

2023年高效能人士的个读后感简单第一章 (通用6篇)

读后感是种特殊的文体，通过对影视对节目的观看得出总结后写出来。如何才能写出一篇让人动容的读后感文章呢？接下来我就给大家介绍一些优秀的读后感范文，我们一起来看看吧，希望对大家有所帮助。

高效能人士的个读后感简单第一章篇一

在当当网上刚看到这本书名时，并不觉得很吸引人，总觉得这些什么习惯啊、品质啊，说来说去都大同小异，没什么好看的。后来在本书的封面上看到有这样一行字：在美国，此书影响力仅次于《圣经》。所以就买了。

这本书确实经典！它表达的是一种新的思想水平，即基于原则的思维定式。这种新的思想水平就是强调以原则为中心，以品德为基础，要求“由内而外”地实现个人效能和人际效能。他对“由内而外”的定义是从自身做起，甚至更彻底一些，从自己的内心做起，包括自己的思维定式、品德操守和动机。这种思想模式我现在只是有点肤浅的了解，把这种思想应用到实际生活当中是我所要追求的。

本书共探讨了七个习惯。

习惯一是积极主动。现在的大部分关于成功学的书籍都不约而同的强调积极主动的态度是成功的必备条件，看来这招需要下番苦工把它练习起来。

习惯二是以终为始。以终为始说明在做任何事之前，都要先认清方向。这样不但对目前处境了如指掌，而且不至于在追求目标的过程中误入歧途，白费工夫。因为很多人功成名就之后，反而感到空虚，发现自己牺牲了许多更宝贵的东西。

这让我想到以色列国第三任国王所罗门，在他晚年的时候他以一种怀疑和消极的论调写了《传道书》这卷书，在开篇的第一章第二节写到“虚空的虚空，虚空的虚空，凡事都是虚空。”

当时以色列国正处于鼎盛时期，那个富有我不知道该怎么形容才贴切。所罗门王有妃嫔1000个，正宗的老婆一个，像他这样的人说出虚空两个字真让我们一般人想不通。他尝试了一切的追求，并取得极大的成就，但在他写这卷书时，发现除了上帝以外，没有什么可以令他快乐。所以对他来说敬拜上帝才是他心目中真正渴望的成功，其他的都是虚空的。那么对于我们来说也需要明确真正的目标，然后才好勇往前走，坚持到底，实践使命。

这里我也想起张弈在《离亭燕》中的一句话：“多少六朝兴废事，皆入渔樵闲话”。意思就是当年那些英雄业绩，到头来只不过成为渔夫，樵夫闲言碎语的话题而已。人们穷其一生的力量去追求更多的财富、更大的势力等等，但到头来可能这一切根本就没什么意义，根本就不是我们真正所要的。当康熙皇帝看到长城后，感叹到：“万里长城万里空！”所以“以终为始”就是要我们先认清方向，明确真正的目标，找到真正有意义的事情，然后去奋斗去努力！

习惯三是要事第一，就是把最重要的事当做最重要的事情来处理就行了。

习惯四是双赢思维。

习惯五是知彼解己。

习惯六是统合综效，统合综效谈的是创造式的合作，就是1+12。

习惯七是不断更新。“不断更新”谈的是，如何在四个基本

生活面向，包括身体、精神、智力、社会/情感中，不断更新自己。这七个习惯非常值得我们去追求实践的。

今天的我们是有无数个过去所组成的，我们重复旧有的习惯，只能得到旧有的结果。我们想要有所突破，就要修正即定的轨迹，就像萨达特在自传中写道：“如果一个人无法改变自己的思想构造，就永远无法改变现实，也永远不可能取得进步”。让我们先改变我们的思想，然后让思想来决定行动，让行动来决定习惯，让习惯来塑造品格。一个人有优秀良好的性格，想不成功都难！

这本书确实好，值得我们每个人去读！

高效能人士的个读后感简单第一章篇二

2019年初，我有幸参加了《高效能人士的七个习惯》的培训。曾经在多种不同的场合，我听过、了解过这本书，却不曾细读它，得益于学风享活动有缘真正认识它。

这本书入选“中国70年以来最具影响力书籍”，亚马逊推荐人生必读一百本书之一。只有认真阅读它，你才可以感受这绝不仅仅是一本心灵鸡汤；细细品读它，才可以感受它给你带来的思索。学习这本书，让我借此重新审视自我，探索自我，并提升自我。书中的七个习惯值得践行一生。

在此，我想和各位分享此书的开篇习惯一《积极主动》。“关注圈”是不可控的外在因素。而“影响圈”是个人能力范围内可控的因素。积极主动的人关注“影响圈”，消极被动的人关注“关注圈”。而“影响圈”的最核心就是“我”，一切从我做起，承担起责任，不要对他人和环境有过多要求。

2007年，我刚刚参加工作，年轻气盛的我总是过分的关注“关注圈”，俗称“愤青”。我总是经常对于“关注圈”的一些无法改变的事实，从吐槽到抱怨，乃至愤愤不平。久

而久之，过分关注“关注圈”却无法改变“关注圈”，导致了情绪上的消极，工作中批评抱怨，挑剔他人。

后来有幸得到党员干部的提醒和教诲，明白作为一名党员，应当严于律己，宽以待人，不断地提升自己，专心做力所能及的事，从而影响他人和环境，扩大自己的影响圈。这也是我们常说的党员干部的“先锋模范作用”。

如果早一点遇上这本书，或许我会在成长路上少走一些弯路。响应此书，给自己定个目标，从我开始：在生活中，积极健身、积极学习，提高个人魅力，为家人和孩子做榜样。

在工作中，提高工作质量，勇于担当，为同事做榜样。谨借此机会向各位党员同志推荐此书。

高效能人士的个读后感简单第一章篇三

近日，利用空暇时间，大致阅读了一本叫《高效能人士的七个习惯》的书，俯卷仰思，感触颇深。冰心曾说过：“读书好，好读书，读好书”。读一本好书对于读书之人是有很大帮助的。好书使读者产生极大兴趣，也给读书之人带来无尽的益处，所谓“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉”也就是这么个意思。

这本书采用了大量的通俗易懂的生活、工作中的实例和生动形象的图表，向世人介绍了高效能人士的七个习惯和高效能生活的基本原则，并告诫人们：只有学会并遵循这些原则，把它们融入到自己的人格中去，才能享受真正的成功和恒久的幸福。

现代社会对人材的要求越来越高，作为当代大学生已经可以深刻体会到现在的本科已经不再吃香，我们以往的地位已经被研究生、博士生所取代。

因此，要想立足社会，想当人材，就要顺应时代变化而变化，能够在人才的浪潮中经得住风吹浪打，站住站稳。不仅如此，还要有不断学习的觉悟，走在思想的前端。我们只有不断学习，不断补充新信息，才能第一时间得到社会发展的最新资料。不至于成为社会的弃儿。读完此书，我豁然开朗，茅塞顿开，心中有了目标，行动有了指南。

要想取得个人领域的成功，必须养成前三种习惯，遵循相应的原则。为什么说前三个习惯，是因为这七个习惯不是并列关系，而是从低到高、从依赖期到独立期到互赖期、循序渐进的。习惯一是积极主动，相应的原则是个人愿景的原则。主动积极即采取主动，为自己过去、现在及未来的行为负责，并依据原则及价值观，而非情绪或外在环境来决定。人性的本质是主动而非被动的，人类不仅能针对特定环境选择回应方式，更能主动创造有利的环境。

积极主动是人类的天性，即使我们的生活受到外界条件的制约，那也是因为我们有意或无意选择了被外界条件控制。而这种选择被称为消极被动。这种人很容易受自然天气所影响。比如风和日丽的时候就兴高采烈；阴云密布的时候就无精打采。而我们要争取成为一个积极主动的人，无论天气好坏，自己心中自有一片天地，只有自己的价值观才是关键因素，始终认定工作品质是首位，即使天气再坏，也不会影响到敬业精神。

“实践是检验真理的惟一标准”，读书的根本目的是为了学习前人和他人的经验，是为了掌握更多有用的知识和技能。只有把从书中学来的东西用到实践中，才能真正达到读书的目的。在今后的工作中，我将会通过不断的努力和探索，通过培养这七个习惯，循序渐进地获得不断的进步，逐渐成长为一位真正高效能的人。

高效能人士的七个习惯简单第一章篇四

本书将七个习惯分成了三部分。第一部分是个人的成功，个体如何从依赖走向独立；第二部分则是公众的成功，如何从个体的独立走向群体的互信互；而第七个习惯则是要求通过不断的更新来寻求更多的成长。简单说七个习惯为：

那当我们回首往事的时候，我们会羞耻吗？或许会，因为也许你要怪自己当时为什么没有积极主动的去争取机会，而是在空等机遇垂青。当看完积极主动这一习惯时，有一种心得很简单：不用等往前走了那么一大段路再来扼腕回首，现在就该积极主动地去争取机会。

在学会做到积极主动的同时，不要忘了遵循原则，沿着上一棒传递的方向：学会自我领导、清晰个人使命。

列一张使命宣言、定一个生命中心，这是实现自我领导的第一步：把握自己的人生方向。

“以终为始”的习惯可以适用于各个不同的生活层面，而最基本的目的还是人生的最终期许，它是以所有事物都经过两次创造的原则为基础的。所有的事物都有心智的即第一次创造，和实际的即第二次创造。我们做任何事都是先在心中构想，然后付诸实现。

工作生活中我们会有很多事情，响不停的电话铃声，回不完的电子邮件，理不清的来龙去脉。作者在书中画出了四个象限，提供了六标准和四步骤，指明了要分清什么是重要的事情，告诫说要把重要的事情摆在第一位。希望通过学习和实践，我们这些读者能够找到实现自我管理的好方法。

积极主动添加成长动力，自我领导指明成长方向，自我管理理清成长重点。当培养出前三个习惯的时候，一个人的成长也就从依赖走向了独立。

我们有双赢思维，我们要双赢。但，有一点很重要，你理解对方想要的赢吗？你的赢又被对方理解了吗？可见，彼此间的相互理解对成长及成功是多么重要。

学会倾诉与聆听是理解他人、被他人理解的很好的方法。在一个可以充分表达自己、自由沟通的环境中，很难想象还会有多少人出来高呼理解万岁。

人们高呼理解万岁，是因为还有太多的不被理解隐藏在背后。我们有双赢思维，我们要双赢。但，有一点很重要，你理解对方想要的赢吗？你的赢又被对方理解了吗？可见，彼此间的相互理解对成长及成功是多么重要。

学会倾诉与聆听是理解他人、被他人理解的'很好的方法。在一个可以充分表达自己、自由沟通的环境中，很难想象还会有多少人出来高呼理解万岁。

我们要双赢，我们开始相互理解，我们该开始协同合作。综合分析你我的方法和我们共同的目标，然后协同研究达成目标的最佳途径。这时候，1+1就不仅仅是等于2。协同合作可以取长补短，博采众长，变阻力为助力，最终实现双赢的结果。

当许多独立的个体抱着双赢的态度，彼此倾听理解，然后协同合作一致努力，他们所产生的向心力将为他们带来公众的成功。

企业先开发出一个信息化系统，然后在实际应用中不断优化、完善，最终满足企业的信息化的需求。当企业的需求发生变化时，这一信息化系统再通过不断的优化、完善来满足新的需求，如此循环发展。人生的成长又何尝不是如此。当我们达成某种成功，画好某个成长的圆，我们又得通过不断的锻炼、磨砺，再为某种成功努力。

七个习惯是关于个人成长和管理的，这是一般教育里所没有的；七个习惯在于强调品德，让我们以富足的心态看待世界，以双赢的意识与人合作，以倾听的方式与人交流；七个习惯鼓励人们确立自己的使命宣言，为自己建立在原则的目标基础上而奋斗！所以，请，打开这扇“改变之门”吧！读书的根本目的是为了学习前人和他人的经验，是为了把握更多有用的知识和技能。只有把从书中学来的东西用到实践中，才能真正达到读书的目的。在今后的工作中，我将会通过不断的努力和探索，通过培养这七个习惯，我相信我可以循序渐进地获得不断的进步，逐渐成长为一位真正高效能的优秀人才。

高效能人士的个读后感简单第一章篇五

史蒂芬·柯维在《高效能人士的七个习惯》中，以生动的事例和易懂的语言让我们懂得了一个人要成功所必备的一些“素质”。相比于以往一些管理类和励志的书籍，它显得更为具有指导意义，更容易引起读者的共鸣，也更为人性化。“人比事重要”，他推崇有质量的人生。任何一味追求成功而不“重”人的做法和途径都如“杀鸡取卵”。“一个人由内而外全面造就自己”到“个人领域的成功”，再到“公众领域的成功”，然后是“自我提升和完善”，最后还原到“由内而外的改造自己”，才是他对“成功人生的解读”。人本身是最为值得关注的。一切都必须围绕“人”本身而展开。那么，作为个人，怎样让自己的一生“有意义”？这是一个不断和旧有的思维定式、习惯、观念等斗争的过程，而且极为辛苦。

七种习惯，简练而贴切。“积极主动”、“以终为始”、“要事第一”、“双赢思维”、“统合综效”、“自我提升和完善”，“层层递进”，都极其重要。浅显易懂而又难以做到。因为，人总是容易在根深蒂固的观念和习惯中“忘形”。七种习惯的前提，是你必须了解自我，我们总是在懵懂中浑浑噩噩，很少有人有意识去探索自我，发现自

己的优劣和“内心的标准和渴望”。

一个高效能人士，积极主动是必须的。积极的心态会内化为动力。仅仅靠有“动力”是远远不够的，一生中，做任何事情之前先“认清方向”显得至关重要，反之，就是盲目。只有先确定了方向，才有为这个方向奋斗的行动；也只有有了正确的方向，所有的行动才不至于显得“虚度光阴”。当耗费了几十年的光阴或者付出了巨大的代价之后，换来的并不是自己真正想要的，是极为可怕的。

在日常的工作中，我们也一定会遇到不顺心或压力大的时候，通常我们会因此而抱怨周遭的事物。但抱怨并不能帮助我们解决眼前的问题，反而会使我们变得更加消极和悲观。可是为什么成功人士们从来都不怨天尤人呢？因为他们能够以一种积极的、客观的态度来看待自己的遭遇，用实际行动来扩大自己的影响圈，掌握行为的主动权，而不受制于外部环境。

或许我们会有这种体会：工作是做不完的。每时每刻我们的手边总会有许多事情需要去处理，比如回邮件、写文档、学知识、开讨论会等等，为此我们常常会忙得焦头烂额，恨不得自己能够长出三头六臂。可是为什么成功人士们总能有条不紊地工作呢？因为他们懂得如何在日常工作中发挥自己的独立意志，如何用科学的个人管理理论来划分工作的轻重缓急，如何用先进的时间管理方法来安排自己的工作日程，如何使自己工作变得更加有意义。

一个篱笆三个桩，一个好汉三个帮，个人的力量终究是有限的。可年轻的我们通常意识不到团队协作的重要性，不清楚自己在团队中需要扮演何种角色，最终导致整个团队无法高效地运作。可是为什么成功人士们在团队中总能与队友配合默契呢？为什么成功人士们总能很快地取得别人的信任并在困难中得到别人的帮助呢？因为他们认为圆满人生不仅限于个人的成功，还要追求人际关系的成功、团队成员的共赢。只有依靠团队的力量，我们才能完成个人难以完成的事情。

而团队成员之间的情谊不是靠一时一刻的技巧就能建立起来的，那需要我们开诚布公的沟通和日积月累的诚信。

古语有云：工欲善其事，必先利其器。生活在竞争如此激烈的社会中，我们必须学会自我教育、自我投资，把身体、精神、心智都保持在健康的状态，这样我们才能跟上社会发展的步伐，全身心地投入到新的工作和生活当中。

高效能人士的个读后感简单第一章篇六

古人云：“无规矩不成方圆”。一个人为人处世如果没有一定的规矩，没有自己的原则，必然会导致这个人随波逐流，凡事被环境左右。正如书中所说，要完成最渴望的目标，战胜最艰巨的挑战，你必须发掘并应用一些原则或自然法则，因为它们恰好左右着你苦苦期待的成功。

要遵循特定的原则行事，需要养成良好的习惯。这本书讲的正是引导人前进需要培养的好习惯，它如同良师益友般给予我很多的启发，让我受益匪浅，收获颇丰。下面我以书中所说的七个习惯谈谈自己错略的见解。

上学的时候老师经常对我们说一句话：“积极的人像太阳照到哪里哪里亮，消极的人像月亮初一十五不一样”。积极的人做事总是充满热情，很少收外界环境的影响；消极的人常常被环境左右情绪，为各种各样的小事闹心。

我们每个人都并非被动的，主动是人性的本质。主动的人，无论外界怎么变化，内心始终都有自己的一片天空，即使在逆境中也可以追求上进，激励自己，主动创造出有利的条件，能够更多的专注于自己的影响圈，使知识、技巧、意愿在影响圈内平衡，并使其不断扩大。积极主动是后面六个习惯的基础，也是我们工作、生活动力的源泉。

“凡事预则立，不预则废。”以终为始说明在做任何事之前，

都要先认清方向。这样不但可以对目前处境了如指掌，而且不至于在追求目标的过程中误入歧途，背道而驰。高效能的人懂得设计自己的未来，他们认真地计划自己要成为什么人，想做些什么，要拥有什么，并且清晰明确地写出，以此作为决策指导，从而在前进的道路上避开了许多弯路。

习惯三：要事第一我觉得要事第一讲述的是自我的时间管理。当我们确立好人生终极目标后，就要为自己制定计划，不仅仅是人生的规划，也包括制定目前所做事情的计划。要事第一就是告诉我们在制定计划时要将眼前最重要的事情放在计划的首位，我们一定要了解什么事是最重要的事，紧急的事情未必是最重要的事情，只有清楚地了解这一点才能够制定好计划并且管理好自己的时间，做事情才能专心，不被一些琐事打扰，提高自我工作效率。

“单丝不成线，独木不成林。”一个人的个人能力再强没有人协助也难成大业。双赢者把生活看做一个合作的舞台，而不是一个角斗场。大多数人认为，非强即弱，非败即胜。如果彼此都愿意真诚的去理解对方，倾听对方，或许会发现，世界除了胜败两条路，还有第三条路等待挖掘，那就是双赢，结果或许比预期想象的要好很多。具备双赢思维的人需要具有三种品格：正直、成熟、豁达的心胸。具备这三种品格的人可以很好的处理上下级关系、客户关系、竞争对手关系，是一种通过换位思考的方式达到互利互惠的目的。

我认为做到这一点其实就是以诚信为基础进行有效的沟通，用心去聆听对方的心声，善意的回答对方的问题，并且把自己的想法解释给对方，让对方充分了解。在沟通的过程中彼此相互尊重、相互理解。要做到知彼解己。首先要去寻求了解对方，然后再争取让对方了解自己。

与人合作重要的是尊重差异。当有不同观点的时候，我们应该表示肯定，给予理解，当看到两种解决问题途径的时候，可以尝试去寻找统合综效下的第三种路径，如习惯四里所说，

如果坚持双赢模式，愿意努力去理解对方，或许受益的解决方案会更多。听从别人的不同意见，对自己来说也是一种体会，更值得去了解。三人行必有我师，每一个人都是一个老师，每一个人都有和别人不一样的地方，统合综效就是创造性合作原则，即尊重个体的差异性，善于听取他人意见，相互学习，相互增长。

人生最值得的投资就是磨练自己，因为生活与服务人群都得靠自己，这是最珍贵的工具。工作本身并不能带来经济上的安全感，具备良好的思考、学习、创造与适应能力，才能立于不败之地。拥有财富，并不代表经济独立，拥有创造财富的能力才真正可靠。简单的拥有财富并不值得羡慕，学会创造财富才是值得敬佩的，同样，创新是必不可少的，一直被模仿，从未被超越，这才是一个终极目标，我们只有时刻创新，提升自己，才不会被别人超越，才会有不竭的奋斗动力。

上面就是我对《高效能人士的七个习惯》的错略见解。认真读过之后才发现自己有很多方面需要改进，这就是这本书的魅力，它能让人发自内心的想要去改进自己。我会尽我最大的努力去向书中所说的七个习惯靠拢，由内而外地改变自己。

最后非常感谢领导给我品读这本书的机会。