

做不抱怨教师读书心得体会

做不抱怨的教师读书心得(五篇)

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/meiwen/f8f659ed83a676e552d004a03b3253ae.html>

范文网，为你加油喝彩！

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。优质的心得体会该怎么样去写呢？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

做不抱怨教师读书心得体会 做不抱怨的教师读书心得篇一

为什么抱怨的人会说生活的这么累，因为他只看到了自己的付出，而没有看到自己的所得，而不抱怨的人即使真的很累，也不会埋怨生活，因为他知道，失与得总是同在的，我们做不到从不抱怨，但我们应该让自己少一些抱怨，而多一些积极的心态，因为如果抱怨成了一个人的习惯，就象搬起石头砸自己的脚，于人无益，于己不利，生活就成了牢笼一般，其实生活本身就是最大的幸福。

诚如《做不抱怨的老师》书中所言，“凡是你所渴望的东西，你都有资格得到，快朝梦想前进吧。”长久以来，我们教师这一职业被誉为人类灵魂的工程师，是天底下最光辉的职业。随着时代的发展、社会的进步、独生子女时代的到来，社会和家庭对教师的要求越来越高，而这些引发的焦虑、抑郁、担心等负面情绪正在悄悄侵袭我们的身心，我们教师成天也就唉声叹气地过上了日子。经常听到老师抱怨(我也曾抱怨过)：现在的孩子怎么那么难教?怎么这么不爱学习?怎么这么小就想着喜欢呀、爱呀?怎么家长都不管……那些坐不住的孩子，连带家长，似乎就成了我们最大的麻烦。

可是家长又会怎么想呢?“老师有点小题大作了”，不就是上课开了小差吗，提醒一下，下次别这样就行了;不就是跟同学闹点矛盾吗，他们现在不是好的很吗，告诉他们下次收敛点，别太冲动就行了;这次作业没做好，确实是家中有事，他也只是偶尔没完成吗，告诉他别再出现这样的事了就行;考试成绩不好，他也就这水平，我以前也这样……其实我觉得只要跟孩子好好说说就行了。毕竟，没有不犯错的孩子，关键是他有没有放弃学习。只要他还在努力，只要他还能接受你的话，我们就没必要严加管教、另眼相待。

以前，我也时常抱怨，抱怨在校时间太长，以致自己年幼的孩子无人照顾;抱怨工作的压力太大，以致教师的身体状况不佳;抱怨教师的待遇太低，教师的福利太少……但是当我读完《做不抱怨的老师》，我明白了，抱怨环境不如自己努力，通过自己的努力，才能真正实现个体的生命成

长。我们也许改变不了环境，但是，我们完全可以改变自己。所以，换个角度看问题，情况就有翻天覆地的变化，如咱们在校时间长，孩子一人在家，从另一个角度看就是锻炼了孩子的独立能力，孩子学会了照顾自己，还学会了做比较简单的饭菜；教师的平均寿命太短，咱们控制不了生命的长度，但可以拓宽自己生命的宽度.....

说：“发展才是硬道理。”我们必须发展，只有发展，才能真正提升自己的生命质量。所以我决定改变自己，别再抱怨，把抱怨的时间和精力用在阅读好书、研究教学等有意义的事情上，用心平气和的心情，远离浮躁的心境，来细细品读自己所拥有的幸福。累了，伸伸懒腰；困了，看看远处的风景；烦了，想想人生是多么的美好；厌了，找家人说说内心的苦闷，让倦怠从此随风而去...其实生活就是一面镜子，你笑，它也笑；你哭，它也哭。“不以物喜，不以己悲”，做一个阳光老师，生活就会简单而充实。

做不抱怨的教师，做不抱怨的人，做不抱怨的工作，过不抱怨的生活。

做不抱怨教师读书心得体会 做不抱怨的教师读书心得篇二

高尔基说过，“书是人类进步的阶梯。”在我看来书不仅是进步的工具，也是人类灵魂救赎的法宝。寒假期间，我阅读了《做不抱怨的教师》一书，受益匪浅。虽然书中没有给我们介绍如何去做好教育工作，如何去设计教学内容，但是却震撼了我的内心，除去了教育工作中那一丝幽怨与不满，用更灿烂的笑容去面对教育这个职业。长久以来，社会一直给予教师这一职业最光辉的荣耀。但随着时代的发展，社会的进步，人们的思想观、价值观的改变，家长对于自己的独身子女捧为掌上明珠，对教师的要求也越来越高，施予教师的压力也随之增加。所以我们如何去调节好自己的心态，才能面对生活充满信心，对待工作抱有热情，建立良好的人际关系，做一个不抱怨的教师。

抱怨的人生是可悲的，抱怨的生活是没有色彩的，抱怨不会使我们在教育这个行业中出类拔萃，抱怨不会使我们成为孩子心中优秀的教师，反而为我们徒增许多烦恼，让我们沉迷于对美好未来的向往之中，却感无力的恐惧之中。教育是一种智慧，是一门艺术。如果我们在教育中用朋友的眼光，用平等的地位去看待每一位学生，不让他们束缚在我们给予的枷锁之下，那么孩子是不是会更乐观一些，笑容会不会更灿烂一点。其实成绩并不是教育的最终目的，教育的本身在于“传道授业解惑”。有些老师对于学生的成绩永远看不到满足。哪怕学生考了99分，还要抱怨没有满分，似乎只有满分才算是优秀的学生，只有满分才能证明自己的教育成果。在这种教师的压力下，学生就是考试的机器，永远没有快乐的笑容，教师也永远生活在抱怨之中。此外，爱玩是孩子的天性，但却被老师抱怨成不爱学习的坏毛病，同样学生之间的小摩擦也成为教师抱怨的话柄。其实很多时候，学生之间的小摩擦，也不那么紧要。这正如自然万物的生长一样，在摩擦的过程中，学会了与他人相处的艺术。因此，我们教师让学生在摩擦中学会交流，在摩擦中成长，这是一种自然选择的过程，而在此过程中，我们教师不必责罚抱怨，适当引导即可。

做一名不抱怨的教师首先必须要心理阳光。教师的一言一行都会被学生所记录，只有当教师完美的塑造自己高尚的人格，才能去照亮学生的心扉。作为教师时刻要保持积极乐观的心态，从容的面对教育工作中的一切困难和挫折。教育不是一成不变的格式，时刻都会遇到不同的事情，就好比大海中的航船，不可能一帆风顺，总要经历大风大浪的考验。这就要求教师具备成熟的理智，正确的挫折观，良好的情绪调控能力。只有这样，才能时刻充满阳光，才能让学生时刻沐浴在你的阳光之下，幸福快乐的成长。

做不抱怨的教师还要有爱。教育工作时充满爱的事业，这种爱包括自爱与爱人。我们不仅要努力

做到自尊、自重、自立、自强，还要

树立良好的教师形象，以身作则、为人师表。教师深受着国家、社会、学校、家长的信任与重托。教师的一言一行都将会成为孩子们模仿的对象。教师在教育中充满爱，让学生感受爱，久而久之，学生也会成为充满爱的人，有爱心的人。

做一名不抱怨的教师，用我们的心去教学生，去感受学生。去感受生活带给我们的另一份财富。生活就是一面镜子你笑它也笑，你哭，它也哭。“不以物喜，不以己悲”，保持快乐的心情，做个阳光老师、有爱的老师。

做不抱怨教师读书心得体会 做不抱怨的教师读书心得篇三

歌德曾说：“读一本好书，就是和许多高尚的人谈话。”很荣幸在开学的前半个月读到这本书《做不抱怨的教师》，作为一名刚刚踏上工作岗位的新教师，虽然我还没有真正走上讲台不能真正体会到一名教师的工作和生活，但在正式工作之前看到这本书，无疑是给我上课一堂很好的岗前思想教育课。从中我获取了丰厚的人生智慧，领悟了“不抱怨”获得一切成功前提，因为无悔的事业，不抱怨；成功的人生，不抱怨；卓越的教师，不抱怨。这本好书犹如生活中的明灯，指引着我前行的方向，更增强了我“好读书”的责任和“读好书”的兴味。

前苏联著名教育家苏霍姆林斯基有句名言：读书对一所学校意味着什么呢？——意味着这是不是一所真正的学校。由此我联想到，读书对一个教师意味着什么呢？——意味着这是不是一个真正的教师。课堂是个大舞台，有的教师可以在舞台上纵论古今，挥洒自如，演出一幕幕精彩壮美的活剧；有的教师则期期艾艾，捉襟见肘，令孩子们失望。每每看到这样的反差，我的灵魂就会被孟子说的“人之患，在好为师”这句话所敲打着，因为，一旦成为老师，就要为学生们“传道授业解惑”，成为“知识”的代表和化身，要给学生一杯水，我们除了准备一桶水之外，还应该为自己找到知识的源头，每天向源头汲取活水，正如朱熹所说的：“问渠哪得清如许，为有源头活水来。”源头在哪呢？那便是书。为人师者，最紧要的是读书，坚持不懈地读书。

细品《做不抱怨的教师》一书，我深刻地认识到抱怨是懦弱、无能的最好诠释，它像幽灵一样到处游荡、扰人不安。抱怨自己让我们将关注点放在自己不想得到的东西上。因此，当我们抱怨自己时，我们就远离了自己想要的东西，而且抱怨越多，距离越远。

或许我们在工作中会觉得有很多不自在，不满足，不愉快的事情，客观的条件让我们颓废、悲观。可是，我要说，人

不是万能的，七情六欲在影响着我们，教师是不应该唉声叹气的。我国的教育条件非常非常不均衡，可以说是天壤之别，这点大家都理解。为这等等事，就要叹个气吗？我不是说不应该。光叹气就能改变局面吗？我认为不能，别人怎么想，我不知道。我以为，在不能改变局面的情况下，叹气没用，那只是白白浪费力气的！一个学校，如果教师的身心健康得不到保障，很难说能培育出身心健康的学生，由于学生正处在一个人格形成和完善的关键时期，除了知识上的需求之外，更多的是对如何做人的理性思考，他们需要知道如何才能成为一个对自己、对他人，对社会有用的人，而教师在学生成长过程中的示范作用是至关重要的。当教师的负性情绪带入课堂时，必将导致教学

工作效率下降，师生关系紧张等问题的发生，而问题的出现反过来又加剧教师的负性情绪，久而久之，教师身心疲惫，情绪易激动，各种躯体不适症状如头痛、头晕、乏力、失眠、食欲减退时

有发生，有些老师因此而不得不退出讲台，有些老师甚至产生过激行为，学生、学校、家庭、社会将因此而蒙受难以逆转的损失。

我觉得，我们应该更用心地去教学生。去感受学生。去感受生活带给我们的另一份财富。如果用心，是可以教给学生很多东西的，不光光是知识！教不了学生当博士不要紧，教他们当好人意义要大一些！环境不好，我们就给学生描绘什么是美好的环境吧！我们给学生希望，他们就成为我们的希望了。你是笑着面对自己的希望呢，还是哭着面对希望呢？笑着面对希望，希望会越来越多，你会找到越来越多的快乐！生活就是一面镜子，你笑，它也笑；你哭，它也哭。“不以物喜，不以己悲”，时时注意保持快乐的心情，做一个阳光老师，拿得起，放得下，生活就会简单而充实。

不抱怨工作，获得工作的乐趣，一位伟人曾经说过：“有所作为是生活中的最高境界，而抱怨是无所作为，是逃避责任，是放弃义务，是自甘堕落”。如果你还有时间抱怨工作，那么你就有时间将工作做好。喋喋不休的抱怨，注定于事无补。若想拥有美好的前程，就要抛弃所有的抱怨，学会享受工作中的乐趣。

有一句俗话说得好：“好工作不如好身体，好身体不如好心情”。的确，愉悦快乐的心境对工作和生活都有着极重要的作用。如果我们整天愁眉苦脸、郁郁寡欢，那么纵使工作条件再好，职位再高，薪水再多也是徒劳无用的。因为我们没有好心情去享受工作的乐趣，自然就会怨声四起，抱怨工作中的各种问题。教师也是如此。倘若我们每天没有好心情，如何将快乐传达给学生，如何让学生愉快的学习呢？

高尔基曾经说过：“工作如果是快乐的，那么人生就是乐园；工作如果是强制的，那么人生就是地狱。”一个人之所以总是抱怨自己的工作，往往并不是因为他的工作真的有多糟，而是因为他没有用一种良好的心情，用一种积极地态度对待自己的工作。

抱怨的人还有一种原因就是不敬业，一个人一旦缺乏敬业精神就不会尊重自己的工作，也不会将眼前的工作于自己的人生意义联系在一起，更不会产生职业的神圣感，使命感和责任感。缺乏敬业精神的人，工作起来就很被动，凡事总是应付了事，而且一旦遇到一点小麻烦、小挫折就会抱怨不已。如果我们在工作上尽心尽责，并且将敬业变成一种习惯，那么我们在工作上的表现就会优于常人：一丝不苟，认真负责，有始有终。而且正因为我们用心的完成自己的工作，所以能从工作中获得更多的经验，更容易取得成就，并且一辈子从中受益。

卡耐基说过：“岁月是你皮肤起皱，但是失去了热忱，就损伤了灵魂”。课件，热忱是保持心灵滋润的必需品。在现实生活中，一个人一旦远离了对工作的热忱，就容易心生抱怨。相反，如果你能永葆一颗热忱的心，一心一意将时间和精力投入与工作当中，那么无论你遇到什么样的工作任务，你都会感到疲惫，消沉，抵触。没有消极的情绪，你自然也不会对工作产生怨念。热忱，就是一个保持高度的自觉，调动全身的每一根神经，全神贯注地完成他内心渴望完成的事情。可以说，任何人都可以对工作满怀热忱，只是有的人把热忱深埋在心底。

生活处处有压力，随着生活成本的提高，人们的生存压力也不可避免的越来越大，很多人抱怨生活不如意也正是因为生活压力过大引起的，面对同样程度的压力，不同的人有不同的态度，因而也拥有不同的生活状态。放眼自然界，没有风月的侵袭，就没有青松在凛冽寒风中抵挡风雪的画面；没有风雪的侵袭，就没有白杨在大漠黄沙中傲然挺立成一道绿屏的风景。对人而言，压力正如风雪，生活正如轻松白杨。如果没有压力的推动，生活就像一卷白纸一样空荡荡的。有压力，人才会有拼搏的历程，生活才会变得精彩。一个人倘若过于幸福，缺乏压力感，就会深陷懒惰，

怠慢和拖延之中，对挑战人生的意义和快乐浑然不知，如果生活点燃压力这一燃料，就会失去温暖和光明，如同一潭死水一般即冰冷又凄清。相信我们都不愿做历史的过客、岁月的浮尘，在这个充满活力和竞争的社会里，终日躲避压力，坐着发呆，自怨自艾地让大号时光白白流走，不仅可怕，而且可悲。若想活得精彩活出自我，就要学会接受压力的鞭策活折磨。

一位伟人曾经说过：“有所作为是生活的最高境界，而抱怨是无所作为，是逃避责任，是放弃义务，是自甘堕落。”如果你还有时间抱怨工作，那么就有时间将工作做好。喋喋不休地抱怨，注定是无补。若想拥有美好的前程，就要抛弃所有抱怨，学会享受工作中的乐趣。世上没有一个人是十全十美的，也没有一个人让自己完全满意。正所谓己所不欲勿施于人，既然我们不能苛求自己做到完美，那么应当让自己对他人少一些抱怨多一些包容、善意和尊重。在人生漫长的岁月中，我们总会遇到各种各样的困难和挫折，面对这些挫折，假如一个人以充足的精神、足够的理由和信心生活下去，以阳光的心态面对，用努力代替抱怨，那么我们就用困难和挫折铺平我们前进的道路，位自己的未来加分添彩吧！“经洹敞 猿浦 熬 洹保 褪撬 木 窰咋 罹晒谐 绞笨盍纳 涝恫换岬 保 庀 浔派渥琶览龋慕逃 腔邾 故妥哦 说慕逃 榛常 宋倚矾啍逃 钠羰尽

阅读，让我充溢而快乐，更让我明白教育需要爱心，学生渴望关爱。让我们以‘教唯以爱，学唯以笃’的思想公正地对待、欣赏每一位学生；让我们怀着一

颗慈母般的爱心，滋润每个学生的心田；让我们用苏霍姆林斯基那种“海纳百川”的宽广胸怀，去接纳学生，等待学生的成长吧！

做不抱怨教师读书心得体会 做不抱怨的教师读书心得篇四

我们校长非常喜欢看书，经常向老师学生推荐一些书籍看。今年放暑假前，学校老师人手一册《做不抱怨的老师》，老师们在暑假掀起了读书的热潮，有的老师还推荐给家人的看。大家都深深被这本书吸引了，这是一本心灵励志书，它向我们传递了“抱怨不如改变”的生活理念，我非常赞同书中的很多观点和方法，这本书，不仅让我、也让我的家人受益匪浅。

女儿今年刚毕业走上工作岗位，感觉给她看看这本书非常有必要，当给她看这本书时，她边翻书边说，这是给你们老师看的，可一会功夫，她就入了迷。正如一位同行所说，《做不抱怨的教师》，这个名字可以更换为好多啊，比如，做不抱怨的领导、明星、大老板。

抱怨是一种语言而不是行动，当一个人过多地被语言困扰的时候，他会失去行动力。这个世界上的快乐、对社会的价值、对他人的承诺，其实都体现在行动上。爱是一种行动，善良是一种行动，慈悲是一种行动，这一切靠抱怨是无法实现的。

如何做到不抱怨，我们要想清抱怨会带来什么好处？抱怨的好处无非是获得他人的同情，证明自己的无辜，获得心理的平衡，再往后想，就很空洞。不抱怨呢，就是不给自己放纵的借口，觉得自己有最积极乐观的心态，有充足的智慧和行动力可以让事情转危为安，学会一个人独立承诺责任，能改变自己，就能帮助他人。

当然，我们说的不抱怨，不是说无论遇见多难受的事情都沉默和闭嘴。大家都看过《贫嘴张大民的幸福生活》——张大民一个下岗工人，妈得了老年痴呆，妹妹白血病，弟兄几个争一间房，自己的小屋还长棵树……但是“贫嘴”两个字是他解构苦难的一种方式，他能调侃，不把这些事情当回事。

想要做到不抱怨，就要学会接受。这种接受要从接受自己开始，中国老话说：寸有所长，尺有所短，每一个人都有着不可替代的‘优势’。不抱怨，接受命运赐给你的东西，不是认命，不是容忍，不是忍气吞声，而是在接受的前提下，迅速找到你与这个境遇相逢后的最佳方式，找到去改变它最大的可能。

一个心态积极、乐观的人是有行动力的。从小事做起，只要坚持就能改变自己。诚如书中说的，改变你的言语，改变你的思维，停止抱怨，在好事发生时表达感激，你就能改变自己的人生，也让所有人的未来更美好。

做不抱怨教师读书心得体会 做不抱怨的教师读书心得篇五

歌德曾说：“读一本好书，就是和许多高尚的人谈话。”很荣幸读到这本书《做不抱怨的教师》，作为一名刚刚踏上工作岗位的新教师，虽然我还没有真正走上讲台不能真正体会到一名教师的工作和生活，但在正式工作之前看到这本书，无疑是给我上课一堂很好的岗前思想教育课。从中我获取了丰厚的人生智慧，领悟了“不抱怨”获得一切成功前提，因为无悔的事业，不抱怨；成功的人生，不抱怨；卓越的教师，不抱怨。这本好书犹如生活中的明灯，指引着我前行的方向，更增强了我“好读书”的责任和“读好书”的兴趣。

细品《做不抱怨的教师》一书，我深刻地认识到抱怨是懦弱、无能的最好诠释，它像幽灵一样到处游荡、扰人不安。抱怨自己让我们将关注点放在自己不想得到的东西上。因此，当我们抱怨自己时，我们就远离了自己想要的东西，而且抱怨越多，距离越远。

或许我们在工作中会觉得有很多不自在，不满足，不愉快的事情，客观的条件让我们颓废、悲观。我国的教育条件非常非常的不均衡，可以说是天壤之别，这点大家都理解。为这等等事，我们就要叹个气吗？我不是说不应该。光叹气就能改变局面吗？我以为，在不能改变局面的情况下，叹气没用，那只是白白浪费力气的！一个学校，如果教师的身心健康得不到保障，很难说能培育出身心健康的学生，由于学生正处在一个人格形成和完善的关键时期，除了知识上的需求之外，更多的是对如何做人的理性思考，他们需要知道如何才能成为一个对自己、对他人，对社会有用的人，而教师在学生成长过程中的示范作用是至关重要的。当教师的负面情绪带入课堂时，必将导致教学工作效率下降，师生关系紧张等问题的发生，而问题的出现反过来又加剧教师的负面情绪，久而久之，教师身心疲惫，情绪易激动，身体上的各种不适症状如头痛、头晕、乏力、失眠、食欲减退时有发生，有些老师因此而不得不退出讲台，有些老师甚至还会产生过激行为，学生、学校、家庭、社会将因此而蒙受难以逆转的损失。

我觉得，我们应该更用心地去教学生，去感受学生，去感受生活带给我们的另一份财富。如果我们用心，是可以教给学生很多东西的，不光光只是知识！教不了学生当博士不要紧，教他们当好人意义更大一些！环境不好，我们就给学生描绘什么是美好的环境。我们给学生希望，他们就成为我们的希望了。你是笑着面对自己的希望呢，还是哭着面对希望呢？笑着面对希望，希望会越来越多，你会找到越来越多的快乐！生活就是一面镜子，你笑，它也笑；你哭，它也哭。“不以物喜，不以己悲”，时时注意保持快乐的心情，做一个阳光老师，拿得起，放得下，生活就会简单而充实。

不抱怨工作，获得工作的乐趣，一位伟人曾经说过：“有所作为是生活中的最高境界，而抱怨是无所作为，是逃避责任，是放弃义务，是自甘堕落”。如果你还有时间抱怨工作，那么你就有时间将工作做好。喋喋不休的抱怨，注定于事无补。若想拥有美好的前程，就要抛弃所有的抱怨，学会享受工作中的乐趣。

有一句俗话说得好：“好工作不如好身体，好身体不如好心情”。的确，愉悦快乐的心境对工作和生活都有着极重要的作用。如果我们整天愁眉苦脸、郁郁寡欢，那么纵使工作条件再好，职位再高，薪水再多也是徒劳无用的。因为我们没有好心情去享受工作的乐趣，自然就会怨声四起，抱怨工作中的各种问题。教师亦是如此。

高尔基曾经说过：“工作如果是快乐的，那么人生就是乐园；工作如果是强制的，那么人生就是地狱。”一个人之所以总是抱怨自己的工作，往往并不是因为他的工作真的有多糟，而是因为他没有用一种良好的心情，用一种积极的态度对待自己的工作。

抱怨的人还有一种原因就是不敬业，一个人一旦缺乏敬业精神就不会尊重自己的工作，也不会将眼前的工作于自己的人生意义联系在一起，更不会产生职业的神圣感、使命感和责任感。缺乏敬业精神的，工作起来就很被动，凡事总是应付了事，并且一旦遇到一点小麻烦、小挫折就会抱怨不已。如果我们在工作上尽心尽责，并且将敬业变成一种习惯，那么我们在工作上的表现就会优于常人：一丝不苟，认真负责，有始有终。而且正因为我们用心地完成自己的工作，所以能从工作中获得更多的经验，更容易取得成就，并且一辈子会从中受益。

卡耐基说过：“岁月使你皮肤起皱，但是失去了热忱，就损伤了灵魂”。热忱是保持心灵滋润的必需品。在现实生活中，一个人一旦远离了对工作的热忱，就容易心生抱怨。相反，如果你能永葆一颗热忱的心，一心一意将时间和精力投入工作当中，那么无论你遇到什么样的工作任务，你都不会感到疲惫、消沉、抵触。热忱，会调动全身的每一根神经，使之全神贯注地完成他内心渴望完成的事情。可以说，任何人都可以对工作满怀热忱，只是有的人把热忱深埋在心底。

生活处处有压力，随着生活成本的提高，人们的生存压力也不可避免的越来越大，很多人抱怨生活不如意也正是因为生活压力过大引起的，面对同样程度的压力，不同的人有不同的态度，因而也拥有不同的生活状态。放眼自然界，没有风月的侵袭，就没有青松在凛冽寒风中抵挡风雪的畫面；没有风雪的侵袭，就没有白杨在大漠黄沙中傲然挺立成一道绿屏的风景。对人而言，压力正如风雪，生活正如轻松白杨。如果没有压力的推动，生活就像一卷白纸一样空荡荡的。有压力，人才会有拼搏的历程，生活才会变得精彩。一个人倘若过于幸福，缺乏压力感，就会深陷懒惰，怠慢和拖延之中，对挑战人生的意义和快乐浑然不知，如果生活失去压力这一燃料，就会失去温暖和光明，如同一潭死水一般既冰冷又凄清。相信我们都不愿做历史的过客，岁月的浮尘，在这个充满活力和竞争的社会里，终日躲避压力，坐着发呆，自怨自艾地让大好时光白白流走，不仅可怕，更是可悲。若想活得精彩，活出自我，就要学会接受压力的鞭策和折磨。

一位伟人曾经说过：“有所作为是生活的最高境界，而抱怨是无所作为，是逃避责任，是放弃义务，是自甘堕落。”喋喋不休的抱怨，注定于事无补。若想拥有美好的前程，就要抛弃所有抱怨，学会享受工作中的乐趣。正所谓“己所不欲，勿施于人”，既然我们不能苛求自己做到完美，那么应当让自己对他人少一些抱怨，多一些包容、善意和尊重。在人生漫长的岁月中，我们总会遇到各种各样的困难和挫折，面对这些挫折，假如一个人以充足的精神、足够的理由和信心生活下去，以阳光向上的心态面对，用努力代替抱怨，那么我们就用困难和挫折铺平我们前进的道路，为自己的未来加分添彩吧！

阅读，让我充盈而快乐，更让我明白教育需要爱心，学生渴望关爱。让我们以‘教唯以爱，学唯以笃’的思想公正地对待、欣赏每一位学生；让我们怀着一颗慈母般的爱心，滋润每个学生的心田；让我们用苏霍姆林斯基那种“海纳百川”的宽广胸怀，去接纳学生，期待学生的成长吧！

更多 范文 请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/91_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发