

老年心得体会(大全6篇)

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。那么你知道心得体会如何写吗？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。

老年心得体会篇一

无聊的暑假里，我花了整整一个月的时间，终于把这本厚厚的《爱的教育》读完了。读完后给我的第一感触，那就是——爱。这本书是以一个小男孩——安利柯的日记，来透视日常生活中的学校和家庭关系，老师和学生的关系以及父母，兄弟姐妹间的天伦之爱。

当你独自一人处理某件事情时，很孤独时，你会发现你的身边也有爱。只是不在某个情况下，你没有那副善于观察与发现的眼睛，一般时，你的眼睛对于身边的爱是处于忽略不计的。

这时候你就会少观察到很多你平时观察不到的爱，让我们努力发现爱，用书籍来开阔我们的“视力”。

老年心得体会篇二

老年周报是一份由老年人自己创办、面向老年人的报纸。作为老年人的读者，我每周都会认真看一看。这份报纸汇聚了大量关于老年人的信息，有文化、政治、经济等各领域的内容。我阅读之后深感收益良多，今天我想分享一下我的心得体会。

第二段：老年周报对我的启示

老年周报让我从一个新的视角看待老年人的生活。在读过这份报纸之后，我懂得了许多以前不知道的事情。例如，我不

再认为老年人没有什么可以为社会作出的贡献，相反，他们可以通过各种形式来为社会做出贡献，例如志愿者、义工、社区组织等等。同时，我也认识到了老年人在保持自己身心健康方面的重要性。只有通过坚持锻炼和保持积极的心态，老年人才能过上更幸福、更有意义的生活。

第三段：老年周报让我获得了新的知识

阅读一些老年人专属的文章，让我获得了很多新知识，例如健康知识、养生知识等等。另外，我也可以从老年周报了解到一些新闻动态和社会热点，毕竟能与时俱进是每一个人都应该有的素养。

第四段：老年周报培养了我的阅读习惯

每周阅读老年周报已经成为了我的日常习惯，而这一习惯也在潜移默化中培养了我的阅读能力。读报除了可以扩展自己的知识面，也能让我不断地审视自己，从阅读中不断寻找自己的不足，从而不断地修正自己。

第五段：结论

总的来说，老年周报是我非常喜欢的一份报纸，它除了提供建议和技巧以及不断地扩展我的知识面，更有助于我的日常生活。我期待着每周的新发行，期待着更多的内容和启示。我也期望我的小小分享能鼓励更多的老年朋友们来阅读这份报纸，愉快地度过它所带来的每一个时刻。

老年心得体会篇三

进入心血管内科后的岗前培训除了加强心内科护理专业知识培训，还对护生进行人文关怀理论、《医疗事故处理条例》及沟通技巧的培训。教育护生遵守医疗法律、法规，尊重病人，注意沟通尺度，巧避讳语，注意仪态及行为，避免因言

多语失或交浅言深、厚此薄彼而引起误会，甚至医患纠纷。同时，注意护生心理素质培训，针对可能出现的消极情绪，及时给予正确引导，使其正确认识自我，培养其乐观、健康的性格，保持积极向上的心态，尽快进入角色。科内采用一对一的带教形式，放手不放眼，避免发生差错事故。

使护生尽快熟悉科室的环境及专业特点、护理文件的书写、整体护理的实施情况、用药特点及注意事项。根据心内科的特点，护生应遵守以下基本准则：一是“四轻”，即走路轻、说话轻、操作轻、关门轻；二是密切的病情观察，由于心内科疾病复杂且症状常不典型，如果不仔细观察耐心询问且及时反馈给医生，就会贻误病情；三是严格的用药准则。心脏病人输液时，应遵医嘱严格掌握滴数，监测血压及脉搏。由于心内科某些药物的治疗剂量与中毒剂量相当接近，因此应密切注意病人用药前后的反应。

定时安排护理查房及专题讲座查房前，事先通知护生查房内容。然后在查房时询问护生有关知识，如有不懂之处，带教老师应耐心讲解，使护生能明确某一病征的特点及所必须具有的护理技能。根据所发现的问题，应定期安排有资质的护师，结合具体病例进行专题讲座，带教组长应严格规范授课内容。

普及心电图知识及监护仪器的简单运用。因护生实习时间较短，我们先介绍正常的心电图，在此基础上再讲解临床常见的异常心电图。结合临床患者的实际心电图加深印象，反复讲解，直到护生都能正确识别心电图，并教会护生有关监测仪器的常识性知识。

培养独立的工作能力：让护生分管1~2个病人，从病人入院到出院全程按照护理程序进行护理。带教老师必须每天检查护理计划的落实及护理病例书写情况，并给予及时的指导，帮助护生在短时间内提高自己的实际操作水平及解决问题的能力。

应急训练：要求护生人人掌握心肺复苏术的正确操作方法，使其尽快做到理论与实践相结合，在不断实践中强化记忆，做到临危不乱。

给予客观的出科评语：护生在心内科实习结束时，都要进行操作和理论知识的考核，尤其是心肺复苏术操作法，要求人人过关。根据其考试成绩及平时工作表现，带教老师会客观地给出综合评语，记入实习手册。

老年心得体会篇四

随着社会老龄化的加剧，老年人的生活质量也在逐渐受到关注。老年课堂作为一种促进老年人智力、身心健康的措施，近年来得到越来越多的推广和应用。在参加老年课堂的过程中，我有着深刻的体会和感悟。

一、老年课堂让我走出孤独

随着年龄的增长，身边的朋友和亲人相继离世，孤独感在老年人群中逐渐蔓延。而老年课堂则为我提供了一个结交新朋友、交流心得的平台。在课堂上，我结识了许多志同道合的老年人，我们会聚在一起分享学习心得，探讨人生道路上的种种问题。这不仅让我感到心灵上受到了温暖，还拓宽了我的社交圈子。

二、老年课堂让我重新燃起学习的热情

上了年纪之后，大多数老年人会逐渐失去学习的热情。但是，老年课堂的到来却让我重新爱上了学习。参加课堂不仅可以增加我的知识量，还可以开拓我的视野，让我重新拾起了思维活跃的感觉。在课堂上，我可以自由地表达自己的看法和思考，这让我感到非常舒适和自信。

三、老年课堂让我享受健康的生活

随着年龄的增长，我们的身体也变得越来越不如以前。而老年课堂则为我提供了一个锻炼身体的机会。在课堂上，我们会有相关的健身训练，这对我来说非常有帮助。通过健身活动，我可以保持身体的灵活性，还可以增强身体的免疫力，让我的生活质量得以提高。

四、老年课堂让我重拾信心和勇气

在老年课堂中，我不仅认识了许多志同道合的朋友，还遇到了很多助教和讲师。这些人具备着丰富的知识和经验，可以为我们讲解一些涉及到人生的重要问题。这些讲师也告诉了我许多处理人生问题的方法和技巧，让我感到重拾了信心和勇气。通过学习和交流，我变得更加坚定和自信，面对人生的挑战也变得更加从容。

五、老年课堂让我更加感激生命

老年课堂让我明白了一个道理：生命如此宝贵，我们应该更好地珍惜它。每一次参加课堂，我都会感慨人生的短暂和宝贵，更加感激自己能够拥有这样的一段精彩的人生。同时，我也会感激那些为我们提供老年课堂的老师、助教和志愿者们，他们的付出为我们老年人的生活增添了一抹浓墨重彩的颜色。

综上所述，在老年课堂中，我不仅收获了知识，还体会到了社交、健康和心理方面的益处。在未来的日子里，我会继续参加老年课堂，努力提高自己的素质和生活质量。

老年心得体会篇五

端午节在中国人的心里，是一个非常重要的节日，传说，农历五月初五这一天，中国古代伟大的爱国诗人，因为不满统治者的统治，忧国忧民的屈原在汨罗江投江自杀，后来，人

们为了纪念屈原，就在每年的五月初五的这一天，吃粽子、赛龙舟用来纪念这位伟大的诗人。

今年的端午节是我在海南过的第三个端午节，以前的端午节没有什么感觉，因为我们只是窝在宿舍里，也没有什么活动，但是今年的端午节过的很不一样。今年，我们两个班的同学在文珍老师、刘文霞老师还有吴超华老师的带领下来到了三亚市四马村一家黎族人家，过了一个非常精彩的端午节。

我们租了三辆车，从学校7点半出发，差不多半个小时之后，来到了四马村。这一家黎族人非常好客，因为我们的人特别多，所以，那一家人也请了很多人来帮忙。我们今天主要的任务是学习怎么样包粽子，我们大家在家里基本上都没有包过粽子，所以大家都不怎么会，只有几个海南的同学会包，我就觉得特别羡慕和佩服。

文珍老师也教我们怎么样包粽子，我们一共包了两种粽子，一种是甜的，一种是咸的。甜粽里面包了蜜枣、花生和葡萄干，而咸粽里加了猪肉，这可能是因为南北的文化差异，南方人喜欢吃咸粽，尤其是海南人，而我们北方人大多喜欢吃甜粽。一开始学习包的时候，包了半天也没有把它包上，不是米放太多，就是粽叶被折坏了，然后后来都弄好了之后，就是绑绳子的时候怎么绑不出四个角，一开始就是特别灰心，不过后来在老师的帮助下，我总算是完成了人生的第一个粽子，虽然样子不是特别好看，可是，还是觉得心里很高兴。后来我一共成功包了四个粽子。大家都包完了之后，我们就开始煮了，大家烧火、煮粽子，洗菜、切菜忙的不亦乐乎，我们大家一直忙到了中午1点多，然后才开始吃饭。感觉这么多人在一起吃饭，尤其是和这么的同学在一起，感觉真的很好，以后可能再也不会有这样的机会，人这么全的在一起吃饭，所以这是一段很是珍惜的时光。

中国古代的节日，现在已经被很多人遗忘了，现在的端午节，赛龙舟都很少看到了，所以，我们今天这个活动我觉得特别

的有意义，不仅可以增进我们同学之间的感情，学习了怎么样包粽子，然后也会牢牢的记住这个很难忘的日子。

传统就聚起来一起包粽子。

从楼底下玩完回来，一打开家门只见一桌，四椅，两人，一盆米。桌上还摆着一碗蜜枣和一碗肉丁。妹妹也随后跨入家门，我就拉着他去一起洗手，有一起跑过来包粽子。一家人围绕桌子而坐，一边聊天，一边包着粽子。我拿起一片光滑的棕叶，学着妈妈在手中卷了卷，拿起一把糯米就往里面装，可是这个粽子的胃口太大，我给他使劲装米，但他却不见个满，我纳闷了，举起粽子一看，原来粽子底下没包紧，米就从那个洞里飞泻而下。我没有放弃，又抓了一片棕叶，卷紧下面再往里面装米。米已经装满了，眼看离胜利只有一步之遥时，问题又出现了。我虽然包出了粽子，但是我包出的粽子却是平面的三角形，不像爸妈包的一样是立体的。我又拿出一片叶子，包了半天，爸妈也教了我半天，可是我包的就是平面三角形的。到了最后，我们终于报完了，可是这些粽子并不是去投江，而是给我们吃的。

通过这次包粽子，我知道了干什么事都要有耐心，不能急躁。凡事都可以慢慢解决，如果急躁就将可能事得其反，惹出更大的麻烦。还有就是，虽然我们现在包粽子不用往江里投，但是屈原的精神和遗留下来的文化我们必须铭记在心中，并且发扬和传承。

老年心得体会篇六

老年教育是近年来被越来越多人注意到的一种教育形式。随着人们寿命的延长和社会老龄化的加剧，越来越多的老年人希望在退休后有一个充实的生活和精神寄托。老年教育则成为了与此相应的一种资源，它为老年人提供了拓展自我的机会，让他们在学习中不断成长和开拓新的视野。在过去几年，

我积极参与了老年教育课程，不仅收获颇丰，更深刻感受到老年教育的重要性。

二段：生活中的收获

老年教育是与生活息息相关的一项学习活动，它让我在生活中不断发现、了解和认识自己，更使我体会到了人生的多种可能性。在学习课程的过程中，我常常与同龄人交流、思考，分享和交流，从而让我对“人生”的看法更加深入、全面和明了。传统的老年人被视为“不可更改”的群体，但当我们脚踏实地地学习，接触更多的人和事，不断地经历和思考人生，我们会突然发现，原来我们也可以有自己的意志和活力。这种经历不只让我在生活中安然无惧，更是带给我了对未来的信心和前进的方向。

三段：思想上的启示

老年教育在启迪人的思想方面也做出了非常大的贡献。在课程中我积极参与课外阅读、辩论、讨论和交流，这样的环境让我在思想上更加开放、独立和引人注目。我学会了相信自己，也更加深入地思考和了解社会和世界，对于一些社会、文化、哲学和心理问题有了自己的意见和看法。这样的思维引导我走出了自己原有的圈子，从而让我在人际交往、职场沟通和目标达成方面有了新的成长。

四段：精神生活的丰富

老年教育的另一个重要方面是它让老年人的精神生活更加丰富。在一些课程中，我接触到了诗歌、文学、艺术、音乐等多方面的文化修养，感受到了它带来的强烈情感和宁静心情。与此同时，我也学习到了如何在生活中保持积极、善良、开放的心态，处理好家庭和周围关系，以及如何充实生活等方面的知识和技能。这些课程不仅让我心灵得到滋润和安抚，更让我拥有更美好的生活方式和状态。

五段：结语

综上所述，老年教育无疑是一项非常有价值的教育活动。它为我们提供了一个优质的学习资源和高水平的课程。通过学习，我不仅收获了知识，更体会到了生活的真谛和人生的极限可能性。因而笔者非常推荐老年教育，希望更多的老年人能够参与这种活动，拓展属于自己的生活和精神世界。