

培训思维心得体会总结 思维导图培训心得 体会(实用5篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。优质的心得体会该怎么样去写呢？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

培训思维心得体会总结篇一

此次参加金老师的思维导图班学习，是冲着金浪老师报名的。金浪老师是一个极富个人魅力的人，自从在瑞安90学时培训时听了她的讲座，我就对她个人和思维导图很神往。听她的课，很“折磨”，中午12点多时身体的困乏，但听着她在上面富有激情而有节奏的讲座是睡不着，生怕会错过了每一句话及每一个值得回味与学习的经典例子。

第一天培训，第一节课，当我们还没有真正静下心来，金老师就给我们布置了任务——列出在教学中碰到了难题，并将它们排序。说实话，在教学中我们确实有很多难题，但一下子还没缓过神来。然而，事后想想，这种方法很好，为我们在接下来的学习明确了“听讲座与听课”的目标，让我们带着问题去学习会更有目的性，有针对性。

第二天的培训内容更为丰富，也更为精彩。陈海玲老师的课给触动我最深的，也是我平时教学中最弱的部分——词汇的落实与运用。在我平时的课当中，我往往只强调了重点词汇，但很难突破怎样将其运用起来。陈海玲老师在她的这节课当中，给了我解答——在预学案中利用问题引出这些词汇，在课堂中反复操练即填空造句和在写作中运用这些句型，以及课后操练(用这些词汇造句)。第二个感受就是，原来初二的学生也可以进行写作。初二的第一个学期，并且是在正式单元的前几个单元，让学生进行写作是我不敢尝试的。陈老师

的课给我们做了一个示范，给出作文的框架，让学生说，通过“说”来促成“写”。通过小组合作来完成写，将整篇文章分成beginning, body,和ending，最后一个人来完成写的任务。这样的写，可以说是水到渠成的。

2. 一定要在一堂课中完成读写吗?3. 如果一定要在一堂课中完成读与写的话，时间上如何去把握?听了讲座之后，这些问题也释然了：1. 读写不一定要整合，要根据文本的材料、框架以及难度值判断是否适合写作;2. 要不要在一堂课中完成读写，要看文本的难易程度、学生的水平以及时间的多少;3. 如果一定要在一堂课中完成读写，可以只写片段、可以说文章、或可以先做好充分的课前预习。

第三天开的课，我认为是最为精彩的。胡晓琼开出了八年级的unit 5 do you want to watch a game show?邹丽娟老师开出了九年级的“where would you like to visit?”不同的老师，开出的是不同的味道。胡晓琼老师的课如德芙巧克力，丝滑的感觉。犹如一场优美的芭蕾舞，欣赏完了还意犹未尽。她用她的坚持震撼到了我：这样一篇长文章，能够去挖掘出它的框架，而且她的教学设计是一改再改，这种坚持让人敬佩。她用她的个人魅力震撼到了我：她的年龄应该是很多老师“等着退休”的年纪(教学已经成经混日子，熬到退休年龄即可)，但是她敢于挑战，敢于应对的勇气让人敬佩。从她的身上，我看到了年龄是什么，年龄只是一个数字，而不是心态。心态并不一定与数字成正比，所以就需要我们去积极地调整自己的心态，保持一颗年轻的心。

而邹丽娟老师的课是另一种风韵，它是探险。它披荆斩棘，勇于表现自我，哪怕是最后遍体鳞伤。年龄长，让我们看到的是优雅;年龄轻，让我们看到的是精神——勇往直前、勇于探索的精神。

此次的培训学习不仅在教学上给我们引领了方向，也给我们的心灵做了一次解放。我也是金老师口中那个需要怜悯的老

师——每天改作业时间不止一个小时，改好的作业学生不屑订正，每天用心备课却课堂效率不高，每天盯着学生背诵却到头来学生读文章像啃骨头般。像金老师说的，我们应该停下脚步去思考，让自己的大脑更多地去用于思考去解决问题，而不是将自己的时间与身心放在一些看似有意义却无效果的事情上。把力气用在刀刃上，这才是关键。

培训思维心得体会总结篇二

第一段：介绍思维培训的重要性和目的（200字）

现代社会发展迅速，竞争激烈，对于个人的思维能力要求也越来越高。为了提高个人的思维能力和解决问题的能力，越来越多的人参加思维培训。我最近也参加了一次思维培训，并对此有了一些体会和感悟。思维培训的目的是帮助我们培养创造性思维、逻辑思维和解决问题的能力，这对我们个人和职业发展都具有重要的意义。

第二段：创造性思维的培养（300字）

思维培训中，创造性思维的培养是一个重要的方面。创造性思维是指通过独立、独到的思考，产生创新和创造性的想法，并将其付诸实践。在培训中，我们通过各种启发性的问题和思维训练活动来激发创造性思维。通过思考和讨论，我们学会了从不同的角度和维度来看待问题，不拘泥于常规思维模式，培养了敢于提出新观点和解决问题的创新能力。

第三段：逻辑思维的提升（300字）

在思维培训中，逻辑思维的提升也是一个重要的目标。逻辑思维能力是指根据事实、证据和逻辑关系，进行合理推理和判断的能力。通过思维培训，我们学会了辨别信息的真伪和逻辑的正确性，避免了盲目相信和错误推理的陷阱。同时，思维培训也帮助我们学会了清晰地表达自己的观点和逻辑思

路，使我们的观点更具说服力和可信度。

第四段：解决问题能力的提高（300字）

思维培训的另一个重要目标是提高我们的解决问题能力。在现实生活和工作中，我们常常面临各种各样的问题，解决问题的能力直接影响到我们的个人和职业发展。通过思维培训，我们学会了系统性思考和问题分析的方法，能够更快速地找到问题的本质和解决方案。此外，思维培训还培养了我们的团队协作和创新能力，在团队合作中能够更好地发挥自己的价值和解决问题的能力。

第五段：思维培训的意义和结语（200字）

思维培训对于个人和职业发展具有重要的意义。它不仅能够提高我们的思维能力和解决问题的能力，还能够增强我们的创造性思维和逻辑思维，使我们在面对新问题和挑战时更加从容和自信。思维培训不仅是个人发展的必备技能，也是社会发展和创新的基石。通过思维培训，我们可以不断提升自己的思维能力，迎接未来的挑战。在今后的学习和工作中，我将继续发挥思维培训带给我的影响，不断进步和成长。

总结：（100字）

通过参加思维培训，我深刻体会到思维培训对于个人思维能力的提高和职业发展的重要性。创造性思维、逻辑思维和解决问题能力是现代社会所需要的核心素质。通过思维培训，我们可以培养和提升这些核心素质，迈向成功和成长的道路。我相信，只要我们坚持学习和不断实践，思维培训一定能够帮助我们走向更好的未来。

培训思维心得体会总结篇三

我有幸参加了在凤凰小学举行的思维导图培训学习。

给我们上课的是刘丽琼老师，刘老师先向我们介绍什么是思维导图，思维导图的发展、创始人，然后用思维导图的方式向我们介绍了她自己，特别是刘老师的名字，给我留下了深刻的印象。刘字，刘老师写了艺术字“文”，后面画了一把刀，形象的表示了刘这个字，丽字，直接画了一双美丽的大眼睛，琼字，用一位帝王和一座京城来表示。既形象直观，又容易记，原来思维导图还可以这样画。

紧接着刘老师给我们讲解如何制作思维导图，尤其是展示了许多自己在教学中的实际运用的例子，下午的培训主要是组织教师们参与整个思维导图的制作，然后有针对性的进行讲评，老师们都能从中找到自己的不足和应该改进的地方，大多基本掌握了思维导图的制作。

通过此次培训，我受益匪浅：

1. 深刻认识到思维导图是一种简单而有效的图像思考和笔记工具，它用“画”的方法来记录思考和创作的过程，是一种组织结构性思维工具。用思维导图的方式去整理思路，层次感强而不累赘、框架清晰且不容易遗漏，简单明了、快捷缜密。我的思绪可以任意驰骋，所想无不及，因此很难疏忽任何一点想法或者关键点。
2. 用思维导图的方式，可以摒弃自己言辞穷尽的缺陷，尽情发挥自己涂鸦的本领，将联想的翅膀尽情打开，记录点点滴滴的细枝末节，可谓是其乐无穷呢。
3. 思维导图提倡的是抓关键字、关键词，这将迫使我们思考事物的关键点。能够极大的培养学生对问题的高度概括和理解，这种能力是一种终生受益的能力，思维导图的恰恰做到了这一点。
4. 色彩缤纷，图形多样，可以让我们的的大脑长时间停留在这个美丽的画面，增强我们的记忆力。思维导图像一棵大树，

有很多枝干，枝干可以有很多细小的分支，可以向各个方向延伸，然后挂满累累硕果。

我认为“思维导图”对于致力于发展自己学习能力和提高思维水平的人具有非凡的功效和价值；这种方法在各级各类的学校教学活动中可以为提高教师的教学水平和提高教学效率以及深化教学方法的改革提供最有力的工具；总而言之，思维导图的应用前景非常光明。

思维导图，使我学到了一种全新的学习方法，体验到了生动而具有高效率的课堂训练。以前的课堂是死板的、枯燥的，知识点也是靠自己硬背的，课上的学习也是低效率的。而思维导图教学法，将枯燥的知识点与色彩鲜明、美丽的图案、粗细线条相结合，构成了一幅幅醒目的导图。所有的知识点都归纳其中，且鲜明的色彩对比能刺激你的大脑神经，使人兴奋，让你把学过的知识点印在脑海中。

今后我一定要在课堂上积极实践，以思维导图的使用为突破点，全面提升自身素质，为全面提高学生的学习成绩做出自己更大的贡献。

培训思维心得体会总结篇四

第一段：引入思维培训的重要性和背景（200字）

思维是人类最重要的智力属性之一，它直接影响个体的学习能力、问题解决能力以及创新能力。然而，传统教育体系往往忽视了对思维能力的培养。因此，为了提高个人的思维能力，我选择参加了一次思维培训课程。本次思维培训课程从思维模式到问题解决技巧，再到创新思维的培养，全面提升了我的思维素养。

第二段：思维模式的调整和提升（200字）

在思维培训中，我学到了如何调整我的思维模式。与传统的直线思维模式不同，思维培训强调非线性思维的重要性。通过幻象思维等手段，我学会了从多个角度、多个维度去思考问题，避免陷入单一的思维模式。这种思维调整使我能够更加灵活地面对各种困难和挑战，提高了我的解决问题的能力。

第三段：问题解决技巧的掌握（200字）

思维培训不仅教会了我调整思维模式，还提供了一套有效的问题解决技巧。通过学习逆向思维、分析推理等方法，我培养了更加全面和深入的问题分析能力。在真实的案例分析中，我学会了观察问题的本质和表面现象之间的联系，找到了解决问题的有效途径。这些问题解决技巧不仅在学习中有有所帮助，也在生活中起到了积极的作用，让我更加从容面对各种挑战。

第四段：创新思维的开拓和培养（200字）

创新是现代社会中非常重要的能力，而思维培训课程也强调了创新思维的培养。在课程中，我学习了如何通过提出问题、拓展思维和联想等方法来培养创新思维。通过大量的案例分析和实践演练，我逐渐拥有了更加开阔的思维，能够针对问题提出独具创意的解决方案。这种创新思维的培养不仅让我在学术研究中受益，也在工作中展现了出色的表现。

第五段：思维培训的意义和对个人的影响（200字）

思维培训对个人能力的提升具有深远的意义。通过这次培训，我不仅学到了具体的思维调整和问题解决技巧，更重要的是，我养成了良好的思维习惯。我变得更加善于观察、思考和创新，能够灵活应对各种困难和挑战。这些思维培训的收获将在我今后的学习和工作中发挥重要作用。

总结：思维培训课程的参与让我深深意识到了思维在个人发

展中的重要性。通过调整思维模式、掌握问题解决技巧以及培养创新思维，我提高了个人思维能力和素养。这次思维培训的经历对我的人生产生了积极而深远的影响。我相信，通过不断的思维培训和实践，我将能够在自己的领域中取得更大的成就。

培训思维心得体会总结篇五

我们的教师生涯中经历很多形形色色各类各级的培训，也许大多数老师也经历过培训时候的感动、激动，回来之后却一动不动，因为我们惊叹于培训者的优秀，但是有点望尘莫及。但是思维导图班 xx年4月24日——26日、五月14日——15日这两次集训不仅留给我们感动和激动，而且也留下了我们自己行动时足迹，更期待的是我们明天迈向教育生涯的脚步会更加矫健，因为我们真真实实的学到了东西，也真真切切的用到了教学实践，确确实实体验到了培训带给我们的喜悦和收获。因为金老师组织的这思维导图班从我们教师的实际需求出发，以我们教师为本。

参加思维导图班的老师要么对思维导图一知半解，要么一窍不通，针对这种情况。金老师通过理论联系实际的讲座《给你一把瑞士军刀——全新思维和思维导图》，形象生动的告诉我们思维导图是怎么一回事，他的理论支撑是什么，现在全球的运用情况，以及现实教学中的案例展示。尤其让我记忆深刻的是现在我们已经进入了概念时代，我们介绍了《全新思维》的美国作者丹尼尔平克宣称，以逻辑、线性、类似计算机的能力为基础的信息时代，正在向建立在创造性思维、共情能力和全局能力的“概念时代”转变。概念时代需要的思维类型：创造性思维、共情型思维、模式识别思维、追寻意义型思维。我们需要全新思维，全脑运动。金老师的精彩讲座为我们的思维导图学习扫清了理论障碍。

理论指导实践，实践证明理论，第一次的集训中，开了三节精彩的研讨课，展示思维导图在不同课型中的运用，课后我

们导图班的学员分组小组合作进行评课，最后由金老师总评。通过观课，评课，使学员对思维导图在不同课型中的运用有了初步的概念。

观看研讨课时我们觉得导图很神奇，不知道怎么制作，心理蠢蠢欲动。随后夏老师指导我们如何安装软件，详细具体的指导我们如何使用软件制作思维导图，同时安排助理帮我们一一解答制作过程中的问题，全班六七十个老师通过半天的学习解破了思维导图软件的神秘，让大家喜不胜收，迫不及待的想回到课堂大显身手。

一篇本次思维导图课的评课稿；一次有关思维导图的研课活动（文本解读课件、开课课件、评课稿、课后反思）；可以自己开课，也可以指导青年教师开课，自己参与评课；一份思维导图预习作业和课后整理作业的说明书。

从作业内容上看，都是紧密联系本次培训，作业是培训的延伸，通过作业才能检验本次培训的收成，只有通过作业才发现自己本次培训的问题所在，作业是本次所学内容的实践运用，如果前面的培训是隔衣挠痒，那么作业自查是真正的自我展示。

第一次集训到第二次集训中间隔了三个月，这三个月是我们老师用思维导图武装教学的关键时刻，每个老师老师肯定在这三个月中有关思维导图做了很多的尝试，同时也会碰到很多疑惑或者有很多新惊喜。金老师好像是我们肚子里的蛔虫，第二次培训的第一项活动就是答疑解惑，但是跟平时的培训方式不一样，她先是让我们每个人写下有关思维导图在教中使用最困惑的四个问题。小组合作，梳理、分类疑难问题，将每一类问题写在一张纸条上，将问题纸条贴在黑板上相应的版块里。最后的问题通过导图的形式呈现，思维导图无时无刻不在。然后小组派代表揭下一类问题合作研讨，写下你们的解决解决方案，小组代表，出示导图，根据导图阐述解决方法，其他组根据阐述内容提问，发言人或小组成员应答，

金老师主评，用导图答疑，再次运用思维导图，同时此项活动也是老师跟老师之间的思维碰撞。通过大家集体的智慧解决了结实践教学所碰到的问题，分享不同老师的成果，思维导图的运用得到了检验。

答疑解惑后，可能有些老师对问题的解答停留在理论上，一知半解。此时再开出的研讨课就是再一次证明和检验前面所碰到问题的真正解答。再次通过观课，评课，是大家心中的疑惑豁然开朗。

最后通过温州市教师教育院麻晓春院长的讲座：《图示理论对教与学的启示——兼谈“思维导图”的作用》。使我们更加坚定了思维导图的好处，以后在现实教学中最大范围的发挥其作用的新年。

从以上的几点我们可知金老师这次的培训班根据我们教师的实际需求出发，理论联系实际，循序渐进的开展各项活动，充分体现了“用中学，学中用的”的新课程理念，在本次学习过程中始终贯穿着文本解读，因为今年的暑假我们教师素质提升工程中的考试内容为文本解读，所以金老师急我们教师所急，培训以我们教师为主体，以我们教师为本，所以在本次学习班中我们每个教师满载而归。