

个人成长心得体会（精选 15 篇）

个人成长心得体会 篇 1

今天和朋友聊了好久关于在工作中的一些问题，感触特别多，结合自己以及周围的其他同学的情况，发现从毕业工作后或多或少我们都有这样那样的挫折，也许这是我们变为社会人的一门必修课，对于这一阶段的成长，我有以下总结，希望自己能变得更强大，更快的成长

1、工作和生活分开，工作中的情绪不必带到生活中去，因为老板不会为这给你额外的工资。

2、我们可以有情绪，但是不能长期情绪化。情绪起伏，沉淀最终使我们成长，但是长期情绪化则使我们抑郁，阻碍我们成长。

3、记住对于同事，在生活上我们可以是朋友，在公司里我们可以是战友，可是在原则利益问题上我们终究还是对手。所以怎么处理与同事的关系你自己权衡。

4、林子大了什么鸟都有，社会这么复杂什么人都有，一句老话害人之心不可有，防人之心不可无。

5、必须善于解决问题，而不是逃避问题。解决问题是最能让自己学习成长的过程。

6、做事要麻利周全，学会分析哪些是必须放在首位处理的，而不是凭难易或者心情，合理规划时间，做到忙而不乱

7、埋头苦干的时代已经过去，我们不仅要做，还要让别人看到。即使没有要求，适当时候向老板汇报工作是必须的。

8、把该做的做到位，这样遇到问题才不至于让对方有机可乘，不属于自己的责任要干脆利落的扣在对方的场地上。

9、慢慢去编织一个自己的人脉关系网，为未来的进一步发展铺路。

10、也是最重要的一点就是不断学习，对自己所做的行业更专业。

先写到这里，是一部分经历的总结也是对自己的提醒。

个人成长心得体会 篇2

要想成为一个优秀老师，得有一颗感恩的心，也就是要具有良好的教育心态。因为感恩，你才有爱心，才会爱生活，爱从事的工作；有了爱心，才能长智慧，有了爱心，你才会努力，才会勤奋，才会反思，才会坚持，才会成长……现在回顾自己的成长历程，我觉得自己所付出的一切都源于感恩，是在感恩中静心学习，尽心工作，用爱心回报社会。我也将继续认真学习我们学校的先学后教，当堂训练教育教学理念，在实践中探讨更适合我的课堂的有效教学方法，来争取以后更大的进步。

作为一名老师，在和学生相处的日子里，我笑过，也哭过，被学生感动过，也对学生发过脾气。但是，在同事的关怀和帮助下，我逐渐适应了工作，也爱上了这份工作。现在在保留自己的特色下，通过一步一步踏实的工作中，摸索出适合自己的教学模式。

当然我在教学中还存在着一些困惑，主要是两个方面：一是对学生的感情调节，对于感情调节的力度仍然欠缺，二是由于班主任工作较为繁忙，很少有时间课下跟踪学生。如何落实学生的课后学习，仍需不断探索更有效的方法。

在今后的教学中，我一定多多向老教师学习，看老教师的教学方法，来弥补自己的不足，协调好理论和实践的关系。多听一听老教师的经验之谈，多听一听学生的心声，在老教师的指导下，在学生配合下，加上自己的努力，一定能上好

课。我一定要多想。从学生到老师，随着角色的转化，我们不能像以前一样任性，不能想怎样就怎样，一定从新的角度，新的立场，去思考，去理解，如何才能上好每一节课

程，让学生在学习中娱乐，在娱乐中学习。虽然在教育这门博大精深的艺术殿堂里，我只是学了一点皮毛。教学经验还不是很丰富，从教之路是漫长的，我会以更充沛的精力，更旺盛的斗志，坚定不移地走好，走稳每一步。争取取得更好的成绩，使自己成为一名合格的教师。

个人成长心得体会 篇3

成长的感觉真差，像没有成熟的果实一样青涩。成长的烦恼真多，像满头的秀发一样理不清。

十四岁的我一只脚已经踏进青春的门槛，而另一只脚却赖在童年的梦中不肯出来。对于我来说，一切都是朦胧而模糊的.感觉。每日忙碌而又迷茫，沉浸在沉升的音乐里，沉浸在虚幻的童话里沉浸在故作深沉的小说里。可是，一但揭开浮华的表面我却什么都不明白。

成长意味着自由，同时也意味着责任。谈到自由，有谁不向往，但一谈到责任，我们又都会胆怯。矛盾，无尽的矛盾。

化蛹成蝶的过程最痛苦，可也最美丽，最悲壮。现在，惟有宁静和和谐，才能让我的思想安静下来。吐丝和作茧，只不过是生活中的一小部分。不过是为了更好的保护自己不受到伤害。而成长最重要得意义，是在鼓起勇气破茧的那一刻。在这个痛苦甚至有些残酷的过程中，我终于知道了，孤独是成长褪壳时的痛，也是幼稚向成熟所交的税。作文

社会是一大染缸——大人们如是说。可那里才是我们的净土呢？我愿意有一块无边的麦田，边上站着守望者，轻轻地将跑到悬崖边上的孩子拦回来，但是想找一位麦田守望者何其容易。

我放下笔，从高楼的窗子放眼望去，长长的马路上有熙熙攘攘的人流和往来的车辆。入夜，街灯亮起时，便会和各种车灯交织在一起，散发着城市独有的味道。耳边响起辛弃疾的词：

“少年不时愁滋味，

爱上层楼，爱上层楼。

为赋新词强说愁。

而今识尽愁滋味，

欲说还休，欲说还休。

却道天凉好个秋。”

个人成长心得体会 篇4

跨入公司这个平台一年多以来，我觉得自己成长了一部分，也感觉自己滞留了一部分。其实很多时候成长和退步都是同时进行的，我们每个人的精力都有限，在一个仅有的空间里，我们所能提升的也只能是一部分，还有一部分如果我们自己不去想方设法的提升的话，也只能局部停留了。所以这次谈起自己的成长，我还是觉得有那么一些感触的。

一年多，对于我这个刚刚毕业的青年人来说，或许并不长，很多人依旧在社会上彷徨，也有很多人依旧没有目标和目的地，其实对于我来说，对于这份工作而言，我认为自己是很满足的，但是也有一些不满足的地方。比如说自己的野心

得不到实现，自己的目光不够长远等等。这些在我的生活里也制造了一些困扰，但是面对这一份自己比较擅长的事业，我还是很满意自己这一年多的表现的。

在这一段时光旅途之中，我认为自己成长了的部分主要表现在自己的逻辑上，以前自己的行动力和想象力并没有这么强，处理事情的逻辑也不是很强，这一年多，让我感觉到最为明显的就是自己在语言表达以及写作顺畅度上有了一定的提升，或许很多时候文笔并没有很好，但是我认为不管我在一个什么样的状态里，我的逻辑起码是对的，并没有辜负这一次行动。

但我比较缺乏的还是一个进步的决心。因为对于这份工作，我们还是会会有一个过渡期，在这个过渡期里，我曾经一度感觉到麻木，所以对自身的提高也是比较少的。一开始我还会想着去提升自己，但是慢慢的，我发现在每日工作完毕之后，自己的身心都是比较疲惫的，再执笔时也感觉自己的思维有些跟不上了，或许这就是我在这份事业上的一个疲惫期吧。

我一直认为成长和倒退是彼此存在的，成长之所以称之为成长，是因为在这个过程中，我们成长的速度快过了倒退的速度，所以总体上看上去，我们是在进步的。但是对待事业和生活，有时候我们只能做一些取舍，很多地方该放弃的就要放弃，切记不要“拣了芝麻丢了西瓜”，成长是慢慢来的，也是我们在一份事业当中思想上慢慢的觉醒。我们的生活中，有些东西尽可能被蒙蔽和遗忘，但是我们也不会放弃对每个明天的渴望，我想这就是我一直坚持和努力的原因，未来，我也依旧会保持一个向上的态度，积极对待每个新的日子！

个人成长心得体会 篇5

首先作为酒店员工就得要耐得住寂寞，每个岗位都有属于自己的事情，这些事情其实都不难，难得是如何在重复而繁琐的事情中坚持下来。我曾见过好几个在酒店做兼职的员工，主要是做洗盘子的工作，明明在工作岗位上，却总是边工作边抱怨，整日散发负能量，工作之余就是坐在一边玩手机什么都不做，明明在

做着这份工作，但是却看不起这份工作，实际上我也看不起这种人。酒店员工就应该将酒店的一切与自己结合起来，酒店的荣誉便是自己的荣誉，酒店的损失便是自己的损失，酒店员工也是人，所以在工作的時候虔诚一点，不要手上做着这份工作，却从心底瞧不起这份工作，酒店员工并不等同于清洁工，任何职业都不应该被鄙视。

其次作为酒店员工也应该要不断学习，酒店员工也有服务员，有前台，有主管，很多时候应该竭力表现自己，这样才会有着升职的机会。而且公司来往的客人很多，其中也有着外宾，耳濡目染之下，或者说为了与客户正常交流，学外语是必须要做到的，起码应该懂得日常用语，这也是能力的一部分，掌握更多的知识便能够获得更多的成就，无论是在任何单位都是适用这个道理的。因此我觉得作为酒店员工，也应该有着不断学习与进取之心，在工作之中学习，在磨砺之中进步。

最后作为酒店员工应该站在客户的角度考虑问题，只会埋头苦干的人很难在日益发展的社会中适应下来，因为很多时候大家只需要其中最为优秀的那一个而已。有时候客户站在门口，我们会说欢迎光临，但回答如此呆板肯定是不行的，正如做销售一般，要站在客户的角度思考问题，客户站在门口肯定是在犹豫，他可能需要什么，住店还是吃饭，一个人还是邀请朋友，或者说是要办什么宴会，很多问题需要我们主动去问，期待客户自己开口是不现实的，不抓住机会的话客户可能会选择其他的酒店，因此竞争也是很重要的。

酒店员工的心得肯定不止这么一点，我只是从中择取了几个我个人认为比较重要的，这也是我自己的体会，酒店员工是比较吃青春饭的，因此我要尽快在有限的青春年华之中做出一定的成就，否则的话可就太不称职了，还是要努力啊。

时间过得真快，一转眼踏上工作岗位已经三年了，从初出茅庐的大学生到现在，我成长了许多，无论在教学和学生管理方面都积累了不少经验。一学期来，本人认真备课、上课、听课、评课，及时批改作业、讲评作业，做好课后辅导工作，广泛涉猎各种知识，形成比较完整的知识结构，严格要求学生，尊重学生，个人发扬教学民主，使学生学有所得，从而不断提高自己的教学水平和思想觉悟，并顺利完成教育教学任务。下面是本人的教学经验及体会：

1、要提高教学质量，关键是上好课。为了上好课，我做了下面的工作：

(1) 课前准备：备好课。

①认真钻研教材，对教材的基本思想、基本概念，每句话、每个字都弄清楚，了解教材的结构，重点与难点，掌握知识的逻辑，能运用自如，知道应补充哪些资料，怎样才能教好。

②了解学生原有的知识技能的质量，他们的兴趣、需要、方法、习惯，学习新知识可能会有哪些困难，采取相应的预防措施。

③考虑教法，解决如何把已掌握的教材传授给学生，包括如何组织教材、如何安排每节课的活动。

(2) 课堂上的情况。

组织好课堂教学，关注全体学生，注意信息反馈，调动学生的有意注意，使其保持相对稳定性，同时，激发学生的情感，使他们产生愉悦的心境，创造良好的课堂气氛，课堂语言简洁明了，克服了以前重复的毛病，课堂提问面向全体学生，注意引发学生学数学的兴趣，课堂上讲练结合，布置好家庭作业，作业少而精，减轻学生的负担。

2. 要提高教学质量，还要做好课后辅导工作。

我现在带两个班的数学教学工作，而数学每个班中的后进生肯定存在，给我的课后辅导工作带来了很大的难度。因此我在班级中设置“小组帮”的活动：将

一个班级的学生分为八个大组，一个大组长和一个小组长，这两个人齐心协力管理好六个组员的各方面，每个小组中分配一个后进生，进行重点帮助。一个学期下来，效果还是不错的。当然这其中还有许多待改进的细节，希望在学期这一方法能更完善，实现优生带后进生的好效果。

3. 积极参与听课、评课，虚心向同行学习教学方法，博采众长，提高教学水平。

在教学方面，虽然已经是第三年了，但和同事比起来还远远不够，所以听课是我学习的一种很好的途径。个人在听课前先对开课教材进行研究，再自己在心里略微形成自己的教学方案；在听课过程中就可以将开课老师的教学思路和自己的进行对比，从而汲取精华，及时进行反思别人设计的意图及效果。

4、珍惜开课机会，在磨课中成长

学生的绝大部分的时间是在学校度过的，学校是培育学生健全人格，促进其良好的社会适应能力的主要场所，而教师是学校教育的主要推动者。在学生心目中，教师是楷模。对学生耐心指导，给予适当机会进行鼓励。热爱学生，关心学生学习以及生活，使学生德、智、体等全面发展。并主动与学生家长联系，运用学校、家庭各种因素提高学生的成绩。当然，针对不同性格以及家庭环境的学生要采用不同的教育方法。

5、努力做好“教书”和“育人”，在教予知识的过程中对学生进行情感教育。教师与学生的互动，学生与学生之间也存在着互动，要使整个课堂的互动成为有效教学的积极因素，教师就需要进行有效的班级与课堂管理。因此，作为一名职高教师，要想胜任教学，还必须具备班级与班级组织管理方面的知识，不但要掌握班级中学生整体上各方面的基本情况，也要了解每个学生各方面的具体情况，这样才能在教学中选择最恰当的教学策略进行教学。这也就需要更加努力的工作，更加积极参加素质教育的实践，不断的学习，不断的更新教育理念，不断的提高自己，这样才能给予下一代更好的教育！

走进 21 世纪，社会对教师的素质要求更高，在今后的教育教学工作中，我将更严格要求自己，努力工作，发扬优点，改正缺点，开拓前进，为美好的明天贡献自己的力量。

个人成长心得体会 篇 7

我于 6 月 28 日参加了在 z 鱼港的第一次员工大会，记得王总首先向我们阐述了这次会议的主题是“企业现状与企业个人职业规划”。

首先，王总现场提问上次培训的主要内容，因为我未参加过企业内部培训，所以我特别注意留心做了记忆，企业培训的主干内容大致是这样的：要搞好内部团结，协调好内部人员调配机制，做到人岗匹配，团结的力量是伟大的，这是经过实践证明恒久不变的真理。再就是要学会感恩，学会感恩父母，感恩师长，感恩一切关心爱护你的人。

其次，是有关于企业现状，要加强协调，指出要建设打造一支团结、热情、富有激情与活力的高效率、高质量的企业团队，拥有一支富有拼搏精神的优资团队是一个企业不断进步与发展的源泉，通过不断优化资源配置，扩大规模，实现个人与企业利益的协调统一。

由于事物是不断发展的，要用发展的眼光看问题，量变引起质变，构成事物的成份在结构和排列次序上发生转变亦会引发质变，所以协调好企业内部成员的关系是企业稳定发展的重中之重。

再次，就是要让员工明白自己工作的目的，实质与发展方向，自身职业潜能，不断挖掘职工个人潜能，让其工作拥有不竭的动力，要完善企业成员的生活需求，适当调整岗位，做到人岗匹配，调动成员的服务积极性。

最后，对于个人职场规划：

第一、餐饮行业注重的是细节，细节决定成败，为什么我们比别的酒店做得好？就是因为 we 比别人多做了几个细节。

第二、餐饮行业市场潜力广阔，就业前景良好，就中国而言，中国缺乏素质的优质管理人才。

第三、只要在餐饮行业做出一番成绩，那么其在其它领域也会干出一番成就，不要为失败找借口，要为成功找借口。我认为遇困难退缩的人是懦弱的，难以成事，胸中一腔热血只是一纸空谈。

此外有一句最简单的话深深影响这我：如果你连最简单的传菜生都做不好的话，那又何谈成功。

篇 8

自从来到__公司我学会了很多，尤其是每月的员工大会，王总用他的经验、经历告诉了我们许多人生做人做事的道理，更用他的成功证实了他所说的话。做人要诚实，做事要踏实，话多不灵，言多必失，善吹者未必是人才，因为不管做任何一件事都必须用实际行动证明的，王总讲话时说到设定职业规划，我觉得我们职业如果规划的好，那么我们的人生就会有很好的定位，我们每一个人都应当对自己有一个正确的估价，既不能好高骛远，也不能妄自菲薄，真正意识到自己的自身价值，踏踏实实的通过自身努力去实现自己的目标。

在我们这里有许多员工总是说酒店这里有问题，那里有问题，那么他们有没有想过什么地方没有问题呢？我觉得只要有人的地方就会有问题，一个企业本来就是在不断解决问题的过程中来完善的，我们只要敢正视问题、解决问题，就一定会前进和进步的，我们更要相信，只要有问题才会有存活希望。

还有的人说这里的人不行，是真的是员工不行吗？为了这样就打辞职的，那么你有没有想过离开了这里走到别处就会找到全部都是好人呢？如果不行，再走，

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/697132154152010033>