# 2024年国学与人生智慧心得体会(大全9篇)

来源：网络 作者：流年似水 更新时间：2024-09-01

*在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。那么你知道心得体会如何写吗？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以...*

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。那么你知道心得体会如何写吗？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**国学与人生智慧心得体会篇一**

上学期，学校组织我们认真观看了翟鸿燊教授的《大智慧》，每一次观看之后，心中总感觉是那样的宁静而富有激情，同时也多了几分思考。

翟教授讲的是国学，即孔孟之道。主要从修身养性、团队、沟通、得失、学习成长……多方面进行讲授的。他对国学的理解博杂深透，把国学经典同当今的人的发展和实践应用结合起来进行探讨。他从更直观的层面告诉我们要包容他人，要善于控制情绪，要善于沟通，以及沟通在人际交往中的重要性等等，通过这些为人们指点人生。现就我个人感悟最深的几点谈谈体会：

人与人之间最宝贵的是真诚、信任和尊重。其桥梁是沟通。翟教授对沟通如此阐释：高品质的沟通，应把注意力放在结果上，而不是情绪上，沟通从心开始。沟通有五个步骤，点头、微笑、倾听、回应、做笔记。沟通要有5心：喜悦心、包容心、同理心、赞美心、爱心。沟通是情绪的转移，信息的转移，感情的互动。沟通没有对错，只有立场。

沟通，对于我们教师来说，站在职业的角度，主要是与学生、家长的沟通。我们想做个好教师，除了教学水平要高以外，还要能够做到与学生沟通顺畅，成为他们的知心朋友。因为沟通是一种艺术，也是一种有效的教育方式。教师与学生都是教学过程的主体。教师与学生之间的关系，“只能是一种平等对话的关系”。这就要求我们教师要积极地与学生进行积极有效的沟通。良好的师生关系是教育成功的关键。这就需要我们俯下身子与学生进行“心”与“心”的交流。交流的方法很多，我们只有使用合理的沟通方法，与学生的沟通从外化转到内化，从单纯的说教转化为实践活动，让情感与认识相互作用，才能取得学生的信任，打开他们的心灵之锁，帮助他们解决问题，促进学生的健康发展。如一个微笑就可以让学生接受你。教师只要在与学生交流中多给学生几个微笑，就可以在不经意间拉近师生之间的关系和距离，让学生感到老师对自己的尊重并愿意接受教师的教育引导。多给学生几个微笑就是同学生成功沟通的第一步。另外，我们还应重视语言的表达内容及交流艺术，如幽默，含蓄的语言更容易让学生接受。

教师与家长为了一个共同的目标——把孩子培养成材走到了一起，所以说教师和家长是一种双向性的沟通。尊重”是教师与家长沟通的前提，任何教师，无论他具有多么丰富的实践经验和深厚的理论修养，都不可能把复杂的教育工作做得十全十美、不出差错。而且随着整个民族素质的提高，家长的水平也在不断提高，他们的许多见解值得教师学习和借鉴。因此，教师要放下“教育权威”的架子，经常向家长征求意见，虚心听取他们的批评和建议，以改进自己的工作。其次，我们在向家长反映问题时应该以朋友的身份跟家长一起探讨孩子的教育问题。为了达到良好的效果，还要随时关注家长的内心感受，自己有没有过激的语言让家长难以接受，这时我们必须讲究语言的艺术，让家长觉得我的孩子老师没有嫌弃，更没有放弃。

“知识是学来的，能力是练来的，德行是修来的”。这是翟教授在关于谈学习成长中的经典之言。如果不抓紧学习，就不能把握正确的方向，最终耽误了工作，贻误了事业。不学习，思想就会缺乏灵气，讲话就会缺乏底气，行动就会缺乏朝气，工作就会缺乏锐气。学习是多种多样的，学习业务知识，学习为人处事，学习工作方法……学习让人进步。当一个人有爱心的时候，必有和气，有喜悦心，有了喜悦心才能树正见，形正思维，言正语，行正精进，理正念。多花时间成长自己，少花时间去苛责别人，多花时间去爱，少花时间去恨。只要不断净化自己的心灵，保持善良的心地、平和的心态、开阔的心胸、快乐的心情。我想，我们每个人都能达到那个心灵纯净的境界。

懂团结是大智慧，会团结是大本事，真团结是大境界。每个人都有自己的优点，在优点的覆盖下难免有不足。焕发一个人的斗志，关键是善于发现别人的闪光点。能不能发现别人的闪光点取决于自己敢不敢正视别人的闪光点，敢，就蕴涵着团结。

“乘风破浪会有时，直挂云帆济沧海!”虽然我们没有先知先觉，但很庆幸今天学校给我们每位提供了学习的机会和成长的沃土。那就让我们把经典装进自己的脑海中，让反思成为习惯，从而提升我们的境界。让我们人生旅途在这个春暖花开的季节里步入新的航程，前面的道路或许并不平坦，但风景一定更加迷人。

**国学与人生智慧心得体会篇二**

4月24日，我有幸参加了临朐外国语小学语文习作教学展示研讨活动，四位老师的作文教学各具特色，亮点纷呈，我受益匪浅，感受颇多。

“授人以鱼，不如授人以渔。”这是我最深的体会。也就是说，方法比知识更重要。学习方法是否科学，思维方法是否合理、正确，影响着学生学习效率的高低，将“渔”的能力教给学生，使学生不仅能够“学会”，而且能够“会学”。

这三位老师在备课上都把握了“老师、学生、教材”三位一体的关系，学生始终是课堂参与的主体，特别是孙传红老师和李洪芹老师做的尤其到位。她们以谈话的形式切入课题，巧妙地激发了学生的学习兴趣和欲望，让学生轻松愉快地进入课堂。张玉霞老师的《活了100万次的猫》就更不用说了，在她的循循善诱下，学生们都成了故事大王编出了一个个色彩缤纷的童话故事，让可爱的小猫走进我们的生活，许多的妙语连珠从学生们里嘴里迸出，一篇篇充满情趣的童言稚语的文章就在这40分钟里完成。正因为老师给了学生“渔”的能力，孩子们的习作才大放光彩。

《语文课程标准》明确指出：“写作教学应贴近学生实际，让学生易于动笔，乐于表达，应引导学生关注现实，热爱生活，表达真情实感。”兴趣和情感是学生写话的前提。叶圣陶老先生说过：“作文的自然顺序应该是我认识事物，心中有感，感情的波澜冲击着我，我有说话的愿望，便想倾吐，于是文章就诞生了。”而能让学生始终保持高涨的情绪并有着强烈倾吐欲望的则是学生所喜欢的与他们的生活密切相关的活动。孩子的课余活动时丰富多彩的，活动习作课正是抓住了孩子都爱玩的天性，有目的地创设符合学生心理特点的活动情境，适时把新的游戏活动——蒙眼画画，引入课堂。对学生而言，这是一次趣味十足，无比新颖的活动，在陈老师的带领下，学生怀着轻松愉快的心情在参与中体验，在体验中产生说和写的愿望，一节课下来，学生笑声不断，惊喜不断，学生敢说、想说、会说，为后面的写作做好了充分的铺垫。这样的教学“贴近学生实际”，学生有材料可选，有话可说。整堂课上，学生一直处于主动学习状态，个个都充满了表达的欲望，他们在宽松、和谐的气氛中畅所欲言，最终完成学习任务，达到习作要求。可以说这节作文指导课真正做到了“让学生易于表达，乐于表达”。他们现场回忆游戏时的所见、所闻、所感，说出来的话和写出来的文字也比往日更为具体、真切。

这一次的听课学习，让我更加明确了一堂好课的标准——省时高效。陶行知指出：“凡做一事，要用最简单、最省力、最省钱、最省时的法子，去收获最大的效果”。何为“高效”？只要能够有效地促进学生发展，有效地实现预期的教学结果的教学活动，都可称之为“有效教学”。反观自己的课堂，陈述性知识多，程序性、策略性知识少；演绎性教学多，归纳性教学少，这也正是当下低效课堂的突出表现之一。自己虽意识到不能只局限于知识的传递，但往往在实际操作中就变成了方法、规律都由我说，自己的讲述取代了学生的自主学习。然而，在本次比赛的课堂上，我看到的是学生在老师精心的设计和巧妙的引导下，能自己逐步总结出一些写作上的方法和技巧。此外，不少老师的习作课上都依次安排了如下环节：写作、分享、评价、修改、再评价、再修改。这些环节不是简单机械的重复循环，而是对写作的逐层深入，逐步完善。它无形中告诉了学生好文章是改出来的，好文章也是“帮”出来的。学生从中掌握了修改文章的方法：修改错字错词，修改不通顺的语句，按照一定的顺序写作，添加相关的内容使文章更充实具体……学生掌握了一定的写作方法后，想必在今后的学习上就事半功倍，教师的课堂也更加省时高效。

小学作文教学，一开始并不要求学生掌握一定的习作技巧和方法，它追求的是教师为学生创设一种自由倾吐的空间，让学生有事便写，有情便抒，文章不论长短，格式不限。学生经过一定时间习练以后，作文便进入学生生活，成为生活中愉快的一部分。随着年级升高，作文提出了“言之有物”、“言之有序”的要求，“读写结合”、“范文引路”固然重要，但学生作文材料来自生活，因此语文活动和活动中有意和无意习作方法指导显得尤为重要。有“语文与生活”、“诵读与感悟”、“口语交际”等内容，教学活动中，我结合学生实际，为学生创设语言情景：想象文字背后的故事；有进行句子、片断仿写；有给故事补写开头或续写一个结尾；有把双方交际的语言先写下来，练一练，交际后再完善等。如此多的活动，“润物细无声”的方法指导，学生作文就会变得“言之有理”、“言之有情”了。

这次的作文指导课竞赛，给我们提供了小学作文指导研讨的平台，让我们更加理智地思考如何“基于儿童生活”，如何“情趣化作文”。但愿通过我们且行且思和不懈努力，让学生真切地懂得“作文是生活的一部分”，享受到“把灵魂袒露在阳光里”的那份轻松、纯净和明媚！

**国学与人生智慧心得体会篇三**

在茫茫书海中，有些书籍能唤起我们的灵魂共鸣，让我们受益终身。它们不仅传递知识，更能启迪我们的思考，开拓我们的视野，让我们在人生路上更加坚定地前行。在这些有智慧的书籍中，我读过许多，但最近读完的《哲学家们都干了些什么》给我留下了深刻的印象。以下是我对这本书的心得体会。

一、哲学的魅力

《哲学家们都干了些什么》是一本哲学传记，从古希腊哲学家开始，逐一介绍了世界各时代的哲学家以及他们的哲学思想。通过介绍这些哲学家的生平和思想，使读者对哲学的认知更加深刻。哲学家们的思想既深刻又适用于生活中的各个方面。我们可以学习他们的智慧，更好地理解世界和自己。

二、哲学家的智慧

哲学家的智慧不仅限于哲学领域，更常常能影响其他领域。例如，苏格拉底和柏拉图的思想对现代教育也产生了深远的影响。柏拉图提倡对孩子进行全面的教育，包括身体上和心智上的教育。苏格拉底则提出了问答式的教学方法，这种教学方法强调启发性思考，促进学生达到自我发现和理解的目的。

三、哲学的贡献

哲学就像一扇开启思想之门的窗户，让我们更好地面对困惑和挑战。哲学让我们变得更加勇敢、思考、深入探究事物，从而更好地理解和解决问题，也能更好地理解和适应世界。哲学能够引领人类走向更加美好的未来。

四、哲学的启示

哲学家提出的问题和解决方法往往具有启发性。比如庄子的“蝴蝶梦”和尼采的“超人”思想，都指向了我们存在的本质和人生意义。我们可以通过这些思想去反思自己的生活经验，寻找自己的价值和意义，更好地把握人生。

五、哲学的局限性

尽管哲学的思想深刻，但它也有自身的局限性。哲学只是一种思想的表达方式，它并不总能回答所有问题或给出完美的解决方案。当人们面对实际问题时，往往需要考虑多方面的因素。这时哲学的局限性就显露出来了。

结语

综上所述，哲学家们的思想充满智慧，能够引领我们走向更加美好的未来。通过阅读这些哲学家的思想，我们能够对哲学有更深刻的认知，并能找到自己的人生价值和意义。哲学虽有局限，但它的思想和教诲依然值得我们去思考和借鉴。

**国学与人生智慧心得体会篇四**

情境是教学中教师根据教学内容与学生共创的一种能激起学生学习情绪的学习场景。怎样创设语文教学情境，激发学生学习兴趣呢？在几年的教学实践中，我作了如下的探索：

图画内容应该是课文的精髓。所设计的图画要形象生动、色彩鲜明，能刺激学生的视觉感官，激发学生的愉悦情绪。在创设情境时，还必须有老师形象、生动的语言渲染，这样才能有效地再现课文中用语言描写的情境。在教学《我们去看海》一文时，我精心设计了图画，天空是蓝蓝的，白云朵朵，海鸥在天上自由飞翔。海水也是蓝蓝的，我们去看海是白色的。金黄色的沙滩上有贝壳、小虾。画面中的人物是一个小女孩，笑得嘴都合不拢，眼睛也眯成了一条缝。孩子们看到了这幅图，他们完全被吸引了。他们非常乐意地学习《我们去看海》一文，在教到我们去看海悄悄地瘙痒了小女孩的小脚丫时，我抽了一个小朋友像画中的女孩一样去“瘙痒”了图画中的小女孩的脚丫。小朋友们都像画中的女孩一样开心地笑起来，情感上起了共鸣。由于师生情感投入，整个课堂气氛活跃，朗读上也有了大的突破，提高了教学效率。学生们在愉悦的情境中，理解了课文内容，领悟了美，从而培养了他们的审美情趣和热爱大自然的感情。

以语言描述为主的情境创设，可以给学生创造性思维的发展提供广阔的天地。语言情境依赖学生已有的表象和想象起作用，要求语言准确、简练、生动形象，能诱发学生在头脑中形成正确的表象，从而感知所学的语言材料。在教师形象化的语言作用下，学生们通过对语言的物质形式的感知及对语义思维、记忆和想象而进入特定的情境。

教《山雨》我在引导学生描绘了一幅多姿多彩、清幽雅致而又不失妖娆的山林雨景图，展示了雨中山林的千般秀美和令人神往的意境。教学时，我以指导朗读贯穿课堂，先由孩子们自由选择自己喜欢的部分读，然后问：＂谁能把优美动听的雨声变成朗读声来告诉大家？＂孩子们在一名同学的配乐朗读声中，闭上眼睛想象。当孩子们睁开眼时，纷纷描述着自己的想象：＂我幻想自己是一滴雨，像一个个小手指，在树叶上丁铃丁玲地响着，实在太好听了。＂＂我幻想着山雨把每一块岩石，每一片树叶都淋湿了。＂＂我幻想着当山雨落在每一片树叶，每一片绿草的时候，它一定非常开心！＂＂我仿佛看到了山林的雨变成了各种颜色，＂＂我似乎听到雨声越来越近，越来越清晰，飘飘洒洒的雨丝就像是神奇的音符，组成一支幽雅的乐曲。＂一个又一个富有韵味的朗读声带出了一幅幅令人向往的山林雨景图。

另外，教师的示范朗读，学生的感情朗读也是借助语言来再现情境，帮助学生理解文中内容和体会文中所蕴含的思想感情。因而在指导学生朗读上，教师应重视自身的朗读，把握好感情基调，与学生共创一种学习场景。

我运用了以上几种艺术手段来创设情境，确实激发了学生的学习兴趣，有效地提高了教学质量。但是，根据课文内容、根据教学需要，往往是多种情境综合运用，有主有辅，关键在于运用情境，使语言所描述的形象和语言所包含的情感让学生身临其境，使课文教学的思路与学生的思路、教师的情感与学生的情感融为一体。如今，多媒体教学手段的运用，更为教师创设情境提供了方便。我们更应加以利用，让语文课堂教学充满趣味性，高效性。

**国学与人生智慧心得体会篇五**

“智慧课堂”的学习，让我受益匪浅，观当今社会的各个方面对每个人来说都是充满了机会与挑战，而知识则是我们面对这一切的筹码，学习“智慧课堂”势在必行。通过这次学习有如下收获：

由此可见，让智慧唤醒课堂，让智慧引领教师专业成长，是时代的呼唤，是教师专业成长的需要，是课堂教学焕发生机与活力的契机，也是新时期教育教学改革的重大使命，我校目前进行的“建构智慧课堂”的课题研究有着鲜明的时代意义。

智慧的课堂需要有智慧的教师。一个墨守成规的教师会阻碍学生个性的发展，扼杀学生的童真、天性，时代需要我们作为学生智慧成长的引导者、促进者和自我智慧成长的反思者、实践者。作为一名教师不仅需要广博和专精的知识，更需要机敏、豁达的智慧，要用智慧的心灵去点燃学生智慧的头脑。

智慧型教师就是具有较高教育智慧水平的教师。智慧型教师的教育智慧是教育科学与艺术高度融合的产物，是教师在探求教育教学规律基础上长期实践、感悟、反思的结果，也是教师教育理念、知识学养、情感与价值观、教育机智、教学风格等多方面素质高度个性化的综合体现。智慧型教师与研究型教师有诸多共同之处，如都执着于教育规律的探索，现实问题的研究，对理论学习抱有很高的热情，将研究视为重要的成长基础等。但从二者的内涵和目标指向来看，智慧型教师具有更丰富的内涵和更高的目标指向，它对现代教师的成长提出了更全面的要求和更高的发展境界——在实践与理论的紧密结合中全面提升自身的教育智慧水平。

做智慧型教师吧，只有充满爱心的教师，学会读书和反思的教师，具有创新能力的教师才能够打造新时期的智慧课堂。

1、智慧课堂应营造和谐的学习氛围。

智慧是植根于爱的，教师不仅要尊重和宽容学生，更要欣赏学生的独特感受和多元见解，不排弃学生在学习过程中的“节外生枝”。在充满智慧的课堂上，学生不再是唯唯诺诺、亦步亦趋、小心翼翼。这样民主平等、宽松和谐的学习环境，吸引着每一个学生进行智慧的碰撞、情感的融合、心灵的交互，学生的思绪得以飞扬，灵感得以激发，智慧得以生长。

2、智慧课堂应讲究教学语言的艺术

在工作中，时常可以看到一些老师自己很有才华，可惜上的课却并不受学生欢迎。这与不能清晰展开教学有很大的关系。而一些公开课之所以很成功，给学生及听课的老师以一种享受，教学语言的精心设计起了很大的作用。

3、智慧课堂要有多样化的教学设计

多样化的教学设计是指多样灵活地呈现课时内容，是“用教材”还是“教教材”？如何用好教材？都应该是教师精心预设的问题。当然，多样化的教学设计还包括使用吸引注意力的技巧，变化提问的类型等。

4、智慧课堂应引导学生投入学习

我们要研究如何增加学生的投入时间，有效引导学生投入学习过程。教师精心设计教学环节、对可能出现的“意外”预先想好对策、对学生的学习及时进行反馈等都将直接触发学生智慧地学。

5、智慧课堂应重视动态生成

“动态生成”是新课标提倡的一个重要理念。教学不应只是忠实地传递和接受知识的过程，更是课堂创生与开发的过程，课堂教学是千变万化的，再好的预设，也不能预见课堂上可能出现的所有情况。智慧课堂不但要求教师要有随机应变的能力，更要求教师在随机应变中尊重学生的主体性，根据教学进程中出现的新情况，及时调整课前的预设，给学生腾出空间，为生成提供条件，鼓励生成。

6、智慧课堂应追求高效教学

“高效教学”，就是要最大程度地发挥课堂教学的功能和作用，在单位时间内，即在课堂有限的教学时间内最完美地实现教育教学的三维目标整合，以求得课堂教学效益。其显性标志是：课堂教学既要有课程内容选择上的广度和深度，还要有课程实施安排上的密度和适度，更要有课程组织落实上的力度和效度。也就是说，“高效教学”的课堂要做到信息量大、思维含量高，情感培育要真正触及人格与灵魂。

国际未来学研究所儒佛内尔博士说过：“明天的资本，就是智慧。”智慧是力量的源泉，智慧是创造的源泉。从现在开始，让我们和学生一起从思想上亲近智慧，行动上实践智慧，不断地生成智慧，给课堂注入新鲜血液，让课堂成为学生智慧之旅。

**国学与人生智慧心得体会篇六**

学习了刘一秒老师的《执行智慧》让我受益匪浅，使我懂得了第一智慧---生存的野性的重要性，另外还有第四心态---享受了工作的荣誉和奖励就应该承受相应的责任和委屈，这一点对我工作上的帮助是很大的，以下是我的心得体会。2024年刚入公司时，我是第一次接触铜箔制造行业，对这个行业是很陌生的，也带着几分好奇心我开始慢慢的喜欢上这个行业，也很热爱我的工作。起初我的工作积极性特别高，但随着时间的推移，每天重复同样的工作让我的工作热情发生微妙的变化，简单的工作不想干，困难点的工作干不了。就这样慢慢的工作积极性也没有以前那样高了，工作中偶尔也会出现消极低落的情绪，我也知道这样是不利于工作的，但总是找不到调整的方向。自从学习了刘一秒老师的《执行智慧》，我终于明白，干工作光靠几分好奇心是不行的，还要有象狼一样生存的野性，要敢于去发现，敢于去争取和占有。工作上要主动积极，要主动去找出工作中的问题和不足之处，然后对自身的工作进行整改，不能被动的工作，否则只能是死路一条。另外还要有狼一样的团队精神，一个人的能力是有限的，集体的力量是强大。要想做好工作，就得有狼一样的团队协作本领，不管是对领导，还是对员工之间都要以平常的心态进行沟通和交流，这样才能发现工作中的不足之处，才能更好的提高自己的工作能力。

《师爱的智慧》心得体会

“爱就是实事求是的看待一个人，认识到其独特的个性。”每个学生都有自己独立的人格，都有自己独特的个性，作为老师，我认为不同的人我们得不同的对待，当让不是“偏爱”，对待优秀生“眉开眼笑”，对待中等生不声不响，对待后进生“大吼大叫”或者忽略不计„„这种做法显然有失公平，我们得认识到其独特的个性，让其在自身发展中得到提高。学生作为一个完整的人有自己的思维方式，我们必须深入到学生内部，跟学生平等的交流，平等的对待，让后进生觉得老师一直也很关注我，而不是让后进生以一种自卑的心态对待学习，对待校园生活。同样，我们可以和学生做朋友，让他们有什么话都愿意和自己说，让他们体会到班级这个大家庭的温暖，陪他们在学习中玩，在玩中学习，真正意义上减少与孩子的距离感„„让孩子都充满梦想，并且为梦想努力。孩子们的梦想是美丽的，为这梦想努力的孩子也是最快乐的！同时，鼓励后进生和优秀生之间交朋友，让他们互帮互助，同龄人之间更容易找到契合点，更能体会到一种积极向上的人生态度。

因为我把孩子们当朋友，所以孩子们喜欢上我的课，面对我课上提出的问题，他们争着抢着回答，都想表现一下。他们对课堂不是恐惧的，而是像在和大姐姐一样一起学习，他们都能大胆的表达自己的看法，每次我让同学们附属课文的时候，我们班的后进生也都会积极的举手„„爱要公平，公平的对待每一个人，简单问题多提问后进生，复杂的问题留给优等生中等生，让他们参与课堂，在课堂中体会到自身的价值。这也就是我们尊重每个个体，认识到他们独特的个性，让每个孩子都得到成长，这也就是我心目中的师爱！

是得不到认同的，这里说的?吃亏是福?得辩证的看待这句话。

我现在从以下六个方面来向大家阐述吃亏是福。

1、能吃亏，还要会吃亏

2、出口往往在低

3、舍得小利，方得大益处

4、难得糊涂益身心

5、必有忍，乃有大成6、多做一点，赢得更多 六个方面我认为，有些吃亏，看似“亏”，实则在积蓄“赢”，站在更高的层面上，就要敢于吃这样的亏。吃亏是福!所以我觉得，吃亏不但是一种胸怀、一种品质、一种风度，更是一种坦然，一种达观。一种超越。

德、慧、智 学习心得体会

一方面是内修心。所谓修心就是要修养我们的心智、心性、心情。就此而言，心智的修炼一是可以通过学习来提升，记得张会长在会上讲“我们不仅要学习马列主义，还应该学习老祖宗传给我们的精华，如学习国学”，我认为要学好国学，首先要选择适合自己的方法，要对国学智慧有一个基本的了解。如：四书中《大学》是成功学、《中庸》则是反映中国式的成功之道、《论语》《孟子》如我们人生的“交通规则”，五经中《周易》是哲学思维通过简易变化彰显进取精神、《尚书》是政治思维书以道事。

1、做人人品比才华重要

人品不能直接当饭吃，但毫无疑问的是人品是立身之本，对人生成败、事业兴衰影响非常大。品行不佳，不仅害人，也会使人在社会上丧失很多机会。人生道路，只有牢记“最重要的是人品”这句名言，才是做人的基础。

2、做人从良心开始

做事必先做人，做人从良心开始，这不是空话、套话，而是被很多成功认识证明了的。真正的感动人心、成就大事的往往是心灵最深处的力量。没有歪门邪道，没有勾心斗角，没没有大讲排场，一切都是自然天成，这就是凭良心做人的力量。老子的《道德经》中也说：“天道好还。”所以凡事从良心先行才是处事之上策。因为一切背离良心的谎言终会被拆穿，只是时间早晚的问题。若被拆穿得早，就是人们所说的“现时报”来得快；若一时未被拆穿，日后还得处处陪着小心，一切谨言慎行，用越来越多的谎言去堵住原来的谎言漏洞，把自己弄得个身心疲惫不说，还免不了最终的“不是不报，时间未到；时候一到，马上就报。”做人只有做到让别人对你事事放心，别人才会愿意把身家性命托付给你。只有生活在这种人人互助、真诚关爱的环境之中，我们才能谈事业、谈成功。

3、做人要讲究诚信

诚信是立身之本。诚信就是诚实守信，用更通俗的话说诚信就是实在，不虚假。孔子经常教育他的学生要“言必信”，这就是要求说话一定要算数，说道做到。许诺是非常严肃的事情，对不应办的事情或办不到的事情，总要对自己所说的话负责。一旦许诺，就要千方百计地去兑现。否则，就像老子所说：“轻诺必寡言，多易必多难。”一个人的诚实与信誉是他获得良好人际关系，是否守信用对事业成败也有巨大影响，有多少人信任你，你就拥有多少次成功的机会。

信誉是一个人最响亮的名片，是金字招牌。在做人办事时，一定要让你的信用代表你，觉得你是一个可靠的人。做一个诚信的人不容易，因为它来不得半点虚假和功利，需要实实在在地付出、奉献。真诚待人、克己为人的人，也许偶尔会被欺诈，但他们会真正实施受人欢迎。对一个处处为他人着想，绝不为个人利益放弃诚实的人，人人都会真诚接纳他，愿意和他交往。

但我们有些人在这方面做得很不够，举一个简单的例子，我们有时候通知开会，有的人来不了也不请假；有时候单位有急事临时电话通知有的人到单位来处 理，有的人不来也不说明原因，等等，这些行为都反映出一个人的诚信问题，下次谁还敢相信你呢。

4、做人要懂得谦逊

做一个谦逊的人首要的是不能骄、矜。因为具有骄矜之气的人，大多自以为能力很强，很了不起，做事比别人强，看不起别人。由于骄傲，则往往听不进去别人的意见；由于自大，则做事专横，轻视有才能的人，看不到别人的长处。

骄矜不忍危害很大。作为领导骄傲自大，不能以平等的态度待人，就会失去人才，失失去人心。作为普通工作人员，自以为是也难以成事。只有谦虚、听劝、忍耐骄矜之情的增长，谦和对人，才能无往而不胜。

如果一个人喜欢自大自夸，就算是有了一些美德，有了一些功劳和成绩，也会丧失掉。过分炫耀自己的能力，看不起他人的工作，就会失去自己的功劳。固执自己的见解的人，会不明白事理；自以为是的人，不会通达清理；自傲者，不会获得成功；自夸的人，他所得到的一切都不会保持长久。骄矜的对立面是谦恭、礼让。要忍耐骄矜之态，必须是不居功自傲，自我约束，克制骄傲的产生。常常考虑到自己的问题和错误，虚心地向他人请教学习。谦受益，骄至败，几千年来都是这个道理。成功的人，未必都是完美，也未必都是很快乐，但他们有项特质是常人所没有的，就是专心致志，就是勤奋。勤奋是通向美好人生的阶梯。在日常工作上，它需要用诚实的品格来支撑，需要用精明的技巧来激励，需要用美好的理想来引导，需要从做小事、做好小事开始。而且，在你看来也许仅是微不足道的小事，对有心人而言就是难得的机遇，也就是说，即使是机遇，也不是什么人都能看得见、抓得住的，这是需要平时积累的一种高素质。

专题讲座《课堂教学的智慧》

兵团第十三师红星学校 陈学英 2024年11月11日兵团教育教学专家、农八师石河子市教研室主任粟克冰教授来红星一场讲学。粟主任用超前的教育理念、先进的教学模式、真实的课改案例、感人的教师心语，围绕高效课堂和新课程改革的热点问题，为大家做了精彩的专题演讲。在两个小时的培训中，会场秩序井然，不时响起热烈的掌声。粟主任讲课生动形象，语言诙谐幽默、富有艺术魅力，内容紧密联系教学实际，专题讲座《课堂教学的智慧》，听完后我感受颇深，粟克冰主任给我们讲了很多实例，其中我感受最深的有两例：

一是武汉市第五十九中学美术教师邹华章，从教16年，将则所改造成 美术活动室，抱着蟒蛇上课，穿着古装上课，蒸馒头教学生面雕，带学生鉴宝„„他被称为“最疯狂美术教师”，“ 抱蛇教师”。刚开始听讲座时，我和大多数教师的感觉一样，都觉得这位老师有点“神经质”，抱着蟒蛇上课完全没有必要，出示一张图片或者标本都可以，怎么能这么冒险呢？甚至他所在的学校也有老师认为校长应该封杀这位“奇怪”的老师。听着听着才知道他的这些在我看来觉得奇怪的举动，正是我们的学生所欣赏的，所喜欢的。他们的校长说“我封了他，就封了人的灵感，就无法实现教育的最终目的和任务”。这时候我也不禁问自己：我们教育的目的是什么呢？是完成课本上的知识呢，还是学生对您新知识学习的幻想呢?邹华章老师的课堂充满了幻想，有灵性，有活性，这样的课堂学生能不喜欢吗？我想到了我有时候给学生上课时总是老一套的教学方法，学生已经麻木了，我不说学生也知道我的 课堂程序了，我不禁开始沉思，这是一种成功吗？学生对我的课堂还有幻想吗？上课他们会充满激情吗？ 二是深圳保安中学门前发生的事，学校要承办一次重大的会议，参加会议的主要代表都是各个学校的校长以及管理德育的主任等，站在校门口的礼仪学生是刚毕业的高三学生。代表们不仅好奇的问道“你们已经毕业了为什么还在学校？”，学生的回答“我们还没有开学，就自发组织要为学校做最后一件事。”这天每个楼门口以及校园的每个角落都有学生为来宾引路，并不停的说“老师好！并为到来的来宾介绍学校的文化和墙上的每一副画”。来的人很多，孩子们不停的问候老师，不停的鞠躬，不停的说“欢迎来到宝安中学”，可是记者发现很多所谓的校长和德育主任对孩子们的这种问候都不去理会，因此，记者就采访了很多学生，他们的回答是这样：“老师忙、我们已经习惯了、我们是学生等等”。学生对老师是那样的宽容，老师出现问题了，学生却找各种理由替老师开脱，可是回想一下我们的学生在课堂上犯了错误，我们是怎么样对他们的，一般我们都会要求学生立即改正。不然就会请家长。通过以上两个案例，我觉得，作为一名工作多年的教师应对自己做一次“整改”和“刷新”。我们做不到像“最疯狂的美术老师”邹华章那样抱蛇上课，但至少我们要想办法使自己的课堂活起来，虽做不到每节课让孩子们充满幻想，但至少让孩子喜欢我的课堂，对我的课堂有兴趣。我们如果真的很忙顾不上给孩子回说：“你好”，但至少可以对他微笑，一定不要不去理会，不要让孩子对我们说“我们已经习惯了”，孩子的习惯可能是我们培养的。

**国学与人生智慧心得体会篇七**

智慧云是一种新型的互联网技术，它将互联网与云计算相结合，以数据为载体，集成各种服务，无处不在地为人们提供着各种资源和服务。实际上，智慧云的发展对于人们来说是非常有意义的，因为它不仅可以方便我们的生活，还可以为我们带来更多的便利和福利。于是，在这篇文章中，我们将通过对智慧云的了解和使用，总结出一些使用智慧云的心得和体会。

第一段：智慧云的优势和特点

智慧云是一种基于云计算技术的新型互联网应用，它可以有效地提升我们的信息化水平，可以实现信息共享和数据处理，为我们提供了极大的便利和优势。智慧云最大的特点是集成了各种资源和服务，比如说，我们可以通过智慧云来管理我们的文件和文档，同时还可以使用各种应用程序，例如，智能家居、智能医疗等等。此外，智慧云还支持多终端接入，随时随地地为我们提供了便捷的服务。

第二段：智慧云在工作中的应用

我们在工作中常常需要处理各种各样的文件和数据，因此，使用智慧云可以让我们的工作事半功倍。我们可以通过智慧云来进行文档管理，比如说，我们可以将公司的各种文档进行分类并上传到云端，这样我们就可以随时随地地查看和修改这些文档。此外，智慧云还支持多人协同加工，这对于团队工作来说非常有帮助，可以有效地提升工作效率。

第三段：智慧云在日常生活中的应用

智慧云不仅可以帮助我们提升工作效率，还可以让我们的日常生活变得更加便捷。比如说，我们可以通过智慧云来管理我们的日程和备忘录，随时随地地查看和修改我们的计划。此外，智慧云还可以提供各种有用的服务，例如，我们可以使用智慧云来订购外卖，购买电影票等等。

第四段：智慧云的发展前景

随着科技的不断进步和人们生活水平的提高，智慧云的发展前景非常广阔。未来，智慧云将会涉及到更多的领域和行业，例如，智能交通、智能制造、智能城市等等。同时，智慧云的安全性和隐私保护也将得到更多的重视和加强，以保障用户的权益和利益。

第五段：结语

总的来说，智慧云的出现和发展为我们的社会带来了很多便利和优势，我们应该积极地使用和应用这种新型的技术，为我们的工作和生活带来更多的便捷和福利。同时，在使用智慧云的过程中，我们也需要注重安全和隐私保护，以避免不必要的风险和问题。

**国学与人生智慧心得体会篇八**

智慧是人类多年来追求的目标之一，它是在学习、思考和经验中逐渐形成的。智慧人是那些深刻了解自己和世界的人，他们的人生更有意义，能够更好地应对各种挑战。在这篇文章中，我将分享对智慧人心得的体会。首先，智慧人明白知识的重要性，他们不断学习扩展自己的见识。其次，智慧人具备宽容和善良的品质，他们理解每个人都有不同的经历和观点。最后，智慧人懂得心灵的平静和内心的宽容，他们掌握了管理情绪的技巧。综上所述，智慧人通过不断学习、宽容和善良以及管理情绪的技巧来塑造自己，并在生活中获得更大的幸福感。

首先，智慧人深知知识的重要性。他们明白知识是通向智慧的大门，只有不断学习和积累，才能不断进步。智慧人保持对世界的好奇心，他们善于观察和思考。通过学习，智慧人了解到自己和世界之间的联系，为人生的决策提供了更多的选择。而且智慧人不仅仅关注学习知识本身，他们还注重将知识应用于实践，掌握解决问题的技巧。通过持续的学习，智慧人能够在不同情况下做出明智的决策，为自己和他人创造积极的影响。

其次，智慧人具备宽容和善良的品质。他们理解每个人都有不同的经历和观点，尊重每个人的个性和选择。智慧人懂得倾听他人的意见和建议，不轻易做出判断。他们也不因为别人的错误或缺点而憎恶对方，而是用宽容和善意对待他人。智慧人相信通过理性的对话和互相尊重，可以获得更多的智慧和解决问题的方法。他们也明白宽容和善良的品质有助于建立和谐的人际关系，促进社会的进步。

最后，智慧人懂得心灵的平静和内心的宽容。他们知道人生中会有挫折和困难，但他们选择不被这些消极情绪所打败。智慧人善于调整自己的心态，通过冥想和放松的方式保持内心的平静。他们懂得心灵的平静是智慧的源泉，只有在平静的状态下才能更好地思考问题和解决困难。此外，智慧人具备内心的宽容，他们不为琐事和他人的攻击而生气和抱怨。相反，智慧人选择接受事实，寻找解决问题的方法，并从中吸取经验教训。

综上所述，智慧人通过学习、宽容和善良以及管理情绪的技巧来构建自己的品质。他们深知知识的重要性，通过不断学习和积累来培养自己的智慧。另外，智慧人具备宽容和善良的品质，理解每个人的不同和价值。最后，智慧人懂得心灵的平静和内心的宽容，通过调整自己的心态来应对生活的困难。通过这些品质和技巧，智慧人能够更好地应对生活中的挑战，实现自己的价值，并获得更大的幸福感。

**国学与人生智慧心得体会篇九**

感谢县妇联举办的读书会，让我有幸认识了秦桂芳老师。说实话平时很少听到专家上课。

县妇联唐秀峰主席台上简要讲解读书会内容，接着就这次读书会讲师秦桂芳作了简单介绍，就这样读书会开始了。

秦老师说：“我是两个孩子的妈妈，大的很大，小的很小。这是我对自己的定位。”就这么简单的一句话，带入今天读书会的主题。瞬间拉近了我们之间的距离，一种久违感油然而生。做了“大风吹”的游戏，没想到她连做调查都这么有意思。第一次听她上课，我感觉轻松、愉快。整个读书会下来，我都被她深深吸引，那是一种由内而外散发出来的美。

县妇联领导们也没闲着，时不时提醒我们积极回答问题，参与课间互动。有的记积分，有的拍照，有时一句点评就让整个上课气氛活跃起来。谢谢她们的付出！能够和这么多有缘的伙伴们一起学习成长，是一件很幸福的事情！

其实，我这次来参加读书会是有私心的，就是想让自己喜欢上读书。通过这期读书会，收获远大于此。课堂互动让我体会到：以前经常遇到的情况，自己处理方式不对，关键点在于没有意识到孩子感受，更谈不上帮助孩子面对他们的感受。认识到自己的错误，就要有所改变。总结如下：

帮助孩子面对他们的感受，孩子需要他们的感受被接纳和尊重，我们可以这么做：1、安静专心地倾听。2、用简单的词语回应他们的感受。3、说出他们的感受。4、用幻想的方式实现他们的愿望。所有的感受都是被接纳的，但某些行为必须受到限制。为了能流利地说出这种接纳人的“新语言”，掌握这些技巧，我们需要不断地学习和操练。

我后来通读了《如何说孩子才会听?怎么听孩子才肯说》这本书的第1章“帮助孩子面对他们的感受”，写下这期读书会心得体会。如有不恰当的地方，希望姐妹们批评指正！

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn