

《乐观的偏见》

图书基本信息

《乐观的偏见》

前言

《乐观的偏见》

内容概要

《乐观的偏见》

作者简介

《乐观的偏见》

书籍目录

章节摘录

想象一下这种生活：你分辨不出谁是谁。当然，我们对人脸的识别并非十全十美。我们经常会遇到这样一类人，他们声称以前见过我们，但我们却死活想不起来。然而，你去学校接小孩时，却从来不会接错人，即使他穿着新外套或者刚剪了一个新发型。其实，你做得比上述提到的都要好。你不但能在茫茫人海中一眼认出自己的孩子，而且仅仅瞥一眼孩子的表情，就能知道他今天过得好不好。人类很擅长察言观色。我们毫无意识地重复这一技能，利用各种迹象去观察，比如声调和步态。不过大多数时候，我们都靠观察面部表情来判断他人的情绪。看到对方快乐的表情，我们就知道他(她)是高兴的；看到对方撇着嘴、睁大眼睛或者把眼睛慢慢眯上，我们就知道他是悲伤、恐惧或者愤怒。也许这些迹象很微妙，但是我们极其擅长辨别对方的情绪，因为我们已经成了识别面部表情的行家。无论是熟悉的脸庞、素未谋面的脸庞、来自同一国家的脸庞，抑或是外国人的脸庞，我们都能识别出来，因为所有人体现情绪时的表情都是一模一样的。表现和体察情绪的能力对我们的生存至关重要，就拿分辨恐惧和愤怒的表情的能力举个例子吧：愤怒表情，面前这个人很心烦，也许就是冲着我们而来，或许威胁到了我们的生存；恐惧表情，周边环境存在威胁，不过面前这个人并不是威胁的源头。在这种情况下，我们应当迅速扫视周边环境，看看危险来自何处，这样才能化险为夷。准确地识别他人的表情和身份，对社交而言非常重要。大多数人可以分辨成千上万张脸。我们可以轻松区别玛格丽特·撒切尔和乔治男孩的脸(他们俩显然长得很像)，也能分辨出皱眉和笑容。然而，如果把脸颠倒过来，我们就会变得极其无助，仿佛在漆黑夜空中飞行却没有导航设备的飞行员。大脑习惯观察端正的面孔和表情，并且能同时分辨脸庞的各个部分(眼睛、鼻子和嘴巴)，因为这是最有效率的方式。换句话说，大脑并不是逐一区分，而是把脸庞和表情当作整体进行处理。现在，由于大脑不习惯见到颠倒的面孔，所以也无法像审视端正五官般作出高效判断。我们看见旋转过来的脸庞时，似乎就会分别辨识各个部位，而不是按照原先的方法。让我们再来看看图1—2中旋转过来的女孩面孔。尽管她的脸颠倒了，嘴巴和眼睛却仍然保持原样，而且表情也很正常。我们的大脑单独识别了嘴巴和眼睛，分辨出它们表达的情绪。因此我们得出结论，图中的女孩在微笑。然而，如果把这张“撒切尔视错觉”的脸孔转过来，我们会发现图中嘴巴和眼睛的形状我们从未见过。女孩看上去变形扭曲，而我们的情绪反应成了恶心和恐惧。不仅人类会被“撒切尔视错觉”的脸孔所迷惑，猴子也会被愚弄。埃默里大学的一组研究人员采取图1—2使用的技术，将一张猴子面部表情的照片进行“撒切尔视错觉”处理。然后，他们给一组猴子看4张照片：一张猴脸的正常照片，一张正常猴脸的颠倒照片，一张颠倒的“撒切尔视错觉”猴脸照片(如图1—2)和一张正着的猴脸照片(人类会觉得诡异的那种)。猴子对正常的猴脸照片不是很感兴趣——无论照片是颠倒的还是端正的，猴子不过草草扫了一眼正常照片，就继续干自己的事情。那“撒切尔视错觉”的猴脸呢？照片颠倒时，猴子同样对“撒切尔视错觉”的猴脸没有太大兴趣，就跟正常照片一样。然而，照片正过来时，猴子看“撒切尔视错觉”的猴脸比看任何照片的时间都要长。猴子的反应表明，它们和我们一样，都觉得端正的“撒切尔视错觉”面孔古怪诡异，而旋转过后的“撒切尔视错觉”面孔和普通脸孔并无二致。如果猴子也对“撒切尔视错觉”敏感的话，那么人类导致错觉的脑部活动早在进化前就有了。似乎在很久之前，大脑就已经形成了识别端正脸孔的特殊偏差。对于大部分错觉来说，了解和明白错觉的根源并不会消除错觉。虽然我们不知道图1—1中的方块深浅度相同，但我们仍然会觉得方块B比方块A的颜色要浅。我们的知识不会改变洞察力；飞行员或许会承认自己出现了眩晕，因为仪表信息与他的感受不一致，但是尽管飞机已经朝下飞行了，他还是会觉得飞机在爬升。错觉总是那么真实，虽然知道自己的观察是错误的，但这种感受与所了解的知识(即便你已经掌握)无关。谈到视错觉，当指出观察上的错误时，我们总能欣然接受。我们可以把书颠倒，或者用图片处理器软件移动图1—1的灰色方块，看看错觉到底是怎么回事。然而，相比感觉错觉，要接受认知错觉则难了许多。正如其他复杂系统一样，大脑也有其内在缺陷。这些缺陷影响力巨大，导致我们每天与之相伴却毫无察觉。我们很少会怀疑自己的感知是否准确地反映了这个世界，事实上，大脑会让我们对现实的感受扭曲变形。当仪表(在眩晕的例子中)、演示(视错觉的例子)或者数据(在乐观偏见和其他认知错觉的例子中)呈现出不同情况时，我们才发现世界与自己所预期的天差地别。这时我们才明白，大脑并不是判断身边事物甚至体内状况的绝对权威。不过，错觉也揭示了人脑的适应本能。错觉体现了神经系统进化的成功，而不是失败。但是，就好像眩晕，错觉有时候也会导致灾难。 P11-13

《乐观的偏见》

《乐观的偏见》

媒体关注与评论

太好看了！就算你之前特别不以为然，读完本书，你也会恍然发现自己的大脑正戴着一副玫瑰色的眼镜——不管你喜欢还是不喜欢。——美国国家公共电台好看，读起来非常有趣！本书让我们看到了作者具有独创性的研究成果。——《BBC聚焦》这本智慧的书解释了为什么大多数人都对生活持乐观态度，为什么我们更倾向于对自己及未来充满希望。——《纽约日报》大多数读者翻到最后一页时，他们不仅是因为内心的希望，而且是因为意识到了这种希望的源头及其对人生的益处。——《书目报》

《乐观的偏见》

编辑推荐

《乐观的偏见》

名人推荐

《乐观的偏见》

精彩短评

- 1、人为什么会乐观，因为不乐观的祖先死得更早。我倾向于平稳的心态和适度乐观。
- 2、没能看完...可能比较适合悲观的人看吧
- 3、还没有开始看 随便翻阅了几页就已经迫不及待去看了
- 4、没看完
- 5、好理论，直接跳过了。
- 6、本来对这本书挺满意的，觉得很多地方很有道理。但是说到环法自行车冠军阿姆斯特朗的时候，居然说他得冠军是因为乐观。其实稍微了解的人都知道，阿姆斯特朗很多年前就被查出了比赛中服用禁药，被取消了冠军，但这本书的作者居然还不知道，还以此作为乐观的证据。我很怀疑这位作者研究的严谨性。
- 7、NYU心理博士...校友啊~
- 8、五星送给作者浅白流畅的表达，真是一本好读的书，作者从心理学角度所做的实验和解释让人非常受用。我蛮喜欢的一句话是她说：结婚生子与幸福无关。
- 9、其实。。我还没看。。。看评价都还可以
- 10、这些偏见让我坚持下去吧。
- 11、从大脑的结构功能上告诉你，如何更客观的看待自己，更理性的看待别人。适度的乐观才是王道
- 12、有几章深得我心，赞一个
- 13、TED 给予人们的不仅仅是一场精彩的演讲，更是激发了人们的思维空间。这本书出自TED 演讲者，告诉人们乐观偏见的利弊，告诫我们应保持谨慎的乐观态度，对任何事物
- 14、非常棒的实用心理学作品
- 15、破除了一些错误的认识。但平时心理学的书看的太多，大多数案例都熟谙了。
- 16、一般般，一般般...凑乎看看
- 17、提高風險意識，全面評估，理性思考！
- 18、封笔之作。
- 19、作者的重点其实就一个，却给出了N多例子，有点繁冗，到最后基本是快速翻阅的，当中的某些大脑神经学不算深奥，能理解。
- 20、：
B821-49/3162
- 21、期末考试前看过竟然忘记标记。人生而乐观，然而却因为成长琐事常自困于心。印象深刻的是那个给一位抑郁症患者做白质层神经唤醒手术的例子，才知道原来心理医生这份职业确有其神奇之处。
- 22、整体都很不错 从封面 排版到内容 都很好
- 23、对人生很有意义的一本书
- 24、比自己想的乐观，这是个耐人寻味的问题。
- 25、多读心理学
- 26、作者沙罗特在心理学领域也算得上颇有成就的学者了，很多心理学书籍包括教材都频繁的提及她以及她的团队的研究成果。这就注定了本书虽然是以畅销书的身份面世但肯定是一本经得起推敲有“科学骨架”的书籍。书中的很多素材都是心理学的经典实验再配以发生在作者及作者身边的事，作者将其结合论述将一个大部分人都忽视的事实——乐观偏见——娓娓道来——严谨而不失活泼。... 阅读更多
- 27、人总是自恋的嘛
- 28、中信翻译的这类书总是让人感觉：讲了一大堆东西，然而没什么有用的。这本书用来打发一两个小时还是可以的。
- 29、乐观是一种偏见。
- 30、我们比想象的要乐观多了。
- 31、人人都觉得自己是被选中的那个人，人人都觉得自己要好过平均值，人人都觉得一切都会好起来的，原来自己是人人里的一员。不过，如果不学会去乐观地享受生活，乐趣何在呢？
- 32、书不错，但还没有看完

《乐观的偏见》

- 33、直接看ted来的更好
- 34、乐观偏见会有危机意识缺失而造成盲目乐观，人人都是乐观偏见的。但是本书没有给出明确的解决方法。美中不足。
- 35、如题 印刷太差了 歪的，内容还可以
- 36、整本书的感觉像是在论证
- 37、没读完
- 38、既然右边的镜片是美好的玫瑰粉红色，那么请允许我把左边的一片涂成黑的吧。。。
- 39、一篇论文说清楚的问题，写了一本书。记住：乐观是一种自证预言
- 40、做在困难中看到机会的乐观主义者。
- 41、看看
- 42、乐观偏见正是大脑进化的结果，它能在潜移默化中改变我们的行为，有益身心，提升幸福指数，最终让我们梦想成真；但重要的是，乐观偏见也有可能因危机感意识缺失而造成“盲目乐观”的恶果。所以，全面、长远地考虑问题，提高风险意识，未雨绸缪是十分必要的。
- 43、呵呵，心理学是门很奇特的科学，如果书写的诘屈聱牙，各种艰深道理，多半有问题；因为各种心理现象，就是我们自己就是我们周围的人，恩，这本书，这本书实在像本故事书一样流畅，又让我疑惑，这样的乐观要教给我们什么呢？尤其是，它其实是偏见
- 44、理性的面对乐观

《乐观的偏见》

精彩书评

《乐观的偏见》

章节试读

《乐观的偏见》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com