

# 最新读人性的弱点心得体会感悟(大全5篇)

心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。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。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。

## 读人性的弱点心得体会感悟篇一

读人性的弱点心得体会要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的读人性的弱点心得体会样本能让你事半功倍，下面分享【读人性的弱点心得体会优秀7篇】，供你选择借鉴。

这段时间读了卡耐基的《人性的弱点》，让我受益匪浅。在这样深夜，读这样的书，像是在品尝一场美味的人生盛宴，自得其乐。要将这种感觉说出来，还真是只可意会、不可言传了。它就像一面镜子，帮助我认识自我，了解自我，从而完善自我，驾驭自我，成为一个善于经营自己生活的成功者。漫漫人生路，它让我在看清来路的同时，更清楚自己在面对怎样的未来。

“真诚地欣赏与赞美他人”是我读完此书最深的感触。这本书，读一遍，只能了解一下大概，必须多读几遍，用心去体会其含义，所谓“知己知彼，百战不殆”，战场上如此，生活中亦然。一个了解对方更了解自己的人才可以在生活中游刃有余，立于不败之地。《人性的弱点》是卡耐基思想与事业的精髓，全书通过栩栩如生的故事和通俗易懂的原则，从人性本质的角度，挖掘出潜藏在人体内的60大弱点，一个人只有认识自己，不断改造自己才能有所长进，直至成功！

卡耐基写得并不是很深奥的，写的都是平常的小事，但书中

又嵌入了卡耐基的艺术灵魂。他对这些小事作出的反应，是我从未想到过的，使我的心灵受到了震撼，也使我感到自己是那么渺小。世界并不会因为失去卡耐基而停止转动，却因为有了他而转得更好。卡耐基先生以他对人性的洞见，利用大量普通人不断努力取得成功的故事，通过他的演讲和书，唤起无数陷入迷惘者的斗志，激励着我们后人不断取得辉煌的成功。

《人性的弱点》这本书中的提示与建议又有着极强的可操作性，用一句话来概括就是：认清人性中的弱点，当我们办事的时候针对这些弱点下手，就会事半功倍，顺利成功，就可以使我们每一个人在日常的交往中顺利进展；了解了自身的弱点，可以使自己扬长避短，凸现自己的优势，从而建立美好的人生。

《人性的弱点》着一本书是二十世纪最著名的成功学导师：戴尔·卡耐基的著作！这本书汇集了卡耐基的思想精华和最激动人心的资料，是作者最成功的励志经典，无数读者经过阅读和实践书中介绍的各种方法，不仅仅走出困境，有的还成为世人仰慕的杰出人士！我阅读之后，对在社会上该如何待人接事有了更多的了解，其中第二篇的：使人喜欢你的六种方法，最让我受益良多，它的资料与现实社会有着紧密的联系，如实地放映出生活的点点滴滴。

在第一章中，我明白到，并不是所有的人都对你产生兴趣，都会关心你！如果我们只是想使人注意，使人对我们发生兴趣，我们、永远不会有很多真诚的朋友……朋友，真正的朋友，不是那样造成的。例如老总统罗斯福的仆人爱默士说了这样一个故事：有一次，我妻子问总统，美洲鹑鸟是什么样貌？因为她从没有见过鹑鸟，而罗斯福总统不厌其详的告诉了她。过些时候，我家里的电话铃声响了——爱默士和他妻子，住在罗斯福总统牡蛎湾住宅内一所小房子里——我妻子接了电话；原先是总统亲自打来的。罗斯福总统在电话里告诉她，此刻窗外正有一只鹑鸟，如果她向窗外看去，就能够看到了。这样

关心一桩小事情，正是罗斯福总统的特点之一。像这样一位主人，怎样不使佣人们喜爱？谁能不喜欢他呢？所以你要使别人喜欢你，必需遵守的第一条规则是：真诚的对别人发生兴趣。看到那里，我又想到，此刻的人思想过于自私，总以自我为中心，个性太强了，导致有点脱群！人制关系需要整理！

在第二章，如何给人好印象。我看了“一比遗产的妇人”“司华伯”两个事例后，我懂得了微笑能够给人留下好印象！一个人的行动，比他所说的话，更有具体的表现，而人们脸上的微笑，就有这样的表示：“我喜欢你，你使我欢乐，我十分高兴见到你，那么喜欢狗，相信也是同样的原因……你看牠们那么的喜欢跟我们接近，当牠们看到我们时，那股出于自然的高兴，所以人们也就喜欢了牠们。一个微笑虽然是小事，但坚持着并不容易。

在第三章中，你要避免发生麻烦，就请这样做！罗斯福总统明白一种最简单、最明显、而又是最重要的如何获得好感的方法，就是记住对方的姓名，使别人感到自我很重要……可是，在我们之间，又有多少人能这样做？当别人介绍一个陌生人跟我们认识，虽有几分钟的谈话，临走时已把对方的姓名忘得干干净净。我觉得能记住你所接触到的每一个人的名字，是一种基本的礼貌，也是一种对别人的尊重。

在第四章中，如何养成优美而得人好感的谈吐。只谈论自我的人，永远只为自我设想，而“只为自我设想的人”……哥伦比亚大学校长白德勒博士，他以往这样说过：这种人是无药可救的，没有受过教育的！”白德勒博士又说：“无论他曾理解过什么样的教育，仍然跟没有受过教育一样。”需要记住：跟你说话的人，对他自我来讲，他的需要、他的问题，比你的问题要重要上百倍。他的牙痛，对他来讲，要比发生天灾死了数百万人还重要得多。他注意自我头上一个小疮愈，比注意发生一椿大地震还来得多。所以，你如果要别人喜欢你，第四项原则是：做一个善于静听的人，鼓励别人谈谈他们自我。

第五，第六章是如何使人感到兴趣，如何使人很快的喜欢你。我认为要让别人很快的喜欢你，首先就要产生兴趣！兴趣都没有，又如何谈喜欢呢？所以在日常的交谈中必须要尊重别人的发言！若想别人对你感兴趣，首先你要关心别人，不要一意孤行，这样从感兴趣到喜欢就会得到很快的升级。

《人性的弱点》这本书能够当成是块镜子，你经过阅读它，就会发现你自身的弱点，它指出了你的在言行举止上的不雅之处！所以我阅读之后，使自我的不礼貌用语，不雅举止得到更正，也许有人认为这是微不足道的小节，可是正是这不可忽略的细节能够决定一切！正所谓细节能够决定成败！阅读了卡耐基这本书后，使我在思想上，精神上得到更新，有利于在社会上得到更好的发展！

我用了几天的时间拜读了戴尔卡耐基先生的《人性的弱点》，让我受益匪浅。细细品读，像是在品尝一场美味的人生盛宴，自得其乐。虽然仅仅是匆忙一瞥，但依然被卡耐基先生的智慧所折服，似乎这已不仅仅是一本书，而是凝聚无数经验教训而成的处世哲学，处处散发着智慧的光芒。它就像一面镜子，让我自我认识，自我了解，从而自我完善，自我驾驭，使我能够更美好的经营自己的生活。

“真诚地欣赏与赞美他人”是我读完此书最深的感触。这本书，读一遍，只能了解一下大概，必须多读几遍，用心去体会其含义，所谓“知己知彼，百战不殆”，战场上如此，生活中亦然。一个了解对方更了解自己的人才可以在生活中游刃有余，立于不败之地。

在书中，作者谈到了我们在生活、工作中要学会真诚的赞赏他人。卡耐基说：“天底下只有一种方法可以促使他人去做任何事情——给他想要的东西。”“在你每天的生活之旅中，别忘了为别人留下一点赞美的温馨，这友谊小火花会燃烧友谊的火焰。”是啊！

卡耐基说：“人就是这样，做错事的时候只会怨天尤人，就是不去责怪自己。”也许这句话我们并不陌生，而且经常用到，只是我们将其作了少的改动而已，改动之后就变成了，“他就是这样，做错事的时候只会怨天尤人，就是不去责怪自己。”看似细微的差别，可是差之毫厘，谬以千里。当你用一个手指指着别人说这句话的时候，也许另外的手指正指着你自己！卡耐基一语道破人了这一劣根性。我们总是喜欢高高在上，谈论别人的是非对错，为什么就不能对照他们，审视一下自己呢？别人做的不好时，是否自己做的就完美无暇呢？当你认识到自己也会犯错误的时候，你又会上升到一个高度，总结出一个亘古不变的真理：“人非圣贤，孰能无过？究竟病源是因为人们之间缺少理解和宽容。

卡耐基先生的智慧无疑为我们打开了一扇认知的大门，这不仅仅是对生活哲理的阐述，更是对人性的细细剖析。认清人性的弱点，正视人性的弱点，我们才能更好的完善自己。或许古人所谓的：“知耻而后勇”，就是这个道理吧。

本书是世界上最伟大的成功学家——卡耐基的思想精华和激动人心的内容。读完这本书一定程度上可以使你认清人性中的弱点，而当我们办事的时候针对这些弱点下手，就会有事半功倍的效果，顺利成功。

本书主要包括十大部分的内容，在这里就不一一列举了。只择其一二说说我的想法。

卡耐基说：“要懂得诚实而真诚地赞赏他人。”当有些人对你的赞赏有些违心时，你会乐意接受它吗？或许你会觉得很虚伪吧。同样地，若你并非真心赞赏他人，那么别人也不一定会从你的所谓的“欣赏”当中得到快乐。而赞赏用在不同人的身上所体现的人的品性是不同的，对于弱者的真诚的赞赏，体现的是对于弱者的悲悯和同情，总是为了体现你的大度和慈悲；对于你的竞争对手有发自内心的赞赏，你将是很大了。

其实，这个世界并不缺少美，只是缺少发现美的眼睛而已。当你拥有一双善于发现美的眼睛的时候，你会欣喜，因为这个社会并不是想像当中那么黑暗，社会并非处处传递着见老者摔倒而不扶、农民工取薪不成而跳楼以求得社会的关注等等所体现出的负能量，还传递着“全城寻耳”114小时的正能量。所以，发现生活中的美，去赞赏吧，它会使你拥有快乐的人生。

要做一个善于静听的人，尊重他人的意见，别将自己的意志强加于人。在这个物欲横流的时代，人们拥有浮躁的心已经无可避免，人际关系冷漠司空见惯。一个善于倾听的人至少还有一定的耐性以及一颗平静的心，特别是一个企业的高管，如若听取各方面的意见，加上自身的洞察力和判断力，是不会轻易使公司濒于破产境地的。正所谓“己所不欲，勿施于人”，每个人对任一事物的看法是不同，也正是这样才有多姿多彩的世界，世界的美妙源于它的包容性。试想一下，一个懂得包容的人，懂得及人之所长的人，也应是一个集大成者吧。

切勿模仿他人，发现自我，保持自我，是快乐的秘诀之一。法国作家辛涅科尔说：“对于宇宙，我微不足道，可是对于我自己，我就是一切。”一个快乐的人首先要学会肯定自己，一个对自己都失去信心的人还能赢得别人对你的信赖吗？很明显是不可能的。

发现自我，挖掘出潜能，这时的你是充满爆发力的，去思考，去创造吧，而不是像鲁迅先生所说的“拿来主义”那样，只懂得拿来别人的东西，没有丝毫的创造力，何来的快感呢？保持自我本色吧，不要因为环境变了，你也跟着变，最终迷失了自己。去做自己想做的事，听从你内心的声音，获得更漂亮些吧。

读完这本书，或许其中的道理谁都懂，但能真正实践的有多少人呢？但愿我们都去尝试一下吧。

思想文化的不断积累和沉淀，促进了人类文明的进化。在几千年的人类历史发展长河中，先贤们留下的无数的著作和典故。著作和典故背后的哲理，是历代的思想财富和学术价值，值得人们不断重温、不断理解、不断实践。

近段时间，本人阅读了戴尔卡耐基先生所著的《人性的弱点》一书。这本著作通过分析多个生活故事，从生活故事的本质背后挖掘出多条为人处事的技巧，帮助我们学会应对生活中各种情况，是一本教导我们如何思考、如何行动的书籍。

通过阅读《人性的弱点》这本著作，书中的其中一个观点深深打动了我，这一观点是“真诚地从对方的立场看问题”。书中描述到“要记住，别人也许完全错了，但他们却不这么想。不要指责别人，任何傻子都会那样做，而要尽量了解别人，那才是明智大度、超凡不俗的人应该做的。”。当我阅读了这段文字后，我立即进行沉思，思考我面对别人时，能不能做到尝试了解他人情况，换位思考他人的想法，进一步与他人进行沟通交流。这一观点对我以后的生活和工作将会有重大积极的影响。通过从对方的立场看问题，换位思考对方的想法，从而体会对方的情绪，了解他人的需求，寻求解决的办法。并且本人从事基层工作，常与基层群众进行接触，与群众进行业务交流中，由于群众对新规章制度的不熟悉和历年惯性思维的影响，不时会出现与群众无法沟通理解的情况，本人对这一情况表示十分苦闷。阅读了《人性的弱点》这本著作后，本人通过学习“真诚地从对方的立场看问题”这一观点，上述情况得到缓解的办法，本人可以从群众的立场看待业务问题，通过换位思考群众的想法，了解群众的难处，从群众的角度解释本人的工作内容和业务特性，指引群众了解新规章制度，跳出惯性思维来了解事件情况，这样做不但能有效地完成业务工作，而且能提高本人的服务质量。

最后，读完《人性的弱点》这本著作，本人学会了一件事“从他人的角度去思考，从对方的立场看问题，如同从自身的立场出发一样”，这样习惯将会成为本人的人生基石。

你如果关心别人，在两个月内所交的朋友，就比一个需要关心他自己的人，在两年内所交的朋友还要多。”这是《人性的弱点》中的一句话。友谊是我们每人都需要的，常言道“团结就是力量”只有在朋友、亲人的帮助下，才能把事情办好，《人性的弱点》就告诉了我们如何赢得朋友建立良好的人际关系。批评和抱怨别人：是啊！批评是危险的，因为常常伤害一个人宝贵的自尊，伤害他的自重感，并激起他的反对。批评所引起的嫉妒，只会降低士气和感情，同时指责的事情也不会有任何改善。

如果是好朋友，适当的建议还是可以，但是态度一定要温和朋友要是和我们意见不和，也要适可而止。看到别人的优点：给予挚诚的赞赏。其实，我们虽然供养我们朋友的生活，但我们对他们的自尊心的关注却太少，而且也不知道给他们以赞赏的语言，而这恰恰是生活的晨曲，将会永远记忆在人们的心灵深处。每个人都喜欢听好话，但不要虚伪和恭维，发现他们的好的一面，给予肯定，这是他们需要的语言。

激发别人内心渴望的要求：如果每人都设身处地的为别人着想，能洞察别人心理的人，永远不会担心自己的前途。首先要把握对方心中最迫切的需要。如果能做到这一点，就可以如鱼得水，否则就办不成任何事。我们常常以“站着说话不腰疼”的态度说别人，其实，我们有没有真正从他们的角度、心情、处境区为他们考虑呢？没有，从来没有，这是人性的弱点把？微笑，是最好的语言：发自内心的微笑，行动胜过言行。

在人类的天性中，最深层的本性就是渴望别人重视。请然我们重视朋友、重视他人，让友谊围绕我们的生活。

你如果关心别人，在两个月内所交的朋友，就比一个需要关心他自己的人，在两年内所交的朋友还要多。”这是《人性的弱点》中的一句话。友谊是我们每人都需要的，常言道“团结就是力量”只有在朋友、亲人的帮助下，才能把事



情办好，《人性的弱点》就告诉了我们如何赢得朋友建立良好的人际关系。批评和抱怨别人：是啊！批评是危险的，因为常常伤害一个人宝贵的自尊，伤害他的自重感，并激起他的反对。批评所引起的嫉妒，只会降低士气和感情，同时指责的事情也不会有任何改善。

如果是好朋友，适当的建议还是可以，但是态度一定要温和朋友要是和我们意见不和，也要适可而止。看到别人的优点：给予挚诚的赞赏。其实，我们虽然供养我们朋友的生活，但我们对他们的自尊心的关注却太少，而且也不知道给他们以赞赏的语言，而这恰恰是生活的晨曲，将会永远记忆在人们的心灵深处。每个人都喜欢听好话，但不要虚伪和恭维，发现他们的好的一面，给予肯定，这是他们需要的语言。

激发别人内心渴望的要求：如果每人都科技设身处地的为别人着想，能洞察别人心理的人，永远不会担心自己的前途。首先要把握对方心中最迫切的需要。如果能做到这一点，就可以如鱼得水，否则就办不成任何事。我们常常以“站着说话不腰疼”的态度说别人，其实，我们有没有真正从他们的角度、心情、处境区为他们考虑呢？没有，从来没有，这是人性的弱点把？微笑，是最好的语言：发自内心的微笑，行动胜过言行。

在人类的天性中，最深层的本性就是渴望别人重视。请然我们重视朋友、重视他人，让友谊围绕我们的生活。

## 读人性的弱点心得体会感悟篇二

这段时间读了卡耐基的《人性的弱点》，让我受益匪浅。在这样深夜，读这样的书，像是在品尝一场美味的人生盛宴，自得其乐。要将这种感觉说出来，还真是只可意会、不可言传了。它就像一面镜子，帮助我认识自我，了解自我，从而完善自我，驾驭自我，成为一个善于经营自己生活的成功者。漫漫人生路，它让我在看清来路的同时，更清楚自己在面对

怎样的未来。

“真诚地欣赏与赞美他人”是我读完此书最深的感触。这本书，读一遍，只能了解一下大概，必须多读几遍，用心去体会其含义，所谓“知己知彼，百战不殆”，战场上如此，生活中亦然。一个了解对方更了解自己的人才可以在生活中游刃有余，立于不败之地。

《人性的弱点》是卡耐基思想与事业的精髓，全书通过栩栩如生的故事和通俗易懂的原则，从人性本质的角度，挖掘出潜藏在人体内的60大弱点，一个人只有认识自己，不断改造自己才能有所长进，直至成功！卡耐基写得并不是很深奥的，写的都是平常的小事，但书中又嵌入了卡耐基的艺术灵魂。他对这些小事作出的反应，是我从未想到过的，使我的心灵受到了震撼，也使我感到自己是那么渺小。世界并不会因为失去卡耐基而停止转动，却因为有了他而转得更好。

卡耐基先生以他对人性的洞见，利用大量普通人不断努力取得成功的故事，通过他的演讲和书，唤起无数陷入迷惘者的斗志，激励着我们后人不断取得辉煌的成功。

《人性的弱点》这本书中的提示与建议又有着极强的可操作性，用一句话来概括就是：认清人性中的弱点，当我们办事的时候针对这些弱点下手，就会事半功倍，顺利成功，就可以使我们每一个人在日常的交往中顺利进展；了解了自身的弱点，可以使自己扬长避短，凸现自己的优势，从而建立美好的人生。

## 人性的弱点读心得体会2

正如书中作者简介介绍在20世纪上半叶的美国，当经济不景气、不平等，战争等恶魔正在磨灭人类追求美好生活的心灵时，卡耐基先生以他对人性的洞见，利用大量普通人不断努力取得成功的故事，通过他的演讲，他的演讲和著作唤起无

数陷入迷惘者的斗志，激励他们取得辉煌的成功。正是这篇简介，使我产生浓厚兴趣想要了解，这里面究竟写了什么，竟会有如此大的力量。

读完卡耐基的作品后，我了解到这里一部教人如何为人处事的书，这部书正好合适即将踏入社会的我们，学会该如何待人做事，不仅有利于提高自己的能力，使我们更好地融入社会，从而获得成功，也有利于融合自己和周围的人的关系，让他人幸福，也让自己幸福。

其实，人与人之间的关系是很微妙的，一个眼神，一句话都会对周围的人产生影响。

例如，面对朋友时，我们应该学会宽容，尤其是当面对朋友的过失时，要存有一颗包容的心，正如卡耐基所说的：“批评不但不会改变事实，反而会招致愤恨。”小心地处理所谓的“批评”。这就是与朋友相处的基本准则之一，不过，在平时面对朋友时，该学会如何真诚地赞赏朋友，每个人都渴望被肯定，被赞赏，当朋友取得成功时，给予最真诚地赞赏，那是很令人感动的。“在你每天的生活之旅中，别忘了为世间留下一点赞美的温馨。这一点小火花会燃烧起友谊的火焰。”卡耐基的这番话真的是直入人心。朋友是我们一生中很重要的一部分，我们应该要珍惜，要懂得该如何对待这难得的友谊。

那么，该如何对待陌生人呢？当我们走进一个团体，走进社会，会遇到各种各样我们不认识的人，那该如何对待呢？其实道理都是相通的，在大家处理同一件事时，必须尊重他个人的意见，友善的对待他人，不要把自己的意见强加于人，因为人人都是平等的，你有你的想法，我也有我的想法，所以只有当大家彼此尊重和友善，才会达成一致解决问题。

“江海之所以能为百谷之王，是因为懂得身处低下，方能成为百谷之王”。这句卡耐基之良言须谨记。

其实，我们也应该要好好地对待自己，而我们首先要做的就是学会喜欢自己，史迈利布兰敦在一本书中写道：“适当程度的‘自爱’对每一个正常人来说，是很健康的表现，为了从事工作或达到某种目标，适度关心自己是必要的。”卡耐基对此也十分肯定。其实，喜欢自己也是一种自信的表现，所以学会喜欢自己是很重要的。

另外，我们应该走出或远离孤单，在现代孤单是一种通病，不管是谁，内心总会在某个时刻，某个时期感到孤独，也许是在离开家乡以后，也许是在亲人离世后，总之不论何时，我们都应努力地向着太阳光，把阴暗留在背后。正如卡耐基所言：“我们若想克服孤寂，就必须远离自怜的阴影，勇敢走入充满光亮的人群，我们要去认识人，去结交新的朋友。”

在《人性的弱点》这一书中，并未直接告诉我们人性有哪些弱点，而是告诉我们该怎么做。其实，那些告诉我们，我们却又做不到的，就是我们人性的弱点，所以，从这本书中，我受益匪浅。

### 人性的弱点读心得体会3

《人性的弱点》是美国“成人教育之父”戴尔·卡耐基所著的，汇集了卡耐基的思想精华和最激动人心的内容，是作者最成功的励志经典，书的唯一目的就是帮助解决所面临的最大问题：如何在日常生活、商务活动与社会交往中与人打交道，并有效地影响他人；如何击败人类的生存之敌——忧虑，以创造一种幸福美好的人生。中国当今时代的人们由于工作，学业压力，也正在处于亚健康状态，忧虑也日益升级，这边书让我看到了很多可以克服忧虑的方法，也给我打开了一扇希望的大门。

本书讲述的背景是20世纪早期，美国经济陷入萧条，战争和贫困导致人们失去了对美好生活的愿望，而卡耐基独辟蹊径

地开创了一套融演讲、推销、为人处世、智能开发于一体的教育方式，他运用社会学和心理学知识，对人性进行了深刻的探讨和分析。他讲述的许多普通人通过奋斗获得成功的真实故事，激励了无数陷入迷茫和困境的人，帮助他们重新找到了自己的人生。

接受卡耐基教育的有社会各界人士，其中不乏军政要员，甚至包括几位美国总统。千千万万的人从卡耐基的教育中获益匪浅。而这本书也是老百姓大众必读的一本书，人不是完美的，因为天性使然，会有瑕疵，会有缺点，而如何更好地有技巧地克服缺点，正确朝着自己的梦想的道路走去，则应该好好地品味这本书啦。

下面通过书中的一则小故事，了解这本书的价值所在。引起疲劳的主要原因之一是倦怠感。下面让我们看看爱丽丝的例子。爱丽丝是个公司职员，一天，她回家时显得精疲力竭、疲惫不堪。她真的是疲惫不堪——头痛、背痛、不想吃饭，只想上床睡觉。经不住母亲一再要求，爱丽丝才坐到餐桌旁……突然，电话铃响了，是男朋友邀她去跳舞！这时爱丽丝的眼睛顿时亮了起来，整个人变得神采飞扬。她冲上楼，换好衣服出门，一直到凌晨3点才回家，她看起来一点也不显得疲倦，而且因兴奋过度而无法入睡。

爱丽丝瞬间的两种截然不同的表现足以说明了某种问题。就在8个小时以内，爱丽丝是不是真像她所显现的那么疲倦不堪呢？当然是的，因为她对工作感到厌倦，抑或对生命也感到厌倦。在我们这个世界上，也许有成千上万个爱丽丝，你或许就是其中之一。情绪上的态度比生理上的操劳更易使人产生疲倦。

从爱丽丝的例子可以看出倦怠感也是人性的弱点，我们正在抱怨这个，抱怨那个，是因为我们对自己正在从事的事情倦怠了，失去了兴趣，自然也失去了动力和活力了。几年前，乔瑟夫·巴马克博士在《心理学档案》发表了一篇实验报告，

阐述了倦怠感是如何导致疲劳的。巴马克博士要几个学生通过一系列枯燥无味的试验，结果学生们都感到不耐烦想瞌睡，并且抱怨头痛、眼睛疲劳、坐立不安，有些人甚至觉得胃不舒服。难道这些都是“想像”出来的？当然不是。这些学生还做了新陈代谢的检测，检测结果表明：当人们感到厌倦的时候，身体血压和氧的消耗量显着降低。而当工作较为有趣和富有吸引力时，代谢现象加速。

能够做自己的事，这种人是幸运的。我们的疲劳往往不是由工作而起，而是由于忧烦、挫折和不满等。比如大学生总是出现焦虑现象，不是因为任务很多，而是因为自己正在做着自己不喜欢的东西，重复一些无法引起激情的事情。无聊地挂着qq打开游戏网页，煲无聊的电视剧，而把一大堆作业仍在一边。等到作业最后期限到了，就抱佛脚了。这种被动的学习更加增加了焦虑感，因此学习更容易焦虑了，我们也变得更加浮躁了。

以上只是书中的其中一个例子，从这本书中，我学到了很多修身养性的学问。我知道每个人都有着自己独特的个性，但却由于现实的残酷，而使个性褪色了，要走向成功，需要改变，更需要改变的勇气，找出自身的不足，肯定自己的闪光点，勇敢去做，这才是我们应当花心思去奋斗的。

被人嘲笑梦想，越有实现的价值！

人性的弱点读心得体会4

早在20世纪中叶，当经济不景气、不平等，战争恶魔正在磨灭人类追求美好生活的心灵时，卡耐基先生以他对人性的洞察，利用大量普通人不断努力取得成功的故事，通过他的演讲和著作唤起无数陷入迷茫的斗志者，激励他们取得辉煌的成功，正如卡耐基先生所言：“一个人的成功，只有15%归结于他的专业知识，还有85%归结于他表达思想、领导他人及唤起他人热情的能力。”

在《人性的弱点》一书中作者阐述了为人之道、处事之理，其中让我印象最深刻的一篇文章名为《将不利因素转化为成功因子》，里面的一个故事一直不断地激励着我。

事情发生在1929年，一个青年到山上去砍伐山胡桃木，他把木材堆在车上，开车回家。忽然一根木条滑了下来，正在他急转弯时，木条卡在了车轴上，他被弹到一个树上，脊椎骨受了伤。双腿从此瘫痪。

当时年轻人才24岁，从那以后，他没有再走过一步路，被认为一辈子要在轮椅上度过。他怨恨命运的作弄，然而随着年岁渐长，他发现抗拒对自己毫无帮助，只不过使自己变得尖酸刻薄。别人都和善礼貌地对我，我起码也应该礼貌和善地回应人家。

十几年过去了，有些人问他觉得那次事件是个不幸吗？他说：“不！我几乎庆幸它的发生。”经历那个震惊和愤恨的阶段，他开始阅读并培养起对文学的嗜好。14年来，他读了1400多本书籍，这些书拓展了他的视野，他的人生比以前所能想象的还要丰富；他也开始欣赏音乐，现在令他感动的交响乐以前只会让他打盹；然而，真正最重大的改变，还是他有了思考的时间。“我一生中第一次，真正用心看世界，并体会其价值，体会到以前努力追求的很多事情都没有真正的价值。”

由于阅读，他开始对政治感兴趣，他研究公共问题，坐在轮椅上发表演说。他开始了解人们，而人们也开始认识他，因为这种努力，他由一位地方政治人物提升到全国性的政治人物。这位传奇人物就是阿尔·史密斯。他曾连任4届纽约州长——当时还没有人拥有这样的纪录。1958年，他当选为民主党总统候选人，取得这样的成绩和他用勤奋弥补缺憾是分不开的。

詹姆斯曾说过：“他们的成功大部分是因为某种缺陷激发了

他们的潜力。”是的，很多成功人士之所以成功，是因为他们具有一种能力，一种将不利因素转化为成功因子的能力，这种能力一般在深处逆境，几乎没有转机时才会被激发出来，林肯如果生张在一个富有的家庭，也许它不可能成为现在还让美国人不能忘记的一位伟大领袖。

人总将面对坎坷，面对失败，但这不是你退缩的理由；人之所以凌驾于其它生物之上，是因为他具有极强的主观能动性，他能去改变一些事物，而不是永远的默默地等待灭亡。人生最重要的不是用你所拥有的来衡量，真正重要的课题是如何从你的损失中获利。这才需要智慧，也才显示出人的上智下愚，命运交给每个人一个酸柠檬，把它做成一杯甜的柠檬汁，这才是我们需要做的，卡耐基先生说过：“真正的快乐不见得是愉悦的，它多是一种胜利。”对，有时候胜利发生在你身上的不幸所铸就的，它本身不值得愉悦，但却锻炼了你。是你得到充实的内心世界，所以只能成为胜利。

还如书名《人性的弱点》一样，人性确实充满弱点，但正因为存在弱点，我们才可能去期待明天会更好，会更完美。

## 人性的弱点读心得体会5

《人性的弱点》自美国的成人教育之父卡耐基，正如书中作者简介介绍在20世纪上半叶的美国，当经济不景气、不平等，战争等恶魔正在磨灭人类追求美好生活的心灵时，卡耐基先生以他对人性的洞见，利用大量普通人不断努力取得成功的故事，通过他的演讲，他的演讲和著作唤起无数陷入迷惘者的斗志，激励他们取得辉煌的成功。正是这篇简介，使我产生浓厚兴趣想要了解，这里面究竟写了什么，竟会有如此大的力量。

读完卡耐基的作品后，我了解到这里一部教人如何为人处事的书，这部书正好合适即将踏入社会的我们，学会该如何待人做事，不仅有利于提高自己的能力，使我们更好地融入社



会，从而获得成功，也有利于融合自己和周围的人的关系，让他人幸福，也让自己幸福。

其实，人与人之间的关系是很微妙的，一个眼神，一句话都会对周围的人产生影响。

例如，面对朋友时，我们应该学会宽容，尤其是当面对朋友的过失时，要存有一颗包容的心，正如卡耐基所说的：“批评不但不会改变事实，反而会招致愤恨。”小心地处理所谓的“批评”。这就是与朋友相处的基本准则之一，不过，在平时面对朋友时，该学会如何真诚地赞赏朋友，每个人都渴望被肯定，被赞赏，当朋友取得成功时，给予最真诚地赞赏，那是很令人感动的。“在你每天的生活之旅中，别忘了为世间留下一点赞美的温馨。这一点小火花会燃烧起友谊的火焰。”卡耐基的这番话真的是直入人心。朋友是我们一生中很重要的一部分，我们应该要珍惜，要懂得该如何对待这难得的友谊。

那么，该如何对待陌生人呢？当我们走进一个团体，走进社会，会遇到各种各样我们不认识的人，那该如何对待呢？其实道理都是相通的，在大家处理同一件事时，必须尊重他个人的意见，友善的对待他人，不要把自己的意见强加于人，因为人人都是平等的，你有你的想法，我也有我的想法，所以只有当大家彼此尊重和友善，才会达成一致解决问题。

### **读人性的弱点心得体会感悟篇三**

最近读了美国“成人教育之父”戴尔·卡耐基所著的《人性的弱点》一书，受益匪浅。其实，选择读这本书的初衷也是因为该书宣称就是要帮助读者解决的面临最大问题：如何在日常生活、商务活动与社会交往中与人打交道，并有效地影响他人；如何击败人类的生存之敌——忧虑，以创造一种幸福美好的人生，如何更好的在生活中变得快乐。

《人性的弱点》集中体现了卡耐基思想与事业的精髓，全书讲述了多个栩栩如生的故事，折射出通俗易懂的原则，以人性本质的视角，剖析潜藏在人身上的六十大弱点。卡耐基在书中并未使用深奥的哲理，描述的全是日常小事，读者应从这些小事中体验卡耐基的艺术灵魂。甚至是，他对这些小事的感悟，是我从未想到过的，我相信，每一个读者都会受到心灵的震撼，这更让我感觉自己是多么渺小。可以说，这个世界离开谁都会正常运转，但有了卡耐基情况就不一样了，他将转得更好。事实胜于雄辩，卡耐基以他特有的人格魅力，通过讲述普通人不断努力取得成功的故事，用文字和演讲的力量，不知唤醒了多少人的斗志，同时还激励着这些人不断实现人生的价值。

读完这本书最深的印象是“真诚地欣赏与赞美他人”这句话。《人性的弱点》一书用大量笔墨讲述我们在生活、工作中要学会真诚的赞赏他人这个道理，卡耐基说：“天底下只有一种方法可以促使他人去做任何事情——给他想要的东西。”“在你每天的生活之旅中，别忘了为世间留下一点赞美的温馨，这友谊小火花会燃烧友谊的火焰。”

工作中，我们经常会碰到和同事意见不合的时候，这时光靠争辩并不能解决问题。确实，当我们听到他人对自己的优点加以称赞之后，再去接受批评，自然会觉得好受一些。所以，如果向说服他人，应当首先从真诚地欣赏和称赞对方开始，辩论、激烈的谈话只会火上浇油，让局势更差。在真诚的赞美后，间接而委婉地提醒对方的错误，要比直接说出来温和的多。如果对方得到了尊重，并且得到了能力的认可，那么就很容易引导了。

卡耐基认为，人往往就是这样，当他做错事的时候就开始怨天尤人，而不从自己身上找原因。也许这句话我们都很熟悉，甚至经常拿它教育别人。这一点，在我们今后的工作生活中一定要加以重视。卡耐基说到，当你用一个手指指着别人说这句话的时候，也许另外的手指正指着你自己！人的这一劣根

性被卡耐基一语道破。人不是生来就有判断力的，一切都是经验来的。如果批评的人开始时谦逊地承认，他自己也不是无可指责的，然后再对被批评者说他烦的错误，似乎就不是十分困难了。

卡耐基在《人性的弱点》一书中写道，清醒地认识到自己的弱点，当我们在工作、生活中针对这些弱点下手，就会取得事半功倍的效果，直至顺利取得成功。读这本书，让我领悟到：人应当认真对待弱点，不论是自己的，还是他人的。比如说，你掌握了他人的弱点，你就清楚与他人交往时应注意什么，进而达到交往中的和谐状态；了解自己的弱点，实践中可以使自己扬长避短，从而创建美好的生活。

我要努力改变我以前不良的思想和言论，以更加平和的态度对待生活、工作。卡耐基在书中说：“不要忘记，快乐并非取决于你是什么人，或你拥有什么，它完全来自于你的思想。”我相信，快乐其实很简单，不在于你拥有什么金钱、地位或名利。

今后，我也要学会喜欢自己，因为卡耐基说要想活的健康、成熟，喜欢自己是必要条件之一。我要每天给自己独处的时间，从而更清楚地认识自己。我们的工作充满了辛劳、疲惫和心痛，自我接受非常重要。为了能使我们喜欢自己，我们必须培养面对自身缺点时的耐心，没有人能达到100%的成功率，期待完美是愚蠢至极的表现，不能苛责自己。有时候，要练习自我放松，培养健康、成熟的个性，这样才能提高人际交往的能力。

随着年龄的增长，我们经历的事情也越来越多。我们通常都很勇敢地去面对生活里那些大的危机，却被一些小事搞的垂头丧气。通过读《人性的弱点》一书，我豁然开朗，人活在世上只有短短数十载，不应该把宝贵的时间浪费在一瞬间就会遗忘的小事上。要想克服因为小事引起的困扰，只要把自己的重心转移一下就可以了，要找到让自己开心一点的想法。

让我们直接去做那些值得做的事情，去做必须做的事情，去经历真正的感情，因为生命如此短暂，不该再在那些无谓的小事上浪费时间。

《人性的弱点》一书让我，让我懂得如何与别人相处，让我学会如何培养成熟的个性，更让我深刻地认识到了生命的意义。这本书就如同一面镜子，照亮自己的人生路，让我们最终不断完善自己、驾驭自己，成为一个生活中的强者。

《人性的弱点》心得体会感悟2

## 读人性的弱点心得体会感悟篇四

读了戴尔卡耐基的《人性的弱点》，我深深地感受到，卡耐基的思维太广阔了，善良的他就像坐在你的面前对你不倦地讲述一个一个身边发生的故事一样。在他说描述的人际关系中，人与人之间的一切能够发生的事，无论是平常的问好、直接的冲突、公事的交涉都简单化、巧妙化，都可以在人均收益的情况下排解，而且不受死板的规则所约束。我想，如果都能如卡耐基所说的去处理你的人生，那简直太完美了。但是看完之后，确实有许多启示，特别是里面的一些小例子，小故事，让人看后受益匪浅。

此书的第五篇《如何更好的说服他人》让我印象深刻，告诉我们首先从称赞与真诚地欣赏他人开始，要间接委婉的指出他人的错误，不要总是责怪别人，先想想自己的错误，以提问的方式来代替命令，要学会激励他人获得成功，给人“戴高帽子”，用鼓励的办法使人改正错误，是对方乐于做你所建议的事。

卡耐基先生说“我们不要去责怪别人，而是要试着去了解他们，这会比批评更加有效。”想想平时我常常会因为学生经常

拖拉、甚至不完成作业而愤怒的喊出：“连作业都不能好好的完成，你还能学好数学么？学习不好，你还有什么出息？……就没有想到孩子的心灵或许在泣血？当孩子出现上课分心、作业质量下降等异常表现后，我也没有真正走进他们，认真去了解原因……“师爱”、“为了学生的发展”、“走进孩子的心灵”……这些时髦的词汇也曾不止一次的读到过，无数次的听过、说过，也努力的实践着，但，却从来没有一次像今天这样真切地、实实在在地感受到它们的存在和意义！《人性的弱点》提到：献出你真诚的赞赏。鱼儿需要食品，你为什么不用同样的赞赏去钓一个人呢？我们都应学会赞赏，去鼓励学生上进。

卡耐基还说“纵使别人犯错，而我们是对的，如果没有为别人保留面子，就会毁了一个人。的确，在大庭广众之下，学生犯错了，你不给面子的大声训斥，会使学生没有面子，学生也不会信服你，如果这时你给了他面子，以后你的一个眼神都会起到效果。保留他人的面子，这是何等重要的问题，而我们却很少会考虑到这个问题，有时只顾一时之气，只想自己，不想别人的感受，导致许多的不愉快，要是能多考虑几分钟，为他人设身处地地想一想，这样就不会产生不愉快的场面了，人与人也会多一份感激和信任。

《人性的弱点》一书中生动简明的例子让我领悟到不少道理，有了这种激情在以后的工作和生活中我会更努力更充实，我想正是因为人性确实充满弱点，人性存在弱点，我们才可能去期待明天会更好，会更完美。

读《人性的弱点》心得体会感悟5

## 读人性的弱点心得体会感悟篇五

“你如果关心别人，在两个月内所交的朋友，就比一个需要

关心他自己的人，在两年之内所交的朋友还要多。”这是《人性的弱点》中的一句话。友谊是我们每人都需要的，常言道“团结就是力量”只有在朋友、亲人的帮助下，才可能把事情办好，《人性的弱点》就告诉了我们如何赢得朋友并建立良好的人际关系。

1、要批评或抱怨别人：是呀！批评是危险的，因为常常伤害一个人宝贵的自尊，伤害他的自重感，并激起他的反抗。批评所引起的嫉妒，只会降低士气和感情，同时指责的事情也不会有任何改善。如果是好朋友，适当的建议还是可以，但态度一定要温和，朋友要是和我们意见不和，也要适可而止。

2、看到别人的优点，给予真挚诚恳的赞赏：其实，我们虽然供养我们的朋友的生活，但我们对他们自尊心的关注却太少，而且也不知道给他们以赞赏的语言，而这恰恰是生活中的晨曲，将会永远记忆在人们的心灵深处。每个人都喜欢听好话，但不要虚伪的恭维，发现他们好的一面，给予肯定，这也是他们需要的语言。

3、激发别人内心强渴望的需求：如果每人都可以设身处地为别人着想，洞察别人心理的人，永远不会担心自己的前途。首先要把握对方心中最迫切的需求。如果能做到这点，就可以如鱼得水，否则就办不成任何事。我们常常以“站着说话不要疼”的态度说别人，其实，我们有没有真正从他们的角度、心情、处境去为他们考虑呢？没有，从来没有。

4、真诚的关心别人：要对他人表示我们的关心，这于其他人际关系是同样的道理；而且我们的这种关心是出自真诚的。这不仅使得付出关心的人会得到相应的回报，而得到这种关心的人也同样有所收获。我们有真心的关心别人吗？如果有，我们的朋友对我们一定会倍加喜爱，我认为，谁都需要帮助，我们也会有脆弱的时候，当朋友伸出援助之手，我们才会真正的体会温暖，但不要忘记，什么都是相互的，我们的朋友也会有无助的时候，别忘记自己有一份力量，也许正是这份

力量，会让他支撑起来，也许正是这份力量，我们的友谊更坚固了。

《人性的弱点》让我懂得太多太多，也让我有了更多的好朋友。“在人类的天性中，最深层的本性就是渴望得到别人的重视”请让我们重视我们的朋友，让友谊围绕着你。

读《人性的弱点》心得体会感悟3