

# 最新自我读后感 自我管理读后感(精选7篇)

当品味完一部作品后，一定对生活有了新的感悟和看法吧，让我们好好写份读后感，把你的收获感想写下来吧。当我们想要好好写一篇读后感的时候却不知道该怎么下笔吗？以下是小编为大家收集的读后感的范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 自我读后感篇一

一个人生存在这个世界上，他必须问自己为什么要活着，怎样活着，怎样更好的按自己的方式活着，为了更好地活着自己应该怎样做以及自己活着对别人、对社会的意义是什么，如果有一天自己死后希望别人如何记住自己。当然对于不同的人群可能对于这个问题的思考角度、思考深度是不同的。对于一个农民或者工人他可能只会想自己活着是为了让自己的孩子更好的生活，让自己的家庭更好的存在。为了达到这些目的，他必须认真工作；但如果对于一个在组织里贡献自己脑力与智慧的知识工作者，他的思考可能更加深刻，也必须更加深刻。而对于以上一系列问题的思考以及经过思考而做出的选择及行动究其本质就是一个人自我管理的过程。

为了更好的管理自己，一个人必须对自己有足够的了解，了解自己是谁（为什么要活着），了解自己的长处，了解自己的行为准则，了解自己通过正确的方法和辛勤的努力之后能够给这个社会贡献什么。

“自己是谁”看起来好像是一个简单无聊的话题，实则不然，很多人对于这个问题的思考都只是停留在我叫xxx的阶段，以为姓名就足以说明一切。然而他忽略了姓名只是一个代码，其本身并没有任何意义。因此，对于现代社会的一名知识工作者，必须能够彻底的弄清楚这个问题，只有这样自己才能

沿着正确的方向做自己想做的、有意义的事情。那么对于“我是谁”这个问题到底应该怎样去剖析呢？我认为：首先，我们必须弄清楚自己在这个社会中扮演的角色，如：在家庭中的角色、在组织中的角色等，其次就这些角色进行细分，然后给每一个细分的角色赋予一定的权重。以此来了解自己的哪些角色是必不可少的，是最重要的，哪些角色是可有可无，不太重要的。最后，弄清楚自己的角色定位，尝试回答“我是谁”的问题，并随着时间的变化不断进行反思。

了解自己的长处有助于我们更好的集中精力去做擅长的事情。在本章节中也提到了了解自己长处的方法。而在这里，我想将了解自己的长处与对关系负责衔接起来进行说明。我个人认为了解自己的长处无疑需要通过两种途径：通过自我思考与实践了解，通过外界了解。而最好的方法是将两者结合起来，这样会有更好的效果，也会有更高的效率。我们作为个体需要对人际关系负责，而我们也知道别人往往是自己的一面镜子，通过这面镜子我们可以更好地了解自己。那么如何让这面镜子很好的发挥作用呢，这就需要我们对我们的人际关系负责。如果个体是带着一种敌对或者不友好的态度去对待他人，那么通过这面镜子我们不仅不能够了解自我，反而会造成盲目无知。同样，作为组织的一部分，如果我们对组织负责，对我们自己所做的工作负责，那么通过组织这面镜子我们也同样可以了解到自己的长处。

一个人的行为准则往往是一个人价值观的体现。作为一个个体，我们需要树立正确的价值观，正确的行为准则，按照这些准则有序的进行自己的日常活动。作为组织中的一部分，一个组织有其存在的使命，我们也可以将其阐释为组织的“价值观”。那么个人的价值观必须与组织的价值观相一致，个人所做的一切工作必须契合组织的使命，不能因为短期的利益而背离组织使命。

协会在发展中也同样面临着这样的问题。记得有一次一位学长想将自己拥有的一个项目委托协会去做，而这个项目的确

很具有吸引力，如果做了，能给协会带来一定的经济利益，解决协会一直以来面临的资金困难问题。但是最终我们却拒绝承接项目，因为我们知道这与协会的使命不符，与协会发展的宗旨不相一致。而且我们一直将协会定位于一个公益社团，我们公益传播德鲁克管理思想，我们公益服务于校园同学，我们不会因为短期的利益而放弃我们的公益宗旨。而这体现了一个组织的行为准则。

以上是进行自我管理的前提，是在管理自己之前或进行一项活动之前必须思考的问题。

现在我们常常会提倡建立学习型组织，提倡终身学习。对于自我管理，我个人认为也应该提倡终生自我管理。人的一生是连绵不断的，好像一天河流，不断蜿蜒曲折，但却从未间断，就这样形成一条优美的生命线。另外，自我管理与个人的职业生涯规划应该是结合在一起的，共同铸就美好的人生。  
( )

人们经常会将自我管理与时间管理放在一起，其实二者最终是统一的，统一于自我管理。随着时间管理理论的发展与演化，第四代时间管理理论否定时间管理这个名词，其主张关键不在于时间管理，而在于自我管理。

大多数人从生命的开始都是公平的，然而，若干年后有些人取得了很大的成就，有些人却碌碌无为甚至声名狼藉。究其原因就是自我管理的结果，也许他们根本不承认有什么自我管理。但自我管理却存在于他们的日常生活之中。

以上是我个人读了《21世纪管理的挑战》一书中自我管理章节之后的感悟，希望与大家共同分享，由于个人认识及水平限制，文章中不免会有偏激不全之处，希望大家指正，共同进步！

## 自我读后感篇二

一本社会心理学的书籍，虽然属于普及读物，但涉及很多专业知识，不是那么容易读懂。参照着《普通心理学》，终于把它攻下来了。我们了解自己吗？我们为什么做出这样或那样的决定？我们为什么选择逃避或面对？我们为什么选择顺从或反抗？我们为什么选择放弃或坚持？……生活中有太多的为什么等着去回答，而每一次回答都改变着我们的人生轨迹。也许会有这样或那样的人或事，影响着我们做出这样或那样的抉择，无论这些影响披着多么华丽的外衣，无论这些影响力量多么强大，可它终究仅仅是影响，最终的决定权还是在我们自己手里。所以，面对生活，永远不要牢骚，不要抱怨，因为一切都是我们自己的选择。左还是右？上还是下？前还是后？舍得？放下？“去认识自己吧！”一个声音在天边回荡。

## 自我读后感篇三

——题记

路——迷失在自己的脚下

人，有时候很矛盾。像我，从走上教师岗位的第一天起，就想着一定要给孩子最真，最善，最美的感情，让他们的童年不留一丝遗憾。但现实，却总让我有一种说不出的滋味。对于那个老是在课堂上举手，可回答总是瞎扯的小付，我常常有一种“咬牙切齿”的痛恨，但他却“屡败屡战”；对于那个在日记中跟我说“老师，我是一棵小草，没有花香，没有树高，也没有人知道”的小琴，我总会发出一阵无可奈何的叹息；对于那个回家作业总是“三天打鱼两天晒网”的小鑫，我的心底油然而生一种“恨铁不成钢”的怒气……些许的小事，经常让我的心掀起层层波澜。于是，抱怨与痛苦就产生了。而每当此时，学生在我的心中似乎更是一个发泄的窗口，一个工作失误的借口。

## 路——在春暖花开处清晰

什么事情让人最开心不过？读一本好书、交识新朋友、改变旧观念……都不错。最近看马斯洛的《自我实现的人》一书，有些深奥但慢慢品却品味到了咖啡的醇香。没有油滑的高调，没有剪辑的痕迹，却让我意识到他所陈述的现象正是我无法释怀的烦恼；她所解答的问题正是我心中长久以来的困惑；她所提出的理念正是我迫切需要建立的观念。一页页、一字字无不敲打着我的心灵。

读她，我最大的触动，是她的每一点、每一个面都像一面镜子，从不同的角度把我自己折射出来，让我清楚地看到了自己，并“忍不住”在反省自己的同时，一点一点地修正自己。

她告诉我自我实现的人不需要心浮气燥。工作，其实是幸福的，关键看我们的心态是否放正了。不管做任何事、对任何人，我都应把自己的情绪调节好再走到学生中去。一个新的开始，一段新的体验，打开一扇自我实现的大门——孩子，需要我蹲下来；工作，需要我静下来。

她告诉我自我实现的人不需要推脱搪塞。细节决定成败，把身边的一点一滴都注意起来。名目繁多的推脱搪塞不能使问题消失，也不能使问题变得容易起来，只能给自己带来心理上的影响，打乱自己的安排。什么都可以等，可是我们的学生可以等吗？连古人也知道“明日复明日，明日何其多”，何况是我们呢。

她告诉我自我实现的人不需要功利色彩。一面流动红旗，一张奖状不应是我的追求。我需要的只是真正了解我的学生，用心爱我的学生。培养自己和学生良好的习惯。孩子们和我们都渴望成功，而成功并非机缘巧遇，往往成功者与平庸者的迥异之处就在于我们站得有多高。相信我们能看得更远，超越平凡。

她说：“人是一种不断需求的动物，除短暂的时间外，极少达到完全满足的状况，一个欲望满足后，往往又会迅速地被另外一个欲望所占领。人几乎整个一生都往往总是在希望着什么，因而也引发了一切……”对呀，每个孩子，都是有血有肉有感情的人，有着他们的喜怒哀乐，他们渴望得到别人的尊重，获得做人的快乐，而不是因我的一些浅层次的欲望而束缚在学校里。学习不是学生的全部，而只是他们生存需求的一部分。

是她，启迪了我零乱的思维，掀起了我久违的热情；是她，解释了生活灰与黑的现实本质，澄清了我混沌不清的大脑。当我在征途中迷失自我时，她的出现，顿时让眼前开朗了起来，突然觉得自己的脚下是一条多么美好而宽大的路啊！

路——从这里延伸到永远

实现自我的人，其实就是一棵胸怀宽广的榕树：也许不是最美丽的，但一定是最可爱；也许不是最聪明的，但一定是最勤奋；也许不是最富有，但一定是最充实；也许不是最顺利，但一定是最乐观……相信，我可以做的更好！

## 自我读后感篇四

中国有句古话：最大的对手是自己，战胜了自己，也就是战胜了最大的敌人。在运动会上，我战胜了以前的我。

好了，让我给你们讲讲我们比赛的场景吧：

到四年级开始比赛赛跑的时候，我看见每一位运动员都汗流浹背，我默默地为运动员祈祷着：运动员，坚持就是胜利！寂静的运动场成了欢乐的海洋，欢呼声，响成一片，他们跑完了整整八圈。

五年级的同学跑得也不错，我为他们竖起了大拇指。

紧接着，轮到我了，广播里传出“请六年级的同学做好准备”的消息。我的心里咚咚跳得厉害，只听见枪“砰”的一响，我们开始比赛了，跑到第二圈的时候，我排在十几名，第三圈、第四圈，虽然我加快了脚步但我还落在后面，我有些紧张了，怦怦跳得心跳得更厉害了，正在这时，我想到老师说过的话：长跑贵在坚持，只要跑二步吸一口气，再跑二步喘一口气，稳住脚步，就能胜利。我看见前面的运动员跑得有些吃力了，我定了定神，冲了过去，超过了石翔云、张璇、郜阳萍，不知跑了多少圈，腿像灌满了铅一样，胳膊也没劲了，但我还在为自己打气：王若尧，还剩几圈，胜利就在你眼前，你要努力看见它，抓住它，你要加油呀！还剩下三圈、二圈了……我嘴唇发干，喘不过气来，像有了一块大石头把我压得喘不过气来，我实在不想跑了，可我突然想到了一句话：其实，最大的对手是自己！战胜了自己，也就是战胜了最大的敌人。我的劲头冲了上来，坚持往前跑，可是，一个不好的消息传到我的耳边：已经有前十名了，我再跑也不能为班级争光了。这时，有的同学劝我“别跑了，不要再争了。”同学们，你们知道吗？当时我特别想哭，我费了九牛二虎之力才跑到了最后，可连前十名也没有取上，但是，我又自己劝自己：虽然我没有取得好成绩，但今天我超越了自己，我是毅力上的赢家，我骄傲，我自豪！

镭的发现者居里夫人有句名言：“不论对任何困难，都绝不屈服！”最大的胜利就是战胜自己！它将永远成为我的座右铭。

文档为doc格式

## 自我读后感篇五

本学期读了一些书，其中拜读的教育专著《名师怎样观察课堂》，读后感慨很深。这本书阐述了编者对于各学段教学内容的理解和对教学策略的思考，又向我们展示了许多教师个性化的教学设计。在这里名师能和我们进行推心置腹的对话，是对我们中学教师的教学实践、教学探索的一种专业引领。读后

你不得不佩服专家那理性的思考、深入浅出的剖析、以及高瞻远瞩的目光……书中留给我印象最深的就是：

这本书在新课程、新理念的背景下，具体展示了名师授课的过程，对新课改形势下教师的教学有示范与指导作用。这本教育专著使我深入了解在各个学段，我们的教学重点应放在哪里，应该用什么方法指导学生的学习。“精彩课堂”中展示的精彩课例，让我亲身感受名师在教学环节上的准确把握，每节课后的教学反思，更是剖析深刻。这样的内容和形式安排，意在 对教师起到举一反三、名师引路的作用。这本书更吸引我的是，在每一个案例后都有“方法阐释”的形式，对本课采用什么方法，引领学生突破本课的难点，做以简练的总结，让我们教师一下子感受到他们的别出心裁，从中受到启发。

读完这本专著，我收获颇多。文中指出现在的教学中很多老师走入的极端，我马上感受到真是旁观者清，专家指出的很多错误做法，在我的教学中都曾出现过，不禁让我汗颜。

1、教学环节碎。我们在教学中尤其应该重视培养良好的数感和整体把握的能力，只有整合教学环节才有利于学生对课本的整体把握，才能较好的落实教学目标，切实提高学生的综合能力。其根本在于提高设问的质量，扩大教学各环节的容量，保证每个人都有自主学习、探究的空间。

2、教学形式花。教师们热衷于形式的翻新、多媒体的滥用，通过花里胡哨的教学形式把《课标》理念在课堂中“外显”出来。我们这是“东施效颦”只学外表，反而丢弃了最根本的东西，那就是课堂的实效性。我们要切合实际，实事求是，根据教学的需要设计必要的教学形式，而不能盲目追求时髦。

这本书，不仅让我认识到自身存在的不足，还为我指明今后阅读教学的方向，我要创造性的使用教材，设计出更科学、更合理的教学过程，激发学生的兴趣，变被动学习，为主动学习。我感受到教师课堂角色的转化的必要性，学会与时俱进。“活到



老，学到老”，名师们在三尺讲台上奋斗了几十年，有的甚至两鬓斑白，仍然奋斗在教学最前沿，不断探索，努力学习，以求不断完善与提高，这种终身学习、学无止境的热情，让我感动，名师的课堂艺术值得我们学习与借鉴，要让它成为激励我们思考与探索的思想火花与精神向导。

## 自我读后感篇六

假期里，我有幸拜读了世界伟大的成功导师戴尔·卡耐基的著作《超越自我》，初看此书，心里觉得这和别的教育类书籍没有什么不同之处，竟讲些大道理，可是后来越看越想看，书中的每一个策略对我都启发极深，每一个事例都深深的影响着我，可谓是我的救命稻草。下面，我就谈一谈我的感受。

这本书用八个章节为我们提供了答案：第一、视敬业为使命，干一行，爱一行；第二、要具有强烈的责任感，尽职尽责做好本职工作；第三、要永保工作热情，把工作当成一种乐趣；第四、要不断地提升自己各方面的能力，提升自身的竞争力；第五、要提升自身的执行能力，专注自己的工作，勇于负责，不找借口；第六、全面造就自己，追求卓越，超越自我。这其中最让我深受启发的就是视敬业为使命章节。

### 如何才能做到敬业

一、要有责任感，敢于承担责任。一个人无论从事何种职业，都应该心中常存责任感，敬重自己的工作，在工作中表现出忠于职守、尽心尽责的精神，这才是真正的敬业。单位是每个人的，责任不分你我，在责任面前，每个人都应该多一些担当，少一些推诿。

二、要少找借口，多找办法。敬业的核心素质是：当遇到问题和困难时，能够主动去找方法解决，而不是找借口逃避责任、找理由为失败辩解。也就是说，敬业的人要富有开拓和创新精神。不管什么困难，只要我们努力去找，总会找到办

法的。因此今后在困难面前，我们唯一能做的就是多一些办法，少一些借口，逃避和退却都是没用的。

三、对待工作要认真尽职，要有工作中无小事的心态。把每一件简单的事做好就是不简单；把每一件平凡的事做好就是不平凡。在工作中，没有任何一件事情，小到可以被抛弃；没有任何一个细节，细到应该被忽略。把各项工作作为锻炼自己、加强业务知识、熟悉从小事开始，逐渐锻炼意志，增长智慧。

四、要脚踏实地、务实进取。务实是成就一切事业的前提，成功必须靠务实努力来实现。成功的道路是靠脚踏实地、一步一个脚印走出来的，从没有一蹴而就的成功。必须树立务实进取的意识，仔细查找工作作风、思想作风和学风方面存在的不足与问题，深入剖析作风浮躁的根源，务实做事，务实做人。

总之，《超越自我》激人奋发，在今后的日常生活、工作中，将保持饱满的工作热情，积极的工作态度，从点滴做起，认真做好每一件事，一步一个脚印，踏踏实实，对工作保持忠诚，将热情和勤奋融入每天工作中，不断提升自己在各方面的能力，全面造就自己，真正实现超越自我。

## 自我读后感篇七

超越自我，是每个有理想的人所要追求的——因为超越自我能让自己做出意想不到的大事或小事。

我通过阅读这本书，知道了成长是需要自己去奋斗的事情。没有人可以帮助自己，没有人可以救援自己，急于求成更是在拔苗助长，对于成长没有一丝的好处，只能妨碍自己的成长，使自己在成长的道路上多走弯路而已。

超越自我，使自己做到最好，想自己做每一件事都能达到极

致，同时，我们也需要用理智的目光看待每一种事物，用理性的思考去对待每一种事物。这样，我们便不会变的鲁莽，而是更加的细心，对待事物也更加精心。当然，当我们做到最好时，我们的潜力也在一点一点的被挖掘了出来，那时，我们会惊奇的发现，原来我自己是那么的棒，甚至都有些不敢相信自己竟有如此大的潜力。

“超越自我”是一个平凡而不失伟大的’实践性的真理，如果我们用自己的实践使这个真理发生在自己身上，我们就会有更美好的人生，更幸福的人生，在为人处事中也可能多加了一份“己所不欲，勿施于人”。当然在实现真理的同时，我们也在不断的成长，在成长的过程中，我们也会明白更多成长中的道理和生活中的哲理。

让我们超越自我，让我们做到最好吧！祝福自己，祝福正在成长的我们。