

# 唇炎康复过程 讲座心得体会(优秀5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 唇炎康复过程篇一

听讲座，是一件很常见的事情，有一些老师和专家在讲台上的讲解特别生动且符合实际，所以会让我们在听完之后感慨颇多……以下是由小编为大家整理的“讲座心得体会”，仅供参考，欢迎大家阅读。讲座心得体会【一】

这是一次令人全神贯注，不会去碰手机的讲座；这是一次主讲人激情澎湃，听者酣畅淋漓的讲座；这是一次没听够，还想继续的讲座。

一个人在开场时表现得幽默很正常，一个人能滔滔不绝俩小时且持续地有乐点带给大家，不得不说，这就是本事。这个本事来源于田鹏师兄的知识储备量，阅读的成百上千的书籍卷宗；来源于他切真体会的生活故事；更是来源于一名刑辩律师心怀正义温暖，眼含光芒激情去看待社会丑陋的那一面。如此，才有了今天站在法律门槛的我们，收益颇丰。

假如这场讲座以开门见山的方式，直接点明七大思维模式——事实思维，证据思维，拆分思维，逆向思维，演绎思维，归纳思维，批判性思维，然后进行分析。我想，这会是一次令人昏昏欲睡的讲座。妙就妙在，师兄走进我们，和广大年轻法律人的内心——法律人心里苦啊！而他今天能在这儿开一个成熟流畅的讲座，苦过吗？答案是肯定的。因为目光所及，离开武汉这个有同学师长提供的温床，选择踏向未知的深圳。

他哭过，迷茫过，倒下过，又苦苦挣扎一番，爬起来，执起笔，走向夜幕沉沉的寂静，在“于欢辱母案”中，赢得了万众瞩目的绚烂。

每次扬起的微笑，都是因为流过的泪水。每一位法律人的成功，都要独自走过夜幕沉沉的寂静。师兄用他的经历给我们这些小年轻提前打了一剂强心针——从来没有一蹴而就的成功，只有千锤万凿的磨砺。

紧接着，便如何在如何当好一个法律人上为我们做了剖析。首先是认识法学——一门社会科学，堪比文科中的数学，在案例分析中的常常用到数学方法。但不同点在于，数学系有唯一答案，法学能以说服人为答案，死板的法条，运用上，貌似又活了起来。再来是学习上。趁着大一大二的空闲，需要大量阅读且广泛阅读。而我反观自己开学两个月，一本书都还没读完，切切实实敲响了警钟。教材是机械的，可是在学习中，同一门课，看不同版本的教材，做出对比，便是另一种学习之路了。教材阅览后，挑一个最敏感的点，写一篇论文，又是一个层次的提升，一次检验自己的方法。正确理性看待生活中的事儿，也能起到锻炼自己的作用。从客观到主观，从宏观到微观，先抽象再具体。一天多少事儿，四年下来，又有多少事儿。细微之处去打磨。除此之外，还要构建一套系统的框架。比如一本教材，通览章节，再记住每一个一级标题，如此，便有了一本教材的整体把控力。学习生活，都要做一个有条理的人，有条理才有逻辑，有逻辑才能推理，有推理才有结果。而当遇到疑难时，要有检索能力，去查阅资料，去问相关人士。

走过大学的学习阶段，到了上手时，仍旧是学习过程，面对一个事件，不能着急下结论，搞清事实，行为，情节出处，不断追问且不限于眼前他人给出的结果，亲手证明。从接下第一个案件，作出感悟，到十个案件成为经验，一百个案件便要找规律了。应该说，法律人的一生，都是学习的过程。

法律人不认眼泪，不信假设，不靠猜测。法律无情却有情。  
法律人，争当社会好医生！

## 讲座心得体会【二】

对于刚刚走向工作岗位的我来说，班主任工作是一项充满挑战的工作。我迫切的需要有经验的班主任向我传授她们班级管理、教育学生等各方面的经验。需要将我在大学中所学习的理论知识转化为实际，更需要尽快的提升自己，适应班主任这个角色。在这个时候，傅娟老师给了我这个机会。

在讲座的一开始，傅娟老师就给我们展示一些激励学生的小“心机”。尤其是表扬信。傅娟老师今年任教的年级也是一年级，和我所在的年级是一样的。傅娟老师介绍到，表扬信既可以发给学生，也可以发给家长。听到这里，我马上就意动了。对于一年级的小朋友来说，得到老师的表扬是一件非常开心的事，尤其是这种表扬以表扬信为载体，将时刻的激励他们。而对于家长的表扬，其实一直以来我都在想一个能够激励家长的好方法。表扬信它虽然只是一张纸，却是对家长的一种认可。家长感受到自己的努力得到认可，将会更加积极的配合老师和班级的工作，这其实是一个良性循环。

值日班长也是让我感触很深的一个地方。给每个孩子表现的机会，是教育一直以来所致力于的目标。而值日班长可以充分的调动每位同学的积极性，让我们更加了解学生，发现她们的优点。傅娟老师讲到，许多学生在轮了一次以后都在期待着下一次，无形中还加强了孩子数学的心算能力。值日班长有利于培养孩子的自信，让孩子更加热爱自己的班级，并且它所益于的对象，是班级中的所有成员。

班级的名字，口号是班级的灵魂。我们要不断加强对孩子精神层面的熏陶，使孩子更加热爱班级，热爱集体，热爱祖国。我们的口号是班上每位同学都要努力去做到的，它为学生精神世界指明了方向，更是一份无形的规章制度，时刻的熏陶

着每一位同学。

最后的环节是答疑阶段，解决我们在班主任工作中遇到的实际问题。我们班上就有一位非常好动的学生，对于他我一直没有特别好的教育方法。而傅娟老师帮我解决了困惑。傅娟老师认为：可以先和家长委婉的表达，让家长带孩子去检查。可以让他上课的时候眼睛一直注意着老师，如果实在很想动，可以轻轻拍打自己腿。下课的时候让他多运动和劳动，使他的精力得到释放。

总的来说，傅娟老师的讲座使我受益良多。今后，我将会更加努力的做好一个班主任。

### 讲座心得体会【三】

作为21世纪的青少年，我们应当做到学法、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，国家都制定了不一样的法律制度，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。此刻尽管有教师、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，应当严于律己，不能自我去惹事生非，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，不仅仅会给自我的家庭造成沉重的经济负担，并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，同学之间不仅仅会建立起真挚的友谊，我们的学校也会呈现出一种欣欣向荣的礼貌景象。所以我们要处处以法为中心，不做任何违法的事，提高自我的法律觉悟，因为仅有人人讲法，

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。讲座教育了我们应当不崇尚暴力、不盲目冲动，应对问题三思而后行。在遇到他人犯罪时应极力劝阻，不行则尽量保护自我。经过自我的劳动换取喜欢的东西，时刻坚持清晰的头脑，提高自我的法律意识。在日常生活中，我们应当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、自我控制本事，正确对待所遇到的各种纠纷，学会控制自我。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。犯罪不仅仅危害到自我，还危害到了身边的父母、亲人。一失足成千百恨，我们应当坚持清醒的头脑，了解犯罪的危害性和严重性，提高自我的法制观念。俗话说的好：勿以善小而不为，勿以恶小而为之。我们应当从自我做起，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，我会一向受用！

## 唇炎康复过程篇二

xx年7月18日，作为xx省中原名师培育对象，在xx师范大学学习的的第一天，有幸聆听了北师大教授裴xx和xx师大教授张xx的精彩讲座。两位讲授分别讲授了《学科课程改革与学生个性化发展》、《让我们成为好老师》等主题，让我对于课程设计和教师专业发展有了进一步的了解和学习。

就张xx教授的讲座，我针对性谈谈自己的收获和体会。

张教授从开始讲座，就一直站在台下，与大家一起交流互动，让台下老师感觉到，张教授很尊重与大家的平等交流。而且，

整个讲座一直在台下走来走去，一直站在那里讲到底，没喝水，没停顿，敬业精神和对学生的尊重让同样是老师的我很受感动。是的，尊重学生的老师首先应该是与学生平等交流的老师，并能用自己职业的尊重打动学生的老师。

这一点不是张教授的讲座主题，但是是从其上课过程中体现出来的。张教授从讲座开始就声情并茂以自己的职业成长经历与大家分享，然后声调抑扬顿挫的给大家讲述，由于讲座时间有限，教授却加快语速，详实而高效地给大家给大家讲述了很多知识。整个讲座过程张教授的语言感染力，投入而充满激情的讲座态度，显示了教授作为一名老师的个人魅力。

张教授在讲座中提到，选择了教师就选择了快乐，选择了爱心，选择了责任。我深有体会，没有哪个职业有教师快乐，因为教师代表着助人、付出、奉献，每个人生活在这个大群体中，仅仅光去索取和获得别人关爱，就像水桶盛满水也会觉得沉重，而帮助别人，向别人奉献你的知识、爱心和思想，就会得到人常说的“授人玫瑰，手留余香”的快乐感！所以，选择老师就选择了拥有快乐的思想，这是这个职业给予我们的最高馈赠！

作为一名老师仅仅爱学生不够，最主要要拥有专业化能力去给学生适宜的爱。作为一名老师要拥有本体性知识、条件性知识和实践性知识。张教授很详细讲述了教师所应该拥有的三类知识，让我认识到，作为教师光拥有能教学生的知识远远不够，那只能叫本体性知识，而条件性知识同样很重要，对于课程的开发建构，课程的思索正是一个老师所应该思索的，至于实践性知识，很多时候，大多老师都是有经验而总结不出来，实践性的经验如果进行归纳、反思就能形成自己的教育理念的思想，这也是教师应该总结提升的地方。张教授有句话说，写三年教育反思，每个人都能成为教育专家，这句话让我深深体会到教师是成为专业化教师还是教书匠的关键是是否会对自己的教学进行反思。

张教授最让我敬佩的是其好学精神，人人都说读书好，但是怎样读书，读什么样的书，张教授讲述的特别详实，自身博览群书，自己电脑里有三百多个阅读心得ppt并总结读书经验分享给大家。可见，好老师一定是热爱阅读的老师。在此，把张教授的阅读经验分享，与大家共勉，树立正确的读书观——阅读的边界就是生活的边界，选择适宜的读书导向——不要以阅读的深度代替广度，不要以阅读的广度代替深度，读书既要拓展自己的视野还要拔高自己的高度，读书要适合自己的最近发展区。采取丰富的读书方法——读电子书，学会看书的自序、目录、做标注、做读书ppt等。

最后，以这三句话作为学习体会的结束，教师要有职业规划，别让毫无意义的琐碎阻挡前行的脚步，始终以主角的激情与担当参与身边的事情，不断释放自己最具挑战性的释放力！

### 唇炎康复过程篇三

今天我有幸聆听了高金英老师的精彩讲座，听了高老师的报告后，真是受益匪浅。有感于她的风趣、幽默，她那种积极向上的生活态度乐观开朗的生活观，感悟着她内在的生活底蕴，人格魅力，个人修养。

高老师的讲座给我的感触太多太大，我无法一一述说，作为新时期的班主任，我们每个人都面临着更多的挑战。如何去面对挑战？如何能够真正的胜任新时期的班主任工作？这就要求教师力争从自身、学生、家长、学校、社会这几个层面认清自己，不断完善突破提升自己，才能实现自己的人生价值。

一个有价值的教师就要多读书，正像高老师所说不能光啃一本参考书。静下心来读一些书，一些有用的书，一本好书就是一个好老师。博览群书，取之所长，为自己所用，用到教育教学工作中去，教师工作会如虎添翼，更上一层楼。

一个有价值的教师就必须对学生负责，那么多读书就是发展

自己，这样就是对学生负责。除此之外，钻研教材潜心研究，学好新理论，认真设计上好每一节课，让学生在有趣、愉快的气氛中学好知识。

一个有价值的教师不但要教好书更要育好人，要以身作则，率先垂范。要多关心学生的生活情况，减少学生的精神压力。所以教师要经常和家长沟通，让家长意识到孩子的成长与家庭的教育是分不开的。特别是农村学生及家长，他们对学习的重要性认识不太高，家长普遍文化程度不高，有的家长认为农村孩子认识几个字就行了，有的家长认为反正自己的孩子学习不好，不爱学就不学，混三年养养身板毕业回家打点工得了。有的家长因为工作忙没时间管孩子，所以对孩子的教育放任自流，还有的孩子父母离异，在爷爷奶奶家，家长只是满足物质上的要求，根本不关心学习。所以教师要做耐心细致的工作，与家长建立平等合作的关系而不是高高在上。教育孩子是个系统工作只有家长和老师拧成一股绳，才能收到好的教育效果。

一个有价值的教师是对学校负责的人，学校是一个大家庭。教师是大家庭里的一份子。坚守岗位做好自己的工作。虚心向同事学习请教。不断充实自己，提高自己的综合素质。我们要崇尚科学精神，严谨笃学，潜学钻研，做热爱学习善于学习，终身学习的楷模。要如饥似渴地学习新知识，新科学，新技能，不断提高教学质量和教书育人本领，要积极投身教学改革运用最先进的方法，最现代的理念，把最宝贵的知识传授给学生。

总之，聆听高金英老师的报告让我经历了一次心灵的洗礼和精神的升华。教书是一门艺术，这里有很多学问。让我懂得如何去做一个有价值的教师。

## 唇炎康复过程篇四

学习了刘永胜的有效教学讲座，感受颇深。



□

所谓有效教学，是指学生有没有学到什么或学生学得好不好。如果学生不想学或者学生没有收获，即使教师教得很辛苦也是无效教学，同样，如果学生学得很辛苦，但没有得到应有的知识积累，也是无效或低效教学。

□

要经常思考自己到底应该给学生一些什么东西，怎样教学才是最有效，要钻研高效课堂理论及高效教学的实践，积极研究高效教学，借鉴经验，互相学习，加强交流，充分实现自己课堂上所有时间的有效性。

我们应当围绕问题而教，而不是单纯为知识而教、为考试而教。要相信学生，不仅要关心学生的行为投入，还要关心学生的认知和情感投入。师生应善于分别学会选择最适合自己的教法或学法，只有引导学生实现由“学会”到“会学”，学生在课堂上的主体地位才有可能得到张扬、主题精神得到凸现。我们应当加强集体教研，实现教学活动的有效性，减少各种虚拟教学行为和“正确的废话”，不乱抢占本该属于学生在课堂上的学习时间和思维空间，让课堂教学更加和谐有效，使师生的教与学能最佳的呈现互动、互助、互进的效果。

一个教师要想搞好有效教学，除了要加强自身的努力实践总结外，还要善于结合工作实际有针对性地借鉴别人的成功经验。集体教研提问题，个体备课找差距，要学会反思自己和别人开展有效教学的经验交流，经常反思自己课堂的优势和问题的存在，不断改进，从关注学生终身发展的高度，不断优化课堂教学结构，积极地营造民主、平等、和谐的教学氛围，就能达到事半功倍的教育教学效果。实现高效的最终目标。

## 唇炎康复过程篇五

关于这次讲座，我个人觉得搞的相当不错，效果也挺好的。最起码我是被这次演讲大大地触动了，一个半钟的讲座，我几乎一直沉醉在黄老师的话题中，完完全全地被他的话题给制服了。直到最后结束，我竟然还匆匆地冲出教室，叫住老师，向他要联系方式。我不明白自己是不是太兴奋了，依旧头脑发热，总之，我个人觉得自己非常正常，只是不明白自己当时如何会有那么大的勇气冲上去的，现在想想，挺佩服自己的行为的。竟然这么大胆，有进步了，加油！

这次讲座，大体分为两大板块：

第一大板块是认识自己要紧涉及的话题有

- (1) 如何认识自己，事实上认识自己是一个永无止境的过程。
- (2) 大学学习与就业。
- (3) 职业与职业选择。
- (4) 大学学习与职业。
- (5) 就业依旧读书。

第二大板块是职业规划要紧涉及的话题有

- (1) 大学生的职业规划。
- (2) 职业规划对大学生学习的意义及阻碍。
- (3) 大学生如何制订职业规划。
- (4) 如何合理规划大学生活。

接下来我想讲的是，这次讲座对我的阻碍以及我自己的一些心得。

时期，就把自己平常所看的那些励志东东全忘了，看来我得好好把自己所学的好好运用到生活中才行！在以后的生活中，我得引起注意，再碰到如此的情况，得好好鼓舞自己才行，不要那么快的就否认自己。不要一棍子就把自己给打死了。那个是不行的，以后得注意哦，火山！我也不明白自己到底是如何了，写着写着就把自己所想所思全写出来了。总之，我觉得听完讲座，甚至在听讲座的过程中，我自己也深有感触，要认识自己还确实不是那么的容易！然而，现在的我，会努力的让自己每天进步一点点。

其次，我想讲的是职业规划咨询题，在老师讲之前，我确实对那个话题挺感兴趣的。专门希望自己能够通过这次讲座，能够让我心中的不解寻到答案。老师的确也讲了好多好多，专门是在如何规划自己的以后，那个话题里讲的非常详细具体。但是，我听后，依旧感受迷茫一片，我依旧不明白自己到底适合做什么，到底要从事什么样的职业，到底对什么感兴趣等等。最后进入了咨询答时期，我们能够自由咨询咨询题，老师帮我们来分析同时提出合理性建议。在这期间，我一直在和自己作斗争，我发觉自己依旧缺乏勇气，不敢站起来提咨询。确实对自己好失望的，我如何就那么的胆小，那么的放不开！散会后，我自己就开始怪我自己啦，我如何能够如此啊，如何就这么不明白得珍惜这次来之不易的机会，现在好啦，一次这么好的机会就如此白白地被 我白费了，确实有种欲哭无泪的感受。火山啊，你如何如此啊，我真是服了你。只是，幸亏自己在散会后，匆匆冲出教室，叫住老师，咨询了一下他的联系方式。

针对自己今天的种种行为，我确实不明白如何讲自己为好？感受自己都被 自己弄糊涂了，自己都不明白自己到底是如何样的一个人呢？希望看到的朋友们，能够在看完后，讲讲我是一个如何样的人？苦恼大伙儿啦，更希望大伙儿能够讲讲

我的不足之处，给点建议，让我以此来不断来完善自己，感谢大伙儿的合作，专门感激！

针对职业规划，老实讲，我自己确实感到一片迷茫，我确实不明白自己到底适合什么职位。现在的我，我是认真过好每一天，尽力让自己的大学生生活过的充实而有意义。因此，一有时刻，我就会往自习室和图书馆跑，这两个地点都成了我小乐窝了！当然，我也会积极地参加社会实践活动，更会安排时刻来让自己休息，做到劳逸结合，学习与娱乐相结合。比如：我会采纳一个人静静地望着天空，一个人静静地散着步听着歌，还会在一个安静的地点读着鼓舞人心的好句子，还会适当地和朋友们一起谈天等等方式来放松自己。总之，我觉得自己依旧能够把学习与娱乐非常好地结合起来。

老实讲，我自己也挺怕就业的，我不明白自己考这么多证到底有没有用，自己内心确实没有答案。直到大二下半学期开学这一个月来，我才慢慢地意识到息往常所做的看起来没有什么价值和意义。现在的我，突然发觉自己对会计并不是感兴趣，不明白自己那时是如何啦？只是听人讲，学文秘嘛，考个会计证，以后好寻工作！就报了，现在的我，确实不明白该如何是好。只是值得快乐的是，我现在对英语兴趣挺大的，我对自己讲，假如这次能够过了六word文档。