

坐牢出来心得体会 是教出来的读书心得 体会(优秀5篇)

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。那么你知道心得体会如何写吗？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。

坐牢出来心得体会篇一

在我的印象中，东西方的教育方式存在着很大的区别，甚至有点格格不入。我一直都把西方的教育定位为：自由、开放、没有严格的教规。而且不论学校、家庭甚至是社会教育都有这些共性。因为有这样的想法，所以每当我试图把西方一些教学模式运用到我的教学中而结果却不尽人意时，我总会安慰自己：这里是中国，要因地制宜。因此就放弃了尝试。但当我看完这本书后，我的想法开始发生变化。原来在像美国如此自由开放的校园，也是强调学生要被管理的。并不是一味地给学生自由的空间，这样会让更多孩子失去成长的方向。

本书作者隆·克拉克是美国南方人，美国南方最讲究生活教养，作者以自身的成长经验，及希望孩子们学习的为人处世之道，在与孩子相处过程中逐渐形成「超基本五十五条」班规。

克拉克认为：“孩子当然要管，生活小细节更要管”、“如果不管孩子，孩子一开始也许会喜欢你，久而久之就会变得不尊重你”、“孩子喜欢有所适从，喜欢有个权威人物”。这些规则并不只是要让孩子循规蹈矩，更重要的，是要他们为离开教室后的人生做好准备。学生其实是不喜欢放任无约束的，他们希望有人管，愿意被管，不过这个人必须让他们心服口服，而且真心与学生相待。

本书的序言，清晰地流露出了克拉克的一种观念的成长。总结一下，大致经过了这样一个流程：从没兴趣——加入——投入——领悟——付出。

其实一开始克拉克根本不想当老师，他存粹是为了那到教师奖学金项目，条件是毕业后在北卡罗来纳州教四年书。这样能让他既获得学位，又能让全家免于了一场财务危机。但他当时还有个不光彩的计划，就是毕业后从事其他行业，赚足够的钱来还这笔奖学金。可见，他对教师这个职业是避而远之。直到在一次被妈妈威胁将终止借钱让他冒险时，他答应见校长，并在参观学校的时候遇到一个叫瑞泉的孩子，他问道：“您是我们的新老师吗？”声音里充满了信任并洋溢着兴奋，克拉克最终被唤醒了。

在刚接管班级之前，克拉克被安排先观摩代课老师沃德尔夫人的讲课。克拉克对她的古怪行为感到很不满，因此产生了：这些孩子比我想象中更需要我这个想法，这个想法一天比一天更加强烈，他决定要和这些孩子们在一起。就在他接手这个班的时候，沃德尔夫人自认为的一点“智慧”，又让克拉克产生了另一个想法。她说：克拉克先生，你会做得很好的，只要你影响了一个孩子的生活，你就算成功了。当时克拉克就想：只影响到一个孩子就认为自己成功的想法是远远不够的。他要在一年的时间里，让班上每一个孩子的生活都有好转，他要把能给他们的都给给他们。他的教师生涯从此开始了。

我想爱是教育的前提，信任是教育的开始，爱护学生是帮助学生转化的感情基础。关注细节则是改变现状的强有利武器。细节是一种创造，细节还表现修养，细节更体现艺术。所谓无规矩不成方圆。克拉克先生总结的55个细节即班规中不仅包括了“眼神沟通很重要”、“全神贯注来读书”“回答问题要完整”、“完成作业不拖延”等学习上细小之事，还包括“乘坐公车不吵闹”、“搭乘扶梯靠右边”“记人名，需用心”等看似和学习无关、很小的事情。他不但想到了每一个细节，而且想得周全细致、奖惩得当、张弛有度。既对孩子

严格施教，又用爱心和热忱赢得了他们的爱戴和尊敬。但这些细节看似强制，但实质上是却能培养出学生尊重他人的一种习惯，一种修养。

这里我对几个比较有心得的细节进行细说。

细节一：打喷嚏时捂住嘴

这个规则看起来很简单，但是对孩子来说要做到恐怕很难，因为它发生的时间实在太短了，听起来好象也感觉不到有多大的意义。为此，克拉克给孩子讲了一个古老的传说：魔鬼的灵魂会趁你打喷嚏时候钻进你的身体里，如果你没有及时把嘴捂住，鬼魂就会从嘴里进去，你要是捂住嘴，鬼魂就会被挡在外边。孩子喜欢对各种问题刨根问底，这样讲就能帮他们主动注意这个细节并付诸实际行动。这点我自己也深有体会。在教学一年级下册的“估计与测量”这一单元时，经常要用到尺子，但由于是刚接触的新事物，学生没办法按要求记住要时刻准备好尺子。我于是就对他们说：我们现在是将要上战场的士兵，尺子是我们战斗的唯一武器，你们准备好了吗，有没有谁上战场不用带武器的，当时正好有几个没带，我于是一个一个点了他们的名字，然后说：对不起，你们已经光荣牺牲了。全班哄然大笑。从那以后，每次说到尺子，学生都很敏感并迅速准备好。

细节二：“谢谢”传递好心情

别人给我们提供了帮助，哪怕是在我们心情不好的时候，给我们的一句问候、几句宽慰的话都是对我们关心和帮助，我们都应该真诚的说一句“谢谢”。作为老师的我们，更应该把“谢谢”挂在嘴边，这样学生才会把“谢谢”放在心上。当学生在我们上课前替我们擦了黑板、把作业送进了办公室、做完值日的时候，我们不要以为这是学生份内的事，而应该真诚地对学生说一声“谢谢”。有时我们说不出口，是因为我们心中的“师道尊严”在作祟，也正是因为“你帮助我是

应该的”这种思想在潜移默化地影响了学生，导致很多学习以自我为中心，所以他们才会把“谢谢”二字忘到了脑后。而只要有了克拉克的方法，有了我们的率先垂范，我们的学生才会对别人的付出真诚地说一句“谢谢”。

细节三：回答问题要完整彬彬有礼打电话

为了提高孩子的阅读阐述能力及礼貌得体接打电话，克拉克巧妙地运用分解法，在一开始将整体分成详细的几个步骤，让孩子跟着做，在短时间内，潜移默化地提高了孩子的写作及口语水平。这并不是简单的依葫芦画瓢，而是先降低问题的难度，给孩子建立充分的信心，然后才大致最终的成功。体现了“给人以鱼不如授之以“渔”的道理。我想，教育对象的复杂性要求我们教师要适当地因材施教，面对不同年龄段的学生也要有不同的要求。我任教的低年级属于刚刚踏入校园不久的群体，可能面对陌生的环境仍有所恐惧。这时就需要我们适当地分步骤给予导向，这样他们才会有安全感，也才能在这片天地上发挥出自己的优势来。

回味这55个细节，看起来很平常，就好象曾经发生在我们身边，但问题是为什么我们没有收到这么好的成效呢？原因很简单，因为少了一份坚持。我们很多人经常心血来潮想改变现状，但当规矩定下来后并没有按要求坚持实行，过一段时间就人间蒸发了，等到偶尔想起来的时候再重新使之奏效，这样不但没有让学生因此而改变，有可能还会降低老师在学生心目中的可信度。相反，克拉克给了我很多的感动。

在“相互支持创奇迹”这个细节中，他为了赢得学生的支持，毅然坚持战胜自己的弱点，甚至不小心还在一次练习跳绳中碰到前额，血都留出来了；在“”在“完成作业不拖延”这个细节中，他为了使记录有效地保持下来，自己亲手做点心来奖励孩子，用他的话说后来他差点就成槲爷了；在“坚持信念和主张”这个细节中，南茜的母亲去校长室告状，原因是自己的女儿没有按时教那张代表家庭作业的蓝色纸片而面

临留校的问题，她觉得很荒唐，但是最后克拉克还是坚持了自己的信念，因为他要让孩子知道要言出必行等等。其实给了学生规矩，并不一定能真正实现，如果没有克拉克克服一切阻力，孜孜不倦的坚持，尽管再不情愿也坚持，尽管再困难也坚持，甚至为了学生改变自己的不良习惯，那就不可能有这样的成功。最终他得到了孩子们的支持与配合并且由衷的尊敬。

克拉克创造的这55个细节，并不只是要让孩子循规蹈矩，更重要的，是要他们为离开教室后的人生做好准备。知道如何待人接物，把握人生，如何处理可能状况，快乐地生活。让孩子从生活中学会学习，从鼓励中学会自信、从宽容中学会耐心、从赞美中学会感激、从接纳中学会自爱、从赏识中学会行动、从分享中学会感激、从诚实中学会真理、从公平中学会正义、从关心中学会尊重、从保护中学会信任、从关爱中学会友善……，我想：优秀是真的可以教出来的，当然，更要突出强调的是优秀背后所付出的心力，只要你有一颗舍得付出的真心，那你就一定能创造出教育的奇迹。

坐牢出来心得体会篇二

坐牢后心得体会，是人们在经历监狱的那段时光后所得出的重要感悟。在揭示这一心得之前，不得不提及坐牢前的迷失与警醒。生活中的不幸事件或不良选择往往使我们迷失了方向，逐渐陷入困境。警示不断出现，然而我们常常选择忽视。直到终于被迫坐入铁窗，才醒悟自己无法再继续前行，迷失于黑暗中的心灵面临着考验。

第二段：监狱中的日常与自我反省

坐牢并非是一段愉快的经历，而是对于内心最深处进行反思与反省的时间。监狱环境的特殊性让人面临了各种自我的考验。无论是狭小的牢房还是艰难的劳动，我们无法逃避所有的艰辛，只能面对内心的恐惧与无助。这些困境使我们更加

明白自己之前的选择有多么的荒唐和自私。坐牢期间，每天的日常生活都被严格规定，我们失去了自由，却也获得了思考的机会。通过反省，我们开始用更加深刻的视角审视自我，思考自己的所作所为，找到悔过的动力。

第三段：审视自己的错误与成长

在坐牢的过程中，对自己的错误进行审视是一个重要的思考方式。我们也许曾经蒙蔽了自己的双眼，不愿意承认自己的过错。但当我们面对无法改变的现实时，只能直面自己的错误。这种内省的过程不仅是一种痛苦，更是对自我的正视。通过与其他囚犯的交流与互动，我们意识到自己并非孤立存在，不是世界的中心。这种审视自己的错误与成长的过程将我们从自卑中解放出来，让我们变得更加谦卑、真实和感恩。

第四段：坐牢结束后的再生

坐牢是一种痛苦的经历，但同时也是一次重生的机会。面对外面世界的冷酷和无常，我们觉得重新获得了自由的珍贵。在重新踏出囚禁之地的那一刻，我们拥抱一切机会，追求自己曾经放弃的理想与梦想。经历过坐牢磨难的我们，更加珍惜人生和现实中的一切。我们在经历监狱之后重生，以全新的眼光和心态面对人生。那段经历让我们成长，让我们更加坚强。我们应该从过去的错误中吸取教训，并朝着更加积极的方向前进。

第五段：坐牢后的社会责任

坐牢后的心得体会并不只是关乎个人的教训和成长，更应带有社会责任感。离开监狱后，我们应对自己所犯下的错误承担责任，为自己的行为并为社会做出补偿。我们应该积极参与社会正能量的传播，努力为社会做贡献。有些人通过自己的经历，选择以身作则，警示他人不要走上自己曾经的道路。在回到社会后，我们也应该为那些面临问题的人伸出援手，

尽自己的努力去影响他们朝着正确的方向前行。

总结：坐牢后的心得体会激励我们变得更加深思熟虑、积极向上和有决心地去改变。在经受监禁的时间里，我们不仅要审视自己的错误，更要承担社会责任，走上自己的新路。希望每个人都能够从坐牢的经历中汲取教训，放低心中的枷锁，迈向未来的生活中。

坐牢出来心得体会篇三

第一段：引言（150字）

记得当初被判入狱的那一刻，我心中充满了悔恨和不安。然而，坐过牢之后，我逐渐明白了人生的真谛。在牢狱中的那段时间，我不仅对自己的错误进行了反思和深刻的认识，也重新审视了现实生活中的诸多问题。坐牢带给我的不仅仅是丧失自由的体验，更是一场心灵的洗礼，让我成长为一个更加成熟的人。

第二段：对错误的思考和认识（300字）

坐牢首先让我对自己所犯的错误进行了深刻的反思。我清楚地意识到是自己的贪念和冲动导致了如今的困境，而没有任何其他人能够为此负责。我见识到了自私和欲望的可怕，这些无疑是引发我堕落的根源。通过对自己的错误进行反思，我意识到每个人都有责任对自己的行为负责，并且应该要学会自制和反省。只有这样，我们才能减少犯罪的机会，为社会的和谐发展做出自己应有的贡献。

第三段：对人性的理解和思考（300字）

在与其他囚犯相处的日子里，我看到了各种各样的人。有一些人追求力量和地位，有一些人犯罪出于绝望和无奈，还有一些人过着极其颓废的生活。这一切让我对人性产生了更加

深刻的理解。人性既有光明的一面，也有黑暗的一面，但每个人都有改变自己的机会。在牢狱中，我学到了忍耐和宽容，明白了珍惜人与人之间的交流和理解的重要性。我相信，在每个人内心深处，都有一颗善良的种子，只要给予它机会，它就会发芽、生长，使世界变得更加美好。

第四段：重新审视社会问题（300字）

坐牢期间，我有大量的时间思考社会问题。我意识到，犯罪与社会问题密不可分，不仅是欠发达地区的贫困和不公平造成了一部分犯罪，还有社会道德退化、法律意识淡薄等因素也是犯罪高发的原因。我迫切希望能够回到社会，为社会的发展和进步做出自己的贡献。我决心从自己做起，以身作则，积极引导自己的家庭和朋友，为社会营造一个更好、更和谐的环境。

第五段：对未来的展望和改变（250字）

坐牢经历带给我深深的触动和教训。我意识到，人生中没有过不去的坎，只要我们肯去反省和改变，就能够重新站起来。我希望用自己坐牢后的心得体会去给予他人启示和帮助，不仅让他们看到犯罪的危害，更了解生活中应该如何正确对待自己和他人。我希望能够成为改变社会、改变他人命运的力量之源，为社会的和谐发展贡献自己的力量。坐牢给了我一个重新开始的机会，我会更加珍惜生活，积极面对未来的挑战。

坐牢出来心得体会篇四

罗恩·克拉克老师年仅28岁，好“全美最佳教师奖”得主，是唯一被美国总统接见过三次的小学教师。他教过的学校，学生都来自最贫困的家庭，学校的资源也不丰富。但凭着他的热情，只要被他教过的学生，成绩也一定会突飞猛进，气质也会变得彬彬有礼。读了《优秀是教出来的》这本书后，

我被里面的55条班规所吸引。

克拉克说“恰当的行为举止与礼仪修养，是学生学习成功的关键因素之一。只有当孩子们变成了一家人——大家都互相尊重，以礼相待，相互支持——学习才会在教室里发生。他的这些规则很多都是关于集体组织的，为学生的成功营造了一个家的氛围。有了这些规则，学生不在只顾自己，只关心自己的目标，而是凝聚成了一个紧密团结的集体。”

看：就是看老师板书和动作；

听：就是注意倾听老师的讲解和学生的回答；

想：就是想所学的内容，自己学会了什么，还有什么于别人不同的见解；

做：就是动手操作和做练习。

为了培养学生上课专心听讲的习惯，首先要求学生上课时思想不要开小差或做小动作，注意力要集中；其次，要求认真倾听其他学生的回答问题，仔细研究他们的回答得是否正确，有没有需要补充的有没有更好的建议；再次，要仔细观察老师的动作和板书，并按要求认真的操作，做好练习。

为了吸引学生的注意力，使他们专心听讲，我认为教师讲课一定要精神饱满，而且语言要生动有趣，条理要分明，方法要灵活多样，力求使课堂教学引人入胜，使每个同学都乐意听。

认真书写不仅能提高作业的准确，而且对端正学生的学习态度，养成认真负责的习惯有积极的意义。书写美观、工整是学生的基本功。做作业一般要求学生书写格式规范，字的书写也要规范。对于作业的书写情况，教师要经常讲评，要以典型示范，以表扬为主。中低年级小学生在做课堂作业的过

程中，经常会做做玩玩，心神不宁，教师应要求小组同学共同督促，使学生认真地完成作业。

学习习惯的培养是持之以恒，强化训练的结果，不是一朝一夕所能完成的，整个过程充满这对意义的磨练。勤奋、自信、独立、创新、严谨、谦虚等都是良好的学习性格最主要特征。其中勤奋、自信、独立、创新、严谨、谦虚又是随着习惯的形成，才表现出来的。因此，良好的学习习惯也是养成良好的学习性格的基础。

“天下大事必成于细，天下难事必成于易”。从简单的做起，给了你成就感、自信感，同时也会使你的工作、学习的热情逐渐高涨，注意力更加集中，能够取得好的成绩，不管是在工作还是在学习中，最重要的是养一个良好的习惯，要有热情，还要专心致志。一个好习惯是你一生中最宝贵的财富，一个习惯养成一种风格，一种品格决定一种命运。

好习惯像林中小径、海中航道引导你直奔目标，多一个好习惯就多一份自信；多一份成功的机会；多一个好习惯，就多一份享受生活的能力。

成功是一种习惯，失败也是一种习惯，你的习惯无法改变，但可以用好的习惯来替代。成功很简单，只要简单的事情重复做，养成习惯，如此而已。同学们，让我们一起养成一个学习的好习惯，做事的好习惯，一起朝着自己的目标去奋斗前进，成功就在跟前，未来就在脚下。

坐牢出来心得体会篇五

当一个人走出狭小的生活圈，来到全新的环境时，无论是因为工作、学习还是旅行，心中总会涌起一种强烈的震撼感。这种感觉，或许是因为人们习惯了一成不变的生活，突然看到了不一样的风景，感觉有些慌张；或许是因为人们闻所未闻的异国气息，使得他们对于未知的未来充满了好奇和期待。

不论出于何种原因，当踏入新环境时，我们会意识到自己的生活被打开了新的大门，一切都成为了可能。

第二段：调整心态，寻找属于自己的舒适区

在面对新环境时，每个人的反应都不尽相同。有的人可能会感到不适应，因为周围的一切都与他们过去的经验和习惯不同，导致他们感到迷茫和无措。然而，聪明的人们往往会采取积极的态度来调整自己的心态，以期能尽快适应，并找到属于自己的舒适区。他们会设法了解新的环境、了解当地的风土人情，与当地交流交往，不断地拓宽自己的视野。在这个过程中，通过互相学习和交流，他们会逐渐发现自己的位置，找到适合自己的发展方向。

第三段：拼搏奋斗，追逐梦想

每个人都有自己的梦想，而出来后，更能够感受到梦想的可贵。在新环境中，我们要学会奋斗，追逐自己的梦想。这个过程中，充满了艰辛和挑战，但正是这些困难让我们更加努力，更加珍惜每一次机会。我们要相信自己，相信自己的能力，相信自己可以在这个新的环境中实现自己的梦想。无论遇到多大的困难和挫折，我们都要坚定地向前走，因为只有经历过种种风雨的洗礼，我们才能跨越一个个艰难的坎儿，实现自己的梦想。

第四段：汲取经验，不断进步

在新环境中，我们会遇到很多优秀的人，这些人拥有着丰富的经验和知识。我们要学会欣赏和借鉴他们的优点，汲取他们的经验，不断地进步。通过与他们的交流和学习，我们可以提高自己的能力，增加自己的知识储备，从而更好地适应和应对新环境中的各种挑战。同时，我们也要保持谦虚的心态，不断反思和总结自己的不足之处，以便更好地改进和完善自己。

第五段：成长收获，回馈社会

在新环境中经历了一段时间的磨砺和奋斗后，我们会逐渐感受到自己的成长和收获。我们不仅获得了更多的知识和技能，更重要的是，我们有了更广阔的视野和更开放的思维方式。在这个过程中，我们也明白了一个道理，那就是我们所经历的一切都是为了更好地回馈社会。我们要将自己所学所得用于实际行动，为社会做贡献，为他人提供帮助。正是通过这样的付出和回馈，我们才能实现自己的人生价值，使自己的成长和收获得以最大化。

总结：

出来后，我们经历了初次的震撼，调整心态，寻找属于自己的舒适区。我们不断拼搏奋斗，追逐梦想，汲取经验，不断进步。在这个过程中，我们成长并收获，最终回馈社会，实现自己的人生价值。无论是面对怎样的困难和挑战，只要我们保持积极的态度和坚定的信念，我们就一定能够突破困境，实现自己的梦想。