# 风雨哈佛路心得体会(优秀8篇)

来源：网络 作者：深巷幽兰 更新时间：2025-05-16

*在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。优质的心得体会该怎么样去写呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。风雨哈佛路心得体会篇一第一段：介绍背景和目...*

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。优质的心得体会该怎么样去写呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**风雨哈佛路心得体会篇一**

第一段：介绍背景和目的（200词）。

哈佛大学被誉为全球顶尖的学府之一，它的名字饱含着无数人追求知识和成功的梦想。而“风雨哈佛路”作为一本关于哈佛大学招生制度和学习环境的畅销书籍，更是向读者展示了一种无论环境如何恶劣，只要坚持努力，就有可能实现自己的梦想的信念。基于这样的背景，我深感有必要通过一次亲身的体验，去感受哈佛大学的学习氛围和独特的教育理念。因此，我报名参加了哈佛大学的夏令营活动。在这篇文章中，我将分享我的风雨哈佛路心得体会。

第二段：谈学术追求和思维方式的改变（200词）。

在哈佛的学习过程中，我深刻认识到了学术追求的重要性。哈佛独特的课程设置和教学方式，不仅更加注重理论与实践的结合，更强调学生运用已有知识去发现新的问题，并寻找解决方法。这种思维方式的改变，使我逐渐摆脱了以往的死记硬背的学习方法，开始注重培养自己的创新、批判性思维能力。此外，在与来自世界各地的优秀学子交流的过程中，我也深感到开拓自己的国际视野的重要性。哈佛大学的多样性并不仅体现在课程设置上，更体现在学生群体的构成上，这使我有机会体验到了不同文化的碰撞与交流。

第三段：讨论挑战和成长（200词）。

在哈佛的学习中，我经历了不少挑战，但正是这些挑战让我得到了成长。首先，严格的学习压力让我深刻意识到自己的不足之处，从而激发起我不断努力追赶的动力。其次，与其他优秀学子的交流让我认识到了自己的一些优点和潜力，更重要的是，在与他们的交流中发现了自己的不足之处。这些挑战和发现，使我开始重新思考和规划未来的学习和发展方向。同时，哈佛严苛的学风和自由的学习环境也让我明白，要成为真正优秀的人才，需要的不仅仅是知识的积累，更需要批判性思维和自我管理的能力。

第四段：谈友情和人际关系的重要性（200词）。

在哈佛的夏令营中，我结交了不少志同道合的朋友，与他们一起探讨学术和思想问题，分享彼此的学习成果，这些交流使我受益匪浅。此外，哈佛大学还提供了丰富多样的社团活动和志愿者机会，通过参与这些活动，我进一步增强了团队合作和领导能力。在与其他参与者的互动中，我学会了倾听和尊重他人的意见，也学会了在团队中分工合作，共同完成任务。这些经历不仅使我更加自信，也锻炼了我的社交能力。

第五段：总结体会和展望未来（200词）。

在哈佛的求学过程中，我深刻体会到了自己的不足和需要进一步努力的方向。通过与优秀的学子交流和学习，我意识到优秀是一种态度，需要不断的努力和追求。哈佛的学习经历，不仅丰富了我的知识储备和学术追求，更激发了我进一步学习和实践的动力。回到现实中，我将继续努力，立下追求卓越的目标，并努力去实现。我相信，只要拥有执着和坚持的心，就能在风雨中走好自己的哈佛路。

**风雨哈佛路心得体会篇二**

“每天起床，我看见的世界上的每个人，都好像都披着一层膜，无法穿透。这种感觉很奇怪，有点悲哀，可是没有办法改变。”

令人奇怪的是，贫穷和负面的童年经验，并没有让她变坏或者失去希望，隐隐约约之中，她一直都知道，在她生长的环境之外，其它人所过的，是很不一样的生活。而她知道，只有想办法脱离现在的环境，才有可能到那个新世界去。母亲死后的几个月，在没有经济来源、没有精神鼓励的情况下，她自己一个人，申请进入一所私立高中，因为她相信，读公立高中并不能帮她跳出贫苦的轮回。开始念书之后，她还是没有地方睡，还要在肮脏的洗碗槽前面，一面工作赚微薄的薪水，一面念微积分、几何学。

她身边的所有亲人、朋友全都告诉她，没有用的，不要痴心妄想进大学。可是当她拿到班上第一名，得到机会参观哈佛校园的那天，她就狠狠地发誓，要成为哈佛的一员。那天，当她看着走在哈佛校园里的男男女女，心里不禁问自己，“这些人的动作举止，为什么这么不一样?是不是因为，他们来的世界就是这么不一样?若是这样，那我要更努力、更努力，把我自己推到那个世界去。”

她用真诚最终争取到参加进入中学的考试权利。父亲作为她的上学的担保人，从收容所出来。办理完担保手续出来的时候，父亲对她说，好孩子，坚持学习，我不能成功了，但是你行的。望着父亲远去离开的背景，这个弱小的女孩坚定了信心，从容地走进了学校的大门，面试的那天，她连一件象样的衣服都没有，穿着一件破烂衣服，罩上一件向姊姊借来的大衣勉强充场面。

她以非凡的毅力开始了刻苦的学习。从17岁到19岁，两年的时光，她学习掌握了高中四年的课程，每门学科的成绩都在a以上。作为奖励，她以全学校第一的成绩和其他9名同学获得了免费到波士顿的哈佛大学参观的机会。

在一个浓郁的秋季中，金黄色铺满整个季节。在写满辉煌的树下，一个女孩站在哈佛学府的门前，仰望。面对大学的殿堂，她决心实现她的又一个愿望——她要成为这所大学学府中的一员，她要证明给自己和世人看，人生其实可以改变。人生其实真的可以改变，只要你努力，只要你付出。

1996年，上帝会让一个付出努力和艰辛的女孩收获喜悦;她的经历、她的真诚、她的论文深深打动每一位评委。10000美金的纽约时报一等奖学金，让她获得了进入哈佛的通行证——她成功了。梦寐以求的哈佛大学向她敞开了双臂。凭借着对信念的执着追求和对改变生活困境的强烈愿望，她实现了自己的诺言。

同样一个金色的季节，作为哈佛大学——世界最高的学府的一员，她安静坐在了校园的教室中。也许只有她自己明白，她实现了自己的诺言，一个贫穷苦难的女孩用她的执着信念和顽强的毅力改变了她自己，改变了她的人生。

果然，她得到了那笔奖金，进了哈佛。领奖致词的那天，她说，她的生命就在那一刻，将永远地被改变。lizmurray，一个最贫穷，也最勇敢的哈佛女孩。

**风雨哈佛路心得体会篇三**

第一段：引言（200字）。

风雨哈佛路，是我经历大学四年的一个形象化的比喻。哈佛路是我的城市里一条重要的街道，也是我上大学的必经之路。经历种种风雨，我在这条路上度过了辗转多年的求学时光。在这个残酷而充满挑战的大学环境中，我获得了无尽的启迪与感悟。如今即将毕业，我愿以这篇文章，分享我在风雨哈佛路上的心得体会。

第二段：勇往直前（200字）。

在哈佛路上，我学会了勇往直前。大学生涯不仅充满了各种挑战，同时也是一个历练个性和拓展能力的过程。每一门课程、每一个考试，都在考验着我们的毅力和智慧。曾经，我在面对困难时曾想放弃，但我学会了挺身而出。我告诉自己，只有勇敢面对困难，才能找到解决问题的途径。在这个道路上，我逐渐变得坚韧而勇敢，不怕困难，勇往直前。

第三段：心态决定成败（200字）。

在风雨哈佛路上，我体会到心态的重要性。大学生活不仅仅是学习的过程，更是一个充满人际关系和情绪起伏的舞台。面对困扰和挫折，一个稳定的心态是我最强大的武器。我学会了调节情绪，用积极的态度面对困难。在逆境中锻造出来的心态也帮助我更好地适应社会的变化。在风雨的洗礼中，我的成长离不开心态的磨砺。

第四段：多元发展（200字）。

在哈佛路上，我体会到多元发展的重要性。大学并不是只有学习，还有各种社团活动和实践机会。我积极参与社团活动，结交了一些志同道合的朋友，丰富了自己的课余生活。这些丰富多样的经历给予了我不同领域的锻炼和学习机会，增强了我解决问题的能力和应变能力。通过多元发展，我不断拓宽了视野和思维，培养了创造力和领导力。

第五段：感恩与展望（200字）。

在风雨哈佛路上，我深刻感受到自己的成长和进步。我感谢这条路带给我的一切，即使坎坷和挫折，也是我成长的催化剂。我感谢这条路教会了我如何勇敢面对困难，调节自己的心态，实现自身的多元发展。在毕业的节点上，我对未来充满期待和希望。我相信，在风雨哈佛路上获得的所有经验和成长，将成为我人生路上宝贵的财富，助我更加勇敢地迎接未来的挑战。

以上就是我在风雨哈佛路上的心得体会。人生就像一场旅行，每一步都是新的挑战，每一段经历都值得铭记。在哈佛路上，我受益匪浅，收获颇多。我期待未来继续前行，继续追寻自己的梦想，在人生的每一个阶段都能用心体会，不断成长进步。风雨哈佛路，让我变得更加勇敢、坚韧和智慧。它将永远成为我人生路上难忘的一段经历。

**风雨哈佛路心得体会篇四**

我们在看完这部电影的时候我们会问，在电影的最后有位记者问丽丝你是怎样做到这一点的？丽丝的回答是我怎能做不到呢？我的父母教会了我可能！也许看完这部片子的人会很迷惘他们怎们教她的呢？她的父母都吸毒，她的母亲吸毒，酗酒，精神分裂。虽然她的父亲很聪明，但也是一个不正常的人。他们是丽丝的创造者，是丽丝早年生活环境的.营造者。当我们随着警察和社会工作者的视线看丽丝的生活环境的时候，我们用最恶心的词来形容也是不为过的。真是比狗窝还要难啊？脏，乱，差。

因此早年的丽丝被同伴同学称为有味道的孩子。不幸的是由于丽丝的母亲精神异常——家庭暴力。导致她被关入精神医院。虽然她母亲的精神病好了，但她得了艾滋病。她想远离她的老公，去她的父亲（曾经在年轻的时候强暴了她）那住！而丽丝不愿去，她想留住母亲，可没成功竟不久丽丝被送入了收容所了。在这个人吃人的收容所里，丽丝长大了。而她的父亲与其说是一个不负责任还不如说是一个没有能力去负责的人！他说他老婆是女权主义者，说丽丝也是一个女权主义者。也许这句话对丽丝来说影响是很大的！她从这很多事中，她学会了坚强，学会了容忍。让她彻彻底底的知道了困难的生活，当她以后再遇到困难的时候，对她来说那还是困难吗？呵呵！不是困难了！

15岁的丽丝就开始了流浪！这时她的妈妈要死了而他的爸爸走了。但她对生活仍充满信心，相信前面的陆为她打开着！流浪的她多么的期望可以有自己的家！之后她发现她妈妈在哪家就在那！她偷偷的照顾自己的母亲！中国有句古话：狗不嫌家贫，子不嫌母丑！丽丝做到了！可我们真的又有几人做到呢！丽丝的父母是丽丝的上帝，虽然他们给丽丝很少的东西，但丽丝却把它们永远存在心里。因此，无论丽丝遭遇到什么困难，她的心充满了爱！因此她是光明的！是纯洁的！是富有希望的！因此她可以直视这个社会，审视自己。去选择自己的路！去追寻自己的目标！这些都是她从她的父母那学的！不是别人教什么！给你什么！而是你能学到什么！你能得到什么！

**风雨哈佛路心得体会篇五**

哈佛大学，作为全球顶尖的学府之一，有着悠久的历史和独特的学术氛围。看风雨哈佛路，是指在各种困难和逆境面前，坚持不懈地追求自己的梦想和目标。在人生的道路上，我们或许会遇到各种风雨，而看风雨哈佛路的心得体会，正是我们面对挫折和困难时的宝贵财富。

第二段：挫折是成长的机遇。

在人生的旅途中，我们常常会遭遇挫折和困难。然而，正是这些挫折，锤炼了我们的坚韧和勇气，使我们不断成长。在哈佛大学，每一位学子都经历了无数次的挫折和失败。然而，他们并没有放弃，而是选择了不断学习和努力。正如马克·扎克伯格所说：“只要你拼命地尝试，就会学到很多东西，即使你失败了。”

第三段：追求梦想的勇气。

哈佛大学的学生们背后，都有着不同的故事和梦想。他们或许来自普通家庭，或许经历过挫折和困境，但他们都有一个共同点，那就是对梦想的坚持和追求。看风雨哈佛路，需要的是勇敢面对困难并放弃安逸的勇气。只有敢于为自己的梦想奋斗，才能最终实现成功。

第四段：艰辛中的收获。

在追求梦想的过程中，我们难免会遇到各种困难和艰辛。然而，正是这些经历，塑造了我们坚毅的人格和聪明的头脑。哈佛大学的学子们用自己的努力和才华，为社会做出了许多杰出的贡献。他们不仅在学术上取得了巨大的成就，还在各个领域展现出了卓越的才华。看风雨哈佛路，不仅带给了他们成功，更重要的是让他们收获了无以伦比的人生经验和智慧。

第五段：心灵的力量。

看风雨哈佛路的心得体会中，我们能够体会到内心的力量和勇气。面对挫折和困难时，我们需要坚持内心的信念，迎难而上。正如哈佛大学校训所言：“真理、公正、纯粹”，这些是内心力量的源泉。在看风雨哈佛路的过程中，我们学会了如何通过内心的力量克服困难，为自己的梦想奋斗。

结尾：

无论我们身在何处，都可以从看风雨哈佛路的心得体会中学习到宝贵的人生智慧。追求梦想需要的是坚持与勇气，面对困难需要的是坚韧与毅力。只要我们保持对梦想的信念，凭借内心的力量，无论遭遇怎样的风雨，我们都能够坚持走下去，并最终实现自己的目标。正如哈佛大学所教导的那样：“以真理为引领，以勇气为坚持。”

**风雨哈佛路心得体会篇六**

这部影片是根据真实事件改编的。利兹的父母都是瘾君子，母亲患了精神分裂症，双眼失明、后来死于aids。利兹的生活颠沛流离：住过收容所，睡过地铁站，捡拾垃圾，从来没有一个像样的家的她，青少年的岁月多半是在慌乱的流浪中度过的。一日复一日，她活在一个沒有希望和梦想的世界裡。终于有一天，她在她母亲的葬礼后做出了一个重要的决定：她要改变她的人生！每个人在自己生活中某一件重要的事会突然长大，然后作出一个坚定的决定，而这个决定的最终结果就是你坚持了，你就胜利了！如我们所猜想，她的确凭着自己的努力和天赋考上了她的人生转折地哈佛。在哈佛金色的秋天里，女孩仰起脸，眼睛里是坚毅的光。

你的生活比她更糟吗？你的努力与她差多远呢？我们之所以是平庸之人，大多是因为我们的懒惰！生活的苦难催使liz告诉自己要改变命运，而改变命运的唯一方法就是读书，上学，她的童年比一般人都惨痛，但或许是这糟糕的童年，让她变得不平庸，她敢于去想敢于去做，改变命运的决心促使她在艰难的条件下，克服困难，最终进入世界最高的学术殿堂。

我们都是普通人，但可以让自己的生活不普通。如果你还想继续对自己的人生抱怨，那么你的`一生就是这样的了。影片中的利兹说过世界在转动，你只是一粒尘埃，没有你，地球照样在转动。现实是不会按照你的意志去改变的，因为别人的意志会比你的更强些。生活的残酷会让人不知所措。于是有人终日沉浸在迷茫彷徨之中，不愿意睁大双眼看清形势，不愿去想是哪些细小的因素累积在一起造成了这种局面。因此，明智的人会作出正确的选择，改变自己，让自己平凡的人生不再普通！

许多人认为把对生活的种种不满都化为满心的不在乎，笑对一切风雨，看轻挫折与不顺就可以了。然而，在这不恭的心态里，忘记了去反抗，忘记了努力去争取，以及改变自己可以改变的。只是默默的承受着一切，内心纠结与找寻一切的真相。而今发现，这渐渐是中了生活的圈套，自己一直以来都错了。挫折和逆境不是用来看轻的。不要因为自己可以承受就沾沾自喜，以为自己有多么悲壮，有多么伟大。其实，它们都是自己生活的一部分。接受它们，然后尽自己的最大努力去改变他们，走向更好的生活。改变、坚持、奋斗是我们人生所要做的重要的事。想了一千次，还不如奋斗一次！

除了奋斗，你还能干什么呢！大家，我们是时候努力了，再不努力我们就老了！

**风雨哈佛路心得体会篇七**

前两天的思修实践课上，我们欣赏了一部美国影片——《风雨哈佛路》。影片讲述的是一位在恶劣环境中成长的女主人公丽丝最终如愿进入哈佛学院就读的故事。它讲述了一段非常典型的自我奋斗史，一段自强不息昂扬奋斗的生命历程。

影片中有不少感人的情节，有很多励志的片段，更多的是在传达奋斗的精神、爱和中国的传统美德“孝”。

在我看来，不幸两个字已然不足以形容她的童年生活。她的父母都吸毒，而她的母亲不仅吸毒，还酗酒，甚至患有精神分裂症。虽然她的父亲很聪明，但也是一个不正常的人。然而他们却是丽丝的创造者，是丽丝早年生活环境的营造者。当我们随着警察和社会工作者的视线看丽丝的生活环境的时候，我们用最恶心的词来形容也是不为过的。所以早年的丽丝被同伴同学称为有味道的孩子，被同学们排斥欺负。

更不幸的是她母亲的精神病好了，确又得了艾滋病。她决定离开她的丈夫，留下那个不愿与她走的女儿。与一个没有能力负责的父亲生活的后果可想而知，不久后她就被送到了收容所。在那种人吃人的环境中，她长大了。从这很多事中，她学会了坚强，学会了容忍。她的经历让她彻彻底底的知道了困难的生活。

15岁的她离开了收容所，房屋因为没交房租被封，到外公家也不被待见，甚至被赶了出来。小小年纪的她开始了与朋友一起的流浪生活。但是她依然默默的关心着她的母亲，默默的在一旁照顾她。直到她妈妈离世的那一天，她突然意识到：如果沉沦下去，她将会和母亲的结局一样悲惨。她决心告别，她要开始全新的生活。她想通过读书来改变自己的命运。

然而，她，用真诚最终争取到参加进入中学的考试权利。她以非凡的毅力开始了刻苦的学习。17岁到19岁，两年的时光，她完成了高中的所有课程，每门学科的成绩都在a以上。作为奖励，她以全学校第一的成绩和其他9名同学获得了免费到波士顿的哈佛大学参观的机会。

在一个浓郁的秋季中，金黄色铺满整个季节。在写满辉煌的树下，一个女孩站在哈佛学府的门前，仰望。面对大学的殿堂，她决心实现她的又一个愿望——她要成为这所大学学府中的一员，她要证明给自己和世人看，人生其实可以改变。

事实证明上帝会让一个付出努力和艰辛的人收获喜悦：她的经历、她的真诚、她的论文深深打动每一位评委，12000美金的纽约时报一等奖学金，让她获得了进入哈佛的通行证——她成功了。梦寐以求的哈佛大学向她敞开了双臂。凭借着对信念的执着追求和对改变生活困境的强烈愿望，她实现了自己的诺言。是啊，我们的出生我们不能选择，但是我们可以决定我们的未来。

丽丝用自己的经历向世人证明了：当你被黑暗笼罩时，只要你肯拼搏，肯奋斗，就一定能冲破那无尽的黑暗，找到光明！

她说：“我爱我妈妈，不管她是什么样的人。”她说：“我没有退路，叫我只能不停的努力向前走，我为什么不能做到？”她说：“世界在转动，没有你，地球照样会转动，现实是不会按照你的意志去改变的。”……整部影片让人警醒，引人深思。

未来掌握在自己手中，命运是自己选择。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

**风雨哈佛路心得体会篇八**

在人生的道路上，我们每个人都希望能够取得成功，实现自己的梦想，而哈佛大学作为世界顶尖的学府，一直被人们视为成功的象征。然而，在追逐梦想的过程中，我们常常会遇到各种困难和挫折，这就像是一场风雨在哈佛路上的旅程。作为一名大学生，我也常常面临着各种困境，但通过观察和思考，我意识到只有在风雨中前行，才能真正成长和收获。以下是我在观察和思考中得出的一些心得体会。

首先，成功并不仅仅是指拥有一纸学位或者在社会上取得的成就，更重要的是我们人的成长和内在的提升。哈佛路上的风雨，恰恰是促使我们成长的最佳催化剂。在哈佛大学的学习生活中，我发现困难与挫折是无法避免的。有时候，我可能会遇到难以解决的问题，或者无法达到我设定的目标。但正是通过不断克服这些困难和挫折，我才真正成长为一个更加坚强和有信念的人。正如英国作家彭罗斯所说：“真正的意义上的成功，不仅仅在于目标的实现，而在于实现目标的过程中的成长和提升。”

其次，风雨哈佛路教会了我坚持不懈的精神和迎难而上的勇气。哈佛大学作为世界顶级的学府，课程负荷沉重，竞争激烈。在学习和生活中，我常常面临着巨大的压力和挑战。也许有时候我会觉得力不从心，想要放弃，但是正是风雨中的坚持和勇气，让我不断克服困难，不断超越自己。我发现，世界并不会因为我们认为困难而停下脚步，只有在面对困难时，我们才能真正探索自己的潜力，展现出自己的价值。

同时，风雨哈佛路也让我明白了团队合作的重要性。在哈佛大学的学习和生活中，我经常需要与他人合作完成各种项目和任务。在团队中，每个人都有自己的特长和优势，但只有通过合作才能发挥出最大的价值。我们需要互相帮助、相互支持，共同解决问题，取得更好的成果。在这个过程中，我学会了聆听他人的意见和建议，学会了包容和尊重不同的想法和观点。团队合作让我意识到，成功不是一个人的事，而是一个集体的事，只有通过团结一致的努力，我们才能共同取得更大的成就。

另外，风雨哈佛路也让我认识到了自己的不足和需要提升的地方。在与优秀的同学相处和学习的过程中，我不断感受到自己的不足和差距。有时候我会觉得自己很努力，但看到其他同学更出色的表现时，我却感到沮丧和失望。但是风雨哈佛路给了我一个机会去审视自己，认识自己的不足，并且努力弥补这些不足。通过不断学习和提升，我相信自己可以变得更好，取得更大的进步。

最后，风雨哈佛路还让我明白了人生的意义并非在于追求名利，而在于对他人的贡献和帮助。哈佛大学以其尖端的学术和独特的培养方式闻名于世。在这里，我接触到了许多优秀的教授和同学，他们以身作则，引领着我。他们不仅在学术上给予我指导和帮助，还教会了我如何关注社会问题，并为之付诸行动。我相信，在追求个人成功的同时，我们也应该关注他人的需求，为社会做出贡献。

总之，看风雨哈佛路，我体会到了成功的真正含义，学会了坚持不懈和迎难而上的勇气，认识到了团队合作的重要性，也明白了自己的不足和需要提升的地方。在追逐梦想的过程中，我们需要有宽容、努力和执着；需要学会面对困难和挫折，而不是回避和放弃。只有经历风雨，我们才能见彩虹；只有在哈佛路上不停地前行，我们才能在人生的舞台上收获更多的成功和成长。

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！