# 最新公司户外拓展训练心得体会范文大全

来源：网络 作者：蓝色心情 更新时间：2024-11-14

*通过共同参与户外拓展活动，员工们可以在轻松的氛围中增进彼此的了解和信任，形成更加紧密的团队关系。这种共同经历有助于增强团队成员之间的默契和信任，从而提升团队的凝聚力‌。以下是小编为大家整理的关于的内容，供大家参考，希望能够给大家带来借鉴或帮...*

通过共同参与户外拓展活动，员工们可以在轻松的氛围中增进彼此的了解和信任，形成更加紧密的团队关系。这种共同经历有助于增强团队成员之间的默契和信任，从而提升团队的凝聚力‌。以下是小编为大家整理的关于的内容，供大家参考，希望能够给大家带来借鉴或帮助！

**公司户外拓展训练心得体会 篇1**

通过两天的户外拓展培训，让我有着很深刻的感触，除了以前的军训外，还没正式地参加过这类的拓展活动。起初，虽然想到这是类似军训那些活动项目，但是就只停留在想的层面上，还不会真正感受到这种氛围;从下车到达基地的那一刻起，突然觉得这环境是那么地熟悉，那些军队系列的精神面貌立刻出现在眼前，心里在想，自己何不曾也是这么想着，有着这军人般的身躯与奋斗作风，只是在社会的经历中慢慢被淡化了，这一次又让我感受到了这一切，令我非常感激!

当教练让我们集合的时候，才发现很多基本的东西都已经抛弃了，那些站姿、动作、时间观念，还有纪律，尤其是团队的那种责任归属感，似乎一下子又强烈地回到了身旁;其实从公司开始出发，甚至是前一晚的时候我有在深思，这次去拓展，应该带上一些什么问题，带着什么样的收获回来，其实我就想把一切关于团队相关的收获都带回来，结果这次也真的让我收获满满的。第一个不得不让我重视的是，就连摆水瓶子这么简单的事情，你都应该要有更高的追求，无论生活还是工作，何不尝都是这样，试问自己都有那么认真去对待和更高的追求吗?而事实证明只要重视了，肯定就能做得更好，而且，当团队一起的时候，你一个人做得再好就优秀了吗?还应该更加懂得如何互相交流帮助让自己的队友更加优秀，我始终觉得，在一个团队中，你总应该要去想办法让你的队友表现得更加优秀，自己才会更加优秀。

在高空挑战的团队活动中，我的收获也是特别大，当你在地面的时候，看着别人跳的时候总会觉得挺简单，也挺好玩，但当你走到了那个高度的时候，心才不由自主地颤抖起来，甚至这一刻你也都不知道自己的极限到哪?但是当你看到地面的伙伴们加油欢呼的时候，这股力量是多么强大，让自己可以放下任何的包袱，只要你选择了往上爬，只要克服了自己的心理障碍，就任何困难阻碍都不是问题，而正当战胜心理跳出腾空的一刹那，突然觉得一切都是那么简单、快乐!

当然，我想我也会跟大家一样，最后的毕业墙才是前所未有的感动，起初，教练问我们你会全力以赴吗?自己也很肯定，当然也是怀疑的，因为没经历过，就这样短时间能全部人翻越过去吗?但我也很肯定这是可能的，只是这一切都还停留在一种思想境界里面。一开始上去的时候我在扶墙梯，只看到大家在欢呼，一下子气氛紧张了起来，我看着被他们踩踏着的战友，我感受的到他们承受着的压力和心里的颤抖，而就在上去了部分人的时候，突然被教练叫停了，各种各样的问题都出现了，那时真的很打击，而确实也是我们大家做得不好，很多危险动作都出现了，这非常不安全，随后还被叫停了几次，虽然我们是很努力的，但是过程当中真的需要去用心执行，注意一切的细节，最后全部人都上去的刹那，感觉是多么的幸福和感动，当然一切也显得身疲力尽了!

总而言之，感慨良多，但如果只是停留来印象感慨的话，那也就只能是留下一场经历而已，我想要把它带进生活和工作，让这些经历时刻跟随着，在此我觉得以下几点可以做的更好：

1、要学会多分享、沟通、交流;

2、团队的氛围很重要，但是这些也是相互的，每个人都要融入自己的工作;

3、热爱工作，快乐工作，才能做得更好;

4、固定思维模式很可怕，直接会影响方向跟结果;

5、团队中只要有人做得不好，无论任何一个人都有责任;

6、抱怨少一点，努力积极一点，不能想得太多而做的太少!

**公司户外拓展训练心得体会 篇2**

短短的一天户外拓展训练已经结束，时间虽然短暂，但我想对于参加过此次训练的人来说意义是非凡的，经过这天的锻炼，我们将前后的自己做一个比较，必然能够发现自我的一个蜕变，这种蜕变或大或小，必将能影响我们的一生。现结合训练当中的游戏，浅谈一下我自身的感受与心得。

首先让我觉得的是在拓展训练当中无论哪个游戏都是在完成着自我的一个挑战，不断的在寻求着一个自我的突破，打破着个人和团队的一个极限，这种突破有可能是智力上的，也有可能是体力上的。如走独木桥，翻毕业墙就是体力上的，而一些牌类找规律的就是智力上的。其实在生活中也就是这样，人最大的敌人往往是自己，要想获得成功，就必定要的不断的去挑战自我，战胜自我。

其次我觉得几乎每个游戏都在向我们揭示着一个通向成功所走的道路和必备的条件。“一个合理的目标，一套行之有效的方法，一份不折不扣的执行力”。列如在再接再厉当中，教练首先会给你一个你要达成的目标，多少分钟内完成，再给你充分的时间去讨论制订实施方案，最后通过不断的实践改进完善和不折不扣的执行方案去达成这一目标。在达成后再提高标准，再寻求突破，一直去挑战心理的一个极限。

再次一个微小的被我们忽略的细节可能决定着我们做一件事情的成与败。古语有云：“千里之堤，溃于蚁穴。”这告诉我们要善于去观察与抓住细节，发现问题哪怕再小也要及时的去解决。这在翻牌找规律中体现的很明显，30张牌上的知识都是我们生活当中的一些细枝末节。如果你是一个不注重生活细节的人，那么在这个游戏当中必然是无用武之地之地了。还有就是统一自己的意志是简单的，统一别人的意志才是最困难的，在游戏当中往往会出现几个方案争论不休的状况，那么到底哪个方案是最切实有效的，必将有所取舍，如何去容纳别人的意志，明确一个团队的意志与方向这对于成功来说是很重要的。

再有无论在什么情况下都该有一颗感恩的心 例如在蒙眼夜行，翻毕业墙蹲马步当中，我感恩那些抓紧我的手从没放开过的\'战友，我感恩那些让我踩着肩膀上爬，拉过我一把的那些还不知名字的兄弟。扩展到生活中来讲，我们的生命，我们的工作，我们所学到的知识等等，哪一样不都是值得我们去感恩的呢?只有心怀感恩，才能用心去做，才能将事情做好。

当然诸如此类的的感受在我的内心里还有很多，它们就像一颗颗石子一样投入到我的平静的心潭，掀起了一簇簇的浪花，不断的在提醒着督促着我，要努力的去改变完善好自我，接受接下来在生活中的一切挑战。

**公司户外拓展训练心得体会 篇3**

十分感谢公司为我们提供的这次培训机会。能够拥有这样的经历，无论是对现在的自己还是将来的自己都是有所裨益的，感觉自己真的是很幸运。在这里，我能够有机会通过实践来加深自己的专业知识和业务能力，学会了如何合理的把所学的知识运用于实际操作中，让我充分的体会到团队协作的必要性，磨练了自身的意志，得到了真正的锻炼。学到了许多为人处世的道理与方法，学会了和善待人，也学会了时刻勉励自己，使自己始终保持自强不息的良好心态!这也让我明白了许多事情，了解到生存的艰辛，工作的辛苦，端正了自己以前那种不珍惜别人劳动的不良心态，也明白了社会的复杂和多样性。为了能更加了解社会，适应社会，融入社会，我们要不断地学习新的知识，在实践中合理的将其运用，不断地提高自己的素质，锻炼自己的能力，使自己在激烈的竞争中立于不败之地。此时此刻，最深切的感受就是，无论从何处起步，无论具体从事哪种工作，认真细致和踏实的工作态度才是成功的基础。

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通过文字显然于纸上。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：

企业经营战略是企业及其所有企业员工的行动纲领。

一个企业的负责人按照什么准则来安排企业的日常经营活动?只能是依据企业经营战略，企业的日常经营活动必须要服从于自身的经营战略，任何人都不能随意更改企业已经决定的经营战略。由此可见，如果企业没有一个作为行动纲领的经营战略，那么就会出现企业领导人拍脑袋瓜，随意改变企业的经营活动战略的情况，从而使得企业的经营活动没有一个有效的良好约束。因此，企业只有有了一个很好的经营战略，使得所有的人都能按照经营战略安排自己的日常经营活动，才能保证企业既充满活力，又能够有序发展。正是从这个意义上讲，我们强调企业经营战略实际上是企业的行动纲领。

企业生产发展的每一步都需要文化的附佐、为文化所决定

企业文化就是一个企业的灵魂，一个人若没有灵魂，那么他就是一个行尸走肉，一个企业也是一样;也正如伟人主席所说，没有文化的军队是愚蠢的军队;而愚蠢的军队是不能战胜敌人的。企业文化是企业的灵魂，是推动企业发展的不竭动力。企业文化是指企业全体员工在长期的创业和发展过程中培育形成，并共同遵守的最高目标，价值标准，基本信念及行为规范。

企业文化的核心是价值观。这种价值观一旦得到组织成员的广泛认可，员工就会对企业形象产生强烈的认同感;对企业的工作产生责任感;对企业的发展产生使命感;对企业的`利益产生维护感。员工便会形成一股合力，共同为企业效力。所以说，企业文化是企业发展内在动力的基础，是提升企业核心竞争力的核心。

有一点要清楚企业文化不是喊出来的，而是实打实的做出来的，喊出来的只是一个口号，喊出来没有做到反而让人觉得虚伪。企业文化是一个企业做事的方式和态度。

团伙为利，团队为义

团队是一群人为了长久的共同目标和理想而工作。至少他们之间的价值观不是相驳的。在共同的目标面前个体利益后退。团伙也有着共同的目标但是在个人目标和集体目标冲突时，集体目标是后退的。而且团伙时有时并无集体目标和理想，即使存在共同目标也是临时性的。笔者认为，这是团队和团伙的主要区别。当一个企业产生了共同的目标和共同理想时，这个组织机会发挥无限的潜在能量。这些能量都是每个成员发自内心的。当企业中的每个人成员都愿意发挥自己无限潜能时这个组织就会产生巨大的力量。而这种力量是集聚在一起的。难道组织中的每成员真的没有自己的想法?不是。当然，每个组织成员都有自己的想法，但是这种想法一定是建立在共同的理想和目标之下的发挥。否则成员很难融入组织，就会脱离组织。做企业就是要建设一支目标性高度一致的团队。现代企业管理过程中，掌握一定规模的企业员工或者一般企业高级员工的思想比管理员工的行为更重要。通过管理员工思想统一价值观形成团队认可的价值理念。这样会使团队产生共同的力量。

提高执行力是实现企业战略和经营目标的根本要求

一个企业的成功是要靠出色的执行力来作保证的。如果没有出色的执行力，那么即使企业有再好的发展战略目标、再高的经营利润率、再好的管理机制、再细的管理制度，也只能是沙盘上的宏伟蓝图、贴在墙壁上的标语，挂在口边的伟大口号，永远不会实现。

执行力源于责任心，责任心决定执行办。执行力不高有很多原因，但一切原因的深层次原因都是责任心不强;责任是一种使命，责任是一种能力，责任可以使能力发挥到极致，负责是一种素质，负责是一种美德。责任心是事业的基石，责任使人乐观向上。从日常的管理过程可以发现，责任心是激励出来的，也是管出来的;责任心是既需要内在的追求来培养，更需要外在的约束来强化;所以我们要用制度管人，流程管理事，健全制度，完善流程;

管理过程中逢事都问为什么，直至问题源头

工作中学会问封闭式问题，不要问开放式问题，这样才能找到问题的根源，才能解决好问题，并且能够引导到员工发现问题根源;有利于节省时间和精力，所得资料也便于统计分析。

有效的激励机制能起到激发人的动机

激励能力是每个管理者的基本技能，激励是随时随地的，激励是一种优良的工作和生活习惯;有效的激励能调动人的积极性、主动性和创造性等重要作用。建立有效的激励机制,不仅是企业面对市场竞争加剧环境下的中心环节之一,也是企业日常管理工作的任务之一,同时也是吸引人才、留住人才的迫切需要。

有效沟通可以让员工改变工作态度、激发工作热情、更具有战斗力

沟通是人与人之间桥梁，没有沟通就没有相互交流的平台;沟通还是一种技能，是一个人对本身知识能力、表达能力、行为能力的发挥。无论是企业管理者还是普通的职工，都是企业竞争力的核心要素，做好沟通工作，无疑是企业各项工作顺利进行的前提。以前认为有了礼貌、真诚的态度，就可以与他人进行很好交流，培训后才了解到沟通并非那么简单，有好多技巧和方法。如:工作中沟通时，先处理心情，再处理事情;用眼睛和他人沟通,有人对你说话时,眼睛要注视着他,有人发表意见时,你的身体和脸要正对着他,

全面预算管理不仅财务费用预算管理，还是工作预算管理

全面预算管理从本质上来说是一种对未来的管理。是在预算的基础上，实施的全面管理。他是全员参与的，全流程、全方位的系统管理手段。以企业战略目标、年度目标、计划、预算、绩效、薪酬及过程控制为要素，形成一个管理闭环，是目标达成得到保障。为了使企业目标更好的达成，合理分配资源，提高资源的效率，防范资金链风险，控制企业风险。

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！