

<<津巴多普通心理学>>

图书基本信息

书名：<<津巴多普通心理学>>

13位ISBN编号：9787300093529

10位ISBN编号：7300093523

出版时间：2008-7

出版时间：中国人民大学出版社

作者：[美] 菲利普·津巴多,[美] 罗伯特·约翰逊,[美] 安·韦伯

页数：578

译者：王佳艺

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;津巴多普通心理学&gt;&gt;

## 前言

张厚粲 北京师范大学心理学教授中国的心理学工作者，以及学习或正在学习心理学的中国学生，大部分人知道津巴多教授其人，主要是通过他的著作《心理学与生活》(Discovering Psychology)。

可以说，它们影响了几代中国心理学专业的学生。

现在，中国人民大学出版社组织翻译、出版了由他和另外两名教授共同撰写的《津巴多普通心理学》一书，给我们提供了又一个了解这位美国心理协会前任主席、斯坦福大学心理学系教授研究成果和对心理学贡献的渠道。

在我服务于国际心理科学联合会期间，曾与本书的作者之一，当代著名的心理学家津巴多有过接触。他于1971在斯坦福大学开展的“看守与囚犯”实验或称模拟监狱(Simulated Drison)实验及其研究成果，目前已成为社会心理学教科书中不可或缺的内容，成为情境压力问题研究的标志和经典。

不仅如此，这一研究还为—本小说、两部电影、无数电视节目，甚至一个乐队提供了灵感，就连美国法律都为此做出了修改。

当然，研究中牵涉到的伦理问题也引起了心理学研究工作者的深思。

2001年，在他撰写的《路西法效应》(The Lucifer Effect)一书中，他首次回应了从斯坦福监狱实验到伊拉克监狱虐囚案这30多年来观察到的社会现象，并全面深入解释了“隋境力量”对个人行为的影响。

这一切及他的著述，共同奠定了他在当代心理学中的地位 and 影响。

现在，浏览过他此版教材的目录，阅读了简介和几个章节的译文之后，就像他的经典研究一样，感到引人入胜，我深为本书作者生动有趣的写作风格和章节设计所吸引，同时也赞赏译文的流畅。

在这本教材中，作者论述的内容涉及了心理学导论类课程中包括的心理科学概述、心理的生物学和神经科学基础、意识、心理发展、感知觉、学习、记忆、思维、智力、情绪、人格、压力、幸福、心理健康和心理障碍等内容，并严格按照本科生的学习深度和时间来组织它们，全书共设计了14章，篇幅和份量比较适合本科生教学课时的安排，使用定位明确。

在体例上，他设计了“生活中的心理学”、“运用心理学知识学习心理学”、“亲自实践”等专栏，每章都倾力专注于心理学某一方面的关键问题和核心概念，并配以丰富的教学资源，帮助读者更好地学习和深入理解这些关键概念。

该书的另一个特色是在内容上集成了多元文化和跨文化的观点，这样对于更多不同文化背景的读者来说更具参考意义。

作为一本极具影响力的，心理学导论教材，我相信这本书的出版，对于我国心理学课程的教学，以及学生的学习，不只是数量上多了一本非常适合的教材和参考书籍，更确切地讲，它将更有助于相关课程教和学质量的提升。

因此，是为序。

## <<津巴多普通心理学>>

### 内容概要

本书的一大优势就是作者。

津巴多教授的名字会出现在任何一本普通心理学教科书中，他对于心理学研究贡献是巨大的。

而且津巴多还讲述了自己在斯坦福读研究生时的一些有趣研究经历。

并且对学生的职业发展提出了自己的建议。

这对于跃跃欲试的年轻人无疑具有很强的激励作用。

本书的另一大优势就是参与性强。

你可以看到，厚厚的一本书可以浓缩为几十个问答，即“关键问题”和“核心概念”。

特别值得一提的是，每章末尾的“推荐书籍和视频资料”这部分，虽然书中列出的书籍学生不太容易读到，但是列出的大部分影片还是能够找到的。

所以，在阅读这本教材的一大乐趣就是按图索骥，观看作者推荐的一些电影。

这些电影不但精彩，而且与相关章节的主题丝丝入扣。

看电影学心理学一定是一种快乐的学习方式。

## <<津巴多普通心理学>>

### 作者简介

菲利普·津巴多 (Philip G. Zimbardo) 菲利普·津巴多博士是斯坦福大学的教授。他教授心理学概论这一课程已将近50年，并且在过去的35年内一直编写该课程的基础教材、教师指南和学生练习册。此外，他还帮助PBS-TV开发了《发现心理学》系列节目。该系列在国际范围内的中学和大

## &lt;&lt;津巴多普通心理学&gt;&gt;

## 书籍目录

第1章 心理、行为和心理学 什么是心理学,什么又不是心理学 生活中的心理学:心理学家和精神病医生的区别 心理学的历史根源有哪些 生活中的心理学:对纳克立方体的内省观察 今天的心理学家使用哪些视角 生活中的心理学:心理学职业 心理学家如何发展新知识 生活中的心理学:深入了解心理学 运用心理学知识学习心理学第2章 生物心理学和神经科学的基础 基因和行为是如何联系在一起的 生活中的心理学:选择你孩子的基因 身体如何进行内部通信 生活中的心理学:精神活性药物如何影响神经系统 脑是如何产生行为和心理过程的 生活中的心理学:脑损伤和行为 生物心理学:研究现状 运用心理学知识学习心理学第3章 意识状态 意识与其他心理过程有什么关系 生活中的心理学:重新思考潜意识 意识状态每天遵循怎样的周期循环往复 生活中的心理学:睡眠障碍 意识还有其他哪些形式 生活中的心理学:依赖性和成瘾 意识:研究现状 运用心理学知识学习心理学第4章 心理发展 心理学家如何解释发展过程 生活中的心理学:基因里的心理特质 婴儿都有哪些能力 生活中的心理学:你孩子的发育有没有落后 婴儿期和儿童期的发展任务是什么 生活中的心理学:儿童期对你人格的影响 青春期变化开始的标志是什么 生活中的心理学:道德思维的发展 成人所面对的发展挑战有哪些 生活中的心理学:你最后将要面对的发展挑战 发展心理学:研究现状 运用心理学知识学习心理学第5章 感觉和感知 刺激是如何变成感觉的 生活中的心理学:对于潜意识说服的批判认识 各种感觉有哪些相似之处,又有哪些差异 生活中的心理学:疼痛体验 感觉和感知之间有什么关系 生活中的心理学:眼见为实 感觉和感知:研究现状 运用心理学知识学习心理学第6章 学习 经典条件作用解释了哪种学习 生活中的心理学:味觉厌恶和化疗 我们如何通过操作性条件作用来学习新行为 生活中的心理学:矫正操作性行为工具清单 认知心理学是如何解释学习的 生活中的心理学:批判地看待“学习风格” 学习:研究现状 运用心理学知识学习心理学第7章 记忆 什么是记忆 生活中的心理学:你想要“照相”记忆吗 记忆是如何形成的 生活中的心理学:闪光灯记忆:当发生的时候 你在哪里 我们如何读取记忆 生活中的心理学:话到嘴边 记忆为何有时会辜负我们 生活中的心理学:用记忆术来提高你的记忆力 记忆:研究现状 运用心理学知识学习心理学第8章 思维和智能 思维有哪些组成部分 生活中的心理学:图式和脚本能帮助你预料会发生什么 好的思考者都拥有哪些能力 生活中的心理学:如何成为有创造力的天才 智能是怎么测量的 生活中的心理学:对于智能不寻常的孩子你能够做些什么 智能是一种还是多种能力 生活中的心理学:测试得分与自我实现预言 心理学家如何解释不同群体的智商差异 生活中的心理学:帮助他人批判地思考群体差异 思维和智能:研究现状 运用心理学知识学习心理学第9章 情绪和激励 情绪能为我们做些什么 生活中的心理学:男性和女性在情绪上的差异取决于文化 我们的情绪来自何处 生活中的心理学:唤起、绩效和倒“U”形曲线 我们在多大程度上能够控制自己的情绪 生活中的心理学:控制愤怒 激励:是什么驱使我们行动 生活中的心理学:奖励(有时)会压制激励 成就、饥饿和性有哪些差异 生活中的心理学:性取向的决定因素 情绪和激励:研究现状 运用心理学知识学习心理学第10章 压力、健康和幸福 我们为何会体验压力,又是如何体验的 生活中的心理学:改变或许会对你的健康造成危害 压力是如何在生理上影响我们的 生活中的心理学:学生的压力 我们在心理上如何对压力做出反应 生活中的心理学:培养韧性 哪些策略可以减轻压力,促进健康 生活中的心理学:快乐和幸福 压力、健康和幸福:研究现状 运用心理学知识学习心理学第11章 人格 哪些力量塑造了我们的人格 生活中的心理学:解释不寻常的个人及其行为 人格中有哪些持久的特征 生活中的心理学:发现你的人格类型 人们用什么“理论”来理解彼此 生活中的心理学:发展你自己的人格理论 人格:研究现状 运用心理学知识学习心理学第12章 心理障碍 什么是心理障碍 生活中的心理学:对于读者的警告 怎样对心理障碍进行分类 生活中的心理学:羞怯 给人贴上标签会产生怎样的后果 生活中的心理学:精神失常辩解 心理障碍:研究现状 运用心理学知识学习心理学第13章 心理障碍的治疗 什么是心理障碍的治疗 生活中的心理学:半专业从业者也能进行治疗 心理学家是如何治疗心理障碍的 生活中的心理学:大多数人向谁求助 生物学方法是如何治疗心理障碍的 生活中的心理学:你会推荐哪种治疗 治疗:研究现状 运用心理学知识学习心理学第14章 社会心理学 社会情境如何影响我们的行为 生活中的心理学:如何在耶鲁入流 构建社会现实:什么会影响

<<津巴多普通心理学>>

我们对于他人的判断 生活中的心理学：爱 恐怖主义的根源是什么 生活中的心理学：有关恐怖主义的多元视角 社会心理学：研究现状 运用心理学知识学习心理学 结语附录 解读数据：描述性和推断性统计分析术语表译后记

<<津巴多普通心理学>>

章节摘录

## 后记

你很可能是为了了解心理学的概貌，或为了解答心中与心理学有关的一些疑惑而翻开本书。

我要恭喜你，因为你做出了一个非常明智的选择。

这是一本成功运用与学习和记忆有关的心理学知识来介绍心理学的好书。

作者将全书内容总结为数十个精炼的核心概念。

这不但便于知识框架的构建，而且也非常便于知识的记忆。

此外，你在书中的页边上会经常发现一些“连接箭头”，这些箭头将散布于各章节的相关知识点串连起来，编织成一张密密的知识网络。

不仅如此，作者还使用了“条条大路通罗马”的强化原理，尽可能调用各种不同的心理过程来加强学习效果。

所以，在理解一个核心概念的时候，你不仅可以从书中了解到相关的理论知识，而且还可以亲自做一些简单的实验，可以把所学的知识运用到平日的学习过程中，甚至还可以根据每章末尾的列表，找些精彩的影片来欣赏。

这是多么快乐的学习过程阿！

不过，你要是认为这只是一本介绍现有心理学知识的教科书那就大错特错了。

与其他年轻盼学科一样，心理学正在蓬勃发展。

在阅读完本书以后，那些想要在心理学研究和实践领域做出独特贡献的年轻人可以了解到每个领域未来的大体发展方向，并据此选择自己最感兴趣的专业领域。

不仅如此，本书虽然只是简要介绍了实证研究的一些方法，但字里行间到处都流露出科学研究者所应具备的批判性思维方式。

这是远比知识本身更重要的东西，而比这还要重要的则是对于知识的渴望，和勇于实践的精神。

你在书中会看到，作者之一的津巴多教授在还是学生的时候就利用简单的调查方法来研究校园社会规范对学生穿着产生的影响。

你会发现，开展心理学研究并没有你想像的那么困难。

千里之行始于足下，最终成为心理学大家的津巴多教授就是从这些小小的心理学研究开始自己的心理学之旅。

你同样可以做到！

希望在不久的将来，我也能在本书的未来版本中看到你的名字。

最后，我还要感谢那些在本书翻译过程中给予我大力支持的朋友。

陈晋、王军和王佩幸不仅承担了部分章节的翻译工作，而且还让我以非常愉悦的心情来进行翻译。

此外，尹洪波和贺皖刑也在资料的查阅和收集过程中给予我很大帮助，在此一并表示衷心的感谢。

王佳艺

## <<津巴多普通心理学>>

### 媒体关注与评论

“我非常欣赏这本教材的写作风格和语调，这是津巴多所独有的，人们一读便知是他的书。他的幽默风趣给学生创造种轻松的学习氛围。

他总能帮助我将我脑海里所呈现的那些心理学无形的图像准确地描述出来。

”——约翰·康克林/加拿大坎莫逊学院 “我认为这本教材的写作风格非常好，内容非常吸引人而且很容易懂，我相信它一定会掀起学生学习心理学的极大热情！

”——杰夫·派佐扎/美国加利福尼亚圣安娜学院 “这本教材用简单的术语帮助学生很容易地了解现实中的心理学，并帮他们记忆那些无数的定义，它每章开始都有一个故事来引导学习本章相关的核心概念。

和其它我用过的枯燥、复杂的心理学教材相比，我强力推荐这本教材给每位希望或被动学习心理学的人士看。

”——C.格林/美国堪萨斯州

## <<津巴多普通心理学>>

### 编辑推荐

《津巴多普通心理学》最畅销的心理学教材，斯坦福大学著名心理学家、美国心理协会（APA）前主席，畅销书《心理学与生活》作者菲利普·津巴多扛鼎之作，连续15年成为最畅销的普通心理学教材，被哈佛大学等近300所国际知名大学广泛采用。

<<津巴多普通心理学>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>