

# 2023年第五项修炼手册读后感 第五项修炼读后感(汇总5篇)

当观看完一部作品后，一定有不少感悟吧，这时候十分有必要要写一篇读后感了！读后感对于我们来说是非常有帮助的，那么我们该如何写好一篇读后感呢？这里我整理了一些优秀的读后感范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 第五项修炼手册读后感篇一

人贵反思、物贵复用。回顾我们走过的人生道路，我们的职场生涯最需要什么？是超高的智商，还是熟练的操作技能？看了彼得·圣吉的《第五项修炼》后，我明白了，在当今知识更新日益剧烈、岗位竞争日益激烈的时代，我们最需要自我不断提升的修炼能力。

彼得·圣吉的《第五项修炼》自从问世以来，受到诸如苹果公司、福特汽车等大公司的追捧，可以说声名远扬。它为什么有这么大的影响力，因为它所传授的不仅仅是建设学习型团队的方法，更是输出一种理念，一种思维方式，使人耳目一新、醍醐灌顶。

《第五项修炼》书中对每一项修炼都进行了详细讲解。这五项修炼分别为：自我超越、改善心智模式、建立共同愿景、团体学习和系统思考。

一、自我超越。每个人都有自己的优势、有自己的核心竞争力，但时代进步如此之快，不能靠老本吃饭，要有空杯纳新的心态，自觉终身学习，实现自我超越。自我超越是五项修炼的基础。

只有自我超越愿望强烈，才能保证学习的动力。对于个人而

言，社会在进步，唯有终生学习、不断超越自我，才能跟上时代、才能胜任自己岗位。

二、改善心智模式。心智模式是根深蒂固于心中，影响我们如何了解这个世界，以及如何采取行动的思维模式。我们经常会发现，当我们心情不好的时候，好像全世界都在与你作对。是不良的心智模式影响你的判断决策，导致事实与你的思维判断严重偏离，造成决策失误。

改善心智模式就是要打开自己心扉，接受别人的想法和意见。只有勇于和善于敞开心扉，并且能够倾听吸纳别人的想法和观念。只有这样，我们才能更快的打开成功之门。

三、建立共同愿景。如果团队拥有共同的愿景，那么，团队中的每个人都会为了共同愿景而努力奋斗。而共同愿景就是团队中的“凝聚力”，这种凝聚力使人超越个人上升到团队的高度，没有共同愿景，学习就只是适应性学习。

四、团队学习。思想是可以传递的，不同方向的思想能够使人们变得更加聪明。一花独放不是春，作为一个组织，只有通过团队学习的方式共同进步，才能实现共同愿景。

五、系统思考。系统思考的精髓是用整体观点来观察周围事物，是前四项修炼的结合。融合五项修炼的最高境界就是建立学习型组织，建立学习型组织的核心是系统思考。

总的来说，彼得·圣吉的《第五项修炼》的确是一本好书，它教我们重建思维方式，因为人心是一面镜子，照见的始终是自己！我们必须改变！改变原来依靠经验习惯看世界、看别人的方法，改为向内看、看自己、看内心，空杯纳新、超越自我，共同建立学习型团队，在工作中享受生命的意义，实现生命的价值。

愿和大家共同学习提高，在青春奋斗的征程中，我们都是追

梦人！

## 第五项修炼手册读后感篇二

《第五项修炼》是一本关于企业创建学习型组织管理思想的书，作者是美国彼得·圣吉博士。书中描述了公司如何通过采用学习型组织的战略和行动对策，即五项修炼来提高组织效率和排除阻碍事业成功的障碍。全书共分为五个部分：自我超越、改善心智模式、建立共同愿景、团队学习、系统思考。

彼得·圣吉博士和他的团队在研究中发现，要使企业长远发展，必须在企业建立学习型的组织，并要求所有人员全心投入学习，以此提升个人及团队能力进而使企业获得成功。

第一项修炼是自我超越。此项修炼目的是深入了解自我，客观地认识现实并做出正确的判断，在通过不断的学习激发自己内心最想实现的愿望，并全心投入工作、以求实现超越。

第二项修炼是改善心智模式。心智模式影响我们如何认知世界，并影响我们如何采取行动。我们所想的往往都是假设而不是真相。心智模式的问题不在于它的对或错，而在于它常隐藏在人们的心中不易被察觉。

第三项修炼是建立共同愿景。指的是在一个组织中每位成员发自内心的共同目标，进而形成团队共同的目标，并有渴望实现目标的内在动力，主动而积极地投入。人们寻求建立共同愿景就是他们内心渴望能够共同完成一项重要的任务、事业。

第四项修炼是团队学习。集体智慧高于个人智慧，因此团队合作就会产生巨大的能力。团队学习要发掘个人的潜力，进行创新，协调行动，团队成员间建立起合作信任，互补互助。掌握团队学习的修炼方法是完善学习型组织的关键。

第五项修炼是系统思考。企业管理及企业活动是一个系统，由许多信息及活动联系，彼此影响，因此做出的每个决定都要进行对全系统的思考。系统思考也需要有建立共同愿景、改善心智模式、团队学习与自我超越四项修炼来发挥其潜力。

第五项修炼高于其他四项修炼，要在开发其他修炼的情况下才能发挥自身的潜力。开发共同愿景来建立长期性目标，心智模式的修炼意在拓宽我们的心胸，团队学习能让我们超越个人视野的局限，看清集体的潜能，而自我超越则使团队中的每个成员激发出个人能力，进而达成团队的进一步发展，从而实现共同的愿景。

《第五项修炼》这本书给我最大的启示是：一个人要想在事业上有所成就，那么就不应该脱离团队，更要融入学习型组织中再提升自己。特别是教师这个职业更离不开团队的学习。但如果只是一个人或者几个人在研究学习，那是不够的，必须要有一个明确的目标，在一起研究、学习的人都要全心的投入，大家为了共同的目的去努力，还要有完善的制度以及具有高瞻远瞩的人加以指导。

改善心智模式让我进一步地认识到在这个世界上，最大的敌人就是自己。自我超越让我理清自己的真正愿望，集中精力，提升自己。我要更好更快的融入到团队学习当中，与大家一起建立共同的愿景，这样会使自己产生巨大的工作潜力，但是我缺少对工作的系统思考，所以我还需要进一步修炼。

学习是一个社会中的人不可缺少的部分，终身学习才能发挥其出个人的真正价值。我将会全力突破超越自我的关键，深入学习，与他人共同探讨如何更进一步。我觉得每个人在团队中都可以发挥作用，每个人都应该有些全局意识，通过提高自己，进而提高整体。最可怕的是一个看一个，没有人愿意向前一步。

在我们的教学工作中经常把学生发展的好坏与成绩等同起来。

当学生考试成绩不好时归因于他们的不努力，很少反思自己的教学方法是不是有问题。当学生上课不听课时，总是归因于学生不想学习，却没有反思自己的课堂教学是不是有效，自己的教学活动是不是吸引学生学习。所有这些都让我反思许久，我也重新认识自己的教学工作和班级管理工作。

首先，我要提升自己的业务能力，改进教学方法，活跃课堂教学气氛，变让学生学习为学生主动想学习。加强班级体建设，开拓新的、合理的班级管理方式，更彻底的让学生参与到班级管理当中。

其次，与全班学生一起建立共同的愿景，让他们和我一起为班级的美好未来一起努力。

《第五项修炼》虽然是关于企业管理的一本书，但其精髓也同样适和于学校管理，适用班级管理，关键在于管理者自身的认知，更重要的还是要勇于实践。

## 第五项修炼手册读后感篇三

通过学习《第五项修炼》，我对新时期的建设工作有了更深的认识，进一步认识到自己肩上的责任重大。作为建设管理者，知识结构的单一，与眼前飞速发展社会的知识爆炸的时代脱节，它在警示我们：要不断学习、完善自我，只有终生学习，才能跟上时代、才能胜任今天的工作。

《第五项修炼》书中对每一项修炼都有自己独特的见解，对五项修炼的结合也恰到好处，指出了个人与组织间的密切关系，使人读后深受感触。五个部分分别为：自我超越、改善心智模式、团体学习、系统思考。

### 1、自我超越。

自我超越的修炼是不断理清并不断加深个人的真正愿望，集

中精力，培养耐心，并客观的观察现实。能够自我超越的人，总是能够不断实现他们内心深处最想实现的愿望，他们对生活的态度就如同艺术家对艺术作品一般，全心投入、不断创造和超越，是一种真正的终身学习。因此，只有自我超越愿望强烈，才能保证学习的动力。

## 2、改善心智模式。

心智模式是根深蒂固于心中，影响我们如何了解这个世界，以及如何采取行动的许多假设、成见，或甚至图像、印象。我们通常不易察觉自己的心智模式，以及它对行为的影响。在团队中，改善心智模式十分重要，它是保证团队合作成功的重要保证。改善心智模式就是要有效的表达自己的想法，开放心灵，接受别人的想法。总之，在团体中，每个人的思想都是不一样的，一个团队的成功合作，就需要我们打开自己的心扉的同时，也要接受别人的想法和意见。在个人来讲，要勇于和善于敞开心扉，并且能够倾听吸纳别人的想法和观念。只有这样，我们才能更快的打开成功之门。

## 3、建立共同理想。

如果团队拥有共同的理想，那么，团队中的每个人都会为了这个共同的理想而努力。而这种共同的理想就是团队中的“凝聚力”。这种凝聚力是可以无限放大的，是一个超越个人上升到团队高度的概念。我想学习型团队的共同理想就是利用我们的各自的知识来为社会的发展、时代的进步提供强有力的保障。

## 4、团队学习。

曾经有过这样一个试验：在一个团队中，大家都认真参与，每个人智商都在一百二十以上，而集体的智商却只有六十，这是为什么呢？团队学习的修炼即在处理这种困境。团队学习的修炼从“深度探讨”开始，深度探讨是一个团队的所有

成员，在思考了所有问题之后，毫无保留的说出心中的思考而进入真正共同思考的能力。换言之，即在群体中让想法自由交流，以发现远比个人思考更深入的见解。同时，在深入讨论当中，每个人都能获得超过自己思想数倍的思想。思想是可以传递的，不同方向的思想能够使人们变得更加聪明。这就是试验的真正含义。

## 5、全局思考。

群体与人类其它活动都是一种系统，也都受到细微且息息相关的行动所牵连，彼此相互影响并要经年累月才完全展现出来。我们是群体中的组成部分，要时时刻刻想着群体的愿望。身在团体中，想要看清所有的事情是很困难的，有的时候需要牺牲自己的利益，来保护群体的利益。而我们就应该从全局宏观的角度思考群体的价值取向，进而调整自己的价值取向，达到个人价值与全局价值的平衡。通过学习这本书，让我们看到了个人及组织中几种潜在的巨大力量来源——它们是最根本、最持久的。当掌握这些力量，个人的生命空间会变得很大，才能成为一个全神贯注做自己真正想做的事。你我都有过这种经验：成为出色团体中的一分子，在这个团体中，一群人以极不寻常的方式在一起工作，彼此信任，相互补长短，为共同的大目标全力以赴，而创造出惊人的成果。

《第五项修炼》的作者——彼得圣吉博士的观点是要我们去发展学习型的团队合作。更重要的是，我们应该从中学到自己需要的理论，并把这项理论运用到实践中去，真正做到活学活用，学以致用。实现个人与工作的真正融合，使在工作中享受生命的意义，更可以引导出不断创新、不断进步的新观念，不断突破自我，不断挖掘潜能，努力形成“学习工作化，工作学习化”的学习观和工作观，努力创造理念创新、方法创新、工作创新的氛围，创造团结、和谐、奋进的氛围，更好地推动社会建设与经济建设、政治建设、文化建设，在建设富强民主文明和谐社会中更好地发挥作用。

## 第五项修炼手册读后感篇四

利用闲暇之余，我认真研读了《第五项修炼》一书，该书对每一项修炼都有自己独特的见解，让我受益匪浅。《第五项修炼》的内容包括五个部分，分别为：自我超越、改善心智模式、建立共同愿景、团队学习、系统思考，其中系统思考是以上所提修炼中的第五项。

**第一项修炼：自我超越。**这项修炼是不断理清并加深个人的真正愿望，集中精力，培养耐心，并客观地观察现实。它是学习型组织的精神基础。精熟自我超越的人，能够不断实现他们内心深处最想实现的愿望，他们对生命的态度就如同艺术家对艺术作品一般，全心投入、不断创造和超越，是一种真正的终身学习。

**第二项修炼：改善心智模式。**心智模式是决定我们对影响我们对世界的理解方法和行为方式的那些根深蒂固的假设、归纳，甚至就是图像、画面或印象。我们通常不能察觉自己的心智模式以及它对自己行为的影响。心智模式修炼要从审视自己开始——学习发掘内心世界的图像，使这些图像浮上表面，并严加审视。它还包括进行一种有学习效果的、兼顾质疑与表达的交谈能力有效地表达自己的想法，并以开放的心灵容纳别人的想法。

**第三项修炼：建立共同愿景。**如果组织中没有全体成员深度分享共同目标、价值观和使命感，那这个组织就不能得到伟大的成功。领导力即要给予组织机构以激励和启迪，有能力分享我们所追求的未来图景，伟大的组织都无一例外的用共同的身份和命运归属感把人们成功地凝聚在一起。这是因为共同愿景会激发成员真正的信念、行动意愿和投入参与，而非仅仅的服从。

**第四项修炼：团队学习。**当一个工作很投入的管理团队，每个人的智商都120以上，为什么他们的集体智商却只有63？团



队学习的修炼即在处理这种困境。在很多领域的实际案例显示，团队的集体智慧高于个人智慧，团队拥有整体搭配的行动能力。团队真正在学习的时候，不仅能做出非同寻常的成绩，个别成员成长的速度也比其他的学习方式成长的快。

第五项修炼：系统思考。系统思考是整合其他修炼的修炼，它把其他修炼融入一个条理清晰一致的理论 and 实践体系。他防止了其他修炼变成分散独立的花招，或最新流行的组织变革时尚。没有系统的观点就不会想去了解其他修炼之间的关联。而只有通过强化其他各项修炼以及他们之间的关系才能让一个组织正常并积极的运行。系统思考让我们看见小而效果集中的高杠杆点。运用系统思考的方法能产生以小博大的力量。

通过学习这本书，我觉得我们每个人在团队里都可以发挥很好的作用，但我们一定要有大局意识，第五项修炼的精髓在于整体大于局部。

## 第五项修炼手册读后感篇五

很遗憾，一直等到大二才去拜读彼得圣吉的《第五项修炼》，作为一个学管理的学生，这真的不是一件值得高兴的事。

《第五项修炼》书中提到的五项修炼分别是：

- 一：自我超越；
- 二：改善心智模式；
- 三：建立共同愿景；
- 四：团队学习；
- 五：系统思考。

但是主观的说，我读的有点吃力，对于书中的每一句话我都要花上几分钟的时间去思考。

在书中我最欣赏的就是系统思考的章节，人们生活在这个世界上，就注定不是可以独立存在的，自己做的每一件事都会直接或间接的影响到其他的事情，而这又会反馈给前面的结果，之后又造成其他的结果。这就相当于在一个生物链或生物圈，环环相扣。

说到系统思考，讲的就是每个人的思维方式，每个人都有自己不同的思考方式，这样就会在同样的一件事情，每个人有自己不同的观点，而组织者所要做的就是考虑到每个人的观点所涉及的问题，最后从整个组织出发，将能改善组织的方法提取出来。这样似乎看起来很简单，其实不然，这需要的就是领导者的决策能力，因为一个决定或许能暂时解决眼前的问题，但却可能是下一个问题的根源，这就是系统思考的意义所在，至少这是我自己认为的。

管理学的范畴与哲学的思想是很接近的，或者我可以这样认为哲学的思想给管理学提供了一个思想基础，哲学的思想可以锻炼我们的思维方式，这样使我们考虑问题的时候就更加全面，想的更多，就会从一个大局出发，而不是逞一时之快，是的，这还是系统思考。

至此，我还是深有感悟，要怎么样才能让自己真正的去做到系统思考呢？自己生活在大学这样的一个组织之中，在这里学习前人的思想，还有书本的知识，但这样的一个组织真的和小学、中学都不一样的，老师不会在自己身边督促自己学习，基本上所有的时间都是自己自由安排。这样自己就是自己的领导者，要自己去安排每个时间段的自己去实现自己的理想，自己就生活在每个时间段的自己的组织之中，关键还是自己怎样去做到一个系统思考，才不会伤害到各个时间段的自己吧。

深思，搁笔。

读第五项修炼对人的思维是一种冲击，他以独到的见解一针见血的指出现在人类思维的局限性，以及这种局限给我们制造的麻烦。人类思维逐渐倾向于只专注于具体的事件，善于把复杂的问题分解成片断来思考，然后再把各个结果进行整合得到问题的解决方案，这种思想是当代思想的主流，在很多问题上都很奏效，但却造成了系统整体的隐含的问题，而这种问题往往被我们认为不是我们自己制造的。人们逐渐丧失了更深入观察整体形成的要素—组成分子之间整体的互动关系以及其所形成的复杂现象。第五项修炼作为一种思维的语言和工具，运用系统动力学和混沌理论引导人们从系统整体的角度深入思考复杂变化背后的本质—整体动态运作的基本机制，从而发现并解决错综复杂的、用分解的方法无法思考的问题。

五项修炼包括了自我超越、改善心智模式、建立共同愿景、团队学习和系统思考。其中的系统思考在五项修炼中具有重要意义，它整合了五项修炼中其他四项，探究各项修炼之间如何互动，强化其他各项修炼，并提醒我们修炼的整合效果要大于各项效果的加总。系统思考为我们提供了全新的思考方式，重新认识自己、世界和自己与世界的关系，为我们建立学习性团队提供了依据，并起到重要作用。

现实中我们总是遇到一些令人头疼的问题却难以找到理想的解决办法，或者一个问题的解决导致了其他问题的发生，或者自以为正确的解决办法不像想象的那样尽如人意，归根结底是因为我们总是以传统的思想对待这些事情，局限在问题的本身或表象，问题已发生就必然会有一种惯性思维：是什么原因导致的这种结果呢？没有看到系统的运作，忽略自己和具体事件都是系统中的因素。系统思考让我们明白：这种局限于问题本身的思维是一种舍本逐末的思维方式，没有发现现象背后的实质；一叶障目不见泰山，专注于具体事件而忽略了系统运作的存在。

这里系统思考引出了结构的概念，所谓的结构就是指系统实际的运作机制，它描述了系统中各种要素是如何互动和相互影响的，结构决定事物的变化和形态，从要素的互动中寻求问题的答案，从而从根本上解决问题，这就是我所理解的系统思考的核心。它综合考虑了影响事件本身的各种因素，而这些相互影响的各种因素及其关系就构成了它的系统，了解了系统结构，就可以根据系统思考的“语言”作出系统运作的环路图，根据环路图就可以明确地做出结论：要素的互动关系是如何相互影响，并产生行为变化形态的，从而可以轻易的找出解决问题的根本解，即系统环路的杠杆解。

我们要学习一种新的思维方式，就必须冲破传统思维的限制。了解系统思考的核心并对传统思想和系统思考加以区别，是学习和运用这种思考方式的基础和出发点。在企业面临重要决策时，运用这种简单实用的工具可以帮助企业认识具体事件背后的真相，把个人、企业、煤炭产业和消费群，甚至其他产业都融入到一个系统中，分析他们如何相互互动影响，并产生一系列的结果，将更有助于企业做出正确的决策。