# 2024年变形记读书心得体会400字(三篇)

来源：网络 作者：静默星光 更新时间：2024-07-24

*当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。变形记读书心得体会400字...*

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**变形记读书心得体会400字篇一**

美国剧作家w·h·奥登以前说:“就作家与其所处时代的关系而论，当代能与但丁、莎士比亚和歌德相提并论的第一人是卡夫卡卡夫卡对于我们至关重要，因为他的困境就是现代人的困境。”

创作于1920xx年发表于1920xx年的短篇小说《变形记》是卡夫卡最经典的作品之一。小说讲述了一个小职员一觉醒来变成甲虫的故事，卡夫卡用冷冷的笔调将一个骇人听闻的事件描述得如同再平常但是的发生，“现实”与“荒诞”的界限在《变形记》中奇异地隐去了痕迹。

追随着荒诞大师令人心悸的笔触，我真切地感受着主人公格里高尔变形后的焦灼与恐惧，体味着被人情荒漠重重包围的窒息与孤独。与此同时，反刍《变形记》又叫我在字里行间嗅出作者对于真善美的热切期盼和对于自由自尊的不舍呼唤。这一切迫使我在震撼之余，不得不正视荒诞，求索荒诞背后的人性真相。是什么让生性本善追求完美的自然人变成甲虫是什么让和谐有序的世界变得扭曲和不可理喻是什么让这一切阴郁怪诞的情节变得如此真实先从人性观的定义说起——

1.浅谈“人性观”

不言而喻，人与动物的区别问题是探讨人性观的关键问题，是定位和阐释“人性”一词务必要解决的首要问题。

基督教和伊斯兰教等有神论思想认为:人性是神特殊造化的人类本性。人性最突出的特征是对神的信仰和坚持稳定的社会规则。简言之，人性就是人类所特殊具有的不同于其它一切生物的道德和职责。

近代无神论者的研究理论则说人是由动物进化而来的，人类最近的亲缘是灵长类动物。马克思主义人性观更是明确地指出，“自由自觉的生命活动是人类的根本属性。全面的需求是人类存在与发展的最终目的和根本动力。人性的表现形态是包括人的自然属性在内的一切社会关系的总和。”

综上所述，笔者认为“人性观”就是人们对于人性的认识，对于社会和整个外部世界的理解与立场，以及由此而发生的动机和行为决策。

在卡夫卡的作品《变形记》中，主人公格里高尔一觉醒来异化为非人的甲虫，变形后被世界遗弃使他的心境极度悲凉，三次试图与亲人及外界交流失败后，最终悄然死亡。

《变形记》折射了当时西方人真实的生存状态，小说用近乎荒诞的表现手法描述了人类社会的竞争激化、感情淡化、压力恶化和个性消亡化。一个本应享有人性尊严和秉持人性特征的个体人，在社会上求生存举步维艰，在家庭中求温暖心寒绝望。在小说的背景环境里，个体灵魂的无力遭逢群体信仰的破碎，社会主角跟家庭主角的双重异化使得人性被逼到了扭曲的死角。能够说在卡夫卡为数不多的文学作品里，《变形记》是作者对于其本人人性观的最集中映照和最深刻表达。2.社会主角——人性的全面异化

《变形记》之所在德语文学史上拥有如此重要的地位，是因为它第一次深刻地描述了资本主义社会普遍存在的“异化”现象。值得着重一提的是，作者卡夫卡之所以将人在一夜之间异化成甲虫——这本应是荒诞至极的事情处理得好像是一种必然的，极普遍的，不足为奇的事情，除了文学语言上的技巧外，最关键的还是因为他深刻地剖析了人性的死穴，紧紧地抓住了社会现象的本质。

20世纪以来，随着大工业的发展，科技的进步，生活节奏的加快，资本主义世界里人们之间的生存竞争日趋白热化。然而正是在这种狭窄的生存空间里，过细的社会分工、高强度高重复的工作又使许多劳动者的精神畸形乃至崩溃。由金钱、机器、生产方式等构成的“物”逐渐操纵了“人”，把“人”变成了“物”的奴隶，使“人”最终也变成了“物”，或者说使人性最终异化成物性。一个不能支配自己的“非人”和其他动物有什么两样变成甲虫不也很自然了马克思在《资本论》中把这种异化的现象归结成是“物对人的统治，死的劳动对活的劳动的统治，产品对生产者的统治。”

2.没有永恒的人性，只有永恒的利益

从社会学角度看，《变形记》揭示的是异化的社会现实。人变为甲虫自然是异化，但更可怕更深层的异化是由此而发生的家庭关系以及其它各种社会关系的畸变。

格里高尔是家庭的经济支柱，一家人全要靠他的收入维持生计，他也视此为自己的职责。他努力工作，拼命挣钱，使得一家人能够生活得安宁、满足。总之，在他变形之前他的家庭像一般的家庭一样不失亲情。然而当他变成甲虫，不能再去上班挣钱，不能再为家庭带给经济来源，无法再与家庭持续以往的那种经济联系以后，温情脉脉的家庭伦理之爱不复存在了，所谓的亲情显露出了虚假性:一看到他的“虫”模样，他的母亲惊得昏厥倒地;他的父亲则对他暴跳如雷，甚至用苹果砸他。而妹妹，虽然在开始时还对哥哥抱有同情和怜悯之心，但随着时间的推移也渐渐地嫌恶了他。到最后，全家人都把变成甲虫的格里高尔当作包袱。当“它”在孤独寂寞中凄然死去以后，全家人如释重负，作了一次简单的郊游，并谈起了新的梦想和完美的前途。8

卡夫卡曾说:“人们互相间都有绳索连之后。如果哪个人身上的绳子松了，他就会悬吊在空中，比别人低一段，那就够糟;如果哪个人身上的绳索全断了，他跌落下去，那就可怕极了。所以务必和其他人捆在一齐。”

卡夫卡在那里表达了一个十分残酷的真理:维系着人与人之间温情的传统宗法在现代社会已被异化为主要靠经济的联系，这正是格里高尔变形后可怕经历的注脚。金钱是维系格里高尔与家庭的绳索和纽带，这条绳索断了，家庭伦常、家庭成员之间的关系也就发生了裂变。作者在那里揭示了西方社会中近乎残酷的伦理关系状况和社会关系实质，而这些恰恰是制约人性的瓶颈因素。

**变形记读书心得体会400字篇二**

疾病，灾难，不幸，只要与我们沾上一点点边，你就会发现这个世界—赤裸裸的恶意。而疾病对于我们中国人来说似乎更加深重的令人窒息。

我向来不喜欢去医院，能避免去的就不去，能拖着去的就拖着去，以至于一直想做个超声波洁牙的我现在牙齿还是黄黄的。但我并不反感医护人员，相反我对他们很尊敬，如果可以我希望自己以后的丈夫也能是位医护人员。然而令我真正恐惧的，是医院里人们绝望和无奈的心。

新闻里有太多太多的人因为贫穷而无力治病，别人的叹息声中有太多太多的意外事故导致人缠绵病榻，包括我的身边。年前堂姐的婆婆因为车祸摔伤了脑袋，几近鬼门关。医生说治疗希望不大，而且即使保住了命也很可能变成植物人。当时姐姐家四个小孩，平时都是爷爷奶奶带，而且老两口身体健壮，仅靠自己一年里的收入就足够四个小孩和两个大人的开支。而姐姐和姐夫则在外地打拼，这两年运气不错，也谋划着自己开个小店了。然鹅上帝就从来没这么良善过。据我姐夫说，当时在抢救的半个月里，每一天的医药费都是以万计算的。说实话，当我听说了这个事情之后我的第一想法就是——放弃治疗。我特别理所当然的想到，如果放弃治疗那么家里就不会变穷了，四个孩子也可以正常上学，姐姐姐夫也可以继续回去开他们的店。我从没想到过那个老人，那个为儿女操劳了一生的老人，那个给我做过好喝的汤的老人，那个还有着生命的老人。在我小的时候我们就听说过没钱治病的故事。于是我跟我的同伴们都互相信誓旦旦的说，如果自己不幸得了绝症那就去自杀，绝不拖累家人。如果爸爸妈妈得了绝症，那砸锅卖铁也要救他们。其实当时我身上有大概一万块(学费没交)如果我想的话我就完全有能力去帮他们“一天”。但我没有，连这个想法都没冒出来过。

十年，十年可能会改变一个人很多。身高，样貌，性情，理想，都可能会改变。而对于我，十年改变的，是我那颗乐于助人的心。我真的发现自己没有小时候那么纯真坚定的信仰真善美了。小时候的我，七八岁帮老人冬天洗被子，提水，洗菜。甚至于当时村里有个老人得了腰椎间盘突出，我们当时一群的小伙伴问了奶奶说一种草可以医治它，于是我们便找了一堆过来。而且在奶奶卧床不起的那段日子里，我们轮流着去帮奶奶做家务。但现在，我连给个硬币都会顾虑他是不是真乞丐。

《变形记》中的格力高尔因为变成了大甲虫所以没办法工作，因此父亲开始厌恶他 母亲和妹妹也由最初的同情变成了对他的憎恶。而他却还天真的祈求着能够早日变回人形，早日接过家里的担子，早日回到那令他厌弃的岗位上。如果姐姐的婆婆愿意跟我说她在生病时的所思所想的话，我猜她的期望大抵和格力高尔期望的一样吧。但幸运的是，我姐姐她们并没有放弃她，现在也恢复了健康出院了。格力高尔的悲剧色彩在于，在他失去人形之后，没有人记得他曾为这个家做过什么，没有人在意他的功劳。他只是像一件废弃的工具，被人丢弃然后彻底地遗忘在角落里。

本来自然界险恶的生存条件就已然可怕的让人心颤，但来自人类社会的险恶却更让人遍体生凉。

我记不清我上过多少次的当，但我总以为人间处处是温暖。做一个可燃物，传递着星星点点的火花燎原去吧。让我们一同的火光，照亮这无边的黑暗。

**变形记读书心得体会400字篇三**

我第一次读《变形记》是在高中课本上，当时的课本只节选了其中的一段，况且以当时的理解能力很难去真正地体会小说的。当时的我只是觉得很离奇，很怪异，很莫名奇妙。一个正常人突然变了一只大甲虫，我真的很不能理解卡夫卡到底在想什么。

后来，一位朋友向我介绍这本小说，我就再次阅读了它。起初，我是带着疑惑去读它的。读着读着，我就觉得心中的压抑感像巨石一样压在我的身上。拘束，压抑，扭曲，种种感觉把我捆住了，全身动弹不得，仿佛变成甲虫的不是哥里高尔而是我。

作品主要讲：主人公梦醒之后，发现自己成了大甲虫，全家惊恐，绝望至极。在我看来，没有比这更绝望的事情了，不过，还没有结束呢?孤独接踵而至。怎么办呢?面对无法改变的现实，一家人终于接受了它。妹妹很细心，妈妈也好言好语，哥里高尔感到温暖，温顺的配合着，事情似乎得到了缓解，不过，经济上的不堪重负把这个家拖垮了，心理上的负担也逼疯了他。哥里高尔想克制，却又克制不了。理智已经失控，回忆占据了所有，虽然是甲虫的躯壳，但人类的心无法让他逃避。他要作一个顶天立地的人，他无法忍受别人当他是恶心的爬虫，他渴望回到过去!但对过去又十分恐惧，以致于有些喜欢现在的生活了。矛盾的交织让他心力交瘁，最终死在自己房间地板上。

卡夫卡的《变形记》究竟是预示了一个未来，还只是偶然的一场恶梦呢?

主人公在父亲的公司破产、全家处于困顿的境况下，去当旅行推销员，挑起了家庭生活的重担。他在家里是受到尊重和爱戴的。当一个人被人依赖时，他与别人的关系自然会处于正常状态。但他变成了大甲虫后，父子关系、母子关系、兄妹关系突然间发生了180度的转变，显示出一幅极端自私、冷漠、残酷、无法沟通的可怕图景，亲情、伦理之情瞬间荡然无存。

而小说的结尾更是耐人寻味。哥里高尔在挣扎中死去了，生活又变回了原来的模样。一家人就这样忘记了一个曾经和他们一起生活的人。而他，哥里高尔，不过是萨姆沙一家生活中慢慢划过的一道流星罢了。

作者卡夫卡曾在一封信中说：“我在自己的家里比陌生人还要陌生。”他似乎通过《变形记》暗示我们，一旦自己作为哥哥得了一种致命的绝症，久而久之，他最爱的妹妹也会像小说中的那位女孩那样厌弃他的。事实上，现实正是如此，他因严重的肺结核而去世，死前在家中地位可谓全失。这是一种普遍的人类生存状况，也许有时候，荒诞与现实，只不过是一层纸的距离。

其实，当命运不再掌握在自己的手中时，人们就会开始彷徨。一旦遭遇不幸，就不再被社会承认，失去作为人的价值，便被外部世界认为“非人”。于是，社会地位，人情，乃至尊严，都被剥夺殆尽。正如恩格斯在《英国工人阶级状况》一文中所揭示的：“维系家庭的纽带并不是家庭的爱，而是隐藏在财产共有关系之后的私人利益。”一旦切断共同的利害关系的维系，则那种亲热的外观马上就消失，而暴露出冷酷和冷漠。人总是那样孤独的动物，彼此之间，很多时候，实质是陌生与隔膜。这一点，哪怕是今天看似平静和谐的社会，恐怕也仍然存在着，并会一直在人性中存在着。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找