

最新心理类读后感(大全10篇)

很多人在看完电影或者活动之后都喜欢写一些读后感，这样能够让我们对这些电影和活动有着更加深刻的内容感悟。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？以下是小编为大家搜集的读后感范文，仅供参考，一起来看看吧

心理类读后感篇一

文：菁菁的日常分享。作者雷米是公安部直属学院教授，精通犯罪心理学和刑侦学。按照作者的推荐顺序，《心理罪》系列第一本是《第七个读者》，全书没有废话，没有故布疑阵，引人入胜，交代了主角方木的学生时代，为后面的故事和人物性格埋下了伏笔。

第二本《画像》，利用人的心理来操控别人，真的非常可怕。凶手一直模仿世界上的著名杀人案件来杀人，情节紧凑。我还蛮喜欢看这种连环杀人案件的。

《教化场》这本书是这个系列里我最喜欢的一本，为了心理研究，制造一些能摧毁人的场景，硬生生改变了人的命运，由此引发了一连串的悲剧。人的心理真是捉摸不透。很容易就被伤害，很容易就种下仇恨，很容易就被仇恨蒙了眼。可是很多加害者，往往也是无辜的受害者。从心理上摧毁一个人，其实很容易。

《暗河》，我觉得这本书是这个系列里最黑暗的。完全不知道方木在想什么，不愿相信任何人，信了不该信的，赔掉了许多人。说太多就剧透了。感觉在上一个案件中，还活生生的人，就不在了，心里感觉也是很奇怪。觉得这个故事结尾没有交代好，感觉凸显了男主光环，却少了心理的推理。

《城市之光》，心理罪系列最后一本，这本跟暗黑者有点相似，有个执行者去消灭社会的上的罪恶，在法律无法给一个人定罪的时候，如果有个执行者出来给这些人定罪，是对还是错？当“执行者”把自己当成城市之光后，他是否就会开始滥杀无辜了呢？当看到全市人民一起投票审判“罪人”时是很可怕的，就像现在的网络一样，每个人都可能在无形中也当了共犯。这本书也拍成电影了，邓超演的，我感觉拍的还不错。大家感兴趣可以看看。

心理类读后感篇二

这本书叫做《微人格与微心理》，是李棕编著。

所谓微人格，是人类心理特征的整合、统一体；而微心理，指的是人们心里活动的外在反应，这一本能反应是人们无法隐藏的。生活中，读懂微人格和微心理，就能帮助我们轻松了解自己，了解他人，就能辨明人际关系、轻松驾驭人心的准确线索。这本书列举了大量的实例，并从心理学的角度给予了深度的剖析，内容涉及社交、职场关系等多方面，由表及里，层层深入，引导读者学会洞察周围的人和事，进而轻松掌握人际关系中的主动权，做人际博弈的大赢家。这本书就是一本实用的心理学教程。翻开这本书，就会发现，它是一本非常详尽的读心术指导手册，它会教你如何发现自我，认识自我，以及如何在与人交往的过程中用一双眼睛洞察周围的事物和周围人的想法，从而用一种正确的方式来应对周围形形色色的人，到达成功的彼岸，赢得幸福的人生。

有人说，人生就如同一部戏，我们每个人都带着面具在扮演着不同的角色。的确，对于任何人来说，人生最重要的两件事，一件是认识自己，一件是认识他人。

所谓认识自己，就是不断完善自己。从心理学的角度而言，每个人都有各不相同的‘人格面具，这些人格面具随着生活情境的不同，也在随时改变。不但人与人的‘人格面具不同，即

使同一个人也会有不同的人格面具。有些人格面具经过外界强化之后会变得更加鲜明。通常情况下，每个人都有一种明显的且占据主导地位的人格，帮助人们完善自身，主宰生活。如果各种人格都占据上风，也就形成了人格分裂。因而，我们应该形神合一，这样才能让自己得到更好的发展和存在。

所谓认识他人，就是要找到与他人相处的最佳方式，日常生活中，并不是每个人都会以真面目示人，而正确认识和判断一个人并不难，只要我们能学会细心观察他的表情、说话的语气和它的举止，就能够知道他内心的真实想法。这就是我们现在经常提起的“微人格和微动作心理学”。

一些微动作背后，都隐藏着一定的秘密，如对方的服饰打扮乃至一个细小的装饰品都会透露他的性格、品味；当然，他人的一些生活习惯，吃相醉态、消费方式、口头禅等等都是他们的性格和行为状态的外显.....除此之外，在具体的环境下，我们最好学会实施一些心理小计策，无论是职场、社交场合还是恋爱中，掌握他人的心理动态，然后对症下药，重新认识自我，都能让我们说对的话、做对的事，然后达到我们想要的效果，提升我们做人做事成功的指数。

可见，在这个社会上，只有识人，你才能在交际中左右逢源；只有识人，你才能获得真正的朋友；只有识人，你才会占领博弈的制高点，赢得与对手的对决。这样才会拥有一个圆满幸福的人生。

心理类读后感篇三

《心理罪》网剧版，方木和亚凡交换了秘密，结果亚凡的母亲为心爱的吴涵背锅，而跳楼自杀，剧情因此进入高潮，吴涵想杀掉宿舍的所有人，方木因为知道了秘密，识破了吴涵的计划，保护了室友。方木是否幸运？网剧和小说，他亲情和爱情无法兼得，网剧中，他是孤儿，陈希没有死掉(小说中，陈希被吴涵杀死，但父母关心照顾着他)。

方木是犯罪心理学画像的天才，也因为他经历常人无法经历的事情，目睹身边的朋友，一个一个的死去，多么虐人，多么心痛。就像鲁迅先生所说“真的猛士，敢于直面惨淡的人生，敢于正视淋漓的鲜血，这是怎样的哀痛者和幸福者？然而造化又常常为庸人设计，以时间的流驶来洗涤旧迹，仅使留下淡红的血色和微漠的悲哀，在这淡红的血色和微漠的悲哀中，又给人暂得偷生，维持着这似人非人的世界。我不知道这样的世界何时是一个尽头！”也正因为方木敢于正视淋漓的鲜血，克服自己的障碍，才有我们眼中那个有血有肉的破案天才。

（前传《第七个读者》第一部《心理罪画像》第二部《心理罪教化场》第三部《心理罪暗河》第四部《心理罪城市之光》第五部《心理罪智齿》）

心理类读后感篇四

你想过只要画一幅画别人就可以了解你吗？是不是很神奇？《绘画分析与心理治疗手册》这本书就可以帮你见画识人。本书是由著名的绘画心理专家严虎博士与他的团队一起编辑出版的，是一本针对心理分析与治疗的书籍，适合心理学爱好者。如果有专业的老师进行指导，那么收获会更大，我是在学习绘画新技术以后阅读这本书的，收获颇多。

早在18世纪的欧洲，许多医生就开始利用绘画作为诊断的辅助手段，心理学大师弗洛伊德发现患者潜意识中所压抑的记忆会通过梦与绘画作品表现出来，心理学先驱荣格经常鼓励患者画画。通过大量的心理学家的研究，绘画技术不仅可以帮助诊断心理问题，还可以用于心理治疗，这本书是《绘画分析与心理治疗手册》的上册更注重如何分析绘画。在绘画治疗中可以让来访者画各种各样的画也可以随意画，但有时来访者对绘画的内容也很茫然，心理学家发现画“房树人”是来访者中画得最多的，而且更容易进行操作，因此在心理咨询中更多的运用“房树人”进行绘画与分析，这本书中重

点介绍了“房树人”的含义及不同形式代表的意义，以及如何诊断。

我们分析一幅画要从三部分进行——整体、过程、内容。从整体上我们要分析这幅画的大小位置，画面的切断与视角，画面的线条。画面的大小是与个人的自我意识自我概念相关。位置与画者的更注重精神还是物质有关，以及被母亲影响更多还是被父亲影响更多。画面的切断位置，体现了与现实未来的关系。画面的线条代表了自我控制力心境与性格。

从绘画过程上可以看出一个人的`精神光状况性格特点。

从内容上看“房树人”代表了不同的方面。“房屋”表示画者所出生和成长的家常家庭状况，也指自己对家庭或一般家庭，家族关系的想法、感情、态度，另一方面也可以代表被画者目前的状况，通过对房屋大小、结构、视角远近、房屋样式、所处环境以及房屋特别强调的某一部分的分析，可以了解画者在家庭成员中的自我形象，以及空想与现实之间的关系，如安全感，家庭成员与环境的关系等。

“树木”揭示了一个人深层无意识的人格，也能反映出成长经历。树冠的大小行使代表了一个人成长的积极程度，树干的粗细可以看出成长中的支持力。

“人”可以反应出意识层面的自我认识，反映了人物的自我现状，现实状况包括心理上及躯干上。比如性格，人际关系，内心冲突，力量感等等。

心理类读后感篇五

今天想给大家推荐一套犯罪小说，雷米的《心理罪》系列。初次看到这部小说是在虹口区图书馆曲阳分馆，当时刚刚看完一套推理小说，觉得意犹未尽，于是就在i247.56(惊险小说，推理小说分类)的书架上找书，最后借阅了《心理罪：

画像》，自此迷上了这套小说。

乍一看小说的情节简介，你可能会以为这又是一部文笔浮夸、内容空洞、结局莫名其妙的国产推理跟风之作。但是如果你静下心来读一读这本书，必然会被其中犯罪现场的详细描写和扭曲的犯罪心理震撼。为什么这部小说能够将杀人凶手的残忍手法和犯罪心理描写得如此细致呢？这和作者的经历是分不开的。小说的作者雷米是中国刑事警察学院的一名犯罪心理学教师，他精通犯罪心理学和刑侦学。因此他的作品中富含犯罪心理学、法学、刑事侦查学和法医学知识，他的作品中既有国内外真实案例的再现，又不乏大胆奇诡的想象，使小说感染力和深度兼备，具有极强的可读性，同时也能引发读者的深刻反思。《心理罪》系列就是雷米小说处女作，作品最初在网络连载时已经好评如潮，一经出版就得到推理书迷和知名作家的一致叫好。

这么精彩的推理小说，欢迎大家来图书馆借阅。还有一个好消息要分享给你们，今年5月，由《心理罪》改编的同名网络剧也在爱奇艺平台上播出啦，剧中演员个个颜值爆表！读完小说再来煲剧，让《心理罪》陪你度过炎炎夏日吧！

心理类读后感篇六

看完《心理罪》五部，第七个读者，画像，教化场，暗河，城市之光。心情和姐姐一样纠结。推荐给大学校园里孩子！如果我在中国大学校园里看了心理罪，会知道大学应该干什么。方木君，从一个和舍友们打闹的普通小孩，变成心思成熟的男生。

很好看的小说，也许不及日本侦探小说大排场加作案手法高明，但确凿是个恐怖，精彩，连贯，加有内涵的小说！

第七个读者，讲述了一个贫穷的学生仔的自卑，感谢舍友不杀之恩。

画像，心理障碍？台伟喜欢方木君，肆无忌惮出现在人家的寝室。

教化场，随机噩运？

城市之光，被雷到些许。讽刺没文化的网民。

方木君好多艳遇。不喜欢里面的任何女角，也不喜欢里面的任何男角。不讨厌廖亚凡，可以接受大结局，经历过很多事的男女想在一起，必须分开n年后相遇，此情节具有历史必然性。

我读到一半就猜到c市就是成都，省会，几环，再看到火锅就完全确定了，毕竟边看边想象小芮也在看，哈哈。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

心理类读后感篇七

我几乎是在一天之内看完《心理罪》的，我必须承认，它的确强于《十宗罪》。心理罪可以说是方木的成长史，方木确实是在一个个圈套和陷阱中逐步成熟起来的。很残忍，成熟

的代价是见证着一条条鲜活生命的消失，而自己却无法制止。第七个读者案、孙普案、城市之光，这三个案子中的凶手都是冲着方木而来，于他们，那些公众眼中残忍至极的谋杀都只是出给方木的考题，看看这心理界的天才到底有多大能耐，是否能预判出自己的下一步动作。他们的最终目标从来不是那些受害者，只有方木。所以，从某种程度上来说，大部分受害者都是因方木而死。但这又怪不了方木，他何尝不痛苦，明明知道，却又无能无力。

第七个读者案是全部事件的开端。如果孙梅没有和吴涵发生不正当关系，或者她没有把那封信放进吴涵的书包，一切的一切是否就不会发生了呢？事实上，并没有人看到那封信，而周军却为自己的口无遮拦付出了最为沉痛的代价，成了第一个死者。但是，依照吴涵的出身和性格来讲，即便没有人知道他和孙梅的关系，他也迟早会干出出格的事。自卑，是他的自卑导致了这一切。因为自卑，所以渴望以特别的方式为他人所关注。杀人，确实可以吸引目光。我们无从得知吴涵究竟是否有欲望杀到祝老四和王健，还是方木所提出的“死亡借书卡”的设想推动了他。于是他将杀人进行到底，顺便可以看看方木是否有他想象的那么聪明。整个校园因为自己而终日惶恐，心理学天才为此寝食难安，不可否认，站在凶手的角度，这简直再完美不过。终于一切都了结，方木未曾来得及的告白只能永远烂在肚子里，陈希永远不会再醒来，师大男生二舍再也没有352。那些封存在岁月里的伤痛，就都交由方木来回忆。

在孙普案之前有一起强j案，当方木查看位于建筑顶层的犯罪现场时，他察觉了罪犯的意图。全篇下来，唯此句印象深刻。

关于孙普案，这篇大概算是方木和邵伟的主场，两个人在最后和孙普的斗争中成为生死之交。这个案子是不同于第七个读者的，吴涵是中途决定考验方木的。而孙普，则是精心策划，他的作案，完全是对方木进行的一场测验。孙普是模仿作案，很可惜，模仿是没有灵魂的。主观地说，我特别不待

见孙普，既不像江亚一样有悲惨的童年，也不似其他凶手生活在社会底层。所以，这他妈就是个败类。巍巍对这种败类痴心不改九年之后仍为其复仇也真是叫人难以捉摸。

教化场一案在此不作提及。只是那个用自己昂贵的书包交换别人廉价的奥特曼书包的小杨展，骗别人自己叫做贺京的小杨展，在家里大口大口喝着听装可乐只因为廖亚凡说易拉罐能卖钱的小杨展，，不应该死。他说了，要带廖亚凡走。很多时候，我们不该尝试去理解这个世界。因为我们永远永远无法理解。

心理类读后感篇八

管理学是系统研究管理活动的基本规律和一般方法的科学。它是人类近代史上发展最迅速、对社会经济发展影响最大的一门学科。自从人们开始组成群体来实现个人无法完成的目标以来，管理工作就成为协调个体努力必不可少的因素了。由于人类社会越来越依赖集体的努力以及越来越多的、有组织的群体规模的扩大，管理人员的任务也就愈发重要了。我认为管理是一切组织的根本，管理工作适用于各种大规模的组织，盈利与非盈利的企事业单位、制造业以及服务性行业，因此，学好管理学对于我现在的工作岗位有着非常重要的意义。通过学习我对管理的几点小小认识：

- 1、管理的核心是人员的管理，因为任何事都需要人去做，一个完美的计划是成功的前提，但离开人员，计划是万万得不到实现的，“以人为本”大家都说的很多，我认为最核心的是说如何去用好人，用合适的人做合适的事。就是立足于发展自己，而不是遏制别人；遇到问题，从自我改变做起。当你无数次地“与自己较劲”后，回头再看，效果就能就显现出来了，通过改变自己而改变了世界！因此，管理好人员不是死板地管人、卡住人，而是去梳理人员的长处，引导人员去克服短处，一个好的管理是始终重视团队中的薄弱环节的。

2、信任员工、尊重员工，选择合适的员工去做合适的事，管理者一旦有了这种举动，就一定要信任自己的员工有能力把事情做好，不要只手画脚，胡乱猜忌不放心，即使遇到困难也要鼓励员工，一道去克服困难，不妨给提一些小小的建议，使员工通过努力完成任务，这样使员工提升自信心，让员工感受到管理者给他最大的尊重，必将激发工作的'热情，形成同心圆效应让团队的目标始终保持一致。

3、把每一件简单的事做好，把复杂的问题简单化，一靠制度，二靠人的责任。靠制度，能够把杂乱事务规范化，使工作人员能规范言行，而责任则显得更为重要，就是不论做什么事，事先要有准备，也就是思想重视有责任心，就能得到成功，否则就会失败。试想一个管理者不去考虑管理范围内的事，成天忙于其它事务性的杂事，是不会有好的管理结果的，不要想法很多，但其责任，用心做事。

4、创新是管理提升的不竭动力，管理不可能是一成不变的，一个好的管理者，会在总结前人的经验基础上提炼总结更好的管理方式方法，并且在管理工作中不断总结经验根据实际的工作情况来改变管理的方法。

这次认真学习《每天学点管理学》，让我认识到管理是一门高深的艺术，任何工作成绩的取得，都是在管理中应用产生的，为此学习管理知识，掌握管理的妙法，必将提管理者的素质，通过学习个人受益匪浅。我深刻领会到，作为一名管理者，应该以管理促创新，以创新促效益，从而使班组稳步健康发展。

心理类读后感篇九

连续几周时间终于把心理罪这个系列全都看完了，不能说不精彩，只是对于我这种看见bug就浑身不舒服的人来说真的不是一次特别舒心的阅读。

也许是我受tvb同类型剧的影响太深了，总觉得无论是方木或者是作者对于事件的解决并没有太好的办法，只能用英雄主义来解决。比如城市之光中，对于这种自以为是正义化身的杀人犯，作者即使到最后也没有给出可信的论据让读者觉得他是恶的，还是举法证先锋里一个例子：有人按照法医古sir里恶有恶报的方式去杀人，做死亡判官，古sir很迷惑自己是不是应该还要写下去，汀汀是这么告诉他的：“可是我觉得你应该继续写，还要把你的经历写成小说，你要更深入告诉读者，什么是错误，什么是正确，这样才是一个负责任的作家。”而我觉得心理罪里面恰恰缺的就是这个（特别是城市之光），难道中国的法律真的只能让方木用自己的死才能终止这种恶吗，以暴制暴，以恶制恶才行吗？当然，作为一个成年人，我们无需用小说来指引我们做人，也不会因此就觉得黑暗的社会无救，只是希望如果作者的本意是揭示黑暗的话，请彻底并合理，即使无法给出真是正确的路，也不是用暴力来抑制暴力。

再借用法证先锋里的一句话给书里那些自以为是替天行道的凶手：你不是替天行道，你是滥杀无辜，你可曾想过，这些死者的家属，其实就是当年的你！你也是因为你的家人错误处理感情问题才会造成悲剧，这些死者跟他们的家属他们全是无辜的，希望你下半生在监狱里好好地忏悔。

心理类读后感篇十

连续几周时间终于把心理罪这个系列全都看完了，不能说不精彩，只是对于我这种看见bug就浑身不舒服的人来说真的不是一次特别舒心的阅读。

也许是我受tvb同类型剧的影响太深了，总觉得无论是方木或者是作者对于事件的解决并没有太好的办法，只能用英雄主义来解决。比如城市之光中，对于这种自以为是正义化身的杀人犯，作者即使到最后也没有给出可信的论据让读者觉得

他是恶的，还是举法证先锋里一个例子：有人按照法医古sir里恶有恶报的方式去杀人，做死亡判官，古sir很迷惑自己是不是应该还要写下去，汀汀是这么告诉他的：“可是我觉得你应该继续写，还要把你的经历写成小说，你要更深入告诉读者，什么是错误，什么是正确，这样才是一个负责任的作家。”而我觉得心理罪里面恰恰缺的就是这个(特别是城市之光)，难道中国的法律真的只能让方木用自己的死才能终止这种恶吗，以暴制暴，以恶制恶才行吗?当然，作为一个成年人，我们无需用小说来指引我们做人，也不会因此就觉得黑暗的社会无救，只是希望如果作者的本意是揭示黑暗的话，请彻底并合理，即使无法给出真是正确的路，也不是用暴力来抑制暴力。

再借用法证先锋里的一句话给书里那些自以为是替天行道的凶手：你不是替天行道，你是滥杀无辜，你可曾想过，这些死者的家属，其实就是当年的你!你也是因为你的家人错误处理感情问题才会造成悲剧，这些死者跟他们的家属他们全是无辜的，希望你下半生在监狱里好好地忏悔。