

大学生感恩帐 大学生感恩教育心得体会(精选8篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看看吧。

大学生感恩帐篇一

当你还很小的时候，他们花了很多时间教你用勺子和筷子吃东西，教你穿衣服、绑鞋带、扣纽扣，教你洗脸、教你做人的道理。

世上最大的恩情，莫过于父母的养育之恩。值得我们用生命去珍爱，用至诚的心去感激，用切实行动去报恩。

“羊有跪乳之情，鸦有反哺之义”。而人也应有尽孝之念，莫等到欲尽孝而亲不在，终留下人生的一大遗憾，要想将来不后悔莫及，从现在就要从身边的小事去感恩父母，回报父母。回报也不一定非的是物质上的回报，更多的是精神上的、情感上的。就算是远渡重洋、留学海外，我们时刻要怀揣着一颗感恩的心。正如世纪老人巴金所说：“我是春蚕吃的桑叶就要吐丝。”春蚕付出了，也获得了，得到的却是人们的赞美与钦佩。

曾记否，父母将你我捧在手心，含在嘴里，因为我们是父母手心里的宝；曾记否，父母把无私的爱奉献给了我们，因为我们是父母的结晶，是爱的延续。

曾记否，你讨厌父母的唠叨，无意间，你和父母之间产生了隔阂，可是总要等到失败后，才知道父母讲的都是金玉良言。

曾记否，翅膀还未硬的你，却想摆脱父母，展翅飞翔。可是总要等到自己受伤后，才知道父母的怀抱是最温暖的避风港。

我不是诗人，也不是歌唱家，既不会用精湛的词藻来赞扬父母，也不会用唯美动听的音乐来歌赞父母，我只能用点滴行动来感恩父母。生活中，你为父母做的每一件小事，其实都是在感恩父母。曾听说一个非常有趣的故事：一户家庭的三个儿女每天必做的事是写一封感谢信，其中的内容确是诸如“昨天爸爸买的匹萨饼真香”，“妈妈给我讲了一个非常有趣的故事”之类的简单句，我心头一震，原来他们给父母写信，不是因为父母帮了他们多大的忙，而是记录下他们幼小的心灵中感觉到幸福的一点一滴，他们也许不知道什么叫大恩大德，只知道对美好的事物心存感激。听了这则小故事，有没有触动你的心灵，如果有，从现在起，当父母为你呕心沥血时，对父母道上一句“谢谢”！当父母疲劳时，为他们到上一杯浓茶，帮他们捶捶背；当父母生病时，躲在病床前陪陪他们，陪他们多说会话；当你远在他乡时，给父母打上一个电话，捎上一句祝福。

风中的风铃再次响起，似乎在奏响一首感恩之歌，感谢父母的唠叨，因为他们是为了让你少走弯路，感谢父母的鞭策，因为他们是为消除你前行的障碍，感谢父母的斥责，因为他们是为了助长你的智慧，感谢父母赋予我们的一切，让我们用生命去珍惜，用感恩的心去呵护。

让我们行动起来，点点滴滴，感恩父母！

而今我们作为一名大学生，更要好好学习，将来毕业之后努力工作，好好的回报我们的父母。感谢他们。

大学生感恩帐篇二

有一种情感它是与生俱来没有条件；绵绵不绝的它是母爱；有一个人不管你给她的回馈是什么；她永远爱你无论你成功和失

败；她的名字叫——母亲。三毛曾写过一篇《守望的天使》，文章说，每个人生命中最真最诚的天使是自己的父母，天使终其一生舍尽全力来为自己的孩子挡风遮雨。

央视有一则为妈妈洗脚的公益广告，内容是一位女士为年老的母亲洗脚，这一切被幼小的儿子看在眼里，竟也效仿妈妈的样子，为妈妈打来了洗脚水。这则广告在社会上引起了很大的反响，许多城市的中学为此还发起了为妈妈洗脚的活动，并布置了以此为主题的作文。

那么，这件事何以会引发如此大的震撼呢？恐怕是因为它们在揭示一个众所周知的伟大主题的同时，也触及到了天下所有为子女者的内心之痛，那就是我们对母爱伟大的道理都似懂非懂，或者说虽然懂得，但却在大多数时候有意无意地忽略了报答。

可以说，在众多的洋节中，母亲节恐怕是最容易为国人理解的了，但在这一天，用一束康乃馨来表达对母亲的爱，对于情感较为含蓄内敛的我们来说，好像还缺乏一种勇气，更别说自愧母亲的大恩无以言谢了。

然而，表达是必要的，形式却不必是一束鲜花，也许是其他的小礼物，也许是一盆洗脚水，甚至电话中一声亲切的问候，而效果却是一样的，那就是换来母亲的欣慰和感动其实天下所有的母亲都是那么容易被感动，她们对自己儿女要求得真的很少。

感恩不一定要感谢大恩大德

洛杉矶的一家旅馆。早晨，三个黑人孩子，在餐桌上埋头写着感恩信。这是他们每天必做的功课。老人在纸上写了行字，妹妹写了五六行，小弟弟只写了两三行。再细看其中的内容，却是诸如路边的野花开得真漂亮、昨天吃的比萨饼很香、昨天妈妈给我讲了一个很有意思的故事之类的简单语句。原来

他们写给妈妈的感谢信不是专门感谢妈妈给他们帮了多大的忙，而是记录下他们幼小心灵中感觉很幸福的一点一滴。

他们还不知道什么叫大恩大德，只知道对于每一件美好的事物都应心存感激。他们感谢母亲辛勤的工作，感谢同伴热心的帮助，感谢兄弟姐妹之间的相互理解他们对许多我们认为理所当然的事都怀有一颗感恩的心。一直以来，感恩在我心中是感谢恩人的意思。其实，感恩不一定要感谢大恩大德，感恩其实是一种生活态度，一种善于发现美并欣赏美的道德情操。

人生在世，不如意事十有。拥有一颗感恩的心，善于发现事物的美好，感受平凡中的美丽，那我们就会以坦荡的心境、开阔的胸怀来应对生活中的酸甜苦辣，让原本平淡的生活焕发出迷人的光彩！

大学生感恩帐篇三

我是学习工程造价专业，英语水平可以，能流利沟通；造价专业扎实，略通经贸知识；具有较强的人际沟通能力；思维敏捷，表达较流畅；在大学期间担任学生干部，有较强的组织协调能力；有很强的学习能力。很有热情为自己的将来奋斗。

(1) 学历目标：大专毕业。

(2) 方向：企业高级管理人员建立自己的公司。

1、社会一般环境

中国政治稳定，经济持续发展。在全球经济一体化环境中的重要角色。经济发展有强劲的势头，加入wto后，会有大批的外国企业进入中国市场，中国的企业也将走出国门。

2、建筑职业特殊社会环境

由于中国的建筑科学发展较晚，建筑知识大部分源于国外，中国的建筑管理还有许多不完善的地方。中国急需建筑人才，尤其是经过系统培训的高级建筑人才，因此企业建筑职业市场广阔。

一年级：为试探期和定向期。

首先要适应由高中生到大学生的角色转变，重新确定自己的学习目标和要求；其次，要开始接触职业和职业生涯的概念，特别要重点了解自己未来所希望从事的职业或与自己所学专业对口的职业，进行初步的职业生涯规划设计；熟悉环境，建立新的人际关系，提高交际沟通能力，在职业认识方面可以向高年级学生尤其是大三的毕业生询问就业情况；积极参加各种各样的社团活动，增加交流技巧；在学习方面，要巩固扎实专业基础知识，加强英语。计算机能力的培养，掌握现代职业者所应具备的最基本技能；要初步了解职业，提高人际沟通能力。大一学习任务不重，应多参加学校活动，增加交流技巧，但不要盲目地参加。

在定向期，应考虑未来是否深造或就业，通过参加学生会或社团等组织，锻炼自己的能力，同时检验自己的知识技能；提高自己的责任感，主动性和受挫能力，并开始有选择地辅修其他专业的知识来充实自己。

二年级：为准备期。

加强专业知识学习的同时，考取与目标职业有关的职业资格证书或相应地通过职业技能鉴定。因为临近毕业，所以目标应锁定在提高求职技能、搜集公司信息上。参加与专业有关的暑期工作，和同学交流求职工作心得体会，学习写简历、求职信等求职技巧，了解搜集就业信息的渠道，并确定自己是否要升本或考研。要积极锻炼自己得到独立解决问题的能力

力和创造性；积极常识并加入校友网络，了解往年的求职情况。

三年级：为分化期（冲刺就业）。

目标应锁定在工作申请及成功就业上。这时可先对前两年的准备做一个总结：首先检验自己已确立的职业目标是否明确，前两年的准备是否充分；然后开始毕业后工作的申请，积极参加招聘活动，在实践中检验自己的积累和准备；最后，预习或模拟面试。积极利用学校提供的条件，强化求职技巧，进行模拟面试等训练，尽可能地做出充分准备。在撰写毕业论文的时，可大胆提自己的见解，锻炼自己独立解决问题的能力 and 创造性。另外，要重视实习机会，通过实习从宏观上了解单位的工作方式、运转模式、工作流程，从微观上明确个人在岗位上的职责要求及规范，为正式走上工作岗位奠定良好的基础。

（1）目标分解：目标可分解成两个大的目标——一个是顺利毕业，一个是成为一个有一家公司的建筑方面的技术人员。

对于第一个目标，又可分解为把专业课学好和把选修课学好，以便修完足够的学分，顺利毕业。接下来，还可以细分：在专业课程中，如何学好每一门课程（精通一两门自己喜欢的课，如建筑力学）；在选修课程中，需要选择哪些课程，如何学好。

对于第二目标，又可分解为接触社会阶段，了解市场阶段、熟悉公司运营阶段。接下来，还可以细分：在接触社会阶段，要采用什么办法，和哪些公司保持联系。

（2）目标组合：顺利毕业的前提是学好专业课程，而专业课程的学习则对职业目标（成为一个有一家公司的建筑方面的技术人员）有促进作用。

我的成功标准是个人事务、职业生涯、家庭生活的协调发展。只要自己尽心尽力，能力也得到了发挥，每个阶段都有了切实的自我提高，即使目标没有实现（特别是收入目标）我也不会觉得失败，给自己太多的压力本身就是一件失败的事情。为了家庭牺牲职业目标的实现，我不这样认为。在30岁之前有自己的家庭就可以了。

当今社会处在变革的时代，到处充满着激烈的竞争。物竞天择，适者生存。职业活动的竞争非常突出，尤其是我国加入wto后。要想在这场激烈的竞争中脱颖而出并保持立于不败之地，必须设计好自己的职业生涯规划。这样才能做到心中有数，不打无准备之仗。而不少应届大学毕业生不是首先坐下来做好自己的职业生涯规划，而是拿着简历与求职书到处乱跑，总想会撞到好运气找到好工作。结果是浪费了大量的时间、精力与资金，到头来感叹招聘单位是有眼无珠，不能“慧眼识英雄”，叹息自己英雄无用武之地。这部分大学毕业生没有充分认识到职业生涯规划的意义与重要性，认为找到理想的工作_的是学识、业绩、耐心、关系、口才等条件，认为职业生涯规划纯属纸上谈兵，简直是耽误时间，有那时间还不如多跑两家招聘单位。这是一种错误的理念，实际上未雨绸缪，先做好职业生涯规划，磨刀不误砍柴工，有了清晰的认识与明确的目标之后再吧求职活动付诸实践，这样的效果要好得多，也更经济、更科学。

大学生要对职业进行物质、心理、知识、技能等各方面充分的准备，还要根据各方面的分析与自己的职业锚合理客观地对职业做出选择。对即将踏入的职业活动要有一定的合理的心理预期，包括工作的性质、劳动强度、工作时间、工作方式、同事以及上下级关系都要快速适应，迅速成为一个成功的职业者。

大学生感恩帐篇四

x月份，我们班开展了“学会感恩，感知责任”的主题活动，

通过活动我们有许多感触和收获。

当我们还是襁褓中的婴儿时，我们是极易夭折的；当我们青春年少不谙世事时，我们也极易误入歧途。今天，我们能强健而正直的生活着，我们应该对那些在我们生命历程中用关爱扶持我们的人，用智慧启迪我们的人，用美德陶冶我们的人，用真情沐浴我们的人，心存感激。心存感激，是一种朗朗的心境，一种人性的光辉，天空因此而变得湛蓝，空气因此而变得湿润，美好的事物因此而变得离我们很近很近。感恩就是对自己拥有的一切要心怀感念，并应该从内心自觉以自己的实际行动来回馈社会。感恩是道德养成的过程，最终生成一种道德自觉。

同学们，我们在父母的厚爱中成长，我们是否有一颗感恩的心？对待周围的同学，你有没有心中只有自己，没有他人的现象？希望我们能从活动中找到答案！

同学们，如今的我们是家庭的宝贝，我们在父母的溺爱中生长，有许多孩子，心中只有自己，没有他人。平时同学之间的相处，学会与人合作、互相支持、互相谅解，需要付出、或者可能要做出某种牺牲。我们应该有一颗感恩的心对待周围的人，在班集体中，怀着一颗感恩的心，处理好同学之间的关系，怀着一颗感恩的心，爱同学爱集体。大爱无边！拥有一颗感恩的心，不仅仅是感谢爱过我们和帮助我们的人，而是在心存感激的同时，以同样的爱意和热情去回报周围的人，回报生活和社会。

在学习中，在生活上，我们每个人都可能遇到困难，一定都需要别人帮助。“人心齐，泰山移”。我们为何不能伸出友爱之手，帮助别人一把呢！生活需要我们帮助别人，需要我们感激帮助我们的人！你在感激别人的时候，把这种力量用到其他需要帮助的人身上吧，用一颗感恩的心对待我们身边的人，多好啊！我们回报帮助我们的人，我想还可以把这种感恩的心用在别的地方不使我们的光阴虚度，来回馈关心我们的人。

大学生感恩帐篇五

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

“感恩的心，感谢有你，伴我一生，让我有勇气做我自己，感恩的心，感谢有你……花开花落我依然会珍惜。”每当这首扣人心弦的“感恩的心”响起的时候，我总会情不自禁的哼唱起来。是啊！每个人在这个世上都要学会感恩，感恩他人，感恩社会。

感恩父母，因为是他们给了我们宝贵的生命；因为只有拥有了生命，才能拥有享受人生的权利；因为是他们把我们养育成人，引领我们走向生活的辉煌。当我们快乐时，最开心的是父母；当我们苦闷时，最牵挂的也是父母；当我们哭泣时，最理解我们的依然是父母。舐犊情深，父母之爱，深如大海。回想小时候——3岁时，爸爸妈妈看你喜欢画画，就给你买了最好，最贵的画笔，而你作为回报，却在墙上乱涂乱画；8岁时，爸爸妈妈看你喜欢跆拳道，就送你去学跆拳道，而你作为回报，却用这个来欺负比你弱小的同学，再让爸爸妈妈来赔礼道歉……小时候的我们的确不懂事，不知道父母的良苦用心，现在想想真是惭愧不已。其实我们需要做的很简单，有时做一些力所能及的家务活，一份较为理想的成绩单……这边是感恩。

感恩老师，因为是他们给了我们无穷的知识，在人生的十字路口，老师就是一个指路标，让我们在彷徨中坚定，在思索中清醒。他们无怨无悔的在自己的工作岗位上坚持着，也因为他们的坚定，才有了今天桃李们的芬芳。其实感恩老师也十分简单，与老师交谈时不顶撞老师，上课时在思维上活跃一些，一声问候，一个微笑，或许就是感念师恩最平常，最简单的方式了。

感恩朋友，因为是他们给予我们世界上最真诚，最纯朴的帮助。他们给予我们的帮助是父母与老师都给予不了的。永远记得肩上那双手，风起的时候是多么温暖；永远记得伴我成长的身影，用你沧桑的岁月，换来一生的欢乐。友情是人生路上的避风湾，伤心难过时，会有真诚的问候；寂寞孤独时，会有幽默的短信；苦闷忧伤时，会有一双温暖的手。予人玫瑰，手有余香，这也是感恩。

感恩让我们在生活的每一天都充满着感恩情怀：宽容、真诚、付出、承受。感恩是一个熟悉但不热门的字眼，但也因为她，我们对他人，对社会就会少一分挑剔，多一份欣赏和感激。

谢谢大家！

大学生感恩帐篇六

在这一年的学习，生活和工作中，作为一名团员，在老师和同学们的帮忙下，深觉自己在各方面均取得必须的进步。现将本学年的思想和工作做如下总结：

我深知学习的重要性，我能够利用大学这个完美时机来武装自己的头脑和潜力。首先能够合理的安排作息时光，分配好学习和娱乐以及工作的时光。同样要认真对待老师布置的作业，认真对待考试。其次能积极阅读课外读物，扩大自己的知识面。钻研学习，应对学习上的问题能够积极主动地向老师和同学请教，并且能够在学习上帮忙那些需要帮忙的同学。

在思想上能够积极主动地要求进步，关注国家大事和社会热点，关注身边的人和事。中国共产主义青年团是中国共产党领导的先进青年的群团组织，是广大青年在实践中学习共产主义的学校。我认识到，在目前阶段，我们的主要任务就是努力学习，积累更多的知识以便在将来能为我们的'国家出一份力。

作为新时代的大学生，为了使自己变得更加全面，我从各个方面锻炼和提高自己，能够积极参加院系举办的活动。虽然这个学年没有任职工作，但是对于老师和班干部分配的任务能够积极主动地完成，并且具有积极乐观的心态和敢于向困难挑战的精神，能团结同学，关心他人，具有团队精神和群众荣誉感。

能够与室友情同姐妹，也能与同班同学搞好关系。生活和学习上与他们互相帮忙，一齐学习和进步。另外，还能广交朋友，结识一些高年级学长学姐，以及外院系甚至外校的同学朋友，向他们请教和分享学习、工作、生活上的问题。用一颗积极乐观的心去应对生活使得我的大学生生活很快乐。

大学生感恩帐篇七

大家好！

今天，我演讲的题目是：“感恩父母、践行孝道。”

孝敬父母是中华民族的传统美德。古有王祥“卧冰求鲤”、黄香“扇枕温席”等美谈，今有田世国为母捐肾、邹尊喜背父上学等佳话。谁言寸草心，报得三春晖。父母给了我们生命，抚养我们长大。父母的皱纹深了，却滋润了我们青春的脸庞；父母的眼睛花了，却明亮了我们清澈的双眸。

你是否记得，当你呱呱坠地，来到这个世界时，父母眼中那欣喜的泪水；

你是否记得，当你咿呀学语，叫第一声爸妈时，父母脸上那幸福的笑容；

你是否还记得，当你生病时，父母彻夜无眠、守在床头，布满血丝的双眼；

有一首歌这样唱道：“一年一年风霜遮盖了笑颜，你寂寞的心，有谁还能够体会？是不是春花秋月无情，春去秋来你的爱已无声。把爱全给了我，把世界给了我，从此不知你心中苦与乐，多想靠近你，告诉你，我其实一直都懂你。”

也许有的同学会说：“我们现在还小，等长大以后，爸爸、妈妈老了，再尽孝道也不迟啊！”“树欲静而风不止，子欲养而亲不待”。

孝心，并非是长大后才有的责任，也并非是用金钱就能弥补。孝心的终极奥义，就是爱。孝心其实很简单，比如，为家里清扫一次房间；为母亲倒一杯水；为父亲捶一次背……这是多么简单，可是同样是这些小事，却能让父母感动很久很久。孝不需要山珍海味，同样也不需要千万豪宅，也许你的孝心不豪华，只是一次5分的作业，一张100分的试卷。但是，我相信，父母一定会接受它，因为，这里满载着真诚的爱！这才是给予父母的礼物！

虽然我们现在还小，不能为父母分担生活的艰辛。但是，我们可以在学习上、生活中自立自强，少让父母为我们操心。等我们长大了，也要像小时候他们爱我们一样，多给父母一些关爱。如果有一天，他们站也站不稳，走也走不动的时候，请紧紧握住他们的手，陪他们慢慢地走，就像当年他们牵着我们手一样。

俗话说：百善孝为先。亲爱的同学们，感恩父母、践行孝道，不仅仅是你我的一份责任，更是中华民族生生不息、代代相传的精神支柱与根基。让我们行动起来吧，从现在做起，从小事做起，为传承中华美德、弘扬孝道文化，尽自己应有的义务吧！最后，衷心地祝愿全天下的父母永远幸福、安康！

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《感恩父母，回报父母》

前几天学校组织我们观看了关于亲情教育的短片《》。

电影中那些细致的镜头，让人看到了一位母亲的博大和一位父亲的伟岸，也让人看到了一颗滚烫的孝子之心。

许多同学看着看着就落泪了，阶梯教室内的啜泣声此起彼伏，我们是在感动，也是在忏悔。那些晶莹的泪珠中充溢着的是我们对亲情的理解，闪烁着的是我们你对爱的呼应。

银幕上时不时地就会跳出爹、娘的一张张特写照片，他们脸上的千沟万壑总是让我想起自己父母头上的缕缕银丝，想起父母微笑时眼角泛起的鱼尾纹，想起小时候不懂事的自己在爸妈脸上挠出的一道道疤痕，想起妈妈在冬天洗衣服是手上裂开的一个个小口，想起爸爸在挖煤时一脸的黑灰。

时间的流逝带走了父母的青春，然而父母对我们的爱却如鲑鱼一般逆流而上，与日俱增。他们只求付出不问回报，他们只想着对我们奉献爱，却从没想过要得到什么，即使我们忘了他们的生日，父母也不会怪我们，即使我们忘了母亲节、父亲节时对他们说一句祝福的话，他们也从不会抱怨什么，这就是父母，这就是俺爹，这就是俺娘！

同学们，作为一名学子，受人滴水之恩，当以涌泉相报，我们要时刻想到回报社会，奉献社会，那么，让我们首先从感恩父母，回报父母开始吧！

大学生感恩帐篇八

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

世界上有太多的温暖需要传递，需要我们每个人的参与！现在的世界发展得太快，生活也变得匆匆。生活的安定与幸福使我们缺乏了很多珍贵的品质，使我们变得以自我为中心，让我们忽略了一直站在我们身旁的人，忽略了蕴藏在心底最真挚的情感。现在很多人尽情地过着情人节、愚人节、圣诞节，却有几个人真正的过感恩节？他们视今天的幸福为理所当然，却不知道幸福的背后有着太多帮助过我们的人，那么就请你暂停一下匆忙的脚步，好好看看曾经走过的路和将来要走的路，认真想想该去如何面对那些帮助过我们的人，才能无愧于心。

“我们要感恩什么？怎样去感恩？”这是一个值得我们每个人去反思和探索并实践的问题，也是我们每个人应该有的一种生活态度和人生价值。感恩是一种不能旁贷的责任，也是需要铭记并履行的义务。对生养我们的父母，教育我们的老师，给我们生存和发展的一切都应充满感恩之心，感恩之情！毕淑敏有这样几句话：有一些事情，当我们年轻的时候，无法懂得，当我们懂得的时候，却已不再年轻。世上有些东西可以弥补，有些东西却永远无法弥补。当我们成功时，不要忘了，是那些温情和关切的目光，给了我们鼓励，给了我们信念，给我们开辟了一条人生的坦途。

拥有一颗感恩的心，生活就会处处充满阳光。只要去发掘，事事可感恩，时时有感恩。心中存有感恩，便会意识到个人离不开他人、离不开社会。在处理与社会和他人的关系时，将会产生源动力，去驱动自己尽力履行应有的职责，倾己之能奉献社会。拥有一颗感恩之心，就拥有了一颗包容天下的心，不管外界环境如何，都让我们坚定自己的信念。从小事做起，学会感恩，懂得感恩，用最纯洁的心净化心灵，用更加积极的人生态度来面对这个世界。

在构建和谐社会的今天，感恩意识是和谐家庭关系、人际关系、社会关系的一种重要“润滑剂”。对亲人、对他人、对社会、对祖国，我们需要有心存感激的意识，需要有知恩必

报的良知。让我们共创和谐的人际关系：以关怀消弥对立，以互助取代竞争，主动参与人际的互动，真心关怀别人，时时代人着想，感恩别人的付出，自己为善，也帮助别人为善。彼此扶持，共同构建和谐的良善社会。人世间只有真情能够永恒，学会感恩，构建和谐，诚信互助、心怀感恩，让我们在行动中争做和谐家庭的好孩子，和谐学校的好学生，和谐社会的好公民。

我的演讲到此结束，谢谢大家！