# 战疫里的最美青春心得体会(4篇)

来源：网络 作者：清香如梦 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。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。战疫里的最美青春心得体会篇一2024年的春节，原本以为能够拥有一个丰富多彩的...*

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。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

**战疫里的最美青春心得体会篇一**

2024年的春节，原本以为能够拥有一个丰富多彩的假日，殊不知恶魔却悄然而至，新冠疫情盛气凌人。

当所有人都想逃出武汉这个是非之地时，来自五湖四海的医生们，却反其道而行，他们不顾家人的劝阻，毅然组建成一支支医疗队，火速前往病区。

在此期间，84岁的钟南山院士，本该退休，尽享天伦之乐的他，也在国家最需要他的时候，再次“挂帅出征”，与病毒较量。他在接受采访时，坚定的目光和言语，让大家多了一份安稳，少了一份恐慌。

为了救治更多患者，政府安排工程队，在短短十多天的时间里修筑了“火神山”“雷神山”两座临时医院，解决了病人们的医疗需求。夜以继日，不眠不休的工人们，默默无闻的身影也成了逆行道路上最美的风景。

寒风凛冽，神州大地黯然失色，大街小巷中，只剩下星星点点的“小黄人”和“小蓝人”，这些外卖员逆风骑行的背影，宛若一位位英勇的骑士。只为了给不能出门的人送去一份温暖!

还有一群逆行者，是新闻报道的书写者，图片影像的记录者，我们看不到他们的真实面目，但是他们为了给人们提供最新的消息，急急奔走。为国家的发展鼓劲呐喊，只为稳定军心。

在病毒面前，这些最美的“逆行者”并不比普通人多一份幸运，他们不是超人，只是社会中的平民英雄。他们也有温馨的小家，因“大家庭”需要，他们勇挑重担，成为社会的守护者。

一封封“请战书”体现了中华人民必胜的决心，一次次无私捐助，彰显了中华人民的团结一心。从此以后，我再也不抱怨堵车了，因为那才是繁华大道!再也不嫌人山人海，因为那才是国泰民安!

让我们共同致敬最美的逆行者，祈祷他们凯旋而归!

**战疫里的最美青春心得体会篇二**

当前，每个人都身处疫情中，被实实在在地牵动和影响着。成人的焦虑可以通过搜寻科普资料、交流和思考释放得到一定程度的释放。但与成人不同的是，孩子对不确定的事情敏感度更高，而心理调节机制不成熟，受到认知、表达、情绪调节和经验的限制，更容易产生焦虑情绪。在这样一个特殊时期，孩子更需要我们帮助他们理解现在所发生的事情，降低他们对于未知变化的焦虑和压力。

那么，我们可以怎样帮助孩子在疫情期间做好心理防护，保证他们的心理健康呢?首先，要关注情绪，让孩子感到安全。这里所指的情绪，一方面是指父母自身的情绪，另一方面是指孩子的情绪。父母紧张焦虑，孩子首先会感受得到，要避免在孩子面前过于紧张地谈论疫情。此外，宅在家的时间过长，也容易消耗父母的精力，往往会对孩子失去耐心，可以试着在家中锻炼身体，比如瑜伽和健身操。运动是调节情绪激素最为重要的一项活动，可以很好地帮助自己的情绪趋于稳定。

孩子的情绪可能来源于很多方面，比如成人所表现出来的焦虑和不安，或者他们的精力得不到适度的释放，但由于他们的能力有限，表达这些情绪所采用的方式经常是本能的哭闹和发脾气。所以，一方面你需要接纳孩子的情绪;另一方面，可以和孩子玩一些可以帮助他们释放压力的游戏，特别是一些大笑的游戏，如枕头大战。大笑会激发出内啡肽、催产素等愉悦的荷尔蒙。

其次，要给孩子确定感，增强他的心理预知。很多人困惑这么复杂的疫情该不该告诉孩子?该怎样讲给他?如果孩子听到有人死亡会感到害怕该怎么办?事实上，即使遮掩着不告诉孩子，生活在目前的氛围中，孩子依然可以感受得到，因为不理解所发生的事，也不具备理性的判断和思考，很容易让他们经历更多的不确定，从而产生莫名的恐慌和焦虑。

家长可以尝试用客观、中立、淡定的态度和用孩子能理解的方式描述事实，帮助孩子在心理上增强预知感，降低不确定性。此时，给他们播放一些优质的、专供儿童观看的疫情动画，或者用故事或绘本的形式向孩子传递科学知识，做好科学防护。比如告诉孩子这个病的名字，可以把它比喻成一个隐形的小怪物。它会偷偷溜进人的身体，只有专门的人可以打败它，这个人就是医生。小怪物最怕香皂和口罩，只要有了这两样武器，它就不敢靠近。对于如何向孩子解释死亡，可以通过一些绘本讲给孩子听，告诉他我们能做的是保护好自己，保证健康，让自己更强壮。

最后，要调整认知，重建积极生活。如果你的孩子在6岁以上，那么对他们讲清楚疫情的发生及进展会相对容易很多。同时，他们的道德感、同理心、逻辑思维都在迅速发展，你可以借此机会和他们探讨有关价值观内容，比如敬畏自然、人类的群体命运是紧密联系在一起的等观念。

**战疫里的最美青春心得体会篇三**

白衣天使，大爱无疆。——题记

心怀一颗感恩的心，写满了一张信纸，手捧一束瑰丽的鲜花，这是我一直想对你们(白衣天使)做的。

治病救人虽然是医生的职责，但是医生不是神仙，不能起死回生，如果不幸没能挽救病人，那也一定是尽力了!这次的新型冠状病毒一出现，全国各地的医生护士们纷纷前往武汉支援，他们冒着可能会被传染的风险，天天待在病人身边，时时刻刻关注病人的情况。有时他们也想家，也想好好的陪陪亲人，也想好好的睡一觉……可是在祖国需要帮助的时候，他们义无反顾地站了出来，担任起拯救祖国人民的重任。他们在过年时候，因为没地方睡就睡在走廊里，因为不能回家过年就随便吃泡面来对付三餐。

……

记得那一次看新闻，我看到了这样的一幕:一位美女护士为了更好地工作，竟然剪掉了她留了二十多年的长发，记者问她时，她以微笑面对，说头发会长长的，虽然眼里噙着泪，但她也是毫不犹豫的做出了选择。面对这样的情况，换做是任何一个人，我相信她也舍不得剪自己留了那么多年的长发。医护人员们在摘下口罩的那一刻，我看到他们脸上被口罩勒的已经伤痕累累了。这样的他们真让人心疼啊!

医护人员们，你们舍小家顾大家，你们是爱的种子的传播者，你们是温暖冰寒的传承者，你们是我们心中的英雄。在这里，我向所有的医护人员致敬!

**战疫里的最美青春心得体会篇四**

这注定又是一段不平凡的生活，疾病的肆虐使我惊心动魄，可这背后全国人民万众一心的景象却让我情难自已。在高速运转的中国社会，我们终于又看到了温情的一面。

每个人都被卷入这场特殊的战役，有的人冲锋陷阵，有的人后方支援。这并不能阻挡我们前进的脚步，相反，这更像是一场特殊的磨练、一场伟大的教育。

疫情蔓延的第一时间，无数女性医务工作者纷纷请缨支援武汉，她们许下生死不论的誓言，告别亲人、朋友，放下生死、未来，义无反顾来到战役的第一线，守护着一个个生命垂危的陌生人。当全国人民为此赞叹不已时，她们却说：“哪有什么白衣天使，不过是一群孩子，换了一身衣服，学着前辈的样子，治病救人，和死神抢人罢了。”这难道不是最好的信念教育吗?这难道不是一个中国人最宝贵的财富吗?

即使没有岁月静好，仍有她们砥砺前行，英雄有泪，巾帼无畏。她们，展现当代优秀女性自尊、自信、自立、自强的巾帼风采;她们，在困难面前挺身而出撑起“半边天”。 巾帼不让须眉，红颜也胜男儿郎。她们是妻子、是母亲、也是女儿，面对突如其来的疫情，她们选择主动出击，团结一心并肩作战;她们雷厉风行，掷地有声，是疫情防控点一道靓丽的风景线!

为我们所有奋战在一线的生态环境人点赞，致敬!

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