

# 2023年读书法书籍心得体会(模板5篇)

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

## 读书法书籍心得体会篇一

二十年前我们参加高考的时候流行一句话：学好数理化，走遍天下都不怕。然而高考随着时代的发展在不断的改革，如今，孩子们面对的又是另一种局面：得语文者，得的天下。

享誉世界的数学家苏步青，被誉为“东方第一几何学家”，作为一个知名数学家，他却坦言“语文是成才的第一要素”。苏步青常说：“我从小打好了语文的基础，这对我学习其他学科提供了很大方便。”

语文好，阅读能力强的人，能够很快地理清数学题目中的逻辑关系和数量关系，运用相应的数学方法解决问题；而阅读能力差的人往往就需要花费更多的时间和精力。强大的阅读能力，还能够加强举一反三的能力。苏步青在担任复旦大学校长时曾经说过，“如果允许复旦大学单独招生考试，我的意见是第一堂课就考语文，考后就批卷子。不合格的，以下的功课就不要考了。语文你都不行，别的是学不通的。”

语文的重要性不言而喻，语文好说到底其实是阅读能力强。很多人说，我每天都在阅读，也读了很多课外书，可是我的语文还是很差，阅读理解还是看不懂为什么呢？阅读不光是识字看书，《高分读书法》作者西冈一诚用自己的亲身经历告诉我们，复读两年领悟到提高阅读能力的五步之法，从而一举拿下日本京东大学的入学通知书。

西冈一诚高考的时候复读两年，他的成绩一直是很差，所在学校也是一般的学校，很少能考上京大这样的名牌大学，这样的他却有一种不服输的精神，反思自己为什么成绩提不上去。经过一番思考终于找到了原因，那就是被动的读书缺乏思考力和读解力。

于是作者研究东京大学考试试题，发现阅读能力很重要，作者从被动读书到主动读书，掌握了提升阅读的方法，从而在东大的入学考试中，考了全日本第四名，成功进入东大。作者把这个方法通过自己的总结和实践整理成了这本《高分阅读法》。

读解力，即快速准确地理解文章的内容，把书读透彻的能力。理论思考能力，即从更深的层面理解文章，梳理书中脉络的能力。归纳能力，即用简单的话概括全书观点的能力。

客观思考能力，即从不同角度看待同一件事，对持有不同观点的人也能表示理解的能力。应用能力，即把所学到的知识应用到实际生活中，把知识变成自己的本领的能力。

阅读不光是识字消遣，更是一种能力的训练，只要掌握了装帧阅读法、采访式阅读法、整合阅读法、检验阅读法、议论阅读法这五种阅读方法，我们学习到的不光是书里面的知识点，更锻炼的是思考能力。

《高分阅读法》不光适合在校学生需要掌握的阅读方法，也适合所有爱看书的书友们，有一句话说：不读书不可怕，可怕的是不会读书。

## 读书法书籍心得体会篇二

考上名校是许多孩子梦寐以求的事，然而真正能考上的却凤毛麟角。

但是，我们也发现，很多考上名校的孩子，家境一般，长相一般，甚至智力一般。那考上名校的孩子，究竟有什么秘密武器呢，可以说，所有上名校的孩子都拥有超强的学习力和思考力。之前清华大学学生会曾发起“笔记大赛”，那些神仙笔记，除了整齐的排版，更重要的是条理而清晰的思路，让不少网友“献上膝盖”。

所以，学会活学活用知识，锻炼独立思考能力才是学生的当务之急。《高分读书法》这本书告诉我们，通过改善阅读方法，读解力和思考力都可以拿下，进而实现名校梦想。这本书的作者是日本东京大学的西冈一诚，从小学习成绩就很差，高三时一万人里排九千多名，作者改善了阅读习惯，变被动读书到主动读书，靠好的读书方法，最终成功逆袭，以全日本第四名的成绩，顺利考上了东京大学（相当于清华大学）。

作者提到要学会从被动读书到主动读书，这点真的很有感触，应试教育的大环境下，被动的接收大量知识，如果没有思考能力，知识储备量再大也没用，背了大量的课文，刷了无数道题，也只是把知识搬运到了肚子里，没有真正掌握，最重要的还是要具备思辨能力，能够举一反三，好的学习方法是成功的阶梯。

《高分读书法》的作者通过亲身经历，践行了能全面提高读解力和思考力的方法，这两大方法又细分为，读解力、理论思考能力、归纳能力、客观思考能力、应用能力。而每一种能力，如何实践，都有详细的操作步骤，非常推荐初高中生和家长读。

读解力：快速、准确理解文章内容，把书读透。

理论思考能力：从更深层面理解文章，准确把握内容脉络。

归纳能力：用简单的话概括他人的观点。

客观思考能力：从不同角度审视同一件事，对观点不同的人能够表示理解。

应用能力：在具体场合中应用所学知识，把知识变成自己的本领。

五种能力就是五个读书实践步骤，需要贯穿读书始末，最终实现将书中的知识内化为自己的知识体系的目标。那么到底如何读一本书，学霸们都是如何读书的？读前获取线索闻一知十。作者认为书读不透，90%是因为没有提前准备好，东大的学生不是强在读解力上，而是强在获取线索能力上。比如，东大学生做阅读理解时，不会先看文章，而是先看下面的问题。因为题干和文章内容有关，阅读时对内容也就掌握了八九不离十，还能有效提升阅读速度，提升准确理解文章的能力。

## 1. 装帧阅读法

拿起一本书，书名，书封面上的腰封，封底的推荐语中，就是一本书的精髓。以及作者介绍或者作者的创作背景，都能提供足够的线索，让你了解这本书主要在讲什么，能带给你什么样的帮助。

琪琪最近读完《钢铁是怎样炼成的》，这本书买了很久了，一直没读，我们睡前讨论，琪琪说是从雷锋的故事这本书里，看到雷锋在读，所以成为了《雷锋》之后的下一本书，而她一直没读的原因就是，看书名以为就是说炼钢铁的，于是我们就着这个标题，我跟她说了读书时，首先要看书名，继而看封面推荐语，名师导读等，获取足够的信息，对书有一个大概的了解。她表示太同意了。

## 2. 做假设阅读法

一边读一边问，和作者来一次深度对话

## 1. 采访式阅读

带着记者的思维去阅读，与作者对话，边读边问，从而获得真正的知识，而不是浮光掠影的信息。

## 2. 求解阅读法

阅读过程中，抱着怀疑心态，疑问可以用便签记录下来，并且在后续阅读中寻找答案。一边思考问题，一边探寻答案，非常有助于深刻理解书中内容，极大地锻炼我们的思辨能力。还是说回《钢铁是怎样炼成的》，这本书，因为是继《雷锋》之后读的，琪琪说，在她心里，雷锋的品质和形象已然很高大了，而《钢铁是怎样炼成的》主人公保尔绝对不是个好学生，一开始就被学校开除了，琪琪就表示了怀疑，我就告诉她，这就是很好的一个问题，带着问题，你就能更深刻的了解，一个人是怎么样从一个非常平凡的人成长为一个拥有钢铁般的意志的高尚的人。

琪琪说她还特意关注了下，书中是什么时候第一次提到了钢铁，这个细节也很好，说明孩子在带着脑子读书。

## 3. 检验阅读法

作者还提到了同时读两本书，可以增强多角度看待事物的能力，因为动了脑子，更有助于记忆。同一领域，不同的作者会有不同的切入点，观点也可能大相径庭，同时读两本书，时刻思考相同点和不同点，就能实现带着脑子读书啦。

同时读两本书，节奏还要差不多，这种体验，我试了试，的确能促使人更关注不同作者想表达的观点，促使你去思考，去琢磨。

输出才是你能否活学活用书中知识的试金石，作者说，只有做到输出，才算没有白读一本书。读书后，只有把书的内容

掰开了、揉碎了，用自己的话有逻辑地表达感想，得出结论，才叫发表感想。

曾经要求琪琪读书后写读后感，但是这样读书就有了负担，作为小学生，真的很难执行下去。所以，最好的方式，就是不怕只言片语，便签上随时写感想。还有一种方式也很有效果，看完书的当下，可以讲一讲这本书，印象最深刻的是什么事，主人公有什么遭遇，以及自己的收获。

除了读书方法，作者还介绍了选书法，不能同意更多。

1. 选择适合自己，能让自己收获满满的书；
2. 要读畅销书，畅销书不仅让你获知当下热点，还让你明晰未来的方向；
3. 选择专业领域大咖们推荐的书；
3. 要读超越时代的经典，这些书经历时间考验，具有难以估量的阅读价值。
4. 设立阅读主题，同一领域集中阅读。

在我来看，《高分读书法》中具体可操作的读书方法能帮助我们更高效地汲取浩瀚书海中的知识为我们所用。而读书的过程，就是结网的过程，需要日积月累，形成自己的知识网络体系，从而获得良好的读解能力和思考能力，实现名校梦想也就不是那么遥不可及了。

### 读书法书籍心得体会篇三

近年来，小学统编教材一而再，再而三的调整，其中很重要的调整点就是中国传统文化的记载和传承的文言文出现在了三年级教科书里，同时文言文的篇目数量从原来的四篇增加

到了十六篇。

尽管统编教材中的文言文通常篇幅短小，内容较为简单，但对孩子的阅读理解能力提出了较高的要求，如果不能在入学前提高孩子的独立阅读能力、分析理解能力，上学后孩子很可能就会掉队。

我们那一代，流行一句口号：“学好数理化，走遍天下都不怕”。纵观现在，高考中拉开学生成绩的还有语文！你没看错，确实是语文，因为阅读能力较弱，很多考试甚至连语文高考卷子都做不完！

其实无论考哪一门，解读及理解考题都是重中之重的事，尤其是近几年的高考语文试卷，几乎所有的题目都需要阅读理解能力。

教育部统编本中小学语文教科书总主编温儒敏曾经表达了一个观点：这几年高考语文正在改革，命题的一个变化是注意考阅读量和阅读速度，读得太少太慢，就做不完卷子。根据调查，每年大概总有15%考生做不完卷子，是这个概率。选拔性考试，有15%做不完也正常。

会阅读不仅仅是学生们需要的技能，在工作中更是其他技能的奠基石，提高阅读理解能力已是当前每个人迫在眉睫的事情！

我们到底该怎么做才能提高阅读能力呢？

有这个一个人，他上了一所从来出现过东大（2020年，东京大学位于全球大学第22位）学生的无名高中。突然有一天这个人做出一个大胆的决定：他要考东大！

理想是美好的，现实是残酷的，无论他怎么努力，连续两年的复读均没能考上东大，他痛定思痛，不断一边不断自我反

思，一边把东大的入学试题彻底分析了一遍，他注意到一个事实：要通过东大的入学考试并不是需要增加多大的知识量，而是学会将“符合最低标准的知识量”活学活用。

读书的数量和质量决定我们能储备多少知识，但活学活用才是我们读书的本质。

《高分读书法》中介绍了如何锻炼读解力、理论思考能力、归纳能力、客观思考能力以及应用能力这五种主动读书的能力，同时作者西冈一诚也为我们介绍了六种简单却有效的选书方法，让我们不再为选书而烦恼。

## 读书法书籍心得体会篇四

关于读书，大多数人可能都有跟我一样有着类似的困惑。读完整本书后，很快就忘记了；脑海里面记住的多数是细枝末节；遇到具体问题时，隐约回忆起好像在哪本书里看到过，却怎么也想不起书名.....

书到用时，方恨少。现在网络上有很多网络读书打卡的社群，靠着组织监督的力量鼓励大家多读书，其实让自己会读书才是打开读书世界的钥匙。只有你真正会读书了，找到读书的乐趣了，甚至会学以致用了。那么自然坚持读书就不是难事。因为这样的过程是满足的、有成就感的，我想没有人会拒绝这样的体验。

学会读书的秘密都在这本叫做《高分读书法》的书里面，作者是一个日本人，名叫西冈一诚。说来有点传奇，他自小成绩很差，在一所从来没有人考上东京大学的学校念的高中，高考复读了两年，通过自己研究的改变阅读方法，渐渐获得了一种“把书读透”的能力，最终竟然以全日本第四的成绩考上了东京大学。读完大学后，他偶然发现原来东大的学生几乎都在使用跟他相似的读书方法，于是作者对这种读书方法愈发感兴趣并不断提炼总结该方法，进而后面有了这本



《高分读书法》的诞生。

## 读书法书籍心得体会篇五

日本作家西冈一诚在他的《高分读书法》中认为，我们读书实际上也是在和书对话。西冈一诚曾是一所非常普通的高中里，成绩垫底的学生。连续两次报考东京大学均告失败。第三年，他深入分析了东京大学入学考试题后发现，东京大学看重的不是学生知识量的多少，而是能否活学活用“符合最低标准的知识量”，换句话说，就是是否拥有独立思考的能力。于是他调整复习思路，读书时多问“为什么”，不断地与书本对话，锤炼自己的思辨能力，成绩得到大幅度提升，最终成功考入东京大学。

读完《高分读书法》会发现，学渣逆袭不是梦，只要我们明白什么是主动读书，按照五步骤阅读，会有助于全面提升思考力和读解力，在书中，我们还能学到5招选书技巧。

读书的重要性不言而喻，但并不是读过书的就是学到的知识，书只是载体，是信息的一种呈现方式，我们只有获取了信息中的价值才会产生智慧。

被动读书的人，看书时通常会想着“哦，原来是这样啊”，更多的是单纯的接受，很难完全理解书中的内容，也不知道自己究竟想从这本书里面获得什么。

卢梭就曾在他著的《爱弥尔》一书中说，这种人“就好比在海滩上拾贝壳的孩子，起初拾了一些贝壳，可是看到其他的贝壳时，他又想去拾，结果扔掉一些又拾到一些，乃至拾一大堆贝壳不知道选哪一个好的时候，只好通通扔掉，空着手回去。”

主动读书的人，一边看书一边会问自己：“为什么会变成这样？”“还有其它的可能性吗？”，读完后还会和朋友分享

自己的感想，罗列自己的观点。这样，他们对一本书的理解就更加深刻了，而这就是与书对话的真正含义。

给世人留下了十部巨著。他就有一种奇特的读书方法：每次他拿起一本书，不是从头至尾一句一字地读，而是先对着书名思考片刻，然后闭目静思：设想这样一个题目，如果要让自己来写应该怎样写，待一切全部想好后，再开始阅读。凡是已经知晓的内容，很快浏览而过，专门去读书中那些新的独到的观点，这样，华罗庚博采众长，得益很多。

学会与书对话，跟书争辩，可以锻炼我们的解读力、理论思维能力、归纳能力、客观思考能力、应用能力，而这就是从学渣到学霸的逆袭的秘诀。

或许有的人会觉得阅读是很简单的事，就像喝水一样，翻开书看就是了，大不了再记些笔记，写个感悟。其实阅读也是一门艺术，它从来就不是件简单的事，如果想从阅读中获得收获，就必须掌握一定的方法和技巧。

世界十大杰出物理学家爱因斯坦，就喜欢采用“总、分、总”三步读书法。先浏览前言、后记、编后以及目录，对全书形成总体印象。阅读时特别注意书中的要点以及与自己需要相关的内容，以达到总结、深化、提高的目的。

在《高分读书法》中，作者详细介绍了阅读的五步骤，利用装帧阅读、采访式阅读、整合阅读、平行阅读，以及议论阅读抓住书中要点，长久地记住知识。

第一、装帧阅读：出版商会把大量的信息压缩在书籍的封面、书腰、前言和目录上，而这些也是对这本书精华的提炼，判断一下这些内容能够获取什么信息，分别写在便笺上。读书读到某处一时中断时，或者遇到理解困难时，以及每读完一章时回顾一下，都会让你再度“咀嚼”看过的知识，加深对文章的理解和记忆。

第二、采访式阅读：在阅读时我们要像记者一样，对作者不时地提出质疑，必要时还要做笔记，如果有问题，就在书中相应的那页贴上便笺，假如发现了问题的答案，立刻在书中相应的那页贴上便笺。这个过程会唤醒头脑中很多想法，让读到的信息转化为脑中的知识。

第三、整合阅读：一本书就像一条鱼，可以分为鱼肉和鱼骨两部分，鱼骨是作者的核心思想，鱼肉是为了吸引读者阅读而创造的。当我们可以把作者想要表达的东西，用一句话概括出来，这才可以说我们读懂了这本书。而整合阅读就是把鱼骨和鱼肉分开的过程。

第四、平行阅读：选择两本有相关性的书，以同样的进度阅读，在阅读过程中思考两本书的相同点和不同点，读完后逐一分析原因。平行阅读法能让你更为熟练地践行检验阅读法，真正做到从多角度客观思考，拥有思辨能力！

第五、议论阅读：只有和书对话，你才会更容易理解书中的内容。只有做到输出，才算没有白读一本书！所以我们读完书后，要和做的假设“对答案”，看看是不是同之前想的一样，并用自己的话有逻辑地表达感想。

现在媒体、网络各种信息混杂且繁多，新书出来，如果是大众化的书，总会有报道出来。书店里的纸书都挂上了腰封，动辄就写了一堆名人人名联袂推荐。

但是我们的精力、时间都有限，也并不是所有的书都适合我们花费时间来读，下述这五招，可以帮助我们，找到那些能让我们收获满满的书。

第一招：阅读畅销书

这本畅销书最受热议的话题是什么？在你总结之后，大可以上网查一查看是支持的人多，还是反对的人多。作为旁观者，

这会让你冷静地审视当下的风潮，保持自己的思辨能力。畅销书不仅让你获知当下热点，还让你明晰未来的阅读方向。

## 第二招：相信那些靠谱的推荐

人们通常认为，只有自己最了解自己，但这不是绝对的。很我情况下，别人为你推荐的某本书，甚至会改变你的一生。在当下的信息时代，通过网络搜索，或加入网上论坛等方法，我们完全可以发现靠谱的“荐书达人”。

## 第三招：超越时代的经典

那些50年前、100年前的经典书籍，依然有超越时代的价值，书中的智慧能够使不同时代的人折服，而这些经典的书籍，也是我们思想的基石。

## 第四招：设立年度阅读主题，进行集中阅读

书的分类琳琅满目，包罗万象，我们可以设立自己的年度阅读主题，比如经济学、心理学等具体领域的分类，每个年度阅读主题10本书。

## 第五招：直面让你犯难的书

用横轴和纵轴分析自己的阅读偏好，然后填补自己的阅读空白，直面犯难领域。《高分读书法》通过五个步骤，详细介绍了怎样才能真正做到和一本书对话，让难懂的文章也能理解透彻，同时还能提升思考力和读解力。对于无论是想快速提高成绩的学生，还是不放弃追梦的成年人，都可以在清新舒适的阅读体验中获得有效的方法。

在这个数字化时代中，信息传播速度达到了前所未有的高度，但这同时，专注力也成为这个时代越来越稀缺的东西，人们越来越浮躁。阅读的魅力，就在于我们在这个过程中不断地

领悟、成长，有时候一本书就够了，有时候一万本都不够。这取决于我们读了什么样的书，我们是如何读的，有没有读进去忘却周遭纷扰，又有没有读出来历练出全新的自己。正如高尔基所说：读书有时会使人突然明白生活的意义，使他找到自己在生活中的位置。