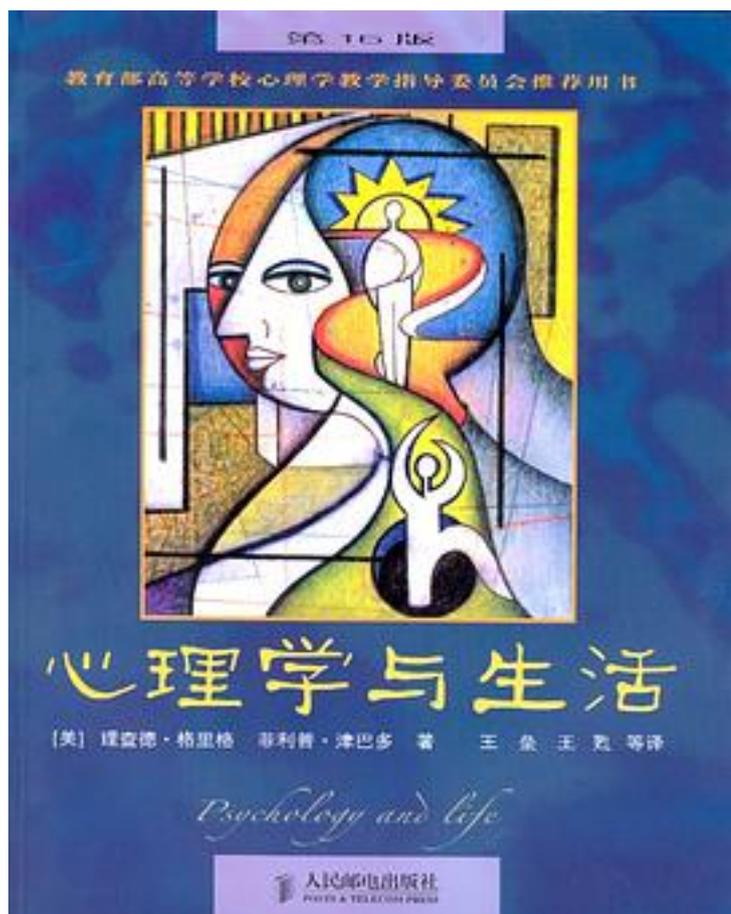


心理学与生活



[心理学与生活_下载链接1](#)

著者:[美] 理查德·格里格

出版者:人民邮电出版社

出版时间:2016-1-1

装帧:平装

isbn:9787115409386

《心理学与生活》是一部心理学经典教科书，心理学导论类教材第一品牌书，在美国及许多国家的心理学界都有着极高的知名度。美国ETS将《心理学与生活》推荐为GRE心理学专项考试的主要参考书。开创这本书的作者菲利普·津巴多是当今世界首屈一指的心理学家，曾因其卓越的斯坦福监狱实验而闻名世界，更因撰写《心理学与生活》和

主持电视系列片《探索心理学》而被誉为“当代心理学的声音和面孔”。

我国心理学界有不少教师多年来一直在用本书英文版作为教学用书。怀着对我国心理学基础教育和普及的使命感，北京大学心理学系19位教授通力合作，每人根据自己的研究专长和兴趣各选取一部分，精心翻译。正如王垒教授所言：“这部教材的翻译是北大心理学系教授们集体智慧和团队凝聚力的结晶。”《心理学与生活》第16版中译本在国内出版的十年来，累计发行50余万册，赢得了广大心理学师生及普通读者的喜爱和认可。她不仅伴随着很多心理学专业的学生走上了心理学的学习和职业发展之路，而且也帮助众多普通读者获得了宝贵的心理学知识。

《心理学与生活》首版于20世纪50年代，半个多世纪以来，不断与时俱进，迄今已修订19次。每次修订既力图反映心理学的最新研究进展，也保持其一贯的宗旨，即“心理学是一门科学，同时关注这门科学在生活中的应用”，可谓历久弥坚，历久弥新。本书为《心理学与生活》第19版的影印版，较之第18版已经有了大幅的修订，全书精简为16章，更新了研究范围和650多篇参考文献，新增了“生活中的心理学”与“生活中的批判性思维”两个专栏及一些教学专栏。

正如作者所言：“心理学是一门与人类幸福密切相关的科学”，本书贴近生活、深入实践的独特风格，使其一直是一般大众了解心理学、更好地理解人性和全面提升自身素质的首选读物。

作者形象地将学习《心理学与生活》的过程比喻成一次“智慧的旅行”，选择她，相信你一定不虚此行。祝您好运！

作者介绍:

菲利普·津巴多是美国心理学协会（APA）前主席，科学协会主席委员会（CSSP）前主席，斯坦福大学的荣誉退休教授，他在斯坦福大学教授心理学导论课程长达50年。在过去的38年里，他撰写并与格里格合著了《心理学与生活》，以及配套的《教学指南》和《学习指南》。因为主持广受欢迎的PBS电视系列片《探索心理学》，他被世界公认为“当代心理学的声音和面孔”，这部电视系列片至今仍在美国和全世界的中学和大学课程中广为使用。津巴多不仅热爱开展和出版关于各种主题的研究，而且也热衷于教学和参与公众及社会服务活动。津巴多一直是许多社会心理学领域中硕果累累、富有创新的研究者，发表了350多篇专业论文、通俗文章和书中的章节，出版了50多部著作。为了表彰他丰硕的研究成果，美国心理学协会向津巴多颁发了E.西尔格德普通心理学终身成就奖。他还因为对人性的大量研究荣获瓦茨拉夫·哈维尔基金奖。津巴多目前在帕洛阿尔托大学心理学博士（PsyD）联盟项目任教，并在全世界发表演讲。他现在的研究关注英雄主义的心理学。更多信息请浏览以下网站：www.zimbardo.com，www.prisonexp.org，www.lucifereffect.com，www.everydayheroism.com。

理查德·格里格是纽约州立大学石溪分校的心理学教授。在此之前，他任教于耶鲁大学，并在那里获得了Lex Hixon社会科学杰出教师奖。格里格有关语言使用的认知心理学研究已被广泛出版。其中有一系列研究探讨了有效沟通的心理过程。另外一个研究项目考察了读者陶醉于故事世界时体验到的认知和情绪变化。他的著作《体验叙事世界》（Experiencing Narrative Worlds）已由耶鲁大学出版社出版。格里格是美国心理学协会（APA）和心理科学协会（APS）的会员。他还是Psychonomic Bulletin & Review杂志的副主编。格里格是亚历山德拉引以为傲的父亲，亚历山德拉虽然只有18岁，却已经为21世纪的心理学与生活的许多方面提出了实质性的并且有价值的建议。蒂莫西·彼得森的指导和支持大大提升了他在长岛的生活。

目录: Brief Contents

1 PSYCHOLOGY AND LIFE	1
2 RESEARCH METHODS IN PSYCHOLOGY	22
STATISTICAL SUPPLEMENT	44
3 THE BIOLOGICAL AND EVOLUTIONARY BASES OF BEHAVIOR	52
4 SENSATION AND PERCEPTION	90
5 MIND, CONSCIOUSNESS, AND ALTERNATE STATES	135
6 LEARNING AND BEHAVIOR ANALYSIS	163
7 MEMORY	195
8 COGNITIVE PROCESSES	232
9 INTELLIGENCE AND INTELLIGENCE ASSESSMENT	270
10 HUMAN DEVELOPMENT ACROSS THE LIFE SPAN	297
11 MOTIVATION	339
12 EMOTION, STRESS, AND HEALTH	369
13 UNDERSTANDING HUMAN PERSONALITY	406
14 PSYCHOLOGICAL DISORDERS	441
15 THERAPIES FOR PSYCHOLOGICAL DISORDERS	477
16 SOCIAL PSYCHOLOGY	
• • • • •	(收起)

[心理学与生活_下载链接1](#)

标签

心理学

psychology

英文原版

社会科学（心理学，教育学，社会学等）

英文原版书

教材

英文版

津巴多

评论

每次来个新版，我都买一本，重读一遍。
学科introduction教材看一遍，各种鸡汤文可以散退了。

One of the authors conducted the infamous Stanford Prison Experiment. Shooketh!!!

草草翻完趣闻专栏，无耻地标个“已读”吧。津巴多是S的心理学教授，2016年4月来北大讲座，我后来才知道，所以补补他这本教材。有个关于如何克服害羞的提示很有启发：1、意识到多数人都是害羞的；2、可以通过改变习惯而克服；3、当遇到别人时练习微笑和目光接触；4、公共场合讲话大声点、自信点（比如自我介绍或询问信息）；5、主动提问或点评（提前准备）；6、不要苛责自己，想想下次如何改善；7、努力让其他害羞的人感到舒服。

最近每天都在读，迈出考研第一步。
二更:8.18标了这本书，今天10.18终于读完啦！人生中通读过的最长教材了。
书非常好，同时还读了10年前的16版，明显感觉到书籍内容与时俱进，正如作者Zimbardo在反驳斯坦福监狱实验造假中所说，这本“全球领先的心理学初阶教材”是他最重大学术成就之一。引文充足、学术成果及时更新补充这两点，国内教材确实是比不上。

算看了一半吧。大概大四看的，一天一章，那时多老实啊

准备二周目（笔记）

查了不少词才一点点啃完，总算是对心理学有了了解。

大一时期。进入理论囚笼的典型。

就读了一点点 心理学选择英文教材实在是大错特错 悔

[心理学与生活 下载链接1](#)

书评

“别傻了，放下吧。”或者“别想了，看开点。”伤心欲绝的时候身边的朋友对你说的最多的话恐怕就是这两句。可是效果往往没那么好。有些人继续找人倾诉，依旧会想不开；而有些人非常想要放下，结果却越发放不下。相似的问题还有很多，会议发言时我们越在内心鼓励自己自信轻松...

借以本文回答苏小妹同学的问题：用行动去增加经验，那么如果自卑的人在经验中更受打击，如何才能积累自信？前文：要想不痛苦，唯有带着痛苦生活。
<http://book.douban.com/review/2977929/> -----
前文里提到自卑的人会更自卑、自闭，原因就是自卑的人更容易...

其实很多人对<心理学与生活>这本书都有所了解,也有很多人读过了
我想在这里给大家在横向上介绍下<心理学与生活>的原文17版.
相比较中文的16翻译版,他能让你更准确的认识和理解心理学这门学科,并且并不晦涩难懂,还有一个突出的特点是他是原汁原味的,可以让人看到在...

要学习一种知识，就象是在一个陌生的地方行走。你可以跟着别人的指示走，而不管对错；也可以自己摸索着走，看看运气好不好。但是，最好的方式是有一张地图，让自己知道自己在那里，这个陌生的地方到底有多大，有多少条路，然后你选择你喜欢的道路走下去。对心理学，一直感觉很...

佛学有种境界是跳出三界外，不在五行中。要是在心理学里，算不算心理素质极其稳定我并非专业人士，就算读此类入门，也是一头雾水。所以没按次序，随手翻开看的。但仍觉得非常有趣。心理学的神秘感其实来自于人类对于自身探究的庞大未知。一直想理性的生活，面对情感，面对...

对于一个对心理学感兴趣，但是又没有系统地学习过心理学的人来说，这本教材是非常合适的一本入门教材。包括书中的参考材料列表，心理学研究方法的介绍，心理学与生活的联系案例，都会让初学者感受到心理学不是那么神秘的，它就在我们身边，是我们身边的科学。读这...

还是推荐读英文原版的Psychology and Life。北大心理系一直用那本书作本科第一门基础课《普通心理学》的教材的，深入浅出，很不错。中文版虽是北大心理学系的教授合力一同翻译的，不过毕竟翻译需要很好的中文功底，所以也许……，不过翻译得到底好不好我没有发言权，因为我...

在国内，心理学被很多畅销书、没有学术经验的专栏作家弄成了三不像。他们说这一些断章取义的话，误导大众已久。把活生生的科学变成了鸡汤，真的大丈夫吗？如果你真的喜欢心理学，非常推荐阅读此书。虽然有一些内容有一些深奥，但是整体还是能读懂的。书中有一些小案例也非常...

我是学心理学的，所以我觉得这本书对于专业人士来说真的是很有用。看了这本书，让我发现原来生活真的到处都有心理学。

心理学是一门与人类幸福密切相关的科学。该书贴近生活，深入实践的独特风格同样也是一般大众了解心理学，更好的理解人性和提高自身全面素质的极好读物。正如编者：这是一本优秀的，经典的心理学教科书。在世界范围内的很多国家的心理学界都有着极高的知名度。该书中有大量的专...

大一时，专业课的第一本教材。是16版。
当时捧在手里厚厚的一本，觉得很是满足，像是打开了扇门。
很奇怪的，因为老师的缘故，课并没有好好上。但是这本书，却是所有教材里面看得最多，也最喜欢的。光是用荧光笔划记的痕迹就有深深浅浅，不同颜色的很多。
内容很全，也很通俗...

很多语句都不通顺,里面还有许多"造词",这就更难读了.
老外的书喜欢讲原理,讲了一堆如何作实验,实验如何进行,
实验是如何的考虑了结论的客观性.....讲了2页实验,最后一段结论.

谁知道这个封面是神马意思？烦请告知！名画吗？话说第十三版的封面也很奇怪！
（“抱歉，你的评论太短了。”尼玛，我就这一个问题啊！你让我说几遍！你让我说几遍！你让我说几遍！你让我说几遍！你让我说几遍！）

首先，我很欢迎大家来建议评论，来完善自己的不足
然后，我会坚持写下去，大概两天一章。最后，我觉得读一下别人的读书笔记可能更有助于自己理解。学习手段 1复习每章概要，让你简单的认识这一章的内容。
2重点重述，让你知道什么是学习的重点。 3浏览该...

看完书后,发觉得身边的很多人都需要去看心理医生,作长期的心理治疗.
其实心理生病比生理生病更可怕,那是无形的黑暗的感觉.因为当你身边最亲密的人对任何小事很敏感的时候那是很可怕的.一种无形的压力压向你,觉得时刻处于崩溃爆发的边缘的感觉,如履薄冰,小心翼翼.....总之,很糟...

哇，这本书快把我搞疯了，我的英语很糟糕，所以我看很慢很慢很慢。。。每次打开扉页，面对密密麻麻的英文和我自己标注的中文词语的时候，我都会跟自己说，你看，好好一本书，被你写的谁都看不懂了，但是真的很爱，我还推荐另一本书，因为这本书占用了我太多时间，所以看那本...

[心理学与生活_下载链接1](#)