# 202\_年科级干部培训班培训心得体会(模板18篇)

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2024-01-27

*从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？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。科级干部培训班培训心得体会篇一财务培训心得体...*

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？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。

**科级干部培训班培训心得体会篇一**

财务培训心得体会 两天的财务管理培训已经结束了，虽然时间不长，但两天下来我们的收获却是比当初想像的要多的多，以前也学过财务方面的知识，但自己对于财务的理解还仅限于会计做帐上，通过这次的培训，对于财务有新的感悟，有了更深刻的理解。

培训虽然结束了，相应的知识也学到了，但我们对于财务的理解却远远还没有结束。培训使得我们懂得一个优秀的预算的重要性，一个优秀的预算将在企业的运营过程中起到非常重要的作用，好的预算将使得企业的运转完全掌握在决策者手中。

对财务的理解使得我们可以更好的掌握好成本控制，老师的话“成本控制是无止尽的”这句话让我们记忆深刻，刚开始大家都觉得成本到了一定的时候就变成死数了，再也无法降下来了，上完课以后，听完讲师的讲解后，我们对于成本控制有了更加清晰的认识当产品质量、技术、服务、资金都在同一水平后，最重要的是什么样的企业更加注重细节，从每一个细节来落实成本控制，这样的企业必将更具有竞争力。现在比较流行的说法细节决定成败也就是这个道理。

也并不是说降的越多越好，要着眼于后期的实现运营情况来降低成本，公司的整体成本控制相对于往年来应该说是比较不错的。

其他的都被浪费了，在采购此类设备的过程中，不能一全而概，应该根据实际情况有所区别，比如说在机房内由于用电的设备比较多，要用质量最好的多孔的插线板,在同时有光收发器和交换机的机柜内用三孔或是四孔的插先板，在只有一个交换机设备的机柜内则用普通的两孔或是三孔的插线板就可以了很显然多孔的比少孔的电源插线板的价格是要贵的，而在实际过程中小区所有机柜内都用同一种插线板，这样做显然比根据需要来采用要花更多的成本，这就需要在工程设计和预算中提前想到，然后在根据不同情况分层次采购。

以上仅是一个例子，在整个公司的所有运营环节中，还有不少可以细挖成本控制的地方。这需要所有的员工在工作中更加留心我们的每一个工作环节，群策群力来深挖成本控制。

同时通过这次培训使得我们可以清楚的通过财务报表来分析出什么样的企业是真正挣钱的，又有那些看起来很风光的企业其实是很危险的。深入细致的财务分析使得决策者能更好把握企业的运行轨迹，能更加清晰的看到企业的运行环境。

公司的销售回报率高不高，资产周转率是否正常，报资回报率是否达标，这些其实不仅仅是领导层要考滤的问题，从股东、客户与我和价值链接图表中可以看的出员工和企业和股东和客户是一个环环相扣的过程，任何一个环节出了问题，都将会对这个企业产生不良的影响，企业发生问题的同时员式的利益也将会相应受到影响。

从公司的现状来分析，经过一段时间的高速发展后，在近期面对几大运营商的打压下，公司始终在坚持自己的步伐一步步向前迈进，虽然人员的气势和工作激情方面和以前相比有所下降，但这与整个市场的激烈竞争是分不开的公司现在存在的问题可能是现金流跟不上，在发展扩张的同时要保证现有用户的正常运转，没有一个较好的资金支持对于宽带行业将是一个可怕的迹像但由于今年国家财政政策的紧缩导向，许多企业不可避免的遇到了资金瓶颈，在内部严格控制成本的同时，寻求积极的融资方式是必须要做的。

对于我们公司而言，除了集团支持、外部贷款、内部融资等方式外，更应该往上市融资的方向上发展，深圳中小企业板开市以后，众多的中小企业得以上市融资借此进一步发展壮大，中小企业相对于主板市场而言除了各方面的条件比主板上市要低以外，更合适像我们这样规模较小但前景较好的成长性企业，上市中小企业板的一些基本条件如：公司应当先改制设立或依法变更为股份有限公司，开业时间是否在二年以上，是否符合管理层稳定的要求，即法定代表人、董事、高级管理人员，核心技术人员以及控股股东，在提出发行申请前二年内是否曾发生重大变化。

**科级干部培训班培训心得体会篇二**

非常感谢段的精心安排，为期5天的培训，让我收获满满！同时非常荣幸参加了这次令人难忘的青年骨干培训班，相信很多人都跟我一样，留下了珍贵而美好的回忆。在这里，我们不仅开阔了思路、拓宽了视野、丰富了知识，还受到了启迪、发散了思维、活跃了思想，更难能可贵的是，我们仿佛又回到了人生中最宝贵的学生时代，尽情张扬青春活力，也收获了深厚的同学情谊。

回想起此次培训的点点滴滴，脑海中总会浮现出许多美好瞬间，心中也会涌出无数的感悟，下面就谈谈几点较深的体会。

这次培训的收获，莫过于段长闫旭东和书记仝江峰亲自来到现场，与我们进行面对面交流，分享自己的成长经历和语重心长地教诲。这些宝贵的人生阅历和经验，为正处于迷茫和困惑之中的我们点亮了指引未来方向的灯塔。

从闫段长和仝书记的敦敦教诲和殷切希望中，我深深地感到，在成长路上应该把握好三个关键词。

一、踏实积累。所谓“不积跬步无以至千里，不积小流无以成江海”。20\_\_年，我从江西老家来到单位，入路成为一名正式地铁路职工，从事机械化钢轨打磨工作，8年弹指一挥间，从刚参加工作地懵懂，到逐渐掌握理论知识和操作技能，再到现在成长为车间技术骨干，中间有过迷惘、有过抱怨、但是更多地是激励和收获，我在磨练中渐渐明白了一个道理：无论在什么岗位上、无论做什么工作，我们都要踏踏实实、认认真真，哪怕这项工作与自己的理想相去甚远，哪怕已经默默做了很长时间，我们还是要始终坚持踏实认真的态度，因为今天每一点每一滴的经历，都是明天成长进步的基石。所谓厚积而薄发，只有塌下心来，认真地推敲、投入地干好每一项工作，才能提升对本职工作的认识，才能积累丰富的经验，也才能实现成长上质的飞跃。

二、勤思善省。踏实地工作不代表盲目地工作，而是要善于在工作中思索反省，所谓不仅要低头拉车，还要抬头看路。参加本次培训班，我更加深刻地认识到作为一名有责任有理想地青年骨干，一方面要反省工作中有什么不足，思考怎样把工作做得更好；另一方面反省自己适不适应工作的要求，思考未来的方向在哪。同时，我们还应该理性地面对顺境和逆境。人生的路不可能一直顺风顺水，总会有坎坷和低谷，这是客观的不可抗力，但是从主观上，我们可以采取积极的态度和主动的姿态。在春风得意时，不骄不躁，保持清醒，思考总结经验；在低落失意时，不馁不弃，保持干劲，反省吸取教训，只有这样，我们的工作质量才能提高，我们的个人素质才能提升，我们的成长成才也才能提速。

三、勇于担当。当前，铁路的发展正处于高速发展的重要时期，我们段将担当重要的角色，因此，会有大量复杂、细致、艰巨的工作要做。作为青年人，我们应该庆幸赶上了这个伟大的时代，可以通过奉献自己的智慧和力量来展现自己的人生价值。时代车轮滚滚向前，我们注定要承担起中流砥柱的角色。什么是中流砥柱？不是一个岗位、一种待遇，而是一项任务、一份责任。在面对急难险重时，要挺身而出；在落实政策时，要坚决执行；在迷茫困惑时，要坚定信念。我们要用行动证明，贪享安逸不是我们的标签，迎战风雨才是我们的态度。我们在各个岗位上的青年人，应当勇于接过历史的接力棒，共同扛起工务机械段发展的重任，一起描绘美丽的大机梦。

这次培训最让我们难忘的，是外出去参观党校的廉政馆。一个个案例让我们铭记在心，让我终身难忘。每个人在人生路上都会遇见种种挑战，唯有坚定信念，才能立足不败之地。

鸟欲高飞先振翅，树欲高擎先扎根。这次培训班体现了段对青年人的高度重视和关怀。我们青年人一定不辜负段领导的厚望，踏实工作，努力奋斗，积极进取，用我们的青春年华，续写工务机械段稳健发展的宏伟篇章！

**科级干部培训班培训心得体会篇三**

最近有幸参加了20xx年浙江省中小学美术（书法）教师培训班，期间在培训的承办方杭州市留下小学进行了参观考察。其实，工作几年来有幸参观的学校不少，杭州市留下小学确实是让我留下印象比较深的一所学校。这不仅是学校把对于传统文化艺术的认识和在学校中的结合，更让我深感钦佩的是学校把本土文化和传统文化作为得以传承的责任，所以无论是本地乡土民间文化还是学校社团文化建设都做的扎实有效，起码在学校社团文化中体现出的厚重是一般学校所没有的或者说是缺少的。

在参观杭州留下小学的校园文化中，让我感觉到学生在校园中的主体做到了最大化的呈现，就像一个放大镜一样，把学生的一切在校活动进行了放大：学校门口刻在的大石上的校名是学生亲手写的书法，学校的宣传册是学生徒手亲手绘制的，在学校的文化墙上也都是学生活动的身影，尤其是美术作品的展示更是学生的天下，可见杭州留下小学所具有的那份来自学生中的那份自信和独特的眼光。

学校现在的社团文化可谓大同小异，在杭州留下小学美术这一块中，最让我们参观的老师感到震撼的是杭州留下小学的美术课堂作业的展示，一个个走廊和一面面整体的墙都展示着学生的美术课堂作业，正是这样的课堂作业彰显着学校在整体的美术教育的成果，让人感到“实在”和“真实”，在我们美术老师眼里反而更来的“真实可靠”，也体现了美术老师们的“用心良苦”。

**科级干部培训班培训心得体会篇四**

这一年，我参加了数次培训班，既有公司安排的专业课程，也有自己主动学习的课程。通过这些培训，我受益匪浅，不仅扩展了知识领域，也获得了一定的技能能力，更重要的是，我在这一年中有了更多的成长和进步。

第二段：学习收获。

在参加培训班的过程中，我结识了众多的同行和业内专家。通过聆听他们的授课和分享，我了解到了很多新的理论和技能。比如，在一次沟通和管理的课程中，我学到了先控制情绪再进行反应的方法，在工作中，这个技巧让我更从容地面对问题；在一次市场营销的课程中，我了解到了创新营销的思维模式，帮助我更好地制定营销策略。

第三段：交流互动。

培训班不仅是一个学习的平台，更是交流互动的场所。在班级中，我结交了很多同行及工作伙伴，互相分享经验、交流思路。在这个过程中，我不断汲取新知识，提高了自己的专业能力，也让我们的互动互通更加顺畅。这些交流互动不仅为我工作上的提升带来了无限的助力，更让我心理上得到了更多的支持和鼓舞。

第四段：体验收获。

通过参加培训班，我领略到了全新的学习体验。随着知识的不断扩展，我的思维方式也发生了变化。我不再只停留在重复性记忆的学习方式，而是学会思考并运用自己的知识去实践和探索。当我遇到问题时，我不会再束手无策，而是通过原有知识和学到的新技能和方法，找到更多的解决思路。

第五段：总结反思。

在这一年的培训中，我实现了自我突破，弥补了一些不足之处。通过参与各类培训班，我不仅向业界专家学习到了高级技能、先进理念，还学会了如何合适地运用所学知识，提升了专业素养。在这个过程中，我不断发现自己的优点和不足之处，激发出了自身潜能，让我更加充满信心地面对未来的挑战和工作。

总之，这一年的培训班有着太多的珍贵收获。通过这些珍贵经历，我意识到自己的成长不仅是靠自己的成长，更要借助外在的力量。在这一年中，我学会了如何在未来的工作中，充分利用自己所掌握的知识，保持学习和进步的状态，不断超越自我。

**科级干部培训班培训心得体会篇五**

说句心里话，从来没有一次培训能让我如此的“忘乎所以”，因此，内心有很多的感悟，迫不及待地想和大家分享。

此次授课的专家，都心怀着对少先队工作的执着。授课前都进行了大量的准备，授课时严谨而幽默。给我印象特别深刻的是xxx老师授课那天天气酷热，但她仍然精力充沛，神采奕奕的为我们讲解争章活动，用一个个新鲜的事例告诉了我们——胜利之路就在自己的脚下，对待孩子要永远怀着真诚之心。同时还有治学严谨的xxx老师、和蔼可亲的xxx老师……他们话语不多，只用他们对事业这种执著的态度，就有力地证明了一切。他们不仅是我们年轻人的榜样，更是我们今后努力的方向。

这次的培训让我对少先队工作有了更深的`熟悉。少先队工作是学校工作的重要组成部分，要想做好此项工作，必须紧紧结合《纲要》，必须与学校的教诲教学有机结合，必须吸引学校、家庭、社会的注意力，从而得到他们的撑持。在这些方面一定要做到心细胆大，开展工作不能畏手畏脚。另一方面，岂论是中队还是大队活动，都要勇于创新。我想，根据我们学校的自身情况去准备队的活动，中队、小队、大队，并不一定需求大量人力和物力，只需求老师的正确引导和放手让学生去想去做，就一定能有想不到的结果，不能忽略孩子们的创造力！

时间很短，收获颇丰，在今后的研究、工作、生活中，我将对自己严格要求，努力开创学校少先队工作的新局面。

**科级干部培训班培训心得体会篇六**

随着社会的发展和进步，职业素质几乎已经成为了人才的核心竞争力。为了提高自己的职场素质，我选择参加了培训班，并在这一年的学习和实践中，有了诸多心得和体会。今天，我想与大家分享其中的几点心得体会，希望能对您有所帮助。

第二段：如何选择合适的培训班。

在选择培训班的时候，要根据自己的职业需求和现有的职业基础，选择合适的培训班。同时，可以多咨询学习经验丰富的人员，了解培训班的教学质量和课程安排等方面的信息，以此为依据做出决策。同时，也要注意选择适合自己的培训时间和地点，以免影响工作和生活的正常运转。

第三段：如何合理安排培训时间。

参加培训班需要付出时间和精力，因此也要做好充足的时间安排。当参加培训班的人员需要承担工作或者照顾家庭成员的时候，不妨考虑培训班的在线课程，这样可以更好的平衡学习和工作生活。同时，在课程学习时，也需要注意合理安排自己的学习时间，规划好学习进度，使学习效果更佳。

第四段：如何将所学知识转化为实践经验。

参加培训班的目的在于提高自己的职业素质，因此将所学知识转化为实践经验是至关重要的一步。可以通过与同学和教师的交流讨论，或者通过特定的实践训练课程提高自己的技能和经验。同时，在工作实践过程中，要积极应用所学知识，将理论知识化为实践成果，加强自己的职业素质和竞争力。

第五段：总结与反思。

在这一年的培训学习中，我不仅学习了具体的职业技能，还学习了合理安排时间和提升自我素质的方法。同时，也遇到了挫折和困难，但是在教师和同学的鼓励和帮助下，我依然坚持下来，取得了不小的成就。通过这一年的实践和总结，我发现只要脚踏实地，不断学习和实践，自己的职业素质和竞争力必将不断提高。同时也希望能够将自己的一些经验和体会分享出来，供各位参考借鉴，并祝愿各位在职业发展的道路上越走越好。

**科级干部培训班培训心得体会篇七**

。

伴随着学校副校长王xx的娓娓道来，我回首军训生活，似乎感受最深的是自我内心的无助和茫然。但在培训结束时，我已经茅塞顿开，军训中产生的困惑也得到了解答，那就是充分尊重并调动孩子们的自主性和创造性。

在培训中我才发现，原先“激励”能够有那么多形式：榜样激励，前景激励，参与激励，表现激励，竞争激励，信赖激励，成功激励，肯定激励。在相互激励的氛围中，教师在班级里讲的每一句话，每一节课，都充满了正面的引导和向上的鼓舞，这自然会让孩子们融入其中，乐在其中。

王校长昔日在“激励板”上给学生们写下的几句话，让我印象深刻：“勤奋出成绩，认真见高低”，“不敢高声语，恐惊求学人”，“好学生不必须是考第一的学生，而是不断提高的学生”……精炼的话语让在场的我热血沸腾，那么孩子们呢？肯定更会充满学习的动力和活力！

激励板、讲故事、联系单、控制点，每一个都说到我的心坎上，也让我感受到孩子们在这些好方法的引导鼓舞下，他们的自主性和创造性迸发出的无穷能量。一根筷子易折断，一个想法太薄弱，如果我们用激励、唤醒和鼓舞的方式方法开展每一天的班主任工作，对待每一个孩子，必须会收获更好的效果！

有了王校长经验的传授和智慧的点拨，我对班主任这个工作更加向往，更有方向，更有信心了！

**科级干部培训班培训心得体会篇八**

根据北京市市政府、教委有关文件，疫情过后各学校开学通知，我们学校保安于202\_年4月24日—4月26日，公司组织学校保安为期3天的培训。

培训资料丰富，形式多样，有队列训练，防卫技能，巡逻，守护，防患排查，消防知识，道路交通知识，法律基础知识，学校勤务规范，学校纪律，疫情防控措施，礼貌用语，学校安全案例分析学校安全与事故处置等。

经过培训我进一步认识到学校安全的紧迫性，我作一名学校保安工作人员;应如何做好学校安全保卫工作，我有以下几点拙见：

一、加强学校门卫工作严格度，校门卫是一个重要工作岗位，是学校安全防范的第一道关口。

门卫工作到位，会震慑违法犯罪嫌疑人使其望门却步，门卫工作到位，会增加师生员工的安全感，从而树立安全保卫工作的良好形象，所以，作为我们学校保安应当：

1、熟悉门卫规章制度，明确门卫职责范围，爱岗敬业，树立全新全意为师生服务的意识，礼貌值勤，礼貌待人，对师生员工要有打不还手，骂不还口的职业道德。

2、外来人员进入学校，要严格查身份证，或其他有效证件，并做好登记，要熟悉学校颁发的各种证件，如学生证，考试证，借书证等，对理由不充分或无证件人员，一律不准进入学校，发现有可疑情景，要及时报告。

3、严格检查进出学校的各种机动车辆，并做好登记。

4、严格盘查出入学校的财物，防止未经批准的易燃物，易爆，剧毒物品流入学校，防止反动黄色音像制品出版物流入学校，防止毒品流入学校。

5、维护学校周边治安秩序，认真理解师生员工的报警，做好记录，发现问题进取处理，及时报告。

二、加强巡逻防范工作，服从学校安排，遵守值班备勤制度，在巡逻时忠于职守，认真负责，做好安全防范工作，针对季节性高发案件有的放矢开展工作，及时发现不安全隐患，能做简单处理时及时处理，并汇报学校。

三、做好校方交待的其他工作，做每一件事必须尽职尽责，认真，细致的态度去完成，充分发挥自我职能作用。

忠于职守，爱岗敬业。经过培训，我深深感到学校保安的重要性，这份工作对于我们来说，富有挑战性，我满怀信心做好这份工作，不负领导学校对我的信任，整个社会离不开保安，但要做个优秀保安，就应当做保安该做的事，尽力追求完美。

**科级干部培训班培训心得体会篇九**

年培训班是一个为期一年的培训课程，我参加这个培训课程已经半年了。在这个过程中，我经历了很多的挑战和成长。我想借此篇文，分享一下我对年培训班的体会和心得。

第二段：学习能力的提升。

在年培训班中，我们不仅学习了各种最新的技能和知识，还学习了很多关于学习的方法和技巧。我们的老师会教我们如何高效地阅读、如何快速地学习、以及如何制定计划来达成自己的目标。这些技能和知识不仅对我们在培训班中的学习有帮助，更为重要的是，它们可以帮助我们在工作中不断地提升自己的学习能力。

第三段：沟通能力的提升。

在年培训班中，我们不仅有机会和老师、同学交流，还有机会参加各种不同形式的讨论和辩论。这些活动不仅可以让我们更好地理解和掌握知识，更为重要的是，它们可以帮助我们提升沟通能力和表达能力。在实际工作中，我们需要和不同背景和价值观的人进行交流和沟通，因此，培养良好的沟通能力是非常重要的。

第四段：团队合作能力的提升。

在年培训班中，我们经常需要和同学们一起完成各种团队任务和项目，这些活动能够帮助我们提升团队合作能力。在一个完整的团队中，每个人都有自己的特长和价值，只有团队协作，才能取得最好的成果。这种团队合作的经验，不仅可以帮助我们更好地融入公司文化，还可以帮助我们更好地管理和协调各方面的资源。

第五段：自我认知的提升。

在年培训班中，最重要的收获之一就是对自己的认知和了解的提升。在培训班中，我们经常要反思自己的学习和表现，以及接受他人的评价和意见。这种自我反思和接受反馈的经验，能够帮助我们更好地了解自己，认识自己的优点和不足，从而更好地发挥自己的潜力。

结尾：

年培训班是一次非常有价值的学习经历，它为我们以后的工作和生活奠定了坚实的基础，并帮助我们不断提升自己的能力和素质，从而更好地应对未来的挑战和机遇。我相信这个经验将对我的个人和职业成长产生深远的影响。

**科级干部培训班培训心得体会篇十**

在上级党委的精心组织安排下，202\_年11月28日至30日，我有幸参加了甘肃省张掖市市委党校基层党支部书记培训班学习。高质量的培训转瞬即逝，本人从中获益良多，下头就三天所学的资料，浅谈几点体会。

参加这次培训班之前，我印象中的基层党支部书记工作都是比较琐碎而单调的。日常的工作基本就是带动所在基层支部党员认真学习领会十九大报告资料、按要求开展“三会一课”等各项资料。

但经过这次学习我深刻体会到要当好一名基层党支部书记，不单只是在于做好上述各项常规性工作，更是应当认真参考借鉴和思考，结合自我所在企业、所在支部的特点，真正有效带动基层党支部的党员同志自觉进行学习。同时思考增强新时代国企党建工作的人性温度，用创造的思维，增强新时代国企党建工作的时代意识，如何开展微党课、组织支部党员轮流主讲等，充分调动各党员主观能动性。此外，还可充分利用网络沟通，融合业务工作，参考学习国企党建的优秀案例，进一步提升党建工作质量。

几天的培训中，高校教师、教授分别向学员们阐述了如何成为一名合格的基层党支部书记、十九届四中全会、习近平总书记考察甘肃重要讲话精神与党支部建设标准化、《xx支部工作条例》等资料。

这些培训资料涵盖了基层党支部书记应当掌握的基础理论知识、党支部工作开展的基本流程和注意事项，还能有机结合基础实际需求，把基础党建理论与实务相融合，重点针对性强。培训资料贴合受训人员真实需求和需要，高度切合实际，为基础党支部书记指明了工作纲领和要诀。

做为合格的基础党务工作者，除了需要在日常中严格按照相关党务工作要求有条不紊开展工作之外，还需要有娴熟的党务材料写作水平。经过短期的培训无法到达要求，仅有不断坚持多花时间，关注党和中央最新政策和文件要求，学习和借鉴新媒体号中规范的党务公文写作手法，归纳总结这些规范性公文的写作方法，收集汇总可供使用的好词好句，做好积累，逐步提高自我的党务公文写作水平。

回味这次党支部书记的培训资料，感触很多，受益匪浅。党建工作无止境，实践证明，组织力就是战斗力，就是企业的生命力。作为一名党支部书记我要不断转变思想观念，不断提高自身素质，提升党支部党建科学化水平，真正实现党建和生产经营工作的互促共赢。

**科级干部培训班培训心得体会篇十一**

作为一名职场新人，我年初参加了公司组织的一个为期一年的培训班。通过这一年的学习和实践，我深刻地认识到培训班的重要性，不仅能为我们提供知识和技能的拓展，更能够贯彻和落实公司的核心价值观和文化，帮助我们快速适应组织的文化和业务。

第二段：培训内容的收获。

在培训班中，我们学习了很多专业知识和技能，如销售技巧、沟通技能、领导力培养等。我个人最大的收获是学会了如何做事情的条理化思维，如何合理地安排时间和规划目标。这一年的培训班让我学到很多东西，对我个人和职业发展都有很大的帮助。

第三段：在班级中的体验。

培训班的教学方式以“实践引领、互动学习”为核心理念。在班级中，我们互相帮助、分享成长经历，班级互助互学的正能量也在这里得以充分发挥。因此，在接下来的一年里，我不仅获得了知识和技能，和许多优秀的同事建立了与之长期合作的良好关系。

第四段：培训班的实践感悟。

培训班的实践以“学以致用，循序渐进”为核心理念。我们在班级中学到的知识和技能，要在实践中不断地检验和提高，才能真正地对我们的工作和职业生涯有所助益。通过实践，我发现自己的沟通能力和领导技巧得到了很大的提升，成功的案例，给我以信心和动力。

第五段：总结。

年培训班让我在职业发展的道路上迈出了坚实的一步，除了知识和技能的拓展，还有培养了自我意识和责任感等必要的素质。带着这样的底气，我们能够更好地发挥我们的能力和专业技能，为公司的发展和经济建设做出更多的贡献。在此谨以此文感谢我的老师和同学们，也祝愿广大职场新人都能有一个积极的心态和勇于拼搏的精神力量。

**科级干部培训班培训心得体会篇十二**

就读组工培训班是一次令人难以忘怀的经历。一开始，我对组织工作的认识仅限于书本知识，对如何实际操作一无所知。加之，培训班上的课程有时过于紧凑，思考和吸收的时间相对较少，造成了一定的落差感。此时，我内心里的疑惑与不安倍增，感到自己有很长的路要走。

二、班中互动扩宽视野。

试图改变这种被动局面，我开始积极与其他学员进行互动和交流。这些学员大多来自不同的机构和部门，有不同的经验和背景，与他们的沟通使我受益匪浅。在互动交流的过程中，我结识了很多思维活跃、见多识广的朋友，他们的经验与观点对我产生了很大的影响，使我逐渐放开心扉，敢于提问和发表自己的见解。

三、理论实践结合教学生动。

组工培训班的特点之一是理论和实践相结合的教学方式。培训班通过案例分析、角色扮演等形式，提供了各种实际工作中可能遇到的问题，以及解决这些问题的方法和技巧。这种教学生动的方式使我们能够更好地理解和掌握组织工作的实质，将理论知识与实际操作相结合，使学习效果得以最大化。

四、师资力量强大合作共赢。

培训班不仅提供了丰富的理论知识和实践经验，还为我们安排了一些优秀的导师。这些导师来自各个领域，拥有丰富的工作经验和专业知识。他们以身作则，用真实的案例和亲身经历，向我们传授组织工作的要领和方法。在课堂上，导师们不仅关心我们的学习情况，还积极引导我们思考，培养我们的创新意识和团队合作精神。他们的支持和鼓励，使我对组织工作充满了信心和热情。

五、心得体验总结提升成长。

通过一段时间的学习和培训，我对组织工作有了更深入的认识和体会。我明白了组织工作的重要性和复杂性，同时也意识到了自身的不足和需要提升的方面。在接下来的工作中，我将更加努力地学习理论知识，不断提高自身的专业素质，积极参与组织活动，锻炼团队合作的能力。相信在未来的工作中，我能够更好地发挥个人优势，为组织的发展做出更大的贡献。

组工培训班是一次宝贵的学习机会和成长的契机。在这个过程中，我从最初的迷茫和困惑，逐渐走向了自信和成熟。通过与其他学员的互动和交流，理论和实践相结合的教学方式，优秀的导师的指导和支持，我对组织工作有了更全面而深入的了解，同时也意识到自己的不足并有了提升的动力。在今后的工作中，我将努力学习和实践，不断提高自己的能力，为组织的发展做出更多的贡献。

**科级干部培训班培训心得体会篇十三**

段一：

在我的工作生涯中，参加年培训班是一件非常重要的事情。这不仅可以帮助我提高自己的工作技能，还能开阔我的视野，让我更好地理解公司和行业的发展趋势。

段二：

在参加年培训班的过程中，我学到了很多有用的知识和技能。其中之一是如何更好地管理我的时间和任务，以便更有效地完成我的工作。这个技能对于我来说非常重要，因为在我的职务中，需要处理和完成很多不同的任务，而这些任务有时会非常繁琐和复杂。

段三：

除了学习技能外，年培训班还让我有机会和其他同事交流和互动。这是非常重要的，因为我们的公司很大，不同部门的员工很难有机会互相了解。通过参加年培训班，我不仅可以认识更多的同事，还可以通过他们了解其他部门的工作内容和挑战。

段四：

年培训班还提供了一个非常宝贵的机会，让我了解行业的最新发展趋势和最佳实践。这对我的职业生涯非常有帮助，因为我可以在我的工作中应用这些新的思想和技能，从而更好地服务于我们的客户，也可以更好地帮助公司实现其战略目标。

段五：

综上所述，参加年培训班对于我来说是一个非常宝贵的经历。通过这个过程，我不仅学到了很多有用的技能，还与其他同事建立了更好的关系，并了解了行业的最新趋势和最佳实践。我相信，这些经验和知识将帮助我更好地为公司和客户服务，并成为一个更出色的员工。

**科级干部培训班培训心得体会篇十四**

20xx年x月17日—21日，在许昌市教育局的组织下，我与全国幼教界的100多名园长共同参加了上海市华师大第37期幼儿园园长高级培训班，这次的学习机会异常难得，所以我格外地珍惜。参加此次培训，特别听了园长、朱家雄教授等专家的精彩讲座，真是受益匪浅，感慨颇深。

作为一名领导，首先要学会与人和谐相处，提高自己的品位。

与人和谐相处一个最基本的素质就是懂得尊重别人。尊重上级，既不阿谀奉承，又不随意贬低；既不唯唯诺诺，又不盲目服从。体贴老师，信任中层，爱护青年。对同级多看优点，见贤思齐，少看缺点，见不贤而自省。作为一名园长，始终牢记：尊重上级是天职，尊重下级是美德，尊重对手是风度，尊重所有人是修养。这是我努力的目标，我希望自己在工作中能不断促进人与人之间的团结，在交往中能磨砺自己的性格，在困难中能和领导、老师们风雨同舟，在成功中也能和大家共享欢乐。

把握好分寸，掌握好尺度。孟子有句话：权，然后知轻重；度，然后知其长短；物亦然，心甚然。这使我触动很大。幼儿园，一个女性占优势的世界，在美丽温馨的同时也孕育出了诸多的矛盾，这是女性的天性所至。有时一件鸡毛蒜皮的事会大动肝火，闹到园长这里，而我在处理起这类事情也会很生气，我不希望教师出现不文明的行为，所以会进行严厉地批评，不管是出于什么原因，一阵严厉的批评过后老师们不再做声，但以后和我却再也没有亲近的语言……园长告诉我，“作领导的要多动脑少管事，更不要在小事上下功夫，要输得起。老师生气我不气，她拍桌我不拍，她高声我低声，让她产生疑惑……”这，是一种策略，如果我们能和老师吵起来，能和老师一起生气，那只能说明一种现象：不成熟！我希望自己能快快成熟起来！同时我还想到了家长问题，在幼儿园，每一种活动的开展都会有部分家长的不理解，甚至有的恶言相向，老师们经常会感到做幼儿教师很累、很难。对待这样的问题我走过不少弯路，但以后不会了，遇事冷处理，先礼后兵，晓之以理，动之以情，而后抓住重点，关键时刻给予一棒，保护好自己，保护好老师。

坚持原则，注意灵活。感情是一朵云，理智是一棵树。坚定不移地按照上级的方针政策做事是一个园长义不容辞的责任，尤其单位里的规章制度民主通过后，处理问题就要按章办事。但是讲原则不能空泛，具体问题具体分析，尤其在上下沟通内外协调方面，更应注意智慧引导、弹性调控。既然上级把重任教给自己，那自己就应该学习多方面的知识，吸取多方建议，灵活机智的去面对每一个问题。

激励进取，安抚落后。每个单位都是一个小社会，在这个社会团体中要容纳各种类型的人。而我比较得意的是在我们幼儿园有相当一部分教师的业务过硬、品质高尚。对这部分教师除了精神上多鼓励外，还应该在物质上给予刺激。如果一味地让老师讲奉献，无私奉献，觉悟再高的教师也会有思想倦怠，所以鼓励先进要有“激励机制”，物质与精神鼓励相结合，能者多劳，多劳多得。

“管理是硬科学，领导是软科学”，这句话我深深印在了脑海。对待思想比较落后的教师，不能硬碰硬，不能随便批评，最好还是冷处理，个别交流和谈话；对落后的转化要学会等待，要耐心等待这个过程。

这次的培训还安排我们到各个幼儿园实地参观、观摩，每到一处大家都认真记录，仔细聆听，用手中的照相机摄像机留下了宝贵的第一手资料。实地参观、观摩感受多而深刻。首先：要转变思想和理念。先进的教育思想、理念是我们必须思考的问题，反思我们在实际操作中存在的不足与欠缺。在活动中，教育思想直接促进或制约着我们教学方法的选定和设计，同时决定着活动的质量和效果。如果能面向全体幼儿，全面培养幼儿的创新精神和创新能力，培养幼儿的实践能力以及自我学习的能力，那么这就是跟上了新理念的步伐了。活动中应尊重每一幼儿个性，注重为幼儿创设自主宽松的学习环境。在以往设计活动的时候，往往考虑到的只是“我作为教师该如何教”，而忽视了“幼儿该如何学”的问题。通过培训了解作为教师，要充分发挥引导作用成为一名“指引者”，引导的目的主要是为了幼儿通过这种引导，让幼儿学会自己去学习、探索。在活动中要善于营造情感氛围。有人说过：开展好一次活动，不仅是知识信息的传播过程，更是一个心灵交汇的心理场。如果教师在活动中的表现只是平平淡淡，没有激情，那么幼儿的情绪也不会特别高涨。因此我觉得在活动中激发幼儿的情感，教师自我的情感体现是非常重要的，这直接影响到了活动的成功与否。要重视儿童的心理发展规律，关注儿童的经验与兴趣，并借助现代化的学习手段，使幼儿的学习成为在教师指导下主动的、富有个性的过程。因为教育是科学的，要求真实。这就需要自己去经历，去提炼问题，因此通过活动要让幼儿自己去发现问题的之所在。对于幼儿所提的问题要具体情况具体分析，多让孩子说说自己的理由。

非常感谢许昌市教育局为我们提供了一个这么好的学习交流机会，让我能学习别人的长处、学习各领域的知识，不断拓宽自己的知识面。我一定以此次学习为契机，好好反思自己的教育管理行为，把学到的知识运用到实际工作中去，使幼儿园的各项工作不断迈上新台阶！

**科级干部培训班培训心得体会篇十五**

随着社会的进步和发展，组织工作不再是简单的执行指令，而是需要具备一定的组织管理能力和沟通协调能力。因此，参加组工培训班是提高自身综合素质的重要途径之一。我有幸参加了一次为期一周的组工培训班，并从中受益匪浅。在此，我将围绕培训内容、个人成长和团队合作三个方面，分享一下我的心得体会。

首先，培训班的内容非常丰富多样，从组织理论到实践操作，从个人素质提升到团队合作，几乎涵盖了组工工作的方方面面。在组织理论方面，讲师详细解析了组织的定义、分类和特点，让我对组织工作的内涵有了更深刻的理解。在沟通协调方面，讲师通过案例分析和角色扮演，教会了我们如何与不同性格特点的人进行沟通，如何化解矛盾和冲突。在实践操作方面，我们还开展了团队建设活动，如拓展训练和团队合作游戏，这些活动不仅增强了团队凝聚力，也让我深刻体会到团队合作的重要性。通过这些培训内容，我不仅获得了组织工作的理论知识，更具备了一定的实践操作能力。

其次，参加组工培训班对个人成长有着积极的促进作用。首先，通过学习和讨论，我对自己的优势和不足有了更清晰的认知。在与其他参训同学交流的过程中，我发现自己在沟通协调和处理人际关系方面的不足，并积极思考如何改进。此外，培训班还为我们提供了良好的学习和交流平台，我们可以互相倾听、互相分享，不仅收获了知识，也拓宽了眼界。最后，培训班注重培养参训同学的团队意识和责任感，通过团队合作和分工合作的活动，我深刻体会到了集体利益高于个人利益的重要性，也学会了如何与他人合作，实现共同目标。

最后，团队合作是组工培训班的重要组成部分。在培训班期间，我们分为多个团队，每个团队都有不同的任务和目标。在这个过程中，我从团队合作中学到了许多宝贵的东西。首先，有效的团队合作需要良好的沟通和协调机制，每个成员都要能够清晰明了地传达自己的观点和想法，并能够妥善处理与他人的冲突。其次，分工合作是团队取得成功的重要因素，每个人根据自己的特长和能力分工合作，通过协同努力，完成团队的任务。最后，团队合作需要团队成员之间的互相信任和支持，只有建立了良好的互信关系，才能够形成凝聚力和战斗力。

综上所述，通过参加组工培训班，我不仅获得了丰富的理论知识和实践经验，也在个人成长和团队合作方面有了突破性的提升。我相信，在今后的组织工作中，我能够更加从容地应对各种问题，更好地发挥自己的作用，为团队的发展和组织的进步做出更大的贡献。

**科级干部培训班培训心得体会篇十六**

11月14日至12月9日，我有幸参加了天津市政法系统青年干部培训班的学习，作为一名来自天津边检总站基层科队的科队领导，此次学习对我是一次难得的学习机会，也是一次很好的提升自身素质的机会，感觉时间过得很快，收获很大。

市委政法委、政法委党校的领导和教师对我们此次培训学习十分重视，课程安排丰富紧凑，资料覆盖广泛全面，并进行了域外实地考察走访学习，课堂讲解深入浅出，培训效果明显。使自我思想文化素质得到了极大的提升，自身素质也显著提高，对自身不断加强学习的重要性有了更深刻地认识，并就如何树立终身学习的理念和如何更有效的学习有了一些初浅的思考。

第一、关于对党章进行进一步学习的深刻认识和体会。

十七大党章对党的基本路线的新表述立足国内外形势的发展和党员队伍发生的深刻变化，进一步明确提出了新时期持续党员先进性的具体要求，为我们党与时俱进、加强先进性建设指明了方向。此次培训班把党章作为学习重点，就是根据党章的这一特点和党员队伍的实际状况，立足于从最基本的要求入手，有的放矢地引导党员以党章为思想武器，增强党性，提高素质。

党章篇幅虽然不长，但每段资料、每个观点、每点表述都是以科学理论为基础，都是宝贵的实践经验的结晶，其内涵丰富，寓意深刻。认真学习和履行党章，是对每个党员的毕生要求。在先进性教育学习阶段透过进一步学习党章，加深了对党章资料的理解。学习的目的在于应用于实践，学习好党章，目的是贯彻好党章，增强学习和贯彻党的基本理论、基本纲领、基本路线、基本经验的自觉性和坚定性。

第二、如何贯彻落实好科学发展观。科学发展观，是关于如何实现科学发展的理论。作为中国特色社会主义理论体系的组成部分的科学发展观，是马克思主义关于发展的世界观和方法论的集中体现，是同马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想既一脉相承又与时俱进的科学理论，是我国经济社会发展的重要指导方针，是发展中国特色社会主义务必坚持和贯彻的重大战略思想。贯彻落实科学发展观，不论是对一个地区还是对一单位来说，都具有重大好处。我们务必把科学发展观贯彻落实好。那么，如何贯彻落实好科学发展观，并取得实效我认为务必着重认识和解决如下几个问题。一是务必正确理解科学发展观的内涵和精神实质；二是找准各自存在的妨碍科学发展的因素；三是制定好科学的发展规划和实施方案。

第三、关于开展“发扬传统、坚定信念、执法为民、创先争优”主题教育实践活动的认识和看法。主题教育实践活动应以邓小平理论和“三个代表”重要思想为指导，深入贯彻落实科学发展观，结合出入境边防检查工作实际，以发扬革命传统、坚定梦想信念、践行执法为民、党员创先争优和提高边检服务水平工作为主要资料，以弘扬光荣传统、加强队伍建设、推进创新边检执法整体工作为着力点，切实解决民警在梦想信念、宗旨意识、服务意识、执法执勤工作等方面存在的突出问题，努力造就政治坚定、业务精通、作风优良、执法公正、服务水平优良的边检队伍，担负起中国特色社会主义事业建设发展的捍卫者的神圣使命。切实做到梦想信念更加坚定；警民、党群、干群关系更加密切；党的建设进一步加强；领导班子建设明显加强；工作成效更加明显。

第四、加强和创新社会管理务必处理好的几个关系。进入新世纪以来，我国社会管理明显加强，社会秩序明显改善，为我国现代化建设创造了一个良好的社会环境。从当前来讲，进一步加强和创新社会管理，有几个重要关系务必理清理顺。一是政府负责和社会协同的关系。“政府负责”强调政府务必履行应有的社会管理职能。随着政府职能的转变，务必带给与现代市场经济体制相适应的政府公共服务和社会管理。“社会协同”强调务必发挥“社会”在社会管理中的用心作用。在新的社会管理格局中个性强调要发挥“社会”的用心作用。二是管理与服务的关系。社会管理是对人的管理和服务。要寓管理于服务之中，透过服务加强管理。政府对社会的管理，首先就应体此刻服务上。三是维护社会稳定与维护群众利益的关系。维护社会稳定与维护群众合法权益本来就是一致的。维护社会稳定本身不是目的而是手段，维护社会稳定的根本目的就是为了维护、发展和实现广大人民的根本利益。要有效地化解社会矛盾，维护社会的和谐稳定，务必加强社会矛盾源头治理，加大利益协调力度，妥善处理人民内部矛盾，坚决纠正损害群众利益的不正之风，切实维护群众的合法权益。

第五、浅谈如何加强公安机关公正廉洁执法。公正是法律永恒的价值追求，廉洁是执法者最基本的职业操守，公正廉洁执法，维护社会公平正义，是公安工作的生命线，也是党和人民对公安队伍的永恒要求。要保证公正廉洁执法，应着重抓好以下几个方面的工作:一是牢固树立公正廉洁意识是保证公正廉洁执法的关键；二是正确运用自由裁量权是实现公正廉洁执法的必然要求；三是强化和完善执法监督是实现公正廉洁执法的保障；四是提高广大民警的业务素质和执法水平是实现公正廉洁执法的重中之重；五是建立健全公安机关个性是边检机关执法制度建设是实现公正执法廉洁的治本之策。

培训期间政法委党校组织我们全体学员到长三角一带进行了为期四天的实地考察学习走访，透过此次外出考察学习，有三个方面的感受:一是透过考察学习，进一步开阔了眼界、拓宽了思路，也增强了信心。二是坚持高起点规划、高标准实施、高水平建设。三是找准自身定位、发挥自身优势，努力弥补自身存在的不足，用心向其他单位学习先进管理理念和先进的执法理念，切实提升自身队伍的整体素质。

此次实地走访，也使我深刻认识到科学的决策来自创新的思维，创新的思维来自更新观念，研究新方法、新思路。工作中应自觉加以运用，促使我们思考就应怎样办、怎样提高工作效率、怎样创新、怎样拼搏。作为一名出入境边防检查工作中的基层科队领导，务必以科学的创新思维方式不断顺应时代的变化，扎实稳健地学习边检管理创新先进理念，透过专业理论学习和实践研究探索，锻炼自我的分析潜力、综合潜力、创新潜力，以及思维潜力、领悟潜力、洞察潜力，全面提高自身的整体素质和管理潜力，顺应全面提高边检服务水平和边检队伍活力的发展大趋势，在服务经济社会发展、服务人民群众方面取得了新成效。

此次培训学习为我们带给了一个更方便、更宽阔的交流平台，扩大了我们学员间的相互沟通和了解。一是增强了对友邻执法单位相关工作的了解和深入认识，有助于学习新的思维方式、工作方法和领导潜力；二是丰富了自身阅历，交流了工作经验，促进了自身履职潜力的提高，提升了自身水平、增长了知识和才干；三是增进感情的同时也使其他友邻单位对边检机关的工作特点和性质有了更加深入的了解，有助于加强对外宣传，构成品牌效应，扩大社会影响力和知名度。

1、进一步加强学习。作为年轻干部如果不爱学习，就会缺少灵气、无法创新，就不能适应部门工作的需要，素质提不高，成长也不快，有可能成为时代的落伍者。我将进一步增强自身业务水平，学习履行职责相关的新知识新技能，不断扩展知识面，优化知识结构，跟上时代前进的步伐。

2、进一步勇于创新。思想观念不适应现状，就不能顺应时代提高历程，就不能与时俱进地推动工作的新发展。我将走出就固守理论，不能合理联系实践工作的局限，研究新方法、新思路，学习边检管理创新先进理念，理论创新与实践相结合。

3、进一步廉政勤政，作为青年干部，个性是一名人民警察，务必要求自我在物欲横流的复杂环境下，经受住困难和诱惑的考验，正确处理个人利益和群众利益、正当利益与不正当利益、奉献和索取的关系问题。进一步自觉理解组织、群众的监督，发现问题及时纠正，把公道正派作为自身的重要职业操守，提高自身廉政勤政的意识。

此次培训班学习作为人生旅途的一个加油站和新的起点，在工作中树立求真务实的工作作风，把树立远大梦想和做好本职工作结合起来，努力勤奋工作、用心开拓创新，在平凡的岗位上创造业绩。

**科级干部培训班培训心得体会篇十七**

通过两天紧张而充实的学习，我对教育教学理论的内涵有了较为深刻的理解和认识，从而有效地提高了自己的认识水平和理论水平，进一步增强了自己战胜困难，抓好教育教学和提高自身业务水平的信心和决心。

一、新形势下的教育教学改革工作，要求老师必须具备较高的政治素质和业务素质，提高个人的综合素质，不断适应教育教学改革工作的需要。李元昌老师的从教经历和对教育的执著追求，给我们年轻教师很大的教育，让我们懂得什么是教育，怎样才能教出优秀的学生，让我们懂得“没有爱就没有教育”这一深刻道理。

二、要谦虚谨慎，不要傲气。这是宋老师给我的深刻印象。无论是从处理好师生关系还是从处理好学校、家庭、社会关系来讲，都必须谦虚谨慎，戒骄戒躁，始终保持清醒理智的头脑。要集思广益，不要主观臆断。一定要有很强的xx平等、共同学习的意识，遇事多商量、多沟通，经常性地交流思想，交换意见，调动学生主动学习的意识。教师要心胸宽广，不要小肚鸡肠。一定要有一种容人、容事的宽广胸怀，能够听取各种不同意见，要严于律己，宽以待人，少一点猜疑之心、嫉妒之心、怨恨之心，多一些理解之心、关怀之心、友爱之心，这样给学生良好的示范作用。会使教学效果收到事半功倍的作用。

三、必须热爱自己的教育对象——学生。教师应该是一位雕塑大师，能将一块坯材，用自己的思想与感情，将它雕塑成一件艺术精品。从本质上看，学生并不存在好与差之分，“差生”之所以“差”，原因在于他们潜能被种种主客观因素所束缚，而未得到充分的释放而已。来自学生自身的主观因素和来自客观的影响。主客观的因素，都会严重束缚学生内在潜能的发挥，都会成为学生健康成长与发展的障碍。正因如此，我们教师对这些所谓的“差生”，更应加备的关爱与呵护。在他们身上，我们要倾注全部的爱，去发现他们学习上每一点滴的进步，去寻找他们生活中，品德上每一个闪光点，然后运用激励机制，加以充分的肯定和激励，恢复感到温暖，增强自信，从而缩小师生间心灵上的距离，使他们产生“向师性”。这样，才会在他们成长与发展的道路上有一个质的飞跃。

四、我认为，好教师首先必须有敬业精神，要毕生忠诚党的教育事业。要做到这一点，就应充分认识教师工作的意义，从而深深地热爱教育事业。现代的时代是一个竞争激烈的时代。国与国的竞争主要体现为综合国力的竞争，综合国力的竞争归根结底是人才的竞争，而人才的培养靠的是教育，靠的是教师兢兢业业的工作。只有深深地认识这一点，才能激发对教师工作的热爱，也才能把这种爱倾注到对学生的教育中去。

五、一个好教师还必须十分重视“言传”外的“身教”，要以自身的行为去影响学习，真正成为学生的表率使学生从教师身上懂得什么应为之，什么不可为。因此，教师的教学，待人接物，行为举止，一言一行都必须认真、稳重、规范、得体，切不可马虎、轻率、任性、不负责任。除此之外，教师还应和学生进行经常性的心灵沟通，向学生畅开心灵，既可以向学生谈自己从人生中取得的宝贵经验，也可以向学生坦诚地公开自己的生活教训，使学生真正感受到你不仅是良师还是益友。

**科级干部培训班培训心得体会篇十八**

这次培训班有来自五湖四海几十个单位,老师耐心讲课.而且理论结合临床,整个会议厅只听到老师讲课的声音，学员们采用不同方式记录知识.那怕错过一点点精髓,在课堂上老师与来自五湖四海的学员交流,学员把自己的疑问及经验与老师交流,老年专科护士的老师把国际性的知识带到课堂上,使我们开阔视野.更新知识.转变观念。

让我把几天所学知识与大家一起分享。

吴老师所讲的《20xx年老年专科护理十大安全目标解析》那一节,是本年度《老年专科中期评估考核》其中一项，结合本院的老年科大多数是老年痴呆病人,病者服完药后，一下就忘记了,老师在课中重点提到对认知障碍、记忆力衰退的患者发药时需笫三者在场,落实双人核对制度,避免不必要纠纷。

魏老师讲授的《老年尿失禁患者的尿管护理》尿管的气囊处理。采用香港的方法,气囊的大小一般使用5--10ml的无菌水,为什么不使用生理盐水呢!因为生理盐水会生成结晶.造成堵塞.拔尿管时气囊不能抽尽而损伤尿道口。通过这堂课使我受益非浅,结合我院老年科多数用无菌生理盐水打气囊和膀胱冲洗,一般7—14天拔出的尿管都有不等的结晶在气囊部粘附,造成尿道口损伤,还引出尿液有沉淀物.经常堵塞尿管,频繁膀胱冲洗和导尿,不但增加患者痛苦.还给患者带来经济负担,增加护士的工作量。特别前列腺增生患者,拔尿管难度增加,强拔尿管增加患者痛苦.损伤度增大,造成再导尿成功率下降。另外漏尿的原因与处理,我们老年性患者漏尿经常发生,我们的误区凡是漏尿只有一个原因.是老年性患者弹性差反复导尿造成尿道口松弛,部分护士使用大一号尿管.气囊在10—20ml生理盐水等处理。

香港方面的处理不主张大号尿管.大气囊,因为舒适度差.导尿困难.大号尿管不一定就有大的开口,在男性病人易引起尿道压疮造成囊肿和狭窄,气囊越大越增加对膀胱的刺激,反复的牵拉更易对膀胱颈造成损伤,气囊大增加残余尿,增加感染机率和漏尿,一般选用尿管在12/14号，气囊5—10ml无菌水，尿中有沉淀物如碎片，颗粒用14/16号,血尿或尿中有血凝块才考虑使用18号。膀胱冲洗使用呋喃西林一周一次.有沉淀物2—3天一次.血尿每天一次。

短短几天，老师们把我们带到香港老年专科护理，让我们分享香港先进的专科护理知识。风雨虽大，但阻挡不了我们学习的热情，为了能把握更多的学习时间和与老师有更多接触机会，我们早早就去排队等候开门抢占座位。最后感谢医院领导给予我这次学习机会,我会把所学到的知识灵活运用在临床上,更好为患者服务,为创三甲医院出一分力量。

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！