# 2024年成长的青春 青春成长的心得体会(优质10篇)

来源：网络 作者：雾凇晨曦 更新时间：2024-06-25

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。成长的青春篇一青春，是...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**成长的青春篇一**

青春，是每个人都要经历的一段时光，是人生中最关键的成长阶段。在这个阶段，我们经历了许多挑战和困难，也有很多值得铭记的经历和感悟。在我即将告别青春的时刻，我不禁回想起这些年来所经历的一切，心中涌起了一股感慨，同时也有了一些关于青春成长的心得体会。

首先，我深刻理解到青春是带有不确定性的。当我们踏入青春期的时候，我们面临着各种选择和抉择，同时也有各种的困惑和迷茫。此时，我们常常不确定我们的未来该往哪里去，不确定自己的兴趣和梦想是什么。然而，正是因为这些不确定性，我们才能够拥有更多的可能性和机遇。我们可以尝试不同的事物，去探索自己的潜力和兴趣。只有经历了不确定性的青春，我们才能真正找到自己的方向，为未来的人生奠定基础。

其次，我认识到青春是需要坚持的。在青春成长的道路上，我们会遇到各种各样的困难和挫折。有时候，我们觉得很累，觉得无法承受更多的压力。然而，我发现只有坚持不懈地努力，才能够克服困难，实现自己的目标。正是因为有了坚持，我才能够越过那些高山和深谷，最终走到了今天的位置。所以，我深深体会到，只有坚持不懈地努力，才能在青春的舞台上收获真正的成长。

然后，我明白了青春是需要与他人交流的。在青春成长的过程中，我们会遇到很多的人，有些人会成为我们的朋友，有些人会成为我们的导师，还有一些人会给我们带来伤害。无论是正面的还是负面的交往，都会对我们产生影响，给我们的成长带来启示。通过与他人交流，我们能够学习到别人的经验和知识，也能够了解到自己的不足之处。同时，我们也能够发现自己的价值和才能。所以，在青春成长的过程中，我们务必要与他人交流，沟通和分享，从中获得更多的成长和启迪。

接着，我明确了青春需要积极面对挑战。在青春成长的道路上，我们会遇到许多的挑战和困境。这些挑战可能是来自外界的压力和期望；也可能是来自内心的矛盾和纠结。然而，只有积极面对这些挑战，我们才能够成长和进步。在面对挫折和失败时，我们不能逃避，更不能抱怨。相反，我们应该勇敢地面对困难，用积极的态度去解决问题，去寻找解决的办法。只有这样，我们才能够战胜自己，成为更好的人。

最后，我意识到青春是需要珍惜的。青春是短暂的，我们不能浪费它。在这段成长的时光里，我们应该用心去体验和感受，更应该珍惜自己所拥有的一切。无论是美好的回忆还是痛苦的经历，都是我们成长不可或缺的一部分。我们应该感谢那些给予我们帮助和支持的人，同时也要感恩自己的坚持和努力。只有珍惜青春，我们才能够更加充实和满足地度过这一段宝贵的时光。

青春成长是每个人都会经历的过程，是一段既挑战又充实的时光。在这段时光里，我深刻理解到青春是带有不确定性的，需要坚持，需要与他人交流，需要积极面对挑战，更需要珍惜。这些心得体会，成为了我青春成长的指南，也将引领着我走向更美好的未来。

**成长的青春篇二**

按钮拨到on，潘多拉的盒子会传出与你我内心相契合的声音。

“小时候我们的天真在心里长大，成年故事再多挑战也不害怕。”

快速的生活节奏让人们狂热。在时光的流逝中，有太多的人流走了原有的面貌，逐渐被社会化、功利化。年岁的累积，让无数人不再执着于最初的追求。还有更可悲者，甚至与纯良背道而驰。当心灵没有了滋润它成长的阳光和雨水时，那么苦心灌溉出的将会是一潭烂泥，或滋生出恶果。不要丢掉曾经的天真，让天真日夜的成长。只有对自己内心产生狂热。才能有真正强大的力量接受源源不断的挑战。

“在梅边落花似雪纷纷绵绵谁人怜，在柳边风吹悬念生生死死随人愿。”

对于生活的如此忙乱的我们来说，每一天似乎都在与时间赛跑。科技的力量让生活变得简单。但是生活远不是一场比赛。真正的滋味还需要平心去体会。离科技越近，离自然便越远。忙乱的生活往往需要寻找到一个契机去沉淀内心。梦回牡丹亭，在历史中徜徉出不一样的滋味。

“为什么万里晴空下的面孔，庸庸碌碌不开心地锁着眉头要向谁哭诉。”

把生活过的像喜剧远比把生活过的如同悲剧要好的多。命运并不会顺应每一个人的心意，但是把苦味人生过出甜头才是彰显青春的方式。青春不等于灰色，不等于遗憾，也不等同于挥霍和对生命与爱的浅显认识。夸张的谊染青春的悲伤，似乎成为了如今的一种潮流。对于这种肆意的夸大，聪明人看过即逝。

**成长的青春篇三**

成长的标志也许是不断变化的体重和身高；也许是从调皮捣蛋的小鬼头变成了一个成熟懂事的青少年，而青春的标志无非就是脸上时有时无的青春痘了。

闭上眼睛，一路成长岁月中的如同海浪涌入脑海……

“这张是你满月的时候照的，喏。这张你都学会走路了；这是你会说话了；这是你上幼儿园了……”顺着妈妈手指的照片，我看到了一张张稚嫩的小脸，有的很熟悉，有的却有几分陌生；耳边，妈妈温柔的话语指引着我在脑海中寻找童年的回忆，有的很熟悉，有的却很陌生。“真快啊，十几年了”妈妈长吁一声，又望向我，眼中透露出几分欣慰，用手摸着我的后脑勺，“一下子从巴掌大点孩子，变得比我都高了，”说着，起身把相册放回书架里，妈妈吃力地踮起脚尖，努力想把那早就驼掉的腰挺直点，可她的腰就如同变形了的钢筋，根本无法挺直，我接过相册，放回了原处，“老了……老了……”妈妈叹着气，捶着腰，走出了房间。

“你考试的时候想什么呢？两个大题都不写，你自己说你考得叫什么东西！”妈妈指着我试卷上的数字，大声咆哮着，睁着一双大眼怒视着我，仿佛早已看透我心中的一切，我低着头嘟喃着：“这单元学的很难，班上同学都考的不怎么样……”“很难为什么不问老师？”妈妈大声怒吼道，那双眼睛死死地瞪着我，“班上考的不好但总有比你好的！”说完啪的一声把试卷拍在茶几上，又补充了一句：“考得不好还有理了！”

我拍着桌子，唰地跳起来，扯着嗓子吼着：“这次难没学好怎么了？没考好怎么了？没弄懂的我自己学弄懂，用不着你操心！”说着，气冲冲地走回房间，“呯”的一声关上了门。

缓缓睁开眼，脑海中的记忆画面仍久久挥之不去，成长岁月中，我们如同花花草草一般，不断长出新叶嫩芽，青春里，我们又犹如刚刚成熟的雏鹰，迫不及待地想挣脱束缚，去看看外面的世界。成长路上，我们要学到很多，也注定会失去很多，这一路上，成长教会我们如何做人，如何感恩，青春教会我们做事应该充满激情，遇事不要鲁莽。然而，青春教会我们之后，就会悄然离去，一去不回。

趁现在，我们还能拥有青春，我们还能享受青春，为何不用这股热劲儿做我们应做之事？人，要学会成长，青春则让我们学会如何在成长的道路上一步一个脚印，扎扎实实，脚踏实地。

**成长的青春篇四**

走过漫长的初一学年，让我感受到了同学、老师以及家庭带给我无尽的关爱和帮助，更让我感受到了在学习中的压力和困惑，初一年级的走过，更代表着我初中生涯的三分之一已经走过，突然发现自己已经长大了，已不再是小时候不懂事的孩子了，我在成长的过程中，思想也在成长。

在爸爸面前我是听话的孩子，但在外面，才是真正展现我的地方，骨子里已经萌发出年轻的激情，青春的活力。

**成长的青春篇五**

无论青涩稚嫩是否逐渐褪去，但无论如何请你且行且珍惜。你所选取的路，笑着闹着，纵使是哭着跪着，你也要坚持且有目的的走完，永远不好忘记为何启程，也不好忘记自我的初衷，不好去为了个稍微的最优而赶路，但这一路上无论简单平凡还是轰轰烈烈，在你回忆起来时一点要有好处，而且无悔青春。

请你永远怀有一颗对未来有着满满憧憬的心。拥有用心向上，面朝阳光喜笑颜开，能够发现自我所拥有的幸福，自我懂得创造幸福，要做一个有着，满满幸福感的女子。

请活出自我想活的样貌。不好去攀比，不好变得虚荣，不好堕落，不好失去自我，同时不好去自卑，不好委屈了自我，不好勉强自我。做自我，不需要太多，活出自我想活的样貌，自我知道好不好就好，自我感觉到愉悦就好。但必须要清楚自我想要的是什么，自我想要干什么，自我想要活出什么样的人生。如果距离自我所渴望的还有距离就请反思自我加以改善，如果到达了，期望你能以一种虚怀若谷的心态，以未满的心态追求更好的自我。

致情感

陪你笑笑闹闹真心待你的人该珍惜，让你哭的人也请学习并领悟感谢。每一个人经过你的性命，无论是陌路还是挚友，每一个人的存在必然会教会你一些东西，在别人有声还是无意中会影响你改变你，会有人对你热情关爱，也会有人对你冷漠隔阂。有人夸奖你那就当然会有人抨击你。但无论这样，学习并领悟感恩不好去埋怨。正因她们所给予的，到最后才让你构筑了一个强大的内心世界。

你还会应对各种各样的人，物，事。我期望你能够逐渐的学习并领悟处理好，而这一步也许很难，但这是你务必学习并领悟的。

你所拥有的要珍惜。

你所失去的就放宽心，让过去的过去。

你所拥有的每一份情感，无论悲与喜，不用去刻意逃避，有一天你能够很坦然的把以前哭得痛彻心扉的事情笑得倾国倾城的讲出来。

你只是需要等待，更好的自我的到来。

**成长的青春篇六**

亲爱的同学们、老师：

大家好!

我叫xx，xx岁。转眼间，初中三年的学习生活快画上句号了，真有点依依不舍。不过，人总是要成长的，每个人都应该为自己的目标而奋斗，都会有取舍，所以都应该向前看。

我的成绩一直就有起伏不定的毛病，时好时坏，也许这与我平时不端正的学习态度有关吧，不过我的头脑还转得比较快，喜欢思考问题，对数学更是一见衷情，在班上总能保住的优势，物理、化学也不赖哦，但是我有个致命的坏毛病，就是粗心，在我9年的学习生涯中，它已经根深蒂固了，不是这里少写个零，就是那边忘打了小数点，任父母唠叨，老师教导，这个毛病就像我的影子，与我形影不离。对于文科这个我比较伤脑筋，我不喜欢历史，政治那种需要许多文学素养的科目，这与我爆躁的性格有关，不能静下心来干一件事，所以在文科方面总取得不了突破。而语文，总感觉自己的文学感悟不行，自己想做好却力不从心，在作文方面，通过初二暑假的培养，也逐渐成了个雏形，希望能取得更大的进步吧!

由于寄宿，寝室就是我们除了教室呆得最多的地方了。寝室一直都是我们的欢乐天地，我们一同欢笑，一同倒头大睡。生活虽苦，但苦中有乐，是枯燥的生活中一剂调料，当然无规矩不成方圆。寝室当然有它一套完整的制度。我们寝室也或多或少的触犯过，被罚过是当然的啦，当时晚上站到十一、二点，拖整个教学楼，这些，现在想起来，留下的只是嘴角边的一丝微笑，心中一种美好的回忆罢了。

工作方面，自己觉得还比较负责，数学课代表从小学到现在，其地位牢固可想而知，而班级工作也或多或少参与，寝室方面，纪律上一直是寝室的带头模范，内务也做得不错，但是在初三，可能放松了对自己的要求，对工作方面没有了这份热心，希望以后自己能再接再厉，朝一年优秀的青年发展。

青春的道路上，我欢笑着，收获着的走着每一步，在心田留下了点点滴滴的回忆。生根、发芽、永生不忘。

我的演讲到此结束，谢谢大家!

**成长的青春篇七**

读完《成长的青春》，我觉得，我们应该不管别人怎么样，我们都应该做好自己，保护好自己和身边的其他同学，而不要受其他人所误导，因此做出了许多错事，最终走向了犯罪的道路。”

中国大多的父母，是很不容易，辛辛苦苦的培养儿女，他们为的是儿女能过上好日子，而这个好日子只是他们自己认为的好日子，于是，有多少个表面看上去美满兴奋的家庭，其实内心是有多少的遗憾和无奈。我不禁想问，难道，父母辛勤养育你，你就必须按听话的服从他们孝敬他们。这不是也把亲情也现实化了吗。如果说连亲情也变得没有人情味了，那么这生活还有什么意义。青春就直接奔上了养家糊口的生活了。那么，人生有何意义呢。成长是需要代价的，青春不是用来被安排或挥霍掉的，而应该是让自己多去碰壁，多去体会到这生活带给你的酸甜苦辣。空有满腔热情的自己，必须承认我还是没有那种我的青春我作主的冲动。

中学阶段的青少年在生理和心理上都处于人生关键而又特殊的时期，这时期最大的特点是生理的蓬勃成长，急剧变化，外形变化，机能增强和性成熟。生理的变化相应的引起心理变化，情绪情感表现出明显的两极性。该阶段的青少年体现乐儿过渡性、封闭性、社会性、动荡性的特点，他们有创新意识、批判精神、平等意识等。但也存在欠缺独立生活能力、心理承受能力弱、与父母沟通不畅等问题。

青春期是人生中最关键、最困难、同时也是最需要成人理解和帮助的时期，学校要怎么有效的予以有效的帮助?首先，要了解中学阶段青少年的生理、心理。青春期是从十一二岁开始到十七八岁结束，青春期大致处于中学阶段。青春期生理、心理的主要特点主要是身体外形、体内机能、性快步向成人迈进，认知、社会性发展，心理发展存在矛盾，即出现成人感和不成熟，精力旺盛与认知滞后、个人独立于遵守集体规则、封闭性与开放性等矛盾，作为学校采用什么方法，到达什么教育目标?中学生心理教育目标：首先，培养阩良好的个性;其次是学会做人;再次，学会做人;最后，学会生活。学校可以开展专门心理健康课程，在学科中渗透心理健康教育，开展心理咨询活动等。作为教师，要对学生认真负责，对学生有耐心、关心学生，深入了解学生，加强与学生沟通，客观平等对待每位学生，尊重和理解学生，了解学生的内心，和蔼、以文明语言教育学生，避免打骂，创设成功机会，使学生体验到成功的快乐等。

中学生的情绪伤感、忧伤，变化又是疾风骤雨般，表现出两极性，反抗性、情绪的不平衡，教师该做些什么?第一，提高自身素质，根据时代的变化，形式的发展，转变传统的价值取向，与时俱进，跟上时代发展的步伐，为人师表，以身作则，真正达到“其身正，不令则行，其身不正，虽令不从”，用人格影响人格。第二，倾听，三，从单向灌输向双向交流的方式转变。

青春期的中学生，学习压力是最主要的压力，学业成绩不良成为中学生的焦虑。成绩不良主要是学习态度不良，情绪和情感消极，意志薄弱，性格不良等。常说“及时当勉励，岁月不待人”，面对学生对各学科的学习考试压力，教师该做些什么呢?第一，增强学习吸引力，促进学生乐学，巧妙处理学习矛盾，促使学生能学，优化学习过程，发展学生主体性，发挥合作学习的作用，创设民主和谐的学习氛围等。

中学生与老师的交往也有新要求，作为老师要让学生系会你，首先，要热爱学生;主动接近学生，努力做到勤招呼、勤观察、勤批语、勤交流、勤家访;尊重、理解和关心学生;激励，期待，把爱洒向全体学生的心灵。

中学生会受到很多诱惑，如现代通讯、网络、追星、流向与音乐，时尚与消费、物质成瘾等。对这些诱惑造成的不良影响如何调整?要从社会、学校、家庭各方面努力。

**成长的青春篇八**

各位老师、各位同学：

早上好！

据报道，xxx学校的一名13岁的学生xxx与来自全国各地的干警一起成功横渡了总长22.8公里的琼州海峡。而此举只有那些拥有坚强毅力的人才能做到。过去xxx他们也曾横渡过琼州海峡，但是却失败了。但是，他们没灰心丧气，而是越挫越勇，最后，功夫不负有心人，迎接他的是掌声和鲜花。使他们走向成功的因素就是他们那股坚强的毅力。

大家都知道愚公移山这个故事，愚公凭着他那股不怕困难的信心和勇气，决心挖掉两座大山。最终，天帝被他的诚心所感动，将两座大山搬走。这个故事说明了要克服困难就必须下定决心，坚持奋斗的道理。

每个人都有一种“惰”性，往往一部份人在遇到困难以后就被弹回去停滞不前了。而拥有着坚强毅力的`人却会打败这种“惰”性。他们会一次又一次的前去克服困难，最终成功。也许有的同学会问：有没有毅力与我们有什么关系呢？请大家想想，学生的首要任务就是学习，而学习中总会有一些难题，而我们如果一遇到困难就退回去的话，永远也不可能成功，如果迎头而上，克服困难，就能够成功。

举个例子，我们班有个同学在第一次英语考试只有49.5分。奇怪的是，三个月后的考试他的英语成绩却突飞猛进，突破80分。原来，他每天早上5、6点钟就起床背英语单词，不会的题就马上问同学，现在的成绩越来越好了。总之，拥有坚强的毅力对我们大家是百利而无一害的。因此，我们大家应该学习这种精神。

我现在始终坚信一个信念：毅力能够成就一些大业。

谢谢大家！

**成长的青春篇九**

亲爱的同学们、老师：

大家好!

我是xx班的xx，我今天给大家演讲的题目是：成长路上花香满径。

青春是一条小河，哗哗的向着前方奔去，永不停止，永无止境。

带上信念，拿着勇气，心存希望，怀揣梦想，青春的我们神采飞扬，朝气蓬勃。向着前方的光明，大踏步的前进。青春之树应该站在高高的悬崖峭壁上接受风血的洗礼，而不是在温室中懒洋洋的晒太阳。“不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香”，风雨中，与寒流同呼吸，洗涤心灵的污浊，锻造坚定的心灵，才能长成参天大树，让青春成为无沿荒地最闪亮的一点。

青春有梦想。梦想是前进的方向，是茫茫黑暗中的那一点点星光。青春的你我拥有梦想，就一定要用现实的行动来逐步实现。“理想的巅峰越高，就越会得到无限的充实，就会迸发出激情，就会成长”。

青春有激情。激情是前进的动力，没有激情的青春是乏味的，有激情才有创造力。激情是一道闪电，带来了光明，使青春之光更加绚烂。

青春有智慧。帕斯卡尔有一句名言：人是一株会思考的、有思想的芦苇。青春如果不与思想结合，就会显得盲目和浮躁。善于思考，勤于思考，乐于思考，青春就会发出智慧的光芒。

青春有缺憾。世上没有完美的无可挑剔的事，青春亦是如此。第一次离开父母，第一次主宰自己，总会有不圆满。正因为不圆满，才多了一份不同的体验，多了一种美好的希冀。

青春是琴，要用心弹奏。青春没有理由垂头丧气，不论是好事还是坏事，都要抬头挺胸，斗志昂扬。

抬起头，天空中总有阴沉的日子，但只要心里有光，眼前就永远是炫目的太阳!

我的演讲到此结束，谢谢大家!

**成长的青春篇十**

青春是一条五彩的小河，淙淙流淌着欢乐的歌声；青春是一朵稚嫩的小花，透着几分质朴与香气；青春是一首壮丽的诗篇，可供睿智的双眼欣赏品读。

春寒料峭，我永远记得那个初春的晚上，乍暖还寒时候，最难将息。“如果你不想读书，明天就和我一起去上班。”妈妈的话一字一顿，如同钉子般穿透我的心脏。惨白的月光透过窗户映照在我的床上，斑驳成了一个个迷离的影子。我躺在床上，握着那让人绝望的30分试卷，辗转反侧，内心的凄苦犹如洪水般袭来，肆意横流。

第二天吃早饭时，我不敢看妈妈，怕与她的目光相撞。刚放下碗，妈妈面无表情地对我说：“走，和我上班去！”来到装修的房子里，我跟着妈妈一起弯腰剪下毛巾上的碎屑。学着她的.样子拿着毛巾往涂料里搅一圈，把多余的涂装料挤干，拿粘毛巾的长杆向墙面粉刷。这时，装修室里来了不少的工人，一时间房子里便嘈杂了起来，人声鼎沸。浮躁的说话声，让我暂时忘却了考试的失利，我埋头苦干，默不作声。经过一个小时的辛苦劳动后，我的眼睛开始肿涩，腰也慢慢地酸痛起来。“妈妈就是在这样的环境中为我辛苦地工作着。”我看着妈妈那专注的样子，额头上沁出细密的汗珠，无只言片语。

此刻，妈妈的话语点亮了我心中的迷惘，使我从地狱之门走了出来。也许，这也是那段残枝对我诉说的成长奥秘吧！青春是美妙的，让我用青春来为成长铺垫一条美好的道路吧！

“他说风雨中这点痛算什么，擦干泪不要怕至少我们还有梦……”，郑智化的这首《水手》会永远萦绕在我青春的每一步成长的足迹之中！

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn