

# 人格:确定自我魅力



[人格:确定自我魅力\\_下载链接1](#)

著者:柏桦

出版者:西苑出版社

出版时间:2000-03-01

装帧:

isbn:9787801083029

作者介绍:

柏桦编著的《人格:确定自我魅力》探讨了儿童——青少年——成人的发展和成型，精神的正常和异常，个人的适应和学习，组织管理和其他社会工作中遇到的性格、动机、需求及角色作用等，这对于了解一个人的性格特点具有重要的作用。

《人格:确定自我魅力》还介绍了精神分析学派、特质论、存在人本主义的人格理论以及EQ情商和情绪控制与人格的关系。此外，为了帮助大家更准确地认识自己，认识别人，在第八章拟制了两份问卷，对一个人的人格数据进行测量，在纸上进行“形象”构思，在内心展开对自己对别人的“秘密测定和判断”，强化人格洞察力，有目的地实现完善自我，走向成功。

第一章 什么是人格

一、人格被看作一种惯常行为

二、人格是心理学研究的领域

三、人格研究的应用和途径

四、对人格的理解

五、与人格有关的一些术语

六、最流行的一些理论

七、人格心理学家面临的问题

八、如何寻找答案

第二章 人格的早期发展

一、人格发展的一般问题

二、婴幼儿时期

三、后期的发展

四、自我概念的发展

五、社会学习的源泉和持续一生的学习

第三章 经典精神分析人格理论

一、弗洛伊德

二、意识和无意识

三、本能

四、心理性欲和人格的发展

五、人格适应：焦虑和自我防御机制

六、弗洛伊德的人格结构

第四章 其他精神分析人格理论

一、荣格的人格结构和心理类型

二、阿德勒的个人心理学

三、霍尼的人格发展观点

四、艾里克森的心理社会观点

第五章 特质论人格理论

一、高尔顿·奥尔波特

二、奥尔波特对人格的定义

三、一种完备的人格理论标准

四、奥尔波特的特质概念

五、特质的种类

六、生成过程

七、机能自主

八、健康、成熟的成年人人格

九、珍妮的信

第六章 存在——人本主义人格观

一、亚伯拉罕·马斯洛

二、心理学的第三势力

三、需要层级

四、存在动机

五、自我实现者的人格特征

六、为何自我实现者不普遍存在

七、理想精神国

八、静修舍——一个人成长的处所

第七章 人格中的EQ与情绪控制

一、自制力是一种美德

二、愤怒是怎样产生的

三、如何熄灭沸腾的怒火

四、冷静妙法

五、摆脱忧虑

六、化解忧郁

七、心情易容术

八、调节情绪的理想方式

九、EQ在人种学上的不同

十、能抵抗诱惑的孩子

十一、为什么焦虑

十二、乐观：必不可少的EQ

## 第八章 人格测量

一、外倾与内倾

二、性与普通女人或男人

## 第九章 你是哪一种人

一、完美主义者

二、好胜者

三、梦想家

四、悲天悯人者

五、观察家

六、个人主义者

七、守护者

八、正义斗士

九、保护主义者

目录:

[人格:确定自我魅力\\_下载链接1\\_](#)

标签

1

评论

-----  
[人格:确定自我魅力\\_下载链接1\\_](#)

书评

-----  
[人格:确定自我魅力\\_下载链接1\\_](#)