**参加2013年上海市“选苗育苗工程”强化培养对象培训班学习心得**

作为同济大学一个普通的学生非常有幸在大三就参加了2013年上海市“选苗育苗工程”强化培养对象培训班，通过两天的学习，我学到了很多知识，丰富了自身的阅历，同时还结识了众多来自沪上各高校的精英骨干，找到了差距，收获了友谊！现在我就具体汇报一下在培训班的心得体会：

接到通知，我既激动又忐忑，激动的是有机会参加那么一个有价值的培训，忐忑的是来参加培训的都是各校精英，生怕自己会给学校丢脸。所以一开始我就是报着学习的心态来报到的。开班典礼上，见到了我们同济的校友也是我曾经的直接领导共青团上海市委副书记杨元飞老师，心情更加激动，但是也放松了不少。杨老师在开班仪式上提出，中国梦取决于青年的理想，他向学员们提出了殷切希望，希望学员将理论框架学习与能力结构训练相结合、参与社会实践与深入社会观察相结合、制定个人评定标准与坚定远大志向相结合、参加短期集中培训与长期自身学习相结合，他鼓励学员要有自信心和平和的心态，并扎实努力，这都给我留下了深刻印象。

在接下来的培训中，王玮老师 “赢在影响力，发挥沟通魅力”的卡内基培训声情并茂，时时与学员们互动交流，一下子拉近了大家彼此的距离，同时也让大家学到了怎样提升自己的影响力。而下午华师大的梁老师则用其幽默的风格和平易近人的作风带领学员们进行了团队素质训练，大家分成六个小组展开了既紧张激烈而又充满趣味和友谊的比拼，进一步增进了学员间的了解，同时也提升了大家的团队意识和合作精神。而紧接着，王冰教授则从历史和现实两个角度，从全球和地区两个层面，从文明的三个维度细致深刻分析了当前的国际局势以及中国所扮演的角色，让我们看到了国际视野下中国的定位，让我们认识到了从全局性和战略性的角度看中国应该怎么办，获益匪浅。

一天的学习也进行到了最后一个环节——小组讨论：“青年与‘中国梦’”。一开始大家都比较拘谨，但是一番自我介绍之后，大家也都渐渐进入状态，畅所欲言。李杰同学率先发言，他结合自身的经历，讲述了自己是怎样怀揣着“中国梦”的坚定信念从而实现了一个贫寒学子的大学梦，大家听后都很受感动和启发。接着组长秦晓兰也谈了从小树立理想有助于人的成长，有助于实现梦想。接下来来自海洋大学的黄佳俊同学谈了“中国梦”需要青年的参与，并结合自身的经历告诉大家梦想是如何让一个“问题少年”实现自我的救赎，大家给予热烈的掌声。来自华政的张雪同学解读了她理解的“中国梦”就是平凡人做出不平凡的事，并结合自身经历揭示了每个青年都有“做梦”的机会和权利，只要你愿意努力和付出，梦想终究会实现！上交的赵世雄同学则提出我们青年的梦想不要过于狭隘，要有更远大的梦想，要有忧国济世的情怀，唯有此国家和民族才有希望。在这次讨论会上每位同学都踊跃发言，大家你一言我一语，气氛轻松热烈，大家也都对我们的“中国梦”加深了认识，坚定了信心！在热烈的讨论中第一天的培训结束了。

第二天一早，我们就听取了谷宇教授关于学习贯彻十八大精神的辅导报告。谷老师讲课风格风趣幽默，但是观点却很犀利，不时赢得同学们的热烈掌声。其中他提出对于很多问题，我们要做到“先了解再批评”等观点都给同学们留下了深刻的印象，让大家在轻松愉悦的氛围下接受了教育。

接下来的个人小结环节，小组内的每位同学都谈了自己这两天学习以来的感受、学到的知识、收获的友谊和得到的教育。我们还进一步探讨了大学的教育问题、中国的社会问题以及当前的国际形势等一系列话题，讨论结束大家仍然意犹未尽，在午餐时继续讨论。

下午，同学们聆听了闫加伟处长作的“社会管理创新与大学生公益创业”主题报告。同学们学到了知识，增长了见识，对中国的公益事业有了一个全新系统的认识，收货颇丰。

在不知不觉中两天的培训即将结束，四个组的学员代表依次上台发言，大家都表达了感谢和不舍。是的，两天的时间让我们很多学员建立了深厚的友谊，太多的志同道合，太多的依依不舍。最后结业典礼上，陈立俊部长等领导为我们每一个学员颁发了结业证书，并对我们提出了“收获新知识，弘扬正能量”的殷切希望，我想我们会努力，我们会成长！

通过此次培训，我不仅学到了知识同时也收获了友谊，不仅开拓了眼界同时也提升了自身素质，不仅坚定了信念而且更加深刻地认识了“中国梦”的内涵，坚定了“勇于接过实现中国梦的接力棒”的青年理想。一个没有理想的民族是悲哀的，一个没有理想的国家是没有希望的。我们每个青年的梦想都是“中国梦”的一个组成部分，青年强则国强！

习近平总书记说：“空谈误国，实干兴邦。”李克强总理也说：“喊破嗓子不如甩开膀子。”说的好不如做的好，说到就要做到，行动起来方能实现梦想！“你所站立的那个地方，正是你的中国。你怎么样，中国便怎么样。你是什么，中国便是什么。你有光明，中国便不黑暗。”扬起理想的风帆，为实现我们当代青年的“中国梦”而努力奋斗！

最后感谢为培训班的成功举办而付出心血和汗水的老师和同学们，祝我们的培训班一直办下去，越办越好！

**同济大学政治与国际关系学院**

**政治学与行政学 王畅**