

一问一答能力读后感 能力陷阱读后感(通用10篇)

当看完一部影视作品后，相信大家的视野一定开拓了不少吧，是时候静下心来好好写写读后感了。那么你会写读后感吗？知道读后感怎么写才比较好吗？这里我整理了一些优秀的读后感范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

一问一答能力读后感篇一

在陆总的推荐下，我阅读了《能力陷阱》这本书，读之前看到书的包装上印刷着“think like a leader□act like a leader”像领导一样思考，像领导一样行事。自己还比较担心，书中的内容自己是否受用，读完之后反倒没有最开始的担心了，书中有很多想法，是对个人眼界的开拓，对个人能力提升也是有帮助，只要用变通的脑袋去读，里面可以汲取的知识还是蛮多的。

书中写到，要想成为领导，或者说想在岗位上获得晋升，那么就需要你跳出自己的“舒适圈”，去做一些自己以前没有做过的事情，因为自身固定的做事方法，会限制自己的思维，用通俗的话讲就是——“位置决定想法”，在一个位置干的久了，自然而然就顺手了，会形成一套工作方法和思维模式，这样的方法会让自己在现有岗位上顺风顺水，但是当遇到新的问题的时候，这些固有的工作方法和思维模式就会成为自己的绊脚石，在新的问题上让自己陷入困境，所以在工作中要去多学多看多交流，不能闭门造车，要跳出自己的工作范围，拓展一下自己眼界，看看新的解决办法，新的思路，认识新的人。

新的东西才会诱发自身的改变，这是一种由外到内的改变，传统的方法告诉我们，“一日三省吾身”，这样的由内到外的自省效果不够明显，自己还是在用老的思维方式在思考，

得到的答案也会有局限，这样个人就会陷入原地踏步的误区，停滞不前。

书中写较为具体，在读书过程中我也做了许多的笔记，例如有魅力的领导者都有以下3个共同点：

- 1、人生阅历丰富，从而产生了坚定地信念；
- 2、能通过讲述个人故事来与他人进行良好的交流；
- 3、他们的想法、实际所做的事自己他们自己之间有很强的一致性。

做一个领导如是，做一个优秀的人也如是。人生阅历不足，多去经历，多去问有经验的前辈；倘若要说服一个人，那么也通过自己的个人故事来讲道理，让对方能够有更深的代入感；做事之前要有想法，有想法就要坚决的去落实，光说不练假把式，把思想和实际行动结合起来，执行能力强的员工才是好员工。

书中的想法很多，篇幅有限，仅列有限的内容与君分享，读书不能死读书，要动脑子读，书中哪些东西可以为我所用，记录下来，作为自己以后的行事准则，方不枉读了本书。

一问一答能力读后感篇二

在一个二手书的交易市场，不小心看到了这本书，开始吸引我的不是《现代化的陷阱》的书名，而是他们这个系列——中国问题报告，可是只有《现代化的陷阱》这本书的一排摆在书架上，一看就知道是那种销量不太好的书，1997年出版的，现在还没买完，可是当看到那段书背后的话时，我有种莫名的亲切感，还有点痛快的激动，于是4块钱就把这本书买下了，由于作者的直率，很直白地谈了中国诸如国有企业改革、圈地热等在中国很热但无人谈的问题，对这些公开的秘

密作者入木三分，实有痛快之感！能看见这本书——缘分，更是幸运！

虽然书中谈论的问题是改革开放之初的问题，但是作者对其问题的负面性的预测和警示让人信服，看了这本书，让我明白我们身边的很多社会经济问题：腐败、道德滑坡、贫富分化、官等等，在改革开放初期就已经以各种形式展现，很多今天的社会问题在当时就已经种下了祸根，可谓是必然。1997年作者写了这本书，时至今日，10年，今天我们的状况怎么样？——悲哉！

我得到这本书，有点“英雄所见雷同”之感，但是我不敢讲这话，因为尽管我的很多想法虽然是自己的原创和书中之意不谋而合，但是毕竟我比她晚了10年，今年20xx年了；而且我在有些看法上很肤浅，所以看这本书更有被“闷棒”般的震撼！

在此，我佩服一个女性的勇气，敬仰她作为一个知识分子的良知！同时也感受到了要做一个她这样的知识分子的艰辛和无奈！艰辛之处在于要拿出那么多数据来揭示中国公开的秘密是多么的不容易，而无奈则在于结局的悲哀，这种结局包括作者本人的遭遇和她警示的问题的结局，只能让人无奈！

一问一答能力读后感篇三

暑假读了《培养小学生抗挫折能力的100个故事》一书，书中有很多故事都值得老师和家长一读，书中告诉我们当学生遭受挫折时，我们可以引导他们化挫折为动力，一个人不经历挫折永远不会长大，身心不会成熟，挫折是人一生中必须要经历的，能遇到挫折也是一种幸运。

纵观中国的教育，我们不难分析小学生抗挫折能力差的原因。

中国父母是世界上最“宠爱”孩子的父母。在中国家庭里，父母处处为孩子设置“温室”，他们希望把世上的一切幸福和欢乐都给孩子，把一切不幸和痛苦都揽到自己身上，不让孩子经历失败，看到失败。殊不知，恰恰是这样的环境使这些“小花”们畸形地生长，甚至过早地夭折了。父母的庇护不但没能使孩子茁壮成长，反而让孩子在面临困难时束手无策，无所适从，经受不起挫折的打击和考验。“温室”里养出来的小花耐挫能力差，是我们教育者所忧心忡忡的。如何提高小学生抗挫折的能力，是我们教育者的当务之急，读完这本书，我豁然开朗起来。

“温室”小花长期接受赞扬、忍让、宽容等养分的滋养，以至于无法面对别人一丁点儿的指责。从小养成惟我独尊、倔强好胜、骄傲自满的性格特点。“自古英雄多磨难，从来纨绔无伟男。”在学校他们天不怕地不怕，好出风头，意志力较强。针对他们的特点，从书中我得到的启示是，注意挖掘其性格中好的一面，进一步培养他们的争胜心和意志力，同时纠正其惟我独尊的骄气。

陶行曾经说过创造的人生“是患难与欢乐所织成”，并告诫学生要懂得“失败为成功之母”。在孩子遇到挫折想要退缩时，教师要适时鼓励孩子以积极的态度主动地去面对挫折。当学生因目标过高而产生挫折感甚至引起心理障碍的时候，教师要引导学生及时调整自己的心态，降低自己的愿望与要求，学会放弃，树立正确的挫折观。例如在这个学期里，我任教的班级里有名女生，成绩一向很好，平时在班里总是名列前茅，可有一次考试成绩却较差，她从此一蹶不振，连上课都常常走神。这时我就抓住这件事，利用课前五分钟讲了《无腿小鸭》的故事，使学生们明白：失败是正常的，只有经过失败，人才能从失败中吸取经验教训，才能吃一堑长一智。任何事情，都不可能一蹴而就，不可能一次就成功，都可能经过长期的失败才取得成功的’。这样日积月累，潜移默化，挫折耐力就会渐次提高，从而做到宠辱不惊，成败安然，将胜利、失败都化为零的起点。

书中告诉我们，挫折教育在提高挫折耐力的同时，要加强学生对抗挫折的能力。教师在平时的教育中教给学生对抗挫折的方法；抗挫教育应渗透到各门学科之中，这对小学生养成抗挫的心理素质极为重要。如何施教，如何挖掘教材中的抗挫因素去引导学生敢于克服困难，使他们慢慢地形成坚强的意志力、顽强的拼搏精神，是培养小学生抗挫心理素质的主要环节。在课前五分钟给学生们讲伟人或名人们是如何对待挫折的；让学生看世界名著（如《鲁宾孙漂流记》、《钢铁是怎样炼成的》、《轮椅上的梦》等），从名著中学习如何对待挫折，使学生明白挫折并不可怕，生活中的挫折和磨难，会给人打击，带来悲伤和痛苦，但也能使人奋起、成熟，变得坚强起来。

阳光总在风雨后。风吹雨打是万物生长必经的过程，能在风雨中傲然挺立的花朵才可以享受雨后阳光的沐浴挫折对于生长在安逸环境下的孩子来说无疑是一种健康成长的“催化剂”，让他们经受风吹雨打，直面挫折，战胜挫折，他们就一定能茁壮成长，挫折并不可怕，可怕的是没有战胜它的勇气，只有经历过挫折的人才能在以后的生活中更加坚强，我也相信生活一定不会亏待这样的人。

一问一答能力读后感篇四

一千个读者一千个哈姆雷特，个人读此书后，最大的印象有以下四点，串起来，实质就是如何改变自己。

首先，生活中，我们往往因为自己的优势而不自禁地掩饰了自己的劣势。这个事实是如此明显，但我们确实很难发现。很简单，当一个擅长羽毛球的人，面对篮球和羽毛球两种选择时，自然而然会选择参加羽毛球活动，这是一个再正常不过的选择。但正因为这种“正常”思维，恰恰就限制了我们全面发挥自己本有的能力——我们的羽毛球水平会越来越高，但也放弃了其他球类水平提高的机会。这是个人总结的第一

大陷阱，我们一步一步跳进这个能力陷阱，越来越深，一旦环境改变，我们便很难从中跳出。所以，能把自己不擅长的事做好，将短变长，那才是高人。思想上承认这点，是成长的前提和基础。

其次，因为人性本身的弱点，我们难以发现自己的短处。人们总有个习惯，就是总会做自己认为对的事情。无论如何，我们对事物的评判，不管是客观地看、主观地看，还是什么其他高大上的套路，有一点肯定是不变的，那就是“用自己的脑袋想问题”，而这就必然限制于自己脑袋的知识储备，也必然会出现你认为绝对的事偏偏就出现了你想不到的结果，你认为自己没有的短板偏偏就会在事物中反映出来。这是个人总结的第二大陷阱，所以，能主动发现甚至被动发现自己短板，是成长的必要条件。因为只有找到问题，才能找到发展方向。

再次，大多时候，我们就算看到问题，也会下意识地找千万种理由来“说服”自己那不是问题。这是个人总结的第三大陷阱。这种例子大概有两种，要么是一旦发现问题，往往第一时间想到是外界的客观影响有多大、多深；要么我们会承认自己的错误，但因为思维定势以及所谓的习惯等因素，大多只是会停留在意识上的承认，因为既有的各种阻碍实在难以在行动上改过。所以，能发现问题所在，还能将改变付诸于行动、敢于在自己“不熟悉”的环境下前进，才算是踏上成长的道路。

最后，我们往往被根深蒂固的“先思考后行动”思维所限制。诚然，先想后干，三思而行，往往事物会更稳妥，但这仅局限于做已经确定了的事。而学习新事物、尝试做改变，则需要先行动后思考，因为只有实践过了，才知道改变后的事物趋势，否则还是在老路子上徘徊。这也是能力上的终极陷阱，如果总是以自己擅长的思考方式来思考如何改变自己的短板，往往转了一圈短板还是短板，因为根本上、实质上的内在因素并没有改变。所以，要改变自己，首先要先从行动上出发，

反过来改变自己的想法；若想成为一名优秀领导，首先就要行动上表现的像一个领导；要想成为一名优秀文秘人员，首先要多去实践再来总结。所以，行动起来，比什么都重要，成长的道路就是需要这一步又一步的行动。

扬长很必要，但如何将短变长才是王道。

一问一答能力读后感篇五

感觉本书的名字起得不好，原名act like a leader, think like a leader更接近作者的原意。

本书教我们如何应对新的环境、新的职位、以及在瓶颈期如何突破自己。随着环境的变化，我们应该能够快速调整自己的行为方式，提升自己的眼界和思维能力。想法在行动之前，但是执行力才是更重要的，在行动的过程中我们才能更好地修正自己的想法，拓展自己的视野，升华自己。

成长的5个阶段：

1. 发现差异。只有当身处变化之中，或者对现状不满的时候，人们有了更强烈的改变的想法，但仅仅停留在此阶段并不能改变现状。
2. 只减不加。如果你只是做着同样的事情，和之前保持着同样的想法是不可能取得进步的，进步源于实践。所以此阶段可以在做好本职工作的同时去尝试一些新的活动；参与不同的团队，链接更多的人。
3. 混乱迷茫。在改变的过程中我们都会有迷茫时间，此后需要不断地挖掘自己的优势和劣势，寻找最适合自己的组织和处事方式，并不断完善自己的价值观。
4. 重新定位前进方向。修正方向，继续前进。

5. 内在化。我们每天的行动中，95% 是都是习惯性的。只有当我们把优秀的行动内化到自己的行动中去，才算完成了升华。

一问一答能力读后感篇六

寒假里，我读了许多故事。让我印象最深的还是《父爱陷阱》。

《父爱陷阱》主要讲了一个人与父亲打猎，落入陷阱，后来自己爬出来，却发现父亲就是陷阱边。他气极了。后来才知道，父亲想培养他的生存能力。

这个故事引发了我许多思考：世上只有这种父爱吗？不，有许多种。溺爱、帮助之爱与严厉的爱。文中这种则是严厉与帮助的结合。

我又想到了我爸爸。他悄悄为我做了许多事，是一种无言的、无回报的爱，文中的人才明白这种爱，我也是，所以，我要好好孝敬爸爸。

一问一答能力读后感篇七

在陆总的推荐下，我阅读了《能力陷阱》这本书，读之前看到书的包装上印刷着“thinklikealeader□actlikealeader”像领导一样思考，像领导一样行事。自己还比较担心，书中的内容自己是否受用，读完之后反倒没有最开始的担心了，书中有很多想法，是对个人眼界的开拓，对个人能力提升也是有帮助，只要用变通的脑袋去读，里面可以汲取的知识还是蛮多的。

书中写到，要想成为领导，或者说想在岗位上获得晋升，那么就需要你跳出自己的“舒适圈”，去做一些自己以前没有做过的事情，因为自身固定的做事方法，会限制自己的思维，

用通俗的话讲就是一一“位置决定想法”，在一个位置干的久了，自然而然就顺手了，会形成一套工作方法和思维模式，这样的方法会让自己在现有岗位上顺风顺水，但是当遇到新的问题的时候，这些固有的工作方法和思维模式就会成为自己的绊脚石，在新的问题上让自己陷入困境，所以在工作中要去多学多看多交流，不能闭门造车，要跳出自己的工作范围，拓展一下自己眼界，看看新的解决办法，新的思路，认识新的人。

新的东西才会诱发自身的改变，这是一种由外到内的改变，传统的方法告诉我们，“一日三省吾身”，这样的由内到外的自省效果不够明显，自己还是在用老的思维方式在思考，得到的答案也会有局限，这样个人就会陷入原地踏步的误区，停滞不前。

书中写较为具体，在读书过程中我也做了许多的笔记，例如有魅力的领导者都有以下3个共同点：

- 1、人生阅历丰富，从而产生了坚定地信念；
- 2、能通过讲述个人故事来与他人进行良好的交流；
- 3、他们的想法、实际所做的事自己他们自己之间有很强的一致性。

做一个领导如是，做一个优秀的人也如是。人生阅历不足，多去经历，多去问有经验的前辈；倘若要说服一个人，那么也通过自己的个人故事来讲道理，让对方能够有更深的代入感；做事之前要有想法，有想法就要坚决的去落实，光说不练假把式，把思想和实际行动结合起来，执行能力强的员工才是好员工。

书中的想法很多，篇幅有限，仅列有限的内容与君分享，读书不能死读书，要动脑子读，书中哪些东西可以为我所用，

记录下来，作为自己以后的行事准则，方不枉读了本书。

一问一答能力读后感篇八

如今，各色的新闻以及短讯充斥着我们的生活，在节约时间成本的同时也让现代人的内心愈发浮躁。这时，一本好书，就仿佛我们心灵小舟的一处港湾，让我们稍稍停靠，抚平舟下的几缕波纹。

我非常庆幸自己是民生银行的一份子，能够得以被推荐《能力陷阱》这样的好书，尤其是对于入职不久的我来说，这本书无异于让我更加坚实了自己对未来人生路的规划。

从这本书中，最直接体会到的就是“求变”二字。无论是起始的能力架构，还是文末的体系变革，全书贯穿的核心点只有“求变”二字。习惯，是一个两极化极其明显的词语，它让安于现状者感到舒适，却让力求上进者觉得恐慌。

“求变”，最直观的表现当然就是学习，学习完成我们人生规划所需要的知识——这是一切的前提。有多大的能力才能坐稳多高的位置。能力不够，即使机遇到来我们也把握不住，重要性不言而喻。然而，能力以外，更重要的是我们的意识形态。

正如书中所言“我们很乐于去做那些我们擅长的事，于是我们一直去做，最终将使得我们一直只会做擅长的那些事。”很多时候，我们总是凭借着过去的惯性继续工作和忙碌，甚至来不及思考，思考如何才能改变自己忙碌的现状，思考如何才能从忙碌中抓住机遇。

当我们看着能力卓越之人行事做事之时，所思所想是羡慕？是自卑自己缺乏能力？还是感叹生不逢时，没有机缘？在书中，这些想法，恰恰是阻碍我们前进的绊脚石。不在其位不谋其政，这是古人的说法，然而现如今，不谋其政，何在其

位？我们需要将自己代入到想要达到的位置，在那个位置思考如何才能让政策实施顺利，也就明白了我们作为下属应该做的事情了。

“求变”，变得不仅仅是能力，同样也是意识形态的改变，是自己对自己的定位的改变。

而这种改变，最好的时机，就是现在。

一问一答能力读后感篇九

“我们很乐于去做那些我们擅长的事情，于是就会一直去做，最终就使得我们一直擅长那些事。越擅长就越愿意去做，这样的循环能让我们在这方面获得更多的经验，但却容易陷入能力陷阱，在其他方面无法突破。”

每个人都要警惕这种能力陷阱，这是一种让自己陷入温柔乡的陷阱，最终会导致不思进取，成为井底之蛙，当有新机会时我们再也跳不出井口。

这方面我很有体会，刚毕业的时候，在程控机房上班，一直做用户数据，局数据，处理障碍，也写点小程序，出去装一下电话，对我而言没有什么难度的工作，收入也不错，工作环境很舒适，比父母收入还高，闲得来经常我拿起重庆商报上的招聘信息来看，也寄一下应聘资料出去。第一家日资企业，招移动业务的人才10人，只有我一个女生，以第2名的身份入围，要求辞职到广州参加英语培训，然后选派到美国培训。我就有点犹豫。一是害怕和那么多男生竞争，二是害怕万一英语培训没过关，现在的央企单位也没有了，所以就没有去。第二次招聘是广东中山邮电局招成熟人才，收到录取通知以后也是没有去，当时就是觉得中山是小局，重庆是大局，加上当时交通不发达，坐火车要两天两夜，坐飞机要介绍信，也没有去。这两个机会现在回头看都是会深刻改变我的命运，但是没有抓住。后面我一直在想，我难道要在这样

的机房工作一辈子吗？工作日复一日是透明化的，从早上醒来就看得上班下班的情况，可以一直看到退休，我不想一直做重复的工作。我就下了决心，我要到市场去。后面政企客户部应聘，增值中心应聘，我都不放过机会。最终如愿到了前端，做了自己喜欢的事情。很庆幸自己，没有陷入能力陷阱。市场是锻炼自己的知识水平，写作水平，协调能力，管理能力，营销能力，积聚人脉能力的地方，不能正常上下班，收入指标始终高悬头顶，客户和领导都喜怒无常，需要揣摩，同事之间也是每天上演宫斗戏。每一天醒来都不晓得第二天要面对的是什么样的局面，一切都是未知，充满压力和新奇。

在市场前端的工作经历，彻底改变了我的生活，包括思考问题的方法，决断力，判断力，抗压能力，让自己在后面的工作和生活中，能够始终有勇气去进入一些新的领域进行尝试，不惧失败，也不在意别人的看法。避开了能力陷阱，我们会有更远大的前程。

一问一答能力读后感篇十

很多人都说父爱如山，父爱深沉。可我极少正视父爱，也很少与父亲交流，不知不觉中我和父亲之间有了一条很深的沟，沟上有一座断桥，谁也不愿踏出第一步。

刚看这篇文章时，我很不解，父亲是不会伤害我们的呀！父爱怎么会构成陷阱呢？自读才知：原来父亲为了锻炼他在逆境中逃生的本领，明知他掉入陷阱，发现无伤后在四周等待盼他自己上来。而他期待无果，几度绝望，只得挖出一条逃生路。然而，但他发现父亲在旁看他挣扎时十分生气，得知原委后，他终于明白了父亲的良苦用心，一夜间长大了。

这位父亲确实很伟大，他精心设计好了一切，在孩子掉入陷阱后，特点来看。一。符合情理，孩子不会起疑心；二。查看孩子是否受伤；三。断了孩子指望他人帮助的念头。之后，

他一直躲在四周期待孩子出来。这一磨砺方法虽然有些残忍，但会让孩子受益终身。也难怪人们说父爱深沉了，这般想法、做法，也唯有父亲吧。

我父亲的爱是否也这般深沉呢？我问自己。记忆不由得拉远，那应该是一次暑假吧。一放假，我就溜到了姐姐家，疯狂地玩了十几天，沉迷于欢乐的海洋。那天下午，爸爸突然来了，我的脸色突然下沉——成绩肯定出来了，果不其然他报出了一串不错的数字，唯有数学支支吾吾的扯了半天，最后说不记得了。当时我很得意，还说爸爸记性差。

回家后，我知道了我的数学很差，我也知道了真相——爸爸记性很好，但为了我的面子故意装成那样。当知道真相时，我很难受，觉得对不起他，但毕竟是小孩，过过就忘了，又恢复了那种血浓于水，却形如陌生人的状态。

至今想起，这种事父亲做得太多了。我总以各种理由拒绝了他的爱，却总在无形中被他的爱包围。心里忽然一阵酸涩，父爱是真的深沉，很久之后才能明白当初的意义，这种爱也只能源自父亲了。