

# 和坏习惯说拜拜的读后感(优秀9篇)

认真品味一部作品后，大家一定收获不少吧，不妨坐下来好好写写读后感吧。读后感书写有哪些格式要求呢？怎样才能写一篇优秀的读后感呢？下面是小编为大家带来的读后感优秀范文，希望大家可以喜欢。

## 和坏习惯说拜拜的读后感篇一

《高效能人士的七大习惯》是一本非常值得我们学习的书，里面清晰的介绍了七个习惯，并加以分析。这些习惯其实就是一个整体，它们可以互相影响。在读完这本书后，我觉得对我启发最大的是书中介绍的第三大习惯“要事第一”。

在有限的时间内，有些事情不做也是可以的。必要时也可以拒绝。但是哪些事情必须首先去做？哪些事情可以延后？按照我们常人的做法，都会习惯的把急着完成的事先做完，再去解决其他问题。自以为这样做是最有效率的，结果往往恰得其反。很少会先去分析每件事情的重要性。很多人都没有去分辨什么是要事什么是急事。想要做一个有效能的人，不管是在学习中，生活中，还是工作中，都应该记住一个原则“用少量的时间去处理急事，将焦点放在重要但不紧急的事情上，赖保持效益和效率的平衡”

大家都知道，高效能人士是能够坚持跟进的’人，想要做到“要事第一”，我们可以做好每日计划表或每周计划表。把所有需要完成的事情列出来，再根据自己的目标需求分析每件事对自己的重要性，尽量减少一些不必要的杂事，然后按照重要性的顺序从大到小开始完成。

书里面的知识对于作者来说可以使他所认为的真理，对于我们来说他们是优秀人的经验，我们想要真正的提高效能，肯定是需要我们付出实践的，实践才是真理，加油吧！

## 和坏习惯说拜拜的读后感篇二

《习惯的力量》是美国畅销书作家杰克·霍[jackd[hodge]撰写的一本畅销书，被公认为是一部优秀的作品。书中剖析了“习惯”在每个人生活和事业中表现出来的强大的力量，并告诉我们如何利用这种力量，发挥潜能，改进方式，使个人最终突破自我、完善自我，最终改变自己的坏习惯，培养积极向上，自我控制、奋发图强的良好习惯。

最近根据公司的安排，我将《习惯的力量》放在床头，每晚睡觉翻阅一个章节，从开始的强迫看到最后每晚想看、必看，认真品味书中每一个案例、故事。特别是书中引用马克·吐温的一句话：“关键在于每天去做一点自己心里并不愿意做的事情，这样你便不会为那真正需要你完成的义务而感到痛苦，这就是养成自觉习惯的`黄金定律。”

在我看来，不愿意做的事情，一部分是懒得做的，一部分是厌恶做的，一部分是畏惧做的。懒得做的事情，若是工作中的事情，有时觉得做了就吃亏了，所以不做。厌恶做的事情的确是因为自己心里不愿意做，如果做了就会痛苦。畏惧做的，大多是自己力不能及的或者说要与人合作的事情，是由不得自己心愿的事情。

记得我刚来到公司时，作为公司的总经理助理兼办公室主任，由于以前在其他公司养成了事事亲力亲为的习惯，对办公室的同事做事总觉得不放心，哪怕是一点小事，都要亲自过问或者亲自去做。比如每年公司年终总结大会，从会场布置到会议议程、甚至座位图都是自己亲自画，总感觉交给其他同志怕出错。这样做的结果一是伤害了同事们的工作积极性；二是不利于培养锻炼年轻人；三是自己累得昏天黑天最后还没有讨到好。一个人在能干，也没有团队的合力大，这大概就是习惯的力量吧！

## 和坏习惯说拜拜的读后感篇三

今天，我在《心灵鸡汤》这本书上读了一篇我们都有过这个坏习惯的文章。

这篇文章的名字叫《甩掉拖延的坏习惯》，主要讲了一个女士在怀孕期间买下了毛线，给孩子织衣服，然而他却一拖再拖，孩子出生了，然而那些毛线却不够给孩子织一件衣服了。

我的现实生活中，也有过拖拉的坏习惯——今天的作业拖明天，明天的作业拖明天，明天的作业拖后天，这样一来，大后天的作业是不写都不行了，写吧，那会被写晕的，不写吧，下一次还要受更大的罪。唉！！我们必须克服拖延的坏习惯，莎士比亚说：不良的习惯会随时阻碍你走向成名、获利和享乐的路。

读了这篇文章，我有所感悟。

## 和坏习惯说拜拜的读后感篇四

苏教版小学语文把培养良好的学习习惯总是放在课本的开篇部位，其用心良苦也！虽然只是一两句口号性的语句和几幅示例插图，但其中的奥妙真的需要老师用心去体会。我一直都很喜欢教材开头的“习惯篇”。大幅图片为学生养成良好学习习惯提供了效仿的榜样，与图相配的简短而又凝练的句子能帮助学生把这些良好的学习习惯熟记于心，使之真正成为“习惯”。在我看来，这一部分的内容，是在为孩子的生命做奠基。所以，我的语文教学常围绕“习惯篇”来展开。

“习惯篇3”共有5页彩色插图，其中第1至3页的主题是“勤于朗读背诵”。第1页和第2、3页上面的图侧重于让学生进一步学习朗读、背诵的正确姿势，第2、3页下面的图则侧重于让学生明白朗读、背诵有哪些方法。看，刚下课，几位好朋友就在高大的梧桐树下背起了课文；放学回到家，小红就赶

快把新教的课文背给妈妈听一听；课堂上，同桌之间比一比谁先把课文背出来。他们是多么勤奋呀！这些生动的画面，充满了丰富的想象，让学生有榜样可依，从而促使他们养成勤于朗读背诵的良好习惯。

“习惯篇3”第4、5页向我们展示了学生课外阅读的情景。学生们有的在图书馆选书，有的在教室里读报，有的互相交流读书的体会，最令人难忘的是第一幅图那个笑得乐呵呵的男孩，让我们也感染着他读书的快乐。我想，无须解释，学生便明白什么是“乐”了。

五页生动的插图，让我们看到到处都有孩子们读书的身影，让我们深切感受到书是孩子们最喜欢的东西。“勤于朗读背诵，乐于课外阅读”是使孩子们受益一生的良好习惯。然而，“冰冻三尺非一日之寒”，良好读书习惯也并非一朝一夕就可养成。那么让我们和孩子一起努力，做一名自觉的读书人，让读书为我们的生命做奠基！

## 和坏习惯说拜拜的读后感篇五

今天，我读了一篇文章，名字叫《习惯》。主要讲述了卡罗尔经常给他的邻居送馅饼，一开始，卡罗尔的邻居对卡罗尔的善举心存感激，过了几次后就觉得这些是理所当然的事。最后，他因为卡罗尔工作忙，没给他送馅饼而大喊大叫。

读完这篇文章，我想对史密斯夫人说：“你的邻居并没有义务给你做馅饼，你却把它当做理所当然的事，这太不应该了。你应该礼尚往来，也给卡罗尔送一些礼物。这样，你们的邻里关系才会变得融洽，和睦。”

读完了这篇文章后，看到了史密斯夫人的所作所为，我开始反省自己。我以前也干过这样的事，爸爸妈妈起早贪黑地上班，辛辛苦苦地为我们挣钱，下班还要给我做饭，晚上还要给我辅导作业，周末还要送我上特长班。刚开始，我还心存

感激，可是到了后来，我把这当成了理所应当的事情。开始向爸爸妈妈发脾气，有时候妈妈让我做我不想做的事情时，我就大发雷霆，现在想想真是太不应该了。我以后要对爸爸妈妈心存感激，长大以后报答爸爸妈妈。

有感激到抱怨，也许这个过程并不漫长，但是，我们还是意识不到当中的变化。以后我要对别人的善举知恩图报。做一个心存感激，滴水之恩涌泉相报的人。

## 和坏习惯说拜拜的读后感篇六

《播种一个好习惯》是一本教人如何改掉坏习惯的好书。

播下一个行动，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。习惯可以决定一个人的命运！

人总是会不知不觉被坏习惯所左右。当你习惯于吃饭看电视，上厕所看报纸，便已经被这小小的习惯束缚住了。在我的经历中，有很多同学都习惯于上课迟到，做作业拖拉；习惯于写字潦草，没有耐心；习惯于躺在床上看书，吃东西……殊不知，坏习惯可以消磨你的意志！

看看周围的人，都有或多或少的坏习惯，只是很多人漠视它，仅有很少的人沾染了坏习惯之后，马上琢磨着怎样改掉。要改掉坏习惯也不容易，但当你习惯于遇到困难就躲开，把责任推到别人身上时，它已经影响了你的人生态度。

书中告诉我们，养成好习惯要21天，记住，21天后的你会发生一个蜕变，成为一个全新的你。何妨尝试一下呢？利用假期，多点时间找找自己的坏习惯，播种几个好习惯，当假期结束之后，你会惊喜地发现自己发生了多大的变化！

只要有意志，再大的坏习惯也能改掉，最终的赢家是你！

## 和坏习惯说拜拜的读后感篇七

人的习惯是很重要的看一个人的习惯就能看出这个人是一个怎样的人。

习惯有好和坏有的人习惯常看课外书这就是一个好的习惯看多点课外书能增长字的知识和对一些事物的了解能促进我们的学习进步。有的人习惯作弄别人这就是一种坏习惯就拿习惯看课外书和习惯作弄别人来对比一眼就可以看出喜欢看课外书的人是一个好学勤奋的好学生而一眼就看出喜欢作弄别人人是一个在别人的心中是一个大坏蛋学习成绩一定很差什么也不会做时常搞三搞四这种人就会很少朋友甚至连一个朋友也没有所以良好的习惯对人来说是十分重要的还有读书也有不良的习惯许多同学在阅读的时候速度很慢这是由于一些不良的阅读习惯造成的。

常见的不良习惯有几个方面：一见到生词和生字就听下来不会跳过去阅读下文不会联系上下文猜测文字的意思在心中默读或小声地逐词朗读不断回视已经读过的内容。

以上几种不正确的阅读习惯不但影响阅读的速度而且影响对文章大意的正确理解通过以上的几个例子说明一个良好的习惯对一个人来说是很大作用的我们人人从小就要养成一个良好的习惯例如玩完或者吃完东西都要去洗手不要随地扔垃圾多看一些有意的课外书多吃一些力所能及的事情。

所以有不良习惯的人要把坏习惯改掉养成一些良好的习惯这些良好的习惯会让我们做什么事都会成功。

## 和坏习惯说拜拜的读后感篇八

今天我读了《小学生枕边书—启发小学生的100个哲理故事》中的一个小故事《当优秀成为一种习惯》，感受很深刻。

故事主要写了在一次市级三好学生的评选测试中，老师让优秀的同学们自己动手削铅笔，并完成答卷。当很多人信心满怀地走出考场后，却发现只有几个人才被评上。原来老师在考场上还出了另一道题：考场走廊上横卧着笤帚和一些纸团，大多数同学只是视而不见，只有少数几位同学捡起来放到垃圾桶中。而要求用铅笔答题中，很多同学将铅笔碎屑弄得到处都是，只有几名同学包起了碎屑。所有参加测试的同学这才恍然大悟。

看了这个故事，给了我很大的启发：人生的考试无处不在，自己如果能培养好的习惯，那么人生就有了一个好的开端。那些学习十分优秀的同学在这次文明素养的测试中却变得不再“优秀”，这是多么的遗憾！

古希腊哲学家亚里士多德说：“优秀是一种习惯。”我觉得很有道理，优秀的人有优秀的习惯，懒惰的人有懒惰的习惯。一个人的习惯是在平时的点点滴滴的事情中表现出来的，举个例子来说，一些同学有随手乱扔垃圾的坏习惯，当别人指出来以后而且还很不自觉，没有意识到他的行为不但破坏了整洁的环境，还是不文明的表现。

如果每个人都能时刻注意自己的言行举止，在任何测试中都会取得理想的成绩，优秀成了一种习惯，讲文明、树新风，那么我们的生活将会变得越来越好。

## 和坏习惯说拜拜的读后感篇九

这是一本由一名教师在所教的一年级和二年级这两年的时间里，精心整理出来的73封每周一信。读罢，顿时感到每一封信都饱含着顾舟群老师对于学生的认真负责，对学生的那种爱，也使我从另一个角度重新认识这名时常能在教学楼看见的同事。

顾老师用自己对于学生的爱集结成书，让每一个教育人可以

分享着她的教育理想、爱、快乐，分享着一年级新生的成长。一封封信，使得顾舟群老师得以在家长和学生之间，架起了心灵沟通的桥梁，让爱和智慧可以迅速的传递。顾老师可以算是我在教师工作中的一个榜样，让我这个刚刚踏入教育行业的新人，获益匪浅。

儿童时期，乃至青少年时间，是形成良好习惯的关键时期，这将会对孩子今后的学习，生活产生一定程度的影响。在我看来，良好的习惯是需要从小养成的，在这其中离不开教师和家长的正确引导。我依稀记得曾经有一位教育家苏霍姆林斯基也说过类似的话。

在快节奏的现代生活中，能静下心来坚持与家长进行每周一信的沟通，实属不易。从书中，使我为顾老师的那种对教育事业的这份坚持而感动。在对这73封信中，我也感受到了顾老师对于工作的那种认真负责，对于教学过程的那种严谨，她的故事充满着智慧的气息。

这是一本值得我慢慢细读的好书，而作为一名教育工作者的我来说，这本书为我提供了与家长沟通的技巧与方法，这本书为我提供了如何让一年级的新生，习惯养成的具体指导方法。

学生的成长，从习惯开始。而教师与家长的共同成长，让我们从沟通开始！