

# 《历史中的心理学》

## 图书基本信息

书名：《历史中的心理学》

13位ISBN编号：9787111301752

10位ISBN编号：7111301757

出版时间：2010年

出版社：机械工业出版社

作者：岳晓东

页数：197

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《历史中的心理学》

## 内容概要

为古人做心理素描 是英雄创造历史，还是性格铸造历史？本书试图为22位古今中外的著名历史人物做心理素描，勾画出他们突出的人格特征与情结表现，并对其历史功过做心理学的剖析。心理学是一门大众学科，可谓无所不见、深入人心。而写作此书，正是为了表明这一点。

本书论及的心理学概念涉及人格心理学、变态心理学、社会心理学及精神分析理论等领域。笔者希望以此将心理学的种种抽象概念具体化、生活化、鲜明化，以使读者学会用心理学的眼光来剖析历史名人人生起伏的心理根源。

本书涉及的人物有人格障碍者（如拿破仑、希特勒），也有人格完善者（如李世民、苏东坡），有自我认知者（如赵构、诺贝尔），也有人格缺陷者（如康有为、恺撒）。笔者之所以选取他们，是为了揭示这些广为人知的人物鲜为人知的一面。

# 《历史中的心理学》

## 作者简介

中国著名的心理学家，大学毕业后赴美深造，1993年获得哈佛大学心理学博士学位。目前他是国内唯一毕业于哈佛大学的心理学家，现在香港城市大学任教，香港心理学会辅导心理分会首任会长，内地20多个机构的特邀顾问、名誉理事长等；内地多家报刊的专栏作家，如《北京科技报》、《青年心理》、《校园心理》、《中国日报》(英文版)，并受聘担任南京大学、华南师范大学、南京师范大学等10余所大学的客座教授。

岳博士在心理咨询、创新思维、青少年偶像崇拜等方面做了大量的研究，成绩斐然。他先后在国内各类学术刊物上发表学术论文60余篇，特别是他的《登天的感觉》一书，使国内成千上万的读者对心理咨询开始有所了解，改变了很多人的生活。此外，他撰写的《少年我心》、《哈佛热线》和《批评的艺术》等心理学科普读物也深受读者的喜爱。

# 《历史中的心理学》

## 书籍目录

前言第1章 人格障碍篇 王安石：偏执型人格障碍 朱元璋：焦虑型人格障碍 尼禄：反社会型人格障碍 拿破仑：自恋型人格障碍 希特勒：攻击型人格障碍第2章 认知障碍篇 诸葛亮：云长-文长移情 李鸿章：定式思维导致误国心结 袁世凯：欺己盗国源自错误暗示 海明威：挥之不去的自杀意念第3章 人格缺陷篇 诸葛亮：鞠躬尽瘁源自完美主义 康有为：激进人格导致欲速不达 恺撒：自负人格导致忘乎所以 麦克阿瑟：表演型人格造就个人的誉毁第4章 自我认知篇 勾践：超强的防御机制导致卧薪尝胆 曹操：豁达猜疑的双重人格 赵构：生理阳痿导致人格阳痿 诺贝尔：情场失意源于自卑情结 斯大林：自我成就感带来的钢铁意志第5章 人格完善篇 李世民：自谦养就了虚心纳谏 苏东坡：乐观者笑傲江湖 林肯：幽默使自己活得开心 曹雪芹：在写作中升华自己的反叛 周恩来：南北互补达至人格完善参考文献

## 章节摘录

插图：终朱元璋一生，其生活轨道是由卑贱走向富贵，但是其心路历程却是由自信走向自卑。这主要是因为其巨大的成就焦虑和皇权焦虑所致，前者给他带来了无比沉重的心理包袱，工作很少有成就感；后者给他带来了巨大的安全失落感，陷入怀疑一切的泥潭。可以说，这两种焦虑造成了朱元璋的人格悲剧，使他成为中国历史上少有的暴君之一。朱元璋的个人悲剧在于：当他充满自卑的时候，还尚有几分自信，而当他应该充满自信时，他却尤感自卑。换言之，当朱元璋还叫朱重八的时候，他表现得相当顽强、自信、礼贤下士、恢弘大度，纵然只是红巾军的一方将领，却已是众望所归；但是自打朱重八改名为朱元璋之后，他便越来越敏感、脆弱、刚愎自用、残忍凶暴。由此，朱重八与朱元璋可谓两个截然不同的人格，是仁君与暴君的鲜明对比。这与其说是历代君王政治权术或皇权思想作怪的结果，倒不如说是朱元璋个人的人格悲剧！也就是说，朱元璋由仁君变为暴君，更多是心理作用的结果，而非简单是政治斗争的需要！朱元璋的“重八一元璋人格分裂猜想”需要有大量史料来加以佐证，特别是史料中对朱元璋晚年健康状况的记录、对其用药疗养的记录、对洪武二十六年至二十八年间的天象记录等。只有这样，我们才可以多元地、立体地看待朱元璋的晚年健康状况及其对决策的影响，也可以还朱元璋一个历史清白。

# 《历史中的心理学》

## 编辑推荐

《历史中的心理学》：著名心理学家的深度剖析，为历史人物作心理素描。哪些人格特质会决定人生的成败？真的是“性格决定命运”吗？在历史长河中留下足迹的那些历史人物，他们的性格如何影响了历史进程？

## 精彩短评

- 1、岳博士的书看得很好，对心理学知识的了解很有帮助。
- 2、马马虎虎
- 3、作者的视角是好的,但取得人物和评论的深度一般,有哗众取宠的感觉.
- 4、虽然篇幅不长 但是分析的挺好的
- 5、有些人物特征分析的不够详细
- 6、但当涉猎，通俗读物。
- 7、很有趣，可读性很强，稀饭
- 8、有论点，再去找论据?
- 9、书还不错。物流速度很快
- 10、大出版社的东西就是好
- 11、不错
- 12、从心理学的角度来评论历史人物，角度比较新颖。但是写得很浅，只是猜测。毕竟，研究历史需要的是史料、证据。
- 13、好书啊好书啊
- 14、从历史中分析心理现象！很有趣！
- 15、历史人物的心理学研究，很值得看
- 16、这本书适合非专业人群阅读，对于修读心理学的人来说，这本书也许满足不了你要求。岳晓东先生的这本书涉及了许多中外名人，并引出了相应的心理名词，作了一定的介绍。对于那些对心理学与中外历史感兴趣的人来说，这本书值得一看。但是介绍的人物多了，每个人介绍得自然就不够深入，分析得也不深刻。这可能是岳博士的历史修养还不够，毕竟对非历史学专业的人来说要全面了解二十多个人物的生平是一个相当有难度的工作。该书的结构是先介绍历史人物然后给予一些分析，建议心理学入门者阅读。
- 17、为毛我挑的书都冷门又难看
- 18、本人觉得这本书没有《登天的感觉》那么好看，它比较贴近生活，这本书是以历史为镜子。
- 19、马马虎虎看看就行，不要太在意细节，提供了一个新的分析视角。
- 20、不错，很不错的书！不过内容对我来说有点浅
- 21、给女儿买的，是正品，买书一直在当当上买的！
- 22、赵构那一章很有意思
- 23、通过心理分析的方法讨论历史人物的成败得失，很有意思。但是用来支撑的论据真实性有待商榷，一定程度上会影响结论是否准确。
- 24、挺好的，要认真读读！
- 25、一种新奇的思路，可供猎奇看。行文模式是择取些史实后，加以附会为不同的人格类型。
- 26、懂心理学的，喜欢研究心理学的可以看看，大赞
- 27、很突出的历史人物一般会有鲜明的特点，但是不是一定能到称之为病态的程度，我觉得未必，看了一点儿，感觉有些地方有点儿夸大，牵强
- 28、知识性和趣味性于一体，有利于人生更好的发展！

# 《历史中的心理学》

## 精彩书评

1、闲来无事，读了下岳晓东博士写的《历史中的心理学》，对其中人格障碍、人格缺陷、认知障碍有了一定的了解。对其中完美主义的人格表现印象很深。摘录如下：1、辛苦工作、注意细节，做事务求尽善尽美；2、认为自己在智力上和道德上高于别人；3、要求规矩，缺乏弹性，容易产生对自己完美理想的信仰，从而陷入思维定式；4、行事谨慎，力图成功，不能宽容自己甚至他人的失误；5、非常在意生活中重要人物的评价和期待。那么，完美主义人格到底是好事还是坏事，怎么对待和处理完美主义人格中的缺陷和认识事物的障碍？我个人认为，完美主义人格没有好与坏的直接定义，做事情力求完美注意细节是十分正确的，谨慎、在意别人的评价是正常的，但是完美主义人格的人应避免骄傲、思维定式、以及对他人的认知，避免对自己对他人无宽容之心。在生活中，自谦、乐观、互通是对人格的进一步修炼和完善，每个人的性格、人格、三观都是不一样的，世界是多样化的，我们应该有一颗包容之心，包容万物、包容他人、理解他人。最后引用一句话结束，“如果你能了解任何事情，就能理解任何事情”。（忘了是哪个哲人说的，呵呵）

## 章节试读

### 1、《历史中的心理学》的笔记-知识链接

人格 (personality) 是一个人具有一定倾向性的心理特征的总和，是个体特有的特质模式及行为倾向的统一体。而人格障碍 (personality disorder) 则是指从童年或少年期开始，并持续终生的显著偏离常态的人格。根据现代人格心理学理论，人格障碍一般可分为偏执型、情感型、分裂型、暴发型、强迫型、癔症型、无力型、反社会型和不合群型等。

#### 偏执型人格障碍的表现

心理学中，偏执型人格又称妄想型人格。其特点是自我评价过高，好胜心强，固执己见，多疑敏感，过分警惕。常采取过分的探查与防范措施，易嫉妒，好争辩，听不得批评意见，做了错事总是推诿于客观或归罪于别人。临床心理学将偏执型人格的具体表现又进一步描述为六个方面：

1. 极度的感觉过敏，对侮辱和伤害耿耿于怀；
2. 思想行为固执死板，敏感多疑、心胸狭隘、爱嫉妒；
3. 自以为是，自命不凡，对自己的能力估计过高，惯于把失败和责任归咎于他人；
4. 总是过多、过高地要求别人，但从来不信任别人；
5. 不能正确、客观地分析形势，有问题易从个人感情出发，主观片面性大；
6. 在家不能与家人和睦相处，在外不能与朋友、同事相处融洽。

#### 什么是焦虑情绪

简单地说，焦虑是一切负面情绪汇合所产生的恐惧情绪。它是对威胁性事件或情况的一种高度忧虑不安的状态，可导致精神过敏，高度紧张，严重者会达到生理和心理功能障碍的程度。

一般程度的焦虑情绪者，大多会产生痛苦、担心、嫉妒、报复等情绪，而且还会对自己产生怀疑；而严重焦虑情绪者则往往非常激动，非常痛苦，他们喊叫、做噩梦、报复心极强、食欲不振、消化和呼吸困难、过度肥胖，而且容易疲劳。最严重时，生理也会受到影响，如心脏加速、血压升高、呕吐、冒冷汗、精神紧张、肌肉硬化。

根据不同的特征，细致划分起来，焦虑情绪可以分为四个层次。

第一层：身体紧张。常常觉得自己没有办法放松，全身紧张，眉头紧锁，表情严肃，长吁短叹。

第二层：自主神经系统反应强烈。交感和副交感神经系统常常超负荷工作。易出汗、晕眩、呼吸急促，心跳过快，身体时冷时热，手脚冰凉或发热，胃部难受，大小便频繁，喉头有阻塞感。

第三层：对未来产生无名的担心。常常为未来担心，担心自己的职位、自己的工作、亲人、财产和健康。

第四层：过分机警。每时每刻都像一个站岗放哨的士兵，对周围环境每个细微动静和人类的言行充满警惕。

#### 反社会型人格障碍的成因

反社会型人格也称精神病态或社会病态、悖德性人格等。根据精神病学家和心理学家研究的成果来看，产生反社会型人格的主要原因有：早年丧父丧母或双亲离异、养子、先天体质异常、恶劣的社会环境、家庭环境和不合理的社会制度的影响，以及中枢神经系统发育不成熟等。

一般认为，家庭破裂、儿童被父母抛弃和受到忽视、从小缺乏父母亲在生活上和情感上的照顾和爱护，是反社会型人格形成和发展的主要社会因素。

反社会型人格障碍患者对坏人和对同伙的引诱缺乏抵抗力、对过错缺乏内在怨疚心等现象，都是由于他人赏罚的不一致性、本人善恶价值的判断自相矛盾所造成的；他们的冲动性和无法自制某些意愿及欲望，都是由于家庭成员对于自己的行为无原则、不道德、缺乏约束机制等恶劣示范造成的。

可见，反社会型人格的情绪不稳定、不负责任、撒谎欺骗，但又泰然而无动于衷的行为，与家庭、社会环境有着重要联系。

## 自恋型人格障碍的表现

根据中国精神障碍诊断与分类标准，自恋型人格障碍的主要特征有：夸大（幻想或行为）、需要他人赞扬并缺乏同感；起自早期成年时，前后过程多种多样，表现为下列五项以上。

- 1.具有自我重要的夸大感（例如，过分夸大成就和才能，在没有相应的成就时却盼望被认为是上乘）；
- 2.沉湎于无限成功、权力、光辉、美丽或理想爱情的幻想；
- 3.认为自己是“特殊”的和独一无二的，只能被其他特殊的或高地位的人（或单位）所了解或共事；
- 4.要求过分的赞扬；
- 5.有一种荣誉感，即不合理地期望特殊的优厚待遇或自动顺从他的期望；
- 6.在人际关系上是剥削（占便宜），即为了达到自己的目的而占有他人的利益；
- 7.缺乏同感：不愿设身处地地认识或认同他人的感情和需求；
- 8.往往嫉妒他人，或认为他人都在嫉妒自己；
- 9.显示骄傲、傲慢的行为或态度。

纵观希特勒的一生,他是一个充满复仇情结的人。在心理学上,情结是由一系列被压抑的无意识思想、感情、知觉记忆等所组成的意念倾向,它会在潜移默化中影响一个人的思维和情感方式,使人形成特殊的偏见或偏好。

## 主动攻击性人格与被动攻击性人格

主动攻击型人格障碍主要呈现为较为持久的攻击言行，缺乏自控能力，有对他人攻击的冲动，其攻击性行为是外向的。还有一种攻击型人格称为被动攻击型人格，其主要特征是以被动的方式表现其强烈的攻击倾向。这类人外表表现得被动和服从、百依百顺，内心却充满敌意和攻击性。

例如，故意迟到，故意不回电话和回信，故意拆台使工作无法进行；顽固执拗，不听调动。拖延时间，暗地破坏或阻挠。他们的仇视情感与攻击倾向十分强烈，但又不敢直接表露于外，他们虽然牢骚满腹，但心里又很依赖权威。

认知（cognition）是人脑反映客观事物的特性与联系，并揭露事物对人的意义与作用的心理活动，包括对事物的注意、辨别、理解、思考等。认知障碍通常影响到两个方面，即一个人对于自己的评价和其对社会的认识。一个人在自我意识的完善过程中，有时不能客观地认识 and 评价自我，就会出现自我认知障碍；而在认知过程中，个体的某些偏见影响认知的准确性，使认知发生偏差，就会出现社会认知障碍。

在心理学中,移情是指将个人对生命中某个重要人物事件或环境的爱与恨投射到他人他事的心理表现,主要表现为:无缘无故地喜爱或仇视某个人物事件地点、东西或环境等。刘备宠信魏延:是正向移情的表现,而诸葛亮反感魏延,则是一种反向移情的表现。

## 正向移情、负向移情与反移情

弗洛伊德是第一个发现移情现象并将它运用到精神分析与心理治疗的治疗师。他将移情定义为“患者在分析师身上看到了他童年和过去某个重要人物的复活，因此把适用于这一模式的情感和反应转移到分析师身上”。来访者将早年对父母的感觉、想法、情绪等，表现在与咨询者的关系上；或者将过去与重要他人的人际关系，重现在咨询者身上。

正向移情与负向移情是互相对应的概念，描述的是移情的内容性质。正向移情是指来访者将咨询者视为以往某个给其快乐、幸福或好感的对象，对咨询者投射了正面的情感，包括好感、喜欢、爱慕、依恋甚至爱恋等。负向移情是指来访者将咨询者视为过去某个给其带来挫折、痛苦或压抑的对象，对咨询者投射了负面的情感，包括猜疑、不满、抵抗、拒绝甚至敌意。反移情则是与移情相对的概念，用以表示移情的方向。反移情指的正是咨询关系中咨询者对来访者的移情

## 什么是心理定式

心理定式，是人们从事某项活动时的一种预先准备的状态。它能影响后继心理活动的趋势、程度、方式，其中包括知觉定式、思维定式、观念定式、情感定式、意向定式等。定式实际上是人们从事某项活动时的一种心理背景，主要表现为态度的效用。国外许多社会心理学家是把态度作为定式的同义语来看待的。在决策活动中，决策者已有的心理定式既有积极效用，也有消极效用。从积极方面的意义说，已有定式能帮助决策者减少决策程序，迅速地做出决策；消极方面则在于容易使决策者的心理活动特别是思维固着嵌塞，缺乏变通，仿佛沿着一条不变的路径前进。这显然是有碍科学决策的。

暗示是人类心理活动的一个基本属性。任何人都存在一定的暗示性，但每个人的强弱程度不同。暗示表现为对他人的动作、语言、观念不加批判地模仿或认同，从而导致自的知觉、判断、情感或行为改变的心理过程。暗示不是以分析、思考、说理的形式发生作用，而是以含蓄、迂回的方式，在无意识中不知不觉地接受信息并产生效果，根据暗示的来源，可分为自我暗示和他人暗示，自我暗示的信息来自本人，他人暗示的信息来自他人或外界情境。

依据暗示对个体心理和生理的影响情况，可将暗示分为积极暗示和消极暗示，积极暗示有利于促进身心健康；消极暗示则会损害个体的身心健康，甚至诱发精神失常或导致严重的后果。

## 什么是心理暗示

暗示是人类心理活动的一个基本属性。任何人都存在一定的暗示性，但每个人的强弱程度不同。暗示表现为对他人的动作、语言、观念不加批判地模仿或认同，从而导致自的知觉、判断、情感或行为改变的心理过程。暗示不是以分析、思考、说理的形式发生作用，而是以含蓄、迂回的方式，在无意识中不知不觉地接受信息并产生效果，根据暗示的来源，可分为自我暗示和他人暗示，自我暗示的信息来自本人，他人暗示的信息来自他人或外界情境。

依据暗示对个体心理和生理的影响情况，可将暗示分为积极暗示和消极暗示，积极暗示有利于促进身心健康；消极暗示则会损害个体的身心健康，甚至诱发精神失常或导致严重的后果。

海明威一生大部分的精力都在达成“理想自我”这一任务，他为自己制定了严格的内心指令系统，要求自己做绝对完美的理想形象—硬汉、英雄。然而遗憾的是，过于强烈的硬汉人生，会导致自我的刚愎自用，一旦“硬汉”遭受到打击，自我形象受到破坏，就会因为强烈的反差而产生情绪上的极端失望和绝望，从而对自己丧失信心。

当海明威为之奋斗了一生的“硬汉、英雄”形象在疾病、衰老中逐渐倒下时，他没有能力再用自己的行为维护理想的形象，他体验到矛盾的折磨和痛苦，他感到焦虑与忧郁正在不可避免地侵袭而来。

在海明威生活的最后十年里，他经常会无缘无故地用言语中伤他人，无论在什么时候，大庭广众或是私下里，每当他感到某些人在某种程度上对他是一种威胁时，他会对他人的身体进行攻击，最常用的武器就是指责对方断子绝孙、性无能、同性恋。同时，他还开始酗酒，希望通过酗酒以及沉溺于写作来改变这种局面，缓解焦虑，但当各种病痛使他无法忍受，健康不再允许、再也写不出作品时，海明威的安全感彻底丧失了，而且最主要的是，对现实的局面，他无能为力，他只能体验更深层次的焦虑和无助。

最终，焦虑和无助激起了他对自己的敌意、愤怒、轻蔑和仇恨。

任何形式的自杀都是一种谴责。海明威的自杀是对自己的谴责。对硬汉人生的追求成就了海明威一系列硬汉作品以及文学，可是最终对达不到自己理想的“神话”而自我谴责、自我憎恨，他对自己矛盾的生活恐惧并最终绝望，最后选择了死亡。

## 心理学论自杀

弗洛伊德认为：“生命与死亡的本能是人格中的建设倾向和破坏倾向。人生一开始就带有自我破坏的倾向，它结合种种内在的心理与外在环境因素才可能构成自杀行动。”心理学认为，绝望是自杀的根源。它来自个人的孤独感、自卑感、无助感，以及精神疾患等因素。这些因素会使人感到受排斥、遭拒绝、被淘汰，令人感到倒霉的事情专门发生在个人身上。久而久之，人就会越来越绝望。自杀幻想多是自我偏执不断膨胀的结果。由此，有自杀意念的人大多夸大了个人的精神痛苦程度，认定自己所

蒙受的打击举世无双，于是便有了万念俱灰的感觉。

人格缺陷（personality defect）是介于正常人格与人格障碍之间的一种人格状态，也可以说是一种人格发展的不良倾向，或是说某种轻度的人格障碍。常见的人格缺陷有自卑、冷漠、依赖、多疑，或者自负、孤傲、偏执、强迫等，甚至出现敌视、暴躁、冲动、破坏等。这些都是不健康的心理因素，它们不仅影响个体的活动效率，也妨碍其正常的人际关系，进而对其涉及的社会生活产生影响。

-----由于完美主义者对于重要人物评价的高度重视，刘备的信任和期望就令诸葛亮逐渐将知遇之恩与其对完美道德的追求结合起来，形成了其对忠君报国这一完美形象的信仰。后来刘备托孤时的嘱托，更加强了诸葛亮的这种完美思考。

《心理学大词典》将情结定义为：“由一些被意识压抑的意念即无意识的思想、感情、知觉、记忆等所组成的具有类似核心作用的复杂的心理现象，它能吸附许多经验，使当事者的思想行为及情绪易受这种情结的影响而遵循一定的方式进行，形成固定的行为模式。情结会在潜移默化中影响一个人的思维和情感方式，使人形成特殊的偏见或偏好，情结也是人情感的自然流露，很难加以理性控制。”

身心医学研究表明，完美主义和许多心理障碍及心身疾病有密切关系。内地学者王敬群等曾将完美主义与心理病理现象之间的关系总结为六类，包括 抑郁；2社交焦虑与社交恐怖；人格障碍；强迫症；进食障碍；身心障碍

## 完美主义人格的表现

1. 辛苦工作，注意细节，做事尽善尽美。
2. 认为自己在智力上和道德上高于别人。
3. 要求规矩，缺乏弹性，容易产生对自己完美理想的信仰，从而陷入定式思维。
4. 行事谨慎，力图成功，不能宽容自己甚至他人的失误。
5. 非常在意生活中重要人物的评价和期待。

-----著名心理学家阿德勒将人的性格定义为一个人尝试去适应他所居住的环境，因而显现出来的特殊作风，并将人的性格分为激进性格（攻击性性格）和非激进性格（非攻击性性格两种，具体地说，如果一个人在追求权力或优越目标时，以与他人为敌的方式呈现自我，并在表面上伤害他人，那他就属于激进性格；如果一个人以自我撤退的方式来操纵他人的关心，并在表面上不伤害他人，那他就属于非激进性格。

激进性格如果过度发展，就会达到一种偏激状态，它使人看问题总是戴着有色眼镜，以偏概全，固执己见，钻牛角尖，对他人善意的规劝一概不予理会，它还会使人做事急功近利、好大喜功、重名轻实，对他人的优点视而不见，却总是夸大自己的作用，而在决策过程中，激进性格者可导致思维的两极化，每当面临错综复杂的局面时，会将问题简单化单一化，这样的“一根筋”做法，缺乏变通，一条道走到黑，不撞南墙不回头，表现出A型人格的特征。

激进性格的最终结果就是自恋人格障碍，即当自我由于不能以正常方式满足成就动机，就会过度关注自我的外在评价，有时甚至会把是否得到他人的关注视为行动的唯一理由，并且经常沉浸在自己不切实际的幻想中。

## A、B型人格理论

1959年美国心脏科医生弗里德曼（Friedman）和罗森曼（Rosenman）发现在冠心病患者中有一种特征性的行为模式，他们称之为“A型行为类型”，并提出“A型行为的人易患冠心病”这一假说。这一身心医学研究所涉及的行为模式理论逐步被人格心理学收纳，成为描述人格特征的一个概念。

A型人格与B型人格已经成为人格特质的一种区分方式。A型人格者较具进取心、侵略性、自信心、成就感，并且容易紧张。A型人格者总愿意从事高强度的竞争活动，不断驱动自己要在最短的时间里干最多的事，并对阻碍自己努力的其他人或其他事进行攻击。与此相反，B型人格者则属较松散、与世无争，对任何事皆处之泰然。

## 自负型人格特征

自负型人格的特点是：自以为是，自命不凡，对自己的能力估计过高，惯于把失败和责任归咎于他人，在工作和学习上往往言过其实。同时，自负的人又很容易感情用事，待人处事不能正确、客观地分析形势，有问题易从个人感情出发，主观片面性大。

持这种人格的人缺乏自我觉察，在家常不能和睦，在外不能与朋友、同事相处融洽，喜欢听别人的恭维之词，令他人对他敬而远之。

## 表演型人格的诊断

依据《中国精神疾病诊断标准》（CCMD-3）表演型人格的诊断标准如下。

?符合人格障碍的诊断标准。

?以过分的感情用事或夸张言行，吸引他人的注意为特点，并至少有下列7项中的3项。

富于自我表演性、戏剧性、夸张性地表达情感；

肤浅和易变的情感；

以自我为中心，自我放纵和不为他人着想；

追求刺激和以自己为注意中心的活动；

不断渴望受到赞赏，情感易受伤害；

过分关心躯体的性感，以满足自己的需要；

暗示性高，易受他人影响。

就精神分析理论而言,勾践的自我心理调适能力极强,方可以做到常人所不及的一卧薪尝胆,所谓心理调适(又称心理调整)是指当一个人在遭遇挫折或失败后,及时、自觉地改变或强化自己的人生奋斗目标,降低或强化自己的期望值,使自己的整个心理状态和行为活动适应于主客观环境的变化,使自己的心理健康得到保证。

## 补偿作用

根据《心理学大词典》的解释,补偿从广义上讲就是以:成功的行动替换原来失败的行动,或对原来行动的不足之处加以补充,使之完美,更确切地说,补偿即指个人由于生理上的伤残或其他方面的不幸给精神上造成很大的痛苦,感觉低人一等,从而奋发图强,发挥个人其他方面的优势,便一定能力的缺陷由其他高度发展的能力所弥补,奥地利精神病学家阿德勒认为,人生来追求权力和优越感,根源就在于补偿幼年时候无能带来的自卑感,补偿作用对人格发展有非常积极的影响,但过度的补偿则会导致人格扭曲。

阿德勒论自卑情结!自卑情结是指一贯性的自我评价偏低,按照阿德勒的理论,自卑感在个人。理发展中有举足轻重的作用,阿德勒认为,每个人都有先天的生理或心理缺陷,这就决定了人们的潜意识中都有自卑感存在,每个人解决其自卑感的方式影响他的行为模式,许多精神病理现象的发生与对自卑感处理不当有关.按照埃里克森的人格发展理论,6·1岁是决定一个人的心理倾向是勤奋向上还是自卑自暴自弃的关键阶段:自卑情结是阿德勒《个人心理学》一书中的核心概念:他认为人对·优越性·的渴望起源于人的“自卑感”,而人的自卑感是肇端于幼年时的无能,儿童对自卑感的对抗叫“补偿作用:补偿作用是推动一个人追求卓越目标的基本动力:有趣的是,阿德勒之所以能提出自卑情结的概念,与他个人的成长经历有关.年幼时,他有一个比他高大、英俊聪明的哥哥,使他从小就生活在哥哥的阴影之下。就是靠一股要追赶哥哥的决心和毅力,阿德勒不断挑战自我,直到最后比哥哥成就大得多。

自我效能感,又译为自我效能感,指个体对自己是否有能力为完成某一行为所进行的推测与判断,这一概念是班杜拉最早提出的,在20世纪80年代,自我效能感理论得到了富和发展,也得到了大量实证研究的支持,效能期望指的则是人对自己能否进行某种行为的实施能力的推测或判断,即人对自己行为能力的推测,它意味着人是否确信自己能够成功地进行带来某一结果的行为,当人确信自己有能力开展某活动,他就会产生高度的一自我效能感”,并会去开展那一活动。班杜拉等人的研究还指出,自我效能感具有下述功能

决定人们对活动的选择及对该活动的坚持性;影响人们在困难面前的态度;

## 《历史中的心理学》

影响新行为的获得和习得行为的表现;  
影响活动时的情绪。

=====  
人格完善是指一个人不断认识自我、提升自我、完善现实的结果。美国心理学家罗杰斯认为每个人都有两个自我：现实自我和理想自我。只有当现实自我和理想自我达到结合的时候，人才能达到自我实现。现实人格理论认为，一个人受到先天遗传和后天培养的共同影响。也就是说，人可以通过有意识的努力,不断优化自己的人格  
-----

# 《历史中的心理学》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)