

# 2023年心理书籍的读后感 心理书籍读后感 (精选5篇)

当品味完一部作品后，一定对生活有了新的感悟和看法吧，让我们好好写份读后感，把你的收获感想写下来吧。读后感书写有哪些格式要求呢？怎样才能写一篇优秀的读后感呢？下面是小编带来的优秀读后感范文，希望大家能够喜欢！

## 心理书籍的读后感篇一

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。

## 心理书籍的读后感篇二

读后感是指读了一本书，一篇文章，一段话，几句名言，一段音乐，或者一段视频后，把具体感受和得到的启示写成的文章。下面是经济学类书籍读后感，请参考。

### 经济学类书籍读后感

这几天，到图书馆查找有关经济类的书籍，发现了张五常先生的《经济解释》。读完之后顿觉受益匪浅，同时也发现原来经济学的文章还可以这样写，这的确是本很有意思的书。

张五常是一位天赋极高的华裔经济学家，他在产权理论方面造诣很深。拜读完《经济解释》后，却发现张五常竟把经济学的文章用散文的体裁写出来，而且写得是如此生动有趣，一下子让原本枯燥无味的经济理论变得栩栩如生起来，这让我的精神为之一振，让我深深地敬佩起张先生渊博的学识和敏锐的洞察力了。

在幽默诙谐且充满睿智的文字的感召下，我一口气通读了一遍，仍觉意犹未尽，便十分想推荐给更多的同学，所谓“奇文共欣赏，疑义相与析。”但又不免犹豫，因为《经济解释》这本书就如同张五常先生本人一样充满了争议。正如张先生自己在文中写到的一样：“《经济解释》这本书不是课本，选修经济的学生可以读，也应该读，但因为往往不依常规，学生考试时用上我的答案，不免凶多吉少。”也许，张先生在这里是高估了他的读者，认为他们应该已掌握了传统的经济理论，现在已不需要他像经济学课堂上一样灌输所谓的经典理论，而他所要做的就是从一个全新角度去阐释最为简单的经济学道理。

《经济解释》这本书确实不是我们传统意义上的经济学课本。它兼有散文的基本特征与经济学的灵魂主线，即所谓的“形散而神不散”。“形散”只是“散”在其形式上，而“神不散”是不散在其经济学的脉络上，是不散经济学的灵魂思想上，即我们所谓的“理性经济人”假定、稀缺、竞争、效用（在《经济解释》中张先生使用了“功用”这一翻译）以及需求定律和交易理论等。实际上张先生也正是按照这样的脉络来为读者讲授他所理解的经济学。当然我不敢苟同他所有的观点，也许这也正合乎张先生的处事原则，因为在他的《经济解释》之中也同样充满了对权威观点的怀疑。这正如他在“经济解释之三”中所明确指出那样，“世上没有不可替代的理论”。但我对张先生的学识之渊博，行文之流畅，观点之新颖确是十分钦佩的。

张先生把《经济解释》的第一章便定为了“科学的方法”。在这一章中张先生则更像一位哲学家，向读者传授着他的经济哲学。而这种经济哲学正体现了张先生科学的精神，这种科学的精神与态度则正是我们在学习和研究经济学问题时所必不可少的。这一章一开始，便介绍了两种极端理论，一为特殊理论；一为套套逻辑。所谓特殊理论，即是特殊到只能解释一个现象的理论，这种理论是不具一般解释力。所谓套套逻辑，是指一些言论，在任何情况下都不可能是错的，例如说

“四足动物有四只脚”便是一个套套逻辑。这两种理论实际是无用的，我们应尽量避免走入这两种极端。但有时对特殊理论而言总要比完全没有理论好。

张先生对待学问是十分严谨，极具科学精神。但书中的有些观点我不能完全认同。张先生在对马克思的评价时带有极强的个人偏见，特别在谈到意识形态方面的作用时，我觉得偏离了他一贯所坚持的科学的立场。例如张先生认为“最有名的模糊不清的理论，是马克思的《资本论》”。因为“马克思的理论从来没有人试用事实加以验证。”对此我并不认同。另外，在谈到剩余价值时，书中说道：“剩余价值究竟是什么？一些学者说是租值，一些说是利息，一些说是利润，另有一些说是完全没有这样的一回事。”“说来说去都不清楚。”在我看来，这就好比在冬天我们穿棉袄，夏天穿汗衫，无论穿什么都不会改变我们是同一个人的本质。

不过，如果我们避开书中所谓的“个人偏见”，“科学的方法”这一章对指导我们的学习和研究是十分有益的。正如张先生在文中指出的一样，“本书是为中国人而写的，我认为，科学方法论对中国人比对其他好些民族更为重要。”因为中国人始终是一个感性重于理性的民族，他们似乎更容易成为艺术家而不是科学家。科学的精神对我们这样一个更注重感性的民族而言又是何等的重要。

张五常先生虽名为“五常”，但他似乎从不会被传统的东西所束缚。《经济解释》成功地避开了枯燥无味的教科书模式，它举例甚多且始终围绕着生活，因为张先生更强调的是经济理论的解释作用。张五常无所畏惧地表达自己的观点，同时也抛下了一连串的争议给他的读者。

我想《经济解释》这本书至少向我们说明了两个问题，即经济理论的解释性问题和争议性问题。也许张五常正是想藉此激发我们对经济学的兴趣，也正因争议，才让我们有了对权威指手划脚的勇气。读完此书并体会到这两点，我更加认为

这是本值得一读的好书。

[经济学类书籍读后感]

## 心理书籍的读后感篇三

良好的心理素质是人的全面素质中的重要组成部分。心理健康教育是提高中小学生心理素质的教育，是实施素质教育的重要内容。中小学生正处在身心发展的重要时期，随着生理、心理的发育和发展、社会阅历的扩展及思维方式的变化，特别是面对社会竞争的压力，他们在学习、生活、人际交往、升学就业和自我意识等方面，会遇到各种各样的心理困惑或问题。因此，在中小学开展心理健康教育，是学生健康成长的需要，是推进素质教育的必然要求。在学习了《中小学心理健康教育指导纲要》有以下的体会：

一、开展中小学心理健康教育，要立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康教育的实践性与实效性。为此，我们作为教师必须坚持以下基本原则：根据学生心理发展特点和身心发展规律，有针对性地实施教育，面向全体学生，使学生对心理健康教育有积极的认识，使心理素质逐步得到提高，关注个别差异，根据不同学生的不同需要开展多种形式的教育和辅导，提高他们的心理健康水平，尊重学生，以学生为主体，充分启发和调动学生的积极性，尊重、理解与真诚同感相结合。如：遇到了学生有自卑心理时，我们不能不关心他们，我们要多鼓励他们，使他们知道自己在班里面也是有用的人，提高他们的自信心，这样他们就会和同学们友好的相处。

二、城镇中小学和农村中小学的心理健康教育，必须从不同地区的实际和学生身心发展特点出发，做到循序渐进，设置分阶段的具体教育内容。

小学低年级主要包括帮助学生适应新的环境、新的集体、新

的学习生活与感受学习知识的乐趣；乐与老师、同学交往，在谦让、友善的交往中体验友情。

小学中、高年级主要包括：帮助学生在生活中品尝解决困难的快乐，调整学习心态，提高学习兴趣与自信心，正确对待自己的学习成绩，克服厌学心理，体验学习成功的乐趣，培养面临毕业升学的进取态度；培养集体意识，在班级活动中，善于与更多的同学交往，健全开朗、合群、乐学、自立的健全人格，培养自主自动参与活动的的能力。

那么，我们就要根据不同年龄的学生来设计不同的心理健康教育，如：我是教学二年级的学生，那么我可以教会学生要善于和老师交流自己心理的想法，和同学们友好的相处，会与人分享自己的成果。

所以，我们作为教师，就要时时刻刻的关注学生的心理健康教育，使他们在和谐的校园里，拥有健康的心理快乐的成长。

## 心理书籍的读后感篇四

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！”

## 心理书籍的读后感篇五

一、“慢”而不“怠慢”。我会经常遇到有一部分属于“问题学生”，他们在学习上基础较为薄弱，理解和接受能力差，未养成良好的学习习惯，对学习失去信心，自暴自弃；在生活及其他方面，早恋、打架斗殴等现象不时发生，给我们的教学和管理工作增加了很大难度。作为教师，我们常常有恨铁不成钢的感觉，缺乏足够的耐心和宽容。对此，我反复思虑着如何将他们引上良性发展的轨道。如果对这部分学生“怠慢”，就意味着放弃他们，后果不堪设想；相反我认真思考，改变了自己的否定性思维。虽然他们的坏习惯很难改变，但并不是不可救药；虽然他们在学习方面起点比较低，但仍然可

以有所作为；虽然他们进步的速度比较慢，但并不等于到达终点的速度就慢。我会想办法的列举古今中外的例子告诉学生“火车理论”：一个跑得慢的人搭上一辆快车，和一个跑得快的人搭上一辆慢车，最后，先到达终点的是跑得慢但搭上快车的那个人。我会鼓励、启发、引导、耐心、宽容、等待等等，给学生足够的时间和空间使他们逐渐调整和理顺好自己的状态，再差的学生都有它的基础点，就从每个学生的具体基础点做起，自然生长点开始，逐渐延续增长，让学生体会到成功的喜悦，自然就会产生兴趣，而继续下去。

一个人在校期间只是他人生的一个阶段，还有很长的路要他走下去，“活到老学到老”是生存的需要，毕业时的他，还有那么多的不完善，一个好老师在学生心中的地位是至高的，师生之间的偶尔一个短信、一句问候、一次思想的交流和碰撞等等对一个人的激励、鼓舞、发展导向都是有很大作用的，我想这也是我们作为教育工作者、“人类灵魂的工程师”的神圣之处吧？这也是我们对社会的责任吧。

在镇小的图书室寻找良久，突然一本书的书名闪入眼帘——《为了自由呼吸的教育》。好别致的名字啊！我毫不犹豫地借了过来，事后才知道，这本书就是教育局推荐的100部教育书籍中的一本。

第一个例子说明，学生受老师教育时间的长短与学生的成绩并没有直接成正比，第二个例子说明没有经过名家指导的“土包子”照样可以“唱歌”。

很多书中多言，“教育其实很简单”。特级教师于永正也曾写过一篇文章《简简单单教语文》，从两位大师身上我们也不难看出，语文的学习其实可以很简单。现在的语文标准也提出，“要培养学生的语文素养”。我觉得，学生的语文素养不一定是专靠老师教育才会有的，还可以是他们自己去广阔的语文天地里和社会生活中受滋养和熏陶的。比如，学生在与朋友、长辈、同学交流时的点滴感悟；或者是学生自己通



过互联网、电视媒体上自己感兴趣的内容滋养；亦或是学生自己通过课外阅读所积累的文学素养等等。老教育家前辈叶圣陶就曾明确地指出：“生活既教育”。我想当然也包括语文的教育吧！

在书中，李校长就明确地告诉读者们，学生语文的学习，要尊重学生自己的选择和张扬学生的个性，他是通过“语文实验室计划”和“自修楼里自主学习”来实现上述目标的，而且成果非常喜人，学生对学习语文的积极性明显提高，学生的语文成绩也显着提高，最主要的是为学生一生的发展铺下了坚实的地基，让学生永远站在高处统领全局而立于不败之地。

李校长讲的是高中，那么教小学是否同样适应呢？我想应该八九不离十了吧！音乐尚且提倡原生态唱法，我们的教育为何还要舍本求末，弃简就繁呢？让孩子广泛地阅读，在他们丰富多彩的儿童世界里，有着自己懵懂的感悟，在他们无忧无虑的童年中，有着自己对世事的评判和积淀。东晋大诗人陶渊明也曾说“好读书而不求甚解”，“好读书”，也就是广览博读，正是学好、用好语文的必由之路。苏霍姆林斯基也说：“课外阅读，用形象的话来说，既是思考的大船借以航行的帆，也是鼓帆前进的风。没有阅读，就没有帆，也没有风。阅读就是独立地在知识的海洋里航行。”

我想，语文的学习，就让孩子自己鼓帆自己前行吧！