

心中力量心得体会(大全9篇)

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来看看吧。

心中力量心得体会篇一

“书籍是天空中伟大的太阳，它那万道光芒投下了生命，投下了力量”！俗话说：“书中自有颜如玉，书中自有黄金屋”。获取知识的最好的途径就是多读书，读好书。以读书启迪智慧，用智慧润泽心灵，在读书中我们感悟人生，感受生命的伟大，启迪自己的智慧。

人生这本书可能不像小说那样情节跌宕起伏，也不像散文那样优美深刻，不像诗歌那样抽象晦涩，它的内容只是些平凡的人和事，甚至平淡得如一杯白开水。但只要你细细品读，这杯“白开水”会变成一杯香醇的美酒，令人回味无穷。

品读人生，要先学会品读他人。人生中的每一位朋友，师长，甚至是每一位过客，都能给我们有益的启迪。只要善于品读，每个人都能给人启迪，哪怕是无家可归的乞丐，也能让人感受到他对生活的乐观和对生活的热爱。品读他人，是一种沟通是一种学习。

品读人生，要学会品读失败和痛苦。爱迪生品读那一千多次失败，最终成功地发明电灯；失败与痛苦是一种磨砺，一种考验，让真金在火炼中焕发光彩，让凤凰在浴火中涅槃。品读失败与痛苦，不仅是品读失败的教训，更是一种敢于面对的勇气。品读失败与痛苦，是一种面对是一种感悟，是从失败中获取教训。

品读人生，还要学习品读成功与喜悦。人生道路中既有荆棘也有鲜花，品读成功与喜悦，是让人学会珍惜，珍惜来之不易的成功，更要珍惜眼前的幸福，同时，也让人学会进取，不止步，不满足，向更高的高峰发起冲击。现在生活条件大有改善，幸福感却大幅降低，为什么？因为现代人忘记了品读喜悦，忘记了珍惜幸福。品读成功，正确认识了成功，才有了更大的成就。品读成功与喜悦，是一种品味，更是一种超越。

人生如一本厚厚的大书，等待着人们亲手去书写，也等待着人们细细去阅读、去品味。读出的是忠诚，悟出的是伟岸。其中的每一句笑容与泪水，每一句成功与失败，都会在反复品读中不断润色，不断美化，成为颗颗璀璨的珍珠，成为我们毕生的宝藏。因为读书，因为感悟，心灵才得以升华，生命才得以升华。

如今我们生活在一个知识爆炸的时代，不读书、不学习，就会被时代淘汰。作为一名称职的教师，要想把工作优质高效地完成，工作要扎扎实实，点点滴滴，任何包装、宣传，都不能替代一天天熏陶，一本本作业，一句句话语。更要珍惜这宝贵的学习机会，认真读书、开阔视野，静下心来研究学问，静下心来读几本书，静下心来总结规律，静下心来反思自己的言行和方式，以便更好地超越自己；静下心来细细地品味与学生在一起的分分秒秒；静下心来备好每一堂课，批改每一本作业，读几本好书，总结一下自己的不足，品尝作为老师的乐趣。何乐而不为呢？乐趣自然在其中，生活的意义也在其中。读一本好书，我们就多一次与智者交流，读一本好书，我们就少一次鲁莽与困惑。我们都渴望人生精彩，我们都渴望生命的每一个阶段成功做人。面对复杂的社会，面对多元的知识，让我们努力多读书，多感悟，用理智摆渡人生。静下心来，受益的是学生，受益的是你身边的每一个人，但最终受益的还是你自己。

读书，是一条河流，穿过我们的生命，一点一点地给我们滋养，我们要在读书中感悟人生，充实人生。读书是一种心灵

的活动，是吸纳知识、陶冶情操、增长才干的过程。读书让人生永不听任命运的摆布，把握自己，执着地走向梦想的天堂。坚持好读书、读好书，才能真正实现读书好。做一个读书人，就是做一个幸福的人。

读书是一种清福，这种境界被吴延康说得直白：“读书身健即是福，种树开花亦是缘。”好一个读书人，好一片读书的心境。我们不是哲学家，能从一滴水中看世界，从一朵花中参悟人生，但我们可以像吴延康这样，静静地做个读书人，在一片芸芸众生里感悟人生收获快乐。学无止境，只有坚持不懈的充实自我，提升自我，完善自我，超越自我，才能更好地完成教书育人的神圣使命！

人生因阅读而美丽，民族因阅读而兴旺，国家因阅读而富强，让我们共同携手，为成就事业读好书，为建设祖国读好书，为奉献世界读好书，让我们在书香中感受生活的美好，让书香伴随着我们，为建设富裕、文明、秀美、健康、和谐的社会而努力奋斗！

让我们爱读书吧！拥有书，我们就拥有了整个世界，拥有书，我们就拥有了美好的明天！

心中力量心得体会篇二

观看电影、电视剧和纪录片是我们日常生活中的一部分，如今随着互联网和流媒体平台的普及，观看媒体内容的方式越来越多样化。无论是娱乐性的电影电视作品，还是引人思考的纪录片，观看力量都不容小觑。通过观看，我们能够获得知识，体会情感，扩大眼界，思考人生。在这篇文章中，我将分享我对观看力量的一些体会和心得。

首先，观看能够为我们提供丰富的知识和信息。当我们观看纪录片时，我们可以了解到全球范围内的社会问题、历史事件以及各种文化。无论是关于环境保护、动物保护、贫困问

题还是战争历史、人权问题，纪录片都能够给我们提供深入了解的机会。通过观看这些内容，我们能够拓宽视野，增加对各种问题的认知。媒体的力量在于它们能够将信息直观地呈现给观众，使我们能够更好地理解和思考。

其次，观看也是一种情感的宣泄和共鸣。当我们观看电影或电视剧时，我们能够深入人物的内心世界，与他们一起经历各种情绪和体验。无论是喜怒哀乐，观看可以让我们投射自己的情感并与剧中角色共鸣。当我们看到主人公克服困难、追求梦想的故事时，我们可以从中得到勇气和动力；当我们看到角色面对挫折和坎坷时，我们也能够在心理上给予他们支持和鼓励。观看电影、电视剧让我们能够释放自己的情感，与虚拟世界中的人物建立起一种心理上的联系。

第三，观看对于认识自己和他人也有着重要的作用。在人物的塑造和剧情的展开中，我们能够观察到不同人物的性格特点和行为方式。通过对人物的思考和观察，我们可以对人性有更深入的了解。观看也有助于培养我们的同理心和理解力。当我们看到某个角色在电影中经历了艰辛，或者经历了与我们类似的情感挣扎时，我们能够站在他们的角度去理解他们的感受和行为。这样的体验能够帮助我们更好地理解自己和他人。

第四，观看还可以成为我们思考人生的一种方式。当我们观看含有深层含义的电影或纪录片时，我们往往会被导演或者纪录片制片人的观点和想法所触动。这些作品往往能够提出各种哲学性的问题，引发我们对生命、意义、幸福等话题的思考。观看可以给我们带来许多未曾想到的新思路和观点，激发我们的思考潜能。通过观看，我们能够对自己和周围世界有更深入思考，进而找到自己生活的看法和态度。

最后，观看力量还可以成为我们娱乐和放松的一种方式。在繁忙的生活中，观看电影、电视剧和纪录片可以帮助我们放松心情，暂时摆脱日常生活的压力。与朋友或家人一起观看，

也可以成为共同的娱乐活动，增进彼此的感情。观看力量除了能给我们带来思考和启发，更重要的是，它能够给我们带来欢乐和愉悦。

总而言之，观看力量是一个巨大而有趣的领域。通过观看电影、电视剧和纪录片，我们能够获得知识，体验情感，认识自己和他人，并且思考人生。它不仅是娱乐和放松的一种方式，更是一种启发和引导我们思考的力量。在如今文化多样性的时代，我们应该充分利用这个力量，通过观看丰富多样的媒体内容，发展自己的思维和眼界。让我们一起打开手机或者电视，开启观看的旅程吧！

心中力量心得体会篇三

爱心是冬日里的一缕阳光，驱散了凛冽的寒霜；爱心是久旱后的一场甘霖，滋润了龟裂的心田；爱心是汪洋中的一个航标，指明了新生的希望。今天，我们蚌山小学小记者在段老师的带领下去看了一部非常有趣的电影《绿毛怪格林奇》，影片主要介绍了主角——绿毛怪格林奇，因为他是一个孤独的人，只是因为不喜欢圣诞节，为了不让人们过圣诞，他偷走了所有的礼物，最后还是被一个纯真的小孩所融化，使他那颗冰冷、冷漠的心重新焕发出新的活力。

整个影片中，我发现有一个比较精彩的片段：格林奇在一个漆黑的夜晚，偷偷地溜进了大家的家中，用神奇的钩子钩走了大家的圣诞礼物，为了偷走大家的礼物，他煞费苦心的带来许多神奇的“作案工具”，如使用了高科技的伸缩弹簧鞋、伸缩梯子、糖果炮弹等，为了让大家都不能开心地过圣诞，他还用飞镖摧毁了圣诞树。后来，格林奇在偷礼物的过程中不小心失足掉到了悬崖下，在命悬一线的关键时刻是麦克斯用绳子救了他，为了表示自己的悔过和感恩，他把礼物如数奉还给了大家。他把自己封闭起来，不去交朋友，他自己很孤独，也想让大家都不开心，他的心里是不健康的、不光明的。我认为他应该敞开心扉的去融入到集体中，自己在接受

别人的同时也让大家都接受他，有困难大家一起想办法去解决，因为集体的力量是强大的，“爱”是可以包容一切的。

故事中还有一个精彩的部分：格林奇为了抓住一头驯鹿，他也是绞尽了脑汁，他把自己埋在土里，头上伪装了一些青草，驯鹿经过时先是闻了闻，以为是真正的青草，所以驯鹿就放心的吃了起来，冷不防格林奇突然迅速跳起来，用绳子套住了鹿角，这样顺利的捕获了驯鹿，这时可以看出格林奇非常智慧，如果他能改掉少做坏事多做好事的坏毛病，把聪明的点子多放在如何克制自己的情绪、如何多帮助大家的思想就非常完美了。

整部影片非常精彩，扣人心弦，我的体会是：做任何事不能以自己为中心，多考虑大家的感受；自己心胸要开阔一点，多融入集体；不能以损害别人的利益为目的，多做有益于别人的事情。知错就改，就会交到许多知心朋友。

这部影片看起来非常有趣，同时我也正真的感受到了“爱”的神奇力量，是感化与包容。