

<<心理学一本通>>

图书基本信息

书名：<<心理学一本通>>

13位ISBN编号：9787507528817

10位ISBN编号：7507528812

出版时间：2010-4

出版时间：华文出版社

作者：邢群麟

页数：全4册

字数：756000

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>

## &lt;&lt;心理学一本通&gt;&gt;

## 前言

心理学是一门探索心灵奥秘、揭示人类自身心理活动规律的科学，它的研究及应用范围涉及与人类相关的各个领域，如教育、医疗、军事、司法等，对人的生活有着深远的影响。

对于个体而言，企业管理、工作学习、人际关系、恋爱婚姻等都需要了解人的心理，都离不开心理学。

可以说，心理学与我们的生存乃至发展息息相关。

生存要懂心理学。

随着心理学的逐步发展，人们逐渐认识到心理学的应用范围越来越广，对人类生活所起的作用越来越大。

首先，人类的健康与心理学密切相关。

随着经济的飞速发展，社会的不断进步，人们的物质生活越来越丰富，但随之而来的是人们精神层面的匮乏。

人们所面临的心理问题越来越多，诸如人际关系、夫妻关系、父母与子女之间的关系以及抑郁、焦虑、恐慌、嫉妒、自私、自卑、自闭等心理问题日益凸显，因心理问题厌世、自杀的比率日渐升高，人们的心理健康受到前所未有的挑战。

此外，在医疗康复过程中，心理学也发挥着重要的引导和促进作用。

发展要懂心理学。

中国古代兵法强调：“用兵之道，攻心为上，攻城为下，心战为上，兵战为下。”

若想在竞争激烈复杂的社会中占有一席之地，除了必备的基本技能，掌握并利用人的心理达到目的，也是成功的必备要素之一。

掌握了心理学知识，就能更好地了解自己、读懂他人、认识社会，生活中的各种疑难问题也会迎刃而解；学好心理学，可以让自己在社交、爱情、职场、生活等诸多方面占尽优势，游刃有余。

心理学被确立为一门学科，还只是100多年以前的事情。

但这门年轻的学科如今已枝繁叶茂，目前，心理学已经在许多领域形成了分支学科，如基础研究领域包括发展心理学、认知心理学、变态心理学等；应用研究领域包括健康心理学、教育心理学等。

面对体系如此庞大复杂的学科，想要系统地对其进行了解将是一项耗时耗力的浩大工程。

为了让读者以最轻松、最高效、最简明的方式快速读懂心理学，我们推出了这本《心理学一本通》。

全书秉承“一本通”的编写思路，将科学知识与实际应用结合起来，内容全面，系统性强，语言精炼，化繁复为简约，化晦涩为明了，化深奥为通俗，集科学性、知识性与实用性为一体，让你一本书读通心理学。

《心理学一本通》分为上、中、下三篇，分别为“心理学的产生与发展——心理学基础领域研究”、“生活中的心理学——心理学应用领域研究”和“心理障碍与心理治疗——常见心理问题及调适”。

## <<心理学一本通>>

### 内容概要

在100多年的时间里，心理学已经发展为体系宠人，内容复杂的一门学科，想要系统地对其进行了了解将是一项耗时耗力的浩大工程。

为了让读者以最轻松、最高效、最简明的方式快速读懂心理学，我们推出了这本《心理学一本通》。

《心理学一本通》分为上、中、下三篇，分别为“心理学的产生与发展——心理学基础领域研究”、“生活中的心理学——心理学应用领域研究”、“心理障碍与心理治疗——常见心理问题及调适”。全书内容全面，实用性强。

上篇全面介绍了心理学的历史，心理学的主要流派、代表人物及其重要理论和思想观点；中篇介绍了心理学在生活中方方面面的实际应用技巧，涉及教育心理学、人际关系心理学、职场心理学、谈判心理学、管理心理学、消费心理学、投资心理学、婚姻心理学等方面；下篇以心理健康为主，介绍了心理健康的基本知识，教你学会应对常见的嫉妒心理、猜疑心理、自闭心理等心理问题，及如何正确调适儿童期、青少年期、中年期和老年期所面对的各种心理问题。

阅读《心理学一本通(套装共4册)》，你将可以轻松掌握心理学，系统而全面地了解和应用心理学知识及技巧，轻松解决生活中出现的各种问题，从而拥有健康的身体、和谐的家庭、满意的工作、圆满的人际关系、完美的心态和幸福的生活，让你充满智慧，成就梦想，改变生活。

<<心理学一本通>>

书籍目录

《心理学一本通1》

第一篇 理学的产生与发展——心理学基础领域研究

第一章 什么是心理学

心理学是什么

消除对心理学的误解

心理学有哪些研究方法

心理学与生活密切相关

心理学在生活各领域中的应用

第二章 心理学的历史

古希腊思想

早期的心理学

关于“先天与后天”之争

科学心理学的开端

机能主义心理学派

行为主义心理学派

精神分析学派

格式塔心理学派

人本主义心理学派

日内瓦学派

第四章 认知心理学

注意与信息加工

表征信息

储存信息

语言加工

第五章 发展心理学

婴儿的认知

发展的阶段

记忆的发展

问题解决能力的发展

情感发展

第六章 神经心理学

大脑生理学

心智

感知

情感与动机

意识

第七章 社会心理学

人：社会性动物

人际关系

社会影响

沟通

人格

第八章 变态心理学

什么是变态

精神障碍

<<心理学一本通>>

发育过程中的变态

物理疗法

第二篇 生活中的心理学——心理学应用领域研究

第一章 教育心理学

宽容比惩罚更有力量

每个孩子都可能是天才

人的注意力是有限的

配套效应的妙用

学会赞美你的孩子

奖励要讲究策略

拯救孩子的习得性无助

“三明治”式的批评教育

.....

第三篇 心理障碍与心理治疗——常见心理问题及调适

《心理学一本通2》

《心理学一本通3》

《心理学一本通4》

## 章节摘录

插图：目前，有4种已知的神经传递素。

但是，因为已知的神经传递素无法解释大脑所具有的一些功能，所以至少还应存在另外4种神经传递素。

除了大分子的神经传递素或神经肽外，还有3种主要的小分子神经传递素：氨基酸传递素、一元胺神经传递素和乙酰胆碱。

另外，20世纪80年代，研究者发现气体一氧化氮的分子分裂后可以具有神经传递素一样的功能，这就有了一个新的、第五种气态传递素。

小分子的神经传递素被储存在泡囊中，这些泡囊由突触前膜的一部分或脱离了神经元的终端钮的一部分构成。

它们靠近有着很多钙通道的突触前膜区域。

当受到神经脉冲的刺激后，钙通道就会打开，突触泡囊与突出前膜相融合，通过通道向突触间隙释放神经传递素（这是细胞外分泌）。

小分子神经传递素与邻近神经元的突触后膜的接收器分子相结合，之后会出现以下3种情况的一种：

- （1）分子可能会为一种特殊的化学物质和它的离子打开通道。
- （2）分子可能会关闭通道，阻止离子进入细胞。
- （3）分子可能会促使突触前膜发生一系列化学反应。

当神经传递素与突触后膜细胞结合并与细胞内的化学物质形成新的分子（这些新形成的分子被称为第二信使）时，上述过程就会发生。

小分子神经传递素的生命非常短暂。

它们会被突触液体或突触后膜细胞中的酶分解，或者被突触前节点再次摄取和利用。

氨基酸神经传递素氨基酸神经传递素在距离很近的神经元间的突触发生的快速变化中扮演着重要角色。

氨基酸是蛋白质的组成部分之一。

氨基酸有天冬氨酸盐、谷氨酸盐、氨基乙酸、伽玛氨基丁酸4种类型。

媒体关注与评论

心理学是一门揭示人的心理活动规律的科学，是一门让人变得更聪明的学问。人际关系中的各种问题。

都与心理学有着千丝万缕的联系，一旦掌握了相关的心理学知识。

许多工作和生活中的难题就能迎刃而解。

——美国著名心理学家马斯洛心理学涉及社会生活的各个领域，对于在人生舞台上扮演着不同角色的我们，适当地学习心理学知识，能够帮助我们深层次地了解.预测人心理的发生、发展规律，从而帮助我们了解生活的本质。

——美国社会心理学家奥尔波特

## 编辑推荐

《心理学一本通(套装共4册)》全面、系统、科学地展示心理学全貌,以最轻松、最高效、最简明的方法学习心理学知识一本书读通心理学以最轻松的方式获取最大的阅读回报随着心理学的逐步发展,人们逐渐认识到心理学的应用范围越来越广,对人类生活所起的作用越来越大。

随着经济的飞速发展,社会的不断进步人们的物质生活越来越丰富,但随之而来的是人们精神层面的匮乏。

人们所面临的心理问题越来越多.诸如人际关系、夫妻关系、父母与子女之间的关系以及抑郁、焦虑、恐慌、嫉妒、自私、自卑、自闭等心理问题日益凸现,因心理问题厌世、自杀的比率日渐升高,人们的心理健康受到前所未有的挑战。

此外,在医疗康复过程中,心理学也发挥着重要的引导和促进作用。

中国古代兵法强调:“用兵之道,攻心为上,攻城为下,心战为上,兵战为下。

”若想在竞争激烈复杂的社会中占有一席之地,除了必备的基本技能,掌握并利用人的心理达到目的,也是成功的必备要素之一。

掌握了心理学知识就能更好地了解自己、读懂他人、认识社会、生活中的各种疑难问题也会迎刃而解;学好心理学,可以让自己在社交、爱情、职场、生活等诸多方面占尽优势,游刃有余。

化繁复为简约,化晦涩为明了,化深奥为通俗,在最短的时间内全面系统掌握心理学。

心理学被确立为一门学科,还只是100多年以前的事情,但这门年轻的学科如今已枝繁叶茂。

目前,心理学已经在许多领域形成了分支学科,如基础研究领域包括发展心理学、认知心理学、变态心理学等;应用研究领域包括健康心理学、教育心理学等。

面对体系如此庞大复杂的学科,想要系统地对其进行了解将是一项耗时耗力的浩大工程。

为了让读者以最轻松、最高效、最简明的方式快速读懂心理学,我们推出了这本《心理学一本通》。

全书秉承“一本通”的编写思路,将科学知识与实际应用结合起来,内容全面,系统性强,语言精练,集科学性、知识性与实用性为一体,让你一本书读通心理学,在最短的时间内全面系统掌握心理学。



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>