# 写一篇心得感悟150字 写心得体会150字8篇范文

来源：网络 作者：雪海孤独 更新时间：2024-09-21

*在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。写一篇心得感悟150字一公司行政部...*

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**写一篇心得感悟150字一**

公司行政部于10月27日，组织了员工参加企业商务礼仪培训课程，并要求会后所有参加培训的员工都叙述本次的培训心得体会，现将本人参加此次礼仪的培训心得感受叙述如下。

本人在此之前从未参与过商务礼仪培训，这也是我第一次参加这么规范的礼仪学习课程，刚开始知道要学习礼仪培训内心还是有些反感的，总以为这种培训与自己的实际工作无太多相关，但是一天课程学习下来后，还是深感体会的，非常感谢郭老师此次的授课培训，也非常敬配郭老师的敬业精神，一天课程下来其实是非常累的，做为学生的我们其实大部分的时间都是坐着的，而郭老师确是以身作则，精神饱满的状态穿着高根鞋站着讲了一天的课。当然此次培训公司领导也是相当的重视，公司董事长更是亲临培训会场并和学员们一起参与学习和互动，老师通过让学员分组的方式进行学习讨论，现场气氛相当和谐活跃，员工积极互动交流。课堂中还通过实践教学，现场教大家学习职场男士着装礼仪、女士着装礼仪、座次礼仪、会议接待等礼仪规范以及日常生活中坐姿、站姿、微笑及待人接物等一系列经常碰到的细节问题。

商务礼仪看似虚无抽象，和咱本身的工作无太大相关，但其实它确渗透在我们工作乃至我们生活中的每一天中，我们的日常工作中会接触一些不同层次、不同修养的人，有客户也有公司同事，他们就是我在商务交往及服务的对象，对照自己在为客户服务中的一言一行，我感觉有很多地方都还有待改进。对待客户，既要坚持公司的原则，维护公司的利益，同时也要从客户的角度着想，灵活的处理问题，与客户及其他同事处理好关系。经过这次礼仪实训，才知道一个人的言行举止中蕴含了如此多的东西，也才知道礼仪一词所涵盖的文化修养。这次学习之后，将更加注重自己的礼仪意识及观念，从一言一行，每一个微小细节做起，以乐观积极的形象去迎接工作及生活中的每一天。

**写一篇心得感悟150字二**

这次军训，是我人生中受到的第一次苦，就象温室里的花草，第一次见识大自然的风吹雨打、电闪雷鸣。但我觉得这样的苦算不了什么，通过军训锻炼了我们的意志，培养了我们在学习上不怕困难勇往直前的信心。

晴朗的天空下，沐浴着的温暖的阳光，迎着落煦的春风，一群绿色的“小军人”们正在操场上进行军训……

昨日那和蔼的教官今天像换了一个人似的，变成了一个严肃的教官。上午，李教官让我们练立正，说实话吧，我已站得两腿发麻，脚也发麻了。快坚持不住了，我真想哭啊，但是我强忍着不哭出来。哎，谁叫我们现在是个“小军人”呢?军人就得有军人的样子。我们不得不接受这样严格的训练，不得不服从教官的命令。

下午，李教官教的动作还是枯燥的向后转、向右转、向左转、立正、跨立和稍息。太阳下晒上两个钟头的滋味可真不好受。一会儿向左转，一会儿向右转，足以把你转得头昏脑涨。而且转身时，教官非得让你只用脚转一下，然后再靠脚，否则，你很有可能被教官的“无敌脚”踹上一脚。有同学注意力不集中，跟不上教官的口令，就被板着脸的教官抓住衣领，拎出队列教育了一番。

这次军训，是我人生中受到的第一次苦，就象温室里的花草，第一次见识大自然的风吹雨打、电闪雷鸣。但我觉得这样的苦算不了什么，通过军训锻炼了我们的意志，培养了我们在学习上不怕困难勇往直前的信心。

**写一篇心得感悟150字三**

漫长的军姿,踢不完的正步,挨不完的训斥,使个个脆弱的我们慢慢变的坚强,严肃的训练场使我们每个同学英姿飒爽,但绝没有矫揉造作,有的是勇敢,坚强。

严明的纪律，严格的要求，紧张的节奏，以及辛苦的训练，这就是军训生活的几大特点，“掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪”的格言已经成为我心里面一个最具有震撼力的座右铭。

虽然我们的军训没有部队里的正规、严格，但从中足可以让我们深深的体会到“绿橄榄”的真正内涵，真正感受到作为一名军人的酸甜苦辣，不觉心中油然而生了一种对中国军人的崇高敬意。军训虽然短暂，但足以让我们体会到人生的路途中并非总是一帆风顺，时常会有荆棘存在，坎坷同行。

我们需要团队精神，每一个步伐，每一个

口号

，团队精神让它们发出一个单一的声音——整齐。而团队精神需要个人，一天天的训练，使我们深深了解到团队精神之重要，可以说刚开始我们的队伍缺乏默契，以致疏远了整齐，队伍便显得毫无生气。我们要达到整齐，就必须不断纠正步伐的错误，一遍不行，再一遍，再不行，再一遍……“只要功夫深，铁杵磨成针”、“功夫不负有心人”，尝试和毅力让我们渐成一个集体，只要有团队精神，一切就会成功。

**写一篇心得感悟150字四**

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有句话：\"古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。\"这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

心目中的军训充满教官的训斥;心目中的军训是紧张与艰苦的合奏;心目中的军训更是无常地响起那集合手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练;心目中的军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗?

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进!我想那样的路才是真实的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

**写一篇心得感悟150字五**

20xx年9月8日我社区对社区的全体员工进行了礼仪培训课程。虽然只有短短几个小时的课程，却使我受益匪浅，这次的培训可以说是从身体到思想上的一次彻底的洗礼，作为一个服务人员外在的仪表，站坐立行的各种姿势，对于服务客户时应抱有的各种心态。

中华民族素有\"礼仪之邦\"的美誉，早在3000多年前的殷周之际，周公就制礼作乐，后来经孔子等人的提倡和完善，礼乐文明成为儒家文化的核心。礼仪可以很好的将一个人自身素质的高低体现出来，从另一方面来讲有好的形象，好的素质的人更可以得到别人的信任。俗话说\"礼多人不怪\"，懂礼节，重礼节不仅不会被别人厌烦，相反还会使人尊敬你，认同你，亲近你，无形之中拉近了同他人的距离。相反，若不注重这些细微礼节问题，就有可能使人反感，甚至关系恶化。所以，在做任何事情都要讲究礼节礼仪，服务行业尤其重要。

社区具有先进的设施，舒适的装潢，优雅的环境，然而拥有这些还不足够，更要拥有的是优质良好的服务。优质良好的服务，个人认为从礼仪开始要想给客人留下一个良好的第一印象，是从初见客人的礼仪开始的。今天不仅教会我们以微笑接待每一位或凶或善的客户，更重要的是要有气质，而气质是自信的表现，只有有自信的人才会显得更出色，才会更美丽，更好的为每一位客户带来有质量好的服务。

在今后的工作中，我相信我们都能做到学以致用，将今日之所学运用到明天的工作与生活中去，更是我们参加培训的每一位学员的责任。同时也很感谢这次徐老师给我们社区带来的专业的培训，让我能和广大的同事们共聚一堂一起学习和分享工作之中的经验，几个小时的时间，向同事们学到了很多东西，也互相学习到了很多东西，取长补短，共同进步。让我们用最真诚的态度去服务客户，用最真心的微笑去迎接每一天，这样我们才能竭诚所能为工行作出自己的一份贡献。

**写一篇心得感悟150字六**

军训是大学的第一堂课，在这堂课上有严明的纪律、有紧张、有欢笑... ...火热的阳光炙烤着大地和我们的身躯，这几天对我来说就像是几个世纪一样的难熬，好想为自己找一个逃避的理由。教官教诲我们：“想尽一切办法，克服一切困难，完成一切任务，争取一切荣誉。” 我的思想开始转变，考入大学并不意味着一劳永逸，人生中有好多的关口要过，有好多的责任等我们去抗，又有好多的义务等我们去尽。

大学只是万里长征中的第一步，那种“船到码头车到站，兵器入库马放南山”的思想对当代大学生的成长都是不建康的。 军训不仅仅是对我们的身体的考验，更多的是对我们的意志的磨练，同时提高我们的思想水平和团队精神，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”人是在不断的磨练中长大的，就像一棵小树一样经历风雨后才能变成参天大树，军人的气质和钢铁般的意志给我很深刻的印象，正如一首军歌歌词描写的一样：“还硬比钢还强”。

在我们军训中我们军人、学生一家人，了解不少的军中生活，体会到了军人的艰辛，感受到了军人的豪迈气概，他们肩负着保卫国家的重任，苦中的乐，教官说：“当兵后悔二年，不当兵会后悔一辈子” 。军人的奉献精神和大公无私深深的打动我们每个人，我们的新生班主任给我们讲解生活中要注意的事项，为我们今后的学习生活做准备，辅导员教师像大哥哥一样照看着我们。

在这里有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声，这些就像不灭的音符跳动不已，我们是充实的，我们是快乐的，苦与累已化作美与甜，军训——我们不后悔 军训已过去三天，这三天中我的感触很深。

感觉到我比以前坚强多了，总觉得自己全身都是力量，叠被子是我在军训三天中觉得最难的，因为以前没有叠过被子，叠起来就头大，怎么也叠不好，尽管教官一而再的教，可我还是叠不好，使我都觉得我没有喝方面的天赋，呵呵，经过不懈的努力，我最终还是会叠了，军训中还有很多很多的感慨，它们都会影响我的一生。 感谢军训，它教会了我很多以前没学到的东西。

**写一篇心得感悟150字七**

随着一声嘹亮的哨响，军训落下了帷幕。当教官们在主席台前集体向我们敬军礼时，我们感受到了一股莫名的感动。离别稍瞬即逝，眼里装满的是割舍不下的情谊。教官渐行渐远，在掌声当中变得看不清，我看到了一些泪光在同学们的眼里闪烁，心中甚是感动过和说不出的滋味，回想那时候刚刚军训的时候。

训练场上异常齐整的队伍，熟悉的步伐和形体。嘹亮的口号与歌声依旧回荡在耳畔。休息时的各种活动，快乐中不失威严，活泼中不忘纪律。集体的融洽让我们懂得了分享快乐。苦过，痛过，哭过，笑过，军训恰恰把我们孩童的稚气掩埋，我们的眼神从此不再稚嫩，取而代之的是成熟和敏锐的光芒。

军训中虽苦亦甜，虽累亦美。绿色的军装成为一道靓丽的风景线;嘹亮的口号化作一道唯美的歌;整齐的步伐升成为一股惊天动地的力量。铁的纪律造就自我，更造就了钢铁般的军队。在最后一天的会操中，当我们踏着正步走过主席台接受首长的检阅时，心中充满了自豪与骄傲。

军训的日子总让人想起汗水和苦痛，但汗水的背后却是无尽的收获和快乐，挺拔的英姿，婀娜的身影，矫健的步伐，无不向人们诉说那段艰辛的历程。痛苦中，我们磨练了白杨般的坚毅，不再摆高材生的架子，不再只顾考虑自己。军训告诉了我什么叫团结，什么是纪律。

时间过得很快，但一定有许多事情永远都不会被抹掉。以往的度日如年如今竟是弹指一瞬间;曾经每天的劳累竟变成现在最充实的回忆;以前的那个厌恶的教官如今竟是朋友般的亲切。原来无形之中我们已与教官建立了深厚的友谊。教官的威严与活泼，教官的笑脸与背影永远不会像花朵一样昙花一现，我相信花未眠。

军训结束了，但军训中的收获却不会随之烟消云散。这是我们用汗水，泪水和欢笑谱写的乐意，是我们大学生活中的闪光点，更是我们永远值得回味和追忆的日子。教官虽然走了，但是他把军人和气质悄悄地刻进了我们的骨髓，融入了我们的灵魂。它已在我们心中默默地埋下了一粒种子，一粒充满希望的种子。

大学四年，我会用军训精神来度过，用梦想创造可能，用理想浇灌希望;用知识报效祖国，为国家现代化建设贡献力量。

**写一篇心得感悟150字八**

军训，是一次非常好的体验。它，会让你知道什么才叫做坚强的意志;什么，才叫做吃苦耐劳的精神;什么，才叫责任心;什么，才是真正的坚强!

在这短短四天的军训期间，我们可算是体会到了人世间的各种酸甜苦辣。有的时候，教官会让我们休息半个小时;有的时候，他却会像魔鬼般地逼我们来回跑步，跑上两个小时也是常有的事情。

坚强的意志估计是我这次军训最大的收获吧。军训，从字面来理解就是像军人一样的训练。军人就要先有坚强的意志。要知道，军训肯定不会天天都是好天气。就例如我们军训最后会演的时候吧，轮到我们班的时候，天空中砸下了豆大的雨滴。当时我心里的小鹿就砰砰直跳，害怕我和同学会被雨滴砸昏不知左右;害怕我会为我们班拉分;还害怕领导会不看随便打个分糊弄过去。可是，同学们都没有退缩，雨让我们看不清前方，只是眨了眨眼睛而已。反而比以前更专心，更努力了。

看到同学们没有一丝畏惧的神情，我的斗志也不知不觉燃烧起来了!小宇宙，爆发吧!天公看见这样大的雨还不能摧毁我们的意志，他生气了。于是，又下了更大的雨。只见倾盆大雨扑面而来，我们的衣服很快就湿透了，一阵风刮来，顿时浑身冰凉。无奈，只能让已经汇演完成的同学先回教室，剩下的三个班转移到室内继续演出。

虽然剩下的三个班在室内演得不错，可是我们却淋了一身雨，本来就已经有不少人因为上次的大雨生病，这次还不知会怎样。

尽管如此，我们还是没有因为那场大雨而退缩，而是勇敢地挺了过来，这难道不是因为军训带给我们的坚强意志吗?

这一次的倾盆大雨使我明白了：人生中，会遇到许多挫折。面对这些挫折，如果我们因为惧怕而退后，得到的就只能是失败;而如果你有坚强的意志，敢于勇往直前。即使你踏出的是一小步，迎接你的就极有可能是另一个结果，那就是：胜利的光辉!

正如马克思所说的：生活就像海洋，只故意志坚强的人，才能到达彼岸。

整个军训带给我的还有许多许多……如果把我学到的东西比喻成是夜晚的星空的话，那么坚强的意志就是其中最闪耀的一颗星星。

【写一篇心得感悟150字 写心得体会150字8篇范文】相关推荐文章:

2024年母亲节心得感悟 母亲节个人感悟心得

如何写一篇合格的自我评价

如何写一篇优秀的自我鉴定

如何写一篇漂亮的财务报告

如何写一篇漂亮的财务报告

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找