

<<生活心理学>>

图书基本信息

书名：<<生活心理学>>

13位ISBN编号：9787533884178

10位ISBN编号：7533884175

出版时间：2009-12

出版时间：庄锦英、董奇、边玉芳 浙江教育出版社 (2009-12出版)

作者：庄锦英

页数：273

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>

<<生活心理学>>

前言

心理学是探索人类自身奥秘的科学，是当代社会和行为科学中发展最迅猛的学科之一。

著名心理学家艾宾浩斯曾说：“心理学只有一个短暂的历史，却有一个长久的过去。”

在心理学真正成为一门学科之前，人类出于对自身的关注，一直都在为解开一个个自我之谜而不懈地努力着，但这种努力更多地表现为先哲们对人类自身的观察和理性思考。

由于缺乏科学的研究方法和手段，心理学尽管“有一个长久的过去”，却只能成为哲学的依附。

1879年，德国人冯特在莱比锡成立了第一个心理学实验室，终于使心理学从哲学的母体中独立出来，真正成为一门独立的学科。

如今，心理学经过一百多年的发展，已经枝繁叶茂，对人类生活和社会发展产生着越来越深刻的影响。

从第一个心理学实验室成立标志着心理科学诞生那天起，实验就是心理学研究的主要方法。

心理学研究的目的是揭示心理现象的本质和规律，在此基础上实现对心理现象的预测和控制。

要达到这一目标，必须探明心理现象发生和发展的原因，而心理学实验是探索各种因素间因果关系的有效手段。

正因为如此，从事基础心理、儿童心理、教育心理、社会心理、管理心理、医学心理等各个领域的心理学研究者们，都十分重视采用实验心理学的研究方法揭示人类心理的本质和规律。

<<生活心理学>>

内容概要

心理学是探索人类自身奥秘的科学，是当代社会和行为科学中发展最迅猛的学科之一。著名心理学家艾宾浩斯曾说：“心理学只有一个短暂的历史，却有一个长久的过去。”在心理学真正成为一门学科之前，人类出于对自身的关注，一直都在为解开一个个自我之谜而不懈地努力着，但这种努力更多地表现为先哲们对人类自身的观察和理性思考。由于缺乏科学的研究方法和手段，心理学尽管“有一个长久的过去”，却只能成为哲学的依附。1879年，德国人冯特在莱比锡成立了第一个心理学实验室，终于使心理学从哲学的母体中独立出来，真正成为一门独立的学科。如今，心理学经过一百多年的发展，已经枝繁叶茂，对人类生活和社会发展产生着越来越深刻的影响。

<<生活心理学>>

书籍目录

第一部分 情绪面面观我不能把你忘记——情绪抑制与生理反应的关系蔡戈尼效应——心理压力的主要来源情人眼里出西施——心境一致性效应得意忘形——情绪影响加工方式Eat Popcom——纯粹接触效应成瘾行为透视——快乐中枢甜柠檬效应——预期情绪准确性之探讨叶公好龙——偏好反转之实验研究第二部分 爱情、婚姻与幸福边际效用递减律——心物函数谁是“最可爱的人”——亲密关系排序“夫妻相”揭秘——镜像神经元及其功能婚姻需要“门当户对”——内隐自尊的泛文化研究第三部分 我是谁我是谁——自我面孔识别之研究磨道里的驴——行为的“完形”倾向人之为“人”的精神——无私的动机无意的谎言——动机对记忆的选择性影响与人交往的“白金原则”——角色对记忆内容的选择性影响第四部分 个体认知的局限性圣·彼得堡悖论——从感觉阈限看有限理性两小儿辩日——框架效应一朝被蛇咬，十年怕井绳——记忆影响判断力杞人忧天——想象对个体判断的影响锚定与调整——认知和判断的策略守株待兔——“小数法则”一夜成名——刻板印象影响个体判断分子和分母——个体认知容易忽略基础概率也谈“名人效应”——记忆提取的难易程度影响判断和认知第五部分 第三只看世界迷信的鸽子——强化与行为形成的关系揭开“预感”的神秘面纱——关于内隐学习的实验研究比率偏见效应——直觉比知识更重要空间会说话——个人空间奥斯汀公爵的马——非言语线索在判断与决策中的作用梦露还是爱因斯坦——知觉识别中的整体优先效应第六部分 时尚时尚的心理本质——“积极起点”等实验着装的技巧——错觉的巧用巧用色彩——颜色的心理效应第七部分 理财彩民的迷信——小概率事件具有超决策权重自欺的游戏——虚假确定效应认真、刻板的“账房先生”——心理账户往事如烟，并不如烟——成本沉没效应不要把大脑同牛市相混淆——过度自信股票投资的策略——再认启发式奖励的艺术——效用曲线第八部分 广告营销广告的吸引力——注意的过滤器理论广告呈现的最佳频次——遗忘曲线广告信息要凝练——神奇数字 7 ± 2 商机——差别阈限推销的艺术——知觉防御更大笨蛋理论——价值认知对知觉的影响变形艺术的局限性——方位对图形再认的影响发现欲望，并满足它们——消费者的动机品牌的力量——认知对判断的影响联华还是华联——错误记忆“大花洒”和“小气鬼”——消费与大脑特定区域的关系体验的价值——感觉剥夺实验越在意钱就会变得越吝啬——态度和欲望之间的关系参考文献

章节摘录

插图：情绪是一种感受，这种感受一旦因为某种刺激而引发，就如滔滔江水，凭借理性来堵是堵不住的。

应该学习大禹治水的方法，给情绪留出一些宣泄的“涵洞”，让不良情绪有个出口。

遇到特殊情况，还应该专门开闸放水，以利泄洪。

失恋的时候该宣泄就宣泄，该思念就思念，一遍遍思念等于开闸放水，就像实验中恋情强烈但不抑制对旧日恋情的思念组一样，其结果是随着时间延长，其皮肤导电值下降，心灵的创伤逐渐愈合。

最不利的是恋情强烈但又强忍着不去思念的被试组，他们不仅不能很快走出失恋的阴影，还会引发其他强烈情绪。

看来，“男儿有泪不轻弹”并不是一个特别健康的心理概念，虽然在当今主流文化的观念里，这是男子汉应有的行为。

在铺天盖地的文学及影视作品中，塑造了大量刚毅、坚定、隐忍的男子汉形象，但在生活中，这种隐忍不发无疑是在积聚一座火山。

火山总是要爆发的，在火山爆发之际，不但会燃烧自己，还会毁坏与之相连的世界。

实验中恋情强烈但又抑制思念组的个体，他们所表现出来的心理过程就是在积聚一座火山，越是抑制不去想，情感体验越强烈。

并且转移得也比较慢。

这不但不利于建立新的恋情关系，还会导致身心疾病。

目前，大量研究表明，身体疾病与不良情绪有关。

有人曾讲过这样一个故事。

<<生活心理学>>

编辑推荐

《生活心理学》“十一五”国家重点图书心理学的科学探索

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>