

付出心态的感悟(优秀5篇)

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得感悟，这样我们可以养成良好的总结方法。优质的心得感悟该怎么样去写呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得感悟范文，我们一起来看看吧。

付出心态的感悟篇一

有付出就有收获，相信大家对这一句话是不陌生的了，我领悟到了，领悟到这其中包含着的深刻道理。星期五的故事会和颁奖大会，我有收获，因为我付出了。可是更令我高兴的并不是自己的收获，而是我付出的别人的收获。我上台领奖的时候，看见校长手里拿着两张蛮大的证书，与我们获得的比较，真是鹤立鸡群，我琢磨着，这是什么奖项，又有点失落，无缘捧着他们回家。

谜底最终揭开了，那是上学期关于“和谐”征文的获奖证书，一张是三等奖，一张是二等奖，这两张荣誉证书的主人竟然是两个四年级的小弟弟小妹妹，更令我意想不到的是，本次颁奖大会最高荣誉奖——就是二等奖那个，竟然是我们楼上的那个小伙伴！她那篇获奖作文，竟然就是我帮她修改的那篇作文！看着她蹦蹦跳跳上台领奖的身影，我不禁笑了，还对同学说：“她是我楼上的！”不明白我为什么会这样高兴。回到家后我去问她借手表，是这时候她妈妈告诉我修改的那篇作文获了奖，彤还对我说了声：“多谢欧露姐！”我心里像吃了蜜一样甜，跑回家又告诉了爸爸妈妈，他们还问我：“怎样你帮林役彤修改的获了奖，自我的却没有呢”

其实我心里也纳闷，或许她真的比我写得好，或许她的获奖对于我来说，比我自我获奖还要有意义。有付出，就必须有收获，但收获的不必须要是自我，为别人付出让别人收获，比自我的收获还要有意义、有价值。付出收获的感觉真好！

让我们去付出，去收获；去为别人付出，让别人收获吧！

付出心态的感悟篇二

成功之花，人们只能看到此刻的明艳与成就，却不知当初它们的付出，也不知它们背后的心血。他们的付出浸透了奋斗的汗泉，洒遍了牺牲的血雨。

服，在徒儿的帮忙下最终取得真经。成功者身上所具备的那种坚韧不拔、百折不挠的精神在他身上得到了完美的体现。

我想，有付出就必须有成就，有付出就必须会有回报，有付出就必须能收获期望与美丽

付出心态的感悟篇三

这个学期的第一节心理学课使我知道了，《积极心理学》是由美国心理学家于1998年确立的，其创始人为马丁·塞里格曼。

如果学习，我只学习那些能够指引我怎样生活得更好，并且能够使我的生命更有价值的东西。

也许换一种积极的方式去对待生活，对待他人，自己的生活状态便能得以改善。

在课堂上，我学习了关于幸福和快乐的六大秘诀，其中的“接受自己——无论优点还是缺点”，让我感受颇深，我们应该停止抱怨，积极生活。

时光飞逝，转眼间一个学期就过去了，我从积极心理学这门选修课中学到了很多，赵老师给我们讲了许多许多的道理。

积极心理学是对人类积极的、正面的经历以及人的性格特征、

长处。

它也是能给人、小组和机构带来昌盛或使他们能够发挥最佳功能的环境、氛围和过程的学习。

积极心理学是心理学史上具有革命意义的学科，其研究对象是普通人的心理活动，针对大部分人的心理状况来指导人们如何追求幸福生活。

上了大学，想要的是一切从新开始，却未曾想到，什么也没有了，除了迷茫，与无知。

感觉生活处处与自己不相符合，我的生活一片冷淡。

自从选了这门课，使我明白了过去的已不能再回来，回来的也不会是昨天的日子。

昨天越多，包袱越重，脚步拖着，沉甸甸地移动。

放下了，感觉天一时间蓝了许多，风暖暖的，草绿了花开了，心情也好了，给昨天一声祝福，经历过才会拥有。

往日烦乱的心，平静了许多，没有了冲动，不会在走极端，发现自己如此的平淡，不追名不逐利，只是为了生活再向走。

感觉生活和谐了许多，没有再生气。

原来空虚的生活变得简单，但感觉很真实，活过了一天就是一天。

我会努力让生活过得更加充实，让人生走的更美。

要说对这门课程喜欢的部分，那就是课前的团队活动。

一起做游戏，一起讨论问题，能知道很多能交流很多。

先不说友情能不能增进，就交流足以让每个人打开心门，说出自己内心藏了很久的话语。

一起分享各自的故事。

作为大学生，心理健康就是对生活和学习有乐观的心态；有正确的自主观意识，能很好的把握自己，控制自己的情绪。

和同学关系和谐，很好的融于集体。

并能很好的适应环境。

在课堂中，我们跟着老师的思路，和老师进行互动，从中学到了许多。

记得老师说过，当人们在生活中感觉到心理压力时，要学会去面对，可以进行深呼吸来缓解压力。

在日常生活中，我们都喜欢做自己喜欢做的事。

有时候会因为一些事情而抱怨，这种抱怨可以说很可能会让我们走向歧途。

停止抱怨，能让我们有积极的心态面对生活。

停止抱怨，能让我们的生活充满阳光！停止抱怨吧，让我们用好的心态去面对每一天。

正当我们进入青春期，有很多很多的烦恼，有些人不断去抱怨，造成心理压力，这也许就是平常所说的反心理吧。

而有的人学着怎样去克服，怎样去缓解压力。

深呼吸都是我们所知的，自从学了这门课以后，我才知道我们应该少一点抱怨，多一点感激和付出。

积极心理学这门课程，我认为应该多鼓励学生参与进来，帮助学生从烦恼中走出来，从困难中走出来。

学校开了这门课，当然也有它的道理。

现实生活中，人们经常讲到现在的独生子女多了，逐渐会在孩子中形成一种以“我”为中心的现象。

所以，我认为，积极心理学也要培养学生的团队协作的习惯、学会与人相处。

虽然是选修课，但我从中体验到作为一个大学生应该具有的积极心态。

作为大学生也应该养成良好的习惯。

其实养成一个好的习惯仅需要21天的时间，但这21天的时间谁又能坚持下来呢？因此要培养一个好的习惯就必须持之以恒。

这门课下来不仅培养学生健康的心理和学生积极的心理品质，帮助学生形成正确的人生观、世界观和价值观，并形成良好的道德品质。

大学生的欢笑与悲哀常常源于一个人看世界的那双眼睛。

心中没有阳光的人，很难发现阳光的灿烂，心中没有花香的人，也难以感受花朵的芬芳。

一个快乐的人，他眼中的世界也是快乐的，我们要用乐观的心态去真实地活在当下的每一天，遇事不钻牛角尖，不陷入完美主义情节，遇事冷静，懂得控制情绪。

幸福没有比较，只有自己的感觉，不是拥有了什么才是幸福的。

人生中偶尔也有悲伤，也有失落，但悲伤、失落过后，阳光依旧灿烂，幸福的感觉依然存在。

但我对心理知识的学习却还没有结束，或许心理学跟我以后的职业没有什么很大的联系，但是积极的心理能带给我快乐，带给我健康的心理！

我觉得让更多的学生参与进来，能让每个大学生拥有一个健康的心理，使学生们度过愉快的每一天；最后，我希望每一个学子都能拥有一份乐观积极向上的心态，迎接明天。

付出心态的感悟篇四

有人会问，付出究竟是什么？付出存在于我们生活的每个角落。每天的工作、学习是付出；一句嘘寒问暖的话语、一种无私奉献的精神是付出；一个支持的微笑，一个鼓励的眼神也是付出。

生活的秘诀在于给予。要成功，就必须明白舍得的道理：舍得、舍得，有舍才有得，自然也就小舍小得，大舍大得，不舍不得。种瓜得瓜，种豆得豆，没有无付出的回报，也没有完全无回报的付出。付出的多少，决定了成就的大小。人生最大的幸福不是来自于拥有或得到，而是付出。

从前有个国王，在他的管理之下，百姓们都过得充实而又幸福。国王渐渐老了，他开始考虑：他死后，君臣能让百姓继续过得幸福吗？于是他命令全国有智慧的人，在三个月之内写出能让百姓幸福生活的方法。三个月后，他们写了三本书，说只要百姓看完了这些，就能永远过上幸福的生活。国王摇了摇头说：“我的子民绝对没有时间看完这三本书，你们再去研究。”这些有智慧的人又经过一个月的苦思冥想，捧来一本书，国王还是不满意。最后，智谋团送来一张纸，纸上只有一句话：“天下没有白吃的午餐。”国王点点头说：“可以了”。

所有人都梦想成功，梦想幸福，但幸福和成功并不只是只靠梦想就能够得来的。在迈向成功与幸福的过程中，有条必经之路，那就是付出。天下没有免费的午餐，天上也不会无故掉馅饼；即使有，依然需要你付出——伸手去接。

记得某个激励大师说过一句话“帮助别人美梦成真，自己就会心想事成。”同学们，让我们一起拥抱无私的付出吧，因为那是一切成就的基础。

付出心态的感悟篇五

随着现代人生活压力的增大：愤怒、压抑、暴躁、抑郁等不良情绪随处可见，尤其体现在上班一族中。

这让我们饱受其害。

但更为严重的是：情绪是会传染的，不良情绪更会传染！身为教师的我感受尤为深刻：

教师每天面对的主要群体是学生，是一群涉世未深、身心正逐步成长健全的孩子。

教师的不良情绪自然而然会传染给学生，其后果可想而知。

一个没有进取心的老师教育出来的孩子会缺乏斗志，一个抑郁苦闷的教师会将他对生活的不满全部倾诉于课堂、他的学生，所以这就要求老师必须努力培养自己的积极心态。

积极心态是具有吸引力最重要的个性。

积极心态影响你说话时的语气、姿势和脸部表情，它会修饰你说的每一句话，并且决定你的情绪感受，它还会对你的思想产生影响。

当然也影响教学工作，影响教学的每一过程。积极心态也是具有吸引力最重要的个性。

所以，积极心态，是无论在任何情况下，都应具备的正确的教学心态。

这种心态是由“正面”的性格因素所构成的，诸如“信心”、“正直”、“希望”、“乐观”、“勇气”、“进取心”、“慷慨”、“耐性”、“机智”、“亲切”，以及（）“丰富的常识”，所以，我们平时要多注意培养。

积极心态不仅对我们的工作极为重要，同时对教师本身的身心发展、教师的家庭、人际关系等也有着不可忽视的作用。

积极的心态会让我们的繁忙的工作中呼吸到一缕清香；会让我们疲惫的身心得到释放；会让我们的生活焕然一新。

因此，我认为：作为新时代的教师，我们应努力培养自身的积极心态，同时要以积极乐观的态度去感染我们的学生、同事，进而影响整个社会，为我们的中国梦尽自己的一份微薄之力。

积极心态，关乎你我，从我做起，从我们做起！