

<<健康人格论>>

图书基本信息

书名：<<健康人格论>>

13位ISBN编号：9787205058661

10位ISBN编号：720505866X

出版时间：2004-12

出版时间：辽宁人民出版社

作者：常岩松编

页数：410

字数：308000

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>

## <<健康人格论>>

### 内容概要

塑造健康人格是一项非常迫切而又艰巨的工作。

对于这个任务的迫切性人们是很容易理解的，然而，对于它的艰巨性人们却常常认识不足。

其实，这是一个极其困难的工作。

它面临着三项工作：第一，是在弘扬中华民族传统文化的同时，深刻变革文化心理底蕴；第二，正确把握西方文化的精神内涵；第三，在与西方文明交流、融合之中，培育现代中华民族精神。

健康人格的核心内涵应该有以下三个方面：第一，健康人格应该是具有高度自觉意识的个人。

第二，健康人格是人的自然本性的现实发挥。

第三，具有健康人格特征的人是社会实践的亲历者。

## <<健康人格论>>

### 书籍目录

导言第一章 健康人格的概述 一、健康人格的界定 二、健康人格的标准 三、健康人格的基本特性及其心理结构第二章 健康人格的理论研究 一、精神分析论的健康人格观 二、特质论的健康人格观 三、行为论的健康人格观 四、人本论的健康人格观 五、认知论的健康人格观第三章 健康人格的生理因素 一、概述 二、生理健康与心理健康 三、生理健康与健康人格的塑造第四章 健康人格的认知因素 一、概述 二、认知与健康人格 三、认知偏差及矫正 四、不良归因倾向与克服第五章 健康人格的情绪因素 一、概述 二、情绪与健康人格 三、健康人格的压力调节 四、健康人格的焦虑缓解 五、健康人格与职业倦怠 六、健康人格的情绪培养第六章 健康人格的意志因素 一、概述 二、意志与健康人格 三、挫折第七章 健康人格的行为方式 一、概述 二、行为方式与健康人格 三、应对 四、利他行为 五、健康人格行为方式的培养第八章 健康人格的动机因素 一、概述 二、动机的产生及与健康人格的关系 三、成就动机 四、健康人格动机的培养第九章 自我与健康人格 一、概述 二、自我与健康人格 三、加强自我完善, 形成健康人格第十章 人际交往与健康人格 一、概述 二、人际交往与健康人格 三、建立良好的人际关系, 塑造健康人格第十一章 审美与健康人格第十二章 品德与健康人格第十三章 健康人格的测评第十四章 人格障碍与治疗 后记

<<健康人格论>>

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>