

# 2023年格局读后感心得体会(模板5篇)

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 格局读后感心得体会篇一

“世界上永远不缺聪明人”——最近偏爱上了吴军老师的人生进阶系列的全新作品《格局》。这是继吴军老师《文明之光》，《智能时代》，《见识》，《态度》之后的作品。在《格局》这本书中，吴军老师从人生的格局，命运的力量，生活的节奏，智者的见识，心智的成长，悲观与乐观，未来的法则七大方面阐述了一个人的格局的重要性。

有时候我们也觉得自己已经足够努力，也好奇别人是怎么做的，怎么青出于蓝而胜于蓝的。其实，决定一个高度的，是一个人的格局与心智——格局够大的人不仅看的远，更重要的是，能在那些重要关头上选择对，知道自己在什么时候应该怎么做，能够把自己的心稳住。这几年一直都在忙忙碌碌，回头看看自己走过的路，突然觉得之前的那几年，自己没有方向感。那时候的自己总是给自己找一万个理由推脱自己，什么年龄小，没有遇事经验，更谈不上什么心智与格局。多年过去，现在再重新审视自己，觉得自己应该把心沉淀，重新并且时刻的定位自己。调整自己遇事处理问题的态度和方式方法，不断的在别人进步的同时自己也不能落后。尤其是在这个信息化，智能化的时代，你的创新永远赶不上被淘汰的速度，心态和努力就是生与存的必要条件。时刻清楚自己能力的边界，而但凡觉得自己了不起的人，通常是没有见过真正聪明能干的人。因为，人只有到了一个人才荟萃的环

境下，你才能够真正体会到自己水平的不足，而明白自己能力的边界不是一件丢人的事。人贵在自知，走出舒适区，在自己边界内最大化优化自己，才是对人生积极的态度。

未来是一个过剩的时代，物质会过剩，内容也会过剩，而唯独宝贵的是人的时间和注意力。以前是说，有了手机可以利用碎片化的时间；真实的情况是，有了手机后，所有的时间都变成了碎片化的时间。要是把这些碎片化的时间捡起来串在一起，多学习，就可以减少很多个伪工作的“努力”。就像我们厂部门口的主题口号“学习创新发展，求真务实见精神”，在学习、工作、生活的同时，让自己的心智成长，遇到事情能够稳妥的处理，把每一项工作做精、做细，并且善于在实践中总结和思考。才能让自己的人生格局成为一种智慧，一种思想的境界！

## 格局读后感心得体会篇二

今天我要给大家推荐的这本书是《格局》，这本书是我在无意之中浏览一些书的时候看到的，但是在看了目录后，就有了想买的冲动。

这本书是台湾作家何权峰的著作，他是一名医师兼作家，虽然上架建议是励志，但我觉得这也算是对自我的一种管理和内在的提升。

自序中有一段是我觉得真的写的很不错的。它是这样说的：不管是侮辱、批评、攻击，或是得失、失败。对一个心胸开阔，有大气量的人来说，他的内心就像一个大湖。你丢进去一包盐，他很快就会被稀释，反过来，如果你把一大包盐倒入一杯水中，这杯水还能下咽吗？为什么有些人遇到一点小问题，小困难，就那么容易生气，挫败，难以消受，没错，是因为格局太小了。

读完这本书，我总结了我自己的几点感悟：

## 第一点就是你怎么看待自己

你如何看待自己？你对自己的标签是什么？其实我觉得作者给予我们最重要的不仅是我们如何看待自己，而是我们可以成为任何我们想成为的人，只要从现在就思考，想成为的这种人会怎样去思考，说话，会有怎么样的行为？那么只要按这些去做，就能成为这样的人，林肯有句名言，喷泉的高度不会超过它的源头，一个人的成就也是如此，绝不会超过自己的信念，懂得放下心中的不可能，才能释放生命中的无限可能。

## 第二点就是你给人的感觉

抬头挺胸，走路不要弯腰驼背，在我们成长过程中，或多或少都因为这些事被爸妈唠叨过，我们常会嫌他们嗦，何必拿站姿，坐姿，这种芝麻小事来挑毛病，但其实他们也是用心良苦，抬头挺胸也能让我们更有自信。

## 第三点就是你做事的态度

有位通过了台湾大学筛选入学的学生，她一个人就包办四个商学系。记者问他是怎么办到的呢？他说，当财富管理师是他的愿望，为了准备口试，他几乎每天以图书馆为家，并在一个月内详细阅读三四十天的财经报纸，并且一边阅读还一边做笔记，背诵，硬是把财经的实事，塞进脑里，以应付教授的面试。不管你喜不喜欢，有时你就是必须约束自己，去做你不想做的事，只有你做了不想做的事，你才能做你想做的事。就像有人说，你的时间花在哪，你的成就就在哪。

读完这本书，我的内心比以往豁达了很多，也让我的世界变大了，那我就说一个特别贴近生活的故事吧。比如说以前，如果我给一个人发信息，然后他一直不回我，那么我可能会一直闷闷不乐，就觉得自己是不是令他讨厌或说错了什么？而在看完这本书后，我才知道，其实大可不必计较与在意，

如果你计较与在意，只能说是自己的格局太小了，何不换一种想法呢，很可能是对方忙忘了，又或是对方本身的问题，那也没关系，这并不会影响你对自己的喜爱程度，所以我们永远都不要自我怀疑。我觉得格局也就是一种思维，因为思维决定行为，行为决定作为。多读书，提升自己的格局，对自己的行为与思想进行管理，做一个比昨天更好的自己。

读研究生后又是一个新的开始，不仅要积累许多的'专业知识，对自身也是一个提高的过程，我们不仅要重视自己的智商，更要注重自己的情商，希望读完这本书对我自己未来的言行有一个好的指导，也希望与大家共勉。

### 格局读后感心得体会篇三

虽然有很多重复的部分，但是还是值得一看的，马云的很多理念，不止于经商，创业，对为人处事，都很有帮助，做人坦荡真诚，只这一点，现在很多人都做不到了，强调社会责任，以利他，为企业核心，很了不起，最喜欢这句话，没有伞的孩子，更要努力奔跑。无父辈的权势、财富、关系可拼，就不妨自己打起精神，鼓足干劲，拼体力，拼汗水，拼知识，拼智慧，拼吃苦耐劳，拼锲而不舍，就能拼出属于自己的人生辉煌与幸福。世界本来就是不公平的，但如果你不努力，永远不会有人对你公平，抱怨解决不了任何问题，唯有踏实努力，积极进取，坚持自己认为对的，自己喜欢的，信仰的，一直的努力，总会成功的，没有任何成功可以一蹴而就，暴风雨后才有彩虹，加油。

### 格局读后感心得体会篇四

从来不曾知道，我会在北京打拼？也不曾理解自己为什么会想扎根北京？只是开始来了这座城市，便慢慢习惯了它的节奏，或者可以说是自己适应了这座城市的节奏，便开始真正意义上的选择在这座城市里面奋斗。

这本书的书名叫《格局》，副标题叫做普通人的制胜之道，我想并不是每一个普通人看后都会像作者一样，逆袭成功，可是里面很多观点和大熊老师个人的经验，还是值得一看，作者诙谐幽默的笔锋，让你欢笑的同时，不禁深思，我到底拿什么来逆袭我的人生。

我刚进入大学那会，刚刚体验了高考，万人过完独木桥，全国各地到处都分散着自己的同学，很多同学去了大城市，我则不以为然选择在家乡，可是却开心以后去哪里玩，都有认识的人招待，在城市过着过着神仙一般的日子，我有的同学给我从北京 / 上海还有国外打过来一些电话，讲述着他们的所见所闻，我却觉得实在是没啥可聊的。

暑假闲来无聊，找到在北京上学的同学游玩，第一次来北京，有出发前的兴奋，也有些不以为然，不就是个小北京嘛，来到这可好，人多、车多、玩个什么都排队，麻辣烫都是数签子的，记得回去后到处跟周围的人抱怨，当然也是为了彰显自己的虚荣心，虽然时至今日已记不得太多的细节，但总归有一点是深切感受到的，那就是我，并不喜欢北京，严重的不喜欢北京！

工作我就留在老家，在哈尔滨，过着冰城人民习惯的生活，日复一日重复着，爸爸之前总对我说：“全国一盘棋呀，在哪里都一样，到处都是高楼、还是在自己的地盘最好”，我也受家人的影响，不觉得外面的世界好。这样的情况在被打破了，机缘巧合我被调到北京工作，起初各种不适应，可慢慢的当你看到那么多优秀的人在奋斗，接触到很多打拼的青年，参加了很多活动，见识和视野打开之后，你发觉这里真好，有着家乡没有的机会。

在后来我因为工作，不想在内耗自己，断然辞职，即便当时公司还有几万块的提成钱没有给我发，可我依旧选择离开，因为与其在这内耗，我不如珍惜时间去闯闯，时间才是一个人的最大成本，我想这就是大熊老师说的格局吧，也就是看

问题的高度。在之前我是断然不会做出这样的事来的，我舍不得那钱。说这件事情，并不是标榜自己的豁达，而是很多事情，自己没有那么计较了，因为知道什么事情才是对自己最重要的。

今年北京的高考状元说了一些话，让人听后头皮发麻，他说未来寒门太难考出状元来了，因为资源和眼界都是局限的，这名高考状元本身就家住北京，教育资源丰厚，父母又都是外交官，很小的时候就带他去了很多的国家，眼界自然不一般，所以寒门很可能会出孝子，但很难出贵子了。这句话虽然听着残酷，可就是实实在在存在的。

同样参加了高考，我在农村的弟弟，连填报志愿选什么专业，都一脸茫然，让其选择一个大城市，死活不去，说生活成本太高，建议他假期看一些书籍，他却说看那些有啥用，抱着手机看动漫看游戏，时不时传出大笑的声音，但我妈妈跟我讲这些的时候，我很无奈同时也在想，这以后他拿什么去跟人家竞争。

其实整本书，更多的在以一个过来人在论述一些方法和经验，有对职业上的，有对待机遇上的，有专门对女性的，其实讲了很多，最主要的还是在讲“见识”与“格局”，当你的格局和见识不一样了以后，自然在处理问题上会有一些不同，不是身在北京你的格局就会变大，也不是你在小地方你的见识就会短，而是大城市信息更多，你所能享受的教育资源也就更多元化。

文章的最后我想起了庄子，庄子老婆死后，很多人都很悲伤，而他却鼓盆而歌，周边人都不理解其做法，其实就是周边人的格局还没有和他老人家一样，到达那个高度，当一切回归于宇宙，他自然为他的老婆开心，为之雀跃，每一个人人生都是自己过的，只需比昨日的自己好，这何尝不是一种逆袭。

## 格局读后感心得体会篇五

作为一名海员，在船上工作的一个合同期一般为6到8个月，长期在船舶这个封闭的工作场所作业，每天面对的也就船上的那20来个人，而且因为工作作息时间的不同，船舶是在时刻不停的运转着，而人是轮流休息的，所以在不同的时间段，总有一部分人在休息睡觉，还有一部分人坚守在岗位上，不论白天黑夜，为船舶的安全营运保驾护航。因此船上的大部分人员也只有吃饭、演习或者开会的时候才会碰面。对于这种独特的生活工作环境，良好的情商和格局处理好人际关系，显得尤为重要。彼得·德鲁克曾说过：“一个人必须知道该说什么，一个人必须知道什么时候说，一个人必须知道对谁说，一个人必须知道怎么说。”在工作和生活中，要切忌直来直去，不要张口就来、直接说出自己的想法，很多人在沟通时常常就是想到什么说什么，将自己的想法观点直接表达，却没有想过谈话对方的感受和反应，我们应该多站在对方的角度去揣摩对方的想法。

船员的工作环境比较特殊，相较于陆地上丰富多彩的生活略显枯燥乏味，再加上工作上的压力，难免会出现负面情绪。那么当负面情绪来临的时候，又无心工作，我们应该怎么做呢？首先，我们要正确面对负面情绪，而不是简单地去压抑它。每次压抑情绪，都会加大情绪的反弹力度，就像扫地，把垃圾从客厅扫到厨房，不是垃圾不存在了，而是堆积在了厨房，并且越积越多。所以压抑情绪不仅无法赶走负面情绪，反而会使你的负面情绪越积越多，适当的负面情绪会使人集中注意力。在漫长的人类进化过程中，当面对外界的威胁或自然灾害时，人会出现紧张、恐惧等情绪，这些情绪会提醒大脑集中注意力，做出准备来躲避危险。而现代，我们遭遇野兽袭击的概率很小，但这种预警机制仍然在起作用，尤其是你在工作中有压力的时候，它会让你集中注意力去处理问题。适当的紧迫或者不舒适感，会提升你对工作中问题的重视程度，从而专注其中，克服困难。所以说，负面情绪还有可能让你在工作中表现的更加出色。

当我们在船舶工作中遇到问题时，一般来说，需要客观分析问题形成的原因和解决难点，然后有针对性的去解决问题。当你让自己冷静下来去解决问题时，负面情绪就会逐渐消解。负面情绪的存在并不可怕，可怕的是未得到及时的疏解，反而将负面情绪堆积或者压抑起来，最后这些负面情绪像一座随时会爆发的小火山，稍微有一点外力的刺激，便会瞬间引爆。与其等待情绪的爆发，不如找到情绪发生的来源，将其疏解。

作者暖心honey姐避开了生硬的说教，用自己的亲身经历写成此书，期望给走在前进道路上的女性朋友们照亮事业的旅途。但作为一名男性同胞，在读完此书后，依然觉得受益匪浅，文章中所阐述的好多方法和技巧对于男性同胞在职场中的发展和处理人际关系的方法同样奏效。这本《决定上限的是你的情商和格局》真心写的不错，我会把此书推荐给我的老婆（目前在家做全职太太照看未满一周岁的儿子），希望能对她将来重回职场工作，有所帮助。