

2023年道德绑架心得体会(优秀7篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。那么你知道心得体会如何写吗？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。

道德绑架心得体会篇一

道德绑架是指通过道德规范或者伦理概念来强迫他人做出某种行为或者接受某种观点的行为。在现实生活中，我们经常遭遇到道德绑架的情况，无论是在家庭环境还是职场中。本文将探讨道德绑架的影响及处理方式，并分享心得体会。

首先，道德绑架可能对被绑架者的心理造成负面影响。当一个人被他人的道德标准所束缚，被迫接受与自身意愿相悖的决策时，他可能会感到焦虑、无助甚至绝望。这种负面情绪可能会导致个人的自尊心受损，最终对其心理健康造成不良影响。因此，被绑架者需要意识到自己的权利和自由，拒绝被他人绑架，开展一种积极的自我解放。

其次，道德绑架经常发生在家庭环境中。父母、配偶等亲友可能利用自身的权威地位或感情纽带来施加道德绑架的行为。对待这种情况，被绑架者需要学会保护自己的权益。首先，要明确自身的价值观和底线，坚守自己的原则。其次，要学会与亲友进行有效的沟通，表达自己的想法和感受，并寻求共识和妥协。最后，对于无法摆脱道德绑架的情况，被绑架者需要学会保持心理平衡，以自己的利益为重，不轻易屈服于他人的意志。

道德绑架在职场中也常见。上司或同事往往会利用职权或者团队压力来强迫他人接受某项决策或者行为准则。在这种情况下，被绑架者需要学会保护自己的职业权益。首先，要了

解自己的职责和权益，并将其与其他人的期望和要求进行对比。其次，要学会与上司或同事进行合理、有效的沟通，表达自己的想法和困扰，并争取得到公平的评价和机会。最后，如果无法得到公正对待，被绑架者需要勇敢地站出来，寻求外部的帮助和支持。

面对道德绑架的情况，我们也应该反思自己是否存在对他人施加道德绑架的行为。我们应该尊重他人的选择和权利，不试图通过道德规范来操控他人的思想和行为。同时，我们应该提倡开放、平等的沟通和协商，尊重不同的意见和观点。这样才能建立一个和谐的人际关系和职场环境。

综上所述，道德绑架是一种普遍存在的问题，在家庭和职场中都有可能发生。被绑架者需要学会保护自身权益，维护个人价值和底线。同时，我们也应该反思自己的行为，并倡导尊重他人的选择和权利。只有通过开放、平等的沟通和协商，我们才能建立一个和谐的社会关系和职场环境。

道德绑架心得体会篇二

今天，在很多公共场所，都有着大片的绿茵茵的草坪。这些草坪虽然绿得可爱，绿得怜人，但对于一个有着强烈公德意识的人来说，却不敢漫步其上，更不敢心安理得、自由惬意地躺着，与小草亲密接触。因为，大多数草坪上，都立着牌子，写有“小草有生命，脚下请留情”之类的话语，意为散步的人们要讲究一点公德，不要踩坏了草坪。原来，小草占领的大片场地，仅是供人们欣赏的。但是，小草的领地是扩大了，可人们的活动范围却缩小了，虽然美其名曰“绿化环境、造福人类”，但如此一来，为了那些绿色的视野冲击，人们失去的却是更多的可以放松的活动空间，真不知是草地在为民众服务，还是民众在为草地服务，正如“不知是狗在摇尾巴，还是尾巴在摇狗”。如此，那些有着道德修养的人们，也就因着道德而失去了本不该失去的空间。

公共汽车上，尊老爱幼是传统的美德，给年老体弱者让座是一种闪光的社会行为，毋庸置疑。但凡事都不能绝对，公共汽车上也常常有为工作、为事业、为生活奔波劳累抑或体力不支的年青人，一天的劳顿常使得他们更需要一个座位去靠一靠，歇一歇，较之一些尚有体力的老者，他们或许更迫切需要一个位置。但显而易见的是，不会有人为其让座，这还其次，关键是倘若他们占得先机，得了个座位，但身边又站着一位精神矍铄的年老耆，这一刻的他，是让座还是不让呢？在公众的眼里，冲着德行，他自然要让；但冲着“救急不救老”的实际需求，他可以不让。不过，公众的德行观，使得再需要位置的有德行的人们，还是情不自禁地会站起来，给老者让座。这一刻的他，无疑是被道德“绑架”了。这种道德的行为，似乎浸润了很多的无奈与辛酸。

道德，作为人类特有的一种优良品质，作为人类社会一种无形的稳定调和剂，在光芒四射的正义外衣下，涌动的是一种本真的善良、诚挚的友爱和人性化的宽容。那些脱离了道德本真的一些“德行”，其实算不得真正意义上的“道德”，充其量只能说是一种“伪道德”，甚或是一种道德的虚无阴影。这犹如喝酒，不胜酒力者硬是绑架于“感情深一口闷”的“真理”，吃下许多感情并不深、不得不逆着性子而为之的酒，于人于己其实都脱不了一个“伪”字。

其实，这都是道德绑架惹的祸，我们该给那些被绑架了的道德松绑，让那些本真的、纯正的德行之光洒布于公众的心灵之上，使其大放异彩，无拘无束，真正惠泽出人间的真爱。

道德绑架心得体会篇三

近年来，道德绑架现象在社会上愈发普遍，对个人和社会的影响也越来越严重。作为一名年轻人，我们应该保持警觉，加强道德自觉，对此加以警惕。最近，我观看了一部关于道德绑架的纪录片，让我深受触动。在这篇文章中，我将与大家分享我所得到的的一些心得体会。

首先，观看这部纪录片让我深刻认识到道德绑架是一种以道德伦理为工具来迫使他人接受一种事先确定的观点或行为的行为方式。这种绑架往往伴随着舆论的一致，借助大众的力量来迫使个人服从。我意识到在我们追逐道义标准的过程中，我们也应该保持对个体的尊重和包容。道义上的统一并不意味着思维上的统一，我们应该在尊重他人观点的基础上，通过对话和辩论来取得共识。

其次，观看这部纪录片也让我反思了自身的行为与价值观。在日常生活中，我们往往由于社会舆论或者他人影响，放弃了自己的判断力和独立思考的能力。我们以为自己在追求道德标准，而忽略了自己真实的内心需求和情感。我深刻认识到，真正的道德应该是建立在自我认知和价值观的基础上，而不是盲目追求外界的声音。

第三点，观看这部纪录片也让我对质疑的重要性有了更深入的认识。在纪录片中，许多道德绑架的受害者往往没有勇气去质疑和反驳。他们迷信着权威，认为自己没有权利去提出异议。然而，正是因为少数人的质疑和勇气，才有可能让道德绑架得以揭露和批判。我们应该坚持怀疑精神，不盲目追随，通过自己的思考来决定自己的信念和行为。

此外，观看这部纪录片还让我认识到，道德绑架的背后往往存在着权力的施压和控制。许多道德准则和标准，背后潜藏着某些特定群体或个人的利益。在纪录片中，我看到了许多人在道德绑架中成为了受害者，他们没有能力去辨别真假，只能任凭其摆布。这给了我警示，我们不能被权威和舆论操控，应该保持自己的独立思考和判断力。

综上所述，观看道德绑架的纪录片给了我许多深刻的启示与思考。我们在思想和行为上都应该保持独立和自由，不被外界的声音和压力所束缚。我们应该保持怀疑和质疑的精神，通过对话和辩论来取得合理的共识。最重要的是，我们应该始终坚守自己的价值观，不被道德绑架所摆布。只有这样，

我们才能追求真正的道德和尊严。

道德绑架心得体会篇四

子贡赎人而不取其金，在多数人眼中看来这是圣人之举，是行善的标杆。可孔子却不加赞赏反而批评他的所作所为。诚然，子贡的行善本意十分纯粹，但他的一个自以为更加高尚的举动却无形中提升了道德的准则，纵然人人都渴望向子贡学习，但是世人对于行善之后是否该领取奖金的态度已然悄悄发生了转变。

一笔赎金对于子贡这样的大户人家来说或许并不算什么，然而对于辛苦躬耕一辈子的农户人家来说将是不菲的巨款。未听闻子贡之事时，他们遇见鲁人会毫不犹豫的赎回，而后坦然接受应得的嘉奖。如若鲁国君主将子贡事迹大肆宣扬，人尽皆知之后，我们不妨假设，普通农户再次遇到鲁人时定会犹豫，他们会想到，从国家拿回先垫付下的赎金可能都会遭到世人的非议，甚至纠结之下他们选择了漠视需要帮助的人。子贡一举，已为当时之人造成了无形的道德绑架。

如今，世界的经济巨头颇多，他们在为个人谋取利益的背后仍然保有一颗行善济世之心，实在值得我们的称赞。比尔盖茨宣布过世之后捐出全部财富，巴菲特拍卖个人午餐所获金额如数捐出，索罗斯、戈登摩尔也都捐献了过半的资产。然而巨头行善的背后却无形中带来了道德绑架，在大多数普通人眼中捐款似乎成了一件理所当然的事情，尤其是对于那些富可敌国的商业大亨来说。天津爆炸案之后，千万网友竟在马云微博评论中纷纷留言逼捐。“你这么有钱，为什么不捐一个亿？”“你不捐款，我们就抵制淘宝！”。这样的言论一番番地攻击着马云，万千网友躲在电脑屏幕之后握紧了腰包，暗喜自己的“高尚”。

行善本为一件好事，然而在太多人潜意识之中却还只是一个标榜自己的工具。他们在有意无意之中，炫耀着自己的高尚

之举，他们将向善的道德起点一步步哄抬着，渐渐“取不取”“捐不捐”并不再由一个个个体所能决定了，平凡的百姓开始选择漠视，占据较高社会地位的人们被推上了道德的邢台。无形的道德绑架就此形成，道德观发生了质的偏差，行善不再来自于我们一颗崇高的济世之心，开始成为了社会人物维护个人形象的无奈之举、被迫之举。

这样的绑架实在可怕，麻痹了普通人的善良之心，挟持着社会人物的选择权利，这样的行善早已成为压在心中的负担。如若当打破无形的道德绑架，每一位行善之人实属关键，他们应当有一颗纯粹之心，应当低调而行之，更应当时刻注意而非肆意抬高着行善的门槛。

道德绑架心得体会篇五

第一段：引言（诱导）

道德绑架是一种常见而危险的心理操作，其目的是迫使他人按照绑架者的意愿行事。在医学领域中，道德绑架也十分常见，医生们常常面临着来自患者、家属或社会的道德压力，导致医者心灵的痛苦与摇摆。通过从业多年，我逐渐明白了如何应对道德绑架，并在实践中体悟到了一些心得与体会。

第二段：道德绑架的现象（阐述）

道德绑架医生的现象十分普遍，一方面是因为医生的职业特征，患者和家属往往将重任和希望寄托于医生，当结果不能满足他们的期望时，就会使用道德绑架的手法。另一方面，道德绑架被社会普遍接受并且常常被强调，这加剧了医生接受绑架的压力和痛苦。

第三段：道德绑架的危害（分析）

道德绑架对医生的危害是深远的。首先，医生可能被迫违背

自己的医学道德和职业准则，为了满足患者或家属的需求而做出不合适的医疗行为。其次，医生被道德绑架后，可能陷入心理扭曲的状态，产生自责、焦虑、抑郁和厌恶等负面情绪，对工作和生活造成严重影响。最后，长期受道德绑架的医生可能会失去自己的专业判断力和医学独立性，只凭患者需求或社会舆论作为依据进行决策，从而危及患者的生命安全与权益。

第四段：应对道德绑架（论证）

尽管道德绑架给医生带来了巨大的压力和困扰，但我们必须坚守医学道德与职业准则。首先，我们需要树立正确的医学伦理观念，明确自己的责任和职责，不让道德绑架迷惑和摧毁自己的忠诚。其次，我们要与患者和家属保持良好的沟通，积极倾听他们的需求和疑虑，并尽可能地提供恰当的解释和建议。第三，我们要建立积极的心理抵抗能力，学会妥善处理道德冲突，不过度对外界舆论和压力作出回应。最后，我们需要寻求同行间的支持与理解，与同事们相互配合，共同面对道德绑架的问题，使我们的职业更充实与完美。

第五段：个人体会（总结）

在长期从医的过程中，我深刻感受到道德绑架对医生的严重危害，也痛苦地经历过道德绑架带来的心理冲击。然而，我坚信只有坚守医学道德与职业准则，抵制和反抗道德绑架，我们才能真正成为合格的医生，给患者提供优质的医疗服务。我们应该始终牢记自己的职责与使命，不为外界的道德绑架所左右，站稳自己的立场，勇敢地拥抱并克服各种挑战，为患者的健康贡献自己的力量。

通过对道德绑架医生的现象、危害和应对方法的分析，我愿以自己的经历与思考告诫每一位医生：道德绑架是一个严肃的课题，我们不能被它束缚，而是要坚守我们的信念，为真正的医者而努力。只有这样，我们才能真正成为医学界的楷

模，为患者提供优质的医疗服务，推动医学事业的发展。

道德绑架心得体会篇六

那天遇见乞丐乞讨，便翻找兜里的零钱，刚好有三个五毛钱的钢镚。正要给乞丐时，有两位看着比较有钱的大妈凑了过来，一把将我的手扒拉到一边，一人给乞丐10块钱。我愣了一下，才把三个可怜的钢镚小心的放在那两张纸币上面。乞丐托举双手，不停冲两位大妈感谢，似乎没我什么事儿了。

也罢，我这人就这样，向来碰见乞丐，总是要表示表示的，至于乞丐理不理我，从未想过。我转身要走，就感觉有人扯住了我的衣服。回头一看，是那两位大妈。

找我有何事么？我一脸茫然。其中一位叉着腰相当不屑地看着我，十分不高兴地说，我俩老太太都一人给了乞丐10块钱，你怎么才给一块五，你看合适么？另一位大妈也叉着腰，不时的附和。我完全蒙了，我这是遇见神了，他们三个不会是一伙的吧？想自己也算是“行善”多年，还头一次碰见这样的。两位大妈见我像个似的杵在那，便提高了嗓门，指责我没同情心，不善良，不讲公德。围观的人开始议论纷纷，但是最后达成了一致的意见，要求我再给乞丐10块钱，否则甭想离开。好汉不吃眼前亏，我扔下10块钱后才得以脱身。

离开了很远，突然又听见两位大妈的声音：现在的年轻人怎么这样呢。得，我又罪加一等，我竟因为10块钱，把其他年轻人都给连累了。

一件根本与那两位大妈没有任何关系的事，两个根本与我没有任何关系的人，就这样神奇地变得有了关系。什么都甭说，我感谢那个乞丐！

林子大了，什么鸟人都有，你见到的，远远不及这世界存在的。

朋友养只小狗，平时宠爱有加，却从不带着出门。有一天，小狗一直蜷在客厅的角落，只是偶尔望望门口。朋友以为小狗病了，便将宠物店的医生请到家里为小狗诊治。医生随便询问了朋友几句，又摸摸小狗的脑袋。小狗见到生人立马兴奋起来，围着医生转，还不时地汪汪几下。医生说小狗在楼上太久了，领出去遛遛就会好的。

朋友倒是听话，抱起小狗就去公园了。公园里有很多人，大家都用好奇的眼神看着朋友。朋友看看自己怀里的小狗，心想，可能自己抱着小狗显得太另类，于是就把小狗放到地上。小狗第一次被领到公园，都谈不上兴奋，简直疯掉了，开始撒欢儿地蹿，见谁跟谁汪汪几声，还不时地钻到人的裤裆下，咬人家裤脚。有害怕的，特别是小孩子，都以为小狗要咬他们，一边忙着躲闪，一边厉声尖叫。

有人开始指责朋友，一个公共场合，怎么能把狗撒开呢，太没有道德，太没有公德，太缺德。不一会儿，围过来好几个人，你一言，他一嘴，无一例外，都在指责朋友。朋友满头大汗，抱起小狗转着圈不停地给大家作揖赔罪。朋友定下神来一瞧周围这几个人，有隔壁单元的李家大爷，有兄弟单位的王师傅，有曾经一起打过牌的张婶，有一起聊过天的赵大哥……都熟人。朋友差点喷血，他们昨天还带着各自的小狗在公园遛来着，今天竟责备起别人了。朋友无语，抱着小狗冲出了包围圈，心里暗暗发誓，再也不领小狗出来了。

朋友给我讲这个故事时，我在一旁一直呵呵地乐。临别，我跟他说，那天可能是社会道德日。

道德绑架心得体会篇七

《道德绑架》是一本引起广泛关注的书，在不同的时代和领域都有着深远的影响。对于现代社会而言，“道德绑架”问题尤其值得深思。书中的第六章，针对“道德绑架”的态度进行了详细的探讨。本文将结合自己的体会和书中的观点，

分析第六章内容对现代社会的启示和指引。

第二段：忽视情感

现代社会在强调理性的同时，也忽视了情感的重要性。这种趋势在高科技发展和生活工作的节奏加快的情况下尤为明显。人们在面对纷繁复杂的社交和职场问题时，为了追求效率和利益，过于强调理性，放弃了感性。这使得很多道德行为变得越来越机械和失去温度。《道德绑架》第六章指出，情感是我们判断道德问题的一个重要依据。关注情感并给予它们应有的重视，不仅能让我们在道德选择上做出更准确更有温度的决策，也能调节我们的心态和情感状态，促进我们的身心健康。

第三段：个体、群体与文化

个体的思考和判断一般是深入细致的，而群体的判断则常常追求一致性。在个体和群体判断的基础上，文化也会对道德判断产生影响。不同文化对于道德标准的理解存在差异，它们之间既有相通之处也有相互矛盾之处。《道德绑架》第六章指出，对于不同的情境和问题，我们应该选择不同的判断模式，从而达到更合理的决策。这要求我们在接触不同文化背景和社交模式的同时，积极学习和交流，充分利用多维度的判断来补偿自己的不足，在多元化的环境中做出更好的决策。

第四段：利益与道德的博弈

在现代社会，人们常常要面对利益与道德的博弈。这种博弈是人类社会所特有的，每个人都将自己的利益和道德标准置于权衡之中。然而，很多时候是利益胜过道德而导致一些不良行为。《道德绑架》第六章提到，“道德是规范，人的利益却是具有支配能力的动因”。这意味着，我们在日常生活和工作中，要时刻关注自己的动因，实事求是地对待利益与

道德之间的关系，不能让判断和行为出现偏差。

第五段：回归本质

在本章的讨论中，作者强调对于道德问题的判断要注重身处情境的个体情感和客体情境本身的特征。这需要我们不斤斤计较地取向外在道德标准或自我感觉，而是充分回归到内心的本质需求和价值观。此时，我们要注重自我认知和反思，从而重塑自己的道德体系，不断从内向外地提升自己的道德品质。

结论：回归自我，发挥感性

该书第六章给我们提供了丰富的道德思考和工具，能够帮助人们现实中应对各种画面复杂的道德决策。回归自我，注重感性，发挥个体思考与群体智慧，不过分以他人意见为重，透过复杂情境表面，寻找本质，这是摆脱道德绑架的一个途径。总之，道德问题是一个充满了变数和挑战的课题，需要我们时刻保持敏感并积极思考。