

<<美容心理学>>

图书基本信息

书名：<<美容心理学>>

13位ISBN编号：9787117129176

10位ISBN编号：7117129174

出版时间：2010-6

出版时间：人民卫生出版社

作者：张渝成 编

页数：147

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>

## &lt;&lt;美容心理学&gt;&gt;

## 前言

《美容心理学》是全国高职高专医疗美容技术专业卫生部规划系列教材之一。

本教材编写以教育部关于教材编写的五性（即思想性、科学性、先进性、启发性和实用性）为基本原则，力求科学严谨、简明扼要、注重理论联系实际，强调实用性和对临床工作的指导性。

因此，在编写时笔者根据医疗美容技术专业高职高专层次培养目标的要求，尽量精简理论，以掌握概念、强化应用为目的。

在理论介绍方面，以必须、够用为度。

在基本能力方面，以培养高级技术应用型人才为目标，以学生就业为导向，以实用为宗旨和特征，强调可操作技能的培养和训练，并尽量使其具有鲜明的职业特征，使教学内容与职业需求紧密配合，使实践教学与职业岗位紧密接触。

所以，本书的最大特点是实用性突出和通俗易懂，使学生掌握的知识、技能能在实际工作中得到应用，并能切实解决工作中的问题。

全书约20万字，共13章，建议教学学时36~40学时。

第一章至第七章，是美容心理学基础知识部分。

包括绪论、美容心理学基础知识、容貌形体审美心理、体像与美容心理、求美动机与行为、美容社会心理、容貌缺陷心理。

第八章至第十三章，是美容心理学应用知识部分。

主要内容有美容心理评估与咨询、美容心理障碍的治疗、人格障碍与美容心理、美容与神经症、美容与心身疾病、美容心理护理。

这部分内容突出了高职高专层次的培养特色，可操作性强。

本教材在编写过程中数易其稿，参阅了大量的参考文献，内容上增加了一些当前美容心理学研究的最新进展，真正做到使学生能学以致用。

本书不仅适合高职高专医疗美容技术专业的学生学习，也适合美容医学机构的医务工作者和相关专业人员阅读和参考。

由于美容心理学研究和教材建设刚刚起步，学科体系和内容相对不太成熟，以及编者的水平有限，书中可能还存在不足，希望同行专家和广大读者批评指正，以便将来进一步修改完善。

## <<美容心理学>>

### 内容概要

全书共13章。

第一章至第七章，是美容心理学基础知识部分。

包括绪论、美容心理学基础知识、容貌形体审美心理、体像与美容心理、求美动机与行为、美容社会心理、容貌缺陷心理。

第八章至第十三章，是美容心理学应用知识部分。

主要内容有美容心理评估与咨询、美容心理障碍的治疗、人格障碍与美容心理、美容与神经症、美容与心身疾病、美容心理护理。

这部分内容突出了高职高专层次的培养特色，可操作性强。

## &lt;&lt;美容心理学&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 绪论 第一节 美容心理学概述 一、美容心理学与相关学科 二、美容心理学研究对象、内容及方法 三、美容心理学的发展 第二节 美容心理学的主要理论 一、精神分析理论 二、行为主义理论 三、人本主义理论 四、格式塔心理学 五、认知心理学 六、心理生理学第二章 美容心理学基础知识 第一节 心理学的概念和心理现象 第二节 心理过程 一、认识过程 二、情绪过程 三、意志过程 第三节 人格 一、人格的概念 二、人格的特征 三、人格的结构第三章 容貌形体审美心理 第一节 人体容貌审美 一、人体美概述 二、审美意识与美感 第二节 审美的生物学基础与心理机制 一、审美的生物学基础 二、审美的心理机制 第三节 美容医学中的审美 一、审美的含义 二、审美关系 三、人体美的特征 四、容貌审美标准与判断第四章 体像与美容心理 第一节 体像概述 一、体像的概念、特点与意义 二、体像与美容医学 第二节 自我体像的形成与发展 一、知觉与体像 二、自我体像的形成与发展 三、体像对人格的影响 第三节 消极体像与体像错觉 一、消极体像的含义与种类 二、错觉概述 三、体像错觉第五章 求美动机与行为 第一节 需要与动机概述 一、需要概述 二、动机概述 第二节 美欲与心理需要 一、美欲概述 二、美欲与心理需要的关系 第三节 求美动机与求美行为 一、求美动机与行为 二、求美动机与行为产生的原因第六章 美容社会心理 第一节 美容医学与社会心理 一、社会心理学的概念和内容 二、求美行为的社会心理 第二节 容貌与人际交往 一、容貌与第一印象 二、容貌的价值与作用 第三节 容貌有关的社会心理行为 一、社会态度与美容观 二、美容与偏见 三、美容与从众、流行心理 四、容貌缺陷的社会心理问题第七章 容貌缺陷心理 第一节 容貌缺陷心理概述 一、容貌缺陷心理概念 二、形成容貌缺陷心理的因素 第二节 容貌缺陷者的常见心理问题 一、认知问题 二、情绪问题 三、人格问题 四、行为问题 第三节 容貌缺陷的心理应对 一、心理防御机制概述 二、容貌缺陷者的心理应对策略第八章 美容心理评估与咨询 第一节 美容心理评估 一、美容心理评估的概念和意义 二、美容心理评估的方法 三、常用的美容心理测验 第二节 美容心理咨询 一、美容心理咨询的概念和作用 二、美容心理咨询的形式与程序 三、美容心理咨询的原则 四、美容心理咨询的技术第九章 美容心理障碍的治疗 第一节 心理治疗概述 一、心理治疗的形式 二、心理治疗的基本过程 第二节 行为疗法 一、放松疗法 二、系统脱敏疗法 三、厌恶疗法 四、满灌疗法 五、行为塑造法 第三节 精神分析疗法 一、自由联想 二、梦的分析 三、阻抗 四、移情 五、解释 第四节 集体心理治疗 第五节 认知疗法 一、合理情绪疗法的理论 二、不合理信念的种类 三、不合理信念的特征 四、合理情绪疗法的治疗技术 第六节 心理支持疗法 一、概述 二、治疗技术 第七节 催眠疗法 一、催眠疗法概述 二、方法与技术 三、催眠状态下的心理反应 第八节 家庭治疗第十章 人格障碍与美容心理 第一节 人格障碍概述 一、人格障碍概念及诊断 二、人格障碍的临床类型及表现 第二节 人格障碍求美者的行为特点及沟通要点 一、自恋型人格求美者 二、依赖型人格求美者 三、癯症型人格求美者 四、边缘型人格求美者 五、强迫型人格求美者 六、偏执型人格求美者 第三节 人格障碍与整形美容外科手术满意度第十一章 美容与神经症 第一节 美容与神经症 一、神经症概述 二、容貌因素导致的神经症 三、神经症的心理干预 第二节 躯体变形障碍 一、躯体变形障碍概述 二、躯体变形障碍的诊断 三、躯体变形障碍的治疗第十二章 美容与心身疾病 第一节 神经性厌食症 一、神经性厌食症概述 二、神经性厌食症的临床表现 三、神经性厌食症的心理干预 第二节 肥胖症 一、肥胖症概述 二、肥胖症的心理干预 第三节 损容性皮肤病心身疾病 一、银屑病 二、寻常痤疮 三、黄褐斑 四、斑秃第十三章 美容心理护理 第一节 美容心理护理概述 一、美容心理护理的概念、意义及目的 二、美容求术者心理护理诊断与评估 三、美容求术者心理护理方法与技巧 第二节 美容求术者的心理特征 一、美容求术者的心理特点 二、美容求术者的心理定势 三、美容求术者的期待与满意 第三节 美容求术者的心理问题及护理 一、美容求术者常见的心理问题 二、美容求术者手术前心理疏导 三、美容求术者手术后的心理反应与护理 第四节 美容治疗失败者的心理及心理护理 一、美容求术者对治疗不满意的原因 二、美容治疗失败对求美者的心理影响 三、美容治疗失败者的心理与心理护理附录1 90项症状自评量表(SCL-90)附录2 抑郁自评量表(SDS)附录3 焦虑自评量表(SAS)附录4 田纳西自我概念问卷附录5 美容心理学建议学时安排附录6 主要参考文献



## 章节摘录

插图：（1）消除紧张：紧张是在遇到压力时的一种生理上的警告，是环境事件或未解决的内部冲突使生理唤起增加到不舒适时的感受。

人们在日常生活中很容易体验到紧张感，容貌缺陷者的心理问题更多，因而比常人有更多的紧张体验。

采取适当的策略消除紧张，心理问题随之也会得到缓解和改善。

消除紧张的方法很多，也可以是自我开发的方法，如深呼吸、渐进性肌肉放松、人静、冥想、自我催眠等。

（2）认知重组：生活中发生的各种事件，包括容貌上存在缺陷，并不能决定个体必然产生某种特定的情绪和行为反应。

正如有的容貌缺陷者自卑、绝望、痛苦不堪，有的却活得快乐、充实、富有意义。

究其原因，最主要的是价值体系不同、认知结构不同，对各种事件的认知评价不同，赋予这些事件的意义不同，因而情绪和行为反应也不同。

认知重组可以改变个体对事件意义的认知或改变个体对情境掌握能力的认知，变消极认知为积极认知，从而改变其情绪反应的性质或强度。

在对容貌缺陷者的临床心理干预中，常常使用理性情绪疗法来进行认知重组。

例如，一些意外毁容者悲观绝望、痛不欲生，失去了活下去的信心，甚至产生自杀的意念和行为，这是其情绪和行为反应。

对于被毁容的认知则可能是：“完了！”

我这张脸一定让人感到恐怖，没人愿意和我交往，我没脸见人，我是家庭的负担，我活着再也没有意义……”这些都是消极的、非理性的认知，可以通过理性情绪疗法的一些技术，如质疑、夸张、合理的自我分析等，来消除这些消极的、非理性的认知，重新建立起理性的认知，其不良情绪和行为也会随着认知的改变而得到改善或消除。

（3）积极转移：积极转移也称注意转移，是指把注意力从痛苦的情绪或压抑的思想中转向建设性的活动。

如果把注意力放在自己的缺陷上，会导致感知过敏，越看越觉得自己丑陋，其心理痛苦也会增加。

从事一些感兴趣的、有意义的活动，注意力专注于活动中，会减少对自己的关注，不良情绪也会淡化，心理痛苦自然也就会得到缓解。

因此，容貌缺陷者不妨培养自己的音乐、绘画、阅读、运动等方面的兴趣，投入到丰富多彩的社会活动中去，主动体验生活的快乐，使自己从烦恼和痛苦中解脱出来。

<<美容心理学>>

编辑推荐

《美容心理学》供美容技术专业用。

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>