第一图书网, tushu007.com

<<i成瘾>>

图书基本信息

书名：<<i成瘾>>

13位ISBN编号：9787111406600

10位ISBN编号：7111406605

出版时间：2013-1

出版时间：机械工业出版社

作者：Larry D.Rosen

页数：224

字数：230000

译者：方晓义,张锦涛,邓林园

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：http://www.tushu007.com

第一图书网, tushu007.com

前言

社会在飞速地发展变化着。
20多年前，我们只有在单位的时候才有机会对着286或386电脑的蓝色屏幕，那时电脑还非常稀缺；10年前，“手机、呼机、商务通，一个都不能少”的广告词响彻大街小巷、飘入千家万户，那时有一群年轻人叫做“拇指族”，他们爱彩屏、爱手机和弦、爱发短信，发到拇指僵硬；5年前，已经没有哪个产品的呼声艳压群芳，音乐、手写、双卡双待……所有的宣传噱头如同过眼云烟，而只有一个词格外响亮，叫做“3G”，那时，媒体惊叹全球3G用户已近1.5亿；而1年前，仅国内的3G用户已逾1.28亿；而今年，预计国内的3G用户将超过3亿……　　中国互联网络信息中心（CNNIC）于2012年7月19日在京发布的《第30次中国互联网络发展状况统计报告》显示，截至2012年6月底，中国网民数量达到5.38亿，其中，手机网民达到3.88亿，并首次超越台式电脑成为第一大上网终端。
同时，截至2012年6月，我国微博用户数达到2.74亿，较半年前增长9.5%。
其中，手机微博用户数量增至1.70亿，较半年前增长高达24.2%；我国博客和个人空间用户数量为3.53亿，较半年前增长3467万，增长率为10.9%；我国即时通信在中国网民中的使用率已升至82.8%，用户人数达到4.45亿，较半年前增长7.2%。
……

第一图书网, tushu007.com

内容概要

拉里·罗森编著的《i成瘾(逃离24小时×7天i不释手的生活)》共12章，作者在第一章充分阐述了我们身处的这个时代的特点，以及科技产品给我们带来的方方面面的改变；在接下来的10章中，分别探讨了我们在i时代中的行为习惯将会怎样威胁到我们的心理健康，并使我们出现某些精神障碍的前兆，如：自恋型人格障碍(第二章)、强迫症(第三章)、网络成瘾(第四章)、情绪障碍(第五章)、注意力缺失障碍(第六章)、社交退缩(第七章)、疑病症(第八章)、进食障碍(第九章)、精神分裂障碍(第十章)和偷窥癖(第十一章)；并在第十二章探讨了这样的生活方式对我们大脑的影响。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

作者:(美)拉里·罗森 译者:方晓义、张锦涛、邓林园、周楠、侯舒艨

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

译者序
献词
致谢
第一章 i失调：我们为何变成这样?
第二章 从“我”开始
第三章 对电子产品“爱不释手”：24小时×7天
第四章 i成瘾：智能手机、社交网络和短信那些事儿
第五章 网海沉浮
第六章 抱歉，我错过了会议我去看邮箱，然后两个小时就过去了
第七章 沟通第一课：屏幕后面的安全性(与训练)
第八章 只是疼痛而已，而你却觉得自己快要死了
第九章 我的头像看起来胖吗?
第十章 妄想、幻觉与社交退缩是科技产品让我们“精神分裂”的吗?
第十一章 我们就是喜欢窥视
第十二章 一切都在你脑中
尾注

章节摘录

自恋脑　　显然，自恋行为在多种媒体中均有展现。
在一篇名叫《新的亚特兰提斯岛》（The New Atlantis夕的文章中，克里斯汀·罗森将这种现象称为“自我喜好的年代”（the age of egocasting），她还将此定义为“彻底展现个人与极端追求个人品质。”社交网络为这些自我投射的自恋者提供了一个平台，他们可以通过在该平台上发表文字、图片、视频，以及尚未开发出的任何方式来展示自己。
但我的问题是：是技术使人们变得自恋，还是自恋者因为技术本身是一个可以更好地展示自己的平台而被技术吸引？
麻省理工学院媒体实验室的社交媒体小组负责人朱迪斯·多纳瑟指出：“社交网络提供了一些不需要多大努力就能获得的精神上的奖励。
这些奖励如发动机的力量，像一个颤抖的赌博者拿到一张可以翻身的牌一样，让大批人更有动力上社交网络。
逐渐地，这种力量变得越来越有效和有力，它让这一切难以抵抗”。
这听起来好像自恋者不能抵御这样的机会，他们是这样的吗？
　　关于脑的研究可以让我们了解脑是如何工作的，大脑的哪一区域控制了怎样的心理活动与过程。
但正如你猜想的那样，对于自恋的研究非常复杂，因为并没有某个脑组织可以很明确地展现满足感、自我提高等自恋特性。
近期一些研究让我们了解了一些自恋的脑机制。
南加利福尼亚大学的唐·盛及其同事进行了一项研究，他们测量了被试在静息状态下大脑的活动，结果发现，　自恋者的后内侧皮层有更多的激活：该区域与我们如何看待自己有关。
他们还发现自恋者的内侧前额叶皮层有更多的激活，这一区域与不计后果的冲动行为有关。
　　……

第一图书网, tushu007.com

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:http://www.tushu007.com