

<<人际关系心理学>>

图书基本信息

书名：<<人际关系心理学>>

13位ISBN编号：9787811233445

10位ISBN编号：7811233444

出版时间：2008-8

出版时间：北京交通大学出版社

作者：彭贤 主编

页数：330

字数：487000

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>

<<人际关系心理学>>

前言

人们早就注意到了人际关系对人类生活的重要性，一直以来，人际关系都是与成功息息相关的因素，古语里关于成功的三要素：“天时、地利、人和”，其中“人和”强调的就是和谐的人际关系。

罗斯福也说：“成功公式中，最重要的一项因素是与人相处”。

可以说，人际交往能力是个人成长中一项重要的素质，具有较强的人际交往能力的人，成功的概率更高一些。

<<人际关系心理学>>

内容概要

本书是编者多年来对从事人际关系心理学教学与培训之实践经验的概括与总结，共分为基础篇、应用篇、专题篇、实践篇和活动篇五部分；其中：基础篇和应用篇涵盖了从基础知识到现实应用的人际关系的诸多方面；专题篇包括两性关系和营销关系两部分；实践篇对从校园到家庭的各类人际关系案例逐一进行了心理剖析，并提供了可贵的拓展知识和行动建议；活动篇则注重学生学习该课程时的深度参与，方便任课老师参考实施培训式教学，为学生在课堂上创造大量实践、感受、思考与体悟的机会。

总之，本书的设计与编写力图弥补以往同类著作和课本比较理论和抽象的遗憾，希望通过该课程的教学与培训，读者首先能使自己的周遭最亲近的人受益，有意识有能力地构建一种更快乐、更和谐、更有效、更成功的人生。

本书内容全面，条理清晰，具有一定的科学性、系统性、实践性及学术性，同时，也力求哲理文采，注重文本的可读性。

它不仅可供高等院校广大非心理学专业的学生作为公共选修课教材，也是心理学专业，尤其是应用心理学专业基础课的必备的内容。

另外，亦适合社会各界同人，尤其是青年学子、家长、教育工作者、管理工作、社会活动人士及广大心理学爱好者阅读、借鉴。

<<人际关系心理学>>

书籍目录

基础篇	第1章 人际关系：人的需要	1.1 需要	1.1.1 需要的概念及形成	1.1.2 需要的种类
	1.2 良好的人际关系是人的需要满足的条件	1.2.1 良好的人际关系是人的本能需要	1.2.2 良好的人际关系是心理健康的需要	1.2.3 良好的人际关系是社会生活的需要
	1.3 人际关系的需求类型与倾向	1.3.1 包容的需求	1.3.2 支配的需求	1.3.3 感悟的需求
思考题	第2章 人际关系的形成与发展	2.1 人际关系心理学的理论基础		
	2.1.1 社会交换理论	2.1.2 社会需要理论	2.1.3 社会实在理论	2.1.4 互动理论
	2.2 人际关系的发展阶段	2.2.1 觉察相识	2.2.2 表面接触	2.2.3 亲密互惠
	2.2.4 稳固相容	2.3 衡量人际关系深浅的标志	2.4 人际关系建立的条件	2.5 人际关系的瓦解
思考题	第3章 人际关系的心态类型	3.1 交往动机	3.1.1 亲和动机	
	3.1.2 成就动机	3.1.3 赞许动机	3.2 人际关系的类型	3.2.1 按人际关系的媒介分类
	3.2.2 按互动的方式分类	3.2.3 按人际反应倾向分类	3.3 人际交往的基本模式	
思考题	第4章 人际关系与人格类型	4.1 人格对人际交往的影响	4.2 MBTI与人际关系	
	4.2.1 MBTI的由来	4.2.2 MBTI中的术语	4.2.3 不同心理类型的人格特征及其在人际关系上的特点	4.3 测一测你的心理类型
	4.3 测一测你的心理类型	4.4 关于十六型人格量表的使用	4.4.1 人类的交往因差异而丰富	4.4.2 学习和使用MBTI应注意的几个问题
思考题	第5章 人际关系与心理健康	5.1 心理健康	5.1.1 健康	5.1.2 心理健康
	5.2 建立良好的人际关系对心理健康的意义	5.2.1 良好的人际关系是心理和个性保持健康的基本条件	5.2.2 良好的人际关系能给人带来安全感与归属感	5.2.3 良好的人际关系对一些心理问题有治疗作用
思考题	第6章 人际关系与个体成功	6.1 良好的人际关系为个体的成功打下基础	6.1.1 人际关系是心理发展的土壤	6.1.2 人际关系是心理健康的源泉
	6.1.2 人际关系是心理健康的源泉应用篇	专题篇一	专题篇二
	实践篇	活动篇	附录A 有关面对面说明的自我分析问卷	附录B 人际物质问卷
	附录C 压力核查表	参考文献	后记	

<<人际关系心理学>>

章节摘录

基础篇第1章 人际关系：人的需要美国心理学家沙赫特曾做过一个“人际剥夺”实验：他以每小时15美元的高薪招募应试者到他创设的一个小房间里去居住，居住的时间越长，得到的报酬越多。这个小房间完全与外界隔绝，没有报纸，没有电话，不准写信，听不到外界的声音，当然更找不到人聊天。

每天只供应饮食等必需的用品。

先后有5人应聘参加了这个实验。

实验的结果是：1个人在小房间里待了2个小时，2个人待了2天，只有1个人待了8天。

这个待了8天的人出来以后说：“如果再让我在里面待1分钟，我就要疯了。”

这个实验充分地验证了作为社会性的人，离不开与别人的交往。

就像吃饭、睡觉一样，人际交往也是人的一种需要，良好的人际关系是人生存和发展的基础和条件。

人际关系是人们在交往过程中建立起来的人与人之间的心理的和社会的关系。

关系的好坏反映了人们在相互交往过程中物质的和精神的需要能否得到满足的心理状态，需要得到满足，就喜欢和亲近；反之，则厌恶和疏远，所以人际关系具有强烈的情感色彩，这与其他社会关系层面上的政治关系、法律关系等有一定的区别。

1.1 需要刚出生的婴儿不需别人教就会吃奶；春心萌动的少男少女们不用别人引导，就会自然的萌发对异性的好奇和爱慕，甚至想压抑都压抑不住。

这就是需要的力量。

在长期的劳动和实践中，人从动物中分离出，组建成形形色色的社会群体。

无论是处于群体中的人还是个体的人，其活动都是由人的内在需要决定的。

人类需要的产生、发展和不断满足，是实现个人与社会和谐发展的客观基础。

<<人际关系心理学>>

后记

《人际关系心理学》是我们几位老师承担的公共选修课和应用心理学的专业基础课。

人际关系对于大学生的健康、成功和幸福的重要性可谓有目共睹。

首先，西方性解放思潮正冲击着20世纪80年代后出生的这一代人，给校园里的两性关系带来了种种困惑，学校心理咨询案例中有半数以上涉及人际关系和两性关系问题，两性关系心理学正是大学生求知若渴的内容。

<<人际关系心理学>>

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>