# 关于《谁动了我的奶酪》读后感范文优选10篇

来源：网络 作者：寂静之音 更新时间：2024-02-17

*想要让自己的读后感能引起读者阅读的兴趣，必须是建立在认真阅读原著的基础上的，那么相关的读后感该如何写呢？以下是小编和大家分享的关于《谁动了我的奶酪》读后感范文优选，以供参考。关于《谁动了我的奶酪》读后感范文优选1近日，读了《谁动了我的奶酪》...*

想要让自己的读后感能引起读者阅读的兴趣，必须是建立在认真阅读原著的基础上的，那么相关的读后感该如何写呢？以下是小编和大家分享的关于《谁动了我的奶酪》读后感范文优选，以供参考。

关于《谁动了我的奶酪》读后感范文优选1

近日，读了《谁动了我的奶酪》一书，真是受益匪浅。书中有四个主人公，两只小老鼠嗅嗅、匆匆和两个小矮人哼哼、唧唧。他们发现了一个储量丰富的奶酪仓库，便在那里过起了幸福的生活。有一天，奶酪突然不见了。嗅嗅、匆匆随变化而动，立刻穿上始终挂在脖子上的跑鞋出去寻找，很快就找到了更新鲜、更丰富的奶酪。两个小矮人哼哼和唧唧面对变化却烦恼丛生，他们沉浸在对美好过往的追忆中，无法接受奶酪已经消失的残酷现实。后来，唧唧觉醒了，他也穿上跑鞋去找奶酪，终于也找到了更多更好的奶酪，而哼哼却一直待在原地等待原有的奶酪重新出现。

在《谁动了我的奶酪》里，面对突如其来的变化，两只小老鼠嗅嗅、匆匆和两个小矮人哼哼、唧唧的反应有很大差异，他们的结局也有很大差异。嗅嗅、匆匆的跑鞋总是挂在脖子上，显示这两个小家伙很有忧患意识，随时准备应对变化。奶酪的消失对于他们来说是很正常的状况，因为奶酪从来不会天然地就在他们面前，本来也是他们找到的。所以面对奶酪的消失，嗅嗅、匆匆连一分钟都没有犹豫，立刻穿上跑鞋去寻找新的奶酪，结果找到了更好的奶酪。而两个小矮人哼哼和唧唧却在对美好过往的回忆中犹豫、伤感、等待。好在经过一番等待后，唧唧也行动了起来，最终也找到了更好的奶酪。只有哼哼还在原地等待。

故事很简单，却近乎寓言般地展示了人生各个领域的一种常见困境，寓意非常深刻。故事可以续下去，也许嗅嗅、匆匆新找到的奶酪过一段又消失了，或者被强劲的对手霸占了等，出现这些状况完全有可能。毫无疑问，真的出现这种状况，两个小家伙还是会马上取下挂在脖子上的鞋子继续寻找，寻找就是他们的生活常态。而哼哼也许在即将饿死的威胁下也行动了起来，兴许也找到了新的奶酪，也许至死不悟，我希望是前者。

作者斯宾塞·约翰逊博士是美国知名的思想家和畅销书作家，同时还是一名医生、心理问题专家，他是将深刻问题简化的高手。他清晰洞彻大众心理，告诉人们怎样去面对生存危机，迎接挑战。《谁动了我的奶酪》是本很薄的\'小册子，讲了一个很简单的小故事，但却形象地演绎了面对变故时人们不同的表现以及得到的不同结果，引人深思。它也启发人们，应对变化甚至危机的正确做法便是积极行动起来，寻求种种可能的办法进行自我拯救。面对变故，面对危局，只要行动起来，就有可能让危机终止，甚至出现“柳暗花明又一村”的新局面。也只有行动起来，才能让危机终止，而坐等无疑是慢性自杀。

关于《谁动了我的奶酪》读后感范文优选2

在这个暑假期间我读了很多书，《谁动了我的奶酪》这个文章给我留下了深刻的印象。

大家一听这个题目可能觉得跟吃有关系，但是我告诉大家这是两个小老鼠嗅嗅，匆匆和俩个小矮人哼哼，唧唧所发生的故事。主要写了这四个人物在迷宫里找奶酪吃。他们在C站找到了奶酪，他们越吃越少最后吃光了，可那俩个小老鼠知道继续寻找，但那个小矮人却抱怨奶酪怎么没了，不再去寻找。

这篇文章其实告诉我们一个道理。俩个小老鼠能够及早的嗅出变化的气息，还能够迅速开始行动。而那俩个小矮人却因为害怕变化而否认和拒绝变化。这会使事情变得更糟，当你认识到变化可以使事情变得更好，能够及时地调整自己去适应变化。

其实这个道理就是当你想要获得生命中最想得到的东西，也就是书中的“奶酪｜”，无论它是什么，假设这是钱。就算你有很多钱，也要把自己当做正常人，努力工作。无论以前是嗅嗅，匆匆还是哼哼，唧唧都要从头做起像嗅嗅和匆匆一样。

《谁动了我的奶酪》这本书蕴含着很多道理，我爱读书！

关于《谁动了我的奶酪》读后感范文优选3

想不起来这是我什么时候买的那本书，我用彩色铅笔描出了我认为有触动的言语，全书只有两句。现在重新拿回来再去阅读的时候感触已经变得很多。

这本书是通过两只小老鼠嗅嗅、匆匆和两个小人哼哼、唧唧描述的对于寻找奶酪一路上发生的思想动态、举止和心理变化。

1、学会洞察，要有细致的观察，注意局势的改变；

2、要勇于改变，接受现实，出现问题解决问题而非抱怨；

3、在变化的过程中要有目标感，将美好的景象印刻在脑海里，能够加强成功的欲望，坚实前进的动力；

4、化繁为简，生活要做减法，工作也是，思想更是，心态也会随之改变。

我想，我是正在意识到问题的唧唧，原本不愿意改变，不愿意接受改变，但是我发现改变可以带给我的收获，这激发了我改变的欲望，小小的效果，积少成多，接下来就是潜心学习、改变、发现。

关于《谁动了我的奶酪》读后感范文优选4

漫画、卡通、寓言、童话和小人书曾让我百看不厌，眼前这本《谁动了我的奶酪？》似乎综合了它们所有的口味，着实叫人喜欢，读《谁动了我的奶酪？》。书中有4个“人物”———两只小老鼠“嗅嗅”“匆匆”和两个小矮人“哼哼”“唧唧”。他们生活在一个迷宫里，奶酪是他们要追寻的东西。有一天，他们同时发现了一个储量丰富的奶酪仓库，便在其周围构筑起自己的幸福生活。很久之后的某天，奶酪突然不见了！这个突如其来的变化使他们的心态暴露无疑：嗅嗅、匆匆随变化而动，立刻穿上始终挂在脖子上的鞋子，开始出去再寻找，并很快就找到了更新鲜更丰富的奶酪；两个小矮人哼哼和唧唧面对变化却犹豫不决，烦恼丛生，始终固守在已经消失的美好幻觉中追忆和抱怨，无法接受奶酪已经消失的残酷现实，经过激烈的思想斗争，唧唧终于冲破了思想的束缚，穿上久置不用的跑鞋，重新进入漆黑的迷宫，并最终找到了更多更好的奶酪，而哼哼却仍在对苍天的追问中郁郁寡欢……

“奶酪”自然是个比喻，代表我们生命中的任何最想得到的东西，它可能是一份工作，也可能是金钱、幸福、健康等等。

关于《谁动了我的奶酪》读后感范文优选5

在手机上阅读了这个故事，说起来也蛮惭愧的。因为上学时就常常听到这个故事的名字，确一直都没有去看。现在都工作近10年了，才开始学习看书。不禁稍感晚了些，同时也觉得自己那些年轻的岁月都白白的浪费掉了。不说太多对过去的描述了。因为说得太多也换不回逝去的青春。还是回到这个故事上来吧！

这个故事讲了一个很简单，但人人都很容易忽略的真谛：变是唯一的不变！对于奶酪的消失，那两个小老鼠嗅嗅和匆匆都会更好的做出决定——去马上寻找另一处更大更好的奶酪。而那两个小矮人哼哼和唧唧却无法接受失去奶酪的现实。难道我们的大脑比动物要复杂，所以我们就会产生比动物更复杂的思想吗？一个简单的去寻找新奶酪行动，哼哼和唧唧为什么不能像那两只小老鼠一样马上就决定呢？而是在实事上痛苦的挣扎。这个故事不得不让我们反思。有时候真的觉得自己就是那个不肯接受改变的哼哼。总是无奈的面对现实，却从来都不想换一种方式去对待现有的改变！这个故事对我触动很大。让我学会了不要总是沉浸在无法去改变的现实中，要学会用另一种态度去面对它。一切事情都可以解决的。最重要的是自己想不想去解决。从此我会时刻的提醒自己，千万不要做现实生活中哼哼......

关于《谁动了我的奶酪》读后感范文优选6

星期六下午，我在家里无事可做，便去了三毛书城，准备看侦探小说。

我在侦探小说的旁边发现了一本书，书的封面上印着令人垂涎欲滴的奶酪。这本书名为《谁动了我的奶酪》，好奇的我便读起了它。

读完后我认真的思考了一番，发现人生其实就如同这本书中的四位主人公一样，当你经过奋斗得到了你想要的东西后，你会和他们得到一个奶酪基地一样兴奋。你是否想过自己得到的东西会在自己的挥霍下逐渐消失？当你某一天发现自己的东西不见了的时候，你是像两只老鼠一样穿上跑鞋继续奋斗？还是像两位小矮人一样坐以待毙？不过其中一位小矮人最终穿上了跑鞋，踏上了新的旅途，你是否能像他们一样？有些人总是埋怨命运的不公，总是得不到机会，可他们是否想过其实并不是自己得不到机会，而是机会来临时你却不好好的珍惜，正如那位宁愿饿死也不愿出来寻找奶酪的小矮人。

我们应该学会居安思危，但也没有必要学习杞人忧天，抓住那些来临的机会，成为最后的赢家。

关于《谁动了我的奶酪》读后感范文优选7

这几天,我看了一本书,这本书的内容很感人,它就是《谁动了我的奶酪》。

故事里的嗅嗅.匆匆只小老鼠和哼哼.唧唧这两个小人,通过它们自己的直觉和智慧找到了奶酪C站,里面有着似乎永远也享受不完的奶酪,生活因此而变得十分美好。但奶酪终究会被享用光的,当嗅嗅和匆匆发现奶酪站已经空了时,立刻去寻找新的奶酪站,而唧唧不久也战胜了自我,迈出了重新寻找奶酪的第一步,哼哼最终也走上了重新寻找的道路,最后,他们终于发现了一个巨大的奶酪站------奶酪N站。

这本书唤醒了我。这个暑假,我经常不认真写作业,整天东逛西逛,希望快点开学,能与同学们一起玩耍。但平常,我又盼望假期的到来。这样傻傻的等待时间,有什么用呢?《时光老人的礼物》这一课不是白学了吗?我不能再像哼哼那样了,现在还为时不不晚,我一定要向嗅嗅.匆匆和唧唧学习,去寻找我的“奶酪”。

这本书还让我知道了:拥有“奶酪”就拥有幸福,但“奶酪”总有一天会消失的,我们一定要勇敢地面对,才能寻找到新的“奶酪”。

关于《谁动了我的奶酪》读后感范文优选8

我读过许多书，但我却偏爱《谁动了我的奶酪》这本书。虽然它不后，但是却有着深刻的含义：你只能随之环境而改变，而不能让环境随着你改变。

这个故事讲述了住在迷宫里的小老鼠：嗅嗅，匆匆，小矮人哼哼和唧唧在奶酪C战役进没有奶酪做出的不同反应，小老鼠们早已有了准备，二话不说，立马去寻找新的奶酪；唧唧后来进过了许久的思想斗争后，也开始去寻找新的奶酪；而哼哼呢？还在恨天怨地，顽固不化。最后当嗅嗅，匆匆和唧唧在奶酪N占找到新的奶酪时，哼哼却已经奄奄一息，没有力气了。

我们的生活，就是一个万花筒，分分秒秒都在变化着。而你呢？问问自己，有没有随着生活而改变。如果有，你应当为自己而高兴因为会比原来根进一步因为你在改变。如果没有，那你就要好好去改正，因为你不久以后，你就会被社会所淘汰。因为，你留在了原处。

生活是千变万化的，改变随时可能降临，只要我们积极地去改变，你就会发现改变可以让你获得更美好的开始。让我们一起随着环境而改变，而进步吧!

关于《谁动了我的奶酪》读后感范文优选9

“奶酪”自然是个比喻，代表我们生命中的任何最想得到的东西，它可能是一份工作，也可能是金钱，爱情，幸福，健康或心灵的安宁等等。

生活在这样一个快速，多变和危机的时代，每个人都可能面临着与过去完全不同的境遇，人们时常会感到自己的“奶酪”在变化。各种外在的强烈变化和内心的冲突相互作用，使人们在各种变化中茫然无措，先是追问———到底是谁动了“我的奶酪”？然后对新的生活状况无所适从，不能正确应对并陷入困惑之中难以自拔。如果你在各种突如其来的变化中，总耽于“失去”的痛苦，“决定”的两难，“失望”的无奈……那么生活本身就会成为一种障碍。生活的迷宫很大，你会滞留在其中一角安身立命，久了，年纪渐长，就“懒得变动”，或者是“没有勇气和激情”再去变动和追寻。

我喜欢这本书，因为它是一个可爱的故事，轻松愉快地便澄明了混沌的生活。当一位被变化所困惑的人坐在一面肮脏的镜子前，希望看清自己的真面目而不得时，《谁动了我的奶酪？》就像一位智者，用一条白毛巾从容不迫地擦去镜子上的污迹，让困惑者真正发现自己的问题所在。

关于《谁动了我的奶酪》读后感范文优选10

我读了一本书，名字叫《谁动了我的奶酪》。里面主要写两只老鼠和两个小矮人的故事，一只老鼠叫嗅嗅，另一只老鼠叫匆匆，还有两个小矮人叫哼哼和唧唧。

一天，四个小家伙要在一个神秘的迷宫里找一个叫奶酪c站的地方。他们找啊、找啊，最后终于找到了，那里的奶酪多的像小山一样堆在那里，他们四个唱啊、跳啊、叫啊，开始狂欢起来，每天尽情享受着奶酪。

一天早晨，两只小老鼠比两个小矮人来得早一些，但他们发现奶酪没有了，对此，他们并不吃惊，因为他们对这种不可避免的情况早有心理准备，他们很快的去寻找新的奶酪，

同一天的晚些时候，哼哼和唧唧来到奶酪c站后，惊讶的发现奶酪已经没有了。唧唧决定去寻找新的奶酪，而哼哼呢却坐在奶酪c站，再也不出去了，唧唧找了很久，最后终于在迷宫的另一头发现了奶酪n站，那里的奶酪是c站的一百倍之多。匆匆和嗅嗅在那里等候多时了，两只小老鼠一起来迎接唧唧。

读了这篇文章后我们该学谁呢？啊，当然是学唧唧啦，学习他坚持不懈、勇往直前、不怕困难的精神。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！