

# 2023年两会精神心得体会(大全5篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

## 两会精神心得体会篇一

学习班的内容主要有讲义授课和论文交流分两大部分，讲义共有10个课目，如精神病护理学进展；睡眠中危急状况的识别与护理；精神（心理）护理文书相关问题；护士身心健康的维护；护理科研中的科研——选题技巧等内容。

通过学习，使我受益匪浅，简述如下：

1、**ispn**认为患者有权保持尊严、获得关爱、高质量的护理。注册护士应提倡和保护患者的权利；任何精神卫生机构应将患者权利以通俗易懂的语言置于显着的地位。

2、应有合格专业护士，实行24小时责任制护理。**ispn**认为约束与隔离只有在其他手段无效、无法保证安全的紧急情况下使用。

3、所有患者在病程中应接受全面评估，包括生物学因素、环境因素及行为方面、评估发育水平，既往精神创伤史，共患疾病，基础行为水平。

4、提倡依靠环境，设施尽可能保证安全及减少约束。

5、护士应接受行为评估，各年龄段用药，安全监控等专业培训，应接受对攻击行为评估和干预的培训，如症状的识别，语言干预技巧，选择最小约束的思考策略。

6、需完善制度及机构对工作人员涉及攻击的反应。

7、医生或资深执业护士应在约束后1小时内对患者进行面谈评估，24小时内对患者必须更改指令，同时应进行面谈评估。约束时间应标明：成人4h□9-17岁青少年2h□9岁儿童1h□到时需行行为评估。

8、资深注册护士是最佳再评估人，可以观察记录患者的日常行为试行解除约束后评估。

9、约束时不得遮挡患者面部，不得单独约束或隔离儿童，被约束的患者至少每2小时应活动其身体，必须提供给饮水，解便及测量生命体征。

10、有内外科疾病的患者应尽可能用其他手段代替约束以策安全，约束后1小时内必须告知医师或执业护士。

11、约束或隔离的决定应即刻通知家属，应予书面通知，不应以约束为理由阻止家属访视。患者及家属合作制定治疗护理计划，治疗护理计划是否正规、是否适合患者特点应受到监控。

12、使用约束或隔离时护士应接受患者的询问及给予清楚明白的解释。益处：促进对症状的认识、促进解决问题、提高冲突解决技巧，可减少约束对患者的负性心理体验。

13、精神卫生机构应收集约束，隔离的效果资料，以帮助改进有关指南，需要在循证基础上研究约束，隔离的有效性。

14、应警觉掩盖之下的“零容忍”规则，这将造成很多副作用及意外。

怎样看病人睡觉？

护理要点：

- 1、对所有病人的身体状况、病情、主要用药都要有一定了解，对睡眠过程中有可能发生的紧急情况有预感性。
- 3、与医生做好沟通，及时反应病情变化、“清醒”地执行医嘱；
- 4、重点病人的护理：睡姿、防护、观察生命体征和引流插等；
- 2、做好解释、安慰和心理支持工作；
- 3、重视自身的睡眠；勿误导患者。

欠具体：如护理记录为“已认真检测心率、心律”，但没有具体的心率值和心跳节律的记录。

用词不当：如“未见抽搐行为”。“情绪不协调”。

抄袭检查结果没有护理意义：有时还抄错，例如：心电图报告非特意性st—t异常，护士写成“特意性st—t异常”。

语句组织欠妥，造成错误意思：“仍有饮酒欲望，按医嘱予凯西来利血生，沙肝醇等药治疗”。

欠全面：记录中有防压疮护理，但没有写皮肤情况。

病情观察无连贯性：例如；一些药物不良反映、腹痛、咽痛等情况，无跟踪记录。

护理措施不切实际：例如“四肢肌张力高，已嘱病者放松”。患者便秘写：“嘱多饮水”，建议改为“督促病人多喝开水，或嘱陪护予多喂开水”。

自暴滥用约束：例如：“病者主诉没有不适，已告知医生，

未见三防行为，按医嘱予2条短带保护性约束”。保护性约束没有医嘱，解除约束后，未停医嘱。保护性约束病人无跟踪记录。

语句欠条理，表达不清楚：例如“三脂偏高，戒糖饮食”。

特殊病情没有交班：例如：病人空腹血糖2.2mmol/l□没有交班。

记录用方言：如：“烂饭”。

在疾病高峰期，护理措施为向病人讲解相关精神病知识，不适宜。

护理记录过期、留空行、字体太小、字体不能辨认、签名字迹不清。

（一）提高管理者的支持是影响个人工作满意度和心理健康最有效的方式。

1、维护护士人才身心健康的基本对策；

- （1）制定特殊岗位的人才政策；
- （2）推行一线留人的优先对策；
- （3）解除后顾之忧的保障设施；
- （4）维护身心健康的咨询机构；
- （5）提供调控护士人才职业心态的良好环境氛围。

2、注重护士心理、社会、伦理等方面知识的教育：

- （1）注意提高在职护士，尤其是基层医院的社区保健护士与

人沟通的技巧，加强护士心理卫生保健知识教育，掌握自我心里调适技巧。

(2) 在发生各种冲突时，找有类似经历的同事，关心自己的亲属或朋友倾诉，使自己的苦恼得到宣泄、疏导而减轻精神压力。

## (二) 护士心理健康自我维护的措施

- 1、培养乐观的阔达的人生态度；
- 2、加强学习，提高自身的心理品质；
- 3、调节好自己的情绪；
- 4、创造良好的人际环境；
- 5、社会舆论的正确导向；
- 6、生活中注意劳逸结合。

### 1、带教精神科新护士的体会：

由xx市第三人民医院临床担任护士带教工作的护士所写。我也有担任护士带教工作，所以对于这篇论文特感兴趣，通过论文交流学习，我更加清楚地认识到随着社会竞争越来越激烈，人们的压力也越来越大，精神病的发病率也随之增大，因此，拥有一支高素质的精神科护理队伍显得越来越重要，而带好每一名新护士是重要的起点，只有基础打好了，才会有高素质的人才出现。要把带教工作做得更好，就要不断学习，只有不断提升自我，才能提高自己的教学能力；才能满足新护士的各种学习需求。

### 2、喜疗妥防治肌肉注射氯丙嗪所致肌肉肿痛的治疗观察。

这篇论文还讲述了喜疗妥也可以防治因其他情况所致的静脉肿痛，这一点启发了我，在临床上病人经常会因长期肌注或输液引起静脉肿痛和静脉炎，今后，我们也可以尝试使用喜疗妥，如果用喜疗妥外涂有效的话，那将是患者的福音，不但可以减轻患者的痛苦，也减轻他们经济上的负担。

## 两会精神心得体会篇二

历史在见证，人民在期待。20xx年10月24日至27日，党的在北京召开。这次会议将研究全面从严治党重大问题，制定新形势下党内政治生活的若干准则和修订《中国共产党党内监督条例(试行)》，对全面从严治党作出全面系统的战略部署，将在党的建设光辉历程中，镌刻下时代经纬，引领中国特色社会主义事业迈向更加广阔的新天地。

党的以来，涤荡“四风”，党风政风为之一新；铁腕反腐，党心民心为之一振；强调“四个意识”，加强党的团结统一，维护坚强领导核心；践行群众路线，倡导“三严三实”，推动“两学一做”，深化党内教育，锻造合格党员……中国共产党全面从严治党，严肃党内政治生活，净化党内政治生态，展示出非凡的政治智慧和政治勇气。作为一个拥有8800多万名党员的世界第一大党，只有把“五个必须”贯穿全面从严治党的全过程，才能担负起实现“两个一百年”奋斗目标和民族复兴梦想的使命。

全面从严治党必须加强思想建设。思想建设是落实全面从严治党的“总开关”，思想是行动的先导，一些人蜕化变质，一步步走向腐化的泥潭，往往是从思想上的病变开始的。重视思想教育是我们党的优良传统和政治优势，以来，我们党先后开展了一系列党内教育，目的就是为党员干部补足精神之“钙”，筑牢思想之“魂”，防止思想决堤。全面从严治党首先严在党员思想上，要从理想信念、党性修养、理论学习、警示教育等方面抓起，用好思想建党这个传家宝，牢牢抓住思想教育这个从严治党的根本，让广大党员保持高度警惕，

自觉抵制各种不良思想的侵袭，把握正确的思想航向。

全面从严治党必须强化制度建设。同志指出：“铲除不良作风和腐败现象滋生蔓延的土壤，根本上要靠法规制度”□20xx年10月，中共中央印发了《中国共产党纪律处分条例》和《中国共产党廉洁自律准则》，这是党的后全面落实从严治党重要举措，落实全面从严治党离不开制度保障，“严”字不能停留在纸上，贴在墙上，挂在嘴上，一旦法规制度成为摆设，就会产生“破窗效应”，对任何触犯法规的行为，必须严格依照法规制度，以“零容忍”的态度进行惩处，不留“暗门”，不开“天窗”，不以问题小而姑息，不以违者众而放任，不折不扣地将法规制度落到实处，积极营造人人遵守制度、敬法畏纪、按规矩办事的氛围，使全面从严治党深入人心。

全面从严治党必须严肃党内生活。同志指出：“党要管党，首先要从党内政治生活管起；从严治党，首先要从党内政治生活严起。”从古田会议首次提出党内生活政治化、科学化，到延安整风建立党内政治生活的制度基础，再到改革开放之初制定《关于党内政治生活的若干准则》，95年来，一代又一代共产党人在党内政治生活这个大熔炉中，锤炼党性、砥砺品格。严肃认真的党内生活，增强了党的团结统一，提高了党的凝聚力、战斗力、创造力。如果党内政治生活的大熔炉长期不生火，变成了没有温度的冷灶台，就会失去其应有的功能。党内政治生活松一寸，党员干部队伍就散一尺。只有严肃党内生活，才能让锤炼党性的熔炉真正热起来。

全面从严治党必须严明党的纪律。同志指出：“我们这么大一个政党，靠什么来管好自己的队伍？靠什么来战胜风险挑战？除了正确理论和路线方针政策外，必须靠严明规范和纪律。”纪纲一废，何事不生？纪律是维护党的集中统一，保持党的战斗力的基本条件，从近年查处的违纪违法案件来看，违法必先破纪，干部走向腐败，大多是从突破纪律、破坏规矩开始的。广大党员干部要时刻心存敬畏、手握戒尺，坚持把纪

律和规矩挺在前面，树立规矩意识、增强纪律自觉，筑起纪律和规矩的坚固防线，坚决在法纪之下行使权力、履行职责、开展工作，做到心有所畏、言有所戒、行有所止，始终做遵规守纪的表率。各级纪检监察机关要以“钉钉子”精神，一着不让抓好规章制度落实，使党纪党规始终成为带电“高压线”。

全面从严治党必须落实治党责任。“有权必有责，有责要担当。”全面从严治党是党员干部最根本的政治责任，各级党委及其书记必须肩负起全面从严治党的主体责任，进一步深化“责任不明确、责任不落实，就做不到从严治党”的思想认识，将抓好党建作为最大政绩，主动把责任记在心、扛在肩、抓在手，推动党的各项事业无往不胜。各级纪检监察机关和组织部门要认真贯彻执行《中国共产党问责条例》，以强力问责倒逼责任落实，让失责必问、问责必严成为常态，督促各级党员领导干部在其位、谋其职、担其责，真正使管党治党严起来、实起来。

扬帆起航，正当其时。将对全面从严治党进行再强调再部署，必将推动全面从严治党走向新境界、新高度、新成就，必将锻造一个更加坚强有力、更加蓬勃向上、更加团结奋进的共产党，使我们党始终成为中国特色社会主义事业的坚强领导核心。

## 两会精神心得体会篇三

这次到大庆参观学习，我有幸以党的积极分子的身份参加了这次活动。使我的心灵受到一次新的震撼，仿佛又看到了大庆石油工人的辛勤工作场面。尤其是这一次，在我们即将迎来共和国五十七岁生日的时候，x党委精心组织这次活动，我感到其意义非比寻常。

从大庆回来后，通过互联网我阅读了一些关于弘扬铁人精神的文章，记得有一篇文章提到过，大庆在创业之初曾提

出，“人就是要有一股气，对一个国家来讲，就是要有民气；对一个集体来讲，就是要有士气；对一个人来讲，就是要有志气。”细细品位这段话的含义，对我触动很大。是呀，人总得有一种精神，为什么说一些人死了可他们还活着，而另一些人虽然活着可在人们的心中已经死了，这其中的原委就是有的人有一种精神，他虽死犹生，而有的人确如同行尸走肉，虽生犹死。可以说，铁人精神就是这种令人虽死犹生的精神，它体现了一个国家、一个民族、一个集体实现自己崇高理想和奋斗目标的势不可挡的意志。这种精神在任何时代、任何地方，都是一种奋发进取的力量：有了它就会前进；失去了它，也就失去了进步的动力。

铁人精神是一种为国争光，为国分忧的高度觉悟的爱国主义精神；

铁人精神是一种不计名利，不计报酬，埋头苦干的奉献精神；

铁人精神是一种不畏艰难险阻、战天斗地的艰苦创业、忘我拼搏精神；

铁人精神是一种对技术精益求精，为事业练就一身硬工夫、真本领的科学求实精神；

铁人精神是一种不安于现状，不拘于常规，奋发思变的创新精神。

如果说发自肺腑地感受到铁人精神的伟大是学习王进喜的一个“初级阶段”，那么如何将铁人精神转化为我们立足本岗、做好工作的内在动力和实际行动，则是学铁人的“高级阶段”和最终目标。

作为一名党的积极分子，学习铁人精神，查找自己的不足，我认为自己应当做到以下几点：

一是要加强学习，要利用一切可以利用的时间和机遇去和书本学，和老同志学，和实践学。要在自己的内心形成一种压力，让这种压力敦促自己，成为一个有上进心的新时代青年。今天在社会就业压力如此之大的环境下，我走上了如愿以偿、另人羡慕的岗位，仍然不要忘记给自己施压，要拿出我们在学生时代学习的那种韧劲、那种不怕吃苦的精神，踏踏实实、认认真真沉下来，学进去。因为“人不读书，不能成才；人不学习，不能生存”。因为只有学习，才能启迪心智，净化思想，陶冶情操，升华境界；只有学习才能总结完善自己，提高自己的修养水平；更是因为只有学习我们才不会被快速发展的时代所遗弃，才能永远做时代的宠儿。

二是要慎独慎行，树立正确的权利观、地位观和利益观。要把全心全意为人民服务作为自己的终身追求和义不容辞的责任，实实在在为群众办实事、办好事。

三是要经常自我反省。一个人如果不经常的自我反省，就很难有很大的进步。要经常在工作中从人格上、从道德上、从灵魂深处反省检讨自己，发现不足，及时修正，努力做到时刻保持清醒的头脑。

四是要求认真务实，扎实工作。要立足本职工作，埋头苦干，奋发进取，做业务上的尖子，实践中的实干家，工作中要讲究细、讲究实、讲究准，讲究严，讲究精，讲究新，讲究快，只有这样才能创造一流的工作业绩。

铁人这个神奇的人物，他为我们的前辈、为我们的民族精神渲染上了浓墨重彩的一笔，让我们在铁人精神的感召和激励下，自强、自信、自尊、自律，为实现自己的人生价值，为科技情报事业美好的明天，储备学识，储备能量。

## 两会精神心得体会篇四

作为一名中国人，我们常常提到的“十精神”给予了我们深

刻的启示和教育。这十条精神的核心是弘扬社会主义核心价值观以及传承和发展中华优秀传统文化。通过学习和理解这些精神，我们能够在日常生活中积极进取、团结友爱、实事求是、自强不息、和谐共处、敬业奉献、无私奉献、诚信友善、共同进步以及爱国奉献。以下是我对这些精神的体会和心得。

首先，弘扬社会主义核心价值观对我的启示是积极进取。这意味着我们应该始终保持一个乐观的态度，坚定地面对生活中的困难和挑战。只有通过不断的努力和学习才能够实现自己的目标和梦想。这个精神也提醒我们要珍惜每一天，充分利用时间去追求自己的理想，同时也要尊重他人的追求。

其次，团结友爱是一个非常重要的精神。只有团结起来，我们才能够战胜种种问题和难题。通过团结和合作，我们可以汇集众人的力量，共同为社会的的发展和进步做出贡献。在生活中，我们也应该关心他人，建立良好的人际关系，帮助那些需要帮助的人。只有这样，我们才能够建立一个更加友爱和和谐的社会。

第三，实事求是是一个非常重要的精神，尤其在面对问题和决策时。我们应该根据实际情况去解决问题，而不是凭空臆想或者听信谣言。只有通过实事求是，才能够找到正确的解决方案，推动社会的发展。同时，我们也应该提倡科学精神，鼓励创新和实践，不断追求真理和进步。

第四，自强不息是一个使人感到鼓舞和激励的精神。这个精神告诉我们，无论遇到多大的困难和挑战，我们都应该坚定不移地努力向前。只有通过自己的努力和坚持，我们才能够克服困难，实现自己的目标。这个精神也提醒我们要勇敢面对失败和挫折，从中吸取教训，不断修正自己的错误。

第五，和谐共处是一个需要我们不断努力的精神。这意味着我们应该尊重他人的价值观和意愿，与他人和睦相处。只有

通过和谐共处，我们才能够建立一个和平、友善和发展的社会。这个精神告诉我们要积极参与社会的建设，为社会的繁荣和进步做出自己的贡献。

在敬业奉献的精神下，我们应该对自己的工作负责并尽力做到最好。我们应该以积极的态度面对工作中的困难和挑战，努力提高自己的专业素养和工作能力。只有通过敬业奉献，我们才能够为社会的发展和进步做出更大的贡献。

无私奉献是我们应该向往的精神。这个精神告诉我们要关心那些需要帮助的人，通过无私的行为来帮助他们。我们可以通过捐款、志愿者等方式来帮助那些需要帮助的人。只有通过无私奉献，我们才能够使社会变得更加美好和幸福。

诚信友善是一个非常重要的精神，特别是在与他人交往和合作的时候。诚信告诉我们要诚实守信，不撒谎，不欺骗。友善的态度则告诉我们要友好待人，不做伤害他人的事情。只有通过诚信友善，我们才能建立良好的人际关系，推动社会的和谐与发展。

共同进步是最后一个精神，它告诉我们要团结一致、携手努力。我们应该尊重他人的努力和贡献，共同体验和分享社会的进步和成果。只有通过共同进步，我们才能够实现自己的梦想和目标，推动社会的繁荣和发展。

总之，“十精神”是我们身为中国人应该积极践行的精神。通过弘扬这些精神，我们能够在日常生活中实现自己的价值，为社会的发展和进步做出贡献。同时，这些精神也提醒我们要保持乐观和积极的心态，建立良好的人际关系，追求真理和进步。只有通过这样的努力，我们才能够建立一个和谐、友爱和发展的社会。

## 两会精神心得体会篇五

受表彰的都是各个领域的精英和有国民责任感和历史使命感的人，这些辛勤劳动者理应当受到全民和社会的尊重，因为劳动奉献者永远是社会的脊梁。

各行各业的劳动模范诠释了劳动创造的丰富内涵，激发出砥砺奋进的精神力量，劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽，全社会都应该尊敬劳动模范、弘扬劳模精神，让诚实劳动、勤勉工作蔚然成风。

劳动奉献光荣，奋斗创造伟大。人类历史是劳动创造的，社会是劳动创造的，无论过去和今天，还是将来劳动都是人类的属性和主要活动。只有劳动和奋斗，才能推动社会进步，创造物质和精神财富，让社会更美好，生活更幸福，人生更美丽。

社会主义是干出来的，新时代也是干出来的。新时代是奋斗者的时代，无论是迈向高质量发展的时代进程，还是实现人生梦想，都离不开劳动和奋斗。完成“两个一百年”目标，实现中华民族伟大复兴的中国梦，靠的是全国人民的劳动创造和奉献，梦想成真需要实干苦干。

民族需要精神，社会需要脊梁。劳动奉献者和为理想而奋斗者是全社会的脊梁，劳动模范都有平凡而感人的事迹，全社会需要弘扬爱岗敬业、甘于奉献的劳模精神，弘扬劳动光荣、创造伟大的时代精神，营造全民热爱劳动、勇于创新、不断奋斗、追求幸福的氛围，引导青年树立正确的价值观、劳动观，勤勉为人、勤奋做事，通过劳动创造磨练意志，建功立业。

全面建成小康社会，进行而实现现代化强国，所有社会劳动群众都是主体，要与时代同步，不断提高劳动技能和素质，以主人翁的担当，争做有智慧、有技术、能发明、会创新的

劳动者，在服务国家和社会的同时成就自己，书写精彩人生，以十足的热情释放更大的能量。