# 2025年巾帼心得体会(精选20篇)

来源：网络 作者：悠然自得 更新时间：2025-06-14

*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。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。巾帼心得体会篇一作为一个...*

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。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**巾帼心得体会篇一**

作为一个女孩子，我曾经对“巾帼”这个词语感到陌生和疏远。然而在我逐渐长大成熟的过程中，我渐渐意识到巾帼所代表的的含义是如此深刻和宝贵，而这也激发了我对“巾帼”这一主题的思考和反思。在这里，我想分享一下我的心得体会：

一、“巾帼”的含义。

当提到“巾帼”这个词语，很多人可能首先想到的是女性和家庭。然而，越来越多的人开始意识到，“巾帼”并不只是指女性在家庭中的角色和地位，更重要的是它代表了女性的智慧和力量，以及为社会和国家作出巨大贡献的能力。

二、女性独立自主的重要性。

长期以来，许多人认为女性应该把重心放在家庭生活上，而忽视了女性的个人发展和职业发展。然而，随着时代的变迁，女性的地位和角色也得到了极大的改变。不断发展和进步的社会需要女性参与和创造，需要更多女性独立自主的品质。

三、女性同胞的互助与支持。

从古至今，女性作为弱势群体，长期承受着各种不平等和歧视。因此，在现代社会，女性间的互助与支持尤为重要。只有通过相互帮助和鼓励，女性才能在职业、家庭和社会中发挥更大的作用和影响力。

四、教育对女性发展的重要性。

教育是人类进步的重要推动力量，而对于女性来说，教育更是关系到她们自身的价值与能力。在教育方面，我们需要在家庭和学校加强女性教育，打破传统观念，让女性成为更自立、自信、聪明和有担当的人。

五、巾帼不让须眉，勇往直前。

巾帼不让须眉，这句话诠释了女性不屈不挠、勇敢自强的精神，更让人们认识到女性所展现出来的无尽活力和能量。只有拥有了这种精神，女性才能更好地实现自我价值，为家庭、社会、国家作出更积极的贡献。

在我的心中，“巾帼”这个词语已经不再是一种单纯的角色和地位，而是一种信念和精神，是振奋人心的一股力量。对于我来说，巾帼不仅是光荣的象征，更是一种奋斗之路和理念的体现。让我们共同努力，把巾帼的精神继承和发扬光大，为创造更加美好的明天作出贡献！

**巾帼心得体会篇二**

巾帼情，历史中女性的大爱与努力。在千百年来的岁月中，无数的巾帼英雄为了自己的梦想，为了国家的尊严，或是为了家人的幸福，不畏艰险，坚持奋斗。巾帼情，是一种感动，更是一种力量。在接下来的文章中，我想分享我对于巾帼情的一些体会。

巾帼情，首先让我们想起的就是那些历史上崇尚节义的女性。她们忍受着千般折磨，宁愿牺牲自己的生命也要坚持梦想。比如，在中国古代历史上，我们有杨玉环、花木兰等众多的巾帼英雄。杨玉环是中国历史上著名的美女，她为了保护自己的家族，不惜忍受种种屈辱与痛苦，最终成为了一代美人。花木兰则是西汉时期的女英雄，为了替代生病的父亲参军，她化身男子，凭着顽强的拼搏精神，荣获战功。她们都是以自己的独特方式书写了一段段巾帼传奇，用她们的力量演绎了巾帼情。

巾帼情，不仅仅在历史中能够找到，更能在现实中感受到。现代社会是不断进步的社会，女性在社会中的地位也日益提高。越来越多的女性开始奋发图强，追求自己的梦想。在现实生活中，我们还会看到一些极具影响力的女性。比如，乔布斯的母亲，她虽然没有事业上的成就，但是她用自己的深深爱意支持着儿子，让他成为了一代传奇。还有那些默默无闻的寻找家人的母亲，她们为了辛苦工作，才能为家人提供更好的生活。这些女性的努力和奉献，正是巾帼情的最好体现。

巾帼情，不仅存在于个人的努力中，也存在于社会的支持中。社会应该给予女性更多的机会和平等的待遇，让她们得到应有的尊重和认可。同时，也应该建立完善的保障体系，为她们提供更多的便利和支持。只有当我们共同努力，共同呵护，巾帼情才能在社会中扎根，生长，绽放出耀眼的光彩。

巾帼情，在整个国家的建设中扮演着重要的角色。世界上的一枝独秀是不可能实现的，只有女性和男性的共同努力，才能真正实现国家富强、民族振兴的伟业。现代社会，女性不仅在家庭中肩负起照顾家人的重任，更是在工作岗位上展现着自己的能力和才华。她们是企业中的职业女性，是家庭中的贤妻良母，是社会中的榜样和领导者。女性的巾帼情不仅要在个人生活中体现，更要在社会建设中发挥作用，创造美好的未来。

巾帼情，是女性与世界的情感和责任的结合，是她们承载了太多的爱与希望。在这个以自治为核心的社会中，我们需要践行巾帼情，发展巾帼情，让巾帼情不再只是传统的符号，而是一种现代的力量。无论是在历史中还是现实中，无论是在个人的生活中还是社会的建设中，巾帼情始终都是一种珍贵而宝贵的财富。让我们共同呵护巾帼情，共同创造和谐而美好的世界。

**巾帼心得体会篇三**

在吴蓉瑾的推动下，“中共一大纪念馆讲解”已经成为了黄浦区卢湾一中心小学的一门必修课程，覆盖全年级，全校1330名学生均可以用普通话和英语讲解。

许多已经上了大学的小讲解员回忆这段经历都很感激：“这么多年，一大纪念馆的讲解词始终铭记在我的脑海中，在我的心中种下了一粒红色的种子，让我牢记红色历史、永远爱党爱国。”

吴蓉瑾还在学校连续多年举办“红色一课”“中国人过中国节”“学雷锋学劳模”等专题课程和主题活动，让学生从小树立爱国主义和集体主义观念。吴蓉瑾认为，青少年阶段是人生的“拔节孕穗期”，需要精心引导和栽培，以红色为主题，导向鲜明、寓教于乐的实践活动，正是学生们理想信念养成的新鲜养料。

吴蓉瑾常年推动情感教育，致力于培养学生正确的价值观，塑造青少年的完整人格。2004年起，吴蓉瑾和同事们开始探索构建“以情育情”的情感教育体系，探索研发的情感教育课程，惠及学生近10万人次。她将情感教育融入德育、美育、劳育等各个方面，提高学生的沟通交流和情感表达能力。每周的学校课程之余，她都利用15分钟的时间，亲自给学生上情感教育课，与学生们搭建起心灵交流的桥梁。她还开设了上百节情感教育示范课，用自己滚烫的情感把学校建设成一个“充满爱的学校”。

**巾帼心得体会篇四**

巾帼英雄，这个词语常常用来形容女性在艰苦环境中勇敢坚韧、无私奉献的精神。在日常生活中，我们可以透过观察、思考和体悟，得出一些关于“巾帼的心得体会”的结论。在我看来，巾帼之心勇敢、乐观向上、守信用、自强不息、善良无私，这些品质共同展现出巾帼的力量与魅力。

首先，巾帼之心勇敢。天下没有不透风的墙，世界上没有不波折的人生。巾帼们常常要面对各种困难和挑战，但她们并不畏惧，勇敢地迎接挑战。无论是普通一线的女性劳动者，还是参加军队、警察队伍的女性，都展示出了巾帼之心勇往直前的精神。她们在逆境中绽放出坚强与勇敢的花朵，她们的勇气激励着我们向前进！

其次，巾帼之心乐观向上。乐观的心态对于人的成长和进步至关重要。许多巾帼们具备乐观的人生态度，她们在困境中从不低头，总能看到希望的曙光。她们的乐观态度感染了周围的人，她们始终相信，只要心怀希望，努力奋斗，就一定能够取得成功。乐观是一种积极向上的力量，巾帼们运用自己的乐观之光，照亮了前行的道路。

第三，巾帼之心守信用。守信用是巾帼之心的重要体现。无论在家庭、事业还是社会中，守信用是一个人的重要品质。巾帼们守信用，她们热心帮助他人，言而有信，不轻诺、不废诺。她们懂得信任的重要性，用自己的言行去赢得他人的信任。守信用让她们的人生更加美好，也让她们在巾帼之蓬勃的事业中更加有底气。

第四，巾帼之心自强不息。自强是巾帼之心最为闪亮的法宝。巾帼们用坚定的信念和不屈的精神，迈过了一个个困境，突破了一个个难关。她们以自己的实际行动向社会证明：女性是强大的，女性是不可估量的。面对困难和挑战，她们勇往直前，毫不退缩。她们身上展示出的自强不息的精神，激励着世界上无数的女性朋友。

最后，巾帼之心善良无私。善良和无私是巾帼之心的双翼。巾帼们在成功的道路上，总是携带着温暖和关爱。她们热心助人，关心他人的生活，用自己的行动传递正能量。巾帼之心善良无私，用自己的爱心和行动温暖着周围的人，让生活充满了温馨和幸福。

总之，巾帼的心得体会，是我们在观察、思考和体悟中得出的结论。巾帼之心勇敢、乐观向上、守信用、自强不息、善良无私，这些品质展示出了巾帼的力量与魅力。在巾帼们的身上，我们可以看到她们伟大的母爱、无私的奉献、乐观的生活态度和强大的内心力量。巾帼之心的品质和力量，汇聚起来，成为巾帼们脚踏实地，奋发向前的精神支柱。巾帼们的存在和影响力使得我们相信:一个坚强的女性，是可以改变世界的力量！

**巾帼心得体会篇五**

2020年，新冠疫情肆虐，多名女干部、女护士、女战士奔赴疫区一线，叫响了“不计报酬、无论生死”的铮铮誓言，她们把“她力量”凝聚在了抗疫一线。下面是小编为大家整理的巾帼抗疫先进事迹心得体会范文3篇，以供大家参考借鉴!

【抗“疫”“巾帼”别样红】。

第110个国际劳动妇女节，对无数战斗在抗“疫”一线的女同胞而言，是一个极不平凡的纪念日。在全民抗“疫”斗争中，她们在医院与时间赛跑，与死神抢夺生命;她们在防控一线值守，织密基层阻击防线;她们在显微镜下探寻，为早日揭开病毒的诡异面纱;她们在生产车间忙碌，为一线赶制防控物资;她们在田间地头挥洒汗水，为百姓餐桌增添新鲜果蔬……危难时刻，女神们以其勇敢、坚强、挚爱撑起抗“疫”半边天，绘就“巾帼”别样红。

面对危险，她们没有胆怯，以勇敢的逆行镌刻最美背影。在人们眼中，她们或许天生胆怯，需要有人撑起保护伞。然而，当你看到75岁的“铁娘子”李兰娟院士冲向重灾区，奔波忙碌、坐镇指挥，你会涌起无尽的崇敬之情;当你阅读北大医院援鄂护士贾娜给宝宝的饱含深情的家书，你会为她们直面危险而义无反顾、乐观豁达所动容;当你看到武汉协和医院插管小组女将们的沉着、镇定与专业，你会为她们的勇气而由衷地感佩。谁说女性天生胆怯，大义面前，危难时刻，她们没有退缩，没有被吓到，一封封请战书、一个个红手印，昭示着她们的勇敢与伟大。因为她们坚信，有党中央坚强领导下的全民抗疫做强大后盾，疫魔终将被伟大的中国人民所战胜。

面对压力，她们不再柔弱，以坚强的臂膀挑起千钧重担。在人们眼中，她们或许天生柔弱，需要有人为其负重。然而，当你看到武汉三院重症医学科主任董芳重症监护室的生命守护，陆军军医大学医疗队主管护士刘丽那美丽的口罩勒痕，你会感到她们柔弱的肩膀担起了超强重任;当你看到火神山医院护士吴亚玲以面向老家三鞠躬悼念去世的母亲，强忍泪水奔回战场，你会为她扛住巨大悲痛、不被击垮而泪目点赞;当你听到医学专家任丽丽、鲍琳琳创造了短时间分离并确定病原、建立动物模型的战绩，你会为她们依靠科技战胜疫魔而欢呼。说谁她们是天生柔弱，面对压力，面对苦痛，她们咬紧牙关、挺起脊梁、负重前行，以艰辛的超强劳动彰显女性的魅力与担当。

面对抉择，她们没有彷徨，以人间大爱浇灌幸福之花。在人们眼中，她们或许遇事犹豫，需要有人帮其决断。然而，当你看到白衣战士告别亲人驰援武汉，脱婚纱披战袍奔赴战场，icu里跨越生死线，你会发现作为白衣天使的她们与病毒舍命相搏，彰显医者仁心;当你看到连续奋战倒在防控一线的女干部，坚守社区村镇卡口的女社区工作者，你会发现作为基层党员干部的她们甘做防护墙上一块砖;当你看到闭门谢客专为医院送餐的女快餐店老板，坚持义务接送医务人员上下班的女出租车司机，饿了啃馒头、累了睡土坡的火神山医院建设女工，你会发现作为普通人的她们用点滴微光照亮夜空。作为母亲、作为妻子、作为女儿，面对取舍抉择，她们毫不犹豫，她们没有彷徨，舍小家、顾大家，把女性母爱化作人间大爱，谱写新版“爱的奉献”，让幸福之花开遍神州大地。

【三束鲜花赠予顶起半边天的您】。

绿枝抽芽，玉兰含苞，正是仲春好时节。我们即将迎来第110个“三八”国际妇女节，日常中，您上得了厅堂，下得了厨房。战“疫”时，您舍小家为大家，义无反顾驰援前线。据统计，在支援湖北的330支医疗队、4.2万人中，大部分是女性。您是孩子他妈、也是最美女神，更是父母的掌上明珠，您正以实际行动证明顶起半边天不是浪得虚名，而我们想赠予您三束鲜花以表谢意。

送给您一束康乃馨，谢谢您使我们有着温暖的“家”

“母亲”不论何时，她永远是守护家庭重要角色，既是儿女学习的启蒙老师，也是儿女关系最好的玩伴。上海支援湖北医疗队成员吴海燕面对女儿的大声哭泣，细心解释着出征的理由，当听到患者的感谢和女儿的理解后，您露出了灿烂的“双眼”。“妈妈加油，等你打跑了‘怪兽’来接我”这是军医邵紫韫儿女的期盼，因负责新冠疫情患者的标本采集、核酸检测及收治任务，为了保护儿女，她只能把儿女临时寄养在同事家。“有事叫我!”这是武汉市蔡甸区人民医院消化内科医生夏思思的口头禅，“为有牺牲多壮志，敢叫日月换新天”。与“疫”魔顽强拼搏一个多月的您，来不及再次拥抱两岁多的儿子却悄悄地离开了。一束康乃馨以表谢意，家是最小的国，国是千万家，是您的辛苦付出才把“家”的港湾建设得更加温暖。

送给您一束玫瑰花，谢谢您让我们见证纯真的“爱”

谈一场“疫”地恋，是战“疫”的爱情故事里最美的画面，也让我们见证了世上最纯真的“爱”。2月28日，雷神山医院迎来了第一次婚礼，这一场没有燕尾服、没有婚纱的婚礼是为战“疫”而取消婚礼的于景海和周玲亿所举办的，“疫情不退，我们不退”，是这一对新人的爱的箴言。“赵英明!平安回来!你平安回来我包一年的家务，我做!听到没有!”这是四川广元首批派往武汉医疗队出征时赵英明丈夫说出的“情话”，随着出征大巴车的启动远去，而这一句“情话”却一直回荡在赵英明的耳边，同时也成了严寒战“疫”中最美的情书。一束玫瑰花以表谢意，战“疫”一线上的“娘子军”，是您的默默奉献才有如今来之不易的战绩，盼您平安归来再聚首。

送给您一束向日葵，谢谢您为我们增添幸福的“光”

“巾帼不让须眉，红颜更胜儿郎。”女儿一直被父母视为掌上明珠，家中的“小公主”，当您主动请缨战“疫”时就已经长大了。“等我回去，带您来武汉看樱花，看看女儿战斗的地方，好吗?”这是昆山市第一人民医院主管护师胡娟写给父亲的家书，您用实际行动阐释了救死扶伤、爱岗敬业的医者仁心。“你们选了护士这个职业，就必须要坚守岗位，病人不好，疫情不过去，你们就不能退。”平凡的话语中是一名老父亲对武汉汉阳医院双胞胎姐妹杨相美、杨相丽的寄言。撑开下颌，探下喉镜，塞入救命的气管套管，拨出导线，连接呼吸机，一气呵成，姐妹两不负父亲所望，用专业的操作救治伤者。一束向日葵以表谢意，“当年的孩子”成为抗击疫情的中流砥柱，是您无畏无惧才有了我们生活的“希望光芒”。

三束鲜花赠予战“疫”的最美“娘子军”，毛泽东主席说过“妇女能顶半边天”，您用娇小的身躯撑起了抗疫的半边天，您是我们心目中最美的“女神”，祝您节日快乐!愿一切安好!

【她们的“疫”场抉择】。

漫云女子不英雄，万里乘风独向东。疫情爆发以来，无数巾帼英雄奔赴抗击疫情的战场，全国29个省和新疆生产建设兵团组织3万多名全国最优秀的医务人员支援湖北武汉，其中90%以上是女性;各地广大女性党员干部在疫情防控斗争中主动请缨、挺身而出;志愿者队伍中亦不乏女同志的身影。面对“疫”场抉择，她们总是义无反顾。

她们放弃了美丽，选择了守护。“头发没有了可以再长，现在首要问题是保护好自己的同时，尽力量去救更多人。”为了避免交叉感染，节约穿防护服的时间，武汉大学人民医院东院区90后神经内科护士单霞亲手剃光了及腰长发，准备投入到一线工作。面对严峻的疫情，她知道哪怕一点的粗心和意外都会夺去病人的生命，让大家的努力付诸东流，所以，她选择放弃美丽，去守护病人生命的微光。在武汉，在湖北，在全国各地，无数像单霞一样的“花木兰”，奋战在救治一线，一道道口罩印记、一件件汗渍白衣都是“生命守护者”们最美的“戎装”。

她们放弃了团圆，选择了辛劳。“社区是抗击疫情的第一道防线，党员不冲在前面谁冲在前面?”王琼作为湖北武汉市江汉区满春街中大社区党委书记需要统筹社区工作，居民情况汇报、出租车调度、楼栋消毒杀菌、防疫知识宣传成了每天的常规工作，每天爬楼梯、巡社区、送物资等“跑腿”的活她也总是亲力亲为，本就带伤的右腿在寒风中经常不听使唤，有时会一不小心跪倒在地，从膝盖肿到脚踝。谈及这些，这位社区的贴心“大姐姐”总是说：“社区3112户共6131位居民的健康，比什么都重要。”全国大大小小的村社区是疫情防控的“主战场”，无数的贴心“大姐姐”在这里奋战，此时的她们似乎忘记了母亲、女儿、姐妹的身份，却不约而同戴上了共产党员的“红袖章”，微信群里的一句句叮嘱、居民楼里的一张张表册带给了群众满满的安全感。

她们放弃了安全，选择了危险。“我来!”接到咽拭子标本采集任务的紧急动员时，李柳柳等四名来自基层卫生服务中心的姐妹丝毫犹豫。采集任务危险艰巨，患者常会咳嗽、打喷嚏，甚至呕吐，随之喷出的飞沫会喷溅在采集人员的面罩上，如果不小心很容易造成感染。从当天傍晚一直工作到第二天凌晨近3点，主动请缨的四姐妹采集了百来个标本。“工作总要有人做”，朴实的话语却让人热泪盈眶，面对突发的疫情，标本采集、卡点执勤、巡逻劝导等各项工作急需大量人手，从各个岗位涌现出的“铁娘子”组成了一道坚不可摧的防线，把病毒牢牢的锁在了人民生命线的外围，劝导站的一桶桶泡面、“倒班楼”里的一通通电话，见证了她们的峥嵘岁月，也给了我们最暖心的呵护。

无数“花木兰”“大姐姐”“铁娘子”的“疫”场抉择描绘成了一篇讲不完的战“疫”故事，让世界看见了中国的战“疫”成果，也让人民看见了我们的“女神”力量，在这个特殊的妇女节，让我们向她们说声：谢谢，你们辛苦了!

。

**巾帼心得体会篇六**

为庆祝第112个国际“三八”妇女节，迎接党的二十大胜利召开，展现全市职业女性在各行各业拼搏进取、创先争优的靓丽风采，弘扬全市广大女性在全面建设现代化区域中心城市新征程中的“半边天”作用。即日起，陆续讲述最美巾帼奋斗者的故事，点赞逐梦前行砥砺争先“她力量”。幸福是奋斗出来的高晶超桦川县万兴农产品种植专业合作社理事长高晶超，出生于1976年，是桦川县万兴农产品种植专业合作社理事长，寒地山药规模种植第一人，首创山药养生煎饼。曾荣获全国巾帼建功标兵、黑龙江省劳模、全省脱贫攻坚奋进奖、佳木斯市首届“三江英才”、市三八红旗手等称号。

她从2014年开始创办桦川县万兴农产品种植专业合作社，一路从白手起家到现在的初具规模，成长的背后是一个共产党人巾帼不让须眉、不畏艰难、勇往直前的坚强意志。她在创业中始终不忘村里乡亲们，带领村里妇女和她一起种植山药实现致富，并建成山药养生煎饼生产线一条，对推动村民就业、农民增收发挥了显著作用。合作社更是成为全省“互联网+农业”有机山药种植示范基地、扶贫就业基地和省巾帼创业示范基地。

高晶超从一个平凡普通的农家女，成长为妇女姐妹创业的“领头雁”、市三八红旗手、省劳模、全国巾帼建工标兵,是因为无论命运怎样在朔风中滑行，她始终站在凛冽的风口，坚定不移地导航着生命的方向。在无忧的年华，她曾罹陷命运的黑洞刚结婚的几年，经历过2000年全国生猪价格一落千丈让她倾家荡产，也经历过2002年初冬的一场暴雪让她100亩地的水稻颗粒无收。那几年，只要是能挣到钱，再苦再累的活，她和她爱人都去做，在5年时间里，她们夫妻俩硬是凭着自己的双手还清了所有的外债。命运对她的考验还不仅仅如此，爱人的两次车祸，让刚刚恢复一点元气的小家庭再次陷入绝境。

2011年儿子在家门口被一辆过往车辆撞飞，儿子的病情稳定后，望着孩子稚嫩的小脸蛋，她内心百转千回的情感在这一刻都化作了幸福的泪水。在寒地黑土上，她与山药结缘因为给车祸后的儿子调理身体，高晶超开始接触药食同源的山药。她认准了外运的山药在寒冷的北方有无可估量的价值和市场。2011年，高晶超开始尝试种植山药，经过两年多的试种，逐步摸索出一套适合黑龙江省气候条件，在黑土地上规模化种植山药的方法。

她打破了黑土寒地不能种植山药的禁区，率先在高寒地带成功地种植出洁白的山药，成为远近闻名的山药姐，她自己的家庭率先脱贫。成立合作社，带动乡亲们致富她脱贫后不忘本，为了反哺乡亲，聚合集体的力量和智慧，规模化地种植山药，让土地创造出更高的经济价值，在镇政府和村委会的支持下，2014年12月，由高晶超牵头，成立了桦川县新胜村万兴农产品种植专业合作社，合作社最初由14家组成，高晶超被推选为理事长。在高晶超的带领下，仅用三年时间，建成了全省最大的山药育苗基地，带动65名贫困人口务工增收，户均增收5600余元，通过土地流转的方式带动63名贫困户实现户均增收1000元。

为家乡父老乡亲真正实现脱贫致富当好领头雁，排头兵。不断尝试探索，拓展脱贫新途径当合作社生产的黑土寒地山药成功地销往全国之后，高晶超又高瞻远瞩地引进一系列药食同源的经济作物，种植棚室油桃、李子、苹果、雪莲果等特种经济作物600多亩，其中棚室20多栋。目前，合作社已形成以寒地黑土山药、棚室油桃、吉盛李子等作物为主，以绿色水稻种植为辅，以牛蒡、秋葵、黑胡萝卜等经济作物为探索的种植模式，摸索出一整套种植特色农产品的经验和技术。高晶超的合作社先后带动百余个贫困户，劳动增收40余万元。世上没有绝望的处境，只有对处境绝望的人。她是幸福的，有党的好政策，有来自四面八方的关注、引导、支持、帮助，无论未来创业路上有多难、有多苦，她将竭尽全力勇往直前，把山药事业做好，带领她的团队努力打造寒地山药第一品牌!

**巾帼心得体会篇七**

巾帼，意味着女性在社会中扮演的独特角色。作为现代巾帼，我们肩负着繁重的家庭和职业责任，同时还要面对社会的诸多挑战和压力。在这个激烈竞争的时代，如何更好地发挥女性的优势，成为巾帼传统的接续者，成为每一位现代巾帼的任务。下面是我对争做巾帼的心得体会。

巾帼从来都不是一个简单的定义，更不是以某种形式呈现在外部的光环。真正的巾帼是一种内在的修养和力量。要成为一个真正的巾帼，我们需要不断提升自己的人文素养和道德观念。我们要有高尚的情操，正确的价值观和健康的心态，这样才能在面对复杂的社会问题和生活压力时保持良好的心态和智慧的思考。

争做巾帼不仅仅是修养问题，更体现在我们的行动和实践中。现代社会给予我们许多机会去展示自己的才华和能力。而作为巾帼，我们应该积极主动地参与到各个领域中，并展现出我们独特的魅力和价值。我们可以在职场上充分展示自己的才干和能力，为公司的发展贡献力量；我们可以通过自己的行动传递正能量，为社会的进步做出贡献；我们可以在家庭中承担更多责任，成为孩子们的榜样和引导者。只有通过实践和行动，才能真正成为巾帼的代表。

争做巾帼还需要我们对自己的要求和追求。巾帼的地位不是一蹴而就的，也不是凭空得来的。我们要有追求卓越的目标和毅力，不断学习和提升自己。我们要善于发现问题，勇于面对挑战并找到解决问题的方法。我们要不断完善自己的技能和知识，努力做到专业和全面，提高自己的竞争力和生存能力。只有不断自我要求和进步，才能成为真正的巾帼。

除了对自己的要求，争做巾帼还要求我们对他人的关心和帮助。作为现代巾帼，我们身处社会各个角落，与人交往的机会非常多。我们要善待他人，尊重他人的权利和感受。我们要关心社会弱势群体和困难的人们，尽可能地帮助他们。我们要在力所能及的范围内，为他人提供帮助和支持。只有建立起和睦的人际关系，才能真正成为巾帼的表率。

争做巾帼是每一位女性的责任，也是我们对巾帼传统的一种尊重和传承。作为当代巾帼，我们要修养自身的素养和实践自己的价值。我们要不断提升自己的能力和追求卓越的目标。我们要乐于帮助他人，关心社会弱势群体。只有通过这样的努力，我们才能在自己的一生中成为真正的巾帼，为社会的繁荣和进步做出更大的贡献。让我们一起争做巾帼，为世界增添更多美好的色彩！

**巾帼心得体会篇八**

窗外忽惊春草绿。很是惊喜，这场突如其来的肺炎疫情也该消失了吧！

隐隐绰绰的疫病，毫无防备地，落将下来。天地间，静得只剩下一种声音，咚咚，咚咚，是坚定的，勇敢的，抗击疫情的急剧心跳。

莫名的灾难，让所有中国人的脑海中突然蹦出：不忘初心，牢记使命！我怀初心，亦纯亦真，亘古不变。

感人的画面仍旧不曾停歇：一边是远在疫区用生命作战的父母、丈夫、妻子、子女，一边是撑着合十的双手低头颦眉的子女、妻子、丈夫、年迈的父母，两个剪影中间，隔着一地悠长悠长的思念，一肠一肚的挂牵，一诚一心的祝愿，他们只能揉写惦念，在电话视频中，用温暖的话语，隔空温柔着彼此的生命；还有默默支援前线的坚强后盾；亦或是，连战多日疲惫不堪的容颜；还有悄悄远去，留下不朽精神的英雄背影......这一切的一切，静静飘落，战胜了病魔，点缀了整个大地，唯美而纯粹。

也许，记忆里的这些经历与感动，经过岁月飘白，终有一天会变得清浅、简单，但它如一件洗了又洗的棉麻衣服一般妥帖，温暖的感觉，始终都在。也许，这世间所有的轰轰烈烈，都比不上这一场全国人民齐心协力的抗战。与伟大的祖国——中国的遇见，该是所有中国人生命中观赏到的一场最美的花开。

悲悼，那些被病毒吞噬的生命！致敬，那些无私大爱精神不朽的英雄！感恩，那些奋战在一线，为我们负重前行的天使们！

众志成城，大地必见百花香。

**巾帼心得体会篇九**

作为女性，我们肩负着家庭与社会的双重责任。而妇联的成立则为我们提供了一个完善的平台，使我们能够更好地发挥我们自身的优势，为社会发展和家庭建设贡献自己的力量。在这个平台上，我们可以结交志同道合的亲友，互相借鉴、互相学习，共同实现自身价值的实现。带着这样的想法，我参加了妇联的活动，深深地感受到了“巾帼不让须眉”的力量。

第二段：妇联体现女性自我价值实现的平台。

在妇联的平台上，我们可以参加各种形式的活动，如技能培训、文化交流、助学扶贫等等。这让我们有机会展现我们的能力和魅力，提升自身的综合素质，同时也能让我们从社会和家庭的角度来看待问题，更好地了解社会、为社会服务。在这个过程中，我们不仅实现了自身的价值，还为身边的人和社会作出了贡献。

第三段：妇联鼓励女性积极参与公共事务。

作为妇女，我们拥有独特的理性思维、细腻的情感表达能力以及持久的耐力。这些优势在参与公共事务方面具有得天独厚的优势。而妇联则是将女性的优势充分发扬出来的平台，它为广大女性提供了参与政治、社会建设的平台。妇联鼓励女性积极发挥自己的作用和发挥自己的聪明才智，为国家和弱势群体做出贡献。

第四段：妇联提倡“垃圾分类、家庭和谐”

妇联不仅是一个展示女性价值和强调女性力量的平台，还着重于家庭建设和社会环境的建设。妇联鼓励女性宣扬家庭和睦，营造和谐的家庭氛围。同时，妇联还积极倡导“垃圾分类”的理念，鼓励人们关注环保，积极实践绿色生活方式。

第五段：结语。

妇女是一个特殊的群体，妇联则是这群特殊的群体展现自我，实现自我价值的平台。作为一位女性，我谨感谢妇联这个平台，让我们女性有机会把握自己的命运，实现我们的人生梦想。希望更多的女性能够参加妇联的活动，发挥自身优势，成为一个带动家庭发展和社会进步的力量！

**巾帼心得体会篇十**

青年志愿者活动是倡导团结友爱、助人为乐、见义勇为的社会风气，是当代社会注意一项十分高尚的事业。体现了中华民族助人为乐、扶贫济困的传统美德，是大有希望的事业。努力做好这项事业，有利于全社会树立奉献、友爱、互助、进步的时代新风范。这是当代大学生的行动指南，是当代青年志愿者的使命。

我一直想做一名志愿者，其实我参加志愿者就是希望能给社会带来多一点的爱。很多时候，我们在社会总会觉得缺少了爱，缺少了被关怀。尤其是随着人渐渐地长大，接触到更多的人与事的时候，我们的思想就越来越复杂。同时我们会对这个社会越发不满，觉得现代社会就是一个很虚伪的社会。但是其实我们每个人的心中都会有一份爱，是一种对弱势群体的一种无名的爱。我相信凭着这心中的一份爱的种子，从我做起，从我们年轻人做起，我们可以让自己，让别人看到这个社会始终还是温暖的。

作为一个志愿者，在助人的同时，也是自助。在使其他生命活出色彩的同时，志愿者也可以从中得到思想上的升华，学会与人沟通，学会关爱他人，也更深刻地领会到生命的意义。而且，志愿者的活动，也为我提供了一个接触社会的机会，提供了一个锻炼自己的机会。我很荣幸能成为以传递爱心、志愿服务、乐于奉献、不求回报为宗旨的这样一个团队的成员之一。

作为大学生，我们不能养尊处优，而应该履行义务，肩负起时代赋予的责任。即使我们的能力仍有限，但一颗关爱之心不会磨灭，我们将尽全力伸出双手去帮助、关心孤寡老人，孤残儿童等有困难的弱势群体。哪怕一句问候、一次搀扶、一次弯腰都能为社会公益、慈善、福利事业、社会生态环保及建设和谐文明的社会贡献出自己的微薄之力!

爱心已点燃，不要再等待，在我们有限的生命里，去经历让人难忘而有意义的人生体验，在奉献中，体味快乐，收获幸福。朋友们，如果你也怀着一颗感恩的心，那就抓住这个机会立即加入志愿者的行列，和我们一起将爱的火焰燃烧到世界的每个角落!

**巾帼心得体会篇十一**

作为一名当代的女性，我们应该立志争做巾帼，展现女性的力量和魅力。而巾帼精神就是指女性的独立、坚强、自信和奉献精神。在这个充满机会和挑战的时代，每位女性都应该努力成为巾帼，为社会发展作出自己的贡献。

第二段：追求独立。

巾帼精神的核心就是独立。女性要追求经济独立，通过努力学习和工作，赢得自己事业的成功。独立的女性不仅能经济上自立更能在精神上独立自主，不受任何外界的干扰。只有独立了，才能为自己争取更多的权益，实现真正的平等。

第三段：展现坚强。

巾帼精神要求女性展现坚强的品质。无论是遇到挫折还是困难，女性都应该保持坚强的意志力和勇气，勇敢地面对问题，积极思考解决办法。坚强的女性不会轻易放弃，而是不断努力克服一切困难，实现自己的梦想。坚强不仅需要个人的品质，也需要外界的环境的支持和鼓励。

第四段：培养自信。

巾帼精神要求女性不仅要独立坚强，还要培养自信心。自信心是成功的关键，它给予女性力量和勇气面对一切挑战。女性要相信自己的能力和潜力，不断提升自己。同时，要敢于表达自己的观点和想法，不被他人的眼光所左右。只有自信的女性才能发挥自己的优势和特长，创造出属于自己的辉煌。

第五段：传承奉献。

巾帼精神最后要求女性具备奉献精神。作为巾帼，我们不仅要追求自己的个人利益，更应该关注社会和他人的需要。女性要发扬乐于分享和帮助的精神，在工作、家庭和社会中贡献自己的力量。通过关心他人，帮助他人，我们可以传递巾帼精神，影响更多人关注社会问题，积极参与公益事业。

第六段：结尾。

在当今社会，女性有着无限的发展机会和潜力。争做巾帼就是要展现女性的力量与魅力，追求独立、坚强、自信和奉献精神。作为一名巾帼，我们应该努力提升自己的能力和素质，勇敢地追逐梦想，并在自己努力的过程中，不断传递巾帼精神，为社会的发展做出自己的贡献。

**巾帼心得体会篇十二**

刚刚步入百岁的李桓英是世界著名麻风病防治专家，她用毕生精力对抗肆虐人类上千年的麻风病。使成千上万麻风病人获得新生。

2016年，李桓英荣获了首届“中国麻风病防治终身成就奖”。上世纪五六十年代，由于没有行之有效的治疗方法，麻风病肆虐，一度成为世界难题。当时麻风病也流行于我国广东、广西、四川、云南及青海等部分地区。1978年，拥有丰富公共卫生防治经验的李桓英担负起我国麻风病防治的重任。她来到云南省勐腊县南醒村，建立短程联合化疗试点，为消除病人顾虑，李桓英经常与病人近距离接触。

经过27个月的治疗，服药的47名病人临床症状全部消失，完全达到了预期效果，李桓英实施的短程联合化疗经过十年监测，复发率远远低于世界卫生组织的标准。1994年，世界卫生组织在全世界推广了李桓英的联合化疗经验。70多年间，在几代麻风病防治工作者的共同奋斗下，麻风病在我国绝大部分省份已基本消灭。

2016年12月27日，已经95岁高龄的李桓英正式成为了一名中国共产党党员，她说她希望以一名党员的身份在麻风病研究的道路上继续前行。

**巾帼心得体会篇十三**

2012年李金梅用自己微薄退休工资创办了阿卡亢博滇航。创办阿卡亢博滇航的起因，还得从2000年1月在西双版举办的第三届国际哈尼阿卡学术研讨会说起。会议期间有个外国朋友问李金梅：“你们的寨门及阿卡妇女身上的花纹、图案非常奇特且十分漂亮，是否有更深的含义?”当时李金梅无法回答这个朋友的提问，也深深地剌痛着李金梅的心，并为无法找到记录本民族的文字和图案的含义而感到深深地羞愧。

会议结束后，李金梅就开始走山串寨，深入村寨访问老人、民间艺人。在走访中，她深深感到哈尼族这个勤劳勇敢、能歌善舞、充满智慧的民族创造出了许多优秀文化，但这些灿烂文化在历史的变迁中渐渐地淡出了哈尼人的生活，许多文化已经失传并且无法挽回。李金梅看在眼里，急在心上。之后的13年，李金梅与丈夫的足迹遍布勐海县格朗和、巴达、西定、布朗山;景洪市的大勐龙、景哈;勐腊县、澜沧县的大黑山及缅甸南板等哈尼族聚集地区。他们把所见所闻详细记录，每一个图案，每一个故事……她没有想到的是，平日里人们身上穿的，手里绣的图案竟隐藏着如此生动有趣的故事。13年来，她共收集整理出了32个传统图案的来历、含义和绣制传统图案的传统口诀，现已译成汉语、英语及哈尼语，且以讲义的形式进行授课。同时她还收藏只有唯一，没有雷同，不可再生、不可复制的九大支系的阿卡传统服装。期间为收藏、传承、发扬哈尼文化和产品她先后向银行申请了22万元贷款。

2013年，李金梅再次做出了一个大胆的决定，将自己在勐海县城的房子卖了，回到哈尼族的古聚居地南糯村盖房子，在那儿展示自己收集来的民族服饰。“这里才算是哈尼族的根，才能够让哈尼族的文化传承下去。”李金梅这样说到。同年，西双版纳傣族自治州文化馆成功为李金梅的“阿卡亢博”申报了非物质文化遗产，6月8日“哈尼族服饰制作技艺”传习所正式挂牌成立。目前传习所共有2000多名女学员，为“哈尼族服饰制作技艺”传习所提供哈尼刺绣产品，“哈尼族服饰制作技艺”传习所每年要投入9万元回收女学员和收藏哈尼刺绣产品和服饰等。从2000年到现今为止，传习所里共收藏了70年代以前的衣服166件。”

**巾帼心得体会篇十四**

作为一名女性，加入妇女联合会已有多年，自觉地为妇女事业努力着。在这个不断发展变化的时代，妇女们的角色越来越重要，我们也更加认识到了巾帼不让须眉的作用。下面，我将结合自己的经历和感受，谈一谈妇联巾帼心得体会。

一、锻造意志，提高能力。

在妇女联合会工作的这些年，我不仅收获了对妇女事业的热爱和献身，更重要的是锻炼了自己的意志和能力。参与各种活动的机会不断，无论是规模较小的座谈会、讲座，还是组织维权、公益活动，都对我们的组织、协调、向心力等方面提出了更高的要求。在这个过程中，我们不断地克服困难，提高自己，也更加锤炼了自己的意志。

二、拓宽视野，增长知识。

妇女联合会的工作对象是广大的妇女群众，我们的宗旨是关心妇女群众的身心健康，维护妇女权益，让妇女更好地参与社会主义现代化建设，并提高妇女的思想文化素质。为此，我们参与各种知识讲座、培训、调研，拓宽了自己的视野，增长了自己的知识。通过向妇女群众了解实际需求，不断提高我们自己的工作水平与理解力。

三、增强组织力，提高凝聚力。

妇女联合会的工作从无到有，一步步建立起来。作为一名干部，找准自己的定位，做好本职工作，成为增强组织力、提高凝聚力的重要一环。我们要不断加强组织工作，提高组织执行力，不断提高自己的管理能力、组织能力，培养出具有领导才能的优秀干部，使妇女联合会的工作越来越充满活力。

四、巾帼志存高远，开拓未来。

巾帼志存高远，是妇女联合会的理念，是每一名妇女都应该具备的精神和追求。作为妇女联合会的一员，我们要不断引导广大妇女群众，鼓励她们自立自强、勇于拼搏，树立巾帼不让须眉的信念，让更多的女性看到自己的价值。同时也要为妇女们的未来、为国家的建设做出自己的贡献。

五、传承优良传统，弘扬时代精神。

妇女联合会的发展历程是传承优良传统、弘扬时代精神的历程。在我们的工作中，我们要不断学习吸收、继承发扬优良传统，凝聚热情、传达力量、铸就使命，不断弘扬时代精神，为广大妇女群众做好事、做实事，为发展中国特色社会主义事业贡献力量。

总之，在妇女联合会的工作中，我们不断培养出更多的优秀干部，拓展了妇女事业工作的广度和深度，充分体现了女性在社会建设中发挥自己的重要作用。我们将继续坚持巾帼心态，在妇女事业的发展中实现自我、奉献社会，为建设一个更加美好的世界而努力奋斗！

**巾帼心得体会篇十五**

20xx年是不平凡的一年，举国上下乃至全世界遭遇了新冠病毒的袭击，全国人民惶恐不安。随着疫情的蔓延，城市被封锁，百姓止步于家中，平凡的生活在此刻却成为一种奢望。但是，有这样一群“巾帼天使”在国家危难之时，做出了无怨无悔的选择，她们不畏艰险冲在一线。在后方，更有众多巾帼坚守在百姓身边。她们把对祖国和人民的爱放在心底，用实际行动表达出火热的责任与担当，用最美的身影诠释了生命的价值，用坚守的背影演绎着泱泱大国的生生不息。

同气连枝共沐春风，万里为邻一起抗争。全国各地的巾帼天使们不忘初心，奋勇当先。其中，一个首当其冲的苍老面孔让我们每一个中国人都为之敬佩和感动，她就是我国工程院院士、国家卫健委高级别专家组成员李兰娟院士，17年前曾是抗击非典核心人物，17年后，她再次出现在抗击新冠肺炎一线。在接受媒体采访时她说到，希望把危重症病人救回来，让危重症病人的病死率下降，这是她这次申请去的重要原因。在李兰娟院士的身上，我们永远看到的是尽心尽责和满腔热血。为降低感染风险，方便穿防护服，90后女护士单霞将齐腰长发剃成光头投入一线工作，这是有莫大的勇气才会有此举。之后全国各地的巾帼天使在请战后纷纷剪去长发，虽然剪断的是头发，可剪不断的更是责任。

共饮一江水，患难与共。20xx年1月28日，由青海省各家医院组成的135名医疗队驰援武汉进行救治工作，其中巾帼占大部分，在她们身上我看到了坚守初心、不负使命的精神。“不进隔离病房的一天，我不再是一名白衣战士。”青海省人民医院重症医学科护士长孙晓林说到。她工作严谨，为了让大家穿上严格消毒的防护服和胶鞋，为了把防护服留给要进病房的老师，她只穿了一件“特殊隔离衣”，成了别人眼中的“n4级阿姨”。在她心里只要能节省一件防护服，就会多一次战斗的机会。医疗用具的紧缺和超负荷工作，使得这些铿锵玫瑰越挫越勇，坚守下去的决心也更加坚定。急诊icu张蕊和呼吸科与危重症医学科的护师常江，她们都是二胎妈妈，面对疫情，却毫不犹豫的说出“我愿意！”在奔赴前线时心中却五味杂陈，因为面对昔日朝夕相伴的爱人和牙牙学语的孩子，牵挂和思念涌上心头。但在看到那轮初升的太阳，心中不禁豪情万千，因为这是赶赴一场没有硝烟的战争，是践行南丁格尔的誓言，祖国有难，舍我其谁，病魔肆虐，怎可退缩，不管再难，总有人要付出，病毒无情，人间有爱。

平凡的岗位，不平凡的坚守。凌晨四点钟的西宁，在大多数人还在睡梦中时，这座城市已经苏醒。有一些人已经忙碌起来了，她们最了解这座城市，从黑夜到白昼的变化，从点点星光到太阳升起的美丽模样。韩琴是西宁公交公司33路的公交司机，凌晨四点，她已经在公交站准备驾驶公交车，去发车点开始一天的运营工作，但西宁公交的首班车都是在凌晨六点左右，她到岗时间很早。疫情爆发后，韩琴和所有的公交人一样，始终把市民的出行安全放在第一位，出发前的消毒工作都一丝不苟，每一趟班次她都会打开车窗，让车厢通风，确保空气流动，防控到位，韩琴用方向盘守护着所有人的安全出行。同一时段，还有环卫工人、交警、街道办事处工作人员、志愿者的身影坚守在街头，维护着这座城市的宁静。

春天已经来到，胜利不会遥远，姐妹同心，守望相助，心手相牵，温暖着每一个人。你们眼中的泪光为祖国点燃了希望，我相信黑夜会变黎明，相信我们一定会赢，我也相信经历磨难后的祖国会更加坚不可摧。因为坚守，终将美好！巾帼英豪，为你们加油！

。

**巾帼心得体会篇十六**

学习巾帼心得体会，这是一件令人喜悦的事情。作为女性，我们要养成积极向上的生活态度和学习态度，才能在学习和生活中走得更远。在这个时代，女性学习的道路更为开阔，我们要学会走好这条路，并用自己的实际行动证明自己的实力。

第二段：积极向上的生活态度。

学习巾帼心得体会的第一个重点就是要养成积极向上的生活态度。只有心情开朗、乐观向上的女性，才能更好地面对各种挑战。有些人可能会认为，女性应该温婉柔顺，不应该过于张扬自己的实力。但是，这样的想法不利于女性的成长。我们要相信自己，相信自己的能力，不断地学习、探索新的领域，为自己的未来打下更坚实的基础。

第三段：学习态度很重要。

学习巾帼心得体会的第二个重点就是要养成良好的学习态度。学习不仅关乎我们的智力水平，更重要的是与我们的态度有关。学习态度直接影响我们的学习效率和效果。在学习的过程中，我们不仅要注重学习方法的问题，还要注重学习态度的培养。只有在学习中不断锻炼、完善自己，才能提高学习效果，为自己的未来打下更加稳固和坚实的基础。

第四段：勤奋学习不可少。

学习巾帼心得体会的第三个重点就是勤奋学习。勤奋学习是取得成功的关键因素之一。在学习中，我们应该时刻保持一种敬畏之心，不断的挑战自己，不断地努力。只有这样，才能在激烈的竞争中脱颖而出，取得更好的成绩。当我们积累了足够的知识和技能之后，让我们在工作和生活中更加出色，展现出巾帼不让须眉的风采。

第五段：总结。

学习巾帼心得体会，确实是一件可喜可贺的事情。我们要养成积极向上的生活态度和学习态度，勤奋学习，才能在学习和生活中走得更远。在这个时代，女性更需要去发挥自己的潜力，优秀的女性既有优秀的学习能力，也有出色的实践能力。让我们勇敢前行，为未来的美好生活而奋斗。

**巾帼心得体会篇十七**

胡海岚自北京大学毕业后，在加州大学伯克利分校和冷泉港实验室学习、工作多年，2008年回国在中科院上海分院神经科学研究所担任研究员。

2015年加入浙大，现担任浙江大学医学院脑科学与脑医学学院教授、浙江大学教育部脑与脑机融合前沿科学中心主任。

回国后她专注于脑的高级功能及相关疾病的研究，取得了一系列世界领先的创新性研究成果：发现了社会竞争中“胜利者效应”的脑机制，揭示了后天的经历经验可以通过重塑神经环路来改变先天的弱势;从分子、细胞和系统等多层面对抑郁症这一重大疾病的成因提出了新的阐释，为研发更好、更安全的抗抑郁药物提供了新思路。相关研究成果在国际核心期刊发表多篇重要论文，其中包括独立通讯作者的science三篇、nature两篇。2019年她荣获第12届国际脑研究组织-凯默理神经科学国际奖，评委会高度肯定她“在情感的神经生物学机制这一脑科学前沿领域取得了令人赞叹的出色成果”。2021年被授予第24届世界杰出女科学家成就奖。她的国际学术影响力为中国科研在国际上发声，为中国智慧、中国方案不断走向世界舞台作出积极贡献。

**巾帼心得体会篇十八**

巾帼先锋是指那些居家事业两不误的女性，她们在家庭和工作中都井井有条，事业有成，为社会作出了巨大的贡献。作为一位现代巾帼先锋，我深有体会和感受。在这篇文章中，我将从五个方面谈谈我的心得体会。

首先，作为一位巾帼先锋，我们要时刻保持积极向上的心态。人生中充满了各种挑战和压力，但巾帼先锋要学会坚定承受，勇于面对。在家庭中，我们要处理好家庭的事务，照顾好老人和孩子；在职场中，我们要积极投身到工作中，努力实现自己的事业目标。无论是家庭还是工作，积极的心态都将给我们带来更多的机遇和成就。

其次，巾帼先锋要不断学习和提升自己。知识是巾帼先锋成长和成功的关键。我们要有学无止境的精神，不断拓宽自己的知识面。在工作中，我们要学会运用新技术，不断提高自己的专业能力；在家庭中，我们要学习如何更好地照顾家人和处理家庭事务。只有不断学习，我们才能更好地应对改变，适应社会的发展。

再次，巾帼先锋要学会合理安排时间。时间是巾帼先锋最宝贵的财富，我们要学会如何调配和利用好时间。在繁忙的工作中，我们要合理安排工作的优先级，做好时间管理，保持高效率；在家庭中，我们要学会如何把握好工作和家庭的平衡，不让工作占据太多的时间，保持与家人的良好沟通和互动。只有合理安排时间，我们才能更好地发挥自己的才能和能力。

另外，巾帼先锋要注重身心健康。身体健康是一切事业的基础，我们要学会保护好自己的身体。在紧张的工作中，我们要注意劳逸结合，定期进行运动和休息；在家庭中，我们要注意饮食健康，保持良好的生活习惯。此外，心理健康也非常重要，我们要学会调整自己的情绪，保持积极阳光的心态，才能更好地面对生活中的挑战和困难。

最后，巾帼先锋要积极投身公益事业。我们作为巾帼先锋，不仅要关注自己的家庭和事业，还要关注社会的进步与发展。参与公益事业，关爱弱势群体，帮助那些需要帮助的人，为社会和谐发展尽一份力量。只有积极参与，我们才能更好地体现巾帼先锋的价值和意义。

作为一位巾帼先锋，我深知扮演好这一角色意义非凡。我们不仅要在家庭中扮演好妻子、母亲的角色，还要在工作中发挥自己专业能力和聪明才智。同时，我们要始终保持积极向上的心态，不断学习和提升自己，合理安排时间，注重身心健康，积极投身公益事业。只有这样，我们才能成为真正的巾帼先锋，给社会和家庭带来更多的阳光和温暖。

**巾帼心得体会篇十九**

。

杨宁，女，苗族，1985年10月出生，中共党员，硕士研究生学历，广西融水苗族自治县安陲乡江门村村民委员会主任。

十年前，大学毕业的杨宁毅然回到自己的家乡——国家级贫困县广西融水苗族自治县的安陲乡江门村当起了大学生村官。两届6年的大学生村官任期结束后，她依然选择继续留在基层一线。经过十年努力，杨宁带领江门村94户326人顺利脱贫，贫困发生率从20%降到低于3%。在脱贫攻坚主战场，杨宁不断贡献着自己青春的智慧和力量。

搞规模种养特色促增收。江门村地处深山，信息闭塞，下辖12个自然屯共有村民493户1708人，2010年全村人均纯收入只有1000多元。

通过原始资料收集、分析和判断，杨宁把全村脱贫目标定在发展高山生态种植业和竹子加工业，并将“土特产”通过网络等方式推销往各地。随后几年，杨宁积极动员贫困村民种植高山泉水西瓜、高山水稻等特色产业，带领农村创业青年成立了农民专业合作社，并创办了“苗阿嫂”品牌，在脱贫攻坚的主战场发挥着青春力量。

村官大联盟电商促外销。通过最初的朋友圈推广和电商平台销售，杨宁见识了网络销售的力量，也为解决村民种得下、有销路、稳收入的问题奠定了基础。2016年，杨宁联合6名大学生村官成立了“苗村倌”农产品电商服务中心，至2019年帮助贫困户销售农产品300多万元。在后援单位广西汽车集团的帮助下，江门村获赠一台冷藏车，并免费在柳州设立了一间扶贫门店。杨宁以消费扶贫为契机，通过“村民合作社+冷藏车+扶贫门店”的模式，助推江门村销售特色农产品150多万元，为村集体经济增收7万余元，打破了江门村集体经济零收入的现状。

心系学生娃关爱特困户。安陲乡大多数留守儿童往返走路到乡里读书，每家每天都需要大人早上送中午接，下午送晚上接。为解决村民的烦恼，杨宁将自己家建成“留守儿童之家”，每月抽出空闲时间将留守儿童集中在一起，辅导他们学习或作心理疏导等，为留守儿童撑起了一个温暖的“家”。2014年至今，杨宁个人资助梁海春家庭小孩生活补助费、带领身患重疾的潘健强看病就医、向腾讯工银申请了百名老人“微心愿”等等，让爱心种子遍洒苗山大地，生根发芽。

**巾帼心得体会篇二十**

巾帼是妇女的代名词，书香则是智慧和文化的象征。妇女在追求知识和艺术的过程中展现出的优秀品质，既是对自身成长的追求，也是对社会进步的贡献。近年来，我深入了解巾帼书香的故事和经验，感受到了巾帼书香的力量和魅力。

第一段：巾帼书香的背景和定义。

巾帼书香是中国古代文化中的一个成语，意味着妇女有才学、有文化、有修养。巾帼是指妇女，书香则是指文化和知识。在中国传统儒家文化中，妇女作为家庭的管理者和传统文化的传承者，被赋予了相应的责任和使命。巾帼书香要求妇女具备有一定的学识和知识储备，并能用智慧和文化去改变自己的命运和家庭的状况。

第二段：巾帼书香的力量和魅力。

巾帼书香的力量和魅力在于其积极的思想影响力和精神追求。妇女通过学习和阅读，获得了自由思考和独立意识的能力。这使得她们能够超越传统的束缚和框架，更好地实现自我发展和个性价值。巾帼书香的力量还体现在她们对家庭、社会和国家的贡献上。在妇女进入职场和参与社会生活的过程中，她们的知识和文化储备为社会稳定和进步做出了积极的贡献。

第三段：巾帼书香的故事和经验。

巾帼书香的故事和经验是一部妇女追求知识和智慧的历程。这其中既有古代的名媛雅女，如孟母教子、荀子之母等，也有现代的女性典范，如邓文迪、茅于轼的妻子等。她们通过阅读和学习，提升自身素质，充实自己的思想和智慧，从而在家庭和事业两个方面都取得了较高的成就。她们的鲜活经历和励志故事激励着更多的妇女走向书香人生。

巾帼书香对现代社会的启示在于女性教育的重要性和意义。妇女作为人类社会的半边天，其教育和培养对社会的稳定和进步具有重要意义。通过教育和培养，妇女可以提升自身的素质和能力，更好地适应社会变革和挑战。巾帼书香还提醒我们，尽管社会在进步，但妇女的教育问题依然存在，需要更多的关注和投入。

第五段：巾帼书香的未来展望和发展机遇。

巾帼书香的未来发展展望广阔，尤其是面对数字化时代和人工智能的冲击。妇女通过接触互联网和新的科技，可以更广泛地获取知识和信息。巾帼书香也需要与时俱进，注重提高妇女们的信息素养和科技能力。此外，巾帼书香的传承和传播也需要更加多元化和全球化，积极参与到国际交流和合作中去，为建设一个更加公平和文明的社会贡献力量。

结尾段：总结和展望。

巾帼书香是妇女的力量和魅力的象征，她们通过学习和阅读，改变了自己的命运，为社会进步贡献力量，展现出了巾帼的风采和智慧。巾帼书香的故事和经验激励着更多的妇女追求知识和智慧，塑造了更多的妇女典范。巾帼书香对现代社会的启示是女性教育的重要性和意义，并且展望未来，可以通过数字化和全球化的途径，为妇女提供更多的发展机遇和空间。巾帼书香的力量将继续引领妇女走向一个更加光明的未来。

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