# 青马培训的心得体会 青马培训心得体会(大全16篇)

来源：网络 作者：紫芸轻舞 更新时间：2024-06-03

*在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡...*

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**青马培训的心得体会篇一**

20

\*\*

年1月21日，由我院团委主办的\"青年马克思主义者培训工程\"正式启动。作为大学生代表的一员，我部也积极响应号召于1月23日正式开课。各系部的心健部成员以及大一大二各班心健委员都按时出席了该课，我非常荣幸的参加了这项课程，心中无比激动。如今此次培训也已结束，虽然这次培训时间不长，但是让我从中受益匪浅，让我明白，要成为一名真正的\"青马人\"我还有很长的一段路要走。

1，我要明确的就是为什么学校要为开办青马工程。\"青年马克思主义者培训工程\"简称是\"青马工程，\"旨在通过教育培训和实践锻炼等行之有效的方式，不断提高大学生骨干。团干部，青年知识分子等青年群体的思想政治素质，政策理论水平，创新能力，实践能力和组织协调能力，使他们进一步坚定跟党走中国特色社会主义道路的信念，成长为中国特色社会主义事业的合格建设者和可靠接班人。

2，我要清楚自己应如何做一名合格的\"青马人。\"主要从四方面入手：尽心去学以真诚的心去对待学习，不浮夸、不自欺欺人;真心去信要真心相信和拥护马克思列宁主义。\"用心去做无论是作为一名学生干部还是一名普通学生，都要带动周围的同学积极向上的面对学习和生活，同时作为一名学生干部更要做好自己份内的事，尽心去传播马克思主义和正确的认识以及先进的思想，让身边的同学向\"青马人\"靠拢或是成为\"青马人。\"

作为一名院心健部委员，在平时的日常生活中要学会和同学们好好相处，要学会更好的去注意同学们的心理问题，学会倾听他人声音，要及时传达院里的消息，做好学校与学生之间的桥梁，要有一套自己的可行的方法，不能一意孤行，独断专行，要学会听取大家的意见，相信团结就是力量，要为院里及系里做出自己的一份贡献。充分发挥一名学生干部的力量，将自身的激情传播和散发给身边的每一个人，让自己身边的人及身边的人能够更好的学习和工作。

记得高尔基曾这样说过：\"青春是有限的，智慧是无限的，以短暂的青春去学习无穷的智慧。\"再者，我们青年大学生担负着建设社会主义现代化的历史重任。所以，我们要树立远大的视野，发扬\"延安精神，\"做一名合格的青年马克思主义者。

学生干部是师生对话的联络员，是学校精神的宣传员。不仅如此，学生干部也应端正自己的态度，摆正自己的位置，学生干部是其他众多学生的代表，应具备优良的道德素质，而健康的心理则是学生干部能否胜任工作的关键所在。培养健康的心理素质是学生干部开展工作的必然要求。

心理健康利于大学生培养健康的个性心理。大学生的个性心理特征，是指他们在心理上和行为上经常、稳定表现出来的各种特征。当代大学生的心理特征普遍表现为思想活跃，善于独立思考，这些有利于大学生的健康成长。

这次的\"青马工程\"虽然短暂，但使我受益匪浅，当然，要成为一名合格的\"青马人\"还是需要努力的，我坚信，自己可以成为一名合格的\"青马人。\"

**青马培训的心得体会篇二**

导语：青马培训旨在通过教育培训和实践锻炼等行之有效的方式，不断提高大学生骨干、团干部、青年知识分子等青年群体的思想政治素质、政策理论水平、创新能力、实践能力和组织协调能力，使他们进一步坚定跟党走中国特色社会主义道路的信念，成长为中国特色社会主义事业的合格建设者和可靠接班人。青马培训心得体会怎么写?下面小编为您推荐青马培训心得体会范文，欢迎阅读!

为了提高学生干部的综合素质和管理能力，培养学生干部的责任意识、大局意识，提高学生干部自身理论水平，增强学生干部的组织协调能力，加强学生干部队伍的凝聚力、战斗力建设，培养坚定的青年马克思主义者，以促进学生工作更好的开展。学校团委开设了“青年马克思主义者培养工程团学骨干培训班”。

通过这次青年马克思主义者培养工程的学习,我从中了解了学生干部应该如何培养大局意识、服务意识、责任意识、团队意识以及协调沟通能力，提高思想政治觉悟，端正工作态度，掌握基本工作技能，力争成为一名优秀的学生干部。

高校的学生干部主要包括团干部、学生会干部、班级干部以及社团干部等等，这些群体在高校学生工作中扮演着十分重要的角色，并且是每一所高校开展各项工作的得力助手，是学校教育思想深入学生的最好、最快、最有效的途径。加强对团学骨干的培训，坚持不懈地用马克思主义中国化的最新成果武装团学干部，让他们在“青年马克思主义者培养工程”中发挥重要作用，引导广大团员青年树立远大理想，坚定走中国特色社会主义道路的信念，对于为中国特色社会主义事业培养合格建设者和可靠接班人具有重大的现实意义和深远的历史意义。我们作为一名学生干部，与其他同学一起学习、生活，我们面临着和其他同学一样的实际问题，所以大部分同学都比较愿意向我们这些学生干部敞开自己的心扉。通过学生干部这一沟通桥梁，学校可以比较准确地了解学生实际的各种状况。同时，我们学生干部也是联系学校各二级学院、各部门的纽带，传达各项任务的桥梁，贯彻和落实各项工作的骨干。因此，学校非常重视对我们这些学生干部的培养。这一次，我有机会参加学校的团学骨干培训班，我觉得很幸运，毕竟不是每一位学生干部都能接受学校这样的培训，因此，我非常珍惜这次机会。

在这次青年马克思主义者培养工程培训期间，学校团委为我们这些学员邀请了在校内外具有很大影响力的博学多才的几位老师为我们定期进行培训，在这期间我的收获是巨大的，学到的东西是在平时工作中自己体会不到的。记得培训班开班典礼那天，也是我们培训班的第一讲，学校团委为我们请来了大连团市委赵宏书记为我们做报告，赵书记在近两个小时的报告中，通过轻松幽默的语言从五个方面向我们讲述了如何作为一名优秀的团学干部。在这一讲中，让我真真切切的认识到，现在的自我离赵书记所讲述的`优秀团学干部还有很大的距离，因此听过赵书记的报告后我暗下决心，在以后的学生工作中以赵书记的报告内容为标榜，不断的严格要求自己，争取在尽早的时间内把自己塑造成为一名优秀的团学干部。

在培训班所有的培训中，文学院郑艳老师的“大学如歌，青春无悔---和我年轻的朋友们聊聊天”一讲中我的收获是最大的。在那一讲中仿佛老师所谈的每一点都会在我的身上找到缩影，在我心中那一讲就是为我自己开设的课程。“生活处处皆学问”、“捭阖第一”、“活出生命的质量”、“心有多大，舞台就有多大”等经典的句子，让我记忆犹新，在最近生活中我还再不断的思考着这些句子，使我对生活的态度发生了很大的改变，使我自身修养得到了很大的提高。在不开心的时候去翻一翻参加培训时所记下的笔记，总会在里面发现能为自己宽心的东西。如果说参加培训最大的收获是什么?那么我想说，让生活变得比以前更加快乐，这是人生最大的幸福，也是这次培训最大的收获。

**青马培训的心得体会篇三**

青马培训是一项非凡的经历，我很荣幸参与其中。在这个培训过程中，我收获了许多知识与经验，并且对自己的未来有了更明确的规划。以下是我对青马培训的感想心得体会。

第一段：培训初期的困惑与挑战

刚开始参加青马培训时，我感到非常困惑。培训内容涉及各个方面，对于一个初学者来说，无论是学习的速度还是掌握的内容都带来了很大的挑战。我不得不面对自己的弱点和不足，不断努力超越自己。我学会了制定学习计划，每天合理分配时间，将培训中的知识与实际应用相结合，这样才能更好地应对培训中的困惑和挑战。

第二段：培训过程中的收获与成长

通过培训，我不仅学到了很多专业知识，还锻炼了自己的团队合作能力和沟通能力。在团队项目中，我们需要互相合作，协调各自的任务和资源。这不仅仅是为了完成项目，更重要的是锻炼了我们的领导力和团队意识。另外，在培训中，我们有许多机会进行演讲和表达，这锻炼了我们的自信心和口头表达能力。通过不断地挑战自己和努力学习，我在培训过程中逐渐成长为一个更优秀的自己。

第三段：培训带来的思考与启示

在培训中，我们不仅仅是学习知识，更重要的是培养了我们的思维能力和创新能力。通过讲座和工作坊，我们学会了如何思考问题，如何分析和解决问题。一些优秀的导师和讲师给我留下了深刻的印象，他们对知识和思想的深刻理解以及对学生的关怀让我深受启发。培训的过程中，我意识到自己不仅仅要注重专业知识的学习，更要培养自己的思维能力和问题解决能力，这将是我未来发展的重要基础。

第四段：培训对未来的影响与规划

通过参加青马培训，我对自己的未来有了更明确的规划。我意识到，为了实现自己的梦想和目标，我需要不断学习和成长。培训中的经历和收获，让我对未来的职业发展有了更清晰的认知。我明白了自己的兴趣所在和优势，并且知道了如何在未来的职业生涯中发展和应用这些兴趣和优势。我也意识到，在未来的发展中，持续学习和积累经验将是至关重要的，我将努力做到持续学习并且保持热爱。

第五段：对青马培训的感激与展望

最后，我要深深感谢青马培训给予我的机会和帮助。在这个培训中，我结识了许多优秀的同学和导师，他们的支持和鼓励让我在困难面前坚持下来。我也要感谢青马培训给我提供了一个全面发展和展示自我的平台。对于未来，我希望能够继续保持学习的态度，不断努力成长并且在自己的领域取得更大的成就。我相信，通过这次青马培训的经历，我能够在未来的职业生涯中更加成功并且享受到更多的成就感。

通过这次心得体会，我对青马培训的感想更加深刻。青马培训不仅是一次知识上的学习，更是一个全方位的发展和成长过程。我将继续努力，保持学习的态度，并将所学所得在未来的职业生涯中付诸实践，为自己的梦想和目标不断努力。

**青马培训的心得体会篇四**

作为一名学生干部,无论是在学习,生活中,还是在工作中,我都很努力很认真的去干好每一件事,但我毕竟也是刚走过大一的一程,加之大二开学后,学习任务明显加重,有时不免有事与愿违之感。分析总结之后,知道是自身还缺乏一些必备的素质。这次有幸参加“青年马克思主义者培训班的培训”我受益匪浅,通过本次的培训,我明白作为一名学生干部,在各个方面所必备的素质条件。同时也让我明白了,在服务同学的同时,也应该不断的进行自我反省,自我教育和自我管理。下面我就自己收获最大的几个方面作简要分析,我想应该也是作为一名学生干部所应具备的最起码的几方面要求吧。

首先作为一名学生干部,要起到带头,表率作用,我们必须搞好学习。因为作为学生干部,我们首先是学生,然后才是学生干部,而学习是学生的天职,试问一个成绩在班里排倒数的学生干部,有几个同学敢信服他,换句话说,他能树立几分威信?进一步来说,连学习成绩也搞不好的学生干部,毕业后怎能在社会上立足,那就更别说以后为国家作贡献了.所以我们在干好工作的同时,也必须抓紧时间学习,不能让成绩落下。

其次要摆正自己的心态.作为一名学生干部,我们在工作中会遇到各种各样的问题,牵涉到广大同学时,也有配合与不配合之分,总之干什么事都不是一帆风顺的,在此时我们就必须学会控制自己的情绪,不能因为自己的情绪影响到工作;另一方面作为学生干部,我们并没有什么特权,我们的职责就是为同学服务.所以在工作之中,我们必须设身处地的为同学们着想,时刻从广大同学们的利益出发;还有一点就是要不断的进行自我反省,反省自己在工作中存在的问题,虚心接受同学指出的自己的不足之处,用两面性的观点分析问题,不断提高为人处事的能力。

再者要不断提升自己各方面的能力。作为学生干部,组织活动,开展活动,必须具备许多方面的能力,特别是分析问题能力,组织活动能力,语言表达能力以及人际交往能力.具备这些能力之后,我们就能更加从容的面对工作中存在的问题,也更能得心应手的处理这些问题。

最后一点,我认为作为一名学生干部,我们应该不断的充实自己,思维修养,身体素质等各个方面都应如此。只有不断的充实自己,才能使自己在本职工作所在的位置上干出成绩干出业绩。

学生干部是高校校园中最具特色的一个团体,我很有幸成为其中的一分子,也有幸能够参加本次的青年马克思主义培训,而在本次培训中我所获得的东西将使我终身都受益,同时我也会不断改进自己的工作方式,并在以后不断充实自己,使自己成为一个真正服务同学的学生干部。

**青马培训的心得体会篇五**

第一段：引言与简介（200字）

青马培训是我人生中一段非常有意义的经历，它开启了我对自己潜力的探索之旅。在这段时间里，我不仅获得了专业知识和技能的提升，更重要的是，我培养了积极的心态和团队合作能力。在接受青马培训的路上，我经历了一些挑战和困惑，但也收获了成长和思索。下面，我将就我的青马培训心得体会进行阐述。

第二段：质疑与困惑（200字）

在开始青马培训的初期，我曾质疑自己是否能够胜任所要求的任务。面对繁琐的学习内容和要求严格的老师，我感到压力倍增。一度，我陷入了困惑和迷茫之中。但在同学们的鼓励和支持下，我尝试着以积极的心态去面对挑战和困难。同时，我主动与同学和老师交流，寻求解决问题的方法。这一过程不仅帮助我理清了思路，也培养了我的团队合作能力。

第三段：启示与提高（200字）

通过与同学和老师的互动和交流，我悟出了一些宝贵的启示。首先，我明白了取得进步和成就需要自我驱动。只有不断地追求进步，并将其付诸实践，才能获得真正的成长。其次，我认识到团队合作并不仅仅是简单地分工合作，更要有相互信任和包容。通过充分利用各人的优势，才能实现团队的最大化价值。最后，我学会了如何与老师和同学进行有效的沟通和合作，并且发现他们的经验和智慧对我个人的提升有着不可忽视的作用。

第四段：成果与收获（200字）

在青马培训的过程中，我不仅学到了专业知识和技能，还培养了一些与个人成长和发展密切相关的能力。首先，我提高了自我管理和时间管理能力，更有效地安排了学习和工作的时间。其次，我培养了灵活的思维和解决问题的能力，遇到棘手的问题时能够冷静分析和创造性思考解决方案。此外，我还通过团队项目学到了团队协作的重要性和技巧。

第五段：总结与展望（200字）

总之，青马培训是我人生中一段难忘的经历，通过这段时间的历练，我收获了专业知识和技能的提高，更重要的是，我培养了积极的心态和团队合作能力。在未来的发展中，我将更加注重自我提升和与他人的互动，不断探索和实践，为自己的未来铺平道路，迎接更大的挑战。我希望在这个过程中，我能够坚持初衷，勇往直前，不断进步，成为更好的自己。

以上就是我对于青马培训心得体会的开端所写的连贯的五段式文章。通过这个过程，我不仅意识到了自身的潜力和能力，也培养了积极的心态和团队合作能力。这段经历将成为我人生中宝贵的财富，为我未来的发展奠定坚实的基础。

**青马培训的心得体会篇六**

第一段：介绍青马在线培训的目的和背景（大约200字）

近年来，随着互联网的迅猛发展，在线教育逐渐成为人们获取知识的新方式。作为一种新兴的教育形式，青马在线培训致力于为学员提供高质量的教育资源和优质的教学服务。相比传统教育，青马在线培训具有灵活性高、覆盖面广等优势，受到了广大学员的热烈欢迎。

第二段：个人参与青马在线培训的动机和体验（大约300字）

我之所以选择参加青马在线培训，主要是出于对自身能力提升的需求。我希望通过在线培训获得更多专业知识和技能，以便在职场中更加出色地表现。参与青马在线培训的过程中，我深刻感受到了其专业化、系统化的特点。课程设置合理，内容丰富，老师教学水平高。无论是学习知识的理论基础，还是实践操作的技巧，青马在线培训都提供了很好的指导和支持。在这里，我不仅收获了新知识，还结交了一批志同道合的朋友。

第三段：青马在线培训的优势和对个人成长的影响（大约300字）

青马在线培训的最大优势在于其灵活的学习方式和高质量的教学资源。在线教育为学员提供了自主学习的机会，可以根据个人的实际情况进行合理的时间安排和学习计划。此外，青马在线培训还与众多知名企业和专家合作，为学员提供了丰富的学习资源。这些资源丰富了学员的知识储备，并为个人的成长提供了强有力的支持。在我参与青马在线培训的过程中，我深刻体会到了自己的知识水平的提升和能力的增强。这对于我个人的职业发展具有极大的帮助和推动作用。

第四段：对青马在线培训的建议和期望（大约200字）

尽管青马在线培训在教学质量和学习资源方面已经做得较为出色，但仍然有进一步提升的空间。我希望青马在线培训能够进一步拓宽课程种类，满足学员的不同需求。同时，希望青马在线培训能够更加注重实践环节的设计和实施，使学员能够更好地将所学知识应用到实际工作中。另外，在线教育也可以考虑增加学员之间的互动和交流机会，以促进学习效果的提升。

第五段：总结个人在青马在线培训中的收获和感想（大约200字）

通过青马在线培训，我不仅学到了许多知识和技能，还提高了自己的综合素质。与此同时，我也深刻认识到了在线教育的优势和潜力。我相信，随着互联网的不断发展和技术的不断进步，青马在线培训将会越来越好，为更多的学员提供优质的教育资源和服务。我将继续关注和支持青马在线培训，并愿意与更多的人分享我的学习心得和体会，推动在线教育的发展。

**青马培训的心得体会篇七**

今年的暑假挺特别的。不单单是因为这是我人生中，大学生涯以来的第一个暑假，更是因为，我参加了学校组织的“青年马克思主义者培养工程”20xx年暑期团学骨干培训班。自开班以来的7天来，我真的收获了很多，成长了很多。能以总结的方式和老师，同学们分享我的心得体会，我感到很荣幸。这一周，我感到很充实，很快乐，很感动。

下面，我就来说一下，这一周所想所感所得。

理论培训

13、14两日我们先后听了四个报告。

首先是厉老师在开班典礼上的重要讲话，接下来就是陈一峰副书记的重要报告。这两次连续的讲话让我对团学的认识上升到了一个新的高度。厉老师对我们提出五点要比一般大学生具备的更高的要求与目标、把我五个结合以及处理好两个关系，精辟的论述了当今团学骨干应该具备，必须具备的素质。接下来陈一峰副书记又重点谈论了两个问题，更是站在了历史与现实的高度，分析阐述了团学骨干应该深入思考的两个问题。

心里话是，以前我根本没有如此深入的思考团学骨干这个词汇，也从未深仔细思量过，团学骨干应该具备哪些素质，承担哪些责任。而那个上午，带给我的，不仅仅是灌顶醍醐，更是一个深入思考的警钟。

然后，余丽教授做《国际形势——中美关系》报告。简单，平实的语言分析当下中美之间微妙的关系。我认为，这是在紧紧的承接了陈一峰副书记的报告中，在国际形势下团学骨干应该正视和面对的问题，又一种更为具体和形象的激励。整个余教授的报告的精髓，我想用五个字来概括，我想这也是校团委以及余教授想要传授于我们的——任重而道远。毫不客气的说，青年，是祖国的未来。而我们团学骨干，不仅仅是党的接班人，更是未来，带领中国屹立于世界民族之林的中坚力量。所以说，我们，任重而道远。

不得不承认，本次青马培训的理论部分，安排的极为合理。紧接着上面的团学骨干需要面对的严峻的形式，辛世俊教授的《弘扬感恩文化，构建和谐社会》继踵而至。感恩文化，是我们中华民族积淀了五千年的文化的精华，历久不衰。青年团干，需要传承与发扬这种精神文明，至少我们需要具备一颗感恩的心，学会感恩。

理论培训的最后，是葛坤英教授的《构建高校团学干部人生三大支撑》。从夯实物质支撑、强化精神支撑以及坚固社会支撑三个大方面，深入细致的讨论了团学骨干需要达到的诸多目标与要求。更是对前面两次报告的一种涵盖是的总结与延伸。

整个理论培训，带给我的，并不仅仅是老师们讲授的道理。我想最重要的是，老师们的报告，告诉了我，要深入思考团学骨干这个词，如何做好这个角色等等更多需要我们自己去体会的东西。

实地调研

15~17日，我们来到了鹤壁市进行为期三天的调研。

大学生村官座谈中，我懂得了，只要坚持不懈，不韪艰苦，努力奋斗，就有成功的一天。更重要的是，深刻的体会到了，广大大学生投身农村，响应党的农村经济建设的大潮中去的思绪，还有党的工作重点在基层的基本思路。但是我还想说的是，其实投身农村产业建设是一条需要考虑自身专业的道路。因为我发现大学生村官所作为的人都是农畜类专业的。当然，凡是无绝对，只要肯努力，什么都可以做到，但是浪费的时间，却是不可衡量的损失。所以建议有非农畜类专业的想要在毕业之后投身农村的同学们，现在就开始学习这方面的知识，以便发展。

对产业集聚区调查，我只想说：熟能生巧。因为企业展出给我们参观的都是外围的生产线，我只能从工人的做工速度中，体会到：凡事，熟能生巧。

新农村社区调查和看望留守儿童，我最深的体会就是，任何时候，党和国家都没有忘记最基层的农村和受苦受难的人民。只有中国共产党，才最最实际的关心着老百姓的生活，乃至于柴米油盐酱醋茶。

拓展培训

18、19日，我们来到上八里镇回龙村，还八千米的高山上的训练基地。

经过一系列的项目：潮起潮落、月球行走、领袖风采、诸葛布阵、穿越生死线，我确确实实学会了很多。

信任，自信，责任，领导才能，领袖，承担，感恩，合作，统筹，耐心……

这是我生命中首次参加这种形式的拓展活动。给我的印象也特别深刻。大家一起努力，一起挥洒汗水。一起集中智慧，攻克难关。尽管我们失败了，但是在我们的教员眼中有爱的总结引领下，我们认识自己的不足。

“潮起潮落”，让我们信任自己的伙伴，让我们在合作的时候，由这种信任产生自信。一个没有信任与自信的团队，不是团队，是散沙。

“月球行走”，告诉我们的是不要自己把自己套在规矩里面，脑子要灵活。而且不仅仅是团队内部，团队之间的合作也是尤为重要。更是要求我们要在个人利益的牺牲与团队达到的成绩做出选择。

“领袖风采”，这一环节，我，落泪了。我很少感动，但是这一次，我发现我的内心深处最软弱的那根弦。真的很感动，不禁想感谢父母和老师，感恩这个社会，更要感谢教员对我们的循循善诱。

“谋贵重，虑贵详，断贵独，行贵力”。这十二个字是我在“诸葛布阵”之后记下来的。这就是团队领导者应牢记和熟练把握的十二个字。

“穿越生死线”，更注重的是团队对相对薄弱的成员的耐心帮助。

作为团学骨干，我们必须要将自己培养成为一个合格的领导者，在短时间内起到榜样的作用;在不久的明天，起到中流砥柱的作用!

是的，今年的情吗结束了，但是我，不会忘记，这次青马，带给我的是如何的震撼。

**青马培训的心得体会篇八**

“青马”是时代的强音，青春不甘平庸与落寞。

――题记

“青马”培训就快结束了,但纵使歌声渐渐沉寂，“责任”、“自强”作为“青马”奏出的两个最强音符深深地在我们心中激荡。经过这次心灵的洗礼，我们仿佛看到了马克思主义者肩上的太阳依然在辽阔富饶的中华大地上，幸福地升起，将黄土地上的每一座城市和村庄，温柔地照亮。

“责任”

责任不是一个甜美的字眼，它仅有的是岩石般的冷峻，一个人真正地成为社会一分子的时候，责任作为一份成年的礼物已不知不觉地卸落在他的肩上。它是一个你时时不得不付出一切呵护的孩子。而它给予你的，往往只是灵魂与肉体上感到的痛苦。这样的一个十字架，我们为什么要背负呢？因为它最终带给你的是人类珍定―人格的伟大。责任的存在，是上天留给世人的一种考验，许多人通不过这场考验，逃匿了；许多人承受了，自己戴上了荆冠；逃匿的人随着时间消逝了，没有在世界上留下一点痕迹；承受的人也会消逝，但他们仍然活着，精神使他们不朽。林肯曾说:“每一个人都应该有这样的信心：人所能负的责任，我必能负；人所不能负的责任，我亦能负。如此，你才能磨炼自己，求得更高的知识而进入更高的境界。”车尔尼雪夫斯基说:“生命跟时代的崇高责任联系在一起就会永垂不朽。”毛姆说：“要使一个人显示他的本质，叫他承担一种责任是最有效的方法。”

责任感常常会纠正人的狭隘性，当我们徘徊于迷途的时候，它会成为可靠的向导。而坚毅而崇高的思想方式，能够使一个人建立起生活目的和认识自己的生活职责。每个人应该有这样的信心：人所能负的责任,我必能负；人所不能负的责任,我亦能负。顾炎武道：“天下兴亡，匹夫有责。”朱熹言:“敬字工夫，乃是圣门第一义，无事时，敬在里面。”荀子说：“良农不为水旱不耕，良贾不为折阅不市，士君子不为贫穷怠乎道。”我们都知道那个天黑了还不肯回家，站在路边哭泣的孩子。因为他要站岗，别的孩子早散了，可他为坚守岗位宁愿站着哭泣，因为这是他的责任。愿我们所有的孩子都有这样的心灵，责任从小就在那里成长。愿我们所有的人都把责任之心携带在人生的道路上，让人生散发出淡淡的、金子般的光辉。

“自强”

所畏惧一往无前地奋进，这样的人最后成了英雄。而有的人则不同，只要到了未知的边缘，他们就缩回来了，就畏惧不前了，这样的人最后必定就成了懦夫。世界上有两种人，一种人，虚度年华；另一种人，过着有意义的生活。在第一种人眼里，生活就是一场睡眠，如果这场睡眠在他看来，是睡在既柔和又温暖的床铺上，那他便十分心满意足；在第二种人眼里，可以说，生活就是建立丰功伟绩??人就在这个功绩中享到自己的幸福。斯蒂文说：“志气这东西是能传染的，你能感染着笼罩在你的环境中的精神。那些在你周围不断向上奋发的人的胜利，会鼓励激发你作更艰苦的奋斗，以求达到如象他们所做的样子。”肖伯纳言:“一个人如果不到最高峰，他就没有片刻的安宁，他也就不会感到生命的恬静和光荣。”中华古有司马迁“燕雀安知鸿鹄之志。”今有郭小川：“战士自有战士的抱负：永远改造，从零出发；一切可耻的衰退，只能使人视若仇敌，踏成泥沙。”中有《孟子》：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为也，所以动心忍性，增益其所不能。”外有歌德：“最糟糕的是人们在生活中经常受到错误志向的阻碍而不自知，真到摆脱了那些阻碍时才能明白过来。”坚硬优质的钢条，是经过千锤百炼而成的；瑰丽美观的贝壳是经过水冲日曝而得的。我们的意志和毅力也必须在火热的斗争中接受严峻的考验，去接受长期的锻炼。只有这样才能使自己在困难面前，永远热情奋发，斗志昂扬。

脚踏实地，昂首阔步，迈向新世纪的辉煌！因而在此我要树立几个明确的目标：

一、要有民族自豪感，责任感和使命感

二、要有自主学习，提高自身能力的时代信仰

三、低调做人，踏实做事。

正当曙光把她的番红花色的大衣披上世界的时候，我们亲爱的学员们、战友们，相逢又告别，归帆又离岸，但我们不必感伤，因为离别并不代表结束而是昭示着另一个开始：青春。望征程千种思绪，相信我们的友情定会化为奋进的力量！

**青马培训的心得体会篇九**

近年来，随着科技的不断发展，网上培训也愈发普及。作为一种新兴的学习方式，网上培训给我们提供了更多便利和自由的学习机会。我曾经参加过青马网上培训课程，从中获益匪浅。在此，我愿意分享一下自己的心得体会。

首先，网上培训给予了我更自由的学习时间和空间。以前，我参加的培训都需要到现场，按照固定的课程和时间来学习。这种方式很不灵活，经常因为工作或其他原因不能按时参加培训。而网上培训却允许我根据自己的时间安排来学习，不论是在工作间隙还是在家里，只要有网络就能随时随地进行学习。这为我提供了更自由的学习环境，让我可以更好地掌握知识。

其次，网上培训帮助我提高了自主学习的能力。在网上培训中，我们要学会自己寻找学习资源、整理学习内容，而不是被动地接受老师的传授。这样的学习方式要求我们有更强的自学能力和自我管理能力。通过网上培训，我学会了如何合理利用网络资源、如何制定学习计划、如何解决学习中的问题等。这些技能不仅在学习中有用，也对我日常生活和工作中的自主学习起到了积极的促进作用。

再次，网上培训丰富了我的学习内容。通过与各地的学员交流，我了解到了不同地区的教育、文化、工作经验等，拓宽了我的视野。而且，网上培训的课程内容通常更加深入细致，能够更加全面地学习和理解某个专业领域的知识。特别是针对一些热门的关键词，网上培训课程通常会有更为详细和专业的解说，这给我提供了更多的学习资源和学习机会。

最后，网上培训为我提供了更广泛的学习平台和交流渠道。通过青马网上培训，我结识了许多来自不同地区、不同行业的朋友。我们可以在课程学习中互相交流、互相学习，分享自己的经验和见解。这种交流不仅扩大了我的社交圈子，也为我带来了更多学习上的启发和建议。同时，青马网上培训还定期举办线下的交流活动，让学员有机会在现实中面对面地交流和沟通。这种平台和渠道的开放性为我提供了更多展示自己、提升自己的机会。

总而言之，青马网上培训给予了我更多的自由和便利，提升了我的自主学习能力，丰富了我的学习内容，并且为我提供了更广泛的学习平台和交流渠道。通过网上培训，我在学习和工作中获得了更多的成长和收获。我相信，在未来的学习生涯中，网上培训将会成为越来越重要和普遍的学习方式。

**青马培训的心得体会篇十**

近年来，随着互联网科技的发展，人们对于培训课程的需求也越来越大。其中，青马课程作为一种新兴的在线培训形式，受到了广大学员的热烈欢迎。作为一名参与青马课程的学员，我在学习过程中获得了许多宝贵的知识和体验。下面是我的一些心得和体会。

第一段：突破时间和地域的限制

青马课程的一大优势就是突破了时间和地域的限制。无论身处何地，只要有网络连接，就可以随时随地参与课程学习。这不仅给了我很大的方便，还节省了大量的时间。以前，我要参加一门培训课程需要到指定的教室报到，而现在，只需打开电脑，就能够轻松学习。这种灵活的学习方式不仅提高了我的学习效率，还使我能够充分利用碎片化的时间进行学习，真正做到了学无止境。

第二段：丰富的学习资源

青马课程为学员提供了丰富的学习资源。只要进入平台，就能够获得课程视频、教材、练习题等一系列学习资料。这些资料不仅具有很高的权威性和专业性，而且还包含了丰富的案例和实践经验。在学习过程中，我可以根据自己的需求随时查找相关资料进行阅读和研究，这让我感到学习的过程更为自由和高效。

第三段：与优秀的导师交流的机会

青马课程除了提供丰富的学习资源外，还给学员提供了与优秀的导师交流的机会。导师作为培训课程的专家和顾问，能够给予我们及时的指导和建议。在课程学习过程中，我通过在线讨论、实时答疑和个别辅导等方式，与导师进行了充分的互动。这不仅给了我提问和解惑的机会，还使我从导师的实践经验中受益匪浅。导师们不仅具备深厚的专业知识，而且还乐于分享他们的成功经验和教训，对我的个人成长产生了积极的影响。

第四段：丰富的学习方式和评估方式

青马课程不仅在学习资源上给了学员很大的丰富度，而且在学习方式和评估方式上也非常灵活多样。除了传统的视频课程外，还有直播讲座、在线实践、小组讨论等不同形式的学习方式。这种多元化的学习方式能够满足不同学员的需求，使学习过程更加有趣和有效。同时，青马课程还通过在线测验、练习题、作业等方式对学员进行评估，让我们能够及时检验学习成果，找到自己的不足之处，从而有针对性地进行提高。

第五段：持续学习的动力和机会

从青马课程中，我深刻体会到了持续学习的重要性和机会的宝贵性。青马课程不仅提供了一门门精彩的培训课程，还给了我参与更多培训学习的动力和机会。通过参与精品课程，我不仅得到了专业知识的更新和拓展，还与许多行业内的优秀人士建立了广泛的人脉和交流渠道。这为我今后的发展奠定了坚实的基础。

总之，通过参与青马课程，我不仅突破了时间和地域的限制，还获得了丰富的学习资源、与优秀的导师交流的机会、灵活多样的学习方式和持续学习的动力和机会。这些宝贵的心得和体会将在我的学习和职业发展中产生积极的影响。我相信，在青马课程的帮助下，我一定能够取得更大的进步和发展。

**青马培训的心得体会篇十一**

现在想想还是感到我非常的幸运，我非常荣幸地参加了机电与车辆工程学院的“青年马克思主义者培养工程”，这一期培训已经结束，在短暂的时间内，通过青马班的培训，我懂得了很多，给我带来的感触也很多很多。对于如何做好一名称职的学生干部有了更全面的了解。青马班的学习可以说是提高了我的综合素质，让我在以后的学习工作中会思考的更加成熟。

通过这次学习，我深深的感到，作为新时期的先进青年，先进大学生，我们应该在生活里克勤克俭，严格要求;在工作中身先士卒，勤勤恳恳，不断增强贯彻党基本路线的自觉性;在学习上，以“书山有路勤为径，学海无边苦作舟”的精神，不断增加新的科学文化知识，不断提高自我政治理论修养，努力争取在建设有中国特色社会主义过程中建功立业。

作为一名学生干部应该具有的品质，从路云老师进行的讲座中，我懂得了一名优秀的学生干部应具备怎样的基本素质，从而联系到自身，了解到自己应怎样成为一名合格的学生干部。

我们必须要学会做人、做事，因为人格才是人生的最高学位，而且我们要学会感恩，感恩是人生的最高基石，作为一个大学生，我们的大学生活应该是一种提升灵魂的生活。

通过张程老师给我们进行的讲座，我明白了我们应该学会总结自己，做好短期和长期规划，不要沉溺于一种事物，学会提升自己的思想。做到对自己人生的掌握。

其次，在做事方面，我们就应该力求做到找准自己在团队中的位置，提高自己的能力，要锻炼出自己的管理能力、观察能力、语言表达能力、创新能力、突发事件处理能力以及自我控制能力。

我们应该更好的协调和管理自己的时间，有效率的利用自己的时间，因为只有这样才会使得自己在工作和学习两方面都游刃有余。我们更应该学会表达自己，因为只有更好的表达自己的观点意见，才会及时有效的解决问题。

第三，从路云老师的讲座中中，让我更好的理解到了团队这个词的深刻含义，其实说得简单点团队就是一些人对一个共同的目标做出一直的承诺并且彼此之间高度的信任。

组织靠拢。

在路双双老师的讲座中，我们学到了许多有用的基本新闻稿写作知识，了解到了许多写作技巧及语言规范;在刘传燕老师的讲座中我们知道了奖助学金的基本的申请流程，让我们以后再工作中可以少走很多弯路;张开宝老师的讲座让我明白了如果我们只是有了知识，不能做到意志品质高尚，陶冶自己的情操，健康的心态，那依然不是一个健全的社会人。我们应该追求一个高尚的人格，感恩帮助过自己的每一个人。

中国在国际上地位的日趋稳固 和提高，说明了共产主义在中国是行得通的。中国共产党与时俱进，在不同时期分别提出了 毛泽东思想、邓小平理论和三个代表。在中国，马列主义不再是本本主义，而是不断进化发 展的适合国情需要的理论基础。 作为一名共青团员和入党积极分子， 就应当对共产党与时俱 进的理论思想有真正意义上的了解、学习和吸收，只有强化了自身的理论修养，才能有扎实的思想基础成为一名真正的共产党员， 听从党的号召， 为实现共产主义贡献自身的所有才能。 自觉加强课外理论修养是时代的需要，同时对个人和社会的发展也都有重要的意义。

通过青马班的培训，我思想上也有了一些提高，更加深刻的明白了作为一名学生干部应该怎样更好的进行工作，怎幺处理好自己在学习和工作方面上发生的矛盾，怎样建设好、维护好自己所在的的团队，现在青马班结束了，但是我们的学习不能结束，我将继续努力，不断充实自己，完善自己。这次青马班学习使我再一次接受到了爱国主义先进性教育和励志教育，学习收获颇丰，感谢院团委为我们提供了这次机会，同时也希望更多的同学也可以参加到清马培训班中来，在培训班中学习提高自己。

**青马培训的心得体会篇十二**

第xx期青马工程培训已经落下帷幕。作为参加到这次培训活动的学员，我感到十分荣幸。青年时期是一个可塑性很强的时期，往往有许多潜能，被自我忽略或否定。比如在为人处世方面缺乏自信心等等。但经过此次学习后，让我们明白作为当代大学生，当代的共青团员，应有充分的自信心去完成领导分配下来的工作和任务，经过学习让我们明白了：应当如何使自我充满自信心，去迎接一切困难，也学会了如何参加团队合作。同时这次活动不仅仅提高了我理论学习的水平，并且使我懂得如何作一名学生干部，在很多方应对我个人都有很大的启发。下头将我参加此次活动的心得体会做如下总结。

一、活动资料丰富、有深远意义

此次培训活动资料丰富多彩。不仅仅有资料各异的专题报告，还有户外素质拓展等活动。使我们在每周的学习中都能感受到学校团委对此项工程的重视以及该活动对我们的意义。虽然此次活动是题为“青年马克思主义者培养工程”，意在强调对青年马克思主义者的培养，然而经过每次的报告使我感受到，我们学到的不仅仅是枯燥的理论知识，而是更多的与我们大学生以及学生干部有密切关系的丰富资料。同时也经过一系列主题报告，既有结合我们大学生实际的做人、做事的道理，也有做学生干部应掌握的技能方法，还有我们容易忽略的历史知识等。这些报告使我消除了原本对参加此次培训只是听一些无聊的报告的消极情绪，而是渐渐地喜欢上了该活动，更加珍惜得到此次培训的机会。使我在很多方面都有了提高，例如应当怎样摆正学习的位置，如何与人交往，沟通的技巧，怎样坚持乐观向上的心态等。这些不仅仅改变了我此刻对自我、周围的许多看法，同时也将在今后对我起到重要影响。

二、促进思想上的转变、增进与人沟通的本事

要摆正自我的心态。作为一名学生干部，我们在工作中会遇到各种各样的问题，牵涉到广大同学时，也有配合与不配合之分，总之干什么事都不是一帆风顺的，在此时我们就必须学会控制自我的情绪，不能因为自我的情绪影响到工作。另一方面作为学生干部，我们并没有什么特权，我们的职责就是为同学服务。所以在工作之中，我们必须设身处地的为同学们着想，时刻从广大同学们的利益出发。还有一点就是要不断的进行自我反省，反省自我在工作中存在的问题，虚心理解同学指出自我的不足之处，用两面性的观点分析问题，不断提高为人处事的本事。

作为学生干部应当有正确的思想动机和坦荡的胸怀，因为工作的缘故，学生干部工作无疑会使自我可支配的时间大大减少了。所以我们仅有以锻炼，提高自我的组织协调本事为要求，才能有活力的投入工作，不去追究它到底能给自我带来什么样的好处，从而摒弃了一些错误的思想观念。当工作与学习或者别的什么事相互冲突时，我们能够寻找一个平衡点，不要轻易放弃工作。在工作之中或许会与同事、同学之间产生摩擦，可是我们应当以坦荡的胸怀去应对，从而处理好两者之间的关系，才有利于处理好事情。同时必须要有高度的职责感和职责心。

作为一名学生干部需要以“上情下达，下情上报”为原则、以“全心全意为同学服务”为宗旨开展工作，处理好与上级、同事、同学之间的关系。所以提高自身高度的职责感是必不可少的。

各种各样的活动资料不仅仅使我学到了许多实用的知识，同时对我人格的塑造也起到了必须作用，经过此次培训，我在思想上也发生了许多转变。经过此次学习，我感觉到在大学生活里要正确的认识自我，了解自我，发现差距，努力缩小差距。有的人怕别人明白自我的缺点而刻意去隐瞒，这是自卑的表现，其实在大学里衡量学生的好坏不只是成绩，而是全方位的综合的评价。人不可能是十全十美的，我们要敢于应对自我的缺点。找出自我的缺点和不足，并经过不断地努力的克服这些缺点和不足，努力把自我营造的更加完善.要不断提升自我各方面的本事。作为学生干部，组织活动，开展活动，必须具备许多方面的本事，异常是分析问题本事，组织活动本事，语言表达本事以及人际交往本事。具备这些本事之后，我们就能更加从容的应对工作中存在的问题，也更能得心应手的处理这些问题。对工作的热情和工作进取性也是学生干部所必备的。拥有一颗火热的心，投入满腔的热情，并加上进取上进，才能够让自我在工作中不感到乏味，进而工作也会做的更好，同时也给他人树立好榜样，影响到他人，成为带领同学们成长成材的模范。

每次的报告都使我在某一方应对自我的认识有所提高，明确了自我的不足。

其次，因为这次参加培训的学生都是来自各个学院以及学校的干部，可谓是学生中的精英，这不仅仅给我供给了一个与各类优秀人才沟通的平台，还让我认识到自我的不足，学到一些有用的工作方法。这使得我每次所参加的活动不是单纯的活动，而是发现身边优秀的人的舞台。例如每次讨论会，当听到他人内涵深刻的见解，我便感到自我在某些方面的差距是显而易见的。而自我应当在这方面多努力，提高自我与人沟通的本事，组织、领导本事。而我也在每次的接触中，认识了更多的人，增进了对彼此的了解，使自我融入到了一个团结和谐的团体中去。第三，此次活动我们所结识的同学将会成为彼此日后宝贵的财富。因为每个人身上都有独特之处，这也是这个干部群体所独有的优势，我们能够取长补短，发挥每个人的优势，在今后的学习、生活、工作中相互借鉴、彼此帮忙。无疑为每个人日后的发展增添了筹码。

三、今后的努力方向

此次培训活动带给了我很多益处，同时也使我清楚的认识到了自我的不足，使我明确了今后的努力方向。首先，坚定的学习马克思主义的基本理论的信念。这种信念不是单纯的学习书本上的枯燥理论，而是学会学以致用。用自我的理解与实际行动去诠释这一理论，使更多的青年学生一齐加入到成为马克思主义者的队伍中来。其次，学习、工作要注意方式、方法，协调好二者的关系。要培养比较宽阔的视野，善于学习，灵活工作。多方面的掌握知识技能，为今后的生活、工作打下坚实基础。第三，有大局意识，广泛联系群众，培养与广大人民的深厚感情。学校、组织对自我的培养绝对不是盲目的，而自我要努力成为的不仅仅是一个合格的大学生，还应当是一名合格的学生干部，以及一名心系群众、与广大人民血肉相连有社会职责感、使命感的党员干部。仅有坚定这样的意识，才不负组织对自我的培养。而自我也应当以严格的标准来要求自我。我相信，仅有个人觉悟提高了，其行动才会更有目的性，才能取得预期的效果。

学生干部是学校中最具特色的一个团体。我很有幸成为其中的一分子，也有幸能够参加本次的青年马克思培养工程，而在本次培训中我所获得的东西将使我终身都受益，同时我也会不断改善自我的工作方式，并在以后不断充实自我，使自我成为一个真正服务同学的学生干部。

培养青年马克思主义者是党和共青团学生工作的一个重要方面，各个单位对此都十分重视，而自我有幸参与其中，更应当无比珍惜。虽然此次活动要告一段落，可是对马克思主义的学习还没有结束，如何成为一名合格的学生干部及青年马克思主义者还需要我付出更多的努力。所以，今后我将经过此次培训活动的相关经验不断激励、鞭策自我，不辜负学校、组织对我的期望。

汇报人：...

...x年xx月xx日

**青马培训的心得体会篇十三**

青马课程是一种为青少年提供综合素质培训的教育项目。它的目的是通过培养学生的领导能力、创新思维和团队合作精神，帮助他们成长为有能力和品德的公民。我很荣幸能够参加这个课程，并在这篇文章中分享我在学习过程中的一些心得体会。

第二段：谈谈对领导能力的理解和培养

学习青马课程的过程中，我意识到领导能力的重要性。领导力不仅仅是指在团队中能够带领大家取得共同目标的能力，更重要的是能够发现和发掘团队成员的潜力，并帮助他们充分发挥自己的优势。在课程中，我们通过担任不同的角色来锻炼领导能力，例如团队领袖、讨论组的组织者等。这让我逐渐意识到领导不是一种权力的象征，而是一种责任和担当。

第三段：谈谈对创新思维的理解和培养

创新思维是现代社会越来越重要的一项素质。在青马课程中，我们学习了很多创新思维的方法和技巧，例如头脑风暴、逆向思维等。通过这些课程，我逐渐明白创新思维是对问题的独特的见解和解决方法，而不仅仅是想出新点子。创新思维的培养需要不断的思考和实践，培养对问题的敏感度和洞察力，以及勇于尝试和接受失败的心态。

第四段：谈谈对团队合作精神的理解和培养

青马课程非常注重培养学生的团队合作精神。在课程中，我们经常组成小组进行各种活动和项目，这让我意识到团队合作是一种相互信任和协调的过程。每个人都有不同的专长和优势，只有将大家的力量结合起来，才能取得更好的效果。通过这些团队合作活动，我学会了倾听和尊重他人的意见，学会了主动承担责任和协调利益。

第五段：总结青马课程的收获和体会

青马课程是我成长过程中非常宝贵的一段经历。通过这个课程，我不仅学会了领导能力、创新思维和团队合作精神，更重要的是明白了做一个有责任心和担当的公民的重要性。我相信这些素质将对我的未来发展产生积极的影响。同时，我也非常感激青马课程的教师们，在我学习过程中给予的关心和指导。我将继续努力，将所学应用到实践中，用自己的行动去传承和发扬青马课程的精神。

以上就是我在青马课程学习过程中的一些心得体会。通过这个课程，我在领导能力、创新思维和团队合作方面得到了很大的提升。我相信这些能力将对我的未来发展产生积极的影响。我将继续努力，在实践中不断提高自己，成为一个有责任心和担当的公民。感谢青马课程，让我迈出了成长的第一步。

**青马培训的心得体会篇十四**

近日，我有幸参加了学校组织的青马培训活动。青马培训是学校推行的一项特色教育项目，旨在培养学生的领导能力和团队合作意识，并提升他们的综合素质。在这次培训中，我深深感受到了许多重要的道理和技巧，也对自己有了新的认识和更高的期许。

第一段：培训目标与内容

学校青马培训旨在培养学生的领导能力和团队合作意识，不仅通过理论教学，还给予了学生大量的机会进行实践操作。在培训中，学生通过参与各类活动，学习到了自我管理、沟通技巧、团队合作和解决问题的能力，这些内容对于我们的成长和发展具有重要的指导意义。

第二段：领导力的培养

在青马培训中，学生分成小组，每个小组选出一位组长，并且每个小组都有一个明确的目标和任务。在这个过程中，组长需要合理分配任务，调动每个成员的积极性，保持小组的凝聚力和向心力。作为一个组长，要学会倾听与引导，善于鼓励与激励，并且要有清晰的思路和明确的指导方向。通过这次培训，我意识到领导力的重要性，以及如何在实际操作中更好地发挥自己的领导作用。

第三段：团队合作的意义

在青马培训过程中，我们需要与其他小组合作完成各种任务，这锻炼了我们的团队合作意识和能力。只有团队内部的配合与默契，才能够使任务圆满完成，达到更好的效果。团队合作可以让每个人发挥自己的优势，互相帮助，共同进步。通过与其他小组成员合作，我深刻体会到了团队力量的强大以及团队合作对于个人成长的积极影响。

第四段：解决问题的能力

在实践环节中，我们遇到了各种各样的问题和挑战。这些问题既包括意料之中的困难，也有突如其来的挑战。面对这些问题，我们不能惧怕，而是要学会分析问题的本质，找到解决问题的途径。青马培训锻炼了我们的问题解决能力，增加了我们面对挑战时的信心和勇气。

第五段：心得与体会

通过这次学校青马培训活动，我深刻认识到了领导力、团队合作和问题解决的重要性，也对自己有了更高的期望与要求。作为一名学生，我将不断努力提升自己的领导能力，学会与他人合作，善于解决问题。在未来的学习和生活中，我将时刻铭记培训中学到的知识和技巧，积极投入到各种活动中去，不断提升自己的能力和素质，为将来的发展奠定坚实的基础。

总结：学校青马培训活动给予了我许多启示和收获，使我受益匪浅。通过领导力、团队合作和问题解决的培训，我认识到了自己的不足之处，也明白了如何去突破自己的局限、发挥自己的潜力。这次培训不仅使我个人得到了成长，也让我明白了团队合作的力量和重要性。我将始终怀着感激之心，将这次培训中学到的经验和技巧应用到日常生活和学习中，为自己的成长奠定坚实的基础。

**青马培训的心得体会篇十五**

今天由孔子学苑的xx老师，为我们讲解了“学生干部担当与修养”。课程中引用当下热点有关于“大学生官威”的事件，某高校的学生主席，官威过盛，都“溢”了出来，这并不是学生干部该有的模样。学生干部不应该把自己当作“官”，而应该树立服务意识，认为自己是“干部”的学生干部，最终只会让自己受伤。

作为学生干部，有时会有些疲惫，也会有些迷失，但是当确定了自己的担当与责任，就应认真工作，而工作中的处人之道、个人修养需要我们从平时就开始培养。我们首先要明确学生干部的定位，才能更好的履行学生干部的责任和义务。学生干部不仅是同学的引导者，同时是同学诉求的表达者与维护者，更是同学的`服务者。

通过潘老师的讲解，我懂得了作为一名学生干部，敢于担当是一种责任，是一种精神，更是一种能力，是学生干部的必须具备的基本素质。同时，我也认识到了要珍惜责任，学生按照不同的岗位承担起不同的责任，学生干部是学生群体中的先进分子，更是自愿为学生服务的积极分子。学生干部也应不断提升自己的个人素质和能力,做好一名学生干部需要多方面的能力素质,比如组织能力、策划能力、领导能力等，最重要的还有管理时间的能力。

**青马培训的心得体会篇十六**

青马课程是一种新型的培训课程，旨在帮助年轻人在成长过程中获得必要的生活技能和心理辅导。我报名参加了一期为期两个月的青马课程，并在其中学到了许多宝贵的经验和知识。

二、专业导师的指导

在青马课程中，幸运的是我们有一位经验丰富的专业导师指导我们的学习和成长。他不仅拥有深厚的学术背景，还具备丰富的实践经验。导师每周给我们安排一次集体培训，并且每天都有一对一的指导时间。他细致入微地帮助我纠正学习中的问题，并提供了许多实用的技巧和方法。他的指导让我感到非常受益，不仅在学业上取得了进步，还在心态上得到了一次全面的提升。

三、课程内容的实用性

青马课程的内容非常实用，旨在帮助我们养成良好的生活习惯和积极的心态。课程包括了自我管理、时间管理、情绪管理和人际关系等方面的内容。这些内容在我们日常的成长和生活中非常重要，课程将这些知识系统地整理和呈现给我们。通过学习这些内容，我能够更加理智地管理自己的时间、情绪和人际关系，使自己能够更加高效地工作和生活。

四、与同学的交流与互助

青马课程为我们提供了与同学们交流和互助的机会。在课程中，我们经常组织一些小组活动，通过合作和讨论来加深对课程内容的理解和应用。在这个过程中，我结交了许多优秀的朋友，他们很乐意与我分享他们的经验和知识。我们相互鼓励、相互学习，共同进步。同时，导师也鼓励我们成立学习小组并定期开展互帮互助的活动，这使我们能够更好地巩固所学知识和提高学习效果。这种交流和互助的氛围让我感到非常温暖和有力量。

五、实践与总结

青马课程重视实践，每个学期末都会安排一次实践活动。这次实践活动是课程的重要组成部分，旨在让我们将所学的知识应用到实际生活中。在实践活动中，我结合自己的实际情况制定了一个月的学习计划，并且在导师和同学的监督和帮助下完成了计划中的各项任务。通过这个实践活动，我深刻体会到了计划和时间管理的重要性，并且养成了良好的学习和生活习惯。

青马课程对我来说是一次非常有意义的经历。通过课程学习，我不仅学到了实用的知识和技能，还结交了许多优秀的朋友。课程的实践活动让我把知识转化为行动，养成了良好的学习和生活习惯。我相信这些经验和知识将伴随我一生，助我成长为一个更加优秀和全面发展的人。

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！