

感悟生命的美好心理健康课(优质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。那么你知道心得感悟如何写吗？那么下面我就给大家讲一讲心得感悟怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

感悟生命的美好心理健康课篇一

没有花香，没有树高，我是一棵无人知道的小草。”每当听到这首令人感动的歌，我就仿佛看到了绿色的小草，看到了那坚强、默默无闻的小生命，也看到了生命价值的存在。

暴风雨在突然间倾盆而下，黄豆般的雨点“啪啪”地落下，万物都垂下了它们高傲的脑袋，失去了以往的生机，但唯有一种小生命——草，它们倔强地仰着头，用蔑视的目光看着暴风雨，以柔弱娇小的身躯奋力抗争着。没有人为它们遮风，也没有人为它们挡雨，尽管雨很大，但它们屈服了吗？向暴风雨求情了吗？没有，它们用一种最顽强的毅力拼搏着、奋斗着。用各自的体温与热情感染着整个集体，仿佛在说：“加油啊伙伴们，风雨之后见彩虹！”终于，它们坚持到最后，它们胜利了，它们以最坚强的精神驱走风雨，迎接彩虹。你看！小草们在雨后仿佛换了一身新装，脸上得意地微笑着，欢呼着，庆祝它们的胜利。从小草身上，我第一次那么深地感悟到坚强这一伟大的生命价值。

如果说小草是坚强的，那它更是默默无闻的。

在花坛中，在苗圃里，你一眼都能看见那绿油油、散发着它独特气味的小草。小草不与花儿争鲜艳，不与树木争高大，它甘愿做陪衬，甘愿用自己的身躯装扮出花儿的艳丽，显示出树木的高大。它们是一位幕后使者，心甘情愿让自己当陪衬供人们欣赏，虽然人们很少谈论它们，但它们已经满足了，

因为它们已经默默无闻地奉献了，已经没有缺憾了。我又一次被它们震撼了，不求多美丽，不求多高大，默默无闻地奉献着自己的一切，这一生命价值又在它们身上闪光。

从小草身上，我感悟到了生命的价值——坚强、默默无闻。它们只是一棵棵路边的无名草，但却以它们的实际行动充分演绎了生命价值的凯歌。

感悟生命的美好心理健康课篇二

大家好！

保罗的话还在耳边回响：生命对人来说是最宝贵的，生命对每个人来说只有一次。不知道有多少人受到了激励去奋斗，让自己的生活更加光明！

人生在于坚持！

人的一生，难免会遇到挫折、失败、打击，但遇到这些，就放不下自己的目标。只有坚持，才能战胜他们！世界著名科学家霍金在21岁时被诊断出患有一种罕见且无法治愈的运动神经疾病！医生预测他只能活两年半。没过多久，霍金就彻底瘫痪了。但他没有放弃自己宝贵的生命。他忍受着精神和身体上的痛苦，选择继续活着。1985年，霍金因肺炎接受气管穿刺手术，使他失去了说话的潜能。这对瘫痪的他来说是一个严峻的考验。他又坚持了。霍金不仅坚持生存，还向世界证明了自己的存在。他的宇宙黑洞理论引起了全世界的轰动！

人生在于勤奋！

海伦凯勒是一个用勤奋和不屈创造奇迹的人。19个月前她刚出生时，突如其来的猩红热夺走了海伦的一切，使她成为一个又聋又瞎又哑的残疾人。其中任何一个对普通人都是毁灭

性的。很多人认为这个又聋又哑又瞎的人不如死，活在世上没有意义。但是海伦没有放手。她用自己的勤奋证明自己还有存在的价值。她整天孜孜不倦地从书本中吸取养分充实自己，利用自己唯一的勤奋扼住命运的咽喉！她一生出版的十四本书征服了全世界的读者！

霍金的坚持和海伦的勤奋让他们的生活充满了意义。他们没有比别人更多的东西，相反，他们比正常人更缺乏健康，但是他们用坚持和勤奋，让自己本来就不完整的生活比健康人更充实，他们的生活才是真正完整和充满意义的！

但也有一些人其实拥有很多东西。他们的生活应该是充实的，却为了一些鸡毛蒜皮的问题放弃了自己的生活！报纸上经常报道这样的例子。

成都一个13岁的男孩，因为和父母在学习上发生争执，从七楼跳下，结束了自己的生命。

河南省初三考生仅因评价结果不理想而在家中自杀。高考成绩揭晓后，他的真实成绩比录取分数线高了33分。

他们认为这是自尊的表现，但实际上这是懦弱的表现，他们对自己宝贵的生命不负责任。他们的诞生有什么意义？每个人都只活一次，怎么度过？要慎重选择。让我们通过坚持和勤奋，过上有意义的生活！

生命的价值并不可贵，可贵的是生命！因为人生只有一次，让我们一起努力，把握住人生的每一个精彩瞬间，让生活快乐而充实！

感悟生命的美好心理健康课篇三

著名的马克思曾经说过：生活就像海洋，只有意志坚强的人，

才能到达彼岸。米歇潘也曾说过：生命是一条艰险的路，只有勇敢的人才能通过。每当看见这些关于生命的名言，我就会不由自主的想起一个人——张海迪。

不知大家还记得她吗？她，张海迪，5岁时因患脊髓病，胸以下全部瘫痪。从此，她变成了一个残疾人，开始了她独特的人生历程。但是，张海迪并没有因此对未来的生活失去信心，她发奋学习，学完了小学，中学的全部课程，又自学了英语，日语，德语和世界语，并攻读了大学，硕士和研究生的课程，创造出了许多作品。张海迪以自己的勤奋的坚韧不拔的精神经受了严峻的考验，最后终于成功了。

生活，是多姿多彩的，也是充满活力的。生命的现象有很多，有顽强的小草，有治病救人的医生，还有忠于职守的警察叔叔……他们都用自己的生命创造出了无限的价值。因为他们都知道：生命是短暂的，人生是有限的。但是，我们却可以通过自己不懈的努力去创造出无限的价值，使生命穿越时空，成为永恒。

既然是流星，就要把光留给人间。就算是跌倒100次，也要在第一百零一次站起来。在人生的道路中，不可能是一帆风顺的，只有勇敢面对，积极进取，才能使生命焕发出光彩。所以，让我们一起热爱生命吧！

没有花香，没有树高，我是一棵无人知道的小草。”每当听到这首令人感动的歌，我就仿佛看到了绿色的小草，看到了那坚强、默默无闻的小生命，也看到了生命价值的存在。

“野火烧不尽，春风吹又生。”这句话让我们看到了一个个坚强的生命。

暴风雨在突然间倾盆而下，黄豆般的雨点“啪啪”地落下，万物都垂下了它们高傲的脑袋，失去了以往的生机，但唯有一种小生命——草，它们倔强地仰着头，用蔑视的目光看着暴

风雨，以柔弱娇小的身躯奋力抗争着。没有人为它们遮风，也没有人为它们挡雨，尽管雨很大，但它们屈服了吗？向暴风雨求情了吗？没有，它们用一种最顽强的毅力拼搏着、奋斗着。用各自的体温与热情感染着整个集体，仿佛在说：“加油啊伙伴们，风雨之后见彩虹！”终于，它们坚持到最后，它们胜利了，它们以最坚强的精神驱走风雨，迎接彩虹。你看！小草们在雨后仿佛换了一身新装，脸上得意地微笑着，欢呼着，庆祝它们的胜利。从小草身上，我第一次那么深地感悟到坚强这一伟大的生命价值。

如果说小草是坚强的，那它更是默默无闻的。

在花坛中，在苗圃里，你一眼都能看见那绿油油、散发着它独特气味的小草。小草不与花儿争鲜艳，不与树木争高大，它甘愿做陪衬，甘愿用自己的身躯装扮出花儿的艳丽，显示出树木的高大。它们是一位幕后使者，心甘情愿让自己当陪衬供人们欣赏，虽然人们很少谈论它们，但它们已经满足了，因为它们已经默默无闻地奉献了，已经没有缺憾了。我又一次被它们震撼了，不求多美丽，不求多高大，默默无闻地奉献着自己的一切，这一生命价值又在它们身上闪光。

从小草身上，我感悟到了生命的价值——坚强、默默无闻。它们只是一棵棵路边的无名草，但却以它们的实际行动充分演绎了生命价值的凯歌。

感悟生命的美好心理健康课篇四

留不住岁月的脚步，留不住儿时的童真，我跟着似水流年的岁月慢慢长大。一路收获，一路成长.....

还记得小时候跌倒的情景吗？

那天风和日丽，我在家门口玩耍，突然不小心摔了一跤，头

破血流。妈妈闻讯赶来，左看右看没有找到可以打骂的东西，因为门前土平没有树枝，小石子。妈妈说“坏风儿，坏风儿害得宝贝摔跟头”我扑哧一声笑了“妈妈，今天没有风。是我自己不小心摔倒的”妈妈抬头看看天，是呀天气闷热的连丝风都没有。妈妈没有说什么她只是抚摸着我的头笑了。

“风中跌倒不为风”从那天起我开始明白，当我不在已任何形式当借口的时候，那也就是一种长大的表现。

成长，需要勇气。是面对挫折有勇气站起，勇于承担错误的勇气。

“悄悄的我走了，正如我悄悄的来”是的，童年的影子渐渐模糊，那曾经的`调皮. 顽固. 倔强也随着风儿渐远，飘去。朋友，往事的影子却萦绕眼前，那是忘却不了的。

我已经小学毕业了。面对往事，面对母校，面对那儿的一草一木。那些熟悉的风景呀，却又让我留恋，我知道，我应坦然面对。

成长，需要勇气。“莫愁前路无知己，天下谁人不识君”面对分别，我们该用勇气与乐观承担，那将是我们走向成熟的标识。

面对离别，或许悲伤或许流泪。但不要忘记哭过之后就长大，坚强的长大。

在人生前行的路上，我们或许迷茫，不知所措。被一个个岔路口所迷惑，那将是对我们的考验。选择一条荆棘丛生崎岖不平的小路，还是选择一条通往光明之路的康庄大道？有勇气去选择，就要有勇气服输。不过没有彻底的失败，也没有完全的成功。一切还是需要一种坚持与坚强。我们还是要经过无数的黎明，无数的黑暗。但黎明之后是光明，黑暗之后是光明。

成长，需要勇气。面对挫折一笑而过，“一切都是瞬息，一切都将会过去；而那过去了的，就会成为亲切的怀恋”

成长的路上，充满挑战，充满刺激与惊险。你是否能化险为夷？前方的路是未知的，或许黑暗但我们不要为之放弃，在生死涅槃的岔道口，有勇气把握自己的人生，有勇气挑战自己。

成长，需要勇气。磕磕绊绊的经历会让我们的阅历更加丰富多彩。

成长，需要勇气。需要用真诚，乐观.....去点缀我们的人生。

感悟生命的美好心理健康课篇五

没有花香，没有树高，我是一棵无人知道的小草。”每当听到这首令人感动的歌，我就仿佛看到了绿色的小草，看到了那坚强、默默无闻的小生命，也看到了生命价值的存在。

暴风雨在突然间倾盆而下，黄豆般的雨点“啪啪”地落下，万物都垂下了它们高傲的脑袋，失去了以往的生机，但唯有一种小生命——草，它们倔强地仰着头，用蔑视的目光看着暴风雨，以柔弱娇小的身躯奋力抗争着。没有人为它们遮风，也没有人为它们挡雨，尽管雨很大，但它们屈服了吗？向暴风雨求情了吗？没有，它们用一种最顽强的毅力拼搏着、奋斗着。用各自的体温与热情感染着整个集体，仿佛在说：“加油啊伙伴们，风雨之后见彩虹！”终于，它们坚持到最后，它们胜利了，它们以最坚强的精神驱走风雨，迎接彩虹。你看！小草们在雨后仿佛换了一身新装，脸上得意地微笑着，欢呼着，庆祝它们的胜利。从小草身上，我第一次那么深地感悟到坚强这一伟大的生命价值。

如果说小草是坚强的，那它更是默默无闻的。

在花坛中，在苗圃里，你一眼都能看见那绿油油、散发着它

独特气味的小草。小草不与花儿争鲜艳，不与树木争高大，它甘愿做陪衬，甘愿用自己的身躯装扮出花儿的艳丽，显示出树木的高大。它们是一位幕后使者，心甘情愿让自己当陪衬供人们欣赏，虽然人们很少谈论它们，但它们已经满足了，因为它们已经默默无闻地奉献了，已经没有缺憾了。我又一次被它们震撼了，不求多美丽，不求多高大，默默无闻地奉献着自己的一切，这一生命价值又在它们身上闪光。

从小草身上，我感悟到了生命的价值——坚强、默默无闻。它们只是一棵棵路边的无名草，但却以它们的实际行动充分演绎了生命价值的凯歌。