

<<人格障碍与调适>>

图书基本信息

## <<人格障碍与调适>>

### 内容概要

人格障碍与调适改编自《人格心理学——人性的探索》(Personality Psychology, 2e), 主要探讨人格如何帮助我们以独一无二的方式来适应生活的挑战和要求。

人格障碍与调适主要包括人格心理学概观、调适与健康以及人格障碍三部分。

每一部分都是读者最感兴趣的内容。

作者以实际案例作为引子, 解释和分析心理调适与人格, 极具趣味性和知识性。

人格障碍与调适适合于所有对心理学感兴趣的读者, 尤其是希望解读个人内心的普通大众。

## <<人格障碍与调适>>

### 作者简介

兰迪·拉森(Randy J. Laresen)

目前，拉森是圣路易斯华盛顿大学的心理学系主任、人类价值与道德系的William R. Stuckenberg教授，教授人格心理学及其他课程。

1987年获得心理健康国家研究院颁发的科学研究发展奖；1992年被美国心理学会授予人格心理学学术新人杰出科学成就奖。

拉森是美国国家健康研究院数个科学评审小组的成员，他对于人格心理学的研究得到了心理健康国家研究院、国家科学基金、认知神经科学的McDonnell基金以及Solon Summerfield基金的资助。

2000年，他当选为美国中西部心理学会主席。

戴维·巴斯(David M. Buss)

于1981年在伯克利加州大学获得博士学位。

他曾就职于哈佛大学和密歇根大学，1996年开始执教于奥斯汀德州大学。

1988年获得美国心理学会授予的人格心理学学术新人杰出科学成就奖，

1990年被美国心理学会授予G. Stanley

Hall奖，2001年获得美国心理学会颁发的杰出科学教授奖。

巴斯的著作包括：《欲望的演化：人类的择偶策略》（修订版），该书被译为10种语言；《进化心理学：心理的新科学》（第四版），该书获得Robert

W. Hamilton图书奖；《危险的激情：为什么嫉妒与爱和性一样是必需的》，该书被译为13种语言。

译者简介：

郭永玉，心理学博士，现任华中师范大学心理学院教授、博士生导师。

兼任教育部高校心理学教学指导委员会委员，中国心理学会理事，中国心理学会人格心理学分会副会长，中国心理学会理论心理学与心理学史分会副会长，中国心理学会教学工作委员会委员，湖北省心理学会常务理事，《心理科学》、《心理学探新》、《心理研究》等期刊编委。

美国Institute

of Transpersonal Psychology(ITP)访问学者，武汉大学哲学博士后，英国University of

Leicester访问教授。

先后在国内外学术期刊上发表论文90余篇，出版专著、译著及主编或参编学术著作或教材10余部，获得全国教育科学研究优秀成果奖、全国教育图书奖、湖北省社会科学优秀成果奖、湖北省优秀教师、湖北省教学成果奖等多项奖励。

## <<人格障碍与调适>>

### 书籍目录

#### 人格心理学概观

1. 人格定义
2. 人格分析的三种水平
3. 当代的人格研究
4. 人性知识的六大领域
5. 人格—疾病联结的模型
6. 压力的概念
7. 应对策略和风格
8. A 型人格与心血管疾病

#### 人格障碍

9. 人格障碍的成分
10. 障碍的概念
11. 人格障碍的类型
12. 人格障碍的发生率及成因

## &lt;&lt;人格障碍与调适&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：依赖型人格障碍 依赖型人格障碍者处处依赖他人。

依赖型人格障碍的主要标志是过分需要他人的照顾和呵护。

他们以顺从的方式行事，以便获得他人更好的呵护，让他人控制情境。

他们需要大量的鼓励和建议，甚至会把做决定的责任也推给他人。

关于应该住在哪里、上哪所学校、修哪门课程、与哪些人交往等决定对他们来说都很困难，他们需要寻求他人的肯定和帮助。

甚至对于很小的决定，如今天出门是否带伞、穿什么颜色的衣服、在餐馆里点什么菜等也需要他人的建议，他们很少掌握主动权。

由于依赖型的人害怕失去他人的帮助和建议，他们会尽量避免与被依赖者发生分歧。

由于极度需要支持，依赖型人格障碍者甚至会屈从于本不赞同的建议或决定，以避免惹被依赖者生气。

他们缺乏自信，需要他人不断地肯定自己，因而他们无法独立完成工作。

他们会等他人一起开始工作，在工作中总是需要他人指点。

他们总强调自己能力不够，以便得到其他人的帮助。

他们尽量不让自己表现得很能干，以免他人不再帮助自己。

一个总是依赖他人解决问题的人不可能学会独立生活和独立处理问题的技能。

依赖型人格障碍者为得到他人的支持和帮助可以忍受各种极端的处境。

他们会屈从于一些无理要求，忍受屈辱或与他人保持扭曲的关系。

他们认为自己无力照顾自己，所以需要忍受屈辱来维系与被依赖者的关系。

他们的悲哀在于，他们推卸责任和过于依赖他人，永远也发现不了自己有照顾自己的能力。

表11列举了依赖型人格障碍者的主要特征和典型信念。

表11 依赖型人格障碍的特征 过于依赖他人的呵护 屈从他人意愿 寻求他人的肯定 很少采取主动行为，很少发表不同意见 无法独立工作 为获得支持，不惜忍受屈辱 依赖型人格的典型想法或信念 “我很脆弱，我需要帮助。

” “最糟糕的事情是被他人抛弃，独自一人。

” “我不能得罪那些我需要的人。

” “为得到别人的帮助我必须顺从。

” “我需要别人帮我做决定。

” “我希望有人告诉我该怎么做。

” 侮辱和虐待关系的出路使他人处于某种关系中的一种常见策略是使他们确信没有人需要他们，该策略在扭曲的婚姻关系中很常见，例如，丈夫经常贬低自己的妻子。

这是一种心理虐待，表现为经常指责妻子的缺点，侮辱她的外表或能力。

一些在婚姻生活中缺乏安全感，担心配偶会离弃自己的男性会极力贬低配偶的自信，让她们相信自己不好，有的甚至会进行身体虐待。

虽然有时女性也侮辱、虐待男性，但更多的是男性侮辱女性。

在经受长期的侮辱和心理虐待以后，许多女性的自尊会降低。

在这种情况下，为了获得肯定，女性会越来越依赖男性，为了避免惹怒丈夫，避免丈夫侮辱自己，妻子会变得逆来顺受。

妻子不再主动做任何决定，把做决定的机会让给丈夫，因为他一旦发现她过于主动，就会找机会侮辱她，以示惩戒。

为得到他的肯定，她选择忍受一切。

此外，他会想办法让她相信，除了他以外，她找不到更好的男人。

总之，丈夫使妻子在心理上形成对自己的依赖。

处于这种心理或身体虐待关系中的人应该认识到，她们不需要忍受这种不公平的对待，她们并不是配偶所描述的那种无能的人，她们需要做的第一步就是学会自己做决定。

## <<人格障碍与调适>>

第一个决定常常是离开虐待她们的人，去安全的地方，比如寻求妇女救助中心或亲人的帮助。

她们必须认识到，自己有主动行为的能力。

通常，有了第一次决定，也是最困难的决定后，做出其他决定就会容易很多，她们会慢慢学会自己照顾自己。

<<人格障碍与调适>>

编辑推荐

<<人格障碍与调适>>

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>