

<<认识心理学>>

图书基本信息

书名：<<认识心理学>>

13位ISBN编号：9787115280152

10位ISBN编号：7115280150

出版时间：2012-7

出版时间：人民邮电出版社

作者：[美] 查尔斯·G·莫里斯,[美] 阿尔伯特·A·马斯托

页数：645

字数：1008000

译者：张继明,陈猛,王丽娜

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>

## <<认识心理学>>

### 内容概要

《认识心理学(第9版)》以平实的语言对心理学的基础概念作了科学、准确而全面的概述，是专为心理学初学者撰写的入门读物。

全书共14章，清晰的勾勒出了心理学的概貌，对行为、感知、意识、学习、记忆、情绪、人格、压力、与失序等方面作了专题论述。

<<认识心理学>>

作者简介

## <<认识心理学>>

### 书籍目录

#### 第1章 心理科学

##### 心理学是什么

- 心理学的研究领域

- 长期关注的主题

- 作为科学的心理学

- 批判性思维：像科学家一样思考

##### 应用心理学

- 学习心理学的收获

##### 心理学的发展

- “新心理学”：关于心灵的科学

- 重新定义心理学：行为的研究

- 认知革命

- 新方向

- 女性心理学家的位置

##### 人类多样性

- 性别

- 人种和民族

- 文化

##### 心理学的研究方法

- 自然观察法

- 个案研究法

- 调查法

- 相关研究法

- 实验研究法

- 多方法研究

- 抽样的重要性

- 人类多样性和研究

##### 应用心理学

- 网络使用者：一个有缺陷的研究

##### 道德规范和心理学：对人类和动物的研究

- 动物研究

##### 心理学的相关职业

#### 第2章 行为的生理基础

##### 神经元：信使

- 神经冲动

- 突触

- 神经可塑性和神经生成

##### 应用心理学

- 药物和行为

##### 中枢神经系统

- 神经系统的构成

- 大脑

- 脑半球的专门作用

- 研究脑的工具

- 脊髓

## <<认识心理学>>

周围神经系统

内分泌系统

基因, 进化和行为

遗传学

行为遗传学

社会影响

进化心理学

第3章 感觉与知觉

感觉的本质

感觉阈限

阈下知觉

视觉

视觉系统

颜色视觉

应用心理学

有着任何一个其他名字的玫瑰

听觉

声音

耳朵

听觉理论

其他感觉

嗅觉

味觉

运动觉和平衡觉

皮肤觉

痛觉

知觉

知觉组织

知觉恒常性

距离知觉与深度知觉

运动知觉

视错觉

观察者的个体特征

第4章 意识状态

睡眠

生物周期: 生物钟

睡眠节律

睡眠剥夺

应用心理学

你得到充足的睡眠了吗

睡眠障碍

梦

我们为什么会做梦

药物改变意识

药物使用、药物滥用与药物依赖

镇静剂: 酒精、巴比妥酸盐和鸦片制剂

兴奋剂: 咖啡因、尼古丁、安非他命和可卡因

## <<认识心理学>>

- 致幻剂和大麻
- 滥用和成瘾的解释
- 冥想与催眠
  - 冥想
  - 催眠
- 第5章 学习
- 经典条件反射
  - 经典条件反射的要素
  - 建立起经典条件反射
  - 人类的经典条件反射
  - 经典条件反射是选择性的
- 操作性条件反射
  - 操作性条件反射的要素
  - 建立起操作性条件反射
- 应用心理学
  - 改变你自己的行为
  - 聚集强化
  - 惩罚
  - 习得性无助
  - 通过生物反馈塑造行为改变
- 经典和操作性条件反射的共同因素
  - 随发事件的重要性
  - 消退和处发恢复
  - 刺激控制、泛化和分化
  - 基于最初学习的新学习
- 总结
- 认知学习
  - 潜伏学习和认知地图
  - 顿悟和学习定势
  - 通过观察进行学习
  - 动物的认知学习
- 第6章 记忆
- 关于记忆的争论
- 感觉登记
  - 视觉和听觉登记
  - 注意
- 短时记忆
  - 短时记忆的容量
  - 短时记忆的编码
  - 短时记忆的保持
- 长时记忆
  - 长时记忆的容量
  - 长时记忆的编码
  - 系列位置效应
  - 长时记忆的保持
  - 长时记忆的类型
- 应用心理学

## <<认识心理学>>

改善你的记忆

外显记忆与内隐记忆

记忆的生理机制

记忆存储在什么地方？

睡眠的作用

遗忘

遗忘的生理机制

经验与遗忘

关于记忆的特殊话题

文化的影响

自传性记忆

超常记忆

闪光灯记忆

目击者证词

恢复的记忆

第7章 认知和心智能力

构成思维的基本单元

语言

表象

概念

语言、思维和文化

我们的语言是男性优势的吗

非人类的思维和语言

语言问题

动物的认知

问题解决

问题的解释

生成策略并评价进展

问题解决的障碍

应用心理学

成为一名更熟练的问题解决者

决策

补偿性决策

启发式决策

框架

解释我们的决策

多元任务

智力和心智能力

智力理论

智力测验

是什么构成了一个好测验

遗传、环境和智力

遗传

环境

IQ争论：一个有用的模型

心智能力和人类多样性

## <<认识心理学>>

- 极端智力
- 创造力
  - 智力和创造力
  - 创造力测验
- 本章问题的答案
- 智力测验问题的答案
- 第8章 动机与情绪
  - 关于动机的观点
    - 本能
    - 驱力降低理论
    - 唤起理论
    - 内在与外在动机
    - 动机层次
  - 饥饿与口渴
    - 生物和情绪因素
    - 饮食失调与肥胖
- 应用心理学
  - 缓慢(但持久)的体重控制措施
- 性
  - 生物因素
  - 文化和环境因素
  - 美国人的性行为模式
  - 性取向
- 其他动机
  - 探索与好奇
  - 操作与接触
  - 侵犯
  - 成就
  - 合群
- 情绪
  - 基本情绪
  - 情绪理论
- 情绪交流
  - 音质和面部表情
  - 大脑如何理解表情
  - 身体语言、个人空间和外显行为
  - 性别与情绪
  - 文化与情绪
- 第9章 毕生发展
  - 发展心理学的研究方法
- 胎儿发展
- 新生儿
  - 反射
  - 气质
  - 感知能力
- 婴儿期与儿童期
  - 神经发展



## <<认识心理学>>

- 身体发展
- 动作发展
- 认知发展
- 道德发展
- 言语发展
- 社会化发展
- 性别角色发展
- 电视、视频游戏与儿童
- 青春期
  - 身体变化
  - 认知变化
  - 人格与社会化发展
  - 青春期的一些问题
- 成人期
  - 爱情、伴侣以及抚养子女
- 应用心理学
  - 解决亲密关系中的冲突
  - 职业
  - 认知变化
  - 中年期
- 老年期
  - 身体变化
  - 社会化发展
  - 认知变化
  - 面对生命的终结
- 第10章 人格
- 研究人格
- 心理动力理论
  - 西格蒙德·弗洛伊德
  - 卡尔·荣格
  - 阿尔弗雷德·阿德勒
  - 卡伦·霍妮
  - 艾里克·埃里克森
  - 心理动力学对杰里妮·史密斯案例的解释
  - 对心理动力理论的评价
- 人本主义人格理论
  - 卡尔·罗杰斯
  - 人本主义对杰里妮·史密斯案例的解释
  - 对人本主义理论的评价
- 特质理论
  - “大五”
  - 特质理论对杰里妮·史密斯案例的解释
  - 对特质理论的评价
- 认知—社会学习理论
  - 预期、自我效能、控制点
  - 认知—社会学习理论对杰里妮·史密斯案例的解释
  - 对认知—社会学习理论的评价

## &lt;&lt;认识心理学&gt;&gt;

## 人格评估

个人访谈

直接观察

客观测验

## 应用心理学

评估你的人格

投射测验

## 第11章 压力与健康心理学

## 压力来源

变化

日常烦恼

自我施加的压力

压力和个体差异

## 应对压力

直接应对

## 应用心理学

应对大学生活中的压力

防御性应对

压力应对中的社会经济、文化与性别差异

## 压力如何影响健康

压力和心脏疾病

压力和免疫系统

## 保持健康

降低压力

选择健康的生活方式

## 极端压力

极端压力的来源

创伤后应激障碍

## 适应良好的人

## 第12章 心理障碍

## 关于心理障碍的不同观点

关于心理障碍的历史观点

生物模式

精神分析模式

认知—行为模式

易感素质—压力模式和系统理论

心理障碍的发病率

精神疾病与法律

异常行为的分类

## 心境障碍

抑郁症

## 应用心理学

认识抑郁症

自杀

躁狂症和双相障碍

心境障碍的起因

## 焦虑症

## <<认识心理学>>

- 特定对象恐惧症
- 惊恐障碍
- 其他类型的焦虑症
- 焦虑症的起因
- 心身障碍和躯体形式障碍
- 分裂性障碍
- 性心理障碍和性别认同障碍
- 人格障碍
- 精神分裂症
  - 精神分裂症的类型
  - 精神分裂症的起因
- 童年期障碍
- 心理障碍的性别与文化差异
  - 性别差异
  - 文化差异
- 第13章 治疗
- 领悟疗法
  - 精神分析疗法
  - 求助者中心疗法
  - 格式塔疗法
  - 最新进展
- 行为疗法
  - 基于经典条件反射的疗法
  - 基于操作性条件反射的疗法
  - 基于模仿学习的疗法
- 认知疗法
  - 压力免疫疗法
  - 理性情绪疗法
  - 贝克认知疗法
- 团体治疗
  - 家庭治疗
  - 夫妻治疗
- 应用心理学
  - 如何寻求帮助
  - 自我帮助团体
- 心理治疗的效果
  - 针对某种心理障碍来说, 哪种疗法是最好的
- 生物治疗
  - 药物疗法
  - 电休克疗法
  - 精神外科手术
- 住院治疗及其备选方式
  - 去机构化
  - 住院治疗的备选方式
- 预防
- 求助者多样性和治疗
  - 性别与治疗

<<认识心理学>>

文化与治疗  
第14章 社会心理学  
社会认知  
    印象形成  
    归因  
    人际吸引  
态度  
    态度的本质  
    偏见和歧视  
    态度的改变  
应用心理学  
    种族冲突与暴力  
社会影响  
    文化影响  
    从众  
    依从  
    服从  
社会行为  
    去个体化  
    助人行为  
    群体与决策  
    领导  
附录A 测量与统计方法  
附录B 心理学在工作中的应用  
术语表  
中英文术语对照表  
图片致富

## &lt;&lt;认识心理学&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：就在同一个时期，美国心理学家亚伯拉罕·马斯洛（Abraham Maslow）创建了一种更为整体化的心理学研究方法，他认为感受和期望非常重要。

他曾师从格式塔心理学家马克思·魏特默和人类学家卢斯·本尼迪特（Ruth Benedict）。

马斯洛将人本主义心理学看做“第三种力量”——不同于弗洛伊德的理论和行为主义理论。

人本主义心理学家强调人的潜力以及爱、归属感、自尊、自我表达、高峰体验（当一个人很深地卷入某一活动，以至于自我意识减退的状态）和自我实现（由于专注于自身以外的问题而产生的自发性和创造性，超越了社会传统界限）。

他们专注于对心理健康和幸福感、自我理解和自我发展的研究，而并不关注心理疾病。

人本主义心理学对动机和情绪的研究作出了重要的贡献（见第8章），同时也为人格和心理治疗两个分支作出了贡献（见第10章和13章）。

但主流心理学始终没有完全接受它。

因为人本主义心理学关注的是生活意义、价值观和道德方面的问题，一些人（包括该流派自己的成员）更多地将该流派视作一种文化和精神运动，而不是心理科学的一个分支。

然而近年来，一些积极心理学家（将在下文介绍）已经开始重新研究人本主义心理学家在半个世纪前提出的问题（Bohart & Greening, 2001；Froh, 2004）。

认知心理学的兴起在20世纪60年代后期，随着行为主义不再受宠，心理学开始了一个接近完整的循环，也可以被称为认知革命，这指的是从仅限于对行为的关注向更广泛心理过程的研究所进行的基本转移，这些心理过程包括记忆、决策和信息加工等。

这个领域的研究派生于认为不可能对意识进行科学探索的时期，心理学家开始研究心灵，并形成理论——但是当前的研究运用了新的方法，并达到了行为主义对客观、实际研究的要求。

随着关注焦点的变迁，甚至是心理学的定义都发生了改变。

心理学仍然在研究人类的行为，但是心理学家对“行为”的概念已经扩展到思维、情感和意识状态。

这一新的焦点在应用于已有的心理学分支的同时也影响了新出现的心理学分支。

例如在发展心理学领域，认为儿童是一块A板的观念已经被新的观念所代替，这一观念认为新生儿和儿童是有意识、有能力的社会生命。

根据这一新观念，儿童会积极地学习并了解他们所处的世界的意义。

此外，所有的健康儿童都具备不同的个人特征，如通过生活在相应的环境中，而不必通过正规教育就能学习语言的能力。

发展心理学只是受益于认知心理学同时又对其有所贡献的一个分支。

认知心理学在最广泛意义上对我们的心理过程进行研究，思维、情感、学习、记忆等都包含在内。

如果说行为主义的学习模式像一台老式电话的接线总机（一个电话或信号进入，沿着大脑的不同电路运行，然后产生一个回答或反应），认知模式就像一台高能、现代化的电子计算机。

对于人们借助他们的认知“硬件”和“软件”获得信息、处理信息，并用这些结果认识世界、解决问题，认知心理学家们极其感兴趣。

## <<认识心理学>>

### 编辑推荐

《帝企鹅培知书系:认识心理学(第9版)》由查尔斯·G·莫里斯著,阿尔伯特·A·马斯托著,张继明、陈猛、王丽娜译。

超过700篇新增参考文献,其中634篇发表于2007年至2009年。

莫里斯和马斯托为心理学导论这门课程提供了一个详尽的综述。

作者非常谨慎,只选取已经得到足够证据支持的近期研究成果,以确保其能够被心理科学领域所接受。

第9版中新增的主题包括岛叶(insula,与成瘾有关的一个脑区)、虚拟现实模拟、不注意盲视、多种任务(在开车时打电话)、强迫性进食倾向、品克(Pinker)的语言发展理论、表达性写作在缓解压力方面的作用以及斯滕伯格(Sternberg)的WICS领导理论。

<<认识心理学>>

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>