

# 2023年大学德法课堂的心得体会和感悟(模板5篇)

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

## 大学德法课堂的心得体会和感悟篇一

德国，一个盛产诗人，音乐家，哲学家和科学家的国度。约翰·克里斯朵夫，很自然的想其了他，这个性格有点古怪却充满人性的形象是我认识的德国人中的一个。爱因斯坦。歌德。席勒。说起德国，想起来的却是一些零星的片断。饱受古典音乐的影响散发着古典哲学的理性光辉，以惊人的破坏力伤害了世界也伤害了自己，而这一切都源于这个民族对长期战乱的分-裂的集体记忆，统一和强大，成为德意志发展的动力。

两百年前(1806)勃兰登堡门上的和平女神当作战利品被来自法兰西的皇帝拿破仑。波拿巴取走带回了法国，这使得德意志的惨痛记忆被唤起。这个民族的到底曾受过怎么样屈辱？我想或许每个民族总有自己辛酸沉痛的历史，但是重要的是他是如果走过坎坷，实现国家的统一与繁荣。当拿破仑的军队在1806年悍然入侵时，这个所谓的帝国根本无力抵挡，帝国中两个的邦国：普鲁士和奥地利遭遇惨败，普鲁士还被-迫割让了一半的国土，支付1.5亿法郎战争赔款。德意志神圣罗马帝国轰然解体。

德国经济学家李斯特的奔走游说终于让一个统一的德意志呈现出曙光。然而，最后他却已自杀的方式结束了自己的生命。铁血宰相俾斯麦不得不提，1862年9月30日，刚刚被任命为普鲁士首相的俾斯麦走进议会，发表了一段强硬的讲演，他说：

“当代的重大问题不是通过演说以及多数人的决议所能解决，而是不可避免地将通过一场严重斗争，一场只有通过铁与血才能解决的斗争来达到目的”，从此俾斯麦被世人称为“铁血宰相”。

由德国发起的两次世界大战，在人类文明写下了最黑暗、最惨痛的一页，无数生命和家园在战火的劫难中消亡，这是全世界都不会遗忘也不能遗忘的历史。而如何对待自己不堪回首的过去，是这个曾经失去理性的民族必须面对的一次考验。二战中被杀害的600万犹太民族的冤魂在等待，受到伤害的欧洲和世界在等待。

1970年的一个萧瑟冬日，刚刚上任的联邦德国总理勃兰特，来到了波兰华沙犹太人纪念碑前，二战中，波兰有250万犹太人在集中营里饱经痛苦、绝望的折磨，最终无助地死去。在冰凉的风中，勃兰特一步步走到死难者的墓碑前，在全世界的注视下，这位二战中反纳粹的英勇斗士，做出了一个令所有人震惊不已的动作：他跪倒在地。德国人诚恳地接受了自己历沉重的一面。他们讨论但是没有激烈争论，没有否定自己发动了第二次世界大战，没有推卸自己应该对犹太人大屠杀所负的责任，没有否认自己经受了12年的纳粹独裁统治。诚恳地回忆自己的错误，帮助德国人大大地减轻了民族复兴的困难。

1990年10月3日，勃兰登堡门上的和平女神又一次见证了国家命运，分裂了41年的德国再次统一。这一天，被确定为德国的国庆日。

德国再次统一了，凭借的不再是铁与血，而与120年前相同的是，在和平的环境中，德国人再次创造了经济奇迹。经过一代人的努力，这个历经两次世界大战重创的国家，发展成为仅次于美国和日本的世界第三大经济强国。而作为欧盟的重要成员国，它也找到了通过振兴欧洲来壮大自己的强国之路。德意志，它在哪里？也许，近两个世纪执著的寻找已经有了答

案。在这一漫长的寻找中，所经历的大悲大喜，不仅已成为德意志民族的集体记忆，而且也为已经崛起和正在崛起的大国，书写了一段不可忘记的历史。

文档为doc格式

## 大学德法课堂的心得体会和感悟篇二

还记得新浪上这样评价过余秋雨：余秋雨以历史文化散文而闻名世。他凭借自己丰厚的文史知识功底，优美的文辞，引领读者泛舟于千年文明长河之中。余秋雨的艺术理论著作，也备受学术界重视和尊崇。例如他在1983年出版的《戏剧理论史稿》，是中国大陆首部完整阐释世界各国自远古到现代的戏剧思想发展的史论著作。有评论家誉之为：左手写散文，不流之于浅薄；右手撰述艺术理论，也不失其丰赡高深。

《文化苦旅》这本书在告诉我们中国古代历史的同时，告诉了我们更深一层的道理，就拿道士塔的第二节来说吧，文章是这样写的：真不知道一个堂堂佛教圣地，怎么会让一个道士来看管。中国的文官都到哪里去了，他们滔滔的奏折怎么从不提一句敦煌的事由？其时已是20世纪初年，欧美的艺术家正在酝酿着新世纪的突破。罗丹正在他的工作室里雕塑，雷诺阿、德加、塞尚已处于创作晚期，马奈早就展出过他的《草地上的午餐》。他们中有人已向东方艺术家投来羡慕的眼光，而敦煌艺术，正在王道士手上。王道士每天起得很早，喜欢到洞窟里转转，就像一个老农，看看他的宅院。他对洞窟里的壁画有点不满，暗乎乎的，看着有点眼花。亮堂一点多好呢，他找了两个帮手，拎来一桶石灰。草扎的刷子装上一个长把，在石灰桶里蘸一蘸，开始他的粉刷。第一遍石灰刷得太薄，五颜六色还隐隐显现，农民做事就讲个认真，他再细细刷上第二遍。这儿空气干燥，一会儿石灰已经干透。什么也没有了，唐代的笑容，宋代的衣冠，洞中成了一片净白。道士擦了一把汗憨厚地一笑，顺便打听了一下石灰的市价。他算来算去，觉得暂时没有必要把更多的洞窟刷白，就

刷这几个吧，他达观地放下了刷把。当几面洞壁全都刷白，中座的雕塑就显得过分惹眼。在一个干干净净的农舍里，她们婀娜的体态过于招摇，她们柔柔的浅笑有点尴尬。道士想起了自己的身份，一个道士，何不在这里搞上几个天师、灵官菩萨？他吩咐帮手去借几个铁锤，让原先几座雕塑委曲一下。事情干得不赖，才几下，婀娜的体态变成碎片，柔美的浅笑变成了泥巴。听说邻村有几个泥匠，请了来，拌点泥，开始堆塑他的天师和灵官。泥匠说从没干过这种活计，道士安慰道，不妨，有那点意思就成。于是，像顽童堆造雪人，这里是鼻子，这里是手脚，总算也能稳稳坐住。行了，再拿石灰，把他们刷白。画一双眼，还有胡子，像模象样。道士吐了一口气，谢过几个泥匠，再作下一步筹划。今天我走进这几个洞窟，对着惨白的墙壁、惨白的怪像，脑中也是一片惨白。我几乎不会言动，眼前直晃动着那些刷把和铁锤。“住手！”我在心底痛苦地呼喊，只见王道士转过脸来，满眼迷惑不解。是啊，他在整理他的宅院，闲人何必喧哗？我甚至想向他跪下，低声求他：“请等一等，等一等……”但是等什么呢？我脑中依然一片惨白。

是的，在这篇文章中写了作者对于那位道士做法的不满，在文章中，他喊了“住手！”有写道：“我甚至想向他跪下，低声求他：‘请等一等，等一等……’”是阿，为什么作者会这样？他不忍心，不忍心那位道士毁掉那一个个婀娜多姿的雕像，那是历史，历史！历史为什么会被一个道士的手中毁掉？就那样，一下子得毁掉了，不忍心，不忍心那般美丽的雕像不见了，在道士的手下，一下子变得灰飞烟灭，不给我们现在的世人观看的余地，一个道士，在金钱和权力的促使之下，变得如此的残忍，做得如此得发狂，我相信，不只我和余秋雨先生感到无比的惋惜，相信，在读《文化苦旅》的每一位读者也会感到深深的叹息和心痛吧……野趣，这就是为什么《文化苦旅》这本书的“苦”字意义的所在了吧！

“报纸上说，我写书写得轻松潇洒，其实完全不是如此。那是一种很给自己过不去的劳累活，一提笔就感到年岁徒增，不

管是春温秋肃，还是大喜悦大悲愤，最后总得要闭一闭眼睛，平一平心跳，回归于历史的冷漠，理性的严峻。”这是余秋雨教授在《文化苦旅》中的自序。这，野趣也就是我想说的了吧！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

## 大学德法课堂的心得体会和感悟篇三

大学微课堂，顾名思义，是指大学生所进行的小规模的学习活动，属于在线或者是远程学习。

第二段：感受与理解

在这个微课堂，我们不仅可以自主地选择学习进度和学习方式，还可以随时随地进行学习，更为重要的是，成本低廉，节省了大量的时间和精力。而且，大家可以结伴而行，通过交流互助，共同提高自己的学习能力。它为大学生带来了很多方便。

第三段：微课堂的优点

微课堂有着极其丰富和便捷的学习资源，不仅可以学习各种各样的基础知识，还可以学习各种前沿的科学技术，以及时下的热门话题。另外，每个人学习的方式都不一样，微课堂对于每个人都具有很大的灵活性，每个人都可以按照自己的节奏学习。

#### 第四段：学习精神与自主学习

同时，它也为大学生，特别是那些时间有限的学生提供了很好的自主学习机会，鼓励学生更为积极的学习精神，产生了较大的正面影响。

#### 第五段：结合现实，对于微课堂的误解进行科普

在微课堂这个平台中，虽然有一些单纯的，似真似假的信息，但我们应该通过官方公开正式的预警信息来获取准确信息，不信谣，不传谣。而且，微课堂的办学条件也是非常严格的，拥有一整套的教学管理制度，确保学习质量。因此微课堂在教育教学，以及大学思想教育方面都有着很大的前景与未来。

总结：在大学微课堂，我们能够自由的选择学习，掌握学习节奏，对我们的学习方式提供了很大的启发，微课堂在未来会在大学教育中扮演一种不可或缺的角色，借助微课堂，我们更容易进入学习环境，提高自己的学习能力，拓宽自己的知识面。

## 大学德法课堂的心得体会和感悟篇四

大学生活中，我们常常会面临诸如压力、困惑、焦虑等不良情绪，而要解决这些问题，我们必须扩充自己的知识储备。心理学作为一门关于人类思想和行为的科学，可以让我们更好地理解自我和周围环境，从而更好地处理生活中的各种问题。在大学心理课堂上，我获得了不少心得体会。

## 一、心理学基础知识

在大学心理课堂上，我们首先学习了心理学的基础知识，包括人的认知过程、意识和无意识、情绪发生和调节、个体差异等等。通过这些学习，我更好地理解了自己的思考方式和情感表达，也可以更好地了解身边人的个性特点，使我更能够准确地理解身边人的行为背后的原因，更好地处理人际关系。

## 二、应用心理学

心理学不仅仅是学术或理论知识，还具有良好的应用价值。在大学心理课堂上，我们也学习了许多应用心理学的知识，例如心理疾病的治疗，解决压力、焦虑问题的方法以及如何保持心理健康等等。以我为例，通过学习其中的一些知识，我学会了一些缓解紧张情绪的方法，如呼吸练习、自然放松法和肌肉放松法等。这些方法不仅帮助我更好地缓解焦虑和压力，还增强了我的自控能力，提高了效率和工作质量。

## 三、人际关系的分析

人际关系是我们生活中不能回避的一部分。在大学心理课堂上，我们不仅学习了理论，还进行了案例分析，并进行了角色扮演。这让我更好地了解了人际关系的复杂性和它们的变化规律。在这样的课堂环境中，我们有机会锻炼主动沟通的能力，并学到了改善人际关系的有效途径。这对我今后的职场和个人生活都是非常有益的。

## 四、人格分析

大学心理课堂上，还有一环节是人格分析。在分析自己的人格特点之前，我并没有意识到自己的一些缺点和优点。通过自我评价和专业人员的分析，我得以更加客观地认识自己，也了解到自己与他人的区别。这种了解可以帮助我更好地利

用自己的特长，并在自己的不足之处加以改变。

## 五、跨文化心理学

现代社会是一个日趋全球化的世界，跨国或跨文化间的相互作用越来越频繁。大学心理课堂上我们也学习到如何理解文化差异，互相团结共同进步。我们学会了了解不同文化之间的心理学差异，这样即使我们在工作和日常交往中遇到跨文化交流问题，也可以通过更好地理解 and 沟通来更好地解决，避免了不必要的麻烦和矛盾。

总之，大学心理课堂不仅帮助我们掌握跨学科知识和治疗技能，也帮助我们更全面地认识自己，从而增强自我认知和自我控制的能力。这对我们以后不仅有益，而且对学习和工作都有很大的帮助。

## 大学德法课堂的心得体会和感悟篇五

大学心理课程是探索人类内心世界的课堂，它具有普遍的适用性，可以为大学生们提供强大的思维工具和生活技能。近些年来，越来越多的大学开设了心理课程，以帮助学生更好地了解和管理自己的情感、生活和工作。在接受心理课堂的学习过程中，既可以学到很多理论知识，也可以深入探究自我认知和情绪管理等方面。下面，我将分享我在大学心理课堂中所体会到的收获和感悟。

### 第二段：增加自我认知

大学心理课堂能够有效提升我们的自我认知。在课堂上，老师会指导我们梳理自己的思维、情绪、信仰和决策方式等。通过这些调查和讨论，我意识到自己许多以前没注意到的问题，比如缺乏自信心，不会处理人际关系等。同时，学习自我认知也可以更好地应对生活中的挫折和困难，从情绪上更加稳定，自信、理智地应对各种问题。

### 第三段：提升人际交往能力

在大学心理课程中，人际交往成为课程的重要内容。课程中教授了如何与他人建立有效的联系、沟通技巧和冲突解决方法，帮助我们掌握人际沟通至关重要的技能。学习了这些技能之后，我发现与人交往的体验更加愉悦，我能够更好地理解别人、理解自己，从而建立更健康的人际关系，这对我的学习、工作和日常生活都有很大的帮助。

### 第四段：缓解压力、焦虑

学习大学心理课堂还可以帮助缓解压力、焦虑等负面情绪。在课堂上，我们学到了很多应对压力的技巧，如放松训练、认知行为疗法、冥想等，这些技巧可以帮助我们减轻压力、缓解焦虑。我还从课堂中学习多种减轻自己压力的方式，如登山、跑步等，这些方法让我能够更好地保持自己的身体和心理健康。

### 第五段：结语

总的来说，大学心理课堂为我们提供了一种更深层次的思考和理解社会及自己的途径，让我们更好地和自己相处、和他人相处。同时我们也能从中更好地面对生活当中的各种问题。希望在未来，能够能多承载更多的学子，让学子们能够更加坚强、自信地迎接人生的各种挑战。