

最新心态心得分享(通用7篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

心态心得分享篇一

第二段：为什么会出现抱怨心态？

抱怨心态的根源主要来自于我们的心理因素，比如情绪的波动、自我评价等。比如在情绪不稳定的时候，人们往往会倾向于发泄消极情绪，以此来缓解自己的情绪。此外，自我评价不足的人往往容易出现抱怨心态。

第三段：抱怨心态的负面影响

抱怨心态会对我们的心理和生活产生一系列负面影响。首先，它会加剧我们的焦虑、压力和不满意的情绪感受，形成恶性循环。其次，抱怨心态还可能会影响我们的人际关系，让我们的朋友和家人感到疲于应对，引发负面情感。最后，抱怨心态也可能会影响我们的工作和生活，让我们失去对生活的热情和积极性。

第四段：抱怨心态调整的方法

首先，要能够察觉自己的抱怨情绪并进行控制。这需要我们认真反省自己的思想和情感，了解自己的情绪波动，并主动尝试用一些积极的方式来转移自己的注意力。其次，要学会换位思考，在他人的角度来看待问题，多去理解别人的想法和行为，减少抱怨和指责的次数。最后，要多做瑜伽、打坐等方式，通过提高自我意识的方式来自我调节。

第五段：结论

总的来说，抱怨心态不仅让我们自身处于一种负面情绪的循环中，同时也会对我们的人际关系和工作生活带来一定的负面影响。因此，我们要从源头上改变自己的抱怨心态，学会拥有积极的心态和态度，去面对生活中的不如意和困难，从而更好地提升自己的生活品质和情感价值。

心态心得分享篇二

政治心态是指个人在政治生活中的态度、思想和行为方式，它既表现出个人的政治立场和政治信仰，也反映出个人对社会政治的认知、态度和应对方式。在个人的政治参与过程中，强调积极、健康、开放的政治心态，将是更好地推进政治进程、维护社会稳定、促进国家发展的重要手段。在本文中，我将分享我的一些关于政治心态的心得体会。

第一段：政治决策必须基于民意

要想建立健康的政治心态，民意必须是首要考虑的因素。民意代表着社会大众的共同利益，尊重民意才能有效地调动全社会的积极性和创造力。任何决策都应以民意为基础，保证所有社会成员都可以公开表达自己的政治观点。因此，作为公民，我们必须懂得如何表达自己的政治观点，并且尊重他人的意见和权利。我们应该把自己的思想、想法和建议积极地和社会大众进行分享，以便从中收集和汲取更多的智慧和见识，从而更好地为社会做出贡献。

第二段：公正、平等、透明是必不可少的因素

一个健康的政治氛围应该是公正、平等和透明的。公正和平等是基本原则，体现了国家的法制和公民的基本权利。透明度则可以保证政府的行政行为得到公众监督，从而有效增强政治的透明度和受信任度。作为公民，我们应当关注政府的

行政行为，并勇敢地揭示和指出其中的不公正、不平等和不透明的部分。在我们的公民权益受到威胁的时候，我们应该有勇气站出来，维护自身权益和正义。

第三段：掌握批判和分析能力

分析、批判和独立思考是掌握良好政治心态的关键。批评能够发现事物中存在的问题，并反映出公众的声音。批评可以引起公众对事物的共鸣和关注，同时也激励了更好的改进和进步。独立思考不会被政治利益和意见上的限制所束缚，可以摆脱过去的成见和前人的经验，为个人和社会的发展带来创新的思想。因此，健康的政治心态需要我们具备批判和分析能力，这将有助于我们理解政治决策和世界的复杂性，更好地为社会作出贡献。

第四段：开放和包容永远是必须的

开放和包容是保持政治心态健康的重要因素。开放精神使人们接受新事物、新技术和新思维方式，使得社会气氛更加进步和活跃。包容态度则是对于不同政治观点、信仰和文化的宽容和理解，它可以持共存态度、互相学习和提升。因此，为了实现持续的社会进步和和谐发展，公民们应当具有开放和包容的心态，以便更好地接受和融合多元文化和思维方式。

第五段：积极主动参与，给予社会更多的贡献

一个积极的心态将鼓励我们更好地参与社会事务和政治决策，以为个人和社会的利益做出贡献。政治参与是表达对政治事件的态度和能力，是一个公民价值的基础。而参与政治决策可以为整个社会的共同利益做出贡献，所以政治参与和决策帮助公民们更好地掌控自身权利和利益。因此，具备积极主动参与的态度和能力的公民，可以为自己和社会营造一个更健康，更公正和更繁荣的发展环境。

在程序化和政治化的背后，公民必须具有一种健康的能力和态度。健康的政治心态才是积极的态度、实现理想和解决问题的最好途径。作为一名公民，我们应当强调强调公共参与、倡导公平和正义，不断推进中国特色大国政治体系和现代化国家治理的进程。我的以上心得体会，可能不是非常全面，但是他们能够激励我进一步在日常的生活和行为中，把健康的政治心态转化为实际的行动。希望政治心态健康地成为推动政治进程、维护社会稳定和促进国家发展的重要力量。

心态心得分享篇三

学生的学习态度不仅直接影响学习成效,而且关系学生个性的形成与发展。下面是本站为大家准备的学习心态心得体会,希望大家喜欢!

自从考入强手如云的南师附中省招班后,他发现自己在学习上的优势没有了,也很着急,压力很大,最后在爸爸的一句“学习要善于调整心态”的话中慢慢从沮丧中走了出来,在一些活动中体现了自己的价值,重塑了信心,最终适应了新的学习生活。

都知道病人在养病期间要调整心态,这样才有助于恢复健康,但我们学生学习也要善于调整心态,特别是在每次的考试前。就这次家长会后,妈妈态度有些严肃,说:“三门总分不到285,别想进什么好学校!”大概看到我没有一丝考试前紧张的气氛,妈妈有些生气,晚上没有理我,但是爸爸像朋友一样跟我谈了半小时话,他语重心长地说:“接下来的几次大考都很重要,爸爸希望你思想上重视,但不要过分紧张,调整好自己的心态,特别是你的语文,比较薄弱,但只要认真复习,上课紧跟王老师的思路走,态度端正,考个高分没问题,爸爸相信你……”

爸爸的这番话对我的感触很深,我也能够理解妈妈的心急,

其时说实话，我也有点小小的压力，但是我要像戴逸翔哥哥一样调整好心态，去迎接期中考试，我相信自己一定能成功！

人从刚出生就开始学习：幼年时学吃饭、学说话、学走路；童年时学做游戏、学唱歌、学跳舞；再后来就到学校学文化知识、科学理论；然后再到社会中学挣钱谋生的技能……所以人们常说：“活到老，学到老！”由此可见，学习伴随我们的一生。

亲爱的朋友们，大家都知道，人生的道路悠远而漫长，为了能在这条崎岖的道路上生活得幸福而有意义，我们必须时时刻刻不断学习。

大家应该都明白这个道理：杯子里的水越多，能注进去的新水就越少。那么相反，要想学得更多，就必须以空杯的心态去学习。

不管做什么事都得用心，学习更是如此。高尔基说：“书籍是人类进步的阶梯。”确实，书是人的精神粮食，我们能从中学到很多。再回顾一下从古至今，没有哪一位有成就的人不是知识渊博、博览群书的。古人说：“读书有三到：谓心到、眼到、口到。心不在此，则眼看不仔细，心眼既不专一，却只漫诵浪读，决不能记，久也不能久矣。三到之中，心到最急，心既到矣，眼口岂不到乎？”这就是说要想学到东西，必须用心。

曾在书上看到过这句话：这世上有三种人，一种人从自己的经验中学习，他们是快乐的；一种人从别人的经验中学习，他们是聪明的；还有一种人，他们既不从自己的经验中学习，也不从别人的经验中学习，他们是愚蠢的。再说了，生活在这个社会上，我们每天都得与人打交道，所以我们都要做快乐的聪明人，每天都得抽点时间来反思自己、总结自我，与此同时，还得要善于与人相处。

我们在与人打交道的过程中必须谦虚低调。谦虚是人成熟的

表现，不仅是一种美德，更重要的，他还是有助于我们成功的待人方式。人的潜意识中都是争强好胜的，你有本事，大家会佩服你，但如果表现得太过分，伤了别人的自尊心，别人就会告诉你“少了你地球照样转。”“江海所以能成百谷王者，以其善下之，故能成百谷王。”谦虚才能学习更多，人外有人，天外有天，我们懂得的一切都没有什么了不起，因为每个人都有值得钦佩的优点，我们要虚心去发掘别人的优点，并把它学习过来。

但我觉得学习最重要的是学以致用。我喜欢美国教育家卡尔·罗杰斯的一句名言：“谁也不能教会谁任何东西。”“有一个故事：一个学生问他的老师：”您可否把智慧传授给我？”老师没有立即回答，却顺手拿起旁边一个苹果咬了一口，咀嚼了一阵，然后吐在手中，把手伸到学生面前说：“吃下去。”学生面有难色：“这怎么能吃呢？”老师回答：“我吐出来的东西你不能吃，那我的智慧你又如何摄取呢？”的确，我们不能从别人那里摄取智慧，即使看书得来了知识、谈话得来了经验，它们也不能称为你的智慧。只有等它们真正影响了你的行为，变成了你内在的力量，才能转化为智慧。书的作用、教师的作用，只是将你领到一桌丰盛的宴席旁，告诉你这个菜如何分吃，如何有营养，但吃不吃还在你自己。

从小到现在，学校中听的最多的一句话就是“端正学习态度”。最近我闲来无事，于是专门思考了一下什么才是比较好的学习态度。学习是分两种的。或者说，学习这个事情有两种含义。第一个意思指的是广义的学习，也就是包含了生活中一切方面的知识的难以量化的积累。第二种是指狭义的学校的学习，也就是以年级和考试计算的量化的知识积累。现代教育学的伟大目标是通过某种科学的教学安排合这两种学习为一体。当然，以今天的状况看，路遥遥其修远兮。我认为就个人来讲，学习态度是很容易发生偏离的，尤其是在这样一个以考试为中心的环境中。

我个人认识的一些同学止学课内的材料，对于课外的各类知

识不闻不问。一开始可能是出于害怕自己浪费时间的恐惧心理，只是强压着自己的兴趣保持专注。到后来有些人就发展为十分恶性的心态了：他们对课外的知识完全失去了兴趣，连看也不想看。想到事实上“课外”“课内”本身分野脆弱的虚伪性，我不禁为这些同学担心。如果说“课”这个概念一消失，是不是人生就什么都没有了呢？当然不是。完全不是。绝对不是。想到媒体上看到的许多大学生生活空虚，没有人生方向的新闻，虽然我没有调查过，但是还是不由地想将狭义的学习错当成了广义学习的后果就是这样吧。

同时，还有一些同学“破罐破摔”。课内的东西学不好，对课外的一切知识都失去了兴趣和信心，从而失落的找不到方向。要么就是对“义务教育”冷嘲热讽，十分“看透红尘”地批评现行的教育方法。我觉得这些作法都不是正确的学习态度。首先，人生贵在拼搏。如果说对于学习上的这些东西，或者说人生头20xx年的这些东西都没有勇气面对，那么以后的更大的挑战又如何呢？受到批评和嘲讽是别人强加的，而放弃是对自己说的。永远不要放弃才是真正的勇敢者。当然，这并不等于蛮干，什么都求胜。对于自己真正喜欢的东西才应该努力追求。如果说自己真的没有兴趣，与梦想相悖的事情，能少干就少干，能不干最好。但是生活往往不完美，人总是需要多少干一些自己不愿意做的事情啊。对于义务教育的种种缺陷，有眼睛的人都看的很清楚，但是讥讽改变不了让你感到作呕的东西。事实上，将时间用于讥讽还不如投入行动中。总有人说义务教育差劲，让人学习没有目的。我的回答便是你为什么不把改革教育作为你学习的动力呢？这不是一个很好的目标么？既然现在身在这个游戏中，为什么不先按着它的规则去玩呢？如果你有能力，照样也可以玩得很好来使它成为你能力的一个小小注脚。当然，除非你坚定地认为玩它是在浪费你的时间。

心态心得分享篇四

政治心态是一个人对政治问题的态度和观念，是决定政治行为的重要因素。在不同的历史时期和社会环境下，政治心态也会随之变化。如今，政治风险和挑战层出不穷，而一个健康的政治心态则显得尤为重要。在我自己的政治参与与成长中，我逐渐体悟到了如何培养与提升自己的政治心态，下面是我的心得体会。

第二段：建立基础

建立正确认识是培养良好政治心态的重要一环。在政治层面，我们需要了解自己所处的社会和国家体制，同时有理性的看待政治问题，批判性地分析和思考政治事件。当我们建立了清晰的认识，我们才能明确自己的立场和价值观，并在此基础上做出积极的政治行动。

第三段：提升自我

持续的个人发展对人们的政治态度和行为有着直接的影响。我认为，要提升自己的政治心态和能力，我们应该积极发展自己的思考和沟通能力，并加强对政治事件的学习。同时，多参与政治活动也是提升自我政治素养的重要一步，这不仅能够加强自身意识形态的认同，还能够帮助自己发现和解决问题的方法。

第四段：保持平衡

在处理政治问题时，我们需要保持冷静和理智、避免情绪化和极端化的表现。同时，我们还应该保持独立的思考能力，不被媒体或他人的影响所左右。我们应该用批判性的眼光去看待事物，用客观的态度去分析问题，避免模糊其本质和成为极端言论的奴隶。只有这样，我们才能在意识形态多元化的社会环境下做出理性的判断和决策。

第五段：回顾总结

保持健康的政治心态和行为是更好的政治参与的基础，也是实现国家和人民幸福的重要一环。在不断培养、提升与保持自己的政治心态的同时，我们应该始终牢记个人的责任和使命，为更好的社会、更美好的未来而奋斗。仅有短短几年的青春时光，我们需要认真思考如何在政治层面上去实现自己的理想和追求，更好地为社会作出贡献，使自己在青春的余热中成为一个优秀的公民。

心态心得分享篇五

1、平常心——对四周所发生的事情的一种心态。是具备一定修养才可经常持有的，它属于维系终身的“处世哲学”。说到底，不过是我们日常生活中处理四周事情的一种心态。平常心应该是一种“无为、无争、满足”等观念的汇合而已。

人都不免会流于世俗，关键在于，是否能够时时自省，不丧失自我的真性。当代有一种拜金主义，以金钱来衡量一切。似乎除了金钱之外，就再也没有什么东西作为判定价值的标准了。如此一来，多年形成的道德和价值观即随之发生了变化。大多数人处在迷茫、徘徊的犹豫状态中，或愤世嫉俗，怨气冲天；或怨天尤人，消极沉沦。因此，无论对待什么事，要始终保持平常心，就会躲过“名利之剑”的伤害。

真正领悟“平常心”的意义并以此为人生准则，从中获取无穷的满足和欢乐，做一个永远幸福的人。

2、成败之心：人生不可能永远成功，也不可能没有失败，我们不能由于一时的偶有所成就沾沾自喜、自得忘形，也不能由于遭受一两次失败就没精打采、意志消沉。假如时刻怀着“成亦欣然败亦喜”的心态，我们就会活得更理智、更潇洒！

战胜自己才是真正的胜利。成功和失败是一对孪生子。

跌倒后能爬起来，就是成功。（没有失败过的人是了不得的人，然而能从其失败站起来的人，就更加了不起。）

自生自化，与人无争。（物极必反，势强必弱，这是自然的现象。知强而守弱，以柔弱胜刚强，概括了老子的人生哲学。他主张柔弱，并非追求柔弱本身，柔弱是其手段，刚强生存才是其目的。所谓“守弱就叫刚强”便是。老子说，“事物发展到极壮极盛之地，接下来就是朽迈了。”又说；“知道刚强的好处，而宁愿处于雌伏柔弱的地位，这样，才可以作为天下的溪壑，使众流汇注。”老子还说，要想收缩，必先使它扩张；而欲削弱它，必先使它刚强；将要废黜它，必定先是提取它；将要夺取它，必定先给予它。“回根曰静”。静就是顺任自然而无为，就是浑然不专心机，与万物一统，自生自化，由于不争，也没有人能争得过。）

一只巴掌拍不响。（高僧自隐给___说，要他们“听听一只手的声音。”说明干任何事不能只为自己的利益，要使双方获利为宗旨。）

不为利益所驱，寻求生命自由。（荀子说，天表现着它的光明，地表现着它的广阔。人只有效法天地的纯正，加强心性的培养，才能明察时势，才能立身明道，把握自己的命运。）

穷则独善其身，自得其乐。（只要留意个人的道德修养，培养自我高尚的人格，那么无论事态怎样，都可以获得生活的圆满。）

诚至之心定可得到回报。（我们的生命本能本身永远不能创造奇迹，所以感动天地者乃在于生命的精神，在于心灵的至诚至信。对于人们来说，诚信本身就是一个关口。这需要抛弃很多常的规矩，需要精神的丰厚和心底意志的气力。）

无为而不为。(并不是一味消极退避自然，而是与所有万物相联系，即万物皆备于我。)

3、贫富之心：人生本应无悲伤，满足者常乐，虽贫犹富。若保持自我的真性，不陷于贪欲和争斗，对于一个悟得平常心的人来说，即是正确而明智的抉择。

不可做金钱的奴隶。(假如为了达到某个目的就不择手段，怀着不纯正的动机来做事，必然不能得到好的结果。不管何时、何地都秉持一颗善良的心做事，即使没有得到令人满足的结果，可是也尽不会后悔。金钱只是维持生活的手段，而非目的。)

保持清静心态，不被物欲所困。(保持自我真性，不陷于贪欲和相争，或许分歧时宜，但为明智之举。《淮南子》中的因祸得福，道出了事物的相互转化之道。要求得心理___，得快乐时不自得，失运时不悲观，才称得起驾驭了生活的聪明。处于祸时不惊恐，处于福时不自得，这种因自然物理转化而得出的处世之道，即使在现代社会也是鉴戒的。)

满足人虽贫而富。(别人骑马我骑驴，仔细思量不如；回首看见推车者，比上不足比下余。)

凡事不可过度强求。(庄子说：“我们都太拘于常理。”所谓常理，是太拘于名、智之见和人世的俗论。古人说得好，不要改变所受的使命，不要强求事情的成功，过度就是“溢”，而“溢”是分歧于处世也不适于自处的。)

理想不应于物欲相等。(人必须在现实中实现自己的欲求，但人的道德修养和追求应超越于物质欲看之上。要在欲看的___中坚守住自己的节操，进而一如既往地追求更高的生活目标。)

不要做物质承德奴隶。

物之贵贱在于人的分别心。东西的价值是取决于见到它的人之判定，而不是取决于东西自己本身。歌德曾说：“以功利的眼光往看整个世界，没有任何东西是珍贵的。”森鸥文在《兴津弥五右卫门》中：“凡事以功利之念来待的话，世上就没有值得尊崇的物体了。”不能正确对待金钱与物质关系，它们就会成为腐蚀我们身心的魔物。）

智者会把贫富视为幸运。

人生本应无悲伤。（人往往是受外界气力的影响而自寻烦恼。）

正确把握理智与欲看的分寸。

4、淡薄之心：伴随名利而来的决不是安详和自由，而是无尽的辛劳与烦恼。只要以一颗平常心来对待利害得失，无论事态如何演变，都不能使人心灵遭受伤害。

感悟人生，创造生命的逍遥自由。不满足的心永远无法满足。生命不该为荣禄所羁。名利眼前，平心静气以待之。摆脱物我对立，寻求超脱人生。珍惜生命，坦然处世。

淡泊自尊，但求发展。淡化名利，保持虚静心灵。看重名利只会使你一生更辛劳。命运眼前不可消极沉沦。真才实学是立身之本。仁意应是人生真谛。阿谀奉承是甜蜜的毒药。

5、幸福之心：幸福决不能以金钱和物质为标准，善良、正直和爱心才是真正幸福的源泉。

善良的人永远幸福。沟通人间真情。忘却烦恼是一种幸福。（人生感悟）唯人生是最值得兴奋的。兼顾家庭工作二者的关系。信赖是幸福源泉。醒生梦死不能算为一种境界。

6、宁静之心：顺其自然，即可得宁静，宁静而致远。现实之

中能够超越纯功利的追求，在杂乱中求静，繁纷中求无，乃是人的纯朴精神的真实体现。

平常心即是道。人生如梦，亦真亦假。超然物外，顺应自然。不可迷失真实的自我。追求真而自然的品格。以美丽的心情往工作。不沉迷于乐，不沉溺于哀。安之进命，不为环境所羈。忙碌不堪即是毁灭自我。精神生活重于一切。

7、仁爱之心：仁爱是人心的要点，也是成就事业的基础，无论何时何地，只要怀仁爱之心，推仁爱之举，就会不惑不惧，进进大道。

永葆善良之心爱人。积极进世，力求圆满人生。一心向上，使生命不断创新。仁爱之心是成就事业的基础。以善的气力往克服现实中的恶。正确处理感情与理智的关系。和善之家必有余庆。人与人应和乐相生。

8、忍辱之心：人生有限，苦难甚多，但应始终保持坚忍、自制的精神和战胜苦难的勇气，进而达到心灵的谐和与人格的伟大。

坦荡面对现实。德性高尚的人永不自卑。君子落魄，依然发奋图强。尝尽人间苦处，才不枉“走一遭”。苦难中追求____与伟大人格。对待非议，置若罔闻。难得糊涂，糊涂难得。以忍息怒，宽大为怀。

9、生死之心：人生在世，当安时处顺，视生死为自然，不为哀乐相困，不为外物所役。如此，生和死，就没有什么值得深究的。

别做怕死而忘了活着的人。生与死是两种不同的精神境界。死如新陈代谢，旧往新来。从希奇的死亡到美丽的死亡。视死亡为一种积极的动力。要和死神争时间不胜败。既不贪生又不怕死，才是真正的生命观。生死无常事，理智而待之。

如何看待死亡是对生命的态度。活得有价值死才有意义。

心态心得分享篇六

沟通是人类社交交流的重要方式，是人与人之间沟通思想、传递信息、建立联系的桥梁。然而，如果我们没有正确的沟通心态，很难实现有效沟通。在我的学习和实践中，我逐渐领悟到沟通心态的重要性，并从中获得了一些宝贵的体会和心得。

第一段：正确认识沟通心态的重要性

沟通心态是指在沟通过程中，我们对自己、对他人和对沟通本身的态度和心理状态。正确的沟通心态，能够帮助我们建立良好的人际关系，理解他人，传递信息，解决问题。与此相反，如果我们抱着消极的心态进行沟通，往往会导致误解、冲突和不良后果。正确认识沟通心态的重要性，是我们开展有效沟通的第一步。

第二段：保持开放的心态

在沟通中，我们要保持开放的心态。首先，我们要摒弃成见和偏见，尽量客观公正地倾听他人的观点，不轻易下结论。同时，我们也要乐于接受他人的批评和建议，将其作为自我改进的宝贵机会。保持开放的心态，不仅能够提高我们的沟通能力，还能够拓宽我们的思维，增进与他人的互信和理解。

第三段：培养关注他人的心态

在沟通中，我们要始终以关注他人为出发点。尽管我们有自己的意见和观点，但是我们要尊重和理解他人的立场和需求。通过积极主动地倾听和询问，我们可以更好地理解他人的心理和情感，并能够更加准确地传递信息。培养关注他人的心态，有助于建立良好的人际关系，促进合作，解决问题。

第四段：拒绝情绪化沟通的心态

情绪化沟通往往会导致沟通的失败和矛盾的加剧。在沟通中，我们要保持冷静、理性的态度，不被情绪所左右。如果对方抛出不合理的观点或者态度，我们可以试着换位思考，以平和的心态进行回应。此外，我们也要注意自己的表达方式，尽量避免使用攻击性语言和词汇，保持和谐的沟通氛围。

第五段：持续学习和提升的心态

沟通是一门技能，需要不断的学习和提升。我们应该保持学习的心态，不断地改进自己的沟通方式和方法。通过阅读相关书籍、参加相关培训和实践经验的积累，我们能够提高自己的语言组织能力、倾听能力和表达能力。同时，我们也要虚心向他人请教，从他们身上获取宝贵的经验和智慧。只有持续学习和提升，我们才能够在沟通中更加出色地发挥自己的优势。

在现代社会中，有效的沟通能力越来越受到重视。我深知，沟通心态对于实现有效沟通起着关键的作用。通过正确认识沟通心态的重要性，培养开放的心态、关注他人的心态，拒绝情绪化沟通的心态以及持续学习和提升的心态，我相信我的沟通能力将会得到进一步的提升，我将能够更好地与他人交流，在人际交往中创造更多的机会和价值。

心态心得分享篇七

曾经看到过这样一个小故事：有一位老妇人有两个女儿，大女儿卖雨伞，小女儿卖冰棍。在阳光明媚的大晴天老妇人就担心大女儿的雨伞不好卖；如果遇到刮风下雨的天气，老妇人又开始担心小女儿的冰棍卖不出去，于是，这位老妇人每天都很担忧很沮丧。有一位邻居知晓后，告诉老妇人，应该换种心态去看待两个女儿——晴天小女儿的冰棒一定好卖；下雨大女儿的雨伞肯定非常畅销。转变心态的老妇人打那以

后每天都乐呵呵的。

阳光心态是再改变消极心态的基础上发展起来的，通过改变心态来改变自己的命运。正如一位大思想家所说：“我们一代最伟大的发现，就是人类可以凭借改变态度而改变命运。”但如何去改变态度呢？那就必须调理情绪、调节状态、调整习惯。习惯的形成是一个长期的过程，是在不断的刺激情绪和强化状态下所形成的，好习惯和坏习惯取决于每个人的心态。

“事不关己，高高挂起。”“各人自扫门前雪，莫管他人瓦上霜。”立大志而不扫己屋者，皆为不良心态。试想，不关爱他人，不从自己做起，又怎能成就人生的顶峰。以善心对人，以和谐处世，则是正确的心态。我非常赞赏宽以待人、严以律己的人，这样的人，该有怎样的胸怀呢？要么是你去驾驭生命，要么是被生命驾驭，你的心态决定了谁是骑师，谁是坐骑。没有挫折，成功是不堪一击的，厄运往往是命运的起点，压力是强者的推动力。完善个性，用良好的心态去应对一切，保持乐观、进取、开朗，多发展积极的心态：信心、希望、诚实、爱心和踏实，多避免消极的心态：悲观、失望、自卑、虚伪和欺骗。只有怀有阳光般的心态，我们才能收获快乐的生活。

播下一种心态，收获一种思想；播下一种思想，收获一种行为；播下一种行为，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。对待事物的正确观念是：珍惜自己已经拥有的东西，对自己没有或无法获得的东西要保持一颗平常心。

拥有阳光的心态，你会发现世界原本是那么的明媚和美好；拥有阳光的心态，你会每天用微笑去收获更多的笑容；拥有阳光的心态，你会发现自己拥有的是成功和幸福；拥有阳光的心态，你面对所有困难和挫折都不会胆怯和退缩；拥有阳光的心态，你就拥有了一切快乐的源泉。

努力做一个幸福快乐的人，这是我们每个人的期盼，那么就让我们从调整心态开始着手吧。