

《心理学十日读》

图书基本信息

书名：《心理学十日读》

13位ISBN编号：9787505881181

10位ISBN编号：7505881183

出版时间：2009-5

出版社：经济科学出版社

作者：康瑞锋

页数：264

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《心理学十日读》

内容概要

《心理学十日读》内容为：与哲学、文学等古老学科相比较，心理学作为一门独立的学科仅有不到130年的发展历程。然而，在这短短的时间里，心理学领域可谓异彩纷呈，大师迭出，产生过众多在很大程度上影响人类历史进程的流派和学说。到今天，几乎社会上的一切现象都可以用心理学来描述和解释。面对这样一个范围极广的学科，介绍它的基本知识就成了一个不小的挑战。这本《心理学十日读》中，我们在介绍心理学基础知识之上，选择了诸如梦、催眠以及一些与生活息息相关的，且广大读者比较感兴趣的话题，尽量用通俗易懂的语句和形象生动的插画勾勒出心理学这门学科的轮廓，意在让普通大众和心理学初学者在短时间内对心理学有一个初步的了解。

《心理学十日读》

书籍目录

第一日 概述心理学1.什么是心理学2.人的心理是怎样产生的3.心理学的起源4.心理学的分类5.心理学的研究原则与方法6.当今心理学的五大争论第二日 百花齐放的心理学流派1.科学心理学之父——冯特2.布伦塔诺与意动心理学派3.不吸烟不能成为心理学家——铁钦纳4.心理学怪杰——威廉·詹姆斯5.传奇——华生和行为主义6.铿锵三人组——格式塔心理学及其代表人物7.心理学巨人——西格蒙德·弗洛伊德8.荣格和他的心理学9.可爱的老头——皮亚杰10.以人为本——罗杰斯和马斯洛第三日 梦与心理学1.《梦的解析》2.梦是什么3.芝麻开门：梦的心理学阐释4.读懂你的梦5.心理学揭秘“鬼”梦6.周公解梦可信吗7.噩梦的心理学解密8.性爱之梦9.梦见死亡10.“预见”梦第四日 几种常见的心理疾病与咨询治疗1.我是不是得了抑郁症？2.抑郁症的自我调适3.不应该出现的情绪——焦虑症4.焦虑的自我调节5.都市人的“心理陷阱”——强迫症6.“强迫”不了我7.概说性变态8.谁懂我心——孤独症9.想吃饭，先治“心”10.救救我！——自杀心理危机干预第五日 人格决定命运1.什么是人格2.你属于什么人格类型3.影响人格形成与发展的因素4.遗传决定性格or环境决定性格5.你的性格是什么样子6.血型、星座与性格7.人格测评第六日 婚恋与家庭中的心理学第七日 人际、职场中的心理学第八日 探秘催眠第九日 看电影学心理第十日 心理测验与测评参考书目

章节摘录

第一日 概述心理学 2.人的心理是怎样产生的 心理产生的生理基础 随着神经科学、认识科学、物理学和生物化学等学科的飞速发展，人们越来越多地了解了神经系统的结构和功能。心理是神经系统的功能，所以了解神经系统的发生和发展对了解心理学有重要作用。 （一）神经系统的基本单位 神经元是神经系统的基本结构和机能单位，它的结构大致可分为细胞体和突起两部分，形态、大小和类型都很复杂。突起分为树突和轴突。树突多而短，分支较多；轴突比较长，但只有一个。树突和轴突在传导神经冲动的方向上不同，树突接受刺激后，把冲动传到细胞体，轴突则是把冲动从细胞体传出去。 神经元的机能很多，可分为三类：感觉神经元、运动神经元和联系神经元。感觉神经元收集和传导身体内外的刺激，传到脊髓和大脑；运动神经元将脊髓和大脑发出的信息传到肌肉和内分泌腺，支配效应器官的活动；联络神经元在前二者之间起联络作用。

《心理学十日读》

媒体关注与评论

全面介绍心理知识，精确阐述心理理论，紧密结合现实生活，一看就懂一点就通。了解心理学，认识人世间千姿百态，读懂心理学，聆听内心最真实声音，运用心理学，成就你辉煌精彩人生。世界上最广阔的是海洋，比海洋更广阔的是天空，比天空更广阔的是人的心灵。——维克多·雨果

精彩短评

- 1、推荐的心理学电影貌似还不错。
- 2、大四
- 3、编的差强人意，拿一些概念来充数字。。什么也没学到

精彩书评

1、大二时读的，当时脑子里只有一件事：痛苦。大概是怀疑自己有抑郁症的倾向，就借来读了读。果不其然，除了不缺乏兴趣一项外，其他抑郁症的症状我全有。我绝非是想寻找治疗的方法，我只是想了解一下自己。我觉得只是由于这个世界不爱我，等我发达了，哪怕是发了横财，而得了几个酒肉朋友，这问题也都能没了。大三上学期，换了宿舍，见到自己憎恶的人事的机会少了很多；又收拾了下头发，不像以前那么丑了。仅仅是这样竟然慢慢好起来了。我依然时常觉得生活毫无乐趣，然而我对世界的奇妙和各种知识的兴趣却比大多数人浓厚得多。这真是有意思的事，那些经常觉得百无聊赖的人往往活不够，而那些忙碌而充实的人却经常感到没有活头。也意外地发现自己有孤独症或社交恐惧症的倾向。

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:www.tushu111.com