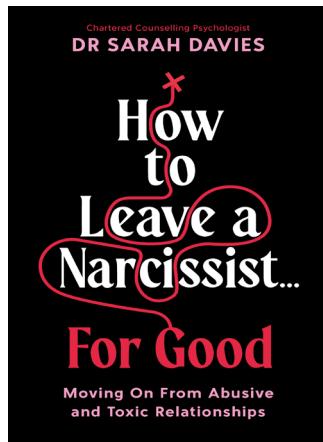




英国安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处

ANDREW NURNBERG ASSOCIATES INTERNATIONAL Ltd.  
**安德鲁·纳伯格联合国际有限公司**

**2023 BIBF**  
**心理图书**



欢迎下载 2023 BIBF 安德鲁中文书目：

[http://www.nurnberg.com.cn/booklist\\_zh/list.aspx](http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx)

请将反馈信息发至：

黄家坤 (Jackie Huang) : [JHuang@nurnberg.com.cn](mailto:JHuang@nurnberg.com.cn)  
吴伊裴 (Jessica Wu) : [Jessica@nurnberg.com.cn](mailto:Jessica@nurnberg.com.cn)  
李文浩 (Lauren Li) : [Lauren@nurnberg.com.cn](mailto:Lauren@nurnberg.com.cn)  
周馨宁 (Zoey Zhou) : [Zoey@nurnberg.com.cn](mailto:Zoey@nurnberg.com.cn)  
程衍泽 (Conor Cheng) : [Conor@nurnberg.com.cn](mailto:Conor@nurnberg.com.cn)  
郭丹娅 (Leah Guo) : [Leah@nurnberg.com.cn](mailto:Leah@nurnberg.com.cn)

安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处  
北京市海淀区中关村大街甲 59 号中国人民大学文化大厦 1705 室，邮编：100872

网站：[Http://www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn)

新浪微博：<http://weibo.com/nurnberg>

豆瓣小站：<http://site.douban.com/110577/>

微信订阅号：安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处



扫我关注ANA微信号  
获取最新版权资讯

北京市海淀区中关村大街甲 59 号中国人民大学文化大厦 1705 室，邮编：100872

电话：010-82504106 网址：[www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn)



中文书名：《完美主义者的失控指南》

英文书名：THE PERFECTIONIST'S GUIDE TO LOSING  
CONTROL

作 者：Katherine Schafler

出 版 社：Portfolio

代理公司：Fletcher/ANA/Lauren

页 数：187 页

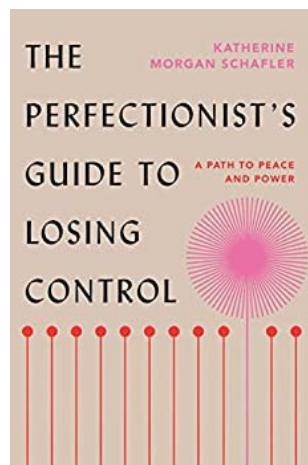
出版时间：2023 年 1 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理

繁体中文版权已授



一本开创性的书，它将彻底颠覆你对完美主义的所有认知。

#### 内容简介：

凯瑟琳·斯卡弗勒正在实现她的梦想。经过多年的奉献和努力，她的私人心理治疗实践蓬勃发展，她的文章被广泛发表，她开始源源不断地收到梦想中的专业邀请。虽然凯瑟琳也遇到了一些挑战，但她很享受这种平衡的感觉——她从来没有像现在这样精力充沛，也从来没有像现在这样精神恍惚。不幸的是，在一次突如其来的疾病后，凯瑟琳不得不放慢速度，放下那些不重要的事情，专注于一件事——她的病人。

和凯瑟琳一样，她在纽约的诊所里治疗的女性通常都是非常上进的职场女性，她们的生活表面上看起来很不错，但私下里，她们却在挣扎。凯瑟琳以全新获得的放慢视角注意到，这些女性给这个世界带来的不可思议的能量、创造力和生产力，并越来越钦佩她们。临床研究表明，凯瑟琳的病人毫无疑问会出现一些症状，而这些症状源于他们需要克服的“完美主义”。

纵观所有关于完美主义的文献，凯瑟琳惊讶地发现没有一项关于完美主义的研究关注到完美主义的所有积极面向。它们倾向于把所有完美主义者归为一类，而没有考虑到在实践中可能遇到的各种各样的个性特征、好处以及挣扎。凯瑟琳越来越怀疑传统对待“完美主义者”的方法，几乎所有的方法都是错的。在她的实践中，女性所需要的，我们所有人都需要的，是拥抱超越自我的本能，把界限当作力量，而不是为它们打败我们自己。她开始帮助她的病人疏导他们性格中充满激情和干劲的部分，并学会识别和绕过伴随而来的陷阱——结果立竿见影——她正在帮助他们过上更真实和充实的生活。

在《完美主义者的失控指南》中，凯瑟琳·斯卡弗勒指出了五种类型的完美主义者：古典型、巴黎型、凌乱型、愤怒型和拖延型。引导读者通过识别他们的特定类型，并帮助他们摆脱自我惩罚的模式。这一过程既痛苦又令人满足——读者学会了有效利用他们独特天赋的技能。除了方便的自我评估和针对每种完美主义者的独特需求量身定制的实用的建议，我们将学会如何与其他“非完美主义者”找到协同点，进行合作。读者甚至可以应用这些原则来识别他们的配偶、老板、孩子和朋友，帮助他们学习如何更顺利、更深入地合作。当我们停止压制我们内在的完美主义，我们最终可以学会放松，接受自我并拥有好奇心——放弃对控制我们天性的需要，寻找更有意义、更真实的力量。



## 作者简介:



凯瑟琳·舍夫，LMHC（Katherine Morgan Schafler, LMHC），是一名心理治疗师，作家和演说家，住在纽约。她曾在谷歌担任现场治疗师，在加州大学伯克利分校(UC Berkeley)和哥伦比亚大学(Columbia University)获得学位，并获得了灵性与心理治疗协会(Association for Spirituality and Psychotherapy)的研究生认证。除了博客网站，简报，凯瑟琳还为《时代》(TIME)、《商业内参》(Business Inside)撰稿。同时她还是《全球繁荣》(Thrive Global)的编辑，并为许多大众媒体包括《传媒》(Medium)、《切口》(The Cut)、《精致生活》(InStyle)、《纽约时报》(The New York Times)、《赫芬顿邮报》(Huffington Post)、《她》(ELLE)、《魅力》(Glamour)、《喧闹》(Bustle)和《男性健康》(Men's Health)等杂志提供文章。她还为健康类APP供稿，与企业合作，并针对支持情感健康的重要性这一问题进行演讲。

\*\*\*\*\*

中文书名：《如何永远离开自恋者：从屈辱与有害的关系中解脱》

英文书名：How To Leave a Narcissist... For Good: Moving On From Abusive and Toxic Relationships

作 者：Sarah Davies

出 版 社：Profile/Souvenir Press

代理公司：ANA/Lauren

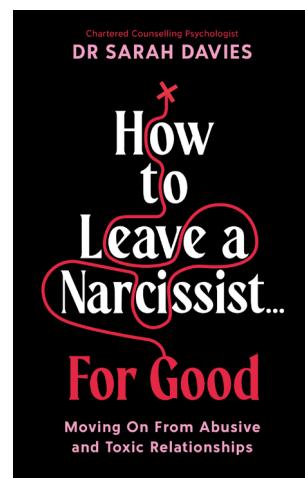
页 数：288 页

出版时间：2023 年 9 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



## 内容简介：

心理学家提供的实用指南，帮助你从与自恋者的有害关系中解脱。据估计，英国和美国有多达 5% 的人患有自恋型人格障碍。在一段关系中，任何人都可能成为自恋者的牺牲品，因为自恋者在关系开始时总是表现得不错。

萨拉·戴维斯（Sarah Davies）博士是一名特许的综合咨询心理学家，在治疗自恋伴侣带来的创伤方面有着多年的经验。而这本书就是基于多年临床工作而提供的值得信赖的建议。

你无法改变自恋者。但你可以从一段有害的关系中走出来。莎拉·戴维斯将帮助你：

- 理解自恋，识别自恋虐待
- 认清不良模式，打破虐待循环
- 重新聚焦于自己，修复对自尊的伤害
- 处理由此产生的创伤，控制情绪压力或痛苦
- 学习并培养健康的界限和沟通技巧
- 学会自爱，掌握同理心



案例研究和专家指导帮助你重建自信，培养健康的界限，学习情绪调节的技巧。总之，本书将帮助你远离自恋者，并对未来的爱情满怀期待。

### 作者简介：



莎拉·戴维斯（Sarah Davies）博士是一位作家、特许咨询心理学家和创伤治疗师，在伦敦哈利街开设了一家私人诊所。她在自恋虐待、共同依赖以及相关创伤和创伤后应激障碍领域拥有丰富的临床经验。戴维斯博士为这些主题领域的许多出版物做出了贡献，包括《卫报》、《每日邮报》和《大都会》。

\*\*\*\*\*

中文书名：《自我治愈的头脑：利用心理治疗中的积极因素》

英文书名：*The Self-Healing Mind: Harnessing the Active Ingredients of Psychotherapy*

作 者：Brian J. McVeigh

出 版 社：Oxford University Press

代理公司：ANA/Leah Guo

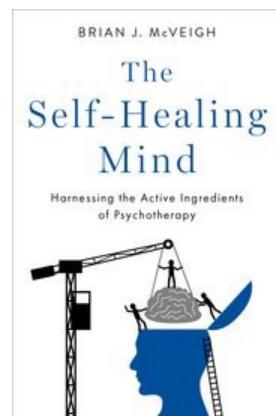
页 数：344 页

出版时间：2022 年 9 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：心理



### 内容简介：

#### 卖点：

- 利用咨询、心理治疗、人类学和历史来探索头脑是如何自我治愈的。
- 定义了“意识内在性”的特征——从文化上提高心智的一系列认知能力。
- 展示了我们的大脑如何适应抽象、重构并超越我们所处的环境。
- 包括广泛的附录和词汇表，这对研究人员、学生和辅导员的培训都很有用。

进化心理学解释了出现一些精神疾病的原因，但要回答关于如何在面对这些挑战时改善我们的心理健康的问题——大脑如何自我治愈——我们应该关注我们最近的心态变化。

在《自我治愈的头脑》一书中，心理健康顾问和人类学家布莱恩·J·麦克维（Brian J. McVeigh）假设，大约在公元前 1000 年，人口扩张和社会复杂性迫使人们学习“有意识的内在性”——一种在文化上升级心态的认知能力。他认为，帮助我们度过一天的心理过程与可以治愈我们心灵的过程相同。麦克维采用共同因素和积极心理学的观点，列举并定义了自我治愈的头脑的这些活跃成分：心理空间、内省、自我观察与被观察、自我叙述、摘录、一致性、专注、抑制、自我授权、自我自主和自我反思。麦克维展示了这些能力如何成为了心理治疗



技术和干预措施有效性的基础。尽管心理恢复特性的元框架效应纠正了扭曲的认知并赋予我们非凡的适应能力，但它们有时会失控，导致意识失控和某些精神障碍。这本书还讨论了适应不良的过程是如何滚雪球、愈演愈烈的，导致最后需要克制自我。

凭借对咨询，心理治疗，人类学和历史的见解，《自我治愈的头脑》将吸引从业者，研究人员和任何对神经文化可塑性以及治疗导向意识如何修复心灵感兴趣的人。

### 作者简介：

**布莱恩·J·麦克维（Brian J. McVeigh）**拥有人类学硕士学位，咨询硕士学位和人类学博士学位。他是一名私人执业的注册心理健康咨询师，也是日本和中国的学者，他在那里生活和教学了16年。他曾在亚利桑那大学东亚研究系任教十年。作为16本书的作者，他对人类如何适应历史和治疗感兴趣。他目前的项目包括《古埃及心理学：重建失落的心态》（*The Psychology of Ancient Egypt: Reconstructing a Lost Mentality*）。

### 媒体评价：

“布莱恩·麦克维（Brian McVeigh）借鉴了20世纪心理学的无名天才朱利安·杰恩斯（Julian Jaynes）的见解，并将其出色地应用于改善我们的心理健康。有意识的内在是自我治愈的深层机制，也是成功治疗的秘诀。这是临床治疗师和积极心理学家的必读之书。”  
——马丁·塞利格曼（Martin E. P. Seligman），宾夕法尼亚大学积极心理学中心主任、心理学教授

“我从来没有读过像这样的书。布莱恩·J·麦克维（Brian J. McVeigh）承担了一项艰巨的任务，即整合从积极心理治疗、治疗变化的共同因素和杰恩斯理论范式中提取的大量资源。他为心理治疗师及其患者提供了指南，帮助他们探索、理解和管理现实生活中的问题，因为他们能在更模糊的内部环境中航行。”

——阿尔普法特（Al Pfadt）博士，纽约州基础研究所退休研究科学家

“《自我治愈的头脑》连贯地结合了长期以来被认为是完全不同的治疗和幸福的元素。通过将意识的进化与广泛和多元文化的心理治疗策略相结合，麦克维创造了一个令人耳目一新的可访问的，全面的和实用的模型来帮助人们自助。”

——劳伦斯·欧文·舒格曼（Laurence Irwin Sugarman），医学博士，美国儿科学学会员，艾肯·巴恩威尔心理健康中心，纽约州罗切斯特

### 全书目录：

前言  
致谢  
缩略语  
读者须知

序言：寻找自我治愈头脑的有效成分  
第一部分：适应性思维，意识和对治疗的影响  
第1章 目的与前提：主观性的治疗特性  
第2章 什么是意识？澄清头脑的物质



第二部分：有意识的内在性的利与弊

第3章 有意识的内在性的优势

第4章 失控意识：放大认知的代价

第5章 心理治疗内化简史

第三部分：心理健康的意义和心理调整的方法

第6章 治疗精神疾病和促进心理健康

第7章 自我的本质：系统化、系列化、戏剧化

第8章 自组织思维：节奏、惯例、仪式

第四部分：应用、方法和干预

第9章 使用有意识的内在作为治疗工具

第10章 关键治疗技巧与有意识的内在性

第11章 作为治疗系统的群体和家庭

第12章 情绪与意识的内在性

第13章 催眠与冥想：暂停和调节意识的内在性

第14章 人类多样性、社会适应与心理治疗

尾声：最后的想法

附录

A: 积极心理学的概要

B: 共同因素概要

C: 有意识内在性的历史诞生

D: 什么不是意识的内在性

E: 心理生物硬件还是文化软件？

F: 关于创造力隐喻的例子

G: 关于意识内在性的五个视角：总结

H: 寿命和病灶的发展阶段

术语表：关于技术和干预措施的杰恩斯治疗观点

参考文献

索引

关于作者



\*\*\*\*\*

中文书名：《不真实感：去人格化和丧失自我》

英文书名：*Feeling Unreal: Depersonalization and the Loss of the Self*

作 者：Daphne Simeon and Jeffrey Abugel

出 版 社：Oxford University Press

代理公司：ANA/Leah Guo

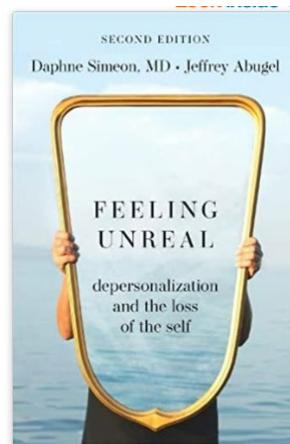
页 数：296 页

出版时间：2023 年 4 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理学



#### 内容简介：

- 全面修订和更新的版本描述了关于人格解体——去现实障碍（DDD）的起源，科学和治疗的新研究
- 由领先的精神病学家和人格解体——去现实障碍（DDD）专家撰写
- 调查治疗方案，包括药物和心理治疗
- 探索人格解体——去现实障碍（DDD）的历史并提供大量启发性的案例研究

#### 此版本的新增内容：

- 纳入了关于人格解体的新媒体，包括数百个与该疾病相关的网站、博客和讨论组
- 修正了自第一本书出版以来出现的有关人格解体——去现实障碍（DDD）的错误信息

去人格化——去现实化的感觉，或与正常的自我意识的分离感，并不少见。人们经常描述在“不真实”的情况下，如车祸或其他创伤，自己置身于自我之外，或者像在电影中一样看着自己。这是大脑在工作中正常的分离反应。然而，这种保护系统可能会出错，并且可能由持续的、低水平的压力、童年忽视或某些药物引发。尽管人格解体很普遍，但与精神分裂症和双相情感障碍等其他疾病相比，它经常被误解并且研究不足。

《不真实感：去人格化和丧失自我》于 2006 年首次出版，它是同类书籍中第一本深入研究人格解体——去现实障碍（DDD）神秘现象的书。这个完全修订和更新的版本描述了关于 DDD 起源的广泛新发现，支持诊断的脑科学和尖端治疗方法。DDD 是从医学和精神病学的角度来研究的，但正如作者所揭示的那样，它也出现在文学，哲学和精神调查中。《不真实感：去人格化和丧失自我》在引人入胜且必不可少的资源中彻底探索了这些不同的方面，对于医疗专业人员和普通读者来说都是通俗易懂的。医生，心理健康专业人员，家庭和那些自己经历过 DDD 的人，都会通过这本书找到关于 DDD 的可靠和前沿信息，包括关于它的历史和治疗、它在文学和哲学以及当代社会中的地位。

#### 作者简介：

达芙妮·西蒙医学博士（Daphne Simeon M.D.）从事精神病学工作已有 30 多年。作为国际公认的去人格化领域的领先专家，她在该领域发表了大量文章，并且是《精神障碍诊断与统计手册（第五版）》（DSM-5）和《精神障碍诊断与统计手册（第五版修订版）》（DSM-5-TR）的贡献者。她在研究方案和临床实践中评估和治疗了许多患有这种疾病的人。



**杰弗里·阿布格尔 (Jeffrey Abugel)** 从事编辑和作家工作已有 30 多年，研究人格解体及其与哲学和文学的关系，因为十多年来他亲身经历了人格解体。他是美国医学作家协会的成员，也是非营利组织去人格化研究倡议的创始人。

## 目录：

1. 我们都是自己的陌生人
  2. 理解之路：历史探索
  3. 症状和量表
  4. 做出诊断
  5. 鉴别诊断
  6. 完善诊断
  7. 创伤、依恋、情感和认知
  8. 神经生物学
  9. 虚空与精神的打击
  10. 躯体治疗
  11. 开始心理治疗时应该期待什么
  12. 认知、行为和正念干预
  13. 心理动力学心理治疗
  14. 数字去人格化
- 脚注

\*\*\*\*\*

中文书名：《原始智能》

英文书名：Primal Intelligence

作    者：Angus Fletcher

出版  社：Penguin/Avery

代理公司：ANA/Lauren Li

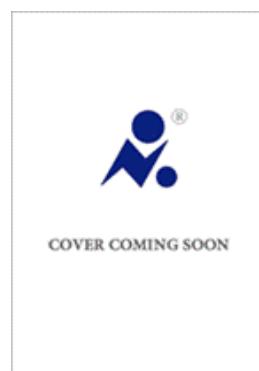
页    数：待定

出版时间：2025 年

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子大纲

类    型：大众心理



## 内容简介：

《原始智能》关注的是人类智能的一个关键来源：负责长远思考和想象力的非逻辑、非计算的脑部活动过程。这种“低数据智能”是领导力、创新和适应力的核心驱动，可以帮助我们解决复杂和开放式的问题，更快预测未来，减少焦虑和愤怒，并更快地从失败中恢复。

这本书介绍了训练大脑低数据区域的故事，它们能提高你的领导能力、创新能力和整体适应能力。这些听起来是夸夸其谈，但其实已经被美国陆军进行的独立研究试验所证实，并发表在《纽约科学院年鉴》和《哈佛商业评论》等主要学术期刊上，且已被世界上一些最大、最具创造力的公司高管所接受，并在小至 8 岁的学生身上得到了科学验证。



## 作者简介：



安格斯·弗莱彻（Angus Fletcher）是俄亥俄州立大学叙事项目（Project Narrative）的故事科学教授，该项目是研究叙事运作方式的世界领先学术智库。他也是《奇迹之作》（Wonderworks）和《故事思维》（Storythinking）的作者。

\*\*\*\*\*

中文书名：《焦虑：如何判断学生是否有焦虑症》

英文书名：*Anxious: How to Advocate for Students with Anxiety, Because What If It Turns Out Right?*

作    者：Christine Ravesi-Weinstein

出  版  社：Times 10 Publications

代理公司：RussoRights/ANA/Leah

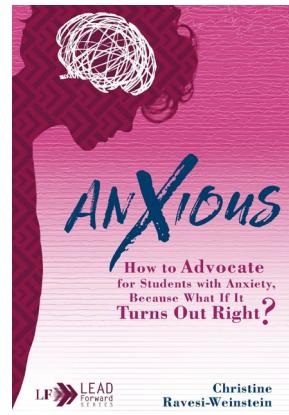
页    数：220 页

出版时间：2020 年 3 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类    型：大众心理学/教育研究



## 内容简介：

为有焦虑症的学生辩护。

临床焦虑症出现频率正在不断上升，教育工作者们看到越来越多的学生在学校和社会的压力下挣扎。克里斯蒂娜·拉维西·韦恩斯坦（Christine Ravesi-Weinstein）从她作为教师、管理人员和焦虑症患者的经验出发，分享了教育工作者应该如何帮助焦虑症学生的故事和策略。她向教育工作者们展示了应该如何判断学生是否有焦虑症，通过提问与学生建立关系，帮助学生理解身体和心灵的联系并成为内心能量的主人，从而创造具有真实性、脆弱性和常规的安全环境。

## 作者简介：

克里斯蒂娜·拉维西·韦恩斯坦（Christine Ravesi-Weinstein）是《焦虑》（*Anxious*）（Times 10, 2020）一书的作者。她是一名演讲者和教育管理者，目前担任一所高中的助理校长一职。在此之前，克里斯蒂娜担任了四年高中科学系主任和 15 年班主任。

韦恩斯坦在学校之外，也为包括“电子学校新闻”（eSchool News）和“领导更好的团队”（Teach Better Team）等各种出版刊物服务。韦恩斯坦热衷于为所有年龄段的学生进行心理健康宣传。您可以在推特（Twitter）账号@RavesiWeinstein 和 YouTube 上关注她。



\*\*\*\*\*

中文书名：《安静的孩子也有大作为：挖掘内向者的真正潜力》

英文书名：*Quiet Kids Count: Unleashing the True Potential of Introverts*

作 者：Chrissy Romano Arrabito

出 版 社：Times 10 Publications

代理公司：RussoRights/ANA/Leah

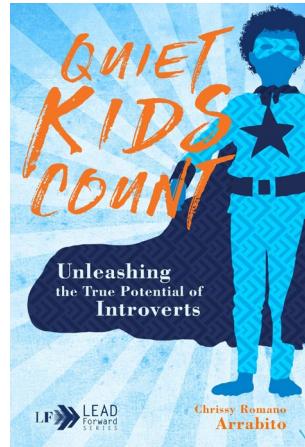
页 数：206 页

出版时间：2019 年 10 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理学



#### 内容简介：

释放安静的孩子的真正潜力。

无论哪个年级，课堂上都有一些安静的孩子，他们可能会淡出背景，无声无息，被忽视或误解。作者克里斯·罗曼诺·阿拉比托（Chrissy Romano Arrabito）为教育工作者们提供了一本指导手册，帮助教师们更好地了解所有类型的内向者，消除误解，并帮助这些学生充分发挥他们的潜力。《安静的孩子也有大作为》（*Quiet Kids Count*）是对教育工作者发出的行动号召，要求他们站出来，满足所有学习者的需求——而不仅仅是那些最引人注意的学生。

#### 作者简介：

克里斯·罗曼诺·阿拉比托（Chrissy Romano Arrabito）是新泽西州的一名二年级老师。2018 年，克里斯被评为奈莉·派克学校（Nellie K. Parker）的年度最佳教师。她毕业于罗格斯大学（Rutgers University），拥有社会学和心理学双学位，并在之后又完成了教师认证课程，获得了威廉·帕特森大学（William Paterson University）的咨询硕士学位。克里斯致力于所有孩子的教育，试图激发和支持课堂创新。她试图为她的学生提供沉浸式学习体验。克里斯真正的热情在于培养那些安静的孩子，那些容易被忽视的孩子，那些真正需要一个冠军来支持和鼓励的孩子。她是新泽西州帕克里奇市教育工作者的每月非正式聚会#CoffeeEdu 的联合主持人，也是一名教育夏令营（Edcamp）爱好者。您可以在推特（Twitter）上关注 @TheConnectedEdu 账号或#QuietKidsCount 的标签与她联系。



\*\*\*\*\*

中文书名：《温柔：减轻压力、创造梦想生活的根本途径》

英文书名：Gentle: A Radical Practice to Reduce Stress and Overwhelm So You Can Create the Life You Desire

作 者：Courtney Carver

出 版 社：GCP Balance

代理公司：Wendy Sherman/ANA/Lauren

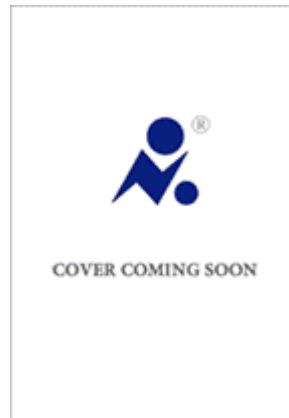
页 数：暂定

出版时间：暂定

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子大纲

类 型：大众心理



#### 内容简介：

《温柔》这本书会抚慰你的灵魂，从根本上改变你的每一天和你的生活方式。有意义的挑战和简单的练习将从根本上帮助你改变你的节奏、头脑和心灵，让你和你爱的人生活得更轻松，更快乐。

温柔并不是假装一切都很完美，忽略自己和世界的痛苦，也不是放弃努力，取悦他人或牺牲自己的欲望、目标、希望和梦想。

温柔是回归自我，是接受自己和爱自己，能够剥去所有挡在你和你所渴望的东西之间的屏障。

在《温柔》中，我们将会：

- 学会先休息
- 拒绝生产力文化
- 创造良好作息的空间
- 简单地生活
- 相信你的身体
- 享受简单的快乐

这种练习会带来好的改变，以及更快乐、更有意义的生活。这就是我们现在最需要的书！是时候在你的柔软中找到力量，在你的灵活中找到凶猛，并最终崛起——不是通过强迫自己，而是通过与温柔相联系，站在你的光芒中，尊重自己。

#### 作者简介：



考特尼·卡弗（Courtney Carver）在2010年发布了她的博客“以少胜多”（Be More with Less），是世界上关于极简主义主题的顶级博客之一。曾有无数篇关于简单生活主题的文章、播客和采访对她进行专题报道，她是“极简时尚挑战项目333”的创造者，《奥普拉杂志》（O: The Oprah Magazine）的常驻作家，也是《时代》杂志“时代百大人物”之一。

11



Magazine) 杂志和《真实简单》(Real Simple) 专题报道过该项目。

她有强大的线上社群——bemorewithless.com 网站月浏览量 100 万次，播客 Soul and Wit 下载 110 万次，Instagram 和 Facebook 上均有超过 50 万粉丝——人们积极参与与卡弗的线上互动，也正在请求这本书的出版。

\*\*\*\*\*

中文书名：《人人都喜欢你，就没人会认真对待你》

英文书名：If Everyone Likes You, No One Will Take You Seriously

德文书名：Wenn jeder dich mag, nimmt keiner dich ernst

作 者：Martin Wehrle

出 版 社：Penguin Random House Verlagsgruppe

代理公司：ANA/Lauren Li

页 数：352 页

出版时间：2023 年 4 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



### 内容简介：

自信地设定界限，熟练地回应，坚持自己的需求。

那些对别人百依百顺的人很受欢迎——但也作为容易被攻击的目标。只有那些能够设定界限并坚持自己利益的人，才会被认为是有个性的人，才会培养出更大的自信，并取得他们应得的成功。

在他的新书中，马丁·韦尔勒 (Martin Wehrle) 向你展示了如何在生活中获得尊重并捍卫你的自尊——因为只有当你说出你所想的，你才会被认真对待，得到你应得的。本书是一个宝贵的工具和技巧宝库，对于所有那些不再容忍被操纵的人，那些不再退缩的人，那些想要被倾听的人，那些想要在讨论中巧妙地回应他人攻击的人。这是一本充满力量和灵感的书，它会让你更警觉，更熟练，更自信！

- 《明镜周刊》(Spiegel) 畅销书作者的新书，销量超过 41.5 万册
- 具有启发性和娱乐性——有测试、现实示例、令人惊讶的研究、对话和练习
- 做一个全面的测试：“我如何设定界限？”

### 作者简介：



马丁·韦尔勒 (Martin Wehrle) 被认为是德国最知名的职业和薪资教练，为《时代周报》(Die Zeit) 和《明镜周刊》(Spiegel) 等期刊撰稿。他在汉堡的职业顾问学院培训职业教练。他的书已被翻译成 12 种语言出版，并在世界各地收获大量读者。他最近的一本书是《明镜周刊》的畅销书《好人最后完成任务》(Nice People Finish Last)。



\*\*\*\*\*

中文书名：《赤裸的真相》

英文书名：THE NAKED TRUTH (DEN NAKNA SANNINGEN)

作 者：Angela Ahola

出 版 社：The Book Affair

代理公司：Enberg Agency/ANA/Conor Cheng

页 数：约 328 页

出版时间：2023 年 3 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：瑞典文电子稿

类 型：大众心理学

英文终稿 2023 年 4 月交付



内容简介：

### 最无法饶恕的背叛？

对于很多人来说，“出轨”是人生中最严重、最不可能原谅的背叛，但是世界上三分之一的成年人牵扯其中。不忠是罪恶与羞耻的根源，但不管这件事情有多么可耻，它时常在我们身边上演——心理学博士学位、人际关系专家安吉拉·阿霍拉（Angela Ahola）也没能幸免，并且深受其害。她花了些时间摆脱贫影，并着手研究出轨：为什么人会出轨？出轨反映了怎样的人之本性？

《赤裸的真相》是一部案例研究，关于人为什么会出轨，我们又能从出轨中学到什么。市面上的很多作品都在讨论出轨后如何重建信任，如何找回忠诚关系，而安吉拉则更加专注于探索出轨的内在原因和动机。这一研究持续了数年，她深度采访了很多出轨者，有些接受采访时就在出轨过程当中。安吉拉调查分析他们的冲动心理、辩解理由以及感情历程。调研结果与最新科学研究相结合，还有安吉拉自己的心灵跋涉，最终诞生了一部卓绝的心理图书，不仅在概念层面上令人兴奋，读起来好像一部惊悚小说，而且理论牢靠，充满了心理学知识。

谈及此书，安吉拉·阿霍拉博士讲到：“了解出轨与不忠是我最强烈的兴趣之一。书中案例会让你直面最清晰、最赤裸的事实。这些人的故事都非常情绪化，而且充满戏剧性转折。我可以向你保证，翻开这本书，你会和我一样惊讶。”

作者简介：



安吉拉·阿霍拉（Angela Ahola）拥有心理学博士学位，专门研究第一印象，研究影响我们的沟通趋势、成见、司法评估和非语言沟通的因素。她培养着瑞典企业界领导者，以及斯德哥尔摩警察学院（Stockholm Police Academy）心理学系的研究院和警官。

《给人留下印象的艺术》（*The Art of Making Impressions*）是她的第一部非虚构作品，她在书中提出了如下问题：



在相见的最初几秒钟之内，别人就会决定如何对待你。是什么决定了其他人是否愿意与你合作，雇佣你或者买你的东西？是什么让我们喜欢和信任一个人，选择一种产品而不是另一种产品，或者对一个组织充满信心？她将社会心理学、认知神经科学、当今的传播趋势、社交媒体行为和广告研究结合起来，发表了多次充满活力和幽默感的演讲，也撰写这样一部作品。

安吉拉根据自己的研究撰写了许多学术作品，而且经常做客新闻媒体/电视台。此外，她本人也是拥有多年销售和营销经验的企业主。

\*\*\*\*\*

中文书名：《拥抱自我：在不确定和未知中找到确信和满足》

英文书名：*Embrace Your Almost: Find Clarity and Contentment in the In-Betweens, Not-Quites, and Unknowns*

作 者：Jordan Lee Dooley

出 版 社：Crown

代理公司：ANA/Lauren Li

页 数：195 页

出版时间：2022 年 4 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：心灵励志

视频推荐：[http://www.nurnberg.com.cn/video/video\\_show.aspx?id=11376](http://www.nurnberg.com.cn/video/video_show.aspx?id=11376)



### 内容简介：

在建立她梦想家庭的道路上，乔丹（Jordan）讲述了她个人的心痛经历，向读者，尤其是千禧一代的女性，展示了即使面对失望和破坏，也要将自己的动力和决心引向珍视的梦想。在书里，她分享她自己的旅程，调整理想生活的愿景，同时保持希望，乔丹通过必要的步骤，向读者阐明她们的目标是什么和为什么。她让女性要区分出什么事她们真正想要的，什么是世人认为她们应该想要的；帮助她们找出个人梦想和野心背后的原因；帮助她们考虑如何保持毅力和优雅，即使生活不按照计划进行，也要去做那些最重要的事情。

一章接一章，读者将对成功有新的理解，不再关注拥有一切，而是更多地关注让生活的挑战来完善我们，重塑我们的目标，使其变得比我们想象的更伟大。是时候重新定义成功对你来说意味着什么，并弄清楚在这个你应该想要拥有一切的世界里你真正想要的是什么。

### 作者简介：



乔丹·李·杜利（Jordan Lee Dooley）是畅销书《拥有你的每一天》（*Own Your Everyday*）的作者，通过分享实用工具来帮助日常女性过上有目的的生活，她还建立了一个大量的粉丝的网站。她的活跃电子邮件列表有 16 万，她的博客每月的页面浏览量超过 10 万，她的播客在第一年就被下载了 500 多万次。作者网站：[www.jordanleedooley.com](http://www.jordanleedooley.com)



\*\*\*\*\*

中文书名：《通往心流之路：神经科学家教你保持冷静、快乐与专注》

英文书名：PATHWAY TO FLOW: A neuroscientists guide to lasting  
calm and a happy, focused mind

作 者：Dr Julia Christensen

出 版 社：Vintage/PRH

代理公司：PFD/ANA/Lauren Li

页 数：待定

出版时间：2024年春

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电大纲

类 型：大众心理

版权已授：荷兰

内容简介：

《通往心流之路》(PATHWAY TO FLOW) 是一本引人入胜、经过精心研究的指南，它可以解释为什么大脑变得不安，并找到了平静和通往流动状态的可靠捷径。

在尖端神经科学的帮助下，通过仔细观察人类几千年来所接受的艺术冲动，我们将学会引导游荡思维进入健康、和平、可持续的思维模式，让我们变得更冷静、更有效率，甚至更讨人喜欢。这是一本易于阅读、科学支持的指南，提供了可行的建议，用简单易懂的解决方案来消除侵入性思维、焦虑和缺乏专注。

从事艺术----无论是跳舞、绘画、缝纫、素描、弹吉他还是阅读诗歌----现在已经被证明能够激活大脑中的系统，产生一种无所不包的平静感。事实上，人们发现，一种常规的艺术练习可以训练我们的大脑，即使我们离画笔很远，也可以达到这种流动状态。

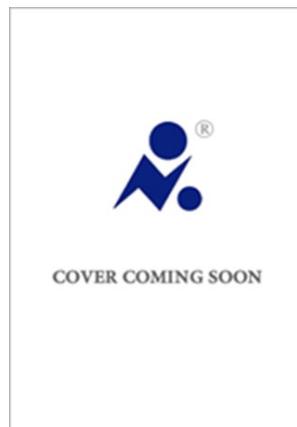
从为什么你真的不能停止思考，到为什么正确的快乐对你的大脑如此有益，从反刍的科学到想象力的转化能力，《通往流动之路》帮我们理解大脑和身体如何紧密联系在一起，以及我们如何利用这种联系，以一种简单、有效和真正令人愉悦的方式找到精神平静。

它既实用又原创----就像是《习惯的力量》(THE POWER OF HABIT) 遇到了《大魔术》(BIG MAGIC)，适合《情绪》(HOW EMOTIONS ARE MADE)、《巅峰大脑》(PEAK MIND) 和《思考，快与慢》(THINKING FAST AND SLOW) 的读者。克里斯滕森博士的研究表明，养成良好的心理习惯并不需要遵守纪律和努力工作，只需要重新用上世界上最古老的自动调节工具之一。

作者简介：



茱莉亚·F·克里斯滕森博士 (Dr. Julia F. Christensen) 是丹麦神经科学家，前舞蹈家，目前在德国马克斯·普朗克经验美学研究所担任高级科学家。她在法国、西班牙和英国学习心理学、人类进化和神经科学。在博士后培训期间，她曾在伦敦大学学院、伦敦城市学院、伦敦大学和伦敦华堡研究所的国际跨学科研究实验室工作，并被英国科学院授予博士后牛顿国际奖学金。





她对舞蹈和大脑的研究定期发表在国际科学期刊上，并在包括《纽约时报》、《华盛顿邮报》和《法兰克福汇报》在内的国际媒体上广泛报道，她还经常在德国、瑞典和英国的报刊、广播和电视上接受有关舞蹈和大脑方面的采访。她与他人合著了科普书《跳舞是最好的药》(DANCING IS THE BEST MEDICINE)，这本书以四种语言出版，并成为德国畅销书，她偶尔也会为著名的科普媒体 AEON 撰稿。

\*\*\*\*\*

中文书名：《大脑风格：改变生活而不迷失自我》

英文书名：BRAINSTYLES

作 者：Marlane Miller

出 版 社：Simon & Schuster

代理公司：ANA/Lauren

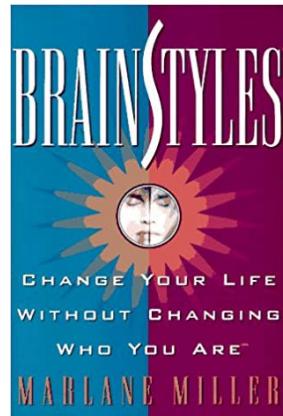
页 数：384 页

出版时间：1997 年

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



#### 内容简介：

在这本富有洞察力、鼓舞人心的书中，读者将从遗传学和个人局限性的现实出发，探索一条无限的精神之路，并掌握个人的思维方式。这本书教你超越个性类型，从内心重新定义自己。从学习并应用你天生的大脑风格开始，成长为一名领导者，不需要参考大段的行为描述就能自然地建立团队，同时减少压力和冲突。

我们每个人都有一种天生的思维方式，与我们的基因紧密相连。你的思维方式是你独特的天赋，是你的本质。神经学研究表明，不同的人以不同的速度、不同的顺序使用左右脑。这在做出决策时至关重要。尤其重要的是，关系和业务围绕这些判断展开。通过了解你的思维方式如何影响决策，你可以在人际关系中表现得更好。简单有趣的自我测试可以帮助你确定自己的思维方式。你将获得清晰和专注，同时也为自尊奠定新的基础，超越个人主观见解地与他人互动，让每个人都能发挥出最好的一面。

#### 作者简介：



马兰·米勒 (Marlane Miller) 是全球咨询公司 [BrainStyles](#) 的创始人。她是世界知名的关系专家。她的书《大脑风格：改变生活而不迷失自我》(BRAINSTYLES: Change Your Life Without Changing Who You Are) 已被翻译成五种语言，并用另外三种语言教授。米勒毕业于加州大学洛杉矶分校，35 年来一直是人类发展领域的专业人士。



\*\*\*\*\*

中文书名：《打造大脑安全空间：如何治愈创伤和创伤后应激障碍》

英文书名：**YOUR BRAIN IS A SAFE SPACE: How to Heal Trauma and PTSD**

作 者：Michele Rosenthal

出 版 社：Conari Press /Mango Publishing

代理公司：ANA/Conor Cheng

出版时间：2023年5月

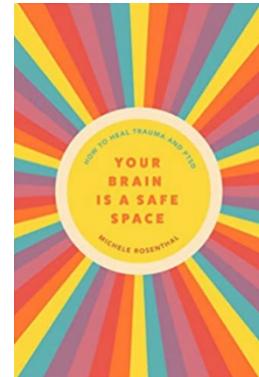
代理地区：中国大陆、台湾

页 数：280页

审读资料：电子稿

类 型：大众心理

**打造个人创伤治疗工具箱。学会从创伤性应激障碍中自我康复和痊愈。**



#### 内容简介：

这本书由一位深谙创伤性应激障碍康复的专家所写。一场大病后，米歇尔·罗森塔尔（Michele Rosenthal）与创伤后应激障碍开始长达二十五年的斗争。现在，罗森塔尔是一名创伤后康复教练和屡获殊荣的作家，她与大家分享了她从创伤性应激障碍中自我康复的方法。

**用你自己的方式治愈创伤。**受到创伤并从中恢复并非易事。创伤后应激障碍的症状会让你感到有人控制了你的生活。但是在《打造大脑安全空间》(Your Brain is a Safe Space)这本书里，你可以夺回对大脑的控制权，尽快从创伤中恢复过来。

**打造一个属于你自己的安全空间。**训练将创伤情绪释放出来，以便能找到一种灵活的、适合自己的康复之路。从内心出发，学习从创伤中恢复，可以这样做：

\*寻求内心力量并和真实的自我建立联系

\*运用心理治疗法，如正念和冥想

\*克服创伤后应激障碍症状和康复障碍

如果想从创伤中痊愈，可供选择的指南有很多，如《身体从未忘记》(The Body Keeps the Score)、《复杂性创伤后压力症候群》(The Complex PTSD Workbook)或《让往事随风而逝》(Keep Pain in the Past)，《打造大脑安全空间》也是你的必备读物之一。

#### 作者简介：



米歇尔·罗森塔尔（Michele Rosenthal）是“创伤后生活”有限责任公司的首席希望执行官。同时，她也是一位备受欢迎的主题演讲者、博客作者、工作坊/研讨会的领导者和经认证的专业教练。除此之外，她还担任电台节目“改变方向”的主持人以及 HealMyPTSD.com 网站的创始人。



作为一名心理健康倡导者，在哥伦比亚广播公司、全国广播公司、华盛顿邮报和赫芬顿邮报等媒体上经常可以见到米歇尔的身影。她是 RewireMe.com 网站的特约撰稿人，WellspHERE.com 压力管理社区的顶级健康博主，同时还创建了 Trauma! HealthyPlace.com 网站有关创伤后应激障碍症的博客，同时她还兼任 Anxiety.org、Addiction.com 和 Recovery.org 等网站的常驻撰稿人。她著有《在疾病入侵之前：征服过去，创造未来》(The World Intruded: Conquering the Past and Creating the Future)、《创伤后的生活：重塑自我身份的有力实践》(Your Life After Trauma: Powerful Practices for Reclaiming Your Identity)和《治愈创伤后应激障碍：有效的动态策略》(Heal Your PTSD: Dynamic Strategies That Work)。

如果想要了解有关创伤、创伤后应激障碍以及如何治愈疾病的信息，请访问米歇尔获奖的博客和网站：<http://www.HealMyPTSD.com>。

如果有意向与米歇尔合作，请访问有关网站：<http://www.MyTraumaCoach.com>。

#### 媒体评价：

“对于创伤幸存者来说，这是一本理想指南，可以帮他们重获健康的情绪。”  
——罗伯特·斯凯尔(Robert Scaer)，《创伤指南》(The Trauma Spectrum)的作者

“终于有办法从创伤后应激障碍中恢复过来了。这本书不仅能帮你克服创伤，它还能帮你从创伤中完全康复并彻底摆脱它。”  
——马克·郭士顿(Mark Goulston)，《创伤后应激障碍治疗教程》(Post-Traumatic Stress Disorder for Dummies)和《心理学家的倾听术：开启沟通，掌握欲求的秘密》(Just Listen)的作者

\*\*\*\*\*

中文书名：《大脑黑客：掌控记忆、注意力、情绪等，发挥内在天赋》

英文书名：BRAINHACKER：MASTER MEMORY, FOCUS, EMOTIONS, AND MORE TO UNLEASH THE GENIUS WITHIN

作    者：Dave Farrow

出  版  社：BenBella Books

代理公司：Waterside/ANA/Leah

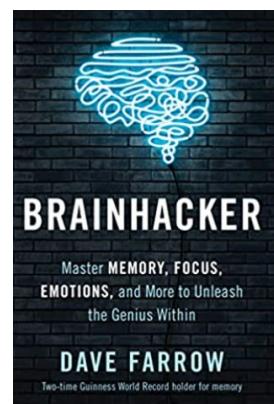
页    数：224 页

出版时间：2023 年 2 月

代理地区：中国大陆

审读资料：电子稿

类    型：大众心理



#### 内容简介：

如果你觉得大脑出现了“小故障”，或者在与你作对，那就要知道这并不是大脑本身出了问题。可以进行升级。



在《大脑黑客》中，你将学习如何“重新连接”大脑并增强其力量。《法罗方法》（The Farrow Method）一书的作者戴夫·法罗通过具体的练习和技巧训练大脑，帮助你深入大脑，并做出决定。这些技巧可以立即提高你的记忆力，提高你的阅读速度，帮助你消除痛苦，并形成改变生活的习惯，这些习惯实际上可以通过简单的手部动作或一点点想象等技巧来保持。

法罗从个人经验讲起。他从患有多动症和阅读障碍的成绩不佳的孩子到多次吉尼斯世界记忆纪录的获得者，这段不可思议的旅程证明了训练大脑确实有效，可以释放隐藏的潜力。《大脑黑客》将法罗独特、久经考验的真实方法与自己的故事相结合，在寻找解决方法以克服专注、记忆、睡眠、焦虑、自尊等方面的困难时，他遵循自己的成功之路。

平均来说，我们浪费了一年中的 40 天来补偿糟糕的记忆。许多人患有失眠、压力和慢性疼痛。新冠已经导致大量人出现倦怠和精神健康问题。但所有这些，从记忆到多动症，再到睡眠问题，都可以通过书中的简单技巧来改变。

如果你已经准备好充分利用大脑，《大脑黑客》是你深入大脑并使其尽可能强大的万能指南。

#### 作者简介：

戴夫·法罗（Dave Farrow）两次被列入吉尼斯世界纪录。他是一位有趣而有影响力的演讲者，他的《法罗方法》是国际畅销书，在麦吉尔大学的一项双盲神经科学研究中被证明是有效的。戴夫·法罗是一家成功的营销公司和培训业务的首席执行官，这是一家数字杂志社，他是 YouTube 和播客系列节目《大脑背后》的主持人。法罗脑力运动是一项国际公认的智力运动，在全球范围内进行。法罗是一个兴趣广泛的人，也是一家名为 FarrowBOT 的新型机器人原型初创公司的成功设计师，他拥有一家不断壮大的房地产控股公司。

#### 媒体评价：

“记忆专家戴夫·法罗为读者提供了可以维持一生的记忆智能工具。它好读的格式，个人故事，和引人入胜的幽默，正是大脑的记忆中心喜欢的。《大脑黑客》是一本适合所有年龄段的记忆手册。”

----威廉·西尔斯(William Sears)，医学博士，著有《健康大脑书》（The Healthy Brain Book）

“《大脑黑客》与戴夫·法罗的个人叙事交织在一起，有如一场通过脑科学进行的精灵般、信息丰富的闪电战。他的黑客是改进自己和生活方式的方便、实用的工具。”

----马克·米尔斯坦（Marc Milstein），博士，著有《抗衰老的大脑》（The Age-Proof Brain）



\*\*\*\*\*

中文书名：《操控自己获得幸福：运用心理学技巧获得更多满足感》

英文书名：MANIPULATE YOURSELF TO HAPPINESS!:

PSYCHOLOGICAL TECHNIQUES FOR MORE SATISFACTION

德文书名：MANIPULIERE DICH GLÜCKLICH!

作 者：Wladislaw Jachtchenko

出 版 社：Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH

代理公司：ANA/ Lauren

页 数：336 页

出版时间：2022 年 8 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



#### 内容简介：

##### 亚切琴科方案让生活更加美满快乐

修辞学专家弗拉迪斯拉夫·亚切琴科已经掌握了说服他人的艺术。但这一技艺也有可能成功地将自己引向理想的方向。通过心理学技巧，我们可以操纵自己获得更多的幸福和满足。这些方法包括“品味”、“习得性乐观主义”、“心流”和“成长心态”，它们简单有效，但在某种程度上并不为人所熟知。在他的新书中，弗拉迪斯拉夫·亚切琴科解释了 16 种技巧的原理，我们可以自己尝试，并将其组织在一起，创造一个适合自身个性的个人幸福系统。这些技巧以过去 40 年的科学基础研究为基础，作者以一种通俗易懂的方式对其进行介绍。他给出的信息令人信服：幸福是可行的！

- 设计、激发、视觉化，还有更多——一步步走向个性化的幸福公式

#### 作者简介：



弗拉迪斯拉夫·亚切琴科（Wladislaw Jachtchenko）在慕尼黑和纽约学习政治学、法律、历史和文学。在慕尼黑一家律师事务所担任律师，并在联合国驻纽约总部担任研究助理之后，他追随自己激情的召唤，自 2007 年以来一直从事修辞学培训师、演讲者和教练的工作。他是论证学院（Argumentoric Academy）的创始人，就所有关于沟通的问题提供讲座、研讨会和教练课程。他被认为是欧洲十大演讲家之一。



\*\*\*\*\*

中文书名：《责任感：加深联系，改善成果》

英文书名：*Conscious Accountability: Deepen Connections, Elevate Results*

作 者：David C. Tate, Marianne Pantalon and Daryn David

出 版 社：Association for Talent Development

代理公司：RussoRights/ANA/Leah

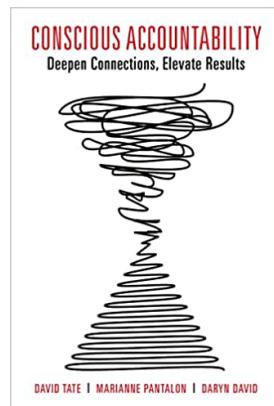
页 数：292 页

出版时间：2022 年 8 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理学/大众文化



#### 内容简介：

利用责任感来改善您的工作和人际关系。

结果还是人际关系？——管理者和领导者不再需要将其中一个放在首位，以建立一种特殊的责任文化。您不需要在成为强硬的任务发布者和随和的讨好者之间做出选择。通过深思熟虑，采取明智的行动，并对结果负责，您可以取得更好的工作成果，并在此过程中收获更大的成就感。

在书中，耶鲁大学的教师、心理学家和领导力顾问大卫·塔特（David C. Tate）、玛丽安妮·潘特隆（Marianne S. Pantalon）和达林·大卫（Daryn H. David）建议您更全面地思考自己和您的工作关系，并将有意识的责任感融入日常生活实践。作为一种实现团队目标的前瞻性方法，有意识的责任感能够帮助您改善与员工、团队成员和同行交往的传统方式，而这种影响将是变革性的。

为了帮助您培养有意识的责任感的技能和心态，本书介绍了一个简洁强大的连接（CONNECT）框架，并提供了所需工具。您可以通过遵循有意识的责任感的七项实践活动来提高您的领导水平——培养透明度、开放参与、紧紧抓住问题、密切关注、交流反馈、总结，并再次尝试。通过这些实践，您将与他人更紧密地联系在一起，帮助他人走向成功，提升自己，并在您所处的任何行业创造成功。

#### 作者简介：

大卫·塔特（David C. Tate）是一名有执照的临床心理学家，也是耶鲁大学（Yale University）耶鲁医学院精神病学的助理临床教授和耶鲁管理学院的讲师。他的团队咨询领域包括领导力发展、解决冲突、团队建设、继任计划和促进团队健康发展。大卫是《沉没或逃生：“泰坦尼克号”的教训如何拯救你的家族企业》（*Sink or Swim: How Lessons from the Titanic Can Save Your Family Business*）一书的合著者。他拥有家族企业研究所（Family Firm Institutez）颁发的家族企业咨询证书，并担任着全国企业董事协会康涅狄格分会的家族企业圆桌会议（National Association of Corporate Directors Connecticut Chapter's Family Business Roundtable）的主持人一职。同时他还是康涅狄格州咨询心理学小组（Connecticut Consulting Psychology Group）的共同创始人。

21



玛丽安妮·潘特隆（Marianne Pantalon）是执照的临床心理学家和执行教练。她是逐步恢复中心（Progressive Recovery）的联合创始人和首席运营官，同时也是耶鲁大学管理学院（Yale University School of Management）人际关系和团体动力项目的高级研究员。作为康涅狄格州心理健康工作场所项目（CT Psychologically Healthy Workplace Program）的主席，玛丽安妮享受对康涅狄格州的工作人员进行心理健康引导的实践发展。此外，她也是一位经验丰富的教学设计者。

达林·大卫（Daryn H. David）博士是一位有执照的临床心理学家、教育家和领导力发展教练。她在耶鲁大学医学院（Yale School of Medicine）的儿童研究中心担任教职，并担任学术和职业发展办公室和多样性、公平和包容办公室的领导力发展副主任。达林博士通过动态的教学法和辅导项目，将她的专业知识应用于实践当中，帮助学术界的学者和医疗保健行业从业者充分实现他们的专业潜力。此外，她还在耶鲁大学格林伯格世界研究员项目（Yale Greenberg World Fellows Program）执教。达林博士拥有哈佛大学（Harvard University）的学士学位和耶鲁大学（Yale University）的心理学博士学位。她在美国国家卫生研究院（National Institutes of Health）完成了科学政策的博士后研究，并运营着一个专门针对女性专业人士的心理治疗和教练实践项目。

#### 媒体评价：

“《责任感》一书向读者们展示了一个描述生动且深刻的概念。如果你想成为一个更好的领导者或拥有一个更好的生活，请阅读这本书，然后运用书中所写的独特的智慧来帮助应对今天的挑战。”

——艾米·埃德蒙森（Amy C. Edmondson），哈佛商学院教授，《无畏的团队》（*The Fearless Organization*）一书作者

“这本富有洞察力的书以全新的视角描述了责任感。它将帮助所有团队中的领导人们加深关系，提高团队绩效。”

——丹尼尔·品客（Daniel H. Pink），《纽约时报》（New York Times）畅销书《悔恨的力量，驱动力，以及何时》（*The Power of Regret, Drive, and When*）的作者

“在本书中，作者们解释了责任感比效率更重要的原因——责任感是良性领导关系的核心。本书不是一项检查校对清单，而是讲述了一种为人的方式。”

——道格拉斯·斯通（Douglas Stone），《困难的对话和对反馈的感谢》（*Difficult Conversations and Thanks for the Feedback*）一书的联合作者



\*\*\*\*\*

中文书名：《摆脱抑郁和倦怠：心理低谷是如何产生的，你能做些什么》

英文书名：FREEING YOURSELF OF DEPRESSION AND  
BURNOUT : HOW PSYCHIC LOW POINTS COME ABOUT, AND  
WHAT YOU CAN DO ABOUT THEM

德文书名：DEPRESSION UND BURNOUT LOSWERDEN

作 者：Klaus Bernhardt

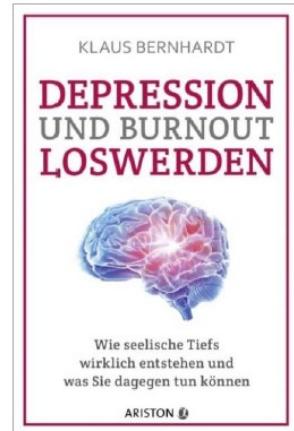
出 版 社：Verlagsgruppe Random House GmbH

代理公司：ANA/ Lauren

页 数：208 页

出版时间：2019 年 5 月

类 型：大众心理



### 内容简介：

在导致抑郁、倦怠综合症和焦虑的众多类型原因中，节食不当，药物不对症和不良的心态恰恰是令人吃惊和被低估的。

作者通过最新研究表明，这些疾病往往是心理和身体对缺乏营养和压力的反应。他以易懂的方式解释了这一生理过程，并提供了经过验证的建议和易于实施的措施，帮助患者简单、快速、甚至永久地摆脱痛苦。

- 畅销书作家和成功的治疗师揭示了大多数未被识别的抑郁症和倦怠综合征的原因
- 提供了许多建议和实用的方法，可在数周内取得积极效果

### 作者简介：



克劳斯·伯恩哈特（Klaus Bernhardt）在成为治疗师之前，曾作为科学和医学记者工作过多年。如今，他在柏林现代心理疗法研究所担任所长，每年指导数百名医生和治疗师。他是神经科学教育管理学院（AFNB）和 Initiate New Learning e.V. (INL) 的成员，也是《明镜周刊》畅销书《治疗焦虑》(The Anxiety Cure) 和《摆脱抑郁和倦怠》(Freeing Yourself of Depression and Burnout) 的作者。[www.panikattacken-loswerden.de](http://www.panikattacken-loswerden.de)



\*\*\*\*\*

中文书名：《灵光闪现 天才是如何炼成的》

英文书名：Sudden Genius: The Gradual Path to Creative Breakthroughs

作 者：Andrew Robinson

出 版 社：Oxford University Press

代理公司：ANA/Leah

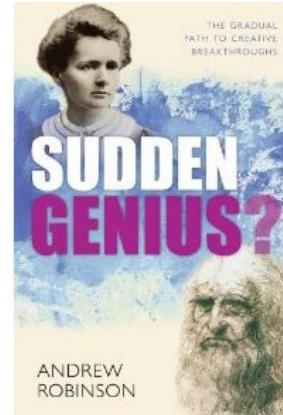
页 数：304 页

出版时间：2010 年 10 月

代理地区：中国大陆

审读资料：电子稿

类 型：大众心理学



版权已授：2011 年授权湖南科学技术出版社，版权已回归。

中简本出版记录

书 名：《灵光闪现 天才是如何炼成的》

作 者：[英] 安德鲁·罗宾逊

出版社：湖南科学技术出版社

译 者：曹 燕

出版年：2014 年 4 月

页 数：215 页

定 价：49 元

装 帧：平装



### 内容简介：

《灵光闪现：天才是如何炼成的》的第一部分介绍了科学研究中的创新因素，包括天赋、智力、记忆力、梦境、潜意识、学者症候群、通感以及精神疾病，还讨论了一些现代思想家的理论和实践，范围不仅涉及心理学，还包括精神病学、神经系统学和社会学领域。第二部分为我们讲述了五位科学家和五位艺术家获得突破性创新的故事，包括达尔文的进化论、爱因斯坦的相对论、居里夫人发现镭、莫扎特创作费加罗的婚礼、卡蒂埃-布列松的决定性瞬间等，他们分别在各自不同的领域中作出了卓著的成就。第三部分解决了三个基本问题：取得突破性创新的那些具有非凡创造力的学者们是否有共通之处？科学和艺术领域所取得的突破性创新是否遵循某种模式？那些学者们的思维是否经常产生富有想象力的跳跃，甚至他们本身就是天才？总迹象表明，十年法则打通了通往天才的所有关卡。

### 作者简介：

安德鲁·罗宾逊（Andrew Robinson）是泰晤士高等教育增刊的文学编辑，伊顿公学的一名“国王学者”（King's Scholar），撰写本书期间他是剑桥大学沃尔森学院的访问学者。著有二十本书，包括物理学家阿尔伯特·爱因斯坦(Albert Einstein)的传记《相对论一百年》，电影导演萨蒂亚吉特·雷伊(Satyajit Ray)的传记《天眼》，作家罗宾德拉纳特·泰戈尔(Rabindranath Tagore)的传记《思想丰富的人》，考古学家和建筑师麦克尔·文屈斯



(Michael Ventris) 的传记《破译线形文字 B 的伟人》，博学者托马斯·杨(Thomas Young)的传记《最后的文艺复兴人》。

## 全书目录：

前言：对话卓越的创造者

致谢

摘要：科学和艺术的创新突破

第一部分

创造成功的因素

1 天才与天赋：现实还是神话？

2 仅有聪明才智是不够的

3 对自己陌生的人

4 记忆中蓝色的星期三

5 疯子，情人和诗人

第二部分

艺术和科学的十大创新突破

6 列奥纳多·达·芬奇 (Leonardo da Vinci): 最后的晚餐

7 克里斯托弗·雷恩(Christopher Wren): 圣保罗大教堂

8 沃尔夫冈·阿玛多伊斯·莫扎特(Wolfgang Amadeus Mozart): 费加罗的婚礼

9 让·弗朗索瓦·商博良(Jean-Francois Champollion): 解密埃及及象形文字

10 查尔斯·达尔文(Charles Darwin): 自然选择的进化论

11 玛丽·居里(Marie Curie): 镭的发现

12 阿尔伯特·爱因斯坦(Albert Einstein): 狭义相对论

13 维吉尼亚·伍尔芙(Virginia Woolf): 达洛维夫人

14 亨利·卡蒂埃-布列松(Henri Cartier-Bresson): 决定性瞬间

15 萨蒂亚吉特·雷伊(Satyajit Ray): 大地之歌

第三部分

成为天才的模式

16 家庭因素

17 小拇指教授

18 科学创造 V · S 艺术创作

19 创造性人格存在吗？

20 名誉、声望与天才

21 十年法则

附录：天才和我们

参考文献

参考书目

索引

## 媒体评价：

和艺术家一样，科学家富有创造性；但是“创造性科学”又是另外一回事。安德鲁·罗宾逊撰写了一本出色的书，这本书回顾了我们所熟知的一些东西，更重要的是展现了我们所不知晓的、从科学的角度来讲被称作“创造性”的东西。罗宾逊经仔细选择后，列



举了 5 位艺术家和 5 位科学家的一些历史事迹，正如这些事件所显示的，有关创造力的天赋是难以解释的。对于“偶现的天才”的灵感就像是不招自来、毫不费劲地源于缪斯女神的说法，罗宾逊认为是一个不切实际的神话；在他看来，好的灵感的产生和努力的工作和磨砺是分不开的。正如希腊人所说：“在踏入优秀的大门之前，至高上帝需要你付出汗水”。

——克里斯·麦克马纳斯 (Chris McManus)，林肯大学医学教育学院教授，《右手，左手》的作者

安德鲁·罗宾逊对引导艺术家和科学家成为天才的因素进行了系统的、多学科角度的分析。

——查尔斯·索马里兹·史密斯 (Charles Saumarez Smith)，英国皇家艺术学院

\*\*\*\*\*

中文书名：《摆脱抑郁之神经学家教你激发大脑的康复能力》

英文书名：*Lifting Depression: A Neuroscientist's Hands-On Approach to Activating Your Brain's Healing Power*

作 者：Kelly Lambert

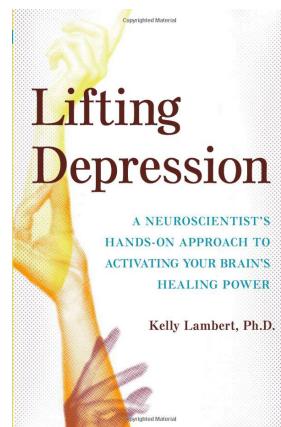
出 版 社：Basic Books

代理公司：Tessler/ANA/Leah

出版日期：2008 年 4 月

页 数：288 页

类 型：大众心理学



### 内容简介：

心理学家凯利·兰伯特 (Kelly Lambert) 在总结了最新的神经学研究成果、文化观测报告以及她自己独一无二的实验研究的成果的基础上，提出了一套关于抑郁症的原因和治疗的发人深思的理论。

现在的年轻人患抑郁症的可能性已经是他们祖辈们的近十倍。原因会是在这个日益“自动化”的世界里，越来越少的体力活动或多或少地影响着我们的幸福指数进而影响我们对压力的反应吗？

神经学家凯利·兰伯特 (Kelly Lambert) 找到了有力的证据证明为了获得物质或精神的报酬努力工作能很大程度上促进良好情绪的产生和防止抑郁的出现。她富有新意地用小白鼠作了一系列研究，她将“得到信任的小白鼠”（即那些毫不费力就获得了奖赏的）与努力劳动的“训练以达成功”小白鼠做了比较实验，并且使人们看到了不用依赖损害人体（多数情况下影响健康）的药物来治疗抑郁症的希望。

凭借其丰富的人类学、神经学和进化心理学知识，兰伯特总结出了一套独特的理论，该理论认为，人们为了实际的结果而做出的努力劳动能激发大脑特定部位的活动，使空虚感和与抑郁有关的不良情绪得到恢复。但是目前大多数抑郁症疗法都注重患者的心理活动，兰伯特让我们意识到在快节奏的生活中体力活动的重要性，而我们在日常生活中往往更注重迅速达到令人满意的程度而忽略了品尝自己劳动的果实。



### 作者简介：

凯利·兰伯特（Kelly Lambert）博士，伦道夫-麦肯学院（Randolph-Macon College）心理学教授，曾出版了大量神经学著作。他的小白鼠实验在 *The Mommy Brain* 中有详细描述，不久前登上了 ABC 电视台的世界晚间新闻（World News Tonight）。现居住在弗吉尼亚州的梅卡尼克斯维尔（Mechanicsville）。

### 媒体评价：

“该书涉及内容广泛，有举足轻重的地位，无论是对于身心健康的读者，还是普通感兴趣的租书者或收藏者，《挑战抑郁》在实现个体自由方面为您提供了有力的帮助。

----*Midwest Book Review*

“凯利·兰伯特（Kelly Lambert）为我们提供了一个综合性的引人入胜的关于健康的新观念，它是如此的全面、具有实际意义以及长远眼光。她在以努力工作为基础的薪酬制度上的研究成果不仅在很大程度上解释了现代人的不满情绪，也提供了一条保持活力与愉悦的捷径。这本书不但会改变我们对抑郁症的看法，也会改变我们对自己的身体以及在现代社会中的窘境的理解。” “

----Frank Forencich, *Exuberant Animal: The Power of Health, Play and Joyful Movement* 作者

\*\*\*\*\*

中文书名：《遗忘的原因和记忆更佳的秘诀：记忆背后的科学》

英文书名：*Why We Forget and How to Remember Better: The Science Behind Memory*

作 者：Andrew E. Budson and Elizabeth A. Kensinger

出 版 社：Oxford University Press

代理公司：ANA/Leah Guo

页 数：448 页

出版时间：2023 年 5 月

代理地区：中国大陆、台湾

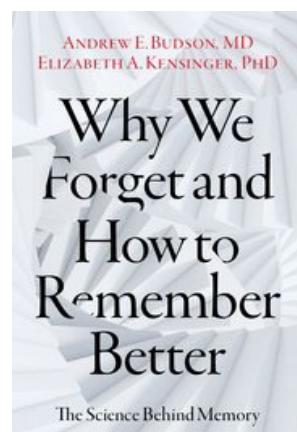
审读资料：电子稿

类 型：医学/神经学

#157 in Neuroscience (Books)

#366 in Neurology (Books)

#758 in Memory Improvement Self-Help



### 内容简介：

#### 卖点：

- 这是探索您的记忆如何以清晰、易于访问的方式工作的最新科学。
- 解释了为什么会出现记忆故障，以及如何最大程度地减少记忆故障的发生。
- 提供了有关如何使用运动、营养、睡眠、活动、专注力和音乐来提高记忆力的实用建议。
- 揭示了大麻、酒精和迷幻药物对记忆的影响。



## 通过了解你的记忆是如何运作的来提高记忆力。

如果记忆是一件简单的事情，为什么它经常出错呢？为什么遗忘如此普遍？你怎么能对你记得的事情很确定——又对这些事情感到记忆错误呢？为什么记住人名这么难？你是如何为考试努力学习，却无法回忆起考试中的材料的呢？在《遗忘的原因》一书中，安德鲁·巴德森（Andrew Budson）博士和伊丽莎白·肯辛格（Elizabeth Kensinger）博士用他们多年的经验来引导读者获得更好的记忆力，他们回答了这些问题以及更多问题。

《遗忘的原因和记忆更佳的秘诀》向您展示了如何使用这些答案来提高您的记忆力。在本书中，您会学到：

- 记忆最重要的功能不是帮助你记住过去的细节。
- 记忆实际上是不同能力的集合。
- 您如何创建、存储和检索日常生活的记忆。
- 控制你记忆和遗忘的方法。
- 辨别真假记忆的方法。
- 为考试而学习的有效方法。
- 如何记住人们的名字、所有密码、圆周率的 50 位数字以及您想记住的任何其他内容。
- 正常衰老、阿尔茨海默病、抑郁症、焦虑症、创伤后应激障碍、多动症和其他疾病（包括新冠脑雾）中的记忆是如何变化的。
- 运动、营养、酒精、大麻、睡眠、专注力和音乐如何影响您的记忆。

《遗忘的原因和记忆更佳的秘诀》这本书使用记忆科学来帮助您更好地记住所需的知识，无论您是希望通过下一次考试的大学生、准备演示文稿的商业专业人士、还是需要记住人体 600 多块肌肉的医护人员。

### 作者简介：

**安德鲁·巴德森（Andrew Budson）** 在哈弗福德学院主修化学和哲学，以优异成绩毕业于哈佛医学院，在布莱根妇女医院实习，参加了哈佛——朗伍德神经病学住院医师计划，然后在布莱根妇女医院攻读行为神经病学和痴呆临床学，并在哈佛大学获得实验心理学和认知神经科学的研究博士后奖学金。他发表了 700 多次演讲，并在同行评审的期刊上发表了 150 多篇论文。他于 2008 年获得美国神经病学学会行为神经病学诺曼·盖施温德奖，并于 2009 年获得老年神经病学研究奖。

**伊丽莎白·肯辛格（Elizabeth Kensinger）** 在哈佛大学主修心理学和生物学，并在麻省理工学院获得神经科学博士学位。在哈佛大学和麻省总医院获得博士后奖学金后，她加入了波士顿学院，现在是心理学和神经科学系的正教授和系主任。她领导着一个研究实验室，研究人类记忆的许多方面，包括情绪、压力和睡眠如何影响记忆，以及记忆强度如何随着成年人年龄的增长而变化，她教授关于这些主题的课程。

### 媒体评价：

“在这本极具可读性的书中，记忆和大脑科学的两位权威解开了你想知道的关于记忆和记忆障碍的一切谜团。你会在这里找到令人惊讶的答案，比如为什么我们会形成错误



的记忆，为什么阿尔茨海默症患者记得如何弹钢琴却忘记了家庭成员的名字，如何区分由于正常衰老和记忆障碍导致的记忆力下降，以及为什么睡眠对记忆如此重要。此外，作者还描述了以证据为基础的方法来更好地记忆和防止错误记忆。”

——艾伦·温纳（Ellen Winner）博士，波士顿学院荣誉教授，畅销书作者，《艺术如何运作：心理探索》（*How Art Works: A Psychological Exploration*）

“巴德森和肯辛格做了一项非常出色的工作，为记忆研究的广泛领域创建了一个易于理解的总结。对于任何有兴趣了解人类这种基本的能力的人来说，这是一个完美的起点。”

——约书亚·福尔（Joshua Foer），文学学士，畅销书作者《与爱因斯坦一起漫步月球》（*Moonwalking with Einstein*）

“这本书涵盖了所有方面。它由世界上最杰出的两位记忆科学家撰写，立即吸引了读者的青睐——既吸引了记忆科学的从业者，也吸引了那些刚接触记忆研究的人的青睐。读者将看到许多相关的日常例子和实用技巧，以及展开和解释记忆与遗忘复杂理论的具体步骤。作者涵盖了关于记忆何时起作用以及何时失效的广泛代表性现象。这本书在一端深入研究了记忆和衰老影响的神经科学，而另一端深入研究了改善记忆力的策略，以及介于两者之间的许多关键主题。我希望这本书用于我的记忆课程，以及那些对记忆原理感到好奇的家人和朋友。”

——苏帕纳·拉贾拉姆（Suparna Rajaram）博士，石溪大学认知科学杰出教授

## 全书目录：

前言，丹尼尔·谢克特（Daniel Schacter）

前言

第一部分：所有记忆方法

第1章：记忆不是一件物品

第2章：时光倒流

第3章：牢记在心

第4章：肌肉记忆

第5章：我们的知识储备

第6章：我们一起记住的事情

第二部分：记住我们生命中的日子

第7章：你需要试着记住吗？

第8章：把它记进你的记忆里——并把它留在记忆中

第9章：找回那段记忆

第10章：关联信息

第11章：控制你忘记和记住的东西

第12章：你确定那不是虚假的记忆吗？

第三部分：当记忆太少或太多时

第13章：只是正常的衰老——还是阿尔茨海默症？

第14章：你的记忆还会出什么问题

第15章：当你无法忘记时

第16章：能记住一切的人



第四部分：记忆更佳的秘诀

第 17 章：锻炼，锻炼，锻炼

第 18 章：饮食、酒精和药物

第 19 章：睡眠

第 20 章：做正确的事

第 21 章：使用策略

第 22 章：使用记忆辅助工具

第 23 章：将所有内容整合在一起

附录：提高记忆力的十二个技巧

致谢

参考文献

作者简介

索引

\*\*\*\*\*

中文书名：《社会治愈》

英文书名：THE SOCIAL CURE

作 者：David Robson

出 版 社：Canongate

代理公司：Felicity Bryan/ANA/Lauren

页 数：待定（2023 年末有全稿）

出版时间：2024 年

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：大纲

类 型：大众心理



### 内容简介：

改善我们幸福和健康的答案是否在于我们培养的友谊和关系？为什么我们经常破坏与他人的亲密关系？在《社会治愈》(THE SOCIAL CURE)一书中，科学作家大卫·罗布森 (David Robson) 利用前沿心理学和神经科学来研究我们对社会联系的深刻需求，我们常常无法建立更紧密联系的原因，以及应该如何建立更充实、更真实的关系。

自今年 1 月出版以来，大卫最近的一本书《期望效应》(THE EXPECTATION EFFECT) 在英国已售出 2.5 万多册。

### 作者简介：



大卫·罗布森 ([David Robson](#)) 是一位获奖的科学作家，专门研究人类大脑、身体和行为的极限。从剑桥大学数学学位毕业后，他在《新科学家》(New Scientist) 杂志担任了五年的特稿编辑，随后在 BBC Future 做了五年的资深记者。他的作品也出现在《卫报》(Guardian)、《大西洋》



(*Atlantic*)、*Aeon*、《男性健康》(*Men's Health*) 等多家媒体上。2021，大卫因其在新冠肺炎期间撰写的关于错误信息和风险传播的文章而获得英国科学作家协会和英国医学记者协会(MJA)的奖项。2022年，他获得了MJA的年度精神健康故事奖，并入围了英国科学作家协会年度最佳英国科学记者奖。

\*\*\*\*\*

中文书名：《自主：如何应对期望并过上真实的生活》

英文书名：SELF-DETERMINED: HOW TO DEAL WITH

EXPECTATIONS AND LEAD AN AUTHENTIC LIFE

德文书名：SELBSTBESTIMMT

作 者：Tatjana Reichhart and Claudia Pusch

出 版 社：Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH

代理公司：ANA/ Lauren

页 数：288 页

出版时间：2022 年 11 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



#### 内容简介：

##### 与自我和他人保持平衡

现在很多人都过着他们认为自己被期望应该过的生活，尽管知道这对他们没有任何好处。这本书以科学发现为基础，全面揭示了如何通过小步骤摆脱这些(感知的)束缚，以及如何在避免成为利己主义的同时过上真实的生活。它向我们展示了如何衡量目前的状况，确定自己的需要、价值观和潜力，并将它们与外部和内在的期望区分开来。它将帮助我们在自己的需要和他人的需要之间取得平衡，并教导我们如何信任自己和实行自主。它提供了一个结构清晰的路径图，用于实现日常生活中获得的见解，克服障碍，重新发现对生活的热情。

- 提供适合日常使用的策略，各种练习和自我反思的问题
- 基于最新的科学发现和日常咨询实践

#### 作者简介：



塔贾娜·赖希哈特 (Tatjana Reichhart) 是一名执业医生和精神病治疗专家。2011年起，她担任公司和机构的培训师，重点关注职场上的心理健康，2015年起，她在慕尼黑自己创办的“心灵厨房 (Kitchen2Soul)”担任培训师，提供讨论课和培训。



克劳迪娅·普施 (Claudia Pusch) 拥有教育硕士学位，是一位系统治疗师。2010年起，她为个人和公司提供指导、培训和管理，同时也是系统辅导的教学培训师。她是“心灵厨房学院”的创始团队成员。



\*\*\*\*\*

中文书名：《摆脱强迫症：快速、持久地克服强迫症，无需药物或对抗》

英文书名：FREEING YOURSELF OF OBSESSIONS AND  
COMPULSIONS: QUICKLY AND LASTINGLY OVERCOMING  
OBSESSIVE-COMPULSIVE DISORDERS WITHOUT  
MEDICATION OR CONFRONTATION

德文书名：ZWÄNGE UND ZWANGSGEDANKEN LOSWERDEN

作 者：Klaus Bernhardt

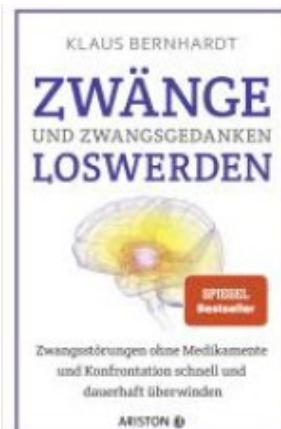
出 版 社：Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH

代理公司：ANA/ Lauren

页 数：304 页

出版时间：2022 年 8 月

类 型：大众心理



#### 内容简介：

数百万名患者，新冠以来更加普遍

全世界数百万人患有强迫症，而且人数不断增加。但是强迫症的起源是什么？什么时候洗漱、再检查、整理和其他类似的重复性强迫行为不仅仅是无害的毛病？过度重复到了什么程度就需要治疗了？

克劳斯·伯恩哈特解释了强迫症背后的原因，它们是如何发展的，以及患者何时应该寻求帮助。他以最新的科学发现为导向，借助具体的实例，为患者提供适合日常使用的自助方法。此外，他还介绍了许多有益的治疗方法，可惜这些方法很少得到使用。通过他的方法，可以快速控制强迫症，并可能永久克服这些障碍。

- 伯恩哈特方法——成功率非常高，被许多医生、治疗师和诊所使用
- 《明镜周刊》畅销书作家：他的书销量超过 40 万册

#### 作者简介：



克劳斯·伯恩哈特（Klaus Bernhardt）在成为治疗师之前，曾作为科学和医学记者工作过多年。如今，他在柏林现代心理疗法研究所担任所长，每年指导数百名医生和治疗师。他是神经科学教育管理学院（AFNB）和Initiate New Learning e.V. (INL) 的成员，也是《明镜周刊》畅销书《治疗焦虑》(The Anxiety Cure) 和《摆脱抑郁和倦怠症》(Freeing Yourself of Depression and Burnout) 的作者。  
[www.panikattacken-loswerden.de](http://www.panikattacken-loswerden.de)



\*\*\*\*\*

中文书名：《创造健康习惯、实现美好生活从“头”开始》

英文书名：BRAINTENANCE: A scientific guide to creating healthy habits and reaching your goals

作 者：Julia Ravey

出 版 社：Pan Macmillan

代理公司：ANA/Conor Cheng

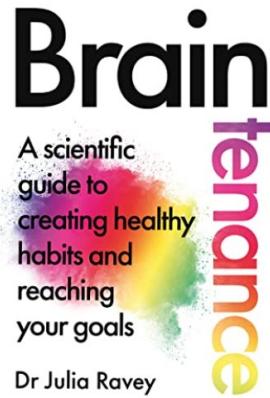
页 数：304 页

出版时间：2023 年 1 月

审读资料：电子稿

类 型：大众心理

版权已授：英国，美国，匈牙利，罗马尼亚



#### 内容简介：

《创造健康习惯、实现美好生活从“头”开始》解释了如何用已被证明具有科学性的方法来控制大脑，打破习惯，实现目标，过你想要的生活。

你的大脑喜欢让你安全地呆在你的舒适区。而这正是阻碍你前进的原因。

我们不难想象我们想要实现的目标——更健康的生活方式、通过考试或开始新的职业生涯——但把它们变成现实却难得多。科学传播者和神经科学家朱莉亚·拉维博士阐述了实用的方法，使你能够更好地改变你的生活。

通过实施科学和心理学的最新发展，你将学会如何引导注意力，增强信念，打败拖延症，提醒自己不忘初心。利用我们目前对大脑和行为方式的理解，拉维开发了一些技术，使她能够追求自己的目标，这些技术同理也能帮助到你。

你对自己的思维了解得越多，你对自己的生活就越有控制力。改变是好事，你的大脑只需一些说服力。

#### 作者简介：

**朱莉亚·拉维（Julia Ravey）** 拥有伦敦大学学院的神经科学博士学位，目前为阿尔茨海默氏症协会工作，担任协会科学宣传员。朱莉亚的社交媒体平台已经在全球范围内积累了超过 9 万名粉丝，浏览量超百万。她曾为知名科学博客撰稿，与世界领先的教育平台合作，并在美国开创性的科学纪录片系列《锻造未来》（Forging the Future）中出演。朱莉亚是 TikTok 上的“科学教育家”，为英国广播公司旗下的 *Bitesize* 撰稿，自己也会画一些科学插画。《创造健康习惯、实现美好生活从“头”开始》是她的处女作。



\*\*\*\*\*

中文书名:《男人管理情绪指南》

英文书名: **NOTHING'S WRONG: A Man's Guide to Managing Emotions**

作 者: David Kundtz

出 版 社: Conari Press /Mango Publishing

代理公司: ANA/Conor Cheng

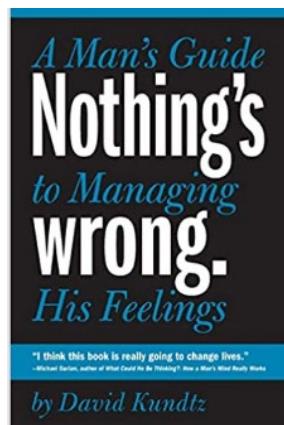
页 数: 174 页

出版时间: 2004 年 1 月

代理地区: 中国大陆、台湾

审读资料: 电子稿

类 型: 大众心理



“男人们，不要再忽视自己的情感了，为了事业和生活的成功，你必须得到你所需要的情感治疗。”

#### 内容简介:

你所遇到的每个男性都有一份深深的情感。情绪和感受是不应该被忽视的。为了获得所期望的成功和健康，每个男性都必须改变自己管理情绪的方式。大卫·昆兹创造了这本完美的指导手册，来帮助做到这一点！

**识别男性的情绪。**情绪充满了多样性，所以每个男性应该学习不同的方式来发现自己的情绪，学习如何更好地表达自己的感受。在这本书里，每个男性能学习如何适应自己的情绪，并反过来适应周围人的情绪。停止自我破坏，获得自己一直在寻求的治愈。

**这是一本专为男性准备的书。**这本书是献给十几岁的男孩、年轻男子、父亲和祖父的。这本书比一般的贴满励志名言或半心半意的建议的书要真诚。书中的语言、工具和练习都是专门用来帮助每个男性表达内心深处充满活力且永远存在的情感。《男人管理情绪指南》包含了以下内容：

- 识别情绪的方法
- 激励和经过验证的工具
- 建立信心的方法

如果你发现自己一直在为表达自己而挣扎，那么这本书就是你需要的励志书。它将帮助你建立信心，向周围人说出你的感受，这样你就可以在日常对话中进行有效沟通。

如果你喜欢《像男人一样哭泣》(Cry Like A Man)、《掌握你的情绪》(Master Your Emotions) 或《解开情绪》(Untangling Emotions) 等书，那么你就会喜欢这本书。

#### 作者简介:

**大卫·昆兹 (David Kundtz)** 从事过多种职业，包括 18 年的宗教事工和 20 年的心理治疗实践、关于压力和情绪健康的公开演讲以及写作。他拥有心理学和神学的研究生学位，以

34



及教牧心理学的博士学位。他著有《安静的心》(Quiet Mind)、《停止》(Stopping)、《时  
刻之间》(Moments in Between)、《觉醒的心》(Awakened Mind)等作品。

\*\*\*\*\*

中文书名：《我们如何成长：真正影响个性发展的生活事件——性格  
心理学的最新发现》

英文书名：**HOW WE GROW: WHAT LIFE EVENTS INFLUENCE  
OUR PERSONALITY AND WHAT REALLY  
FURTHERS US IN LIFE – THE LATEST FINDINGS FROM  
PERSONALITY PSYCHOLOGY**

德文书名：**WORAN WIR WACHSEN**

作 者：Eva Asselmann

出 版 社：Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH

代理公司：ANA/Lauren

页 数：224 页

出版时间：2022 年 8 月

类 型：大众心理



#### 内容简介：

##### 个性化的发展与我们所想的不同

幸运的是，个性不仅是由基因塑造的，而且也是受环境影响的。这意味着个人在人生的每个阶段都有可能成长，甚至在晚年。但究竟是什么激发了这种发展呢？教育和职业，伴侣关系和家庭，疾病和健康等方面的决定性事件如何影响个性的特定方面？以有意识、有目标的方式改变个性是可能的还是可取的？

性格心理学家伊娃·阿塞尔曼教授生动、幽默地介绍了这一领域的最新研究，并向我们揭示了意想不到的发现。例如，孩子的出生对我们的成熟影响远低于第一份真正的工作。这种见解对我们都是有益的。哪些经历影响最大，它们如何影响我们的幸福？这种知识如何帮助我们在面对新情况和挑战时成长？

- 面向所有喜爱斯蒂芬妮·斯塔尔 (Stefanie Stahl) 的读者

#### 作者简介：



伊娃·阿塞尔曼 (Eva Asselmann) 博士生于1989年，在波茨坦健康与医学大学差异和个性心理学系担任教授。她领导各种关于个性发展、健康促进和预防的研究项目。根据她的研究和多年的实践经验，她针对个性发展、适应力、压力管理和放松等主题开展了有针对性的指导和培训。她在系统指导、变革管理、接受和承诺治疗方面获得认证。



\*\*\*\*\*

中文书名：《信任之书》

英文书名：*TRUST: Knowing When to Give It, When to Withhold It, How to Earn It, and How to Fix It When It Gets Broken*

作 者：Dr. Henry Cloud

出 版 社：Grand Central

代理公司：ANA/Leah

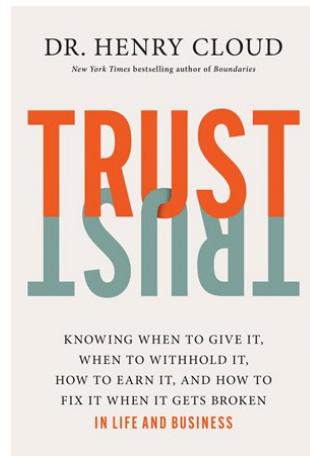
出版时间：2023年3月

代理地区：中国大陆、台湾

页 数：320页

审读资料：电子稿

类 型：大众心理学



### 内容简介：

亨利·克劳德博士是数百万册畅销书《边界》的作者，在他的最新作品中，他围绕“信任”这个主题进行了细致的分析——如果一个人无法赢得他人的信任，那么他一无所有；如何赢得信任；受到他人怀疑时如何修复信任，以及如何判断什么时候应该和不应该信任他人。

对我们而言，信任是生命中像“燃料”一样的存在。我们在生物学上、神经学上、情感上、精神上和心理上都与信任息息相关、密切相连。信任是推动每一种关系发展的驱动力，从婴儿和母亲之间的基本纽带开始，延伸到支撑人类不同领域发展的信任网络——艺术、科学、商业——并将我们曾经拥有或将要拥有的每一段关系联系在一起。没有它，世界的发展将寸步难行。

人们常常误以为信任是很简单的事情，但我们常常发现缺乏可信度情况的发生。有时，我们会面临信任错位——要么错过了清晰或微妙的警告信号，要么就是没有任何警告信号可看。有时表面上一切看起来都不错，也许确实如此，但我们还是会由于信任他人，自己受到伤害。有时，当信任纽带未能形成或破裂时，我们很难赢得他人信任，或保持对周围人的信任。当信任崩塌时，我们前进的动力与能力也会受到巨大的影响。

深受读者喜爱的畅销书作家、心理学家和“领导力”专家——亨利·克劳德通过这本书帮助读者理解和管理所有关系中的“信任”。克劳德博士探讨了信任的五个基本方面，讲述了经营人际关系，并帮助我们了解导致我们在信任决策中做出错误的判断，以及导致我们无法激发对他人的信任的原因。他还指导读者如何完成修复信任——这是一个非常艰难的过程，因为当信任被侵犯和破坏时，即使恢复信任是非常困难、有时甚至是不可能的。

克劳德博士从数十年的临床实践、商业咨询和研究经验中汲取了丰富的智慧，他告诉我们：信任是管理最复杂和最基本的人际关系纽带的终极资源，使我们能够在生活的各个领域体验到更富有成效和有益的人际关系。

### 作者简介：

亨利·克劳德博士（Dr. Henry Cloud）是一位著名的领导力专家、临床心理学家和《纽约时报》畅销书作家。他的45本书——包括标志性的90年代经典作品《边界》（Zondervan），



在全球已售出近2000万册。他拥有广泛的高管教练背景和作为领导力顾问的经验，大部分时间都致力于与首席执行官、领导团队和高管合作，以提高绩效、领导技能和文化。

他在社交媒体上也具有很强的影响力：包括 Facebook（24 万粉丝），Instagram（13.8 万粉丝）、播客和脱口秀（280 万下载量），网络研讨会，13 万的电子邮件推送粉丝（高于 2019 年的 11 万），YouTube（2021 年的 160 万观看次数），付费在线订阅辅导服务（350 万浏览量），与全球领导力峰会，Chick-Fil-A，微软，ADP，State Farm 之间建立了咨询与演讲关系，还包括 盖特威教会、国际同情组织等等。

\*\*\*\*\*

**中文书名：《粉丝心理：归属感心理学之旅》**

**英文书名：FANS: A Journey into the Psychology of Belonging**

**作 者：**Michael Bond

**出版 社：**Pan Macmillan

**代理公司：**ANA/Conor Cheng

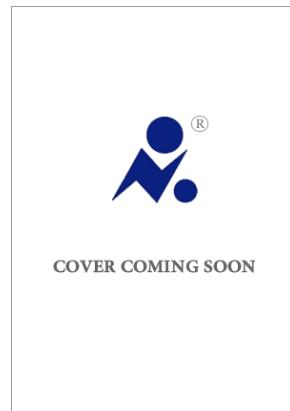
**页 数：**320 页

**出版时间：**2023 年 3 月

**审读资料：**电子稿

**类 型：**大众心理/励志

**版权已授：**英国、美国、韩国



#### 内容简介：

该书是著名科学作家、《寻路》(Wayfinding) 作者的作品，是一次进入超级粉丝世界的旅程，也是对粉丝心理学的探索。

《粉丝》将读者领入一个粉丝群的旅程，并在过程中展示了一些关于人类行为的基本真理。这本书部分是行为研究，部分是娱乐，其核心是一个关于集体的故事，关于当我们与分享我们激情的人互动时发生在我们身上的事情。人类的大脑是有联系的，虽然我们的群体倾向会带来许多冲突（宗教不容忍、种族主义、战争等），但它们也是我们产生最大满足感的来源。

粉丝群提供了很多部落主义的乐趣，但却没有什么危害：一种归属感和共同的文化，一种意义和目的感，改善精神健康，保证我们最离奇的信念会被认真对待，以及尝试模仿（和穿得像）英雄的自由。

在《粉丝》中，迈克尔·邦德通过社会认同理论的视角探讨了这一主题，这是社会心理学家和人类学家用来理解人们在群体中的行为方式以及为什么群体对人类文化有如此深刻的影响的一套观点。



## 作者简介：



**迈克尔·邦德(Michael Bond)**凭借《他人的力量》(The Power of Others)获得了2015年英国心理学会奖(British Psychology Society Prize 2015)，他是一名自由记者，曾是《新科学家》(New Scientist)的编辑和记者，专门研究心理学和人类行为，特别是社会行为以及人们如何与环境互动。

\*\*\*\*\*

中文书名：《乡愁简史》

英文书名：NOSTALGIA: A Biography

作 者：Agnes Arnold-Forster

出 版 社：Pan Macmillan

代理公司：ANA/Conor Cheng

页 数：288 页

出版时间：2024年4月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



## 内容简介：

一位备受赞誉的年轻历史学家撰写的关于最滑稽的情感：令人琢磨不透的乡愁史。

在《乡愁简史》中，艾格尼丝将神经科学和心理学与医学史和情感史结合起来，探讨了乡愁这种情感从17世纪的瑞士（当时它被认为是一种可以杀死人的疾病）到现今（它被广告公司和政治家共同用来向人们推销商品和政策）的演变过程。乡愁是一种社会和政治情感，容易被滥用，也能反映时代的焦虑。

阿诺德-福斯特不仅为读者提供了一个对这种复杂、模糊的情感的迷人历史穿越五个世纪的生动旅程，说明乡愁这种情感是如何发展的，而且更重要的是，通过这本书，人们可以思考社会的变化，对遗憾、错位和归属的集体感受，现当代工作的条件，以及恐惧和焦虑的政治。这也是对人们现在做的事情、对乡愁的感受以及人们可能想要改变自己所生活的世界的深刻分析。

## 作者简介：



**艾格尼丝·阿诺德-福斯特博士(Dr Agnes Arnold-Forster)**曾在麦吉尔大学、伦敦玛丽皇后大学的情感史研究中心(the Centre for the History of Emotions)工作，并在柏林的马克斯·普朗克人类发展中心(Max Planck Centre)担任访问研究员。她著有一部癌症学术史，并为学术、医学和主流媒体广泛撰稿。



\*\*\*\*\*

中文书名：《不孤独项目》

英文书名：PROJECT UNLONELY

作 者：Jeremy Nobel

出 版 社：Penguin/Avery

代理公司：ANA/ Lauren Li

页 数：304 页

出版时间：2023 年 10 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



#### 内容简介：

杰里米·诺贝尔博士（Dr. Jeremy Nobel）及时而必要的《不孤独项目》（PROJECT UNLONELY）为我们的孤独新世界带来了洞见，并提供了慰藉、希望和解决方案。

即使在 2020 年新冠流行之前，慢性孤独也早就是一种私人经历，已经成为一场公共卫生危机。从这几年开始，它的影响范围达到了新的高度。

孤独有多种形式，从持续的物理意义上的隔离，到因人与人之间的差异而感到被排斥在外，它会对我们的身心健康产生毁灭性的后果。作为“不孤独项目”的创始人，杰里米·诺贝尔博士揭开了我们个人和国家的孤独体验，以发现孤独的根源，并采取措施寻找安慰和联系。

诺贝尔博士采纳了许多声音，从前沿科研人员到商业、教育和医疗领域的领导者，再到各个年龄、背景和环境的孤独者的生活经历。他发现，这场大流行不仅以身体上的方式孤立了我们，而且从本质上讲，真正的孤独感来自于与自我的脱节。

他阐明了如何滋养和维持有意义的联系。他还透露，治愈孤独的一个重要组成部分是参与创造。这是一本支持性的、清晰的、令人欣慰的书，我们将把它纳入我们的新常态，并在未来几年依赖它。

**孤独是一场早于新冠的流行病：**疫情前发布的一项研究显示，46% 的 45 岁及以上的美国成年人长期孤独。自 2020 年以来，这个问题爆发了。孤独会导致抑郁和自杀。

**“不孤独项目”：**作为艺术与治愈基金会（Foundation of Art and Healing）的一部分，“不孤独项目”的许多合作伙伴包括美国退休人员协会（AARP）、信诺（Cigna）、UJA 和欧莱雅。它一直吸引着各大媒体，包括最近的《华盛顿邮报》和哥伦比亚广播公司（CBS）电视台在圣诞节早上播出的节目。

**现有政策的不足：**成为一个多元化群体的成员可能会导致灾难性的孤独感。仅靠多样性、公平性和包容性的口号是不够的，因此哈佛大学公共卫生学院采取了多样性、平等性、包容性和归属性的立场。

39



**响应时代需要：**诺贝尔博士在书中涵盖了关于疫情期间的隔离及其长期结果的信息。维韦克·穆尔蒂(Vivek Murthy)的《在一起》(TOGETHER)是疫情前关于孤独的圣经。而本书则将成为如何大流行时代前进的圣经。

### 作者简介：



杰里米·诺贝尔([Jeremy Nobel](#))，医学博士，公共卫生硕士，是一名初级保健医生，也是艺术与康复基金会([Foundation for Art & Healing](#))的创始人，该基金会的标志性倡议“不孤独项目”([Project Unlonely](#))解决了孤独和社会孤立带来的个人和公共健康挑战，已获得全国性的知名度。诺贝尔博士获得内科和预防医学董事会认证，并获得哈佛大学公共卫生学院流行病学和卫生政策硕士学位。目前，他在全球卫生和社会医学部哈佛医学院系任职。他也是诗人，摄影师和教师，一名人文学科的实践者。

\*\*\*\*\*

中文书名：《了解自恋人格》

英文书名：*Identifying and Understanding the Narcissistic Personality*

作 者：Elsa F. Ronningstam

出 版 社：Oxford University Press

代理公司：ANA/Leah

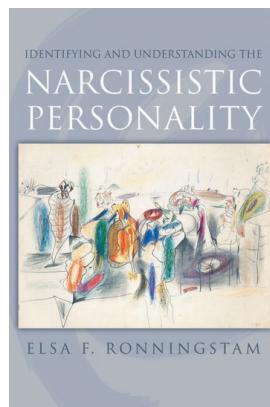
页 数：256 页

出版时间：2005 年 5 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理学



### 内容简介：

- 探讨“自恋人格”的本质，从正常人格特点到病理性自恋，再到自恋型人格障碍。
- 结合工作场所的自恋和病态自恋导致的自杀行为，从多层面深入研究自恋人格。
- 讨论在生活事件背景下自恋功能的变化。

自恋者一直受到很多诽谤，但根据研究人格研究的临床医生的说法，有许多自恋者在生活中取得了令人不可思议的成功，因为他们可以表达清晰地表达自己的追求和想法，让其他人跟随。作者已经研究和治疗自恋者 29 年，她对我们对自恋型人格障碍的理解进行了平衡，并进行了全面和最新的回顾，解释了从人格特质（可能是带来积极影响的）到全面性障碍（可能具有高度破坏性）的范围。通过实际案例研究，作者向我们展示了自恋者的内心世界，在他们内心深处存在的自信与傲慢，痛苦、羞耻感和缺乏安全感，种种情绪之间的拉锯战。这是第一本综合的临床和实证指南，对临床医生有很好地指导和帮助，但同样也能帮助有好奇心的读者了解自恋人格背后的故事。



### 媒体评价:

“人格障碍虽然总是被讨论，有时被归因于轴心 II 上，但它确实存在。自恋型人格终于在这本书中得到了应有的关注。读者应该了解这些有价值的信息，以扩展他们的知识库，而这本书将非常轻松地满足读者的这一需求。

——《涂鸦日记》(Doody's Journal)

### 作者简介:

艾尔莎·罗宁斯塔姆 (Elsa F. Ronningstam)，美国哈佛医学院心理学助理教授。

### 全书目录:

- 1: 从神话起源到人格障碍
- 2: 具有文化差异的正常性格特点
- 3: 自恋型人格障碍的起源和分布范围
- 4: 识别病理性自恋
- 5: 区分病理性自恋
- 6: 性格特点还是缺陷？自恋人格在职场上的表现
- 7: 自恋与自杀
- 8: 改变还是腐蚀？病理性自恋的变化

\*\*\*\*\*

中文书名:《人生意义之积极心理学》

英文书名: *A Life Worth Living: Contributions to Positive Psychology*

作    者: Mihaly Csikszentmihalyi and  
Isabella Selega Csikszentmihalyi

出版社: Oxford University

代理公司: ANA/Leah

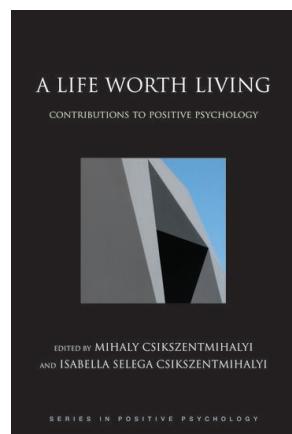
页    数: 264 页

出版时间: 2006 年 5 月

代理地区: 中国大陆、台湾

审读资料: 电子稿

类    型: 大众心理学



### 内容简介:

《人生意义之积极心理学》汇集了国内外学者在积极心理学方面的前沿思考，从历史、哲学、实证研究的视角，探讨心理学家所发现的影响个人幸福感的种种因素。本书中所有的内容都基于一个原理：幸福感的发展以纯粹的物质满足和自私心理为起点，而后通过责任感的链接，以他人的满足，群体的幸福，个人精神的满足，和个人某方面才能的施展为最终目标。



研究人员在本书中指出，个人目标，本能动机和自立感要远远比物质、虚荣和权势上的满足更加重要；苦难与坎坷并不一定导致不幸；暗示疗法可以提高生活质量。书中还具体谈到儿童时期积极的价值观和良好的习惯的形成，以及对衰老这一生理过程的新的诠释。

书中的观点与还原论者所倡导的心理学理念相对立，认为主观的经验能够通过科学的方法得到准确测量；强调独立感和自主能力是人类最基本的要求，更有力地以事实论证了主观现象的重要性，认为其对幸福感影响比外部的物质条件更重要。

近几十年来，心理学家似乎忽略了一件事情：痛苦并不是唯一的选择。而正是积极心理学的产生使得生命的意义更丰富多彩，使得人们对生命的理解更加积极。

### 作者简介：

**米哈里（Mihály Csíkszentmihályi）**是克罗地亚人，后移民美国，现任加州克莱蒙大学的心理学教授，曾是芝加哥大学心理学院院长及森林湖学院社会与人类学系主任。

### 全书目录：

#### 第一部分 - 历史和理论观点

1: 西方心理学中的积极心理学

2: VIA 优势分类

3: 积极人格发展：接近个人自主

4: 精神研究的最新进展

#### 第二部分 - 积极心理的经验

5: 积极情绪的拓宽与理论建立

6: 情商的正向作用

7: 实现幸福的策略

#### 第三部分 - 终生发展的积极影响

8: 晚年生活中的适应性资源

9: 主观体验对生活质量的影响

10: 什么能让你快乐

11: 唯物主义及其替代品

12: 虽然年纪增长，但也要越变越好

13: 后记：打破 65% 的障碍



\*\*\*\*\*

中文书名：《论疯狂：精神病心理研究》

英文书名：*On Madness: Understanding the Psychotic Mind*

作 者：Richard G. T. Gipps

出 版 社：Bloomsbury

代理公司：ANA/Leah

页 数：272 页

出版时间：2022 年 10 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



#### 内容简介：

这是一本针对脱离现实意味着什么的哲学研究著作。

我们能接触到妄想中的精神病患者吗？精神病理理论家经常试图找到一种方法来描述这个主体的内心困境，这样他们难以理解的话语和行动就会理性地联系在一起。在这本开创性的著作中，哲学家和临床心理学家理查德·G.T.吉普斯（Richard G. T. Gipps）展示了这种寻找理性的努力实际上如何导致我们面对精神病人的痛苦。

吉普斯将病人回忆录、精神病理观察和哲学思考结合在一起，完成了这部影响深远的著作。一方面，通过理解为什么我们无法在精神病思维中找到理性秩序，他展示了我们如何能更好地理解遭受妄想和精神病的痛苦。另一方面，他为我们找回了这种表达性、动机性和象征性的理解形式的价值，只有当我们被理性拒之门外时才会有这种价值。通过这样的方式，吉普斯不仅解决了妄想的精神病理问题，还向我们展示了如何更真实地见证精神病人的破碎、痛苦和绝望。

#### 销售亮点：

- 对患精神病意味着什么进行仔细的、哲学上细致入微的评估
- 贴近病人的经历，借鉴重要的自传资料
- 表现出对古典和当代精神病理学和哲学的深刻了解

#### 媒体评价：

“‘精神生病是怎么回事?’在《论疯狂》一书中，理查德·吉普斯带我们踏上了一段丰富的哲学和心理学之旅，以维特根斯坦的精神向我们展示了错觉和其他精神病理概念如何只有在‘生命的洪流’中才有意义。这是一部哲学精神病理学著作，不是简单的下定义，而是坚定地以理解为基础。”

——丹妮埃拉·莫亚-沙洛克（Danièle Moyal-Sharrock），英国维特根斯坦学会（British Wittgenstein Society）主席，英国赫特福德大学（University of Hertfordshire）哲学教授



## 作者简介：

理查德·G.T.吉普斯（Richard G. T. Gipps）是英国牛津大学哲学学院的特许临床心理学家和助理研究员。他是《牛津哲学和精神病学手册》（The Oxford Handbook of Philosophy and Psychiatry; 2013年）和《牛津哲学和精神分析手册》（The Oxford Handbook of Philosophy and Psychoanalysis; 2019年）的联合编辑。

## 全书目录：

- 致谢
- 简介
- 1. 精神疾病
- 2. 妄想的不可恢复的理性
- 3. 与现实接触
- 4. 一个人的世界
- 5. 分裂的自我
- 6. 自我和他人
- 7. 幻觉
- 8. 错乱的思想
- 9. 精神病象征
- 10. 精神错乱的政治归因
- 注释
- 参考文献
- 索引

\*\*\*\*\*

中文书名：《独一无二的伴侣：掌握独处的艺术、改变你的生活》

英文书名：SOLEMATE: Master the Art of Aloneness and Transform Your Life

作    者：Lauren Mackler

出版社：Hay House

代理公司：Joelle/ANA/Lauren

页    数：384 页

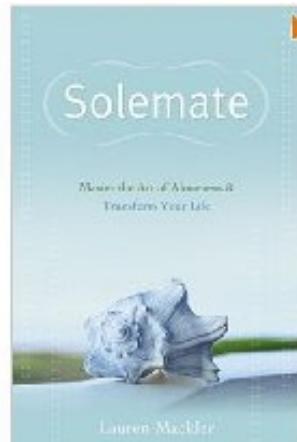
出版时间：2009 年

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类    型：大众心理/心灵励志

**简体中文版曾授权，版权现已回归**



## 内容简介：

许多人一等多年就为了等到一个理想的伴侣——一个心心相印的“知己”，使自己幸福，使自己的生命完整。有的人则为了害怕孤独而安于一段并不如意的感情。劳伦·麦克勒（Lauren Mackler）的《独一无二的伴侣》一书开创性地指点了一条掌握自己人生的明路，使你无论有



无伴侣都能感到自己是完整的。这本书教你去做你应该成为的人，善待自己，矫正限制你施展才能的旧的思想与行为，最大程度地发挥出你的潜能。这本书教你做自己的、珍贵的、独一无二的伴侣。

麦克勒根据自己及客户的亲身体会，结合心理学、生理学、社会学、自然疗法和商业战略实践，研发出一套独特的方案来使你重获自我内在的完整性。这个过程是逐渐的、一步步的，包括让你了解不利于自己的心理行为模式是怎样形成的，如何克服这种模式以求发展。麦克勒帮助你找回真正的自我——剥去环境影响下形成的层层外壳，认识真正的你。这套方案可以帮你去更清醒觉悟、更深思熟虑地生活，使你的所作所为更有利于达成你生活中的目标。

麦克勒是一位知名的心理辅导师、研讨会主持人和主题演讲人。本书出版之前，只有参加她的辅导项目和“掌握独处的艺术”(*Mastering the Art of Aloneness*)研讨班，才能得到她的指导。通过测验、练习、引导日志法等，她帮助你：

- 识别那些阻碍你获得完美幸福感的限制性的看法、恐惧与行为
- 打破这些固有模式的束缚，克服你的恐惧心理
- 发现真正的自我
- 开创崭新的人生视野，制定行动方案来帮助你实现你为自己设定的任何目标
- 建立内外支持体系，帮助你梦想成真

《独一无二的伴侣》是一本关于掌握独处艺术的书，但可不是一本关于孤独的书。它是写给那些想要通过调整自我、改善关系来提高生活质量的人们的，为人们提供用来培养自我意识、生活技巧和情感智能的工具，使你无论是否有人相伴都能生活得充实幸福成功，不为金钱而忧虑。

#### 作者简介：



劳伦·麦克勒（Lauren Mackler）是激发人类潜能的一位创新者，知名心理辅导师，主题演讲人，教师，电台电视台脱口秀节目受欢迎的嘉宾。在过去的 25 年里，她是一位精神治疗医师、研讨会主持人、企业顾问，是实现个人转变、改善人际关系及提高专业表现领域中的权威人物。她与杰克·坎菲尔（Jack Canfield），史蒂芬·柯维（Stephen Covey）和 肯·布兰佳（Ken Blanchard）共同著有《与成功有约》（*Speaking of Success*）一书，她还是劳伦·麦克勒辅导咨询公司（Lauren Mackler & Associates）的创建者。



\*\*\*\*\*

中文书名：《人类为何会哭——藏在悲伤、进化和大脑里的秘密》

英文书名：*Why Humans Like to Cry: The Evolutionary Origins of Tragedy*

作 者：Michael Trimble

出 版 社：Oxford University Press

代理公司：ANA/Leah

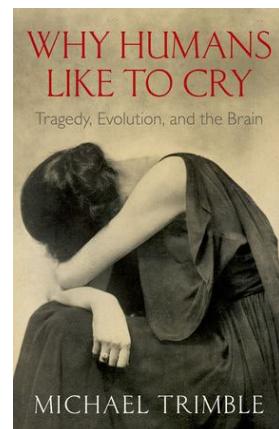
页 数：256 页

出版时间：2012 年 12 月

审读资料：电子稿

类 型：科普

**本书中文简体版曾授权，版权已回归**



#### 中简本出版记录

书 名：《人类为何会哭——藏在悲伤、进化和大脑里的秘密》

作 者：[英] 迈克尔·特林布尔

出版社：世界图书出版公司

译 者：董乐乐

出版年：2015 年 7 月

页 数：195 页

定 价：38 元

装 帧：平装



#### 内容简介：

大脑研究人员对情绪导致的哭泣越来越感兴趣。如果你对人类的情绪发展感兴趣，或是对艺术对人类进化的影响感兴趣，那么你也会对这本书感兴趣。

纵观目前生活在地球上的所有物种，我们会发现，只有人类会因为情绪方面的原因而落泪，甚至将悲剧发展成了一种艺术形式。精神病学专家迈克尔·特林布尔对人类的这个显著特点进行了深入研究，他在本书中探讨了哭泣行为与控制人类情绪的大脑之间的联系，从最新的研究成果出发，在神经学范畴内对哭泣进行了详细的分析和描述，并对这一行为在人类学研究上的价值进行了广泛且深入的解释。

《人类为何会哭(藏在悲伤进化和大脑里的秘密)》作者迈克尔·特林布尔认为情绪性哭泣是人类进化的转折点。人类不仅会因为自身经历的悲剧而哭泣，也会对他人的悲伤情绪做出反应，即便对方是虚构的人物也不例外。他还注意到了人类在流泪之后获得的情绪上的满足感，这种感受很可能强化了我们追寻悲剧故事和动人音乐等艺术成果的行为。

人类是唯一会因为情绪波动而哭泣的物种。我们会为自己和其他人生活中的悲剧而流泪，甚至会为电影、歌剧、小说、戏剧中虚构的人物流泪。但是，为什么哭泣是人类独有的特点？我们大脑的结构和其他动物有什么不同？在人类进化之旅中，我们是从何时开始意识到人生的悲剧的？我们的祖先第一次哭泣是什么时候？



在这部引人入胜的作品中，神经学家迈克尔·特林布尔（Michael Trimble）进行了广泛的讨论，探讨了情绪导致的哭泣，包括它的生理原因和进化历史。为了揭示为什么说哭泣是人类独有的特点，特林布尔提出了极富见地的洞察，用神经解剖学分析了人类的大脑，突出了人类和其它灵长目动物的不同之处，特别是情绪和哭泣的关系。

作者还深入探讨了哭泣的方方面面（哭的是什么人，在哪里哭，什么时候哭），解释了为什么人们常常在哭泣后感觉变好，为什么人类发展出了让人流泪的艺术形式，特别是音乐。自始至终，特林布尔教授一直围绕尼采的《悲剧的诞生》（*Birth of Tragedy*），探索了悲剧作为一种艺术形式的起源，并以阿波罗（Apollo）和狄俄尼索斯（Dionysus）的形象为代表，阐释了人类行为和思想的有机组成部分。

最后，特林布尔教授表示，我们对悲剧的情绪反应，也就是情绪导致的哭泣，已经发展了几百万年的时间了。本书提出的见解展示了人类一个神秘的特质，为读者提供了一个深入理解自身情绪的大好机会。

#### 媒体评价：

对大脑的多维研究不仅有利于解析情绪控制的机制，还可探索艺术灵感的起源，揭示智力进化的秘密。作者的这些有趣的发现让人们对自然科学和社会科学的交叉部分有了新的认识。

——徐格林，南京大学教授，南京军区南京总医院神经内科主任医师

迈克尔·特林布尔从神经生物学的角度对奥斯卡·王尔德提出的那个绝妙概念——“悲伤的意义和悲伤的美好”展开了讨论。这本书可以让人们更加深入地了解大脑，而对大脑及其运作方式的认识曾为且会继续为人类的审美做出重要贡献。书中满是独到的见解，几乎每一页都是值得深入思考的素材。这本书对神经美学的研究而言意义非凡。

——森伊尔·奇格，伦敦大学神经美学教授

#### 销售亮点：

- 看看为什么人类是唯一会因为情绪波动而哭泣的物种。
- 从生理、心理、生物等多个角度解释了哭泣的原因。
- 将这种独特的人类进化方式与语言、自我意识和宗教的发展联系起来。
- 谈及移情能力带来的影响，说明了大脑是如何促进我们的心智发展的。
- 以尼采的悲剧起源理论为基础。
- 探索了我们对各种艺术形式，特别是情绪化的音乐的热爱。

#### 全书目录：

##### 1 引言

尼采，科学，以及《悲剧的诞生》

##### 2 哭泣

哭泣是一种情绪反应

情绪性哭泣的存在意义

审美、哭泣和喜悦的泪水

##### 3 神经解剖学和神经生理学视角下的哭泣



导语

我们所知的眼泪

与哭泣行为相关的大脑结构

更全面地了解控制情绪的神经

智人的突破性进化

眼泪与神经活动

肉毒杆菌的影响

左右脑功能的偏侧性

#### 4 进化

语言的起源

神话和宗教

想象与现实的分歧

利他主义、移情作用和社会脑

神经解剖学与心智理论

大脑里的“镜子”

家庭出现的意义

#### 5 悲剧和眼泪

悲剧艺术的产生与发展

悲剧诱发出的泪水

再谈神经解剖学

悲剧带来的愉悦

回归太阳神精神和酒神精神

#### 6 流泪的逻辑

动物与人类的区别

艺术的诞生

生理和情绪状态对哭泣的影响

凝视的力量

自然进化的成果

#### 7 在影剧院哭过之后，为何会觉得愉快？

随着音乐的节拍起舞

只有人类会哭

#### 附录

1 神经解剖学

2 词汇表

#### 注释

#### 作者简介：

迈克尔·特林布尔（Michael Trimble），伦敦神经病学研究所的名誉教授，专门研究行为神经学。他多年来致力于研究神经系统疾病，尤其是癫痫和运动障碍。他一直对神经解剖学很感兴趣，从而能够找出哭泣的神经解剖学原理。

特林布尔教授还是一位拥有情绪障碍临床经验的精神科医生，并用神经功能脑成像技术对患者作过详细调查。他也是《大脑中的灵魂》（The Soul in the Brain）（约翰·霍普金斯大学出版社，2007年）一书的作者。



\*\*\*\*\*

中文书名：《社交尴尬症》

英文书名：AWKWARD

作 者：Ty Tashiro

出 版 社：William Morrow

代理公司：DeFiore /ANA/ Lauren

页 数：288 页

出版时间：2018 年 4 月

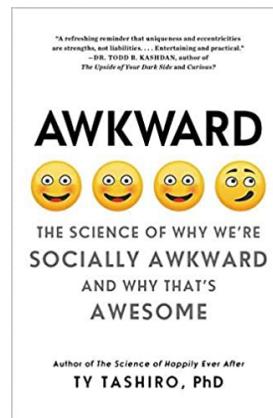
代理地区：中国大陆、台湾地区

审读资料：电子稿

类 型：大众心理

授权信息：简体中文版曾授权，版权已回归

豆瓣链接：<https://book.douban.com/subject/25981362/>



书名：《社交尴尬症》

作者：[美] 泰·田代

出版社：中国友谊出版公司

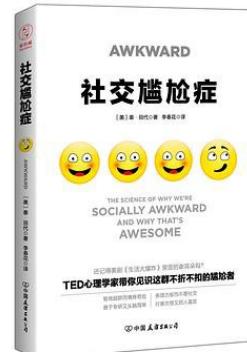
译者：李春花

出版年：2018-7-1

页数：3

定价：64.00

装帧：平装



## 内容简介：

心理学家和人际关系专家泰·田代博士深谙尴尬为何物，《社交尴尬症》一书梳理了来自人类智力、神经科学、人格和社会学领域几十年来的相关研究成果，旨在帮助我们更好地理解这一广泛存在的共同特质。《社交尴尬症》追溯了尴尬的先天与后天起因，思考了尴尬者看待世界的方式，传递了一个违反直觉却颇受欢迎的信息：这种让人社交尴尬的特质如果善加引导，会成为人们取得非凡成就的力量。

感谢《生活大爆炸》这样的节目，在里面，社交尴尬者也显得酷极了。但是对于节目之外成千上万的尴尬者来说，在社交生活的巨大迷宫中漫游可能一点都不酷，因为无法识别社交线索或无法掌握流畅互动所必需的技能与体面，尴尬者常常觉得和周围的人无法同步。尽管识别自己的尴尬表现并不困难，但理解自己为何如此却没那么容易——这就使得我们很难知道该如何调整自己的行为。

## 目录：

### 第一部分 这就是尴尬

1 尴尬意味着什么？ / 003

我们基本的归属需求 / 009

我们都有尴尬时刻 / 015

老古板、闷蛋和呆瓜 / 019

尴尬者眼中的世界 / 023

49



2 尴尬有什么问题吗？ / 029

奇怪而持久 / 034

尴尬属于自闭症吗？ / 038

外向、自信与尴尬 / 043

追求“社交流畅” / 048

3 寻找甜蜜技巧 / 052

尴尬时的大脑状态 / 056

得到一个线索 / 059

你真的能“从他们的眼睛里看到”吗？ / 062

为什么我总是一开口就说错？ / 065

当思绪不着边际 / 071

4 古怪的情绪 / 075

可以直接跳过情绪部分吗？ / 080

强烈的情绪世界 / 082

尴尬的功能 / 087

突破局限性 / 091

为什么你是这副表情？ / 097

5 解锁讨喜之人 / 101

尴尬者的心理理论 / 104

了解讨喜之人 / 108

霸凌者令人惊讶的社交技巧 / 113

细节决定成败 / 117

社会公平的价值 / 121

## 第二部分 这下更尴尬了

6 养育尴尬的孩子 / 129

尴尬家庭的真相 / 133

尴尬冲动与社会期待 / 138

尴尬者的乐趣 / 142

过于强大的超我 / 146

帮助尴尬儿童构建社交基石 / 152

二次回炉 / 157

7 交友的尴尬 / 162

交多少朋友才够？ / 165

社交团体的消亡 / 170

别在意我的言行举止 / 177

带着尴尬交朋友 / 180

传递与渗透 / 188



8 约会和性让人如此尴尬 / 190
浪漫关系中的“浪漫”到底是怎么回事？ / 193
重划朋友界限 / 195
网上约会是个尴尬孵化器 / 199
性实在是件超级尴尬的事 / 204
亲密的尴尬 / 210
永远幸福的尴尬之路 / 216
第三部分化尴尬为精彩
9 绝对惊人 / 221
当尴尬具有适应性 / 222
天赋：不愿双至，只肯单行 / 225
不安分的心 / 230
天才与社交尴尬之间的关联 / 235
忠于自我，融入他人 / 244
10 突破性创新 / 248
未来的完美 / 250
专业的慰藉 / 252
赢得创新彩票 / 255
不完美的辉煌 / 262
后记 / 267
致谢 / 272
参考文献 / 273

### 作者简介：



**泰·田代 (Ty Tashiro)** 美国马里兰大学成瘾症、性格以及情感研究中心的研究员，探索传播公司旗下美体健康频道的情感专家。明尼苏达大学心理学博士，曾获得马里兰大学以及科罗拉多大学年度优秀教授荣誉。他的研究成果已在多种世界顶级学术期刊上发表。作为恋爱心理专家，泰·田代博士对如何保持持久的恋爱以及互联网恋爱方面有独特的见解。



\*\*\*\*\*

中文书名：《连接》

英文书名：CONNECTED

德文书名：VERBUNDEN

作 者：Anna Miller

出 版 社：Ullstein

代理公司：ANA/Lauren

页 数：224 页

出版时间：2023 年 2 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



#### 内容简介：

“我慢慢地意识到我在这里的生活不再是真实的生活。我坐在这里，坐在同一把椅子上，弯着腰，用同样的姿势看我的智能手机。我的头不再抬起，不再自由，不再新鲜。数字世界已将我消费至死。”

我们生活的方方面面—关系、健康、工作、金钱—都深深地受数字技术的影响，始终呈现在智能手机上。作为出生在千禧一代的记者安娜·米勒感到疲惫不堪，密切关注起与智能手机的关系。在最初意识到她花费了多少时间后，她决定深入探究并了解是什么让她和所有人如此依赖于此。更重要的是：如何在线和离线生活之间建立更健康的平衡。

安娜从积极心理学，神经心理学，动机和关系研究中获取最新科学发现，并将数字世界置于更广阔的背景中。她提供了一些具体的技巧和练习，让你更有意识地掌控消费时间和数字内容，并证明，即便使用智能手机，也有可能拥有专注、有活力、创造力、亲密度和真正联系的美好生活—至少有时是可以实现的。

#### 作者简介：



安娜·米勒（Anna Miller）是苏黎世的一名自由职业记者和心理学家。她为各种知名杂志和报纸撰写有关社会问题的文章。她于2021年3月成立了数字平衡实验室，作为数字健康领域的专家在会议上发言，并就职场数字平衡向公司提供建议。



\*\*\*\*\*

中文书名：《亲爱的，我们可以不吵架：亲密关系沟通圣经》  
英文书名：HOW TO SPEAK YOUR SPOUSE'S LANGUAGE: Ten Easy Steps to Great Communication from One of America's Foremost Counselors

作 者：H.Norman.Wright

出 版 社：Center Street

代理公司：Grand Central /ANA/ Leah

页 数：192 页

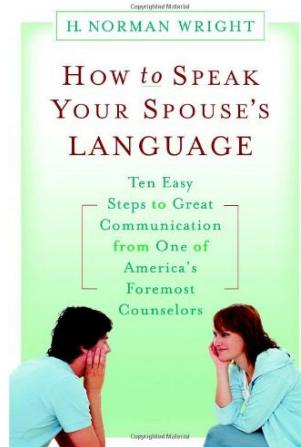
出版时间：2006 年 11 月

代理地区：中国大陆、台湾地区

审读资料：电子稿

类 型：非小说/家庭关系

本书中文简体版曾授权，版权已回归



#### 中简本出版记录

书 名：亲爱的，我们可以不吵架：亲密关系沟通圣经

作 者：[美] H. 诺曼·怀特

出版社：天地出版社

译 者：蔺秀云 / 徐守森

出版年：2018 年

页 数：288 页

定 价：39.8 元

装 帧：平装



#### 内容简介：

为什么他们彼此深爱却又矛盾不断？为什么她喋喋不休而他却不知所云？为什么他看重事实而她却关注感受？男性和女性，因为相似而结婚，因为差异，他们又生活在一起。相似性让他/她们满足，而差异性则让他/她们彼此吸引。

最初是差异性让夫妻双方走到一起，然后还是差异性让夫妻之间拉开距离，但最终差异性却让夫妻之间彼此更加亲近。差异性首先会吸引夫妻双方，然后引发双方的不快，继而是遭遇挫折，然后会拨开迷雾见明月，最终将夫妻双方紧紧地连接在一起。

在这本给人以希望并充满实践指导性的书籍中，诺曼分享了夫妻沟通的十步骤，无论他们是刚结婚一年还是五十年。书中包含大量的示范性对话及对性别不同的阐释，并有适合夫妻的具有实践性的练习，这些都使本书成为对每一人都适用的书。

诺曼重点强调男性和女性的不同沟通方式是天生的，没有对错之分。但是为了享受完美的沟通，夫妻双方必须深入到对方的领地中，学习他们的语言。

《亲爱的，我们可以不吵架》语言幽默，穿插大量的真实案例，将是每一对恋人通向幸福美满婚姻的指南。它能让夫妻间的沟通更顺畅，让情侣间的关系更和谐。



作者简介：



**H. 诺曼·怀特 (H.Norman.Wright)**, 誉全美的婚姻咨询师、心灵导师、演说家及畅销书作家，被公认为值得信赖的家庭婚姻顾问，曾任拜欧拉大学 (Biola University) 教授，婚姻、家庭与儿童辅导研究院院长。曾出版关于家庭、婚姻与人际关系的书 60 多种，其中《亲爱的，我们可以不吵架》曾长期处于《纽约时报》等畅销书排行榜前 10 名，被译成多种文字，深受全世界的读者喜爱。他与妻子乔伊斯伉俪四十多年，现居美国南加州。

《亲爱的，我们可以不吵架》在世界各个年龄层的情侣和夫妻之间产生了巨大影响，被公认为走向和谐婚姻的“沟通圣经”。

\*\*\*\*\*

## 凯文·杜顿教授 (Professor Kevin Dutton)

作者简介：



**凯文·杜顿教授 (Professor Kevin Dutton)** 是牛津大学马格达伦学院 (Magdalen College, University of Oxford) 卡列瓦进化与人类科学研究中心 (Calleva Research Centre for Evolution and Human Science) 的研究心理学家。他是皇家医学会和精神病科学研究会的会员。他著有两本广受赞誉的图书：《四两拨千斤：瞬间说服的艺术》(*Flipnosis: The Art of Split-Second Persuasion*) 和后来出版的《精神病患者的智慧》(*The Wisdom of Psychopaths*)。他住在科茨沃尔德。他的网站地址是：[www.kevindutton.co.uk](http://www.kevindutton.co.uk)。



**安迪·麦克纳布 (Andy McNab)** 从伦敦盖伊医院台阶上被发现那一天起，安迪·麦克纳布就过着不平凡的生活。他曾经是少年犯，被社会所排斥。也曾经在南阿玛的街道和野外与爱尔兰共和军作战。作为英国空军特别部队的一员，他在秘密行动中心工作了九年，任务遍布五大洲。海湾战争期间，他指挥布拉沃二零号巡逻队 (Bravo Two Zero)，用他的指挥官的话说，这支巡逻队“将永远留在军团历史上”。在他的军事生涯中，麦克纳布获得了两个重要的勋章：杰出行为勋章 (DCM) 和军事勋章 (MM)，当他最终离开 SAS 时，他是英国陆军最受尊敬的现役士兵。此后，安迪·麦克纳布凭借其专业的知识和经验，成为全球最畅销作家之一。他出版过三部非虚构类图书，其中包括《布拉沃二零号巡逻队》(Bravo Two Zero)，一部畅销的英国军事史作品，他还是尼克·斯通 (Nick Stone) 系列惊悚小说的作者。他也曾创作过一些儿童图书。除了写作，他还为美国和英国的安全和情报机构演讲，并为电影行业提供从工作流程到如何把平民演员训练成士兵的一切建议。他也继续担任军方和扫盲慈善机构的发言人与筹款人。他的官方网站是 [www.andymcnab.co.uk](http://www.andymcnab.co.uk)。



中文书名：《四两拨千斤：瞬间说服的艺术》

英文书名：**FLIPNOSIS: THE ART OF SPLIT-SECOND PERSUASION**

作 者：Dr Kevin Dutton

出 版 社：Arrow Books

代理公司：PEW Literary Agency/ANA/Lauren Li

页 数：400 页

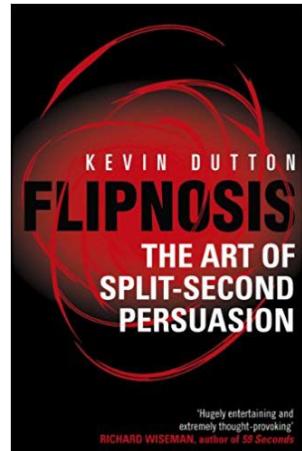
出版时间：2011 年 3 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理

\*中文繁体版已授权



#### 内容简介：

“如果我告诉你，一个精神变态纵火犯也是最有可能把你从燃烧的大楼里救出来的人，你会相信吗？”这本书正是这样一个关于特别的劝说方法的书——“四两拨千斤”。采用这种方法，你的劝说也许只消几秒钟就可见效，甚至可以立即解除最敏锐的大脑。《四两拨千斤》是黑带级别的精神控制，它不仅能帮你扭转局面，还能把情况完全反转。从变态狂，连环杀手和骗子的邪恶却迷人的力量，到温斯顿·丘吉尔的政治天赋，还有武术大师、佛教僧侣、魔术师、广告商、推销员、首席执政官和相互打斗的青蛙，凯文·杜顿这本精辟、原创，极具启示性的书探索了尖端科学能为我们提供的说服技巧。

中文书名：《善良精神变态者的成功指南：如何利用你内心的精神变态者，充分享受生活》

英文书名：**THE GOOD PSYCHOPATH'S GUIDE TO SUCCESS: HOW TO USE YOUR INNER PSYCHOPATH TO GET THE MOST OUT OF LIFE**

作 者：Dr Kevin Dutton and Andy McNab

出 版 社：Apostrophe Books

代理公司：PEW Literary Agency/ANA/Lauren Li

页 数：332 页

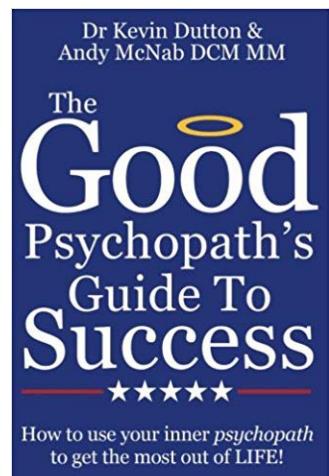
出版时间：2014 年 7 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理

本书中文简体字版曾授权，版权已回归



#### 内容简介：

什么是善良精神变态者？而像他们那样思考又如何帮助我们做到最好？

在这本引人入胜的指南中，英国空军特别部队的传奇人物安迪·麦克纳布（Andy McNab）和牛津大学的心理学家凯文·杜顿博士（Dr Kevin Dutton）将帮助你提高魅力、冷静、勇气和自信等品质，帮助你从生活和事业中获得最好的结果。



《善良精神变态者的成功指南》(The Good Psychopath's Guide to Success) 参考麦克纳布(一个公认的善良精神变态者)英勇的军事生涯和杜顿一生的研究成果, 将帮助你发现你是否是一个善良精神变态者, 而如果你不是, 它也将告诉你如何表现得像一个。

可能会令你大吃一惊的是, 我们当中的许多人都是善良精神变态者, 他们能够控制诸如恐惧、犹豫和良知等性格特征, 使自己在各种情况下都能果断出击, 取得成功的结果。你是他们中的一员吗?

凯文·杜顿教授一生都在研究精神病患者。他第一次见到英国空军特别部队的安迪·麦克纳布是在一个研究项目中。他的发现令他感到吃惊。麦克纳布被诊断为精神变态者, 但他是一名善良的精神变态者。与邪恶的精神变态者不同, 他能够根据情况的不同, 提高或降低自己诸如冷酷无情、无所畏惧、良知和同情心等品质, 从而使自己和他人发挥最大的作用。

本书结合了安迪·麦克纳布的丰富经历和凯文·杜顿教授在这方面的分析及专业知识, 探索了一个善良精神变态者不同的思维方式及其意义。你想从生活中得到什么? 你要如何发展和运用你的魅力, 在压力下保持冷静、自信和勇气等品质, 从而获得你想要的得到的? 《善良精神变态者的成功指南》给你提供了一个独特、有趣的路线图, 让你实现自我, 在生活和职业中获得成功。

中文书名: 《如何利用你心中的精神变态者》

英文书名: SORTED!: THE GOOD PSYCHOPATH'S GUIDE TO BOSSING YOUR LIFE: HOW TO OWN YOUR DAY-TO-DAY THE PSYCHOPATH WAY

作    者: Dr Kevin Dutton

出版社: Corgi

代理公司: PEW Literary Agency/ANA/Lauren Li

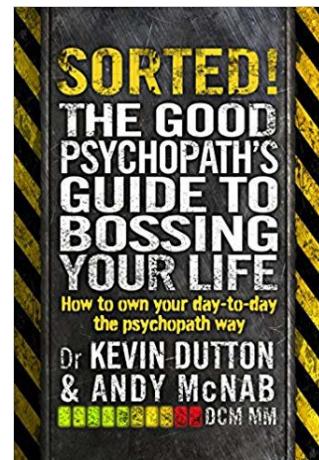
页    数: 320 页

出版时间: 2016 年 3 月

代理地区: 中国大陆、台湾

审读资料: 电子稿

类    型: 大众心理



#### 内容简介:

本书是一个包含丰富经验的指南, 帮助你利用内心的精神病患者来得到你想要的生活。

本书为你提供了三十多种不同的案例, 这些情况和想法将帮助你改变你的思维方法和生活……

想要搞定一个面试?

想在约会中留下更好的第一印象?

想赚更多的钱, 有更好的发展?

我敢打赌, 你从来没有想过, 你的这些问题的答案会是“精神病患者”。



是时候抓住问题的关键了！凯恩·杜顿博士研究心理变态者，他的最新课题便是英国空军特别部队的英雄安迪·麦克纳布。他有些与众不同。他是一个善良心理变态者。安迪可以控制诸如果断、冷酷和无所畏惧等品质，以使自己和生活达到最佳状态。

这两个看似没什么关系的人一起确立了他们所谓的七大致命胜利，那些使精神变态者与众不同的品质。现在是检验他们的理论的时候了。

《如何利用你心中的精神变态者》(SORTED! THE GOOD PSYCHOPATH'S GUIDE TO BOSSING YOUR LIFE)为我们提供了一种审视日常生活的新方式，它将帮助你从生活中获得更多。

\*\*\*\*\*

中文书名：《完全康复：揭开痛苦沮丧之谜》

英文书名：TOTAL RECOVERY: Solving the Mystery of Chronic Pain and Depression

作 者：Gary Kaplan

出 版 社：Rodale

代理公司：InkWell/ANA/Lauren Li

页 数：272 页

出版时间：2014 年

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



#### 内容简介：

美国每年大约有一亿人遭受着慢性疼痛的折磨，其原因直到最近才被发现。乔治城大学临床副教授盖里·卡普兰博士在《完全康复》一书中讲述了他寻找这一神秘医学之谜的过程。

这本书讲述了一个个令人心痛的故事。卡普兰博士不仅记录了这些慢性疼痛患者身上发生的事情，还找到了其潜在的原因。患者在心理上、生理上忍受着各种剧烈的、频繁的疼痛，而且得不到医疗团体的理解与救助。随着神经生理学上的新突破，卡普兰博士找到了慢性疼痛的病因，也改变了我们对抑郁症、偏头疼、关节炎、神经病、背部疼痛、创伤后精神紧张性精神障碍、焦虑症等各种疾病的看法。

《完全康复》是卡普兰博士与《时代周刊》畅销书作家唐娜·比奇合作的一本精彩而感人的书，也是医学思想上的一次革新。

#### 作者简介：



盖里·卡普兰 (Gary Kaplan) 是卡普兰综合医学中心的创建者和医学总监。他是综合医学领域的先锋人物。全美仅有十九人通过了家庭医学和疼痛医学的职业认证，卡普兰博士是其中之一。他也通过了医疗针灸的职业认证，是美国针灸医学协会的会员。《华盛顿人杂志》(Washingtonian Magazine) 将其列入到了“华盛顿特区最好的医生”名单里。



\*\*\*\*\*

中文书名：《真相与错觉:我们为什么不够有自知之明，又该如何认清自己》

英文书名：INSIGHT: Why We're Not as Self-Aware as We Think, and How Seeing Ourselves Clearly Helps Us Succeed at Work and in Life

作 者：Tasha Eurich

出 版 社：Currency

代理公司：Fletcher/ANA/ Lauren

页 数：368 页

出版时间：2017 年 5 月

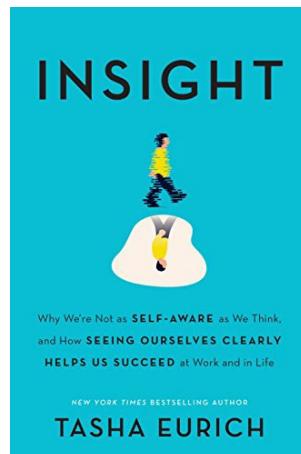
代理地区：中国大陆、台湾地区

审读资料：电子稿

类 型：大众心理

授权信息：**简体中文版 2017 年授权，版权已回归**

豆瓣链接：<https://book.douban.com/subject/30434334/>



#### 中简本出版记录

书 名：《真相与错觉:我们为什么不够有自知之明，又该如何认清自己》

作 者：[美] 塔莎·欧里希

出版社：中信出版社

译 者：胡晓姣，陈志超

出版年：2019 年

页 数：432 页

定 价：59 元

装 帧：精装



#### 内容简介：

古希腊箴言“认识你自己”一直是人类的重大议题。我们眼中的自己是怎样的？如何获知他人对自己的真实评价？只要与人打交道，我们恐怕都离不开这两个问题。遗憾的是，人类对此存在很多错觉和偏差。研究表明，95%的人认为足够了解自己，然而真正拥有自我意识的人数占比不超过 15%。

幸运的是，组织心理学家塔莎·欧里希在《真相与错觉》中指出，洞察自我是一项可以培养的技能。她通过对《财富》500 强企业及其高管的实地考察和研究，并结合数百项研究成果，揭示了关于自我认知的谬论与陷阱，告诉我们对自己有哪些误解，如何发现内心的自己，如何让他人告诉我们关于自己的真相。

桥水公司、皮克斯、沃尔沃、前福特汽车公司首席执行官艾伦·穆拉利、苹果公司高级副总裁安吉拉·阿伦茨……他们的经历正是一次次自我意识的重塑之旅。这本书提供了一套惊人的技巧与策略，帮助你实现同样的进步，在生活与工作中更加充实、自信与成功。



## 作者简介：



**塔莎·欧里希 (Tasha Eurich)**, 组织心理学家,《纽约时报》畅销书作家。她常年为数十家《财富》500 强企业做领导力培训,曾被美国管理协会评为“最受瞩目领导者”,并于 2017 年从 14000 多名候选人中脱颖而出,荣列马歇尔·戈德史密斯评选的“100 名教练”名单。她曾被《哈佛商业评论》、《企业家》、和 TED 网站撰稿,在《财富》、《福布斯》、《纽约时报》、《快公司》和《商业内参》等媒体上发表过多篇文章。

\*\*\*\*\*

中文书名:《怪异行为心理学》

英文书名: THE SCHMUCK IN MY OFFICE

作 者: Jody Foster and Michelle Joy

出 版 社: St. Martins Press

代理公司: Fletcher/ANA/Lauren

出版日期: 2017 年 4 月

页 数: 336 页

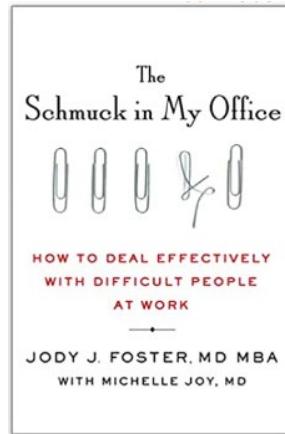
审读资料: 电子稿

代理地区: 中国大陆、台湾地区

类 型: 大众心理学

繁体中文版已授权

中文简体字版曾授权, 版权已回归



## 中简本出版记录

书 名: 《怪异行为心理学》

作 者: [美]朱迪·福斯特 / [美]米歇尔·乔

出版社: 台海出版社

译 者: 张晓楠

出版年: 2018 年 5 月

页 数: 216 页

定 价: 42 元

装 帧: 平装



## 内容简介:

《怪异行为心理学》是宾夕法尼亚大学医学院教授,沃顿商学院工商管理硕士朱迪·福斯特与宾夕法尼亚大学研究员米歇尔·乔根据临床经验解读职场中常见但令人费解的怪异行,帮助读者尝试理解他人行事怪异的深层原因,真正了解同事和自己,打造更加安全、健康、有效运转的工作环境。把别人说成傻瓜或是蠢货很容易,而尝试理解他人如此行事的深层原因则要难得多。

《怪异行为心理学》剖析了人们对人际交往认识的局限性,突出精神分析在办公环境中的重要作用,帮助读者识别不同类型的问题行为,打造更好的工作环境和更顺畅的人际关系。



**作者简介：**

**朱迪·福斯特（Jody Foster）**，沃顿商学院工商管理硕士。宾夕法尼亚大学医学院教授，宾夕法尼亚州大学卫生系统精神科临床操作副主席。

**米歇尔·乔（Michelle Joy）**，宾夕法尼亚大学研究员，对临床医学和人文科学的交叉点感兴趣。

**目录：**

**CHAPTER 1**

认识不同的人格

什么是怪异行为？— 002

我们为何在意怪异行为？— 005

不受欢迎的人格类型 — 008

如何应对怪异性格者 — 012

本书使用方法 — 014

免责声明 — 017

**CHAPTER 2**

引人注目的戏精

性格的多面性 — 022

眼中的自己最完美——自恋狂 — 025

疯狂的内心世界——捕蝇草型人 — 047

看不透的身边人——双面骗徒 — 071

**CHAPTER 3**

认知功能出现问题的人们

认知障碍引发怪异行为 — 098

追求完美的强迫型性格——细节控 — 101

多动与拖延相结合的多动型性格——注意力缺陷症 — 120

容易迷失自我的成瘾性格——成瘾者 — 132

痴呆症与认知退化——糊涂蛋 — 146

**CHAPTER 4**

令人费解的人们

正常人 VS 不正常人 — 160

难以沟通的“机器人” — 162

充满怪异想法的怪咖 — 177

疑神疑鬼的多疑型人 — 188

**CHAPTER 5**

结论

你是职场中的“傻瓜”吗？ — 202

改变的成就感 — 204

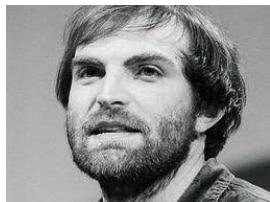
致谢 — 206



\*\*\*\*\*

## 本·安布里奇 (Ben Ambridge)

### 作者简介:



**本·安布里奇 (Ben Ambridge)** 是曼彻斯特大学心理语言学教授，他曾著有 70 多篇学术论文。他曾写过两本书：成为 WHSmiths 月度旅行书籍的《心商》(Psy-Q)，和《你比黑猩猩聪明吗？》(Are You Smarter than a Chimpanzee?)。他的 TED 演讲《关于心理学的九个误解》(Nine Myths about Psychology) 浏览量达 300 多万次。

中文书名：《讲故事：叙事的力量以及应当如何使用它》

英文书名：STORIFY: The Power of Narratives and How We Use Them

作 者：Ben Ambridge

出 版 社：暂定

代理公司：Felicity Bryan/ANA/Lauren Li

页 数：暂定

出版时间：暂定

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：大纲

类 型：大众心理学



### 内容简介:

你可能已经熟悉了这样一种观点，即我们人类天生就不以事实和数字来理解世界，而是以叙事来理解世界。在这本机智、聪明、极具娱乐性的书中，心理语言学教授本·安布里奇 (Ben Ambridge) 运用语言学、心理学和神经科学的最新研究成果，不仅展示了为什么故事如此强大----为什么我们至今仍在读《奥德赛》(The Odyssey) ----还展示了如何以及为什么，无论我们是否意识到这一点，我们都经常使用特定的叙事套路（探索、失败、追寻、悲剧等）来理解我们的生活。他还展示了叙事是如何被人们利用，以塑造我们对他们的看法的；而一旦读者了解了正在发生的事情，他们也能利用叙事来满足自己的目的。因为，正如他所说：“没有任何项目----无论是个人的还是专业的----不能通过采用适当的叙事方式而得到改进或被更好地理解。”



中文书名：《心商：一本让人挠头的日常心理学杂集》

英文书名：PSY-Q: A Mind-Bending Miscellany of Everyday Psychology

作 者：Ben Ambridge

出 版 社：Profile

代理公司：ANA/Lauren Li

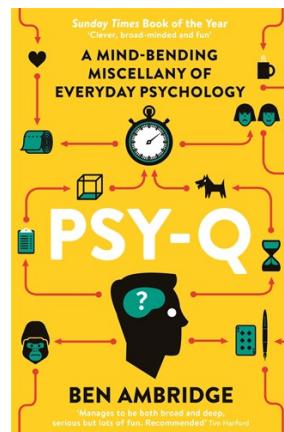
页 数：352 页

出版时间：2015 年 7 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理学



#### 内容简介：

心理学无处不在。我们的情绪和欲望，我们每天所做的决定----关于我们如何思考和感受的方方面面都已经被心理学家研究过了。本·安布里奇通过数十个互动谜题、智商测试、测验、笑话、双关语和视觉错觉，引导我们了解这些丰富的研究，向我们展示如何更好地了解自己。

著名心理学家本·安布里奇驳斥了小报的猜测，重温了斯坦福监狱实验（Stanford Prison Experiment）等老热门，并发掘了普通读者所不知道的前沿研究。他打破了公认的智慧，向心理学爱好者和初学者揭示了我们日常生活背后的心理。

他以丰富的智慧和幽默，解释了蓝眼睛是否让你更值得信赖，比喻能如何帮助人们治愈癌症，罗夏（Rorschach）著名的墨迹测试（inkblot tests）是否真的有效，你对重金属（或莫扎特）的热爱如何说明你的个性，心理学如何帮助人们解决肥胖危机，以及无数其他发人深省、有趣和惊人的“心商”（Psy-Q）测试。

中文书名：《你比黑猩猩聪明吗？》

英文书名：Are You Smarter Than A Chimpanzee?

作 者：Ben Ambridge

出 版 社：Profile

代理公司：ANA/Lauren Li

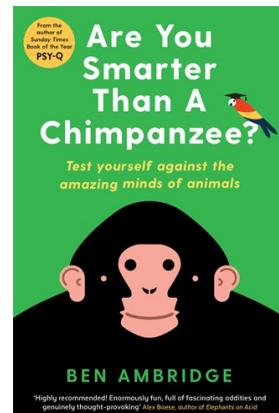
页 数：288 页

出版时间：2018 年 6 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理学



#### 内容简介：

动物科学是古怪而奇妙的。在动物学的极端领域，心理学家正在为狗设计性格测试，为鸽子设计逻辑问题。他们给鱼类出空间推理题，并要求凤头鹦鹉保持节拍。



现在，通过几十个互动谜题、智商测试和小测验，《你比黑猩猩聪明吗？》(Are You Smarter Than a Chimpanzee?) 让你对照着大自然最好的造物来测试自己。那么：你是否是一只猿猴的对手？或是一个连鸟类都不如的傻瓜？

《你比黑猩猩聪明吗？》基于真实、尖端的科学，揭穿了关于动物的常见迷思，会让你质疑自己对人类在动物王国中处于何种地位的假设；最后，解释了爱狗人和爱猫人的真正区别。

\*\*\*\*\*

中文书名：《欲望生物学：为什么上瘾不是欲望》

英文书名：THE BIOLOGY OF DESIRE: Why Addiction Is Not a Disease

作 者：Marc Lewis

出 版 社：Doubleday Canada

代理公司：Westwood/ANA/Conor

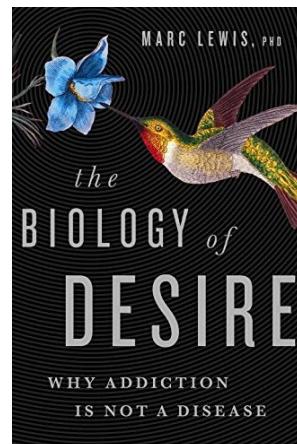
页 数：320 页

出版时间：2015 年 8 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



### 内容简介：

瘾君子会对周遭造成伤害。我们已经开始把上瘾视为捕食者，它攻击我们的政客、艺人、亲戚，通常还袭击我们。解释成瘾，真正理解它，势在必行。为了达到这个目的，我们已经把上瘾视为一种疾病----一种慢性大脑疾病。然而，成瘾是一种疾病的观点与大脑的实际运作方式并不相符。它也不符合瘾君子们的挣扎经历。

刘易斯是一名心理学家和神经学家，他整理了有关大脑变化的数据，并采访了数十名成瘾者。他指出，伴随成瘾而来的神经变化如同正常的学习和发育。它们包括对抽象推理和自我控制基础结构的改变，而不仅仅是吸引力和冲动行为。当学习受到强烈动机的驱动时，这些变化会加速(并成为习惯)，就像爱情、宗教、战争、种族主义和毒瘾一样。

刘易斯将这种先进的发现融入了五部辛辣的传记中，每一部都讲述了一个人与不同的瘾，例如海洛因、冰毒、药物、酒精和食物等进行斗争的故事。成瘾导致的大脑变化并不意味着大脑病变。它们表明，随着人们的改善，大脑在对强烈吸引力做出的反应也具有可塑性。这对痊愈的影响至关重要。本书在通俗易懂且引人入胜的文字中，科学和故事结合在一起，创造了对上瘾的全新理解，让人感觉真实且有意义。

利用他作为一个戒毒的瘾君子的经历，结合他作为研究药物对大脑影响的科学家所获得的知识，马克准备向读者介绍成瘾生物学的复杂性。通过结合人类故事和脑科学，《欲望生物学》鞭辟了人们对上瘾的错误认知。



## 作者简介：



马克·刘易斯博士（Dr. Marc Lewis）是一位神经科学家，也是兰德班德大学人类发展学和应用心理学教授。兰德班德大学是荷兰五所顶尖大学之一。他还是加拿大多伦多大学的名誉教授，他从 1989 年就开始在那里教书并进行研究。

他撰写了超过 35 篇关于神经科学和发展心理学的文章，发表于众多专业杂志刊物上。他对大脑情感和个性发展神经基础的研究属于该领域的最前沿。

刘易斯博士与人合作编辑了《情感、发展和自我组织：情感发展的动态系统》(EMOTION, DEVELOPMENT, AND SELF ORGANIZATION: DYNAMIC SYSTEMS APPROACHES TO EMOTIONAL DEVELOPMENT)。

他还与妻子伊莎贝拉·格拉尼奇 (Isabella Granic) 合著有《晚安时间》(BED TIMING)。这本书主要阐述了发展理论，有助于家长哄孩子进入梦乡。

\*\*\*\*\*

中文书名：《刻意改变：81 种改变习惯、实现目标的思维训练法》

英文书名：HABIT CHANGERS: 81 game-changing mantras to mindfully realize your goals

作 者：Mary Jane Ryan

出 版 社：Currency

代理公司：YRG Partners /ANA/ Conor

页 数：256 页

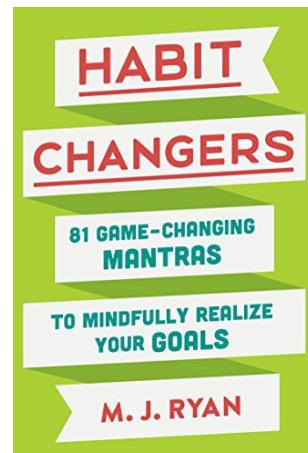
出版时间：2016 年 5 月

代理地区：中国大陆、台湾地区

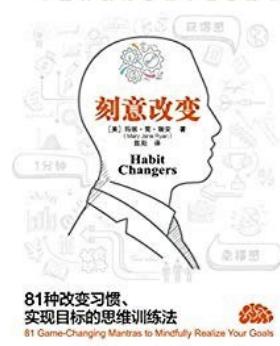
审读资料：电子稿

类 型：大众心理

授权信息：简体中文版 2017 年授权，版权已回归



一本提升获得感和幸福感的书



81种改变习惯、  
实现目标的思维训练法  
81 Game-Changing Mantras to Mindfully Realize Your Goals

中国工业出版社

## 中简本出版记录

书 名：刻意改变：81 种改变习惯、实现目标的思维训练法

作 者：[美] 玛丽·简·瑞安

出版社：电子工业出版社

译 者：陈阳

出版年：2019 年

页 数：220 页

定 价：39 元

装 帧：平装

## 内容简介：

本书作者通过几十年的理论研究和客户实践提出 81 种改变习惯的方法，将复杂、前沿的神经学理论转化为轻松易懂、可实行的策略，并将神经学中的认知、联系、自主阶段的特征



与视觉化及手势对人们心理的影响相结合，重塑人们的心理习惯，不但对个人技能有提升，在带团队、管理和领导力方面也有提升，使你成为高情商、高效率的幸福人。81种方法分不同主题，附有详细训练步骤和案例，每次只能选一个主题进行改变，直到改变了习惯并一直保持。

### 作者简介：



玛丽·简·瑞安（Mary Jane Ryan），改变及自我实现领域的权威专家，全球高管、企业家、小型企业主的资深教练。她的客户包括荷兰皇家壳牌、微软、时代华纳等。瑞安同 Levo League 职业网站保持着良好的合作关系，并在 SheEO 担任首席培训师，该组织致力于为女性创业者提供开发基金及支持模型。瑞安还是 Conari Press 出版社的创始人，著有《纽约时报》畅销书《Acts of Kindness》系列作品及其他多部作品，其中包括《This Year I Will...》。

\*\*\*\*\*

中文书名：《数字化的疯狂：社交媒体如何恶化我们的心理健康危机——以及如何恢复我们的理智》

英文书名：**DIGITAL MADNESS: How Social Media Is Driving Our Mental Health Crisis—and How to Restore Our Sanity**

作    者：Nicholas Kardaras

出  版  社：St. Martin's Press

代理公司：ANA/Conor

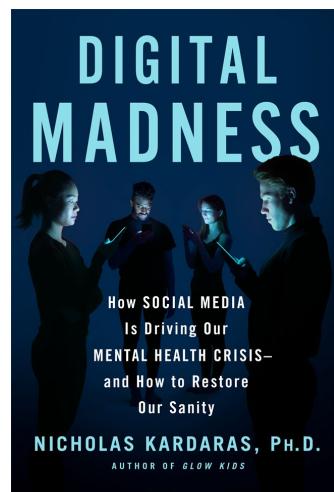
出版时间：2022年9月

代理地区：中国大陆、台湾

页    数：288页

审读资料：电子稿

类    型：大众心理



### 内容简介：

革命性的研究揭示了技术对精神疾病和自杀率的破坏性影响，《数字化的疯狂》一书的作者探讨了我们如何为我们的设备而疯狂，因为我们的设备使我们疯狂，并提供了一条出路。

尼古拉斯·卡达拉斯博士是心理学家中的佼佼者，他对过度的技术对年轻大脑的影响发出了警告。在《发光儿童》（*Glow Kids*）中，他描述了屏幕时间对儿童的影响，称其为“数字海洛因”。现在，在《数字化的疯狂》中，卡达拉斯博士将注意力转向我们的青少年和年轻人，研究科技成瘾和腐蚀性社交媒体对心理健康的影响。

在《数字化的疯狂》中，卡达拉斯博士回答了这样一个问题：当我们成为一个技术更先进的社会时，为什么年轻人的心理健康正在恶化。在迷恋闪亮的设备和沉浸在Instagram、抖音、Twitter、Facebook和Snapchat的同时，我们的年轻人正在与创纪录的抑郁症、孤独、焦虑、吸毒过量和自杀率作斗争。是什么在推动这种心理健康的流行？我们沉浸在有毒的社交媒体中，造成了情绪的两极化和成瘾性依赖，同时也作为一种有毒的“数字社会传染病”，传播着各种精神疾病。



由算法驱动的社交媒体的极性也将大脑的架构塑造成固有的病态和反应性的“黑白”思维——对政治和社会来说是有害的，但也是几种精神障碍的症状。《数字化的疯狂》还研究了大科技公司的利润驱动型巨头如何创造了我们不健康的科技依赖型生活方式：久坐、盯着屏幕、成瘾、抑郁、孤立和空虚，所有这些都是为了追求更多的参与、数据挖掘和货币化。

但是有一个解决方案。卡达拉斯博士提供了一条摆脱危机的道路，他使用了古典哲学中的例子，鼓励人们在生活中的复原力、批判性思维和追求可维持理智的目的。对于正在寻找恢复年轻人身心健康的方法的父母、教育工作者、治疗师、公共卫生专业人士和政策制定者来说，《数字化的疯狂》是一本至关重要的书。

#### 作者简介：

**尼古拉斯·卡达拉斯博士（DR. NICHOLAS KARDARAS）**是一位受过常春藤教育的心理学家，是美国最重要的成瘾和心理健康专家之一，也是《发光儿童》（Glow Kids）的畅销书作者。他曾是石溪医学院的临床教授，在全国各地开发治疗项目，为《时代周刊》、《科学美国人》、《沙龙》和《今日心理学》撰稿，并出现在《早安美国》、ABC的20/20、CNN、CBS晚间新闻、PBS、NPR、FOX & Friends以及《时尚》和《名利场》上。他与他的妻子和双胞胎儿子住在纽约的萨格港。

#### 媒体评价：

“由该领域的一位能言善辩的专家对一场腐蚀性的瘟疫做出了令人恐惧的诊断”。

——Kirkus

“《数字化的疯狂》以最雄辩的方式强调了我们在社交媒体的黑暗洞穴中未被注意的囚犯自我。卡达拉斯博士探讨了技术对心理健康的影响，以及我们在一个不断分化的数字世界中试图进行社交。在新冠疫情之后，这本书反映了我们对网络生活最深切的关注，但也指出了心理健康危机的出路。这本书是对当代心理健康问题的杰出贡献，是一本必读之作”。

——希腊心理健康部副部长佐伊·拉普蒂（Zoe Rapti）

“《数字化的疯狂》是我们现在需要的书！这本重要的新书唤起我们对一个已经悄悄来临的问题的注意。我们中的许多人都心甘情愿地参与创造一个沉迷于数字设备和社交媒体的社会；心甘情愿地参与这种‘疯狂’的传播，我们现在看到它在我们深刻的两极分化、日益疏远和自杀率上升中的可怕后果。尼克·卡达拉斯解释了这种瘾是如何形成的，以及它是如何发挥作用的。那些愿意放下设备长时间阅读这本书的人，不仅会了解我们如何开始拔掉插头，也会了解我们如何开始恢复和重拾我们的集体理智”。

——南加州大学罗西尔教育学院院长佩德罗·诺奎拉（Pedro A. Noguera）博士

“心理健康已经成为我们这个时代最大的保健问题之一，卡达拉斯博士强调了一场完美的风暴，如果我们不迅速采取行动，可能会对我们的健康产生不可逆转的损害。我们社会中普遍存在的日益增长的风险和干扰从未像现在这样存在，我只能感谢卡达拉斯博士敏锐的洞察力，这无疑将导致真正的解决方案来解决我们这个时代最大的心理健康危机。必读之作。这本书会让你大开眼界，并渴望帮助为我们的社会，最重要的是为我们的未来找到解决方案”。

——斯坦福大学医学院临床副教授、美国卫生与公众服务部前首席医疗官瓦尼拉·辛格博士（Dr. Vanila M. Singh），医学博士



“卡达拉斯在《数字化的疯狂》中专业地拆解了大科技的世界，将个人和专业经验融合在一起，写出了一本关于科技和心理健康之间关系的重要指南。其结果是，这本书令人感动、令人信服，而且鉴于卡达拉斯作为作家的实力，本书读起来很愉快”。

——《纽约时报》畅销书《不可抗拒》（*Irresistible*）和《粉色醉罐》（*Drunk Tank Pink*）的作者、纽约大学斯特恩商学院营销和心理学教授亚当·阿尔特（Adam Alter）

“《数字化的疯狂》既引人入胜又令人震惊，它提醒我们，仅仅因为社交媒体现在无处不在，它就不必以牺牲精神健康为代价而不加控制。卡达拉斯博士呼吁个人和整个社会承认并解决无数的影响，他正在领导一场运动，在我们驾驭未知的水域时优先考虑公共健康。”

——前国会议员帕特里克·肯尼迪（Patrick J. Kennedy），肯尼迪论坛的创始人

“卡达拉斯引导读者对社交媒体引起的社会疾病进行了旋风式的探索。在这本令人惊讶和震惊的当代批判性分析之旅中，他巧妙地汇集了大量令人信服、令人痛心的证据。在我们不断下滑的文化危机中，《数字化的疯狂》就像之前的《发光儿童》一样，应该成为所有点击过‘喜欢’按钮的人的必读书目。”

——杰夫·格林伯格（Jeff Greenberger），博士，石溪大学，古典学教授，富布赖特学者

\*\*\*\*\*

中文书名：《有关嗅觉的一切》

英文书名：*On the Scent*

作 者：Paola Totaro and Robert Wainwright

出 版 社：Monoray

代理公司：PEW/ANA/Lauren Li

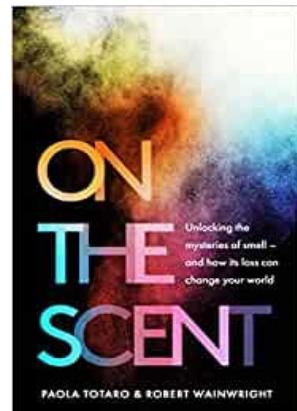
页 数：316 页

出版时间：2022 年 5 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众文化



### 内容简介：

本书是一次精彩的探索，探讨了失去嗅觉如何影响我们的世界，以及全球流行病如何改变了我们对这种神秘感官的理解。

2020 年 3 月，获奖记者保拉·托塔罗（Paola Totaro）被新冠病毒夺走了嗅觉，她的世界瞬间变得迟钝。她被困在一个没有香气和味道的感官真空中，开始了一段探索之旅，以解开第五感的奥秘和独特性。

嗅觉塑造了我们的日常体验，而我们往往没有注意到这一点。丧失嗅觉会影响我们的情感健康、人际关系以及解读周围世界的能力，但它长期以来一直被视为最不重要的一种感官。但几乎一夜之间，新冠病毒改变了一切。当人们意识到嗅觉丧失是一个关键的症状，而且患者的数据爆炸性增长时，嗅觉研究人员突然发现自己被推到了聚光灯下，得到了比以往更多的关注、课题和资金。



《有关嗅觉的一切》(On the Scent) 讲述了从古代哲学家的理论到 21 世纪神经科学的前沿实验室中寻找答案的故事。它关注病人和科学家的非凡经历，提供了一个独特的视角，以使人们了解那些天生没有嗅觉以及失去嗅觉的人的世界；探索嗅觉如何成为身体健康下降的关键指标；并展示新的研究如何为全世界数百万遭受感官损失的人带来希望。

#### 作者简介：



**保拉·托塔罗 (Paola Totaro)** 是一位获奖的新闻记者、编辑和伦敦的英国资德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处前主席。她曾为《纽约时报》(New York Times)、《卫报》(Guardian)、《独立报》(The Independent)、《悉尼先驱晨报》(The Sydney Morning Herald) 和《澳洲人报》(The Australian) 撰文。

**罗伯特·温赖特 (Robert Wainwright)** 是澳大利亚获奖作家和记者。他的非小说类书籍包括国际畅销书《希拉》(Sheila) 和 The Maverick Mountaineer，后者在 2017 年英国体育图书奖(British Sports Book Awards) 评选中获得了《星期日泰晤士报》年度传记奖(Times Biography of the Year)。

#### 媒体评价：

“这是对我们最被忽视的感官的一次引人入胜、文笔优美、令人感伤的探索，它在人类生活中的作用----记忆、情感、依恋----突然因失去而变得生动起来。”

----彼得·戈弗雷·史密斯 (Peter Godfrey-Smith)，畅销书《章鱼的心灵》(Other Minds) 一书的作者

“这样一本引人入胜、令人愉悦的书，能在很大程度上使嗅觉这一概念变得可见……充满了洞见和观察，让这个话题对每个人来说都变得生动。”

----巴里·史密斯 (Barry Smith) 教授，伦敦大学感官研究中心(Centre for the Study of the Senses, University of London)

“注定要成为任何失去嗅觉的人的圣经，无论这是不是新冠病毒导致的。”

----克里斯·凯利 (Chrissi Kelly)，嗅觉缺失慈善机构 AbScent 创始人

“爱这本书，你不需要失去嗅觉，但如果你失去了嗅觉，你就更会如饥似渴地读它……它将深刻地改变你对嗅觉能力的看法，以及嗅觉的丧失如何影响我们的生活。这是最棒的科学写作。”

----菲奥纳·福克斯 (Fiona Fox)，BEYOND THE HYPE: The Inside Story of Science's Biggest Media Controversies 一书的作者

“在视觉、听觉和嗅觉这三种主要感官中，嗅觉是最被忽视的。但它在新冠病毒中得到了报复的机会。保拉·托塔罗和罗伯特·温赖特写了一本引人入胜的书，提醒我们要警惕许多被认为是理所当然的事物。”

----戴维·黑尔 (David Hare)



\*\*\*\*\*

中文书名：《你也有家：恢复亚裔美国人的心理健康》

英文书名：PERMISSION TO COME HOME: RECLAIMING MENTAL HEALTH AS ASIAN AMERICANS

作 者：Dr. Jenny Wang

出 版 社：Grand Central

代理公司：ANA/Leah

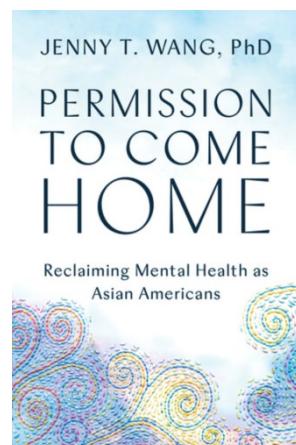
页 数：288 页

出版时间：2022 年 5 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



- 入选《世界杂志》(Cosmopolitan)“[每个人都应该读的 15 本关于心理健康的书](#)”
- 《出版者周刊》(Publishers Weekly) [书评](#)
- 王博士出演健康生活方式节目 GMA3 宣传本书，与观众分享提高心理健康的技巧，[点此观看视频！](#)
- The Story Exchange, [采访](#)
- 赛琳娜·戈麦斯 (Selena Gomez) 的美容品牌 “[Rare Beauty](#)” 在其 Instagram 账户 (310 万粉丝) 上发布了一些书中亮点
- [NPR/Life Kit](#) 采访
- “早安美国” ([Good Morning America](#)) 灵感清单
- 王博士参加了美国全国广播公司新闻特别节目“种族主义病毒”，讨论了这种流行病如何影响亚裔美国人和太平洋岛民的心理健康。[点此观看视频！](#)
- [点此观看视频！](#)王博士与菊菊·张 (Juju Chang)、依芙琳·杨 (Everlyn Yang) 和伊娃·陈 (Eva Chen) 一起参加了美国广播公司新闻直播的“变革浪潮”节目，讨论了 AANPI 遗产月 (AANPI Heritage Month) 和精神健康意识月 (Mental Health Awareness Month)。

### 内容简介：

这是一部具有开创性的图书，它邀请亚裔美国人、移民和来自被边缘化的社区的人们，探索他们的心理健康，同时尊重他们丰富的文化传承、呈现他们崭新、完整的身份认同。

长期存在的文化叙事表明亚裔人群的文化最少地影响着主流文化，随着亚裔美国人调查这种情况对个人和社会的影响，他们的心理健康变得至关重要。然而，尽管如今有 1800 万亚裔人口生活在美国，但他们却成为最不可能寻求心理健康服务的种族群体。

珍妮·T. 王博士将她作为一名华裔美国人的个人叙述与她作为临床医生和循证工具的见解结合起来，探索了一系列需要关注的生活领域，为读者提供了质疑、感受、愤怒、说不、占用空间、选择、玩闹、失败和悲伤的权利。最重要的是，她允许亚裔美国人得到更多回家的安心，回到一个接纳他们、有归属感、能够疗愈和得到自由的地方。对于亚裔美国人和流落他乡的人来说，这本书是通往一个完整的人生之旅的必要路线图。



本书将成为那些试图通过自身独特文化视角改善心理健康的的有效资源。虽然本书重点关注美国国内的经验，但王博士的实用建议也将在这个试图不断告诉来自各种背景、流落他乡的人们要如何思考和感受的世界里，真正地赋予他们掌控感。

#### 作者简介：

**珍妮·王博士 (Dr. Jenny Wang)** 是一位美国华裔临床心理学家，也是亚裔美国人、BIPOC 和移民社区的美国亚裔心理健康问题全国演讲人。她是 Instagram 网站 [@asiansformentalhealth](#) 社区的创始人，她在该社区中讨论亚洲侨民和移民社群的独特经历。她为了帮助亚洲后裔寻求文化层面的心理健康，领导了亚洲、太平洋岛民和南亚裔美国治疗师名录及其相匹配的加拿大名录。

#### 媒体评价：

“珍妮·T. 王博士的心理健康行动是一个令人惊叹的资源。我相信，她的知识、存在和积极行动在亚裔美国人/移民社区中是无价且极具开创性的。我对她的存在心存感激。”

----史蒂文·元 (Steven Yeun)，演员，参演《行尸走肉》(The Walking Dead) 和《米纳里》(Minari)

\*\*\*\*\*

中文书名：《超级领悟力：成为精英的必备素质》

英文书名：THE EUREKA FACTOR: Aha Moments, Creative Insight, and the Brain

作 者：Mark Beeman and John Kounios

出 版 社：Independently published

代理公司：WME/ANA/Lauren Li

页 数：288 页

出版时间：2015 年 4 月

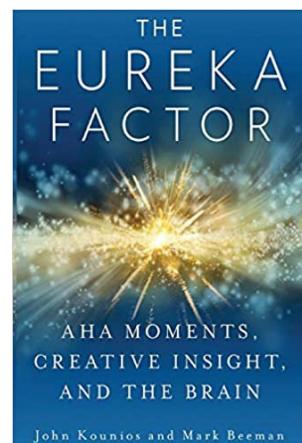
代理地区：中国大陆、台湾地区

审读资料：电子稿

类 型：大众心理

授权信息：**中文简体版权曾授权，版权已回归**

豆瓣链接：<https://book.douban.com/subject/27089417/>



#### 中简本出版记录

书 名：《超级领悟力：成为精英的必备素质》

作 者：[美]马克·让·毕曼 / [美]约翰·库尼欧斯

出版社：江苏凤凰文艺出版社

译 者：赵婷/韩少伟

出版年：2017 年 8 月

页 数：320 页

定 价：42.00 元

装 帧：平装



70



## 内容简介：

我们经常因脑袋灵光一闪而顿悟：“啊！我明白了！”这个神奇的顿悟时刻是从哪冒出来的？我们有可能在任何情况下，都能快速地学会一门课程、一项技能，快速听懂他人表达的言外之音，快速想出问题的解决方案吗？

美国国家科学院研究员，美国心理学会研究员，从事心理学、神经科学研究二十余年的杰出心理学家马克·毕曼和约翰·库尼欧斯的调研表明，人的领悟力是我们生活经验的一部分，是一种心理技巧，是可以后天培养出来的。这种心理技巧能拓宽我们对世界的看法以及对我们自身认知的深度，并可以提高我们对生活中事情的掌控力。

作者将多年研究的理论成果带入实际生活，简化成书，并配合实际的案例分析和具体的方法，告诉每一个普通读者如何集中自己的智慧，快速领悟各种复杂的问题，拥有让人受用一生的终极智慧大脑。

### ★【美国兰登书屋精选实用好书，美国国家科学院、美国心理学会前沿成果，轰动美国的重大发现】

人的领悟力并不是天生的，而是一种可以后天学习的心理技巧，是一种更高级的思维方式。《新闻周刊》《华尔街日报》《图书馆期刊》《书单》等各大媒体强烈推荐，领悟力的提升将对人类文明的进步产生举足轻重的影响。

### ★【领悟力作为智商和情商的结合，是在环境日益变得复杂的今天作为精英的必备素质】

领悟力可以帮你快速适应一份新工作、一个新岗位；可以让你在学习复杂的课程、技能时更好地融会贯通、举一反三；可以让你在与更有深度、更有能力的人谈话时也能够应对自如；还可以让你在遇到问题和变故的时候快速厘清思路，想出有创造性的解决方案。

### ★【以权威的理论研究依据为基础，融入工作、学习、生活，力求帮助每一个想要提升自己的普通读者】

书中从多个角度提供了具体的关于如何产生领悟的案例分析、思维引导游戏、快速领悟的心理技巧，告诉每一个普通读者如何集中自己的智慧，并很好地应用于工作、学习和生活中，拥有让人受用一生的终极智慧大脑。

### ★【提升领悟力可以全面提升你的综合竞争力：比努力更重要的，是拥有更高级的思维方式】

送给跌跌撞撞成长、打拼的你，不要困惑，也不要落后，这本书将带给你更多的智慧，来应对这个瞬息万变的世界。

## 作者简介：

**马克·让·毕曼（Mark Jung-Beeman）**，西北大学心理学教授，专研大脑的创意思维与问题解决、心情对注意力与认知的影响以及左右脑的功能差异。他的研究获得国家卫生研究院、国家科学基金会、约翰·邓普顿基金会与美国海军研究署（Office of Naval Research）的补助。他是美国国家科学院（National Academy of Sciences）的卡弗利奖助研究员（Kavli Fellow），也是美国心理学协会（Association for Psychological Science）的研究员。



约翰·库尼欧斯（John Kounios），德雷塞尔大学（Drexel University）心理学教授。他曾在普林斯顿大学、宾州大学与全国创伤后压力症候群中心（National Center for Post-Traumatic Stress Disorder）进行过研究与任教。他是美国心理学协会的研究员，研究曾获国家科学基金会与国家卫生研究院的补助。

\*\*\*\*\*

中文书名：《人类的触觉：我和我触手可及的世界》

英文书名：IN TOUCH WITH THE FUTURE: THE SENSE OF TOUCH FROM COGNITIVE NEUROSCIENCE TO VIRTUAL REALITY

作 者：Alberto Gallace and Charles Spence

出 版 社：Oxford University Press

代理公司：ANA/Leah

页 数：480 页

出版时间：2014 年 3 月

代理地区：中国大陆、台湾地区

审读资料：电子稿

类 型：大众心理

2018 年授权华中科技大学出版社，版权已回归。

豆瓣书讯：<https://book.douban.com/subject/30304640/>



#### 中简本出版记录

书 名：《人类的触觉：我和我触手可及的世界》

作 者：(意)阿尔贝托·加拉切(Alberto Gallace), (英)查尔斯·斯彭斯(Charles Spence)

出版社：华中科技大学出版社

译 者：涂阳军

出版年：2018 年 3 月

页 数：332 页

定 价：168 元

装 帧：平装



#### 内容简介：

这是一本关于人类触觉的专著，它不但内容新颖、广泛、权威，且语言生动活泼。

本书所引材料均是最近几年在各权威出版物上发表的最新研究成果，具体涵盖了触觉的生理基础、触觉认知、触觉研究的应用领域以及触觉研究的未来展望等。原作者目前仍是人类触觉研究领域非常活跃的“科研达人”，其中斯彭斯教授目前供职于牛津大学。两位作者将鲜活生动的生活案例融入到有点“枯燥”的触觉研究成果中，使本书读起来通俗易懂。

本书将惠及大量对人类触觉感兴趣的普通读者，包括外科医生、护士、教师、神经科学家、营销专家、心理学者、机械工程研究者、艺术设计者、网游爱好者等，都将从本书获取到一些有用的新知识。



### 作者简介：



**阿尔贝托·加拉切（Alberto Gallace）**，意大利米兰比可卡大学心理生理与应用认知神经科学副教授。主要研究触觉和触觉感知、消费者神经科学、空间表征和疼痛加工。他出版了两部著作，发表了 80 多篇科学论文（含书中章节）。

就如何设计“取悦”人们感官和激发人们（积极）情绪体验的产品及服务而言，阿尔贝托·加拉切在跨通道交互作用方面的研究将起到极大的帮助。



**查尔斯·斯彭斯（Charles Spence）**，世界著名的实验心理学家，教授。长期专注于神经科学启发式感官跨通道设计。其研究旨趣在于：大脑是如何加工来自我们不同感官（如嗅觉、味觉、视觉、听觉和触觉）的信息以形成丰富多样的感官体验，最终满足我们的日常生活。

自 1997 年在牛津大学实验心理学系建立跨通道研究实验室（CRL）以来，他曾与多家全球性大公司进行过合作。斯彭斯教授发表了 800 多篇论文，有超过 10 卷本且深受欢迎的编著或科普著作问世，其中包括获得 2014 年度散文大奖的《完美的一餐》（*The Perfect Meal*），以及 z 近出版的畅销书《美食物理学：吃的新科学》（*Gastrophysics: The New Science of Eating*）（2017，维京企鹅图书公司）。斯彭斯教授最近的研究主要集中在提升食物和饮料的多感官体验的设计上。

\*\*\*\*\*

中文书名：《道歉的力量》

英文书名：ON APOLOGY

作 者：Aaron Lazare

出 版 社：Oxford University Press

代理公司：ANA/Leah

页 数：320 页

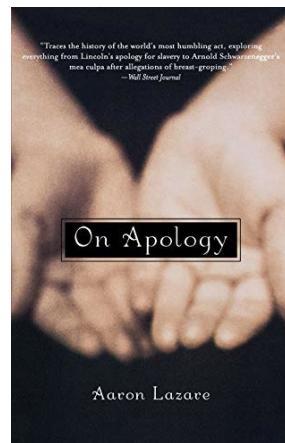
出版时间：2004 年 9 月

类 型：大众文化

**中文繁体字版本已授权**

**中文简体版曾授权，版权已回归**

豆瓣书讯：<https://book.douban.com/subject/27167517/>



### 中简本出版记录

书 名：《道歉的力量》

作 者：（美）艾伦·拉扎尔

出版社：北京联合出版公司

译 者：林凯雄，叶织茵

出版年：2018 年 3 月

页 数：256 页

定 价：58 元

装 帧：精装





## 内容简介：

### ★ 道歉学权威著作

### ★ 21世纪文明社会必读书

真正的道歉是所有人类交流中优雅和深刻的体现，用道歉让你我成为更好的人。

### ★ 理论与实例相结合

7种需求、4个环节、2种动机，全面解析道歉的奥秘，指引读者掌握道歉的技巧。

道歉与接受道歉，是一种意义深远的人类互动行为。道歉学在西方自20世纪末兴起，如今已渐成显学。

本书是道歉学领域权威著作，由该领域权威专家艾伦·拉扎尔积十年之功写成。本书从心理学、社会学、文化差异等角度全面介绍了道歉的意义和方法，分析了道歉看似简单实际复杂的心理机制，旁征博引历史上和当代各种真实的道歉案例，阐述了道歉的疗愈功能、道歉的方法、道歉和拒绝道歉的原因、道歉的时机，以及道歉与宽恕的关系等。

深入理解和运用道歉这种重要的人际互动方式，让诚心道歉成为“俗世中的救赎仪式”，也成为强大又正面的解决纷争之道。

## 媒体评价：

“一篇又一篇的故事读下来，实在叫人惊讶，到底道歉是什么？为什么它这么简单，却又有这么庞大的神秘力量”。

——梁文道

“地球上的每个人都能从这本至关重要的书中受益”。

——《出版人周刊》

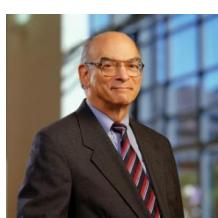
“本书是一个善意的提醒，当我们承认犯错并决定弥补过失时，成功与否，取决于我们心怀多少诚意与宽容”。

——《奥普拉杂志》

“本书的力量蕴藏在拉扎尔从历史、文学、政治与人物的记载中收集的各种道歉故事里”。

——《华盛顿邮报》

## 作者简介：



**艾伦·拉扎尔（Aaron Lazare）**，美国马萨诸塞大学沃斯特分校名誉校长兼医学院名誉院长，精神病学教授，知名的道歉学专家。他曾参加《奥普拉脱口秀》等电视电台节目，文章见诸《华盛顿邮报》《华尔街日报》《今日心理学》等主流新闻媒体。



## 《道歉的力量》

### 目录

- 第一章 日益重要的道歉
- 第二章 道歉的二重性
- 第三章 道歉如何疗愈创伤
- 第四章 认 错
- 第五章 自责、解释与补偿
- 第六章 为什么人们要道歉
- 第七章 为什么人们不愿道歉
- 第八章 道歉的时机
- 第九章 迟来的道歉
- 第十章 协商道歉
- 第十一章 道歉与宽恕
- 第十二章 道歉的未来

\*\*\*\*\*

中文书名：《唯有相信，才有可能》

英文书名：KIDDING OURSELVES: THE HIDDEN POWER OF SELF-DECEPTION

作 者：Joseph T. Hallinan

出 版 社：Crown

代理公司：ANA/Lauren Li

页 数：272 页

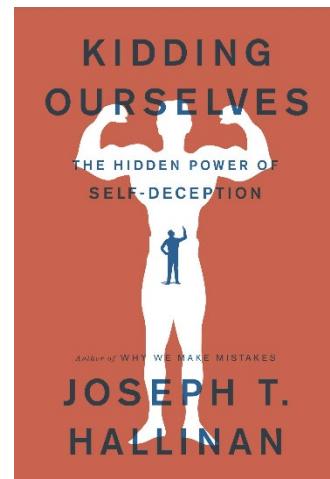
出版时间：2014 年 5 月

代理地区：中国大陆、台湾地区

审读资料：电子稿

类 型：大众心理

版权已授：2017 年授权中国友谊出版公司，版权已回归。



### 中简本出版记录

书 名：《唯有相信，才有可能》

作 者：(美) 乔瑟夫•哈利南

出版社：中国友谊出版公司

译 者：赵晓

出版年：2017 年 4 月

页 数：257 页

定 价：38 元

装 帧：平装



普利策奖得主 最新力作 | 《纽约时报》《出版人周刊》  
乔瑟夫·哈利南 (Joseph T. Hallinan) | 《时代周刊》“年度最佳行为科学图书”

揭开人心灵的神秘面纱，挖掘自欺谎言的强大力量

◎ 中国友谊出版公司



## 内容简介：

★【普利策奖得主、哈佛大学尼曼研究员数十年研究心得】

★【当你选择相信，才会发现人生的另一种可能】

★【揭开人类心灵的神秘面纱，驾驭自我暗示的强大力量】

★【《纽约时报》《出版者周刊》《科克斯书评》现象级行为心理畅销书】

安慰剂真的能起到安慰作用吗？

约会前打扮真的让你更有魅力了吗？

围观过车祸的你却相信“这事不会发生在我身上”？

.....

事实证明，这些都是因为你相信，才成为事实，而不是行为本身带来的后果。

本书是对这种自我暗示现象的精彩阐释。哈利南结合神经科学、行为心理学的知识，准确捕捉到了人类自我暗示的本性，认为它能帮助我们适应不断变换的环境，带给我们掌控生活、有尊严、有信心的感觉。

翻开本书，选择相信，你就会发现人生的无数可能。

## 作者简介：



**乔瑟夫·哈利南 (Joseph T. Hallinan)**，普利策奖得主、哈佛大学前尼曼研究员、专栏作家，多年来专注研究心理学。他同时为《华尔街日报》、《纽约时报》、《伦敦星期日时报》等多家报纸撰稿，还曾在美国许多大学任教，在 CNN、FOX 等广播电视台节目中露面。曾出版《我们为什么会犯错》(2009 年)一书，该书在美国售出了 10 万册，被译成超过 12 国语言。

## 媒体评价：

“真让人大开眼界！案例详实，援引众多专家结论，他大量使用说明性案例，文笔生动，这本书绝不只是在乏味地展示事实和数据。这是对我们大脑工作方式的一次探索，信息量极大，也让人安心。”

——《书目杂志》(星级书评)



## 《唯有相信，才有可能》

### 目录

第一部分 虚无的力量：安慰剂、集体歇斯底里、致命幻觉

第一章 想象的药物

新科学的种子

只有国王能看到

当代麦斯默

医生的欺骗

信仰有多重要

眼见为实

疼痛有何意义

第二章 蜂拥而至的人群

群体行为

涟漪效应

性别差距

大众传媒与集体歇斯底里

最后的演出

无意识的动机

网络中的“羊群”

第三章 致命的本能

致死的疑心病

现代骨头诅咒

心碎致死

压力、死亡和“9•11”事件

沉没还是挣扎

行尸走肉

习得性无助

第二部分 在旁观者眼中：感知、期望和迷信的魅力

第四章 期望

我们内心的布兰奇•杜波依斯

自我实现的幻觉

视而不见

与自己切身利益相关的比赛

感知和底线

衡量人的错误

第五章 虔诚的信徒

“哈佛大学图书馆墙上的训诫”真的存在吗？

使劲挥动大棒

税收问题



谁？我？被政府援助？

政治僵尸

政治信仰的影响力

猎杀本·拉登

反作用

## 第六章 控制狂

按动我们的按钮

浪费钱财

光阴逆转

心灵的万花筒

拒绝与实践

让世界回归可预测状态

强大的人和强大的狗

与健康的关系

最底层的人

金钱很重要，心态更重要

## 第七章 迷信的魅力

迷信带来自信

深水捕鱼

现代后裔

艰难的岁月

卡斯特最后一战

浅薄

## 第三部分 成功的幻觉：权力、金钱、风险

### 第八章 醉心于权力

切断关联

权力失衡

遵从自己的规则

政治领域的耶稣

权力引发幻觉

支付多少钱

去追逐

穿上避孕衣

## 第九章 那不会发生在我身上

面对风险，我们过于乐观

我们和他们

我们都很会省钱

天生的愚蠢

哦，加拿大

高风险业务

苦药

医生为何不洗手



## 第十章 在暴风雪中坚持下去

幻想和生产力  
冰凉的手和健康的心脏  
乐观和健康  
无意识扭曲  
杰出的女性和杰出的自我欺骗  
性和自我欺骗  
进化优势

\*\*\*\*\*

中文书名：《战胜恐惧》

英文书名：BEAT YOUR FEAR

德文书名：SEI STÄRKER ALS DIE ANGST

作 者：Sabrina Fleisch

出 版 社：Ullstein

代理公司：ANA/Lauren

页 数：384 页

出版时间：2022 年 2 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



### 内容简介：

恐惧在生活中的方方面面伴随着每个人。恐惧剥夺我们充分开发潜能的力量。恐惧限制我们采取行动的能力，阻止我们清晰地思考。它剥夺了我们的力量和能量，对决策产生持久的影响，从而改变生活方向。但恐惧不应该控制生活，相反，我们应该能够掌控自己的生活，实现梦想！

这本手册教给我们如何应对恐惧，以及它如何成为激励我们的重要因素。萨布丽娜·弗莱什的焦虑和压力管理疗法基于认知行为疗法，该疗法假定任何习惯性行为都可以更改掉。对她来说，思想是问题的起源，同时也是解决问题的工具。通过专门为《战胜恐惧》这本书设计的行为疗法练习，读者能够认识到恐惧的原因，并最终加以克服。

包含大量建议和练习的练习册。出自自助类畅销书《寻找自我之旅》的作家之手。

### 作者简介：



萨布丽娜·弗莱什（Sabrina Fleisch）是一名焦虑和压力管理培训师，在奥地利林茨工作。除了在学校，公司和协会举办许多讲座外，她还开设一对一的课程，包括压力管理，预防、放松、克服恐惧，消除疑虑，改变习惯，快乐而满足地生活。



\*\*\*\*\*

## 国际著名心理治疗师 保罗·麦肯纳 (Paul McKenna)

### 作者简介：



保罗·麦肯纳 (Paul McKenna) 在过去 20 年间成功帮助超过百万人减肥、戒烟，助其重获良好睡眠、缓解精神压力、不断提升自信。他是英国最畅销的非虚构类作家，近 3 年间的作品售出超过 300 万册。他不仅是个享誉全球的作家，也经常出现于全球 42 个国家的电视节目中，为近 5 亿名观众展示自己的才能。与此同时，他也为众多好莱坞影星、奥林匹克金牌选手、摇滚巨星、顶级商业家提供个人提升服务。最近，《伦敦时报》(The London Times) 把他命名为“当代世界上最有力的权威人士”。

保罗·麦肯纳著作颇丰，而其 2014 年最新著作《拒绝情绪化饮食》(Freedom From Emotional Eating)一经出版便登上英国亚马逊 Mind, Body & Spirit 分类榜第一名。他曾有多部作品登陆中国，在国内读者中同样收获广泛好评。

保罗·麦肯纳博士是世界上最成功的心理放松大师，也是通过自我开发潜能而成功的范例。1963 年，麦肯纳生于英格兰，家境寒微。80 年代，他担任电台 DJ，开始接触“神经语言程序学”(Neuro-Linguistic Programming, NLP)，自此深入钻研，并获得博士学位。

他 16 岁就得到了第一笔投资 20 万英镑，顺利开展舞台表演，并且大受欢迎。20 岁时，他立志“30 岁之前成为百万富翁”，但在 30 岁前就已达成目标！他从电台的 DJ 起家，然后跨界到企业训练课程，创立“保罗·麦肯纳训练机构”(Paul McKenna Training)，并于 2006 年得到伦敦 IMCA 博士学位。与此同时，他还是全英热销的励志类图书作家，作品包括《我能让你赚大钱》(I Can Make You Rich)、《7 天改变你的生活》(Change Your Life in 7 Days)、《立获自信》(Instant Confidence)、《控制压力》(Control Stress) 等。

麦肯纳曾在 BBC 主持的电视节目“保罗·麦肯纳的催眠世界”(The Hypnotic World of Paul McKenna) 共在全球 42 个国家的电视荧幕上播出，共有超过 5 亿观众翘首期盼，并获得加拿大“金玫瑰奖”两度提名。他在美国广播公司(ABC)、早安美国(Good Morning America)、晚间娱乐(Entertainment Tonight)、第一直播(Primetime Live)等热播电视节目上的特殊表现，使美国观众赞叹不已。

更多信息欢迎登录作者官方网站：[www.paulmckenna.com](http://www.paulmckenna.com)



中文书名：《积极性：自信、坚韧、动力》

英文书名：POSITIVITY: Confidence, Resilience, Motivation

作 者：Paul McKenna

出 版 社：Welbeck

代理公司：PFD/ANA/Lauren Li

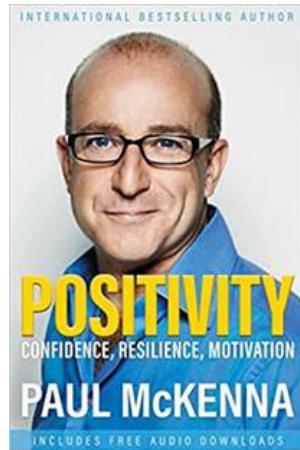
页 数：176 页

出版时间：2022 年 1 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：励志



#### 内容简介：

你想要更乐观、更自信、更坚韧、更有动力吗？

那么这本书就是为你准备的！

我们目前生活在一个有着前所未有的挑战、不确定性、压倒性的压力、有时失去希望以及需要精神力量和适应新生活方式的时代。

传统的“积极思维”只是不断地告诉自己，无论在什么情况下，一切都很好，但这并不足以带来任何持久的变化。

保罗·麦肯纳（Paul McKenna）有着 30 年的治疗师工作，开发了一种独特的方法，它可以引导你获得一种全面的积极感觉，使你进入最佳的心理状态，重塑复原力，并通过合适的决定和行动获得想要的结果。

现在有无可辩驳的科学证据表明，特定的思维和行动方式对人们应对挑战的能力和整体生活质量产生了切实的积极效果。研究还表明，这种心态可以像任何习惯一样迅速学会。

这就是为什么这本书提供的是关于如何生存和发展的实用心理体系，它会带你挖掘自己在自我照顾、自我相信和掌控你的生活方面的最强大自发资源。

中文书名：《我可以让你更聪明》

英文书名：I Can Make You Smarter

作 者：Paul McKenna

出 版 社：Bantam Press

代理公司：PFD / ANA

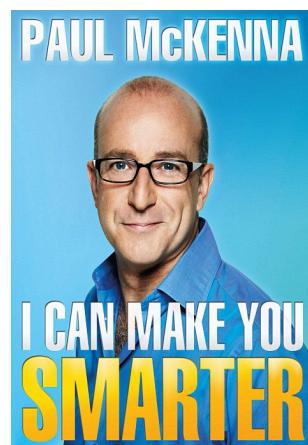
出版时间：2012 年 1 月

代理地区：中国大陆、台湾

页 数：288 页

审读资料：电子稿

类 型：励志





### 内容简介：

你远比你想象的更聪明！

在阅读本书的过程中，你将会实现：

- 提高智商
- 检验自信
- 强化记忆力
- 改善注意力
- 开拓创造力
- 优化决定力
- 永保活力

……以及很多很多事情！

作者在这本书内向大家展现了一个富有开创性的新系统。该书将历史上最了不起的天才与专家对人类大脑进行的最新科学探索整合到一起，开创出一套全新的生活策略，并教会大家如何将这些策略投入到我们的实际生活中去，帮助大家拥有一个格外富有创造力与效率的人生。

无论此刻你正处在自己人生的哪个阶段，都请拿起这本书，享受我们随书附则的光盘内容。因为你将由此登上智慧的新高峰！

中文书名：《我能让你快乐》

英文书名：*I Can Make You Happy*

作 者：Paul McKenna

出 版 社：Bantam Press

代理公司：PFD/ANA

页 码：208 页

出版时间：2011 年 1 月

审读资料：样书

类 型：大众心理

中文简体版曾授权，版权已回归

中简本出版记录

书 名：《我能让你快乐》

作 者：(英) 保罗·麦肯纳

出版社：时代文艺出版社

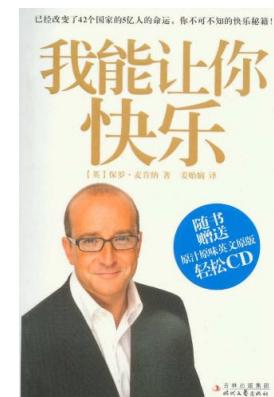
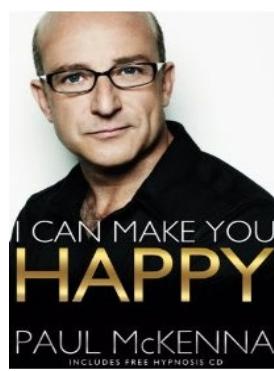
译 者：姜贻娴

出版年：2012

页 数：163 页

定 价：25 元

装 帧：平装





## 内容简介：

你想不想更开心一点呢？你想不想现在就摆脱糟糕的感觉？你想不想体验比以往更多的喜悦？有没有可能比你想象中的更加幸福？《我能让你快乐》紧扣快乐、快乐、更快乐，幸福、幸福、更幸福的世界性潮流性的时尚话题，这本书还随书附赠功能强大的催眠光盘，将帮助你实现梦想。

击败抑郁，就用保罗·麦肯纳（Paul McKenna）之道！

世界著名的心理治疗师、畅销书作家保罗·麦肯纳博士强势出击，结合 20 余年的研究经验完成此书，将教你找到渴求已久的幸福！本书和随书附赠的功能强大的催眠光盘，将帮助你实现梦想！

保罗·麦肯纳博士花了 25 年时间研究并开发出一套体系，能让人们变得更幸福。它能迅速提升人们的幸福指数，效果显著且一目了然。

最近的科学研究表明，人们的幸福水平相当不稳定。但要提升你的幸福水平，只需要在几天时间里稍微把努力，遵循简单的指导并使用一定的心理技巧。

人类的大脑就像一台电脑。这台电脑有自己的软件，能支配你的思想和行为。人类几乎所有的问题，都是由于潜意识中的消极程序起作用。本书配有催眠光盘，将帮助您删除消极思维，寻找并增加积极因素，创造你自己的幸福感。通过特殊的思维与行动，即刻创造幸福。好好利用这本书，把握你的人生吧。

## 目录：

### 序言

第一章 欢迎来到快乐的美好世界 省掉中间介质是关键 快乐是最自然的状态 惧怕快乐一点也不奇怪 我能让你快乐 我们会将快乐的程序植入你的大脑 失败是情理当中的事情 会产生怎样的效果呢 技巧的实践 催眠 CD 的巨大效用 我如何会知晓使人快乐的方法

第二章 我们能立刻振作起来 搭建桥梁·迅速振作 迅速走出阴霾 脑化学物质——让人快乐的“润滑剂” 感觉不错是通向快乐的最佳方式 姿势的积极力量 快乐的体态 不快情绪·请远离我 快速急救法 快乐的想象 思维场疗法 拍打并快乐着 现实与想象中的欢乐 快乐地走进练习 分歧反应者 为改变创造空间 让自己平静下来

第三章 快乐是一种习惯 学会改变旧习惯 你可以改变 三个魔法习惯让你快乐 微笑的力量 运动的巨大魔力 更快、更强、更彻底的改变 思考的习惯 添加正面想法 是黑白还是彩色 快乐思考

第四章 快乐的新航线 通往快乐的新航线 精力取之不尽吗 “自由女神”操 再充电练习 挖掘潜力选择是如此重要 快乐是可以选择的 多做选择也能熟能生巧 利弊权衡·冒险选择 做出正确的选择

第五章 视角的力量 学会客观地看问题 用视角与框架看待棘手事物 透过墨镜的世界 改善情绪的思考实验 倾听内在的声音 学会正确使用内在的声音 头脑中的画面 头脑中的电影 改变画面 外在与内在 走出去 走进去 标签和故事 清理回忆 将快乐放大一些 身临其境



第六章 快乐的价值 快乐与人生进步息息相关 认清目标与价值观 快乐无须等待不要让它被目标束缚 认清你的价值观 活出你的价值 欣赏你的价值 购买需求还是购买感觉 千金难买我快乐 购物可以令人高兴但并不一定能使人快乐 快乐是内心的修行 重新训练你的大脑 感恩日记

第七章 友情至关重要 友情的界限 是谁鼓励着我又是谁让我低落 三种界限造就健康的距离 到底是谁的感觉呢 返回发送者 亲密关系和幸福感 与自己相处 治愈年轻时候的你 帮助他人

第八章 情绪的诸多价值 感觉卡住了 过于乐观 堵塞了 情绪信号 情绪传递出信息 情绪是我们的朋友 噪音 日常信息 被阻塞的感觉 动态变化范围 聆听情绪的声音 处理情绪 情绪堆放 处理堆放的情绪 放松情绪带来奇迹 益处

第九章 将快乐汇集起来 逃避的感觉 否认的感觉 困难的感觉 同情的顶点 描绘快乐的未来 发现你的时间轴 建立起一个快乐的未来 调试我们深深的欢喜 它是如何起作用的呢 快乐的支柱 做个快乐的人

十四天感恩日记 第一天 第二天 第三天 第四天 第五天 第六天 第七天 第八天 第九天 第十天  
第十一天 第十二天 第十三天 第十四天

致谢附录部分

中文书名：《我能让你富》

英文书名：I Can Make You Rich

作 者：Paul Mckenna（保罗·麦肯纳）

出 版 社：Bantam

代 理 人：PFD/ANA

页 码：256 页

出版时间：2007 年

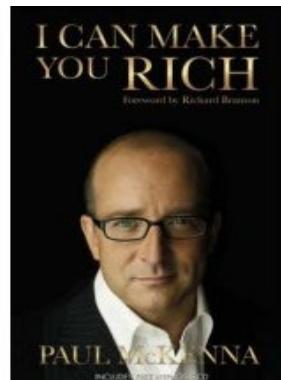
代理地区：中国大陆、台湾地区

审读资料：样书

类 型：大众社科励志/心理健康

中文简体版曾授权，版权已回归

本书中文繁体版已授权



中简本出版记录

书 名：《我能让你富》

作 者：（英）保罗·麦肯纳

出版社：湖南科学技术出版社

译 者：柏茜茜

出版年：2011 年 1 月

页 数：251 页

定 价：32 元

装 帧：平装





## 内容简介：

你是否想过为什么有的人觉得赚钱易如反掌，有的人却不然呢？这并不是因为会赚钱的人更聪明、工作更努力或者运气更好，仅仅是因为他们能换一种方式来思考和行动。

保罗·麦肯纳博士针对拥有物质和精神双重财富者的思维方式开展了一次独特的研究。在这本具有开创意义的新书中，他将运用成熟的心理策略，帮助你建立同样富有的思维方式。很快，你就将以一种全新的方式看待世界，你的思想和生活将比以前更富有！

在撰写《我能让你富》期间，保罗·麦肯纳博士亲身接触了许多世界上最富有的人，其中包括：大卫·巴克利、理查德·布兰森、斯泰利奥斯·哈吉·约安努、菲利普·格林、彼特·琼斯、索尔·科斯纳、达姆·安妮塔·罗迪克。他发现拥有“富足心态”的人不仅能赚得更多金钱，幸福感和生活质量同样更高。在这本颠覆性的新书中，他将运用有效的心理分析技巧，帮助您获得同样的“富足心态”。很快，你将以全新的方式审视世界，思想和生活都将比以往更加富足！

他了解到赚钱仅仅是一项技能，而拥有财富却是一门艺术。《我能让你富》在培养你赚钱技能的同时，还将帮助你掌握更自由、更富有激情的生活艺术！

如果你已经准备好体验成就卓越者的创造力、自信和商业天赋的话，《我能让你富：一种新创富法》能助你真正打开财富之门！

中文书名：《立获自信》

英文书名：INSTANT CONFIDENCE

作 者：Paul Mckenna

出 版 社：Bantam Press

代理公司：PFD/ANA

页 数：224 页

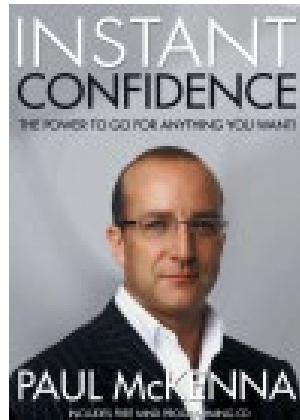
出版时间：2006 年

代理地区：中国大陆、台湾地区

审读资料：样书

类 型：励志

中文简体版曾授权，版权已回归



中简本出版记录

作 者：(英)保罗·麦肯纳(Paul Mckenna)

出版社：湖南科学技术出版社

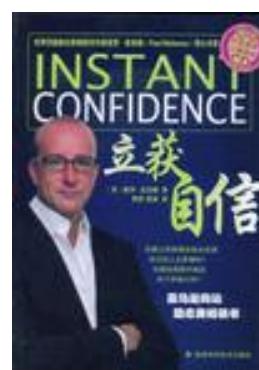
译 者：程佳，曾光 译

出版年：2009 年

页 数：135 页

定 价：28.00 元

装 帧：平装





## 内容简介：

自信是生活圆满必不可少的元素，它根源于内在的思想、态度，体现于外在的言行举止。保罗·麦肯纳(Paul Mckenna)博士的《立获自信》一书言简意赅，深入浅出，且简单易行，是真正指导我们如何从内而外地打造自信新生的“宝典”。

你想立即获得自信去实现自己的人生梦想吗？你想在困境中感觉自己很强大吗？亚马逊网站励志类畅销书《立获自信》自2006年问世以来一直是英国亚马逊图书网上的畅销书。这本突破性的著作是保罗·麦肯纳(Paul Mckenna)博士长期与客户打交道的心得总结，其中练习立获自信的方法只有他的私人客户或其举行的讨论会的参与者才能获得。

《立获自信》配有一张给大脑编程的CD，它运用了最新的心理编程技巧，可令到你的大脑瞬间充满积极的思想与情感。想全身心都焕发出自信的光彩，实现你的真正之所能吗？这《立获自信》和CD就是专门为设计的。保罗·麦肯纳(Paul Mckenna)博士在这本具有开创性的新书中，展示了如何把握情感、轻松生活的秘诀。你将学会怎样“关闭”恐惧与绝望的阀门，在瞬间激发动力，信心倍增。无须等到读完此书，你的整个人生态度就会转变，变得更加积极向上！在事业、爱情或其他任何一方面，只要你想让自己对生活充满十足的信心，保罗·麦肯纳博士就将用他的独门绝技引导你一步一步迈向成功。

中文书名：《我能让你零压力》

英文书名：Control Stress: Stop Worrying and Feel Good Now!

(Book and CD)

作 者：Paul McKenna

出 版 社：Bantam Press

代理公司：PFD/ANA

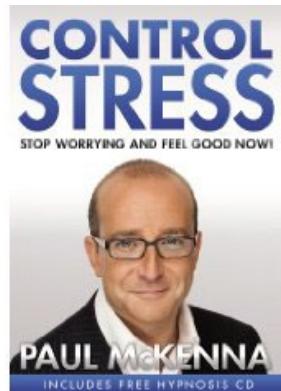
页 数：160 页

出版时间：2009年8月27日

审读资料：样书

类 型：大众心理

中文简体版曾授权，版权已回归



中简本出版记录

书 名：《我能让你零压力》

作 者：(英) 保罗·麦肯纳

出版社：时代文艺出版社

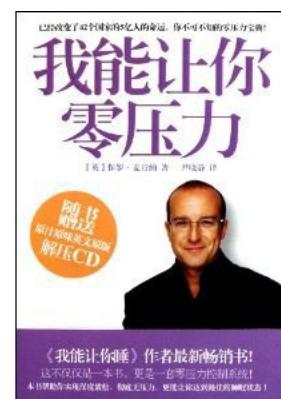
译 者：尹晓静

出版年：2011年

页 数：147 页

定 价：28.80 元

装 帧：平装





## 内容简介：

每个人在生活中都面临着一定程度的压力，但几乎没有人能很好地处理这个问题。据统计，人们去看医生的原因中，有 50%与压力相关。最新的一项科学研究表明，在目前不景气的经济环境下，越来越多的人因为承受不了压力而失去工作。这个数字相当惊人，超过了以往任何时候。

这本书将帮助你更好地控制压力，从而让你自我感觉更好、生活更加幸福。通过使用书中提供的方法，你的免疫系统会变得更强健有力，你的耐力会显著增加，并促使你做出更好的决策。最棒的一点是，你的总体生活质量将大大提高！

这不仅仅是一本书，更是一套压力控制系统！随书附赠功能强大的催眠光盘，帮助你实现深度放松，在日常生活中精力倍增，在工作时事半功倍！

保罗·麦肯纳(Paul Mckenna)博士结合 25 年的研究经验，经过数个月的认真撰写，完成了这部《控制压力》，将教会你如何控制生活中的紧张压力，帮助你获得身心的平衡与健康。

愿你早日卸下肩头重担，找回快乐、平静、幸福的生活！

中文书名：《让我为你疗伤》

英文书名：*I Can Mend Your Broken Heart*

作 者：Paul Mckenna & Hugh Willbough

出 版 社：Bantam

代 理 人：PFD/ANA

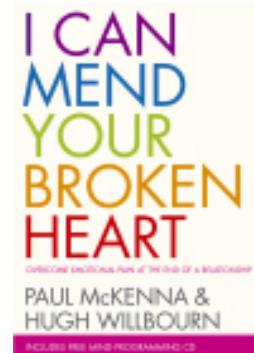
页 码：183 页

代理地区：中国大陆、台湾地区

审读资料：样书

类 型：大众心理

中文简体版曾授权，版权已回归



中简本出版记录

书 名：《让我为你疗伤》

作 者：(英) 保罗·麦肯纳等

出版社：浙江科学技术出版社

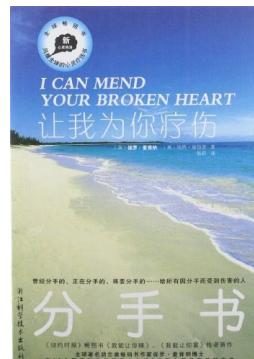
译 者：杨莉

出版年：2012 年

页 数：192 页

定 价：29.80 元

装 帧：平装



## 内容简介：

《让我为你疗伤》写给所有因为分手而受到伤害的人。无论富贵贫穷，藉藉无名或声名远扬，当一段刻骨铭心的爱情结束的时候都会有心碎的感觉，随之也会产生各种各样的反应：



感到失落和痛苦；颠覆了以前的认知；平衡感被打破；情绪起起伏伏，瞬息万变；日夜被思念和愤怒所煎熬，心如刀绞般疼痛……

几乎每个人都曾因心灵受伤而处于自我低落时期。但是，怎样才能从这种私人化并具有毁灭性创伤的阴影中走出，并在人生的道路上继续前行呢？你会在这本书里找到效果显著，且简单易学易用的方案，它能使人们很快去除伤心之痛并获得对感情的深刻理解。

读毕此书，相信你能摆脱情感上的痛苦，不再纠结和执迷不悟。书中介绍的方法曾无数次帮助过那些因遭受感情重创而不能自拔的人。如果你曾经或正处于情感的漩涡中，希望此书可以帮助你理解和摆脱痛苦，你可以试着用书中所推荐的方法，更好地驾驭自己的情感之舟。

国际著名心理医师保罗·麦肯纳和霍·威尔伯恩（Hugh Wilbourn）博士共同设计了一种简单易学的方案，它能使人们顺利地通过这一最难渡过的伤心时期。

利用这一令人吃惊的新方法与高效性实用技术，你可以很快地排除痛苦并在情感生活上获得永久性的改进。你还将要……

- \* 学会如何避免妒忌、妄想性思维方式
- \* 学会镇定、让感情方面重获平静
- \* 改变坏习惯、消除毁灭性心理模式
- \* 开发自己的情感智力
- \* 找出关系不合的原因
- \* 重获自信、向下一次恋爱敞开心灵的大门

依据个人情况，按照书中的方法去做，你那受伤的心灵不仅能获得抚慰，你还将获得一个更光明、情感方面更加成

功的未来。

\*\*\*\*\*

中文书名：《疲惫的大脑：如何重获意志力、创造力和注意力》

英文书名：THE EXHAUSTED BRAIN : THE ORIGINS OF OUR MENTAL ENERGY – AND WHY IT FADES. REGAINING WILLPOWER, CREATIVITY, AND FOCUS

德文书名：DAS ERSCHÖPFTE GEHIRN

作 者： Michael Nehls

出 版 社： Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH

代理公司：ANA/ Lauren

页 数： 368 页

出版时间： 2022 年 1 月

代理地区： 中国大陆、台湾

审读资料： 电子稿

类 型： 心理





## 内容简介：

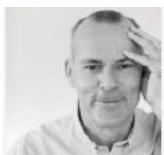
感到心神不宁、烦躁不安、无法集中？要知道，强大的大脑额叶等于强大的决策能力

大脑的能力是有限的。每个人都明白这种感觉：在经过漫长的一天后，很难集中精力，做出困难的决定，或保持具有同理心的视角。我们存在于一个长期令人疲惫的社会。缺乏运动、不良饮食、环境中的有害物质、不尽如人意的社交活动或根本没有社交、无孔不入的数字媒体——我们没有在按照自己的天性生活，这导致我们大脑的性能不断下降。

医学博士迈克尔·内尔斯一直致力于寻找我们精神能量的来源，并且已卓有成效。他首次描述了我们的“大脑电池”的位置，它在大脑中有哪些功能，特别是在我们的思维过程中发挥的作用。他描述了“大脑电池”动能下降可能对我们、整个社会和后代产生的致命后果，以及我们可以做些什么来抵制这种情况。

- “额叶电池”在哪里，它的作用是什么，它是如何“充电”的，我们又该如何提高它的性能？
- 精神衰竭对我们社会的威胁何在
- 喜欢曼弗雷德·斯皮策（Manfred Spitzer）和大卫·珀尔马特（David Perlmutter）的读者绝不应错过的一本书

## 作者简介：



医学博士**迈克尔·内尔斯 (Michael Nehls)**是一名医生和分子遗传学专家。他在美国和德国的学术机构从事研究，并找到了多种遗传性疾病的关键要素，之后他成为美国一家生物技术-生物学公司的基因组研究负责人。

2000年至2007年间，他是慕尼黑一家生物制药公司的首席执行官。迈克尔·内尔斯现在致力于撰写非小说类书籍，制作纪录片，并就战略和健康问题进行演讲。他的目标是以易懂的方式解释文明病的成因，并在大学和大会里发表演讲。更多信息请见：[www.michael-nehls.de](http://www.michael-nehls.de)

\*\*\*\*\*

中文书名：《清理大脑：沉着应对信息洪流和现代生活》

英文书名：MORE ROOM IN THE BRAIN : DEALING WITH THE FLOOD OF INFORMATION AND MODERN LIFE WITH COMPOSURE

德文书名：MEHR PLATZ IM GEHIRN

作    者：Boris Nikolai Konrad

出版社：Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH

代理公司：ANA/Lauren

页    数：256页

出版时间：2022年4月

类    型：大众心理





## 内容简介：

### 整理你的大脑

人脑非常神奇，可与高性能计算机相比。然而，我们为什么还会有这样的感觉：健忘，迟到，以及头脑发胀？

鲍里斯·尼古拉·康拉德帮助我们重新掌控大脑运作过程。这位神经学家首先展示了大脑的神奇运作方式。然后他解释了如何改进大脑的使用。通过他的技巧，我们可以学会在没有瑜伽的情况下体验完全放松，轻松记住每个名字，并最终消除头脑中的混乱。

- 神经科学，流行主题：了解人类大脑如何工作，以及如何充分运用大脑
- 由世界记忆冠军解释
- 大量的练习

## 作者简介：



**鲍里斯·尼古拉·康拉德 (Boris Nikolai Konrad)**，1984 年出生，是一名神经学家，屡次成为世界记忆冠军，打破了四项吉尼斯世界记录，经常在国际电视节目中露面。2006 年，他开始担任记忆教练和讲师。作为科学家，他致力于对超常记忆力的研究，目前在荷兰奈梅亨的唐德斯研究所工作。

\*\*\*\*\*

中文书名：《为快乐而生活：享乐主义者的生活指南》

英文书名：*Living for Pleasure: An Epicurean Guide to Life*

作 者：Emily A. Austin

出 版 社：Oxford University Press

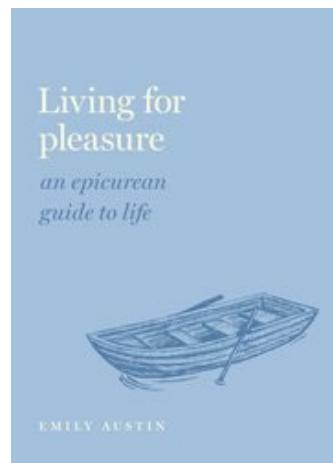
代理公司：ANA/Leah

出版时间：2022 年 11 月

代理地区：中国大陆、台湾

页 数：256 页

类 型：心理学



## 内容简介：

· 写作清晰，没有行话，而且很有趣，反映了伊壁鸠鲁派的信念，即哲学应该是所有人都能理解的，与生活相关，而且很有趣。

· 在新斯多葛主义发现了许多追随者的时候，这引起了人们对斯多葛主义的主要竞争对手的注意

· 探讨了许多当代大大小小的诸多问题

90



## 如果我们都那么想要幸福和快乐，那为什么我们那么容易得到它呢？

愉悦的感觉很好！然而，焦虑则不然。古希腊哲学家伊壁鸠鲁将这两个惊人的直观主张纳入一个简单的幸福和福祉公式——追求快乐而不引起自己焦虑。但是等等，这可能吗？人类能在不遭受失败和损失的焦虑的情况下获得持久的快乐吗？伊壁鸠鲁认为我们可以，至少一旦我们学会深思熟虑地追求快乐。

在《为快乐而生活》一书中，哲学家艾米莉·奥斯汀提供了一个生动的、不含专业术语的伊壁鸠鲁式策略之旅，以减少焦虑，获得满足，并享受快乐。伊壁鸠鲁的科学闻名于世，奥斯汀表明，它的伦理学和心理学也是领先的。伊壁鸠鲁主义可以帮助我们结交和保持好朋友，为痛苦做准备，对抗冒名顶替综合症，建立信任，认识到个人的局限性，重视真理，培养对金钱和成功的健康态度，管理政治焦虑，培养感激之情，品味食物，以及面对死亡。

读者在读完本书后，会更多地了解一个重要的哲学流派，而且还会了解如何在不焦虑地为之奋斗的情况下获得他们在生活中想要的东西——幸福。

### 作者简介：

**艾米莉·奥斯汀（Emily A. Austin）**是维克森林大学的哲学副教授。她在圣路易斯的华盛顿大学获得博士学位，专门研究古希腊哲学。

### 本书目录：

- 第1章：也许我们做得不对
- 第2章：伊壁鸠鲁主义，原班人马
- 第3章：幸福，他们的和我们的
- 第4章：为什么是享乐主义？
- 第5章：你想要什么？
- 第6章：四重补救措施
- 第7章：为什么我们不能成为朋友？
- 第8章：让我成为弗兰克
- 第9章：为什么要公正？
- 第10章：冒名顶替综合症
- 第11章：不被注意的生活：政治与权力
- 第12章：不被注意的生活：对于“喜爱”的暴政
- 第13章：财富和它的代价
- 第14章：野心、工作和成功
- 第15章：对生活的贪婪
- 第16章：不幸与坚韧
- 第17章：关于性、爱和无害的快乐
- 第18章：培养宁静的孩子
- 第19章：毒品和其他捷径
- 第20章：美食家、晚餐聚会和葡萄酒爱好者
- 第21章：科学与焦虑



第 22 章：旧时代的宗教

第 23 章：体验死亡

第 24 章：疫情时期和其他令人欣慰的可怕事件

第 25 章：关于践行伊壁鸠鲁主义

\*\*\*\*\*

中文书名：《验证》

英文书名：*Validation*

作 者：Dr. Caroline Fleck

出 版 社：Avery/Penguin

代理公司：ANA/Lauren Li

页 数：暂定

出版时间：2024 年春

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理学



#### 内容简介：

虽然基于行为主义的人际关系和自助书籍在科学上通常是可靠的，但它们大多数都是不完整的。那些书只是重复了 70 多年前的行为主义原则，而没有纳入最近的、开创性的关于验证的研究----即一个人理解另一个人的体验，并承认其有效性。

事实上，“验证是改变的催化剂”这一发现或许是现代心理学最大的秘密。这本书解释了辩证行为疗法（DBT）中给心理学带来变革的验证技巧如何帮助人们减少冲突、加强关系，并推动特定的行为改变。DBT 的验证技能旨在帮助治疗师表达他们对客户个人经历的接受与理解。通过对改变和接受的同等重视，DBT 成功地治疗了长期以来被认为无法治愈的疾病，并以人们认为不可能的方式影响行为。

验证揭示了 DBT 治疗师用来传达接受的技能，以及如何调整这些技能以帮助日常生活的人们实现有意义的改变。最后，这本书不是关于如何得到我们想要的，而是关于当我们真正了解他人时，展现在我们面前的可能性。

#### 作者简介：



卡罗琳·弗莱克（[Caroline Fleck](#)）博士是一名持证心理学家、斯坦福大学兼职临床讲师、咨询师。她在杜克大学获得心理学和神经科学博士学位，并在密歇根大学获得英语和心理学学士学位。弗莱克博士是为个人、夫妻和父母进行循证治疗（evidence-based treatments）的专家，治疗方式包括辩证行为疗法（DBT）和认知行为疗法（CBT）。她以帮助人们做出关键但具有挑战性的改变而闻名，是硅谷最受欢迎的心理治疗师之一。作为心理学界受人尊敬的人物，弗莱克博士曾在《纽约时报》（*New York Times*）、《ABC 新闻》（*ABC News*）、《赫芬顿邮报》（*The Huffington Post*）、《早安美国》（*Good Morning America*）和《美国全国公共广播电台》（*NPR*）等其他在线和印刷媒体上发表文章。她是一位活跃的公众演讲者，演讲主题包括验证、人际关系和行为主义。



\*\*\*\*\*

中文书名：《敏感力：在一个迟钝的世界里敏锐地感受》

英文书名：SENSITIVE: The Power of Feeling in a World that Doesn't

作 者：Hannah Jane Walker

出 版 社：Aster

代理公司：United Agents/ANA/Conor

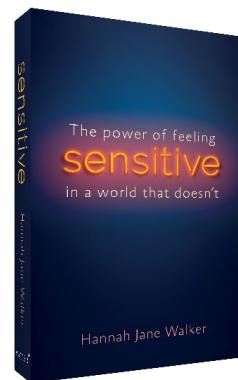
出版时间：2022年2月

代理地区：中国大陆、台湾

页 数：304页

类 型：大众心理/励志

亚马逊排名：



**Best Sellers Rank:** 8,480 in Books (See Top 100 in Books)

22 in Mood Disorders (Books)

45 in Emotional Self Help

46 in Psychology & Emotions

· · · · ·

#### 内容简介：

汉娜·简·沃克是一个非常敏感的人，而世界上至少五分之一的人都和她一样。像许多人一样，她习惯性地认为这是一种弱点，是一种她应该努力克服的特质。

当她有了第一个孩子，并意识到她的小女儿也很敏感时，汉娜决定确认敏感是否可能是一种积极的品质。她的问题引出了有趣的答案：目前正在进行的研究表明，敏感的人也可以获得美好的生活。

如果说，你一直是一个边缘党，明知自己想说什么却从不插话，容易被噪音干扰，或者容易为艺术品落泪，或者，你只是觉得自己的情感过于沉重，这本书揭示了这些特质的力量，以及我们应该如何接受它们，而不是被它们困扰。

高度敏感的人非常善解人意，遇上困难，他们也努力思考新方法，他们能够按照自己的直觉行事（直觉是真实的、科学的），他们将团队联系在一起，甚至更容易被人信任。问题是，在当今这个嘈杂的世界里，他们往往面临低自尊的问题。

苏珊·凯恩的《安静》展示了内向者在外向世界中的力量，《敏感力》则颠覆了旧的陈腔滥调和刻板印象，提出了一种新的视角来看待这种人们常常感到羞耻但却有巨大潜力的特质。

#### 作者简介：



汉娜·简·沃克（Hannah Jane Walker）是来自埃塞克斯的诗人、播音员和剧作家。她目前是剑桥生物医学校园的驻校艺术家，与科学家合作创作户外诗意图视觉艺术装置。她和剧作家克里斯·索普一起创作、表演并在世界各地巡回演出《我的至暗时刻》和《我希望我是孤独的》。她创作了《这只是说说》和《高度敏感》。作为一名表演诗人，她在剧院、酒吧、船



只和节日里演出。最近，她开始在 BBC 广播 4 台从事广播工作，现在是她为自己的戏剧诗歌播客担任人力资源。

\*\*\*\*\*

中文书名：《论归属感：在孤独时代寻找联系》

英文书名：*ON BELONGING: Finding Connection in an Age of Isolation*

作 者：Kim Samuel

出 版 社：Abrams

代理公司：ANA/Leah

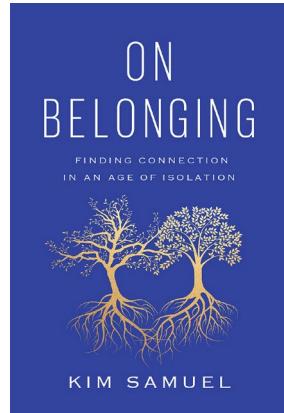
出版时间：2022 年 9 月

代理地区：中国大陆、台湾

页 数：304 页

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



### 内容简介：

- 当下最重要的一本书：即使在新冠疫情之前，孤独和社会隔离也是主要问题，而且它们只会变得更糟。本书将展示什么是归属感，为什么它很重要，以及创新者如何在世界各地培养它。
- 多头衔的作者：塞缪尔是一位实力派，是一位国际领袖和慈善家，其基金会支持这项工作。她与许多领域的专家和有影响力的人物都有良好的联系。
- 主要活动：本书的出版将与塞缪尔社会联系中心主办的“归属感全球研讨会”同时进行。塞缪尔最近被任命为有史以来第一位富布赖特包容性和社会联系大使，他已被邀请在他们的主持下到各大学和领事馆参观，额外的外部宣传将是活动的一部分。
- 热点话题：领英、哈佛大学、Nordstrom、HubSpot 和一群不同的公司和机构已经推出了新的高管职位，头衔包括“多样性、包容性和归属感”主任/“全球文化、归属感和人员增长”副总裁。归属感是主要行业会议和政治运动的主题。

探索社会隔离时代归属感的力量，借鉴创新领袖、个人和组织的经验，展示我们如何创造以人际联系为中心的生活和社区。

归属感究竟是什么意思？今天，我们正处于一个拐点。压力、社会脱节和日益严重的环境退化让人们渴望的不仅仅是物质进步、法律自由或政治稳定。我们渴望更深层次的联系。我们渴望归属感。

在《论归属感》一书中，金·塞缪尔探讨了我们当前的危机，并提出了关于归属感的四个维度：我们与他人的关系，我们的本质，我们影响政治和经济决策的能力，以及我们对生活意义和目标的发现。萨缪尔是这方面的专家，也是国际关系密切的倡导者，他向读者介绍了世界各地正在培养归属感的创新者。无论是通过体育、音乐、教育、心理健康、文化传统，还是环境，它们都在弥合裂痕，让我们每个人都能创造一个有家的感觉的世界。



### 媒体评价：

“《论归属感》是一张摆脱在今天看起来非常普遍的‘孤独感’的路线图。作者展示了归属感的价值，并将其定位在人类生活的几乎每个方面的中心，从教育到心理学，从护理到城市规划。这是一本非常重要的书，既描述了一个根本性但经常被忽视的问题，也提出了有意义和有效的解决方案。”

——肯尼思·罗斯（Kenneth Roth），维护人权委员会执行董事

“作者用真心和灵魂为人类进步的愿景提供了令人信服的理由，这种愿景既新颖又古老。我们真正的幸福并不取决于我们的财富或技术成熟度，而是取决于我们共同归属感的程度。通过强有力的讲故事和分析，这本书帮助我们把注意力转向真正重要的事情。《论归属》是一本关于我们所生活的时代的重要书籍。”

——韦德·戴维斯（Wade Davis），国家地理学会驻地探险家

“作者毕生致力于给‘孤独感’画上句号。现在，她的新书《论归属感》向世界展示了幸福的关键不是自我驱动的孤立或人为强加的分裂，而是相互关系、互惠和关系。《论归属》是一本迫切需要治愈孤立和分离造成的创伤的书。我们要么一起游泳，要么一起下沉。作者的声音是智慧，爱和同情的声音，这是今年最重要和最符合时代需求的书籍之一。”

——萨蒂什·库马尔（Satish Kumar），《复苏与生态学家》（Resurgence & Ecologist）名誉编辑

### 作者简介：



作为一名活动家、教授和社会投资者，金·塞缪尔（Kim Samuel）一直处于当今归属感运动的前线。她是塞缪尔社会联系中心的创始人，塞缪尔家庭基金会的主席，并在牛津、哈佛和麦吉尔大学等机构担任学术讲师。作为社会隔离和归属问题的学术研究和政策倡导的先驱，塞缪尔将研究、写作、教学和直接的项目工作结合起来，支持社区克服21世纪的各种社会、经济和环境挑战。她住在多伦多。

\*\*\*\*\*

中文书名：《跳出思维框框：从孙子到谷歌的解决问题的方法》

英文书名： THINKING OUTSIDE THE BOX: PROBLEM SOLVING FROM SUN TZU TO GOOGLE

作 者：Martin Cohen

出 版 社：Rowman & Littlefield

代理公司：Trident/ANA/Conor

页 数：待定

出版时间：2023年

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：大纲

类 型：大众心理





## 内容简介：

我们常常不思考，只是回应。但这不是人类的天性，也不能以此获得生命中的重大发现。这本书探索了我们思考方式的关键方面，并提出了“更好思考”的方法。正如法国哲学家勒内·笛卡尔指出的：每个人都在思考。这点很简单。本书的第二部分是教你如何使有效地思考。《跳出思维框框》提供解决问题的实用见解，以及关于人们实际上如何进行推理的哲学和心理学理论概述。

## 作者简介：

**马丁·科恩（Martin Cohen）** 是一位作家，编辑和评论家，他以清晰有趣的方式解释复杂的问题而享誉国际。他是英国赫特福德大学哲学系客座研究员，也是世界上最古老的哲学杂志之一《哲学家》的编辑，该杂志有着致力于办“给所有人看的哲学杂志”传统。他还曾为《卫报》，《每日电讯报》和《独立报》撰稿，并成功撰写了许多书籍，包括《101个哲学问题》（*101 Philosophy Problems*），该书已被翻译成20种不同的语言，在全球已售出20多万册。

## 媒体评价：

“马丁·科恩就哲学思想家与当代专家之间的交集点撰写了一部内容丰富且有趣的作品……科恩以其惊人的独创手法，从神话中找出事实进行精彩的论证——平易近人，易于阅读。适合所有人的书……”

----基思·蒂德曼（Keith Tidman），《哲学调查》（*Philosophical Investigations*）

“我喜欢这本书，因为马丁·科恩通过研究许多伟大哲学家的想法和观点，为人们提供了很多启发思考的东西。他没有指出正确的道路。相反，他提供了大量的信息，引导读者形成自己的想法，并养成为自己寻找答案的习惯。…很符合我的口味。”

----夏琳·马特尔（Charlene Martel），《文学世界》（*The Literary Word*）

“机智，好看…令人震惊… 由此我们将改善生活方式，延长预期寿命。”

----科林·柯克（Colin Kirk），著有《生活在诗歌中》（*Life in Poetry*）

“从尼采…到马克思主义理论…马丁·科恩举办了一次真正的盛宴，有各种口味的精致菜肴。”

----康斯坦丁·桑迪斯教授（Constantine Sandis），著有《我们做的事及其原因》（*The Things We Do and Why We Do Them*）



\*\*\*\*\*

中文书名：《你不懂我：年轻女性的人生指南》

英文书名：YOU DON'T UNDERSTAND ME: THE YOUNG WOMAN'S GUIDE TO LIFE

作 者：Dr Tara Porter

出 版 社：Bonnier

代理公司：AM Heath/ANA/Conor

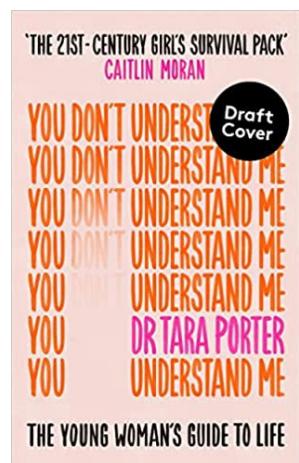
页 数：352 页

出版时间：2022 年 4 月

审读资料：电子稿

类 型：大众心理

版权已授：荷兰、罗马尼亚、爱沙尼亚、希腊。



亚马逊排名：

Best Sellers Rank: 214,770 in Books (See Top 100 in Books)

43 in Psychology for Young Adults

317 in Raising Teenagers

330 in Family & Lifestyle Eating Disorders

内容简介：

对于女孩和年轻女性来说，这是一个不断变化的时代：她们从未有过如此多的自由和选择，但是，她们也从来没有像现在这样，对自己和他人提出如此多的要求。

塔拉·波特博士（Dr Tara Porter）在本书中把自己数十年的经验直接写给女孩和年轻女子们，帮助她们了解自己的心理。从考试到友谊，从家庭到爱情，塔拉把她所了解的一切汇集到一起，为世界各地的青少年和年轻女性提供易于理解的解释与建议。《你不懂我》（YOU DON'T UNDERSTAND ME）就像一封来自一位明智的朋友或姐姐的温暖信件，它不仅理解年轻人的观点，而且还引导她们克服她们所面临的挑战。

《你不懂我》是一本专门写给青少年和年轻女性的书，它不仅向她们解释自己的想法，同时也为她们的父母提供了一个不可或缺的指南，帮助他们在自己的女儿翻个白眼，说出：“你不理解我”的时候理解她们。

作者简介：



塔拉·波特博士（Dr Tara Porter）自 1992 年以来一直从事针对年轻人的临床治疗与研究。她于 1997 年获得临床心理学家资格，这项工作作为儿童和青少年心理健康服务（CAMHS）的一部分，主要针对女孩和青少年。她还通过安娜·弗洛伊德国家儿童和家庭中心（Anna Freud National Centre for Children and Families）向教师传授相关的心理健康知识，并定期在《泰晤士报教育副刊》（TES）上撰写有关学校心理健康的 articles。



## 媒体评价:

“如果上帝是一位母亲，这就是她为少女和年轻女性写就的圣经。这本书是你能送给女儿最好的礼物。”

---凯特琳·莫伦 (Caitlin Moran), 《如何成为一个女人》(HOW TO BE A WOMAN) 的作者

“我会向每个年轻女孩推荐这本条理清晰、内容丰富的书……塔拉以深刻的知识、热情和幽默讲述了年轻女孩和我们所有人面临的挑战，她告诉我们如何克服这些挑战。”

---茱莉亚·塞缪尔 (Julia Samuel), MBE, 心理治疗师和儿科顾问

\*\*\*\*\*

中文书名: 《餐桌堡垒: 如何与意见不合的家人相处》

英文书名: **A SAFE PLACE AT THE TABLE: How Families Can Reconnect with Loved Ones in the Current Toxic Political Climate**

作 者: Janja Lalich

出 版 社: 待定

代理公司: YRG Partners/ANA/Lauren

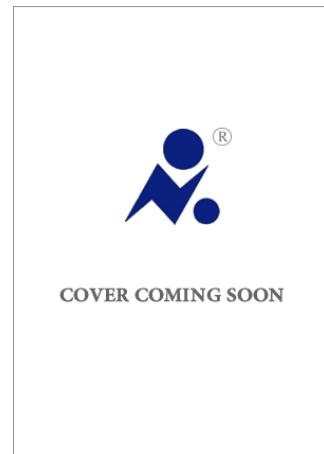
出版时间: 待定

代理地区: 中国大陆、台湾

页 数: 待定

审读资料: 大纲

类 型: 大众心理



## 内容简介:

今天在美国，几乎所有家庭都会收到一些群体或关系的影响。究竟是什么让我们和亲人们日渐疏远，是复杂的恋爱关系，是工作场所的同事的恶意行为，还是由无处不在的数字社区的对当前政治言论的控制？

《餐桌堡垒: 如何与意见不合的家人相处》将分享帮助家人和朋友了解亲人在群体或关系中的心态技巧，并以爱的方式帮助人们与亲人和朋友重新融合。这本拟出版的书将分为三个部分：

第一部分：你的亲人可能已经被“绑架”了

这一部分为理解“为什么”提供了新的诠释。为什么与有受控制经历影响的家人或朋友重新联系的过程与其他团聚的过程截然不同？为什么在重建信任和共同前进的过程中，亟需富有同情心、耐心、首先关注疗伤的观点？本节的目的，以及贯穿始终的故事讲述，是为了解构读者对疏远的亲人的挫折感，将重点放在对亲人经历的同情和理解上。

第二部分：怎么办？发挥作用的心理学原理

根据严格的定义，所谓的“邪教”可以是一个界限分明的社会团体，也可以是通过对一

98



个有魅力的领导人的共同承诺而联系在一起的分散的社会运动。它以一个超然的信仰体系为中心，是一个要求个人在言行上做出高度承诺的控制体系，通常涉及一个影响体系，进而操纵和剥削成员。本节中的故事将以通俗易懂的语言，解读高控制团体用来支配聪明、能干、有思想的人的大脑和生活的诡计，并通过真实案例进行阐释。

### 第三部分：怎么做？成功退出、重新连接和重新整合的心理学原则

最后一节对专业咨询师和邪教意识咨询师和治疗师使用的既定工具进行了重构，以帮助读者建设性地与亲人接触，预测“觉醒”过程中涉及的常见陷阱，引入富有成效的思想交流，并创造一个安全的、非评判性的替代方案。本节包括大量的案例，借此强调了这些原则是如何被朋友和家庭成功使用的，并提供切实的帮助的。

#### 作者简介：

**扬亚·拉利奇（Janja Lalich）**是加州州立大学奇科分校的社会学副教授。她与人合著了《“疯狂”疗法：是什么？有效吗？」（"Crazy" Therapies: What Are They? Do They Work?）和《俘虏的心，俘虏的思想：从邪教和虐待关系中恢复和获得自由》（*Captive Hearts, Captive Minds: Freedom and Recovery from Cults and Abusive Relationships*）。

\*\*\*\*\*

#### 作者简介：



**詹姆斯·霍利斯博士（James Hollis）**出生在伊利诺伊州的斯普林菲尔德，1962年毕业于曼彻斯特大学（Manchester University），1967年毕业于德鲁大学（Drew University）。在瑞士苏黎世荣格学院（Jung Institute of Zurich）接受荣格分析培训之前（1977-82年），他在不同的学院和大学教授人文科学26年。他目前是华盛顿特区私人执业的荣格分析家，曾担任德克萨斯州休斯顿荣格教育中心的执行主任多年，现在是华盛顿荣格学会（Jung Society of Washington）的执行主任，直到2019年，现在担任华盛顿荣格学会董事会成员。他是荣格分析师区域协会（Inter-Regional Society of Jungian Analysts）的退休高级培训分析师，是费城荣格研究所的第一任培训主任，也是菲利蒙基金会（Philemon Foundation）的荣誉副主席。此外，他还是旧金山/休斯顿的赛布鲁克大学（Saybrook University）的荣格研究教授。



中文书名：《为什么好人会做坏事：了解自身黑暗面》

英文书名：**Why Good People Do Bad Things: Understanding Our Darker Selves**

作 者：**James Hollis**

出 版 社：**Avery/Penguin**

代理公司：**ANA/Lauren Li**

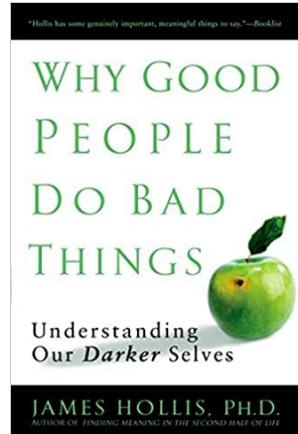
出版时间：**2008年4月**

代理地区：**中国大陆、台湾**

页 数：**277页**

审读资料：**电子稿**

类 型：**大众心理**



#### 内容简介：

与阴影一起工作，本身并不是与邪恶一起工作。它是在为更大的整体性的可能性而努力。在我们能够爱我们不可爱的地方之前，我们永远不会经历愈合，因为它们也要求我们去爱。

好人怎么会做坏事呢？为什么我们的个人故事和社会历史如此血腥、重复，如此伤害自己和他人？

我们该如何理解我们认为自己是谁--或者我们向外界展示的是谁--与我们日常行为之间的差异？为什么原本平凡的人被驱使成瘾和强迫症，无论是酒精、毒品、食物、购物、不忠，还是互联网？为什么人际关系常常充满纷争？

探索荣格的阴影概念——与我们希望投射的自我形象相矛盾的自我无意识部分，《为什么好人会做坏事》引导我们意识到许多看似无法解释的行为是阴影的表现。除了我们个人生活中的影子，霍利斯还着眼于影子在我们文化中发挥的更大的作用——从有组织的宗教到现代世界中充斥的痛苦和不公正。霍利斯认为，接受并审视作为自我一部分的阴影，是走向完整的第一步。霍利斯揭示了一种理解黑暗自我的新方法，他提供的智慧可以帮助你获得一种更有意识的生活行为，并为你的日常行为和选择带来一种新的认识水平。

中文书名：《度过中年危机：如何最终真正地成长起来》

英文书名：**Finding Meaning in the Second Half of Life: How to Finally, Really Grow Up**

作 者：**James Hollis**

出 版 社：**Avery/Penguin**

代理公司：**ANA/Lauren Li**

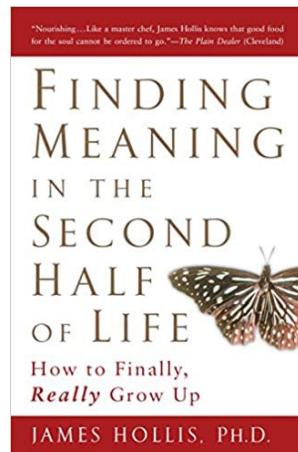
出版时间：**2006年3月**

代理地区：**中国大陆、台湾**

页 数：**276页**

审读资料：**电子稿**

类 型：**励志**



**内容简介：**

在今天的世界上，成为一个成年人的真正含义是什么？我们认为，一旦我们“找到了合适的工作”，与合适的人结婚，有了孩子，买了房子，一切就都解决了。但是，成年后会出现不同程度的成长，而且很少是我们预期的稳定的喘息机会。动荡的情绪转变可能发生在35岁到70岁之间的任何地方，当我们质疑我们所做的选择，意识到我们的局限性，并感到困顿——通常被称为“中年危机”。荣格心理分析学家詹姆斯·霍利斯认为，只有在生命的后半段，我们才能真正认识到自己是谁，从而创造出有意义的生活。在《度过中年危机》中，霍利斯探讨了当成年后的传统角色对我们不大适用时，我们可以通过成长和进化来完全成为自己，揭示了一种发现和拥抱真实自我的新方法。对于任何面临似乎不再令人满意的职业、已经转变的长期关系或引起衰老和死亡问题的家庭过渡的人来说，《度过中年危机》提供了一个值得信任的信息和跨越成人发展的关键通道。

\*\*\*\*\*

**中文书名：《曾经致命的疾病：精神分裂症和预防之路》**

**英文书名：A ONCE MALIGNANT MALADY: Schizophrenia and the Path to Prevention**

**作 者：**Jeffrey Lieberman

**出版 社：**Scribner/Simon & Schuster

**代理公司：**ANA/Lauren Li

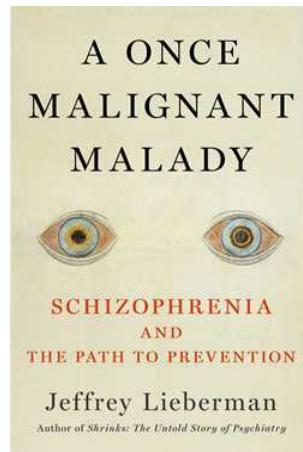
**页 数：**612 页

**出版时间：**2022 年 8 月

**代理地区：**中国大陆、台湾

**审读资料：**电子稿

**类 型：**大众心理

**内容简介：**

哥伦比亚大学著名的心理学系主任根据与病人以及其他从业人员和理论家的长期关系，撰写了一部关于精神分裂症的详尽的历史——对治疗、诊断提出了关键性的见解，并对预防该病的发展提出了深刻的展望。

许多神话掩盖了我们对精神分裂症的理解，人们对这种疾病的最大的误解是：它仍然是一个黑暗的谜，没有有效的治疗方法，对那些倍受疾病影响的人来说没有希望。现实情况则完全不同：今天的治疗方法改变了游戏规则，而且往往能拯救生命。一种结合了药物治疗和社会心理服务的创新疾病管理模式可以帮助人们控制这种疾病，以及提供防止发病的手段。

在这部关于精神分裂症的传记中，杰夫·利伯曼博士展示了通往这些重大治疗进展的道路。在这个过程中，《曾经致命的疾病》贯穿了大脑的复杂性、精神病学的曲折历史，以及几个世纪以来的污名如何阻碍了科学和社会的进步。目前研究人员的愿望是在精神病症状出现之前将早期检测和干预策略应用于该疾病，以有效防止精神分裂症的爆发。

通过案例研究、历史和易懂的科学写作，《曾经致命的疾病》讲述了精神分裂症的过去、现在和未来。



**这部作品是一个充满希望的信息，讲述了一种长期以来被误解和治疗不力的疾病：**《曾经致命的疾病》是对精神分裂症的起源、历史、诊断和治疗的精彩考察纪实。在近四十年的职业生涯中，利伯曼博士的研究重点是精神分裂症和其他精神障碍的神经生物学、药理学和治疗，在这本书中，他向读者展示了研究人员、科学家和医生是如何有效治疗、预防精神分裂症的。

**国际知名作者：**利伯曼博士是美国精神病学协会的前任主席，哥伦比亚大学内外科医学院精神病学系的劳伦斯·E·科尔布教授和主任，纽约州精神病研究所所长，以及纽约长老会医院/哥伦比亚大学医学中心的首席精神病学家。他发表过 600 多篇科学文献，撰写或编辑了 11 本关于精神疾病、精神药物学和精神病学的学术书籍，以及一本商业书籍《精神病学家：精神病学不为人知的故事》(*Shrinks: The Untold Story of Psychiatry*)。

**与纽约媒体和写作界联系紧密：**利伯曼认识许多擅长让普通读者了解科学的作家，从穆克吉 (Siddhartha Mukherjee) 到安德鲁·所罗门 (Andrew Solomon) 再到凯·雷德菲尔德·贾米森 (Kay Redfield Jamison)。利伯曼精通学术精神病学，拥有与病人打交道的临床经验，并为行业读者写作。

**这部作品在一位获奖小说家的帮助下撰写：**莫莉·麦克洛斯基 (Molly McCloskey) 著有 5 本作品，包括回忆录《绕着太阳转》(Circles Around the Sun)，该书讲述了她哥哥患偏执型精神分裂症的经历，被评为 2011 年《星期日泰晤士报》(Sunday Times) 年度回忆录。莫莉也是小说《流浪》(Straying) 的作者，该书由 Scribner 出版，受到《纽约时报》(The New York Times)、《时尚杂志》(Vogue)、《明尼阿波利斯明星论坛报》(Minneapolis Star Tribune) 和其他媒体的好评。

**作者的第一本商业书获得成功：**利伯曼的《精神病学家：精神病学不为人知的故事》被安德鲁·所罗门和穆克吉广泛评论宣传。到目前为止，该书总销量已超过 15000 册，是 2021 年 6 月播出的四集美国公共广播公司 (PBS) 系列节目《精神疾病的奥秘》(Mysteries of Mental Illness) 的灵感来源。

**作者与媒体关系良好：**利伯曼博士曾出现在美国有线电视新闻网 (CNN)、哥伦比亚广播公司 (CBS) 新闻、美国公共广播公司 (PBS) 夜间新闻、美国国家公共电台 (NPR)、《今日秀》(Today Show) 和《60 分钟》(60 Minutes) 等节目中。

**潜在的宣传者：**这部作品可能会被包括理查德·阿克塞尔 (Richard Axel)、苏珊娜·卡哈兰 (Susannah Cahalan)、凯·贾米森 (Kay Jamison)、穆克吉 (Siddhartha Mukherjee)、埃林·萨克斯 (Elyn Saks) 和安德鲁·所罗门 (Andrew Solomon) 在内的名人宣传。

### 作者简介：



**利伯曼 (Lieberman)** 是国际知名的精神病学家，美国精神病学协会的前任主席，他已经成为精神医学和心理健康护理领域的主要发言人。他是哥伦比亚大学内外科医学院的劳伦斯·E·科尔布教授和精神病学系主任，纽约州精神病学研究所所长，以及纽约长老会医院/哥伦比亚大学医学中心的首席精神病学家。



\*\*\*\*\*

中文书名：《不要放任时间！：大脑如何塑造我们的未来》

英文书名：DO NOT LEAVE YOUR TIME UNATTENDED! :

HOW THE BRAIN SHAPES OUR FUTURE

德文书名：LASSEN SIE IHRE ZEIT NICHT UNBEAUFSICHTIGT!

作者：Christiane Stenger

出版社：Campus

代理公司：ANA/Susan Xia

页数：244 页

出版时间：2021 年 8 月

代理地区：中国大陆

审读资料：电子稿

类型：科普



### 内容简介：

你从未有过这么多时间！

其实我们有着同样多的时间—只是无法有效地利用。我们每天有 24 小时，一年有 8760 小时，但是经常不知道时间去了哪里。“时间究竟是什么？”这一问题使克里斯蒂安·施滕格（Christiane Stenger）在日常生活中从伟大的哲学家，物理学家和专家那里寻求答案。这位世界记忆冠军和畅销书作家在她的新书中，探索了大脑的“发条”，以她风趣的方式展示了它如何创造我们的时间感，如何影响我们的生活，以及我们如何影响它。克里斯蒂安·施滕格坚信，这是一种值得深究的现象，因为一旦我们知道大脑如何运作，就会拥有时间！

- 畅销书作家的新书
- 哲学与日常生活相结合
- 这位记忆艺术家解释了个人的时间意识如何在大脑中产生

### 目录：

一次特别的时间之旅	9
第一章	
第二章	
都是大脑在捣乱 – 大脑的时间认知	33
第三章	
无聊和骚动 – 时间的慢与快	47
第四章	
珍贵的时刻 – 决定在此时此刻	67
第五章	
回首往事 – 带着感情回顾过去	87
第六章	

103



勇敢地向前看 – 幸福和未来	99
第七章	
行动起来 – 规划未来时的薄弱环节	115
第八章	
自主时间中的障碍	141
第九章	
每天，重复地 – 关注此刻	163
第十章	
分配时间，加倍的快乐	183
第十一章	
和时间竞赛或是把握住 1.5 摄氏度	207
第十二章	
最好的留到最后 – 拥有更好的时间意识的 7 个建议	229
到此结束 – 时间之旅的最后一站	243
致谢	245
注释	246

### 作者简介：

克里斯蒂安 · 施滕格 (Christiane Stenger) 以创纪录的时间完成了高中和大学的学业，目前是一名成功的艺人，演员和电视主持人。她共获得 3 次世界青年记忆锦标赛大师称号，并在文章记忆单项中取得冠军，也是世界女子记忆锦标赛冠军。作为几次世界记忆冠军头衔的持有者，她不仅懂得如何收集知识，而且知道如何储存并创造性地使用知识。在 Hamburg Stage School 完成培训后，她成为了电视节目主持人，主持的节目包括德国电视二台的 NEO 频道。她的作品包括畅销书《脑力触发：记忆冠军的大脑训练术》(Do not leave your brain unattended!) (德语书名 Lassen Sie Ihr Hirn nicht unbeaufsichtigt, Campus 2014 年出版)。她和萨米拉 · 奥瓦西尔 (Samira El Ouassil) 一起主持播客《永远不要对懒人讲尼采哲学》(Never Say Nietzsche Philosophy for Lazy People)。

\*\*\*\*\*

中文书名：《你并不是那个你创造出的角色：个人叙述的科学以及我们可以如何改变自己和他人的思想》

英文书名：YOU ARE NOT WHO YOU THINK YOU ARE: The Science of Stories, How We Can Change Them, Ourselves, and the Minds of Others

作 者：GREGORY BURNS

出 版 社：Basic

代理公司：Tessler/ANA/Leah

出版时间：2022 年秋

页 数：209 页

审读资料：电子稿

类 型：大众心理





## 内容简介：

每个人都会有内心独白---我们告诉自己我们是谁。

但如果这是错误的呢？如果我们的个人叙述是出于方便而编造的故事呢？事实上，这正是现代神经科学告诉我们的。我们对自我的概念是一种幻觉，产生于必须携带大脑的身体限制。

伯恩斯认为，我们讲的每一个故事----包括我们自己的故事----都是大脑用来理解世界的情节。他将展示这个技巧如何让我们脆弱的自我免于崩溃，以及为什么我们如此容易受到他人意见的影响。但因为这些个人叙述是我们大脑的结构，我们可以改变它们。科学将告诉我们如何破解我们的个人叙述。

## 作者简介：



格雷戈里·伯恩斯（**Gregory Berns**）是佐治亚州亚特兰大埃默里大学杰出的神经经济学和心理学教授。

伯恩斯是四本流行的非小说的作者。其中包括《纽约时报》和《华尔街日报》的畅销书《狗是如何爱我们》，以及《狗是什么样的》，该书被史密森学会评为2017年十大最佳科学书籍之一。以前的书包括《满足》（2005）和《反传统》（2008）。

\*\*\*\*\*

中文书名：《五次重置》

英文书名： *The Five Resets*

作    者： Aditi Nerurkar

出  版  社： 暂定

代理公司： WME/ANA/Lauren Li

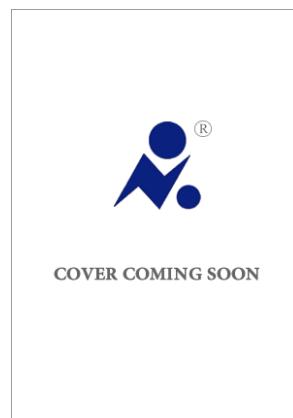
页    数： 暂定

出版时间： 暂定

代理地区： 中国大陆、台湾

审读资料： 大纲

类    型： 大众心理



## 内容简介：

在《五次重置》（*The Five Resets*）中，阿迪提·内鲁卡（Aditi Nerurkar）博士向我们展示，与我们被告知的相反，压力并不是我们的敌人。事实上，压力对人类来说是如此重要，以至于它是我们大脑、身体和生物学的基础。压力塑造了我们，只要当它被拨到正确的频率。因为，正如我们所知，压力会变得适应不良、与我们生活的频率不协调。这就是问题开始出现的时候。



阿迪提博士用尖端、具有科学依据的技巧，教我们如何重新连接大脑和身体，使压力为我们服务，而不是欺骗我们。很可能，你生活中的一切美好都是因为压力而产生的。这是每天早上让你起床，并推动你前进的生物动力。当压力成为对生活的适应性反应时，它至关重要、健康、有价值。这本书有一个目标：帮助读者在压力、倦怠、恢复力和心理健康方面取得巨大进步。

### 作者简介：



阿迪提·内鲁卡（Aditi Nerurkar）博士是一名内科医生、演讲者和记者，在压力、恢复力、倦怠和心理健康方面拥有专业知识，帮助人们驾驭新常态。她是哈佛医学院全球卫生与社会医学系（Division of Global Health & Social Medicine）的讲师，并担任社区参与临床见习（Clinical Clerkship in Community Engagement）的联合负责人。此前，她曾在瑞士的世界卫生组织协作中心从事全球公共卫生工作，并在波士顿的贝斯以色列女执事医疗中心（Boston's Beth Israel Deaconess Medical Center）担任医疗主任。她的作品曾在《华尔街日报》（*Wall Street Journal*）、美国有线电视新闻网（CNN）、《奥普拉杂志》（*Oprah Magazine*）和《华盛顿邮报》（*Washington Post*）上发表。她是微软全国广播公司（MSNBC）和美国国家广播公司（NBC News）的医学评论员，也是《福布斯》（*Forbes*）的专栏作家。她的研究成果曾发表在《美国医学会杂志》（*JAMA*）上。内鲁卡博士是一位国际知名的演讲者，最近在福布斯 U30 精英峰会（Forbes 30 Under 30 Summit）、哈佛商学院女性会议（Harvard Business School Women's Conference）和戴尔科技公司的主题演讲中发表了演说。她在和利事务所（The Leigh Bureau Speakers Agency）的代表是珍·鲍温（Jen Bowen）。

\*\*\*\*\*

中文书名：《怪异行为心理学》

英文书名：THE SCHMUCK IN MY OFFICE

作 者：Jody Foster and Michelle Joy

出 版 社：St. Martins Press

代理公司：Fletcher/ANA/Lauren

出版日期：2017 年 4 月

页 数：336 页

审读资料：电子稿

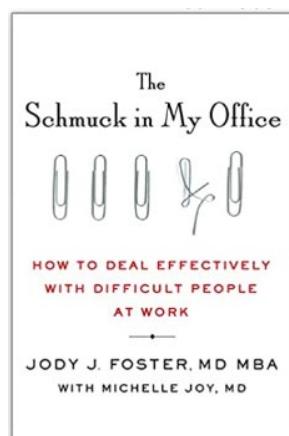
代理地区：中国大陆、台湾地区

类 型：大众心理学

繁体中文版已授权

中文简体字版曾授权，版权已回归

豆瓣书讯：<https://book.douban.com/subject/30270210/>





### 中简本出版记录

书 名：《怪异行为心理学》  
作 者：[美]朱迪·福斯特 / [美]米歇尔·乔  
出版社：台海出版社  
译 者：张晓楠  
出版年：2018年5月  
页 数：216页  
定 价：42元  
装 帧：平装



### 内容简介：

《怪异行为心理学》是宾夕法尼亚大学医学院教授，沃顿商学院工商管理硕士朱迪·福斯特与宾夕法尼亚大学研究员米歇尔·乔根据临床经验解读职场中常见但令人费解的怪异行，帮助读者尝试理解他人行事怪异的深层原因，真正了解同事和自己，打造更加安全、健康、有效运转的工作环境。把别人说成傻瓜或是蠢货很容易，而尝试理解他人如此行事的深层原因则要难得多。

《怪异行为心理学》剖析了人们对人际交往认识的局限性，突出精神分析在办公环境中的重要作用，帮助读者识别不同类型的问题行为，打造更好的工作环境和更顺畅的人际关系。

### 作者简介：

**朱迪·福斯特 (Jody Foster)**，沃顿商学院工商管理硕士。宾夕法尼亚大学医学院教授，宾夕法尼亚州大学卫生系统精神科临床操作副主席。

**米歇尔·乔 (Michelle Joy)**，宾夕法尼亚大学研究员，对临床医学和人文科学的交叉点感兴趣。

\*\*\*\*\*

中文书名：《焦虑：悲伤的缺失阶段》

英文书名：ANXIETY: THE MISSING STAGE OF GRIEF

作 者：Claire Bidwell Smith

出 版 社：Hachette's DaCapo Lifeling Books

代理公司：Wendy Sherman/ANA/Lauren

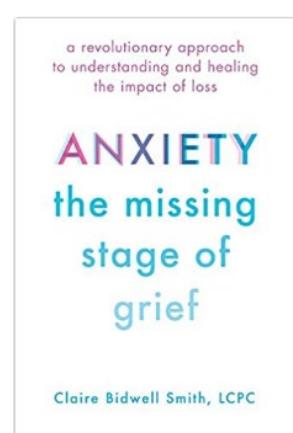
页 数：272页

出版时间：2018年9月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理





## 内容简介：

这是一本具有突破性意味的作品，它以著名的库伯勒·罗斯（Kubler-Ross）的阶段模型为基础，附加上接受治疗的康复策略，深入探索了焦虑和悲伤之间鲜为人知却又至关重要的某种联系。

焦虑性障碍现象正在逐年上升，许多人不断地寻求资源来帮助人们解决这个严峻的问题，但大多数人却并未意识到那些令他们难以释怀的悲伤经历才是最主要的因素——或者从根本上来说，这两者存在着某些必然的联系。经过了克莱尔·比德韦尔·史密斯（Claire Bidwell Smith）长期的临床治疗实践经验，并参照她自己青少年的人生经历，她最终得出结论：焦虑和悲伤之间确实存在着某种联系。现如今，为了帮助目标读者不再因为生命中的某些失去而备受焦虑情绪的折磨，经过大量的调查研究、案例分析和实地走访，比德韦尔·史密斯将焦虑的生理机能打破，帮助他们透彻理解她的核心理论的基础内涵。比德韦尔·史密斯在大众所熟知的伊莉莎白·库伯勒·罗斯（Elisabeth Kübler-Ross）五个阶段的基础上迈进了一大步：《焦虑：悲伤的缺失阶段》（Anxiety: The Missing Stage of Grief）深入解释了死亡与悲伤之间的密切联系以及它们是如何引发焦虑情绪的——从我们对死亡根深蒂固的恐惧心理到生命中的失去让我们赤裸裸地感慨生命的脆弱，所有的内容都将在这本书中逐一被拆解。

比德韦尔·史密斯在这本书中列举了一系列具体的实操方法、应对恐慌症的策略、掌控焦虑情绪的技巧，更重要的是，她用设身处地的思维以及立竿见影的方式将这两种情绪完美地结合在一起，相互影响。

## 作者简介：



克莱尔·比德韦尔·史密斯（Claire Bidwell Smith）是一名心理治疗师，她已经在悲伤辅导这个专业领域中工作了超过十年的时间。在克莱尔很小的时候，她便早早地失去了父母双亲。于是，她将这段令她刻骨铭心的切身体会与她在收容所、私人诊所工作时积攒下的丰富临床经验充分结合在一起，深入地探究了人们在悲伤情绪中所展示出的种种焦虑。克莱尔曾经出版过三本关于悲伤与失去题材的书籍，其中包括她的自传《继承的规则》（*The Rule of Inheritance*）以及《逝后：生命结束后我们会去哪里？》（*After This: When Life Is Over Where Do We Go?*）。其中，《继承的规则》曾在全世界 18 个国家公开发表，目前它还被改编成了电影作品。克莱尔的著作也曾刊登在各大主流媒体杂志上，如《纽约时报》（*The New York Times*）、《沙龙》（salon.com）、《页岩》（*Slate*）、芝加哥公共广播电台（Chicago Public Radio）、《赫芬顿邮报》（*The Huffington Post*）、《今日心理学》（*Psychology Today*）、《瑜伽杂志》（*Yoga Journal*）等。

克莱尔会定期举办有关悲伤与失去方面的讲座并提供一系列悲伤辅导的专业在线课程，她的客户现已遍布世界各地。她还试图改变人们对于死亡的看法，这样可以帮助我们每个人更健康地度过悲伤恢复期。

克莱尔和她的两个宝贝女儿现在居住在美国加利福尼亚州的圣莫尼卡（Santa Monica），她曾举办过多次主题研讨会并持续在全国范围内开展巡回讲座。更多有关克莱尔的消息，请查看网址：[www.CelaReIdWeldSmith.com](http://www.CelaReIdWeldSmith.com)。



## 媒体评价:

“在《焦虑：悲伤的缺失阶段》中，克莱尔·比德韦尔·史密斯寻找到另外一种极具说服力的方式来阐释悲伤究竟意味着什么，并加深了我们对这个问题的理解。根据她青少年失去双亲的切身经历以及她多年来身为悲伤心理治疗师的丰富经验，比德韦尔·史密斯在探讨悲伤与焦虑之间的关系时为目标读者提供了一个全新的视角。她对那些曾经历过失去的人们的深切同情已经成功地帮助了许许多多人渡过难关。这本带有创新色彩的励志作品还将帮助更多的读者走出生活的阴霾。”

——谢丽尔·史翠德 (Cheryl Strayed), 《纽约时报》畅销书《那时候，我只剩下勇敢》(Wild) 作者

\*\*\*\*\*

中文书名: 《大脑“战争”: 神经科学的和平与冲突》

英文书名: *Our Brains at War: The Neuroscience of Conflict and Peacebuilding*

作 者: Mari Fitzduff

出 版 社: Oxford University Press

代理公司: ANA/Leah

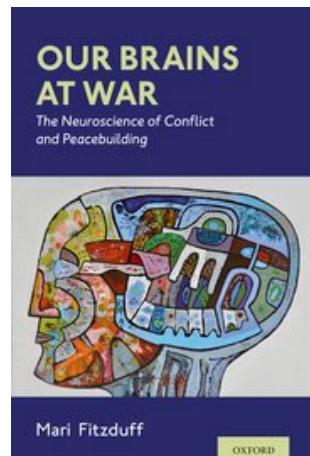
出版时间: 2021 年 9 月

代理地区: 中国大陆、台湾

页 数: 216 页

审读资料: 电子书稿

类 型: 大众心理



## 内容简介:

- 利用社会生物心理学、行为遗传学、政治心理学、社会和认知神经科学等新兴跨学科领域来识别有影响力的情绪来源。
- 通过解决有助于形成社会和全球冲突的生物因素，提出解决社会和全球冲突的新方法。
- 展示我们如何管理情绪和偏见，以更好地限制暴力和冲突。

《大脑“战争”: 神经科学的和平与冲突》表明，我们需要彻底改变对战争、领导和政治的看法。包括政治科学家在内的大多数人，都未能认识到本能和情感(而非逻辑)在多大程度上影响了我们的社会政治和国际战争。我们的许多生理和遗传倾向(我们大多不知道)很容易助长我们对其他群体的反感，让我们选择“强大的”领导人而不是更谨慎的领导人，帮助招募非法民兵，甚至让我们中最温和的人对他人施加暴力。从行为遗传学、生物心理学、社会和认知神经科学等新兴领域的最新研究，这本书确定了令人信服的本能和情感的来源，以及我们如何能够承认和更好地管理它们，以便更有效地发展国际和社会和平。

## 作者简介:

玛丽·菲茨达夫 (Mari Fitzduff)，布兰代斯大学海勒社会政策与管理学院荣誉教授，她是冲突解决与共存国际项目的创始主任。她在中东、非洲、亚洲和欧洲的调解、冲突解决和



和平建设问题上进行了研究和培训。她的著作包括《解决全球冲突的心理学：从战争到和平》(*The Psychology of solving Global Conflicts: From War to Peace*, 与克里斯·斯托特(Chris Stout)合编)。

### 媒体评价：

“情感和本能，我们往往几乎没有意识到，最终深刻地塑造了我们人类制造战争和和平的方式。受她在一场根深蒂固的种族冲突中亲身见证的个人经历以及她作为和平缔造者的职业经历的启发，玛丽·菲茨达夫深入研究了新的行为科学，为我们提供了一套关于大脑和冲突以及我们可以做些什么来帮助实现和平的洞见，让我们大开眼界，发人深省。阅读和推荐给别人是真正的乐趣！”

——威廉·尤里 (William Ury)，*Getting to Yes* 的合著者和 *The Third Side* 的作者

“《战争中的大脑》是一本优秀的可读性很强的书。从长期的经验和自省中，我认识到了玛丽·菲茨达夫(Mari Fitzduff)告诉我们的很多东西，我找到了对社交媒体揭露的影响的解释。我把这本书推荐给那些试图解决引发冲突的对抗的人，以及参与其中的军队。”

——鲁伯特·史密斯 (Rupert Smith) 爵士

“这本非凡的书，由该领域最具创新精神的思想家和最鼓舞人心的实践者之一所著，将神经科学带入和平服务。它将改变我们对建设和平的理解，同时为所有那些努力在动荡的世界中实现和平的个人和政治要求作出回应的人提供一种受欢迎的催化剂。”

——*Peacekeeping in the 21st Century* 的合著者汤姆·伍德豪斯 (Tom Woodhouse)

“在一个充满暴力的社区中长大，你会发现理性的争论对解决冲突的作用微乎其微。如果你怀疑这一点，你需要阅读这本书，以跟上近年来出现的复杂的生物、心理和社会研究图景。如果你想了解正在发生的事情，这本书里有很多你需要的多学科参考资料。”

——约翰·奥尔德迪斯 (John Alderdice) 勋爵，牛津大学高级研究员，前北爱尔兰议会议长

“一部心理力作！在《战争中的大脑》一书中，著名学者玛丽·菲茨达夫阐明了驱使群体走向战争和和平的强大神经心理学因素。这本书是和平建设者、军事领导人、政府官员、冲突解决的学生，以及任何关心我们星球未来的人的必读书籍。强烈推荐！”

——丹尼尔·夏皮罗 (Daniel L. Shapiro)，哈佛医学院心理学副教授，*Negotiating the Nonnegotiable* 一书的作者

“玛丽·菲茨达夫 (Mari Fitzduff) 熟练地解读了 21 世纪冲突的驱动因素——恐惧、‘他们和我们的’的思考、非理性和暴徒心态——为我们留下了神经学上的智慧和新的、实用的建设和平的策略！”一如既往的前沿和辉煌！”

——艾玛·莱斯利 (Emma Leslie)，和平与冲突研究中心执行主任

### 本书目录：

#### 介绍

#### 第一章:论凡人

#### 第二章:杏仁体劫持



- 第三章:我们和其他人
- 第四章:我的真相还是你的真相?
- 第五章:极端主义的诱惑
- 第六章:跟随领导者
- 第七章:文化适应规范
- 第八章:新视野, 新部落
- 第九章:下一个改编?
- 第十章:建设和平更成功?
- 参考文献

\*\*\*\*\*

中文书名:《与强烈情绪共存: 了解天才儿童、青少年、成年的敏感性、兴奋性和情绪发展》

英文书名: **LIVING WITH INTENSITY: UNDERSTANDING THE SENSITIVITY, EXCITABILITY, AND THE EMOTIONAL DEVELOPMENT OF GIFTED CHILDREN, ADOLESCENTS, AND ADULTS**

作 者: Susan Daniels (Editor) and Michael M. Piechowski (Editor)

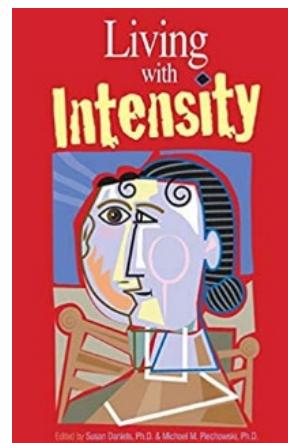
出 版 社: Great Potential Press

代理公司: Yorwerth/ANA/Susan Xia

出版时间: 2008 年 11 月

页 数: 260 页

类 型: 大众心理



### 内容简介:

天赋异禀的儿童和成人常常被误解。他们的兴奋被视为表现过度, 他们的精力充沛被认为是多动症, 他们的锲而不舍被当做唠叨, 他们的想象力不被重视, 他们的激情被视为破坏, 他们的强烈情绪和敏感被视为不成熟, 他们的创造力和自我导向被视为对抗。

本书描述了这些过度兴奋的情况以及处理正在经历这些情况的儿童和成人的策略, 还讲述了关于达布罗夫斯基积极分裂 (Positive Disintegration) 理论的基本信息。在书中可以学习培养敏感度、强度、完美主义等方面的实用方法。

### 作者简介:

**苏珊·丹尼尔斯 (Susan Daniels)** 博士是加州州立大学圣贝纳迪诺分校教育心理学和咨询学副教授, 她还担任K-12教师的“天才班”的协调员。此外, 她还担任大学预科项目的主任, 这是一个为高潜力高中生提供的早期入学、双录取项目。她还是一名顾问、专业发展专家和国际演讲者, 在创造力、强化课程、以及资优人士的社会与情感需求和发展方面有专长。

**迈克尔·M. 皮耶霍夫斯基 (Michael M. Piechowski)** 在他的家乡波兰波兹南的亚当·密茨凯维奇大学获得理学硕士学位。他在威斯康辛大学麦迪逊分校获得了分子生物学博士学位。



他在阿尔伯塔省埃德蒙顿市的阿尔伯塔大学遇到了卡齐米日·达布罗夫斯基博士，并与他合作了八年。迈克尔·M. 皮耶霍夫斯基回到威斯康星大学获得咨询心理学的博士学位。随后，他在伊利诺伊大学、西北大学和位于苏必利尔湖的诺思兰学院任教。他是教育促进研究所的高级研究员，威斯康星州阿什兰市诺斯兰学院的名誉教授，他在那里开设了超个人心理学的体验课程。他是《天才教育手册》(Gifted Education) 和《创意百科全书》(Encyclopedia of Creativity) 的撰稿人。自2002年起，他参与了由教育促进会组织的Yunasa高资历青年夏令营。他现居威斯康星州的麦迪逊。

### 媒体评价：

“《与强烈情绪共存》既是一本令人愉快的书，也是一本具有指导意义的书。它无疑成功地达到了它所宣称的目标，即让‘高度复杂的材料变得容易理解，且不淡化其基本概念（第265页）’。本书使用易于理解的语言，富有插图和实用的建议，对所有家长、教师和辅导员处理资优和强度问题非常有帮助。”

----弗拉德·格拉韦亚努 (Vlad Glaveanu), 《欧洲心理学杂志》编辑

“对辅导员、教师和家长来说，达布罗夫斯基理论的应用变得清晰起来。这真是‘与强度合作（而不是反对，或试图解决）’的好例子。这本书是达布罗夫斯基《积极分裂理论》(2008) 的绝佳参考。”

----莱斯利·福斯特博士 (Leslie Forstadt, Ph.D.), 《勒佩尔评论》(Roeper Review)

\*\*\*\*\*

中文书名：《心灵之窗》

英文书名：WINDOW INTO THE MIND

德文书名：FENSTER INS GEHIRN

作 者：John-Dylan Haynes and Matthias Eckoldt

出 版 社：Ullstein

代理公司：ANA/ Susan Xia

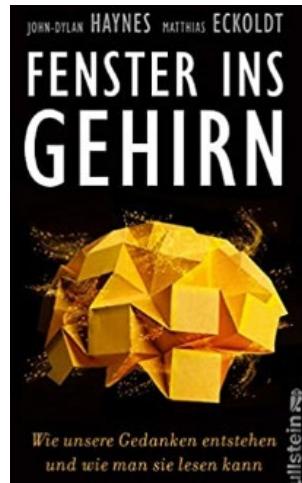
页 数：304 页

出版时间：2021年5月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：科普



### 内容简介：

了解他人的心理活动是人类最古老的愿望之一。科学家长期以来一直在尝试从大脑活动中读取想法。著名的神经科学家约翰·迪伦·海恩斯 (John-Dylan Haynes) 成功地从实验者的大脑中解开了隐藏的意愿。他的研究引起了一些敏感性问题：我们的想法真的很安全吗？是否将来能够通过扫描大脑读取我们的愿望和感受，甚至是密码？广告是否可以有目的地影响思考过程，以便让我们购买某些产品 — 甚至违背我们的意愿？我们是否拥有自由意志，还是由大脑预先决定的？但是想要任意读取想法，还有漫长的路要走。然而，这种变化可能会比我们希望的更快。

**作者简介：**

**约翰·迪伦·海恩斯 (John-Dylan Haynes)**, 1971 年出生, 心理学家和神经科学家, 担任柏林高级神经成像中心 (Berlin Center for Advanced Neuroimaging) 主任和柏林夏里特医院伯恩斯坦计算神经科学中心 (Bernstein Center for Computational Neuroscience der Charité Berlin) 教授。他在大脑研究的读取想法方面发挥了重要作用。他的研究在国际媒体上引起关注, 包括《卫报》, CNN, 德国《时代》周报, 德国《明镜》周刊和《国家地理》。

**马蒂亚斯·埃科尔特 (Matthias Eckoldt)**, 1964 年出生, 出版过小说和非虚构作品。《大脑和心灵简史》(Eine kurze Geschichte von Gehirn und Geist) 和《莱昂纳多的遗产》(Leonardos Erbe) 被《科学画刊》(Bild der Wissenschaft) 分别在 2017 年和 2019 年提名为年度科普书籍。他和兰道夫·门泽尔 (Randolf Menzel) 合著的《蜜蜂的智慧》(Die Intelligenz der Bienen) 成为畅销书。最近, 他出版了《病毒 — 偏执粒子流行病》(Virus – Partikel Paranoia Pandemie)。埃科尔特的作品被科学信息处 (idw) 授予科学新闻奖。

\*\*\*\*\*

中文书名:《后疫情: 焦虑、抑郁和创伤后应激障碍的人际心理治疗》

英文书名: *In the Aftermath of the Pandemic: Interpersonal Psychotherapy for Anxiety, Depression, and PTSD*

作    者: John C. Markowitz

出  版  社: Oxford University Press

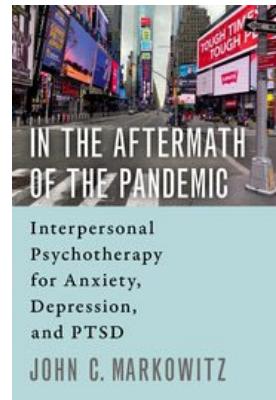
代理公司: ANA/Connie Xiao

出版时间: 2021 年 2 月

代理地区: 中国大陆、台湾

页    数: 144 页

类    型: 心理学

**内容简介:**

- 调整IPT方法, 以适应正在发生的灾难, 针对新冠疫情导致的精神后果, 包括焦虑、抑郁和创伤后应激障碍, 提供快速、基于证据的应对措施
- 描述从面对面治疗到远程治疗的转变, 并针对远程治疗的挑战提出解决方案
- 处理大流行背景下出现的具体临床问题, 并提供处理这些问题的专门工具

是一本易于阅读的治疗手册, 使心理治疗师能够使用人际心理疗法(IPT)来应对COVID-19大流行和其他大规模灾难造成的心灵后果。经过充分研究和时间限制, IPT在治疗情绪障碍、焦虑障碍和创伤后应激障碍(PTSD)方面已证明有效。IPT帮助人们动员社会支持, 处理和控制环境压力源, 缓解症状。因此, 这似乎是对新冠疫情伴随的精神问题浪潮的出色干预。这本书描述了IPT技术, 并着重于治疗灾难的主要结果——抑郁、创伤后应激障碍和焦虑——用从大流行的实际临床表现中提取的多个详细案例来说明它们的治疗方法。这本书还谈到了从面对面治疗到远程治疗的突然转变, 并包括一份新的心理风险因素的后疫情行为清单。IPT首席专家约翰·马科维茨 (John Markowitz) 博士解释了新冠流行等灾难的心理影响, 以及IPT在应对这些影响方面的特别用处, 使其成为寻求解决新冠疫情造成的精神危机的临床医生的重要文本。

113



## 作者简介：

**约翰·马科维茨（John Markowitz）**，医学博士，在哥伦比亚大学内科和外科学院获得医学学位，并在纽约康奈尔大学佩恩·惠特尼诊所/纽约医院接受精神病住院医师培训。他有幸与人际心理疗法(IPT)的两位创始人共事——已故的康奈尔大学医学博士杰拉尔德·L·科勒曼(Gerald L. Klerman)和哥伦比亚大学博士默娜·韦斯曼(Myrna M. Weissman)。目前，他是哥伦比亚大学 Vagelos College of Physicians & Surgeons 的临床精神病学教授和纽约州立精神病学研究所的研究精神病学家。在美国国家心理健康研究所(National Institute of Mental Health)和其他基金会的资助下，马科维茨博士花了几十年的时间研究心理疗法和药物对抑郁症、焦虑症、人格障碍和创伤后应激障碍的治疗效果。

## 媒体评价：

“人际心理治疗(IPT)领域的著名权威约翰·马科维茨(John Markowitz)提供了清晰而实用的指南，展示了这种常识性、基于证据的心理治疗如何能极大缓解焦虑、抑郁和创伤后应激障碍(PTSD)，这是 COVID-19 大流行等重大社会动荡之后最常见的心理障碍。卫生保健从业人员和政策规划者将受益于这些页面中的智慧、见解、战略和技术。”

——医学博士乔尔·耶格尔（Joel Yager），科罗拉多大学医学院精神病学教授

“这是一本非常有见地的书，讲述了影响人类的重大灾难之一，将 IPT 带入了这场毁灭性危机的心理后遗症的前沿。迄今为止最有帮助的关于流行病的心理治疗书籍。”

——彼得·福纳吉（Peter Fonagy），OBE, FMedSci, FBA, PhD, 伦敦大学学院心理和语言科学系主任

## 本书目录：

### 介绍

第 1 章 动荡之后

第 2 章 新冠疫情如何改变心理治疗：远程治疗

第 3 章 人际心理治疗：基于生活事件的治疗

第 4 章 生活危机：悲伤、角色纠纷、角色转换

第 5 章 抑郁症

第 6 章 创伤后压力

第 7 章 焦虑和其他令人痛苦的症状

第 8 章 结束

第 9 章 处理灾后恢复能力

### 参考

### 致谢

### 索引



\*\*\*\*\*

中文书名：《领地：了解我们的无形边界》

英文书名：TERRITORY: KNOWING ABOUT OUR INVISIBLE BORDERS

德文书名：TERRITORIUM IST ÜBERALL

作 者：Samy Molcho

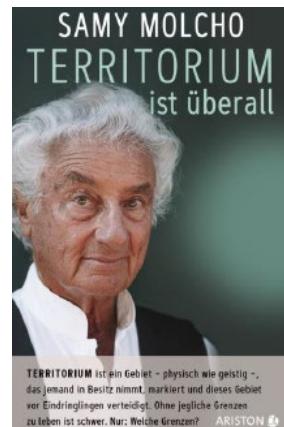
出版 社：Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH

代理公司：ANA/Susan Xia

页 数：192 页

出版时间：2021 年 4 月

类 型：大众社科



### 内容简介：

许多人都有过这样的经历：在地铁上，尽管有许多空座位，突然有人会坐到我们身旁。因此我们受到打扰。为什么有人这么喜欢靠近别人？我们感到不舒服，甚至很愤怒。因为我们会把属于个人区域内的空间视为想要捍卫的领地；由此会导致冲突和紧张。对其他个人领域的入侵者我们会采取同样的防御性反应：能力，知识，信仰，观点和想法，甚至爱好。

全世界最著名的肢体语言专家之一赛弥·莫尔肖（Samy Molcho）表示，领地边界和冲突不仅限于身体部位，而且还可能延伸到我们的精神和心理领域。他向我们展示了“领地”在自我概念中所处的核心地位，以有趣的方式让我们理解个人，社区和社会行为 — 以及它如何导致宗教战争和国际冲突。

- 领地边界导致个人和社会冲突，就像国际危机和宗教冲突一样
- 引人入胜的见解，有助于理解，避免和解决冲突

### 作者简介：

赛弥·莫尔肖（Samy Molcho）于 1936 年出生于特拉维夫，作为默剧演员，演员和导演而享誉国际。他的作品《成功的身体语言》(The Body Language of Success),《身体语言的一切》(Everything about Body Language),《身体语言和人际关系》(Body Language and Relationships)长期以来都是畅销书。除了艺术工作外，他还是维也纳音乐和艺术大学荣誉教授。2004 年，他荣获奥地利共和国杰出服务银奖。



\*\*\*\*\*

中文书名：《好奇心》

英文书名：CURIOUS

作 者：Ulrica Norberg

出版 社：Bazar (Bonnier imprint)

代理公司：Enberg Agency/ANA/Conor

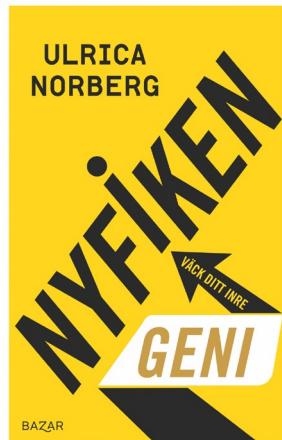
出版时间：2021 年

代理地区：中国大陆、台湾

页 数：190 页

审读资料：电子材料

类 型：大众心理/励志



#### 内容简介：

唤醒你内心的天赋！

乌尔里卡·诺伯格的全新大众心理学书籍。这次她将聚焦于好奇心。好奇是什么，为什么它是我们最重要的超级力量之一，我们如何训练它，让它成为我们最好的资产之一，它如何拯救世界，提高我们的福祉，让我们变得更有创新能力，把我们的悲伤和绝望转化为可用的能源。

现在有很多关于好奇心的研究，以及好奇心如何在我们的社会和个人的进步中发挥更大的作用。研究表明，当好奇心被激起时，我们大脑中负责调节愉悦感和回报的部分就会活跃起来。

好奇的头脑也显示出海马体的活跃度增加，海马体与创造记忆有关。

当这个回路被激活时，我们的大脑会释放化学物质多巴胺，让我们感到兴奋。多巴胺似乎也在加强参与学习的细胞之间的联系方面发挥了作用。

作者乌尔里卡·诺伯格从科学、哲学、文化和社会心理学中获得灵感，重新审视了人类最重要的特质——好奇心。好奇心是一种可以成长、收获、训练和加强的能力，以促进创造力和创新。

一辆未经训练的好奇车就像一辆没有合格司机的法拉利。它会开过山坡，一直交易，直到撞车。如果你培养你的好奇心，它会给你精神上强大的“肌肉”，更不用说增加快乐，集中注意力和注意力。

在我们面临困难和巨大挑战的时候，好奇心从来没有像现在这样重要。我们需要新的建议和技巧，在我们本质的帮助下，我们可以解决任何问题，改善我们自己和公众的健康。



## 作者简介：



**乌尔里卡·诺伯格 (Ulrica Norberg)** 是一位探索者和思想家，在她的一生中一直具有创造性和沉思性，总是以发现的方式在身体、思想和精神上进化的意图。她十几岁时在美国生活和学习时就发现了冥想和瑜伽，并开始学习瑜伽；“瑜伽大师”，这是在她之前只有少数西方人获得的最高荣誉。

这位瑞典人，拥有斯德哥尔摩大学硕士学位，是一名训练有素的记者和戏剧作家，并作为团队和个人的教练分享她的教学，教授创造力和创新转化研讨会。她写了十几本关于健康、瑜伽和个人成长的书。

自90年代以来，乌尔里卡在欧洲瑜伽的发展中发挥了重要作用，她在世界各地培训了数百名瑜伽老师。今天，她是增加对呼吸及其机制和功能的兴趣的主要倡导者，乌尔里卡定期受邀到瑞典国家电视台谈论呼吸对我们健康的重要性。

她在生活、学术以及逆流而行中积累的丰富经验，在她开放的外表、深刻的知识、自我距离和温暖的态度中熠熠生辉。

\*\*\*\*\*

中文书名：《平衡的大脑》

英文书名：THE BALANCED BRAIN

作 者：Camilla Nord

出 版 社：Penguin Press

代理公司：Felicity Bryan/ANA/Lauren Li

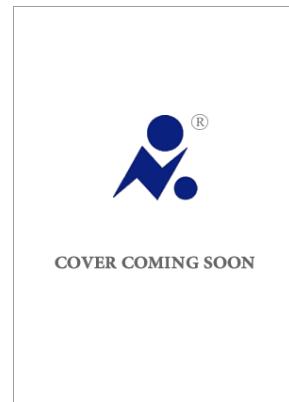
页 数：暂定

出版时间：2022年8月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：大纲

类 型：科普



## 内容简介：

每个人都想感觉良好。在最近几年里，“养生”(wellness)成为了社会大众最为关注的话题。但与之相关的内容都有科学依据吗？我们对于快乐、愉悦以及舒适这些令人保持健康状态的情绪在大脑中的真实情形究竟有多少了解？在这本精彩有趣又十分实用的作品中，来自剑桥大学的神经学家卡米拉·诺德 (Camilla Nord) 从大脑中的“愉悦热区”到脑神经之间的连接讲起，直到包括医疗手段、电击、迷幻药等会对大脑产生的效果等内容，为读者展示了大脑神经中“愉悦”产生与传递的实际过程。通过她的最新研究与发现，作者为读者澄清了一些关于情绪的事实，还为那些想要更好地了解自己大脑的人提供了一套工具。

诺德博士证明了每一个大脑都是独一无二的，也不存在一套适用于所有人的方法。最后，她表示，自己研究的首要原则就是要找到让人们愉悦的同时又不会带来罪恶感的那些终极因



素。如果我们对自己的大脑有所了解以后，就不会在对冥想、锻炼或者是巧克力给自己带来的愉悦产生疑惑了。对那些马修·沃克（Matthew Walker）作品《为什么我们要睡觉》的读者而言，本作将是一部非常完美的阅读选择。

### 作者简介：

现年 31 岁的卡米拉·诺德博士先后在牛津大学、伦敦大学学院和剑桥大学接受学术锻炼。如今，她在剑桥大学 MRC 认知与脑科学研究中心担任研究科学家，领衔一项大脑神经健康研究的项目。作为一名研究者，她已经完成了近 50 万英镑的科研经费项目，并获得过一系列的科学奖项，其中包括去年的 Brainbox Young Investigator Award。同样在公众科普领域，她也有着大量的实践，包括公共讲座与平面媒体的采访。她的身影常见于 BBC 广播电台 5 频道的“真诚的科学家”栏目、“天空新闻”与“全新发言人”。她在公共领域的发声为科学知识的普及与多样化做出了相当多的贡献。特别是，近来她还在英国议会与公共采访中就 LGBT 议题进行了科学的发声。

\*\*\*\*\*

### 作者简介：



**理查德·莱亚德（Richard Layard）**是英国顶尖的经济学家，在 20 世纪 90 年代末曾担任英国首相布莱尔的顾问。

他相信，一个社会幸福与否与收入没有直接关系。他最知名的是关于失业与所得不均的研究著作，为改善英国的失业政策提供了智力基础。

他在伦敦经济学院（LSE）成立了经济表现中心（Centre for Economic Performance），并从 2000 年起担任英国上议院议员。他在幸福这个主题上的研究融合了心理学、神经科学、经济学、社会学、哲学等众多领域的最新发现。

中文书名：《隐性繁荣：社会发展中被遗忘的心理学动力》

英文书名：THRIVE: THE POWER OF EVIDENCE-BASED

PSYCHOLOGICAL THERAPIES

作 者：Richard Layard and David M Clark

出 版 社：Allen Lane

代理公司：United Agents/ANA/ Conor

页 数：229 页

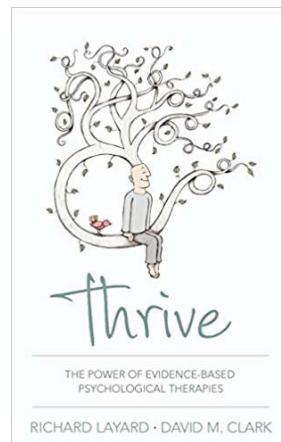
出版时间：2014 年 7 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：社会心理

本书简体中文版权曾授权，目前版权已回归。





## 中简本出版记录

书 名：《隐性繁荣：社会发展中被遗忘的心理学动力》

作 者：[英]理查德·莱亚德 / 戴维·克拉克

出 版 社：机械工业出版社

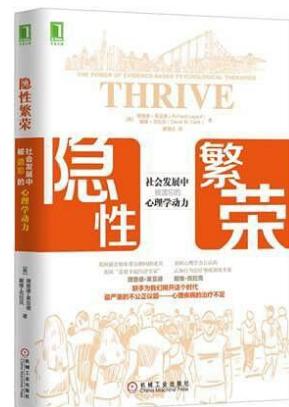
译 者：曹理达

出 版 年：2016 年 3 月

页 数：245 页

定 价：45 元

装 帧：平装



## 内容简介：

精神疾病就好比“内心的敌人”，会攻击患者的自我，比绝大部分身体疾病更为痛苦。

世界卫生组织（WHO）统计，在高收入国家，精神疾病在健康欠佳的总人数中占到 38%，而心脏病、中风、癌症、肺病和糖尿病加在一起，才占总数的 22%。

约 90% 的自杀者都患有精神疾病，自杀是一种无声的瘟疫。

世界上死于自杀的人数相当于他杀和战争身亡人数的总和。

在过去 50 年中，很多社会领域都发生了重大的进步。但是，由于我们没能够找出人们痛苦的内在心理源头，很多悲剧仍在继续上演。这是 21 世纪人类面临的核心挑战之一。本书阐释了心理疾病不能得到充分治疗的原因和严重性、应对行动的案例，以及解决方案的框架。

联合国倡导以国民幸福指数（NHI）来代替国内生产总值（GDP），莱亚德是这项提议的主要发起人和推动者。他将心理学、脑科学和社会学的研究成果引入到经济政策领域中，让幸福的科学成为各国政府和人民提升幸福感的指导方针。本书是对这项提议的全面解读，相信会给转型中的国人以启迪和开悟。

## 媒体评价：

“书中内容既引人入胜，又无比重要：与有效治疗相比，精神疾病所致代价是如此之高！”  
----丹尼尔·卡尼曼（Daniel Kahneman），2002 年诺贝尔经济学奖得主

“无比易读且轻松愉悦。本书是我读过的最透彻详实、充满人性、内容丰富的心理疾病书籍。”

----Melvyn Bragg，英国广播人、作者

“精彩绝伦……能够将整个议题清晰易懂地讲解给专家学者、普罗大众以及政策制定者。”

----Aaron T. Beck，美国心理学家

“Layard 和 Clark 教授（英国社会科学梦之队）以此书为心理疾病治疗和预防提供了强大的参考依据。这是有史以来最棒的有关公共政策和心理治疗著作。”

----马丁·塞利格曼（Martin Seligman），《真实的幸福》（Authentic Happiness）作者

119



中文书名:《快乐经济学》

英文书名: HAPPINESS: LESSON FROM A NEW SCIENCE

作 者: Richard Layard

出 版 社: Penguin

代理公司: United Agents/ANA/ Vicky Wen

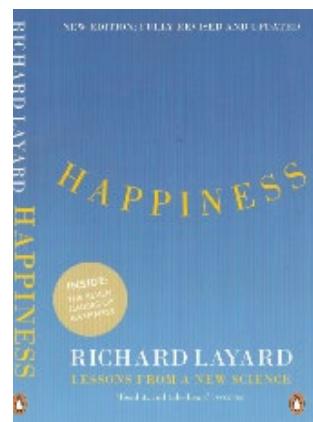
页 数: 352 页

出版时间: 2011 年

代理地区: 中国大陆、台湾

审读资料: 电子稿

类 型: 社会心理



#### 中简本出版记录

书 名:《幸福的社会》

作 者: [英]理查德·莱亚德

出 版 社: 浙江人民出版社

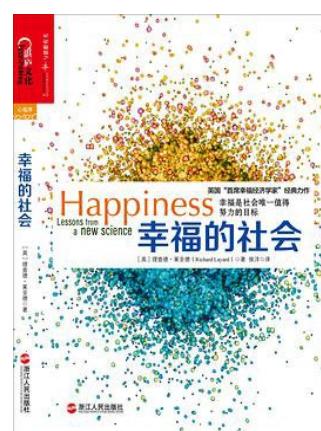
译 者: 侯洋

出 版 年: 2015 年 5 月

页 数: 232 页

定 价: 49.9 元

装 帧: 平装



#### 内容简介:

什么样的生活方式和政治制度是合理的？究竟是什么值得我们活下去？如果幸福不是一个政治问题，那么政治还有什么用？英国“首席幸福经济学家”莱亚德向幸福发问，用 15 个问题直指我们个人与社会的心灵。本书结合心理学、经济学、脑科学、社会学和哲学，帮我们形成对这些问题的全新看法。书中所有的观点都建立在充分的证据上，将对我们如何能过得更好这一问题作出全新阐释。

联合国倡导以“国民幸福指数”来代替“国内生产总值”，莱亚德是这项提议的主要发起人和推动者。他将心理学、脑科学和社会学的研究成果引入到经济政策领域中，让幸福的科学成为各国政府和人民提升幸福感的指导方针。本书是对这项提议的全面解读，相信会给转型中的国人以启迪和开悟。

众多知名学者、专家推荐。英国著名记者安德鲁·玛尔：叛离正统，绝对坦率，比 99% 自称“刺激思考”的书更能激发真正的思考。哈佛大学社会学家罗伯特·帕特南：这本语言生动、充满趣味的新书，虽然不会让传统经济学家感到高兴，但的确会令所有人深思，究竟是什么值得我们活下去。《观察家》：这是一本伟大的书，不但要用眼读，还要用心读。

#### 媒体评介:

“这是一张启发性的地图，基于严谨的科学研究，为我们指出了一个更美妙、更幸福的人生。”

---- 《华尔街日报》(The Wall Street Journal)

120



“这是一本生动且令人愉快的作品，虽然不会让传统经济学家开心，但确实会让所有人深思，究竟是什么让我们值得活下去。”

----罗伯特·普特曼 (Robert D. Putnam)，著有《一个人打保龄球》(Bowling Alone)

“本书一反传统，直截了当，比 90%声称发人深省的作品都有挑战性。它将实实在在地影响你的思维。如果幸福不是个政治问题，那么还谈什么政治？”

----安德鲁·马尔 (Andrew Marr)

“一本了不起的书！彻底推翻了“经济政策引导良性社会”的说法。请阅读本书，并用心思考。”

----西蒙·卡尔金 (Simon Caulkin)

“这是一部令人着迷的作品。书中提出，国家的经济政策目标不该是增长，而是获得幸福。”

----约翰·凯 (John Kay)，《金融时报》(Financial Times)

“充满激情，文字清晰。”

----《独立报》(Independent)

“清醒、深刻、实用、信息丰富。光是读一读这本书，就能让你感觉好起来。正如书评人常说的，“如果你今年只读一本书”，别浪费时间读无聊的小说，读读这本书吧。”

----《观察家》(Observer)

\*\*\*\*\*

#### 作者简介：

**让-克洛德·柳德 (Jean-Claude Liaudet)** , 1945 年出生，临床心理学家，主攻精神分析和心理社会学干预。他的第一本书《向父母解释多尔多》(Dolto expliquée aux parents) 销售超过 10 万册，获得了巨大成功。他也是《简单的精神分析》(La Psychanalyse sans complexes), 《这样的女儿，何样的父亲》(Telle fille, quel père), 《乌布情结与自由神经症》(Le Complexe d'Ubu ou la névrose libérale), 《相信自己：失去和恢复的信心》(Croire en soi, ou la confiance perdue et retrouvée), 《这样的儿子，何样的母亲》(Tel fils, quelle mère) 和《当爱缺失时，如何重建自我？》(Quand l'amour manque, comment se reconstruire) 的作者。



中文书名：《给父母解释弗洛伊德》

英文书名：FREUD EXPLAINED TO PARENTS

法语书名：Freud pour les parents

作 者：Jean-Claude Liaudet

出 版 社：Edition de l'Archipel

代理公司：ANA/Conor

页 数：237 页

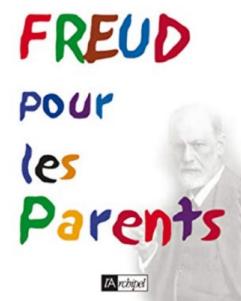
出版时间：2006 年 4 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿（法语）

类 型：大众心理

Jean-Claude  
Liaudet



#### 内容简介：

弗洛伊德(Freud)发现性行为在孩子的生活中起着很广泛的愉悦作用。对此让-克洛德·柳德(Jean-Claude Liaudet)将他的贡献综合整理。在描述了潜意识及其运作方式后，他追溯了一个孩子的进化过程——从他的父母想要怀孕到他青春期结束的那一刻。

什么是口语色情？这与母亲有什么关系？肛欲期摆脱暴力的决定性因素是什么？为什么要克服恋母欲望以及如何克服？这个时期父亲扮演了什么重要的角色？在学习和获取社会价值的潜伏期7-12年里如何做？为什么我们会谈论青春期的第二次发育？

作者向我们展示了弗洛伊德的精神分析对儿童的教养十分有用。它不提供具体的解决方法，但却让家长了解自己，进而更好地了解孩子。

这本书面向家长、面向与孩子一起工作的成年人以及有一天依然是孩子的每个人！

中文书名：《这样的儿子，何样的母亲？》

法语书名：Tel homme, quelle mère ?

作 者：Jean-Claude Liaudet

出 版 社：Edition de l'Archipel

代理公司：ANA/Conor

页 数：251 页

出版时间：2012 年 11 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：家教育儿/心理

Jean-Claude Liaudet

Tel homme,  
quelle mère ?

Le rôle de la mère dans  
la vie amoureuse du fils



#### 内容简介：

母亲是她儿子认识并爱过的第一个女人。她教给他最好的，有时甚至是最坏的，传达给他的究竟是什么？



从受孕到成年，让-克洛德·柳德（Jean-Claude Liaudet）研究了母子关系的不同阶段，试图找出对他未来爱情生活的影响。然后，他描述了母亲在夫妻的困境中所扮演的角色，最常见的也是最痛苦的，比如对承诺的恐惧、对欲望的抑制或过分的渴望……他帮助伴侣在混乱的局面中找出头绪。

这是一本帮助我们重新找到男女之间错综复杂的情感联系的书。

中文书名：《这样的女儿，何样的父亲？》

法语书名：Tel fille, quelle pere?

作 者：Jean-Claude Liaudet

出 版 社：Edition de l'Archipel

代理公司：ANA/Conor

页 数：264 页

出版时间：2002 年 2 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：家教育儿/心理



### 内容简介：

当弗洛伊德和 1968 年的性革命推翻了既定的模式，女孩们解放了自己，开始要从事社会和职业生活时，父亲应该在女儿身上扮演什么样的角色？

这本书的开头描绘了父女关系的文化和历史背景。关于父神在没有母亲的情况下创造亚当和夏娃的神话是如何影响我们的行为的？为什么父亲的“全能”和“无所不知”的角色消失了？接着，这本书描述了女孩从怀孕到成熟的心理过程。在每个阶段，父亲的角色都被描述为：他应该做什么？不应该做什么？父亲在女儿刚生下来的几个月里承担的作用是什么？他应该如何干预女儿和母亲之间经常发生的对立情况？如何回应女儿俄狄浦斯式的爱？父亲在女儿青春期时对女儿身边其他男孩出现产生的嫉妒到底是怎么回事？女孩儿到底需要什么样的父亲？

另外，还有一章专门讨论不同研究对父亲的描述，从拉康对父亲的定义到当下精神分析学家所描述的“父亲的坟墓”。最后，这本书还介绍了几种比较极端的情况：如何对待一个暴力的父亲？如何对待一个乱伦的父亲？当你是岳父或者继女母亲的伴侣时，你应该如何扮演好这个角色？不能够和女儿生活在一起的父亲应该怎么办？



中文书名:《相信自己:失去和恢复的信心》

法语书名: Croire en soi, ou la confiance perdue et retrouvée

英文书名: Believing In Oneself

作 者: Jean-Claude Liaudet

出 版 社: Edition de l'Archipel

代理公司: ANA/Conor

页 数: 240 页

出版时间: 2004 年 9 月

代理地区: 中国大陆、台湾

审读资料: 电子稿

类 型: 心理学

Jean-Claude Liaudet

Croire  
en soi  
*ou*  
la confiance perdue  
et retrouvée



Edition de l'Archipel

### 内容简介:

什么是自信?当出现缺乏信心的迹象,比如有自卑感、对成功有消极反应、嫉妒或饮食失调时,我们如何去应对?让-克洛德·柳德(Jean-Claude Liaudet)建议首先对自信进行一个自我诊断,以便建立个人评估。他简要追溯了这个概念的历史,并提出了在我们社会环境中缺失信心的问题:我们的自由文化剥夺了我们确定基准的能力,并使我们处于人与人竞争的环境中。这给所有人都带来了信任危机。作者借鉴了精神分析的教学法,描述了一个人从出生到成年,可能获得或可能不会获得自信的所有阶段。他还分析了一个人能够感觉到的信心障碍,并提出了解决方案:单独工作的方法,心理疗法。

\*\*\*\*\*

### 作者简介:

斯蒂芬妮·斯塔尔(Stefanie Stahl)是一位拥有自己诊所、学位和多年执业经验的心理学家。她是德国最著名的心理治疗师,定期举办有关害怕承诺、爱和自尊的研讨会。她对人内心的研究方法是一种特别富有想象力和实用性的方法,也在国际上引起了共鸣。多年来,她的畅销书一直名列畅销书排行榜的前列,销量超过 100 万册。2019 年,她的书《你内心的孩子必须找到一个家》(The Child Within You Must Find a Home)连续第三次成为德国年度畅销书。[www.stefaniestahl.de](http://www.stefaniestahl.de)

中文书名:《工作中我就是这样的人!:团队中的员工个性分类,工作成功的关键》

英文书名: THAT'S JUST HOW I AM! AT WORK: WORKING TYPE-ORIENTED IN A TEAM: THE KEY TO SUCCESS AT WORK

德文书名: SO BIN ICH EBEN! IM JOB

作 者: Stefanie Stahl

出 版 社: Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH

代理公司: ANA/ Susan Xia

页 数: 240 页

出版时间: 2020 年 4 月

类 型: 大众心理



124



## 内容简介：

“成功的秘诀是团队建设。”

----斯蒂芬妮·斯塔尔（Stefanie Stahl）和克里斯蒂安·伯恩莱博士（Dr. Christian Bernreiter）

我的优点是什么？我如何在工作中最佳地发挥它们？正确的任务如何找到正确的人？为什么有些人成功了，有些人没成功？

正确评估自己和他人的潜力是合作和建设性合作的关键。基于迈尔斯/布里格斯（Myers/Briggs）的性格类型学，斯蒂芬妮·斯塔尔（Stefanie Stahl）和克里斯蒂安·伯恩莱博士（Dr. Christian Bernreiter）提出了以个性类型为导向的团队建设的基础。通过使用性格测试，可以生成员工的个人优势档案：外向的人擅长与客户沟通，抽象的人擅长创造概念，果断的人擅长纠正错误。因此，成功不再是偶然的，而是通过对所有团队成员的完美利用而创造出来的。

- 德国最成功的心理学家和管理专家展示了如何做到这一点
- 通过性格测试找到最佳的团队结构
- 《明镜》杂志最畅销作家之一，销量超过 120 万册

\*\*\*\*\*

中文书名：《厕所心理学家》

英文书名：THE BATHROOM PSYCHOLOGIST

德文书名：KLO-PSYCHOLOGE

作 者：Moritz Kirchner

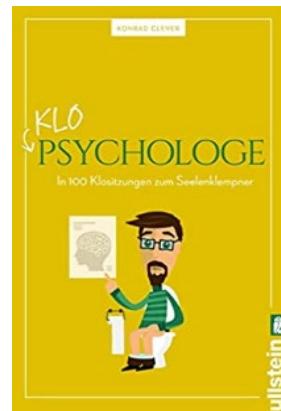
出 版 社：Ullstein

代理公司：ANA/ Susan Xia

页 数：208 页

出版时间：2021 年 2 月

类 型：大众心理



## 内容简介：

一个人平均每天上两次厕所，每次七分钟。我们每天这样浪费14分钟，但如果我们将利用这段时间来了解人类心灵的奥秘呢？如果厕所不仅仅是一个放松的房间，而是一个启迪心灵的房间呢？和厕所心理学家一起，现在你可以做到有效利用了。在100个疗程中，我们学习了如何识别自恋者和精神病患者，以及为什么根据弗洛伊德的理论，我们所说的、所想的或所做的这一切都与性有关。

厕所哲学家之后是厕所心理学家。同样，还会收获许多额外的东西，比如心理学宾果游戏、期末考试和一个自以为了不起的文凭。

## 作者简介：

莫里茨·基什内尔（Moritz Kirchner）拥有心理学学位和政治学博士学位。他是德国辩论赛(2015)和科学大满贯(2018)的亚军。无论是在职业上还是私下里，他都对心理学充满热情，并以化名Konrad Clever出现在“厕所”系列的第二集。



\*\*\*\*\*

中文书名：《让我猜猜你在想什么？》

英文书名：DO I KNOW YOU?: A GUIDE TO HUMAN NATURE

德文书名：KENNEN WIR UNS?

作 者：Timon Krauses

出 版 社：Campus

代理公司：ANA/Susan Xia

页 数：224 页

出版时间：2020 年 8 月

代理地区：中国大陆

审读资料：电子稿

类 型：大众心理

请看视频介绍：[《我认识你吗?:人性指南》DO I KNOW YOU?: A GUIDE TO HUMAN NATURE \(nurnberg.com.cn\)](http://www.nurnberg.com.cn)



### 内容简介：

#### 关于你，没有我不知道的

心理学家早就知道，但现代心理学现在才开始理解：人是可以预测的。让泰门·克劳斯（Timon Krause）带你踏上一段神秘的“冷读”之旅吧：一种不被告知就能了解对方所有情况的艺术。

泰门·克劳斯（Timon Krause）用一种简单易懂的方式解释了如何获得谈话对象的真正信任。在这个过程中，作为一名心灵感应能力者，他有很多来自生活的疯狂的、有趣的、有时甚至是幽灵般的故事要讲。

冷读也会帮助你轻松地打开私人生活和职业生活的新大门！

- 一种新型的心理医生——年轻、风趣、迷人——揭开了他日常生活的秘密
- 唯一一本关于冷读的书。泰门·克劳斯（Timon Krause）向我们展示了人类行为的可预测性
- 泰门·克劳斯（Timon Krause）是一位国际舞台演员，经常巡回演出

### 作者简介：

作为一个读心者、哲学家和理解人性的教练，泰门·克劳斯（Timon Krause）被评为“最佳欧洲心灵论者”。他已经把他的舞台表演带到各大洲，并提供全球研讨会和一对一的指导。

### 目录：

前言 从汉堡到奥克兰的一段奇遇.....	7
1 什么是冷读-或：从驴耳朵和笑纹说起.....	12
2 算命的心理学-或：关于哈巴狗和恐龙.....	19
3 预言效应的 3 个支柱-或：人类颂歌....	34



4 13 条原始声明-或：秘密藏于细节之中.....42	
5 记忆支柱 1-或：您的第一个蹦极跳.....56	
6 冷读练习-或：您如何做就会像算命专家一样.....70	
7 采访理查德·韦斯特（Richard Webster）-或：七头牛在草地上.....80	
8 记忆支柱 2-或：你的手机交友软件 Tinder 约会.....88	
9 工具箱 1-或：信任之门的钥匙.....94	
10 工具箱 2-或：你的意志将会产生.....111	
11 工具箱 3-或：靠近它了，但还没有结束.....120	
12 巴纳姆效应的危险-或：纳粹与占星术的关系.....125	
(巴纳姆效应又称福勒效应,星相效应,是 1948 年由心理学家伯特伦·福勒通过试验证明的一种心理学现象,人们常常认为一种笼统的、一般性的人格描述十分准确地揭示了自己的特点,当人们用一些普通、含糊不清、广泛的形容词来描述一个人的时候,人们往往很容易就接受这些描述,却认为描述中所说的就是自己。)	
13 采访伊恩·罗兰（Ian Rowland）-或：联邦调查局的算命先生.....137	
14 四个生活主题-或：偷车贼的智慧.....150	
15 但丁的生命阶段-或：您将如何生活.....157	
16 现代巴纳姆声明-或：Instagram 教给我的关于冷读的知识.....172	
17 发展新的声明-或：冷读关于成功的十个公式.....181	
18 采访莱纳·梅斯（Rainer Mees）-或：引导，不要成为一个混蛋.....190	
19 10 秒人格测验-或：以色列山区的甲骨文.....199	
20 米克·威尔逊的访谈-或：关于赋予魔力.....205	
21 反向原理-或：人类的镜子.....214	
22 采访塔罗师恩里克·恩里奎（Enrique Enriquez）-或：托菲夫教给我们的关于命运的东西-或：如何与鸟类对话.....218	
23 沉迷读书的艺术-或：读者掌握命运的能力.....228	
后记.....232	
我们认识我们.....233	
来源.....235	

\*\*\*\*\*

中文书名：《精神巨人：什么造就了真正的强大》

英文书名：MENTAL GIANTS: WHAT MAKES FOR TRUE

STRENGTH

德文书名：MENTAL GIGANTEN

作 者：Michael von Kunhardt

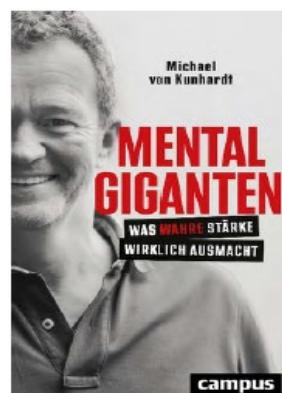
出 版 社：Campus

代理公司：ANA/Susan Xia

页 数：224 页

出版时间：2020 年 10 月

类 型：大众心理





## 内容简介：

为了记录你生命中的时间

长期以来，精神训练和教练一直是高水平田径运动不可或缺的一部分。但在职业生活中，成功是在头脑中的这一观点也越来越深入人心。迈克尔·冯·昆哈特（Michael von Kunhardt）本身就是一名企业家和职业运动员，他对商界和体育界都很熟悉。

在这本书中，他讲述了在体育和商业上的成功故事，这些故事揭示了精神巨人的秘密——精神训练的秘密，可以帮助我们达到更高一点的境界，同时也培养了满足感和专注力。

- 关于体育和商业届的精神训练令人惊讶的洞察力和内部知识
- 展示内心的力量能实现什么，不能实现什么
- 电视和广播名人

## 作者简介：

**迈克尔·冯·昆哈特(Michael von Kunhardt)**是职业运动员的心理教练，也是高管的顾问。他曾多次获得德国曲棍球冠军，演讲能力排名前 100。他参与的节目《激励大师》“Der MONTtivator”每星期一在德国电台播出。

## 目录：

### 第 1 章 精神巨人：与自己本身合而为一

为什么真正的力量源于冷静和与自己的联系，以及为什么压力调节对于出色的表现如此重要？

### 第 2 章 直觉！摆脱一心想获得认可这种毒药及内心的其他纷纷扰扰

为什么精神巨人凭直觉做出决定，谁能最先凭直觉将自己与盲目追求认可和其他内在搅乱心绪的事情分离，从而获得内在自由。

### 第 3 章 进一步发展：质疑成功.

为什么最好的运动员问最多的问题，只有永远的继续发展才能使持久的成功成为可能。

### 第 4 章 重点：输不是问题

为什么精神力量意味着将重点从恐惧和失败转移到勇气、成功和以解决问题为方向。

### 第 5 章 自信：获胜心态第一

为什么自我意识和自信心不一样？最重要的是，为什么基于现实中自我形象的自信心会帮你赢得胜利。

### 第 6 章 潜力：仍然有事情发生

为什么大多数人（包括体育运动）没有充分利用其潜力，以及如何在重要时调出所有可能的事物为己所用。



### 第 7 章 挫折：当然会有！

为什么挫折不是精神巨人的工伤事故，而是日常生活里不言而喻的事情，以及对失败的承受能力有多重要

### 第 8 章 感恩：以获得顶尖成绩被低估的基础

精神巨人为何对生活深表感激，而感恩之心首先使顶级成绩成为可能。

### 第 9 章 创造力：就是要与众不同

为什么大多数伟大的运动员和管理者做事与众不同，为什么改变方法是精神强大不可或缺的组成部分之一。

### 第 10 章 健康：个人选择

为什么——即使许多人不想听到这——保持健康 90% 在于我们自身，而且自我承担责任是健康问题的基础。

### 第 11 章 激情：有没有发自内心的热爱

为什么没有激情没有人能做出 100% 的成绩——即使他在其他方面都做对了——因为积极的情感才是真正激励人的、排在第一位的。

### 第 12 章 替代了后记： 幸福是我们最重要的任务

为什么幸福是人生中最重要的事情，也应该是我们的追求，我们不仅要做出成绩，也要拥有美好的时光。

\*\*\*\*\*

中文书名：《你要相信自己值得被爱》

英文书名：QUAND L'AMOUR MANQUE COMMENT SE RECONSTRUIRE?

作 者：Jean-Claude Liaudet

出 版 社：Editions de l'Archipel

代理公司：ANA/ Leah Guo

出版日期：2015 年 2 月

页 数：342 页

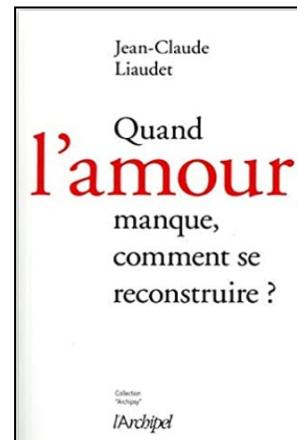
审读资料：电子稿

代理地区：中国大陆、台湾地区

类 型：大众心理学

中文简体字版曾授权，版权已回归

豆瓣书讯：<https://book.douban.com/subject/27173051/>



**中简本出版记录**

书 名：《你要相信自己值得被爱》  
作 者：[法]让-克罗德·里昂德  
出版社：江苏凤凰文艺出版社  
译 者：陈思宇  
出版年：2017年10月  
页 数：288页  
定 价：39元  
装 帧：平装

**内容简介：**

我们每个人，可能都一样，午夜梦回，会想如何使自己生活的更幸福。那些脆弱、沮丧、缺乏爱的一面和曾让我们面临考验的生活，我们往往不会对它予以关注。当前的事件之所以令我们受伤，是因为它唤起了曾经的痛苦记忆，那些我们没能克服、没能释怀、没能战胜的痛苦过往。心理学大师让-克罗德·里昂德认为，从这些内在的痛苦本身出发，其实可以帮助我们收获幸福。

《你要相信自己值得被爱》是法国心理分析学家让-克罗德·里昂德的重要著作，作者不仅深情诠释爱的艺术，还细致的从心理角度分析面临各种危机和考验的情况时该如何应对。这是一本有神奇力量的书籍，它可以帮助每一个失落的灵魂重新找回自我的价值，拥有被爱照亮的生命，走向真正无比幸福自信的人生。

关于爱，你可能不知道的真相。

1.人类需要爱，是一种本能。爱这个词是一个混合同词，其中既包含了对自己的爱，又包含对子女的爱，对父母的爱，性爱，情欲，对真善美的爱……是人与生俱来的特质。

2. 爱既缺失。爱，就是尽可能地为自己获得更多内心所渴望的东西。这世间所有的爱，都是由自己而人，以自己为中心而不断扩大的。爱与被爱都是一门艺术，其实只与你自己有关。

3.每一种爱都是具体的。你感到的对爱的缺乏，其实另有隐情。缺爱=（不够被爱感觉or受到伤害or存在感的缺失or被抛弃感or童年创伤or暴力的父母or失去价值的感觉）

**作者简介：**

**让-克罗德·里昂德 (Jean-Claude Liaudet)**，当代著名精神分析学家和心理学家，法国不可多得的心理畅销书作家，在世界范围内具有广泛的影响力。《你要相信自己值得被爱》是他的代表作品，多国争相出版，被媒体誉为“一本值得全人类阅读的心理之书”。其他作品有《做父亲的艺术》《脆弱的幸福》《相信自己：发现失去的信心》《多多解释家庭》《自恋的自由主义》《弗洛伊德的父母：为您的孩子教育的实践和有益的提示》。

**目录：**

前言

部分 自恋、情欲与爱



## 1 自恋

原初自恋的爱 004- 继发自恋：爱自己 006- 原初自我：超我，理想自我 008

## 2 情欲的心理分析

暴力与情欲的危害 012- 愉悦与情欲 014- 爱的情欲表现 015- 情欲的尽头 016- 与情的心理分析  
017- 情欲的原初自恋 021

## 3 爱

爱即缺失 024- 按规则爱 025

# 第二部分 个体成长中的爱与爱的缺失

## 4 出生前即被爱

出生前即被爱 035- 孩子的出世要有两代人的期盼 035- 孕育 037- 失恋后得到的孩子 040- 消失的父亲 041- 通奸生下的孩子 042- 母亲去世或失踪 043- 父亲去世 044- 作为替代品的孩子 045- 在兄弟姐妹中的地位 046- 母亲的怀孕体验 049

## 5 出生和幼儿期的动荡.

出生，爱的起始符 053- 初见 054- 无助感 055- 坏乳房 057-“过好”的乳房 058- 初次性欲 059- 必须禁止 063- 禁止施虐 064- 以爱禁止 066- 听之任之 067- 当爱与性相关 071- 当父母偏爱女孩或男孩时 072- 初爱，即 075

## 6 青春期，爱的忧伤

青春期，恋母情结再现 080- 父母角色的衰落 081- 同性别团体 082- 实验和错误 083- 挚爱 086- 次爱的忧伤 089- 战胜俄狄浦斯式的悲痛 090- 一夫一妻，一妻一夫 092

# 第三部分 缺失的父母

## 7 当父母抑郁时

母亲产后抑郁症 095- 死去的母亲和非幻觉精神病 097- 逃避责任的抑郁父亲 102- 父亲抑郁 102- 恋母的孩子和弱势的抑郁父亲 104- 如何应对？ 106

## 8 抛弃子女的父母

出生时即被抛弃 107- 父亲抛弃子女 109

## 9 型父母

和转移 111- 型父母 115- 服从法令的父母 117- 爱与惩罚 118- 如何应对？ 120

## 10 自恋的父母

通过子女实现自我 122- 具有男权气质的母亲及其儿子 123- 教练型父母 124- 自恋型母亲 126- 以自己为中心的父母 128- 如何应对？ 128

## 11 “太爱”孩子的父母.

对孩子的影响 130- 放任自流的父母 131- 如何应对？ 132



## 12 暴力的父母

暴力病 135- 奇怪的接受 136- 言语暴力 138- 如何应对？ 138

## 13 反常的父母

爱到极点 142- 怎样摆脱？ 144- 反常的自恋父母 145- 如何应对？ 147- 总结 148

## 第四部分 缺爱的症状

### 14 我做得不够好，我还不够好

自恋不足 150- 对理想自我太过苛求 153- 满足于失败 154- 依赖他人的看法 156- 感觉低人一等 157

### 15 我感到羞愧，我有罪恶感

羞愧的传统 159- 罪恶感 161- 不被爱的原因 161- 制造失败综合征 164- 犯罪 165

### 16 我抑郁

抑郁和抑郁处境 167- 抑郁还是忧郁？ 168- 如何应对？ 171

### 17 我感到自己被抛弃了

最初的抛弃 173- 有毒的抛弃 174- “医院病”婴儿 176- 象征性的缺失 178- 害怕被抛弃主义 179- 如何应对？ 182

### 18 我感觉自己不存在

像废品一样被抛弃 184- 不存在和羞愧感 185- 从恐惧症到失去自我 188- 如何应对？ 190

### 19 我恨他们

暴力的开始 191- 犯罪 194- 侵略性的好意？ 196- 必须反抗 198- 缺爱孩子的反抗 199

### 20 无论怎样，我总是无法感觉被爱

孩童之爱的绿 200- 拒绝失去 202- 爱的终止 202- 俄狄浦斯，当你依恋我们……204

## 第五部分 生活的考验

### 21 父母离异

不确定的爱 208- 幼儿时期父母分开 209- 俄狄浦斯时期父母分开 209- 青春期父母分开 210- 冲向敌人！ 211- 家长化的孩子 211

### 22 青少年犯罪

危险的年龄 215- 社会反抗心理？ 216- 儿童时期的灾难 218- 青少年的悖论 219- 主观性缺失 220- 如何应对？ 221

### 23 爱的抛弃

分手的原因 223- 分手的冲击 224- 还爱着却被抛弃 226- 在情欲中被抛弃 227- 恨，避免哀悼的方法 231- 如何应对？ 234



## 24 疾病的考验

心灵还是身体? 235- 自闭症的战役: 基因还是爱? 236- 心身医学 239- 器官神经官能症  
241- 想象的疾病 242- 现实神经官能症 243- 器官疾病和爱自己 245- 疾病是考验 248

## 25 哀悼, 失去

哀悼的作用 250- 杀死死亡? 253- 病理学哀悼 255- 和逝者一起离开 255- 当前的哀悼和对个体客体的哀悼 256- 愤怒  
256- 当我们难以缓解悲伤 257- 哀悼相关的身体疾病 258- 无动于衷 258- 孩子的死亡 260- 孩子的哀悼 260

## 26 失业, 社会地位下降

解雇 263- 幼儿期体验 264- 双重痛苦 266- 脆弱的恶性循环 268- 我们遇到的快乐的失业者  
269- 如何应对? 270  
结语

\*\*\*\*\*

**中文书名:《理智的奥秘》**

**英文书名: THE MYTH OF SANITY**

**作    者:** Martha Stout

**出版  社:** Penguin Books Australia

**代理公司:** DeFiore /ANA/Lauren Li

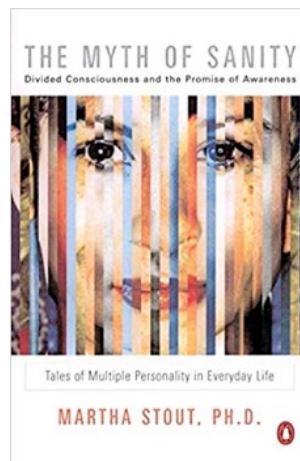
**页    数:** 252 页

**出版时间:** 2002 年 6 月

**代理地区:** 中国大陆、台湾

**审读资料:** 电子稿

**类    型:** 大众心理学



### 内容简介:

为什么一位颇具天赋的精神病医生突然开始折磨他心爱的妻子? 为什么一个体重 90 磅的女人能把一个巨大的空调搬到她家的二楼, 并自己把它安装在窗户上, 却不记得它是怎么到那的? 为什么一位睿智聪慧的女权主义法律系学生会要求她的未婚夫像对待一个无助的小女孩那样对待她? 为什么一个普通的、害怕暴力的商人可能曾是一个持枪的治安维持会成员, 在犯罪区域徘徊, 伺机打架?

作为一项对人类意识的惊人全新研究, 《理智的奥秘》是一部讲述了我们日常生活中被遗忘的创伤、分裂精神状态和多重人格的里程碑式的作品。在其对童年创伤和分裂及其对成年生活的深远影响的独具创新性的分析中, 它揭示了中等程度的分裂是对疼痛的正常心理反应, 甚至最极端的分裂反应——多重人格——也比我们想象的更常见。通过讲述一些令人震惊的故事——人们的生活被创伤摧残得支离破碎而后又经历重建, 《理智的奥秘》告诉我们如何在朋友、家人甚至是在我们自己身上识别出这些已经被改变了的精神状态。



### 作者简介:

玛莎·斯托特博士（**Martha Stout, Ph.D.**）是哈佛大学医学院（Harvard Medical School）的临床心理学教师以及麻省总医院（Massachusetts General Hospital）的临床助理。她经营了17年的私人诊所专门治疗心理创伤的幸存者。玛莎现居于马萨诸塞州波士顿和安角。

### 媒体评价:

“这位哈佛大学心理学家说‘我们只认为自己是精神健全的’...那些糊里糊涂、普遍意义上心智健全的大众可以从严重心理虐待的受害者身上学到很多东西。”

----《达拉斯晨报》（*The Dallas Morning News*）

\*\*\*\*\*

中文书名：《驱动：无聊、沮丧和期待如何引导我们获得美好生活》

英文书名：**PROPELLED: HOW BOREDOM, FRUSTRATION, AND ANTICIPATION CAN LEAD US TO THE GOOD LIFE**

作 者：**Andreas Elpidorou**

出 版 社：**Oxford University Press**

代理公司：**DeFiore/ANA/Lauren Li**

页 数：**208** 页

出版时间：**2020 年 5 月**

代理地区：**中国大陆、台湾**

审读资料：**电子稿**

类 型：**大众心理学**



### 内容简介:

哲学教授安德烈斯·埃尔皮杜鲁将艺术与文学、数学、科学发现、人类和动物行为、电子游戏以及心理学和神经科学等领域的故事编织在一起，为我们展现了无聊、沮丧和期待的价值。《驱动》展示了为了过上美好生活，我们需要经历无聊和沮丧。但我们也需要有所期待、等待并对未来的事物充满渴望。唾手可得的心满意足和即时满足并不能让我们的生活变得更好，而是适得其反地让事情变得更糟！

无聊、沮丧和期待并非我们生活中的不快之事。它们既不是多余的，也不是我们应该努力消除的繁重的心理状态。恰恰相反，它们正是构成美好生活的要素。无聊、沮丧和期待是标示我们生活得如何的标志。它们照亮了我们的欲望和期待，也会在我们发现自己陷入不快和不满时提醒我们。至关重要的是，它们也是我们摆脱这些陷阱所需要的激励。无聊、沮丧和期待并非我们实现目标路上的障碍，而是让我们保持动力的向导，推动我们进入真正属于我们自己的生活。

### 作者简介:

安德烈斯·埃尔皮杜鲁（**Andreas Elpidorou**）是路易斯维尔大学（University of Louisville）的哲学副教授。他探讨无聊的作品 The Quiet Alarm 于 2015 年 7 月登上了 Aeon，

134



并吸引了全球的关注。他的作品还见诸于《自然》(Nature)、《快速公司》(Fast Company)、《商务内参》(Business Insider)、《今日心理学》(Psychology Today) 等刊物上。他拥有弗吉尼亚大学(University of Virginia)物理学学士学位和波士顿大学(Boston University)哲学博士学位,还是福布莱特奖学金(Fulbright scholarship)(2002-6)、Leventis 基金会奖学金(Leventis Foundationscholarship)(2009-11)、鄂哈特基金会奖学金(Earhart Foundationfellowship)(2012-13)的获得者。他是匹兹堡大学(University of Pittsburgh)哲学系的访问学者以及奥地利人文科学研究院(Institut für die Wissenschaften vom Menschen)的资深访问学者。

\*\*\*\*\*8

中文书名: 《“历久弥香”：成功老龄化心理学》

英文书名: BETTER WITH AGE: THE PSYCHOLOGY OF  
SUCCESSFUL AGING

作 者: Alan D. Castel

出版 社: Oxford University Press

代理公司: ANA/Jessica Wu

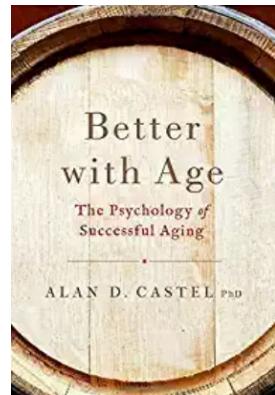
页 数: 256 页

出版时间: 2018 年 8 月

代理地区: 中国大陆

审读资料: 电子稿

类 型: 大众心理学



#### 内容简介:

年龄是一个重要的数字,但它也可能具有欺骗性。40岁以后,大多数人说他们觉得自己比实际年龄年轻,有些人谎报年龄,许多人试图掩盖变老的迹象。

《“历久弥香”：成功老龄化心理学》一书探讨了许多有关衰老过程的神话和悖论。尽管大多数人认为他们的晚年是在走下坡路,但这可能正是一生中最美好的时光之一。这本书介绍了关于衰老心理学的最新科学研究,并结合了一些成功人士的见解,如玛雅·安吉罗、鲍勃·纽哈特、贾里德·戴蒙德、约翰·格伦和约翰·伍登。

我们都在逐步变老,许多人担心随着年龄的增长会发生什么。退休、幸福和大脑健康是本书涉及的许多主题中的一部分。《“历久弥香”：成功老龄化心理学》展示了我们在人生的各种阶段应该做些什么,来确保我们安心享受老年生活。

#### 要点:

- 通过阐述老年的悖论和乐趣,以及关于成功老龄化的研究,强调了老年人生活并非总是走下坡路
- 提供关于玛雅·安吉罗、鲍勃·纽哈特、贾里德·戴蒙德、约翰·格伦和约翰·伍登等人的个人访谈和见解



- 展示一个人可以通过做些什么事情来很好地适应变老的过程，以及随着年龄的变化如何逐步改变我们对衰老的态度和期望，如何享受变老的过程
- 退休、幸福和大脑健康是本书涉及的许多主题中的一部分

### 作者简介：

艾伦·D·卡斯特尔(Alan D. Castel)是加州大学洛杉矶分校心理学系的教授。他的研究重点放在人们心态如何随着年龄变化而改变，以及人们如何选择性地记住某些重要的事件。他的研究得到了美国国家老龄化研究所的支持，并在《纽约时报》和《时代》杂志上发表了专题文章。他于2004年在多伦多大学获得博士学位，并在圣路易斯华盛顿大学完成博士后研究，自2006年以来一直担任加州大学洛杉矶分校心理学系的教员。

### 媒体评价：

“成功的变老没有单一的公式，但加州大学洛杉矶分校的心理学教授艾伦·D·卡斯特尔提供了一个全面和实用的指导，来塑造一个快乐、富有成效、健康和有意义的生活。他揭穿了关于衰老的负面神话和自欺欺人的心态……他经研究表明许多人最快乐的年龄在50和70岁之间。其满足感主要是孩子成家立业之后经济负担的减轻，退休之后能够做一些新的事情，以及闲暇下来，能够回顾一生的快乐和成就。他提供了令人信服的证据，证明保持身体上的活跃有助于我们保持敏锐的思维。也许他最重要的建议是，你不会一直都保持年轻，养成一些习惯有助于在未来保持健康的衰老。”

----《华尔街日报》

“随着年龄的增长，你会后悔没有早点读它。艾伦·D·卡斯特尔教授将他采访过的杰出人士的智慧与最新的研究成果结合起来，提供了一个让人随着年龄增长而变得更好的专业指导。”

----莫什·F·鲁宾斯坦(Moshe F. Rubinstein)，加州大学洛杉矶分校教授

“艾伦·D·卡斯特尔是衰老研究领域的领军人物，他精心撰写了一本可读性强、引人入胜、内容丰富的书，为成功的衰老提供了非常必要的写照。他用经验证据推翻了长期以来对老龄化的负面看法，并对历史上这一时期的老龄化给出了更为公正的解释。最重要的是，Castel激发了读者----无论老少----在晚年追求令人深度满足的生活。”

----劳拉·L·卡斯腾森(Laura L. Carstensen)，斯坦福大学心理学教授，菲爾萊狄更斯大学公共政策教授，斯坦福寿命研究中心主任

“这本书描写的是一个我们每个人都会经历的主题，里面有很多实用的建议。该书清晰明了：例子经典难忘，没有难懂的专业术语。我保证你会发现它的魅力，它会改变你的生活。”  
----加州大学洛杉矶分校地理学教授，贾里德·戴蒙德是普利策奖得主，著有《枪炮、病菌和钢铁》一书

### 内容

#### 序言

我为何在年轻的时候就对成功的变老产生了兴趣

介绍老龄化的好处和成功老龄化的心

第1章：什么是成功的老龄化？

136



- 第2章：快乐：随着年龄的增长，有趣的事情发生了
- 第3章：记忆力：随着年龄的增长，我们的记忆力变得更有选择性
- 第4章：智慧：经验和创造力的好处是什么
- 第5章：保持敏锐：什么是积极的生活方式？
- 第6章：大脑训练：电脑游戏能让我更聪明吗？
- 第7章：习惯和爱好：新老朋友
- 第8章：退休和重组：老年的“R & R”新模式
- 第9章：随着年龄的增长，情况会变得更好：现在就开始成功地变老吧！
- 结束语
- 结语：您是否正在衰老，还是只有我在衰老？
- 注释和参考文献
- 致谢
- 索引

\*\*\*\*\*

中文书名：《权力阶层：理解社会转型的压迫心理》

英文书名：POWERARCHY: UNDERSTANDING THE PSYCHOLOGY OF OPPRESSION FOR SOCIAL TRANSFORMATION

作者：Melanie Joy, PhD

出版社：Berrett-Koehler Publishers

代理公司：ANA/Susan Xia

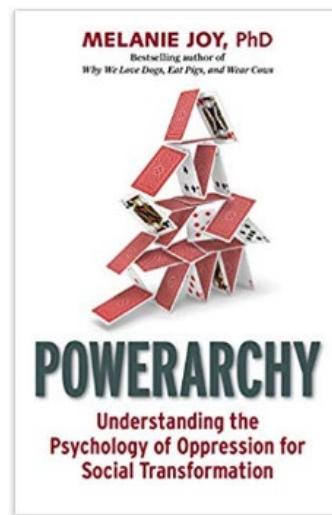
页数：208页

出版时间：2019年9月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类型：心理学



### 内容简介：

哈佛大学毕业的心理学家、畅销书作者梅兰妮·乔伊揭示了压迫和虐待的一切形式以及背后的心理，以及引发这种心理的信仰体系——她称之为强权统治。

长久以来，梅兰妮·乔伊一直很好奇，为什么那些反对一种或多种压迫形式的人——如种族主义、性别歧视、物种主义等等——常常会陷入许多其他压迫的泥潭中。她还想知道，为什么那些致力于社会正义的人有时会卷入不公正的人际关系。以及为什么那些珍视自由和民主的人会投票反对这些价值观。这些断裂根源在哪儿？

在这部发人深省的分析中，乔伊解释了我们是如何深深地被无形的权力体系所制约，去相信道德价值的等级制度——把一些个人和群体视为或多或少值得道德考量的群体——并相应地对待他们。

强权统治使我们有条件参与到破坏正直和损害尊严的权力动态中，并在社会群体和个人之间造成不公正的权力失衡。乔伊描述了权力制度——社会和人际关系——是如何通过认知



扭曲（如否认和辩护）、强化对道德价值等级的信仰的叙述以及授予某些人而非其他人的特权而得以延续的。同时她还为转型提供了工具。

通过阐明强权统治极其所建构的心理，乔伊帮助我们更充分地让自己、他人和我们的世界走向变革。

### 作者简介：

**梅兰妮·乔伊** (**Melanie Joy**) 博士是一名心理学家，国际演说家，非政府组织负责人，组织和关系导师。乔伊在马萨诸塞大学波士顿分校(University of Massachusetts Boston)教授心理学和社会变革课程十多年，她的身影出现在世界各地的媒体上，包括英国广播公司(BBC)、美国国家公共电台(NPR)和澳大利亚广播公司(ABC Australia)。她曾获得过许多奖项，包括之前授予达赖喇嘛和纳尔逊·曼德拉的阿希姆萨奖。她是获奖书目《为什么我们爱狗，却吃猪，穿牛》一书的作者。

### 目录：

1. 压迫：关系失调
2. 权力的过程
3. 权力系统
4. 扭曲和权力
5. 权力的叙事
6. 特权的权力
7. 权力转型
8. 走出压迫

\*\*\*\*\*

中文书名：《精神分裂症的故事》

英文书名：THE HEARTLAND: FINDING AND LOSING

SCHIZOPHRENIA

作    者：Nathan Filer

出版社：Faber

代理公司：Conville& Walsh/ANA/Cindy Zhang

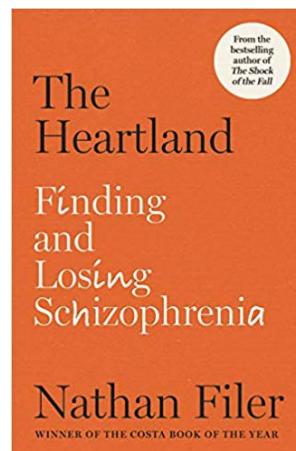
页    数：336 页

出版时间：2019 年 6 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类    型：大众心理



### 内容简介：

精神分裂症：无论它唤起了什么样的联想又或者令你想起了什么人，我们对这个词都有自己的看法。我们如何看待它——我们如何看待患有这种病症的患者——正是我们理解心理健康的关键。



然而，我们真的了解吗？我们愿意花费多少时间聆听？我们真的理解这种复杂且矛盾的症状吗？

心理健康护士和获奖作家内森·法勒（Nathan Filer）通过作品《精神分裂症的故事》（*The Heartland*）带领我们前往他曾经工作过的精神病病房，更邀请我们同世界一流专家以及那些卓越人士共享他们的故事——真实的故事——了解这种被误解的离奇环境中的生活。

他帮助我们敞开心扉，接受关于心理健康、关于彼此和我们自身的思考方式。《精神分裂症的故事》（*The Heartland*）戳穿了神话，挑战了假设，令我们对精神疾病有了新的认识。

以及它对于人类的意义。

#### 作者简介：

**内森·法勒（Nathan Filer）：**作家，巴斯斯巴大学创意写作讲师。

其小说《惊坠》（*The Shock of the Fall*）讲述了一个患有精神分裂症的年轻人的生活。该书曾荣获科斯塔年度图书奖（Costa Book of the Year Award）、贝蒂查斯克奖（Betty Trask Prize）、美国国家图书奖通俗小说奖（National Book Award for Popular Fiction）和美国作家协会最佳小说奖（Writers' Guild Award for Best First Novel）；作为《星期日泰晤士报》（*Sunday Times*）的畅销书，《惊坠》已被翻译成三十多种语言。

内森曾为《纽约时报》（*The New York Times*）、《卫报》（*Guardian*）、《独立报》（*Independent*）、《每日邮报》（*Daily Mail*）和《都市报》（*Metro*）撰写专题文章和评论。他是BBC广播2台读书俱乐部（BBC Radio 2 Book Club）、BBC广播3台自由思考（BBC Radio 3's Free Thinking）、BBC广播4台开卷有益（BBC Radio 4's Open Book）、前沿（Front Row）、胸有成竹（All in the Mind）和本日节目（Today Programme）的嘉宾。

作为一位独立诗人，他定期参加许多英国活动，包括纬度音乐节（Latitude）、艾略特港音乐节（Port Eliot）、香巴节（Shambala）、大寒音乐节（Big Chill）、格拉斯顿伯里音乐节（Glastonbury）和切尔腾纳姆文学节（Cheltenham Literature Festival）。内森的诗歌已经在BBC广播四台 Bespoken Word 和 Wondermentalist Cabaret，以及BBC广播7台 Poetry Stand-up 节目中发表。其诗歌短片《俄狄浦斯》（*Oedipus*）获得了BBC最佳新电影制作人奖（Best New Filmmaker Award）和柏林斑马诗歌奖（Berlin's Zebra Poetry Film Award）。

他同妻子及两个孩子定居于布里斯托尔。

#### 媒体评价：

“一部重要的作品。视角开阔，笔触真诚。希望您能读一读，分享并讨论它。”  
---- 《悲伤带着羽毛》（*Grief is the Thing with Feathers*）作者，马克思·波特（Max Porter）

“详实、富有同情心。这部作品将改变人们对精神分裂症的理解方式。”  
---- 《仁慈的语言》（*The Language of Kindness*）作者，克里斯蒂·华特森（Christie Watson）



“我从未读过比这更具力量的心理健康书。为读者们带来了新信息。”  
----《山羊在左，绵阳在右》(The Trouble with Goats and Sheep)作者，乔安娜·坎农(Joanna Cannon)

\*\*\*\*\*

中文书名：《专注的艺术：提高注意力，减轻压力，实现更多》

英文书名：THE ART OF CONCENTRATION: ENHANCE FOCUS, REDUCE STRESS AND ACHIEVE MORE

作 者：Harriet Griffey

出 版 社：Rodale

代理公司：Pan Macmillan/ANA/Conor

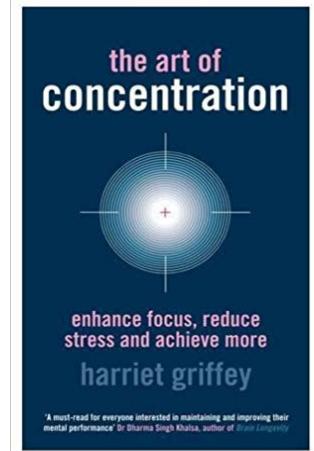
页 数：256 页

出版时间：2010 年 4 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



### 内容简介：

我们的日常生活被科技输入所环绕窒息 - 无论是我们的手机铃声，我们的黑莓哔哔声还是无休止地接收电子邮件---变得被过度刺激，而无法开启（集中注意力）或关闭（放松），因为我们都处于永久待命状态。结果，我们失去了适当专注的艺术。

幸运的是，这本最前沿的个人发展书籍可以帮助读者在信息洪水中进行导航，并提供相应的工具帮助我们学习如何提升专注力。植根于科学事实和研究，书中包括详细了解你的大脑如何运作，什么会抑制大脑功能和专注力，涵盖诸如缺乏休息，分心，不良的生活习惯和压力等事情。通过采用技术和练习来帮助提高专注力，确保帮助我们改善工作方式和生活方式。

介绍：为什么专注力很重要

第一章：大脑是如何发展的

第二章：什么会抑制大脑功能和专注力？

第三章：还有什么其他因素阻止你？

第四章：你的专注力画像

第五章：你需要什么来帮助集中注意力？

第六章：学会集中注意力

第七章：注意！孩子和专注力

第八章：提升专注力的技巧

第九章：提高专注力的具体练习

第十章：除此之外，你还可以做些什么？

参考书目

有用的网站

附录



## 作者简介：

**Harriet Griffey** 是一名自由撰稿人，印刷和广播记者，定期为英国全国性报纸和杂志撰稿。她最初在伦敦米德尔塞克斯医院接受护士培训，但后来从事图书出版，电视制作，印刷和广播新闻工作。她也是一名认证教练，与慈善机构 Youth at Risk 的年轻人共事。“专注的艺术”是她出版的第 14 本书。

\*\*\*\*\*

中文书名：《灵机一动：灵感的闪现和强大的影响》

英文书名：IT WAS JUST A THOUGHT ...FLASHES OF  
INSPIRATION WITH STRONG CONSEQUENCES

德文书名：WAR JA NUR SO 'NE IDEE ...

作 者：Christian Kämmerling

出 版 社：Verlagsgruppe Random House GmbH

代理公司：ANA/Susan Xia

页 数：208 页

出版时间：2018 年 7 月

类 型：大众文化



## 内容简介：

克里斯蒂安•卡默林（Christian Kammerling）收集了现代生活事物起源的决定性时刻，这些事物在日常生活中几乎是不可或缺的，我们认为它们是理所当然的。这个“好想法的辞典”展示了创新、开创性的成就，以及天才头脑的适时洞察力或头脑风暴。包括的花絮有：谁是第一个慢跑者？拿铁玛奇朵热是什么时候开始的？谁发明了信用卡？@符号从何而来？这里有300个有趣的条目，从A到Z，由SZ-Magazin杂志的“发明者”克里斯蒂安•卡默林精彩地讲述，他的儿子吉姆做了精美的插图。

复杂的想法—幽默的轶事—好的娱乐

## 作者简介：

**克里斯蒂安•卡默林（Christian Kammerling）**，出生于1953年，被认为是德国领先的杂志制造商之一。他在SZ-Magazin杂志做了10多年的领导，他决定了这个传奇杂志的回归。自2005年以来，他一直是一家创意公司的老板。他的信条是：新闻可以做任何事情——只要不无聊。



\*\*\*\*\*

中文书名：《大脑是如何丧失理智的：性、歇斯底里与精神疾病解谜》

英文书名：HOW THE BRAIN LOST ITS MIND: SEX, HYSTERIA, AND THE RIDDLE OF MENTAL ILLNESS

作 者：Allan Ropper and Brian Burrell

出 版 社：Avery

代理公司：ANA/ Lauren Li

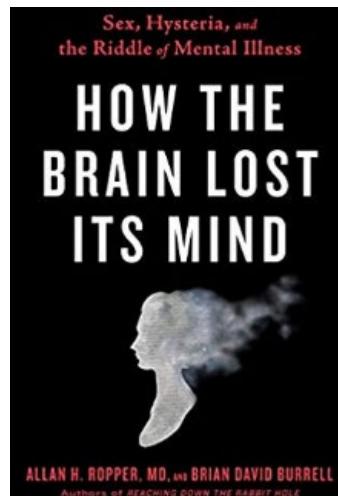
页 数：256 页

出版时间：2019 年 8 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



#### 内容简介：

《大脑是如何丧失理智的》讲述了两种疾病的故事：一种模仿精神疾病的有机疾病，和一种表现为生理疾病的精神疾病。梅毒是五个世纪以来恐惧和憎恶背后的驱动力，神经梅毒晚期引发了一场扫荡式的流行病，一直持续到上一代人。

就像艾滋病在出现后一百年其可怕性和破坏力依然挥之不去，神经梅毒已经为性生活埋下了数十年的阴霾。随着青霉素的兴起，这一威胁逐渐消退，精神疾病与脑疾病的联系也随之减弱。直到最近，抑郁，酗酒，成瘾等再次被认为是大脑结构和化学中产生的。是时候重新审视这一导致社会和医学目光转移的疾病了。

与此同时，歇斯底里症，现在被冠予转换障碍和分裂状态之名。它曾经是，并且现在仍然是威胁到每个神经病学家存在的祸根。梅毒和歇斯底里症的镜像疾病，对于有关性、精神病、催眠术、精神分析、心理治疗、合成染料，感官小说，精神药物、天才和疯狂这些面向更广的问题，可谓是完美的切入点。

**引人入胜又骇人听闻的医学史：**从需要审慎使用毒药的早期治疗到臭名昭着的塔斯基吉研究，梅毒的历史固然丰富多彩的，却也冷酷无情，充满了道德和现实的困境。

**批判视角：**由临床神经病学家和医学历史学家撰写，《大脑是如何丧失理智的》一书揭示了神经病学和精神病学界为何持续在孤岛中奋战，每个人都声称处于不同的治疗领域。

**著名的（和非著名的）患者：**从克里斯多弗·哥伦布到斯科特·乔普林，拜伦勋爵到阿尔·卡彭，从弗里德里希·尼采到希特勒……再到唐纳德·特朗普，无一不受神经梅毒的影响。

#### 作者简介：

**艾伦·罗普尔（Allan Ropper）和布莱恩·布伟杰（Brian Burrell）**是《深入兔子洞：著名神经学家揭秘脑疾病（圣马丁出版社，2014）的作者。



罗普尔是哈佛医学院神经病学教授，雷蒙·D·亚当斯临床大师以及布莱根妇女医院神经病科执行副主席。布伟杰在过去的25年里一直在马萨诸塞大学阿默斯特分校教数学。他是大脑集合方面的权威。

\*\*\*\*\*

中文书名：《驯夫记》

英文书名：IT'S (MOSTLY) HIS FAULT

作 者：Robert Mark Alter

出 版 社：Grand Central Publishing

代理公司：Grand Central/ANA/Jackie Huang

页 数：384 页

出版时间：2006年3月（精装）

审读资料：样书

类 型：大众心理

授权已授：2009年1月授权安徽人民出版社，版权已回归

豆瓣书讯：<https://book.douban.com/subject/3583373/>

IT'S (MOSTLY) HIS FAULT

For Women Who Are Fed Up and the Men Who Love Them

ROBERT MARK ALTER



中简本出版记录

作 者：(美)罗伯特·马克·奥尔特

出版社：安徽人民出版社

译 者：吕方

出版年：2009年

页 数：286 页

定 价：36.00 元

装 帧：平装

内容简介：

这本书最大的特点是开始从男人身上寻找根源，并且能够以男人能够接受的方式对话。

如果处于困挠的丈夫读了这本书，他将重新面对问题，认真思考问题，会尝试打开他那该死的对妻子封闭的世界！

如果妻子读了，找到知音了。不再总是怀疑自己是不是做的过分，不会委屈求全压抑自己或者准备离婚，而是会坚持自己做一个自信成熟的母亲和妻子。

如果你准备好要听一听这个事实——为什么婚后性生活会变得乏味，为什么大多数丈夫从来不肯听妻子的唠叨，为什么你的婚姻中好像已经没有爱情的存在了——那么这就是原因……错误大部分都在他。

拥有35年幸福婚姻生活和30年的备受尊重的心理治疗和婚姻咨询经验，罗伯特·奥尔特发现了可以根本改变婚姻问题的三个基本事实：



1. 大多数男性，都发自内心地，想成为好丈夫，但他们不知道应该怎么做。
2. 有些方法对女性管用，但有些就不管用。（换言之，需要一本操作手册来解读女性）
3. 认为夫妇双方应该共同为婚姻关系中的诸多问题负责的观点，坦白地说，是无稽之谈。

这本必将成为备受争议的图书，告诉丈夫们应该如何重回妻子们的怀抱。本书通过 44 个短小精悍的章节——“婚后有激情的性爱吗？”“你的妻子是个爱唠叨的人吗？”“阻止你改变的五大谎言”和“怎么知道你什么时候是男人，什么时候是混蛋”等——夫妻双方会找到真实有效的答案，这个答案会为你们带来真正的变化、理解和亲切感。

这是为每一个渴望幸福婚姻的夫妻量身定制的书，献给厌倦婚姻的女人以及深爱她们的男人。

#### 作者简介：

**罗伯特·马克·奥尔特 (Robert Mark Alter)**，专门进行婚姻咨询的心理治疗师，是《我的灵魂何时才能回归：通向幸福之旅的 100 种方法》的合作者。罗伯特目前与其妻简生活在马塞诸塞州。

\*\*\*\*\*

中文书名：《他人的力量：同辈压力、群体思考和环境塑造行为》

英文书名：THE POWER OF OTHERS: PEER PRESSURE,  
GROUPTHINK, AND HOW THE PEOPLE AROUND US  
SHAPE EVERYTHING WE DO

作 者：Michael Bond

出 版 社：Oneworld

代理公司：A.M. Heath/ANA/ Jackie Huang

页 数：320 页

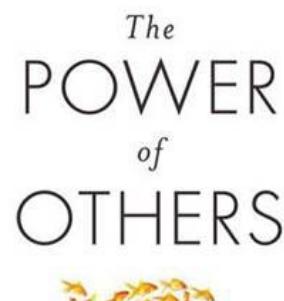
出版时间：2014 年 5 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理

**中文繁体字版已授权台湾**



Peer Pressure, Groupthink, and How the  
People Around Us Shape Everything We Do

MICHAEL BOND

#### 内容简介：

我们总喜欢自以为是，觉得自己做的事情都在自己掌握之中。我们在固有天性、教养或经验的帮助下，自己做出决定，书写自己的命运。然而，事情根本不是这样的！无论我们怎样高估自己，以为按照既定计划办事，我们在大多数时间内的行动都受潜在未知数的支配，也就是受他人的支配。

邦德将科学分析和生活实例结合在一起，揭示了夫妇、团体和群众的奇特动力学。我们的勇气或耐性是怎样激发出来的？怯懦或邪恶的举动呢？群体动力学甚至对孤独者都产生了深刻的影响。



### 作者简介：

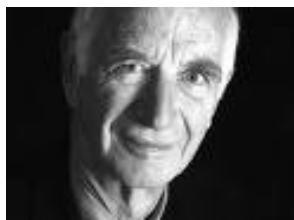
迈克尔·邦德（Michael Bond）是科普作家和编辑、自由撰稿人，专业研究心理学和行为科学。2001-2007年，他是《新科学家》（*New Scientist*）杂志的资深编辑。2011年，他在英国皇家学会担任主管研究员。他的报告涉及阿拉伯之春前后的埃及科学和发展。

他还写过非小说《西行路》（WAY OUT WEST, McClelland and Stewart, 2001），以开发加拿大的英国拓荒者和探险家为主题。

\*\*\*\*\*

### “后荣格原型心理学”研究的发起人 詹姆斯·希尔曼（James Hillman）

### 作者介绍：



詹姆斯·希尔曼（James Hillman），学者、作家、心理学专家、国际演讲家。他写过二十多本著作，其中包括《灵魂的密码》（THE SOULD'S CODE）、《治愈阅读》（HEALING FICTION）、《梦想与底层社会》（THE DREAM AND THE UNDERWORLD）、《内心的见解》（INTER VIEWS）等。

他主要从事荣格学说的研究，是“后荣格原型心理学”研究的发起人。他曾先后任教于耶鲁大学、锡拉丘兹大学、芝加哥大学和达拉斯大学。希尔曼于2011年去世，享年85岁。

中文书名：《再观心理学》

英文书名：RE-VISIONG PSYCHOLOGY

作    者：James Hillman

出  版  社：Haper & Row

代理公司：Melanie Jackson/ANA

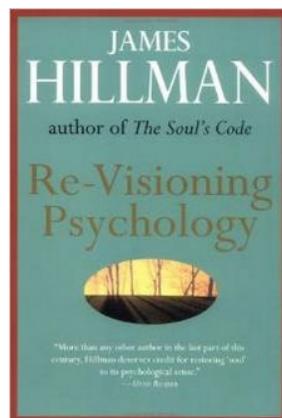
页    数：304 页

出版时间：1977 年

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：样书

类    型：心理学



### 内容简介：

詹姆斯·希尔曼（James Hillman）留下了一系列惊人的杰作，但大多数作品还不为我们所知。希尔曼不是以分析某一个具体的人的经历的方式，而是通过对“灵魂的语言”的分析与描述，让我们知道我们的心灵与智慧是如何运作。



所谓的“灵魂的语言”，是指他知道如何与希腊诸神、意大利佛罗伦萨的艺术家、炼金师对话，如何分析他们的浪漫思想、梦想以及其中从学术角度诞生的思考。他发出了大胆而有说服力的声音，表达了他对把灵魂从现代思想的暴政中，从被禁锢的结构中，从现实主义的苛评等其他一切形式中解放出来的渴望。由此，他提出了一个新看法——通过“迷失自我”来找到灵魂。

在《再观心理学》（RE-VISIONG PSYCHOLOGY）这本书中，希尔曼重点谈论观察力。他特别强调对任何事情都要观察两遍，观察一定要仔细，要看到事物所隐藏的内容。“只有偏执才能看清楚事物……才能透过表象观察到本质”，这是希尔曼希望读者所体会到的。

同时，希尔曼对于心理学也非常偏执，渴望让自己，让读者了解到心理学背后的一切东西。心理学现在在做哪些工作，神话故事扮演着什么角色，哪一位神才是诸神之本……在对心理学的观察过程中，希尔曼向我们展示了从心理角度来体验一切事物的方法。

#### 媒体评价：

中文信息参考：<http://sucai.wxmp.cn/archives/72994>

《纽约时报》报道：<http://www.nytimes.com/1995/04/23/magazine/how-the-soul-is-sold.html>

中文书名：《精神分析神话：原型心理学论文集》

英文书名：THE MYTH OF ANALYSIS: THREE ESSAYS IN ARCHETYPAL PSYCHOLOGY

作 者：James Hillman

出版 社：Crown

代理公司：Melanie Jackson/ANA

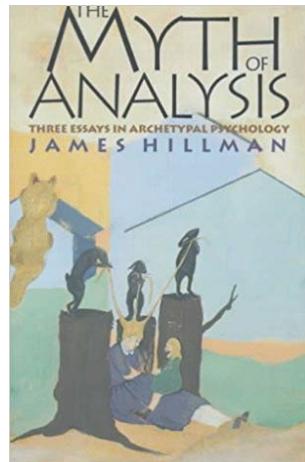
页 数：320 页

出版时间：1998 年

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：样书

类 型：心理学



#### 内容简介：

在这部作品中，广受欢迎的荣格研究者詹姆斯·希尔曼（James Hillman）探讨了神话、洞察力、性欲、身体的概念，和女性自卑感的神话元素，以及对自由想象和自由感受心理真实的需要。通过探究这些命题，以及他们在心理治疗之中和之外所扮演的角色，希尔曼在此提出了一个令人深思的论点，比起把他们锁在内心中的角落，或是强加到日常的自我治愈中，人类的这些“独特性”可以成为我们丰富而充满自我满足感的日常生活中，不可或缺的一部分。

这本书最初在1972年，由西北大学出版社（Northwestern University Press）出版，并对从1960年代在国家中开始产生的自我意识和女权运动起到了深远的影响。这是一本关于心理疗法和心理学观点的合集，是希尔曼最重要、最能经受时间考验的作品之一。



中文书名：《死者之境：荣格红皮书之后的心理学》

英文书名：LAMENT OF THE DEAD: PSYCHOLOGY AFTER JUNG'S RED BOOK

作 者：James Hillman

出 版 社：W. W. Norton & Company

代理公司：Melanie Jackson/ANA

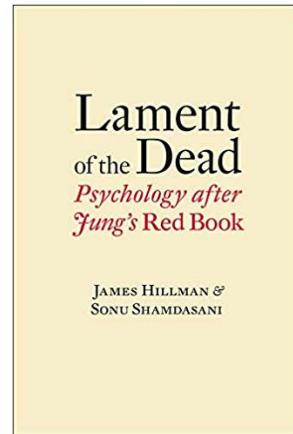
页 数：256 页

出版时间：2013 年 8 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：心理学



#### 内容简介：

以荣格的《红书》（*Red Book*）为原点，两位学者探讨了与我们今天的思想有关的问题。

在这本对话录中，詹姆斯·希尔曼和索努·沙姆达萨尼（Sonu Shamdasani）通过荣格的《红书》，重新评估了心理学、历史和创造力。希尔曼是原型心理学（Archetypal Psychology）的创始人，是美国最杰出的心理学家之一，被广泛认为是荣格学派最具独创性的人物。沙姆达萨尼是荣格《红书》的编辑，也被广泛地认为是研究荣格的最重要的历史学家之一。希尔曼和沙姆达萨尼共同探讨了《红书》中的许多问题，例如我们与死者的关系，我们的梦进而幻想的人物，创造性表达的本质，心理学与艺术的关系，叙述和讲故事，深度心理学作为文化形式的意义，基督教的遗产，以及我们与过去的关系和审视这些问题对我们当今思想界的影响。

中文书名：《好战之心》

英文书名：A TERRIBLE LOVE OF WAR

作 者：James Hillman

出 版 社：Penguin Books

代理公司：Melanie Jackson/ANA

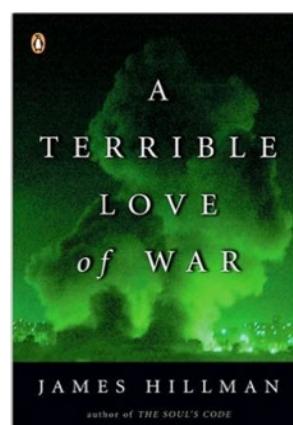
页 数：272 页

出版时间：2005 年

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：样书

类 型：心理学



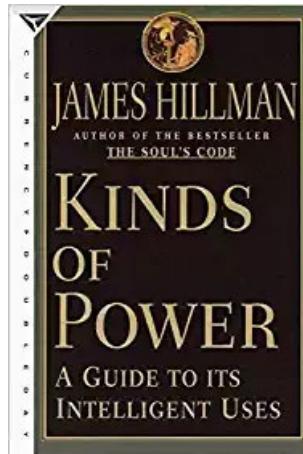
#### 内容简介：

战争是人类幻想中永恒存在的力量，同样，也深入到日常生活里。在实施破坏行为时，士兵和受害者都从中感受到一种矛盾的情感，一种很深的兴奋感和作为人类的感觉。当今最受尊敬的心理学家詹姆斯·希尔曼（James Hillman），在《好战之心》（*A Terrible Love of War*）中，对“战争”的心理起源和残忍的行为进行了前所未有的研究。研究引用了许多各个时期来自前线的报道，前线战士的信件，军事权威、经典神话的分析，以及吐温（Twain）、托尔



斯泰（Tolstoy）、康德（Kant）、政治哲学家阿伦特（Arendt）、福柯（Foucault）、列维纳斯（Levinas）等伟大思想家的作品。希尔曼的广泛调查和细节研究，为我们提供了人类被战争吸引、同时又厌恶战争的根本上的一种新的理解。这是暴力世界中一本能够激发阅读兴趣的必备图书。

中文书名：《不同的权力》  
英文书名：KINDS OF POWER  
作 者：James Hillman  
出 版 社：Crown  
代理公司：Melanie Jackson/ANA  
页 数：272 页  
出版时间：1997 年  
代理地区：中国大陆、台湾  
审读资料：样书  
类 型：心理学

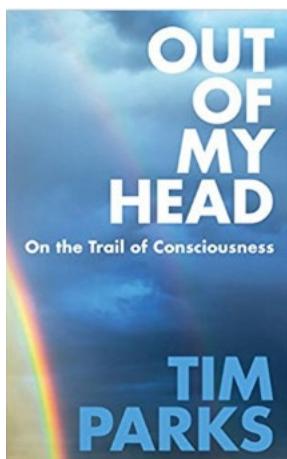


#### 内容简介：

商界、政界、工作场所的权力，对大多数人而言，意味着竞争、控制、统治和报偿。但在荣格派精神分析学家、著名作家希尔曼看来，这个传统的权力概念很狭隘，很无趣，很害人。他从如何保护、培育、促进、激发人和事内在的潜力出发重新定义权力。成长，对于企业而言意味着利润，越大越好。但在希尔曼看来，成长就是抛弃破损无益的自我，清理混乱的物质与精神环境，思考自己的行为对世界和未来的影响。希尔曼对精神世界的这种探究触及了几乎每个重要的角落。种种概念，例如影响力，控制欲，野心，工作，决策等等，在他笔下都得到了全新的解剖。想在书中找到实用忠告的读者也许会失望，但如果我们改变期待，开放我们的心灵，那么我们就会在这些非常“人本”的文章中找到更微妙、更恒久的生命钥匙。

\*\*\*\*\*

中文书名：《重新解读意识》  
英文书名：OUT OF MY HEAD: On the Trail of Consciousness  
作 者：Tim Parks  
出 版 社：Harvill Secker  
代理公司：United Agents/ANA/Conor  
出版时间：2018 年 7 月  
代理地区：中国大陆、台湾  
页 数：320 页  
审读资料：电子稿  
类 型：大众心理



#### 内容简介：

如今，关于电脑是否可以有自主意识、我们的整个世界是不是某种仿造、是否只有人类拥有智慧还是智慧无处不在……这类话题的讨论，每天都在发生。大多数哲学家认为，我们



的体验存在于大脑之中，是对现实的不可靠的陈述。他们认为，颜色、气味、声音只在我们的大脑中产生。与此同时，当神经学家研究我们的大脑运作时发现，上述这些，不过都是大脑中数十亿神经元交换脉冲并释放化学物质所产生的结果。

《重新解读意识》一书，则讲述了作者蒂姆·帕克斯（Tim Parks）以自己幽默、私密、引人入胜的方式，解读给有关大脑的话题。本书将复杂的形而上的思考，与坚实可靠的科学实验相结合，并以普通人都可以理解的方式来进行表述。更重要的是，这本书要请读者以一种全新的方式重新观察时间、空间、颜色、气味、声音以及感觉。

读过这本书，我们所处的世界，或许对你来说感觉更加真实。

### 作者简介：

蒂姆·帕克斯（Tim Parks）生于英国曼彻斯特，在伦敦长大，并就读于剑桥和哈佛大学，现居米兰。他曾著有多部畅销小说、非虚构、散文作品，包括《与维罗娜的一季》(A SEASON WITH VERONA),《意大利风格》(ITALIAN WAYS),《如何坐稳》(TEACH US TO SIT STILL),《美第奇的财富》(MEDICI MONEY)等。他曾入围布克奖短名单，获得毛姆文学奖(Somerset Maugham Award)，贝蒂特拉克奖(Betty Trask Prize)，约翰·卢埃林·里斯奖(John Llewellyn Rhys Prize)，约翰·弗洛里奥奖(John Florio Prize)以及意大利卡尔维诺奖(Italo Calvino Prize)等。

\*\*\*\*\*

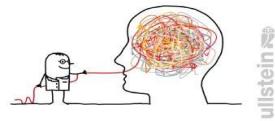
中文书名：《情绪并非疾病》

Dr. med. Christian Peter Dogs  
Nina Poelchau

英文书名：FEELINGS ARE NOT AN ILLNESS

Gefühle  
sind keine  
Krankheit  
Warum wir sie brauchen und wie  
sie uns zufrieden machen

德文书名：GEFÜHLE SIND KEINE KRANKHEIT: WARUM  
WIR SIE BRAUCHEN UND WIE SIE UNS ZUFRIEDEN  
MACHEN



作 者：Christian Peter Dogs and Nina Poelchau

出 版 社：Ullstein

代理公司：ANA/ Susan Xia and Ting

页 数：240 页

出版时间：2017 年 9 月

类 型：心理学

### 内容简介：

“我们从小就期望能像机器一样奔跑。我们想要什么并不重要，重要的是我们需要做什么。但是如果你没有善待你自己和你的精神，你就会生病。我们得靠自己的情绪来保持健康。”克里斯蒂安·彼得·多斯说。

德国最著名的精神病学家和心身医学专家克里斯蒂安·彼得·多斯说：“我们不是自发性精神病，除非我们正在经历一段艰难的时期，或者经历过一场创伤性事件。”

治疗了一千多名病人后，他对德国精神病院病人的治疗方式产生了重大影响。悲伤和痛苦是生活的一部分，悲伤、愤怒和挫折都是构成我们生活结构的情感。根据多斯的说法，最近的趋势是使我们的感觉病态和过度医学化，而不是接受它们并找到应对的方法。

149



作者在童年时代经历过虐待和暴力，他主张采取不同的方法治疗，尤其是一个好的治疗师应该帮助我们专注于未来而不是过去。因此，他公然批评精神分析和治疗，认为他们不是可以摆脱恶性循环的方法。多斯声称，如果我们了解大脑的连接，以及如何通过积极的经验和行为来影响大脑，我们最终就能帮助自己，过上更好的生活。他会告诉我们怎么做！

### 作者简介：



©Susi Donner

**克里斯蒂安·彼得·多斯(Christian Peter Dogs)**，生于 1953 年，是一名心理治疗师和心身医学专家。1994 年，他在沙伊德格建立了心理治疗和心身医学诊所。自 17 年 4 月以来，他被任命为马克斯·格朗迪克诊所的心身医学系主任。

**妮娜·波尔彻(Nina Poelschau)**生于 1962 年。自 2009 年起，她一直在担任《斯特恩》、《南德斯日报》、《德意志银行》、《品牌》、《布丽奇特》和《布里奇特女性》的记者。她是夫妻治疗师并且掌握了以人为中心的对话治疗。

### 媒体评价：

“多斯是一个反叛者。他彻底改变了德国的心理疗法。”  
----*Stern*

### 目录：

#### 序言

#### 一切是如何开始的

#### 第一部分

#### 第一章 压力状态下的心理

当我们产生情绪时，大脑是如何同步运作的

#### 第二章 介质的威力

大多数人的大脑都是负连接

要求太高——或者寻求幸运的压力意味着什么

负荷过重导致无助

#### 第三章 当生活开始变得艰难时，要学会放下——我的故事

#### 第四章 情绪不代表就是有病

悲伤

恐惧

愤怒

自恋——渴望得到他人肯定

被压抑的感受导致疾病

压抑

150



饮食失调  
睡眠失调  
危险的自恋者  
创伤后的应激障碍

## 第二部分

- 第一章 德国的治疗——一种批评  
第二章 治疗流程——一种排列  
第三章 一位好的临床医生  
要看人品  
拥有真正的责任心，而非端着的同情  
**第四章 有意义的治疗手段**  
刺激疗法  
行为疗法  
人际疗法  
系统疗法  
以精神分析为基础的疗法  
模式疗法  
快速眼动疗法  
认知行为系统分析疗法  
催眠  
情绪聚焦团体疗法  
躯体疗法  
鉴别诊断和药物  
精神类药物

## 第三部分

- 第一章 我自己能做什么？  
好好维护关系  
胆量要大

## 第四部分

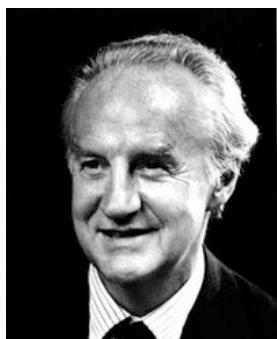
- 第一章 一家诊疗机构  
第二章 致谢



\*\*\*\*\*

## 具有悲悯之心的精神病学专家 安东尼·斯托尔 (Anthony Storr)

作者简介：



安东尼·斯托尔 (Anthony Storr, 1920-2001)，是一位精神病学家，专注于研究分析人类负面情绪与信息，以富有创造力的理念来治疗相关疾病。他在精神病学领域著作颇丰，同事具备相当的影响力。他还是位电台主持人，以明朗和悲悯之心帮助了很多患有精神疾病的听众。

安东尼的研究领域涉及从性欲错乱症到人类的侵略性、从人类对于孤独的需求到创造的冲动等方面。阅读他的作品，读者可以感受到他对饱受精神疾病折磨的人同情。与此同时，他秉持着这样一个信念，即艺术和知识能治疗这类疾病。

斯托尔深受荣格影响，并接受佛洛伊德的理论，但他没有在其研究领域墨守成规，并拒绝职业中的教条主义，并且对已有的精神疾病划分极不赞同。他强烈反对强制治疗法，并表示：“那些精神正常的人比我们想象中的更加疯狂。他们都是疯狂的正常人。”

中文书名：《泥足》

英文书名：FEET OF CLAY

作 者：Anthony Storr

出 版 社：HarperCollins

代理公司：PFD (Estate)/ANA/ Claire

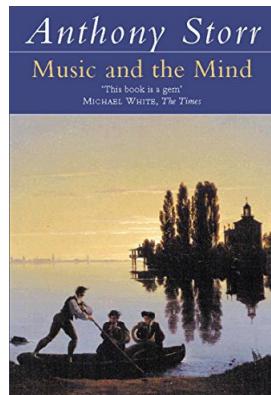
出版时间：1997 年

代理地区：中国大陆、台湾

页 数：280 页

审读资料：电子稿

类 型：非小说



内容简介：

有许多关于邪教迷惑他们教众并使他们与世界隔绝的报道。这些邪教总是由所谓的大师或“精神领袖”们所领导，其结果要么是南美丛林中的集体自杀，要么是数百人在被围困的堡垒中自焚。这部作品研究了这些作为领袖的男女和追随他们的人们。它以一些被认为是现代大师的人为例——詹姆斯·琼斯 (James Jone)、大卫·考雷什 (David Koresh)、巴关·希瑞·罗杰尼希 (Bhagwan Shree Rajneesh)、葛吉夫 (Gurdjieff) 等等——并找寻他们之间的共同点。并且研究了他们与其他一些理论被接受或至少是得到回应的大师——荣格 (Jung)、弗洛伊德 (Freud)、依纳爵·罗耀拉 (Ignatius Loyola) 和耶稣 (Jesus) 自己之间的共同点，并找到那些惊人的连续性。

152



\*\*\*\*\*

中文书名:《智慧谜团》

英文书名: *The Wisdom Paradox: How Your Mind can Grow*

*Stronger as Your Brain Grows Older*

作 者: Elkhonon Goldberg, PH.D.

出 版 社: Gotham

代理公司: Inkwell/ANA

出版日期: 2005 年

页 数: 337 页

审读资料: 电子稿

类 型: 大众心理

**中文简体曾授权, 版权已回归**

中文简体豆瓣页面: <https://book.douban.com/subject/3560090/>

作者: 埃尔克诺恩·哥尔德伯格

出版社: 上海科学技术文献出版社

出版年: 2009-1

页数: 219

定价: 29.80 元

装帧: 平装

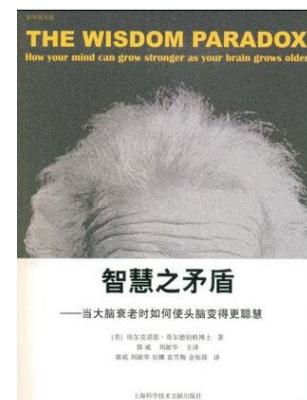
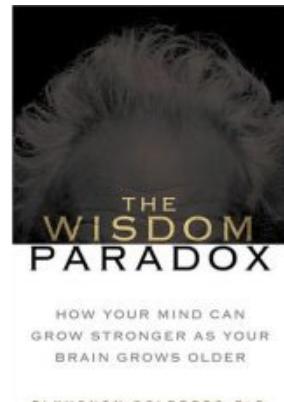
#### 内容简介:

在《智慧谜团》一书中, 世界著名神经心理学家高德伯指出, 虽然大脑的某些能力会在伴随人进入所谓的人生“秋季”逐渐衰退(比如回忆能力), 大脑的形象思维能力却会变得更加强大。正因为如此, 人们能够更好的凭借直觉和更有效率的作出决策。高德伯把这一迟来的能力叫做“智慧”。高德伯用生动而又浅显易懂的语言深入探究大脑的机理, 描述大脑的结构伴随着人的一生不断的发展和变化。高德伯以罗斯福、撒切尔夫人, 里根, 还有歌德、摩西嬷嬷等大器晚成的领袖和艺术家为例证, 说明对智慧的生物学理解。通过介绍对大脑功能的最新的研究成果, 高德伯废弃了过时的神经学概念, 指出新的神经元在人的整个一生中都能够不断地生成。随着人的年龄的增长, 中枢神经功能会增强, 负责形象思维的大脑左半球能够加速决策过程。特别吸引人的是, 高德伯略述了“认知健身”计划。这一计划能够缩减年龄老化给大脑带来的负面影响, 同时增强大脑的决策能力。

#### 作者简介:



埃尔克诺恩·哥尔德伯格博士(Elkhonon Goldberg)是一位科学家、临床医生和教育家。他是神经心理学及认知能力学会理事, 同时也是东西方科学教育基金会的理事。他是美国心理学学会和美国临床神经心理学学会的专业医生, 并担任卢利亚神经科学研究所的主任, 也是纽约大学医学院神经学的临床教授。其神经心理学领域颇有建树, 更因认知神经科学和临床神经心理学方面的研究而享誉国际, 并给很多重要机构供稿。这些机构包括美国国家精神健康学会、老兵协会、加拿大研究院、人类前沿科学计划(法国)。他还在世界卫生组织下属的神经心理学国际咨询委员会供职。他的著作广受赞誉, 已被翻译成多种语言。





\*\*\*\*\*

中文书名：《数字钝化：网络怎样影响我们的情感》

英文书名：Digitally Dulled?: What communication on the Web does with our emotions

德文书名：Digital abgestumpft?

作 者：Gina Schad

出 版 社：Random House Germany

代理公司：ANA/ Susan Xia

页 数：224 页

出版时间：2017 年 6 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众社科

Gina Schad

DIGITAL  
ABGESTUMPT?



Was die Kommunikation im Netz mit unserem Mitgefühl macht

GOLDMANN

### 内容简介：

我们即时沟通，全球参与家人朋友的生活。媒体科学家吉纳·策德在这里指出：数字化联系异军突起，得失兼而有之。我们现在的处境是怎样的？数字化使我们更加迟钝？还是因特网以其他方式，增加了我们感同身受的能力？

无论如何，有一件事是肯定的。我们必须以新方式运用网络，才能获益。吉纳·策德告诉我们，这种新方式是什么。

### 作者简介：

吉娜·沙德（Gina Schad）生于 1984 年，是媒体科学家，数年来研究数字化和网络文化。她创建了 medienfische.de 博客，是 ze.tt（《时代周刊》（ Die Zeit）的在线杂志）的编辑。

她住在柏林。

\*\*\*\*\*

中文书名：《你体内的囤积欲：如何过上更快乐、更健康的整洁生活》

英文书名：THE HOARDER IN YOU HOW TO LIVE A HAPPIER, HEALTHIER, UNCLUTTERED LIFE

作 者：Robin Zasio

出 版 社：Rodale Books

代理公司：C. Fletcher & Company, LLC /ANA/Jackie Huang

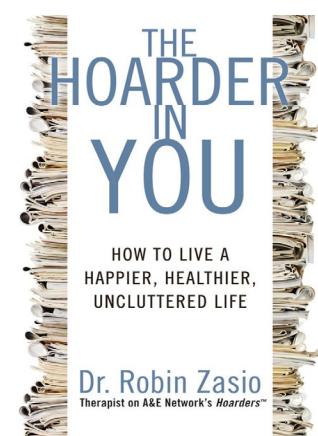
页 数：240 页

出版时间：2011 年 01 月

代理地区：中国大陆

审读资料：样书

类 型：心理学





授权已授：2012年授权杭州蓝狮子文化创意有限公司，版权已回归

豆瓣书讯：<https://book.douban.com/subject/25769201/>

### 中简本出版记录

书名：《你体内的囤积欲：如何过上更快乐、更健康的整洁生活》

作者：(美) 罗宾·扎修

出版社：浙江大学出版社

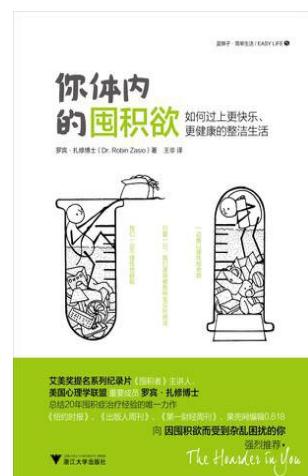
译者：王非

出版年：2013年

页数：270页

定 价：35元

装 帧：平装



### 内容简介：

是不是有一些东西，你总想着某天可能会用到，但却从来没有或者很少派上用场？你是不是总是舍不得扔掉那些实际上已经不再使用的物品？

忽然有一天，你发现这些“有用”的东西已经从可控区间内溢出，给你的生活造成了不便，也给你带来了不必要的压力：

满满的衣柜让你找不到一件急需的衣服；待洗的衣物、待整理的桌子每天都在无声地提醒你还有N项清理任务要完成；每一次的“先放着，以后再处理”总是伴随着自责和焦虑，而来自家人的指责则会引发争吵和不快。与此同时，那些该死的减价广告还在一个劲地对你喊着“这里有不容错过的便宜买卖，现在不下手，将来需要的时候肯定后悔！”

于是，我们很容易就陷入囤积的陷阱：一边不理性地获取，一边又难以理性地舍弃。囤积不同于有选择性的收藏，它是我们杂乱生活的源头。在这本书里，你会遇到有着不同囤积程度、因为不同的原因在囤积的人们。他们可能是你，也可能是你需要理解和帮助的朋友或家人。

你可能是一位严重的囤积者，也可能只是一位偶尔把东西堆成一堆的杂乱者。这本书将帮助你在囤积分级中找到自己的位置，知道自己为什么会以现在的方式生活，以及怎样运用一些具体有效的做法来改善自己与物品的关系，从而过上更整洁、更健康、更快乐的生活。

### 作者简介：



**罗宾·扎修博士 (Dr. Robin Zasio)**，心理学博士，在精神健康领域拥有 20 年的临床经验，尤其擅长治疗囤积症和其他与焦虑相关的病症，是美国国家精神疾病联盟、美国心理学联盟等众多研究治疗机构的重要成员。

同时还是美国家喻户晓的电视明星，曾在荣获艾美奖提名的热门系列纪录片、已连播六季的《囤积者》中担任主角，为众多现实生活中的囤积者驱散心魔。同时还在《今日秀》等许多国家电视节目中作为专家嘉宾出席。



### 媒体评价：

“扎修博士的书是我这 46 年来读过的最好的自助工具。她似乎知道有囤积行为的人们在保持整洁上的所有借口和障碍，并且她为这些人提供了实用的、有临床证明的‘解毒剂’。”

——简·布罗迪 (Jane Brody),《纽约时报》健康版编辑

“一本简单易读、组织严谨的指南，可以改善你的生活，改变你对世俗的看法。”  
——《出版人周刊》(Publishers Weekly)

“你在网上收藏了一万个网页，在家里也囤积了大量用不上的东西，但是你我都爱这么想，千万个‘其实已经用不上了’也比不过一个‘可是，万一呢！’”

——《第一财经周刊》

“这本书会让你重新审视自己和自己的物品，重新评估过去的回忆以及未来的可能。你昂贵的居所也许会因此而腾出不少空间，心情也会随之好转。”

——果壳网心事鉴定组编辑

### 目 录：

前言

第一章 集物狂、杂乱者和强迫性囤积者

第二章 物品之爱

第三章 “你爱你那堆东西超过爱我！”

第四章 在囤积程度分级中，找到你自己的位置

第五章 是时候负起责任了

第六章 获取的渴望——将自己从“游猎收集者”的状态里拖出来

第七章 清除杂物

第八章 一个房间一个房间地整理

第九章 让你的生活没有杂乱

致谢

附录 A 强迫性囤积者的囤物种类调查问卷

附录 B 罗宾医生的“爱生活”清单



\*\*\*\*\*

中文书名：《看着我：论出名的动机》

英文书名：*Look at Me!: The Fame Motive from Childhood to Death*

作 者：Orville Gilbert Brim

出版 社：University of Michigan Press

代理公司：ANA/Leah

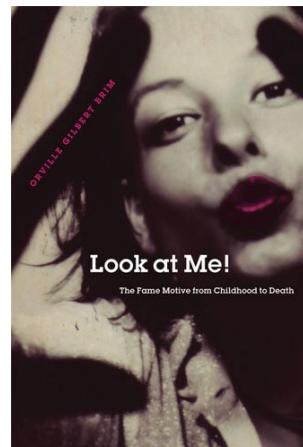
页 数：208 页

出版时间：2009 年 9 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：心理学



#### 内容简介：

美国有 400 万成年人表示，出名是自己生活中最重要的目标。在针对 100 名美国成年人的随机抽样调查中，有 2 个人说自己最大的欲望是出名。是什么促使这些人将“出名”放在第一位？这种欲望来自何方？追求名望对他们的生活有何影响？这种欲望是如何表达的？

以大量研究成果为基础，儿童和人类发展领域获奖学者奥尔维尔·吉尔伯特·布里姆凭借《看着我：论出名的动机》回答了这些问题。

本书考察了不同年龄阶段、生活背景、社会地位的人出名的欲望，以及成败对他们的生活和个性有何影响。作者探讨了人一生中追求名望意味着什么，涵盖了欲望的本质、金钱和权力、名望的源头，人们追求名望、创造观众和最终出名的方式，以及追名逐利者最常见的悲惨结局。

在如今这个名人效应和真人秀的时代，布里姆从社会心理学的角度考察了“出名”的欲望来自何方，以及它对我们生活的影响。

#### 作者简介：

**奥维尔·吉尔伯特·布里姆（Orville Gilbert Brim）**是美国著名心理学家，拥有漫长而卓越的职业生涯。他是约翰与凯瑟琳·麦克阿瑟基金会成功中年发展基金会的前研究负责人、儿童发展基金会的前主席、罗素·萨基基金会前主席，独立或与人合著有十多部作品，内容包括个人发展、智力、野心、个性等等。



\*\*\*\*\*

中文书名：《不可言说：沉默的力量》

英文书名：UNSPEAKABLE: Things We Cannot Say

作 者：Harriet Shawcross

出 版 社：Canongate Books

代理公司：Canongate /ANA/Claire

出版时间：2019年3月

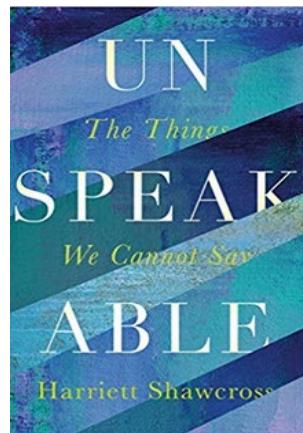
代理地区：中国大陆、台湾

页 数：352

审读资料：电子稿

类 型：大众社科

• 繁体中文版权已授权



### 内容简介：

青少年时期的哈丽雅特·肖克罗斯（Harriet Shawcross）为了保护自己，在学校里几乎一年都不说话，只有在绝对必要的时候才开始交流。成年之后，她对语言的局限性十分着迷，让我们保持沉默的到底是什么？

从自然灾害、战场沟壑间不可言说的创伤，到人们表现出来的各种禁忌，哈丽雅特·肖克罗斯（Harriet Shawcross）解释了为什么言语会让我们失望，以及这种失望和挫败感是如何产生的。《不可言说》一半是回忆，一半是新闻文章。它是以作者的亲身经历为基础，记录了她游历世界各地所遇到的那些生活在静默中的人们。肖克罗斯考察了历史上，我们是如何试图发挥语言的功用的，从19世纪巴黎应对大范围沉默的公共催眠，到一战阴影下催生的谈心疗法。

她在书中讨论了，我们是如何为秘密和禁忌留出空间的，从伦敦东区地下室撒马利坦会的建立，到她进入30岁后的经历，阐释了她想象中无法言说的内容。

最终，她来到尼泊尔，来寻找社会如何治愈创伤。她发现有时候沉默是人类生活的一个必要部分，有些事情最好让它保持沉默不说。虽然书中陈述了语言的重要性，但肖克罗斯最终发现了沉默的价值。

### 作者简介：



这是她的第一本书。

哈丽雅特·肖克罗斯（Harriet Shawcross），获奖导演，记者，讲述和记录了很多被证实存在过的精彩的人类故事。在BBC做了六年纪录片制片人后，她获得了东安格利亚大学非虚构创作的硕士学位，并提名曼彻斯特小说奖2015年短篇奖的短名单。她经常和其他女性一起在很危险的地方工作，从阿富汗的战争寡妇，到尼泊尔的童养媳，那些没有声音和不知道如何为自己发声的人。她一直还在寻找未被发现的故事。



\*\*\*\*\*

中文书名:《思维被高估了》

英文书名: THINKING IS OVERRATED

德文书名: DENKEN WIRD ÜBERSCHÄTZT

作 者: Niels Birbaumer and Jörg Zittlau

出版 社: Ullstein Buchverlage GmbH

代理公司: ANA/ Susan Xia

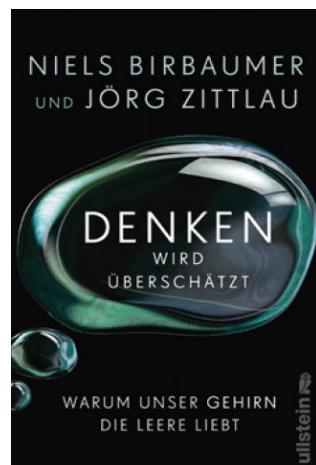
页 数: 256 页

出版时间: 2016 年 9 月

代理地区: 中国大陆、台湾

审读资料: 电子稿

类 型: 大众心理

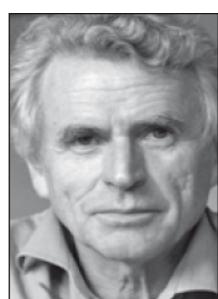


### 内容简介:

放空的大脑—开心的大脑

在没有比内在空虚更让我们感到害怕。然而精神放空也可以是富有成效和有益的。我们能够通过冥想、专注、音乐，甚至性爱来达到这一点—我们的大脑喜欢空虚，会让我们感到快乐。不再有自我意识。甚至语词也会消失：不阅读、不说话、思维的训练也停止了下来。这会让许多人开始担心。设想之中，昏迷和闭锁造成的空虚会让我们害怕，以至于在此时我们会签署生前遗嘱。但是这种对空虚的负面评价也是会站不住脚的：我们的大脑远不止是思维的中心。它也是无思维的器官。最近的大脑研究给我们进一步证据证明空虚中的快乐，并且告诉我们该如何把握好这一状态——尤其是需要我们长期保持积极的时候。

### 作者简介:



© private

**尼尔斯·拜尔博默 (Niels Birbaumer)** 在维也纳和伦敦研究心理学和神经生理学。他是蒂宾根大学医学心理学和行为神经生物学研究中心主任。拜尔博默也曾数次以访问教授的身份出访世界各地。



© Andreas Biesenbach

**耶格·泽特罗 (Jörg Zittlau)** 研究哲学、生物学和体育药学。作为自由职业者，他为《世界报》《科学画报》和《今日心理学》撰写文章，同时也是若干本畅销书籍的作者，目前居住在不莱梅。



\*\*\*\*\*

中文书名：《大脑与精神简史：我们如何得知、如何感受、如何思考？》

英文书名：A BRIEF HISTORY OF THE BRAIN AND MIND

德文书名：EINE KURZE GESCHICHTE VON GEHIRN UND GEIST

作 者：Matthias Eckoldt

出 版 社：Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH

代理公司：ANA/Susan Xia

出版日期：2016年9月

页 数：256页

审读资料：电子稿

代理地区：中国大陆、台湾

类 型：科普

中文简体字版曾授权，版权已回归



#### 中简本出版记录

书 名：《大脑与精神简史：我们如何得知、如何感受、如何思考？》

作 者：[德]马提亚斯·埃科尔特

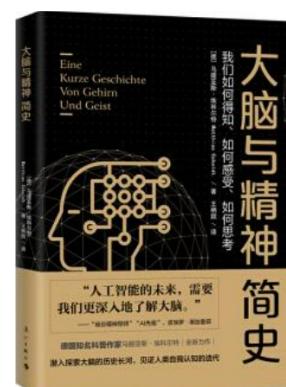
出版社：漓江出版社

出版年：2019年8月

页 数：216页

定 价：52元

装 帧：平装



#### 内容简介：

在过去的二十多个世纪里，致力于人类大脑研究的科学家们不得不一再地摒弃旧理念——前一刻还仿佛得到了完美验证，下一刻就被推翻了。即便在今天，这些悬而未决的问题也依然有增无减。我们到底能不能理解我们的大脑？大脑与精神是如何相互作用的？我们又是如何得知，如何感受，如何思考的呢？

曾获IDW（科学信息服务）奖的德国知名科普作家马提亚斯·埃科尔特将带领我们穿越大脑和精神研究历史的浩瀚时空——从古希腊罗马时期到中世纪、再到近当代，以及到今天的互联网时代，从古希腊人提出的“动物精神”到镜像神经元和现代神经网络理论——在一个个有趣的史料故事中，探究我们的大脑与精神，洞悉人类思考的复杂路径，见证人类对自我认知的不断迭代。

#### 作者简介：



马提亚斯·埃科尔特（Matthias Eckoldt），作家、编剧和电台撰稿人。1964年生于柏林，先后攻读哲学、日耳曼语言学及媒体理论专业，获博士学位。他创作出版的作品涉及小说、散文和非虚构类，包括《意识能察觉到吗？》《莱昂纳多的遗产：达芬奇的发明》《最后几天》《蜜蜂的智慧》，以及关于大脑研究和人类认知边界的谈话录《大脑能理解大脑吗？》。此外，埃科尔特还撰写过500余篇关于文化哲学和自然科学的广播作品，2009年因其突出的成就，被授予IDW（科学信息服务）奖。

**目录:****前 言****第一章 古希腊罗马时期**

思想何以涌现

既无电流也无神经 / 003

灵魂何以不朽 / 006

血液的冷却 / 010

胸膛里的两个灵魂 / 012

灵魂在思考 / 014

赋予生命的基本物质是什么 / 016

窥探头颅 / 018

脑室中的精神 / 020

**第二章 中世纪和文艺复兴**

精神的呐喊

灵魂救赎与身体蔑视 / 029

大脑瓣膜 / 032

世界如书 / 038

如何注蜡于脑 / 040

大脑与精神简史

关于人体的构造 / 043

拥有神圣灵魂的身体机器 / 046

精神如何触动琴键 / 053

**第三章 近代**

大脑：电报机，还是地图？

脑室里的下水道 / 061

可怕的实验和生物电 / 068

断头台的祝福和斩首电鳗 / 073

青蛙电流与生活的严肃 / 079

灵魂办公室里的电报站 / 081

暂时性与原则性的无知 / 089

27 个大脑器官如何呈现于头颅 / 091

颅相学的发展阶段 / 099

额叶有什么用处 / 101

语言—大脑贵的能力 / 106

被看作零配件仓库的大脑半球 / 111

**第四章 现代**

精神存储于化学“积木盒”还是电脑里？

神经系统中的“电缆”损坏 / 119

电流如何跨越突触间隙 / 126

大脑皮层的结构 / 131

列宁脑中无比美丽的锥体细胞 / 135



大脑中的火把和头脑中的电 / 139
神经元的雷暴 / 145
人脑成为电脑的历程 / 147
电脑可以思考吗 / 150
脑电图如何识别别人性格 / 156
电脑看到的是什么 / 159
精神和大脑的联系 / 163

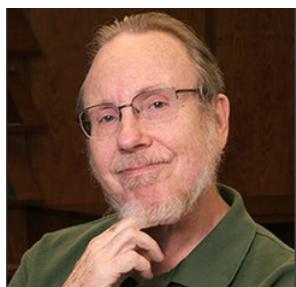
## 第五章 当代

大脑应该已经变得像互联网一样了
始于原子共振 / 173
神经可塑性及自由意志 / 175
神经科学家好比猎人和采集者 / 178
镜像神经元与超级计算机 / 181

\*\*\*\*\*

## 戴维·珀金斯博士(Dr. David Perkins)

### 作者简介:



**戴维·珀金斯博士(Dr. David Perkins)** 是哈佛大学教育研究生院的一位资深教授，也是“零点计划”的共同负责人（另一位是霍华德·加德纳）。所谓零点计划，是指该大学一个专门致力于研究理解性学习、思维和多元智能的一个教育研究小组。珀金斯还是一位国际知名的演说家和作家，主要著作有《聪明的学校：让每个孩子更有思想、更有学识》、《尤里卡效应：突破性思维的艺术与逻辑》。

有关作者更多信息，请查看下述网站：

<http://www.gse.harvard.edu/faculty/david-perkins>

中文书名：《智慧的学校：让每个孩子更有思想、更有学识》英文书名：SMART SCHOOLS: BETTER THINKING AND LEARNING FOR EVERY CHILD

作 者：David Perkins

出 版 社：Free Press

代理公司：Sanford J. Greenburger/ANA/Conor

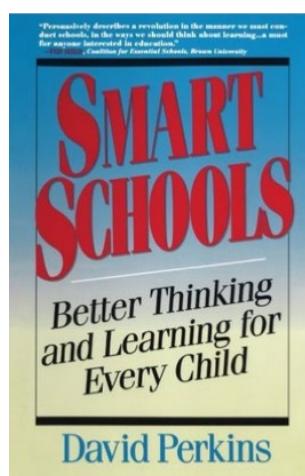
页 数：272 页

出版时间：1995 年

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：样书

类 型：教育研究





## 内容简介：

虽然已经有许多人对当今美国教育可悲现状进行争论，但令人吃惊的是，很少有人关注孩子们究竟是如何学会思考的。正如大卫·珀金斯所说的那样，我们不能简单地通过强迫或要求孩子死记硬背来解决教育问题。我们必须知道学生在学校里都学到了哪些类型的知识。在《智慧的学校》一书中，珀金斯用他超过 20 年的研究揭示了学生们试图理解一个主题时，通常所使用的错误方法，然后再告诉老师和家长们应该如何引导孩子提高理解力。

中文书名：《尤里卡效应：突破性思维的艺术与逻辑》

英文书名：THE EUREKA EFFECT: THE ART AND LOGIC OF BREAKTHROUGN THINKING

作 者：David Perkins

出 版 社：Free Press

代理公司：Sanford J. Greenburger/ANA/Conor

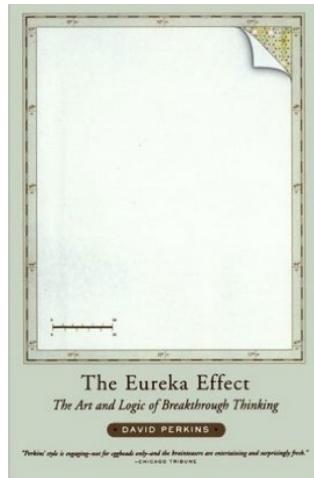
页 数：272 页

出版时间：1995 年

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：样书

类 型：心理



## 内容简介：

从阿基米德在洗澡时发现水的浮力，到爱因斯坦提出相对论，从布鲁内莱斯基发展透视图，到印象派发起的革命，从驯服火种到创造激光，“突破性思维”——一个突然的，看似莫名其妙的灵感降临——塑造了文明并使之发展。但自然也会发明，它通过进化的分水岭——如脊椎哺乳动物和原始陆地生物——达到了跨越性的飞跃。那么，突破性思维真的有用吗？人类的发明与生物进化的共同点是什么？大卫·珀金斯吸取了人工智能和认知心理学的丰富知识，提出了突破性思维是如何发生的这一独特的综合理论，配有几十个有趣的思维谜题和插图，让你可以考一考身边的人。

## 媒体评价：

“珀金斯的风格富有吸引力——并不是只给书呆子看——益智题充满了娱乐性，新鲜诱人。”

----《芝加哥论坛报》

“这个益智题的宝库测试你的勇气，磨练你的技巧，并照亮了人类解决问题的奥秘。”

----霍华德·加德纳，《纪律性思维》的作者



中文书名：《出类拔萃的 IQ：一门可习得智力的新兴科学》

英文书名：OUTSMARTING IQ: THE EMERGING SCIENCE OF LEARNABLE INTELLIGENCE

作 者：David Perkins

出 版 社：Free Press

代理公司：Sanford J. Greenburger/ANA/Conor

页 数：390 页

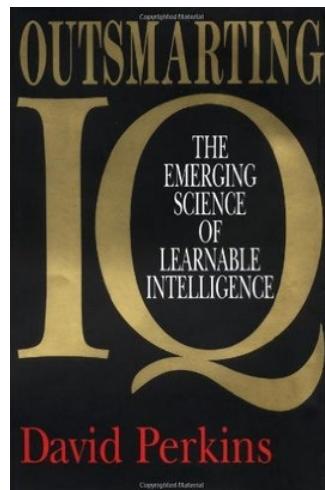
出版时间：1995 年

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：样书

类 型：心理

本书中文简体字版曾授权，版权归



中简本出版记录

书 名：《出类拔萃的 IQ：一门可习得智力的新兴科学》

作 者：(美) 大卫·珀金斯

出版社：华东师范大学出版社

译 者：王海舟，董献利，张霞译

出版年：2009 年

页 数：310 页

定 价：39.8 元

装 帧：平装



内容简介：

《出类拔萃的 IQ：一门可习得智力的新兴科学》主要讲述的是帕金斯分别从神经的、经验的和反省的智力这三个方面来阐述其真智力理论。神经智力指的是神经传递的速度和准确性，存在于人的神经系统的功能作用之中；经验智力指一般的和专业的知识与技能，强调领域特殊性知识对智力行为的作用；反省智力指对心理的管理和自我监控，涉及元认知方面的内容，强调完成不同智力任务时采取的策略、有益于思考的积极的态度以及进行自我监控和管理的习惯。智力的这三个方面是相互强化和相互补偿的协作关系。真智力理论强调遗传因素，重视智力中的反省成分以及智力的可传授性。

### 目录：

总序

望远镜和探索智力

致谢

第一部分 1 探索智力 2 心智苹果的落下 3 IQ 帝国 4 伟大的 IQ 名人烧 5 真智力

第二部分 尝试中的可习得智力 6 我周围人的思维究竟怎么了？7 智力矛盾 8 智力是可传授的 9 这场伟大的论战

第三部分 心智是由什么构成的 10 适宜的能力 11 绘制心境 12 这个地图有多重要 13 心智软件和千禧年

参考文献

索引



\*\*\*\*\*

中文书名：《好奇的我：如何激发对新事物及变化的渴望》

英文书名：CURIOSIME: HOW TO CREATE DESIRE FOR THE NEW AND CHANGE

德文书名：NEUGIER: SO SCHAFFEN SIE LUST AUF NEUES UND VERÄNDERUNG

作 者：Carl Naughton

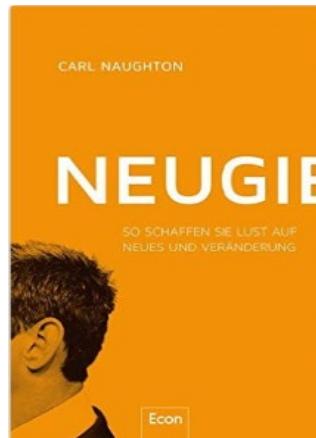
出 版 社：Ullstein Buchverlage GmbH

代理公司：ANA/ Susan Xia

页 数：256 页

出版时间：2016 年 2 月

类 型：大众心理



### 内容简介：

生物神经学家将好奇心视为联结我们的奖励机制的重要驱动力。我们的大脑渴望新鲜感。这种驱动力又是创造力的重要支柱。换句话说，没有好奇心，就没有创新。有些时候，企业更清楚这一点。

好奇的人所拥有的品质是在这个竞争激烈的社会应对剧烈变革的动力。所以积极有效地管理这些人是最好的办法。好奇心作为员工最为核心的素质，却常常不在人事和领导的考虑范围内。但这都是暂时的。卡尔·诺顿的这本书就是要改变这种状况。为什么这么说呢？比如，本书包括了 10 个用来测量工作好奇心的问题，被作者称之为 WORCS，2012 年于德国乌兹堡大学提出。这是唯一科学地计量工作好奇心的方法。WORCS 清楚地展示了对新观念保持开放态度的人更擅长学习，工作更认真并且适应力更强。这有力地反驳了“闭合需求”——让我们习惯于陈规陋习和教条主义，认为保持原样就是最简便、最符合我们需求的解决办法。这种偏见与我们的先天乐观结合在一起，导致了我们不仅坚信自以为是，还觉得自己的思维优人一等——总之肯定比平均水平高。最严重的结果，我们会高估自己的想法，感情和行为并将自己封闭起来，拒绝接受新事物和变化。

### 作者简介：



© Monika Werneke

卡尔·诺顿（Carl Naughton）拥有语言学和教育心理学博士学位。他是一名经验丰富的演员、高级讲师和演讲家，有超过 14 年的上镜经验。超过 4 万次曝光，80 多万观众。2003 年-2012 年间在德国科隆大学担任高级讲师。他的主攻方向是交流技巧——从专业化的角度研究人际信息转换和神经学习、教学和思考训练法。曾在 GermanZukunftsinstitut 发表关于好奇心的研究。



\*\*\*\*\*

中文书名：《心理之书：和自己玩的心理游戏》

英文书名：PSYCHOBOOK: Games, Tests, Questionnaires, Histories

作 者：Julian Rothenstein

出 版 社：Princeton Architectural Press

代理公司：ANA London/ANA/ Claire

页 数：192 页

出版时间：2016 年 9 月

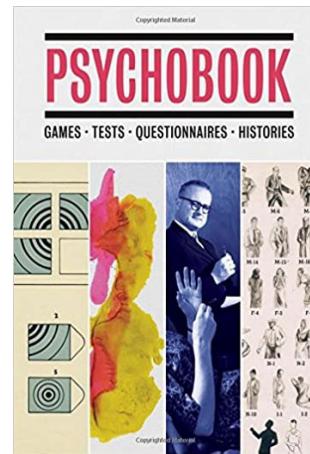
代理地区：中国大陆、台湾地区

审读资料：电子稿

类 型：大众心理

授权信息：简体中文版 2016 年授权，版权已回归

豆瓣链接：<https://book.douban.com/subject/27128609/>



中简本出版记录

书 名：心理之书：和自己玩的心理游戏

作 者：[英]朱利安·罗森斯坦

出版社：江苏凤凰文艺出版社

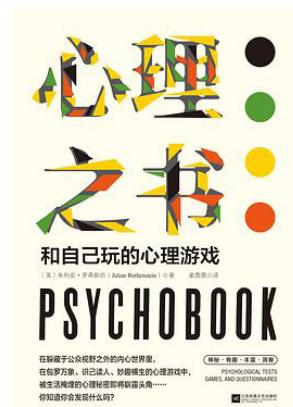
译 者：姜圆圆

出版年：2017 年

页 数：240 页

定 价：68 元

装 帧：精装



内容简介：

《心理之书：和自己玩的心理游戏》(PSYCHOBOOK)不仅会为你带来知识、快乐、喜悦，还会令你惊讶不已！这本书将为你打开一个长期以来一直躲藏在大众视线之外的神奇世界。你将从中看到一系列令人惊喜的心理测试与调查问卷，以及所有经常被生活掩埋的心理秘密。

作者以奇思妙想和俏皮的文字巧妙地打破专业人士的假设和严肃刻板的理论，为读者提供充满想象力、有趣而尖锐的心理游戏、问卷和测试，使读者一边进行多方面的自我检视，一边回顾心理测验的历史。其中不仅叙述人类对于“正常”的认知之发展、集结各项如游戏般有趣的测验，还附上了诙谐且发人深思的解释。既见证了学者们在人格研究中所展现的无穷创意，更重要的是，还能用一种了不起且有趣的方式来探索自己的心灵。相信从翻开它的那里一刻开始，你便会从中感受到蕴藏其中的魅力与喜悦。

作者简介：

朱利安·罗森斯坦 (Julian Rothenstein)，是一名从业超过 25 年的心理学家兼出版人。1986 年，作者建立了红石出版社 (Redstone Press)，以出版精美的盒装书和设计书见长。

**目录:****第一章 经典心理测验.....001**

洛温菲尔德拼图测验.....004

明尼苏达多项人格测验表（MMPI） .....006

宋迪投射测验.....010

气味想象测试.....012

麦克多利艺术测试.....015

儿童心理和智力测试工具箱.....018

看图说故事测试（MAPS） .....019

图画完成测试.....022

智力和知觉速度测试.....024

**第二章 墨迹测验.....033**

墨迹测验.....034

我朋友们的幽灵.....036

罗夏墨迹测验.....038

你看到了什么？那是什么意思？ .....046

**第三章 主题统觉测验（TAT） .....053**

主题统觉测验（TAT） .....056

**第四章 从情绪看个性：检查你的状态.....071**

共存量表.....072

故事测试.....083

感觉测试.....086

现代生活挫折测试.....092

**第五章 作家想象问卷调查.....099**

作家想象力调查问卷.....100

CB 认同问卷（CBIQ） .....102

让生活更美好的六种阅读类型.....104

日常生活罪恶感测试（EGT） .....109

性问卷.....111

“在错误的地方发生错误的事”测试.....116

可能性测试（a likely story） .....122

害羞问卷（TSQ） .....125

衍生自“教学笔记”的问题.....131

你有多愤怒？ .....133

梦意识调查（DAS） .....137

科技依赖指数（DDI） .....139

自我健全度检查（EHC） .....141

**第六章 深度测试.....145**

词语联想测试.....146

语句完成测试.....149



你会给你的自传起什么标题? .....151

颜色测试.....152

你像是哪一种乐器? .....155

### 第七章 人际关系测试.....157

家庭关系测试.....158

亲密关系测试.....160

### 第八章 图画完成测试.....165

房—树—人测试.....166

图画完成测试 1.....168

图画完成测试 2、3.....170

### 第九章 抽象画测验.....173

抽象画测验 (the abstract image test) .....174

\*\*\*\*\*

中文书名:《大脑中没有我》

英文书名: THERE IS NO I IN BRAIN

德文书名: Ich ist nicht Gehirn

作 者: Markus Gabriel

出 版 社: Ullstein

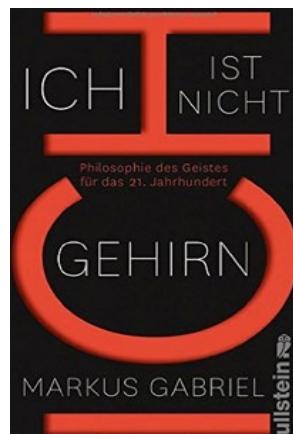
代理公司: ANA

页 数: 352 页

出版时间: 2015 年 11 月

代理地区: 中国大陆、台湾

类 型: 大众心理



#### 内容简介:

在过去的几十年里, 神经中心主义已经把自己塑造成了一种世界观, 其根基是: 我们要么就等同于我们的大脑本身, 要么我们充其量只是一种虚拟软件, 是大脑为了在残酷的宇宙中生存而持续抗争的产物。而马库斯·加百列则认为这种观点完全是误导, 因为它甚至丝毫不能解释人类生命形式的概貌。神经中心主义没法忽视我们。他围绕着自我、意识和自由对这种科学世界观提出了质疑, 并鼓励我们进行批判的自我反省——借助康德, 叔本华, 内格尔还有《神秘博士》、《行尸走肉》和《冰雪暴》的帮助。通过对神经中心主义的激烈抗辩, 马库斯·加百列为自由意志提出了新的辩护, 并向我们提供了一本哲学性自省的指南。



## 作者简介：



© Gerald von Foris

马库斯·加布里埃尔（**Markus Gabriel**）于 1980 年，在波恩、海德堡、里斯本和纽约学习。2009 年以后他曾担任波恩大学认识论与现代哲学的教授，也是那里的国际哲学中心的理事。他是葡萄牙里斯本大学、丹麦奥尔胡斯大学、美国加州大学伯克利分校等等的客座教授。他的国际首秀《这个世界为何不存在》一书畅销 11 个国家和地区。

\*\*\*\*\*

中文书名：《你是什么类型》

英文书名：WHAT'S YOUR TYPE

作 者：Merve Emre

出 版 社：HarperCollins

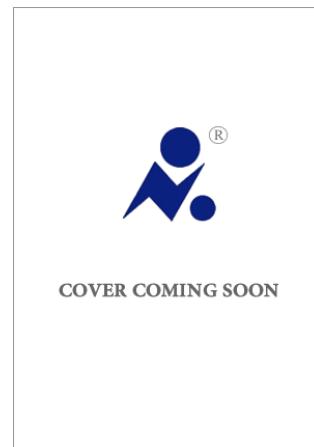
代理公司：McCormick Literary/ANA/Susan

出版时间：2017 年秋

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子大纲

类 型：大众心理



## 内容简介：

当你阅读本书时，你或许会想起自己是 ENTP 型？ISFJ 型？——在此之前，你可能经历过几次迈耶斯·布里格斯个性评估。但是，关于这项评估的本身你又了解多少呢？

迈耶斯·布里格斯个性评估法虽然是全球普及度最高的个性测试，但却拥有一段鲜为人知的秘密历史。迈耶斯·布里格斯个性评估法是由一对美国母女——凯瑟琳·布里格斯（Katharine Briggs）和伊莎贝尔·布里格斯（Isabel Briggs）于 20 世纪初研发的，二人都未接受过精神病学或者精神分析学的专业训练，也没有任何的资格认证。母女二人是卡尔·荣格（Carl Jung）虔诚的追随者，尤其认同《性格类型理论》（*Psychological Types*）一书中提及的内容，她们创立这种测试法的初衷是期望运用人格科学培养孩子。多年以来，她们的个性测试法作为一种社交工程学工具被广泛应用，帮助雇员找到合适的职位或者帮助人们找到合适的伴侣组建家庭：佛罗里达州的盖恩斯维尔迈耶斯·布里格斯基金会可进行在线考试，费用为 150 美元，为期一周的资格培训收费 1700 美元。

梅尔韦·埃姆雷（Merve Emre）在最近为客网（Digg）撰写的一篇文章中透漏，她参加了基金会总部举办的资格认证。她的文章带来了上万次的浏览量，并有千人参与了即时聊天。梅尔韦的创作目的并不是让基金会难堪或者曝光测试骗局，而是批判性地审视迈耶斯·布里格斯个性评估法，通过这种评估法我们可以分析自身的性格，了解自己并解释我们的众多选择的根本原因。



## 作者简介：

**梅尔韦·埃姆雷（Merve Emre）：**第一次了解到迈耶斯·布里格斯个性类型测量表（Myers-Briggs Type Indicator）的存在时，梅尔韦还在贝恩资本（Bain Capital）担任管理顾问，从事这份工作之前，她获得了耶鲁大学颁发的英国文学博士学位。梅尔韦目前在麦吉尔大学担任英文助理教授一职。其作品曾刊登于《N+I》、《最新调查》（New Inquiry）和担任名义编辑的《洛杉矶图书评论》（LARB）。

\*\*\*\*\*

**中文书名：《人性的善与恶》**

**英文书名：Good for Nothing: Understanding the Best and Worst of Human Nature**

**作    者：**Abigail Marsh

**出  版  社：**Little, Brown

**代理公司：**PFD / ANA

**页    数：**待定

**出版时间：**2017 年秋

**代理地区：**中国大陆、台湾

**审读资料：**写作大纲

**类    型：**大众心理



## 内容简介：

在安吉拉·达科沃斯的《勇气》和苏珊·凯因的《安静》里都提到了一种绝妙的“大点子书”，它探索了人类行为的频谱，涉及从精神疾病到极度同情，以及其间的种种；由世界最著名的利他主义研究者所著。

如果人生性本善，为什么我们会犯下极端的暴行？如果生来为恶，为什么我们不惜牺牲自己来帮助他人？是什么促使人们去帮助或伤害他人？

20岁的阿比盖尔·马什曾经历一场车祸，她的车在半夜的高速公路上突然失控打转然后停在了快车道上。就在确信自己马上就要死了的时候，她震惊地看到一个陌生人在和暗中穿越几道飞速的车流，来帮助她脱困。这个人冒着生命危险来救她，而她从未知晓他的名字。

这次经历促使马什去探究人的极善和极恶行为。现在她成为了乔治敦大学的社会神经学专家，深入研究了人类中最优秀和最糟糕的大脑——从生来为人恐惧和隔离的儿童人格变态患者到成年的利他主义者——一种像陌生人展现善意的“反变态人格”。她的突破性发现指出了一种新的、比主流观点更加乐观的可能性，将人们的注意力从对心理变态和邪恶的关注转移到了对利他主义和同情心的关注上，通过研究善良的人来深入探索人类的大脑和行为。

在《人性的善与恶》一书中，马什探索了人类行善的能力，在临幊上建立了对人类大脑中天性的同情、利他和好斗性的前沿研究，带领我们更加深入地了解人类的本性。



作者简介：



阿比盖尔·马什（**Abigail Marsh**）是乔治城大学心理学副教授。她拥有哈佛社会心理学博士学位并完成了美国国家心理卫生研究所认知神经科学博士后训练课程。十多年来她一直致力于行为与大脑研究，试图理解人们对他人感受、为什么我们会关心其他人的福祉以及从暴力行为到舍生取义的种种恶行和善行的内在动力。

目录：

- 第一章. 拯救
- 第二章. 英雄和反英雄
- 第三章. 心理变态的大脑
- 第四章. 弧线的另一面
- 第五章. 是什么造就了利他主义？
- 第六章. 人情味
- 第七章. 困难的问题
- 第八章. 我们能更好吗？

\*\*\*\*\*

中文书名：《忆见未来：记忆如何影响你的一生》

英文书名：OUR INGENIOUS MEMORY

德文书名：DAS GENIALE GEDÄCHTNIS

作 者：Hannah Monyer and Martin Gessmann

出 版 社：Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH

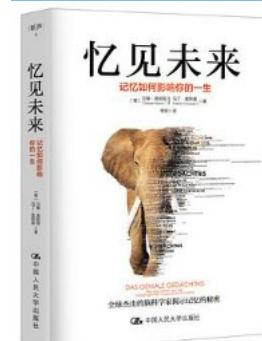
代理公司：ANA/Susan Xia

出版日期：2017年5月

页 数：256页

类 型：科普

中文简体字版曾授权，版权已回归



中简本出版记录

书 名：《忆见未来：记忆如何影响你的一生》

作 者：(德) 汉娜·莫耶 / (德) 马丁·盖斯曼

出版社：中国人民大学出版社

出版年：2017年8月

页 数：251页

定 价：49元

装 帧：精装

内容简介：

本书是认知领域的重磅作品。全球著名脑科学家、莱布尼茨奖获得者汉娜·莫妮耶在本书中提出的重要洞见是：记忆不是档案室，而是个导航系统——可以回溯过去，更重要的是带领我们去我们想去的地方。



书中对记忆革命、梦中训练、超级记忆等极具吸引力的主题进行了深入探讨，阅读本书，你能真正认识记忆，创造更好的人生！

本书是认知领域的重磅作品。世界一流的脑科学家在本书中提出全新观点：记忆并不是简单地储存我们过往的经历，而是一个精妙的系统，决定了我们的行为，我们如何学习，以及我们是谁，最终影响了我们的未来。

记忆是怎么勾画未来蓝图的？

我们如何成为我们想成为的人？

为什么童年和初恋的记忆会特别深刻？

如何利用睡眠和梦境进行学习？

本书帮助你对自己的记忆有更深刻的认识，更加积极地面对过去、创造未来！

### 作者简介：

**汉娜·莫耶(Hannah Monyer)** 全球最杰出的脑科学家之一。1957年生于罗马尼亚，曾在曼海姆大学和斯坦福大学任教。1994年以来，她在海德堡大学担任教授。2004年，她获得德国最重要的科研奖项——莱布尼兹奖。

**马丁·盖斯曼(Martin Gessmann)**哲学家，主要研究当代文化。生于1962年。2010年，他出任海德堡大学哲学教授，同时还在具有180多年历史的奥芬巴赫设计学院担任美学和文化理论教授。

### 目录：

引言

第1章 记忆革命

规划未来的记忆为何总是处在事件之前？

第2章 睡觉时做梦和学习

我们如何成为我们想成为的样子？

第3章 高效的梦

根本不需动手指就在进行训练

第4章 想象和虚假回忆

我们的记忆会坦率地欺骗我们吗？

第5章 情感的记忆

为什么我们对童年和初恋的回忆那么美好，而又久久不能忘记咬过我们的狗呢？

第6章 记忆和变老

遗忘是人性的，并助我们前行

第7章 集体记忆

大脑的联网以及为什么我们所有人都知道小红帽

第8章 人类大脑工程

将来记忆可以上传吗？

结语 精巧的记忆在未来将如何？



\*\*\*\*\*

## 托马斯·阿姆斯特朗 (Thomas Armstrong) 发展与心理学作品推荐

### 作者简介：



托马斯·阿姆斯特朗 (Thomas Armstrong)，博士，著名作家、演说家、学习和人类发展领域的领军人物。他生活在加利福尼亚州北部。二十五年来，一直从事写作、演讲等方面的工作，并长期关注人类学习和生长的多样性。

他曾经是研究智能学习障碍方面的专家，但社会对于智障儿童的偏见让他一度心灰意冷。托马斯认为每一个人都值得尊重，每一个学习者都有其独特的价值。他在《神经多样化的力量》(THE POWER OF NEURODIVERSITY)一书中关注了课堂上学生的特殊能力，这些能力通常被错误地认为是智力方面存在问题。在《人生之旅：12个关键期》(THE HUMAN ODYSSEY: Navigating the Twelve Stages of Life)一书中，他则全面关注了人生发展整个阶段，并提出了著名的12关键期理论。

想要了解关于托马斯·阿姆斯特朗的更多信息，请关注他的个人网站：

[www.ThomasArmstrong.com](http://www.ThomasArmstrong.com)

中文书名：《与众不同的大脑》

英文书名：THE POWER OF NEURODIVERSITY

作 者：Thomas Armstrong

出 版 社：Da Capo Lifelong Books

代理公司：Joelle/ANA/Lauren Li

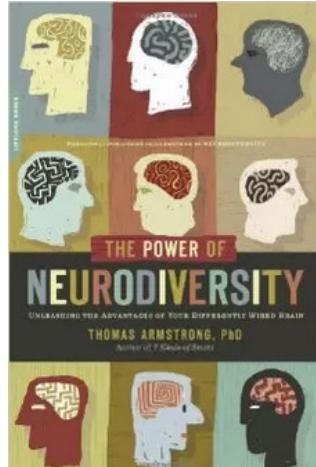
出版时间：2011年10月

代理地区：中国大陆、台湾

页 数：288页

审读资料：电子稿

类 型：亲子育儿/大众心理



### 内容简介：

如果社会文化以我们目前看待人类差异的方式来对待花，这个世界会是什么样子。不是欣赏每朵花独特的美，而是将它们分类：玫瑰是“正常的”，向日葵“太大”，蓝花草(Bluet)“生长不良”，而马蹄莲有“花瓣缺失症”。我的老师也用花做过类似的比喻——她把每个孩子都看作有无穷潜力的花骨朵儿，只要经过正确的支持和培育，就会开出各自独特而美丽的花朵。

多动症、阅读障碍症、自闭症……五十多年来，这些被美国精神病学会记录在案的疾病正以三倍的速度增长。这么多人受此类问题的困扰，是时候重新审视我们对这类问题的看法和认识了。畅销书作家、心理学家、教育学就托马斯·阿姆斯特朗 (Thomas Armstrong) 的这



本《与众不同的大脑》(THE POWER OF NEURODIVERSITY)重新解读了什么是神经心理障碍，让我们眼前一亮。阿姆斯特朗博士认为如果他们只是人类大脑多样性的一部分，那么就不能简单地认为他们患了疾病。他还分析了这些所谓的“精神疾病”在进化上的优点、他们的特殊才华等其他积极方面的内容。

《与众不同的大脑》这本书对所谓的“精神疾病”有一种全新的、与众不同的看法。父母们、老师们以及有着“不同大脑”的人们都可以读一读这本书。

中文书名：《自由发展：让孩子获得只属于自己的学习方式》

英文书名：IN THEIR OWN WAY： Discovering and Encouraging

Your Child's Personal Learning Style

作 者：Thomas Armstrong

出 版 社：Tarcher

代理公司：Joelle/ANA/Lauren Li

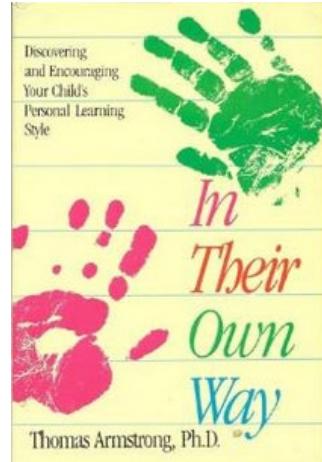
出版时间：2000 年

代理地区：中国大陆、台湾

页 数：308 页

审读资料：电子稿

类 型：亲子育儿/儿童心理



### 内容简介：

你的孩子是不是也有自己最喜欢的科目、活动或兴趣爱好？

孩子的学习能力非凡，他们有非常多独特的学习方式。在本书中，教育专家托马斯·阿姆斯特朗为成千上万的家长和老师展示了如何发现孩子与众不同之处，并发展孩子适合自己的独特的创造性学习方式。

在这本有关多元智能发展的经典作品中，阿姆斯特朗重新解释了让孩子思维得到迅速发展的8种方式（或说是8种多元智能发展）。虽然每个人都具备这8种只能，但阿姆斯特朗将告诉你如何发掘并培养孩子的优势智能。

如果孩子在学校中被定义为“后进生”，“毫无动力的”甚至被称作是“学习障碍者”，这本书将告诉你，这些看似被广泛接受的理论事实上并不正确，它所能做的，仅仅是干扰孩子的自信，磨灭孩子本身具有的长项智能，放任这些所谓的“学习疾病”的发展。阿姆斯特朗认为，这些被过低评价的孩子，反而是具备与众不同的特质，却没有人可以引导、发现他们的优势。在本书中，作者会指导我们如何根据不同孩子的不同特质，提供最有效的引导以及帮助。



\*\*\*\*\*

中文书名：《精神病也幸福》

英文书名：THE HAPPINESS OF BEING NEUROTIC

法文书名：LE BONHEUR D'ETRE NEVROSE

作 者：Dominique Drillon

出 版 社：L'Archipel

代理公司：ANA/Anna Dai

出版时间：2008 年

代理地区：中国大陆、台湾

页 数：312 页

审读资料：法文电子稿

类 型：大众心理



#### 内容简介：

“精神病”与“幸福”——听起来是不是风马牛不相及的两个词汇？在我们的日常生活中，精神疾病总是与“挫折”、“失落”、“受伤害”相关联。然而这本书以一种轻松幽默的口吻告诉你：只要改变一点点看待生活角度、理解现实的态度，你的整个人生就会焕然一新。

对于日常生活中的很多事件，我们或许没有过多地意识到，但是它们却不断使我们的精神变得脆弱混乱，产生诸如焦虑、恐惧、饮食紊乱、歇斯底里或自暴自弃等思维和行为。但是，你有没有想过，我们从这些充满负面能量的思维和行为中，竟然是可以获益的！

#### 如何去做？驯化它们！

你能否控制住你的强迫症？如何让一个偏执狂变成一个周全的专业人士？究竟处于何种状态下，你需要精神医师的帮助？精神疾病究竟需要心理治疗还是药物治疗？

本书作者多米尼克·德里永（Dominique Drillon）通过大量举例说明与研究成果证明，重新检视精神治疗之根本，并为读者提供了一种解读精神疾病的另一种视角。阅读这本书，可以让读者获得一套系统的自检方法，了解自己心理运作的方式，并对自己有更深度的了解。

#### 作者简介：

多米尼克·德里永（Dominique Drillon）是蒙彼利埃高等商学院组织管理学院（Management of Organizations）副教授，并为多为高层管理人员和顶尖运动员做顾问工作。他的研究领域包括人类资源，职业质量，可持续发展等等。此外，德里永还创建了精神分析及管理协会（Psychoanalysis and Management Institute），并任主席。



\*\*\*\*\*

中文书名：《社会型大脑》

英文书名：THE SOCIAL BRAIN

作 者：Richard Crisp

出 版 社：Robinson

代理公司：Northbank /ANA/Conor

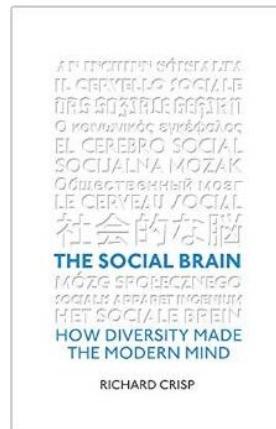
页 数：256 页

出版时间：2015 年 11 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



#### 内容简介：

冲突是由人性天生的敌意引发的吗？促进和平共处的努力注定要失败吗？人类历史的故事注定要造成文明的冲突吗？

关于这些问题的争辩涉及了多样性、移民和多元文化。《社会型大脑》(*The Social Brain*)为读者提供了一个全新的心理学视角来审视这场辩论。本书认为多样性对于我们作为一个物种的生存是至关重要的；它令我们接触不同的文化，其基本要素为我们的创造力、创新能力成长提供了燃料。本书还认为多样性是我们文化进化的关键，是帮助我们解决最紧迫的社会、政治和经济问题的必要条件。

《社会型大脑》(*The Social Brain*)将现代人类社会的起源和人类社会的进化联系在一起，并提供了一个全新的视角让读者们了解我们该如何利用自身的创造力和创新能力。

#### 作者简介：

**理查德·克里斯普 (Richard Crisp)**：著有多篇学术文章，荣获过多次业内最高荣誉奖项，是英国最具活力的、与众不同的、杰出的行为科学家。理查德的科学贡献为社会是如何塑造我们的行为、信仰、态度和价值观提供了新的视角。他还写过几部作品，其中包括入门教材《基本社会心理学》(*Essential Social Psychology*)，此外还担任《应用社会心理学杂志》(*Journal of Applied Social Psychology*) 的主编。



\*\*\*\*\*

中文书名：《未知的驱动力》

英文书名：NONSENSE: The Power of Not Knowing

作 者：Jamie Holmes

出 版 社：Crown

代理公司：Fletcher/ANA/Lauren

出版时间：2015年10月

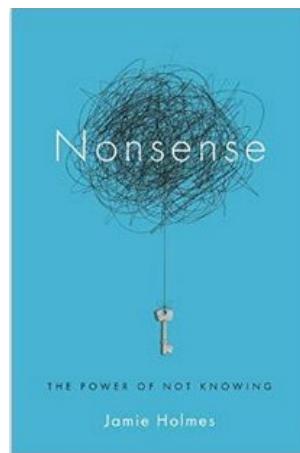
代理地区：中国大陆、台湾

页 数：约9.4万字

审读资料：电子稿

类 型：大众社科

·台湾繁体字版权五位数授权！



### 内容简介：

事物的不确定性也有着令人吃惊的好处和魅力。

它可以激发我们学习的兴趣、提高我们的创造力，甚至能让我们变得更加执着。

我们的生活正面临着前所未有的压力与迷茫。我们赶上了政治、经济持续动荡时期，我们被各种各样的信息轰炸着，而大多时候这些信息都是彼此矛盾的。我们的工作、我们的爱情、我们的日常生活都充满着不确定性，快速适应变成了我们必要的生活技能。

当我们觉得无所适从的时候，我们该怎么办呢？

在《无知无畏》(NONSENSE) 这本书中，杰米·福尔摩斯向大家展示了我们该如何应对不确定性，以及在迷茫时，怎样做才能让事情变得更好。不确定总让人觉得不安，因此我们一直在追求意义与稳定，特别是在压力巨大的环境中，这种感觉尤为明显。我们总是条件反射地想要去迅速地解决矛盾，把那些异常的现象消灭在萌芽状态。但是我们这样做其实让我们失去了学习新东西、解决新难题、从另一个角度看世界的机会。在过去的几年里，社会心理学以及认知科学领域的发现加深了我们对不确定性的认识。杰米·福尔摩斯也第一次将这些研究成果应用到我们日常生活中，告诉我们如何将不确定性变成我们的优势。从间谍游戏和世界末日教到伏特加的广告活动和疯狂填词游戏的发明，《无知无畏》这本书中有许多这类有趣的故事。我们可以将这些方法应用到商业经营、子女教育上去，此外，在做一些重要决定时，这些方法也有非常重要的作用。

在这个复杂的世界里，未来充满了不确定性，事实也证明IQ、毅力、自信这些我们耳熟能详的东西并不是成功的关键因素。真正重要的是我们如何应对那些我们还未理解的东西。

### 目录节选：第一章：意义的构建

#### 1. 解决问题的思想

意义构建是如何运行的

#### 2. 隐藏着的“A”们

意义构建的秘密



## 第二章：如何应对不确定性

3. 震动与怪异
- 紧急情况下的问题
4. 德克萨斯州的五十日
- 为什么真实的意图会被误解
5. 被过度测试的美国
- 如何抵制这一趋势
6. 边缘的麻烦
- 无知策略

## 第三章：拥抱不确定性

7. 建构一个更好的杜卡迪
- 好好利用不确定性
8. 人类之谜
- 到哪里去寻找那些尘封的答案
9. 矛盾的艺术
- 多样性带给了我们什么

\*\*\*\*\*

中文书名：《你就要很独特：牛津大学人气哲学教授人格魅力养成课》

英文书名：**MIRROR, MIRROR: THE USES AND ABUSES OF SELF-LOVE**

作    者：**Simon Blackburn**

出版社：**Princeton University Press**

代理公司：**FBA/ANA/Lauren Li**

出版时间：**2014年3月**

代理地区：**中国大陆、台湾**

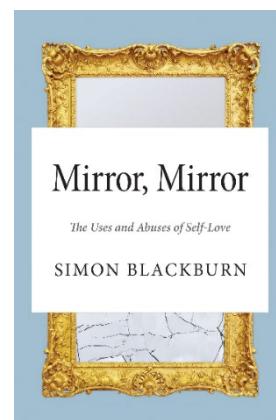
页    数：**248页**

审读资料：**电子稿**

类    型：**励志**

版权已授：**2017年授权江苏凤凰文艺出版社，版权已回归**

**豆瓣书讯：**<https://book.douban.com/subject/26924263/>



### 中简本出版记录

书    名：**《你就要很独特：牛津大学人气哲学教授人格魅力养成课》**

作    者：**(英)西蒙·布莱克本**

出版社：**江苏凤凰文艺出版社**

译    者：**陈拔萃**

出版年：**2017年1月**

页    数：**272页**

定    价：**38元**

装    帧：**平装**





【全球 50 位健在哲学家 TOP3，殿堂级哲学家、评论家西蒙·布莱克本全新力作】

【你不用模仿任何人，也不用向谁低头，当你心智成熟时，自有独特力量】

【一本非常通俗又很有深度的心理作品：在别人浮夸时，给自己的成长来点儿实在的！】

【平衡自恋与自卑的心力，戒除幼稚可笑的行为】

### 内容简介：

本书是对自我内在成长的一次清晰的心理探索，涉及对诸如自豪、自尊、虚荣、自大、羞耻、自谦、尴尬、怨恨等情绪和情感的透析，充满了谨慎分析和敏锐的洞察力，内容流畅，结论精准可靠。

身为牛津大学、剑桥大学著名教授，西蒙·布莱克本（Simon Blackburn）根植于扎实的哲学和心理学知识，深入浅出，用犀利的批判，揭穿了这个虚浮世界中的种种虚假美好，打破了时下人们虚幻的自我认知，帮助人们更清晰地认识自己的内心世界，进而实现真正的成长。

从令人迷惘的虚荣、脆弱、自恋和自卑，到给人平静和力量的自信、自尊和自爱，这中间隔着一光年的黑暗距离，而要跨越这距离，只需要读完这本书。

给自己的成长，来点实在的！

### 作者简介：



西蒙·布莱克本（Simon Blackburn, 1944-），英国哲学家、学者、评论家，美国教育界称他为“当世 50 位殿堂级哲学家 TOP3”，曾任职于牛津大学、剑桥大学、北卡罗来纳大学等校。2002 年当选英国科学院成员；2008 年提名美国人和科学研究员荣誉成员；2009-2010 年，担任亚里士多德协会的主席；2011 年以剑桥大学哲学教授身份退休，被誉为“英语世界最杰出的哲学家之一”。

已出版畅销书包括《思考：引人入胜的哲学入门》（*Think: A Compelling Introduction to Philosophy*）、《我们时代的伦理学》（*Ethics: A Very Short Introduction*）。此外，他还参编了《牛津哲学词典》（*Oxford dictionary of Philosophy*）。

### 媒体评价：

“布莱克本对自恋和自我意识问题的讨论非常引人入胜、有可读性，而且发人深省。”

——菲利普·T·扬思，《心理学评论》

“从那耳克索斯的神话出发，布莱克本探讨了虚荣、傲慢和自爱，具有很深的洞察力。”

——玛丽娜·耶纳，《泰晤士报文学副刊》

“这是一本篇幅短小却令人放松的书，主要写给受过一定教育的外行人看的……看它的时候，就像晚饭后，坐在一张舒服的椅子上，听我们的朋友布莱克本将藏在政治或社会历史背后的道德——我们欠别人的与我们想要的——向我们娓娓道来……他的文风清晰、朴素。”

——琼·阿科切拉，《纽约客》



“一种清晰、优美的对自我意识的哲学探索……本书非常精彩，充满了某种谨慎分析和敏锐的洞察力。布莱克本不仅仅是一位可靠的、非常博学的讲述者，而且对边注和确凿的细节非常警惕，从而使这个有时布满灰尘的学科散发出新的光芒。”

——夏希达·巴里，《泰晤士报高等教育副刊》

“从文学、心理学和哲学文本角度，布莱克本考察了由一个人真正的成就所产生的健康的自尊和自豪感可能陷入虚荣、嫉妒和傲慢的方式。这样一来，他不仅把矛头指向了最富足的 1%，而且指向了所有人的愚蠢。”

——道森·汉娜，《展望》

\*\*\*\*\*

中文书名：《设身处地：移情作用的经验与限制》

英文书名：IN YOUR SHOES: The Lessons and Limits of Empathy

作 者：Cris Beam

出 版 社：Houghton Mifflin Harcourt

代理公司：McCormick & Williams/ANA/Susan

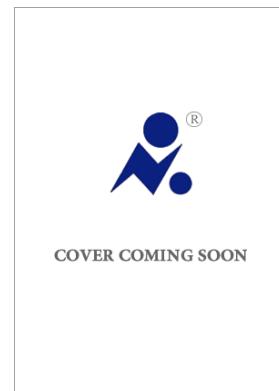
页 数：待定

出版时间：2016 年

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子大纲

类 型：大众心理



#### 内容简介：

作品《设身处地》(IN YOUR SHOES) 从全新的角度——儿童的发展、科学、教育、刑事司法体系探讨了移情作用，作者讨论了移情作用的真实面貌、研究了可以从中学到的东西以及它对于我们所有人而言究竟具有怎样的意义。

根据神经系统科学、社会科学和心理分析的最新研究成果，作品《设身处地》(IN YOUR SHOES) 将探讨移情作用是否可以通过遗传或者传授获得。如果可以的话，反社会者和心理病态性格是否也可以被人教授而成？那么，那些在童年时代受到忽视和虐待的受害者又会怎么样呢？本书从个体经历引申到各种制度，同感心在我们的刑事司法系统和社会福利系统制度化的过程中又有什么样的意义呢？最重要的是，同感心是否能够尽早地播种在儿童心中从而避免社会犯罪？

#### 作者简介：

克丽丝·比姆 (Cris Beam)：著有《六月末：美国寄养家庭的私密生活》(TO THE END OF JUNE: The Intimate Life of American Foster Care)，该书于 2013 年由霍顿米夫林哈考特出版社出版，并于 2013 年入围了《纽约时报》(New York Times) 优秀读物。除此之外，克丽丝还于 2007 年出版了《透明：爱、家庭、与跨性别少年同住》(TRANSPARENT: Love, Family And Living the T With Transgender Teenagers)，并撰写了 2011 年由 Little, Brown 出版社出版的青少年小说《我是 J》(I AM J) 以及回忆录《母亲，陌生人》(MOTHER, STRANGER)。克丽丝还在哥伦比亚大学和纽约大学担任创意写作教授。

180



\*\*\*\*\*

中文书名：《危险信号：如何识别你生活中那些亦敌亦友、背后小人和有害人物》

英文书名：RED FLAGS: How to Spot Frenemies, Underminers, and Toxic People in Every Part of Your Life

作 者：Wendy L. Patrick

出 版 社：St. Martin's Press

代理公司：ANA/Conor

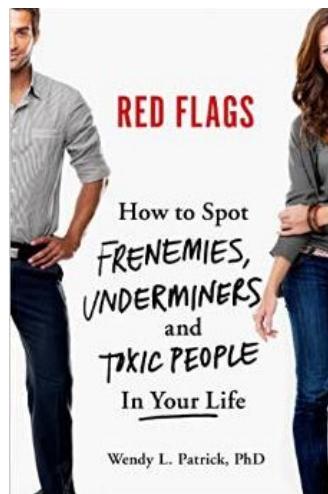
页 数：320 页

出版时间：2015 年 2 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



### 内容简介：

我们都需要情绪眼罩：保持社会平稳运作的利益依赖于此。但是，当你必须要依赖于他人时，你必须要能够客观地评价他们。《危险信号》中为大家分享了一些简单的策略，任何人都可以通过这些策略来察觉欺骗或是那些使用逢迎手段和社会习俗来拉拢和麻痹受害人的极度危险人物。

即使是那些总用乐观态度看待周围的读者们，在这本书中也会学到：

—被欲望蒙蔽——从迷惑人眼的吸引力和积极态度到对婚姻“幸福”的盲目和失真妄想  
—用专业视角纵览危险信号——令人放松警惕的接近和虚假的安全感会导致代价高昂的错误  
—对看不到的保持恐惧——情绪眼罩会让人无法察觉身边的真正不安 / 犯罪，从性侵犯到家庭暴力，跟踪和网络人肉

读者们将学会如何：

- 避免选择性忽视
- 学会日久见人心（坏人依赖第一印象）
- 提出问题：大多数人最喜欢的话题是自己
- 网络侦查核实信息并关注矛盾之处

你需要这本书，如果你：

- 想知道未来男朋友是否值得信赖
- 面试或雇用新员工
- 为孩子选择个好保姆
- 把自己的钱财和物品出借给可靠的人
- 和谁成为业务伙伴

### 作者简介：

温蒂·L·帕特里克（Wendy L. Patrick）是圣地亚哥地方检察官办公室性犯罪和跟踪骚扰部的领队以及副地方检察官。她是全加州地方检察官协会性暴力抓捕协会和人口贩卖委员会的联合主席。Patrick 是《读书人》（Reading People）修订版的共同作者。

181



\*\*\*\*\*

中文书名：《奇妙的心灵：儿童认知研究的新发现》

英文书名：*Marvelous Minds: The Discovery of What Children Know*

作 者：Michael Siegal

出 版 社：Oxford University Press

代理公司：ANA

页 数：200 页

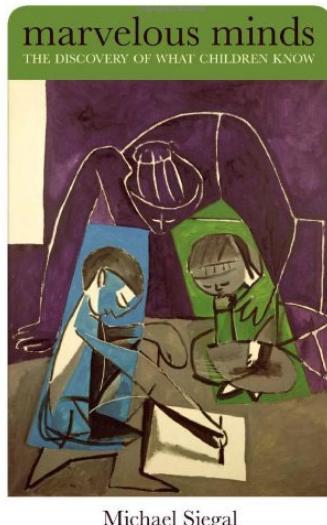
出版时间：2008 年 4 月

代理地区：中国大陆

审读资料：电子稿

类 型：心理学

**此书中文简体字版曾授权，版权已回归**



### 内容简介：

《奇妙的心灵:儿童认知研究的新发现》基于不同文化背景下的广泛研究,对传统研究方法提出质疑,借助新颖而富有创见的新方法,给我们展示了儿童已经具有和能够具有的知识。儿童天生就对外界和自身有着浓厚的好奇心。但是,儿童认知的发展有什么性质和特点,儿童发展心理学家对此颇有争议。《奇妙的心灵:儿童认知研究的新发现》探讨的专题包括:儿童对他人心理的理解特别是儿童“心理理论”的研究和发现;儿童在天文和地理、食物和卫生、生命和死亡、数和算术等知识领域的认知研究;自闭症、语言包括聋童的哑语以及注意的脑机制等研究和成果。

《奇妙的心灵:儿童认知研究的新发现》由世界著名发展心理学家撰写,对儿童心理及我们怎样更好地理解儿童进行了细致而深刻的探讨,引人入胜。

### 作者简介：

迈克尔·西戈 (Michael Siegal) 博士, 英国谢菲尔德大学心理学系教授, 意大利特列斯特大学玛丽·居里夫人讲席教授, 美国、加拿大、澳大利亚等多所大学兼职教授。西戈教授常年研究正常儿童和特殊儿童(尤其是聋童和自闭症儿童)的语言和推理方面的发展。他的研究还延伸到成人脑损伤患者对数学和科学的理解。西格教授已有 150 多种研究成果发表。他是《英国发展心理学》杂志的副主编,《儿童发展》、《发展心理学》、《发展科学》及《认知科学潮流》等杂志编委。西戈教授休闲时喜爱烹饪、骑车、读书和旅行。

### 媒体评价：

“迈克尔·西戈的这本专著, 力图分析儿童在天文地理、医学、生物学和 数等各种领域的知识是如何发展的。同时, 他强调儿童如何通过与人交流而培育上的巨大差异。那些想从全球视角来研究认知发展的学生和研究者, 在你们的行囊中放进这样一本充满挑战和希望的书, 定会获益匪浅。”

----保罗·哈里斯, 美国哈佛大学教授



“迈克尔·西戈在书中向其他研究者提出了心理挑战，他指出儿童具有健全而奇妙的认知能力，但先前的实证研究低估了它。相信富有创意的研究成果会给每位读者留下深刻印象，带来乐趣。”

----苏咏芝博士，新加坡国立大学

“‘懂’的蓝图，即儿童怎样理解他周围的世界——无论是社会的还是自然的，内在的还是外在的。西戈教授仔细分析了过去五十年来积累的大量科学数据，给我们揭示出富有理解力的幼儿在天文学、数学、生物学、心理学及其他许多学科领域所具有的知识，而这些知识在以前通常被视为儿童在其发展晚期才能获得。您无法拒绝西戈教授的观点：幼儿具有奇妙的心灵。

----李康博士加拿大多伦多大学儿童研究所所长、教授浙江师范大学客座教授

\*\*\*\*\*

中文书名：《安静的力量：内在的富裕》

英文书名：*The Power of Silence: The Riches That Lie Within*

作 者：Graham Turner

出 版 社：Bloomsbury Publishing PLC

代理公司：ANA

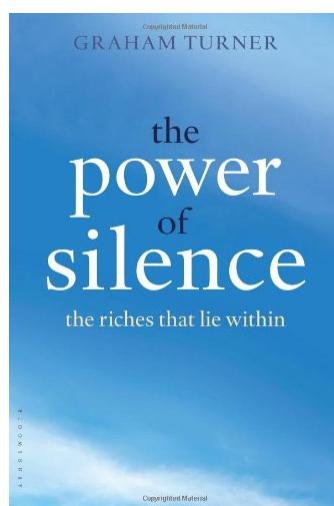
页 数：254 页

出版时间：2013 年 3 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



#### 内容简介：

许多人觉得，安静这个概念叫人不舒服，甚至会令人担忧或令人难堪。他们被某种心灵的广场恐惧症紧握着。很多人消除安静的办法，就是调高音乐或电视节目的音量，或是让他们的日子过得闹腾起来。

《安静的力量：内在的富裕》一书探索了安静的世界（一个神秘莫测的王国，也许是所有资源中最为人忽视的一种），也探索了那些看到安静的价值的人。作者对那些从事安静工作的人，还有理解安静的创造性、治疗性用途的人，进行了大量访谈，本书便是在此基础之上写就的。

格雷姆·特纳探索了“沙漠教父”寻找安静和孤寂的方法。心理治疗师和音乐作曲家——后者需要安静可能有点惊人——谈论安静在他们的工作实践中何创造性价值。作者还研究了天主教著名的沉思中心，以及禅宗和其他试图治愈心灵疾苦的从业者。

安静，是平静和反思（有时反思的对象超乎人类自身）的时刻。欢迎安静的价值，在现代人的意识中变成了一个巨大的空隙，此书试图恢复我们对平静的力量的信念。



## 作者简介：

**格雷姆·特纳(Graham Turner)** 在牛津获得了一级学位之后，便为《苏格兰人报》和《周日时报》工作。随后成为全国知名的英国广播公司第一经济通讯记者。之后，他为《每日电讯报》和《周日电讯报》工作，为国内大事写特别报道。特纳现居牛津。

\*\*\*\*\*

中文书名：《心理语言学历史：前乔姆斯基时期》

英文书名：A History of Psycholinguistics: The Pre-Chomskyan Era

作 者：Willem Levelt

出 版 社：Oxford University Press

代理公司：ANA

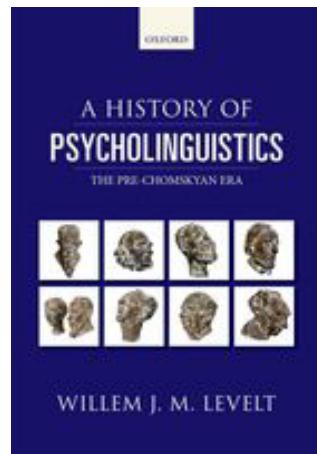
页 数：672 页

出版时间：2012 年 10 月

代理地区：中国大陆

审读资料：电子稿

类 型：心理学



## 内容简介：

- 描述了多个学科共同的“根源”，关注不同学科的读者有选择地阅读相关章节。
- 探索了大脑和语言的研究史，对失语症学家、通信科学家和语言神经学家有重要价值。
- 涵盖了心理语言学的发展史，对关注理论和应用的语言学家都极有意义。
- 本书作者是一位为该领域做出开创性贡献的科学家，该书将成为心理语言学的经典之作。

我们是如何说话的，又是如何理解语言的？儿童是如何掌握语言技巧的？大脑在此过程中发挥了哪些作用？两个多世纪以来，人们一直在研究这些心理语言学问题。

尽管许多心理学家都认为，对这些问题的探讨起始于 20 世纪五六十年代乔姆斯基的“认知革命”，但实际上，关于经验主义心理语言学的历史研究可以追溯到 18 世纪后期。本书是第一部综合论述“前乔姆斯基语言学”（pre-Chomskyan）学术研究的著作。

本书讲述了开创这门学科的医生、教育家、语言学家和心理学家的有趣历史，看他们是如何在研究大脑的语言区域、儿童使用的语法、失语症患者的问题时取得重要成果的。本书既是一部思想史，也讲述了这门学科创造者的历史。

心理语言学拥有四大历史根源，即比较语言学、对大脑和语言的研究、儿童发展研究、用实验的方法对言语和语言处理进行研究。19 世纪末，这四个根源趋向融合。此后，心理语言学逐渐被确立为一门学科。进入 20 世纪，心理语言学研究继续将四个视角融合，但仍属于不同的框架结构。本书对四个领域研究进行了探讨，并指出心理语言学研究在德意志第三帝国时期有间断，直到 20 世纪 50 年代，在通信数学理论的影响下，这一领域的相关研究才重新出现。



本书作者为该领域的开创性人物之一，因此，本书将是所有语言学家、心理语言学家、神经学家和对语言感兴趣的心理学家必不可少的读物。

### 目标读者：

- 语言学家
- 心理学家
- 交流科学家
- 认知（神经）科学家，专业人员或研究生
- 科学史家

### 目录：

#### 开端

1: 1951 年

#### 学科创立：1770 年至 1900 年

2: 发明语言心理学

3: 从颠簸到图表：追踪大脑中的语言

4: 语言习得与日记爆炸

5: 实验室里的语言和发育不良的模型

6: 威廉·冯特的大合成

#### “认知革命”前的二十世纪心理学

7: 全新视角：结构主义和无意象思维心理学

8: 言语行为

9: 言语行为与功能

10: 语言习得：丰富的数据，缺乏理论

11: 大脑中的语言：整体性的诱惑

12: 语音和语言用法的实证研究

13: 全新的跨语言研究视角和语言相对论

14: 第三帝国时期的语言心理学

#### 心理语言学重新创立

15: 战后的前乔姆斯基心理语言学

### 作者简介：

**威廉·莱尔维特 (Willem Levelt)**，荷兰马克斯·普朗克 (Max Planck) 心理语言学研究所名誉所长。这是他 1980 年在荷兰奈梅亨市创立的研究所。他还是奈梅亨大学的心理语言学名誉教授。

莱尔维特于 1965 年获得了莱顿大学的心理学博士学位，是哈佛大学的博士后研究员，后担任伊利诺伊大学的客座教授，格罗宁根大学的心理学教授，1971 年至 1972 年为普林斯顿高等研究所研究员、奈梅亨大学的实验心理学教授。1980 年以来，他一直是马克斯·普朗克学会的科学研究员。

他出版了大量关于心理物理学、数学心理学和心理语言学的著作，其中包括《论双眼竞争》(On binocular rivalry) (1965 年)、《语言学和心理语言学中的正规语法》(Formal grammars in linguistics and psycholinguistics) (3 卷本, 1974 年出版, 2008 年再版)，以及《说话的认知心理过程》(Speaking: From intention to articulation) (1989 年)。

185



**媒体评价：**

“威廉·莱尔维特给语言科学家送上了一份大礼！他送给我们了一座无价的学术宝库，加深了我们对语言的理解，并促使我们进一步了解它。每个语言学科家都应该读一读这本书。”  
----史蒂文·平克(Steven Pinker)，哈佛大学心理学教授著有《语言本能》(*The Language Instinct*)和《思维探秘》(*The Stuff of Thought*)

“仅凭书名，莱尔维特就应该得个A。因为这是第一次有人全面描述这段历史。”  
----保罗·厄林(Paul Eling)，2013年7月

“心理语言学研究者和历史学家心理学会因为这本书而受益匪浅。心理语言学家会发现一座资料的宝库，包括对识字、儿童语言、神经语言学等领域的早期研究。这本书涵盖了观点和争议、有影响和被遗忘的人物、个人的成功和失败故事。这是送给对语言科学及其历史感兴趣的人的绝佳礼物。在今后的岁月里，读者会一次又一次重读这本书。”  
----大卫·卡罗尔(David W. Carroll)，《心理学评论》(*PsychCritiques*)，2013年7月

“没有其他人能描述心理语言学的历史。莱尔维特回到了大约250年前，深入探索了这个领域的历史，介绍了数十位有趣的思想家和研究人。这是一本扣人心弦的作品……这是一本可以品味、斟酌、重读的书。”  
---丹·史洛宾(Dan I. Slobin)，加州大学伯克利分校心理与语言学系

“莱尔维特作品展示了19世纪后半叶科学心理学研究取得了多么丰厚的成果，现在有多少已经被人们遗忘了……对语言学研究感兴趣的人都应该读一读这本书。他们不但会发现自家宠物的真正起源，还会连续几个晚上沉浸在阅读的喜悦中。”  
----《心理学家》(*The Psychologist*)，2013年7月

“这本长达653页的著作，无论是内容丰富程度，还是分析透彻程度，都给人留下了深刻印象……莱尔维特是一位很好的研究员，他有条不紊引用了原始文件，还提供了大量翻译的引文和每一处引文的原始文本，包括脚注。这有助于读者形成自己的看法，是个节省时间的实用方法。”  
----《语言学清单》(*The Linguistic List*)，2013年8月



\*\*\*\*\*

中文书名：《一个简单的想法》

英文书名：One Simple Idea

作 者：Mitch Horowitz

出版 社：Crown

代理公司：ANA

页 数：352 页

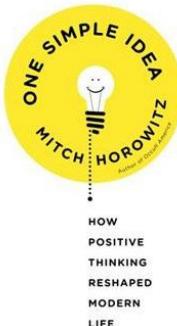
出版时间：2014 年 1 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理

**中文简体版曾授权，版权回归**



### 内容简介：

这部国际畅销书有数百万善于学习的读者。新时代研讨会和康复支持群体有十二步治疗方案，提倡积极思维和减压疗法。积极思维的观念改变了大众的信念。本书是一部信念的传记。

积极思维运动历史并不悠久，范围并不广泛，影响并不深刻。这种精神运动对大众文化、宗教、政治、医学虽有影响，在现代生活中仍然颇受恶意污蔑和误解。积极思维的根源隐而不露，长期影响尚未得到承认。人们经常认为新时代研讨会是假冒伪劣的神学和自助理论的毒品贩子。《一个简单的想法》纠正了几种关于积极思维的误解，包括拿破仑·希尔和诺曼·文森特·皮尔的误解。他们的著作和影响触及全世界数百万人。《一个简单的想法》揭示了这段遭到隐蔽的历史，进而直接提出了首要的问题：积极思维有用吗？答案是：有用。米奇·霍洛维茨会告诉你，到底是怎么回事。

### 作者简介：



米奇·霍洛维茨（**Mitch Horowitz**）是全国性媒体在另类替代灵性研究方面的顶级专家之一。身兼日间电视节目和学术会议成员、新时代灵性中心和主流印刷、数字媒体成员的人寥寥无几，他是其中之一。

米奇·霍洛维茨是塔彻尔和企鹅出版社的副主席和主编。他以前的著作《美国超自然》（Occult America , Bantam ）获得 2010 年奥克兰笔会和约瑟芬·迈尔斯优秀文学奖（PEN Oakland/Josephine Miles Award for literary excellence）。霍洛维茨的另类灵性文章发表在《华尔街日报》（The Wall Street Journal）、《华盛顿邮报》（The Washington Post）、《美国新闻和新世界报道》（U.S. News & World Report）、《赫芬顿邮报》（The Huffington Post）、CNN.com 和 [www.MitchHorowitz.com](http://www.MitchHorowitz.com).网站。

### 媒体评价：

“米奇·霍洛维茨的著作有力、敏锐、发人深思，见证了能够改变世界的简单想法。《一个简单的想法》才华横溢。”

----迪帕克·乔布拉医学博士（Deepak Chopra, M.D.）

187



“本书精彩、励志，充满实用和思辨的观念，能够帮助我们当中最惊恐、烦乱的人转型。”  
----肯·彭斯 (Ken Burns),

“严肃的怀疑论者、真诚的信徒、各行各业的真相探求者需要读一读米奇·霍洛维茨的书。本书生气勃勃、入木三分、研究充分，触及今天美国积极生活运动的方方面面。书中充满著名人物和真实故事，读来津津有味，审视精神力建设性转型的限度和可能。”  
----朱迪斯·凡斯特 (Judith Viorst)，美国专栏作家，精神分析学家

“本书有力地评估和审视了积极思维的意义和效果，许多塑造当代生活面貌的顶级思想家都运用了积极思维。我们应该效法他们的智慧，有效地改进文明。”

----埃德加·米切尔科学博士 (Edgar Mitchell, Sc.D)，阿波罗十四号探险的宇航员

\*\*\*\*\*

中文书名：《追寻快乐：相信你的本能》

英文书名：The Pleasure Center: Trust Your Animal Instincts

作 者：Morten L. Kringelbach

出 版 社：Oxford University Press

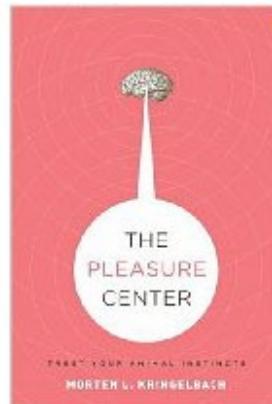
代理公司：ANA/Leah

出版日期：2008年11月

页 数：304页

审读资料：电子稿

类 型：大众心理



#### 内容简介：

许多人认为，快乐和欲望是合理和明智行为的障碍。在《追寻快乐：相信你的本能》一书中，作者摩顿·克林格尔巴赫(Morten L. Kringelbach)揭示了我们的欲望是什么以及什么使我们感到高兴。

事实上，我们最基础的、动物天性般的倾向实际上是非常重要的信息来源。这种天性为我们提供了很好的动机。因此，理解这种动机，考虑这种动机，并对其加以利用和引导，可以使我们成为更加合理且高效的人。

在探索快乐、欲望和情感的多个方面的过程中，作者带领我们审视了人类的全部经验，例如情感如何激发我们对于某件事情的兴趣，使我们关注它，进而开始学习了解它。他研究了大脑的奖励机制并揭示了一些关于快乐和欲望的有趣新发现。

作者的结论是：如果我们能够理解并接受快乐和愿望在大脑活动与个人经验的复杂相互作用中产生的原因，我们就可以发现什么有助于我们享受生活，使我们能够做出更好的决策，并最终成就幸福的生活。

#### 作者简介：

摩顿·克林格尔巴赫(Morten L. Kringelbach)，丹麦奥胡斯大学(Aarhus University, Denmark)教授。



\*\*\*\*\*

中文书名：《挑战抑郁——一位神经学家亲身实践，激发大脑的康复能力》

英文书名：Lifting Depression: A Neuroscientist's Hands-On Approach to Activating Your Brain's Healing Power

作 者：Kelly Lambert

出 版 社：Basic Books

代理公司：Tessler/ANA

出版日期：2009年

页 数：288页

类 型：大众心理



COVER COMING SOON

#### 内容简介：

心理学家凯利·兰伯特（Kelly Lambert）在总结了最新的神经学研究成果、文化观测报告以及她自己独一无二的实验研究的成果的基础上，提出了一套关于抑郁症的原因和治疗的发人深思的理论。

现在的年轻人患抑郁症的可能性已经是他们祖辈们的近十倍。原因会是在这个日益“自动化”的世界里，越来越少的体力活动或多或少地影响着我们的幸福指数进而影响我们对压力的反应吗？

神经学家凯利·兰伯特（Kelly Lambert）找到了有力的证据证明为了获得物质或精神的报酬努力工作能很大程度上促进良好情绪的产生和防止抑郁的出现。她富有新意地用小白鼠作了一系列研究，她将“得到信任的小白鼠”（即那些毫不费力就获得了奖赏的）与努力劳动的“训练以达成功”小白鼠做了比较实验，并且使人们看到了不用依赖损害人体（多数情况下影响健康）的药物来治疗抑郁症的希望。

凭借其丰富的人类学、神经学和进化心理学知识，兰伯特总结出了一套独特的理论，该理论认为，人们为了实际的结果而做出的努力劳动能激发大脑特定部位的活动，使空虚感和与抑郁有关的不良情绪得到恢复。但是目前大多数抑郁症疗法都注重患者的心理活动，兰伯特让我们意识到在快节奏的生活中体力活动的重要性，而我们在日常生活中往往更注重迅速达到令人满意的程度而忽略了品尝自己劳动的果实。

#### 作者简介：

凯利·兰伯特（Kelly Lambert）博士，伦道夫-麦肯学院（Randolph-Macon College）心理学教授，曾出版了大量神经学著作。他的小白鼠实验在 *The Mommy Brain* 中有详细描述，不久前登上了 ABC 电视台的世界晚间新闻（World News Tonight）。现居住在弗吉尼亚州的梅卡尼克斯维尔（Mechanicsville）。

#### 媒体评价：

“该书涉及内容广泛，有举足轻重的地位，无论是对于身心健康的读者，还是普通感兴趣的租书者或收藏者，《挑战抑郁》在实现个体自由方面为您提供了有力的帮助。

----Midwest Book Review

189



“凯利·兰伯特（Kelly Lambert）为我们提供了一个综合性的引人入胜的关于健康的新观念，它是如此的全面、具有实际意义以及长远眼光。她在以努力工作为基础的薪酬制度上的研究成果不仅在很大程度上解释了现代人的不满情绪，也提供了一条保持活力与愉悦的捷径。这本书不但会改变我们对抑郁症的看法，也会改变我们对自己的身体以及在现代社会中的窘境的理解。”“

----Frank Forencich, Exuberant Animal: The Power of Health, Play and Joyful Movement 作者

\*\*\*\*\*

### 作者简介:



**克劳迪娅·哈蒙德（Claudia Hammond）**是一位作家、播音员和心理学讲师。她在英国广播公司（BBC）第四台做心理学相关的内容，是那里的广播节目“全是心理作用”（*All in the Mind*）与“思想改变”（*Mind Changers*）的主持人。她之前曾经出版过《情感过山车》（*Emotional Rollercoaster*），现在是伦敦波士顿大学（Boston University）的兼职教师。哈蒙德曾获得英国心理学会的公众参与与媒体奖（Public Engagement & Media Award）、个性与社会心理学学会的媒体奖（Media Award），以及英国神经科学协会颁发的神经科学公众理解奖（Public Understanding of Neuroscience Award）。

中文书名：《弯曲的时间：解开时间感觉之谜》

英文书名：TIME WARPED: UNLOCKING THE MYSTERIES OF TIME PERCEPTION

作 者：Claudia Hammond

出 版 社：Canongate

代理公司：ANA

出版日期：2012 年

页 数：227 页

审读资料：电子稿

类 型：大众心理

中文简体字曾授权，版权归



### 内容简介:

人类迷恋时间。无论我们如何努力，我们生活中的每一天总会有一个或多个时刻让我们不自觉地关心时间问题。与此同时，我们对时间还有无数个不解之惑？例如：我们对时间究竟有多少理解？有没有可能重新规训我们的大脑，以此改善我们与时间的关系？本书以最新的心理学、神经科学与生物学研究成果为基础，以记忆对时间理解的形成所发挥的重要作用这个非常具有原创性的思路为线索，深入了逼近了时间感知的核心。作者为著名作家与广播人克劳迪娅·哈蒙特。



作者在书中不断地抛出一个个有趣的问题，例如：当我们意识到死亡临时，为什么时间的脚步会放慢？为什么正常运转的钟表看起来是静止不动的？为什么我们长大以后生命的步伐会加快？这些感觉是不是大脑的想象所表演的魔法？《弯曲的时间》是一本让我们暂时忘却时间的迷人著作。它是一本时间指南，但表现出强烈的互动性。它探讨的是我们生命中最强大、最无法逃避的力量。它同时教导我们如何改善与时间的关系。

中文书名：《当心你的钱》

英文书名：MIND OVER MONEY

作 者：Claudia Hammond

出 版 社：Canongate

代理公司：ANA

出版时间：2016 年

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众心理

中文简体版曾授权，版权归



#### 内容简介：

有许多书都在讲金融危机、讲行为经济学，告诉你应该如何管理你的钱。《当心你的钱：花钱的艺术》(MIND OVER MONEY) 讲的却是钱对我们的改变。我们每个人的心中，债务和花钱就像指纹一样独一无二且不可避免。我们不断做着花钱的美梦，我们因道德而为此困惑。

金钱就是工具，是权力。我们知道我们离不开他，因而需要更多，但是我们却忽视了这对我们思想、对我们情感的影响，它歪曲了我们的认知，甚至改变了我们行为的方式。在神经学、心理学、生物学最新研究的基础上，克劳迪娅·哈蒙德(Claudia Hammond)展现了人类和金钱的关系，深入剖析了金钱对人类行为的影响。她同时提供了使用其他具有非凡效力的工具的方式，以此帮助我们做出更好的决策。

#### 作者简介：

克劳迪娅·哈蒙德(Claudia Hammond)是一名作者、广播员、心理学讲师。她在BBC4频道主持两个心理学节目，分别是心理(*All in the Mind*)和思想改变者(*Mind Changers*)。她著有两本书，《情绪过山车》(Emotional Rollercoaster)、《时间弯道》(Time Warped)，她是2013英国心理学社会图书奖，大众科学类首奖获得者(the popular science category of the British Psychological Society Book Award)。哈蒙德是英国波士顿大学的兼职教师。她在2012年获得英国心理学会公众参与媒体奖(the British Psychological Society's Public Engagement and Media Award)，2011年获得思想改变奖(Mind's Making a Difference Award)，2012年获得人格和社会心理学媒体成就奖(the Society of Personality and Social Psychology's Media Achievement Award)，2012年获得由英国神经学协会颁发的神经学公共理解奖(the Public Understanding of Neuroscience Award)。

更多资料请关注：[www.claudiahammond.com](http://www.claudiahammond.com)



\*\*\*\*\*

中文书名：《迷失的范式：与耻辱感的斗争和汲取的教训》

英文书名：**Paradigms Lost: Fighting Stigma and the Lessons Learned**

作 者：**Heather Stuart, Julio Arboleda-Florez and Norman Sartorius**

出版 社：**Oxford University Press**

代理公司：**ANA**

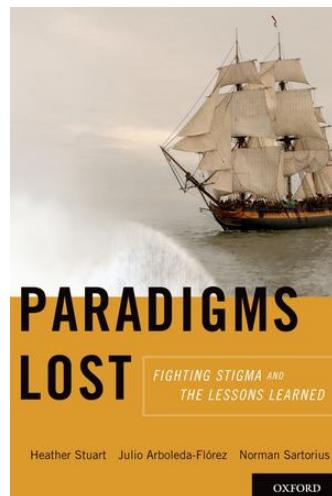
出版日期：**2012年5月**

页 数：**240页**

代理地区：**中国大陆**

审读资料：**电子稿**

类 型：**学术/ 心理学**



#### 内容简介：

《迷失的范式》通过众多权威专家多年来收集的证据和积累的经验，对预防或消除耻辱感的关键范式发起了挑战。本书每一章都探讨了目前流行的范式，并提出了为什么应该及时更换视角看待这一范式。

本书提出，利用一切机会与耻辱感作斗争，而不是耗费更多时间做规划，才是最佳解决之道。本书还强调，开展反歧视工作的最佳方式，就是和最关心这个问题的患者共同选择行动目标。

本书提出的最根本的范式变化是关于反歧视项目的评估结果。过去，对耻辱感的态度变化被视为行动成功的最佳指标。《迷失的范式》及其作者认为，现在有必要通过行为变化来衡量，也就是既要从被羞辱者的角度来看，也要从羞辱者的角度来看，以便更有效地评估项目成功与否。

此外，还有许多常见观点都受到了作者的质疑，包括：

- 普及有关精神疾病的知识，将减少耻辱感
- 社区提供照料能消除心理疾病和精神病患者的耻辱感
- 在发展中国家，患有心理疾病的人受到的歧视较少

《迷失的范式》总结了反歧视工作获得成功的关键要素，包括参加推荐的反歧视项目、与心理疾病患者共同设计项目、按照实际情况调整项目。本书还开列了当前比较站不住脚的范式清单和最佳实践案例清单，为今后的反歧视行动和研究提供指导。

#### 本书特色：

- • 对反歧视斗争和防止歧视有所贡献
- 系统地考察了当前的范式，以便进行必要的行动
- 提供了与耻辱感和歧视作斗争的第一手经验
- • 对预防或消除耻辱感的关键范式发起了挑战



## 读者群体：

精神科医生、流行病学家、人权活动家、应对带来耻辱感的疾病（如麻风病、结核病、性病、艾滋病）的医疗专家、公共卫生专家、精神科社会工作者、心理学家、精神病康复与求职专家、消费者组织、社会学家。

## 作者简介：

**希瑟·斯图尔特 (Heather Stuart)** 博士近 15 年来一直致力于研究耻辱感，是世界精神病学协会耻辱与精神疾病分部的共同创始人和现任负责人。

斯图尔特博士还是精神病学与行为流行病学合作中心开展的公共健康计划负责人，该中心由世界健康组织与泛美健康组织共同组建。他还是加拿大安大略省皇后大学的社区卫生与流行病学系副主任，以及加拿大反耻辱与歧视倡议的高级顾问。

**胡里奥·阿尔博莱达德-弗洛雷斯 (Julio Arboleda-Flórez)** 博士是加拿大安大略省皇后大学精神病学系和社区卫生与流行病学系的名誉教授，曾是精神病学系的主管和负责人。

阿尔博莱达德-弗洛雷斯博士是研究精神病学法和精神病患者人权的权威人士。他是世界精神病学协会伦理委员会的长期委员，也是法医分部的名誉主席，还是许多国家精神病学协会的名誉会员。他在反歧视工作领域拥有丰富的经验，并为该领域的众多出版物供稿。

**诺曼·赛多利斯 (Norman Sartorius)** 博士是世界健康组织 1977 年到 1993 年的心理健康项目负责人，1993 年到 1999 年任世界精神病学协会主席，从 1999 年起一直担任欧洲精神病学协会主席。

赛多利斯博士在伦敦大学、布拉格大学和萨格勒布大学担任教授，还是美国马里兰州巴尔的摩市约翰斯·霍普金斯大学的资深研究员。赛多利斯博士是世界顶尖的权威专家，研究领域包括与耻辱感作斗争、精神与生理疾病的相互作用、精神病学与精神病学教育领域的公共健康问题。

## 媒体评价：

《迷失的范式：与耻辱感的斗争和汲取的教训》点明了长期以来精神疾病的耻辱感，说明这个问题今天仍旧突出。虽然耻辱感问题看起来很难解决，但作者提出了一种创新的手段，有助于消除社会上的排斥现象。他们提出的新范式能促成一种乐观、可行的行为模式，打破患者恢复过程中的社会障碍。

----丽贝卡·帕尔帕特 (Rebecca G. Palpant)，罗莎琳·卡特心理健康新闻奖学金负责人，佐治亚州亚特兰大市卡特中心的心理健康项目负责人

尽管人们努力消除精神疾病的耻辱感，但这种情绪确实能对人造成伤害。这就是为什么我们需要不断提出新的假设。《迷失的范式》正是这么做的。斯图尔特、阿尔博莱达-弗洛雷斯和赛多利斯提供一份极为有力的学术文献，细致分析了我们所知道的耻辱感，以便进一步消除耻辱感带来的恶劣影响。



但他们的作品并没有以科学评论作为终结。接下来，他们提供了一份实用指南，旨在进一步开展反歧视项目。这份指南反映了他们所评论的范式的优越性。

----帕特里克·W·里根（Patrick W. Corrigan）博士，美国芝加哥伊利诺理工大学，心理学特聘教授

这是一部非同寻常的作品，由国际知名的专家撰写，将与精神疾病耻辱感作斗争的智慧发挥得淋漓尽致。这是目前出版的此类作品中最重要的一本，告诉我们必须做些什么来减少歧视，帮助精神障碍患者恢复健康。

----理查德·华纳教授（Prof Richard Warner），科罗拉多州博尔德恢复公司董事，丹佛市科罗拉多大学，精神病学系教授

世界各地人们的相似之处多于不同之处。《迷失的范式》由斯图尔特、阿尔博莱达-弗洛雷斯和赛多利斯撰写，记录了他们与精神病带来的耻辱感作斗争时汲取的经验教训，这些教训恰恰证明了这一点。这本书是一部历史纲要，也是一份充满激情的行动宣言。

为了帮助读者迅速阅读，书中提供了许多图表和评估表。本书文笔清新，将帮助世界各地备受打击的精神疾病患者改善自己的生活。我要向认识到这部作品重要性的出版商脱帽致意！

----琳达·B·科特尔（Linda B. Cottler）博士，流行病学教授佛罗里达大学，公共卫生与卫生专科学院，流行病学系主任

《迷失的范式：与耻辱感的斗争和汲取的教训》简直是太出色了！每个章节都内容丰富，结构清晰，对希望推进反歧视法案的群体极有帮助。我相信，这本书对该领域做出了极其重要的贡献。

----格雷厄姆·托尔克罗夫特教授（Prof Graham Thornicroft），伦敦大学国王学院精神病学研究所，健康服务和人口研究系，社区精神科教授

\*\*\*\*\*

中文书名：《智力----重大差异及其后果》

英文书名：Intelligence – Big differences and where they take us

德语书名：Intelligenz - Große Unterschiede und ihre Folgen

作 者：Elsbeth Stern and Aljoscha Neubauer

出 版 社：Random House Germany

代理公司：ANA

页 数：304 页，包括内文图片

出版时间：2013 年 3 月

代理地区：中国大陆、台湾

审读资料：电子稿

类 型：大众社科

Elsbeth Stern | Aljoscha Neubauer



#### 内容简介：

著名智力研究人员的最新著作。



智力高低有没有遗传性？这个问题经常构成公众热烈讨论的中心。不过，从科学的角度看，问题其实非常清楚。智力确有高下区别，根源在于基因。我们人人都有潜力，能否充分发挥潜力，却有赖于家庭和学校。

埃尔斯贝特·斯特恩和阿纽沙·诺耶布尔在他们的最新著作中解释了智力和天赋如何产生差异。他们描绘如何测量智力，如何识别超常的智力，如何进一步开发智力。他们澄清了一个事实：智力是个人的资源，只能在社会中发展。而且----我们的社会迫切需要智力，远远超过以往任何时代！

### 作者简介：



© Privat

埃尔斯贝特·斯特恩（Elsbeth Stern）生于 1957 年，是苏黎世联邦理工学院（the Federal Institute of Technology in Zurich）的心理学教授，研究学习和教育。她的研究重点之一在于：在多方面领域内获得、改变和探索知识。



© Sissi Furgler

阿纽沙·诺耶布尔（Aljoscha Neubauer）生于 1960 年，是格拉茨大学（the University of Graz）心理学教授、差异心理学系主任。他的研究专业方向是认知、社会性和创造性天赋及其神经生理学基础。

\*\*\*\*\*  
中文书名：《自我——我们如何创造了自己》  
德文书名：Ich wie wir uns selbst erfinden  
作 者：Werner Siefer/ Christian Weber  
出 版 社：Campus Verlag  
代理公司：ANA  
出版日期：2006  
页 数：307 页  
图 片：无插图  
审读资料：样书  
类 型：大众心理



### 内容简介：

“认识你自己！”

德尔斐阿波罗神庙的铭文这样告诫我们。直到今天我们仍在不懈的努力着，寻找真正的自我，表达真正的自我，扩展或完善自我。然而神经学的最新成果表明：“我”仅仅是种建构！Werner Siefer 和 Christian Weber 将我们带入实验室，将我们带到世界前沿的人类研究者面前。他们向我们报道了各种神奇的试验和医学病例，并揭示了，当今正形成一种关于人类的



全新认识。这一认识与我们直接相关，因为它把我们从生理束缚中解放出来，使我们得以改变自我，不断的改变自我。本书扣人心弦，生动地介绍了人类科学。借此我们才得以认识那样我们人人都拥有的东西：我们自己。

“你有没有做过这样一个梦，使你觉得完全像真的一样？如果你永远都不会从这个梦里醒来会怎样？你怎么知道，你是在梦里还是在现实中？”Trinity,好莱坞一部三部曲的女主人公向男主人公 Neo 提出上述问题，来描述“Matrix”，一种模拟，所有的经历都会变成这种模拟。

回答极富哲学意味：我们生活在模拟中，我们分不清梦境与现实；只不过我们并不是，像 Matrix 三部曲那样，由人工智能机器控制的虚拟现实的一部分。我们自己模拟现实，此外我们也模拟自我、我们自己的故事及我们所处的整个社会环境。我们以这种方式创造自己，改变自己，使自己从无名小卒成为显赫要人。

### 作者简介：

**Werner Siefer**, 生物学博士，多年来一直任新闻杂志“焦点”的编辑，负责有关研究和技术方面的来稿。他的研究领域为脑部研究、生命科学、进化、人类学和考古学。

**Christian Weber**, 政治学家，“焦点”经济编辑。他的研究领域为心理学、精神病学、动物生态学和社会学。

### 目 录：

前言：警惕副作用

1. 脆弱的自我

    精神病院的哲学对话

2. “我”的简史

    我们的祖先学会了象征性思维

3. 褴褛中的科学家

    婴儿能够认识世界和自我

4. “我”，一个建筑工地

    我们如何建构自己的人格

5. 我可以是另外一个样子

    时尚、音乐和社会认同感造就了我们

6. 虚幻的记忆

    记忆是对我们过往生活的虚构

7. 机械化的人

    我们的自由是有限的

8. 想象自己是另外一个人

    神经学科学家探索人类的自我意识

9. 大脑的秘密

    宗教对“我”的认识

10. 我们该做什么？

    与自我危机共处



\*\*\*\*\*

中文书名：《手势的暗示》

法文书名：Les gestes prédictifs

作 者：Joseph Messinger

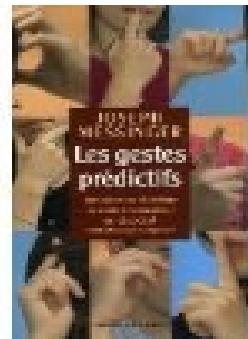
出 版 社：L'Archipel

代理公司：ANA

页 数：281 页

出版时间：2007 年

类 型：大众心理



#### 内容简介：

我的老板在跟我握手的时候用他的左手抱住我们在握的手，他可能要的比我现在能给的更多。当心！当 HR 翘着二郎腿抱臂的时候，他可能正在建筑自己内心的堡垒，他在捍卫自己的位置，我并没有成功说服他，我浪费了我的时间。突然我发现桌子底下，我的约会对象的脚踝交叉着，那么很可能，我的魅力没能征服她。我的客户十指交叉背于脑后，坐在扶手椅上，那么赶紧在被赶走之前去旅游散心吧。这些手势就犹如疾病的某些前兆，如果你正在设法改进你的身体语言，或者准备在事业或个人生活上有所改善，那么就可以从这本书里得到各种有用的小贴士。

#### 作者简介：

**Joseph Messinger**，作家，心理学家，非口头表达语言的专家。已经写了 17 本关于身体语言的书，其中有畅销书，《你的姿势背叛你》，有 20 万册的销量。

\*\*\*\*\*

#### 作者简介：



杰克·纳什（**Jack Nacher**）是商业心理学家和律师，生于 1979 年，毕业于牛津大学，在牛津大学任教。目前，他在慕尼黑商校教授管理和组织学。杰克·纳什为各大跨国公司提供咨询服务。他在全世界各地举办讲座、参加研讨会，讨论交流和交易问题。

纳什曾求学德国、法国和美国。他先后获得德国特里尔大学（Trier University）哲学和心理学硕士学位、法兰克福大学法学学位、牛津大学管理学硕士学位。他是牛津巴利奥尔学院的研究助理，入住牛津霍利韦尔庄园。之后，他又在维也纳大学获得哲学博士学位，并接受了欧洲法院、欧洲议会、斯加登、Arps、Slate、Meagher & Flom 律师事务所以及德国驻纽约联合国代表团的法律培训。

他在英国牛津大学任教“管理研究”并在世界范围内作巡回报告。除去在管理咨询领域以外他还是一名精神师并凭借其“感官混血”理论拥有了上百万拥趸。现居慕尼黑。



Jack Nasher 在华沙举行的“教育权威”大会上作了主题发言，他也是波兰两份领先杂志的封面人物。

2008 年 Jack Nasher 跻身欧洲演讲者排行榜第一名

中文书名：《透视谎言：跟牛津专家学超实用破谎术》

英文书名：DURCHSCHAUT

作 者：Jack Nasher

出 版 社：Campus Verlag GmbH

代理公司：ANA/Susan Xia

页 数：224 页

出版时间：2010 年

代理地区：中国大陆、台湾地区

审读资料：电子稿

类 型：大众心理学

版权已授：2014 年授权北京联合出版公司，版权已回归



#### 中简本出版记录

书 名：《透视谎言：跟牛津专家学超实用破谎术》

作 者：[德] 杰克·纳什(Jack Nasher)

出版社：北京联合出版公司

译 者：王荣辉

出版年：2017 年 8 月

页 数：147 页

定 价：28 元

装 帧：平装

#### 内容简介：

揭开各种大大小小谎言的秘诀。

关于谎言的真相。

“我不会这样。”“我遇上堵车了。”“退休金没问题的。”——我们一天差不多会接触到 200 个谎言但却不能识别它们。经济心理学家兼精神学家 Jack Nasher 告诉我们如何在短时间内看穿谎言并找出真相。最常见的谎言其实是由两个单词构成：“谢谢，很好。”这是对于“最近怎么样？”的经典回答。但这小小的谎言却是无害的。无论是在爱情中、在工作或者政治领域每天都会有人对我们撒谎。同时我们却为要洞悉谎言而感到痛苦不堪，与此相反我们听任自己的感性判断来觉察对方是否诚实。因此拆穿谎言具有决定性意义：撒谎是对我们权力的剥夺，因为它掩盖了正确的信息并导致错误的决定。Jack Nasher 运用大量的心理学研究和日常生活中的事例展示了如何正确辨认谎言并告诉我们如何训练我们的感觉来辨认出那些出卖撒谎者的微小迹象。本书是一本完美的谎言拆穿宝典。



自序

导 论

**第一章 注意行为模式的改变**

1.1 找出行为基准线

1.2 基准线的改变

1.3 结 论

本章要点整理

卖掉巴黎铁塔的男人——以说谎为乐的案例

**第二章 辨识三种说谎的情绪**

2.1 担心东窗事发惶恐不安

2.2 罪恶感

2.3 行骗的欢愉

2.4 结 论

本章要点整理

贼王与一面镜子——诈骗的案例

**第三章 观察不协调的信号**

3.1 不协调的征兆

3.2 真实的情绪：微表情

3.3 结论

本章要点整理

“小白脸”历险记——婚姻诈骗的案例

**第四章 增强说谎者的紧张感**

4.1 紧张的典型征兆

4.2 增强紧张情绪的技巧

4.3 提供救赎的出路

4.4 结 论

本章要点整理

爱丽舍宫里的村姑——豪华的大骗局

**第五章 检视行为控制所引起的反应**

5.1 身体方面的征兆

5.2 陈述内容的细节

5.3 结 论

本章要点整理

结语：真实与谎言的丛林

谢 词

注 释



中文书名：《人人都应该学的谈判心理学》

英文书名：DEAL! YOU GIVE ME WHAT I WANT (DEAL! DU GIBST MIR, WAS ICH WILL!)

作 者：Jack Nasher

出 版 社：Campus Verlag GmbH

代理公司：ANA/Susan Xia

页 数：224 页

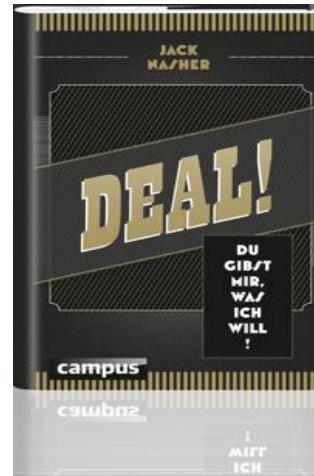
出版时间：2013 年 2 月

代理地区：中国大陆、台湾地区

审读资料：电子稿

类 型：大众心理学

版权已授：2017 年授权电子工业出版社，版权已回归



### 中简本出版记录

书 名：《人人都应该学的谈判心理学》

作 者：[德] 杰克·纳什(Jack Nasher)

出版社：电子工业出版社

译 者：李牧耘，陈丹

出版年：2017 年 8 月

页 数：200 页

定 价：46 元

装 帧：平装



### 内容简介：

本书作者杰克·纳什是德国经济心理学领域有名的演说家和畅销书作家，也是一位企业管理学教授。多年的演讲和授课经历使他擅长用深入浅出的语言、生动形象的事例和类比来阐述学术原理。本书作者认为，每个人每星期都有 40 小时在谈判——求职、加薪、买房、饭局……无时无刻都在谈判中。

本书揭示了优秀谈判家们的谈判秘诀。你会了解到，如何把谈判专家们的绝招化作自己的武器，从此再也不会陷入谈判心理学的泥潭。

### 目录

前言 1

#### 第一部分 权力 7

第 1 章 理解权力 8

第 2 章 提升权力 19

第 3 章 借助权力实现目标 36

#### 第 2 部分 沟通 41

第 4 章 谈判中的关系 43

第 5 章 情绪 61

第 6 章 信息 68

第 7 章 其他的沟通途径 84

200

**第3部分 需求 89**

第8章 收获真正想要的 90

**第4部分 谈判策略 121**

第9章 下锚 123

第10章 相互性原则 136

第11章 公平 146

第12章 框架 155

**第5部分 缔约 161**

第13章 过度承诺 162

第14章 威胁 169

第15章 黄金桥梁 175

第16章 书面形式 180

**结语 187**

\*\*\*\*\*

中文书名：《让你的大脑更聪明：增进大脑的创造力、活力和注意力》

英文书名：Make Your Brain Smarter: Increase Your Brain's Creativity, Energy, and Focus

作 者：Sandra Bond Chapman, Ph.D. with Shelly Kirkland

出 版 社：Free Press

代理公司：ANA

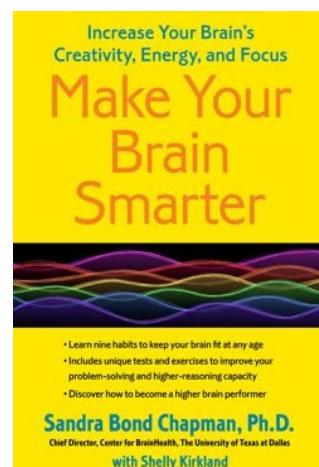
页 数：304 页

出版时间：2013年1月

类 型：大众心理

**内容简介：**

全世界最有创意、最受尊重的认知神经科学家综合了最新科研成果和独特的实验、训练----增进脑力，一生一世。



古往今来最强大、最惊人的复杂机器就在你的头上。我们的大脑是体内最有适应性、修饰性的器官，但我们对它最缺乏关注。许多人身体不错，脖子以上却完全不管用。在过去五年内，大脑科学家发现了大脑运行的更多秘密，包括：如何训练大脑，比以前表现更好。你无论年轻还是年老，都能适应更健康的大脑习惯，从而强化大脑思维能力。

在《让你的大脑更聪明》中，著名认知神经科学家桑德拉·邦德·查普曼介绍最新的大脑科学研究，展示如何裁剪项目、适应自己的需要。在这部包罗万象的著作中，查普曼博士提出了综合性“适应”方案。你可以用这个方案训练自己，使大脑更健康。

你会找到经过科学证明的策略，训练思维的深刻、洞察力和运筹能力。你会明白：为什么记忆力不是大脑功能的最重要尺度；为什么智商已经过时，只会误导大脑潜能的判断；如何改善大脑的功能。



《让你的大脑更聪明》是一部养护大脑的终极指南，适用于所有年龄。你会了解到：为什么大脑功能衰退不应该怪年龄；为什么大脑并非必定衰退；为什么大脑的最佳时代尚未来临；如何调整生命周期，最大限度增进大脑功能；你是不是成果斐然的“思想者”或百里挑一的“发现者”。《让你的大脑更聪明》会帮助你掌握额叶控制中心，以便创造和挑战自我，改善聪明、活跃的大脑，使你的思维更有创造性、更清晰、更有活力。

大脑性能是最新、最紧急、最重要的人类前沿研究。大脑保健理应居于保健习惯的中心，现在正是你培养习惯的时候。你要每天保持健康挑战，让大脑的适应性越来越强；保持青春和长寿，这样的大脑越来越宝贵。

#### 作者简介：

**桑德拉·邦德·查普曼博士（Sandra Bond Chapman, Ph.D.）**是达拉斯德克萨斯大学大脑健康中心（the Center for BrainHealth at The University of Texas）奠基者和主任、德克萨斯大学杰出教授。她根据三十年的创新发现，研究年轻人和老人如何将大脑变得更聪明。在这方面，她是公认的顶级思想家。

**谢丽·基尔克兰（Shelly Kirkland）**是达拉斯的德克萨斯大学大脑健康中心（the Center for BrainHealth at The University of Texas）公关主任。她将国民的注意力引向理解力、大脑保护和治愈的前沿研究领域。

#### 媒体评价：

“我不想变老，不想感觉恶劣；无论在身体上，还是精神上。因此，我每天都要锻炼身体和大脑。我八十多岁了，状态仍然很好。我知道半生已经结束，保持大脑的活力比以往任何时候都更重要。感谢桑迪·查普曼博士的大脑前沿研究，我们能够保持健康、多产的精神状态，远远超过我们原先的想象。”

---- T.布恩·皮肯斯（T. Boone Pickens），传奇式企业家、能源业执行官、《第一个十亿最艰难：反思生命的恢复，瞻望美国能源的未来》（The First Billion Is the Hardest: Reflections on a Life of Comebacks and America's Energy Future）的作者

“如果有人想学到更多东西，沟通更为有效，强化战略型思维和每天的创造性；我全心全意地推荐桑迪·查普曼的大脑改善指南。大脑保健题材对我们的未来有至关紧要的作用，因为我们都想更长寿，强壮、灵敏、生气勃勃地生活。”

----梅丽莎·里弗（Melissa Reiff），集装箱商店总裁

“我身为运动员，一直清楚取得最佳成绩的训练方法。我遇见桑迪·查普曼以后，才明白大脑同样需要训练。我在橄榄球联盟度过了十多年磕磕碰碰的生活，一直操心未来的保健，现在总算可以放心了。”

----达里尔·约瑟斯顿（Daryl Johnston），达拉斯前牛仔，全国橄榄球联盟解说员，商业领导人



\*\*\*\*\*

中文书名：《油尽灯枯：从压力到衰竭的知识史》

英文书名：MANKIND OVERWHELMED.

FROM STRESS TO BURNOUT, A HISTORY OF KNOWLEDGE

德语书名：Der überforderte Mensch

Eine Wissensgeschichte vom Stress zum Burnout

作 者：Patrick Kury

出 版 社：Campus

代 理 人：ANA

页 数：342 页

出版时间：2012 年 9 月

类 型：大众心理



#### 内容简介：

帕特里克·卡里首次描述各种类型的压力----社会、政治、经济变化的产物。压力是塑造人们日常生活的主要因素。

1930 年代，压力的概念开始胜利前进。同时，一般适应综合征的构想成型。第二次世界大战以后，心理—社会压力研究开始在美国和斯堪的纳维亚兴起。

目前，通行的“耗竭式繁荣”概念标志着压力医学和社会批评最大程度的合流。

#### 作者简介：



帕特里克·卡里（Patrick Kury, PhD），1987-1995 在巴塞尔大学和维也纳大学攻读历史学、社会学和德国文学，1995-1997 年担任豪曼教授的助教，1997-2001 年在波恩大学担任布里吉特·斯图德教授的助教，2001-2005 年在苏黎世大学经济和社会史研究中心任职，2005-2008 年返回波恩大学，2008-2009 年在柏林马克·布洛赫研究中心担任访问学者，然后在波恩大学担任瑞士史和十九、二十世纪史助教，2011 年在哈佛大学担任访问学者。

获取更多“大众心理”类书讯，请登录网站：

[http://nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1113](http://nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1113)



## 欢迎登录安德鲁北京网站，浏览更多书讯：

网址：[www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn)

### 大众读物

- 生活时尚：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=74](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=74)
- 餐饮图书：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1151](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1151)
- 餐饮文化：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1140](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1140)
- 城市文化：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1139](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1139)
- 散文随笔：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=76](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=76)
- 自然写作：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1149](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1149)
- 老年生活：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1145](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1145)
- 生命教育：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1150](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1150)
- 自然常识：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1128](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1128)
- 动物与人：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1129](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1129)
- 手 工：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1136](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1136)
- 运 动：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=81](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=81)

### 学术专业读物

- 建筑设计：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=79](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=79)
- 时装设计：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1152](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1152)
- 音 乐：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=80](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=80)
- 摄 影：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1143](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1143)
- 绘 画：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1135](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1135)
- 社会科学：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=78](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=78)
- 法 律：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=101](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=101)
- 教育研究：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=83](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=83)
- 文学研究：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1119](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1119)
- 大众传媒：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1120](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1120)
- 艺术研究：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1137](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1137)
- 影视戏剧：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1142](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1142)
- 金融投资：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1134](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1134)
- 自然科学：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=84](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=84)
- 环境科学：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1141](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1141)
- 医 学：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=85](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=85)

### 热点分类

- 大众社科：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=68](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=68)
- 大众文化：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1114](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1114)
- 大众心理：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1113](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1113)
- 大众哲学：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1115](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1115)
- 经 管：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=66](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=66)
- 励 志：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=67](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=67)
- 科 普：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=72](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=72)



- 自然写作: [http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1149](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1149)  
保 健: [http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=73](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=73)  
家教育儿: [http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=71](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=71)  
餐饮文化: [http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1140](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1140)  
城市文化: [http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1139](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1139)  
生命教育: [http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1150](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1150)  
自然常识: [http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1128](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1128)  
非 小 说: [http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=69](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=69)  
传记回忆录: [http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=70](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=70)  
阅读与写作: [http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category\\_id=1127](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1127)

## 欢迎关注安德鲁北京书讯群发平台

### 第一，安德鲁分类书讯邮件群发

1. 我们将按照编辑感兴趣的图书类型添加到安德鲁书讯邮件群发
2. 建议用工作邮箱或专门设置一个接受书讯的公共邮箱
3. 请不要用 126 或 163 的免费的公共邮箱接受书讯，会被服务器作为垃圾邮箱拦截

### 第二，安德鲁微信群

1. “安德鲁新书速递”——发布知识类非虚构书讯
2. “安德鲁的故事”——发布小说和非虚构故事书讯
4. “安德鲁童书快讯”——发布 3-14 岁童书书讯
5. “安德鲁绘本世界”——发布儿童绘本书讯
6. 与贵社建立一个书讯微信群，随时推送贵社需要的图书信息

第三，安德鲁北京中文网站: [www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn)

第四，安德鲁北京微信订阅号：“安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处”

第六，安德鲁豆瓣小站: [英国安德鲁·纳伯格联合国际有限公司的小站 \(douban.com\)](https://www.douban.com)

第七，安德鲁新浪微博“安德鲁纳伯格公司”：[安德鲁纳伯格公司的微博 微博 \(weibo.com\)](https://weibo.com)

第八，安德鲁微信视频：“安德鲁读书”

第九，B 站“安德鲁读书”：<https://www.bilibili.com>

第十，抖音号：“安德鲁读书”

第十一，小红书号：“安德鲁读书”

第十一，如何获取安德鲁分类书讯和书目？

请从我们的邮件签名栏获取安德鲁百度云链接，下载相关资料。

第十二，欢迎随时交流选题需求，为您定制所需图书信息。

感谢阅读！