

营养膳食班会心得体会(优秀9篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

营养膳食班会心得体会篇一

一要有高涨的工作热情。许许多多成功人士的经验告诉我们，成功取决于积极主动的心态。而教师的积极情绪、主动心态更是身心健康的一种内驱力，能促使我们积极向上，不断进取。不仅如此，教师的良好心态还能给学生带来很大的影响，促进他们健康快乐地成长，最终达成教育教学目标，并形成良性循环。反之，如果教师做事懒散，处世消极，那么，势必会使祖国的花朵耷拉着脑袋，打不起精神，自然也不能很好地茁壮成长。

二要有养成宽容公正的爱心，这是教师对待学生的核心原则。教师必须学会宽容。人非圣贤，孰能无过，更何况我们所面对的是涉世不深、缺乏辨别是非能力的孩子呢？严是一种爱，宽容也是一种爱。宽容是一种信任，是一种激励，更是一种仁慈。它能温暖滋润学生的心田，开启学生的心灵，给学生以安慰和力量，往往能收到意想不到的教育效果。教师还应该尊重学生的个性差异，接受所有的学生，以平等的眼光看待每一个学生，注意时时处处在细节中体现出公正的意识。

三要能无私奉献，关心每一位学生的成长。一名教师应该对学生无私奉献。热爱学生，尊重、理解学生以人为本，关心爱护学生，是教师正确处理与自己直接服务对象学生之间关系的准则，热爱学生并不是一件容易的事，让学生体会到老师对他们的爱更困难。疼爱自己的孩子是本能，而热爱别人的孩子是神圣！这种爱是教师教育学生的感情基础，学生一旦体会到这种感情，就会“亲其师”，从而“信其道”。教

育爱，作为一种出自崇高目的、充满科学精神、普遍、持久而又深厚的爱，其内涵极为丰富，既包括要求教师精心热爱学生，又包括要求教师精心教育学生。

通过此次对教育法律法规的学习，我更加清醒的认识了自己，并深感自身之不足。在接下来的工作中，我一定会不断的完善自己、超越自己。履行教师应尽的义务，使自己成为一个真正合格的教师，争做优秀的教师！不断提高自己的业务能力和教育科研能力，不做教书匠，争做教育家！努力把祖国的花朵们培养成有理想、有文化、有道德、守纪律的社会主义事业合格接班人！

20xx年xx月xx日在临高县人民大会堂参加了法律法规讲座，讲座分为两个部分，上午主要就教师权利展开话题，下午则是对教师义务做主要介绍，这次培训使我受益颇深。

1、充分认识到了学法用法的重要性。作为人民教师，学法与用法要成为一个重要内容，必须要自觉学习法律知识，用法律来武装自己的头脑，在教育教学中做到依法施教、依法育人，遇到事情能够运用法律来保护自己，能够帮助别人。平时积极宣传法律知识，不仅使自己知法守法，也要让身边的人知法守法。所以自觉地增强自己的法制观念、提高自身的法律素质是首要前提。知法才能懂法，懂法才能用法，用法也才能护法。

2、加强青少年法律法制教育，增强他们的法律意识尤为重要。从我国青少年犯罪率屡增不减这一情况看，这正是法制观念淡薄的结果，这无疑是教育的一大缺失。作为人民教师的我，深感愧疚，虽然我不能帮助所有学生了解法律常识，但至少我可以从身边的学生入手，向他们宣传法律知识，让他们知法、守法、用法、护法，这也许就是我作为一个教师所应尽的'也是必尽的责任之一。

3、在教育教学中，想方设法完成自己的教育教学任务。

在工作中认真履行自己的职责，不断丰富自身学识，努力提高自身能力和业务水平，严格执行师德师风，坚持做到“为人师表”，自觉遵守学校的规章制度和有关规定，以身作则，洁身自好，以身立教，为学生树立起楷模的形象应作为我的最终奋斗目标。

4、注重职业道德修养，真正做到职业道德规范所规定的六条内容是基本。教育教学中严格落实规范内容，教书育人，为人师表，关爱和尊重学生，以学生为本，认真完成学校所给予的工作和任务，积极做好教育教学工作，使自己满意、学校满意、学生满意、家长满意、社会满意。

作为教师，知法是重要的权利义务，学法是重要的必修课程，守法是重要的师德内容，用法是重要的基本功架，护法是重要的基本职责。我会以此次学习为契机，力争做一名合格的人民教师。

营养膳食班会心得体会篇二

在今天，我们又一次感受到了安全的重要性，车祸的罪恶，与因交通事故而失去亲人的痛！看着这一幕幕令人不禁在心中暗暗落泪的场面，我真的越来越憎恨车祸了！

我从安全教育的录象屏幕中看到了这一幕：一辆大型客车由于司机过度疲劳，一不小心在开车时打起瞌睡，造成十人丧失生命的惨剧，在那一条路上，只剩下横七竖八的尸体和受伤的幸存者其于都是鲜血了。我想当时他们的亲人一定万分的悲痛吧！

这一切的一切全是不遵守交通法则的后果呀！

在我们身边有好多同学家有汽车了，有时他们的父母要赶时间就随意闯红灯我曾经在四季青一代看见了：一位驾驶员在红灯时没有及时停车刚好与一辆从侧面开来的车相撞了，造

成了5死2伤的悲剧。

我们应该从身边做起，从自我做起提醒身边的人6不要：

1、不要超载

2、不要酒后驾车

3、不要超速

4、不要疲劳驾车

5、不要无证驾驶

6、不要超时驾车，做到这几点也是一种爱的体现！这样世界才能变成美好得人间！

为了你的幸福，为了我的幸福，为了我们大家的幸福，请你谨慎开车吧！让安全与我们相伴让幸福与我们相随，让我们在安全中茁壮成长！

营养膳食班会心得体会篇三

也许，是年轻的心太过单纯了，缺乏细腻的情感，也许，是不曾经历过生离死别的痛苦，才忽视了生命的宝贵。每个人都应该珍惜生命，因为你不仅仅是为自己活着，更是为你所有爱你的人活着。“忍一时风平浪静，退一步海阔天空。”那么，这世界更多了一份和谐，多了一份安宁。

偶尔去图书馆，翻看几本战争年代的故事书，那些为了和平而牺牲的人们感动着我们，那些为光荣的事业而献身的事迹触动着我们，我想：那是净化心灵的一种方式，是提高自身觉悟的一种方式，年轻的我们有必要去试试。

年轻的心，要学会坚强，风雨过后，眼前会是鸥翔鱼游的天水一色。走出荆棘，前面就是铺满鲜花的康庄大道，登上山顶，脚下便是积翠如云的空蒙山色。在这个世界上，只要你有信心，就一定可以找到想要的风景！

年轻的心，应该是充满爱的，像一轮太阳，能给人无限的温暖。像一泓清泉，给人丝丝甘甜。像一阵春风，给人带来无限的美好。

当法制意识占据了我们年轻的心时，我希望每个人都用心对待，这世界一定更加美好！

别说自己不幸福，知识你还没感悟到，出生是一种幸福，品位人生五味是一种幸福。用年轻的心去感悟幸福吧，你会发现幸福真的不是远在云端的小鸟，她句跳跃在你身旁，你甚至可以一数身上的翎毛——只要用心，用心去感悟。

讲座心得体会2

作为21世纪的青少年，我们应该做到学法、懂法、守法。不去触犯法律，必须做到有法必依，严格遵守法律法规，在社会生活各个领域，国家都制定了不同的法律制度，我们都要严格遵守。

虽然我们青少年犯罪呈上升趋势，但也时常受到侵害。现在尽管有老师、家长的保护，但他们不可能时时刻刻都在我们身边呵护着我们，况且总有一天我们会离开父母，离开学校，踏入社会，独立生活的。

所以，自我保护也就成了我们中学生防止自身受到伤害的必要措施了。为了避免同学之间产生矛盾，应该严于律己，不能自己去惹事生非，挑起事端，导致别人对你的不满，轻则吵架，重则就会出现结伙斗殴，事故也会随之而发生。到时，不仅会给自己的家庭造成沉重的经济负担，而且还会使你受

到肉体上的痛苦和心灵的折磨，后悔也来不及了。

相反，如果同学们都尊重别人，互相谦让，真诚待人，你也□会因尊重别人而受到别人的尊重，这样，同学之间不仅会建立起真挚的友谊，我们的校园也会呈现出一种欣欣向荣的文明景象。所以我们要处处以法为中心，不做任何违法的事，提高自己的法律觉悟，因为只有人人讲法，学法，守法，我们的社会大家庭才会和谐。

容易诱发青少年犯罪的原因主要有冲动心理、盲从心理、攀比心理、哥们义气心理和好奇心理。讲座教育了我们应该不崇尚暴力、不盲目冲动，面对问题三思而后行。在遇到他人犯罪时应极力劝阻，不行则尽量保护自己。通过自己的劳动换取喜欢的东西，时刻保持清晰的头脑，提高自己的法律意识。在日常生活中，我们应该养成良好的行为习惯，自觉地遵纪守法。这是我们预防犯罪的最有效、最基本的方法。还要增强辨别是非、自我控制能力，正确对待所遇到的各种纠纷，学会控制自己。犯罪是一条不归路，一旦踏上了第一步，就再也没有回头的机会，在一时冲动后铸成了大错，留下的只是后悔莫及。

犯罪不仅危害到自己，还危害到了身边的父母、亲人。一失足成千古恨，我们应该保持清醒的头脑，了解犯罪的危害性和严重性，提高自己的法制观念。俗话说的好：勿以善小而不为，勿以恶小而为之。我们应该从自己做起，从身边的点点滴滴做起。正确认识法律，树立自我防范意识，远离犯罪。听完这节课，我想这对于我以后的人生道路起着巨大的作用。它给了我许多真理和启发，告诉我要想成才必先学会做人，我会一直受用！

讲座心得体会3

巴斯德说过：“科学是没有国界的，因为他是属于全人类的财富，是照亮世界的火把。”时代在发展，科技在进步，国

家在强大，在现代社会，科技已融入我们的生活，成为无法割舍的一部分。当然，科技离不开创新，简单说，没有创新自然不会有科技，这是人们脑海里潜意识的想法。今天下午，我荣幸来到多媒体教室，听取来自xx市二中张教授的科技創新讲座。

讲座分为两个篇幅，社会篇与学生篇。

社会篇强调《两个必须，两个一定》：

- 1、要学会创新周围一切。
- 2、创新要对身边事物感兴趣。
- 3、创新要敢于想象。
- 4、创新要信息畅通。

学习篇要注重‘六会’：

- 1、会看，要学会观察。
- 2、会想，要学会创新思维（逆向思维）。
- 3、会画，学会画出各种图（外观图、结构图、三视图、统计图、电路图）。
- 4、会做，有较强的动手能力。
- 5、会写，有较强的写作能力。
- 6、会说，有较强的口头表达能力（不紧张、抓重点、科学分析表述、应变能力强）。

我们生活中到处都可以创新，比如为提高工作效率，我们可

以改变工具的使用方法，改变工人的组成和结构。比如为实现仪器工具的多功能，我们可以改变工具的结构，或许稍微变动一下其零部件我们就可以得到另一种完全不同的工具。这些例子都叫创新，不只是造出了一种新的东西或想出了新的方法才叫创新。

创新是一切科学发现和发明创造的源动力。作为新时代的青少年的我们要具备创新思维和能力以发挥自己最大潜能，实现人生价值，为建设中国特色社会主义发挥作用。同时创新不只是一种思想，一种指南，它还应作为一种行动贯穿我们每一项实践中。创新还应应用于我们的各项专业研究领域，以便于促进科学技术的快速发展，提升科学研究的质量。创新很大程度上也取决于创新者知识和经验的积累，一个没有相关知识基础的人，在该领域里是不可能有新见解的，只有深刻理解掌握所学知识内涵、外延、并在理解的基础上深入思考和质疑，才有可能有创新之举。

少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立。而我们作为这个时代的少年，作为国家重点培育的创新型人才，应该努力学习，积极实践，将自己雕琢成符合时代要求的人才，为祖国的伟大事业做贡献！

营养膳食班会心得体会篇四

通过20xx年6月30日那天听了龚老师、王董事长、徐教授等，他们的讲座以后，自己学懂了百善孝为先很多知识，平时上班忙确没有真正注意到这么好的细节问题，听了讲座以后我真正的做不到对父母的感恩有欠佳，对家人和孩子们照顾确不够，让我直接去反思这个问题。

每一个人，感恩他们。盐溶于水中，看不见却尝得到；爱溶于生活中，看不见却感受得到。得到的人会分明感受到了，是我用爱感恩了身边的人，并用爱为他们分忧愁。

以前我没有参加学习我也不知道，如何尽孝道？现在参加学习了才明白道理。因为我不懂一些真实的案例我就不写出来了。如果大家想知道什么是真正的孝顺父母。那你就去真正感受吧，以后有什么不懂孝顺之道，就去感悟吧。可以询问我。

我们一定要有资格去看父母，因为他们为我们付出了很多。我们罪重啊！当父母多难啊！多不容易啊！而我们为父母能做了些什么？我们怎么能抛弃父母呢？我们摸摸自己的良心看看。

总之，百善孝为先。我们想要自己的人生有价值，有意义，大家都要学习圣先贤，弄明白人生的目标价值。让以后不走弯路，懂得以后自己应该做什么。回归到自己的本位，走出自己，真正找到了人生的价值观才有意义。

营养膳食班会心得体会篇五

生命对每个人来说都只有一次，都是值得我们去珍惜和爱护。生命不是画在纸上的图画，错了，可以重新画过；生命不是一颗长青树，不可以永远立在风雨中，不可以横冲直撞。正因生命如，我们就要更加注意安全，保重健康，健康是无法用金钱来买卖的。这就是我听完安全教育的最大感想。

这次的讲座，其中一个案例是一个13人组合的犯罪团伙。作案已有两百多例，都是以抢劫，偷盗为主。有一次，他们准备抢劫，不听受害者劝告，反而恼羞成怒地将其推下河，幸好受害者会游泳，自己游上了岸。有些受害者不敢报案，所以他们作案的实际数字还没有统计上来。据了解，这13人中有11人都生活在单亲家庭，父母离婚。有一个家庭，爸爸死了，妈妈出走，只剩他和他爷爷，爷爷身体不好，没有经济来源。所以，他养成了懒懒散散的习惯，想上学就上，慢慢地就和不良少年混在一起。

家庭，父母，教育都很重要，如果教育不好，危害很大，离婚使孩子过早地尝到苦涩，或把孩子当成包袱。家长把昔日

的怜爱变成厌恶，把细心呵护变成不闻不问。这样一来对于未成年孩子来说是无法承受的，所以他们就走向犯罪。人生，本来就是友善的，最重要的就是父母亲的教育。不要因为大人间的矛盾，而影响孩子，使孩子走上犯罪的道路，走上歧途。

这些案例在我们生活中常常发生，这使我想到了发生在我身边的事情，我以前有一个同学，他家是单亲家庭，他从小都跟着妈妈生活，因为他特别调皮，所以他妈妈管不住他，所以，他的作业经常不完成，老师多次请家长，可是没有一点效果。渐渐的他开始逃学，跟那些小混混在一起，时间长了，他开始向低年级的小朋友，索要钱财。这件事既影响到了学习。而且，还触犯到了法律，这都是单亲家庭，带给孩子的阴影，使孩子一步一步走上犯罪的道路。

听了这次讲座，我觉得我们应该加强自我保护意识，学会抵御不法侵害，学会保护自己，因为我们的生命只有一次，不可以重新来过。所以，安全对于我们来说非常重要，当然，在生活中其他安全问题也不容忽视。让我们珍爱生命，注意安全，共创一个美好的明天！

营养膳食班会心得体会篇六

星期五是一个特别的日子，我的心总是怦怦地跳动。等到下午时，这个令人兴奋、令人激动的事就要发生了。

这件事呢，就是今天下午要举行“我读书我快乐我成长”演讲比赛，我是比赛的最后一位选手。上午的时间过得好慢好慢，好不容易到了下午，我开始很紧张了。我到底能不能顺利的通过比赛呢，我会不会把故事背得一团糟呢？哎，先练习练习吧。

老师带六年级的同学来到操场，要演讲的同学做到前排。主持人宣布比赛开始，我浑身就像在冬天里光着身子在大街上

走，浑身发颤。但我很高兴参加这次演讲比赛，能为班级争光，用尽自己所有的力，也值得。

好不容易到了我，我的演讲开始了，面对全校年级的人，我的声音一点也不发颤，但腿上就像失去了知觉，一动不动。声音渐渐的变得激昂慷慨，脸上的表情也在不断的变化。讲完之后，台下发出一阵掌声，我觉得这掌声还不比我的演讲声音呢！

整个演讲比赛中，我认为白江同学演讲的最好。感动的我差点掉下眼泪，真的，他讲的特别好。我跟他内容上相差很多很多。

最后我得了优秀奖，爸爸说这是内容上选的不好，所以得到这样的成绩。妈妈说这次虽然没得第一名，但吸取了经验，这才是最重要的！我听了他们的话，知道了很多。以后要再有演讲，那一定要吸取现在的经验呀！

营养膳食班会心得体会篇七

今天，是我们学校的女生节，女生们听了一节既精彩有让人感触很深的青春期卫生讲座。

这节课是由魏老师来讲的。原本一节枯燥的卫生讲座，却让魏老师给讲活了，她声情并茂，手脚并用，让女生们听得津津有味。魏老师为我们讲解了生理发育的一些知识，和交给我们应该怎样处理生理期的一些状况，让我们深有体会。

魏老师问了这样一个问题：“谁已经有月经了？”同学们有些低着头，很羞涩。可听了魏老师的一段话：“女孩子有月经是她的骄傲。”仅仅一句话却让那些同学豁然开朗，昂起了自信的头。接着，魏老师又告诉我们在这段时间里如何护理自己。1. 不能吃过凉，性寒食品，如螃蟹(建议同学吃虾)，辛辣刺激，和膨化油炸食品。2. 有月经时不能做剧烈运动，

还给我们讲了一个真实的案例，如果做了剧烈运动，会引发崩漏。3. 有月经之前最好喝姜红糖水，不会引起腹痛。4 一天八杯水，不要一次性喝完。还给我们讲了脾胃的重要性。

今天，是我们学校的女生节，女生们听了一节既精彩有让人感触很深的青春期卫生讲座。

这节课是由魏老师来讲的。原本一节枯燥的卫生讲座，却让魏老师给讲活了，她声情并茂，手脚并用，让女生们听得津津有味。魏老师为我们讲解了生理发育的一些知识，和交给我们应该怎样处理生理期的一些状况，让我们深有体会。

魏老师问了这样一个问题：“谁已经有月经了？”同学们有些低着头，很羞涩。可听了魏老师的一段话：“女孩子有月经是她的骄傲。”仅仅一句话却让那些同学豁然开朗，昂起了自信的头。接着，魏老师又告诉我们在这段时间里如何护理自己。

营养膳食班会心得体会篇八

好家长胜过好教师。家长应当是孩子的启蒙教师，孩子最容易模仿家长的言行，仅有家庭教育和学校教育有机结合起来，才能收到最好的教育效果。仅有家长意识到家庭教育的重要性，主动去做好家庭教育，孩子才能健康茁壮地成长，才能成长为能够遮风挡雨的参天大树，才能成为对社会有益的栋梁之才！所以，每个家长都要认识到这一点，并不是给孩子足够的自由就能够，并不只是创造优越的物质生活条件就是称职的，放养也需要必须的度，还需要家长收放自如地加以教育、规划，促使其更加健康地成长！

1、言传身教法

孩子需要养成良好的学习、生活习惯，这些受父母的影响最大。你让孩子不乱扔衣服，自己回到家后却随手把衣服扔在

沙发上，还口口声声地教育孩子，这种效果明显不会有效。你不让孩子看电视、上网玩游戏，在孩子做作业的时候，自己却惬意地看着烂俗的电视剧，玩着网游，这孩子情何以堪呢所以，以身作则，比千言万语都更管用。

2、教孩子好的

比如预习功课，上课认真听讲，和教师同步思考、加强互动，等等。只是一味的要求孩子提高学习成绩，却不懂得帮忙孩子好的学习方法，也许并不能及时收到想要的效果。尤其是寒暑假，借来下学期的书本，让孩子抽时间预习功课，对孩子下学期的学习是有益的。

3、学会赏识教育

都说孩子还是自己的好。所以说，从内心赏识自己的孩子，应当不是一件多难的事情。只是，家长要做到教育孩子的方法得当，不要因为孩子一次考试成绩的不如意就苛责孩子，更不要因为工作压力等原因而迁怒孩子。孩子身上有很多优点，比如孩子的诚实、善良、守信，这些都是很多大人所不具备的。能一口气说出孩子10条以上优点的家长，才是合格的家长。平等地对待自己的孩子，尊重孩子，让孩子从小树立自信，进取乐观地应对学习和生活。

4、营造温馨幸福的家庭氛围

家长要互相尊重，礼貌礼貌待人，营造一种温馨幸福的家庭氛围，这也是孩子健康成长必须的良好环境。让孩子体验到家庭的温暖，最好能把家长当成朋友，和你分享成长中的困惑，这是多么幸福的事情呀！

5、同孩子一起成长

活到老学到老。每个人都在不断地成长、提高、成熟，并不

是因为你为人父母就什么都懂什么都对。与孩子共同成长吧，体验这其中的乐趣！

营养膳食班会心得体会篇九

随着我国市场经济的建立和完善，经济全球化不断深入，科技进步日新月异，综合国力竞争日益激烈。高校毕业生就业改革的不断深入，现在毕业生就业实行在国家方针政策的指导下，在一定范围内通过双向选择的方式自主择业的办法，因此，在高校开设就业指导课，帮助毕业生释疑解惑，调整好心理状态，使其顺利走上工作岗位，有着重要的意义。

现在的社会需求和毕业生的人数之间存在着很大的矛盾，使得就业非常的困难，这就要求我们必须以良好的心态去面对就业中的诸多问题，就这方面来说就业指导课是非常必要的，正所谓：正心，正行，方能正天下。在参加了学院组织的就业讲座后，我受益匪浅。讲座培养学生毕业时能根据社会需要与个体特点，正确选择职业的能力。在国家就业形势十分严峻的情况下，帮助学生转变就业观念，调整就业心态，掌握求职就业的方法和技巧，学会推销自己，最终实现就业。

为此，我们需要在大学阶段做好就业准备

- 1、（目标的确定）心理预期度的准备即期望自己能有个什么样的工作，达到什么样的层次。很多单位反应，大学生的冲劲很足，但往往不够踏实。大学生从“校园人”到“社会人”的转变有一个适应过程，应尽快认清自己的实力，联系自己的实际情况，以便找到适合自己的工作。有种说法是“求上得中，求中得下”，意思是说无论什么事情，期望值都不要太高。而且，我们应从思想上认清当前金融危机的形势，端正求职态度。在就业处于严冬时刻，工作相当难找，所以先不管对工作有多少要求，能取得人生第一张工作证是首要目标。先做好，一定会得到提升，然后就能摆脱这份自己不喜欢的工作了，去追求自己喜欢的工作。

2、知识技能的准备金融危机下，企业招聘职位严重压缩，然而应聘的优秀大学生却有增无减，企业挑选的余地也就比往年更大，所以，如何能在优秀的人才中脱颖而出，最终还是在一定程度上依靠你的专业技能。扎实的专业基础知识，走到哪里都有用。我们要时刻遵循“活到老，学到老”的古训，不断更新自己的知识。同时，作为高素质的综合性人才，我们还应该培养自己的沟通能力，团队精神，协调能力，管理能力等。

相信能就一定

优质文档

4、心态很重要，心态决定人生，在现实职场上很多时候在于我们自己的心态，在于我们对待就业、工作以及人生的正确的心态！正如我在《对社团管理的感悟》这篇文章中最后一段所说的：心态决定人生，性格决定人生，很多时候我们并不比别人差，差的只是输在了心态上，以及在这种错误心态的指引下缺乏了一种坚持与奋斗的激情！

5、这一点也是我们大家最容易忽视的，我也一直坚持这样一种观点，学历仅仅只是一方面，很有限的一方面，更重要的应该是自己的真正的实实在在的能力。但能力只是一个很抽象的概念，什么是能力，我想凡是能创造出人生价值的人都是有能力的人。

6、学校、社会和家庭是相互促进、相互影响的，但也有不小的区别，你在大学混得好，今后在现实职场中就不一定也一样的出色！但你如果在大学中生活得很消极，那你以后在社会中也会同样的消极！关键还是一种心态，我们应始终树立一种开放、高远、不为学校所局限的积极感悟及体验并适应社会的心态！融会贯通、积极感悟、积极实践、不断提高！

7、在社会最重要的是交往及做人做事的技巧，在这种正确交

往技巧的指引下，我们会逐渐形成很好、很投和的人脉群，必要的人脉群又会促进你的腾飞！

8、不要攀比，这时我想到了初中看到的一句话——“你再强也不要和别人比，再弱也要和自己比，你把从前的你比下去了，你就会比别人强！”说得很好！

9、这一句话也颇有道理——富人有富人的烦恼，穷人有穷人的快乐！有钱了就要考虑到更多的自己所肩负的社会责任，虽然没有钱，但如果家庭美满、爱情美满，同样会很幸福！但不论富人还是穷人，美满的爱情与美满的家庭都是生活幸福的基础！谁都不可否认！

10、注重礼仪及交往技巧，不同场合说不同的话，第一印象很重要，慢慢体会、积累经验！讲座中也就我们要如何学好专业知识及选定方向做出了明确指导。整场讲座的最大的亮点就是对大学生的就业指明了很清晰的方向。让我们更加清楚我们要如何去努力。自己得到的启示很多。

相信能就一定

优质文档

使学生在毕业后能够进行独立创业，为国家排忧解难。