2023年感恩朋友心得体会(优质6篇)

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

感恩朋友心得体会篇一

“知恩、感恩、报恩、立志成才”一直是我们大家关注却又十分困惑的话题，为了解决这些难题，也为了孩子们能健康快乐成才、顺利成才，我校特举办了这样一节感恩教育报告会！

这次报告会主讲专家是巫山老师，他给我们讲了如何让孩子懂事、更珍惜拥有、更发奋求学、更有爱心、更有孝心的事。使我们都很感动，让我们感悟良多。

首先要做一个自强的人，自强是一种精神，一种美好的道德质，

一个自强的人，必定对未来充满希望。“少壮不努力，老大徒伤悲”我们应当趁此大好时光，培养自强的品格，努力学习，奋发进取。在来是要爱自己，让自己有一个仪容仪表的自己，当自己跌倒的时候不要哭，要学会一句话“就算跌倒也要豪迈的笑”当自己失败的时候不要失去信心，“失败乃成功之母，”人最大的敌人不是别人，而是自己。能够战胜自己的人，必定能自强的人。最可怕的敌人，就是自己没有坚定的信念和顽强的毅力。面对困难与失败，不轻言放弃，成功和挫折都是人生的财富，“天生我材必有用”。

大家都知道红旗是那些老革命的壮烈牺牲生命和鲜血换来的，1949年让中国站起来了，他们不紧让我们过上了好日子，也

让我们有了平静的生活，所以我们要学习他们向上、起来，爱国的精神而为中国学习而奋斗，之所以一个人，一个集体乃至一个国家必须要象征的精神。

还有是感念父母，别人都会问世界上什么最重要，我们都会回答是“家”因为我们都知道家庭是我们成长的摇篮，我们的港湾和第一所学校；父母是我们最新的人，也是我们的第一任老师。在世上的多种爱中，到深到纯的爱是母爱，这种爱是无私的爱、永恒的爱，是无微不至的爱、不求回报的爱。父母不仅赋予我们生命，而且含辛茹苦地哺育我们成长，教我们做人，这种恩情要永远铭记在我们心中。对我们来说，孝敬父母表现在各个方面，爱父母，心里想着父母，理解、关心父母；行动上帮助父母，为父母分忧；努力学习、积极上进，让父母高兴……这些都是孝敬父母的表现。

最后是爱老师，老师的伴随，是人类文明的传播者。是老师，教给我们做人的道理，帮助我们掌握科学文化知识和技能。老师的巨大力量在于作出榜样。

我爱我的老师，是因为老师有一颗金子般闪闪发光的心。在我失败的时候，老师鼓起我们前进的风帆；当我成功的时候，老师和我分享成就和喜悦。

“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干”来赞美老师无私奉献的精神。

这次的感恩课让我懂事了很多，到结尾我想对我父母说
声“爸爸、妈妈我爱你们”对我老师说“老师，你辛苦了”。

感恩朋友心得体会篇二

感恩，一个多么温暖的词语，我要感恩父母，是他们给予我生命以及无私的爱；也是他们在我生病时守护在床边，彻夜未眠；更是他们含辛茹苦地抚养我长大。

我愈发任性，对他们的好言相劝不理不睬，对他们严厉而又充满爱意的批评而心生怒火。仔细想一想，还真是对不起他们。

回到家，为父亲大了一盆水，试试水温，正好，我小心翼翼的把这盆温水端在沙发前，招呼父亲坐下，父亲和我都有些忸怩，我捧起父亲的双脚，脱下他的袜子，抚上他脚上的薄茧，以及脚上磨出的泡，用小手轻轻地檫拭着，我一语不发，父亲也沉默着，只是有几滴不明液体滚落了下来，父亲哭了，毫无征兆地哭了，我手足无措地站在旁边，不知该怎么做。记忆里的父亲很少哭，他或严厉，或开心，却从未哭过，他开始呜咽，后来变成了大哭。我轻声安慰着他，不想泪水如洪汛爆发般，越流越多。

不知过了多久，水已微凉，我用毛巾擦干父亲的脚，好像呵护着一件易碎的珍宝。

第二天，我的书桌上多了一封信：

我的孩子，昨天失态了，你给我泡脚时，我真的很感动，有一种道不清，说不明的情感在心里翻涌，我不善言，却真的是爱你的，宝贝，谢谢你，谢谢你给我的温暖。

信不长，很短，却是一满的温情。如信中所说，父亲不善言，我却惊异于父亲的满足，我是不是对父母的关心太少了，我在心里这样问自己。

感恩朋友心得体会篇三

二十一世纪成功的因素是很多，原因也是很复杂的，人与人的成功或失败的因素都是不一样的，现在感悟到了：不管在什么环境下做什么事情，〞心态〞很重要，可以说心态是万物的基石，〞想法决定格局，心态成就未来〞，那么只有我们摆正自己的心态，调整好八大心态，就一定能成功。

台湾励志大师陈安之说过，要成功最简单最捷径的方法就是向成功者学习，你没有得到而别人得到了，说明他比你优秀，就要向他学习，老是在那里抱怨、不服从、对着干，其实是在搬起石头砸自己的脚，最终要毁了自己，还不如调整好心态，向他学习。

心态由我们自身主观努力去调控的，心态的不同导致结局不同，心态决定命运，心态决定成败。在这个世界上，成功者的比例占3%，一般人占了97% ，到底为什么有人会成功，成为这3%的人，有人一辈子却成为97% 的普通人呢?差别就在成功者具有强烈坚定的信念和心态，并为之付出了大量的行动!

是的，人活于世，要想活出精彩，必须不断的调整自己的心态，只有这样，你的人生才会充实，才会丰富，同时每一天才会精彩!

有一句话是“你不能改变环境，但你可以改变心态”，整天抱怨命运，不如实实在在地努力。创造好的生活需要好的心态，保持和谐的人际关系需要好的心态，今后的发展需要好的心态，美好的前程在等着我们，就让我们从现在做起，从每一天每一刻的改变做起，，风雨同舟，互帮互助，永不停息!运用好八大心态，直到走向成功。

一、成就心态——成功人事的心理支柱

一个人要想成就一番事业，首先要树立成就的心态，也就是要想成功必先立志，敢于梦想，敢于挑战，才有可能会实现。

其实我们每一个人都是成功者，为什么说我们是个成功者呢?如果你不相信自己会成功就不会努力去做，也就不可能成功。

一个人来到世上本来就是一种成功，所以说我们要相信自己一定会成功。为什么有些人不成功呢?与外界有关系。

如果一个人没有强烈一定要成功的欲望，那他是不会采取任何行动来达成目标的。一个人有了梦想以后，将梦想分为若干个目标，将目标再变成计划，将计划分成每个月的工作内容，然后以成就的心态去做，不是尽力而为的做，而是全力以赴，我相信每个人都能在最快的时间内实现成功。

二、学习心态——是永恒的主题

学习是储备知识的唯一途径，知识能给梦想插上腾飞的翅膀;学习是给自己补充能量，先有输入，才能输出。成功是学习的过程。21世纪是一个“学习、改变、创业”的世纪， 在21世纪你要征服别人，必须用知识。人生最难的是改变观念，想改变观念，也要靠知识。如今知识更新速度快，如果不学习就会被淘汰。任何一个行业，只有内行才能赚到钱。而要成为内行，你就得学习。

有人认为，学习是年轻人的事，是学生的事，年纪大基础又差，就不想学习;从高等学府出来的，认为学了很多东西，知识够用了，不需再学习;也有人认为事业有成了，满足现状，有些人对一些新技术、新科学望而生畏，害怕学习，甚至为了不学习而找上很多借口，其实这都是一些片面僵化的认知，是我们人生学习道路上的障碍。

我们面对一个新生事物的时候，首先要摆正心态，摆出学习的心态。不管过去是否成功，都应忘掉过去，从头再来学习。学习不管对刚走出学校的学生还是在社会打拼的成年人，尤其还在社会不断发展的今天的成年人来说，学习不能停止，要保持积极的学习心态，才能立于无败之地。

古人云：“活到老，学到老”、漫漫人生路，社会在发展，在不断变化，仅靠学生时代所学的知识远远不够满足社会发展的需要，在知识更新建设飞速发展的今天，不加强学习，提高自身修养，将无法跟上社会高速发展的脚步，更无法把工作做好。

三、付出心态——是征服生存环境的唯一决窍

付出是一种因果关系。舍就是付出，是为自己做事的心态，要当作职业做，自己要勇于承担，承担是成长的开始，成长是成熟的开始，成熟是成功的开始。要懂得舍得的关系。舍的本身就是得。

付出也就是“舍得”中的舍，先舍再求后得。要想在事业中成功，必须先付出，付出分两种：一种是有目的舍，是为了成事业，为求利;另一种是无目的的舍，为求名，求得尊重、支持，换得别人同样的帮助。

在我们的事业中，是个人人为我，我为人人的行业。我们想要得到更多只有先付出，都说付出了会得到回报，但是不付出是绝对不可能得到回报的。 所以，付出就是得到别人的支持、尊重、感激源泉。付出也是换起别人帮助你的基本条件，也许你的付出不一定全部都能得到认可和回报，但你不付出将永远没有回报。所以，付出是值得的，是快乐的，也是促使自己成功的动力之一。

四、自律心态——人格魅力的包装师

你可以在所有的时候欺骗某些人，你也可以在某些时候欺骗所有的人，但你无法在所有的时候欺骗所有的人。成功的人必定是高度严谨自律的人，必定是以高标准要求自己的人。

在我们中华文化里有一个词叫做“敬畏之心”，这也是一种通过他律的自律，我们里要善于学习和养成这种常怀敬畏之心的习惯，不管是对于提高个人修养还是做人做事，还是对佛家 “因果报应”的认识，都是成功者一种良好的品格，这样不管身处位，都能做好团队建设。总之，只有每个人都怀着自律的心态来做好自律，就会让我们的思想、行动、结果都统一，才会让我们的团队稳固健康。

五、宽容心态——梳理人际障碍的润滑剂

“大肚能容天下能容之事，开口常笑天下可笑之人”，宽容的力量是巨大的，宽容可以使你的敌人越来越少，朋友越来越多。

在现实生活中，不管我们与家人相处也好，与朋友相处也好，或者与陌生人打交道，反正生活在世上，就必须与人交往。特别是你在一个团队中，想很快的出人头地，除了你的专业能力要提升外，更要提升与人打交道的能力。不必认为赞美别人，尊重别人就是贬低自己，一旦理解和宽容了别人，就会委屈自己，这种心态就是断路的心态。断什么路，就是给我们自己断人际沟通之路。

每个人都希望得到别人的赞美和尊重，自己有点错误希望别人包容我们的错，但如果你都不赞美和尊重别人，不去包容别人，怎么能得到别人的尊重和包容呢?所以不管我们对客户、对朋友，都要在生气时尽量忍让，在认可别人时大声赞美，这样你的朋友就越来越多。中国有句古话叫做“小不忍则乱大谋”，在你成就一番事业时，都将面对许多耐性的挑战和磨炼。自己的忍耐力受得起考验，我们就会学会换位思考的方式。也就是说遇到事情，先站在别人的角度上想一下，你就会理解别人、体谅别人。所谓“世界上没有无缘无故的爱，也没有无缘克故的恨”，你理解了别人的苦衷，也就掌握了别人的心理，那么解决问题也就容易多了。你包容了别人的同时，也得到别人的包容，那剩下的就是快乐，轻松的事情，也就会达成所有共同的目的，获得更大的成功。

六、平常心态——成功与失败的平衡器

所谓平常心态，是指一个人，在看待某件事或自己的人生时，所取的一种得不以物喜不以己悲的正常心理状态。

许多成功人士身上，除了信心、勇气、拼搏以及付出的精神

和他们对自己事业成功的向往和热忱之外，我觉得还有一种很内在的东西。我发现这些古今中外从事各种不同事业的成功人士都有一种共同点，那就是不管他们事业遭受挫折处于低谷，还是攀上了成功顶峰的时候，他们始终都能够保持那种内在的东西。它就是我现在要说的平常心态。

我想大家一定都听过《范进中举》的故事吧?他考了一辈子盼望能榜上有名，可是最后真的中举了却高兴得疯了。这种不具备平常心态导致的悲剧真是令人又可笑又可悲，一同时我觉得更加令人反省。

七、乐观心态——一切成功者的共同性格

乐观心态是，是消极的兴奋剂，积极的发动机。当你在积极乐观的时候保持平衡，当你在消极悲观的时是调整心情的兴奋剂。学会创造快乐，是我们的追求。

人生之路并非坦途一条，获得幸福之路并非心想事成，人生一世能够开开心心地一生，相信这是每个人心中的一个梦。

一个人是否快乐，不在于他拥有什么，而在于他怎样看待自己的拥有。也就是说，快乐是一种纯主观的内在意识，是种心灵的满足程度。快乐是智者的性情，我认为，比海洋更广阔的是天空，比天空更广阔的是心灵。要让心灵保持和谐，不被一些琐事左右，就要用智慧之泉来灌溉。快乐是知识的升华，智慧的结晶，不管我们的道路多崎岖，工作有多困难，只要我们怀着一颗乐观的心态去面对，一切都会变得轻松快乐，微不足道，用我们的微笑和自信和大家一起成功。

八、感恩心态——倍增生命价值的心路

感恩是我们成功的源泉，“受人滴水之恩当涌泉相报”这是中华民族传统的美德，感恩一切可感恩的人和事，包括坎坷、困难和我们的敌人、对手，因为事物永远不会孤立存在的，

没有周围的一切就没有你现在的存在。我们身边任何一个人都没有义务要帮助我们，我们每一个人都没有权利要求别人帮助，对身边的每一个人都怀有一颗感恩的心，将使我们的成功之路越来越宽，越来越好走，“助人者助已”，成功是团队的共赢!我们一定要有感恩的心态，感恩就是感恩一切。我们这个行业是有人教的，你应该感谢教你的人。感谢你的国家、父母、公司、上司、同事、下属，是他们与你的共同努力才使你成功。

我们要感恩我们的政府、政策，感恩我们的各级领导。感恩我们这个事业平台，感恩我们身边的每一个人。感恩伤害你的人，因为他磨练你的心态;感恩欺骗你的人，因为他增进你的见识;感恩遗弃你的人，因为他教导你应自主;感恩绊倒你的人，因为他强化你的能力;感恩斥责你的人，因为他助长你的智慧;感恩藐视你的人，因为他觉醒你的自尊。凡事学会感恩，感恩所有使你坚定信念的人，感恩一起和我们同甘共苦的工作伙伴。感谢我们能在这个稳固的舞台上展示自己，认识自己，使自己学会未来发展实现一个在团队中实现自身价值的平台，只要我们共同感恩，共同进步就一定能实现我们共同的成功，在迅速发展竞争激烈的今天，永远立于不败之地。

感恩朋友心得体会篇四

通过这次活动，我更加感受到了父母、老师、同学们对我的深切的爱和不言回报的付出，才明白我的身边一直充满了爱。

我仿佛又看到了他们如山泉般清澈的笑脸。每一个瞬间都是那么难忘，一次次震撼着我的心灵。

不如说是为父母。因为，只有看到优异的成绩，他们疲惫的脸上才会荡漾起笑容——因为他们知道，一切辛苦和付出都是值得的。其实这就是感恩父母最好的方式。

这就是感恩，最朴实无华，真挚动人的感恩，我们应怀一颗感恩的心去对待父母，对待他人，对待社会。让感恩在心间长存。

又响起了那熟悉的旋律：“感恩的心，感谢有你。伴我一生，让我有勇气做我自己……”带着万千的感慨，一个个感动和对未来的憧憬与希望，结束了这次活动，但感恩永不结束。

要用感恩心来融化自私心、冷漠心和自卑心，培养与人为善、与人为乐、乐于助人的品德。同时也使学生深知感恩不仅是物质上的，还包括情感上的回报，而且情感的回报是双向的。

人处于感恩的心态时，其精神需要从中能得到一种欣慰的满足，能真切地从感恩中得到愉快的情感体验，这种愉悦是物质和金钱所不能替代的。

真正的“知恩”是发自内心的，是流淌在人的血液中的，是一种自然和本性的流露。只有用心去感受、品味生活中、学习中的美好，从中获得愉快的情绪体验，才能得到幸福感。从而精神更自由，精神生活更拓展、丰盈。

感恩朋友心得体会篇五

“朋友一生一起走，那些日子不再有一句话一辈子一生情一杯酒朋友不曾孤单过一声朋友你会懂还有伤还有痛还要走还有我”。周华健用歌声诠释对友情的珍惜，对朋友的感恩。听着这首歌，让我想起一篇文章———《感恩朋友》，这篇文章读了之后，令我深有感触。

《感恩朋友》主要讲述朋友间“最短的距离”、“零距离接触”、“无言生死性”、“真情弥香”和“青色橄榄”五大部分，讲述了人与人的相处，互相帮助，互相信任，互相理解等具体事例，使我懂得了生活中要学会感恩朋友。

生活在这个世界上，我们应该感恩父母的养育之情，但是，我们也要同样对朋友有着一颗感恩的心。因为是朋友，让我们感受到了人世间的友情。我们应该保持一分平等的心，去学会感恩。感恩朋友就像太阳一样给了我们灿烂的光辉，感恩朋友就像大地一样赋予我们博大的胸怀，感恩朋友就像鲜花一样带给我们芬芳，感恩朋友就像雨露一样滋润着我们的心田。感恩并不是为了回报，而是让自己快乐，因为生命的意义在于设身处地感恩别人。

《感恩朋友》让我学到了在生活中不曾遇到的情况，给我以后的生活指明了方向，教我做人的道理。因此说读书是快乐的，读书是有所收获的，读书是人在成长过程中不可缺少的一部分。以后我会读更多的书，去充实自己的生活，同时，也时刻拥有着一颗感恩的心对待身边的每一个人。

感恩朋友心得体会篇六

感恩是发自内心的。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。是否你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，他们往往为我们倾注了心血、精力，而我们又何曾记得他们的生日，体会他们的劳累，又是否察觉到那缕缕银丝，那一丝丝皱纹。感恩需要你用心去体会，去报答。

感恩是敬重的。居里夫人作为有名的科学家，曾两次获得诺贝尔奖，但她在会上看见自己的小学老师，用一束鲜花表达她的感激之情;伟人毛泽东也同样在佳节送上对老师的一份深深感激。自古以来的伟人无不有着一颗感恩的心，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。

感恩是有意义的。爱让这个世界不停旋转。父母的付出远远比山高、比海深，而作为我们，只知饭来张口，衣来伸手。

而似乎又有一条隔离带，让我们变得自私自利，忘记了曾经父母的.付出，忘记了那一声声快乐，学会去感激别人是自己的一份良心，一份孝心，因为如此才会有和睦，有快乐，有彼此间的敬重。

怀着一颗感恩的心，去看待社会，看待父母，看待亲朋，你将会发现自己是多么快乐，放开你的胸怀，让霏霏细雨洗刷你心灵的污染。学会感恩，因为这会使世界更美好，使生活更加充实。

“只要人人付出一点爱，时间将会变得更美好。”不管何时、何处、何事，都可以看见爱与感恩。听完*老师的演讲后，大家纷纷流下泪，我受益匪浅，懂得了感恩。

在生活中，在学习中，无论是谁，都十分关心我。我不得不感恩。感恩像天边的彩虹缤纷;向红红的晚霞艳丽;像火热的太阳热情。

关老师讲了一个非常精彩的故事：一位母亲为了自己的女儿可以从烧伤中治好病，请求医生治好自己的女儿。她忍着痛，让医生把自己大腿上内部的皮肤割下来，给了女儿。听完这个故事，大家纷纷掉下眼泪。

每当父母唠叨：“做完作业吗?快去洗澡”……每当老师严厉地说：“作业马马虎虎地写，不可以养成这个坏习惯”……每当同学说：“这次分数低没关系，下次努力。”我就觉得：哼!为什么听你们。现在我错了，大家时时刻刻关心着我。

滴水之恩，当涌泉相报。老师是春蚕，是蜡烛，更是我们的恩人。母亲像夏天的冰块，同学更是学习中的好伙伴、好帮手。

感恩是一个人与生俱来的本性，是一个人不可磨灭的良知，假如一个人感恩也不知晓，那么他必定拥有一颗冷酷无情的

心。

刚从出国留学仆仆地回到学校，急急赶往汇演厅，很静，进去之后，一阵抽泣声让我的心一动。仔细往台上一看，一位年轻的女子，不急不慢，用缓缓的语气在讲故事，讲的是亲子故事，仿佛就是在说她自己，凄楚的表情，默默的眼神，一句一句象是摧泪弹，台下学生的眼泪如泉涌，这样的场景，无法用语言描述。有不少家长也陪坐在学生身旁，一个个眼睛红红的，那绝对不是眼睛里掉进了沙子。主讲的老师来自中国感恩教育报告团，她叫陈月辛，一身黑色的衣服，着学生打扮，不施粉黛，俨然是一名初中学生。她用那极富感染力的语言，一遍又一遍地敲击学生的灵魂，让莘莘学子重归真善美。

大约两个小时后，陈老师不再一个人讲了，她把讲台让给了台下的学生、家长、老师，一时间，群情激昂，大家纷纷捅向讲台，30秒钟的时间把一个大大的舞台挤得满满的，学生们争相发言，没有长篇大论，没有固定格式，没有羞涩与胆怯，有的是一颗真挚而火热的心，忏悔、感激之情溢于言表。老师被感动的学生一次次请上讲台，道歉、感激、拥抱让在场的人无不为之动容。

家长说，这样的讲座太及时了，老师说，这样的讲座太有水准了，学生说，这样的讲座太感人了。是啊，许多没到场的老师、家长感到惋惜，后悔没有亲自到场听这场特殊的讲座。学校虽然全程录了像，制作了光盘，但这怎么能还原当时的场景和氛围呢。

我不由得想说一句：水平不在年高，感情存乎自然。一切死板的、教条的、僵化的东西必然不受欢迎，一切发自内心的真情流露必将赢得人心。“教有教法，但教无定法，”在这里被演绎得淋漓尽致。这并非溢美之词，任何一个搞教育的都不得不承认这是一次非常成功的教育。在我们平时的教育中，为何不多学习一点“动人术”呢。教育要晓之以理，导

之以义，动之以情。我们用得最多的是前两者，对动之以情似乎不太钟爱，导致教育方法简单甚至粗暴，让我们的教育效果也大打折扣，若能受这次报告的启发，改进自己的教育方法，和谐的师生关系、文明的校园之风必将形成。