

2023年心理的读后感(优质9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。当我们想要好好写一篇读后感的时候却不知道该怎么下笔吗？下面是小编为大家搜集的读后感范文，仅供参考，一起来看看吧

心理的读后感篇一

回忆自己每一次的情绪失控或是低落，其实都算进入一种心理非正常期，感觉自己就是一个潜在的偏执狂，抑郁症患者，人的心理很脆弱，不可避免的会发生心理和情绪上的波动，是什么让我们能够慢慢调整自己，从这种消极情绪中抽离，看完全书，惊奇地发现居然是爱，以前总觉得爱是一种幻想的心理状态，不如智慧，美貌，财富那般重要，一个人没有了爱可以活。

如果后三者一个都不具备的话，那这个人的一生中只剩下平庸和不幸，我们可以假装被爱，假装去爱人，但是假装自己有钱，假装聪明，伪装的漂亮，生活的窘境就会改变了吗，后来才发现自己一只有一个误区，之所以把那些物质的条件看得如此重要，只是因为那些物质的东西能够帮助我们更容易得去获得爱，获得更多的爱，只因爱是无形的我们才会忽视它，享受爱和被爱是人的本能，之所以会出现心理的不正常，是因为内心的爱得不到正确的投射，从而被扭曲，结果便是暴力与性，攻击与性同样也是人最原始的本能，这就好像一个硬币的两面。

因为爱的'天性，寻找外部的投射容器，心灵得到沟通，成为一个正常去爱和享受被爱的人，这种投射是是潜意识里，一旦收到外界的刺激，爱的认知被扭曲，冰山下层的原始欲望便会时不时跑出来，再进行错误的投射，嗯，悲剧就是这样

产生的吧，一种强大的求生欲让我感谢生命中出现的人，以及他们所给予的爱，每一次的情绪失控都会被拉回来，从今天开始，去爱生活中的每一个人，每一件事，去感恩，去发现。

心理的读后感篇二

中华民族是最早具有飞天梦想的民族。固然，在现代航天事业中，我们成了厥后者，但不甘落后的中国航天人用一连串的跨越式步伐，缩短了与世界航天大国的差距。随着中国行将成为世界上第三个能够独立开展出舱行走的国家，我们已经可以揣测下一步神舟飞行的交会对接实验和不远的'将来将出现的一定使用规模的短期有人照料、长期在轨自主飞行的空间实验室。

心理的读后感篇三

这类孩子被身边的人照顾得如此无微不至，他们享受着众星拱月般的照顾，却不需要付出任何代价，以至于渐渐将一切看做理所当然。这些被溺爱的孩子的兴趣中心只有自己，从来没机会理解合作的用处与必要性。

一旦遇到困难，他们唯一能想到的就是要求他人的帮助。当他们无法再轻易找到一直以来所习惯的关怀与纵容时（一旦离开家这很正常），便会觉得遭到了背叛，认为整个社会都在与自己为敌。他们的兴趣全在如何操纵其他人为自己服务上，对抗困难的勇气几乎是没有的。

心理的读后感篇四

匆匆的、粗线条的看了一遍《普通心理学》，对于从来没有接触过心理学知识的自己来说像是扫盲一样，虽然没觉得有多么的高深，但要弄懂、理解确还是要花费大的力气了，无奈年纪有些大了，记忆力差了许多，哈哈！能够扫扫盲也不

错！这还要感谢读书发起人志恒先生啦！心理学是研究人的，从生理的，社会的等层面研究人心理现象发生，发展和活动规律的科学。人是有意识的，人有心理活动，这区别于各种动物。

回过头来看看我们从儿童到青年到老年走过的心路历程，稍稍分析一下当时的心理状态，从对事物、对环境等的认知到情绪、情感以及意志、动机、能力人格，自己的故事也够写一本小说的了！现代社会了，心理出问题的多了，有了心理问题需要咨询心理医生，这在早年是不懂的或不认同的，现在知道了这是科学！看看我们周围的人们，亲戚、朋友、同学等，他们都是单一的、不同的，思想观念、意志品质、兴趣爱好、性格特点都不相同，不同时期、不同环境下有不同心理状态，甚至出现心理问题也很正常，通过学习关键是我们要学会自我调整和化解！性格是先天遗传与后天环境造就的，我们不管啥性格，但是健康和快乐是当下的我们所追求的！这一点我们是相同的！让我们有一个健康快乐的心理！学会自我梳理和排解，过好快乐的晚年生活！一切都是浮云！做健康快乐的自己！自己的一点体会，与同学们共勉！

心理的读后感篇五

《学与教的心理学》这本书包括了三部分：教师与学生心理，学习心理，教学心理。它将新的学习论和教学论及其教学设计技术贯穿全书。采取了以学校学习和教学中的心理学问题为基本线索，介绍和剖析学与教的重要方面和主要环节的心理学理论与应用。

阅读后，我认识到以下几个方面的问题：

1. 我国教面临着从“应试”教育向“素质教育的转轨。要提高学生的素质，首先要使教师队伍具备良好的素质。要更新我们教师的教育观念和提高自身教书育人的技能。

2. 帮助学生有效地学习是教师的. 天职。若要有效地帮助学生学习，就必须懂得和熟练地运用学习规律。所以我们教师要知道学生认知能力、动作技能和态度与品德学习的过程和有效学习的内部与外部条件。

3. 教师必须学好教学心理学才能使习得的学习论原理转化为教学技能。

在阅读本书前，我常常思考如何提高学生的学习积极性和阅读效果？因为总有些学生对学习提不起兴趣，课堂上经常心不在焉，家长对他们往往束手无策。通过阅读本书我明白了激发和维持学习动机是教育教学过程中的一个重要环节。我很认同“终身学习”的观念和模式。学生到学校来学习，不是学死的知识，而应当掌握学习的能力，学习要伴随着我们的一生，每一个人要学会学习。学习不仅是课堂中的事，要创造学习化的社会，我们个人也应该学会在生活中学习，在学习中生活。

这本书还有很多有益于教师教学的知识，值得大家去阅读，希望能借助书中的知识来促进我们的教学。

心理的读后感篇六

心理学离不开生活，生活也离不开心理学，每当我去学院图书馆的时候，总会去四楼看一些关于心理学的书籍。当我翻阅这本书的时候，想起自己平时常常找一些借口，了解到平常一些微不足道的借口对自己的影响。

我们日常生活和学习中，不论时间地点场合，只要一出现小问题，人们往往会习惯性的寻找各种各样的借口来为自己开脱。找借口的人可能有难言之隐，或者做错了事，或是想推卸责任，或者是想拒绝别人，或者是想逃避惩罚。总之，没有一个借口是偶然的，借口的背后一定有着深层次的心理诱导。

原来我玩团队类型的游戏的时候，输掉游戏之后总是埋怨队友，从来没有反思自身的缘故，后来我才发现，是个人原因居多，所谓的埋怨都是借口。有人做过调查，问许多人同一个问题：“你觉着你自己是坏人吗？”相信大多数的人都会说：“不是”。甚至许多杀人犯，他们都不认为自己是坏人，他们能找出各种各样的借口为自己开脱。大多数人都觉着自己不是坏人，这是生活中的普遍现象，就算自己做错了事，也会找各种理由为自己开脱，或将责任归咎于给他人。在生活中，许多人寻找借口，不仅仅是怕承担责任，而是在心底觉着自己没有错，错的是他人。别人的嫉妒、自私我们一清二楚，对于自己的错误，便极力掩饰。人们总是容易发现别人的错误，却对自己的错误视而不见，就算真的是自己错了，也总是来找借口宽恕自己。

我一个朋友，刚到学校的时候便说要找份兼职挣一些零花钱，到了现在，还没有行动，每次我问他情况，他总是说这周有事，下周有空再去。很多人喜欢各种各样的理由来拖延，不管你有什么借口，拖延时间始终是极其有害的恶习，部件容易染上拖拖拉拉的坏毛病，让人讨厌。而且会啃噬你的心灵，摧毁你的意志，不改掉的话，离成功遥遥无期。

也许借口或许可以帮人开脱责任，掩饰过错，逃避责罚，但也会阻碍你的正常潜能发挥，是制造失败的根源。

有人也知道找借口不对，想要改掉这一恶习，首先要战胜懒惰，抛弃找借口的恶习，找到解决问题的办法，借口离你越来越远，成功离你越来越近。

心理的读后感篇七

中华民族是最早具有飞天梦想的民族。固然，在现代航天事业中，我们成了厥后者，但不甘落后的中国航天人用一连串的跨越式步伐，缩短了与世界航天大国的差距。随着中国行将成为世界上第三个能够独立开展出舱行走的国家，我们已

经可以揣测下一步神舟飞行的交会对接实验和不远的`将来将出现的一定使用规模的短期有人照料、长期在轨自主飞行的空间实验室。

心理的读后感篇八

这本书很棒，篇幅不长内容丰富！它需要反复阅读然后在生活和工作中一一观察和实践！如果这辈子能和哈里。巴尔肯这样的老师沟通和谈话，更或者是学习应该是多么幸运的事！一直喜欢心理学，但没有机会学习和从事这方面的工作很是遗憾！我觉得心理学像一种特异功能，神奇而且具有一直无形的力量很是强大！

可以帮助好多人，更可以帮助自己了解自己！如果自己心里不舒服了、困惑了我该怎样去解决去面对呢？一一拿来镜子不停的看自己，左看看右看看没看出微表情呀？只看见一张有些长肉肉的大苦脸，然后告诉自己，对自己重要的人或事执拗是一种伤害。

心理的读后感篇九

作为一个学院派系统学习心理学6年，并以发展教育心理学为方向的学生，我自己在选择一本专业书籍时，有一个小窍门：如果这本书是第“大于等于2”版的话，选择它应该没什么大错。所以在我看到这本书赫然“第11版”的时候，可想它当时在我心中的宏伟形象。

拿到了热腾腾的新鲜书，翻开后：优美的装帧和高档有质感的纸质，让我好感徒增，加上最重要的：丰富的内容与内涵，最新研究成果的更新与分享，生动活泼的`语言，开放全面的视角等等等。这一切都让我想说：如果推荐一本书作为青少年心理或发展心理学入门书籍的话，它绝对是您不二的的首选！