第一图书网, tushu007.com

<<图解心理学>>

图书基本信息

书名：<<图解心理学>>

13位ISBN编号：9787530949085

10位ISBN编号：753094908X

出版时间：2003-5

出版时间：天津教育出版社

作者：[日]深堀元文

页数：244

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

内容概要

心到底是什么？
我们为什么会感受到爱情的澎湃、失败的痛苦、重生的喜悦？
究竟心里藏着什么秘密？
以“心”为研究对象的心理学，将带你揭开谜底。
工作中的人际关系为什么那么难处？
为什么努力学习成绩却总也上不去？
为什么孩子那么不听话？
为什么爱情只开花不结果?为什么一倒霉朋友就不见了？
……　　生活中方方面面的问题，都与心理学有着千丝万缕的联系。
一旦掌握了基础的心理学知识，许多问题就能迎刃而解。
本书以直观、形象的图解形式，配以通俗易懂的讲解，全面介绍了心理学的基础知识，让你一学就会，一用就灵！

作者简介

深堀元文，精神科医学博士。
1955年生于日本福冈市。
九州大学精神科医学博士，日本临床精神神经药理学专业医生。
曾任职于九州大学医学系，在和光会见立医院担任院长。
1997年开设福冈市今宿医院，任院长。
福冈县精神科医院协会理事，日本精神科医院协会委员，九州精神神经学会、日本精神神经学会、日本临床精神神经药理学会、日本生物学精神医学会、日本神经化学会会员。

<<图解心理学>>

书籍目录

第一章 心理学——从诞生到现在“ 心 ”的科学心理学的作用心理学的源头是古希腊哲学心理学之父——冯特韦特海默的格式塔心理学弗洛伊德的精神分析学荣格的分析心理学心理学的方法心理学的应用第二章 如何感觉和记忆——大脑与知觉的机理如何认识人的内心大脑的构造与活动记忆的机制感觉的形成什么是知觉五种感觉的特点不可思议的知觉（1）感觉也会出错不可思议的知觉（2）奇妙的后像不可思议的知觉（3）人人都有“ 间谍耳 ”不可思议的知觉（4）色彩心理效应第三章 关于智力与学习的心理学什么是智力人一生的智力发展学习与本能学习心理学的开端学习的规律（1）突破学习的“ 瓶颈 ”学习的规律（2）不同的学习现象新的智力测定方法第四章 关于感情与需要的心理学什么是感情什么是需要生理的需要与心理的需要需要分不同层次挫折的机理需要的冲突与合理化第五章 关于性格的心理学第六章 关注“ 人的一生 ”的发展心理学第七章 关于男女两性的心理学第八章 关于社会与人际关系的心理学第九章 关于孩子与家庭的心理学第十章 认识内心深处的自我第十一章 心理疾病与心理学

章节摘录

挫折产生的原因　　人的需要是没有止境的，因此人的所有需要都被满足是不可能的。
但是如果需要不能实现，那么需要给人造成的高涨的紧张感就不能消除，人就会变得焦躁不安。
这种状态被称为“挫折”（Frustration）,也就是需要不被满足的状态。
挫折的产生既有内在的原因，也有外在的原因。
内在的原因与每个人自身相关。
有些人生来身体虚弱，这是一种身体上的“缺陷”；有些人由于遭遇交通事故而严重受伤，这是身体上的“损伤”，这些都会对他们做某些事情造成限制。
另一方面，有些人因为某种原因主动放弃对于目标的追求，这是他们对自己的“抑制”。
外在的原因与环境相关。
饥饿没有食物等情况下的挫折，是由于没有满足需要所造成的，这是一种“缺乏”；失恋等情况下的挫折，是由于原有的满足状态被破坏而造成的，这是一种“丧失”；还有的挫折是因为需要被社会因素阻碍而无法实现所造成的，这被称为“社会性的阻碍”。
经历挫折的痛苦只有本人才能知晓，因为被妨碍的需要对于不同人有不同的意义。
经历挫折的痛苦与被妨碍的需要的重要性相关联，这种重要性被称为“期望水准”，人与人之间的期望水准差别相当大。
挫折反应　　当需要不能被满足的时候，人的反应大致可以分为两种类型。
第一种类型就是，为了自己的需要被满足而更加发奋努力。
但是如果需要本身是脱离现实的，那么达到目标的可能性就很小，所有努力都很可能变成徒劳，因此人会遭受更严重的挫折，这一点是需要注意的。
另外一种类型就是，认识到这种需要从一开始就是不合情理的，因此放弃了这个需要。
第二种类型的人经常会说“无论如何也……”或者“到底还是……”之类的话。
这种人经常会有失败感和挫折感，他们的挫折状态也会越来越严重。
要避免和消除挫折的产生，就要制定一些现实可行的目标，然后一步一步扎扎实实地向目标前进。
学会控制自己的需要是十分关键的，这样才有可能将自己的挫折转化为前进的动力。

编辑推荐

一册通晓，你不可不知的基础人文，图解心理学。
日本销量最大、最受欢迎的心理学读物！
心到底是什么？
我们为什么会感受到爱情的澎湃、失败的痛苦、重生的喜悦？
究竟心里藏着什么秘密？
以“心”为研究对象的心理学，将带你揭开谜底。
工作中的人际关系为什么那么难处？
为什么努力学习成绩却总也上不去？
为什么孩子那么不听话？
为什么爱情只开花不结果?为什么一倒霉朋友就不见了？
……
生活中方方面面的问题，都与心理学有着千丝万缕的联系。
一旦掌握了基础的心理学知识，许多问题就能迎刃而解。
本书以直观、形象的图解形式，配以通俗易懂的讲解，全面介绍了心理学的基础知识，让你一学就会，一用就灵！

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