# 外出学习后工作总结(推荐58篇)

来源：网络 作者：静水流深 更新时间：2025-04-13

*外出学习后工作总结1韩愈曾说：“凡事预则立，不预则废。”这里的“预”可理解为一种预见性、计划性。许多同学都问过自己这样的问题：“我要将自己培养成什么样的人？”对于这样的人生困惑，每个人都有过。要回答好这个问题，我们所要做的，就是做好自己的人...*

**外出学习后工作总结1**

韩愈曾说：“凡事预则立，不预则废。”

这里的“预”可理解为一种预见性、计划性。

许多同学都问过自己这样的问题：“我要将自己培养成什么样的人？”对于这样的人生困惑，每个人都有过。要回答好这个问题，我们所要做的，就是做好自己的人生规划。

大学人生规划是我们人生发展的重要组成部分。要做好规划，我们必须明确自己的人生目标，并对这个目标进行逐级分解。比如，我的长期目标——成为一名科学家。接下来，就要将此目标进行一级分解：大学四年，我要达到的目标——要考研究生。下面将此目标进行二级分解：

明确四年内所要完成的事——平均成绩在80分以上，英语过六级，计算机过三级；作为一个社团的主要负责人或自己创建一个社团，提高社会实践能力；加强体育锻炼，增强身体素质。

在此基础上，继续将目标进行三级分解，具体到每一年应完成什么，每一学期要达成的目标：如这学期有哪些课程，学期末各科成绩要达到什么标准；处理好人际关系，统筹安排做好社团工作；坚持体育锻炼，身体素质要过硬。

最后，就要将目标细化到每天应该做什么：怎样安排好今天的学习和工作，锻炼多长时间等等。接着开始行动，在行动中不断对自己进行评估，并以此为依据更新和修正自己的目标。

通过对大学人生规划的学习，并将自己的\'目标一步步分解细化，具体落实到每一天，我发现自己生活和学习比以前更加有动力了。

也许我有过迷茫，也许我不知道要追求什么。那么，我会花费一点点时间，来做一个大学人生规划，它会对我大有裨益的。人生是一曲动听的赞歌，却也要节奏为它谱响；人生是一篇宏大的篇章，却也要标点让它奔放。把握好每一天，把握好每一刻，追求自己的理想，脚踏实地，坚持不懈，我一定会成功的！

**外出学习后工作总结2**

为提升小学校长学校的管理素质，学习外地区先进的教育管理经验，开阔视野。20xx年4月29日至30日，在青州市教育局领导的带领下，部分教管办领导、小学校长赴淄博市金茵小学、莱芜地区丈八丘小学参观考察学习。

4月29日下午我们从青州市教育局乘车出发，首先来到了金茵小学，听取了杨世臣校长对学校整体情况的介绍，参观了学生教室、活动室，教师办公室等。金茵小学是一所高起点、高标准、高品位的现代化小学。学校本着努力倡导现代化管理和个性化发展的办学理念，争创一流的工作作风，学校教育设施齐全，一流计算机室、多媒体教室、音乐室、书画室、仪器室及现代化的教师办公室，展示了现代教学的广阔天地。高标准的塑胶跑道、塑胶地面的室内外标准篮球场一应俱全，让孩子们在欢笑中强健体魄；植物园、图书角、吸引孩子们去发现自然世界的奥秘

金茵小学的“童心阅读”，随处可见的孩子们身影，到处散发着缤纷的气息；迎面走来的教师们，用真诚的微笑与忙碌的脚步声，告诉我们工作的激情；窗外停驻，细细聆听，那课堂中激荡的智慧，张扬的个性正溢出窗外。就连墙上的金色牌匾省示范小学、省标准化学校、省重视教育科研先进集体、省校本教研室示范学校等，如同一树的累累硕果，告诉人们，这里的人们早就进入了采收的季节。

在金茵小学，教师们对自己进行了个性化专业发展规划，在规划中，不羡慕别人开花时的灿烂，只是努力将自己的枝条与天空更接近。他们的成长与读书密不可分，自己编写校本教材。教师们进行自我生态化评价，让自己的结果自己做主。为了让自己给自己打一个满意的分数，他们积极参与“读书会”、“自主团队”、“教学交流日”、“幕省”等活动，让自己的在花期中形成风景。学生们如脱兔般活跃在操场、科技活动小组、学校的各类艺术节和各种学生自主社团中。

在金茵小学，你会眼见得，那一树一树的花开。那树与花，用爱、用暖、用希望滋养着。之后，我们一行乘车到达莱芜，第二天上午九点多来到八丈丘小学听取了董金玲校长的报告。耳听为虚，眼见为实，透过八丈丘小学，我们看到了农村小学的希望。

教育腾飞源于理念超前。理念决定行动，行动才有收获、发展。通过学习、感悟，我们感受到八丈丘小学的教育教学理念是超前的。“十年树木，百年树人”就说明教育是一项长期的工作。教育是一门艺术，需要师生情感地投入。八丈丘小学遵循教育规律，不急功近利，注重情感育人。他们保持人员稳定，保证教育教学的连续性。他们的老师相对稳定，老师就把目光放远，注重学生兴趣、能力的培养，为学生将来的发展注入活力。学校对每位老师进行调查分析，促其成长。给教师留足了教学空间，让他们可以放心地着眼于长远，不专注于短期的蝇头小利。从学生地长远发展入手，进行素质教育和养成教育。这里的教育是厚重的，校园充溢浓郁的人文气息和文化气息。校园里没有太多形式上的东西，学校四壁形成文化长廊，校园里很多警示牌、名人名句，深深地影响着学生的行为。

交谈中，董校长说感觉做领导压力很大，不仅要做好行政上的事，还要做业务上的引路人，只有不断学习，在教师面前才有发言权，教师才会信复，教师才会心甘情愿投入教学。

教育的最高境界是来自教师的一种人格的力量和智慧的潜在的辐射、默默地浸润，这种人格力量和智慧精神必须是在课堂之外、教学之外、学习之外进行修炼的。丈八丘小学的老师正是抱着这种理念在完善、修炼自己，这也正是我们学习借鉴的地方，也是教育走向辉煌的必由之路，也是教师走向成功的必由之路。

以往只顾埋头于教学工作，悉心于学校管理，陶然于自我学习，并不太注意丰富自身的底蕴。我们认为把成绩搞上去，教育教学的全部使命就算完成了，忽视了教师的培养和成长，现在看来，这种定位是狭隘而浅薄的，对教育价值的认识是片面而幼稚的！从中我们也更深刻地感悟到教育局开展的教师全员读书和全员培训的良苦用心。启示我们不论教师还是校长，必须静下心来读书、学习。

教师主动源于心生敬佩。这里教师的工作是主动的、快乐的，不喊累，不要报酬。办公室里我们看到老师在认真地批改作业、精心地备课。教师的主动源于敬佩。敬佩学校的科学、人文管理。学校的教师人人有责，人人尽责。教师们争着向前，惟恐落后。敬佩学校领导的率先垂范。丈八丘小学的领导，是教师敬佩的人。他们是教学中骨干的骨干。他们身先士卒，要求教师做到的，他们自己首先做到。领导都这样做了，教师还有退路吗？

本次考察学习，我们既学到了学校管理，教育教学的成功经验，又让大家新身经历目睹了祖国的美好河山，收获颇丰、受益匪浅。校长们纷纷表示，回校后一定结合本校实际，好好反思，努力工作，做出新的贡献.

**外出学习后工作总结3**

10月25日，我有幸随金色之韵领导同事们去济南学习考察，这次考察是提升我自身能力的一次很好的机会，尤其是让我对公司，对自身有了一个更好的认识，更使我开拓了视野，发现了差距，增长了知识，受益匪浅，范文之心得体会:外出考察心得体会。

这次我们主要考察了济南的文化旅游，酒店服务，KTV的设计经营管理以及洗浴的装潢服务，从中寻找发现我们在管理经营服务中存在的问题，真正在这个激烈的市场竞争中做到知己知彼百战不殆。考察一路下来使我感受最深的就要性，无论是从旅游，酒店，KTV还是洗浴，都在给顾客营造一种舒适，温馨愉悦的休闲环境，从设计的大气辉煌，到给人的清新悠闲，如果没有好的服务都会变成华而不实的空中楼阁。

21世纪竞争愈加激烈，如何在这种激烈的市场竞争中脱颖而出，物质享受已经不在是人们所缺少的，他们需要的的是从外到内的一种贴心服务关心。著名的营销专家深圳市感恩文化发展公司的董事长李羿峰这样说过，21世纪除了销售和市场还有什么影响企业的明天?

除了人力和财力，还有什么决定企业的存亡?有销售无服务，那是自断其路;有资金无服务，那是自寻短见;有技术无服务，那是自毁前程;有品质无服务，那是自断经脉。21世纪就是服务定乾坤，服务定天下的时代，现在的娱乐休闲场所硬件设备都相差不大，差就差在服务上。我们公司的硬件设备已经是淄博第一，如果我们在软件上提升一个新的层次，我们的企业明天会更有竞争力，将不败与淄博不败与天下!

这次考察很有幸也很高兴，让我结识了很多的公司上层领导及各部门的同事，让我领略了他们非凡的人格魅力，更使我感受到我们就是一个团体，相亲相爱的一家人，在以后的工作中我会尽职尽责把自身工作做好，为公司创造更多的价值!

**外出学习后工作总结4**

这次培训不但全面，而且细致，有专家对教材的精彩解读和分析；有课堂实录；还有耐人寻味无穷的经验之谈教师外出培训学习心得体会精选教师外出培训学习心得体会精选。很荣幸能参加这次为期十三天的国培计划的高中英语教师培训。本次培训，让我们来自偏远山区的教师学员得以聆听众多专家、学者乃至国内的学术界权威人士的讲座，倾听他们对英语教学的理解，感悟他们的英语教育方法等。十三天的培训虽然很短暂，但却带给了我思想上的洗礼，心灵的震撼、理念的革新。给我提供了一次很好的充电机会，本次培训学习让我收获颇丰！

专家引领在教育科学理论方面的阐述简要精辟，为我们的教学实践起了提纲挈领的作用，为我们的教育科学理论注入了源头活水。多位教育名家的讲座给我们带来了心智的启迪、情感的熏陶和精神的享受，让我们饱享了高规格的 文化大餐 教师外出培训学习心得体会精选心得体会。如陈林老师作的专题讲座《新课程理念的课堂实施》，让我走出以往口语交际教学的误区，让我也明白：口语交际教学不仅要激发学生交际的兴趣、选择合适的交际话题、营造交际的氛围，还要让学生 能 交际（也就是要创设交际情景和形成交际共体），创设交际情景需要做到模拟真实情景、提供典型案例、设计问题情景等。为我今后可以交际的教学指出了方向。

鲁子问老师的《门道与热闹》，指出我们新课改课堂教学的误区，要求我们明确 重点 ，突出 意识 ，处理 关系 ，落实 环节 教给我们行之有效的方法，避免我们以后走岐路 我深深感悟到：英语的课堂应是充满色彩、充满诗意、充满生命力的课堂；同时又是有实效的课堂。

本次培训，每位培训教师都有丰富的教学经验，教学的外部条件也非常相似。因此，我们不仅聆听专家的讲座，以及对我们作业的点评，而且学员之间的互动交流也成为每位培训人员提高自己教学业务水平的一条捷径。在培训过程中，我积极尝试与其他学员之间的交流，在交流过程中，了解到各学校的新课程开展情况，并且注意到他们是如何处理新课程中遇到的种种困惑，以及他们对新课程教材的把握与处理。在培训中，我们不断地交流，真正做到彼此之间的 相长 ，这对于我们今后的教学有着积极的促进作用。

我觉得这次培训是非常有效的，是一次对自己 教育潜意识结构 的深层改造，它让我们的业务水平不断地提高，虽然培训结束了，但思考没有结束，行动更是没有结束。我们将带着收获、带着感悟、带着信念、带着满腔热情，在今后的教学中，我要汲取专家的精华，反思自己的教学行为，让自己在教学实践中获得成长，使自己的教学水平和教学能力更上一个台阶。

**外出学习后工作总结5**

发展是现代学校的根本特点，而学校的生存和发展，又是由多方面因素决定的，教师的发展和学生的发展显然是重要的一个因素，在学校对教师的发展设计的方向、创设环境引领下，为学校的发展数学组走了出去，和嘉兴一中――一所省一级重点中学进行了交流，学习，我们希望通过此次活动，通过我们教师开阔眼界，以互动交流、实践研讨等形式促进教育、教学之间的思维碰撞，从中获取最直接的、最鲜活的工作经验，从而找到、找准自己教学工作的结合点，促进教学的持续发展，达到切实提升教师教育教学能力和水平，同时在落实校教师的教学思路方面更有章法，从而提高教学质量。

一、 精细的准备工作是考察、学习工作得以圆满完成的前提

1、制定交流学习实施方案为培训提供理论保障。

为了更好的开展此次交流式培训，我们精心制定《舟山二中教师教学业务培训实施计划》

2、精心选取交流学习的学校。

经过全体数学教师的认真筛选、研究，最后选出嘉兴一中作为交流式培训学习的目标学校，嘉兴一中是全省第一批18所重点中学之一，是嘉兴市数学学科基地，数学组现有特级教师2名，在省内有很大的影响，学校经历了摸索、完善阶段，现已形成了丰富的经验；：。

3、设计了“舟山二中数学组交流学习准备表”并进行细致的汇总。

(1）交流学习之前，我们精心设计了“舟山二中数学组交流学习准备表”，其中包括教师们想去学习的学校类型，在该校希望获取的经验等。教师在填写之后，进行了认真的汇总后得出的结果作出了去嘉兴一中的选择。

(2)对各位教师希望获取的经验进行总结如下：

（1）怎样对教师进行培训，提高教师教育教学水平？

（2）校本教研是如何开展的？

（3）常规教学有哪些特点？

（4）新课程的如何开展

（5）校本教研

（6）特色活动的设计与实施

（7）名师引领的做法及经验

（8）科研工作

（9）学生、教师评价的做法及经验

(10）如何提高教学质量？

（11）教师从业心态的调整、如何在乐于敬业的基点上形成教研合力，创建优秀团队？

（12）新形势下如何安排业务学习？怎样使学习内容切实发挥实效？

我们将这些内容整理后反馈给提供交流学习的所有教师和嘉兴一中的教研组长，以便使交流活动更具目的性和实效性。

3)和嘉兴一中进行最后确认活动的程序和内容

（1）最后确定活动程序和活动内容

（2）把活动程序和活动内容通知到每位教师，以确活动前有充分的准备

二、严格的管理是工作顺利完成的保证

1、提交学习心得和实践报告。

我们要求每位参加教师参与嘉兴一中安排的全部教育教学活动，每位教师在培训结束后提交一份学习心得材料；做到虚心倾听，耐心观察，深层感悟，认真探究，积极反思。

2、严格考勤管理确保学习人数。

在这次外出交流过程中，我们在交流过程中有详实的记录，更有严格的考勤管理，实行每个活动的签到制，签到必须由本人亲自完成。

三、提供特色学习内容是实现培训目的的有利保障

我们进行此次交流式学习的最大目的就是通过走出去，以互动交流、实践研讨等形式促进两所学校教师间的思维碰撞，从中获取最直接的、最鲜活的教学经验，从而找到、找准与自己教学工作的结合点，达到切实提升教育教学能力和水平，在落实教学的思路方面更有章法，从而提高办学质量。

本次交流活动通过精心设计、在为期一天的交流学习时间内，嘉兴一中可以说是将学校和自己的多年工作做积累下来的经验毫无保留的和大家进行了交流。

1、听二节数学课。（高一、高三各一节）

2、分组讨论评价。（舟山二中数学组各个备课组内进行）

3、分组交流（两所学校的三个备课组之间进行）

4、教研组长交流。（交流不同的思想、理念及工作思路。）

5、与嘉兴一中校长进行交流（了解嘉兴一中的办学理念和办学现状以及发展目标）

6、集体交流。（教学理念、新课程的探讨与处理、以及校本教材的运用、学生工作等方面）

这次交流的特点是：教师身在小组中，进行交流学习，从中发现问题，自己反思自己教学中问题，改进教学。

通过这样的交流活动，我们可以看出，教师们的相互合作，不单纯是参与者个人智力的简单叠加，而是群体间的思想碰撞，这种碰撞带来个体原有认识上的超越，产生质的变化。

（三）有效交流，初见成效

两所学校教师之间的交流学习，主题明确，都说出了自己特色，把“培养教师反思能力”和“教学现象行动研究”作为此次交流的主要内容。对于嘉兴一中两位教师开设的两节公开课我校教师从教师基本功、对教材的分析、教学设计、教学理念等方面进行讨论，评价，总结。并对比自己的教学进行了反思与升华。

四、提交学习感受是深化交流效果将之提升为理念的有效途径

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。通过交流学习，各位教师都深有感触；嘉兴一中的资源真是既丰富又最有借鉴意义。在返程的路上，我校各位教师交流的言谈中，体现出他们对自己的教学工作和自身都有了深深的思考。

思考一：教师观念更新很重要

当新课程在全国展开的今天，教育界资深专家指出：课程改革的关键在于教师观念的改革，新课程的成败也在于教师的观念更新。所以，国家教委也为此做了大量工作，确确实实也坚持了“先培训在上岗，不培训，不上岗”的原则。但实际的情况是：我们有部分教师还是没有把新课程的理念贯彻到我们的课堂教学之中，课本换了，观念没换，即所谓的旧瓶装新酒，穿新鞋走老路。这样，对课程改革是一种抹杀。

思考二：不断学习交流，提高教师素质。

通过这次交流活动，我看到了教师间的真诚有效的合作。由此我不禁反思：需要是最直接的动力，而切合实际的交流是需要的源泉。

思考三：学校应该有自己的教学模式。

交流活动中我们发现，嘉兴一中之所以能成为众人瞩目的名校，教育教学成绩突出，我想这与有一批名师群体，有梯队型的帮带组织，有充满睿智的领导集体是分不开的。通过在嘉兴一中的交流学习之后我又在思考：一个学校拥有一个本校的教学风格，并配以每位教师自己独特的教学模式应该是教学质量不断提高的关键。

思考四：课堂------最具研究价值的主阵地

教育的基地是学校，教育的接受主体是学生、是人，教育的最终目的是全面提高国民素质，培养高素质的建设人才。而这一目标的实现，必须借助课堂这个充满生机和活力的主阵地，从师生的实际出发，根据教学规律，优化课堂教学，设计合理的、科学的教学和学习方案，然后灵活的执行这个方案，“细节决定质量”，我们的确应该课堂教学的每一个环节下功夫，向课堂上的每一个细节要质量。

思考五：读书应该是一种习惯。

“书到用时方恨少”这是新课程理念下大多数教师的感慨。我也深有体会。于是读书成了我的一种需要。有时如饥似渴书不离手地埋头苦读，有时又因事务太多将书束之高阁，如此，无计划，无规律的读书，收效甚微。静下沉思，读书其实应该是一种习惯，应该是每日必备的一种需要，就如我们呼吸、吃饭一样。读书也要注重量与质的积累，囫囵吞枣，一味求多，只重专业，涉猎面窄，都是不对的。

**外出学习后工作总结6**

我们本小学这次开展了一场外出听课的学习活动，学校派我们几个小学四五年级的语文教师去到本x小学听课，让我在教学和思想等方面有所收获，也让我明白了自己在教语文上还有不足。以下是我外出听课的心得：

在本x小学听了几堂课，我深深的意识自己在语文上的造诣还不够，也知道自己对语文的学习还不够。从本x小学五年级的本老师的课堂上了解学生学习语文，要在基础上下功夫，特别是学生对字词的理解，作为老师的我，应该要把一个字做充分的解释，旨在教学生真正弄得字的意思，把一个字做到了充分的诠释，学生以后对字词的各方面都能够掌握好，一般我们教学生新字词，都是直接带读几遍，简单的造词造句，根本就会仔细的把一个字的所有解释都教给学生，导致学生字在不同的段落中有不同的意义就不知道了，这其实是教新字词的一个短板。

自从听了这次别的学校老师上的`语文课，我真正明白自己在这方面的能力还有很多欠缺。毕竟自己也才刚做语文老师没有几年，还没有摸索出一套属于自己的教学方法，而且经验也是不足够的。这次跟其他老师一起去听课学习，我更加明白老师这个职业是一个不断学习的职业，需要自己对自身能力加强，更需要自己去努力学习，在教学的同时不停的查漏补缺。这不仅是对自己的一种丰富，更是对学生的一种负责。只有老师自己本身的学识强了，才能把更好的学识传播给学生。从别的学校那学习的好处，就是能够借鉴他们的教学方法，进而不断的改进，然后形成自己的教学方法，找到合适自己的教学方式。而且从本老师那，了解到这个岗位，就需要自己给自己压力，只有这样才能把作为老师的职责做好。

通过此次的外出听课的学习，我能够吸取他人的经验，在结合自己的教学，努力从中找到合适自己的语文教学。我也在听课的过程中不断的反思自己以往的教学情景，我更加发现自己有很多的地方是需要去改进的，而且自己之前上课时，有很多的问题还没有解决的，所以今后自己身上的缺点就是最需要去改正的地方，那是我迫切的需要改变的，我希望自己能够教好语文。

**外出学习后工作总结7**

老师为大家呈现了扎实、有效而又颇有创意的课，课堂上，老师们把一堂堂课演绎的既朴素又精彩，既扎实又有效。几节课听下来，深感受益匪浅。同时，与做课老师精心设计准备的课堂相比，我感觉自己平时琢磨得太少。这3节课在设计时，少了许多华而不实的东西，更多的是关注课堂的“数学化”。下面我以马刚老师的《1000以内数的认识》为例，结合听课情况，浅谈一下自己收获。

1、教师通过多种学习材料的呈现，如小方块、绿豆、报告厅在坐的老师等。丰富了学生对于1000这个数的感官。让学生初步感受因为物体个体大小的不同，所以1000个物体的整体大小也会不同，多层次的进行了体验。

2、整节课上教师很好了展现了学生学习的状态，体现了学生学习中“眼到、手到、口到、心到”的过程。在学习拐角数数时，先让学生看小正方体，再到学生自己数一数，然后一边数一边拨，再写数。学生真正的参与到学习活动中来。

3、课的精彩在于对数学知识的梳理。从课的伊始，教师通过课件很好的呈现了学生数的方法，并对以前学过的100以内数之间的关系进行了很好的梳理;第2次对知识的梳理是在认识了1000之后，通过梳理1000以内数之间的关系，学生的头脑中完整的呈现出了1—10—100—1000这些数之间的关系。

4、图、计数器和板书三者有机结合，突破重点和难点。先数多媒体上的小正方体，在数的基础上到十调整小方块的位置，然后再读数，写数相结合。有了多媒体的依托，最后脱离具体的图形，进行尝试独立的数数、拨数，先同桌合作数，再个体数。做到人人过关，扎实有效。

5、注重估数意识的培养贯穿于课。课上先后出示了1000个小正方体，再到1000颗绿豆的呈现、报告厅能容纳500人，进而想象1000人是多么一大片，学生是有目的的想象，一节课上可能体现不出学生的什么，但对学生的发展来说，是终身受益的。

现在的数学课堂已经不再是一个承载着固有知识点的一潭死水，而是被学生活跃的思维激活的一眼活水，每天都在经历着更新，每一次的涌动都闪现着学生奇思妙想的思维火花。课堂教学目标要清晰、明确。把学生作为课堂的主体，关注每一个学生，了解每一个孩子的特点，根据学生已有的生活经验、情感态度设计教学环节。课堂要吸引学生的学习兴趣，让学生主动学习，乐于学习。只有有所需求的学生，在课堂上才能全身心地投入到学习中。我们要创造性地使用教材，及时调整教学预案，学生并非是一成不变的，他们有自己的思想、自己的喜好，我们要善于利用学生的年龄特点，采取多种方法教学，使学生在有限的时间得到最大的收获。

每一次听课、学习都会使我感悟颇深，会帮助我改进教学方法。作为一名教师，教学的根本在于教材。教材所给我们呈现的知识大多是由问题情境中来，然后是不同学生的不同方法展示。其实教材不仅仅是对问题解决的科学方法与结果的展示，我们要深入教材，究其根源，才能对教材地真正理解。而我却忽略了这个探索的过程，有时是探索过程程式化，我关注更多地是结果的多样化及优化。这样的教学学生虽然也学会知识，却缺乏探究意识，缺乏在探索过程中所体验到的成就感。我要深入地理解教材，挖掘教材上下功夫，让学生在课堂中得到多方面地发展。

**外出学习后工作总结8**

11月26日，有幸在县教研室朱老师的带领下去淄博参加了第十五届小学语文年会。本次年会的主题是习作教学。会议日程安排的紧凑内容也非常丰富，有专家讲座、名师课堂、还有多种形式的教学论坛。作为刚工作一年的我来说这次学习的机会非常难得。本次学习带给我思想上的洗礼，心灵上的震撼、理念的革新。在感叹时间过得太快，想学的东西太多时，所幸的是每一次的活动都过得很充实：聆听智者的教诲，参与老师们的探究收获颇多！

>一、专家讲座，指引方向

每次的专家讲座都是那么的精彩！带着教育教学实践中的种种疑问，我走进了研讨课堂，专家们的精彩讲座一次次激起了我内心的感应，更激起了我的反思。习作教学是我自身教学过程中的一大难题：不知如何去引导学生也不知如何有效实施习作教学。在会上分别听取了滨州市宋道晔老师、淄博桓台的孙华修校长、莱州市教研员王春锡老师所做的习作教学经验介绍。他们将习作教学当做一个课题来研究，并取得了丰硕的成果。他们独辟蹊径真正的让孩子喜欢作文快乐作文。他们的教学方法也指引了我们习作教学的方向。

>二、课堂示范，引我反思

每一节的课堂展示都那么的可贵！让人耳目一新，时时处处渗透着教师的教育机智。原来习作课可以是一次“生日Party”、可以是一场魔术表演还可以是“作文课上做早操”印象最深的是淄博桓台实验小学的宋亮老师的习作指导课，通过简单的两杯水能引导学生将开始的猜测味道到后来的品尝味道以及最后的反思都说得清楚明白。宋老师在整个过程中抓住孩子脑中那些思维的火花引领他们步入习作天地。反思自己的课堂，只是生硬的提出习作要求就让孩子写，没有引导孩子观察、思考的过程，可想而知孩子的习作不够理想。宋老师开始抓住孩子的好奇心引领他们一步步探究，这样孩子有了心理活动也有了实际的行动在说的时候就有东西可讲。聆听了几位名师的课，反思自己的课堂教学，要学习与改进的地方很多。

另外，印象较深的还有我们的习作批改。以往我的习作评改只是等学生做完收上来逐一批阅，批改完成放到一边下次再写，如此反复，总感觉工作量大学生的习作水平却没有多大的改观。烟台姜老师的习作评改课引发了我的思考：为什么我们“累”却没有价值？为什么我们不能把方法教给孩子让他们互评呢？这样，学生在评价他人习作的同时也知道了如何修改自己的文章，教师也从繁重的批阅过程中解放出来，变身为真正的学习引导者。

总之，听专家讲座、聆听名师课堂都是为提高自己的教育教学实践水平做准备。一切的学习都是为了自己的实践，我会用学到的东西来改进我的教育教学。我深知自己的差距还很大，学习的路漫漫但我将不断求索！

**外出学习后工作总结9**

为了进一步提高学校教师队伍的业务能力和素养，提高学校的管理水平，不断促进学校的可持续发展，我校组织全体教职工到绵阳市涪城七中参观学习一天，现将工作总结如下：

>一、成立工作领导小组，明确责任

为保证此次学习工作的顺利开展，学校成立了工作领导小组，领导小组负责此次活动的全程管理，负责安全、学习、生活等工作，确保了活动的顺利完成。

每个行政负责一个教研组，学习活动结束后，我们及时总结。以教研组为单位开展学习交流，认真反思并撰写反思文章一篇，资源共享，将学习效益最大化。

>二、活动内容及形式

我们分为听取管理工作汇报、分中学部、小学部听取公开课一节、后勤参观了学校食堂管理，整个活动同时进行，对学校的办学理念、质量管理、德育工作、课堂教学效益的提升有所理解和收获。

>三、此次活动的收获

（一）、学校的办学理念、规模及管理体制

该校是1993年创建，校长和教师都是外聘的，要求都是中级职称以上，教师素质比较整齐，在校教职工近200人，初一、初二各17个班，初三15个班共3000人左右，学校一直坚持“以诚办学、以德立校、质量强校、创新兴校”的办学思想狠抓教学质量管理，建成为绵阳市100所示范性初中与小学，每年获得市上评估“一等奖”，学校非常重视数学学科竞赛，与成都七中并行。该校在管理体制上，坚持两种模式：块状管理，实行年级主任负责制，每个年级设有年级主任、年级书记、教务员，教学工作走两条线，常规工作由教务处负责，教研工作由教科室负责；德育工作由德育处负责。在块状管理上实行目标管理，每个班每个教师都有目标，目标分为：基本目标、理想目标、奋斗目标三级目标，年级分解到各个班上，注重抓班级总目标，抓个人完成目标；抓年级工作几条线：教师、班主任队伍、学生，在目标常规管理上注重课前

准备、作业批改的管理、平时单元过关试题的评讲、反馈，对出现问题的补救措施，及工作纪律的管理。

（二）、坚持质量为中心的管理举措

学校在抓质量方面首先坚持抓好课堂教学，努力致力于课堂教学效益的提升，重视常规，细化管理，狠抓公开课的活动，评选出优质课来辐射学科教学；此次中学教师听了一堂《unit6》,小学老师听取了《锡林郭勒大草原》两堂课，两堂课所呈现出来的是：教师的课堂教学行为发生了明显改变，注重了学生学习兴趣的激发，注重了学习氛围的酿造，尤其在让学生参与，让不同的学生参与，让学生有效参与，让学生读、写、听、说，让学生动起来，让学生学会学习，让学生真正成为课堂学习的主人，一定程度上提高了课堂教学效益。实行领导巡视课堂，采取学生问卷，了解老师受欢迎程度，不断提高教师的业务能力和水平；在毕业班质量的抓点上，采取每学月月考，考试成绩出来后，召开学情分析会，立即分析原因，及时会诊，然后共同听课，学校对影响学校质量声誉的岗位立即作出调整。

抓好年级组工作，学校领导、班主任具体分工，蹲点学科，指导考试成绩的分析，每周的工作计划都要思考到毕业班工作，将安排发到学校的中层干部，同时建立学校毕业班工作台帐，每天由两名领导记录，教师坐班，凡是发现学生问题立即解决；每学月召开全年级分层次学生家长会，重点抓总分踩线生，多关注、多辅导踩线生。

（三）、德育工作注重管理模式的创新

学校在班级管理上坚持抓好学生的行为习惯养成教育及安全教育，抓好班级管理及评比，学校在班级管理上坚持每天考核，每周评比，每个月考核，注重学风建设，将学生的安全与行为作为重中之中进行考核，制定了班级考核量表。

在管理模式上以少年军校为载体，坚持抓好寝室、教室里面物品的摆放，要求必须规范，采取定点负责.规范学生的行为，养成良好的行为习惯，成绩比较突出。

艺体方面，学校有篮球传统项目，特别是田径方面尤为突出，学校注重了苗子的选拔与培养。

绵阳市涪城七中初中部老师上英语公开课

学校行政与绵阳市涪城七中领导交流。绵阳市涪城七中领导向我们介绍他们的办学理念、发展规划、学校管理、德育、教学教研工作、后勤管理等方面的模式和经验。

观摩课间操

参观校园，感受校园文化氛围

>四、学习之余的反思

我们通过此次学习，开阔了我们的管理视野，一定程度上寻找了外出学习与提高的途径，让全体学习人员结合自己的本职工作认真反思，作为管理者就当前形势之下，如何办好优质的农村教育，为当地的经济发展服务，值得我们深思：

（一）学校应该有适合自己实际的办学思路与办学理念，有自己的科学发展规划，让其成为全体教职工共同奋斗的愿景，成为每一位教职工实现自己人生价值的舞台，所以我们管理者应集思广益及时科学制定学校发展规划，进一步明确学校的办学理念与办学方向。

（二）、学校应始终坚持教学质量这一中心。质量是学校的生命线，是我们教师、学校的名片，我们要全力打造学校的质量品牌。在新的教学形势下，我们要努力探讨课堂效益提升的途径与科学措施，不断提高教师的综合素养与业务能力。

**外出学习后工作总结10**

非常感谢单位领导给我这次外出学习的机会。培训时间虽然很短，但通过三天的培训，让我从中学到的知识的确让我受益匪浅，感触颇多。让我有机会全面系统的接触认识一个全新的领域——医疗器械风险管理和相关的质量体系，在很大程度上开拓了我的眼界，增强了自己的业务能力，认清了自身的不足，明确了自己今后的学习发展方向，为今后的学习和业务技能培训奠定了基础。现将外出培训学习所学总结如下:

>一、思想上认识到风险管理对企业的重要性:

风险是客观存在的，不以人的意志为转移，存在于随机状态中，在项目的各个阶段都存在风险。绝对零风险的产品是不存在的。而我们医疗器械是与人的生命安全密切相关的特殊产品，医疗器械的风险将可能引发对人体的伤害直至死亡的损害，或对社会财产和环境造成损害!而我们采取积极的风险管理方式，将风险控制在可接受水平，可以规避、转移风险或缓解风险带来的不利影响，可以使医疗器械更加安全有效，实现造福人类的宗旨!

>二、对医疗器械风险管理和《YY/T0316 idtI SO14971》标准有了概括性的认识:

医疗器械风险管理活动一般包括风险分析，风险评价，风险控制，综合剩余风险的可接受性评价，生产和生产后信息五个过程(共13个步骤)。

风险分析是指“系统运用可获得资料，判定危害并估计风险，风险分析过程包括医疗器械预期用途和安全性有关的特征的判定，危害判定和估计每个危害处境的风险三项活动。风险管理活动最基础的活动，只有完成了风险分析工作，才能开展风险管理的其他工作。风险分析的结果是判定每个危害处境的风险并确定了每个危害处境的风险水平。

风险评价是“将估计的风险和给定的风险准则进行比较，以决定风险可接受性的过程。风险评价的任务是判断这些风险是否达到可接受水平，解决风险能不能接受的问题。

风险控制是风险管理活动的第三部，主要是通过“方案分析，“风险控制措施的实施，“剩余风险评价，“风险、收益分析，“由风险控制措施产生的风险，“风险控制的完整性这六步将已判断的风险降低到可以接受的水平。在所有的风险控制措施已实施并验证后，制造商必须反悔和考虑单个剩余风险的综合影响，即进行综合剩余风险评价，并在可以接受的情况下形成风险管理报告，完成风险管理过程的评审。

在完成以上活动的情况下才可以开展医疗器械的商业销售放行行为。但风险管理并未停止，制造商还应建立一个系统以便收集和评审医疗器械在生产和生产后阶段中的信息，对医疗器械的整个生命周期进行风险监视以防止出现新的危害和风险。对于一些“不可抗拒因素的风险只能选择接受，但应有相应的风险事故发生后期的处置措施。

>三、反思、借鉴与变新

这一次风险管理课程的培训，让我对医疗器械风险管理有了一定的认识和了解，但是在学习过程中，自己也意识到无论是理论上还是实践上自己在这方面欠缺的还比较多，很多知识自己一时还无法完全理解透彻，这就需要自己在以后的工作生活中不断去学习去思考。

把风险管理的知识与实际的项目结合起来，真正做到学以致用。

**外出学习后工作总结11**

20xx年x月8、9、10日，我参加了在临沂三中举行的全市小学英语高效课堂研讨会暨骨干教师培训会，作为一名农村乡镇小学的英语教师,能有机会参加市里给我们提供的这次培训机会,我觉得十分荣幸。这次培训是给我们英语老师提供了一次很好的学习机会，也留给了我满满的收获和深深的思考,现将自己的学习心得体会总结如下：

4月x日下午，来自广东省东莞市莞城中心小学的李剑春专家作了关于 “词汇教学的建议”的专题讲座，和现场的老师进行了互动交流。李老师的讲座精彩生动有趣，每个老师都听得聚精会神非常投入。李老师从各个方面介绍词汇课怎么样才能上的高效，怎样为孩子们创设轻松愉快的课堂氛围，从听听说说、读读认认、唱唱玩玩中培养学生的兴趣和能力。形式多样的竞赛和游戏歌谣迎合小学生爱玩的天性，寓教于乐。学生乐于参与，兴致勃勃，情趣盎然的词汇课堂简单、高效、实效。

其中对于李老师不要打击差生的自信心，鼓励他们，学生答不出来问题，也要体面地让他们坐下去，这个观点印象深刻。教育就是让我们尊重每一个孩子，心有大爱，是一位教师必须的素养。大爱精神是教师职业精神的灵魂。李老师告诉了我们师者对学生的应有的态度：be kind,be nice,be fair,be careful and be patient.我觉得这就是对大爱精神的详细阐述。永远不要骂你的学生，你爱他，他爱你。无论面对什么样的学生，作为教师的我们，应该关爱他们，让他们成才。

接着第二天来自广东省东莞市莞城中心小学的吴吉鑫老师的给我们上了一堂四年级下册Unit6 part A的研讨课，更清晰地向我们展示了怎样上好一堂生动有趣的英语课，怎样营造轻松愉快的课堂氛围，激发培养学生学习英语的兴趣，在合理的情境创设中提高语用能力，吴老师设计了各种趣味活动，在活动中输入了大量的词汇和语言，尤其是设计的chant让学生自主掌握动物单词的复数，还有拓展活动中我是小导游的情景设计，以话题为纲，以交际功能为主，引导着学生运用英语完成有实际意义的语言任务。

扎实的专业知识和技能是最重要的前提。所谓“课上一分钟，课下十年功”、“要给学生一杯水，教师应有一桶水”就是这个道理。孙超老师课堂上的收放自如，郭晓艳老师的张驰有度，车昆老师的循序渐进，吴晴梅老师的稳扎稳打，还有郭淑华老师的独具一心，都与她们扎实的专业知识和技能密不可分。只有掌握本学科更宽厚的知识，才能更透彻的理解教材，灵活处理教材，准确的把握教材，以最自然的方法把知识传授给学生。

其次，要营造宽松、民主、和谐的教学氛围 必须多关注学生的情感。吴吉鑫老师之所以能把课堂气氛调整得十分融洽，是因为她先通过chant和游戏极大地调动了学生的积极性，关注到了学生的课堂情绪。这点对我来说，借鉴意义很大，通常我们在教学的过程中，有时会感觉学生无精打采，死气沉沉，自己也讲得有气无力，十分枯燥，根源在于我们没有充分调动起学生的积极性，在传教的过程中忽视了他们的情感。是的，学生只有对自己、对英语及其文化、对英语学习有积极的情感，才能保持英语学习的高昂的学习热情并取得成绩。消极的情感不仅会影响英语学习的效果，而且会影响学生的长远发展。因此，在英语教学中我们应该自始至终关注学生的情感，努力营造宽松、民主、和谐的教学氛围。

再次，教师应该“活用教材”、“用活教材”，根据自己学生的实际，选择教材内容，科学加工，用恰当的方法，合理地组织教学。例如在教学新单词导入部分时，车昆老师的方式就很好，在听文章找重点时，吴晴梅老师的方式也值得借鉴，在教学过程中为了让学生主体得到充分展示，体现英语交际的特性，吴晴梅老师通过 Let’s chant ,Let’s act ,Let’s play ,Listen and do等多种活动方式达到培养学生学习英语的兴趣。而在呈现新知的教学环节中，车昆老师采用实物和图片、肢体语言、多媒体、游戏等多种手段来创设真实的情景，充分调动起学生的自觉性、积极性、创造性，使他们在兴趣盎然的氛围里同教师一起进入新知的探索学习过程，从而达到事半功倍的学习效果。

三天的学习虽然很短暂，但带给我思想上的洗礼，心灵的震撼、理念的革新却是前所未有的。这使我在思想上、业务理论上、工作实践上都受益匪浅，同时也看到了自己与他人的差距，明确了自己在教学上的奋斗目标，同时，也进一步了解和掌握了新课改的发展方向和目标，反思了以往工作中的不足。

此次 培训，更新了我的新课程教学理念，为我的 英语新课堂教学打开新天地。这是我执教的一个新起点，在以后的教育教学过程中，我将会把学习到的知识应用到实践中去，边实践边总结边反思，不断巩固所学知识，真正做到学用结合，联系实际，学以致用。在今后的工作中，我都都会铭记这段培训的日子，在英语课堂教学中乘风破浪，扬帆远航。

**外出学习后工作总结12**

在一个学期的外出学习中，各位老师都能严格按照上级的通知和学校的规章制度执行外出学习任务，并能及时的进行记录和总结，掌握最新的教育教学形态，态度认真负责，现将学习情况总结如下:

>一、基本概况：

学校发展的落脚点是学生的成长和发展，而学生成长和发展的关键在教师。学校要发展，学生要进步，没有一支坚强的教师队伍，则是一句空话。在外出学习中，各位老师都充分的展示了自己的专业素质和职业道德，认真完成，认真记录，能够做到返校后报教导处审阅，开展好课堂教学展示，总结自己的心得体会，及时反思自己的教学，扬长避短，是所学内容真正的为课堂服务。其中表现较好的有：张伟芳老师的讲座切实可行，认识深刻，总结及时；杨光宇老师的备课能够及时结合所学先进教学理论，做到查漏补缺，尽善尽美。

>二、应注意的问题：

1、外出学习汇报中应注意的事项：

外出学习的教师如果有特殊情况不能按时参加应提前上报教导处，以便应急调整。

2、学校应当加强教师队伍培训。

在外出学习中学习先进的教育教学理论我们觉得更应该加强教师队伍的建设，努力激发教师热爱教育、献身教育的责任感和使命感，重视教师职业情感的培养。学习教育政策法规，增强法规意识，以先进促奋进全面提高教师业务道德综合素质，培养教师具有一流的的敬业精神和专业能力。

>三今后应努力的方向

在今后的教学中，希望各位老师努力做到：

总之，各位老师的外出学习，内容充实、效果明显，相信在先进的教育教学理论的正确引导下，我们一定会用学到的先进的教育理念、成功的教学经验，立足本职，勤学习，多思考，好好工作，教好书育好人。

**外出学习后工作总结13**

XX月XX日，我和我校的刘伟老师一起参加了实验小学的小学数学听课评课和研讨活动，感觉受益匪浅。在会上，李华老师和于艳文老师分别上了四年级的“口算乘法”和三年级的“分数的初步认识”。课后，来自杭州的专家刘松老师对两节课作了详细的点评，既肯定了有点，也提出了质疑，更给出了建议。下午，刘松老师又同老师们进行了互动，就当前老师们的困惑进行了有效地讨论，充分显示出专家的涵养和水平。

>一、两节课各有特色，但都是经过精心准备，向老师们展示了不同的风格。

其中，李华老师的课很平实，把计算教学融入一个情景，节奏快，信息量大，有激情，如行云流水，感觉很扎实。于艳文老师的课环环相扣，教师耐心细致，思维清晰，充分显示了数学的严谨性和科学性。

>二、专家点评很细致，细到去点评老师的每一句话。

例如，建议老师把“我来考考大家”改成“老师有个问题想请教你们”，简短的一句话，充分体现了老师对学生的尊重，而学生的自信、责任感也被激发出来。

>三、专家的水平很高。刘松老师的几句话让我铭记在心，反复揣摩，很有感想。

一个好的数学教师一定是思维清晰的人。一堂数学课一定要有数学味。以学定教，少讲多学：学生能说的，教师不必说;学生不会说的，教师才说。可以讲不完，不可以讲错。课前交流的最高境界：交流了，缓解了学生的紧张情绪，且活动和学习内容有关。数学课要简约，要有核心目标。

>四、互动很精彩。

下午，刘松老师和我们就老师们的困惑进行了互动，老师们积极参与，专家高屋建瓴，让我收获颇丰。

最有价值的问题是有我校刘伟老师提出的关于分数乘法意义的问题。因为老师意见有分歧，一部分老师认为整数乘法中忽略了乘数、被乘数的区别，分数乘法也应如此。也就是说，2/11×3既可以表示3个2/11相加，又可以表示3的2/11是多少。另一部分老师认为，整数乘法和分数乘法是两回事，2/11×3只可以表示3个2/11相加，不可以表示3的2/11是多少。最后刘宋老师通过画线段图，提醒大家用动态的观点去理解，从而统一了意见。还提醒老师们:小学中许多概念是不准确的，老师们要注意语言的准确性。研讨会结束了，但是给我们带来的理念冲击和思索并没有结束。说真的我们教师，今后的教育教学的道路大概是这样：名师在指点，修行在自身。

**外出学习后工作总结14**

我参加了延安中学英语的听课活动，首先感谢学校给我这样一次难得的学习的机会，通过听课学习，我受益匪浅，收获颇丰。而且还让我找到了自己和优秀老师的现实差距，领略到了出类拔萃的英语教师的风采，精湛的教学艺术，以及深厚的教学功底。这一节课都有很多值得我去学习借鉴的优点，找到差距和自身的缺点。

下面我就来谈一下我对这次听课的一些浅薄的认识：作为一名英语老师。我们教师要重视思想政治教育，发展情意和激励学生积极的学习动机、态度、兴趣，促使学生积极主动地投入到各项学习活动中去。使学生既受到思想政治教育，又能培养运用英语进行交际活动的能力。课堂上教师用英语OK，Very done.等表扬、鼓励学生积极学习，使他们怀着轻松愉快的情绪全身心地投入学习英语的活动中去，收到良好的教学效果。

>第一、教师的良好业务素质是上好课的前提和保证。

在这次听课中，我发现优秀的教师都有以下几个特点：

1、英语口语流利，发音标准准确，只有这样，才能保证学生对英语教学的理解和把握，才能让学生学到正确的知识;

2、善于利用各种形势的多媒体，使学生接触到的英语知识更立体，更形象、更直观，更生动，更生动;

3、教态自然大方，表情丰富生动，在课堂上能轻松营造愉快、活泼的教学气氛，富有艺术性;

4、有扎实的英语基础知识和教学功底作为坚实后盾，使得课堂更加充实丰富。

>第二、精心制作英语课件，充分发挥多媒体在英语课堂教学中的重要作用。

教师所制作的课件都是用幻灯片制作的，都非常富有创意，既形象又生动。通过各种直观形象得图片来帮助学生加深对单词句型以及课文的理解，充分激发学生的学习兴趣，更有利于学生对所学知识的理解和掌握。

>第三、注重学生交际能力的培养

培养学生的听说读写交际的能力作为目的要求.教师都能运用已学英语知识，特别是刚学习的新的语言材料，使新旧语言知识相互整合，并联系学生实际或通过想象创设的情景，完整地进行语篇的思想交流。这样既交流了信息，拓宽了思路，解决了问题，又培养了用英语进行创新的交际的能力。

>第四、教师都具备扎实的教学基本功

1、正确的语音语调;

2、英语词语丰富、语言流畅;

3、教态自然，和蔼可亲，表情丰富，仪态整洁。

4、板书设计整洁美观，主题突出，形式多样，设计合理。

这次的听课，让我开阔了眼界，明确了努力方向。在看别人上课的过程中，发现了自己存在的一些问题。通过这次听课，我可以更加理性地反思自己的课堂教学，从而在今后的教学中优化自己的课堂。这次听课让我彻底感觉到，我自身素质的提高是必须的，教师是一本活的教材，只有教师自身素质提高了，学生的素质才会提高。这样所教的学生才能学的更好。

**外出学习后工作总结15**

本人有幸参加了临沂市组织的语文教师教育活动，通过参加这次活动，我受益匪浅，将体验和收获整理如下：

>一、要关心和热爱学生。

商城实验学校的王老师，在上课之前和同学们交谈，言谈举止中饱含了对学生的关心，问学生中午是否吃好，休息好，还提醒学生在天气变化的时候注意保持添衣保暖；还对学生有一颗感激的心，看到学生的努力和成长。这让我想到了了《致青年教师》一书中的文章《留点麦穗在田野上》，希望我们把仁爱教给学生，而王老师这种关心和仁爱是通过和学生的交流和耳濡目染中，学生自然而然也会受到熏陶，学会关心别人和体谅别人的。

>二、教师对工作要有热情。

不论是年轻的讲课教师还是年长的讲课教师，一站在讲台上，意气风发，那种对工作的热情和对学生的热情不禁让我深深感叹和震撼。投入是一种美，更是一种震撼心灵的享受。江秀迎老师是年轻教师的代表，而她也用对学生的热情，对工作的投入，给我以启迪，我以后也要做一名像她一样的教师，充满活力。

>三、扎实并练好基本功。

教学需要教师的热情，同样需要教师扎实的基本功，在平时，多练一练字，在黑板上板书的时候写的慢一些，工整一些，所谓行为示范就是如此吧。看到王老师书写的《七律长征》，心里就想着如果我也可以写这么好。俗话说“冰冻三尺非一日之寒”，书写功底也是如此，要练好写字不是一朝一夕，所以我要认真书写和练习。

**外出学习后工作总结16**

一、学习培训的经历回顾

此次培训时间简短，但内容丰富，做到了理论与实践相结合，既有课堂教学又有实地考察。我们聆听了xx教授对土地流转政策的独到见解，xx教授对发展农业产业化合作经营、走社会主义现代农业道路的战略分析，x律师对企业上市路径选择的意见建议，等等。同时还实地考察学习了国家现代农业示范基地xx智慧农业示范基地，xx蔬菜专业合作社，中国料酒行业领导品牌xx公司，等等。通过课堂学习，丰富了理论知识，提升了思维能力;通过现场教学，开阔了视野，转变了观念。通过短短六天的`学习工作生活，我在思想上和行动上都受到了很大的触动，接受了很好的教育。

二、学习培训的体会感悟

通过此次学习，我对浙江农业产业化发展有了一些浅显的体会和感悟：

1、优势互补，整合资源谋发展。在传统农业模式下，农民有土地有技能有经验，却没有系统的知识储备，且市场敏锐度不高，导致农业产出不高，农产品滞销等。农业专业合作社的兴起很好的解决了这些问题。我们参观的x蔬菜专业合作社，是一个农业专业合作社运作模式的典范。合作社将农民的土地集中整合，再以同样的价格承包给农户种植芦笋，并实行产前、产中和销售服务。合作社统一开沟定值、统一供种、统一肥料农药使用、统一生产技术、统一销售，确保产品从种植、生产、销售全过程的质量安全。这样下来，农户的资金问题解决了，技术烦恼没有了，生产成本降低了，产量提高了，也不用担心销售不出去了。

3、开拓思维，以创新引领未来。“求是创新”是浙江大学的校训精神，浙江成为全国经济发展的龙头，地区经济活跃，这些都离不开浙江人的锐意创新、开拓进取的精神。学习的最后一天，德清县的副县长跟我们分享德清县深化农村产权制度改革的做法与成效，他讲到最重要的一个做法就是创新，像实行农村土地所有权、承包权、经营权“三权分置”，探索新的种养模式，等等。让我印象最深的是他们探索出来的种养结合模式，“稻虾共生”，“稻鱼共生”，“稻鳝共生”，“稻鳖共生”，等等。新型种养模式以种促养，以养补种，综合利用，循环发展，提高了土地利用率，既有效保护了生态环境，又有力促进了农民增收。以稻鳖共生为例，利用鳖治虫，鳖粪作肥料，稻谷全程不施肥不打药，鳖生长在原生态栖息场所，又提高了憋的产品质量。在稻鳖共生模式下，亩产鳖达x公斤，亩产稻谷达xx公斤，亩产值达x万元，比纯稻种植经济效益增加30%以上。

三、学习后的意见建议

通过本次学习培训，我见证了地处沿海发达地区的x在人才队伍培养、基础设施建设、产业培育壮大、城乡建设提质、文化发展繁荣、生态环境优美、人民生活殷实、社会和谐稳定等方面的先进经验和做法，我觉得作为地处内陆地区的x，虽然经济社会发展水平与xx城市有一定的差距，但我们也有自己的优势和特色，“他山之石可以攻玉”，我们完全可以学习借鉴x发展的先进理念和做法，加快x经济社会发展，努力把x建设成为x经济社会发展新的增长极。

1、要不断解放思想。思想是行动的指南。科学的思想能够推动和促进社会实践的发展。我们要认真抓好各级领导干部这个“关键少数”，不断提高其思想境界和水平，面对经济新常态，要敢于用新的思维、新的方法、新的手段来面对和解决新的问题，不断推动x经济社会又好又快的发展。

2、要发扬担当精神。作为新时期的领导干部要勇立时代潮头，敢于干事、敢于担责，敢于给有知识、有能力、有干劲，能做事、会做事、做得成事的干部舞台和机会，让他们在“大众创业、万众创新”的新环境下大显身手。

3、要勇于真抓实干。工作是干出来的。美好幸福的生活要靠智慧的大脑和勤劳的双手来实现。我们要发扬求真务实精神，一心一意谋发展，满腔热情干事业。少些浮躁、少些虚妄，多做实事、多谋实绩，用自己的实际行动为岳阳新增长极建设添砖加瓦，建设岳阳更加美好的明天。

**外出学习后工作总结17**

南方的大医院工作也是我的梦想!可是事与愿违后来分配的医院却是一个小医院，一晃就是20xx年，这些年我们医院在院领导的正确领导下，在全院职工的共同努力下突飞猛进的发展，医院的规模也壮大了，医院的硬件设施也得到了改善，我身在其中感到无比的自豪。

上周在院领导的带领下，我怀着一颗感恩的心来到了省人民医院参观学习,大医院有大医院的特色，也是在市场竞争中求生存和发展，向管理要效益，特别是广东省的三甲医院那么多，竞争非常的激烈，他要打破政策依赖性和缺乏激励机制的内部管理体制，进行人事制度和奖金制度改革，假如我是其中一家医院的一员我会感到压力特别大的，怎样使医院形成学术优势、人才优势、疗效优势、专业优势、价格优势和信誉优势等等，是我们面临的一个严峻的考验。

首先令我感触最深的是钟华荪老师的历史经历及护理前辈们的光荣事迹，应该说是最值得我们学习的，我们现在的护理队伍是非常年轻的，而且缺乏的就是护理工作的独立性、自主性和自律性，我们现在的护士文化层次太低，专科水平太差，不具有吃苦耐劳的品质，加上工资待遇太低等等，导致工作的积极性下降和护理队伍的不稳定因素。

持续质量改进是我们护理工作面临的一个难点，对我感触最深的是省医院的层级管理，充分发挥护理管理委员会的职能作用来正确实施护理管理、护理服务、护理技术的决策，并且他们还制定了病房管理的质量检查标准，制定病房管理小组工作内容并能正确的实施，出现问题后进行护理缺陷分析，进一步提出整改措施，来不断提高护理质量。

随着社会对护理质量要求的提高,护理工作范畴的拓展和细化,对护理人员的数量和质量的要求也发生了很大变化。如何在有限的人力资源下保证护理质量,合理配置护理人员已经成为当今护理管理的一个重要问题,护理部黄主任的善于管理，专于管理是我们值得学习的，大医院的管理是人的管理，而小医院的管理是事情的管理，这也是我们做不到的，因为每个医院都有自己的院情。

五常法在我们的工作生活中无处不在，五常法是提升人素质的有效手段。一个人要工作顺利、生活幸福，做事就必须有条理，要有清洁的良好习惯。严格要求自己按照五常法的精神去处理生活、工作中的事情，是完善自我、迈向成功的必经之路。我首先把五常法应用到了我的家庭里，营造了一个良好的家庭氛围。我非常感谢老师的精彩讲解，让我自己改变了许多。

听了特需病区崔虹护士长的讲课以及我在临床工作的经验积累，我真正的认识到了沟通的重要性，护士与病人之间的沟通交流，是护理工作中不可忽视的重要内容，随着改革开放步伐的日益加快，新形势下的护理工作也在逐渐完善，以病人为中心，实行人性化服务，对病人进行身心全方位多层次的护理，护士的一言一行、一举一动，都对病人的心理情绪有着很深的影响，这就要求护士必须转变思想，提高护理服务意识，掌握沟通技巧。通过与病人沟通，拉近护患间的距离，了解病人的身心状况，使病人在医院心情愉快的积极主动的接受治疗。ピ谑导中，护士长要不断完善自我，从品格、能力、感情三方面培养和造就自己的非权利性影响力，同时具有良好的沟通意识，用知识武装头脑，用平常人的心理占领思想阵地，在护士中树立良好形象，从而更好地发挥沟通功能，提高护理质量和管理水平。促进护理队伍的快速健康发展。

总之，这次的学习对我触动很深，我们营造了一个和谐的护理团队，提高了自身的修养，为以后的工作生活塑造了一个良好的开端，最后我非常感谢院领导给我这个机会，我会在以后的工作中怀着一颗感恩的心去回报社会。

**外出学习后工作总结18**

在历下区教育局的精心组织安排下，在单位领导的带领下，我参加了4月份的xxx培训。为期三天半的培训过程中，我聆听了专家学者的报告，收获颇丰。

这一次培训，首先聆听了师范大学教育科学学院副院长所做的《对学前儿童美术教育若干问题的思考》专题报告，她告诉我们，幼儿美术活动重结果更重过程，教师应给幼儿创设宽松愉快的氛围，开展具有游戏倾向的美术活动，这样才能调动幼儿的积极性。

活动中一句“谁正被造就，陶工还是陶壶”，让我印象深刻，我的理解是：老师和幼儿都在被造就，老师通过给幼儿上课，各方面都有所提高，反过来，幼儿在活动中也学到了各种技能，形成了各种习惯的养成。

上海现代儿童美术馆执行馆长薛文彪为我们做了《幼儿美术教育新概念与方法》的专题报告，并在现场示范美术水粉画的操作过程，讲解了他自己创新的借形想象美术创新方法。

中国早期儿童教育音乐舞蹈教育研究中心主任许卓雅为我们做了《音乐教学游戏化与幼儿学习品质培养》的专题报告。她的报告幽默风趣，通俗易懂，她给我们具体讲解了如何通过音乐领域的有效教学，更好地帮助幼儿养成良好的学习习惯。

虽然只有短短三天半的时间，我却收获了许多。在美术方面，要多给幼儿欣赏作品，无论是幼儿、老师或是大师的好的作品；在绘画过程中更注重幼儿的绘画时的兴趣，将游戏融入到其中，给幼儿创设宽松愉快的氛围，我想这样的过程产生的结果一定是预想不到的。在美术的教学方法中，我也可以借鉴薛老师的借形想象，让幼儿在想象中创作出不同的作品。

在音乐方面，回顾原来的教授方法，有很多不足的方面。有的时候给幼儿预设的目标太简单，不知道怎样一层一层加难度；有的时候给幼儿预设的目标又太难，幼儿根本完成不了。回顾许卓雅给我们的培训，我深刻的理解了音乐游戏每次教学都是在学习者认可前面一难度层次的学习已经通过的情况下，才进行新的难度挑战；并且在各种音乐教学活动中，如果教师能够经常有效地创设情境，让幼儿能够被合理的教学目标所激发，通过自己的努力，在各不同种学习情境中都能够不断获得新的成就，那么，在不断获取新的自我实现高峰体验需求的驱动下，全身心投入学习自然就会成为他们自己主动追求的事情！同时，老师也培养了幼儿们的各种学习品质，如注意力，观察力，思维力，原有经验应用能力，自我管理能力……在培训中，看了扬州幼儿园和xxx一幼幼儿园的音乐课，她们主要就是让幼儿自发地去感受音乐，去理解音乐，幼儿在享受音乐的同时提高了感受音乐的审美情趣和审美能力，同时也满足了幼儿的求知、求成的需要，通过成功的学习经验又增强了幼儿的学习自信心和自我效能感。

通过这次培训，我理解了如何通过艺术教育的有效教学活动，更好地帮助幼儿养成良好的学习习惯，在“热爱学习”和“善于学习”两方面怎样促进幼儿学习品质的不断完善。在以后幼儿园的教学中，我本着这个目标，努力尝试培养幼儿的学习品质，更好的激发幼儿的好奇心，发挥幼儿的好奇心，让幼儿更好的在学中玩，玩中学。

**外出学习后工作总结19**

首先能得到去\_\_市人民检察院实习的机会，我得感谢学院及唐老师，正是他们的积极争取才使我们有此机会，

同时我也在此感谢\_\_市人民检察院，正是他们的接纳，才使我在此期间了解到很多检察院的实务操作，积累了不少实务经验。

由于我们年级考试直到1月22日才结束，所以我们直到1月25日星期一才正式前往\_\_市人民检察院实习。我被分配到\_\_市人民检察\_院反贪污贿赂局的侦查三处，这是一个特殊的机构。一开始我便被告知，由于部门的特殊，之前此部门是不招实习生的，只是随着时间的推移，领导思维的变迁，这个部门才从前几年开始接收实习生。但是限于部门的特殊性，我们必须按照要求遵守保密守则。在实习期间，我始终把处长的话记在心里，保守秘密，努力做到自己所能做的最好。

鉴于我所实习部门的保密性，因此在这里我只能写些不涉及秘密的经历及感悟。

我想先谈谈我个人的态度及出勤上的表现。在实习期间，我本人从未迟到与早退过，总是提前到达办公地点。在工作过程中，即使是干一些琐碎的事情，我也从来没有懈怠过，总是兢兢业业。因为得到这样一个去\_\_市人民检察院的机会不大容易，同时我个人办事的原则就是认真，尽自己最大努力去办。

现在我来谈谈在实习期间干过的一些事情及我个人的感悟。

一、填写法律文书，我觉得这应该是实习期间最常干也是最基本干的事情。我填写的法律文书包括查询银行流水线文书和查询身份证件文书。

二、外出调查，其实这是与上一个事件相连的，填完法律文书后，自然而然就是跟随检察官外出调查取证。

三、清点与登记赃物。扣留嫌疑人的赃物自然要清点并且登记以便清楚的知道嫌疑人的财产的种类与多少，方便案件的调查。

四、参加案件进展的讨论会。当然我们只是来旁听的，但是这对我们也是非常重要的，这样我们可以亲身经历案件的讨论，清楚案件的发生与过程，接近案件的核心操作。

五、接送文件，这也是实习期间很基本的事情，也就是把文件从办公地点转送到另外的人员手中。

六、查看卷宗，检察院内部有大量的卷宗，不过我们只能看那些已经解密了的。

七、协同外市检察官调查取证。外市检察官来本地调查是一定要当地市的协助调查的。

以上七类事情基本上就是我本次寒假在\_\_市人民检察院实习过程中遇过并办过的事情。由于我在检察院实习的时间不是很长，因此上面这些只是很琐碎很表面的事情。但是不可否认的是，即使如此，我还是从本次寒假的实习的过程中学到很多与法律有关的知识，积累了不少的经验。我相信这是一笔财富，它们将对我以后的生活与学习起到重要的作用。在此，我再次感谢学院、唐老师及\_\_市\_\_检察院。

**外出学习后工作总结20**

>一、先进的设备及技术水平和优质的服务

科学有效的器械设置是省妇幼一个较为明显的特色，他们拥有10台多功能呼吸机，10台cpap及40台多功能保温箱，危重患儿的床头上都有固定监护设备，中央吸引器，中心供氧设备及壁挂式中心监护设备，并连接于护士站的中心监护系统。他们特别注意早产儿的护理，每天用消毒液擦拭保温箱，对于体重不足1500克的早产儿很注意皮肤的护理，比如不使用胶布贴皮肤，合理使用静脉，必要时予picc，所有床上用品经消毒、灭菌，取舒适的体位有利于患儿的生长。每个危重患儿取鼻吸气位及头肩高位，保持呼吸道通畅。

>二、抢救危重患儿及时有效

1、中心监护系统起到决定性作用，监护设备报警声响。

2、护理人员做到细心，爱心，责任心。

3、医生气管插管速度快。

4、抢救设备齐全，固定。

>三、严谨的工作作风

1、医院提倡母乳喂养，接收母乳必须要有医院凭证，才可给患儿食用。

2、每位医务人员接触患儿前后都应严格洗手，感染患儿与非感染患儿分病房收治。

通过这次学习使我深深体会到细心，爱心，责任心的重要性，不段的学习不仅可以丰富多彩的临床知识，在疾病观察上帮助很大，而且让我们及时了解一些新技术，新方法，使我们的水平不断提高，应该多鼓励参加，现在护士队伍年亲话，更应多参加有关的学习班，使整个队伍在素质和理论技术上都得到提高，从而提高生存质量，提高人口素质，其社会意义远。

**外出学习后工作总结21**

首先，感谢护理部和护士长能给我这么一次宝贵的机会，让我有幸能参加20xx年六安市人民医院ICU临床护理的进修，为期3个月(20xx年5月11日---20xx年8月11日)，通过此次进修学习，我对市医院的医院文化，发展历史，管理规章制度有了系统的了解，同时也学习了很多我们这边学习不到的知识，收获很大，其次，通过此次培训学习，让我对怎样成为一名合格并且优秀的护理人员有了深一步的认识，必须要做到以下几点:

1.要安心工作，端正思想，遵守院纪院规，踏踏实实工作，爱岗爱业，不耻下问，时刻为病人着想，千方百计为病人解除病痛，想病人所想，急病人所急，摆正自身的位置，在别人眼里，护士只是一个打针发药的，是的，护理工作是一个非常平凡的岗位，虽然做不出轰轰烈烈的大事，但是是非常重要和不可或缺的工作.常言道:三分治疗，七分护理。

2.在平凡的岗位上，我们要坚持为病人服务的信念的同时，也要严格的在学习上要求自己，不断更新知识，提高技术水平，临床与实践相结合，在工作中不断充实和完善自我。

3.要不断加强思想政治修养，要不断向党组织靠拢，提高整体思想素质。

4.在当前医患关系十分紧张的情况下，我们不仅要严格遵守技术规范，还要崇尚学习，增强法律观念，强化法律意识，提高服务质量，提高人文素质，避免医疗纠纷。

5.要有团队协作精神，团结就是力量!

在这次的培训学习中，让我感触最为深刻的是护理的形象问题.因为：护士良好的形象不仅使医院给公众留下深刻印象，同时也是医院整体形象的关键之一。微笑服务不仅是礼貌，它本身就是一种劳动的方式，是护士以真诚态度取信于病人的重要方式，微笑是无价的，胜过千言万语，它不花费钱财，但可以带给病人万缕春风，可以让新入院的病人消除紧张和陌生感，被亲切感代替，可以使卧床重病人消除恐惧焦虑，被信任感代替，产生尊重和理解的良好心境，缩短护患间的距离，所以，护士真诚的微笑，表现出对患者的尊重、理解和同情。随着人们生活水平的提高，对医疗卫生的要求也不断提高，护理服务已经不仅仅局限于打针、输液、发药等单纯的护理工作，而是越来越注重为病人提供全身、全方位的优质护理服务，护士各种服务除行业技术外，言行举止也是充分体现对病人的关心、照顾，因此，面对未来的医疗竞争和社会需求，护士礼仪能表达护理人员的形象，赢得社会效益和经济效益。为期三个月的重症护理监护培训已结束，本次正规理论学习与临床实践相结合的学习收获超过以往任何短期的学术活动，不仅改变了我对ICU工作的认识，丰富了我的理论，同时提高了我急救与监测能力，受益匪浅，体会如下：

1理论、实践、结合的螺旋式过程

理论学习与临床实践相结合的方式是培训最佳的方式。说实话，在参加专业培训以前，受晋升与考试的需要，我们一直也在学习着，培训中很多的理论知识我在自学本专的书本上都学习过而且考试过，但由于只为考试而学习和缺乏动手的物质环境，所以所学到的知识很快就成过眼烟云，随着考试的通过而丢弃。护士长和带教进科第一时间就培训理论知识，一是课程内容安排合理，所学的即是我们工作中所需要的。二是充足的临床实践让我们有足够的时间消化所学内容。在ICU工作中，我对临床常见危急重症的病因、发病机制、诊断和抢救技术和规范书写抢救记录，从理论上进行更加深入探讨和学习，更广泛地接触到不同型号和档次呼吸机的使用(维康)、心电监护、中心静脉压、qian支境及CRRT(连续性肾脏替代疗法)知识，学会了如何进行判断血气分析，这些广泛医学知识与危重病学的继续深入学习，使我们不仅掌握了大量的学科知识，而且掌握了全面的专业理论，完成了理论实践相结合的螺旋式过程。

培训过程中，新的CPR指南的学习让我改变了我们一惯的传统的心肺复苏技术。人工气道的建立和呼吸机的使用是ICU急救病人的当家技术，学习中系统的讲解与实地的操作练习，不仅使我在配合的过程中更加得心应手。由于我院ICU没有床边CRRT设备，所以当带教老师推着标有英文字母的机器为病人做CRRT时，羡慕她们拥有高尖端技术，通过培训，我了解了血透病人的工作原理和床边CRRT运转的工作要领，能根据病人血压尿量等参数参与相关数据的设定。

2对现代监护的全面了解和掌握

监护仪器的了解监护仪器的应用是现代化医院不可缺少的重要组成部分，它使临床护理工作提高到一个新层次。ICU集中了众多先进的监护仪器、急救设备及生命支持装置，对大量先进监护仪器设备的接触和学习，使我们对监护仪器的性能、操作方法与适应证有了更深一步的了解，使每个临床护士也能够熟练掌握各种监护仪器的作用原理、使用方法以及保养措施。以前因缺乏对各种监护仪及呼吸机的认识和了解，需要专业人员对仪器进行调试和管理，设备装置如下：以病床为中心，床头1m高墙壁上设有负压吸引、氧气、压缩空气和电源等嵌入式装置，每张病床配有一套壁挂式中心监护设备，并连接于护士站的中心监护系统，可随时监测心电图、动态生命体征、氧饱和度，改变任何一插件可变换监测项目。

监护技术的掌握现代化监护技术是运用各系统的功能监护仪器，通过有创或无创的途径而进行的。大量监护仪器的使用要求我们要具备相应的监护技术。掌握监护技术，使临床护理人员对临床观察的症状、体征、变化以及通过仪器监测的生理参数进行综合性分析，得出正确结论，从而扩展了护理范围，使每位临床护理人员能够对各种常见急危重症患者进行正确的护理。

3全面提高工作能力

监测观察病情能力护士是病房的主力成员，她们日夜守护在患者的身旁，是观察病情、及时实施治疗和处理的最早先行者。医生所得到的关于患者病情改变以及是否需要调整治疗方案的大量信息，来源于护士的观察和监护分析。而疾病发展过程的外在观察是依据每个护士的专业知识与临床经验为基础的，而通过进修ICU，受高层次专业技术人员指导、培养熟练掌握了对危重患者的观察和护理，以及积累大量临床实践经验的总结，使我们在原有的基础上有了更加敏锐的临床观察能力。不仅能够及时发现病情变化，而且具有了一定的预判能力，并及时汇报处理，真正成为患者身边的保护神。

提高应变能力临床应急、急救护理观察处理与特点和一般临床诊断、治疗工作大不相同。危及患者生命的病情变化往往是突然的，除了少数情况可以预见外，大多数是随机的，因此要求护士不能单一地等待医生来确诊，对应变的反应要快，处理能力要强。对临床应急、危重的患者采取有效的科学的紧急救治措施，以及急中生智、抓住时机、毫不犹豫地做出判断能力，并采取一系列具体应变处理措施，在千钧一发之际挽救患者生命都会起到切实可行的重要作用。

护理技术操作能力专科的学习和严格的培训，使我们不仅熟练掌握了抢救技术，如：药品、抢救器械的性能、操作方法及适应证、各种不同病证的护理技术操作、呼吸机的使用方法，使用心电图机为患者进行心电监测以及对心电图的正确诊断，护士能掌握观察患者的心肌供血、心电稳定性及心功能等情况，使用除颤器对危重患者的救治方法(心肺脑复苏)等技术，能够熟练掌握和配合，在临床抢救工作中起着重要互助作用。

提高医护配合能力随着不断的进修和学习，我们的知识水平及素质也得到全面的提高，使我们增强了配合医生工作的能力。在做好护理工作的前提下，主动地配合医生工作。通常认为护士的工作是执行医嘱，完成各种护理工作，而诊断治疗是医生的事，护士没有必要介入或参与的观念已被证明是错误的。护士24h守候在患者身旁，是患者的守护神，是病情的直接观察者，因此，必须有能力全面、准确、无误地反映患者病情。护士不再是被动单纯的执行医嘱者，在工作中要能够与医生紧密配合，互相沟通，相辅相成。共同承担起治病救人的神圣任务。

4与患者心理沟通方式

非语言沟通方式的表达护患关系的建立与发展是在沟通过程中实现。有效的沟通将产生良好的护患关系，缺乏沟通或无效的沟通会导致护患关系发生冲突，语言沟通是一般普通病房护士最常用的沟通方式，护士通过沟通的方式可以了解患者状况和需要，但进入ICU后，护患间的沟通方式发生了改变。ICU的患者，因病情危重或使用呼吸机、留置气管插管而不能发声，沟通的方式也从语言沟通转变成为非语言沟通(眼睛的运用、面部表情、点头、姿势置换，手势以及拍打、握手等接触方式)。在护患沟通过程中，患者的非语言行为包含了丰富的信息，有助于护理人员了解患者真实的感觉和需要，同样，护士在非语言行为也为患者提供了丰富的信息，这些信息反映了护士对患者的反应、理解、体贴和友好，是一种非常有效的沟通方式。因此，语言沟通和非语言沟通是相互结合的。对建立良好的护患关系是起着非常重要作用。

建立以人为本的环境ICU医护人员工作紧张繁忙，常因为忙于抢救、表情严肃、各种各样仪器的报警声音、长时间不熄的灯光、频繁地吸痰、翻身拍背、抽血等，都容易使患者产生负性心理反应，ICU限制探视，容易使患者产生分离性焦虑。护士针对患者的特点，探视时间适当灵活掌握，让患者感到亲人时常陪伴在身边，减少了孤独感，ICU护士坚守岗位，不离开病室，经常保持与患者密切接触，消除因没有家人陪伴而产生的不安全感，当术后出现病情变化时，保持沉着冷静，忙而不乱，以稳定患者情绪，术后提供适宜环境，护士尽量减少声光刺激，说话严谨，走路轻快，并提供非语言性指导，建立一个友好的环境和气氛[4]。

深入做好心理护理通过心理护理，可有效地减轻患者的心理负担，配合治疗和护理促进其顺利康复。进入ICU内的危重患者因对疾病严重程度的疑惑而产生了一系列复杂的心理活动，这些危重患者，有的因缺乏心理准备而表现为惊恐不安、情绪紧张，有的由于难忍的痛苦或者意识到生命受到威胁而表现粗暴愤怒、蛮横无理、悲观绝望、敏感多疑，通过对ICU内众多重症患者的护理，使我们更多地了解到了危重患者的心理特征，积累了大量的危重患者的心理护理经验。

规范各项操作流程随着科学技术迅猛发展，医疗仪器设备日益更新，基础护理操作技术已不能满足临床需求，规范新的技术操作流程，仪器使用保养及与医生的配合是跟上医学发展步伐的重要举措，如各种不同器械的使用方法以及操作步骤[2]，把科室不同各类的操作仪器流程装订成册保管，各种仪器的操作程序制成卡片挂在仪器上，使各种仪器得到正确的运用与保养。

通过短短3个月进修学习，使我们更能适应工作的需要，适应医学科学的发展，不仅仅使我们的护理队伍跟上了现代医学发展的步伐，更重要的是提高了我们的道德水平、专业技能和临床护理质量，对促进今后的专业水平提高起到积极的推动作用。总之，3个月的培训让我更加认识到要做一名合格的ICU护士要有上进心，勇于批评与自我批评，树立了正确的人生观和价值观，ICU是个需要不断学习和乐于付出的专业，选择这个行业，既需要勇气，也需要底气，既需要体力，更需要智力。不管怎么说，既然选择了它，就要坚定做好它。

**外出学习后工作总结22**

首先，我非常感谢校领导给我这次外出学习的机会，在这短暂学习的半个月中，我好像从里到外受到了一次洗礼，使我提高了认识，理清了思路，学到了新的教学理念，我受益匪浅，找到了自身的差距和不足。我从中学习到了很多知识，而且在这次培训中有幸倾听了众多专家的精彩讲解，让我对教学有了更多新的认识。经过这次的培训令我感触很大。

首先是王华老师给我们带来的“视觉大餐”，幼儿美术教学活动的设计，让孩子从小感觉到自己很能干！接下来是西安交大的兀静老师，给我们谈了幼儿园的艺术教育，学会在和孩子说话时举手投足之间都要带有韵味。还有南京第一幼儿园的马教授，强调要关注孩子心灵的成长……每一次学习就像一份精神粮食，不断地滋养着我的思想，不断滋养着我的力量！

教育幼儿，要从爱出发。平等的爱，理解的爱，尊重的爱，信任的爱，这些都是老师爱的真谛。注意和幼儿沟通，幼儿就会信任你，喜欢你。爱幼儿，还表现在老师对幼儿的尊重和信任，以及对学生的严格要求，又要注意对学生的个体差异，区别对待。作为幼儿老师的我更要关注的是蕴藏在课堂中那些只可意会、不可言传，只有身临其境的教师和孩子们才能分享的东西，要关注那些伴随着师生共同进行的探究、交流所衍生的积极的情感体验。我们不但要传授知识，而且要善于以自身的智慧不断唤醒孩子们的学习热情，点化孩子们的学习方法，丰富孩子们的学习经验，开启孩子们的学习智慧。为了让孩子健康快乐成长，是我工作的目标。

这次培训，每位专家

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！