

<<健康人格心理学>>

图书基本信息

书名：<<健康人格心理学>>

13位ISBN编号：9787563811878

10位ISBN编号：7563811877

出版时间：2004-11

出版时间：首都经济贸易大学出版社

作者：杨眉 编

页数：335

字数：275000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<健康人格心理学>>

内容概要

本书共分七编，介绍了人格的概念及沿革、精神分析学派的健康人格观、特质学派的心理健康观、行为主义的健康人格观、存在一人本主义学派的心理健康观等内容。

本书是作者长期从事心理学及人格心理学教学与科研工作的总结，具有较强的创新性和实用性。全书介绍了西方重要心理学家的健康人格观，包括精神分析学派、特质学派、行为主义、存在--人本主义学派、认知学派等学派的健康心理观。

本书语言流畅，讲解生动，寓科学性与趣味性于一体，对于广大青年朋友们塑造健康的人格心理具有很强的指导意义；同时，也有助于对西方重要的心理学家主要思想的了解。

<<健康人格心理学>>

书籍目录

第一编 人格的概念及沿革 第一章 人格与健康人格的研究与教育概况 第一节 多学科研究中的人格概念 第二节 心理学理论研究中的 人格概念 第三节 心理学应用研究中的人格概念 第四节 人格与性格 第五节 对健康人格的研究 第六节 心理健康与健康人格教育 第二编 精神分析学派的健康人格观 第二章 弗洛伊德的健康人格模型：正视并建设性满足自己愿望的人 第一节 弗洛伊德的生平 第二节 心理结构与人格结构 第三节 自我的适应——焦虑与自我防御机制 第四节 弗洛伊德的心理健康观 第三章 荣格的健康人格模型：个性化的人 第一节 荣格的生平 第二节 健康人格概念 第三节 实现个体化的途径与目标 第四章 阿德勒的健康人格模型：具有社会兴趣的人 第一节 阿德勒的 生平 第二节 阿德勒的健康人格观 第三节 健康人格的发展 第五章 弗洛姆的健康人格模型：生产性的人 第一节 弗洛姆的 生平 第二节 弗洛姆的健康人格观 第三节 生产性人格的形成 第六章 艾里克森的健康人格模型：建立自我同一性的人 第一节 艾里克森的 生平 第二节 艾里克森健康人格概念 第三节 个人心理发展阶段说与健康人格 第三编 特质学派的心理健康观 第七章 阿尔波特的健康人格模型：成熟的人 第四编 行为主义的健康人格观 第八章 斯金纳的健康人格模型：善于学习的人 第五编 存在——人本主义学派的心理健康观 第九章 弗兰克的 健康人格模型：寻求生活意义的人 第十章 帕尔斯的 健康人格模型：此时此地的人 第十一章 罗杰斯的 健康人格模型：充分起作用的人 第十二章 马斯洛的健康人格模型：自我实现的人 第十三章 罗洛·梅的健康人格模型：具备完整人格的人 第六编 认知学派的心理健康观 第十四章 凯利的健康人格模型：具有有效构念的人 第七编 相互作用分析学派的心理健康观 第十五章 伯恩的健康人格模型：有效整合的成人 我后记 参考文献 名词中英文索引

章节摘录

插图：健康心理学的确立，有效地推进了健康人格的研究。

与此同时，健康人格的培养与教育也受到更多的关注。

与“人格”概念一样，其“健康人格”的定义也是众说不一，现举例如下：第一，乔拉德：健康人格是人行动的方式，这种方式是由理智所引导并尊重生活，因此人的需要得以满足，人的意识、才智以及热爱自我、自然环境和他人的能力都将得以发展。

（S.乔拉德，T.兰兹曼，1980）第二，阿尔波特在研究中得出结论：健康的人格不受无意识力量的控制，也不受童年心灵创伤或冲突的控制。

心理健康者的功能发挥是在理性和意识水平上进行的。

这意味着控制他们的力量是实际影响他们生活的那些因素，并且，他们的定向依据是当前以及自己对未来的目标。

（杜·舒尔兹，1977）第三，马斯洛：自我实现的定义是各式各样的，但一致同意的坚实核心还是能看到的。

所有的定义都承认或者都含有：承认并表述了内部核心或自我的实现，即那些天赋能力、潜能、“完善的机能”，人类和个人实质有效性的现实化；它们全都意味着极少出现不健康、精神症、精神病，以及人类和个人基本能力的缩减或丧失。

（马斯洛，1968）第四，舒尔兹：健康人格的概念是至关重要的。

其内容是困难的、引起争论的、复杂的，它充满未知的东西和部分真实的东西，并且毫无疑问也有某种一时的风尚和爱好，这样一种情况本身就反映出它试图包括的——人的人格的——论题。

（杜·舒尔兹，1977）

后记

本书介绍了14种健康人格模型。

它们有的是在临床实践中产生，有的是在对人格或健康人格的研究中创立的。

尽管在这些模型中对健康人格的提法各异，但仔细比较这些模型，我们可以发现它们有许多相似之处，如：第一，绝大部分健康人格模型都充分体现了存在——人本主义哲学倾向，对人充满信心，相信人具有各种潜能以及实现潜能的愿望和能力，相信人有能力为自己选择恰当而健康的生存方式。

第二，绝大部分健康人格模型都相信不是童年经历决定终身，而是自己决定自己的一生，是个体的选择和担当而非环境最终决定人的一生。

第三，绝大部分健康人格模型都指出，有健康人格者既能脚踏实地又能面向未来。

确信他们能客观感知现实并能充分珍视当前的体验，能建设性地满足自己的需要。

与此同时，又能为了自我实现放弃舒适与安逸并选择冒险与紧张。

第四，绝大部分健康人格模型提出有健康人格的人勇于承担对自己、他人和对环境的责任，能有意识地把握自己的生活，并且勇于承担选择的后果。

<<健康人格心理学>>

编辑推荐

《健康人格心理学:有效促进心理健康的14种模式》：高等院校素质教育系列教材

<<健康人格心理学>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>