

心理学核心课

Pearson

心理学的世界^上

THE WORLD OF PSYCHOLOGY 7th Ed.

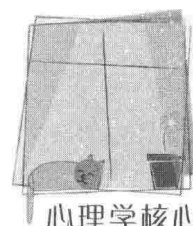
[美] 塞缪尔·E. 伍德 Samuel E. Wood

埃伦·格林·伍德 Ellen Green Wood

丹妮斯·博伊德 Denise Boyd 著

陈莉 译

上海社会科学院出版社



心理学核心课

心理学的世界 上

THE WORLD OF PSYCHOLOGY 7th Ed.

[美] 塞缪尔·E. 伍德 Samuel E. Wood

埃伦·格林·伍德 Ellen Green Wood

丹妮斯·博伊德 Denise Boyd 著

陈 莉 译

本书该版本谨献给我们所怀念的作者，
山姆·伍德 (Sam Wood, 1934—2008)。他所
完成的工作仍在影响不计其数的学生的人
生。没有他，也不会有今天这本书。

前言

在 21 世纪教授普通心理学是一个巨大的挑战。和以前相比,现在的学生们更加多元、多变,对科技手段运用自如。许多人正在大学要求和家庭、事业及课堂之外的任务之间寻找平衡。

这一版的《心理学的世界》将继续满足所有学生不断变化的需求。在内容、研究、教学方法和设计上都有大量的更新和新添加的素材,同时在介绍众所周知的内容时做到有吸引力又好理解,从而让心理学的学习变得既有趣又有意义。

《心理学的世界》专注于学与用相结合。像先前的版本一样,第七版提供了先进的教学支持,同时将心理学原理和学生们的日常生活相联系。《心理学的世界》将会以一种更吸引人的方式,为学有成就的学生或正在成长的学生介绍心理学。

第七版更新

和每一个版本一样,我们对书的内容、组织形式和教学法都进行了仔细检视和全面更新。第七版的主要变化如下:

学生练习测试

在每一个章节的后面,学生可以进行一次本章内容测试。这个测试包括选择和问答题,这些问题的答案能从该章最后找到。

探索、总结和观察

在 MyPsychLab 探索

在 MyPsychLab 总结

在 MyPsychLab 观察

MyPsychLab 的重点在于将书本内容拓展到基于网站的延伸话题。从而使教员和学生获得额外的信息、录像和模拟。这些内容并非多余——甚至有许多资源比本书上强调的内容更为有用。这些内容将注意力转向最为有趣的一些资料上,你可以在 www.mypsychlab.com 上获取。

插图和照片

我们认为书中的插图是学习过程不可分割的部分。因此,我们已经认真地检查了每

一个图表,以确保其精确性,从而为概念提供清晰的解释。我们也增加了一些新的表格和数据,以解释本书中的主要概念。我们也更新了大量的解剖图,加上了颜色编码标签和定义。

照片及其标题也能够辅助教学,它们也应该是多种多样的,就像它们所代表的人和问题一样,我们已经检查过所有书中的照片和它们的目的,许多开篇照片和内部照片对于第七版来说是全新的。

结构变化

第七版在结构上有大量改变,目的是使讨论和材料总体流程显得更清晰:最显著的一点,我们的章节已经从 17 章压缩到 16 章,将先前的第 17 章——工作中的心理学——转为附录。

关于 SQ3R 方法的介绍被提到第 1 章(心理学简介)。

“当今心理学的主要趋势”已经被放到第 1 章“心理学的流派”后面。

在第 2 章(生物和行为)中,“发现大脑的秘密”紧跟着“细看大脑”。

意识的变化状态与文化之间的联系已经被放到了第 4 章(意识状态)开始的部分。

在第 10 章(情绪与动机)中,情绪的生理、行为和社会认知理论与马斯诺的需要层次理论归为一节“动机的基础”。

第 14 章(心理障碍)中“焦虑症”这一部分已经被重新排序,惊恐发作、广场恐惧症及恐慌症被放到一起了。

第 15 章(治疗方法),不同心理健康专家类型已经被放到“疗法关系”这一节里。

在第 16 章(社会心理学)中,米尔格拉姆的研究被放到“顺从、服从和屈从”这一节中。

内容和研究的更新

与其他版本一样,在第七版中,作者致力于引用最近的研究和最新的内容,从而促进读者对心理学基础的理解。为了能够准确清晰地介绍心理学的世界,作者查阅了原始资料,并重读了心理学中重要人物的著作,以及该领域的经典作品。作者也确保呈现心理学知识的最新内容。在第七版中,一些新例子和更新的内容和研究包括:

- 在第 1 章(心理学简介)中关于伪科学的讨论
- 关于社会知觉中镜像神经元的内容(第 3 章,感觉和知觉)
- 在线阅读和在线学习的内容(第 5 章,学习)
- 各种失忆类型的讨论(第 6 章,记忆)
- 锚定在决策中的作用和学习障碍(第 7 章,认知、语言和智力)
- 事业、工作和家庭如何保持平衡的讨论,老年人性活动和老年痴呆药物的研究(第 9 章,青少年期和成年期)
- 从进化论的角度讨论吸引力的跨文化研究(第 11 章,人类的性和性别)
- 产后抑郁的讨论,作为创伤后应激障碍表现的解离症的新研究(第 14 章,心理

障碍)

- 关于临床医学家怎么利用网络环境去和病人联系的新研究(第 15 章, 治疗方法)
- 关于对比去个性化和社会认同理论(第 16 章, 社会心理学)

我们关于学习的承诺: SQ3R 的学习方法

本书采用 SQ3R 学习方法, 该方法包括五个步骤: 调查、问题、阅读、背诵、复习, 这些是成功学习的基础。我们在第 1 章中介绍, 这个 SQ3R 方法将贯穿全书, 它有助于学生将心理学与生活相联系, 同时促进学生更好地阅读、学习和测验。

为了有效使用 SQ3R 方法, 需要具备的重要学习特征如下:

学习目标

每一个章节都有具体的学习目标。每一个章节的页边空白处有关学习目标的问题有助于将学生的注意力集中在主要信息上。这些学习目标也会出现在每一章节开始时的概述中, 也会出现在每章结尾的总结和复习版块中。

关键词

书中的关键词在第一次出现时就会被用粗体标出, 它们一般出现在书中的页边空白处, 关键词清单及其页码附在每一章结尾处。

记一记

在主要内容后面出现的这些快速复习有助于学生巩固所学知识。

复习表格

这些综合总结表格有助于学生巩固主要概念、内容及其相互关系。复习表格以视觉形式展现的信息是学生独特的学习工具。

总结和回顾

围绕着学习目标, 每一章后的总结部分为学生提供了综合性的学习工具, 以及对该章关键术语的快速查找。关键术语以字母排序, 并附有页码。

章末测验

在第七版本中, 每一章都包括了一个小测验, 用来检测学生对本章节知识的掌握程度。测验包括选择题和问答题, 目的是让学生进行思考。书后附答案。

用中学

作者意识到,学生的成功不仅有赖于好的学习方法,还要将心理学的知识运用到生活和职业选择上去。第七版本提供了各种实践学习的机会。

想一想

每一章开篇部分都有**想一想**这一环节,该部分主要鼓励学生从该章开始部分就能积极地学习,一般会让学生完成一些活动(例如,小测验、小实验),从而能以一种非常有趣的形式开始介绍内容。同样,该部分还会对学生接下来所要学的内容进行简略的总结。

试一试

在每一章中间部分,都有**试一试**这一环节,该部分主要是介绍简单的应用实验、自我测试、实践活动,让学生将心理学知识与日常生活相联系,**想一想**和**试一试**都是为了强调书中所学内容。

应用

每一章还包括**应用**这一部分,该部分将科学研究与实践建议相联系,为学生处理今后个人生涯、学术生涯、专业生涯中出现的困境和挑战提供帮助。

欣赏和反映人的多样性

作者一直致力于促进和扩大对人类多样性的认识。第七版从性别、种族、性和年龄这样一个全球视角来提出多样性问题。下面有一些例子:

- 面对不断变化的心理
- 社会文化方法
- 文化和意识状态的改变
- 记忆和文化
- 学习第二种语言
- 种族和智商
- 父子关系
- 文化和儿童发展
- 对年长者照顾的文化差异
- 展示情感的文化规则

- 情绪体验的性别差异
- 心理性别
- 社会行为和个性的性别差异
- 对男女同性恋的社会态度
- 种族歧视和压力
- 性别和健康
- 种族和健康
- 文化和人格特质
- 文化、性别和抑郁症
- 自杀和种族、性别以及年龄
- 文化敏感和性别敏感理论
- 偏见和歧视的根源
- 工作场合的多样性

教育和学习资源

《心理学的世界》第七版本包括了关于教育和学习资源,帮助你备课,提高讲课水平,更好地帮助你的学生理解材料。教学资源对教师来说是非常有用处的。请联系您当地的皮尔森代理。

教师手册 (ISBN 0-205-76881-4)

教师手册由作者 Denise Boyd(休斯敦社区学院)编写,为教师提供了详尽资源。包括了众多的活动、讲义、教学大纲、演讲材料、概述、阅读建议、多媒体和视频资源以及教学目标等。《APA 相关指南》指出学习结果和试题库与 APA 学习目标和对本专业的要求有着一致性。

试题库 (ISBN 0-205-76882-2)

由 Jason Spelman(休斯敦社区学院)所建的试题库已经通过终审,每章含超过 200 个问题,形式包括选择题、是非题、简答题和讨论题,还有在每章的开头都有两份包含 10 个问题的快速问答。试题库包括一份完整的评估指导材料,材料列举了测试题目的答案,并根据学习目标和问题类型编排了测试题项。每个问题有答案解析、参考书、难易指标和题型认定。

建立在学生实际和反馈情况上的项目数据分析包含在一部分问题中。选择题的正确答案和主要干扰项的分析有助于教师检查问题,并对所选的问题作进一步评估。

第二份试题库 (ISBN 0-205-76882-2)

这份试题库质量高,共有超过 2 000 个题目的试题库可供选择。这份试题库的题目可用于整班测试,每个问题都可以进行项目分析。

皮尔逊计算机化自我测验题库 (www.pearsonmytest.com)

《皮尔逊自我测验》可以通过计算机化格式进行,这种权威的评估系统帮助教员很容易地创建和打印小测验和考试。考试可以在线授权,有助于教师在任何时间、地点灵活有效地评估。教师能通过拖放功能和文字类的控制装置容易地生成问题,并进行编辑、创建和储存。在每个问题的元数据提供难易度和页码信息。除此之外,问题还反映了测试主要章节和想学习目标。为了获得更多的信息,请登录该网址 www.pearsonmytest.com。

对于那些只需要测验项目文件的教师,我们将完整的测验项目文件以 BlackBoard and WebCT 的格式进行存储。

幻灯片

我们很乐意提供独特、综合性的幻灯片,以供课堂教学。幻灯片可通过在资源中心下载区获得或者通过资源光盘……幻灯片资料主要突出每章的重点,并配有图片。同时来自教师手册中的额外的例子和解释会出现在“笔记”部分。“幻灯片图片集”可以让教师使用书中的图表文件。最后皮尔逊已经编辑了一套的幻灯片用植入的动画、录像、活动制成。该部分由社区学院的 Derek Borman 制作。许多幻灯片包含分层图片,便于教师重点标识,比如标识脑的不同区域。

课堂应答系统

对于采用课堂应答系统的老师,每一章提供了课本内容的讨论问题,这些问题能够评估学生对材料的熟悉程度,或促使课堂讨论。这些问题能够提高学生思考能力,可从教师资源中心下载。

学习指导 (ISBN 0-205-77697-3)

该部分由 Theodore W. Whitley(东卡罗莱那大学)完成。学习指导包括复习材料、深度活动和自我评测。每一章的学习指导部分被分成了三个板块,“阅读前”“阅读时”“阅读后”。

“阅读前”板块包括一个先前章节复习和学习材料的列表和关键词(含页码)。

“阅读时”板块功能包括各种实践活动、练习活动。

“阅读后”板块为学生提供了评估自己对每个章节理解力的机会。该部分包括两章练习题,每章含 20 个选择题。鼓励学生在他们参加测试前预测自己回答问题的正确率,然后再把预测和结果相比较。书中提供一个完整的答案(含页码)。

《心理学的世界》第七版的在线资源

在全国范围内,从一个小的社区学院到大的公立大学,有一种趋势正在蔓延:心理学导论课程的学习人数在增加,所以资源不能停止不前。指导时间空前地少,但与此同时,持续的指导对成功学习很重要。同时,美国心理学会强烈建议学生使用自我评估工具以及使用嵌入式问题和作业。为了满足这样的要求,Pearson 出版社的 MyPsychLab(MPL)为学生提供有效且引人入胜的自我评价工具,教师可以灵活地评估和追踪学生的学习进程。

什么是 MyPsychLab?

MyPsychLab 是一个学习和评估工具,它可以让教师评估学生的表现和使学生适应课程内容,而不需要付出额外的时间和资源。学生可以从这一便利的网站中获得助益,可以针对关键内容考查自己的学习,追踪自己的学习进程,并且调整适合自身的个性化学习计划。MyPsychLab 中的新内容包括:

新的更容易使用的 Pearson 电子书,具有更突出的特色和强大的媒体

新的时间表特征

新的词汇闪存卡

新的播客工具

新的视频剪辑、动画以及播客

持续不断地改进设计、课程内容,以及建立在顾客反馈基础上的评分系统

评估和适应能力

MyPsychLab 是从教师可以灵活发挥的角度来设计的——你可以决定将其中的内容在哪多大的程度上与课程进行整合——从学生独立的自我评估到全面的课程管理。通过将教师的大部分费时工作——课堂教学、学生评估和等级划分——变成使用自动化工具,MyPsychLab 能够让教师花更多的有效时间与学生在一起。关于将教学大纲中的观点整合进 MyPsychLab 中,你可以参考 Wood/wood/boyd 的教师手册或访问 www.mypsychlab.com。

除了包含在学生自定学习计划中的评估活动之外,教师可以得到额外的讲义、视频碟片和一些反映课堂棘手问题的活动。教师可以将这些资源带到课堂中或者放到网上,使学生容易获得。

MyPsychLab 上可得到的资源: New PeerScholar 在线资源

当在线资源可帮助形成强大的批判性思考能力和掌握学习内容时,学习才是最有效。在 MyPsychLab 上的新工具 PeerScholar 允许教师分派在线写作任务,甚至可以分派大段

的心理学章节。PeerScholar 允许学生上面阅读和写文章,这些文章与课程材料、评价其他学生的作业和获得自己作业的反馈等有关。在测验市场上成功运营了 5 年并建立在不断研究的基础上,这一工具提供了一个公平强大的教学平台,包含了任何教学内容下的开放式写作任务。

MyPsychLab 对 WebCT 和板书的用处

自制的黑板胶卷和 WebCT 项目包括测验项目文件、章节学习目标、词汇闪卡、章节小结、MyPsychLab 链接,以及章节测验。请询问 Pearson 出版社的代表关于其他定制的学习管理系统。

你可以登录 www.mypsychlab.com, 获得更多关于 MyPsychLab 的信息。

心理学导论课程的补充材料

心理学导论的幻灯片 (ISBN 0-205-39862-6)

这组幻灯片约包含 200 个经过修正的四种醋酸纤维颜色的幻灯片,将增强课堂讲演和讨论的效果。这组幻灯片中的图片来自 Pearson 出版社的心理学导论课本的主体部分。

Pearson 教学电影: 心理学导论, 教师图书馆 (ISBN 0-13-175432-7)

这 5 盘 DVD 光盘包含 82 个部分,它们涵盖了心理学导论的所有主要论题。所有 82 个部分均来自美国广播公司(ABC)关于人文和科学的新闻和影片、Pearson 出版社的自有资源,以及科学中心(ScienCentral)的资源。

Pearson 教学电影: 心理学导论, 教师图书馆 2008 更新 (ISBN 0-205-65280-8)

这 5 盘更新过的 DVD 光盘提供了新的视频,它们用来解释关键点和提高你的教学水平。特别值得一提的是,这些 DVD 提供了一些对解决科学和伪科学问题的新内容。

获取所有的资源*

《心理学的世界》(第七版)的所有可用于学习的资源清单都可以去 www.mypearson-store.com 寻找,输入 ISBN(0-205-76373-1),然后检查一下图书封面的“Everything That Goes with It”部分。

为了获得 Wood/wood/boyd 提供的所有补充材料,《心理学的世界》(第七版)的使用

* 本部分版权属培生教育出版集团,如需查询,请咨询培生相关部门。

者可以进入 <http://pearsonhighered.com/irc> 并按照指导语进行注册(或者如果你已经拥有 Pearson 出版社的用户名和密码的话就直接登录)。

一旦你注册成功,并且你作为教师的身份得到证实,将有一封邮件告诉你登录名和密码。使用登录名和密码进入目录。点击“在线目录”链接,然后点击“心理学”,找到“心理学导论”,然后出现“Wood/wood/Boyd,《心理学的世界》(第七版),教材”。在每一个补充材料的描述下面有一个链接,你可以下载,并将补充材料保存在你的桌面上。

你和你的学生都可以通过 <http://247.pearsoned.com> 获得 Pearson 产品的所有支持技术。

致谢

我们感谢 Pearson 出版社许多人的支持,他们帮助我们将《心理学的世界》(第七版)出版。在编辑方面,Stephen Frail 策划了该书的进程,从而确保最终产品是一本全面详尽且与时俱进和通俗易懂的导论性质的教材。我们要感谢开发主管 Shron Geary 和资深开发编辑 Chritina Lembo 的帮助,他们的建议和鼓励是我们追求这一目标的巨大动力。主编 Ginny Livsey 帮助我们为学生和老师创造新的和改进的小助手。我们也希望感谢资深项目主管 Harriet Tellem 和编辑主管 Maureen Richardson 在将我们的初稿转化为书本过程中所做的长期和复杂的审阅工作。文字编辑 Donna Mulder 提供的建议有助于提高我们的写作,并且她的帮助使教材变得清楚、简明和结构完善。同时还要感谢设计者 Llze Lemesis 和艺术设计主管 Anne Bonanno 对第七版所做出的设计创新和管理。最后,我们要感谢市场营销主管 Jeanette Koskinas 对完善教材所提供的帮助。

致我们的书评员

诸多书评员对《心理学的世界》(第七版)和之前版本来说都是无价之宝,在此感谢他们付出的时间和精力。

第七版的书评员

Matt Canham, Central Oregon Community College

Lynda Crane, College of Mount St. Joseph

Vicki Dretchen, Volunteer State Community College

Bryan Gibson, Central Michigan University

Rebecca Hendrix, Northwest Missouri State University

Angie MacKewn, University of Tennessee at Martin

Lisa Milford, University at Buffalo

Jennifer Sullivan, Mitchell College

Janet Weigel, Black Hawk College

之前版本的书评员

Elaine Adams, Houston Community College
Mark D. Agars, California State University, San Bernadino
Patricia Alexander, Long Beach City College
Beth A. Barton, The University of North Carolina at Wilmington
Shirley A. Bass-Wright, St. Philip's College
Kenneth Benson, Hinds Community College
John Brennecke, Mt. San Antonio College
James Brooks, Tarrant County College District
Cari Cannon, Santiago Canyon College
Jane Marie Cirillo, Houston Community College
Maria G. Cisneros-Solis, Austin Community College
Wanda Clark, South Plains College
Betty L. Clark, University of Mary Hardin-Baylor
Dennis Cogan, Texas Technical University
Betty S. Deckard, California State University, Long Beach
Kimberly J. Duff, Cerritos College
Curt Dunkel, Illinois Central College
Laura Duvall, Heartland Community College
Joy Easton, DeVry University Orlando
Leticia Y. Flores, Southwest Texas State University
James Francis, San Jacinto College
Alexander B. Genov, Heartland Community College
Colleen Gift, Highland Community College
Victor Gombos, University of California-Fullerton
Paula Goolkasian, University of North Carolina at Charlotte
Allen Gottfried, California State University, Fullerton
Chuck Hallock, Pima Community College
Barbara J. Hart, Arizona State University-West
Brett Heintz, Delgado Community College
Debra Hollister, Valencia Community College
Steven Isorio, Golden West College
Victoria A. Kazmerski, Penn State Erie, The Behrend College
Norman E. Kinney, Southeast Missouri State University
Kim Kostere, Edison Community College

Callista Lee, Fullerton College
Bernard Levin, Blue Ridge Community College
Elizabeth Levin, Laurentian University
Barbara Lusk, Collin County Community College
Laura Madson, New Mexico State University
Barbara B. Marcel, Regis College
Catherine J. Massey, Slippery Rock University
Daniel Mayes, Seattle Community College
Carla Messenger, George Washington University
Wendy Mills, San Jacinto College North
George Mount, Mountain View College
Peggy Norwood, Metropolitan State College of Denver
Mark O'Dekirk, Meredith College
Fernando Ortiz, Santa Ana College
Ginger Osborne, Santa Ana College
Jack A. Palmer, University of Louisiana at Monroe
Debra Parish, Tomball College—NHMCC
Janet R. Pascal, DeVry University
Dan Perkins, Richland College
Michelle Pilati, Rio Hondo College
Vicki Ritts, St. Louis Community College-Meramec
Kevin S. Salisbury, Community College of Rhode Island
H.R. Schliffman, Rutgers University
Mark S. Schmidt, Columbus State University
Debra Schwiesow, Creighton University
Susan Siaw, California Polytechnic University, Pomona
Nancy Simpson, Trident Technical College
Lynn M. Skaggs, Central Texas College
Stacey Souther, Cuyahoga Community College
Donette A. Steele, Cerritos College
Genevieve D. Stevens, Houston Community College System—Central College
Chuck Strong, Northwest Mississippi Community College
Inger Thompson, Glendale Community College
M. Lisa Valentino, Seminole Community College
Monica Vines, Central Oregon Community College

Jeffrey B. Wagman, Illinois State University

Fred Whitford, Montana State University

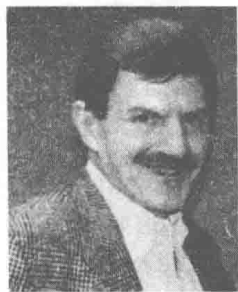
Sandra Wilcox, California State University, Dominguez-Hills

Diane E. Wille, Indiana University Southeast

Jeana Wolfe, Fullerton College

作者简介

塞缪尔·E.伍德(Samuel E. Wood, 1934—2008),他在佛罗里达大学获得博士学位,曾经在西弗吉利亚大学和密苏里大学圣路易斯分校执教,并且同时是两个学校的博士生导师。从1984年到1996年,Wood博士供职于高等教育中心以及一个由圣路易斯地区的14个学院和大学组成的联盟。自1987年圣路易斯高等教育有限电视频道建立,到1996年,他一直是该频道的合伙人、主席和CEO。



埃伦·格林·伍德(Ellen Green Wood),她在圣路易斯大学获得教育心理学博士学位,并且在位于Meramec的圣路易斯社区大学做助理教授。她也曾经在华盛顿大学和密苏里圣路易斯大学讲授临床课程。除了她的教学活动之外,Wood博士还开办和讲授批判性思考课程的研讨班。由于她对远程教育领域的贡献,她在1982年到1988年获得了电视教育先驱奖。

丹妮斯·博伊德(Denise Boyd),她在休斯敦大学获得教育博士学位,并且从1988年开始一直是休斯敦社区大学的心理学教师。从1995年到1998年,她在休斯敦社区大学中心供职于心理学系、社会学系和人类学系。Boyd博士还是其他Allyn and Beacon系列教材的著作者:与Helen Bee合著的《一生发展》(第五版),《儿童的发展》(第二十版),以及《成长中的儿童》(第一版)。作为一名专业的心理学家,Boyd博士已经在一些专业会议上报告了关于儿童、青少年和成人发展的一系列论文。她还为从幼儿园到大学阶段的老师开设专题研讨会。



如何学习心理学：学习这本书的一些技巧

《心理学的世界》运用五种由心理学家提出和检验过的学习策略，来帮助你提高学习能力。这五种策略是：预览、提问、阅读、复述和复习。这些步骤放在一起被称为 SQ3R 方法 (Robinson, 1970)。如果你遵循这些步骤，这将比你通过简单的阅读每一节要学到和记住得更多。下面是这些步骤的具体操作：

预览：首先，扫视每一节。章节提纲帮助你简要地预览学习内容及其组织架构。阅读每一节的标题和学习目标问题，它们可以使你的注意力集中在关键信息上。扫视一下说明和表格，包括组织、复习和总结关键概念的复习表格。然后阅读位于每一章最后的总结和复习。

提问：在你阅读每一章的时候，你应该依次阅读每一个主要章节。事实上，在你阅读每一节之前，应重新阅读每一节的学习目标问题。但是不要停止于此；当你浏览每一节的副标题和关键术语时，添加一些你自己的问题。回答每一个问题有助于你聚焦于阅读。

阅读：阅读每一节。在你阅读的时候，尝试回答学习目标问题和你自己的问题。阅读完每一节之后，停下来。如果章节非常长，或者学习材料特别有难度或复杂，在阅读了仅仅一节或两节内容之后，你就应该停止阅读。

复述：为了更好地掌握章节里的每一个主题，你要为这些内容写下一个简短的总结。如果你在总结一个主题或回答学习目标问题时存在困难，在再一次尝试之前，你要再次预览或阅读这一节。将你的总结与每一章最后面的总结和复习中提供的复习问题进行比较。

复习：在每一章节的最后有一个记忆部分，它包含了之前一些主题的问题。回答这些问题，然后检查一下你的答案。如果出错了，立刻复习之前的材料，直到你理解了为止。当你完成了一章后，再看一遍记忆部分，然后转向总结和复习。复习每一个关键术语。如果你不理解术语的含义，翻到定义这一术语所在的页面。方框中的定义提供这一重要术语的解释，这些术语在文中用的是黑体字。所有这些术语和定义也出现在课本最后面的词汇表中。最后回答一下每一章最后的练习部分，并且结合课本最后提供的答案检查一下你的回答。如果出现错误，复习这一章的材料，直到你理解这些答案。