

2023年谈修养的读后感(优秀10篇)

“读后感”的“感”是因“读”而引起的。“读”是“感”的基础。走马观花地读，可能连原作讲的什么都没有掌握，哪能有“感”？读得肤浅，当然也感得不深。只有读得认真，才能有所感，并感得深刻。读后感书写有哪些格式要求呢？怎样才能写一篇优秀的读后感呢？下面是小编带来的优秀读后感范文，希望大家能够喜欢！

谈修养的读后感篇一

黑格尔曾说，人们经常挂在嘴边的名词，往往是我们最无知的东西。而哲学，就是对于“自明性”的追问，对于这些不言而喻、不证自明的事物的追问。

我们都知道philosophy是爱智慧，因为爱智慧所以要追问写什么。本书提供了三个线索以供参考：1、追问宇宙奥秘，是人对大自然的惊奇；2、追问历史和社会（包括当代人类的生存困境），是人的社会责任感；3、追问人生意义和价值，是人对自我的追问。换作我们所熟悉的名词，叫做世界观、价值观、人生观。

“宇宙是什么？”《苏菲的世界》中曾经将人比作兔子身上的寄生虫。大多数人贪恋兔毛深处的温暖，而哲学家则爬上兔毛顶端想要查看到底发生了什么。我也曾看到以刘慈欣（《三体》）为代表的科幻作者对于宇宙的宏大建构，但是宇宙是什么，对我来说始终是一个庞大的超出理解的概念。用现有的理论去解释，始终像盲人摸象，只得到一点零星的拼图。宗教徒们是幸运的，因为他们有一个全知全能的主。但人类最聪明的头脑们是怎么解决这个问题的呢？希望经过三年左右的阅读，我能对此有一点粗浅的认识。

我们所看到的历史是真实的吗？我们对社会的理解准确吗？

事件的走向是由个人决定，还是趋势使然？南美洲蝴蝶的翅膀，能不能引起得克萨斯的龙卷风？我曾经以为了解历史，但同时发现自己一无所知，几次反复之后彻底陷入怀疑主义的泥潭。把一切归诸于时代不公平。我是说，如果能够掌握一个科学有效的方法，至少能对社会、历史有一点自己的看法，不人云亦云，就好了。

有三个万年无解的问题：“我是谁”“我从何处来”“要到哪里去”，追问的其实是人的自我。当初对心理学感兴趣，只是为了解决这些关乎个人的问题，可是越深入，越困扰。若不在空间、时间上有着明确的定位，单独去研究那一个点，研究的越明白，就越觉得虚无。

因此，我从狭小的自省中走出，希望寻求一个答案。

谈修养的读后感篇二

从哲学意义上讲：人是一种实践性的超越性的存在。它是一种与动物有着本质性区别的存在。如果别人说你（等于骂你）是个“动物”，那就等于是说你不是人，没有自我意识，没有自我存在的价值观念，那也就是说你只是为这个世界增添了一种只会排泄的东西，与牲口无异。除此之外，什么都没有。

根本区别在于：动物只是无意识地在“生存”，而人则是积极地有意识有目的地在“生活”。因为生存和生活是两种截然不同的生活方式。也正因为如此：

人不能忍受“单一的色彩”

人不能忍受“凝聚的时空”

人不能忍受“存在的虚无”

人不能忍受“自我的.失落”

人不能忍受“彻底的空白”

我在想象始终与一种色彩为伴的人还能称作人吗？我在想象一生与凝聚的时空为伴的人会健康？我无法相信真正的人能承受存在的虚无，自我的失落和彻底的空白。动物从来就是这样地在生活，而人必须要有所思考。

因为我们是“人”，不是动物，不是牲口。那么我们就断然不能像动物那般只是为了生存，而应该过一种有目的，有意识，超越性的“生活”。

动物只能是消极地无意识地适应自然，因为它本身就是自然的一部分。而人却从来不满于此，他的骨子里流淌着一股股高贵的文明的滚烫热血，他决心以自己的“实践行动”来让世界为自己开道。既然世界不会主动满足人的，那“人”就去改造世界，那就创造出属于人的，能满足人的种种需要的“属人的世界”。是的，早从那位不知名不知姓的始祖开始，就已经在这样做了。

当然，这只是从与世界的关系来说明人和动物的区别，但这也是最为深刻的一方面。于此延伸开去，肯定还有其它的很多很多。比如按照马克思的观点来看，动物是不会和世界发生**，所有的关系都是为人所存在的。人是认识的实在的主体，具有认识世界，改造世界的能动的意识和实践。而包含动物在内的整个非人的事物，都只能是我们认识的对象，也只能是对象性的存在着。

太多的种种，标榜着人和动物的本质性的区别。因此人决心超越现在的生活，开始思索存在的意义，开始创造属于人的价值。

人生在世，总是要创造些意义和价值的。因此苏格拉底说出

了那句至理名言：“未经审查的生活不值得一过”。这种意义，这种价值是来自于人的内心本源的一种真挚的渴望和追求。是人，便不会抛弃它了；是动物，求也求不了。

建立在这样的世界观的基础之上。我深深地鄙视厌恶没有目的，没有思考的生活；深深地厌恶那些流毒般的寄生虫的生命；深深地痛批只顾当下世界，从不思索人生意义，生命真谛，意义等重大人生命题的人。他们的存在是可有可无的，因为连他们他们自身都不曾意识到自我的存在。换句话说，与动物无异。

动物只有一个世界，那就是自然界。而人拥有无数个世界，因为人有着无数多的把握世界的方式。当我们以艺术的眼光把握这个世界的时候，我们就生活在艺术世界里。当我们以宗教的眼光把握这个世界的时候，我们就生活在宗教的世界里。同理，还有哲学的世界，伦理的世界，科学的世界等等。

这还不够。人的头脑中又有了一种新的关于世界的“理想图景”，他决定将主体客体化。

没有思考，就没有超越。就没有关于这个世界的“图景”。这样的生活确实不值得一过。

但人是那么的可爱！

谈修养的读后感篇三

一次作文课上，老师让我们读了一篇《一双脚上的修养》。它让我深受启发。

这篇文章主要写一个雪天，“我”走进阅览室，擦地女工奋力擦“我”身后的脚印。过了一会，送水工推开了门，又把头缩了回去，又推开了门。“我”看到了他的双脚都套着塑料袋。擦地女工盯着送水工泪光闪现。

我想：送水工真有修养。而平时的我，可没有送水工那样珍惜别人的劳动成果。记得有一次，我拿着钱去超市买冰激凌吃，打开包装袋，一股凉气扑面而来，冰激凌色泽鲜亮，香味沁人心脾。看着它，我早已垂涎三尺，二话不说，随手一扔包装袋，把冰激凌往嘴里一放。哇！好舒服呀！汗流浹背的我顿时感觉透心儿的凉。再往后看看，那包装袋已经跑出很远了，一位叔叔拿着大架子，弯着腰，一遍又一遍地捡着地上的烟头、塑料袋、饮料瓶……包括我扔的包装袋。显然，他是一名环卫工人，他已经满脸流汗，不停地用手擦着汗珠。看到这儿，我不禁又想起了文章中的送水工。是啊，他为了不弄脏地面，就用塑料袋把自己的鞋给套上。而我，却让环卫工人又多流了一些汗珠，又多了一份辛苦。顿时，我羞愧不已。

《一双脚上的修养》教会了我要珍惜别人的劳动成果，不能做一个没有修养的人，我感谢这篇文章——《一双脚上的修养》。

谈修养的读后感篇四

同情弱者是人的本能，因为这样你可以站在道德的高度，施舍你的善意，获得个人精神上的快慰，反之，同情弱者就会仇视强者，不管公理何在，只要我心中愿意。

当然，这里的弱者即韭菜，顺理强者即庄家。韭菜歧视庄家，是因为韭菜赔了，庄家赚了，可是这赚与赔又有什么关系了？只不过一个交易对了，一个交易错了，本质上来看，一切的交易，都是思考不一致的结果。思考的不一致才促成了交易的完成，至少在交易的那一刹那，双方擦肩而过时，各自心中暗骂对方一句傻x，双方的精神世界是很爽的，因为我这么聪明，傻x只能是你。

如若使然，是不是应该相互停下来，握个手，说一声“谢谢”呢，因为在某种程度上，庄家至少成全的韭菜的愚蠢。

冲进交易市场的新手，一上来就会被k线上各种相关跳动的数字和指标所吸引，这很正常。中国人参与a股市场交易相对还是很幸福的——每天上午那么晚才开市，两个小时之后午休，下午也是很早就闭市了……所以，即便想盯着看，也就那么一会，每天还有大十几个小时事实上干脆没得看。所以，你从来没听说过a股市场上的交易者没有性生活的。

《孙子兵法》开篇有云：夫未战而庙算胜者，得算多也；夫未战而庙算不胜者，得算少也。所以政府设立的交易规则，也是希望你家里有足够的时间权衡利弊得失，而不是一上场就买买买，这样不仅浪费你自己的时间与钱财，还影响我们国家的“二胎计划”。同时，还是设置了价格波动幅度限制，以避免韭菜们一夜暴富而受不了精神刺激。

感谢这样的游戏规则吧，虽一夜暴富那是神话，但至少不会一夜回到解放前，还给你留了些许资本，让你可以继续在这个游戏里玩下去，谢谢。

韭菜之所以为韭菜，不是因为他们笨，而是因为他们聪明。

“研究透价值所在之后决定买买买”，和“不管三七二十一先下手之后发现不对再去研究价值”当然有着天壤之别，随后的结论和结局都迥异至极。

聪明人都认为，只要进去了我总能找到机会，是的，这一点没有错，因为没有一家企业天生就是为了亏钱，都是为了挣钱，可是挣钱需要时间，所以如果匆忙进场之后就只能做一件事：等待一个正确的时机！

但是聪明的韭菜总认为这道题还有其它解，他们熬不住，也等起，索性我就当根韭菜吧。

我不是高手，只是差一点就成为韭菜而已，我以上观点均是转述李笑来老师的话和自己的理解，如果可以，希望对你有

所帮助，最后还是借用本书的结束语：好人一生平安！

谈修养的读后感篇五

能写出好文章的，知书达理的人有很多，但是能注意自己修养的作家就不多见了，能反思自己有没有注意修养的就更稀少了。有一个不知名的作家写了一篇触动我心灵的文章。其中“修养”这个技术系，又陌生的词格外醒目。这就是《一双脚上的修养》整篇文章蝙蝠不算大，写的就是作者在一个下雪的冬天步行去图书馆看书，她的鞋沾满了脏雪，可是他没有在意就直接走进了图书馆，发现里面的一个女工准备抹他那黑黑的脚印，他却没有在乎。直到他坐下来看见那个女工好不容易才擦干净，他才有了愧怍感。过了很久，他看见一个男人想进来，犹豫了一会又出去了，他一会后又进来了，原来是一个送水的工人，他惊奇的发现那个送水工人的两只脚上都套了一个塑料袋，走进来后地面仍然干干净净，作者看见那个女工落泪了，就觉得更加惭愧了。他觉得一个人不是读了很多书，不是知道很多东西就是修养的，修养应该是在一个人举手投足的细节中体现。

就拿我们班的一些人来说吧，读了这么多圣贤书的他们满口粗言秽语，令人不堪入耳，上课随便说活，用它们所谓的小聪明，大见解来侮辱，挖苦别人，让别人难堪。这些人即使考了全国第一，我也看不起他。

古代的人倡导的“修身齐家治国平天下”，修身排在了第一，可见一个人的修养是多么重要！连最根本的修养也没有的人，即使他的书读得再好在社会上也不会得到别人的认可的。

谈修养的读后感篇六

古人说“修身，治国，平天下”，可见修养自身道德情操，完善个人人格多么重要。为什么要加强自身修养？怎样加强自身修养？蔡元培先生《中国人的修养》一书里给了我们答案。

蔡先生以人们身边熟知的事物为例，娓娓道来，使人于不知不觉中深受启发，比如开篇《合群》一章，先生便以教室、桌椅、衣服和身体为例，说明事物都是由各种不同的部分有机组合而成，进而指出人与人必须结成集体，彼此合作，才能谋求最大利益。引发我们加强自身修养，促进人与人之间的合作与共赢的思考。

本书触动我最深的是《方正与拘泥》一章，文中说，行为固然要遵守一定的规范，但在实际生活中，却不能因过于正派而显得死板。对于这一点，先生也举了不少古代的例子。生活中，方正不难做到，按原则做事就行，但方正又不拘泥，便很是考验一个人看透事物本质的本领了。许多人欠缺的便是这个本领，过于方正，是死板是死脑筋，不方正不免就流于油滑和油腻，拿捏得当，思维灵活又敢做敢当，实在是令人羡慕的事情。可惜这许多年来，遇到有些事情，本人时常犹豫“该做还是不该做”，而为自己平添了许多烦恼，现在想来，敢情也有许多人和本人差不多，所以蔡先生才写成这篇来开化我这等脑袋。

蔡先生关于良心的论述，也是令我非常感动的部分。相信每个人都有过这样的体验，因良心的驱动而不得不去做某些好事，又不得不去避免做一些坏事。所以我们该做什么，都应该交由良心来决定。但是良心却又可能被邪念所压倒；所以，对邪念要趋而避之。我们应该借助良心，从知识、情感和意志三方面共同着手去消除邪念。以趋善避恶的良心为基础，以臻于至善的理想为目标，不断实现道德和法律规定的义务，形成习惯，久而久之就会形成道德，最终实现自我完善的人格。

大千世界，包罗万象，生活错综复杂，许多人感叹“借我借我一双慧眼吧”，要看破世间万物凡事做得炉火纯青谈何容易，只要一直摸着良心走路，一直不断增强自我修养，会越来越心明眼亮。

谈修养的读后感篇七

昨天我看完了《韭菜的自我修养》一书，作者是李笑来。李笑来最近也是绯闻不断。李笑来是著名的天使投资人，在得到app开设了订阅专栏“通往财富自由之路”。著作有《把时间当朋友》、《财富自由之路》等畅销书。在我眼里是投资界牛人，人生励志导师。但只是在我眼里的人设，别人怎么看怎么想我不知道。相信我：我的不一定是对的。

《韭菜的自我修养》讲的内容主要是说股票投资，在笑来看来这书只是一个股票指南小册子，花了两个月时间弄出来的工具书。书中的核心思想在“通往财富自由之路”有提过，我看书中的观点就好像重读专栏的感觉。

这本书我读完之后有一个体会：投资需要学习理性。

我们可以看看书的目录：

- 1、他们所说的“韭菜”究竟是谁。
- 2、“韭菜”的宿命从那一刻开始。
- 3、亡羊补牢的“韭菜”才有前途。
- 4、交易者们最应该掌握的能力。
- 5、摆脱“韭菜”宿命的一个观念。
- 6、“韭菜”缺乏礼貌的根本原因。
- 7、谁说“韭菜”不在乎寻找价值。
- 8、“韭菜”不缺耐心缺的是实力。

- 9、喜欢冒险的最终都是“韭菜”。
- 10、更可怕的是不计成本地冒险。
- 11、止损线究竟如何制定才合理。
- 12、频次才是决定一切的根本因素。
- 13、到底最后是谁在割谁的韭菜呢。
- 14、我要是在那里卖这里买就好了。
- 15、人怎样变坏的就会怎样变傻的。
- 16、正确地提升收益风险比的方法。
- 17、其实真不是谁都能去做早期的。
- 18、你要学的真不是项目分析能力。
- 19、韭菜没有生活甚至没有性生活。
- 20、孤独是成功交易者最宝贵的品质。
- 21、生活之外还必须有工作和学习。
- 22、认识周期识别周期和把握周期。

目录的每一条都是具有指导意义的，就对我来说是一个提前学习的机会。我在两个月前开了一个美股户，但开户就有开户入金5000美元 没有资金就无法进行操作买卖，我连5000美元都没有。一个连本金都不足的人还想进股票市场去赚钱？买卖股票在书中有一条原则：要有足够的现金。即使买了许多股票但还是要要有现金来实现周转的操作，不然你就很容易被套牢成了韭菜。何为韭菜？在书中定义：所谓的“韭菜”，

指的是在交易市场中没赚到钱甚至赔钱的势单力薄的散户。

就算我有5000美元本金进入股票市场，我会进场一通乱买买买，那个股便宜买那个不会有什么选股标准的，这种作法也是韭菜常犯的。

看完全书我有三点最认同：

1：别乱买，要有止损止盈线。韭菜长得快割得也快，想不让别人割就要认知升级不做韭菜。止损止盈是保险的做法，即使亏损也不要全部亏损。

2：买定少操作，长期持有。选市场上比较有知名度的公司投，买了不要频繁的交易，交易就有手续费你那点小利润会被每次的手续费给对冲掉。长期持有每个季度才看看就可以了。假如你买的股票跑过大盘就已经很优秀了请继续买入持有。

3：投资不是生活的全部，多投时间去学习去做自己热爱的事。如果每天每刻都在盯盘你怎么会还有社交？怎么会还有较好的亲密关系？不去学习不去交流你怎么知道行业的变成？买对行业比买对企业更有指导性作用。

谈修养的读后感篇八

教师职业道德的提升需要在教师的生活实践和教育实践中进行，需要建立多主体、多维度、多层次、多途径的实践机制。以下是小编为大家整理的关于这本书的读后感，欢迎大家阅读！《教师职业道德修养》读后感（一）

《教师职业道德修养》使我进一步明确了今后教育教学工作的目标；同时也使我接受了许多新理念，了解了很多教育教学策略，为自己今后更高质量地开展工作添了一块基石。

一、了解了教师职业道德修养基本含意

1、教师职业道德的独特性，说明了它是教师这一职业所特有的，是与教师这种职业密切联系的专门性道德，是教师在其现实职业生活中应遵守的和所应具有。

2、教师职业道德的基本内涵，说明教师职业道德不只是一种应然性的规范或准则，不只是教师在职业生活中所应遵循的行为规范和行为准则，而且还是一种实然性的品德，应当是教师应内得而成的观念意识和行为品质。

二、理解了本书的主要内容

本书从三个方面阐述了关于教师职业道德的标准与构建，并从理论到实践环节都给予明确的指引。

1、教师职业道德素养是教师素质之魂。身为教师就要明确如何将职业道德标准转化为自身的职业道德素养，努力实践，将自己塑造成为一名真正的合格教师。

2、爱岗敬业，时代对教师有着新的要求。随着社会的不断进步，人民对教育的需求和要求越来越高，使得教师必须进行专业化成长，树立新的教育观念。只有教师有了专业化的发展，才能胜任本职工作，才能真正实现爱岗敬业。

3、“教师的爱好比一部车，感情是发动机，而理智是方向盘，教师的驾驭水平则取决于如何协调好二者。如果学生是乘车人，学生的美好人生、学生的健康成长就掌握在我们教师手中。”我们的言行、教育关系到学生的人生发展、关系到学生的健康成长。

本书给我的最大收获就是明确了理解如何爱学生。

三、具备良好的师德是时代的需要。

教师是继承和发扬文化遗产的桥梁，是连接过去、现在和未

来的工程师。明末清初，著名思想家黄宗羲在《续师说》中曾说：“师者，所以传道、授业、解惑者也。道之未闻，业之未精，有感而不能解，则未师矣。”

我国自古以来，就非常重视教师的师德。“为人师道，端品为先师者，人之模范也”这些历史名句无不充分说明师德的重要性。“学为人师，德高为范”的高度概括，更强调了教师品德高尚的示范作用和重要地位。

育人先育德，时下面对激烈的市场竞争，科技的迅速发展，只有把握“做人”的真谛，才能真正立足于社会。高尚的道德品质是教师赢得学生尊敬和信赖的首要条件，也只有加强师德教育，才能保证为国家培养出一批批合格的二十一世界人才。这是时代的需要，也是历史责任的呼唤。

四、用以德立教的“爱”开展工作

热爱教育事业是一种理想与情感，爱生才是实施教育的基本触发点和着力点。陶行知先生说：爱是教育的基本要素，“没有爱便没有教育”。爱生不仅是教师人品、学识、情感与亲和力的展现，实际上是倾注了教师对祖国、对人类、对未来的热爱。因此，爱生是衡量一个教师师德水平的一把基本尺子。

爱是一门艺术。能爱是一个层面，善爱则是另一个层面。作为教师，爱的形式与内容，就是教师品德、学识和情感的结晶。因此，教师要做到能爱、善爱：要爱学生成长过程中的每一微小“闪光点”；要爱他们具有极大的可塑性；要爱他们在教育过程中的主体能动性；要爱他们成长过程中孕育出来的一串串教育劳动成果。“爱”要一视同仁，持之以恒；“爱”要以爱动其心，以严导其行；“爱”要以理解，尊重、信伍为基础。只有这样的爱，才是以德立教。

只有以德立教的“爱”，才能爱出师生间的“师生谊”，爱

出社会主义社会新型的师生关系，爱出“爱满天下”的陶氏风范。随着素质教育的不断深化，“爱生”的意义也在不断地得到升华。爱的双向功能是现代教育中的媒介，润滑油和催化剂，不热爱学生的老师，学生决不会欢迎他。因此，“爱生”是现代教育衡量每一位教师是否称职的重要标志。

五、高尚师德的前提是具有良好的自我调控能力。

教师在教育教学活动中，常会出现学生调皮捣蛋、恶作剧、逆反对抗、违纪犯规等。这些问题使人气愤、烦躁。这要求教师要有博大的胸怀、极大的耐心，较强的心理承受能力，学会运用积极的心理防御机制与科学的调适方法，避免消极的心理偏激反应。

要有正直的人格、人品，弘扬高尚、正义、真善美的价值观念，把正直宽容、不骄不狂视为做人的准则，树立良好的师德风范。理解学生，明察秋毫，公正地解决问题。孔子有言：“其身正，不令而行；其身不正，虽令不从”。在不断要求学生的过程中自己也要以身作则，教师的言行示范比口头教育更有效。

教师有“人类灵魂工程师”之美誉。我想，师德是最重要的，只有具备良好师德的人才可能教出优秀的学生、祖国的栋梁。

《教师职业道德修养》读后感（二）

今天，我的心情十分愉快，心理也很轻松，觉得读一点什么，就拿起《教师职业道德修养》这本书读起来。不读不知道，一读吓一跳，书中还有这么多我不知道的知识。现就我学到的知识与我的工作实际做一些比较，把心得体会做一下笔录。

师德将蕴含着无尽的价值，由于教师职业劳动的特殊性，教师职业道德与其它职业相比，有其自身的特点，正是教师职业劳动的特殊性决定了教师职业道德的特点：

第一，师德纯化社会风气，教师职业作为人类最古老的职业之一，是崇高而神圣的职业，承担着传播人类文化，开发人类智能，塑造人类灵魂的神圣职责。

第二，师德影响、塑造人的心灵，苏联、著名教育家苏霍姆林斯基说过：“育是人与人心灵上最微妙的相互接触。”教师道德对学生心灵的景响是“任何教科书，任何道德箴言，任何惩罚和奖励制度都不能代替的一种教育力量”。

第三，师德影响人的终身。苏联教育家加里宁有句名言：“如果一个教师很有威信，那么这个教师的影响就会在某些学生身上永远留下痕迹。”

那么我们教师要做的就是：

第一，必须做到对学生负责。在教育过程中教师是教育者，学生是受教育者，教师要把学生培养成为社会主义新人，就要按照党的教育方针，从德、智、体、美、劳各个方面去塑造学生，引导学生沿途又红又专的方向前进，这是对学生负责的重要表现。

第二，对学生家长负责。学生的家长把自己的孩子托付给学校和教师，是对学校和教师的信息，希望教师能把他们培育成才。

第三，对社会负责，归根结底就是要求教师为社会培养高质量的人才。

总之，21世纪的教育，教育民一主化、教育个性化、教育终身化、教育信息化、教育国际化已成为不可阻挡的发展趋势，迫切需要的是积极进取，锐意改革，富有使命感，具有国际视野，勇于开拓创新的新型教师。

所以我现在止停留的现有水平上，是不能满足现在教育的需

要的，只有不停的学习，不停的研究教学方法，更新教育理念，赶上时代的步伐，树立新的教育观、新的知识观、新的学生观。作为一名教师，最重要的任务就是使自己的教育教学质量有所提高。我读了苏霍姆林斯基的《给教师的建议》这本书，受益匪浅，从中选出这几个“建议”谈谈我的想法。

一、教师，珍惜学生对你的信任

“教师面对的是儿童极易受到伤害的，极其脆弱的心灵，学校里的学习不是毫无热情地把知识从一个头脑里装进另一个头脑里，而是师生之间每时每刻都在进行的心灵的接触。”其实，师生之间的关系应该是平等的，融洽的，教师应该学会蹲下来看学生，使他们感觉到你对他是公平的，信任的。

每个孩子都有他的可贵之处，在教师的眼里学生没有好坏之分。在学生做好的大时候，我们应该给他们更多的鼓励；在学生做的不好的时候，我们更要关心和指导他们向正确的方向前进，使他们在认识的道路上更进一步。不要加以指责，在每个人的心灵深处都有很脆弱的地方，孩子也是一样。其实他们也很痛苦，作为教师就是要时刻给他们启发和鼓舞，使他们看到自己的进步，使他们有自豪感和尊严感。

二、教学相长，取长补短

“如果你发现绝大多数学生练习本的字迹端正秀丽，错别字很少，那么这就是个明显的征兆：在这个班级里学生可以学到许多东西”

想一想，我这几个月的教学其实真是这样的，“练习本”就是学生习惯养成的一面镜子，也反映着一名教师的教学效果。对于新教师而言，学生习惯的养成是今后有良好教学效果的基础，我所缺乏的也就是这一点，要时刻培养他们良好的学习习惯，真正得到适合自己的学习方法，使得他们在今后的学习中能更省力更有效。

要对同事们的经验加以研究和观察，并进行自我观察，自我分析，自我进修和自我教育。在此基础上逐步形成自己的教育思想。

“学习优秀经验，并不是把个别的方法和方式机械的搬用到自己的工作中去，而是要移植其中的思想。向优秀教师学习应当取得某种信念。”

《教师职业道德修养》读后感（三）

教师肩负的是双重任务，教书、育人。教育工作在教学工作中的作用也是不可忽视的，因为它是一种育人的工作，而育人质量的高低，决定于教师。在学校里，教师的职业道德修养、道德水平，对于学生道德素质的培养和影响，有着十分重大的意义。

《教师职业道德修养》一书紧密结合教师职业的特点，对师德问题展开了充分的讨论。书中说，孔子爱学生，对学生真诚无私，传授知识毫无保留；荀子爱学生，留下“青出于蓝而胜于蓝”的名言，鼓励学生超过自己的老师；鲁迅先生爱学生，发出了“救救孩子”的呐喊，要把少年儿童从封建礼教的桎梏中解放出来，培养他们为革命的“新后代”；陶行知先生爱学生，在艰难之中创办育才学校，让穷人的孩子有受教育的机会，“爱生”并不容易。

首先，尊重学生的人格。关爱学生，首行要尊重学生的独立人格。哲学家爱默生说过：教育成功的秘诀在于尊重学生。任何一个教师要尊重学生的人格，才能从本质上热爱学生，教育教学和管理工作才能取得成功。教师要在学生心目中树立示范地位，就是要尊重学生的人格，善待每一位学生，使师生关系平等，激发学生的自我肯定意识。多一点笑容，多一点关爱，让他们健康、快乐地成长，民主、平等的师生关系，既能发挥老师的引导作用、教育作用，又能调动学生的积极性、主动性，只有师生关系的融洽，才能使学生感受到

老师的爱，班级气氛就会融洽，工作才能取得良好的效果。

其次，讲究批评的艺术。批评也是一种关心、爱护的表现。我们教师经常要面对做错事的学生，如果一味地劈头盖脸地对他们进行指责，未必能收到好的效果，批评学生，要注意一事一批，学生犯了错，要针对学生的错误进行批评，不要轻易地将学生以往的错误联系起来。批评学生，要对事不对人，无论是优秀的学生，还是经常出错的学生，我们都要一视同仁，批评学生，评语要准确，恰如其分。准确、真诚的评语，会使学生心悦诚服、欣然接受。苏霍姆林斯基说过：只有学生把教育看成是自己的需要且乐于接受时，才能取得最佳教育效果。

第三，让每一位学生体验成功。在教学过程中我会创设更多的机会，使每个学生都有体验成功的机会。如在按时按质完成作业后，我会给他们敲一个我的图章，学生很开心，这样，越来越多的学生都想得到老师的章，对他们来说，不单单是一个章，而是一种荣誉的象征。同时要让学生体验成功。

读了《教师职业道德》这本书，我觉得它给我指明了今后学习和工作的方向，使我更有信心迎接各种工作上的困难，我将一如既往的遵循教育、教学规律，更大胆的在教学的道路上探索，前进，为培养更优秀的下一代而努力。

谈修养的读后感篇九

周星驰，大家应该很熟悉吧。他第一次出镜是哪部影片我不知道，但是1983版的《射雕英雄传》中有士兵一晃而过的镜头，反复播放多次之后，我断定就是跑龙套的星爷。后来，周星驰成为导演，拍了很多卖座的电影，如《唐伯虎点秋香》《大话西游》《长江7号》《食神》《逃学威龙》《功夫》《天下足球》等等，周星驰因此成了一代笑神。不知道大家还记得不，周星驰在电影《喜剧之王》和《新喜剧之王》中

反复给了一本书好几个镜头，这本书就是《演员的自我修养》。

今天我就与大家分享斯坦尼斯拉夫斯基著的《演员的自我修养》，作者是世界著名演员、导演、戏剧教育家和理论家，他所创立的斯坦尼斯拉夫斯基表演体系，在世界范围内产生了极大的影响。他坚持以“心理体验分析方法”为创作核心，后期又以“形体言语动作分析方法”丰富了以内心体验为核心的戏剧理论。《演员的自我修养》是他的代表作，被称为“演员的圣经”。而这本代表作在中国广为流传，却是因为周星驰的一部电影。

这本书代表了演员的一种态度，认真，凡事做到极致的态度。电视综艺节目《演员的诞生》中很多导师都引用过斯坦尼斯拉夫斯基的观点：“电影中没有小角色，只有小演员”。斯坦尼斯拉夫斯基创立了“体验派”，体验派的核心是：进入潜意识。体验派要求在表演时，演员和角色在心理上融为一体，进入一个潜意识的状态，忘记自己在演戏。斯坦尼斯拉夫斯基认为：舞台上最好的效果就是演员完全随着剧情走，完全不受意志控制，演员在体验这个角色本身，他不用刻意去想他该如何表达，如何去做动作，而就这么自然而然的表演，凭着直觉，下意识的表演。把每一次表演都当做最后一次机会，把给予自己的每一个角色都表现好。很多演员也都是这么理解的，可是从表演上看，能被称为实力派的好演员的不多。

这次推荐的果麦出品，俄语直译完整版，是由中央戏剧学院表演系教授姜若瑜审校的《演员的自我修养》。编者说：这是给演员、艺考生、网红、主播、短视频达人、热爱表演的人提供演技升级指南，教会普通人欣赏影视作品和表演，给所有人更自信的生活方式。希望普通大众通过读这本书，学会欣赏影视作品和表演、学习真实表达自我的方法、如何让自己更加自信、如何调动自己的情感素材去实现目标、像角色一样地去感受和思考。

斯坦尼斯拉夫斯基说：“高尚从来不是随时随地被正确理解的，美有着千差万别的解释，而表现力经常被用低级趣味来展示，就因为世上低级趣味比好的多很多。”还以《演员的诞生》为例，比拼中请了很多影视界当红影星，当然也请了一些老艺术家，当他们同台表演的时候，其感染力和冲击力是视而可见的，可最终的结果未必就是老百姓所期待的，再后来这档节目就变成了推新人的综艺秀，收视率下降很多。由此可见，大众的辨别力还是很高的。

现在很多电视剧很好拍，演员基本不用说台词，只要说12345就行，大家看到的都是后期的配音。我就纳闷了，两个人的对手戏，不说台词，怎么调动情感，哪有戏剧冲突，都变成程式化表演真的很可怕，这样培养不出好的演员，更拍不出好的作品，观众的眼睛是雪亮的，作为导演也好，演员也好，要想拍出好的作品，给观众留下好的印象，那就得像那些老戏骨一样，拿出真本事，用真情实感去演绎。

斯坦尼斯拉夫斯基说：“有一种神经质演员，能认为调动自己的神经，激发起作戏情绪。这能制造出舞台歇斯底里病态的传神，但其表现内容是空虚的。”好的演员和不好的演员有何区别？好的演员会因一个角色很长时间走不出来，一直处在那种情境中。不好的演员会演完一个角色就忘记了。我还看过更夸张的表演，有的演员觉得自己很厉害，飙泪高手，歇斯底里的朗诵台词，夸张的表演令人作呕，而她自己却觉得自己很卖力，很投入。

我不懂表演，但我会欣赏。在我们头脑中记住的那些鲜活的影视形象，往往都是演员塑造的人物很真实。所以，常有人说：“一个演员救了一部戏。”真心希望戏好演员更好。

谈修养的读后感篇十

《影响你一生的修养》读后感——德之不厚，行之不远
读完《影响你一生的修养》这本书，我的内心受到强烈的震撼。

这本书用最朴实无华的语言，告诉了我们做人真正的大道：德者，本也。德之不厚，行之不远！做人如此，做企业亦是如此。

一个企业要长远的发展，必须要以提高企业所有人的道德素质为基础，否则，健康、永续的经营永远难以实现。

孔子说：吾日三省乎己。行有不得，反求诸己。一个勇于反省自身的人，必定是一个有道德有修养的人一个高尚的人，一个勇于反省自身的企业也必定能斩荆披棘、乘风破浪成为一个优秀的企业。

企业是由人构成的，一个优秀的企业是有无数个优秀的企业人组成的，正如我们的集邮事业一样，要想把我们的集邮事业塑造的更加优秀，就要靠我们每一位集邮人恪尽职守，克己力行从自身做起不断提高自己的道德和修养，建立起我们集邮自己的道德文化长城！

然而怎样才能成为一名优秀的集邮人呢？

做优秀的集邮人必须勤奋，必须懂得要想取得成功就要付出不亚于任何人的努力。“天道酬勤，厚德载物”这也正是我们集邮人所需要具备的。酬勤就是付出才有回报，《中庸》中讲：人一能之，己百之；人十能之，己千之。果能此道矣，虽愚必明，虽柔必强。厚德，就是有修养，有道德，有远大的理想，有博大的胸怀。有的人在事业上发展不到几步就戛然而止，有的人甚至刚坐到某个位置就栽了跟头，一个重要原因就是缺乏大气象大境界，不注重厚德慎行，只要有一点小利就把自己蒙住了，有一点好处就让自己魂牵梦绕。一个有信仰、有追求人则大不一样，他们能绕开世俗的纷扰，不为名利所羁绊，倾心事业，利在人民，因而在事业的道路上必然能走得很远，实现人生大作为。所以只有努力，我们才会成功，才不会辜负生命存在的意义。

虚心就是能力，品德就是人才。一个优秀的集邮人要懂得虚心，虚心就是能够接受别人的意见，肯向别人学习，我们每个人都不是十全十美的，或多或少都有一些缺点和毛病，但这些并不影响你的能力，关键是你自己如何去对待这些缺点，是让其自行发展，还是努力改正，这就在于你有没有虚心的态度。虚心的人总是能够接受别人建议，也只有虚心的人才能够得到别人中肯的建议，才能进步得更快，其能力也必然会出类拔粹。所以说虚心就是一种能力。真正成功的人，尽管胸怀火有一般的热情和斗志，但他们同时也是谦虚的'人，谨慎的人。正如古人所说：“面如**而胸中有疾雷者，可拜为上将军。”

一个优秀的集邮人，要懂得专心和敬业。专心就是，凡做一件事，便专注于一件事，将全副精力集中到这事上。敬业就是要求我们做事不能只停留在工作的表层，工作不是每天的朝九晚五，不是做一天和尚撞一天钟，而是要将心融入工作，融于企业，懂得工作的真正目的不仅是让我们获得物质财富，更重要的是它能提升我们的道德修养，提高我们的人生境界。

一个优秀的集邮人还要有很大的度量，一个人的度的大小决定了他成功的程度。度量就像一个茶杯，而成功就是里面的水。只有有大的度量才会取得大的成功！

优秀的集邮人还要懂得感恩，感谢父母养育之恩，感谢老师谆谆教诲，感谢领导指导提携，感谢同事信任和支持！我们甚至还要感谢那些伤害过、欺骗、侮辱、蔑视过我们的人，因为他们增进了我们的智慧，砥砺了我们的人格，激发了我们的斗志，醒觉了我们的自尊。

千里之行，始于足下，让我们从此刻开始，共同努力，成为一名优秀的集邮人。