# 家教读后感曾仕强范文(优选18篇)

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2024-03-20

*家教读后感曾仕强范文 第一篇读了史蒂芬柯维的《高效能人士的七个习惯》受到了很大的启发。这是本很值得读的书，书中强调品行修养的同时，还介绍了为人处事的技巧。人的品德基本上是由习惯组成的，俗语说：思想决定行动，行动决定习惯，习惯决定品德，品德决...*

**家教读后感曾仕强范文 第一篇**

读了史蒂芬柯维的《高效能人士的七个习惯》受到了很大的启发。这是本很值得读的书，书中强调品行修养的同时，还介绍了为人处事的技巧。人的品德基本上是由习惯组成的，俗语说：思想决定行动，行动决定习惯，习惯决定品德，品德决定命运，习惯对我们的生活有绝大的影响。因为它是一贯的，在不知不觉中，长年累月影响着我们的品德，暴露出我们的本性，左右着我们的成败。

本书将习惯定义为“知识”、“技巧”与“意愿”三者的混合体。这种定义虽是第一次听说，但确实有道理。人类在幼年时候必须完全仰赖他人，经由长辈的引导与养育而成长，但随着光阴的流逝，我们日渐独立。生理、心理、情感与经济能力等方面都不断成长，直到有一天终于能够完成自立。

是的，我们从出生就已开始在学习不同的习惯，良好的习惯让我们终生受用，其中它里面讲的成熟期三个阶段：依赖期、独立期、互赖清晰地展示了一个人从依赖到独立再到被依赖与依赖之间的发展历程。

书中通过一些细致生动的故事来渐进入自己的观点，它涵盖的不仅仅是一些大的道理和人生方面的东西，更可贵的是他还探讨了一些具体到家庭、教育与人相处等方面的事物。

这七个习惯是一个整体：“积极主动”的态度，“以终为始”的愿景，“要事第一”的把握，“双赢思维”的互赖，“知彼解已”的沟通，“综合综效”的合作，“不断更新”的创造，它们相辅相成，不管是领导还是职工养成良好的习惯是非常重要的，它甚至能决定一个人的成败得失。

书中主要强调品行修养的同时，还系统地介绍了为人处事的技巧，其中有两个习惯却在一旁触动我、提醒我，值得我去为他深思，那就是“积极主动，”“要事第一”的习惯。

面对社会日新月异的进步，我们必须不断地自我更新，自我提高，随着技术的进步，我们的经验是靠不住的，不能靠吃老本。我们要围绕目标，自我投资，把身体、精神、智力和社会情感都保持健康、积极地状态，与时俱进、积极主动的去学习新知识，坚持把新知识理论付诸实践去检验。

坚持学习，坚持实践，不断地坚持，不断提高，进而形成螺旋式上升的趋势，不断提升和完善自我，最终达到由内而外的造就自己的目的。读书的目的就是为了使我们进步，从这本书中，我学到很多东西，在以后的工作中，我一定要有一个积极主动的工作态度，做任何事情之前，要做好充分的准备，要把要事时刻放在第一位，避免被偏见、情绪左右。

另外要有双赢的思想，做到诚信、成熟和自信。在工作中要注意与人的交流合作，如遇到两人意见不同时，要多与人沟通，在分歧中寻求收获。

**家教读后感曾仕强范文 第二篇**

本章题目虽是“掌握重点的个人管理”，其说“不在时间管理而在个人管理”，但实质上讲的还是时间与效应的问题，并对以往面对此问题的不同应对方法与其倡导的方法做了比较。

然而，再明确的目标，再正确的时间安排，如果不去实行也是无用的，没有结果的。“顺从别人的意愿完成他人眼中的要务，或无牵无挂的享受不紧张又不重要的活动，岂不轻松愉快。至于执行，或多或少考验着自制力，此时就得靠诚意正心的修养工夫，坚定意志。”当然这并不是那么容易做到的。为什么有人一直做员工，而有人能够不断的得到晋升，问题就在这里。没有勇气拒绝是不可能集中精力于当急的要务的，现实生活中，表面上我们最多是要拒绝他人，而实际上，更多的是我们要能够拒绝自己，拒绝自己的贪婪与懒惰，这要比拒绝他人困难的多，这种魅力或说习惯有时需要一生去培养。在实行计划的时候，一定要学会变通，人和事都是活的，上面已经提过这个问题，不再多述。

对于高层管理者只要为其确定可行目标即可，可见，这种授权方式将大大提高管理者的管理范围，既可以推进整体目标的实施，又有助于为自己节省出大量时间来确定下一步的目标，当然，这之中存在一个问题，那就是对授权对像的选择问题，这就需要考验高级管理者对下级的认识与掌控能力了。实现合理的授权并达到预期效果需要两种授权方式综合运用，越到底层“下达命令式授权”所占比重越大，当然也要据具体情况而定。

授权能否执行也与人的人际关系成功有关，人际关系好，可以把命令的意味弱化，而使其心甘情愿去做，反之机械的执行而没有激情的投入必定不会好过前者，还有可能打折完成任务。更进一步说，这是在处理一个团体与个人的关系，其中包括高、中、低层的关系，高中低层各个人与每层的关系以及整个团体与个人的关系，当然起主导作用的还是各阶层的管理者，能否建立一个和谐的团队，达到集思广益，有时是一个公司经营成败的关键。

**家教读后感曾仕强范文 第三篇**

书籍是人类进步的阶梯，更是孩子们最好的朋友，一本好的图书带给他们快乐，让他们体会到忧伤，启发他们思考，增长他们的智慧。因此扩大孩子的课外阅读面对于他们的成长来说非常重要。每个学生都有自己的个性，扩充孩子的课外阅读量，使每个孩子都有自己最独特的个性，以适应社会发展的需要。

这个星期，我并没有亲自为孩子们选书，而是让他们自己到三楼去选书，我想这样更能激发他们读书的兴趣，因为这是他们喜欢的。真如老师所想的一样，孩子们总是带着自己所选的这个小伙伴，不管是下课，放学还是会宿舍休息他们都书不离手。可见其实在孩子们心中他们对读书的愿望是非常强烈的。

由于学校指定的图书数量有限，因此学生们这次读书的内容各有不同，从寓言故事到童话故事，从英雄人物到小说传记，从绘本故事到短片诗歌。因此这次的分享会内容也各有不同。这是的读书分享会比较好地方是孩子们能够主动大胆的来分享，并且能够做到把小故事将清除，即使有个别同学并不是那么流利，但是勇气可嘉。不足的地方是孩子们在读书方面方法不对，耐心不足。有的同学分享的故事是老师已经讲过好几遍，同学们在掌握新故事方面能力缺乏。

基于上面所分析的情况，在下次读书分享时，老师应该再教一教孩子们读书的方法，并且为了能更好的做故事分享，老师可以提前根据孩子们的图书为他们指定分享的内容，我想这样孩子们慢慢学会了方法，下次一定会表现的更好。

**家教读后感曾仕强范文 第四篇**

《平凡的世界》是当代作家路遥用六年的时间成就的一部名著。作为路遥作品中份量最重的一部长篇小说，全文细腻地描写了七八十年代中国城乡生活，通过复杂的故事情节，以孙少平，田晓霞等人物为代表，生动鲜明的勾勒出社会各阶层普通百姓的形象，以及他们对生活的自尊、自强的信念和追求。读来让人久久不能平复。

“平凡的世界”里有一群不平凡的人，是这群不平凡的人组成了这平凡的世界，读完这本书后人的灵魂也许得以净化，也许还会改变你现在的很多想法。

据说这部小说在正统文学史上没什么地位。部分原因可能是自上世纪80年代中期起，一向在文艺界居于主流地位的“现实主义”写作手法开始受到严重挑战。

《平凡的世界》是路遥文集中份量最重的一部长篇，全景式地描写了中国现代城乡生活，通过复杂的矛盾纠葛，以孙少平等人物代表刻画了社会各阶层普通人们的形象，人生的自尊、自强与自信，人生的奋斗与拼搏，挫折与追求，痛苦与欢乐，纷繁地交织，读来令人荡气回肠。黄土高原，自古以来就是一方苦难而又布满希望的土地，路遥生于此，长于此。是这块贫瘠的土地造就了路遥的求索奋斗、不畏艰辛的性格，也正是那些挥不去的生活经历使得路遥那么地热爱生命，使得他立志要在40岁之前要完成一部巨著：为了纪念那片贫瘠的土地，为了纪念那个辉煌的年代，更为了纪念那里朴实无华生生奋斗的人民。

路遥该是文坛中少有的英雄，他不仅把写作当成了一种责任，更当成了一种无比神圣的使命。路遥是一个热爱生命的人，他在创作手记中曾这样写道：“在这里，我才清楚地熟悉到我将要进行的是一次命运的‘赌博’，而赌注则是自己的青春抑或生命。尽管不会让世俗的观念最后操纵我的意志，但假如说我在其间没有作出任何世俗的考虑，那就是谎言。无疑，这部作品将耗时多年，假如将来作品有某种程度的收获，这还多少对抛洒的青春热血有个慰藉。假如整个地失败，那将意味着青春乃至生命的失败。这是一个人一生中最好的一段年华，它的流失应该换取最丰硕的果实──可是怎么可能保证这一点呢!你别无选择──这就是命运的题目所在。”

小说选择了这一历史时期一些平凡普通的小人物和他们平淡无奇的日常生活，通过忠实和积极的描写，大胆地揭露时代背景下农民的弱点，尤其对孙少安、孙少平、田晓霞等人丰富的心灵世界和人生哲学进行深入的开掘，从而表现了在新的时代环境下，新一代青年的人生观、价值观、世界观发生着创造性的过渡和转型，他们带着中国的传统美德迈向现代化。平凡世界中的不平凡人生，足以成为改革开放时代中国农民生活和命运变化的一个缩影。当他得到调出煤矿来到城市的机会时，他选择的是煤矿。这不是又无他有多高的觉悟，而是他对自己工作过的地方的热情和眷恋。他选择了平凡。路遥为我们讲述地不只是那个久远的年代，更是一种人生应有的信仰和追求，亘古不变。

这是一个喧嚣浮躁、道德危机的时代，每一个还拥有梦想并在追梦的人们都该再重温《平凡的世界》，它会让你懂得：尽管命运是那样的不公，尽管社会有那么多的不公，可只要你能够不屈不挠、艰苦奋斗、勇往直前终能获得最后的成功。每一个正在虚度生命的人们都该读《平凡的世界》，它会让你懂得珍惜。路遥在教会我们忘我，忘我使生命永恒。人生容不得太多的自私，自私最终只会绝了自己。看风使舵，趋炎附势，均为自私使然。一生若只是这般地生活，终将无价值地葬入黄土。路遥在教会我们要有独立的人格，尽管你可能会遭遇孤独。孤独是人生自我证实的必经之路，只要你认定了自己的理想，那么坦然面对孤独将是你勇往直前最后的支撑点。路遥在教会我们不必用尽生命去做一个漂亮的人，但应用尽生命去做一件让人民叫好的漂亮事。前者只能证实你的处事圆滑，而后者则将见证你出色的一生。

人的一生中，充满了各种机遇和挑战。当遭遇挫折时我们需要的不是怨天尤人，而是得看到生活的另一面，看到生活的美好之处。从挫折中汲取教训，积极努力的提高并完善自己。才能取得成功。

只有保持一颗永不言败的心，才能使自己在平凡的工作岗位中作出不一样的成绩，才能使自己的人生更加的有挑战，更加具有意义。使自己能斗志昂扬的面对人生。面对生活的每一次挑战，使自己的人生更加的丰富。

**家教读后感曾仕强范文 第五篇**

读完史蒂芬·柯维的《高效能人士的七个习惯》，掩卷沉思，感触颇深。俗话说：“思想决定行动，行动决定习惯，习惯决定品德，品德决定命运。”习惯对我们的生活有极大的影响，因为它是一贯的，在不知不觉中，经年累月影响着我们的品德，暴露出我们的本性，左右着我们的成败。书中论述的七个习惯不仅仅对于高效能人士有价值，也是人生自我修炼的信条，是非常精辟和正确的人生道理。它表达的是一种新的思想水平，强调以原则为中心，以品德为基础，要求“由内而外”地实现个人效能和人际效能。

通过阅读《高效能人士的7个习惯》才发现，事业成功只是成功了一半，唯有兼顾事业、家庭、人际关系、个人成长等人生其他层面和谐发展才是正真的成功。

“习惯”这两个字，看似简单，却内涵深刻，回头仔细想想，在这个世界上，每个人都有自己的习惯。习惯从本质上反映了一个人的内涵和素质，甚至能决定一个人的命运。今日的你是过去习惯的结果；今日的习惯，将是你明日的命运。改变所有让你不快乐、不成功的习惯模式，你的命运将改变，习惯领域越大，生命将越自由，充满活力，成就也会越大。《高效能人士的7个习惯》这本书让我明白了很多道理，思想和眼界上了一个新台阶。

我们从来到这个世界，就已开始培养习惯，比如小时候我们会哭着依赖别人，长大以后，我们必须养成更加适应当前环境的习惯。良好的习惯会让我们终生受用。《高效能人士的7个习惯》从正面反面两个方向来展示证明每个习惯的重要性，并结合自己的实际经验和亲身感悟阐述了自己对每个习惯的认识。

我们的行为总是一再重复，但要做得卓越，不能只是单以行动，而是靠良好的习惯，要提升自我，树立克服“惯性”的意识，并且“由内而外的全面改造自己”。习惯左右我们的成败，成功其实是习惯的使然。

>习惯一：积极主动

主动积极即采取主动，为自己过去，现在及未来的行为负责，并依据原则及价值观，而非情绪或外在环境来下决定。主动积极的人是改变的催生者，他们扬弃被动的受害者角色，不怨怼别人，发挥了人类四项独特的禀赋——自觉，良知，想象力和自主意志，同时以由内而外的方式来创造改变，积极面对一切。他们选择创造自己的生命，这也是每个人最基本的决定。

>习惯二：以终为始

高效能的人懂得设计自己的未来。他们认真地计划自己要成为什么人，想做些什么，要拥有什么，并且清晰明确地写出，以此作为决策指导。因此，“以终为始”是实现自我领导的原则。这将确保自己的行为与目标保持一致，并不受其他人或外界环境的影响。只有确立了符合价值观的人生目标，才能凝聚意志力，全力以赴且持之以恒地付诸实现，才有可能获得内心最大的满足。

>习惯三：要事第一

【要事】第一即实质的创造，是梦想（你的目标，愿景，价值观及要事处理顺序）的组织与实践。次要的事不必摆在第一，【要事】也不能放在第二。无论迫切性如何，个人与组织均针对【要事】而来，重点是，把【要事】放在第一顺位。【要事】是目标事情，是符合宣言中“以原则为重心”的目标，这样的事才应该被称为【要事】，如果弄不懂什么叫【要事】，就难以把时间管理好，【要事】也做不好。

>习惯四：双赢思维

【双赢思维】是一种基于互敬，寻求互惠的思考框架与心意，目的是更丰盛的机会，财富及资源，而非不足的敌对式竞争。【双赢思维】鼓励我们解决问题，并协助个人找到互惠的解决办法，是一种信息，力量，认可及报酬的分享。【双赢思维】我认为把人引向了更高的层次，也是做人的境界，似乎更高于佛家学说，既现实又大爱，这一点很难做到，又很容易做到。

>习惯五：知彼解己

当我们舍弃回答心，改以了解心去聆听别人，便能开启真正的沟通，增进彼此关系。要培养设身处地的“换位”沟通习惯。欲求别人的理解，首先要理解对方。人人都希望被了解，也急于表达，但却常常疏于倾听。众所周知，有效的倾听不仅可以获取广泛的准确信息，还有助于双方情感的积累。当我们的修养到了能把握自己，保持心态平和，能抵御外界干扰和博采众家之言时，我们的人际关系也就上了一个台阶。

>习惯六：统合综效

【统合综效】谈的是创造第三种选择——既非按照我的方式，亦非你的方式，而是第三种远胜过个人之见的办法。它是互相尊重的成果——不但是了解彼此，甚至是称许彼此的歧异，欣赏对方解决问题及掌握机会的手法。个人的力量是团队和家庭统合综效的利基，能使整体获得一加一大于二的成效。

>习惯七：不断更新

【不断更新】谈到的是，如何在四个基本生活面向（生理，社会/情感，心智及心灵）中，不断更新自己。这个习惯提升了其它六个习惯的实施效率。对组织而言，七个习惯提供了愿景，更新及不断的改善，使组织不至呈现老化及疲态，并迈向新的成长之径。对家庭而言，七习惯透过固定的个人及家庭活动，使家庭效能升级，就像建立传统，使家庭日新月异，即是一例。

读书使人进步，这本书让我们学习了很多东西。今天的我们是由无数个过去所组成的，我们重复旧有的习惯，只能得到旧有的结果，我们想要有所突破，就要修正即定的轨迹。就像萨达特在自传中写道：“如果一个人无法改变自己的思想构造，就永远无法改变现实，也永远不可能取得进步”。所以我们先改变我们的思想，然后让思想来决定行动，让行动来决定习惯，让习惯塑造性格。一个人有优秀的习惯，想不成功都难！

曾经看过这样一句话：对于个人而言，习惯若不是最好的仆人，便是最差的主人。如果我们能有“积极主动”的态度；“以终为始”的愿景；“要事第一”的把握；“双赢思维”的互赖；“知彼解己”的沟通；“综合综效”的合作；“不断更新”的创造，我们一定会走向成功的彼岸。

读书的根本目的是为了学习前人和他人的经验，是为了养成适合自己的习惯，找到属于自己的方法为自己所用。阅读的本质不是我们“看过了”，而是努力的把从书中学来的东西进行尝试，并且找到适合自己的方法和工具。工作本身并不能给人带来经济上的安全感，而具备良好的思考，学习，创造与适应能力，才能使自己立于不败之地。通过培养这七个习惯，循序渐进地获得不断的进步，逐渐使自己成长为一位真正高效能的职场精英。

>1、看完整本书，有几个词让自己感受最深

原则：其强调以原则为中心，以品德为基础，原则是普遍、永恒、不证自明的，亲历了人类历史的每一个持久繁荣的社会，是自然法则。

由内而外：内指内在、内心，原则的运用离不开心的修炼、心的觉察、品德的修炼，挖掘内在的力量；和内的在力量相比，身外之物显得微不足道。

平衡：对我们来说某一方面是最强的、最厉害的、最完美的就是对我们是最好的，关键在于生活的几个主要方面能否平衡。家庭和事业的平衡，身心健康和金钱的平衡，现在和未来的平衡……

思维定式：思维定式人们指对事的看法，即人们的观念。但我们的观念常常是习惯的观念，有时我们花点时间去想想我们一件事是基于一个什么样的观念去处理时，会发现我们自己都觉得自己的观念是错误的。我们需要根据环境“更新”自己的观念，甚至是“挑剔”自己的观念——自省。

>2、我认为原则的运用离不开过程

拿积极主动的运用过程来说：积极主动是为自己负责，看到这句话你脑袋里可能还有不少疑云：“啥叫积极主动？如何积极主动？”有人这么解释，我挺认可：“积极主动就是根据自己的主观想法去选择如何做事情，同时对自己的选择负责。”这就需要我们对自己的主观意愿很敏锐和确定。比如：“有人就说了，我哪有这个本事，做自己喜欢的事，领导不给我这个机会……”，好似都是别人的原因让你不能做自己喜欢的事，而忽略了从自己身上去找原因或者自己想办法努力去争取自己想要的。从自己出发，主动创造。

即使你认可这句话了，到你能做到也还需要有一个过程，需要允许自己有一个过程，随着自己的感觉走，不求一步到位，这个过程比做到本身更重要和更有意义，是一个必经的过程。

其它习惯也都是这样，离不开内心的修炼、觉察，品德的修炼，人生信念的建立，原离不开过程，过程比做到本身更重要和更有意义，是一个必经的过程。

>3、其它想做的事

A、第二个习惯的以终为始—————自我领导的原则：

a、想写一份我自己的使命宣言，以及生活中我的角色和目标；

b、我想与家人共同建立一份使命宣言。

B、第四个习惯的双赢思维———人际领导的原则：

人人都有足够的立足空间，他人之得不必就视为自己之失。

读书使人进步，这本书让我学到很多东西。仅有事业成功只能算成功了一半，唯有兼顾事业、家庭、人际关系、个人成长等人生其它层面的和谐发展才是真正的成功。在以后的工作中，我们一定要有一个积极主动的工作态度，做任何事情之前，做好充分的准备，把要事时刻作为第一位，避免被偏见、情绪所左右。

另外要有双赢的思想，做到诚信，成熟和自信。在工作中要注意与人的交流合作，如遇到两人意见不同时，要多与人沟通，在分歧中寻求收获。因此，我们在学习高效能人士的七个习惯时，重要的是一天一点实践，一天一点努力，才能提升自己成功的高度。最怕看书时一阵激情，结果转眼就又恢复了原来的自己。在不断实践“七个习惯”的过程中，完善自我。

自我提升和完善是一种原则，也是一个过程，一个在成长和转变之间螺旋式上升的过程，一个人不断完善自我的过程。

**家教读后感曾仕强范文 第六篇**

我也曾徘徊在探寻自我真理的路上，我也曾深深渴求有一种方式可以教会我勇敢而正确的处理我所面对的每一个困惑，我以为，这个世界，这个生活，都是以我为中心在转，从不曾去顾及围绕在我周围的人们的心灵——走进心灵。

我以为，这是成长的一个必经阶段，上苍早已安排好等待我们去追求的路程，微笑或者挣扎都是最美而又最悲的陪衬。无奈总有完结不了的纠结，一直以为只有自己在小心翼翼的走每一步路，渴望与人为善，渴望生活安定。为了实现这样一个小小的梦想，我依靠过无数激情澎湃足够励志的书，然而，当短暂的辉煌消逝，留给我的依旧是深深自责，其实，我什么都没有真正拥有过。

突然想起了曾经对舍友许下的承诺，在她们面前深深忏悔自己所犯下的错，不够大度，有猜疑心……这是由一个动机所驱使的，那年听完老师讲的佛学文化，我竟让自己深深陷进去，而且立志成为一个虔诚的佛\_。那段日子，是大学里最困惑的日子，人际关系并没我设想的完美，逢着下雨天就总会莫名的心情不好，花了好长时间去寻找矛盾的根源。然而，自我的忏悔并没有带来多大的效果，一切还如当初。

3年过去了，我再也不相信所谓的励志书了，名言警句只是昙花一现，没有行动，谈何改变？

值得人庆幸的是，事情总归是有解决方式的，当《高效能人士的7个习惯》第一次出现在我耳边，我便坚定的感觉到我会在这一刻改变。看过书后的日子并没有太长，实践了不多日，但是我可以体会到，我已经开始沿着正确的方向去找寻我所企盼的答案。

谁也不能说服他人改变，因为我们每个人都守着一扇只能从内开启的门，不论动之以情或说之以理，我们都不能替别人开门。这是本书开篇我所看到的一句话，那一刻，世界足够清晰，原来，是这个意思。我总是抛弃自己，费劲的去开辟一条通往他人心里的路，殊不知，那是一道永远都走不通的路，因为我自己的心已经严重堵塞。我小心翼翼的去反省自己，我要的究竟是一个人的幸福还是整个世界的狂欢。当我学完七个7个习惯之后，便去真正的狠下新来去实践这能带给我感受的力量，它改变了那么多人，也一定可以为我开启希望之门。

下面，我将分别谈谈我在处理具体问题时用的方法。

我和XX是相跟了3年的舍友，此刻，我尚未有足够的底气来用“好朋友”来形容我们的关系，这些年来，我收获的太多，付出的几乎为0。我们都是性格比较爽朗的人，做事风风火火成了我们共同的特征，但我们总不能踏踏实实的埋在彼此心里。喜欢争分夺秒的我将每一分钟都看的太宝贵，在我眼里她几乎可以用“懒散”来形容，以至于考试之前总是愁眉不展的狼狈复习。我以我的想法规划着她的生活，然而她竟有足够大的耐力去忍受我，直到她再也控制不住的时候，一场战争在所难免。我现在还记得一句话“XX，有一天我若真死了，那都是被你气死的。”我意识到了自己给她带来的创伤，于是我开始小心翼翼的躲避，让自己与她隔绝，不再说话。结果是可想而知的，热战会演变为冷战。我以一个消极避世的心态去掩护自己。现在，我开始积极主动的去解决问题，我以她的身份来思考她的世界。爱一个人就要爱她所爱的东西，真诚是赢得幸福的必须。当意识到自己的错误给这份友谊带来的苦难之后，我便积极践行我的原则。我学会了倾听，了解她的真正所需，我改变了以往命令式和经验式的说教，第一次心平气和的注视着在我身边着她。从来都不知道她这样可爱，这样无私。原来，她也只是一个需要我保护的小孩子，她开始有勇气对我撒娇，因为我不再觉得那是一种幼稚。我开始正确的反应她的正面形象，让她体会我能给她带去的价值。于是，她乐了，我也笑了。

报编课上，因为和同学共用一台电脑而没有跟上老师的节奏，彼此开始互相埋怨。表面的战火已经弥漫，我气的她拿着书包只想躲我远点。当初几秒我也不服输，为什么等着我去认错？7个习惯又出现在脑海里，我想试试它是否奏效。我阐述了一切，并且大胆对她说，刚才这一切是我不好，我不该强霸着电脑不让她操作。我对她说我希望她原谅我。事情好简单，她的脸上一下子显出了微笑，我开始有机会了。只见她开始耐心的教我，只听我也赞美她的大度。下课后，我们彼此再见，那一天，我莫名的感到浑身一阵力量，原来幸福好简单。那一天，阳光温暖了我的整个世界。

以终为始的原则是我一直在实践着的，而且现在我也得到了它给我带来的好处。日记本里记载的都是我对自己许下的承诺，而每天的表现也是我给自己的兑现。听到同学们又开始赞美我的生活方式，我给予了自己更大的肯定。一天的学习有了计划，就总觉得时间不够用，于是拼命的去充实它；满身的横肉看着是如此的碍眼，于是写个宣言励志去减肥，我要瘦成一道闪电；我告诉自己要心平气和，要足够淡定，我把计划写在手上，写在墙上，然后，我真的做到了。我开心我的性格，我知足我的当下，我更爱我的生活。

人并不是在独处中才会感到孤独，而是在许多人当中感到自己的无足轻重，或是受到周围人的奚落，才更觉孤独，所以，大部分的时间，我都用来战斗。但双赢思维彻底颠覆了我的思维，原来，世界真的足够大，人人都有足够的立足空间，他人之得也绝不意味我的失去。我抛弃了你死我活的心态，不再让自己那么极端而又拼命的挣扎在刀山血海中，不再把人只简单的描述为竞争对手，不再设想只属于一个人的喜悦。我学着去分享，想让别人怎么对我，就怎么去对别人。开始的路很难，毕竟曾经的我是自私的。星星之火可以燎原，我希望我的坚持不懈的改变足够给身边的人们带来与众不同，让时间鉴定。

现在，运动，学习，已经成了我每日的必需，我懂得自己该去做什么。我相信，我是一个连接着过去和未来的转型者，我自身的变化可以影响到许多人。我会面临很多困难，但决不放弃。预测到的阻力不会让我停下，我要有耐心。自我的成长是神圣的，同时也是脆弱的，这是一项人生中最大规模的投资，我可以等待。

人到哪儿都有生存的障碍，人在哪里都有苦有乐。人总要面临取舍。我已不是小青年，我已懂得该抛弃什么，该真爱什么。一个人不一定适应每种土质，但总有一种土壤最适宜于自己生长。我希望的不多，我只期盼所有的梦想都会实现。这一个奢侈而豪华的梦，告诉我一定要坚持自己的原则。在生活的道路上，做一个能唤起每个同志，对生活柔情与热爱的人。

**家教读后感曾仕强范文 第七篇**

书，陶冶了我的性情；书，丰富了我的知识；书，开阔了我的视野；书，给予了我人生的启迪。以书相伴，人生就会有大不一样。生活能够清贫，但不能够无书。博览全书的人，往往知识丰富，能集众家之所长于其身，因此能使人喜欢读书，将使他终身受益。

虽然我们都明白要多读书，读好书。可仍然有一些人没有养成良好的读书习惯，究其原因，那就是因为他们没有对读书产生兴趣，兴趣才就是最好的老师！

读书不仅仅能够让孩子获取广泛的知识，陶冶情操，还能使孩子得到放松休闲，缓解焦虑，调节情绪，与孩子一齐读书，既能留出一些时光与孩子共处，又能要求自我也养成读书的习惯，一举两得。

经常读书的人会思考，明白怎样才能想出办法。他们智商比较高，能够把无序而纷乱的世界理出头绪，抓住根本和要害，从而提出解决问题的方法。经常读书的人不会乱说话，言必有据，每一个结论会透过合理的推导得出，而不会人云亦云、信口雌黄。

读书的最终目的当然就是为了提高对人性的认识，锻炼心胸，逐步训练感受幸福的潜力，培养自信心，构成实践潜力。有道就是“腹有诗书气自华”，因此，养成阅读习惯将受用终生。阅读习惯就是在心灵深处装了一部发动机，一个人养成了读书的习惯，一辈子不寂寞。养不成读书的习惯，一辈子不知所措。

**家教读后感曾仕强范文 第八篇**

读完书中的一段墓志铭，想起小时候经常挂在嘴边、写在日记里的豪言壮语，如今已毕业参加工作三年，没能活出理想中的状态，眼睁睁地看着自己与身边人的差距越来越大，距离越来越远，免不得心生焦虑。时至今日，曾经的美好愿景已差不多成了白日梦。

叹息。何叹息？只要想做，什么时候开始都不晚，更何况此时的你必然还有心有力。重要的是敢不敢拿出归零的心态以全新的自己去开始。人生就是一个不断遇到问题、不断解决问题的过程。若想改变你的人生首先从改变你自己做起。

如何改变自己呢？这也是我近来经常思考的一个问题。本周阅读了朋友推荐的这本《高效能人士的7个习惯》，关于自我管理和人际管理等方面，获益很多。不管做什么事情，首先心态很重要，其次目标要明确，最后搭配工具技巧，往往事半功倍。

改变自己要改变思维定式。“要想改变现状，首先要改变自己；要改变自己，先要改变我们对问题的看法。”怎样看待世界，怎么对待生活，怎么和他人相处等等这些问题的解决方式都取决于我们的思维定式。

思维定式是什么呢？它是关于某种事物的理论、诠释或者模型，由每个人的成长背景、学习知识、生活经验及选择混合加工构成的认知上的固定倾向，影响着你对事物的分析、判断，决定着你的行为和态度，即使最后做出的决策可能不是正确的，得出的结论与现实不符。想起穷人思维和富人思维的对比来，从中可发现穷人思维更多的是消极心态以及由此产生的消极行为，而富人思维则相反。由此可见，如果想要生活发生实质性的变化，我们要学习积极乐观的思维，学会思维转换。人往往在生死关头、生活困窘面前容易顿悟，或者在人生当中的重要阶段，比如高考、毕业、结婚、有自己的孩子等等人生角色转换之际，思维突然发生转变。平时，我们也应该注意思维锻炼，多读书，多关注社会新闻，多听听身边人的意见，多思考事情发展的规则，主动打破常规，打破旧的思维模式，让生活朝着你想要的方向发展。

改变自己要树立以原则为中心的思维定式。以原则为中心，以品德为基础的思维定式，更能“由内而外”地实现个人效能和人际效能。每个人都有自己的为人处事原则，然而并不都是清晰可知、正确无误的。这里的“原则”是指什么呢？

原则如灯塔，是不容动摇的自然法则。

原则是不辩自明的真理，任何人都可以心领神会，就好像人类与生俱来的良知，不分种族肤色，人人具备。即使被社会流俗或个人否定而隐晦不彰，但它们依然存在。

原则不同于实践。实践是个别的、具体的，而原则是深刻的、基本的和普遍的。

原则不是价值观。一群盗匪可以有相同的价值观，但却违背了良善的原则。如果说原则是地域，那么价值观就是地图。唯有尊重正确原则，才能认清真相。

原则是人类行为的指南针，历经考验，长盛不衰，不证自明。

**家教读后感曾仕强范文 第九篇**

书是人类进步的阶梯，书是人类的好朋友。书籍就像“营养品”一样，只有去勤读而精思，才能汲取为自己所作为。而图书馆就是大学里的第二课堂;是心灵的栖息地;也是益于学生丰富阅识、陶冶情操、提升修养的后台，承载着年轻人的希望与梦想。相对于师范生的我，当然更要抓住时间，好好看书，夯实专业基础知识。

一个拥有强大内心的人无论遇到怎样的困境都可以从容面对，泰然处之，所以看书是强大内心的最好方法。我爱看书，很幸运我们拥有一个漂亮大气的图书馆，里面的书应有尽有。古今中外天文地理，那是一个丰富的世界，书的世界值得我们用一辈子去探寻，去领会。遨游在书海中，快乐使然，悠哉悠哉。

在湛师图书馆，我看了好多的书各个方面的书，让我汲取了丰富的精神营养，也发生了好多的事，错的对的一大堆。慢慢的学会承受学会淡然处之。读万卷书，行万里路。但我最欣赏的一句名言是我院图书馆外墙上的一则励志名言“勤能补拙是良训，一分辛劳一分才。----华罗庚”。这句至理名言告诉我们大学生：只要我们付出一分辛劳，就能学到一分能力，那些缺乏天赋、成功条件的人，只要勤学，总能弥补自身不足，才能走向成功。作为当代大学生，我们更不该去挥霍青春时光，理应珍惜最后的系统的自由的学习机会，利用闲暇时间勤去图书馆多看书，为自己充电，未免日后“书到用时方恨少”。

国学大师季老曾这样自评读书心得：“天下第一好事，还是读书。我兀坐在书城中，忘记了尘世的一切不愉快的事情，怡然自得。以世界之大，宇宙之大，此时却仿佛只有我和无言的书友存在。”这句话正是我所努力追求的，也是我们大学生都应该去探索的。我希望更多的大学生能勤去多读书，有计划、目标的去读书，珍惜在校有限的时光，充分利用无尽的图书馆资源，共营书香氛围浓郁的和谐校园。

“书本好比一面镜子，一头驴子照镜子，绝不可能看出一个天仙来。生活在书中比生活在人当中更幸运。”叔本华的这句话很形象的说出了书本的“神奇”作用。无论是工具书还是小说书都可以让我们受益匪浅。古代的那些文人墨客,都有一个相同的爱好-------读书.书是人类进步的阶梯.读书是每个人都做过的事情,有许多人爱书如宝,手不释卷,因为一本好书可以影响一个人的一生。

**家教读后感曾仕强范文 第十篇**

高效的好处毋庸置疑，应该非常好理解，就是当开始高效的时候，我们可以干很多事，因为我们能干很多事，不断对自己形成正向的内心正向激励和反馈，所以会带来我们内心不断的自信成长，并从而让我们对自己的生活和工作进行掌控，做到井井有条！

不高效的表现有很多，不一一阐述。不高效的结果也有很多，但是很大可能性，是对自己的表现总是很气馁，没有自信！从而自己的生活、工作失控，总是处于被动应付的状态！

那我自己是对七个习惯是如何理解，并且如何践行的？

>1、积极的心态：

不要把自己沉溺于负面的情绪中。

这个世界很复杂，我们个体能掌控的东西不多，如果我们看人看事，总是用负面的角度去理解，则会发现我们基本掌握不了任何事。

比如，当他人质疑我们的时候？你的第一反应是什么？

如果第一反应是“我曹，这人怎么这样”，那么我们就会去想这个人是不是处于坏的目的，我们则会想着怎么去反驳他，从而沦陷于无休止的争辩中，并从而让自己的心情变差。

但如果我们的第一反应是“他为什么会有这个问题，我是不是哪里没有想到？”，则我们就会自然而然的去想解决方案，则我们就会再一次得到提升。

那如何管理情绪，让自己做到积极主动？

方法有很多，概念有很多，但我还是最简单的归纳：

常观己短，常见人长，向内归因，向外发展！

>2、归类的方法：

也就是图中的要事第一，当有多项事情并行时，紧急与重要划分四象限。判断紧急和重要的方法就是以终为始作指导。

什么叫以终为始？

举个例子，你要修个花园的时候，是不是首先在脑子里有了花园的样子了，然后按照你脑中花园的样子来建造？

以终为始有什么好处？

举个例子，笔者20\_年经遇人生很大的困顿，通过很长的沉寂思考，终于想清楚这辈子要干啥，从而反推50岁要干啥，那50岁要干啥，则40岁要达成什么成绩，40岁要达成那个成绩，则现在30岁的时候我还欠缺什么能力和经验，从而指导自己主动进行了职业选择，并从而目前来看摆脱了人生困局，并有了清晰的目标，一步一步朝着既定方向前进，并能提前想到前面有哪些困难需要挑战。

所以，养成以终为始的意识和习惯，能让我们学会提前思考未来，全局思考所有可能问题，并从而对现在的事情拆解、分析，弄清楚什么是重要的，什么是紧急的

当你知道什么是重要且紧急的，则会做对事情；我们做不对或者做不好事情，是我们根本不知道目标导致我们做事情很盲目。

>3、习惯的养成：

中国有两句古话：磨刀不误砍柴工；不积跬步无以至千里。

我们都知道计划和总结的，重要性，但是很少有人能做到在没有外界约束的情况下，自己能坚持做次日计划，以及每天对自己做自省总结。

当自己养成无需外界约束，都能每日做次日计划和当日总结的习惯后，会发现自己的思考经常会迸发出火花，可能当时没有用，但是在你预期不到的时候，你的思考总结就会对自己的生活、工作产生了帮助。

>4、工具的运营：

如上，我们会经常迸发出一些想法和思考，但是有时候我们的想法不是在我们准备好的情况下发生的，有可能你在跑步，在吃饭，在逛街等等任何时候，你无意中的走神，都会迸发出火花，在以前，可能这些宝贵的思考点子就一闪而过了。但是，当学会了运用好科技工具，就会积累大量的思考。

能对我们随时随地记录的工具有以下：

微信文件传输助手、印象笔记、笔记小本子、手机自带日常提醒。

>5、高效的最大敌人：

那我们是不是每次都能想得清楚重要和紧急呢？

答案是：不可能。

如图，这是我12号当天写的我这两天要完成的工作，但是实际上，这些工作很多都是并列关系，而不是层级递进关系，所以我们就会迷茫，我到底要干哪件事？

一旦我们开始迷茫要着手干哪件事的时候，高效的最大敌人就出现了———拖延症！

那对抗拖延症的最好方式是什么呢？四个字：先干起来！

当上面的14件事，我随便选哪一件事开始干起来后，就会发现恢复了工作状态，脑子开始运行，并从而开始分析梳理哪件事等下要先干了。

>6、高效的最好朋友：

既然高效有最大的敌人，则高效就有最好的朋友，而这个朋友就是自律。

自律不是苦行，自律是让自己的生活和工作养成规律，例如8点不能赖床必须起来，23：30必须放下手机睡觉，下班前必须写总结。

养成稳定的规律，会让我们不把精力浪费在无谓的事情上面，例如长时间的打游戏或者刷手机（不是不可以打游戏，而是不要花费太多时间）

>最后的总结：

网上有句话：八小时内求生存，八小时外求发展！只有做到高效率工作，才能保证自己可能拥有高密度生活！才能让自己在八小时以外去学习一些东西，才有可能多去体验生活的美好！

**家教读后感曾仕强范文 第十一篇**

《高效能人士的七个习惯》刚拿到这本书，一看名字觉得实在普通，读了这本书让我受益匪浅，获益良多，给予我很多的启发。看完了整本书才理解它销量超亿册的原因。对于我这样刚刚开始工作的新人来说，一本好书就如同一个好的向导。

书中所论述的七个习惯是密不可分的整体，相辅相成。

习惯一：主动积极——个人愿景的原则，即采取主动，为自己过去、现在及未来的行为负责，并依据原则及价值观，而非情绪或外在环境来下决定，创造改变，积极面对一切。

习惯二：以终为始——自我领导的原则，个人、团队和组织在做任何计划时，均先拟出愿景和目标，并据此塑造未来，全心投注于自己最重视的原则、价值观、关系及目标之上。

习惯三：要事第一——自我管理的原则，要事第一即实质的创造，是你的目标、愿景、价值观及要事的组织与实践。

习惯四：双赢思维——人际领导的原则，双赢思维是一种基于互敬，寻求互惠的思考框架与心意，鼓励我们解决问题，并协助个人找到互惠的解决办法，是一种信息、力量、认可及报酬的分享。

习惯五：知彼解己——移情沟通的原则，当我们改变以回答的心态，而以了解对方的心态去聆听别人，便能开启真正的沟通，增进彼此关系，知彼需要仁慈心，解己需要勇气，能平衡两者，则可大幅提升沟通的效率。

习惯六：统合综效——创造性合作的原则，统合综效是创造第三种选择，既非按照我的方式，亦非你的方式，而是第三种远胜过个人之见的办法，它是互相尊重的成果，使整体获得一加一大于二的成效。

习惯七：不断更新——平衡的自我更新原则，在四个基本生活方面（生理、社会、情感、心智）中，不断更新自己，这个习惯提升了其它六个习惯的实施效率。

读书使人进步，这本书让我学到很多东西。仅有事业成功只能算成功了一半，唯有兼顾事业、家庭、人际关系、个人成长等人生其它层面的和谐发展才是真正的成功。在以后的工作中，我们一定要有一个积极主动的工作态度，做任何事情之前，做好充分的准备，把要事时刻作为第一位，避免被偏见、情绪所左右。另外要有双赢的思想，做到诚信，成熟和自信。

在工作中要注意与人的交流合作，如遇到两人意见不同时，要多与人沟通，在分歧中寻求收获。

因此，我们在学习高效能人士的七个习惯时，重要的是一天一点实践，一天一点努力，才能提升自己成功的高度。最怕看书时一阵激情，结果转眼就又恢复了原来的自己。在不断实践“七个习惯”的过程中，完善自我。自我提升和完善是一种原则，也是一个过程，一个在成长和转变之间螺旋式上升的过程，一个人不断完善自我的过程。

**家教读后感曾仕强范文 第十二篇**

寒假的一个晴午，我把《女儿高考》这篇感人肺腑的美文反复地咀嚼。书扉早于被泪水打湿，我却仍沉浸在对父爱的感动与遐想中一位父亲在女儿高考时的心理活动，让我们看到了所有在爱的考试中取得满分的父母对孩子那深深的爱！

我想，本文最令人叹为观止的还是那贯穿全文的自语式独白。它生动细腻地描写出了这位父亲在高考进行时想象女儿答题的情景与自己对女儿说的话。字里行间，无处不体现着父亲对女儿那深沉细致的爱。

当我读到：怎么，看不懂？你鼻尖上冒出细细的汗星子。别急，女儿，看看题，再想想，实在不行就跳过去的时候；当我读到：早点吃的很少，我尝了尝，盐巴似乎放多了，你口干吗？的时候；当我读到：唉，女儿我没有心肠做饭。这段时间我还是来陪着你吧。如果真有所谓特异功能该多好，我能传达给你力量，信心，以至于智慧的时候，心好像被一种平凡却伟大的力量撞了一下难道不是吗？在这看似随意的三言两语间，都能发现父爱闪亮的影子：想拥有特异功能，这是个如此天真的想法！但它寄托了父亲此时紧张与焦虑的心情呀，瞧！父亲多么深沉！

其实，我最欣赏的是这位父亲除了深沉，也给这份爱赋予了一个诗一般的代名词。在这是，你只注意考卷，只忙着答题。你不知道父母也和你一样在考试，在为你加油，在祝福你！这个句子中，父亲把关爱子女比作成了一场考试！呵，真是妙喻！

难道不是吗？你得了重病，需要住院。父母将怎样做？这就是考试嘛，在考父母对儿女的爱！那么，在做作业时吃饭时玩耍时，这场考试也会开始，它是随时随地的。但令人惊奇的是，父母们甚至不用上一天的课，总能在这些爱的考试中取得满分！

我读过许多赞美父母的文章，可从没有像现在这样感动。或许，我们已把父母的考卷刻在心上，勉励自己在真正的考试中还有生活中细节处，用切身行动来回报父母孝敬父母！

多么精彩的一篇文章！多么伟大的一位父亲！感受它，透过它，我受益匪浅；我看到了所有在爱的考试中取得满分的父母对孩子那深深的爱，我懂得了感恩。

**家教读后感曾仕强范文 第十三篇**

阅读史蒂芬。柯维《高效能人士的七个习惯》一书，对书中所介绍的7个习惯有了新的理解，虽然成功人士的七个习惯（即主动积极、以终为始、要事第一、双赢思维、知彼解己、统合综效和不断更新）早已不是什么新鲜的培训主题了，但却是为数不多的经典之一，当我系统地重温这七个习惯的时候，还是能够有一些新的领悟的。

这本书第一章就提醒我们，要由内而外全面造就自己。高效能的生活是有基本原则的，只有当我们学会并遵守这些原则，把这原则融入到自己的品德中去，才能享受真正的成功和幸福。要由内而外地全面造就自己，首先要转变思维，要改变现状，首先要改变自己；要改变自己，先要改变我们对问题的看法，需要你自内打开，敞开你的心灵，努力探寻你的心灵，因为生活源自于此。书中还讲到品德为成功之本，品德比能力更加重要。

有能力而品德欠缺的人可能会取得一时的成功，但无法获得长远的成功。人的品质比他的言行更具说服力，品质好的人即使不能说也不会道、不擅长交际，也会赢得信任。比如现在人才市场的招聘，招聘单位越来越看注应聘者的人品，因为他们相信，能力和技巧都是可以很快培养出来的，而一个人的品格却是需要时间和复杂的条件下养成的。再如，一个好的企业必然秉承着正确的价值观，一个好品格的员工更加容易认同这些正确的价值观。个人要在任何领域真正实现高效能，必须同时具备高尚品格与能力。能均衡

发展这两个元素的人，才能成为值得被信赖的人。

价值观是什么？它是我们对人、事、想法、原则的重要性及优先顺序的认识，是自我选择的信念与理想。当一个人感知或确认自己的信念是真实的、可靠的，那他就会以此来指导自己的行为！而原则是自然法则或基本真理，它独立存在于我们的认知以外（比如：正直、忠诚、自制、质朴、勇气、同情心、贡献、公正），是人类良知的一部分，每一个崇高人生都是由原则来塑造的，原则控制了一切！虽然我们能控制自己的行动，但唯有原则才能真正主宰这些行动所产生的结果。只有我们将行为的、价值观的结合到原则的层次，将使我们的适用性更宽广、格局更大、内心里更舒坦，而言行更能趋于一致。只有专注于自己能控制的东西，放手自己不能控制的东西，并且有足够的智慧来对二者作出区分，人才会活得少一点忧虑，多一点充实，才能做到真正的高效能。

思想决定行动，行动决定习惯，习惯决定品德，品德决定命运。习惯对我们的生活有着极大的影响，因为他是一贯的，在不知不觉中，经年累月的影响我们的品德，暴露我们的本性，左右着我们的成败。这本书告诉我们的七个好习惯，要我们积极主动、以始为终地开始行动，习惯是知识、技能与意愿的融合，关键是你想要做，自己有意愿。七个好习惯是实现个人与人际关系高效能的途径，而其精髓不仅仅体现在每一个习惯，更蕴藏于各习惯之间的相互依赖关系及先后顺序上。

>习惯一：积极主动

人性的本质是主动而非被动的，人类不仅能针对特定环境选择回应方式，更能主动创造有利的环境。个人愿景的原则一直以主动行动，最终达成结果的一个过程，是自己主动积极的典范，比如，时常加班加点，任劳任怨，主动积极的本质是内心拥有选择的力量。主动积极的人是一个拥有内在安全感和自信的成熟的人。当我们遇到外界刺激的时候，积极主动是源于价值观和原则做出的自我的选择，采取主动，并承担自我选择的责任。实践积极主动的人会从我做起，一切操之在我。积极主动的另外一个层面是要保持积极主动的心态，即专注和扩大我们的影响圈。

>习惯二：以终为始

太多的人成功之后，反而感到空虚；得到名利之后，却发现牺牲了更可贵的事物。因此，我们务必掌握真正重要的愿景，然后勇往直前的坚持到底，是生活充满意义。每个人都是自己人生的导演，撰写着自己的人生剧本。个人、家庭、团队和组织在做任何计划时，均先拟出愿景和目标，并据此塑造未来，全心投注于自己最重视的原则、价值观、关系及目标之上。所有事物都经过两次的创造，先是在脑海里，其次才是实质的创造。其实自我领导的原则就是以终为始的，他是心智创造先于实际创造，点燃生命的热情。

>习惯三：要事第一——自我管理的原则。

时间管理有诸多的著作，核心内容不外乎时间管理矩阵。有效管理是掌握重点式的管理，他把最重要的事放在第一位。我们总是被各种事物所左右，我们总是随波逐流，哪些事情紧急而重要？哪些事情重要却不紧急？哪些事情紧急却不重要？哪些事情不紧急也不重要？在有限的时间里，我们到底该怎么做？要事第一给我们提供了一个模型：在从容与救火之间，要做一个选择。更多去关注重要而不紧急的事情，从此入手，消除干扰，启动一个良性循环系统。

书中提到的一个建议倒是可以试试，就是不管每天被紧急的事情如何缠得无法脱身，也要抽一点时间来干自己重要的事情。重要的事，就是时刻臣服于自己的使命宣言。

>习惯四：双赢思维

人际领导的原则双赢思维是近年来的热门词语。双赢者把生活看做一个合作的舞台，而不是一个角斗场。这个世界并不是非强即弱，非胜即败的。人际交往有六个模式，即利人利己，损人利己，舍己为人，两败俱伤，独善其身，好聚好散，而利人利己皆大欢喜才是双赢的结果，世界之大，人人都有足够的立足的空间，他人之得不视为自己之失。李光耀说过：拥有阳光已经足够。双赢思维做为一个概念人人都能理解，但养成一种习惯，却需要正直、诚信、成熟、知足的双赢品格和远见灼识。尤其在我们这个时代，双赢还需要一定的勇气。其实我们所要做是，人人都养成双赢思维的习惯，共建双赢的规则和体系，让双赢体系存在于我们的单位，我们的团队，我们的家庭和我们的朋友中。

>习惯五：知彼解己

移情沟通的`原则知彼解己有两层意思，即善于倾听和换位思考，正确合理表达自己的，让别人了解

你的真正意思。首先，每个人在要表达自己的意见之前，先应该真心实意地去倾听对方的表达，真心实意地了解对方的想法，从对方的角度思考问题，这样才能做到有效的沟通，不至于曲解对方的意思或者引发对方的防卫心理。其次，依从品德第一，感情第二，理性第三的原则和顺序来表达自己的意思和观点。听过和知道是两回事，知道和明白是两回事，明白和理解是两回事，理解和运用是两回事。

沟通的四个基本原则：专注、完整、接纳、同理心；沟通的五个基本要素：点头、微笑、倾听、回应、做笔记；沟通分五心：喜悦心、包容心、同理心、赞美心、爱心；沟通分四个层次：忽视、假装、选择、留意；沟通又有四个误区：价值判断、追根究底、好为人师、想当然。真正的倾听是以平等和尊重为前提的，而真正的表达则以品德与感情为基础。知彼需要仁慈心，解己则需要勇气，能平衡两者，则可大幅提升沟通的效率。高品质沟通时有一句话印象深刻：同流才能交流，交流才能交心，交心才能交易。这一原则是人际交流的关键。

>习惯六：统合综效——创造性合作的原则。

统合综效的基本心态是：如果一位具有相当聪明才智的人跟我意见不同，那么对方的主张必定有我尚未体会到奥妙。每个组织都在强调；团队精神，统合综效其实是双赢思维与知彼解己的行动版本，在有了双赢思维作为思想基础和知彼解己作为沟通准则后，合作以追求高效的组织行为也就水到渠成了。个人的力量是团队和家庭统合综效的利基，能使整体获得一加一大于二的成效。合作中有一点很重要，也就是善于体察、学习和利用团队成员的智慧，而不是觉得自己是团队中最聪明的一员，要保持谦虚的心态，要有虚怀若谷的胸襟。

统合综效谈的既非按照我的方式，亦非你的方式，而是整合提练出第三种远胜过你我个人之见的办法。它是互相尊重的成果，不但是了解彼此，甚至是称许彼此的歧异，欣赏对方解决问题及掌握机会的手法。实践统合综效的人际关系和团队会扬弃敌对的态度不以妥协为目标，也不仅止于合作，与人合作最重要的是，重视个体不同的心理、情绪、智能，以及个人眼中所见的的不同世界。这是创造式的合作，所谓聪明就是能正确感知世界，精明就是急于表现自己的聪明，善于掩饰自己的聪明叫高明，能够左右高明的人叫英明。

而现实世界里往往是精明的人太多，高明的人太少，英名的人基本上没有。优秀团队的特征之一即团队成员的互补性，如唐僧师徒四人不失为一个优秀的团队，他们中每一位团队成员都有不同的才能和个性，也常有不同的见解甚至可以说他们每个人都有缺陷，但他们的目标是坚定和一致的，而且最终他们达成了目标。

>习惯七：不断更新——平衡的自我更新的原则。

人生最值的投资就是磨练自己，因为生活服务人群都得靠自己，这是最珍贵的工具。所以不断更新是前六个好习惯的源泉和动力，不断更新身体、心智、精神和社会情感，只有和谐地发展自己这四个方面的能力，才能不断提升我们的产能，才能保证其余六点习惯的履行和实施效率，不至呈现老化及疲态，并迈向新的成长之径，也才能保持个人和组织的持续发展。

人生最高明的投资策略莫过于在生理，心智，心灵及社会情感方面，从日积月累的进展中，不但拓展了自我成长空间，也协助了他人成长。工作本身并不能够带来经济上的安全感，只有具备了良好的思考、学习、创造和适应能力，才能立于不败之地。

七个习惯并非零落、分散的心理法则，它们是符合人的成长规律。七个习惯浇灌出来的最高级、最美好、最甘甜的果实就是齐心合力，就是把自己、爱人、朋友和同事合众为一。当今社会，成为高效能的个人和组织已经不再是一种选择，而是一种必要，这是进入赛场的入场券。

**家教读后感曾仕强范文 第十四篇**

《道德经》在中国几乎是家喻户晓，两千多年来一直影响着人们的思想和生活。读书应该与时俱进，不断吸取新鲜营养，但同样也不能放弃对传世经典和传统文化的学习。读高中的时候，我曾经粗略的读过老子的这本著作，但只是一知半解，似懂非懂，后来随着生活阅历的丰富，慢慢的体会多了一些。

在我看来，《道德经》是一部充满了东方智慧的哲学著作，对中国社会和文化产生了非常深远的影响，对现代社会同样也具有很好的指导意义。其实，我们很多常说的典故和词语就来源于《道德经》，如无为而治、上善若水、大象无形等等。当然，虽然它只有短短的五千言，但是思想非常深刻，要把它完全读懂也不是件容易的事，今天我主要想讲一下我读后的一点心得：柔弱胜刚强。

万事皆有“道”，如为官之道、从商之道，还有现在流行的养生之道等等，大到治理国家、管理企业、小到为人处世和个人生活，都离不开“道生之、德畜之、物行之，势成之”的道理——就是说事物产生之后，要用道德去培养它，用实际行动去支持它，并且依照形势去发展它。老子在《道德经》中赋予“道”以至高的地位，“道”的地位之所以无穷无尽，就是因为它的本性是柔弱。如果把它运用到我们的生活中，就是柔弱胜刚强。

柔弱与刚强是一对矛盾体，那么柔弱是如何战胜刚强的呢？它需要忍耐和克制，需要韬光养晦、忍辱负重，需要年复一年的付出。“水滴石穿”的道理大家都知道，水是至柔的东西，但是它却蕴含了无穷的力量。海纳百川，有容乃大；壁立千仞，无欲则刚。其实，正是因为柔弱，它才蕴含着无穷的潜力，才能够永远充满活力。就像柔弱的小草，在狂风暴雨中随风飘摇，却永远不会折断，而高大强壮的树木，却很容易被大风摧折。

历史上也有很多的故事说明了这个道理。刘邦因为有柔弱的性格，处处小心谨慎，每次大难临头都化险为夷，项羽虽然骁勇善战，可惜他狂妄自大，到头来却身败名裂，乌江自刎。还有勾践“卧薪尝胆”、韩信“胯下之辱”的故事，都说明了这个道理。弓满易折，人强易亡，柔弱胜刚强。试想，假若当年越王勾践不忍辱负重，意气用事，何来日后东山再起，报仇称霸？同样，要是韩信不受跨下之辱，冲动之下拔剑杀人，后来的`结果恐怕是以身偿命，默然消失，就没有以后叱咤风云，击败霸王项羽流芳百世的将军了。

“野火烧不尽，春风吹又生。”小草是柔弱的，但是它的生命是顽强的。在抗日战争中，当时弱小的中国忍辱负重，最终战胜了强大的日本侵略军。在现在和平时代，我们国家一直坚持韬光养晦的外交政策，实际上就是不逞强，以低调的姿态参与国际事务的处理，赢得了世界各国的尊重，而美国凭借他的霸主地位，到处惹是生非，国际声誉每况愈下。

柔弱，并不是胆小怕事、唯唯诺诺，它在现代社会表现出来是一种谦虚谨慎、低调务实的态度，是一种虚怀若谷的胸怀。对于为人处世而言，柔弱是一种自我修养，它教我们要学会不自满、不逞强，要学会韬光养晦、宁静致远，不要因为一时的成功就沾沾自喜、得意忘形，也不要因为一时的失意就消极懈怠、丧失信心。对于为官从政而言，柔弱也是一种生存智慧，即使身居要位也要低调谨慎，要善于守拙，不能锋芒毕露，否则弓满易折。“天下之至柔，驰骋天下之至坚。”适当的示弱，才能够以退为进，成为最后的赢家。

柔弱胜刚强，这是古人教给我们的哲理，仔细品读《道德经》，你可以感受到老子的思想穿越时空，直达我们的心灵。收起你的锋芒，保存你的实力，卧薪尝胆，以柔克刚，在合适的时候主动作为，必将成就一份伟大的事业。

**家教读后感曾仕强范文 第十五篇**

读书，让我拥有一份绝美的心境。

每当恬淡的黄昏，或是静谧的夜晚，我会倚在床的一角，手捧一本书静静地读，默默地品味。打开一本书，我从书中，能够随意想象，想象自我是蓝天，一望无际;想象自我是月夜，寂静美丽;想象自我是海浪，澎湃不息……

渐渐地我进入书的世界，一天学习的疲劳和一些生活琐事的烦恼便顿消大半。此时，我便拥有了一份绝美的愉悦心境。

读书，让我的教育理论更丰富。

“书籍是人类提高的阶梯”。教师需要读一些教育理论书籍，经过读书能够加深自身底蕴，提高自身学养。利用课余时间，我读了一些教育专着，很有感触。

李镇西教师的《爱心与教育》使我的心灵受到激荡，“随意或许是一种美丽，而执着却是一片更灿烂的云彩”，让我重新反思自我的“随意”与“从容”，突然间我觉得以前的“随意”是一种逃避，以前的“从容”包含着惰性;博士肖川的《教育的梦想与信念》运用了感性的文字表达理性的思考，用诗意的语言描绘多彩的教育世界，以真挚的情感讴歌人类之爱，以满腔的热情高扬教育的梦想与信念……他们凝练、隽永的文字和独到教育的阐释给我深深的启迪，也改变了我的生活观和教育观。

读书，让我更自信地应对生活。

当我因辛勤工作而收获甚微感到牢骚满腹时，书会告诉我要笑对生活，这时我会浑身充满工作的活力;当我遇到困难，想打退鼓堂时，百折不挠的居里夫人就会浮此刻我的眼前，激励我鼓起勇气继续努力;当我抱怨自我一无是处，“天生我材必有用”这句名言会告诫我。

当我志得意满时，“一杯水的容量”会提醒我，看似满满的一杯水还能容纳100多个回形针，自我还有许多能量可挖掘;当我安于现状，不思进取时，屈原的“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”，就会在我耳畔响起;当我流连于书墨暗香，聆听谆谆教诲，就会仿佛置身于智者云集中，心灵得以净化，精神得以弘扬。

读书，让我体会别样的乐趣。

读了一些书，也有了一些自我的想法，禁不住拿起手中拙劣的笔，写下自我的所见所感，怀着忐忑不安的心境尝试着投稿，当自我的文章在某些报刊杂志上占有一席之地时，那种感觉，别提有多么的欣喜，这也许就是读书的另一种乐趣吧!

**家教读后感曾仕强范文 第十六篇**

我喜欢读书，书是我的朋友，与我形影不离。

我看的书内容很广泛，从教育类到管理类，从生活类到家教类，从工作励志文到文学美文，从医学养生到电脑技术等等，我都如饥似渴的遨游其中，一一拜读。

在教育书籍中，我平时喜欢看《小学语文教师》、《中小学管理》、《小学语文教学》、《金明教研》、《福建教育》等教育杂志，这些教育杂志可以让我在思想上始终走在教育的前列，时刻了解教育的最新动态。

在管理类书籍中，我最喜欢看曾仕强教授的，他的《中国式管理》、《中国式团队》、《人际关系与沟通》、《易经与人生》、《大易管理》、《情绪管理》等都对我影响很大。

值得一谈的是《中国式管理》，《中国式管理》就是中道管理，就是中庸式的管理，是情理法的管理，是修己安人的历程。日理万机而不失策。做人做事要兼顾并重，通过好好做人来把事做好。领导的意义，在于发挥安人的潜力。以不变应万变是管理的高智慧。持经达变是最有效的管理方式，有原则，却必须因人、因时、因事、因地而变，要持经达权，合理应变，才能圆通而安人。管理的最高境界是无为。基层的员工是枝叶，干部是树干，老总是树根。树是上上下下一条心的。根不必招摇，而是要让自己的树干越长越粗，最后把华丽留给枝叶。管理一定要制度化，但是制度化不是最好的管理，制度化之后要加上四个字：衡情论理，然后合理解决。

曾仕强的《情绪管理》一书也使我受益匪浅。在《情绪管理》中我明白了情绪是可以管理的，我们要对自己负责，不要把责任推给脾气。情绪管理三步走：

一、你的心情会影响别人的情绪。

二、要想让别人的情绪稳定下来，你必须先让自己平静下来。

三、要先找自己的错误，勇于承担。

做事要做到无过无不及，要注重度的把握。情绪的最高境界是自由自在，毫无拘束。做人不要过分，只求合理。

在生活类书籍中，我读了《人性的弱点》、《论语》、《老子》、《孟子》、《周易》、《大学》、《中庸》等等，感受着智慧大师那“事能知足心常惬，人到无求品自高。的人生境界：“人生一世，极尽繁华，不过一掬细沙。”“人，来自尘土，必将归于尘土。”“无就是有，有即是无”。“品味舍得，智慧人生”常读此类书籍，会让我们的心胸如大海般宽广。

有关工作励志方面的书，我颇为喜欢的有《胡雪岩的启示》、《让老板欣赏的白领秘书》、《围炉夜话》、《每天进步一点点》、汪中求的《细节决定成败》等等。我领悟到了人生的理想就是要做好阶段性的调整，不断的提升自己的层次和生活境界。在工作中要居安思危，知难而上，努力拼搏。要不断的加强修炼，提升境界。

我也喜欢读中医养生学，《皇帝内经》、《中医学基础》、《中医学概论》、《本草纲目》等等，虽然不是怎么能看懂，但书中那辨证施治，阴阳五行相生相克，五脏六腑互为子母，心肝脾胃肾与水木金火土一一对应的关系就足以引起我的极大兴趣，一方面感慨着祖国中医学的博大精深，另一方面又想拜个老师学个一二，想想那该是多么荣幸的事。

说起读书我就觉得自己滔滔不绝，有说不完的话。读书，就像柴、米、油、盐一样，是我生活中的必需品，是我人生不可缺少的营养品。“工作再累也要读书，收入再少也要买书，住处再小也要藏书，交情再浅也要送书。”。书可以让我变得豁达，变得理智，变得成熟，活的快乐。活到老，学到老，与书相伴是我一生不悔的选择。

**家教读后感曾仕强范文 第十七篇**

通过参加这次培训，让我明白了两个道理：

第一，明白任何一个人都会做事，但是很多人做事却总是不得要领，不分主次一通乱做，结果是什么事情都没做好，适得其反。美国玫琳凯公司创始人玫琳凯。艾施说过：“急事争办、重事重办、普通事按常规办；程序化的事务弄个规距、流程来办；没有意义的事情可以应付敷衍；没有头绪的事情先易后难；办一件、销一件、不拖拉、不忙乱。”

纵观自己在平时的工作中就存在有时处理事务时没有分清主次，思路不是很清晰，显得有时很茫然，工作效率就佷慢，取得的效果就不是很理想。通过参加这次培训，知道要做好事情就得有预见的计划和安排，才能充分保护好时间和精力。任何工作任务，一旦开始执行，速度是第一位的，完美程度是第二位的。只有争取到时间，才能有效的控制好结果。对于我们每一个人来说，就要求我们在实际的工作中办事不拖拉，工作有速度。

第二，明白“学”与“习”的结合，方能成就未来，谈到学习，我不由的想到了先辈们“学而时习之，不亦说呼”、“业精与勤，荒于嬉，行成于思，毁于随”的古训。少时的我并不真正明白其中的深奥哲理，现在回过头想想这就是至理名言。“学”的过程就是照搬别人的经验，而“习”则是提取有益自己的补丁来为自我遮风挡寒。

学习的过程就是从感性到理性升华的过程，学习的过程只有上升到了理性，才能变成自己的东西，这些理性的积累就是自己的财富，有了这些平时积累的一砖一瓦，才有日后的高楼大厦。工作本身并不能给人带来经济上的安全感，而具备良好的思考、学习、创造与适应能力，才能使自己立于不败之地，拥有创造财富的能力才是真正的财富。面对日新月异的发展形势，每个人都必须树立终生学习的观念，时时处处不忘学习，把工作当成最好的学习，做到学中干、干中学、学习与实践相结合，达到工作学习两不误、相促进、双丰收的目标。

古语说“工欲善其事，必先利其器。”也就是说，我们想做好自己的工作，仅有积极的态度是远远不够的，必须得拥有干工作的真实本领。

我们只有通过工作中不断学习，才能掌握干好工作的本领，成为一名高效能的员工。

**家教读后感曾仕强范文 第十八篇**

我信仰叔本华的实际：喜好欣赏一目明了的书的人是勤奋的人，只要欣赏那些需要本身反复思索本领明白的书的人，才是真正念书的人。我以为一个民族也是云云。一个没有相比深邃著作的民族是不创造八的民族。真正的深邃，不是由于它阔别我们的一样平常生活，而是由于它直面天下本身的繁芜。我的欣赏也是云云。我喜好欣赏深邃的著作。在欣赏中我夸大想象和遐想。再笼统的实际表述，在举行思辨明白的同时，我把它复原成一样平常生活的图景。有些只需要现成的遐想，有些需要想象的布局。我不停以为，无法进入笼统观点的人是短少想象的人；短少想象的人要是自以为明白笼统观点，这个观点在他那边也曾经是一个去世的工具了，既没有团结才气，也没有天生才气。

我”在石板上刻骨铭心地“观”着。镜子呢？镜子照旧镜子。我从君子书末尾“念书”生存。村里的巨细孩，从初中学校借回君子书。有些巨细孩还爬到教师家或供销社里去偷君子书。借返来的第二天就要还，于是一本君子书在村里轮番读到天明，轮不着的干怒视。读小学的我放学回家，紧张任务是放牛，读君子书的机会比其别人多。其时用得最多的一个短语，大概便是“改革的东风”。在这“东风”中，我感触到了父辈们终身的“悲凉”。这种“悲凉”感越来越猛烈，末了成了未成年的我存眷屯子一草一木专一的“眼”。读高中时，我冒死地思索农人的运气。读的书越多，越创造七，越感触到天下的严惩、知识的无涯、思索的无穷，而人在此中的运气也越贴近，越飘渺。我不知不觉走上笼统之路。当年的“屯子之思”远了，“人的运气”这个维度却刻骨铭心了。

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！