

最新假期培训心得体会学生 化学假期培训心得体会(优秀11篇)

学习心得是对学习活动进行反思和总结的一种重要方式。以下是小编为大家整理的教学反思范文，供大家参考和借鉴。

假期培训心得体会学生篇一

第一段：引言化学是一门具有挑战性的学科，它涉及原子、分子和化合物之间的相互作用。为了提高自己在化学方面的知识和技能，我决定参加化学假期培训。在这篇文章中，我将分享我的心得体会。

第二段：培训内容化学假期培训是一个集中学习和实践的机会。在培训期间，我们参观了多个化学实验室，观察了各种实验设备和仪器的操作方法。同时，我们还进行了许多实验，包括物质的溶解、气体的反应和化学反应速率等。通过这些实验，我对化学的基本概念和原理有了更深入的理解。

第三段：教学方法培训期间，老师采用了许多互动和实践活动来引发我们的兴趣。他们给我们讲解了理论知识，并通过实验示范来说明相关原理。而后，他们鼓励我们进行自己的实验，让我们亲自操作实验仪器，以加深我们的理解。此外，老师还组织了一些小组讨论，让我们在交流和合作中学习。

第四段：收获与成长通过参加化学假期培训，我获得了许多知识和技能。首先，我学会了如何正确地操作化学试剂和实验设备，这对于未来的实验工作非常重要。其次，我对不同实验现象和现象背后的原理有了更深入的了解。我也学会了如何分析和解释实验结果，并提出有意义的结论。最重要的是，通过培训，我拓宽了自己的视野，增强了自己探索科学世界的兴趣。

第五段：总结通过这次化学假期培训，我不仅增加了自己的化学知识和技能，还提高了自己的实验能力和科学思维。我对化学的兴趣更浓，也更有信心迎接将来在化学领域里的挑战。此外，我还结识了许多志同道合的同学，他们也是我未来合作和学习的伙伴。化学假期培训是一次难得的学习机会，我将会继续努力学习，为将来的成就奠定坚实的基础。

假期培训心得体会学生篇二

时间如飞，15天幼儿教师培训学习已经结束了，能参加这次培训我感到无比的荣幸，其次，我觉得作为一名合格的幼儿教师还要有一颗童心，这样你才能和孩子们贴得更近，才能和孩子们同欢乐，共悲喜，才能真正成为孩子的朋友，你的教育也才能真正走进孩子的心灵，达到共鸣，实现你的教育目标。

再次，作为一名合格的幼儿教师还应该有一份责任心，也就是肩负幼教事业之心，有了这一份责任才能激励自己不断钻研，不断进取，使自己的发展与国家、与幼儿教育事业同发展，使自己成为新型合格教育人才。

以上是我通过15天的`培训学习对幼儿教师应具备品质的一点浅薄的思考与认识。总之，幼儿教育的意义重大，它“启迪智慧”、“启蒙人生”。幼教事业任重而道远，作为一名幼儿教师我也感到无比光荣，在今后的工作中我会加倍努力，争做一名合格的幼儿教师，为祖国幼教事业做出自己应有的贡献。

假期培训心得体会学生篇三

一、教师心理健康

教师的人格和心理健康状况直接或是间接影响教师自身的发展状况和学生的教育。

在当今迅速发展的社会里，一些教师的内心发生了动荡和倾斜，进而加剧内心的冲突。如果内心的矛盾得不到妥善处理，势必影响着教育活动。站在一个更高的角度来说，教师的心理健康，特别是人格的健全与否关系着学生的价值取向，关系着学生对于社会的态度，关系着学生的发展方向。时代要求教师应提升自身的心理健康。所以，教师的心理健康意义显得十分必要，而且迫切。

（一）影响教师心理健康的因素

1、社会责任重大，民众对于教师的期望过高

信息时代、经济时代的来临，学生家长日益迫切感觉到了教育和知识的重要性。因而对孩子的教育便空前关注起来。作为孩子的主要学校教育者，家长对教师对孩子的教育作用过分倚重。特别是教毕业班的教师，他们感觉到来自学生父母的压力更大。自己孩子由于主观努力程度不够或者其他某些客观原因导致了学习成绩不好，学科教师便要受到很大的质询。甚至学生与社会不良人员混杂，进而干出一些违法乱纪的事情，经常逃学等等，家长只把目光投向教师。若认真分析，很多学校与家庭应联合教育学生的事情现在只投在教师的身上。也就是说，教师承担着一些本由多方联合承担的责任。社会给予教师的责任实在太多，给予的厚望太大，压得教师喘不过气来。

2、教师的审核评价和教师的管理体制中仍然存在着一些不是十分合理的地方。

这也是影响教师心理健康的重要因素。有些制度注重看的是教师所教科目的学习成绩，但是忽略了教师在改变学生的不良的价值取向，行为习惯，思想道德等方面所作出的努力，忽略了教师在教学工作以外的付出的汗水和心血。

教师的教育对象是一个人，一个正在不断发展的个体。教师

教育学生的劳动成果，不能简单地以学习成绩的好坏来断定。教育的最终目的是让每一个未成熟的个体得到发展，融入社会。但是劳动对象是人，并且人与人之间存在着这样，那样的差异。此外，学生发展表现需要长时间观察，也是多个教育力量的合力所为。总之，有效准确衡量学生的成长作为教师考评的依据目前仍是十分困难的。因而，不完善的考核评价体制对教师的心理健康仍有着一定的影响。

3、人际关系也是影响教师心理健康的因素。

同行之间既有相互合作，也有竞争，像评定职称，晋级等之事。教师之间的竞争性是很大的。符合条件的人很多，但是名额却是很有限制的。一些教师为了凸显科研成果，采用一些不适当的手段，这无疑给自己和他人带来了一定的心理阴影。教师的竞争上岗，以及频繁的考试等也是重要因素，加重教师的负担。时代的发展对教师的业务要求也越来越高，有些教师心理承受着巨大压力的能力可能有点低，因此产生焦虑等问题。过多的‘压力会影响教师的心理健康。

4、身体健康是影响教师心理健康的重要因素。

教师的工作远没有社会上说得那样简单和轻松。教师行业虽然很光荣和伟大，可是在这光荣背后，是需要教师付出大量的劳动来应对备课、上课、批改作业、学校事务等大量的工作。此为，教师还要承担起一大部分育人的责任。因而，繁重的工作势必威胁教师的身体健康。很多教师过早患上颈椎病、腰间盘突出，肩周炎、咽喉炎等。大量的工作已使他们处于身心疲惫的状态，再加上身体的病痛会进一步影响教师的心理健康。总之，教师长时间处于强大的压力之下。这种过多的压力如果得不到及时合理的宣泄，积闷在胸中，会导致教师心理憔悴，精神状态不良，带来各种苦恼、焦虑、心悸、沮丧等，因而产生了心理的不适应。严重者可能导致了心理疾病。

二、新八德方面

旧八德是指：忠、信、孝、悌、礼、义、廉、耻，意在承接中华传统美德，并赋予了新的内涵，体现了民族生命力的全新价值。通过学习，我渐渐开始对其内容有了很明晰的从‘立志、孝亲、尊师、友学、长善、救失、学法和落实《弟子规》’八个方面，将学生成才教育内容和生活范围所应遵循的正确成才之道，进行了较为全面科学的讲解。”“新八德”从此深刻的植入了我的内心，也将新八德内容正式引用到我的班级管理之中。

深入领会了“新八德”在育人方面的良苦用心。它的内涵丰富，真正让孩子们从实践中去体验该如何做人。让我们做教师的懂得了如何帮助学生进行有效的自我教育。“新八德”成为我们的德育主题月活动主题。他们快乐的成长着。

寻找幸福最有效的方法是建立积极心理。积极心理学研究人类的幸福感、优势、美德和最理想的社会制度。积极心理学认为幸福感来自优势、美德，包括智慧、勇敢、仁爱、公正、克己、超越自我六大美德，积极的心理品质包括超越、节制、正义、智慧、勇气和仁慈。

“积极情感是幸福的一面镜子，快乐是精神财富的奠基石，快乐是一种情感货币。在我们感到快乐时，我们会创造最大价值，我们想到新的创意、尝试新的爱好、投入自己的情感、保养自己的身体，并找到生命的意义。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

假期培训心得体会学生篇四

要去做好一名班主任，并不容易，之前自己虽然也是任课的老师，但是下个学期也要去担任班主任的工作，也是有一些压力，不过经过此次的假期培训，也是让我对于班主任的工作有了更多的认知，对于接下来要做的工作也是更有信心，相信自己是可以在下学期去带好班级把工作做好的，此次的培训也是有一些感触体会。

要充分的了解学生，做好管理不但是要求而已，更是需要去清楚学生们的一个需求，并且让学生去管理学生，才能更好的去把班级给带好了。培训的时候，老师也是讲了很多自己带班的事情，从这些实际的例子让我更清楚做班主任会遇到哪些困难，又是该如何的去解决它，面对的难题和之前做任课老师也是有很大的区别。对学生的情况，也是要有更多的了解了，不但是学习上的困难，还有生活上的，可以说班主任要处理的事情有很多，也是要多与学生沟通，和其他的老师积极的配合，同时也是多联系家长，这个工作任务也是很繁重，不过也是在培训里让我知道，其实自己主要要做的事情是哪些清楚了，然后规划好，其实完成工作并不是那么的难，而且自己也是已经工作了几年，对于班主任的工作虽然不是熟悉，但是也是有一些的了解。

关心学生是我们班主任日常该做的事情，特别是关于学习上面，以前作为任课老师，一般只需要关心学生自己所教学这门课的成绩是如何的，但是而今却是所有的都是要去了解才行，而且也是需要和任课的老师一起配合去了解学生学习的情况，培训之中，老师也是讲了很多班主任工作的任务让我

也是明白，做好不简单，但是也是要积极的面对，以前没有做老师之前也是感觉做好老师的工作不容易，但是而今下来，自己也是可以做好任课，那么班主任的工作也是要努力干好才行，同时自己也是有所感触，此次的培训让我知道和优秀的老师之间不但是任课上的差距，班主任的工作也是有了一个目标，我也是要做到像老师那样的出色才行。

经过培训，对于接下来的工作我也是更加的有准备，同时也是会更努力去珍惜在假期的时间，多些思考，为新学期做班主任工作而做好准备，从而让自己去把班级给带好了，去不断提升自身的能力，积累带班经验。

假期培训心得体会学生篇五

假期安全培训是为了引导人们在假期期间注意自身安全，并提前预防各类安全事故而开展的。近日，我参加了一次形式严肃、内容充实的假期安全培训，并从中获得了一些宝贵的心得和体会。

首先，假期安全培训让我深刻认识到安全的重要性。在培训中，我们听到了许多真实的安全事故案例，这些事故给人们的生命财产造成了巨大的伤害。比如，在火灾中，因为被困在楼上无法逃生，许多人不幸丧生；在海边游泳时，因为不懂得游泳技巧，一些人被海水吞噬。这些事故告诉我，安全意识的缺乏以及安全知识的匮乏是造成事故的主要原因。而假期安全培训正是为了提高人们的安全意识，让我们在面对各种安全风险时，能够正确应对。

其次，假期安全培训教会了我一些实用的安全知识和技能。在培训中，我们了解到防火、防盗、防溺水等基本的安全常识，并根据个人情况学习了一些逃生自救的方法。通过观看实际案例的分析，我们知道了发生事故时的正确反应，比如在火灾中如何从烟雾中逃生，如何正确使用灭火器等。这些知识和技能不仅可以在假期中保护自己，还可以传播给身边

的亲朋好友，共同提高大家的安全意识。

另外，假期安全培训让我深刻认识到法律在保护人民生命财产安全中的重要作用。在培训中，我们学习了一些与安全相关的法律法规，了解了法律对于安全的规定和保护措施。比如，在购买保险时，我们应该阅读保险条款，了解自己的权益和责任；在旅游时，我们应该了解当地的法律法规，遵守当地的安全规定。了解了这些法律的重要性后，我决心以后不仅要严格遵守法律，也要宣传法律，让更多人认识到法律对于个人和社会安全的重要保护作用。

最后，假期安全培训让我认识到保护自己并不只是个人责任，也是社会责任。在培训中，我们学习了公共场所的安全管理措施，了解了社会化救助的重要性。我们应该密切关注身边的安全环境，积极参与到安全管理中去。比如，发现火灾时，要第一时间拨打火警电话报警，并及时疏散周围的人群；在公共场所发生安全事故时，要勇敢伸出援助之手，帮助需要帮助的人。只有每个人都将自己的安全和他人的安全放在心上，我们的社会才能更加安全和谐。

通过假期安全培训，我不仅增加了安全意识，还掌握了一些安全技能。在今后的假期中，我决心将这些学到的知识付诸实践，保护好自己安全。同时，我也愿意将这些知识和技能传播给更多的人，让更多的人能够意识到安全的重要性，并在面对各种安全风险时能够正确应对。只有每个人都具备良好的安全意识和一定的安全知识，我们的假期才能更加安全、愉快。

假期培训心得体会学生篇六

大学假期是学生们放松心情和充实自我的好时光。为了提升自己的竞争力和拓宽自己的视野，许多大学生选择参加各种培训活动。我也不例外，今年的暑假我参加了一次培训班，为期一个月。这次培训经历使我受益匪浅，我深感这是一个

不可多得的难得机会。在这次培训中，我学到了很多东西，也收获了许多成长。

首先，我深刻认识到培训对于自己专业知识的提升具有重要的意义。作为一个大学生，专业知识是我们的核心竞争力。而在学校里，老师所讲授的知识并不能涵盖全部领域。因此，通过参加培训班，我有机会了解到一些学校所未涉及的知识 and 技能。培训班注重实践操作，能够让我们把理论知识付诸实际应用中，并在实践中不断地调整和改进。这种实践让我更加了解我所学的专业，也为以后的学习和发展打下了扎实的基础。

其次，培训班提供了一个广阔、多元化的平台，让我结识了来自不同学校和专业的同学。在学校中，我们所认识的大多数同学都是同一专业的，而在培训班中，我有幸结识了来自不同领域的同学。我们通过互相交流、探讨问题，共同解决难题，形成了紧密的学习团队和友谊。这种多元化的交流，让我拓宽了视野，了解了其他专业的学习方法和思维方式。在这个过程中，我也学会了合作与沟通，能够更好地团队合作，并在合作中积累宝贵的经验和技巧。

此外，培训班还为我们提供了丰富多样的实践机会和社会经验。在培训班中，我们不仅仅是局限于理论的学习，更多的是要进行一些实际操作和实践项目。这些实践活动包括实地考察、任务执行和小组讨论等。通过这些实践，我不仅能够更好地理解和掌握所学的知识，还能够提升自己的实际动手能力和解决问题的能力。此外，在实践中我们还能够学到很多与专业相关的经验和技巧，这对我们以后的工作和生活都具有很大的帮助。

最后，培训经历让我深刻认识到积极主动学习的重要性。在培训班中，我们不再受限于课程表中规定的时间和科目，而是要主动学习和学以致用。培训班给予我们更多自主学习的机会，我们可以自己选择学习的内容和方法。这对于培养我

们的学习兴趣和学习能力非常重要。通过这次培训经历，我更加明白了知识的力量和自主学习的重要性。只有不断地自己学习和积累，才能够在以后的人生道路上保持竞争力和持续发展。

总之，大学假期的培训经历让我受益匪浅。我在培训中学到了很多专业知识和技能，认识到专业知识的重要性；通过与来自不同学校和专业的同学交流，我拓宽了视野，学会了合作与沟通；培训班的实践机会和社会经验让我获得了实践动手能力和问题解决能力；最重要的是，培训经历让我深刻认识到积极主动学习的重要性。这次培训经历不仅让我在专业上得到提升，同时也让我成长为一个更加自信、自主和有责任心的人。我相信，这次培训经历对我的未来发展将产生深远的影响。在以后的学习和工作中，我会不断努力提升自己，充实自己，为实现自己的人生目标不断努力。

假期培训心得体会学生篇七

在暑假期间，我参加了一次化学培训班，通过这次培训，我收获了许多知识和经验，对化学学习产生了更深的兴趣和理解。下面我将与大家分享我的心得体会。

第一段：开班仪式

我们培训的第一天，举行了一场隆重的开班仪式。在培训老师的带领下，我们互相自我介绍，并了解了整个培训的安排和目标。开班仪式上，老师们告诉我们，参加培训不仅仅是为了考试，更重要的是培养我们科学思维和实验能力。这让我感到很有责任感和动力。

第二段：理论知识的学习

在培训期间，我们系统地学习了化学的基础知识，如化学方程式、化学键的类型和结构、化学反应等。通过理论学习，

我对化学的基本概念和原理有了更深入的了解。老师们用生动的例子和实际应用，使我们更容易理解和记忆化学知识。我在课堂上积极思考和提问，与同学们进行讨论，这也进一步加深了我对化学的理解。

第三段：实验操作的训练

在化学培训中，实验操作是重要的一环。我们进行了多个实验，如酸碱中和反应、氧化还原反应等。通过手工操作和观察实验现象，我不仅学会了实验技巧，还体会到了科学实验的乐趣。有时候实验会出现意外情况，需要我们自己思考解决办法，这锻炼了我们的动手能力和创新思维。同时，实验过程中的小团队合作也增强了我与同学们的交流和互助能力。

第四段：知识应用的拓展

培训过程中，老师们为我们提供了大量的习题和案例分析，让我们将所学知识应用到实际问题中。通过解答习题和讨论案例，我学会了应用化学知识解决问题的方法和技巧。我发现化学与生活密切相关，例如煤气灶的运行原理、清洗剂的成分等等。这让我感到化学不仅仅是一门学科，更是一种思维方式和生活技能。

第五段：毕业总结

在培训的最后一天，我们进行了一场毕业总结。在总结中，我真切感受到了自己在这次培训中的进步。知识的广度和深度都有了明显提高，同时，我的实验技能和分析能力也有了显著的提升。我也了解到，学习并不止于学校的课本，还需要不断探索和实践。我下定决心将在今后的化学学习中保持这份热情和态度，不断提高自己的专业素养。

这次化学培训让我收获很多，不仅仅是化学知识，更有了对科学的兴趣和探索的勇气。通过培训，我不仅加深了对化学

的理解，也锻炼了自己的实验能力和解决问题的能力。我相信，在今后的学习和生活中，这些收获将会对我产生积极的影响。我希望继续努力学习，将化学知识应用到实际中，为科学事业做出自己的贡献。

假期培训心得体会学生篇八

暑假的时间悄悄过去，但在这短暂的一个月里，我却觉得过得充实又满足！作为一名幼师，我非常幸运的在这一年暑假参加了_x幼师培训。这场培训让我在作为教师的能力和心态上都有了大大的进步！

不仅仅如此，通过给培训老师在培训上的讲解，我学会了很多实用的教学经验，并且每一个在培训上学会的技巧和经验都让我感到十分的实用，恨不得立马就能去做做看！如今，假期终于结束，我心中也压抑着心中的激动和兴奋等待着新学期的到来，现对我这一个暑假培训的心得感受记录如下：

一、对培训课的感受

此次的培训是由_x大学的教授以及_x等幼儿园骨干教师共同召开的，面对这些名师的课堂，我不禁又多打起了几分精神来！

在老师们的课堂上，我带着期待的心情等待着老师们对教学经验的讲解。但最初的课却并不是的针对学生，而是对我们这些幼师们自身的反省和检讨！在老师的分析和引导下，我们听到了很多过去常常在教育工作中犯下的错误！通过一段时间的教导，我们最先认识到了自己在教育中的不足的和问题！这份对自己的反省，不仅让我们中不少人放低了自己的姿态，开始对自己在教育工作中的问题进行反省，同时我们也在培训中更加的认真，希望能通过这次的培训来弥补自身的不足。

随后的培训中，我们还学习了对于幼儿的引导技巧，以及面

对那些调皮、任性的幼儿该怎么教导。老师们的们在课堂中讲述了很多的范例，并穿插着幼师们自身管理和改变的知识，让我们充分的认识到，教导难管的幼儿，首先要从自己开始改变。

二、对自我的感受

在这次的培训中，我作为一名资历并不高的幼师可谓是收获丰盛。不仅仅学到了很多有趣的使用技巧，也认识到了自身很多的问题。最重要的是，我认识到很多幼儿的问题，其实关键不是在幼儿自身身上，而在于我们这些幼师以及家长身上。在幼儿的教育方面，我们不仅要对幼儿下功夫，同时也要努力做好家庭方面的联系，让家长们的能与幼儿园的教育互动起来，这样才能更好的引导幼儿走向正确的方向！

这次的学习真的给我好好的上了一课，如今的我更期待在这学期的教学上我能做出怎样的突破。尽管兴奋，但我一定会认真、严谨的教导这些学生，让幼儿们都能在这里开心快乐的成长！

假期培训心得体会学生篇九

在最近的暑假里，我参加了一次化学假期培训课程。这是我第一次参加这样的培训，我对于所要学习的化学知识充满了好奇和期待。通过这次培训，我深刻体会到了化学的重要性以及学习化学的乐趣。

第二段：培训内容

这次化学假期培训课程的内容非常丰富多彩。我们从基础的元素、化学式开始学习，逐步深入到化合物的反应、离子平衡以及化学方程式的平衡。培训课程采用了多媒体教学，老师用生动的实例和图表来解释化学原理，使得抽象的化学概

念变得更加形象易懂。此外，课程还安排了实验环节，我们通过亲手操作，亲眼见证了化学反应的奇妙过程，这让我对化学的实际应用有了更深入的体会。

第三段：学习收获

通过这次假期培训，我学到了许多化学知识，同时也受益于老师们的教诲和指导。首先，我深刻认识到化学无处不在。我们身边的一切都是由原子和分子构成的，了解化学知识可以帮助我们更好地理解世界。其次，我学到了科学实验的重要性。在实验中，我学会了如何进行实验设计、观察实验现象、分析实验数据等技巧，这些对我的科学探索能力产生了很大的影响。最后，我也学到了坚持不懈的精神。有时候，学习化学可能会遇到难题，但只要我们持之以恒，不放弃，就一定能够克服困难，取得进步。

第四段：乐趣与收获

通过这次化学假期培训，我不仅增加了化学知识，还培养了对化学的兴趣。以前，我对化学只停留在书本上的知识，但通过实验和课堂，我开始发现化学的美妙之处。经过实验的发现和思考，我慢慢地喜欢上了这门学科。同时，这次培训还给了我更多的机会和同龄人交流，互相鼓励，共同进步。我很高兴能够结识一些志同道合的朋友，我们能够相互学习、相互鼓励，一同成长。

第五段：总结

通过这次化学假期培训，我体会到了学习化学的重要性和乐趣所在。化学不仅打开了我对世界的认知和探索，还培养了我的实验技巧和科学思维能力。此外，我也发现了学习化学的困难，但通过坚持和努力，我克服了困难，并从中得到了成长和提升。我相信，通过持续的学习和实践，我可以在化学领域取得更大的成就。这次化学假期培训为我今后的学习

和发展打下了坚实的基础，我将会更加热爱化学，为实现自己的梦想而努力。

假期培训心得体会学生篇十

20xx年x月x日至x日，我参加了县名班主任培训。从教15年，从来没有培训过这么长的时间，从来没有如此认真的从头至尾的参与进来，从来没有感觉到培训收获如此之大。这一切要感谢xxx导师学院的xx□xx导师，感谢县教体局和县进修学校，让我学习到了很多很多，对今后的工作有了更多的思路和方法。

开始培训，一个“同舟共济”的游戏吸引了我，小小的一张报纸要容下12个大人。所有的班主任回到了学生时代，想尽办法来完成游戏。看似不可能完成的游戏最后大家都完成了，游戏告诉我第一个道理：没有什么做不到，只有想不到！团结就是力量！我开始接受和融入培训。

短短的六天，我们在xx导师以及助教们的带领下，学习了“创建和带动班集体”、“教师有效的教育理念”、“有效的教学方法和技巧”、“帮学生用信念管理人生”、“情绪管理及高情商的培养”等。操作性很强的游戏，让人放松的“健脑操”、精准的语言表达、团队的有效合作、教师的积极参与、各具特色的班级文化建设，都让参训教师充满了学习和参与的热情，在宽松的环境中收获颇丰。

对于我来说，我最大的收获有两方面：

作为教师，要想成为一名合格乃至优秀的教师，我们必须思想上要肯定自己的职业，要爱上自己的职业，要甘于平淡、乐于奉献。可是现实是，社会、家长、学校、孩子对我们期望很高，我们在他们的眼里就是神，我们不能有缺点，不能说不行，我们是太阳底下最光辉的职业者。可是，事实上我们只是人，一个普普通通的人，会因为一点感动而落泪，为

一点受阻而难过。面对工作上、生活中，我们有着太多的困惑，这些问题一直得不到很好的解决，积蓄着。职业倦怠渐渐滋生。

12条前提假设仿佛是远航的明灯，让我的心一下子明亮了。“凡是总有至少三个解决方法”、“在一个系统里，最灵活的人便能控制大局”、“所有行为背后总有一个我们可以接受的正面动机”、“情绪本身不是问题，而只是一个讯号”，这些话让我对问题有了新的认识，对情绪的产生和控制有了更好的办法。

一直以来，认为要学会大爱，舍小家为大家。志向高远，可是很难做到，也做的很累。比如教育孩子，对待别人的孩子，我做到了耐心、诲人不倦，对待自己的孩子，却缺少耐性，动不动就会责骂，或多或少的把在工作的负面情绪发泄在孩子身上，对孩子也是倍加苛刻。所以作为教师的孩子是痛苦的。

经过这次培训，我认识到自己错了，错的很离谱。家门不扫何以扫天下，一个连自己都不爱的人怎么去爱别人。今后我要爱自己、爱他人、爱世界。大爱从爱我开始。

培训结束了，但爱的教育、有效的沟通才刚刚起步，相信在我们参训班主任的共同努力下，我们的班主任工作艺术将得到进一步的提高，我们的教育会更上一层楼。

假期培训心得体会学生篇十一

xx年x月x日至x日，我参加了县名班主任培训。从教15年，从来没有培训过这么长的时间，从来没有如此认真的从头至尾的参与进来，从来没有感觉到培训收获如此之大。这一切要感谢xxx导师学院的xx□xx导师，感谢县教体局和县进修学校，让我学习到了很多很多，对今后的工作有了更多的思路和方法。

开始培训，一个“同舟共济”的游戏吸引了我，小小的一张报纸要容下12个大人。所有的班主任回到了学生时代，想尽办法来完成游戏。看似不可能完成的游戏最后大家都完成了，游戏告诉我第一个道理：没有什么做不到，只有想不到！团结就是力量！我开始接受和融入培训。

短短的六天，我们在xx导师以及助教们的带领下，学习了“创建和带动班集体”、“教师有效的教育理念”、“有效的教学方法和技巧”、“帮学生用信念管理人生”、“情绪管理及高情商的培养”等。操作性很强的游戏，让人放松的“健脑操”、精准的语言表达、团队的有效合作、教师的积极参与、各具特色的班级文化建设，都让参训教师充满了学习和参与的热情，在宽松的环境中收获颇丰。

对于我来说，我最大的收获有两方面：

作为教师，要想成为一名合格乃至优秀的教师，我们必须思想上要肯定自己的职业，要爱上自己的职业，要甘于平淡、乐于奉献。可是现实是，社会、家长、学校、孩子对我们期望很高，我们在他们的眼里就是神，我们不能有缺点，不能说不行，我们是太阳底下最光辉的职业者。可是，事实上我们只是人，一个普普通通的人，会因为一点感动而落泪，为一点受阻而难过。面对工作上、生活中，我们有着太多的困惑，这些问题一直得不到很好的解决，积蓄着。职业倦怠渐渐滋生。

12条前提假设仿佛是远航的明灯，让我的心一下子明亮了。“凡是总有至少三个解决方法”、“在一个系统里，最灵活的人便能控制大局”、“所有行为背后总有一个我们可以接受的正面动机”、“情绪本身不是问题，而只是一个讯号”，这些话让我对问题有了新的认识，对情绪的产生和控制有了更好的办法。

一直以来，认为要学会大爱，舍小家为大家。志向高远，可

是很难做到，也做的很累。比如教育孩子，对待别人的孩子，我做到了耐心、诲人不倦，对待自己的孩子，却缺少耐性，动不动就会责骂，或多或少的把在工作的负面情绪发泄在孩子身上，对孩子也是倍加苛刻。所以作为教师的'孩子是痛苦的。

经过这次培训，我认识到自己错了，错的很离谱。家门不扫何以扫天下，一个连自己都不爱的人怎么去爱别人。今后我要爱自己、爱他人、爱世界。大爱从爱我开始。

培训结束了，但爱的教育、有效的沟通才刚刚起步，相信在我们参训班主任的共同努力下，我们的班主任工作艺术将得到进一步的提高，我们的教育会更上一层楼。