

心理学最佳入门（原书第2版）



[心理学最佳入门（原书第2版）](#) [下载链接1](#)

著者:[美]桑德拉·切卡莱丽 (Saundra K. Ciccarelli)

出版者:中国人民大学出版社

出版时间:2014-4

装帧:平装

isbn:9787300183374

《心理学最佳入门》是一本以读者为中心，最容易记忆、最适合自学的心理学入门书籍。内容涵盖了普通心理学中应有的所有基本知识点，全面符合教学及入门学习的需要。

本书与市面上的其他心理学入门书籍有所不同，主要体现在3大亮点之上：

- 一站式学习系统：概念地图、头脑风暴、章尾测验

章节内容结构更加系统化、富有开放性。更合理的学习目标、仿真的课堂提问、独创的视觉化概念地图、实践性的“头脑风暴”，以及刺激学生深入思考的“头脑风暴”，让普通心理学教材的内容更符合学生学习的兴趣与动机，主动性与互动性十足。

- 一本书了解心理学：从发展史到核心内容

从生物学视角、最前沿的认知神经科学，到人的发展、心理障碍及治疗，全书涵盖心理学入门必学的15堂必修课，全面解析心理学学科概貌；特设3大核心专栏《心理学的经典研究》、《心理学当前问题》和《新闻中的心理学》，让心理学成为更接地气的学科。文前彩图首次翔实记录了心理学诞生发展历程的2500年沧桑，心理学的过去、现在与未来，一本书全纪实。

- 最富经验的一线教授：教学经验长达27年

本书的主要作者之一桑德拉·切卡莱丽教授，自博士毕业后27年一直从事《心理学导论》和《人的发展》课程的讲授。她撰写的教材从实际运用的老师和学生那里获得了大量反馈意见和建议，该书第2版的内容更符合教师授课和学生学习的习惯。

作者介绍：

桑德拉·切卡莱丽

发展心理学博士，美国佛罗里达州巴拿马市湾岸社区学院教授，美国心理学会和心理科学协会会员。

热爱教学，有长达27年的教学生涯，主讲《心理学导论》和《人的发展》。

创作出版了大量有关心理学导论和发展心理学的辅助材料。

诺兰·怀特

咨询心理学博士，佐治亚州米利奇维尔市佐治亚学院与州立大学（GCSU）心理学副教授。

2008年4月，他荣获GCSU杰出教学奖。

目录: 导论 如何学习心理学 1

第1章 心理学是一门科学 11

心理学是什么 13

时光中的心理学：心理学的历史 15

心理学的经典研究

心理学的现在：现代观点 22

心理学专业人士和专业领域 24

心理学是一门科学 27

心理学的经典研究

心理学研究的道德问题 39

批判性思维 40

心理学在日常生活中的应用：刻板、运动员和大学测试成绩 43

第2章 生物学视角 51

神经系统概述 53

神经元和神经：建立网络 53
中枢神经系统：“中央处理单元” 63
新闻中的心理学
周围神经系统：边缘神经 66
窥视大脑 69
自下而上：脑的结构 72
心理学的经典研究
化学联系：内分泌腺 82
心理学在日常生活中的应用：镜像神经元的反射 85
第3章 感觉和知觉 93
感觉概述 95
视觉科学 98
听觉：你能听到我吗 103
化学感觉：它很美味，但很难闻 108
躯体感觉：身体知道什么 111
知觉概述 115
心理学的经典研究
心理学在日常生活中的应用：对ESP的批判性思考 126
第4章 意识：睡眠、梦、催眠和药物 135
意识是什么 137
改变的意识状态：睡眠 138
新闻中的心理学
梦 148
改变的意识状态：催眠 150
改变的意识状态：精神药物 153
心理学在日常生活中的应用：你在经历睡眠剥夺吗？ 164
第5章 学习 173
学习的定义 175
它使你流口水：经典条件反射 176
它对我有什么好处：操作性条件反射 185
心理学的经典研究
认知学习理论 201
观察学习 204
心理学在日常生活中的应用：你真能训练你的猫上厕所吗？ 206
第6章 记忆 217
记忆 219
记忆模型 220
信息加工模型：记忆的3个阶段 222
导出：长时记忆的提取 233
心理学的经典研究
长时记忆提取的重构：记忆有多可靠 239
我们刚才说到哪儿了？遗忘 242
记忆和大脑：影响记忆的生理因素 246
心理学在日常生活中的应用：对阿尔茨海默病的研究 249
第7章 认知：思维、智力和语言 257
人的思维是如何运作的 259
新闻中的心理学
智力 271
心理学的经典研究
语言 287
心理学在日常生活中的应用：心智练习 291
第8章 生命全程发展 299
人的发展研究中的问题 301
产前发展 303

新闻中的心理学	
婴儿和儿童发展	312
心理学当前问题	
心理学的经典研究	
青少年期	327
成年期	332
心理学在日常生活中的应用：注意力缺陷多动障碍——不仅仅是儿童疾病	339
第9章 动机与情绪	347
理解动机的解释	349
什么？又饿了？人们为什么进食	360
新闻中的心理学	
情绪	368
心理学的经典研究	
心理学在日常生活中的应用：如何变得更幸福？	376
第10章 性与性别	383
从生理角度看待人类的性	385
心理学当前问题	
从心理角度看待人类的性：性别	388
人类性行为	395
心理学的经典研究	
性功能障碍和问题	404
性传播疾病	407
心理学在日常生活中的应用：如何远离性传播疾病？	410
第11章 压力和健康	419
压力和压力源	421
心理学当前问题	
生理因素：压力和健康	434
压力的应对	446
心理学在日常生活中的应用：聚焦幸福感	452
第12章 社会心理学	459
社会影响：从众、顺从和服从	461
社会认知：态度、印象形成和归因	468
社会互动：偏见、爱和攻击	476
心理学的经典研究	
喜欢与爱：人际吸引	481
攻击与亲社会行为	484
心理学的经典研究	
心理学在日常生活中的应用：邪教面面观	490
第13章 人格理论	499
人格理论	501
勇士和沙发：弗洛伊德和心理动力学观点	501
人格的行为主义和社会认知视角	511
第三势力：人本主义和人格	513
特质理论：你是谁	515
人格的生物基础：行为遗传学	519
心理学的经典研究	
人格评估	521
心理学在日常生活中的应用：网络人格测试	527
第14章 心理障碍	535
什么是变态	537
心理学当前问题	
变态的模型	540
《精神疾病诊断及统计手册》第4版文字修订版	542
焦虑障碍：什么，我在担心	545

躯体形式障碍：心理状态的疾病	551
分离性障碍：变异的意识	552
心理学当前问题	
心境障碍：情感的作用	557
精神分裂症：变异的现实	561
人格障碍：我很正常，奇怪的是其他人	564
心理学在日常生活中的应用：季节性情感障碍	568
第15章 心理治疗	577
两种疗法	579
早期的治疗：冰水浴和电击	580
开端：精神分析	580
人本主义疗法：人总会犯错	584
行为疗法：学会更好的行为方式	587
认知疗法：思维就是相信	591
团体治疗：不适用于害羞的人	593
心理学当前问题	
心理治疗真的有用吗	
生物医学疗法	601
心理学在日常生活中的应用：抗抑郁药物可以用于儿童和青少年吗？	607
附录A 心理学中的统计	617
描述性统计	617
推断性统计	623
附录B 测验答案	627
附录C 术语表	630
译者后记 心理学的初印象	649
· · · · · (收起)	

[心理学最佳入门（原书第2版）](#) [_下载链接1_](#)

标签

心理学

心理学最佳入门

心理

心理学入门

思维工具

基础读物

社科

成长

评论

4.5。终于看完了，手动泪流满面。作为入门书绝对是充足了，内容翔实配有经典案例图片，章节前提问与章节后总结看完之后选择题帮助理解重温，我是配合crush course十分钟速成课：心理学看的，不一定是最好但我入门书但非常有用，认真想了解心理学方方面面的推荐阅读。

真的有用！！

用来入门真的不错！！！

专业 题目 脑图

终于看完了，历时快两学期，现在开始重整笔记，办公室真不是学习的地方，奉劝各位找连贯的时间进行学习，否则就是碎片化的，书大部分很好理解，深入简出，如果非专业的人员，建议和生物有关那块直接略过。

略略翻过

在图书馆看到的，翻了翻。读的人不多，斗胆给大家参考意见：还是读"心理学与生活"就行了，目录和这本差不多，但是名气历史都大得多。

心理学入门的书籍

书很不错，很适合入门者了解心理学科的全貌

计划二刷

很友好的心理学入门书。

从结构看，每章结束有总结、有脑图（赞脑图）、有测试、有头脑风暴，作者在用以上方式系统的不断加深读者印象。

从内容看，从生物学视角到自主性视角，从心理障碍到心理治疗，甚至心理学中的统计学也讲到了（重温统计学知识），系统全面，且有相关现实事例，可读性强。总之，有用。

最佳入门，系统，深入浅出

讲解生理和内容多一些

例子很好，不过翻译不太好，价格有点贵

从科学的角度来理解心理学

读完之后信心满满地看sub_psy，该不会还是会。入门还远远不够啊。

书是很好啦，不过，不过，像我这种缺乏耐心的人遇到这么厚本书是会有压力的呀！唉，慢慢来，慢慢来。

不比《心理学与生活》差

深入浅出，作为导论清晰明确。

书是好书，就是这翻译，有好多明显错误啊

[心理学最佳入门（原书第2版）](#) [下载链接1](#)

书评

[心理学最佳入门（原书第2版）](#) [下载链接1](#)