

Содержание

Введение 11

Почему нам интересен мозг	11
Почему не просто мозг, а ваш мозг.	13
Почему нейробиология похожа на шар	14
Почему в этой книге больше вопросов, чем ответов	17
Что вы прочтете в этой книге	19

Глава 1

Нейробиология для всех – и для меня

Почему мозг казался мне скучным.	25
Глиальные клетки	25
Где рождается кино	29
Смысл кадра и мозг зрителя	30
Искусство нравится мозгу	32
Вилейанур Рамачандран и его научная интуиция	34
Почему нам нравится лицо	36
Манифест научного дилетантизма	38
Что вас ждет дальше	41
Что почитать	42

Глава 2

Нейробиология против фатализма

Проклятие «уже поздно»	47
Похож ли мир на механизм.	56
Младенцы учатся сразу после рождения	60
История моей когнитивной деградации.	68
Нельзя заставить мозг учиться — да и не нужно.	76
Усилия тела меняют работу мозга.	86
Как я научилась учиться.	94
Нейропластичность побеждает проклятие «уже поздно».	97
Что почитать.	99

Глава 3

Нейропластичность против одаренности

Вред мифа о врожденных способностях.	103
Фиксированное мышление и установка на рост	106
«Нет» оценкам способностей, «да» попыткам, ошибкам и росту!	115
Что почитать.	122

Глава 4

Обучение — но не только хорошему

Да что же такое этот ваш дофамин?	127
Зависимость — обратная сторона нейропластичности . . .	131
Почему трудно перестать смотреть порно	137
Благими намерениями выстлана дорога к зависимости.	146
Дофаномика — среда, которая «взламывает» мозг . . .	166
Менеджмент удовольствий	175
Переосмысливая понятие обучения	183
Что почитать.	185

Глава 5 Нейропластичность против стереотипов

Становится ли женщина бесплодной, занимаясь наукой	189
Проблемы исследований половых различий	194
Чем опасны стереотипы	206
Как я решила внутренний сексизм	217
Что почитать	223

Глава 6 Бедность, мозг и наши возможности

Опыт, который мы не можем контролировать	227
Моя бедность	228
И снова о стрессе	232
Остановим домашнее насилие	236
Как относиться к своему прошлому	239
Как относиться к нейропластичности	253
Что почитать	258

Эпилог **259**

Благодарности **261**