

# 改变自己读后感 改变孩子先改变自己读后感(大全5篇)

“读后感”的“感”是因“读”而引起的。“读”是“感”的基础。走马观花地读，可能连原作讲的什么都没有掌握，哪能有“感”？读得肤浅，当然也感得不深。只有读得认真，才能有所感，并感得深刻。读后感对于我们来说是非常有帮助的，那么我们该如何写好一篇读后感呢？下面我就给大家讲一讲优秀的读后感文章怎么写，我们一起来了解一下吧。

## 改变自己读后感篇一

读一读《改变孩子先改变自己》真是不错的选择。它将是您家庭教育道路上的明灯，读过之后，你会豁然开朗，真是柳暗花明又一村。

最近看过一段文字，即威斯敏斯特教堂的一段碑文：当我年轻的时候，我的想象力从没有受到过限制，我梦想改变这个世界。但我成熟之后，我发现我不能改变这个世界，我将目光缩短了，决心只改变我的国家。当我进入暮年后，我发现我不能改变我的国家。我的最后愿望仅仅是改变一下我的家庭也不可能。走到人生终点，我才意识到：如果我能先改变自己，然后作为一个榜样，我可能改变我的家庭，进而可能为国家做一些事情，甚至可能改变这个世界。读后震撼，想改变问题孩子要从改变自己开始，作者整本书向我们显明了这个最简单质朴但也是最正确的道理。

这是一本能让人收获幸福的书，告诉你怎样身体力行教育好自己的孩子；是一本能改变千万人命运和家庭的书，能帮你走出家庭教育的误区。如果你真爱孩子，并希望孩子成人、成才，进而提高生活质量乃至生命质量，你一定要阅读此书，它值得你认真读、反复读！

## 改变自我读后感篇二

随着经济社会的发展，人们不再愁吃愁穿，反而把大把的时间和精力投入到教育孩子的身上。

教育孩子是一个可大可小的话题，有孩子的地方就有“江湖”。人人都有自己的教育想法，传统经验也好，某个教育专家也罢，无一例外都是希望能够把孩子教育成大人喜欢或者社会认可的人才。只可惜每个人拼凑出来的都是一些零零碎碎的教育片段，不成系统，不能完美地满足家长在教育孩子的在不同时期出现的不同教育困惑。读了贾容韬老师的《改变孩子，先改变自己》一书，突然有种茅塞顿开的感悟。

教育孩子不是满足大人的教育愿望，而是给孩子宽容和理解，让孩子发自内心地想要成长，向着自己的理想不断努力。现实生活中，我们往往希望孩子乖巧懂事，在我们忙碌的时候自己独立做自己的事情，在我们无聊的时候陪我们打发时间，可是如此的教育期望到底会培养出什么样的孩子，结果不得而知。

生而为人，总是想着改变别人，甚至奢望可以改变世界，其实最应该改变的就是自己。改变自己需要勇气，改变自己需要理念，改变自己需要否定曾经的自己，开拓崭新的自己，自己改变了，理解世界的角度也便改变了，同时意味着自己眼中的世界也会改变，教育孩子亦然。

作为功利性的家长最先改变的便是以自我为中心，去阅读，去学习，去反思，去尊重孩子，理解孩子，接纳孩子，去鼓励孩子，去相信孩子，去改变传统只重视学习成绩的教育思路，去有意识地培养孩子的各项人格发展。去营造适合孩子成长的环境，去修心，去修夫妻关系，去培养优秀家风。

当觉得改变孩子穷途末路，去试试改变自己吧！把重点放在自己身上，在自己的身上花费心思，或许，你变了，孩子也

一定会有所改变。

## 改变自己读后感篇三

“诚信”是一个人幸福的基本保证，缺乏诚信的人很难取得别人的信任，也很难脚踏实地在社会上立足，故而也很难有真正的幸福。所以，“诚信”是我们父母培养孩子的重中之重。但实事求是地讲，世界上没有绝对不说谎的孩子。

那为什么孩子会说谎？如何避免孩子说谎？让我们跟随贾老师的智慧了解一二：

### 一、为什么孩子会说谎？

孩子说谎的原因大致可分为两种：一是成人世界的谎言诱导他们混淆了是非观念；二是不切实际的赞扬和过度的惩罚使孩子把谎言当作工具。

我们先来看第一种：成人世界的谎言诱导他们混淆是非观念。

贾老师用几个生动的案例给我们呈现了一个孩子是如何在父母的思维模式和言谈举止下，潜移默化、耳濡目染地学会了说谎。

比如有些父母，为了哄孩子，求得暂时的安宁，信口讲出一些假话来哄骗孩子。“宝宝在奶奶家乖乖的，好好听话，妈妈回来给你买奥特曼！”结果晚上回来接孩子时对孩子说：“真不巧，妈妈办完事商场已经下班了，下次一定买给你。”其实，妈妈并没有真的打算给孩子买玩具，她给孩子开出的是空头支票。

再比如，有些家长出于工作和社交的需要，对别人说一些虚伪的话，这在家长眼中是社交的技巧，但于孩子而言，虽然没有恶意，但是说多了，就会混淆孩子的是非观念，久而久之

之，孩子也学会了圆滑和世故。

父母的品质对孩子的影响深远，甚至是入木三分。虚情假意的父母培养不出诚实、坦荡的孩子，信口雌黄、企图用假话和借口敷衍，欺骗孩子的父母也培养不出真诚、善良的孩子。

接下来我们看第二种：不切实际的赞扬和过度的惩罚使孩子把谎言当作工具。

贾老师通过讲述儿子、女儿以及14岁说谎男孩的案例，从正反两面对比呈现告诉我们：更多、更普遍的导致孩子说谎的直接原因，是孩子迫于家长的压力而说谎。

这让我也想到一个案例，8岁的小明数学考试连续两次都是六七十分，爸爸很生气，说再考不好就别回来了。结果很不幸，在又一次的考试中小明又没有考好，而且更糟，居然没及格。怎么办？爸爸说了，再考不好就不让回家。于是小明做了一个惊人的举动，把同桌的试卷偷偷地塞进了自己的书包，并把名字换成了自己的名字。

如果爸爸能对孩子宽容一点，孩子无论如何是想不到用这样的方式来欺骗父母的。如果每位家长都能充分理解孩子，理智、开明地对待孩子，凡事替孩子着想，善于和孩子同感共情，平静接受孩子犯错，孩子感受到父母的信任和关爱，孩子根本没有理由、也没有必要对家长说假话。

“理解、接纳、体贴、尊重往往比批评、斥责、打骂、惩罚更有力量。前者维护了孩子的尊严，保全了孩子的面子，后者伤害了孩子的自尊，撕破了孩子的面子；前者具有建设性，后者极具破坏力；前者是医治孩子心理顽疾的灵丹妙药，后者是促进孩子问题进一步严重的催化剂。

## 二、如何避免孩子说谎？

第一，家长要以身作则，做一个诚实的人。对孩子、对其他人都应该光明磊落、坦诚相见、言而有信、信守诺言、不说假话、不讲虚话，当好孩子的榜样。

第二，父母发现孩子有说假话的倾向时，要认真反思自己。是不是你对孩子太严厉了？是不是你在孩子面前太强势了？是不是你对孩子缺乏体贴了？读书笔记。是不是你对孩子不够理解，以致孩子对家长不信任、说话有顾忌？孩子撒谎大多是为了逃避父母打骂、惩罚的不得已选择，孩子措施是对家长错误家庭方式发出的警示信号。

第三，努力营造一个温馨、和谐、轻松的家庭环境，让孩子感到父母是最可依赖的人，让孩子相信即使自己犯错甚至闯祸，都不会带来灾难性的后果。

第四，当孩子向父母说明事实真相时，不论他的错误性质有多严重、给家庭造成的损失有多大，家长都不要揪住这件事不放，不但不要惩罚孩子，还要肯定孩子做的对的地方。

第五，当父母确信孩子说谎时，不要急于揭穿孩子的诺言，更不要把孩子推向难堪的境地。要冷静分析孩子撒谎的原因，给孩子一定的空间，给孩子反思和弥补的机会。父母态度越平和，对孩子越尊重，孩子越能主动反思；父母态度越激烈，孩子越遮遮掩掩。要把孩子的注意力集中在事件本身，而不是父母的情绪反应上。

如果孩子没打算说明事实真相，家长认为确有必要澄清此事，也要在保护孩子自尊、给足孩子面子的前提下引导孩子把事情讲明白。父母要让孩子明白，父母针对的是这件事，而不是孩子本人，父母永远是爱孩子的。孩子有了一家认识后，父母要及时给孩子台阶下，帮助孩子卸掉思想上的包袱。

最后，务必要给孩子肯定和鼓励，让孩子看到希望，使孩子增强信心，把消极因素转化为积极因素、转化为孩子成长的

动力。

读本篇文章，也让我想到“三块巧克力”的故事，宽容和理解往往比惩罚更加深刻，可参阅。

合理“惩罚”也是一种保护。

## 改变自我读后感篇四

“诚信”是一个人幸福的基本保证，缺乏诚信的人很难取得别人的信任，也很难脚踏实地在社会上立足，故而也很难有真正的幸福。所以，“诚信”是我们父母培养孩子的重中之重。但实事求是地讲，世界上没有绝对不说谎的孩子。

那为什么孩子会说谎？如何避免孩子说谎？让我们跟随贾老师的智慧了解一二：

### 一、为什么孩子会说谎？

孩子说谎的原因大致可分为两种：一是成人世界的谎言诱导他们混淆了是非观念；二是不切实际的赞扬和过度的惩罚使孩子把谎言当作工具。

我们先来看第一种：成人世界的谎言诱导他们混淆是非观念。

贾老师用几个生动的案例给我们呈现了一个孩子是如何在父母的思维模式和言谈举止下，潜移默化、耳濡目染地学会了说谎。

比如有些父母，为了哄孩子，求得暂时的安宁，信口讲出一些假话来哄骗孩子。“宝宝在奶奶家乖乖的，好好听话，妈妈回来给你买奥特曼！”结果晚上回来接孩子时对孩子说：“真不巧，妈妈办完事商场已经下班了，下次一定买给你。”其实，妈妈并没有真的打算给孩子买玩具，她给孩子

开出的是空头支票。

再比如，有些家长出于工作和社交的需要，对别人说一些虚伪的话，这在家长眼中是社交的技巧，但于孩子而言，虽然没有恶意，但是说多了，就会混淆孩子的是非观念，久而久之，孩子也学会了圆滑和世故。

父母的品质对孩子的影响深远，甚至是入木三分。虚情假意的父母培养不出诚实、坦荡的孩子，信口雌黄、企图用假话和借口敷衍，欺骗孩子的父母也培养不出真诚、善良的孩子。

接下来我们看第二种：不切实际的赞扬和过度的惩罚使孩子把谎言当作工具。

贾老师通过讲述儿子、女儿以及14岁说谎男孩的案例，从正反两面对比呈现告诉我们：更多、更普遍的导致孩子说谎的直接原因，是孩子迫于家长的压力而说谎。

这让我也想到一个案例，8岁的小明数学考试连续两次都是六七十分，爸爸很生气，说再考不好就别回来了。结果很不幸，在又一次的考试中小明又没有考好，而且更糟，居然没及格。怎么办？爸爸说了，再考不好就不让回家。于是小明做了一个惊人的举动，把同桌的试卷偷偷地塞进了自己的书包，并把名字换成了自己的名字。

如果爸爸能对孩子宽容一点，孩子无论如何是想不到用这样的方式来欺骗父母的。如果每位家长都能充分理解孩子，理智、开明地对待孩子，凡事替孩子着想，善于和孩子同感共情，平静接受孩子犯错，孩子感受到父母的信任和关爱，孩子根本没有理由、也没有必要对家长说假话。

“理解、接纳、体贴、尊重往往比批评、斥责、打骂、惩罚更有力量。前者维护了孩子的尊严，保全了孩子的面子，后者伤害了孩子的自尊，撕破了孩子的面子；前者具有建设性，

后者极具破坏力；前者是医治孩子心理顽疾的灵丹妙药，后者是促进孩子问题进一步严重的催化剂。

## 二、如何避免孩子说谎？

第一，家长要以身作则，做一个诚实的人。对孩子、对其他人都应该光明磊落、坦诚相见、言而有信、信守诺言、不说假话、不讲虚话，当好孩子的榜样。

第二，父母发现孩子有说假话的倾向时，要认真反思自己。是不是你对孩子太严厉了？是不是你在孩子面前太强势了？是不是你对孩子缺乏体贴了？读书笔记。是不是你对孩子不够理解，以致孩子对家长不信任、说话有顾忌？孩子撒谎大多是为了逃避父母打骂、惩罚的不得已选择，孩子措施是对家长错误家庭方式发出的警示信号。

第三，努力营造一个温馨、和谐、轻松的家庭环境，让孩子感到父母是最可依赖的人，让孩子相信即使自己犯错甚至闯祸，都不会带来灾难性的后果。

第四，当孩子向父母说明事实真相时，不论他的错误性质有多严重、给家庭造成的损失有多大，家长都不要揪住这件事不放，不但不要惩罚孩子，还要肯定孩子做的对的地方。

第五，当父母确信孩子说谎时，不要急于揭穿孩子的诺言，更不要把孩子推向难堪的境地。要冷静分析孩子撒谎的原因，给孩子一定的空间，给孩子反思和弥补的机会。父母态度越平和，对孩子越尊重，孩子越能主动反思；父母态度越激烈，孩子越遮遮掩掩。要把孩子的注意力集中在事件本身，而不是父母的情绪反应上。

如果孩子没打算说明事实真相，家长认为确有必要澄清此事，也要在保护孩子自尊、给足孩子面子的前提下引导孩子把事情讲明白。父母要让孩子明白，父母针对的是这件事，而不



是孩子本人，父母永远是爱孩子的。孩子有了一家认识后，父母要及时给孩子台阶下，帮助孩子卸掉思想上的包袱。

最后，务必要给孩子肯定和鼓励，让孩子看到希望，使孩子增强信心，把消极因素转化为积极因素、转化为孩子成长的动力。

## 改变自己读后感篇五

教育孩子需要大智慧：站在孩子的高度思考：

在日常教育中，我们父母常常摆出家长作风，以“我吃过的盐比你吃过的饭多，走过的桥比你走过的路长”为由，在孩子面前扮演上帝。我们认为自己知道什么东西是对孩子好的，什么样的路是适合孩子走的。故而以“过来人”自居，企图用“爱”的名义来管教和操控孩子。

然，我们的“认为”真的是正确的吗？从其一生的角度来看，我们真的知道什么是对孩子最好的吗？我们所谓的一些人生经验，只是基于我们自身的生活经历和体验总结出来的主观思想。以我们几十年的人生经验和知识架构来衡量和要求仅仅只有几年或十几年生活体验的孩子理解、接受和认同，就有点“强词夺理”。就像有的妈妈和我说的，“感觉自己说了一大堆道理，其实孩子根本不理解或者是根本不听。”

要求、期望或所谓的负责，只是父母内在恐惧的替代物而已，任何企图通过“控制”和“改变”孩子来达到让孩子按照自己意愿和设想走路的父母，都是不成熟的父母。

常言道“己所不欲，勿施于人。”说的就是人际交往中的换位思考，放到家庭教育中的亲子教育，就是将自己置身于孩子的立场和视角，去体验孩子的内心感受，了解孩子的内心需求。

为人父母者，一定要站在孩子的高度，经常问问自己：如果我是孩子，希望父母怎么和我说话？希望父母怎么对待我？如果我是孩子，会不会为有我这样的父母而庆幸、而骄傲？当我们角色转换，以孩子的目光来观察自己、审视自己时，就会发现自己还有许多需要改进和提高的地方。

怎么做才叫做站在孩子的高度？

贾老师用两个小游戏，详细的阐明了站在孩子的高度，就是要从内心伏下身子，用孩子的视角观察世界、体验世界，用孩子的心来感受世界；进而更加准确地理解孩子的意图和感受。也只有理解了孩子，我们才具备了教育孩子的前提和资格。

影响孩子的“黄金法则”：

引言部分：“黄金法则”的核心是，当孩子没有意识到自己在被父母影响，家庭教育成功机会就大大增加了。

不露痕迹，藏锋有术，春风化雨，润物无声，永远都是教育的最高境界。当孩子没有意识到自己在被父母影响，家庭教育成功机会就大大增加了。就好比一则广告，使我们对一款产品或一种理念产生好感，又察觉不到它在操纵我们，这才是顶级的广告。

本小节，贾老师以一个真实的案例给我们详细的叙述了“黄金法则”的核心与功效。

韩女士的儿子游戏基本处于失控状态，成绩直线下滑。针对这个案例，贾老师给韩女士提出两点建议：

第一，表现出对孩子学习的淡然、超然。在孩子面前不谈学习，不对孩子进行学习说教。只管自己沉下心来学习，给孩子做好表率就行了。

第二，对孩子玩游戏，不仅不表现出反感，还要表现出兴趣，甚至可以鼓励孩子玩，最低标准是不干涉、不限制。

事实上也是如此，家长越在学习上和孩子过多的纠缠，孩子越会在学习上掉链子；当家长将目光抽离出来，转到自身的学习提升上时，孩子也就卸掉了心中的对抗，承担起了他的职责；当孩子感受到父母是心甘情愿地让他玩游戏时，孩子也就放下了追求挑战刺激的心理，慢慢减少游戏的时间；就像贾老师说的：“教育孩子，其实就两件事，一是增长智慧，二是提高德行。”父母的品德是孩子成长的软环境，对孩子最有说服力的教育是父母完美的人格形象。当韩女士潜心学习，不断提高自己道德水平的时候，其散发出来的人格力量是无比强大的，甚至是无坚不摧的。

父母如何做人，决定了孩子如何为人；父母怎样做事，决定了孩子怎样做事。在贾老师的悉心指导下，在韩女士的持续努力下，韩女士的儿子实现了从一个网瘾少年到同时被美国哥伦比亚大学、英国皇家建筑学院等六所世界名校录取的华丽转身。所以，对孩子的教育在于父母的修为，在于潜移默化的熏陶。