

# 《积极的治疗》

## 图书基本信息

书名：《积极的治疗》

13位ISBN编号：9787549927758

出版时间：2013-3

页数：101

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.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《积极的治疗》

## 内容概要

《积极心理学丛书:积极的治疗》内容包括：积极心理学的历史背景与基本视角、从病态心理学走向积极心理学、积极心理学的研究对象、积极心理学的问题澄清、积极心理学对心理治疗的影响、全面的人性观点、心理健康标准与诊断、从积极的视角来解释病理学、全面而广泛的治疗等。

## 书籍目录

序积极心理学：当代人的精神救赎

前言

第一编积极的治疗概述

积极心理学与心理治疗

1.1积极心理学的历史背景与基本视角

1.1.1从病态心理学走向积极心理学

1.1.2积极心理学的研究对象

1.1.3积极心理学的问题澄清

1.2积极心理学对心理治疗的影响

1.2.1全面的人性观点

1.2.2心理健康标准与诊断

1.2.3从积极的视角来解释病理学

1.2.4全面而广泛的治疗

1.2.5促进心理健康和预防心理疾病

1.3积极心理学取向的心理疗法

第二编生活质量疗法

理论基础

2.1生活质量疗法的基本视角

2.1.1生活质量疗法与认知疗法

2.1.2生活质量与幸福

2.2生活质量疗法的理论框架

2.2.1十六大生活领域

2.2.2 CASIO模型

2.2.3生活质量的三大支柱

2.2.4导致不幸福或抑郁的因素

核心技术

3.1生活质量疗法的评估与概念化

3.1.1评估

3.1.2分享个案概念化

3.2生活质量疗法的特色干预技术

3.2.1生活质量疗法的三大支柱——“内在充实”、“生活质量时间”和“寻找目标与意义”

3.2.2 CASIO理论——幸福的五种途径

3.3积极干预——三十个积极信条

3.4消极干预——负性情绪处理

3.4.1生活质量疗法与认知疗法进行认知重建的基本原理

3.4.2生活质量疗法辩驳负性思维的具体方式

3.4.3处理负性思维的具体技术

第三编接纳与承诺疗法

经得起实证考验的认知行为疗法

4.1什么是认知行为疗法

4.1.1认知行为疗法的特色

4.2认知行为疗法的发展

4.2.1认知行为疗法的第一代——传统行为主义疗法

4.2.2认知行为疗法的第二代——认知主义疗法

4.2.3积极心理学取向的第三代认知行为疗法

理论基础

5.1哲学基础——功能情境主义

- 5.2基础心理学——关系参照理论
  - 5.3心理病理学——经验逃避与心理灵活性
    - 5.3.1痛苦普遍性
    - 5.3.2认知融合
    - 5.3.3经验逃避
      - 技术操作
  - 6.1整体框架与治疗原则
    - 6.1.1治疗目标——心理灵活性
    - 6.1.2工作框架——接纳与承诺疗法的改变模式
    - 6.1.3基本治疗原则
  - 6.2接纳与去融合
    - 6.2.1接纳
    - 6.2.2去融合
  - 6.3此时此刻与情景化自我
    - 6.3.1此时此刻
    - 6.3.2情景化自我
  - 6.4价值观与行动技术
    - 6.4.1价值观澄清
    - 6.4.2承诺的行动
      - 实证研究
  - 7.1接纳与承诺疗法的实证研究进展
    - 7.1.1核心理论——心理灵活性的实证研究
    - 7.1.2治疗方案——接纳与承诺疗法对具体疾病的治疗
    - 7.1.3具体技术——接纳与承诺疗法具体技术的实证研究
    - 7.1.4理论探讨
  - 7.2接纳与承诺疗法在中国的应用
    - 7.2.1研究一：大学生高神经质拖延者的学业拖延问题干预研究
    - 7.2.2研究二：ACT团体辅导对穷思竭虑大学生抑郁情绪干预的研究
- 后记积极心理学之“道”

## 《积极的治疗》

### 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.tushu000.com](http://www.tushu000.com)