# 202\_年应急能力提升心得体会(通用17篇)

来源：网络 作者：尘埃落定 更新时间：2024-08-12

*心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解和领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大...*

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解和领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？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。

**应急能力提升心得体会篇一**

3月25日我校为弘扬红十字精神，普及卫生救护知识，提高我们对卫生救护工作的认识，请来红十字协会的专业人员来我校对我们进行培训。这次培训以理论与实际技能结合的方式对学员进行讲解，重点培训学员助人精神，通过学习卫生救护知识提高学员的`自救、互救能力，使参训人员懂得如何在第一时间作为“第一反应者”为生命争取时间。培训主要包括心肺复苏、创伤救护（止血、包扎、固定）等方面内容。

通过这次培训，我学到了很多东西，这是一个难得的机会，让我接受了一次全面系统的红十字文化教育，这次的培训尽管时间短暂，但受益匪浅，提高了自己的认识水平。无论哪方面多了解一些知识总会有用处的。最主要在关键时候能够救人性命，帮人帮己。让我们携起手来一起发扬红十字的精神！

**应急能力提升心得体会篇二**

随着社会的不断发展和生活的日益便利，我们的生活环境也变得越来越复杂多变。与此同时，各种突发事件也层出不穷，给我们的生活带来了许多困扰和危险。因此，提升应急能力成为了我们在现代社会中必须具备的一项重要技能。在我近期参与一次应急演练的过程中，我深刻体会到了提升应急能力的重要性以及其中的一些关键要素。

首先，了解应急知识是提升应急能力的基础。在应急演练前，我们先进行了一次应急知识培训，主要包括如何正确使用消防设备、如何进行基本急救和人工呼吸等。这些知识对于我们应对突发事件起到了至关重要的作用。通过这次培训，我明白了遇到火灾时我们应该如何快速、有效地逃生，并且学会了一些基本的灭火方法。同时，了解到应急医疗知识也让我在日常生活中更加安心。这些知识不仅给我提供了应对紧急情况的策略，同时也增强了我的安全意识和应急反应能力。

其次，有效的沟通和协作是应对突发事件的关键。在应急演练中，我们被分成了几个小组，每个小组有不同的任务和责任。因此，团队合作和沟通交流变得尤为重要。我们需要及时传递信息、协调工作，并做出快速而准确的决策。通过这次演练，我更清楚地认识到了团结和协作的力量。只有当每个人都充分发挥自己的优势，共同合作，我们才能有效地应对突发事件，保持冷静和有序。

另外，保持冷静和有序的心态也是应急能力提升的关键。在突发事件中，冷静和有序的心态能够帮助我们更好地处理紧急情况，并避免因恐慌而导致更大的伤害。在应急演练中，每个人都是在模拟真实的紧急情况下进行操作和行动的，这让我亲身感受到了一定程度的压力和紧迫感。然而，通过不断的练习和实践，我逐渐掌握了保持冷静和有序的方法，学会了在紧急情况下保持清醒和冷静的心态。

最后，不断的练习和总结经验是提升应急能力的重要途径。在应急演练结束后，我们进行了一次系统的总结会议，分享了各自的体会和经验，指出了不足之处，并提出了改进的建议。这样的经验总结让我深刻地认识到了自己的不足和可以提升的问题。在以后的生活中，我会继续保持练习，加强知识的学习，并不断总结和反思自己的应急演练经验，以不断提高自己的应急能力。

总之，应急能力的提升是我们在现代社会中必须具备的一项重要技能。通过参与应急演练，我深刻体会到了提升应急能力的重要性以及其中的关键要素。学习应急知识、保持良好的沟通协作、保持冷静和有序的心态以及不断总结经验，都对提升应急能力起到了至关重要的作用。我相信，只要不断努力，我们一定能够在应对突发事件中更加从容和自信地处理各种紧急情况。

**应急能力提升心得体会篇三**

5月19日，在同学那里得知有急救知识大讲堂这样一个公益活动，毫不犹豫跟同学一起参加了第三期的培训，在会上学到了很多急救知识，更加清楚了急救的意义，三个小时的时间过得很快，会后我积极自愿加入了急救志愿者协会。

5月26日第四期培训，我提前报名作为会场志愿者参加，这次学到的更多，对这个协会和急救有了更深入的了解，实际操作过程中，在医护人员的指导下，学到了更加规范的动作，还结交了很多朋友。

会场上急救医护人员给我们深度剖析各种急救失败和成功的案例，让我感触很多，缺乏急救知识，在面对紧急情况时我们显得多么无奈，一个小小的不经意的\'动作有可能就会造成一个生命的流逝。

古人云：救人一命胜造七级浮屠。在生活中，医生的数量是有限的，救护车的速度是交通决定的，太多的不确定因素会让一个生命稍纵即逝。因此，更需要我们每一个人都实际行动起来，掌握急救知识，为了每一条神圣的生命。起码让我们在面对紧急情况时，能做的不再是无奈和等待。

如果人人都行动起来，世界将变得更加美好。我会一直坚持下去，影响身边更多的人苏救护相关内容进行，“看似简单的胸外按压和人工呼吸，操作起来并不简单，既要保证质量，又要保证速度。”培训中，不少同学如此感慨。详实的培训使受训同学深切感受到，有了专业的救护技巧，才能随时帮助身边需要帮助的人。

**应急能力提升心得体会篇四**

应急能力是每个人在面对紧急情况时的应对能力和处理能力，它是一种非常重要的能力，尤其是在现代社会中，各种突发事件频繁发生。因此，我们应该不断提升自己的应急能力，以做好应对各种突发事件的准备。在提升应急能力的过程中，我积累了一些心得体会。

首先，我认识到应急能力的重要性。突发事件往往来势汹汹，威胁着人们的生命安全和财产安全。如果我们没有强大的应急能力，很可能无法应对突发事件，造成严重的后果。因此，我明白了应急能力对每个人来说都是至关重要的，它可以帮助我们在紧急情况下冷静应对，找到最佳的解决办法。

其次，我通过学习和实践不断提升应急能力。提升应急能力需要多方面的知识和技巧。我通过参加应急演习、参观学习、阅读相关书籍等途径，获取了丰富的应急知识。我学会了基本的急救技能，了解了火灾、地震等突发事件的应对方法。同时，我还通过实践锻炼自己的能力，在模拟的紧急情况下进行了应急处理，提高了自己的反应速度和处理问题的能力。

另外，我发现了应急能力提升中的一些关键因素。首先，平时的积累非常重要。只有日常时刻不断学习和实践，才能在关键时刻发挥出所学所能。其次，合理的心态很关键。面对突发事件，情绪的稳定对我们的决策和行动至关重要。因此，我在平时注重培养良好的心态，增强自己的心理韧性。最后，团队合作也是提升应急能力的关键。在很多情况下，一个人很难应对所有的突发状况，而与团队合作可以集思广益、共同应对。因此，我积极参与集体学习和团队合作，提高了自己的团队合作能力。

最后，我在提升应急能力的过程中取得了一些成效。首先，我对突发事件的应对方法有了更深入的了解和掌握，增加了自信心。无论是火灾、地震，还是其他紧急情况，我都能够冷静应对，有效控制局面。其次，我能够在危急时刻保持冷静，合理安排自己的行动，从而避免不必要的伤害或损失。最重要的是，我能够与他人合作，形成有效的团队，共同解决问题。

应急能力的提高是一个长期的过程，需要不断地学习和实践。通过不断地学习和实践，我认识到应急能力的重要性，并逐渐提升了自己的应急能力。在未来，我将继续坚持学习和实践，不断完善自己的应急能力，以更好地应对突发事件。无论是对个人的生活安全，还是对社会的稳定和发展，应急能力都是至关重要的。只有我们不断提升自己的应急能力，社会才能更加安全和稳定。

**应急能力提升心得体会篇五**

首先，徐医生为我们讲解了何为心肺复苏抢救：心肺复苏又称cpr，是针对呼吸心跳骤停和心肌梗死的急症危重病人所采取的抢救关键措施，在我国，人们对于这一技术的掌握不足10%，而成功率更是远远低于1%，因此，提高老师们的自救互救能力，非常重要。徐医生又向我们讲解了它的作用和专门针对的对象和实施者的要求。接着，徐医生又用幽默风趣的语言为大家做了一个简洁、全面的讲课。又因为关注到教师们教育的对象——幼儿年龄的特殊性，徐医生又另外重点讲解了幼儿心肺复苏术和成人心肺复苏术的不同之处及应重点注意的方面。最后，为了让广大教职工们对心肺复苏有一个更加全面的掌握而不单单只是了解，徐医生又请部分教师上台进行心肺复苏实际操作，而台下的老师们协同徐医生负责监督检查。这样，让大家在一个理论的基础上又有一个全面演练从而完全掌握技能的机会。进一步增强了教师对紧急施救认识，提高了老师的安全意识和安全素质，强化了责任意识。

在学习过程中，我们通过亲自动手操作，掌握了心肺复苏、扑灭明火的紧急救治方法。同伴们纷纷表示，通过这次学习，了解了各类突发事件及意外的处理方法，掌握了紧急救护的基本技能及防治措施的必要性，提高了自救、互救能力，也让我对各种救护知识有了更加全面系统的了解。

应急救护是每个人必须掌握的技能，当人的生命在紧急危难的情况下可以救人一命。我想，我们幼儿园的老师在安全方面的知识也是很贫乏的，我应该活血活用，回去马上组织全园教师进行紧急救护技能培训，增强老师的自救以及紧急施救的知识，提高紧急救护能力，加强幼儿园安全工作，提高安全意识。以后也将继续开展多方式的演练，做好急救技术的普及，将意外对儿童的伤害降到最低。

**应急能力提升心得体会篇六**

在现今快节奏的生活中，突发事件时有发生。无论是自然灾害，还是安全事故，都可能让我们陷入危难之中。而面对危险与困境，一个人的应急能力将会直接影响到他们的生命及财产安全。因此，提高应急个人能力已经成为我们生活中不可或缺的一部分。在这篇文章里，我将会结合个人亲身经历来分享一些应急个人能力的心得体会。

二、随时保持警觉。

应对紧急情况最首要的，就是时刻保持警觉，增强自我防范的能力。不论是在工作中还是生活中，我都时刻注意着周围的环境，关注着人群行为的变化。能够充分利用环境和资源，在关键时刻使用这些资源会起到奇效。例如在大型超市和商场内，我总是会注意哪些地方安全通道更加宽敞，会更有利于自己以及其他人员逃离，或者识别哪些紧急设备是应该被优先使用的。同样，我也会在出门前详细查看天气预报，看是否需要准备雨具、带防晒帽等。

三、紧急情况下保持冷静。

紧急事件往往伴随着恐慌和混乱，而紧急情况下保持冷静也是应急个人能力的重要部分。当我们面对紧急情况时，尽力保持清醒，不要被恐慌和混乱所支配。在突发事件发生时，个体应遵循正确的逃生顺序，例如不要用拥挤的进出口、楼梯等，不要乱窜乱跳，要先稳住心态，寻找最安全的路径逃离。同时也要保持与周围人员的联系，对身边的伤员，确保无法控制伤势的状况下第一时间联系紧急救援队伍。

四、了解相关应急信息和知识。

在实际操作中，了解相关应急信息和知识也是至关重要的。例如，不论是居家还是公司，应首先学习如何处理水和电断电的情况，及如何保证日常生活和工作的安全。学习开展常见紧急情况模拟演练，以及掌握必要的急救常识和技能。在我看来，了解这些知识是非常重要的，这不仅可以帮助我们更好地应对突发事件，也可以提高我们的安全意识和自救能力。

五、总结。

在本文中，我分享了一些个人在应急个人能力提升过程中的体会和方法。面对突发事件，一个人的应急能力将会直接影响到他们的生命及财产安全。因此，在日常生活中，我们应该提升应急能力，包括随时保持警觉，紧急情况下保持冷静、了解相关应急信息和知识等。在实际操作中，我们应该多加练习和模拟，以便在突发事件中能够更好地应对，确保我们和身边的人的安全。

**应急能力提升心得体会篇七**

为提高教师自救、互救的能力，增强教师的安全意识及应对突发意外事件的`能力，为掌握必要急救技能，提高教师应急能力，完善学校应急机制，这几天，宁波教育学院给我们省骨干老师安排了“救护员急救技能”培训。

本次培训内容包括两个方面：

**应急能力提升心得体会篇八**

应急个人能力提升，指的是在现实生活中，我们面对各种复杂突发事件时，通过合理、准确、迅速地做出反应，有效地维护自身和他人的安全。这种能力与我们在平时的生活、学习、工作中息息相关，不但能够解决一些小事，还能有助于在危急时刻保全生命。在个人能力提升的过程中，需要认识到自身的不足，寻求相关知识技能训练，并且在实践中不断思考总结。接下来，我将分享我在个人能力提升过程中的心得体会。

【第一段】。

基础知识储备是应急个人能力提升的关键。我选择了一些日常生活中比较容易发生的突发状况，如燃气泄漏、火灾、地震等，深入掌握了这些事件的基本知识以及应对措施。在了解了这些基本知识后，可以通过模拟演练、参观实地训练和阅读相关书籍来巩固学习，并且深入了解应急处置的各个环节。我发现，只有通过深入了解各种应急事件的原因，才能够从根本上寻求解决办法。

【第二段】。

紧急情况下往往处于压力之下，因此心理素质状况的影响不可忽视，也需要在加强应急个人能力的过程中重视。对于常见情况，我在自己日常生活的琐事中接受了训练，这些琐事看似单调且乏味，对于一些构建应急反应体系有着重要意义。在处理琐事中，我们也经历了压力与焦虑等各种情感。在面对生活与学习任务时，我学会了调整积极心态，不断锻炼自身适应新环境、快速调整应对压力的能力。

【第三段】。

实践操作仍是提升个人应急能力的不可或缺的环节。沉淀所学知识技能，就需要通过不断的实际操作。在实践操作过程中，我们可以通过模拟实验、参加防灾演习等离线活动与线上交流分享促进对于应急个人能力的提高。在实践中，我们能够更好的发现自身的优缺点，也能够在实践中更好地理解和掌握知识技能，不断的自我完善。

【第四段】。

团队协作精神也是应急个人能力提升的重要环节。在处理突发事件的过程中，我们需要协同工作，发挥自己的长处，并理解他人与环境的情况以推进处理过程。因此，团队精神的培养对于应急个人能力提升来说显得十分重要。我们可以通过日常工作中的协作以及传统军训模式下的队列活动等方式去增强自身团队协作精神，更好的应对现实中的挑战。

【第五段】。

最后，提升应急个人能力的过程必须是持续的。在实践基础知识、完善心自理质、实践操作、团队协作等环节后，仍然需要反复训练，巩固所学知识技能，并交流分享实践中的心得与体会。变革保持好的应急反应水平必须在日常生活中持续维护，并且不断认识到自身的缺点，并且寻找可行的解决方案，更好的适应各种可能出现的突发事件。

【结尾】。

总之，应急个人能力的提升是个综合、循序渐进的过程，需要我们做好情感、思维、技能多个方面的备战，并在实践中不断检验自我。如此一来，才能在面对未知、不确定的挑战时，更好的进行应对，维护自己与他人的安全，感谢您的耐心阅读。

**应急能力提升心得体会篇九**

根据省市委组织部要求，按照县委组织部安排，我在中国干部网络学院进行了推进应急管理体系和能力现代化网上专题班的学习，并圆满完成了9门必修课，5门选修课的学习任务。结合习近平总书记关于应对突发事件的重要论述，结合自身的工作实际情况，谈谈自己的一些学习心得。

突发事件是指事先难以预料、突然急促发生，造成或可能造成重大人员伤亡、重大财产损失、重大生态破坏，且容易对社会造成重大影响的事件。按照性质、演变过程和发生机理，可分为自然灾害、事故灾难、公共卫生事件和社会安全事件；按照影响范围，可分为国家级、地区级、行业及和社区级。由于突发事件具有不确定性、突发性和破坏性，导致其直接或者间接的影响到人民群众的正常生活，各级党政机关作为人民群众利益的代表者和维护者，不可避免的要在应对和处理突发事件中担当重要角色，需要在突发事件发生的第一时间作出反应，以最快的速度、最高效的工作，妥善处理好突发事件。如何应对这一新挑战，是各级领导干部目前面临的一大紧要任务，而战胜挑战的正确选择就是不断加强学习研究，努力提高应对突发事件的能力。

一、应对突发事件要有敏锐的洞察力。

预测是人们对客观事物发展趋势及自身活动可能产生的后果事先依据一定的方法做出的科学分析。预测能力强，就能准确的把握和判断事物发展的客观规律，顺势做出有预见性、前瞻性的正确决策，促使事物朝着有利于自身需要的方向发展，反之亦然。要具备明察秋毫、见微知著、透过现象看清本质的洞察力，要不断增强责任意识、大局意识和忧患意识。近期，经济开发区办公室配合市、县应急局对所属企业安全生产工作进行全覆盖排查检查，加强对人员密集型企业和新建项目的安全生产检查，并根据县应急局排查检查时发现的安全隐患，协调落实问题整改工作，督办企业及时整改。

二、应对突发事件要有快速的反应力。

面对突发事件，要做到快速反应、及时处置，以达到降低人员伤亡和经济损失的目的。要具备应对突发事件的快速反应力就要做到以下四点。一是要把突发事件看成特殊事件，要在大脑中始终保持对突发事件有敏感的反应，只要一经获得突发事件发生的信息，就能在第一时间作出此事非同小可的反应。二是要有一种常备不懈的精神境界，在思想上、精神上时刻保持充分的警惕性，处于临战状态，决不能存有侥幸、麻痹心理。三是要具备超前思维，做好物资资金准备，科学制定应急预案，健全应急处理机制，确保应对突发事件迅速行动、果断处置，达到有序、有力、有效处置的结果。四、要增强公共义务意识，制定公众参与激励机制，健全应急救援队伍，探索有效办法，确保在短时间内能够迅速组织、动员和影响群众。在今年这特殊的一年，对分管的经济开发区将进一步扎实推进新冠病毒疫情防控工作，做好预警，及时传达贯彻落实省市县各级指挥部有关疫情防控工作的文件通知精神，巡察检查组常态化宣传政策、指导部署、检查工作、督导整改；继续组织驻企干部，对开复工企业疫情防控工作进行严格监管，确保疫情防控措施落实到位。

三、应对突发事件要提前做好应急体系建设。

应急体系的建立和完善是一项系统工程，需要以各级政府及有关政府部门为主体，以国情、各地情况、行业情况为依据，以科学理论为指导，以专项公共资源的配置、整合为手段，以社会力量为依托，以提高应急处置的能力和效率为目标，坚持常抓不懈、稳步推进。在国务院召开的全国应急管理工作会议上提出，要夯实基础、健全体系，推动应急管理工作再上新台阶。要做到坚持以人为本、执政为民，牢固树立忧患意识、责任意识，要做到围绕大局，抓好落实。要充分利用和发挥现代信息技术的优势，尽快构建统一指挥、功能齐全、反应灵敏、资源共享、运转高效的应急信息管理平台，全面推进应急体系建设，不断提高应急管理能力。

面对各种危机和突发事件，领导干部一定要成为处理危机和突发事件的顶梁柱，成为带领广大人民群众同舟共济、共渡难关的主心骨，要在思想上高度重视，在心理上沉着冷静，临危不惧、积极主动、从容应对，采取切实有效的措施，及时处理好危机和突发事件，做好信息发布和舆论引导工作，提高突发事件平息后的恢复能力，为维护人民群众的根本利益、保障公共安全和社会稳定、推进社会主义和谐建设作出新的贡献。

**应急能力提升心得体会篇十**

应急处突能力是我们日常生活中必须掌握的一种能力，它不仅关系到我们自身的安全，也关系到我们周围人的安全。无论是自然灾害、安全事故还是突发意外情况，我们都需要具备应对的能力。在我个人的实际经验中，提升应急处突能力的方法很多，下面我将通过分享我的心得体会来深入探讨如何有效提升应急处突能力。

第二段：采取多种方法学习提升应急处突能力。

在我个人的经历中，有两种方式可以提升应急处突能力。第一种是通过学习，加强如何应对各种不同的突发事件。我们可以利用互联网的优势，关注新闻、资讯和社交网络，积累更多的应急知识，了解如何应对车祸、火灾以及其他一些不同的突发事件。同时，在实际操作中，我们可以参加各种不同的培训比如说地震应对、人工呼吸等等，以提高我们的应急处置能力。

除了学习以外，另一个可以提高应急处突能力的方法就是实践。我们可以在日常生活中，通过各种小游戏锻炼我们的灵活反应和思考能力，如模拟火灾逃生、人体心肺复苏术、人际关系处理等等。这些小游戏不仅能让我们轻松地学习和应用应急知识，还能让我们在娱乐中进一步提高我们的技能。

第四段：制定应急处置计划。

除了掌握应急求生技巧，合理制定应对紧急情况的预防措施也是必须掌握的技巧。我们可以在日常生活中制定应急处置计划，并在遇到紧急情况时及时执行。例如，我们可以在和家人、同事商量在地震中如何逃生、哪些地方更安全。这样在发生紧急情况时，我们才能够更加从容应对，减轻损失。

第五段：如何应对压力和惊吓。

应对紧急情况不仅需要技巧和预防措施，心理也非常重要。在面对瞬间灾难时，很容易感到害怕、惊吓甚至失去理智，这时候我们就需要掌握一些有效的方法帮助我们减轻压力和恐慌。例如，利用我内心强大活出本心以及与周围人、朋友建立联系、分享疑惑以寻找解决方案等等。

总之，在应急处突的学习和实践中，自主、合作、互助互惠的精神，在降低自己的风险，帮助他人减少伤害中得到体现。通过坚持持续使用不同的学习、实践方法，我们可以逐渐提高自己的应急处置能力，让自己能够安然无恙地渡过突发情况。

**应急能力提升心得体会篇十一**

6月26日至7月5日，根据组织安排，我有幸参加了在国家行政学院举办的“云南省\*\*州领导干部应急管理能力提升专题培训班”，通过为期十天紧张有序的学习，聆听了诸多专家教授的讲课，与学员们进行了非常有效的讨论交流，进一步开阔了眼界，提高了认识，使我在政治理论、法律法规及法治思维、政策水平、党性修养等方面都有感悟和收获，具体有以下两个方面。

一、学习感悟。

第一，内容丰富。本次培训的主题是“云南省\*\*州领导干部应急管理能力提升专题培训班”，而培训课程十分丰富、全面，我州62名学员（其中：厅级领导3名、正处级干部3名、副处级干部28名、科级干部28名，妇女干部5名、少数民族干部21名）先后聆听了九位教授关于《国家治理现代化》、《领导者的法治思维》、《充分发挥信访和法律调控手段解决当前存在的群体性事件》、《建立科学有效的社会治理体制》、《中国应急管理形势、任务与公共安全体系建设》、《突发事件情景构建与预案管理》、《系统科学与哲学思维》、《国外应急管理的实践与思考》和《传统文化与人文素养提升》等多方面的知识。课程设置科学，有宏观、有微观、有理论深度，又有实践操作，教学案例生动、具体，可以说是门门丰富，堂堂精彩。除此之外，为进一步帮助学员全面领会所学知识，这次培训还安排了具有代表性的实践操作教学，先后安排了《桌面推演》、《案例教学》、《模拟演练》、《现场操作教学》和《结构化研讨》等课，对理解、消化所学理论知识帮助很大，深受启发。

第二，方式灵活。本刘锐教授所讲的《领导者的法治思维》，以深入浅出的道理、朴实无华的语言讲解了领导干部应当具备的规则性思维、合法性思维、程序性思维、权义性思维和权责性思维等五个方面的法治思维能力。让我深入了解规则性思维要求先立规矩后办事，立好规矩再办事；合法性思维要求合乎法律文本的具体规定，合乎法律的目的、原则和精神，正确对待“坏法”；程序性思维要求要有程序，并且程序应正当；权义性思维以权利、义务为工具去审视、调整社会关系，处理社会矛盾，认真对待权利，切实履行义务；权责性思维要求有权必有责，权责要相当。马宝成研究员所讲的《推进国家治理现代化》，以他自己的独到见解，让我对治理理论的兴起和基本内涵、推进国家治理现代化面临的挑战及其主要对策等方面有了深入的了解，使我对推进国家治理现代化充满了信心。李雪峰教授的《桌面演练：食品安全应急》，让我了解桌面演练方法，不仅使我积累了重大食品安全事件处理经验，而且让我提升了突发事件形势研判能力和决策能力。张志和研究员所讲的《传统文化与领导干部的文化修养》，让我深感到，作为当代领导干部不仅要了解中国传统文化，还要了解西方的哲学、历史、文学艺术以及科学技术等知识，而且深知当代领导干部比古代官员的眼界更宽阔，理应具备更高的文化修养；特别是使我真正领会了习近平总书记12月5日在山东考察时对文化作用的重要指示：“文化作为国家系统中的协调性机制具有举足轻重的作用。它决定了系统的各个要素之间建立一种什么联系、形成什么结构、具备什么功能。文化发展是中国系统发展的重要环。”提高文化修养的目的，就是为了正确地认识人类社会发展的规律，认识我国目前所处的历史位置和发展形势，进一步做好本职工作；当代的领导应以开放的心态，继承和弘扬传统文化、借鉴人类一切优秀的文化成果，提高文化修养，实现中华民族的伟大复兴。

第三、搭配得当。为提高学员的知识面，在培训期间还安排到国家生产应急救援指挥中心等现场教学，让我印象最深的是参观考察国家博物馆：让我回望时间长河，中国共产党初创时仅有50多名党员，经历了土地革命战争、抗日战争和解放战争，中国共产党九十四年间已发展党员8779.3万余名。党的一大通过纲领把党的名称确定为“中国共产党”，党的七大把“为人民服务”作为党的宗旨正式写进党章，正是因为中国共产党的性质、纲领、宗旨和理论，才能给人民带来翻身解放的希望，也赢得了各族人民的拥护和支持。

二、学习收获。

回味这十天的学习，心中的收获颇丰。具体总结起来主要有两点：“非常难得、非常庆幸”。

首先是开阔了视野。首都北京是全中国的政治文化中心和国际交往枢纽，也是世界著名的历史文化名城之一；北京又是中国最大的科学技术研究基地，有中国科学院等科学研究机构和号称硅谷的中关村科技园区，每年获国家奖励的成果占全国的三分之一；北京也是全国教育最发达的地区，调整后高等院校59所，其中清华大学、中国人民大学、北京大学和北京师范大学等都是全国最著名的学府；北京还拥有亚洲最大的图书馆在内的24家图书馆，门类众多的博物馆超过百家。这次在北京举办异地专题培训还安排了具有代表性的现场实践教学，从而开阔了视野。

其次是丰富了知识。通过这次在“国家行政学院举办的\*\*州领导干部应急管理能力提升专题培训班”学习，使我学到了很多新知识。使我了解治理理论的兴起和基本内涵，进一步明确了推进国家治理现代化面临的挑战和主要策略；了解了领导干部应当具备的规则性思维、合法性思维、程序性思维、权义性思维和权责性思维等五个方面的法治思维内容；深刻领会了加强应急管理规范化、科学化和标准化建设，必须建立科学的应急响应制度，加强应急管理人员的队伍建设，开展综合宣传教育工作。

其三是更新了观念。观念的更新往往决定了工作思路、工作方法和工作效果。这次在国家行政学院举办首期\*\*州领导干部应急管理能力提升专题培训班，不仅是现代知识的传授，意义更深的是思想上的碰撞和观念上的洗礼和更新，更是观念上的输送和智力上的有效扶持。加强地方与院校的合作培训，是有效扩宽干部知识渠道、开阔干部视野，不断提高自治州各级各族干部能力素质的重要举措，更是深入贯彻落实中共\*\*州委人才强州战略，进一步开阔视野、丰富知识、更新观念、提升素质、强化能力，增强加快\*\*经济社会科学发展和谐发展跨越发展的紧迫感、使命感和危机感的具体体现。我坚持理论联系实际，带着问题参加学习，不仅认真听讲，积极思考，踊跃提问，巩固转化学习成果；而且进一步清楚地认识到自己所肩负的使命和责任；作为一名人大少数民族领导干部，不仅更新观念，讲学习、讲政治、讲纪律，而且要增强“学习意识、责任意思、担当意思、法律意思、政治意识”，推动\*\*州人大工作的提升，从而推进边陲\*\*人大工作与时俱进，以适应新形势新任务的新需要。

总之，通过这次学习，使我明白了学习是领导干部终身不可缺少的重要课题；实现中华民族的伟大复兴，建设和谐社会，只有自觉把学习作为一种政治责任、一种精神追求、一种思想境界，才能不断提高理论水平、政策水平、知识水平尤其是提高应急管理工作水平，提高应对处置突发事件科学化水平和工作效率；真正做到政治上坚定，业务上精通，出色地做好自身的本职工作。今天的学习不是结束，而是一种新的开始。在今后的工作中，我将以积极向上的心态、饱满的热情，把学到的新知识、新经验付诸实践，使自己在未来的工作学习实践中，能力和水平都有所提高。

**应急能力提升心得体会篇十二**

应急个人能力是指个人在面对突发情况时的应变能力和自救能力。随着社会的发展，突发事件的频率和规模越来越高，如地震、洪涝、火灾等自然灾害，以及恐怖袭击、交通事故等人为灾害。在这些事件中，个人的应急能力直接影响着自身和他人的生命安全。因此，提升个人应急能力是一个必要且重要的事情。

二、了解应急基础知识。

了解应急基础知识是提升个人应急能力的第一步。这些知识包括应急预案、应急救援常识、急救方法、安全逃生等。在灾害发生前，我们应该了解本地区的应急预案，掌握如何向救援部门报告灾情，以及该怎样应对各种紧急情况。在灾害发生后，我们应该知道应该采取的应对措施，了解基本的急救知识，可以通过提高自救能力来保护自己和他人。

三、提高灾害应对能力。

在日常生活中，我们可以通过参加应急演习、模拟灾害情况训练等方式来提高应对能力。应急演习是检验应急方案和应急预案实施效果的一种有效方式，同时也可以让参与者了解交通疏导、物资供应和信息发布等方面的实际操作。

四、建立应急预警机制。

应急预警机制是指采取现代科技手段，通过信息技术手段预警灾害事件的发生及其可能对人类造成的危害，提前进行预警。在预警阶段，我们可以通过短信、微信等方式向身边的朋友及家人发送灾害预警信息，并建立一套完备的灾害应对方案。

五、宣传应急意识。

提高大众对应急意识的认知可以增加其应对突发事件的效率，因此，应该开展应急教育宣传活动，传播应急基础知识和技能，教育大众应对突发事件的正确方法和途径。只有通过普及应急意识，提高公众自救、互救、抗灾的能力，才能更加有效地应对自然灾害和其他灾难事件。

结语。

应急个人能力的提升关系到我们自己和亲朋好友的安全，更关系到社会的安全和稳定。我们可以通过了解应急基础知识、提高灾害应对能力、建立应急预警机制、宣传应急意识等方式来提高自身的应急水平。希望大家都能够重视应急工作，增强应急能力，更好地保护自己和他人的生命安全。

**应急能力提升心得体会篇十三**

为了提高应对突发事件的能力和应急管理干部的综合素质，进一步提升应急管理工作水平，公司举办了为期5天的培训班。下面谈谈个人体会。

一、认清突发事件的内涵。突发事件是指突然发生，造成或者可能造成严重社会危害，需要采取应急处置措施予以应对的自然灾害、事故灾难、公共卫生事件和社会安全事件。突发事件包涵核心要素为：

一是具有明显的公共性或社会性。突发事件应对法所要解决和应对的是“公共危机”，具有明显的“公共性”。国家制定突发事件应对法的核心目的是为了应对突发公共危机。

二是具有突发性和紧迫性。突发事件的发生往往是突如其来，如果不能及时采取应对措施，危机就会迅速扩大和升级，会造成更大的危害和损害。三是具有危害性和破坏性。危害性和破坏性是突发事件的本质特征，一旦发生本法所称的突发事件，就会对生命财产、社会秩序、公共安全构成严重威胁，如应对不当就会造成巨大的生命、财产损失或社会秩序的严重动荡。四是必须借助于公权力的介入和动用社会人力、物力才能解决。公权力在突发事件应对过程中发挥着领导、组织、指挥、协调等功能，公权力介入突发事件的应对。

二、积极应对突发事件。应对突发事件，把预防和应急准备放在优先位置，真正做到防患于未然。只有牢固树立“居安思危、常备不懈”意识，逐步把握规律，主动采取防范措施，才能从根本上减少突发事件的发生。同时，在无法完全避免突发事件发生的情况下，要总结探索如何制度化、科学化、专业化应对各类突发事件。第一，建立健全应急管理制度。政府部门应建立健全分类管理、分级负责、条块结合、属地管理为主的应急管理体制，形成统一指挥、功能齐全、反应灵敏、运转高效的应急机制。加快应急管理的法制建设，形成有效应急管理法制体系，把应急管理工作纳入规范化、制度化、法制化轨道。第二，制定完善应急预案机制。认真制定应急预案，健全监测、预测、预报、预警和快速反应系统，加强专业救灾抢险队伍建设，健全抢险救灾物资储备制度，搞好培训和预案演练，全面提高抗风险能力。

第三，加快建设科技应急体系。高度重视运用科技提高应对突发事件的能力，加强应急管理科学研究，提高应急装备和技术水平，加快应急管理信息平台建设，形成公共安全和应急管理的科技支撑体系。第四，加强组织协调应急管理。加强相关部门的协调机制，落实各自承担的专项预案，要按照总体应急预案的要求，做好纵向和横向的协同配合工作。健全应对突发公共事件的组织体系，明确各方面职责，确保一旦有事，能够有效组织，快速反应，高效运转，遇事不乱。

第五，积极开展应急宣传培训。利用多种方式，广泛宣传相关法律法规和应急预案，特别是预防、避险、自救、互救、减灾等知识，增强公众的危机意识、社会责任意识，提高自救、互救能力；深入开展应急专题培训，特别要加强对公务员进行专题教育及应对和处置突发事件的培训，全面提升应对管理水平。

三、提高处置突发事件的能力。应对突发事件是一项全新的工作，无论政府还是公众，都需要学习、探索，提高应对的能力。培养危机意识。危机意识是突发事件预警的起点。在和平时期，人们往往缺乏危机意识。通过模拟危机情势，不断完善危机发生的预警与监控系统，培养危机意识。

**应急能力提升心得体会篇十四**

今年5月中旬，按照…区突发公共事件应急管理培训方案要求，我区认真做好突发公共事件应急管理培训的有关组织工作，做到“三到位”，认识到位、组织到位、人员到位，收到预期学习效果，增强了我区公务员的危机意识和危机管理能力，从而提高整体服务水平。

**应急能力提升心得体会篇十五**

随着社会的不断发展，在我们的日常工作和生活中，遇到突发事件的可能性也越来越大。这些突发事件可能是自然灾害，也可能是社会事件，或者是个体突发疾病等等。对于这些危机事件，如何有效应对，保护自己和他人的生命财产安全，提高自身的应急处突能力就显得十分重要。

现在，许多人并没有意识到应急处突的重要性，缺乏应对危机事件的实际经验和应急处突的基本技能。这也就导致一旦出现危机事件，人们往往处于惊慌失措的状态，不知道该如何应对，从而造成了更进一步的损失。

提高应急处突能力可以有效了解突发事件的风险和潜在威胁，增强适应性和灵活性，减少不确定性，成功应对突发情况。同时，应急处突能力的提升，还可以促进安全文化建设，提高个人和公司的防范意识和应对能力，从而最大限度的保护生命和财产安全。

首先，可以通过接受应急处突培训来提高自身的应急处突能力。这些培训内容包括应急处突基本知识、应急处置的基本技能以及应急处置方案的制定。冬季，应急处突学生可以通过模拟演习来锻炼自身应急处突能力。其次，应该牢记自身的职责，及时掌握相关的任务和指令，同时积极与各个应急处置部门保持联系，做到有备无患。

第五段：结论。

在多次系统的应急处突培训和模拟演习实践之后，我深刻意识到提高应急处突能力的重要性，并且感受到在遇到危机事件时的应急处置的自信心和能力。我相信，在多次实战实践中，通过掌握岗位职责，提高质量和安全保障水平，不断完善和详细应急预案和应急预警系统，我会更好的应对各种突发事件，并且严格按照应急预案要求，坚定的实施应急处置方案，确保各项任务的完成。

**应急能力提升心得体会篇十六**

应急能力是指个体或组织在突发事件发生时能够及时做出决策、采取行动，并有效应对和调整的能力。对于每一个人来说，提升应急能力是非常重要的，无论是在家庭生活还是在工作环境中都同样适用。在我个人的经历中，通过参加应急能力培训和实践活动，我认识到了提升应急能力的重要性，并且获得了一些宝贵的体会和心得。下面我将分享这些心得，探讨如何提升应急能力。

首先，了解常见的突发事件是提升应急能力的基础。不同的地区和环境中，所面对的突发事件可能会有所不同，因此我们需要了解我们所处的环境中常见的突发事件有哪些。比如，在地震多发地区，我们需要了解地震的发生原因和突发时的应对措施。而在火灾频发的地区，了解火灾如何发生以及应对火灾的紧急逃生方法非常重要。了解常见的突发事件是提升应急能力的第一步，也是最基础的一步。

其次，参加应急能力培训是提升应急能力的有效途径之一。培训课程可以教授我们应对突发事件的基本知识和技巧，同时也能够对我们在应急情况下的心理素质进行训练。例如，我曾参加过一次地震应急处理培训课程，通过模拟地震情景和应急演练，我学会了正确的避险姿势和寻找逃生通道的方法。通过培训，我不仅掌握了一些实用的应对技巧，而且增强了我的应急反应能力。

第三，进行应急预案的制定和演练可以提升应急能力。在我们的日常生活和工作中，我们可以通过预先规划，制定应急预案来应对可能遇到的突发事件。例如，家庭应急预案可以规定家庭成员在火灾或地震发生时的应对措施和联系方式。同样，工作场所也可以制定相应的应急预案，明确每个员工的应急任务和责任。并且，定期进行应急演练是必不可少的。通过演练，我们可以检验应急预案的有效性，发现潜在的问题并进行改进。

第四，保持冷静和合作是应急能力提升的关键。在突发事件发生时，保持冷静和理智非常重要。当我们陷入恐慌和混乱时，很容易做出错误的决策，进一步使情况恶化。因此，在日常生活中，我们需要培养冷静的心态，提高自己的心理素质。此外，合作和团队意识也是应急能力提升的重要方面。在应急情况下，团队的合作和配合可以更有效地应对突发事件，最大限度地减少损失。

最后，应急应对经验的总结和反思是提升应急能力的关键环节。每一次应急情况的发生和处理都是一次宝贵的经验积累机会。我们应该及时总结和反思这些经验，找出在应急过程中的不足之处，并加以改进。通过持续的学习和反思，我们可以不断提升应急能力，提高对突发事件的应对能力。

总之，提升应急能力是每个人都应该关注和努力的方向。通过了解常见的突发事件、参加应急能力培训、制定和演练应急预案、保持冷静和合作，以及总结和反思应急经验，我们可以不断提升自己的应急能力，增强抵御突发事件的能力，保护自己和身边人的安全。让我们共同努力，提升应急能力，为我们的生活和工作创造更加安全和稳定的环境。

**应急能力提升心得体会篇十七**

xx月xx日上午，在街道的组织安排下，我参加了苏州市大学生村官培训，观看了省委党校副教授韩丹《突发公共事件与应急管理》的专题学习讲座视频。韩教授用通俗易懂的语言，旁征博引各方事件，深入浅出，晓之以理，动之以情。看完视频我感到受益匪浅，同时深深体会到作为一个基层大学生社区工作者，如何正确处置好群众工作中的突发事件，任务重、责任大，需要不断学习法律法规知识，提高自身依法管理水平和应对突发公共事件的`能力。

突发公共事件是指突然发生，造成或者可能造成严重社会危害，需要采取应急处置措施予以应对的自然灾害、事故灾难、公共卫生事件和社会安全事件。它具有明显的公共性或社会性、突发性和紧迫性，同时具有危害性和破坏性，必须借助于公权力的介入和动用社会人力、物力才能解决。公权力在突发事件应对过程中发挥着领导、组织、指挥、协调等功能，公权力介入突发事件的应对和处理、妥善解决。

在因突发事件而产生的非常规状态下，政府同样必须依法行政。依法积极应对突发事件、保障公共安全是政府的法定职责。政府在应对突发事件过程中应当遵循尊重和保障人权原则、职权法定原则、正当程序原则和比例原则等依法行政原则，这些原则在抗击汶川地震过程中得到了切实的贯彻。应当将非常规状态下的依法行政与常规状态下的依法行政结合起来。重视非常规突发事件在常规状态下的依法管理。

突发公共事件应对管理是一项全新的工作，无论政府还是公众，都需要认真学习，努力探索，提高应对的能力。应对突发事件，关键是把预防和应急准备放在优先的位置，真正做到防患于未然。只有牢固树立“居安思危、常备不懈”的意识，逐步把握规律，主动采取防范准备措施，才能从根本上减少突发事件的发生。同时，在无法完全避免突发事件发生的情况下，要总结探索如何制度化、科学化、专业化地应对各类突发事件。

第一，在处理突发事件时必须依法行政，公正文明执法，坚决防止侵害公民基本权利的行为发生。

第二，建立健全应急管理制度。政府部门应在党中央、国务院统一领导下，建立健全分类管理、分级负责、条块结合、属地管理为主的应急管理体制，形成统一指挥、功能齐全、反应灵敏、运转高效的应急机制。加快应急管理的法制建设，形成有效应急管理法制体系，把应急管理工作纳入规范化、制度化、法制化轨道。

第三，制定完善应急预案机制。认真制定突发公共事件应急预案，健全监测、预测、预报、预警和快速反应系统，加强专业救灾抢险队伍建设，健全救灾物资储备制度，搞好培训和预案演练，全面提高政府和全社会的抗风险能力。

第四，加快建设科技应急体系。高度重视运用科技提高应对突发公共事件的能力，加强应急管理科学研究，提高应急装备和技术水平，加快应急管理信息平台建设，形成公共安全和应急管理的科技支撑体系。

第五，以人为本，居安思危。把保障人民群众身体健康和生命财产安全作为应急工作的首要任务，最大限度地减少突发公共事件及其造成的人员伤亡和危害。坚持预防与应急相结合，做好应对突发公共事件的各项准备工作。要在各级党委、政府的统一领导下，建立健全“分类管理、分级负责，条块结合、属地管理为主”的应急管理体制依法规范，加强管理。使应对突发公共事件的工作规范化、制度化、法制化又不失人性化。

应对突发事件跟我们每一个人都息息相关，涉及到我们每一个人的切身利益，是我们大家共同的事情。在这个过程当中，只有政府与公众都履行了自己的职责，充分做好了预防和处置各类突发公共事件的思想准备、组织准备、物质准备和技术准备，建立健全了社会预警体系和应急机制，提高了预防和处置突发公共事件的能力，我们的生活才能变得更加平安幸福，我们的社会才能变得更加和谐美好。大学生社区工作者更要积极发挥自己的知识水平，提高应对公共事件的能力与水平。

。

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！