

2023年团体讲座心得体会 讲座心得体会 (优秀5篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。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。

团体讲座心得体会篇一

生命对每个人来说都只有一次，都是值得我们去珍惜和爱护。生命不是画在纸上的图画，错了，可以重新画过；生命不是一颗长青树，不可以永远立在风雨中，不可以横冲直撞。正因生命如，我们就要更加注意安全，保重健康，健康是无法用金钱来买卖的。这就是我听完安全教育的最大感想。

这次的讲座，其中一个案例是一个13人组合的犯罪团伙。作案已有两百多例，都是以抢劫，偷盗为主。有一次，他们准备抢劫，不听受害者劝告，反而恼羞成怒地将其推下河，幸好受害者会游泳，自己游上了岸。有些受害者不敢报案，所以他们作案的实际数字还没有统计上来。据了解，这13人中有11人都生活在单亲家庭，父母离婚。有一个家庭，爸爸死了，妈妈出走，只剩他和他爷爷，爷爷身体不好，没有经济来源。所以，他养成了懒懒散散的习惯，想上学就上，慢慢地就和不良少年混在一起。

家庭，父母，教育都很重要，如果教育不好，危害很大，离婚使孩子过早地尝到苦涩，或把孩子当成包袱。家长把昔日的怜爱变成厌恶，把细心呵护变成不闻不问。这样一来对于未成年孩子来说是无法承受的，所以他们就走向犯罪。人生，本来就是友善的，最重要的就是父母亲的教育。不要因为大人间的矛盾，而影响孩子，使孩子走上犯罪的道路，走上歧

途。

这些案例在我们生活中常常发生，这使我想到了发生在我身边的事情，我以前有一个同学，他家是单亲家庭，他从小都跟着妈妈生活，因为他特别调皮，所以他妈妈管不住他，所以，他的作业经常不完成，老师多次请家长，可是没有一点效果。渐渐的他开始逃学，跟那些小混混在一起，时间长了，他开始向低年级的小朋友，索要钱财。这件事既影响到了学习。而且，还触犯到了法律，这都是单亲家庭，带给孩子的阴影，使孩子一步一步走上犯罪的道路。

听了这次讲座，我觉得我们应该加强自我保护意识，学会抵御不法侵害，学会保护自己，因为我们的生命只有一次，不可以重新来过。所以，安全对于我们来说非常重要，当然，在生活中其他安全问题也不容忽视。让我们珍爱生命，注意安全，共创一个美好的明天！

团体讲座心得体会篇二

近日，我参加了一场有关职业规划的团体讲座，这次讲座给我留下了深刻的印象。通过讲座，我进一步了解了职业发展道路的重要性，学到了如何规划自己的职业生涯，并深感激励。以下是我对这次团体讲座的心得体会。

在讲座一开始，主讲人向我们介绍了职业规划的意义。他指出，职业规划不仅关乎就业，更关乎每个人的成长和幸福。通过职业规划，我们可以明确自己的职业目标，并制定一系列的成长计划，从而使自己的努力有方向性和目标性。听到这里，我深感自己以前对职业规划的认知过于浅薄，从而给自己的发展带来了很多的迷茫和不确定性。因此，我决定从现在起，更加重视职业规划，为自己的未来打下坚实的基础。

接下来，主讲人为我们介绍了如何进行职业规划。他首先强调了自我认知的重要性。通过了解自己的兴趣、优势和性格

特点，我们可以更好地选择适合自己的职业，避免将来的工作不匹配和职业瓶颈。他还提到了职业发展的四个阶段：探索期、建构期、稳定期和远景期。每个阶段都有其特点和需求，我们需要根据自身的情况，来进行相应的职业发展规划。这些方法和理念让我受益匪浅，我决心将其付诸实践。

在讲座的过程中，主讲人还通过丰富的事例和案例，向我们展示了一些成功的职业规划案例。正是这些成功的经验启发了我，让我更加坚信只有制定明确的职业规划才能更好地实现自己的职业目标。我深深地被激励，立下了要制定自己的职业规划的决心，同时也希望能够通过自己的努力去实现自己的职业梦想。

在讲座的最后，主讲人为我们提供了一些实用的职业规划工具和资源，帮助我们更好地展开职业规划。他提到了如何制定职业发展目标和计划，如何利用网络平台和社交媒体进行个人品牌建设，以及如何不断学习和提升自己的技能。这些实用的方法和工具为我制定职业发展计划提供了很大的帮助和指导，让我感到非常的欣慰和鼓舞。我决定把这些工具和资源充分利用起来，为自己的职业规划做好准备。

通过这次团体讲座，我深刻地意识到了职业规划的重要性，并学到了一些实用的职业规划方法和工具。我对自己的职业目标有了更明确的认识，也有了更具体的规划。我相信，只要我坚持不懈地努力，积极地进行职业规划，我一定能够实现自己的职业梦想，并取得更大的成就！

团体讲座心得体会篇三

努力在写字课堂中传承中华书法文化——聆听姚金中老师《中国书法知识讲座》的感悟201c年11月10日下午，我有幸参加了六郎片区小学语文书法教育专题讲座。细心聆听了安徽师范大学附属小学教研室主任姚金中老师做的长达两个半小时的《中国书法知识讲座》。

姚老师首先分析的当今书法教育的现状，阐述书法教育的意义以及教育部对中小学书法教育教学的要求；图文并茂，讲述书法简史及字体的特点。从甲骨文、金文、小篆、隶书、草书、魏碑、楷书，呈现历代优秀碑帖，对各家书体做出了精炼的阐述；然后，从文房四宝：笔墨纸砚，五指执笔法：擫、押、钩、格、抵，笔法：起、行、收的三个过程，结构的九条基本规律：大小、平正、疏密、匀称、错落、收放、让就、同异、连贯，细致讲述了书法练习的要领。

通过此次培训，我对书法专业知识有了较系统了解和新的认识，深深地感受到它不仅仅是一次专业知识的学习，更重要的是传递着一种责任，那就是传承祖国书法传统文化的责任。作为参加培训的教师，深知培训意义和此次书法学习的重要性。

通过培训，认识到作为教育工作者对书法传承的重要性。中国文化博大精深和源远流长。而书法作为中华民族的传统艺术，又是中国上下五千年来的优秀文化，它与中华民族精神成一体，有着深厚的文化内涵，是世界艺术之林的奇葩。

书法是我国独特的传统艺术，千百年来，一直为人们欣赏和喜爱。人们之所以会喜欢她，正是因为她能示人以美，可以说，他是无声的音乐，静态的舞蹈。它触发人们对美的感受和联想，它是审美与实用的结合体。学习书法不只是提高写字的水平，还能提高人的艺术修养和人的良好心里素质。

如练习书法可以陶冶情操。练字也像音乐一样能够陶冶人们的情操，使人振奋，受到美的感染。如学习王羲之秀美挺拔的字体，可使人的性格变得开朗活泼；学习颜真卿端正的字体，就好像聆听一首抒情小调，可以使人性格朴实、厚重；中国自古讲究“字如其人”，许多大书法家都是做人的楷模，他们的精神有助于陶冶情操。

鲁迅曾说：“我国文字具有三美：意美以感心，音美以感耳，

形美以感目”。书法艺术的形式美是通过有规律的组合线条作用于纸上而形成的，长期进行书法练习能自觉地感受流动线条的美，也感受到写好字并非高不可攀，只要持之以恒地坚持练习，就会有惊喜的收获。

我国的汉字起源悠久，书画同源。他的造型，原于自然，是对自然形象的高度概括和抽象空间的视觉形象。汉字结构的艺术性是对立统一的。他不但具有主观的形式美，还具有客观的形象美。所以，学习书法，要有良好的想象能力，要与自然造物之美结合起来，书写出主观与客观、具象与抽象相结合的艺术汉字来。

练字的人，虽然不可能人人成为书法家，但人人都可成为一个书法艺术爱好者。我们在学习书法的同时，不能急于求成，更不能一曝十寒，它是一个长期的细水长流的过程。既要注意人品的修养，要不务虚名，不好高骛远，还要富有刻苦踏实的学习作风。这正是我们民族气节和精神文明的表现。只有这样才能不断进步，才能以坚忍不拔的毅力攀登书法艺术的高峰。

总之，此次书法培训学习不仅提高了受训教师的书法水平，也对传承民族的文化艺术，对今后在学校进一步开展书法教育活动具有十分重要意义。

书法作为一门艺术，不是一朝一夕练就的，需要花费大量的精力和心血。在今后一段时间中，要尽量挤出时间，静下心来认真思考，积极行动，尽快地消化和吸收培训的知识，按要求在写字课堂指导学生练习书法，努力为书法的传承做出应有的贡献。

有所求，亦有所乐，为此要一往向前！

团体讲座心得体会篇四

近日，我有幸参加了一场精彩的团体讲座，这是一场由著名心理学家主讲的活动。在听完讲座后，我深有感触，对于团体讲座的重要性以及其对个人成长的影响有了更深刻的理解。以下是我在此次团体讲座的心得体会。

首先，在这场讲座中，我深受到了团体的力量的启发。在座的观众有来自不同行业、不同背景的人。听到他们分享自己的故事和经验时，我不禁感叹人生的多彩和丰富。每一个人都有自己的人生智慧，通过与他人的交流，我们可以互相启迪、互相激励，共同进步。这种团队合作的意识，让我认识到只有与他人携手，才能更好地面对困难和挑战，取得更大的成就。

其次，讲座中强调的团体讨论的重要性也给我留下了深刻的印象。在座的观众们被分成了小组，每个小组讨论一个与主题相关的问题。我所在的小组由来自不同领域的人组成，每个人都带来了独特的观点。通过与小组成员的讨论，我发现自己的视野得到了拓宽，对于问题的思考更加全面。在小组中，大家不仅可以分享自己的看法，还可以学习他人的经验，相互补充和提高，这种团体讨论的方式让每个人都能从集体智慧中获益。

此外，团体讲座中的互动环节给我留下了深刻的印象。心理学家不仅仅只是给我们传授知识，更重要的是通过互动的方式引导我们思考和反思。他通过提问、请大家分享个人经历等方式，让我与讲座产生更强的共鸣。当我主动回答问题或者听到他人分享时，我能够更加深入地理解问题的本质，加深对于讲座内容的理解和记忆。这种互动的形式不仅仅提高了学习效果，也让我有了更强的参与感，增强了对于学习的积极性。

再次，团体讲座的经历也让我感受到了自我成长的重要性。

在讲座中，心理学家强调了个人的自我认知和情绪管理对于个人成长的影响。通过讲座，我了解到自己在某些情况下的盲区和不足，并且学到了如何积极地解决问题和调整心态。这些对个人成长有着重要意义的知识和方法，让我深感团体讲座对于个人成长的重要性。只有不断地反思和调整自己，我们才能变得更加成熟、更加自信，并在个人成长的道路上取得更大的进步。

最后，这次团体讲座还使我认识到学习和成长是一个持续不断的过程。在讲座结束后，我开始思考如何将所学应用到实际生活中，并通过不断地学习和实践来提升自己。我决心每天花一些时间进行自我反思，不断地学习和成长，以更好地面对生活中的各种挑战。我相信只有积极主动地学习和成长，我们才能不断提升自己，实现自己的梦想。

总的来说，这次团体讲座给我留下了深刻的印象。无论是团队合作、团体讨论、互动环节还是个人成长，都让我受益匪浅。通过与他人分享、思考和学习，我更加理解到了团体讲座的力量和其对个人的影响。我相信，在以后的学习和成长过程中，我将继续积极参加这样的团体讲座，不断地学习和成长。

团体讲座心得体会篇五

9月29日上午，我有幸聆听了王主任的“如何进行课题研究”专题讲座。我认真地听着，详细地记录笔记。王主任深入浅出对课题研究作了方方面面的指导讲解。听完讲座后，我感受颇深，受益非浅！

一、我明确了什么是“课题研究”。“课题研究就是一个以教育教学问题为指向，积聚众人智慧，产生思维火花的研究平台。”这就是王主任通俗易懂的解读。

二、如何让课题研究做到实用、有效，而且不会造成教师平

常的教学负担呢？的方法就是把课题研究的内容与校本教研和日常教学工作结合起来。

三、应找准课题研究的“点”。这是王主任在讲座中给我印象最深，也是给我启发的一句话。王主任深入剖析我们小学的课题方案，具体的事例，一针见血地指明了撰写课题方案中存在的问题，让我们引以为鉴，少走弯路，明白了写好课题方案的重要性，以及如何写好课题方案。

四、如何做到扎实研究。在这方面，王主任讲了三个方面：

1、研究方法的选择。在于文献研究，叙事研究，行动研究，实验研究。

2、工作计划的制定与落实。工作计划分为实验计划，学期工作计划。一定按照计划进行。

3、各种资料的收集与整理。资料应当体现真实性，典型性，充实性。要有针对性设计符合本课题研究的相关表格。要有标准性地分类整理材料。

这次课题研究专题讲座，意义重大，为我们今后申报课题具有切实的指导意义。