

逆向思维心得感悟(精选10篇)

心中有不少心得感悟时，不如来好好地做个总结，写一篇心得感悟，如此可以一直更新迭代自己的想法。优质的心得感悟该怎么样去写呢？以下我给大家整理了一些优质的心得感悟范文，希望对大家能够有所帮助。

逆向思维心得感悟篇一

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。

逆向思维心得感悟篇二

接触思维导图是在我的大学时代，在大三的上学期，那时我们的必修的课程里有《学习论》这门课程，在学习过程中，我知道了“思维导图”这个学习的工具。但可惜的是，只学习了皮毛，而又一直未把它应用于自己平时学习、生活中，所以到后来，已渐渐淡忘了。大学毕业，来到石牌小学工作，知道学校的教学方面很多都应用了思维导图，而且在这个方

面也开展得比较成功。但我开始关注思维导图，是始于这次市级课题《促进高级思维技能发展的思维导图学科应用研究》的申报，然后自己才在网上、书籍和与其他教师的交流中慢慢地积累了一些对思维导图的认识，才第一次慢慢了解到“思维导图”的概念，我才知道运用“思维导图”的方法可以大大提高人的思维能力。此后，我在教学和自己的学习中主动自觉地运用其基本原理绘制了一些思维导图，努力使“思维导图”的方法成为我的一种学习习惯和一种思维方式。

我认为“思维导图”作为一种先进的思维方法，对于全面提高和发展一个人健全的思维品质具有非凡的价值，这种价值主要表现为以下几个方面：

- 1、只要有一定学习基础和生活经验的人都可以学会运用思维导图，一个人一旦掌握了这种方法就可以在短时间内提高他的思维能力和思维水平，挖掘出自己的思维潜力。

- 2、思维导图能够充分体现一个人的思维特点，因而具有非常强的个性化特征。由于制作者的知识结构、思维习惯、生活和工作经验的不同，其所制作的思维导图也非常不同，因此，思维导图有利于个性的张扬和充分体现个体思维的多样性。

- 3、思维导图的建立有利于人们对其所思考的问题进行全方位和系统的描述与分析，非常有助于人们对所研究的问题进行深刻的和富有创造性的思考，从而有利于找到解决问题的关键因素或关键环节。

- 4、思维导图有助于提高学习者的学习能力，有助于使一个学习者真正实现终身化学习和学会学习的目标。

- 1、没有系统地阅读和学习一本通俗易懂的入门书，对于思维导图缺乏全面、准确的认识。

2、平时较易机械地模仿他人的思维导图，无论是在形式和思维方式方面。

3、在制作思维导图的过程中，太拘泥于形式，制作不出具有个性和表现个体思想的思维导图。

4、在与他人合作方面，很少把自己制作的思维导图讲给周围的同事，进行激烈的讨论，缺少对已制作思维导图的修改和提高。

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。

经过这位老师对思维导图在教学领域中运用的心得体会，你是否得到了一些启发呢？

逆向思维心得感悟篇三

xx年11月6日参加了烟台市中小学教师“和谐高效，思维对话”型课堂建设视频培训会，本次会议的主要内容有两个——课堂教学的体验；对“和谐高效、思维对话”型初中地理课堂评价的探讨，“和谐高效，思维对话”型课堂。可以说收获很多。在会议开始，烟台市地理教研员王金龙老师做了动员报告。据王老师讲，本次培训的主要目的是交流从课堂教学的实际操作中获得的学习收获。烟台市推出的课堂改革比新课标的提出超前了四到五年，早在2002年就提出了——从身边的地理教起，这和新课标倡导的“学习对生活有用的地理”不谋而合。

我的感觉是，与其说是培训会，不如说是一个交流会。俗话说“教学有法，教无定法”，在课堂教学中，每一位教师都有

自己一套独特的方法，在教学实践中只要把握自己的教学方法就可以了。正如王老师说的，理论只是课堂教学的一个基本原则，90%的人对理论的运用是把握不准的。其实实践才能出真知，理论也是在实践中逐渐感悟的一个过程。

会议发言一共有六位教师，有五位是一线教师。其中第一位发言的南山中学李成湘老师给我留下了深刻的印象。他就自己写得一篇教学案例《地理，也可以这样学》讲起，谈了自己教学的一些体会。他的教学案例是《四川盆地》，从历史的角度开始学起，激发学生的学习兴趣，可以说这是一位很善于琢磨的教师。

接着李老师谈了对思维对话的认识。什么是思维，作为能力和品质，具有独创性，学生的思维活跃了，教师讲得少了，教的也就轻松了。例如独创性，李老师讲了个例子，学习34个省级行政区，由于各省区的形状比较难记，就让学生进行联想，学生浪漫逼真的想象使难于记忆的省区立刻轻松简单而富有情趣了。另外李老师也对新课标下的老师提出了几点建议，我觉得很有道理。他说，教师必须完善自身的知识结构，知识储备多了才能旁征博引。例如：教师可以从历史的角度丰富地理知识，古诗也可以利用于课堂中，象“胡天八月即飞雪”讲得就是南北气温的差异。教师也应该提高自己电脑应用能力，能下载、保存、运用课件和制作课件等。

其余几位教师的发言都很精彩，都从不同的角度谈了教学的心得，而且都取得了不俗的效果，在此就不一一列举了。回头想想李老师的话真的很有道理，地理老师比其它学科的老师专业性更强，看看自己真差得很远啊！这次学习可以说给自己的教学打开了一扇门，心中感觉豁然开朗，“和谐高效，思维对话”型课堂也不象初识时那般“雾里看花，水中望月”了。用两句诗来描述就是，正当自己的教学处于“山重水复疑无路”时，适时的培训却又让我“柳暗花明又一村”。就让自己以此为契机，尽力提高自己的教育教学水平吧。

逆向思维心得感悟篇四

第一段：引言（200字）

思维培训是我最近参加的一项重要活动，这个活动为我的思维开阔了新的视野，帮助我改善了思考问题的能力。在思维培训的过程中，我意识到自己的思维方式和习惯存在着很多不足之处，这让我深感思维培训的重要性，并激发了我深入学习和实践思维培训的决心。

第二段：发现问题并解决问题（200字）

在思维培训中，我意识到自己思维的一个主要问题是思维定势。以前，我往往在面对问题时只能从一种固定的角度来思考，没有意识到问题往往有多个解决方案。经过思维培训，我学会了更加灵活地思考问题，尝试从不同的角度和维度去解决问题。我发现这种方法可以帮助我发现问题的多样性，提供更广阔的思维空间，并找到更好的解决办法。

第三段：培养创造力和独立思考能力（200字）

除了发现并解决问题，思维培训还培养了我的创造力和独立思考能力。通过参与各种创意思维训练项目，我学会了如何产生创造性的想法，并将这些想法转化为实际行动。同时，思维培训鼓励我们发表独立的观点，不轻易妥协于他人意见。这让我意识到，自己的思维和观点同样重要，而且独立思考能力可以帮助我更好地应对各种挑战和困难。

第四段：提升问题解决能力（200字）

思维培训不仅加强了发现问题的能力，还提升了我的问题解决能力。在培训中，我学会了如何分析问题的本质和关键因素，采用系统性思维方法来解决问题。通过学习思维模型和套路，我发现问题分析和解决的过程可以更加有条理和高效。

这为我今后的工作和学习带来了极大的便利和提升。

第五段：总结与展望（200字）

思维培训是一个长期而持续的学习过程。在参加思维培训的这段时间里，我收获很大，对自己思维的局限性有了更深的认识，并获得了实用的思维技巧。我将继续在日常生活中巩固和运用这些技巧，并继续参加相关培训，不断提升自己的思维水平。通过不断学习和实践，我相信我能在未来的工作和学习中取得更大的成就。思维培训的重要性不可忽视，我将把所学应用到实践中，并与他人分享，帮助更多的人提高思维能力，共同进步。

总结：思维培训对我的思维能力的提升有着巨大的作用。通过发现问题、解决问题，培养创造力和独立思考能力，提升问题解决能力，我在思维的世界中打开了一扇窗。思维培训的成果让我深感欣慰，也让我有信心在未来的发展中更好地思考和解决问题。我将继续努力学习和实践，不断完善自己的思维能力，为个人成长和社会进步做出更大的贡献。

逆向思维心得感悟篇五

参加思维课堂实训归来已经有两个星期了，书院和老师们的“做真人说真话干真事”一直激励着我。此生只有一次，惟有真诚的对自己、对生命负责才是本。这也是我要尽早的让孩子认识到的一点。

a□墓志铭与生死课

发现了自己对孩子的情执，虽有追求智慧的心但是不坚定，而且贪心很重。

b□思维测试与人生使命

c□第三天汉尼拔赏析与二元思维初探

只要有心，身边的一切人事物都是工具，可以帮助自己提升觉知力，锻炼一元思维。只有一元思维完备了，二元思维才能发挥它的功力，即因二元的阴阳面都是无数层的一元思维的扩展。

d□教育实务

要突破原有的思维模式，在话语和行为层面展现自己想成为什么样的人，要给孩子什么样的家庭教育；在生活中时时觉知，随机造势、顺势而为的引导孩子的思维心理和行为习惯的养成，植入基本的价值观；以身作则，给孩子树立正确的模仿对象。

a□父母都很爱自己的孩子，但是，什么样的爱才是真爱，并非所有的父母都清楚，清楚了的不一定能够做到。去掉情执，不是说没有了爱，而是让这亲情之爱更趋于理性，而不仅仅是出于人的本能的“乱”爱，跟孩子玩感情互动。当父母，尤其是母亲，将更多的理性注入到对孩子的百般疼爱中时，才能够从单纯服务于孩子转变为有教育的发生。再看孩子一方，孩子是非常愿意受教的，有自然的成长内驱力，只要父母不因无知的爱而自毁这些。比如在jessica身上，我们认为该出手帮忙的一些事情，她会要求自己来，这就提醒了我们不要自以为是，把小孩当小孩看，给予盲目的爱和关心；因为年龄的关系，有时候她会有情感的需要或者撒娇不想自己做，当我们看清了她的意图，就能想出办法来引导她，她接受了，就更进一步。

b□回看自己的`人生，过了而立之年才开始踏上了明明白白的过日子、苦苦的追求人生使命和智慧的路。那愿意让自己的孩子如此重复吗？从这个角度看，我的经历是个礼物。既然如此，我更加清楚我该给孩子什么样的爱，什么样的示范，什么样的协助。在努力中。

c□简单而真实的生活，真诚的对待自己，觉知自己的念头、言语和行为，做自己和生活的主人，让每一天过的有意义有价值。这需要代价。有了明确的目标，这代价就是自己要承担的，而且是愿意接受的。一分付出，一分收获，一分放下，一分自由。自己的所得超过了所舍，内心平静和喜悦。贵在持之以恒，给自己加油。

d□管好自己的事的同时，不对别人的事和老天的事进行干涉，当需要出手帮助的时候就出手，但不自以为是，好为人师，明确“我不是标准，我不是救世主”，学会尊重自己，也是尊重别人。

e□没有无因的果，也没有无果的因，所以我生活里一切人事物都不是无缘无故的出现的。我要做的就是真实的面对和接受，发现其对于我的价值，珍惜并感恩其对我的提醒、考验和成长的助缘。

f□另，每周小结发于博客来记录自己的生活、所得所感和点滴进步。这也是突破自己以往的惯性，用写来展示自己的身份，锻炼表达和思维的一种方式。贵在坚持。

逆向思维心得感悟篇六

近期，我参加了一次名师思维培训，短短的两天时间，却让我收获颇丰。其中，最让我印象深刻的，就是思维的力量。在这次培训过程中，我不仅学会了如何运用思维提升自己的学习能力，还掌握了解决问题的方法，让我深深地感受到了思维的力量。下面，我将从视角、方法、思维、思考和提高五个方面，谈一下我的思维培训心得体会。

一、从视角方面

我们都知道，事物的不同视角，所呈现出来的是不同的面貌。在这次培训过程中，我最大的收获就是改变了对问题的视角。

在之前，我对于一个问题，经常会钻牛角尖，最后，发现问题无解。而这次培训，名师用了互动、实践等方式，让我们从更宽广的角度去看待问题，让我真正体会到了视角的重要性。

二、从方法方面

在这次培训中，名师向我们介绍了许多解决问题的方法，例如“五步法”、“标杆法”、“双向思考法”等等。通过这些方法的学习，我找到了许多解决问题的突破口，从而让解决问题变得更加轻松。

三、从思维方式方面

思维方式是培训中的重点课程，它更多的是向我们介绍了如何用不同的思维方式去看待问题。让我印象深刻的是，“立体思维”这一概念。立体思维是让我们针对问题的多个角度去思考，从而找到最优解的思维方式。这个思维方式对于解决实际问题非常有帮助，让我体验到了更上层楼的思考方法。

四、从思考能力方面

在培训过程中，名师注重培养我们的思考能力。他建议我们日常生活中多思考，多发问，用创造性的思维方式去解决问题。他还介绍了“正反面思考法”，让我们在思考问题的时候，从多个方向去入手。这让我在日常生活中更加勇于思考，更善于解决问题。

五、提高思维水平方面

最后，我们的培训告一段落，但这并不意味着我们的思维培养结束了。名师告诉我们，练习是提高思维水平的重要方法。我们可以通过多做练习，多思考，来提高自己的思维能力和思维水平。毕竟，思维是一种肌肉，只有不断锻炼才能不断

增强。

总之，在这次思维培训中，我受益匪浅，不仅掌握了许多实用的思维技巧，还提高了自己的整体思维水平。这个过程中，我也明白了，思维向上，需要不断的学习和实践，这才能够做到更进一步。只有不断的吸收新知识，才能够不断拓展自己的思维边界，使自己的思维得到更高的提升。

逆向思维心得感悟篇七

今天有幸听了杨艳君老师的思维导图，她从“道、法、术、器”四个层面讲解了思维导图的理念、概念、绘制和模式等基础知识。通过圆形图、气泡图、树形图、流程图等八种基础思维模式图的展示，她指出，思维导图能够整理和激发人的思维，促进思维的聚合与发散，具有点、线、面、图、彩的特点，是可视化的思维工具。其中，“点”是中心，“线”是联系，“面”代表结构，“图”讲究情景，而“彩”着眼于情感。

通过学习我知道思维导图是一种表达发射性思维的有效图形思维工具。它的中央是一个核心概念或者图像。然后，再沿着几个代表主要思想的支干探讨下去，所有的主要思想都是和中心思想关联的。思维导图是表达发射性思维的有效图形思维工具，它简单却又极其有效，是一种革命性的思维工具。思维导图运用图文并重的技巧，把各级主题的关系用相互隶属与相关的层级图表现出来，把主题关键词与图像、颜色等建立记忆链接。思维导图充分运用左右脑的'机能，利用记忆、阅读、思维的规律，协助人们在科学与艺术、逻辑与想象之间平衡发展，从而开启人类大脑的无限潜能。思维导图因此具有人类思维的强大功能。

思维导图是一种将放射性思考具体化的方法。我们知道放射性思考是人类大脑的自然思考方式，每一种进入大脑的资料，不论是感觉、记忆或是想法——包括文字、数字、符码、香

气、食物、线条、颜色、意象、节奏、音符等，都可以成为一个思考中心，并由此中心向外发散出成千上万的关节点，每一个关节点代表与中心主题的一个连结，而每一个连结又可以成为另一个中心主题，再向外发散出成千上万的关节点，呈现出放射性立体结构，而这些关节的连结可以视为您的记忆，也就是您的个人数据库。

所有的思维导图都有一些共同之处：它们都使用颜色；它们都有从中心发散出来的自然结构；它们都使用线条，符号，词汇和图像，遵循一套简单、基本、自然、易被大脑接受的规则。

使用思维导图，可以把一长串枯燥的信息变成彩色的、容易记忆的、有高度组织性的图画，它与我们大脑处理事物的自然方式相吻合。使学生的学习变的简单，节省时间，形成一个思维的切面，或全景图，汇集了所有思维精华，抓取了所有的问题要点，让问题的分析更加条例性，提高问题分析的效率。

在以后的教学中，我会逐步把杨老师的思维导图和思维图运用于教学中，提高学生的学习效率，培养学生的思维能力。

逆向思维心得感悟篇八

作为一个教育从业者，在不断扩充自己知识面的同时，不断提升自己的思维能力也是非常重要的。因此，我选择了一次名师思维培训课程，期望通过这次课程的学习和参与，能够帮助自己更好地解决教学中的问题、提高自己的情商水平、更好地应对学生的心理需求。

第二段：课程内容

培训大约持续了三天，集中介绍了如何掌握心理学的知识以提高情商，并学习了一些有助于增强思维的技巧和方法，如批判性思维、创造性思维等。在课程中，我们进行了团队探

讨、案例分析等形式，通过多种途径，达到课程的全面和深入。

第三段：重点体验

在课程中，我学会了理性思考，对问题、对待事情的态度更加科学和务实；同时也学会了制定有效的思维策略，能够更好地组织自己的思维，并更好地指导学生；最重要的是，我了解了课程的理论，能够更好地理解学生，从而更灵活地调整教学模式。

第四段：获得感

因为这次课程，我实际上意识到，我们教师在教学工作中的成功，不仅需要良好的专业知识和教学经验，也需要高水平的情商和优秀的思维能力。只有这样，才能够更好地服务于学生，提高教学质量，让学生更好地成长。

第五段：总结

作为一个教育从业者，我们必须不断地更新知识，探索教学的最优解。通过这次名师思维培训，我尝试着通过全方位的培训和学习，开拓视野，提高自己的情商和思维能力。希望这次经历能够成为自己教学的一部分，提高教学质量，为学生带来更好的教育体验。

逆向思维心得感悟篇九

在现代社会，教育扮演着极其重要的角色。教育的质量直接关系到国家的未来发展和个人的成长。而名师思维培训则是一种新型的教育方式。在这个方法里，名师会剖析自己的思考方式和方法，让学生掌握这些技能，帮助他们提高思考的能力。在接受名师思维培训的过程中，我有了很多的收获和体会。

第二段：观念和技能的培养

在名师思维培训的过程中，我意识到了观念和技能的培养对个人成长的重要性。在日常生活和工作中，我们经常面对着不同的情况和问题，而如何解决这些问题往往要靠我们的思考能力。我们需要尝试不同的思考方式，把复杂的问题破解成简单的部分。名师思维培训让我从理论和实践两个方面学到了如何培养自己的观念和技能。我开始更深入地思考问题，更有效地解决问题，更有自信地面对复杂的情况。

第三段：创新能力的提高

名师思维培训的一个重要目的就是帮助我们提高创新能力。在现代社会中，创新能力是非常重要的，因为它关系到整个社会的发展。在名师思维培训中，我们被鼓励思考不同的问题，并寻求创新的解决方案。常识告诉我们，在很多情况下，传统的方式并不能解决问题。因此我们需要学会如何创新。名师思维培训让我认识到了创新是一种不断尝试和实践的过程，让我更加积极地尝试创新的思考方式，并在实践中不断完善自己。

第四段：团队合作的重要性

在名师思维培训中，我们不仅学到了如何独立思考，而且学到了如何与他人合作。团队合作是现代社会中不可或缺的一部分，因为很多问题是需要团队合作才能解决的。名师思维培训中，我们被鼓励与他人分享我们的思考过程，并在团队中合作解决问题。这让我意识到团队合作的重要性，而且让我学会更好地与人相处和团队合作。我现在更能站在整个团队的角度来思考问题，并在团队中发挥更多的能力。

第五段：结尾

名师思维培训是一个很好的教育方式，它让我们学会了如何

思考、创新和与人合作。在这个过程中，我们不仅掌握了思考的技能，而且也提高了自己的情商和工作能力。我相信，在未来的道路上，这些能力会为我带来更多的成功和幸福。我希望更多的人能参加到名师思维培训中来，并受益于它，成为更好的自己。

逆向思维心得感悟篇十

在变幻莫测、充满竞争的市场经济中，企业家的思维定势带来的经营后果，有时却是异常惨重的。

1913年美国著名企业家亨利·福特受屠宰流水作业的启发，设计了汽车装配流水线，能过标准化零部件和高架供应线，大批量生产统一规格的黑色“t”型车。这一在福特脑中酝酿了整整10年的创新思维，诞生了管理史上著名的“福特制”。它开创了一个新的工业生产技术时代，也使福特成为一度占有68%世界汽车市场的“汽车大王”。但是，福特在陶醉于他创新思维所取得的巨大成就的同时，也在大脑中埋下了“思维定势”的种子，居然公开宣称，福特公司从此以后只生产黑色的t型车。

当美国汽车市场渐趋饱和，早期购车人需要更新车辆，对汽车的档次、性能、外观有了更高要求时，福特的“思维定势”使他大吃苦头。美国另一著名企业家、通用汽车公司总裁斯隆看到福特产品单一、款式陈旧这一致命弱点设计制造出不同价格档次的汽车，并且首创了“分期付款、旧车折旧、年年换代、密封车身”的汽车生产四原则，一举击败福特，登上了世界第一汽车制造企业的宝座。斯隆的思维创新击败了福特由思维创新退化而来的思维定势。

思维创新是一种打破了常规的、具有创见意义的思维：思维创新的本质旨在适应市场、开拓市场和引导市场的应变性思维。美国著名管理学家彼得·德鲁克说过：“市场经济是一种开拓进取型的经济，因而创新是一种最宝贵的企业家精

神”。

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](#)