

# 高博演讲心得体会(模板7篇)

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

## 高博演讲心得体会篇一

近日我有幸参加了一场高博演讲，这次经历给我留下了深刻的印象。在这篇文章中，我将分享我对高博演讲的心得体会，从主题选择、演讲技巧、互动沟通、个人成长和社会影响等方面展开讨论。希望能够给读者带来一些启发和思考。

首先，高博演讲的主题选择具有共鸣力和深度。在这场演讲中，高博选择了“梦想改变世界”的主题，并结合自己的经历和观察，将其展现得淋漓尽致。他通过讲述自己曾经是一个普通学生，但通过不断努力追求自己的梦想，最终取得了巨大的成功，这无疑给了观众们很大的勇气和动力，激发了他们对未来的希望和向往。这个主题不仅具有普遍性，而且与当下社会热点紧密相关，使得观众们更容易与之产生共鸣。

其次，在演讲技巧方面，高博运用了丰富的语言和肢体表达，使得整个演讲活灵活现，吸引了观众的注意力。他利用幽默的语言和生动的示范，调动了观众的情绪，使得他们在听的同时不断思考，甚至与他进行互动。通过这种方式，他成功地打破了传统的演讲模式，带给观众们不一样的体验。同时，高博还注重演讲内容的结构和逻辑性，清晰地展示了自己的观点和见解，使观众能够更好地理解和接受他的演讲内容。

第三，互动沟通也是高博演讲的一大亮点。他积极与观众互动，向他们提问，听取他们的意见和看法。这种互动不仅加

深了观众对演讲主题的理解，还促进了他们之间的交流和合作。通过与观众们的互动，高博拉近了与观众的距离，使得他们有了共同的话题和情感纽带。这样的互动过程不仅提高了整个演讲的参与度和吸引力，也使观众们更加愿意与高博共同探讨和思考梦想与未来的话题。

第四，高博演讲不仅给我带来了许多启示和思考，还促使我对自己的成长和发展有了更深入的认识。首先，他教会了我要相信自己的梦想，不要轻易放弃。无论遇到多大的困难和挫折，只要坚持努力，相信自己，就一定能实现梦想。其次，他强调积累了持续学习的重要性。他告诉我们，成功不是一蹴而就的，需要不断学习和努力积累，才能最终实现自己的目标。最后，他提醒我要敢于追求自己对梦想的渴望。梦想是人生的动力，只有勇敢去追求，才能真正活出自己的精彩。

最后，高博的演讲对社会的影响也是不可忽视的。他用自己的行动证明了梦想可以改变世界。他的成功经历激励了很多观众，不论是学生还是成年人，都受到了他的影响。他通过演讲传递的正能量和积极的价值观让更多人勇敢面对挑战，追求自己的梦想，并为社会的发展做出更多的贡献。因此，高博的演讲不仅仅是一场个人表演，更是一种社会行为，具有积极的社会意义。

综上所述，高博的演讲给我留下了深刻的印象。他的主题选择具有共鸣力和深度，演讲技巧独到，互动沟通引人入胜，个人成长启发人心，社会影响巨大。这次演讲让我受益匪浅，也让我更加深信梦想可以改变世界。我相信，在高博的带领下，更多的人将会相信梦想的力量，并追随自己的梦想，为社会的发展做出更多的贡献。

## 高博演讲心得体会篇二

作为一名xx办公室的干部，我认为，做好新时期的xx办公室

工作，必须以讲话精神为指导，贯彻落实好“五个坚持”；必须坚持做到“五勤”、增强“五性”，切实改进工作作风。

## 一、锻造忠诚的政治品格

中国自古以来就讲“忠”，多少仁人志士在“忠诚”两个字上抒写了可歌可泣的壮丽诗篇。正是因为有无数的共产党员对党的绝对忠诚，凝聚起一大批有着远大理想，勇于吃苦、特别能战斗、富有牺牲精神的共产党员，我们党才能够领导全国各族人民赶走日本帝国主义，打败国民党，推翻压在中国人民头上的三座大山，建立新中国。

也正是因为共产党员对党的绝对忠诚，党才能领导全国各族人民实现改革开放，经济社会取得巨大成就，人民生活不断迈向富裕，中华民族正以雄壮的英姿屹立于世界民族之林，向着实现中华民族伟大复兴的中国梦阔步前进。

我认为，作为xx办公室的工作人员，首先必须要具备以下两方面的基本素质：

一是要坚定理想信念。理想信念是共产党人的精神之钙，共产主义远大理想、“两个一百年”宏伟目标的实现，是要靠真正有信仰的人来实现的，所以我们要坚定理想信念，要从点滴做起，用实干践行忠诚，认真履行自己的职责，在扎实的工作中，从一点一滴做起，自觉而坚定地把忠诚融入到思想深处，融入到工作和生活全过程。

二是保持理论清醒、增强政治定力。目前我国处于社会转型期、矛盾凸显期，国内外各种思潮泥沙俱下，其中夹杂了不少错误思想以及敌对势力的恶毒言论，因此一定要加强对于马克思主义这一看家本领的学习，确保思想之基牢固，使对党忠诚在思想上政治上行动上坚如磐石、不可动摇。

## 二、树立良好大局意识

在习关于“坚持高度自觉的大局意识”的深刻论述中，我最受感动和鼓舞的，是那句“要围绕大局出谋划策、贡献智慧，身在兵位，胸为帅谋，主动对党和国家全局工作、对党中央抓的重点工作进行深入研究，多出大主意、好主意”，这句话与习《秘书工作的风范——与地县办公室干部谈心》中“不自卑、要自信”的精神一脉相承，体现了对于办公室基层干部、年轻同志的关怀与鼓舞。

我们一定要谨记教导，把顾大局作为一种思想观念来强化，作为一种政治要求来把握，作为一种素质能力来历练，理思路、抓落实。不断提高本领，增强自信，不能以“人微”而不言，以“位卑”而附和。

这就需要我们在领导决策前加强调研，未雨绸缪，为领导提供真实、准确、详细、全面的情况，提供切实可行的参考意见和预案，做到“雨前送伞”；对领导正在考虑的事情，积极梳理成型，逐步系统化，做到“雪中送炭”；对领导考虑成熟的事情，要抓紧落实，执行到位，对出现的问题及时反馈，及时处理，做到“锦上添花”。同时要注意做到到位而不越位，参谋不掺和，帮忙而不添乱，真正成为领导的左膀右臂。

### 三、力臻无私的崇高境界

责任重于泰山。办公室的工作纷繁复杂，而又极其重要。在繁忙的工作中，我们要注重保持良好的工作作风，工作态度“轴”一点，工作措施“实”一点，工作方法“活”一点。要围绕重大决策和发展思路为工作重点，认真谋划，开展好决策督查，推动决策部署的贯彻落实。同时，在组织开展督查工作时，应坚持制定工作方案、落实工作步骤、细化人员分工、建立保障机制等标准化流程，用一流的工作标准和过硬的工作作风，狠抓落实。并不断创新工作方法，切实增强督查实效。

一是整合督查资源，采取联合督查方式，构建xx大督查的工

作格局。

二是建立督查与现场沟通协调相结合的机制。

三是将明查与暗访相结合、电话督查与书面督查相结合，提高督查效率。

四是加强通报力度，增强督查工作的权威。

此外，要有无怨无悔的奉献精神。办公室工作“重、苦、杂、难”的特点十分突出，天天不断线，常年如一日。没有甘于吃苦、不惜牺牲的境界，就难以安心安身安业。因此，要把“奉献精神”当做一种对自己事业的不求回报的爱和全身心的付出。

对个人而言，就是要在这份爱的召唤之下，把本职工作当成一项事业来热爱和完成，从点点滴滴中寻找乐趣；努力做好每一件事、认真善待每一个人，全心全意为事业服务，履行党和人民赋予的光荣职责。努力地用这份爱去感染身边的每一个人，用大家的无私奉献编织出事业的美丽蓝图。

总之，对于办公室人员而言，要想有所作为，必须勤修内功，深耕厚植，提升境界，以“踏石留印、抓铁有痕”的精神，积极践行“五个坚持”要求，努力成为一个合格的好参谋、好助手。

### 高博演讲心得体会篇三

在课堂上心情并没有紧张。有的只是期待和对交流的向往。因为我们现在来学习相对以前的知识来讲是有本质区别的，现在需要知道学什么、需要什么。

沟通一直是一个重要的研究课题，沟通过程中一个很重要并且是必要的前提是：沟通是双向的。我个人认为在这个过程中

中实际上也是要完成两个任务。首先是获得信息。然后是把你的信息完整无误的产地给对方并影响对方的行动。第一个任务很好理解，就是从别人嘴里得到消息。

沟通的技巧就像打仗的兵法，虽有成法可循但是绝对没有固定的规律。篡改一下《孙子兵法》就是：沟通无常态，信息无常型。沟通的技巧因人而异，因性格而异、因时间而异、因地点而异。。。。。。但是有一点是共同的：只要一方具有良好的沟通技巧就可以提高沟通的效率，这就是对职业经理人的要求。别管你跟谁沟通，只要你懂得技巧并灵活使用，就能提高沟通的效率。

课里加强了我对沟通的认识：如沟通的目的和意义，现实中应该遵循的沟通原则以及常见得沟通形式和注意事项。每个人擅长的表达方式不一样：有的善谈、有的善听、有的善行。善于交谈不等于善于有效沟通，对于个人、企业和社会来说，评价有效沟通的标准应该取决具体的沟通是否有利于问题的解决；是否对个人的发展及企业和社会有贡献。而沟通的目的和意义呢，对于企业和个人来说，他认为最终目的就是为了解决问题，通过解决问题来做好企业和社会中的事。

沟通并不是随意找人说说话而已，它存在着一个基本问题——也就是心态。一个人一旦自私、自我、自大起来，是很难与别人沟通的。因此，很少人愿意跟一个狂妄的人聊天。

所以，沟通不是一种说服，而是一种感染、一种形像展示、一种言行一致的体现。

## 高博演讲心得体会篇四

我记得在刁经理点名让我代表新城加油站去演讲时，我并不是很想去。我知道我是一个不太喜欢在大众面前发表言论的人，更何况是演讲呢！因为我知道我会紧张，我一紧张声音就会儿很颤直到说不出话来。可是当我看到经理坚定而信任的

眼神时我没有太多拒绝的理由。有点惶恐不安地接受了任务。

我们公司的领导也非常重视这次演讲!因为在这次演讲者中就有两名是我们东莞公司的。为了我们能够顺利地完成任务公司领导也付出了很多的心血与精力，为了我们的演讲稿劳心劳累的。我记得当我拿到演讲稿时，每天下班后一有空闲时间我都用在背稿子上。因为我一直在心里告诉自己：“要么我不接受这么个任务，既然我接受了我就要一定把他做好，不能让领导失望”。就这样，每天晚上我都坚持用四个小时的时间来背稿子、讲稿子。直到去年12月16日去省公司集结待命。

当我们到省公司后发生了让我意想不到的事。我的演讲稿要修改，一改就改了两次。还是从头到尾的大修改，直到最后确定稿子时离我们出发去巡回演讲还有三天时间。这让我非常的害怕、非常的紧张。原因有两个：一是因为之前的那篇稿子已经熟烂在心。要背一篇全新的稿子我就必须忘记之前背熟了的，这让我感到很吃力;二是因为害怕最终我不能背下稿子，就算是能背下来也怕最后会讲不好而把事情搞砸了，对不起公司领导的信任。因为我不单单是我自己，还是代表我们东莞分公司来的。这让我感觉到很大的压力。当时，我惶恐不安的情绪再次出现了。怎么办呢?就三天时间了!看到其他分公司来的团员他们都已经背下稿子了，紧得我眼泪都快下来了。但是我想到了我们油站经理的信任、想到我们公司领导为我们演讲稿的劳心劳累，我把眼泪忍了回来。我坚定地告诉自己：“这篇稿子无论怎么样我也要把它背下来，并且要把它讲好!不能让公司因为我而蒙羞。”

为了背下稿子，我白天一整天都在放声背诵，到了晚上她们都在睡觉了，我依然在默背到深夜两点。两天后我就完全可以脱稿讲下来整篇文章，再经过一天的练习我就很有感情地把它讲下来。讲到动情处我还流下了眼泪。我知道我成功了!当时我的心里像开了一朵太阳花，心里充满了阳光!

我们出发了！

我深刻地记得第一站去演讲的是汕尾分公司。当我看到会场一排排摆放得整整齐齐的桌椅时；紧接着是一个个聆听者进场坐下时；我的心情既激动又紧张，心跳在加速。我一次次的在深呼吸调整着自己的情绪，我告诉自己：“我是最棒的，我一定会讲得非常的好，他们一定会因为我的演讲而被感动”就这样，我的情绪逐渐地平复下。

到我演讲时，我面带微笑的给汕尾分公司的领导、同事们敬礼后开始进入我的演讲——《临危不惧，智斗歹徒》。这是一件真实发在我们油站的事。他们都很认真的在听着、他们跟着我讲的故事情节进入了故事当中。我的演讲深深地触动了他们内心深处，我发现他们都在低着头偷偷擦眼泪。

当我们六个人都演讲完后，有部分同事在发表听后感时，他们当中有人说：“新城油站的事件让我深刻的认识到应急预案的重要性，同时也让我感受到新城油站的同事们是一支非常优秀、团结的团队。在遇到这样的突发事件时能够这么沉着、冷静地处理事情；能够淡定地与歹徒进行交流，化危机于无形，最后重新获得生命。这种智慧与精神是值得我们去学习与发扬的。我深深地被感动得流下了眼泪，谢谢新城油站的姐妹，谢谢演讲团在我们最需要的时候给我们带来的精神食粮”

从这一刻起我感觉到我这段时间来的付出没有白费，通过我的演讲真的能够给兄弟公司的同事们带来一丝丝的激励，我很开心！接下来的演讲我就没有了第一次的紧张与害怕。也是从这一刻起我感觉到自己更加的自信了！

其实在给他们演讲激励他们的同时，他们的发言也在激励着我！他们当中有不少优秀的各个阶层的人员。他们都是值得我学习的榜样！经过这次演讲我要把自身好的方面继续发扬；把自身不足的要加强学习，提高自己综合素质与能力！



当我们演讲完第21家分公司也就是最后一家分公司——广州分公司之后，我们的巡回演讲就圆满的结束了。当我们再次回到中国石油广东销售省公司时，朱接见了我们演讲团。他在短短的半个小时接待中朱书记关切地询问了我们的情况，并且让我们六个成员都发表了这次演讲的想法与体会。当朱书记问到我时我告诉他：“朱书记，通过这次巡回演讲我觉得自己成长了、成熟了、也自信了，为身上穿着的这身中油服装而感到骄傲与自豪！在以后的工作中我将会用万盛的热情去工作，尽自己的最大能力去把每一个工作细节做细、做精。我也知道现在我还有很多不足的地方需要多多学习，提高自己的业务水平让自己更上一层楼。希望在中油这个大舞台上实现自己的人生价值。”朱书记坚定地说：“好，中油欢迎每一位有志向、积极上进的员工”

其实，我要谢谢公司领导和我们油站经理，是你们给了我这次去演讲的机会。通过这次演讲打开了我的内心，让我心里充满更多的阳光，让我充满着更多的活力；让我更加地自信与无畏。以后无论我走到哪里都不会忘记这一次难得的人生经历。谢谢你们。

## 高博演讲心得体会篇五

大家好！

我们歌颂人民英雄的荣光，见证如他们所愿的梦想。

走过百年，风华正茂的中国共产党。

同心向党，奔赴远方。

1921年，在那艘小小红船上，一群青年怀揣着“救国”的理想，宣告了中国共产党的成立。20\_\_年，在那庄严的天安门城楼前，一群青年满怀宏愿，向党和人民许下“强国有我”的誓言。百年激荡，见证着青年们的爱国担当；岁月如流，

不变的是青年们的报国热情。“请党放心，强国有我！”我们新一代青年一定会承担起责任。

如果希望有颜色那一定是中国红，中国共产党百年以来为了完成中华民族伟大复兴不懈努力，而这其中的主力就是中国的青少年。

如果生命有颜色那一定是蓝色，20\_\_年汶川地震、20\_\_年新冠肺炎疫情，在危难面前，青年一代没有退缩，他们用自己的辛劳和汗水向长辈们证明了自己。

“强国有我”不仅是我們许下的青春誓言，更是我们的职责使命。就像毛主席的一首诗“恰同学少年，风华正茂，书生意气，挥斥方遒。指点江山，激扬文字，粪土当年万户侯。”让我们一起不负青春，不负韶华。

谢谢大家！

## 高博演讲心得体会篇六

虽然演讲比赛已经过去几天了，我还是时常回忆起当时比赛时我紧张而又激动的场景。那天早上做完早操后，我们就开始了演讲比赛。我是我们小组最后一个上台演讲的。当时那叫一个紧张啊，我的手脚冰凉，几乎有点发抖。到我了，我镇定了一下情绪走上了讲台，只见全班齐刷刷地眼睛都聚集在了我的身上，我差点又开始发抖，但是我想，我已经充分准备了这篇作文，没有什么好怕的，于是我开始了我的演讲，我甚至还记得给大家鞠躬说声大家好！刚开始我还能流利地讲出来，中间突然我忘了下一句是什么，这可怎么办，我足足卡了十秒钟，我心里一边不停地想着下一句，一边想不能停下来啊，于是我就灵光一现，按照自己现在的想法往下说，很快我又接上了，直到结尾我又卡了一下，但是这次只是停了三秒我就想起来了，毕竟我为了这次演讲准备了很久。

最后当我演讲完后，我觉得我后背都是汗。只听见我们组的陈泳尚为我拉票大声喊道：“大家快投王天诚的票啊！”我和大家一起都笑了。最让我意外和惊喜的是大家对我的鼓励，他们认为我平时是个内向的人，可是这次敢上台表演，而且演讲的也不错，居然我也获得了第一名，并且还拿到了奖品！这次的演讲让我收获到的不仅仅是同学们对我的认可，也让我明白一分耕耘一分收获，成功只给那些做好准备的人。这次就是因为之前的充分准备，才让我能够拿到了好名次，我非常珍惜，同时这次演讲比赛的收获更加鼓励了我的信心和动力，从而也让我认识到要努力认真地做好每一件事情。

## 高博演讲心得体会篇七

今天上课，我们听了几位同学在听魏书生的讲座后的感想，这令我感受很深。

我们要热爱祖国、热爱我们身边的每一个人。每天超越一个比自己学习好的同学，定一个小目标。不要把目标定得太大，这样会使你失败后失去信心，只会退步。这一句话说得好：“学如逆水行舟，不进则退，”我们学习每一天都要努力向前进，好好学习，天天向上。

还有一位同学说，我们要热爱、关心自己的父母。的确，我们父母是生养我们的人，我们一定要尊敬他们。

在我们学习语文时，就像老师说的，学语文即学做人。只有明白了如何做人，明白课文的表达感情，才算学好了课文。

在另一位同学的作文中，还写到了无论做什么都要坚持。如果你跑不动了，就走，如果走不动了，就爬，实在爬不动了，就一点一点动，我们也要学习这种精神。

这次讨论十分有意义，让我们学到了许多以前不知道的学习方法，我将把它有效地运用到平时的学习中。