

《马斯洛说完美人格》

图书基本信息

书名：《马斯洛说完美人格》

13位ISBN编号：9787560981611

10位ISBN编号：7560981615

出版时间：2012-9

出版社：华中科技大学出版社

作者：马斯洛

页数：312

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

《马斯洛说完美人格》

内容概要

《大师思想集萃:马斯洛说完美人格》阐述马斯洛在心理学领域有“第三势力”之称，他的人格论、人的多层次需求理论等，至今已成为心理学、社会学、商业等多领域的必读经典，《大师思想集萃:马斯洛说完美人格》即对他的理论进行了系统化处理。

《马斯洛说完美人格》

作者简介

马斯洛（1908-1970）是美国著名心理学家，第三代心理学的开创者，提出了融合精神分析心理学和行为主义心理学的人本主义心理学，于其中融合了其美学思想。主要著作《动机和人格》（1954）《存在心理学探索》（1962）《科学心理学》（1967）《人性能达到的境界》（1970）

书籍目录

第一讲 健全的人格

- 一、健康的心态
- 二、健康的意义
- 三、健康就是超越

第二讲 人格的发展

- 一、缺陷与成长
- 二、进与退的平衡
- 三、自卫与成长
- 四、需求与恐惧，
- 五、存在与危机

第三讲 自我的超越

- 一、自我价值的实现
- 二、自我及其超越
- 三、自我实现与创造力
- 四、对被否定自我的抗拒
- 五、动机与超越性动机
- 六、高峰体验(一)
- 七、高峰体验(二)
- 八、实现共享的目的

第四讲 人格的量度

- 一、人性的价值
- 二、人的普遍心理学命题
- 三、存在心理学的问题

版权页：4.区别行为的应对面与表现面的差异，在这里也是非常重要的。我在多处都曾向“一切行为均是由动机所引起的”这种公式提出过疑问。在此我愿强调的事实是，表现的行为并不是由动机所引起的，或者说，表现式的行为比应对式的行为较不是经由动机所引起的（按照你所谓的“由动机引起”的意义，而有不同的说法）。就其纯粹形式而言，表现式的行为与环境并无多大的关系，亦不具有改变环境或适应环境的目的。像调适、恰当、胜任、精通这类字眼并不适用于表现式的行为，仅适用于应对式的行为。一种以现实为中心的完全人性理论不能处理表现的问题，也无法使表现具体化，否则将遭致极大的困难。据以了解表现式行为的中心点（一个自然而从容的中心点）在于内在的心灵。

5.把注意的焦点集中在一件事上，就会在有机体内或环境中产生专司效率的组织。凡是不相干的均搁置一旁，不予注意，而各种相关的能力和则都待命于某一目标、某一目的之下。意思就是，所谓重要性是按照其能有助于解决问题，即有用性来予以界定的。凡是无助于解决问题者则成为不重要的。选择乃成为必要之举，抽象作用亦然，虽然抽象作用也表示对某些事物的盲目、忽视与排斥。不过我们已习知因动机而引起的感知作用、任务导向、以用以此为据的认知作用，这些全都与效力与胜任能力有关（亦即怀特先生所定义的“能够与环境有效地交互作用的机体能力”），却遗漏了某些东西。我曾指出，完整的认知作用必须是无偏见的、无所待的、无所欲求的、非动机所引起的，这样我们才能根据一切的本性，按其客观、内在的特性去感知此物，而不仅只撷取“其有用之处”、“其危险之处”……只要我们试图控制环境或影响环境，我们便会有销蚀完整、客观、无偏见、非干扰性认知作用的可能性。唯有顺其所是而无所为，我们才能全面地感知。此外，以心理治疗的经验为例，当我们愈想作一诊断，或作一行动计划时，我们就会愈感到无助。每一位心理治疗的研究者都必须学会，切莫试图去治疗、切莫失去耐性。在此情形，以及其他许多情形中，让步就是克服，谦虚就是成功。千百年前道家与禅宗便是采此途径以洞察事理，而我们心理学家却刚起步察知。不过最重要的是我的初步发现：健康人对世界常采取存有的认知态度，这种存有之知甚至可用以作为界定健康的特征。此外，我在高峰体验中也曾发现过这种存有之知。这点意味着：精通、胜任、效率这些字眼，即使意指与环境保有健康的关系，其所暗含的意义，仍侧重于积极的的目的性，而非指涉健康或超越的概念。

《马斯洛说完美人格》

编辑推荐

《大师思想集萃:马斯洛说完美人格》力图向读者展示大师们的思想精华，引领读者深刻理解人的本质、感悟人生真谛、关注生活现实、丰富自己的人生。

《马斯洛说完美人格》

精彩短评

- 1、还没看,等过两天再看
- 2、了解自身。
- 3、很不错哦，一下买了15本哦
- 4、马斯洛算现代鸡汤鼻祖吗？
- 5、经典书内容上是没什么说的 最重要的是翻译 这本翻译得不错
- 6、看了之后有相见太晚之感
- 7、马斯洛的书我看了也有好几本了。感觉非常好。确实是一本好书。对人的分析非常深刻。
- 8、一直对人格这个词抱有兴趣，希望这本书的解释新颖别致
- 9、开始阅读了，书籍纸张质量很满意，内容丰富，虽然有的地方读起来还有些吃力，难以理解透彻，相信只要认真读下去应该收获不小
- 10、不用说了，大师之作，洗涤心灵，可以配合《动机与人格》一起看
- 11、大师果然是大师，写的都感觉看不懂，我想应该是还没适应马斯洛大师的思路吧。
- 12、内容很深奥，有些理解不了。
- 13、没开始看呢，是老师推荐看的一本书，应该会不错吧
- 14、共选了7本书，都是正品，有一本暂时缺货，也发了短信说退款。非常满意。
- 15、人与人是不同的，有的人受不了自己的平庸，有的人受不了别人的平庸。有的人希望自己不平庸，有的人希望别人不平庸。
- 16、~~~~(>_<)~~~~ 完全读不进去的节奏。
- 17、评价一本书，并不是看完才晓得。一拿到，就知道这个出版社是在卖书，还是在卖钱。这本书自大，内容少，我都怀疑作者是写不出来凑字数。这个说法并不是空穴来风，不信大家看了就知道。这就是人的心理
- 18、感觉适合我所送的人，各方面都不错。
- 19、这本书非常好，读了之后很有启发
- 20、只读了一部分，感觉受益匪浅。
- 21、可以配合动机人格一起看，挺不错的
- 22、不如直接读《动机与人格》
- 23、发货速度挺快，纸张手感不好，其他的挺好的
- 24、完美的包装，认识自我
- 25、生命的成长和臻于成熟，有赖于人格的不断成熟与发展
- 26、经典著作，你值得拥有
- 27、对于每一个有幸生而为人并且追求真正的幸福者，此书必读。严重建议。
- 28、翻了几页以后，一直拿来垫小太阳
- 29、上午下的订单，下午就拿到了书，当当的发货速度也忒快了，就这一方面我很满意！新书还没看，粗粗地翻了一下，书的质量还挺好的，字体大小适中，纸质也不错，书拿在手里很有分量感，希望以后可以在当当上买更多的好书！
- 30、一个我很赞成的理论
- 31、之前一直挑选过好几本这类型的书，但最后还是冲着马斯洛来买的
- 32、发货很快。
- 33、马斯洛的需求层次，这位大家是真正把关注点放在人身上的。
- 34、继续完成自我之改造。
- 35、还是可以的，个人感觉翻译得不是很好
- 36、好书要常读，受益匪浅
- 37、伴我走过一段艰难时光，带给我平静，感谢你的出现。
- 38、心理学的必读书
- 39、老师推荐的，我阅读的资历有限，不懂
- 40、这才是值得一读的书！
- 41、马斯洛的经典书,需要细读,学以致用,相信可以完善自我

《马斯洛说完美人格》

42、是正品，质量非常好

43、内容很好，阅读容易，可以学到很多知识。

1、乍看这本书，貌似满篇都不是人话。作者用的语言都是高度概括的学术化的语言，所以有点“都是认识的字，连在一起就不知道什么意思”的感觉了。本打算随便翻翻就还掉，结果看到关于缺陷动机的论述，我觉得我被说服了。马斯洛认为，人们做任何事的动机有两类：缺陷动机和成长动机。缺陷动机是常态，是大多数人的主要动机。做事情根源在于感受到缺陷，为了弥补这个缺陷采取行动。缺陷动机要求减除紧张，并恢复平衡。一旦缺陷被暂时的缓解，也就失去行动的动力了。——这种状态，不就是说得我嘛！所以，带着好奇慢慢看下去。看这本书是一种奇特的体验：我断断续续读了3个月。每次看一会就会很困（睡前好读物），但又不是特别乏味，总能有很多收获，下次还会继续看。同时，我也体会到严谨的学术语言的强大，这种学术化的语言可以说非常准确地把要表达的意思表达得非常清楚。这是对“自我实现”的表达：自我实现不是一种静态的、不真实的、“完美的”境界。可以把自我实现描述为一种人格的发展，它可以使人从年轻时由于种种缺陷而引发的难题中解脱出来，或由精神官能症的（幼稚的、空想的、不必要的或“不真实”的）问题中解脱出来，因而使人能够面对、处理，并把握生命中“真实”的问题。现在漫天的心灵鸡汤中，也有尝试描述这种状态的。只能通过不痛不痒的一些举例、启示来接近，远远没有前者的有力！所以，从探讨人的“最高境界”的角度来说，这本书和《大唐双龙传》颇有相似之处。洋洋洒洒63卷，黄易极力想要探寻的，还是人的最高境界。从寇仲的井中月，到宋缺的以刀入道，无不是对于最高境界的追逐。理解与否，看读者的悟性了。但马斯洛几句话就搞定了：当我们对照以“功能性之喜悦”的忘我之境，一个人在得以驾轻就熟地发挥功能之后所体验到的宁静，以及当一个人能力达到高峰，亦即所谓的能力得以发挥到极致之时所体验到的沉着稳健等，我们便会发现：满溢、松弛以及随着缺陷的满足而导致紧张消失的情况，至多只能称为是一种“安慰”。人类基本上是反应性的，即按照所谓“刺激——反应”公式来反应。对自我实现的人来说，行动的来源是出自内在，而不是由于反应。这种对外在世界和对它的期望与压力，无所依赖的情形，当然并不是指他与外在世界完全没有交往，或是完全不尊重外在世界的要求。而是说，在这种关系中，主要的决定因素在于自我实现者的愿望与计划，而不是在于环境的压迫。这就是我所谓的心灵的自由。这样的人越发显得独立自主。控制他们的决定因素是内在的，而非社会的或环境的因素。他们主宰自己的内在本性，掌握自己的潜力、才干与才能，操控自己的创造冲动。马斯洛认为，自我实现的最高境界，已经近乎于神了，因为拥有完美人格者具有和神类似的特质：大部分的神明都被认为没有需求或欲望，没有缺陷与匮乏，处在万物之中而自得其所。

2、拿到这本书的时候，才发现买错了。以为是马斯洛的原著，结果只是编译的，读起来系统性、连贯性、思辨性会欠缺很多，再加上翻译得不够明确，读得一头雾水，头疼得厉害。本指望会读到很多案例以及观点形成的实验，会紧贴日常生活，结果都是一些泛泛的论述；有些读哲学著作的感觉，但缺少了严密的论证，以及以精华形式呈现出来的核心思想，所以心有愤愤然，也不知编译的人是怎么选的文章。阅读过程中，重点关注了三个问题。第一，什么样的人可称之为心理健康的人？马斯洛认为，心理健康的人具有以下13个特征：对现实具有高度的觉察力；不断接受自我、接受别人、接受自然；自发性不断增强；逐渐能以问题为中心；隔离感与独处的渴望不断增强；自律性及对约束的抗拒力不断增强；欣赏力日渐新颖、情感的反应日益丰富；更经常濒临高峰体验；渐渐能认同人类本性；人际关系的改变；更富有民主性格的结构；创造力大大增强；价值系统的某些改变。从另一个角度来讲，人具有成为心理健康的人的自然潜力，之所以没表现出来，是因为后来在成长的历程中被压抑或扭曲了。心理状态诸如此上13条的说明，该是多么美好的状态呀！人都有趋向健康状态的自驱力，于是，开始问：第二，成长要在什么条件下才可以发生？马斯洛认为，成长有个关系可以用公式来表达：安全——（个人）——成长。我们把健康成长的历程视为一些列无止境的自由选择的情境，在一生中不断地出现在个人面前；而每次出现，个人都必须在安全的快乐和成长的快乐之间、依赖与独立之间、退步和进步之间、成熟与不成熟之间做出选择。安全有焦虑也有快乐，成长也一样有焦虑也有快乐。当对成长的快乐与安全的焦虑大于对成长的焦虑与安全的快乐之时，我们便是正在向前成长。这个公式很美好，提出的自由选择论也非常积极，是不是越趋向于成长，就越幸福呢？越能达到高峰体验呢？第三，高峰体验是如何发生的，具有什么价值？关于高峰体验的发生机制，这本书也没讲得很清楚。只说是不期而至的，在高峰体验中，人能感觉到以下14种价值：全体、完美、圆满、正义、活力、丰裕、单纯、美、善、独特、不费力、有趣、真理、自足。马斯洛将高峰体验与东方哲学、宗教里的神秘体验类比，希望能在他的《动机与人格》里找到答案。

《马斯洛说完美人格》

《马斯洛说完美人格》

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