

2023年女性主义读后感(通用5篇)

当认真看完一部作品后，相信大家的收获肯定不少吧，是时候写一篇读后感好好记录一下了。可是读后感怎么写才合适呢？下面我给大家整理了一些优秀的读后感范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

女性主义读后感篇一

用了一周时间终于看完《向前一步》，这本书是facebook的首席运营官谢丽尔·桑德伯格的出名作，我很庆幸我在我结完婚生完孩子看到这本书，让我有了更多的理解和感触，也让明白我们女性的力量不容忽视，也渐渐明白我们有的选择，我们也可以做的更好。

自我设限，阻碍了女性成为更好的自己

小时候的自己也是在这种传统观念下长大的，男主外，女主内，一度认为我们女性就该在家相夫教子，在外挣钱干活都是男人的事情，父母给的期待就是找个好人嫁了就好，好好带孩子，而身边大多数的朋友也是这样做的，即使进入职场的女性，大环境也是对于女性很多限制，比如不要那么努力，不用挣那么多，照顾家庭是首要的，造成大多数女性给自己的定位都是，文职工作，不挑战重要的职位，做好随时准备照顾家庭的准备。

大多数女性都不敢勇敢地迈出第一步，她们总会无意中阻碍自己的发展，降低对自己的期望值，甚至可能放弃工作、放弃成就自己的可能性。

在《向前一步》这本书里，作者表示：

女性受制于内在的自我障碍。由于缺乏自信，不敢争取表达

的机会，在应该向前一步时往后退！克服内在的障碍便是女性获得权力的关键！

于是谢丽尔·桑德伯格在书中一直鼓励女性勇敢地往桌前坐，而大多数女性在关键时刻还是会犹豫不决，做不好选择。因为大家都害怕自己做错选择而追悔一生。

是要坚持事业上的梦想还是追求生活状态的稳定呢？

谢丽尔的答案是：做最适合你的选择。你若选择拼搏就义无反顾，你若选择平静淡泊就始终如一。

正如杨澜说在《向前一步》中做序时说的，“向前一步，是一种姿态，也是一种态度！”

不给自己设限，明白我们清楚自己想要什么，我们可以选择照顾家庭，我们也可以选择在职场上获得更多成就，而而不是刚上高速就开始踩刹车找出口，直到真正需要时做出正确的选择。

如何平衡家庭与工作

最近很多这个话题，职场中的女性如何平衡家庭和工作，而这本书指出的是：让另一半成为你的人生搭档。

谢丽尔在书中建议：从一开始就跟另一半建立平等相处的伴侣，这就意味着男人也要参与照顾孩子和分担家务。

这点让我想起我家队友，从沐沐开始出生，队友就参与到照顾孩子的行列，在沐沐奶奶回去之后，更是体现了他的价值，关于沐沐接送，做饭做家务，我们分工合作，即使我工作有时候加班，他都能立刻顶上，完全让我在工作 and 家庭做到了一种平衡。

借用书中的原话：“伴侣之间的平等关系会让双方更快乐。丈夫多做家务，妻子就不会那么抑郁，两人的冲突也会减少，对婚姻生活的满意度自然会提高。当女性在外工作，分担起养家糊口的责任时，夫妻关系也更稳固。”

其实我们女性有一份工作收入，带来的是一种自我认同感，更是带给孩子一种榜样，家庭氛围更和谐，孩子成长的更好。

对于男性更多参与孩子的养育过程也能够培养自己的耐心、同情心和适应能力，这些特质对处理各种人际关系都是非常有益处的。对于女性，收入的增加会提高在家庭事务上的决策能力，即使遭遇离婚也能保护自己。

完成比完美重要

在职场中的妈妈都是这样，又想把工作做好，又想多点时间照顾孩子，回到家又想把家里整干净，最后发现什么都做好是不可以能的，就像这本书：“全能女人”是个神话，这根本是不现实的。

我们每天都在做选择，我选择去上班自然陪孩子时间就会少，我选择在家带孩子，就不会有收入，想要达到完美，根本就是悖论。

谢丽尔说：“完成好过完美”

我们每个人精力有限，放下完美主义的执念，把有限的精力放在重要的事情上，梳理出自己的初心，只要每天往那个方向前进就可以。

设定一个可以完成的小目标，然后去完成，它是可以提升生活幸福的关键，就比如一开始加班的时候我非常纠结我没有多余时间陪孩子玩，而现在我就放下这种执念，每天设定一个高效陪伴的时光，比如看绘本，玩亲子游戏，这段高质量

的亲子时间是加分项，让孩子觉得她得到的爱并不少。

写在最后

其实《向前一步》这本书更多教我们认识到自己，我们要清楚明白自己想要什么，并且敢于克服社会障碍，心中恐惧去争取自己想要的，而并不是一定是高收入，高抬头，即使做全职妈妈，依然明白我们有选择，我既可以出去工作，也可以当全职妈妈，这是我的选择，我有勇气有能力承当后果。

女性主义读后感篇二

今年的寒假里我读了很多本书，其中给我印象最深的就是一本《中外杰出女性故事》。

这本书里讲述了近百位古今中外优秀的女性，我最感兴趣的就是王昭君和居里夫人的故事。

中国古代四大美女之一的王昭君，又称落雁，是中国第一位为民族融合做出杰出贡献的女外交家。她的故事成为我国历史上流传不衰的民族团团结的佳话。公元前33年，北方匈奴首领呼韩邪单于对汉称臣，并请求和亲，汉元帝尽召后宫妃嫔，王昭君挺身而出，慷慨应诏。昭君出塞后，汉匈两族团结和睦，国泰民安，展现出欣欣向荣的和平景象。王昭君的历史功绩，不仅仅是她主动出塞和亲，更主要的是她出塞之后，是汉朝和匈奴和好，边塞的烽烟熄灭了50年，为两族的和睦亲善与团结做出了巨大贡献，因此，她得到了历史的好评。

还有一位就是驰名中外的物理学家——玛丽·居里。玛丽从小就勤奋好学，在巴黎求学期间，她住在学校附近一间没有火、没有灯、没有水，只靠屋顶小天窗获取光亮的阁楼里，苦学了3年。就是在这样艰苦的条件下，她仍然以优异的成绩获得了物理学和数学两个硕士学位。而且两次成为诺贝尔奖的得主。

还有很多杰出的女性故事，都让我感触很深，写出了许多著名诗篇的李清照，一代女皇武则天，促进纺织业发展的黄道婆……她们都在各自的领域里展现着个人的魅力，实现人生价值。

女性主义读后感篇三

迫于压力，简单写了一篇，算是交作业哈。

四月份过得很忙碌，在头两个星期里我只看了两章，在最后一个星期里加班加点看完了全书。在看这本书的过程中，我时而点头赞同，时而陷入沉思。不得不说，这本书的确深刻剖析了男女不平等现象的根本原因，解开了女性成功的密码。的确，一直以来，除了社会的外部壁垒，我们还受制于内在的自我障碍。由于缺乏自信，不敢争取表达的机会，在应该向前一步的时候往后退，所以失去了很多的机会。而且也因为各种原因的恐惧，让我们始终不敢大步向前。拿我自己来说，拿到驾照已经三年了，但到现在为止都没有独自上路。为什么呢？固然开车的机会比较少，但是有机会开车的时候也是依赖老公，不肯坐到驾驶座上去。究其原因，就是因为害怕，害怕滚滚的车流，害怕在路上出了问题，不知道如何处理，害怕停车。每次和老公一起出门的时候，我都在纠结：是坐车还是开车？基本上都是坐车的想法占了上风。正因为这样，我的车技还停留在新手的水平。谢丽尔说：如果心无恐惧，你会做什么？是啊，我会做什么？我要向前一步，勇敢的做那个开车的人，而不是坐车的人。这个四月，我终于克服自己内心的恐惧，克服对老公的依赖，勇敢的迈出了这一步！

这本书也让我反思了自己这些年来的职场生涯，反思了自己的婚姻生活。俗话说，大女人改变世界，小女人改变生活。一直以来，我都是满足于做个小女人，过个小日子。所以虽然这些年来大大小小参加了很多的比赛，也拿到了不少的奖项，但是因为对于职场并没有什么策划，也因为性格上的原

因：既不愿意被别人管，也不愿意管别人，还因为这些年从内地来到南方，又辗转了好几所学校，所以二十多年了，和我同时毕业的同学已经做到了高层，而我依然是普通的老师一枚。想起这些，不禁汗涔涔而泪潸潸。

“我建议每位女性都让另一半以自己的方式来分担家庭责任。”看到这句话，我要由衷的感谢我的老公。二十年来，正是因为他和我分担了家庭责任，才让我们这个小家的日子过得越来越温馨和幸福。才让我有时间在工作之余可以发展我的兴趣爱好，结识更多的朋友，做自己喜欢做的事情。

感谢谢丽尔带来了21世纪的女性宣言：突破有形无形、外在内资的束缚，做更好的自己。而潇洒姐也说：按自己的意愿过一生。虽然对我而言，人生已经过了大一半，但是如果按照松浦弥太郎的说法：70岁才是人生的巅峰的话，四十多岁人生才开始。所以，一切都来得及。

女性主义读后感篇四

今年的寒假里我读了很多本书，其中给我印象最深的就是一本《中外杰出女性故事》。

这本书里讲述了近百位古今中外优秀的女性，我最感兴趣的就是王昭君和居里夫人的故事。

中国古代四大美女之一的王昭君，又称落雁，是中国第一位为民族融合做出杰出贡献的女外交家。她的故事成为我国历史上流传不衰的民族团结的佳话。公元前33年，北方匈奴首领呼韩邪单于对汉称臣，并请求和亲，汉元帝尽召后宫妃嫔，王昭君挺身而出，慷慨应诏。昭君出塞后，汉匈两族团结和睦，国泰民安，展现出欣欣向荣的和平景象。王昭君的历史功绩，不仅仅是她主动出塞和亲，更主要的是她出塞之后，是汉朝和匈奴和好，边塞的烽烟熄灭了50年，为两族的和睦亲善与团结做出了巨大贡献，因此，她得到了历史的好评。

还有一位就是驰名中外的物理学家——玛丽·居里。玛丽从小就勤奋好学，在巴黎求学期间，她住在学校附近一间没有火、没有灯、没有水，只靠屋顶小天窗获取光亮的阁楼里，苦学了3年。就是在这样艰苦的条件下，她仍然以优异的成绩获得了物理学和数学两个硕士学位。而且两次成为诺贝尔奖的得主。

还有很多杰出的女性故事，都让我感触很深，写出了许多著名诗篇的李清照，一代女皇武则天，促进纺织业发展的黄道婆……她们都在各自的领域里展现着个人的魅力，实现人生价值。

编辑推荐：

更多读后感范文进入读后感大全 duhougan/

女性主义读后感篇五

《命运》讲的是连个孩子的命运，一个被高僧占卜为“状元”，另一个为“乞丐”。二十年后，当初的“状元”成了乞丐，而“乞丐”却成了“状元”。

上帝说：“我赋予每个人的天分之占他命运的三分之一，其余的在于他如何去把握。”