

SADRŽAJ

Predgovor	xii
Zahvale	xix
Uvod	
Široki svijet psihomitologije	1
I. SNAGA MOZGA	
Mitovi o mozgu i percepciji	21
#1 Većina osoba koristi samo 10% snage svoga mozga	21
#2 Neke osobe imaju dominantni lijevi mozak, druge imaju dominantni desni mozak	25
#3 Ekstrasenzorna percepcija (ESP) je dobro utvrđeni znanstveni fenomen	28
#4 Vizualna opažanja praćena su sitnim zračenjima iz očiju	33
#5 Subliminalne poruke mogu uvjeriti osobe da kupe proizvode	36
2. OD KOLIJEVKE DO GROBA	
Mitovi o razvoju i starenju	45
#6 Puštanje Mozartove glazbe novorođenčadi povećava njihovu inteligenciju	45
#7 Adolescencija je neizbježno razdoblje psihološkog previranja	49
#8 Većina osoba doživljava krizu srednjih godina u svojim četrdesetim ili ranim pedesetim	52
#9 Starija dob tipično je povezana s povećanjem nezadovoljstva i senilnošću	56
#10 Kada umiru, ljudi prolaze kroz univerzalni niz psiholoških stadija	60
3. SJEĆANJE NA PROŠLE STVARI	
Mitovi o pamćenju	65
#11 Ljudsko pamćenje radi poput kazetofona ili videokamere te precizno snima događaje koje smo doživjeli	65
#12 Hipnoza je korisna kako bi se vratila sjećanja na zaboravljene događaje	69
#13 Pojedinci često potiskuju sjećanja na traumatske događaje	73
#14 Većina osoba s amnezijom zaboravlja sve detalje svog ranijeg života	78

4.	UČITI STAROG PSA NOVIM TRIKOVIMA	
	Mitovi o inteligenciji i učenju	83
	#15 Testovi inteligencije (IQ) pristrani su prema određenim skupinama osoba	83
	#16 Ako ste nesigurni u svoj odgovor prilikom rješavanja testa, bolje je da se držite svog početnog predosjećaja	87
	#17 Definirajuće obilježje disleksije je izokretanje slova	89
	#18 Učenici najbolje uče kada se stilovi poučavanja podudaraju s njihovim stilovima učenja	92
5.	PROMIJENJENA STANJA	
	Mitovi o svijesti	100
	#19 Hipnoza je jedinstveno stanje “transa” koje se po vrsti razlikuje od budnosti	100
	#20 Istraživači su pokazali da snovi posjeduju simbolično značenje	104
	#21 Osobe mogu učiti informacije, poput novih jezika, dok spavaju	108
	#22 Tijekom “izvantjelesnog” iskustva, ljudska svijest napušta tijelo	110
6.	IMAM OSJEĆAJ	
	Mitovi o emocijama i motivaciji	116
	#23 Poligraf (“Detektor laži”) test precizan je način detektiranja neiskrenosti	116
	#24 Sreća je određena uglavnom našim vanjskim okolnostima	122
	#25 Čirevi su prvenstveno ili u potpunosti uzrokovani stresom	126
	#26 Pozitivan stav može spriječiti rak	129
7.	DRUŠTVENA ŽIVOTINJA	
	Mitovi o interpersonalnom ponašanju	135
	#27 Suprotnosti se privlače: Romantično nas najviše privlače osobe koje se od nas razlikuju	135
	#28 Sigurnost je u mnoštvu: što je više osoba prisutno tijekom izvanrednog stanja, veća je šansa da će netko intervenirati	139
	#29 Muškarci i žene komuniciraju na potpuno različite načine	142
	#30 Bolje je pokazati ljutnju prema drugima nego je zadržavati u sebi	146
8.	SPOZNAJ SAMOGA SEBE	
	Mitovi o ličnosti	153
	#31 Slično odgajanje djece vodi sličnostima u njihovim ličnostima kao odraslih	153
	#32 Činjenica da je osobina nasljedna znači da je ne možemo promijeniti	158
	#33 Nisko samopoštovanje glavni je uzrok psiholoških problema	162
	#34 Većina osoba koje su u djetinjstvu bile seksualno zlostavljane razvit će teške poremećaje ličnosti u odrasloj dobi	166
	#35 Odgovori osoba na mrlje od tinte govore nam mnogo o njihovim ličnostima	171
	#36 Naš rukopis otkriva naše osobine ličnosti	175

9. TUŽAN, LUD I LOŠ	
Mitovi o duševnim bolestima	181
#37 Psihijatrijske oznake uzrokuju štetu stigmatizirajući osobe	181
#38 Samo duboko depresivne osobe počinje suicid	186
#39 Osobe sa shizofrenijom imaju višestruku ličnost	189
#40 Odrasla djeca alkoholičara pokazuju karakterističan profil simptoma	192
#41 Odnedavno postoji masivna epidemija dječjeg autizma	195
#42 Prijem u psihijatrijske bolnice i zločini povećavaju se za vrijeme punog Mjeseca	201
10. NERED U SUDNICI	
Mitovi o psihologiji i zakonu	209
#43 Većina duševno bolesnih osoba je nasilna	209
#44 Profiliranje kriminalaca korisno je prilikom rješavanja slučajeva	212
#45 Veliki postotak kriminalaca uspješno koristi obranu neubrojivošću	216
#46 Praktično su sve osobe koje priznaju zločin i krive za njega	220
11. VJEŠTINE I TABLETE	
Mitovi o psihološkom tretmanu	227
#47 Stručno prosuđivanje i intuicija najbolji su načini donošenja kliničkih odluka	227
#48 Apstinencija je jedini realni cilj tretmana alkoholičara	232
#49 Sve učinkovite psihoterapije prisiljavaju osobe da se suoče s "korijenskim" uzrocima svojih problema iz djetinjstva	236
#50 Elektrokonvulzivna ("šok") terapija fizički je opasan i brutalan tretman	239
Post scriptum	
Istina je čudnija od fikcije	247
Dodatak	
Preporučene web-stranice za istraživanje psihomitologije	253
Literatura	255
Kazalo	311