

<<心灵困惑的科学解读>>

图书基本信息

书名：<<心灵困惑的科学解读>>

13位ISBN编号：9787509116586

10位ISBN编号：7509116589

出版时间：2008-4

出版时间：人民军医出版社

作者：周天泽

页数：177

字数：207000

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>

## <<心灵困惑的科学解读>>

### 内容概要

本书从物质科学、人体科学和人类科学探讨人的心理健康的三个要素，即智能、爱心和心态问题，试图对个体的学途、情途、财途和前途的心灵困惑予以科学解读，而不是作社会学、政治学和伦理学的说明。

本书剖析了心灵困惑问题55项，涉及科学基础知识100余则，实验趣事数百起，人物案例近千宗。本书尝试将科学和人文知识结合，使之成为着力于科学精神但融汇古今中外信息的开放性思考读物。

本书涉及的科学内容，初中水平即可领会，随机抽读任一页都意趣盎然。可作为各类大专院校、中专及职高学生的公选课教材，也可作为教育工作者(特别是中、小学及幼儿园教师)的参考书，还可供家长及社会各界人士用于科学、教育及休闲阅读。

## &lt;&lt;心灵困惑的科学解读&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 心灵困惑的科学探索——化学与心理健康的密切关系 一、为什么人的一生都在向自己的精神家园奔波 二、“问题少年”产生的原因是什么 三、张良为老人拾鞋的故事给人什么心理启示 四、什么是人的神色，心理健康的标志是什么 五、为什么说“君子爱财，取之有道” 六、为什么有些人会逆反 七、人为什么会有嫉妒心 八、自杀留给生者什么样的心理启示 九、诺贝尔为什么要设立专项奖 第二章 智能的科学起源——化学与心理健康的基础：智能 一、人的灵气在哪里（怎样判断小孩是否聪慧） 二、为什么人有两只眼和两只耳 三、为什么只有人类具有丰富的语言 四、为什么说“恶语伤人恨不休” 五、为什么人从小就要学会上厕所 六、为什么说没有化学就没有现代科学教育 七、为什么教育比出身门第更重要 八、为什么人要定时作息 九、《儒林外史》中“范进中举”的故事给我们哪些心理启示 第三章 情绪的科学依据——化学与人的心理状态 一、为什么人类的表情具有通性（甚至东西方男女求爱的方式也相似） 二、为什么人会高兴，人要怎样才能有好心态 三、为什么人会紧张和争斗 四、邱少云的英雄行为给我们哪些心理启示 五、为什么人有香艳心理 六、为什么有些人会对某些活动上瘾 七、诸葛亮在《隆中对》中表现了哪些心理特点 八、人为什么会有害怕心理 九、为什么运动会成为人们乐趣的来源和日常需要 十、试探讨“赤壁之战”各方心理潜能的开发 第四章 科学与不同人群的爱心追求——化学与不同人群的心理健康 一、为什么说少年不幸胎期起 二、为什么人爱参加各种活动 三、为什么人会坠入爱河 四、为什么人要成立家室 五、为什么说良好的习惯是人的宝贵财富 六、巴甫洛夫的遗书给我们什么心理启示 七、为什么无志之人常立志 八、为什么化妆能使人心情振奋 九、为什么老年人易得空巢综合征 十、刘备的遗嘱给我们什么心理启示 第五章 心灵困惑的科学解脱——化学与心理障碍的矫治 一、为什么人有时会想入非非 二、试对鸦片战争中林则徐的心态进行分析 三、为什么有人会对算命感兴趣 四、为什么人有时有懈怠心理 五、为什么人有时有奉承心理 六、为什么人有时有郁闷心理 七、枚乘治好太子的心病给人们什么心理启示 八、为什么有的人有隐晦心理 九、为什么人有时会说谎 十、怎样克服考试焦虑心理 第六章 科学精神在心理建设中的弘扬——心理建设的有关实践效应和理论模式 一、对关于化学的诗《石灰吟》的心理分析 二、怎样提高睡眠质量 三、怎样使学习变成乐事 四、怎样避免一时的)中动 五、怎样念好家庭这本“经” 六、怎样用音乐来改善人的心态 七、陶渊明的宽心心理探讨参考文献

## <<心灵困惑的科学解读>>

### 章节摘录

第一章 心灵困惑的科学探索 1. 发展是根本娩出的婴儿的第一声啼哭，宣告他进行呼吸的化学反应开始了生命，包括心理活动，到长大成为充满活力的社会成员，这种变化是由什么决定的呢？

美国心理学家格赛尔提出了著名的双生子爬梯实验，他对双生子A和B在不同的时间进行训练，结果却大致相同。

据此，格赛尔认为，发展是由儿童内部的因素决定的，环境和训练起了推动作用。

儿童采取什么方法来发展自己呢？

瑞士心理学家皮亚杰（1896—1980）对出生10个月的婴儿进行观察发现，孩子不断把自己枕边的气球抛上又收回，目的在于验证这种活动的可重复性。

这就是说，孩子只对可重复的活动开心地学习，而可重复性是科学实证的基本精神，是抵制迷信的基础。

因此，儿童用科学方法来发展自身。

进一步的研究表明，科学的历史发展和儿童心理发展是两个相适应的过程。

人为什么要发展，发展的动力是什么呢？

美国心理学家马斯洛（1970）提出了需要层次论，在国际上受到广泛认同。

他在考察了包括婴儿、小学生等不同群体的活动以后，认为人的最基本需要是生存需要，最高需要则是开发自己的潜能并作用于社会发展，其间经过不同等级及层次的推动。

人的各种活动都是满足不同层次的特定需要，否则他的发展就不能与社会发展适应，不能持续，从而遇到危机并引发各种问题，最终成为问题的主角和社会的“另类”。

2. 目标驱动毅力心理学研究表明，人在9岁就开始具备展望自己生活的能力。

这时，他开始写日记；开始要求单独睡；当受到外界刺激时，不容易波动，会产生相对稳定的心境，开始具备独立性。

发明心理疗法的心理学家艾伦（1942）认为，人是要求独立、表现自己、希望有自己主张的目的性活体，致力于自己潜能现实化的“自我实现”是个体的主要动机。

他试验了推进病人自发性活动的新型疗法，实质上是把“自我实现”的基本渴望作为该疗法的惟一有效动机。

“自我实现”在我国文献中叫做志气、志向，“有志者事竟成”，说的就是目标驱动毅力。

<<心灵困惑的科学解读>>

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>