
 차례

- 머리말 ... 3

01 심리학의 기초: 마음의 이치 / 11

- 👉 심리학의 정의 ... 13
- 👉 과학으로서의 심리학 ... 14
- 👉 현대 심리학 ... 19
- 👉 심리학 연구 ... 22
- 복습문제 ... 35
- 과학적 심리학에 관한 논의:
초감각 지각과 과학적 사고 ... 36

02 신경계: 마음의 메커니즘 / 39

- 👉 신경의 정보전달 시스템 ... 43
- 👉 신경계 ... 47
- 👉 내분비계 ... 49
- 👉 뇌 ... 50
- 복습문제 ... 65
- 자기검사: 사회동조성 척도(SDS) ... 66

03 생애발달: 자궁에서 무덤까지 / 69

- 👉 인간발달의 특징 ... 72
- 👉 태아발달 ... 74
- 👉 정서발달 ... 76
- 👉 인지발달 ... 84
- 👉 성격발달 ... 90
- 👉 사회성 발달 ... 93
- 👉 청소년 발달 ... 95
- 👉 성인 발달 ... 98
- 복습문제 ... 103
- 자기검사: 자기개념 검사 ... 104

04 감각과 지각 : 마음의 눈 · 마음의 소리 / 107

- 👉 감각의 개념 ... 110
- 👉 감각의 유형 ... 112
- 👉 지각의 개념 ... 125
- 복습문제 ... 134
- 심리학의 존재 이유에 관한 논의:
직관과 상식의 한계 ... 135

05 의식: 꿈과 무의식 / 137

- 👤 의식의 기능 ... 139
- 👤 의식의 구조 ... 143
- 👤 수면과 꿈 ... 144
- 👤 최면 ... 153
- 👤 명상 ... 155
- 👤 바이오피드백 훈련 ... 156
- 👤 향정신성 물질 ... 157
 - 복습문제 ... 172
 - 자기검사:
 - 알코올 문제 자기진단검사 ... 173

06 학습: 행동과 인지변화 / 175

- 👤 고전적 조건형성 ... 178
- 👤 도구적 조건형성 ... 183
- 👤 조작적 조건형성 ... 184
- 👤 인지학습 ... 195
 - 복습문제 ... 203
 - 자기검사: A형 행동척도 ... 204

07 기억: 내 마음의 궤적 / 207

- 👤 기억처리모형 ... 209
- 👤 부호화 ... 211
- 👤 저장 ... 214
- 👤 인출 ... 218
- 👤 기억구성 ... 224
 - 복습문제 ... 230
 - 자기검사: 자살이해척도 ... 231

08 언어 · 사고 · 지능 : 생각의 탄생 / 233

- 👤 언어 ... 235
- 👤 사고 ... 241
- 👤 지능 ... 252
 - 복습문제 ... 261
 - 자기검사:
 - 하인츠 딜레마와 도덕성 수준 ... 262
 - 디르크 빌렘스와 이타성 수준 ... 264

09 동기와 정서: : 행동과 감정의 원인 / 265

- 동기** ... 267
- 👉 동기이론 ... 268
- 👉 배고픔과 갈증 ... 272
- 👉 성취동기 ... 281
- 👉 친애 욕구와 소속 욕구 ... 282

- 정서** ... 284
- 👉 정서의 요소와 기능 ... 285
- 👉 정서와 인지평가 ... 291
- 👉 정서표현 ... 294
- 👉 정서분류 ... 299
- 👉 정서 탐지와 조절 ... 308
- 복습문제 ... 310
- 자기검사: 간편 자기실현검사 ... 311

10 성격: 나만의 페르소나 / 313

- 👉 성격의 정의 ... 315
- 👉 성격이론 ... 316
- 👉 성격검사 ... 331
- 복습문제 ... 337
- 자기검사:
 - 사회재적응평정척도(비성인용) ... 338

11 스트레스: 마음의 감기 / 341

- 👉 스트레스의 정의 ... 343
- 👉 스트레스원 ... 344
- 👉 생활변화와 스트레스 ... 346
- 👉 스트레스 판별요인 ... 349
- 👉 투쟁/도피반응 이론 ... 352
- 👉 스트레스와 일반적응증후군 ... 354
- 👉 스트레스와 신체건강 ... 356
- 👉 스트레스 대처 ... 362
- 복습문제 ... 366
- 자기검사:
 - 대학생활 스트레스 척도 ... 367

12 심리장애: 마음의 병 / 369

- 👉 이상행동의 정의 ... 371
- 👉 정신건강 문제의 분류 ... 376
- 👉 불안장애 ... 380
- 👉 강박장애 ... 382
- 👉 주요우울장애 ... 384
- 👉 양극성 장애 ... 388
- 👉 조현병 ... 390
- 👉 성격장애 ... 394
- 복습문제 ... 399
- 자기검사:
 - 생활경험설문지(LES) ... 400
 - 주요우울장애 검사 ... 404

13 심리치료: 마음의 회복 / 405

- 👤 심리치료의 역사 ... 407
- 👤 심리치료의 이론적 접근 ... 412
- 👤 심리치료의 효과 ... 423
- 👤 생물학적 치료 ... 423
- 👤 정신건강 관리 ... 427
 - 복습문제 ... 431
 - 자기검사:
 - 비합리적 신념 체크리스트(IBC) ... 432

- 복습문제 정답 ... 483
- 참고문헌 ... 487
- 찾아보기 ... 519

14 사회심리: 마음과 마음 / 435

사회적 인지 ... 437

- 👤 근본적 귀인오류 ... 438
- 👤 태도와 행동 ... 441

사회적 영향 ... 444

- 👤 동조와 복종 ... 444
- 👤 집단효과 ... 453

사회적 관계 ... 460

- 👤 편견과 차별 ... 460
- 👤 호감과 매력 ... 469
- 👤 사랑과 결혼 ... 474
 - 복습문제 ... 479
 - 자기검사: 사랑의 삼각형 척도 ... 480