

<<大学生人格发展与辅导>>

图书基本信息

书名：<<大学生人格发展与辅导>>

13位ISBN编号：9787811353969

10位ISBN编号：7811353962

出版时间：2009-11

出版时间：暨南大学出版社

作者：许思安，严标宾 编著

页数：213

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>

## <<大学生人格发展与辅导>>

### 前言

大学阶段是青年学生人格形成的关键时期，也是其人格心理转折的关键时期。

然而科技进步、经济全球化以及体制变革等诸多因素的影响，导致市场经济迅速推进，形成了竞争日趋激烈的社会环境，大学生在校期间所面临的环境适应、人际交往、学习成才、交友恋爱、求职择业、网络诱惑、情绪调节等方面的心理压力和冲突日趋严重，反映出的心理困惑和问题也日益突出。

加强大学生人格教育，已成为高等院校人才培养必须研究解决的课题。

关于大学生人格问题的论述在已有的著作中并不鲜见，它或作为专门的章节在大学生心理健康类的著作或教材中出现，或作为独立的人格系列书籍出现。

这些著作无论是表达的广度还是深度均可圈可点，其中不乏有重要影响的力作。

本书的目的并不是否认其他著作的重要性，也不仅仅是在这些著作的基础上增加一部新的作品，而是要揭示人格的发展和辅导乃大学生学习和生活的一个重要组成部分。

它并不是空洞的理论说教，也不是遥不可及的理念构想，而是可以通过学习掌握和提升的实践操守。

基于这样的目的，本书承担了教材和生活指导书籍的双重作用。

它既向大学生传递人格概念的相关理论知识（如其具体内涵和相关理论），让他们了解人格概念在心理学领域中的确切范畴，又让他们能够熟练运用人格的相关理论分析、指导甚至解决自我成长中的相关问题，真正将理论知识实践化。

理论是实践的基础和指导，而实践是理论的应用和延伸，两者相辅相成，互助互益。

同时，在写作风格和内容安排上，本书在以下几方面有所突破：第一，可读性强。

对专业领域之外的其他大众来说，过分理论化和学术化的叙述从来不会受到欢迎和抬爱，不会吸引他们的注意力，也不会引起他们的兴趣，更不会给他们留下深刻的印象。

大学生也不例外。

为了解决这个难题，本书一方面尽量保持非专业化的叙述风格，让人格领域的专业知识通俗化、简单化；另一方面本书采用“知识链接”的形式对部分内容进行补充叙述，使行文更加具有趣味性和可读性。

## <<大学生人格发展与辅导>>

### 内容概要

本书承担了教材和生活指导书籍的双重作用。

它既向大学生传递人格概念的相关理论知识（如其具体内涵和相关理论），让他们了解人格概念在心理学领域中的确切范畴，又让他们能够熟练运用人格的相关理论分析、指导甚至解决自我成长中的相关问题，真正将理论知识实践化。

本书一方面尽量保持非专业化的叙述风格，让人格领域的专业知识通俗化、简单化；另一方面本书采用“知识链接”的形式对部分内容进行补充叙述，使行文更加具有趣味性和可读性。

## &lt;&lt;大学生人格发展与辅导&gt;&gt;

## 书籍目录

序言第一章 绪论 本章提要 一、人格——有别于生活视角的理解 (一)人格的词源分析 (二)人格的心理学定义 (三)气质、性格、个性与人格 二、健康人格——走向和谐与成长 (一)中国古代思想家关于理想人格的思辨 (二)西方思想家、哲学家关于理想人格的思辨 (三)心理学视角的健康人格 (四)自我统合人格理论 三、健康与幸福——大学生生活的重要主题 (一)健康与心理健康 (二)幸福心理与人格 小结 关键词 思考题第二章 人格的发展 本章提要 一、人格发展的阶段论——差异中的共同点 (一)弗洛伊德的人格发展阶段论 (二)奥尔波特的统我发展观 (三)埃里克森的发展阶段理论 (四)启示 二、谁来决定你的人格——并不孤立的成长 (一)内源性因素 (二)外源性因素 三、人，认识我们自己——大学生人格发展现状 (一)大学生基本人格状况 (二)大学生人格问题状况研究 (三)大学生特殊人群人格状况 (四)大学生统合人格状况 小结 关键词 思考题第三章 人格发展动力 本章提要 一、心理动力学模式——力量的源泉 (一)精神分析的动力观 (二)人本主义动力观 二、行为、认知模式——我有我选择 (一)行为主义者眼中的人格 (二)从认知主义的视角看人格 三、社会文化模式——各自各精彩 (一)霍妮的神经症需要决定人格观 (二)弗洛姆的社会性格论 (三)沙利文的人际关系人格理论 (四)卡丁纳的文化与人格相互作用理论 小结 关键词 思考题第四章 大学生人格的自我管理 本章提要 一、自我意识管理——在悦纳自我中成长 (一)自我意识的内涵 (二)自我意识的管理 二、自我管理的其他模式——见仁见智般的多样性 (一)动机的自我管理 (二)自我目标管理 三、自我管理新取向——来自积极心理学的启迪 (一)积极心理学的兴起及其主要特征 (二)积极心理学对大学生人格自我管理的启迪 小结 关键词 思考题第五章 大学生人格的自我评估 本章提要 一、人格评估的一般问题——用科学的方法了解自己 (一)人格评估的可行性 (二)人格评估的资料来源 (三)人格评估工具的保证 二、测验法与投射法——人格自我评估的主要方法 (一)人格评估的问卷式测验 (二)人格评估的投射测验 三、人格评估的方法补充——其他方法的综合运用 (一)场独立和场依存测量 (二)行为评定 (三)访谈法 (四)情境测验 小结 关键词 思考题第六章 大学生人格辅导的外部寻求 本章提要 一、大学生常见的人格障碍——识别中提高警觉 (一)心理异常概述 (二)大学生中几种常见的人格障碍 二、大学生人格辅导的主动寻求——调适中走向成熟 (一)积极的自我暗示 (二)掌握调适的策略 三、大学生的人格辅导的被动寻求——学习中完善自我 (一)人格教育的途径 (二)人格教育的方法 小结 关键词 思考题参考文献后记

## &lt;&lt;大学生人格发展与辅导&gt;&gt;

## 章节摘录

现代著名分析心理学家荣格的人格理论体系中有一个重要的概念——人格面具。

荣格把它称为精神的“外部形象”(outward-face), 是一个人公开展示的一面, 其目的在于给人一个很好的印象, 以便得到社会的承认。

荣格把人格面具看做是“一定的模型即行为类型”, “是一种适应机制, 它使个体容易适从一定的立场或环境”, 因而“对人的生存来说也是需要的, 它保证了我们能够与人, 甚至与那些我们并不喜欢的人和和睦相处。

它能够实现个人目的, 达到个人成就, 它是社会生活和公共生活的基础”。

(资料来源: 徐光兴. 世界文学名著心理案例集. 上海: 上海教育出版社, 2006.2 44) (二) 人格的心理

学定义从西塞罗时代开始, 对人格概念的探讨是心理学中最有吸引力也最有挑战性的研究领域之一。

然而迄今为止, “人格”的定义尚在争论中。

近现代的西方学者就此提出了许多不同的心理学定义, 归纳起来可以分成五种: 第一, 罗列式的定义

。从古罗马时期就开始有了这种定义, 到了17世纪, 更成为人格的习惯用法。

例如, 普林斯认为: “人格是个体一切生物的先天倾向、冲动、趋向、欲求和本能, 以及由经验而获得的倾向和趋向的总和。

”沃伦提出: “人格包括了个人品性的各个方面, 如智慧、德行、气质和技能等。

”又如, 梅林格对人格的定义是: “人格被用来描述几乎所有东西, 从灵魂的属性到爽身粉的属性。

照我们的用法, 人格是指整个的人, 他的身高和体重、爱和憎、血压和反射; 他的微笑和希望, 瘤腿和扁桃体肿大。

人格是指一个人现在的一切和他对自己将来的一切希望。

”上述定义的基本特点是, 通常采用诸如“人格是……的总和”; 有时采用“集合”、“组合”或“聚合”等词汇, 都是以列举的方式罗列属于人格的东西。

第二, 整合的或完形的定义。

例如, 麦考迪把人格定义为“多种模式(兴趣)的整合, 这种整合使有机体的行为具有一种特殊的个人倾向”。

华伦和卡尔启尔把人格定义为“一个人在任何发展阶段的全部组织”。

盖舍尔则认为人格是“渗透一切的超模式, 这个超模式表现有机体的完整性和行为特征的个体性”。

可见这种类型的定义强调的是个人属性的组织性和整体性。

第三, 层次性定义。

最为经典的定义是美国著名心理学家詹姆士提出来的, 他把自我(实际上是指人格)分成四个层次:

物质的自我, 包括一个人的身体、财产所有, 以及家庭和亲友; 社会的自我, 即在交往中人们对他的承认; 精神的自我, 即自我的统一功能, 它能把不同层次的自我统一起来, 尽可能排除人格各部分之间的不协调; 纯粹的自我, 即对自己进行反省的自我, 它具有自我认识的功能。

## 后记

1993年，一个阳光灿烂的日子里，怀着满腔的激情，带着热切的期盼，我走进了大学的校门，可是还未来得及体会大学的滋味，第二天就被剪了个很短的头发……军训生活开启了我的大学生涯。

大学的四年里，承载了我很多美好的回忆，这也许是大学生们都似曾相识的共同经历：大学里，我们有过彻夜卧谈，有过扑克牌的通宵拼杀，有过弗洛伊德的争论，有过荷包岛的畅游……这是一个最值得珍惜的集体，这是一段最难以忘怀的时光……大学里，我们曾一起感受成功与快乐，一起品尝失败与忧愁，一起憧憬未来，一起渐渐长大……毕业十年，告别天真与幻想，走向成熟与理智，青春已不再，但我们更能笑对人生……欣赏马斯洛的一段话：“我是一个在路上行走的小男孩，一直在往一个奇异的地方走去，我正好到达了我的出生地。

我一直在为一项事业奋斗，那是最适合我的事业……我不知道你们每一个人从什么地方来，但事实上可以是任何地方，你们不需要经过任何提携，不需要亲友，不需要任何特殊和优惠，也不需要经过任何一个特殊的学校……只需要你们的能力和天资。

”这番话也许能启迪我们去思考：在大学这个人生道路的驿站里，我们将如何走好自己的路。

事实上，每个人都在走自己的路，有时我们走的是阳光大道，有时我们也会误入弯路，有时甚至迷路……在这条路上，也许我们会得到他人赞赏的眼神，也许要迎接来自别人在他的路上投来的各样目光……也很欣赏但丁的这句名言：“走自己的路，让别人说去吧！”

”因为它道出了：不管怎样，这是属于我们自己的路，靠的是自己的力量。

本书从经典的斯芬克斯之谜开始，引领大学生们进入弗洛伊德的无意识领域，探析艾利斯的非理性观点，分享罗杰斯的无条件积极关注……走进人格心理学的世界，尝试以积极的视角看待我们自己和身边的每个人，正是本书的希冀所在。

我们衷心希望，我们的书能让广大大学生读者从中得到启发。

全书共六章，第一、二、六章由许思安编写，第三、四、五章由严标宾编写。

全书的统稿、定稿由许思安负责。

由于水平与经验的限制，书中难免有错误或不足之处，敬请读者与同行批评指正。

## <<大学生人格发展与辅导>>

### 编辑推荐

《大学生人格发展与辅导》：人格的发展人格发展动力大学生人格的自我管理大学生人格的自我评估  
大学生人格辅导的外部寻求

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>