# 202\_年茶艺培训心得体会总结(实用16篇)

来源：网络 作者：星海浩瀚 更新时间：2024-11-23

*我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会...*

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。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。

**茶艺培训心得体会总结篇一**

学习是人类获取知识、提高能力的重要途径，也是实现个人自我价值的重要途径。在我多年的学习生涯中，我深深地体会到了学习的重要性以及一些学习的心得和体会。下面我将从目标明确、持之以恒、方法得当、合理规划和善于反思这五个方面，总结一下我的学习心得体会。

首先，学习要有明确的目标。一个人在学习的时候，如果没有明确的目标，就会像无头苍蝇一样，迷失方向。明确的目标可以引导自己学习的重点和方向，并且具有明确的目标可以提高学习的效率。每当我开始学习一门新的课程或者一个新的知识点时，我都会先弄清楚自己的学习目标，并且设立一些合理的时间节点，以便给自己一个具体的学习任务。

其次，学习需要持之以恒。学习是一个漫长而艰苦的过程，没有持之以恒的态度，是很难取得好的学习效果的。在学习的过程中，我们不可避免地会遇到一些困难和挫折，但是只有坚持不懈地努力下去，才能最终获得成功。我在学习中始终秉持着持之以恒的态度，无论遇到什么困难和挫折，我都会不断地努力和学习，终有所获。

第三，学习要方法得当。学习方法的好坏直接影响到学习效果的好坏。每个人的学习方法都有所不同，要学会找到适合自己的学习方法，并在学习的过程中不断地改进和调整。对于我个人而言，我喜欢采取抓大放小的学习方法，先抓住重点知识点，然后再逐渐展开学习。同时，我也会善于利用各种学习资源，包括图书馆、网络上的学习平台等，以获得最大化的学习效果。

第四，学习要合理规划。很多时候，学习并不仅仅是一阶段的事情，而是要持续不断地进行。因此，我们要合理规划学习的时间和学习的内容。学习计划可以帮助我们合理安排时间，将精力和时间集中在最重要的学习任务上，而不是被琐事所困扰。经过多年的学习，我发现制定学习计划对于提高学习效率和减少压力都有很大的帮助。

最后，学习需要善于反思。学习并不仅仅是死记硬背，更重要的是学会思考和反思。通过反思，我们可以发现自己学习的不足和不足之处，并进一步完善自己的学习方式和方法。同时，反思也可以帮助我们总结和归纳所学的知识，提高对所学知识的理解和应用能力。我学习的过程中，经常会停下来进行反思，并用笔记录下来，以便日后的学习和改进。

总而言之，学习是一种能力，要想提高学习的效果和水平，我们需要有明确的目标，持之以恒，方法得当，合理规划和善于反思。只有不断地学习和努力，才能不断提高自己的学习能力和学习成果。希望我的学习心得和体会对您有所启发，让我们一起在学习的道路上不断前行，追求更加优秀的自我。

**茶艺培训心得体会总结篇二**

第一段：引言和学习计划的重要性（大约200字）。

学习计划是指个人或团体为了达到学习目标而制定的一系列有序的学习活动。一个合理的学习计划不仅可以帮助我们合理规划学习时间，提高学习效率，还可以提升学习成果。在过去的一段时间里，我制定了一个详细的学习计划，并按照计划进行学习。通过总结这段学习经历，我对于学习计划的重要性以及如何制定和执行计划有了更深刻的认识。

一个好的学习计划首先要明确学习目标。在制定学习计划之初，我对自己的学习目标进行了仔细的思考和分析。然后，我将目标具体化，制定了可行的计划和时间表。在制定计划的过程中，我会考虑到每个学科的难易程度和时间分配，同时留出适当的时间用于复习和巩固。一个好的学习计划也需要具有一定的灵活性，因为往往在实施中会遇到各种无法预料的情况。当我在执行学习计划中遇到困难时，我会根据实际情况进行调整，适当将目标的时间安排和学习的内容做出调整。

学习计划的制定和执行需要坚定的意志和毅力。在执行学习计划的过程中，我经历了许多困难和挫折，但我坚持下来并取得了一定的成绩。我意识到在实施学习计划时，要建立起一种良好的学习习惯，比如每天坚持按时完成任务，保持专注等。定期做一些学习总结和反思也是非常有益的，因为它可以帮助我发现不足并做出改进。此外，与他人交流和合作学习也会给我带来新的思维和启发。

第四段：学习计划带来的好处和收获（大约200字）。

一个好的学习计划可以帮助我们合理规划学习时间，提高学习效率，从而提高学习成绩。通过制定学习计划，我学会了合理安排时间、提升自主学习能力和管理能力。我逐渐发现了自己的学习方法和学习重点，并逐步形成了自己的学习风格。通过将学习计划的执行与实际情况的反馈结合起来，我不断调整和优化计划，使之更适应自己的学习需求，从而达到学习效果最佳化的目标。

第五段：对未来学习的展望和总结（大约200字）。

通过总结学习计划的心得体会，我意识到一个好的学习计划是我取得进步的关键。在未来的学习中，我将更加认真地制定学习计划，并更加坚定地执行。同时，我还将注重提高自己的学习能力和方法，积极与他人交流和合作学习，不断优化学习计划，提高学习效果。我相信通过这样的学习方式，我能够更好地提高自己的知识水平和学习能力，并以更好的状态迎接未来的挑战。

**茶艺培训心得体会总结篇三**

学习纲要是制定学习计划和教学安排时的基本依据，它有助于提高学习效率和成绩。学习纲要的制定是为了达到一系列明确的学习目标，这些目标既包括一定的知识能力，也包括综合素质的培养。在学习过程中，我们需要充分认识到学习纲要的重要性，并将其作为行动指南。

第二段：合理规划学习步骤和方法。

学习纲要的一项重要任务是规划学习步骤和方法。通过对学科知识的系统整理和归纳，纲要为我们提供了一种条理清晰的学习路线。在学习纲要的指导下，我们可以有针对性地选择学习内容，明确学习重点和难点，并制定合理的学习计划。同时，学习纲要还提供了一些学习方法和技巧，帮助我们更有效地掌握知识。因此，我们要善于利用学习纲要，合理规划学习步骤和方法，提高学习效果。

第三段：培养自主学习的能力。

学习纲要要求我们主动去学习，培养自主学习的能力。在学习纲要的指导下，我们需要根据自己的特点和情况，合理安排学习时间，主动查找学习资源，积极参加课堂讨论和辅导班，主动解决学习中的问题，不断调整学习策略。通过自主学习，我们能够培养出独立思考、自我管理和解决问题的能力，提高学习效果和自信心。

第四段：加强学习与实践的结合。

学习纲要要求我们将学到的知识与实践相结合，发挥学习的应用价值。通过学习纲要的指导，我们可以对学科知识进行整合和拓展，提高学习的综合性和实用性。在学习过程中，我们要多进行实践操作、案例分析和实际应用，积累实践经验，丰富学习的内涵。只有结合实践，我们才能真正理解学习的意义和价值，提高解决实际问题的能力。

第五段：定期反思与总结。

学习纲要的制定并非一劳永逸的过程，我们要根据情况进行定期反思和总结，及时调整学习计划和方法。在学习纲要的指引下，我们可以对学习效果进行评估，找出不足之处，并采取相应措施予以改进。同时，我们也要注意总结学习方法和经验，为今后的学习奠定基础。通过定期反思与总结，我们能够不断提高学习效果和水平，逐步实现自身的学习目标。

总结：学习纲要不仅是学习的指南和依据，也是培养综合素质和提高学习效率的重要手段。通过合理规划学习步骤和方法、培养自主学习能力、加强学习与实践的结合以及定期反思与总结，我们能够更好地利用学习纲要，提高学习效果和成绩。因此，我们应该认真对待学习纲要，将其视为学习的“路线图”，引导我们走向成功的道路。

**茶艺培训心得体会总结篇四**

在世界各大宗教中，只有犹太教、基督教及伊斯兰教是“经典宗教”，因为这三种宗教都有一部被称为“神圣经典”的圣经。

《圣经》被称为“惟一的书”，又通常被描述为“最伟大的书”。它对历代人们的无尽的价值与影响，历史上没有一本书像《圣经》一样对人文有如此影响力。到目前为止，《圣经》已被译成20xx种语言，《圣经》每一年的销售量比任何一本书的年销售量都要多。

其实关于《圣经》这本书，从小就开始接触了，但也只是听大人说说而已，说得最多的是关于人们信奉耶稣的事情，在信徒的心中耶稣是神圣又慈爱的，他就救苦难的人们于各种灾难之中。总是觉得他是一种跟宗教信仰有关的很神秘的东西，觉得和自己没多大的关系，也只是喜欢听一些故事而已。随着在高中历史课上对历史的深入了解，慢慢的对西方历史文化有了更深刻的了解，并且历史课上老师多次解读《圣经》，他特别喜欢《圣经》，受老师的影响，因此对它充满了好奇，于是现在就找了机会看了。

我知道《圣经》是一本很厚的书，字密密麻麻的很小，如果不喜欢的话是很难坚持读完的。所以我先看了关于圣经的一些故事，然后才读的《圣经》。一些故事是我小时候就知道的，例如最常听到的就是“亚当与夏娃”，还有“诺亚方舟”的故事，那时听起来感觉是十分之有趣的。其实大部分是关于斗争的故事，虽然不是很感兴趣，但还是坚持读了。《圣经》故事的篇章真的多到令人不可思异，在这之中我也慢慢的去了解到，西方的文化，以及他们的经典书目《圣经》，去了解到西方的重要文化资产的书目。

通过读《圣经》的过程，让我深刻的体会到了读书要掌握一定的技巧，否则会受益很浅，学不到多少东西。还有就是要有兴趣，尤其像《圣经》这样深奥复杂的经典读本必须静下心来读。一开始读时还必须弄清它的基本框架。这样读起来会轻松一些。

《圣经》一般包括《旧约全书》、《新约全书》和《圣经后典》。《旧约》又包括律法书、历史书、智慧书和先知书四个部分;《新约》分为福音书、使徒行传、使徒书信、启示录四大部分;而《后典》则反映了《旧约》与《新约》过渡时期巴勒斯坦的情况。

通过读《圣经》，也让我对圣经对基督教有更进一步的认识。《旧约》的主线是耶和华拯救其子民以色列人的历史。我们可以先从圣经的故事目录中，了解到架构是从一开始的创世、犹太人遇到一些问题以致必须不断迁移，最后述说耶稣的诞生、早年生活以及最后如何的死亡，也因为有这一连串的事件发生。后来经由后人的统整之后，才会出现《圣经的故事》这本书。由七天创造世界来作为一开始的开端，这为之神话般的创世就此因而展开，接着开始出现了我们熟之的亚当与夏娃，偷尝禁果之后，进而开始衍伸了后代，也因为人们的生成，开始出现了，我们是如何来的，为什么是这样来的，后来慢慢的，衍生成了，上帝创造了世界，这种说法，有点带着神秘的色彩，而一开始就对于“神”之存在的，正是犹太人。而故事也因此开始慢慢的开始架构出来的。这就是《圣经》的大体框架，弄清了读起来也就容易了。

《圣经》中耶和华是世间惟一的真神，他的本质和特性就是独一无二的。在《圣经》中，有着多许许多多的小篇故事，几乎每一个故事都讲着上帝耶和华和以色列人的事。以色列人对他崇拜和信奉，他就使以色列人发展壮大，并在当中寻找着一个又一个的先知引导人们。然而也经常有以色列人背叛耶和华而受到耶和华的惩罚，被其他的民族奴役，遭受灾害等。这当中有民族之间的争夺领土之战，有兄弟之间为了权利而互相残杀，给我印象最深的是约瑟与他的兄弟的故事，约瑟的兄弟们对约瑟的嫉妒与残害，让我感受到了嫉妒的可怕和人性当中凶残的一面，亲兄弟之间的感情在他们那里还是没有经受住考验。还有其他的一些斗争是因为信奉而产生的，有些争斗在现在看来是很不明智的举动。其实就是因为也是信奉的缘故。亚博拉罕的故事就是很好的例子，亚伯拉罕差点因为耶和华的考验，去杀害自己最疼爱的孩子。虽然从信奉耶和华的角度看来，他是个对耶和华所说的话虔诚不已的人，依照着他的指示行事，认为耶和华讲的话是对的。我认为站在他信奉这个基准点上是没错的，因为一个信奉者本来就该对自己的神虔诚，若对自己的认定的神不虔诚，那可能是一种的背叛。但是从亲情、道德和人性的角度看来，这样未免太愚蠢了，怎么会因为自己的信奉杀死自己的小孩子呢?小孩并没犯什么错，这样的做法只是让小孩成为无辜的牺牲者。总之不管从哪个角度看来都有它的好与坏，所以我们无论做什么事情都不应该过度偏激，不应该太盲目了，无论是信奉什么宗教还是不信奉，都要有自己独立的思想，不能失去自我，失去人生中的原则。盲目的信奉并不能解决问题，这样只会让矛盾更加尖锐，最后导致问题的爆发，引起一系列的争端，斗争也就在所难免了，这样人们又会陷入灾难之中。所以不要过度的盲从去做一件事，应该要去选择一个比较折衷的看法，也要去听一些自己内心最深层的心，不要过度的去信奉而造成不好的盲从。

在那么多的故事中，我认为最具有神秘色彩的应该是关于摩西的神奇故事了，摩西在耶和华的指引下带领以色列人逃离埃及，逃出被奴役的命运的过程中，当他们来到红海前时，摩西的一声令下，红海就自己分开了，摩西带领着大家顺利的度过红海，在现实中这是根本不可能的事情。在我们的生活中这也只能在那些“神仙鬼怪”的故事中实现而已。也正是这样的神奇增添了几分神秘的色彩。而摩西最后的死亡，在圣经中也带着神秘之感，通过摩西的例子，我们可以看得出，在圣经故事中，充满了神秘的色彩。也正是这些个神秘色彩是人们对“神”的信奉更加虔诚。上帝在他们生活中，所扮演着举足轻重的角色，影响着他们的决策，更影响着他们的生活。

他们所信奉的上帝耶和华无所不知，智慧如同其能量一般无可限量。上帝可以决定他们的生活模式，甚至于决定他们的任何事情。如果今天上帝的思想跟他们有所冲突的话，他们一定是听从上帝的命令。他们会让他们的先知智者去和上帝交流，上帝也会主动找先知告诉他的想法，以让人们跟随他。信徒们以上帝的要求为优先，他们不会用自己的思想去思考判断一件事情，就算上帝的命令是错的，他们也会无条件的去服从。他们是完完全全的忠于上帝，对上帝不会有丝毫的怀疑。所以我觉得他们完全是替耶和华生活，完全的服从一个他们心中的“神”。他们过度的信奉以致于会因为一点点小事情而引起杀机，亲人之间的互相残害是最好的例子。该隐跟埃布尔间的兄弟相残，而起因则是，人们之间的忌妒所引起的。其主要的忌妒之心，跟耶和华有关，因为耶和华的观点上，较为赞许埃布尔的关系，所以引起的杀机，但是这边我想要说的不是兄弟之间的相残，而是耶和华在他们生活中所扮演的角色，影响着他们的日常生活，连这种小事都可以引起他们之间的相残。我们可以认真的思考一下如果今天有着更为重大的事件的话，他们是不是连迫害全人类的事情都可以做的出来呢?所以我们可以从这件事情上认识到这样毫无自己的见解跟观点，只是活在别人的赞许认同之下的人，可说是十分的愚蠢和可悲的。从中我们要吸取教训，想一下我们的生活有没有这样类似的事情，以此警戒自己。尤其是我们现在的大学生要学会思考衡量一下我们的生活和价值所在，在别人的赞许中更加发奋向上，要多和其他人交流，了解更多的不同的观点，从中吸取有益的内容。

就《圣经》中人们的信奉这一方面讲，我觉得圣经中人们对上帝耶和华的信奉和服从太过盲目了，从上面的几个例子中可以表现出来。他们对耶和华是完全的服从，在他们的心中上帝是完美的，他们不会对上帝产生置疑，也不容许其他人批判上帝。如果有人违背上帝，他们会尽一切力量去排除或铲除，是决不会让他阻碍主的命令的。其实这和我们中国的封建王朝一样，上至官员下至普通百姓都是服从天子的命令，不能有所违抗。只是《圣经》对于这些主，增添了几分神秘的色彩。当然，不是说“主”的存在不好，而是有些人却是假借主的名义，去散拨一些不实的言语，或者去达成自己的私欲，这样反而使得纷争越来越多。在圣经的故事中，有些斗争，完全就是本身的利益之争，根本违背了原本的意思。

在《圣经旧约》的故事中，都是在讲述着各种各样的纷争，却没有教人为善，只是告诉人们如果没有照着耶和华的指示去做，就会有麻烦，等到耶稣的出现，才有提及以“爱”为出发点的去对待人。大体说来，《旧约》中的耶和华是以色列人的民族神。他常被描绘成威严可怖、圣洁忌邪的军事统帅，准确的说是以色列的军事统帅，不时的大发烈怒，对以色列的子民以无情地惩罚。而耶稣的出现，从两个重要方面根本改变了上帝的形象：第一，使其身份从一个民族神转变成全人类的共同天父;第二，使其性情从令人敬畏变得仁慈可亲。虽说，这样可以让人去了解到人的黑暗一面。西方幸好有耶稣的出现，斗争才开始有了转变，要不现今的西方世界，应该更加的混乱吧!而耶稣在他那个时代，却被认定为是邪教，所以耶稣才会被钉在十字架上。因为圣经长时间的传播中，很多的观念跟行为都已经有背离了它的原意。人们都会自己去解读着主的意思，感觉上，自己本身就是主一般。所以很多的君主，为了自己想要得到的东西，而去找借口去谋害一个人，他们把自己认定有主那样的权力，可以杀害不服从的人。所以有时信仰会影响到人们的判断能力和观点，更何况在有心之人的利用之下，这样的宗教信仰，会变成一种强烈的社会型态，让人们在型态之下，失去了判断或者不敢去反抗《圣经》。所以我们对于信仰宗教一定要有清醒的认识和正确的观点，一时的偏差可能会导致重大的错误，使自己终生悔恨。我们大学生正处在人生抉择的关键时期，一定要树立正确的世界观人生观和价值观，选择正确的人生道路。

我认为《圣经》中最富智慧的人莫过于所罗门。他在向耶和华祈求的时候,就显出智慧来;不求金银、不求长寿、单求智慧。耶和华应允了他的祈求，赐给他无比的智慧，是超前绝后的智慧。以至他的声名远播。普天下的王都求见所罗门，要听神赐给他的智慧话。示巴女王怀着仰慕和疑惑的心来到了耶路撒冷。见到所罗门，她用许多的难题试探所罗门，所罗门用他超绝的智慧给她一一解答。以至示巴女王诧异的神不守舍。对所罗门说：\"以前听到你的风声，我还有怀疑，今日一见，才知所传的还不及真实的一半。\"列国向他臣服，给他献上各种贡物。因此所罗门的国度富有，金银堆积如山。所罗门的开销也是惊人的：他一日的饮食，肥牛几十只，羊一百只，还有各样的珍禽异兽。他所享受的，也是以色列国绝无仅有的。他以他的智慧，谛造了以色列国空前的辉煌，他在大卫的基础上，建造了圣殿，奠定了以色列民敬拜的中心。他为自己建造了宏伟的王宫。他以他的智慧讲论昆虫走兽以及花草树木，更以其智慧写出了在圣经中赫赫有名的箴言、雅歌、传道书。一位超绝智慧的拥有者，一个国家的最高统治者，一位聆听神话语的人，一个神的代言人。当我们看到雅歌书中那纯美的爱情，看到箴言那充满哲理的词句和传道书中那透彻人生的感悟。我们不得不佩服所罗门那超绝的智慧，对人生所作的剖析。即使是现在的人也很难轻易的对人生作出如此正确的判断，这是我们应该学习的地方。

就所罗门的故事，我们可以发现从社会属性而言，上帝是公正严明的审判者，绝不会偏心，绝不遗忘，绝不势利，决不受贿，即使扫罗、大卫、所罗门那样优秀的君王，只要办了错事，也会遭到严厉的处罚。上帝耶和华创造了人类的道德法则、伦理规范和社会秩序。这些法则、规范和秩序的核心是公平和正义;它们不仅适用于以色列人，也适用于万国万族。在以色列人心中，上帝是神圣、纯全、完美的主。我们可以看到如果你做了好事上帝会奖励于你。可是，你要是做了坏事，上帝会降罪于你的。中国有句俗语“善有善报，恶有恶报，不是不报，时候未到”。所谓善恶到头中有报，在现在文明的时代，我们时刻告诫自己，从点的小事中规范自己，不要“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”。

在《圣经新约》中有许多值得我们思考的问题。耶稣乃是基督教解经法的创始人。我们可以发现耶稣一方面按字面意义接纳《旧约》，坚持《旧约》的恒常权威;另一方面又大胆地批评《旧约》，重新解释它地含义。他反对教条式地遵守法律而不具善心，比如他询问一个想承受永生的青年财主是否遵循了以下诫命，即“不可杀人，不可奸淫，不可偷盗，不可作假见证，不可亏负人，当孝敬父母”，那年轻人回答：“夫子，这一切我从小都遵守了。”但当耶稣对他说，要把财产分给穷人，舍弃身外之物跟从主，惟此才能得永生时，青年人就沮丧而忧愁的走了。由此可见，遵从法律只是强行移植的信仰，人要称义，就必须发自内心地信奉上帝，模仿他地善德。当然，《新约》中诠释《旧约》的例子还很多，在此不在举证。一般而论，在,《新约》中《旧约》被当作一本希望之书;基督教徒们效法耶稣，以她为榜样，逐渐扬弃了法律，根据实际情况和时代的需要，采取全新的态度对待律法。他们相信《旧约》是在上帝灵感的召唤下写成的，必然有更深的意义。因此，在现在我们么时刻记住对传统文化要做到扬弃，不断创新，剔除不符合时代要求的落后的文化。以此不断促进社会的进步和人类文明的发展。

我们要从《圣经》中得到一些反思，吸取其中的一些教训，让其中有易于现代发展的东西为我们所用，而不是让其中的一些不正确的思想行为被人所利用来危害社会。我相信在这个文明的时代在每个人的努力下世界会更加的美好的。

还有一点我们必须认识到，就是《圣经》文化意蕴深奥，是世界文化宝库中的珍品，圣经文化影响深远。随着人类发展的全球化，各种文化相互激荡、相互渗透，相互融合。而我们中华文化有着包容性和开放性，因此我们认识了解基督教文化，了解其独特的文化体系，以更好的借鉴优秀文化，弘扬中华文化!

共

2

页，当前第。

2

页

1

2

。

**茶艺培训心得体会总结篇五**

学习是人一生中的重要部分，而且学习计划的制定和总结更是提高学习效率的关键。在经历了一个学期的学习之后，我深刻意识到总结学习计划的重要性。通过总结学习计划，我不仅能够及时发现学习中的问题，还能够提高学习的效果和质量。在这个过程中，我懂得了坚持计划的重要性、做好时间管理、找到适合自己的学习方法以及善于运用评估反馈等等，这些都是我在总结学习计划中得到的心得和体会。

首先，我认识到坚持计划的重要性。制定一个周密的学习计划是提高学习效率的基础，但是更重要的是能够坚持执行计划。经过一段时间的学习，我发现自己有时候会因为某些事情而放松了对学习计划的执行，结果导致学习效果不佳。然而，当我能够坚持执行计划时，不仅能够按时完成任务，还能够培养良好的学习习惯。通过总结学习计划，我认识到只有持之以恒地坚持计划，才能够在学习中取得良好的效果。

其次，我学会了做好时间管理。在制定学习计划的过程中，我会合理安排时间，将每天的时间分配给不同的学科和任务。通过总结学习计划，我发现合理的时间管理是提高学习效果的关键。当我能够充分利用时间，将每天的碎片时间用于学习时，我会发现我可以完成更多的任务。时间不仅仅是用来消磨的，更是用来利用的。只有做好时间管理，才能够更高效地学习。

第三，我找到了适合自己的学习方法。通过总结学习计划，我意识到学习方法的选择对学习效果有着至关重要的影响。在过去的学习中，我尝试了不同的学习方法，有些适合我，有些则不适合。通过总结学习计划，我了解到自己的学习习惯和特点，因此可以找到适合自己的学习方法。例如，我发现我更适合通过阅读来掌握知识，而不是仅仅依靠听讲。找到适合自己的学习方法，可以让学习变得更加轻松和高效。

最后，我学会了善于运用评估反馈。总结学习计划的过程中，我会对自己的学习情况进行评估，并及时调整学习计划。通过总结学习计划，我认识到及时的反馈和调整是提高学习效果的重要环节。当我能够及时发现学习中的问题，并且积极调整学习方法和计划时，我会发现学习效果和质量都有了明显的提升。评估反馈不仅可以帮助我找到学习的不足之处，还可以让我及时调整学习方向，拥有更好的学习效果。

总之，通过总结学习计划，我不仅意识到坚持计划和时间管理的重要性，还找到了适合自己的学习方法，并善于运用评估反馈。这些心得和体会使我深刻认识到总结学习计划的重要性，同时也为我的以后的学习之旅提供了宝贵的经验和指导。希望通过不断总结学习计划，我能够不断提高自己的学习效率和学习质量，取得更好的成绩。

**茶艺培训心得体会总结篇六**

个人奋斗目标：学以致用提升自我。

一、引言。

20\_\_年是我进入公司的第四年，前三年光阴慢慢地将要变成回忆，我希望自己在公司迈过五年后无需频频回首，自信而坚定，双手捧满了收获的果实，因而，谨在此制定20\_\_年学习计划，努力让青春的遗憾少一些、再少一些。

二、自我期许。

拥有持之以恒的毅力。

对自己有足够的自觉，善待他人。

能够学以致提升自我。

每天自我反省。

拥有健康的体魄和温柔、坚定的心。

事业与家庭同时兼顾。

三、计划书简介。

此计划书为期一年，主要分成两部分：一是政策法规、企业管理等方面的学习，二是技能学习，第一部分学习将贯穿整个一年的学习之中，第二部分的学习主要围绕考取注册安全工程师，对“安全生产管理知识”、“安全生产技术”、“安全生产事故案例分析”、“安全生产法及相关法律知识”等四本教材的学习。

四、主要学习内容。

政策法规的学习：我现在主要是负责安全生产、环保、项目监督管理、党群等工作，结合工作实际，安全环保相关法规有关知识的学习将成为我学习的侧重点：

以《安全生产法及相关法律知识》为读本，主要侧重于劳动法有关知识的掌握。全书242页，计划每个工作日阅读2页纸，将用121个工作日全部阅读完。

为充实自身，在工作之余将以《成功的项目管理》为学习读本，全书共分27章，每周阅读一章，7个月内全部学完。

技能学习：这部分学习侧重于以工作需要为主要方面的几项技能掌握，围绕考取注册安全工程师为目的，对《安全生产管理知识》、《安全生产技术》、《安全生产事故案例分析》等三本教材的学习。计划每本书平均每天学习5页，一年内学完。

五、常态话学习。

阅读：每天读报、每月读一份文学类杂志、每年至少读一本名著。体育：每周至少步行十五公里，参加篮球运动不少于两次，其他体育运动不定期参与。

随时加入其他学习。

六、目标。

20\_\_年9月取得注册安全工程师证。

七、备注。

在学习的过程中要持之以恒，切忌偷懒，并随时修改不切实际之处，使计划得以完善。

八、结束语。

一年后，当我再次翻开这一计划书，希望我能自豪地说：“我的自学之路是永无止境的，虽然前面的目标已完成，但我将再次起航规划以后的道路。”

**茶艺培训心得体会总结篇七**

学习就是一个不断学习新知识然后不断巩固总结知识的过程，在这个过程中的学习心得体会起到关键的作用，来看下面：

通过近期的培训学习，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能力和信心。

参加本期培训本人主要有以下几方面体会和收获：

一、通过培训，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。

通过培训班的学习，使我进一步认识到了学习的重要性和迫切性。

认识要面对不断更新的工作要求要靠学习，要靠培训，要接受新思维、新举措。

要通过学习培训，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水平的需要。

加强培训与学习，则是提高自身工作能力最直接的手段之一，也是我们提高业务水平的迫切需要。

只有通过加强学习，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、通过学习培训，使我清楚地体会到要不断加强素质、能力的培养和锻炼

1是要不断强化全局意识和责任意识。

“全局意识”，是指要站在全局的立场考虑问题，表现在政治上是一种高度的觉悟，表现在思想上是一种崇高的境界，表现在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，要始终保持开拓进取的锐气;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责任感，提高自身能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，始终保持健康向上、奋发有为的精神状态，增强勇于攻克难关的进取意识，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，积极主动地开展工作。

要经常反思工作、学习和生活，把反思当成一种文化，通过反思，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 是要宽宏大量，学会包容。

包容是一门艺术，是一种境界，要达到这种境界，就必须拥有博爱的心，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 是要注重文明礼仪，增强综合素质。

文明礼仪是生活和工作的根基，是体现一个国家和民族文明程度、经济实力的重要标志，没有了文明，就没有了基本的道德防线。

我们每一个人都应该具备文明素质，做一个堂堂正正的人，做一个懂文明、有礼貌的谦谦君子，文明就是我们素质的前沿，拥有文明，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文明素质，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，做文明事，说文明话，让文明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，自觉接受监督。

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能力，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，通过几天的学习，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，通过多种途径、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。

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角色转换，认真、虚心、诚恳地接受培训，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，如饥似渴地接受着新鲜的理念。

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，精美地呈现在我们的面前，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助，使我们不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，知道了做为一个人才，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，要一直坚持下去。

”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，但我可以从现在起就行动起来，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，但我知道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，我们教师必须首先牢固树立信息化、全球化的思想，积极参加培训学习，紧跟时代脉搏，做一个e环境下的新型教师。

通过此次培训，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

大家知道，经济发展状况可以促进教育的发展，影响教育的规模，一般地，教育受经济的影响是从二个方面展开的。

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，麦克风和音响可以让几百人聚集在一起上课。

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多余的，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，我们现在的培训就可以通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择性地学习。

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面对面讲课，教学质量很大程度依赖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(现在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。

学员在选择课程的同时也选择了教师。

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，教师通过讲授、板书及多种媒体的辅助，把教学内容传递给学生或灌输给学生。

老师是整个教学过程的主宰，学生则处于被动接受知识的地位。

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接受者即灌输对象，媒体是辅助老师向学生灌输的工具，教材则是灌输的内容。

表面上学生参与教学活动，但这是一种被动的参与。

它的优点是有利于教师主导作用的发挥，有利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、创造性能力的培养，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、探索能力，其自主性、积极性难以发挥，不利于培养学生的发散性思维和创造性思维，不利于创新能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，也不应该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角色，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，教师能够由原来的\'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。

特别在网络环境中，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，学生应该被看作为待点燃的火把，学生地位应该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，成为教学活动的积极参与者和知识的积极建构者。

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，里面共享信息内容丰富，各类课件制作精良。

网上资源中，不只是知识的储存和播放，更为我们提供了旨在提高实践能力的诸多方法。

而且，这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。

其实这不过是一种托辞罢了。

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，非常公平。

但人与人之间的不同，在于业余时间怎么度过。

当今社会的生活，丰富多彩。

人们选择生活的方式，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。

可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。

我们都知道现代教育的发展越来越强调自主学习和讨论式的学习，网络就给我门这样一个机会，今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。

**茶艺培训心得体会总结篇八**

学习教育是每个人成长过程中必不可少的一部分。无论是在学校还是在社会中，我们都需要通过不断学习，不断提升自己的能力和素质。在这个过程中，我收获了很多，也有很多心得体会。下面将从目标明确、方法正确、态度积极、总结经验、持续进步五个方面来谈谈我的学习教育心得。

首先，目标明确是学习教育的关键。目标明确就是要明确自己学习的目的和方向，只有这样才能更好地规划自己的学习计划和行动步骤。从小到大，我都非常注重设定目标。在每个学期开始前，我会制定一个学习计划，明确自己想要达到的成绩和能力。这样一来，我就能够更有针对性地去学习，切实提高自己的学习效果。

其次，方法正确是学习教育的关键。方法决定效率。每个人学习的方法都不一样，需要根据自己的特点和情况来进行调整和改进。在学习中，我善于总结经验，不断探索适合自己的学习方法。比如，在背单词的时候，我发现通过分组记忆的方式能够事半功倍；在学习数学时，通过做更多的练习题来提升自己的解题能力。因此，找到适合自己的学习方法是非常重要的。

第三，态度积极是学习教育的关键。态度决定一切。只有保持积极向上的态度，才能够面对困难而不退缩，在困难中找到突破的方法。在学习中，我一直坚持积极主动地思考问题和思考解决办法。如果遇到难题，我会主动寻求帮助，不轻易放弃。在积极的心态下，我相信自己一定能够克服各种困难，取得好的结果。

第四，总结经验是学习教育的关键。总结经验是对过去学习情况的回顾和梳理，通过反思和总结，我们能够更好地认识自己的不足和所取得的进步，为今后的学习提供经验和借鉴。在学习中，我经常自我评估和总结，比如通过复习考试时的知识点整理和错题总结，帮助我更好地理解知识，避免犯同样的错误。总结经验是一个循序渐进，不断提高的过程。

最后，持续进步是学习教育的关键。学习教育不是一蹴而就的事情，而是一个终身的过程。通过不断学习和提升，我们才能够不断进步，不断成长。在学习中，我一直保持着进取的心态，不断追求更高的目标和更优秀的自己。每次取得了一定的成绩或突破，我都会给自己一个小小的奖励，并鼓励自己继续前进。我深信只有持续进步，才能够走得更远。

综上所述，学习教育对于每个人来说都是非常重要的。通过学习教育，我明确了目标，找到了正确的方法，并保持了积极的态度，不断总结经验，持续进步。这些心得体会不仅能够帮助我在学习中取得好的成绩，更能够伴随我一生，成为我人生中宝贵的财富。相信通过不断学习和不断努力，我一定能够取得更大的成功。

**茶艺培训心得体会总结篇九**

《圣经》被描述为“最伟大的书”。这是因为它对历代人们的无尽的价值。下文是本站小编为你带来学习圣经。

心得体会。

总结，希望对你有帮助。

活到现在，越来越感觉到生命无常，命运多变，个人实在是太缈小了。凡人都会犯错误，只有伟大的神才不会犯错误，神是无所不能的，神说对就对，神说错就是错，规则是由神来定的，神创造万物，万物都是按照神的旨意存在发展。我对凡人所说的话都怀疑，只相信伟大的神。神所说的话，神所做的事，皆是我的指路明灯。神在这个凡人世界上流传有很多位，佛祖，上帝，玉皇大帝，盘古…..等等，以前我信佛，到后来感觉信佛的人没有好前途，不是亡国就是软弱无能，加上现在的佛教也完全变味，成了赚钱的教会，所以不信佛了。

研究过一断时间周易，周易都是关于天地大道，算是信过道教，但是道教太复杂，九宫八卦天干地支，太极二义四像，不是一般人能搞的明白。还是基督教好，上帝能力强，教徒遍布全世界，信基督教的都是强大的国家，信基督教发财的人也多，特别是以色列犹太人，做生意发财和当科学家的人超多;现在我们用的公元纪年，都是基督教规定下来的。我信基督教，以上帝的旨意作为自己的行事标准，神怎么说我就怎么做人。神的话就是正确，按神的话去做，我就不会犯错。

圣经就是神流传于世，用来教道世人的书籍，神不可能亲自来教道我一个普通的凡人，所以要看圣经。圣经都是一个个小故事和一些神的言语，从小故事中总结出做人的道理，每看完一个故事，我要作一翻结论写一些感悟，里面神的言语就直接当成教条。

2.蛇骗夏娃和亚当吃了禁果，他们全受到神的惩罚。违反神的旨意做事，就要受到惩罚。在现实生活中我们做了违法的事，或者做了错事，就应对所做的事负责，作出相应的处罚，不要指望做坏事不用承担后果，要是人惩罚不了你，神会来惩罚你。做事前要考虑好后果，承担不起不要做，承担的起再去做。千万别叫他人去做坏事，这比做坏事的人受的惩罚更重!

3.(亚当和夏娃生了两个儿子)牧羊的亚伯和种地的该隐，他们把自己出产的东西供奉给神，但神只看中了亚伯的羊油，该隐就心里不高兴嫉妒亚伯，有一天他们打起来，该隐就杀了亚伯，之后该隐也受到了神的诅咒。说明人都是有嫉妒心的，这个嫉妒心会害死人，我们在做好事情后，看看有没有引起他人的嫉妒心，如果引起了，就要分点好处给别人，不要把好处独自一人占有;要是别人做的比你好，你要克服自己的嫉妒心，不能做出坏事，做坏事是要付出代价的。做事情最好想个法子，不会引起人嫉妒心，比如你有很多钱，你可以把这钱说是借来的，或者说是贷款来的，不要让人知道你真的钱多。不要随意显摆自己的财富和才能，这样容易招人嫉恨，只为表现自己，让自己高人一等的显摆就是一种伤害别人感情的行为，显摆必须要有正确目的性。

4.(亚伯死后，亚当和夏姓又生了一个儿子叫塞特，塞特的子孙中有一个叫挪亚，挪亚造了一条很大的船，叫挪亚方舟).人在地上罪恶很大，终日所思想的尽是恶劣之事，神就后悔造人，要把地上的人，走兽，飞鸟和昆虫全部除灭，挪亚是一个思想清洁的人，受到神的蒙恩，神要他带领他的家人和洁净的畜类进方舟避难，之后神发洪水150天，把岸上不干净的生物全灭了。这故事说明，要是人变的很坏，只为满足自己的欲望，不择手断，为所欲为，毫无顾虑，死期差不多就到了。做人要懂得控制自己，不要想着邪恶的东西，不要做丧尽天良的事，为人要正直，思想要健康，万恶淫为首，人是神按照自己的形像造出来的，人要是做着不是人的事，就是损坏神的形像，定将受到惩罚。思想高尚的人，蒙受神恩。

易才会让人珍惜，容易成功的事都是小事情，成就越大困难越大，别指望会一帆风顺，磕磕碰碰才正常。第二，团结就是力量，大家在一起彼此交流，就能想出好办法，做成很多难事。人就是要通过语言和别人交往，才能得到帮助和支持，不懂得和别人相处，成就有限。语言相同，也可解少敌对，比如舟山要是和台州人口音相同，大家就不会有这么多隔阂，少数民族和汉族语言相同，大家就不会觉得他们是少数民族，中国人和美国人语言相同，两个国家就不会这么敌视。

6.亚伯兰住在那地，那地遭受饥荒，亚伯兰带着漂亮的妻子撒拉去埃及寻生活。亚伯兰对妻子说：“埃及人看见你容貌美，他们就要杀了我，霸占你。你要说成是我的妹妹，这样可保平安”。亚伯兰到了埃及，法老因想娶亚伯兰的“妹妹”，就对亚伯兰特别好，送了他好多贵重东西。从这个点故中，我明白，怀壁其罪的道理，在没有能力保护好贵重事物时，最好不要把贵重事物当成自己的，可以利用贵重事物为自己获取相应能承受的好处.生命是重要的，其它一切尊严可以暂时放下，过了难关，有能力时再找回尊严，尊严这东西可以暂时放一放，不要尊严受损，立马爆发，君子报仇十年不晚。忍，不是一味的忍下来，是好汉不吃眼前亏，来日有机会必将回报，有仇不报，非君子,要被人看不起。

7.(罗得是亚伯兰的侄子)亚伯兰与罗得同住那地，因为他们财物甚多，使他们不能同居，他们的牧人相互竞争资源。亚伯兰对罗得说：“你我不可相争，我们是兄弟骨肉，大地广阔，请你离开我，你向左，我向右”。此则故事得到启发，当资源有限时，是要靠竞争成王败寇，没有什么情义可讲。当资源很多时，不能为了一点点利益兄弟相残，要引导对方去得更容易得到的好处。无论什么时候，尽量不要遇到一山不容二虎的境遇，要做到互利互惠，相互补足或者为双方制造出不冲突的因素。比如两兄弟分家，在分家前就创造一份好的家产，就不会为了父母留下的财产斗死斗活，或者一个要家产，另一个向对方提出其他方面的要求，就是千万别造成双方都为财产同一目的。

8.亚伯兰被神更名为亚伯拉罕，他的妻子撒莱被神更名为撒拉，因为亚伯兰作为多国的父，后裔极其繁多，国度从他而立，君王从他而出，名字要神赐才显的突出。从这点看出，做人还是多生育后代为好，把后代教育好，培养成人才，当子女成为伟大人物后，肯定会加封或者优待父母。子女不多，就靠自己，闯出一番大事业，让名字流芳百世被众人颂扬,作为一个人，最光荣的事，莫过于于此。作为一个莫莫无名的人物，和草木无异，来世上只是传宗接代，制造大便，底层的基石，他人的工具,醉生梦死，贪图安逸。伟人的父母和师傅，其实比伟人更加伟大,没有他们就不会有伟人，人活着就为了成为伟人和制造伟人。

9.亚伯拉罕的妻子撒拉起初不会生育，就把她的侍女夏甲送给老公传宗接代用，当侍女夏甲怀孕后，就小看她的主母撒拉。撒拉对亚伯拉罕说：“我因你受屈，将侍女送入你怀，愿神在你我中间判断”。亚伯拉罕对妻子说：“侍女在你手下，你可以随意待她”。撒拉苦待夏甲，夏甲就逃走了。这件事中可以看出，做人不能功高震主，不能以下犯上，尊卑主次有别，那怕你的上司多么的无能，你都不可以轻视他辱骂他。无论你的能力有多强，都要服从上司尊重上司，顶撞上司辱骂上司就是大逆不道，没有人喜欢大逆不道者，尊重上司才会被众人认可。上司掌握着大义，有心的情况下，对不听话的下属有许多的办法玩他，不可跟上司对着干，绝没有好处。如果真的得罪了上司，要么逃走，去别的地方重新开始，要么就向上司赔礼道歉。上司不是一个好人，跟着上司感觉没前途，可以离开，良禽择木而栖，就是不能对上司不尊重。

明的延续。罪恶被容许是有条件限制的，要同时满足“不犯罪就活不下去或者说是被迫犯罪，犯罪确实有把握不被人所知或者不被人所恨”这几点才行。像唐太宗李世民，杀兄弟囚禁父亲，天下没有几个人说他坏，要是他不杀兄弟，他兄弟就要杀他，他杀了兄弟之后确实对天下作出贡献，世人也爱戴他，不计恨他的过错。今年发生在南京的杀人抢劫案，罪犯要是一直没被抓住，说明此人确实是被生活所迫不得不犯罪，身份保密确实有把握不被人所知，他的罪恶是被神所容许的。人不到山穷水尽走投无路时，尽量不要犯罪。

11.神见所多玛城的人们罪恶深重，要毁灭所多玛，亚伯拉罕对神说：“城里不完全是坏人，要是有50个好人，你还要毁灭吗”?，神说有50个好人，我就饶恕他们。亚伯拉罕说要是有40个人好人，你要毁灭吗?神说有40个好人，我也饶恕他们。亚伯拉罕又说，要是有30个好人，你饶恕吗?神说有30个，我还是饶恕他们。亚伯拉罕再说，有20个好人，你饶恕吗?神说有20个，我饶恕他们。亚伯拉罕紧接着说，有10个好人，你饶恕吗?神说：“为了这10个人的缘故，我也不毁灭此城”。神说完之后，就不等亚伯拉罕再开口，就离开了。这个故事说明，神也是可以讨价还价的，天下没有死板的要求，只要方法得当，都可以适当为自己挣取一些便宜。生活中遇到一些很为难的要求或者任务，可以和对方讨价还价的，但不能还到对方的底限，对方无利可图会不高兴。相反，作为提要求者，可以适当地把要求放高些，对方能全部完成那是超出了你的所料，有意外之喜，不能全部完成，也落入你的预期要求中，同时得了一个体谅人的好评。做买卖更应试如此，不能把物价定死，留有余地可供人“占点便宜”。

12.天使奉命毁灭所多玛，因罗得受神怜恤，天使对罗得说：“带着你的妻子女儿，逃命吧，不可回头看，不可在平原站住，要往山上跑，免得你们被剿灭”。在逃跑的过程中，罗得的妻子在后边回头看了一下，就变成了一根盐柱。这个故事告诉人们，不可对坏人同情，对坏人同情，就是对正义的玷污，罪同恶人。对待敌人，就是要凶狠，那怕他多么可怜，都要下杀手除掉，不杀敌人，等敌人逃跑后，他会叫人来杀你的战友，相当于你在间接杀害战友。在这个时代，我们看到坏人在做坏事，不可去看，不可站在原地，要跑的远远地，以免被坏人记恨上遭到报复或者被人误会是同谋。脱离一个很差的集体或公司，就不要再和依旧待在那个集体或公司的人保持联系，不要再对那个地方产生好奇心去关心他的未来，关心它没有一点好处，那里的人都是最差劲的最可恶的最没用的人，关心邪恶也是要遭天罚的。多关心善良正义高尚美妙的事，才是正确的做法。关心不等于关注，关心带有点爱心，我们可以关注恶事，提前预防它，制定计划消灭它。

13.(哈兰和迦南是人名也是地名，以先祖为地名)亚伯拉罕祖籍是哈兰，按神的旨意迁往迦南地，亚伯拉罕遣仆为子娶妻，要求儿子的老婆必须是本族的后裔，不允许儿子回到祖籍之地居住。结婚对于每一个人来说都是大事，按神的旨意选择配偶能得到赐福，如果你在他乡，神要求娶妻要取祖籍之地的女子，这样使得你不会忘祖，每年抽空都会回到祖宗的地方看看，拜祭祖先看望族人，忘祖的人是为不孝，不孝之人是得不到神的祝福。如果你在家乡发展，那么妻子要娶的离你稍远一些，但不要超过本市，比如我是台州人，就取台州人为妻，老婆娶的太近，麻烦事也会多，家里一闹，双方亲戚立马就到，小事都要变成大事。好男儿志在四方，都在老家是发展不出多大能耐，能在外面混好就不要待在家里，在家里容易受到父母的影响，做事情展不开拳脚，只有老来才能落叶归根，人在外，老婆一定要娶家乡附近的人。女人嫁人，也要嫁和家乡有关的人，不要嫁给之前一点关系都没有的外乡人。每个人要根据自身的条件定一个择偶标准，这个校准要自己能正常实现，不要高的离谱，标准一旦定下来，不要轻意改变，一定要找标准和标准以上的人为配偶，宁缺勿烂，夫妻是一辈子的事，要找一个自己满意的人才行，不能凑合着找一个过日子。找了一个低于标准的配偶，今后容易会厌烦对方，离婚不是神所赞同的事。

14.神想试探亚伯拉罕对他的忠诚，就对亚伯拉罕说：“带着你的独生儿子以撒去摩利亚的一座山上，然后在山上的祭坛边上把你儿子杀死，作为燔祭”。亚伯拉罕清晨起来带着儿子和劈好的燔祭柴木，前往神指定的地方，就在亚伯拉罕要杀儿子作祭品时，神制止了他。

神相信了亚伯拉罕的忠诚，并赐大福给他及他的子孙后代。从这个故事中可以看出，人心隔肚皮，连神都看不到凡人的心里，只能通过对方的所作所为来判断。我们来判断一个人好坏，不是看他说的有多么动听或者多么难听，而是从他日常生活中所作所为来判断好坏，语言很容易会迷惑人，是不可取信的，不能听风就是雨，要眼见为实，凡是听到的东西，必须要亲自去调查才能相信。电视上的广告，新闻只能作参考，就算书本上的知识，都要通过实践才能确保它是可信的。有很多事情我们也无法去亲自调查亲眼所见，为了解少这样事的判断失误，我们只好相信公众的言论或公理，公论不是100%正确的，冤假错案还是很常见的。我们在工作中，会遇到上级对下级的信任的考核，作为下级一定要对上级忠诚，只有忠诚的下属才能得到上级的赏识，无论何时，都要在言语和行动上保持对上级的忠诚。假如上级真的有了过份的要求，要让你付出最珍贵的东西，但你真的不情愿付出，也要在口头上答应上级，在行动上也要做出愿意的样子，要沉住气，坚持到最后关头，等到了最后关头，上级可能只是试探你，会不要你最珍贵的东西，真的非要不可，无法避免时，只能背叛，这样的上司不值得你忠诚。

15.亚伯拉罕的妻子撒拉享寿127岁，死在希伯仑，亚伯拉罕对赫人说：“我在你们中间是外人，是寄居的，求你们给我一块地埋葬我的妻子”。赫人说：“你在我们中间是一位尊敬的王子，我们是你的仆人，只管在我们最好的坟地埋葬你的妻子”。赫人以弗仑准备送田头上麦比拉洞给亚伯拉罕作为坟地，但亚伯拉罕坚决付钱给以弗仑，买下了麦比拉洞及周围的田地。看完这段内容，我明白，送的东西不能作为永久性东西，送的东西只能作短期使用。收人礼物，就是欠人人情，永久性的东西，就永远欠着别人的人情，永久性或者长期性的东西，只能通过钱来买断，不能贪图便宜。送的东西不靠谱，送的东西一般不会有收据，都是口头上所说，口说无凭，立字才能为凭证，如果原主人后悔要回来，那将是很麻烦的一件事，要伤害双方感情的。中国古语说的好，无功不受禄，天下没有免费的午餐，得到就要有付出，没有付出就得到的东西，你迟早是要还的。我们在生活中，一般不要收人好处，收了好处一定要回报，普通人之间叫礼尚往来，如果当官的收人好处，替人办事就叫受贿，受贿很容易遭到报应。

16.亚伯拉罕遣仆人去给儿子以撒到祖籍之地找一位妻子，仆人找到了“利百加”，拿出金银宝物和华服送给她全家并说明来意，利百加及她的家人同意去作以撒的妻子，在利百加家里住了一夜，第二天清晨，仆人说：“请打发我回主人那里复命”，利百加家人却说：“让女子和我们同住至少十天，然后她才可以去”。仆人又说：“神赐给我通达的路，到你这里来找到利百加，你们不要耽误我，请打发我回主人那里去吧”，于是他们打发利百加跟从亚伯拉罕的仆人回去了。

都说计划赶不上变化快，拖延容易把事情办砸，好处在眼前，有能力得到就要立马得到，真的要是等个十天以上，利百家可能就不会跟着仆人走了。当我们完全占据主动时，就不能让对方拖延，对方不同意，逼也要逼得对方同意;当我们没有完全占据优势，就要想方法促使对方立即作出决择，比如表露自己的诚心，使对方相信你，或者许诺更大的好处，甚至威逼一下也可，威逼只能做合法之事，不能真的做出伤天害理之事去威逼，威逼利诱双管齐下，尽最大可能让对方不拖延。对方没有立马答应，都是有原因的，他可能不相信你，他可能有别的选择，当他把事情成功拖延之后，他会找人来比较和商量，如果被你的仇家知道，好事肯定会遭到破坏。实在没办法让对方立即作出决择，只能祈祷上帝，上帝看到你真的尽力的份上，会给你好运!

17.利百加骑着骆驼跟着亚伯拉罕的仆人到了迦南地，天将晚上，以撒到田间默想，举上一看，见到来了些骆驼。利百加举目也看到以撒，就急忙下了骆驼问清那人是谁，仆人回答说是主人，利百加就拿帕子蒙上脸。仆人将所办的事告诉以撒，以撒就带着利百加进了他母亲的帐蓬，娶了她为妻，并且爱她，自从以撒母亲撒拉死后留下的心伤，这才得以安慰。

都要盖一个红头巾，要是一开始就让新郎知道对方美丑，即是妻子是美女，也没有什么惊喜感，要是丑女的话，这婚事可能还要黄掉。在不知情的情况下，揭开红头巾要是美女，新郎会认为自己运气好，这是上天的恩赐，会更加爱老婆，揭开红头巾是个丑女，都拜过天地，只能认命，这也算是保护了女性的权利。美丽的东西或者珍贵之物，容易引起别人的窥视，带个“面罩”是一种保护措施，防人之心不可无。丑恶的东西，带一个“面罩”，就可以和别人正常交往，不会受到岐视鄙视，不会被人厌恶，生的丑不是你的错，但是丑还出来吓人，就是你的错。人都要保有一定的秘密，未知才会让别人有所顾虑，当一个人被别人完全了解，他就没什么威胁了，国家与国家之间更应该保有秘密，底牌千万不能让别人知道，被人摸清了底，别人就会制定出对策将你击败。“娶了她为妻，并且爱她，自从以撒母亲撒拉死后留下的心伤，这才得以安慰”，从这句话中可以看出，任何心灵上受的伤害，都有方法得到治愈，失去什么，可以用一个同样重要的东西弥补回去。当我们失去亲人时，就找一个爱人回来或者生一个出来，当我们失去爱情时，我们可以用亲情友情来代替，和爱情同样重要的东西很多，别想不开。那些因为感情上出现问题想不开自杀的人，全是弱夫，强者是会自己找回弥补的东西。

18亚伯拉罕生前和非利士人首领亚比米勒立约，”不要欺负我及我的子孙，我怎么样厚待你，你也要照样厚待我与所寄居这地的民”，立约的证据是挖一口井，井名叫“别是巴”。亚伯拉罕死后，他儿子以撒居住在非利士，以撒受到神的赐福，在非利士耕种一年有百倍的收成，拥有许多牛羊和仆人，非利士人就嫉妒他，把亚伯拉罕生前立约挖的井填满士塞住。亚比米勒对以撒说：“你离开我们这里吧，因为你比我们强盛得多”，以撒被逼迁到非利士的基拉耳，在基拉耳以撒挖了一口井，基拉耳的牧人与以撒的牧人相争这井，以撒为这井取名叫“相争”，以撒又叫仆人挖了一口井，但又和基拉耳当地人相争，以撒为第二口井取名“为敌”，以撒挖了第三口井，这次基拉耳人没有再相争，以撒为第三口井取名“利河伯”(宽心，宽阔的意思)。

大学选修这节课时，我觉得这是命运的邂逅。因为我的奶奶是一位基督教徒，小时候，听她讲述了很多关于圣经的故事。我一直都相信上帝爱世人，这种神圣的力量让我能够健康长大。我还记得每一次生病时，奶奶都会向上帝祷告，恳请他原谅我这只迷途的小羊羔。听着这些话，总觉得有一双温暖的手，抚平我身体的疼痛。每一次看宗教电影，看到里面，一张张虔诚的脸，似乎感觉到一股与众不同的气息„„触动心底最柔软的部分。

我们圣经选读主要讲述的是旧约部分。旧约的主要内容是耶稣和他的门徒在世间布道的故事。圣经总体来说就是上帝教导人们要行善的故事。其中写了许多勇敢、忠诚信徒，同时也写了一些背叛者。

作为一名大学生，我知道宗教是一相信并超自然神灵为共同特征的一种社会意识形态和世界观，上完圣经选读，给我的感受是：死亡和矛盾无处不在。上帝爱人类，那为什么又一次次只因为背叛他或者拜了别的神而摧毁人类?在同一个“博爱”的上帝名义之下，善和恶都进行着，并且是假以相同的借口。所以我感到这是很矛盾的故事。

上完选修课，我看到我们有时候缺少那么一样东西--爱。耶稣在常人眼里早已幻化为万能的上帝，在基督徒眼里他似乎又无所不在，无所不能。但是，在这本书里，我却看到了一个人性化的耶稣。现在的教育偶时候缺少了爱的教育。在当今社会和媒体个人主义和拜金主义的干扰下，学生更自私和没有同情心了。许多同学对身边人的感情不深，反而更爱那些不可触及的明星，成为追星一族。他们失去了爱和被爱的能力。他们所预期的那么容易。显而易见，激怒耶稣是不可能的，他从不对仇恨他的那些人表示反感，他从容地走出每一个陷阱，当他被逼到一个角落的时候，他就讲一个简单的小故事，使所听故事的人转到他这边来，这也是一种很好的教育教学方法。他希望人们爱自己的友邻，他恳求人们停止战争。眼看着人们互相残杀，冤冤相报，耶稣痛心疾首。他本来是个快乐风趣的人，生活对于他来说是快乐的，而不是负担。他爱父母，爱家庭，爱朋友，村子里的活动，他没有不参加的。他自己不是隐士，也不赞成别人靠逃避生活拯救自己的灵魂。可是这个世界却似乎到处都是荒凉，暴力和混乱。耶稣以他那淳朴而伟大的胸怀贡献出一剂医治这些创伤的良药。他把这剂良药称作为“爱”。有这个字眼就是他所教导的核心内容，而这，也是我在选修课上学到的最大精华所在。

及人压迫的以色列人，找到一片可以快乐生活的富饶之地。虽然他最后并没有到达目的地，但在绝望和痛苦的折磨下，他没有放弃神的嘱咐，何其强大的精神力啊。

我读了这个故事，感想很深刻。我知道了，神会在远处看着我们。我们要遵守与神的约定，神不会纵容任何一个人。只有以这个为前提，神才会爱护我们。当然，在这里读《圣经故事》，并不是说我要去信奉上帝，只是让我觉得，在我们的社会发展中，某些宗教的某些精神也是值得提倡的。只是，我们必须学会审视，批判接受。

在构建社会主义和谐社会的今天，我们要遵循在弘扬主旋律基础上发展文化多样性的原则。无产阶级是无神论者，然而我们也应有博爱的精神。并不是说要去信教，但从另一个角度来看，我们也应当汲取宗教中适合社会和谐发展的精神，以不断提高自身素养。

共

2

页，当前第。

1

页

1

2

。

**茶艺培训心得体会总结篇十**

人们常说，“掌握天的规律，通往天堂的路便贯穿了地球。”天是人类重要的研究对象之一，天文学作为一门自然科学，多年来一直在不断发展，为人类了解宇宙、探索未知领域做出了重要的贡献。在我的学习和探索中，我深刻体会到了天的学习，不仅拓宽了我的知识视野，还凸显出了自身的优缺点，让我懂得了如何更好地学习、生活和工作。

天的学习内容十分广泛，不仅涉及到恒星、行星的运动规律、结构、演化等，还包括了宇宙中的强大引力、黑洞、暗物质等概念。学习天文学需要掌握的基础知识非常丰富，首先需要了解天文学的基本概念，如天体、星系、星云等。在此基础之上，需要掌握物理、数学、化学等多个学科的基础知识，如万有引力定律、量子力学等。此外，还需要具备良好的观测和实验能力，神经系统的细微变化对于科学家来说也是非常重要的资磁。

我在学习天文学的过程中，深刻体会到了许多方面，首先是眼界和想象力的提高，我们可以更加深刻地认识到宇宙的浩瀚和神秘，同时也可以更加准确地了解地球和人类的位置和环境。另外，我在学习天文学的过程中，发现自己的细节工作和时间管理能力也得到了提高。学习天文学需要具备良好的注意力，关注每一个细节，避免出现任何小错误，这对工作和生活中都非常重要。同时，学习天文学还需要具备良好的时间管理能力，只有有效的时间管理才能提高学习效率。

第四段：如何更好地学习天文学。

学习天文学需要具备好奇心和热情，对于这个庞大的宇宙空间的未知，我们应该充满好奇心，并对待每一个解答都保持热情。此外，我们还需要具备自学能力，学习天文学不止是在学校或者研究机构，也可以通过互联网、书籍、科普视频等途径自学。同时，我们还应该建立好的学习时间表，合理分配时间，避免过度劳累。

第五段：结论。

天文学是一门看似遥远但同时与我们息息相关的科学，通过天的学习，我们不仅能够更深入地了解宇宙世界，还能够在学习和探索中提升自身知识水平和综合能力。无论是对于专业人士还是爱好者而言，学习天文学都是十分有价值的。相信在未来的学习和拓展中，天的学习将会更加深入到我们的工作、生活和探索中。

**茶艺培训心得体会总结篇十一**

年12月2日至xx年12月11日，我有幸参加了西安市小学英语教师在西安外国语大学为期10天的培训，本次培训虽然时间不长，却使我受益匪浅。不仅使我增长了见识，开阔了视野，也使我的思想观念也发生了深刻的变化。本次培训对我来说真是一个提高自身专业素质及能力的好机会，为我今后的英语学习和教学指明了方向。

本次培训人数众多，西安市中小学英语教师共100多人，我们中小学老师分班开展培训。有多位教学经验丰富的专家教授、有从国外留学归来的博士生和优秀的教学一线的老师对我们进行培训。授课专家的讲座异彩纷呈，各具特色。这10天，我感受颇丰。专家们的理论阐述给人启迪，促人反省，让我们欣赏了专家的风采，开阔了眼界，拓宽了思维，了解掌握了英语教育教学的的规律与方法。

课程内容有解读英语新课标、如何培养小学生写作能力、英语课内活动和课外活动设计、国际视野下的英语基储现代国际礼仪与教师修养、课程改革背景下的教师专业发展、阅读教学、语音、语法、听说等。

我们每位学员都非常珍惜这次机会，每节课都能认真听专家老师讲课，和老师互动，认真做笔记。我的收获有如下几个方面：

听了龙志刚校长的讲座和潘俊武博士的一节《国际视野下英语学习的基捶课，使我明白了英语教学的根本目的就是实现国际文化交际，与不同文化背景的人进行交流，理解他国文化，并在交际时能合理运用，可以大面积地、全面地提高英语教学的效率和质量大幅度地提高学生运用能力，这既是中国国民经济发展的紧迫需要，也是小学英语教学的一项紧迫任务，为了实现这个目标，需要我们正确认识跨文化交际教学是小学英语教学的一个主要环节。在教学中以渗透为主，而不是以单独教学为主。文化本身的内涵是非常丰富，它是“人类在社会历史发展过程中所创造的物质财富和精神财富的总和”，是由人类文化价值观构成的知识体系，在语言教学中渗透文化，与文化行为成为每课必不可少的一部分，是符合语言与文化关系特征的。

通过培训学习，我们与一批教授专家，尤其与许多小学英语骨干教师建立了融洽的关系，教我们阅读课的xx老师和讲语音的xx老师讲课注重实效，不仅课堂上讲解非常认真，为了给我们提供教学信息，她们把自己讲课中用到的、对我们有很大帮助的课件都让我们复制下来，为我们今后的教学提供了信息，这种敬业精神让我十分感动，我会充分利用好这一宝贵的财富。在今后的工件中发挥应有的实效.

听了莲湖区教研员张老师的《英语会话教学有效模式的研究与探索》和远东一小田老师的《小学英语课堂教学》我才明白了，怎样的课才算是一堂好课，怎样才能利用教材去教学生，而不是教教材，同时也发现了自己教学中存在这和张老师讲座中提到的相同的问题：重词句，轻交际；重活动，轻情景；重机械操练，轻意义操练。

在今后的课堂教学中中，我一定努力克服这些问题，分清教学活动中各个环节的主次地位，使每一个学生都能参与其中，勇于张口，使课堂气氛活跃而有秩序，让学生都能找到自己的定位，真正喜欢上英语课堂。其次，创造一种轻松愉快的学习环境，这也是提高学生学习兴趣不可忽视的一个方面。现代心理学家认为：“凡是被学生认为不愉快的事，不如被他们认为愉快的事记得牢，不愉快的事往往不经意识就为知觉所抵制。”如果学生一想到上英语就怕。一见到英语老师就心慌，那么他们就很难学好英语了。为了培养学生学习英语的兴趣，使他们消除害怕心理。今后我上课时，尽量要求自己做到声音响亮，态度和蔼，在适当的时候，带点有关的故事、游戏、歌曲，补充有关背景材料，使学生爱上英语课。

语言是一个载体，是一种工具。它的目的是交流。要想熟练的使用这个工具来达到交流的目的，它就应该是听说读写四项基本技能的综合，最后以“说”的形式呈现出来。然而，在实际英语教学过程中，迫于升学压力，有些时候，我们难免做得有些本末倒置，把大量精力放在阅读写作等技能的训练上，而忽视了“说”这个语言最基本的技能，忽视了学生口语表达能力的提高，从而把英语学成了“哑巴英语”。

随着新课程改革的推进，教材，试卷对语言实际运用能力的要求和考察的比重均有所上升，但由于客观条件和师资水平的限制，这个目标的完全实现仍然是一个长期而艰巨的过程。并且，要想实现这个目标，教师除了要提高自身的口语水平和专业素质外，更要转换在课堂上的角色。在传统的教学模式下，教师是一个完完全全的传授知识的机器，传授方法单调枯燥，只注重单向性，因而难以达到真正的师生互动，生生互动。只有运用灵活多样的教学方法，才能充分调动学生学习的积极性，激发学生的知识潜能。

通过学习与交流，使我深刻感受到转变观念不能只停留在认识上，更应该落实到课堂教学实践中去取得实效；通过学习与交流，使我知道应该如何在课堂教学中树立新型的师生关系，创设丰富有趣生活化的学习情境，开展学生自主、合作探究的学习活动，提供行之有效的教学媒体，关注学生的学习过程，真正使每一位学生学有所获，得到较好的发展。通过学习与交流，还使我学到了一些好的教育教学方法，提高了专业技能，同时，也增强了自己适应新课程改革的能力。培训中，面对不同风格的名师、专家，听着不同类型的讲座，我每时每刻都能感受到思想火花的撞击。虽说这些天的学习在教学实践中不会立竿见影，但却也有许多顿悟：身为教师，要把握新课改的动态、要了解新理念的内涵、要掌握学生的认知发展规律，要在教学实践中不断地学习，不断地反思，不断地研究，厚实自己的底蕴，以适应社会发展的需要，适应教育改革的步伐。

总之，通过这次培训对我来说有了很大的收获，给我带来了全新的教学理念和丰富的精神食粮，通过学习使我对新教材教法有了更新的认识，在教育思想和教学理念上有了更新换代。我要把这些新的教学理念和新的教学模式运用到自己的教育教学工作中去，在学校的新课改教学中发挥自己应有的作用。

**茶艺培训心得体会总结篇十二**

学习教育是每个人成长过程中不可或缺的一部分，通过学习教育，我们可以获取知识和技能，培养人格与价值观。在这个过程中，我积累了许多心得体会，下面我将从学而时习之、温故而知新、勤思之方能得、与人为善之道、知行合一等五个方面进行总结。

首先，学而时习之。无论是学习新知识还是巩固旧知识，我发现要跟上学习的节奏，唯有时刻保持学习的状态才能让知识真正变成自己的财富。例如，我在学习语文这门课程时，发现只有不断地阅读、背诵、写作，才能真正提升自己的语文素养。这个道理同样适用于其他学科。通过不断地复习和练习，我发现知识会在脑海中更牢固地定位，变得更加深入。

其次，温故而知新。虽然我们每天都会接触到大量新知识，但有些时候，旧知识却能向我们指点迷津，帮助我们更好地理解新知识。毫无疑问，知识是联系的，而不是孤立的。因此，我发现在学习中，及时温故旧课程，整理和回顾以前学过的知识点是非常重要的。通过与新知识的对照，我们能够更好地发现和理解它们之间的联系，提高学习效果。

再次，勤思之方能得。只有通过深入思考，我们才能真正理解和掌握所学的知识。当我们遇到困难时，只有不断追问，不断思考才能找到解决的办法。我曾遇到过一个数学难题，我试图通过不同的方法解决，但一直没有成功。直到我静下心来，仔细思考问题的本质，才找到了解决方法。我意识到，培养深入思考的习惯非常重要，因为只有当我们理解了问题的本质，才能更好地解决它。

此外，与人为善之道。教育不仅仅是知识的传递，更是培养人格和价值观的过程。通过与老师和同学之间的交流和合作，我学会了尊重和欣赏他人的观点，倾听和理解他人的需求。我发现与人为善不仅能够建立良好的人际关系，还能够让自己的学习体验更加愉快和充实。通过与他人合作，实践多元思维，我接受了不同的观点，开阔了自己的眼界。

最后，知行合一。学习不止于书本知识，更要将知识应用到实践中。我发现通过实践，我们可以深入理解并发现知识的真正作用和意义。例如，在学习数学时，我会尝试用数学思维解决生活中的问题，如计算购物时的折扣、估算行程中的时间等。通过这样的实践，我发现数学不仅仅是学校里的一门课程，更是我们生活中必不可少的工具。

总而言之，学习教育是一次探索和成长的过程。通过时刻保持学习的状态，温故而知新，勤思之方能得，与人为善之道，以及知行合一，我们可以更好地理解和掌握所学知识，培养人格与价值观，不断提升自己。我相信，只要我们始终保持学习的心态，学习教育将成为我们人生中的一笔宝贵财富。

**茶艺培训心得体会总结篇十三**

天是众多古代文化中不可或缺的一部分，人们对天的探索和研究始终是人类文明发展史上的一个重要历程。随着现代科学的发展，对天的观察和研究以及对宇宙的探索也变得更加深入。天的学习，已经成为了许多人快乐学习和深度思考的一种习惯。在接下来的文章中，我们将分享我们的天的学习心得和体会。

天的学习可以带来许多好处，首先，这种学习能让人的视野更加开阔，了解更多有关宇宙和自然科学的知识。其次，天的学习也可以让人们更加关注环保问题，让人们意识到地球是我们共存的家园，需要我们来一起保护。此外，通过天的学习，人们还可以培养自己的观察能力和想象力，这对于很多职业发展都是非常重要的。

天的学习方法有很多种，其中比较常见的有通过天文台、科技馆和博物馆参观展览，或是通过书籍、在线视频、微信公众号等方式获取相关知识。在学习天文知识的同时，人们也可以结合观察和实践，例如观察夜空中的星星、行星和彗星，或者在山区或野外进行夜间露天活动了解天文知识，这样可以更加深入地了解自然界及宇宙的奥秘。

我们通过天的学习，了解到宇宙的壮美和神秘，我们感叹这个世界的无限可能以及自然规律的奥妙。同时，我们也在不停的探索与学习中找到了自己的兴趣所在，这种学习的过程也让我们的心灵变得更加宽广、祥和与敏感。天的学习，让我们充满了好奇和向往，它为我们开启了一扇探索更广阔、更精彩世界之窗。

总之，天的学习，是一种丰富多彩且不断进步的学习，它可以让我们感受到宇宙的神奇，让我们更好地了解自然和科学，同时也激发了我们探索和思考的内在动力。我们相信，将来随着科学和技术的不断发展，天的学习也将继续发扬光大，同时也会吸引更多年轻人对科学和宇宙的热爱。

**茶艺培训心得体会总结篇十四**

这次的学院安排我们铁路专业的到实地去实习学习，面对铁路的护养问题我们要有坚定乐观的自强精神、安心铁路大修事业，认真学习、艰苦奋斗、开拓进取，为社会主义铁路事业贡献一份自己的力量。下面是本站小编为大家收集整理的铁路学习。

总结，欢迎大家阅读。

党的xx大开幕式亮点频频，为国人和境外媒体所称道。xx大开幕式是一堂生动的政治课，我们应该认真地学些什么?我想至少有以下几个方面值得学习。

尊重历史溯源头。在党的xx大开幕式上，全体代表为毛泽东、周恩来、刘少奇、朱德、邓小平、陈云等已故的老一辈无产阶级革命家和革命先烈默哀。貌似平常之举，实则内含深意，让多少人眼窝湿润。忘记过去就意味着背叛。没有革命领袖和先烈们的前仆后继，英勇斗争，就没有中国人民的翻身解放，没有已故老一辈无产阶级革命家的雄才大略和殚精竭虑的努力，就没有中华民族的日益昌盛。党的历史，不能割断，割断党的历史，我们就会失去立足之本、精神之源、事业之基。当代中国共产党人正在走已故老一辈无产阶级革命家和革命先烈没有走完的路，继续推进着他们未竟的事业。常念先人之功绩，常思先人之风范，常学先人之精神，坚定革命信仰，是我们继续推进社会主义伟大事业从胜利走向胜利的精神支柱和不竭动力。

团结和谐创新业。在党的xx大开幕式上，中共元老齐齐亮相xx大主席台。翻阅xx大推出的主席团常务委员36人的名单中，原在中共十四大、xx大、xx大退下今仍健在的政治局及原全国人大委员长万里共10人均是成员，他们都是曾在不同时期在中共高层和国家担任重要职务、在公众中享有威望的老一辈领导人，外媒常称之为“中共元老”或中共“重量级元老”。这是我们党团结和谐，广泛民主，承前启后，共谱华章的明证。尊重老一辈，无疑是继承老一辈的政治智慧，提高治党理政的能力，使xx大决策更符合中国党情国情，更代表人民群众的愿望。反观我们某些当政的领导，自视高明，固步自封，不善于从老同志身上汲取经验和智慧，更有甚者，认为退下来的老同志心里不平衡，组织纪律性差，爱挑毛病，喜欢讲问题，因而从内心排斥老同志。这实质是党性不纯，自私自利，对党的事业不负责任的表现。

居功甚伟不忘本。党的xx大以来的五年，是改革开放和全面建设小康社会取得重大进展的五年，是我国综合国力大幅提升和人民得到更多实惠的五年，是我国国际地位和影响显著提高的五年，是党的创造力、凝聚力、战斗力明显增强和全党全国各族人民团结更加紧密的五年。在巨大成绩面前，中央领导集体头脑清醒，强调“三个永远铭记”，继往开来，高举中国特色社会主义伟大旗帜继续前进。小而言之，我们有些同志喜欢割断历史，主观地片面地孤立地看待问题，甚至贬低前任班子的工作，否认前任班子打下的坚实基础、创造的良好条件，用以拔高自己的形象，抬高现任班子的政绩。其实，人心是公平杆称，不会因为人为的粉饰而失衡。没有好的思想作风，忘记“本”和“源”，就不会有好的业绩好的政声。

谦虚谨慎凝人心。在党的xx大开幕式上，作完xx大报告后走到主席台前，向在坐聆听报告的20xx多名党代表深深鞠了一躬。向代表们鞠躬，这是发自内心的鞠躬尽瘁为人民思想的自然流露，表现了居功不骄、谦虚谨慎的高贵品质，蕴涵着对代表们出色工作的肯定，勉励鞭策代表们在现代化建设的征程中发扬优良作风、争取更大光荣。亲切的关怀，巨大的鼓舞，全体代表和全国人民必将保持“心齐、气顺、劲足”的精神状态，向着全面建设小康社会宏伟目标奋勇前进。能否在成绩面前谦虚谨慎，不骄不躁，凝聚人心，继续攀登新高峰，是对党执政能力的考验。对此，我们充满信心。

在全国两会上提出的“三严三实”重要论述，无疑为全面推进廉政清风建设注入一股清泉。古往今来，诸如包拯、海瑞、焦裕禄等官员皆因清正为民而备受百姓爱戴，而类似和绅、雷政富、谷俊山等贪官污吏的倒台则是大快人心，百姓举手称赞。不难看出，无论历史如何变迁、时代怎样发展，清正廉洁是人民对为官掌政者始终不变的期待。习的三严三实，高屋建瓴，恰如其分地竖起了打造过硬工作作风的重要标杆。“严以修身、严以用权、严以律己，谋事要实、创业要实、做人要实。”字字珠玑，寓意深远。酣然品读之余，对自己以后的人生有了更多的思考。

一要巩固宗旨，坚定信念，守护清正廉洁的决心。身为一名公安干警，肩负维护社会稳定和公平正义的重任。更应时刻牢记:全心全意为人民服务宗旨;时刻不忘把廉洁从政作为主线，提升自己身为人民警察的核心价值观，切实把廉洁为民融入到公安工作全过程。要不断地深入学习各类警示教育活动，以先进典型事迹鼓舞士气、弘扬正气，不断坚定自己的理想信念，激发自己不竭的工作热情;以反腐警示录里的典型案例筑牢防线、守住底线，坚决消除不良思想，约束自己的行为，积极营造风清气正、廉荣贪耻的浓厚氛围。不断增强自身理论素养和勤政廉政意识，使拒绝腐败的决心成为一种本能。

二要减少应酬，净化“三圈”，坚定廉洁奉公的信心。身为执法人员，自身形象不再是个人形象，一言一行一举一动，都关乎整个公安队伍的公信力。我们务必要严以律己，慎用手中的权利。明白权为民所赋、利为民而谋。身为公安干警，要率先垂范、以身作则。在减少交际、应酬上带头做表率，自觉净化“生活圈、社交圈、娱乐圈”，积极倡导健康向上的生活情趣。同时，加强对亲属的监管，申明底线和划清界线，在家庭会议上强调中央八项规定和各大项禁令，坚决不把个人群带关系和私利掺和到工作中去，防止后院起火。

三要摒除贪念，修身务实，维护一心为民的恒心。当今社会，物欲横流，我们手中的权利成为居心叵测者眼中发财致富的钥匙。金钱、美色，时刻诱惑着我们。我们务必要严以修身，剔除心中的贪念，始终保持头脑清醒，清廉自守，弘扬正气，抵制歪风，坦坦荡荡做事，堂堂正正做人，清清白白为官，常修为政之德，常思贪欲之害，常怀律己之心。日常工作要经常深入群众、融入社会，了解群众疾苦，体会百姓不易，消除不满足、攀比、从众、侥幸等偏拗心理，求真务实，坚持执政为民、执法为民不动摇。

党中央正以刮骨疗伤、猛药去疴的决心和勇气大力推进作风建设，力求营造干部清正、政府清廉、政治清明的和谐社会。这是中央和民意的共振!身为公职人员，借此xx整整衣冠、照照镜子、洗洗澡、看看病，强身健体正当时。

2月12日下午2时，铁路工务部门迎来了猪年第一次党组织生活会。会上社区党xx着重讲了党的群众路线教育实践活动，表示活动将紧紧围绕保持和发展党的先进性和纯洁性，以为民、务实、清廉为主要内容，按照“照镜子、正衣冠、洗洗澡、治治病”的总要求，在社区深入开展。同时副书记向与会党员汇报了20xx年社区的工作思路，进一步明确了贯彻落实好局党委第二批党的群众路线教育实践活动的总体部署，高标准、高质量的开展段教育实践活动，广泛宣传是基础。利用局域网、官方微博、微信、手机短信平台、电视电话会议，办简报、做专刊，保包宣讲，活化宣传形式，走实群众路线教育实践活动。

会议最后进入热烈讨论阶段，党员们纷纷表示将发挥党员先进模范作用，深入基层，利用自己的专长为社区建设尽自己的一份力量。

由于智能手机的普及，移动网络、公共场所wifi的大量开放，几乎可以随时随地刷微博，用微信，浏览网页看新闻。各单位纷纷开通官方微博、微信平台，对外是展示宣传本单位的窗口，对内通过微博、微信对单位当前的重点工作、开展的活动进行宣传成为了最直接最快捷的平台，发挥着不小的作用。

铁路工务部门，由于工作性质，点多线长，人员分散，用微博、微信来进行宣传，是职工接收最快的平台。上、下班通勤时、住宿职工的工余饭后，都可以用手机来了解一下当前段里工作重点、开展的活动非常方便及时。路局开展的第二批群众路线教育实践活动，借助微博、微信这一平台，将活动开展的重要意义、内容进行碎片化发布，适合现在人们“快餐式”的阅读习惯，迎合“微博控”们的胃口，不占用职工大量的时间，但能清楚明白的让职工认识到活动开展的必要性，活动开展的方式方法，看到这个段认真走实群众路线的决心和信心。让职工及时了解活动的开展，参与活动，监督活动，将群众路线教育实践活动的开展落到实处。段通过开展“听真话、摸实情、找问题、查‘四风’”自选动作，落实活动的开展。班子成员以普通职工的身份下基层，深入一线车间与职工同吃同住同劳动，采取“听、谈、察、改”的方法，查找班子成员在“四风”方面存在的突出问题。

有不了解不明白的地方，还能够通过微博、微信直接询问互动交流，在线值班员及时进行解答。同时可以直接对话职工，收集职工对教育实践活动的意见建议，促进群众路线教育实践活动走实走好。让职工切切实实的了解活动开展的目的，要收到的效果，使活动的开展得到职工的支持和理解，深入人心，打消顾虑，敞开心扉，畅所欲言，针对干部职工反映到的、了解到的和体验到的问题，能解决的立即解决，让干部职工感受到整治“四风”有行动，联系群众有变化，为活动的开展奠定了基础。

很高兴能有机会去，与美丽而又内涵的进行零距离的接触。在这儿，我们体验到了大美，这是一种精神上的美，这是有内涵的美。大巴车在山路上穿梭，透过窗户，看到路两边的石头和石崖，石崖上面是绿、是树。可以想象，这路是怎么来的。渐渐地我们来到了大腹地，这里山高涧深、桥隧相连、荒凉闭塞，铁路人在这儿养护维修着襄渝铁路81公里线桥设备。引领我们参观学习的解说员这样描述：\"抬头一线天、低头是深涧;天天云雾罩，半年雨绵绵\"。

从70年代初，在襄渝铁路修建过程中，三线学兵连奔赴山重水复、地形险峻、人烟稀少、交通困难、施工条件极差、工程尤为艰巨的秦xx区，筑造\"打不烂、炸不垮\"的钢铁运输线。到第一批铁路人砌水池、架水管、引山泉，解决吃水问题;买设备、办磨房，加工原粮，解决吃粮问题;开荒地，种蔬菜，解决吃菜难的问题;移石运土，在乱石坡上修泥台阶路，彻底改变每天饮山泉、住石屋、点油灯、啃干馍的艰苦生活，硬是把日本专家判了死刑的\"担心线\"养护成了安全\"放心线\"、\"优质线\"。就这样一代一代xx人逐步铸就并培育了\"安心山区的奉献精神、开拓进取的拼搏精神、艰苦奋斗的创业精神和坚定乐观的自强精神\"的\"精神\"。

我想，如果我们没有这个机会去学习，可能很多人都会一时的忘却何为艰苦。作为一个从农村走出来的大学生，我知道什么苦，也体验过什么是真正的苦，但是随着社会的发展，人类文明的进步，我们的精神层面并没有提高。就自我而言，已经很久没有思考过关于在艰苦中磨练自己的意志和精神层面的问题了。所以，我觉得，精神，应该与时俱进。先辈们留下来的东西，我们必须要学习和传承好。

在，我认识了一个年西铁路工程职业技术学院毕业的学生，他20xx年分配到工务车间工作。据他介绍，他这一批总共有32名毕业生分配到该车间工作，这一年来，他们没有一个人离开工作岗位。他们传承\"吃苦为荣。艰苦奋斗、无私奉献、奋发进取\"的\"精神\"，克服襄渝线桥梁最高、隧道最长、曲线半径最小、海拔最高、坡度最大、生活条件最差等种种困难，安心山区、勤奋工作，都具有很强的吃苦奉献精神，能够安心山区工作。这就是新时期\"精神\"的真实写照，他们继承并传承着这伟大的\"精神\"。

学习的时间虽然不长，通过和他们的短暂接触以及观看影片，他们热爱生活，正视生活的态度还是深深打动了我。他们改造者自然，也改造着自己。用他们的话说就是：很苦，可我们在一天就要干好一天，生活就得充实一天。为了充实这一天，他们搬石运土，花了半年时间在乱石坡上挖出了一个篮球场。这其中最具特色的是，他们每年一次的\"站区运动会\"，运动员们在受限制的场地里展开激烈角逐，比赛项目也是别具特色，扛着枕木上山，背菜，大叫都陶醉在一种少有的快乐之中。这样的运动会起其他地方或许没有多大的吸引力，但在这儿，他却是养路工们对美好生活矢志不渝的追求和自强不息、顽强奋斗的象征，这就是xx人的\"狂欢节\"。有时候真心觉得好羡慕他们，这是一种多么高尚的生活态度啊。

写着写着，感觉自己好多的内心感受无法用文字来表达，也许是能力有限，很多东西都不能够用文字表达的清楚。但这些东西都是要时刻铭记和必须实践的，作为一名铁路职工，我们的工作性质，决定了我们的工作环境和工作内容，但我们要有坚定乐观的自强精神、安心铁路大修事业，认真学习、艰苦奋斗、开拓进取，为社会主义铁路事业贡献一份自己的力量。

在20xx年年底召开的全国铁路工作会议上，铁道部党组作出了全面推行安全风险管理的工作部署。我认为全面推行安全风险管理，对于做好新形势下的铁路安全工作，深入推进铁路科学发展、安全发展有着极其重大的意义，也使我更清醒地认识到作为一名基层干部的责任感和使命感，结合自身工作实际，我本人有以下心得体会：

1、长期以来，铁路高度重视安全基础工作，始终高喊坚持“安全第一”不动摇，但安全基础薄弱的状况始终没有得到根本解决。以我所在的货运车间为例，突出表现在：安全管理和现场作业控制较为薄弱;。

规章制度。

不够严谨、规范，临时性措施办法多，职工队伍老龄化严重，职工队伍素质能力还有欠缺等等。随着新技术装备大量投入使用，安全基础薄弱所带来的安全风险将更加突出。切实解决安全管理存在的突出问题，已是极为紧迫的工作。因此我认为想要破除铁路安全基础薄弱的“顽疾”，就必须增强安全风险防范意识。部党组在铁路发展的关键时期，适时的引入安全风险管理方法，是非常必要的，通过对风险因素的有效控制，进一步促进干部职工安全意识的提高，进一步促进各项措施的落实，最大限度地减少或消除安全风险。

2、部党组针对铁路安全面临的严峻现实，深刻总结了铁路安全工作规律，提出了牢固树立“三点共识”，把握好“三个重中之重”等一系列安全管理新理念，有力地促进了安全持续稳定。全面推行安全风险管理，是强化铁路运输安全工作的必经之路。安全风险管理是一个系统性的工程，以传统的“安全第一、预防为主、综合治理”为思路，构建安全风险控制体系，就是要加强对安全风险的全面分析、科学的制定措施，最终实现消除安全风险的目标。我认为安全风险管理能使铁路系统的安全管理达到一个更高的层次，更能提升全路安全管理的水平。因此，做为一名铁路人，我们应该主动适应新体制、新格局、新变化，增进融入意识、大局意识和服务意识，要在提高自己的同时，还要带领车间的全体同志共同搞安全风险管理工作，通过班组学习会和安全讨论会把“安全风险管理”的理念与安全生产的辩证关系渗透到每一名职工的日常工作中去，确保车间的安全生产。

3、加强自控型班组建设，确保车间安全风险控制。要不断规范、完善班组管理各项制度，做到班组各项管理制度健全、分工明确、责任具体，形成作业标准、纪律严明、考核严格、设备完好、积极文明的班组，达到安全生产管理的良好氛围。同时强化现场作业安全互控、卡控机制，实现安全持续稳定。各班组、各岗位作业人员严格落实本岗位作业标准的，加强对相关岗位作业安全风险点的互相卡控，及时消除各种安全风险，做到“你的问题我来纠、你的作业我来控、你的漏洞我来补”的良好工作氛围。练就过硬的业务素质和实做能力，不断提高应急应变处理能力。各班组要按照车站下发的业务。

学习计划。

结合车间的作业特点、人员情况以及季节性特殊要求加强日常的职工业务培训通过班前、班后点名会集中业务学习、职工自学、实做技能演练等形式不断提高职工的综合业务素质从而提高岗位安全自控能力。还要加强劳动安全教育。开展经常性的劳动安全观念教育教育全体干部职工认真遵守各项管理制度通过最严格的劳动安全管理和考核形成人人遵守劳动纪律、重视劳动安全的良好氛围。

20xx年的车间的安全生产工作任务艰巨，确保实现安全、稳定、经营和建设目标的责任重大、考验严峻。我们要全面推行安全风险管理，提升安全工作水平，为开创运输安全工作新局面做出积极的贡献。

。

**茶艺培训心得体会总结篇十五**

我们生活在一个法制的社会里，只有学好法律法规，增强法制观念，提高法律意识，才能更好地保护自己，也为单位为社会贡献自己的绵薄之力，在此分享法律学习。

法律永远是公正严肃的。它捍卫着公民的权利，维护着公民的合法利益。任何人不能跨出它所规定的方圆。就本人对学习法律知识看法：

一、必须培养强烈的法制观念。

法制观念由来已久，作为我们处在现代社会的人，在法制建设不断健全、社会文明中不断发展的新形势下，个人的社会活动都必须依据法律而进行，因此，更应该学法、懂法，用法、遵循法律。

常常会在电视、报纸的报道中看到一些人没有法制观念，不懂得用法律的武器来维护自己的尊严和权利，他们甚至在受到不法侵犯的时候还不知道用法律途径解决问题，有的选择暴力、有的选择忍受。这是一种悲哀，我们要吸取教训，培养自身的法制观念，同时也员工进行普法宣传，只有大家都有法制观念了，法律才能更好的发挥它的作用。

二、坚持理论联系实际、学以致用的务实的态度去学习普法知识提高自己的法律素质。

学法的目的就是学以致用，明白什么是法律所允许的，什么是法律所禁止的，要在法律所限定的框架内做事。学习过程中认识到培养和树立诚信守法、依法执教、全面落实科学发展观，推进社会主义法治建设，构建和谐社会、全面建设小康社会的必然要求。

三、要将普法学习落到实处。

普法的学习必须要有针对性，要有所的有所获，对于个人来讲，在普法学习中受益匪浅，通过学习不仅认识和纠正了自身所存在的一些法律盲区，同时通过学法可以很好的指导相关业务的顺利开展，对日常工作所产生的积极影响是明显的。

因此，普法知识的学习是一举两得的好事，学好、用好法律是一件重要的事情，我不仅更新了自己对法律的认识，更是清楚的了解到自己的法律地位，每个人都享有一定的权利，“平等”的。

口号。

不应是嘴上说说而已，落实到实处才拥有意义，否则有法也等于无法了。在提高了法制观念和依法办事的同时也提高了的自身业务素质，普法学习不能是三分钟的热度，今后一定要将普法学习坚持下去，树立终生学法的观念。

近日，学校开展了相关法制宣传活动，在学习了相关法律法规知识后，对于社会主义的法制体系有了更深刻更全面的认识。俗话说“没有规矩不成方圆”，诚然，“规矩”在此可以理解为约束我们的法律法规。法之所以能成为人们行为的规范准则，主要是通过指引、评价、教育、预测和强制五种方式来对社会起到规范作用，这是任何社会的法都具有的。

在社会主义经济飞速发展的今天，经济发展，社会进步，而我们的生活也紧跟着时代的步伐，学习相关的法律法规是非常有必要的。通过单位组织开展的法制讲座和法制知识竞赛，我有以下几点认识和体会：

1、要积极主动学法、懂法。认真学习国家的相关法律法规不仅可以提高我们的法律意识、规范我们自身的行为，而且有利于维护我们自身权利。如道路交通安全法就与我们的生活息息相关，学习了该项法规后在以后的日常出行中，就会主动参照该法律规范约束我们的行为，减少出行中出现的意外和伤害。

2、要做到自觉用法。学会利用法律的武器来维护自己的合法权利，实现法律公正，人人平等。在学习一系列法律法规后不仅要“学法知法”，更重要的是学会“用法”。比如面对突发事件时，首先要保持冷静，再者可参照《突发事件应对法》来处理所遇到的问题。而当前建设生态文明也可学习和运用环境保护法和贵阳市生态文明城市条例来建设和维护我们的家园。

3、要规范自觉守法，做一个合格的公民。学法懂法是前提，怎样用法是关键，而能够自觉守法才是真正完善地落实了这一活动。“勿以善小而不为”，在日常生活中，我们要时刻规范自己的行为活动，遵纪守法，严于律己，为自己为单位为社会树立行为规范，从现在做起，从我做起，从每一次身边小事做起。自觉形成良好遵守法律法规的观念，只要这样才能真正地知法，用法，才能把守法落到实处。

我们生活在一个法制的社会里，只有学好法律法规，增强法制观念，提高法律意识，有效地运用法律武器维护自身权益，才能更好地保护自己，也为单位为社会贡献自己的绵薄之力。

党的将中国特色社会主义总布局从经济、政治、文化、社会建设“四位一体”升华为包括生态文明建设的“五位一体”，标志着中华文明格局开启了向物质文明、政治文明、精神文明、社会文明和生态文明全面发展的更高阶段演进的新里程。坚定不移地推进“中国梦”的实现，中华文明必将放射出更加灿烂的光芒。“中国梦”不是宏大口号，而是蛰伏在每个中国人心头的期许、希冀。

“中国梦”的第一要义，就是实现综合国力进一步跃升。如今，我国经济总量已跃居世界第二位，但人口多、底子薄、发展很不平衡的状况并未根本改变。党的描绘了到20xx年的宏伟目标：经济持续健康发展，国内生产总值和城乡居民人均收入比xx年翻一番，科技进步对经济增长的贡献率大幅上升，进入创新型国家行列，人民民主不断扩大，文化软实力显著增强。这一指标体系，构成了现阶段“中国梦”的基本图景。

党领导全国各族人民共圆“中国梦”的根本目的，就是要实现好、维护好、发展好最广大人民的根本利益，进而提升全社会的幸福指数。提升幸福指数是个复杂的系统工程，既要考虑物质因素，又要考虑非物质因素，从根本上讲，就是要进一步提升社会和谐的水平。党的着眼于提升人民的幸福指数，将“坚持维护社会公平正义”、“坚持走共同富裕道路”、“坚持促进社会和谐”纳入夺取中国特色社会主义新胜利的基本要求，将“保障和改善民生”作为社会建设的重点，等等。这些和谐因素的充实，对“中国梦”的阶段性特征作了更为清晰的描绘，也为“中国梦”增添了更加美丽的幸福光环。

党中央立足世情、国情和党情的新变化，在中国共产党第十八次全国代表大会上提出了党章修正案，这次修改不仅吸收了近年来党的理论创新和实践发展成果，而且与党的报告的重大理论概括和重要提法紧密衔接，思想性、针对性和指导性都很强。对党章作出重要修改，进一步增强了党章的权威性和时代性，对于夺取全面建成小康社会新胜利具有重大而深远的意义。

党章是我们立党、治党、管党的根本大法，是党的最高行为规范，是把握党的正确政治方向的根本准则，是坚持从严治党的根本依据，是党员加强党性修养的根本标准，党章的内容十分广泛，对党的性质和宗旨、党的路线和纲领、党的指导思想和奋斗目标都作了明确规定，对党内政治生活、组织生活的所有重大原则问题都提出了明确要求，集中概括了我们党作为一个马克思主义政党先进性的全部要求，对党员的作为也都有明确的规定，只有把党章学习、遵守、贯彻、维护好，使党章的各方面内容在广大党员中切实入脑入心，并化为响应党的号召的自觉行动，才能确保我们党始终沿着正确的方向前进，始终成为中国特色社会主义事业的领导核心，始终凝聚起全党同志的意志和力量，为实现党的理想和目标而共同奋斗。

“中国梦”吹拂亿万国人的心，一如“春天的故事”在人心间生根发芽。“中国梦”不是宏大口号，而是蛰伏在每个中国人心头的期许、希冀。它是每一个中国人生活在美丽中国，实现安居乐业，追求事业成功;它是每一个中国人都心情舒畅，工作和生活在自由民主、公平正义、平等有序的和谐社会中;它是通过各族人民同舟共济、艰苦奋斗，凭着根植于“中国梦”的中国精神，在不远的未来把中国建设成一个人民富裕、国家强盛、社会安定、生态环境优美的社会主义现代化强国，实现中华民族的伟大复兴。换言之，“中国梦”既是对百年来中华民族为之奋斗追寻的概括，也是当下中国人对自己未来的渴望;既是对中国人共同命运的深情凝炼，也是对普通个体人生价值的表达和升华。

空谈误国，实干兴邦。现在，我们比历史上任何时期都更接近中华民族伟大复兴的目标，比历史上任何时期都更有信心、有能力实现这个“中国梦”。今天，中国正处于可以大有作为的重要战略机遇期，中国的发展仍有无限空间，中国人还需要鼓足干劲、共创未来。在新的征程上，我们的责任更大、担子更重，必须以更加坚定的信念、更加顽强的努力，继续实现推进现代化建设、完成祖国统一、维护世界和平与促进共同发展这三大历史任务。潮平两岸阔，风正一帆悬。党的集中全党智慧，体现人民意愿，适应时代要求，提出了宏伟奋斗目标，描绘了壮丽发展蓝图，进一步坚定了我们“敢做梦”、“能圆梦”、“拥抱梦”的决心和信心。一个新的时代正向我们走来，一个承载着民族复兴的伟大梦想已然腾飞。每一党员要切实学习党章、遵守党章、贯彻党章、维护党章。按照党章的要求，坚持以邓小平理论和“三个代表”重要思想、科学发展观为知道，为夺取全面建成小康社会新胜利、实现“中国梦”而做出自己应有的贡献。

。

**茶艺培训心得体会总结篇十六**

19日上午的讲座人是浙江省教育科学研究院研究员老师，周红五老师主要讲教育教学管理过程中师生交往的艺术(人的心理和身体、环境、心理、活动四方面的系统拓展开讲解)。

19日下午，是山东省寿光世纪学校特级教师，全国十佳班主任老师，郑立平老师本次主题是如何生成班级管理的智慧(结合自身在班级管理总的尝试和创新)。

20日上午，是广东省特级教师，青年骨干教师的老师，他的职业心态是：多一点自信，少一点自负，多一点敬畏，少一点牢骚，多一点反省，少一点推托，多一点信任，少一点误解。

老师还被称为“有爱心、多智慧、能奉献、会表达”的专业班主任典范。

20日下午的讲座人是北京师范大学心理学博导郑日昌教授，郑教授站在心理学研究的最前沿，全面深入地阐述了教师压力的来源、表现及危害，压力应对的方式方法，以及心理情绪的管理、放松和调节的主要途径，特别是郑教授总结的宣泄、转移、幽默、放松、暗示、升华等12种调节方法非常实用，受到了老师们的热烈欢迎。3个小时的报告，被一次又一次的笑声和掌声打断，精彩的报告，让老师们感受了一次精神的沐浴。

总结这两天的学习，我有以下体会：

一、人不管在任何行业都会遇到各种各样的困难，既然选择了教师，就应该踏踏实实的干好自己的本职工作。

报告中运用许多生动、感人的案例，深刻剖析了学生成长教育中存在的种种不良现象。在报告中她强调，教育是情感的付出，是科学的创新，是艺术的创造;教育是爱的传递，其责任、义务、使命是永恒的，但随着时代的变迁，教育的观念必须更新，教育的方法必须改变，教育的途径必须拓宽。

老师睿智的话语、充满激情的演讲、发人深省的案例，充分展示班主任工作的艺术性，使我们这些一线老师学到了许多许多。

周红五老师说过这样一句话：只有积极的、科学的态度看待自己的人生经历，才能成为财富。

二、多做好材料的积累工作。

陈老师的报告就像是平日的说话一样，语调亲切，说着我们身边再熟悉不过的事情。记忆最深刻的是全班的孩子帮他过生日的场景。陈老师的报告让我知道了材料的积累让人很佩服。以后我也要好好的学着做。

三、要学会信任、爱自己的学生(代沟突围)。

听了陈老师这句话(当学生吧信任交给你，越要珍惜这份厚重的信任，当学生视你为知己的时候，更要善待这份心灵的托付，正因为如此，才有了教育的美丽与尊严)后更加的知道了孩子爱你、信任你才会对你说出真实的自己。

四、做一个幸福的班主任。

看到了这段话，幸福来源于改变，如先改变自己，对方也会改变;对方有了改变，心境也会改变;心境有了改变，言辞也会改变;言辞一有改变，态度就会改变;态度一有改变，习惯就会改变;习惯一有改变，运气就会改变;运气一有改变，人生随之改变!让我感触到事实如此。

要获得幸福感，途径有很多，如：每天一次微笑的问候、每周一次关心的交流。提高管理班级的水平，关爱学生，走进学生的心灵，把班级建设成优秀班集体，成为受学生欢迎的班主任。

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！