

# 最新演讲的心得体会 思考的演讲稿(实用9篇)

心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

## 演讲的心得体会篇一

大家下午好！我今天演讲的主题是：独立——人生必经之路。

现在，我们独立生活中需要做好的是做好自己的事情，自己洗衣服，打扫房间等等。长大后可以通过自己的能力找到工作，挣钱养活自己，独立处理生活中的各种事情。我不仅会不再做啃老族，还会学会用自己独立赚的钱来孝敬父母。

陶行知曾说：“滴自己的汗，吃自己的饭，做自己的事。靠人，靠天，靠祖宗，不是英雄。”雨果也说过，“我愿意靠自己的力量打开自己的未来，我不愿意偏爱那些强大的人。”这充分说明了独立的重要性。真正独立的时候，我们背负的负担更多。我们需要对自己的所有行为和身边的人负责。独立的开始是我们正视自己责任的时候。

谢谢大家！

## 演讲的心得体会篇二

不会宽容人的人，是不配受到别人的宽容的。这是贝尔奈说的话。

首先，来讲一个情景：妻子正在厨房炒菜。丈夫在她旁边一

直唠叨不停：“慢些、小心！火太大了。赶快把鱼翻过来、油放太多了！”妻子脱口而出：“我懂得怎样炒菜。”丈夫平静地答道：“我只是要让你知道，我在开车时，你在旁边喋喋不休，我的感觉如何……”显然，在丈夫开车的时候，妻子只是顾着自己的想法，而没有考虑丈夫的感受，丈夫让妻子懂得了一个道理，那就是换位思考。

换位思考，要求你遇到问题，想他人所想，以对方的角度看问题，而不是一味的个人主义，或许这样，你就会有不一样的感受，而导致截然不同的行为。

在日常生活中，无论是你自己还是别人，是否会有些不合理的事情发生。比如说，你看到车站旁的乞讨者，是否会很厌烦？见到大街上的清洁工，是否会有一种轻视的目光。可如果设想一下，如果你是那位乞讨者，你是那位清洁工，你又会怎么想？学会换位思考，你就不会面若冰霜的从那双乞求的手旁走过。学会换位思考，你就不会嘲笑路上的清洁工，你就会有“行行出状元”、“劳动最光荣”的想法。

“一千个读者眼中便有一千个哈姆雷特”这话真是精辟。读书如此，生活中又何尝不是这样呢？不同的生活，不同的环境，不同的人生观，不同的思考方式——不同的身份决定了思考角度的不同。或许两个人的思想会有冲突，但请设身处地的为对方想一想，涌入内心的埋怨或是愤怒便会消失。正如读者眼中的哈姆雷特，谁能说出哪一个绝对正确？ $1+1=?$ 不同的人会有不同的计算方式，而得出的结论、答案也有所不同，数学家为了证明 $1+1=2$ 而穷尽了半生的精力。有人说：“ $1+1=3$ 是作家。 $1+1=2$ 是数学家。 $1+1=0$ 是哲学家”。太对了，数学家是实事求是，那是科学来不得半点虚假；作家喜欢在原来的故事上进行加工，夸大事实，你能说他们其中之一是错的吗？当然不能！因此，我们在探讨一些问题的时候，只要不是原则性问题，就没有真正的对与错，当我们遇到与他人意见各异，不妨也换位思考一番，从对方的角度去考虑某些问题，切身处地的从对方的角度去思考以及所处的环境

来处理问题，有可能某些我们眼看无法调和的冲突，在我们“山重水复疑无路”时，因为我们的换位思考而进入了“柳暗花明又一村”的情境。

换位思考在人际交往中是非常重要的。当你犯了过错时，你希望别人批评你吗？回答当然是不希望！你希望得到原谅。当你做得不好时，你希望别人嘲笑你吗？回答当然是不希望！你希望得到鼓励。当你遭受挫折时，你希望别人幸灾乐祸吗？回答当然是不希望！你希望得到帮助。当你情绪低落时，你希望别人冷落你吗？回答当然是不希望！你希望得到安慰。当你总是听不懂时，你希望别人觉得你烦吗？回答当然是不希望！你希望得到耐心。那么，己所不欲勿施于人，你既然不希望这样，那又何必将这些强加于人呢？所以，当你要对他人这样的时侯，请换位思考！

换位思考不是轻飘飘的四个字，学会它要有宽广的胸怀，要有博大的气度，要有体贴入微的一颗心。如果你真能学会换位思考，并能广泛的应用于生活，那么你肯定就是一个善良的人。

雨天，司机如果把自己设想成是路上的行人，在经过行人时，他就不会因疾驰而溅起巨大的水花，也就不会听到后面传来的咒骂声；如果执法人员设想自己是一位农民，他就不会如此凶残，与百姓大打出手，也就会与民众谈笑风生；如果老板设想自己是一个员工，他就不会俯视员工，员工和老板就能同心同德谋发展；如果家长能与孩子换位思考，就能互相了解，和睦相处；如果老师同学能换位思考，同学就不会不理解老师，老师也能够体谅学生……如果大家都能换位思考，那么社会就会更加和睦美好！

## 演讲的心得体会篇三

大家好！

有时候和朋友发生矛盾的时候，总觉得自己的行为完美无错，而别人对不起自己，错的都是别人，和自己无关。但是当我静下心来，换个立场，站在朋友的角度看这件事，我发现我也有很多错误。也许在发生冲突或其他事情时，我们真的应该改变立场，从他人的角度考虑整个事情。

建安文学代表人物：曹操、曹丕、曹植。曹植和曹丕兄弟在暗中争夺争霸的继承权，曹植一气之下写道：“煮豆烧豆，酱油当汁。同是釜底烧根，豆在釜中哭，急得互煎。”曹植用豆子糯米比喻手足，勾心斗角。嘿！我觉得这个不能靠他和曹丕。当时谁都不想手里有一点权力，但是曹植和曹丕生活在强大的魏国，他们的父亲是当时最强大的诸侯。曹植和曹丕之间的一些不愉快的事情已经传到了曹操的耳朵里，曹操已经起了疑心。再加上一些传言，他对曹植和曹丕兄弟产生了怀疑，想看看谁想夺取继承权。曹丕很聪明，看出了一些秘密：一方面向父亲展示了自己的伟大才华，另一方面又想尽一切办法排挤曹植，让他独自掌握继承的权力。

在我看来，曹丕有点蠢。古人云：“兄弟相争，父兵相争。”他没有为自己的利益做长远的考虑，也没有从全局看问题。如果他考虑两个人一起继承曹操的霸权会怎么样？我不认为司马师能轻易夺取曹植的基业。至于曹植，虽然对这些事情很生气，但他并没有站在曹丕的角度来看待这个问题。如果他们俩谁敢牺牲眼前利益，做长远打算。那么曹操的霸权就不会这么快落入他人之手。

我最喜欢郭沫若老师模仿《七步诗》写的《反七步诗》：煮豆烧豆皮，煮豆皮灰，煮豆皮珍贵，灰肥田。如果不是生来同根，为什么要自毁？曹植用“豆醪糟”比喻兄弟姐妹，而郭沫若老师则认为：如果站在豆的一边，“就能感觉到醪糟的炒制太难逃脱”，但如果站在醪糟的一边，“也是一种牺牲精神的体现”。

换位思考是一种省时省力的方法。我们为什么不试试呢？相

信我，真的管用。

## 演讲的心得体会篇四

大家好！

往事如观流水，来者如仰高山。纷繁人间千万之事，人生匆匆不过数十载。在这短短几十年中，我们学会了很多，我们学会了虚伪，说谎，学会了温柔，微笑，但又有几人敢说，我学会了换位思考？换位思考，说起来简单，做起来难，从小到大，老师、父母说过最多的一句话就是，你能不能换位思考一下！而我们也总是当耳旁风一样自动略过，而也就是因此，我们才如此不懂得互相体谅。

最近，通过了全面二孩政策，而这一政策的弊端，也因此而揭露了出来，许多独生子女，害怕弟弟妹妹与自己争夺父母的爱，而导致了像“以死威胁母亲不生二胎”等事件的发生，但在我看来，母亲与孩子都缺乏换位思考的意识，母亲不懂得去体会孩子的那种害怕不被爱的心理，而孩子也没有想到母亲是想给自己找个伴，为自己增添乐趣。而“以死相逼”就是缺乏换位思考意识的体现。

换位思考有助于人与人之间的'和谐相处，小学时，我总是觉得班任管的太严，总是和别人说他太过于严厉，不巧的只有一次，和他人谈论时恰巧班任就在旁边，下午上学时，班任就把我叫了出去，对我说，“你要学会换位思考，我这么严不也是为了你们能有一个更加美好的未来么？你好好想想，是不是这样呢？”回去之后，我仔细地想了想，确实如此，我不应该总是谈论老师教我们的态度与方法，我们要学会去思考，去适应，去接受，这样我们的人际关系才会更和谐，更美好！

其实，换位思考不过只是人类的众多思考方式之一，但它却是极为重要的，极富有情绪化的思考方式，在人生的旅途中，我们应该学会去宽容他人，体谅他人，这样才能温暖人心，

构建和谐社会，如果每一个人都能够学会去换位思考，学会正确的去看待对方的对与错，那么这个世界将会变得更加完美！

生活中，我们应该学会思考，思考你的错误，思考你的态度，思考你的理想，思考你的人生，人的习惯，造就了人的一生，养成良好的习惯，有利于我们与他人相处的更加融洽，我们要学会以换位思考的方式去宽容他人的错误，笑着面对生活，细细地考虑人生的航标，学会换位思考，造就美好人生！

## 演讲的心得体会篇五

大家好！

人生不可以太过于执着，应适当换一个角度。换一个角度，可以给自己带来快乐；换一个角度，可以感受到丰富多彩的过程；换一个角度，可以促进人与人之间的和谐。

上学时，被老师批评感到伤心，执着于老师的批评，不如换一个角度想：这样表示老师关心我呀，这时为我好。如果老师不提醒我，就不知道自己错在哪里。这样想可以使人与人之间更为和谐。

上初三了，我叹息，抱怨道：“好辛苦，什么时候才能放假啊！”停止叹息和抱怨，换一个角度想：虽说是辛苦，但有了这样的磨练，在未来的人生道路上，不易轻言放弃，不会轻易向挫折低头。把用在抱怨的时间，用来感受着丰富多彩的过程，使人生更有意义。

暑假期间，妈妈叫我去补课，我一听十分反感，辛苦了这么久好不容易可以放个长假，可以好好的休息，放松，然而现在却要补课。冷静下来换一个角度想：这样更好，我可以比其他同学赢在起跑线上。

人生中有许许多多不如意的事情，就老是抱怨不如意的事，这时不如换一个角度想，这样可能会有意想不到的收获。

## 演讲的心得体会篇六

沟通是人类基本活动之一，也是人类组织和社会的基本特征。从我们出生到成长，无时无刻都在和别人进行沟通，没有沟通，就不可能形成人类社会。在家庭里，我们要与亲人沟通，以营造温馨舒适的家庭氛围；在工作中，我们要与同事、领导沟通，以保证工作的顺利进行。沟通是维系组织存在，保持和加强组织联系的纽带，更是促进组织和自我不断发展的主要途径。

但在现实生活中，沟通并不是一件容易的事情。我们往往会因为缺乏沟通或者是沟通不当而导致一些误会甚至矛盾。比如跟朋友闹矛盾、不被父母理解、被同事误会、情侣吵架等等。可是大家有没有想过为什么会出现这些矛盾？此时对方的心理感受又是如何？如果有了有效的沟通，这些矛盾还会存在吗？其实，大家都知道沟通的重要性，但很多人苦恼该如何去进行有效的沟通？其实，只要我们以诚心的态度和掌握适当的沟通方法，就能成为一个成功的沟通者。历年来，不少研究者都针对如何进行有效沟通开展了深入的研究，也取得了一系列的研究成果，比如学会倾听他人、具备亲和力、换位思考等等。在这些众多的沟通方法技巧里，我认为换位思考极为重要，它好比是一座架起沟通的桥梁，衔接人心，通向彼此。

克鲁泡特金在《互助论》中证明：只有互助性强的生物群才能生存，对人类而言，换位思考是互助的前提。

现实生活中，大部分人总是希望得到别人的尊重、支持和理解，但是要得到别人的尊重、支持和理解，我们也必须先去尊重、支持和理解他人。这就是换位思考。换位思考是人对人的一种心理体验过程，是一种将心比心、设身处地为他人

着想的心理机制。它客观上要求我们将自己的内心世界，如情感体验、思维方式等与对方联系起来，站在对方的立场上体验和思考问题，从而与对方在情感上得到沟通，为增进理解奠定基础。它既是一种理解，也是一种关爱！人与人之间需要互相理解，信任，并且也要学会换位思考。

换位思考是融洽人与人之间关系的最佳秘方。人们也都有这样一个重要特点：即总是站在自己的角度去思考问题。试想，大家在沟通的时候，仅仅从自己角度思考问题，而从不理解对方，是不是经常就会引来对话僵持，对话的中断，沟通中止，问题也就搁浅？假如我们能换一个角度，站在他人的立场上去思考问题，会得出怎样的结果呢？最终的结果就是多了一些理解和宽容，改善和拉近了人与人之间的关系，这一切都是从换位思考做起的，宽容这一美德的得来，也开始于换位思考。

沟通并不是把自己所想所需直接传递给他人来渴望他人的理解、关怀和帮助。沟通是一个双方互动的过程，需要双方心灵的信任和思想的交换，建立在互相尊重互相倾听互相理解互相关怀这个互动过程的基础上。因此，要进行有效的沟通，换位思考必不可少。换句话说，也正是有了换位思考，沟通才会更加真实、顺畅、有意义，才能帮助我们真正解决问题矛盾，促进组织工作绩效以及实现个人自我成长。

换位思考是沟通的桥梁，学会换位思考，将心比心，成就你我沟通！

## 演讲的心得体会篇七

大家好！

我妈妈带我去书店买书。一大早，我们出发了。

到了书店，正在挑书，我妈的一个熟人，——中学的同学岑

阿姨迎面走来。她还带了一个和我差不多大的女儿。我妈跟这个阿姨聊了一会儿，然后转向我问我：“你成绩一定很好吧？这次期中考试你得了多少分？”因为成绩还不错，所以很大方的报了各科成绩。我一说完，阿姨就对站在旁边的女儿说：“你看看别人，成绩比你高多了！看看你，都没有90分以上的，真让我为难……”阿姨的话真的让我觉得有点骄傲。“谁说的？看你女儿多好！家里是个懒鬼，很调皮，不想做任何家务。长大了就拿不到了！”我母亲说话时用手指指着我的头。真是一个可恶的母亲，人家好不容易幸福的时候，你竟抖出别人所有的不好的东西。你怎么能这样！我愤怒地想。

## 演讲的心得体会篇八

大家好！

换位思考，就是是将心比心。我们人类这样高大的自尊心，对于换位思考，是不是微乎极微的存在？兴许就是一场激烈的吵架，不然就是一次公然的挑衅，还是回回的挫折呢？这些不得不引发我们的万千感慨吧！

秋天的风儿可能夹杂着一点躁动。“造孽啊！小小年纪玩心眼儿！”老奶奶瞪了瞪她的孙子，很是不满，大声嚷着，“再把血汗钱吃的满地都是，叫你爸爸回来揍你，不给你吃饭了！”我感到有点诧异，悄悄问弟弟：“她说什么啊？”弟弟扑哧的笑了，他说：“就是她们家的米啊，她心疼的是米啊。”小孙子睁着大大的眼睛，半晌，才支支吾吾地说：“奶奶，我还要。”老奶奶“嗖”地端起碗，径直朝里走去，不加理会。邻居们在议论这个孩子的可怜，这个老邻居的蛮横无理。小孙子也进了屋，但是不过一会儿就揣着一张皱巴巴的纸币出来了，拐进一条小巷子里，不见了。后来我听人家说，他奶奶一整天的干活，他自己一天到晚去他的朋友家玩。他是被暂时寄养在奶奶家一个月的。

旅游时的所见所闻，我都颇有感慨，这是一对多么不会善于换位的祖孙俩啊！他们都犯有一个毛病——不懂换位。孙子没有节约粮食的好习惯，以疯玩一整天来赌气对付自己的奶奶，以肆意发泄自己的愤懑。奶奶做牛做马一整天，深知一粥一饭，当思来之不易，对于孙子的行为，又急又气，没有考虑到直接的教育，以骂，以不为孩子添食发泄自己的情绪。退一步海阔天空，祖孙的关系即可缓解，将心比心的换位，就是最没有诗意的语言，也可以打动人冰冻的心啊。

## 演讲的心得体会篇九

大家好！

生活中的每一件事并不都可以做到对每个人公平，对每个人都有益处，这就需要我们去学会换位思考。

同一件事，经过了换位思考就有可能变得截然不同。就像材料中的两只小木桶一样，都是在做着同一件事情，看法、心情、认识与感受到的却不一样，这就是换位思考的魔力，第二只小木桶仅仅是进行了换位思考，从而有了不同于其他木桶的认识。在我的生活中，我也真真切切地感受到了换位思考的重要性。

那是一次升级考试，几年级的倒记不清了，只记得那次我考了全班倒数第三。本觉得没啥大不了的，可回到家给妈妈看了成绩单后却非常生气，对我一顿暴打，我哭得上气不接下气，心里自然也恨死妈妈了，从那以后我便发誓以后再也不要跟妈妈说话，再也不理会妈妈了。接下来的那几天，我真的就没有再跟妈妈说话，整天在家大门不出二门不迈的躺在床上看课外书。有一天爸爸进来我的房间，我刚好在看书，他走过来坐在我的床边，轻轻地拿起书放在床头柜上，微笑着对我说：“女儿阿，你也别怪你妈，你妈可全是为了你好阿。”

最终我跟妈妈道了歉，并答应妈妈尽我最大的努力认真学习。  
这就是我通过换位思考来解决问题的示例啊！

所以，请让我们学会换位思考！