

<<情绪>>

图书基本信息

书名：<<情绪>>

13位ISBN编号：9787501967964

10位ISBN编号：7501967962

出版时间：2009-2-1

出版时间：中国轻工业出版社

作者：（美）卡莱特

页数：324

字数：346000

译者：周仁来

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>

## 前言

情绪是人类心理现象中最丰富多彩的一个组成部分，喜、怒、哀、乐等像调色剂一样为我们的生活赋予了各种色彩。

我们在日常生活中体验着各种情绪和情感，在文学艺术作品中抒发或领会着各种情绪和情感，同时也从未停止过对“情绪是什么”这一本质问题的探讨。

从古典哲学到现代心理学，多个学科的研究者们从不同的切入点对“情绪”这一命题进行了大量的理论阐述和实验研究。

在科学心理学的发展历史中，因为其主观性和测量、操作上的难度，情绪曾经在很长时间内被研究者回避或忽视，直到20世纪70年代前后，情绪研究重新获得关注。

## <<情绪>>

### 内容概要

你是否也曾问过：“怒发冲冠”或“不寒而栗”是怎么回事？

人为什么会有忧愁和悲伤？

怎样才能永远幸福快乐？

从古至今，人们所做的一切都在围绕“情绪”打转。

你体会到情绪在人生中所占的份量了吗？

如何用科学的方法挑战神秘莫测的“七情六欲”，是情绪心理学家长久以来的追求。

随着科研领域中情绪研究的日益升温，研究成果也逐渐应用于日常生活，遍布儿童发展与教育、运动、司法等多个领域。

人们开始从认识和顺应情绪，稳步走向管理和利用情绪。

《情绪》总结了进化、生物、文化、发展、临床和社会行为等各个领域的成果，全面解读和剖析“情绪”。

它不仅可以作为心理学专业的教材，更是集科学性和实用性为一体的科普读物。

<<情绪>>

作者简介

周仁来，北京师范大学心理学院，认知神经科学与学习国家重点实验室，教授，博士生导师 东南大学学习科学研究中心学术委员会委员，兼职教授，博士生导师主要采用事件相关电位、功能性磁共振、肌电记录、眼动记录等技术以及认知行为实验等方法探讨记忆、情绪、意识的认知与神经

## &lt;&lt;情绪&gt;&gt;

## 书籍目录

第一部分：一般原则与问题 第一章 情绪的本质 什么是情绪？

情绪的测量 情绪理论 身体感觉是情绪感受所必需的吗？

第二章 情绪的分类 “基本情绪”的标准 情绪的面部表情 “基本情绪”之外的其他观点 第三章 文化与情绪 什么是文化？

情绪观念中的文化差异 是否所有的文化都拥有相同的 “基本”情绪？

情绪表达上的文化差异 面部表情理解的文化差异 关于情绪中文化差异的总结 研究文化的方法论 进化和文化方法的整合 第四章 情绪的发展 情绪体验的发展 情绪交流的发展：知觉、分享和

谈论情绪 情绪纽带的发展：依恋 情绪表达的社会化 青少年的情绪 成年期情绪的发展第二部分：个体情绪 第五章 恐惧与焦虑 引起恐惧的原因 与恐惧有关的行为 对恐惧与焦虑的测量 恐惧焦虑

的生理机制 我们从焦虑障碍中了解到什么 第六章 愤怒 是什么诱发愤怒？

对愤怒和攻击的测量 愤怒和攻击的生物学研究 个体差异和情境差异 应用：暴力的预防 我们从品行障碍和反社会人格 障碍中学到了什么 第七章 悲伤 悲伤、抑郁以及导致它们的事件 什么引起了悲伤和抑郁？

悲伤的功能 悲伤的测量：主观体验、行为以及 生理学 悲伤和抑郁的想法 易感体质 节制悲伤，防止抑郁 第八章 积极情绪：幸福，快乐，希望和欢笑 幸福和快乐 对幸福或生活满意度的测量 使人幸福的是什么？

积极情绪的对比效应 热情：对奖赏的预期 希望与乐观 笑和幽默 第九章 爱 爱是一种情绪吗？

Bowlby和情感纽带 催产素：爱情递质？

共情 爱情和婚姻 依恋和友谊 第十章 厌恶与轻蔑 什么是厌恶和轻蔑？

对厌恶与轻蔑的测量 厌恶的生理基础 厌恶是一种情绪吗？

厌恶的认知方面 厌恶：发展与个体差异 厌恶、恐惧与恐怖症之间的关系 第十一章 自我意识情绪：尴尬、羞愧，内疚和自豪 尴尬、羞愧与内疚之间的区别 尴尬 羞愧与内疚 自豪第三部分 情绪与心理学其他领域的关系 第十二章 情绪与信息加工 情绪与注意 情绪与记忆 情绪、归因和期待 快乐、悲伤和推理 第十三章 情绪决策与情商 情绪与逻辑推理 基于价值的选择 情绪和道德推理 情商 情商的测量 第十四章 压力及其导致的健康问题 压力与情绪：定义及测量 压力如何影响健康 压力在特定疾病中的作用 第十五章 情绪调节：应对压力 弗洛伊德的自我防御机制：应对策略的早期分类 情绪调节的加工模型 问题关注策略 评价关注策略 情绪调节中的正性重评 情绪关注策略 哪种情绪调节策略最好呢？

结束语参考文献

## &lt;&lt;情绪&gt;&gt;

## 章节摘录

一些研究已经证实，婴儿有时能够做出类似于成年人的情绪表情，但是却不一定发生在“正确”的情境下。

例如，厌恶。

甚至很小的婴儿有时也会对酸味和苦味产生反应，他们会张开嘴，撅起嘴唇，好像要将它吐出来一样（Ostersta1, 1992；Rosenstein&Oster, 1988）。

这些表情看起来与成年人厌恶的反应有些相似。

除此之外，成年人还会皱着鼻子，紧闭双唇（见图2.4）。

同样，婴儿只有在尝到不好的味道时才会出现这样的反应，在看到流血、血迹或者其他让成年人觉得恶心的东西时并不会出现厌恶的表情。

简单说，我们很难去确定婴儿是否能够“真正地”体验到厌恶的情绪。

婴儿是否能够辨别情绪？

对于这一问题，我们应持有谨慎的态度。

成年人，特别是父母，会过分地揣测婴儿表情中所包含的意思：“哦，看，我们的宝宝很高兴！

哦……她现在生气了。

”实际情况或许与你猜测的一样，或许不一样。

同样，心理学家有时也会过分地揣测婴儿面部表情的含义。

我们不能“进入婴儿的头脑里”去了解他们的感受，同时，我们也需要在缺乏面部表情的情况下谨慎地推导出结论。

例如，一个面部肌肉瘫痪的成年人没有面部表情，如果我们就此推测他没有情绪的话，那就是错误的。

同样，婴儿不能表现出清晰的面部表情，反映出的也许是脸部肌肉运动的限制，而不是情绪的缺乏。

情绪是如何发展的？

不管年幼的婴儿是否有能力去辨别情绪，可以肯定的是，在生命开始的头两年，他们对情绪的体验和表达会有很大的变化。

到了1岁左右，——1L就能够清晰地表现出高兴、悲伤、愤怒和恐惧的面部表情（Lewis, 2000）。

这种发展有多大程度是依靠学习，又有多大程度是因为生理的生长与成熟呢？

生理的成熟情绪表达能力对生理成熟度有一定的要求。

例如，新生儿的视力较差，尤其是眼睛的中间部位，而这是成年人视觉最敏锐的部位（Abramoveta1, 1982）。

在最初的6个月，婴儿将视觉注意从一个物体移向另一个物体是比较困难的；一个发光或者移动的物体能够完全吸引他们的注意，以至于他们不能将注意从这个物体上移开（Clohessy, Posner, Rothbart, &Veccra, 1991；M.H.Johnson, Posner, Rothbart, 1991）。

他们未发育成熟的视觉没有限制他们的情绪，但是却限制了他们对视觉刺激反应的能力。

同样，爬行和行走能力的发展为情绪的发展提供了新的环境。

一个刚刚学会爬行的婴儿要面对迷路或者陷入危险等新的威胁。

一个刚刚学会站立和行走的婴儿要应付突然的摔倒。

这些运动能力的改变会引发新的情绪系统的发展，也会激活那些已经存在但未表现出来的情绪系统。

更重要的是，运动能力的成熟使得婴儿能够更加清晰地表达情绪。

新生儿不能在愤怒时握紧拳头，或者在受到惊吓后逃走，也不能大笑。

在很多情况下，新生儿更像一台没有与显示器和打印机相连的电脑。

也就是说，婴儿可能有很多的内部感受，但是没有人能知道。

## <<情绪>>

### 编辑推荐

本书内容划分为三个部分：第一部分的主要内容为与情绪有关的一系列基本问题：情绪的本质、情绪的分类、情绪的发展、以及情绪与文化的关系等。

第二部分则对一系列常见的具体情绪分章节进行了阐述，包括恐惧、焦虑、愤怒、悲伤、幸福、爱、恶心、轻蔑、羞愧、内疚、自豪感等。

第三部分阐述了情绪与其他心理过程之间的关系，包括情绪与信息加工、情绪性决策和情绪智力、情绪调节等方面内容。

作者以深入浅出的语言对上述问题进行了详尽陈述，涵盖了理论建构、实证研究等各个方面。

总体而言，本书既适合专业的学生和研究者阅读，又可以作为心理学爱好者的科普读物。

因此，我们将这样一本书翻译出版，希望对专业领域的情绪研究以及情绪心理学的科学普及研究工作贡献微薄之力，同时也希望起到抛砖引玉的作用，引起更多研究者及读者们对情绪研究领域的关注，使得对情绪在人们日常生活中的作用有更深入的理解和认识，培养积极、愉快的情绪、情感，降低或消除不愉快的情绪、情感。

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>