

ÍNDICE

<i>Prólogo especial para esta edición</i>	9
---	---

PRIMERA PARTE

LA TEORÍA

CAPÍTULO 1. Aprender a vivir	15
1. Una expresión extraña	15
2. ¿Qué es vivir bien?	17
3. La felicidad es el concepto central	17
4. Los recursos	19
5. Psicología del desarrollo y psicología de los recursos	20
6. Las probabilidades	20
CAPÍTULO 2. La aventura de crecer	25
7. La estampida	25
8. Moverse, comunicarse, hablar, jugar	27
9. La regulación mutua.	30
10. La lucha por la autonomía	32
11. La cultura en ayuda de la fisiología.	35
12. Los dos dinamismos del progreso.	37
13. La realidad, la identidad y los otros	38
CAPÍTULO 3. Una teoría educativa de la personalidad.	41
14. La personalidad como meta	41
15. La educación y la personalidad	47
16. ¿Qué entiendo por inteligencia?	48
CAPÍTULO 4. Los recursos personales	51
17. Una pedagogía de los recursos personales	51
18. Las condiciones de la felicidad	51

19.	Los recursos fundamentales.	55
20.	Recursos con clara influencia genética	57
21.	Recursos básicos aprendidos	59
22.	Conclusión	63
CAPÍTULO 5. Los recursos sociales		65
23.	Personalidad y cultura.	65
24.	La búsqueda de interlocutor	67
25.	La urdimbre afectiva.	69
26.	Las actividades guiadas	71
27.	Las relaciones entre iguales	73
28.	Los recursos culturales y políticos	76

SEGUNDA PARTE

DESCENDIENDO A LA REALIDAD CONCRETA

CAPÍTULO 6. La matriz de la personalidad		81
29.	Entre el determinismo y la libertad	81
30.	Una breve nota sobre la herencia	84
31.	Las predisposiciones	85
32.	La atención	87
33.	El temperamento.	90
34.	El sexo	91
35.	El buen ajuste	93
36.	Un ejemplo: genealogía de un violento	95
37.	Conclusiones	100
CAPÍTULO 7. El carácter: los hábitos afectivos		101
38.	El carácter	101
39.	La estructura del mundo afectivo	104
40.	El conocimiento y el afecto	106
41.	El apego básico.	108
42.	Un ejemplo: el miedo aprendido pero no recordado.	111
43.	Los estilos de motivación	112
44.	Los sentimientos y los hábitos sentimentales	115
45.	Recuperando la historia de Julián	119
CAPÍTULO 8. El carácter: los hábitos cognitivos		123
46.	Los hábitos de la inteligencia	123
47.	Inteligencias malogradas e inteligencias triunfantes	125
48.	Creencias, roles, guiones y modelos	126
49.	Creencias patógenas y creencias inteligentes	128
50.	Los hábitos explicativos	130
51.	El buen uso de la inteligencia	132
52.	El uso racional de la inteligencia	134

53.	El uso creador de la inteligencia	135
54.	Recuperando la historia de Julián	138
CAPÍTULO 9. El carácter: los hábitos operativos		141
55.	La inteligencia ejecutiva	141
56.	¿Por qué hablo de liberación y no de libertad?.	142
57.	La emergencia de la autonomía: la autorregulación emocional.	144
58.	El aprendizaje de la autonomía	145
59.	El deber como estructura psicológica	150
60.	Los recursos morales	153
61.	Conclusión	154
CAPÍTULO 10. El buen carácter		157
62.	Uniando las piezas	157
63.	Los recursos fundamentales.	160
1.	La seguridad básica	160
2.	El equilibrio afectivo: el temple	162
3.	La sabiduría	163
4.	La fortaleza	166
5.	La diligencia	169
6.	La autonomía responsable.	170
7.	La creatividad	171
8.	La alegría	172
9.	La sociabilidad	174
10.	La compasión	175
11.	El respeto	176
12.	El sentido de la justicia	177
CAPÍTULO 11. La personalidad elegida		179
64.	Dos carencias de las teorías de la personalidad	179
65.	La difícil búsqueda de la identidad	181
66.	La personalidad y la acción	183
67.	La palanca de la liberación	184
68.	La creación artística como ejemplo.	185
69.	La estructura del proyecto.	186
70.	Tres proyectos fundamentales.	187
71.	Despedida	189
EPÍLOGO. Llamada a la movilización educativa		193

<i>Notas bibliográficas</i>		195
---------------------------------------	--	-----

