

# 2023年告白读后感(通用8篇)

读后感是种特殊的文体，通过对影视对节目的观看得出总结后写出来。这时候最关键的读后感不能忘了。那要怎么写好读后感呢？下面是我给大家整理的读后感范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

## 告白读后感篇一

读完这本书后发现，书名的无声告白原来不是我想的告白而是莉迪亚的内心独白，我把莉迪亚的死归结与她的父母和哥哥詹姆斯，母亲玛丽琳将自己的梦想强加到女儿身上，她不会告诉女儿当初为了和詹姆斯结婚而放弃当医生的目标是自己一直以来的一份不甘，从来从来她与女儿沟通的话题只有成绩；父亲詹姆斯也想在女儿的身上弥补自己年轻时的不足，他会不停的鼓励女儿去结交朋友，他从未向妻儿透露自己童年受过的伤害，最后这位父亲居然一直认为女儿一直在学校有很多朋友很受欢迎。

就像书里说的，莉迪亚一直是家里人的中心，可是这压得她透不过气来。我记得莉迪亚对自己的妹妹说过一句话“如果不想笑就不要去假笑”她不希望妹妹和她一样被父母牢牢地禁锢。其实文中最懂她的人是哥哥内斯和看起来放荡不羁的邻居杰克，可是发现哥哥深深的嫉妒和杰克的秘密后她便没有了精神依靠，人活在世上总要盼着点什么，可是莉迪亚没什么期望都没有，亲人和朋友感情的缺失将她带到了最最讨厌的湖畔，很心酸很心酸。

## 告白读后感篇二

我们终次一生，就是要摆脱他人的期待，找回真正的自己。

一个让人心疼忧愁的故事。无声告白。是的。一代人影响一

代人。作者是华裔作家。让我对故事的真实性有点怀疑。这种种族。对中国人的`偏见是否在早期的美国会永远显的不合群？我不知道。当时的中国到底是一种什么状态。一生在尝试合群。是这一家人的宿命。莉迪亚对爸爸妈妈的爱很深。为了维持着岌岌可危的家庭。她什么都说是的妈妈。妈妈我愿意。无声告白。我爸爸妈妈不会偏心。所以我很难体会到内斯和汉娜的那种不被爸爸妈妈爱重视关爱的感情。想起在家里我一直都是成绩最好的。我突然想起那天哥哥说当初是妈妈说家里没钱不让他去上高中了。我突然觉得很对不起他。读书至少比他那么多年来在外工作的好。我觉得。所以他才会抱怨我用了家里很多钱吧。想到这。似乎可以原谅哥哥。每次看书总能理解些什么。我没有很好的文学天赋。我不能很好的写出书评。甚至有些我还读不懂。但是总会有些什么东西进入灵魂。我想着就应该是读书的意义把。从他人的故事中想到自己的故事。读完此书让我更加明白了以后要怎么样教育孩子。怎么样与家庭相处好。也会想我是不是也一直在爸妈的期待中长大？所以高考对于我来着才会那么的痛苦让人失望。也许也有自己的期待吧。加油。午安。

### 告白读后感篇三

莉迪亚死了。尸体是在湖边找到的，不能确定是自杀和他杀。这急坏了她的家人，然而看到最后，可以确定，这是一场由莉迪亚家人主导的带有“谋杀”性质的自杀。

莉迪亚5岁那年，妈妈因为不满足于当家庭主妇的平淡琐碎的生活毅然离家出走。莉迪亚发誓，只要妈妈回来，她可以为她做任何事。这个“梦想”后来成真了。她的妈妈将她未完成的医生梦加于莉迪亚身上，而莉迪亚只是说“是的是的”，出于被迫的自愿，是一种对妈妈的讨好，是害怕妈妈再次离开的防御性保护。

如果说戴着面具生活，总会由不习惯到习惯。可是，当莉迪亚成长到16岁，她不想再戴着这个虚伪的面具，也不想再背

负妈妈的梦想艰难跋涉。最终，在目睹了父亲的出轨、哥哥的误解与冷漠之后，莉迪亚选择那片她曾经失足的小湖，结束了自己的生命。

这一切是由她的这个移民家庭造成的。这个家庭看似风平浪静，实则波涛汹涌，就像一个完整的蛋壳里面不成形的蛋黄蛋白等物质。

玛丽琳是他们的妈妈，她年轻的时候追求与众不同。正是因为想追求与众不同，她与教授家政课的妈妈关系疏离，因为妈妈只会因为家庭而迁就工作。她有着巾帼不让须眉的雄心，想在医生这一行业崭露头角。可是他遇见了詹姆斯，一个华裔教授。她几乎不可自拔地爱上了他，而这份结合让她与医生这份职业渐行渐远。婚后生活很充实平淡，但总是少了点什么，那就是她对生活和理想的热情。这时候，玛丽琳明白了妈妈在自己结婚时说的话，她想摆脱生活的平庸，然而总是事与愿违，求之不得的结果便是离家出走。但当她再次怀孕之后，她知道自己又要回归家庭生活。可是这次回归，她像变了一个人：对做饭表示拒绝，把自己的兴趣强加在女儿身上。

这种母女关系，有点像电影《黑天鹅》里的妮娜母女二人。妮娜的母亲成为芭蕾舞员的梦想落空，女儿妮娜便承担起光复母亲梦想的重任。一直以来，妮娜都是一种白天鹅的形象：高贵冷漠，而随着竞选黑天鹅这一过程的推进，她身体里的那个机灵热情的黑天鹅充分显示出来，并占据主导地位。最终她认清了自己，完美地完成了表演，摆脱了母亲的束缚可是莉迪亚差那么一股劲，最终落得个悲惨的结局。

詹姆斯与玛丽琳的性格相反。移民家庭，父母的职业不怎么经得起台面，使他格外敏感，拼命融入人群，极力避免与众不同。后来也正是怕被妻子瞧不起，他转向了同是华裔的路易莎的怀抱，只有在她那里才能找到快感。这份自卑转移到儿女身上，便是要求女儿多和别人进行相处，对儿子的航天

梦置之不理。说到底，这还是一种理想的投射。

在这个家庭里，最明白这一切的居然是年纪最小的汉娜。她才十岁，却深谙了家庭背后运作的逻辑，并通过躲避来保护自己。我不知道这是幸还是不幸。没有完成，于是这个重任便落在了妮娜的身上。为了不辜负母亲的期待，妮娜一直像一只白天鹅，温顺善良，但当竞选黑天鹅这一角色时，她身体里压抑的愤怒与野性登时暴露了出来，这或许才是她真实的性情。所幸妮娜后来成功突围，摆脱了束缚，但莉迪亚却没有及时走出来。

幸福的家庭总是相似的，不幸的家庭各有各的不幸。在我们成长的过程中，或多或少都会出现屈服于父母的意愿的无奈。父母替我们的人生做选择，我们除了接受，别无他法。可是，这难道也不是一种“道德绑架”？我们得不到我们真正想要的，便会得过且过，真正的自己也被淹没在宇宙深处，最后只能说，我习惯了，亦或是[]surrender.[]我投降)

也许我们都需要换位思考，以此来避免悲剧的发生！

## 告白读后感篇四

书不错。很多细节真实可靠，逻辑严谨，读起来丝毫没有跳脱之感，从文字来说也是值得一读的。

莉迪亚的死亡又给了我们一些力量。那就是：生活固然我们很多的打击、压迫、折磨，但是每个人由内而外自然而然的生命力量，足以使我们扛住那些磨难，活出真正的光芒。

同时，作品也真实地揭示了人的成长过程。在艰难困苦中，我们真的会一再遭遇自己的软弱无力，从而陷入痛苦迷茫。只要给自己和他人时间与空间，我们都会重新看见出路，燃起希望，就像经历暗夜太阳照常会升起一样。

## 告白读后感篇五

“我们终此一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。”书封面上的这些字，无形地敲着我们心中的警钟，告诫我们，一定要活出自己。

故事讲述了美国70年代的一个混血家庭的女孩莉迪亚，继承了来自中国的父亲的黑头发和美国本土的母亲的蓝眼睛。于是她被父母理所当然地认为她也应该继承他们的梦想：父亲渴望融入，母亲渴望与众不同。最终莉迪亚不堪重负，无法再忍受亲情的绑架，自杀了。

活出自己，不仅仅是为了自己的所想，确实我们没有这个义务要成为他人所期待的样子，但更重要的是长期习惯了去迎合他人的想法，只会将自己引向自我毁灭的道路，同时会给期待自己的人予以痛心的打击。

书中的莉迪亚出于对父母的爱，多年来忍受着他们给予的沉重的‘期待，无法像一个正常的女孩子一样生活，为了满足他们的期待，伪装自己，埋藏自己，毁灭自己。莉迪亚死后，一个个真相浮出水面：其实莉迪亚在学校并无朋友——父亲却原以为她十分融入环境；其实莉迪亚没那么喜欢医学，她欺骗了母亲说烹饪书已经扔了——莉迪亚或许只想做一个传统思想里的女性。

但她的父母不知道，过多的爱的倾注，会让莉迪亚透不过气来。她要假装自己很喜欢医学，假装自己有很多很多的朋友，还给朋友编出上百种近况来蒙蔽父母，却也不知道自己到底想要的是什么，仿佛活着就是为了让父母的梦想得以在自己身上实现一样。迷失自己，找不到自己为什么而活，最终不活了。

而另一方面，因为莉迪亚的存在，她的哥哥内斯和妹妹汉娜饱受忽视。哥哥内斯热爱一切与航天航空有关的事，以此为

目标并不断为之奋斗，最终被哈佛大学录取。因为被父母忽视，所以可以做自己想做的事，这说来不由得令人哑然失笑，明明被忽视是件可悲的事，却因此没有受到阻拦，可以追寻梦想。

单单就死亡而言，莉迪亚的逝去是个悲剧。但就莉迪亚而言，这是解脱，正如书封面上的字而言，她摆脱了他人的期待，找到了真正的自己。她的死亡，也让父母意识到了自己的错误，最终他们的生活又重新步入正轨，他们不会忘记莉迪亚，他们也会记住莉迪亚的无声告白：她想要活出自己。

活出自己，若是有自己的梦想，又何苦在现实中止步不前，人活着不是为了自己的话，又是为何？带着迷茫来到这个世界，终此一生，我们就是想活出自己。

## 告白读后感篇六

20xx年7月30日，完成了对《无声告白》的阅读。这本被称为“横扫美国亚马逊排行榜”的书，与其说是悬疑类小说，不如说是一本有关爱和教育的杰作。

小说开篇便告诉读者，迪莉娅死了，就此埋下伏笔：她怎么死的？随着作者谋篇布局的深入，读者渐渐自己拨开了真相的面纱：这女孩活的好痛苦，那些爱她的人，那些在她生前对其百般关注、死后痛不欲生的人，实际上是以爱之名，行谋杀之实。

书中提到，每一代人的言行往往都与上一代人有关。母亲是一个不甘平庸、希望与众不同的女人，最终却还是嫁人生子，成为一名普通的家庭妇女，尽管中途她挣扎过，没留下只言片语离开这个家，希望继续完成搁置的梦想，但却因腹中孕育了第三个小生命——汉娜而再度放弃。她短暂的离去却在迪莉娅身上留下了童年的阴影。小姑娘阴错阳差发现了母亲保留的外婆的烹饪书，看着被泪水浸湿的纸张，误以为是母

亲的眼泪。她暗暗发誓，只要母亲能回来，她会尽力去完成母亲的每一个想法，每一个希望。而母亲回来了，错误开始了，她这短暂的一生，承载了母亲不甘平凡的梦想，被压得喘不过气。父亲是一个中国人，在黄头发、蓝眼睛的美国人中间显得那么格格不入，在当时的社会背景下，遭到歧视和嘲笑是再正常不过的。自己的卑微弱小在儿子内斯的身上显露，“游泳事件”让他以为儿子也要重蹈覆辙。反而他却觉得迪莉娅是受欢迎的姑娘，有着和身边人一样的蓝眼睛，那么漂亮可爱。因此，迪莉娅短暂的一生承载了父亲“合群”、“受欢迎”的理念，用一生，去弥补父亲小时候的阴影。

爱的重量把迪莉娅压垮了。这是爱吗？爱她，请给她选择的权利，让她能够对自己的人生负责。而不是在她生日的时候，母亲送解剖书、父亲送连衣裙，告诉她去实现长久以来她不喜欢的“梦想”，去融合长久以来她无法融合的“圈子”。

太多的爱给了迪莉娅，其他孩子呢？内斯的事情，父母已不怎么关注。汉娜？有时会被totally遗忘。或许内斯小时候会有些憎恨这个集万千宠爱于一身的妹妹吧，不然也不会做出推她入水的举动。而当他把妹妹就上来，妹妹不撒开他的手时，读者就应了解了，内斯是迪莉娅在这个家庭中唯一一个可以依赖、求助的人了。内斯大了，也能体会到迪莉娅的不易，也会在饭桌上岔开话题，解救她于水火，但他毕竟还有自己的路要走，他要离开这个家，他要去哈佛。所以，当他要离开家的时候，迪莉娅是真的绝望了。当他承诺callback却食言的时候，迪莉娅真的伤心了。毕竟，内斯是一个心思没那么细腻的男孩子，他有自己的生活和梦，他不会一直关注妹妹的心理变化，毕竟他不是她，不能真正体会到她的痛苦。

一切的错，迪莉娅想，来自恐惧。恐惧母亲再次离开，恐惧自己不能让他们满意。需要纠正这个错误，从哪里开始呢？她一脚踏入了湖中心的水面。那个夜里，迪莉娅死了。作者描写的很美，读到这里，有种relieve的感觉，她终于解脱了。

关于文中杰克对内斯的暗恋、父母最初的相遇结合、父亲的出轨，不再赘述。迪莉娅这个从头就死的人物牵动着每个人的心。她的死亡让所有人陷入悲伤，甚至歇斯底里，但文章最后，结束的很“暖”。母亲原谅父亲的出轨，二人拥吻，内斯揍了杰克，但和妹妹为他上药疗伤，随着迪莉娅完全地消失在这个世界，每个人似乎都渐渐地从悲伤中苏醒，让生活步入正轨，去接受事实。但每个人都不会忘记她，她给每个人都上了一课。

天下的父母，你们可知，孩子的许多告白是无声的，需要你们用心去发掘，不然可能会铸成大错，轻则误其终身，重则造成不可挽回的悔恨。一个人活在世上，有那么多无法掌控的事情，如果连自己的人生都不能掌控，还有什么意思呢？也需一个人不怕寒言冷语，但温柔的刀子怕是能让你痛不欲生，等回过神来，已无力挣扎回天乏术。

我会想，如果迪莉娅早早地跟父母沟通呢？早点告诉他们真实的想法，不就可以避免悲剧的发生了吗？不，她不会。有一种心理畸形叫童年阴影，有一种可怕的力量叫习惯，当你习惯去迎合别人的想法，那你就很容易被别人掌控了。迪莉娅是自己投降了，从小到大的习惯驱使着她硬着头皮向前走，一旦路走不下去了，到了无法忍受、不得不解决、而又无人商讨、无法可解的时候，只好选择死亡，一了百了。

读这本书的时候，我入戏了。在她身上，找到了自己的影子。虽然我没惨到那个地步，也没勇气通过死亡来结束一切，但我很难过地看到自己与她身上的相似点，也再次敲打自己，如果一直以来在走别人的路，终有一天，我会手足无措，会走不下去的。也不要祈祷会有人拉你一把，每个人都有自己的事情要做，可能在你入水后会有人拉你一次、两次，但无法救你于水深火热，根本的解决办法，是学会游泳，让自己变得刚强。总去袒露自己的伤疤，展示一副可怜的样子，时间久了，只会招来人的嘲笑和瞧不起。但一定要有1-2个特别体己的朋友，让你的心事有个outlet，这样，不至于抑郁。



懂了很多道理，却仍过不好这一生。为什么？因为你不按照道理去做，去行动。

去吧，去做正确的事，不要再为自己找借口，懒惰懈怠  
☐wherethereisawill☐thereisaway☐

## 告白读后感篇七

我们终此一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。

作为自己，要有自己的生活，兴趣爱好，要有自己的信仰，不要在琐碎的生活中迷失了自己。读一本书，看一场电影，打一局游戏，追一下肥皂剧，做一顿好吃的，生活需要仪式感的。

作为父母，不要把自己的想法强加给孩子，把自己未实现的梦想强加给孩子，对他们要有耐心，多多陪伴，多多倾听，给予他们温暖的爱，理解，包容。

作为儿女，也要体谅父母的不易，明白父母的苦心，树欲静而风不止，子欲养而亲不待，给予父母足够的理解，多陪父母，父母要求的不多，把最好的脾气留给父母，留给家人。

## 告白读后感篇八

无声告白，一种独特的叙述方式，讲了一个不独特的故事。开篇第一句，“莉迪亚死了”道出该书的核心，接着从家里各个成员的角度去探寻莉迪亚死亡的真相。

这本书虽然说的的是一个美国华裔家庭的故事，但是，这个故事却又是如此的普遍的存在于我们身边！很多的父辈总是期望自己的后代不要经历自己曾经走过的错路，弯路；总是期待自己的后代能够超越自己；总是期望自己的后代能够完成自己当初未能完成的梦想！他们并未把自己的子女当做一个

独立的人来看，更多的是把子女视为自己的生命的延续，视为自己的傀儡，甚至是自己的私有财产！从小开始就要求子女按自己定下的期望成长！一句“我们是为你好”，“你不懂，我们吃的盐比你吃的米还多”，就抹杀了子女的所有独立性！殊不知，社会在演进，每个人的经历都是独立的存在，并不具有绝对的参考性！何况还隔代！

在父辈的畸形关心下，也就产生了，读书时不让谈恋爱，大学毕业后就催婚的畸形人生观！似乎毕业后这么短短的几年，就要决定人生的几个重要大事，事业、婚姻！

文中的莉迪亚就是在这种父母的期待下，承受着巨大的压力，为了迎合母亲的梦想，奋力逼迫自己读书，因学习成绩下滑造成巨大的心理压力！为了成为父亲心中的“合群的人”，经常装着再给并不存在的朋友打电话！最后这一切终于压垮了她！

希望这种父母越来越少，希望有这种背负的人都能摆脱这种不合理的期待，寻找到自己的人生！

每个人都是独一无二的`存在，生而为人，是来体验自己的人生！而不是某人生命的延续，也不是某人的橡皮泥，随便揉捏和摆设！