

Spis treści

Wstęp 15

Psychologia kliniczna

- Freud: Nie chodzi o twoją mamę (raczej) 19
 Beck i Ellis: Terapia poznawczo-behawioralna 25
 Ellis: Dasz radę 27
 Psychologia na co dzień: Piękne lub użyteczne 31
 Jung: Więcej niż przypadek 35
 Skinner: Jesteś gołębciem 39
 Psychologia na co dzień: Przywódca sekty i toksyczne relacje 45
 Perl: Przyszłość niech będzie przeszłością 47
 Rogers: Dobry przyjaciel i dobry terapeuta 51
 Linehan: Czasami życie jest nieznosne 55
 Bowlby: Ktoś, kto zapewni ci wsparcie 59
 Winnicott: Willy Lascia 63
 Psychologia na co dzień: Emu-cjonalne wsparcie 67
 Mahler: Wyruszając w świat 71

Psychologia poznawcza

- Atkinson i Shiffrin: Niekompetentni geniusze 79
 James: Obrzeża 83
 Baddeley i Hitch: Mocna ekipa 86
 Psychologia na co dzień: System poszukiwania 90
 Chomsky: Czy coś prześcignie ludzkie zdolności językowe? 94
 Kahneman: Ciemna strona skuteczności 98
 Psychologia na co dzień: Śpiczanie dziecka 102
 Festinger: Dlaczego nigdy się nie mylisz 105
 Tulving: Spacer ścieżką pamięci 108
 Piaget: Odwaga, by rozmawiać z dziećmi 112

- Psychologia na co dzień: Stan przeprawy 116
 Piaget: Czerwone flagi nie są czerwonymi flagami 120
 Neisser: Problem z psychologią 125
 Sternberg: Adaptacja do świata 127
 Sperling: Ile zapamiętasz z tej książki? 131
 Psychologia na co dzień: Naucz się języka obcego 135
 Kahneman: Leeceroy Jenkins! 139
 Gibson: Czy możesz zjeść swojego brata? 143

Psychologia rozwojowa

- Pinker: Debatę, którą warto odbyć 151
 Kohlberg: To ja jestem prawem! 155
 Wygotski: Warto rozmawiać 159
 Ainsworth: Nauka miłości 162
 Psychologia na co dzień: Media się mylą 166
 Bronfenbrenner: Kto trzyma dłuto 170
 Bandura: Jesteśmy tym, co widzimy 174
 Harlow: Strauatyżowane małpki 177
 Metreau-Ponty: Kompletny obraz 181
 Baumrind: Trzy typy rodziców 185
 Erikson: Targani sprzecznymi dążeniami 189
 Sternberg: Kocham cię jak brata 193
 Psychologia na co dzień: Kult celebrytów 197
 Marcia: Znajdź swoje plemię 201
 Feldman Barrett: Złamistość emocjonalna 205
 Rain i Mar: Relacje paraspołeczne 208
 Psychologia społeczna
 Milgram: Podkreć do jedenastki 215
 Psychologia na co dzień: Janusowe oblicze Facebooka 219
 Asch: Odgapienie od innych 225
 Festinger: Dlaczego nienawidzę Sama 226
 Tajfel i Turner: Znaczenie społecznego „rowka” 230
 Sherif: Grzechotniki i Orły 234
 Psychologia na co dzień: Oznacz swoją grupę 238

Darley i Latané: Patrząc na czyjaś śmierć	241
Zimbardo: Dłaciego psychologia jest trudna	245
Jung: Archetypy	249
Mischel: Więcej niż biogram w mediach społecznościowych	253
Goffman: Świat jest sceną	257
Gialdini: Sprzedawanie lodu Grenlandczykom	261
Kahneman: Dłaciego ludzie pozostają w toksycznych związkach	265
Haidt: Dylematy moralne	268
Triplet: Abrakadabra!	272
Kühler-Ross: Używasz tego w złym znaczeniu	275
Biopsychologia	
Damasio: Mózg sterowany sercem	283
Sperry: Prawa i lewa półkula	286
Psychologia na co dzień: Najlepszy kawałek pizzy	290
Lashley: W poszukiwaniu Świętego Graala	293
Hebb: Wydeptane ścieżki w twoim mózgu	297
Kandel: Głaskanie ślimaków morskich	300
Psychologia na co dzień: Neurologiczna opowieść o Hannah i Tomie	304
Olds i Milner: Jesteś neurochemicznym ćpunem	308
Wernicke: Kłapiega wieszligów	312
Penfield: Twój mózgowy homunkulus	316
Psychologia na co dzień: Sprawiasz, że jestem szczęśliwy	320
Pawłow: Psia ślina i iPhone'y	325
LeDoux: Pająk w łazience	327
Psychologia edukacyjna	
Bloom: Pokaż, jak do tego doszedłeś	333
Gardner: Przasie zawody	337
Rosenthal i Jacobson: Superbohater przed lustrem	341
Bruner: Pozwólmy dzieciom się bawić	344

Thorndike: Znajdź instrument, który lubisz	348
Dweck: Możesz być lepszy	351
Zajonc: Zalej bycia obserwowanym	354
Deci i Ryan: Zrobiliem to po swojemu	357
Kolb: Co mogło pójść lepiej?	361
Bandura: Dodaj dzieciom otuchy	365
Psychologia pracy	
Maslow: Pracować, aby żyć, czy żyć, aby pracować?	373
Herzberg: Dłaciego nienawidzisz swojej pracy	376
McGregor: Bezuzteczni pracownicy	380
Lewin: Dobrze trzeć przychodzą trójkami	383
Holstede: Tego się tutaj nie robi	387
Vroom: Dłaciego nie posprzątasz w garażu?	391
Psychologia na co dzień: Nie zapłacę za przesyłkę!	394
Adams: Jestem lepsza niż ten koleś	397
Locke: Jak dotrzymać noworocznych postanowień	400
McClelland: Potrzeba osiągnąć	404
Goleman: Samotna Sandra, nieskuteczna prezeska	407
Tuckman: Czwórka z Liverpool i firmowe wyjazdy integracyjne	411
Psychologia sądowa	
Yocheleson i Samenow: Umysł kryminalisty	419
Eysenck: Urodzony przestępca	423
Raine: Nieważliwi mordercy	427
Gottfredson i Hirschi: Nie mogę się powstrzymać	430
Regula McNaughtona: Stan niepoczytalności	433
Loftus i Palmer: Moje dzieciństwo to kłamstwo	437
Psychologia na co dzień: Czy gry komputerowe zwiększają poziom agresji?	440
Cleckley: Co kryje się za uśmiechem	444
Hare: Dłaciego twój eks niemal na pewno nie jest psychopatą	448
Capote: Droga do zbrodni	451

- Canter: Profilowanie przestępców 454
Münsterberg: Pytania naprowadzające 457
Psychologia na co dzień: Podglądanie morderców 461

Psychologia zdrowia

- Engel: Pacjent jako całość 469
Lazarus i Folkman: Jak radzić sobie ze stresem 473
Seligman: „Okej” nie jest okej 477
Selye: Cierpienie 481
Leventhal: Czy to coś poważnego, doktorze? 485
Kabat-Zinn: Przeżywanie rodziny 489
Taylor: Świeżo upieczeni rodzice i przedsezonowe treningi 493
Pender: Dlaczego nie jesteś zdrowy 497
Psychologia na co dzień: Skutki pandemii 501
Walker: Godzina przed północą warta jest dwóch godzin po północy 505

Psychologia eksperymentalna

- Watson: Psychologia na serio 513
Rosenthal: Szukajcie, a znajdziecie 517
Psychologia na co dzień: Dobry dla duszy, dobry dla serca 521
Wundt: Puszysty psi ogon 524
James: Mózg w działaniu 527
Psychologia na co dzień: Olimpijski model sukcesu 530
Ebbinghaus: Krzywe uczenia się 534
Tolman: Zaułki pamięci 538
Schachter i Singer: Kiedy uczucie można nazwać uczuciem? 541
Psychologia na co dzień: Strzeż się pseudopsychologii 545
Podziękowania 549