

有朋自远方来活动的主持词(精选7篇)

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

社工心得体会篇一

见习的日子说长不长，说短不短，从一开始的度日如年到最后的依依不舍，在这两个星期里，我经历了许多，学到了许多书本上没有的东西。

(一)游戏活动

游戏是儿童最主要的活动之一，儿童在游戏中体验快乐、经历社会经验、学得知识，它在学龄儿童中起着重要作用，对儿童的身心发展有着重要的影响。通过平时的观察，我经常看到小朋友们一有点大运动量的活动或者伙伴之间嬉戏性的吵闹如假装打架，老师就很紧张，有的老师为了便于管理，甚至很少让儿童进行伙伴游戏。管理是方便，教学目标是达到了，但儿童之间相互交流、互帮互助的机会就减少了。儿童游戏产生，是其生理和心理的共同需要。在游戏活动中，儿童能体验快乐，能扮演成人，完成现实中不能完成的事情，还可以想象各种他们想要的东西，满足他们现实中不能满足的愿望。

游戏让儿童体验了成功。老师应该要正确对待儿童的自由游戏，允许儿童游戏的自由发展，不应强加干涉。我和仇老师也曾上过一节游戏活动课，虽然只是短短的20分钟，但受益非浅，在游戏中，我们要以儿童为主体，设计适合这一年龄阶段儿童的游戏，我们还要在游戏中注意对儿童的正确引导，

比如游戏规则、分组等，最重要的是让我学到了“一物多用”，本来还在想一天到晚就用那么些活动器材(绳子、毽子、报纸)是不是太单调了，可实践之后才发现原来一根绳子还能有那么多种玩法，这样不仅能节约资源，还可以大大提高资源的利用率。有的小朋友很快就会对一个游戏失去兴趣和激情，这时候就需要我们以合作者的身份加入到儿童的游戏活动中，以我们的知识引导儿童深入开展游戏活动，有效延长儿童游戏的时间，激发儿童探究游戏的兴趣，并尽可能让儿童的想象力得到发展。

(二) 知识的学习与掌握

其实在见习期间，我们没有看到很多的文化课，根据幼儿园的安排，每天时间的分配都是有一定规律的，留给儿童正式学习知识的时间大概只有2个小时。由于二期课改，老师的上课模式就趋于综合，不再是我们常见的分科课程了，其中往往包含着语言、绘画、游戏等等，当然，有时候老师还是会偏重某一方面技能的培养。

在学习知识的过程中，我发现同一年龄阶段儿童的发展水平是很不同的。如生字的学习，有的儿童学一遍就会写了，但记忆的再现差，过不了一两天就忘记了；有的儿童学习起来很慢，记忆一个生字需要一两天，但是一旦记住就不会遗忘。这就需要老师在教学的过程中，根据儿童的特点进行个别教育。学得慢的孩子多重复几遍，学得快的就注意不断的复习旧知识。在绘画能力上，就更能看出儿童之间的差距了，有的对于图形的构造、画面的整体感、颜色的协调等方面已经表现出了很高的才华，而有的则明显差了一个档次。

一堂课中老师不可能解决所有学生的问题，那么该如何合理安排老师个别指导的时间？实践中，我探究出在一堂课中，老师可以根据本堂课儿童的反应情况，重点解决一两个儿童的学习难题，让一两个儿童先掌握，然后再根据下堂课的反应情况，解决其他儿童的问题。如此持之以恒的个别教学，使

每个儿童都能学到东西。当然也可以把个别儿童的问题汇总起来，然后在所有的儿童面前一一解决。每次学习，老师都会在最后通过练习来反馈小朋友的学习情况，我认为这样不仅能训练儿童的记忆力和思维思考能力，还能够增强儿童间的竞争，促进学习。

光靠这2个小时左右的教育当然是不够的，教育无处不在，教育无时无刻存在我们身边，关键是我们怎样用敏锐的眼睛去发现教育素材。老师要善于观察儿童平时的一举一动，从他们的言语中发现问题，并抓住机会帮他巩固概念，更可以在这基础上提升经验。比如有次我们班的一个小朋友对火发生了兴趣，老师就说了一下火的用途和危害，后来还引申到了火灾发生后应该怎么办。其实我观察下来，儿童一天中通过各种途径接受的知识还是很多的。

(三) 纪律

其实对于幼儿园的孩子来说，他们对纪律的概念还是非常模糊的，尤其是小班和中班的小朋友，每次做早操和吃饭的时候都会有很多人不听老师的安排乱跑，而我们大班的小朋友也许是因为已经呆了4年的原因吧，都还蛮守纪律的，但每当有陌生人比如我和仇芸进教室的时候，这些孩子就会显得特别的兴奋。老师允许他们在画图的时候自由表达、纪律活跃一些。

但他们经常把这种特别活跃的气氛带到平时的英语课和文化课上，使课堂纪律显得十分松散。其实我认为纪律并不是要使儿童看到老师就象老鼠看到猫一样，但是适当的与儿童保持一定距离有助于对儿童的管理，特别是课堂调控。我自己就有切身的感受，我的教育原则就是温柔地对待每一个儿童，在见习期间，无论他们是否完成老师交给的任务，我都给予真诚的赞扬和支持，致使他们觉得我从来不会批评他们，永远会表扬他们，而且我从来没有因为小朋友的错误或不守纪律而严厉的教训过他们，本来以为这样做能和他们走得近些，

没想到最后好象走得有些太近了，以至于完全没有在他们心目中建立起威信，睡觉的时候那些老油条看到别的老师至少还会假装把眼睛闭上，但看到我的时候个个都把眼睛睁得大大的，有的甚至还对着我笑，哎！看来做老师有时候不凶一点是不行的啊。

社工心得体会篇二

社工见习是每一个社工学生需要经历的一段重要阶段，通过参与实地社工工作，学生们得以接触真实的社会问题，并学会运用社会工作理论和技巧进行干预与支持。在我个人的社工见习过程中，我深刻体会到了社会工作的复杂性和挑战性，并从中获得了宝贵的经验与收获。以下是我见习期间的心得体会。

首先，社工见习让我对社会工作的本质有了更深刻的理解。在见习过程中，我运用社工专业知识和技巧与不同背景的个人、家庭、群体进行了亲密接触。这让我更加明确社会工作的目标是解决人们在社会生活中所面临的困难和问题，帮助个体和群体实现自身的发展与改变。我亲身体会到了社会工作的价值和意义，这不仅是一种职业，更是一种使命和责任。

其次，社工见习让我认识到社会问题的复杂性和多样性。社会问题不像教科书上那样简单明了，而是充满了复杂因素和不确定性。在实际工作中，我遇到了各种各样的问题，有家庭矛盾、青少年问题、老年人孤独等等。每个问题都需要我根据个体的具体情况进行全面评估，并制定针对性的干预计划。这让我意识到社工见习不仅需要掌握理论知识，更需要培养敏锐的观察力和判断力，以便更好地应对复杂的社会问题。

另外，社工见习让我体验到了自身的成长与变化。在与被服务者交流的过程中，我逐渐学会了倾听和关注他们的需求。我发现，与被服务者建立关系是社会工作中最为重要的一环，

只有真正去尊重和理解他们，才能更好地与他们共同工作。通过与不同背景的人接触，我渐渐摆脱了一些成见和偏见，变得更加开放和包容。这让我意识到社会工作不仅在于为他人服务，同时也在于改变自己。

此外，社工见习也让我认识到了团队的重要性。在实际工作中，我和其他见习社工们形成了团队，共同面对和解决社会问题。通过合作与讨论，我们互相学习和成长，共同提升自己的社工实践能力。同时，也意识到一个强大的团队需要相互信任和支持，只有团结一心才能更有效地应对社会工作带来的挑战。因此，合理地分工与合作，团队建设同样至关重要。

最后，社工见习给我留下了深刻的教训和反思。在实践中，我也会遇到一些挫折与困难，有时甚至觉得自己力不从心，感到非常无助。但正是这些困难和挫折，让我更加坚定了做社工的决心。我意识到，社会工作虽然不是一条容易走的路，但只有脚踏实地地努力，才能为他人带来真正的改变。我会以心态和勇气面对社会工作的挑战，不断学习和提升自己的专业素养。

总之，社工见习是我个人从理论走向实践的桥梁，它让我更加深入地了解社会工作的本质和挑战。通过亲自投身于社工实践，我意识到社会问题的复杂性和多样性，同时也体验到了自身的成长与变化。见习过程中的团队合作与反思也让我积累了宝贵的经验与教训。社工见习不仅是一次实践，更是一种思考和反思的过程。我将继续努力，积极学习和锻炼，为将来的社会工作做好准备。

社工心得体会篇三

两周的见习已经完了，两周的时间虽很短，可在这短短的时间里我们见识了很多东西，这里有几个体会。

- 1，其实护士这个行是很累的，一个科室十多个护士，而要护

理六七十个人。早上七点多就要上班，开早会交一班，观察病人病情，清理今天要肌注皮下注射的病人，测体温，测血压，配药，打针，输液，换药。根本没有休息的时间，都是两点一线，病房治疗房。就连我们想坐的地方就没有，护士站就四张凳子，而都是护士写病历才坐的，有时写病历时没凳子还是站起写。当病人有什么需要我们还有加快脚步赶到病房去，输液管进空气排空气，液体不走我们实行处理，液体输完了我们要换液体或拔针。当有突发事件新病人来，我们要立即对病人测体温血压抽血心电监护吸氧，建立入院病历。在医院看到的都是忙碌的护士。在我见习第二天时我脚就很痛了，现在脚就是痛的。

2，行医要细心，在配药打针输液，三查七对很重要，操作前，操作中，操作后，都要校对病人姓名床头卡，药品名称用法浓度用量。无菌概念要强，配药戴口罩，针头污染换一个，无菌操作戴口罩手套。防止药物交叉感染，医院的很多东西都是一次性的，用一次就丢了，若在没有用时被污染了也丢了。所以每天看到分类垃圾箱里面有很多针头输液管注射器输液瓶。

3，也要爱心同情心，病人来就医，病痛的折磨是很痛苦的。病人就是我们的顾客我们的上帝，所以我们应很友善的对待他们，即使他们有情绪。但对待那种无理取闹的病人家属，别跟他们吵闹，把事情做完了就闪人，若病人没有配合我们做完就请老师来处理，像这种人理不清，最后吃亏的是自己，还要被护士长骂。

4。希望大家都能换位思考，我们护士站在病人的角度思考，而病人家属也应该站在我们角度思考，病人是很痛苦，家属担心焦虑，我们都是尽的力量做事，一有事立即加快脚步赶到病房，我们护理这么多病人，有时遇到几个病人同时换液体等，或有什么事，所以有时候不能立即处理，都是把重要的急需的做在前面。有些病人就不理解，哎！

5, 做事讲求速度技术和质量, 还有分工明确, 特别在抢救病人。以前别人问我我们本科护理与中专护理有什么区别呢, 我就说能进好医院吧! 而为什么大医院要我们呢? 就如什么样的人配什么样的衣服。见习了两周, 让我知道本科护士仅仅比中专护士素质要好点, 理论知识强点, 而临床的都是从零开始, 与他们一样都要开始学。而我们下了临床都要重新学, 所以我们不要以为自己是本科生就怎么怎么, 混得不好就与中专一样, 可我们比他们多花了几年时间青春, 所以自己要强, 什么不懂的都要多问多学。

6, 不管在哪里都要把关系处理好, 关系是很重要的, 关系好别人才愿意教你。不过干我们这行, 只靠嘴上功夫是不行, 那就是只说不做事的, 人还是要勤快点, 多跑跑腿, 对自己还是有好处的, 可也不要盲目的跑, 要选择人事。有些人就爱指使人, 而自己本能够随手拿的东西就要叫别人去拿, 你又不是手上拿了很多东西拿不到呢, 还有啥事就不教。

7, 当给病人测血压体温输液打针时, 我们要主动跟病人交谈, 一是我们对病人的关心, 二是看看他们是否与昨天或前会意识状态一样, 在我见习时, 就遇到一个老婆婆, 前会还爱说话, 而有一天下午去测血压时就不爱说话了。像遇到这种事要跟护士长说说, 晚上测她的血红素太低了, 一般人是十二点几, 而她只有五点几, 医生赶忙下医嘱给她输血, 到第二天才恢复原来的状态。还有我们给病人测体温血压血糖时, 若发现太低或太高, 我们都要立即报告医生。

8, 有些人就看不起我们护理这个行, 我只想说每一行只有高低之分, 没有贫贱之分, 虽我们地位没有医生高, 没有医生清闲, 可只要我们愿意干就没有啥。我现在就能够说我就是护士, 我也是为社会做贡献的一份子。

9, 其实美女还是有大大的好处, 就连医院就是的, 你是一个美女, 病人就愿意要你输液打针, 即使一针不准, 他们也会说没事打吧! 这也是美女的好处的啊! 所以护士中美女挺多

的。哎！像我们这样，在里面就是下下层了，所以还是要把技术练好点，很多病人溜。

10。在医院不要乱说话，不知道就不知道，不要装懂。对有些不确定的事要去确定，不要给病人家属好像大概有些不确定的答案，给一个明确的答案。要学会保护自己。

11，只有在见习才能够到其他科室到处走走看看学点东西，而实习工作了根本没时间让你到处走动。

13，在医院里，看到病人痛苦的表情。我们正常人测血压或测血糖有时觉得很冷胀痛刺痛，而病人对这些已经不算痛了，每天看到其他护士给病人打针输液时，而病人仅仅咬紧牙齿。所以我觉得他们是坚强的。

14，在内科，每天能看到病人去世，觉得人的生命是很脆弱的，所以我们要珍惜眼前的生活，快乐是一天，不快乐也是一天，何不快快乐乐地过每一天呢。还有有些事不要等到失去可才懂得珍惜，多陪陪家里的父母，上了年龄的人也是害怕孤独的。

社工心得体会篇四

社工见习是社工专业学生必不可少的一部分，通过实地实习，学生们能够将在学校所学到的理论知识付诸实践，并且进一步了解社会工作的本质和意义。在我参与社工实习的过程中，我获得了许多宝贵的经验和体会。我将在以下的几个方面展开我的见解和感悟：实践与理论的联系、社工技能与情感的平衡、多元化社群的拓展、人际关系与沟通能力、团队合作与互助精神。

首先，实践与理论相辅相成。在实习过程中，我深刻体会到实践和理论的紧密联系。实践帮助我将课堂上学到的理论知识应用到具体的工作场景中，而反过来，理论也为我的实践

工作提供了指导和支持。例如，学习中的理论知识使我能够更好地了解和应对客户的需求，而通过实际工作经验，我也能深刻体会到该理论的实际应用效果。实践与理论的结合让我更好地理解社会工作的真谛。

其次，平衡技能与情感。社工工作中，技能是基础，但情感同样重要。作为社工，我们需要具备一定的专业技能，如心理辅导、案例管理等。但同时，情感的支持和理解也是至关重要的。在社工见习中，我发现我的情感理解和支持能力得到了大幅度锻炼。不仅仅是技能的应用，更需要我真心实意地去关心和理解客户的感受和需求。平衡技能与情感，才能更好地为客户提供有效的帮助。

第三，多元化社群的拓展。社工见习使我接触到不同背景、不同需求的人群，这让我深刻理解到社会的多元性。在和不同群体的接触中，我体会到了文化差异、价值观念的碰撞，但同时我也学会了尊重和包容。社会工作需要我们超越个人偏见和局限，以开放的心态去接纳和帮助社群中的每个人。

第四，人际关系与沟通能力的重要性。社工工作需要良好的人际关系和沟通能力。在我的社工实习中，我深刻体会到这一点。要与不同的人建立良好的沟通关系，需要具备善于倾听和理解的能力，同时也要善于表达自己的观点和理念。只有良好的人际关系和沟通能力，社工才能更好地与客户沟通，建立信任关系，实现目标。

最后，团队合作与互助精神。社工工作是一个团队合作的过程。每个团队成员都扮演着不同的角色，但都需要相互协作和互相支持。在我的社工见习中，我观察到团队精神对于工作的顺利开展至关重要。团队成员之间的相互帮助和支持，能够更好地解决问题和应对困难。

通过社工见习，我收获了许多宝贵的经验和体会。实践与理论相辅相成，平衡技能与情感，多元化社群的拓展，人际关

系与沟通能力，团队合作与互助精神，这些都是我在这段时间里所体会到的重要课题。在未来的学习和实践中，我会更加努力地提升自己的社工能力，为社会做出更多的贡献。

社工心得体会篇五

白云浮动，传奇被停留在过往，落叶沉睡于大地，孕育着一个希望的诞生。20xx年的冬天，这是我进入石大的第一个寒假，美丽的石大，承载着我的梦想——去当一名光荣的白衣战士。生命的意义是由自己定义的，为了给自己医学知识充电，而实践的过程是所有课本不能给予的，短暂的寒假便来到新城红十字医院(原八毛职工医院)实习。

对于我这个只有半年学医经历的学生来说，应该从医院中最基础的护理工作开始。来到医院，我对一切都感到新鲜和畏惧，即使自己曾以病人的身份到过此地。

镜中的我，穿着干净的白大褂，戴着洁白的帽子和口罩，想想自己第一次穿着白大褂的那份自豪，心底的那份坚定与自信油然而生!

看起来简单的护理工作，让我开始有些手忙脚乱。原本的自信荡然无存。我开始虚心向护士学习，紧紧地跟着护士，寸步不离，年轻的护士耐心地给我讲解着关于护理的知识。慢慢地，我穿梭在各个病房，了解了她们的护理术语和一些日常工作。

我协助护士接诊病员，做好四测(测血压、测体温、测脉搏、测体重)，熟练地掌握了血压及体温的测量方法，接触配液环节，在严格坚持“三查七对”(三查：操作前查、操作中查、操作后查;七对：对床号、对姓名、对药名、对浓度、对剂量、对方法、对时间)的原则下，并为病员配液。

终于有了我实践的机会，想着护士叮嘱我的操作要领，端着

装有止血带、胶布、碘付的器皿，来到病房。面带着微笑：“阿姨，该打针了！”我给病人绑上止血带，用碘付进行消毒，然后拿起针头，小心翼翼地扎入病人的血管中。看见管中有回血，一种如释重负的感觉蔓延全身。想不到，身平第一次扎针竟然会如此的顺利！

护士在休息的时候，给我讲着因为静脉注射的输液管中一个小小的气泡，而使病人死亡的真实事例后，我大为震惊，不免开始崇敬这些平凡的护士们。

20xx年2月21日在医院领导的同意下，我观摩了一例左下肢静脉曲张高位结扎及剥脱术！手术前病人的家属用充满期待的目光注视着主刀的医生，顿时让我感到医生的伟大责任。手术的时间大约两个小时，主刀医生精湛的医技，让我了解到医学基础知识的重要性，他的细心，仿佛把病人当成自己的家人一样精心地照料，就好象生理老师曾经说过：虽然你们是用动物做实验，但以后你们却是要给人看病！因此，使我是深深体会到，我们要提高自己的职业素质。

短短的15天医院实习结束，终于可以喘一口气了。想想这么多天的忙碌，再想想每日辛苦战斗的护士们，才知道护理工作的不易。

我觉得护理工作不仅需要熟练的技巧，而且同样需要优秀的职业素质：

1. 思想素质：要教育和培养每一个护理人员热爱护理工作，献身护理事业，树立牢固的专业思想；要有崇高的道德品质、高尚的情操和良好的医德修养，以白求恩为榜样，发扬救死扶伤，实行革命的人道主义精神；真诚坦率，精神饱满，谦虚谨慎，认真负责；要高度的组织性、纪律性和集体主义精神，团结协作，爱护集体，爱护公物。

性地做了病人的思想工作，增强其向疾病做斗争的勇气和信

心;保持衣着整齐,仪表端庄,举止稳重,礼貌待人,朴素大方;作风正派,对病人一视同仁,对工作严肃认真。

3. 科学素质:护理人员要具有实事求是、勇于探索的精神,要认真掌握本学科基本理论,每项护理技术操作都要知其然并知其所以然;护理学是一门应用学科,必须注意在实践中积累丰富的临床经验,要掌握熟练的技术和过硬的本领;要刻苦钻研业务,不断学习和引进国内外先进的护理技术;要善于总结经验,不断探索,开展研究,勇于创新,努力提高业务技术水平,不断推动护理事业的发展;要积极努力学习和了解社会学、心理学、伦理学等知识,拓宽自己的知识面,更好地为病人的身心健康服务。

同样,即将成为口腔医生的我们也应该充分认识到:

1. 医生是一个很平凡的职业,他的责任就是救死扶伤,挽救病人的生命。

2. 医生也同样应该具备一定的思想素质、专业素质和科学素质,要有一定的责任心,把病人的生命看作是自己的生命。

3. 医生要有创新和探索的能力,积极为医学的未来作出贡献。

新的学期开始了,新一轮对医学知识的吸收和总结也拉开序幕,我会投入百分之百的努力:加油——对所有的人说!