

2023年人性的弱点的心得体会着感悟(优质8篇)

通过写工作心得，我们可以反思工作中的问题和挑战，寻找解决方案和改进的途径。如果你正在苦于写工作心得时无从下手，可以参考一下下面这些范文，相信能够给你一些帮助和指导。

人性的弱点的心得体会着感悟篇一

最近读了美国“成人教育之父”戴尔·卡耐基所著的《人性的弱点》一书，受益匪浅。其实，选择读这本书的初衷也是因为该书宣称就是要帮助读者解决的面临最大问题：如何在日常生活、商务活动与社会交往中与人打交道，并有效地影响他人；如何击败人类的生存之敌——忧虑，以创造一种幸福美好的人生，如何更好的在生活中变得快乐。

《人性的弱点》集中体现了卡耐基思想与事业的精髓，全书讲述了多个栩栩如生的故事，折射出通俗易懂的原则，以人性本质的视角，剖析潜藏在人身上的六十大弱点。卡耐基在书中并未使用深奥的哲理，描述的全是日常小事，读者应从这些小事中体验卡耐基的艺术灵魂。甚至是，他对这些小事的感悟，是我从未想到过的，我相信，每一个读者都会受到心灵的震撼，这更让我感觉自己是多么渺小。可以说，这个世界离开谁都会正常运转，但有了卡耐基情况就不一样了，他将转得更好。事实胜于雄辩，卡耐基以他特有的人格魅力，通过讲述普通人不断努力取得成功的故事，用文字和演讲的力量，不知唤醒了多少人的斗志，同时还激励着这些人不断实现人生的价值。

读完这本书最深的印象是“真诚地欣赏与赞美他人”这句话。《人性的弱点》一书用大量笔墨讲述我们在生活、工作中要学会真诚的赞赏他人这个道理，卡耐基说：“天底下只有一

种方法可以促使他人去做任何事情——给他想要的东西。”“在你每天的生活之旅中，别忘了为人间留下一点赞美的温馨，这友谊小火花会燃烧友谊的火焰。”

工作中，我们经常会碰到和同事意见不合的时候，这时光靠争辩并不能解决问题。确实，当我们听到他人对自己的优点加以称赞之后，再去接受批评，自然会觉得好受一些。所以，如果向说服他人，应当首先从真诚地欣赏和称赞对方开始，辩论、激烈的谈话只会火上浇油，让局势更差。在真诚的赞美后，间接而委婉地提醒对方的错误，要比直接说出来温和的多。如果对方得到了尊重，并且得到了能力的认可，那么就很容易引导了。

卡耐基认为，人往往就是这样，当他做错事的时候就开始怨天尤人，而不从自己身上找原因。也许这句话我们都很熟悉，甚至经常拿它教育别人。这一点，在我们今后的工作生活中一定要加以重视。卡耐基说到，当你用一个手指指着别人说这句话的时候，也许另外的手指正指着你自己！人的这一劣根性被卡耐基一语道破。人不是生来就有判断力的，一切都是经验来的。如果批评的人开始时谦逊地承认，他自己也不是无可指责的，然后再对被批评者说他烦的错误，似乎就不是十分困难了。

卡耐基在《人性的弱点》一书中写道，清醒地认识到自己的弱点，当我们在工作、生活中针对这些弱点下手，就会取得事半功倍的效果，直至顺利取得成功。读这本书，让我领悟到：人应当认真对待弱点，不论是自己的，还是他人的。比如说，你掌握了他人的弱点，你就清楚与他人交往时应注意什么，进而达到交往中的和谐状态；了解自己的弱点，实践中可以使自己扬长避短，从而创建美好的生活。

我要努力改变我以前不良的思想和言论，以更加平和的态度对待生活、工作。卡耐基在书中说：“不要忘记，快乐并非取决于你是什么人，或你拥有什么，它完全来自于你的思想。

”我相信，快乐其实很简单，不在于你拥有什么金钱、地位或名利。

今后，我也要学会喜欢自己，因为卡耐基说要想活的健康、成熟，喜欢自己是必要条件之一。我要每天给自己独处的时间，从而更清楚地认识自己。我们的工作充满了辛劳、疲惫和心痛，自我接受非常重要。为了能使我们喜欢自己，我们必须培养面对自身缺点时的耐心，没有人能达到100%的成功率，期待完美是愚蠢至极的表现，不能苛责自己。有时候，要练习自我放松，培养健康、成熟的个性，这样才能提高人际交往的能力。

随着年龄的增长，我们经历的事情也越来越多。我们通常都很勇敢地去面对生活里那些大的危机，却被一些小事搞的垂头丧气。通过读《人性的弱点》一书，我豁然开朗，人活在世上只有短短数十载，不应该把宝贵的时间浪费在一瞬间就会遗忘的小事上。要想克服因为小事引起的困扰，只要把自己的重心转移一下就可以了，要找到让自己开心一点的想法。让我们直接去做那些值得做的事情，去做必须做的事情，去经历真正的感情，因为生命如此短暂，不该再在那些无谓的小事上浪费时间。

《人性的弱点》一书让我，让我懂得如何与别人相处，让我学会如何培养成熟的个性，更让我深刻地认识到了生命的意义。这本书就如同一面镜子，照亮自己的人生路，让我们最终不断完善自己、驾驭自己，成为一个生活中的强者。

《人性的弱点》心得体会感悟2

人性的弱点的心得体会着感悟篇二

人之初，性本善，性相近，习相远。老祖宗给我们留下来的

三字箴言至今细细读来，仍有很多发人深省之处。我对于读书这一习惯的坚持，很大程度上是受了我大学期间一位德高望重的老师所影响，时至今日，我的内心对他充满感激。最近读了戴尔·卡耐基的《人性的弱点》一书，引发了我很多的思考。

假如生活背弃了你，请依旧善待生活。身处高位的将军会因为下属的怯懦错失最佳的作战时机；游走市井的推销员因面对一次次的拒绝丧失斗志；安全员对于施工作业人员戴好安全帽头疼不已……然而，这些都不会阻挡他们继续前进的脚步，恰恰相反，在他们的经验之谈中，所有的困难以及阻碍成为了他们成功道路上的基石。平凡普通的我们，即便只是宇宙中的一束微光，是不是也该尽自己最大的力量散发光和热呢？成功不是偶然，而是在常人本该愤怒、绝望的时候，控制住自己的情绪，找准时机，奋起一搏。

10秒钟的思考，对大家都好。人，总有情绪失控的时候，悲伤愤怒在所难免，如何在愤怒的极点不伤害到他人的自尊呢？请给自己10秒钟的思考时间，让自己冷静，不要在头脑不受控制的情况下做出任何决定，伤人更伤己。你不会因此失去深受信任的合作伙伴，你也不会失去生命中重要的朋友，一举多得，何乐而不为。安全员为员工不按照要求佩戴安全帽头疼不已，换位思考后，配合工作的人越来越多……成功从来都不是偶然，而是头脑风暴后依旧保持一颗冷静清晰的心。

现在经历的种种，是生活最好的馈赠。人们常说：人生不如意之事，十之_，要常想一二，不思_。在我看来，这句话与书中阐述的道理具有异曲同工之妙。每个阶层的人都有不同的烦恼，关键在于我们处理问题的心态。每每心烦意乱、不知道从何处下手时，我会选择关掉手机，什么都不去想，拿出《人性的弱点》，细细品味“前辈”走过的人生，会心一笑，明天会更好。

古人说的没错，书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。无论你

身在何方，身处何为，所做何事，放平自己的心态，不以物喜不以己悲。你会发现：周围的人和事原来如此丰富多彩，诸多的快乐等待着我们去挖掘。如果你是一个普通人，请善意的接受生活给予我们的种种馈赠；如果你是一个领导者，请换位思考、10秒钟后作出最终的决定，如果你用心去感受，最大的收获是成长与快乐！

人性的弱点的心得体会着感悟篇三

这是一本心理学的书，我第一次听到它是在一部《古惑仔》系列的电影中，那本书让出狱的陈浩南改过自新，让他看清许多，明白许多。

我的好奇心驱使我去读这本书，终于有机会了，我向好友借来了它。起初我没看出它有什么过人之处，我所看到的只是一堆小故事，加上作者的讲解而已，但在无聊之中我一次又一次打开它，我发现了他的过人之处，我本身也从中领会到了许多，我明白这些不只是例子，更是人生的道理，是一种哲学，他告诉我们怎样面对困难，怎样解决生活中常遇的交往问题。

作者在当中用一个个事例提高一个人的修养与，口才与交际。

我不得不佩服这当中一个个人的睿智，他们能让平时什么都不买的人买下一对货物，他们懂得倾听，他们明白对不同的人采取不同的方法，它教会我细致地观察，去探索万千事物中人们需要什么，不需要什么。

他们为什么成功？因为他们抓住了人性的弱点！

书中所列的都是外国人，我不知国人之中是否有如此优秀的推销员或是心理医生。

我想中国是不缺少能人的，这个国家缺少的是环境，一个让

能人展翅高飞的环境!在一个适宜的环境中，人只要付出一定的努力就会成功。而中国缺少的就是一个环境，一个让有志之士展翅高飞的环境，中国有太多黑暗，这黑暗充斥着每一个角落。中国是子凭父贵，不再是有能者居之。

中国有贪官，而且很多，开国时不会有这么多贪官，那时政治清明，60年来中国进不了军事，发展了经济，却腐朽了政治，这是得不偿失的，政治好一切都有希望，腐朽的政治需要拯救!!!

现在有什么事只要你有家势，一句话什么都搞定，无才能当高官，没家势，有才者跑断腿也没用。中国还存在以分数论英雄的传统，我们要知道高分不一定高能，往往有能力的人很难在考试中体现出水平。

中国的教育制度中有着很大的缺陷，要么有人没书念，要么又被书本压得喘不过起来，这两个极端是不能造就出人才的。

古今中外，凡成大事者，不畏有超人之才，亦必有坚韧不拔之志。中国的国风是一年一年败坏的，也要一年一年养好，这60年来造就了太多贪官，从小谈到大贪，殊不知名与利谁更重要!

读完这本书我想的实在太多，我们要清楚成功或失败都有一些挫折，成功的信念我们要时时坚持，我们要有举世皆浊我独清的意念。不畏困难，敢于挑战一切，改变一切，这是我们新一代新的义务和责任!

有关人性的弱点读书心得感悟篇二

读完了《人性的弱点》这本书，在看这本书的过程中，感觉就是每读一章都会有新的感受，开始有很多东西都了解得不深，只有不断地重复以及思考，并结合自己的经历，才能深刻体会。

《人性的弱点》自1937年问世以来，销量就达到1500万册，被译成各种文字，成为西方最持久的畅销书之一，稳居成功立志类图书榜首。它到底具有怎样的魅力呢？原因就在于卡耐基先生对人性的深刻认识，以及它为根除人性的弱点所开出的有效处方。真如卡耐基所言“一个人的成功，只有15%归结于他的专业知识，还有85%归于他的表达思想，领导他人及唤起他人热情的能力。”我觉得，《人性的弱点》整本书的根本在于培养勇气和自信。

“我心即神！”这就是卡耐基所带给我们的最宝贵的东西。学会控制自己的思想，在很大意义上说，你就控制了你的人生。要战胜自我，建立自信，首先必须超越自卑。自卑作为一种消极的心态，它与自信只是一步之遥，如果我们超越了它，变之为发奋的动力，我们就能走向成功和卓越。

心态决定着命运，思想极其重要。只要知道你在想什么，就可以知道你是怎样的一个人。如果你感觉快乐，你就会快乐；如果你感觉悲伤，你便悲伤；如果你想象害怕的事情，你就真的害怕了。

生命并不单纯，我们应该选择正面的态度，而不是采取反面的态度，换句话说，我们必须关切我们的问题，但不能忧虑。当我们被各种烦恼困扰着，整个人精神紧张不堪时，我们可以凭借自己的意志力，改变自己的心境，我们应当记住：思想运用和思想本身，就能把地狱造成天堂，把天堂造成地狱。

要提升自己的欲望，把自己的心愿和梦想一一列举出来，然后标明每个欲望的强度，标明目前最渴望得到的是什么，并强化动力，告诉自己一定要实现某个目标，使这种想法深入潜意识，并不断强化，成为自己思想中最强烈的一部分，这样，目标其实已经很接近了。

只要我们敢于表现真实的自我，就能把超越自己的成果展现出来。

真实自然的自己，才会有个性魅力。当你出现在别人面前时，首先想到的是“我应该怎样表现，装出什么样子，才能让别人认可和满意？”还是“我本来就是这个样子，我就要真实自然地表现！”？这两种截然不同的意识将决定我们在人际交往中是否自由平等，也反映出我们是否具有个性魅力。

《人性的弱点》就是这样，给你不一般的改变，不一般的人生。

有关人性的弱点读书心得感悟篇三

在看这本书的过程中，感觉就是每读一章都会有新的感受，开始有很多东西都了解得不深，只有不断重复地看以及思考，结合自己的经历，才能体会出来。我觉得，《人性的弱点》整本书的根本在于培养勇气和自信。书看完后收益不少，然而自信心的增加则是最主要的收获。卡耐基说：征服畏惧以及培养仪态、勇气和自信是教师的责任，帮助一个人在日常生活中获得勇气和自信的最确实、最快速的方法，就是让他在一组人面前大胆讲话。我终于理解老师为什么锻炼我们在同学们面前讲话的能力了。

首先，要战胜自我，建立自信，首先必须超越自卑。

自卑作为一种消极的心理状态，每个人或多或少都会有一些，它与自信紧有一步之遥，如果我们超越了它，变之为发奋的动力，我们就能走向成功和卓越。在生活中，我们常常会碰到自卑的情形。自卑很明显对自己的成长和发展是不利的，也有碍于我们与别人正常交往。我们之所以害怕在人群面前讲话，是由于我们害怕自己犯错，也害怕自己的发音，音调或姿态被别人嘲笑，这就是自卑的表现。

克服这种自卑的一个办法是，告诉自己，这种行动让我们只会赚而不会赔，因为我们有可能成功，即使不成功，我们也得到了宝贵的经验，我们可以向自己保证下次能继续，并做

得更好直到成功。恐惧和忧虑是一种消极，失败的心态，是自卑心理的表现，它使人盲目担心，害怕，最终在恐惧的逃避中碌碌无为。因此，我们必须克服这中消极的心态，以积极成功的心态作为有用的武器，相信自己：你能战胜它，并且毫无困难。一个人的内心的想法非常重要，好的想法考虑到原因和结果，可以产生很合逻辑的，很有建设性的计划，而坏想法通常会导致一个人的紧张和精神崩溃。

其次，积极地自我暗示，提升自己的欲望。

生命并不单纯，我们应该选择正面的态度，而不是采取反面的态度，换句话说，我们必须关切我们的问题，但不能忧虑。当我们被各种烦恼困扰着，整个人精神紧张不堪时，我们可以凭借自己的意志力，改变自己的心境，我们应当记住：思想运用和思想本身，就能把地狱造成天堂，把天堂造成地狱。

要提升自己的欲望，把自己的心愿和梦想一一列举出来，然后标明每个欲望的强度，标明目前最渴望得到的是什么，并强化动力，告诉自己一定要实现某个目标，使这种想法深入潜意识，并不断强化，成为自己思想中最强烈的一部分，这样，目标其实已经很接近了。

最后，我们必须敢于表现真实的自我，把超越自己的成果展现出来。

真实自然的自己，才会有个性魅力。当你出现在别人面前时，首先想到的是“我应该怎样表现，装出什么样子，才能让别人认可和满意？”还是“我本来就是这个样子，我就要真实自然地表现！”？这两种截然不同的意识将决定我们在人际交往中是否自由平等，也反映出我们是否具有个性魅力。

写到这里，我最大的感受就是：大学的学习生活真的很重要，我们要早这几年里利用好这个安静的环境汲取知识，建立勇气和自信并不断超越自我，让自己富有个性和魅力。

有关人性的弱点读书心得感悟篇四

这段时间读了卡耐基的《人性的弱点》，让我受益匪浅。在这样深夜，读这样的书，像是在品尝一场美味的人生盛宴，自得其乐。要将这种感觉说出来，还真是只可意会、不可言传了。它就像一面镜子，帮助我认识自我，了解自我，从而完善自我，驾驭自我，成为一个善于经营自己生活的成功者。漫漫人生路，它让我在看清来路的同时，更清楚自己在面对怎样的未来。

“真诚地欣赏与赞美他人”是我读完此书最深的感触。这本书，读一遍，只能了解一下大概，必须多读几遍，用心去体会其含义，所谓“知己知彼，百战不殆”，战场上如此，生活中亦然。一个了解对方更了解自己的人才可以在生活中游刃有余，立于不败之地。《人性的弱点》是卡耐基思想与事业的精髓，全书通过栩栩如生的故事和通俗易懂的原则，从人性本质的角度，挖掘出潜藏在人体内的60大弱点，一个人只有认识自己，不断改造自己才能有所长进，直至成功！

卡耐基写得并不是很深奥的，写的都是平常的小事，但书中又嵌入了卡耐基的艺术灵魂。他对这些小事作出的反应，是我从未想到过的，使我的心灵受到了震撼，也使我感到自己是那么渺小。世界并不会因为失去卡耐基而停止转动，却因为有了他而转得更好。卡耐基先生以他对人性的洞见，利用大量普通人不断努力取得成功的故事，通过他的演讲和书，唤起无数陷入迷惘者的斗志，激励着我们后人不断取得辉煌的成功。

《人性的弱点》这本书中的提示与建议又有着极强的可操作性，用一句话来概括就是：认清人性中的弱点，当我们办事的时候针对这些弱点下手，就会事半功倍，顺利成功。再次读《人性的弱点》，让我领悟到：这弱点，既可以是自己的，也可以是他人的。了解的他人身上的弱点，就可以使我们每一个人在日常的交往中顺利进展；了解了自身的弱点，可以使

自己扬长避短，凸现自己的优势，从而建立美好的人生。在国企上班，我时刻提醒自己要居安思危，要不断地提高和充实自己。

在书中，作者谈到了我们在生活、工作中要学会真诚的赞赏他人。卡耐基说：“天底下只有一种方法可以促使他人去做任何事情——给他想要的东西。”在你每天的生活之旅中，别忘了为世间留下一点赞美的温馨，这友谊小火花会燃烧友谊的火焰。”是啊！

卡耐基说：“人就是这样，做错事的时候只会怨天尤人，就是不去责怪自己。”也许这句话我们并不陌生，而且经常用到，只是我们将其作了少的改动而已，改动之后就变成了，“他就是这样，做错事的时候只会怨天尤人，就是不去责怪自己。”看似细微的差别，可是差之毫厘，谬以千里。当你用一个手指指着别人说这句话的时候，也许另外的手指正指着你自己！卡耐基一语道破人了这一劣根性。

怨气十足破口大骂还是饶恕别人善待自己？我们考虑事情总是习惯于站在自己的立场上去思考，于是，别人所做的一切与自己相异时都是错的，同时对于别人来说，岂不亦然！可是如果双方都能站在别人的角度审视一下自己的话，结果定会截然不同的。站在别人的角度审视自己是需要理解和宽恕别人的素质和修养的。只有不够聪明的人才批评和抱怨别人——的确，很多愚蠢的人都这么做。我们只有学会真诚地关心身边的朋友，才能赢得朋友们最大的信任。

再次读这本书，它给了我启发，使我准备好了良好的心态来面对未来将要发生的一切。

首先，我要改变我自己，要学会以快乐的态度对待生活、工作。书中说：“不要忘记，快乐并非取决于你是什么人，或你拥有什么，它完全来自于你的思想。”我相信，快乐源于心。有一则古老的格言，希望与大家共勉：“人的生命只有

一次，所以，任何能贡献出来的好与善，我们都应现在就去。不要迟缓，不要怠慢，因为你就活这么一次。”爱默生说过：“我遇见的每一个人，或多或少是我的老师，因为我从他身上学到了东西。”如果这话对爱默生来讲都是正确可行的，那么对我们每个人则更是如此。让我们不要老是想着自己的成就、需要，而应尽量去发现别人的优点，然后，不是逢迎，而是出自真诚地去赞赏他们。要“真诚、慷慨地赞美”，而人们也会把你的言语珍藏在记忆里，终生不忘。

正如卡耐基先生所言：“一个人的成功，只有15%归结于他的专业知识，还有85%归于他表达思想、领导他人及唤起他人热情的能力。”所以，我想：只要我们不断反复研读《人性的弱点》，它必将有助于我们获得成功所必备的那85%的能力。

现在，我把这本读物推荐给想要不断完善自己的你，希望看了它以后有所感悟，有所改变。我们不必把它视为足以供奉的经典，它是一本轻松的读物，是一本放在床头，反思自己，修正路线的一面镜子。

人们说：正确的思想会使人享受正确而快乐的人生！祝愿《人性的弱点》的每一个读者朋友都有一个充实而快乐的人生。

有关人性的弱点读书心得感悟篇五

《人性的弱》这本书讲了十个大的主题(1、与人相处的技巧2、平安快乐的要求3、如何使人喜欢你4、如何赢得他人的赞同5、如何更好的说服他人6、让你的家庭生活幸福快乐7、如何使你变得更加成熟8、走出孤独忧虑的人生9、不要为工作和金钱而烦恼10、防止疲劳，永葆活力)有关于家庭的、有关于工作的、有关于人生的，包括了很多领域。在这些文字的深处，我和作者产生了非常强烈的共鸣，这是我喜欢这本书的最大原因。“你如果关心别人，在两个月内所交的朋友，就比一个需要关心他自己的人，在两年之内所交的朋友还要多。”这是《人性的弱点》中的一句话。友谊是我们每人都需要的，

常言道“团结就是力量”。只有在朋友、亲人的帮助下，才可能把事情办好。《人性的弱点》就告诉了我们如何赢得朋友并建立良好的人际关系。

一：与人相处的技巧

不要批评或抱怨别人：是呀！批评是危险的，因为常常伤害一个人宝贵的自尊，伤害他的自重感，并激起他的反抗。批评所引起的嫉妒，只会降低士气和感情，同时指责的事情也不会有任何改善。如果是好朋友，适当的建议还是可以，但态度一定要温和，朋友要是和我们意见不和，也要适可而止。

激发别人内心强烈渴望的需求：如果每人都可以设身处地为别人着想，洞察别人心理的人，永远不会担心自己的前途。首先要把握对方心中最迫切的需求。如果能做到这点，就可以如鱼得水，否则就办不成任何事。我们常常以“站着说话不腰疼”的态度说别人，其实，我们有没有真正从他们的角度、心情、处境去为他们考虑呢？没有，从来没有。

尽量去了解别人，而不要用责骂的方式；尽量设身处地地去想他们为什么要这样做。这比起批评责怪要有益、有趣得多，而且让人心生同情、忍耐和仁慈。

二：平安快乐的要诀

寻求快乐的唯一途径是不要期望他人感恩，付出是一种享受施与的快乐。要追求真正的快乐，就必须抛弃别人会不会感激你的念头，只享受付出的快乐，如果我在日常生活中被人批评，那是因为批评你能给他一种满足感。这也说明你是有成就的，而且引人注目，只要我相信自己做的对，就不要在意别人怎么说，走自己的路，让别人说去吧。

另外在学习和生活中，要养成良好的习惯，比如自己的桌子，自己的房间，自己整理的好，自己每天看着也舒服，心情舒

畅。

现在人们生活的压力大了，现如今看电视说，过节都会给日常的人们带来很大的压力，这就需要学会放松，消除疲劳，不要浪费自己的精力，紧张是一种习惯，放松也是一种习惯，我们的疲劳，往往不是由工作引起，而是由于忧烦、挫折和不满等，每天时时跟自己交谈，可以引导自己思考什么是勇气和幸福，什么时平安和力量，每天跟自己谈些需要感谢的事，这样你的心灵就会海阔天空，快乐欢畅。

三：如何使人喜欢你

这章，是我比较喜欢的一章，因为平时的我，比较的内项比较的固执，一般和熟人比较放的开，碰到生人，就没那么活份了。这章，让我知道了许多。

首先要做到真诚的关心别人：要对他人表示我们的关心，这于其他人际关系是同样的道理；而且我们的这种关心是出自真诚的。这不仅使得付出关心的人会得到相应的回报，而得到这种关心的人也同样有所收获。我们有真心的关心别人吗？如果有，我们的朋友对我们一定会倍加喜爱，我认为，谁都需要帮助，我们也会有脆弱的时候，当朋友伸出援助之手，我们才会真正的体会温暖，但不要忘记，什么都是相互的，我们的朋友也会有无助的时候，别忘记自己有一份力量，也许正是这份力量，会让他支撑起来，也许正是这份力量，我们的友谊更坚固了。

其次要发自内心的微笑：行动胜于言行。做一个微笑者，微笑会让人明白：“我喜欢你，你使我快乐，我高兴见到你。”微笑一下，只需要牵动三条肌肉，这又何乐而不为呢？微笑一下，可以缩短人与人的距离；微笑一下，可以缩小空间的范围；微笑一下，可以消除心灵之间的隔阂,,,卡耐基说：微笑，在别人心中造成的快乐会像回力板一样飞回给你；在别人心中造成快乐的感觉，将使自己觉得更大的快乐。生活中，

理想经常会遭遇挫折，我们难免有沮丧受伤的时候，有感觉被众人冷落遗弃的时候，无论何时，请记住对人对己展露一个发自内心的微笑，最好露出八颗牙齿。佛说“拈花微笑”，武侠中说：“一笑泯恩仇”，当你微笑时，你心中任何不愉快或不自然的感觉都静止了，世界的大门便为你敞开了。

四：如何赢得他人的赞同

这章，教给我的是在与别人交谈时应该注意的事项。

五：如何更好地说服他人

在当你觉得你是对的时候，怎么样才能更好的说服别人呢？

首先要间接地指出他人的错误。不过在指责别人之前，先想想自己的错误，当然在特定的情况下，要保全他人的面子，然后要以提问的方式，代替命令的语气，叫那个人自己来想，另外就是鼓励的办法更容易使人改正错误，使对方乐于做你所建议的事。

六：让你的家庭生活幸福快乐

这章主要给我讲了，让家庭幸福快乐应该注意的细节和相关的交际技巧，在以后和自己的爱人相处过程中，要有礼貌，这是根本，然后从小事去关心他，了解她的工作，分享她的嗜好，做她的后盾等等，在发生矛盾的情况下，脾气要好，不要激动，成熟的心理在其中是起到比较关键的作用。这是在下一章所讲到的。

七：如何使你变的更加成熟

个人迈向成熟的第一步应该是敢于承担责任。我们生活于世就要面对生活中的许多责任，要承担自己行为的后果，要为自己的行为负责，在平时的生活中要时时注意自己身上的那

些令人讨厌之举，要让别人喜欢你，先得使自己让人喜欢。得到友谊的最佳方法，是必须注重施与，而不是获得但应该是亲自赢取得来，而不是靠一时的吸引或哄骗。所谓赢取友谊的能力，并不是指勾肩搭背，与人攀谈，动作滑稽或讲些逗趣的笑话等。那应该指的是一种心境，一种处世的态度或是一种愿意把自己的爱、兴趣、注意力及服务精神献给他人的愿望。

八：走出孤独忧虑的人生

现今，城里大多数家庭都是独生子女，有的时候孤独和忧虑的感觉是每个人都经历过的。

当今可以说孤独是现代人的通病，我们若想克服孤寂，就必须远离自怜的阴影，勇敢走入充满光亮的人群。我们要去认识人，去结交新的朋友。幸福的感觉并不是靠别人的施舍，而是要自己去赢取别人对你的需求和喜爱，无论到什么地方，都要兴高采烈，把自己的欢乐尽量与别人分享，这样你会交到更多的朋友。

而过多的忧虑会导致很多的疾病如：心脏病、消化系统溃疡、高血压，所以不要过多的忧虑，我们要尽可能的享受人生，最使你轻松愉快的是，健全的信仰、睡眠、音乐和欢笑。

九：不要为工作和金钱而烦恼

随着人口的增长，现金找工作难，找到一个好的工作更难，可是如果不找到工作，就没法生活，没法养活家庭，很多人，为此而烦恼。

其实，与其这样整天为了这个而发愁，闷闷不乐，还不如走出去，去建立良好的人际关系，多认识一个朋友，以后也许就多一条出路。

十：防止疲劳，永葆活力

整天拼命的工作挣钱，和生活上的压力，疲劳是每个人肯定会有有的，适当要约上几个好朋友，去外边放松交游，放松自己，使自己的身体身心全都得到放松，这样也许你会从中得到更多的快乐，年轻人的最大优势，就是在于活力，永葆活力，激情无限。

读完《人性的弱点》让我懂得太多太多，“在人类的天性中，最深层的本性就是渴望得到别人的重视”请让我们重视我们的朋友，让友谊围绕着你、我、他。因此，希望大家能找来翻一翻，对照一下自身的所作所为，问一问自己：我都克服了人性的弱点吗？那么，于自己、于他人、于社会都是有好处的。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

人性的弱点的心得体会着感悟篇四

近段时间抽空读了卡耐基的《人性的弱点》，还真颇有受，但还真像是品尝了一场人生盛宴。它让我回想过去的不足，也展示了未来的美好，它就像一面镜子，帮助认识自我、完

善自我、驾驭自我，它让我在以后的人生道路上有了方向和动力。

卡耐基的这本大作精髓颇多，每次拜读都能触到自己的神经，像一杯纯正的咖啡让人回味无穷。读了这本书让我深刻了解到：此书必须多读几遍，而且还要边读边思考边实践，否则读了这本书就没有意义了。所谓的“知己知彼，百战不殆，”战场上如此，生活工作中亦然，只有这样才能立于不败之地。《人性的弱点》是卡耐基思想和事业的精华的产物，全书通过栩栩如生的故事和通俗易懂的原则，从人性本质的角度，挖掘出潜藏在人体内外60大弱点，卡耐基写的都是平常的小事，他通过平常的一些小事反应出一些大道理，这也是我心灵受到震撼的原因，也让我感受到自己的渺小与平凡，也通过阅读这本书，唤起无数陷入迷惘者的斗志，使后人不断取得辉煌和成功。

在书中读者谈到了我们在生活和工作中如何去真诚的赞赏他人，如何了解对方想法和想要得到的东西，还要站在不同的角度看问题，重要的是站在对方的角度看问题，这样才能真正的和对方做朋友，有了朋友、有了友谊，生活和工作就顺利的多、开心的多，了解自身的弱点可以使自己扬长避短，在机关上班，少一些烦恼，少一些弯路，多一些信心和成功。

卡耐基说“人就是这样，做错事的时候只会怨天尤人，就是不去责怪自己。”还有谈论别人是非对错时，为什么不能对照他们审视一下自己呢？别人做的不好，是否自己就做的完美无暇呢？“人非圣贤，孰能无过？”多一些宽容和理解，才能赢得更多朋友的信任。

读这本书给我的启发是：准备良好的心态来面对未来发生的一切！首先我要改变自己，要学会以快乐的态度来对待生活、工作，书中说的好：“不要忘记，快乐并非取决于你是什么人；你拥有什么，它完全来自你的思想，”我们快乐也是工作，不快乐也要工作，那我们为什么不快乐的工作呢？爱默生说过：

“我遇见的每一个人，或多或少是我的老师，因为我从他们身上学到了东西。”这话对爱默生来讲是这样，对我们又何尝不是呢？卡耐基说“一个人的成功只有15%归结于他的专业知识，还有85%归于他表达思想、领导他人及唤起他人热情的能力。”

初读这书后感想很多，应该说它是一本轻松的读物，是一部放在床头，反思自己、修正自我的一面镜子。祝愿《人性的弱点》的每一位读者朋友都有一个充实而快乐的人生。

人性的弱点的心得体会着感悟篇五

可以运用亚里士多德的方法：

1，弄清事实；

2分析事实；

3达成决定——然后依此行事。

长大后，我才发现，我可以不用这么忧虑，因为我觉得做得很好的同学他们也有不足一处，他们也有不快乐的时候。我应该提升自己的能力，让自己的优点得到提升，缺点加以改进。

本书全面地剖析出人的各种心理现象，每个人都很值得去看。人从“呱呱”落地起就离不开人群。人与人相处要通过语言。如何能和别人友好相处，沟通也是很重要的。学会沟通之前就要掌握好对方的心理现象，多站在别人的角度上思考。

美国石油大王洛克菲勒在事业鼎盛的时期说道：“应付人的能力也是一种可以购买的商品，正如糖或咖啡一样，而我愿意会付酬购买这种能力。它比世上任何别的东西都多。”至此，可以看出一个人的能力是多么的重要。能力，它可以潜伏起

来，当你没有去发现它的时候；如果当你学会去利用它了的时候，它可以带给你无穷的乐趣，让你尽情地享受着成功带来的乐趣。条件是先天和后天带来的。有些人，一出生，上天很眷顾他，给他拥有很多东西；有些人先天的带来的少之甚微。上天给前者更多的机会；“天高任鸟飞，海阔任鱼跃”既然拥有了空间，如何在有限的空间里创造出无穷的成果，这就取决于能力。一分能力办一分事，十分能力办十分事。先天的条件固然能给一个人创造出一定的空间，但能力还是需要后天的培养。与别人能否友好相处是一种能力，赢得别人的信赖是一种能力，可以让一个人走向成功的辉煌道路。

“保持每日多清晨一个小时”想要做更多的事情就要有充沛的精神，累了就休息，养好精神，当一个人在劳累的时候也容易出现一些负面情绪，不如在这个时候闭目休养。在精神充沛的时候也感觉做事情顺利得多了。

看完本书，让我从中学到了很多东西，也得到了很多经验，从书中学来别人的成果就可以减少一个人的磕磕碰碰。我要把它运用到我的工作上，生活上，让我的能力也得到提升。

人性的弱点的心得体会着感悟篇六

一个最有趣的谈话对象？为什么？我知道自己几乎没怎么说话！如果我们不转换话题的话，我就不可能有什么可说的。因为我对植物学方面所知道的太少了。不过我做到了这一点：那就是我仔细的静静的听。我听得认真是因为我对他所讲的，却是有浓厚的兴趣，而且他也感觉到了，所以很自然的高兴了起来。那种倾听，是我们对人一种尊敬和恭维的表示。

很少有人能抗拒那种全神贯注的注意中所包含的谄媚。

成功的生意往来没有什么神秘的诀窍。专心静听对方的话，那是最重要的。没有什么奉承话能比这个更重要！

即使是最爱挑剔的人，最激烈的批评者，也往往会在一个有耐心和同情心地倾听者面前软化下来——这位倾听者，必须在寻衅者像条大毒蛇一样张开嘴巴的时候保持安静。

他用挑剔抱怨的方式去获得这种重视感。

不只是大人物才喜欢善于静听的人，普通的人也是如此。正如《读者文摘》所说：很多人找医生，他们需要的不过是个听众。

如果你想知道如何使人远远躲开你，在背后嘲笑你，甚至轻视你，有个很好的办法：你永远不要仔细听任何人讲话，不断地谈论你自己。如果别人正说话时，你有了见解，不要等对方把话说完，打断他，说出你自己的观点。

令人讨厌的人，这就是他们给人的印象——他们陶醉于自我之中，只在乎他们自己的感受。

只谈论自己的人，就会考虑他们自己。

如果你要成为一个良好的沟通者，你需要先成为认真的聆听者，要使别人对你感兴趣，先要对别人感兴趣。问别人喜欢回答的问题，鼓励他们谈谈他们自己和成就。

记住：跟你说话的人对他自己的需要和问题，比对你的问题要有兴趣百倍。一个人的牙痛对他来讲，要比发生天灾死了数百万人还重要得多。他对自己脖子上的一个小疖子的兴趣，比注意40次非洲地震还要多。

做一个善于倾听的人。鼓励他人谈论他们自己。

人性的弱点的心得体会着感悟篇七

戴尔·卡耐基被誉为美国“成人教育之父”，他所著的《人

性的弱点》汇集了其思想精华和最触动人思想的内容，是作者最成功的励志经典。本书自1937年问世以来，销量已达9000万册，被译成58种文字，成为全球最持久的畅销书之一，稳居成功励志类图书榜首。此书之所以永不过时，就在于卡耐基先生对人性的深刻认识，以及它为根除人性的弱点所开出的有效处方。正如卡耐基所言：“一个人的成功，只有15%归结于他的专业知识。还有85%归于他表达思想、领导他人及唤起他人热情的能力。”只要你不断反复研读，它必将助你获取成功所必备的那85%的能力。

看完此书你会发现，整篇没有一处是泛泛的说教，而是用一个个鲜活的事例折射出了人性在某些方面的共性，以帮助我们认清人性中的弱点，如何在日常生活中与人打交道，并有效地影响他人；如何击败人类的生存之敌——忧虑，以创造一种幸福美好的人生；如何更好的在生活中变得快乐、营造幸福美满的家庭等等。当我们在处理这些事情的时候针对这些弱点下手，就会事半功倍，顺利成功。

本书共分七章对人性所存在的弱点进行了阐述：成功的秘诀、沟通的技巧、健全与独立的人格、做金钱的主人、战胜忧虑、成功快乐的生活、营造幸福美满的家庭。通过阅读这本书，我应该怎样克服这些弱点呢？我想首先应该先做到以下几点：

第一，敢于承担责任是一个人迈向成功的第一步。

我们在日常的生活里，不可避免地得面对生命中的许多责任，绝不可在受难或跌倒的时候，孩子般地踢椅子出气。当然，责怪别人比自己承担责任要容易得多，我们很多人就是喜欢推卸责任，喜欢怨天忧人，责怪父母，老板，师长，丈夫，妻子或儿女，甚至喜欢责怪祖先，政府，以及整个社会。对那些不成熟的人来说，他们永远都可以找到一些理由——当然是外面环境的理由——以解脱他们自身的某些缺点或不幸。对这些人来说，他们从没想到要去克服困难，而是先去找一只替罪羊羔。在我现在的工作中，也有这样一种现象存在，工

作上出现问题了，潜意识中先把自己保护起来，可不知这样做的后果会出现连锁性的反应：同事们一旦知道你把责任推到他们身上，你下一步的工作如何去安排？领导对你是一种什么样的看法？……任何人都不是完美的，出现问题难免，是你的责任就要勇于承担起来，在下一步的工作中尽量改善足已。

通过读这本书，我还反思了自己在教育孩子上的一些弊端。记得孩子小的时候，不小心跌倒了，我们作家长的不是让孩子通过跌倒一事记住一些教训，而是先把责任推给绊倒他的东西，并叫他狠狠的踩几脚，就像卡耐基所说的，这样做的结果是多么的可怕啊！

第二，尽自己最大的努力把本职工作做得最好。

放在二十年以前，对于工作的选择我还是一片迷茫。那时的教师行业是令人羡慕的职业，是人人口中的铁饭碗，所以对于自己上师范，当时的乡里乡亲都以我为自豪。转眼间二十年的时光已匆匆而过，现在的教育形势受到各个前卫行业的挤兑，教师已成为说上不上说下不下的一种淡泊职业。在现在的这种形势之下，这就需要我们调整自己的心态，以积极的态度去对待工作。因为每一个行业所需要的都是那些肯负责任、肯努力奋斗、有主张有见地的人。一个富有思想和判断力、具有创造力、能够吃苦耐劳的人，到处都可以成就一番事业，在哪里都有希望。我们身边不是有好多这样的例子吗？所以，在自己的工作中，我要尽自己最大的努力，为的不是自己有多光鲜，而是对得起那帮天真烂漫的孩子，对得起教师这个称谓。

第三：良好的人际交往关系，是通向成功的秘诀。

人从来就不是一种完美的动物，克服自身的弱点越多，拥有的优点也越多；人从来就不是一种个体动物，懂得人际交往的技巧越多，生存发展的天地也就越广阔。真正的良朋益友，可以在精神上慰藉我们，让我们的身心可以得到无比的快乐，

勉励我们在道德上获得提升。了解“人性的弱点”，就获得了成功所必备的另外85%的能力。一个成功的人，一定是一个口碑良好，善于与人合作的人。在书中提到良好人际交往的核心法则是：1、不过分责备别人，不要批评或抱怨别人；2、看到别人的优点，给予真挚诚恳的赞赏，使人心甘情愿；3、激发别人内心强渴望的需求；4、真诚的关心别人；5、发自内心的微笑。当然，在人际交往中还有一个最重要的基石是诚实和信任。“你如果关心别人，在两个月内所交的朋友，就比一个需要关心他自己的人，在两年之内所交的朋友还要多。”这是《人性的弱点》中的一句话，也是我们人际交往的理想目标。

第四，家庭是生活长河中的船，美满是这只船上的帆。

家庭是幸福的摇篮，家庭幸福是事业成功的基石，所以，创造一个好的家庭氛围是每一个为人父者、为人母者、为人子女者应共同奋斗的目标。在这一章节中，卡耐基先生用一些经典的案例给我们做出了警示：不停地唠叨就是在自掘婚姻的坟墓；不要做无用的批评；让过失看起来更容易改正……这一点在工作中也可以得到应用。如果你喜欢跟孩子、伴侣、同事说他或她对某件事显得很笨拙，很没有天分，那你就大错特错了，这等于毁了他所有要求进步的心，但如果用相反的方法，宽容的鼓励他，让事情看起来似乎很容易做到，让他明白，你对他做这件事的能力有绝对的信心，他的才能还没有完全发挥出来，他肯定会积极努力，并实现自我超越。

读戴尔·卡耐基的《人性的弱点》的时间不是很充分，因此对其的感悟也是很有限的。但有一点是肯定的，我了解了自己在人性上的一些弱点，在以后的工作、生活、学习中，我将尽最大努力地克服自己的弱点，发挥自己的优点，去实践在书本中学到的一些处世原则和生存之道，将人生的发展达到一个新的境界。

人性的弱点的心得体会着感悟篇八

你周围是否有这样一种人，喜欢指手画脚，大呼小叫的去命令别人，可是偏偏并没有几个人会赞同他的做法并去执行。他们永远会把事情弄得很糟，但却处处抱怨吐槽，批评指责别人。他们总觉得自己所做的都是正确的，不对的怎么会是自己，一切都是别不好。

还有一种人，话语不多却句句让人舒心，从不命令别人，却总会有人死心塌地的为他工作，似乎任何事情在他们的手中都会游刃有余。他们会时时自省检讨自己，具有极好的修养与自制力。

同样的一句话一件事，从前者的嘴里说出来会让人有说不出的厌恶，但从后者的口中讲出来却让人心甘情愿的去听从其安排。

如今在这个多元化的时代中，人们展现自己的渠道越多，每个人都有机会获得成功，每个人的心中都有一个成功的梦。随着电子产品与通讯业的飞速发展，人与人的距离变得越来越近，沟通与交往的技巧变得越来越重要，只要有两个人以上的人存在，就构成了人际关系的存在。

在鸡汤文大行其道的图书市场中，成功学、沟通技巧也不可避免的被当做作料被加入鸡汤中熬成各种书籍被端了上来。初看让人心潮澎湃，激动不已，似乎终于找寻到了做人的真谛，但是喝的太多难免让人感到空洞无味，不由的心生油腻，甚至会感到有些反胃。

鸡汤有毒，所以还是找点实实在在的干货来看吧。

相信这本《人性的弱点：如何赢得友谊并影响他人》不会让你失望的。

这本由美国20世纪伟大的心灵导师戴尔·卡耐基的经典著作，相信很多人都并不陌生，它风靡全球80年畅销不衰，被人奉为沟通技巧的圣经。

其实说起来它并没有什么神秘莫测的高深道理，只是准确的抓住了人性中每一处弱点，采用换位思考的方法，将每个人都有的心理弱点一点点的剖析展现在你的面前，告诉你如何迅速掌握人际关系的三大基本技巧，学会如何去说服别人，让别人从内心真的赞同你的做法。让你的人际关系无论是从朋友、职场还是家庭中都会得到改善，获得颇多收益。