

人类天赋



[人类天赋 下载链接1](#)

著者:乔·格里芬 (JoeGriffin)

出版者:线装书局

出版时间:2015-5

装帧:平装

isbn:9787512016750

人类与生俱来具有一种丰富的自然遗赠——一个只开放了一部分的大脑，其包含着一个具有天生的知识模式的基因宝库。这些知识模式表现为：生理需求和情感需求，即本书所指的“人类天赋”。

《人类天赋》精心采撷了关于大脑工作方式的，令人吃惊、新颖奇特的科学理念和发现，涵盖了丰富多样、催人奋进的心理学知识体系，必将引起每个人的强烈共鸣。本书包含的丰富信息和故事将会帮助人们提高自己及其周围人群的生活质量。书中还探索了关于大脑工作方式令人惊奇的科学新发现和新理念，它们表明，我们可以比原先预想的更容易克服各种压抑症状。

“人类天赋”与世界的联系方式如何、如何在世界中得到发展，这决定着每个人的个性、感知清晰度、情感健康和幸福，同时也决定着我们的家庭，决定着我们创造的身边社会的成熟度和人文性。

作者介绍:

乔·格里芬 (Joe Griffin) , 著名社会心理学家, 伦敦政治经济学院研究生院毕业, 在心理治疗实践和心理治疗师培训方面, 经验丰富, 影响深远。他与伊万·泰里尔合著了五部具有里程碑意义的专著。

伊万·泰里尔 (Ivan Tyrrell) , 英国著名教授, 曼得费尔德学院院长, 人类天赋学院 (Human Givens College) 主管, 欧洲治疗研究院主管董事, 人类天赋法治疗师, 主要治疗抑郁和焦虑障碍。

刘勇, 华东理工大学外国语学及应用语言学专业硕士, 安徽财经大学外国语学院教师。已发表译著《商值》《温莎夫人传》《达·芬奇笔记》等近十部。

目录: 致谢

序言

第一部 分人类天赋的新发现

前言 为什么我们需要了解健康的大脑?

第一章 追求完整

第二章 人类天赋从哪里来?

第三章 做梦的大脑

第四章 恍惚的大脑: 正常和失常

第二部分 认识我们的生物天赋

第五章 人类天赋

第六章 性别化的大脑

第七章 与身体相连的大脑

第八章 “水宝贝” 和我们遥远的水族历史

第三部分 健康情感和清晰思维

第九章 APET模型: 有效心理治疗的关键

第十章 一种极为常见的人性弱点——抑郁症 (以及治疗抑郁症的方法)

第十一章 大脑中的恐惧: 克服创伤

后记 一种新的科学隐喻: 意识——多即是少

附录

附录一 利用引导想象诱导放松

附录二 有效的心理咨询和治疗: 人们从从业者那里能得到什么

附录三 人类天赋和社会工作

附录四 人类天赋和残疾人事业

附录五 人类天赋和身体疼痛

附录六 人类天赋和创伤治疗

附录七 人类天赋和教育

• • • • • (收起)

[人类天赋 下载链接1](#)

标签

心理学

心理

身心

评论

走多一步，科学会变成邪教

了解很多心理疾病，蛮有用的～

一本主观且具有一定误导性质，还在字里行间透入着“人类”无比自大的书。看起来很全面，什么都讲了点，可惜就高中生的作文一样，结论，例子/故弄玄虚。也许作为一本科普类读物太过专业的全面了。然后吐槽一下封面，简直又丑又透着一股“快来买我，买了我你就买到宝”的感觉。

非常好的书！刷新了很多认识，开拓了你的思维和视角。是真正让你看后有改变的书

[人类天赋 下载链接1](#)

书评

[人类天赋 下载链接1](#)