

美容师每月总结及下月计划(优质5篇)

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 and 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。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

听讲座心得体会篇一

参加了学校组织的班主任培训，听了丁蓉老师对班主任工作的精辟、详细的分析与总结。使我对班主任工作和职责又多了一份了解，也更明白了自己作为一个班主任所担负的任务是多么艰巨。

随着时代的进步，新的世纪的到来，社会对教育事业也提出了更多的要求，如何能使现在的学生适应社会、融入社会是每个学校所共同关注的话题，丁蓉老师提出了她的看法“更新育人观念，以人为本”。旧式的“应试教育”再也满足不了社会，无法为社会提供全面发展型的人才，如何改变旧式教育，，必须与时俱进、更新观念、改进方法、拓宽途径。

反思我们的过去，教师只针对事，并没有深入到学生的内心世界中去，只会对他们说你该干什么，不该干什么。而没有去了解学生需要什么和不需要什么，对他们所做的思想工作也是如何好好学习，对其心理特征和变化却是知之甚少，而如今社会需要的人才却是德才兼备、有良好心理素质的全面发展型的人才。英国一位教育学家说过：没有心理教育的教育是残缺的教育，没有经过心理教育的人是不完整的人。旧式教育已与时代脱轨。

与学生交往，要讲究艺术，要学会倾听，与学生在一起活动，

以倾听为前提，与学生的谈话更加有利于班主任工作的开展；听了讲座后，让我更深刻地认识到赏识教育对于班主任工作的重要，“数子一过，不如奖其一功。”

心理学研究也表明，每个人的心灵深处最渴望得到别人的肯定。所以我们要贯彻奖励为主，惩罚为辅的正面教育原则，如果一个班级受到表扬多，则这个班级学生思想品德、纪律、成绩就会越来越好，因为表扬使学生扬长避短，促使他们不断进步，相反如果一个班级经常受到批评，便会失去信心，就会使他们自暴自弃，很难进步。有句话说：你的教鞭下有瓦特；你的冷眼下有牛顿；你的讥笑中有爱迪生。因此，在教育学生中少批评、惩罚，多去发现学生的“闪光点”，给予肯定和鼓励。另外，集体性的奖励要多应用，心理学研究表明：人们都希望自己能置身在一个优秀组织，并且希望成为这个组织的优秀分子。集体性奖励不但能够激发学生的集体荣誉感，强化学生的集体意识，而且能教育和影响每一位学生。有位教育家讲过：“教育了集体，团结了集体，加强了集体以后，集体自身就能够成为很大的教育力量。”所以一个优秀的班集体就能激励学生，使他们不断争取一个又一个的成功。

学生最关心的是教师对他的看法，最大的愿望是得到教师的关心和爱护，尤其是面对问题学生时，如果能尽量发现他们的优点，然后真诚地去赞赏他们、鼓励他们，那么你会发现，学生个个都是那么可爱、那么优秀。教育学生首先要学会“生活上知足常乐，同学之间助人为乐，学习上自得其乐，身体健康快乐”，从而树立学生正确的人生观。

丁蓉老师对班主任工作提出了五点要求：

- 1、助人的过程是他助、自助，互助的过程。
- 2、满足学生尊重，信任，理解承认的需要。

3、助人自助，促人自悟。

4、为人格完善创造机会。

5、惩罚的目的在于激励。

教师在助人过程中应严中有情，情中有爱，委婉的说服比强硬的干涉更有效果。班主任做一步普通的，哪怕是琐碎的小事，也能增强师生的感情，拉近两者的距离，那样班主任所做的工作更容易为他们所接受。

良好的师生关系是实施素质教育的关键。所谓“亲其师，信其道”，只有老师得到了学生的认可，他所传授的道理、知识才会被学生悉心接受。老师要得到学生的认可除了要有过硬的专业知识外，还应有特定的人格魅力，能去理解学生，尊重学生。

枯燥的说教第一二次有效，第三四次那就只能算唠叨了。事实胜于雄辩，与其喋喋不休地灌输理论，不如让事实证明一切。善于从生活中截取事例，运用活生生的事例让学生眼有所见，心有所悟，这比说教要管用得多了，学生在生动活泼的自主活动中获得亲身体验，有助于形成分辨是非的能力和民主、自主的意识，由于它以学生兴趣为前提，通过各种可接受的方式去接。

有人说：“不变的老师，流水的学生。”走过了多年的教学生涯，我要说：“老师也要变，老师和学生一起成长才是真正的教学相长。”让我们用心思考，用心感悟。让教育智慧升华，炼就一双慧眼，发现学生“那一点点光。”总会有那一瞬间，一颗流星、一点流萤，在广袤的夜空，都是亮丽的风景，让我们感受到每一个鲜活生命的独一无二和与众不同。

班主任工作琐碎的，但意义却很重大。新的时代向我们提出了新的要求，新课程向我们提出了新的理念。我要将这次

班主任培训学到的经验、方法运用于班主任工作的实践中去，为了对学生全面实施素质教育，为了扎实而有效地做好班级工作，我要对自己的班主任管理工作不断地反思，不断地总结，不断地进行创新。我将力争做一个让学生喜欢，让家长满意，在教育教学中称职的优秀班主任。

听讲座心得体会篇二

最近，我参加了一场由著名数学家主持的数学讲座。我既期待受益匪浅，又感到有些忐忑不安。毕竟，数学在我的脑海中一直是一个令人望而生畏的词汇。然而，通过这次听讲座的机会，我逐渐改变了对数学的看法，并且体会到了它的重要性和美妙之处。

第二段：理论的启迪

这场讲座中，数学家从数学的发展历史和应用领域入手，介绍了数学的意义以及它对人类社会的巨大贡献。这启发了我对数学的新认识。数学是一门掌握逻辑和思维的学科，它不仅能够提高我们的计算能力和问题解决能力，还可以培养我们的思维方式和创造力。在现实生活中，数学在金融、工程、医学等行业都起着重要的作用。它不仅帮助我们量化和分析问题，还能够预测和解释自然现象。通过这次讲座，我真正意识到数学不仅是一门学科，更是一种思维方式。

第三段：实践的启示

讲座中，数学家通过一些具体的例子和实验，向我们展示了数学在实践中的应用。通过对数列的研究，我们可以预测未来的趋势和规律；通过对函数的分析，我们可以优化生产和管理过程。这些实例深深地触动了我，并且激发了我对数学的兴趣。我开始明白，数学并不是一种抽象和无趣的学科，它实际上贴近生活，具有广泛的应用领域。通过学习数学，我们可以更好地认识世界，解释自然，提高效率。

第四段：挑战与突破

尽管我对数学产生了浓厚的兴趣，但我仍然感到数学是一门需要时间和努力投入的学科。数学的推理和证明需要严格的逻辑和思维能力。为了克服这一困难，我决定加强数学的自学，并寻找更多机会来提升自己的数学思维能力。我意识到，数学是一门需要不断练习和思考的学科，只有通过实践和探索，才能真正掌握数学的精髓。

第五段：结尾总结

通过这次听讲座，我不仅改变了对数学的看法，也获得了对数学的新认识和体验。我相信，数学的学习不仅是为了应对考试，更是为了提高自己的思维方式和解决问题的能力。尽管数学对我来说仍然有一定的难度，但我真正意识到了它的重要性和美妙的一面。我决心把数学作为一门重要的学科来学习，并将其应用到自己的生活和工作中。通过不断地学习和实践，我相信我能够在数学的领域中取得更好的成绩和突破。

听讲座心得体会篇三

在大学的学習生涯中，数学一直都是我感到较为头疼的学科之一。然而，在一次偶然的机会中，我参加了一场关于数学的讲座。这场讲座的题目是“数学的美丽与魅力”，而该主题吸引了我参与其中。作为一个对于数学没有太多研究的人来说，我抱着一种好奇心心态来到讲座现场。

第二段：醍醐灌顶的启发

在讲座中，我被演讲者对数学的热情以及他分享的知识所深深吸引。他不仅深入浅出地解释了一些数学概念，还通过一些有趣的实例和练习激发了我们的思考。特别令我受益匪浅的是他强调了数学的实际应用。我们常常将数学视为一门抽

象的学科，但在讲座中我发现，数学在各个领域中都起着关键的作用，并且是人们日常生活中的一部分。这引起了我对数学的兴趣，并激发了我进一步深入学习的欲望。

第三段：数学的思维方式

通过这次讲座，我明确了数学的思维方式与其他学科的区别。数学的思维注重逻辑性和严谨性，需要我们具备分析问题、提炼本质、建立模型和解决问题的能力。在讲座中，演讲者通过一些趣味性的问题和实例来培养我们的数学思维。他教我们如何从一个复杂的问题中找出规律，逐步分析并简化问题，最终得出解决方案。这样的思维方式让我重新认识到数学不仅仅是一门学科，更是一种解决问题的工具。

第四段：数学的意义和应用

在讲座的最后，演讲者向我们展示了数学的意义和应用。数学不仅有助于我们发展逻辑思维，在解决实际问题时也起到关键的作用。他举例说明了数学在科学研究、技术创新、金融投资等各个领域中的重要地位。通过这些实例，我对数学的意义和实际应用的重要性有了更深入的认识。此外，演讲者还深入浅出地介绍了一些数学之美，如黄金分割、数列的奇妙变化等，使我更深刻地体会到了数学的魅力所在。

第五段：影响与反思

这次听讲座的经历对我产生了深远的影响。首先，它改变了我对数学的看法，使我重新树立了对这门学科的兴趣和热情。其次，它也让我意识到数学不仅仅是一门学科，更是一种思维方式和解决问题的工具。通过数学的思维方式，我相信将来在学习和工作中都能有更好的表现。最后，这次讲座还教会了我如何把数学应用于实际生活中。数学是无处不在的，我相信只要我们运用数学的知识和思维方式，我们能更好地理解世界，更好地解决问题。

总结：通过这次听讲座的经历，我对数学有了更全面的认识，认识到数学的实际应用和思维方式。数学不仅是一门学科，更是一种解决问题的工具。通过数学的学习和运用，我们可以提高自己的逻辑思维能力，并将数学知识应用于各个领域。因此，我决定在今后的学习中加强数学的学习，提升我的数学水平，更好地适应未来的学习和工作需求。

听讲座心得体会篇四

4月25日下午三点，我们学校邀请了苏州市政纬律师事务所的主任律师——谈xx给我们作了“安全在我心中”的法律知识讲座。谈律师通过一些生动的事例并结合我们教师工作的实际给我们作了一场精彩的讲座，使我更加了解了《教育法》《未成年人保护法》《学生伤害事故处理办法》等法律法规。

谈律师讲到在处理一些学生在校伤害事故时，应坚持事实清楚，责任明确，弄清事故之间是否有因果关系。如学校发生了学生伤害事故，应如何做呢？第一，在第一时间送学生到医院，同时联系家长。第二，查清事实真相。第三，做人性化处理，不要过早的去分清是谁的责任，可能在学校出了一些事故，孩子受到伤害，家长心里也不好受，所以应该先缓一缓，冷却一下。第四，如果学校处理不当而造成的这一部分损失由学校承担。听到这里我深有感触，由于在前一阶段我们班正好出了类似的事情。有一个学生上厕所回班级的路上由于自己不慎摔了一跤，为了这件事折腾了好些天。

听了谈律师的讲座，给我们以后在教育教学中处理一些学生伤害事故指明了道路。希望以后多听听类似的讲座，更好的为以后的工作服务。

听讲座心得体会篇五

数学，作为一门学科，所具有的重要性无可忽视。然而，很多人对数学的学习产生了抵触心理，甚至感到无从下手。为

了帮助更多的人改变这种看法，我决定参加近日举办的一场数学讲座。通过这场讲座，我不仅收获了许多数学知识，而且对数学产生了新的认识和体会。

第二段：认知

在讲座中，数学教授首先向我们介绍了数学的基本概念和应用。他用通俗易懂的语言讲解了数学在现实生活中的应用，如金融领域的利息计算、数据统计等。通过这些实例，我意识到数学不仅仅是一门抽象的学科，更是用于解决实际问题的有力工具。这种新的认知让我对数学产生了浓厚的兴趣，激发了我学习数学的动力。

第三段：思维

在讲座的过程中，数学教授不仅仅是简单地向我们介绍知识点，更重要的是启发了我们的思维方式。他教给我们如何从不同角度思考问题，如何进行逻辑推理和分析。这种思维方式的培养对于学习数学以及解决实际问题至关重要。通过这次讲座，我体会到了数学的魅力不仅仅在于掌握知识，更在于培养我们的思维能力和解决问题的能力。

第四段：实践

讲座的一大亮点是互动环节。数学教授出示了许多与数学相关的实例，并邀请我们现场进行解答和讨论。这种实践性的学习方式让我更加深入地了解数学的应用和原理。通过与教授和其他参与者的交流，我发现了解问题的不同角度和方法，也发现了自身在数学上的不足之处。这次实践性的学习使我对数学的理解更为深刻，也提升了我在数学上的水平。

第五段：总结

通过参加这次讲座，我重新认识到数学的重要性和魅力。它

不仅是一门学科，更是一种思维方式和解决问题的工具。这次讲座不仅让我对数学的认识得到了提升，也激发了我对数学学习的兴趣。我相信，只要保持对数学的热情和持续的学习，我一定能够在数学领域取得更好的成绩，并为解决实际问题做出贡献。

总之，这场数学讲座让我开阔了眼界，深刻体会到了数学的重要性的应用，同时也对自己在数学方面的不足有了更为清晰的认识。我相信，通过持续的学习和实践，我一定能够克服困难，不断提升自己在数学上的能力。

听讲座心得体会篇六

历时两天我听了张化万和高金英老师的讲座，让我感受颇多，受益匪浅！尤其是高金英老师《静下心来教书，潜下心来育人》的讲座。

听高金英老师的讲座，我深深地被她那崇高的师德师风而感动，更被她那乐观与敬业所感染。她实践着一个人民教师的价值标准，从她平凡而伟大的身上，我们应该学习她的优秀品德。高金英老师从事的是和我们一样的平凡职业，她一直对自己的学生充满期望，期望学生成为比自己更成功、对社会更有益的人。她把“让学生感到幸福”作为毕生追求，把学生成才当成最大的乐趣和幸福。她用自己的行动，诠释着“教育是奉献”的真谛。

听高老师的讲座，更折服于她的语言艺术，几个多小时的讲座，高老师很少看演讲稿，但却旁征博引，侃侃而谈，那诙谐的话语，让人觉得亲切轻松；小故事，笑话，顺口溜，信手拈来，让我不得不佩服她的知识储备。

作为教师，我们也总在教学园地中摸索着：怎样超越传统，给学生开拓一片充满快乐的土地，让鲜花和小草都沐浴阳光、茁壮成长？高老师的生动而精彩的一课给了我深深的思考，

也给了我深刻的启迪，细细品味。

说实话，从高老师身上学到的东西真的很多很多。有教育意义上的，也有对人生的思考上的。

爱是教育力量的源泉，是教育成功的基础，没有爱就没有教育。高老师告诉我们：植根于爱是处理好师生关系的奥秘所在。老师必须真心实意地去爱学生，既当慈母又当严父，在学习上、品德上严格要求，在生活上热心关怀，严爱相济，做学生的知心朋友。在她的眼中，每一个孩子都是一个新的太阳，是一个前程不可限量的个体。只要精心地去照料他们、哺育他们，只要帮助他们去找回自己的自信，只要帮助他们去挖掘他们身上的潜力，他们的能量是不可限量的。所以她用她的教育方法、教育手段去帮助每个学生取得成功，这不仅包括天资聪颖、活泼开朗的好学生，更包括那些后进生、特殊生，做到既给千里马以阳光，又给丑小鸭以雨露。从高老师身上我看到了教师只要对学生倾注爱心，就一定能够唤起他们学海扬帆的信心。

高老师曾经说过“真教育是心心相印的活动。惟独从心里发出来的，才能打到心的深处。”在平时的教学中，不尽如人意、不顺心、烦恼、忧愁，甚至让我们恼怒、无法容忍的事情，可能会接踵而来。

尤其是学习、品行上的后进生，更让你头痛不已。从高老师身上我深深感到：作为老师，更要学会宽容。宽容是教育的秘诀，宽容比惩罚更有收获，学生犯错是难免的，因为他们无论是在心理上，还是行为上，都处于不稳定、不成熟时期，教师应该允许学生犯错误。教师应该以一颗宽容的爱心，一步步地走在通往学生心灵的小径上。

高老师列举当今社会怪“现象”：人们的财富在增加，但满足感在减少；沟通工具在增加，但深入的沟通在减少；认识的人在增加，可以谈话的人在减少；房子越来越大，里面的

人越来越少；精美的房子越来越多，完整的家庭越来越少；路越来越宽，心越来越窄；楼房越来越高，视野越来越低??作为教师，对社会中出现的怪现象，要能保持一颗平常心。

掌握心理平衡，就掌握了健康的金钥匙，就掌握了生命的主动权。心理平衡是人格升华和心灵净化后的崇高境界。“积极的人像太阳，照到哪里哪里亮，消极的人像月亮，初一十五不一样。”高老师这句话，深深印在我的脑海里，作为老师，更要保持一种健康向上的心态，正确看待自己，正确看待学生，要善待所有的学生，学会激励，学会表扬。要做到心理平衡，高老师告诉我们，就是做到三个“三”。第一个是三个正确。一是正确对待自己，“知人者智，自知者明”，明比智更难。二是正确对待他人，心中常有爱心。三是正确对待社会，常怀感激之情。这样在社会交往和事业追求中才能给自己准确定好位。不要自卑不到位，也不要自傲常越位。只要自我定位客观准确，基本上处事就能够比较得心应手，心理压力就小。第二个是三个“既要”。既要全心全意奉献社会，又要尽情享受健康人生。二是既要怀殷殷报国志，在事业上力争一流，又要有颗淡淡平常心，在生活上甘于平淡。三是既要精益求精于专业知识，又要有多姿多彩的休闲爱好。这样人的心境和情绪，认知和感觉才能有深度和广度，“不以物喜，不以己悲”，常“坦荡荡”而不“常戚戚”。第三个是三个快乐。一是顺境时要助人为乐。“爱人者人恒爱之，敬人者人恒敬之”。二是要知足长乐。因为幸福本无固定的标准，幸福是一种见仁见智的感受。一位哲学家说过“生活像镜子，你笑它也笑，你哭它也哭”。三是逆境中要自得其乐，不能气馁。因为世上万物，福祸相依，风水轮流。月有阴晴圆缺，人有悲欢离合，都是正常的轮回规律。高老师告诫我们社会是不公平的，只有你去适应他。不要拿别人的错误来惩罚自己。

高老师的讲座，我感觉特别短暂，她用诙谐生动、简洁易懂的语言，把当老师的真谛讲得淋漓尽致。一句句平凡朴实的话语给了我不平凡的感触和思考，我会好好体会她的理念和

心得，慢慢的融入我的课堂、我的人生。