

2023年成长心得体会(模板9篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。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。

成长心得体会篇一

每个人都有自己的特长或优点，当然也有缺点。牛总曾经说过“优点突出的人，往往缺点也突出”。但补短是一件难事，虽然我们说勤能补拙，但是很多时候，勤劳并不能弥补短处。相反，扬长是容易的事情。

在工作中，你经常发现，表达能力强的人往往逻辑思考能力弱，而思考能力强的人却往往表达不出来。但各自若把精力都放在改进自己的缺点而非利用自己的优点上，往往会事半功半，甚至事与愿违。人的效益提升往往是把自己的优点最大化发挥，而避免把精力放在成效甚微的缺点改进上。

做任何事情，都需要考虑成本效率的最大化。

走出舒适区包括身体上也包括思想上的。面对室外的寒冷和未除的困意，人的身体都会抗拒早起，但当你今天坚持爬起来了，明天你就有了再次早起的理由，你会告诉自己不要让昨天的努力荒废掉；如果你有一次妥协了，你会又一次陷入苦恼的挣扎中。

思想上也是，人只有走出自己思想的舒适区，才能发现还有更广阔的世界，获得更广阔的视野，否则就会永远把自己困在自我的小屋子里，得不到成长。这几天和同事们共同发起了部门联动的思想碰撞，一开始大家都不适应。但当经过几轮的思想碰撞，最后每一个人头上都挂了销量指标，转换角色后，从销量达成的根本思考问题，大家发现合作才是销量

达成的根本。几天后，大家主动合作似乎成为沟通的常态。

我们一直认为，只有思想改变了，行为才能改变，但今天总结起来，应该是反过来的，先改变行为，思想才会随之发生改变。

如果是一位弱者，再小的目标也会感觉有困难；而强者永远是直面困难，思考解决的方法。面对目标，思考的是增量的逻辑以及达成的方法，并且相信自己能够达成。当困难来临时，任何人都会迷茫，而强者选择的是勇敢前行，当你走着走着，前方的路线就清晰了，弱者则往往选择迟步不前。

无论环境无何变化，无论时间无何推移，总有一些事物是亘古不变的。对于销售人员，永远不变的的基础，但基础提升的见效通常是一项缓慢的过程，不会马上见到效果，如同在前文讲过的“j曲线”，可能一开始会略在下降，因为各项体制或前期遗留的问题在作怪，并不一定是自身的问题。

所以，如果我们认为一件方法是对的，就要坚持一段时间再下结论，不要根据实时的反应左右摇摆，或草率做出结论。

这个世界上，只有时间不会骗人，成长，一直在。

成长心得体会篇二

随着社会的不断发展，个人的成长和发展也成为了现代人的关注焦点。为了助力个人成长，人们积极探索各种途径和方法。经过一段时间的实践和思考，我深刻地认识到，成长需要内外双重因素的支持，并在实践中不断调整自己的思维和行为。下面，我将结合自己的亲身经历，从家庭、教育、社交、健康和价值观五个方面，谈谈我在助成长过程中的体会与感悟。

首先，家庭是个人成长的基石。家庭是一个人成长的温床，

亲人的关爱和支持会给个人提供强大的动力和勇气。在我成长的过程中，家人对我的鼓励和支持起到了至关重要的作用。无论我遇到什么困难和挫折，我总能感受到家人的温暖和鼓励，这让我更加坚定地走在成长的道路上。因此，我深知一个和谐的家庭环境是成长的必要条件，也会尽我所能为家庭的和谐和幸福做出自己的贡献。

其次，教育是助成长不可或缺的重要环节。学校是教育个人的主要场所，老师是我们的引路人。在我个人成长的过程中，老师们对我言传身教，悉心教导。他们在我迷茫困惑的时候给予了耐心的指导和帮助，让我明白了什么是真正重要的东西。同时，他们注重培养我自信、独立思考和解决问题的能力，这为我今后的成长打下了坚实的基础。我深知教育是培养个人综合素质的重要手段，也会用自己的实际行动回报老师们的辛勤付出。

第三，社交能力也是助成长的关键因素之一。人是社会性动物，与他人建立良好的互动关系对于个人的成长至关重要。通过与他人交流和合作，我学会了如何与人相处、倾听他人的心声和站在他人的角度思考问题。在抱怨和自怨自艾不能解决问题时，学会主动寻求他人的帮助和意见，会给我带来更多的启蒙和改变。因此，我努力培养自己的社交能力，积极主动与他人交流，创造机会结交新的朋友，并通过与他人的交流不断完善自己成长的方向。

第四，健康是助成长的重要保障。身体是革命的本钱，保持良好的身体状态有助于提升自己的学习和思考能力。在我日常的成长过程中，我坚持锻炼身体，保持良好的饮食习惯，确保充足的睡眠。只有拥有健康的身体，我才能充满活力地投入到学业和事业之中，更好地促进自己的成长和发展。

最后，个人价值观的树立对于助成长至关重要。一个积极向上、价值观鲜明的人往往会在成长的过程中更加自信和独立。在我个人的助成长过程中，我注重价值观的培养和树立。我

秉承着正确的价值观，努力做一个有责任感、公正正直的人。我深信只有做一个有道德底线的人，才能担负起家庭、社会和责任，实现自己的成长和发展。

综上所述，成长是一个循序渐进的过程，需要家庭的关爱、教育的熏陶、社交的磨炼、健康的保障和正确的价值观指引。只有在这五个方面的全面发展和调整下，我们才能更好地助力个人成长，实现自己的理想和目标。我愿意继续努力，用自己的实际行动为助成长做出贡献。同时，我也希望更多的人能认识到助成长的重要性，从而为自己、家庭和社会的发展做出积极的贡献。

成长心得体会篇三

随着社会的发展和进步，越来越多的人开始重视个人的成长。无论是在学业上、职业上还是人际关系中，成长都显得尤为重要。而“兴成长”则是一个能够帮助我们实现个人成长的重要方式和途径。在我参与了一个兴成长的项目之后，我深深地体会到了兴成长对于我个人发展的重要性。在此，我将结合自己的亲身经历和感受，分享一下我对于“兴成长”的心得体会。

首先，兴成长激发了我的学习热情。在我参与兴成长项目之前，我常常对学习感到疲倦和厌烦。但是通过项目的课程安排和教学方式，我发现学习也可以变得有趣和有意义。一方面，课程设置了丰富多样的学习内容，包括实践体验、小组合作和讨论等不同形式的学习活动。这使得我能够从不同的角度去理解和掌握知识。另一方面，教师注重培养学生的学习兴趣，通过生动有趣的讲解和实例的展示，让我对学习产生了浓厚的兴趣。在兴成长项目的推动下，我对学习充满了热情，愿意主动去学习和探索。

其次，兴成长提高了我的自我意识和自我管理能力。在项目中，我通过参与不同的活动和任务，了解了自己在学习和生

活中的优势和不足。这不仅让我更加清楚自己的定位和目标，还帮助我更好地认识自己，并且针对自己的不足进行了有针对性的改进。此外，兴成长通过培养学生的自我管理能力，让我懂得了如何合理安排时间、良好地规划和实施自己的目标。在项目的指导下，我逐渐学会了自律和自我激励，提高了自己的工作效率和学习成绩。

再次，兴成长培养了我的团队合作精神和沟通技巧。在项目的过程中，我经常需要与团队成员进行合作。通过分工合作和互相协调，我们共同完成了一系列的任务和项目。在团队合作的过程中，我不仅学会了倾听和尊重他人的意见，还学会了与他人进行有效地沟通。我发现，团队合作不仅可以获得他人的帮助和支持，还能够将个人的能力和创意发挥到最大限度。兴成长项目的团队合作让我体验到了团队成就感和合作的乐趣，使我在团队合作中得到了全面发展。

最后，兴成长提升了我的领导能力和创新思维。在项目中，我不仅是一个普通的学习者，还有机会担任一些重要的角色，比如团队的负责人或者项目的组织者。通过这些经历，我逐渐学会了如何带领团队并解决问题。我开始体验到了领导的责任和压力，同时也感受到了领导带来的成就感和自豪感。此外，兴成长也鼓励学生创新思维的发展，通过开展一些创新性的活动和项目，培养学生的创新意识和创新能力。这让我意识到创新是解决问题和发展的关键，鼓励我不断地尝试和创新。

总之，兴成长项目让我获得了很多宝贵的经验和收获。通过参与项目，我深刻体会到了兴成长的重要性和意义。它不仅提高了我的学习热情，还提升了我的自我意识、团队合作能力、沟通技巧和领导能力。我相信，通过不断地参与兴成长项目，我会不断地提升自己，实现个人的成长和发展。我也希望更多的人能够参与到兴成长项目中来，共同努力，共同成长。

成长心得体会篇四

近年来，“兴成长”成为了一个热门词汇。不仅仅是指个人的成长，更涉及到社会、组织和国家的进步与发展。作为一个年轻人，我深深感受到了兴成长对于个人重要性。在过去的几年里，我通过努力学习和锻炼自己，不断提高自己的能力，并逐渐形成了一些关于兴成长的心得体会。

首先，对于个人的成长来说，好奇心是一个至关重要的品质。正是因为对事物的好奇，我们才会有动力去学习和探索。在我的成长中，好奇心推动着我去探索新的事物，开阔我的视野。每当我遇到一个新的领域，我总是充满了好奇心地去学习，并不断深入探索。通过这种方式，我不仅学到了知识，还培养了自己的独立思考和问题解决能力。好奇心不仅仅是个人成长的源泉，也是社会进步的动力。

其次，自律是促使个人成长的重要因素。在成长的过程中，我们会面临各种各样的困难和挑战。如果没有自律，我们很容易在这些困难面前退缩和放弃。与此相反，如果我们能够保持自律，坚持努力，那么我们就能够克服困难，取得成功。在我的成长中，自律是我的秘诀之一。我将自己的目标 and 计划明确下来，并设定了一系列的策略来实现这些目标。通过每天的坚持和努力，我逐渐实现了自己的成长目标，并在实践中锻炼了自己的意志力和毅力。自律的力量是巨大的，它能够让我们更加专注和坚定地追求自己的梦想。

再次，团队合作是兴成长中不可忽视的一环。在现代社会中，一个人的力量是有限的，只有通过他人的合作，才能够发挥出更大的作用。在我的成长中，我参加了许多团队活动和项目，通过与队友们的协作，我学到了许多与他人合作的技巧。团队合作不仅能够帮助我更好地完成任务，还培养了我的团队意识和沟通能力。通过与他人的合作，我深刻理解到团队的力量是无穷的，只有有了团队合作，才能够更好地兴成长。

最后，要保持积极心态是促进兴成长的重要因素。在成长的道路上，我们经常会遇到各种挫折和困难。如果我们对此失去信心和动力，那么我们就很难继续前行。相反，如果我们能够保持积极心态，那么我们就能够从失败中吸取教训，并不断调整自己的行动方向。在我的成长中，我坚信积极心态能够帮助我战胜困难。每当我遇到挫折和困难时，我总是告诉自己要保持积极的心态，勇敢面对问题，并努力寻找解决办法。通过积极心态的影响，我克服了许多困难，实现了自己的成长目标。

总而言之，“兴成长”是一个涉及到个人、社会和国家的重要主题。在个人成长中，好奇心、自律、团队合作和积极心态是促进兴成长的重要因素。通过不断锻炼和培养这些品质，我们能够更好地实现自己的成长目标，并为社会的发展做出积极的贡献。让我们一起努力，不断追求自己的梦想，为兴成长添砖加瓦。

成长心得体会篇五

20xx年8月17日上午，我乡全体教师聆听了曾丽红老师关于“教师专业化成长”的报告，报内容非常详实，非常贴近我们教师实际，为我们教师的成长指明了方向。曾老师幽默生动的语言和振奋人心的事例，唤起了每位教师成长的迫切愿望。使我受益匪浅，让我从全新的视觉角度审视“我”、“教师”这个职业，好多以前处于朦胧状态的问题迎刃而解，眼前豁然开朗。现结合自己的实际反思如下：

“敬业、勤业、乐业”是我最大的收获。它让我明白提高自身的素养，丰富自身的底蕴，倾情投入教育教学工作，才能促成自身的专业成长。要想在教育教学中有一番出色的表现，没有捷径，只有靠自己，一步一个脚印，实实在在地去学习，去实践，去反思。教师，作为培养人才的人，教学素质必须要跟上时代的步伐，必须树立现代教学思想，掌握渊博的知识，具有较强的信息素质和学习能力。我作为教师，

必须不断学习专业知识，才能适应教学要求。必须脚踏实地学习他人经验，才能在自己的专业素养上渐渐成长起来。

爱，可以给孩子以心灵的温暖，爱，可以让孩子更自信。我想，我们做为一名教师要热爱学生，热爱自己的事业；还要有强烈的创新意识，不照搬书上的东西，要勇于创新、敢于标新立异。最关键的是要保持宽容的心境，在今后的工作中遇到困难要不断的向有经验的同事请教，与同事要互相关心、和睦相处。

通过交流，教会我作为人师者，在工作中如何追求与奉献，在

生活中如何投入与面对，如何使自己的观念不断地体现于自己的教学行为中，也让我学会自省，学会了反思，学会了回过头来看过去。我愿意做“教师成长”中的一名成长教师。我想，不只是我，我们全校许多同事都将在这次学习中逐渐成长起来。

以前我常忽略这样或那样的事情，通过学习后，让我了解到了教学应当充分发挥学生的主体性。不断的学习、实践与反思，让我在教学过程中日益成长。我相信只要坚持不懈，以良好的心态对待成长中遇到的困难和挫折，不断求知，善于实践，积极反思，就会成为一名符合现代教育需要的成功的教师！

成长心得体会篇六

助成长是每个人都需要经历的过程，无论是在学习、工作还是人际关系上。每个人都有自己的成长轨迹和心得体会。在我看来，助成长首先要有积极的态度和明确的目标，其次是坚持不懈地努力，同时要学会接纳失败并从中吸取经验教训。下面我将分享一些我在助成长过程中得到的心得体会。

第二段：助成长需要积极态度和明确目标

积极态度和明确目标是助成长的重要前提。首先，积极的态度可以帮助我们更好地面对挑战和困难。例如，当我在学习一门新课程时，如果我持有消极的态度，我可能会因为困难而放弃，而如果我持积极的态度，我会更有动力去克服困难，提高自己的能力。其次，明确的目标可以指引我们前进的方向。在学习或工作中，如果我们没有明确的目标，我们很容易迷失方向，缺乏动力和决心去努力。因此，积极的态度和明确的目标是我们成长的基础。

第三段：坚持不懈地努力是助成长的重要环节

坚持不懈地努力是我们成长的关键。在努力中，我们才能不断超越自我，不断提高自己的能力和水平。比如，当我在学习一门难题时，如果我只是做一次就放弃了，那么我就无法掌握这门课程的知识 and 技能。只有通过不断地实践和学习，我才能够真正地理解和掌握这门课程。同时，坚持不懈地努力也意味着我们需要面对挫折和困难。我们不能因为一次失败或困难就放弃，而是要通过吸取经验教训，调整自己的方法和策略，再次努力。只有坚持不懈地努力，我们才能够真正地成长。

第四段：接纳失败，吸取经验教训是助成长的必经之路

在助成长的过程中，失败是难以避免的一部分。失败并不可怕，关键是我们如何面对和处理失败。接纳失败意味着我们要正视错误和失败，并不抱怨或逃避。只有当我们接纳失败，我们才能够从中吸取经验教训。例如，当我在工作中犯了一个错误，我可以回顾自己的工作流程和决策过程，找到错误的原因和解决办法。通过吸取经验教训，我能够避免类似的错误，并提高自己的工作效率和质量。因此，接纳失败并从中吸取经验教训是我们不可或缺的。

第五段：结语

助成长是一条漫长的道路，正在不断地前进。无论是积极的态度和明确的目标，还是坚持不懈地努力和接纳失败吸取经验教训，都是助成长的重要环节。每个人都会在助成长的过程中遇到各种各样的困难和挑战，但只要我们始终保持积极的态度和决心，就没有什么是我们无法战胜的。正如古代诗人所云：“山重水复疑无路，柳暗花明又一村。”助成长是一次次的反复和突破，只有坚持不懈地努力，我们才能真正地成长。让我们一起努力，迈向成长的顶峰！

成长心得体会篇七

每位家长都希望自己的孩子很优秀，包括我自己也希望自己的孩子在德、智、体、美各方面都表现得优秀些，可是如何把孩子教育好，是每个家长都要面临的复杂问题。在此，我简单地讲述一下自己对孩子教育的一点点体会。

我看过卢勤老师写的一本书，名字叫《把孩子培养成财富》，使我受益匪浅。卢勤是当代国内最懂孩子心的家庭教育专家，开创了有中国特色的家庭教育，也影响着新一代家长的教育理念，是新时代父母的家教指南。

现在的家长压力太大了，独生子女，所有的希望都在孩子身上，这意味着100%的成功和失败，孩子几乎成了大人的全部。在物质上给孩子的太多，在精神上却给孩子的太少，留给孩子财产容易，把孩子变成财富却不那么容易。所以我要呼吁广大的父母们，与其把财富留给孩子，不如把孩子培养成财富。

首先，我们的人生观要摆正，那，什么样的人生才是财富呢？快乐健康、积极向上、有成就感、劳动、创造、享受、生活幸福、家庭和睦、孝敬长辈，这样的人生才是社会的财富，是父母最大的精神财富，所以我们要赏识孩子、给她们自信、

夸孩子、规范孩子的行为，永远不要和别的孩子比高低。只要今天比昨天有进步，就应该鼓励、肯定、祝贺。

“望子成龙、望女成凤”的心态，我们每位家长都存在，每个家长都希望自己的孩子成绩好，出类拔萃，给孩子过高的期望值。殊不知，家长越是这样，孩子就越有压力，考试就会紧张，发挥就会不好。记得杨璨羽刚上三年级的时候第一次考试，语文、数学都考了88分，回家后她没有马上告诉我成绩，而是不敢讲，后来等我问到她后才说：“我考的不好，两门都是88分”。当时，我也是在心里暗暗生气，一、二年级时最低也在90分以上啊，这次是怎么了？但静心一想后对孩子说：好啊，考的真好，我们家要发财了，给我考回来了四个“8”，“发发发发”啊。孩子一听好高兴啊，妈妈不但没有批评她，还表扬了她。听别人说，三年级是个坎，有个适应过程，不怪孩子。另外我也从自身分析原因：“以前我总是给她检查作业，是不是养成了依赖心理，从而缺乏独立思考的能力？”从此后我再不给她检查作业了，有困难时再来找我。渐渐的成绩就有了进步，在三年级其中考试时取得了全年级第一的好成绩。

心态决定成败，成长比成绩重要，不要给孩子太多的压力，毕竟小学成绩不稳定是很正常的。不要去埋怨、指责孩子，多对孩子说：“你真棒，太好了”。让孩子树立信心，大声喊出：“我能行”。

孩子的感受和他们的行为有直接的关系，孩子有好的感受才会有好的行为，我们要接受他们的感受。

每天睡觉前，我都会和孩子聊会天，问问今天在学校有什么高兴或者不高兴的事，遇到自己不能判断的事情，我会正面加以引导，遇到不开心的事，给予安慰。在学校有时也会遇到不开心的事，比如有同学打到她，回来就会给你诉苦，说某同学打到自己了，要是没打到什么，就对孩子说没关系，别人又不是故意的。不要让孩子去记仇，要团结同学、不要

打架、不要随便拿别人的东西等等。经开导，孩子就会很开心，就会愉快的和同学相处。因此，我们要多与孩子有效沟通，这样才能更好的理解她们。

好学习习惯，就得多看书、多阅读、增加学习兴趣，开拓视野，独立完成作业，培养自觉性。作为家长有时会因为工作很忙而忽视了孩子，可是现实要求我们就应该要做到：抽空帮助孩子复习，尽量抽时间陪伴孩子，遇到困难多多帮助孩子。这样孩子才能不断的进步。

教育孩子是一门极其复杂的课程，作为我们家长也需要不断地进步和学习，与时俱进，做一个智慧的父母，陪伴孩子一起成长。

最后请孩子们记住三句话：

面对生活，微笑着说：太好了；

面对困难，勇敢地说：我能行；

与人相处，主动说：我来帮助你。

成长心得体会篇八

生活中的成长不仅仅是年龄的增长，更重要的是在各个方面拓展，提高自我。成长是一种积极向上的力量，可以使人不断超越自我，探索未知的领域，并逐渐成为一个更好的人。然而，成长的道路上常常会充满坎坷和挑战。在我自己成长的过程中，我体会到了一些心得和体会：正确树立目标、充实自己、锻炼适应能力、保持积极心态和培养人际关系。

首先，要正确树立目标。一个人没有明确的目标，就很难做到将有限的时间和精力投入到正确的事情中去。成长的路径上，明确自己的目标能够让我们明确方向，从而更容易克服

困难和挑战。例如，当我意识到学业是我成长的重要一环，我就设立了进入前十名的目标，并立下计划，制定了每个学期要达到的小目标。这让我有一个明确的方向，激发了我学习的动力。

其次，要充实自己。无论是在学习上还是生活中，我们都应该不断充实自己。阅读是丰富自己的重要方式之一，通过阅读，我们可以获取知识和见识，增长智慧。除此之外，参加各种活动和社团也是丰富自己的好办法。在参与活动的过程中，我们可以结识更多的人，开拓自己的人脉圈，进一步提升自己的综合素质。

另外，锻炼适应能力也是成长过程中必不可少的一环。生活中常常会遇到各种各样的变化和挑战，如果我们没有适应能力，就很难应对这些情况。适应能力是一个人的心理素质的体现，只有具备了良好的心态和灵活的思维，我们才能快速适应新环境、新事物。在我经历的一次转学时，刚开始的时候感到很陌生和不适应，但是我通过与新同学相互交流，积极融入新环境，很快就适应了新的学习和生活状态。

保持积极心态也是非常关键的一点。人的情绪和心态会直接影响到他的思维和行为。因此，我们要时刻保持积极的心态，以积极的态度面对成长中的困难和挫折。当我在学习中遇到困难时，我会告诉自己“相信自己，努力就有收获”，并通过调整自己的思维方式，找到解决问题的方法和途径。正是因为坚持积极的心态，我才能克服困难，不断提高自己。

最后，培养良好的人际关系也是成长中的一项重要任务。一个人的成长离不开他人的关心和帮助。与他人建立良好的关系，可以互相学习和促进成长。通过与他人交流，我们可以从他们身上汲取经验和智慧，获得更多的启发和帮助。在我自己的成长中，我结识了许多优秀的朋友，他们的陪伴和帮助使我受益匪浅。

助成长的心得体会是在实践中不断积累和总结的。通过正确树立目标、充实自己、锻炼适应能力、保持积极心态和培养人际关系，我逐渐发现自己在各个方面都有了明显的进步。成长不仅仅是个人的事情，也是一个社会的责任。只有不断在成长中提升自己，才能更好地为社会做出贡献。所以，让我们一起把握成长的机会，不断探索和追求更好的自己。

成长心得体会篇九

各位领导，各位老师，大家下午好！

时光飞逝，本人自20xx年8月参加工作以来，至今已满六年了，其中班主任工作五年。作为一名新老师，在六年的工作实践中，有经验也有教训，有挫折也有成功。下面，请允许我围绕思想工作、教学工作、教育工作三个方面的成长来谈谈自己的一点心得体会。

记得20xx年8月，刚来平中，也是师德培训，有一项内容正是讨论教师究竟是职业还是事业的问题。当时我也存在疑虑，心想：“教师也是人，也需要吃饭睡觉，教师是谋生的手段，所以教师应该是职业，不是事业。”而沈老师的一番话，现在仍然在我耳边响起，我还清晰地记得沈老师那浑厚的声音：“教师工作是和其他工作不同的，学校不是工厂，学生不是工厂的产品，工厂可以出现次品，而我们学校老师的教育就不能让学生出现次品，工厂出现次品可以通过再生产来挽回，而学生的机会就那么一次。”沈老师的话，点醒了我，教师首先是职业，但是，它更是事业。我们选择了教师，就用心去热爱这份事业。尽管当时我并不十分理解“爱岗敬业”这四个字的含义，但是开学后看到的一幕幕，让我感触深刻。同办公室的徐老师是班主任，每天起早摸黑，甚至在我中午午休的时候还要去教室两三次，这么做难道是为了那微薄的班主任费吗？当然不是。有很多任课老师，利用自修课去教室辅导学生作业，甚至晚上也牺牲时间，只要学生有问题，知无不言，言无不尽。这些就是我们平中老师把教师当做事

业的具体表现，也成为我工作的榜样。前两天许书记给我们解读了《国家中长期教育改革和发展规划纲要》，让我们受益匪浅，我也认真阅读了全文。我感触最深的就是《纲要》明确指出了教育要以人为本，《纲要》指出：以学生为主体，把促进学生成长成才作为学校一切工作的出发点和落脚点，尊重教育规律和学生身心发展规律，为每个学生提供适合的教育，培养造就数以亿计的高素质劳动者、注意千万计的专门人才和一大批拔尖创新人才。而在保障措施里，又明确提出了要加强教师队伍建设，要建设高素质教师队伍。严格教师资质，提升教师素质，努力造就一支师德高尚、业务精湛、结构合理、充满活力的高素质专业化教师队伍。要加强师德建设，加强教师职业理想和职业道德教育，增强广大教师教书育人的责任感和使命感。六年来，我始终牢记把教师作为自己的事业。“一切为了学生，为了一切的学生，为了学生的一切”，这是我一直追求的。

我的教学开局并不顺利，第一年工作师从程老师，他在听完我第一次上课后，就给出了一大堆意见。什么板书不规范，与学生交流不够，问题设问不规范等等，最后说了一句，你的教学还没入门。我当时就惊呆了，心想不至于这么差吧！好歹我实习的时候是拿了优秀的。于是，我苦练内功。精心准备每一节课，写好教案，然后去听程老师的课，听好后修改教案。在课堂上注重激发学生的上课热情，营造创造良好的课堂气氛。课后认真批改作业，并给学习困难的学生进行辅导和帮助。在程老师的帮助下，我不断成长起来。20xx年4月，在乍浦上公开课时，得到了教研员岳升老师的好评，也使我的劲头更足了。

此后，周老师和姚老师又先后成为我的师傅。他们三个人各有特色，程老师善于把握大局，不拘小节。周老师善于把握细节，抓住每个知识点。姚一鸣老师既注重知识的传授，又生动活泼。听了他们的课给我的教学带来了很多的帮助，老教师在教学方面的经验是很值得我们这些新教师学习的。

历史组同仁对我的关心和帮助远不止这些，记得20xx年5月10日，我突然接到通知，要求我参加5月17日的平湖市的青年历史选拔赛，我当时就很紧张，一是时间紧张，二是没把握。我们历史组全体成员专门开会，给我帮助，我在他们的帮助下，不断调整自己的思路，并积极修改课件。最后在5月17日的比赛中超长发挥，拿到平湖市一等奖。5月23日，组里吴永健老师全程陪同去海宁参加嘉兴市比赛，拿到嘉兴市二等奖，尽管有遗憾，但是历史组的团结和给我的帮助是巨大的，和我的成长是分不开的。

在教学方面，我认为反思是必要的，它可以总结学习及实践中取得的成果和出现的问题，不断调整自己的知识结构，实践方式，以获得持续的终身发展，达到成长的质的飞跃。而在刚开始的时候，我对教学反思是不重视的。当学校要求上交教学反思时，也仅仅是敷衍了事。后来当教学中不断出现问题时，有些甚至无法解决时，才想到了教学反思的真正作用所在。以后每节课后都要进行反思，认真思考，检讨成败得失，做好分析，钻研出更好的教育教学方法，并运用到以后的教学中去。20xx年5月23日海宁比赛后，我也曾认真反思过，自己为什么只能拿二等奖。我发现了自己最大的两个缺点，一是没有注重以史导论。史学是一门实证科学，没有充分的史料作根据，无论怎样巧辩都是站不住脚的。所以我们要论从史出、史论结合。二是没有处理好学生主体和教师引导之间的关系。在课堂上，教师应该做到，既要积极鼓励学生发表自己的观点，又要适当地指导学生向正确的思路发展。明确了自己的不足，对自己以后的教学就起到了很大的作用。而《纲要》中也明确提出了要提高教师业务水平。完善培养培训体系，做好培养培训规划，优化队伍结构，提高教师专业水平和教学能力。经过六年的磨练，我已经基本具备了高中历史教学能力，在教学方面完成飞跃，得到成长。

。班主任工作繁琐复杂的，是很辛苦的。五年来，我都会积极地向有经验的老班主任请教学习。姚老师，既是我的高中老师，也是我做班主任的启蒙老师，我向他学习怎么样在

班级里树立威信。施老师，有十几年的班主任工作经验，我积极地向他学习，争取在班主任工作上有所突破。在他们的帮助下，我成长很快。其中我学到的最有用的就是班主任要拥有敏锐的观察力和班主任要积极与学生交流。

班主任要有敏锐的观察力。只有发现问题，才能解决问题。平时观察到的似乎都是小事，但是一旦出事，就是大事。20xx年1月的时候，也是我做班主任的第二年的时候。有一天，大概晚上6点的时候，我到教室点名，发现钱同学不在教室。钱同学是住校生，当时应该在教室晚自修。我询问其他同学，都说不知道，去寝室找了也没找到。真是心急如焚。我马上报告姚老师，并联系了钱爸爸，但始终联系不到钱。当天晚上12点，我再次联系钱爸爸，问是否要报警，他爸爸也很生气，说让他去好了。结果钱同学失踪三天，最后在桐乡市公安局的帮助下，终于回来了。这几天我是急的不得了。回来一问，事情比我想象的还复杂。原来钱伟杰同学出去找了一群人帮忙打架，结果这群人花光了他身上的钱，还叫他去偷东西。钱伟杰不干，被他们绑架到桐乡三天，后来他终于在第三天乘机跑了出来，到桐乡公安局报了案。尽管事情解决了，但我还是心有余悸，万一出点啥事情，我这班主任该怎么办，所以我很注重观察，希望把问题解决在萌芽状态。

班主任要积极与学生进行交流，通过交流，达到了解学生、引导学生、教育学生的目的。通过交流，我了解了学生的心理活动，了解了他们的真实想法，甚至可以发现学生的心理问题。特别考前考后，学生的心理辅导工作越发重要。20xx年6月8日，文综考完后，我班周同学面无表情地回到教室。我感觉到有情况，马上找他进行沟通，他告诉我：“老师，我文综完了，政治来不及做，这下遭了，下午英语我不想去考了。”我意识到问题的严重性。于是跟他分析：“一，这次文综比较难，做不出也是正常的。二、这仅仅是你的自我感觉，不一定准确。三、就算文综不好，还有其他的科目可以超长发挥，老师当年文综才155分，照样上了重点。”在我的鼓励下，他很快恢复了信心，下午的英语和第二天的自选

超长发挥。最后高考总分634分，超过重点线44分，被上海东华大学录取。五年来，在前辈们的帮助下，在自己的努力下，我也逐渐由一个一窍不通的新手转变为一名有一定经验的班主任。