

2023年感恩励志演讲心得体会(优秀10篇)

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。下面小编为大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

感恩励志演讲心得体会篇一

我讲的主题是《感恩》。“感恩”之心，就是对世间所有人所有事物给予自己的帮助表示感激，铭记在心；感恩能使我们保持积极、健康、阳光的良好心态。怀有感恩之情，对别人、对环境就会少一份挑剔，多一份欣赏和感激。

某跨国公司招聘地区销售主管，应聘者如潮，大学刚毕业的小王也抱着试试看的心里加入了应聘者的行列。面试官说：“我们还要进一步考虑你和其他候选人的情况，如果有消息，我们会及时通知你。”这几乎是招聘人员的标准面试结束语。走出面试考场，他向为他拉开门的门卫鞠躬说了声“多谢”。但令他没想到的是，门卫却拦住了他，并告诉他说：“请你等一下，面试官要见你。”他竟然被面试官告知已经被破格录用了。他疑惑不解地问那位面试官，也是他现在的上司：“能告诉我您录用我的原因吗？”上司笑着说：“尽管你还缺乏工作经验，但是你很有实力，而且更为重要的是，在所有求职者中，你是惟一向门卫说谢谢的人。”一个简单的动作一句简短的话语却为小王赢得了上司的赞赏。

赠人玫瑰，手留余香。一个经常怀着感恩之心的人，心地坦荡，胸怀宽阔，会自觉自愿地给人以帮助，助人为乐。而那

些不会感恩的人，血是凉的，心是冷的，带给社会的只能是冷漠和残酷，人们会鄙视他们，不屑于与他们为伍。据报道，襄樊市就有5名贫困大学生因为受助不懂得感恩被取消资格。襄樊市总工会与该市女企业家协会联合开展“金秋助学”活动，19位女企业家与22名贫困大学生结成帮扶对子，承诺4年内每人每年资助1000元至3000元不等。入学前，该市总工会给每名受助大学生及其家长发了一封信，希望他们抽空给资助者写封信，汇报一下学习生活情况。但一年多后，部分受助大学生的表现令人失望，其中三分之二的人未给资助者写信，有一名男生倒是给资助者写过一封短信，但信中只是一个劲地强调其家庭如何困难，希望资助者再次慷慨解囊，通篇连个“谢谢”都没说，让资助者心里很不是滋味。该市总工会再次组织女企业家们捐赠时，部分女企业家表示“不愿再资助无情贫困生”，结果有5名贫困大学生因为受助不懂得感恩被取消资格。

感恩还要有回报意识。回报，就是对哺育、培养、教导、帮助、支持乃至救护自己的人心存感激，并通过自己十倍、百倍的付出，用实际行动予以报答。

曾经有一个生活贫困的男孩为了积攒学费，挨家挨户地推销商品。傍晚时，他感到疲惫万分，饥饿难挨，而他推销的却很不顺利，以至于他有些绝望。他敲开一扇门，希望主人能给他一杯水。开门的是一位美丽的年轻女子，她却给了他一杯浓浓的热牛奶，令男孩感激万分。许多年后，男孩成了一位著名的外科大夫。曾给他恩惠的女子，因为病情严重，当地的大夫都束手无策，便被转到了那位著名的外科大夫所在的医院。外科大夫为妇女做完手术后，惊喜地发现那位妇女正是多年前在他饥寒交迫时，热情地给过他帮助的年轻女子，当年正是那杯热奶使他又鼓足了信心，完成了学业。那位妇女想这次费用一定很贵，当她鼓起勇气看时惊喜地发现：手术费单上有一行字：手术费——一杯牛奶。

当然，感恩不仅仅是为了报恩，因为有些恩泽是我们无法回

报的，有些恩情更不是等量回报就能一笔还清的，惟有用纯真的心灵去感动去铭刻去永记，才能真正对得起给你恩惠的人。感激不需要惊天动地，只需要你的一句问候，一声呼唤，一丝感慨。

人的一生中，从小时候起，就领受了父母的养育之恩，等到上学，有老师的教育之恩，工作以后，又有领导、同事的关怀、帮助之恩，俗话说“滴水之恩，当涌泉相报。”更何况父母，亲友为你付出的不仅仅是“一滴水”，而是一片汪洋大海。在家中，当你吃着可口的饭菜，你是否感恩父母付出的辛勤劳动？当天气逐渐转冷，你穿上暖和的衣服，你是否感恩父母对你的关心？每到周五，看到你的父母或爷爷奶奶不辞辛劳地来接你，你是否会有所触动？你是否在父母劳累后递上一杯暖茶，在他们生日时递上一张卡片，在他们失落时奉上一番问候与安慰，感恩需要你用心去体会，去报答。感恩不仅是一种情感，更是一种人生境界，是一种责任，惟有学会感恩，感谢生活，感谢父母，感谢一切给予过自己帮助的人，才会更加热爱生命，珍惜生活，体味生命的真谛。

感恩励志演讲心得体会篇二

大家好！

怀着一颗感恩的心，去面对生活，去看待生活中的种种，只要心怀感谢，人生就会过得幸福而充实。

一个青年丢掉了工作，身在异乡的他四处寄求职信，但都石沉大海。一天，他收到了一封回信，回信人斥责他没有弄清楚该公司所经营的项目就胡乱投递求职信，并指出求职信中语句不通顺，借此把青年好好地嘲笑了一番。青年虽然有些沮丧，但他觉得这是别人给他回的第一封信，证实了他的存在，而且回信人在信中的确指出了他的不足。为此，他还是心怀感恩地回了一封信，里面对自己的冒失表示了歉意，并对对方的回复和指导表示了感谢。几个星期后，青年得到了

一份合适的工作，录用他的正是当初回信拒绝他的公司。

这是我身边发生的一个真实故事，我一直以该青年为榜样，正是他那颗感恩的心，打动了用人单位。

常怀一颗感恩的心，这个世界在我们眼中就会变得愈加美好。同样的一枝玫瑰，有人说：“花下有刺，真讨厌！”有人说：“刺上有花，真好！”看到刺的人，挑着毛病、盯着不足，他们注定是不快乐的。而那看到花的人，则有着感恩的心，尽管刺扎手，但那些刺上却有着芬芳的花朵，于是他能感受到幸福。所以，拥有感恩心的人是幸福的。

我们常说，生活中不是缺少美，而是缺少发现美。发现美，不光需要一双敏锐的眼睛，更重要的是要有一颗充满爱的心。我想说，感谢爱你的人吧，正是他们的关心、鼓励和支持才让你感到了生活的温暖和充实；感谢讨厌甚至恨你的人吧，是他们让你的生活曲折多彩，让你面对挫折时变得更坚强。这种爱就是一种感恩，爱世间万物，感激世间万物，用一颗感恩的心去“打量”万物，那上面定有细微之处让你心怀感恩。

感恩，幸福的真谛！

感恩励志演讲心得体会篇三

感恩是人类的美德。感恩与爱是联系在一起的。不管是何种意义上的感恩都包含着爱的因素。人们常说要有一颗善心，这颗善心是爱产生的基本条件。有了爱就懂得了报恩。下面是小编整理的关于感恩励志演讲稿400字，欢迎阅读。

老师们、同学们：

大家好！

恩情似海，您辛辛苦苦把我拉扯大，可以说历尽艰辛，彻耗了无数的心血，可您始终是无怨无悔。

确实，母爱犹如潺潺的小溪，那么柔，那么清；母爱犹如缕缕的纱丝，那样细，那样密；母爱犹如巍峨的高山，那么厚，那么阔。

总之，一切的一切，又怎能报答您对我的一片养育之恩呢？

我们也许现在还小，还不知道什么叫大恩大德，还不能真正体会到父母严格要求我们的真正含义，有时甚至觉得父母的要求有些残忍。

但是，在你成长的过程中，当你有一天，静下来用心地想一想，只要记下你生活中感觉幸福的一点点，你一定能感觉到渗透出来的是他们那无尽的关爱之情啊！

学会感恩，不光是对支持过你的人、帮助过你的人心怀感恩，对他们曾经给予过的帮助表示深深的感激之情，还要对反对、拒绝过你的人心怀感恩，感谢他们给予你一个磨练的机会，让你不断的走向成熟、变得更加坚强。

只有真正拥有一颗感恩的心，让你活的无限精彩！

谢谢大家！

同学们：

当我们呱呱坠地来到这个世界上，我们便开始吮吸着妈妈甘甜的乳汁，享受着妈妈对我们无微不至的呵护和疼爱。

我们在妈妈的教育熏陶下渐渐长大：开始呀呀学语，开始蹒跚学步，开始学写字，开始学画画，开始明白很多事理.....大家都知道，我们都有一位好母亲。

我们的母亲，值得我们一生去感恩、一生去报答。

——对，那就是我们中华儿女共同的母亲：我们伟大的祖国！

在我很小的时候，妈妈指着地图告诉我：祖国像一只昂首挺立的雄鸡，我们是中国人，我们要热爱自己的祖国。

在我上幼儿园的时候，阿姨告诉我：祖国是我们的母亲，我们生活在祖国的大家庭里。

在我上学的时候，老师告诉我：祖国有秀丽的风姿，悠久的历史，灿烂的文化，更有勤劳善良、勇敢智慧的炎黄子孙。

火药、指南针、印刷术、造纸术是从我们的祖国传播到世界的四面八方；万里长城、秦始皇兵马俑、四大石窟，显示出祖国的悠久历史；岳飞、文天祥、郑成功、雷锋、焦裕录、孔繁森等英雄人物，为祖国的历史增添了光辉的一页。

2008奥运，神舟六号飞船更令我们激动、振奋。

老师们、同学们：

大家好！

感恩是小德，忘恩是大恶。

生活中总有许多事情影响着我们的情绪，或喜、或忧。

于是，选择一种什么样的心态去面对生活，也就选择了过一种什么样的生活。

感恩是人生命中的一件大事。

因为我们要感恩我们的父母，感谢他们把我们带到了这个万千的世界里；要感恩我们的老师，感谢他们传授知识给我们，

让我们懂得了什么是感恩;要感恩大自然，感谢他们创造了世界的万物;要感谢我们的对手，感谢他们让我们懂得了什么是失败。

总之我们要感谢那些所有给我们有过帮助，有过伤害的人。

感恩也许他不是物质上的一种需求，他只是一种精神上的满足罢了。

也许，在别人帮助你时，你并没有太多的言语，你只是轻轻地对他说了声“谢谢”这就是一种感谢的方式，不需要用过多的方式去感谢他，只要从你心中发出一句真挚的感谢就可以了。

感恩不是一种报答，父母含辛茹苦地把我们养育成人，他们并不是要我们要报答他们，他们也并不图我们的什么，他们只是对我们负责。

我们又能用什么来报答我们最亲爱的父母呢。

感恩是种美德，我们应该要懂得去感恩别人，去感谢他们对我们的关怀。

谢谢大家!

感恩励志演讲心得体会篇四

大家好!

今天很高兴有机会和大家在一起聊一聊当下倡导并受到人们广为关注的感恩教育。究竟什么是感恩教育呢?我们曾被哪些事情感动过?这次高二年级语文月考卷中有一篇文章，题目是“假如今天是我生命中的最后一天”，我觉得这个题目很

好，于是在班级中作了一个调查：假如今天是我们生命中的最后一天，你会做哪些事情？台下发言较为踊跃：有的就说，我们要好好地吃一顿，有的说要好好地玩，还有的说什么都不做……各种答案五花八门。这时候我想起以前看到过的一篇报导：一位母亲陪同儿子参加高考，儿子在教室里考试，母亲在外面守候。因为天气太热，气温过高，不久这位母亲便中暑倒在了地上，被路人送到了医院。在医院，母亲一直没有苏醒过来，令众多医生束手无策，最后还一个护士想到一个好点子，在母亲的耳边轻轻地说“高考结束了”。话还没说完，母亲便坐立起来，大声地说“我得赶紧问问我儿子考得怎么样？！”在这个生死关头，母亲心里牵挂的仍是正在考试的儿子。这是一种多么伟大的母爱啊，她永远把儿子放在了第一位，因为关心儿子，而忽略了自己的一切，甚至是生命。我相信各位同学的家长在遇到这种情况的时候，也同样会为你们付出的，因为你是她的孩子。他们爱你，她们关心你胜过自己的生命。

关爱我们的父母！同学们，我想说，假如今天是我生命中的最后一天，我们要做的第一件事情，就是报答养育我的父母！为他们献出自己的一份爱心。

还有一篇报导，一位不识字的母亲劳作了大半辈子，买了一副银手镯，很是珍爱，成天戴在手上舍不得摘下。有一次她去城里看望他正在读高二的儿子，儿子惊奇地发现母亲手上的手镯不见了，便问他母亲手镯去哪了，母亲笑盈盈地掏出一个蓝布包，说：“娘用这副手镯给你换回来两本‘天书’，这回俺娃考大学可是有希望啦！”看着母亲充满笑意的脸，儿子感到很惊奇，这个世界上哪有保证能考上大学的“天书”啊？社会上的骗子这么多，该不会是上当受骗了吧？接过布包，层层打开，果然，那两本所谓的“天书”，不过是两本小学课本罢了。儿子一急，准备说出真相，希望找到骗子挽回损失。可是当他看到母亲满脸的皱纹和充满希望的双眼的时候，儿子放弃了。他实在不忍心告诉他母亲这个残酷的事实，柔弱的母亲将受不了这样致命的打击！于是便笑着告诉母

亲：“娘，你回去吧，我记下啦！一定考好”！望着母亲渐渐离去的瘦小背影，儿子哭了，哭得很伤心，回去后，儿子便把这个充满爱意的“天书”摆放在最显眼的位置，让它激励自己。半年后的高考，儿子获得了前所未有的成功，北京的一所重点大学录取了他，他从此踏上了人生的正轨。

爱其实就是我们的身边，我们并不缺少爱，缺少的只是发现它的双眼。每天早晨睁开双眼，我都会庆幸，今天我还活着，活着是多么地美好，世界上每天发生那么多的灾难和不幸，却没有一件落在我的头上，我活得很快乐。什么是幸福？想起非洲那么多的难民，突然懂得了吃得饱其实也是一种幸福。比起那么先天性残疾或是智障，我们的父母给了我们健全的肢体和聪明的大脑，这也是一种幸福。那些天生残疾的人尚且没有埋怨老天的残忍和不公，仍然为了能够更好地生存而在不断地奋斗着，那么拥有健全的肢体，聪明大脑的我们，又有什么理由去怨天尤人呢？记得我读中学的时候，爆发了美伊战争和轰炸南联盟事件。看着电视新闻里每天不断变化的战况，我感到很庆幸，庆幸的是我身在强大的中国，而非伊拉克或是南联盟，我们的国家保证着我的生命和财产不受外敌的侵害，我用不着成天提防着导弹的袭击。路上遇到人民警察的时候，我会感到特别地亲切，因为是他们用辛劳维护了整个社会的稳定和安宁，让我不必担心歹徒的肆意侵挠。努力吧，同学们，为了我们国家的更加繁荣和富强，为了我们的母亲的强健和安康，努力吧！我相信，只要我们都能够尽我们的全力了，即便不能取得成功，我们也将无悔。

感恩励志演讲心得体会篇五

感恩不仅是一种情感，更是一种人生境界的体现，永怀感恩之心，传递感恩的种子，懂得惜福和感恩，才能从各个方面获得更大的情感回报，懂得感恩，找到自己心灵休憩的家园。作者正是抓住这一点，并将它无限放大，通过一个个感人的故事和激情的互动，达到“心与心的碰撞，情与情的交融，爱与爱的传递”的目的，从而打动了每一位读者的心灵。

人间万物皆有感恩之心。落叶在空中盘旋，谱写着一曲感人的乐章，那是落叶对滋养它的大树的感恩；白云在蔚蓝的天空中飘荡，描绘着一幅感人的画面，那是白云对哺育它的蓝天的感恩。有人说，感恩是鞋，穿上它，我们才能在人生的道路上健步如飞。感恩更像是生命中那一朵朵不谢的花，因为感恩，所以我们的生命变得五彩斑斓。

“生活是一面镜子，你对着它笑，它也对着你笑；你对着它哭，它也对着你哭”，在这个物欲横流的世界里，一个人，只有怀揣一颗感恩的心，才会体味到生活的幸福与乐趣，学会感恩也就是学会了生活。怀有一颗感恩的心，你才会得到他人的尊敬和信任，才能帮你在逆境中寻求希望，在悲观中寻求快乐。只有懂得感恩的人，才会在未来的学习和生活中不断地得到他人的帮助和资助，让自己顺利渡过每一个难关，帮助自己实现心中的理想，成就自己的事业！

感恩的人是一个心里充满快乐的人，他们懂得把别人对自己的恩惠、帮助，传递给需要的人，在传递“感恩”这个接力棒中，他们同样享受了生活的美好，美好生活是从感恩开始的！

现在拥有的是一份平和的心态，是一颗感恩的心。

感恩是一种心态，真正的感恩是真诚的，是发自内心的感激。我们所从事的工作或许无法尽善尽美，但在此过程中所能体验到的沮丧、喜悦都是我们必须学习的感受和必须具备的财富。如果我们每天都能怀着一种从容坦然、喜悦感恩的心情去工作，就一定会有许多收获。

最好的感恩应当是尽心尽责地做好本职工作。用感恩的心对待工作，就会对自己所从事的工作忠心耿耿，认真负责，就会每天激情飞扬、热情洋溢；用感恩的心对待工作，就不会为名利所诱惑，任何时候都会以身作则，严于律己，任劳任怨；用感恩的心对待工作，你就会在意这份工作、在意你的

同事、在意你的朋友、在意你的家人，就会真心实意地替客户办实事、办好事，就会真正做到急客户所急，想客户所想。

感恩是爱的根源，也是快乐的必要条件。米卢在执教中国国家足球队时经常引用的一句话就是“态度决定一切”。是的，你改变不了环境，但你可以改变自己；你改变不了事实，但你可以改变态度；你改变不了过去，但你可以改变现在；你不能控制他人，但你可以控制自己；你不能预知明天，但你可以把握今天；你不可能事事成功，但你可以事事尽心；你不能延伸生命的长度，但你可以拓展生命的宽度；你不能选择娇好的容颜，但你可以展现灿烂的笑容。如果我们对生命中所拥有的一切都能心存感激，便能充分体会到人生的快乐、人间的温暖、人生的价值，就会使生命如夏花之绚烂。

常怀一颗感恩的心，我们会更加敬业至诚。当我们把身心彻底融入到我们的工作中去，敬业会成为一种习惯，个人的职业生涯就会变得更加饱满，事业就会变得更有成就感，工作便不仅仅是一种职业，更多的是一种享受。

常怀一颗感恩的心，我们的心态会更加平和。当我们以平和的心态看世界时，我们会达到人淡如菊、心素似简的境界，会拥有“宠辱不惊，笑看庭前花开花落；物利两忘，漫望天上云卷云舒”的恬淡与从容。带着阳光、带着幽默、带着愉悦的心情对待身边的每一个人、每一份工作。

常怀一颗感恩的心，我们距离成功就不会遥远。也许你会说自己的工作平淡乏味，也许你认为自己的工作琐碎繁重，也许你会认为自己不过仅仅是一个很普通人等等……但人只有站在低处才有机会仰望高处的风景。只要你愿意怀着感恩的心，快乐地投入工作，那么你就会在人生的历练中涵养淡定从容的定力，在潮起潮落的人生舞台上，以一份洒脱恬静的心态来面对喧嚣的红尘。你就会体验到平凡与精彩、烦恼与快乐易如反掌的转换，你会发现成功原来离你并不遥远。

俗话说：百年修得同船渡，千年修得共枕眠，五百年前的回眸，才换来今生的擦肩而过，我们大家能走到一起，是我们的缘分，是我们前世的承诺，是因为我们前世是一家人。

感恩是一种品德，人不可不懂感恩。感恩让世界充满真情，感恩让生活多姿多彩。我坚信只要把感恩的心贯穿于工作、生活的始终，生命的价值会体现的更加完美！

我的朋友们，让我们怀着感恩的心面向世界吧！让我们怀着感恩的心对待我们的生活吧！只要我们对生活充满感恩之心，充满希望与热情，我们的社会就会少一些指责与推诿，多一些宽容与理解；少一些争吵与冷漠，多一些和谐与温暖；少一些欺瞒与涣散，多一些真诚与团结。

感恩励志演讲心得体会篇六

感恩，是人生的最大智慧；感恩，是人性的一大美德。常怀感恩之心，我们便能够无时无刻地感受到家庭的幸福和生活的快乐。在感恩的世界里，我们还会时时提醒自己：滴水之恩，当涌泉相报！

如果你是一个苦恼的人，你应该学会感恩，因为感恩是驱除你的苦恼的一剂良方妙药；如果你是一个对生活心灰意冷的人，你应学会感恩，因为感恩的时候就是你的身心得到温暖的时候；如果你是一个郁郁不得志的人，你应学会感恩，因为感恩会使你的心情渐渐舒畅，渐渐平和；如果你是一个被生活压得喘不过气来的人，你应学会感恩，因为感恩会使你逐步释放重负、放松身心；如果你是一个只顾索取的人，你更应学会感恩，因为感恩会使你变得会适当地给予；如果你是一个快乐的人，你也应学会感恩，这样，你的快乐就会取之不尽。

对别人感恩，相应会得到他人对你的感恩，所以你是得到了两份好心情。学会感恩，就是学会了长存感激之情，永存爱

心。

困难催生伟大的品格，压力凝聚坚不可摧的精神。作为承载未来和向往明天的当代大学生，我们应当秉承中华民族自强不息的宝贵精神，以顽强的意志、务实的行动书写合格的青春答卷。

在生命的历程中，只有不断地努力、奋斗和追求，才能实现人生价值，领悟人生真谛。愈挫愈勇，逆境成才。在困难和挫折面前，要始终坚信：困难和挫折都是暂时的。心中常树必胜之志，胸中常立豁达之情，永远奋发向上。

立足专业，广泛学习。用科学知识武装自己，用过硬素质充实自己，以实际行动报效祖国，服务社会。

人无信不立，要将诚信做人贯穿日常的学习生活之中。行动起来，让我们做诚信的主人，对自己诚信，对他人诚信，对自己负责，对他人负责。

当然，我们能做的不仅仅是这些，我们只是想通过这样的方式来唤醒大家的爱心、善良与社会责任感。让我们行动起来，把“感恩、自强、责任”这一美德进行到底！

感恩让生命更好的沟通了宇宙的万物，让生命感受平等，让生命转化一切不利的因素，因为感恩不只感谢帮助我们生命，同时也感谢曾经伤害我们的生命，感恩帮助我们生命的无私，感恩伤害我们的生命让我们体会伤害的痛苦，使我们不会去伤害任何生灵，而更加热爱宇宙的生灵，感恩爱我们的生命让我们体会爱，同时也懂得去爱和爱别人，感恩小草让我们体会生机，感恩阳光让我们体会光明，感恩雨露让我们体会滋润，感恩大海让我们感受宽广，感恩高山让我们感受巍峨，感恩涓涓细流让我们懂得积累，感恩红花让我们感受灿烂，感恩日出让我们感受力量与惊喜，感恩日落让我们体会存在的状态及运作的规律，有升必有落，有高必有低，感恩宇宙

让我们呈现智慧，感恩自然让我们沐浴自在，感恩让我们懂得感受，更懂得生命成长来源于各种各样的支持，来源于万物之间相互的衬托与牵引，相互的融合与彼此的共识与互惠。

感恩励志演讲心得体会篇七

大家下午好，今天我演讲的题目是《学会感恩，收获快乐》

不是得不到别人的“恩”，而是得到了，却漠然视之。一个不懂得感恩的人，只会把别人的给予当作理所当然，只会一味索取而不知回报，他的生活会因体验不到相互给予的快乐和为他人创造的快乐而枯燥乏味。

我们要感恩老师。感谢老师对我们的启迪和成长的帮助，感念老师的辛勤付出和教诲。虽然我们现在还没有太多的能力来回报这些爱我们的人，但这足以让我们从现在开始就要怀有一颗感恩的心。好好学习，天天向上，以优异的学习成绩回报他们，这是我们最好的回报方式。心存感恩，我们才会收获更多的人生幸福和生活快乐，才能摒弃没有意义的怨天尤人，才会朝气蓬勃，远离烦恼。只有充满博爱心、仁慈心、善良心、同情心、才能达到“人人爱我、我爱人人”的美好境界。

感恩是生活中的智慧，也是一种歌唱生活的方式，它来自对生活的爱和希望。作为一名学生，我们要学会把来自方方面面的关怀和爱，化作我们学习道路上的动力和信心，不要在平时去做一些毫无意义的物质上的攀比，不要去追赶一些不符合我们学生身份的所谓的时髦，不要总是抱怨自己的大脑不如别人的聪明，不要分散了我们本应该放在学习上的注意力。我们要专心致志，努力学习，学会从父母、老师的赞扬声中找到我们的信心和力量。学会在我们的学习中去寻找学习的快乐和兴趣。学会在学习中树立目标，在勇于比、学、赶、帮、超中找到我们的恒心和毅力。当我们在进行这些努力的同时，无形的也在培养了我们拥有一颗感恩的心。

感恩是一种情感，感恩是一种责任，感恩是一种生活态度，一个人，不管他的起点与终点相距多远，只要他能怀有一颗感恩的心并珍惜它，就一定能成为一个不断进步的人，一个能拥有亲情、友情的人，一个生活快乐、幸福的人！

常怀一颗感恩之心，它会让我们拥有良好的行为习惯。

常怀一份感恩之情，它会让我们在学习的道路上奋勇前进。

常怀一种感恩之念，它会让我们我们的生活洒满温暖的阳光。

谢谢大家！

感恩励志演讲心得体会篇八

大家下午好！

生命不仅仅是一朵朵娇艳的花，它更是饱经风雨的激情；青春也不仅仅是一个个美丽动人的故事，它更是放眼未来埋头奋斗的过程。因为青春的多彩，因为生活的美好，它更需要我们普高学子不忘历史，常怀感恩之心！

感恩就是发自内心积极乐观的生活态度，是一种处世哲学，是生活中的大智慧。它绝不是一种心理安慰，对现实的逃避，更不是阿q的精神胜利法。感恩，是一种歌唱生活的方式，它来自对生活的爱与希望。

对生活感恩，其实就是善待自我，学会生活。对老师感恩，其实就是通达人生，学会成长。对父母感恩，其实就是体味世界，学会爱与被爱。

英国伟大的哲学家培根说过：“青春是易逝的，你挥霍它，它同时也会抛弃了你。”作为普高的学子，是我们最先触碰知识的前沿，是我们心跳和着民族的脉搏。心怀感恩，用积

极的心态面对多彩的生活，心怀感恩，用不屈的意志面对未知的困难，你的世界就会更加明朗，你的生活便会充满阳光。

清晨，当我推开窗户，放眼蓝蓝的天，绿绿的草，晶莹的露珠，清清爽爽的早晨，我感恩上天又给予我一个新的开始。

入夜，当我打开日记，用笨拙的笔描画着一天的生活感受，月光展露着温柔的笑容，四周笼罩着夜的温馨，我感恩大地赋予我别样的安宁。

如火青春，感恩同在。

感恩励志演讲心得体会篇九

你们好！

我演讲的题目是：在感恩中成长。

感恩，其实是无处不在的。我站在这里的理由是什么？就是感恩。感谢老师同学的信任，感谢学校给予的机会，感谢长辈的培养，感谢我自己的付出。因为感谢着这些，我今天便站在这里了。

我是个在感恩中长大的孩子。四岁的时候，我失去了亲爱的妈妈，伤心的爸爸以酗酒麻痹自己，是年老的奶奶靠着捡破烂，抚养我长大；到了上学年龄，因为家境贫穷，奶奶不得不为学费忧虑，好心的叔叔阿姨解了我们的燃眉之急，为我支付了学费。今年春天，疼爱我的奶奶因长期劳累进了医院，同学们知道我的遭遇，纷纷为我捐助。十一年来，我在别人的关爱中健康成长，因此，我很满足。每个夜晚，我躺在床上，总想着：没有慈爱的奶奶，就没有我的茁壮成长，没有社会上的好心人，就没有快乐的学校生活；没有老师、同学的处处关心，就没有家庭般的温暖。我要努力学习，因为我知道只有好好学习，将来才能有所成就，才能报答有恩于我的

每一个人。

今天，我站在这里就是为了感恩。感谢父母，他们给予我生命。人们说：父母对子女的爱是最无私的。没有父母，我们来不到这个世界；没有父母，我们不可能长到现在；没有父母，我们就没有求学的机会。虽然，我的妈妈过早地离开了我，但我总不能忘怀在她怀里的幸福时光；爸爸虽然很少关怀我，但每当我生病时，他总忙碌在床前。这就是爱，父母平凡而伟大的爱。我感激他们。

感谢老师，他教给我知识，引领我做人。在我最伤心的时候，是老师的话鼓舞了我，使我有了生活的力量。我尊重老师，感激老师，我要用我的行动报答老师：在上课时认真听讲，按时保质保量地完成老师布置的作业，不撒谎欺骗老师。

感谢同学、朋友，他们让我感受到世界的温暖，在我最困难的时候，是他们给予我支持和帮助，使我一次又一次渡过了难关。

感激生活中关心、爱护着我的叔叔阿姨，是他们的资助，使我这个家境贫寒的孩子走进学校的大门，翻开人生的新一页。

感谢一切，感谢你我，感谢我生命中的每一人、每一物。只要我们人人都有一颗感恩的心，就会感到世界原来是那么美好。只要我们人人都有一颗感恩的心，我们就能创建真正的和谐社会、和谐生活。