

<<焦虑>>

图书基本信息

书名：<<焦虑>>

13位ISBN编号：9787117166874

10位ISBN编号：7117166878

出版时间：2013-2

出版时间：人民卫生出版社

译者：赵静波

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>

<<焦虑>>

内容概要

《心理学热点专题系列:焦虑(翻译版)》中所呈现的理论和实践都基于不同领域关于焦虑的研究,包括差异心理学,人格和社会心理学,压力、应对和情绪研究,发展心理学,心理测量,生物心理学,神经科学和临床心理学。

<<焦虑>>

作者简介

作者：（以色列）蔡德纳（Moshe Zeidner）（以色列）Gerald Matthews 译者：赵静波 Moshe Zeidner 博士，以色列海法大学教育心理学和人类发展学教授。

他的主要研究方向是人格、情绪和个体差异等领域。

他独立撰写或与他人合著编写出版著作10余本，并发表了200余篇专业期刊论文。

2003年6月，在葡萄牙里斯本举行的压力和焦虑研究学会年会上，因他对压力和焦虑研究所作出的杰出贡献，被授予终生成就奖。

他最近与杰拉德·马修斯和理查德·罗伯特合著的书《我们对情商知多少》（What We Know About Emotional Intelligence, MIT Press），获得2009年美国出版商协会的PROSE奖。

Gerald Matthews博士，辛辛那提大学心理学教授。

他的研究主要集中在运用认知科学模型来理解人格、情绪和信息加工的相互作用。

具体的方向包括焦虑对认知过程的影响、在任务执行、焦虑和汽车驾驶过程中对压力的评估。

独立撰写或与他人合著编写出版著作13本，并发表了200余篇专业期刊论文。

他的合著书《注意和情绪：一种临床视角》（Attention and Emotion: A Clinical Perspective, by Lawrence Erlbaum），获得1998年英国心理协会图书奖。

<<焦虑>>

书籍目录

第一章概述 第二章如何最好地评估焦虑 第三章焦虑的理论和观点 第四章焦虑的根源 第五章焦虑怎样影响认知效果 第六章干预有用吗 第七章焦虑的认知科学展望 参考文献

## &lt;&lt;焦虑&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：对于人类的研究论述了焦虑可以在行为层面被观察到的不同方式。

通过观察一个人，我们怎么能知道他/她是否焦虑呢？

卡尔沃和米格尔（Calvo和Miguel—Tobal，1998）对此进行了更透彻的研究，他们通过四种指标来测量焦虑的行为方面。

运动行为：紧张的非言语标志，如咬指甲、摸头发、脸或衣服，还有无目的的头部运动；面部行为：包括舔嘴唇、吞口水、清嗓子、叹气和做鬼脸；言语焦虑：包括说话打结，在说话过程中发出“呃……”的声音，还有回避评价；社交焦虑：通过在谈话时回避他人目光这一指标来测量。

这些测量指标综合在一起提供了一副关于焦虑者的行为肖像。

有意思的是，卡尔沃和米格尔发现焦虑的行为表现与特质焦虑的标准测量无关，而与焦虑的其他成分相关度更高。

这个结果符合更为普遍的观点（Eysenck，1997），焦虑的不同组成部分之间相关常常很弱，尤其是当焦虑程度比较小时。

个体焦虑的主观感受依赖于焦虑不同成分的复杂组合以及自身特性。

焦虑的多维研究中一个有趣的副产品是所谓的抑制性人格，指的是个体的身体和情感层面明显分离。这些人表现了高水平的生理反应（自主神经兴奋），但似乎没有体验到相应的主观焦虑。

德拉哈斯汗，艾森克和迈尔斯（Derak—shan，Eysenck和Myers，2007）认为“压抑”对威胁有无意识的警惕，引起对焦虑的认知回避，从而抑制了意识体验。

“压抑”一词来源于弗洛伊德关于焦虑是对性欲的神经症性压抑而产生的理论。

但是，现在的应用中，压抑被视为一种应对方式，能有效防止个体过度焦虑。

四、现代社会中焦虑的主要表现形式在这一部分，我们简要纵览现代社会中普遍的焦虑表现形式。

这些无处不在的焦虑，包括考试焦虑、数学焦虑、电脑焦虑、运动焦虑、社交焦虑和与恐怖相关的焦虑。

有限的空间不允许我们涵盖焦虑的其他表现形式，如工作焦虑、健康焦虑和驾驶焦虑。

这些特殊的焦虑表现形式与一般焦虑有很多相似之处（如情感、认知、行为层面）。

基于此，我们将简单地介绍在主要的现实生活情境中进行的焦虑研究。

我们将回到这个重要的问题上，即焦虑怎样影响绩效——如在考试中（见第五章，焦虑和认知表现）

。

<<焦虑>>

编辑推荐

《心理学热点专题系列:焦虑(翻译版)》可为学生提供基本的知识、研究和评估方法以及临床指导,便于他们在将来的课程和学习中能更全面的理解所学知识。

<<焦虑>>

#### 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>