# 总结心得体会精选6篇

来源：网络 作者：深巷幽兰 更新时间：2024-02-16

*写心得体会的时候不需要拘泥于格式，真实地表达自己的看法就可以了，通过写心得大家都能很好的向他人表述自身的想法，小编今天就为您带来了总结心得体会精选6篇，相信一定会对你有所帮助。总结心得体会篇1作为一名即将走上工作岗位的年轻教师，虽然已经具备...*

写心得体会的时候不需要拘泥于格式，真实地表达自己的看法就可以了，通过写心得大家都能很好的向他人表述自身的想法，小编今天就为您带来了总结心得体会精选6篇，相信一定会对你有所帮助。

总结心得体会篇1

作为一名即将走上工作岗位的年轻教师，虽然已经具备了一定的专业知识技能，但在如何组织教学，如何最大程度地提高教学效果上，还感到缺乏正确的理论指导。通过岗前培训几门课程的学习，收获很大，以前一些认识模糊的问题，现在搞清楚了，从前的一些情感体验，如今也找到了理论支持，更为重要的是，我深深体会到，教育确是一门艺术，一门大学问，值得我用一生的精力去钻研。通过培训，我得到了很大的收获，现将自己的心得体会总结如下：

首先，培训使我对教师这一职业有了更加清楚的认识，在开学典礼中，校长和我们的班主任老师都不约而同地谈到了当代教师身肩重任、角色特别这一问题，这似乎是一个比较陈旧的话题，但细细体会、琢磨他们的话语，觉得很有分量。

这也使我对教师这一职业有了更深的思考和认识：

首先，教师是文化的传递者。“师者，所以传道、授业、解惑也”，这是从知识传递的角度来反映教师的重要性。

其次，教师是榜样。学高为师，身正为范也正是这个意思，这里主要涉及做人的问题，学生都有向师性，实际上是做人的一种认同感;同时学生受教育的过程是人格完善的过程，教师的人格力量是无形的、不可估量的，教师要真正成为学生的引路人。

第三，教师是管理者。教师要有较强的组织领导、管理协调能力，才能使教学更有效率，更能促进学生的发展。

第四，教师是父母。作为一名教师，要富有爱心，教师对学生的爱应是无私的`、平等的，就像父母对待孩子，所以我们说教师是父母。并且，教师还要善于发现每一个学生的闪光点和发展需要。

第五，教师是朋友。所谓良师益友，就是强调教师和学生要交心，师生之间的融洽度、亲和力要达到知心朋友一样。最后，教师是学生的心理辅导者。教师必须要懂教育学、心理学、健康心理学等，应了解不同学生的心理特点、心理困惑和心理压力等，以给予及时的帮助和排解，培养学生健康的心理品质。

其次，培训为我即将面临的实际工作提供了许多方法和策略。在培训中，几位老师根据他们自己的实际经验给我们介绍了一些当好小学教师的要点和方法，给我留下了深刻的印象。在谈到教师的发展问题上，都强调了适时调整和更新自身知识结构、终身学习的做法;在谈到面对困难如何克服的问题上，各位老师们还提出了如何加强教师之间团结合作的方法;在教学教法经验方面，培训老师给我们上了一堂绘声绘色的课，通过这次课，我们认识到教师在上课过程中要多加思考，适时改进教学方法和策略，以艺术的眼光去对待教学，争取精益求精。

另外，众多培训指导老师一再强调，在新课程改革的背景下，各位老师一定要认真地贯穿新的教学理念，以学生发展为本，以新的教学姿态迎接新的挑战。如何使自己能够有质量有效率有能力地上好课，使学生能够持续地从心灵深处接受我的教学，这就需要我努力地备课、努力地锻炼、努力地学习。

当然这其中一个必不可少的条件就是多学习其他老师的教学方法。在这次培训中，各位老师所讲述的一些方法，实际上就为我们新老师起到了“扬帆导航”的作用，我觉得包括我在内的所有新老师必须好好地吸收和采纳。

再次，培训使我对未来的工作充满了信心和动力。对于刚刚从大学校门踏出的我们，对新的生活、新的责任、新的角色多少有些怯懦，而本次培训中，培训指导老师也十分注意我们的这种心理的变化，他们的讲话，从头到尾始终贯穿一个中心，那就是充满对新教师的鼓励。

其一是鼓励我们要赶快适应学校的教学环境、生活环境和人际关系环境等，其二是鼓励我们要更加理性地认识社会，认识自己的角色，改变以往学生时期那种趋向“感性”或者说是“浪漫”的生活态度。其三是鼓励我们要做一名终身学习型教师，做一名能够不断适应新知识新问题新环境的老师。其四是鼓励我们要坚持创新，在教学中发挥自己的聪明和才智，争做教学发展的弄潮儿。这些鼓励，使我对未来的工作充满了信心和动力。高尔基曾经说过：“只有满怀自信的人，才能在任何地方都怀有自信沉浸在生活中，并实现自己的意志。”也许，对于我们新教师来说，只有具备克服困难的信心，才能取得好的开端，而好的开端，便是成功的一半。

十几天的培训，课程多、时间紧，研讨和交流的机会很少，但是通过培训，拓宽了知识面，提高了认识。对自我的认识，认识到自身的不足，需要不断提高自己的专业知识、管理知识和职业素养。现在经济全球化、知识化、信息化，因此学习至关重要，而且非常迫切，个人必须在不断学习的过程中重塑自我，提升自我，更新观念，不断创新。

最先进的组织是学习型的组织，只有不断学习，全面普及知识，只有自身素质的提高和综合竞争能力的加强才能适应这个“唯一不变的是变化”的社会，抓住机遇，迎接挑战。

教育的振兴已成为全民族日益迫切的需求，教育应更好地担负起提高全民族素质，增强综合国力的历史重任。在新的历史机遇面前，能否有效的建设一只充满活力，勇于探索，业务素质高，教学基本功过硬，具备终身学习意识的教师队伍，是教育现代化能否成功的关键，青年教师更应成为这只队伍的生力军。

总结心得体会篇2

短短的五天如过眼烟云一般，不知不觉中落下了帷幕。五天，短暂却又漫长，艰辛却又幸福，痛苦却又快乐。军训是一个磨砺人大熔炉，五天的军训教会了我很多很多!

团结

团结就是力量这话说得一点都不错。 记得刚刚开始军训的我们眼神散漫，没有焦点，充满的是迷惘;身子站在那里歪七扭八，简直是一只刚从地里爬出来的蚯蚓;口号声连一个老师都压不过，难怪说我们连蚊子都吓不走;踏步走的胳臂摆动幅度很小。但是五天后的我们班的同学个个眼神坚定，身子笔挺，口号响亮，动作有力却整齐。这一切的一切都是我们每一个人都融入了集体，将集体的利益看得高于一切。集体的标准就是每个人的标准。如果一个集体缺少团结，那么它将不再是一个集体，只是一堆松散的个体。正是因此我们凝聚了起来，我们团结了起来。

不论是孟子得\"天时不如地利，地利不如人和\"还是范晖的\"同舟共济，患实共之\",说的都是人与人之间要团结协作，可见\"团队精神\"的重要性，我们有热血更有燃烧热血的个性，我们独立更有独立后对事物独特的见解，而\"团队精神\" 正是将我们的个性融合，在达到目的的同时也让我们尽展个性。在集体中，我们学会了相互包容，彼此谅解;学会了忍让

流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队，坚强同样是军训教给我的又一样东西。

刚一到操场，我就尝到了军训的苦涩。光是几十分钟的站君子，就让我叫苦不已。下午，烈日当头，平时在家习惯了沙发的我和同学，个个心不甘，不情愿的来到\"冒烟\"的操场，当头的炎热一下子就在我们一个个的脸上涂了一层层火红火红的\"胭脂\"。 一声铿锵有力的\"立正\"之后，便开始了我们艰苦的军训。经过漫长的煎熬，终于到了中午。吃过午饭后，我们又要训练了。在乏味的训练中，我感到步履异常沉重，每走一步都疼得难忍。但当我看到所有的同学都和我一样，为何我不能忍受我还是咬咬牙，闭上了喊报告的嘴，我告诉自己：坚强一点，克服困难。就这样我挺过了难关。当然在训练过程中，许多同学因为头晕而中途休息。但没有一个同学退缩，因为大家都学会了坚强。

坚强可以战胜一切困难!

什么是理解，我在词典找到了这样的解释：一般用于抽象事物，指理性认识。那么从解释上我们可以看出理解的基础是理性的头脑。记得军训的第一天，老师将一项项要求讲出来时，底下的同学们唏嘘声一片，并没思考一下就开始抱怨，显然他没有用一个理性的态度去看待，而是出于令自己很不舒服的潜层感性去认知，可见那些同学并未理解那些要求。理解就是对于该事物深层、不掺杂情绪的了解。它比了解更深入，更按照事物发展的规律和自然进化原则来考虑。事后，当我想明白什么是理解时，我便尝试着对老师、教官所说的话不光有了一个情感判断，更将它所能带给我们深层用意加以思考。

军训是精神上的洗礼，也是肉体上的折磨。军训留给了我一个大大的苦字，也给了我一个高中生特有的理性思维!我们是青年。我们即要有雄心做大事情，又要有平常心普通心，甘于忍耐，甘于吃苦。军训是一个机会，是一个平台，更是一次考验二者的测试。军训锻炼了我的雄心，也锻炼了我的平常心。通过军训我及时地完成了二者之间的转变。很好的锻炼了自己的平常心和耐心。我们参与了，拼搏了，努力了!没有丝毫的奢华 ，没有片刻的虚度。军训的每一分钟我们都在接受肉体和精神的双层体验，

军训是痛苦的，这种痛苦的历程让我看到了曾经在两个世界生活的自己。也让我明白了今天的生活是多么的现实和美好!有痛苦才会有感悟。有感悟才会痛心疾首，才会珍惜。

对于我来说军训矫正了我的身姿，也改变了我的人生态度。军训就像一场蜕变，即使没有破茧成蝶的美丽，即使没有由虫化龙的轰动。但我内心那一点一滴的变化却不断的警醒我，激励我!军训的每一天我的思想都在变化，军训的每一分钟我的情感都在升华!军训的每一秒我看生活的眼光又犀利了一点!军训的日子我的血液在沸腾，我的思绪在飞腾。我感觉我在不断的变化，不断地成熟!

愿这些精神永远陪在我的身边。伴我走过春夏秋冬，走过泥泞与荆棘。

总结心得体会篇3

我叫\_，从一九年从事汽车驾驶工作至今。在多年的驾驶工作中，我能够时刻紧绷安全这根弦，安全行车三十五万公里无事故，较好地完成了运输任务，连续多年被评为局优秀驾驶员、局级先进工作者。下面就安全行车工作，谈一点自己的体会：

一、认真参加安全学习，时刻绷紧安全弦

作为一名司机，最最根本的是要保证行车安全。保证不了安全，及时送货，提高运输效益，增加收入都是空谈。因而，我认为只有在安全学习上一丝不苟，积累行车经验，才能做到随机应变，及时处理突发事件。因此，我十分重视部门每周一的安全教育会。我认为安全会不但要参加，而且要理解安全教育的重要好处，事故关系着货物、车辆和自己的生命安全，不能拿国家财产和自己的生命开玩笑，透过例会，摆事实、讲道理、总结经验，到达安全行车的目的，只带耳朵听，不往心里记，是极其危险的，所以每次安全学习，我都认真听，会后反复琢磨，虚心向别的驾驶员学习，力求不断提高自己的驾驶水平。

二、中速行车，谨慎驾驶。

“驾车如驾虎”，驾车上路，不能有丝毫马虎，多年实践经验告诉我，只要一上车，就要全神贯注，同时，要针对所驾车型的特点，中速行驶，我的做法是：

1、注意观察：在驾驶车辆过程中，驾驶员的观察力很重要，集装箱卡车，车长、超高，道路上有很多电线不贴合标准，个性是农村横过街道的线路，千万不能盲目透过，每当这时，我便抬一下踏油门的脚，然后再扫一眼车速表，然后细心观察，当线路不够高时，就下车请过路人帮忙，决不盲目透过。

2、中速行驶：道路交通状况复杂多变，既要依法行车，又要个性注意车速，持续中速行驶，并与前车持续必须的安全距离，没有把握不强行超车、不紧急刹车，做到掌握路况、掌握车况、遇事不慌。记得\_年\_月的一天晚上，我从青岛回到，当车行至烟青一级公路莱阳段附近时，心想，尽管夜深人静，但前方的几个立交桥附近，由于两侧有许多条小路穿越一级路，是事故多发地段，想到那里，我把车辆速由50码降到了30码，突然，前面有一辆无灯的农用三轮车抢穿公路，我紧急制动。停下一看，只见那驾驶三轮车的人因无证驾驶没有经验，早已吓得目瞪口呆不知所措地将车停在距我的车头不到一米的路面上。一场事故化险为夷。因此，我把这样一句话当作为开车时的座右铭：“回家心切莫超速，亲人盼你平安归”。

3、仔细应付路面状况，适应复杂驾驶环境。由于天气及路面状况复杂多变，给安全行车工作带来很大的困难。因此，在这种状况下，我始终坚持谨慎驾驶，不盲目开车的原则，选取适当车速，安全行车。比如：雨雪天谨慎驾驶防路滑;市区行车留意慢行防行人和自行车横穿;雾天低速行驶防碰撞。由于措施得当，留意谨慎，我曾成功的避免了一齐重大交通事故。

三、搞好车辆日常检查维护，杜绝病车上路。

驾驶员都明白，行车时要注意做好车辆的“一日三检”工作，那就是：行车前、行车中、收车后的检查，这三检必不可少，它关系到我们每次行车安全，因此，每次出车前，都仔细的检查车辆，有问题立即修理;行车中，我根据载货的重量及路面状况，及时停车检查车辆的安全部位，如轮胎螺丝、轮胎气压、传动轴螺丝、马鞍螺丝及刹车系统各部件是否安全可靠等，这样的检查在收车后再重复一次，以确保下次任务的顺利完成。今年四月份，我驾车赴淄博拉货，出车前依照惯例检查车辆没有发现问题，装货回到时，由于货物较重，我在谨慎驾车的同时，更加注意随时认真地检查车辆的状况，行至潍坊高速公路，我在停车检查时，突然发此刻后轮轮毂出现了十几公分的裂缝，并且已经有2根轮胎螺丝断裂，我顿时惊出了一身冷汗，如果不及时停车检查发现问题，一旦上了高速公路，车速一快，后果不堪设想。我立即联系单位派人抢修，避免了一齐行车事故的发生。由于三检工作做的认真，即便是保钟点的活因修车耽误了一点时间，货主也会对自己的货物能安全运到目的地而谅解。

在做好车辆“一日三检”工作的同时，务必注意做好车辆的维护保养工作，车辆对驾驶员来说就如同眼睛一样，保护好了，开起来情绪舒畅，显得路面格外宽广，因此，每次出车回到，即使是再累，我总是坚持一要洗车，二要修车的原则，清理完车辆后再回家。在洗车上，我为自己定的原则是：“长途归来必洗车，两天行车后必洗车，短途归来后必擦车”。每次跑长途或雨天行车后，我总是要用上一个多小时的时间，对车辆进行彻底冲洗，因此，我是公司“冲车台”上的常客;同时，出车归来后，我总是根据车辆在公路上的行驶状况，发现故障部位，及时进场修理，在车辆进行修理时，我一般状况下是换上工作服，看修理工修车，对不懂的地方就问，掌握车辆的结构，积累修车经验，同时，我主动给车辆的润滑部位打黄油，确保各润滑部位润滑良好。由于虚心向修理工学习，认真研究车辆构造，使我具备了排除一般鼓掌的潜力，在公司举办的汽车排故比赛中，多次获奖。

四、不疲劳开车，不违章行驶

因违章驾驶，疲劳开车而导致发生交通事故的案例比比皆是，且触目惊心，作为一名驾驶员，应个性注意这一点，我是一名长途车司机，长途运输有时为了保点，往往需要长时间超负荷作业，这样似乎与不能疲劳驾车的交通法规相抵触，怎样才能既做到保证多拉快跑，又不使身体过度疲劳呢我认为，应根据自身的身体力行，自行调节，始终持续旺盛的精力来开车，当感到身体疲倦时，应及时寻找安全地带靠边停车，下车放松一下，必要时睡上一会儿，感觉精力充沛，再上路行驶。在不行车时，要注意休息，远离赌桌、牌桌等耗费时间和精力的场所，保证充足的睡眠，以便工作时精力充沛，不打瞌睡。

以上是我工作中的一些做法和体会。虽然我在工作中取得了一些成绩，但离单位和领导的要求还是有很远的差距。今后，我将更加严格要求自己，加强车辆的维护保养，加强学习，注意做好本职工作。

总结心得体会篇4

xx年9月20日，公司的30个伙伴一同搭上开往拓展中心的大巴，正式开启为期两天的户外拓展培训之旅。此次培训围绕团队制胜的主题，展现大家的团队协作能力。

还记得刚开始时我的心情是很复杂的。一方面对于此次培训充满期待，另一方面又担心自己完成不了任务拖团队的后腿怎么办。当培训结束的那一刻，我的内心更是五味俱全，而这一切只有全身心投入训练后才会有的真实感受。

回顾这两天来参与的各个项目，看似好玩，实则大有学问。用谢部长的话概括就是“玩游戏，悟人生”。挑战99秒、溶洞壁画、极限时速、高空挑战、抢滩登陆、毕业墙······训练中的每一个项目至今仍在我的脑中反复回荡，每一次齐心协力的团结合作，每一次的分享，让我明白什么是信任、什么是责任、什么是奉献、什么是团队的合作精神。

第一天的培训正式开始前，两件看似简单的小事给我上了第一课。一是限时换队服：我们没有按时完成任务，全队都要接受“奖励”——男生做俯卧撑，女生做蹲下起立动作。当时我隐隐约约听到队伍中有少许的怨言，在那一刻我明白了：因为我们是一个团队，所以有福同享有难同当，一个人犯下的错误可能要整个团队来承担。若不想成为团队的累赘，最好的办法就是提高自己的办事效率与能力，让自己做好的同时也要协助其他人完成任务。另一件是摆放矿泉水瓶：原本很简单的一个动作，我们却重复了三四遍才能在更短的时间内将瓶子摆放整齐。假如教官没有给我们更高的要求，我们或许不会花更多的精力在摆放矿泉水瓶上面。正是这么一件小事，让我懂得：不要成天喊着自己有多大的理想与抱负，而对身边的小事置之不理，嗤之以鼻。能够把简单的事情每天都做好就是不简单，能够非常认真地做好每件容易的事就是不容易。

培训正式开始，教官告诉我们：在这里，我们要暂时忘记级别，忘记性别，每个人都是团队中的一员，要做到全身心的投入。这是我学到的第二课：学会放下与投入。平时在工作或生活中，我们总会碍于某些客观的因素，需要让自己有所保留。但在这里，我们需要放下那些顾忌，不要想太多，全身心投入，这样的体验来得更真切。正因为放下，我看到许多伙伴们敢于展现出真实的自己，那是与平时工作中完全不同的另一面;正因为投入，我们才能齐心协力，朝着共同的目标努力。

在所有的拓展训练项目中，有两个项目对我的影响是最深刻的。

一、高空挑战——激发潜能、挑战自我、超越自我

高空挑战由高空单杆和高空断桥两个小项目组成，需要我们极大的勇气与良好的心理素质。教练一直向我们强调，我们拥有自主选择权，上还是不上，全由自己决定，一旦下定决心，就要挑战到底。一开始，我望着8米高空上的单杠与断桥，心理有些害怕，但又跃跃欲试，很想挑战一下自己的极限。

当一个又一个队友打前锋上阵，在高空完美降落时，我在下面为他们欢呼鼓掌，同时又增添了一份信心。他们能做到的，我同样也可以。当我终于鼓起勇气，佩戴好安全装备，独立爬上8米高的高台，并在直径仅为25公分的圆盘上艰难站立后，才发现我真的很害怕，身体一直在颤抖。我听到底下的队友为我喊出的加油声，我也在为自己加油鼓劲，可是，望着看似遥不可及又近在咫尺的横杆，我始终不敢从圆盘上奋力越出。最后，就在我犹豫的那一瞬间，我的身子突然向前倾斜，坠落下来。挑战失败，有些遗憾。

当我回到地面上，回想刚才在8米高空的那一幕，我不断地问自己，到底在怕什么?底下有那么多人保护我，我还怕出问题吗?为何我要在上面犹豫那么久，假如那根横杆真的是我生命的最后一根稻草 ，我还会那么犹豫不决，不敢向前吗?我都已经敢爬上去，为何不敢跳下来呢?综上所述，我的问题出在心态上。我没有克服恐慌的心理，向着目标竭尽全力的跳起，所以才会犹豫，才会失败。

当我重新站8米高空的木板，挑战另一个高空项目——高空断桥时，我的内心已经很平静。这一次，只有一根绳索连着教练和我，没有其他队友，但是，我对教练绝对的信任，对自己有十足的信心。我不在犹豫不前，来回两次，我顺利地跨越断桥，完美降落。

空中用心迈出一小步，人生从此迈出一大步!同样是高空挑战项目，前后两次我的心态完全不同，结果也截然不同。高空挑战给我最大感受就是：其实每个人的潜力都是无限的，能不能超越一个困难，实际上就是看你有没有信心、勇气去面对，能否开发出那些一直潜伏在你身上，而你自己却从未真正了解的力量。很多事情在我们没做之前，惧怕、排斥首先会在占据我们地心，听任懦弱、迟疑地摆布，等待我们的只有失败。只有勇敢地向前迈出一步，我们才会离成功更近一步。我相信，我可以!

二、毕业墙——不离不弃、团结互助、不过如此

毕业墙是我们所有参训的队员要共同努力完成的最后一项挑战。一面4.2米高的平滑墙，不能使用任何道具，要在尽可能短的时间内，30个人都要成功翻过此面墙。这是一项听起来多么艰巨的挑战，但我们都有信心完成。我们都不想被列入挑战失败的黑名单，更不想让自己的脚踩在印有公司名字的横幅上。毕业墙，只许成功，不许失败。

随着培训师一声令下，大家按照指挥官的安排，各司其责。有几个伙伴毫无怨言做人梯，其他人迅速围成保护圈。我们在与时间赛跑!永远忘不了，那一个个有力的肩膀、一双双坚定的眼神，一张张憋足了劲而涨红的脸，一声声释放出自己所有力量的呐喊。此时此刻，我们不分彼此，我给出我的肩膀，你伸出你的双臂，只为了所有伙伴成功翻越高墙。

直到最后一个队友终于顺利翻墙，我们所有人才松了一口气。当所有人回到集合地时，我看见有的人开始眼泛泪花，而为我们奉献的作为人梯的同胞们都受伤了，肩膀都踩出了血迹……

随着音乐声的缓缓响起，拓展教练富有磁性的声音慢慢展开，他在说着我们这几天的培训，说着刚才的生死关头，说着我们的团队，说着我们刚才穿越生死时踩过的肩膀和人，说着生命，透着感动。那时我的眼泪再也控制不住，那时感动的泪水，喜悦的泪水。我们一个个站在毕业墙面前哭到麻木，加油声呐喊声喊到嗓音沙哑，互相拥抱到不想松手，感动和美好刻在了心里。最后我们指着毕业墙，高喊：不过如此!是的，只要大家齐心协力，再大的困难我们也能一起克服!感谢我的每一位队友，你们都是真正的勇士!

短短的两天拓展训练，它所给予我的启发和经验将是一笔永久的财富。经过此次培训，我觉得大家彼此的感情更深了，我们不再是陌路，而是相亲相爱的一家人。因为有你，有我，有他，未来才会更精彩!

总结心得体会篇5

回顾一年来的工作，紧张中伴随着充实，忙碌中伴随着坚强，团结中伴随喜悦。在院领导、科领导的正解带领下，在同志们的互相帮助下，圆满地完成了自己所承担的各项工作任务，

时间过的很快，在过去的一年里，本人立足护士本职岗位，善于总结工作中的经验教训，踏踏实实做好护理工作。具体工作总结如下：

思想道德方面：遵纪守法，认真学习法律知识;爱岗敬业，具有强烈的责任感和事业心，积极主动认真的学习护士专业知识，工作态度端正，认真负责。在医疗实践过程中，严格遵守医德规范，规范操作。

专业知识、工作能力方面：我本着“把工作做的更好”这样一个目标，开拓创新意识，积极圆满的完成了以下本职工作：

我认真学习科室文件书写规范，认真书写一般护理记录，危重护理记录及抢救记录。遵守规章制度，牢记三基(基础理论、基本知识和基本技能)。护理部为了提高每位护士的理论和操作水平，经常进行理论及操作考试，对于自己的工作要高要求严标准。工作态度端正。民商法律网

我希望所有的患者都能尽快的康复，于是每次当我进入病房时，我都利用有限的时间不遗余力的鼓励他们，耐心的帮他们了解疾病、建立战胜疾病的信心，当看到病人康复时，觉得是非常幸福的事情。

护理事业是一项崇高而神圣的事业，我为自己是护士队伍中的一员而自豪.在今后工作中，我将加倍努力，为护理事业作出自己应有的贡献。民商法律网

在半年的工作中，坚持爱岗敬业，贯彻“以病人为中心”的服务理念，提高了自身素质及应急能力。 当然，我身上还存在一些不足有待改进。比如在工作上，有时存在着标准不高的现象，虽然基本上能履行自己的职责和义务，但是在主动性方面还有待于进一步提高，这都是我今后需要改进和提高的地方。在已经过去的一年里，要再次感谢院领导、护士长的教育、指导、批评和帮助，感谢同事们给予的关心和支持。

在半年的工作中，坚持爱岗敬业，贯彻“以病人为中心”的服务理念，提高了自身素质及应急能力。 当然，我身上还存在一些不足有待改进。

学习方面：坚持把学习作为自我完善和提高的重要途径，既积极参加所在单位组织的各种学习，严格要求自己 ，要熟练的掌握专科知识和各项专科护理操作，作到了理论联系实际。

工作方面：服从安排，认真负责，踏实肯干，不怕苦，不怕累。 积极配合上级领导和同事，正确执行医嘱及各项护理技术操作规程，做好基础护理，严格执行无菌操作和三查七对制度。

自身还是有很多缺点和不足，要适应社会的发展，不断提高思想认识，完善自己，改正缺点，做一名优秀的护理工作者

总结心得体会篇6

本月10日,我赶去分公司指定的酒店,参加分公司举办的为期数天的培训班训练种子讲师班.实质为全程观摩--中支--营销部的“入司-月的精英培训班”。这几天的观摩及培训，让我有以下几点心得：

1.人数之多，氛围良好

从后门一进--营销总部的培训班，放眼望去，全是人。我为之一震，人数真多!13个小组，近130人参训。这在我们机构甚至中支，都很少有这样的情况。在机构只有月初开启动大会时，才有近百人，而且中途不频繁接电话，不随意走动就很不错了。而这个培训班，纪律严明，学员尊规守矩，且个个积极性高，氛围良好，团队荣耀感强。一个鼓掌，一声问候，都能把屋顶掀翻。相比之下，天壤之别。

2.师资力量雄厚

这次给--营销总部精英班学员上课的讲师，均为分公司最优秀且实战经验丰富的老师，可以说汇集全省之精英讲师来授课。他们无论是内还是外，无论是理论还是实践，无论是技巧还是其他，都非常到位，非常精彩。让学员听之入神，学之有兴!如果我们的培训班能有这些老师来授课，那对我们的学员有很大的促进，对我们的业绩也有很大的推动，那真是我们的福气!

3.课程回顾及课间互动

每天早晨各小组风彩展示之后，班主任老师都会跟大家作课程回顾。将每一个老师所讲授的课程的重点及步骤跟大家一一回忆，或引导学员说出来，而非三两句便结束。这样的提问方式，让学员有兴趣，更能加深其印象。

每每课间休息的时候，助教老师便带领学员跳跳晨操，让几个学员跳跳拉丁舞，或请某个进行才艺表演等等，让学员在课间舒缓紧张的学习心情，活动筋骨，尽享快乐时光。更让他们参与其中，感觉学习班的氛围。人人参与，人人感受!

4.职场布置及音响控制

整个培训班职场布置非常到位，气氛感染力度强。除两侧上边悬挂“----寿险精英培训班”、“欢迎--寿险精英班学习”外，职场除讲台外其他三边都贴满了标语。标语不是手写的，而是特意从印刷厂印出来的。如：“展业是挖金子，增员是开金矿;访量定江山，收入论英雄”，等等，让学员感受到公司的职场文化。每个学员都将名字写好摆放于桌面上，每个组都做了“花瓣”将组名组呼写在其中并张贴上墙。后面墙上是龙虎榜，将各个小组的考勤情况张贴出来。4个助教老师统一服装，发型，上课期间都分别站在后面，观注着全场，观注着学员。

还有一个让我最有感受的是音响，有专人负责。无论是在小组的风采展示还是欢迎讲师上台，都能恰到好处的播放，将气氛推向高潮。

在我们机构由于条件限制，音响很难有专人负责，都是一台电脑控制，每次讲完了之后再点击音乐，就会隔好几秒之后才有音乐响起，这样气氛就没有那么到位。

5.关于讲师试讲。对我来说是新的开始，新的起点。我非常羡慕那些给我们授课的老师，内外才兼备，很优秀，我也希望自己能像他们一样。观摩此次培训班后，我们所有的讲师将重点课程以抽题形式进行30分钟的试讲。台上一分钟，台下十年功。我深知自身的差距，这次试讲很不尽如人意，也在我的预料之中。我毕竟离开太久了，这个行业发展太快，变化太快，我必须有归零心态，从头开始。有距离不可怕，只要我肯努力，肯学习，在各位前辈、各位老师的指导下，相信我也会慢慢进步，也会在太平洋成长!

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！