

2023年经营能量王琨 正能量读后感(通用9篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

经营能量王琨篇一

从接到《正能量》这本书后，我发现这本书最近似乎很热。孩子学习班的书橱里新增了《正能量》，孩子的老师发给家长的信息有“正能量”。收听收音机过程也时不时能听到播音员讲到“正能量”。《正能量》一书心理学家们试图通过实验手段了解为什么有些人会积极向进，有些人则得过且过，甚至自暴自弃，并且通过实验引导人们体内产生正能量，从而更好的开展学习与生活。

《正能量》为何如此火热？我想这也许这与这个知识更新迅猛、物欲横流的社会导致的激烈的竞争形态而伴随产生之大量精神亚健康甚或精神分裂症患者有极大的关系。

知识更新之迅猛令不少人焦虑无措，物欲横流令不少人不安彷徨，社会保障体系尚未完善，于是为应对未知之将来，为寻求将来之“幸福”。于是不少人疯狂地敛财，无道德无人性可言。为官者贪而不知耻，为商者奸而泯人性。不安之社会，导致民众不安之心理。

不要让孩子输在起跑线上。不安之家长，无奈地逼迫着本应天真烂漫之孩子不断地“偷跑”、“抢跑”。婴儿学小学的知识，幼儿园学小学的知识，小学学初中的知识，初中学高中的知识，高中学大学的知识。各种补习机构如雨后春笋般

普及每个街区。哦？原来现在孩子们的学习能力强了，我们得进行课改了！要把课程内容加深，于是孩子们不断努力着，不断去学习更深更难的知识。

人类的知识增加了，生活改善了，但这一切都在迫不及待地人类的精神进行摧残，于是人类的神经变脆弱，人们不幸福了。患精神病的人数大增，自杀的人数大增。这本来就是竞争的社会，适者生存，没有人会同情弱者，人们麻木了，却从未想有一天这不幸也会来到自己的身边。

目前大部分的残疾人的生活比较困难。到底是生活的难？还是精神的难？哪一个难更让人难以承受？社会上对残疾人的关怀主要表现为对他们所犯错误予以宽恕，这导致他们对错误认识不足，进而向犯罪的道路越走越远。或对残疾人的关怀以物质的居多，殊不知他们空虚的精神世界也同样需要慰藉，残疾人在社会上还是得不到足够的尊重，他们的心理问题同样需要正确的疏导。

正能量是人的精神支柱。作为教师，我们除了不遗余力地教育好学生，使其有能力在社会上立足外，更重要的是要教会学生正确的认识自己，教会他们在社会中如何寻求生活的精神意义，加强学生的心理健康教育。我们不但要自己拥有正能量，还应把正能量递给学生，并要教会学生如何创造正能量。

每个人的正能量因人而异，各不相同，所以我们要自己去挖掘，这个过程就是人的成长，而成功则是成长后的结果。

《正能量》一书所述：生命中有很多时候，很多事，是我们能做或不能做的。成功不仅仅是财富、名誉，还在于心灵的愉快。做自己喜欢的事或擅长的事，去实践，实践是检验真理的唯一办法，当你真的试图想要摆脱糟糕情绪时，不妨试试，给自己一个微笑，心会很平静，因为心之所系，量之所在，强大的正能量也会随之而来，去感受别样的风景和人生！

经营能量王琨篇二

《正能量》这本书是理查德·怀斯曼所写的心理学巨作，它告诉我们坚持正能量，人生不畏惧。那么到底什么是正能量呢，科学的解释是：以真空能量为零，能量大于真空的物质为正，能量小于真空的物质为负。而在《正能量》这本书中，作者认为正能量指的是一切予人向上和希望、促使人不断追求、让生活变得圆满幸福的动力和感情。

本书作者理查德·怀斯曼严谨又趣味十足地阐释了表现原理与正能量之间的亲密关系，揭示了什么样的行为模式可以影响人的信念、情绪、意志力。它通过一系列的训练方法，提升我们内在的信任、豁达、愉悦、进取等正能量；规避自私、猜疑、沮丧、消沉的负能量。

本书在简介中明确提出只有改变才能提升正能量！要改变自己的生活就要先改变自己的思维方式。例如创造快乐的情绪你就会感到幸福；像一个百万富翁一样的思考你就会奇迹般的致富。既然如此我们应该怎样改变我们自己呢？本书的第三章中就为我们提供了对抗负面情绪获得心理健康的方法。我们要消除疼痛、愤怒和焦虑，就要表现的坚强和勇敢。实验证明：表现的强壮有力能帮助人们赶走不好的情绪，激发体内的正能量，而抬起下巴确实能够让人鼓起勇气。我们要学会释放怒气，表现的轻松平静，从而激发出积极正向的能量。因为通过表现的咄咄逼人而降心中的怒气释放是不对的，并且可能会使情况变得更糟。事实上，有一个更加快捷有效的方法可以解决这个问题，那就是表现的彬彬有礼，举止平和。

通过本书的阅读，我明白了如何用行为改变性格，如何变得更加自信。我准备运用正能量打造全新的自己。阅读《正能量》，受益匪浅！

经营能量王琨篇三

《正能量》一书教我们：如果你有自信，它会释放出能量，推动你走向成功；如果你自卑或恐惧，它也会释放出能量，导致你走向失败。其实我们生命中有很多时候，很多事，是我们能做或不能做的。每个人的正能量因人而异，各有不相同，所以我们要自己去挖掘开拓，做我们自己喜欢做的事或我们擅长的事！

经营能量王琨篇四

出于对现今对正能量一词的好奇和感动，随手从书架上取下这本《正能量》翻了起来，随之被开头的一些实验和数据吸引住了，因为其它原因没有在书店继续阅读，回到家后上网搜索下载了这本书，通读一遍后感触良多。

《正能量》是一本心理励志书，作者为我们打开了一扇重新认识自己和他人的窗户，结合实际案例，教给我们如何去排除负面情绪，激发自身内在的正能量，每个人身上都带有能量，而只有积极、向上、乐观的人才带有正能量。当我们陷身困惑，争执或者消极能量之中时，尝试解脱或者改变破坏性的能量，当积极的能量被引爆时，我们的人生也许将会得到一个神奇的大转变。火柴虽小，但在漆黑的夜空中点亮，能尽显它的能量，同时它还可以将这股温暖的能量传递给蜡烛。一个态度积极，向上、乐观，充满信心、希望与信念的人，如同充满正能量的火柴一般，能把好的正能量传递给别人，激发周围的正能量。

和谐的人际关系，能够给我们带来愉悦舒心的`工作氛围。很多时候我们与他人之间的相互理解、相互包容，保持善良的品性，以豁达的胸怀对待周围的人和事，用理性、公正的标准来判断身边的是与非，是人与人之间相互保存的正能量。

生命中很多时候、很多事情，不是我们做不到，而是我们无

心去做。成功的定义不仅仅是财富的多少、名声的大小，还在于心灵的愉悦程度。做自己喜欢或自己擅长的事情时，心灵会非常平和舒畅，因为那是心灵之所系、能量之所在。在这读正能量有感个浮躁的社会，我们必须让自己静下来，以寻求内心的正能量。让我们以热忱的正能量心境积极地投身于工作、生活，在生命旅途中感受别样的风景和人生！

经营能量王琨篇五

《正能量》是一本十分不错的世界级心理励志书，本书作者理查德·怀斯曼拥有“英国大众心理学传播第一教授”的头衔，他的心理学研究成果享誉国际，他的研究在英国超过150个电视节目上播出。同时，他还为苹果、通用电气、摩托罗拉、花旗银行等500强企业做巡回培训和演讲，激励过数百万人走向成功。必须要仔细认真的坚持阅读下去！

这个月读了这一本书，真正的'豁然开朗，在这个世界上，我们每一个人都需要正能量，因为正能量能促进工作，使我们的人生更加丰富多彩，正能量能幸福生活，但人生的正能量怎样汲取？《正能量》用很多个实验案例和训练方法，来指导我们如何激发并引导自身的正能量，同时消弭负面情绪，让我们的心灵健康成长。

不管你属于哪个社会阶层，也不管你从事何种工作，正能量都是你所渴望的。《正能量》这本书不是简单枯燥的说教，而是具体实在的案例和训练方法，让我们很快就能受益。

不管如何，我都想让自我拥有正能量，将每个生活细节坚持下去，说不定哪天就会突然发现，我们不再是那个仅仅麻木重复自我旧行为模式的人，而是变成一个能够控制自我的人生、对身边的环境作出反应的人。以此支撑起一个强大的内心，并影响身边的每一个人，拓宽生命的广度，在有限的人生里，享受无限的思想的爱带给自我的愉悦。

经营能量王琨篇六

《正能量》是一本十分不错的世界级心理励志书，本书作者理查德·怀斯曼拥有“英国大众心理学传播第一教授”的头衔，他的心理学研究成果享誉国际，他的研究在英国超过150个电视节目上播出。同时，他还为苹果、通用电气、摩托罗拉、花旗银行等500强企业做巡回培训和演讲，激励过数百万人走向成功。必须要仔细认真的坚持阅读下去！

这个月读了这一本书，真正的豁然开朗，在这个世界上，我们每一个人都需要正能量，因为正能量能促进工作，使我们的人生更加丰富多彩，正能量能幸福生活，但人生的正能量怎样汲取？《正能量》用很多个实验案例和训练方法，来指导我们如何激发并引导自身的正能量，同时消弭负面情绪，让我们的心灵健康成长。

不管你属于哪个社会阶层，也不管你从事何种工作，正能量都是你所渴望的。《正能量》这本书不是简单枯燥的说教，而是具体实在的案例和训练方法，让我们很快就能受益。

不管如何，我都想让自我拥有正能量，将每个生活细节坚持下去，说不定哪天就会突然发现，我们不再是那个仅仅麻木重复自我旧行为模式的人，而是变成一个能够控制自我的人生、对身边的环境作出反应的人。以此支撑起一个强大的内心，并影响身边的每一个人，拓宽生命的广度，在有限的人生里，享受无限的思想的爱带给自我的愉悦。

经营能量王琨篇七

《不乖教师的正能量》是上次到本校参加活动时在“教育星空”发现的。也许自己一直不是“乖”老师，所以能才饶有兴趣借来翻看。

书中记录了海峡两岸30位优秀教师的从教经历和感悟。他们

的经历各不相同，但有一点是相似的。他们是一群富有思想、勇于实践、敢于进取、乐于奉献的老师。相比那些精心“育分”的老师，他们更有识见、更有个性、更有胸怀、更有激情、也更有担当。

福建的王木春老师多年坚持在课堂为学生推荐、朗读课外书籍，分享自己对现实生活的经历与感悟；台湾的叶士生老师创建网络社区，利用数字化技术坚持推广公民教育；山东的纪现梅老师每天坚持“逼”孩子读书；江苏的凌宗伟老师“离经叛道”30年，摆脱学校的统一模式，在课堂上时常忘掉自己的教师之形、忘掉教材之型和课堂之型，将教室打造成师生互动的平台；四川的夏昆老师早在就在班级开设了“诗词鉴赏”，不过每次主讲的不是他而是学生；江苏的沈丽新老师给予学生最大限度的自由，可以包容他们队伍的不乖、教室的不美观、玩耍时的不规矩；山东的王艳芳老师在人到中年走出“乖”自我，为自己的音乐课注入源源不断的生命的活力；台湾的黄瑞成老师从“乖”老师努力变成“不乖”的老师，让自己的课堂充满人味。

每个人走过的路都不尽相同，但有一点是相同的：在历经艰难之后，他们将自己栽培成自己喜欢的模样。

回想自己的从教之路，何尝不是这样？

刚刚入职那会比较“乖”，认真观察老教师课堂，也的确学到很多看家本领。后来渐渐不满足，开始静悄悄在课堂上玩“花样”，从为孩子们在课堂上补充新概念英语到后来的剑桥英语、积极英语；从听英文广播与歌曲到名人演讲与著名公开课；从师生课堂共读共赏到学生自主阅读；从课前三分钟汇报到分组辩论和分角色表演的朗读剧场；从课堂汇报到独立授课。正是摆脱了某些羁绊，自己才得以“怎么想就怎么教（丁老师的书名）”，也没有产生人们所说的职业倦怠。

教学勇气和底气不是来自无所敬畏，相反我们应该对自己的职业和所教的学科怀有一颗敬畏之心，遵从规律而不是臣服权威或凌驾于他人。通常，我在迷惑或者遭遇困难时，会到书于大家交流，当然也会向同行专家求助。如果自己所坚持的符合教育教学规律，学生和家长自然会接受并支持你，对此，我有深刻的感受和体验。

这个社会需要“不乖”的老师来传递正能量以推动它前进的脚步。学校应鼓励师专业化发展的个性化，做有灵性的教育，培养有创新潜力的学生而不是忽略孩子身心发展规律一味育分。教育的目的是培养全人而不是锻造机器。

经营能量王琨篇八

前两天读翻了一遍《创能量》，写了28位创业者的成长故事，具体内容不做过多剧透，写点自己的几点感受，分享一下。

书中基本都是白手起家的创业者，也有夫妻档起步；书中创业者主要集中在深圳地区；书中对象集中在75—85年代出生；书中创业者有个主要的特质：为人真诚（也许自述容易美化自己）、吃苦耐劳（也许跟时代和行业有关）；书中创业者起点各不相同，有高学历，有公务员，也有穷途末路者；书中创业者都敢于承担责任；书中创业者的第一桶金相对都不容易。

作为一个普通人，在读部分章节时确实可以感同身受，虽然文笔并没特别修饰，也从朴实的表达中跟随对方的情绪，几度哽咽。或许，我是一个容易受到情绪感染的人，尤其容易被亲情、义气等情节打动。

作为一名创业者，印象深刻的是书中创业者的坚韧和坦然。虽然每个人的成功是无法复制的，但通过他人做事的态度，领略做人的成长，对自己有所借鉴和学习，这应该也是很多人喜欢看各路名人名家自传的原因吧。

人生路很长，每段路都有各自的精彩，路上遇到的每个人、每件事都有其特有的价值，不必太纠结一时的得失。也许人生的精彩就在他的不确定性和各种可能性，如果未来是确定的模式和不变的节奏，也许也不是你说追求的。当对未来迷茫时，不妨抬头想想，低头看看。抬头看浩瀚的宇宙中，银行系也只是其中一个光点，光点中的太阳、地球、国家、生命以及那些追求的名利，简直太不值一提。低头看身边的朋友、陌生人、动物、植物、微生物都有其各自的价值和追求，当有一个自己的梦可以追寻，就是幸运的，就应该为自己骄傲。

经营能量王琨篇九

有这么一本书，让我的心态更久积极，有这么一本书，让我养成了良好的习惯，有这么一本书，让我拥有了高尚的品德，这本书是什么？那就是——《满满的正能量》。

这本书的`作者是刘祥和1书中有46个小故事，每一个故事里面，都有一个深奥的大道理：

《飞向高空》讲述了：从前，有三只小鸟，它们是好朋友，身体都一样强壮，它们跟同一只金翅鸟学习飞翔。过了不久，老师让它们远走高飞，寻找自己的住处。第一只鸟找到了一棵树，作为自己的住处，它变成了一只麻雀；第二只鸟陶醉在云彩之中，它变成了一只大雁；第三只鸟向着更高的目标去寻找，它变成了一只雄鹰。

这个故事告诉我们：一个人追求的目标越高，它的发展空间就越大，它的才能就发展得越快，这样，就对社会越有益。这，也是我喜欢这个故事的原因。

从《华佗学医》我懂得了：如果可以日日留心，那么一日有一日的进步，事事留心，那么一事会比一事做得好，如果你对生活抱着“无所谓”的态度，就会一事无成！

我要向第三只小鸟学习，只有把目标最大化，朝着目标前进，就可以到达自己想去的地方！目标有多大，舞台就有多大！这使我想到了毛泽东主席写的一句名言警句：世上无难事，只要肯登攀。是啊，这世上根本没有难事，只要你肯比别人多一分努力，任何难事就都可以迎刃而解了！

以后，我要更加努力！朝着更大的理想去努力，就一定可以就一定可以成功的！学习还要多留心，做事不再死板... 等等。

还有44个小故事我就不再一一和大家讲了，如果你没有看过，不妨到书店买来一本回来细细品味哦！