

叠衣服心得体会(实用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？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

叠衣服心得体会篇一

20xx年9月14日，我有幸参加了陕西省博物馆协会第28期讲解员培训班的学习。培训课程紧凑，老师们的博文广识、生动讲解、精彩案例在我的脑海里留下了深刻的印象。讲解业务的提高犹如一棵树从生根发芽到开花结果必须经历学习才能成长。十一天的培训学习，每天我都过得紧张而充实，收获颇多。这将是成长的养分。体会如下：

一、讲解词是根。我从第一次讲解的磕磕绊绊到现在的流利讲解，我取得了进步，而这些都是靠不断学习获取的。但是，我不能满足于流利讲解，而要在熟悉掌握讲解内容的基础上，如何做到因人施讲，所说的内容能更好的吸引的观众，具有良好的观众驾驭能力。如何做到这些？我在培训的时候特别注意了这些知识点。陕西省博物馆研究员王世平老师的课上解答了我的这个疑问。他建议我们在讲解之外，要刻苦专研，发掘和文物有关的深层次的知识点，丰富自己专业知识量，完善自己的讲解词。因为讲解词的好坏决定了讲解的成败。在讲解词的撰写建议我们灵活运用各种手法了吸引观众，比如：正话反说，反话正说等等。这些是我一直使用固定讲解词所没有考虑到的。我会重新整理和完善自己的讲解词。

三，热爱讲解工作是花朵。讲解是服务人的工作，需要我们的真诚和热情。而唯有热爱这份职业才能更好的服务观众。陕西省外事办的宫贵俊老师，提到讲解员的职业操守和准则，

要做到事业有成，必须保持自己的工作激情。发自内心的微笑服务，则是最重要的一步。它不仅能很好的协调自己不良的工作状态，还能很快的拉近与观众的距离。让观众体会到“宾至如归”的感觉。

四，博物馆教育是果实。讲解工作最终都要服务于博物馆教育工作。中国博物馆协会的郭俊英老师通过国内外博物馆教育的案例比较，很好的解释了我国在今年3月20日重新修订的博物馆条例中关于博物馆教育工作的规定。让我们从大方向上重新认识和定义自己的讲解工作。讲解员工作是博物馆对外宣教的纽带，在做好讲解工作的同时，也要扩展自己的工作空间，可参与到博物馆宣教活动策划中，在课程中讲了非常多的有关于宣传教育活动策划和实施的细节，课程十分具有启发性和实用性，一些国外著名的博物馆和兄弟博物馆开展的对外宣教活动丰富精彩，都是很好的学习和借鉴的实例，在此基础上注重创新，结合我馆的实际情况，也可以开展适合我馆的内容，以真正体现博物馆最重要功能-社会教育。

在平时的工作中，面对一些未知领域，我有时会感到些许的迷茫。但是我热爱着讲解工作，我需要为他去努力和改变。正如内蒙古博物院的乌兰托亚老师鼓励的那样“工作中总会出现迷茫，但不要放弃学习”。通过这次学习我不断的成长。十天的时间不长，但我倍感珍惜。我不断结合老师的理论，加强学习和训练。在培训班的闭幕典礼上，我成为了学员代表做汇报讲解。得到了，同行和专家的肯定。

学而不思则罔，思而不学则殆。在日后的工作学习中，我将不断加强学习，及时的总结反思，向优秀讲解员靠拢。期待春华秋实！

叠衣服心得体会篇二

时光飞逝，不知不觉中我在我们山东大学博物馆做讲解员已经快一年了。虽然对讲解工作还没有多少经验，但对讲解工

作还是有颇多的体会和感受。

在我看来，讲解是一门艺术。一般认为只要对展览内容熟悉，按照展览讲解程序把该讲的讲出来，就算达到了讲解的目的。但实际上，讲解对讲解人员的敬业精神、心理素质、文化修养、语言表达能力要求是很高的。讲解工作是讲解员与观众通过讲解语言而发生的情感交流。因此，在某种程度上，讲解员既应该是一位口才良好的演说家，又应该是一位知识渊博的专家、一位造诣深厚的艺术家。所以，这就要求我们在接待讲解当中，不但有工作热情和很强的专业技能，而且要培养好自己良好的心理素质，做到对游客热情、大方、得体，要注意运用语言的交际功能架起沟通的桥梁，建立起讲解员与观众的融洽关系，以此来增强相互间的信赖和友谊，始终以一个合格讲解员的身份为广大游客服务。

还记得刚开始参加培训时，面对大篇幅的讲解词和专业知识，根本不知道该从哪入手。后来通过恶补专业知识和听老师讲解，渐渐发现实际做起来并没有想象中那么难。后来经过老师的指导，加上自己反复练习，终于能独自给参观客人讲解。俗话说万事开头难，第一次讲解，确实是个小小的挑战，尽管讲解词已经非常熟悉。前几次讲，难免出点小差错，不是忘了年代就是忘了器物的功用，带领参观者时也总是站错了位置，有时还会碰上参观者提问我不清楚的专业问题等突发状况，但是经过了一次又一次的锻炼，经验变得丰富，自信也大大增强。现在，虽然还谈不上专业，但已经能在客人来的时候不需特别准备就可以自如地讲解，心里还是挺自豪的。

要做一名合格的讲解员，绝对不能固步自封，以为拥有自己固定的一套讲解词就万事大吉了。我没有把它仅仅当做是一项工作，更是一种对无止境的完美艺术的追求。用心体会其中的乐趣，通过它来提升自己各方面的素养才是我必须要在意的。要想不断提高自己的水平，就要善于发现问题并解决问题。

首先，要因人施讲。游客来自不同的国家和地区，有着不同的职业、不同的文化背景、不同的年龄性别、不同的兴趣爱好。我们的讲解工作要区别不同的情况分别进行，不能千篇一律。有的游客只是慕名而来，他们认为此地名气很大，而更多的内容就不一定知道了；而有的游客已经读了很多相关资料，对此地有了多方面的了解。但是不管游客对此认识是深是浅，在组织他们参观时，都应当对此地做一简明扼要的说明之后，再让他们详尽地了解其他细节；在此过程中，要在关键的地方或者他们感兴趣的地方作详细的解说，解答游客的疑问，使他们乘兴而来，满意而归。

在讲解过程中，我发现大部分游客都有强烈的好奇心理，很容易被新奇事物所吸引，因此，在讲解中要清楚他们的兴趣所在，掌握他们的情绪反应，善于顺着他们的意愿去讲解是十分重要的。每当我讲解的内容是他们喜欢听的，就会发现他们听得很专注。如果我讲的内容不合他们的胃口，就会看到他们东张西望地闲谈、掉队，这时我就转变话题，顺着他们感兴趣的事物或细节进行讲解，效果往往会很好。一些游客在对某个细节感兴趣时，都会好奇地望着我们讲解员，露出新奇、疑惑不解的神情。可能当时并没有人发问或者只有一两个人提出疑问，但他们中的多数人希望讲解员能予以解释，满足他们的好奇心理，但绝对不能把预先准备的讲解词呆板地背诵给他们听。

其次，要注意语言的表达方式和肢体动作。同一段讲解词，不同的讲解员来讲，就应该有不同的味道，我觉得每个人都应该保持自己独特的讲解风格。讲解时也要注重运用幽默等方式来调节气氛，引起大家的兴趣。同时，再配上合适的肢体动作，便于参观者理解，引起他们的注意并给他们留下深刻的印象。

最后，就是职业道德问题了。讲解员最本职的工作就是把展出器物的各个方面如实详尽的介绍出来，决不能私自减少讲解内容，省略讲解重点，更不能在遗忘的地方妄加揣测、脱

离事实。既然我们竞争上了讲解员这一光荣的职位，我们就应该尽职尽责，严格要求自己，追求上进，努力做到更好。

叠衣服心得体会篇三

自20xx年8月2日开始培训，我参加四川博物院小小讲解员的培训和讲解已经有四个月了。这段时间，在这座绿树抱拥、气势恢弘的园林式博物院里，我经历了许多，有很多的感受和进步，我想和老师们一起分享。至今还清楚的记得7月28日那天的考核，在博物院底层的考场，我躲得远远的，甚至不敢看坐在那里的评委考官，我紧张的一直拉着爸爸的手说：爸爸，我们干脆不去了吧！爸爸，我不想考啦！爸爸一直在鼓励我，但后来爸爸发了狠话：那好，你以后不要再参加任何类似活动了！听到爸爸这句话，我知道我没有别的选择啦，只好继续待在那里，一个个选手都上场啦，我是最后一个没有退路啦。

我紧张得要死，浑身无力，脸色苍白，一门心思的想临阵脱逃。最后在爸爸、叔叔、工作人员和评委的反复劝说下，我总算是战战兢兢的上了台，开始阐述我的应聘词。张开口的那一刻，我感觉自己不那么害怕了，评委们亲切的看着我，我还没说完我的绕口令，就听到一阵掌声，这掌声一下子激励了我，我感觉自己镇定了好多，不再那么紧张了。之后，在读评委给我的文章时，我又听到了一阵掌声，这一次我变得自信起来。

结束后，爸爸走过来对我说：你被选上了！听到这句话，我高兴的跳了起来。爸爸对我说想想刚才和现在，你简直就是两个人，压力是你自己给自己的，你就需要这样的锻炼！博物院的第一次考核让我克服了紧张和害怕，我打电话告诉出差去外地的妈妈，妈妈也很高兴。爸妈的鼓励、评委老师的表扬让我信心大增。第一次培训时，我不知所措，感觉自己表现不太好，回办公室后，窈窕姐姐（我的培训老师）批评了我，我心里头有点害怕，我不敢在老师和同伴面前表现出来，便

借口去厕所，其实是去平缓一下情绪，不过现在可没有那样的事情发生了。这几个月，窦窦姐姐教我们讲解知识、技巧，和我们一起聊天、讲笑话，我差不多有些口无遮拦啦。

记得第一次上岗，窦窦姐姐对我们说：我们可不给你现成的观众，你需要去自己招揽。我又开始紧张了，我从小胆子就不怎么大，要让我们自己去说服观众听我们讲肯定不行，我一直缩在后边不敢去，窦窦姐姐在入口那里等了我一会儿，我还是没去，她就激我说：刘一辉，快点去嘛，可别让我把你看扁了！虽然在她的催促下我也很着急，但是我还是没有勇气自己找人。妈妈就站在不远处一直看着，我看到她急得来回转，可我就是鼓不起勇气，结果那天还是窦窦姐姐替我在一楼找的观众。

第二次去博物院时，我一直在想这次我真的不能让老师看扁了，在入口存包那里我鼓起勇气，走到一个姐姐面前：您好，我是四川博物院小小讲解员，您现在所在的位置是二楼，我能为您讲解四川汉代陶石艺术吗我清了清嗓子，对那位姐姐说出了这句话，没想到，那位姐姐爽快的答应了，那一刻，我感觉高兴还轻松，原来自己开口并不是想象中那么难，我真想老师和妈妈就在那里看到我的胜利，我几乎是小跑的将姐姐带到了一楼的汉代陶石艺术展厅。我当时拿出了我最好的状态给她讲解，开始只有她一个人，讲到一半的时候，观众已经增加了不少，还不停的有观众聚拢来听，那个时候我被围在中间，我自信满满的，我感觉那些解说词是那么生动流畅，我只有一个愿望：把我所知道的告诉这些观众：石棺、画像石、画像砖、陶塑艺术，还有其中的神话传说，灿烂的巴蜀文化……我看到有叔叔在拍照，有阿姨在很认真的听，还在不停的点头。等到讲完时，人群中爆发了一阵掌声，那个时候我感到给他们讲解是多么好的一件事。后来那个姐姐还买了一瓶水给我，我感到好幸福，那瓶水比平时我喝的更甜。每次讲解前，窦窦姐姐都给我们鼓励和期望，她总是跑前跑后的指导我们每一个人，有时就站在远处看着我们，结束后，她就和我们几个小讲解员一起总结，让我们找出今天

讲解中的优点、不足，有一次，我不专心总结还摆弄电脑，窈窕姐姐没收了我的讲解牌，其实我很珍惜那个讲解牌，挂上那个讲解牌走进博物院时，我每次都觉着我是博物院的一员，保安叔叔也用羡慕的目光看我，它让我感到很光荣。那个星期爸妈还批评了我，要我珍惜荣誉爱护讲解牌，用自己的行动再赢回来，让它一直飘在胸前。随着讲解次数的增多，在窈窕姐姐和其他讲解员姐姐的帮助下，还有其他小伙伴那里，我学到了很多，我讲解的越来越熟练，来到陶石馆就感到亲切和期待，也有了更多的感受和一些经验，讲解效果也越来越好，我开始喜欢这份工作，有一次讲解休息时，我甚至对办公室主任阿姨说想一辈子干这份工作，我真的很高兴看到观众很满意的离开汉代陶石艺术馆。

当上小小讲解员，短短的几个月，我有很多收获，我的胆量变大了，我的自信心增强了，我不再害怕和陌生人交流，我还了解了很多中国历史和文化，我愿意和观众一起分享四川汉代陶石艺术，我乐意和窈窕姐姐和其他的姐姐一起在这里工作、聊天，我很期待每一个周末的讲解，我还下定了一个决心：一定要珍惜这个来之不易的荣誉，多学、多看、多练，尽快再去学习其他馆的讲解，让观众通过参观博物院感受中国传统文化的精髓和神韵，争取成为四川博物院长久的小小讲解员。

叠衣服心得体会篇四

当今社会是信息的社会，世界开始全面信息化、全球化。因受疫情影响，故中国文物报社和文博圈共同举办了“20xx讲解员线上培训班”，让我们在这种特殊时期进一步提高综合素质和专业水平，使自己不断完善，充实自己。

这次的教育培训让我受益匪浅，学习资料更是让我感到十分珍贵。下面我来谈一谈我这次培训的学习心得。

秦始皇帝陵博物院社教部主任何宏老师从博物馆的定位开始，

详细的给我们说了良好的职业素养是做好博物馆教育工作的必要保证。并告诉我们要具备使命感、责任感和服务意识，坚守职业道德、坚定职业自信。从最基本的讲解礼仪、语言技巧、心理素质，再到职业能力，与扩展自己全面的学习和研究为博物馆发展贡献绵薄之力。在语言与技巧方面，讲解员的语言艺术主要表现为语言的准确性，语言的节奏感，语言的主动性，语言的风趣性和语言的情感性。讲解员的心理素质，心理素质是指个体在心理过程，个性心理等方面所具有的基本特征和品质。观众的心理分为从众慕名型，休闲娱乐型，求知求学型和研究探讨型。

耳朵里的博物馆创始人张鹏老师是“针对儿童的讲解艺术”课程。因为我们工作的性质，接待对象肯定免不了有小朋友，但是有的小朋友很调皮，不听话，很难配合自己的工作，因此张老师以自己多年的工作经验为例，告诉我们如何向小朋友们讲解，首先要了解孩子，（认知水平，能不能听明白？知识水平，能不能有联系？经验水平，能不能有兴趣？）其次讲解的内容，（亲眼看，是不是亲眼看了？做分析，是不是做了分析？补延伸，是不是补充延伸？）要做好平等地交流，真诚地倾听，及时地反馈，才能激发他们，才完成自己从翻译者到分享者最后到教育者的身份转换。

伪满皇宫博物院副院长张微老师教的是强化服务创新意识，开拓宣教工作新境界。主要围绕着三个方面：第一个方面是博物馆公众服务的内容，第二个方面是博物馆公众服务的对象，第三个方面是博物馆公众服务的创新。服务的内容包括了票务服务、咨询服务、引导服务、展览服务、经营服务、教育服务、讲解服务、安全服务、环境卫生服务共九项。服务的对象又有四种特点客观性、广泛性、可变性、多样性。观众又分为三类现有观众、潜在观众、虚拟观众。服务的创新分为四种形式品牌化、多样化、数字化、人性化。

博物馆是通过具体的、智慧的以及具有社会的敏感度，从而帮助观众完成获取信息的、增长的、愉快的舒适的参观体验

的所有服务活动与过程。这也是把教育和服务认定为博物馆的两大核心要素。而讲解员则是两大核心要素的连接枢纽。

在这四天里，通过几位老师在课上的讲述，使我获益很多，比如在接待时了解观众的个性、掌握观众的心理、提升服务技能、提升沟通技巧。在工作之余锻炼自己的口语能力以及心理素质，阅读更多书籍增加自己的知识。在此，非常感谢主办方给我们提供这个学习的平台，感谢单位给我们的这次机会。在今后的工作中我将尽可能地将所学的知识运用到工作中去，让自己能更好的为博物馆社会教育做出更大的贡献。

叠衣服心得体会篇五

当今社会是信息的社会，世界开始全面信息化、全球化。因受疫情影响，故中国文物报社和文博圈共同举办了“2020讲解员线上培训班”，让我们在这种特殊时期进一步提高综合素质和专业水平，使自己不断完善，充实自己。

这次的教育培训让我受益匪浅，学习资料更是让我感到十分珍贵。下面我来谈一谈我这次培训的学习心得。

秦始皇帝陵博物院社教部主任何宏老师从博物馆的定位开始，详细的给我们说了良好的职业素养是做好博物馆教育工作的必要保证。并告诉我们要具备使命感、责任感和服务意识，坚守职业道德、坚定职业自信。从最基本的讲解礼仪、语言技巧、心理素质，再到职业能力，与扩展自己全面的学习和研究为博物馆发展贡献绵薄之力。在语言与技巧方面，讲解员的语言艺术主要表现为语言的准确性，语言的节奏感，语言的主动性，语言的风趣性和语言的情感性。讲解员的心理素质，心理素质是指个体在心理过程，个性心理等方面所具有的基本特征和品质。观众的心理分为从众慕名型，休闲娱乐型，求知求学型和研究探讨型。

耳朵里的博物馆创始人张鹏老师是“针对儿童的讲解艺术”

课程。因为我们工作的性质，接待对象肯定免不了有小朋友，但是有的小朋友很调皮，不听话，很难配合自己的工作，因此张老师以自己多年的工作经验为例，告诉我们如何向小朋友们讲解，首先要了解孩子，(认知水平，能不能听明白?知识水平，能不能有联系?经验水平，能不能有兴趣?)其次讲解的内容，(亲眼看，是不是亲眼看了?做分析，是不是做了分析?补延伸，是不是补充延伸?)要做好平等地交流，真诚地倾听，及时地反馈，才能激发他们，才完成自己从翻译者到分享者最后到教育者的身份转换。

伪满皇宫博物院副院长张微老师教的是强化服务创新意识，开拓宣教工作新境界。主要围绕着三个方面：第一个方面是博物馆公众服务的内容，第二个方面是博物馆公众服务的对象，第三个方面是博物馆公众服务的创新。服务的内容包括了票务服务、咨询服务、引导服务、展览服务、经营服务、教育服务、讲解服务、安全服务、环境卫生服务共九项。服务的对象又有四种特点客观性、广泛性、可变性、多样性。观众又分为三类现有观众、潜在观众、虚拟观众。服务的创新分为四种形式品牌化、多样化、数字化、人性化。

博物馆是通过具体的、智慧的以及具有社会的敏感度，从而帮助观众完成获取信息的、增长的、愉快的舒适的参观体验的所有服务活动与过程。这也是把教育和服务认定为博物馆的两大核心要素。而讲解员则是两大核心要素的连接枢纽。

在这四天里，通过几位老师在课上的讲述，使我获益很多，比如在接待时了解观众的个性、掌握观众的心理、提升服务技能、提升沟通技巧。在工作之余锻炼自己的口语能力以及心理素质，阅读更多书籍增加自己的知识。在此，非常感谢主办方给我们提供这个学习的平台，感谢单位给我们的这次机会。在今后的工作中我将尽可能地将所学的知识运用到工作中去，让自己能更好的为博物馆社会教育做出更大的贡献。