

# 护理讲座心得体会 讲座心得体会护 理(优秀10篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。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。

## 护理讲座心得体会篇一

作为一名医学专业的学生，聆听关于“护理”主题的讲座是必不可少的。最近，我参加了一次关于护理的讲座，并从中学到了许多知识和收获，感到受益匪浅。在此，我将分享我从讲座中的心得体会。

### 一、认识护理的意义

在讲座中，我们了解到护理的意义不仅在于治愈疾病，更重要的是照顾病人的身体、心理、社交和行为等方面。护理工作中的病人身体护理、情感支持等方面，更需要护理人员具备专业、细心、耐心、责任心等多种素质，才能有效地帮助病人恢复健康。

### 二、护理工作的挑战

讲座中提到，护理工作中常常面临一些挑战，比如需要照顾一些性格难以相处的病人，甚至需要进行生命救援等紧急情况。因此，护理人员需要具备扎实的专业知识和快速反应的技能，灵活应对各种情况。

### 三、关注病人心理健康

讲座中，我们也了解到在做好病人身体护理的同时，护理人员还要留心病人的心理健康。在病人间的交流中，护士需要有足够的耐心和思维能力来理解病人所述的问题，并进行恰当的解决。同时，鼓励病人积极对抗疾病，为他们提供必要的心理支持。

#### 四、注重团队协作

在讲座中，我们也了解到护理人员需要和其他医护人员紧密协作，共同为病人提供更好的医学护理服务。在团队中，护理人员需要具备高效的协议和合作意识，以便更好地提供护理帮助，减轻病人和家属的负担。

#### 五、提高个人素质和专业能力

最后，讲座中鼓励护理人员要注重自身素质和专业能力的提高，不断学习新技能和学科知识，使自己更加适应各种变化和变化需求，从而更好地服务病人。

在总结中，我觉得这次讲座真正意义在于着重强调了护理工作的重要性以及护理人员的专业素养和技能。因此，我认为这次讲座对我个人的成长和个人职业规划都有着很重要的影响，希望更多的医学专业学生也能参加类似的讲座，学习到更多的知识和经验，为自己的未来打好基础。

## 护理讲座心得体会篇二

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！

## 护理讲座心得体会篇三

在日常生活中，我们常常因为缺乏火灾防范意识而造成严重后果。为了提高学生的消防安全意识，护理学院特邀请了消防专家为我们举办了一场消防讲座。本文将分享我对这次讲座的心得体会。

### 第二段：消防安全意识的重要性

消防安全是每个人都应该重视的问题。在讲座中，消防专家强调了消防安全意识的重要性。他指出，火灾往往发生在我们意想不到的时候，只有保持警惕并掌握正确的应对方法，才能最大限度地保护自己和他人免受火灾的危害。

### 第三段：火灾预防知识

消防专家向我们详细介绍了火灾的预防知识。他告诉我们，火灾发生的主要原因包括电气故障、明火不慎、烟雾及燃气泄漏。为了有效预防火灾，我们需要定期检查电线电器的安全情况，注意用火安全，不擅自私拉乱接电源，严禁在宿舍使用明火燃烧物品，平时要注意保持通风畅通，及时修缮及更换老化燃气管道。

### 第四段：火灾逃生技巧

除了预防，火灾发生时的逃生技巧也是至关重要的。消防专家教会我们了几个逃生的基本原则，如保持冷静，迅速找到逃生通道，用湿毛巾捂住口鼻，避免吸入烟雾，躲避烟雾较远的区域，并注意用湿布封住门缝，以减少烟雾进入。此外，我们还学习了灭火器的正确使用方法，尤其是压缩瓶灭火器

的使用姿势及操作要领。

## 第五段：加强自我防范意识，做好消防工作

通过这次讲座，我深刻认识到消防安全对每个人来说都至关重要。我们不仅要加强自己的消防安全意识，还要将所学知识与大家分享，帮助他人提高火灾防范意识。作为护理学生，我们更应该时刻保持警惕，保护好身边的患者和同学。同时，学校也应该加强消防设施的管理和维护，定期对设施进行检查和维修，确保安全是每个人都能够安心学习和工作。

总结：

通过这次消防讲座，我对消防安全有了更加深入的了解。我明白了保护自己和他人免受火灾危害的重要性，学习了火灾预防知识和逃生技巧，并对自身的消防安全意识有了更高的要求。希望我们每个人都能积极学习消防知识，做到知识与实践相结合，为保障自己和他人的安全贡献自己的一份力量。

## 护理讲座心得体会篇四

为期7天的中华优秀传统文化学习，作为一民教育，让我如沐春风，受益匪浅。本次学习以“学习中华优秀传统文化，做有道德的教育者”全国暑期班主任培训为主题。培训过程中，诸位专家从“孝道”入手，抓住当前普遍而社会问题根源，围绕《论语》、《大学》、《中庸》、《弟子规》、《孝经》、《诗经》等国学经典剖析中国古代感恩、谦卑、敬畏的三种教育方法，从仁、义、礼、智、信角度对什么是教育、如何去教育等方面作了详细诠释，并结合身边的典型例子，从中国传统文化角度出发，对现有的教育、德性的本源问题作了全新的解释，引经据典、谈古论今、活学活用，令在场所有教师得到了一次心灵上的洗礼，现场多次响起雷鸣般的掌声，许多教师感动的泪如雨下。下面是自己四天培训学习的点滴体会，与大家分享。



一、精彩课程。课堂上一个个真实故事引发的思考，结束时90度鞠躬礼及《感恩词》让我们心存敬意。以位音乐老师的《德音雅乐》及《孝亲感恩歌曲学唱》课程给整个大讲坛带了歌声、笑声还有感动的低泣声。悠扬甜美的《生命之河》在义工老师们曼妙手语舞姿中展开，让与会学员感受《生命之河》滋润心田。用心去唱一首好歌，就能净化歌者的内心；用心去听一首好歌，能涤荡听者的灵魂。一个个中国优秀的传统美德经典故事和一首首优美的感恩教育歌曲诠释了中华民族传统美德的内涵，深深的感染了全场学员，互动渐入佳境，全场不时爆发出阵阵掌声。情到深处，学员们还不时发出动情的低泣声。

二、温情服务、据悉，为大讲坛服务的十几个义工都是来自各行各业，他们以帮助别人为乐，他们把帮助别人当成个人修行的方法之一。他们一次次90度鞠躬迎侯，轻言慢行，半蹲在地上擦拭会场的每一个角落，用半蹲的姿势为在场的贵宾和授课老师端茶送水，他们用真诚的微笑温暖每一个人，他们身体力行践行《弟子规》，他们用言行践行道德礼仪，宣扬传统文化。每当听到一声声“老师，早上好！”、“老师，下午好！”“老师，您辛苦了！”“老师，请愉快用餐！”等等温馨话语，我们恍惚来到了一个文明和谐的世外桃源。

三、专心学习。本次大讲坛所有学员均是来自一线的老师，他们排除一切干扰，参加为期7天的学习，时间长、人数多，但会场秩序井然，学员们完全融入到了和谐、宁静、纯粹的吸收经典文化的氛围中。授课中老师生动风趣的演讲，深入浅出的报告，深深吸引了全体的学员，大家无不认真听课、细心笔记。对我来说，这是一场心灵之旅，所有人在都聆听中感受传统文化的精华，在感动中汲取师德的正能量。

四、心存感恩。松花江的王琦老师把弘扬中华优秀传统文化当作事业来做，他们要把老祖宗留下的宝贵精神财富传承下来，让我们的民族越来越强大。这也是我们每个中国人的责任，

更是我们做老师的职责，让我们从我自己做起，大力倡导中华优秀传统文化进校园，做中华优秀传统文化的学习者、传播者和践行者。努力教育学生继承和发展中华民族的优秀传统美德，深刻学习国学经典，树立正确的人生观和道德观，为让这个社会变得更加美好，更加和谐尽到一个老师应尽的责任。

最后，“中华优秀传统文化教育讲座，不仅提升了我们教师的文化素养，同时，在“如何对人”、“如何对待工作”、“如何对待社会”、“如何对待家庭”等方面都有了一个全新的认识。在传统文化学习后，我进一步认识到，不管是学校管理、教育教学，还是家庭生活、与人相处等方面“身教胜于言教”的重要性。今后，我将把这种平和的心态运用到日常工作和生活中，进一步加强传统文化的学习，不断提高自身道德修养，以身作则，努力践行“修身、治国、平天下”的教育理念，教育和引导学生做一个有道德的人，一个有文化素养的人，一个真正人格健全的人，不断推进教育教学健康发展。

## 护理讲座心得体会篇五

近日，我有幸参加了一场关于皮肤护理的讲座，主题为“拯救你的肌肤”。在这次讲座中，专家们向我们介绍了一些关于皮肤保养的重要知识和技巧。通过参加这次讲座，我深刻体会到了正确的皮肤护理对于我们的健康和美丽至关重要。以下是我在这次讲座中所得到的心得体会。

首先，讲座的专家向我们介绍了皮肤的基本结构和功能。皮肤是人体最大的器官，具有保护、感知、调节体温等多种功能。它由表皮、真皮和皮下组织三个层次构成，每个层次都有着不同的结构和功能。了解皮肤的结构和功能对于正确的皮肤护理至关重要。我们应该了解自己的皮肤类型，根据不同的皮肤类型采取不同的护理措施，以达到最好的护理效果。

其次，讲座中的专家强调了日常护肤的重要性。保持皮肤的

清洁和滋润是保持皮肤健康的关键。早晚正确的清洁和保湿可以有效防止皮肤干燥和紧绷，同时也能够防止皮肤肥厚和油脂过多的问题。此外，讲座中专家还介绍了一些针对特定皮肤问题的护理方法，比如痘痘和黑头，通过正确的清洁和使用适合的护肤品可以有效改善这些问题。通过参加这个讲座，我意识到日常的护肤工作是非常重要的，只有坚持每天的护理才能使肌肤变得更加健康和美丽。

讲座中的专家还向我们介绍了皮肤护理中的一些误区。许多人在护肤过程中存在一些错误的观念和做法。例如，有些人认为频繁洗脸可以清洁皮肤，但事实上过度清洁会破坏皮肤的保护屏障，导致皮肤变干。另外，有些人喜欢挤压痘痘以期更快地修复，但这样容易导致感染和疤痕。通过了解并纠正这些错误观念，我们才能正确地护理自己的肌肤，避免不必要的损伤。

讲座还介绍了一些皮肤护理的新技术和新产品。随着科技的发展，越来越多的皮肤护理技术被用于美容和医疗领域。例如，光子嫩肤和激光去痘等技术可以帮助改善皮肤质地和色素沉着问题。此外，新型的护肤产品也不断涌现，比如含有玻尿酸和胶原蛋白的面膜可以帮助皮肤锁水和提升弹性。通过了解这些新技术和新产品，我们可以根据自己的需求选择合适的护肤方式，为自己的肌肤带来更好的效果。

通过参加这次关于皮肤护理的讲座，我对正确的皮肤护理有了更深入的理解。皮肤对于我们的健康和美丽起着至关重要的作用，我们应该积极地学习和实践正确的护肤知识和技巧。只有经过科学的护理，我们才能拥有健康、亮丽的肌肤。我将会坚持日常的护肤工作，并根据自己的需要适时尝试新的护肤技术和产品，为自己的肌肤带来更好的效果。

## 护理讲座心得体会篇六

由于职业规划课程要求，我很有幸在学校礼堂参加了三场由我国职场知名人士的讲座。讲座主要内容有职场知识、应聘礼节、面试知识、职业选择、当今职场现状等有关个人职业生涯的相关知识。在这些讲座中，我对当今职场有了进一步的了解，并且通过对我自身的能力的了解选定了今后的职业目标。更重要的是通过这次的课程我更加坚定了原先所确定的职业目标。

第一次讲座是由安博高级副总裁古一思女士带来的。在讲座的开始，古一思向大家介绍了自己的职业生涯：古一思曾在英国石油公司(bp)工作9年，担任bp中国区it经理和项目经理。后来，她进入通用电气(ge)医疗集团后，成为管理15个国家和地区的cio，是ge医疗集团历史上第一位身居要职的中国女士，领导并管理公司在整个亚太地区的it基础设施和企业应用。成绩突出的她，连续在2001到2004年获得年度亚太区及全球cio大奖，成为获此殊荣的第一位中国女性。2006年1月，她再一次以“高管层第一位女性”的身份加盟思科。

通过她的讲述，我对bp以及通用科等国际知名集团的管理层结构以及用人标准有了初步的了解，并且第一次对于首席信息官这个职业有所认识。通过她的讲述，我也被她求职的执着和自信所打动：她曾经在公司招聘的最后一天参加了面试而且取得了理想的职位。讲座中古一思在讲到公司的用人标准时借用了一位美国心理学家的模型：把一个人的各个方面比作了一座漂浮在海面上的冰山，由上到下从逐步深化，分别是知识、技能、自我概念、特质、动机等。不同层次的素质在个体身上的表现形式是不同的。可以把“能力素质”形象地比喻成为漂浮在洋面上的冰山，“知识”和“技能”是属于裸露在外的表层部分的素质；而“价值观”、“自我概念”、“特质”和“动机”部分是属于潜藏于水下的深层部分的素质。“能力素质”是直接与一个人的工作绩效表现紧密联系的，因而是预测个体的工作绩效最为有效的指标体系，也是选人用人必须要考察的内容。从上面的“冰山”模型

与“行为动力系统”图可以看出：影响一个人行为的最为稳定、持久和无需刻意追求的基本动力来自“冰山”底层的那些素质要素，因此在选人用人过程中，应该把考察的重点放在对于人格类型、动机结构、潜质等要素上面。通过她的模型我得出了以下结论：在拥有了你所追求的职务所需求的技能或要求的同时，个人对于该职业的看法以及自身对于该工作的向往将很大程度上对本人在这个工作上的表现起到很大的影响。

在这堂讲座的最后，当被问到“在大学期间如果能力允许，是选择继续学习还是走向工作岗位”时，古一思女士的回答大致如下：在个人的精力允许的情况下，尽可能多的利用学校的资源提升自己在社会上的竞争力。这个回答在给很多同学指明了大学的方向的同时也使我坚定了先前对于在大学之后继续学习的追求。

在三堂讲座中给我印象最深的是最后一场中教师带来的电影：教师通过阿凡达、功夫熊猫等5部经典电影讲述了电影中角色的求职生涯并映射到实际生活中来并以此向我们展开了“平台”的概念。我对此的理解是：选择一个合适的平台是我们通向成功职业生涯的基础。

另外，在这次讲座的最后在老师的指导下，几位同学进行了一次模拟团体面试，题目是用给定的几样材料做出一架“飞行器”比较哪支队伍的鸡蛋可以飞得更远。虽然是一次模拟面试，但是其中的过程使我们对于面试的过程、面试的分类以及一些面试的技巧有了进一步的了解。

通过这几次讲座，我总结了在今后的学习过程中需要做的一些对于今后的职业生涯的准备：首先，为了达到“折纸”而不是简单的叠加的效果，我会在这一年中对于当今职场前沿对于自动化的要求进行深入了解，也就是对于自动化的任职资格进行了解。除此之外我会更加关注相关领域的实习机会并且选择适当的时机加入其中以取得一些相关经验。另外，

更多的关注各公司的招聘计划也会给自己带来更多的机会。但最重要的基础还是对于相关专业知识的积累，也就是说我们现在应当把握住一切可利用的学习资源以提升自身的竞争力。对于我本人来说就是在本科的过程中把目标放在学习上并争取考取研究生。总之能够将一切的设想付诸于行动才能实现一个理想的职业目标。

20\*\*年5月31日，我非常荣幸的在贺州学院聆听了来自广西师范初等教育学院的蓝卫红老师，以及来自广西师院外国语学院院长陆云教授的精彩讲座，她们的讲课条理清晰、生动有序，时常举一些事例，使道理深入浅出，渗透人心，我被深深的吸引了，长达两个小时的讲座，听起来一点累的感觉都没有，反而觉得是一种享受。通过学习，我领悟了一些有助于教育教学工作的方法与技巧，理论水平得到了一定的提升，更使我感受颇多。

### 一、英语课堂要善于激发学生的学习兴趣。

兴趣是影响人本身获得知识、发展能力的一个重要因素。孔子早在两千多年前就说过“知之者不如好知者，好知者不如乐知者。”只有对英语产生学习兴趣，才能在轻松、愉快中学好英语。在课堂教学中，教师应根据学生的兴趣特点，合理组织课堂教学，激发学生的学习兴趣，使他们真正在快乐中学习英语。我认为首先老师要有良好的情绪。课堂上，教师的情绪对学生的热情和学习兴趣有很大的影响。教师良好的情绪能够感染和引导学生。这不仅有利于激发学生的学习热情和自信心，有利于建立民主、平等、友好的师生关系；更有利于营造愉悦、和谐的学习氛围。其次，老师要组织丰富多彩的课堂活动，活跃课堂气氛，寓知识于娱乐中，进行愉快教学。

### 二、营造“真实的”、“生活化”的言语环境，让学生有话可说。

在这次讲座中，两位专家都提到英语课堂要贴近学生的生活，既要在英语课堂中设法营造“真实的”、“生活化”的言语环境。所谓“生活化”，不是要把英语课堂搬到社会，而是把生活中的某些要素“引入”课堂，从而实现课堂内与课堂外的沟通，变课堂为言语交际的场景和处所。“生活化”的实践活动有购物、采访、自我介绍、游戏(如猜谜、竞赛)、问路、新闻广播等等。“生活化”的教学环境设计，使英语课堂教学具有了真实的言语交际性质，其效果不仅是激发学生的学习兴趣，活跃教学气氛，更主要的是它能够使学生产生真实的“言语体验”，这种“言语体验”是培养学生英语能力、塑造学生整体人格的切实途径。

### 三、英语教师要努力提高自身英语水平。

“要给学生一滴水，我们就要有一桶水。”这也是对教师的基本要求。作为一名小学英语教师，小学生刚刚开始学英语，所以教师英语的水平是非常关键的。如果自己的语音语调都说不好，那岂不是误人子弟?所以我必须努力提高自身的英语专业水平，坚持每天说英语，做到多读、多听、多写、多练。

听完讲座，收获很多，感悟也很多，但我们要做的更多，那些渴望求知的孜孜学子们都在等待着我们给他们注入新鲜的血液，所以，我们要把学到的东西付诸于行动，不断探索，刻苦钻研，在深刻理解教材的基础上，把教材教好，培养出适应改革开放，会使用英语的各种人材。

- 1.听讲座心得体会范文
- 2.专家讲座心得体会范文
- 3.考研讲座心得体会范文
- 4.听讲座的心得体会范文

5.听专家讲座心得体会范文

6.就业讲座的心得体会范文

7.讲座心得体会

## 护理讲座心得体会篇七

作为一名护理学生，我有幸参加了一场关于护理礼仪的讲座座谈会。这场讲座对我来说是一次非常宝贵的学习机会，让我深刻认识到护理礼仪的重要性和应用方式。在这篇文章中，我将分享我对这次讲座的心得体会。

首先，这次讲座给我最大的启发是护理工作中的仪态和仪表的重要性。护理是一项高度专业的职业，我们需要时刻保持良好的仪态，展示职业形象。在讲座中，讲师强调了仪态的几个方面，比如言辞文雅、举止得体、着装整齐等。这些小细节的注意，能够让我们在照顾患者时给人以更加专业和有信心信任的印象。

其次，讲座还重点介绍了如何与患者进行有效的沟通。沟通是护理工作中的核心技能之一，也是建立与患者良好关系的关键。在讲座中，讲师提到了倾听的重要性，要有耐心地倾听患者的需求和意见，并适当地进行回应。此外，还要注重语言的选择，用简洁明了的表达方式与患者沟通。这些方法不仅可以更好地理解患者的需要，也可以帮助患者更好地理解我们所提供的护理服务。

再次，讲座对于护理环境的整洁和舒适性也进行了详细的介绍。护理环境的整洁有助于消除污染和传染的风险，确保患者的安全和健康。此外，舒适的环境也能够给患者带来更好的治疗体验。讲座中，我了解到了一些整洁的方法和技巧，比如合理使用垃圾箱、及时清理废弃物、保持室内空气流通



等。这些方法既能提高工作效率，又能提升患者的满意度。

最后，讲座还谈到了护理人员之间的合作和团队精神。护理工作是一个团队合作的过程，每个人都起着重要的作用。于是，讲师强调了团队合作和互相支持的重要性。只有通过团队合作，才能更好地协调工作、提高效率，并为患者提供更好的护理服务。在讲座中，我明白了要真正理解“团队”意味着什么，需要积极参与、尊重他人的观点并积极支持团队的决策。

综上所述，这次护理礼仪讲座给我带来了许多启发和收获。我意识到作为护理人员，我们不仅要具备专业知识和技能，还要注重仪态和仪表的培养，提高沟通能力，保持整洁和舒适的环境，以及重视团队合作。这些都是我们成为一名优秀护理人员所必须具备的素质。我深信，只有通过不断学习和努力提高自己，才能更好地为患者提供优质的护理服务，为社会健康事业做出更大的贡献。

## 护理讲座心得体会篇八

清晨4点就很不情愿的起床了，为的就是去石家庄总部去听一个培训，当时心里难免有一些怨言，一路上又很颠簸更加深了我不满的情绪，当我们九点多终于到达会场时，心情已经很是低落，再加上路途的疲惫，可以说已经没有任何学习的心情，再加上一看培训的标题“教育咨询师系统培训”我就更加不理解，作为一个任课老师，这些对我有什么用处呢！但是，三天的培训结束后，我意识到当时我是多么幼稚，想法多么简单。

我记得吕世超老师讲的第一个内容不是关于咨询师的培训，而是讲的影响培训的五座大山，这个让我有了听下去的兴趣，吕老师说影响培训的五座大山分别是免费、听了不记、记了不信、信了不做和做了不持久。吕老师说如果你花了几千块钱去听一次课你一定会认真听、认真记，一定把自己所花的

钱学回来，因为你知道自己挣钱有多么不容易。这同样适用于学校的学习吗？想想自己在大学的时候不努力学习，就是因为学费是爸妈给的，不是自己挣的钱，才不去认真听老师的讲课，荒废了自己的大好时光，浪费了爸妈的血汗钱，辜负了他们的一片苦心。“做了不持久”这个更是适用于很多事情上，中国不是有句古话叫功亏一篑吗，这就是说哪怕你完成了99%，没有坚持下去也不能成功，何况很多人更本就是三分钟热度，那就更不能取得成功了。回头想想自己在过去的时候有多少事情都是稍微遇到点困难就想放弃，浪费了多少次机会，也许不一定能成功，但至少自己日后不会后悔。

吕老师讲的第二个内容是关于咨询师必备的基本素质，吕老师把它总结为七个方面，专业化、应变能力、亲和力、自信、冷静、望闻问切和学习能力。这些方面不光是一个优秀咨询师应该具备的，作为一个合格的任课老师，也必须具备这些能力，对于一个老师来说，专业化就是要求老师对自己所教的科目必须非常了解，熟悉它的所有知识点，熟悉它的学习脉络、知道考试重难点和本科目的学习方法等。这些就是老师专业化的体现。应变能力对于老师来说更为重要，因为课堂上随时可能会发生预料不到状况，老师要根据这些变化来调整自己的讲课速度、方式和内容等，这样才能让学生有更好的学习效果。自信则是任何时间任何地点都不能的品质，自信的人必定是阳光的人，能给身边的人带去正能量，作为一个老师不仅要教会学生知识，更重要的教会学生为人处事的道理，只有先成人才能再成材。学习能力是当今这个社会最需要的能力，如今是个信息爆炸的时代，很多东西都日新月异，我们只有不断学习才能紧跟时代步伐；在教学中亦是这样，学科只是不断变化，教学方法不断更新，教学方式层出不穷，所以我们也不得不学习新的思路来应对一批又一批的学生。

当吕老师讲到十二大背景知识的时候我再一次被震撼，并不是因为这个对我以后的工作有很大帮助，因为我不是一个咨询师，这些内容对我来说没有太大用处，只需要了解一些我

们要知道就可以了，但是对于如此庞大的信息量吕老师都能清楚的记住，这才是使我震撼的地方，对于任何一个人来说对工作如此认真，他怎么能不在工作中去得成就呢！这对于每个人来说无疑都是一个庞大的工程，我相信很少有人能坚持下来，这份对工作的执着、认真才是最值得我们学习的地方。当谈到“如何堵上家长的五扇窗户和六扇门”时，吕老师说到，家长不担心孩子学习不好，是因为家长为孩子前途留下了退路，可以去上中专技校、出国、当兵、艺体类、做生意和高考移民等，这样家长就有恃无恐了。在我们日常生活中这样的例子不也是随处可见吗？破釜沉舟这个典故不就是这样例子吗？有些时候就是这样的，一旦我们有退路，我们就不会全力以赴去拼，因为我们知道即使我们做不到，我们还有其他的选择，并不是无路可走，但当我们只有一种选择的时候，我们知道这就是我们的全部，我们必需抓住这唯一一棵救命稻草，我们就会使出浑身解数来达到我们的目的，这些就是我在此次讲座中的一些收获。

吕老师的博学让我非常震撼，他不仅阅历丰富，还对心理学、教育学、市场营销和各科学科知识都有很深的理解，这些都是我也应该做到的；吕老师的自信、幽默、细心和耐心也是我该学习的，这次讲座对于我这刚毕业的大学生来说可以说是受益匪浅的，这必将是我一生中一次难忘的经历！

## 护理讲座心得体会篇九

这次护理美容知识讲座让我受益匪浅。讲座内容丰富，涵盖了面部护理、身体护理、头发护理等方面的知识，为我们提供了实用的美容护理技巧。通过听讲座，我不仅学到了很多新的知识，而且对美容护理的重要性有了更深的认识。

首先，讲座中的面部护理部分给我留下了深刻的印象。演讲者详细介绍了洁面、补水、保湿等步骤，教给我们正确的洗脸方法，并介绍了一些面膜的使用技巧。尤其是他特别提到了防晒的重要性，告诉我们每天都要使用防晒霜，以免受到

紫外线的伤害。通过学习这些面部护理的知识，我意识到保持皮肤的清洁和充足的水分对于保持年轻、健康的肌肤是非常重要的。

其次，讲座中的身体护理部分也给我留下了深刻的印象。在讲座中，演讲者向我们介绍了一些常见的身体护理方法，如按摩、涂抹身体乳液等，并强调了身体护理的重要性。他解释说，适当的按摩可以促进血液循环，改善皮肤的弹性和质地，所以我们应该养成定期按摩的习惯。此外，他还给我们推荐了一款滋润的身体乳液，以帮助我们保持身体的皮肤水润、柔软。通过了解这些身体护理的知识，我明白了保持全身肌肤的健康与养护对于美容的重要性。

另外，讲座中的头发护理部分给我带来了新的启示。演讲者提到了一些常见的头发问题，如发质干燥、头屑、发尾开叉等，并分享了一些解决这些问题的方法。他向我们介绍了合适的洗发水、护发素等产品，并提醒我们不要频繁使用吹风机和烫发棒，以免对头发造成伤害。通过这次讲座，我领悟到了正确的头发护理方法对于保持头发健康、亮丽具有重要意义。

最后，讲座中还谈到了营养和生活习惯对于美容的影响。演讲者强调了均衡饮食的重要性，我们应该摄入适当的蛋白质、维生素和矿物质，以保证身体健康和肌肤的养分。此外，他还提到了熬夜、抽烟、喝酒等不良的生活习惯对美容的影响，因此我们要调整这些不良习惯，保持良好的生活和饮食习惯。通过这次讲座，我明白了美容并不只是外部的护理，也需要内外结合，保持健康的生活方式才是关键。

总结而言，这次护理美容知识讲座对于我来说是一次宝贵的学习机会。我学到了很多有关面部护理、身体护理、头发护理及生活习惯的知识。通过这次讲座，我明白了美容护理的重要性，意识到保持皮肤清洁、补水保湿、按摩身体、正确的洗发护发方法和调整不良的生活习惯对于美容的重要性。

我将会积极应用这些所学知识，将护理美容的概念贯彻于我的日常生活当中，以保持年轻、健康、美丽的形象。

## 护理讲座心得体会篇十

周四晚听了场考研的讲座，感受深刻。首先，讲座开始时老师是通过问问题的方式热场。根据现在在校大学生普遍存在的问题，感觉到迷茫，目标不明确，从而问出他们的需求。然后列举了往届毕业生的就业情况，让在校大学生看到毕业后的就业压力。通过问问题，问出痛苦，然后将其痛苦扩大化。

互动过程中，很多同学都存在这样的现象。当老师问到他，你毕业以后要干什么？回答是找一份好的工作。那你觉得什么样的工作在你看来才算好呢？这时很多同学就答得很笼统了，多数提到的都是薪水。假如说自己连毕业后要干什么，能干什么，都不知道的话，那么如何朝着一个方向奋斗。

1. 读研不像本科，可以边读边在学校代课兼职。
2. 读研能进一步深造你的专业技能，使你的专业更上一层楼。这就是销售过程当中，问出痛苦，然后对症下药吧。
  1. 就业压力大读了研能找个好工作。
  2. 想考回自己的家乡。
  3. 高中时候想考某个大学，但是没有考上，现在想考回去。
  4. 觉得自己专业不好找工作，也就只有考研了。

种种原因，归根结底还是反应出一个问题，没有一个明确清晰的目标。

1. 成功是因为态度。
2. 找方法，而不是找借口。
3. 没有失败，只是暂时没有成功。
4. 命运在自己的手里，而不是在别人的嘴里。
5. 我们不改变坏习惯，它将控制我们一生。
6. 你越努力，你的运气就越好。
7. 如果事情无法改变，就改变自己。
8. 有梦就会实现。

命运掌握在自己的手里，所以一切的一切都由你来决定。