

最新疼痛科工作总结及计划(优秀9篇)

时间过得真快，总在不经意间流逝，我们又将续写新的诗篇，展开新的旅程，该为自己下阶段的学习制定一个计划了。通过制定计划，我们可以更加有条理地进行工作和生活，提高效率和质量。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的计划书范文，我们一起来看看吧。

疼痛科工作总结及计划篇一

你一直记得这个词。因为它代表着疼痛。

在这个年龄段，所有人都还只是一只稚拙浮浅的虫，日夜期盼着蜕变。

这个时代的少男少女们，都各自心怀不安，对成长充满着困惑。他们都像是被困在一个个蛹中，有挣扎的，有无奈的，有束手无策的。在成长的蛹壳中寂寞，享受孤独，与疼痛感。都担心自己蜕变后究竟是成蝶还是成为一只不起眼的飞蛾。即使他们都得到了蜕变的机会，但却始终相信自己只有丑陋而低微的身份。而你与他们一样。

你看过岩井俊二的作品《关于莉莉周的一切》。觉得那是一部阴暗而充满疼痛的电影，它把少年的心理刻画地淋漓尽致。

但当你像电影中的人物星野一样渴望蜕变的时候，发觉疼痛充斥着每一根神经，牵动着你走向青春。

纷繁的作业。他人的指指点点，低声咒骂。来自于家庭的压力。以及要及时看开那些关于自己前途的挫折。你的视野被迫放大，那种样子像极了由于惊恐而突兀放大的瞳孔。这些压力聚拢在一起，将你压制下去，像沉重负重奔跑，让你全身心疲倦又无法动弹。它们是一只无形的手，想提早撕开蛹壳，放你出去，你却感到更加疼痛。

一件唐突又令人震惊的事，打消了你渴望青春以及成长的念头。一所学校的年段第一跳楼自杀。的确，这个社会给予青少年的压力过大。

疼痛科工作总结及计划篇二

母亲这一生似乎已习惯了我对她的愤怒。

每次不高兴时，我总会把她当成我的出气筒。尤其是在初一，进入叛逆期，哪怕她的一点小错误，我也会大发雷霆。每当我生气时，母亲都会静静的面带微笑注视着我。当我发泄完，我的心总会剧烈的痛。

在初一时，因为进入了小升初过渡期，还有学习压力的增加，我急躁的性格和暴躁的脾气总是无法控制。又一次，因为妈妈把我心爱的水杯打碎了，我把自己房间的门“砰”的一声狠狠的关上，并且给妈妈撂下一句狠话：“你不给我做一个和这一模一样的水杯，我以后就永远不出这个门了！”

妈妈沉默了，她静静的注视着这扇门，随后我听见清晰脚步声，然后声音越来越小，越来越小，直到母亲的脚步声停止了！是在厨房停止的。我屏住呼吸，将耳朵贴在门上，静静的听着外面的动静。

脚步声响了起来，近了，更近了，我听见了温柔的一声：“儿子，你最喜欢吃的蓝莓面包，还有你最爱吃的乌江榨菜。”我在那一刻突然从自己自私的小世界里醒来了！在这个世界上，只有一个人知道我爱吃乌江榨菜，只有一个人知道我生气时该怎么哄我，只有一个人知道我是她后半生中最重要的部分，没错，她就是我的妈妈。

我用屋里的纸巾擦去了眼角的泪水。轻轻的开开门，发现母亲还是那样脸上带着微微的笑容注视着我。

“孩子，杯子碎了可以再买，饿坏了身体，可是得不偿失的啊。”妈妈说。

我激动的一下子扑到了母亲的怀里。

这回我能很清楚地听到妈妈那胸前的心跳。

我忽然流泪了，不仅仅是感动，更多的是，心里一个充满爱的地方，很痛很痛。

疼痛科工作总结及计划篇三

很多时候，我会做一些关于与上海的梦，想那样一个城市，何时会与自己相遇。

想起以前读安妮的书。安妮是一个神奇的女子，我一直这样坚信着。在她的诉说里我感到细小的疼痛，细小，可是疼痛。我是那样安静地看她创造一个又一个宿命的故事，不动声色，可是深深地被吸引。

她的女孩总是穿洗得发黄的旧的白棉布裙子，决绝地坐在列车上去找她要去的的地方，一个安静的小镇，或者一座巨大的城市。面对陌生人一瞬间带来的温暖与感动。她的叙述平静，往往的读着读着我就好像看到每天要过的生活，灰色的天空，沉默的街道。

孤独的故事不会落幕，一个人注定无依无靠。

有人说看安妮会让他变得灰暗与绝望。可是我看安妮的时候除了那点细小的疼痛以外，感觉到的是从来没有过的平静。她创造了无限的空洞与大片的荒芜，可是我喜欢她，喜欢她呼啸而来的寂寞。

我想我是需要安妮的，需要她不断带给我细小的疼痛，提醒

我在沉睡的黑暗里，不要放弃生的希望。

疼痛科工作总结及计划篇四

妈妈说我刚出生时，难看得要命，两岁时的我，长得像男孩子，再加上短头发，不认识的人都以为我是个小子，那时，我是一只地道的丑小鸭。

可是，美好的时光总是短暂的。读一年级时，一次我放学回到家中，突然心血来潮地穿上拖鞋跑出去跟小伙伴玩“老鹰捉小鸡”。天底下的事就是那样的不巧，追着闹着，不知怎的，我就跌倒了，恰巧跌倒的地方有碎玻璃片。刹那间，我的膝盖上全是血，我不由得大哭起来。爸爸急忙送我去医院，一路上，我昏昏沉沉的。模糊中，听见了镊子、手术刀叮叮当当的碰撞声……如今，我的腿上还有缝合的疤痕呢。

十岁的我读三年级了，可又一件痛苦的事在我身上演绎着。那件事发生在课间，我问同桌借卷笔机，但坐在我前面的宇杰也向他借，最后也不知道怎么回事，宇杰在抢卷笔机时竟然不小心把铅笔芯戳进了我的指甲里，要知道，“十指连心”呀，后来还是老师带我去医院里才弄出了笔芯。可是那个痛呀，没有经历过的人是根本不会知道的。

我的成长之路坎坎坷坷，我才12岁，以后不知道还有多少磨难等着我去承受呢。其实，人的成长本来就是一种美丽的痛，在这种痛中，学会慢慢成长，认真完善每一个成长的过程，而我们面对成长所付诸的坚强与努力，一定会有收获的。

疼痛科工作总结及计划篇五

花开花落，春去冬来，万物生长皆离不开因果循环。人生百态，你此刻所受的痛苦必会在下一刻有所偿还，我始终相信这一个道理。

世界上没有不劳而获的成功，很多人都懂得。然而在面对问题时，又有多少人是抱着侥幸的心理去对待。害怕承受痛苦，这是大多数人的通病。但是，物极必反，疼痛其实是一个契机，一个你蜕变的契机。

贝多芬，保尔·柯察金，耳熟能详的名字。他们都饱受病痛折磨，对自己的事业抱着坚定不移的信念，是他们忍受疼痛时的精神支柱，心若磐石，一念尚存，便可不灭。正是他们的坚忍与付出，勇于承受痛苦，方才造就了他们的成功。

薄柳之姿，望秋而落；松柏之质，经霜犹茂。

悬梁刺股的典故也同样印证了这个道理，疼痛让人清醒，让人坚持。古人便是早就领悟。

当然，疼痛并不是唯一的条件。重要的是，要记住在承受痛苦时，你所展现出来的毅力与不屈。那么当你再次跌倒时，想必你会懂得如何去选择了。

种子要忍受孤独与寂寞才能够生根发芽；雏鸟要经过无数次的跌倒与摩擦才能够翱翔天空；人要经历挫折与磨难才能够成长。失败并不可怕，但要学会在失败中创造一个全新的自己，不畏艰险与痛苦，方为人上人。

既然选择了远方，那就只顾风雨兼程。纵然前方荆棘密布，即使命运苛责，痛苦也在所不惜。

疼痛科工作总结及计划篇六

什么是疼痛？疼痛就是受伤。什么是成长？成长就是经过人生的磨练，而成熟。

一年级，我的身高约1.25米，现在五年级了，身高约1.45米。望着一、二年级的小朋友，顿时觉得，他们是蓬勃向上的小

花小草，慢慢长高，慢慢成长。在这五年里，软弱、被轻视、被欺负……啊！成长的痛，成长的疼，使我变得十分强大。

看着镜子里的自己，从“小黑妞”变到“百科全书”，从“要抱抱”到“要自立”，我发现，我长大了。顽皮的我，上学之后，觉得一点儿都不自由，但学习却成就了现在的我——“活的百科全书”。以前，每天妈妈一回家，我就扑向妈妈的怀抱，如同被放生的小鸟飞向大森林，而现在，我每天都要早起早睡、自立生活，却从以前时刻想要抱抱的我，变得自信、开朗。啊！成长的痛，成长的疼，使我与以前截然不同，使我每天开开心心！

看着照片里的自己，从“嘟嘟嘴”变成了“弯弯嘴”，从“不爱笑”变成了“不爱哭”，我发现，我长大了。以前，我的嘴像游戏中的“小喷菇”，每天嘟着嘴，一副不开心的模样；又像个“玻璃娃娃”，动不动就哭得惊天动地，而现在，我几乎每时每刻都在笑。别说摔倒，就算是摔了10次，我也不哭。我正在给心灵喝“板蓝根”，希望“哭感冒”不要影响我。啊！成长的痛，成长的疼，使我有了笑脸，有了更多的美好时光！

想想自己的经历，从软弱到勇敢，从被欺负到不被欺负，我发现，我长大了。以前的我，是海绵，将自卑之水吸进身体里；而现在，我是石头，将自卑之水排在体外。被欺负，那身体上的伤疤隐隐作疼，可我的心却越来越强大。啊！成长的痛，成长的疼，永远留在我心中，就像拉车的马，和我一起，走向成功。

只有疼痛，才能让自己受益终身。只有疼痛，才可以逐渐和你一起成长，疼痛是美的。

疼痛如同火龙果，虽然外面很酸涩，但一直吃下去，会觉得十分甘甜、可口。

疼痛科工作总结及计划篇七

心痛是怎样的感觉？对我而言，那是思想无法与行动相一致的抉择。曾有人无数次和我说过有所取舍的道理，或许正是因为被无数次的强调，才会显得如此重要但却难以行动吧。

每个人都应该经历过在某一个年龄段所要承受的磨难，也一定经历过某种绝望，我认为造成这些的原因肯定与你的思想和行动的一致性有一定关系。

思想在很大程度上决定了你的行动，但绝对不是一定。因为当思想与行动相背时，便会觉得心痛。当你必须得做一件你不喜欢甚至讨厌的事情，而且还要特别长的时间去坚持时，你就有可能受到思想的压迫和行动的背叛。脑海里想着我要怎么做，我一定要怎么做，但行动上却总是背道而驰，这是许多学生的通病，自然也包括了我。这样的事情或许许多人并不会多多在意，只会小小懊恼，但我却非常害怕这样的事情，因为这意味着我一定会后悔的。

学会选择，有所取舍。这就是成长路上的必经之路，走好了，一定会有难能可贵的美好，但是到达美好的路上的荆棘满满！如今无法选择安逸的我们只能步履前行。

一切美好都会如期而至，不绝望，不后退，即使心痛也毫不犹豫。

疼痛科工作总结及计划篇八

苦丁茶，是别致的茶，甚苦却夹带甘甜，锯齿边边的叶片，普通得就像普通树上的叶子一样大，但他却以苦味十足，成了海南岛的名茶。

我喜欢喝茶，是苦丁茶，但更爱的是坐在朝西开的窗口看夕阳，抿一口苦丁茶。一阵阵库，一阵阵甜，让我不住想起了

许多悲欢哀喜，欢呼落泪。

夕阳之下，你知道？那一缕残阳，照射着时，它是在告诉你，它很孤独，它很无助，它很喜欢苦丁茶，正是它们同样孤苦。

疼痛科工作总结及计划篇九

燕子去了，有再来的时候；桃花谢了，有再开的时候；小草枯了，有再绿的时候——匆匆（朱自清）

但是，我的童年却一去不复返了。

成长是一种美丽的疼痛，但什么是成长？

成长就是昨天你摔了一跤抱着妈妈要去看医生，今天摔破了头皮流了一嘴的血哼都不哼一声；成长就是今天因为妈妈有事回来晚了一些所以没做饭，你还在咿咿呀呀的抱怨，今天看见妈妈没回来就主动开始做饭了；成长就是今天你躺在床上，爸爸叫你去做什么事情都懒得动，而今天却开始打扫房间了；成长就是昨天拿着钱去在网上寻找快乐，而今天却开始做零工为家庭承担负担；成长就是从昨天与弟弟争吵的生气变成今天的道歉；成长就是昨天的你一起来就瞪开被子往外面跑，而今天却能起来折被子；成长就是昨天的你听见奶奶辈的老人唠叨很愤怒的顶嘴，而今天却唠叨起他们来；成长就是今天刚到家就出去与同学玩让成绩下滑，而今天却摊开作业本，一笔一划的认真写起。

也许成长是艰难的，可能还会很痛苦。但是。成长之后的你，会觉得幸福。为什么？因为你从一个牙牙学语的小婴儿变成了成熟稳重的大姐姐。因为你可以帮父母承担许许多多，让这个社会变得更加美好。

成长这两个令人头疼的字，可他却每天在教育我们：我长大了。我要变得更加懂事；我长大了，我要变得更加坚强；我

长大了，我要变得更加成熟…… “我轻轻地走了，正如我轻轻地到来，我将我的手一挥，照亮了一朵云彩。”我轻轻地来到这世界。为了社会，为了成长——成长是一种美丽的疼痛。或许它令你头疼，但是，它却让你变得更加成熟稳重。