# 202\_年收获与感悟(模板19篇)

来源：网络 作者：心如止水 更新时间：2024-10-20

*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。那么我们写心得感悟要注意的内容有什么呢？下面是小编帮大家整理的心得感悟范文大全，供大家借鉴参考，希望可以帮助到有需要的朋友，我们一起来了解...*

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。那么我们写心得感悟要注意的内容有什么呢？下面是小编帮大家整理的心得感悟范文大全，供大家借鉴参考，希望可以帮助到有需要的朋友，我们一起来了解一下吧。

**收获与感悟篇一**

最近，我对图像处理软件 PS 进行了一些学习和实践，颇有所得。今天，我想分享一下自己在使用 PS 过程中的心得和体会。虽然这些经验对于一些已经熟练掌握 PS 的大佬们来说可能并不是什么难点，但却对于我这样的初学者来说具有极大的价值。下面我将结合自己的经验，以五个方面来分享我在使用 PS 过程中的一些心得。

第二段：学习PS必须掌握的基础操作

在开始学习 PS 后，首先要熟悉一些基础操作，如新建一个图层、裁剪、平移、变形等操作。同时，了解快捷键并熟练使用，可以提高效率，让我们更加专注于图像处理本身，而不必受操作繁琐的困扰。在花费时间学习这些基础操作之后，我发现自己在处理图像时，更加得心应手，比如更好的控制图层中每一个元素的位置和大小，更加熟练的拆分和重组各种图像元素等等。

第三段：学会正确运用滤镜

另一方面，滤镜也是 PS 中必不可少的技巧之一。不过，如何正确运用滤镜也是需要一定技巧的。将恰当的滤镜应用于图像处理中，既可以加强图像色彩的对比度，也可以调整图像的色调和亮度等影响，滤镜的良好应用还可以为图像增加一些微妙的细节，从而让图像呈现出不同的风格和视觉感受。但是，要明确滤镜会使得图像显得过于协调，也会使影像产生过度处理的效果，影响图像整体质量，因此，正确了解滤镜的选择和合理的运用是非常必要的。

第四段：提高整体处理的技巧

一旦我们熟悉了一些基础操作和滤镜的应用，就需要开始尝试一些更复杂或者更高级的技巧了，比如更改图像的透视关系、调整图像的颜色等等。其中，一些较高级的工具和技巧需要我们花费更多的时间来逐渐掌握。例如遮罩层的使用、调整图像的对比度和色彩平衡等等。尤其是快捷键的运用和图像处理时的注意事项，我们需要花更多的时间和经历去练习和磨砺。这也是每个从 PS 初中级向上看的人都需不断修炼的。

第五段：进一步提高处理效果的实践

最终，我们还需要它一个更可贵的工具——实践。只有在实际操作中，我们才能发现自己掌握的技巧可能存在一定的不足，也只有在实践中体验到处理技巧不足带来的困难而不断去改善它。因此，在实践中不断以不同方式尝试，将学到知识用于实践，才能从实际应用中提高自己的技能和熟练度。只有这样，我们才能从一名初学者逐渐成为 PS 大师。

结论

综上所述，使用 PS 是一个不断学习，不断探索的过程。我们需要在学习基础操作的时候注重细节，专注于学习使用基础工具和滤镜的技巧，多余我们需要不断地探索和尝试实践，这样才能逐渐优化自己的技能水平，这不仅让我们得到了大量的实践经验和技能，还让我们体验到了其中获得的迷人和惊喜。对我来说，使用 PS 的过程让我收获了很多，也会让我一直充满好奇和探索的精神。

**收获与感悟篇二**

母亲的爱是温柔体贴的，而父亲的爱是严厉的；如果说母爱是一碗清水，那么父爱就如同一座山。从这件事中，我了父爱，让我体会到了父爱的滋味。

“你回来干什么？”爸爸语气十分严厉的问。

这一句话彻底打破了他在我心中的形象。我不想理他。我说我肚子痛的难受请假回来了。正巧，这时妈妈打电话回来，说班主任说我请假回家看病了。妈妈叮嘱爸爸带我去检查。从电话中我听出了妈妈的焦急，妈妈在我心中升了一个台阶，而爸爸却在最底层。

爸爸在前面开车，也不知道回头问问我的病情。正在我胡思乱想想时，突然爸爸喊了我的名字。我心里暗想原来还是关心我的嘛！可是他的话却让我开始烦他。他扭头说：“肚子疼有什么事，还非要去检查，事咋这么多！”他的话如晴天霹雳让我伤心不已。

到了医院，他让我在医院口等着他停车去了。这时，妈妈火急火燎的来了，脸上除了担忧还是担忧，眼睛也多了分通红。妈妈摸摸我的头，让我等着她，她便跑上跑下的去挂号支费，来回不知跑了多少趟。而爸爸却不知道去哪了，这时，我甚至有点恼恨他了。

妈妈带我化验后，结果出来了。结果是白细胞多，肚子里也有一个结石。妈妈拉着医生问怎么办……这时妈妈的脸充满泪水。

这时爸爸却出去了。哼！到现在还不关心一下。我便跟随出来。而当我看到眼前这一幕，让我一切都明白了。只听见爸爸向北京的姐夫打电话问结石碍不碍事，白细胞多怎么回事……这时，我发现他的言语中多了一分焦急担心，我突然明白了，鼻子也酸酸的。

这时，我看到爸爸脸上的担忧，眼中也含了一些泪水，男儿有泪不轻弹。原来，爸爸是这么在乎和关心我！这时，我理解了父亲深沉的爱。这几天我失去了玩的时间，身体受了罪，但了更好更珍贵的——父爱，我品尝到了父爱的滋味。

**收获与感悟篇三**

随着社会进步和人们对精神世界的需求不断提高，人们开始更加注重给予自己内心的滋养和提升。在这个过程中，我们常常会有一些收获和体会。下面我将分享我近期的一些收获和体会，希望能够给读者带来一些启示和思考。

首先，我从阅读中获得了很多收获和启发。阅读是我最喜欢的一种学习方式，通过阅读，我可以接触到各种各样的观点和思想，开阔自己的视野。最近我读了一本名为《活法》的书，这本书讲述了一个成功人士如何能够拥有丰富而有意义的人生。通过阅读这本书，我意识到人生并不只是为了赚钱和追求成功。人生的意义在于如何活得更加有内涵和意义。书中还强调了人与人之间的关系的重要性，我们应该建立和谐的人际关系，尊重和关爱他人。这本书让我意识到人生应该是一个全面发展的过程，不仅要关注物质方面，还要注重精神层面的提升。

其次，锻炼身体是我近期的一大心得体会。过去，我总是觉得锻炼身体很累，很耗时间。但近期，我开始重视锻炼，每天定期去健身房锻炼。我发现，锻炼不仅可以让我更加健康，还可以提高我的注意力和思维能力。每次锻炼后，我都会感觉到身体和精神上的放松和愉悦。这让我意识到，只有拥有一个健康的身体，我们才能够更好地投身于工作和生活中。同时，锻炼也使我更加自律和坚持，因为只有坚持下去，我才能够看到进步和成果，这也是我在锻炼中的一个重要心得。

第三，与各个领域的人交流是我最近收获的又一个重要体验。我参加了一个学术研讨会，那里有来自不同领域的专家和学者。在这个研讨会中，我有机会与他们交流并分享自己的研究成果。通过与他们的交流，我不仅学到了更多新知识，还发现了自己的不足和不完善之处。与他们的交流和思辨也使我思考更加深入和全面，提高了我的思维和逻辑能力。这个经历使我意识到，通过与不同领域的人交流，我们可以拓宽自己的视野，开拓更多的可能性。

第四，我从自己的失败中获得了宝贵的经验和教训。最近，我参加了一次面试，但最终没有被录取。刚开始的时候，我感到很失望和沮丧，但随之而来的是对自己的反思和改进。我回顾了自己的面试过程，找到了自己的不足之处，并制定了改进的计划。这次失败让我明白，失败并不可怕，关键是要在失败中寻找经验和教训，并不断改进自己。只有通过失败，我们才能够成长和提升。

最后，我从每天的反思中获得了一些宝贵的体会。每天晚上，我都会反思一天的收获和不足之处，并制定明天的目标和计划。通过反思，我能够更好地观察自己的行为和思考方式，并及时调整自己的状态和方向。这种反思让我更加自律和有目标，让我更加清楚自己想要什么，以及如何去实现。

总之，通过阅读、锻炼身体、与不同领域的人交流、积极面对失败和每日反思，我获得了很多收获和启发。在这个过程中，我明白了人生的意义和价值不仅在于物质方面的追求，而是应该更关注精神层面的提升。我也意识到只有拥有一个健康的身体，我们才能够更好地投身于工作和生活中。同时，与不同领域的人交流、正视失败和每日反思，也是我们成长和提升的重要途径。希望我的经验和体会能够给读者带来一些启示和思考，让我们每个人都能够更好地成长和进步。

**收获与感悟篇四**

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家好！我是大子文高小四一班的牛天畅，今天由我来为大家作国旗下的演讲，我演讲的题目是《》。

同学们，我们好好想一想，那我们，了什么？我们是小学生，我们在一天天长大，我们有家人的宠爱，有同学的友爱，还有老师的关爱。我们在不断获得知识，走向成熟。

同学们，我们再想一想，是谁？给予了我们知识？对，没错，是老师啊！老师用他们的青春给我们照亮前程：一本一本的作业等待着老师的批改，一个一个的问题需要老师的解决，一张一张的试卷在老师笔下批阅，一颗一颗的童心渴求老师的抚爱！老师们不怕苦累，一点一点地满足我们每一天的需要。

面对老师无私的爱，我们要常怀一颗感恩的心，我们要感谢老师，珍惜和老师在一起的时光，留住校园生活美好的回忆。——谁能说，这不是获得知识外的另一种呢？感谢师恩，美好——我把这样的心情和同学们分享！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

**收获与感悟篇五**

每个人在生活中都会有许多的经历和体验，这些经历和体验都是我们成长和进步的机会。在经历了一次次的挑战和困境之后，我们总会有所收获和体悟。在此，我想分享一些我个人的心得体会和收获。

第二段：学习与成长

在我个人的发展过程中，学习与成长是我最大的收获之一。无论是在学校还是在工作中，我始终保持着积极向上的态度，努力学习和进步。通过不断学习，我不仅获得了知识和技能，还培养了自己的分析和解决问题的能力。这让我能够更好地应对各种挑战和困境，并不断提升自己。

第三段：人际关系与沟通

人际关系是生活中非常重要的一部分，也是我在成长中的另一个重要收获。在与不同的人交往中，我学会了如何与人相处、包容和互助。通过与他人的互动，我提升了自己的沟通和表达能力，学会了倾听他人的观点和意见，并及时调整自己的思维和行为。这样的经历帮助我更好地理解他人，提升了我的人际关系处理能力。

第四段：困难与挫折

生活中充满了各种困难和挫折，但正是这些挑战让我认识到自己的潜力和能力。面对挫折，我学会了勇敢面对和积极应对。每一次的困难都是一个成长的契机，只有不断挑战自己，才能发现更大的潜力和机会。在此之中，我汲取了勇气和力量，不断提升自己的抗压能力和应变能力。

第五段：目标与未来

经历了这么多，我逐渐明确了自己的目标和未来的方向。我意识到自己需要定期设定目标，努力实现它们。通过不断努力和坚持，我相信自己能够迈向更好的未来。我也明白只有经历了挑战和困难，才会更加珍惜和感恩所拥有的一切。未来，我将继续努力，追求更高的目标，并继续在成长中体验和收获更多。

结尾：

通过这些经历，我得到了许多宝贵的体验和收获。学习与成长使我更加自信和独立，人际关系与沟通帮助我更好地与他人相处，困难与挫折让我更加坚强和勇敢，目标与未来让我明确了自己的方向。这些都是我在成长过程中得到的宝贵财富，也是我不断追求更好未来的动力。我相信，只要我们在每一个经历中都能积累心得体会和收获，我们将会越来越好。

**收获与感悟篇六**

我是一名高中生，在学校里度过了丰富的一年，我认为年收获的心得体会可以总结为三点。

第一点是：认真学习，在课堂上做到聚精会神，听课不打瞌睡，笔记做到精心细致。去年我们班上的同学在期末考试中成绩不理想的原因就是平时没有认真学习，而是过于依赖老师的讲解和讲义，这样的学习方法无法建立自己的知识体系和思维方式，只会让自己的学习更加被动。

第二点是：多参加活动，培养自己的综合素质。学习不仅是在课堂上进行，我们还应该通过丰富多彩的活动来拓展我们的视野和能力。例如，参加文艺比赛、运动会、科技比赛等，这不仅可以促进自己的身体发展，还能让我们在比赛中学到许多实际操作的技能和策略。

第三点是：与人为善，做一个奉献者。作为一名学生，我们不仅要学会自我管理，还要学会关心他人，积极向着善良、温暖的方向发展。去年我们班上的一个同学在极不利的情况下依然勇敢地挺身而出，给我们树立了一个积极向上的榜样。在未来的日子里，我们应该为我国的发展做出贡献，为更多的人做出改变。

综上所述，我们在过去的一年中可以总结出这些心得体会。当然，这些仅仅是一些粗浅的想法，真正获得心得体会还需要我们在未来的岁月中，不断积累、总结。希望我们每一个人都能在未来的日子里不断地学习、成长，成为一个更好的自己。

**收获与感悟篇七**

天空了星星的璀璨，汇成明朗的夜空；江河了鱼儿的灵动，汇成了蔚蓝的海洋；大地了鲜花的娇艳，汇成了奇绝的园地。

——题记

每每风雨过后，天空都会一道彩虹；每每失败过后，智者都会一种经验；每每感动过后，人们都会一份爱心；每每尝试过后，你都会一抹信心……不在于它是否是你想的，而在于过程中你已的。

在硕大的舞台上，拿着一把吉他安静地唱着自己的歌。未曾多想荣誉，只为追求自己的音乐梦想，只为实现以前对自己所做出过的承诺，只为让自己的人生没有遗憾。不在乎成绩，只注重经历。他，唱出了中国好声音。他，就是梁博。在梦想的舞台上，他不仅了第一名的殊荣，还了音乐路上的导师、战友、支持他的人。他哭过，笑过，害怕过，紧张过，也欣喜过，他，之多，再无遗憾。

也许，梁博的不仅仅是他想要的，更是他需要的，在这过程中，他旗开得胜。

在肥沃的田地里，拿着一把锄头认真地劳作着。少年时的理想并未完全实现。以前所想的叱咤风云于官场，而今却锄菊东篱下。虽然并未按照规划进行人生，但他已满足。房前栽花，屋后种菜，采菊东篱，种豆南山，豪爽畅饮，醉后便睡，悠哉游哉。他，是“不为五斗米折腰”的五柳先生。虽然官场失意，但农场得意。虽未仕职，但了怡静、自然、淡泊、宁静的高雅性情。堪称林清玄先生所说的“一流人物”，在污浊滔滔的人间也能找到清欢的滋味，能诠释他的唯有“高雅”一词。

也许，陶渊明的不是他想要的，但他的是他人生中所需要的。他不仅了让自己内心安宁的操守，还甚获后人之赞美吟咏，所以，他颇多。

爱过，恨过，欢笑过，哭泣过，体会过，彻悟过，经历过……这些是比更大的。

2下一页

@\_@我是分割线@\_@

**收获与感悟篇八**

在人生的道路上，我们每个人都会经历各种各样的事情，无论是喜是忧，都是我们成长的机会。有时候，我们需要去思考、去总结、去反思，才能从中获得更多的收获。今天，我想分享一下我在最近的一次经历中所得到的心得体会和收获。

第二段：情境背景

最近，我参与了一次团队项目，这是我第一次担任项目经理的角色。一开始，我觉得这个挑战对我来说太大了，因为我缺乏对团队管理的经验和技巧。但是，我决定勇敢地面对这个机会，期望通过这次经历去学习、成长，并在团队中取得成功。

第三段：面对挑战

在项目的第一天，我意识到我所面临的困难远远超过了我想象的。团队成员之间缺乏合作和信任，导致工作进展缓慢。在这样的氛围下，我感到压力倍增，甚至有点绝望。但是，我没有选择退缩，而是积极地与团队成员沟通，听取他们的意见和想法，寻找解决问题的办法。通过这样的努力，渐渐地，团队开始建立起了合作和信任的基础。

第四段：从挫折中成长

项目进行的过程中，我也遇到了一些挫折和失败。有时候，计划无法按预期执行，有时候，我们遇到了技术难题无法解决。这些困难增加了我的学习曲线，但也教会了我如何面对失败并从中学习。我学会了不断调整计划，善于寻找解决问题的方法，更重要的是，我学会了坚持不懈地追求目标。

第五段：收获与成长

通过这次项目的经历，我得到了许多宝贵的心得和成长。我学会了与不同类型的团队成员相处和合作，尊重每个人的特点和意见。我也学会了制定详细的计划和目标，并在团队中有效地管理资源和时间。此外，我通过团队中的合作和努力实现了项目的成功交付。最重要的是，我学会了坚持和勇敢面对挑战，从失败中汲取经验，不断提升自己。

总结：

通过这次项目经历，我深刻地认识到成长需要面对各种各样的挑战和困难。只有在挫折中学会迎难而上，坚持不懈，才能获取更多的收获和成长。同时，我也意识到团队合作的重要性，每个人的努力和贡献都对项目的成功有着重要的影响。在未来的道路上，我将继续保持积极乐观的态度，勇于面对挑战，不断提升自己，为实现更大的目标和梦想而努力。

**收获与感悟篇九**

在人生的旅程中，我们经历了各种各样的挑战和机遇，而这些经历都给我们带来了很多的心得体会和收获。无论是在学习还是工作上，我们都会遇到各种问题和困难，但只要我们积极思考和努力解决，就一定能够获得宝贵的经验和成长。

第二段：学习中的心得体会与收获

在学习过程中，我经历了许多的困惑和压力，但这些困难也让我认识到了自己的不足和需要改进的地方。通过不断努力和学习，我逐渐提高了自己的学习方法和技巧，更加深入地理解了各个学科的知识。同时，我也学会了如何合理安排时间，提高效率，这让我在考试中取得了不错的成绩。这些经历让我明白，只要有决心和毅力，就能够战胜困难，取得好的成果。

第三段：工作中的心得体会与收获

在工作中，我不断面临着各种各样的挑战和问题，但正是这些困难让我成长和进步。我学会了团队合作和沟通的重要性，明白了只有大家一起努力，才能取得好的成果。同时，我也学会了如何处理工作中的冲突和压力，提高了自己的抗压能力和应对能力。这些经历让我变得更加成熟和自信，也让我更加明确了自己的职业规划和目标。

第四段：生活中的心得体会与收获

除了学习和工作，生活中也给了我很多的心得体会和收获。我学会了如何独立生活和解决问题，明白了自己的生活和幸福是自己的责任。我也懂得了感恩和珍惜，学会了从生活中找到快乐和满足。我明白了生活不会一帆风顺，但只要保持积极的心态和坚持努力，就能够走出困境，取得幸福和成功。

第五段：总结

通过学习、工作和生活的经历，我获得了很多的心得体会和收获。这些经验不仅让我变得更加成熟和自信，也让我对未来充满了希望和憧憬。我相信，只要我保持积极的心态和坚持努力，就能够不断地成长和进步，实现自己的梦想和目标。同时，我也希望将我的心得体会与收获分享给身边的人，帮助他们在人生的旅程中收获更多的成功和幸福。

**收获与感悟篇十**

这学期马上就要结束了，想象自己的，嘿，还确实不少。比如语文上：我的作文又“更上一层楼”了，生字比上学期多积累了几百个；数学上：我学会了背乘法口诀，还学会了万以内的加减法。美术课上：我的绘画技术也比原来好，手工制作也比原来做得精细。在品德与生活上：我懂得了很多道理，不乱丢垃圾，要孝顺长辈........

我的是不是很多呢？

**收获与感悟篇十一**

第一段：引言（150字）

在过去的日子里，我度过了一段充满挑战和收获的时光。在这段时间里，我经历了许多困难和考验，但也从中获得了许多宝贵的经验和体会。通过不断思考和反思，我终于明白了成功的真谛。在这篇文章中，我将分享我在这段时间里的收获和心得体会。

第二段：勇敢面对困难（250字）

在面对困难时，我最重要的收获之一就是要勇敢面对挑战。曾经有一次，我遇到了一项看似无法完成的任务。在困境中，我学会了坚持不懈和持之以恒。我明白了挑战和困难是成长的机会，而不是障碍。通过与团队合作和积极的态度，我不仅解决了问题，还获得了更多的信心和自信。

第三段：正确管理时间（250字）

另一个重要的收获是学会正确管理时间。过去，我常常被琐事和拖延所困扰，无法高效地完成工作和学习。然而，通过学习时间管理的技巧，我逐渐改变了这种状况。我设立了明确的目标，制定了合理的计划，并学会了优先处理重要的任务。这样，我能够更好地掌握时间，提高效率，同时也获得了更多的空闲时间。

第四段：发展人际关系（250字）

除了在自我管理方面取得进步外，我在人际关系方面也获得了宝贵的经验。通过与不同背景和个性的人相处，在困难和冲突中，我学会了沟通和妥协。我明白了团队合作和互助的重要性，也意识到了每个人都有不同的思维方式和价值观。通过倾听和理解别人的观点，我能够更好地与他人合作，取得更好的成果。

第五段：自我反思和未来规划（300字）

通过这段时间的经历，我意识到自我反思和不断学习的重要性。在过去的日子里，我通过思考自己的优势和不足，明确了个人的目标和愿景。我意识到每个人都有自己独特的才能和激情。因此，我决定进一步发展自己的才能，并为实现自己的梦想而努力。无论遇到什么困难，我都会保持积极的态度，坚持不懈地追求自己的目标。

总结（100字）

通过这段时间的经历，我收获了很多宝贵的经验和体会。勇敢面对困难，正确管理时间，培养良好的人际关系以及自我反思和规划，这些都是我在这段时间里的重要收获。我相信，这些经验将成为我今后发展和成长的坚实基础，并帮助我实现自己的梦想。

**收获与感悟篇十二**

人生中有许多经历和感悟，它们塑造了我们的人生观和价值观，也给我们带来了许多收获。无论是在学校学习、工作中，还是在与人相处的过程中，我都有很多心得体会和收获。以下是我从这些经历中获得的一些感悟。

首先，我认识到坚持的重要性。在学习中，我曾遇到过一些困难和挫折，但是通过坚持不懈地努力，我成功地克服了这些困难。在坚持学习的过程中，我不仅提高了自己的专业知识，还培养了自己的毅力和耐力。这使我认识到，只有坚持不懈的努力，才能取得事半功倍的效果。坚持不仅给我带来了学业上的收获，更重要的是，它塑造了我的性格，让我成为一个有毅力和决心的人。

其次，我发现与人沟通的重要性。在工作中，我经常需要与同事和客户进行交流，这让我深刻体会到了沟通的重要性。通过与他人沟通，我不仅学到了更多的知识和技巧，还培养了自己的合作精神和团队意识。我认识到，沟通不仅能够传递信息，还能够解决问题，增进合作关系。通过与他人的交流，我可以更好地理解对方的需求和期望，并与之共同努力，取得更好的结果。

再次，我体会到了学习的乐趣和意义。在与同学们的互动和学习中，我发现知识不仅是为了应付考试，更是一种对世界的探索和认识。每一次学习，都是一次对未知世界的了解和拓展。在学习中，我不仅学到了知识，还培养了自己的思维能力和创新能力。学习的过程中，我逐渐发现了自己的兴趣和潜力，这让我对未来充满了希望和信心。

最后，我明白了失败的重要性。在学习和工作中，我曾经遇到过一些失败和挫折。但是我在失败中吸取了教训，找到了自己的不足之处，并努力改进和提高自己。失败是成功的催化剂，在每一次失败中，我都能够从中学到宝贵的经验和教训。它让我懂得了，只有经历失败，才能真正地成长和进步。因此，我对失败不再畏惧，反而将其视为人生中重要的一部分。

总的来说，通过这些经历，我深深地体会到了坚持、沟通、学习和失败的重要性。这些心得体会和收获不仅对我的个人成长产生了积极的影响，还使我在学校学习和工作中取得了很大的进步。未来，我将继续坚持努力，与他人加强沟通，享受学习的乐趣，面对失败勇敢前行，以实现自己的价值和目标。同时，我也希望能够与他人分享我的心得体会和收获，为他们的成长和进步提供一些帮助和启示。

**收获与感悟篇十三**

暑假里有许多闲暇时间，小伙伴们肯定学会了许多新技能，也了许多，我，过足了一把“裁缝瘾”。

家里有件老古董一一蝴蝶牌老式缝纫机。奶奶踩着它为小时候的我们做出了许多漂亮的小衣服。听妈妈说是它是奶奶的嫁妆呢。作为好奇宝宝的我一直都很想试一试。可是妈妈一直说我小，不让我动，怕弄坏了。今年暑假看到缝纫机我又旧事从提，缠着妈妈让我做次衣服。最后妈妈被烦的没办法，只好答应了。

周六早晨，我兴冲冲地随妈妈来到宝应老街的布店，在五颜六色的布匹中，我选择了黑色的雪纺布。因为第一次做衣服，黑色百搭，我想用它做件简单的背带裙。回到家以后我把布平摊在桌上，面对这一大块布料，我有点束手无策，无从下手。这时我们家做衣服的高手一一奶奶来了，我把肚子里的苦水全倒给了奶奶，奶奶一听“这好办呀，我在旁边给你指点迷津，做军师呗。”

在奶奶的指导下，我先用专用粉饼在布上打样画出裁剪线，再用剪刀进行裁剪。得到两大块梯形，和一块的细长条形。之后奶奶变魔术般将缝纫机头从缝纫机肚子里拿出来，又简单教了我一些使用缝纫机的方法。

我拿出黑线，将线弄湿，将眼睛离线的距离不断缩小，试了好多次，终于穿进机头针眼里了，我开心地高声呼喊。我又将布对齐折叠。放在缝纫机针下面，我用手慢慢的转动手摇轮。缝纫机针在齿轮的带动下将布，慢慢、慢慢的往前推。可是我很快发现有个地方不对劲！线怎么开始往中间缝了？“不得了，不得了！”正当我一愁莫展的时候，奶奶出现了。我告诉了奶奶。不知道奶奶是不是会魔法，竟然一下子将线回归正位了！

等裙子两边缝好以后，就该穿松紧带了。奶奶教我先用白线订个位置，再沿着白线缝上黑线，缝好以后。将“铺路工”拆了，再把松紧穿进去，这下就只有最后一步：安装背带。我将之前裁下的细长条，平均分为两份，然后对折放在缝纫机针下面缝好。可是缝好后又遇到难题了，带子怎么弄都不平整，弟弟开玩笑说像两根猪大肠。这时我的脑子里突然灵光一现，像妈妈平时烫衣服，烫一下，不就行了吗！果然，烫过之后的带子变得服服帖帖，很容易就将两根平整的带子缝在裙子上了。最后我还在衣服上用几个漂亮的胸针装饰了一番，大功告成了！

穿着第一次自己做的衣服，在镜子面前摆着pose，心里美滋滋的，因为我也会做衣服啦！说不定不久的将来我再努努力，还会成为一名大师级别的服装设计师哦！

**收获与感悟篇十四**

第一段：引言，说明主题重要性和个人重视程度（200字）

在我们生活和学习的过程中，我们都会遇到各种问题和困难。而从这些问题和困难中我们却能够获得宝贵的经验和教训，这就是心得体会和收获。心得体会和收获是我们对经历的总结和思考，它们是我们前进和成长的动力，因此它们具有重要的意义。在我的成长过程中，我积极总结心得体会和收获，并且不断更新和应用它们。通过这篇文章，我将分享我对心得体会和收获的理解和感悟。

第二段：说明心得体会和收获的来源和作用（200字）

心得体会和收获来自于我们的经历和观察。当我们遇到问题时，我们通过观察和分析，尝试找到问题的原因，然后总结出解决问题的方法。这个过程就是我们获取心得体会和收获的过程。心得体会和收获是我们的财富，它们可以帮助我们更好地面对困难和挑战。同时，心得体会和收获也是我们进步的催化剂，它们可以激发我们的思考和创新，帮助我们找到更好的解决问题的办法。

第三段：举例说明心得体会和收获的实际应用（300字）

我曾经在自学编程的过程中遇到了很多问题，但是通过不断总结心得体会和收获，我慢慢找到了适合自己的学习方法。我发现每当遇到难题时，我可以先静下心来思考问题的本质，然后找到问题的关键点，解决问题变得更加容易。我还学会了通过互联网搜索和请教他人来解决问题，这为我提供了更多的学习资源和帮助。通过这些心得体会和收获，我提高了自己的自学能力，不仅学会了编程，还学会了如何更好地解决问题。

第四段：探讨心得体会和收获的价值和意义（300字）

心得体会和收获是我们经验的凝聚，是我们成长和进步的源泉。通过总结和反思，我们可以更好地认识自己，发现自己的不足和优点，从而改善和提升自己。同时，心得体会和收获还可以帮助我们更好地与他人沟通和合作。当我们将自己的心得体会和收获分享给他人时，不仅可以帮助他人解决问题，还可以激发他人思考和启发他人的创新能力。心得体会和收获是一种无形的财富，它们不仅可以帮助我们解决问题，还可以推动社会的进步和发展。

第五段：总结并展望未来（200字）

通过总结心得体会和收获，我认识到它们对于个人的发展和学习意义重大。在未来的学习和工作中，我将继续总结和应用心得体会和收获，并且主动分享给他人。我相信通过不断总结和应用心得体会和收获，我将不断提升自己的能力，实现自身的价值。我也希望通过分享心得体会和收获，能够帮助他人克服困难，实现自己的目标。让我们共同努力，不断学习和成长，不断总结心得体会和收获，共同创造美好的未来。

**收获与感悟篇十五**

人生中有很多第一次，但我印象最深刻的还是第一次在韩国收获了大奖。

20xx年12月18日，我被学校选送去韩国进行为期一周的英语学习。这个消息让我兴奋不已，因为我终于如愿以偿，能够代表中国去韩国展示，这是一个多么光荣的使命啊！但内心也有些许压力，害怕比不上韩国学生，给中国人丢脸。

就这样，怀着忐忑的心情，我来到了美丽的韩国。

刚开始的前四天，外教给我们上了一些精彩的培训课程。到了第五天下午，真正的比赛才开始，我们的比赛题目是“create your own country——创建自己的国家。”

我们组有三个中国学生，两个韩国学生，我们五个人开始了紧张的讨论。最后由我提议，我们的活动方案拟名为“sugar”，大家一致通过。

我们又开始围绕国家名创意国旗、国歌、以及各种美食，连我们国家下的雨都是\"sugarrain\"！大多是我来用英语描述，韩国学生在纸上写、画。制作结束后，我们开始上台展示了。

我深吸一口气，虽然有点小紧张，但很快镇静下来，我们微笑着自信地走上了舞台。深深地给大家鞠了一躬，我们演讲的时间是3分钟，当前面四位同学讲完后，时间已剩不多了，而且我讲的内容最多，他们担心我讲不完影响成绩。可我浑然不觉，依然淡定、流利地做完了演讲，台下响起了热烈的掌声。

比赛结束后，当我得知自己团队得了第一名时，简直不敢相信自己的耳朵，心儿像绽开的花朵。我们每个人都得到了两本奖状，一个精美的书包，而且还登上了韩国报纸！

回顾这次活动，我明白了一个道理：做事既要独出心裁，也要和队员们团结协作。

我收获的，不止这个沉甸甸的奖杯。

**收获与感悟篇十六**

考试马上开始了，监考老师用尺子敲打着桌子，说：“静一点，静一点……”。我望着那个空荡荡的桌子，叹了口气，想：但愿李芳同学早日康复。这时，全班所有人的目光都齐刷刷地移到教室门口———李芳竟然出院回校考试了！全班沸腾，都在为她的出院开心欢呼！

前几天，重感冒迅速蔓延开来，校园里很多人都感冒了。少数没感冒的都远离了得感冒的人，防止感冒传染……李芳同学正走在回家的路上，一阵阵寒风吹来，李芳打了个激灵，开始打起喷嚏来“阿…。嚏！”她顿时瑟瑟发抖，面对恶劣的环境，不禁拉紧了衣服，迅速跑回家。妈妈当天晚上一发现李芳的病状，立刻带她去医院医治。病情很严重———她得了肺炎，妈妈带着她穿梭在人山人海中，办了手续，住进了医院的住院部。我目送她到医院，一股寒风迎面袭来，我冷得直哆嗦。

她不是已经住院了吗？怎么又回来了呢？她病这么快就好了？如果是这样，那真是太好了！我一边写着答案，一边想着。

考完后，全班人围着李芳的桌子，里一层外一层，一层又一层，围得水泄不通。大家一个个都抢着向她嘘寒问暖，“你怎么这么快出院了？不是生病了吗？”“你还好吗？”“你病真的好了？”李芳看着大家，耐心地述说自己住院的故事。

“住院后，我一直还在学习，幸亏xxx帮我拿了作业，我十分感激，我一直担心我能不能回去考试。于是，我与病魔作斗争，努力让自己的病好起来。考试的前一天，我咬咬牙央求爸妈和主治医师允许我回校考试，告诉他们我一定会注意身体的，最后他们总算同意了。于是，我来上学了。”大家瞪着眼睛，兴奋极了，争先恐后地喊着：“你好勇敢啊！”“你真坚强！”“我要向你学习！李芳！”

我在一旁静静地望着，望着，敬佩她的勇气和力量，感受她的上进和激情！李芳！你是我的榜样！

你像一只搏击天空的雄鹰，翱翔在广阔的天空，对抗病魔的袭击，胜利归来；你像一位天使，用纯净的心灵和你那充满智慧的大脑，一次次突破试卷上的重重难点。

你用你那独特的黑色目光警戒似地注视我，警告我要认真一点。你用你那灵巧的双手告诉我，这时对的，那是错的。你的自强不息和与病魔斗争的精神让我永难忘记！今天，你让我有了意外的。

**收获与感悟篇十七**

在人生的旅途中，体验和感悟是我们前行的动力和指引。而这些体验和感悟将会化为宝贵的心得，成为我们成长的财富。回顾自己的生活，我从中积累了很多心得和收获。在此，我想分享给大家。

【主体段1】

第一，在人际交往中，我明白了真诚的重要性。曾经，我和一位同事相处得并不愉快，我们总是争吵不断，没有办法达成共识。后来，我开始学会倾听他人的意见，虚心接受不同的观点，并且发自内心地对他人表达自己的意见和感受。于是，我们的关系逐渐改善了。我明白了只有真诚地对待他人，才能获得真正的友谊和信任。这也让我明白了与人为善，其实就是与自己为善。

【主体段2】

第二，我发现了努力的重要性。曾经，我为了一次考试懒散了一段时间，结果成绩下滑，令我十分失望。从那时起，我明白了只有通过努力和坚持才能获得成功。我开始培养自己的学习习惯，制定计划并按部就班地实施。渐渐地我发现，努力是属于每个人的选择，而成功则是选择努力的结果。我的努力不仅在学业上收获了进步，还体会到了自我价值的提升，拥有了更强的自信和与他人交往的信心。

【主体段3】

第三，自律能够让人事半功倍。我很喜欢看电影，但是这也使得我经常熬夜，耽误了作业和工作。后来我意识到这个问题，决定为自己的生活制定一个规律的作息时间表。每天定时起床，按时完成任务，并在规定的时间睡觉。随着时间的推移，我发现自己更有精力，思维更清晰，工作效率也大幅提升。自律让我深刻认识到，成功不是偶然的，而是源于日复一日的自我管理和规划。

【主体段4】

第四，在困难中坚持不懈将会带来成就感。曾经，我想要参加一场马拉松比赛，但是长时间的训练带来了巨大的困难和痛苦。有过质疑和放弃的念头，但是我不断鼓励自己，坚持每天训练。最终，我顺利参加了比赛，并且完赛了。在经历了长时间的痛苦训练后，当我看到终点线，我忍不住眼泪夺眶而出。我明白了，只有经历过困难的付出，才能真正感受到成长和成功带来的满足感和快乐。

【结论】

从人际交往、努力、自律到坚持，这些心得和收获都是我深入生活的过程中所得到的宝贵经验，让我从中获得成长和提升。它们将伴随我一生，在我未来的旅途中继续为我指引方向，助我前行。我相信，只要我们在生活中虚心体验，积极总结，就能让自己不断成长，不断变得更好。

**收获与感悟篇十八**

在我们的日常生活中，经历了许多不同的事情，从中我们不仅能够学到知识，还能够得到一些心得体会和收获。这些心得体会和收获不仅是我们的财富，也是我们成长的推动力。经过一段时间的思考和总结，我对于心得体会和收获有了更深刻的认识。

首先，我深刻体会到心态的重要性。在遇到困难和挫折时，我们应该保持积极乐观的心态。只有这样才能找到解决问题的方法，并从中受益。曾经，我遇到了一个非常困难的数学题，我试过很多方法都没能解决。当我感到绝望时，我决定调整我的心态，从积极的角度去看待这个问题。我开始尝试不同的方法，并逐渐接近正确答案。最终，我成功地解决了这个难题。通过这个经历，我明白了心态决定了结果，只有保持积极的心态，我们才能够克服困难，并取得成功。

其次，我收获到了自信的重要性。自信是一个人成功的关键。当你充满自信时，你将会更加勇敢地去尝试新事物，更加自信地迎接挑战。有一次，我参加了一场英语演讲比赛，虽然我很害怕站在台上讲话，但是我告诉自己要相信自己的能力。比赛开始后，我尽管紧张，但我保持着微笑并且发挥出自己最好的水平。最终，我成功地赢得了比赛。通过这个经历，我明白了自信是成功的基石，只有相信自己，我们才能够充分地发挥自己的潜力，并取得好成绩。

第三，我体会到了与人相处的重要性。人是社会性的动物，与他人的相处不仅会带给我们更多的机会，还会使我们成为更好的人。我还记得当我在一个团队合作的项目中，曾经遇到过一些摩擦和意见不合。然而，通过及时的沟通和团队协作，我们最终解决了问题，完成了项目。在这个过程中，我学会了如何倾听他人的意见，尊重他人的不同观点，以及如何与他人有效地合作。通过与他人的相处，我不仅得到了更多的新思维和想法，还学会了团队合作的重要性。

第四，我认识到了努力的重要性。成功不会从天而降，只有通过不懈的努力才能取得好的成绩。有一次，我参加了一场重要的考试，我知道只有通过这个考试才能进入理想的学校。于是，我花费了大量的时间和精力来备考。我每天都做大量的练习题，然后不断总结和复习。最终，我以优异的成绩通过了考试，并成功地进入了理想的学校。通过这个经历，我明白了只有通过不懈的努力，我们才能够实现自己的目标，取得好的成绩。

最后，我深刻领悟到了感恩的重要性。生活中有太多值得感恩的事情，有我们的家人、朋友、老师和所有帮助过我们的人。他们给予了我们关心和支持，帮助我们走过困难和挫折。我们应该时刻感恩，并回报他们的关爱。我还记得有一次，当我得知自己获得了一份奖学金时，我非常高兴并立刻告诉了我的父母。他们非常开心和骄傲，并给我送上了祝福和鼓励。通过这个经历，我深刻理解到了家人的重要性，同时也深深地感恩他们一直以来的支持和鼓励。

通过总结，我认识到心得体会和收获对于我们的成长和发展非常重要。通过保持积极乐观的心态、建立自信、与他人相处、努力奋斗和感恩他人，我们能够更好地应对生活中的困难和挫折，积累更多的经验和智慧，并取得更好的成绩。让我们珍惜心得体会和收获，并将其转化为行动，不断提升自己，迈向成功的道路。

**收获与感悟篇十九**

一分收获等于一片耕耘。在人的世界中，我们难免会遇到困难，只要我们努力去克服，那一份收获，就会成为你的囊中之物。

在那炎热的夏日，我得到了一分收获。

那天，烈日正炙烤着大地，我正一蹦一跳地跑向真生活去买冰棍，正走到门口，我停止了脚步，听见了里面的一段对话。听着声音，就是以为青年，只听见他对销售员说：“喂，你这里有没有一次性手套，我急着要用呢！”“哦！对不起，一次性手套今天正好缺货，现在还没有到呢！”“怎么回事，这里既然是便利店，就应该有，不行，我急着要用，现在就要！”“对不起，先生，我实在无能为力。”说完这句话，那人就气冲冲地走了，我望着他的身影，走进了真生活。那天，我收获了忍耐。

在那落叶纷飞的秋日，我也得到了一分收获。那天，我正和爸爸妈妈去乡下体验农家生活，到了乡下，梧桐树上的树叶都枯黄了，一片片枯黄的落叶随着风的呼吸，飘落在我的肩头，在肩头划落。这时，一个四五岁的孩子从我身边跑过，我的目光追随着他的脚步，虽然步伐有些不便，但是可以显出他十分的快乐，“哎呀！”见那孩子摔倒在地，我心里认为他会哭，但我猜错了，他只是站起来，拍拍身上的灰，便与刚才一样，脸上露出那稚嫩的微笑，发出稚嫩的笑声，那天，我收获到了坚强。

在那寒风呼啸的冬日，我又得到了一份收获。那天，放学铃声响了，我走向了公交车车站，那天，天十分的寒冷，车站等车的人十分的多。这时，一辆公交车摇摇晃晃的驶了过来，公交车一到，人们就像一只只塞满棉絮的大包挨挨挤挤地往车门里拥。我也挤了上去，我后面跟着一位白发苍苍的老人，上车以后，只见公交车里没人让座，过了许久，有一位阿姨把那位白发苍苍的老人扶上位，那天，我收获到了谦让。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！