够战胜一切困难。

第四段：人际关系的重要性（250字）。

在人生的旅途中，人际关系的建立和维护也是至关重要的。我曾经在一个团队项目中与不同性格和能力的人一起工作，尽管在一开始我们彼此之间存在着一定的磨擦和分歧，但是通过相互理解和包容，我们设法建立起了一个紧密的团队。这个经历让我明白了团队合作的重要性，只有当每个人都发挥自己的特长并且相互协作时，我们才能够取得更大的成就。

第五段：个人成长和反思（250字）。

通过这些经历和体会，我迅速成长并且对自己有了更深刻的理解。我意识到每个人都需要有坚定的信念和目标，通过不断地学习和努力来实现自己的梦想。同时，我也明白了，每个人都有其价值和独特的能力，我们应该珍惜自己的价值并且相信自己的能力。此外，我还意识到与人为善和尽力帮助他人的重要性，只有当我们心怀善意并且真诚对待他人时，我们才能够建立起真正的人际关系，并且获得真正的快乐和满足。

结束语（100字）。

在不断的探索和思考中，我们每个人都能够收获宝贵的心得体会。这些心得体会不仅让我们更加理解人生的意义和目标，也让我们成长并且取得更大的进步。只有通过不断地努力和实践，我们才能够更好地获取心得体会，并且将它们转化为实际行动，为自己和社会做出贡献。

**左耳心得体会篇十**

第一段：引言（200字）。

心得体会是我们在生活和经历中的收获，它反映了我们对某一事物或某一经历的感悟与思考。无论是在学习、工作还是生活中，我们都会通过不断的感悟与思考来获取更多的心得体会。这些体会不仅是知识的积累，更是人生的财富，它们可以使我们更加成熟、睿智，并在未来的道路上指引我们前行。

第二段：学习的心得体会（200字）。

学习是我们获取知识的重要途径，通过学习，我们能够开拓眼界，提升自己。每一次学习，都会给我们带来新的心得体会。在学习过程中，我们要善于思考、总结，从中发掘出不同的角度和深度，将其应用于实际生活中。通过积累和总结这些心得体会，我们能够更加系统地理解和应用所学知识，并且更好地面对未来的学习和工作。

第三段：工作的心得体会（200字）。

工作是我们实践所学知识的过程，也是我们提高自我价值的途径。在工作中，我们会遇到各种各样的问题和挑战，通过努力与思考，我们既可以从中获得经验和技巧，又能够积累一定的心得体会。这些体会不仅是对工作本身的领悟，更是对与他人合作、沟通和解决问题的方法的总结与反思。通过不断地积累这些心得体会，我们能够更加成熟和自信地面对工作中的各种情况。

第四段：生活的心得体会（200字）。

生活是一面镜子，通过生活我们可以看到自己的优势和不足。在日常生活中，我们可以通过沉思、总结，获取大量的心得体会。例如，我们会从生活中的小事情中领悟到人生的真谛，会从与他人相处中体会到人际关系的重要性。这些心得体会不仅让我们更加明确自己的生活目标和价值观，也让我们更加懂得如何安排和珍惜自己的时间和资源。

第五段：总结（200字）。

心得体会是我们在学习、工作和生活中汲取的经验和智慧，它们可以帮助我们更好地理解和应用所学知识，指引我们在工作和生活中遇到问题时作出正确的决策和判断。通过总结和反思这些心得体会，我们不仅可以加深对事物的理解，还能够提升自我价值和适应不断变化的环境。因此，我们应该时刻积极思考和总结，不断完善自我，使自己成为一个有智慧、有思考能力、有心得体会的人。

**左耳心得体会篇十一**

在我们的日常生活中，经历了许多不同的事情，从中我们不仅能够学到知识，还能够得到一些心得体会和收获。这些心得体会和收获不仅是我们的财富，也是我们成长的推动力。经过一段时间的思考和总结，我对于心得体会和收获有了更深刻的认识。

首先，我深刻体会到心态的重要性。在遇到困难和挫折时，我们应该保持积极乐观的心态。只有这样才能找到解决问题的方法，并从中受益。曾经，我遇到了一个非常困难的数学题，我试过很多方法都没能解决。当我感到绝望时，我决定调整我的心态，从积极的角度去看待这个问题。我开始尝试不同的方法，并逐渐接近正确答案。最终，我成功地解决了这个难题。通过这个经历，我明白了心态决定了结果，只有保持积极的心态，我们才能够克服困难，并取得成功。

其次，我收获到了自信的重要性。自信是一个人成功的关键。当你充满自信时，你将会更加勇敢地去尝试新事物，更加自信地迎接挑战。有一次，我参加了一场英语演讲比赛，虽然我很害怕站在台上讲话，但是我告诉自己要相信自己的能力。比赛开始后，我尽管紧张，但我保持着微笑并且发挥出自己最好的水平。最终，我成功地赢得了比赛。通过这个经历，我明白了自信是成功的基石，只有相信自己，我们才能够充分地发挥自己的潜力，并取得好成绩。

第三，我体会到了与人相处的重要性。人是社会性的动物，与他人的相处不仅会带给我们更多的机会，还会使我们成为更好的人。我还记得当我在一个团队合作的项目中，曾经遇到过一些摩擦和意见不合。然而，通过及时的沟通和团队协作，我们最终解决了问题，完成了项目。在这个过程中，我学会了如何倾听他人的意见，尊重他人的不同观点，以及如何与他人有效地合作。通过与他人的相处，我不仅得到了更多的新思维和想法，还学会了团队合作的重要性。

第四，我认识到了努力的重要性。成功不会从天而降，只有通过不懈的努力才能取得好的成绩。有一次，我参加了一场重要的考试，我知道只有通过这个考试才能进入理想的学校。于是，我花费了大量的时间和精力来备考。我每天都做大量的练习题，然后不断总结和复习。最终，我以优异的成绩通过了考试，并成功地进入了理想的学校。通过这个经历，我明白了只有通过不懈的努力，我们才能够实现自己的目标，取得好的成绩。

最后，我深刻领悟到了感恩的重要性。生活中有太多值得感恩的事情，有我们的家人、朋友、老师和所有帮助过我们的人。他们给予了我们关心和支持，帮助我们走过困难和挫折。我们应该时刻感恩，并回报他们的关爱。我还记得有一次，当我得知自己获得了一份奖学金时，我非常高兴并立刻告诉了我的父母。他们非常开心和骄傲，并给我送上了祝福和鼓励。通过这个经历，我深刻理解到了家人的重要性，同时也深深地感恩他们一直以来的支持和鼓励。

通过总结，我认识到心得体会和收获对于我们的成长和发展非常重要。通过保持积极乐观的心态、建立自信、与他人相处、努力奋斗和感恩他人，我们能够更好地应对生活中的困难和挫折，积累更多的经验和智慧，并取得更好的成绩。让我们珍惜心得体会和收获，并将其转化为行动，不断提升自己，迈向成功的道路。

**左耳心得体会篇十二**

我是11年初迈进郑州，放弃了计算机行业，毅然决然选择了销售(业务)，起初志向是想能够锻炼自己能够独立事业的轨道，怀着勇于挑战自我、荣辱不惊的态度去做事!!!面对困难挫折、委屈打击、孤独无助我偷哭了很多个夜晚，并不向谁求助，而是寻找解决的方法咬牙挺过去!一切地一切都不算什么，令我痛心得是没有人真正能够读懂关心我。

我带着一脸茫然进入市场部，说实话，进市场部大大超出了我的意料之外。起初，我怀疑自己，并不是怀疑自己的能力，而是怀疑自己的毅力。因为我知道，市场部是所有部门中最忙、最累、最辛苦的一个。我生怕自己不能做好这份工作，怕自己会偷懒。时刻提醒自己：我可以不做这份工作，但既然做了，就一定要做好。一共做了三个行业，都是没有目的方向的去工作，就好像是无头苍蝇乱撞，寻找点去试验竞争，挑战一种极限!每个转折都是有原因的，并不是我没有坚持，是有太多的无奈!

深知自己是一个很情绪化的人，有着两面性：表面刚硬、内心脆弱。在看了李强的演讲后，让我有着很深的感触，也领悟到了自己很多的缺陷：任性、倔、心高气傲、自以为是、脾气语气刚烈，聪明反对聪明误，不顾及别人的感受，独断专行!人的一生一共有三天：昨天、今天和明天，昨天是一张发票，今天是一张钞票，明天是一张支票!所以应该将一切归零，把握今天，从新找准自己的定位与价值。告别11年，喜庆11年又是一个新的开始新的起点能够重新规划自己。以下是我的工作心得：

一、销售计划。

销售工作的基本法则是，制定销售计划和按计划销售。销售计划管理既包括如何制定一个切实可行的销售目标，也包括实施这一目标的方法。每个人都有各自的特点，都有各自的方法，关键是要找到最适合自身的一套方式和方法。

二、客户关系管理。

对客户管理有方，客户就会有销售热情，会积极地配合。如果对客户没有进行有效的管理，或者客户关系管理粗糙，结果，既无法调动客户的销售热情，也无法有效地控制销售风险。所以必须想尽方法维护好客户关系，关注客户的各个细节，随时让客户感觉到你与他同在。

三、信息反馈。

信息是企业决策的生命。业务员身处市场一线，最了解市场动向，消费者的需求特点、竞争对手的变化等等，这些信息及时地反馈给公司，对决策有着重要的意义，另一方面，销售活动中存在的问题，也要迅速及时地反馈给公司，以便管理层及时做出对策。业务员的工作成果包括两个方面：一是销售额，二是市场信息。对企业的发展而言，更重要的是市场信息。因为销售额是昨天的，是已经实现的，已经变成现实的东西是不可改变的;有意义的市场信息，它决定着企业明天的销售业绩、明天的市场。

四、团队战斗力。

发挥团队的整体效应很重要。充满凝聚力的团队，她的战斗力是最强大的，势不可挡。所以每一个人，不管自己是哪个部门或哪块业务，都必须时刻记得自己是团队中的一分子，是积极向上的一分子，记得我的行动离不开团队，我的行动会影响到团队。团队为了不断巩固和增强其战斗力，也会义不容辞地支持每一位销售人员的积极行动。共同努力，共同进步，共同收获。

五、“销售当中无小事”

“管理当中无小事”，一位出色的经理同时也是一位细心的领导者。同样，“销售当中无小事”。销售更应慎重、谨慎，去寻找一个双赢的法则。在学习、总结、实践、摸索、尝试中提高。

以上几点心得体会，希望对大家有所启发与帮助，也希望大家能与我共同进步!

我相信我们的明天会更好!

**左耳心得体会篇十三**

我很清楚，我们是在20\_\_年3月11日来到我的实习学校和母校的。六年后，我回到母校实习。多么激动人心的事情!然而时间匆匆，转眼间，实习工作已经告一段落。回顾这半年的实习生活，真的感慨良多。这半年实习给我印象最深的是，实习对于每个想当老师的人来说都起着非常重要的作用，是我们师范生将理论知识付诸行动的必要环节。在生活和工作中，在导师的帮助下，我获得了很多在学校学不到的知识。综合素质有了很大提高，体会到了当老师的荣耀和责任，同时也体会到了当一名优秀老师的艰辛和累!

现在，实习转眼就要结束了。回顾这半年的岗位生活，剩下的只有对教师行业的憧憬和对孩子的责任，以及承担这份责任经历后的成就。

想想半年，也就是半年，但只有四个月的实习生活，真正锻炼了自己的能力，让我活出了很多知识，提升了自己的能力，在生活中从与学生的接触中收获了很多快乐。现在我来总结一下这四个月的生活和学习中的快乐。

在我的生活和学习中，一共六个实习生，但我是男的，但还不错。宿舍里有一个保定一中的体育老师，让我的生活更加丰富。不然一个人在宿舍会窒息。这是宿舍。那么我们如何生活在正常饮食中呢?我慢慢给你解释。我们一共六个人，然后只有我一个男生，我是组长，所以我在这方面的责任比较大。所以我充分发挥男性气概，平时都是冲着做饭。就这样，最近几个月，首先要提高的是我的厨艺，其次是我的效率。至于我们实习生，相处的很好，尤其是和睦团结，这是我心里最欣慰的事。

我来说说实习期间获得的知识和能力。

实习的目的和要求。

教育实习是师范生培养过程中极其重要的实践教学环节。旨在通过实践训练提高师范生的教学能力和水平，使其具备成为优秀教师乃至人民教育家的基本素质。这种教育实践是以固定岗位的形式进行的。所以对于师范生来说，主要是完成相关学科的教育教学工作，培养和锻炼他们综合运用所学的基础理论、基本技能和专业知识，独立分析和解决实际问题的能力;对于被替换的中学教师，主要是在教育教学中交流经验，学习理论，进行实践检验，进一步完善教育教学理念和方法，为推进新课程教育教学做好充分准备。

2、备课的第二个方面是备课。一般来说，练习的第一周，以讲课为主，但同时也要自己备课，也就是备课。备课是教学的开始。备课不仅与书的内容有关，还与学生的现实生活有关。它还考虑了学生的原始知识水平、学生的接受能力、学生对课堂的反应、教学情境等方面。老师指导好初稿后，再整理一遍，然后交给高老师审核，然后你就可以去讲台上讲课了。我非常重视这一系列的链接，为了在平台上争取更好的效果。我在教学中的角色是地理老师和音乐老师，这让我充满自豪感和无线成就感。为什么?因为我喜欢被人说万能。

3、教学工作最重要的部分就是在平台上讲课，这是把之前的工作全部带入实际环境的重要一步。在这个过程中，我们可以看到每个老师的真实实力，每个老师在之前的过程中是否认真对待，在平台上讲课是否是一件重要的事情，是否对实习学校和学生负责。教师不仅要传授知识，还要管理课堂纪律，与学生进行个体交流。一开始我很紧张。由于本人经验不足，适应能力不强，实习老师在课堂上常犯的问题有：备课“完美”，总是按自己的想法说话，对学生的反应不够重视;语速过快，提问技巧不到位等。但是这些问题经过导师的指出，在后面的课上已经逐渐得到了改善和克服。

4、作业实践教学的最后一个阶段是——实践和作业检查教学效果的环节，从中我可以了解到我的课堂上存在的问题，然后根据这些检查和填空。其中，学生一方面做同步练习和作业，另一方面在课堂上讲解课堂练习。我觉得讲解是对每一个老师的考验，因为它不仅能考验每一个老师的思维敏捷度，还能考验他们的课堂反应能力。以上是教育教学的全过程。在这个过程中，我认真备课，虚心听取指导老师的意见，用心修改教案，重点听课，课后耐心回答学生的问题，重新修改教案，认真批改作业。我对这一系列环节非常重视，使我的课堂知识点到位，讲课思路清晰，得到了导师的肯定。在讲课的过程中，我深深体会到，作为老师，俗话说，给学生一滴水，就要有一桶水。

**左耳心得体会篇十四**

作为一名即将步入大三的学生，抱着锻炼自己，服务社会的愿望，我参加了学校组织去西安xx食品有限公司实习，经过两个多月的实习，让我学会了不少，同时让我深刻体会到父母赚钱的辛苦，现将这两个多月实习的新的体会总结如下：

在实习期间，我在公司人事行政部里担任一名简单的管理人员，人事行政部总体上负责公司的日常行政，进行人力资源管理。具体包括人才的招聘考核录用;设置激励薪酬和培训制度;完善和执行新员工的试用培训工作;负责员工考勤考核工作;对公司重要档案资料进行管理;维持公司日常运行秩序。在xx公司的实习阶段中，实习的主要工作：1，做好部分员工的日常行政和人力资源的基础，完成公司领导交办的各项工作任务的同时还要做好员工思想的安抚工作。2，做好员工与公司的交流，还要积极反映员工对公司提出的意见。3，在实习的同时我还担任本班团支书一职，随时随刻注意本班及本校同学的一系列状况，如有不适者及时向公司反映并要求其批假休息。4，通过岗位分析与设置，做好每位同学的岗位确定工作，防止一些工作量太大不适应同学们的条件，及时找有关部门经理协调。6，为适应公司战略和员工个人发展需要及时配合公司对新员工的培训与分配，在培训规划与协调方面做了相应的工作。

当初刚到实习的公司时的情景还历历在目。在xx公司实习刚开始时，我面对的全是新面孔，心想：我被分到人事部了，接下来的两个多月就要和我的新同事共事了，不知道我们会否合作得来呢?很快，我的疑问已经解开了。我和那些老员工合作的非常愉快，虽然某些时候在沟通上出现小许问题，导致工作上出现错误。但是经过重新沟通后，问题很快就解决了。虽然我所实习的与我原本所学的专业不一致，但是让我体会到作为一名管理人员也是不容易的。

通过这段时间的学习，从无知到认知，到深入了解，渐渐的我喜欢上这份工作，让我深刻的体会到学习的过程是最美的，在整个实习过程中，我每天都有很多的新的体会，新的想法，想说的很多，我总结下来主要有以下几点：多听、多看、多想、多做、少说。我到公司工作以后，要知道自己能否胜任这份工作，关键是看你自己对待工作的态度，态度对了，即使自己以前没学过的知识也可以在工作中逐渐的掌握。态度不好，就算自己有知识基础也不会把工作做好，四多一少就是我的态度，我刚到这个岗位工作，根本不清楚该做些什么，并且这和我在学校读的专业没有必然的联系，刚开始我觉得很头痛，可经过工作过程中多看别人怎样做，多听别人怎样说，多想自己应该怎样做，然后自己亲自动手去多做，终于在短短几天里对工作有了一个较系统的认识，慢慢的自己也可以完成相关的工作了，所以，我们今后不管干什么都要端正自己的态度，这样才能把事情做好。少埋怨。有的人会觉得公司这里不好那里不好，同事也不好相处工作也不如愿，经常埋怨，这样只会影响自己的工作情绪，不但做不好工作，还增加了自己的压力，所以，我们应该少埋怨，要看到公司好的一面，对存在的问题应该想办法去解决而不是去埋怨，这样才能保持工作的有序进行。在工作过程中，我们会碰到很多问题，有的是我们懂得的，也有很多是我们不懂的，不懂的东西我们要虚心向老员工请教，我们应该虚心的接受。

四、总结：

在这两个多月的实习期间，我以一种特殊的方式在公司中实习。每天像一名正式员工一样，过着朝八晚六的生活。实习期间，我既能够实际参与工作，也能够和上上下下的人员沟通交流;既切身体会，又冷眼观察。通过这一段时间的实习，我了解到了一个公司从起步到发展壮大所经历的艰辛历程;看到了一个公司日常运作的一个基本模式;学习到了个人与公司同事之间保持怎样的关系最为有利;感受到了自己身上的许多优点和不足之处。

最后，我想一个人实习的目的无外乎两点：一个是感受公司，一个是认清自我。在这两个多月的实习期生活中，用心体会之后，我得到了自己该得到的。

或许短短的时间不能做很大的事情，也不能铸就一个人的成功，但是一个人如果一旦沉下来，认认真真地去学习做一件事情，一切从零开始。我相信，等有一天你会很成功的!

三个月的时间，对于我来说什么都是初次接触，就好像之前从未涉及。我不知道接下来会发生什么，抑或我有一种不详感，怕一着不慎满盘皆输，怕我的不努力连累别人，我知道每一天我都在告诉自己，要学会沉默，学会忍受，学会慢慢解读周遭······一开始我就带着学习的态度，去学习不懂的，学习别人对的，学习听从别人的，也许还有很多，担心我永远也学不完。

对于这个岗位——业务员，之前我也听好多人说过，是比较幸苦的，但是能锻炼人。直到当我自己亲身体验之后，这工作的确能给人好多磨练，比如人际交往能力，学习新技能的能力，还有处理事情的能力。而对于专业方面的提高，那不仅仅是书本上所能学习到的，就比如说书本上一些都是套话，而在工作上反映的是要临场应变!

总之每一项工作都有它独到的益处，或许你今天在挥霍汗水与泪水，但是明天你将会收获硕果，毕竟只有你自己劳动所获，那果实尝起来才会觉得甘甜。

中国农业银行是四大国有银行之一，是中国金融体系的重要组成部分。中国农业银行网点遍布城乡，资金实力雄厚，服务功能齐全。中国农业银行五角场支行是坐落在五角场商业区的一个支行，领导杨浦区的各个营业网点。

经过在农行的1个半月的实习，我从客观上对自己在学校里所学的知识有了感性的认识，使自己更加充分地理解了理论与实际的关系。我这次实习所涉及的内容，主要是第三方存管业务，其他一般了解的有储蓄业务、信用卡业务、贷款业务。工作包括最先简单的录入、统计和后来的前台营销、接待工作。

在实习的前两个星期，我在五角场支行的电子产品部学习银行的最基本工作，如录入、统计、制表、复核等。通过这些简单的工作，我了解了银行卡业务的基本操作流程，未接触银行工作前看似简单的一张信用卡，是必须经过评估、审核、录入、复核、存档、编制、打印等一系列完整严密的手续才能完成的。当中任何一个环节出了差错，都会带来繁琐的纠正工作。刚开始认为对于简单的电脑操作完全可以胜任的我，慢慢明白，最重要的不是快，而是准。除了银行卡的操作流程，在做一些杂事，如电话联络各所业务人员、大堂经理等工作时，我也深刻体会到银行不是简单的存款取款的渠道，而是一个具有权威性的完整的金融机构。银行的后台业务也包罗万象，每个部门都有自己工作的操作流程，而我这次接触的是电子产品部，主要学习的是第三方存管业务。

经过两个星期的学习，我有幸有机会被分配到黄兴所营业网点进行前台的第三方存管业务处理。每天我和一名银行操作人员还有三名实习生一组人来到营口路上的中心建投证券所，推广第三方存管业务。“第三方存管”是指证券公司客户证券交易结算资金交由银行存管，由存管银行按照法律、法规的要求，负责客户资金的存取与资金交收，证券交易操作保持不变。对于这个国家刚出台的新型业务，我们要做好介绍和营销工作。在证券所，接触到的大部分人都是退休离职人员，年长的不在少数。我们除了需要耐心讲解外，还会根据他们的需要为他们提供各种便利帮助他们申请和使用。介绍、答疑、填表、复印、装订、跑上跑下这些看似简单的活拼凑在一起，比起在办公室里的电脑录入工作可是辛苦多了。不过这样的“亲民”实习让我学习到了很多，收获颇丰：要做好一份工作甚至一个业务，要从顾客的角度切实为他们着想，要用诚心感动他们，尤其是银行这样一个公立的角色，更要时时以认真严谨的态度要求自己服务大众。

第三方存管作为一个新出台的业务，不仅给了证券市场一股新的气象，也给了我全新的力量，让我收获的不仅仅是简单的业务操作方法，且是工作背后那份深刻的认知体会—该如何做好一个银行人员。

这次实习，除了让我对农业银行的基本业务有了一定了解，并且能进行基本操作外，我觉得自己在其他方面的收获也是挺大的。作为一名一直生活在单纯的大学校园的我，这次的实习无疑成为了我踏入社会前的一个平台，为我今后踏入社会奠定了基础。

首先，我觉得在学校和单位的很大一个不同就是进入社会以后必须要有很强的责任心。在工作岗位上，我们必须要有强烈的责任感，要对自己的岗位负责，要对自己办理的业务负责。如果没有完成当天应该完成的工作，那职员必须得加班;如果不小心出现了错误，也必须负责纠正。

其次，我觉得工作后每个人都必须要坚守自己的职业道德和努力提高自己的职业素养，正所谓做一行就要懂一行的行规。在这一点上我从实习单位同事那里深有体会。比如，有的业务办理需要身份证件，虽然客户可能是自己认识的人，他们也会要求对方出示证件，而当对方有所微词时，他们也总是耐心的解释为什么必须得这么做。现在银行已经类似于服务行业，所以职员的工作态度问题尤为重要，这点我有亲身感受。

最后，我觉得到了实际工作中以后，学历并不显得最重要，主要看的是个人的业务能力和交际能力。任何工作，做得时间久了是谁都会做的，在实际工作中动手能力更重要。

因此，我体会到，如果将我们在大学里所学的知识与更多的实践结合在一起，用实践来检验真理，使一个本科生具备较强的处理基本实务的能力与比较系统的专业知识，这才是我们实习的真正目的。

很感谢实习单位给我这个这么好的实习机会，让我学习很多、成长很多、收获很多。

**左耳心得体会篇十五**

心得体会是人们在生活、工作、学习中经历的反思和总结，它是一种宝贵的财富。并且，只有积极地对待生活中的点滴收获，并将其转化为具体的心得体会，才能真正获得力量和成长。

生活中的点滴收获和体验是我们最宝贵的财富。在日常生活中，我们都会面临各种各样的困境和挑战，但正是这些困境和挑战，让我们变得更加坚强。无论是面对人际关系的纷纷扰扰，还是在工作中遭遇的困难，每一次我们都在经历中得到了宝贵的体验和深刻的教训。这些体会使我们明白了人与人之间的相互依赖和理解的重要性，也让我们学会了如何在逆境中坚持和克服困难。同时，我们也会在生活的点滴中获得快乐和幸福，这些美好的回忆和心得体会会成为我们生活中的一剂药物，让人在困境中看到希望，继续前行。

工作是一种对自我力量、智慧和毅力的考验。通过工作，我们能够学到很多宝贵的经验和知识。在工作中，我们不断面临新的任务和挑战，这些挑战不仅考验着我们的能力，更能够培养我们的团队合作精神、沟通能力和解决问题的能力。同时，工作也是一种持续进步和成长的过程。通过对自己工作的总结和反省，我们能够发现自己的不足之处，及时进行调整和改进，从而提高自己的工作效率和专业能力。工作的心得体会不仅使我们更加成熟和自信，也为我们的职业生涯打下了坚实的基础。

学习是我们一生的事业，也是我们人生成长的重要途径。通过学习，我们能够掌握新的知识和技能，拓宽自己的眼界和视野。在学习的过程中，我们遇到的难题和困惑，也是我们成长和进步的机会。通过解决问题和总结经验，我们能够获得宝贵的心得体会。在学习中，我们要保持一种积极的态度，不断地探索、实践和锻炼自己。只有通过自我学习和勤奋努力，我们才能够不断提升自己的学习能力和思维能力，从而在竞争激烈的社会中取得成功。

第五段：总结。

心得体会是我们在生活、工作和学习中获得的宝贵财富，它是我们成长和进步的源泉。通过对自我经验的总结和反思，我们能够更好地认识自己，增强自信与决心，从而在未来的道路上走得更远。每一次心得体会的收获，都给人以力量和希望，让人重新审视自己的人生和目标。所以，我们要时刻保持对生活的热爱和对学习的渴望，将每一次经历都转化为具体的心得体会，才能真正获得成长和快乐。让我们时刻保持感恩和学习的态度，不断总结经验和教训，不断踏上前行的道路。

**左耳心得体会篇十六**

。

这个暑假是不同以往的，过的非常充实而有意义，原本的我打算一放假就立马回家，但不经意间听到在学姐学长们还有一些同学说，他们准备在暑假期间去响应学校“关于开展榕树计划暑期实践大学生志愿者活动”的号召，投身于乡村基础的教育服务中，为乡村的少年儿童带去新的科学知识，同时也为乡村人民树立更好的防风减灾的意识，贡献出自己的一份力量，听到这里我的心情格外激动，对，大学生就应该有这种服务社会，贡献自我，帮助他人的奉献精神，这才是一个大学生应有的情怀。一种强烈的参加欲望涌上心头，于是我鼓起勇气向团委副书记刘雨报了名，十分幸运的是，我被批准了，我知道等待我的将是一次丰富并有意义的七天生活。

7月18号是我们出发的日子，我们一起在学校的田家炳教学楼门前集合，整理好我们的行李并放上车，不一会儿我们的校车就缓缓的驶出校门，开往此次的目的地——定安，在度过了两个多小时的车程之后，我们来到了定安岭口镇中心小学，我们即将在此驻扎，也是我们两个支教小学的其中一个，小学不大，一进门，新修的教学楼矗立在眼前，大门的两旁分别是足球场和篮球场，也显得十分的空阔，脑子里浮现出了孩子们嬉戏玩乐的场景，同时也映像出了他们在课堂上仔细认真上课的画面。这时同伴们下车搬行李的动作发出的声响将我从遐想中拉了出来，我想美妙的生活即将向我手了，经过短暂的安顿之后，天也渐渐的暗了下来，老师根据同学们的实际情况迅速地为明天的安排做好了准备。晚霞，清风，伴随着窗外的幽静景象，我们渐渐入梦。

第二天的清晨光阳照射着大地，我们整理好我们教学用具前往群山小学，群山小学不大，等待我们的一共是三个班的学生，分别是三，四，五年级，和同学们互相交流了解之后，发现同学生的学习好奇心特别强烈，喜欢问好多的问题，有关于学习，有关于老师家乡的，还有一些动漫和电视，看到他们听的津津有味，老师脸上浮现出灿烂的笑容，在数学课上，学生们专注的神情，在笔纸上努力练算，让我印象深刻，画画课上，学生们纵意驰骋，天马行空的用各式各样的图案来表达他们内心的想法，有的画的惟妙惟肖，十分生动，最好玩当然莫过于游戏课啦，学生们特别喜欢上游戏课，有智力大比拼，有水果蹲等等，他们十分投入，好不快乐，愉快的时光总是飞逝，一天就这样在我们回去中结束了。

接下来活动的日子我们在岭口小学和群山小学之间往返穿行，每一天不同的地方交换给我们留下特别的感受，每一天“教学”都特别让我们充满新意和充沛的精力，岭口小学的学生更擅长计算和推理，记忆的知识也较全面，的确区域的教育资源可能更倾向镇，县等上一级地区，乡村的教学有待改进和加强，看着小学生们那天真的笑脸，还有的胆怯的眼神，我们希望他们的未来是美好的，他们变得更加勇敢和自信，更勤奋刻苦的学习，改变他们自己以及整个家庭的命运。

与同学们在一起的日子里，我深深的感觉他们那内心那天真无邪的可爱，那对老师满满的敬意，同学间玩耍的真诚，是珍贵无价的。读万卷书，是大学生的追求，行万里路，是亲近每一个需要帮助的人，也是人生的必修课。在教室里，希冀着我们对学生做一个对社会有用的人，做一个正直，自立，自强的人拳拳要求，欢送会上，老师们的心与同学们的心格外的亲近，学生的小小礼物表达了他们对老师深深地祝福。为期8天的支教下乡活动是结束了，但是又没有结束，因为它会永远得珍存在我们队员的心里，久久。久久......

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！