# 2024年抗疫专题讲座心得体会(8篇)

来源：网络 作者：落日斜阳 更新时间：2024-10-02

*当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。抗疫专题讲座心得体会篇一冬季是“外防输入...*

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**抗疫专题讲座心得体会篇一**

冬季是“外防输入、内防反弹”“人物同防、全力抗疫”的关键时刻。戴好口罩能有效阻断病毒传播路径，既防病从口出又防病从口入，是与外界之间搭起“安全墙”，御“毒”于口罩之外的基本措施。

但是，生活中也有“带口罩”却不“戴口罩”的现象。比如，有人把口罩装在了衣兜里，遇有检查时才掏出来戴上；有人乘坐城市交通工具，当司机或乘务人员询问时才不情愿地掏出口罩戴上，口罩成了应付检查的工具。戴好口罩，对疫情防来说，绝不是可有可无，对每个人来说也不是“愿不愿意”“习不习惯”的问题，而是我们必须履行的公共责任。

作为预防呼吸道疾病的“过滤屏障”，只有确保口罩正确使用和处置，才能发挥其应有的效果。今年8月，国家卫健委发布了《公众和重点职业人群戴口罩指引》，对正确佩戴口罩提出了明确而具体的要求。在生产生活中，我们必须按照这些要求把口罩戴好、戴到位，才能扎牢疫情精准防控的第一道防线。

眼下，新冠疫苗开始注射“加强针”。国产灭活新冠疫苗的预防效果非常确切，对德尔塔变异株也有高达70%的防护效果，对重症和危重症风险具有较强的预防作用。但打了疫苗，也不是完全就有了“金钟罩”护体。抵御新冠病毒，除了接种疫苗，在日常生活中，戴口罩、保持社交距离和注意个人卫生都是不能松懈的，毕竟，感染只有0%和100%的区别。

“针尖大的窟窿能漏过斗大的风”，冬季疫情防控正处于关键时期，宁可处处“较真儿”，也绝不可马虎“打盹儿”。把功夫用在平时，科学佩戴口罩、保持社交距离、注意个人卫生勤洗手，坚持从严从紧，才能守护好来之不易的防控成果，不给病毒可乘之机。

严防疫情反复，让经济社会运转秩序有更可靠的保障，就更需要精准有力的防控。守好个人防护第一关，是为自己好，也是对社会负责。希望“出门戴口罩”能成为每一位市民在疫情防控常态化下的“文明公约”“抗疫自觉”，只有大家都能做好防护，才能都拥有健康，我们的经济社会才会更加有序运转。

**抗疫专题讲座心得体会篇二**

今天是3月5号，从官方公布的各种消息来看，闭关的日子应该是结束了。居家抗疫期间，除了听从指示，不出门、多洗手、戴口罩以外，还有不少感悟与体会和朋友们分享。

一、平时要多锻炼身体，锻炼身体形成强大的免疫力，才能抵挡病毒的袭击。报道中说有的人带毒二十几天都未发病，有的人打个照面就被传染，与抵抗力有直接关系。毛主席说过：“身体是革命的本钱。”看来以后要放下手机，多出门、多运动才是王道。要不然已经躲过两轮追杀的中年油腻男危矣。

二、要囤积点口罩。一罩难求，是这次疫情给中国人最大的教训。从1月底至今仍未通过药店这一正常途径购买到口罩，可见这种东西有多么稀缺。查阅口罩说明书，口罩的保质期均在两年，恢复正常生活后，建议家中常备两包口罩，才能躲过病毒的再次追杀，自救自保从口罩开始。

三、夫妻中至少有一人要在体制内。通过本次疫情可以发现，体制内不仅有可能分配到口罩，并且有各种官方信息让你耳聪目明。各种消息，均是体制内的人先知道，不在体制内的吃瓜群众不仅不明真相，只能乱传各种小道消息。一纸通行证不仅代表着你是公家人，还能保证你的基本生活。被门卫无情拒绝的你，完全证明了你混的怎么样的问题，作为中国人这样的心情你应该秒懂。

四、储蓄是一个好的习惯，要继续保持。要留点备用金，千万不要听银行的人忽悠，办一堆信用卡。更不要碰什么花呗、借呗，白条，切不可“寅吃卯粮”过度消费，要不然在灾荒面前，没有一点抗风险能力。武汉的教训太深刻了，有的人多花了几万元，多挺了一天，就赶上了医保免费的治疗，有的.人没有钱只好回家了，阴阳两隔。多么痛的领悟啊!

五、平时要多学习厨艺美食。居家抗疫，全民神厨，看朋友圈里各种显摆、得瑟，你也心动，但平时连油壶都不碰的你，怎么能比得过人家，估计疫情结束后，新东方、蓝翔的厨师学校都可以开设一些短期班，不用多只用教会10个菜就行，关键时候就不会露丑了。

六、要有一个小爱好。不论是书法，画画，摄影，下棋，针织、太极、厨艺都行，不然的话你会非常无聊，手机快刷烂了，剧也追完了。在家转来转去却不知道干什么，无比尴尬。

七、房子还是大一点好。封闭管理以后，你会发现被束缚在一个有限的空间内是多么难受，从客厅到卧室总共七步，每天走过走过去，却也写不出“七步诗”。与老婆的吵架指数却直线上升。建议以后买房户型要大一点，物业管理要好一些，说不定还能给你送点菜。提前规划好影音室，咖啡间，台球室，瑜伽室，健身房，要不然非得活活憋死。

八、电脑打印机要备齐。电脑打印机至少各两台，随时钉钉上课，居家办公，修改公文、下载作业打卡，实在是居家利器。尤其是打印机，非常重要，老师“叮铃铃”一响，子女在一旁大声的催促，你抄作业的大手不停地颤抖，经过每天两轮的轰炸，不到半个月就会发疯。真的感谢打印机呀! 还有电脑，谁当初说台式机已灭亡，经此一疫，估计联想股票都要上涨，前段时间连神舟这样的牌子都因分赃不均，开始吵架，说明夕阳产业又迎来了春天。

**抗疫专题讲座心得体会篇三**

一、党员必须对党绝对忠诚。

对党忠诚是郑重写进入党誓词的，君子一诺千斤，一次宣誓就是一生承诺。回顾中国历史，在国家独立、民族富强、百姓安居乐业等事关国泰民安生活富裕问题上，无论哪个政党哪个朝代从未有今天的成就，这个成就是中国共产党缔造的，对这样一个伟大的党，我们没有理由不忠诚。

1、在党言党，爱党护党。要听党的话跟党走，言行时刻与党中央保持一致，不做墙头草，顺风倒。不做骑墙派，一面受党的恩惠，另一面却对党的理论思想半信半疑。更不能做反对派，吃党的饭，砸党的碗。

2、在党忧党，荣辱与共。生于忧患死于安乐。作为一名党员必须深刻认识自身发展和党的发展之间互相促进的关系，忧党之所忧、想党之所想，把党的兴衰作为己任，积极献言建策，替党多想困难，对党不利的事不做，对党不利的话不说，对党不利的谣言不信，思想坚定，为党多做工作。

3、在党为党，永葆先进。先进性是党赋予党员的权力，也是责任和义务。作为一名党员，除了在工作上要带头，还需要在朋友交往中、邻里关系中、人际关系中处处以身作则，努力在各方面比其他人做得好一点，比非党群众做得好一点，时时发挥党员先锋模范作用。

二、干部必须担当作为。

习说：“看一个领导干部,很重要的是看有没有责任感,有没有担当精神”。新时期干部为什么要担当作为，我对此有三个层面的认识。

第一个层面，从大处讲，党的事业需要干部担当作为。党今天的成就是历代领导人带领干部群众奋斗担当的结果，建立新中国、实现改革开放走向富裕、实现中国梦，都需要每一个干部去作为去担当。

第二个层面，从切身讲，每一位干部都与一批同事工作在一个单位中，大家是一个整体。每年市委市政府对单位都要进行年终考核，考核结果与奖金挂钩，无论为了单位荣誉还是群体利益，必须担当作为。

第三个层面，从小处讲，每一位党的干部都是同龄人的佼佼者，年轻时都有自己的理想和追求，为了自己的理想，成就自己的美好人生，必须去担当去作为。

党的以来，以同志为的党中央励精图治、攻坚克难，带领全党全国人民深入开展反对“四风”突出问题，持续保持反腐高压态势，党风政风明显好转，人民群众满意度不断提高。在这全面推进改革发展的关键时期，当前和今后的经济社会的发展目标是否落到实处、取得实效，关键看领导干部如何作为。

1、要有担当的胸怀。“担当”一词,词典的解释是七个字：接受并负起责任。担当体现在别人存有畏难情绪、不愿意做的工作，我们去接受、去落实。古人说:大事难事看担当。干部的担当，体现在大事难事面前勇挑重担、敢于负责，在急事危事面前挺身而出、冲锋在前，在名利地位面前不计得失、顾全大局。

2、要有担当的能力。“责重山岳，能者方可当之。”有了过硬本领才能真负责、真担当、有作为。新形势下，对干部的要求与日俱增，干部们适应的一面正在减少，不适应的一面正在增加。分组交流中，就有乡镇领导提到当前新的《监督条例》《处分条例》对群众工作就有不小的挑战性。要担当作为，我们必须加强学习实践，锤炼自己的执政基本功，努力提高在征地征迁、信访维稳、招商引资等急难险重工作上的能力。

3、要有担当的拼劲。接受了任务，具备了能力，能不能干好，拼劲很重要。这种拼劲表现在：以“等不起”的紧迫感、“慢不得”的危机感和“争一流”的使命感，咬紧牙关，守必坚，攻必克。

三、领导干部必须遵规守纪。

领导干部是人杰是精英是党的财富，领导干部受党的委托，肩负党的重任，手握党赋予的权力，必须在党的纪律和规矩的框架内努力工作，为民服务。离开纪律和规矩的框架，就可能犯错，一旦犯错，党的事业人民的利益就要受到损失，党的形象要受到损害。因此，领导干部必须遵规守纪。党的xx届四中全会《决定》强调指出，“党规党纪严于国家法律”。这一鲜明的论断，体现了党要管党、从严治党的内在要求。“作风建设永远在路上”，作为领导干部必须以更严的要求切实遵守政治纪律、工作纪律、组织纪律、生活纪律，既要做好工作，忠诚履职，又要做好八小时以外的事情，管好自己的手、口、身，生活健康，格调高雅。

四、从政必须严实并举。

今年以来，中央在县处级以上领导干部中开展三严三实专题教育，三严三实明确了领导干部的修身之本、为政之道、成事之要，是党员干部从政的主线和遵循，对我们基层干部也有借鉴意义。面对新常态，作为纪检组长更应严实相济，不断践行“三严三实”，着力强化五个意识进一步努力作为。

1、正人先正己的自律意识。执纪者必先守纪。作为纪检监察干部要严以律己，带头遵守纪律和规矩，坚守从政底线，抵制歪风邪气，在大是大非面前敢于坚持原则，在利益诱惑面前经得住考验，做到心中有责、心中有戒，要求别人做到的自己先做到。

2、与时俱进的创新意识。以来，中央纪委聚焦主责主业，坚持问题导向，在体制机制上打出创新组合权，成效显著，作为纪检干部我们既要为党欢呼又要主动对接。

今年以来市教育局创新推出：图表式分责、链条式传导、网格式覆盖、立项式督查、倒逼式问责等落实“两个责任”五项举措，积极主动与市审计局等部门对接，启动学校一把手财务审计通报与问责制度，学校工程项目专项督查等工作。接下来市教育局将开展全系统的党风党纪党规动员会，启动以党规党纪宣教、学校两个责任落实情况汇报等七个内容的专项系列活动。

3、敢于得罪人的担当意识。坚持原则、秉公执纪、敢于负责是纪检监察干部的职业特质。执纪监督主要是发现不足，指出不足，批评不足，是戳人家的短处和痛处，因此，纪检干部的担当更多时候体现在敢于得罪人上。体现在坚决顶住压力、排除干扰、拒绝说情，该审查的坚决审查，该问责的坚决问责，该处分的坚决处分上。

4、功成必须在我的使命意识。功成必须在我的对面是功成不必在我，功成不必在我是一种奉献意识，长远决策意识，科学发展意识。功成必须在我是一种坚守意识，面对四风顽疾，作为一名纪检干部，功成必须在我的使命意识，主要体现在，弛而不息抓作风，一个节点一个节点纠四风，抓一点成一点，抓一节成一节。种好自己的责任田，做到守土有责守土尽责。

5、抓早抓小的警戒意识。“毛毛细雨湿衣裳”，小节不小，不抓小节就会毁掉大节。注重抓早抓小，体现在坚决克服以办大案要案论英雄的倾向，发现问题线索及时追踪，有了反映及时提醒，让“扯扯袖子、咬咬耳朵”、“红红脸、出出汗”成为工作常态，防止小错酿成大祸，让干部有错能改，幸福生活。

**抗疫专题讲座心得体会篇四**

一、正确认识自己的心境反应。首先我们需要确认的是，传染病暴发的确会给我们带来巨大的压力，甚至造成心灵的创伤，产生一定的消极情绪是十分正常的。即使发现自己出现了一些平时不常出现的心情，也不必视之为洪水猛兽，不必对此有过多的心理负担。我们会发生这些改变都是正常的。接纳这些情绪有助于我们更好地生活、应对疫情。

不过，这并不意味着我们就可以对可能有的负面心态听之任之，要对自己的心理状况有一定的监控。我们可以关注自己是否沉浸于某种消极情绪中、难以自拔，自己对于疫情的看法、信念是否有不合理之处，自己的生活习惯、行为轨迹是否出现了不必要的过大波动。总之，将自己的状况和最有利于抗击疫情的行为模式进行比较，并及时调整。

二、学习到了压力管理的一些基础知识，对压力管理有了更清晰的认识。使我能够分析压力源形成的内外原因，懂得压力与工作绩效的关系。

三、学会了一些减轻负面情绪的技巧和方法，学会了不要带着情绪去处理问题，在处理问题时要先放下情绪，然后再冷静思考解决对策。提高了自己处理人际关系的能力。

四、减轻了自己累积在自己身上的压力，提高了自己的自信心，提高了自己的洞察力。

在以后的生活中，我将通过各种改善不良情绪与压力舒缓的系列方法来管理自己的压力和情绪，建立良好的生活、工作习惯。

总之，真是收益多多啊！

**抗疫专题讲座心得体会篇五**

疫情席卷全球已近3年，有人感叹道，青春有几年？疫情占3年。在这几年的抗疫中，我们经历过“清零”的振奋，也经历了疫情死灰复燃的恐慌，然后就有人在反反复复中麻木，对防疫措施有所疏忽。

正是因为这些疏忽，我们才经历了这一次次的疫情突袭。所以，在这特殊时期，防疫是万不可疏忽，我们必须万众“疫”心，打赢疫情防控阻击战。

相互理解，同心抗疫。在疫情期间，常有前线最美“逆行者”医护人员的事迹让我们热泪盈眶，但是也有一些不和谐的行为和声音在阻挠防疫工作。在网上，我们可以看到一些诸如“妨碍疫情防控、与防疫工作人员起冲突”的新闻，了解一下事情始末，这往往都是由一些很小的事情引起的。天寒地冻，又或是烈日炎炎，许多群众在这严酷天气中排队等待核酸，难免会焦躁不安，与工作人员交谈不愉快时就容易做出冲动的行为。

但冲动过后，大多数人又会对自己的行为感到懊悔，因为他们也知道防疫工作人员并不容易，奔赴在前线，面对成千上万的群众，也意味着面对着成千上万的隐患危险和不理解，他们也会觉得累，觉得委屈。疫情之下，没有谁是一座孤岛，也没有谁可以不与他人发生社会联系存在，我们要相互理解，凡事三思而行，克制自己的冲动。

提高信息的辨别能力，不传谣、不信谣。疫情的出现，如同一面“照妖镜”，网上出现很多境外势力，置事实于不顾、传播不实信息，诱导不明真相的网友，引起他们的激愤，和对官方的不信任。犹记疫情发生初期，各路来源不明的微信截图、耸人听闻的视频片段一度闹得满城风雨。大家本就对未知病毒充满恐惧，谣言的传播无异于火上浇油。凡事多一些理性，少一些盲从，提高信息的辨别能力，不做谣言的制造者、传播者、盲从者。

约束自我，不拖后腿。现如今，国外采取的抗疫手段就是不约束，放任他们“自由”，实现他们口中所谓的“群体免疫”，所以国外的感染人数每天以万为单位地增加。但是康复后是有复阳情况出现的，而且很多“康复”患者，出现了身体不适的情况。这些患者在治愈后仍伴有咳嗽、易疲劳等后遗症，部分人回到工作岗位后，由于呼吸急促和肌肉酸痛，甚至连短距离的散步都无法进行。

多次强调“始终坚持人民至上，生命至上”，我们国家始终把人民生命安全和身体健康放在第一位，对疫情防控一直死守严防，因此，我们更不能拖国家后腿。在日常生活中，我们出门要全程戴好口罩，尽量少去人群密集和通风比较差的场所。外出回来后注意个人的卫生，勤洗手，在家中也要通风换气。遇到疫情管制，要服从防疫安排，配合防疫人员工作。

**抗疫专题讲座心得体会篇六**

经过全国上下的共同努力，我国疫情防控形势总体平稳，国内感染风险主要来自境外输入。奥密克戎变异毒株的出现，全球疫情形势更加复杂严峻，必须毫不松懈抓好常态化疫情防控各项工作，坚决筑牢“外防输入、内防反弹”防线。

为应对最新变异毒株带来的挑战，我们必须做好充分准备。面对不断出现的变异毒株，我们要严阵以待、不掉以轻心，同时又要避免恐慌心理、自乱阵脚，保持既不恐慌也不轻慢的心态，严格落实疫情防控常态化措施，坚持动态清零目标不动摇，就一定能够打赢任何可能出现的疫情遭遇战，巩固来之不易的防控成果。

毫不松懈抓好常态化疫情防控，全力阻断疫情输入、传播、扩散。新冠肺炎疫情是一次特殊的考验，我们要攻克这个难题，就要总结好、使用好我们前期战胜疫情形成的好经验，要做到“一口岸一方案”，不断完善疫情防控工作方案和应急预案。陆路边境口岸海关要坚决落实“客停货通”“人货分离”等防控政策，对跨境司机、边民等高风险人群要严格做到闭环管理。同时，要继续坚持人、物、环境同防，采取多种有效措施，严密防范新冠病毒通过进口冷链食品输入风险。要进一步严格规范进口冷链食品生产经营行为，加大日常监督检查力度，坚决杜绝食品生产经营者采购、使用无合法来源的进口冷链食品。

持续加强防疫健康宣传，引导广大群众严格落实个人防护措施，有效阻断疫情的传播链。新冠肺炎疫情具有传染性强的特征，而这些问题往往出现在一些不良的生活习惯和饮食习惯之中，这就需要每一个人加强抗疫知识的学习。明确“保护自己”也是积极抗疫，要主动把“戴口罩”“一米线”“勤洗手”等防疫要求记在心中、落实到行动上，才能有效地阻断疫情的传播链，守护好我们来之不易的防疫成果。

有序推进疫苗接种工作，切实筑牢免疫屏障。当前，“打疫苗”已经成为了大家的自觉，为疫情防控贡献“一臂之力”，是每一个人的责任。当然，“打疫苗”是为了在人体内部筑起一道防护网，让病毒进不去，能够更好地守护人民群众的健康。党员干部要做好疫情防控的宣传，让更多人对“打疫苗”有科学的认识，自觉打“第一针、第二针、第三针”，构筑起健康免疫系统。

依靠科学力量战胜疫病，牢牢掌握疫情防控主动权。从2024年初新冠肺炎疫情突然暴发，到我们迅速行动、有效布防，有效地遏制了疫情的扩散，得益于始终坚持党的领导。同时，我们能够迅速阻断疫情，离不开科技支撑，通过疫苗的有效防控，让我们的疫情防控工作更快地推动。新阶段，面对变异的新冠肺炎病毒毒株，我们要提高思想上的认识，坚持筑牢“外防输入、内防反弹”屏障，持续用好“科技线”，依靠科学的力量，更好地战胜疫病，筑牢人民群众的健康“防护网”坚持动态清零目标不动摇，就一定能够打赢任何可能出现的疫情遭遇战，巩固好来之不易的防控成果。

**抗疫专题讲座心得体会篇七**

经火速建设，2月2日，备受瞩目的火神山医院顺利完工并交付使用。1400名医护人员于2月3日起承担这座新型冠状病毒感染肺炎专科医院的救治任务。

这座被赋予神圣使命的医院拔地而起、投入使用，让世界惊奇、让中国振奋，彰显坚不可摧的中国力量。

“中国力量”背后有科技支撑。短时间内高质量完成一座医院的建设，仅靠“刀耕火种”不可能，这离不开科技力量的支撑。近年来，国家持续加大对科技的投入，产生了很好的效果，一大批高精尖、实用的.科技成果在各行各业发挥着重要作用。在火神山医院的建设过程中，各种科技手段迅速集结，于各个领域大显身手，大大提升速度，稳稳保证质量，成为医院“火速”上马，“神速”完工背后一支强大的“奇兵”，也是火神山医院今后快速运行的“骑兵”。

“中国力量”坚定了信心和决心。目前疫情正处于胶着状态，既有好消息，也有些隐忧。关键时刻，信心和决心异常重要。医院建成使用，1400名医护人员，1000张床位，为患者带去了希望，更振奋了人心。

在走向伟大复兴过程中，所有的泪水与欢喜，逆境与坦途、苦难与辉煌都将凝聚成暖流，不断为“中国力量”增添新的耐力与定力，成为中华民族伟大复兴的不竭精神动力。

**抗疫专题讲座心得体会篇八**

不忘初心，奋战在最前线。

倏然瘟疫致，号角响苍穹。

白羽集神将，轻装称椿庭。

寒风吹画角，暮色耀飞旌。

但看春芳绿，魔清世太平。

春节期间随着疫情加重，我院也加强了针对疫情防控的教育和准备。1月28日xx市人民医院微信群里发出了“自愿报名进入一线发热门诊工作”的通知。看到这个消息后我首先想到，作为一名共产党员要“不忘初心，牢记使命”应当响应党和国家号召，义无反顾冲上疫情防治的第一线。便立即请缨报名参加。随后便将决定和想法告诉了父母和妻子，已经从医疗战线退休多年的父母当即给予了肯定，并嘱:“当今疫情严重，作为医务人员进入一线工作义不容辞，应尽自己所学，报效国家，服务人民。”同为医务人员的妻子也给予了充分的支持。

随后经过医院规范培训后我终于来到了发热门诊一线，战斗就这样悄然打响。疫情当头，本着“不漏掉一个接触者，不漏掉一个疑似病患，不放弃一个确诊病人”的中心思想。全市所有发热患者均到本院发热门诊进行检查。每个患者都要逐一测量体温，询问病史，书写病例。还要进行ct，试子及血常规检查。同时还要为这些担心自己患病的求诊者树立信心，给他们积极鼓励，详尽讲解，耐心劝说，宽慰其心，每个患者少则数分钟，多则半个多小时，强度之大超乎想象。

凭借一个共产党员的坚定信念和为祖国人民奉献的决心，我每次上岗前都只吃几块糖，为的是能坚持十小时以上不吃、不喝、不上厕所，并创造我院发热门诊连续工作十四个多小时的记录，只为给国家和医院尽量多的节省一些防护装备。在那密不透风的隔离服中为了能和患者充分沟通，只能不断提高说话的声音，短时间内就会出现口干、嗓子嘶哑，只有呼气在口罩里结成小水珠，汇聚起来流到口角，滋润干枯的嘴唇。十几个小时工作结束后，全身被汗水湿透，手脚因汗水长时间浸泡而发白破皮，面部因长时间被防护设备挤压而变形，鼻梁出现压疮，两面颊被勒出水泡，但凭着一个共产党员的坚定信念，我丝毫未曾退缩。

随着本周期一线工作圆满完成，这一次的经历也成为我人生中精彩难忘的篇章。并且我坚信在中国共产党正确领导下，在中国特色社会主义体制支持下，举国上下万众一心，必将能取得疫情歼灭战的最终胜利。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找