# 《做一个最好的你》读后感800字

来源：网络 作者：雨雪飘飘 更新时间：2025-05-31

*这个星期，我们学习了二单元，主题是美与丑，其中有一篇课文叫《做一个最好的你》，这篇课文让我受益匪浅。这篇课文主要讲了“皮格马利翁效应”是一篇说理性说文明，通过解释皮格马利翁效应以及如何利用皮格马利翁效应做一个最好的你，揭示了自信的重要性，说...*

这个星期，我们学习了二单元，主题是美与丑，其中有一篇课文叫《做一个最好的你》，这篇课文让我受益匪浅。

这篇课文主要讲了“皮格马利翁效应”是一篇说理性说文明，通过解释皮格马利翁效应以及如何利用皮格马利翁效应做一个最好的你，揭示了自信的重要性，说明了只有增强自信心，才能使自己变的成功，使人生变得更美好的道理。

文中提到的皮格马利翁效应就是：如果一个人有自信心，对自己怀有期望，他就会朝着自己期望的方向发展。这种现象在心理学中被称为自我实现预言效应。罗森塔尔借用古希腊神话中的典故，把他称做“皮格马利翁效应”。

从罗森塔尔的实验，我们可以看出，一个有自信的人是可以变成非常优秀的，证明了自信心对人们是多么重要，一个人只有树立自信心，才能成为他渴望成为那种人，得到那种结果。比尔医生从工作经验中得出的结论证明了：美与丑并比仅仅在于一个人本来的面貌如何，而是在于他如何看待自己的。是啊，有些相貌平平，甚至可以说丑陋的人，往往觉得自己比那些长相出众的人还好；而那些长相出众的人有时甚至觉得自己还不如那些没有自己长得好的人呢？

怎样才能变得自信，这可能是全部不自信的人心中的声音。

自信首先是要喜欢自己。相信自己独一无二的，是没有人可以代替你。还要不断在生活找到自己的长处优点，并把它们放大要让它们得到最大程度的使用。

你不能指望很快就能变的自信建立起自己的信心大厦，要从切好每一块砖开始，每一块砖就是一件件小事，小事做多了成了大事，砖头盖多了，自然成了大厦。

著名画家凡.高，他相信自己的作品一定是优秀的，一定有一天会被人们称赞，就是自信，才让凡.高的作品变成了他创作的一种风格。

C.罗纳尔多是世界上最优秀的足球运动员之一。C.罗纳尔多刚来英超时曾经效力于曼联队，开始时，他从未被球迷看好；头上的摩丝和耳环，都是球迷讥讽他的把柄，但C.罗并没理会它们的话，而是坚信自己的实力与自己的品质，此后，C.罗用一粒粒精彩绝伦的进球回应了当年讥讽他的球迷。

通过学习这篇课文，我得到了这样的启示：我们认识到树立自信的重要性。无论在智力上还是体力上，或者处事能力上，自信心都起着基石般的作用。我们无论做什么事，都要相信自己，朝着自己的目标努力前行。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找