# 最新教师分享读书心得体会(10篇)

来源：网络 作者：水墨画意 更新时间：2024-06-30

*体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。优质的心得体会该怎么样去写呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。教师分享读书心得体会篇一在《小学数学新课程教学法》绪...*

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。优质的心得体会该怎么样去写呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**教师分享读书心得体会篇一**

在《小学数学新课程教学法》绪论中有这样一段话：“小学数学学科教学的基本出发点是促进学生全面、持续、和谐的发展，最终目的是为学生的终身可持续发展奠定良好的基础，实现三个目标——人人学有价值的数学;人人都能获得必需的数学;不同的人在数学上得到不同的发展。”我是一名数学教师，深知数学是小学阶段的一门重要课程。对于这段话，我反反复复思考了很久。怎样才能实现三个目标呢?

首先，要让学生认识到学习数学的必要性和重要性。比如：在学习100以内加、减法时，应举一个生活中的事例——商场购物，妈妈带了100元买了18元的糖，37元一箱的牛奶，一共花了多少钱?还剩多少钱?结合现实生活中的事例，使学生感受到生活中处处有数学，没有数学知识、数学能力是不行的。

其次，让学生感受到学习的成功。一个人的十个手指还不一样长呢，更何况来自不同家庭的几十个学生，他们之间必定会存在各种各样的差异。因此，我们教师应创造各种机会让学生感受到学习的喜悦，体验到成功的快乐。比如课堂提出的问题要有不同层次，好、中、差学生都要考虑到，好学生回答难度较大的问题，中下等生回答较容易的问题，每次回答都会得到老师的肯定与表扬，这样学生学习的积极性才会保持，学习才会不断取得进步。

再次，教师必须有新的学生观。过去，衡量学生好坏之依据成绩的高低。现在我们的教学应面向全体学生，要重视学生的学习过程，只要是学生认真、努力的学习了，并且在原来的基础上有了进步了(可能成绩还不够优秀)，我们都要认定该学生是个好学生。

二、有感于“拓展学习空间，学习就是生活”

在《小学数学新课程教学法》一书的第二章，作者阐述了“拓展学习空间，学习就是生活”这一观点。在讲述教学方式的综合化拓展时，作者谈到的“教活教材，用教材来教”的观点我非常赞同。

我从事教育教学工作已经多年，传统的教学方法已经不适应当今的素质教育了，教材编排的内容也已经跟不上时代的步伐了。就教材而言，其知识、技能的覆盖面是有限的，但是，如果用创新的观念和手段来对待教材，教材的外延可以说相当广泛。围绕教材，我们可以做数学史、数学信息、先进教学手段乃至其他学科方面的知识准备，在课堂上做到信手拈来，旁征博引，是教材由死变活，提高课堂教学效率。只有创造性地使用教材，把教材的每个章节当作一个系统，每到立体看作一个课题，每一个定理、原理看作是蕴含哲理的智慧结晶，才能使“减负”落到实处，才能使数学教学变成培养创新的天地。思想汇报专题教材是知识与思维的载体，它蕴含着大量可供培养学生思维能力和创新意识的素材，因此，作为教师必须好好把握并灵活运用它。这不正是叶圣陶先生所说的“教才只能作为新课的依据，要做得好，使学生受到实益，还要靠教师的善于运用”吗?

三、谈“重视兴趣、重视应用、重视过程是数学教学走出困境的法宝”

我感觉很多学生都觉得数学课枯燥乏味，不如语文课生动、有趣。因此，课堂教学中对数学真正感兴趣的学生并不多，学生之所以还要强打精神，甚至十分努力的学习数学实在是为了好的分数，教师的教学无疑也已经离开了

**教师分享读书心得体会篇二**

读书可以让我们站在更高的高度来看问题，从而少犯错误，少走弯路。

牛顿说过他能取得如此巨大的成就，是因为站在巨人的肩上看得更远，科学巨人的虚怀若谷自然值得我们学习，我们还可以从中学到更有价值的东西。书籍对于整个人类的关系，好比记忆对于个人的关系。书籍记录了人类的历史，记录了所有的新发现，记载了古今历代所积累的知识和经验。只有认真的学习前人的经验和理论，才能在一个更高的高度上来看问题，不再犯同样的错误，并有一个较高的起点。书本是前人智慧的结晶，是他们的研究成果和经验的体现，通过对他们的学习，发现对自己有用的东西。在前人经验的基础上来不断的完善自己，大大的促进了个人的成长。在很大程度上可以这样说，人类社会的延续和发展，也是这样来实现的。试想，如果每个人都是从头开始，那么，无论多么伟大的人，做出多么大的贡献，人类社会最终还是在原地踏步。由此更可见读书的重要性了。

当来到这个世界上，我们不可回避的会产生许多感觉，有些感觉是短暂的，有些感觉可能就会长期沉淀固化在我们内心深处，影响着我们对这个世界的看法，决定着我们的行为模式，影响着我们的情绪和感觉。作为一位教师需要学习的是什么?人们当然会说，那一定是与教学有关的内容。我们不否定这个答案，但更深一层影响着教师的教学和生活的应该是人们的认知，这是人的幸福之本，这个问题解决了，教师职业自觉的问题就迎刃而解了。那么如何认识自己、改变自己。传统的说教效果不佳，读书、讨论--创设一个情境话题、讨论平台可能是一个较好的路径。基于此，倡导中心小学开展教师成长自愿读书活动，借鉴往常的经验和教训，这次，不要求全部参加，不布置硬性的家庭作业，只是读同样的书，在一个平台里交流。读书组有14位成员，读本为中央电视台首席心理专家、中国最出色的家庭治疗师李子勋所著的《幸福从心开始》。学校制定了简要的读书计划，14位教师分两组，每两周举行一次读书交流会，共举行六次。本次所选内容都是贴近生活，贴近自己，大家在讨论时发言踊跃，气氛活跃，可以说读书交流会是一个快乐交流会。陆叶、易梅红两位组长时常拓展读书内容，找来相关的资料，丰富大家对书本的知识学习。在交流中，大家思想的碰撞，让我们明白了一些生活的道理和自身的问题。如果概括之有以下几点

一、书中的话题直击生活中诸多的困惑或烦恼，具有普遍性。

翻开这本书的目录，就深深的吸引我们想读下去。因为，其中的问题就是自己的问题、同事的问题、朋友的问题、亲戚的问题、周围人的问题，正愁无解呢。如：怎样才能成为快乐主义者?人到中年如何减压?我很敏感?怎样说不?怎样才能把女人看透?男友的网上情人?婆媳自然是天敌?婚外情感需求?斩断依恋?其中许多内容是涉及亲密关系的，使人们想探求但又无法说出口的夫妻情感、亲密、婚外情感等问题。心理学不做道德评判，只解决心理冲突的问题。一些压抑在内心的感受被表达出来，一些隐秘在内心深处的意识被理解和领悟，人们对自己的认识就会悄悄的发生改变。幸福也就由此开始。

二、读书体会交流就是一个互动的平台，是深化读书效果不可或缺的环节。

怎样读书?是不是就是一个人静静的在读，读后就只有自知?当然这也算是一个模式。但大家一起读书(先分散自己静静的读)，一起交流讨论，互相陪伴更是一件快乐的事情。这就是团体的动力场。无论什么性格的人，其实都需要交流，所谓爱静不喜欢说话的人只不过是没有匹配的交流平台和对象，一旦遇到知己同样会滔滔不绝，享受人际互动的快乐。读书组里一个人发言常备其他人插话，常常传出爽朗的笑声，轻松、热烈的气氛本身就是对内心世界的一份按摩。大家很享受这种感觉。

三、我们也学习、碰撞了书中一些鲜活的观点。

心理世界存在与内心，和外部世界明显不同。对同一个客观存在的物体，经由人们描述就不一样了，这是内心世界和外部世界的差别，外部世界是硬的，内心世界是软的，不要以为你对现实的感受等同于别人的感受，差异是自然的。抹杀两个世界的差异或不能很好的设立两个世界的边界，人们会陷入无穷无尽的烦恼之中。

个人对快乐的感受是：快乐或者说是乐快，人真正感觉强烈的快乐是较少的或瞬间即逝的，当你为实现一个目标孜孜以求时，实现目标的快乐就是那么短暂。

快乐更多的强度是淡淡的，他来源于心中的动力源让自己有奔头;他来源于有一个明晰的目标，引导自己充实过好每一天;他来源于对事物的好奇心产生的探索行为;他来源于人的某种价值观的实现。

\_老师的座右铭能者安邦治国，无能者独善其身，按照这句话的意思，绝大多数人都是无能者，我们可以不追求事业成功，但可以独善其身追求生活成功，生活成功对于我来说真是一个新鲜的概念。是啊，你可以没有显赫的官位，富足的金钱。但是，你只做一个普通人，一箪食一瓢饮享受天伦之乐，平平淡淡、顺顺利利、健健康康，这就是最大的成功。我们可以把工作纳入到生活的范畴，我们不追求成为教育家，但我们可以把自己的工作做的更好，因为这份工作是我们生存的前提，我们满怀敬畏去对待它，去对待我们的学生，我们的教师，这本身就是一个成功的福地。

关于人际关系书中的心理学观点是：不要对别人期望太多，也不要让别人对你期望太多;保持适当的心理距离;学会社交技巧;必要的示弱。

**教师分享读书心得体会篇三**

百年大计，教育为本，而教师又是本中之本，是学校教育的关键所在。与其他职业不同，教师职业是一种用心灵浇灌心灵的职业，正如雅斯贝尔斯告诉我们的：“教育意味着一棵树动摇另一棵树，一朵云推动另一朵云，一个灵魂唤醒另一个灵魂。”教师工作的这一特殊决定了教师心理健康的重要性。教师的人格和心理健康状况直接或间接地影响着学生的心理与行为，同时，教师的心理健康，还直接影响到教师自身的身心健康、生活、工作及家庭幸福，对教师个人工作的成败也有极其重大的作用。

要使教师自己有积极健康的心理，教师个人可做以下努力：

一、正确认识自己，悦纳自我

正确认识自我是建立健全自我意识的基础。只有认识自己、了解自己，才能改变自己、完善自己。与此同时，教师应该开放自我，摆脱自我封闭，积极参加社会实践活动。

悦纳自我包括三个方面：第一，接受自己的全部，无论优点还是缺点，无论成功不是失败;第二，无条件地接受自己，接受自己的程度不以自己是否做错事有所改变;第三，喜欢自己，肯定自己的价值，有愉快感和满足感。

二、转变教师职业角色

教师职业的角色是随着社会的发展变化而不断变化的。在当代社会中，教师不再是单纯的知识的传授者，而是学生学习的引导者和设计者。

作为引导者和设计者的教师，首先要转变几个教育观念，即由重教师的“教”转向重学生的“学”、由重知识传授转向重学生发展、由重老师的权威转向重师生的平等交往与对话、由重结果转向重过程以及由重统一规格教育转向重视差异性教育。

作为一个有责任心的教师，应该首先从自身做起，转变思想观念，用现代教育观念作为教学实践的指南，树立正确的学生观、课程观和教学观;同时，教师必须不断提高自身素质、完善自身的知识结构，才有可能适应教师的角色转变。任何教师都应该具有精深的专业知识，开阔的人文视野和深厚的教育理论功底，使教师真正地从教书匠转变为创造型教师，并在此过程中塑造教师的专业精神，养成教师的专业人格，进而最终实现教师的角色转变。

三、构建良好的教育人际关系

1、妥善处理师生关系，伴随学生一起成长。

(1)对学生心情感激之情。教师的岗位是学生提供的，学生既是教师的教育对象，又是教师的衣食父母。尤其是那些难教育的学生，他们为教师提供了更多的就业岗位。

(2)对学生的问题多做教育归因。面对学生的问题，不要一味责怪学生，而要多想想造成这些问题的教育原因是什么。

(3)反复深入反思自己的教育心理和行为，提高自身的育人能力。要提升自己的教育教学的能力，如果一个教师缺乏教育教学能力，缺乏对学生心理、行为的认识，这将难以处理好师生关系。

2、妥善处理师师关系，让自己在群体中成长。

(1)珍惜同事这份缘。茫茫人海，能彼此相识，已属不易，而贵为同事，自当格外珍视;故应尽自己所能，热心帮助同事。

(2)认同强者。强者是自己成长的动力，强者为自己的成长提供了榜样。教师要做一个会“自私”的人，正是强者的存在，让自己意识到了差距和不足，有了可供效仿的示范，他们是求之不得的师者。

(3)不怕“吃亏上当”，得失从长计议。不要埋怨“能者多劳”，而要看到“劳者多能”的收获。通过提高自己可持续发展的竞争力来实现自己的价值追求。不要把自己的成功，寄希望于他人的不努力甚至失败上。不要羡慕“旁门左道”得到的好处，一段时期之后回头看，“旁门左道”者往往得不偿失。

3、处理好与学生家长关系，构建家校教育合力。

(1)端正交往动机。教师与家长交往的目的是形成家校教育合力、优化孩子的成长环境，舍此无他。

(2)尊重学生家长。尤其要尊重家长中的弱势群体，尊重“问题学生”的家长。

(3)交往中积极主动。要热情、主动地与家长交往。

4、处理好与学校管理者关系，做好沟通。

(1)关心集体，服从领导，支持领导工作。教师要从集体利益出发，自觉执行学校各项规章制度，服从领导对各项工作的安排，勇挑重提。

(2)尽心做好本职工作。做好本职工作是协调教师与学校管理者关系的根本措施。

(3)主动并善于与领导沟通，让领导对你有正确的了解。

四、摆脱缓解职业压力和职业倦怠

1、寻找工作的兴奋点

每天尽管从事的是同一种工作，然而教师的教学本身就是极具创造性和艺术性的，不仅教学内容和方法是动态的，而且所面对的学生又是有血有肉有情感的，在这充满活力的教学环境中，每一在都不可能是单一重复的。因此，教师就应该善于发现新的兴奋点，以此来刺激自己的精神，唤起自己的情趣和热情。

2、改变自己心理

由于教师“倦怠心理”的产生与课程改革的新理念，学生发展的新特性的有关，所以教师一方面要以开放的心态去学习并认同之，更重要的是要注意改变自己内在固有的认知以最大限度地减少适应心理。

3、要善于奖励自己

保持乐观的工作态度，就是要学会称赞自己、奖励自己，要多关注自己成功的点点滴滴，哪怕是一丁点儿的成绩，也要积极地进行自我肯定。为自己喝彩，你就会发现每天的你都是全新的，这样你就会增强工作的效能感。

4、努力创造自我

教师在创造学生的时候，也应该注意创造自我，比如形成自己独特的教学风格、探索归纳出独到的教育模式、研究创造出独具个性的理论成果等，努力成为教育家。这样，自己就会大大增强事业的成就感和魅力感。

5、锻炼和放松

注意劳逸结合，足够的睡眠，找理由休息，将闲暇和各种娱乐活动作为工作的必要补充。

6、丰富自己的文化生活

丰富的文化生活可以极大地改善一个人的心态，调节一个人的情绪。无论工作多么忙，都应该善于忙里偷闲，参与一些有益身心健康的活动，在多彩的生活中培养自己的生活情趣，增强自己的生活乐趣。生活的情趣可以对职业心理产生积极的影响。

总之，教师要努力塑造自己健全的个性，使自己能有和谐的人际关系，有良好的社会适应能力和积极乐观向上的生活态度，有正确的自我意识，能正确地看待环境，从而既使自己的个性得到健康发展，又能对学生个性的健康发展造成积极影响。

**教师分享读书心得体会篇四**

在数学新课程理念的指导下，数学教师凭着教育梦想和教育智慧，从教育科研的高度，进取进行有效的课堂教学研究，探索了一条适合教学课程改革与发展的有效途径，总结了很多的经验和案例，初中数学。本书深刻地反映了我们中学课堂中的常见问题及对策，我从中受益匪浅，先将摘录和体会展示如下：

本书开篇罗列了在进行有理数混合运算中可能出现的问题：“概念不清：运算符号错误;错用运算律;对负分数的概念理解不清;违背运算律;违背去括号法则。“这六大点也是我在授课过程中遇到的问题，在以后的授课中应提前纠错，让学生少走弯路。

在学习过程中，学生需要教师的宽容与爱、尊重和理解。在学生出错时，教师要尊重、理解并宽容地对待他们，这不仅仅可缓解学生的紧张情绪，也体现了教师的素养及学生的热爱。“的确，在平时的授课中，我门太严了，不苟言笑，造成学生的紧张，这些做法不可取，应当严就严，多给学生勇气敢于说话，私下也应多关心关注学生。同时还指出教师如何帮学生纠错，

1、经过一个典型例题，让学生暴露错误、师生共同分析错误原因，学生从反面吸取教训，迅速从错误中走出来，从而增强辨别错误的本事。2、教师应以进取主动的态度对待错误和失败，备课时适当从学生易错的思路去构思，课堂上加强对典型思路的分析，让学生在纠正错误的过程中掌握正确的思维方法。3、让学生经过自我评价，找出解题过程中的问题，自行纠错，

加强学生对概念的理解，应结合实例助其理解。如：”有些数学概念从客观事物的定向形式和数量关系中反映出来，所以，教师在教学时应当注意从实际事例或从学生已有知识中，退步引入并加以抽象，尤其要从学生接触过的具体资料入手，同时在教学中教师应根据中学生具有的上进心强好胜的心理特点。给学生创造成功的机会和条件，帮忙他们获得成功，享受成功的喜悦，进而减少运算的错误。”即教师应帮忙学生树立学好数学的兴趣和信心。

同时”在授课的过程中，教师应注重学法的指导，发挥学生非智力因素的作用，使学生主动地，进取地参与到学习中来。“体现了新课程理论中充分发挥学生主题作用的理念。

**教师分享读书心得体会篇五**

《瓦尔登湖》是梭罗的作品。

梭罗竭力描述了瓦尔登湖不同于世俗的美丽，歌颂那一种与世隔绝的安宁。他试图让大家相信，瓦尔登湖正是他想要的宁静和温暖。

然而，我作为一个读者，却明显地感觉到文字背面的另一种真实，那就是：他的心灵并没有真正安放在这片深邃的\'蓝色里。这儿不是他的家，而是一个躲风避雨的凉亭。瓦尔登湖的水融化了洁白的雪花和金色的阳光，却并没有化开这颗对现实世界充满了愤怒和失望的心。

梭罗和他的思想，是瓦尔登湖来自远方的真挚的朋友。瓦尔登湖于梭罗而言，是一种深刻的思索，无奈的超脱。正如一个企业家从高空跌落时，离开家而躲进了月亮湖。睡不着觉的时候，躺在草地上数星星，一颗，两颗……

而梭罗则数着第一块冰下面的气泡，一个，两个……

虽然瓦尔登湖的每一滴水，都被梭罗细细地研究过了。但，我看见的，却依然是一个没有家的孩子，他试图尽自己的全力皈依瓦尔登湖。

只有瓦尔登湖的儿子，才能融入瓦尔登湖的心。无论什么，都比不上生命的起源，生长的乐土。那宁静、欢畅和自在的水，一滴滴，如同流淌在自己身体里的血液。

发自内心的爱，是大自然的音乐。

**教师分享读书心得体会篇六**

《隋唐演义》这本书讲述了从南北朝末期到隋唐时期发生的朝代更替故事。

在南北朝末期，隋朝开国皇帝杨坚四处攻打其他政权，所向披靡，一统天下，隋朝成了继秦朝以后第一个一统天下的朝代。隋朝的建立，标志着天下进入了稳定繁荣富强的时代。

可是，朝代总是不会永久存在的。杨坚的儿子杨广登基后，表现得无比昏庸：修大运河、加税、攻打高丽(现在的朝鲜韩国带)······致使百姓苦不堪言，被逼迫得造起了反。天下大乱，十八路反王逐鹿中原。可此时，杨广竟然还不知道，仍在游玩作乐!

后来，隋朝的大臣李渊也起兵反隋。这时的朝廷已经乌烟瘴气，就像没有生命的皮球，任意地让人们踢来踢去。终于，李渊成功地\_了隋朝，建立了一个新的朝代——唐朝。不久后，李世民发动玄武门兵变，杀死自己的兄弟李建成和李元吉，逼迫李渊退位，自己登基，登基后励精图治，将唐朝治理得无比繁荣，史称贞观之治，成为了名垂青史的一代明君。

读了这本书，我明白了两点。一是统治者决定成败，如果杨坚当时不选杨广当接班人，隋朝也不会落得如此下场。如果杨广当时以黎民社稷为重，不推行苛政，隋朝也不会这么短命。

第二，谋略决定成败，如果李渊当时还是忠心耿耿地跟随杨广，那么，他也会成为一个在战乱中被杀死、无人顾及的普通大臣，起兵反隋，难道不是他经过深思熟虑，作出的正确决定么?

**教师分享读书心得体会篇七**

我想，我们大多数人读完之后都会找到一些自己的影子，反正我就感觉他就是我的一个极端，只是我没有胆量把它变成现实。

虽然这本书读起来很怪诞，但是我觉得他的目的和主旨都是很明显的，那就是还我们的生活一片绿油油的麦田。朴实的麦田，微风吹过可以泛起绿色波浪的麦田。

我们都在伪装着生活。就像演戏一样，其实现实比电影更富有戏剧性，真正的我们才是演员。我们的检测技术越来越好，地图越来精确，你可以在大洋彼岸看清我手里拿着的冰激凌是什么牌子的，可以看清我脸上的痣，可是我们的心还真的是很远，我们素不相识。能把两个素不相识的人联系在一起的最典型的东西我只能想起战争，我们拿枪把另一个人的头打爆。

黑暗里更容易感到害怕，因为我们看不清周围的东西，我们的伪装就是让别人看不清我们，让别人害怕进而保护我们自己。霍尔顿多次提到他孤独寂寞的要命，人怕孤独，怕的要死。我们生来有一种被奴役的天性，我们幻想着隐居的生活，认为那是神仙的生活，可待到当真让我们自己一个人在孤岛上呆着的时候，我们却要天天盼着有船来把我们带走。有人说“孤独，是一个人的狂欢，狂欢，是一群人的孤独。”可是那是因为我们孤独的时间不够长，假设有足够的时间，我们会疯的，一定会的。

做人很累，是因为在别人面前活得累。其实，我们每个人都是很羞涩的，本质上没有什么区别，无论是在万人礼堂里滔滔不绝的演说家还是在只有两个人的寝室里面，两个人就够了，两个人就足以让你羞涩。让你披着一张皮生活。比如在小说里写老斯宾塞抠鼻子，比如当你确定那个人确实今天不回来睡觉，你想睡他的床之前却还是要问别人一句“他今天回来吗?”

有一次在餐厅吃饭，一个同学的拉面被另一个同学碰翻了，然后我就看他们的两个的神情，被撞的那一个低着头红着脸只看着自己撒了一地的汤，撞人的那个则红着脸一面说对不起一面用手很不自然的摸着自己的后脑勺，我看完之后就只有一种想法，就是想让这个餐厅里的人在最短的时间内全都滚蛋。这样他们就不会感觉很窘。其实，我们也真不大注意他们究竟是怎么解决的，可是他们就以为整个餐厅的人都在看着他们，看着他们该怎么办，然后再把他们两个品头论足一番。

所谓我们所固守的那些所谓的规矩，就是纯粹和自己开玩笑，跟耍猴儿似的，悲哀的是我们真会因为别人做错了位置而不高兴，会因为别人没有朝你笑而朝另一个人笑了就抱怨怠慢了你。我们做这么多繁琐的规矩到底有没有用，我们为什么这么在乎我们这张脸。它能带给我们什么，满足感?欺骗自己感觉很满足吗，还是被别人欺骗很满足?

说起来我们都是很自大的，我们疯狂的爱着自己，也以为别人也疯狂的在乎着我们。我们最相信的永远是自己的看法，别人的再好我们也会找出一两个缺点来的，就算最后实在被证明我们实在是错了，心里反正是很不好受的。

你我都成了表面上的朋友，实际上，我们和周围的一切都在对立着，虎视眈眈的。想一想，我们身边有几个朋友，几个真正懂你的人，几个你想去懂的人。我们一面将自己全副武装，一面拿一把剑，瞅着别人有个地方露在外面，我们便刺过去，直到别人也都全副武装，任何人的拥抱都隔着冰冷的金属，成了冰冷的拥抱。

有朝一日，我们能交给孩子的是怎么样让别人伤害不了自己，怎样在别人打过来一拳还过去一脚，生存的意义在于不受伤害。我们便再也没有了精力去干别的事了。

如果说人生是一场比赛，那么对手只应该是自己才对，可是我们拼命的爱着自己，并且感觉我们周围的任何一个人都会影响我们的幸福，而我们总想做那个最幸福的，于是，我们便总想证明别人没有我们幸福。所以，但凡别人遭了殃，我们看着只是一种快感，悲伤，也成了一种快感，我们会一边嘴里说着“这小孩真可怜，以后可怎么办呢”，但是实际上我们正在大嚼着他的痛苦，然后心里庆幸，“唉，幸亏不是我，我比他幸运多了”。

这个世界似乎也是充满了臭烘烘的味道，我们前进的路上好像挤满了人，一点空间都没有，要想往前边去，就要非把别人挤到后边去不行，我们活的太拥挤了。大家都不肯留出一点点空间来，因为害怕别人会抢占那份空间。我们全体都在麻木的被拽着朝一个方向走，当有一个人举起了反面的旗帜，我们便会齐心协力把他踩死。大多数人在一起，就是一群暴力。

我们的世界成了一个个孤立的高耸入云的山峰，我们在不同的峰顶上，彼此都看不见对方了却还在比着谁站的更高。我们拼命的和别人争，等到把别人统统踩在脚底下，当我们独自一人登上那铺着积雪的山峰顶上的时候，我们才痛苦地有时间去想一想，我们到底得到了什么，荣誉，至高无上的荣誉，可是当偌大的宫廷里面只有我们自己时，那荣誉还有什么意义呢，我们的荣誉我们的威严是为了给别人看而已。我们给自己留下了什么东西?只有漫无边际的寂寞。

霍尔顿谎话连篇，可是所有人都吃这一套。我们会苦口婆心的自以为是让别人理智些，可是我们自己理智吗，我们难道不是时时刻刻在撒谎吗，给别人撒慌，也帮着别人欺骗自己吗?到底我们谁是正常的人，谁又是真正撒谎的人。我们真的很可怜，整个世界就好像是一个巨大的\_，我们说谎话，别人也明白这是谎话，但却是真真地喜欢的要命。更为可怕的是，我们还要告诉我们的孩子们要他们说谎，让他们融入说谎的大潮流中。

我们可怜好些人，可是真正可怜的是我们自己。我们圆滑的要死，同时会用身不由己来为自己开脱这种虚伪，可是正是我们的一次次所谓的身不由己使得我们自己，我们的孩子生活在谎言之中，有时候想想也挺好笑的，我们为什么说谎，是为了取悦于人然后自己好办事吗?可是我们为什么会因为别人说你一句恭维的话还这么受用呢?我们是说谎者同时是听谎言者。这不是自欺欺人吗?

你可能会说实际中你就是要这样说才礼貌，生活需要技巧，需要艺术，可这是礼貌吗，是欺骗而已。一开始是谁规定我们对别人说好话是尊重?人的尊严到底是个什么东西，需要用谎言去支撑吗?我觉得真实比心里舒服重要的多，还是一个老问题，如果你这一辈子生活在一个谎言之中，直到你死了也不知道，在别人看来你很快乐的过着。你愿意吗?我反正是绝对不会愿意的，我宁愿要一个痛苦的经历。至少，他是真实的，知道被欺骗了的感觉总是不好的。

从一定程度上，我们成了一群奴隶，钱的奴隶，自己这张脸的奴隶。我们应该时不时的对金钱表示一下厌恶才对，有朝一日天上会掉下钱来，我想我会恶心死的。可能很多人会认为我用着金钱又说鄙视金钱的风凉话，对，是的，我离不开它，但它仅仅是一个工具。决不能让金钱冲昏了自己的头脑。我相信我们真正需要的东西绝对不是金钱，金钱是人创造的，人应该追求自己创造了的东西吗?我们真正需要的是精神上的安宁，因为真正能够收放自如的东西是思想的精神，而它恰恰能带给我们——自由。

我们真是太看的起自己了，还真把自己当做主人了，还真是，自以为是的家伙。本来人类的命运我不该操心，可是我会忍不住想，我们会以什么形式结束自己的旅程，很可能是自己毁灭自己。我就觉得现在西医独大将是一个大大的错误，我一直感觉西方人的办法好笨，非要将自己贬低到机器的程度，把大自然的恩赐当做是一部机器，身上的各个部分只是一个个简单的零件而已，人类确实是很自大的，以为自然界不过如此，认为她只不过是一部大的机器而已，我相信总有一天上帝会让我们知道，人类，不过如此。

人类是有自己的局限性的，我们永远也脱离不了自己的局限性，任意的让你的想象力驰骋吧，撒开欢儿跑吧，最终你还会是局限在你的思维里面。宇宙外面是什么，这句话本来就很幼稚，因为这还是一种空间概念。就像火箭永远有一个极限速度一样，我们永远也超越不了某些东西，比如说思想。

“一个不成熟男子的标志是他愿意为某种事业英勇地死去，一个成熟男子的标志是他愿意为某种事业卑贱地活着”成熟是个什么东西，在我看来，成熟只是别人对我们的一种态度，是为别人的，不是为自己的。我们什么时候能为我们自己造出个概念?有的只是自我，自私，自大，自恋吗?大家都要求我们为别人着想，你为他着想，他为你着想，可是到最后我们并没有为别人着想，反而老是感觉自己亏了，私底下拼命的补偿自己。真是很虚伪，就像两个人都不自信，可到最后，这个人对另一个人说我相信你，另一个人对这个人说我相信你，难道这两个人就会自信吗?我们连自己都还不明白自己，更何谈明白别人，更何谈要感化别人让别人理智?

我们是失踪了，我们没有有信仰，有的只是丛林一般的法则，大家都在狂奔，但是没有方向，我们一生都在追求自由，可结果却缠的身上满是锁链。我们有太多放不下的东西，我们自己给自己带上脚镣，并逼着自己喜欢跳带着脚镣的舞蹈。

有谁在想着为自己设计一条锁链?可是我们带着的是别人给我们设计的，其实都一样。你锁住了我，我锁住了你。

我们到底应该怎么样活着，我的态度是要认认真真地活着，生活没有那么多调侃，也没有那么都废话。我们过一秒钟少一秒钟，我们来到这个世界上的第一秒，便是我们失去的第一秒。没有那么多的时间浪费在谎话连篇上面，浪费在欺骗上面，浪费在知识的垃圾里面。有的人一半的时间在镜子面前度过，却重来没有好好看看自己是什么样子。好的是我们有镜子照照自己的脸，坏的是没有镜子能照照自己的心灵。

真希望我们能正经起来，好好的活。

**教师分享读书心得体会篇八**

“书”这个奇妙的东西。常常把我带入快乐的巅峰，奇妙的境界，有时又把我推到恐怖的深渊，灵魂的深处，我为它着迷，为它疯狂，曾几何时，我已置身书海，竟也无法自拔。

最开始接触书本，应该是读幼儿园时，爸爸给买了一本《幼儿启蒙书刊》，我看着那些精美的插图，一知半解地读着那些简单的文字，渐渐地明白了保卫祖国的是解放军叔叔，白衣天使是护士阿姨，给我生命的是妈妈，身上白一块儿，黑一块儿的是大熊猫，就这样，书籍吸引了我。

一缕书香悄然无声地潜入了我的生命，慢慢散开来。

时光飞快流逝，瞬间，我已积累了不少知识，认识了不少汉字。更广泛的读书，那时，最吸引我的还是童话类书籍，书里充满了欢乐的文字，梦幻的场境，在现实生活中不可能出现的事情，通通出现在童话故事里。从而，我知道了丑小鸭变成了白天鹅的辛酸过程，卖火柴的小女孩的悲惨结局……所有故事都充满悲伤、欢乐、笑容、泪水，所有人物都有坎坷的经历。我还认识了伟大的童话作家——安徒生。了解了他贫困的家境，痛苦的童年，感慨道：也只有像安徒生一样经历过一生的酸甜苦辣的人才能写出如此美丽的童话啊!

暑假时，偶然见到姐姐桌上摆着一本《古诗三百首》，我饶有兴趣地翻开读了一首李白的《望庐山瀑布》，顿时就体会到了瀑布的雄伟壮观，尤其是读到最后那句“飞流直下三千尺，疑是银河落九天。”我的内心振憾了，诗人把天上的银河向人间流下来和瀑布在一块儿作比较。可想而知，那是多么神奇的场面啊!我明白了，读诗就是要用心感受，感受诗人所描绘的意境。要用心感悟，感悟诗人所表达的情怀，吐露的心声。那种感觉就像在和李清照在小船上对饮，在王昌龄所描述的沙战中征战，就算兵器割伤手腕，鲜血淌出来那也是骄傲的腥味!

当然，我的“书史”也并不是一帆风顺的，中间也有一些插曲的，就拿算严重的一次来说吧!那是偶然的一次，我在书店见到五元钱一本的漫画书，我便买了一本，可谁知，一看就入迷了，一连天都漫画不离手，把那些《老人与海》、《童年》……这类的书扔在一边没看，也没整理，那天，忍不住将漫画带进课堂，被老师劈头盖脸教育一顿后，又被爸妈又打又骂地救醒了，经过那次差点误人歧途的事后，我就再也没看过那类书籍了，我还在书本里学到了，在无边无际的海洋里，鱼龙混杂，我们只有做一只鱼鹰，擦亮我们的双眼“取其精华，去其糟粕。”读好书，读益书。

**教师分享读书心得体会篇九**

早晨，空气清新，手捧一本书，细细的品味“春眠不觉晓，处处闻啼鸟”的生机与活力，清新的感觉不逊于聆听一支悠扬的晨曲。夜静静的，这时坐在灯下阅读一本书，细细的品味“但愿人长久，千里共婵娟”的深邃幽远，美妙的感受要胜过在贝多芬的《月光曲》中徜徉。

读一本好书胜交十个好友。许多有名的作家，无不博览群书，和书籍有着深厚的友谊。好书固然有益，但选择尤为重要。古语云：“染于苍则苍，染于黄泽黄。学会选择，择其善而佳责以读之。此外，读书的方法也很讲究，歌德曾说：“经验丰富的人读书用两只眼睛，一只眼睛看到纸面上的话，另一眼睛看到纸的背面”这告诉我们，边度边思考才是最有效的读书方法。

同学们，我们读书不再是因“书中自有颜如王，书中自有黄金屋”;也不再是“光耀门楣”，更不是为了“敲开官府的大门”;只是为了再度震响那一声“为中华之崛起而读书”!

我在读书时，很少有太多的杂念，只知道，什么是好的，什么是不好的;什么可以做的，什么不可以做。于是，读书人的心，就像六月的晴空，一碧如洗;有时也会飘来几片雨云，不免洒下晶莹剔透的雨滴。

如果我们的生活中缺少了书籍，就好像白天没有阳光，鸟儿没有翅膀。书籍如一股清泉滋润着我。眼睛因书而纯明，心灵因书籍而澄清，品德因书籍而高尚，灵魂因书籍而明净。正如柯灵所说：“书是我的良友，他给我一把金钥匙，诱导我打开浅短的视线、愚昧的头脑、闭塞的心灵。它从不吝啬对我的帮助。”

有人说：“好书仿佛人生四季，或恬淡如春，或激情似夏，或充实如秋，或静思如冬，伴看怡的墨香，按响智慧的心曲。”赫兹利特说：“书籍深透人心，诗随血液循环。少小所读，至老永记。书中所言他人之事，却使我们如同心历其境。无论如何，好书无烦倾尽其囊便可得之，而我们的呼吸也充满了书香之气。”而我觉得好书如友，它是一种态度，是一种人生，是一种所得，更是一种幸福。

读书，会让青春岁月更充实;读书会让青春激情更热烈。所以，我在这里呼吁：“亲爱的同学们，拿起你手中的书吧，让你的青春更辉煌，让你的人生更美丽!”

**教师分享读书心得体会篇十**

人们常说“父爱如山，母爱如海。”在这个假期里，我读了一本好书——《了不起的狐狸爸爸》，再一次证实了这句话。

《了不起的狐狸爸爸》这本书主要讲了博吉斯、邦斯和比恩这三个最卑鄙、最小气的人，他们憎恨狐狸先生，决定把他全家除掉。于是，三个人拿着一枪一阴险地等在狐狸先生的洞外，但狐狸先生为了保护一家想出对付他们的妙计!最终，通过狐狸先生的聪明智慧狐狸一家获救了。

狐狸一家为什么能成功呢?因为有了狐狸先生;因为有了狐狸先生的智慧;更因为有了狐狸先生保护家人的责任感!狐狸先生作为一家之主，作为小狐狸的爸爸，他肩负起保护全家、摆脱困境的重任。有一次，狐狸爸爸为了给孩子找吃的，他打算到富人家去偷鸡吃。正当他侦察是否有敌人之时，只听“嘭”一声，狐狸先生的尾巴被富人家的一枪一打断了。可他毫无退缩，最后把鸡偷回来了，一家大小终于能把肚子填饱了。

其实，世上的父母都是这样，为了孩子、为了家庭，他们会无私地奉献自己的所有!读着读着，让我想起了六岁那年的冬天：

在一个寒冷的夜晚，我冷得缩成一一团一，藏进被窝里还瑟瑟发一抖。手呢，早已冷得僵硬了，像冰块儿似的。于是妈妈一会儿让我把手伸进她的袖子里头，一会儿让我把手伸到她的脖子里，一股暖流从妈妈体内顺着我的手流进我的血液，涌上我的心头。可当我高兴地握着妈妈双手时却发现妈妈原本那温暖的双手渐渐地，渐渐地变得又冰又冷了，手里、脸上渐渐地出现了鸡皮疙瘩，那鸡皮疙瘩从无到有，从稀疏到密集，最后布满整个手臂、整个脸皮!看着妈妈那勉强的笑容，我知道这就是我们常说的伟大的母爱!

就像歌里唱的一样“天下的爸妈都是一样的\'，哦!天下的爸妈都是一样的……”，他们都像书中的狐狸爸爸那样，永远地爱着自己的孩子，他们为了自己的孩子能更加健康、更加快乐、更加优秀，而默默地付出，他们真了不起!

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找