

2023年读自信的力量读后感(优秀10篇)

读后感，就是看了一部影片，连续剧或参观展览等后，把具体感受和得到的启示写成的文章。那么该如何才能够写好一篇读后感呢？接下来我就给大家介绍一些优秀的读后感范文，我们一起来看一看吧，希望对大家有所帮助。

读自信的力量读后感篇一

自信，就像一列驰骋的火车；自信就是力量，使火车不断前行；自信就像一块洁白的画板；自信就是五颜六色的画笔，使黑板呈现出色彩。

以前我无论上什么课程都从不举手发言，就像娇羞的灰姑娘，右手总是变得无影无踪，不爱回答老师提出的问题，不象其他同学一样开朗活泼，因此总是受到老师、同学和家长的嘲笑与批评。说老实话，老师提出的问题我都能对答如流，可是我就胆怯不敢举手，妈妈说我缺乏自信心。

天生我材必有用，成功等于自信加努力。如果小鸟没有自信能飞上那蔚蓝的天空？要是没有自信小鸟永远都是井底之蛙。

是啊，当自从懂得自信的重要性后，我由灰姑娘变成热情、开朗、活泼、自信的花仙子。上课积极举手发言了，和同学们也能主动沟通了，还经常帮助老师完成一些事情，这些变化受到老师和家长的表扬。这样更让我感觉到对待所有的人、事、物都应有自信。

自信是什么？自信是相信自己，充满了发自内心的自我肯定，把许多“我能行”的经历归结起来。爱因斯坦说过：“自信是成功迈出的第一步。”

自信是阳光，为你照亮前进的路程；自信是狂风暴雨，冲洗掉你的失落；自信是奔雷，惊天动地的跨向成功。所以我要

自信、自信、再自信!

读自信的力量读后感篇二

今天，我读了《自信》这篇文章，我的心情很激动。

读了这篇文章以后，我明白了一个道理：自信是自己命运的决定者，你没有自信，就会发现你身边充满了黑暗。拥有自信，你就会发现你身边充满了阳光。而且，在生活中，有绝大多数的人是因为缺少自信的缘故而失败的。与这些得到b的人，我也有一些与他们相似。

记得在我还上学的时候，有一次，在学校里要开展“欢乐大世界”活动，学校规定必须每人参加一项活动，同学们也帮我报了一个“爬杆”项目。到了比赛时，我不愿意参加这项比赛，就躲了起来。可是我歪打正着，遇见了黄老师，当她知道我没有去参加时，便对我说：

“你要相信自己呀!自信是动力的源泉哦!”听了黄老师的说的话，我觉得心中充满了自信。我又鼓起勇气去参加了比赛。结果，我的了一个第二名。

从那时起，我就记住了黄老师的那一句话：自信是动力的源泉。

读自信的力量读后感篇三

今天，我读了《自信》这篇文章，我的心情很激动，《自信》的读后感。

读了这篇文章以后，我明白了一个道理：自信是自己命运的决定者，你没有自信，就会发现你身边充满了黑暗。拥有自信，你就会发现你身边充满了阳光，读后感《自信》的读后感》。而且，在生活中，有绝大多数的人是因为缺少自信的

缘故而失败的。与这些得到b的人，我也有一些与他们相似。

记得在我还上学的时候，有一次，在学校里要开展“欢乐大世界”活动，学校规定必须每人参加一项活动，同学们也帮我报了一个“爬杆”项目。到了比赛时，我不愿意参加这项比赛，就躲了起来。可是我歪打正着，遇见了黄老师，当她知道我没有去参加时，便对我说：

“你要相信自己呀！自信是动力的源泉哦！”听了黄老师的话，我觉得心中充满了自信。我又鼓起勇气去参加了比赛。结果，我的了一个第二名。

从那时起，我就记住了黄老师的那一句话：自信是动力的源泉。

[《自信》读后感300字]

读自信的力量读后感篇四

今天，我们做了一篇名为《自信》的阅读。主人公是美国著名的心理医生基恩博士，讲述的是他小时候的一段故事。

一天，几个白人小孩正在玩耍，过来一位卖氢气球的老人，小孩每人买一个，并相互追逐着气球继续玩。不远处的角落里有个黑人小孩，怯怯地看着这边，不敢和他们一起，因为他很自卑。白人孩子们走后，他才拖着残疾的腿，走到老人身旁，老人给了他一个黑色的气球。他接过气球，把手一松，黑色气球冉冉升起，在天空的映衬下，成了一道别样的风景。老人说：“一个人的成败，不是因为种族、出身，关键是你心中有没有自信！”这句话影响改变了黑人小孩的未来。那个黑人小孩就是——基恩。

做什么事情都要有自信，只要对自己有自信心，什么事情都能做好！

就像期中考试那样，很多同学对自己没有信心，而我不一样，我有了自信，我什么事都能做好，考试也一样。我觉得自己得考98，但我考了个99分，我特高兴，这事让我更加信心！

有一次，我们剪窗花，我怎么都剪不好。我快要对自己没信心时，妈妈鼓励了我，让我重新拿起剪刀剪。只要静下心来，对自己有信心，什么事情都能做好。没过一会儿我就剪了一张非常漂亮的窗花，我很兴奋！

还有一次，科学老师让我们种凤仙花，我对自己充满了信心，把花种种下去，但等了两周都没有发芽，原来是这种子的发芽率不高。于是我改变了方案，我重新种下了白萝卜，在我的精心呵护下它出芽了！

想起这一切，我突然感悟到，有信心不代表每次都会成功，但是失败了也不能气馁，“吃一堑长一智”此时最合适！对自己有信心，让自己变得自信会越来越来好！

作者简介：齐齐哈尔市铁锋区东方红小学四年级学生

读自信的力量读后感篇五

当我翻阅了这本书后，对培养幼儿的自信心又有了一个新的认识。首先这本书将孩子自信心的强调提到了前所未有的高度。作者认为只有使孩子克服自卑心理树立起高度的自信心才是从根本上解决问题；如果孩子缺乏必要的自信那么将会导致他在生活方面、学习方面、社交方面、工作以及以后的婚姻生活方面的一系列的问题。正像从学校教师、家庭教师、家庭医师、临床心理学家、心理顾问以及教育心理学家的丰富的经验中得出的结论一样，越来越多的调查结果表明，那些总是麻烦事不断、在教室里洋相百出的孩子大多数来自于问题家庭，并且在自信心的树立和培养上或多或少地存在着一些问题。这一思路是我们以前很少见的。另外对于孩子身上表现出来的问题行为——比如挑衅、欺软怕硬或者胆怯、

沉默寡言等甚至还有一些表现在生理上的问题比如尿床、便秘等——也不单纯从问题表面入手而是挖掘造成这些问题的深层的心理原因，认为这些外在的问题行为其实都是孩子内在心理矛盾和冲突的表现。这对于我们那些总是简单针对孩子的问题行为粗暴地加以解决的方法来说无疑是前进了一大步。

当孩子一进入学校，他们对自己的感觉和评价就开始有极大的改变。确切地说，是老师们通过他们自己的方式对孩子产生影响加强或者降低了孩子自信心的水平。但尽管如此，使孩子在树立和培养自信心方面产生一系列问题的根源还是在生他养他的父母和他所生活的那个家庭。因为每一个父母自身的自信心水平都会直接影响到他们的孩子，如果一个家长有很高自信心那么就会对孩子自信心的树立产生积极的、正面影响，使孩子的心态比较健康。相反，如果家长整日生活在自卑的阴影下，那么又怎么能期望他的孩子能正确地评价自己、对生活对自己充满信心呢？另外一个影响孩子自信心的不安全因素是为人父母怎样处理他们夫妻之间的关系。尤其是在孩子还很小的时候孩子完全没有独立能力，无论是日常生活还心理上完全依赖于他们的父母，所以如果夫妻之间不能很好处理他们的关系而是经常发生冲突的话，那就会使孩子生活在恐惧之中而毫无安全感可言。如果一个孩子来自于问题家庭，我们就会发现他无法很好地适应学校的学习和生活。他们在学校里经常会发现他无法很好地适应学校的学习和生活。他们在学校里经常会受到各种各样的批评，有时候甚至会受到老师严厉的训斥，这一切一切都会不断加强他们大脑里的糟糕想法；这个世界不是一个安全的、值得信赖的地方，而是充满了恐怖和欺骗。作者在强调了树立和培养孩子的自信心的重要性之后，还对于怎样提高孩子的自信心提出了一些很好的建议：比如保持良好的夫妻关系，营造温馨的家庭氛围，开诚布公地和孩子交流情感，让孩子按照自己喜欢的方式生活保持自己的独特性，使孩子对自己有一个公允的评价，接受和喜欢自己等等。

读自信的力量读后感篇六

【自信的秘密】由美国罗伯特·安东尼博士著，在书中透露了他在众多研讨会上传授的秘诀，它们已成功地改变了数千人的命运。成功的商务人士、优秀的运动员以及显赫的社会名流等，他们都深知“自信的程度决定成功的高度”这一真谛！它如同一支强化剂，困惑迷茫的，不满足于现状的，希望改变的，却还无从下手或者犹豫不决时，坐在电脑前，慢慢品读，细细咀嚼，思考作者的建议。

在世界各个角落，人们都在寻觅、祈祷、张望和挣扎，力求实现自信和一精一神上的超越，获得他们渴望的物质条件。他们不知道，除了自己之外没有其他个人或一团一体可以帮助他们，包括他的家人、朋友、老板、政一府和宗教信仰。原因很简单，而正因为简单所以被大多数人遗忘。圣贤提醒他的信徒道：“不要东张西望，天堂就在你心里。”人类天生具有选择和实现梦想的能力，在两千多年后的今天，许多人仍未明白这个道理。

按照一精一神磁一性一定律，在你需求或渴望的引力作用下，你会将你一直最想得到的东西吸引到你的身边。在此我们必须回顾前面提到过的话：你并非自己所认为的那种人，但是，只要你想成为怎样的人，你就会成为怎样的人。如果你曾读过成功人士的传记，你会发现他们通常都善假于物，擅于借助他人之力来实现自己的目标。换句话说，他们善于通过别人的帮助或帮助别人的方式，来达成自己的目标。

很多人都不知道，帮助别人也有助于自己的成功。你可以在帮助他人的同时实现自己的目标。

赞美□praise□

人们是如此地喜欢那如音乐般悦耳的赞美之一声！许多人不惜一切只为听到它。他们宁愿失去金钱、卖命地工作、毫不

一爱一惜自己的身一体，只为那赞美之词。就像吸毒的瘾君子需要静脉注射一样，为了满足毒瘾不惜走上绝路。他们在“售卖”赞美的“毒贩”间穿梭，对“被认可”的感觉逐渐上瘾。上瘾的程度越深，他们就会越多地把自己生活方向的决定权交给别人。

对赞美的追求意味着你必须不断证明自己的价值。每当你犯了错误或你认为所做的事没有达到别人的要求，你就会感觉自己“不如”别人。你因为没有做到你认为应该做的事而责怪自己或感到内疚。你不停地问自己：“我做得够好吗？”但总想做到足够好的人，会强制性地形成一种“要比别人好”的需求。烦恼由此产生，并不断叠加。在各方面不管你如何努力去超越别人，你仍感觉不够，因为在你眼里总会有一些你认为比自己优秀的人存在。他们的钱比你多，房子比你的大；他们比你更有声望，身一体素质比你要好……一切对比的结果都显示出，这是一场你永远都无法获胜的游戏。

赞美最有害的后果是它会让你对自己的行为产生认同感。你做了好的事情，赞美会说你很好；犯了错误或表现不好，赞美就会说你不好。只要你不符合赞美你的那些人的标准，你就觉得自己令他们失望了，自责之感油然而生。而结果是，那些赞美你的人将你置于一个受他们控制的位置。如果你了解他们的意图，他们就会满足你的需要，但当他们想从你身上得到的东西超出你愿意或能够给予的范围时，他们就会停止赞美，任自责的情感去折磨你。他们知道，只要能使你感到自责，你就会赴汤蹈火只为重新获得他们的认可。

想要获得真正的自由和自信，你必须停止对赞美的追求。如果你想改掉这个坏习惯，就得丢弃认为别人比自己优秀的念头。不要以任何理由去仰视任何人，这样你才能逃脱追求他人认可的怪圈，不再受到赞美的诱惑或责备的胁迫。

认可 [recognition]

赞美和认可这两个词有着完全不同的意义。这里我们所说的“认可”，是对事实的评论。它既不是称赞，也不是价值评判。认可，顾名思义，即承认某个人以他目前的意识水平，已经达到他/她能力范围内最好的水平。

赞美和认可最大的区别是，前者是一种价值一性一评价。当你因为某人为你效劳而赞美他“很棒”时，你其实是在告诉他，如果他满足不了你的要求就“很逊”。举个例子，孩子送给你一束花，你不应该说：“你是个好孩子，因为你送了花给我。”如果你这样说，你就是在告诉他：如果没有送花给你，他就是个坏孩子。相反你应该说：“谢谢你送的花，我非常喜欢。”这样，你就只是对孩子的行为表示了认可，而没对孩子本身做出任何价值评价。

成人和年轻人，尤其是孩子，他们更愿意听到认可之词，而非那甜蜜的赞美之音。他们需要确认自己是否在周围人的生活中占据着特殊的一席之地。他们想要被当作一个真正的人来对待，因为真实的自己而被别人认可，而不是因为他符合别人的标准而被接受。当通过努力得到别人的认同时，他们会感觉自己是作为一个人而被认可，而不是因为自己的行为而被评价。他们会认为，无论是否符合其他人的标准，自己都是一个独特而有价值的个体。

赞美和认可之间的区别可能很微妙，但对自信心的树立来说两者都非常重要。当人们需要得到别人的认可才能确认自己的价值时，如果他没有听到有关认可的只字片语，他就会转身投向赞美的怀抱，变成它的囚徒。

只要你真的想要树立百分之百的自信，就没有什么可以阻挡你。你错误地认为依赖、一操一纵、顺从、攀比和竞争是你幸福的源泉。除非让自己从这样的想法中解放出来，否则你创造不了自己想要的生活。只有当你决定去做所有你力所能及之事时，你才能从一精一神和肉一体上得到解放，才能得到你一直梦寐以求的自信。我们的问题是：到底是选择束缚

或自一由？答案在你自己的手里。

读自信的力量读后感篇七

今天，读完《中国人失掉自信力了吗》一文，我的脑海里思绪万千，像煮沸的开水一样。鲁迅先生确认“人民是历史的真正创造者”，从古以来，人民大众虽被压在“地底下”，却是民族的“筋骨和脊梁”。鲁迅先生认为，代表中华民族的，不是帝王将相、状元宰相，而是被压迫人民。鲁迅先生是伟大的爱国主义者，怀有深厚的民族感情，充满民族自豪感和自信力。他说：“我们从古以来，就有埋头苦干的人，有拼命硬干的人，有为民请命的人，有舍身求法的人……”他们是中华民族优秀的代表，他们的共同点，就是充满自信力，为民族的生存和发展而奋斗不息，他们奋不顾身，坚韧不拔，坚强不屈，是“中国的脊梁”。

中华民族是一个伟大的民族。中华民族的前途是无限光明的。鲁迅先生在我们民族积贫积弱的年代，就看到我们民族蕴藏的伟力，他的眼光是令人钦佩的。今天我们民族正在走向伟大的复兴，我们民族的伟力正在不断表现出来，看20世纪30年代鲁迅先生谱写的民族颂歌，我们更加钦佩鲁迅先生的爱国主义热情和目光如炬的见识。

文章里许许多多镜头使我难以忘怀。当我读到中国人不再相信切实的“地”和“物”，而相信渺茫的国联，甚至爬出国联的火坑而坠入一个更黑更深的迷信火坑时，我为当时的中国人感到无限的惋惜，又感到无限的愤怒。惋惜的是如果中国人脚踏实地，那么中国说不定会更富强，愤怒的是炎黄子孙的土地上为何有这群“害群之马”。真是一粒老鼠屎，坏了一锅粥啊！当我读到祖国还有一部分“中国的脊梁”——舍身求法、埋头苦干的人时，我又感到一丝欣慰，因为中国还有这批有确信、不自欺的骨干在，庆幸中国还有他们在前仆后继地战斗，战斗……鲁迅先生说得不错：说中国人失掉了自信力，用以指一部分人则可，倘若加于全体，那简直是诬

蔑。

从自夸着“地大物博”，到终日希望国联，到一味求神拜佛，中国人失掉自信了吗？不！同学们，你愿做那些自欺的人，还是做一个有自信力的人呢？让我们脚踏实地，奋发向前，为我们富强的祖国做出一点贡献吧！

读自信的力量读后感篇八

同学们，你们认为自信是什么呢？我刚读完《独立自信—做一个坚强的小学生》一书，从中就可以找到它的答案。它通过一篇篇童话、事迹故事、有趣的短篇小事例来向我们传达了“人做什么事都要做到自信”的理念，深深的吸引着我，这些小故事中，我最喜欢要属《最后一束康乃馨》一文了。

这篇文章主要讲了，作者大学毕业后找不到工作，作者的妈妈知道他不高兴，天天安慰他。有一天，妈妈带他去街上走走，这时，作者看见一个手捧最后一束康乃馨的女孩，作者想砍价买下来送给妈妈，女孩却说那只是这束花运气差了点，还没卖出去不是它不美。作者听了感触很深，以后又恢复自信，认真学习，最后被一家外资企业聘用了，取得不错的成果。

读完后，使我印象如此之深，最由其是小女孩的那句看似平常却非常感人的话“因为只是这些鲜花的运气差一点，没有早点儿卖出去，并不是它们不美丽！”，更让我回味无穷，震撼我的心扉。

此刻，我不由想起那次参加英语口语竞赛的心情感受。那一天，我身穿美丽的绿色礼服裙，来到比赛现场的学校并找到对应的班级考场。到了门口，我看到别人表演可精彩极了！我在按序号排队着，眼看就要到我了，我当时紧张极了，心几乎跳出来了。想到参赛的其他选手，有的可能原来就是英语学校的，有的可能有专业老师指导，有的可能基础好，水

平高……而我支队都对不是，可能难以和竞争了，心情越想越紧张，一点自信都没有了。此时爸爸妈妈看到我紧张，就告诉我，我们是志在参与，不用紧张，只要我们尽力了，能得到什么名次就什么名次，从中我们可以学到知识，积累经验，就是收获良多了。爸爸又教我深呼吸，平静心态，很快就好了一点。此时，妈妈也在一旁鼓励我，帮我调理我的心情，恢复我的自信心。到我了，我大方而自信的走进考室，有感情地朗诵着，并做了一些可爱的动作表演，结束后，我轻松的离开了考室，出色的完成了这些比赛。

对，自信特别重要。自信使我大方地走上考试的演讲台，自信使我有感情的朗诵起来，自信使我大胆地将动作表演出来，自信使的开心的走下台来，自信使我赢得了银奖！

我们应该主动去触摸自信，主动与自信交往，使自信伴你一生，受用无穷！

读自信的力量读后感篇九

我是一个缺乏自信心的孩子，虽然在学校我是一个好学生，但总是太胆小，不自信。四年来我一直不敢竞争班委，怕自己每能力，怕自己落选别人嘲笑。今年是最后一个学期了，也就是说，今年暑假就要毕业了。我可不想落下个遗憾，想尝尝自信的感觉如何！

轮到竞选文艺委员了，我的心猛烈的跳动起来，不禁打起了退堂鼓。正想着，“请最后一位同学演讲”一句话进入我的脑海，怎么这么快呀，我还没准备好呢！但也不能不竞选了吧？都报好名了。唉！我只好小心翼翼的走向讲台，开始了竞选宣言。开始，我说的磕磕巴巴，心里总平静不下来，老想着自己不行，看见同桌大喊：“加油！”心里似乎感到轻松了许多，我开始尽量不想自己不行，而想着自己很棒，自己给自己鼓劲。果然不出我所料，越说越流利，慢慢赢得了大家的一致掌声与赞同，全票通过！

我高兴的说不出话来，默默的心想：我终于战胜了我自己，让自己充满自信！自己的实力也并没有这么差！

啊，原来自信的感觉这么好呀！我喜欢自信的感觉！

读自信的力量读后感篇十

自信是人生不竭的动力，它能帮助我们战胜自卑和恐惧。在我如饥似渴地读完了《自信真好》后，我深深地感到自信真好！《自信真好》是一本励志书，书里有18堂人生励志课，每堂课都会给我们讲述几个小故事，它们就像一盏盏明亮的小灯，当我们迷茫时为我们照亮前方的路。

书中的18堂人生励志课给我们讲述了不同人的故事。他们有的是普普通通的农民，有的是做买卖的商人，有的是历史上的伟人。这些人之所以能成功，是因为他们都有一个共同的特点：自信。是自信让他们走向成功，是自信让他们与众不同！让我印象最深的是书中坚强的女律师科尔。童年时代的她，不仅长得俏丽可人，而且聪明伶俐。可是，在读初中的时候，科尔患了进行性面偏侧萎缩症。这种病使她漂亮的面孔完全变了形，医生说她的右半脸即将萎缩消失。可是科尔却一点也不伤心，也没感到害怕，她勇敢地接受了现实。她相信，容貌的美丑并不重要；重要的是生命中的自信和坚强，她向着自己的律师梦想一步步迈进。

《自信真好》这本书告诉我，人都是不完美的。我们不要为自己的缺陷而感到沮丧，因为每个人也都有自己的芳香。只要勇敢地面对自己，充满自信，就能把缺陷转为另一种美丽。无论遇到什么挫折，我们都要大声说：我相信，我能行！拥有自信，就能拥有美好的明天！