

2023年选择读后感(实用6篇)

读后感受是种特殊的文体，通过对影视对节目的观看得出总结后写出来。那么你会写读后感受吗？知道读后感受怎么写才比较好吗？以下是小编为大家收集的读后感受的范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

选择读后感篇一

这本书的每一篇文章、每一句话、每一个字确实凝结了作者、编审们的汗水和泪水。用“断翅飞马”前沿中的话说——我们确实是在创造一个属于所有残疾人的奇迹！一点也没错，这本书的出版，本身就是个奇迹！！！！！！

这些饱含着真情的文字，向世人诉说着他们的无奈、渴望，展示着他们的坚强和勇气，相信每一个用心读过这本书的人都能感受到！

这近百篇的文章，多数是讲述了当天灾人祸降临到自己身上的时候，当这一切无法改变而又不能逃避的时候，他们是如何让自己有了这份坚强，从而走出阴影的。

其实，不管文章是描写的什么，也不管是痛苦还是快乐，他们无一例外的选择了坚强。生活中的巨变，突然间的风雨，让他们在黑暗中看到了更大的光明，所以他们不甘心受命运的束缚，他们把压力和痛苦变成了动力，他们把自己的人生演绎出了更为夺目的光芒！而且他们的精彩人生还将永远延续下去！！！！！！

相信每一个人都有着自己的或大或小的理想和心愿，那就为了这个愿望去选择坚强吧！用自己的双手和能力去付出、去拼搏，不计成败、不计得失，只奋发于脚下的目标。

借用一句话（据说是姚明的话）——努力不一定成功，但不

努力一定失败！书中的每一位主人公，他们什么也不想，就想如何让生命活的更有意义！他们努力了，他们成功了，他们做到了，他们的人生路不比健康的人差，他们的生命的的确确实绽放出了如花的笑容！！！！

为了心中的那个梦，为了心中的那份渴望，努力吧！

世上没有能不能，只有做不做！！！！！！

选择读后感篇二

据美国媒体5日报道，美国佛罗里达州一名八旬老妪独中5.9亿美元彩票，创下美国个人中彩奖金最高纪录。据中国新闻网7月12日报道，7月10日，新疆和布克赛尔县查干库勒乡松树沟牧场巴音查干村牧民巴生·革玛家的羊群在雷雨天气中遭到雷击，173只羊被雷电击中瞬间死亡，牧民经济损失严重。

看到上述两载报道，对第一则报道我们会惊呼：噢——，太幸运了！对第二则消息我们会同情叹息：啊——，太倒霉了！这两则新闻都关联到一个名词——“运气”，一个是意外之喜的运气，喜出望外；一个是飞来横祸的运气，祸从天降。

运气，《新华词曲》的解释是：命运，机会、机遇。它不以我们人类的意志而产生或灭失，它突然而来，突然而袭，瞬间就能改变我们的生活和轨迹。有时我们苦苦追求经年的目标会因为运气降临，一刹那就得偿所愿；有的我们苦苦经营数载，却因为一场厄运，瞬间毁于一旦。

近日拜读了美国著名财经类畅销书作家吉姆·柯林斯 [jimcollins] 的新著《选择卓越》 [greatbychoice] 该书是研究“10倍速公司”的成功之道的。所谓“10倍速公司”是该书自创的一个名词，是指在一个给定的时期，与其行业指数相比，业绩胜出至少10倍的公司。

读完此书，我感兴趣的不光是10倍速公司的致胜之道，我更感兴趣的是书中的第七章——“运气的回报”。吉姆·柯林斯以一章的篇幅研究了运气之于公司发展进步的影响。

象个体的人一样，公司在其发展和进步中同样也会面临“运气”一说，有的公司碰上好运气，顺风顺水，连年盈利，规模业绩在同业中一马当先；有的公司则运交华盖，一着不慎，船破屋漏，厄运连连，亏损破产甚至倒闭。

该书在确定运气事件上是这样定义的：运气事件需要满足以下三个条件，第一，事件的重要方面与企业中关键角色的行动，基本没有关系或完全没有关系；第二，事件具有潜在的重大后果（好的或坏的）；第三，事件具有不可预测的要素。这样定义的目的就是要确保“运气事件”必须是确确实实的“运气”，没有丝毫人为的痕迹。因为一旦有了人为的痕迹，那就不能成其为“运气”。

该书研究了包括微软、苹果和英特尔等公司在内的七对比较公司。研究表明，10倍速公司并不比对比公司运气更佳，两类公司都会遭遇运气事件——好的或坏的，且在给定时期内数量大致相当。由此该书得出结论，认为运气并不是10倍速公司（优异公司）成功的原因，而10倍速公司之所以更成功、更优秀，原因在人！

应当说，这个结论并不出人意料之外。但是，看完此书，我笑了：某个公司恰好摊上了某个能人、才子、伟大的管理家和经营家，比如通用之于韦尔奇、微软之于盖茨、英特尔之于格鲁夫、苹果之于乔布斯等等，然后公司才成为了举世瞩目的“10倍速公司”，你能认为这不是该公司摊上了最大的好运气吗？你还能说10倍速公司成功的原因并不是运气吗？！

不过，对于本章结尾作者的另一研究结论我还是表示赞同的。他说，10倍速公司的成功在人，这个人就是他们的领导者。10倍速公司的领导者之所以能带领公司在不确定的环境

中最终胜出，并做到优秀、优异，关键在于他们将好运气视为他们取得成功的促成因素（尽管其他人也都有好运气），并且他们从不将自己遭遇的挫折或失败归咎于坏运气。

结合前面章节研究的成果，我理解他这段话的意思是，10倍速公司的领导者都极其注重平时的经营、管理、战略和预案，他们都能够推动公司做到“苟日新，日日新”、持续努力、不断进取，并且经常居安思危，时刻做好遭遇坏运气时的应对之策。我觉得，这才是10倍速公司之所以卓越的根本所在。

令人兴奋的是，柯林斯在本书也涉猎了一点“人的运气”的研究。他在书中对读者建议到，一个人要想有好运气，虽然没有固定的章法可循，但是通过适当的努力却可以增加获得好运气的机会，比如找到合适的导师，合适的合作伙伴，合适的团队（成员），合适的朋友或合适的环境等等。这个意思是说，一个与伟人共事的人总比一个混迹于普通人群中的人容易成功，你在一个开采黄金的矿区工作总比在一个养殖奶牛的农场挤奶更容易发现和得到黄金，如果你经常研究或购买彩票，那肯定比那些从来都不买彩票的人中大奖的概率要高……这个观点估计没几个人有异议。

记得几年前台湾管理学大师余世维教授也曾在一堂课上讲到过“人的运气”问题。他说他曾看到一个材料，说人的一生一般至少会遇到七次运气——这里的运气是指那种能改变命运的运气，第一、二次大约在青少年，可能因为我们年幼无知而忽视了、忽略了，没有抓住；第六第七次，又可能因为我们年纪老了，价值观改变了，不想抓或不愿抓了，也没抓住；因此一生中真正能够改变我们命运的“运气”大概只有两三次。

是的，我们的生命中的确存在着运气。运气之于我们每个人确实很重要，而且即使再蹉跎的人生，一生中至少会出现两三次那样的运气。人与人之间差距的形成，如果单从运气角度来说的话，第一是你有没有遇到那样的运气，第二是你

有没有把握住在你命运中出现的运气，第三是你是否正确应对和摆脱了生命中的厄运。大体如此而已。

再回到开头的两载新闻案例。

象美国老太太那样的好运气不是每个人都能有的，但是类似巴生·革玛家那样的厄运我们每个人则很有可能会遭遇到。作为我们每一个普通的人，在日常生活中我们绝不能把改变命运的希望寄托在象美国老太太中5.9亿美元巨奖这样极小极小概率的“运气事件”上，但是我们却必须要做好遭遇到类似巴生·革玛家厄运的思想准备和物质准备，同时，我们更要在我们自己的生活中象柯林斯大师建议的那样，努力为自己创造获得好运气的人群、环境和时机，并持之一恒地按照人类公认的成功之道努力奋斗，当属于我们的运气有一天忽然从天而降的时候，别让它跑掉，牢牢抓住它，就象盖茨、乔布斯那样，牢牢抓住它，像柯林斯在书中研究的结果那样，“将好运气视为（无我们）取得成功的促成因素”，那么我们就一定能成功！

美国总统奥巴马就是这样一个优秀的典范。无论是论出身还是比财富，不要说和那些官二代、富二代相比，即使和一般的美国白人相比，奥巴马都明显处于劣势。但是，奥巴马按照美国社会的行为法则和成功要素艰苦努力、奋力打拼，最终让自己成为了美国第一任黑人总统。奥巴马幸运吗？当然幸运，第一他是美国黑人，第二则是他参加竞选的时机千载难逢。不要说早前十年、二十年，即使只在五年前，美国公民是否愿意让黑人担任他们的总统还处在一个相当艰难的认知过程。有了这样的环境，有了这样的运气，再加上奥巴马自己多年不懈的努力，奥巴马成功了！

运气，关于运气，应该是人类永远也探究不完的课题！

选择读后感篇三

辛苦劳累了一天，回家躺下能够美美地睡上一觉，对每个人来说都是再惬意不过的事情了。能够有个健康良好的睡眠质量也渐渐成为如今人们所追求的生活理念之一，那么平常我们所了解到的会影响睡眠质量的因素有枕头的材质、枕头的硬度、枕头的手感等等，还有一个更为关注的话题就是枕头的高度。那么关于枕头高度的选择问题，我们一起来看看吧。

通常情况下，枕头的适宜高度，以10~15厘米较为合适，但具体尺寸还要因每个人的生理特征，尤其是颈部生理弧度而定。肩宽体胖者枕头可略高一些，而瘦小的人则可稍低些。睡眠习惯对于确定枕头的高度也有影响，习惯仰睡的人，其枕头高度应以压缩后与自己的拳头高度相等为宜；而习惯侧睡的人，其枕头高度应以压缩后与自己的一侧肩宽高度一致为宜。当然，无论仰睡、侧睡都能保持颈部正常生理弧度的枕头是最理想的。

如果大家还是有疑问的话，建议大家用以下这种方法来确定枕头的高度：用自己的拳头测量（不能用他人的拳头测量）：喜欢仰睡的人如果是睡软枕枕头的高度应以压紧枕头后（确定软枕头的高度时一定要把枕头压紧，这样才准确，因为不同材质的枕头其弹性是不同的）本人一立拳的高度为佳；喜欢侧睡的人如果是睡软枕枕头的高度应以压紧枕头后本人一立拳的高度叠加一平掌的高度的和为最佳。

针对上面所提到的枕头高度的选择原则自己如何测试适合自己的枕头高度的小方法，希望可以对大家起到一定的作用。不管是自己，还是家里的小孩儿和老人，亦或是身边的朋友们，每个人都想有一个优质的睡眠，那么在下次需要选购枕头的时候，大家一定要注意怎样挑选适合自己的枕头高度，避免枕头过高或者过低所带来的影响甚至伤害。

选择读后感篇四

人生是无数个选择路口汇聚而成的交集。尤其是离开大学后，每个人都仿佛从天真烂漫的游乐场模式迅速过渡到了荒野求生模式，每天面对的都是陌生的问题和压力，承受着突然其来的压力，没有人能够独善其身。而我们曾经听到过的那么次告诫，突然会在这一刻放大音量再次回响在耳边：选择比努力更重要。

既然选择比努力更重要，那么我们更加应该听下大神级人物的说法。斯蒂芬柯维是美国著名的演讲大师和作家，他的《高效能人士的七个习惯》对于职场的影响尤其之大，很多企业都用这个理论作为初入职场人士的培训教材。而美国人的思维方式和中国人有所不同之处，他山之石可以攻玉，自然有作为殷鉴的地方。

美国人的思维方式崇尚简单明了。对于当今世界充满的各种各样的冲突，斯蒂芬柯维提出了一个简单明了的建议：那就是在各种各样的选择摆在面前时，能否突破思维惯性使用第三个选择？这是需要勇气的。

我们的生命中充满着各种问题——很多看似无法解决的问题，个人问题，家庭问题，工作，邻里以及更广泛领域中的问题……面对问题，我们绝望，放弃，不情愿地妥协，我们需要新的出路去解决这些问题，我们需要一把钥匙去解决人生最棘手的问题。

在我们的固有思维里，面对问题时我们会选择“我的方法”或者“你的方法”，第三选择是要带领我们走进一个全新的领域，寻找“我们的方法”。

斯蒂芬柯维的第3选择说理透彻：一个人可能遇到的所有难题，比如家庭难题，事业难题等。解决这些难题需要双赢思维，突破画地为牢的思维桎梏。那就是能够设身处地的对方的问

题看成自己的问题，将我的问题或者他的问题看成一个整体去思考如果能够获得共同的解决方法。

作者在书中举了很多例子来说明如果获得共赢的结果，从社会领域到个人的发展领域不一而足。其实道理十分简单，但是本书的论说除了说理，还有着励志色彩。在作者看来这个第三选择不单是为了解决问题，也是为了让作为读者的我们成为一个更加完善的人。

中国人在古代就说，己所不欲，勿施于人或者是退一步海阔天空，传统智慧里就包括了这本书中所说的道理。中国社会正走在快速发展的道路上，相对于几十年前不管是物质市场还是思想市场产品的匮乏，现在是一个多元化的时代。多元化时代既造成了人们的物质利益容易发生冲突，也容易使得人们容易为各种学术和公共问题发生意见的争论。

因此双赢思维不单是一个人的完善需求，也是考验一个人不能够成为一个优秀的公民。作者并不认为第三选择是件容易实现的事情，他在书中列举了一大堆要素：同理心，爱，尊重，耐心等；也列举了一系列思维框架帮助人们建立实现第三选择的方法。

选择读后感篇五

与公司部分家人们在二楼会议室学习《第三选择》，学后感触颇多，记录如下：

首先我们在概念上要明确什么是第一选择？什么是第二选择？我的理解如下：第一选择就是一切以自我为中心，在利益面前，我要打败对方。在责任面前，我要想办法把责任全部推到别人身上。这符合中国人的大众心理。

第二选择就是退让，忍让，与六项精进中的“思利他”相近，符合中国人的“退一步海阔天空”的儒家思想。

以上两个选择都没有离开“总和定律”，在你输我赢或你赢我输的轨道上。那么用第三选择，不仅难打破了“总和定律”，还创造了新的价值，在共赢的轨道上。我对第三选择定义的理解是：

当双方有争议时，或在利益面前有分歧时，双方不争论谁对谁错，也不讨论谁的责任，更不去计算个人利益得失。而是双方通过沟通，合作，把问题解决，然后去创造更多的价值，达到共赢！

选择了第三选择。任何问题就容易解决了。就算一时解决不了，有了第三选择的心态，问题就会得到控制，事态不会恶化，矛盾不会上升。

之前我负责振兴生产时，总是指责振兴的领导只要产量与产值，不要质量。也因成品线的人对振兴人员的不理解，心生烦恼，甚至与成品线人员发生语言冲突。那时总想说服振兴领导，让振兴领导以质量为中心来开展工作，结果失败了；也总想能得到成品线人员的理解。结果成品线人员是无法理解。那是因为我用了是第一选择和第二选择。没有说服振领导，没有打败对方（第一选择）。自己隐让，退让，问题还是没有得到有效解决（第二选择）。学习了第三选择后，大家应静下心来，与振兴领导商量如何达到共赢，与成品线商量如何做才会减少与振兴人员矛盾，朝“达成”这个目标去努力。不去抱怨，不去指责，不奢求得到别人的理解。因为攀高老师讲得好：强大的人不去追求公平，只求解决问题！

关于这个问题，攀高老师讲得比较清楚，四个步骤，我个人的理解是：

第一步：询问：在问题，在争议，在利益面前，要询问对方的想法，对方的需求，同时，也要表达自己的想法，自己的需求。使双方均知道彼此的思想。询问过程中，不批评，不评论。

第二步：界定：在了解彼此的想法与需求后，双方静下心来，商量怎么做，才会更好？这一点很重要。后面要怎么做，双方才会更好？达到共赢！而不是你好我不好或我好你不好！

第三步：创造：当双方或多方（也叫大家）界定了怎么做后，就开始实施，也就是攀高老师所说的创造了。其实这里所说的创造，就是行动！

第四步：达成：就是按大家界定的思路去行动，去创造，创造过程中按生产体系中的pdca循环去执行，达成双赢目标！

3、《第三选择》这节课，虽然没有六项精进这么感人，但我觉得比六项精进更好！六项精进重点在概念上，思想上。而第三选择不仅阐述了概念，思想，也明确了如何去做第三选择。打个比喻，六项精进是iso的质量手册，第三选择不仅仅是质量手册，包括程序文件和作业指导书。理念与作业指引同时并存。

选择读后感篇六

与公司部分家人们在二楼会议室学习《第三选择》，学后感触颇多，记录如下：

1、概念的理解

首先我们在概念上要明确什么是第一选择？什么是第二选择？我的理解如下：第一选择就是一切以自我为中心，在利益面前，我要打败对方。在责任面前，我要想办法把责任全部推到别人身上。这符合中国人的大众心理。

第二选择就是退让，忍让，与六项精进中的“思利他”相近，符合中国人的“退一步海阔天空”的儒家思想。

以上两个选择都没有离开“总和定律”，在你输我赢或你赢

我输的轨道上。那么用第三选择，不仅难打破了“总和定律”，还创造了新的价值，在共赢的轨道上。我对第三选择定义的理解是：

当双方有争议时，或在利益面前有分歧时，双方不争论谁对谁错，也不讨论谁的责任，更不去计算个人利益得失。而是双方通过沟通，合作，把问题解决，然后去创造更多的价值，达到共赢！

选择了第三选择。任何问题就容易解决了。就算一时解决不了，有了第三选择的心态，问题就会得到控制，事态不会恶化，矛盾不会上升。

之前我负责振兴生产时，总是指责振兴的领导只要产量与产值，不要质量。也因成品线的人对振兴人员的不理解，心生烦恼，甚至与成品线人员发生语言冲突。那时总想说服振兴领导，让振兴领导以质量为中心来开展工作，结果失败了；也总想能得到成品线人员的理解。结果成品线人员是无法理解。那是因为我用了是第一选择和第二选择。没有说服振领导，没有打败对方（第一选择），自己隐让，退让，问题还是没有得到有效解决。（第二选择），学习了第三选择后，大家应静下心来，与振兴领导商量如何达到共赢，与成品线商量如何做才会减少与振兴人员矛盾，朝“达成”这个目标去努力。不去抱怨，不去指责，不奢求得到别人的理解。因为攀高老师讲得好：强大的人不去追求公平，只求解决问题！

2、如何做到第三选择？

关于这个问题，攀高老师讲得比较清楚，四个步骤，我的理解是：

第一步：询问：在问题，在争议，在利益面前，要询问对方的想法，对方的需求，同时，也要表达自己的想法，自己的需求。使双方均知道彼此的思想。询问过程中，不批评，不

评论。

第二步：界定：在了解彼此的想法与需求后，双方静下心来，商量怎么做，才会更好？这一点很重要。后面要怎么做，双方才会更好？达到共赢！而不是你好我不好或我好你不好！

第三步：创造：当双方或多方（也叫大家）界定了怎么做后，就开始实施，也就是攀高老师所说的创造了。其实这里所说的创造，就是行动！

第四步：达成：就是按大家界定的思路去行动，去创造，创造过程中按生产体系中的pdca循环去执行，达成双赢目标！

3、《第三选择》这堂课，虽然没有六项精进这么感人，但我觉得比六项精进更好！六项精进重点在概念上，思想上。而第三选择不仅阐述了概念，思想，也明确了如何去做第三选择。打个比喻，六项精进是iso的质量手册，第三选择不仅仅是质量手册，包括程序文件和作业指导书。理念与作业指引同时并存。