

2023年讲座心得体会(模板8篇)

教学反思是对自己教学行为进行系统性思考和分析的过程。接下来，我将分享一些同学们对于军训的收获和感受，希望能够给大家带来一些思考。

讲座心得体会篇一

感谢各位在百忙之中抽出时间参加今天的讲座，我有幸成为本次讲座的主讲人，并且在此我想分享一些我在演讲过程中的心得体会。演讲是一项需要准备和实践的技能，通过我的讲座经历，我整理了一些重要的要点，希望能够给大家带来一些启示和帮助。

第二段：提前准备

在演讲之前，提前准备是非常重要的。无论是研讨会、培训还是正式演讲，对于演讲者来说，提前准备可以帮助我们更好地掌握演讲内容，提高演讲的自信心。首先，我们需要研究演讲的主题，了解相关的知识和背景。其次，我们可以通过整理思路、制作PPT等方式来梳理演讲内容，确保条理清晰。最后，多进行演练和模拟演讲，熟悉演讲的过程和节奏，增加演讲的流利度。

第三段：演讲过程

在演讲的过程中，我们需要注重与观众的沟通和互动。首先，要做到言之必中，清晰明白地表达自己的观点和理念，避免模糊不清引起听众的困惑。其次，要注意身体语言的运用，例如姿势、手势和眼神等，能够帮助我们更好地与听众产生连接。同时，要留意观众的反馈和回应，如微笑和点头鼓励，可以增加演讲的亲合力和效果。

第四段：应对挑战

演讲的过程中，我们可能会面临各种挑战和困难。例如，紧张和怯场是许多人演讲过程中常见的障碍。针对这个问题，我们可以通过熟悉演讲内容、放松身心等措施来减轻紧张的情绪。此外，意料之外的问题或干扰也可能出现，例如技术故障、干扰物等。在这种情况下，我们要保持冷静和应变能力，采取合适的措施来解决问题，保持演讲的顺利进行。

第五段：总结与展望

在我长期的演讲经历中，我逐渐了解到演讲并不是一件容易的事情，但是通过逐渐的学习和实践，我们可以不断地提高自己的演讲技巧。同时，演讲也是一个可以锻炼我们沟通和表达能力的过程，让我们更好地与他人交流和分享。在接下来的讲座活动中，我会持续努力提高自己的演讲技巧，并且希望能够帮助更多的人获得演讲的乐趣和收获。

总结：通过这次演讲，我对演讲的理解和认识进一步深化。提前准备、注重沟通与互动、应对挑战等都是成功演讲的关键要素。我相信，在今后的演讲过程中，只要我们不断学习和实践，持续提高自己的演讲技能，我们定能成为一名优秀的演讲者。谢谢大家！

讲座心得体会篇二

今天早上看到校园的海报，得知今天下午两点在报告厅有一场以“城市美学之道——株洲实践”为主题的讲座。中午吃完饭后，自己担心在讲座现场会没有位子，便在下午1点10分赶往讲座现场，没想到这一去便是近五个小时，整场讲座下来，下午5点40分才走出报告厅。不过，觉得时有所值，在听主讲人市长助理蒋涤非教授所作的讲座后，接受了外界的讯息，也算拓宽了视野吧！

这次听讲座，有两点感触，或者说是整个会场和自己当时所预料的并不是一样。其一，之前以为就是一场讲座，没想到竟包含了首届研究生“百草论坛”、蒋涤非博导受聘我校客座教授仪式和以“城市美学之道”为主题的讲座三项活动，并且参加这几项活动基本上是我校的研究生和兄弟院校的研究生代表，校党委书记、校长等行政班子成员也出席了此次活动。其二，之前看到海报讯息上主讲人蒋涤非的后缀就是市长助理，当时也没抱有多大收获知识的心理，自己只是想了解外界的信息，可听完讲座后，才知道此人的‘不凡之处，不仅有行政头衔，更有许多学术背景，如：清华大学建筑学毕业，北京大学教授、湖南省设计研究院院长、中南大学建筑系主任……，这么多头衔下来，没深厚的学术功底是顶不住的。

此次讲座，蒋教授以株洲市这若干年来的城市建设为突破口讲解城市的美学之道，由自己亲手所抓的神农城项目说起，从庆典性、仪式性、精神性、传承性四个角度分解了神农城各个项目，从长株潭两型社会实验区配套工程的战略高度解析各个项目背后的深远意义，最后回归到自己所设计的建筑，以及当前株洲市的一些典型建筑，一一点评，讲解自己的设计风格，由实践回到理论中，进而上升到哲学的高度，深入浅出，获得了在场的学生热烈掌声。最后，蒋教授留出半个小时的时间，解答现场同学的疑问，我在听了后，对建筑的设计获得了一些感性认识，在半知半解中问了蒋教授一个问题，“蒋教授，您好！很感谢您今天能来我校讲学，从您刚刚的讲解中，我受益匪浅，但心中又有一个疑问，从您刚刚分析一些建筑设计的理念中，我总是联想到我们学校的建筑，觉得我们学校的建筑就像一个个火柴盒，或者说是碉堡，感觉这建筑所包含的文化很保守，没有开放的胸襟。就拿主教楼来说，四四方方，正大厅往里缩，总让我想到一种动物——乌龟，不知我们学校建筑所包含的文化是与我们湖湘文化是敢为天下先相违背，还是其设计者另有深意，我想请您从学术的角度，讲讲您对我们学校建筑的看法？”蒋教授在回答中也很同意我的看法，他以自己的不同身份，从两个角度回

答了我的问题，作为市长助理，他说他会在建筑设计方案批准方面严把关；作为一位学者，他认为我们学校第一批建筑，很低档，如果按此建设下去会大煞神农城风景，同时这也是全国很多高校的通病，也点名批评了中南大学新校区，高校建筑应从设计理念入手，以主次空间的角度来设计建筑，从建筑上向外界诠释自己的文化。

蒋教授所作的讲座，可谓是有深度、有内涵，让听者了解建筑设计的前沿思想，以及作为一名行政工作者，在把握建筑设计方面的着眼点，我相信有这样一批学者型的官员，株洲市一定会建设得更美好。

讲座心得体会篇三

我最近参加了一场关于“有效沟通与人际关系”的讲座会，收获颇丰。这次讲座会让我深刻认识到了沟通的重要性，不仅仅是在工作中，还包括我们的日常生活和人际关系中。以下是我对讲座会的心得和体会。

首先，讲座会强调了有效沟通的重要性。纵观历史，我们可以发现，人类社会的发展离不开有效沟通。在当今信息爆炸的时代，沟通变得更加重要。讲座会中，演讲者告诉我们，有效沟通可以帮助我们更好地表达自己，理解他人，并建立良好的人际关系。只有通过良好的沟通，我们才能够消除误解，解决问题，并达到互利共赢的目标。

其次，讲座会探讨了沟通的技巧和要点。在讲座会中，我们学到了一些沟通的技巧和要点，如倾听、表达和体谅等。例如，倾听是沟通的基本技巧之一。要想倾听他人，首先要专注和尊重对方，同时也要善于提问和回应。通过倾听，我们可以更好地了解他人的需求和问题，并提供恰当的帮助。此外，表达也是沟通的重要一环。我们要努力提高自己的表达能力，明确表达自己的观点和意图，并善于利用非语言沟通来传递信息。通过有效的表达，我们可以避免误解，化解矛

盾，增进彼此之间的理解和信任。

然后，讲座会强调了人际关系的重要性。人际关系是每个人在生活中无法绕过的一部分。讲座会中，演讲者告诉我们，良好的人际关系对于个人的成长和幸福感非常重要。人际关系的质量直接影响着我们的工作和生活。通过有效沟通，我们可以建立良好的人际关系，增进友谊和亲密关系，并获得更多支持和帮助。相反，如果我们缺乏沟通和理解能力，人际关系可能变得紧张和破裂，给我们带来许多困扰和烦恼。

最后，讲座会给了我反思和行动的机会。通过这次讲座会，我认识到了自己在沟通和人际关系方面的不足之处。我反思了自己在与他人交流时可能存在的问题，如缺乏耐心和倾听，过于强调自己的观点等。我决心改进自己的沟通方式，并付诸行动。我将更加注重倾听他人，尊重他们的观点和感受，同时也开放地表达自己的想法和意见。我将努力改善自己的人际关系，与他人建立更加紧密和积极的联系。

总而言之，这次讲座会给我带来了许多启发和反思。我认识到了沟通的重要性和技巧，以及人际关系对个人发展的重要性。我相信，通过不断学习和实践，我能够提高自己的沟通和人际交往能力，更好地与他人合作和相处。

讲座心得体会篇四

20xx年4月12日上午，我们专业姚峰老师为我们做了一次生动的讲座——“唐山房地产经济的发展与分析”。

业品牌竞争力、规范管理机制组织等方面。

商业等综合性功能的开发与发展，本质上也将促使购房者购置房产区域的选择发生转变。对于本项目而言机会与竞争并存，因此，只有突破区域，形成差异化，才是本项目的立足之本。目前水岸丽景、尚品名都、景泰翰林项目因处在项目

审批阶段，未开始销售。翡翠城五证已全，但考虑春节销售萧条的因素，准备春节过后在开盘销售。

通过听讲座我对唐山房地产经济状况有了一定的了解，主要有以下几方面认识：

房地产业是资金密集型产业，具有高投入、高风险、高产出的特性，房地产开发的每

一个阶段都需要庞大的资金支持，如何筹集资金成为房地产资本运作中最为重要的一环。但是从唐山市房地产市场中众多的房地产企业融资现状来看，普遍存在着融资难的问题。例如□20xx年以来，随着房地产市场环境的不断恶化以及政府一系列宏观政策和措施的出台，唐山市房地产企业的融资环境日趋恶劣，唐山市房地产企业的生存与发展面临着严峻的挑战。随着房地产行业的不断规范化发展，对于唐山市房地产企业而言，旧有的粗放式发展模式已无法适应现有的竞争态势。

因此，在全球经济危机和国家宏观调控的双重作用下，唐山市地产商要想继续生存就必须尽快适应生存环境，找准适合自身的发展战略，并做出正确的发展策略选择。在这一过程中得出的主要观点和结论如下：

道单一、主要是商业银行体系支撑着房地产业发展的资金需求；唐山房地产企业信用、担保体系不完善；商业银行的经营方式和信贷品种单一，现有房地产金融体制不完善。

2) 唐山房地产企业发展存在很多问题，主要表现在依靠银行贷款融资这一渠道，融资渠道单一造成了企业资产负债率过高；项目管理机制不健全，管理理念落后，大多仍然沿袭初创时的家族式的管理方式；受限于管理者的人才价值观念与企业人力资源管理体系的缺失，企业大多人才匮乏；缺乏长期发展的战略意识，其经济行为大多立足于获得近期的、短

暂的利益。

3) 在融资困境的环境下，唐山市房地产企业应着重从融资策略、市场营销、经营管理、成本控制、合作联盟等几个角度思考企业的发展策略问题。

讲座心得体会篇五

首先，在我参加的这次讲座中，我收获最大的一点就是关于PPT制作方面的技巧。演讲者通过一系列实际案例向我们展示了如何选择合适的字体和颜色，以及如何设计视觉效果，让内容更加生动、有条理性和有效性。我认为这些技巧的运用不仅可以提高我们的PPT制作水平，更可以在平时的学习和工作中运用，使我们的表达更加丰富和有力。因此，通过本次讲座，我的PPT制作技能得到了大大的提升。

其次，演讲者提出的“演讲技巧不如战略思维”这一观点也给我很大的启示。很多时候，我们在演讲中只注重表面的技巧性和流畅性，而忽略了本质上的战略性和有效性。我们应该想到如何让演讲的内容更具有战略性，更有说服力。这需要我们先对演讲的目的、对象、环境等进行充分的分析和思考，制定出符合实际情况的演讲策略。通过本次讲座，我认为我受到了很好的启发，并开始更加注重演讲本身的战略性和思考性。

第三，演讲者还提到了一个比较新颖的观点：把抄笔记作为一种学习策略。他认为，在一场讲座中，很难在短时间内记住所有的信息，因此要学会分拣信息，把重点记录下来才能高效学习。在本次讲座中，我也借鉴了这种写笔记方式，顺手记录下了一些重点和个人感悟，这些笔记不仅可以用来巩固自己的知识，还可以分享给他人，形成知识交流和学习的共同体。我认为这是一种很好的学习方法，在今后的学习中我一定会不断尝试和提高。

第四，本次讲座给我留下的深刻印象之一就是演讲者的表达方式。他在讲解PPT技巧和演讲思路时，细致入微，风趣幽默，处处都透着他对PPT和演讲的热爱和专注。这种积极的态度也深深地影响了我。从他身上我受到了很多启发，我感受到要想成为一个优秀的演讲者，不仅需要掌握技巧和方法，更需要热爱并专注于所要表达的内容。

最后，我想说的是，在本次讲座中我受到了很多启示和提高，这不仅是我的个人收获，也是一种充分地体验到教育的力量体验。我感受到了教育的魅力，也为自己在接下来的学习和工作中有了更加深入和全面的理解和认识。在我的成长经历中，这次讲座将会留下深刻的印记，并伴随我前行，不断提高和发展。

讲座心得体会篇六

学术讲座报告学号：姓名：报告题目：关于《专利知识》与《创新本质》报告的心得体会指导教师：所属学院：机电工程学院桂林电子科技大学研究生院某年某月某日关于《专利知识》与《创新本质》报告的心得体会进入桂林电子科技大学已经一年半了，在这一年半的时间里，作为研究生的我通过各种各样的途径不同程度上学到了很多知识。

在研究生阶段，扩展自己的知识面是非常重要的，我们要研究好本专业的知识，就需要从各个方面去获取信息，寻找创新点，学校给我们提供了学术讲座这么好的资源，我们应当要好好利用，海纳百川，同时认真及时的做好总结，以便参考。

首先是学校为了丰富和加强学生的视野，了解学科前沿而邀请国内外著名专家来校进行的`学术讲座。

通过参加学术讲座，我们既可以了解到了各领域多层次的发展前沿，使自己能够跟上科学发展的步伐；同时充实了多方

面的知识，提升了我们的理论水平；同时也看到了知名学者成功人士的人格魅力。

而这也激发并且加强了我們对于所在学科领域的探索之心。

学术讲座给我们带来的是对于学科前沿的一种面对面的交流，所以，这是一种非常好的，有效的获取知识的一种途径。

所以，在此我就利用本次机会浅谈一些我对于这研一一年来参加的学术讲座的心得体会。

讲座心得体会篇七

我很荣幸能有机会参加这次班主任培训，因为这次班主任培训给我搭建了很好的学习提高的平台。我珍惜这有限的时间，珍贵的时机。在这短短的一天学习期间内，听了丁榕老师作的“做一名幸福、快乐、有成就的班主任”专题报告，我学到了很多東西，也给我留下了深刻的印象和极大的启发。

丁榕老师现任北京市西城区德育研究室主任，是全国优秀班主任，从她的言行举止，我们深深地感受到了她从事班主任的幸福感，同时也感染了倾听她作报告的每一位老师。从讲座中，除了学到许多班主任工作的技能技巧，我们更多的感受到丁老师那崇高的人格魅力。

丁榕老师用充满激情的语言，结合自己的从教经历，深入浅出地从四个方面给与会老师作了一场精彩的报告：

她从人性的角度探寻学生生理、心理的开展规律；从人本的角度激发学生自觉能动性，助人自助，促人自悟；从人格的角度教育学生，对学生的一生开展负责。她时时处处以学生为本，为学生着想，受到了学生尊敬和爱戴。无怪乎，她桃李满天下，培养出那么多的优秀人才。她以人为本，尊重学生人格，尊重个性差异的教育教学行为值得我们研究和学习。

学生个性千差万别，因而作为教师的我们也应该从了解学生的需要入手，按需施教。丁榕老师正是这样做的。她在教育孩子方面的三条法宝是：合理的需要给予满足；过分的需要给予引导；错误的需要给予纠正。这些先进的教育理念结合她对学生的深入了解，满足了学生的学习需求，得到学生的认可。

在这一方面，由于时间关系，丁老师讲述的比拟简单。借用她的一句话作为总结：学校德育如一只大鹏，思想道德教育与心理教育正是这只大鹏的两翼，它必须同时煽动，这只大鹏才会腾空万里，展翅翱翔，德育才会呈现出无比的生命力。

在这次培训中，我学到了很多，也让我对“班主任”这三个字有了更深层的理解与感悟。只有不断学习，不断地提高自身素质，调整自己工作方法才能把这项工作做的更好，更值得学校和家长！

伟大的科学家爱因斯坦说过：“兴趣是最好的老师。”这就是说一个人一旦对某事物有了浓厚的兴趣，就会主动去求知、去探索、去实践，并在求知、探索、实践中产生愉快的情绪和体验，所以古今中外的教育家无不重视兴趣在智力开发中的作用。

今天我参加xx区“班主任培训”，有幸聆听了x老师讲座，她在讲座开头就提出“兴趣是最好的老师”，也是我感受最深的问题。她在讲座中讲了钱学森先生的故事。钱学森先生是航天之父，虽然去世了，但是我们从他的成长经历中有所收获。钱学森在少年时代是个贪玩、淘气的孩子，他的父母就给他找了一个勘探学者，让他去挖石头，找石头，他对地质学产生了兴趣；后来又让他跟一个生物学者学习，他对生物学也产生了浓厚的兴趣。

从他的父母对孩子的培养中，我们不难看出培养孩子，首先最主要的是培养孩子的兴趣，这就需要我们有一个伟大的

父母，有一个伟大的教师，要有一双善于发现孩子的慧眼。要在孩子的培养上，要看孩子长大后需要什么，要有他的兴趣来决定。x老师说：“一个孩子没有兴趣，长大后肯定很平庸”。钱学森虽然没有成为地质学家、生物学家，但是他的成功就是兴趣给他带来的，是兴趣是他走向了成功。

看看我们今天的教育，家长、社会、学校只培训的是社会认同的学生，高学历的学生。因为有了高学历，才有好的职业，没有高学历，就没有好的幸福人生。

在教育开展的今天，作为父母、作为一个一线的教育工作者、班主任，值得我们深思，怎样去解决这个问题，怎样打破人们认同的这种教育方式，需要我们不断的探索教育规律，必须有一套教育艺术，要不断的用自己的慧眼去关注学生、发现学生，学着看穿他们的心灵，用心灵，用眼神来传递彼此心里的话。并且要关注每一个学生。因为所有的人没有上下之分，都是平等的。我们要教育学生“天生我材必有用”。要帮助学生树立信心，要了解学生需要什么，就教什么，学什么。

通过听x老师的讲座，我受益匪浅，思想上有很大的触动。作为父母、作为教师，要从培养学生兴趣入手。外力的强迫永远教导不出人才，一个人想学好一方面的知识，绝对都是内因起着主导的作用。正如爱因斯坦的名言：“兴趣是最好的老师。”古人亦云：“知之者不如好之者，好知者不如乐之者。”兴趣对学习有着神奇的内驱动作用，能变无效为有效，化低效为高效。

在教学过程中注重学生学习兴趣的培养，让学生真正把“要我学”变成“我要学”。同时还要么注重学习方法的指导。我们教育的目的是什么？是“授人以鱼”还是“还是授人以渔”？让学生掌握好的学习会让孩子受益终生，因此，在教学中，我要防止单纯知识性的教学，还要注重学生学习方法的指导，培养孩子具备自学的好习惯。

讲座心得体会篇八

12月30日下午学校帮我们安排了一次心理健康讲座。是关于情绪方面，听了黄志法心理咨询师的《情绪管理与健康》的讲座，感受到人的情绪与现在人的健康有着非常紧密的联系。黄老师讲课非常生动，也举了很多真实的案例和互动的小环节，在欢快的氛围中，我了解到，作为老师的我们同样也是这种心理疾病的发生者。而面对这些大大小小的问题，我们应当如何应付成了关键的问题。

教师是人类的灵魂工程师，所以要求教师学高身正；社会对角色的美善化，对教师赋予了过高的期望值，使得身处教育教学第一线的教师不但长期超负荷地工作，而且承受着来自社会、学校、家长、学生和家庭多方面的压力，经常处于心理应激之中，必然导致各种心理问题，影响教师的心理健康。

小学教师的心理问题不仅影响他们的工作和生活，也一定会影响学生的心理健康状态和生命质量。而情绪是一个非常重要的因素。情绪使得疾病增加，如心血管疾病，高血压，肠胃疾病，癌症等。所以在生活当中，我们需要努力改变这些。总是保持健康的心态。首先要做到心理平衡做到知足常乐，助人为乐，自得其乐，苦中作乐。其次是合理的膳食，再是适当的运动。还需要戒烟限酒。

在工作中，有些人有典型的.癌症性格，我也自问，我有没有这种性格看什么都不顺眼，有人时和人过不去，没人时和自己过不去。

人的健康50%取决于情绪20%取决于睡眠20%取决于运动10%取决于饮食。我想，做到这些我们的健康才不受影响。所以好情绪的培养真的是非常重要的事。所以要放下心中的包袱，笑对压力，放飞心情。

听了这次讲座，真的觉得，生命是可贵的，但是也相当的脆

弱，珍爱自己的生命，凡事都不要太计较，心胸要宽广，对待一些事情需要冷静。就象黄老师讲的那个关于风筝的故事，遇事应当完全了解事实后再作定论，而不是冲动的做出结论。在工作中，遇到不如意的事，多述说，这样就不至于得心理疾病。不希望自己早上起来不想上班，而上班的不想回家，成为那种不幸福的人。