

# 2023年我不哭读后感个字 我不哭读后感(优秀5篇)

当品味完一部作品后，相信大家一定领会了不少东西，需要好好地对所收获的东西写一篇读后感了。这时候最关键的读后感不能忘了。那要怎么写好读后感呢？下面是我给大家整理的读后感范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

## 我不哭读后感个字篇一

《我不哭》这本书主要讲的是：在生活中，我们如何面对遇到的困难与挫折，怎样勇敢地擦干眼泪，坚强面对。

生活就像一面镜子，你哭，它也哭。如果你想要它对你微笑，那么请对它微笑吧。微笑着面对挫折，生活一定会变得精彩。在成长的道路上，常常会遇到各种各样的风浪。我们时常会抱怨生活的不公，就像故事里青年人一样，整日牢骚满腹。其实生活是公平的，只要你用一颗平和的心去面对，那些挫折不过是些小小的考验。经过风雨的磨砺，你会变得更加坚强。

挫折并不可怕，可怕的是失去了挑战心。从哪里跌倒，就从哪里站起来。没有一条成功的道路是平坦的，挫折就是路中间的大石头，只有当你跨过这些石头时，才会成功。勇敢地面对挫折，用它来磨练自己奋飞的翅膀，只要克服了困难，你就向成功迈进了一步。

我们应该像田野里的小禾苗一样，用心收藏阳光，微笑着面对生活中的风雨；像那顽强的小笋一样，历尽艰辛，穿越阻力，最终挺立在阳光下。

失败是一座山，弱者望而却步，勇者奋力攀登。每一次失败

都是为了更好的前进，牢记失败的教训，坚守心中的梦想，成功就在你的脚下。

同样是半杯水，乐观的人们想着还有半杯水，于是每天注入一滴水，终于有一天水溢出来了；而悲观的人却想，我只有半杯水了，于是终日愁眉不展，最后有一天水全干了。

世界上各种事物，全凭你如何去想。用健康、积极的心态去看，一切是那么美好；用悲观、消极的心态去看，你只会生活在绝望之中。我们改变不了周围的环境，但可以改变自己的心境。只要心中还有希望，积极转变心态，就会看到柳暗花明的又一村。

苦难是一种经历。只要心中坚守着信念，苦难也是一种磨砺，相信人定胜天。经历了苦难，才能体会到生活的艰难；经历了创伤，才会知道命运的残酷。只有经历了苦难，才会更加珍爱生活，珍惜生命。在成长的过程中，我们需要经历一些苦难。苦难可以使我们变得更加坚强，苦难可以增加我们学习的动力，它是我们一生受用不尽的财富！

勇敢是危险时刻的挺身而出，勇敢是在困难面前的不屈不挠。不要因为摔过跤而不敢奔跑，在困难和挫折面前，要勇敢地站起来，正视困难，接受失败，这样才能走出困境。

坚强地面对人生的打击，勇敢地接受生活的挑战，即使不完美，也一样能奏响生活的乐章。做个真正勇敢的人，不管是生活中的危险还是人生中的重大磨难，只要坚强地抬起头、勇敢地面对，就没有战胜不了的困难！

遇到困难、挫折的时候，我总是退缩、想哭，我总是怀疑自己。看了这本书后，我懂得了成长是需要经受磨砺的，我们要以乐观向上的心态面对困难，擦干自己的眼泪，坚强勇敢，使自己有信心做好每一件事。

## 我不哭读后感个字篇二

今天早上，我起床穿衣服，觉得不舒服，于是哭了起来，妈妈看见了，对我说：“你想想，天桥底下有的人衣服都不够穿，多可怜哪！他们为什么一滴眼泪也没流？你在家暖洋洋的，还有这么多衣服穿，为什么还哇哇大哭呢？”

## 我不哭读后感个字篇三

教学目标：

1. 通过帮助爱哭的孩子及解决自己生活中可能遇到的问题，激发儿童追求乐观向上生活态度的愿望。
2. 在交流和辨析中感受良好心理情绪对自己人生成长的积极作用。
3. 通过讨论、交流、合作等活动，让学生亲历事情的过程。

1课时

教学过程：

活动一：欢乐时刻

（1）引导学生回忆在于家长、老师、同学的相处中感到特别高兴的事，把这些故事讲给大家听，让大家分享自己的快乐。

（2）学生讲快乐的故事，能展示的在全班展示。

（3）教师小结。

活动二：热心帮助

(1) 教师：快乐的感觉真好，很高兴同学们有这么多快乐的事，可是生活中还有好多烦恼的'事。老师认识的一个小谷梁，她最近总是这种表情（教师出示哭脸），她遇到了哪些不顺心的事？我们一起去看看。

(2) 看书上爱哭的小女孩的故事。

(3) 分组讨论：他遇到了哪些烦心事？哭能解决问题吗？我们怎样来帮他？

(4) 小组合作交流，讨论解决的办法。

(6) 师生共同评议。

### 活动三：消除烦恼

(1) 教师：这是老师在课下收集的我们班同学最近遇到的烦恼。现在就请大家来帮助解决。

(2) 请小朋友上来抽题，同时小组讨论，说出解决办法。

(3) 老师评议，并对解决烦恼的办法补充。

(4) 老师小结：生活中少不了烦恼的事情，只要肯想办法，就可以化解烦恼，要保持好心情。

### 活动四：帮助的快乐

(1) 老师提醒：你好帮助过那些人，说说你是怎么帮助他人解决困难的。

(2) 学生讨论：如何去帮助人解除烦恼。

(3) 老师总结。

## 活动五：传递快乐

(1) 老师提醒：生活中哪些人帮你摆脱过烦恼，走向快乐的，你是什么心情？

(2) 学生讨论，并说出想法。

(3) 将快乐的祝福送给身边人。

《我不哭》

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

## 我不哭读后感个字篇四

读余华的小说《活着》的时候，心里涌动着一股无奈，余华用一种近乎冷酷的笔调讲述了福贵的一生，在经历周围的人一个一个离自己而去后，福贵没有任何办法，他只有继续一天一天地生活下去。《活着》已经让人感到了人生的绝望和残酷，但人们会说这毕竟只是小说，然而现实生活又往往比小说更加残酷而无奈，亦如申赋渔讲述各种发生在真实世界中的故事，组成了这部让人热泪盈眶的《不哭》。

《不哭》这本集子中的作品是申赋渔在几年前写成的，作品中的故事也是发生在曾经，但给读者的震撼力却丝毫不减，因为这些故事依旧在我们看不见的地方继续上演着。《宝宝，不哭》中的第一张照片，那个被严重烧伤的孩子躺在病床上，吸氧管插在鼻子里，眼里含着泪水，她不仅仅是身体痛，更难过的是她在想着妈妈，她一个人面对着医院陌生的环境和人，心灵创伤难以愈合。只因为严重的烧伤，她被父母遗弃在医院，看着小女孩的照片，同样作为一个母亲的我，无法理解多恨的心才能够把自己的女儿孤零零地留在医院里。但我读完《不哭》的所有故事，我开始理解了，因为我们不知道这个女孩曾经生活在怎样的一个家庭，也许她的父母的确有自己的无奈，他们需要继续活着。

《不哭》中每个人物都是鲜活的，让人印象深刻，因为他们都是现实中存在的真实。在《压垮的18岁》中，不堪重负的哥哥选择了跳楼自杀结束了自己的生命，在很多18岁同龄人正享受着青春年华的时候，他却走向了终点，只因贫穷家庭的压力。哥哥死后，生活的接力棒便由此交给了弟弟，一家人的生活还要继续过下去。在《不哭》中有很多类似的人物，他们被疾病、贫困等各种不幸压迫着，没有解决办法，无奈、沉默、麻木，就算能痛哭一场，面对的依然是漫漫无尽长夜。

申赋渔既是一个作家，又是一名记者，他带着对每一个生命个体的尊重在讲述生活，他相信普通个体的力量，希望能够通过这种讲述和关注的方式，带给这些人一些改变。

活着，不哭，改变，愿继续活着人不再重复生活的悲哀和无奈。

## 我不哭读后感个字篇五

也许是因为妈妈觉得我比较懦弱，常常会为一些小事就哭鼻子吧。假期里，妈妈给我带回来一本《我不哭》，这本书简直让我爱不释手，里面的故事也深深教育了我。

这本书能让想念爸妈的你、被欺负的你、自卑的你……重新站起来。看了这本书，也许你就会发现：原来我们在摔倒时，可以重新爬起来，继续向前走。就像小龅牙凯瑟琳一样，向着自己的目标前进。

从小爱唱歌的凯瑟琳梦想成为一名歌手，可是她有一个小小的烦恼，那就是露在嘴巴外面的龅牙，伙伴们也经常嘲笑她。凯瑟琳终于盼来了上台的那一天。她认认真真地化了妆，还穿上了漂亮的演出服。可是表演时她的心里始终惦记着自己的龅牙，就这样一直唱不好歌，观众听了都不喜欢，她非常伤心。但是，凯瑟琳非常喜欢唱歌，后来她再也不去想自己的龅牙，一心扑在歌唱事业上。人们也渐渐喜欢上了凯瑟琳的歌声。没过多久，凯瑟琳成为了一名非常受欢迎的歌手。她的龅牙反而成为了让人们牢牢记住她的标志。

读了这个故事我终于明白了：只要坚强面对生活中的一切困难，生活就会微笑着迎接你。想想我自己，还真是羞愧万分，妈妈晚回家了，我会因想念妈妈而哭鼻子；作业做得慢被老师批评了，我会因为委屈而哭鼻子；课间和同学们一起游戏时，一不小心摔倒了，我会因同伴的嘲笑而哭泣……和凯瑟琳的龅牙相比，她得到的嘲笑、羞辱、委屈可能比我更多，可她都能坚强面对，最后成为一名优秀的歌手，这值得我学习。

读完这本书，我默默地记住了：微笑着面对一切，我也要学会坚强——我不哭鼻子。