

2023年心平气和的读后感(优秀9篇)

很多人在看完电影或者活动之后都喜欢写一些读后感，这样能够让我们对这些电影和活动有着更加深刻的内容感悟。如何才能写出一篇让人动容的读后感文章呢？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。

心平气和的读后感篇一

毕业实习是每个学生走向社会、走上工作岗位必不可少的一个重要环节，通过实习在实践报告中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，受益匪浅，也打开了视野，增长了见识，为我以后进一步走向工作岗位打下坚实的基础。

作为学生的我，开始了我的第一份煤矿实习工作，如今，半年的实习生活已经结束了，回顾实习生活，感触很深，收获颇多。

第一天去上班的时候，刚开始我还觉得蛮紧张的，再和他们的交流之后，我渐渐的放松了自己。我每天都坚持提前上班，可以在其他人到来之前，把每个办公桌收拾整齐，这样办公室的人一到来就可以立刻投入工作。其实，我一直认为每个人都有自己的优点，而且都有发挥它的地方，而我的实习经历正应了我的想法。当然，由于刚到矿办公室，对工作惯例不熟悉，有些事情我也处理得不是很恰当，但我勤于向他们请教，慢慢地也熟悉了单位的办公。我知道第一次出错并不可怕，可怕的是一错再错。在平时，我仔细地观察办公室人员的办公方式，希望能够精益求精，更好地完成。

在办公室，闲的时候就会看看网上的一些好的文学作品，练习打打字，因为在矿办公室我主要从事打字工作、文件的分法、报纸的分法，经常要以打文件为主，我知道，这不仅要

打字速度快还要对电脑熟悉，尤其是没有其他工作人员帮忙的情况下，我能够完成接待任务。

刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这一段时间所学到的经验和知识大多来自领导和办公室工作人员的教导，这是我一生中一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。

发现学习和交流的重要性和必要性。发现一些实习生跟老师像朋友一样相处，老师有什么事都喜欢找他们帮忙，有什么机会也会首先想到他们。并非他们巴结或有后台。而是他们用朋友的态度相处。另一方面一个人掌握的信息多、技能多，能帮助别人的地方也多，帮助别人多了，别人也愿意帮助你，而你的人脉也广了，掌握的信息也越来越多。这样就形成一个良性循环。要改变一个人的行为首先得改变他的思想，大多数时候你以什么心态对别人，就会得到怎样的回报。深刻的意识到自己再不能处于独处的状态了。

独来独往，别人不主动自己也不理会。把自己个在自己自己的小空间了。总担心别人的看法，把别人想的难以接近。开放的态度使人更快更好的成长。

心平气和的读后感篇二

1. 虽然我想法是有点自私，但也是为你们好而已。
2. 以“不想耽误你”为理由而跟你分手的人，其实是怕你耽误ta.....
3. 时间冲淡了爱情的颜色、但回忆还记得我们爱过。

4. 撕心裂肺地恸哭是最绝望时，目光空洞的沉默不语才是真的心死。
5. 当我发现离不开你的时候，竟是你离开我的时候。
6. 幸福，不是左转，不是右转，而是，向前走！
7. 妄想与你折手天涯却留我泪染白花。
9. 做一个善于倾听的伴侣，这是给对方最温柔的关注。
10. 我一直觉得我们就应该在一起，我从来也没有想过要分手。
11. 看着你消失在人海尽头，终于明白笑着哭最痛。
12. 我等过你的 未来都来了 你也没来
13. 分手快乐 祝你快乐 你再也找不到比我更好的
14. 爱太短了，仿佛只是，为了分别，为了回忆……
15. 我会用最坚定的语言，对你说最坚定的再见。
16. 你牵着我的手，却放开在我对你依赖最深的时候。
17. 一叶绽放一追寻，一花盛开一世界，一生相思为一人。
18. 臣妾记忆中君温柔的笑容背后是樱花般坠落的凄美。
19. 情不知所起一往而深 除了生老病死剩下的都是因为不够爱
20. 最想流泪的事情发生时，死撑着不肯落一滴眼泪。

21. 你看我多傻，上一秒明明还嘴角上扬，这一秒我便湿了眼眶了。

22. 对于一切的情伤，时间是苦口良药。爱情，也许在我的心里还没有完全消亡，但愿它不会再打扰你；我也不想再使你难过悲伤。我曾经是那样真诚，那样温柔地爱过你，但愿上帝保佑你，另一个人也会像我爱你一样。

23. 分手说爱你、离开说再见、我们之间、永远不需要《抱歉》。

24. 我的天空没有了笑容，一切都没有了，一切都结束了。

25. 分手那天我一路走一路哭，他跟在后面一句话都不说，过了好久，我回头，他已经不见了。

26. 你变了，我也变了，回不去的温柔，泪水如泉涌，最熟悉的变得最令我心痛。

27. 分手后不能做朋友。分手了，不做朋友是为了给对方希望，不给任何机会，这个人没爱过你或者已经不再爱你，再抱着希望简直是一种酷刑。

29. 什么是勇气?是哭著要你爱我，还是笑著看你离开。

心平气和的读后感篇三

不知道为什么，某件事的发生，当我第一次向人吐露时，会有泪水在眼眶里打转，我只好拼命仰头、闭眼来抑制。生怕一不小心，便被人看穿了逞强。有些事，发生过，我便不轻易提及，一旦出口，便是落地成殇。

我向来不觉自己是敏感之人，更不会把“我很敏感”放在嘴

边称道。但我却会为某个不经意发现的事情，在心里转几个弯，联系到自己，会不会觉得很矫情？或许与我毫无想干呢，我真是自作多情呢，或许我真的是多情之人呢。

友人说的好，多情总被无情伤。外人评价如何，都不如自己对自己的了解。我想每个人或多或少都是多情与无情之人，只是对待不同的人，选择了不同的方式而已。

其实，每个人的心里都隐藏了很多恐惧，都想生活在一个恰到好处的位置，但现实是，我们常常不是偏左便是偏右。于是，便摇晃，便战战兢兢。

你举步维艰，你缠绵悱恻，你逡巡不前，你踟蹰，你停顿。外人来询问，你便称一切安好。是在自欺欺人还是太过虚伪？你只是迷惘了，你心里的高墙坍塌了，你所有期盼的美好渐灭了，你的心被心心念念的人儿凌迟。你没有力气，也没有心情。

需要日子疗伤，却还要强颜欢笑，找不到发泄的出口，伤口在阴暗潮湿处一寸寸糜烂发臭。于是，你便过得愈发不像自己。你的不忘初心，方得始终被搁浅在角落里，你连重新拾起的勇气都没有。

你被困在回忆的阁楼里，苟且偷安，靠着所剩无几的余温残度日月。你所最痛苦的，不是所有的美好变成过去，而是未来的草木皆兵的多疑。

厌倦了这样的自己，隔着一扇窗，羡慕着美好，却连拥有迈步的勇气都是奢侈。当初的一腔孤勇，只能用来回忆时称道，一边感叹，一边流泪，回忆里的自己无处找寻。

哭到没有声音时，全世界黯淡。美好足够摧毁所有的防备。在回忆的阁楼里面住了太久，久到阳光洒落的时候，不自觉闭上眼睛，皱着眉头，闻到玫瑰的香味，却不敢接受，久到

有被囚禁的感受。

心平气和的读后感篇四

开学的第一周，我们迎来了新学期里的第一堂课——电子工艺实训课。对于新学期里的新课程、新知识，我有种迫不及待的感觉。

在这一学期里，我们首先接触的是对电子元件的初步认识，还有电路的结构和布局。而这一实训课里最重要的东西便是日常生活里所见到的电焊。在课堂上，老师指导了我们对电焊的使用，由于在焊接过程中，加热的电焊是比较具有危险性的，如果使用不当会对自己或别人造成伤害。所以我们必须严格按照相关规定及正确的使用方法去使用电焊，避免烙伤事故的发生。

当我们初步掌握了电子元件的焊接方法技巧之后，便可以开始尝试焊接一些电路板元件了。其中电子元件的布局是很重要的。因为它关联到电路连接的方便简洁。

实训课已渐入尾声，通过这一次，我们又收获到了很多珍贵的知识，而这与老师的辛勤是离不开的。在此，我和全体同学对老师说一声谢谢！老师您辛苦了！

心平气和的读后感篇五

1. 春困、秋乏、夏躁、冬寒，生老病死、旦夕祸福……人生需要经受太多的苦闷、烦恼与无奈，但无论如何，我们不能让紧张与烦恼干扰内心的平静，必须让心灵赶上匆忙的脚步，让狂躁的思绪不再泛滥，让起伏的心潮得以安宁。

2. 滴水穿石，不是力量大，而是功夫深。

4. 我以前的脾气也很暴躁，经常不能心平气和，但是现在我学会了克制自己，我感觉自己佛系了很多。我觉得最好的方法就是在想发火的时候想想到底值不值得，不值得就不要发火，给自己找点别的事情转一下注意力。

6. 想让自己心平气和的说说狮子座，孤独自傲，不喜欢别人影响他的决定。直接找肯定不好，最好的办法是随他去。若想主动争取，发短信或qq□说说你的想法，何必不要显的卑微，选择权留给他，你们才有机会。他主动回复了，相信你们距离复合就不远了。

7. 所有的失败都是为成功做准备。抱怨和泄气，只能阻碍成功向自己走来的步伐。放下抱怨，心平气和地接受失败，无疑是智者的姿态。

8. 亲爱的小乖乖不要生气了，气大伤身，伤在你身，痛在我心。有什么事你就说出来，老公会做你的倾听者。

9. 心量狭小，则多烦恼，心量广大，智慧丰饶。

11. 此后的每一步，都让你倍受煎熬，可只有“咬定青山不放松”，才能根植大地，获得更多的养份。

13. 译文：我不怕浮云遮住我远望的视线，那就是因为我站得最高。

14. 有一次，曾国藩请几位幕僚吃饭，一边喝酒，一边闲聊，开始评论当今英雄。

15. 人生看不惯的东西太多，看清、看懂，全是自找伤心。给生活罩上一层薄雾，不是自欺，而是对自我的保护。凡事太认真，苦了心，累了自己。

16. 人总会有高兴的时候，也会有痛苦的时候。高兴与痛苦，

人皆有之。在高兴的时候，能心平气和地欣赏它；而在痛苦的时候，又能平平静静地回味它。

17. 杯子满了，泡了好茶也得喝掉再续。心态平和：失败之时不气馁，成功之时不忘形，始终心平气和、心定气顺。心胸开阔：用开阔的心胸容人容事，是一种精神、一种品质、一种境界。心情快乐：心情好，人生就会变得美好起来。心灵纯净：只有心灵的淡定、纯净才能产生身心愉悦！

19. 心好命也好，富贵直到老。命好心不好，福转为祸兆。心好命不好，祸转为福报。心命具不好，遭殃且贫夭。心可挽乎命，最要存人道。命实造于心，祸福为人招，信命不修心，阴阳恐虚矫。修心亦听命，天地自相保。

21. 出现小矛盾让三分心平气和，退一步海阔天空。

25. 一个人成功，一定有他做得对的地方；失败了，一定有他做错的原因。你不要总是纠结已经发生的结果，还不如心平气和去分析一下自己哪里做错了？记住一点：选择大于努力！方法不对的话，越努力，越失败！

27. 我从没想过我能如此心平气和的和你谈这些事情。你说你喜欢另一个人快一年了，实际也是失恋快一年了，为什么自己还是忘不了他，是不是不正常。我说，以我的亲身经历，一年时间并不算长。我说这句话的时候心里并不觉得酸涩。你说你是不是应该觉得内疚；你说没有啊，说不定我们哪天还能在一起呢；你说哦不对，我好像不该再说这样的话。我听你说这些话的时候心脏并没有飞快的跳动。

28. 自尊，是你对自己的要求。当你感觉自己受到外界的冲击时，要心平气和地对待。这时候，维护自尊不是体现在你的反抗，而是体现在你能在多大程度上排除干扰，解决最核心的问题。

29. 我心平气和，雨水落在我身上，亦当作是平常事。
31. 我一直在赌，我猜结果是你赢我输，可是结果却是我输你赢，现在的我心平气和，人生若只如初见，可我多么希望我们没有初见，我有我的潇洒，你有你的自由。
32. 自己要身在福中而知福，要知足。多想想自己的福气，小小的事情都能够是一个人的福气，例如：吃饭是福气，喝水是福气，走动是福气，等等。这样的话，自己对自己的生活就会满足，烦恼自然减少。
33. 冥想是一个分心和集中的反复过程，它会使你心平气和
34. 奔跑的过程中，别总想着超越别人，要学会心平气和地，接受别人的超越。
35. 什么是得？得就是属于我的时间来了。什么是失？失就是属于我的时间去了。要来的终久要来，心安气定的我等待。要去的终久要去，心平气和的我顺从。
36. 从来都没有岁月可回头，也从来都没有故事可重演，也许这是一种遗憾，但是又何尝不是另一种的拥有。当我们一次又一次的蹉跎，一次又一次的浪费，我们终将在无法回头中明白我们并不是总有时间做很多浪费和后悔的事情，于是真正地懂得珍惜并且真正地懂得幸福的含义，稳稳的幸福，就在于心平气和。
37. 人生至恶是善谈人过；人生至愚恶闻己过。
38. 让你感觉心烦、生气或者被贬低的原因不是批评本身，而是你自己“选择”了那样的感觉。
41. 总是很难揣测别人的想法。难以理解的同时，难以心平气和的接受不好的习惯。愿你不被打扰。

42. 千万不要生气，伤害自己。

43. 最近，我读了林语堂先生所写的《苏东坡传》受益匪浅。这本书以作者特有的笔触，为我们重构了一个栩栩如生的苏东坡，写到了他跌宕起伏的丰富人生和乐观、超脱、豪放的性格。

44. 人最大的修养，是知人不评人。不懂别人就少说话，议论最掉价。

46. 在这个世界上，没有一劳永逸、完美无缺的选择。你不可能同时拥有春花和秋月，不可能同时拥有硕果和繁花。

53. 心静的时候，你才能细细品味自己的心情，与心灵对话。遇上不顺心的事儿，才会想到天地不老，人生无常；这样才不会为了生活中的不如意而苦闷，才能让生命充满蓬勃朝气，让日子变得亮丽多彩。

54. 曾国藩随口便问：“你们觉得我怎么样？”

55. 喜欢在你背后说三道四捏造故事的人，无非就三个原因：没达到你的层次；你有的东西他没有；模仿你的生活方式未遂。

57. 在这世界上，最能左右自己心境的人其实还是自己。人生在世，草木一秋。只有能够真正做到心平气和，才会叫每一个平淡的日子慢慢地生动起来，才会头脑清醒地去审视自己，才会把一些名利得失看成过眼云烟，才会去干自己想干也能干的事情。

58. 世界会向那些有目标和远见的人让路。为了不让生活留下遗憾和后悔，我们应该尽可能抓住一切改变生活的机会。无论你觉得自己多么的不幸，永远有人比你更加不幸。真正的绝望跟痛苦、悲伤、惨痛都没关系，真正的绝望让人心平

气和。你意识到你不能依靠别人得到快乐、充实、救赎。

59. 要应付这瞬息万变的世界，抱持守株待兔的心态是不行的。

60. 爱屋及乌是一种很自然的心态。

61. 有得有失，才是人生，切忌忿忿不平。

心平气和的读后感篇六

这学期开学初，张校长送给我们每位一年级的班主任一本薛瑞萍老师写的书，书名叫——《心平气和的一年级》。也许是因为刚刚送走的是一届六年级毕业班的学生，所以我对接下来要带的这个一年级心里充满了太多的担忧和不安，怕自己无法胜任。花了整整一个星期的时间，我把薛老师的书细细地品读了两遍，心里有许多感慨。

那一个个朴实无华的故事深深地吸引了我，它倾诉着一位普通教师的悲喜，让你在一个个真实的小故事中感悟深刻的道理。这些看似随性的琐碎记录，没有掩饰什么，没有矫揉造作，却折射出薛老师执着而独到的教学思想。在薛老师的眼里，教育不再只是琐碎、辛苦，而是可以美得如花、静得如水、纯得如雪。

读薛老师的书，总是被感动着，有些细节读过一遍又一遍，读过之后仍是感动不已。

读完薛老师的《心平气和的一年级》，我久久不能心平气和了。由此我想到了自己平时的工作，一年级的日子，是和忙乱、着急、紧张这些词相连的。刚入学的一年级孩子，我总觉得他们这也做得不到位，那也做得不规范。巴不得一下子就把那些不好的习惯改掉。希望他们能认真听讲、按时作业，自觉地去学习。薛老师不是这样。开学初，她是“责任明确，

慢慢加任务。”很长的一段时间里，只强调安静地做一条，等着一条真正形成习惯了，再提其它的。“样样都去抓，则定会样样都抓不起来”。一句平实的语言就把教育的有序性讲得清清楚楚。对于一年级的常规教育，需要做的事情实在是太多了，而孩子们不可能在短时间内全部做到。这就要求我们对孩子不能要求得太多，要一点一点地去帮助一年级的学生完成过渡。一项一项地抓，做好了，再抓第二项。一段时间下来，孩子就能逐渐适应小学的生活。

想想自己平时的工作，有时脾气过于暴躁，只想用老师的威严来吓唬孩子，可一旦我不在身边，学生是照旧的。薛老师的书让我明白了对孩子不能一下子要求太高，只能一点一滴地帮助孩子完成从幼儿园到小学的过渡。在这本书中，总能隐约地找到自己的影子、学生的影子、家长的影子，却也在书中看到了自己与薛老师的差距。比如面对孩子们如脱僵野马般野性难驯时的浮躁：面对屡次说服教育仍陋习不改时的不冷静……在今后的日子里，这本好书将引导我和我的一年级孩子们一起努力，走向“心平气和”。

心平气和的读后感篇七

2. 分手后的安慰，是一次死亡后的额外治疗。
3. 如果同时爱上两个人，请选择第二个人，因为即使你爱第一个人，还是会爱上第二个人。
4. 你说你你在乎我的一切，可是到头来却你那见血的伤害。
5. 不乱于心，不困于情，不畏将来，不念过往。
6. 爱情有时很像醉酒的感觉，头脑明明是清醒的，但行为就是不受控制。
7. 我最美好的年华，在他离开之后全部都已经终结。

8. 我跟我男朋友分手了，下了个tutu玩，结果又遇到他了，我们是不是缘分啊。
9. 我们只记得彼此冰冷的背影，却忘记当初怎样相爱。
10. 分手的理由：厌倦了。
11. 既然彼此都累了分手吧
12. 想请你给我一点温暖，结果你却给了我一座冰山。
13. 最是人间留不住，我辞佳人念如故。
14. 为什么人和人、不能和平相处。
15. 分手时，你对我说：“其实你很好。” 卅，那你还甩我。
。。
17. 分开了以后，就当作没经过。
18. 和你分手的一刻，我愿做你眼里的一滴泪，当你把我哭出来的时候，让我在你的唇边消失。
19. 待到血若流成河之时，定是你原谅我之日？
20. 开始的时候，我们都很幸福，后来的我们，争吵不断，最后只能对彼此说保重。
21. 伤痛不过百日长，不久之后，我会视你为平常。
22. 我们此生共赴天涯海角，不是游走一个地球，而是人间相伴。
23. 放弃你是我做过的最勇敢的事。

24. 我爱过几个人也被爱过几遍却还是没能将幸福留下
25. 我很自私，虽然分手了，也不想他再找女朋友！
26. 因为不是他 想在别人身上找他的影子 所以很挑剔
28. 分手后，我没有想象中那样哭泣，只是在无人的时候眼睛不由自主的出汗。
29. 到底要我多可怜，才能得到你的一点同情。
30. 现在什么都可以说，就是不可说分手。
31. 分手之后，我不奢求什么。只希望你以后的女人一个不如一个。。。
32. 你淡然怂肩分手，转身却哭的像狗。
33. 我以为刚失恋的时候是最痛苦的，其实不是，而是随着时间的推移，你慢慢意识到这个人是真的离开了你的生活，你们以后再也不会会有交集了，你想他的时候也不能发信息不能打电话，更不能见了，可是你还要强迫着自己把他放下。
34. 亲爱的，不管到哪你都要好好的，我会等你。
35. 离开以后想到的定是落寞的画面，请你忘记它，一个人总要有个新的开始，别让过去把你栓在悲哀的殿堂。
36. 我什么也没有，所以你别指望我给你什么。
37. 可怕的不是分手之后互相诋毁，而是不知不觉的活成了对方的样子。
38. 给不了你要的幸福，所以选择退出。

40. 哀伤，那是我骨子里的情怀。

心平气和的读后感篇八

一、一天有二十四个小时，一个小时的时间，我们真的拿不出来吗？在生活中，我们需要片刻的忘记，静下来，给自己一段独处的时光。

二、凡事看淡一些，不牵挂，不计较，是是非非无所谓。无论失去什么，都不要失去好心情。

三、幸福不会总是来敲门的，爱你的人不会总是出现。当有人，愿意去为你默默的付出、忍受、改变时，请记住一定要好好珍惜。因为，有的人错过了，真的就再也回不来了。

四、人心和岩石都是一样，也是可以有被水滴穿的孔。有时候，在乎得太多，对自己而言也是一种折磨。

五、别为不值得的人掉眼泪，别为不值得的事费心思，人生苦短，一天都不能浪费在不快乐的事情上。

六、道理，大家都懂，但人与人最大的差别就在于：敢不敢跨出第一步，能不能坚持到底。

七、很多时候，你很努力地去做事，别人却是抱着怀疑的目光。这个世界上，没有完美的回声，只有你自己知道，尽力做事，尽心做人。在意别人的说辞，只能让脚下的步子，更沉重。

八、命运就是这么奇妙，你想留住的，总要到最后才明白他们仅仅是一场烟花；你没想过去争得的，却如空气般不经意被吸进肺里，等想要脱离却发现，你再也离不开他。

九、该干正事的时候干正事，该玩的时候尽情玩，看见优秀

的人欣赏，看到落魄的人也不轻视，有自己的小生活和小情趣，不用去想改变世界，努力去活出自己。没人爱时专注自己，有人爱时，有能力拥抱彼此。

十、心情再差，也不要写在脸上，因为没有人喜欢看；日子再穷，也不要挂在嘴边，因为没有人无故给你钱。如果你是对的，你没必要发脾气；如果你是错的，你没资格去发脾气。

十一、人因对比而苦恼，又因对比而进步；他人即镜子，照出你自身的欲望与不足，但你总有同样也被他人艳羡的点，这就是平衡。

十二、时光就像个大筛子，经得起过滤，自以为玩得不错的好友，也许并不是你想象得那样好，只有经过时间的检验，日久见人心，最后留下来的，才是真正的朋友。

十三、你的问题在于想太多，想得太多会毁了你，说者无心听者有意，随随便便一句话，你都要想东想西琢磨来琢磨去不累吗，很多事情都是听的人记住了，说的人早忘了。

十四、人生如戏，什么角色演是什么戏；不怕别人看不起，就怕自己不争气。

十五、每天给自己一个笑脸，告诉自己要开心，因为比起那些在死亡线上挣扎的人，健康地活着，本身就是一种快乐。

十六、所谓白头到老，没什么秘诀，只是在相爱时，存下点感动，在冷战时，懂一些感恩。

十七、人生本来就没有相欠，别人对你付出，是因为别人喜欢，你对别人付出，是因为自己甘愿。情出自愿，事过无悔。得不到的事物别惦记，负能量的事物要远离，人生本就不差风雨，就别再为己徒增伤悲。

心平气和的读后感篇九

胡敏芳老师在骨干教师读书报告会上推荐的《心平气和的一年级》，好象一块磁石，牢牢地吸引了我。想自己，虽然教书已经弹指间有近11个年头了，可今年突然从六年级的毕业班翻下来教一年级，心里实在有太多的不适与忐忑……想想上次带一年级还是参加工作的第一年，那时的我，刚毕业的小姑娘，浑身是劲儿，也能受得了那份闹腾。再说，当时的教材是浙教版的老教材，这老教材与新教材的区别，那可不是说说的。新教材一二年级的内容，都让我们五六年级的学生汗颜了……自己顺顺利利送走了一个毕业班，接手教一个啥都不懂的新一年级，早在暑假，我就感觉不安了！！

班级管理是第一关：高年级的学生，有自律能力，有得力的小干部，有那么一套班级管理方法，不用老师多操心，班级就上轨道了。再加上有学习委员、课代表什么的，对作业，查对人数，都不用老师太费心。可一年级，唉，小朋友和小朋友之间，连人家叫谁都搞不明白，整天就知道跟你告状：谁又怎么啦！谁打我了！……师生一团糟！但我毕竟不是个新教师了，再说有同办公室的新教师还要跟我学呢，心里是这样没底，但做起来就必须得有模样。抓好第一次很重要。我在接班前也对一年级小朋友可能会出现的情况进行预测，在他们进校门的第一天就做起了规矩，整队、练坐、吃饭、扫地，很多时候是手把手教，多次训练。早上到校后就直接进班了，教小组长如何快速收作业，连续一个月里和他们一起吃午餐，教小干部分饭菜，中午和他们一起搞卫生，不管是扫地还是擦窗户，每一个岗位我都一一教过来，平时上课，就是进度暂时会落下也要把课堂纪律落实到位，这一点让办公室的老师很是称道。一个月后，班规迅速形成，班级像模象样了。

在工作进行了约莫一个多月后，胡敏芳老师在骨干读书会上介绍的薛瑞萍《心平气和的一年级》一书，让我听后倍感亲切。“心平气和”这个词我很倾慕，做人做事能遇事不惊、

不温不火、不骄不躁、不急功近利，这是何等境界啊！同为一年级的班主任老师，薛老师是怎么做到“心平气和”的呢？我迫不及待地回去，在网上细细阅读了此书。《心平气和的一年级》前两部分特别让人收益。第一部分“走向平和”叙述的是薛老师小学一年级第一个学期的教学体会，从9月开学到1月期末的来临，薛老师在孩子们入学开头的这5个月里，采取的是循序渐进的方法，先让孩子们不惧怕学习，然后再使孩子爱学习，进入读书人的角色。这一部分里。薛老师以朴素的语言告诉我们，孩子的心需要细心呵护，任何急风暴雨式的方式都可能挫伤孩子的积极性。第二部分“请跟我来”收录的是薛老师给孩子家长的信，每一封信都是她与家长的真情对话，都体现了一个教师应有的责任感和爱心。其中不少观点是非常有益的，如“和孩子一道，安静地看书”、“培养孩子的静气，是家长和教师的共同责任”、“孩子需要你的扶助”、“好孩子是夸出来的”等等，这些都是从理解孩子和符合教育规律的角度提出来的，对每一个家长和教师都不无启发。薛老师一篇篇生动的班级日记让我真真切切地感受到了这位老师是如何用教育的智慧，平和的心态，博大的胸怀去面对每一个孩子，每一件细小的事。

我要做的也还有许许多多……

感谢胡敏芳老师的读书报告，给我和好书牵了红娘之绳，让我从薛老师身上学到那许多的有益哲理。同时，多看书，多反思，绝对是需要的，让我们都来做有书卷气的人吧！