

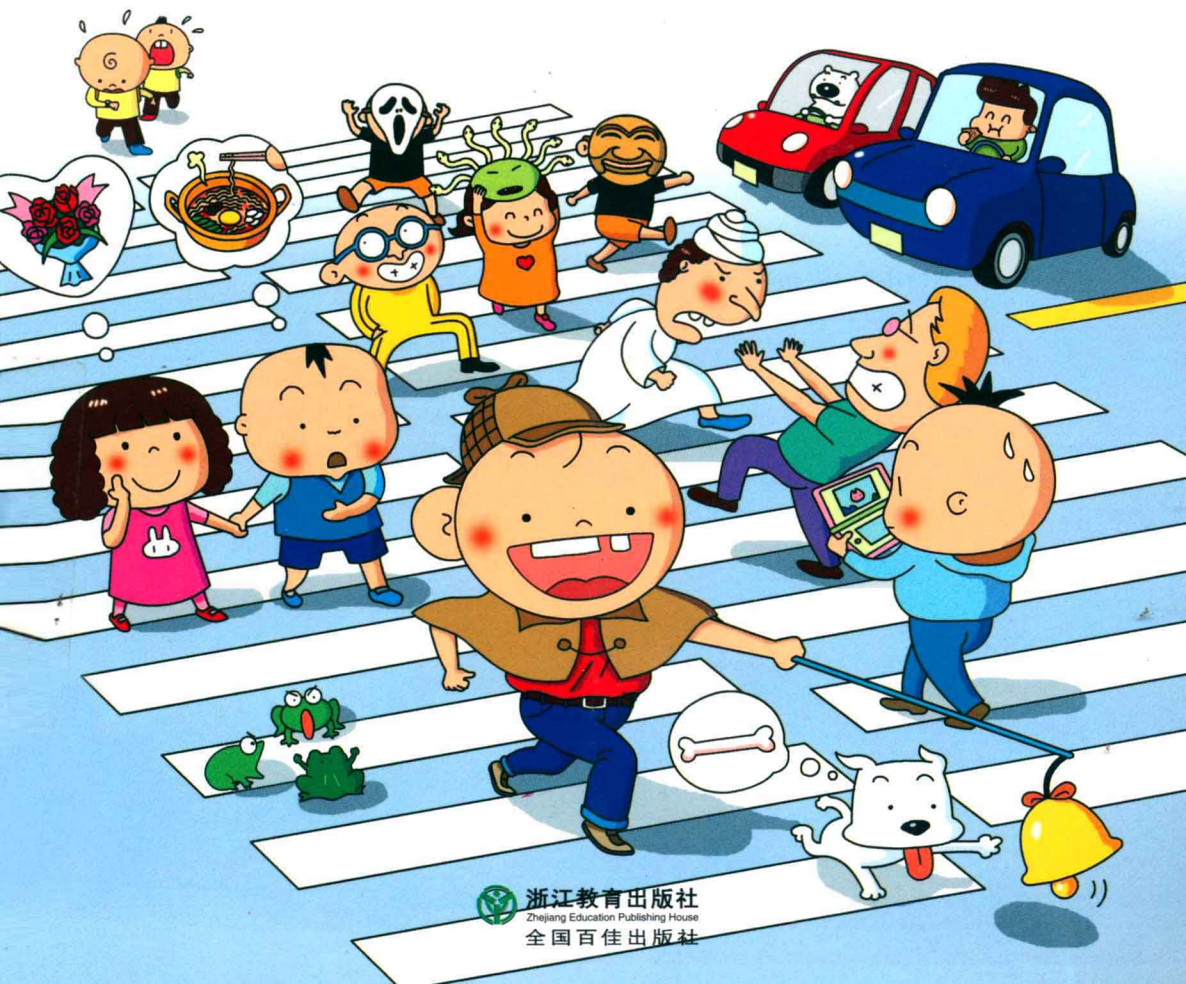
漫画

我们日常生活中的心理学故事



快乐心理学

[韩] 朴志英 / 原著 [韩] 裴英宪 / 改编 司琦 / 译



浙江教育出版社
Zhejiang Education Publishing House
全国百佳出版社

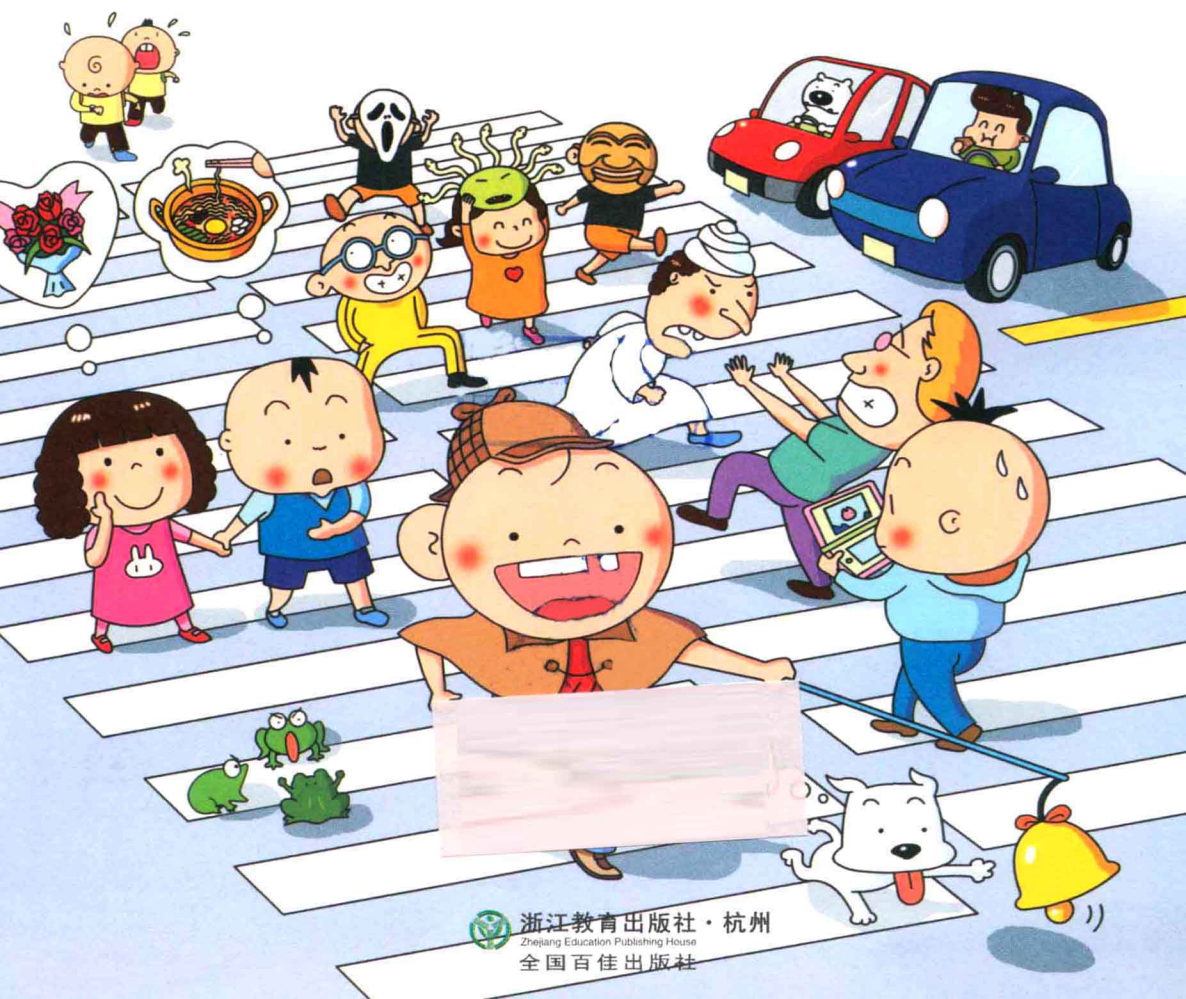
漫画

我们日常生活中的心理学故事



快乐心理学

[韩] 朴志英 / 原著 [韩] 裴英宪 / 改编 司琦 / 译



浙江教育出版社·杭州
Zhejiang Education Publishing House
全国百佳出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

快乐心理学 / (韩) 朴志英原著 ; (韩) 裴英宪改编 ; 司琦译. — 杭州 : 浙江教育出版社, 2012. 1
ISBN 978-7-5338-9398-9

I. ①快… II. ①朴… ②裴… ③司… III. ①心理学—通俗读物 IV. ①B84-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第222719号

만화 유쾌한 심리학 1

Copyright © 2008 by Bae Young-Heon

The original work by Park Ji-Young

Simplified Chinese translation copyright © 2012 by Zhejiang

Education Publishing House

This translation was published by arrangement with PAPIER Publishing Co.
through Carrot Korea Agency, Seoul

All rights reserved.

版权合同登记号 11-2008-151

快乐心理学

Kuaille Xinlixue

[韩]朴志英 / 原著 [韩]裴英宪 / 改编 司琦 / 译

责任编辑 赵露丹

责任校对 陈云霞

责任印务 陆江

出版发行 浙江教育出版社

(杭州市天目山路40号 邮编310013)

激光照排 杭州富春电子印务有限公司

印刷 杭州富春印务有限公司

开本 787 × 1092 1/16

印张 13

字数 260 000

版次 2012年1月第1版

印次 2012年1月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5338-9398-9

定 价 28.00 元

联系电话 0571-85170300-80928

电子邮箱 zjyy@zjcb.com

网 址 www.zjeph.com

版权所有·侵权必究

目 录

前言 4
绘者的话 6
心理学是什么 10



01 好感 16
身体魅力·接触性·相似性

02 爱情 24
“我爱你”的意义·激情型爱情·同伴型爱情



03 印象 38
影响印象形成的因素·社会刻板印象
休息一下再学吧!——不同情况下美国最受欢迎的开场白 51

04 记忆 54
感觉记忆·短时记忆·长时记忆·记忆法·记忆的变化

05 遗忘 74
导致遗忘的 4 个原因





06 压力 90

愉快的压力·导致压力的9种不合理思维方式·
诱发压力的原因·冲突的不同类型

休息一下再学吧!——美国心理学家霍姆斯和拉希对不同生活
变故给人造成的心理压力评价指数的研究 109



07 压力的应对 116

以问题为中心的应对·以情绪为中心的应对

08 感觉与知觉 136

注意·噪音·耳朵下面的“晕车贴”·人类的感觉·中年人的听觉·超感觉
休息一下再学吧!——声音响度 150

09 和现实不同的感觉与知觉 154

适应·盲点·舒服的耳朵·外部线索·过去的知觉经验·
缪勒-莱耶错觉·多种错觉

10 环境 170

座位设置·领域·领域的3种类型·拥挤

11 学习的基础(反射) 190

经典条件反射·操作条件反射

休息一下再学吧!——各行各业具有代表性的迷信 203



漫画

我们日常生活中的心理学故事



快乐心理学

[韩] 朴志英 / 原著 [韩] 裴英宪 / 改编 司琦 / 译



浙江教育出版社·杭州
Zhejiang Education Publishing House
全国百佳出版社

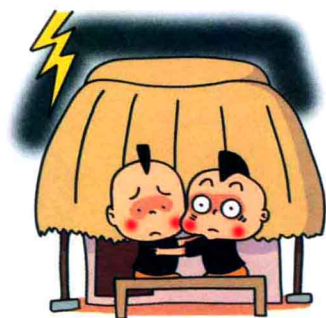
目 录

前言 4
绘者的话 6
心理学是什么 10



01 好感 16
身体魅力·接触性·相似性

02 爱情 24
“我爱你”的意义·激情型爱情·同伴型爱情



03 印象 38
影响印象形成的因素·社会刻板印象
休息一下再学吧!——不同情况下美国最受欢迎的开场白 51

04 记忆 54
感觉记忆·短时记忆·长时记忆·记忆法·记忆的变化

05 遗忘 74
导致遗忘的4个原因





06 压力 90

愉快的压力·导致压力的9种不合理思维方式·
诱发压力的原因·冲突的不同类型

休息一下再学吧!——美国心理学家霍姆斯和拉希对不同生活
变故给人造成的心理压力评价指数的研究 109



07 压力的应对 116

以问题为中心的应对·以情绪为中心的应对

08 感觉与知觉 136

注意·噪音·耳朵下面的“晕车贴”·人类的感覺·中年人的听觉·超感觉
休息一下再学吧!——声音响度 150

09 和现实不同的感觉与知觉 154

适应·盲点·舒服的耳朵·外部线索·过去的知觉经验·
缪勒-莱耶错觉·多种错觉

10 环境 170

座位设置·领域·领域的3种类型·拥挤

11 学习的基础(反射) 190

经典条件反射·操作条件反射

休息一下再学吧!——各行各业具有代表性的迷信 203



前 言

我们的心里在想什么？

郭金珠(首尔国立大学心理系教授)

漫画书是非常有趣的书吧！纯文字书，阅读时需要集中注意力，有时即使不想读，心里还是会一遍遍念叨着“必须读”。但漫画书怎样呢？文字配漫画，读起来有趣多了吧。即使书的内容有难度，看着漫画读就变得容易多了。

小时候，我也喜欢看《小恐龙图利》、《傻瓜书屋》、《三国志》等漫画书，感觉既有趣又可以学到知识。即使现在已是成年人，我仍然喜欢看漫画书。《快乐心理学》(文字版)是一本畅销书，它讲述了我们日常生活中有趣的心理学故事。漫画版是根据文字版改编的，旨在方便白领和青少年阅读。

但是，什么是心理学呢？简单地讲，心理学就是拿着放大镜看“我们心里究竟在想什么”的科学。例如，大家仔细想过“我的朋友×××为什么和我要好呢”这样的问题吗？心理学家为了回答这样的问题而做实验，做调查，做研究。结果呢，他们得出了有趣的答案。



我们对某个人感觉很好被称为对这个人有“好感”，引发好感的基本因素有3个。大家和某个朋友关系好，是因为喜欢这个朋友的外貌（当然每个人的喜好不同，心目中的标准也不同），总是和这个朋友待在一起，或是因为相互之间存在共鸣。如果用大家熟悉的话语来表达，就是因为和朋友“每天腻在一起，不停地斗嘴”（接触性），“密码相同”（相似性），所以才会有好感。怎么样？点头了吧！

《快乐心理学》就是将大家在日常生活中可能最感兴趣的心理学话题找出来。读完本书，你就会知道自己和他人的心理如何不同了。同时，读完本书，你会更加了解自己，并以更开放的心态面对身边的人。打开心灵之门后，无论是和朋友或是与父母，你会发现彼此之间相处得更加愉快。

好吧，现在就向自己的心灵深处出发吧！

“找一找心灵的开关！”



一个月魔鬼式的训练后……



我如愿站在了舞台上，并以第一名的成绩顺利通过了海选。



3000个座位的比赛现场座无虚席。朋友和家人都来为我们加油。



在朋友和家人的殷切期望下,在观众的热情呼应下,我们的比赛正式开始了。



没多久,下面的观众突然骚动起来。



此时,舞台下有人用极其夸张的手势,向我们传递某种信号。

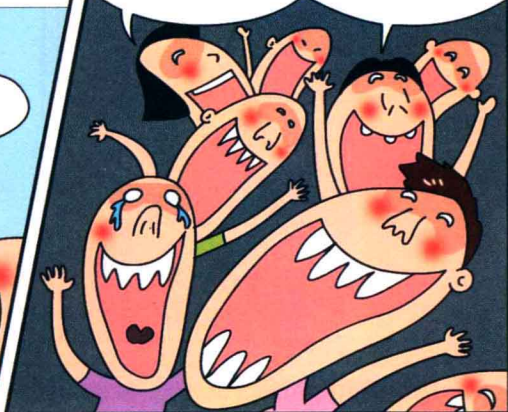


但是当时，我们并不知道那些手势是让我们打开麦克风的意思，我们以更大的声音和更夸张的动作继续唱歌。



嘴巴一张一合，
是鲤鱼吧！

给50元，
来一条，来一条。



结果，不但为了演唱比赛而花费的时间和努力都白费，而且我们遭遇了有生以来最大的尴尬。

这会不会是主办方的诡计呀？



我们处理人际关系难道不是和唱歌前需要打开麦克风的开关一样吗？打开开关这件事非常容易，但如果不知道打开开关的方法就困难了。



举例来说，大家知道你朋友心灵的开关在哪里吗？还有，你父母的呢？怎么做才可以打开人们心灵的开关呢？



人们的行为具有一定的模式。如果可以读懂其中的规律，就可以在某种程度上了解对方希望的是是什么。心理学可以帮助我们寻找人们心灵和行动的开关。



我在画这本漫画书期间,一直为如何以更简单、更有趣的方式将这些内容表达出来而苦恼。

这是我的座位,你是谁呀?

读完本书,大家就会找到打开人们心灵开关的方法。这样的话,和周围人的关系可能也会变得更加融洽。

最后,我给为这本书的出版给予了巨大帮助的各位磕头了。

指导这本漫画书的伟大的编辑长魏正熏姐姐

任劳任怨的仁者姜仁秀社长

貌如天仙的版面设计鲁贤珍姐姐

在物质和精神方面都给予我极大帮助的大学前辈郑庸后兄

磕头?我更喜欢你送大米给我!

在编辑长上班之前赶快消失!

干活!

是兄弟好,还是姐妹好?

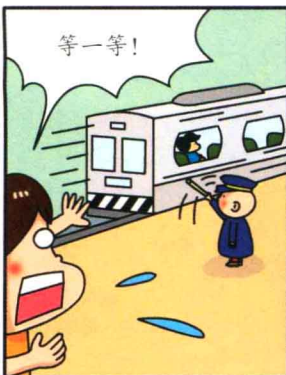
我到底得磕多少头呀?

赶快娶媳妇吧!

爱我的父母

心理学是什么







☆☆ 星座 ☆☆

血型

