# 202\_年写自己的事情 写自己的心得体会(优质19篇)

来源：网络 作者：蓝色心情 更新时间：2025-06-07

*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。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。写自己的事情篇一人生中的种种经历和感悟...*

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。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

**写自己的事情篇一**

人生中的种种经历和感悟，都是我们成长的宝贵财富。而通过写作，可以将这些心得体会记录下来，不仅有助于巩固和深化自己的思考，也能与他人分享自己的经验和教训。在我个人的写作历程中，不断总结和反思，我意识到写作对于自我认识和人际交流的重要性，也深深体会到写作是一种沟通、表达、成长和治愈的过程。

第二段：自我认识。

写作是我认识自己的一种方法。当面对纷繁复杂的思绪和情绪时，通过写作，我可以更加清晰地理解自己的内心，从而在内心深处找到自己的定位和价值观。写作的过程中，我常常会发现一些潜意识中的想法和感受，这使得我更加了解自己是谁，以及我在这个世界上的位置和作用。通过写作，我深刻认识到人是一个充满矛盾和复杂性的存在，而明确了自己的优势和不足。

第三段：与他人分享。

写作不仅是对自己内心的探索，也是与他人分享的一种方式。通过文字的表达，我可以将自己的心得体会和观点传递给他人，与他人进行交流和讨论。写作的作用不仅是吸引读者的关注，更是建立与他人的情感链接的桥梁。当我看到自己的文字能够引起他人的共鸣和反思时，我感到非常满足和快乐。通过与他人分享，我不仅可以获得来自他人的反馈和建议，也能够打开思维的局限，吸收不同的观点和经验。

第四段：成长和抒发。

写作是我成长的见证，是记录我成长历程的一本庚。无论是成功还是失败，都可以通过写作来总结经验教训，并对未来的发展和改进做出规划。在写作中，我可以释放自己的情感，抒发内心的困扰和疑虑，倾诉自己的快乐和痛苦。这种表达与抒发能够让我更好地理解自己的情绪，从而平衡内心的矛盾和冲突。写作也是一种自我疗愈的方式，通过言语的表达，我可以减少负面情绪的积累，获得心灵的解脱和安慰。

第五段：写作对于生活的治愈。

在快节奏的现代社会中，人们常常面临压力和焦虑，很难找到内心的平静和安宁。而写作就像是一面镜子，可以帮助我反思自己，静下心来思考生活的意义和目标。通过自我反省和写作，我可以在纷繁的琐碎事物中找到生活的美好和温暖，从而拥有一种积极向上的生活态度。写作让我更加关注生活的细节，体验并感悟其中的真善美，帮助我理解到人生是如此多姿多彩，每个人都有属于自己的故事和价值。

总结：

通过写作，我可以更好地认识自己、与他人分享、成长和治愈。无论是在个人成长还是社交交往中，写作都扮演着重要的角色。它帮助我记录自己的思考和体验，也让我与他人建立了深层次的情感联系。通过写作，我对自己的内心有了更深刻的认识，从而促使我更加积极地面对和改变自己。写作给予我自由表达的机会，让我找到心灵的慰藉和安宁。因此，写作不仅是一种技能，更是一种培养情感和思维的方式，是让我们与他人连接并成长的桥梁。

**写自己的事情篇二**

故乡中的老年杨二嫂与中年闰土，都因走上了不同的道路而过上了不同的人生。这路，是有人用血和泪走出来的，只为告诫后人不要再重蹈覆辙。只可惜事与愿违，反而是更多的人选择“不费气力”地走在这条艰苦的道路上，也不愿自己费时间去开辟一条新生路。

由自己开辟，这可不是空口无凭。一美国丛林探险者贝特，他带领着一支队伍，在最困惑的时候看到了两条截然相反的道路：一条荆棘密布，一条宽阔无阻。若换做我定会选择第二条道路，他的队员们也是这样想的。但他却有着自己独特的思考：第二条道路肯定有无数人踏入，但那些探险者们却有去无回，可见这条路是不能走的；反倒是那荆棘密布的，因为没有人走过，说不定还有一线生机。他怕队伍担心，便没有把自己的想法说出来，但很坚决的带大家斩遍荆棘，而他们也是当时唯一走出来的队伍。贝特自己开辟出了一条新路，不走别人的老路，最终创造奇迹。因此，坚持做自己，开辟助于自己独特的那条路可以使你走向成功。

光有开辟新路的勇气还是不够的，还需要有坚持到底的信念。英国的一个小小的旅行团（大约十几人），他们在还未有人上南极时，决定去南极探险。他们花费了五年的时间准备，终于准备发船去南极了。在海上，他们遇到过海盗、触过礁，却都没有放弃。直到有一天，船上的人患了坏血病，大家急慌了。尽管领导人一直叫他们不要乱，但很快人们就失控了，最终翻船了，无人生还。这是多么可悲呀！如果他们坚持到底，那么他们便会垂名青史，而不是葬身海底；如果他们在最慌乱的时候听从船长的劝诫，也不会落得如此下场。这一死，真不该！

其实，开辟自己的道路也很简单。只要有勇气、有信念，还有一颗聪慧的心，你便可能成功。只希望世人不要再像杨二嫂和闰土一样，被世俗所圈牢，再无改变之心，最终毫无成就。

让我们为了改变而开辟一条新道路，不要被表象所迷惑，勇于创造，做最好的自己吧！

**写自己的事情篇三**

在生活中，我们每个人都会遭遇各种各样的困惑和难题。经历过这些困境之后，我们可能会得出自己的心得体会，也就是对这些经历的总结和感悟。自己的心得体会不仅能帮助我们更好地应对类似的问题，还能让我们更加坚强和成熟。下面我将围绕这一主题，分享一些我个人的心得体会。

首先，我认为面对问题时，要主动去寻找解决办法。人生中充满了各种各样的挑战，遇到困难是难以避免的。但是，重要的是我们要有自己的应对方式。有时候，我们会感到迷茫，不知道该怎么办，但只要我们有勇气去尝试，去思考，就一定能找到解决问题的方法。有自己的心得体会就是告诉我，不要害怕困难，勇往直前。

其次，我认为自身的努力和付出是取得成功的关键。无论是在学业上还是事业上，成功都离不开自身的努力和付出。我曾遇到过一个学习上的难题，我觉得非常困扰，但是我没有放弃，我反复思考，花了很多时间去学习，最终我找到了解决办法。这个经历让我深刻地明白了只有付出才能有回报的道理。如果我们想要在人生中取得成功，就必须要付出努力。

此外，我认为健康的心态对于解决问题是至关重要的。困难和挫折是人生中无法避免的，但我们应该保持积极向上的心态去面对它们。在我曾经的一次失败经历中，我一度感到非常沮丧和失落。但是我逐渐明白，沉溺于失败并不会给我带来任何好处，相反，它只会让我更加消极和无助。于是我努力调整了心态，重新审视自己的问题，最终取得了成功。这个经历让我领悟到，要对待问题要保持积极的心态，才能更好地解决它们。

最后，我认为与他人的交流和分享是我们获得心得体会的重要途径。人是社会性的动物，我们都需要他人的帮助和支持。在我遇到问题的时候，我会跟身边的朋友、家人或老师交流，听取他们的意见和建议。有时候，他们的观点会启发我，让我看到问题的不同角度，从而帮助我找到解决办法。通过交流和分享，我能够更好地理解问题，更好地解决问题。因此，我认为与他人的交流和分享是非常重要的。

总之，拥有自己的心得体会对于我们的成长和发展是至关重要的。在面对问题时，我们要主动去寻找解决办法，努力付出并保持积极的心态，与他人交流和分享。这些心得体会都是我通过自己的经历和思考所得出的结论。我相信只有通过不断地总结和反思，我们才能更好地成长，并在人生中取得更多的成功和幸福。

**写自己的事情篇四**

1、再长的路，一步步也能走完，再短的路，不迈开双脚也无法到达。

2、你不怕困难，困难就怕你。

3、只要心中有希望存在，就有幸福存在。

4、一旦有了意志，脚步也会轻松起来。

5、所有的胜利，与征服自己的胜利比起来，都是微不足道。

6、

人生。

重要的不是所站的位置，而是所朝的方向。

7、如果爱，请深爱；如不爱，请离开。

8、没有人陪你走一辈子，所以你要适应孤独，没有人会帮你一辈子，所以你要奋斗一生。

9、人只要不失去方向，就不会失去自己。

10、怕走崎岖路，莫想登高峰。

11、当一个人真正觉悟的一刻，他放弃追寻外在世界的财富，而开始追寻他内心世界的真正财富。

12、逆境磨练人、逆境是老师、逆境之苦可变甜。

13、只要不把自己束缚在心灵的牢笼里，谁也束缚不了你去展翅高飞。

14、选择自己所爱的，爱自己所选择的。

15、遇到挫折，要有勇往直前的信念，马上行动，

坚持。

到底，决不放弃，

成功。

者绝不放弃，放弃者绝不会成功。

16、有一种成功，叫永不言弃；有一种成功，叫继续努力。

17、哪里有意志存在，哪里就会有出路。

18、人生就像一杯没有加糖的咖啡，喝起来是苦涩的，回味起来却有久久不会退去的余香。

19、生活若剥去理想、

梦想。

幻想，那。

生命。

便只是一堆空架子。

20、顺境的美德是节制，逆境的美德是坚韧，这后一种是较为伟大的德性。

21、喜欢就该珍惜，珍惜就别放弃。

22、我无所事事地度过的今天，是昨天死去的人们所奢望的明天。

23、觉得自己做的到和不做的到，其实只在一念之间。

24、明天的希望，让我们忘了今天的痛苦。

25、成功的法则极为简单，但简单并不代表容易。

26、与其用泪水悔恨今天，不如用汗水拼搏今天。

27、上帝从不埋怨人们的愚昧，人们却埋怨上帝的不公平。

28、成功不是将来才有的，而是从决定去做的那一刻起，持续累积而成。

29、思想如钻子，必须集中在一点钻下去才有力量。

30、幸运并非没有恐惧和烦恼；厄运并非没有安慰与希望。

31、曾经拥有的不要忘记，难以得到的更要珍惜，属于自己的不要放弃，已经失去的留作回忆。

32、不论你在什麽时候开始，重要的是开始之後就不要停止。

33、不求与人相比，但求超越自己，要哭就哭出激动的泪水，要笑就笑出成长的性格。

34、要想捉大鱼，不能怕水深。要想摘玫瑰，就得不怕刺。

35、有勇气并不表示恐惧不存在，而是敢面对恐惧、克服恐惧。

36、爱的到可以使人忘记一切，却又小到连一粒嫉妒的沙石也不能容纳。

37、相信自己，坚信自己的目标，去承受常人承受不了的磨难与挫折，不断去努力、去奋斗，成功最终就会是你的！

38、获致幸福的不二法门是珍视你所拥有的、遗忘你所没有的。

39、贪婪是最真实的贫穷，满足是最真实的财富。

40、痛苦留给的一切，请细加回味！苦难一经过去，苦难就变为甘美。

41、战胜困难，走出困境，成功就会属于你。

42、最可怕的敌人，就是没有坚强的信念。

43、只要不把自己束缚在心灵的牢笼里，谁也束缚不了你去展翅高飞。

44、靠山山会倒，靠人人会跑，只有自己最可靠。

45、有希望在的地方，痛苦也成欢乐。

46、美好的生命应该充满期待、惊喜和感激。

47、害怕攀登高峰的人，永远在山下徘徊。

48、年轻是我们唯一拥有权利去编织梦想的时光。

49、第一个青春是上帝给的；第二个的青春是靠自己努力的。

50、生活中若没有朋友，就像生活中没有阳光一样。

51、最困难之时，就是我们离成功不远之日。

52、当眼泪流尽的时候，留下的应该是坚强。

53、人总是从平坦中获得的教益少，从磨难中获得的教益多；从平坦中获得的教益浅，从磨难中获得的教益深。

54、当你能飞的时候就不要放弃飞。

55、你可以用爱得到全世界，你也可以用恨失去全世界。

56、人若勇敢就是自己最好的朋友。

57、人生谁无少年时，甜苦酸辛各自知。

58、这一秒不放弃，下一秒就会有希望。

59、任何地点都可以成为起点，只要你的心不拒绝奔跑。

60、想象困难做出的反应，不是逃避或绕开它们，而是面对它们，同它们打交道，以一种进取的和明智的方式同它们奋斗。

61、敢于奋斗的人，心中不怕困难。

62、上天完全是为了坚强你的意志，才在道路上设下重重的障碍。

63、为别人着想，为自己而活。为别人着想，才不失活得高尚；为自己而活，才不失活得洒脱。

64、只要有信心，人永远不会挫败。

65、勇士面前无险路。

66、生命太过短暂，今天放弃了明天不一定能得到。

67、人生就是一场旅行，不在乎目的地，在乎的应该是沿途的风景以及看风景的心情。

68、在人生的道路上，谁都会遇到困难和挫折，就看你能不能战胜它。战胜了，你就是英雄，就是生活的强者。

69、我们自己选择的路，即使跪着也要走完；因为一旦开始，便不能终止。这才叫做真正的坚持。

70、为你的难过而快乐的是敌人，为你的快乐而快乐的是朋友，为你的难过而难过的才是你的知己。

71、人总是珍惜未得到的，而遗忘了所拥有的。

72、谁把最美的梦大胆的插进冰封的土壤，谁就会获得满园的芬芳。

73、要铭记在心；每天都是一年中最美好的日子。

74、人的价值，在遭受诱惑的一瞬间被决定。

75、真正的爱，应该超越生命的长度、心灵的宽度、灵魂的深度。

76、自己要先看得起自己，别人才会看得起你。

77、有一种成功，叫永不言弃；有一种成功，叫继续努力。

78、发光并非太阳的专利，你也可以发光。

79、艰苦能磨练人的意志。

80、认识自己的无知是认识世界的最可靠的方法。

。

**写自己的事情篇五**

生活就像一本书，每个人都是书中的主角。我认为生活应该充满激情、积极向上，每一天都有希望和动力。在我看来，过好每一天的关键是保持积极的心态、勇于面对挑战和从失败中学习。

段落二：心态的重要性及如何保持积极心态。

积极的心态是成功的关键。当我们面临困境时，积极的心态能帮助我们找到解决问题的办法。保持积极心态的方法有很多，例如与乐观的人交往，培养兴趣爱好，定期锻炼身体等。我发现，每天记一点心情日记也能帮助我保持积极心态，使我更加感恩和珍惜生活中的美好。

段落三：挑战的意义及如何勇敢面对挑战。

挑战是人生不可或缺的一部分。只有经历过挑战，我们才能不断成长，变得更加强大和自信。面对挑战时，我们需要学会勇敢迎接，不畏惧失败。一个好的方法是设定小目标，逐步达成，这样我们就能坚持下去，不轻言放弃。在挑战中，我们也可以寻求他人的帮助和支持，共同努力。

段落四：失败的价值及如何从失败中学习。

失败是成功的前奏，正是通过失败，我们才能更好地认识自己的不足之处，并加以改进。我们不能被失败击倒，而是应该从中找到失败的原因和教训，然后重新出发。失败教会了我谦虚、坚强和勇敢面对困难。只有在不断的失败与重复努力中，我们才能收获真正的成功。

段落五：结论。

正如以上所述，我深深地意识到积极的心态、勇敢面对挑战和从失败中学习的重要性。这些心得体会不仅适用于个人的成长，也适用于我们的工作和人际关系。只有保持积极心态，勇于面对挑战和从失败中学习，我们才能在人生的道路上走得更远，并取得更多的成就。

以上就是我对“获得自己的心得体会”这一主题的看法和总结。我相信，只有通过不断地思考和实践，我们才能得出真实的心得体会，为自己的成长和进步铺路。

**写自己的事情篇六**

扫一下也确实是没意思，一进教室老师就逼着让写作业，让学习，回到家里面，家长还得逼着让写作业，还得让学习。其实学习写作业这些都能理解，毕竟学生学习还是得有的！

但是让自己感到无奈的是，每当孩子学习不好，或者对学习不上心的时候，自己总会感觉到特别的无助，特别的生气，然后有的时候也会打骂什么的，虽然每次过后都会后悔，但是在下一次的时候还是会忍不住！

昨天晚上自己一个人躺在床上的时候，就忍不住在想，当小臭还没有出生在肚子里的时候，自己想的是要把全世界最大的耐心和最大的爱都给他，因为自己是一个母亲！

可是当自己真正成为一个母亲的时候，随着孩子越来越长大，越来越淘气，自己却发现自己越来越失去了耐心，笑一下自己，真的是一个不合格的母亲！

从那一刻开始，自己突然间意识过来，自己真的是做的，有的时候太过分，或者是很多时候都做得太过分，从现在开始，自己也应该收起自己的锋芒，收起自己的坏脾气，给孩子多一点耐心，认真地陪着孩子成长！

文档为doc格式。

。

**写自己的事情篇七**

人生中有很多事情是我们无法控制和左右的，但我们能够掌控自己的心态和行为。管好自己的心态，让自己的生活更加积极向上，是每个人都应该努力追求的目标之一。管好自己的心，不但能改变自己的情绪和思维方式，也能影响周围的人和事物。因此，掌握如何管好自己的心态成为了一个非常重要的课题。

要想管好自己的心态，首先要认识自己的心态。每个人的心态都有一定的特点和偏好，有的人可能更容易焦虑，有的人可能更容易消沉，有的人可能更容易生气。通过认识自己的心态，我们可以更好地了解自己的情绪起伏和思维方式，在这个基础上，才能有针对性地进行调整和管理。

段三：培养积极的心态。

培养积极的心态是管自己的第一步。积极的心态能给人带来更多的快乐和幸福感，同时也能让我们更加乐观面对困难和挑战。要培养积极的心态，就需要我们在日常生活中培养乐观的心态，学会积极思考，不断提升自己的情绪调节能力。同时，我们也要学会用积极的态度去看待他人和事物，这样才能建立和谐的人际关系，使自己的生活更加美好。

段四：控制自己的思维模式。

人的思维模式对情绪和行为产生重要影响，因此掌控自己的思维模式也是管好自己的关键。要控制自己的思维模式，就需要对自己的思维过程进行观察和反思，及时发现自己的消极思维和负面情绪，并找到对策加以改变。例如，当遇到挫折和困难时，我们要学会用积极的思维方式去看待问题，寻找解决问题的办法，而不是一味陷入抱怨和沮丧之中。只有控制好自己的思维模式，才能保持积极向上的心态和行为。

段五：借助外在资源。

管好自己的心态，并不意味着只依靠自己的力量来完成，适时地借助外在资源也是很重要的。我们可以通过与他人交流和沟通来获取心理支持和鼓励，积极参与社交活动，拓展社交圈子，这些都是帮助我们保持良好心态的重要途径。此外，培养一些心理调适的方法也是很有帮助的，例如学习冥想、瑜伽、阅读等，这些都可以帮助我们更好地控制自己的情绪和心态。

总结：

管好自己的心态是一项需要持续努力的过程，但只有通过认识自己的心态、培养积极心态、控制自己的思维模式以及借助外在资源，我们才能真正实现对自己心态的管控。在不断努力的过程中，相信每个人都能够在心态上有所进步，将积极向上的心态带给自己和周围的人。

**写自己的事情篇八**

人生的快乐，走自己的路，看自己的景，超越他人不得意，他人超越不失志。如果生命可以无悔，如果生命没有遗憾，人生也不会如此伤感。人生，总是有得有失。昙花一现，或许是最美丽的时刻。

把人生的得失成败看淡些，把纠缠的恩怨情仇看轻些，开心、轻松地度过每一天看似平淡的生活才是对自己生命最大的珍爱。不要过度地追求辉煌灿烂的人生，轰轰烈烈的传奇经历，多数的是发生在书中的故事，对于平凡的我们来说，平淡才是生活的主线。

没有一种痛苦是单为我们预留。世上有多少种心情就有多少种开心有多少种不幸就有多少种酸痛。

。

人生，没有永远的伤痛，没有过不去的坎。还是让我们学学杨柳，看似柔弱却坚韧，狂风吹不断;太刚强的树干，却在风中折枝。学会放弃，学会承受，学会坚强，学会微笑，那是一种别样的美丽!适当的放弃，是人生优雅的转身。

被人误解的时候能微微的一笑，这是一种素养;受委屈的时候能坦然的一笑，这是一种大度;吃亏的时候能开心的一笑，这是一种豁达;无奈的时候能达观的一笑，这是一种境界;危难的时候能泰然一笑，这是一种大气;被轻蔑的时候能平静的一笑，这是一种自信;失恋的时候能轻轻的一笑，这是一种洒脱。

睿智的人看得透，故不争;豁达的人想得开，故不斗;得道的人晓天意，故不急;厚德的人重谦和，故不躁;明理的人放得下，故不痴;自信的人肯努力，故不误;重义的人交天下，故不孤;浓情的人淡名利，故不独，宁静的人行深远，故不折;知足的人常快乐，故不老。

人生的路上，请珍惜一起看风景的人，或许在下一个转角，便会挥手告别。所有的故事，有一天都会在岁月的素笺上泛黄，吟一首小诗，书一抹眷恋，不为渲染心事，也不为将谁记起，只为在浅色的流年里，学会宽容和感恩，待到青丝缀满霜华，蓦然回首，若还有暖意，便是时光赠予的明媚。

**写自己的事情篇九**

心得体会是通过亲身经历获得的对人生、学习和工作的深刻认识和体会。它可以是对一次活动或事件的感悟，也可以是对一段时间经历的总结，更可以是对一项技能或知识的进一步理解。在我的人生中，通过不断思考、总结和反思，我积累了许多宝贵的心得体会。这些体会不仅让我成长，也帮助我更好地面对挑战和困难。

首先，我从学习中获得了许多心得体会。学习是每个人成长的基础，而有自己的心得体会则是不断进步的关键。在我的学习过程中，我深刻体会到态度决定一切。只有保持积极主动的态度，才能真正学有所成。此外，我也意识到要学会有效管理时间。合理规划时间、充分利用时间，是高效学习的必要条件。通过掌握这些心得体会，我的学习成绩有了明显的提高，我也更加自信和快乐。

其次，工作中的心得体会对我也有着重要的意义。工作是实现自我价值的重要途径，有自己的心得体会，可以帮助我更好地发挥自己的潜力和能力。在工作中，我明白了与人相处的重要性。合作、沟通和协调能力都是成功的关键因素。同时，我也通过工作体验到了困难和挑战。正是在面对这些困难时，我不断思考、总结并寻找解决之道。这些经验使我在工作中更加从容和有力量。

另外，个人成长也需要有自己的心得体会。通过体会自己的优点和不足，我不断改进自我，提高自己的能力。在我自我成长的过程中，我梳理了自己的价值观。懂得自己的价值观可以使我更加坚定并自信地追求理想。此外，我也发现了自己的兴趣爱好并加以深入研究。兴趣可以激发激情，使我在学习和工作中保持热情和动力。这些心得体会激励着我努力成为一个更好的人。

最后，人与人之间的交往也需要有自己的心得体会。每个人都需要与他人建立良好的关系，与他人合作和沟通。通过体会与他人相处的经验，我学会了关心他人，尊重他人，也能更好地理解他人。这些心得体会让我更加富有同情心和理解力，也提高了我的人际交往能力。通过积极主动地与他人交往，我获得了丰富的人生经验和知识。

总之，有自己的心得体会是一个人成长的关键。通过对学习、工作、个人成长和人际交往的思考和总结，我获得了许多宝贵的心得体会。这些体会不仅让我更加理性和成熟，也激励我在人生的道路上继续前行。我相信，只要保持开放的心态，不断学习和总结，我一定能够在未来的人生中获得更多更丰富的心得体会。

**写自己的事情篇十**

朋友之义在于相帮；人心之义在于互敬。以心换心才有真心，以情暖情才有真情。相处，需要用心，不要用心机；彼此，需要互爱，不要背后使刀。重情有真心，重利失人心。嘴有花言，多说是空；心有行动，人心自来。词语，不需要华丽，只要用心；感情，不需要修饰，只要在心。人与人之间不怕争吵，而怕离分；心与心之间，不怕生气，而怕赌气。

计较付出，会让人索然无味；尔虞我诈，会让情僵硬不真。人生，少一些心机就会多一份自在；人心，少一些蒙尘就会多一份纯真。欲是心之灰，利是心之匕，少欲少利轻松自在；少贪少求生命祥和。一辈子真正属于自己的，唯有内心的自在与纯净。对任何人，任何事都不要起偏执心。放过别人等于放过自己；原谅别人等于给自己减压。

恨人毫无意义，心就那么大，忘记不美好才会让快乐住进来。人之浮躁缘于自私；人之痛苦缘于计较。以施舍心爱人，以随缘心付出，以平常心对事，忘记自己的好，宽恕别人的无心之过，才是真正的随缘随喜。不必把所有的事都抓住，顺其自然才有一直陪伴；宠辱不惊才有云卷云舒；面朝大海才会春暖花开；看淡得失才会风轻云淡。

人生，没什么是过不去的，也没什么是放不下的，淡然面对就好。再坚强的人，都有脆弱的时候；再多能的人，也有无助时。原谅伤害你的，放别人一条生路。世间的事，总不能事事顺心，样样圆满，总会有遗憾，总会有磕碰，是宽容的心、慈悲的让，弥补的种种缺憾，温暖了岁月的清苦。

因为宽容，更懂得珍惜和原谅；因为宽容，更善待了每一个遇见，珍惜了每一份善缘。宽容是仁，宽容是爱，宽容是一盏灯，照亮别人的同时，也温暖了自己。宽容的心，让愤怒止步，给心灵安慰，予人生祥和。少一些计较，多一些宽容，人生安暖，一路阳光。守心不生怨，守嘴不惹祸。

以欢喜心看人，人人良善；以指责心问人，处处缺点。树有高低，手指有长短，每个人都有好的一面。多一份为人想，多一些观心自省，就多一份平静、豁达。自己修行自己好，自己因果自己了，每个人所得的都是应得的，以什么样的心态去处世，就会收获什么样的氛围。假如你少争，就会少生烦恼；假如你少怨，就会多一些和善安宁。

。

**写自己的事情篇十一**

亲爱的小潘：

你好！小潘，我是你的影子。从你咿呀学语，到你蹒跚学步，至今，我们已经共度了十年光阴。每天，我在你身边徘徊，陪你哭，陪你笑，陪你一起数星星。当阳光明媚时，我会被拉得很长很长，和你一起奔跑在烈日下；当下雨时，我会把自己缩得很小很小，和你一起躲在那把天蓝色的小伞中。也许你不会关注到我，但是你可以看看这封信，它或许可以让我俩的友谊增进一步。

记得有一次，你在演讲比赛中获得了一等奖。“抛头颅，洒热血……”全场听众的心都是跟着你的思路走，演讲结束后，台下响起了雷鸣般的\'掌声。是呀，多精彩呀！可谁又知道在这光鲜亮丽下你付出的多少努力和心酸呢？在比赛的前一周，你每天晚上熬夜背演讲台词，饿了，吃一两块饼干充充饥；渴了，喝一杯水解解渴。就这样日复一日，当你到老师那儿背台词时，连老师都觉得很棒了，可你仍然坚持练习。终于，在这日日夜夜的练习中，你取得了第一名优异成绩。小潘，我在这儿为你鼓掌，为你加油！

在今后的日子里，我会陪你一起努力，一起加油，一起辛苦，一起走过一个个春秋冬夏！

最后，祝你学业顺利，身体健康！

xx。

20xx年9月15日。

**写自己的事情篇十二**

第一段：引言（200字）。

管自己是一种自律的表现，是自我成长的关键所在。成功的人通常都有良好的自我管理能力，他们懂得掌控自己的情绪和行为，为自己设定目标并努力追求。然而，在忙碌和纷扰的现代社会，我们常常会迷失自己，让外部因素左右内心的变化。因此，我们需要时刻关注并认真思考如何去管自己，使自己变得更加自律和自主。

第二段：管理思维与行为（250字）。

自我管理的核心在于管理自己的思维和行为。首先，我们要关注自己的思维方式，建立积极乐观的心态。诸如消极情绪的悲观主义、焦虑和拖延等都是阻碍我们成功的因素。我们应该培养乐观、积极的态度，学会自我鼓励和正向思考，以更好地面对困难和挫折。其次，我们要管好自己的行为。自律是成功的基石，我们需要培养良好的习惯和规律的生活方式。例如，制定合理的时间表和计划，遵守约定和诺言，以及对自己的言行负责任。

第三段：管理情绪与目标（300字）。

情绪管理是管自己的重要方面。我们需要学会正确认知、有效应对和积极调整自己的情绪。如何掌握自己的情绪，避免情绪失控对我们的生活造成消极影响，是我们需要关注的问题。同时，设定明确的目标也是我们管自己的重要手段。目标是我们前进的方向和动力源泉，而且目标的制定需要具体和可行，方便我们量化和评估自己的努力和进步。只有明确了目标，我们才能有计划地管理自己，分配时间和资源，达成我们的目标。

第四段：管理人际关系与与外界的互动（250字）。

与人为善是管好自己的重要环节。与家人、同事和朋友的矛盾和纠纷是影响我们心情和情绪的重要原因之一。我们需要学会以平和、宽容和理性的态度，善于与他人交流和协商，建立良好的人际关系。另外，正确对待外界的干扰也是管自己的一种方式。外界的诱惑和干扰，如社交媒体、电视节目和购物等，容易让我们分散注意力，降低自我控制力。我们需要学会克制自己，聚焦在目标上，避免浪费时间和精力。

第五段：结语（200字）。

管自己是一种自我管理和成长的重要能力。在这个快节奏和充满干扰的社会中，我们常常会迷失自己。只有通过管理自己的思维、行为、情绪和人际关系，我们才能更好地把握自己的命运。管自己是一个长远的目标，需要通过日常的努力和坚持来实现。然而，只有当我们能够真正认识到自己的问题并愿意以积极的方式去改变，我们才能成为更加自律、自主和成功的人。通过学习如何正确管理自己，我们可以塑造一个更加优秀和完整的自我。

**写自己的事情篇十三**

亲爱的小顽皮：

上次被鱼钩钩到被，还会痛吗？你真是个粗心大意的笨钓手，居然把自己的外套钩起来，你以为你是条胖胖溪哥鱼，所以拚命的把鱼竿往后甩，甩的得意忘形啊！而且你甩的时候，还甩到一只可怜的小蜻蜓，牠一定觉得自己祸不单行，好不容易找到伴侣，结果祸从天降，不但没了老婆，还遍体鳞伤，可说是陪了夫人又折翅。下次可别再掉以轻心了！还有上次钓鱼时，一直掉不到鱼，鱼钩空空如也，但你却说：「姜太婆钓鱼，愿者上钩」，真是吃不到葡萄说葡萄酸，口是心非啊！

对了！你的.绰号应该改成懒惰鼠，因为你的暑假生活永远直有吃吃、喝喝、玩玩、睡睡和写写，从来没有动一动，一点也不像从前那个生龙活虎的你。希望开学时你能够「高」人一等，不要暴饮暴食，不然会变成一颗大皮球或着是粉红猪。虽然粉红猪很可爱，皮球很好玩，可是我还是喜欢能灵活的在操场上大显身手，下课时活蹦乱跳，而且笑口常口的你。开学时我要看看你的成果喔！

还有，你要多利用暑假增广见闻，饱读诗书，相信你一定可以成为学富五车、才高八斗的人。记住，做事要脚踏实地，才会成功喔！

xxx。

xx月xx日。

**写自己的事情篇十四**

自我成长是每个人人生中不可或缺的一部分。我相信，只有通过反思和总结，我们才能不断提升自己并取得更好的成就。在过去的一段时间里，我经历了许多挑战和困惑，但也从中学到了许多宝贵的经验和教训。在这篇文章中，我将分享我在成长过程中的心得体会。

在探索自我成长的道路上，我发现自我认知是一个至关重要的方面。我们需要了解自己的优势和弱点，以及自己的价值观和目标。通过定期反思和思考，我们可以更好地理解自己，并把握自己的方向。同时，与他人交流也是非常重要的，他们可以给我们带来新的视角和思考方式。从他人的反馈和建议中，我们可以更好地认识到自己的盲点和不足之处，并为自己的成长提供更多的机会。

在我过去的成长道路中，我也明白了毅力和耐心的重要性。成长并不是一夜之间的事情，而是一个长期而持续的过程。在追求自己的目标时，我们经常会遇到困难和挫折。正是在这些困难中，我们才能锻炼自己的毅力。有时候，我们可能会失败或者进展缓慢，但是只要我们保持耐心并坚持下去，我们终将获得成功。这种毅力和坚持不仅适用于个人目标，也可以应用于其他方面，如工作和学习。

我还发现，积极的心态和心理健康对自我成长至关重要。当我们保持积极的心态时，我们能够更好地面对困难和逆境。相反，当我们消极和沮丧时，我们很容易陷入自我怀疑和无助的情绪中。因此，保持积极的心态不仅能够让我们更好地应对挑战，还能够影响我们的整体生活质量。此外，我们也应该注意自己的心理健康。当我们的心理健康受到威胁时，我们需要及时寻求帮助并采取适当的措施来恢复自己的平衡。

在自我成长的过程中，我还体会到坚持学习和不断追求知识的重要性。无论是通过阅读书籍，参加培训课程，还是通过实践和经验，我们都能够丰富自己的知识库。从这些不同的渠道学到的知识和技能可以帮助我们提升自己，并在个人和职业生涯中取得成功。此外，不断学习也可以帮助我们保持思维的灵活性和更新的观念。

最后，自我成长也需要我们不断挑战自己并扩展自己的舒适区。舒适区是我们对自己熟悉并且有把握的地方，但它也限制了我们的成长空间。当我们勇敢地跨越舒适区时，我们才能发现新的机会和可能性。我们可以尝试接受新的职责和挑战，探索新的兴趣爱好和领域，与不同的人交流和合作。通过开拓自己的舒适区，我们不仅能够获得新的经验和成就，还能够不断发展和成长。

总而言之，成长是一个持续而充满挑战的过程。通过自我认知，保持毅力和耐心，保持积极心态和心理健康，坚持学习和不断追求知识，以及扩展自己的舒适区，我们能够更好地成长并取得更大的成功。希望在未来的旅程中，我能够继续追求自我成长，并不断学习和改进自己。

**写自己的事情篇十五**

看片子经常哭鼻子，遇到大事不慌乱。

从破水宫缩，开两指，开五指，打五痛，开十指，试产，到剖腹产。平时娇气怕痛，手被纸划个口子都疼半天的我，一声痛都没叫。

2、善良。

内心柔软，重感情。别人一哭，眼圈就跟着红了。相由心生，因为长得纯良，无论在哪个城市都经常被问路。车上见到老人孩子给让座，经常捐款捐物，爱护家人，帮忙朋友。期望世界和平安乐。

3、不给别人添麻烦。

能自我做的自食其力自我做。遇事感恩，不想当然，可是分要求他人。不插队、不大声喧哗、不干扰他人、与他人坚持身体安全舒适距离，经常说对不起、多谢，坚持公共道德和礼貌素养。恪守本份，不因自我的利益需求而随意影响他人。

3、言语温和。

不说恶毒的话去伤害任何人。很少说绝对的话，和评判的话。做事给人留三分薄面，尽量少用自我的价值观衡量他人。也所以很容易结交朋友。

4、嘴严。

信守承诺，嘴严。十多年的一个秘密，朋友已经忘记了要保密，甚至忘了告诉过我，我仍旧没有说过。平时也不传朋友以及其他人的闲话。事关重要的更是严上加严。

5、善于倾听。

倾听是我的优势。因为应对面地交谈，让我赢得很多朋友，很多机会，以及感情和婚姻。曾被很多人说过，适合做心理咨询师及相关职业。说我的声音能够让人安静下来，放松身心。也有很多人跟我讲述她们的故事，分享她们的秘密。多谢，被人信任难能可贵。

6、能够独处。

即爱与家人朋友再一齐玩耍，也爱自我独处。内心丰富，能够感受到和自我的链接。独处时，感受到由衷的平静、安心和欢乐。发呆是欢乐的，睡觉是欢乐的，看一本闲书是欢乐的，看一部久违的电影是欢乐的，画一幅小画是欢乐的，路边散步时欢乐的。十分珍惜和享受自我的时光。

7、保有好奇心。

对世界、对人、对新事物充满好奇。喜欢体验不一样的生活，喜爱去各地旅游，去学习各种新的技能技术，去结识很多新的朋友。自我设计装修方案和风格，自我组装家具，看到各种新奇的蛋糕都要尝一尝，遇到没见过的事物要去查明白，因为喜欢看日漫去考了日语二级。

8、热爱生活。

觉得能够来到这世界，体验这个世界是无比的幸运。热爱一切小确兴。爱就爱的热烈和长久。

从小喜爱读书，一向到此刻，超级书迷+藏书癖，拿到一本书必须要连着读完才爽，看到一本好书后的酣畅淋漓简直幸福的要唱歌，反复咀嚼回味其中的情节高兴得能多吃两碗饭。所有类型的书，名著、报告文学、言情、武侠、科普、漫画...全都爱看。

爱吃，异常爱吃肉和甜食，朋友中的美食达人，资深吃货。白嘴吃一碗米饭，慢慢咀嚼，米粒软硬适中、q弹回甘，也是异常完美的。火锅、烧烤、川菜、日料、各种小吃...都爱吃，每次发掘出一个好的馆子就像捡到宝。

爱睡，觉得睡觉太幸福了。床品必须要是舒服的，窗帘要遮光的，家具都是精心挑选的，布局全是按照自我喜欢的摆放。睡前先看一些自我爱看的书或者是影片，然后心满意足的躺平。第二天醒来再稍微赖几分钟床，在被子里卷来卷去，舒服！

爱旅游，从学生时代开始一向到此刻，有时间就去。爱画画、看话剧、看展览、看电影...喜欢的太多了。在阳光下呼吸一口充满花香的空气都是那么幸福。

我很庆幸所拥有的一切。

9、坚持学习。

一向坚持记晨间日记，制定人生计划。每年都有很多新的学习计划，比如今年是育儿课程、移动开发学习、数据分析师学习、界面设计、写作、朗读学习、理财投资学习等。喜欢向他人学习，吸取所使用的方法，并融入到自我的实践当中。

10、坚持自省。

每日三省吾身。每日写回顾日记，自省日记，坚持清醒的认识。

坚持情绪及自我关照。参加过内观等课程，定期觉知身体。

遇事能够先反省自我，以及站在他人角度思考问题。

**写自己的事情篇十六**

不经意从网上看到一则关于洪灾的消息，短暂震惊之后，心里颇不平静。平日里，太多的天灾人祸，太多的突发悲剧，太多的意外不幸，总是猝不及防的碰触着我们敏感的神经。有些虽遥不可及，但让我们痛彻心脾。

世事无常，人生苦短。人，在生与死面前，只要活着，无论苟且还是光鲜，还有什么不能面对的，还怕什么苦苦煎熬呢？比起那些意外陨落的\'生命，即使经历再多的苦难，再多的绝望，再多的不如意，也微不足道，不值一提。

经常听人说：活得很累！我总是不屑一顾，难道死了就一了百了、万事大吉了吗？是的，没有人想死！还能感觉到累，多好！因为还有机会去拼。

人活着不知足，不惜福，想想真是一件不可原谅的事。有了稳定的工作，想有个理想的收入，有了理想的收入，又想有个让人羡慕的位置。在理想与现实中，我们总想拿有限的能力去“成就”自己无限的欲望，总是斜着一只眼看周围的人和事，于是本来正常的变得不正常了，本来合法的变得不合法了，本来美好的变得扭曲了。

渐渐地，在尘世纷争、喧嚣的浮躁里，我们迷失了……。

我们的眼睛总是向上看，看到得都是些我们力不能及的事。悲哀得是，我们没有把这种差距当成一种动力，而是为自己找了一个发泄、抱怨的借口。这种不健康的心态，让一个本来很健康的人，变得很狭隘，很自私，很刻薄。总拿别人的成功，去折磨自己，而不去鞭策自己；总拿别人的智慧，去贬低自己，而不去提高自己；如此这样得为难自己，活得不痛快，活得不自在，活得不舒服，既辛苦了自己，又折磨了别人。

想想，何苦为难自己？人，就短短一辈子，今天活着，也许明天就挂了，既然上帝赋予你仅有的一次生命，就要努力让自己的世界充满阳光和希望。做不了一个优秀的人，就做个有用的人，可以有野心，但要正当、健康，总拿自己的过去说事，相信今天过后，明天你还是原地踏步、停滞不前。

我不是个有大智慧的人，但我是个热爱生活的人，是个懂得感恩的人。在我的世界，我觉得每个人都是那么善良、真诚，因为每个人都有自己的不容易，我们看不见不等于不存在，尊重别人的不容易，一定能减少自己的不容易。

**写自己的事情篇十七**

优点：

1、我是一个比较实在的年轻人，对要做的事情很执着。

2、不怕吃苦、不怕累、不怕脏。

3、做每件事情都有计划，善于做笔记(我非常喜欢“pdca”、“轻重缓急”)。

4、自己决定好的事情，我片刻不想停留，直至完成。

5、有责任心，勇于担当。

6、我喜欢和人交往，尊重别人。

7、我是一个很乐观的年轻人，我喜欢帮助别人，这样可以让自己幸福。

8、善于学习身边人的优点。

9、注重思路，在办公室里，我要求自己的办公用品要整齐;在工作安排中，自己负责的事情要条理。

**写自己的事情篇十八**

第一段引入话题：每个人在生活中都会遇到各种各样的经历和困惑，这些经历使我们成长并从中获得宝贵的经验和体会。在生活的道路上，我也有幸通过各种挑战和机遇，积累了许多宝贵的心得体会。接下来我将分享一些我在成长过程中得出的经验和思考。

第二段：抱持积极态度。

在我看来，积极态度是取得成功的关键因素。在我生活中的许多挑战和困难中，我发现那些始终保持积极态度的人更容易克服困难，追求成功。我学到了确立目标，并以积极的态度朝着目标努力的重要性。即使面对失败和挫折，一个积极的态度也能帮助我们找到新的方向和重新振奋的动力。

第三段：努力学习和成长。

古人云：“学而不思则罔，思而不学则殆。”学习是一个人持续进步的关键。在我成长的道路上，不断知识的获取和学习技能对我的成长起到了重要的推动作用。通过学习，我拓宽了自己的视野，从别人的经验中吸取了许多智慧与真理。同时，不断学习也使我不断成长，掌握新的技巧和方法，提高自己的能力与胜任力。

第四段：与他人建立良好的人际关系。

人类是社会性动物，与他人建立良好的人际关系对我们在工作和生活中的成就是非常重要的。通过与他人合作和交流，我们能够分享经验、扩大自己的视野。在我个人经历中，我发现通过建立良好的人际关系，我能够得到更多的帮助和支持。并且，由于与他人建立了互信和合作关系，我也得到了一些机会和资源，这对我在自己的领域中更加出色的发挥作用。

第五段：坚定信念与毅力。

在人生的道路上，我们常常会遭遇到许多的困难和阻力，这时候坚定的信念和毅力是我们前进的动力。关于信念，我相信每个人都应该坚定对自己的信念。无论面对多大的困难和压力，只有坚信自己能够成功，才能在挫折中找到希望和力量。而毅力则是要能够坚持不懈地努力追逐自己的目标。只有面对困难时不放弃、坚持不懈地努力奋斗，才能最终实现自己的梦想和目标。

结尾段：

通过分享我的经验和思考，我希望能够鼓励更多的人，勇敢面对自己的挑战和困难。坚持积极态度、努力学习和成长、与他人建立良好的人际关系以及坚定信念要有毅力，这些都是我在成长中的宝贵心得体会。当我们面对新的挑战时，只有坚持相信自己的能力，坚持努力奋斗，我们才能够不断进步，取得更大的成功。

**写自己的事情篇十九**

读自己的心得体会是一种沉淀自我、成长的过程。当我们静下心来，反思自己的一切时，会有更多的收获和领悟。通过读自己，我们可以更好地发现自己的优点和不足，进而提高自己。本文将从不同的角度阐述读自己的心得体会，希望能给读者带来一些启发和思考。

第二段：读自己的积极效果。

读自己是一种自我认知的过程，通过这个过程，我们能够更准确地了解自己的需求和目标，从而更有针对性地进行规划和决策。当我们意识到自己的优点和潜力时，会更加有自信心地去追求梦想。同时，读自己也能够帮助我们发现自己的弱点，认识到自己的局限性，并有针对性地进行改善。通过不断读自己，我们可以不断成长和进步。

读自己首先要有一个清晰的头脑。只有静下心来，拿出时间，专注于自己的内心世界，我们才能真正读懂自己。其次，可以通过书写日记、反思和倾听自己的内心声音来读自己。保持一种积极的心态，勇于面对自己的弱点和问题。此外，多和他人交流、倾听他人的意见和观点也是读自己的有效方法之一。通过与他人的对话和交流，我们可以更好地了解自己的行为和想法在他人眼中的影响，进而不断完善自己。

读自己并非如此轻而易举，其中存在一些困惑与挑战。首先，有些人可能对自己的内心感受不够敏感或缺乏对内心问题的深度思考。因此，需要我们花费更多的时间和精力去解读自己。其次，读自己也可能会让我们产生困惑和焦虑，因为读自己往往需要勇于面对自己的不足和错误。这时候，我们应该坚持，并勇敢地去接受自己的不完美，在接受中寻找改善和成长的机会。

读自己是一种非常有价值的行为，它可以帮助我们更好地认识和发展自己。通过读自己，我们可以更好地与他人相处，因为我们对自己有了更深入的了解，也更懂得如何与他人进行交流和沟通。同时，读自己也可以帮助我们更好地规划未来，因为我们对自己的需求和目标有了更清晰的认识，可以更有针对性地制定计划并努力实现。读自己不仅提供了成长的机会，还能让我们更好地认识自我，培养内心的深度和宽度，从而过上更加充实和有意义的生活。

结论：

通过读自己，我们可以更好地认识和发展自己，提升自我。读自己既是一种挑战，又是一种价值，只有通过不断地读自己，并且以积极的心态面对困惑和挑战，我们才能更好地成长和进步。因此，建议每个人都要充分利用时间和机会去读自己，让心得体会成为人生道路上的一颗明灯。通过读自己，我们将不断提升自我，追求更高品质的生活。

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！