

2023年看见读书心得体会(模板10篇)

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

看见读书心得体会篇一

纪实的東西写成文字总会让人感到失真，但读起来确实很美，每个故事都是一个小的纪录片，看完这本书让我放弃了再看节目视频的想法，因为文字叙述的故事总比真实看到的场景可爱动人，透过文字的自己的想象要比别人强加给你的视觉更有意境！《水浒传》、《嫌疑人x的献身》、《诛仙》等等，看完书再看翻拍出来的剧总让人失望。

里面有当时中国遇到的普遍问题，现在有的解决了有的还依然存在，但中国确实改变了很多，强大了很多，可能现在不会再有主流媒体曝光或叙述那些事情了，柴静在那个时间里通过自己的努力和勇气让观众看到了一些事实，或好或坏，说出来才会让大家放心，让大家继续对明天的生活抱有希望！

准确是这一工种最重要的手艺，而自我感动、感动先行是准确最大的敌人，真相常流失于涕泪交加中。

问你的时候你说随便？！你已经养成了放弃自己分析问题、判断问题、谈自己愿望的习惯了！”

看见读书心得体会篇二

看《看见》之前，我先看了本书的简介，当看到“自传性作品”时，我在内心已经把它定性为一个优秀记者的成长之路。等真正看完之后，才发现和我想象的还是有一些区别，这本

书以柴静的采访作为线索，在对社会热点问题进行调查的同时，自己也在一步步成长，从青涩走向成熟的，从对新闻一无所知的新人到真正成熟的记者的转化，在她每次的自省当中，又一次次的升华自己。

“看见”，从镜头中看，从每一个人的眼里去看。当我们看到一些事件，往往已经定义上了善恶，往往都是站在道德制高点去谴责。而柴静却能够通过镜头，告诉我事实真相并不是想象中的非黑即白，当事人为什么会做出这些决定，在作出决定的背后又经历过什么，抽丝剥茧般的把真相展露出来。

当我看到非典那一章的时候，对我的震撼不亚于一场心灵地震，我从未想过非典是那么的严重。当时我还在上小学，对非典并没有什么概念，只是每天例行公事一样的探测体温，从来没有想过非典是这么的可怕，可以轻轻松松剥夺无数人的生命。在抗击非典的第一线，无数白衣天使站了出来，为抗击非典做出了不可磨灭的贡献，阻止了非典的蔓延。

在汶川地震时，远在河北上初中的我都能感觉到震感，更不必说位于震源地区的汶川了，那是我根本想象不出来的灾难。“一方有难，八方支援”，这并不是一句空话，在当时，无数人民子弟兵和志愿者赶赴灾区，全国人民捐钱捐物支援灾区。地震灾民就算亲人在灾难中丧生，也没有放弃生活的希望，依靠自己的力量重建家园。

在每次的灾难面前，并不仅仅只有黑暗，在黑暗中，有那么一丝丝的希望像阳光一样照射进来，慢慢地扩大。在我们生活的这片土地上，发生了这些与我们休戚相关的事，也让我们知道了我们肩上的责任和担当。

在社会阴暗面的揭露上，我并没有对当今社会失望，相反，只有把这些阴暗面揭露出来，社会才会变得更好。我始终相信，什么东西都会慢慢变好的。

在看这本书时，经常能找到共鸣，许多观点直击内心。对人性也有了一个更深的理解，每个人都是在做自己认为对的事，做出的选择，都是符合自身的利益的。人并不是只有一面，也不可能只有一面，世界上并没有好人和坏人，只有做了好事的人，和做了坏事的人。在做事上，无论做什么，都要坚持下去，行百里路半九十，想要成功，就只有坚持这一条路。

看见读书心得体会篇三

《看见》一书包含了三重内涵：一是柴静个人成长的自白书，二是中国社会十年变迁的备忘录，也是我们自己的故事。下面为大家带来看见的读后感范文，欢迎参阅柴静《看见》读后感□

最近读完了柴静的新书，对她感兴趣的原因是在大学期间观看了她的演讲视频，获得了特等奖，演讲期间感情真挚而趋于平淡，让人有很真的感觉，从此开始关注她一些文章和新闻。

今年她出了新书——看见，也就很开心的买了一本来读。读后感觉挺深刻的。

《看见》总体来说写出在央视从事记者这个行业几年来所经历的人和事，进而影响到她对待新闻和记者这两个对象的认识，期间反复的思想的转变，也在探寻自己的职业问题以及最重要的是柴静应该在这职业中所表现的态度。我个人认为此书有80%以上是真实的，20%作者有隐晦和适当作假的可能性。

分析此书的价值——即含金量

我个人不是属于波澜群书的人，属于看一本书就会有深刻印象的人，换言之，少儿精是我的阅读宗旨。当初选择这本书来读，一方面是对柴静这人的信任感，一方面是觉得此书的

真实性比较可信赖——反映了现实中的一些矛盾，而自己却不知道的东西。

文中举了很多实例，有很多都是热门的话题性很重的新闻——药家鑫案、留守儿童义务教师、农村土地违法征地案、虐待猫事件、李阳家暴等，她从开始的意识切入，层层剥开事件的本源，逐一的呈现出发生的根源性，就如他所说的逻辑是一环扣一环的，她顺其自然的去层层串联每一个逻辑环直到认为事情的答案既是如此。而对我印象最为深刻的是药家鑫案和虐待猫事件。她采访了药家鑫的父母亲，得知了药家鑫从小到大的教育问题及心理问题，让人认识到其实事物的发生并不像我们眼睛看到，耳朵听到那样真实，而事情发生的可能性千万种，人的思维是很复杂的，不能去果断的判断任何一个人，评价任何一件我们没有亲身经历过的事。

其实她书中很多事件也许根本就解决不了，但是这种无疾而终的如土地违法征地，农民与政府开发商之间的矛盾利益纠葛，不是她一个记者能解决了的，有些矛盾是根深蒂固的，但是她告诉我们了一个真实存在的问题，有些人也许连这些问题的存在性都不知道，这才是可悲的，她说，记者的最大职责就是让人们明白。从她刚开始是一板一眼的主持风格到开始融入自己的采访风格到最后尽量使自己客观，认识事物公平性，这个过程对于读者来说也许是很快的浏览过去，对于经历的人也许很多事情，碰到很多感动的、气愤的、焦虑的，揉捏了很多东西进去才得到答案和改变，因为人都是在过程经历中，看清楚一段事情，不断的建立思维系统的平衡与完善功能，这是我从她书中体会到的最核心的东西。

之前的自己看待问题，只想找到真正的桎梏的答案，对与不对，看完此书，我开始更加清楚的认识自己，认识这个社会，不会一板一眼的探求所谓的答案，人心尤为复杂又极其简单，他们都渴望幸福，但是往往被悲伤所扰，做出了前后矛盾的事情，纠结于心，最终伤害的人是自己也是旁人。

看到了柴进辛苦事业的进程，再反观自己，虽然本身职业不是记者，但是知道记者的责任感是很巨大的，他们的言论导向决定了群体的思维导向，这也就是政府为何多多干预媒体的言辞，南方周末事件才能得以发生。柴静她的出名是中国当代迫切渴望真实报道的必然发生的结果，她给人真实、追根究底，解决问题的真实感觉，所以很多柴迷信赖她，我虽然不是她的柴迷，但是内心是尊重她，敬重她这种女子，也渴望自己能像她一样，有自己的原则，又在不断经历中完善自己的原则，独立而自主。

看见读书心得体会篇四

这本书通篇都在强调家庭教育的重要地位，也可以认为是对原生家庭的再定义。下面我主要谈谈对依恋关系、同伴群体和自我意识的个人理解。

依恋关系是一切社交关系运转的基础。本书中的依恋关系应该是特指子女对父母的依恋，从呱呱坠地时的生理需要和安全需要，到后来的归属与爱的需要，都可以认为是一种依恋。而对于这种关系父母需要格外警惕，不能想当然地认为父母是孩子的驾驶员，想让孩子去哪就把车开到哪，这样操控孩子的生活只能适得其反。作为父母，做好副驾驶即可，必要时给予引导和帮助，不要让他们偏离方向就好。

仔细看来，书中的依恋关系其实还是在强调原生家庭的意义。如果孩子在家里最起码的生理和安全需要都无法得到满足，就不用提更高层次的需要了。就如序言中那个女士的经历一样，她在婴儿期的需要没有得到满足，内心得不到回应，她渐渐绝望了，不再哭闹，变成了一个很乖的孩子。长大后，她变成了一个看上去很好的人，处处把别人的感受放在首位，这让她拥有了很好的人缘。她从未觉得自己有什么问题，可是当她做了妈妈后，问题终于爆发出来，她发现自己非常恐惧和孩子之间的亲密关系。

所以在家庭的依恋关系中，放纵型和权威型都不太合适，它们都容易把孩子从这种依恋关系中推出去，推到另一边所谓的同伴群体中，这样的后果是很难预测的。因为同伴群体存在很大的偶然性，同伴群体只是在特定时间、特定场合、特定条件下凑在一起的松散群体，没有明确的价值导向，容易让孩子迷失在群体中。同伴群体不等同于朋友，真正的朋友清楚彼此的界限在哪，尊重对方的想法，不会去试图主导对方的思想；同伴群体则不然，群体中没有太多的约束，容易使个体失去个性，放弃自我主见来迎合他人，这样的群体导向就非常危险。

然而令我们担心的是，校园里边绝大多数的同伴群体不是积极向上的，而是以娱乐、游戏、交际圈子为主。有一次，我吃完饭在校园走着，听到几个同学在激烈的讨论着什么，我以为他们在讨论数学题，凑近一听，“放大招”“闪现”“平a”这些词汇让我愕然，我心想，他们要是把这一半的热情分给学习该多好啊。还有一次放学回家的路上，我听到几个同学在相互炫耀，他的羽绒服多少钱，他的裤子又多少钱，他的那一身值多少钱。这都是啥价值观啊，让我不忍直视。这些种种，不由得让人对绝大多数同伴群体担心忧虑。

恰恰在这个时期，孩子还没有完全的自我意识，很少有自己的主观思想，更容易被群体极化。如果没有好的家庭关系与父母引导，很容易让孩子在没有自我意识的情况下走上一条截然不同的发展道路。

总而言之，把依恋关系这个基础夯实，才有可能万丈高楼平地起，站到更高的层次，看到更远的远方。

看见读书心得体会篇五

对于《看见传承》这本书，我带着好奇翻开，怀着敬意合上。

《看见传承》收录了钱氏、汪氏、查氏、陆氏、诸葛氏、应

氏、郑氏、袁氏、朱氏、何氏这十大江南望族的家训。光看家族姓氏或许会产生出一种恍惚的陌生感，然而当看到“非淡泊无以明志，非宁静无以致远”；“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰”这些耳熟能详的古训时，则让我顿时倍感亲切，而之后，便是恍然大悟。看似与普通人家毫无瓜葛的望族家训，其实早已在孩提时便深入人心。更具有意义的是，《看见传承》特地把家训与家族发展历史、家族名人相联系。家训解读的背后让读者意识到，家训所言不仅关乎“小家”的经营，更涉及到“大家”的命运。

身为江南人，我参观过钱王祠，听闻过兰溪诸葛村，惊叹过海宁查氏，感慨过陆游一生，然从未像现在这般深刻而细腻地了解一个个江南望族、一段段家族往事。这份深刻源于家训的呈现，这份细腻来自家训的解读。

家训背后，是长辈历经无数成功失败后的心路历程，是后人为维系家族而耗尽心血的浓缩精华，是一朝天子一朝臣下家族的屹立不倒。家训，一篇简简单单通俗易懂的文言文，翻开的却是历史的扉页。家训，是克己，也是指引；是教诲，也是文化；是当下，更是传承。

寻常百姓家几无家训，但家家户户都有家教。家训的意义从来不只是光读、光识记如此肤浅，而是在铭记的基础上渗透入家教的点滴中，恪守身为人的品性品德，培养素质与才华。

但我又有另外一种感慨：如果以这样的要求要求自己，自己还能够在如此严苛的家训下很好的有自己的空间来执行家训并发展自己的特长么？能够像这些伟人一样同时顾及小家和大家的利益么？能够与家人朋友融洽相处而不触犯家训么？由于没有历史感的家训束缚，这些问题就要在我头上打一个问号了。

读家训，了解的是名人之家，思考的是自身举止言行，考量的是未来子孙的教育与栽培。我们只要读有所感，学有所成

即可。

看见读书心得体会篇六

《看见》是知名记者和主持人柴静讲述央视十年历程的自传性作品，既是柴静个人的成长告白书，某种程度上亦可视作中国社会十年变迁的备忘录。

开篇大事件就是非典，是我小时候经历过的，稍有印象的大新闻。柴静是初当记者，热血沸腾。她闯进了很多医院，有些地方不让摄像，她就只身一个人闯进去，当时也顾不了想那么多。每一天每一时每一分都会有人去世，可能昨天还见过面，甚至刚刚还鼓励他要坚强抗争病魔，今天他可能已经不在人世。柴静每天出入于医院中，有时甚至只有简单的消毒措施，随时可能感染非典病毒。她恐惧吗？不，这不是恐惧，有个更强烈的情感控制着她。她本以为极度悲伤绝望时候的表现是嚎啕大哭，看到非典病人都坦然接受事实，没有抗拒也没有哭，活着就是活着，心脏温热的跳动就是活着。

柴静最让我敬佩的地方就是，不走寻常路。她做的新闻大多报导了社会最底层人的生活。也朋友劝她说不要做这些边缘题目，大多数人根本不会经历。看到这句话就哭了，当我们抱怨生活不够好的时候，有千千万万的人生活比我们更糟糕。我们既然已经成为了大多数人，就很大程度上免于受辱。没有人关注她是否在某个地方遭受伤害，没有人关注她的…死活。我从之前没有关注过的这些人，漠视他们的死亡。看过这篇文章后，我开始同情这些底层的人物，却不知，与柴静犯了一样的错误，感情用事。

什么是正义？作为一名记者，柴静本能的想去伸张正义。但是正义又是什么？如果一开始就走上了一条岔路就永远到不了最终的胜利。事出有因，人人都为了生存想出自己的道理，所谓的正义招摇一时，但是背后却是无底的黑洞。每个人的价值观不同，作为记者不能把自己的情感融入到正义中，即

便是所谓的”恶人“，也有自己的无奈与辛酸之处，他们不需要同情，事实即为正义。真相，即为正义！

最后几篇故事又从理性回归到了情感，开始还奇怪为什么这样安排书的结构，后来慢慢才懂了，这是柴静自己的蜕变历程：感性——理性——人性。民国法学家吴经熊曾经说，在每一个罪犯判死刑的时候，都会为他祈祷。何帆是一名刑事法官，年少时候认为这是”伪善“，直到真正成为了一名裁决人生死的法官时候，他把书边的评论默默划去，写上了”人性“。采访卢安克时候，柴静对自己的反思又是一次对心灵的涤荡。无能也是一种力量，不以改变为目的而努力，顺其自然，接受生活带来的一切，受过的苦都将照亮未来的路。

这本书中，没有刻意选择标志性事件，也没有描绘历史和政治的雄心，柴静选择了给她强烈生命印象的人，是帮助她一步步蜕变成长的事件。恰好的相遇，如水一般，相融在一起，浑然难分。

看见读书心得体会篇七

看见读后感，曾经小编把《看见》这本书看了三遍，每一次都会流泪，下面是小编带来的看见读后感，欢迎阅读！

“一个人的智商是和他的阅读量以及词汇量成正比的。”曾经在网络上看到过这句话，不必考究这句话出自谁口。

但我深刻地理解：博览群书总是好的。

牢记这一点，所以周末空闲的时候就会带孩子去克拉玛依书城阅读。

在一楼收费处的柜台后，是“推荐书目”，第一次看见了《看见》摆在最显眼的地方，心中洋溢着我对柴静的印象：

非常喜爱的一个新闻人，很喜欢她作为记者时央视播放的《新闻调查》。

柴静，个人觉得不漂亮，但却很美丽。

这又使我想起初中时代语文老师的话：“人，不是因为美丽才可爱，而是因为可爱而美丽。”

因为孩子年龄小，我收看《新闻调查》并不按时、准时，只是偶尔打开电视时喜欢锁定央视“新闻频道”。

柴静那清秀的脸庞，以及犀利的语言总是令我对她深深地敬佩。

《看见》作为畅销书摆放了很久，决心购买吧。

封面是柴静采访中的照片，几位满脸皱纹的老农笑着围坐在一起，一个小朋友也毫不怯场地在大家面前玩耍。

我知道，在农村能让老人和小孩如此放松地出现在摄像机前，那绝不是容易的事情。

翻过来是柴静的简介，寥寥几句写完了她的工作简历，不像许多名人出书，会在简介一栏写满各类获奖信息或头衔。

看完柴静的《看见》，感觉她是用心在写书，就像是对读者讲述一件件自己亲身经历的事情，并且讲出了自己的所思所想和酸甜苦辣，以及自己内心的感受，读来让人有特别真实的感觉。

但心里却有一种说不清的滋味，这本书看得很沉重，很久没有看这么沉重的书了。

在阅读的时候，心情总是格外的沉重，时而皱眉，时而落泪，时而震惊，时而无奈。

我原以为这只是一本记录一个记者在十年以来的采访，或是一本记录十年里的荣誉自传，但出乎我的意料，她在书里写下的，是自己的错误和失败、内省和反思，这是一本记录她成长的书。

读它时，让我犹如身在其中，感受当事人的情感，体会事件的本质，感悟人生的真谛，内心有太多无法言表的情感就那样不断的肆意翻滚着、流淌着。

生活在安逸的小都市中的我，仿佛跟随着柴静一起走进了一件件毫无头绪的事件，对话，思考，对话，思考，周而往复。

抽丝剥茧之后真正获得的黑与白交织的真相，往往引得一声声叹息。

柴静透过文字造就的一个个画面，让我陷入深沉的思考，让我心中的正和邪跳出来对话。

药家鑫的故事我听过很多次，《看见》是从药家鑫父亲的角度来阐述这个事情的来龙去脉的。

初次听说药家鑫，心中想法：“怎么会这么残忍地杀害同学呢？”读了《看见》后，当知道药家鑫的同学是怎样歧视他，甚至将小便尿到他的床上时，对他的就只有同情和惋惜了。

这也使我记起：很小的时候，不管看到什么电视，第一个反应就是问这个人是不是好人？其实长大了才真正明白：这个世界上没有纯粹的好人和纯粹的坏人，人们都是活在一个相对的世界中罢了。

正如《看见》第178页描述一样：“新闻调查”的同事小庄有句话，电视节目习惯把一个人塑造为好人，另一个是坏人，实际上这个世界上没有好人和坏人，只是做了好事的人，和做了坏事的人。

《看见》中药家鑫的故事也使我牢记：关注孩子成长过程中的心理健康太重要了。

儿子的成长以及父亲的影响都是潜移默化的，当父亲用暴力手段去解决问题的时候，孩子学会解决问题的手法必然是暴力，当父亲对受欺负的孩子漠然置之的时候，孩子可能得出的结论是这就是个弱肉强食的社会，暴力才能解决问题。

一个自己看着长大的孩子，作为家长却没有机会或者无法走进孩子的内心世界，真是太遗憾了。

一个人生活在这个世界上，从小别人照顾你，到你长大了有了自己的家庭和承担越来越多的角色，也许有的角色我们扮演得好，有的角色我们扮演得不够好，但一旦我们选择了为人父母的角色时候，就需要关注孩子成长中的心理健康的培养。

人是家庭的也是社会的，别轻易做这个决定，更别轻易放弃他（她）！

柴静用柔软的刀子刻削别人的同时，她同样毫不留情地对自己下手，不断地把自己的不足和缺失首先亮给自己，然后亮给读者。

偌大的世界，繁杂到哲学，便只剩下两样，一样是现象，一样是本质。

柴静看到了什么？她看到了一如我们所看到的，唯一的不同是她寻踪觅迹，试图把一切异样的现象努力变成真相。

不管变成变不成，她都真诚地帮我们揭开了新娘的帽头红，让我们看到了新娘或俊或丑或真或假的模样。

《看见》向我们展示的是肉眼无法看到的東西，而是通过内心能看得见的。

去年暑假读的这本书，读罢内心有种说不出的力量还是信心的东西。

时隔几月后再来写感想，它仍然使我对自身、对世人、对世界有种渴望，让人去思索、思考吧！

最后送给大家一句书里的话：不惹眼、不闹腾，也不勉强自己，要做个落后于时代的人，凝视人心。

花了两个工作日，将柴静的新书柴静看见通读完。

写下这篇看见读后感，正像她自己说的那样，她没有刻意性的选择标志性事件，只选择了在工作当中遇到的一些人，一些事情，仅此而已。

正是因为这样，我渐渐地喜欢上了这个记者，这位主持人，因为她的一份简单。

舍友说她对柴静没有感觉，她喜欢杨澜，之前读过杨澜的一问一世界，整个书中给我的感觉是一种高端，大气，上档次的氛围，很是欣赏。

可是它距离我的生活太遥远了，我不会同时辗转于六门语言之中，我没有那么好的家庭背景，她的一切与我很是不同。

在看见中，我看见了柴静，看见了我自己。

她是一个有自己想法的女人，在别人看来或许会有些孤傲，其实，我和她一样，我们只是将独立看得很重要，不喜欢依赖，喜欢背起包就走的洒脱与豪迈。

性格上的另外的一些地方，说不清楚确切的点在哪里，反正我是看见了自己的影子。

坦白说，柴静看见这本书的开头部分并没有吸引到我，她的

一些陈述让我感到别扭，也曾经闪过一丝放弃阅读的念头，不过庆幸的是我读完了，感受颇丰。

柴静的主要工作是采访，这就要求她必须去接触一些具体的人物，具体而细微的事情，那些事情或琐碎，或热门，或悲痛，请允许我用这个词来形容汶川地震。

柴静的每一次采访，每一个报道，即使她是简单记录，字里行间我依旧能够感受到她天生对细微事物有着的深刻体会，她把人看透，把事情看透。

这时候，心理想：如果一个人把生活中的种种细节都体味的如此之深，那她的生活岂不是很累，很矫情？自己也曾经想，如果没心没肺地过每一天，开开心心，那活着该是多么幸福的一件事啊！

书中，经常会引用胡适的一些名句，这折射出柴静对胡适的认可和赞同，我也是极敬佩胡适的，所以我们都是平常人眼中的愤青，政客口中的激进分子，我们讨厌屈服，但起码，这证明了我们的心还是热的，它依旧在跳动，为这个世界的美好事物。

下面是一些我很有感觉的句子之摘抄：

1. 你总是太投入了，热爱就会夸张，感情就会变形，就没办法真实的认识事物了。

这是陈虹对柴静说的，仿佛也是对我说的。

我是感性与理性的结合，不了解我的人会认为我很冷漠，是一个经济学上所讲的理性人，追求个人利益的最大化，其实，他们不了解，我心理的那片天空很蓝，它喜欢阳光，喜欢温暖，热爱人与人之间的真挚感情，太冷漠的人我会远离，因为内心承受不了冰冷的东西。

2. 这个世界上没有好人和坏人，只有做了好事和做了坏事的人。

这句话理解起来很简单，它告诉我们如何全面地看待一个问题，如何在没有深入了解一个人的情况下避免对他的评价。

3. 越是聪明人，越要下笨功夫它告诉我们即使聪明，依旧要勤奋。

5. 人的一生，有的是将来，永远有下一拨人，下一个地方，不一样的生活我现在还是很念旧，恐怕自己会一直这样下去了，舍不得的东西太多，那些青春年华，那些灿烂的回忆，尽管模模糊糊地在脑子里游荡，可是就在存在，有人说，存在即合理，但它会影响我向前迈进的步伐，因为我会回头张望，脚步沉沉地，迈不出去。

不过，总有一天，我会忘记那些，勇敢地向前走，只是那个日子应该快了吧

6. 其实，在人生中不存在任何必须的事情，只存在不必要的期待。

没有任何期待和面子的人生是最美好和自由的，因为这样，人才能听到自己的心。

不解释，他的话！

正是这一双眼，让我看到了很多自己曾经忽视或者不曾看到的东西，让我懂得了回归“寻常”

作为一名著名记者，在大量的新闻报道里，柴静只选择了留给她强烈生命印象的人，他所记录下的是淹没在宏大叙事中的动人细节，为时代留下私人的注脚。

这位不凡的记者，没有为了感动自己或者别人而在涕泪交加中失去真相，带给我们正常情感的回归，给人以人生思考，带我们回归“寻常”。

新闻归根结底是人，是活生生的人性。

一个国家由人组成，人的每一个细节都值得被重视，每一个“寻常”动作、事件都有它的价值，所以柴静说过：“不要去报道一个国家，就算报道自己也是一件非常困难的事，一个人身上发生的事件也就是新闻。”

我们记录自己的同时，也是在记录一个国家或一个民族的新闻史或者心灵史”。

因此我们要回归“寻常”，寻常自有它的千钧之力，自会折射出它本身蕴含的情感。

《看见》中，一章就是一个专题的采访。

二十章，二十个故事，带给我们的不只是感动，还有沉重，尽管这些故事不是可以挑选的标志性事件，反映的却是一种正常情感、一个被我们忽视的世界。

在调查贵溪校车翻坠事件时，柴静必定是怀着这种沉重的心情去采访遇难孩子的家属以及事故有关责任人的。

面对着这一个死亡事件，他除了无奈，除了同情，还有更重要的一件事，就是汲有些事情发生了就无法挽回。

通过她的报道，将这现实世界展现在我们面前，带领我们回归“寻常”。

在采访华南虎事件时，柴静将事先准备好的资料与当事人核对，当事人的回答变得模糊，如果不做调查，仅凭采访者的

叙述就做报道，就会偏离事实真相，就会误导大众对事件的看法，那新闻的真实性也就不复存在了，结果就是人们将离现实世界渐行渐远，以至于无法回归。

回归“寻常”离不开拥有一颗寻常的心，这颗心懂得感受，懂得理解。

在采访中，柴静放下目的，学会感受，感受身边的每一件事。

她说过：“别在生活里找你想要的，要去感受生活中发生的事情”。

你需要以一个人最本然的一个状态来跟你面前发生的事情发生关系。

同时柴静在十年的记者生涯中也对生活与人性有了更为宽广与深厚的理解，在“非典”“汶川地震”中，引起我们对生命的珍重和亲情的思索。

一个人回归理性，回归生命不言自明的、正常情感的回归本真状态的过程即是回归“寻常”。

没有“寻常”就好像白茫茫大雾一片，既看不见他人，又看不见自己，因为这里面没有生命的实质。

柴静通过《看见》，向我们述说着另一种“寻常”生活，一个距离我们大学很远又很近的世界。

非典时那口罩后面的无奈与恐惧，汶川地震中人们那凄惨的嚎叫，顿时化成鞭绳在狠狠地笞打着我的脊背，她让“我笔写我心”来还原事实真相，在平淡终用内敛而朴实的笔触描述着这个世界，带领我们回归。

谁能否认《看见》是一双透视眼，谁又能否认是柴静创造了

这双充满情感而有神的眼。

正是这双眼，我们才得以真正地看见这个“寻常”世界。

看见读书心得体会篇八

《我看见了大海》这篇课文，写了继父是怎样培养河子成为一个自食其力的人。文章深深地吸引了我，我读了一遍又一遍，每次读的时候，泪水都会顺着脸颊情不自禁地流下来，都会情不自禁地联想到自己。

我在八岁那年，妈妈爸爸离婚了。从那时候起，我就跟着妈妈东奔西走，没过过幸福的生活，学习也给耽误了。直到今年，妈妈成立了新的家庭，继父是一位瓦工，靠出苦力挣钱，弟弟正在读书。我也终于可以读书了，真感谢继父给我一个完整的家。

每天放学，我除了做好作业之外，都要帮助妈妈干家务活，而且做得很好(因为在和妈妈生活的日子里我得到了锻炼)，自己的事从来不用别人操心。继父每天很早出去，很晚才回来。看到他那精疲力竭的样子，我心里很感激，尽量去照顾他。每天看到继父踏进家门口，我不管做着什么。都赶紧给他沏好茶水。等候他洗完手、脸后。给倒上水。吃饭时，他喝一杯酒我给满一杯，还把好吃的菜夹给弟弟和继父吃。

可随着时间的推移，我发现继父的脾气很暴躁，有时还动手打妈妈。有一次半夜里，妈妈被打后哭着跑出了家门。看到这情景，我的泪水夺眶而出。每当看到他们争吵、妈妈被打的时候，我都会想起别的同学享受着父母无微不至的关怀：他们和父母手拉手自由自在地散步；他们和父母心情愉悦地逛商场；他们和父母无拘无束地谈心交流；他们和父母亲昵地撒娇……一想到这儿，我真恨不得把他们的爸爸妈妈给抢过来。

我感谢继父让我重新走进学校，走进教室。我盼望着，也相信，继父一定会成为我心目中的好父亲。

看见读书心得体会篇九

时间匆匆走过，反思自我，发现确有懈怠，目前为止，本季度已过大半，只读了五本书。

最近真的是很迷茫，只有真正经历过才能体会到某些真谛，心若没有方向，到哪都是流浪，茫茫天地之间，感觉自己就似那飘零的落叶，随风而逝，找不到存在的意义，迷失在黑夜里，孤独包裹，苍凉袭来，一颗心何去何从，随波浮沉。

纵有鸿鹄之志，欲与天公试比高，最终不过是镜花水月，泡沫幻影。一个人能力终究有限，此事古难全，有舍方有得，接受自己的不完美需要勇气，看轻自己更是大智慧。

尘世喧嚣，名利角逐。

每一颗心都被世俗熏染，对成功的渴望甚至让人丧心病狂。

世界何其之大，然而走遍天涯海角再难寻得一方净土，再难找回内心的一份安宁。

突然想起一个很有名的大家，他不为五斗米折腰，渴望尘世的一片桃花源，他躬耕于田亩之中，晨兴理荒秽，带月荷锄归，他采菊东篱下，悠然见南山，他真正超越了世俗，活出了自己的真性情，他就是陶渊明，五柳先生。

那句心远地自偏竟让我莫名想流泪，正如苏轼所说，人生如逆旅，我亦是行人，在尘世奔波，为生活拼搏，我们的心难免会觉得疲倦，我们踏遍千山万水只为寻觅那一份真实的归属感，试问岭南应不好，却道，此心安处是吾乡。

有人说我们一生都在寻觅幸福，殊不知它就在我们身后。

一个转身的距离，境界不可同日而语。

什么是幸福，不同的人有不同的理解，我觉得幸福就是脚边的花，当你低下头你自能嗅到满地的芬芳，幸福就是一颗知足常乐的心，就是一种一蓑烟雨任平生的心境，就是一份也无风雨也无晴的豁达，我们一生寻觅幸福，在时间的洗礼之后我们终会懂得，低眉于尘世，自能看见花开！

看见读书心得体会篇十

这本书看了很久，书中的很多情节都让人影起共鸣，特别是“双城的创伤”让我印象深刻。青春期也许就是一个不被理解的时期，还好我们大多数人都挺了过去，至少我们是幸运的。

柴静是一个文静而又尖锐的记者，这本书深度反应社会现实，她为正义发声，看都很多地方都让我热泪盈眶。非典、汶川大地震、华南虎事件、山西环境污染等等她都冲在一线报道，不顾生命安危，为工作而废寝忘食的人。刚看这本书的那段时间，工作压力很大，每天都觉得好像要撑不下去了，可是看了她才明白，自己不过是无病呻吟罢了。

每个人都不可能让所有人喜欢，她至少做了我们想做而不敢去做的事情。他有一群志同道合的朋友，真心教导他的上级，愿意纠正她的缺点的知己，人生足矣。

可现实往往不像书里那么单纯，他反应各种官员腐败，为虎作倀。而单靠她一个人的力量是薄弱的，她后来离开了央视我想也是有一定的原因的。很庆幸他又这么一群可爱又正义的同事，也感谢央视能够抓住像柴静，白岩松，崔永元这样的人才，他们的报道往往让我们更能看见这个世界真实的样子。