

# 读创造力有感 正能量读后感(大全6篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 读创造力有感篇一

世界在发展，人类在前进，光鲜纷繁的社会给人以诱惑以抗争。这个实难回避，但为什么有的人能坚守目标、不懈努力，不论结果，其坚持的过程也使人欣慰；而有的人却总想逃离挫折、害怕困难，挖空心思找捷径，甚至半途而废终被弃置。有的人死了却还活着，有的人活着却已被冷落。我想，这其中应该就是人人都需拥有和发扬的正能量，积极排除负面情绪、传递正向能量，能使自己的心灵得到向上的成长，人生才会有精彩，社会亦是如此。

那到底什么是正能量？我们每个作为个体的人如何才能感悟正能量？

前段时间我读了（英）理查德·怀斯曼的《正能量》，一本关于大众心理学的书，真心有所触动，所以我推荐。所谓正能量，书面的科学解释是：以真空能量为零，能量大于真空的物质为正，能量小于真空的为负，即为能量的正或负。这说法没错，但听上去实在有点缥缈，似乎很难理解。所以书中，怀斯曼通过大量的实验和数据，运用贴近生活的事例深入浅出地解释正能量。他认为，正能量指的是一切予人向上和希望、促使人不断追求、让生活变得圆满幸福的动力和感情。书中，他核心阐述了改变如何从以往对“性格决定命运”、“情绪决定行为”等片面或低级认知到树立如何从培养信念、意志力来激发正能量，提升内在、富于进取、规避消沉，使自我变得更加自信、充满活力而敢于挑战。

比如：书中谈及“只有改变，才能提升正能量”。社会人大多不会事事如意，压力大、竞争多、过程难，难以一直保持快乐和积极情绪，也许更多想到是不顺不利不好，而变得消极和郁闷。长此以往，人会渐渐颓废、容易无所追求而散漫，理想也越飘越远。这时就需要及时做出改变，改变自己习惯思维，改变自己行为方式，调整心态，适应周围，创造快乐，能够快乐就是一种正能量。

这本书刚一接触时感觉会有些深奥，似乎都是大理论、大道理，但只要静心去读，就会发现里面满是提振人心，潜移默化中教人以乐观来坚守信念、坚持意志，鼓励人们大胆拥抱正能量。这是一本排除负面、传递正向的心灵成长之书，值得细读。

## 读创造力有感篇二

通过学习教育读本“青春正能量”，让我对“正能量”有了更深的理解，青春正能量指的是一种积极向上的精神！其中，读本中关于“诚信”的例子给了我深刻的印象。

日本“经营之神”——松下幸之助先生曾经说过“信用既是无形的力量，也是无形的财富”。在现实生活中，有的企业因为诚信而赚了个盆满钵体，也有的企业为了赚钱，把道德、诚信弃置一边。

例如：河北三鹿集团为了谋取暴利，在奶粉里面添加了一些价格便宜而对人体有很大害处的化学添加剂，至使四名婴儿死亡，还出现了很多的大头宝宝，最后，使拥有无数辉煌的公司在这件事后消亡……这就是震惊全国的“三鹿”。

与之相反的呢，就是“大头针事件”：在一家私营脱水的蔬菜厂里，一位员工飞快地跑到老板办公室告诉老板，有一枚大头针可能掉进了半成品或成品中，老板立刻来到了生产车间，通知生产线立刻停止生产，让每位员工仔细寻找那枚大

头针，经过了大半天的寻找，总算是将那枚不起眼的大头针找了出来。

不久，一家大型企业便找到了这家的经理，要求与他们业务合作，原因就是因为这枚大头针，后来，这家工厂得到了迅速的发展，规模也越来越大，最终取得了成功！

在我们的身边，也有这种积极向上的诚信精神，一个周末的早晨，我和同学吴子敬一起到菜场边的小吃店买米粿，当时买早餐的人可真多，爷爷忙得满头大汗，米粿是一元钱四个，我们递给了爷爷两元钱，爷爷快速的从蒸笼里取出米粿递给了我们，一走出菜场，我们两人就迫不及待的准备开始吃了，咦~今天的米粿怎么这么多呢，我们仔细的数了数，居然一共有十二个，我们不约而同的说道，我们只给了两元钱啊？怎么办？吴子敬提议说：我们应该将多的米粿退还给爷爷！”虽然米粿香甜诱人，但是我还是非常支持他的建议，我们快步跑回早餐铺，大声的对正在忙碌中的爷爷说：“爷爷，您多给了我们四个米粿！”“是吗？我多给你们东西了啊！”虽然爷爷说送给我们吃算了，但是我们还是坚持退还给了他。

爷爷开心的说：“你们真是诚实的好孩子啊，虽然只是一点点米粿，但是你们这种诚信精神很值得我们学习哦！”旁边买早餐的人都向我们投来赞许的目光！

诚信是一种高尚的品质，是一种让人折服的力量，也是一种源源不断的财富！这些年来，我们这个社会上虽然有各种丑恶现象层出不穷，令人失望更令人寒心，但是也有很多积极向上的精神，正在温暖我们这个社会，改善我们这个社会！总之，社会需要正能量，青春更需要正能量！

### 读创造力有感篇三

还是觉得用封面中这个标题来表现我读完本书的体会比较好。

人到中年，由于工作、生活中强大的精神压力逐渐颓废，消沉，畏首畏尾，进而觉得身体也出现吃不消的征兆，全然没有了几年前什么都不怵的尽头，于是由衷来一句：不服老不行。原先意气风发的我濒临消失，强打精神读了《正能量》一书，忽然间意识到该换个心态试试了，正所谓：坚持正能量，人生不畏惧。

但是有人会说，负面情绪已经出来了，我们怎么能够消除？

试试吧，坚持正能量，消除负能量，人生真的不再畏惧！

## 读创造力有感篇四

假期，我看了《我是正能量小孩》这本书，觉得非常的好看，非常的有用。

《我是正能量小孩》的主人公永哲是一个胆小害羞、不善表达、没有朋友、对自己也没有信心的小男生。来自霹雳霹雳正能量星球的钟点工，许诺可以每天帮他三个忙。永哲因为有了钟点工的鼓励和帮助，变得自信起来。

遵守着约定，上课积极发言，主动和同学打招呼，坚持跳绳练习。结果永哲发现不依靠钟点工，他也能做得很好。他终于认识到只要有坚守梦想的决心、肯定自己的信心、坚持不懈的毅力和敢于挑战的勇气，这些正能量就会驱散负能量的黑暗，给他带来成功的喜悦和开朗豁达的性情，他终于变成一个正能量十足的帅气小孩。

《我是正能量小孩》故事后附有童话剧《钟点工的秘密》，该剧讲述黄领巾钟点工想通过帮助永哲，获得晋升为蓝领巾钟点工的机会，他成功了吗？这篇校园童话告诉孩子们，只有挖掘自身的潜能，引爆正能量，修炼强大的内心，才能从容豁达地面对人生的种种挑战。

看完《我是正能量小孩》，我学到了一个道理，那就是不断释放正能量，才使你表现更出色，心情也更快乐。

## 读创造力有感篇五

平时就很爱阅读的，只要觉得感兴趣的题材都会看看，但却没有码字的习惯，因为自己文笔不好！部门刚开展图书借阅就被我碰上，到书的当天我就借到了《卡耐基正能量》，感觉自己还是蛮幸运的。

上一份工作是由自己领导着几十个人，有自己独立的办公室，单独的宿舍，一切工作上的事务由自己主导；进入集体宿舍的那一刹有一种心酸的感觉，看着室友不苟言笑的面容，觉得她们并不欢迎我；办公室同事各自坐在自己的格子位，不予交谈、不予沟通，我每天像木偶一样上班、下班，翻看着公司制度，木讷的偶尔问别人一两个问题，慢慢的我发现自己都不认识自己了，脸上没有了笑容，我开始怀疑自己的选择，身体状况也越来越糟，后来终于生病了，去医院医生只给打了氨基酸，也许医生也知道我并没有生病，只是心理病了。从医院回来后我就反省自己，当时并不知道所谓的正能量，只知道自己要调整自己的心态，感觉自己从一个乐观向上的人一下子颓废起来了！

于是我试着跟室友聊天，谈生活、谈工作，给她们留纸条说：希望我们能成为很好的朋友！慢慢的我发现其实我的室友都很善良、可爱，我们现在生活在一起不但开心、快乐，而且还经常得到她们的帮助，我感受到了幸福；工作上我变的主动，有不懂的我就问，也许被问到的同事会觉得我的问题很白痴，可我并不在意别人的眼光，我只是想让自己吸收更多的知识而以，所以工作也令我变的很快乐，而且也慢慢的了解了一些本职工作的内容及处理事情的方法！

阅读完本书我觉得受益匪浅，本书不但概括了对人的情绪、身体及周边环境，甚至对婚姻、家庭等所有人都可能会遇到

的情况做了很好的实例说明及解说，正确的引导人要有有一个正确积极的心态去对待在自己身上所发生的事情，事情的发展会按照你所考虑或所想象的方向去发展，在今后的人生道路上我谨记以下几点：

- 1、 有了积极的思想 and 行为，你就能获得人生的正能量；
- 2、 记住不要去试图报复你的仇人，否则你会深深地伤害自己；
- 3、 不要因为别人忘恩负义而不快乐，要认识到这不过是一件十分自然的事；
- 4、 多想想你的得意事，而不要过多在意自己的烦恼；
- 5、 不要模仿别人，让我们找回自己，保持本色。

我相信只要能够做到以上这些，人生没有什么过不去的坎，没有不快乐的人生！

## 读创造力有感篇六

读完《正能量》这本书，我感慨良多受益匪浅，一个人生活在这个世界上，应该秉持一种什么态度？保持一种什么信念？带给身边的人一种什么影响？在书中都可以找到答案，这些都让我对生命涵义的理解更上了一层。下面我根据自己的理解并结合我的实际与大家分享我读这本书的读后感想。

什么是正能量？书中指一切予人向上和希望、促使人不断追求、让生活变得圆满幸福的动力和感情。能量有正负，表现出一种情绪不仅仅能影响我们的情绪，更能直接有力地影响我们的身体，催生不同的能量。而只有愉悦的、提振人心的情绪，才能激发出正能量，给予我们希望，成为促使我们不断追求、让生活变得圆满幸福的动力源泉。

改变自己，让自己成为快乐而充满激情的人。《正能量》说道：不仅微笑能使人更快乐，人类行为的方方面面包括走路和说话的方式都能够影响人们的感受。所以，如果你想要变得快乐，那就先得感觉美好，先得表现得欢乐。《正能量》里有一句：“热爱做正确之事，热爱自己的工作，让奋斗成为一种乐趣，斩平前面的荆棘，幸福之情自会油然而生。”什么是幸福，我觉得做好自己的事情也是一种幸福。自己的事情，当然包括自己的工作，每天把自己的工作做好，有所收获，也是不错的！通过工作，看到了自己存在的价值了，自己工作的意义了，这才是幸福吧！当然，在工作中，我们会面临着许多的不如意，比如自己真的努力了，但却得不到认可，比如，和某某人关系不好，比如，不是故意的犯了错误，比如觉得自己工作很累，压力很大等，但我们要理性的面对一些困难，多给自己一点自信，一点正能量。像书中所说：“做正确之事不仅拘泥于正确做事本身，更是源于一种对正确行为的向往，对诚实取得的成就的热切向往。”因此，正确的去做好自己的工作，始终保持一颗激情的心，和热爱的态度去每天工作。

努力进取、甘于奉献，是工作中激发正能量的法宝。从事税收工作，每天与数字打交道，一个个数据、一张张报表几乎占据了我所有头脑的工作时间，偶尔会有烦躁的情绪，然而，当我停下工作，环顾四周，却发现办公室的同事们都在不辞疲惫、默默无闻地工作。看着眼前的一切，内心也多了几分豁然和坚定。他们正在用自己的行动，向我传递着踏实、勤奋的“正能量”。突然明白，就是这样默默无闻、求实敬业的集体，才能培养出我们勤奋踏实的工作态度，也培养出了我对现在的工作由衷的热爱。

豁达善良、公平正义，是人际交往中传递正能量的关键。和谐的人际关系，能够给我们带来愉悦舒心的工作氛围。很多时候人与人之间的相互理解、相互包容至关重要。保持善良的品性，以豁达的胸怀对待周围的人和事，用理性、公正的标准来判断身边的是与非，是人与人之间互相传递的另一

股“正能量”。平凡的岗位，平凡的工作，需要我们坦诚、正直的处事态度和善良博大的胸襟。同胞遭遇灾难，我们捐衣捐物、奉献爱心；同事临患疾病，我们亲切关怀、无私帮助；工作任务分配，大家不计得失、任劳任怨；先进优秀的评优选拔，大家实事求是、公平公正。相信我们从自身做起，长期保持品质优秀、作风正直，定能形成一个团结协作、工作效率极高的团体单位。乐观向上、健康生活，是精神世界释放正能量的源泉。

每个人身上都是带有能量的’，而只有健康、积极、乐观的人才带有正能量。当我们陷身困惑、争执或消极能量之中时，尝试解脱或改变破坏性的能量，当积极的能量被引爆时，我们的人生也将会得到神奇的大转变。唤醒我们体内的“正能量”，努力实践、勇于创新，相信我们每个人激发出的“正能量”都能成为促进我们地税事业的一股力量！