

<<写给青少年的心理学>>

图书基本信息

书名：<<写给青少年的心理学>>

13位ISBN编号：9787511223821

10位ISBN编号：7511223826

出版时间：2012-6

出版时间：光明日报出版社 光明日报出版社 (2012-06出版)

作者：杨家倩 著

页数：209

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>

## <<写给青少年的心理学>>

### 内容概要

《写给青少年的心理学》介绍了心理学的不同分支，探寻了各种心理学理论的发展和变化历程，揭示了大脑的生物和心理作用，以及基因与环境怎样影响个体的思想与行为等内容。本书帮助广大年轻人轻松高效地学习心理学知识。

## &lt;&lt;写给青少年的心理学&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 心理学的昨天和今天 一、什么是心理学 二、早期心理学 三、心理分析 四、行为主义 五、人本主义心理学和积极心理学 六、认知心理学 七、生物心理学 八、现代心理学中的文化、种族划分及多样性 第二章 心理学家如何获得信息 一、实验——心理学的基础 二、观察的学习 三、病历与访谈 四、自我报告、问卷与调查 五、心理学测验 六、统计学的重要作用 七、心理学研究中的道德标准 第三章 心理学中的生物学 一、神经元及其功能 二、中枢神经系统 三、周围神经系统 四、内分泌系统 五、基因及其功能 六、基因表达 七、进化与人类 第四章 什么使我们成为人类 一、人脑的起源 二、前脑的机构和功能 三、大脑 四、研究人脑的传统方法 五、神经系统学与脑成像 六、什么是精神——早期观点 七、什么是精神——基于神经系统学的观点 第五章 我们如何体验世界 一、感觉和知觉 二、眼睛和视觉 三、视知觉 四、耳朵和听觉 五、听知觉 六、嗅觉和味觉 七、皮肤的感觉 八、肌肉运动知觉和平衡 第六章 好心情，坏心情 一、情绪与动机 二、情绪的生理学 三、情绪中大脑的角色 四、情绪的种类 五、情绪的说明 六、攻击性行为 七、所有的人都具有相同的情绪吗 第七章 我们为何这样做 一、动机的类型 二、脑在动机中的角色 三、动机的生理学机理 四、饥饿动机 五、进食障碍 第八章 改变意识状态 一、意识水平 二、睡眠 三、睡眠障碍 四、我们为什么会做梦 五、催眠及其作用 六、冥想 七、精神药物及其作用 八、药物滥用及依赖 第九章 条件反射与学习 一、适应——学习的最基本方式 二、条件反射 三、经典性条件反射 四、经典性条件反射的应用 五、操作性条件反射 六、操作性条件反射的应用 七、通过观察和模仿学习 第十章 我们怎样记忆，我们为何遗忘 一、记忆概述 二、感觉记忆和外来刺激 三、短期记忆和工作记忆 四、长期记忆以及它们是如何存储的 五、对于遗忘的解释 六、关于抑制理论的辩论 七、改善记忆的技巧 第十一章 语言与交流 一、语言的语法及词汇 二、语音学与音韵学 三、词法 四、句法 五、语义学以及语用论 六、手势及其他非语言交流 七、其他动物能够学习人类的语言吗 第十二章 思考、认知以及解决问题 一、认知的观点 二、知识单元 三、形式推理 四、非形式推理 五、问题解决中的策略 第十三章 人格和人格测试 一、人格是什么 二、遗传、环境与人格 ..... 第十四章 应对生活的困难，实现幸福 第十五章 障碍：当思想和感情出错时 第十六章 心理疗法以及治疗的途径 第十七章 关于你自己和他人的思考 第十八章 社会的相互影响与人际关系行为 第十九章 人的发育：从受精到出生 第二十章 人的发育：幼年和童年 第二十一章 人的发育：青年期 第二十二章 人的发育：成年期、衰老和垂死

## <<写给青少年的心理学>>

### 章节摘录

版权页：五、情绪的说明 生理状况和情绪之间的直接关系可以通过下面的实验来建立：所有被试者的脊髓都受到了损伤，他们会描述自己受伤后体验情绪的强度，并与受伤前的状况进行比较。

脊髓受到不同程度损伤的被试者被挑选出来并经过鉴定。

其结果正如本书开始就提到的那样，一些自主变化的起源可以追溯到神经系统的交感神经，所以脊髓受伤部位之后的任何感觉都不能传递到大脑。

下面的列表说明了每组被试者带有的脊髓损伤的位置：颈部附近，在颈部水平。

腰部区域。

下胸部水平。

上胸部水平。

脊柱基底附近，在骶骨水平。

要求被试者对分别发生在受伤前、后的涉及恐惧、愤怒、悲伤和性兴奋的境况做出比较。

结果显示，脊髓最高部位受伤的人体会到最少的情绪，因为其大部分自主神经系统都不能与大脑进行感觉交流。

一些被试者叙述，与受伤前发生的情况不同，他们虽然能够通过语言和面部表情表达情绪，但是由于缺少身体反应，情绪的强度水平显著降低。

当身体不能调节血液温度、蓄积能量或者排汗的时候，我们就不能感受完整的情绪体验。

六、攻击性行为 创新的科技成果会给我们的社会带来许多积极进步，但是它们也会导致不可避免的消极方面，比如大规模杀伤性武器。

在我们的社会中，攻击性行为的出现频率持续上升，一部分是因为通过媒体、电影和计算机游戏使我们不断地暴露在攻击性行为之下，还有一部分是因为人类天生的本能性侵略动力。

1.攻击之轮 弗洛伊德的心理分析理论认为，人类的大部分行为都可以上溯至性本能，这一理论是在以下思想基础上形成的：未满足的性渴望将导致挫折，只有通过侵略性行为挫折才得以表达。

在多拉德等人的《挫折和攻击》一书中，弗洛伊德的理论被挫折—攻击假说提高了。

该假说指出：任何时候任何事物阻止了一个人目的的达成，这个人就会感到存在障碍，无论障碍是生机勃勃的还是死气沉沉的，同时他还会感到需要受到了伤害，由此便产生了攻击的动力。

## <<写给青少年的心理学>>

### 编辑推荐

《写给青少年的心理学》采用了年轻人易于接受的叙述方式，以科学简明的体例、明白流畅的语言、深入阐释的生活案例，帮助广大年轻人轻松高效地学习心理学知识。

为了打好基础。

我们将首先学习心理学的不同分支，以及它们如何对现代心理学知识体系做出各自的贡献。

我们还将看到大脑的生物和生理作用，以及这些作用是怎样相互联结的。

<<写给青少年的心理学>>

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>