# 人性的优点

来源：网络 作者：梦中情人 更新时间：2024-07-15

*第一篇：人性的优点《人性的优点》读书笔记——11级劳动与社会保障2班刘海瑞本书的唯一目的就是帮助你解决你所面临的最大问题：如何在你的日常生活、商务活动与社会交往中与人打交道，并有效地影响他人；如何击败人类的生存之敌—— 忧虑，以创造一种幸...*

**第一篇：人性的优点**

《人性的优点》读书笔记

——11级劳动与社会保障2班刘海瑞

本书的唯一目的就是帮助你解决你所面临的最大问题：如何在你的日常生活、商务活动与社会交往中与人打交道，并有效地影响他人；如何击败人类的生存之敌—— 忧虑，以创造一种幸福美好的人生。当你通过本书解决好这一问题之后，其他问题也就迎刃而解了。

------戴尔·卡耐基

在此之前，一直对成功学之类的书籍免疫，认为那些东西可有可无。每个成功的人都有自己的成功之路，成功不可复制，更不可抄袭。然而老师上次让我们看的《人性的弱点》就巨大的改变了我对成功学书籍的看法，所以，这次我又认真地阅读了这篇《人性的优点》，同样是收获颇丰。

美国“成人教育之父”戴尔·耐基所著的《人性的优点》，汇集了卡耐基的思想精华和经典励志内容。是改变无数人命运的伟大著作。出版后立即获得了广大读者的欢迎，成为西方世界最持久的人文畅销书，至今已译成多种语种出版，在全球畅销不衰。无数读者通过阅读和实践书中介绍的各种方法，不仅走出了困境，最终还获得了成功，有的还成为世人仰慕的杰出人士。

当然，说到《人性的优点》，作者卡耐基是一个不得不提的人物。戴尔·卡耐基（Dale Carnegie，1888－1955年)，20世纪最伟大的心灵导师，美国人戴尔·卡耐基利用大量普通人不断努力取得成功的故事，通过演讲和书唤起无数陷入迷惘者的斗志，激励他们取得辉煌的成功。卡耐基在实践的基础上撰写而成的著作，是20世纪最畅销的成功励志经典。卡耐基主要代表作有：《沟通的艺术》、《人性的弱点》、《人性的优点》、《美好的人生》、《快乐的人生》、《伟大的人物》和《人性的光辉》。这些书出版之后，立即风靡全球，先后被译成几十种文字，被誉为“人类出版史上的奇迹”。他一生致力于人性问题的研究，运用心理学和社会学知识，对人类共同的心理特点，进行探索和分析，开创并发展出一套独特的融演讲、推销、为人处世、智能开发于一体的成人教育方式。

戴尔·卡耐基出生于1888年11月24日，逝世于1955年11月1日，享年67岁。他一生结过两次婚。他的第一任夫人，是法国的一位女伯爵，1921年与他结婚，十年后离异。他的第二任夫人姚乐丝．卡耐基于1944年和他结婚，是他的门徒和事业的继承人，并给他生一女孩，取名丹娜。

《人性的优点》，一本极具价值的人生指南，它迅速提高我对生活的感知，并帮助我们确立和提升自己的人生定位。《人性的优点》教我用平和的心态来对待发生在我们身上所有的喜怒哀乐，用爱来对待我们身边所有的人和事，以宽容的态度，微笑着对待生活。

繁忙而又平淡的生活每天赶着你走，轻松一刻似乎越来越短，间隔周期越来越长。身边的朋友都是行色匆匆，没有该有的从容，疲倦写在脸上，烦心事如影随行。人生似乎进入一个怪圈，总因忙碌中的疏忽而埋怨昨天，因人生的多种角色而担忧明天，今天似乎生活在不尽的烦恼中，人生总是灰色调的。我在不知觉中陷入自己心灵的沼泽地，我需要寻找引领我精神的力量。

然而，最重要的是要明白自己该做什么，应该怎么做！每次对自己能尽力地工作而感到自豪，工作对自己经验的累积以及个人的成长，是很有益处的。工作是我们创造和辛勤劳动的结果，也是我们劳动最重要的表现。卡耐基的成功金言：我们内心对待工作的态度，很大程度上决定了我们是否能对它做出正确的判断——它究竟是令人沮丧的辛苦劳作，还是让我们灵魂感到愉悦的快乐之事。工作是生活的法则之一，工作也是让我们获得成熟的快乐途径。世界上没有卑微的工作，只有卑微的工作态度，只要全力以赴地去做，再不好的工作也会变成最出色的工作，就像希尔顿说的：“世界上没有卑微的职业，只有卑微的人。”；“态度端，百事成！”摆正做事的态度远比做好一件事情本身效用大得多。良好的态度是获得成功的前提，也是让自己以轻松愉快的心情投入工作、积极主动完成任务的先导。昨天的成功与否永远是过去，明天还未来临，担忧它干什么？而上苍对于我们每个人的今天是平等的，珍惜与否在于自己。只有拥有今天的快乐，才是真正的快乐，那平凡的我们还有什么理由不为今天快乐呢？人生谁无困苦无烦恼? 问题就在于我们是怎么看待这些不如意的事情。比如我们在学校的大家庭，也有快乐与烦恼，甚至让人愤怒的事情吧。告诉自己，我们要快乐，用爱来谱写生活！我开始学会了多为别人的感受而考虑。用平和的心态来对待发生在我们身上所有的喜怒哀乐，用爱来对待我们身边所有的人和事，以宽容的态度，微笑着对待生活。我学会了注意细节，多为别人的感受而考虑。曾有的烦恼、不快、担忧竟然蒸发了。我为自己的浅薄感到羞愧，我没有理由生活得不快乐。正如作者说的“昨天是过期船票，明天是未兑现的支票，只有今天才是现金流通。”

昨天的成功与否永远是过去，明天还未来临，担忧它干什么？而上苍对于我们每个人的今天是平等的，珍惜与否在于自己。只有拥有今天的快乐，才是真正的快乐，那平凡的我们还有什么理由不为今天快乐呢？

人生谁无困苦无烦恼? 问题就在于我们是怎么看待这些不如意的事情。比如我们在学校的大家庭，也有快乐与烦恼，甚至让人愤怒的事情吧。告诉自己，我们要快乐，用爱来谱写生活！请记住：

一、要有自信。

二、心胸要开阔，什么事都不放在心上。

三、遇到困难时要多想想好的事情。

四、心情不好时要听听音乐，出去旅游放松自己。

五、有什么不好的想法在心里要多找人沟通，发泄自己不好的情绪。当然，通过阅读《人性的优点》，我还拿此书与我们读过的《人性的弱点》进行了一个粗浅的比较。《人性的优点》主要是教人们在面对压力、挫折时候怎样通过心理暗示和个人心理调适达到缓解抑郁焦虑，减小由于内心承受太大的压力而影响人们的健康和生活；《人性的弱点》主要说怎样提高人际交往技巧，使自己能够在人际交往中提高自己的人际交往能力，能够更受周围人们的欢迎。简单的说《人性的优点》是向内的，《人性的弱点》是向外的。

通过阅读这两本书，使我受益良多。不谈成不成为一个成功的人，就算是简简单单过好自己的生活，我们也离不开这两本书传授给我们的知识。用《人性的优点》教我们如何排解压抑和苦恼，用《人性的弱点》教我们如何为人处世。仅此而已。

**第二篇：人性优点**

《人性优点》读后感

大家可能都会知道戴尔卡耐基，可能都会知道他的人性的弱点，但可能很少知道他的《人性的优点》，可以说这本书给了我相当大的帮助，在我最痛苦的时候给了我帮助。

一、不要瞻前顾后，我们必须做好现在，过去已经过去，未来仍在前方，我们根本不能去改变什么，所以我们只能做好现在。而且做好现在就是给未来最好的铺垫。我也记得有一个哲人曾讲过：“过去的时间是一张已经注销的支票，未来的时间是一张还未到账的本票，只有现在是已经在手的现金。”事实也的确是这样。我们要把握现在。

二、平时生活我们就必须有目标，因为“没有目标，这些日子就会像平常一样，最后崩溃。”所以处于焦虑中的人一定要让自己忙碌起来。如果一个人在焦虑中，有无数事事，整天胡思乱想，最后只能被自己弄崩溃。素以一定要忙碌起来。

三、我们认为自己办不到，但我们有令人惊讶的潜能，只要我们自己愿意好好利用，他就能帮我们克服一切困难，我们比我们想象的更强大。如果连自己都不相信那又何来胜利呢？如果一个人都不帮助自己谁又帮你呢？记得一句话：“天助自助者。”

四、要做自己认为正确的事，因为无论如何都回受到批评。其实还有很多有用的结论和语句，但我运用的最多的便是这几条结论了。

就像书能给我带来力量一样，书一定能给你想要的东西。。。。。。我随便翻了一下，却被里面的内容深深吸引。卡耐基

例举了一个个发生在我们身边的小故事，短小却意味深长。在读过之后，我便感受到什么叫做“成长”及心志的成长。之后，我又读了好几本有关此类的书。但我总觉得看卡耐基的《人性的优点 人性的弱点》。耐基并没有解决宇宙中深奧的秘密，但他从生活常理中提炼出来的哲理，却使千百万人深受启发。这些哲理在帮助人们学习如何生活„„

（李晓亮）

**第三篇：人性的优点**

《人性的优点》读后感

这本书是老师介绍的，刚开始听到这本书的名字时还感到很诧异，怎么只是人性的优点，难道人性的缺点就不可以拿来谈谈吗？故这本书是推荐书籍里最后看的，可意外的是它也是让我感触最深的书的一本书。

进入初中学习负担加大了，面对八门学科，我感觉到了学习的压力，觉得繁忙而又平淡的生活每天赶着你走，轻松一刻似乎越来越短，这种恶性循环的间隔周期越来越长。身边的同学与朋友都是行色匆匆，没有我们这个花季年龄所该有的活力与快乐，整日疲倦写在脸上，烦心事如影随行。生活似乎进入一个怪圈，总因忙碌中的疏忽而埋怨昨天，因自己年龄的增长以及的角色的增多而担忧着明天，今天似乎生活在不尽的烦恼中。我在不知不觉中陷入自己心灵的沼泽地，当时的我正需要寻找到引领我精神的力量。所以当我翻看到《人性的优点》时，我是多么的庆幸。不知在那看到的这么一句话：“在成长过程中影响你的一本书、一句话、一个故事、一个声音、一个人是多么的弥足珍贵，一旦碰到就要努力与他产生交集。”故直到现在它还放在我的床头柜，睡前看一篇，在睡梦中慢慢的品味着那简单的言语所给人的快乐、自信。曾有的烦恼、不快、担忧竟然蒸发了。而自己也为自己以前的浅薄而感到羞愧，同时坚定的发现自己没有理由生活得不快乐。正如作者说的“昨天是过期船票，明天是未兑现的支票，只

有今天才是现金流通。” 昨天的成功与否永远是过去，明天还未来临，担忧它干什么？而上苍对于我们每个人今天是平等的，珍惜与否在于自己。只有拥有今天的快乐，才是真正的快乐，那平凡的我们还有什么理由不为今天快乐呢？

就像文中所提到的，“人与人的差距很小，但这种差距却能造成巨大的差异。”这个小差异就是看你是否有一个积极的心态。因此，无论何时何地，都要有一个好的心态，努力学习。只要坚信“办法总比问题多。”相信一切的困难将会迎刃而解。你追究是那个充满活力与自信的你。

2024级（2）班

学生：付红霞

时间：2024-4-5

**第四篇：人性的缺点 人性的优点**

《人性的缺点 人性的优点 》

《人性的缺点 人性的优点》教我用平和的心态来对待发生在我们身上所有的喜怒哀乐，用爱来对 待我们身边所有的人和事，以宽容的态度，微笑着对待生活。我学会了注意细节，多为别人的感受而考虑。这个习惯的养成，对于我的学习生活，有相当大的帮助。

有一段时间，总觉得繁忙而又平淡的生活每天赶着你走，轻松一刻似乎越来越短，间隔周期越来越长。身边的同学与朋友都是行色匆匆，没有该有的从容，疲倦写在脸上，烦心事如影随行。人生似乎进入一个怪圈，总因忙碌中的疏忽而埋怨昨天，因人生的 多种角色而担忧明天，今天似乎生活在不尽的烦恼中，人生总是灰色调的。我在不知不觉中陷入自己心灵的沼泽地，我需要寻找引领我精神的力量。

我翻看了《人性的缺点 人性的优点》，为自己的浅薄感到羞愧，我没有理由生活得不快乐。正如作者说的“昨天是过期船票，明天是未兑现的支票，只有今天才是现金流通。” 昨天的成功与否永远是过去，明天还未来临，担忧它干什么？而上苍对于我们每个人的今天是平等的，珍惜与否在于自己。只有拥有今天的快乐，才是真正的快乐，那平凡的我们还有什么理由不为今天快乐呢？ 我出生于一个普通家庭，父母勤恳工作，供我上学。我一直以书中所教导的：用自己的努力，得到更多的自信，积极地对待我的学习与工作。从这个意义上说，卡耐基先生是我生命道路上的启蒙导师，一个真正的导师。卡耐基现象也给我一个启示，一切关于人的学问都要尽量追溯源头，这源头就是人性。美好生活的创造也要追溯源头，这源头也是人性。卡耐基先生因为对人性的深刻领悟 和洞察，才能引领全世界成千上万的人掌握了成功的方法，走上了成功的道路，过上了美好的生活。

小小的故事，讲述哲理，缓解烦恼。我希望成为一个成功的人，将来有能力施与的人，用大爱来面对人生。爱我的亲人，爱我的朋友，爱我的师长，爱我的敌人！这些年，我努力这样做了，事实证明，我得到了比别人更多的回报。虽然这么做并不是为了回报。但是这本书对我的启示，真的很有用。人生谁无困苦无烦恼? 问题就在于我们是怎么看待这些不如意的事情。比如我们在学校的大家庭，也有快乐与烦恼，甚至让人愤怒的事情吧。告诉自己，我们要快乐，用爱来谱写生活！每天就是两件事上学和回家。每学期一开学，总觉得繁忙而又平淡的生活天天赶着你走，轻松一刻似乎越来越短。学习上除了上课，要写的东西也越来越多，常常忙得焦头烂额。卡耐基的成功金言：我们内心对待工作的态度，很大程度上决定了我们是否能对它 做出正确的判断——它究竟是令人沮丧的辛苦劳作，还是让我们灵魂感到愉悦的快乐之事。

学习是生活的法则之一，学习也是让我们获得成熟的快乐途径。学习是我们创造和辛勤劳动的结果，也是我们劳动最重要的表现。而上苍对于我们每个人的今天是平等的，珍惜与否在于自己。而作者最大的智慧是 教我们如何珍惜今天，把握今天，还举了许多生动的事例，特别是列举了当下许多人 在繁忙时抱怨没有时间去旅游，真的置身于美丽的风光中，却想着这牵挂着那，美其名曰静心思考，其实没有真正去欣赏美丽的东西。看罢此书，我也学着这样去做，把今天要做的事列出来，今天就做今天的事。让自己忙碌，把忧虑从你的思想中赶出去。特别是对于困扰自己的烦恼列出来，并把原因列出来，等列完，会感到那些所谓的烦恼其实不算是什么烦恼，而对于真正留下的烦恼，就应该冷静思考，想办法怎样解决，而不要抱怨昨天的疏忽，也不要担 明天是否完全解决不要为小事烦恼，不要让那些小事——生活中，无足轻重的小事— —毁了你的快乐。对于自己今天决定的事，就要勇敢地去做。哪怕遇到挫折，也不要后悔，不要患得患失，不要瞻前顾后，要生活在今天的密封舱内，静心做好今天的事，因为只有做好今天的事，才有明天的收获，至于明天是否如愿，那已是明天的事了。热爱自己的工作，只有拥有今天的快乐，才是真正的快乐，把握今天，拥有快乐！

《人性的缺点 人性的优点》它是一本关于人类如何征服“忧虑”的书！——它是一本发现、挖掘、利用自身能源，孕育在你身心尚未利用财富的书！——它是一本行动的书!人生活在世上只有短短的几十年，却浪费了很多时间去想许多半年内就会被遗忘的小事，实际上，世界上有半数的伤心事都是由一些小事引起的，诸如一点小小的伤害，一丝小小的屈辱等等。然而，那些在图书馆、实验室从事研究工作的人很少因忧虑而 精神崩溃，因为他们没有时间享受这种奢侈。忧虑最终伤害你的时候不是在你行动时，而是在你工作做完之后。印度戏剧家卡里达沙把太阳升起的——黎明到来的这一天称为生命中的生命。宣称： “昨天是场梦，明天是幻影。惟有今天，才会使每一个昨天变成一个快乐的梦，使每 一个明天成为有希望的幻影。”在你最失意无比的时候，你能否脱口而出，“不管明天怎么遭，我已经过了今天！”理由很简单，今天才是最真实的驿站！

**第五篇：《人性的优点》读书笔记**

《人性的优点》这本书中讲述了一位医科教授的成功故事，其中记述了对他的一生受益匪浅的24个字：“最重要的是不要去看远处模糊的，而要去做手边清楚的事。”

就是这24个字，使得他在四所大学里当过教授，写过一本很受欢迎的书，正是这24个字，使得一位年轻的医学生成为获得了大英帝国医学界所能得到的最高荣誉——牛津大学医学院的钦定讲座教授，他就是威廉·奥斯勒爵士。听来或许这位爵士应该是有“特殊的头脑”的，其实不然，他的好朋友都说，他的头脑其实是“普普通通”的。

“一个完全独立的今天”是他每天奉行的信念。

这是对我们的整日的惋惜与茫然，多么好的回答!昨天已经逝去，再怎样的惋惜，再怎样的懊恼又将如何?再怎样的成功，再怎样的辉煌，又有什么?昨天已经过去，而且永远不会复返，即使你有金钱，即使你有名利，都无法挽回与再来。而对于未来，它还没有到来，再怎样茫然，我们都不曾经历，我们还没有拥有，即使你如何奔跑着追赶，它仍然会按它的节拍，在今天之后悠悠到来。

所以最重要的是今天，是今天手边最清楚地事情，它才是真实的，它才是你要做的，对，就在这一刻!屋内的死角没有清理，一直想等到某一刻，请就在这一刻清理吧!一本很好看的书恭敬地放在书架上等到以后来有时间再看，请就在现在看看吧!很久没有和家人远足呼吸新鲜的空气，请就安排在这个周末的假日吧!

“不要去看远处模糊的”，包含着我们对待过去与将来的态度。上次比赛考得糟糕透顶，郁闷至极，它已经过去!昨天和朋友吵架了，伤心透顶，它已经过去!上次工作做得很好，得到了久违的赞许，它也应经过去!这些都是远处模糊的，是已经无法改变的，不是我们要关注的!

这也让我想到了，我们上次参加的“金牌团队训练”中得经典理念——活在当下，今天就是当下，就是你手边最清晰的在做的事情，这个将影响你，将作用于你!

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！