

# 2023年成长和收获 成长收获心得体会 会(精选9篇)

奋斗是一种向上的力量，让我们感受到生活的意义和价值。在写一篇较为完美的奋斗总结时，首先要对自己的奋斗过程进行客观而全面的回顾和总结。以下是小编为大家整理的一些奋斗心态，希望能够让大家更好地调整自己的心态和态度。

## 成长和收获篇一

作为一个成长中的普通人，我深知无论是人生中的成败，还是面临的困难，都有着让我成长的机会。在这些经历中，我不断地学习、思考、总结，受益匪浅。在此之中，我得到了一些关于成长的收获与心得，现在我将这些经历同大家分享。

### 第一段：自信的力量

自信是一种能够带给人顽强生命力的心态，它可以帮助我们迎难而上，坚韧不拔地克服各种艰难险阻。记得当我刚刚开始做一些工作时，总是充满着困惑和不安。但是渐渐地，我在成功的阅历中变得更加自信，我不断地挑战自己，不断地寻找突破口。在此之中，我体会到了自信的力量。自信能够让我们在竞争中立于不败之地，让我们走出困境，摆脱焦虑，获得未来希望。

### 第二段：用心接纳失败

虽然失败让我们痛苦、沮丧，但是它同样也是成长的机会。失败能够让我们面对现实，正视自己的不足，重新审视自己的人生目标。其实，失败并不可怕，可怕的是我们不去认真面对、认真反思。在我经历的一些失败中，我明白到，失败会让人更加成熟、更加坚强。用心接纳失败，不断地更正，改进，才能让自己日益完美，成为更加优秀的人。

### 第三段：勇于表达自我

很多时候，内向的我不善于表达自己，容易被忽略。然而，当我慢慢学会自信、学会正视失败后，我可以勇敢地面对自己和面对他人，表达自己的想法和看法。勇敢表达意见，向老板表示自己的想法，向朋友道歉，向家人坦诚自己的想法……这些表达让我不仅让我感到自在，更能赢得别人的信任和尊重。勇敢表达自我，也成了我获得成功的关键。

### 第四段：与人相处的技巧

与人相处是我们人生中很重要的一环。一个人的成功需要一个团队、需要合作。在与人相处过程中，我们不仅要学会关心他人，学会倾听、学会沟通，更需要冷静和诚实。在我与同事、家人相处的过程中，我多次反思，明白到相互理解、相互包容、相互支持是一件十分重要的事情。相互帮助和尊重，才能创造更加美好的团队和家庭环境。

### 第五段：学会感恩

我们身处的这个世界，其实存在着许许多多美好的东西和人。但是很多时候，人们把自己的目光放在了自己身上，忽略了许多许多让自己成长的机遇和伟大的贡献。在自己生命之路中，我们需要学会怀着感恩之心，去领悟身边人、身边的环境、身边的利益。我们需要庆幸生命的每一个时刻，感悟生命的脆弱，从中汲取更加强大的精神力量。感恩的心态不仅可以感受到成长的喜悦，还可以在人生中领悟到生活的真谛。

以上是我的成长收获与心得，很感激它们带给我人生的发展和启示。生活中有无数的机遇可以让我们不断吸取新鲜的思维和灵魂味道，不断创造更加温馨和谐的人际关系，不断汲取更加丰富的人生经验。总之，我们在成长中不断地挑战、学习、反思，这便是我们走向成功和繁荣的决定性品质。

## 成长和收获篇二

有人说，成长像一枝美丽的玫瑰。虽然鲜艳夺目，却也有着被玫瑰刺扎手的痛楚。有人说，成长像一杯咖啡，丝丝苦涩后才能品尝到甘甜之味，有人说，成长像行驶在波涛中的`小船，乘风破浪，才能望见壮丽的景观。

那是一个星期三的下午，老师布置了一张试卷和一篇作文。回家后我三下五除二地写完了试卷，却把作文忘到了九霄云外。

刚来到学校，就听见老师说：“同学们，收作业本了。”于是我便拿出本子，正当我想交给老师时，发现我竟然没写作文。“天哪，怎么办，怎么办？”我的心怦怦直跳，额头上也渗出了豆大的汗珠。有了，我的心里蹦出了一个坏念头：把名字改了。到底改不改呢？为了不被老师批评，我决定：改！接着我便迅速地把名字和同桌的互换。终于改完了，可我还是害怕被老师发现，我又想：要不就把本子拿回来，向老师坦白吧！可那个坏念头像装了“定位仪”一样，一直在我脑海里挥之不去，最后我还是交给了老师。

俗话说：“要想人不知，除非己莫为。”我回到家以后，看到爸爸阴沉的脸。我知道，这件事不仅没有瞒过老师，还通过老师传到了爸爸这里，爸爸没有像以前一样问我饿不饿、想不想吃东西，而是对我说：“投机取巧，弄虚作假，你骗得了别人骗得了自己吗？”听了爸爸的话，我惭愧地低下了头。我终于认识到撒谎不仅是不诚实的表现，还是非常愚蠢的行为。

成长的历程中，不论是喜是悲，都不要拒绝、不要回避。因为百味杂陈才是生活的真谛。

## 成长和收获篇三

在秋季，大地进入了一年中最美的时节。秋天是丰收的季节，也是一个成长的季节。以我为例，在秋季里，不仅是作物丰收的季节，更是我内心成长的季节。在这个季节里，我学会了用勤奋和坚持换取收获，学会了从失败中寻找成长的机会，学会了享受生活中的美好瞬间，这些都让我获得了成长心得和宝贵的体会。

### 第一段：勤奋与坚持是收获的必由之路

在秋日的农田中，农民们辛勤的劳动后终于收获了丰富的庄稼，这让我深感勤奋和坚持的重要性。在学习和工作中，我努力奋斗，坚持不懈地追求进步。如同农田里的庄稼需要耕耘和灌溉一样，我也明白只有通过勤奋和坚持，才能收获到我想要的成果。只有不断地坚持，就能驶向成功的彼岸。

### 第二段：失败是成长的催化剂

在秋天，我也经历了丰收之前的种种挫折和失败。然而，我意识到失败并不可怕，它反而是成长的催化剂。当我在学习某项技能时，一开始我总是做不好，而且遇到很多困难。然而，我学会了从失败中吸取教训，不断调整自己的方法和思路，直到最终取得了成功。失败告诉我，只有经过种种挫折和摔倒，我们才能真正收获到成长和成功。

### 第三段：用心体会生活中的美好瞬间

秋季是一个充满美丽瞬间的季节，我学会了用心去体会生活中的美好瞬间。当我漫步在金黄的田野间，呼吸着新鲜的空气，感受到大自然的恩赐时，我意识到人生中的美好并不在于物质上的富足，而是在于感受和体会。我学会了用心观察身边的一草一木，用心感受身边的人与事，用心去品味生活中的点滴，并从中获得快乐和成长。

#### 第四段：倾听他人的建议和意见

在秋季的成长过程中，我意识到倾听他人的建议和意见是非常重要的。有时候，我们往往自以为是，不愿意听取他人的意见，这样往往会陷入自我的局限。然而，当我开始倾听他人时，我才发现他人的经验和智慧是如此宝贵。通过倾听他人的建议和意见，我不仅能够避免犯错，还能够学到更多的知识和智慧，帮助我更好地成长和进步。

#### 第五段：总结收获心得和感悟

在秋日里，我通过勤奋和坚持换取了丰硕的成果，也通过失败和挫折成长了许多。我学会了用心去体会生活中的美好瞬间，也意识到倾听他人的建议和意见的重要性。这一切都让我更加明白，成长不仅仅是外在的收获，更是内心的修炼。只有经历过挫折和磨砺，我们才能获得真正的成长和进步。在秋日里，我们不仅仅能收获丰收，更能收获内心成长的宝贵体验。

## 成长和收获篇四

成长像一片金灿灿的沙滩。在这沙滩中有着不一样的贝壳，有让人欢乐的，有让人悲伤的，都凝聚着一个让你永生难忘的道理。下面就请我来给大家分享一下我的成长收获吧。

那是很久之前的一天，我看见同桌有一支漂亮的笔，笔上有一个软绵绵的熊猫头像，身穿一件花花绿绿的衣服，盖子上镶着一颗美丽的宝石闪闪发光。我深深地被吸引着，我也想要拥有一支这样的笔，可是家人不让我买，我也无可奈何。“买不了，偷总行了吧？”我自言自语道，仿佛看见了我拿着它写字是一件多么光荣的事情。虽然偷不好但我真的很想要呀！不管了，豁出去了。

说干就干，我趁着同桌出去玩的时候，眼睛右看看，左瞄瞄，

咽了下口水，双手冒着汗，大气也不敢喘上一口，心怦怦直跳，像有一头小鹿上蹿下跳，背上的冷汗不断渗出。我猛地从课桌中拿出那只笔，放在自己的口袋里。之后我的腿抖个不停，我觉得是十分对不起同桌，心里有千百个惭愧却说不出口。看到同桌回来之后焦急地翻找着，我觉得袋子里的笔就像烧红的烙铁炙烫着我的心。最后我把笔还给了同桌，我羞红了脸低着头说：“对不起，是我的不对，不应该偷你的笔。”“没关系！”同桌微笑着回答，我的心中霎时洒满阳光。这件事让我明白不是自己的东西不要拿。

成长中，有许多这样的事，一定要把握住自己，然后就会在正确的路上长大。

## 成长和收获篇五

成长，可以说是一个令我期待又害怕的话题，我想要快快长大，这么就可以不用再听父母在耳边的千叮咛万嘱咐；就不用再整日望着那堆积如山的作业发愁；不用再每日看着老师的脸色过日子。但我不又长不大，长大了就意味着我要离开父母的怀抱；意味着我们将与同学各奔东西；意味着我们要承担更多的责任了。但无论我再怎么想，成长是无可避免的，它就这么悄悄，悄悄的来了，拖着缓慢的步伐，静静走到你的身旁，当你发现是早已经历很多了。

我们都知道，成长是一个痛苦的过程，它代表着失去，因为我们在长大，因而家人在慢慢变老，我们将与同学好友分别，时间在不经意间流逝，总有一天要分别，无论我们再怎么挽留，也会从指尖的缝隙滑过，带着一丝不舍，消逝在天际间。或许它就是这么的无情，如此果断的进行着，不等我们有任何准备，强横的一把夺走，我们所能做的也只有眼睁睁的看着，看着所珍重的人和事的消失。我们最终能做的只有将回忆小心翼翼的收起，更加珍视眼前的人，享受与他们在一起的每一天。

成长之路上充满无限未知与无尽的坎坷，可它就是如此的充满魅力，有一种若有若无的魔力吸引着我们，牵引着我们向远方走去，无论你是否愿意，它就是这么悄无声息的来了，让你在快乐与痛苦之间穿梭，相遇与分别之间徘徊，在时间的细细打磨之下，磨去棱角，褪去青涩，时机成熟之时，绽放出珍珠般的光彩。既然我们不能逃避，与其哭着接受成长，不如笑着享受这份难得的旅途，珍惜在这条路上所遇见的每一个人，欣赏沿途所看到的风景，因为一旦错过了，就再也看不到了，人的生命只有一次，这条通往人世间的路上没有返程的可能，我们只有坚定不移的往前走，一旦迈开步伐做出选择，再苦再累也要走完。

我们每个人或许就像一朵含苞待放的花，成长就如风雪雨露，花儿在风雪的洗礼下悄然成长，在磨难中静待花开，待到花开之时，艳压群芳。

## 成长和收获篇六

人类的成长是一个漫长而不断充实的过程。对于每个人而言，我们每天都在不断学习、成长、改变，这其中蕴含了无数的收获与体会。以下是我对于“成长收获心得体会”的五个方面的思考和总结。

第一，成长需要勇气。人类的成长是不可能避免失败的，无论我们多么优秀和聪明，在成长的过程中我们也不免会遇到形形色色的困难和失败。有时候，我们会因为怕失败而不敢去尝试，从而错失了很多机会。我们应该勇敢地去面对挑战和失败，去一步一步迈向成功。正是因为我们不怕失败，才会在成长的过程中拥有独特而有意义的经历。

第二，成长需要付出。想要有所成就、想要改变命运，必须付出更多的努力和时间。只有真正拼尽全力去做自己想做的事情，才能收获最满意的成果。在付出中，我们会体会到胜利的喜悦，也会感受到艰辛的痛苦。但正是这样的经历，促

使我们不断成长并取得进步。

第三，成长需要思考。我们应该时常反思自己的所作所为，以及不足之处。这样做有助于我们与他人沟通、学习和交流。同时，在思考的过程中，我们也会深入了解自己的梦想和目标，学会珍惜自己拥有的，努力追求自己想要的。

第四，成长需要坚持。如同童话故事《坚持与勇气》，人生充盈着坎坷和风雨，制造困难的是时光，挑战的是我们的意志，而我的秘密武器就是坚持。我们需要不断地坚持，不妥协，才能让自己走的更远。只有坚持，才能让我们真正拥有一份属于自己的收获与成就。

最后，成长需要正向心态。人的成长需要正向的心态，不管是遇到苦涩的事情还是幸福的时刻，我们要对自己有信心，相信一切都会好起来。这种正向心态帮助我们保持积极的思考，克服困难和负面影响，成为一个更强大、更成熟的人。

总之，成长是一个漫长的过程，这个过程中有挫败、痛苦与收获，有着千山万水。但是，每一步都是我们自己的体验和成就，这些经历塑造了我们独特的人生和品格。我们应该学会从中汲取经验，不断成长，创造属于自己的精彩人生。

## 成长和收获篇七

在秋天的阳光下，万物开始进入成熟的季节。而正是在这个丰收的季节里，我们也应当反思一下自己在这一年中的收获与成长。秋天不仅仅是一个收获的季节，更是一个反思和总结的时刻。在秋日里，我们走进大自然，收获成长的心得体会。

首先，秋日给予我们成长的是它丰富多彩的色彩。在这个季节里，国内外各地都会展现出不同的美景，如五彩斑斓的枫叶、金黄色的麦浪和成熟的水果等。这些美景让人仿佛置身



于一个梦幻的世界中，给人带来了无尽的惊喜与美好。而正是这些美景，使我们不仅仅在外观上领略到了大自然的鬼斧神工，更让我们内心慢慢变得宽容和豁达。在面对这个世界的时候，我们也应当如大自然一般，充满着多彩的深情。

其次，秋日给予我们成长的是它果实的馈赠。秋天是收获的季节，是人们辛勤劳作后的成果。像水果、蔬菜等丰产的农作物，都会在这个时候大量上市，丰盛而多样。与此同时，在我们的成长过程中，也不乏耐心的辛勤劳动。正如农夫辛勤的种植，我们也需要耐心的去付出和努力，才能得到属于自己的成果和回报。没有辛勤的努力，就不会有美味的水果。这时，我们也会学会赞美无私的努力和珍视来之不易的果实。

再次，秋日给予我们成长的是它丰富的灵感。在秋季，自然界的景色和气息经常会唤起人们内心深处的情感和灵感。红叶、落叶以及秋风吹拂，都会让我们迸发出创造力和想象力。比如，许多著名诗人都是在秋天的景色中汲取到灵感，创作出了许多经典之作。此外，秋天也是文学和艺术的季节，许多文化活动和文学作品都和秋天有着密切的联系。因此，我们也应当学会在秋天的美景中汲取灵感，将其运用到生活和学习中，创造出更加丰富多彩的成果。

最后，秋日给予我们成长的是它温暖的思念。秋天是一个充满了感恩和思念的季节。进入秋天，我们常常会想起那些离开我们的人和那些曾经共同度过的美好时光。或许是亲人的离去，或许是友人的分离，但无论怎样，我们都应当在心底里保持对他们的思念和祝福。他们所教给我们的经验和教诲，都是我们成长的重要组成部分。因此，在这个美好的季节里，我们也应该怀着温暖的思念，回忆过去并期待未来。

总之，秋日是一个让人们反思成长的季节。它给予我们多彩的色彩、丰富的灵感、美味的果实和温暖的思念。正是在这些感受和体验中，我们会不断地成长和进步。在未来的日子里，我们应该怀揣着一颗感恩和发展的的心，继续努力，不断

追求更好的自己。因为只有通过不断地反思和总结，我们才能在秋天的阳光下，谱写出属于自己的成长之歌。

## 成长和收获篇八

秋天的风唱着丰收的歌，经过沉甸甸的稻田，那是农民一年劳作的收获。秋天的风哼着成长的曲，吹起轻盈的风筝，飞向蔚蓝的天空，那是我的收获。

秋高气爽，空气有些干燥。偶尔下一点小雨，也让你倍感惬意。闻着泥土的气息，湿润的空气滋润着你的脸，看着大自然中缤纷的色彩，我们决定周末去放风筝。

像往常一样拿着那个伴随着我多年的“老鹰”风筝来到公园。以往都是父亲放风筝，而我就追在风筝下面跑，渴望自己有一天能像风筝一样在天空上自由自在、无拘无束的飞翔。

风轻轻地飘来让我感觉到一丝丝的微凉，这时父亲跟我说：“这次让你来放风筝吧。”我听了之后十分惊喜，连忙说：“真的吗？！好呀！”父亲没有说话只是笑了笑。我拿起风筝，像父亲有模有样地放了起来。也许是风的帮助我很容易地把它放起来了，慢慢的就越来越高……我十分的兴奋，心想“原来是那么的简单，我肯定能放的比父亲放的还高！”。

正在我沾沾自喜时，风筝不再上升了，抬起的头开始朝下，我急了，大叫一声“爸！”父亲马上来到我的旁边帮我拉了拉风筝线，我全神贯注地看着父亲的每一个动作。当风筝快要落下来的时候，父亲收了收风筝线，风筝向上时，他就放了放线，总之就是把线绷紧。我觉得似乎知道怎么做了。

“好了，爸，我来吧。”父亲没有说任何的话，把风筝线交回给我。我尝试着学父亲的动作，但没过多久风筝又支持不住了，似乎风儿停了一般，我赶紧放线，不行！又急忙拉线，

还是不行！怎么办？心里急得像锅上的蚂蚁。

就在这时，父亲又来到了我身边，拿着手柄上方的线在那调整，经过父亲一次又一次的整顿，风筝又在天空上稳定的飞翔了。

再次接过父亲手中的风筝线，我注视着空中的“老鹰”，再也不敢大意了。

风不大，但风筝终于没有再罢。仿佛天空已经被风筝征服，丝丝云朵成了它的看客。

父亲的话在旁边响起：“孩子，放风筝不仅仅要放的高，更要放的稳，只放上去是不够的！手中的线才是关键。”

是啊！风筝线时刻拉在手中，松懈、轻视不得！

这时的风再也没有凉意了，反而让我感到十分的温暖。

在这个美丽的秋天里，我收获了一份成长。

## 成长和收获篇九

时间像沙漏中的细沙，在人们不经意间悄悄流逝。我也在不知不觉中，从一个懵懂无知的幼儿，长大成为了一名光荣的少先队员。成长的过程中，陪伴我的有父母无私的爱、老师悉心的教导、同学们热情的鼓励。正是有了这些呵护与关爱，使我一天天茁壮的成长，不断的进步。

在成长的过程中，有欢笑也有泪水、有付出也有收获，有胆怯也有胆怯过后成功的喜悦。我喜欢阅读也喜欢朗诵，记得小时候参加过幼儿园的“讲故事比赛”、“在国旗下讲话”等，最让我印象深刻的是五岁那年参加市里举办的“少儿春晚小主持人”选拔赛时的场景。那可是我第一次上那么大的

舞台，站到台上看到台下坐满了人，黑压压一片，心里好像钻进了一只小兔子，心“怦怦怦”的直跳，说着说着就紧张开了，说到一半时就忘词了，当时站在台上感觉空气都凝滞了。正在这时远远望去，看到了站在台下的爸爸用力挥舞手臂，比划出下一句的关键词，我重新回到了主题，顺利的完成了这次的表演。

上了小学后，我也经常参加学校和班级组织的各类活动，通过每一次活动的历练，虽然有了不小的进步可总是觉得应该可以做的更好。事情的转机出现在三年级第一学期，学校大队要竞选大队委，我有幸成为了竞选的一员。可听说竞选当天要在学校的大礼堂举行，到时候还会来很多的老师、学生代表和家长代表时，想起曾经的“卡壳”事件，我的心里有了些许的不安，心想：“这么重要的活动，我可不能出现问题呀！”爸爸妈妈看出了我的小心思，他们和我聊了起来，说起他们曾经经历的一些“大场面”，坦言说每个人遇到这些场景都会有紧张的情绪，要怎么才能克服？爸爸说：“紧张是不自信才会产生的，那我们事先做好充分的准备，把状态调整到最好，那这就是你展示自我最好的舞台！”

听了爸爸妈妈的话我的心情放松下来，从那天开始我认真的为竞选做好准备，所有的稿子我都背的滚瓜烂熟，每一个动作都力求做到恰到好处，爸爸妈妈还陪我进行排练，当我的观众，指出我改进的地方，力争表现得更好。竞选的日子终于来了，我们来到大礼堂，台下座无虚席，随着比赛的开始竞选的队员逐一上场，很快就到我了，我大步走上台，拿起话筒开始了我的演讲，听着自己有力的声音回荡在整个大厅，我惊奇的发现自己一点也不紧张，越讲状态越好，当我演讲结束向大家致谢后，台下响起了雷鸣般的掌声。比赛结束后我也因为这次出色的表现成为了大队委，戴上了象征荣誉与责任的“三道杠”。

这次活动让我收获了成长经历，增加了自信，也让我明白一个人的成长就是不断发现自己身上的弱点并战胜它，不断进

步的过程。我将在以后的学习道路上不断思索与前进，让好的习惯与方法伴我成长。