

# 最新棋类文化感悟 实习心得体会(通用9篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得感悟的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。好的心得感悟对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得感悟下面是小编为大家整理的优秀心得感悟范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 棋类文化感悟篇一

实习是大学生们在校园生活与工作生活之间的过渡阶段，是为了更好地提升自我能力、增加社会实践经验而进行的一种学习方式。在实习期间，我有幸得到了一份与自己专业相关的实习岗位，不仅让我更加深入地了解了自己所学的知识，也让我明白了实习的重要性。下面，我将从实习的选择、实习任务、实习环境、个人成长以及实习心得五个方面分享我的实习心得体会。

首先，在实习之初，我认真思考了自己未来的职业规划，并选择了一家相对较大的公司进行实习。这样的选择对我来说是非常重要的，因为只有在实际工作中才能更好地锻炼自己，提升专业技能。通过实习，我加深了对专业知识的理解，也更加清楚自己未来的发展方向。尽管刚开始时，我觉得自己的专业知识运用得不够熟练，但是逐渐通过实践，我发现自己的专业素养得到了增强。

其次，实习期间的任务给了我极大的挑战 and 机会。刚开始的时候，我只是负责一些简单的杂务工作，随着时间的推移，主管逐渐开始给我一些具有挑战性的工作。这些任务要求我主动学习和钻研，提高我的解决问题的能力。虽然任务艰巨，但是成功完成每一个任务后，我都能感到内心的满足感和成就感，这让我更加有动力去面对接下来的挑战。

此外，实习的环境是我成长的“温床”。在实习的环境中，职场上的工作态度、工作习惯、团队合作都对我产生了很大的影响。与同事们的相处也教会了我如何与人沟通和合作。在实习期间，我积极参与团队的讨论，学会了倾听和思考别人的意见，也学会了有效地表达自己的观点。这样的经历让我明白，一个良好的团队合作氛围对于工作的顺利进行非常重要。

进一步来说，实习给了我很多自我提升和成长的机会。通过实践和实习，我深刻理解到只有将理论知识应用到实际中，才能更好地应对问题和挑战。同时，实习也让我意识到自己的不足之处，在实践中不断改进自己的能力，提高自己的综合素质。这种成长的过程是艰辛的，但是通过每一个实习项目的经历，我都能感受到自己的进步，这种成长带给我惊喜的同时也让我更加坚定了自己的职业发展方向。

最后，在实习的过程中，我从每一个细节中汲取着宝贵的经验和教训。例如，我学会了认真负责地对待工作，实习期间的每一个任务都是一个检验自己能力的机会。同时，我也明白了准时的工作习惯有多么重要。实习期间，我面对工作的压力，也学会了如何平衡工作和生活，保持一个良好的心态。这些经验让我更加成熟和自信。

总之，实习是一次宝贵的机会，让我从理论走向实践，提升自我能力，并对未来的职业发展方向有更清晰的规划。通过选择合适的实习岗位、完成任务的挑战、融入团队的环境以及个人成长经历的积累，我深刻体会到了实习的重要性。在未来的学习和工作中，我将继续保持对实习所获得的经验和教训的回顾和总结，不断提升自己的能力，迈向一个更加成功的职业生涯。

## 棋类文化感悟篇二

xx年9月2日，我怀着激动的心情踏上了前往xx县职教中心中

学的汽车，对于这个陌生的乡镇中学，心中充满了期待又有一丝的担忧。令我期待的是这底是怎样的一所乡镇中学？那里的学生学习情况怎么样？他们会喜欢我这个实习老师吗；令我担忧的是张庄中学的生活条件会不会很艰苦？那里的住宿和吃饭条件怎么样？购物条件怎么样？但是我相信这一段实习的经历必定会在我的生命中写下浓墨重彩的一笔，必定会是我四年大学中最美好的回忆，所以那种欣喜激动和期待远远超过了那抹担忧。

初来的时候，只见是一排排的平房，南北朝向，刷的那层漆早已剥落，墙上只剩下一片发黄的印记。难道现代农村里还有这样的中学？我心里不禁暗想。但是驱车向前，我发现有一座东西朝向的崭新建筑，这就是张庄中学的教学楼。当时就像爱玲的小说给我的感觉一样，我惊讶的发现这所学校有一种突兀之美。

在这的生活是艰辛而又充满挑战的。这里的生活很苦，打水不方便而且还很危险，食堂做的饭菜不可口，而且冬天特别冷等。但是经过一段时间的调整，我慢慢的习惯了这里的生活，年轻人多吃点苦，多锻炼锻炼肯定对以后有好处，抱着这样平和的心态，我觉得这半年的顶岗实习生活过得快乐而充实。

刚到的时候，觉得自己仍然是一个学生，但是在短短的一个星期内，我经历了由学生到老师的角色转变。根据学校领导的安排，我实习的班级为高一年级七班，所教的科目为化学。犹记得上第一节课时，虽然经过了充分的备课，但是我心里依旧忐忑不安，讲课时感觉非常紧张，当然这一节课上的不太成功。为了弥补教学经验的不足，尽快的摆脱这种局面，我决定去听学校有经验老师讲课。在听课中，我吸取了许多有益的经验，我发现了每个老师都有不同的教学风格，或许这就是教无定论的真正含义。我深深佩服八年级教语文的郭东晓老师在课堂上的应对自如，他把他身边的故事和例子和时政新闻结合起来，加上幽默风趣的语言，虽然没有多媒体

的帮衬，但课堂气氛依然活跃。在听课过程中，我深感，教学是一门艺术，课堂语言是这种艺术的传达方式。听课的过程，是积累经验的过程。通过这一段时间的听课，我了解了一般的课堂教学流程，组织课堂的能力也获得也很大的提升，课堂教学技能也有了很大的提高。尤其是在课堂教学技能上获得了很大的提高。比如：一、在导入的技能上我学到了很多。为了活跃气氛，同时为了复习上节课的知识，我花费大量的心思，终于想到了一个好主意。那就是导入的时候可以采用“猜词语”的形式，我选出了两名同学让其中的一位同学描述，另外一名同学猜，这样做很容易和学生拉近距离，活跃气氛，同时也很好的导入了下一课。二、在运用教学语言的技能上我也有了很大的提高，我已经能很好的运用恰当的教学语言来教学。以往在参加班里组织的模拟课堂这个活动的时候，我讲课的语速明显偏快。但是通过这半年的顶岗实习，我有意识的放慢了自己的语速，力争使自己的语速快慢适中，形象生动通俗易懂。经过这些努力我发现取得了明显的效果，上课时我常常会发现他们有会意的眼神，而我们的思品成绩也有了很大的提高。三、在组织课堂上我也取得了明显的进步。由于高一年级的学生自制力比较小，因此上课中时不时会出现一些同学间的小矛盾。经过这一段时间的实习，我已经能及时解决学生的纠纷，从而使课堂顺利的进行下去。而这些课堂教学的技能的提高我想在大学的课堂上是绝对学不到的，因此我特别感谢这一段实习的日子。

在这半年的见习班主任中，我自己也获益良多。作为一个班主任，首先我感觉一定要先成为一个优秀的科任教师。只有这样你才会赢得学生的尊重接着才能很好的开展班主任的工作。另外我感觉作为班主任，一定要组建一个强有力的班干部队伍，并要大胆的使用他们。在这短短的半年实习中，我对培养班干部感受最深的一点就是在宏观上要指导他们，做他们坚强的后盾，在具体的事情上要给他们机会，让他们大胆的锻炼自己。在这短短的半年实习中我体会最深的是：每一个学生都有他们的优点，他们都是一个个可爱的小精灵，作为一个老师我们不要放弃每一个学生，而且我们不但要成

为一个负责的老师，更要成为一个有爱心的老师。我感觉最后这一点才是最重要的。

没想到这半年的实习生活这么快就结束了，再过十几天我就要离开了，就要离开这群可爱的小精灵了，心中的真的很不舍。

在这半年的实习中，我学到了很多的东西，不仅仅在自己的专业，教学能力、管理学生等方面，而且在为人处世等方面我觉得自己成熟了不少，自信了不少。这一段顶岗实习的经历也必将会我以后的人生产生深远的影响，作为未来的教师，在今后的教师生涯中，我一定会更加努力实现自己作为人民教师的信念，“既然选择了远方，便只顾风雨兼程。”

## 棋类文化感悟篇三

实习是大学生求职过程中的一环，不仅是获得实践经历的机会，更是锻炼自己的能力和展示自己的平台。近期，我在一家知名企业实习了三个月，这段实习经历让我成长了许多，给我带来了许多深刻的体会。在这篇文章中，我将分享我在实习期间的心得体会。

### 第一段：实习的初衷

我刚开始实习时，最初的目的是希望通过实践来巩固所学的理论知识。在校期间，我们学习了大量的理论知识，但由于缺乏实际操作的机会，我发现自己对某些概念和技能并不是很了解。因此，我希望通过实习来弥补这些不足。此外，我还希望通过实习来逐步了解职场的真实情况，预备好自己。

### 第二段：实习带来的挑战

实习的过程并不如我预期的那样简单。我所面临的挑战远远超出了我的想象。首先，我发现理论知识和实际应用之间存在

在很大的差距。尽管我在学校学过实践操作，但在面对实际工作时，依然感到手忙脚乱。其次，我发现实践中的问题并不总是按照教科书上的解决方案进行。在实习过程中，我在解决问题时需要更多地依赖自己的判断力和思考能力。最后，与同事之间的沟通也是一个挑战。尽管我在学校里学习了一些沟通技巧，但在实际操作时，我发现并没有预想中的那么顺利。

### 第三段：实习中的收获

尽管实习过程中存在挑战，但我也取得了一些收获。首先，我学会了更好地应对问题。在实习期间，我遇到了许多困难和障碍，但我始终坚持着，不断寻找解决问题的方法。在这个过程中，我逐渐锻炼了我的解决问题的能力，并且在实践中学到了许多新的知识和技能。其次，我提高了我的团队合作能力。在实习期间，我意识到一个人的力量是有限的，只有与他人合作才能取得更好的结果。通过与同事的合作，我学会了倾听和尊重他人的意见，并能更好地沟通和解决问题。

### 第四段：实习中的反思

在实习结束之前，我开始反思自己的表现。我发现，在实习期间，我仍然有很多不足之处。首先，我在解决问题时有时会过于依赖同事的帮助。我应该更加勇敢地独立思考和解决问题，提高自己的解决问题的能力。其次，我在与同事的合作中有时会表现得过于保留和胆怯。我应该更加主动地参与团队活动，并表达自己的观点和想法。最后，我需要提高自己的沟通能力。良好的沟通不仅能帮助我更好地与同事合作，也能帮助我更好地表达自己的想法和意图。

### 第五段：实习的价值

在实习的过程中，我深刻体会到实习的价值。实习不仅是一种实践，也是一种成长的机会。通过实习，我不仅学到了专

业知识和技能，还锻炼了自己的能力和素质。此外，实习还为我提供了一个展示自己的平台，让我更好地了解职场和自己的职业发展方向。因此，我意识到实习对于我的个人发展至关重要，我会继续努力，不断提升自己，为将来的职业生涯打下坚实的基础。

## 棋类文化感悟篇四

一个有理想的人一定会有自己的奋斗目标，并为此而努力。想使理想最终得以实现，需要不断为自己设定具体的目标。每日审视自己，找出与目标间的差距，你会从中获得动力。

制定适当的计划是必要的，它能提醒你下一个目标是什么，此刻应做些什么。它能使你有紧迫感，每当你有些倦怠时，看一眼你的计划书，提醒自己：此刻付出的一切努力，都是为了自己的将来，辛苦定会有回报。

有些人的计划会制定得相当具体，例如可以具体到某一个知识点等。但也许你并不习惯于制定过于具体的计划，这也没有关系，你可以根据自己的需要做。计划应该是个性化的。

计划要具有可操作性。应尽量将计划制定得适合自己，并且应该务实。

老师能在教学中提起学生的兴趣，使学习显得不枯燥，同时也使学习显得更容易。这个过程也需要学生自己的积极参与，学生不应该基于自己对人的喜恶而排斥某位教师的课程或教师本人。试着使自己有一点耐心，也许你会有新的发现。

如果你对自己所必须学习的东西不感兴趣，那么你将会极为痛苦。与其天天生活在苦闷中，倒不如主动地对自己所学的东西培养兴趣。这样做，你会渐渐感到学习变得轻松了。

专心是效率的保证。人不容易像计算机一样高效率地执行多

线程任务，不专心往往会使你的学习效率不高。

也许学习并不是你一天之中最愿意做的事，但为了你的理想，你需要学习。每个人都有自己想做的事情，但你应该暂时将它们放在一边，先不让它们分散你学习时的注意力。注意力不很集中时，你的学习效率会降低，出错率会上升。这样，你的学习效果就不会很明显，辛苦付出的努力也很难得到回报。

假如你以前学习有时不是很专心，我建议你试着强迫自己专心一些。你会发现这样做会使你的学习效率提高，效果变得明显起来。

“学习要刻苦。”可能你曾听过无数人讲这句话，可能你并不喜欢这句话。但从很多人的经验来看，你需要这句话。

刻苦会使你的学习成果很扎实。也许在有些人眼里，刻苦读书的人是书呆子，但刻苦学习的人脚踏实地，这样做的好处会慢慢显现出来。它会带来成绩的稳定性，并继而带来较好的心理素质。

总之，耐心地再听一遍这句老话，对你应该是有好处的。

## 棋类文化感悟篇五

第一段：引言（约200字）

实习是大学生走向社会的一座桥梁，是理论与实践相结合的一次重要机会。通过实习，我们可以了解到真实的工作环境，锻炼实践能力，积累宝贵的工作经验。在本次实习中，我有幸进入一家知名企业进行社会实践，并从这次实习中获得了一些宝贵的心得和体会。

第二段：重要性（约200字）



实习对大学生来说具有重要的意义。首先，通过实习，我们可以学到很多理论课程所无法教授的知识。在实践中，我们能够亲身参与到项目中，了解到项目管理、团队协作等方面的知识和技巧。其次，实习也可以提高我们的实践能力和解决问题的能力。真实的工作环境可以让我们面对各种挑战和问题，通过不断的实践和解决，我们能够提升自己的能力和技巧。最后，实习是紧密联系企业和学校的一座桥梁，通过实习我们能够更好地了解企业的运作方式和需求，为将来的职业生涯做好准备。

### 第三段：实践感悟（约300字）

在实习中，我深深地感受到了团队合作和沟通的重要性。在一个项目中，一个人的能力和智慧是有限的，只有通过合作和沟通，才能够更好地完成任务。实习中，我们每个人都有不同的专业背景和技能，通过相互合作来充分发挥各自的优势，形成高效的工作模式。在沟通方面，我们需要积极主动地与同事交流，及时解决问题和解决困难，在团队中形成良好的协作氛围。

### 第四段：成长与启示（约300字）

通过实习，我对自己的定位和未来的职业规划有了更清晰的认识。实习是让我更加深入了解自己的过程，我发现自己在某些方面的能力和兴趣超出了自己的预期，也发现了自己需要进一步改进和学习的地方。同样重要的是，实习也让我看到了职场中的困难和挑战，让我更加明白自己需要不断学习和提升才能够在职场中立足。实习的这些成长和启示将对我未来的职业生涯产生重要的指导作用。

### 第五段：展望和总结（约200字）

通过这次实习，我对职业规划和未来的发展有了更加清晰的认识，更加明确了自己的目标和方向。在接下来的日子里，

我会不断地学习和提升自己的综合素质，为将来成为一名优秀的职业人才奠定坚实的基础。同时，我也会时刻保持谦虚和进取的态度，与时俱进，不断修正自己的目标和计划。实习带给我很多宝贵的东西，我会牢记并不断努力，为自己的梦想和目标付出努力。

总结：实习作为大学生走向社会的一次重要机会，拥有着重要的意义。通过实习，我们可以学到理论课程所无法教授的知识，提高自己的实践能力和解决问题的能力，了解企业的运作方式和需求，为将来的职业生涯做好准备。在实习中，我们需要注重团队合作和沟通，同时要积极主动地了解自己的优势和不足，努力改进和提升自己。实习带给我们成长和启示，同时也为我们未来的发展指明了方向。

## 棋类文化感悟篇六

在大学里我的专业是舞蹈，也就是说我在高中时学的特长，不过还不错，我的天赋不错，加上我后天的辛勤努力，我的舞蹈专业一直很好。

不过即使我的专业再好，毕业后还是要找工作的，我学的是师范类专业，毕业后要是能当个舞蹈老师就很不错了。当然去实习时很必要的，这可以提高我的舞蹈能力和教学能力。我找到了一个地方，实习两个月。

两个月弹指一挥间就毫无声息的流逝，就在此时需要回头总结之际才猛然间意识到日子的匆匆。“千里之行，始于足下”，这两个多月短暂而又充实的实习，使我真正体会到作为一名文化工作者的辛苦和做一位舞蹈老师的乐趣以及责任，使我的教学经验得到了一个质的飞跃，学到了很多书本上学不到的知识。同时，它对我走向社会起到了一个桥梁的作用、过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。原先颇感忸怩的离开大学的围城生活，现在已经渐渐变得顺其自然了，这或许应

该是一种庆幸，或许更应该是一种叹息，谁能说得清呢？回顾两个多月的工作，既紧张，又新奇，收获也很多。

首先，我将实习期间的工作收获体会总结如下：

为提高全局工作人员的整体素质，局领导组织全局进行时事政治学习。

保护和利用我市非物质文化遗产，实现经济社会的全面、协调、可持续发展具有重要意义。运用文字、录音、录象、数字化多媒体等各种方式，对该非物质文化遗产深入地进行真实、系统和全面的纪录，并建立了！作重点、明确任务，确保非物质文化遗产保护工作的实效，保证非物质文化遗产保护工作的质量，完成好普查和保护的历史重任。

实习期间，在指导老师的帮助下，除了认真完成局里领导布置的工作任务。初步了解了民间举行社火活动的时间、地点、内容以及形式，简单掌握了二人台的节奏动律、舞蹈动作特点和风格特性，弥补了自己在民间艺术知识方面的不足。

做老师容易，做好老师难，除了备课、上课，其余都是琐屑小事。有人说教师干的是良心活儿，我看有道理，做教师不需太大的办事能力，却是极其精细的话，就像艺术家对于他的作品一样要想自己的作品趋于完美，的确得花一番工夫。

通过实习期间的舞蹈授课，我发现在教授新舞蹈时，不能操之过急，一定要循序渐进地讲解清楚动作的要求、规格和要领，制定有效的练习步骤。按照由简至繁的教学原则，首先让学生熟悉音乐节奏，随后是动作练习，最后才是情绪表达。在动作练习中，将组合动作分解成单一动作，难度较大的单一动作还分解成局部动作（上肢或下肢动作）。

## 棋类文化感悟篇七

医学生的临床实习阶段是理论应用于实际,全面训练临床能力的关键时期,对学生毕业后能否成为一名合格的临床医师有着重要的影响。新形势下,在临床带教中老师应在传授专业知识的同时注重人文精神培育,提高实习生临床实践能力和综合素养,让他们合理解决实习、考研及就业之间的矛盾。

### 医学生; 临床实习; 临床教学

临床实习的一年是五年制医学本科教育的最后一年,这一年是理论与实际结合的桥梁,是医学生从学校走向社会,从理论走向实践,从学生走向医生的过渡阶段,对医学本科生来说极其重要。临床实习的目的是引导学生理论联系实际,使学生在实际工作中增强操作技能,培养学生综合运用所学理论知识去认识问题、分析问题和独立解决问题的能力[1]。然而,当前正处在医疗体制改革的过渡时期,受市场经济和一些不良社会风气的影响,加之高校扩招的大环境下,我国一些医学院校毕业生的实习质量呈滑坡趋势。据吴颖[2]等调查发现66.7%的学生认为实习的好坏对自己将来的工作有很大影响,这说明大部分的实习医生还是想认真实习的。但目前实习医生面临诸多困境,虽然刚接触临床工作的他们对临床工作充满热情和期望,但受当前日益加剧的医患矛盾的影响,大部分患者对实习生的工作不配合,使得实习生在临床的动手机会很少,理想与现实的矛盾导致部分学生学习热情逐渐下降。随着医学院校的大规模扩招及考研潮的兴起,毕业生就业压力加剧,使他们在实习这一年很难安心的实习。这给学校、医院的教学管理、社会医疗资源的可持续发展带来了一定的难度。笔者多年从事临床实习生的带教工作,从以下几方面谈一下自己的带教体会。

近年来,随着《执业医师法》、《医疗事故处理条例》等法律、法规的颁布实施,使我国医生执业走向法制化、制度化和规范化。但对实习医生的执业行为却没有明确定位[3],

使实习医生不能合法从事医疗活动。医院为避免医疗纠纷的发生，使得一些检查、穿刺、小型手术操作等基本项目都不能让学生很好地去实践，大大减少医学生的训练动手机会[4]。笔者所在的医院在约10年前实习医生可以在带教老师的指导下单独完成很多基本的操作，包括腹腔穿刺、胸腔穿刺、甚至完成阑尾切除等，但现在基本成了一种“奢望”。另外，受一些不良医疗事件的负面影响以及社会舆论的导向，医患之间的矛盾日益加剧，也使得患者不愿配合教学，特别是创伤性诊疗操作，哪怕是最基本的外科换药。另一方面，有的临床带教老师怕实习生的操作及判断的失误，给自己带来不必要的“麻烦”，情愿自己亲自动手，不愿意让学生操作。在诸多困难面前，要让临床实习生有更多的机会，就要求带教老师在让实习医生动手前应充分和患者及家属沟通，取得他们的理解。在实习医师进行动手操作时应严格把关，真正做到放手不放眼，保证医疗安全和质量。

临床医师是直接服务于病人的特殊职业，在具备全面系统的专业知识的同时，必须具备较好的人文素质和道德情操，才能为病人服好务，赢得病人和社会的信任和尊重，成为一名合格的临床医师。学做事必须先学会做人，良好的医德医风是医生职业的灵魂。没有良好的医德医风，专业知识再高也是空谈。一个临床医务工作者必须把救死扶伤、防病治病，实行革命的人道主义，全心全意为病人身心健康服务的思想做为自己的行动准则。然而，市场经济的冲击和价值观的扭曲对医疗界也不无影响，如服务态度生硬、人文关怀缺乏、主动性差、责任感缺乏、甚至收受病人的红包、礼物等不良现象在个别医务人员中还不同程度存在。带教老师在临床教学过程中不仅要教会学生对疾病的诊断和治疗，更重要的是培养学生良好的职业道德素质、人道主义精神和乐观奉献精神[5]。实习医生刚步入社会，思想相对单纯，可塑性较强。带教老师与实习学生接触机会较多，感情上容易沟通，他们的言行举止和医德医风潜移默化地影响着学生，对学生养成良好的职业操守和培育高尚的医德风范具有决定性的作用。当然，良好的医德医风除了带教老师的作用外，还要靠医学

生个人修养。我国长期以来的医学教育模式都是以生物医学模式为主，主要培养学生的专业能力，人文素养的培育严重缺失，而当今的医学模式已逐渐从传统的生物医学模式向生物-心理-社会医学模式转变。健康的概念也发生了变化，联合国世界卫生组织已指出，“健康不仅是没有疾病或虚弱，而且包括身体、精神的健康和社会适应的完美状态。”这就要求，在当今形势下医生除了要维护人类的身体健康还要维护心理健康 [6]。现代的医学人才除了要有过硬的专业知识外，还要有广博的人文科学知识。这就要求我们临床带教老师除了对实习生专业知识和技能以及对医德有风的培养外，还应注重对他们人文精神的培养。医学人文存在于各种医学实践中，而临床实践是医学人文关爱最集中体现的场域 [7]，其核心在于临床实践的人性化。人文的特性在于它的践履性和非实体性，在于其在践履中表现出的对人的关怀，在于其在科学实践中体现的人性，而人文不存在具体的功利通途 [8]。

在临床带教过程中要教会学生在诊疗中对患者全面了解，做到既看“病”又看“人”，医生不仅要消除患者的器质病变，还有解除患者精神痛苦，为患者提供心理及精神支持。沟通能力是医生人文素质的表现之一。医生的言行对患者的影响不可小视，拿一个新入院的患者来说，我们应教会实习医生去采集病史时一定要询问详细，认真听取患者的陈述，耐心向患者解释。体格检查时，先将双手洗净、搓暖，为患者拉好帘子以保护患者隐私，查体完毕亲自为患者盖好被子等。这些看起来很琐碎的细节，恰恰是医生的爱心、耐心、细心和对患者真诚体贴的表现，是医患关系的润滑剂。门类繁多的医疗文书的书写需要训练有素的文字功底，在病史采集和医疗文书的书写过程中，要培养学生尊重患者权利，保护病人隐私，书写既要语言表达流畅，也要完整、准确，逻辑层次分明，要有法律意识，因病历既是科学档案也是具有法律效力的文书，是涉及医疗纠纷和诉讼的重要依据。带教老师应按照医疗文书的规定严格把关，让医学生充分理解病历书写的重要性，掌握写作规范、要领和技巧。医学人文要求医

生要学会倾听和懂得用艺术去服务患者，学会在医疗过程中用哲学思想来思考问题，在与患者交往以及实践中不断的提升沟通的能力和艺术服务的能力。学会换位思考，了解患者的内心世界才能更好的为其服务。作为临床医学教学医院，应切实把医学人文教育纳入之中，应让学生将学习的医学伦理学、卫生经济学、医学心理学等方面的知识应用于实践，培养他们的人文素养。

医学生临床实践能力的培养是整体医学教育的主要目的之一，医学生在临床实践中不断增长自己的才干，提高操作技能和临床诊治能力。加强医学生实践能力培养，是适应现代临床医学发展，克服“重智轻能”造就大批实用型医学人才的关键所在[9]。长期以来，绝大多数带教老师将医学生临床实践能力培养的重点放在了动手能力上。因为过分强调医学生临床动手能力的培养，必然忽视了医学生临床思维和创新意识的培养[10]。实际上医学生的临床实践能力应包括两个方面：一方面是临床操作能力，也就是动手能力，主要通过肢体操作来完成，有具体的完成对象，可以通过不断练习提高熟练程度和操作水平，包括学生书写常规医疗文件、参加手术及各类医疗技术操作等；另一方面是临床思维能力，主要依靠人的大脑通过观察、思维、实践运筹来完成，是实践能力深层表象[11]，例如：学生运用所掌握的知识对病人的病情变化进行分析判断和处理的能力，综合运用基础理论分析问题和解决实际问题的能力。无论是临床操作能力还是临床思维能力都是通过临床实践获得的，二者之间既有内在的联系，又有很大的不同。培养学生临床实践能力要从这两方面入手。在教学过程中，我们应坚持多给学生操作机会，坚持基本功培养，同时培养学生临床思维能力。当然在操作前应先让他们认真复习要操作的内容，掌握操作技巧，然后和患者及家属充分沟通，得到知情同意，这样医学生接触患者就不会手忙脚乱。目前的带教模式中，循证医学带教模式在临床带教过程中取得了良好的效果[12、13]。这种带教模式让学生参与其中，不仅培养了实习生的临床动手能力，还培养了他们的临床思维能力。

循证医学就是遵循科学证据的医学，是近年来国际上临床医学领域迅速发展起来的新学科，已成为国际上医学研究中的热点之一。循证医学的临床实践称为循证医疗，它采用包涵、归纳、演绎、分析、综合等方法，整个过程分为5个步骤

[14]：（1）提出问题；（2）查寻证据；（3）评价证据；（4）应用证据；（5）后效评价。循证医学的出现对临床医学教育带来了新的观念和影响。循证医学的直接服务对象是临床医生，临床实习是每个临床医生的必经阶段，实习生的教育对于提高医疗水平和学术发展起着至关重要的作用。我们以病历学习的方式来实践循证医学，这种方法是强调循证医疗和以问题为基础的自我教育方式。一个新入院的患者，让临床实习生去采集病史、做体格检查。对这一患者的诊断及下一步需采取的检查等提出问题，然后根据提出的问题去查阅相关的教科书及文献，然后提出对这一患者的下一步的诊疗方案。临床带教老师集中进行指导、总结点评，提出最终的临床治疗原则。在这一临床治疗原则的治疗过程中密切观察病情变化，及时总结临床经验，最后对自己的临床实践进行再评价。在以往的毕业实习带教过程中，作者发现有不少学生往往急于提高手术技能，靠主观印象诊断或依从他人诊断，不主动思考、提出问题、发现问题、寻求疾病的诊断和鉴别诊断依据，对各种疗法适应证的选择一知半解，缺乏有效的临床思维训练，也很少关心患者的意愿和选择，有的实习生习惯于顺从带教老师的意见，甘当医疗秘书，实习效果不佳。为改变现状，有必要对临床实习带教模式进行改革，把循证医学知识引入到临床教学活动中，强化实习生的循证及求证诊疗训练，培养学生发现问题、寻求最佳科学证据解决问题的能力。

我国的医学院校都是把临床实习安排在最后一学年，而这一年也是实习生考研、就业的关键时期，部分学生为了继续深造，不得不牺牲实习时间复习考研[15]。另外，现行的晋职、晋级是以学历作为先决条件，有的学生通过考研提高学历层次为将来就业、晋职、晋级增加砝码。同时，近年高校扩招[16]，导致医学生就业压力增大，多数医学生感到前途茫



然，只有通过考研来暂时缓冲就业压力。等考研结束后，他们又忙于求职、面试、试用等，根本无法把精力集中在临床实习上，这样不仅会影响医学生的成长和发展，而且也影响了整个医疗行业服务质量的提升。探寻一种合理的解决办法已成为目前研究的热点。实习、考研、就业矛盾的根本原因是三者和时间上过于集中。有学者认为，将实习时间放在大四，最后一学年开设选修课、复习考研及参加应聘。当然，这样也面对很多困难，因为医学教育是循序渐进的教学，前三年主要学习基础理论，如果把实习时间提前一年，势必影响理论教学，且对考试内容和方法必须进行相应改革和调整等。

还有学者建议在研究生考试前放假1个月集中复习和求职，但这种做法不符合实习大纲要求，大部分学生仍然会以各种理由请假。为解决实习、考研、就业之间的矛盾，首先应该充分让实习生认识到实习的重要性，临床实习的一年实习生无论是内科还是外科都要轮转，可以学到很多临床病种的诊疗原则。现在的医院分科越来越细，等他们工作定科之后，对有些不是本科疾病的认识可能就只是实习时候学到的，而对这些疾病的认识可能在他们以后的整个从医生涯受益匪浅。另外，临床带教老师应该了解考研大纲，将考研的内容带入平时查房及病历讨论当中，一是可以激发实习生的学习兴趣，二是可以让实习生理论结合实践的增强记忆，不用抽象的死记硬背，这样所学到的知识才不容易遗忘。除此之外，为了解决应届毕业生考研、求职对临床实习的影响，也为了让他们安心投入实习，没有后顾之忧，一方面，主管部门应加强与各基层医院联系，尽可能为应届毕业生提供更多的就业信息，减少学生就业盲目联系、费时费力的情况；另一方面，学校层面应当出面解决好实习生的合理要求，减轻学生的压力，使学生能把更多的时间放在实习上。例如，新乡医学院于20xx年3月开通了手机短信就业服务平台，通过手机短信群发的方式给学生发送毕业生就业招聘、考研录取调剂等重要信息，使学生能够随时、随地在第一时间内获得各种有效信息，有效地解决了医学生在外实习期间对就业信息不了解，

使得学校就业信息延迟和损耗的情况。

[5]石祖军. 在临床实习带教中加强实习生的素质培养[j].医学信息,20xx,24(8):352.

## 棋类文化感悟篇八

第一段：引入预实习的背景和目的（200字）

预实习是指在正式实习之前，为学生提供了一个机会，去了解和适应他们即将进入的职场环境。通过预实习，学生可以提前感受工作内容、学习相关技能，并根据实际情况对未来的职业规划作出调整。在我即将进入职业生涯之际，我有幸参与了预实习项目，并从中获得了许多宝贵的经验和教训。借此机会，我想分享一下我的心得体会。

第二段：从事前准备谈起，包括目标设定和准备工作（200字）

在预实习之前，我明确了自己的目标，并制定了相应的准备计划。首先，我研究了即将实习的公司，了解了他们的业务范围和核心价值观。同时，我努力提升了自己的专业能力，学习一些与实习相关的技能，比如数据分析和市场研究等。此外，我也加强了对沟通和团队合作的培训，以更好地适应实习期间的工作环境。

第三段：实习过程的收获和感悟（400字）

在实习期间，我意识到了实践的重要性。从课堂到职场的转变并不容易，仅仅有理论知识是远远不够的。在实习期间，我亲身参与了公司的日常工作，学习了实际操作的方法和技巧。通过与同事的交流合作，我也了解了职业道德和团队合作的重要性。在与上司的交流中，我明白了良好的沟通和反馈的重要性，它们是实现个人和团队目标的基石。

此外，实习期间还让我认识到了自身的不足之处。我发现自己在时间管理和问题解决方面有待提高，这些技能在实习期间显得尤为重要。因此，在实习结束后，我决定着重提升这些能力。并通过反思和总结，我也意识到了自己的优势和潜力，这让我更加有信心地迎接未来的挑战。

#### 第四段：实习对职业规划的影响（300字）

预实习不仅让我在专业技能方面有所提升，也对我的职业规划产生了巨大的影响。通过实践，我更清楚地认识到自己的兴趣和擅长。在和同事的交流中，我发现自己对市场营销和销售颇感兴趣，并且在这方面取得了良好的成绩。因此，我决定在未来的职业生涯中专注于这个领域，并为此制定了相应的计划。

此外，实习还让我对自己的职业目标有了更清晰的认识。在参与实际工作的过程中，我真切地体验到了职业的挑战和机会。我也意识到不同的工作环境和公司文化对个人发展的影响。因此，我在实习之后，对自己的职业目标进行了重新评估，并为自己设定了更具体和可行的职业发展计划。

#### 第五段：总结预实习带来的收获和成长（200字）

通过预实习的经历，我获得了许多宝贵的经验和教训。我更清楚地认识到自己的优势和不足，明确了自己的职业目标，并制定了相应的发展计划。预实习让我提前适应职场环境，从而为未来的事业打下了坚实的基础。我相信，通过不断学习和实践，我能够不断成长并取得更多的成就。

## 棋类文化感悟篇九

三个月的职场实习生活结束了。从最开始的无所适从到得心应手再到最后的怅然若失。个中滋味只有自己才能去感受、去懂得、去怀想。

一个人总要经历一些事情才不枉来这个世界，一个美好的生活不是总在安逸中过来的，不是衣来伸手饭来张口的浑浑噩噩，也不是在世俗纷争中迷失自我，更不是人云亦云随波逐流。而是在学习中前进，在前进的道路上找寻自我，在自我的生活中体味人生，让自己的人生多姿多彩，这样也就不枉来这个世界了。

是的，在这个竞争激烈节奏快的社会中生活的确会让人感觉到紧、压力· · · ·但是这不是最重要的。社会是这样，有困难，有挫折，但是我们可以笑对生活、笑对人生、笑对生命。

繁忙的实习生活有时候让我无比惆怅，但是当想到那一张张可爱的笑脸，我便心花开放了；有时候我感到烦怨，但是一声“老师好”让我感觉到学生需要我；有时候我感觉到前途渺茫，但是当看着一张张活泼的画面，让我重拾了久违的自信.....

到学校报到的时候老校长一张慈祥的笑脸让我打消了所有的顾忌。“数学的教学就交给你哦了，我们相信你”带着这样一句鼓励我担任起四年级2班的数学教学。“完全不对嘛！我是体育实习生怎么教起数学来了？我的实习是来当个应付人员紧缺的工具么？”这是我最初的的感叹！

数学的教育不是我所擅长的，也不是我所喜爱的。但偏偏我变成了一个数学教师。生活跟我开了一个玩笑.....

起初的工作是枯燥的，为了不负学校委托，我认真的备课，总不能误人子弟嘛！天气是寒冷的，人是孤独的，夜总是那么的静。电脑面前一个惆怅的身影准备着第二天的课程，准备教学设计；安静的办公室卷子、作业像小山，一个忙碌的身影挥舞着手中的笔在纸上勾画；活跃的教室里一个急躁的身影扯着疼痛的嗓子声嘶力竭。这就是我，总感觉被愚弄了的我。

校园里一个身影穿梭着，一个声音高叫着，一群孩子快乐着。那个身影是我，难得的是笑声总在那群孩子与那个我的小集体里飘出来·····一个青年人与一群中年人边走边讨论，时不时停下来指手画脚，口若悬河·····这个青年人也是我；讲台上口沫横飞，讲台下聚精会神、笔墨沙沙，对答如流·····那个口沫横飞的是我。夜晚，月明星稀，一个身影哼着小调坐在电脑前手指挥舞着，完工，带着笑容入睡，怀着激动地心情起床，这个人是我，还是我！

一个大孩子与一群小孩欢快的做着游戏，欢声笑语充满了整个校园，那个大孩子是我；课余时间一个像大人一样的青年手轻轻的摸着一个可爱的小学生的头，指着一个本子说着什么，小孩子不时的点点头。那个像大人一样的，是我；一个身影手提行李佝偻着腰走走停停，一群孩子在后面高叫着呼喊着急跟着·····那个身影，是我！

同样的一副躯壳，同样的一个地方似乎不是同一个人但仔细看看的确是同一个人。只是他的心已经不是原来的一潭死水；他的生命焕发了朝气；他的生活填满了一些叫做充实的东西。

最后我发现数学的教学让我有了很大的提高，教育总是一通百通的，数学教学里的很多东西可以用在体育的教学中甚至比体育的教学更加精细，更要求严格。学会了怎么教数学同样也让我学会了怎么教体育，两者结合起来，加上自己的感悟、总结就能让体育的教学更加的得心应手。甚至这一通百通的定义也穿插于我们的生活中。

人生匆匆数十载有的人一生为了钱财，有的人一生为了权势，也有人一生为了名利，为了.....

另外，人们也为了责任与义务而活着.长大了要供养父母，对儿女也有养育的责任.有时，有的人甚至会想，那什么时候我们才会为我们自己而活啊！

其实，懂得生活的人，即使遇到困难也会懂得去享受生活，即使再多的不如意，也能够学会苦中作乐。人的一生活的快不快乐，幸福还是不幸福，这是取决于人的生活态度的，环境总是充满着变化，月亮总有圆与缺，重要的是我们要懂得如何去面对。生活可以说是很简单，也可以说成是很复杂，总的说来是：平凡的生活中充满着乐趣，充满着不平凡。

平凡的实习生活，枯燥的教学任务，繁忙的生活节奏，或许很多人有同样的感触就是工作很烦躁，事情很多，压力很大……但是只要我们去，去做，去感悟，去发现，去体会，去进步，去提高，去用心，你会体会到其中的乐趣，你会感觉到似乎你已经在享受着生活！

完整的生命不是总是美好的没有缺陷的，没有经历的生活不算完美的没有酸甜苦辣的生活不是充实的。佛语中说人生之苦在于：爱、憎、恨、伤离别、求不得。但是没有这些那还叫生活么？还是一个完美的人生么。

心理解读：教育也是一样，不要把它看做一种工作，也不要把它叫做一个饭碗，更不要把它当做一种痛苦。我们要生活，享受生活中的乐确，那么我们不如把工作变成一种生活，不必精心去处事也不必刻意去做人，就满怀激情的去活着吧！把自己的生命融入教育中、工作中来享受我们的生活！