

2023年民警读书会心得体会(大全9篇)

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

民警读书会心得体会篇一

读书，似乎是一件简单的事，但是也是一件复杂的事，该如何读书，我在《如何阅读一本书》里，找到了些许答案！在这本书的一开始，作者就在强调这样一个观点：“阅读是一件主动的事，阅读越主动，效果越好”。通过主动的阅读，通过在阅读中投入心思去不断的思考，这样的阅读才会收效越大。阅读的目标，是为了获得资讯，以及为求得理解而读。书中有这么一段，说真正的阅读，是“没有任何外力的帮助”，“只凭着内心的力量，玩味着眼前的字句，慢慢地提升自己，从只有模糊的概念到更清楚的理解为止”。这是读书最基本的目标，也是最终的目标。只有更清楚的理解，才可以让自己获得“全新的或更高层次的启发”，收获我们自己想要的。“阅读就是学习”，不但用来指导自己的学习，还要用来进行自我发现。在阅读的过程中，不但要读懂作者想表达的意思，还要懂得作者为什么要这样说。阅读不是在听作者唱独角戏，我们更需要把它当作一种与作者的对话，通过对话，更多的挖掘作者的思路与思想，从而获取一种阅读之外的东西。

作者将阅读分为四个层次：基础阅读、检视阅读、分析阅读和主题阅读。四个层次是依次渐进的，但又是建立在前一种层次的基础上的。通过基础阅读，获取一本书的内容；通过检视阅读，获取一本书的架构和主题；通过分析阅读，更深层次的咀嚼和消化一本书；通过主题阅读，对同一主题的数本书进行整体的分析与研究。

检视阅读，是系统的进行略读，粗浅的明白书中所表达的内容。在这个过程中，我们要注意阅读的速度，不能一味求快，而应该依照读物的性质和复杂程度，用不同的速度来阅读，尽可能的避免在阅读中出现停留或倒退。通过检视阅读，我们需要从基本架构上读出作者的整体思路，但不要企图了解作者每一句话或每一个字句的深层次含义。“粗浅的阅读。是阅读者想要了解全书内容的第一个必要步骤”。

在阅读的过程中，作为读者我们要学会向提问，在这本书的第五章中，作者列出了一个阅读者要提出的四个基本问题，无论我们读什么书，这几个问题都是有意义的。同样在这一部分，作者也给了我们教了几种阅读时做笔记的方法，以及三种做笔记的形式，这些都可以用在我们日常的阅读中。

分析阅读，是阅读的第三阶段，也是阅读单独一本书的最高阶段。在这个阶段的阅读中，首先要对我们所阅读的书进行一个准确的`定位和分类。只有明白了这本书的分类，才可以帮助我们较好的完成下面的阅读。在这一阶段中，我们不仅要满足知道作者在讲什么，还要能够将作者所表达的内容清楚的用自己的语言表达出来，我们要能够对整本书进行拆解，拟出这本书的大纲，并能够用自己的内容对大纲进行适当的充实。通过这一过程，我们就能够很好的掌握作者的思路，明白作者的条理。这个过程是艰难而复杂的，但通过这样的过程，我们能够更好的更透彻的理解这本书。在这一部分，作者讲到了一本书的读者与作者之间的互动关系，通过对这一关系的理解，可以帮助我们在成为一个“好读者”的同时，也为我们能够成为一名“好作者”打下一个基础。

在分析阅读的讲解部分，作者总共列举了他对于分析阅读理解的十五条规则，这些规则在全书的第十一章有一个小的汇总，并对这十五条规则的联系进行了讲解。这十五条规则之间，循序渐进，不断深入，可以帮助我们更好的理解全书。但如何更好的把这十五条融入我们的常规阅读中，这还需要我们慢慢的在后续的阅读中去理解、去体会。在第十二章辅

助阅读部分，作者总结了他对于几种外在辅助阅读的认识和理解。在他看来，我们的阅读，应该尽可能的保证独立阅读，排除他人的评论对我们的理解造成影响。尽可能的少利用导读和摘要，或者在完成独立阅读之后再对辅助材料的阅读。

第三篇中，作者列举了多种类型图书的阅读方法，包括对实用型图书、想象文学、故事戏剧与诗、历史书、科学与数学、哲学以及社会科学等的阅读方法的总结和概括。通过作者清晰的描述，我们可以有的放矢的进行阅读，以提高我们的阅读质量。

在全书的最后一章，作者谈到了自己对阅读的理解和认识。在他看来，我们需要不断的阅读，但不是任何书或文章都要读，我们要读那些能够提升我们阅读能力的书，“阅读超越你头脑的书”，通过这样的阅读，才能够增进阅读的技巧，从而提高自己。

用书中的一段话作结：“一本好书能叫你了解这个世界以及自己。你不只更懂得如何读得更好，还更懂得生命。你变得更有智慧，而不只是更有知识。你会成为一位智者，对人类生命中永恒的真理有更深刻的体认”。

民警读书会心得体会篇二

在这个漫长而充满欢乐的寒假里，我读了一套书——《哈利·波特》。

他是一个棕色头发，带着一副圆框眼镜的男孩。他有一根神奇的魔法棒，拥有一把神奇的飞天扫帚。他便是大名鼎鼎的——哈利·波特。

我非常佩服哈利·波特和他的两个好朋友——罗恩·韦斯莱和赫敏·格兰杰他们坚信只要齐心协力，便可以战胜邪恶、战胜

一切。有了这个信念，他们总会胜利。因为他们坚信邪不胜正。我也为哈利·波特和他的两个好朋友的友谊而感动，当他的两个朋友听说哈利要外出逃亡，并按照教授的要求寻找魂器时，虽然吉凶未卜，但他们仍决定和哈利·波特一起去寻找魂器，为了朋友，他们可以不惜一切代价。我被他们深深地感动了。

读《哈利·波特》这一系列的书籍让我插上了幻想的翅膀，在这个神奇的世界里，我领悟到了友情的真谛、亲情的可贵，我学会了勇敢与坚强。

民警读书会心得体会篇三

闪电伤疤，一个幸存下来的男孩。哈利波特这个名字是勇敢的象征，是魔法的英雄。是这个男孩带给我无数的幻想。让我想象一下，在我11岁之前的无数次，在我11岁生日之前，我可能也会收到猫头鹰的录取通知书。

《哈利波特与魔法石》是作者罗琳在地铁上的灵感，幸存的男孩也是如此。但正是这本书，这个神奇的世界，让我无数次幻想在霍格沃茨学到了什么。也许正如斯内普教授在书中所说，“这个男孩没有突出的特征。他和他父亲一样“平庸”。只有他才华横溢、聪明伶俐的朋友才会夸耀他，“虽然哈利脾气大，但他很不耐烦，喜欢当英雄。他的大脑阻断技术很差。他被伏地魔用来祭祀他的教父小天狼星。他也有遗憾，因为小天狼星的死和邓布利多吵了一架，但是他一次又一次地打败伏地魔。他有优点也有缺点。他没有太多像其他书。

中的人物那样的主人公，如果你想戴皇冠，你必须承受它的重量。哈利头上的闪电伤疤是他的王冠。当哈利小时候逃脱伏地魔的诅咒时，他有了这顶王冠。哈利一次又一次地以强大的魔法战胜伏地魔，一次又一次地从死亡的魔咒中逃脱，

创造了奇迹。在最后一刻，他以伏地魔之死的心态。

打败了他。那个留着闪电伤疤的男孩，那个幸存下来的男孩，将会长大并最终赢得哈利用我心中的爱和勇气挑战不可能。经历过无数磨难的哈利是我崇拜的第一个人。

民警读书会心得体会篇四

思考是开悟的最大障碍。思考只是一种工具。但是我们大多数人都被思想所控制，成为思想的奴隶。你能在任何时候做这件事来释放你的思想吗？我们有时会想到不愉快的事情。当别人建议我们说，不要想它，但我们能控制它吗？我们通常说我无法控制自己。这是我们内心不安的根源。我们中的许多人甚至每时每刻都在思考。我们认同我们所想的一切，甚至是我们自己。大脑只是完成任务的工具。当任务结束时，大脑应该休息。

那么我们怎样才能把自己从思考中解放出来呢？

1. 观察并倾听你的想法

倾听你大脑中的声音，尤其是重复的思维模式。倾听时，不要评判。当你倾听思考时，你不仅意识到它，而且意识到你正在观察它。这样一个新的意识水平出现了，你将会感觉到思维背后更深层次的意识。因为失去了力量，思想会很快消散。

2. 关注现在

我们在思考中所认同的自我就是自我。对于小我来说，当下几乎不存在，只有过去和未来才是最重要的。小我总是想要复兴过去，因为没有过去，你会是谁？小我也将投射自己到未来，以确保它继续生存。即使当小我关心现在，它也不关心

现在，因为小我从过去的角度看现在。因此，在日常生活中，我们应该练习专注于当下，比如洗手的时候，专注于所有与洗手有关的感觉，或者观察自己的呼吸。通过这种方式，我们可以在我们的思维中创造一个缺口。当我们的思维是空白的时候，我们可以感受到内心的平静。

思考产生情感和痛苦。只要你认同思考并处于无意识状态，痛苦就不可避免。思想总是否定现在，并试图逃避它。因为没有时间，它就不能发挥它的作用，控制你，它把现在的时刻视为威胁。思考和时间是分不开的。虽然我们需要大脑和时间来生存，但当它们控制我们的生活时，疼痛就会发生。想想。如果没有人类，只有动物和植物，会有过去和未来吗？如果你问一只鸭子现在是什么时间，它可能会说：“现在就是现在。”当我们看到两只鸭子打架时，它们会像什么都没发生过一样，平静地游走。他们已经专注于当前的时刻，而不是想着战斗。我们如何？我们被思维所控制，不能专注于现在，总是专注于过去，或者根据过去的经验来判断现在或担心未来。我们从未真正放下所有的思想去感受那一刻。所以我们所有的痛苦都来自思考和时间。

如果你不想制造痛苦并增加过去的痛苦，请不要制造时间。除了做必要的事情，至少不要浪费时间。一定要意识到现在是你拥有的一切。任何人都不能存在于当下之外，对吧？如果你不关注当下，你所经历的所有情感痛苦都会留在你的身体里。它们将与你过去的痛苦融合，在你的大脑和身体中扎根。这些积累的疼痛在体内形成一个负能量场“身体的疼痛”。我们每个人都生活在“痛苦的身体”中。有时候你会看到一个温柔的人突然暴怒，这是他痛苦的身体被唤醒。通常，当某些东西与你过去的痛苦产生共鸣时，疼痛的身体处于休眠和激活状态。痛苦的身体以我们的负面情绪为食。一旦你被身体的疼痛所控制，你就会想要更多的疼痛。如果你认同你的痛苦，痛苦的身体会变得越来越强壮。当你开始停止认同它并观察它，它就不再能控制你的思维。

刚才提到思考和时间是密不可分的。当你把时间从脑海中移开，它就会停止——除非你选择利用它。当你认同自己的想法时，你就会不由自主地被时间所控制。你完全沉浸在对过去的回忆和对未来的期待中。你不愿意接受现在，不愿意让它存在。我们可以用观察者的方式来观察我们自己想要逃避现实的思维惯性。当你开始观察时，你会发现你总是把未来想得比现在好或坏。如果你是好的，你将充满期待。如果你是坏的，你会焦虑。

民警读书会心得体会篇五

在第二篇第六章大概地将书分为“实用型”和“理论型”后，作者在第三篇又详细地对书本进行了分类，并介绍了对各种不同读物的读法，当然这里仍然是一本书的阅读，即前三个层次的阅读，换句话说就是仍然在讨论“分析阅读”。

第十三章主要介绍“如何阅读实用型书”，文中作者将“实用型”书分为两类，一类是像烹饪、驾驶手册以及本书一样是说明规则的，另一类主要谈的事规则背后的原理，当然是不同于那些理论型的书的。在阅读这两类“实用型”的书时，同样需要问四个问题，当然这里的问题有了点小变化。

第十四章介绍的是“如何阅读想象文学”，作者指出想象文学需要读者亲身去体会、想象，它是在“阐述经验本身”，另外作者还告诫了读者“在想象文学中，不要去找共识、主旨或论述”、“不要用适用于传递知识的，与真理一致的标准来批评小说”。同样作者也提出了“阅读想象文学的一般规则”及阅读时的注意事项。

十五章《阅读故事、戏剧与诗的一些建议》中，开始先谈到再快读故事的前提下对用那几个问题来提问自己；而史诗现

代人虽然很少人阅读了，但作者还是强调应该阅读那些经典的史诗巨著；阅读剧本就十分需要发挥想象，想象这一幕剧正在随着你的阅读在眼前上演，这里作者着重强调了阅读悲剧的重要性；最后作者对阅读抒情诗提出了几点意见，阅读抒情诗要一气呵成，不要局限于作者的背景材料，做好还能够大声朗读。

十六章谈的是“如何阅读历史书”，首先作者用了大量的事例对“历史”这一词作了定义，其次他提出了阅读历史书应该提出的几点问题，另外作者又把“传记（自传）”单独拿出来讨论。

十七章《如何阅读科学和数学》之中，作者先是同样提出了阅读科学名著的几点建议，他建议读者可以通过科学术语找出作品的主旨。在谈到阅读数学时，他指出“数学其实是一种语言，我们可以向学习自己的语言一样去学习它”。在说到阅读科普书时，作者没有给过多的意见，因为科普书本来就是普通大众写的，读者阅读时不会遇到太多问题。

十八章《如何阅读哲学书》，作者先是通过详细说明“哲学家提的问题”、“现代哲学的传承”和“哲学的风格”来让读者更深层地了解哲学，随后便提出了阅读哲学的几点提示，他提示读者要花力气“了解作者的词义与基本主旨”，作者明确说出阅读哲学最关键的就是理清思路去“思考”。最后作者还对阅读“神学”和“圣经”给了几点建议。

第十九章《如何阅读社会科学》是第三篇的最后一章，作者先是给读者把“社会科学”下了个定义，并指出了阅读社会科学的难易处，阅读社会科学难是因为关于一个社会科学的问题我们有时要阅读好多书，当然这就不仅仅是“分析阅读”所能满足的了，这样就引出了本书的第四篇也是正文的最后一篇《阅读的最终目标》。

民警读书会心得体会篇六

第一次知道《哈利波特与魔法石》系列，还是高中老师在课堂上给我们推荐的。

当时正在晚自习，语文老师突然走进了教室。将当时才出到四卷的《哈利波特与魔法石》往讲台上一放，然后开始介绍了这本书怎么怎么好。具体说了啥不记得了，不过隐约记得她说到：“国内的儿童文学家在见识到了这套书后，都应该为自己想象力的匮乏而感到羞愧。”有几位读过《哈》的同学都非常兴奋，纷纷应和。

于是带着不屑的表情，翻了翻同学的书。没仔细看，就记得有什么巫师，魔法棒，巨怪，三头犬之类的。然后就更加不屑了，这也就一般么，不就魔戒和希腊神话的东西么，这就为想象力羞愧啦？果然老师游戏玩的太少了。

然后，书一直没读。居然熬到了《哈利波特与魔法石》电影上映了，轰动一时，我也看了，买的碟。觉得也还行，虽然比《魔戒》要“幼稚”。但仍然装出了一副忠粉的样子，主要是跟班上女生能有更多共同话题，又能顺便学习英语。

毕竟高中，学习压力大。而且一年一部，都不记得追。《哈》的234都没看，真正圈粉是第六部《半血王子》，当时看的觉都没心思睡了。好希望自己也能拿到一本大神注释过的魔药教材，（最后知道半血王子是斯内普的时候好失望）。于是一连前追后追的，把电影看完了。

七年过去了，在图书馆偶然看到这本《哈利波特与魔法石》，感觉不读是不是错过了些什么啊？于是就借了回来。

才读完第一本，我就发现，高中老师诚不我欺。是我自己在爱做梦的年纪错过了一场梦。

说“童心来复梦中身”是矫情了点，不过回头补补，还是很有意思的。

剧情和人物

虽然不是没有硬伤，但是整本书的剧情严谨，小阴谋隐藏者大阴谋，小麻烦引出大故事。人物，道具和情节层层推进一环扣一环，写的非常的引人入胜。

故事核心很简单，一伙好奇的孩子，为了调查某些阴谋，不停的违反校规在学校里冒险，最后各显神通通过重重困难，并在我方boss的帮助下挫败了小boss复活大boss的计划。但由于氛围渲染的好，大小悬念不断，让故事非常具有可读性。即使看过了电影，仍然想不停的往后翻。

第一册定位清晰，是“少年文学”。在这个的框架下讨论，人物可以说塑造的非常成功。

首先是敌我分明，好人特别可爱，坏人特别讨厌。矛盾冲突明确，大的对立有：正邪对立：邓布利多和哈利对伏地魔；中等的对立：格兰芬多对莱斯特林；小的对立：哈利对马芬。当然，还有白给的：哈利对达力。

除主角外，好人有4个，金牌小弟罗恩，女神学霸赫敏，主角成长的终极目标邓布利多，扮演猪八戒成事不足败事有余的海格。

大魔头伏地魔，这个没办法，这书里就是要他最坏，他就坏的最彻底。不需要什么立体感。

然后，无数学生心中都有的这么一个讨厌的老师，斯内普，那就不喜欢你，就是要找你茬。也是坏的毫不掩饰，至少第一部看下来，不论是书还是电影，没人会喜欢他。起码要到第六部才有可能有改观把。

在之后是马芬，大概本来想欺负罗恩和哈利，发现他两不好对付，（其实主要是郝敏不好对付）就开始欺负那威。不过效果是一样的，就是负责欺负读者，然后再被哈利他们教训，让读者出气的存在。

最后一个，还是白给的，达力。

另外，奇洛戏份太少，就算了，算在伏地魔里把。不算达力，这三个对头，各自打自己的算盘，罗琳利用他们，织出大中小三张网，构成了严密而丰满的故事。

缺陷和吐槽

所以这个规则，本质上就是邓布利多说谁赢，谁就赢。邓布利多不说话，就是斯内普说谁赢，谁就赢。

不吐槽了，不过说实话，这个规则，虽然逻辑上不合理，不过对作者编故事来说，真是太方便了。想怎么压抑就怎么压抑，想怎么转折就怎么转折。你要改了它，很多地方还真的全改了。

后来查了一下才发现，这应该算是编辑的问题。这题要配合插图的，这个版本就没插图，相当于少个条件，当然解不出来啦。剧情里，哈利和郝敏也是看的到瓶子大小的。图和题一结合，很快就推出来结果，还有啥难的？看来这题的目的，果然是为了说明那句：“许多最伟大的巫师都没有丝毫逻辑推理的本领”。算是完善世界观的把，巫师也不是什么都比麻瓜强么。

民警读书会心得体会篇七

偶尔站到书橱前，一本本看过去，那些亲切的书，经过日光触摸的痕迹，仿佛也有了记忆。这一本或者那一本，当年看

它时的状态、季节、心情还能想起。

每个人都有读书的最佳黄金时期。除了求学阶段，我的读书黄金期是在孩子幼年的时候。每个孩子都喜欢听父母讲故事，因为要给孩子讲故事，买儿童读物成了爸妈的头大的事。

我听的第一个故事是妈妈给我讲的《卖火柴的小女孩》。刚听过，我从母亲的声音中听出小女孩的哀的心情和痛苦的生活。

我渐渐地迷上了曹文轩的小说经典，如：《草房子》、《山羊不吃天堂草》，小说里唯美的感伤情愫曾深深吸引过我。老师让我们少看一些他的作品，但我知道《草房子》一定是他人一生中见到的第一颗珍珠。

买过两年王艳娥的《林肯的故事》王艳娥的小说充满一股力量，人物类的小说更为我青睐。我还喜欢他的很多人物传记。

岁月匆匆，如指间流沙。那些读过的书新朋友来了，老朋友一样散发着熟悉的气息。

渐渐的我学会了拼音，开始看了注音版的《小猪唏哩咕噜》。就这样我走上阅读之路。

民警读书会心得体会篇八

我买了一本马克·吐温的名著——《汤姆·索亚历险记》。这本书很好，我读了后有很多感受。

这本书的内容就是：汤姆·索亚和一些孩子不喜欢上教堂。为了摆脱他们认为枯燥乏味的功课和呆板的生活，他们去干一些冒险并有危险性的事情，汤姆觉得很快乐。

当我读到汤姆和乔。哈帕各扮演皇家卫士戈次伯恩的朋友，他们俩互相“交战”时，我感觉到汤姆是一个一心想当绿林好汉的孩子，喜欢过流浪的生活，这也正是汤姆独特的个性。而我却没有这种爱当绿林好汉的个性，我们每个人都要有不同的个性，这样我们活得才有意义。

当我读到汤姆和贝琪在山洞里被困住了，他们用蜡烛在每一个岔口都做了一个记号，以便迷路时找到原路。我体会到汤姆很聪明，他会用各种方法做标记，使自己不迷路。我觉得这是一种野外生存的能力。我们每一个人都应该具备这种能力，以便以后万一在哪里迷了路，我们还能有一些措施。

当汤姆知道印第安。乔在山洞里困死时，他虽然知道印第安。乔杀人越货、十恶不赦，但他还是动了恻隐之心。我感觉到汤姆很善良。虽然印第安。乔是他的敌人，但他出于怜悯之心，还是为印第安。乔的死感到惋惜。我们也需要这种善良之心，我们只有善良一些，社会才能更加美丽和谐。

波莉姨妈让汤姆吃药，汤姆却耍小聪明把药全部喂给了猫，当波莉姨妈发现了，汤姆无言以对，这使我感到汤姆很顽皮，他明知道这药是姨妈让他吃的，他却把药给了猫，让猫来代替受这苦味，他太调皮了。我们应该顽皮一点，但不能耍小聪明，这样会耽误一些重要的事情。

当我读到汤姆代替贝琪挨老师的毒打但他却一声不吭时，我感到汤姆具有舍己为人的精神。他舍去自己的利益，为了他人。对于这种精神，我很感动。我们也应该具有这种舍己为人的精神，那样我们的社会将会更加美好。

我读了《汤姆索亚历险记》，受益匪浅。以后我要多读这样有意义的书籍。

民警读书会心得体会篇九

一、做好宣传发动工作

为了让家长认识到亲子读书活动的意义，积极地参与进来，首先我们给家长寄发了《亲子共读倡议书》，呼吁家长与孩子共同阅读，主要内容是：为孩子建立温馨、舒适的阅读环境，建立一个家庭图书架，并适时添置一定数量的好书。每天抽出二十至三十分钟的时间与孩子共同阅读，父母和孩子相互监督读书情况，用亲子阅读记录卡记录下来，使老师能比较清楚地了解道每位学生家庭的亲子共读情况。其次是推荐读书内容：《小猪唏哩呼噜》、《舒克和贝塔》、经典背诵（三字经、弟子规）。这样学生的课外阅读时间就有了保证。

二、班级建立读书评比栏

为了“亲子共读”活动有实效性，扎扎实实地开展。班内开展了读书评比活动，这样大大激发孩子们的读书兴趣，家长们也亲自陪孩子读书，若不陪、不“亲子共读”，孩子不愿意，进而督促家长们也爱读书了。活动开展下来，几乎每个家庭都成了“书香型家庭”。也涌现出了许多读书之星，如：史尧庆、王煜钦、段明昊等。孩子们读得认真，家长们读得入神。一张张“亲子共读”卡片，真实地记录了孩子和家长共读的情况。

三、活动成果

虽然活动开展的时间不长，但学生已有了不少收获，一些学生把《三字经》、《弟子规》的内容比较熟练的背诵下来，为此，我们把《三字经》编成了一个节目，以舞蹈、吟唱的形式诠释出了古典文化的魅力，另外，我们还通过剪报的形式把阅读中新认识字的收集起来，既巩固了认字，又提高了学生的阅读兴趣。在亲子共读的过程，家长们也用镜头记录下来一个个亲子共读的温馨画面，它增进了家长和孩子之间

的情感交流，也为孩子的成长留下了美好回忆。

“亲子共读”活动的开展，营造了良好的学习氛围，提高了学生读书兴趣，实现家长与孩子共同阅读与学习、阅读与生活、阅读与成长的融合。