# 巾帼心得体会(汇总20篇)

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2025-06-13

*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。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好...*

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。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**巾帼心得体会篇一**

妇女在中国历史上一直都扮演着重要的角色，她们默默地为这个国家做出了巨大贡献。妇联是我国现代妇女运动的组织，也是推动妇女解放和进步的重要力量。在妇联的带领下，一大批女性走向了职场，参与了社会生活，为家庭和国家贡献着自己的力量。本文将探讨妇联巾帼心得体会，并从几个角度探讨妇联带给我们的启示。

第二段：妇联对宣传普及妇女权益的积极作用。

妇联作为全国妇女组织的代表，负责推进妇女权益的普及宣传工作。妇联通过组织讲座、活动等方式，宣传妇女权益保护和维护，提高女性对自身权益的认知。同时，妇联还积极倡导社会公正、平等，要求法律和政策方面对妇女权益的尊重和保护。这些措施不仅提高了妇女的地位，也推动了中国诸多民法修正案中妇女权益的保障。

第三段：妇联对女性职业发展的引导作用。

作为推进女性职业发展的重要组织，妇联不仅倡导和推广女性参与职业活动，更积极组织和引导女性参加技能培训和岗位培训，帮助她们提高自己的综合素质和职业技能水平。特别是在城乡基层组织工作中，妇联成为了一支重要的推进女性职业发展的力量。妇联更是在职业技能培训、工会组织、政府职能具体化等领域加强妇女参与，使女性在发展道路上更具有发言权和话语权。

第四段：妇联对家庭生活的关爱和帮助。

妇联也积极关注女性家庭生活，通过宣传和协调等方式，帮助女性解决家庭问题和矛盾。在农村偏远地区，妇联帮助国家实施扶贫政策，为女性开展养殖、手工制作等创业项目提供帮助。同时，在城市中妇联也会帮助那些因生活困难而有所顾虑及困扰的家庭，提供帮助和扶持。

第五段：结语。

总之，妇联在国内妇女解放事业发展中，扮演了极其重要的角色。在妇联的带领下，中国妇女群体正在走向现代化，不断展现出自身独特的魅力和才华。因此，妇联需要继续努力，加强自身建设，并围绕民生需求积极开展各种工作，为妇女群体发展和进步创造更加良好的环境和条件。

**巾帼心得体会篇二**

巾帼书香，是指女性以书为伴，培养高尚的品格、修养和广博的知识。自古以来，儿女亲情和父母的教诲，使人们明白了读书的重要性。读书不仅能增长见识，开阔思维，更能陶冶性情，教人懂得如何做一个真正的人。通过巾帼书香活动，我深有体会到书籍的魅力，感受到读书对人的影响，也发现了自己的不足之处。

首先，读书使我积累了丰富的知识。在巾帼书香的活动中，我读过了许多经典的文学作品、历史书籍和哲学著作，这些书籍包含了丰富的知识和智慧。通过阅读，我了解了很多以前没有接触过的内容，学到了很多新知识。比如，历史书籍让我对历史有了更深入的了解，文学作品让我领悟到了人生的真谛。这些知识通过书籍的方式传递给我，不仅开阔了我的眼界，也让我充实了自己的头脑。

其次，读书拓展了我的思维，增强了我的创造力。书籍中的文字和情节，常常让我沉浸其中，与主人公共鸣。有时我会在书中与作者进行对话，思考问题，查找答案。通过与书中的人物交心，我能感受到他们的喜怒哀乐，与他们一起思考，从而拓展了我的思维。同时，读书还能激发我的创造力。在读书的过程中，我常常会产生一些想法和灵感，这些灵感会进一步拓展我的思维，使我能够提出一些独特的观点和见解。

再次，读书提高了我的情商和修养。在巾帼书香的活动中，我阅读了很多的经典文学作品，这些作品中的主人公勇敢、善良、聪明的品质，都给了我很大的影响。通过观察这些人物的行为和处世之道，我不仅提高了自己的情商，还培养了自己的修养。书籍中散发出的智慧和道德，让我懂得了人与人之间的相处之道，教会了我如何处理自己与他人之间的关系，使我在日常生活中更加从容和睿智。

最后，读书使我更加懂得感恩和珍惜。在巾帼书香的活动中，我读到了很多关于孝道和感恩的书籍。通过这些书籍，我认识到了父母对我的养育之恩，家人对我的关爱之情。读书让我明白，我们生活中的一切都离不开他人的付出，都需要我们持续的去感恩和珍惜。因此，我开始更加懂得感恩，更加珍惜我所拥有的一切。我会用心感悟生活中的点滴，把感恩之情化作行动，回报社会，回报家人，回报那些曾经帮助过我的人。

通过参加巾帼书香活动，我深刻体会到了读书的重要性和影响力。书籍是人类智慧的结晶，读书则是与智慧对话的过程。通过读书，我不仅增长了知识，开拓了思维，提高了情商，还懂得了感恩和珍惜。我会继续保持读书的习惯，让书籍成为我一生的伴侣，不断丰富自己的内在世界，成为一个具有高尚品格和广博知识的女性。巾帼书香活动不仅提醒了我读书的重要性，也让我明白了阅读带给我的宝贵财富。我要用阅读来丰富自己，用智慧抚慰内心的情感，用书籍来改变生命的轨迹。

**巾帼心得体会篇三**

巾帼先锋，顾名思义就是一批为社会作出卓越贡献的女性先锋人物。她们身上体现出了勇敢、坚强、智慧等许多卓越品质，成为了我们学习的榜样。通过参观学习这些巾帼先锋们的事迹，我深受启发，对于巾帼先锋的认识也更加深刻。以下是我个人对巾帼先锋的心得体会。

巾帼先锋不仅拥有坚定的信念，而且具备不畏困难的勇气。她们迎接挑战，勇往直前，为实现自己的理想不懈努力。比如，我在参观巾帼先锋的生平事迹中了解到，教育界的巾帼先锋张杰英以教育为己任，带领乡村孩子走进了命运的主动，为他们带去了知识与希望。她坚信教育改变命运，为了照亮每一位贫困孩子的未来，她走遍了大山深处的贫困地区，创办了乡村教育助学项目，为贫困儿童建立了图书馆，提供了良好的学习环境。这种坚定的信念和勇敢的行动，让我深受感动。巾帼先锋们的勇气鼓舞着我，使我更加坚定自己的信念。

巾帼先锋们还拥有不懈追求进步的精神。她们不断学习，积累知识，提高自己的能力，以更好地为社会作贡献。例如，巾帼先锋中国女排队员郎平是我非常钦佩的一位巾帼先锋。她从事排球事业近四十年，不但获得了世界冠军、奥运会金牌等荣誉，更带领中国女排实现了从三连败到夺冠的传奇逆袭。郎平的成功与她对待排球事业的态度密不可分。她对自己的要求极其严苛，不断学习、不断进步，力争做到最好。正是这种追求进步的精神支撑着她，让她成为了中国女排的灵魂人物。我通过学习巾帼先锋的事迹，体会到只有不断追求进步，才能取得更多的成就。

巾帼先锋们还表现出了顽强拼搏的意志力。无论面对怎样的压力和困难，她们都能坚韧不拔，毫不气馁。例如，护理界的巾帼先锋李秀丽，她在疫情期间主动请缨，投入到武汉的抗疫一线。她日以继夜地照顾病患，亲自承担风险，忍受着巨大的身心压力。在这场没有硝烟的战役中，她以巾帼之勇和职业精神，默默地为患者提供了最优质的医疗服务。这种顽强拼搏的意志力让我震撼，也让我懂得了只要心怀信念，坚守初心，无论面对多大的困难，都能够战胜困难，取得成功。

巾帼先锋们的心灵豁达与才智出众也给我留下了深刻的印象。她们不仅有宽广的胸怀，也拥有高超的才智。例如，著名作家巾帼先锋丁玲，她勇于揭露社会的黑暗面，用文字表达她对社会问题的忧虑和思考。她作品中的精辟观点和独到见解，深刻感染着我。巾帼先锋们不仅具备了深刻的洞察力和思考力，也有独立自主的态度。她们用才智和智慧塑造了自己的一生，同时也改变了社会。

通过参观学习巾帼先锋的事迹，我深受启发。她们坚定的信念、勇气面对困难、追求进步的精神、顽强拼搏的意志力以及心灵豁达与才智出众，都让我深刻感受到了巾帼先锋的伟大与卓越。因此，我要向巾帼先锋们学习，努力培养自己的坚定信念、勇往直前的勇气、追求进步的精神、顽强拼搏的意志力以及心灵豁达与才智出众，为社会贡献我的力量，为人类进步事业做出自己应有的贡献。

**巾帼心得体会篇四**

中共一大会址纪念馆内，伴着快板节奏，脆生生的童音正将100年前一大会议召开的历史故事讲得既通俗易懂，又活泼生动。

16年前，第一批小小讲解员在中共一大会址纪念馆开讲时，有一位老师一直用赞许、坚定的眼神默默鼓励他们。她，就是上海市黄浦区卢湾一中心小学校长吴蓉瑾。

“教有真情，育无止境”，一走进卢湾一中心小学一楼大厅，人们就能看到的这句教育理念，用来概括吴蓉瑾的27年教育生涯，很是恰切。

卢湾一中心小学毗邻中共一大会址纪念馆。多年前，兼任少先队辅导员的语文老师吴蓉瑾在参观一大会址时发现孩子们听讲解不太认真，便在学校支持下展开调查研究。“建一支由少先队员组成、专门为小学生观众服务的讲解员队伍，让孩子们自己写讲解稿，用孩子们自己的语言，给同龄人讲党的历史!”吴蓉瑾说，想出这个新点子以后，她带领学生一同学一同讨论撰写讲解稿、一同磨炼演讲技巧。“红喇叭”小讲解员社团由此成立。

这支“红喇叭”，至今已培养了千余名小讲解员，志愿讲解场次超千场，已拓展出了沪语讲解、英语讲解、快板演出、连环画展示等多种形式。每一个双休日和节假日，只要没有出差和工作，吴蓉瑾都会站在一旁，用赞许的目光和温暖的笑容，默默守护着小讲解员们。

如今，在卢湾一中心小学，“中共一大会址纪念馆讲解”已成为一门特色课程。“这么多年来，讲解词始终铭记在我的脑海中。吴老师的教导在我心中种下了一粒红色种子，让我牢记红色历史、永远爱党爱国。”一位已是大学生的小讲解员这样说。

**巾帼心得体会篇五**

第一段：巾帼先锋的定义和背景介绍（200字）。

巾帼先锋是指那些勇敢、自强不息的女性，她们在各个领域中发挥着重要的作用，为社会发展做出了巨大的贡献。随着经济的发展和社会观念的改变，女性的地位已经发生了根本性的变化。过去，女性在社会和家庭中往往承担着繁重的家务劳动和教育孩子的责任，她们的个人发展往往被忽视。然而，如今，越来越多的女性走出家庭，投身到各个领域的工作中，她们通过自己不懈的努力，展现出了巾帼先锋的风采，担当起了家庭和社会的重任。

第二段：巾帼先锋的特质和表现（200字）。

巾帼先锋最重要的特质之一是坚韧不拔。无论是在事业上还是在家庭中，她们都会面临种种困难和压力，但她们从不退缩，勇往直前。她们为了事业奉献了大量的时间和精力，同时也可以很好地照顾家庭的需要。她们懂得平衡工作和生活，不仅成为了事业的佼佼者，还能在家庭中扮演好妻子和母亲的角色。

第三段：巾帼先锋在职场中的影响（200字）。

巾帼先锋在职场中展现出了卓越的能力和才华，她们凭借自己的努力和智慧，逐渐赢得了同事和上司的尊重。她们在领导岗位上表现出的坚定和果断，赢得了团队成员的信任和合作。她们注重细节，勇于创新，在工作中展示出了出色的技能和领导才能。巾帼先锋通过自己的实力和努力为职场带来了新的活力和发展机遇。

第四段：巾帼先锋在社会公益事业中的作用（200字）。

巾帼先锋并不仅限于职场，她们也积极参与社会公益事业，为社会做出贡献。她们关心弱势群体的需求，积极参与慈善活动和志愿者工作，关爱孤寡老人、慰问病患等。她们通过自己的行动和爱心，为弱势群体带来希望和温暖，为社会和谐做出了自己的努力。

作为一名女性，在职场和生活中，我也尽力展现出巾帼先锋的风采。我相信，无论在什么领域，只要努力和坚持，就一定能够实现自己的梦想和目标。在我的工作中，我时刻保持着积极的工作态度，不断学习和提升自己的能力，力争成为一名优秀的职业女性。同时，我也积极参与公益事业，为社会贡献自己的力量。通过这些经历，我深刻地体会到，巾帼先锋的意义远不止于个人的成就和荣誉，更重要的是通过自己的努力和奋斗，去影响和改变周围的人和环境。

总结：巾帼先锋是那些勇敢、自强不息的女性，她们在各个领域中发挥着重要的作用，为社会发展做出了巨大的贡献。她们以坚韧不拔、敢于创新的品质为职场和社会注入了活力。作为一名女性，我将以巾帼先锋为榜样，继续努力学习和成长，为社会的进步和发展贡献自己的力量。

**巾帼心得体会篇六**

为了更好更广地传播哈尼刺绣文化，李金梅积极参加各种展览会和博览会。2009年10月获得了昆明国际民族民间工艺品(中国)暨旅游文化商品博览会剌绣优秀个人奖、2009年11月第二届云南民族服饰文化节——民族服装设计二等奖、2011年澜沧江.湄公河流域国家文化艺术节、西双版纳非物质文化遗产产品展突出贡献奖。自2009年以来共举办了十期培训班，学员已达3000余人，有2000多名学员已获得中华人民共和国劳动和社会保障部颁发的初级职业合格证书。这些学员每年都为本所提供源源不断的绣品，许多产品走向国内外，也为农村妇女带来了很好的经济效益。她还积极参加旅游局和文产办组织的旅游产品交易会和非遗产文化展销会，2009年10月在昆明国际民族民间工艺品(中国)暨旅游文化商品博览会上获得刺绣优秀个人奖;同年11月还获得了第二届云南民族服饰文化节民族服装设计二等奖。2016年12月8日荣获云南省档案馆口述历史荣誉证书，同时还获得了省级、州级、县级多项荣誉证书。

从2000年至2008年，李金梅共收集了具有哈尼族特点的民族服饰和刺绣共500多件。现在，李金梅在原来的刺绣基础上进行创新，把弘扬和传承哈尼族传统文化与市场经济对接，带领着刺绣学员2000多名一起创作出了窗帘、桌布、画框、拎包等实用的刺绣工艺品。据不完全统计，从第一期培训班结业到现在，学员们完成各种刺绣工艺品1万多件，收入40万余元。就这样，李金梅不仅让更多的人掌握了刺绣这门传统技艺，也提升了年轻人的就业技能，并把传统文化与旅游商品有机结合，拓宽了当地民众的收入来源，为弘扬和传承这门传统技艺奠定了基础。“哈尼族服饰制作技艺”传习所还有一个更大的梦想，就是把哈尼族的传统文化，不单是服装服饰，还有哈尼族的竹筒舞和滇航(手工)这两个项目列为省级、国家级的项目，这就是“哈尼族服饰制作技艺”传习所的梦想，也是哈尼族的中国梦之一。

**巾帼心得体会篇七**

巾帼创业者，是指那些在男性主导的商业世界中不畏艰辛，追寻自己事业梦想的女性。她们面临着来自家庭、社会和自身的各种困难和压力，但她们依然勇敢前行，找到属于自己的创业机会。在创业的过程中，她们积累了许多宝贵的经验和心得，希望借此与大家分享，共同探讨巾帼创业的艰辛和美好。

第二段：克服困难的决心和勇气。

创业首先要有对抗困难的决心和勇气。巾帼创业者们常常承受来自传统观念的压力，甚至会遭受到家人和亲友的反对。然而，在面对这些挑战时，她们选择忍受社会的压力，坚持自己的梦想。同时，她们也会面临种种经济上的困难。许多巾帼创业者在创业初期的资金和信用问题上遇到了困难。然而，她们不会因此气馁，而是积极寻找合适的创业机会，勇敢地奔向梦想。

第三段：巾帼创业的优势和创新思维。

巾帼创业者的特殊优势和创新思维也是她们成功的关键。女性在人际交往和情感管理方面的优势，能够使她们与员工、合作伙伴和客户建立更加密切的关系。此外，她们在创新思维方面也有独特的见解。巾帼创业者常常能够发现传统市场中被忽视的机会，并为其提供创新的解决方案。这种创新思维能够使她们在创业过程中脱颖而出，成功突围。

第四段：坚持与进取的品质。

巾帼创业者还表现出坚持不懈和积极进取的品质。创业路上充满了各种挑战和困难，但巾帼创业者们并没有放弃。她们持之以恒地为自己的事业而努力，不怕挫折和失败。而且，她们还保持着积极进取的态度，时刻追求创新和突破。正是这种坚持与进取的品质，为巾帼创业者们带来了越来越多的机会和成果。

第五段：对社会的贡献与启发。

巾帼创业者的成功不只意味着个人的收获，还对整个社会产生了积极的影响。巾帼创业者们不仅创造了就业机会，为社会提供了更多的财富和服务，还激励了其他女性追寻梦想和创业。她们的成功故事激励着无数的女性，让她们相信自己可以超越传统角色，勇敢追求事业成功。这种积极的影响和启发，将会进一步推动巾帼创业的蓬勃发展。

结尾：

巾帼创业者们通过自己的实践告诉我们，无论是男性还是女性，只要有决心和勇气，就能够找到创业的机会，实现自己的事业梦想。巾帼创业者们用自己的坚持与努力，改变了自己的命运，也为社会做出了贡献。让我们向这些勇敢的巾帼创业者们致敬，同时也愿我们每个人都能够勇敢追寻自己的梦想，为自己的事业贡献力量。

**巾帼心得体会篇八**

3月8日，妇女节，向奋战在抗疫一线的女干部、女社工、女教育等巾帼英雄致以诚挚的问候，最是一年春好处，巾帼英雄别样红。那你知道2020学习抗疫巾帼英雄先进事迹心得体会都有那些吗?下面是小编为大家收集的关于2020学习抗疫巾帼英雄先进事迹心得体会5篇。希望可以帮助大家。

这个寒假很特别，所有的计划都被打乱了，度假、旅行、聚会......造成这一切的罪魁祸首，就是新型冠状病毒。这种病毒通过飞沫或者接触传播，当病毒携带者和他人面对面讲话，或者不小心打了个喷嚏，新型冠状病毒就会传播给他人。

疫情发生后，全国人民万众一心，心往一处想、劲往一处使，形成抗击疫情的强大力量。从医务工作者义无反顾冲锋在前，到防控物资相关生产企业及时复工、全力保供;从人民子弟兵闻令而动、积极支援地方疫情防控，到科研人员争分夺秒、强化攻关;从基层群防群治构筑严密防线，到交通运输、电力保障、市场供应等行业职工履职尽责、携手共筑坚强后盾，再到社会各方纷纷捐款捐物......

其中，巾帼英雄们表现的格外亮眼，天气寒冷、工作任务重、不能及时照顾家庭，但这些巾帼没有一句怨言，全身心扑在疫情防控工作中。她们用自己的行动展现了新时代女性担当作为的新形象，她们相信只要大家众志成城，一定能够渡过难关。

她们有丈夫，她们有孩子，她们放弃了所有安逸，她们本不应该如此，却冒着生命的危险去在一线逆行者激流于肺炎作斗争，无数医者白衣如云，汇聚武汉，忘己之危，搏斗肺炎!

她们都是平凡普通的劳动妇女，从事着平凡的工作，平凡的工作中没有轰轰烈烈的事迹，只有默默无闻的奉献。而在抗击疫情中,她们是那样的不平凡，她们顾全大局,积极自愿地参与到抗击疫情中,她们不顾个人安危、不计得失、放弃与家人团聚，用实际行动证明着妇女能顶半边天，书写出小家大爱的高尚情怀。

伴随着盎然春意，第110个“三八”国际妇女节来临。高尔基说过“没有太阳，花朵不会开放;没有爱便没有幸福;没有妇女也就没有爱;没有母亲，既不会有诗人，也不会有英雄。”阳春三月，人面桃花相映红;春风拂面，巾帼儿女绽芳华。在这个美丽又特殊的日子里让我们为巾帼女英雄们“加油”“致敬”“点赞”!

给白衣天使加油。新冠疫情发生以来，广大医务工作者用实际行动为人民群众构筑起生命防线，生动诠释了“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的崇高精神，充分展现了新时代卫生健康工作者的精神风貌、职业操守、意志品质和专业能力。

疫情就是命令，防控就是责任，大疫面前，巾帼不让须眉，巾帼女战士和男同事们一起，毅然走在抗击疫情的前线，书写着抗击疫情的壮丽诗篇。

“为有牺牲多壮志,敢教日月换新天”。在这个庚子鼠年特别的春天里，在战疫的最前线，有一群女性注定不平凡。她们或年轻或成熟，或是行业先锋或在基层奋斗，但一样的是她们都坚定的屹立在战疫一线，那怕剪掉心爱的长发，忍住生理期的煎熬，战胜体力的挑战，纵有艰难险阻也决不后退一步。更有年仅29岁的武汉蔡甸区人民医院女医生夏思思，南京市中医院新型冠状病毒感染防治工作小组组长、副院长徐辉医生等20名“巾帼英雄”，为战“疫”献出了最宝贵的生命，永远的留在了她们最热爱的岗位上。但是她们却用顽强拼搏、忘我奋斗、不怕牺牲的无私奉献精神，绽放了“她的力量”，挺起战“疫”最坚强的脊梁。

马克思说：“一个时代的精神是青年代表的精神，一个时代的性格是青春代表的性格。重温百年历史，以爱国主义为核心的五四精神让人身心振奋。作为新时代的新青年，担负时代使命，同心同行战疫，这就是中国青年的模样!

有一篇报道标题是:“我在抗疫最前线，但我的名字不能告诉你”。24岁女护士在最危险的重症感染区工作，当记者问起她名字的时候，她怎么也不肯说，因为戴着口罩，妈妈认不出来，但说了名字妈妈就会知道，她不愿让妈妈认出而担心，可是24岁在妈妈眼里还是个孩子啊!

2019年12月8日，新冠疫情出现在我们的视线里，没有硝烟的战争从此拉开序幕。

奋战在一线上的医护人员，由于长时间佩戴口罩面部都被勒出了深深的痕迹，有的甚至鼻梁磨破，还有的脸上出现浮肿。当她们脱下口罩那一刻，显的是那么的狼狈不堪，但她们却依旧是那样的美丽，一张张“网红压痕脸”没有造成半点不适感，反而令人肃然起敬，那是一种巾帼的美丽，深深压痕是英雄战“疫”留下的痕迹，微微的伤口是英雄战“疫”最美的印记。

她们也是父母的女儿、孩子的母亲、丈夫的妻子，可面在面对这场战役，她们放下家中一切事物，全力投身抗击疫情战斗中，舍小家、为大家，彰显了新时代巾帼英雄风采。伟大革命家刘胡兰面对刺刀毫不畏惧，英勇就义，我们的女同志面对新冠病毒敢于斗争不退缩，担当责任不推诿，每个人都用自己能做的方式为老百姓守好防线，绝不后退。

在万众期待中，2020正迈步走向我们，本以为新的一年会有一个新的开端，能将2019年的遗憾都忘却，却不曾想命运向我们开了一个致命的“玩笑”。

在猪年末端，鼠年前夕，网上曝出了武汉出现了一种新型冠状病毒。而随着时间的推移，被感染的人数日渐增加，全国各地都有被感染的患者，我们这些普通百姓只能通过网上的消息来关注武汉，关心疫情。我们只是人海中渺小的一个，但众多渺小的个体团结起来也是有巨大的力量，我们都在贡献自己微薄的力量，期待着时局的转变。

在这场疫情中，最受关注的是那些白衣天使们，他们不顾自身的安危，走上了抗疫情的一线战场，为了祖国，为了武汉，他们将自己置身于危险之中，不顾家人劝阻，毅然决然地守护着这个大家庭。为了抗战疫情，他们时常穿着防护服，而一穿便是好多天，最后脱下时，整个人都要虚脱了。

她们做了很多暖人心，振民心的英雄事迹，她们或初心如磐，使命在肩，或主动请缨，冲锋上阵，她们是战士，是人民群众心中的“花木兰”，用柔弱之躯撑起防疫抗疫半边天。

“巾帼不让须眉”，巾帼更胜须眉!日前，“一线医务人员抗疫巾帼英雄谱”发布，包括六位湖北抗疫一线女医务人员、七位国家及各地支援湖北女医务人员，五位军队支援湖北女医务人员以及两位地方抗疫一线的女医务人员。这二十位巾帼英雄是新时代优秀女性的代表，是广大女义务工作者的典范。她们当中，有仍然坚守在一线的战士，也有逝去的英雄——生前任湖北省武汉市协和江北医院消化内科医生夏思思、生前任南京市中医院党委委员、副院长徐辉，这些闪着泪光与希望的名字会永远留在我们心中。巾帼英雄们用医者仁心谱写出“抗疫战场上的赞歌”，为这场“抗疫战”贡献出最美的“她力量”!

在这场没有硝烟的战争中，无数的医务工作者万众一心应对疫情;无数的社区工作者主动请战，逆向而行;无数的人民群众自发捐款捐物，让涓涓细流汇聚成众志成城的磅礴江河。她们是身穿战甲的花木兰，她们是抗击疫情的守护天使，她们是最最可爱的人。也许前路还有许多的未知挑战，但她们信念永恒，担当不变，战疫必捷，巾帼绽放。

每一个逆行者，都是中国的英雄，不论是含着眼泪剃光头的女医护人员，还是不留姓名捐赠物资的亲爱的陌生人，也有瞒着家人偷偷支援武汉的不归人，所有的平凡英雄，值得我们所有人致敬，正是因为有了你们，中国才有今天。向你们致敬的同时，也希望你们保重，尽管每天只能休息四五个小时，也不要累垮自己的身体，听到医护人员太累死亡的消息比确诊人数的增加更让我们痛心，你们从来不是孤身在战斗，中华儿女的心永远寄于你们，所以请一定要保重自己的身体，救治别人的同时也要关爱自己，你们的家人还在等着你们回去。

我们隔离的是病毒不是爱，短暂的分离是为了更好的重逢。有国家的平安才有我们小家的幸福。所以，请大家再坚持一下，为了自己，为了家人，为了千千万万中华儿女，更是为了我们的国家。所有人会陪你们直到黎明。

。

**巾帼心得体会篇九**

。

2009年，大儿子要结婚没钱，蒋海洋就四处奔走忙着找亲朋好友借钱，忙碌了几天后，也没借到多少，他本来血压就高，为借钱的事，他急得血压在不知不觉中又升高了不少。一天晚上，他喝了不少酒后就上床睡觉了，第二天天亮了家人喊他吃早饭，但没有喊醒，家人以为他太困了，就想让他好好睡一觉。没想到午饭时，家人喊他吃饭仍喊不醒，这时家人才急了，急忙将他送到医院抢救。

和他已离婚了，但毕竟他还是两个孩子的父亲，不能让孩子们这么快就失去他。她拿出自己辛辛苦苦积攒下来的2万元钱，还向亲朋好友借了好几万元为蒋海洋治病。期间，不少好心人劝她：还是放弃了算了，就是救活也可能是植物人，到时人财两空。但善良的李金梅一口拒绝：“决不放弃!只要有一线希望，我都会想办法救他。”

辗转换了3家医院，住了3个多月院的蒋海洋终于在2010年2月能睁眼了，虽然意识仍然不清醒，却让李金梅看到了希望。这90多个日日夜夜，她24小时守在蒋海洋身边，食不下咽，夜不能寐，短短的3个多月，她瘦了10多公斤，原先浓密乌黑的头发也大把大把地脱落，只剩下稀疏的几根，她索性剃成光头，戴上假发。

不离不弃，悉心照顾已三年。

蒋海洋虽然醒了，可是右边身子偏瘫，无法说话，也不能行走了。出院后，李金梅每天用轮椅推着蒋海洋从虎牙关一直推到康复医院，为蒋海洋针灸按摩，坚持了两个多星期。由于家里没有钱了，而治疗又没有明显的好转，李金梅只好放弃，每天自己在家按照医生的方法为蒋海洋按摩。而两个儿子长大成人，大儿子又结婚了，家里的房子被她隔成两间，两个儿子一人一间，而她将楼梯里的公用厕所改装后，和蒋海洋睡在那里。

这以后的日日夜夜，李金梅作息固定了，每天早上6点半起床，然后到东宝山捡柴烧水，为丈夫洗漱，再给他穿衣，抱上轮椅，给他喂药。因为中药丸太硬，蒋海洋难以下咽，她每天都要用开水将药泡软后再喂他喝。喝了一年多中药的蒋海洋嫌药苦，每次喝药都要用左手挥打，不许她喂药，李金梅只好找来毛巾，将他左手绑到轮椅上，一边喂药，还一边哄着：“真乖，喝完药，我就喂两颗枣子给你吃啊。”李金梅拿着袋装的蜜枣笑着说：“这药太苦了，所以每次喝完药。我就喂他两颗枣子。”喝完药，再喂完早餐，她就用轮椅推着他晒太阳、按摩。有时候，有朋友去做家政，也会顺带喊上她，她照料好蒋海洋后，就会赶去工作。

因为担心蒋海洋躺的时间长了，皮肤会溃烂，她每晚隔两三个小时都要为蒋海洋翻一次身。她说，这3年多来，已经形成习惯了，每隔2个多小时，就会自然醒。蒋海洋瘫痪在床，她的生活也发生了变化，有时想想家里的事，也多少有些烦心。有一次，李金梅做家政回来，发现给蒋海洋垫的尿不湿被他拉出来了，而床上、床下臭烘烘的，原来蒋海洋拉肚子，弄得房间到处都是大便，劳累了一天回到家，李金梅一边收拾清洗，一边伤心地号啕大哭起来，这时躺在床上的蒋海洋也跟着流泪，看着蒋海洋伤心，李金梅又反过去安慰他：“是我不对，不该惹你伤心，你不要哭了。”去年春节前夕，邻居们都赶着办年货，她打趣地和邻居说：“你们忙着晒腊货，我忙着晒尿布。”

笑迎未来，陪伴前夫直到老。

3年多来，李金梅说她已经能乐观地面对现实了，这社会上还是好人多，社区、邻居、亲戚、朋友等都在帮助她。

她说：“每个人都会遇到困难，关键是如何面对，现在的日子虽然很艰难，但能让他活着，这就知足了。”

她凑近蒋海洋耳边问：“海洋，要是没我，你是不是活不下去了?”蒋海洋含泪点了点头。这令她无比欣慰，也令人动容。

李金梅说，自己再辛苦都值得，毕竟能让蒋海洋好好地活下去，这也许是鼓舞她百折不挠，勇往直前的无穷动力。

她说，蒋海洋虽然偏瘫了，不能说话了，但意识还是清醒的，每次说什么他都能听懂，能听懂却什么也不能说，这是让人最痛苦的地方，他已经很痛苦了，只有好好照顾他，不让他更痛苦。

李金梅现在面临的困难很多，因为没有钱，蒋海洋吃的药是最便宜的，即使这样，也不能维持太久，她想出去打工，但蒋海洋没人在身边照顾不行，只有经常抽空出去做家政服务挣点钱。关于住房的问题，她满怀希望，在千佛洞社区的帮助下已申请了廉租房，并已公示，到时希望摇号时能抽中自己，届时就不用为住房的问题发愁了，可以安心地照顾蒋海洋，陪伴他慢慢变老。

**巾帼心得体会篇十**

作为女性，我们面临的挑战和男性不同，但我们拥有的力量同样强大。随着时代的变迁，女性的地位得到了极大的提升，她们越来越多地进入了政治、商业、科技等领域，成为了巾帼不让须眉的代表。而“巾帼力量”的概念也日益深入人心。在这个过程中，我们可以从自身角度思考和总结一下，这其中的心得和体会。

一、相信自己的能力。

首先，要相信自己的能力。无论是职场，还是生活，女性们需要做的第一步就是让自己相信自己可以胜任各种各样的任务和角色。对于想进入特定行业的女性来说，他们不应该被认为是女性，而应该是作为专业人士被看待。因此，女性需要通过教育和专业训练来证明自己的能力。在这个方面，女性需要尽力克服性别歧视和刻板印象，才能真正站在职场的前沿。

二、拥有独立的思考能力。

其次，我们需要拥有独立思考的能力。当女性走进职场或参与社交活动时，她们通常会面对不少难题和挑战。为了解决这些问题，女性必须拥有强大的思维能力和敏锐的洞察力。女性需要学会自己思考，对于朋友、亲戚或上司的任何建议，需要进行分析和评估，从而自己找到自己的路和答案。

三、发扬公平竞争。

女性应该积极发扬公平竞争的精神。在向前走的过程中，难免会有许多挑战者和对手。在这种情况下，女性要学会发扬公平竞争的精神，从自己的优点和实力出发，形成一种独特的个性和风格，但不要担心自己的优势被别人抢占。同时，女性也要学会帮助其他人，才能在他人的支持下，在竞争中获得支持。

四、培养坚强的心态。

还需要培养坚强的心态。承认自己的失误和不足，而不是沉湎于此，这是一个合适的坚强心态的基础。女性不应该把挫折看成是真正的“失败”，应该始终保持乐观主义的思考模式，通过自己的智慧和勤奋努力获得突破。此外，女性的坚强心态也需要源于她对自己的自我认识和恒心的影响。

五、勇敢说出自己的声音。

最后，女性需要勇敢说出自己的声音。在职场或个人生活中，女性常常被认为是“甜美”的拟人形象。但实际上，女性也具备坚持权益、出色表达主张的能力。女性需要勇敢说出自己的意见，在自己的领域中，以及参与到种种项目中。这样，除了令人感到鼓舞，同时也能得到聚贤纳士的更多支持。

总之，“巾帼不让须眉”的自信态度和胸怀，让越来越多的女性站在了江湖的前台，展示巾帼力量的魅力。女性们需要努力地让自己的内在能力和外在形象与之相匹配，切实维护自己的权益，为社会的繁荣贡献自己的力量!

**巾帼心得体会篇十一**

\_\_，现任\_\_市第六中学政治教师，音乐班班主任，郭明义爱心团队\_\_市第六中学春雨支队成员。

作为郭明义爱心团队的成员，在参加教育工作中，虽然没有什么轰轰烈烈的重大业绩，但在平凡而琐碎的工作中我默默的用自己的方式践行着雷锋精神，践行着作为党员的誓言，特别是\_\_年成为郭明义爱心团队成员之后，更是在郭明义精神的引领下，跟着郭明义学雷锋，积极参加郭明义爱心团队组织的爱心活动，在教育教学工作中坚持树人重德的理念，认真备课、上课，积极参加课堂改革，全心全意为学生和家长服务，用爱心温暖需要帮助的学生和家长，用责任心灌注教师神圣的职业，用热情促进学校的发展，用厚德不断提升人生境界。

过去的17年是我在教育教学领域勉力耕耘、不断进取的17年，在这17年中我始终工作在思想政治课教学的第一线，任十二五\_\_市政治学科骨干教师，获得市级优秀课、观摩课、\_\_年\_\_市“一师一优课”市级优秀课，校级优秀课、观摩课，优秀教师等成绩。积极参加省市科研课题的研究，研究成果省级、市级推广。17年中有工作在班主任的岗位上，带过6届毕业生，我工作在学校的正确领导和关怀下，取得了一定的成绩，所带班级连年被评为市级三好班级、市级优秀团支部、校级三好班级等荣誉称号，我个人也被评为\_\_市首席班主任，\_\_市优秀教师，\_\_市优秀共产党员，\_\_市学雷锋标兵，\_\_市“两学一做”先进典型，校优秀共产党员，优秀班主任等荣誉称号。

学习郭明义精神，做新时代雷锋式党员。

作为郭明义爱心团队成员，在本职岗位上学习雷锋精神，保持党员先进性，发挥党员的带头作用，是跟着郭明义学雷锋的首要条件。

作为一名有党龄的党员，认真学习中国特色社会主义理论体系及习近平总书记的重要讲话，不断提高自身的理论水平。结合本职工作学雷锋，在工作中以身作则、率先垂范，全面贯彻党的教育教学方针，积极参加校党支部举办的各项活动，决心本着全心全意为人民服务思想为祖国的教育事业贡献自己的青春和力量!

作为一名党员，要随时听从组织的召唤和安排，在\_\_年我从学校工作需要出发，放弃休产假的时间，听从学校安排提前3个月回校上课，并在孩子不满8个月的时候，我克服自己家庭的困难，开始担任班主任工作，一当就是连续15年，都能以严谨，务实的态度对待班主任工作，用行动去践行党员的誓言。

\_\_年，当代雷锋郭明义同志来到我们六中，我也光荣的成为郭明义爱心团队\_\_六中春雨支队的成员。我积极参加爱心团队的各项爱心活动，不论是到养老院慰问老人，还是进社区义务劳动，无论是捐款还是捐物，都能积极发挥模范带头作用;在学校的组织下，进行一对一帮扶活动;对于本班和其他班级有困难的学生给予生活和学业上的积极帮助，学业指导、青春期心理辅导、缝补衣物、课余时间和家长的沟通等已经成为课堂以外的对学生的另一部分关爱。这些爱，筑起了我和学生及家长们心与心的桥梁。学生的进步，家长的认可，让我深刻的体会到送人玫瑰，手留余香的幸福。

践行郭明义精神，做为学生和家长服务的班主任。

作为郭明义爱心团队的成员，在本职岗位践行郭明义雷锋精神，积极为学生和家长服务，是跟着郭明义学雷锋的落脚点，而班主任工作是离家长和学生最近的岗位。

从\_\_年开始我担任音乐班班主任，音乐班学生入学的基础相对较低，学习习惯差。个性张扬，好动不好静，而且面临专业课和文化课双重压力的挑战。处于青春期的他们的成长更需要班主任的细心和耐心的工作，各方面讲工作都有一定的难度，需要更多的付出，因此我坚持每天早7：00之前到校，晚上放学最后离开教室，和学生一起学习，一起值日，一起参加活动，用爱心和耐心，感化教育这些对自己失去信心的孩子。我注重从身边的小事着手，传达给学生一个信号，做好事，不论大小都是一种修养，是光荣的，是可以得到赞赏的。对于班级出现的不良现象，可以结合教学内容，以讨论的形式交给学生讨论，并发表意见，进行自我教育，即生动的完成教学任务，也给全班同学提了醒，为班级管理做了铺垫。经过一段时间，我得到了学生的认可和喜爱，孩子们会因为我的付出而说六中的老师很好，很负责任，他们也会回报以爱，在学习和活动中有更好的表现，取得了可以增强信心的成绩。相信这些是他们人生中很重要的财富。

积极帮助家长做好学生的思想工作，青春期的孩子比较叛逆，到了高中，出现比较严重的学生和家长之间的对立，爆发冲突后，家长们会向我求助，我也会积极的寻求解决问题的办法，帮助家长和孩子进行积极的沟通，虽然可能这样的事情会占用我个人的班外时间，但看到孩子和家长的关系变的融恰，也真的是发自内心的高兴。

15年的班主任工作，从来没有和任何家长出现过矛盾冲突，不是我幸运，是家长们被我的认真努力真诚付出而感动，才给予我更多理解和支持，才使得班级工作得以顺利开展。

弘扬郭明义精神，做无私奉献的人民教师。

作为郭明义爱心团队的成员，在本职岗位弘扬郭明义精神，是跟着郭明义学雷锋的必然要求。

作为政治教师，经常把备课的地点和时间转移到家，延长到休息日;自费购买适合学生做的练习题;坚持组织学生进行基础知识的小考，并及时的批改反馈;对于一些有家庭有特殊情况的学生利用课后时间对他们进行思想和知识上的辅导。坚持积极认真的工作态度，做好备课组长工作，认真搞好课堂教学改革，提高自身教育教学水平，适应学校发展的新要求。

总之，在党组织19年的培养和历练中，我获得了各级各类的荣誉，而我清醒的认识到，努力获取的成绩只能说明昨天，扎实工作的今天才是我新的起点。我会按照党章党规的要求，永远保持共产党员的先进性，带头学习提高、践行宗旨、爱岗敬业、弘扬正气;我会不忘初心，以实际行动做一名“四讲四有“的合格党员，在帮助他人，快乐自己中，继续前进，以工作成绩证明自己无愧于共产党员的光荣称号，无愧于郭明义爱心团队的才称号。

**巾帼心得体会篇十二**

随着我国改革开放的深入，女性经济地位和社会地位得到了显著提高。大量的女性在各个领域做出了杰出贡献，成为了全社会的楷模。这些女性中有一类特殊的人群，她们就是巾帼劳模。她们以其非凡的才干和卓越的业绩成为了康庄大道上的名人。作为一名普通女性，我深受巾帼劳模们的示范和启发，既有敬佩和钦佩，更有领悟和感悟。今天我想分享一下我对巾帼劳模的理解和所得体会。

职业素养是每个职业人士必备的素质，而在巾帼劳模的身上，我们可以看到更为出色的表现。她们具有扎实的专业技能和丰富的经验，往往是行业中的佼佼者。她们注重自我提高，不断学习和充实自己，拥有强烈的事业心和责任感，对自己的职业生涯充满热爱。遇到问题和困难时，她们能够保持镇定冷静，理智分析和处理，具有极强的应变能力。

巾帼劳模们不仅在自己的领域中取得了卓越的成就，还积极关注社会公益事业，以身作则，倡导人们献爱心、回馈社会。她们具有强烈的社会责任感，往往带头参加各种公益活动，为弱势群体和社会发展付出了大量的努力。她们以自己的实际行动推广社会公德、职业道德，并不断呼吁和引领更多的人加入到公益事业中来。

三、巾帼劳模有着不屈不挠的毅力和坚韧。

巾帼劳模的成功往往不是一帆风顺的，也会遭到困难和挫折的打击。然而她们正是因为具备了不屈不挠的毅力和坚韧，才能够战胜种种困难和挑战。她们有着坚定的信念和目标，不轻易放弃，不断挑战自己的极限。在遇到困难时，她们积极配合合作伙伴，交换意见和建议，并努力寻求最优解决方案，将能力和智慧统一起来，全力攻克难关。

巾帼劳模懂得关注后继者，注重人才培养和传承，在积极发挥自己的优势的同时，将积累的经验和智慧传达给后来者。她们引导新一代成功、向上发展，结绿成长、交流学习，汇聚起企业家精神，力图打造出一批批的人才精英，为企业和社会的繁荣发展做出了积极贡献。

巾帼劳模们也是革新和创新的中坚力量，更是开拓不断的突破者。以解决社会问题为新的目标。广泛地寻找新的发展方向，利用新的材料、新的技术、新的产品，将大量的社会生产力推向新的发展阶段，创造出了更多新的市场，积极推动了社会的进步和发展。

在这个瞬息万变的时代，要想取得成功，光想是不够的，只有用行动去证明自己，才会拥有成功的希望。巾帼劳模们以自己的实际行动诠释了成功的理念，她们深深的感染和启发了广大的人们。我深受巾帼劳模的精神影响，她们让我感受到了极大的人生动力和前行动力，我的自我肯定和对生活的热爱也因此更加坚定，让我更有信心去实现自己的梦想和价值，体会到了实现人生价值的重要性和奋斗的意义。

**巾帼心得体会篇十三**

新疆维吾尔自治区克孜勒苏柯尔克孜自治州乌恰县吉根乡护边员布茹玛汗·毛勒朵扎根边疆，将青春年华奉献给祖国的守边事业。1961年，她与丈夫一起来到吉根乡，成为一名护边员，在平均海拔4000米以上的冬古拉玛边防线上，五十余年如一日巡边护边，每天至少走20公里山路，创造出无一例人畜越境事件发生的守边业绩。如今，布茹玛汗的三个儿子、两个女儿都是护边员，一家人无怨无悔守护祖国山河。

“我们全家用脚步丈量祖国神圣领土的决心不停，巡边护边的信念不改，心系祖国的.爱国之情不变。”布茹玛汗坚定地说。

“为什么红领巾是用烈士的鲜血染红的?”一位少先队员不经意间的提问，让上海市黄浦区卢湾一中心小学校长吴蓉瑾陷入沉思。

“打好红色底色，种下信仰种子，身边就有最鲜活的课堂。”吴蓉瑾在全国率先组建小学生红色讲解员社团，依托中共一大纪念馆，十余年来累计培养了近千名小学生党史讲解员，坚定了他们从小听党话跟党走的决心，让爱党爱国的校园文化蔚然成风。

江西省妇联兼职副主席甘公荣是“将军农民”甘祖昌和全国道德模范龚全珍的女儿。几十年来，她扶危济困、热心公益，用实际行动传承红色家风：积极参与龚全珍爱心救助基金会管理，帮助贫困学生和困难群众上百人;成立莲花县巾帼志愿者协会，发展志愿者近千人;作为“赣鄱红色娘子军”的宣讲员，线上线下为近800万学员讲述父辈艰苦奋斗的故事。

“我要继承他们心系百姓的精神，发扬艰苦奋斗的优良作风，把这种精神和作风延续下去。”甘公荣说。

在乡村振兴的热土上，在科技创新的浪潮中，在志愿服务的第一线……“最美巾帼奋斗者”开拓进取、矢志拼搏，以勇立新功的豪情壮志投身伟大事业，为迎接党的二十大胜利召开贡献磅礴力量。

**巾帼心得体会篇十四**

在外，李金梅是个不折不扣的女强人;在家，她同样是个勤俭贤惠的好妻子、好母亲。李金梅坦言：“在我创业最艰苦的时刻，是我的家人一直在背后支持我，照顾我，特别是我的丈夫和女儿，没有家人对我的鼓励和包容，也就没有我们的今天。”多年来，致力于挖掘、传承、弘扬、发展民族传统优秀文化，李金梅认为她的价值融入在奉献里，在平凡的生活中，兢兢业业，无私奉献，有一份热，发一份光。她常说如果没有家人的理解和支持，她的刺绣事业早已经终止了。而今，她的女儿也传承了母亲的技艺，甚至还在上小学的孙子，都在认真地学习着哈尼文化。

从白手起家时的艰难困苦，到如今的幸福美满，李金梅和家人始终互相扶持，携手同行。这一家善良、勤恳、诚信、乐观的哈尼人，通过他们勤劳的双手和坚韧的毅力，共同经营起这个幸福美满的家庭，共同开创了辉煌光明的未来。他们用他们的追梦历程激励着更多有梦想的人为梦想而拼搏;他们一家，正用自己的努力，坚守着民族文化，他们用自己一生的行动，使传统艺术代代相传。

**巾帼心得体会篇十五**

近年来，社会越来越注重女性的地位和作用。女性在社会中的地位也逐渐提高，成为了各行各业中不可或缺的一股力量。在这个背景下，巾帼不让须眉，巾帼力量得以展现，让我们一起分享下自己的巾帼力量心得体会。

一、巾帼力量，是一个蕴藏着女性特有魅力的词汇。

巾帼力量丰富着女性的人生，她既是家庭的中坚力量，更是社会的活力源泉。女性的温柔和坚强并存，让她们能够在不同的场合和不同的岗位上展现最优秀的自我。当我看到身边的女性在事业中取得的成就时，我不禁认为无论是在家庭还是在事业上，女性的巾帼力量都是无法替代的。

二、巾帼力量，需要不断的学习和提高自我的素养。

女性要在家庭和职场中展现出巾帼力量，首先要注重自己的素养和修养。只有在不断学习和提高自己的专业知识，才能更好地展现自己的能力和价值。当我们在不断的学习中，不断地提升自己的素养，我们的巾帼力量也会不断得到提升和完善。

三、巾帼力量，还需要坚持不懈地追求卓越和成就。

巾帼力量需要不断地追求卓越和成就。女性所拥有的“皮实”，让她们能够在面对人生的起伏时，展现出坚韧不拔的精神风貌，不断地适应新的变化。坚韧、毅力和奋斗都是巾帼力量的核心，让我们在追求志向和成就的过程中，时刻保持坚定的信念，才能在人生的途中有所成就和收获。

四、巾帼力量，还需要互相帮助和支持。

女性的内心深处，所拥有的那份关注和照顾，让她们能够互相理解和支持。巾帼力量需要互相帮助和支持，只有相互帮助和支持，才能共同克服逆境和困难，斩获事业上的胜利和成就。

五、巾帼力量，需要不断地在生活和事业中继续前行。

当我们展现出了巾帼力量，当我们有了成就和收获，那么我们不应该满足于此。相反，我们需要不断地前行，不断地寻求更加出色的成就和收获。只有不断向前，才能把巾帼力量发扬光大。我们应该时刻保持自己的打破次品、创新、尝试、勇敢和进取的心态，让巾帼力量在我们身上得以继续发扬光大。

总之，巾帼力量拥有着能够抵御挑战，绽放出独特魅力的女性自身力量。每一个女性，在不同的时刻和不同的场景下，都能展现出自己独特的巾帼力量。让我们一起珍惜和发扬自己的巾帼力量，不断学习、不断进取、不断挑战、不断奋斗，为新时代的巾帼力量再创辉煌！

**巾帼心得体会篇十六**

近日，中宣部、全国妇联评选出10名“最美巾帼奋斗者”。她们是中国女性的先进代表，向社会传递了爱党报国、信念坚定的政治品格，展现了自尊、自信、自立、自强的巾帼风采，在新时代的广阔舞台上绽放芳华，谱写了璀璨的奋斗篇章。

助力乡村振兴：“把学会的知识为祖国和人民服务”

杨宁是广西壮族自治区柳州市融水苗族自治县安陲乡江门村党总支书记、村委会主任。2010年，她大学毕业后毅然选择回到家乡江门村，带领乡亲们努力拔穷根：创新“稻+鸭+鱼”共作模式种植紫黑香糯，带动村里年收入300多万元;联手大学生村官成立“苗村倌”电商服务中心，帮助村民销售特色农产品900多万元;出资建设扶贫加工车间，创建“苗阿嫂”“苗阿公”品牌，村里产业覆盖率达100%。2020年，江门村实现94户326人全部脱贫。

“未来，我要在乡村振兴的主战场继续贡献青春力量!”杨宁说。

带领农民脱贫致富的，还有兰州鑫源现代农业科技开发有限公司董事长尹建敏。2018年，尹建敏为当时的深度贫困地区东乡族自治县和漳县建档立卡贫困户投放种羊2.1万只，带动8个乡镇、6个合作社开展规模化养殖。她还新建8个黑木耳种植基地，吸纳350名妇女在家门口就业。截至目前，为建档立卡户分红865万元，支付土地流转费142万元。

乡村振兴的道路，见证了她们的不懈引领，也见证了她们的医者仁心。

**巾帼心得体会篇十七**

“巾帼不让须眉”，女性在工作和社会生活中的地位越来越高，她们不仅能拥有同样的机会和条件去追求自己的理想和事业，还能通过自己的努力成为行业的佼佼者——巾帼劳模。作为一名女性，成为巾帼劳模是我的梦想和目标之一。最近，我有幸参加了一次巾帼劳模的研讨活动，让我更深刻地了解到了巾帼劳模的精神和特质，也让我对于自己的未来职业规划和发展有了更多的思考和启迪。

第二段：追求卓越，勇攀高峰。

在巾帼劳模身上，最引人注目的特点莫过于他们对于自己的工作充满热情和投入，追求卓越，并且不断尝试和突破自己的极限。这种追求卓越的精神，也是我在工作和学习中一直秉持的。当我们不断接受新的挑战并且踏上未知的领域，面对手中的困难和障碍，我们只有坚定自己的信念和勇气，才能攀登到新的高峰上。这也是巾帼劳模们在自己的领域内屡获殊荣的原因之一。

第三段：爱岗敬业，全力以赴。

巾帼劳模也是真正的“有为青年”，他们不仅在工作和企业领域内有着出众的业绩和品质，同时更是社会各个领域的积极参与者和贡献者。他们把自己的工作当成一种责任和奉献的使命，尽心尽力为企业和社会做出贡献。在以后的职业生涯中，我也应该保持对于自己工作的热爱和认真，全心全意为企业和社会贡献自己的才能和力量。

第四段：强化自身，不断提升。

巾帼劳模们不仅在业务方面有着非常高的能力和技巧，同时也注重自身素质的提升和修养。他们注重生活品质、精神世界的和谐和平衡，不断提升自己的修养。在我个人的成长和发展中，我也应该注重个人素质的提升，进一步拓宽自己的眼界和见识，培养自己的文化、道德和审美素质，追求全面和卓越的发展。

第五段：结语。

在巾帼劳模的身上，我们也从中看到了自己的不足和需要提升的地方。巾帼劳模的精神和特质应该激励我们不断启迪自己的职业生涯道路，通过自身的努力和追求去成为行业的佼佼者。无论在哪个领域，我们都应该坚持对于自己工作的热爱和认真，积极参与社会，注重个人成长和提升，追求卓越。我相信，在自己的职业和事业中，只有坚持这些精神和特质，才能走得更远，走得更好。

**巾帼心得体会篇十八**

37岁辗转多地回到祖国，57岁投入麻风病防治工作，95岁成为中国共产党党员……世界著名麻风病防治专家、首都医科大学附属北京友谊医院医生李桓英长期奔波在云、贵、川等地的偏远山区，曾经4次遇险，两侧锁骨和肋骨都摔断过。她推广的“短程联合化疗”方法救治了数以万计的麻风病患者，她提出的垂直防治与基层防治网相结合的模式，被称为麻风病“全球最佳的治疗行动”，为我国乃至世界麻风病防治工作做出了突出贡献。

“我要把学会的知识为祖国和人民服务”。如今，百岁高龄的李桓英用实际行动激励着年轻一代的医务工作者。

同样坚守在医疗卫生岗位数十年的，还有陕西省榆林市佳县人民医院原副院长、儿科主任路生梅。

1968年，路生梅被分配到佳县人民医院工作。看到佳县落后的医疗条件，她许下了“为党工作50年，为佳县人民服务50年”的承诺，用心守护革命老区人民的生命健康。路生梅白天接诊患者，晚上刻苦学习，迅速从一名专业儿科医生成长为全科医生，并创办了佳县第一个正规儿科。退休后的20多年里，她依然坚持每周在县医院和中医院义务坐诊，接诊患者超15万人次。

推动科技创新：“抓住新技术、新产业的发展机遇”

科技战线上，巾帼力量举足轻重。她们潜心研究、刻苦攻关，以专业和实力诠释不平凡的“她”力量。

国家超级计算广州中心主任、中山大学计算机学院教授卢宇彤践行科技强国目标，亲历了中国超算从跟跑到领跑的跨越式发展，是五代银河、两代天河超算系统研制骨干。她长期致力于国产超算技术攻关，坚持自主创新，突破高速通信系统、并行程序应用环境、大规模资源管理等超算核心技术，担任副总设计师的天河二号夺得世界超算500强六连冠。同时，她也是国际超算iscfellow和isc19大会主席，是担任此职务的首位中国学者、世界首位女性学者。

“在工作过程中挑苦活、挑累活，在科研过程中选难题、选前沿。”卢宇彤说，“希望每名女性都能自尊、自信、自立、自强，抓住新技术、新产业的发展机遇，与祖国共同成长。”

浙江大学医学院教授、博士生导师胡海岚2008年放弃美国教职回国，专注于脑的高级功能及相关疾病的研究，在系统神经科学领域取得了一系列世界领先的创新性研究成果，揭示了抑郁症发生及抗抑郁药物快速作用的分子、细胞及环路机制，为研发更好、更安全的新一代抗抑郁药物提供了科学依据。2021年，胡海岚获得第二十四届“世界杰出女科学家奖”，为中国智慧走向世界舞台作出积极贡献。

海军航空大学某实验室教授关欣投身国防事业23年，长期从事信息对抗、信息融合和指挥控制信息系统领域的一线教学科研工作，为国防教育、舰载航空兵战斗力生成和海军信息对抗装备转型作出突出贡献。关欣先后主持完成重大科研项目10余项，创新实现了理论模型的工程化应用，解决了10余项关键技术难题，为我军在海上战场装上了先机制敌的“千里眼”和“顺风耳”。

“未来我们将继续瞄准国家科技前沿和海军转型重大战略需求，进一步注重实战能力引领带动。”关欣说。

**巾帼心得体会篇十九**

第一段：引入巾帼培训的背景及目的（200字）。

近年来，我国对于提升女性地位和增强女性自身素质的需求逐渐增加。为了促进性别平等和社会进步，巾帼培训项目应运而生。在过去的几个月里，我有幸参加了一期巾帼培训班，学习了各种有关女性发展与生活技能方面的知识。这次培训的目的是帮助女性更好地实现自己的价值，提升个人素质，为自己的发展培养优势和能力。

第二段：了解女性发展与性别平等的重要性（200字）。

在巾帼培训课程中，我们首先学习了性别平等意识。性别平等不仅是保障女性权益的问题，更是一种社会进步的体现。我们通过学习相关的案例、调查数据和参观了解到，妇女在家庭、职场和社会中仍然面临不公平待遇、偏见和歧视。如果不重视女性发展和性别平等，那么整个社会的发展也将受到限制。在这方面，我们作为巾帼应当保持警觉，不仅要关心自己的权益，也要为性别平等而努力。

第三段：巾帼培训对自我提升的帮助（300字）。

这次培训中，除了性别平等知识，我们还学到了很多有关个人发展的技能和知识。其中包括职场技能培训、个人形象设计、沟通交流技巧、心理健康等方面。这些内容广泛涵盖了我们日常生活中所需的各个方面，对于我们的进一步发展至关重要。培训中，我了解了如何在职场中提升自己的地位，如何与他人建立良好的人际关系，如何管理自己的情绪和压力。这些技能的掌握不仅对我们的工作有着积极的影响，也能帮助我们更好地处理人际关系和保持心理健康。

巾帼培训课程的一个重要环节是与他人分享心得。通过与他人的交流，我不仅可以巩固自己所学到的知识和技能，还能获得更多的启发和帮助。与同事、朋友和家人分享巾帼培训的心得，我发现他们也对于这些话题非常感兴趣，对于我的收获和成长表示了肯定和支持。同时，我也从他们的分享中学到了更多有关女性发展和性别平等的观点和经验。这种互动与交流不仅增加了我对性别平等的认知，也促进了我们之间的沟通和合作。

第五段：展望巾帼培训的未来（200字）。

通过巾帼培训的学习和交流，我更加坚信巾帼的未来不可限量。女性在社会、家庭和职场中都拥有巨大的潜力和能力。巾帼培训的推广与发展对于促进社会平等和进步有着重要的作用。我希望能够将巾帼培训的所学所长运用到实际生活中，在职场中树立良好的形象和影响力，在家庭中扮演积极的角色，为促进性别平等和社会发展做出自己的贡献。

总结：

通过这次巾帼培训，我不仅拓宽了眼界，提高了个人素质，更重要的是明确了自己在性别平等和社会发展方面的责任和使命。我相信，在巾帼们的努力下，未来将会有更加平等和进步的社会。

**巾帼心得体会篇二十**

第一段：引入巾帼帮扶的背景和意义（200字）。

巾帼帮扶是近年来社会发展中的一项重要举措，旨在通过妇女的力量和智慧，帮助贫困地区的女性实现脱贫致富。巾帼帮扶不仅有助于改善贫困家庭的经济状况，还可以提高女性的社会地位和自我价值，促进全社会的发展。自参与巾帼帮助以来，我深切感受到了这个项目带给我们的希望和喜悦，也获得了许多心得和体会。

第二段：分享我参与巾帼帮扶的经历（200字）。

我作为一名大学生，在暑期选择参加巾帼帮扶志愿服务活动。通过与贫困地区的妇女交流与了解，我深刻认识到她们面临的种种困境和困难，同时也意识到我们身上的责任和使命。我们帮助她们开设了手工制作班，教授她们制作工艺品，并提供销售渠道，让她们通过手工艺品获得一定的收入。这项活动不仅提高了妇女的技能和自信心，同时也为她们创造了机会和希望，让她们真正走上致富的道路。

第三段：总结巾帼帮扶活动带给我的收获（200字）。

参与巾帼帮扶活动，让我深切感受到了妇女改变命运的力量。她们原本处在社会底层，生活困苦，却没有丧失奋斗的勇气。她们积极参与活动，学习技能，接受培训，通过自己的努力打破贫困的困境，逐渐改变了自己和家庭的生活条件。在她们的身上，我看到了脚踏实地、坚持不懈的精神，也感受到了母爱的伟大和无私。这些都给予了我巨大的力量和鼓舞，让我更加坚定地继续参与和支持巾帼帮扶的工作。

第四段：探讨巾帼帮扶的问题与对策（200字）。

虽然巾帼帮扶活动取得了很多积极的成果，但也面临着一些问题。其中最突出的问题是缺乏持续的支持和帮助。许多贫困妇女仅仅通过短期的培训和资助，很难在自己的领域里立足和发展。因此，需要从长远的角度思考，提供更加持续的帮扶，包括技能培训、市场开拓和资金支持等方面。同时，也需要加强与企业和社会资源的合作，为贫困妇女提供更多的机会和条件。只有通过全社会的共同努力，才能更好地推动巾帼帮扶事业的发展。

第五段：展望巾帼帮扶的未来（200字）。

巾帼帮扶是一个长期而庞大的工程，需要政府、企业和社会各方的共同参与和支持。随着社会的进一步发展和妇女地位的提高，巾帼帮扶的意义和价值将越来越被人们所认可和重视。我们应该鼓励更多的妇女走出家庭，参与到社会建设中来，为自己和他人创造更好的生活。每个人都可以从巾帼帮扶中汲取力量和启示，积极传递正能量，共同打造一个更加公平和繁荣的社会。

总结：通过巾帼帮扶的实践和体会，我意识到妇女的力量和智慧是改变社会的重要力量。巾帼帮扶项目给予了贫困妇女希望和机会，促进了她们的自我发展和社会地位的提升。然而，巾帼帮扶还面临着许多问题和挑战，需要全社会的共同努力。我相信，通过不懈的努力和持续的支持，巾帼帮扶一定能够取得更加辉煌的成果，为我们的社会带来更多的希望与喜悦。

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