

2023年拔罐疗法心得体会 蜡疗法心得体会 (汇总5篇)

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。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。

拔罐疗法心得体会篇一

蜡疗法是一种通过融化蜡烛并将其滴入人体特定部位，以达到放松身心、疏导内气的疗法。我曾经对蜡疗法持有怀疑的态度，直到最近在一次疗程中体验到了它的奇妙之处。在这篇文章中，我将分享我对蜡疗法的体验和心得体会。

首先，我想分享的是蜡疗法对我的身体带来的改变。在疗程开始前，我感到身体疲惫不堪，经常出现肌肉酸痛和情绪低落的情况。然而，经过连续几次的蜡疗疗程后，我感到我的身体焕发出新的活力。蜡疗法通过温暖的蜡烛滴落到我的皮肤上，温热的感觉让我感到全身的肌肉都得到了舒缓和解放。此外，蜡疗法还改善了 my 睡眠质量，我不再经常失眠，每天早上都能精神饱满地起床。

其次，蜡疗法对我的心理健康也产生了积极的影响。在现代社会中，工作压力和生活压力不断增加，导致我越来越频繁地出现焦虑和压抑的情绪。然而，蜡疗疗程的过程中，我放松了自己的身心，让自己完全陷入其中。蜡疗师通过按摩和催眠等技巧，让我忘却了一切压力，专注于内在的感受。这种体验使我感到似乎重获了自己的内心平衡，让我能够更加冷静地面对生活的挑战。蜡疗法不仅给予我精神上的放松，还增强了我的专注力和自我认知能力。

第三，蜡疗法对我的能量流动产生了正面的影响。根据中医理论，人体的健康与能量的流动密切相关。当能量流动受阻时，人体容易出现各种疾病。在蜡疗疗程中，蜡烛的炽热温度和特殊燃烧方式，有助于调整身体的能量流动。这种调整让我感到内气通畅，身体充满了活力。我发现，我在蜡疗疗程后的几天内，不再出现经常出现的胃痛和头痛。蜡疗法帮助我平衡身体能量，提高了我的免疫力。

此外，蜡疗法还加强了我与周围环境的联系。在蜡疗疗程中，我经常感到与自然的融为一体，感受到了四季的交替和大自然的变化。我明白，人体与自然紧密相连的，只有与自然和谐共处，我们才能真正健康地生活。在日常生活中，我们往往忽略了自然的力量，而蜡疗法让我重新认识了自然的力量，使我更加留意周围的自然环境，懂得与之共舞。蜡疗法是一个提醒我与自然和谐相处的催化剂。

综上所述，蜡疗疗程带给我许多宝贵的体验和心得。它不仅改善了我的身体健康、心理健康和能量流动，还加强了我与自然的联系。作为一种非常个性化的疗法，蜡疗法需要个人亲身体验才能真正领悟其中的奥妙。我建议每个人都试一试蜡疗法，通过自己的体验来感受其中的益处。蜡疗法让我重新找回了内在的平衡与和谐，我深信它也会带给更多人健康与幸福。

拔罐疗法心得体会篇二

蜡疗法作为一种治疗身心的疗法，在近几年越来越受到关注。我曾亲身体会过蜡疗法的奇妙效果，并在其中收获了许多对生活 and 身心健康的启示。在此，我将分享我的蜡疗法心得体会，希望能给读者带来一些启发和帮助。

首先，蜡疗法能够帮助我放松身心，缓解压力。在蜡疗房间里，我被温暖而柔和的灯光环绕，身体被蜡石包裹，犹如置身于一个安静、温暖的空间中。在这种环境下，我感受到一

种深层次的放松感，而热蜡的温热感也能够缓解我因长期工作紧张而导致的紧张情绪。每次结束蜡疗后，我都感到焕然一新，精神焕发，仿佛重新获得了活力和动力。

其次，蜡疗法还能够提升我的专注力和注意力。在进行蜡疗时，我总是会尽可能地将注意力集中在蜡石所在的部位，并用意念感受蜡石的温度和质地。这样的专注让我进入了一种冥想的状态，在这个过程中不断地修复身心。当我从这种状态中醒来时，我发现我的思维能力明显增强，注意力也更加集中。这使得我在工作和学习中更加专注，效率也更高。

另外，蜡疗法还让我深刻认识到身心的关联。在蜡疗房间里，每次我将手放入蜡石中时，我都能感受到蜡石的温暖和能量在我的手指间流动。这种感受让我明白到，我们的身体不仅仅是肉体的存在，还有着比我们所能想象的更深层次的连接。身体的每一部分都与我们的情绪和心绪相互影响。通过蜡疗，我能够更加深入地感受到身心之间的关联，并通过调整身体来平衡和调整心理状态。

此外，蜡疗法还鼓励我与内心进行对话和沟通。在每次蜡疗时，我都会用意念和内心进行对话。我会倾听内心的声音，寻找答案和指引。有时，在这个过程中我能够从内心深处找到对自己困惑的答案，解决内心的矛盾和压抑。这种自我沟通和内心对话的能力给予了我更多的自信和力量，让我更加清晰地认识自己的梦想和目标。

最后，蜡疗法让我体会到了身心的平衡和和谐。通过蜡疗，我学会了关注自己的身体和心灵需求，并采取相应的行动来满足这些需求。蜡疗房间成为我调整身心平衡的圣地，我能够在那里找到自我安抚和放松的方式。当我离开蜡疗房间时，我感到身心平和，思绪清晰，能够更好地应对生活中的各种挑战。

总之，蜡疗法给予了我许多宝贵的心得体会。通过蜡疗，我

学会了放松身心，提升专注和专注力，认识身心的关联，与内心进行对话和沟通，以及实现身心平衡和和谐。这些体验不仅让我更好地了解了自己，也为我提供了更好的方式来处理生活中的各种挑战。我希望通过分享我的心得体会，能够给读者带来一些启发和帮助，让更多的人能够从蜡疗法中获益。

拔罐疗法心得体会篇三

电疗法是一种利用电疗器具对人体进行治疗的方法。它起源于古代医学，经过多年的发展和完善，现在被广泛应用于各种疾病的治疗中。电疗法通过刺激神经、加速血液循环、增强肌肉活动等方式，可以促进人体的康复和疾病的治愈。在我近期的疾病治疗中，我亲身经历了电疗法的效果，深刻体会到了它的益处和重要性。

第二段：电疗法在治疗中的益处

在我接受电疗法治疗的过程中，我发现它有着显著的益处。首先，电疗法可以有效缓解疼痛。通过电疗仪器的刺激，疼痛信号被干扰和阻断，从而减轻了感觉疼痛的程度。其次，电疗法可以促进康复。电疗仪器的刺激可以激活肌肉和神经，增强肌肉的收缩力和灵活性，加速受伤部位的康复和恢复。再次，电疗法对于改善血液循环也有积极的作用。通过电疗仪器的刺激，血管扩张，血液循环加快，从而提高了氧气和营养物质的供应，促进了组织的修复和再生。总的来说，电疗法在疾病治疗中有着重要的作用，可以帮助患者度过痛苦的时期，加速康复进程。

第三段：电疗法的具体应用领域

电疗法不仅可以用于缓解疼痛和促进康复，还可以在各种疾病中起到重要的治疗作用。例如，在骨折愈合过程中，电疗法可以促进骨折部位的血液循环，加速骨折的愈合。在神经

系统疾病中，电疗法可以刺激受损的神经，帮助患者恢复失去的运动功能。在呼吸系统疾病中，电疗法可以通过刺激呼吸肌肉，促进肺部的通气，改善呼吸困难。在循环系统疾病中，电疗法可以加快血液循环，改善心脏功能。通过这些具体的应用领域，我们可以看到电疗法的多样性和广泛性。

第四段：电疗法的注意事项和风险

尽管电疗法有着显著的益处，但是它也有一些注意事项和风险需要我们关注。首先，使用电疗仪器时要遵循正确的操作方法和频率。不正确的使用电疗仪器可能引起电击伤害或其他不适。其次，对于一些特殊人群，如孕妇、心脏病患者等，使用电疗仪器时要格外小心，最好在医生的指导下进行。另外，长时间或过量使用电疗仪器可能导致肌肉疲劳或其他不良反应。因此，在使用电疗仪器时，我们必须严格按照医嘱和专业人员的指导操作，避免不必要的风险和后果。

第五段：电疗法的发展前景

随着科学技术的发展和人们对健康的持续关注，电疗法作为一种安全、有效的治疗方法，将会有更广阔的发展前景。未来，电疗法可能会在更多的领域得到应用，为更多的患者带来康复和治疗的希望。同时，将会有更多的研究和创新，用于改进电疗仪器的效果和便捷性，提高电疗法在临床上的应用价值。相信通过不断的努力和探索，电疗法将成为人们重要的治疗选择之一。

总结：电疗法作为一种有效的治疗方法，对于疾病的康复和治愈有着显著的益处。它可以缓解疼痛、促进康复、改善血液循环等。通过在各种疾病中的应用，我们可以看到电疗法的多样性和广泛性。然而，使用电疗仪器时我们也要注意一些风险和注意事项，如遵循正确的操作方法和频率、特殊人群的谨慎使用等。未来，随着科学技术的发展和人们对健康的关注，电疗法有着广阔的发展前景，将会为更多的患者带

来希望和康复。

拔罐疗法心得体会篇四

在大三学年上学期学习了教育学、教育心理学和生活与健康三门课程的基础上，本学期又学习了心理健康教育课程，进一步丰富和夯实了自身专业理论修养和水平。通过本课的学习，我感觉受益良多，不仅让我充实了理论知识，更让我开阔了视野，对健康的认识、教育的理解和人生的看法都有了不少的感悟。下面我就从健康、教育和人生三个方面谈谈自己本门课学习心得与感悟。

一、关于对健康的认识

关键词：健康；心理健康；同心理首先，对健康含义的理解有了更宽阔的视野。健康，是人生最大的财富，是任何东西都换不来的，那什么是健康？健康的含义是什么呢？之前也学习了相关的知识，了解到当今时代对健康的定义，不仅指身体机能良好，还包括心理健康，而这门课中还提到社会适应性和道德健康也是健康内涵的重要组成部分。细细思考，发现这种解释不无道理。人，是自然性与社会性的统一体。话说“身体是革命的本钱”，作为自然存在物，说到健康，首先，应该是指人的身躯健壮，机能良好；而人是有思想的社会性动物，时时得面对认识自己、协调自己，人与其自身之间内在的协调平衡，也应该是健康含义的范畴，处在社会之中，就得遵守社会规则，处理人际关系，人与社会之间的内外的和谐统一，即人在社会环境的适应度以及自我规则与社会规范的统一性也应是一个社会中的人之于健康的应有之义。

其次，对心理健康的认识也有了进一步提高。一直以为，心理健康，就是没有心理疾病，没有思想上的困扰，没有心结。通过本课程的学习，对心理健康的理解更全面、更加系统了。原来，心理健康分为正负两个方面，它不仅仅是消极情绪情

感的减少，同时也是积极情绪情感的增多。而心理健康内涵的核心是指自尊。所谓自尊，是指个体对自己（或自我）的一种积极的、肯定的评价、体验或态度。一个心理健康的人，不仅具有积极的自我观，能恰当地认同他人和面对和接受现实，而且主观经验丰富。有的学者，还将智慧能力，即知觉的准确性，心理功能的有效性，认知的适当合理性，解决问题的能力也归为心理健康的衡量标准。其实，要真正时时刻刻做到这一点。基本上是不太现实的，也就是说基本上没有人能绝缘于心理困扰、心理问题甚至心理疾病。人的心理世界、机体与外部世界是无时不刻在发生着变化的，出现心理困扰与心理问题是十分正常的，因而，应树立正确的心理健康观，正确看待自身的心理困扰，有需要的时候，不必为传统陈旧观念所限，可及时寻求有效的心理咨询与心理疏导；同时，对于身边存在心理问题的人，不歧视、不嘲笑，而是设身处地，以同心理体会他人的难处，并给予力所能及的帮助。

二、关于对教育的理解

关键词：理解；倾听；责任

教师，并赞誉为“人类灵魂的工程师”，教师是一个比较特殊的职业，教师的心理健康水平，会直接影响学生的心理健康。因而，一名教师绝不仅仅是一门学科、一门课程的教授者，他还应兼修得教育学、心理学、教育心理学，了解基本的心理学理论，知晓心理咨询的大致路径。中小学生在生理和心理双重发育和成长的关键期，具有极强的模仿性和受动性，老师的心理健康状况对学生的影响极大。心理健康，乐观、宽容、豁达、富有同情心的品质特征的老师，能使自卑怯懦的孩子昂起自信的头，使孤僻多愁的孩子笑脸绽放，使暴躁易怒的学生拥有平和的心态？相反，如果老师遇事急躁，心理不健康，就可能把不良情绪带到课堂，影响学生。新课改已经全国范围铺开，我区2012年秋季也将全年推开高中阶段新课改工作，这预示着新的教育教学理念必须彰显，

传统的只注重知识传授而忽视学生的身心成长的理念已不适应时代需求，要求教育教学回到学生主体的原意来，关注学生的发展，关注学生心灵世界的成长，因而对于学生出现的各种问题，应以一颗宽容、豁达的心去理解，学会倾听，倾听学生的心声（这也是本课中听的最多的词汇之一），听听他们心里的想法，做一名亦师亦友的倾诉人和倾听者，而不是一味的责怪甚至体罚，因为自己小学和初中就是体罚过来的，所以对这一点深有感触。

作为一名师范专业的学生，一名有志于从事教育事业的学生，对照这些，觉得自己要走的路还有很长。

三、对人生的认识

关键词：本真；命运；独立

学习新版作业指导书的心得体会

尊敬的公司领导：

首先感谢公司领导在7月7号，7月13号，7月15号组织新版作业指导书的深入学习。在认真学习完之后，我受益匪浅，收获很多，此次精彩的培训学习主要心得有以下几个方面。

一、对物业管理有了新的高度认识，更深入的了解了物业的工作流程，服务标准，让自

己在工作中知道工作方向在哪。工作重点在哪，知道我们礼宾部的工作重点在哪

二、信息沟通的及时性

抓住机遇找起点，创建优质康复科——中医一附院进修学习体会

在中医一附院进修的三个月时间很快就过去了，在这三个月的进修学习中，使我学到了很多的东西，学到了对我来说是一个全新的领域——康复医学的方方面面，具体总结如下：

说实话，刚被任命为康复中心的护士长时，很多人都很羡慕我，但对于我来说，到了一个新的科室，特别是还没有完全成立的科室，让我觉得无从下手。十一月份我被派往河南中医学院第一附属医院学习“康复护理与管理”，为期三个月。到那里的第一天，看到他们病区的走廊上加满了床，原本四十六张床位的病区收到了九十三个病人，还有几十个病人已预约好，在家等床位，我心中只有一个感觉，病人真多！第一眼看到康复大厅时，心中充满了震撼，宽敞明亮的大厅里熙熙攘攘，到处都是人——病人、家属、陪护、治疗师、起立床，肌力训练架、治疗床等，轮椅都折叠着，整齐的放在过道两边，人群忙碌而有序的转移着。

疗、康复工程、康复护理、中医传统治疗等。病房管理规范，要体现人文关怀，康复科病人大都伴有肢体障碍，出现各种躯体不适感和疼痛症状，同时，长期患病，心理上多有焦虑、抑郁、自卑、绝望、甚至自暴自弃，失去康复信心。严重时可有厌世和轻生的行为。

中医一附院康复科的病人以脑卒中和脊髓损伤为主，主要运用各种康复治疗技术，配以少量的药物综合治疗。护士做治疗的时间相对较短，多数时间都在与病人及家属、陪护沟通，重点是安全与配合。床旁桌上的物品摆放以病人方便为主，同时兼顾整洁。所有病人均被称为老师，不叫老师不说话。医护人员严格约束自己的言行，主动询问陌生人，实行首问负责，不推诿。主任、护士长是大家信赖的大哥哥大姐姐，谁有什么困难、受了委屈都愿找他们说说，而他们也经常找大家聊聊，帮大家解决一些问题。工作中大家互相帮助，多沟通，每天早交班后利用二十分钟时间讨论病情，及时调整方案，使病人达到最好的治疗效果。一名护士专门负责病人治疗的排点儿工作，最大限度的满足病人的治疗需要，同

时，也使治疗师有足够的时间为病人提供优质服务。通过这三个月的学习，使我看到康复医学是一个很有发展前景的学科，随着医改的深入，药占比的不断降低，重点发展康复专业是各家医院的共识，康复科的收入含金量高，绝大部分的收入为治疗收入。但是要想做好也并不容易，需要院领导的大力支持、需要全院各科室的通力配合、需要康复中心人员的齐心协力。在一附院我遇到好几位家住西郊的病人，其中一位刚从我院神内三出院，她经过多方打听，舍弃了离家较近的中医院而选择住到中医一附院的走廊上。我院康复中心现在成立，还不算太晚，但要想有好的发展也不容易，我们要有自己的优势。建议：

1、突出特色，注重传统

继续发扬中医药的传统优势，以传统中医理论为指导，针灸为主，针灸、推拿、拔罐、穴位注射（包括穴位封闭）相结合，配合“穴位贴敷”、浅针疗法、小针刀微创治疗、刺络拔罐围刺法等特色疗法，充分发挥中医药在优势病种和优势环节上的作用。

2、挖掘潜能，创新发展

成立康复保健部，建立中医熏蒸室，根据中医经络理论全身各部在足底穴位上的反射区，提供足疗、中药熏洗等项目，延长工作时间，为亚健康的上班族提供康复保健服务，以此吸引病人，增加收入。

3、深入调研，科学规划

深入调研目前康复医学及康复专业领域的经验和不足，取长补短，为我院康复科的发展找准起点，找准路子，争取不走弯路，按照目前卫生部关于三甲医院康复科的规模的指导意见，我院康复科病区至少应在48张床位，专业设置方面，除了现有的神经内科方面的康复，还应该要有骨科、外科、脑瘫

等涉及康复治疗的学科，甚至可以继续扩大康复范围，有条件的话成立骨关节康复治疗中心，目前在全省乃至全国还没有一个专门做骨关节置换术后康复的地方，我们可以在这方面多做工作。

4、规范制度，严格管理

制定完善的规章制度，配备指纹打卡机，明确奖惩措施，体现多劳多得。

5、加强学习，提升水平

平时加强业务学习，培养科室人员的学习热情，提高大家的业务水平，每周可以抽出专门的时间集中学习业务知识，让每个人都有机会给大家分享自己的心得体会，做到资源共享，积极参加院内外的学术会议，学习先进技术，了解专业最新动态，有机会多参观学习国内外先进管理经验和先进技术，鼓励大家多参与学术活动、多撰写论文，集思广益，多创新。

6、改变现状，整合资源

目前我院康复治疗器械分散，各个科室采购器械泛滥，治疗上又不规范，大都为了追求利润，降低药占比，造成病人治疗项目繁多，收费混乱，效果却不尽人意，病人意见较大，建议改变这种现状，亟待整合医疗资源，可以把各个科室的医疗器械统一收回，规范管理，明确分工，合理分成，是归康复治疗用的，就要物有所值，真正做到用有所专，专有所精，才能大大提高两个效益。

2011年2月10日篇四：现场学习心得现场学习心得

现场学习心得一：现场学习心得

进公司已经两个多月了，在这两个月里，我学习到了很多。

由刚开始什么也不懂，到现在能把施工材料的名字叫上来。每一样施工材料的使用，每一道施工顺序都已经了解。

学习的时候，仍然有许多让我了解了更多的东西。工程管理与我想象中的不一样，原来以为上面也不用去做，只要在现场看看就可以了，通过这次学习才发现者当中每一个施工过程都是经过各种各样的标准衡量的，并不是随便一施工就行的。都是必须严格按照图纸上面的规定要求进行施工的。自己必须懂得更多关于加热炉施工这方面的施工规定和标准才行的。通过学习发现，想要做一个合格的现场管理和专业技术人员不是那么容易。其中管理材料、工程质量只是基本的知识，更要做到和甲方及时的沟通，处理对方提出的问题，同时还要及时的反应给下面的施工队和各种设备厂家的人员进行解决。由于有多个施工队伍一同进行施工还要把施工材料进行合理的规划，而且天车、吊车也要进行分工明确使用时间段进行使用。其中的材料进出场都需要甲方的进出门岗各个负责人签字才可以的。现场收取施工材料的时候还要进行及时的检查，看是否与清单上面的一致，不一致就要及时的反应。尤其有很多设备自身带有说明书、合同和技术附近的资料要保管好，做到心里有数，同一厂家进行统一管理。其次应严格执行质量验收制度，对工程质量进行巡回检查，走动管理，对发现的问题必须查明原因，追查责任，并跟踪检查整改措施的落实情况，同时在全面抓好施工质量的同时，应针对不同阶段的工程特点有针对性地加大管理措施。保持和各个施工队和各个设备厂家可以及时沟通、合作，出现任何状况都可以及时的解决。工程的施工质量也是一个方面，施工过程中保持着严格要求，一切按照施工要求进行，对施工单位进行监督，以免发生质量问题。进度管理是施工项目现场管理中最主要的环节，是施工项目按照合同工期顺利完成的有力保证，以最快的速度组织材料设备进场，搭设临建、布置临时用水用电线路等工作，建立各类台帐，做好管理准备工作，大管理协调力度，采取强有力措施，防止因各分项工程同时施工可能发生的混乱，使各项工序积极有序地进行。

通过这次的学习让我更加的了解工程过程中所需要了解的和解决的问题，也学习到了更多关于施工过程的规范。许多自己以前没有注意到的东西，这次学习让我受益匪浅。现场学习心得二：浅谈现场品质管理心得体会（1796字）

品质两字是由三个口和三个斤组成，也就是说要想做好品质，除了要严格遵守作业标准外，还需品质管理人员婆婆妈妈，斤斤计较去指导您负责范围的作业及品质检验人员，让之理解并执行，同时需确认实施效果。

一个优秀的管理人员，绝不是在其下属工作人员犯错之后通过罚款去追究下属失职的责任，例如某些企业，下属员工不按标准作业及管理不良事件一犯再犯，而管理人员每次均采取罚款，而且还骂员工很笨，教多次都教不会，使员工抵触情绪及怨言很大，但问题一直未得到解决，其实不是员工笨教不会，而是我们给了员工太多犯错的机会，俗话说没有教不好的兵，只有不会带兵的将，要想解决此问题，只有在下属执行某件任务之前通过教育或在模治具上做一些防呆措施去防范其犯错，同时还需制定一套健全的管理机制，约束工作人员在执行任务过程中的行为规范，以顺利达到预期的执行效果。

一个优秀的品管人员，他的主要职责是配合生产组长（或供应商）在生产之前教育每一个作业员工正确的操作方法及检验标准，并通过每一环节的严格检验，层层把关，使成品品质达到预定品质水平的目的。生产如同一列高速前进的火车，客户是终点站，品管人员是列车长，基层生产管理人员则是火车头，列车长需要做的，就是引导火车头的方向，使其朝着终点站前进，无论火车速度多快，列车长必须保持清晰的头脑，为其指明一条正确的道路，以预防其偏离轨道，并朝着终点站顺利前进。而每一个工序如同每一节车厢，必须一环衔接一环，不可脱节。检验标准如同火车轨道，每一节车厢必须在固定的轨道上前行，只要有一节车厢越轨，必将导致整列火车的翻车。每一位管理人员的工作就是排除所有会

造成列车翻车的影响因素，从而预防列车翻车，而不是在翻车以后去抢救，“亡羊补牢”虽然犹未为晚，但我们更应该做的工作是在狼来以前就将羊圈修牢固一些；强调事前预防重要性，重视事后纠正及改善效果的确认。品质是生产出来的，而不是检验出来的，品管人员的工作重点是“管”，检验只是手段。我还记得在有一次在参加培训质量管理的时候，有一位老师带我们去一家企业参观，走进企业大门看见这家企业的品管人员轻闲的在车间里飘来飘去，无所事事的样子，觉得很奇怪，我就随便问一个品管员为什么不去检验产品质量，而站在流水线中间，那个品管员对我说，我用眼睛在检验每位作业员是否做到自检、互检、是否按作业指导书操作，员工素质和精神状态。主要检验工作是在上班时检验各工作场所是否存放有与产品无关的材料和杂物、卫生环境、作业标准的悬挂、作业条件是否与标准相符、半成品的摆放方式、成品的包装是否与包规相符等；当这些事项均符合要求后，具体检验只要做好首件、巡检及末件工作，品质便可得到很好的保障；同时她还对我说：假如在正常生产过程中，依赖品管人员对每件产品进行检验，这个企业的产品质量是无法得到保障的，我又问为什么她说，如是那样一条线有多少操作人员，也就要有多少品管人员，我想想也说得不错，因那样每位员工都有依赖性质量。而检验出来的不良品、返工、返修、品质就比不上一次性完工的产品。一个品管人员如果完成了这些工作后，只需在车间转一转，看一看就行了，看的也就是六个项目：（人、机、料、法、环、测量），这六个项目是产品中影响质量主要因素；管好了这六大因素，品质管理工作便会既轻松且品质又有保障。

通过以上一个现场简单的一问一答案例，相信各位正从事品质及现场管理工作的人员有所体会，对后续的质量管控有了新的方法和目标。

：其实现场品质管理的有效方法就六个字（三原则）：眼到、心到、手到；一个不良也逃不掉；这句话的意思是说，我们要多到现场找问题，注重细节，通过眼睛去巡视现场的每一

个环节，然后用心去体会和思考，发现有不规范的地方，亲自动手操作一下或拿来看看，发现不符合的地方给予及时纠正。

用在实际中；工作更顺利；

品质提升了；订单增多了；

老板赚钱了；工资加多了；

自己赚钱了；梦想实现了。现场学习心得三
6s现场管理学习心得体会（3011字）
“6s管理”由日本企业的5s扩展而来，是现代工厂行之有效的现场管理理念和方法，其作用是：提高效率，保证质量，使工作环境整洁有序，预防为主，保证安全
6s的本质是一种执行力的企业文化，强调纪律性的文化，不怕困难，想到做到，做到做好，作为基础性的6s工作落实，能为其他管理活动提供优质的管理平台
6s现场管理模式是经实践证明为一种先进、实用性强的现场管理系统方法，包括整理、整顿、清扫、清洁、素养、安全六个部分，主要功能是企业解决用好的空间、用足空间、保持环境清洁、形成良好习惯、重视安全等问题。成功的导入6s可以改善和提高企业形象，促进工作效率提高，缩短作业周期，降低生产成本，切实保障安全，是一件可以提高社会效益和经济效益的大好事。

要切实取得这样的大好形势，确实不是一件易事，需要我们坚持不懈的学习与体会。

刚到工作场所时，各种办公用品摆放的都不是很有整齐，有些办公用品，书籍资料与私人用品都摆在一起，没有进行整理和划分，这样一来，严重影响了大家的工作效率。经过整理后，不但空间得到了解放，而且对各种物品进行了划分，贴上了标签，一目了然，让大家工作时的心情都舒畅多了，提高了大家的工作积极性。还是那句老话：“群众的力量是无

穷的”。在学习实践6s当中，大家应该开动大脑，积极提出创意和建议，努力解决面临的问题。

从杂乱无章的办场所到井然有序的工作环境？所有的一切，无论是谁都明白“一份耕耘、一份收获”的道理。然而，这只是6s学习实践的攻坚段的成绩。今天的成绩并不意味着明天的成功，一段时间的纠正也并不代表优秀的素养已经定型。6s管理的最终目的就是提升员工品质，巩固好攻坚的成果，让优秀的道德品质习惯化，使公司拥有更加辉煌的明天。

我们要在工作上推进6s，形成处处6s，时时6s的大环境。没有最好，只有更好，使落后的经常接触到先进的，不太注意的时时看到注意的，不太坚持的看到永远坚持的，形成良好的心理督促氛围。

不但要将6s贯彻到行动中去，而且还要将6s似规章制度一样的执行，标准化的落实。我们的着装、工作用语，礼仪等细节问题都要形成修养。让好的成为制度、习惯，它将激励我们、引导我们积极改进自己，不断为企业导入各种先进的管理理念提供平台，并最终促使企业成为管理先进、环境优雅、品质一流的现代化公司。

管理概念或方法，有其特定的环境或范围，过于拓展和泛化，难免失其精要。这种倾向在5s的推广和流行中也存在，是应当加以避免的。从它在日本的发源、应用和内容等方面看，正确理解5s应当围绕着工作现场管理这个明确的主题，也只有围绕这个主题，才真正显示出其精要性、操作性，而不是一些空泛或随意的口号。

要素要义实施要点

清理清理现场空间和物品1. 清除垃圾或无用、可有可无的物品；2. 明确每一项物品的用处、用法、使用频率，加以分类；

3. 根据上述分类清理现场物品，现场只保持必要的物品，清理垃圾或无用物品。

整顿整顿现场次序、状态1. 在清理基础上，合理规划现场的空间和场所；2. 按照规划安顿好现场的每一样物品，令其各得其所；3. 做好必要的标识，令所有人都感觉清楚明白。

家访心得体会

连续两个星期做了两次家访，虽然孩子们学习情况不一样，家庭背景也不一样，但是他们的家长对我们的到来非常的欢迎，从这些家长的身上我看到了他们对孩子学习的用心，我们班的陈金金，他在班里面学习成绩不是很好，但是他很听老师的话，不打架，对于学校或者班级的活动都会积极的参加，老师布置的作业基本也会按时完成。当我们到达他家时，他的父母都在家，也非常热情的接待了我们。但是由于平时都是妈妈在管孩子的学习，所以在家访的过程中，基本上都是你妈妈在回答我们的问题，我们可以看得出这是一位很用心的家长。

在家访的过程中，我们问到了家长对孩子的教育，从他妈妈回答中我发现他们在孩子身上很用心，但是孩子正处于叛逆期，家长的话又是当作耳边风，这一点让他们很无奈，但是他们对孩子的成绩不是很在意，他们只是希望孩子可以快快乐乐的学习知识，而不是被压迫着学习。虽然这位学生的成绩不是很好，但是我觉得像她的妈妈这样给他时间让他成长，自己学会学习，也是一种很不错的教育方法，或许以后他会超越很多人，但是前提是他足够努力，他可以认识到学习的重要性。阮慧欣是我们班的小班长，不仅学习成绩非常棒，而且非常的听话懂事，作业情况都完成的很好，可以算的上是班里全优的学生。其实我也很好奇什么样的家庭才可以培养出这么一个小小年纪就很“人才”的孩子。上个星期日我去到了他家。经过跟他的家长的谈话，我才知道孩子为什么可以学习这么好。不得不承认他是很聪明的一个孩子，但是

更多得要归功于他妈妈的管教。他每天回家做的第一件事就是写作业，写完作业以后在写妈妈给布置的作业。他的妈妈给他买了很多课外书：口算题卡、应用题、复习试卷、阅读题以及与写作有关的书。家长对于孩子的学习很用心，但是孩子有时候也会觉得家长给布置的作业有点多，但是他们觉得自己的家长非常的负责任。在家访的过程中，我深切地感受到了家长们对子女的殷切希望，也感受到了他们对老师的尊重与信赖，这次家访我详细地了解学生的性格特长及家庭结构、成长经历、健康状况、学习环境、在家表现，并听取了家长对教师的意见、希望。通过家访活动，我不仅如此近距离的接触了学生，而且也深深地体会到作为父母对孩子教育的关心和重视，了解了家长的期望与要求，了解了学生的个性与想法，不仅加强了师生感情，对以后的工作将起到积极的作用。家访工作看似麻烦，烦琐，工作量大，耗费时间，但是这种方法是其他教育观察法所不能比拟的。

拔罐疗法心得体会篇五

为深入学习景龙呈同志先进事迹，巴中市委巡察办组织市、区县巡察机构先学一步、深学一层，化悲痛为力量，以时不我待的紧迫感、使命感，把感情和精力投入到巡察监督工作中，争做“景龙呈”式的巴中优秀巡察干部。

一场车祸，让景龙呈同志的生命永远定格在了42岁，了解了景龙呈同志的先进事迹后，作为纪检干部，我们要以景龙呈为“镜”，要向景龙呈同志学习。景龙呈同志是新时代在加强全面从严治党，奋力推进脱贫攻坚征程中涌现出的优秀共产党员代表。

他信念坚定、对党忠诚，始终以党和人民的事业为最高追求，敢担当、敢负责、敢作为。他忠于职守、甘于奉献，在平凡的岗位上创造出不平凡的业绩。在财政岗位上，他刻苦钻研、业务精湛，是通江财政系统干部职工中的佼佼者，多次被表彰为财政工作“先进个人”；在脱贫攻坚中，他心系群众、扎

根基层，引资金、育产业、促发展，是群众的“贴心人”，先后被通江县委表彰为“优秀驻村第一书记”“挂包驻帮先进个人”；在巡察监督中，他勇于亮剑、铁面无私，用行动捍卫着党纪的威严，是巡察单位口中的“紧局长”。

学习他对党忠诚的坚定信念。要始终坚定理想信念，保持绝对忠诚，把牢政治方向，强化组织意识，树牢“四个意识”、坚定“四个自信”，做到心中有党、心中有民、心中有责、心中有戒，时刻想到自己是党的人，是组织的人，时刻不忘自己对党应尽的义务和责任。同时，要忠于人民群众，立足本职工作践行全心全意为人民服务的宗旨，时刻以公仆之心要求自己。再次要忠诚党的教育事业。忠于事业是忠于党、忠于国家、忠于人民最现实、最直接的体现，在实干中不断践行对党忠诚的誓言。

学习他平凡人生中的不平凡。面对艰苦的环境，繁忙的工作，他舍小家顾大家，没有抱怨，只是默默无闻的坚守着工作岗位，做着平凡的工作，却创造了不平凡的业绩。他身患重症，仍恪尽职守、无私奉献，直至生命最后一刻，也站好了他的最后一班岗。

景龙呈同志做了很多的事情，但是这些事情都不是什么轰轰烈烈、震撼人心的大事，他只是干好了自己的本职工作，脚踏实地地为老百姓服务。这正是我们需要学习的地方，我们所做的工作也不是什么惊天动地的大事，只需要在平凡的岗位上把每一件小事干踏实，对待老百姓不敷衍，真真正正把老百姓的事放在心里。

学习他敢于担当的强烈使命。敢于担当就是要始终以党和人民的事业为最高追求，不忘初心、砥砺前行，切实做到敢想、敢做、敢当，坚持原则、认真负责，面对矛盾敢于迎难而上，面对危险敢于挺身而出，面对失误敢于承担责任，面对歪风邪气敢于坚决斗争。景龙呈正是用担当坚守和勤勉付出换来了群众的深厚感情和坚实信任，在沟谷纵横的巴山深处，为

人们树起了一个可亲可敬的学习榜样。我们要时刻以景龙呈同志的精神为引领，奋力开拓事业发展的新境界，做忠诚、干净、有担当的新时代纪检人。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)