

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие	3
Предисловие к русскому изданию	7
Вы и ваш мозг	9
Глава 1. Ре(э)волюция мышления	12
Рептильный мозг	12
Мозг млекопитающего	16
Гениальные обезьяны	18
Почему недостаточно просто иметь большой мозг?	20
Недоразвитые дети	22
Интеллект — это искусство	23
От верхушек деревьев до «Своей игры»	24
Место для всего	25
Не сильнее, но умнее	28
Глава 2. В поисках личности.	29
Место для души	30
Лобная доля	32
Дирижер за лобной костью	33
Личность находится не только в лобной доле	34
Расщепленный мозг — расщепленная личность?	37
Доктор Джекил и мистер Хайд	39

Вы можете измениться. Немного	40
Мозг в стаде	41
Может ли личность заболеть?	45
Психическое — это физическое	47
Есть ли личность у животных?	50
Личностные тесты	51
Глава 3. Память и научение	53
Научение	63
Сохранение	69
Белый! То, что нужно	73
Миф о десяти процентах	75
Неограниченная способность запоминать	76
Память	77
Как лучше запоминать	80
Помнить носом.	83
Провалы в памяти	86
Деменция — поражение мозга	87
Цените свою забывчивость	92
Глава 4. GPS-системы мозга	95
Решетка в мозге	96
Вы находитесь здесь	97
Карта и компас	99
Сюда, но не дальше	102
Машина Фреда Флинстоуна	102
GPS-система мозга находится не только в височной доле	105
Мужчины легче находят дорогу, чем женщины?	106
Водители такси с натренированным мозгом	108

Как улучшить способность ориентироваться?	109
Глава 5. Эмоциональный мозг	112
Чувствовать мозгом	115
Улыбайтесь, и вам станет радостно	119
Плохое настроение — это плохо....	120
Зеленый монстр в мозге	124
Секс в мозге.	124
Мозг победителя.	127
Злые победители	131
Стресс вреден для мозга	132
Страх перед панической атакой	135
Любить мозгом.	139
Глава 6. Интеллект	143
Коэффициент интеллекта	144
Высокий IQ, и что дальше?	148
Долихоцефалы и брахицефалы	151
Наследственность или среда?.	153
Фактор успеха	156
Искусственный интеллект	157
Глава 7. Многозадачность	159
Глава 8. Культура © Мозг	161
Вместе мы сила.	163
Социальная сеть	164
Социальный код	166
Креативный мозг.	168
Поумнеть от Моцарта?	171
Один и тот же всемогущий Бог	175
Разные культуры, одинаковые истории	177

Воспринимать абстрактное	178
Сумасшедший или гений	179
Глава 9. Мозг и еда	181
Наследственные пищевые привычки	181
Еда и секс	182
Мозг ликует.	184
Сладкие наркотики	186
Маркетологи разбираются в нейробиологии	187
Реклама	189
Красивая еда	192
Сахарозаменитель не обманет мозг	193
Шокоголик с рождения?	194
Пища для мозга	196
Диеты	198
Глава 10. Наркотики	201
Зависимость	202
Кофе	203
Кокаин и амфетамин	205
Никотин	206
Алкоголь	207
Эндорфин, морфин и героин	211
Гашиш	213
Глава 11. Реальность против восприятия.	216
Принюхивайтесь лучше.	217
Обманный вкус.	218
Вкусный хруст	218
Вкус красного	219
То, что вы не чувствуете	220

Избирательный слух220
Мир без глубины и контраста221
Зачем охотиться на белых кроликов?223
Глава 12. Перцепция в действии.225
Инфракрасный и ультрафиолетовый свет225
Распознавание лиц226
Цветное послесвечение227
#TheDress227
Глава 13. Дальнейший путь229
Благодарности232
Список литературы236