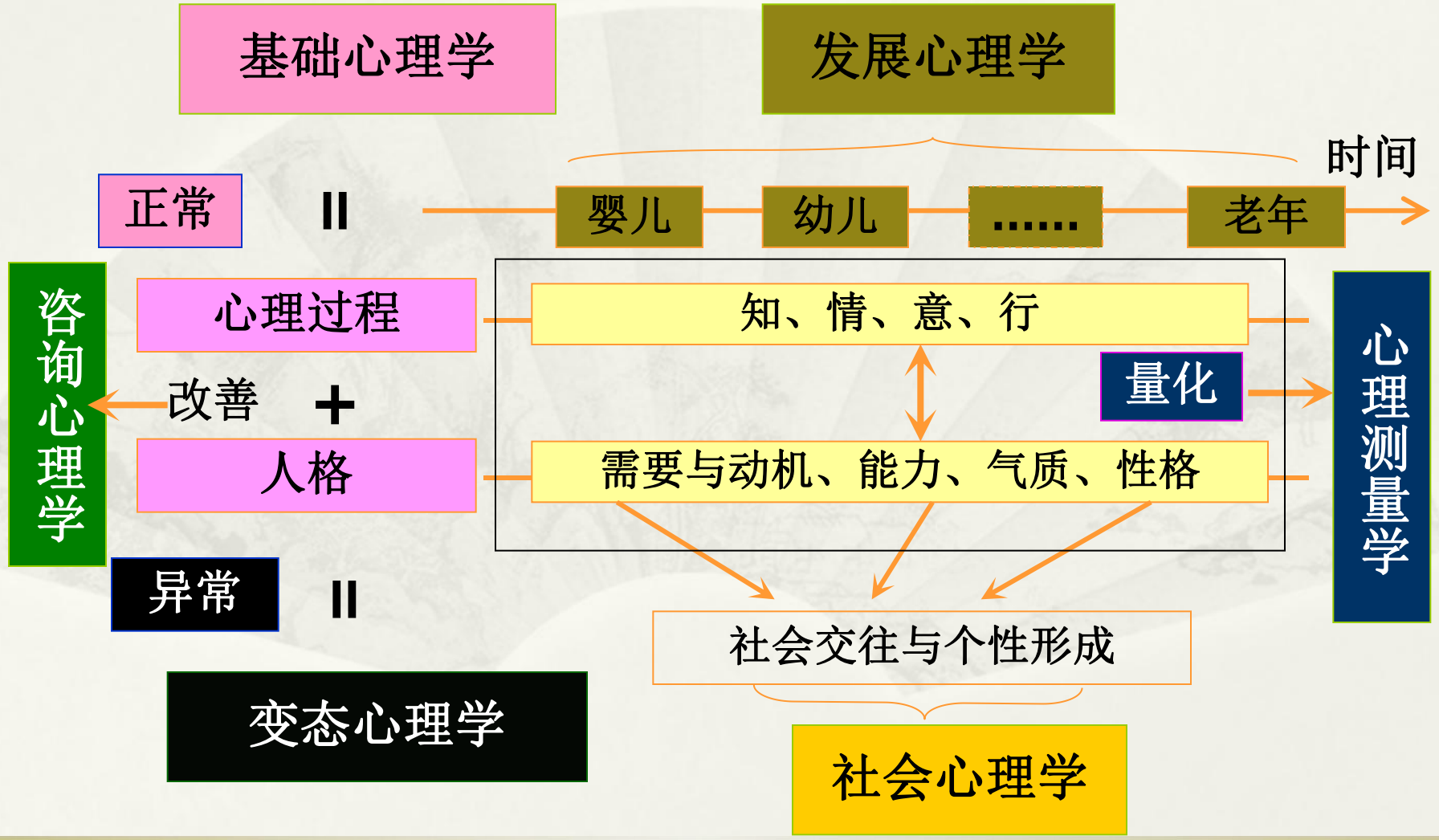
学科关系图


基础心理学
发展心理学
时间
正常
=
婴儿
幼儿
……
老年
咨询心理学
心理过程
知、情、意、行
量化
心理测量学
改善
+
人格
需要与动机、能力、气质、性格
异常
=
社会交往与个性形成
变态心理学
社会心理学

1、普通心理学知识点串讲

基础心理学的内容


心理现象
心理过程
人　格
认　知
情绪情感
意　志
倾向性
人格特征
感觉、知觉、记忆、
思维、言语
快乐、愤怒、悲哀、恐惧
心境、激情、应激
道德感、美感、理智感
意志行动阶段
动机冲突
需要、动机
能力、气质、性格

心理学发展简史（识记）

* 科学心理学的建立

冯特，1879年在莱比锡大学建立世界上第一个实验室，标志着科学心理学的诞生。学者们都把他看作科学心理学的创始人。

1．科学心理学的创始人是（　）。

A．W·詹姆斯　　B．H·艾宾浩斯

C．W·冯特　　D．S·弗洛伊德

* 学派的纷争

1）构造心理学派—冯特与铁钦纳

2）行为主义—华生,刺激与反应(S-R)

3）格式塔心理学—维特海默，科勒，柯夫卡

4）机能主义心理学—杜威，詹姆士

5）精神分析学派—弗洛伊德

1. “心理学的任务，在于查明S和R之间的规律性关系”，持这种观点的学派是（　）。

A. 机能主义心理学　B. 构造主义心理学

C. 人本主义心理学　D. 行为主义心理学

2. 一般认为，华生是（　）心理学家。

A. 行为主义　　B. 机能主义

C. 认知主义　　D. 人本主义

* 当代心理学研究的主要取向

人本主义心理学—心理学的“第三势力”

认知心理学—心理学研究新方向

生理心理学—探讨心理活动的生理基础与脑的机制

1.（　）被称为心理学的“第三势力”。

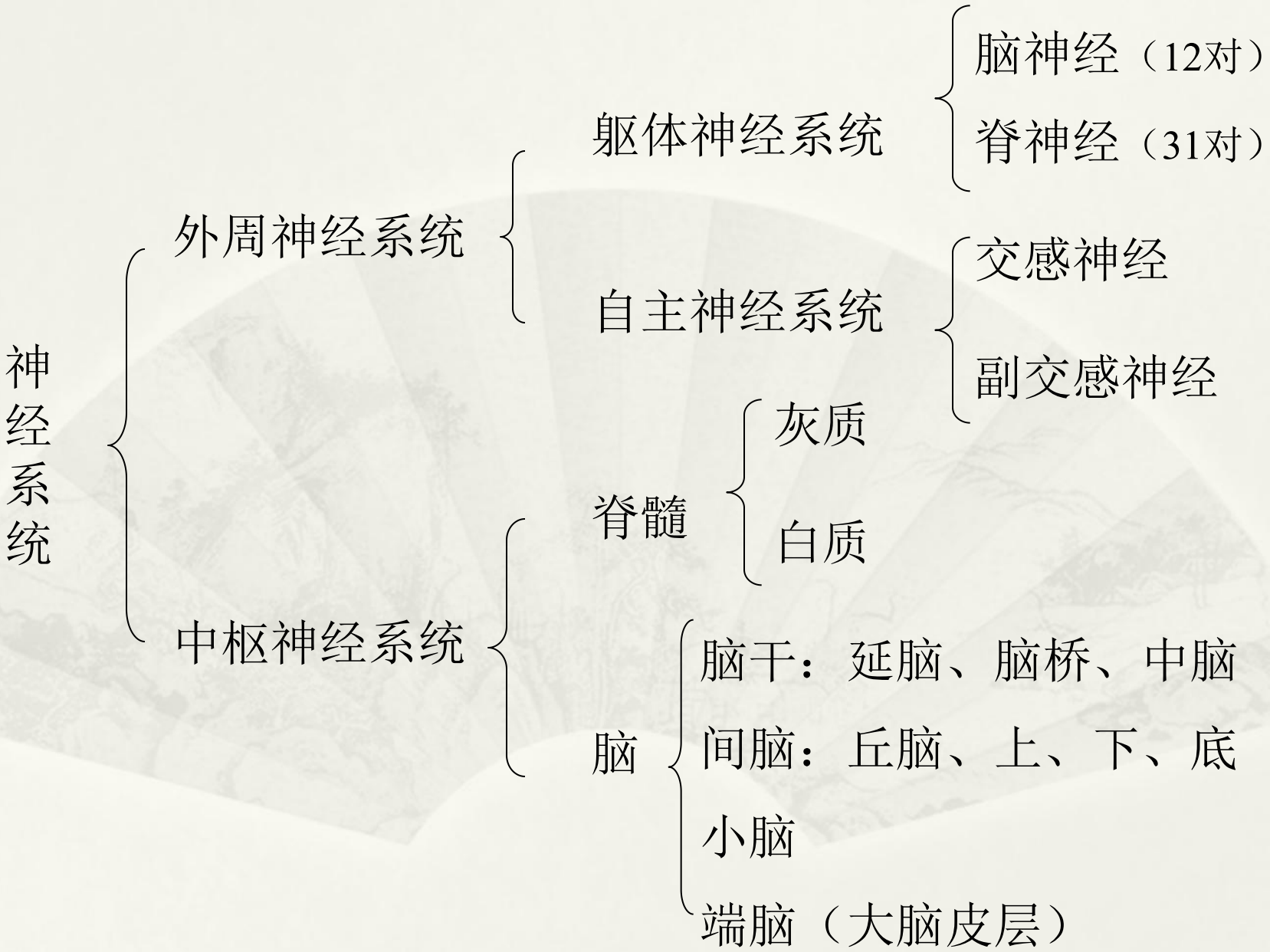
A. 行为主义心理学　B. 人本主义心理学

C. 认知心理学　D. 精神分析学

四、研究心理现象的原则和方法（识记）

研究心理学的原则—客观性、辨证发展、理论联系实际

心理学研究方法—观察法、调查法、个案法、实验法


神经系统
外周神经系统
躯体神经系统
脑神经（12对）
脊神经（31对）
自主神经系统
交感神经
副交感神经
中枢神经系统
脊髓
灰质
白质
脑
脑干：延脑、脑桥、中脑
间脑：丘脑、上、下、底
小脑
端脑（大脑皮层）

1．脑最古老的部位是（ ）

A．小脑　B．脊髓　C．丘脑　D．脑干

2．下丘脑是（ ）。

A．皮层下较高级的感觉中枢

B．皮层下调节呼吸与心跳的中枢

C．调节自主神经系统活动的中枢

D．调节睡眠与觉醒的神经结构

1．1860年，（　）发现右利手的人左半球言语功能占优势。

A．布洛卡　　B．斯佩里

C．巴甫洛夫　　D．艾宾浩斯

2．下列说法中正确的是（ ）。

A．大脑两半球的解剖结构是不对称的

B．右利手的人左半球的言语功能占优势

C．单侧化指人脑的主要功能集中在左边半球

D．右利手的人右半球的形象思维占优势

高级神经活动的反射学说

* 巴甫洛夫学说的几个概念

创立了高级神经活动学说。

神经活动基本过程—兴奋和抑制

反射的定义,无条件反射和条件反射

第一信号系统与第二信号系统

铃声响了，学生走出教室/老师说“下课了”，学生走出教室

“一朝被蛇咬，十年怕井绳”

有人看到蛇，快跑，边跑边喊：“蛇！蛇！”后面的人听到喊声，也快跑。

第三节 感觉和知觉（重点掌握）

一、感觉概述

* 感觉的定义

1. 感觉的属性包括（ ）。

A. 它是对直接作用于感觉器官的客观事物的反映

B. 它是对过去作用于感觉器官的客观事物的反映

C. 它是人脑对客观事物个别属性的反映

D. 它是人脑对客观事物整体的反映

* 感觉的分类

机体觉又叫内脏感觉，包括饿、渴、窒息等

二、感受性与感觉阈限

* 感受性与感觉阈限的含义

1. 感受性与感觉阈限之间的关系是（ ）。

A. 常数关系B. 对数关系C. 正比关系 D. 反比关系

* 种类

绝对感觉阈限和差别感觉阈限

差别感觉阈限，或叫差别阈限，又叫最小可觉差，英文缩写j.n.d

韦伯定律与费希纳定律

三、感觉现象

* 感觉适应

外界刺激持续作用下感受性发生变化的现象。

应用：红色眼镜保护对暗适应

* 感觉后象：正后象和负后象
* 感觉对比：同时对比和相继对比；视觉对比、嗅觉对比、温度对比等
* 联觉：一种刺激不仅引起一种感觉，还能引起另外一种感觉。

1．在外界刺激持续作用下感受性发生变化的现象叫（ ）。

A．感觉适应　B．感觉后像　C．感觉对比　D．联觉

2．红色让人感到温暖，这是一种（ ）现象。

A．感觉适应　B．感觉对比　C．感觉后像　D．联觉

3．绿叶陪衬下的红花看起来更红了，这是（ ）。

A．同时对比现象　B．相继对比现象

C．彩色对比现象　D．感觉适应现象

* 各种感觉

1）视觉

视觉的适宜刺激—380~780纳米

锥体细胞（明视觉）与杆体细胞（暗视觉）

色觉异常—色弱、部分色盲、全色盲

遗传途径—外祖父通过妈妈传给男孩

色觉异常的人能分辨物体细微的明度上的差别。

1．色觉异常的人通常是靠（ ）来辨认颜色的。

A．色调　B．明度　C．饱和度　D．照度

2）听觉

听觉的适宜刺激—16~20000赫兹

人对1000~4000赫兹最敏感

老年人丧失听觉首先从高频开始

内耳中的科蒂氏器官是听觉神经细胞集中处

声音的特性—音调、响度、音色

1．声音的性质包括（ ）。

A．音调　　B．响度　　C．饱和度　　D．音色

3）嗅觉和味觉的适宜刺激与感受器官

基本味觉—酸、甜、苦、咸

4）皮肤觉

类别：触觉、压觉、振动觉、温觉、冷觉、痛觉

生理零度：皮肤表面的温度

5）平衡觉又叫静觉

感受器：内耳中的前庭器官，晕车、晕船

6）运动觉又叫动觉

7）内脏感觉又叫机体觉，正常下感觉不到

8）痛觉—所有组织中

特点：性质不清、定位不准，具有放射

生物学意义：对机体有保护的作用

痛觉：生理性痛觉和心因性痛觉

1．痛觉的生物学意义在于（ ）。

A．它可以增强一个人的意志力 B．它使我们感到生活的真实

C．它能使我们更快地适应环境 D．它对机体具有保护性的作用

2．下列说法正确的是（ ）。

A．所有的痛觉都是内部感觉

B．所有的痛觉都是外部感觉

C．痛觉不容易适应

D．痛觉具有有机体保护的作用

五、知觉概述

* 知觉定义：直接作用于感觉器官的客观事物的整体在人脑中的反映。
* 知觉基本特性：整体、选择、恒常、理解

六、知觉的种类

* 空间知觉—大小、形状、方位、距离

距离知觉又叫深度知觉，双眼视差是形成深度知觉的最主要线索

* 时间知觉

生物钟：机体内部生理节律性的变化引起的外部行为的节律性变化、如，消化系统，睡眠等

* 运动知觉

似动现象：没有发生位移却被知觉为运动，又叫动景现象，如电影、霓虹灯、路牌广告等

* 错觉

在特定条件下产生的对客观事物的歪曲知觉。往往带有固定的倾向。

错觉有线条长短的错觉、线条方向错觉、面积大小错觉、不同感觉道相互作用产生的错觉（如，行重错觉、视听错觉）

2008.5 89．错觉的性质包括（ ）。

A．是对客观事物的歪曲知觉

B．错觉所产生的歪曲带有固定的倾向

C．只要知道错觉产生的原因，错觉是可以克服的

D．只要具备产生错觉的条件，错觉就一定会发生

第四节 记忆(识记)

一、记忆及记忆过程

* 记忆的定义

记忆：过去的经验在头脑中的反映。

* 记忆的种类

形象记忆，情景记忆，情绪记忆，语义记忆（语词—逻辑记忆），动作记忆

* 记忆过程—识记、保持、回忆（再现）或再认

* 遗忘及遗忘规律

遗忘：对识记过的材料既不能回忆也不能再认，或发生了错误地回忆或再认。

遗忘与记忆的实验研究创始人—艾宾浩斯

遗忘的进程—先快后慢

二、表象

* 表象：头脑中对事物的形象。
* 表象的特征和作用

特征：直观形象性，片断不稳定性，可操作性，概括性。

表象可以在头脑中放大、缩小、翻转，表象的可操作性使表象成了想像的素材。

表象既有直观形象性，又有概括性，使它起到了从感知到思维过渡的桥梁作用。

三、三个记忆系统

* 三个记忆系统分别是：瞬时、短时、长时

划分标准—信息编码、储存和提取方式，信息储存时间长短

1．三个记忆系统是以（　）作为标准来划分的。

A．识记、保持、回忆和再认　　B．信息储存时间的长短

C．信息的编码、储存和提取方式 D．全部报告和部分报告

* 三个记忆系统的特点及相互联系

1）瞬时记忆

2）短时记忆：保持在1分钟以内的记忆

容量——7±2组块,即记忆广度；

3）长时记忆：保持在1分钟以上的记忆

容量是无限的；形式是语义编码和形象编码；如果不有意识地回忆，一般注意不到；长时记忆的遗忘原因—自然衰退、干扰

干扰：前摄抑制，倒摄抑制，系列位置效应

系列位置效应：首因效应（首位效应）/近因效应（新近效应）

1．干扰会造成长时记忆的遗忘，干扰可分为（　）。

A．前摄抑制和倒摄抑制　B．前干扰和后干扰

C．前摄抑制、中摄抑制和倒摄抑制

D．远干扰和近干扰

2．记忆材料在系列中所处的位置对记忆效果发生的影响叫（　）。

A．系列位置效应　B．前摄抑制

C．倒摄抑制　D．记忆顺序效应

3．系列位置效应的一般表现是（　）的材料记得好。

A．开头　B．中间　C．后边　D．两头

第五节 思维、言语及想像（重点掌握）

一、思维概述

* 思维的定义与特征

定义：人脑对客观事物的本质和事物之间联系的认识。

特征—间接性和概括性

* 思维的智力操作过程—分析与综合、抽象与概括

二、思维的种类

* 根据形态：动作思维、形象思维、抽象思维
* 问题探索方向：辐合思维（求同），发散思维（求异）
* 创造性：再造性思维和创造性思维

三、概念掌握和问题解决的思维过程

* 概念的掌握

定义：是人脑对客观事物本质属性的反映，是思维活动的结果和产物，又是思维活动借以进行的单元。是以词来标示的。

概念掌握的定义：又叫概念形成，是个体借助语言，从成人那里继承和学会包含于概念中的知识和经验的过程。

* 问题解决及其研究

定义：在问题空间中进行搜索，以便从问题的初始状态达到目标状态的思维过程。

影响问题解决的因素：迁移（正迁移和负迁移）、原型启发、定势

问题解决策略—算法和启发式

启发式—循环子目标、逆向搜索、计划简化

四、语言与言语

* 语言与言语

言语的定义：人们运用语言进行交际的过程。

语言是社会现象，言语是心理现象

* 言语活动的形式

言语的分类—内部言语和外部言语

外部言语分类—口头言语和书面言语

* 言语活动的中枢机制

1）言语运动中枢

言语运动中枢又叫布洛卡中枢—损伤→表达性失语症（运动性失语症）

2）言语听觉中枢又叫威尔尼克中枢—颞上回损伤→接受性失语症

3）视觉性言语中枢—角回损伤→失读症

4）书写性言语中枢—额中回靠近中央前回损伤→失写症

1．布洛卡中枢即（　）。

A．听觉性言语中枢　B．视觉性言语中枢

C．运动性言语中枢　D．书写性言语中枢

五、想像

- 想像的定义：人对已有的表象加工改造，创造出新形象的思维过程。
- 想像的种类—无意想像和有意想像

无意想像—梦(极端例子)、幻觉(异常精神状态)

有意想像—创造想像、再造想像、幻想

幻想的定义：与一个人的愿望相联系，并指向未来的想像。理想和空想。

第六节 意识与注意（掌握）

一、意识概述

* 意识

意识的定义：在觉醒状态下的觉知。

* 无意识

定义：个体没有觉察到的心理活动和心理过程。包括对刺激的无意识和无意识的行为。

* 几种不同的意识状态

1）睡眠

4个阶段——?

梦境出现在深度睡眠之后的快速眼动阶段，持续5～10分钟。

2）梦

特点：不连续性、不协调性、认知的不确定性。梦是正常的生理和心理现象。

二、注意概述

* 注意的定义

注意是心理活动或意识活动对一定对象的指向和集中。

注意是心理或意识活动的一种状态而非过程。

* 注意的种类—无意注意、有意注意、有意后注意/不随意注意、随意注意、随意后注意。

三、注意的特征

* 注意广度

又叫注意范围。简单的任务7±2个

注意的稳定性

注意的起伏

注意的分散——“分心”，与稳定性相反

* 注意转移
* 注意分配及条件

定义：注意指向不同的对象，同时从事几种不同活动的现象。比如自拉自唱、边做笔记边听讲

注意分配的**条件**：一，从事的活动中有一些是非常熟练的，达到自动化的水平；二，从事的活动中有内在的联系。三，两种活动用不同的感觉道，不同的心理操作完成。

1．在同一时间内把注意指向不同对象，同时从事着几种不同活动，这是（　）。

A．注意的转移　　B．注意的分散

C．注意的分配　　D．注意的动摇

第七节 需要和动机（掌握）

一、需要与动机概述

* 需要

定义：需要是有机体内部的一种不平衡状态

种类：根据需要的产生，自然需要和社会需要/生理需要（生物需要）和获得性需要；根据需要的对象，物质需要和精神需要。

* 动机

动机的定义——？

动机是在需要的基础上产生的

内驱力：基于生理需要产生的动机

诱因：基于外部环境条件引起的需要

与行为的关系：同一行为可以由不同的动机引起，不同的活动也可以由相同的或相似的动机引起。

* 动机的种类

二、马斯洛的需要层次理论

* 理论的内容

五个层次—生理需要、安全需要、爱和归属需要、尊重的需要、自我实现的需要

自我实现需要的定义：

缺失性需要与生长需要

1．在马斯洛的需要层次理论中，生长需要（ ）。

A．是低层次的需要　　B．是高层次的需要

C．是要优先满足的需要　　D．如果满足就会有益于健康．长寿和精力的旺盛

第八节 情绪、情感和意志（重点掌握）

一、情绪、情感概述

* 情绪和情感的定义

定义：人对客观外界事物的态度的体验，是人脑对客观外界事物与主体需要之间关系的反映。

表情是人情绪变化的表现，有面部表情、身段表情、言语表情

* 情绪、情感的区别和联系

情绪是感情反映的过程,情感代表感情的内容

情感通过情绪来表现

* 情绪情感的功能—适应、动机、组织、信号

二、情绪理论

詹姆斯-兰格　　情绪外周理论

坎农-巴德　　情绪丘脑理论

沙赫特-辛格　　情绪认知理论

汤姆金斯-伊扎德　情绪动机-分化理论

1.（　）强调植物性神经系统在情绪发生中的作用。

A. 沙赫特的情绪认知理论　　B. 詹姆斯—兰格的情绪理论

C. 汤姆金斯和伊扎德的情绪动机分化理论

D. 坎农—巴德的情绪丘脑理论

三、情绪、情感的种类

* 基本情绪和复合情绪

原始情绪—快乐、愤怒、悲哀和恐惧

* 心境、激情和应激（速度、强度和持续时间）

高级情感——主要有道德感、美感、理智感；还有宗教情感、母爱等

五、意志

* 意志的定义
* 意志行动的基本阶段——准备；执行决定

准备阶段：选择并确立目标、作出决策

执行决定阶段：克服障碍、修正计划、实现目标

动机冲突—四种形式

双趋式，双避式，趋避式，双重趋避式

1．两个目标具有同样吸引力，但不能同时获得时出现的动机冲突叫（　）。

A．双避式冲突　B．趋避式冲突

C．双趋式冲突　D．双重趋避式冲突

* 意志品质—

自觉性（受暗示性、武断从事）

果断性（优柔寡断、鲁莽行事）

坚韧性（退缩、虎头蛇尾、执拗、墨守成规）

自制性（怯懦、任性）

第九节 人格

一、人格概述

* 人格定义：
* 人格的特性-独特性、整体性、稳定性、功能性、自然和社会性的统一
* 人格结构——人格倾向性（需要和动机、表现为态度）和人格心理特征（能力、气质、性格）

二、能力

* 能力概述

能力的定义

能力是掌握知识、技能的前提

能力的分类：1.能力、才能和天才（发展的程度）；2.一般能力和特殊能力（结构）;3.模仿能力、再造能力和创造能力（创造程度）；4.认知、操作与社交能力（领域）

* 能力结构理论：

1、斯皮尔曼-二因素论（S、G）；

2、赛斯顿-群因素论（7中原始能力因素）；

3、吉尔福特-智力结构理论（120种能力因素）

能力发展的个体差异—发展水平、类型、早晚

天赋或素质 解剖生理特征，包括感觉器官、运动器官及神经系统构造和机能特点。是能力发展的自然基础和前提

遗传决定能力发展的范围,环境决定范围内的具体程度

三、气质

* 气质概述

定义。相当于日常生活中的脾气、秉性或性情。

气质类型学说—体液说（希波克拉底）、体型说（克雷奇米尔）、血型说（古川竹二）、激素说（伯曼）

* 巴甫洛夫的高级神经活动类型—兴奋型、活泼型、安静型和抑制型

表1.1 神经活动过程的特性、活动类型与气质类型的关系

气质的特性——1感受性和耐受性、2反应的敏捷性、3可塑型、4情绪的兴奋性、5指向性

外在表现-胆汁质、多血质、粘液质、抑郁质

* 如何看待气质类型：

稳定但可塑（“江山易改，本性难移”），无好坏之分，不决定成就高低但影响工作效率，影响性格形成难易与对环境的适应

四、性格

* 性格的定义

态度的定义

性格与气质的不同

* 性格的结构

性格的静态特征—态度、意志、情绪和理智；

性格的动态结构—态度特征是性格的核心

1．性格的静态特征不包括（　）

A．态度特征　B．情绪特征　C．意志特征　D．内容特征

性格的动态结构和静态特征不是分离的，而是彼此联系与制约，有机组成一整体。不同场合显露性格不同侧面，比如鲁迅

五、人格理论

* 人格结构的动力理论

弗洛伊德 ——本我、自我、超我

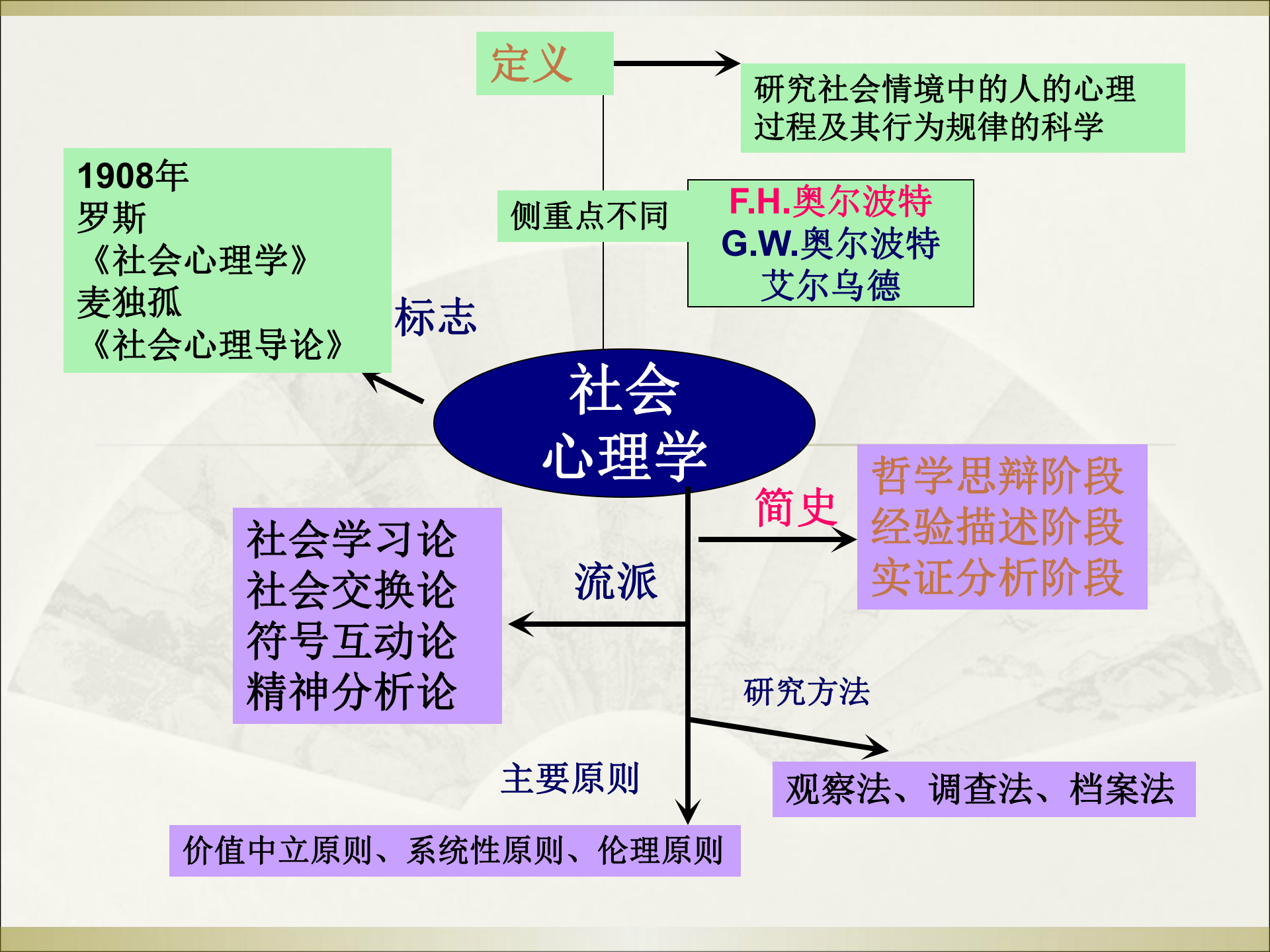
* 人格结构的类型理论

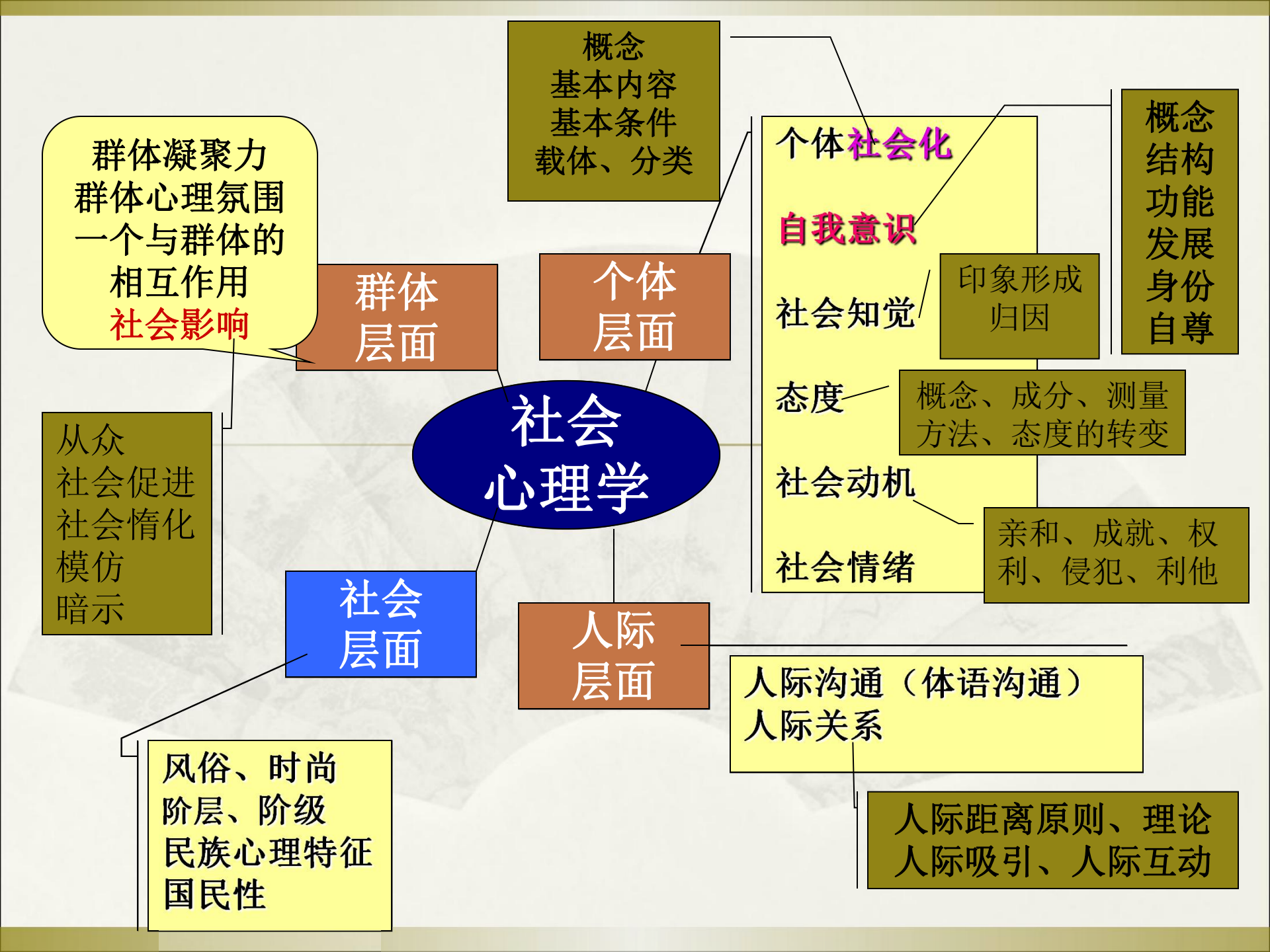
荣格——内、外向人格类型理论

* 人格特质理论——奥尔波特（共同特质、个人特质<首要、中心、次要>）、卡特尔（表面与根源）、艾森克人格结构维度（**ENP三维**）
* 人格五因素模型

人格五要素：NEOAC

2、社会心理学知识点串讲


定义
研究社会情境中的人的心理过程及其行为规律的科学
侧重点不同
F.H.奥尔波特
G.W.奥尔波特
艾尔乌德
1908年
罗斯
《社会心理学》
麦独孤
《社会心理导论》
标志
社会心理学
简史
哲学思辩阶段
经验描述阶段
实证分析阶段
流派
社会学习论
社会交换论
符号互动论
精神分析论
研究方法
观察法、调查法、档案法
主要原则
价值中立原则、系统性原则、伦理原则


社会心理学
群体层面
群体凝聚力
群体心理氛围
一个与群体的相互作用
社会影响
从众
社会促进
社会惰化
模仿
暗示
个体层面
概念
基本内容
基本条件
载体、分类
个体社会化
自我意识
社会知觉
印象形成
归因
概念
结构
功能
发展
身份
自尊
态度
概念、成分、测量
方法、态度的转变
社会动机
亲和、成就、权利、侵犯、利他
社会情绪
社会层面
风俗、时尚
阶层、阶级
民族心理特征
国民性
人际层面
人际沟通（体语沟通）
人际关系
人际距离原则、理论
人际吸引、人际互动

第一节 概述

社会心理学诞生—1908、罗斯（美）与麦独孤（英）、《社会心理学》与《社会心理学导论》

一、研究对象和范围

* 社会心理学的定义

社会心理学学科母体(心理学、社会学、文化人类学)

社会心理学的定义(侧重于心理学和社会学)

F·奥尔波特和G·奥尔波特对心理学的定义

综合定义：研究社会情境中的人的心理过程及其行为规律

* 社会行为与社会心理

社会行为的定义：

勒温的公式B=f (P, E)，人和他所处的情境是一个相互依赖的因素群。

* 社会心理学研究范围–4个层面

个体层面

人际层面–人际沟通、人际关系

群体层面

社会层面–风俗、时尚、阶层、阶级

二、社会心理学简史

社会心理学发展三阶段

* 哲学思辨
* 经验描述
* 实证分析

最早的社会心理学研究–人性

经验描述阶段的重要学术思潮–进化论、民族心理学、群众心理学、本能心理学、精神分析学派

勒温——社会心理学之父

F·奥尔波特——实验社会心理学的奠基人

社会心理学研究遵循的原则：价值中立原则

四、社会心理学的主要理论流派

* 社会学习论—起源于行为主义、代表人物班杜拉、沃尔特斯

学习的机制

1联想经典条件反射、

2强化操作条件反射、

3模仿

观察学习的过程

注意→保持→动作再现→动机

* 社会交换论–创始人霍曼斯、5个命题（成功、刺激、价值、剥夺-满足、侵犯-赞同）

趋利避害是人类行为的基本原则

* 符号互动论–基本假设3点
* 精神分析论

集体潜意识–荣格

霍妮的文化因素论–男女之间的心理差别由文化因素决定

沙利文的人际关系说–人际关系是人格形成和发展的源泉

第二节 社会化与自我

一、社会化

* 社会化的概念

早期社会化、继续社会化与再社会化

我国的劳动教养和劳动改造制度是一种再社会化的机制。

* 社会化的基本内容
* 社会化基本条件—生活依附期长、遗传素质

二、社会角色及其理论

* 社会角色的概念
* 社会角色的分类

  先赋角色和成就角色；规定型角色和开放型角色；功利型角色和表现型角色；自觉角色和不自觉角色

1．职业心理咨询师属于（ ）角色。

A．表现型　B．功利型　C．先赋型　D．不自觉

2. 按角色获得的方式可将角色分为（ ）

A、先赋角色 B、功利角色 C、表现角色 D、成就角色

* 角色扮演—期待、领悟、实践
* 角色失调—冲突、不清、中断、失败

1．角色失调包括（　）。

A．角色冲突　　B．角色失败

C．角色不清　　D．角色误解

三、自我、身份与自尊

* 自我

有关自我的描述

主我、客我和镜我

罗杰斯认为，自我概念比真实自我对个体的行为及人格有更为重要的作用，因为它是个体自我知觉的体系与认识自己的方式。

1．关于自我，下列说法中正确的是（　）。

A．自我是心理学的古老课题

B．亦称自我意识或自我概念

C．是个体对自己存在状态的认知

D．是个体对其社会角色进行自我评价的结果

2．由他人的判断所反映的自我概念，称为（　）。

A．客我　B．反思自我　C．镜我　D．物质自我

自我的结构：物质、心理、社会、理想、反思

自我概念的功能

1．自我概念的功能包括（　）。

A．解释经验　B．决定期待

C．引导态度　D．保持个体内在一致性

自我概念的形成与发展三阶段—生理自我、社会自我、心理自我

自我概念的测量——“我是谁？”

* 身份

身份——地位身份和处境身份

身份的特点—客观性、主观性、多重性、稳定性、契约性

* 自尊

自尊的概念

自尊的需要—两个方面（马斯洛）

自尊的公式　自尊=成功/抱负（詹姆斯）：自尊取决于成功，还取决于获得的成功对个体的意义。

影响自尊的因素—

第三节 社会知觉与归因

一、社会知觉

* 基本概念

社会知觉的定义（社会信息形成的知觉）—人际知觉、自我知觉、对行为原因的知觉

人的社会化过程、人的社会动机、态度、社会行为的发生—以社会知觉为基础

* 影响社会知觉的主观因素—认知者的经验、动机与兴趣、情绪

图式的定义：人脑中已有的知识经验的网络，它对新觉察到的信息起引导和解释的作用

图式的作用—— 4个方面

1．受（　）的影响，个体记住的，往往是对他有意义的或者是以前知道的东西。

A．遗忘曲线　B．印象　C．图式　D．自我意识

二、印象形成与印象管理

* 印象形成的定义
* 印象形成的效应

首因效应与近因效应

光环效应——“以偏概全”

刻板印象

刻板印象具备社会适应的意义

1．由于信息出现的顺序不同而影响印象形成的现象包括（　）。

A．刻板印象 B．首因效应 C．近因效应 D．光环效应

2．一般来说，（　）之间容易出现近因效应。

A．不熟悉的人　　B．上下级

C．第一次见面的人 D．亲密的人

3．在印象形成的过程中，最新获得的信息比原来获得的信息影响更大的现象，称为（　）。

A．光环效应　B．首因效应　C．刻板印象　D．近因效应

4．光环效应是一种（　）的现象，可能在人们没有意识到的情况下发生。

A．社会适应 B．信息干扰 C．先入为主　D．以偏概全

* 印象形成中的信息整合模式— 4种

加法模式，平均模式，加权平均模式，

中心品质模式，更接近大多数人日常生活的实际。

1．心理学家提出来的印象形成中的信息整合模式包括（　）。

A．加法模式　　B．平均模式

C．加权平均模式 D．中心品质模式

2．一般说来，（　）更接近于大多数人印象形成过程的实际情况。

A．加法模式 B．加权平均模式

C．平均模式 D．中心品质模式

三、归因

* 归因的定义——?
* 归因的分类–内因、外因、综合归因

  稳定性原因与易变性原因

  可控性归因与不可控归因

1．可控性原因表明个体通过主观努力可以改变行为及其后果。对可控性因素的归因，使人们更可能对行为做出（　）的预测。

A．准确　　B．变化

C．稳定　　D．系统

2．对不可控因素的归因，使人们较可能对未来的行为做出（　）的预测。

A．较准确　　B．变化

C．可控　　D．不可控

* 控制点理论—内控者和外控者的概念

内控者更符合社会期待

* 归因原则

1.不变性原则（海德归因创始人，特定结果与特定原因间的不变联系）

2.折扣原则（凯利1972多种原因时，其中之一的因果作用打折扣）

3.协变原则（凯利三维理论的三种信息：特异性、共同性、一致性）

理解：专栏2-7 《玛丽为什么对小丑笑——》

特异性	共同性	一致性	归因
高	高	高	刺激客体
低	低	高	主体
高	低	低	情境

* 影响归因的因素—社会视角、自我价值保护、观察位置、时间因素

1、影响归因的因素包括（ ）

A、社会视角　　B、自我价值保护倾向

C、观察位置　　D、时间因素

第四节 社会动机与社交情绪

一、社会动机概述

* 社会动机的定义
* 动机的过程
* 社会动机的功能—激活、指向、维持、调节

动机强度与活动效率之间是倒U型曲线关系

1．一般说来，动机强度与活动效率之间的关系大致呈（　）关系。

A．U型曲线　B．倒U型曲线　C．线性关系 D．指数曲线

2．动机强度和活动效率的关系大致是（　）型曲线。

A．倒U　　B．U　　C．线性　　D．N

二、主要的社会动机

* 亲和动机

亲合的定义（亲合起源于依恋）

亲合的作用–满足某些社会性需要、获得信息、减轻心理压力、避免窘境

影响亲合的因素–情境、情绪、出生顺序

长子、长女恐惧时的合群倾向要比他们的弟妹们更明显。

* 成就动机

成就动机的定义

抱负水平的定义（抱负水平高低与成就动机、成败经验有关）

影响成就动机的因素—目标吸引力、风险与成败的主观概率、个体施展才干的机会

培养儿童成就动机应注意问题—家庭教养方式、强调成就追求成就的社会氛围

* 权力动机

权力动机的定义

引起权力动机的因素—对社会控制的需求、对无能的恐惧

* 侵犯行为

侵犯行为的定义

构成—伤害行为、侵犯动机、社会评价

侵犯的原因—本能论的解释、侵犯-挫折学说

侵犯的影响因素—— 5个

※ 去个性化与侵犯行为成正相关。

1．在群体活动时，个体的侵犯性一般会（　）。

A．减少　　B．保持稳定

C．增加　　D．受到抑制

* 利他行为

利他行为性质

利他行为原因—社会生物学,社会规范论

他人在场对利他行为有负面影响

利他行为的影响因素

1．与利他行为呈正相关的因素包括（　）。

A．移情能力　B．利他技能　C．助人的榜样　D．内疚

2．关于利他行为，下列说法错误的是（　）。

A．噪音等恶劣的环境会减少利行为

B．助人的榜样，会增加人们的利他行为

C．他人在场，往往会产生社会助长效应，对利他行为有积极影响

D．长得漂亮的女人一般更容易得到男人的帮助

三、社交情绪

* 社交情绪的定义
* 几种基本的社交情绪

社交焦虑；嫉妒；羞耻与内疚

嫉妒的特点—针对性、持续性、对抗性、普遍性

羞耻和内疚的概念——？

1.（　）是指个体因为自己在人格、能力、外貌等方面的缺憾，或者在思想和行为方面与社会常态不一致，而产生的一种痛苦的情绪体验。

A．焦虑　B．嫉妒　C．恐惧　D．羞耻

第五节 态度

一、态度形成

* 态度的概念

态度的特点—内在性、对象性、稳定性

态度的ABC模型—认知、情感、行为倾向

态度成分不协调时,情感成分占主导地位

1．态度的特点包括（　　）。

A．稳定性　　B．内在性　　C．间接性　　D．针对性

2．态度概念的ABC模型中，B指（　　）。

A．认知成分　B．行为成分

C．情感成分　D．行为倾向成分

* 态度的功能—工具性、自我防御、价值表现、认知
* 态度的属性—方向、强度、深度、向中度、外显度
* 态度形成（凯尔曼） 依从—认同 —内化

内化：内心相信并接受他人观点，并将之纳入自己的态度体系的一部分

二、态度转变

* 态度转变模型

* 态度的转变影响因素—传递者、沟通信息、接受者、情境

1）传递者方面—威信、立场、意图、吸引力

2）沟通信息方面—差异、畏惧、倾向性、提供方式

中等强度的畏惧信息说服效果较好

3）接受者方面

4）情境方面—预先警告、分心、重复

沟通信息重复频率与说服效果呈倒U型曲线中等重复频率好

1．一般来说，（　）频率的信息重复，能取得较好的说服效果

A．高　B．中等　C．底　D．偏高

* 态度转变理论

海德的P-O-X模型,费力最小原则,

其中，P-O关系最重要。

费斯廷格—认知失调论—认知失调可能原因：
逻辑矛盾，文化价值冲突，观念的矛盾，新旧经验相悖

社会交换论—个体采用何态度以及态度转变的关键是诱因的强度

逆反心理——超限逆反、自我价值保护逆反、禁果逆反

1．海德提出的有关态度改变的理论，可简称为（　　）模型。

A．P-O-X　B．B=f（P，E）C．TIRO　D．A-B-C

三、态度测量

态度测量方法（间接方法）—量表法、投射法、行为反应测量

测量态度的两个属性—方向和强度

投射测验——主体统觉测验和墨迹测验

行为反应测量是测谎仪的工作原理。

1．常用的态度测量方法有（　）。

A．量表法　B．投射法　C．行为反应测量法　D．实验法

2．测谎仪是一种使用（　）测量技术的仪器。

A．生物反馈　B．行为反应　C．投射反应　D．社会距离

第六节 沟通与人际关系

一、沟通的结构与功能

* 沟通的概念

包括人际沟通和大众沟通

* 沟通的结构

沟通的结构–7要素

语词是沟通使用的各符号系统中最重要的

人际沟通以视听沟通为主

* 沟通的功能

* 人际沟通的分类

虚拟沟通的进程主要受个体的主观感受和想象来引导。

* 正式沟通网络—5种

全通道式最优

非正式沟通网络—3种

二、体语沟通

* 目光与面部表情

体语的定义：身体语言

目光接触是最重要的体语沟通方式

面部表情是另一种可完成精细沟通的形式

1、一般来说，最能准确反映人的内心状况的身体语言形式是（　）目光很难随意控制

A、目光　B、面部表情

C、姿势　D、空间距离

* 身体运动与触摸

人在触摸和身体接触时情感体验最为深刻

* 姿势与装饰

* 人际距离（咨询师与求助者之间是社交距离）

个人距离是朋友之间交往的距离

三、人际关系的原则和理论

* 人际关系的概念

人际关系的定义

人际关系的特点–个体性、直接性、情感性

* 人际关系建立与发展的阶段–4个阶段

* 自我暴露与人际关系的深度

自我暴露的广度和深度是人际关系深度的一个敏感探测器

自我暴露程度（由浅入深）— 4个水平

1、了解人际关系浓度的一个敏感的“探测器”是（　）

A、自我暴露程度 B、相互评价 C、情感卷入程度 D、目光

* 良好人际关系的原则—相互性、交换性、自我价值保护、平等
* 人际关系三维理论—包容、支配、情感

六种人际关系取向—2*3,主动或被动

（舒茨）群体整合原则—形成过程和解体过程

四、人际吸引

* 人际吸引的定义

爱情是最强烈的人际吸引形式

* 影响人际吸引的因素—— 6个

交往频率与喜欢程度呈倒U型曲线

互补可视为相似性的特殊形式

2、在人际吸引的影响因素中，可视为相似性的特殊形式的是（　　）

A、熟悉　　B、互补　　C、邻近　　D、竞争

人格品质是影响吸引力的最稳定因素

真诚是受喜爱程度最高的人格品质

3、根据安德森的研究，影响人际吸引最重要的人格品质是（　）

A、智慧　　B、真诚

C、热情　　D、幽默

五、人际互动

* 人际互动的定义
* 人际互动的形式

合作的定义与基本条件

竞争的定义与基本条件

多伊奇的目标手段相互依赖理论

第七节 社会影响

社会影响的定义

一、从众

* 从众的概念

从众的定义——？俗称“随大流”。

* 从众的功能

从众是一种自愿的行为,但是一种被动的接受群体影响的方式

1．从众是一种（　）接受群体影响的方式。

A．被动的　B．主动的　C．积极的　D．有效的

- 从众的类型—真、权宜、反
- 从众行为的原因—寻求行为参照、对偏离的恐惧、群体凝聚力
- 影响从众的因素

群体因素（3-4人的群体规模是出现从众的临界值）；个体人格因素；情景的明确性

二、社会促进与社会惰化

* 社会促进

社会促进的定义——?

社会抑制的定义——?

社会促进的两种效应—结伴效应与观众效应

1．社会促进的效应包括（　）。

A．观众效应　　B．从众效应

C．结伴效应　　D．旁观者效应

2、在有人陪同的活动中，个体会感到社会比较的压力，从而提高工作或活动效率，这是社会促进中的（　　）

A、结伴效应　B、观众效应　C、比较效应　D、竞争效应

* 优势反应强化说
* 社会惰化—“磨洋工”，社会惰化的主要原因

三、模仿、暗示和社会感染

* 模仿—定义，有意模仿和无意模仿

模仿的意义—学习的基础、适应作用、群体形成

塔尔德《模仿律》—下降律、几何级数率、先内后外律

* 暗示—定义，分类

反暗示的定义—相反的反应

影响暗示的因素—暗示者、被暗示者、情境

* 社会感染

社会感染的定义

社会感染的特点—双向性、爆发性、接受的迅速性

社会感染的分类—个体间、大众传媒、大型开放群体

第八节 爱情、婚姻与家庭

一、爱情

* 爱情的特点—相异性、成熟性、高级性、生理性、利他性

幼儿没有爱情体验

爱情是高级情感,不是低级情绪

爱情有生理基础,包括性爱因素

爱情基本倾向是奉献

41．关于爱情的说法，不正确的是（　　）。

A．幼儿也有爱情体验　B．爱情有生理基础，包括性爱因素

C．爱情的基本倾向是奉献

D．爱情是一种高级情感，不是低级情绪

* 爱情与喜欢的区别—依恋、利他、亲密

1．爱情与喜欢的区别主要在（　）等方面。

A．亲密　　B．依恋　　C．服从　D．利他

爱情发展阶段—取样评估、互惠、承诺、制度化

* 爱情的形式

（哈特菲尔德）激情爱与伙伴爱

1．处于（　）中的人，心无旁骛，不能忍受爱人的冷落与背叛，希望和对方融为一体。

A．激情爱　　B．伙伴爱　　C．游戏爱　　D．友谊爱

* 斯坦伯格的爱情三角形理论—亲密、激情、承诺

图2-13　爱情三角形模型

专栏2-18 激情和浪漫能持续多久— 5年

二、婚姻

* 婚姻关系的本质—社会性

婚姻的动机—经济、繁衍、爱情

1．婚姻的动机主要包括（　）。

A．经济　　B．繁衍

C．承诺　　D．爱情

三、家庭

* 家庭的定义
* 家庭的结构与功能——结构模式

核心家庭由夫妻与未婚子女构成

家庭的功能– 7个

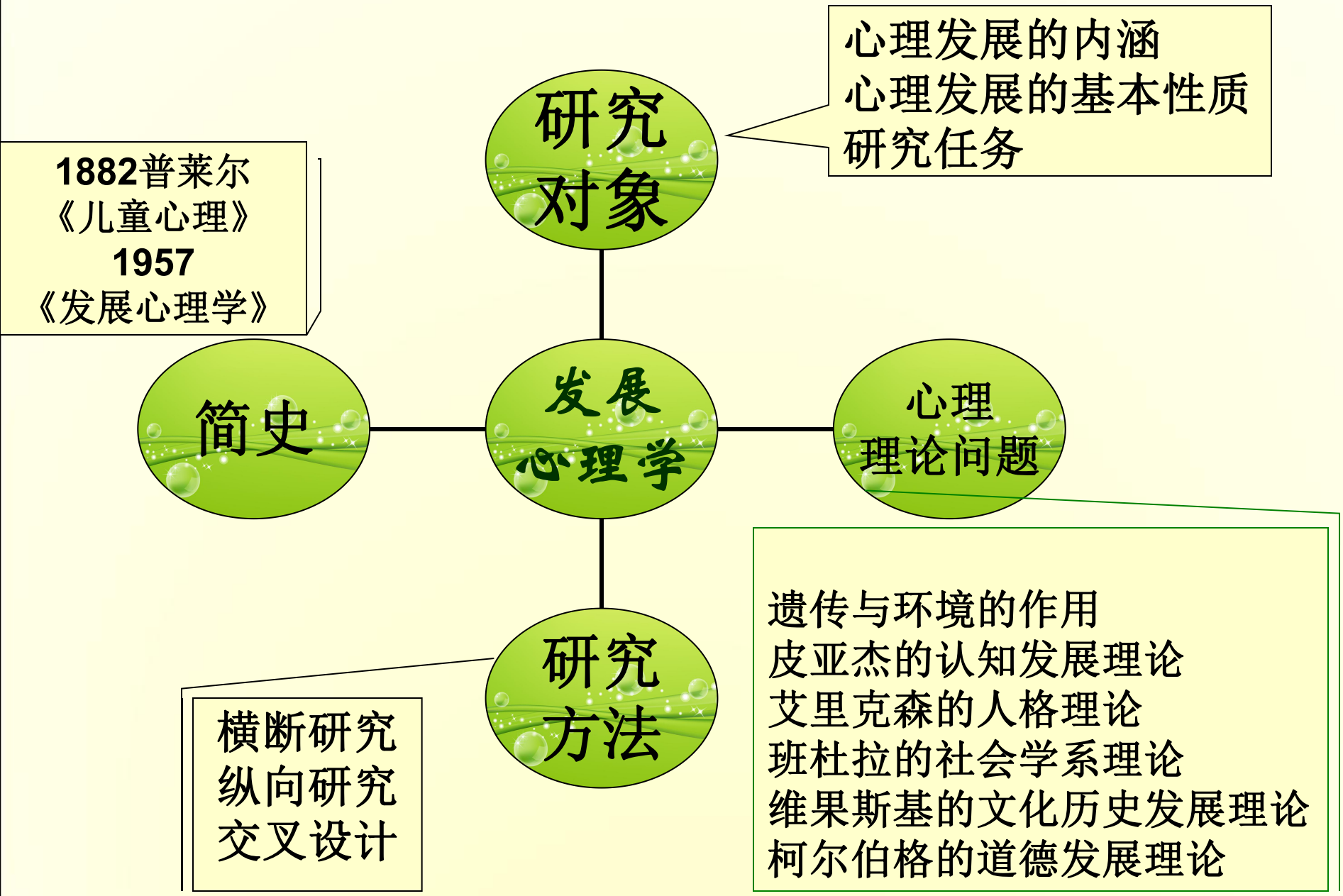
经济、性、生育、抚养与赡养、教育、感情交流、休闲与娱乐

* 家庭生命周期的6阶段–只适合于核心家庭

形成、扩展、稳定、收缩、空巢、解体

3、发展心理学知识串讲

-116-


发展心理学
研究对象
心理发展的内涵
心理发展的基本性质
研究任务
简史
1882普莱尔
《儿童心理》
1957
《发展心理学》
心理理论问题
遗传与环境的作用
皮亚杰的认知发展理论
艾里克森的人格理论
班杜拉的社会学系理论
维果斯基的文化历史发展理论
柯尔伯格的道德发展理论
研究方法
横断研究
纵向研究
交叉设计

心理发展的性质

1. 整体性：
2. 社会性：
3. 活动性：
4. 规律性：

第三单元　心理发展的动因

遗传与环境在心理发展中的作用？

一、遗传因素决定心理发展——遗传决定论（单因素论）：

认为遗传因素决定心理发展的理论。（1）心理发展是由遗传因素决定的；（2）心理发展过程只是先天内在因素的自然显现；（3）环境（教育）只起引发作用，最多只能促进或延缓遗传因素的自我显现而已。代表人物是高尔顿。

二、环境因素决定心理发展——环境决定论（单因素论）：

认为环境因素决定心理发展的理论。（1）心理发展是由环境因素决定的；（2）片面强调和机械看待环境因素在心理发展中的作用；（3）否认遗传因素在心理发展中的作用。代表人物是华生。

三、遗传和环境共同决定心理发展——二因素论：

认为遗传和环境共同决定心理发展，但孤立存在。

代表人物：施太伦(两者作用之关系相加)；吴伟士(相乘)

四、通过社会学习获得行为发展——社会学习理论：

认为个体是通过社会学习获得行为发展的理论。（1）观察学习；（2）替代性强化。代表人物是班都拉。突出个体自身的主动性和自我调节能力。



五、社会文化历史决定心理发展——维果斯基的文化-历史发展理论

1、高级心理机能的制约因素：

人的心理机能分为低级和高级两类，低级心理机能的发展是由生物成熟因素所制约，高级心理机能的发展是由社会文化历史因素决定的。心理的实质就是社会文化历史通过语言符号的中介而不断内化的结果。

心理机能从低级到高级的发展标志是：随意化、概括-抽象化、整体化、个性化。

2、文化历史因素是儿童心理发展的源泉：

社会文化活动（社会交往）是智力发展的源泉；以语言为中介使心理活动发生质变。



3、教育和教学与心理发展的关系

（1）“最近发展区”思想：有指导、有同伴—独立解决问题

最近发展区是指独立解决问题的实际水平，与在成人指导下或与有能力的同伴合作中解决问题的发展水平之间的差距，也即儿童现在已经达到的发展水平与其在一定指导下或借助于他人的帮助即将能达到的发展水平之间的发展区域。

（2）教学应走在发展的前面*

（3）学习的最佳期限：以个体的发育成熟为前提；要以一定的心理技能发展为条件（某些心理特征处在开始形成而未达到成熟的地步，教学效果最好）

六、心理发展是主体和客体相互作用的结果——皮亚杰的认知发展理论：

皮亚杰——儿童心理发展领域最杰出的一个代表人物。

人的认识来自于主体与客体之间的相互作用，即机体与环境的相互作用。

（一）儿童心理发展是主体和客体相互作用的结果。

1. 相互依存

2. 相互转化(环境可以改变遗传特性)

3. 个体具有主观能动性(心理发展过程是主体自我选择、自我调节的主动建构过程。)

(二)认知发展本质的适应理论和主动建构学说

智力的本质是适应。心理发展实质是主体对客观环境的适应。认知结构的发展涉及图式、同化、顺应、平衡。

图式：认知结构。动作或活动的结构或组织。（已掌握的解决问题的方法）

同化：将环境刺激纳入或整合到已有图式中。（用已有的方法解决新问题）

顺应：按新刺激的要求改变或创造新的图式。（新方法）

平衡：主动与环境取得平衡。

（吸吮母乳-吸吮奶瓶-用吸管喝饮料-用杯子喝水）

（三）心理起源于动作，动作是认识的源泉

（四）影响心理发展的因素

1. 成熟

2. 经验：物理经验/数理逻辑经验

3. 社会环境

4. 平衡化

皮亚杰的认知发展阶段说

（1）感知运动阶段（0-2岁）*：依靠动作适应环境。手的抓握（出自本能抓握能发出声响的物体）、嘴的吸吮；

9-12个月的客体永久性（物体即使在视线之外依然存在）

（2）前运算阶段（2-6、7岁）：泛灵论、自我中心主义、缺乏守恒

“黄花比花多”/“狗比动物多”

以知觉到的形象作为思维的依据。往往只注意到事物的某种显著特征，而看不到事物同时变化的若干维度（时间，空间，体积，颜色）。

（3）具体运算阶段（6、7—11、12岁）：

运算图式。

守恒性(数量\长度\面积\重量\体积)；

脱自我中心性；

可逆性（反演可逆性/互反可逆性：A=B，那么B=A）。

可进行逻辑运算、但需具体事物的支持。

（4）形式运算阶段（11、12—14、15岁）：

思维形式摆脱思维内容。

进行假设-演绎推理。

单摆振动问题：决定振动频率的是吊绳的长度、摆锤的重量、摆锤下落点的高度、还是最初的起动力。

（二）以人格特征为标准划分心理发展的年龄阶段

艾里克森的人格发展八阶段理论*

- 人格的发展是一个连续的、渐进的过程。
- 每一阶段有每个阶段有其特定的发展任务，每个阶段带有普遍性的心理社会危机。
- 每个阶段发展的顺序不变，其冲突是先天预定的，是生物成熟的表现。
- 人格发展处于积极和消极两端之间，不存在发展不发展的问题，而是发展的方向问题。

艾里克森的人格发展八阶段理论*

艾里克森属新精神分析学派

心理变态是人的本性需求和社会要求不相适应所致：

“心理社会危机”是社会要求在个体心理中引起的紧张和矛盾。根据心理社会危机特点分为：



1. 婴儿前期（0—2岁）信任感对怀疑感，希望品质；
2. 婴儿后期（2—4岁）自主感对羞耻感，意志品质*；
3. 幼儿期（4—7岁）主动感对内疚感，目标品质；
4. 童年期（7—12岁）勤奋感对自卑感，能力品质；
5. 青少年期（12—18岁）角色同一性对角色混乱，诚实品质*；
6. 成年早期（18—25岁）亲密感对孤独感，爱的品质；
7. 成年中期（25—50岁）繁衍感对停滞感，关心品质；
8. 成年后期（50岁后）完善感对厌恶感，智慧、贤明品质

这八个阶段以不变的序列发展。

第五单元　心理发展的内动力和外动力的关系

- 儿童心理发展是内动力和外动力相互作用的结果。
- 人自身的内在动因是其发展的原动力。
- 外在环境和教育需要通过内在动力发生作用。
- 内动力和外动力良性互动的结果形成具有新质的发展动力。

第六单元　儿童早期心理发展的关键期

一、儿童早期发展是对个体长期发展影响最深远的阶段：

二、关键期

概念最早来源于动物心理实验。

* 敏感期：在这段时期，儿童学习某种知识和行为比较容易，儿童心理某些方面发展迅速。

第二节　婴儿期的心理发展（0-3岁）

婴儿期是儿童生理发育和个体心理发展最迅速的时期。

第一单元　新生儿的发展

* 新生儿是指出生到1个月的婴儿
* 新生儿开始独立发挥生理机能
* 新生儿开始建立正常的生活节律
* 新生儿是发展维持生命机能的重要时期

一、新生儿的反射行为

无条件反射：有明显生存意义的（食物反射、防御反射、定向反射等）/无明显适应价值的（抓握、行走、游泳、围抱等）--4-6个月后消失

二、新生儿的生活行为模式

* 睡眠-觉醒时的活动（2-3个小时）-啼哭
* 新生儿啼哭的功能：传递需求信息；吸引成人照顾的导向作用

第二单元　婴儿生理和动作的发展

一、婴儿大脑的可塑性和可修复性

* 大脑的发展是生物因素和早期经验结合的产物。
* 婴儿早期大脑具有良好的修复性。如，5岁前语言功能的修复。

（二）婴儿主要动作发展：

1、手的抓握动作（重点是五指分化和手眼协调）

意义：A.探索和认识周围事物；

B.开始操作工具

C.使多种感官协调

2、独立行走（婴儿发展的一个里程碑）

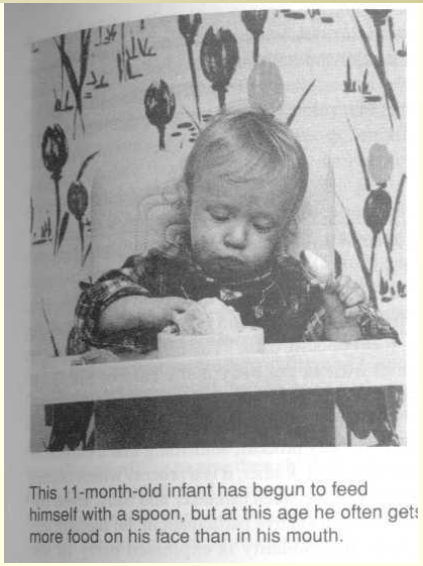
意义：A.婴儿的躯体移动从被动转为主动

B.扩大认知范围；

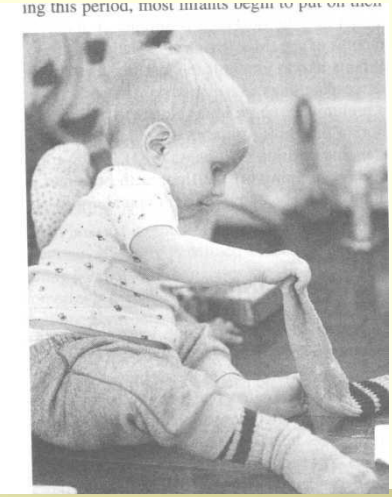
C.增加了与周围人的交往机会

3、婴儿动作发展遵循普遍的原则和顺序：

头尾原则、近远原则、大小原则



This 11-month-old infant has begun to feed himself with a spoon, but at this age he often gets more food on his face than in his mouth.



第三单元　婴儿的学习

- 婴儿学习活动最早发生的时间是胎儿末期。
- 模仿学习是先天排定的婴儿的重要学习手段，具有普遍性。
- 条件反射是婴儿最基本的学习方式。最早的条件反射是对喂奶姿势做出食物性条件反射。

第四单元　婴儿期的认知发展

一、感知觉的发展

感觉的发展:

A.视觉：视觉集中(出生后3周)

视觉追踪(12-48小时)

颜色辨别(15天即具有,3-4个月成熟)

对光的察觉(24-96小时)

视敏度(24小时只有成人的13%)

B.听觉：（听觉辩别/语音/音乐感知/视听协调）

C.味觉、嗅觉和肤觉的发展

新生儿最发达的感觉是味觉

3. 知觉的发展：

(1)跨感觉通道的知觉：手眼协调、视听协调

(2)模式知觉：能把一个图形知觉为一个有机的整体。视觉偏爱程序。新生儿具有先天的模式知觉。

(3)深度知觉：吉布森的视崖装置*，6个月有深度知觉。

婴儿感知觉发展的关键期在出生后头3年



二、注意和记忆的发展

（一）婴儿的注意

婴儿注意的最早表现是先天的定向反射。

（二）婴儿的记忆

1. 记忆发生的时间:胎儿末期
2. 按记忆的内容：12个月之前：情绪记忆、动作记忆；12个月之后：表象记忆、词语记忆

第五单元 婴儿的言语发展

、词汇的发展

- 词汇量： 3岁：1000个
- 特点：从熟悉的事物的名称开始；理解的词义与成人不尽相同（扩大或缩小）

婴儿与成人之间的言语交往

交流内容：贴近婴儿已有的知识经验

交流技能：适应婴儿言语发展水平

语用技巧：句子简短、语速减慢、话语重复

交往策略：互动、促进发展

语法的获得--言语发展的理论

1.5-2.5岁是掌握母语基本语法的关键期。3岁末基本掌握母语的语法规则系统。

第六单元 婴儿个性和社会性发展

一、婴儿的气质

1. 按活动特性划分（巴斯等）

情绪性/活动性/冲动性/社交性

2. 按三种类型划分（托马斯和切斯的类型学说）

分为三种：容易抚养型（40%）、抚养困难型（10%）、发展迟缓型（15%）、混合型（35%）

二、情绪的发展

（一）婴儿兴趣的发展

（二）笑的发展：自发性微笑（0-5周）——无选择的社会性微笑（5周-4个月）——有选择的社会性微笑(4个月以后)

（三）哭的发展： 生理反射性哭——应答性哭——主动操作性哭（社会性哭）

婴儿啼哭的5种原因：饥饿、瞌睡、身体不佳、心理不适、感到无聊

（四）分离焦虑

1. 最初阶段：啼哭、悲伤、呼唤妈妈、愤怒抗议
2. 第二阶段：失望、减少啼哭、情感冷漠
3. 第三阶段：企图适应新环境

三、社会性依恋

* 依恋是婴儿与主要抚养者之间的最初的社会性联结，也是婴儿情感社会化的重要标志。
* 鲍尔比的婴儿依恋发展四阶段：

(1)无差别的社会反应阶段：

(2)有差别的社会反应阶段：对母亲有偏爱。

(3)特殊情感联结阶段：对母亲产生特别的依恋。

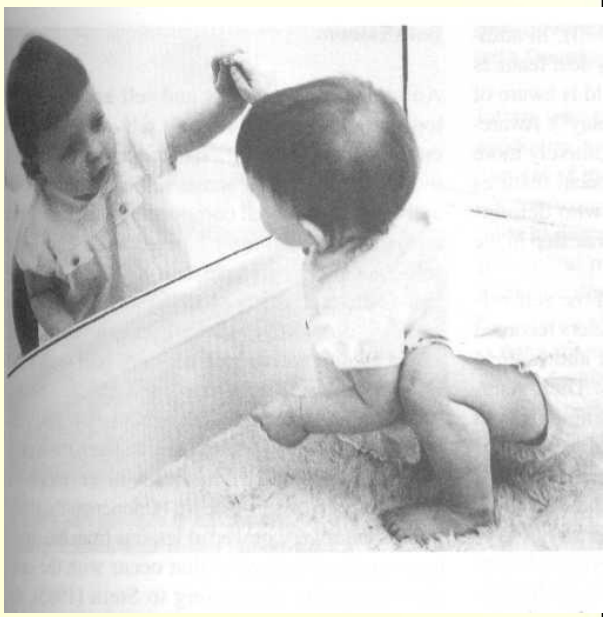
(4)互惠关系形成阶段：能理解并接受母亲的暂时离开



四、婴儿自我的发展

婴儿自我的发展过程

1.詹姆斯把自我分为主体我（I）、客体我（Me）



2.哈特自我意识发展两大阶段：

(1)主体我的发展(5—15个月)：

8个月之前没有主体我；9-12个月认识到自己是活动的主体；12-15个月能将自己与他人分开

(2)客体我的发展(15—24个月)：

15-18个月，能把自己当客体认知；18-24个月能用人称代词”我“,客体我出现，第一个飞跃*　照镜子实验：1岁前/22-24个月

第三节　幼儿期的心理发展（3-6岁）

第一单元　幼儿的游戏

游戏是幼儿的主导活动。（认知和社会性发展/学习的形式/幼儿教育的最佳途径）

一、关于游戏的理论（古典/现代）

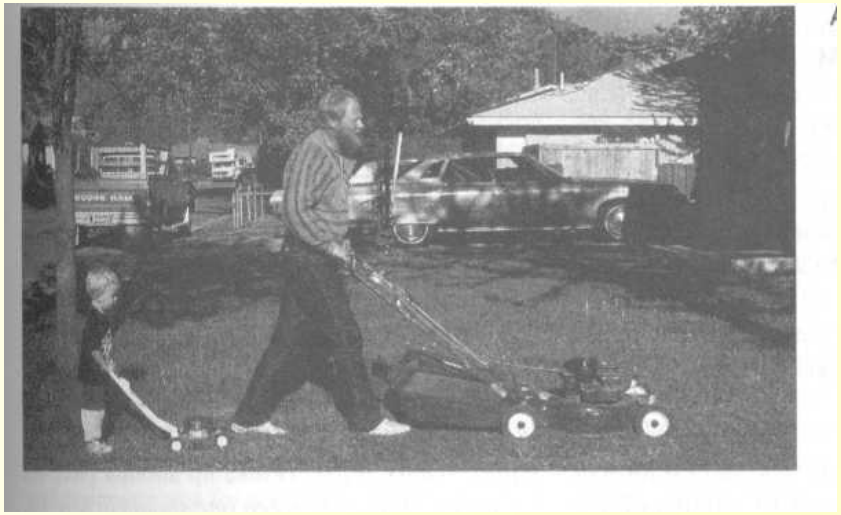
二、游戏的发展：

1、机能游戏：婴儿期的亲子游戏和模仿性游戏；

2、象征性游戏：通过想象建构虚假情境，幼儿期的特点，假装游戏。

3、规则性游戏：规则外现，角色内隐，是童年期及以后儿童游戏的特点。

三、幼儿期象征性游戏的特点：主题游戏/有现实替代物/通过想象建构虚假游戏情境/富有创造性/重在游戏过程





四、游戏的社会性发展：

1. 非社会性游戏（独自游戏/旁观游戏）
2. 平行游戏
3. 社会性游戏(协同游戏/合作游戏)

五、游戏对儿童心理发展的意义

1、情感愉悦，精神寄托
2、促进儿童认知发展和社会性发展
3、社会交往
4、实现自我价值

第二单元　幼儿期的认知发展

一、记忆的发展

（一）记忆特点：

1、无意识记与有意识记

2、机械记忆与意义记忆

3、形象记忆与词语记忆

（均为前者占主导）

（二）记忆策略*形成：有助于记忆的手段和方法

发展三阶段：基本没有策略(5岁前)—经指导能够运用记忆策略(5-8、9岁)—主动自觉运用记忆策略(10岁以后)

幼儿后期的记忆策略：1、视觉“复述”；2、复述；3、 特征定位

第四单元　幼儿个性和社会性发展

一、个性的初步形成

* 个性的初步形成是从幼儿期开始的。

二、自我情绪体验的发展

自尊是最值得重视的幼儿情绪体验。

1、幼儿自尊感随年龄增长迅速发展

2、幼儿期自尊水平的高低在一定程度上预测以后的情绪发展和适应性

3、影响儿童自尊的因素：父母教养方式（温暖关爱、严格要求、民主自由、以身作则）/同伴关系（建立同伴友谊、被集体接纳）

三、幼儿期儿童认同的发展

* 认同的意义：带来归属感和成就感、获得榜样的力量、对性别意识和道德意识发展有重要影响。
* 幼儿期认同的对象：父母、教师、喜欢的人等

四、**第一逆反期**（3-4岁）**正常现象**

1、第一逆反期有其特殊的心理需求和行为表现。

心理需要：要实现自我意志，实现自我价值感，希望父母接纳自己“我长大了”、“我很能干”的现实。

表现：对周围事情都想“我自己做”，对父母的帮助、指示、阻止总要用“不”。

2、第一逆反期是儿童发展的阶段性特点。

父母应因势利导。

第四节　童年期的心理发展（7-12岁）*

第一单元　童年期的学习

一、小学儿童学习的一般特点*：

1、学习是主导活动

2、师生双向互动必须在教师的指导下进行

3、逐渐转向以学习间接经验为主

4、要学会学习

5、学习促进儿童心理积极发展

第二单元　童年期的认知发展

一、记忆的发展

（一）短时记忆容量：7　2

（二）记忆发展的主要特点：

1、有意识记超过无意识记成为主要方式

2、意义记忆在记忆活动中逐渐占主导地位

3、词的抽象记忆的发展速度逐渐超过形象记忆

（三）记忆策略发展特点

1、复诵策略：

2、组织策略：

3、系统化策略：

4、巧妙加工策略：

8岁是使用记忆策略的过渡阶段，10岁以上能自发运用

二、思维的发展（小学四年级关键的转折年龄）

（一）基本特点：认知发展的具体运算阶段，依赖具体内容的逻辑思维。

（二）新的思维结构的形成

1掌握守恒（抓住事物的本质进行抽象概括）

（三）自我中心表现和脱自我中心化

二、道德发展

儿童道德认知发展三阶段——对偶故事

（墨水洒在桌布上/打碎杯子）

（1）前道德判断阶段（４－５岁）：直接接受行为的结果。

（2）他律道德判断阶段（４、５—８、９岁）：道德判断受自身以外的价值标准支配。规则是由权威人物制定的，必须严格遵守；对行为作出判断依据行为的物质后果，而不是动机。

（3）自律道德判断阶段（ ８、９岁以后）*：道德判断受自己的主观价值标准支配。规则有了相对性，可以改变；对行为好坏作出判断依据行为的动机，而不是物质后果。

（三）道德行为的发展：

1、亲社会行为（利他行为）

2、攻击行为（侵犯行为）

女生多用言语和间接欺负；男生多用身体欺负

三、童年期的同伴交往

1、同伴交往的重要意义

满足归宿（属）感、促进社会认知和社会交往能力发展、有利于自我概念发展、增进良好个性品质和社会责任感

2、同伴交往中儿童的人气特点：按社会交往能力分：

A. 受欢迎的儿童；

B. 不受欢迎的儿童；（攻击性、不合作）

C. 受忽视的儿童*（退缩，安静，依赖，顺从）

四、友谊的发展：

友谊是建立在相互依恋基础上的个体间持久的亲密关系。

1、儿童对友谊认识的发展四阶段：

短期游戏伙伴关系(3-5岁)——单向帮助关系(6-9岁)——双向帮助关系(9-12岁)——亲密而又相对持久的共享关系(12岁以后)

2、影响儿童择友的因素(3个)：

A.相互接近；

B.行为、品质、学习成绩和兴趣相近；

C.人格尊重并相互敬慕。

五、家庭人际关系对童年期儿童心理发展的影响

（一）亲子关系的发展变化

1、亲子双方的直接交往时间减少；

2、父母在教养方面关注的重点转移；（学习、同伴交往、情绪、兴趣）

3、父母对儿童的控制和儿童自主管理的消长变化：

三个阶段：父母控制（6岁前）——共同控制（6-12岁）——儿童控制（12岁以后）

第五节 青春发育期的心理发展（11、12-15、16岁）

少年期是个体生理迅速发育直至达到成熟的时期。身心发展迅速而不平衡，充满矛盾，因此也被称为困难期或危机期。

第一单元　少年期的生理发育加速

一、生理发育加速(第二发展加速期)：

1、身体成长加速（身高、体重、头面部）

2、生理机能发育加速（肌肉与脂肪、脑、心血管系统）

3、性的发育和成熟加速（性器官、第二性征、性功能）

二、青春发育期提前的趋势

三、容易出现的身心危机

（一）心理生物性紊乱：不适应生理发展的加速和性成熟的加速

（二）容易出现心理和行为偏差（神经症、病态人格、躁狂症）

四、心理发展的矛盾性特点*：

1、心理上的成人感与半成熟现状之间的矛盾

2、心理断乳与精神依托之间的矛盾

3、心理闭锁性与开放性之间的矛盾

4、成就感与挫折感交替

二、思维的发展

(一）形式运算阶段思维的特点

1、思维形式摆脱了具体内容的束缚(P259)

2、假设演绎推理能力的发展

从假设出发，提出问题的可能性，形成假设，检验假设，得出结论。

单摆振动问题：决定振动频率的是吊绳的长度、摆锤的重量、摆锤下落点的高度、还是最初的起动力。

(二)抽象逻辑推理能力显著发展

第三单元 少年期的个性和社会性发展

一、自我意识的发展(自我意识发展的第二个飞跃期)*

1、强烈关注自己的外貌和体征

2、深切重视自己的学习能力和学业成绩

3、强烈关心自己的个性成长

4、有很强的自尊心

二、情绪的变化

（一）青少年的情绪和心境的发展表现出动态的发展趋势

早期：积极情绪少，消极情绪多，稳定性差；

后期：稳定性增加

（二）情绪变化的特点

1、烦恼增多（公众面前的个人形象/同伴集体中的个人尊严和社会地位/与父母关系出现裂痕和情感疏离）

2、孤独感、压抑感增强

三、少年期的自我中心特点

（一）独特自我：一种以个人意愿作为独立推理体系的模式。

（二）假想观众：在心理上制造想象中的观众。

四、第二逆反期：（儿童心理发展的正常现象，发展性现象）

（一）表现：

1、为独立自主意识受阻而抗争

2、为社会地位平等而抗争

3、观念上的碰撞

（二）反抗的主要对象：

父母或迁移

（三）反抗的形式：

1、外显行为上的激烈对抗；

2、反抗隐于内心，冷漠以对。

（四）第一反抗期和第二反抗期的异同：

1、相同点：

（1）独立自主意识增强，要求独立自主权；

（2）出现成长与发展的超前意识——长大感与成人感。

2、不同点：

第一反抗期：要求按自我意志行事，重点是行为动作的自主性和行事自由，反抗父母的控制、过度保护和越俎代庖。可能不切实际。

第二反抗期：要求的独立自主性，是人格独立，社会地位平等，精神和行为自主，反抗父母的控制。从外部因素深入到内在因素，从行为表现到要求人格的独立。

第四单元　少年期面临的心理社会问题

一、网络游戏成瘾
二、青春期精神分裂症
三、自杀倾向
四、反社会行为与青少年犯罪

第六节　青年期的心理发展（17、18-35岁）

第一单元　青年期的一般特征

一、生理发育和心理发展达到成熟水平

二、进入成人社会，承担社会义务（18岁）

三、生活空间扩大

四、开始恋爱、结婚

第二单元　青年期的思维发展

青年期的思维能力到达个体思维发展的高峰。

辨证逻辑思维的发展

思维监控能力的发展

第三单元　青年期的个性和社会性发展

一、自我概念的发展

自我概念是个体对自我形象的认知，是对自身连续性和同一性的认知。包括三个成分：认识成分、情感成分、品行成分。

二、确认自我认同感是青年期的重要发展任务

艾里克森：自我同一性的确立和防止社会角色的混乱是青年期的发展任务。

（一）自我同一感的确立是自我分化和整合统一的过程

（1）同一性确立：成熟的自我认同

（2）同一性延续：探索中

（3）同一性封闭：认同权威，盲目认同

（4）同一性混乱：角色混乱

延缓偿付期

青年有避免同一性过程提前完结的内在需要，社会也给予他们暂缓承担成人的责任和义务的机会，如上大学，这个时期被称为：延缓偿付期。社会的延缓-心理的延缓

三、青年期的人生观和价值观：

（一）人生观：人们对于人生目的和意义的根本看法和态度。

价值观：是个体以自己的需要为基础对事物的重要性进行评价时所持的内部尺度。

（二）青年期是人生观和价值观的形成和稳定时期（大学阶段是关键期）

（三）影响人生观和价值观形成和发展的因素

1、受个体成熟因素的制约（思维、自我意识、社会化）

2、受社会背景和文化条件的制约

3、受家庭教育环境的制约

4、个体的自我调节因素

3、社会历史事件和个人遭遇的非规范事件的影响

将人的道德判断发展分为三种水平、六个阶段。

1、前习俗水平(0-9岁)：外在标准控制，行为后果

第一阶段：惩罚和服从定向—服从权威，避免惩罚

第二阶段：功利取向—满足个人需要，利益最大化

2、习俗水平(9-15岁）：以遵从社会规范为准则。

第三阶段：“好孩子”取向—预期他人赞同或反对以及想象的内疚

第四阶段：“好公民”取向—维护社会秩序

3、后习俗水平(16岁以后)：道德标准内化，遇到道德标准矛盾冲突，自己可以选择

第五阶段：社会契约取向—对公众的尊重和自尊

第六阶段：普遍道德原则取向*—理性，良心，公平、公正，生命价值高于一切

第七节　中年期的心理发展变化

(35或40-60或65岁)

第一单元　中年期的更年期

个体由中年向老年过渡过程中生理变化和心理状态明显改变的时期。年龄在50岁左右。女性更年期的年龄早于男性。更年期是人生进入衰老过程的起点，又称为“第二青春期”。

一、女性更年期：45-55岁，延续8-12年。

妇女更年期综合症（植物神经系统紊乱症状）

二、男性更年期

第三单元　中年期的认知发展

一、中年期思维发展的一般特点

1、现实性、灵活性和智慧性：具有相对性、变通性、实用性

2、辨证逻辑思维的进一步发展

二、中年期的智力发展

卡特尔提出成人智力的2种形式：（卡特尔智力理论）

* 液态智力——是加工处理信息和问题解决的基本过程的能力，随神经系统的成熟而提高，不受文化教育的影响，如知觉速度、机械记忆。成人阶段开始下降，呈衰退趋势。
* 晶态智力——通过掌握社会文化经验而获得。保持相对，稳定，在中老年仍然呈上升趋势。

成年期的自我发展水平

主要经历4个阶段：

1、遵奉者水平：

2、公平水平：

3、自主水平：

4、整合水平：

二、中年期的人格特征

（一）人格结构保持相对的稳定性

构成成分不变，各成分的平均水平不变

（二）人格的成熟性

成熟的具体表现：

1、内省自趋明显 ；

2、心理防御机制日趋成熟；—更多运用幽默、升华等

3、 为人处世日趋圆通

（三）性别角色日趋整合

男女同化的人格—完美人格

三、适应环境的控制理论

个体与环境交互作用模式

1、人的行为控制系统分为2类：

初级控制：改造环境，控制环境。创造性适应环境的行为系统。

次级控制：改变自己，顺应环境。被动适应环境的行为系统。策略丰富而宽广

2、成年期的初级控制水平是稳定的，次级控制水平的发展贯穿整个成年期

第八节　老年期的心理发展变化

（60岁或65岁以后）

第一单元　老化的原因

一、以个体变化为重点：

（一）遗传学说：老化是按遗传程序实现的

（二）行为老化学说：对刺激的反应时间延长

二、强调个体与社会相互作用

（一）疏离学说：与社会脱离是老化的主要原因

（二）适应学说：人际关系改变是老化的主要原因

第二单元　两种不同的老年心理变化观

一、老年丧失观：

心理机能到老年期以后开始衰退，只有衰退，没有发展。主要指：身心健康、经济基础、社会角色和生活价值的丧失。

二、毕生发展观：—巴尔特斯等

1、心理发展贯穿人的一生

2、不同的心理机能发展的形态和变化速率有差异

3、心理发展包含增长和衰退

4、心理发展是由多重影响因素（成熟因素、社会文化因素、个人因素等）所构成的复杂系统共同决定

5、心理发展有很大的可塑性

第三单元　老年期的认知变化

总趋势：认知活动的退行性变化

一、感知觉的退行性变化明显：感知觉是衰退最早的心理活动。视觉减退，听力减退，味/嗅/触觉迟钝

二、老年期的记忆减退特点

1、年龄趋势：少年期开始到成年期达到记忆最佳的高峰期。40-50岁出现减退，其后基本稳定。70岁是记忆衰退的关键期。

2、记忆减退特点：

（1）机械记忆衰退明显，意义记忆相对衰退较慢

（2）再认能力逐渐老化，但再认比回忆好

（3）识记和回忆姓氏最难。

3、老年人的主要记忆障碍

（1）信息提取困难

（2）编码储存和信息提取困难相互作用的结果

（3）较少主动运用记忆策略和方法

（4）文化因素影响明显

4、老年期记忆减退的原因：

加工速度理论认为：加工速度减慢是主要原因；

工作记忆理论认为：缺乏信息加工资源和工作记忆容量变小是主要原因。

三、老年期的智力减退

老年期的智力有所减退，但不是全面减退。

老年智力变化具有不平衡性。

第四单元　老年期的人格特征

* 稳定与变化共存
* 老年期人格特征的变化：

1、不安全感（身体和经济）
2、孤独感
3、适应性差
4、拘泥刻板并趋于保守
5、回忆往事

* 影响因素

1、生物学衰老
2、心理上老化
3、社会文化因素影响

第五单元　老年生活的心理适应

一、对老年期的退行性变化和对老年期生活的心理准备

二、社会角色和活动的积极转换

适应退休的过程：

期待期——退休期——适应期——稳定期

三、体现老年人的价值，维护自我尊严

四、夫妻恩爱，家庭和谐

夫妻关系：婚姻满意度高。

五、深化朋友之间的友谊

与朋友的关系：由于死亡，数量减少

六、避免逃避式的适应方式

4、变态心理学与健康心理学考前串讲

精神分析

精神分析的两个基本命题：心理过程主要是潜意识的；性的冲动，广义的和狭义的，都是神经症和精神病的重要起因。

根据两个基本命题，推出5个判断。

防御机制的定义（又叫“压抑”或“克制能力”）

精神分析学说最初遭受的打压来自于宗教

“新精神分析”将关注的重点从“本我”转移

3．弗洛伊德将人们防止焦虑的能力叫做（ ）。

A．防御机制 B．本能动力 C．心理异常 D．快乐原则

4．精神分析对症状的解释遭到严格科学质疑的主要事实来自于（ ）。

A．认知神经心理学 B．哲学理论C．宗教理论D．人本主义

2）行为主义的解释

最早由巴甫洛夫用高级神经活动学说解释的

1.巴甫洛夫通过（ ）来解释人类的异常心理现象。

A．现象描述结果 B．精神病学结果

C．实验研究结果 D．心理研究结果

具体观点：兴奋和抑制这两个神经过程的冲突造成了神经症和精神病。

行为主义一般路线——？

3）存在-人本主义心理学的解释—潜能趋于完善的特征受到阻碍,是“自我”无法实现的结果

第二节 正常心理与异常心理及其区分

一、正常心理与异常心理的概念

正常心理三大功能

二、心理正常与心理异常的区分

* 一、标准化的区分
* 二、心理学的区分原则

一、标准化的区分
(判断心理正常与异常的标准)

* 李心天（1991）对区分正常与异常心理提出如下判断标准
  * 1．医学标准
  * 2．统计学标准
  * 3．内省经验标准
  * 4．社会适应标准

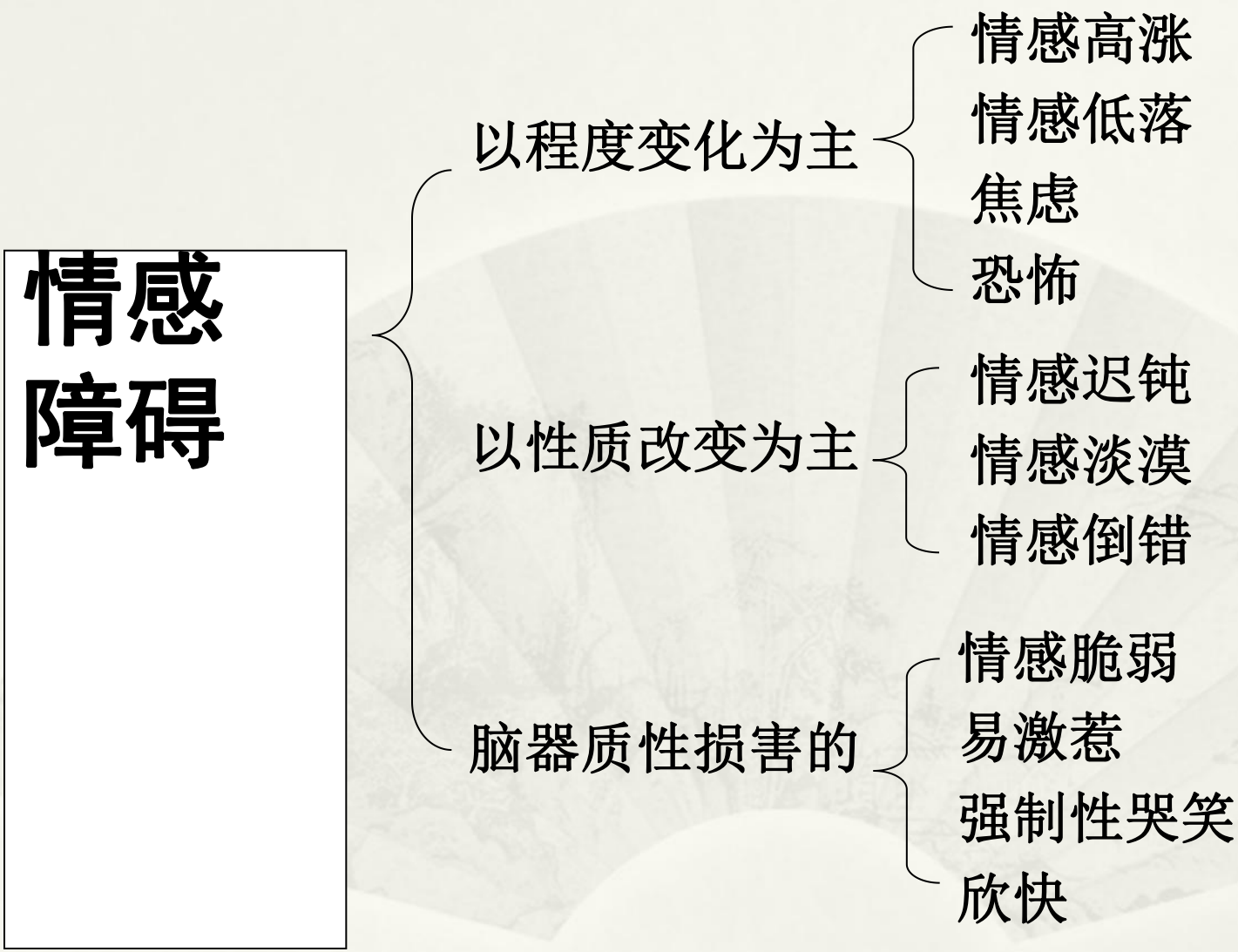


二、心理学的区分原则
(区分正常与异常的心理学原则)

- 郭念锋认为，应从心理学角度切入，以心理学对人类活动的一般性定义为依据
- 根据“心理是客观现实的反映，是脑的机能”，提出三条原则，作为确定心理正常与异常的依据
  - 第一，主观世界与客观世界的统一性原则。
  - 第二，心理活动的内在一致性原则。
  - 第三，人格的相对稳定性原则。

认知障碍

- 感知障碍
  - 感觉障碍
    - 感觉过敏
    - 感觉减退
    - 内感性不适
  - 知觉障碍
    - 错觉
    - 幻觉:幻听、幻视、幻味、幻嗅、幻触、内脏性幻觉
  - 感知综合障碍
- 思维障碍
  - 思维形式障碍：思维奔逸、思维迟缓、思维贫乏、思维松弛、破裂性思维、思维不连贯、思维中断、思维插入和思维被夺、思维云集、病理性赘述、病理性象征性思维、语词新作、逻辑性倒错性思维
  - 思维内容障碍
    - 妄想（关系妄想、被害妄想、特殊意义妄想、物理影响妄想、夸大妄想、自罪妄想、疑病妄想、嫉妒妄想、钟情妄想、内心被揭露感）
    - 强迫观念
    - 超价观念
- 注意与记忆障碍
  - 注意障碍
  - 记忆障碍
    - 记忆增强
    - 记忆减退
    - 遗忘
    - 错构
    - 虚构
  - 智能障碍
  - 精神发育迟滞
  - 痴呆
- 自知力障碍


情感障碍
以程度变化为主
情感高涨
情感低落
焦虑
恐怖
以性质改变为主
情感迟钝
情感淡漠
情感倒错
脑器质性损害的
情感脆弱
易激惹
强制性哭笑
欣快

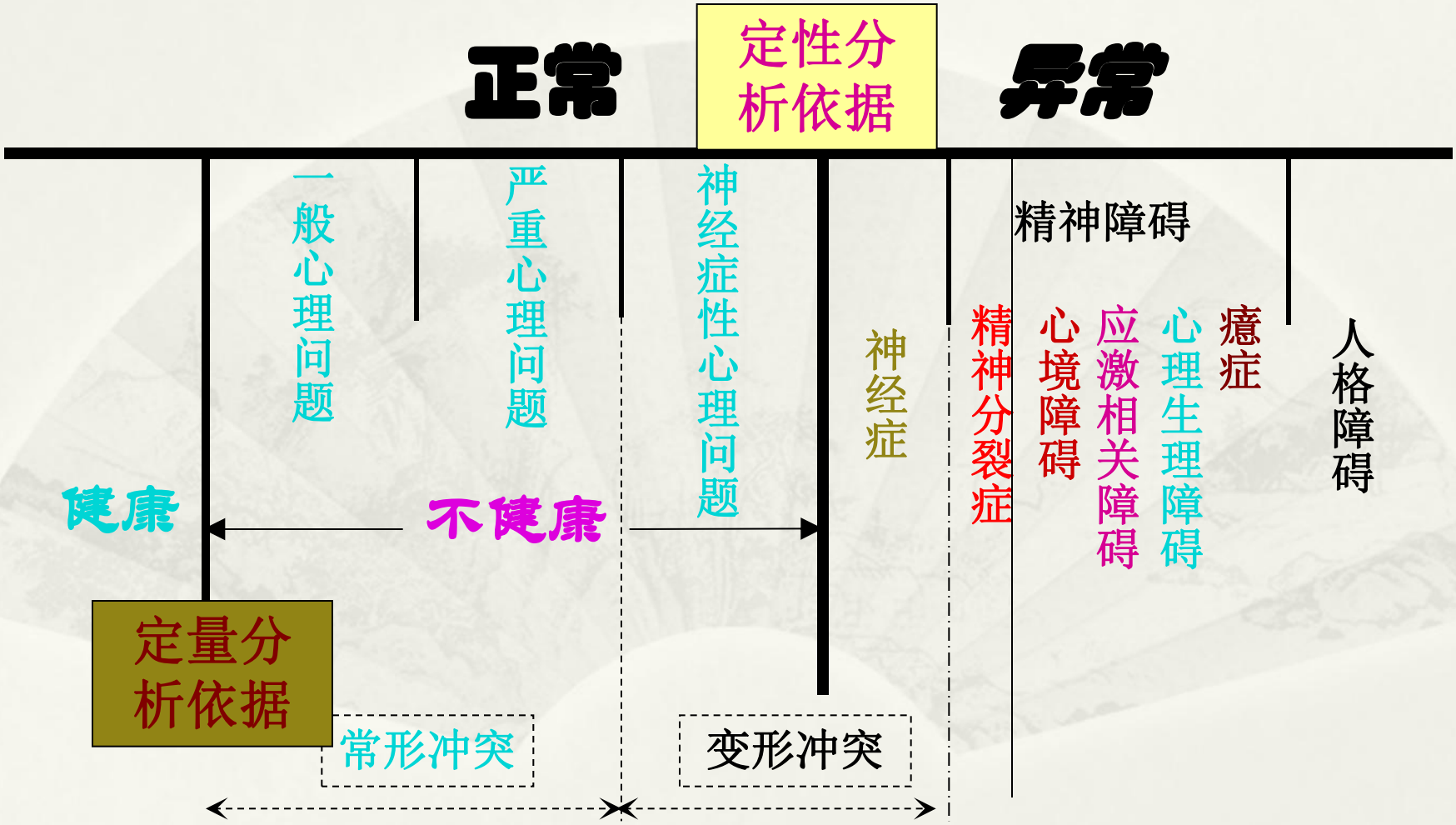
意志行为障碍

- 意志增强
- 意志缺乏
- 意志减退
- 精神运动性兴奋
- 精神运动性抑制
  - 木僵
  - 违拗
  - 腊样屈曲
  - 缄默
  - 被动性服从
  - 刻板动作
  - 模仿动作
  - 意向倒错
  - 作态
  - 强迫动作

心理诊断思路

1、找症状
（生理、心理、社会）
2、下诊断
（明确、具体、详细）
3、立依据
（定性、定量 分析）
4、作鉴别
（相近、相似、同类）
5、觅原因
（生理、心理、社会）
6、举措施
（诊断、咨询、测量）
7、定方案
8、作评估

心理咨询师的工作范畴


正常
定性分析依据
异常
一般心理问题
严重心理问题
神经症性心理问题
神经症
精神障碍
癔症
心理生理障碍
应激相关障碍
心境障碍
精神分裂症
人格障碍
健康
不健康
定量分析依据
常形冲突
变形冲突

许又新神经症诊断标准

- 常形心理冲突 VS 变形心理冲突
- 简易计分方法

	1分	2分	3分
病程	<3个月	3个月~1年	>1年
痛苦程度	可主动摆脱	靠别人帮助才能摆脱	几乎无法摆脱
社会功能	轻微妨碍	工作交往显著下降	不能工作，完全回避交往

- 诊断：总分<=3 —— 不是神经症
- 3<总分<6 —— 可疑病例
- 总分>=6 —— 诊断为神经症

第八节 压力与健康

一、压力

* 压力的定义——由外部事件引起的体验
* 压力源种类—三大类　生物、精神、社会环境
* 压力源的测评

日常小压力比大的生活事件更影响健康

* 压力的内省体验

冲突的种类：双趋冲突，双避冲突，趋避冲突，双重趋避冲突

二、压力的适应

* 压力的种类—三类　一般单一性，叠加性，破坏性

叠加性压力的定义——？

同时性叠加压力——“四面楚歌”

继时性叠加压力——“祸不单行”

“创伤后压力失调”——PTSD，与之相似的，“灾难症候群”的三个阶段：惊吓期（“失魂落魄”）；恢复期（“后怕”）；康复

* 压力的适应

（塞利）压力的三阶段：警觉；搏斗；衰竭

1．压力叠加的形式可以是（　）。

A．单一性　B．破坏性　C．继时性　D．促进性

破坏性压力的后果

塞利把适应压力分为三阶段—警觉、搏斗、衰竭

2．破坏性压力可以造成（ ）。

A．灾难综合症　　B．兴奋行为

C．破坏行为　　D．创伤后应激障碍

3．破坏性压力可以造成（　）。

A．灾难综合症　B．兴奋行为

C．破坏行为　　D．创伤后应激障碍

4．破坏性压力可以造成（　　）。

A．破坏行为　B．灾难综合症

C．兴奋行为　　D．创伤后应激障碍

三、压力的临床后果和中介系统

* 压力临床后果的两种解释—体质、压力论与器官敏感论
* 从压力源到临床相的逻辑过程

1）对压力的响应阶段

2）中介系统的增益或消解

正确认知可降低事件强度

认知影响压力强度的方式—三种

A 认识、评估； B 调节控制； C 人格的影响

良好的社会支持系统可降低压力事件强度

生物调节系统包括神经内分泌系统和免疫系统

* 临床相阶段

临床症状分及时型和滞后型症状

5、心理测量学知识串讲

-206-

第一节：概述

* 什么是测量？（概念、测量要素、测量的四种水平）



用一定的法则用数字对事物加以确定。

测量的要素包括参照点和单位。

参照点有绝对零点和相对零点。

好的单位要具有确定的意义和相同的价值。

根据单位是否理想，测量从低到高分为四种水平：

- **命名量表**

  代表分类。比如男女、门牌号码，不能四则运算

- **顺序量表**

  代表顺序、等级。比如军衔、等级，不能运算。

- **等距量表**

  有大小关系、具有相同单位，可进行加减运算。

- **等比量表**

  既有相等单位，又有绝对零点，可以做加减乘除运算。

什么是**心理**测量、心理测验？

测试：谁是有冲劲的战将？

电台广播的行业现在是越来越热闹了，如果你也是这一行的从业人员的话，对于这个以声音传情的魅力行业，你最想担任的会是以下那项职务？

你最想担任的会是以下那项职务？

A. 主持人
B. 企划制作人员
C. 音控人员
D. 特别来宾或受访人员

试结果：企划制作人员

你期望老板能给予你充分的信任，使你做起事来不会绑手绑脚，更不用瞻前顾后，套句卫生棉的广告词，就是“没有后顾之忧”，那你这辆动力火车，就会任劳任怨来加油上路，不用老板操心。你的圆融性绝对足够，但是你不能忍受没有SENSE的人来指挥你，那对你来说等同世界末日，所以有智慧的老板就是要给你信任，信任你办事的能力和创意。

什么是心理测验？

* 一、定义：所谓心理测验，就是依据心理学理论，使用一定的操作程序，通过观察人的少数有代表性的行为，对于贯穿在人的全部行为活动中的心理特点做出推论和数量化分析的一种科学手段。

几点说明：

测量人的行为。

通过行为样本，间接推测心理特征。

测验条件必须相同，保证可比性。

测验的意义在于与标准相比较。

* 二、心理测验的性质

间接性、相对性、客观性

第一节：概述

按照测验的功能（智力测验、人格测验、特殊能力测验）

按照测验材料的性质（文字测验、操作测验）

按照材料的严谨程度（客观测验、投射测验）

按照测验的方式分类（个别测验、团体测验）

按照测验的要求分类（最高行为、典型行为）

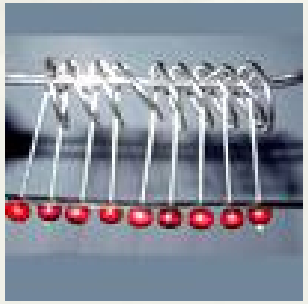






心理测验的分类

- 纠正错误的测验观：测验万能论、测验无用论、心理测验即智力测验。
- 正确的测验观：P331
- 心理测验在心理咨询中的应用：智力测验、人格测验、心理评定量表（三级教材第三章）
- 心理测验的发展史



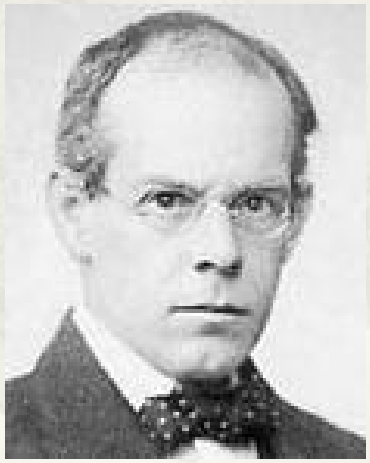
心理测验的**发展史：**

三个人名：高尔顿、卡特尔、比内

四个表现：操作测验的发展、团体智力测验的发展、能力倾向测验的发展、人格测验的发展



高尔顿，F.



这部分内容考试时出现的形式？

例题：

1（单选）我们将学生的考试结果按名次排队，这些名词数于（）变量。

A命名　B顺序　C等距　D等比

2（多选）等距量表中的数值可以进行（）运算。

A加　B减　C乘　D除

第二节测验的常模（学习重点）

* 常模团体是什么？

  由具有某种共同特征的人所组成的一个群体。

  确定一般总体、确定目标总体、确定样本。

* 常模团体的条件。

  群体的构成必须明确界定 。

  常模团体必须是所测群体的代表性样本。

  样本的大小要适当。

  总体数目小，只有几十个人，则需要100%的样本。如果总体数目大，相应的样本也大，一般最低不小于30或100个。

  全国性常模，一般应有2000-3000人为宜。

  标准化样组是一定时空的产物。

取样方法：

简单随机抽样

系统抽样（等距抽样）

分组抽样

分层抽样（包括分层比例抽样和分层非比例抽样。）

常模分数与常模

* （一）常模分数

原始分数→ 按一定规则转换→导出分数。

导出分数具有一定的参照点和单位，它实际上是一个有意义的测验量表，它与原始分数等值，可以进行比较

* （二）常模

常模分数构成的分布，就是通常所说的常模（norm），它是解释心理测验分数的基础。

常模有一般常模与特殊常模之分。

- **常模的类型：发展常模、百分位常模、标准分常模**

- **发展常模**

  发展顺序量表 P339

  智力年龄（智力年龄的计算方法P340）

  年级当量

练习题：如果一个儿童，5岁组的题目全部通过，6岁组通过4题，7岁组通过1题，其智龄为？ 5岁10个月（5岁+5题 x 2个月）

百分位常模：

百分等级：在常模样本中低于这个分数的人的百分比。（比如小明考了90分，处于80的百分等级，也就是说有80%的人比小明分数低。）

百分位数（百分点）：（比如，50个人参加考试，只选前10名进入A班，考试成绩最高分95分，最低分50分，问，A班的录取分数线是多少。）

四分位数和十分位数

成绩	*人数*
100	***2***
98	***3***
95	***5***
90	***10***
85	***17***
80	***13***
75	***20***
70	***12***
65	***8***
60	***6***
低于60	***4***

80的百分等级表示在常模样本中有80%的人比这个分数低。

那么，30的百分等级呢？

* 标准分常模

标准分数是将原始分数与平均数的距离以标准差为单位表示出来的量表。因为它的基本单位是标准差，所以叫标准分数。

牢记以下：

T分数：50为平均数，10为标准差

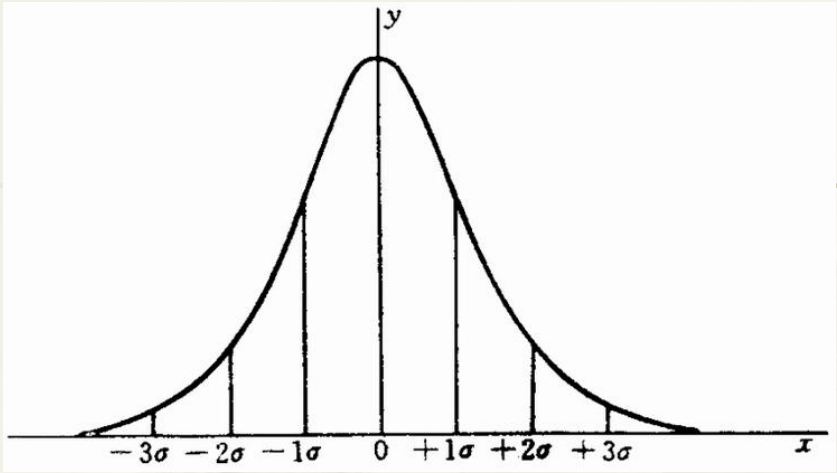
标准九分：5为平均数，2为标准差

标准10分：5.5为平均数，1.5为标准差

标准20分：10为平均数，3为标准差

离差智商（韦克斯勒）100为平均数，15为标准差

离差智商（1960，斯-比）100为平均数，16为标准差



- 比平均数高两个标准差：98%
- 比平均数高一个标准差：84%
- 处于平均数水平：50%
- 比平均数低一个标准差：16%
- 比平均数低两个标准差：2%

补充：

- 什么是标准差？

标准差 $S=\sqrt{\frac{\sum_{i=1}^{n}(x_i-\bar{x})^2}{n-1}}$

- 比如A班考试成绩为：5、6、7、8、7、 8、 6、2、4、9
- 平均值为：6.2
- 标准差：2.1

- 和方差一样，表示一组数据离散程度的大小。
- 各数据偏离平均数的距离（离均差）的平均数，它是离差平方和平均后的方根。用σ表示。因此，标准差也是一种平均数
  平均数相同的，标准差未必相同。

这部分内容考试时如何出题？

* 常模样本量的大小，一般最低不小于（）。

A、100或500　　B、800或1000

C、20或25　　D、30或100

* 抽样的方法一般有（）。

A、简单随机抽样　　B、系统抽样

C、分组抽样　　D、分层抽样

这部分考概念不考公式及计算



第三节：测验的信度

* 信度是指同一被试者在不同时间内用同一测验（或用另一套相等的测验）重复测量，所得结果的一致程度。

信度评估的方法

- 重测信度（又称稳定性系数）
- 复本信度（又称等值性系数，**如果两个复本的施测相隔一段时间，则称重测副本信度或稳定与等值信度**）
- 内部一致性信度
  - 分半信度
  - 同质性信度
  - 斯皮尔曼-布朗公式——常用的修正公式
- 评分者信度

信度与测验分数的解释

- 解释真实分数与实得分数的相关。
- 确定信度可以接受的水平。

  小于0.7时测验不能用于对个人作出评价或预测。

  在0.7与0.85之间，可用于团体比较。

  大于0.85时才能用来鉴别或预测个人成绩或作为。
- 解释个人分数的意义。
- 比较不同测验分数的差异。

影响信度的因素

* 样本的特征
* 测验的长度
* 测验的难度
* 时间间隔

影响信度的因素

* 样本的特征
* 测验的长度
* 测验的难度
* 时间间隔

第四节：测验的效度

- 效度是指所测量的与所要测量的心理特点之间符合的程度，或者简单的说是指一个心理测验的准确性。
- 信度与效度的关系（专栏5-4）
- 效度的性质

  相对性、连续性

效度评估的方法

- **内容效度**

  专家判断法、统计分析法、经验推测法

- **构想效度**

  对测验本身的分析、测验间的互相比较、效标效度的研究证明

- **效标效度**

  相关法、区分法、命中率法

* 效度的功能：
  预测误差、预测效标分数、预测效率指数

* 影响效度的因素：
  测验本身的因素
  测验实施中的干扰因素
  样本团体的性质
  效标的性质

第五节：项目分析

- 项目分析
  - 定性分析
  - 定量分析
    - 难度
    - 区分度

项目的难度

* 定义
* 计算方法（记住四个公式中哪三个是计算公式，哪个是校正公式。）
* 难度水平的确定

  P值越接近0.5，区别力越高。

  对于是非题而言，难度应该为0.75最合适，四择一题0.63时最佳。

项目的区分度（鉴别力）

* 区分度的范围介于-1到1之间。
* 表5-6 项目鉴别指数与评价标准。
* 表5-7 D的最大值与项目难度的关系。

第六节：测验编制的一般程序

测验项目的分析
- 测验的对象
- 测验的用途
- 测验的目标

↓

测题的编写
- 搜集资料
- 命题的一般原则
- 测题的编制要领

↓

测验的编排和组织
- 合成测验
- 预测与项目分析
- 信度与效度考察
- 常模定制
- 编写指导手册

这部分内容考试时如何出题?

例题

1、（多选）：测题常见的排列方式有（）。

A、并列直进式

B、公共汽车式

C、混合螺旋式

D、专列式

2、（多选）在选择题目形式时，需要考虑（）。

A、测验的目的

B、材料的性质

C、接受测验的团体的特点

D、各种实际因素

第七节：心理测验的使用

这部分内容考试时如何出题？

例题（多选）：主试者的职业道德包括（）。

A测验的保密

B测验的控制使用

C测验中个人隐私的保护

D对测验特别熟悉

6、咨询心理学考前串讲

第一节 概述

一、心理咨询学简史

* 学术背景—代表人物及其贡献

1．在咨询心理学形成前，（　）的开创性工作，为咨询心理学准备了前提学术条件。

A．高尔顿　B．卡特尔　C．韦斯默　D．比奈-西蒙

心理咨询的起源—1896年《临床心理学》

心理咨询专家培养标准—1953年,美国

心理咨询专业杂志—1954年,美国,《咨询心理学杂志》

二、心理咨询的基本概念

* 心理咨询师职业定义—2001

运用心理学及相关知识，遵循心理学原则，通过心理咨询的技术和方法，帮助求助者解除心理问题的专业人员

心理咨询师使用方法—标准化与非标准化广义与狭义

心理咨询应明确的问题—三个

1、待解决问题的性质；2、咨询师的技术；3、所要达到的目标

1．陈仲庚认为，心理咨询应明确的问题是（　）。

A．待解决问题的性质　　B．心理咨询师的技术

C．要达到的目标　　D．取得的效果

* 心理咨询的定义

2. “向求助者提供心理帮助并力图促使其行为．态度发生变化的过程”，是（　）关于心理咨询的操作性定义的核心内容。

A．罗杰斯　　B．威廉森　　C．陈仲庚　　D．韦特默

* 心理咨询与心理治疗的区分

心理咨询是非标准化的，“协助解决”问题；
心理治疗是标准化的，“矫治”问题。

1．关于心理咨询和心理治疗的不同，下列说法中正确的是（　）。

A心理咨询是规范化、标准化的　B心理治疗是不太规范、不太标准化的

C心理咨询师是协助解决问题　　D心理治疗是问题矫治

三、心理咨询师的基本条件

思维方式和态度	心理素质
唯物主义观点	品格：做一个有利于社会和他人的人
普遍联系的观点：身心一体、心理生理社会的交互作用、整体性观点	自我平衡能力：不将自己生活中的问题和情绪带入咨询室、不将不良情绪带到第二天
限制性观点：职责、时间、情感、咨询目标	善于容纳他人
历史-逻辑-现实相统一的发展观	有强烈的责任心：不夸大心理咨询效果、不欺骗来访者、及时转诊
中立性态度	自知之明

* 心理咨询师应有的思维方式与态度—5条

1、唯物主义；2、普遍联系；3、限制性；4、历史、逻辑、现实相统一；5、中立性

心理咨询师普遍联系观点的含义

1. （　）不属于整体性观点。

A. 牵一发可以动全身

B. 应该将各种咨询方法整合运用

C. 知、情、意、行不是永远相联系的

D. 求助者的心理问题不是静止和孤立的

心理咨询师的职责、时间、感情和咨询目标限制

1．心理咨询师职责限制的内涵包括（ ）等内容。

A．职业责任不是无限的　B．任务限于心理问题本身

C．任务限于具体问题本身 D．对求助者必须一帮到底

2．心理咨询师对时间限制的理解是（ ）。

A．咨询时间应完全一致　B．咨询时间应绝对限定

C．咨询时间应灵活掌握　D．咨询时间应有所限定

3．心理咨询的时间应该（ ）。

A．不加限定　B．随意安排

C．绝对不变　D．有所限定

历史、逻辑、现实相统一的发展观

4．（　）属于心理咨询师应该遵循的历史、逻辑、现实相统一的发展观内容。

A．考察个人史原因　B．考察个人史与症状之间的逻辑关系

C．用发展的观点看待求助者 D．对于求助者要用发展的眼光做动态考察

四、我国心理咨询的发展

* 我国第一个心理咨询中心—1986年,北京

第二节 历史上的几种理论观点

精神分析理论

行为主义心理学

认知心理学

存在-人本主义

人性心理学

精神分析理论观点

分区观点：关于心理结构

人类的心理活动分为无（潜）意识和意识两大层次，二者之间为前意识。

结构观点：关于人格结构

弗洛伊德把人格分为本我、自我和超我三个部分。

动力观点：关于心理动力

弗洛伊德假定，心理活动驱动力是一种心理能量，它出自先天的本能。

发展观点：关于心理发展

性欲发展可分为如下阶段：口欲期、肛欲期、生殖器期/恋母期、潜伏期、生殖期。

适应观点：关于适应问题

人对环境有各种自我防御机制，包括：压抑、投射、置换、反向、合理化、升华、转移等。

1．精神活动包括（　），属于精神分析关于人格结构的观点。

A．本我、自我和超我　B．意识、潜意识和前意识

C．个体保存、种族延续　D．生物、心理和社会

2．（　）不属于精神分析的理论观点。

A．无意识并不是心理活动中僵化被动的心理结构

B．潜意识是介于无意识和意识之间的一部分

C．前意识的内容主要由一些现实经验所构成

D．意识由外在世界的种种文化内容所构成

3．（　）的说法符合精神分析理论关于心理动力的正确观点。

A．一切心理动力来源于人类的性本能

B．力比多不是个体惟一心理动力

C．自我保存本能是个体惟一心理动力

D．个体保存和种族延续两种本能同时为心理动力

4．精神分析学说认为，（　）属于心理发展的根本动力。
A．力比多　　B．营养本能
C．性本能和攻击本能　　D．力比多和营养本能
5．精神分析论认为人格结构包括（ ）。
A．本能、驱力和需要　　B．生物、心理和社会
C．潜意识、前意识和意识　　D．本我、自我和超我
6．精神分析理论中，超我的概念意味着（　）。
A．超我是代表良心或道德力量的人格结构
B．超我的活动遵循快乐原则
C．超我在较大程度上依赖于自我教育的影响
D．超我在较大程度上依赖于父母教育的影响
7．弗洛伊德学说在咨询心理学历史上属于（　）。
A．行为学派 B．认知学派 C．动力学派 D．人本主义学派

8．自我防御机制的形式包括（　）。

A．压抑　　B．压制　　C．投射　　D．力比多

* 钟友彬的中国精神分析和认识领悟疗法

1．（　）是认识领悟疗法的创始人。

A．艾利斯　B．弗洛伊德　C．许又新　D．钟友彬

2．认识领悟疗法的理论基础是（　）。

A．认知心理学　B．人本主义　C．生理心理学　D．精神分析

3．认识领悟疗法的创始人是（　）。

A．艾利欺　B．钟友彬　C．许又新　D．弗洛伊德

二、行为主义理论观点

- 行为主义心理学先驱–巴甫洛夫（经典条件反射）、桑代克（尝试—错误定律）
- 华生：“刺激–反应模式”
- 托尔曼：提出中间变量的概念–生物内驱力、环境刺激、遗传、训练方式、年龄
- 斯金纳的操作性条件反射：提出“第三变量”
- 班杜拉的社会学习理论：又叫“模仿学习理论”，概念–“替代学习”或“观察学习”、“自行奖赏或批判”、行为自控

- 沃皮(Wolpe)对行为治疗的定义：行为治疗是使用实验确立的行为学习原则和方式，克服不良行为习惯的过程。

行为治疗的5个步骤

行为治疗的主要方法：阳性强化法（见三级咨询技能）；系统脱敏法、模仿学习、厌恶疗法、冲击疗法等（见二级咨询技能）

1．行为治疗的主要方法包括（　）。

A．系统脱敏法　B．自我管理技术

C．厌恶疗法　　D．认识领悟疗法

2．行为治疗的主要方法包括（　）。

A．系统脱敏法　B．自我管理技术

C．厌恶疗法　　D．处罚技术

三、认知心理学的观点

- 认知的定义：指一个人对某一事件的认识和看法，包括对过去事件的评价、对当前事件的解释、对未来事件的预期。
- 认知作为理性的心理活动，对人的情绪、情感、动机和行为有较强的调控作用。改善认知结构、调整认知逻辑、理顺认知阶段的联系，能够矫正心理问题，达到心理咨询和矫治的目的。
- 常见认知疗法：埃利斯的合理情绪疗法（见三级咨询技能），贝克的认知疗法、梅肯鲍姆的认知行为矫正技术（见二级咨询技能）

四、存在-人本主义观点

* 20世纪50年代在美国兴起
* 实质上是求助者和咨询师之间，以存在人本主义的人生哲学为准绳，围绕求助者的心理问题，进行“平等、自由地”讨论。通过这种讨论，使求助者接受人本主义哲学理念
* 求助者中心疗法（见二级咨询技能）

五、人性心理学观点

* 提出人心理发展动力源于三种本能

人的三种基本需要—生物、精神、社会

* 各种心理问题的内在原因，是人性的某种属性或各种属性之间的关系失去了平衡。

建立良好的咨询关系

- **尊重**——意味着完整接纳，一视同仁，信任对方，保护隐私，以真诚为基础
- **热情**——初次来访时适当询问，表达关切；注意倾听求助者的叙述；耐心，认真，不厌其烦
- **真诚**——咨询师以“真正的我”出现；没有防御式伪装；

- **共情**——体验别人内心世界的能力，不是必须与求助者拥有同样的感情，缺乏共情容易使咨询过程出现障碍，使用共情需要注意6个方面
- **积极关注**——对求助者言语和行为的积极面予以关注，从而使求助者拥有正向价值观，需要注意避免盲目乐观、反对过分消极、立足实事求是



建立良好的咨询关系

- **尊重**——意味着完整接纳，一视同仁，信任对方，保护隐私，以真诚为基础
- **热情**——初次来访时适当询问，表达关切；注意倾听求助者的叙述；耐心，认真，不厌其烦
- **真诚**——咨询师以“真正的我”出现；没有防御式伪装；

- **共情**——体验别人内心世界的能力，不是必须与求助者拥有同样的感情，缺乏共情容易使咨询过程出现障碍，使用共情需要注意6个方面
- **积极关注**——对求助者言语和行为的积极面予以关注，从而使求助者拥有正向价值观，需要注意避免盲目乐观、反对过分消极、立足实事求是



制定咨询方案

划分咨询阶段

诊断阶段、咨询阶段、巩固阶段



- 咨询的目标
- 双方责任权利义务
- 次数与时间安排

- 咨询方法过程原理
- 效果及评价手段
- 咨询费用及相关说明

个体咨询方案的实施：方法与技术

- 参与性技术
- 影响性技术
- 识别和处理阻抗
- 识别和处理移情
- 阳性强化法
- 合理情绪疗法

个体咨询方案的实施：阶段与结束

* 阶段小结与效果巩固
* 咨询关系的结束
* 咨询效果的评估
* 案例记录整理与保管
* 咨询关系的匹配
* 必要的转介

参与性技术	影响性技术
倾听	面质
开放式与封闭式询问	解释
鼓励与重复	指导
内容反应	内容表达
情感反应	情感表达
具体化	自我开放
参与性概述	影响性概述
非言语行为的理解和把握	非言语行为的运用

识别与处理阻抗

阻抗的表现形式

讲话程度上

讲话内容上

讲话方式上

咨询关系上

阻抗的原因

成长中的苦恼

功能性的行为失调

对抗咨询或咨询师

应对阻抗的要点

解除戒备心理

正确地进行诊断和分析

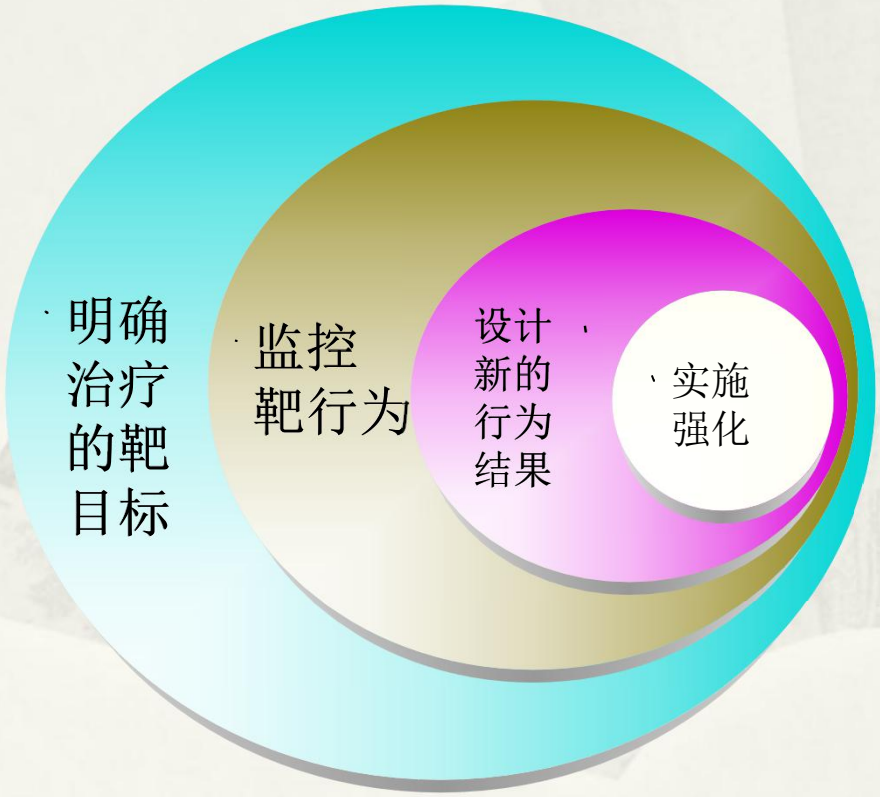
以诚恳帮助对方的态度对待阻力

识别和处理移情

移情是指求助者把对父母或对过去生活中的某个重要人物的情感，态度和属性转移到了咨询师身上，并相应的对咨询师做出反应当过程。

* 负移情和正移情
* **移情和反移情（未涉及）**
* 区别移情和依赖（6点）
* 处理移情——宣泄与分析、转介

简易行为矫治—阳性强化法



工作程序：

* 明确治疗的靶目标（越具体越好，可客观测量与分析）
* 监控靶行为（不良的行为）
* 设计新的行为结果
* 实施强化（出现适当行为时及时强化，内外强化物同时使用）

原理：操作条件反射

合理情绪疗法的原理

- 人不是被事情本身所困扰，而是被其对事情的看法所困扰。
- 核心理论——ABC理论
- 非理性观念的三个主要特征
  - 绝对化要求：婚姻双方必须彼此忠诚
  - 过分概括化：我什么事情都做不好
  - 糟糕至极：考不上硕士，我这辈子就完蛋了
- 咨询师是一个指导者、说服者、分析者，也是权威的信息提供者和与求助者非理性观念对抗的辩论者。

合理情绪疗法的工作程序

再教育阶段（巩固疗效、强化新观念）



个体心理咨询技能（二级）


个体心理
咨询技能
行为疗法
阳性强化法（三级）
系统脱敏法
冲击疗法
厌恶疗法
模仿法
生物反馈法
认知行为疗法
合理情绪疗法（三级）
认知疗法
认知行为矫正
求助者中心疗法

疗法名称	基本原理	工作程序	适应症
阳性强化法	操作条件反射	明确治疗的靶目标、监控靶行为、设计新的行为结果、实施强化	慢性精神病患者和儿童的行为问题
系统脱敏法	交互抑制	学习放松技巧、建构焦虑等级、系统脱敏	对特定事件、人、物体或泛化对象的恐惧和焦虑
冲击疗法	消退性抑制	筛选治疗对象、签订治疗协议、治疗准备工作、实施冲击治疗	过度的恐惧、与焦虑有关的障碍、强迫性障碍、创伤后应激障碍
厌恶疗法	经典条件反射	确定靶症状、选用厌恶刺激、把握时机施加厌恶刺激	戒烟戒酒、强迫症，各种性变态行为和精神分裂症等适应不良行为
模仿法	社会学习理论	选择合适的治疗对象、设计示范行为、强化正确的模仿行为	各种行为障碍、适应障碍。
生物反馈疗法	植物神经通过训练也能被个体随意控制	治疗前准备、诊室训练、家庭训练	各种睡眠障碍，伴焦虑、恐惧的神经症、某些心身疾病等