

<<妙趣横生的心理学>>

图书基本信息

书名：<<妙趣横生的心理学>>

13位ISBN编号：9787115309679

10位ISBN编号：7115309671

出版时间：2013-5

出版时间：人民邮电出版社

作者：麦格劳·希尔编写组 编

译者：王芳

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>

## <<妙趣横生的心理学>>

### 前言

在看到本书中文译稿完成时，我刚从曾经的汶川地震灾区返京。

巧合的是，本书以汶川地震作为开篇故事，用灾难事件引出心理学的学科本质和研究主题。

这不禁让我回想起四年前灾难发生时人们形形色色的心理和行为反应，以及心理学工作者第一时间奔赴灾区所做的种种努力。

同时，也让我想到如今灾区经过重建后焕然一新的面貌、人们经历创伤后重新绽放的笑颜和封闭在内心那永远抹不去的心理伤痕。

从了解灾难发生过程中及灾难后人们的心理规律，到一步步艰难却卓有成效地重建心灵家园，心理学在此过程中功不可没。

同时，我们也应看到灾后心理重建工作仍任重道远。

心理学是一门充满魅力的学科，它提供了一种生活哲学的价值，指导人生、引领生活。

除了应对灾难，它还在探索大脑、感知环境、扩展思维、开发智力、促进学习、提升健康、认识自我、改善关系、融入社会、增进幸福等诸多方面为人们提供帮助。

当今社会，随着刺激越来越丰富，信息越来越多元化，压力越来越沉重，挑战越来越巨大，学习心理学已经不仅仅是一种时髦，更是成为了生活中不可或缺的一方面。

本书作者用其严谨科学且数据详实的论证、生动活泼却不乏深度的语言、新颖丰富又贴近生活的编排，对心理学的入门基础知识进行了全面介绍，兼具专业性和可读性，可以同时满足专业学习和科普阅读的需要。

因此，我诚意向所有心理学专业的学生以及对心理学感兴趣的读者推荐这本书，它将带你走进绚丽多彩的心理世界。

许燕 北京师范大学心理学院院长、教授

## <<妙趣横生的心理学>>

### 内容概要

《妙趣横生的心理学(第二版)》以活泼的语言、丰富的形式、多彩的图片、详实的数据以及严谨的论证为读者呈现了一道心理学大餐，其内容涉及神经科学与行为、意识状态、记忆、思维、智力、人格、心理障碍、社会心理学等多个方面，可以帮助读者轻松而全面地学习心理学。

《妙趣横生的心理学(第二版)》适合心理学专业的师生教学、培训使用，也适合对心理学感兴趣的广大读者阅读使用。

<<妙趣横生的心理学>>

作者简介

王芳，博士，北京师范大学心理学院副教授、硕士生导师。  
现任中国社会心理学会副秘书长、北京市社会心理学会理事。  
主要从事人格心理学、社会心理学、普通心理学的教学和研究工作，参与编写教材、著作及发表学术论文40余部（篇）。

## &lt;&lt;妙趣横生的心理学&gt;&gt;

## 书籍目录

1 走进心理学的世界 2 应对灾难 3 心理学家的工作 4 心理学的分支 4 学心理学，以后能从事什么样的工作 6 一门学科的进化 7 科学心理学的诞生及早期发展 7 心理学的女性先驱 9 今天的心理学 10 心理学的核心议题 12 心理学的未来会是什么样的 14 心理学的研究过程 14 科学方法 14 理论：广泛的解释 14 假设：可以检验的预测 15 心理学的研究方法 15 描述性研究 15 实验性研究 18 研究的挑战 19 研究的伦理 20 可以用动物来做研究吗 20 实验偏差 21 2 神经科学与行为 26 大脑减肥法 27 神经元：神经系统的基本单位 29 神经元的构造 29 神经元如何“发射”信号 30 缩小神经元间的距离 31 神经递质：化学信使 33 神经系统：神经元的联结 34 中枢和外周神经系统 35 神经系统的演变 37 行为遗传学 38 内分泌系统：激素和腺体 39 大脑 39 探究大脑 39 中央核心区：人类的“旧脑” 41 边缘系统：中央核心区之上 43 大脑皮层：我们的“新脑” 43 适应性超强的的大脑 45 大脑有两个还是一个 46 人类多样性和大脑偏向性 47 裂脑：探索大脑左右半球 48 通过生物反馈控制你的心跳和思想 48 3 感觉和知觉 52 相遇一次，相识永远 53 感觉和知觉：硬币的两面 54 感知周围世界 54 绝对感觉阈限 55 差别感觉阈限 56 感觉适应 56 视觉：揭示眼睛的奥秘 58 点亮双眼 58 色觉和色盲 61 听觉及其他感觉 63 感觉声音 63 嗅觉和味觉 65 皮肤感觉：触压觉、温度觉和痛觉 67 感觉的相互作用 69 知觉：构造对世界的印象 70 知觉组织的格式塔法则 71 自上而下和自下而上的加工 71 知觉恒常性 72 深度知觉 72 错觉 74 文化和知觉 74 4 意识状态 78 失控 79 睡眠和梦 80 睡眠阶段 80 快速眼动睡眠：睡眠的悖论 81 我们为什么要睡觉，睡多久才够 82 梦的功能与含义 83 睡眠障碍 85 昼夜节律 86 催眠和冥想 86 催眠：灵魂出窍了吗 86 冥想：调节我们自己的意识 88 不同文化下改变意识状态的各种途径 89 药物使用：意识的起落 90 兴奋剂：药物快感 91 镇静剂：药物镇定 93 麻醉剂 95 鉴别药物和酒精使用问题 97 5 学习 100 我曾是个黑莓控 101 经典性条件作用 102 什么是经典性条件作用 103 人类行为中的经典性条件作用 104 条件反应的消退 106 泛化与分化 106 操作性条件作用 107 操作性条件作用的原理 107 行为分析和行为矫正 115 认知学习理论 116 潜伏学习 116 观察学习：通过模仿来学习 117 电视与游戏中的暴力：媒体传达的信息是否重要 119 文化会影响我们如何学习吗 120 6 记忆 124 记住一切 125 记忆的基础 126 感觉记忆 127 短时记忆 128 长时记忆 130 长时记忆模块 130 语义网络 131 记忆的神经生理机制 132 唤醒长时记忆 132 提取线索 132 层次加工 133 外显记忆和内隐记忆 134 闪光灯记忆 135 记忆的建构过程 136 遗忘：当回忆失败 140 为什么会发生遗忘 140 前摄抑制和倒摄抑制 141 记忆功能障碍 143 7 思维、语言和智力 148 有了 149 思维和推理 150 表象 150 概念 150 算法和启发式 151 问题解决 152 创造力和问题解决 157 语言 158 语法：语言的法则 158 语言的形成与发展 159 语言获得的理论 160 智力 162 智力理论 162 智力的测量 166 智力差异 169 智力的群体差异 170 天性、教养和智商 170 8 动机和情绪 174 失控的减肥 175 解读动机 176 本能说 176 驱力降低理论 177 唤醒理论 178 诱因理论 178 认知理论 178 马斯洛的需要层次理论 178 动机理论的应用 180 人类的需求和动机 180 饥饿和进食 181 性动机 186 成就需要、归属需要和权力需要 189 成就动机的测量 190 理解情绪体验 191 情绪的功能 191 确定情绪的范围 192 情绪的根源 193 情绪表达的文化差异 195 9 发展 200 “出生”了两次 201 遗传和环境 202 发展性研究的技术方法 204 孕期发展 205 普通遗传学 205 最早期的发展 205 婴儿期和童年期 208 非凡的新生儿 208 从婴儿期到儿童中期 211 社会行为的发展 211 青少年期 221 生理变化 221 道德和认知发展 222 青少年期的社会性发展 224 成年期 227 身体健康的巅峰时期 228 成年期的社会性发展 228 老化 230 适应死亡 233 10 人格 236 谁才是真正的马多夫 237 什么是人格 238 人格的心理动力学理论 238 弗洛伊德的心理动力学理论：为潜意识心灵画像 239 新弗洛伊德主义的精神分析学者 242 人格的特质理论 244 奥尔波特的特质理论 244 因素分析 244 人格的大五因素模型 245 评价人格的特质理论 245 人格的学习理论 246 斯金纳的行为主义理论 246 社会认知理论 246 评价人格的学习理论 247 人格的生物学和进化理论 248 人格的人本主义理论 248 罗杰斯和自我实现需要 249 评价人本主义理论 250 比较各种人格理论 250 评价人格 250 人格的自我报告测量 251 投射法 252 行为评估 253 11 健康心理学：压力、应对和幸福 256 一刻也不停歇 257 压力与应对 258 压力源的本质：我的压力或许是你的快乐 259 应对压力源 261 疾病与压力的心理因素 262 A型、B型、D型行为模式和冠心病 263 心理因素与癌症 264 抑郁症 265 创伤后应激障碍 265 吸烟 266 健康与保健宣传 268 压力管理 268 健康与幸福 270 12 心理障碍与治疗 274 莉莉 275 异常行为的定义与诊断 276 对异常行为的看法：从迷信到科学 276 异常行为的分类：DSM 277 几种主要的心理障碍 279 焦虑障碍 279 心境障碍 282 精神分裂症 285 人格障碍 287 其

<<妙趣横生的心理学>>

他心理障碍 288 心理障碍的发病率 289 心理障碍的社会和文化背景 290 心理障碍的治疗 292 心理治疗 292 行为疗法 294 认知疗法 296 人本主义疗法 297 人际关系疗法 298 团体治疗和家庭治疗 298 对心理治疗的评价 299 生物医学疗法 300 13 社会心理学 306 生命的礼物 307 态度与社会认知 308 说服：改变态度 308 社会认知：了解他人 311 群体与社会影响 314 从众：和别人一样 314 依从：服从于直接的社会压力 316 刻板印象、偏见和歧视 318 偏见形成的基础 318 偏见和歧视的测量：内隐联想测验 319 减少偏见和歧视 319 积极与消极的社会行为 320 喜欢和爱：人际吸引与关系发展 320 侵犯行为与亲社会行为 321 名词解释 328

<<妙趣横生的心理学>>

章节摘录

插图：

## <<妙趣横生的心理学>>

### 媒体关注与评论

一本好书，让人在开卷时悦然、肃然；在阅读时知其然，也知其所以然；在合上时了然，并深以为然。

《妙趣横生的心理学》是一本写给渴望了解或学习心理学的朋友们的好书！

——北京师范大学心理学院倾情推荐

## <<妙趣横生的心理学>>

### 编辑推荐

《妙趣横生的心理学(第二版)》编辑推荐：你是否曾经想要学习心理学知识却因为书中晦涩难懂的词句而打退堂鼓？

你是否想要重新认识你的大脑、认知、行为、性格、健康等各个方面？

如果是，那么《妙趣横生的心理学(第二版)》正是你所需要的。

《妙趣横生的心理学(第二版)》是国内第一本全彩心理学“杂志书”，集麦格劳希尔公司最精英的心理学作者团队共同写作而成，北师大心理学院院长许艳教授亲自审校并作序推荐，北师大心理学通识课推荐用书，图文并茂，妙趣横生，全面颠覆传统教材形象，比津巴多心理学图书更轻松易读。

<<妙趣横生的心理学>>

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>