

# 2023年读教师的项修炼有感 教师项修炼 读后感(精选5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 读教师的项修炼有感篇一

教师培训班的读书活动中，我有幸拜读了郭元祥教授的《教师的20项修炼》这本书，郭教授在前言中写到：“这是我用10年时间写成的，但却是我自己和有志成为有品位的教师朋友们值得用一生去”读“的一本书。”确实，这本书是每一位教育工作者值得去用心品位的好书。全书分为三个部分：修炼教师的形象、精炼教师的生活、锤炼教师的专业。其中给我感触颇深的有以下几点：

微笑是人与人之间交流的重要“工具”。我们为什么要拒绝微笑呢？微笑是教师最美的语言，它像星光照耀着我们的心房，像春风融化师生之间的隔膜。微笑能在我们和孩子之间架起一座桥梁，一座情感交流、心灵感应的桥梁。

“教师微笑着面对学生，能给学生一种宽松的师生交往人际环境，能使学生感受到教师的理解、关心、宽容和激励。教师的微笑是腼腆学生的兴奋剂，使他们得到大胆和鼓励，敢于去表达自己；教师的微笑是外向好动学生的镇静剂，使他们得到及时的提醒，意识到自己的言行需要控制和自律。”只有价值观正确的教师才能露出发自内心的微笑，努力寻求献身教育的归属感；只有教育思想到位的教师才能微笑面对每一个幼儿，像清风一样掠过幼儿心灵，润物无声；只有心理健康的人才能微笑面对工作，积极进取的创造出业绩。亲其师而信其道。一个会心的微笑，几句温暖的话语能起到润

物细无声的作用。教师的人格魅力也便展现在这些细微之中。送人玫瑰，手留余香。当我们微笑着面对学生时，学生回报我们的也是微笑。上学期接新小班，为了缓解孩子们的分离焦虑，我进行的主题活动——快乐的我，其中的一个小主题是“今天你微笑了吗？”人很容易受到周围环境的暗示，每天入园时，老师用真诚的笑容迎接可爱的孩子们，孩子们以天真无邪的笑容回报老师并戴上“笑脸”，以示自己的快乐，渐渐地孩子们不再哭泣，有的孩子甚至会像小鸟一样张开双臂飞过来抱着我的大腿不放，他们在享受着老师的爱，虽然微笑只是一个小小的表情，但却拉近了孩子与老师的距离。对于幼儿教师而言，微笑更为重要，它能赶走陌生，带来信任。让我们用“微笑”这个纯真而自然的表情，来浸染一颗颗稚嫩的童心吧！

关于精炼教师的生活，我的收获特别大。尤其是关于“教师的阅读——过一种阅读的生活”的内容，让我深受启发。以前我总是以忙为借口，顾不上博览群书，最多也只是在需要时看一些与幼教有关的书籍、杂志。读了这本书，激发了我读书的欲望。

书中指出：阅读不只是去读，更重要的是自我觉醒。读书使人们的心灵得到净化，而阅读有一种境界是读出自己。读出自己，不仅要读出理解、体会，更要读出问题。让我明白了读书不只是让眼睛去享受文字，更应该让我们用心灵去理解和体悟。

高尔基说：“书籍是人类进步的阶梯。”孩子在我们的教育中茁壮成长，如果我们不去进补自己的知识，还能胜任这个教师的职位吗？以前有人说：教师要给学生一滴水，自己必须有一桶水，而在这个日新月异的时代，又有人指出：要给学生一滴水，教师要有源源不断的活水才行。在教育工作中，我们要应付形形色色的问题，如果不自己充电，我们也会落伍，经受不起时代的考验。因此当我们在工作之余去阅读，既能放松自己疲惫的身心，又能为自己充电，提高自身修养。

所以郭教授指出要成为一个有品味有修养的教师，要把教育作为一种人生来体验，来经营，就必须不断地阅读，不断地学习，提升自己各方面的修养，以满足时代的发展和教育教学的新需要。我非常感谢骨干教师培训班的这次读书活动，正因为这次活动的开展，使我接触到这本好书，让我进一步认识到了读书的好处，今后我会把阅读作为一种好的习惯慢慢强化，由被动变为主动，慢慢内化为一种力量，更好的应用于自己的教学中来。“同沐四季风，共享读书乐”让我们与书交朋友吧！让读书来提升我们的品质，促进我们成长。

本书中让我有所感触的还有第13项修炼——教师的写作。一直觉得写作对于我来说，是件“头疼”的事。看罢本书，我豁然开朗：郭教授离我们很近，他理解教师，知道教师，特别是理解教师有繁重的负担、过重的责任、琐碎的事情、枯燥的生活等等。在郭教授的书中，他写的每一项修炼都有一个基层教师的实例来引导，这些事例让我感觉好像就发生在自己周围，于是觉得写作也不是那么高不可攀的。只要对自己每天的工作有一个回顾，做一点反思，就能写出深刻的文章，就能让这些文章对自己的教育教学工作有所帮助。通过本书的阅读，让我深深地体会到对一个幼儿教师来说，写作既可以帮我们归纳经验，也可以帮我们进行反思，更可以帮我们释放日益繁重的压力。郭教授在书中说：写作——教育生活体验的表达。其实在我们每天的教育教学活动中都会发生一些事、都会有一些想法和反思，只是我们很少去把它用文字记录下来。读过此书后，让我的思想有了转变，写作是教师教育生活体验的表达，教育科研是教师成长的源头活水。只要我们在日常工作中，善于观察，勤于思考，勇于表达，乐于总结，总能发现值得“研究”的问题。

如书中后记所言：只要我们具有强烈的自我发展愿景、不安于现状、富有终身学习的愿望与能力、用心体味教育魅力的教师，才能真正通过修炼，感悟教育的真情与真谛，收获“教育人生”的幸福与快乐。

以上只是一些点滴感触，其实每一个篇章都有其独特的见解，也为教师全方位的发展提供了良好建议，所以值得我们去细细地品味，再次感受“教育人生”的真正含义。

## 读教师的项修炼有感篇二

《第五项修炼》这本书中，提到有五项新的技术正逐步集中到学习型组织创新过程中，那就是系统思考、自我超越、心智模式、共同愿景和团队学习五个部分。

五个部分中，自我超越的修炼是学习型组织的精神基础，是以认清自身为基础，以不断学习为途径，客观观察现实、了解现实，以达到实现自身目标的结果。要更好的自我超越，需要具备清晰的自我认知、敏锐的洞察力以及高效的行动力。

作者认为，要想不断熟悉和增强自我超越的能力，必须按照建立个人愿景、保持创造性张力、看清结构性冲突、诚实地面对真相、运用潜意识等原理进行修炼。

愿景包括正面和负面愿景，也包括精神和物质愿景。提到愿景，很多人都会提到负面愿景，会提到自己想要摆脱的事物，而这种愿景其实是解决问题的副产品，并不会帮助个人成长。因此，需要建立正面愿景，从而设立目标，帮助个人成长。

创造性张力是自我超越的核心原理，愿景与现实之间常常存在差距。这种差距可能使我们感到气馁或绝望。它也可能将你朝向愿景推动。由于此种差距是创造力的来源，我们把这个差距叫作“创造性张力”。创造性张力可以转变一个人对失败的看法。失败不过是做得还不够好，是愿景与现况之间存在的差距。失败是一个学习的机会，可以帮助我们看清对现状的不正确认知、明确策略为何不如预期有效，和检验愿景是否明晰正确。

诚实地面对真相，不是指追求一项绝对的真理，而是清除看

清真实情况的障碍，并不断对自己心中的假设加以挑战。

在现实生活中，可以从不同的角度进行自我超越。

从个人的角度，做到自我超越，首先要拥有清晰而客观的阶段性目标和长期目标，拥有清晰的自我定位和自我认知，同时要客观的观察现实，了解社会发展趋势、行业发展趋势，以及自身与目标之间的差距。在了解差距后，制定一系列可行性计划。个人的自我超越有很多途径，从心理上说可以是改变思维模式、培育创新能力、提升知识储备、提升心理素质，从行动上可以是改变行为模式、提升身体素质等。

从集体的角度，帮助成员做到自我超越，集体可以提供学习机会、学习场所、学习资料，为成员制定学习计划，提供学习激励等。集体成员还可以在集体中互相学习、竞争，形成一种良性的学习氛围，最终促进整个集体的进步。

文档为doc格式

### 读教师的二十项修炼有感篇三

近段时间学校发了两本书，其中一本《教师的二十项修炼》，其中重要一点讲到教师必须树立好自己的形象，我觉得对于我们年轻教师来说显得比较重要。因为我们年轻教师都是从学生刚刚转型到教师角度，很多情况下还不能很好的注意到角色的转换，尤其是教师形象方面。我觉得应该从以下几点着手：

很多时候我们老师让学生不要迟到、不要抽烟、不要散漫，但是自己往往又不注意形象，这就很没有说服力，学生也觉得这个老师好象不怎么样，在以后的教育过程中就会有反触情绪。

以上两点是我对第一部分树立自己形象的初步体会，有更多

内容后面再写下来与大家共勉！

## 读教师的项修炼有感篇四

开学初，我去新华书店买了本书，是郭元祥教授的《教师的二十项修炼》，刚一打开这本书，眼前顿时一亮。虽然平时工作繁忙，但我每天都会尽量抽出时间细细品读，虽然很辛苦，但收获很大，可以说是累并快乐着。书中给我的启发实在太多了，无法一一数说，这里就谈一谈对我感触最大的几点。

书中给我触动最大的是“第一篇修炼教师形象中的‘教师的服装’”，说实在的，自从当老师后，由于工作内容太繁琐，我对自己的形象特别是外在形象就不太注重了，我对买衣服都不是很注重的，认为可以穿就好了，心想，学生年龄小，不会在意老师的打扮，再说打扮也浪费时间和金钱，尽管自己有时都觉得自己的打扮让自己很没有精神，但为了方便，也没有考虑到那么多。时间长了，这种思想也融入到我的生活中了，有时候我自己都会发现我穿这个衣服会不会让同事认为没品位，每当这个时候我都会想：“穿着打扮是个人的事情，哪那么多道理呢？认真工作就好了”。读了本书后，我才知道，原来穿着打扮还包含着这么多学问，今后得在这方面好好研究一下才行。这让我每天都花一定的时间在自己的穿着上，让人有新鲜感，才发觉学生上课认真多了。

自从当老师后，就有一种感觉，那就是老师的每天工作就像打仗，只要走进学校大门，神经每时每刻的都是紧绷的，每天都有做不完的事情，上课、批改作业、处理永远也处理不完的学生的的问题等等，有时下班回家还得继续工作，甚至节假日也无法完全清闲的脱离工作好好休息。就这样忙忙碌碌着，一晃就工作二年了，却感觉没有什么收获，好象还是从前那样。不仅如此，还从工作中养成了一些坏脾气，遇到事情总无法很好的控制自己的情绪。

读了这本书后，我豁然明白，自己之所以产生这种困惑，是因为从来没有对自己的人生做过好好的规划，没有学会正常调整自己的情绪，放松自己，工作与生活没有很好的处理好，该放松还是要放松，该工作学习还是要工作学习的。于是明白，对自己的人生作规划和拥有一颗平和的心是多么的重要和必要。

为了提高教师的业务水平，国家规定教师必须进行继续教育，让老师的业务水平能跟上时代的步伐，并且从每年都会检查老师的学习情况，还将教师的学习和教师的工资挂钩，可谓是良苦用心。我觉得这样做只能治标不能治本，太多的事不是仅仅跟检查与工资有关，为了检查跟工资去学习是无法长进的，事实上，真正发自内心主动学习的教师并不多，比如工作太忙，认为每天都有做不完的工作如何好好去学习呢？比如有的老师觉得自己的学识完全能胜任自己的教学工作，何须再学呢？当然也有很多老师认为要学习提高的，但真正能坚持下来的却是不多，我就是这其中的一员，总觉得自己是教师了，没有必要再学习，就放松对自己的要求。

现在我明白了，作为教师，要不断的学习，不断的提高业务水平。

## 读教师的项修炼有感篇五

第一篇修炼教师形象中有这样一节：教师的习惯——习惯成就人生，是我感兴趣的内容。

这一节一开篇就有孔子的一句话：少成则若性也，习惯若自然也。什么习惯？书中说：习惯是一种惯性的行为、惯常的行为、常见的行为。我觉得，习惯是一种重复性的，无意识的日常行为规律，它往往通过对某种行为的不断重复而获得。人是一种习惯性的动物，我们每天高达90%的行为是出自习惯的支配。可以说，几乎在每一天，所做的每一件事，都是习惯使然。常常，在我们的身上，有一些习惯，我们不以为然。

然而作为教师，这些习惯往往超出了个人的意义，会在不经意间直接或间接给孩子们带来种种影响或伤害；常常，有一些事情，我们做着、做过，却没有仔细去想“该不该”和“怎么样”。然而对于我们教育者，这些事情因为联系着一个个活生生的生命，所以值得去思索与拷问。幸运的是，我们每个人都有有效地改变我们习惯的这个能力。改变习惯的关键是什么呢？自我控制的能力、长期的坚持不懈、长期的累积。

教师对教育习惯保持警觉、反思是完全必要的。回想起来偶尔我也会犯些小错误——喜欢按照自己的习惯去教育孩子，忽略了每一个孩子个体的情况，漠视孩子甚至误解孩子，常常会导致各种各样的“目中无人”的教育或“对牛弹琴”式的教育，这些不是我希望看到的。所以我一定要彻底改变，怎样做？也许不能一下子都作到，那就从几个简单的做起，()就能逐步养成良好的教育行为习惯。

完善自己！修炼自己！修炼是一种对完美的追求，是一种对卓越境界的追求；修炼是一种自我提升的策略，是教育之真、之善、之美的内在的要求，是领悟“教育人生”的必由之路。在这个平凡但是崇高的岗位上奉献，把我们的爱，我们的情，我们的德都留下来！

文档为doc格式