

# 最新鸡汤心得体会(优质9篇)

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

## 鸡汤心得体会篇一

最近，我读了一个故事——《鲤鱼跳龙门》。它告诉了我一个道理——成功还是轻而易举就能获得的，只有不断努力，克服重重困难，才能逐渐走向成功。

这个故事说了：鲤鱼们都想跳过龙门，因为只要跳过龙门，它们就可以从平凡的鱼变成不平凡的龙了。但是，龙门太高了，它们都跳不过去，于是，它们就让龙王降低了龙门的高度，终于跳过了龙门。但它们发现大家都是龙与都是鱼似乎没有区别。龙王告诉它们：“想成为真正的龙，还得去跳原来的龙门。”

这则故事告诉我，成功是不会一蹴而就的。要想成功，就必须不断努力，不断拼搏。文中鲤鱼们轻易取得的“成功”，轻易变成的“龙”，都是假的，只有不断努力，不断拼搏跳成的龙，才能成为真正的龙！

我们也一样：如果要竞赛考好，就要花时间多做题；要写好文章，就要多练笔；想跑得快、跳得高，就要每天锻炼……成功，都是需要付出努力的。

成功，不是轻而易举就能获得的。只有不断努力，克服重重困难，才能逐渐走向成功。

## 鸡汤心得体会篇二

前几天，我读了杰克·坎菲尔和马克·汉森写的《心灵鸡汤》，读完后感受颇深。

这本书中的三百多个故事，每一个都蕴涵了深刻的道理，它让我学会去疼爱他人，充满信心地去迎接生活的挑战。在我面临挫折和失意时，它会使我得到鼓励和慰藉；在我面临成功时，它又会让我对未来充满期望。它将成为我一生中永远良师益友。

这本书中，让我印象最深的就是卷七中的故事：野雁的感觉。这个故事讲的就是一群大雁互相帮忙，飞往南方。一路上，它们遇到了许多困难，但它们齐心协力，借助团队的力量，最后成功到达了南方。这个故事中布莱克的一句话让我记忆犹深：“没有一只鸟会升得太高，如果它只用自我的翅膀飞升。”其实，何止就是鸟，其实人也一样。人与人之间只有互相帮忙，才能获得更大的成功。团队的力量就是强大的，一个人如果脱离了团队，就必须不能获得足够的帮忙来赢得成功。记住，成功的总就是那些懂得和别人互帮互助的人，因为他们有更大的优势。记得有个人说过：“你有一个苹果，我有一个苹果，我们两个交换后仍就是一个苹果；但你有一个思想，我有一个思想，我们两个交换后就各拥有两个思想。”正就是因为这样，一个团结的群众总就是能胜过一个人。

三个臭皮匠，赛过一个诸葛亮。分享共同目标与群众感的人们能够更快、更轻易地到达他们想去的地方，因为他们凭借着彼此的冲劲、助力而向前行。生活中的种种例子证明了这一点。科学研究中，许多研究成功的人后面其实都站着一些给予他很大帮忙的人。就拿获得诺贝尔奖的那些人来说吧，他们获奖之后总就是要感谢某些人在这期间对他的鼎力帮忙。如果没有这些人，那么他可能永远也不能有所发明，有所创造。正就是因为有了这些人的帮忙，他才能无忧无虑地走向成功。

当然，《心灵鸡汤》给我的帮忙远不止这些。它还教我就应去爱护他人，去学习，如何实现梦想，怎样去克服障碍，应对死亡的态度等等。感谢《心灵鸡汤》对我的帮忙，我将永远记得《心灵鸡汤》教给我的一切。

### 鸡汤心得体会篇三

这本书与《意林》差不多，他们都是可以让我们去更好的去面对生活的一切困惑的心理障碍。一个个小故事开启我们人生的智慧。

这本书记述了各个名人的成功道路，如：周杰伦、卡佩基、史努比之父——查尔斯·舒尔茨、健康灯的制造者张悉妮和一些普通的人。

他们都是从卑微的小人开始的，就是因为他们有着永不放弃的信念才成长到举世闻名的人，有句话说得好：千里之行，始于足下。很多人认为：“这些人都是天才！我只是一个平凡人，愚蠢的平凡人！”

你有权力评定自己是愚蠢的平凡人，但只要有明确的目标的，在任何时间，做任何事，都不会妨碍思考和研究，甚至有助于思考和研究。其实想成为就这么简单只是看你愿不愿意付出时间、金钱和精力，以及看你是否恒心。为此付出，你就会收获成功。而且他们也是这样一路走来的，因为“天下从来没有天才，上天给每个人的机会是平等的。”也可以说：“老吾老，以及人之老；幼吾幼，以及人之幼。”

这本书让我想起了一首歌：《蜗牛》。那首歌是周杰伦唱的，让我深思。

这些名人就像歌中所唱的那只蜗牛一样，就算一直背着一个沉重的壳、背负着病痛，却也要一步一步地往上爬，爬上人生和世界的高峰。

## 鸡汤心得体会篇四

这篇文章主要讲了一个关于父爱的故事：儿子大学毕业后没有找到工作，父亲很伤心，很为他着急。便找来一个熟人让他带儿子去学做按摩，儿子心里很不是滋味。来到学校，他学了很久都学不会，就向父亲打电话让他不做了，可父亲没有答应他，他只好天天学按摩，整天泡在科室里，手臂手腕都有不同程度的受伤，他咬牙坚持着，同伴们下课后出去玩，他一个人在研究手法。渐渐地他的手艺好了起来，并且能独立按摩了。终于，父亲答应他回家了。看见儿子消瘦了很多的父亲，心理不是滋味，又不能去关心他，儿子哭了，父亲板着脸让儿子不许哭。后来，经过父亲的资助儿子开了一家按摩店，生意很兴隆。其实，父亲故作无情的把儿子推出家门，为的是让儿子学会独立，以便能够在社会上立足。孩子在外承爱的累和吃的苦，远远不是只有他一个人承受的，还有严厉、倔强的父亲暗中艰难地为他撑起一片天空，是父亲成就了和他一样有着硬汉气概的儿子。

正如书中所说：“父亲不仅仅是宽容的父亲，母亲不仅仅是慈祥的母亲，他们是山——一座能为我们遮风挡雨，顶天立地的大山，于无言中坚定，执著的守望着我们。他们的言行举止无形之中赋予我们榜样的力量”。

我们应该用真心去回报父母的养育之恩，现在我们更应该把握机会，好好学习，长大报达父母。

## 鸡汤心得体会篇五

我翻开了《心灵鸡汤》，手触摸到了书页，看到了第一篇充满哲理的小故事时。我才发现，这本书是多么平凡，而又多么伟大！

当我读完了讲述爱的力量的小故事时。我才发现：我们周围有多少被我们忽略的爱，有多少被我们忽略却应该去爱。爱

可以改变世界。爱，我们熟悉，却不理解。

当我读完了讲述成功的小故事时。我才发现：我们总是羡慕成功者的幸运，羡慕成功者所拥有的。却忘了他也曾是个平凡的人。我的脑海突然浮现一句话：“成功只是我坚持了，而你没有。”

当我读完了讲述自信的小故事时。我才发现：自信是黑暗中的一缕曙光，自信让人有了希望，自信让人在黑暗中找到回家的路。为什么有些人做事总是一帆风顺？对，只是他们比我们自信一点罢了。

当我合上这本书。我才发现：爱，坚持，自信。这短短几个字，却是成功的标志。

## 鸡汤心得体会篇六

我带着好奇心读了《送给老师的心灵鸡汤》这本书，慢慢地我喜欢上了它。

读了这本《送给老师的心灵鸡汤》，这本书使我感到受益匪浅。本书收录了几百个精彩故事，温馨生动，真挚感人。用心去看去领悟，有的会让你感动流泪，有的会让你有特别的感觉，有的会让你会心一笑。读完这本书，让我想了很多很多，我和他们比起来，简直就是小巫见大巫了，所以我也要好好的做，尽量不愧对这份神圣的职业。

我很自然地想到陶行知先生的话：教育是心心相印的活动。我们今天的教育教学水平的改革和提高，我想不仅仅把目光投教学内容、教学方法、教育设备、评价制度等等的改革，这些当然是必要的，但越发觉得教育提升不仅是教育技术层面的事，它首先是一种充满情感的教育，是充分体现教育者爱心的教育，书中的老师也正是体现了晶莹纯洁的爱心。

鲁迅先生曾经说过：“教育是植根于爱的。“师爱是最有营养的”鸡汤“，如一缕和煦温暖的风吹入学生心田，如一股潺潺流动的清泉轻轻洗涤学生心灵，如最有力的强心针助学生成长。师爱就蕴藏在平常的琐事中，于细微之处见真情。没有爱就没有真正意义上的教育，师爱是教师的一种涵养，是教育的基石，是教育的砝码，更是教育的一切。

这本书如同一束灿烂的阳光，一道亮丽的彩虹，给我们带来阅读享受的同时，也拂去了我们职业的倦怠，身心的疲惫，带领我们走过冰封的雪谷，让心灵得到了一次次的休憩和启迪，在分享一篇篇充满人生哲理的心灵鸡汤的同时，我们再次重温了我们初入教坛时的雄心壮志，感悟生活的意义和美好。

## 鸡汤心得体会篇七

我发现原来鸡汤不仅可以喝也可以读。什么？鸡汤也可以读？也许这让大家疑惑不解。哦，忘了告诉你，这的鸡汤可不是普通的鸡汤，是心灵鸡汤。心灵鸡汤又是什么呢？这是一本书。一本可以告诉你许多哲理的人生宝典。

这本书教会了我许许多多人生道理，其中让我感受最深的是一个“爱”字。

比如说那篇《母爱，让人泪流不止》来说吧：一个失去了父亲的家，凭母亲独自一人的努力供孩子读书。但不久后，母亲患上了严重的风湿病，使至不能下田干活。她为了让自己那学习优异的儿子继续在重点学校读书，不顾自己严重的病情，到处讨饭，她怕让孩子的自尊心因此受到伤害，将自己讨饭这件事同学校一直隐瞒到孩子考上了清华大学。这是一位多么伟大的母亲啊！她用她的母爱哺育着一个孩子，最终成为一位成功者的伟大母亲。在此，我不得不说：母爱的伟大又有谁能够代替？又有谁能够形容？孩子永远是母亲的孩子，母亲永远是孩子的母亲，谁都代替不了，这是不可否决

的。在我们的一生中，母爱与父爱伴随着我们，是他们的爱搀扶着我们一步步走向成功。他们为了我们做了太多太多，他们为了我们牺牲了太多太多，他们的爱与我们形影不离。

一次看望，一个鼓励，一个微笑，都有蕴含着父母无限的爱，也许你未曾发现，只是因为你觉得他们做这些是应当的，但这并不是，他们还有其他许多选择，不过最终他们都放弃了，选择了一条最艰难的路。

这还不能足以证明他们对我们的爱吗？用我们的眼睛去寻找我们身边的爱，并用一颗诚挚的心对自己的父母说声：“谢谢！我爱你！”

## 鸡汤心得体会篇八

雨果曾经说过：“比海洋更广阔的是天空，比天空更广阔的是人的心灵。如果人心宽广，像海一样浩瀚，就可以容纳很多东西。但假使我们总是自私、贪婪，那不管怎么样我们都不会快乐。

但如果我们坚韧、顽强、刻苦，那无论怎样，我们都会获得快乐，即使那时我们一贫如洗，即使那时我们位卑如洗，都一样可以得到快乐。

心灵是人体构造中最柔弱，也是最细腻的一个地方。如果你总是把自己的心灵放置与自私、贪婪这样的”黑暗“里，那它就不能得到快乐。如果人的心灵放置与顽强、刻苦这样的”光明“里，小心地被人呵护着。得到别人的关爱，那就能获得无上的快乐。

唯有内心的快乐才是永恒的。

## 鸡汤心得体会篇九

《心灵鸡汤》就是个英国人写的，上方写了人心的丑恶与善良，开心与难过，就是本很富有文学性质的书，本书就是由200多个发人深省的隽永故事和心灵感悟组成。

它告诉我们都要怀着一种感恩的心态，向很多以前给予我们帮忙的人，表示由衷的感激和谢意。感谢我们的父母，就是他们给予了我们灵动的生命；就是他们为我们日益操劳。感谢我们的老师，就是他们丰富了我们的内涵；就是他们让我们茁壮成长。感谢我们的朋友，就是他们快乐了我们的人生；就是他们让我们懂得友谊。

学会感恩，这就是一种美德。古人云：滴水之恩，当涌泉相报。又云：投之以木瓜，报之以桃李。施人慎勿念，受施慎勿忘。生活在大千世界，我们每一个人都或多或少需要别人的帮忙。有的也许就是令人毕生铭记的慷慨援助，有的也许就是微不足道的绵薄之力，无论哪一种帮忙，或许都足以改变我们的命运，值得我们感激一生。感恩不仅仅给别人带来了快乐，同时也温暖了我们自我的人生！

学会感恩，心存感激，情绪感到个性舒畅。学会感恩，心存感激，心胸会变得个性开阔。

学会感恩，心存感激，你会觉得人生会变得更加精彩。学会感恩，心存感激，人生因感恩而完美，生活因感恩而美满。

学会感恩，就就是要学会懂得尊重他人，对他人的帮忙时时怀有感激之心；学会感恩，就就是让你明白每个人都在享受着别人透过付出给自我带来的快乐生活；学会感恩，首先要拥有一颗感恩的'心，一个人只有懂得感恩，才会懂得付出，懂得付出后，才能获得感恩；学会感恩，要培养谦虚的品德，对待比自我弱小的人，要明白躬身弯腰伸出援助之手；学会感恩，要有奉献精神，无论做什么事，应以“公”为先，做



一个大公无私、乐于奉献的人。

感恩就是一种美德，不懂得感恩人就是不会成大事业的。只有懂得感恩，生活才会赋予你完美。感恩之心，就是对世间所有人所有事物给予自我的帮忙表示感激，铭记在心。

感恩就是一种心态，它能让我们乐于应对人生中每个阶段面临的各种境遇；感恩就是一种素养，它能让我们在与人际交往过程中能更多的影响身边的人；感恩就是一种催化剂，它能在我们的人生旅途中催生更多完美的回忆；感恩更就是一种境界，只有真正常怀感恩之心的人才能体会到生活的完美。

让我们在感恩中成长，于感恩同行，以一颗感恩的心应对我们灿烂的一生！