

青春期的的大脑



[青春期的的大脑_下载链接1](#)

著者:[荷]伊夫琳·克罗恩 (E.Crone)

出版者:北京大学出版社

出版时间:2015-4

装帧:平装

isbn:9787301247587

孩子为何喜怒无常、冒失莽撞；为什么他们总是缺乏自律，不懂规划……对那些苦于与孩子无法沟通、难以相互理解的父母来说，本书不可不读。它以发展心理学、教育神经学的最新成果为基础，阐释了青少年情绪动荡、行为偏颇的根源，帮助成人从科学的角度去理解处于青春期这一人生特殊发展阶段的孩子的行为模式和心理动机。他们的行为之所以异于成人是因为二者的大脑运作方式有很大差异。过去人们习惯上把这一切归咎于激素，但已有研究表明，青春期人脑在发生着本质上的重构。神经通道传导的加快，可以使人的成绩突飞猛进，但这种重构过程需要数年时间才能完成。前脑，即审慎的主管区域，在二十岁之前还未完全发育成熟，因此这个年龄段之前的青少年趋于冲动急躁，容易做出冒险的轻率决定。

《青春期的的大脑：孩子为何难以相处》探讨了青春期大脑的发育特征及其对学习能力和情感、社会交往、创意等方面的影响。作者特别强调，尽管青春期的孩子有很多不足，但却具有难能可贵的创造性和进取精神，所以，父母和教师可以把看似负面的因素转化为正面的能量，为青少年的发展创造更好的环境和条件。

作者介绍:

伊夫林·克罗恩，荷兰莱顿大学心理研究所发展与教育心理学教授；2005年，她创立了大脑与发育研究室，着重研究大脑功能的根本转变，它是我们日常生活中预见、评估和作出各种复杂决定等能力的基础。作者目前的研究重点是学龄儿童和青少年的认知控制和决定生成的过程。

目录: 第一章 运动中的青春期大脑
青春期叛逆是怎么回事?
如何理解青春期?
失控的荷尔蒙
不间断的时差反应
成长为成熟的社会成员
大脑的构造
颅骨下的世界
第二章 学习中的大脑
教育神经科学的起源
额叶：认知能力的主导
在大脑受损后进行规划
猩猩大脑的规划机能：单细胞记录
(SingleCellRecording)
处于计划中的大脑
工作记忆：眼不见，就忘掉?
克制机能：及时停止
灵活性与规划能力：快速适应一个变化的环境
计算：数字魔法
语言：时机很重要
结尾：大脑的智能从何而来?
总结
第三章 情绪与大脑
青春期大脑中的情绪
认识初级情绪
杏仁核的功能
杏仁核，脸和青春期
复杂情绪：复杂的大脑系统
患决定困难症的病人

实验室里的赌博
发展中的躯体标记
风险及危险决策：过分活跃的情绪系统
基底核在收益与损失时发挥的作用
青春期过分活跃的情绪系统
好主意，坏主意？
结尾：早期大脑损伤 vs 晚期大脑损伤
第四章 社会关系与大脑
窒息游戏
个体的社会发展是一个怎样的过程？
道德与大脑
公正，协作与大脑
观点采择与大脑
结尾：进化视角下的个体社会发展
第五章 创造性与大脑
灵活的大脑，潜力无限
聪明的使用者
体坛名将
音乐天赋
政治上的推动者
结尾
参考文献
索引
致谢词
• • • • • ([收起](#))

[青春期的大脑_下载链接1](#)

标签

教育

心理学

亲子关系

科普

成长

心理咨询要看的书

荷兰文学非虚构

评论

适合妈妈们读，然后就懂怎么控制自己情绪，理解孩子了

还行

个体心理发展与大脑的发育有密切的关系。家长们往往很难理解青春期孩子的心理和行为，例如自制力很差、情绪不稳定等等，本书作者把很多心理学研究用通俗的话语阐述了青春期孩子认知、情绪、行为等背后的大脑发育特点，让我们更容易理解孩子，从而更有效地应对他们各方面的发展。

[青春期的大脑_下载链接1](#)

书评

解密青春期：“最强大脑”是如何炼成的？文/斯索以
为什么青春期的孩子充满着叛逆？青春期的的大脑发生了什么，为什么突然隐藏了那么多的秘密？真的是现在的年轻人比过去更难相处吗，还是我们始终没有深入孩子的内心？
面对青春期的孩子，无论是家长和老师，往往都带着这样的...

[青春期的大脑_下载链接1](#)