

最新自由读书心得体会(精选7篇)

心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

自由读书心得体会篇一

读到《爱和自由》第三章，创造力来自哪里，心理学界有一个共识：个性等于创造力，有个性的人对世界的感受是独特的，思维状态是独特的。

又结合到上周参加的心理学绘画疗法咨询师培训，搜集了一些孩子画的树，没有一幅是一样的，看到有些孩子的画中中规中矩、有些色彩鲜艳、有些富有想象力.....每个孩子对树的感知、印象都是不一样的，每个孩子的思维和个性也是独特的。

人有四种天生气质，忧郁型、乐天型、激进型、冷静型，也许这个孩子天生气质就是冷静型，而我们成人却要求他成为乐天型，孩子就会想尽办法和你内耗，没有达到我们要求的乐天型气质，就被冠上了“不听话”，或“有问题”的孩子，想想冰山的下面，我们应该找找每一个我们所谓的“问题孩子”形成的原因。

孩子在强势的父母或老师的压力下，努力地向成人的目标迈进，在这个过程中，孩子有过多的情绪堆积在心里，形成心理问题。

做为老师，做为家长，我们任重道远.....

自由读书心得体会篇二

经常接触一些家长，在关于孩子的课程学习上，总是说，跟孩子商量一下。他们觉得，这是对孩子的尊重和自由。

通过行为心理学的架构分析，有些家长，或许内心有一种补偿机制，即在他的儿童时代，是缺乏爱和自由的。老一辈的家长教育知识少，他们对孩子的爱，是填鸭模式，不知道怎么表现，以至于子女成人，痛定思痛，就要改变这种状况。所以，有些家长会尊重孩子意愿，不愿过多约束。但不约束的后果却很不妥。比如手机，电视，游戏，一切社交类的事物，都会成为孩子逆反的心理肇因。这时，家长往往喜欢抱怨或者付诸武力，孩子不高兴，家长也沮丧。

徐静蕾就是典型的例子。父亲高压，让她少年时间毫无自由。以至于她回想去那些时间，曾经说过，如果可以选择，她愿意用十年的生命去换回。

有时候，一段所谓的成功，是用暗无天日的局促和逼仄去换，也会觉得人生没有意义。她这样想，也是补偿机制。如果没有后天的调节，这样当了妈妈，后面的教育也会出现失败。

我们都爱孩子，嘘寒问暖，陪伴成长，这些就是爱孩子的表现吗？有时候，家长需要思考，想一想是基于什么想法去爱孩子。比如，开车出行，孩子想坐副驾驶位上，但这样一是不安全，二是法规不允许。常识大家都有，当孩子坚持，又哭又闹，有些家长就会妥协了。

对孩子来说，一是真有危险，二是他们知道有些规则可以哭闹争取。更重要的是，父母在孩子面前失去界限意识。没有规则的爱，是溺爱；没有界限的自由，是无能。当家长不能拒绝孩子非合理要求，不能跟孩子构建框架和边界。就是一切失衡的开始。

很多家长对孩子有依赖。这种依赖，会导致他们与孩子的妥协。潜意识可能会有担心：害怕对孩子的教育，会拉开和他的距离，而这可能意味着，你会失去孩子对你的依恋。而孩子很容易感受到家长的潜意识，所以孩子学会了威胁，比如得不到，就离家出走。或者一意孤行，跟家长对着干。

所以，我们要去内省，是真的爱，给他自由。还是内心恐惧、焦虑失去。

自由读书心得体会篇三

时针已悄然走过了五圈。

我伸伸酸痛的脖子呆呆地望着窗外，远处的天空中一只小鸟在飞翔，飘逸洒脱，自由惬意。中考却像一只无形的笼子把我囚禁，我多么渴望飞出樊笼去自由飞翔。

我渴望飞翔，渴望飞进名著的海洋，去品味《繁星·春水》的纯真淡雅；去感受祥子的艰辛与痛苦；去领略梁山好汉的侠肝义胆；去追寻鲁宾逊荒岛探奇寻宝的足迹……而现在的我却老师家长的率领下来到了“中考”的绝境，与名著隔绝了。

我渴望飞翔，渴望飞进自然去享受清风流水、莺歌燕舞的惬意。我多想飞到山顶去感受“会当凌绝顶，一览众山小”的豪情；我多想飞到西子湖畔去欣赏那“乱花渐欲迷人眼，浅草才能没马蹄”的春光美景；我多想飞到田野去聆听“蝉鸣蛙叫”，去享受“稻花香里说丰年”的喜悦……可现实中的我却被“囚禁”在这一室之内，内有读不完的书、做不完的题，外有妈妈严密的“监视”，何谈自由！

我渴望飞翔，我愿像雏鹰一样在鹰妈妈的带领下伫立悬崖峭壁之上，抖抖翅膀，磨磨利爪，然后张开双翅冲向天空。而鹰妈妈在一旁没有指手画脚，没有唠唠叨叨，有的只是鼓励与指导。可今天的我却像襁褓中的婴儿，“饭来张口，衣来

伸手”。还要时时牢记妈妈的教诲：两耳不许闻窗外事，一心只需读中考书。

我渴望飞翔……

“小明，怎么又分神了？抓紧时间做题！”妈妈端着刚刚热好的牛奶走进我的书房（可我的感觉像牢房），妈妈放下牛奶拿起我脱下的脏衣服出去了。我的思绪又回到了现实。

我渴望飞翔，去接受名著的熏陶；我渴望飞翔，去接受自然的洗礼；我渴望飞翔，去接受风雨的磨砺！

自由读书心得体会篇四

由于近段时间在社会上，特别是在党员队伍中存在一种不好的习气，浮躁之气。于是我忽然想起了几句话“事不关己高高挂起”、“办事不认真，做一天和尚撞一天钟”、“大事做不来，小事不愿做”。我默默思索，搜遍我脑海的角角落落，原来出处是毛泽东的《反对自由主义》。于是我好好的读了读《反对自由主义》，以便从我身上发掘存在的问题。

“自由主义取消思想斗争，主张无原则的和平，结果是腐朽庸俗的作风发生，使党和革命团体的某些组织和某些个人在政治上腐化起来。”，我忽的一惊。我是一名党员，我对我们的党，慕名加入，感情颇深。我和周围的人，身上好像也存在这样，那样的问题。这将对我们党是多大的威胁。

我们的党，自诞生至今，无论是星火燎原，还是蒸蒸日上；无论是坎坎坷坷，还是太平盛世，都旗帜鲜明，以民为重。“遇事讲原则，客观处理事情”，反对“自由主义”。

人们追求自由，无可厚非。但一味的追求个人自由，人类文明的产物“道德、法律和规章制度”就没有存在的必要，历史倒退，人们也将生活在没有安全保障的社会环境中。记得

法制史老师讲过“社会没有法则，一夜之间，你的财物甚至生命，都可能会被任何人任意剥夺”。

联想到我们生活的社会、工作的团体，这种崇尚个人自由，遇事无原则的事情比比皆是，不得不叫人堪忧。普通群众这样，党员干部这样，这种“自由主义”将严重威胁我们的党，我们的政府，我们的幸福生活。

因为是熟人关系或基于某种明利益，明知不对，也不同他们作原则上的争论，任其下去，求得和平和亲热。或者轻描淡写地说一顿，不作彻底解决，保持一团和气。结果是有害于团体，也有害于个人。

现在的社会和机关当中存在浮躁之气表现为两种形式：

一是个人主义，一切以自己为中心，盲目自大。

人无完人，每个人都有自己的长处，当然也存在自己的缺点。有一部分人，在某些方面取得一点成绩，在某些方面比别人突出一点，甚至还有一部分人仅仅居于自己优越的生活条件，就自以为是，目无一切，没有任何约束的行为和言论。在一个团体中，无组织、无纪律，稍有不如其意愿，就消极对抗或妄发渺无虚有的言论。

我们生活在一个衣食无忧的社会当中，应当珍惜。在社会当中取得一定成绩的人、在执政机关工作的干部，都具有一定的影响力，这种影响力无论是积极还是消极，都会影响一片。所以少一些埋怨，多一些付出，在年青一代面前树立模范，就自己的能力促进社会文明向前。

二是干部当中一部分人不负责任，听之任之。

“办事不认真，无一定计划，无一定方向，敷衍了事，得过且过，做一天和尚撞一天钟。”让老百姓厌恶的机关作风。

有一部分人，甚至做和尚连钟也不想撞，讲享受、讲待遇、搞攀比，工作无计划、无方向。要改变这种现状，要一级一级做榜样，树楷模，中层要对广大普通干部树榜样，上级对下级树楷模。特别是中层干部还要遇事敢于管、愿意管，既要以榜样的力量去影响普通干部，同时还要对在干部队伍中出现不好的苗头敢于管，得到遏制。不然你好、我好，什么都好，就形成了表面和气，实际糟透了的机关作风，使干部队伍失去先进性、战斗力。

这两种的形成，主要是市场经济发展负面作用，享乐主义、拜金主义等所造成；也是因为生活安逸，自由主义滋生，凝聚力下降所造成。新一代中央领导集体，决定在全党内深入开展“批评与自我批评”，要充分利用这把利剑，狠刹干部队伍中的歪风邪气，使党员干部队伍保持先进性与纯洁性。

自由读书心得体会篇五

今日学习毛泽东同志的《反对自由主义》，我个人感觉有非常重要和深远的意义。学校领导为了统一思想，加强团结，提高工作效率，让我们学习这篇文章，深深感到了领导的良苦用心，给了我一个重新学习的机会，让我们从中学会了批评和自我批评的科学方式。

近些年来，随着国家政治风云的变幻，特别是改革开放以后，人们的世界观、价值观等发生了极大的变化，所以在有些行为和思想上，有很大程度的偏离了人生目标。根据毛泽东同志的标准来衡量的话，现在就是自由主义的思想在作怪。

毛泽东同志在文章中列出了十一种自由主义的表现，根据我在实际工作中的所作所为，我也在审视着自己的行为。日常工作中，发现他人在工作上存在问题，碍于情面，也不愿深说，轻描淡写地提示或只作暗示，让其自己发现、自觉改正，求得一团和气，还认为这样做是为了搞好团队的团结，实际上于人、于己、于工作都是有害的。在听了不正确的议论后，

只要不是关于自己的事情，就不管不问，不为真理争辩，为明哲保身，但求无过。等等。

现在我明白，如果你不能诚恳的指出别人的缺点，把坏的说成好的，你自己也不能得到别人中肯的批评和忠告。我们应该不断的认识自己，改进自己，除了自我反省以外，就是需要同事们客观反馈和真实的评价。同事之间只有相互关怀，共同进步，人际关系才能自然而然的达到和谐状态。少一些勾心斗角少一些所谓的利益冲突。我们都是为了学校的良好发展在共同努力，不要把个人利益和个人欲望做为工作的最终目的，而因为这些和同事起着没有必要的冲突，甚至将自己的快乐建立在同事的痛苦之上。这些表现上升到构建和谐社会不是要损人利己，更不赞成损人损己、损己利人，而是提倡利人又利己，即共赢。在我们学校这个“小社会”来说，我们应该努力达到的也是这样的共赢。

在我们的日常工作中，应该以工作为主，工作中有什么样的意见和建议，应该明确的指出，哪怕会有一些争论，只要得到的结果是好的，公平的那就可以了。把学校的事情都要看成是自己的事情，不要因为这个工作没有分配给你，就置之不管，不能出现自由主义思想，应把握大局观，无论何时何地，坚持正确的原则，把思想战线统一起来，共同努力，实现多赢。

自由主义就像腐蚀剂，不仅影响我们自身的形象，也影响队伍的整体水平。通过此次深刻学习我的感触很大。毛泽东同志的这篇反对自由主义虽然写于1937年，距今已有70个年头了，但其中许多自由主义的表现，至今还存在，不由得佩服毛泽东同志当时就这个问题分析那么透彻。同时也在思想上为我敲响了警钟，一些自由主义的表现现在自己身上也多少存在，以前并没有意识到它的严重后果，现在既然意识到自己身上存在着这样的问题，那么最好的解决措施就是认真的反思，努力的加以改正，做一个明智、识时务者。对人、对事，都要认真负责的人。

自由读书心得体会篇六

我越来越喜欢孙瑞雪老师的书，尤其是《爱和自由》，我把这本书推荐给身边的每一位好朋友，尤其是孩子的妈妈，做好一位母亲，尤其是好母亲真的需要我们和孩子一起成长，我们自身的成长能够给予孩子无穷的力量。

我自己也是一位四岁孩子的妈妈了，在没有接触《爱和自由》之前，我对孩子们的要求很严格，总是想让他们按照自己的意愿做，每个孩子都能成为懂规矩、爱学习的好孩子，班级最好没有调皮的孩子多好啊！读完《爱和自由》后，自己简直有点无地自容了，应该让孩子成为他自己，只要你做好指导、观察、协助就可以了，《爱和自由》改变了我，我们应该允许孩子犯错误，如果是以前，如果一个孩子犯错误了，我一定会大声训斥，并告诉他下次不要这样做了，在这样做就会……一些威胁之类的语言，现在我不会了，无论孩子犯什么样的错误，我有时候情绪也会有些波动，但是我时刻告诉自己，放松心情，毕竟是小孩子吗，有时孩子会把玩具摔在地上，还会用脚去踩，这时候，我们首先告诉他，请你把玩具捡起来，我来帮助你一起把玩具归位好吗？有的孩子会和你一起做，而有的孩子根本不理睬你，跑掉了，其实没关系的，一次、两次……总有一天，他会非常高兴地和你一起收拾玩具并归位，老师对孩子的爱与包容、还有亲切的口吻时刻都在感化着孩子，慢慢的孩子们也学会了“请”“对不起”……这些语言，他们也会爱老师、并且关心老师！

孩子是否犯错误了？有时候我们常常把孩子们的探索当成了犯错误，我的孩子也常常模仿大人拖地，现在我允许他做这些事，还有他特别喜欢用抹布擦桌子，但是还想模仿我平时用水洗完抹布再去擦，由于空间的有限我还是没有给他充分的自由，没有允许他这样做，只是给他一块我拧好的抹布，他擦了一会，于是拿起自己的吸管水杯喝了一口水吐出来，反复这样做，抹布便吸了很多水能拧出来了，他很高兴，用自己的小手拧抹布，擦地、擦桌子、擦门、还去擦自己的小鸭

子便盆……干的特别的起劲，虽然弄得地板湿湿的，但总比要去水盆洗好的多，我只能一会再来收拾了，如果换成从前，我也许不会给孩子这样的机会去做，其实小孩子不一定就喜欢在一个地方玩玩具，看书、生活中的这些事情都是在帮助他成长的！是孙瑞雪老师改变了我，使我允许孩子们自由、快乐的成长。

每个孩子都会犯错误，最重要的是我们老师、家长怎样看待孩子们的每一次错误，最好用积极、肯定的语气告诉孩子应该怎样做，而不是一味的重复这项错误，我们大人也会有犯错误的时候，所以我们要用平和的心情来解决孩子们的错误！

自由读书心得体会篇七

《爱和自由》这本书不知不觉中已经翻看到第十二章了，很高兴越来越多的网友跟着华衣一起读好书，谢谢你们的支持！华衣一定继续努力得为大家推荐好书，认真写好读书笔记，我觉得写的过程也是自己审视自己育儿的一个过程，也是提升自己的的一个过程！

第十二章又有很多地方被华衣圈圈点点，因为有太多的共鸣！

我们应该让孩子在旁边观察，逐渐理解并适应这个环境，这需要耐心和时间。事情总是这样的，说原则的东西、抽象的东西容易，生活的事情、具体的事情做起来就不容易。这里孙老师指出了许多家长都容易犯的一点：没时间！我们经常会抱怨没有时间跟孩子一起读书、交流，没有时间倾听孩子的心声和感受。而好不容易和孩子在一起时，我们又可能在很大程度上心不在焉，不去理解孩子。

可是正如孙老师所说的“原则的东西、抽象的东西容易，生活的事情、具体的事情做起来就不容易。”，对于一个自由中的孩子我们要付出的是大量的工作和精力和时间，成人大

多不愿意把时间放在孩子身上，挣钱重要，看电视重要，聊天重要，睡觉重要……这其实是一个价值观的问题！

华衣很赞同孙老师的说法：在人的一生，拿出6年时间给孩子，并通过孩子发展自己，是最有价值的。

心理学家认为：在儿童期间，一是建立儿童完整的人格和开发儿童的智力，另一点就是培养儿童的审美观。审美观建立的好坏，决定孩子从小到大能否远离丑恶和犯罪，也就是说审美在某种程度上是一种道德观。

现在回想起来，原来孩子都是如此聪明的，又是如此维护着他们的物权的，当你突然夺过属于他们的饼时，他们已经觉得物权被侵犯了，接着你的掰，更加破坏了他们追求完美的情结，孩子因此而哭泣。成人们一般都无法接受孩子此时的这种哭泣，认为他们是在胡闹，无法去理解孩子的这一行为。

有了爱和自由，儿童就具备了基本成长的条件。有一天，自由和爱就会在漫长的儿童时代过去后，在一个人身上形成最美的、最崇高、最具人格魅力的品质。