

最新爱和自由的读后感 爱和自由读后感(模板8篇)

当认真看完一部作品后，相信大家的收获肯定不少吧，是时候写一篇读后感好好记录一下了。那么你会写读后感吗？知道读后感怎么写才比较好吗？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。

爱和自由的读后感篇一

熊孩子们常常令人捉摸不定。有时候他们很乖，非常配合，让你觉得感动，有时候又桀骜不驯，不达目的誓不罢休。所以，我们又疑惑，又头疼，甚至火冒三丈。

我们想要一个听话的小孩，还是他们真实的自己？也许并不矛盾，关键来自于意志力。在此之前，我并没有意识到顺从与意志力之间的关系。

孩子的顺从，来自于内心之爱。因为有爱，才能够去顺从。孩子又在顺从的过程中，去克服困难，努力完成任务，逐渐形成了自己的意志力。

旧的教育观念，是对孩子说教，让孩子去学习榜样的行为。希望通过这种方式，达到让孩子顺从的目的。但是强加的意志，实现了表面的顺从，但不能消除内心的抵触情绪，有压迫必然会有反抗。

有爱的环境之下，充足的信任和空间，孩子能够感知受到的尊重，精神得以自由。于是能够判断不同环境之中需要遵守的规则，用自身的行动做出纪律的遵守，实际上也是意志力的体现。

天才儿童异于常人之处，更多的在于内心驱动的力量。他们

内在的品质与品格，会驱使他们投入的完成一件事，而不惧困难和挑战。

天才儿童的成就，我相信不是家长传输的经验所得，而是在父母的帮助之下，得到了真实自我的呈现。

意志力的发展是一个缓慢的过程，伴随着孩子的成长，通过孩子的运动和探索活动逐渐发展而得到的能力，有赖于持续、稳定的环境的支持，因此也容易遭到破坏。

作为父母，我们能够做到的是，不再用旧观念去教育和要求孩子，不再没完没了的说教，不去破坏他们意志力发展和追寻自我的过程。去做一名理智的帮助者，而不是“无私奉献”的主导者。

爱和自由的读后感篇二

近期拜读了孙瑞雪的《爱和自由》一书，了解了孙瑞雪和她的蒙氏教育，她提倡孩子的早期教育中要给孩子足够的自由探索和尝试。她认为：“儿童是精神存在物，儿童将按照预定好的内在蕴藏着一种强大精神能量和潜能，孩子的发展不需要成人给他增加什么新的内容，只能提供发展的环境和条件”。

这本书始终贯穿着爱与自由的平衡关系，强调给孩子“爱和自由，规则与平等”的环境，告诉我们要学会爱孩子、学会放手、给孩子自由，让孩子按照自己的内心发展。

在孙女儿还只有2个多月时，孙女儿的父母为了学习和工作，把陪伴孙女儿的担子交给我和她的爷爷。

随着孩子的一天天长，我们在陪伴的同时，孙女的求知欲也在成长。我先是带她参加各种学习班，且在报班前征求她的意见，发现她对什么都感兴趣，什么都想学。于是我就给

她先后报了火花思维、乐高、画画、播音主持、舞蹈、轮滑等。

在孩子的生活方面，我更多的是“干预”。如当宝贝做事动作很慢时，我没有足够的耐心让她自己去体验完成；当她想自己动手吃饭时我怕她把饭粒掉在地上难得打扫卫生我就帮她喂；当她玩沙子时我怕她会弄伤眼睛而不让她去沙坑玩；当她室外玩耍时怕她发生意外就不让她四处奔跑……总之我都会尽力包办。现在孙女儿四岁5个月了，虽然很懂礼貌，爱学习，会收拾自己的玩具，会帮我做一些简单的家务，但一些精细的事，如剪指甲、系鞋带都不会做。作为孩子的奶奶，这不得不让我对自己教育孩子的方法产生反思。或许就是因为没有给她足够的“自由”，对孙女儿过度的“呵护”，“剥夺”了孙女儿的“自由”。那么我接下来应该如何爱和呵护孩子呢？《爱和自由》这本书中的许多实例，让我有所思，有所感悟：

最最重要的，我得放弃完全“控制”孩子的想法，要给她“自由”，即一个相对自由的发展空间，允许孩子犯点小错，比如孩子打碎一个碗、泼一杯牛奶、弄脏了自己的衣服等等。让她在犯错中增长见识，让她在犯错中学会控制情绪和冷静面对，让她在犯错中学会诚实和承担责任！

孩子的“自由”成长，很重要！

爱和自由的读后感篇三

这是我第一次接触蒙氏理论的书，记得当时在网上订购时还是抱着试试看的心里，拿到书后才一翻，就马上被吸引住了，一边看一边打心眼里认同，合上书本，内心充满了接触到真理的激动。

都说只有切身感受的事物才会特别认同，现在却已经想不起来到底是书里哪些案例和说法触动了自己，只知道一边翻阅

一边忍不住幻想：如果自己从小能在“爱和自由”的教育理念下成长是多么的幸福，甚至有一种冲动，恨不得把书上的文字腾印到父母的脑子里，告诉他们当年那种传统的教育方法是怎样伤害和扼杀了孩子的自尊和自信。总之，由此“爱和自由”的理念已经深深扎根在心里，看着孩子们无邪的笑脸，作为老师的神圣使命感再次升华，看着孩子的脸，在心里对她们说我也要“让我的爱象阳光一样包围着你们，而又给你们光辉灿烂的自由”！

“在爱孩子的问题上，我们不能以现有的经验对待孩子，因为现有的经验早已过时。”曾经，我也认同一个家庭里的孩子至少要怕一个人，要有个人“镇”得住他；认同孩子小的时候讲不通道理的时候，至于道理，长大了就会懂了；认同一个凌厉的眼色使过去，孩子就噤若寒蝉的“威严”……因为，我们就是在这样的教育中成长的，我们从小按着“乖孩子”的模式去听话、不惹事、好好学习、不贪玩，按着父母安排的路去读文科或理科、考甲校或乙校、进a单位或b单位，到我们成为父母，再理所当然地按这个模式去教孩子。

现在，我不再站在“上帝”的角度去指使她们的方向，而且从了解自己开始，了解生命的意义，了解成长的规律，认识到并尊重每一个新的独立的个体，蹲下来，时刻关注自己和她的成长，用真正的、无限的、无条件的爱滋润彼此的心灵，让“内心的小孩”和现实的孩子一起快乐、自由地成长！

爱和自由的读后感篇四

继阅读《捕捉儿童敏感期》之后，在小海鸥班老师的推荐下，我拜读了孙瑞雪的又一力作——《爱和自由》。在阅读这本书时，我感觉书中所讲，既与《捕捉儿童敏感期》一脉相承，又在此基础上总结、提炼得更加系统。

我曾经思考过这样一个问题：在孩子成长的过程中，父母的意义是什么？提供衣、食、住、行等物质条件保障孩子身体

上的成长自是不必说的。但是按照马斯洛的需求理论，这些还只能算是人的低级需求。孩子长大后，她要成为一个什么样的人？她是否有能力执着地追求自己的梦想并因此感到快乐？让她觉得她的人生是有意义的。如果要达到这样的目的，那父母的意义应该是帮助和见证一个人完整地成长为真正的自己。

之前读过的《捕捉儿童敏感期》介绍了“儿童成长敏感期”这一概念，教父母帮助孩子顺利度过敏感期，快乐成长。

《爱和自由》则在此基础上提出了“完整成长”的概念，也就是让孩子能做自己身体的主人、情绪的主人、感觉的主人、心理的主人、认知的主人及精神的主人，在儿童成为这些主人的过程中完成“完整成长”。书中介绍儿童因抽象思维未形成，对周围事物的探索是通过自己的身体的各种感观来实现的，在儿童不断掌控自己身体的过程中，完成了做自己身体的主人的成长过程。要完成儿童各方面的“完整成长”，就必须给予儿童自由，并进行适当的正面引导，让儿童完整地成长成为一个具有独立人格、有个性的人。

当今社会“内卷”十分严重，在育儿方面，各种“鸡娃”方法也层出不穷，许多儿童往往在幼儿园阶段就开始参加各种兴趣班学习了，这是父母面对激烈的社会竞争所表现出的焦虑。作为孩子的父亲，我也一度迷茫，到底是给孩子报班，不让她输在起跑线上？还是保护好她的好奇心和求知欲，不过早苛责她的学习？在看过这本书后，我也得到了我的答案。书中举了一个十分生动的例子，即我们在听讲座时，印象最深的一定是自己有所体会的那部分内容。这部分内容，必定是我们的感觉最深的那部分，必定跟我们的经历和心理状态相契合。儿童的成长也是一样，不需要成人那种“灌输”

（这种“灌输”还可能引起相反的效果），而是需要条件准备，儿童会自己吸收。这就需要父母在孩子的成长过程中细心观察，在适当的时机进行引导，让孩子的感观与概念相契合，调动儿童的兴趣，给予充分的爱和自由，引导儿童自主探索、学习。

最后，非常感谢小海鸥班老师的推荐，这本书必定会帮助父母和孩子共同成长！

爱和自由的读后感篇五

我是一名刚毕业的大学生，所学专业是金融学，我的专业和我现任工作没有一点联系。而我对幼儿教育也不是很了解，明白的只是简单的，很浅的传统教育方式。中国的传统的教育方式都不太了解的我，此刻有机会尝试西方的幼儿教育。

爱和自由，起初在看到这本书的时候，不是很理解。爱是什么？自由是什么？大多数人认为的爱是在长期的相互感知中逐渐堆积起来的，类似亲情或者就是亲情的感觉，就是爱。而自由，是由自我作主；在法律允许范围之内不受限制和约束。蒙特梭利说：“儿童只要依靠爱和自在，才能失掉成长的全部能量，以便成为真正好处上的人。”在幼儿园里，其成长更倚靠自我教育，而不是来自成人。成人更多的，就是给孩子营造一个用心的充满爱和自由环境，在这样的环境中让孩子的潜能上得以发挥。在6岁前，给孩子充分的自由，孩子并不会因为这些自由而变得毫无组织与纪律，相反，在自由中，他就变得自律与顺从。在中国，遗憾的是，大部门家长却不懂得这些，他们做了些什么呢？一方面，他们总在孩子没感觉的时光强制孩子。另一方面，他们在孩子有感觉的时光没有把相应的词语同孩子内涵的感觉配上对。

孙老师的《爱和自由》让我了解到孩子并不是什么都不明白的来到这世界，他（她）们是伴随着内在的一种东西来到这世界，蒙特梭利把这称为“精神胚胎”。孩子的思想是很简单的，成人要是和他们说话太多或者复杂的时候，孩子的思维就会被成人弄的混乱，用简单的话去和孩子沟通，这样孩子的思维就不会很乱。成人有太多的“专制”和“越权”，总感觉孩子就是孩子，为了避免不必要的麻烦我们总是让孩子事事听从大人的安排，可不知这样恰恰违背了孩子发展的程序和心里，成人常常想把自我的思想强加到孩子身上，把

自我的经历转嫁到孩子身上，期望孩子有朝一日能成为自我梦想中的那一个，孩子背负着父母沉重的寄托，生活的好累，孙老师曾说过的“同情儿童的苦难”！读过这本书的我有所收获，能更宽容应对发生在孩子身上的每件事，从孩子的立场为孩子着想，从而更理解他们的想法，理解是沟通的最直接的桥梁。

爱与自由并重，我们要把爱带给每个孩子，同时，也适当放手给他们自由，只要多加引导和体恤，要学会相信，在此环境中长大的孩子，必定会快乐、坚强、充满创造力和勇气。

爱和自由的读后感篇六

读着这本书，读到“不同品质的心理和智力”这一章，作者提到一个情景特别触动我，这是一个作者曾经看过的一部老影片中的情景，片子中主人公的弟弟出生了，全家人都在忙碌着照顾刚出生的婴儿，主人公只有七、八岁，站在楼梯上，看着他的爸爸妈妈还有保姆围着刚出生的弟弟忙碌着，妈妈一回头，发现他们的大孩子在楼梯上看他们，忙走过去拉着儿子坐在楼梯上，告诉他：“我要告诉你的是，妈妈非常爱你。但是你的小弟弟非常小，如果妈妈不给他喂奶不给他东西吃，不去照顾他，他会死去。所以妈妈必须把更多的精力放在弟弟身上，而你已经能够自己照顾自己了，但这并不意味着爸爸妈妈不爱你了”。这个孩子的心结就此释然了。而我，曾经在42年前，家里莫名其妙地有了一个妹妹，当时的我，就像那个小男孩，而我的心结不但没人理会到，没人关注过，而且还让我遭遇从未有过的冷落。当时，我觉得我的地位一下子从天上掉到了地上，不但得到的关心照顾少了，而且还有了必须完成的任务：每天给妹妹取奶。一次，由于贪玩，忘记了取奶，一贯对我百般娇惯的爸爸竟然对我大吼起来，爸爸当时的样子可怕极了，可以用暴跳如雷来形容，我被吓坏了，这件事让我伤心透了，从此我把我的不幸就归结在妹妹的到来，这个大大的心结，一直伴随着我，以至一直到现在也隐约影响着我和妹妹的关系。尽管随着年龄的增

加，也渐渐理解了父母的难处，在心里似乎多少谅解了他们对于我的疏忽，但只有我心里明白，那个心结其实就像魔鬼一样跟随着我，深深潜入在心底，成了根深蒂固的潜意识，让我难以从心里彻底忘记，加之多种因素的影响，那种对妹妹想爱却又牵着恨的矛盾情感，时常折磨着我。

也许，在他人看来，这只是做父母的小小疏忽，哪至于影响一个人到这种地步？然而，这看似平常的小小疏忽，却足以干扰一个孩子良好心智的形成，使孩子的心灵受伤，从自卑、自怜演变成出于自卫似的排斥、冷漠和嫉恨。

这些日子，我认真回忆了妹妹到来的前前后后，却没有一丝关于爸爸妈妈安抚我的记忆。妹妹是1968年7月出生的，那时我9岁。记得，有一天我突然发现妈妈的肚子大了，大的不可思议，妈妈甚至不敢在白天出来散步，晚上妈妈让我陪着她散步，看着妈妈大大的肚子，我已经隐隐意识到要发生的事情，同时也为自己在爸爸妈妈心中的地位担忧起来，一天夜里，外面淅沥下着小雨，我在睡梦中隐约听见爸爸妈妈一阵折腾，爸爸骑着“倒骑驴”把妈妈送到了医院，过了几天，他们抱着一个婴儿回来了，听大人说，妈妈生了个大孩子，有九斤呢！大家都叫妹妹“九斤黄”，而在我眼里，那个孩子一点也不可爱！由于当时正值文革，爸爸也在接受审查，爸爸妈妈心情很复杂，家里并没有添人进口的快乐，他们整天沉着脸，还时不时地发生争吵，我早已被他们遗忘在角落里，只是每天忘不了提醒我为妹妹取奶。爸爸妈妈对我的态度骤然变冷，我伤心到极点的时候就找个地方独自流泪。尽管后来我不得不接受那个严酷的事实，心中也产生过对小妹妹的爱恋之心，但排斥和嫉恨也像魔鬼一样跟随者我，怎么也摆脱不掉。可能有人会问，家里有了弟弟或者妹妹，自己被忽视了，这种事情很平常，短时间内有失落、抵触情绪是可以理解的，但一直持续这么久有点不可思议，是的，我也曾经怀疑过自己，是不是我的性格过于孤僻，心胸过于狭窄？但如果把自己成长的经历前后联系起来看，就可以为自己如此表现找到一些理由。在妹妹到来之前，我们家已经有了哥

哥和我，我比哥哥小两岁。九年来，家里一直把我当做老闺女待，我和哥哥在一起，总是哥哥让着我，好吃的我要多占点，好玩的我要抢先玩，有时哥哥也感到委屈，跑到妈妈那里告状，妈妈总是说，你要让着妹妹，你比妹妹大两岁，哥哥不解地问妈妈：“妈妈，我总比妹妹大两岁吗？”妈妈说：“对呀，她长，你也长呀！”哥哥很无奈，只好认了。久而久之，我内心的感觉就是，我是最小的，家里人都要让着我。在这种情况下，从天上掉下来一个妹妹，毫不留情地撼动了我在家中的地位，我的那种表现是不是再合理不过了？即便如此，如果爸爸妈妈在此之后，对我稍加关注，就像前面提到老影片中妈妈，告诉我他们依然爱我，我想我也不会把自己对妹妹的抵触情绪，表现的如此顽固与纠缠。而他们没有那么做，他们对我的态度没有一丝铺垫地大转弯了，把溺爱变为忽视，有时甚至呵斥地叫我干这干那。记得一次，爸爸叫我去保姆家接妹妹，一个九岁的孩子抱着一个几个月的婴儿，蹒跚着往家走，我很吃力，连包裹妹妹的毯子都脱落下来，我坐在地上无助地哭了，那时，我觉得我是世界上最苦难的孩子，心中的那份委屈自然变成了一种嫉恨，而嫉恨的对象无疑是妹妹。

不久，艺术界就开始下上山乡了，那时把这个运动叫走“五七”，艺术大院里的大人孩子在一个月的时间内走的干干净净，爸爸身体不好，申请到医疗条件的好一点的农村去，我们家最后没有随大流到盘锦，而是到了海滨小城兴城。那时，哥哥一直在天津跟着爷爷奶奶，妹妹也在下乡前被送到了天津，只有我随着父母到了农村，到了农村很艰苦，一个十岁的孩子，就承担起繁重的家务，我开始挑水，生炉子，拣柴禾……。那时我不明白，为什么我必须承担这些？从城市的艺术大院骤然落到了农村，爸爸妈妈的心情自然不好，一次妈妈去大队开会，让我看好炉子，等妈妈回到家中炉子灭了，一向温和的妈妈竟然也对我发起火来，我委屈死了，心想：在沈阳家里从来没有生过炉子，怎么我就必须要看好炉子，不能出差错呢？要知道孩子在那个年龄还不能完全理解大人的心情，只记着爸爸妈妈的愤怒和指责。我在这里提及这些，

没有控诉爸爸妈妈的意思，我也不是忘恩负义的孩子，只是在回忆一个孩子心灵受挫的过程，如果我不说，也许爸爸妈妈永远不会意识到他们对我的无意伤害，更不会知道这些伤害对我的影响如此之大。

随着年龄的增大，人会变得越来越宽容，我很想和妹妹和睦相处，不再叫妈妈伤心，而且，我也尽力做了。但妹妹的个性实在让我难以接受，也许，我对妹妹的抵触情绪让我只看到她的缺点，看不到她的优点，有时甚至是放大她的缺点，而对她的优点视而不见。如果是这样，那说明对我对妹妹的排斥已经成了潜意识，尽管自己不愿意承认，但的确存在。令我痛苦的是，我也不想这样，我想让妹妹在我眼里变得很顺眼，但那种根深蒂固的抵触似乎已经形成了不可逾越的心理屏障。

我在这里提及自己童年的这段成长经历，是想告诉年轻的父母们，培养孩子良好的心理品质有多么重要，这种重要性远远超过所谓的智力开发和技能学习。溺爱、忽视、简单粗暴的管教都可能影响孩子的心理品质，以致使孩子一生的幸福指数大打折扣。

爱和自由的读后感篇七

在《爱和自由》这本书中，蒙台梭利幼儿园园长孙瑞雪通过实际例子叙述了自己的观点：只要给孩子充分的爱、给孩子充分的自由，才能使孩子按照自己的内心发展成为一个专注、坚强、完整的人。

孙瑞雪园长的这一观点，我是很赞同的。本来嘛，小孩子就像一张白纸一样来到世界上，对什么都好奇是肯定的，既然好奇，那么肯定要去探索，口、手、脚等身体部位都是孩子探索世界的好武器！在孩子探索世界的过程中，因为经验的不足，必然会产生各种各样大人看起来顽皮的行为。如果是真的爱孩子，应该给予孩子更多的自由，让他按照自己的想

法发展、完善，岂不是更能塑造孩子！

我们成人总是干涉的太多，总感觉孩子就是孩子，为了避免不必要的麻烦我们总是让孩子什么事情都听从成人的安排，可不知道这样恰恰违背了孩子发展的过程和心理，因此我很欣赏书名中的自由两个字，以前我也只是认为自由就是让孩子随心所欲，任其发展，它怎么可能会和纪律以及自律相提并论呢，能让孩子更好的学会控制自己呢？但通过和孩子们生活在一起我身受感触。首先，我觉得无论是家长还是老师一定要改变自己想要左右孩子的想法，同时要把孩子们的行为认为是有原因的行为，只有这样我们才能看到一个在爱和自由的环境里健康成长的孩子。第二，要做一个有心的人，去仔细观察孩子们的一言一行，倾听和交流是最好的桥梁，也是拉近我们和孩子距离的最好方法。第三，成人就是孩子的榜样，俗话说：言传不如身教，孩子就是镜子映照着成人的言行举止，所以，我感到自己肩上的责任很重大。

其实，不只是儿童在充满指责、冷漠、抱怨的环境里不快乐，任何人都不会感到快乐，也不能好好工作。相反，如果周围的环境充满了爱、自由和温暖，人与人之间要是能够相互理解、相互宽容，是不是都会得到好的结果。

爱与自由同样重要，我们要把爱带给每个孩子，同时，也要适当放手给孩子们自由，只要多加引导和宽容，学会理解孩子、懂孩子，我相信在这种环境中长大的孩子，肯定也会快乐、坚强、充满创造力和勇气。

爱和自由的读后感篇八

弗洛姆的《逃避自由》一书中，很充分地谈到了自由对于人类的的意义何在，以及人类的‘社会性的’价值。

我们人类是社会性的群体，也正因为是我们人类创造的社会，我们是不可能脱离人类的社会，所以我们逃避自由。我们现

代人会抱怨我们的生活是多么的艰辛和苦闷，在重重的束缚下我们会不自觉地向往自由，因为人们往往会渴望那些自己缺少的东西，然而，永恒的自由是绝对不可能也是不现实的，作为一个自由的个人，就意味着割开与社会，与个人的联系，即如同一座与世隔绝的孤岛，那么自由的代价，便是承受着孤独，怀疑与不安。我们逃避自由，是逃离一个人与寂静黑暗中的不安感，我们不愿意与社会分离，社会能给我们带来所谓的安全感，当然也会产生某种问题。

如书中所说，“现代人在幻觉下生活，他自以为他了解他所想要的东西，而实际上他所想要的是他人所希望他要的东西”，人们活在社会维系的生活中，不可避免且时时刻刻地受到他人的影响或影响着周遭别人的思想或者说是价值观，人们渐渐活得不像原来的自我，逐渐伪装成别人期望中理想的自我，人们逐渐麻木，去追求着一些原来的自己没想要追求的东西，我们可以仔细思考一下，倘若一个人竭尽全力和使用大量时间去获得一个自己不想要的东西，我想那个人也不会感到多么满足的充实感和幸福感，我们要知道，一个人要弄清楚自己想要什么，不被时代社会的潮流趋势所左右并且不脱节于这个社会，这的确是从古至今从甚至将来的时代难题。所以，在逃避自由的同时，我们应该明白，一个人能够，并且应该让自己做到的，不是感到安全，而是能够接纳不安全的现实。人要学会面对不安，倘若只是一味地逃避自由，缩身于社会这个群体中，完全把自己交给社会，那只不过是社会的寄生虫，自己无法完全做到自己想要做的事，因此要有思想地逃避自由。

“为了克服孤独与无能为力感，个人便产生了放弃个性的冲动，要把自己完全消融在外面的世界里。然而这些冲动与由此而生的新纽带，及自我增长进程中切断的始发纽带并不是一回事。正如儿童永远无法在肉体上返回母亲的子宫里，同样，个体化进程在物质上也是不能重复的。”，书中的这句话也就是说，我们享受着社会给予我们所谓自我满足的安全感，但是这种权威与我们人类之间的冲突是不可能做到完全

调和的，那么代价便是放弃力量和自我完整，但是，臣服的结果却是物极必反的，在潜意识中这反倒是加剧了我们的不安感，同时又会使我们产生一些消极的情绪。

作为地球上的一种生物，我们会有所有生物都有的一些生理需求，但是，人类之所以特殊，不同于一般的生物，是因为人类有七情六欲，人们有爱恨，探求权力，渴望臣服及沉溺于或恐惧感官享乐的性格差异的冲动。这都是我们人类的社会产生了这一切，换言之，这些东西就是社会进程的产物。社会具有压抑功能，也有创造功能，人们的恐慌，焦虑，紧张的情绪都是社会的一种文化的产物。实际上，我们人类自身就是靠自己不断奋斗努力创造的最伟大的成就，于是我们人类的社会史就是生生不息的。

人诞生的时候并没有别的动物具有相当高的本能行为机制，生来就是依靠父母与社会的帮助才养成后期的特定的行为模式，人忍耐因缺少本能机制所引发的所有危险和恐惧，但恰恰人是因为这种无助才能做到发展社会文化，我们人类尽管缺乏本能调节模式的弱点，但我们通过后天的学习模式来使我们自我得到进化，通过自发性的爱和创造性的工作来使自己和世界联合起来，或者通过那些会破坏他的自由和他个人自身的完整性与世界的联结方式，创造出人类独有的社会文化，以此获得人想要的安全感。

“逃避自由并不能使人们复得已失去的安全感，而仅能帮助他忘记自己是独立的个体。他牺牲了他个人自我的完整性，所得到的不过是不堪一击的安全感。”诚然，人们不想要变得孤独失落恐慌，于是便聚集起来，组成社会，但社会不是你为了逃避自由的安居地，换种说法，不是逃离你内心的消极的场所，尽管在这社会之中，我们似乎变得不再是一个人了，然而，这代表的仅仅是我们脱离原来的个体，那么这个栖居于社会中的你是完整的本我吗？很显然，我们为了所谓的安全感而放弃了我们自我的完整性，我们或许失去了太多，就像儿童长大会失去了原玉般的纯真，我们人类逃避自由的

代价是在昂贵。或许人是不具备自由的社会属性的，在发展的路途中却停滞不前，也可以说自由已经不能顺应时代的发展，它被抛于整个大时代的后方，于是人们也迫于无奈将它丢弃，将更好的生存与发展作为他们丢弃的正当理由，可悲的是人们连同自我完整性也随之放弃，这之中包括了意志、思想甚至是欲望，如果连这些都已经丢掉的话，他就只是一台冰冷的规则机器，他的所思所想、所作所为包括自己的所得所有都是别人所共同期望的，却不是他的，结果最后他将发现一切都不属于他的而一切也都属于他，更可悲的是这一切是灾难还是幸运他却不能判断，实在可怜。

所以，人类啊，不要忘记我们究竟在逃避什么，不要忘记自己该守护的东西啊，总有一天我们会因为自我的愚蠢洱海了自己。