

人性的弱点阅读感想及心得体会(优秀8篇)

培训心得是对培训内容、培训方式和培训效果等方面进行综合评价和归纳的重要手段。以下是一些值得参考的实习心得范文，希望能够给大家提供一些写作思路和参考模板。

人性的弱点阅读感想及心得体会篇一

这个假期，我阅读了这本由被称为“20世纪最伟大的心灵导师”的戴尔·卡耐基所写的《人性的弱点》。浏览大部分章节，细读其中部分资料，感受颇深，在此和大家共同分享。

戴尔·卡耐基是美国的一位作家，《人性的弱点》是他最成功的励志经典。在这部作品中，他运用社会学和心理学知识，对人性进行深刻的探讨和分析。这部作品是从一篇简短的演讲稿，经过15年的`实验和研究，不断扩充而成为这样一部深受成年人喜爱的书，它告诉我们如何了解人，如何与人相处，如何让人喜爱你，如何使自己获得成功等等。卡耐基基金会以前作过一项调查，研究显示：在一个人获得的高额薪水，只有不到15%是因他的技术知识，而其他的85%则是因他的人际交往，也就是他的个人品质和才能发挥。因此，卡耐基认为，教育的最伟大目的不是传授知识，而是教人行动，而《人性的弱点》就是一本教人行动的书。

阅读这本书，我常被作者的观点同化。比如作者认为：在人际交往中，不好经常使用“批评”，正因任何人无论做错什么事，而且不论他的错误有多么严重，在绝大多数状况下都不会自责，这就是人性的弱点。因此真正有智慧的人，都不会简单地批评对方，而是要试着去了解对方，弄清楚他们为什么会那样做。人都不会轻易地理解别人的批评，但几乎所有人都会批评人，只但是上级对下级当面批评比较多，下级对上级背后批评比较多，但不管是什么形式的批评，都会给

人带来不舒服。

那么如何避免不舒服呢？卡耐基在书中说了科学家达尔文的办法：（达尔文在撰写《进化论》时已经知道会受到宗教界的攻击）不好等别人来批评我们或我们的工作，我们要成为自己最严厉的批评者，我们要在别人有机会指责我们之前就找出我们的弱点，并加以改善。成为自己最严厉的批评者，就是进行自我批评。用此刻的语言说，就是要经常反思自己的行为，找出自己做得不够的地方，改善在别人发现之前。多反思，必定少出错；少出错，就能少受到别人的批评，少受批评，就会少受到伤害，少伤害就会多快乐，这样就能构成良性循环，使自己每一天生活在愉悦中。

卡耐基还认为：成功的第一要素，就是必须要喜爱你的工作，或者做你所喜爱的工作。回顾自己半年的教师历程，正因喜爱而选取教师职业的，既然我选取了，那我就得对这份工作负责，就得承担起教师的职责，就得对得起把自己的孩子托付给我的家长们，再烦再累也得坚持走下去，消极、抱怨都是毫无好处的，只会给自己带来无尽的烦恼。因此半的教师生涯还是给我留下了许多完美的回忆。我也肯定是幸福的，正因我已经掌握了成功的第一要素。

这本书教给我的是一些处世的基本原则和生存之道，但还需要我在以后的生活中不断研读、不断地感悟明白。也期望我的分享能给大家带来必须的思考。

文档为doc格式

人性的弱点阅读感想及心得体会篇二

人性的弱点，是戴尔卡耐基的作品，他阐述了为人之道，处事之理，以他自己的看法，撰写出了他对人性格问题的研究，以及对人类共同的心理特点，进行探索与分析，利用大量的成功案例，教导了无数的陷入迷茫的年轻人们，正如书篇开

头文所说，“一个人的成功，只有15%归结于他的专业知识，另外的85%要归结于他的表达思想，领导他人及唤起他人热情的能力。”

其中一篇文章让我印象深刻，这是一个粗暴的父亲写给儿子的一封信：

我的儿子，你听着，我想在你熟睡的时候和你说上几句。

你躺在床上，小手按在脸颊上，湿湿的金黄色卷发粘在你那出了些许汗水的额头上，我刚才一个人悄悄地走进了你的房间，当我几分钟以前在书房读报时，我突然感到十分懊悔，难以呼吸，我是怀着愧疚之心来到你的床边的。

我的儿子，我想到了许许多多的事情，我对你确实太粗暴了，在你穿衣服上学的时候，我会呵斥你，因为你只是用毛巾随便的擦了把脸，在你没有擦干净鞋子的时候，我也会对你大发雷霆，当你把东西丢在地板上的时候我又会对你大喊大叫。

在早餐时，我又发现了你的毛病，你把实物溅在了餐桌上，吃饭时没有一点修养，还把胳膊肘放在桌子上，甚至在面包上涂了一层厚厚的黄油，当你出门去玩，而我要赶火车的时候，你转身朝我挥挥手，响亮的说“爸爸再见！”可是我却皱着眉头告诉你：“挺起胸膛！”

晚上，一切又重新开始，我在路上就看见你跪在地上打弹珠，你的长筒袜摸出了好几个洞，我当着你伙计的面押你回家，让你感到了羞辱，我还对你说：“袜子是要花钱买的，如果你自己掏钱，我想你就会在意了，”哎，我这当父亲的居然对你说出这种话来。

你还记得么？没过多久，当我在书房读报时，你小心的走进来，怯怯的看着我，眼里充满了委屈，只见你在门口，有些犹豫，“你想干什么”我恶狠狠的说到，你什么也没说，只是突然

朝我扑了过来，以上帝都为之感动的爱，搂住我的脖子亲吻我，然后用小手紧紧地抱了我一下，之后你便离开了。

在你离开不久，我的报纸从手中滑落，一阵难以忍受的强烈愧疚涌上心头，我真是受习惯之害匪浅，吹毛求疵且动不动就斥责，我不是不爱你，我的儿子，是我对你的期望太高了，并且以我自己的年龄标准来要求你。

我在黑暗中来到你的床边，内心充满着愧疚地跪在这里。

这不过是一种没有作用的忏悔，我知道，当你醒来你也不会明白，但我要从明天开始做一个真正的父亲，我要成为你的好伙伴，在你痛苦时我帮你分担，在你欢笑时，我和你共同分享，我不会再说那些不耐烦的话，我会不停的，庄重地说：“他还只是个孩子，一个小男孩！”

人生总要面对不同的困难，险境，与失败，但是这些都不是你懦弱的理由，命运交给每人一颗酸柠檬，怎样把它变成甜柠檬汁才是我们要做的，我们所面对过的困难，以后都会成为我们的经历，锻炼了我们，让我们更加充实。

正如这本《人性的弱点》，人性充满弱点，正是存在弱点，我们才能更加了解！

人性的弱点阅读感想及心得体会篇三

我曾认真思考过被责备的人应该如何应对的问题，因为你不能一厢情愿的说：责备别人的人都是蠢蛋。这样的想法富有阿q精神但对自身毫无好处。我对班里一个责备过我的人印象很不好，我觉得他自负且充满官僚气息。

不过，现实中饱受蹂躏的苦逼比比皆是，希望他们躲在墙角默默哭泣时顺便看看这本书。

人性的弱点阅读感想及心得体会篇四

“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。读《人性的弱点》，让我领悟到：这弱点，既可以是自己的，也可以是他人的。了解的他人身上的弱点，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。在上学的我，我时刻提醒自己要居安思危，要不断地提高和充实自己，努力把握好与老师同学之间的关系。

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，快乐源于心。“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。

我最欣赏的一点就是卡耐基提到的“学会欣赏与赞美他人”，我们每个人都生活在集体这个大家庭中，每个人的付出都希望得到别人的赞赏，每个人的成绩都希望得到别人的肯定，每个人的人格都希望得到别人的尊重。那么，怎样才能得到别人的尊重呢？一句话：学会尊重别人。

读戴尔·卡耐基的《人性的弱点》的时间不是很充分，因此对其的感悟也是很有限的。但有一点是肯定的，我了解了自己的人性的弱点，在以后的学习、工作、生活中，我将勇敢地克服自己的弱点，发挥自己的优点，大胆地开拓你的新生活之路。

人性的弱点阅读感想及心得体会篇五

“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。

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。

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。

发自内心的微笑，行动胜过言行。做一个微笑者，微笑会让人明白“我喜欢你，你使我快乐，我高兴见到你。”微笑一下，从生物学角度讲要牵动三条肌肉，这又何乐而不为呢？微笑一下，可以缩短人与人之间的距离；微笑一下，可以消除心灵深处的那堵墙。

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。

人性的弱点阅读感想及心得体会篇六

人们常说：读一本好书，就是与一个伟大的心灵对话，特别是在现今经济发展与道德观发生冲突的社会。在课堂上，老师向我们推荐《人性的弱点》这本书。借着这个“悦读”活动的机会，我们小组也选择了《人性的弱点》这本书。读毕，感觉这本书是名副其实的“人际关系学”培训第一品牌书。据我们了解，《人性的弱点》已经被全世界各类企业、网络营销公司、保险公司等各种机构作为培训必读书，同时也是西方最持久的畅销书之一。深读，必定是一本可以改变你我命运的书，正如“成人教育之父”——《人性的弱点》的作者戴尔卡耐基说：“我之所以受人欢迎，我之所以获得了快乐，我之所以经济收入有所增加，就是因为我懂得了如何处理人际关系的技巧。”

卡耐基先生以他对人性的独到洞察力，利用大量普通人不断努力获得成功的故事，通过他的演讲和著作唤起无数陷入迷惘者的斗志，唤起每个人内心蕴涵的潜能，激励一代又一代人走向成功。《人性的弱点》以人性具有的一般弱点为契入点，分为与人相处的基本技巧、平安快乐的要诀、如何使人喜欢你、如何赢得他人的赞同、如何更好地说服他人、让你

的家庭生活幸福快乐、如何是你变得更加成熟、走出孤独忧虑的人生、不要为工作和金钱而烦恼、防止疲劳和永葆活力，共十章。内容涉及人际交往、心态调节、维系家庭、安排工作和合理用钱等诸多方面；卡耐基为读者提供了如何与他人相处、如何得到他人的认同、如何回避人性的弱点、如何战胜人性的弱点的种种方法，并提出了应对各类弱点的有效策略，为读者指明了营造和谐美好的人际关系的诀窍。

要真诚的关心别人：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。

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。

《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。

人性的弱点阅读感想及心得体会篇七

书中有一个绝妙的比喻——批评就像家鸽，最后总会飞回家中。

就像打人耳光一样，最后这个力总会反作用回我们自己的巴掌上。我们想指责或者纠正的对象，他们会为自己辩解，甚至反过来攻击我们。我们如何去强求别人接纳自己的世界观与人生观？他们并不认为自己所做的一切有什么不对。

批评别人只会让我们心中一时痛快，并不能使事件发生根本性的改变，因此，林肯在米地将军违背命令，故意拖延时间，拒绝乘胜攻打败军，导致战争良机一去不复返之后，他勃然大怒，对着儿子咆哮，并在极端失望之余，给米地将军写了一封表达内心极端不满的信件——但是，米地将军从来没有读过这封信，因为林肯并没有把这封信寄出去。

只有不够聪明的人才批评、指责和抱怨别人，因为善解人意和宽恕他人实在是需要足够的修养和自制，这要求我们尽量设身处地地去想——他们为什么要这样做。教师从学生的角度去考虑才能使教育更具影响力，警察从犯人的角度去考虑才能使犯罪行为从根本上受到遏制，同样的，上级和下级多从对方的角度去考虑，才能避免不必要的抱怨、责骂与冲突，才能使上级不易做出错误的绝对的论断，才能使下级不易心生怨意、消极怠工，才能使双方互相理解，激发工作的动力。

关于赞赏

伟大的心理学家弗洛伊德曾经说过，一个人做事的动机不外乎两点：性冲动和渴望伟大。人类本质里最深远的驱动力就是“希望具有重要性”。

既然人们如此想要被人肯定，那我们为什么要吝啬这一句话呢？这一点很具讽刺性，假如我们不喜欢一件事，很容易对着别人大吼大叫；如果喜欢，我们反而默不吭声。“在日常生活中，我们通常忽略的美德之一便是赞赏他人，如果你想学会待人处世，你就必须学会真诚地赞赏他人。”卡耐基书中如是说。

我们总是想从别人那里获得，却吝啬于去给予。殊不知，获得的捷径便是给予。天底下只有一种方法可以促使他人去为你做任何事——给他想要的东西，金钱物质我们不一定应有尽有，但有一样事物，它的性价比之高绝对超乎你的想象，那便是赞赏。给上级下属同僚一句由衷的赞赏，你会缺胳膊少腿吗？你会因此而贬值吗？不，因为你的美德，你已经为自己购买了一支潜力股！

人性的弱点阅读感想及心得体会篇八

——《人性的弱点心得体会》

空分二班————张玉君

最近一段时间读了戴尔·卡耐基先生的《人性的弱点》，让我受益匪浅。卡耐基先生给了我一场美味的精神盛宴，虽然是匆匆忙忙的读了一遍，但依然被卡耐基先生的智慧所折服。这不仅仅是一本书，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，让我们如何自我认识，自我了解，从而自我完善，自我驾驭，使我能够更好地经营自己生活。

《人性的弱点》这本书中的提示与建议有着极强的可操作性，能够帮助我们解决身边的一些问题，只要我们有所改变。用一句话来概括就是：认清人性中的弱点，就会了解人性的本质，从而事半功倍，顺利成功。这弱点，既可以是自己的，也可以是他人的。了解了这些“弱点”，就可以使我们每一个人在日常的交往中顺利进展，而发现自身的弱点，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。

要想不断地提高和认识自我，通过《人性弱点》的学习，个人总结了以下，可以从以下几个方面做起。

最优良的品质之一，是生活中交到真心的朋友的必要条件，

一个人只有懂得换位思考，才能取得别人的认可和尊重。生活如此，工作亦然。土地整合工作是一项人民工程，每时每刻都要与人民群众打交道，如何才能有效地处理人民群众的问题，设身处地的沟通与交流无疑是最重要的。

第二、如何更好的工作。如何才能更好的工作？我想每个人都会有自己的答案。但是卡耐基先生告诉我们：“个人迈向成熟的第一步应该是敢于承担责任。”确实，为人处于世就要面对社会中的许多责任，要承担自己行为的后果，要为自己的行为负责。工作中则更需要责任，一个人能力或许有高低，但是如果是一个认真负责的人，最起码也会得到别人的尊重。同时，一个敢于承担责任的人，也会得到团队和集体认可，是获得友谊的最佳方法。

第三、快乐的生活。当今社会，瞬息万变，面对工作和生活上的压力，疲劳是每个人肯定会有有的。面对层层重压，我们如何才能快乐的生活？卡耐基先生说：“能够分享的生活才是丰富多彩的”。找个适当的机会，约上几个要好的朋友，去健健身，游游泳，放松自己，使自己的身心全都得到放松，这是焕发活力的好办法。确实，与他人一起分享生活的乐趣，这样也许你会从中得到更多的快乐。

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。