# 092207 陈丽芸 社会心理学

来源：网络 作者：诗酒琴音 更新时间：2024-06-22

*第一篇：092207 陈丽芸 社会心理学《人格的培育》读书笔记阅读者：09物业管理 陈丽芸学 号：0922011117文章出处：《社会心理学》第十章第四节《人格的培育》阅读时间：2024年12月关于《社会心理学》：主编：倪晓丽出版社：西安...*

**第一篇：092207 陈丽芸 社会心理学**

《人格的培育》读书笔记

阅读者：09物业管理 陈丽芸学 号：0922011117

文章出处：《社会心理学》第十章第四节《人格的培育》

阅读时间：2024年12月

关于《社会心理学》：主编：倪晓丽

出版社：西安交通大学出版社

出版时间：2024年9月（2024年1月重印）

书目简介：《社会心理学》一书是以人的心理行为为出发点，吸取目前国内外社会心理学最新研究成果和理论精华，全面系统地介绍了社会心理学的基本理论与研究观点。社会心理学是一门研究人与社会有关的心理学问题的学科。

【目录】

一、本章名词解释

二、本章内容概述

三、关于研究阅读

四、关于自我感悟

【正文】

一、本章名词解释

人格：在心理学研究中，“人格”是一个涵义十分丰富的心理学概念，它涉及到人的动机、兴趣、理想、信念、价值观、气质、性格和能力，伴随人的一生，是描述每个人在各自心理活动过程中，所表现出的心理差异性的心理学概念。

——《社会心理学》P260

人格是一种具有自我意识和自我控制能力，具有感觉，情感，意志等机能的主体。(如同电脑的软件。）它可以离开人的肉体，离开人所处的物质生活条件。而独立存在在人类的精神文化维度里。它主要是指人所具有的与他人相区别的独特而稳定的思维方式和行为风格，是指一个整体的精神面貌，是具有一定倾向性的和比较稳定的心里特征的总和。——百度百科

二、本章内容概述

（一）人格形成的发展阶段

1、萌芽期（指人一出生到进入青春期之前，在这一阶段，个体 以模仿为主，依赖性很强，自觉程度较低，缺乏个体的主动性）摘自

2、重建期（从青春期开始到青年期结束，是人格突变、重建和产生新的质变时期，是人的生理和心理都处于显著变化的时期。）P2783、成熟期（从成年期到老年期，这一阶段，随着自我意识的日

趋成熟，人格特质逐步稳定。）

（二）人格形成的影响因素

人格是遗传与环境相互作用的产物，是先天素质与后天环境的“合金”。人格的形成主要是受以下几个因素的影响：

1、生物遗传的影响

（1）脑与人格。一个人的人格和行为，无论多么复杂，都是大摘自

脑工作的产物。个人的大脑是人格的主要物质基础。

（2P278—P281

（3）身体外貌与人格。身体外貌与人格特征的联系主要是依据

个人如何对待自己的身体特点而定的。

2、环境的影响

（1）胎内环境。每一个婴儿都是遗传与环境的共同产物。从受孕的那一刻起，环境因素就对人格的形成起作用。

（2）家庭环境。家庭是最早向儿童传播社会经验的场所。它是

家庭子女的多少等都对儿童人格的形成起着重要作用。

（3）学校教育。学校是一种有目的有计划向学生施加影响的教

育场所，对人格的形成和定型有深刻的影响。其影响因素主要有德育摘自

教育、智育教育、课堂教育、体育教育、美育教育、校风、教师等。

3、社会风俗、文化的影响P281—P285社会的法律规范、文化水平、国民精神风貌、风俗习惯、社会

阶层等社会因素，也是影响人格形成的重要因素。

4、其它因素

（1）重大事件。

（2）自我教育。

（3）自然物理因素。

（三）健全人格的培养

人格的培养不是闭门造车，是要面向丰富的现实生活的。具体

培养健全人格的途径主要有：

1、择优汰劣，优化组合。摘自

2、刻苦学习，丰富知识。

3、积极交往，融入集体。P285—P2884、从小事做起，培养良好习惯。

5、面向社会，勇于实践。

6、不急不燥，把握适度。

三、关于研究阅读

在本章节中，涉及到了两个研究阅读，即罗夏墨渍测验和默瑞主题统觉测验。这两个测验是对人格的测评方法中的投射法的两个著名投射测验。投射测验是以弗洛伊德的人格理论为依据的，该理论强调人的行为由无意识的内驱力所推动。

(一)墨渍测验/罗夏 1921

罗夏墨渍测验是由瑞士精神医学家罗夏于1921年设计的，共包括10张墨渍卡片，其中5张为彩色图形，2张是黑白加一点红色的，3张是彩色的。罗夏技术的理论基础是，对随机墨渍进行解释时，被试的注意力被转移，而使人们的心理防御相对减弱，进而，深藏于心中的想法慢慢浮现。倘若被知觉的刺激是模棱两可的（也就是说，没有多少线索能说明它到底是什么），那么对刺激的解释就必将来自于个人的内心深处。

（二）主题统觉测验/默瑞1938

在罗夏墨渍测验问世不久，默瑞和他的助手摩根于1938年在哈佛心理诊所编制了另一种完全不同的投射测验，就是主题统觉测验。该测验把注意的焦点全部集中在被试解释的内容方面，全套测验由30张模棱两可的图片构成，图片内容多为人物，也有部分景物，不过每张图片中至少有一个人物在内。该测验的性质与看图说故事的形式很相似。该测验的理论基础是，当你观察人的行为时，无论是在画中还是在现实生活中，你对该行为的解释将以情景中可获得的线索为依据。倘若行为的原因是显而易见，那么你的解释将不仅仅是正确的，而且也会与大部分观察者相一致。然而，如果情景模棱两可且很难找到行为的原因，那么你的解释似乎更多地反映出与你自身有关的某些东西，诸如你的恐惧、愿望、冲突等等。

不论是哪一种的人格测评方法，都只是通过对人的行为特征的观察和了解来评定一个人的人格，更科学、可靠的测验方法，需要更多的经验总结去发觉、完善。

四、关于自我感悟

人格是一个伴随终身的发展过程，在不同的人生阶段有不同的发展课题，因而其人格也表现出不同的特点。青年时期是人格发展的重建期，所以，青年期的人格特点是最为鲜明、丰富而灵动。目前，我自己正直青年期，也是人格的重建期，在阅读这一章节时，脑海里首先想到的是阳光心态的培养。作为父母，是孩子的第一任教师，从父母方面出发，要从以下几个方面来培养孩子的阳光心态：

1、给孩子充分的安全感；

2、满足孩子要有度，不要总在第一时间满足孩子的需求；

3、帮助孩子获得良好的自我形象，让他去发现自己没有发现、别人也没发现的优点；

4、教孩子向别人敞开自己，最好是言传身教；

5、鼓励孩子探索周围的世界；

6、放手让孩子去做；

7、你快乐，他就快乐。

而从我们自身出发，要培育健全的人格，我认为首先也必须要培养我们的阳光心态，而从自身出发，我认为可以从以下几个方面来培养自己的阳光心态：

1、学会与自己的潜意识对话，每天对自己说积极的语言而不是消极的语言；

2、明白过去不等于未来，过去的错会是未来的财富；

3、足够自信，相信没有什么是我干不了的，但同时也别太把自己当回事；

4、明白人生没有第三条路；

5、明确奋斗的目标，有了目标就有了一切；

6、每天都让牙齿晒太阳；

7、懂得珍惜所有，懂得知足常乐；

8、对自己负责，明白没有人能对你负有100%的责任。

青年人最宝贵的财富是青春，这青春蕴涵着智慧、热情、坚毅、高尚、强健和绚丽的品质；青年人最光明的前途是以青春之我去创造青春的奇迹；我相信，每个青年都会有不同的健全人格，而他们，也都会按照自己的性格漫步人生！

**第二篇：陈丽名**

让我们携手 共创事业之辉煌 自荐书

尊敬的领导：您好！

请允许我向您致以深深的敬意，衷心感谢您在百忙之中阅读我的自荐材料！我叫陈功，是四川航空航天大学数学学院统计学专业2024届本科毕业生。在投身社会之际，为了找到符合自己专业和兴趣的工作，更好地发挥自己的才能，实现自己的人生价值，谨向各位领导作自我推荐。

我诚实向上，乐观大方，爱好广泛。大学四年，我始终以“天道酬勤”自励，积极进取，立足扎实的基础，对专业求广度求深度。我不仅学好了统计学专业全部课程，而且对财务软件有一定了解，自修了金蝶财务软件和用友财务软件。能熟练操作各类办公软件。在学好每门功课的同时，更注重专业理论与实践相结合，认真参加各类社会实践活动。在校期间考取了多项专业证书。通过不断的学习，我已变得成熟，稳重，具备了良好的分析与处理问题的能力, 也铸就了我坚毅的性格和强烈责任心，我坚信“天生我材必有用”。

一滴滴汗水是面对昨日舒心的微笑，也是走向未来丰沛的信心。站在世纪的曙光中，面对新的考验和抉择，我无法退缩，也无法沉默，我要用我那双冷静善于观察的眼睛，那颗真诚而热爱事业的心，用那双善于操作而有力的手，那双发誓踏平坎坷的脚一如继往的发扬对工作求真务实，锐意进取，开拓创新的工作作风和对事业执着追求的精神，磨砺前行。为您，为我，为我们的共同事业创造新的辉煌。

诚然，缺乏足够的经验是我的不足，但我拥有饱满的热情以及“干一行爱一行”的敬业精神。在这个竞争日益激烈的时代，人才济济，我不一定是最优秀的，但我仍然自信。“天行健，君子以自强不息”一直是我的人生格言！

尊敬的领导，相信您伯乐的慧眼，相信我的实力，我真诚地期望能投足你的麾下，牵手事业路，风雨同舟，共同构筑美好的未来。

“给我一个舞台，我会还您一个惊喜”这是我的承诺，也是我的决心。

个人简历和相关材料一并附上，感谢您在百忙之中给予我的关注，期待能有一次与您见面的机会。谢谢！此致 敬礼！自荐人：陈功 二○一一年五月二十六日

**第三篇：陈丽 事迹材料**

大学生村官事迹材料

北大街社区陈丽

我叫陈丽，毕业于西安航空技术高等专科学校，2024年9月任职乾县北大街社区书记助理。任职以来，我始终把基层当做展示青春的舞台，在工作岗位上不断成长进步，并以创建和谐社区为工作目标，带领党员群众共同奋斗，为打造出一个使社区居民居住平安放心、生活方便称心、环境优美舒心、文明娱乐欢心、互爱互助热心、全力以赴齐心的“六心”社区而不懈努力。

一、调查研究

北大街社区虽然不大，但是社区的工作复杂琐碎，到社区工作这段时间来，我参与了社区方方面面的工作，党建、低保、劳动保障、综治、安全维稳、计生工作以及各类调查等等，真正体会到社区工作的千头万绪和社区群众的生活需求。

1、基本民意调查。进入小区，实地调查了解居民的衣、食、住、行、收支、教育、文化、医疗、卫生等情况，取得了良好的效果，并获得了大量的资料。

2、需求状况征求。就居民所期望的事情，积极主动地征求意见。并做到小事不出小区，大事不出社区。

3、制定有效措施。通过组织党员开展了“党员奉献日”活动和“树社区形象从我做起”活动，制定了社区干部“七不让”公开承诺，为社区居民提供就业就医、困难援助等帮助。

4、情系社区群众。在日常生活中经常走访慰问老党员、老干部，并以志愿者的身份定期去看望照顾孤寡老人和留守儿童，为每位老人和孩子送去物质和精神上的温暖。帮助五保老人打扫房间卫生，让老人们感受到了亲人的关爱。我要通过组织党员干部开展有益活动来凝聚力量，为群众办实事，为群众和党员干部搭建交流的平台。让他们感受到党的温暖，二、开展工作

1、科学发展观。在学习实践活动中充分发挥“大学生村官”作用，通过结队帮学、休息时间辅导学等多种学习宣传形式，认真做好信息员、会议记录员、科学发展观的讲解员。使科学发展观真正走进社区。

2、实施惠民政策。为我社区生活困难家庭办理了最低生活保障、廉租房等多项补贴，去年在领导和同志的共同努力下为北斗村铺设自来水管道1600多米，排污管道1300多米，硬化水泥路面1000多米，解决了多年来北斗村居民吃水难、行路难、排污难问题。现在，正在准备解决北斗村护坡墙地质灾害治理问题。

3、计划生育。计生工作是一年来所做的主要工作之一，我配合社区妇联主任进行了全社区育龄妇女进站工作以及育龄妇女的统计工作、流动人口的统计上报工作，确保计划生育不漏报等现象。

4、环境整治。协助社区两委会成员清扫道路和垃圾，利用发放宣传资料宣传环境整治的意义，带领周围居民清除长期堆积的垃圾，改善群众的居住环境。回顾这几个月来的工作，我在思想上、学习上、工作上都取得了新的进步、新的成绩，但我也深刻认识到自己还存在着很多不足。在新的一年中，我将继续努力向领导同事们学习，克服缺点，弥补不足，从身边一点一滴的小事做起，不断加强实践，为创建“和谐社区”而不懈努力！

**第四篇：陈芸霖助理班主任工作总结[定稿]**

泸州医学院基础医学院助理班主任工作总结

2024—20112010级29班助理班主任工作总结

陈芸霖

光阴流转，又一年，在匆匆而去的一年之中，我与2024级29班的师弟师妹们走过了相识、相知、相成长的路程。在一年里，我始终坚持“金品行，银坚守，铜能力”的金银铜治班理念。倡导集体胜于个体，一个人的胜利不是真正的胜利，只有集体的胜利才是真正的胜利。接下来我首先将从金银铜理念的三个方面结合实际情况和具体工作向各位汇报这一年来的工作情况并总结经验。最后将对以后工作进行展望。

同学们在开学前5周，制定出一首符合班级精神的班歌。最终确立《我相信》为班歌，相信自己，相信同学，相信29班会变得越来越强大。这首班歌将为29班以后加油打气，勇不放弃。

三、铜能力，知识还是很重要——你拼我赶，争一流

21世纪是知识的世纪，作为医学生，专业知识肯定是必不可少的，定为铜牌并不是说其不重要，而是说其像铜在古代一样是最基本的需求品。因此，开学伊始，我就组织他们就成立了学习小组，专门召开了班会，确立了小组成员以及负责人，说明了相应的纪律制度，制定了学习计划，印发了英语四级复习资料，集中购买了四级训练真题，积极帮助他们解决学习各方面的问题，及时为他们收集相关课件，转发给他们，供他们参考。上学期期末考试总体成绩处于中上水平（挂科8人，挂科10科，甲等奖学金2人，乙等奖学金2人，丙等奖学金8人），分析其原因可能是有些同学的方法不恰当，有些同学由于脱离了父母的管束，自身缺乏自我约束。针对相应的情况，在本学期，将召开班会专门就如何学习本学期课程做一次系统的讲解。针对同学们缺乏自我约束力的情况，将继续改革学习小组，互相监督，全班共进退。

第二部分：经验总结

在这一年的工作中，助理班主任工作给的不仅仅是自我能力的提升，还体会到了一种责任，一种对自己，对别人的责任。这一年来反思自己，自己有做得好的，在某种程度上得到了大家的认同，也有做的不够好的，与班上的女生交流少了，固然存在客观原因，但是任何问题只要敢于去想，去解决，肯定

会解决的，我想这学期应该加强和女同学的沟通，转变沟通模式，可以开辟QQ空间的形式与他们进行互动。反思过去，我也发现了有些引导方法也已过时，如单纯的思想教育，这种形式不但不会取得好的成果，反而会加剧他们的逆反心理，因此我将同29班的师弟师妹们一起不断的摸索创新，不断努力，不断完善自己。

第三部分：工作展望

俗话说的好计划永远赶不上变化，只要我和29班的师弟师妹们一起不断努力，一起不断创新，一起不断完善自我，相信29班的明天将会是无比美好的。

2024年4月29日

**第五篇：陈芸霖助理班主任工作总结**

泸州医学院基础医学院助理班主任工作总结

2024—20112010级29班助理班主任工作总结

陈芸霖

光阴流转，又一年，在匆匆而去的一年之中，我与2024级29班的师弟师妹们走过了相识、相知、相成长的路程。在一年里，我始终坚持“金品行，银坚守，铜能力”的金银铜治班理念。倡导集体胜于个体，一个人的胜利不是真正的胜利，只有集体的胜利才是真正的胜利。接下来我首先将从金银铜理念的三个方面结合实际情况和具体工作向各位汇报这一年来的工作情况并总结经验。最后将对以后工作进行展望。

泸州医学院基础医学院助理班主任工作总结

同学们在开学前5周，制定出一首符合班级精神的班歌。最终确立《我相信》为班歌，相信自己，相信同学，相信29班会变得越来越强大。这首班歌将为29班以后加油打气，勇不放弃。

三、铜能力，知识还是很重要——你拼我赶，争一流

21世纪是知识的世纪，作为医学生，专业知识肯定是必不可少的，定为铜牌并不是说其不重要，而是说其像铜在古代一样是最基本的需求品。因此，开学伊始，我就组织他们就成立了学习小组，专门召开了班会，确立了小组成员以及负责人，说明了相应的纪律制度，制定了学习计划，印发了英语四级复习资料，集中购买了四级训练真题，积极帮助他们解决学习各方面的问题，及时为他们收集相关课件，转发给他们，供他们参考。上学期期末考试总体成绩处于中上水平（挂科8人，挂科10科，甲等奖学金2人，乙等奖学金2人，丙等奖学金8人），分析其原因可能是有些同学的方法不恰当，有些同学由于脱离了父母的管束，自身缺乏自我约束。针对相应的情况，在本学期，将召开班会专门就如何学习本学期课程做一次系统的讲解。针对同学们缺乏自我约束力的情况，将继续改革学习小组，互相监督，全班共进退。

泸州医学院基础医学院助理班主任工作总结

会解决的，我想这学期应该加强和女同学的沟通，转变沟通模式，可以开辟QQ空间的形式与他们进行互动。反思过去，我也发现了有些引导方法也已过时，如单纯的思想教育，这种形式不但不会取得好的成果，反而会加剧他们的逆反心理，因此我将同29班的师弟师妹们一起不断的摸索创新，不断努力，不断完善自己。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找