

# 要懂得感恩 懂得感恩心得体会(精选16篇)

## 要懂得感恩篇一

感恩是一种美德，是一种对他人善意行为的回馈。懂得感恩，意味着我们能够从内心感激他人给予的帮助和关爱，懂得珍惜身边的一切。通过体验和思考，我深刻体会到了感恩的重要性，并且学到了许多关于感恩的道理和方法。在接下来的文章中，我将分享我对感恩的一些心得和体会。

### 段二：感恩的重要性

感恩是一种积极的情感，能够给人带来无限的力量和快乐。当我遇到困难和挫折时，感恩能够让我找到前进的动力；当我取得成就和成功时，感恩能够让我保持谦虚和勤奋的态度。感恩不仅能够让我们感受到他人的善意和温暖，也能够提醒我们树立正确的价值观和生活态度。通过感恩，我们可以培养出一颗感恩之心，让我们的人际关系更加和谐，使我们的生活更加充实和幸福。

### 段三：感恩的体验

在我生活中的许多时刻，感恩给予了我许多宝贵的体验。有一次我走在街上，突然下起了倾盆大雨，我只能躲在巷口避雨。这时，一个陌生人拿出一把雨伞递给我，说道：“小伙子，这是我的备用伞，你先用着吧。”我感到非常感激，因为这个简单的举动让我在困境中感受到了温暖和关爱。还有一次，我在学校里努力学习，终于在考试中取得了好成绩。在我欣喜之际，我意识到要感谢老师和父母的支持和帮助，他们的鼓励和教诲是我取得成绩的关键。这些体验让我更加明白，感恩是我们生活中重要的一部分，能够给予我们更多

的力量和动力。

#### 段四：感恩的实践

实践是感恩的最好方式。懂得感恩的人应该学会给予和回报。当我们收到他人的帮助和关怀时，我们要向他们表达真挚的感激之情，让他们感受到我们的关心和尊重。同时，我们可以通过行动来回报他人的恩情，比如帮助他人解决问题，给予他们慰藉和支持。此外，感恩还需要我们关注他人的需求和感受，用心倾听他人的心声，给予他们鼓励和安慰。通过这些实践，我们可以让感恩成为我们日常生活的一部分，让我们的人际关系更加和谐，让我们的心灵更加充实。

#### 段五：结语

感恩是一种美德，是一种积极向上的情感。通过学习和体验，我深刻体会到了感恩的重要性，并学会了用实际行动来回报他人的恩情。我相信，只有懂得感恩，我们才能真正理解和体验到生活的真谛，使我们的心灵更加强大和充实。因此，让我们以感恩之心，积极面对生活的挑战，传播感恩的力量，让世界变得更加美好。

## 要懂得感恩篇二

感恩，是一种美德，是一种生活态度，是人与人之间应该保持的一种情感。懂得感恩，不仅可以让自己拥有一颗感恩的心，也能够让我们的生活更加幸福和美好。在生活中，我通过多年的体验和思考，对于感恩有了一些心得体会。在这里，我要分享给大家如何懂得感恩，并用感恩的心态去面对生活中的各种困难与挑战。

首先，感恩是关键。对于生活中的一切，我们都应该抱着感恩的心态去对待。感恩可以改变我们的心情，让我们更加满足和快乐。无论是天上掉下来的雨水还是朋友的帮助，都是

我们应该感恩的事情。当我们以感恩的心态去对待一切，我们就能够看到生活中的美好和幸福。感恩让我们知道，我们的生活有太多值得欣赏和感激的地方，而这些美好的事物，往往被我们忽略了。

其次，感恩是养成的。懂得感恩不是一朝一夕的事情，而是一个长期的过程。在平日中，我们应该时刻关注身边的人和事，从中发现值得感恩的点滴。可以每天记录一些感激的事情，或者每周找个时间，总结一下过去一周中发生的好事和受到别人的帮助。当我们养成了感恩的习惯，就能够更加积极地面对生活中的挫折和困难，因为我们会发现，生活中还有许多人 and 事值得我们感激。

再次，感恩是传递的。感恩不能只停留在我们自己的心里，而应该通过行动来传递给身边的人。当我们感受到别人的帮助和关心时，我们应该及时地表达感谢之情，让对方感受到我们的真诚和感激。感恩也可以通过回报来实现，当我们受到别人的帮助时，如果条件允许，可以主动回报对方，让对方知道自己的感激之情。而对于那些无法回报的帮助，我们可以通过帮助其他人来表达对别人的感激，让感恩的心态继续传递下去。

然后，感恩是解决问题的方法。在生活中，我们难免会遇到各种问题和困难。这个时候，我们不妨试试用感恩的心态来看待和解决问题。当我们遇到困难时，可以想一想自己是否应该感恩。也许这个困难会教会我们很多东西，也许这个困难是上天给我们的一次锻炼。用感恩的心态去面对问题，不仅能够让我们更加镇定和冷静，还能够让我们从困难中找到出路，实现自身的价值。

最后，感恩是生活的智慧。懂得感恩是一种智慧，是一种修养。通过感恩，我们能够更好地理解 and 体验生活的真谛。当我们用感恩的心态去面对生活中的困难和挫折时，我们会发现困难并非不可逾越，而是让我们更加成熟 and 坚强的机会。

感恩让我们变得更加关注他人的需要，变得更加善良和宽容，变得更加渴望去做有意义的事情。感恩是生活的智慧，它能够让我们成为一个更好的人。

感恩是一种美德，是一种修养，也是一种智慧。通过不断的体验和思考，我深知懂得感恩是一种多么重要的品质。当我们学会感恩，我们会发现生活中的各种美好；当我们用感恩的心态去面对困难，我们会发现人生中的种种机遇；当我们用感恩的态度去对待他人，我们会发现自己的生活变得更加幸福和美好。所以，让我们从今天开始，去培养感恩的心态，用感恩的态度过好每一天。

### 要懂得感恩篇三

感恩的心，漾起的是爱的涟漪，是快乐的源泉。

———题记

如果我是鸟儿，那快乐就是任我翱翔的天空；如果我是花朵，那快乐就是滋润我的雨露；如果我是鱼儿，那快乐就是让我畅游的蔚蓝大海……我的生活，因快乐而丰富多彩；我的世界，因快乐而充满阳光。这一切，都源于我幸福的家庭，都源于我懂得感恩。

咳咳……这声音像一颗颗尖利的石子，在我的耳膜上一次次划过，让我的心也跟着揪了起来。我知道，妈妈又在咳嗽了。从喝冰糖大蒜水，到吃含片，吃消炎药，妈妈试了好多种方法，效果都不明显。对了，听奶奶说起过一个偏方喝荸荠汤可以治咳嗽，我马上向奶奶发出了求助信息，订购了一袋新鲜荸荠。

咕嘟咕嘟锅里的水开始冒泡泡，一股白色的水蒸气袅袅上升。我把煮好的荸荠盛进玻璃碗，澄清的汤汁里，那咧着嘴的荸荠正朝我微笑。我郑重地端起碗，朝妈妈的房间走去，一种

暖融融的快乐在我心底荡漾。

这碗荸荠汤，飘散着爱的味道，沁着我感恩的心。

阳台上，那蓝色的身影一起一伏，爸爸又在擦地了。走到近前，我望着那双熟悉的大手，手指已被冻疮所占据，这还是印象中那双细腻的手吗？我的心中真不是滋味儿，爸爸的手，不该是这样的……我捡起另一块抹布，笑眯眯地走向爸爸：老爸，我来擦！

跪在地上，我真正感受到阳光的温暖。尽管一阵阵冰凉从指间蔓延，但快乐像一团火苗在心头跳跃，驱走了阵阵寒意。

这块抹布，见证了亲情的传递，浸着感恩的情怀。

晚饭后，奶奶捶着直不起来的腰，满脸疲惫在沙发上坐下。我知道，忙碌了一天，奶奶的腰疼又犯了。奶奶，我来帮你按摩！我绕到奶奶背后，握起拳头，在奶奶的腰上轻轻捶打着。不多久，奶奶紧蹙的眉头便舒展开来：嗯，真舒服！帮我肩膀也捏捏。

我的手指在奶奶的肩膀上游走，奶奶享受地眯起了眼睛，花白的头发在灯下闪着银光。奶奶的肩膀，曾挑起家庭的重担，那灵巧的双手，曾为我们做出可口的饭菜，曾为我缝制漂亮暖和的棉鞋……想到这，我不由地在手指上加重了力量。看着奶奶脸上绽放的菊花，快乐的小溪水静静地在我心底流淌。

这次按摩，饱含了浓浓祖孙情，让我体会到感恩的真谛。

每一次回忆，每一次感恩行动，都踏着快乐的节拍。当幸福轻叩我的大门，我听到了快乐的声音。

## 要懂得感恩篇四

小时候，我很爱看书，所以妈妈经常买书给我看，可是因为阅读能力达不到，我就只看那些童话书，但长大了之后，再去书店买书，妈妈却不同意给我买童话书了，而是给我买一些关于励志类的书。一开始看的时候，就觉得这种书真难看，世上没有比这更难看的书了，每当妈妈再给我选这种书的时候，我就总是推辞。那天，妈妈给我选好一本书要结账的时候，被我拦下了，我说：“妈妈，我不看这种书，我都看不懂，买回去还不是当破烂么！”妈妈一听，来气了，说：“好，那以后再也不给你买书了，去看你的童话书吧！”，我一听，着急了，怕再也看不到书了，就给妈妈求饶，最后只好捧着一本我不愿意看的，沉重的书回家了。我天天对着这些文字发呆，日久天长，也就慢慢看懂了，便觉得没那么无聊了。一天，我在这本书里见识了一个新词：感恩。这是什么意思呢？我遇到问题了，于是跑去问爸爸。爸爸说：“感恩就是体会别人对你的辛勤付出然后去回报别人，叮当，你一定要学会感恩，知道么？只有懂得感恩和珍惜的人才能获得人生最大的收获——快乐和幸福，！”“现在，我要履行对爸爸的诺言，要时时刻刻心怀感恩。

我要感恩父母，感恩他们对我们的养育恩情，感恩他们在几千个日日夜夜里为我们做过的每一顿饭，感恩他们给我们洗过的每一件衣服，感恩他们做我们生活上的指路人，感恩他们为我们提供的良好的环境，感恩他们对我们犯错时候的教诲，感恩他们的那最最纯正的不屈不饶的爱！

我要感谢上苍，感恩他虽然没有给我十分美丽的容貌，却给了我一双明亮的能把人心看透的大眼睛，感恩他给了我健康的身体，感恩他们给我一双能够踏遍千上万水的腿和脚，感恩他给了我活动自如的胳膊，感恩他给了我一双灵活的手，可以让用他们写出优美的文章，感恩他又给了我灵敏的的味觉的嗅觉，感恩他给了我听见世间最美旋律的听觉。还有最会幻想的大脑，有了大脑，写文章，如有神助。最重要

的是，他把我带到了这个宁静美丽的世界！

我要感恩老师，感恩同学们，感恩他们在我有困难的时候对我伸出的援手，感恩他们在我比赛失利后对我的不放弃和鼓励。感恩他们在我不开心时，做出的每一张鬼脸，曾经是这些鬼脸，给了我无限的力量，感恩他们在我遇到困难时给我一遍遍耐心的讲解，也感恩他们为我们扔个垃圾、买瓶水、借个笔的举手之劳。不是他们的陪伴，就没有今天的我。

我还要感恩大自然，感恩它用自己甘甜的乳汁哺育了世界各地的奇观，潮涨潮起，感恩它，为我们净化了空气，让我们的生活更愉快，更安宁。感恩它造就出的世界奇观让人们在不开心时重新振作，感恩它总是那么变化无穷，让人们用心，用眼睛，用摄像头把这完美的一幕记录下来，还要感恩它的造就给人们带来的启发。

感恩其实很简单，我学会了，我懂得了，无非就是一盆洗脚水、一杯热牛奶、一句叮咛、一张贺卡……这些也都是我们力所能及的，感恩父母、感恩上苍、感恩师长、感恩大自然，让我们从小事做起吧！

## 要懂得感恩篇五

感恩是一种美德，也是一种必要的生活态度。在当今社会，人们往往忙于追求自己的个人利益和幸福，却很少关注他人的付出和帮助。然而，当我们懂得感恩的时候，我们才能真正体会到人生的意义和价值。

### 第二段：懂得感恩的源泉

懂得感恩首先意味着要有一颗感恩的心。在生活中，我们会遇到很多人和事情，让我们明白到自己的不足和无助。这时，我们应该学会怀着一颗感激的心去看待这些人和事情。无论是一位友人的帮助，一次陌生人的关心，还是一次失败的经

历，都是我们成长的机会和财富。只有懂得感恩，我们才能从中汲取力量，不断前行。

### 第三段：感恩的实践

感恩不仅是一种情感，更是一种行动。我们可以通过回报他人的帮助来表达对他们的感激之情，例如送上一份小礼物、给予一句温暖的话语或者提供一点实际的帮助等等。除了对他人的感恩，我们还应该对自己的成就和付出心怀感激。人生的道路上充满了艰辛和挑战，当我们取得一些成绩或者克服一些困难时，要及时鼓励和肯定自己，因为这些努力都值得我们感激和珍惜。

### 第四段：感恩的意义

懂得感恩的人更容易获得幸福和满足感。当我们心怀感激时，我们会发现生活中发生的种种困扰和不如意都变得微不足道了。我们会更加关注身边的美好和快乐，不抱怨和埋怨，而是用一颗宽容和感恩的心去对待每一个人和事物。这样，我们的内心会更加开阔，我们的人际关系也会更加和谐。

### 第五段：总结

感恩是一种美丽的品质，它能够让我们的生活更加充实和有意义。我们应该学会懂得感恩，从日常生活中的点滴细节中体会到感恩的力量。只有懂得感恩，我们才能培养出一颗宽容、善良的心灵，同时也会激发自己不断进取的动力。让我们从现在开始，用感恩的态度去面对生活的点滴，让它成为我们前行路上的明灯。

## 要懂得感恩篇六

“感恩的心，感谢有你，伴我一生让我有勇气做我自己。”  
对啊！是老师从我们走进校园开始传授我们知识，从我们无知



开始，老师就一天一天不停的教我们做人。

老师是辛勤的园丁为我们这祖国的日夜操劳，累白了头发。累黑了胡茬。老师为我们付出这么多。难道不应该回报一下他们吗？尊敬老师是最重要的，是尊重老师的劳动，教学是一种艰苦细致的脑力劳动，老师为此付出了大量的时间和精力。老师要精心设计每一个教学方案，认真上好每一节课，仔细批改每一份作业，老师的工作是辛苦而繁重的。我们要了解体谅老师工作的特点和辛苦，尊重老师的劳动。

老师，您的爱，太阳一般温暖，春风一般和煦，清泉一般甘甜。您的爱，比父爱更严峻，比母爱更细腻，比友爱更纯洁。您的爱最伟大，最无私，最神圣。

一天，您冒着风寒来到学校，您的脸腊黄腊黄，走路都颤微微的，可您还是强忍着痛苦，满脸微笑给我们上课，那天我们还不领情，乱说话，惹您生气，现在想来我真是后悔莫及呀。那天中午同学们听写错了许多，您就留下来陪他们，中午饭也没吃，那天您的侄女去叫您说您家来了客人，您却为了学生忘记了客人，直到同学走后，您拖着疲倦的身子回到家，客人却走了。后来我们听您侄女说客人非常生气。

老师，您的职业是伟大的，光荣的，是无私的，您应该为您有这种爱业精神而感到骄傲自豪！

老师是我们成长道路上的引路人。老师教我们做事，教我们做人，引导我们走好人生之路，当我们遇挫折，老师帮我们撑起前进的风帆；当我们遇到困惑与迷茫时，老师是为我们指点迷津；当我们因取得成绩而骄傲时，老师的及时点拨让我们清醒。

老师我感谢您，是您教会了我无私、教会了我容忍、教会了我以广大的胸怀来接纳别人。您工作的今朝，却建立着祖国的明天，您教学在课堂，成就却在四面八方。

老师您的伟大精神永驻我心，您的宽广胸怀激我前进，老师您伟大的职业我永远不会忘记，未来的明天会被我们这一代接替，祖国的明天会更加繁荣富强。

老师您的伟大精神永驻我心，您的宽广胸怀激我前进，老师您伟大的职业我永远不会忘记，未来的明天会被我们这一代接替，祖国的明天会更加繁荣富强。

## 要懂得感恩篇七

感恩是中华民族的美德，也是人类永恒的主题。无论是在什么情境下，得到了帮助，得到了呵护，得到了信赖，我们都应该感恩，懂得感恩。只有经历亲身的喜怒哀乐，才能真正领悟到感恩的重要性。下面，我将从我自身的生活经历出发，分享一些我对感恩的心得体会。

### 一、感恩家人

先从感恩家人说起吧。这是每个人都应该有的基本意识。家人的养育之恩是孝心的源头。小时候，我总是以为爸妈对我是理所当然的，没有多想就享受了父母的爱护和呵护。随着年龄的增长，我越来越能够体会到家中的嘈杂、沉闷、琐碎和纷争。才明白原来生活并不是那么美好。家人为你付出的心血和代价，是外人无法感受的。父母的养育之恩，永远都无法回报。因此，我们应该懂得感恩，用自己的行动来回报父母对我们的无私奉献。只有孝道才能传承，家和万事兴。

### 二、感恩帮助

接下来我想说的是感恩帮助。人生不能孤单，每个人都需要帮助。无论是在求学期间，还是走上工作岗位后，我们都需要他人帮助的时候。我仍然记得曾经在考试中遇到难题无法解决的尴尬局面，这时候朋友给予的帮助给了我极大的自信和支持。也曾经遇到在路上迷路的尴尬局面，路人的帮助

让我避免了进一步的困境。在这些时刻，我们要记得感恩过往帮助我们的人，也要尽力给予别人帮助。唯有懂得感恩，才能自得其乐。互通有无，才能让我们的生活变得多姿多彩。

### 三、感恩平凡

此时，我想谈论的是感恩平凡。生活中平淡无奇的事物和人物，是我们生活中不可或缺的存在。真正的快乐是来自于心灵上的满足和安宁。纵使在追逐金钱和名利的今天，我们仍然应该重新审视生命的意义，学会感恩生命和周围的平凡事物。换个角度看，所谓的人间值得，也是平凡中获得的。我们应该珍惜那些平时容易被忽略的人事物，体会生活的无穷魅力。感恩平淡的生活，懂得用知足的心态去捕获生命的点点滴滴。

### 四、感恩成长

接下来，我想谈的是感恩成长。成长对于每个人来说都是一种代价和经历。无论我们面对的是多么艰难的处境，多么痛苦的挫折，从中取得的经验和教训，是我们人生不可或缺的财富。每一种经历都是一次考验，考验的是我们的勇气和毅力。如果我们把自己看作是生命旅程中的一种体验，那么就会懂得“挫折是知识的先声”，遇到困难的时候，我们应该学会发挥自己的创造性和预见性，尽自己最大的能力去克服困难。

### 五、懂得感恩自己

最后，我想提到的就是懂得感恩自己。有时候我们可能会忽视自己的价值和努力。对于自己，不能过分苛责，而应该学会在自我调节和心态调整上下功夫。每天洗刷过往，保持前行的动力。我们必须对自己有信心，相信自己的价值和未来。认识自己，鼓励自己，这不是膜拜自嘲，而是一种健康的心态，从而更好地面对人生的同时，更好地发掘和利用自己的

潜力。

需要感恩的事和人数不是一两个，它们在我们的日常生活中随处可见。懂得感恩，让我们懂得珍惜，让我们心存感激和感动。只有内心充满了感恩的心态，我们才能够过上美好而充实的生活。人生百态，感恩是我们生活的主题，让我们在接下来的人生旅途中始终保持着一颗感恩的心，守护着周围的涟漪和我们自己的内心。

## 要懂得感恩篇八

还记得那天晚上，已经是深夜三点多钟了，我从房间里慢慢地爬起来，疲惫地来到了妈妈的房间。妈妈摸了一下我的头，就知道我感冒了，便把我扶进房，让我躺下。随后，妈妈马上下楼找感冒药，怎知道妈妈因为担心我而过于紧张，连楼梯灯都忘记开，一下不小心踩了空，幸好妈妈握住了楼梯的扶手，只是头撞到了扶手，不然就会从楼梯上滚下去了。找到药后，妈妈又急急忙忙上楼，把药给我吃，我一不留神碰到了妈妈的头。“哎哟”！“干什么呀？”我问道。“没什么，只是看到了几只老鼠在跑。”妈妈紧张地说，“哦，原来是这样”。其实我知道妈妈的头上起了一个很大很大的“包”，知道妈妈受伤了，妈妈是怕我担心所以不说出来，一想到这里心里很不好受。第二天，妈妈一早就起来带我到医院检查，检查完后又给我买早餐。回到家后，妈妈马上喂我吃药，问我晕不晕、疼不疼，中午还煮粥给我吃。一直到忙到我睡着，妈妈照顾我已经大半天了。醒来后，我隐隐约约看见妈妈在卷起袖子工作呢！

父母，不管做什么，永远都是为了儿女。作为儿女，我们要懂得心存感恩，我们要好好学习，努力争取好成绩，那才是给父母最大的回报！

## 要懂得感恩篇九

看着妈妈每天拖着劳累的身子，一回家就躺在沙发上休息，但又不得不起来给我们做饭炒菜，我很是心疼。一天中午，妈妈还没有下班，我的肚子早已饿得像干瘪的'袋子，肚子还在唱“空城计”呢？这时我心里直埋怨妈妈：怎么还不回来，我都要饿死了。后来转念一想，妈妈现在还在上班，也没吃饭，我坐在家里都感觉饿了，她不是更累、更饿吗？想到这，我顿时心中生了一个念头。对，亲自给妈妈做一顿饭，给她一个惊喜。于是，我学着妈妈以前做饭的样子，系上了围裙，用碗舀米，恩，先放两格米就够了，然后淘米，我淘了三次，因为这样才能保证米洗干净。由于是第一次烧饭，心中不免有些紧张。洗完米以后只要放一定的水量就可以了，这下可把我难住了，到底放多少水呢？放多了会成为稀饭，放少了，会吃生饭的。算了，不管了，我放了两格水，便将锅放入电饭煲内，然后按下开关就大功告成了。过了一会儿，我想光烧好饭，却还缺下饭的菜呀，于是我准备炒盘鸡蛋。我打了几个鸡蛋在碗里，用筷子反复搅拌，再将锅烧热，接着倒点菜油，让油烧热，到一定的时间就可以把鸡蛋放入锅中了，还要撒上一些盐，此时，只见鸡蛋在锅中爆米花似的起着泡泡，慢慢地鸡蛋清的液体就变成白色的固体了，再在上面撒些葱花，就这样，一碗香喷喷的炒鸡蛋就出炉了，鸡蛋铲入盘子里，闻一闻，恩，真棒！饭好了，菜也上桌了，真是“万事俱备，只欠东风”了。

妈妈回来看见了，眼眶里红红的，她一边吃饭一边吃菜，细细地嚼着，好像在品尝什么大餐似的·····嘴里还不停地称赞我长大了。

## 要懂得感恩篇十

在我们的生活中，感恩是一种美好而重要的情感。懂得感恩，能够让我们更加珍惜生活中的每一个美好瞬间，更加坚强面对挫折和困难。在这篇文章中，我将会谈论我对感恩的心得

体会，以及如何通过懂得感恩来拥有更加美好的生活。

### 第一段：感恩的力量

感恩是一种能够带来积极权利的情感。当我们感恩时，我们不仅能够体验到内心的愉悦感，还能够感受到外在世界对我们的回馈。感恩可以让我们更加自信，有了这种自信，我们更容易顺利地完成我们的事业，这不仅有利于我们自身的成长，也可以带来更加美好的社会环境。

### 第二段：感恩的启示

感恩的启示可以让我们更加深刻地认识生活，更好地理解它具有的意义和价值。生命是短暂而宝贵的，只有通过感恩，我们才能真正地领悟到生命的意义和价值。感恩可以让我们更加深刻地认识到周围的世界，帮助我们更好地把握每一个美好的瞬间。

### 第三段：感恩的理由

我们有很多能够让我们感恩的理由。首先，我们应该感恩我们的父母和家人。正是他们的辛勤付出和爱心，才让我们得以拥有美好的成长环境和生活条件。其次，我们应该感恩那些曾经帮助过我们的人，尽管他们或许早已忘却，却始终让我们感激。我们还应该感恩那些在我们生活中所遇见的困难和挫折，正是通过战胜困难和挫折，我们才能更加坚强地成长。

### 第四段：懂得感恩带来的好处

懂得感恩可以为我们带来很多好处。首先，懂得感恩可以让我们更加珍惜生命中的每一个瞬间。其次，懂得感恩可以带来更多快乐和幸福感。当我们懂得感恩时，我们会发现周围的世界变得更加美好，我们也因此而更加快乐。最后，懂得

感恩可以带来积极的社会影响。当我们以感恩的姿态待人处事，会让我们更加亲切和慷慨，也会带来更多的社会美德。

## 第五段：结论

感恩是一种美好而重要的情感。只有通过懂得感恩，我们才能更好地欣赏生命中的每一个瞬间，更好地面对困难和挫折，并最终成长为更好的自己。所以，让我们在日常生活中，抱着感恩的心态，积极地关注自己的身边，从中发现美好，让我们的世界变得更加美好。

# 要懂得感恩篇十一

## 第一段：感恩的意义和重要性（200字）

感恩是人类的一种情感，它让人们在幸福中更幸福，在困难中更坚强。可惜的是，很多时候我们在追求更多的时候，常常忘记了感恩存在的意义和重要性。我们要学会感恩，因为它可以让我们更加珍惜我们所拥有的，更加关注身边的人和事情，从而在人生的旅途中获得更多的满足感。

## 第二段：感恩的来源（200字）

人们可以从自身、家庭、社会、国家、自然环境中获得感恩的源头。自身就是我们最重要的源头，我们可以从备受爱护的家庭中、优质的教育和经验中汲取力量，在自己身上发现并强调正面特点，从而感恩现有的生活。家庭亲情关系、亲戚朋友间的帮助、社会上的各种资源、国家的发展、身边的自然环境也是享受生活的源头。当我们在享受这些的同时，我们应该时刻对这些感恩，学会感恩人生中现有的一切。

## 第三段：感恩能够带来的福利（200字）

感恩不仅能够让我们获得力量，还能带来很多福利。首先，

感恩能够让我们更快乐，它是积聚在内心深处的感情，可以让我们更加感受到生活之美。其次，感恩能够增强人与人之间的纽带，建立良好的沟通机制。最后，感恩能够让我们更加积极面对生活的挑战，更加信任和尊重身边的人，从而维持身体和心理健康。

#### 第四段：如何养成感恩的习惯（300字）

感恩不是一朝一夕的，是需要不断培养的。我们可以从身边的环境中开始，学会发现生活中的美好和值得感恩之处。在遭遇困难时，我们应该表达感激之情，不仅让对方感受到自己的情谊，也能增强自己对问题的认识。在日常生活中，我们可以用笔和纸记录自己的感恩之心，这样可以帮助我们更好地记忆和跟进所遇到的事情。同时，我们还可以参与各种公益活动，感受分享之乐，帮助有需要的人群，从而建立感恩的自我认同。

#### 第五段：结语（300字）

感恩是一种不可或缺的情感，让我们在每一个时刻保持着感激的心态，并面对身边一切的事情。在没有暴风雨的日子里，我们应该学会感恩，珍惜自己拥有的和身边的人和事，这样在风起云涌的时候，我们会更容易保持冷静和坚定。希望大家从今天开始，学会感恩，带着感激的心情迎接未来的一切。

## 要懂得感恩篇十二

我们或者要。

感恩父母，父母给了我们生命，把我们带到这个美好的世界，给予我们父爱母爱。妈妈生下我们是不容易的，把我们拉扯大也不容易，爸爸每天辛苦赚钱，为撑起我们的家而操劳奔波。我们要感恩父母，他们对我们的爱是无私的，是伟大的，他们给予我们关怀，让我们感到了世界上最初的温暖。



感恩国家。没有国家，就没有我们安居乐业的生活，没有我们安稳的生活。国家富强，我们才能富强。国家把我们保护的很好，像叙利亚，伊拉克等国家，还在落后挨打，被强国欺负，他们老无所依，小孩没有学习的场所。而我们每天都在干净整洁的教室学习，我们不得不思考我们为什么可以这样舒适，不禁感叹国家给我们带来的福利，给我们带来的安全感。

感恩朋友。我们的生活中不能没有朋友。朋友会在我们失意的时候给我们温暖，在我们伤心难过的时候给我们慰藉和安慰，在我们迷茫的时候为我们提供可以借鉴的建议。朋友为我们的生活添加了一抹色彩，他们让我们的生活更加丰富多彩，让我们认为我们并不是孤单的，并不是一个人前进的，朋友给了我们陪伴，让我们在人生的道路上有可以陪伴的人。

感恩生活。我们要每天怀揣着感恩之心，心怀感恩之情。心怀感恩的人不会运气很差，而每天嘴里只有抱怨的人，他们才会事事不顺，每天都活在阴霾里。要生活，感恩每一个机会，每一个好天气，每次的好心情。

我们要感恩的事情有很多，心怀感恩，少些抱怨，多点期待，人生便会明媚很多。

## 要懂得感恩篇十三

“卖东西喽，机不可失，时不再来。”同学们吆喝着，纷纷推销着自己的物品，一副热火朝天的景象。原来是小桔灯举办的跳蚤市场。

今天，天空一碧如洗，我早早来到小桔灯，摆置摊位。渐渐地，同学们陆续赶来。转眼间，摊位全安置完了。我环顾四周，只见各种各样的商品琳琅满目，令我眼花缭乱。老师一声令下，同学们便蜂拥而至，奔去购物。我怀着激动兴奋的心情漫步于人潮人海中。

无意间，我瞥眼见到了一个令我思绪万千的场景：一个小男孩正向另一个小孩推荐着书籍。摊主的脸上挂着丝丝笑容，捧着几本书，滔滔不绝地介绍着，可买者却不屑一顾，几乎没怎么注意，心思全投入到旁边摊上新奇的小玩具上了。只见摊主急得满头大汗，来回踱步，不知如何是好。我默默叹了口气，现在的人宁愿花五元买一瓶饮料，也不愿买一本书。“卖个东西真不容易呀！书都卖不出去……”同学们窃窃私语，都哀怨着自己的书为什么卖不出去。再次路过那个摊位，依然一本书也没卖出去。那位摊主仿佛失望了，没那么热情，和他的书一样安静。我好像听到了书在呐喊：“为什么你们不要我，我哪里不好？”

我情不自禁地想起了父母开店的不易。当盛夏酷暑、烈日当空时，父亲在太阳的炙烤下为人们送货，母亲在高温的环境下回来回卖物品，而我也许还在吹着空调。当寒冬腊月、寒风凛冽时，父亲瑟瑟发抖地为人家安装家具，母亲冻的得了感冒，依旧干家务，而我也许还钻在温暖的被窝里睡着甜美的觉。有时，遇到一个刁难的客户，甚至要三四个小时才能谈成生意，说得口干舌燥，不知何时，妈妈的眼角爬上些许皱纹，爸爸的发间多了几根极不协调的银丝，背也有些弯了。

想着想着，我在心中默念：“以后，我一定要竭尽所能地帮助父母，让他们的银发少一些，背直一些。

“感恩的心，感谢有你。“感恩，其实十分简单，一句话，一个动作，一份爱。让感恩长陪伴我们，为父母挑起一份大担子。

2下一页

@\_@我是分割线@\_@

## 要懂得感恩篇十四

感恩是一种美德，是一种高尚情操，更是一种为人处事的态度。作为共产党员，我们更应该时刻怀着感恩之心，珍惜党的培养和人民的信任。在党的教育下，我懂得了感恩的深远意义，体会到了感恩的力量。在党员的岗位上，我认真履职尽责，为人民群众服务，心中始终怀有感恩之志。以下是我对党员懂得感恩的心得体会。

首先，在个人成长的道路上，我感受到了党组织的关怀和培养，深刻地理解到感恩的重要性。作为一名年轻党员，我深知党组织的培养是我一步步成长的重要动力。党组织不仅为我们提供了良好的学习环境和平台，更为我们提供了各种各样的培训机会。在接受各种培训的过程中，我学到了许多专业知识和实践经验，这些都是党组织对我的培养和教育的结果。因此，我时刻怀着感恩之心，尽自己最大努力，回报党组织对我的信任和培养。

其次，在工作中，我认真履职尽责，用实际行动感恩人民。作为党员干部，我们肩负着为人民服务的使命。无论是在基层一线还是在管理岗位上，我们都要心怀感恩之心，关心人民群众的生活，听取他们的意见和建议，为他们解决问题，改善他们的生活环境。在具体工作中，我把群众的需求放在第一位，以群众的事情为自己的事情，用我们的工作成果来回应人民的期望和信任。同时，我也会利用自己的优势和能力，积极参与各种公益活动，关注弱势群体，用实际行动回报社会，让更多的人感受到党员的温暖和关怀。

第三，党员要勇于承担社会责任，感恩国家和社会。作为党员，我们要有大局意识，时刻关注国家的发展和社会的变化。在社会的庞大机器中，我们每个人都只是微不足道的一部分，但我们都应该懂得感恩国家给我们提供的种种机会和资源。我们可以通过积极创造社会价值，为国家发展做出贡献，用我们的行动回报国家和社会的培养和关怀。只有这样，我们

才能真正做到对国家和社会怀有感恩之情，才能够更好地推动国家的发展和社会的进步。

第四，在生活中，党员要对大自然抱有感恩之心。人类是自然界的一部分，但我们常常忽略了与大自然的紧密联系。大自然为我们提供了宝贵的资源和美丽的环境，我们应该感恩大自然的恩赐，保护环境、爱护生态。党员要率先垂范，在日常生活中，不乱扔废弃物，不乱倒污染物，保持环境的干净整洁。同时，我们还要积极参与植树造林、环保宣传等活动，为保护环境、维护生态作出自己的贡献。

最后，凡事都该积极感恩，向他人表示感谢。作为党员，我们不能把感恩之心仅仅停留在金钱物质上，更要把感谢之情表达到行动中。我们要理解和感谢身边的每个人，家人、朋友、同事、上司、下属，以及那些无私奉献的志愿者和社会爱心人士。他们为我们的生活、工作和成长做出了重要贡献，我们应该真诚地感谢并回报他们。有时，一句真诚的感谢，一次实际的帮助，都能让别人感受到我们的真诚和关怀。通过这样的行动，我们也能够唤起更多人的感恩之心，形成浓厚的感恩氛围。

党员懂得感恩，不仅体现了共产党员的先进性和纪律性，也是推动社会进步和发展的重要力量。感恩之心是党员应有的素质，也是我们每个人都应该具备的美德。通过懂得感恩，我们可以更加珍惜眼前的幸福，更加热爱祖国，更加关心人民，更加热心帮助他人，不断提升自己的素质，并为社会的进步做出更大贡献。

## 要懂得感恩篇十五

作为一名党员，我们深知感恩是一种美德，是一种党员应具备的重要素质。在党员干部的工作和生活中，常常会有许多人和事让我们心存感激。今天，我想分享一下我作为一名党员对于感恩的心得体会。

## 第二段：感恩党的培养

我深感自己能够成为一名党员，是党组织的予以培养的结果。正是因为党的培养，我才能够事业的道路上得到更多的机会和提升空间。党组织为我们提供了学习的平台，使我们能够不断提高自己的政治理论水平和业务能力。党的培养让我深知到自己的责任和使命，我深感党组织对我的培育之恩，因此，我要永远铭记在心，时刻保持对党的感恩之心。

## 第三段：感恩身边的人

党员干部一方面受到党的培养，另一方面也离不开身边人的关心和支持。我感恩身边的父母、配偶、亲友以及同事们对我的无私帮助和关怀。他们在我事业发展的道路上经常给予我启迪和支持，无论是精神上还是物质上，都始终给予我无限的爱与支持。正是有了他们的支持和帮助，才使我能够顺利地前行，因此，我感恩身边的人，他们是我成长的重要支撑。

## 第四段：感恩社会各界的帮助

作为一名党员干部，我们更应当感恩社会各界的帮助。社会给予我们的资源和机遇是珍贵的，我们更要珍惜并善加利用。在工作中，我时刻保持感恩之心，与相关部门保持良好的合作关系，共同推动事业发展。同时，我也尽己所能为社会做出贡献，回馈社会，帮助那些需要帮助的人。只有通过感恩社会各界的帮助，我们才能够建立一个和谐、稳定、繁荣的社会。

## 第五段：感恩心得与体会

在党员懂得感恩的过程中，我深刻体会到感恩带来的巨大力量。感恩让我们心胸宽广，关注他人，乐于助人；感恩让我们更加珍惜眼前的一切，不忘初心，才能一切顺利向前；感

恩让我们更加坚定理想信念，始终保持奋斗的动力。因此，作为一名党员干部，我要时刻保持感恩之心，发扬感恩精神，在对党、对家人、对同事、对社会的行动中不断体现感恩的内涵，为创建社会主义现代化国家贡献自己的力量。

结尾：

感恩是党员干部应具备的美德。我们要始终怀揣感恩之心，在党的培养、身边的人和社会各界的帮助下，不断提高自己的能力，回报党和社会的关怀与爱护。只有这样，我们才能成为一个真正有价值的人，为建设美好的社会贡献自己的力量。让我们一起践行感恩，共同创造美好的明天！

## 要懂得感恩篇十六

3月23日上午，关工委的三位老师来学校做了“”的报告。袁老师讲得很实在，他从三方面讲怎样感恩：一、感恩祖国二、感恩老师三、感恩父母。

祖国是我们的大家庭。无数的革命先烈抛头颅，洒热血，创造了新中国。在党的领导下，我们的生活越来越好。旧社会，我们敬爱的周恩来总理在十二岁时就说“为中华之崛起而读书”。现在的孩子生活在爱的海洋里，就要好好学习，长大成为一名有用人才，回报祖国。

常言道：少壮不努力，老大徒伤悲。学生正是上学求知识，树立正确人生观的时候。老师和孩子们在一起，不但教会学生许多知识，还教会学生做人的道理。老师爱生如子。学生要尊敬老师，感恩老师：好好学习，不辜负老师的教导。

父母对孩子有生身之恩。他们把爱全给了孩子，他们养育、教育孩子。他们望子成龙，盼女成凤。他们毫无怨言为家付出一切。他们头上的白发，脸上的皱纹一年比一年多，手上的茧子越来越厚。他们的爱比山高，比海深。“谁言寸草心，

报得三春晖。”所以，每个孩子都要好好学习，以优异的成绩回报父母。他们将来长大了，有真才实学，才能更好地感恩父母。

一场报告会会对学生有所震撼，但还不够。我们做长辈的'要时时影响他们，帮助他们树立感恩的思想。学会感激，不只是感激老师，感激父母，还要感激身边所有的人和事。

感激，是让幸福抽芽的养料；

感激，是让希望蔓延的和风；

感激，是让成功拔节的琼浆；

感激，是让友善传递的火把。

送人玫瑰，手留余香。滴水之恩，涌泉相报。