

2023年心理书读后感 心理书籍读后感(优秀9篇)

读后感，就是看了一部影片，连续剧或参观展览等后，把具体感受和得到的启示写成的文章。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。

心理书读后感篇一

朱蒂从小在孤儿院里长大，年轻的她不得不负担起众多沉重的工作，而不能享受普通女孩子拥有的家庭乐趣。有一天，她的命运被传奇般地改变了，一位自称约翰·史密斯的理事因为她出色的作文而将她送进了大学，她开始了完全不同的生活，她亲昵地叫这位理事“长腿叔叔”。在大学里，她欣喜地吸取着一切她从未有过的体验和知识，对她来说，一切都是那么新奇。她害怕自己并不出色，对不起“长腿叔叔”的培养。她不停地给“长腿叔叔”写信，却从未收到他的只字片语，对她来说，他几乎并不真的存在。

在大学生活中，她偶然认识了查比斯少爷，他独到的见解和广博的知识吸引了她，而毕业时，深爱着查比斯的她却拒绝了他的求婚。就在这时，一直未曾谋面，甚至从未给她回过一封信的“长腿叔叔”邀请她到纽约见面，“长腿叔叔”竟然就是查比斯，朱蒂大吃一惊，他们开始了浪漫的爱情。

整本书的主要内容是茱迪写给“长腿叔叔”的八十四封信，而这些信最开始时似乎是茱迪的一项义务——史密斯理事资助茱迪上大学，要求她写信给他，汇报她在学校的进展。而朱蒂从一开始就没有把写这些信当作一项义务来履行，而是用心在感激着“长腿叔叔”；同时，因为茱迪是一个孤儿，她没有任何亲人，所以她把长腿叔叔当作唯一的亲人和交流的对

象，向他倾诉。

在这本书中，故事中的主人公朱蒂给我最大的启示是要学会感恩，从这点上我跟她相差甚远。人会不会感恩跟他人生经历过的事情有很大的影响。我从小受到父母无微不至的照料，慢慢的就认为这是理所当然的；从小没有受过挫折，没有经历过艰难的生活，就认为生活就应该是一帆风顺、风平浪静的。

随着年龄的增加、阅历的增长，经历的事情越来越多，了解到这个世界上还有很多人生活困苦，还有很多跟我同年龄的小朋友上不起学，我还有什么理由不感激父母那？从现在开始，从父母开始，我要对他们心怀感激，要对他们说：“爸爸、妈妈您们辛苦了！”

心理书读后感篇二

在这个寒假里，我读了两本老师推荐的书，其中一本的名字就叫《长腿叔叔》。

故事的内容是：朱蒂从小在孤儿院里长大，有一天，一位自称约翰·史密斯的理事因为她出色的作文而将她送进了大学，她亲昵地叫这位理事“长腿叔叔”。在大学里，她欣喜地吸取着一切她从未有过的体验和知识。她害怕自己并不出色，对不起“长腿叔叔”的培养。她不停地给“长腿叔叔”写信，却从未收到他的只字片语，在大学生活中，她偶然认识了杰维少爷，而毕业时，深爱着杰维的她却拒绝了他的求婚。就在这时，“长腿叔叔”邀请她到纽约见面，“长腿叔叔”竟然就是查比斯，朱蒂大吃一惊，他们继续着他们的浪漫爱情。

本来让我感触深的应该是她们的爱情，不过在这部小说里，我感触更深的，却不是他们的爱情，而是乔若莎看待生活的态度。对于长腿叔叔选择了她提供资助，她却是这么想的：“我曾经为自己被剥夺了所有其他女孩子的’童年而满怀怨恨。”很多时候我们很少能为别人着想。而对于同室的两

个女孩，一个拥有很多钱，一个拥有幸福的家庭，对于长腿叔叔提供给她的优越的条件，她说：“您不该让我养成过奢侈生活的习惯。从未拥有过的东西，就不会去想；...与莎莉和茱莉亚住在一起，对我的简单生活就是一种挑战。她们都从襁褓时就拥有这一切，并且认为是理所当然的事情。对她们来说，一切想要的东西都是世界所欠的。...至于我，世界什么都不欠我的，一开始就毫不含糊地告诉了我这点。我无权赊欠....”“成年以后，我对世界的认识将是那些家境优越的姑娘所缺乏的。”“我看到很多女孩子，（例如茱莉亚）永远都不知道什么叫快乐。她们已太习惯于这样的感觉了，感官已麻木，而我却很确信自己对生命中的每一刻都感到快乐。将来不管发生何等不愉快的事情，我都会感觉到自己是幸福的。我会把所有的不幸（即使是牙疼）都视为有趣的经历，乐于去体验它的感觉。任凭风云变幻，我将直面一切。”我对自己拥有的一切都认为是理所当然的了，如果我一开始就被告之，我父母的的东西都不是我的，我成年后父母就再也不给我提供一分一毫。那么我就会老实点了。

这是一本很好的书。

心理书读后感篇三

时间，距离都不是问题，有心的父母，你那颗不眠的爱子之心，就是不可替代的教科书，人生的加油站。

这种关爱不是意识一个阶段，而是伴父爱而来。这位严肃的父亲，从来就没有推卸自己的责任，即使在上海被日本包围成孤岛时，他就把孩子关在家中，而且很早发现在他幼小的身心中，有培养成为音乐工作者的素质，正如他对自己对人对工作对生活各方面都要求严肃认真，一丝不苟的精神一样，对待幼小的孩子一样，他亲自编制教材，给孩子制定日课，一一以作则，亲自督促，严格执行，他规定孩子怎样说话，怎样行动，做什么，吃什么，不能有所逾越。他做到了，也

一同要求儿子做到了。真乃真父子。我为人间的这一遭父子情惊叹，对，是朋友，是同志。

除了感慨傅雷在创作上甚丰的翻译作品，骄人的成绩，还为他是这样一个人。他是这样一个集艺术与生命都美妙地融入自己生命中的一个近乎完美的人。他的生活有规律，人生就是优美的弧线，那留给我们的点点滴滴那样温暖每个少年、青年、父母的心。

对待儿子，他说：“我高兴的是我有多了一个朋友，儿子变成朋友，世界上有什么事可以和这种幸福相长的。”而且，他谦虚诚恳地说：“我与儿子的相处中，学得了忍耐，学到了说话的技巧，学到了把感情升华。教会我们如何和孩子相处，以怎样的一种姿态交往。”孩子经受痛苦时，他说：“辛酸的眼泪是培养你心灵的酒浆，不经历尖锐的痛苦的人，不会有深厚博大的同情心”。他不为孩子包办，而为孩子这种蜕变的过程而高兴，并且鼓励他艺术要有更诚挚的心，“得失成败尽置之度外，只求竭尽所能，无愧于心。

为了指导儿子把全部精力放在研究学习上，多用理智，少用感情，用坚强的信心，克制一切的烦恼，他说“艺术是目的，技巧是手段老是只注意手段的人，必然会忘了他的目的。”

面对现在大学生邮给父母的待寄汇款单，没有其余的问候，而这位父亲告诫儿子写信就是强迫你整理思想，也是极好的训练。在如今是多么需要啊。

在日常生活中，他告诫儿子“人总得常常强迫自己，不强迫就解决不了问题，最基本的就是要抓紧时间”；“做事要科学化，要彻底”；“在外面世界均勿难为情，被人家随便多留，才能不打乱事先定好的日程”；“修改小习惯，就等于修改自己的意识与性情”。我觉的就是我们生活中急需解决的问题。

而这样严于律己教子的人，他却说：“身外之名，只是为社

会上一般人所追求，惊叹；对个人本身的渺小与伟大却没有相干。孔子说的‘富贵于我如浮云’，现代的‘名’也属于精神上‘富贵’之列，智者自甘淡泊，因此我们不因该受羁于贪念和欲望”。对成名成家的儿子不忘人生指南。

而当成年后，儿子面对感情的选择，他竟也不失时机的帮助：“要找一个双方缺点各自都能各自认识，各自承认，愿意逐渐改，同时能彼此容忍的伴侣（这一点很重要），要找永久的伴侣，也得用理智考虑，勿被感情蒙蔽，服人的眼光——结婚就会变，变得你自己都不相信事先要想不到这一着，必遭后来的无穷痛苦。”而当他们成家后，他有叮嘱切勿钱在手头，撒漫使花，越是轻视物质，越需要控制物质。

随处读来，有反复叮咛，有温馨提示，有如朋友交心，有的甚至连点重重的着重号，可怜天下父母心，这些如细流般温润人心的句句话语，难道只是一般父母意义上的唠叨，这是千年修来的服气。翻动着每一页字字沁人心脾，我的心总能被染的金灿灿的。

随书还附录了儿子傅聪，傅敏给父亲的信，看来这些信并非一去不复返，并有幸被我们读者读到这样一本好书，比起其余诫子书更增添几分民主平等。不幸的是这样幸福一家被时代过早的拆散，作为一名教育者，一位家长，我力推这本书，或许你从中可以领略的更多，不妨亲自拜读。

心理书读后感篇四

在近三十年心理学的学科建设中，学校心理学是发展最快的领域之一。在发达国家里，作为心理学的一门应用学科，学校心理学十分热门，是最有生机、极为活跃的一个新兴领域。

《学校心理学》是全国高等教育自学考试普通心理学专业和应用心理学专业必修课程，也是从事学校心理辅导和咨询的教育人员学习本专业的必考课程。

《学校心理学》课程的主要内容是学校心理学理论与实践的国内外发展沿革、动态和最新展望；学校心理辅导教师的职业性质和专业化途径；学校心理辅导与咨询的理论和技能；家庭教育和心理咨询的理论和技能；教师的心理健康和职业成长等。

读了《学校心理学》这本书，使我对学校心理学的理论知识和心理辅导与咨询的技能有一个基础的了解，通过对课程上述主要内容的学习，能做到理论联系实际，将学到的知识应用到具体的学校教育工作中去，为进一步学习心理学专业课程打好基础。

学以致用是现代科学孜孜以求的基本目标。

目前人类处于世纪的转折点，置身在这光怪陆离、瞬息万变而又注重实效的信息化社会，学以致用这一论题更是受到全社会的瞩目。心理学近百年历史的经验教训，大家意识到：中国心理学发展的生长点在于应用，而应用心理学繁荣的立足点则使面向社会，面向生活，面向大众。

近年来，有关中小学教师辱骂、体罚学生的报道，有关教师教学质量差的报道，屡见于报端。当社会各界纷纷谴责这些有损教师形象的行为时，那些从事教育研究的专家们，更倾向把这些问题归之于“专业素质不够”。因为大部分教师并不是故意与自己的学生为敌，他们缺乏的，往往是正确有效的方法以及先进的教育教学理念。

21世纪的教师应该具有怎样的专业素质？现代教育理念认为，一个教师不仅仅是知识的传授者，更应是学生全面发展的促进者。但在实际工作中，社会倡导的观念和教师自身内在的观念，还存在着很大的差距，教师专业能力的不足或不适应，是当前教师的普遍困惑。

心理书读后感篇五

我阅读了海明威的获得了诺贝尔文学奖的中篇作品《老人与海》，这是一部描写人与大自然搏斗的小说。它既接近现实主义，又富于浪漫色彩。它描述了一位老渔人一连八十四天没有捕到鱼，但他并没有丧失信心，硬是驾着一叶孤舟，独自一人到茫茫大海中追踪他要战胜的鱼类。在历尽千辛万苦之后，他终于捉到了一条大得令人难以置信的马林鱼，而在满腔喜悦的回程中，却被一群穷凶极恶的鲨鱼撕咬得只剩下一副骨架，落得空手而归。在作品中，一方面，流露出作者一贯的悲观情绪（这可能与他早年的喜欢冒险、叛逆的性格以及遭遇的一些战争的悲惨刺激有关），他认为，在人和大自然或外界势力的搏斗中，总难免归于失败，最后的胜利只不过存在于人的乐观的想象中，归根结底还是免不了悲惨的结局，这里掺杂着一些宿命论的唯心观点。但另一方面，作品中强调了应当不向失败低头的“硬汉”精神，在这篇小说中，老人就保持了这种精神：老人和上了钩的力大无穷的大鱼斗，和掠夺他的战利品的一群贪婪凶恶的鲨鱼斗，和狂风巨浪无边无际的大海斗，和他自己的伤痛、疲劳斗。最后虽说是一无所获地回到自己的茅屋里，但他没有认输，他不承认自己被打败。老渔人在丝毫没有绝望的因空手而归的失望后，寄希望于下一次出海，认为只要不驶出那么远，就大有成功的可能。其中给我印象最深刻的是：在和鲨鱼的苦斗中，他大声呼喊：“人不是生来要给打败的！”“你尽可把他消灭掉，可就是打不败他！”在海明威的许多作品中，总是贯穿着两种对立的思想——一种是消极的悲观主义的宿命论，一种是积极的、不向失败低头的“硬汉”精神。这两种对立思想在老人身上体现得淋漓尽致。

海明威在《老人与海》的写作手法上，突出表现了富有感情的人物性格刻画、深刻的心理剖析和故事情节及景物之间的协调与和谐，他还运用他贯常的独白手法来表达老渔人内心深处的思想感情，使人们看到老人是多么勇敢、坚毅、镇定。如，在驶回小港登岸之前，老人曾经问自己：“是什么把你

打败的呢？”回答是干脆的、充满自信的——“什么也不是！”他提高嗓子说：“是我走得太远啦。”在看这部作品时，我发现，作者还以浓墨重彩的笔触描绘了大海的浩瀚景色，用自然主义的手法将大海写得如此之绚烂变幻、气象万千，宛如大自然雄伟瑰丽的画面就在我们面前。

我在读这一伟大的巨作时，一开始，只是拿到书就读，读得很辛苦，觉得这样的作品只是描写老渔人的心理和他与孩子之间发生的一些小事而已，语言朴实、通俗易懂，写得很一般。而且身在当代社会的我们，无法与这作品中的生活与思想融合，只觉得格格不入，我无法理解！

心理书读后感篇六

在图书馆一次偶然的邂逅，我翻开了这本书，认识了她——林黛玉，她最后可以说是患忧郁症死的，但他(她)给我留下了很深(深刻)的映像。她那张眉清目秀的面孔，天真的想法，还有和贾宝玉的那段悲惨(令人感伤)的爱情故事。

上个星期，回头望瞭望图书角，又发现了《红楼梦》这本书，又(一时)心血来潮，借接回家看看，回顾回顾这本中国的经典名著。我觉得，当时的社会很奢侈，贾府的贾母很有权势，说话很有分量，贾府上下全都听她的。但她特别疼爱贾宝玉，把他当作心肝宝贝。也许因为是贾府上上下下都是姑娘，只有贾政(贾府的老爷)和贾宝玉两个男人吧。贾宝玉有一个表妹叫林黛玉，她很爱哭，但很有才华，很漂亮，也就是那个令我映像最深的人物。做诗、画画样样精通。她和贾宝玉很谈得来，经常一起玩耍，但别人都说宝钗比林黛玉好，唉.....不过，林黛玉不是很坚强，还有些疑心病。现代的孩子要坚强些，不要那么多愁善感。我觉得，林黛玉在我心里是《红楼梦》里最喜欢的人物，也是最让我感动的人物。最后他们贾府也是死的死，嫁的嫁。

最后，还是以悲剧(悲惨的结局)结束了这段故事，贾宝玉和

林黛玉那绝后的爱情故事真是让人深思。想想红楼梦，真的想别人说的那样红楼梦中梦难醒，但林黛玉的知书达理还是我们女孩子要学习的哟。

心理书读后感篇七

看名著看的是种内在的精华，如果你深入了这本书里面，其实会发觉有很多意想不到的东西在里面。阅读是种精神的享受，是灵魂的升华。对于名著尤其如此，希望大家多学习，多多阅读名著，对自己提高修养都很有帮助！

《巴黎圣母院》读后感这本书看完好几天了，那感觉就像是有一团说不清是什么的东西一直堵在心里，很想找人和自己探讨，很想让它澄清。书里面的经典情节很多很多，那里面展示的很多，我不能一一的重复，就这样借着几个点，简单的说几句好了，让我印象深刻的场景是作者笔下的当时的那些建筑，那些奢华的象征权力的教堂，人们还不知道可以拥有自己的思想，以及为了自己的愿望可以做什么事情，一切都假借神圣的宗教，一切都假借神圣的教堂来展现，展现建筑家的审美观，也就是个人的才华，或者展示自己的能力，我想那时的人们，把人性深深地埋在一件神圣的宗教的外衣下面，典型的人物就是副主教——克洛德。从那许多的错综复杂的毫无章法的建筑群，我们不难看出，当时人们的内心是怎样的压抑，怎样狂躁，那些像雨后春笋一般从地下冒出来的教堂的尖顶，正是人们扭曲的灵魂在对着苍天做这无声的哀号！

教堂里面是那么的阴森恐怖，这让人联想到在宗教的遮拦下，当时社会是怎样的肮脏和败坏，真善美的宗教和利用宗教制造血腥事件，形成了强烈的感官刺激。通篇都是在这样的对照下进行的，让人的心灵深刻的体会出迷茫，困惑，和不安，如果有一把利剑，你会尽你的全力去刺破那层蒙在社会上空的阴云，那阴云是邪恶的，你对它充满了愤怒和鄙视，就像书里面的那些流浪汉们对待社会的疯狂的报复。可是你不能，

因为如果你想刺痛那些邪恶，你就先要将代表着真善美的上帝打倒在地，那是多么残酷的事情啊！还有比人丧失本性更悲哀的么！

印象深刻的是这样的几个人物，代表美丽善良的姑娘——爱斯梅拉达。她不仅有迷人的外貌，更有一颗纯真善良的心灵，从她对待那只山羊，救下那个落魄的诗人，对于伤害过自己的卡齐莫多，送上的水和怜悯，对待爱情的牺牲，等，我们看到她是美丽的，她的身上心灵上没有污垢，她是没有被污染的。可是，这样的天使一样的姑娘，受到的是怎么样的对待呢？流浪，在最肮脏的环境里面生活，被所谓的上流社会排斥和嘲讽，被玩弄，被抛弃，被诬陷，被威胁，最后，作了彻底的牺牲。

书中描写了一个那样的社会，和在那个社会生活中的种种人物的状态，麻木的如那个弗比斯，最底层的如老鼠洞里的那几个隐修女，疯狂的副主教，还有尽全力反抗的最丑陋的卡齐莫多，副主教和卡齐莫多形成了人性上的鲜明对比，同样爱上了美丽的姑娘，同样的遭到了拒绝，他们的爱都是那么的热烈，那么的诚挚，可是，一个是占有，一个是奉献，已占有为目的的，当目的无法达到的时候，他想到的是毁灭，毁灭别人；以奉献为目的的，当无法奉献的时候，想到的也是毁灭，毁灭自己。

我想每个人都有不同的想法对这本书，所以让我们尽情畅想吧。

[中外名著读后感1500字]

心理书读后感篇八

捧着心理咨询师考试用书看，越来越有兴趣。以前一直对心理学感兴趣，侧重于测试自己是属于何种类型以及判断的对错和补救措施等，片鳞只甲的了解。今想考心理咨询师，先

暂且不花大钱交培训费，认真去看看书参透一番，再做打算。呵呵，表扬自己，这时间的学习状态真棒，坐在瑜伽垫上，挺胸收腹，蛮深沉的。

摘录了书本中的2个观点：

1、阿希的从众研究：情境很模糊时，人们进行客观判断的把握性下降，容易选择从众。另一方面，如果在群体中再加入一名真被试者，从众的比例会明显降低。说明，如果个体的判断受到支持，哪怕是少数人的支持，他也会更好地抗拒群体的压力。

2、关于青春期的理论观点：“有的社会允许小孩看到成人的性活动，目睹婴儿出生，接近临终者，从事重要的工作表现出自信的甚至具有支配性的行为，做性别游戏，以及确切地知道成人做些什么事情，在这种社会里，青春期就相对没有什么区别。在有些类似我们自己的社会里，人们认为儿童和成人有很大的区别，对他们有完全不同的要求，使他们避开成人的生活免除他们许多责任，从童年期到成人期的转变并不是连续的，结果就显得紧张得多。”班杜拉写到“如果一个社会把十几岁的少年称为青少年，并且期望他们在行动表现中具有反抗精神、变化莫测、草率从事及行动粗野，如果这种形象由宣传工具反复强化，那么，这种文化对青少年的期望会迫使他们变成反抗的角色。这样，一种错误的期望就可能起着唆使和保持某些角色行为的作用，反过来，又加强了原来那种错误的信念。”

我绝对是一个从众的人，我的判断力弱，容易跟随着自己轻信的人。老公经常说，你傻乎乎一个，被人卖了还帮人家数钱。幸好我遇人淑，没有吃大亏。

畅每天晚上要爸妈吻他，拥抱，心贴心的。由原来的强制我们去做，变成我自觉自愿去kiss他。这种美好确实难以形容，以至于老妈正在忧虑，这个黄金时代什么时候结束，接下来

又会是什么情景呢？青春期就要到来，听到初中生吸烟、打架斗殴，贪婪的文化无孔不入。

可能女孩子的母亲更烦恼，“性”，古话说，女的得一陀，男的涮涮脚。

如果你看过人性的弱点你就知道，这书是教你怎么和人相处的。该书的唯一目的就是帮助你解决你所面临的最大问题：如何在你的日常生活、商务活动与社会交往中与人打交道，并有效地影响他人；如何击败人类的生存之敌——忧虑，以创造一种幸福美好的人生。如何更好的在生活中变得快乐当你通过本书解决好这一问题之后，其他问题也就迎刃而解了。

而人际心理学就使你怎么和人更加好的交流，交流不仅仅是语言的交流，而更重要的是心理的交流。使你在交流上处于不败之地。人际关系是一个复杂的系统，具体包括人际知觉、人际情感、人际行为三个支系统。本书根据人际关系的内在结构，从心理学的视角，以具体、细腻、灵动、隽永的笔触，详尽地阐释了人际认知、人际印象、人际魅力、人际冲突、人际沟通、人际交往等原理与技能，融学理性、应用性、文化性和文学性于一体，不乏哲理与文采，耐人寻味。本书作为高校辅修课教材，供各高校选用，亦适合社会各界同仁，尤其是青年学子、管理人员、社会活动人士及教育工作者阅读、借鉴，为人生快乐、事业成功、组织发展、社会和谐扬起一面风帆！

心理书读后感篇九

后悔自己现在才接触到这本书，想到当代中国艺术的当代形态受政治和潮流的干扰太深，很多值得一品的优秀作品很难被观众接受，反而是一些靠皮囊上位的粗制滥造的作品赢得观众好评。

现在想要创作出一部真正的好作品，戏剧影视剧电影里面长

达数小时的剧情，要吸引各种口味不同的观众，是一场心理作战，实属不易！

导演虽然在内心强烈地企盼被观众接受，却不愿公开承认这一点，以免受到像卖弄风骚一样吸引观众般的嘲笑，创作出一些让人“丈二和尚摸不著头脑”的艺术作品，观众无法接收。

剧情得设置真是一门哲学，既要让猜的出剧情的观众保持好奇，又要让搞不懂剧情的观众“摸得着头脑”。戏剧包括影视作品，应该在开头时就让观众处于一种强力的连续冲击之下。这种冲击，不应该仅仅是皮相的，但又不能不通过皮相；不应该仅仅是直观的，但又不能不通过直观；不应该仅仅是作用于感官的，但又不能不通过感官的骚操作。

只有了解观众的心理才可以更完美的艺术作品。

希望国内有更多的观众导演可以看到这本书，提高自身对艺术的欣赏品味。