

# 思考的心得体会(大全9篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 思考的心得体会篇一

最近刚看完了莫琳·希凯所写的《深度思考》一书，作者在书中回顾了自己从求学，到普通员工，再到职场巅峰的进阶之路。作者写作本书时刚刚主动辞去了香奈儿全球ceo的职务，引起全球媒体界广泛报道，被称为“新一代香奈儿女王”。

作者写到自己小时候是社交笨拙，反应迟钝，性格内敛的，总之是具有各种不合作为领导的性格特征的，但后来却爬到了职场巅峰的位置。

没有见过作者的照片，不知道作者的具体性格。但从全文看来，作者也并不是那种霸道的女强人。一说到女ceo[]我想到的是董明珠那样的，纵观全文，完全不是，作者很多时候也是十分羞涩内敛的。作者在四十岁左右的时候，首次作为香奈儿全球ceo的身份亮相一次重要的晚宴时，也是战战兢兢，甚至把自己的裙子撕破了，当然这些都没有妨碍她整个过程的惊艳表现。

作者在文中多次提到标签一词。我们每个人身上都有各种各样的标签，有些是别人给我们贴上的，有些是我们自己给自己贴上的。我们要时刻检视这些标签是否与真实的自己相契合，对于不契合的标签，我们要及时地进行清理。当然，从这本书中最应该学到的是遇事都要深度思考的动作，只有这样才能真正地提升自己。

事情来了之后，要想一下为什么要做这件事，怎么去做好这件事，以及做好这件事之后我能得到什么。不要盲目笃信天道酬勤，不要习惯用战术上的勤奋来掩盖战略上的懒惰。任何深度思考前的盲目勤奋，注定是费力不讨好的。

## 思考的心得体会篇二

有那么一段时间，因为工作的压力，身心疲惫，整个人都会有点负面情绪，思考的焦点都是消极的。

有一次，和浸泡村的男神——杨阳学长住在同一个房间交流片刻后。他说：“刚哥感觉你最近负面能量挺多的，你不是教过我吗：“相信是万能的开始。”我当时有点懵，真想不起来我讲过这句话。

事实上，我肯定讲过，可是它很早就从我的思想里溜走了，代之以消极的思想时刻影响着我。我知道我的很多积极的信念在慢慢丧失，我得重新把它们注入到我的体内。

积极的思考会加强你的能量，而消极的思考会摧毁你的梦想。从此以后，我选择积极思考，越来越好！

有时身边的人是不太相信自己的，那时我们应该学会自己相信自己。记得我读大学时，我常说我以后要当一名培训讲师，我对面寝室的一位同学就开始嘲讽我：“你当僵尸还差不多。”

有时成功源自一份相信，可光有相信还不够，因为相信有时是不稳定的，人有时喜欢怀疑和否定自己以及身边的一切，我们还要将这种相信上升一个层次。

## 思考的心得体会篇三

在这个时代，企业界的人士必须具备的是突破既有价值观的

思考能力，换句话说，就是，具备在商场上的突破能力与开拓者的思考逻辑。来吧，让我们迈向荒野。新经济时代早已到来，新经济有四大经济空间：实体经济，无国界经济，互联网经济，倍率经济。现在正是绝佳的时机，聪明人要抓住它。

看了这一章，似乎看到了大前研一先生给我们描绘了物联网的世界。他的m2m构想与现在的物联网可能只是名字的不同，核心含义其实是相同的。这样的世界确实会再一次改变整个世界人民的生活方式，绝对是革命式的变化。物联网，关键的部分是感应器，有了灵敏准确的感应器，再结合目前的网络技术，在构想中的世界就真的会呈现在我们面前。但是，这个世界会让这个技术肆无忌惮的发展吗，我个人认为，阻力很大。因为这个技术会导致失业，导致很多社会问题出现。从大前研一先生的描述中，很多行业甚至是政府部门都不再被需要，这就不再仅仅是一个简单的技术革命了。未来的世界会不会像今天反对全球化一样，反对物联网技术的发展呢？如果会，怎么解决那些失业人的就业问题，从而化解这种阻力呢？新经济，四大经济空间，实体经济，无国界经济，互联网经济，倍率经济。

实体经济，自然就是我们公司目前正处在一个经济空间里。

无国界经济，其实就是经济全球化，无非就是个强者给弱者的一个陷阱，但是这个陷阱其实是充满了机会和危机的。世界总是很神奇，本来想害人的人，说不定会被自己害了。这就要看对弈的各方的思考力到底谁更高一筹了。在全球化这个陷阱中，中国的领导者如果能避开危机，找到机会，我相信，那些设置陷阱的强者们一定会悔不当初，转而成为全球化的坚定抵制者。

互联网经济，最近的几年，这个经济空间可谓风生水起，一浪高过一浪，找到合理的商业模式的都存活下来，有的已经如日中天了。

倍率经济，我不知道可否认为是金融经济，用烟火缭乱的金融手段，把普通人都忽悠傻，然后用其实很简单的逻辑去赚钱。这个经济空间的人，关键就是能不能把简单的问题复杂化，复杂到普通人都不想去过问，任由他们在那里胡搞。其实看似复杂到无法理解的手段，其实就是和街上买菜的大爷的手段一样而已。聪明人是什么，就是能把简单的问题复杂化给别人，而能把复杂的问题简单化给自己。让别人傻掉，自己不就聪明了。

阿门。绝佳的时机即将到来，我是没有准备好，不知道公司准备好了没有。我看到公司的转舵，走向eib的世界，从目前看来这是很关键的一步，希望这一步快马加鞭。让更多的人尽快投入到实际的工作中，解放劳动力，冲刺新世界。

## 思考的心得体会篇四

一看到这本书的页数，我就被吓到了，以我的阅读速度，怎么可能在三天内看完，不可避免地就带上了焦虑情绪，想跳过这本不看心里上又过不去，拖拉了几天后终于在子夜老铁的指点下快速浏览了全书，毫无疑问，这是一本值得反复阅读的好书，才这么浏览一次，我就理解了日常生活中我们很多习以为常的现象的缘由。

1、人们更倾向于使用系统1（快思考），有困难才会使用系统2（慢思考），在我们的大脑中，存在这两个思维系统，为它们命名为系统1（快思考）和系统2（慢思考）。

系统1就像大脑的自动反应模式，会根据生活经验总结无数下意识反应的套路，使生活简化，让我们生活中的很多事情都变成一键执行的自动程序，节省我们日常生活中的脑力损耗。

系统2的所有运作都需要集中注意力，一旦注意力分散，运作也会随之中断。系统2十分谨慎，具有推理能力，它也可以处理多重任务，这就决定了通过系统2运作得出的结论往往更靠

谱。当某样事物令系统1蒙圈儿，违反了系统1熟悉的模式，系统2会被激活。

这告诉我们：系统2是非常懒惰的，它通常不会主动干预系统1的工作，除非系统1发出求助。而系统1是全天候24小时在线，且无法关闭的，这就决定了我们在处理事情的时候，总是系统1先出面，而不能绕过系统1直接面对系统2。因此当系统1认为自己可以处理问题并给出答案时，就没有系统2什么事了。这种配合模式使它们的协作非常高效，能花最少力气解决问题的绝不多费一分脑力。

## 2、解释日常现象

光环效应，看到某人一个方面的光环，会类推到他身上的其它品质，比如打电话听到声音好听的人，我们倾向认为他人也会长得比较帅，人会比较聪明，但其实这些是没有因果关系的。

曝光效应，即熟悉定律，我们见到某个人的次数越多，就越觉得此人招人喜爱、令人愉快，即我们会偏好自己熟悉的事物。所以人们在无意识的认知情况下，会发生曝光效应，即“无需推论的偏好”。

锚定效应，受别人给定标杆的影响。如果你到别人家做客，主人带你先经过几家五星级酒店，然后到三星酒店，你会有点失落，如果主人带你先经过的都是不入流小饭店，然后进入三星级酒店，你就会有受重视的感觉。这个大家可能觉得不明显，很多买车的人都有这样的感觉，本来准备买个10万块的车，到了4s店，最后绝大多数买的都超过了10万，有的甚至跨了个台阶，买了超过20万的，不知不觉受到了锚定效应的影响。买手机也会出现类似情况。超市更把这一套用的炉火纯青。知道这个特点，要注意刻意控制自己，减少受影响的程度。

许多人害怕改变，原来是因为相比于得到，人们更讨厌失去，哪怕两边的价值完全对等。并非脑子里出现的次数越多，就代表实际出现的次数越频繁。很有可能是被有心人特意拿出来强调或者仅仅是媒体为了吸引眼球而已。

是的，看起来系统2更精确些，那为什么我们还常常惊叹于某些人的直觉？直觉真的是天生的吗？看完本书后，我认为直觉不是简单思维，而是复杂思维简单化的提炼，直觉准不准，看的是在某方面的积累范围有多广，积累时长有多长；把复杂的思考过程训练到自动化，就产生了直觉，也许意识层面还没传递到，潜意识层面已经开始发挥作用，在某方面的训练越多，在这方面的直觉也会越准。

所以，做一个“明白人”，果然是可以通过多看书多训练达到的。

## 思考的心得体会篇五

最早听到六顶思考帽的说法，是从我的培训老师杜老师那里听到的，杜老师现在主要的一门培训课程是教人思维创新的课程，听说主要就是围绕着六顶思考帽的思想，如何利用这种思维方式进行思考和思维创新的。听说还非常的热门，他一年的大部分时间都在讲这个课程，影响了很多人呢！只可惜，到现在还没有机会听他的这门公开课，比较遗憾。所以我买了爱德华·德·博诺的这本《六顶思考帽》来拜读，一来满足自己的好奇心；二来呢也是希望对自己的思维方式有影响和提高。

《六顶思考帽》这本书很薄，但内容却不”薄“，书的广告打得可真响，说是全球创新思维训练第一书，还被称为20世纪最有价值的商业书籍之一呢。我刚读完，感觉多少有点云里雾里。首先的感觉是，太抽象了，整本书一直在讲六顶思考帽这种思维模式，很理论化，理解起来不容易，要运用起来就更需要时间揣摩了。字眼理解是不难的，但我认为能否

实践运用是评判是否理解的一个标杆，这就不那么容易了！最近刚和杜老师交流讲课时，杜老师就指导说，讲理论讲道理一定要由表及里、由浅入深的讲，从生活中容易理解的日常例子，再到金域自己的例子，再讲理论，学员就容易理解了。也因为这样，所以有些挑剔吧。

博诺的六顶思考帽的概念提出，我觉得主要有两个目的，或者说好处。

1、简化思想，让思考者在某一时刻只做一件事情，只朝一个方向思考，思考者不必同时兼顾情感、逻辑、信息、希望和创意。他可以分别处理。白色思考帽思考的是客观的事实和数据；红色思考帽提供的是感性的看法，从感情、直觉、感性看待问题；黑色思考帽意味着小心和谨慎，它指出了任一观点的风险所在。从事物的缺点、隐患看待问题；黄色思考帽是乐观、充满希望的积极的思考；绿色思考帽指向的是创造性和新的观点，用创新思维考虑问题；蓝色思考帽是对思考过程和其他思考帽的控制和组织。如果是开会讨论问题，大家就可以不用争论，而是就同一方向发表各自的看法，然后再进行选择 and 择优了。

2、让思考者可以自由的转换思考方式。当会议上有些人就一直提出负面意见，你就可以要求他摘下黑色思考帽，然后请他戴上另一个思考帽，从另一个角度看待问题。呵呵，是不是很好玩呢？外国人真逗，把这种无形的思考用有形的形式表达出来。

据作者说在国外有很多公司通过这种思维方式取得了很好的效果，我想应该有效果的。不过以中国人的严肃和死板，我估计实践起来不是很容易，就是能做，估计效果也会大打折扣吧。不过，就个人的思维模式来说，还是有效的，如果你愿意这样方式进行思考的话。我想，至少你所做的决定，所看待的事情，能够更客观更准确些，能让你做出一个最合理最有效的选择吧。

## 思考的心得体会篇六

这个题目不知道是怎么想出来的，看到这本书最先出现在脑子里的就是“让孩子成为富二代”，好像有点不切实际，有点贪慕虚荣，不过有这个想法也是有一点点现实的，这个社会没有钱可不行，为了孩子更好的生活，做父母的还是努力一下吧。孩子是富二代，那么我们就得是富翁，怎样成为富翁就得思考怎样致富了，所以我要介绍的这本书就是让你孩子能成为富二代的美国作家希尔所写的《思考致富》。

《思考致富》是世界上最优秀的励志著作之一，是希尔20多年的亲身采访中逐渐完成的。该书以其准确精炼的语言揭示了成功的秘密并提出了13个步骤，这激励了无数人努力奋斗走向成功！如美国总统罗斯福、发明家爱迪生、企业家洛克菲勒，都从中获益匪浅。在国内一些大出版公司也都推出了中文版，对中国读者产生了巨大影响。

整本书共16个篇章和序言，每一个篇章都系统的阐述了在通向致富道路上所需要也是我们必须具备的一些才能和智力，书中所提到的一些人物事例证明了《思考致富》也许就是当你失意时，当你需要克服棘手的困难时，当你几经努力却屡试屡败时，当你由于病痛或肉体折磨而痛苦不堪时，你苦苦寻觅的绝望沙漠上的一片绿洲。希尔在序言中说“当然，世上根本没有不劳而获这种事，要想得到我提到的秘诀，不可能不付出代价，只不过代价远小于秘诀的自身价值而已。而那些不刻意追求它的人，即使付出的代价再高昂，也无法得到它。你 cannot 通过别人的恩赐得到它，也不能用金钱买到它，因为它由两个部分组成。那些已经为它做好接收准备的人，已经将其中一部分紧攥在手了。”这是给我印象最深的一句话，不是因为他说的好的，而是因为我知道了“机会总是亲赖有准备的人”这句话又得到了验证。寻找书中的秘诀是一次独特的阅读经历，如果你准备让这个秘诀为你所用。那么在每一章你都会找到它，这个秘诀对那些准备接受它的人来说，效力均等、跟受教育的程度无关。但是无意寻找它的人，付



出的代价再大，也得不到它。在读到某个地方时，希尔提到的秘诀会从字里行间跳出来。只要我们为接受它做好了准备，这些秘诀就会赫然出现在我们面前！无论我们接收相应信号的位置是在第一章还是最后一章，当它蓦然现身时，我们都要停下片刻仔细思量，因为此时此刻将标志着我们人生最重要的转折点。读书时，你要知道书中描述的内容都是事实而非虚构，其目的在于传递一条放之四海而皆准的伟大真理。所有为这条真理做好接受准备的人，都不仅明白自己做什么，而且知道该怎样做！此外，他们还能从本书中得到鼓励，知道怎样迈出第一步。所以我们要为发财做好最充分的准备。

当然，我说的让孩子成为富二代不是说让你一味地追求财富，忽略了致富最终的目的——成为成功的人。如果我们把致富当成成功的全部定义，那生活就索然无味了；但是不可否认，致富往往是成功的第一步，迈向它你会在沿途看到更多的风景，感受更多的智慧滋养，成为一个事业辉煌、精神富足的人。让孩子成为富二代不是想想就能实现的，现在就开始准备吧。

更简单的想就是“为了我的奥迪，你的迪奥，孩子的奥利奥”“成为富二代的爸妈”，或许《思考致富》是一个不错的引路人。想让你的孩子成为富二代么，拿破仑·希尔的经典著作，个人成功领域最畅销的《思考致富》一书揭示了财富制造的秘密，能彻底改变你的人生。

## 思考的心得体会篇七

今天再次听了一遍丹尼尔卡尼曼的《成长的快与慢》，总结内容如下：

人的思维里面存在着系统一和系统二，系统一是潜意识的具现化，它会根据直觉进行判断和决定，遵循最省力原则，系统二是深层思考系统，会进行逻辑演绎和推理，判断结果利弊，大多数人只会动用系统一。

峰终定律：大部分人对于一件事的判断主要是根据这件事带给他的最高峰和结束时的感觉进行判断。

锚定效应：人对于价格和其他事物的理解容易被锚定，当其他人首先提出了这个概念或者价格之后，之后就会围绕这个价格来进行。

禀赋效应：当一个人一旦拥有了一件东西之后，人就会将这件东西赋予高于本身的价值认识，从而在此人的眼中使其的价值高于被人眼中的价值。

可以将此书和《穷查理宝典》进行结合阅读，穷查理宝典中有着的一套人类误判心理学，这两本书中的内容是相辅相成的。

## 思考的心得体会篇八

英国作家edwarddebono所著《六项思考帽》，该书系统介绍了各种管理资源对企业的未来发展起到决定性作用。“六项思考帽”分别是白色帽、黄色帽、红色帽、蓝色帽、绿色帽、黑色帽。这六种帽色分别代表了六种不同的思维模式。

- 1、白色帽代表了中性和客观，是思考的客观事实和数据；
- 2、红色帽代表情绪、直觉和感情，是一种感性的看法；
- 4、黄色帽代表阳光和价值，意味着乐观和充满希望的积极思考；
- 5、绿色帽代表草地和蔬菜的颜色，代表丰富、肥沃和生机，它指向的是创造性和新观点；
- 6、蓝色帽是冷色，也是天空的颜色，代表对思考过程和其他思考帽的控制和组织。

以上是对六顶思考帽的简述，不难看出它概括了6类不同人对于问题的六种思考方法。它注重人的行为而不分析行为背后的思想动机；它直接关注和约束人们的行为，而不力图改变人们的思想个性。

六顶思考帽核心的观点就是对于问题和所做决策而采取的方法，不同背景不同经验的人对于同一议题会产生不同的想法和意见。六顶思考帽代表了这六种思考模式的群体，也就是所说的“水平思考法”，对于同一决定不同方面所做的分析有助于全面的考量和把握事物的本质，最后在通过“蓝色帽”组织和控制达成一致意见，这样的决策往往更贴近事物的本质规律，决策的成功率相对较好而且减少了不必要的内耗，节省了会议时间提高了决策的成功率。

实践证明，多数创新都不是完全由个人完成的，都需要依靠团队的智慧和经验共同完成。在集体讨论中，由于各种目标任务不同，加之知识结构的差异，每个人只关注自己研究领域的特点，就不能有效的达成一个具有建设性的共识，不能很好的完成团队智力资源整合。六顶思考帽把构成企业特有核心能力的主要技术专长和知识技能，在一个特定的时间内得以释放，是智力资本转化为解决问题的方法和方案。思考最大的敌人就是复杂，因为它会导致混乱。如果有非常简单明了的思考方式，思考就会变得更富有乐趣和成果。六顶思考帽值得我们好好学习和使用。

## 思考的心得体会篇九

在《技术时代重新思考教育》这本书里，两位作者从技术热衷者和技术怀疑者的不同观点讲起，从美国教育发展变迁展开为我们描述了在知识革命推动下，第二次教育革命后，以技术为驱动力的教育将是一幅何等宏伟壮观的景象。（当然文字里并没有明说，而是通过字里行间留下了丰富的想象空间）我承认这幅场景很美，这幅场景也使人愿意沉浸其中。

我觉得答案并非肯定，在我们现在人才选拔制度的环境下，在现阶段教学模式的制约下，技术到底应该怎样运用，是一个值得深思的问题。结合我自身来说，我当学生的时候，特别对数理化等学科，反而不喜欢老师用过多的多媒体技术□ppt□传统的黑板教学对我而言效果更好。当然这也是班里大多数同学的意见。当时我们学校有一名很出名的生物教师，每年只带我们学校的清北班。她上课从来不用多媒体，还在用老式的挂图。可是她带过的班成绩一直是最好的，也是学生认可度最高的班级。有些老师过分追求技术，所制作的ppt太绚丽，太杂乱，反而会让學生分心。特别像数理化等学科，我觉得传统的黑板书写，有时候更能起到好的效果。

现在社会上有人过于看重教育的技术，认为技术能改变一切，能变革一切。只要是新的技术都是好的，都是应该运用到教学中的，传统的教学是落后的，是要被淘汰的。我个人并不认同这种观点，就像本书里说的，工业革命的到来，间接推动了美国的第一次教育革命，所以作者认为信息革命或者知识革命也会推动第二次教育革命的到来。但是我认为，工业革命也好，信息革命也罢，它们对教育革命的到来仅仅是推动作用，而不是主导作用。技术，我始终认为它只是一个工具，工具本身不会带来任何意义，关键是使用工具才会产生变革。而工具的使用必然讲究一定的方式方法，所以技术与教育的结合也不是简简单单地用，更要结合具体的环境，甚至具体的学科科学合理的应用。

在大学的时候，我就一直想做一个研究调查，讨论一下多媒体技术在课堂里的应用到底能提升多少课堂效率，或者多媒体等新技术手段的应用在课堂到底应该占多大比例合适。大学期间，没有合适的环境可供调查，希望现在工作了，能有机会完成这个心愿。