基础心理学（二）



Psychology

心理学是一门与人类幸福密切相关的学科

第三节 感觉与知觉

第一单元　感觉

一　感觉及其种类

1.什么是感觉

感觉是人脑对直接作用于感觉器官的客观事物个别属性的反映。

2.感觉的分类

❶ 按刺激来源分为

外部感觉（刺激来自机体之外）。

内部感觉（刺激来自机体内部）。

❷ 按感觉通道或分析器分类

视觉、听觉、嗅觉、味觉、皮肤觉（触觉、温觉、冷觉、痛觉）。

第二单元　感受及感觉阈限

1.适宜刺激与非适宜刺激

对某种感觉器官来说最敏锐的那种刺激便是该感官的最适宜刺激，而其他刺激则成为非适宜刺激。

2.感受性与感受阈限及其关系

❶ **感受性**

感觉器官对适宜刺激的感觉能力叫感受性。

❷ **感觉阈限**

能引起感觉的最小刺激量叫感觉阈限。

❸ **关系**

感受性用感觉阈限大小来量度，二者成反比关系。

3.绝对阈限与差别阈限

❶ 绝对阈限

感觉阈限又称绝对感觉阈限。

❷ 差别阈限

刚刚能引起差别感觉的刺激的最小变化量叫作差别感觉阈限，或叫最小可觉差。差别阈限表示的是差别感受性，一个人能够觉察到的差别越小，说明他的差别感受性越强。

❸ 韦伯定律与韦伯–费希纳定律

A.韦伯定律

德国生理学家韦伯1840年发现了差别感觉阈限的

定律，即韦伯定律。

公式：$K = \frac{\Delta I}{I}$

K ——常数

I ——刺激强度

ΔI——刚能引起较强感觉的刺激增加量

▲例如，30g的重量只要增加1克就能感觉到重量上的变化，而300g的重量要让人们感觉到重量上的变化，只增加lg就不够了，它要增加10g才能感觉出比较重。这就是说，对重量变化的感受能力不能以一个绝对量来表示，而要说明它与原来重量的相对值 。

B.韦伯–费希纳定律

1860年德国物理学家费希纳对韦伯定律加以改进，提出新的公式，后人称之为韦伯–费希纳定律，并以此为基础，创立了所谓的心理物理学

公式：　　$S = k \log R$

S——心理量　　K——一个常数
R——物理量　　S和R的关系是对数关系

第三单元　感觉现象

1.感觉适应

❶ 什么叫感觉适应

在外界刺激持续作用下感受性发生变化的现象叫感觉适应。

暗适应是感受性提高的过程，其他适应一般都表现为感受性降低。

❷ 类型与特点

⑴ 各种感觉都能发生适应现象，只有痛觉难于适应，因为痛觉具有保护性作用。

⑵ 在各种感觉适应现象中，暗适应是感受性提高的过程，其他适应一般都表现为感受性降低。

•感觉适应

- 感觉适应(sensory adaption)是指感受器在刺激物持续作用下所发生的感受性变化现象。它可以引起感受性的提高，也可以引起感受性的降低。大部分感觉都有适应现象，所谓“入芝兰之室，久而不闻其香；入鲍鱼之肆，久而不闻其臭。”即是嗅觉适应的表现。
- 在实际生活中，感觉适应是利弊兼具的一种心理现象。一方面，感觉适应可以使个体对外界不良刺激的敏锐度降低，从而更好地适应外界环境减少身心负担，如个体在喧闹的场所可以排除噪音干扰专心看书；另一方面，由于对刺激敏锐度的降低，可能导致个体警惕性的丧失，造成不必要的伤害，如在化学工厂工作的人由于长期接触有害化学品而中毒。

❸ 对光适应与对暗适应

对光适应快（1–2分钟），对暗适应慢（30–40分钟）。

原因：在光的作用下，视网膜上的视紫红质分解；在暗环境中视紫红质又重新合成。视紫红质分解得快，合成得慢，所对光适应快，对暗适应慢。

2.感觉后象

❶ 定义

外界刺激停止作用后，暂时保留的感觉印象叫感觉后象。

❷ 分类

(1) 正后象

与刺激物性质相同的后象叫正后象。

(2) 负后象

与刺激物性质相反的后象叫负后象。

目不转睛地注视白炽灯一段时间，闭上眼睛，感觉等还在眼前亮着，这种后象叫正后象；如果将视线转向一面白墙，则会感觉有一黑色灯炮的形象，后象的性质与刺激物的性质相反，这种后象叫负后象。

3.感觉对比

❶ 定义

不同刺激作用于同一感觉器官，使感受性发生变化的现象叫感觉对比。

❷ 类型

(1) 同时对比

两种感觉同时发生的对比叫同时对比。

(红花与绿叶)

马赫带现象

– **明暗交界处使人感到明处更明，暗处更暗。**

湖南新东方教育培训中心 www.xdfpx.com

(2) 相继对比

两种感觉先后发生所形成的对比叫相继对比。

（苦甜对比、冷热对比）

(3) 联觉

一个刺激不仅引起一种感觉，同时还引起另一种感觉的现象叫联觉。

例如：暖色（红颜色）与冷色（看到蓝色会觉得清凉）；黑色使人产生压抑感等。

4．感觉的补偿

- **感觉补偿**(sensory compensation)是指当某种感觉受损或缺失后，其它感觉的感受性提高以进行补偿的现象。例如盲人的听、触觉特别灵敏以补偿缺失的视觉能力。

- **5. 特别培训和锻炼可以提高人的感觉能力**

第四单元　各种感觉

一　视觉

1.视觉的适宜刺激

视觉的适宜刺激是波长在380纳米—780纳米之间的电磁波，即光波短于380nm者为紫外 线，长于780nm为红外线。

2.视觉器官：视网膜是一个由视觉神经细胞组成的薄膜，分三层，最外边一层视细胞层是直接接受光刺激的感受器。

视细胞层上有两种视觉神经细胞：锥体细胞和杆体细胞，其中锥体细胞分布在中央窝及其附近，呈园锥状，在强光下起作用，叫明视觉器官，它能分辨物体的细节和颜色；而杆体细胞呈杆状，集中在视网膜边缘及其附近，对弱光敏感，叫暗视觉器官，不能辨别物体的细节和颜色，只能分辨物体的敏感和轮廓。从视网膜出来的视神经最终在枕极的部位产生视觉。

4 色觉异常

A、色弱：能分辨颜色，但感受性差，只有波长差别较大时才能区分。

B、部分色盲：又分红绿色盲和黄蓝色盲。红绿色盲看不出红绿，但能分清黄和蓝，看红绿颜色时看见的是不同明度的灰。后者反之。

C、全色盲：什么颜色都看不出，只能看到不同明度的灰。就象视觉正常的人看黑白电视一样。

色觉异常的人自己不知晓，别人也难以发现，他们虽然也能和正常人一样说出物体的颜色，但他看到的是物体的明度，而不是颜色。自儿童期他们就向成人学会了称呼物体的颜色（经验补偿），非常自然，自己和别人都很难发现。检查色盲的工具，都是让颜色的色调不同，而颜色的明度完全一样。色觉有缺陷的人是靠明度来辨颜色的，明度相同但色调不同的颜色他就很难分辨了。

色觉异常大都是遗传。遗传途径：男孩是外祖父通过妈妈传给自己的；外祖父是色盲，妈妈仅仅是遗传基因的携带者；如果外祖父是色盲，而且爸爸也是色盲，这时女孩才会是色盲。所以色盲中男性色盲的人数大大高于女性。

3.颜色视觉：本来颜色包括彩色和非彩色，彩色有色调、明度和饱和度的特性；非彩色只有明度一种特性。明度取决于光波的物理强度，饱和度取决于彩色中灰色所占的比例，灰的比例越大，饱和度越小。用三棱镜从太阳光中分出来的彩虹是由各种单色光组成的，它们是最纯的颜色，饱和度为百分之百。

颜色混合有两种：色光混合和颜料混合。色光混合是相加的混合，混合的结果色光更亮了，且具有互补性；而颜料的混合是相减的混合，混合的结果是各混合色都不吸收的颜色。如红光/黄光和蓝绿色光（与红光互补）/蓝光（与黄光互补）混合得到的均是灰；而黄颜料和蓝颜料混合得到的是绿而不是灰。红光和黄光不是互补色，混合后得到是介于二者之间的颜色橙色；而红颜料和黄颜料混合得到的是橘红色而不是橙色。

二　听觉

16—20000HZ的空气振动是听觉的适宜的刺激。其中对1000—4000HZ的声音最敏感。

三　其他感觉

1.嗅觉　　2.味觉

3.皮肤感觉　4.平衡觉

5.运动觉　　6.内脏感觉

7.痛觉

第五单元　知觉

一　知觉的定义

知觉是直接作用于感觉器官的客观事物整体属性在人脑中的反映。

二　知觉的基本特性

1.整体性　　3.恒常性

2.选择性　　4.理解性

知觉的选择性

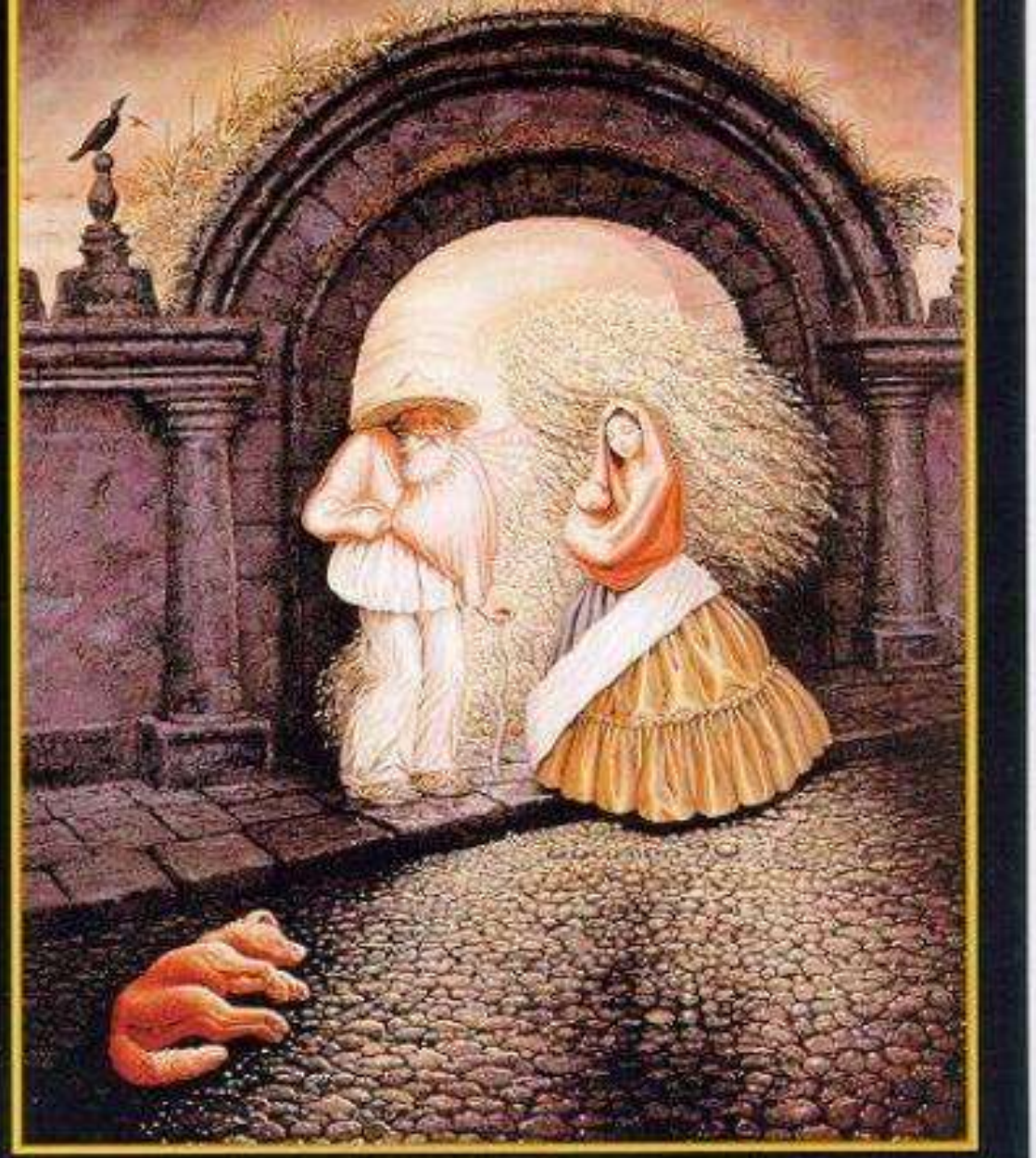


两可图形

白色为目标，黑色为背景：花瓶

黑色为目标，白色为背景：对着的人脸





Nine People

There are 9 people in the attached picture.

If you find 6, you have ordinary powers of obse

Find 7, you have above average powers of observation.

Find 8, you are very observant. Congratulate y

Find 9, you are extremely observant, very intui and creative. You can rival the observant pow Sherlock Holmes!

湖南新东方教育培训中心 www.xdfpx.com

- **知觉的理解性**
- 人在知觉过程中根据自己的知识经验，对感知的事物进行加工处理，并用语词加以概括，赋予它确定的含义，从而标示出来的特性称为知觉的理解性(sensory comprehension)。
- 知觉的理解性主要受个人的知识经验、言语指导、实践活动任务以及个人兴趣、爱好等多方面因素的影响。
- 在知觉时，言语指导不同，对所知觉事物的理解也会不同。

第六单元　知觉的种类

1.空间知觉

❶ 定义

对物体的大小、形状、距离、方位等空间特性的知觉叫空间知觉。

❷机制

双眼视差

2.时间知觉

时间知觉是对物质现象的延续性和顺序性的知觉。

3.运动知觉

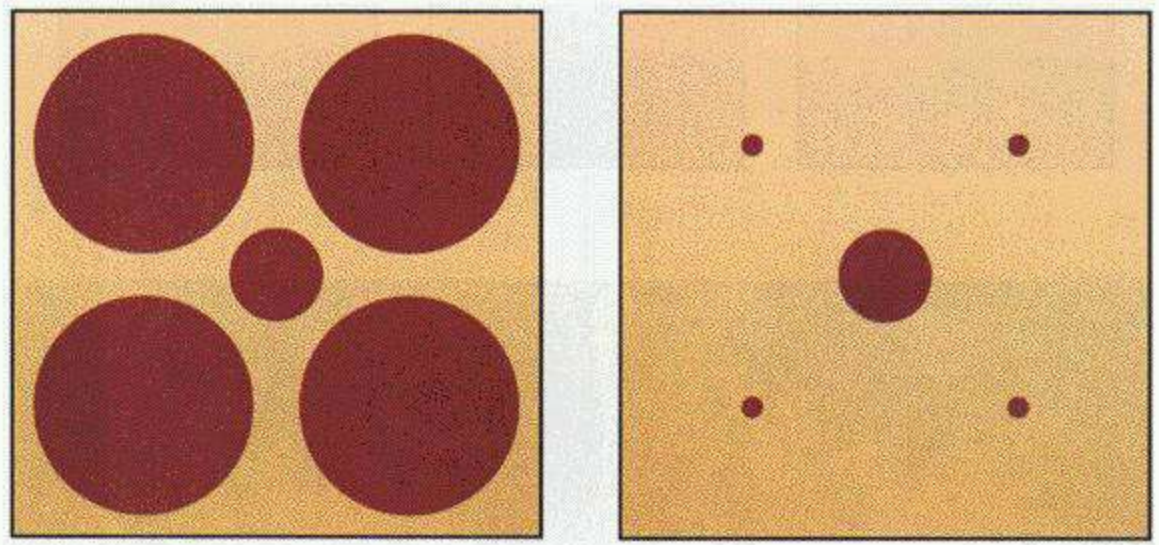
对物体在空间中的位移产生的知觉叫运动知觉。

4.错觉

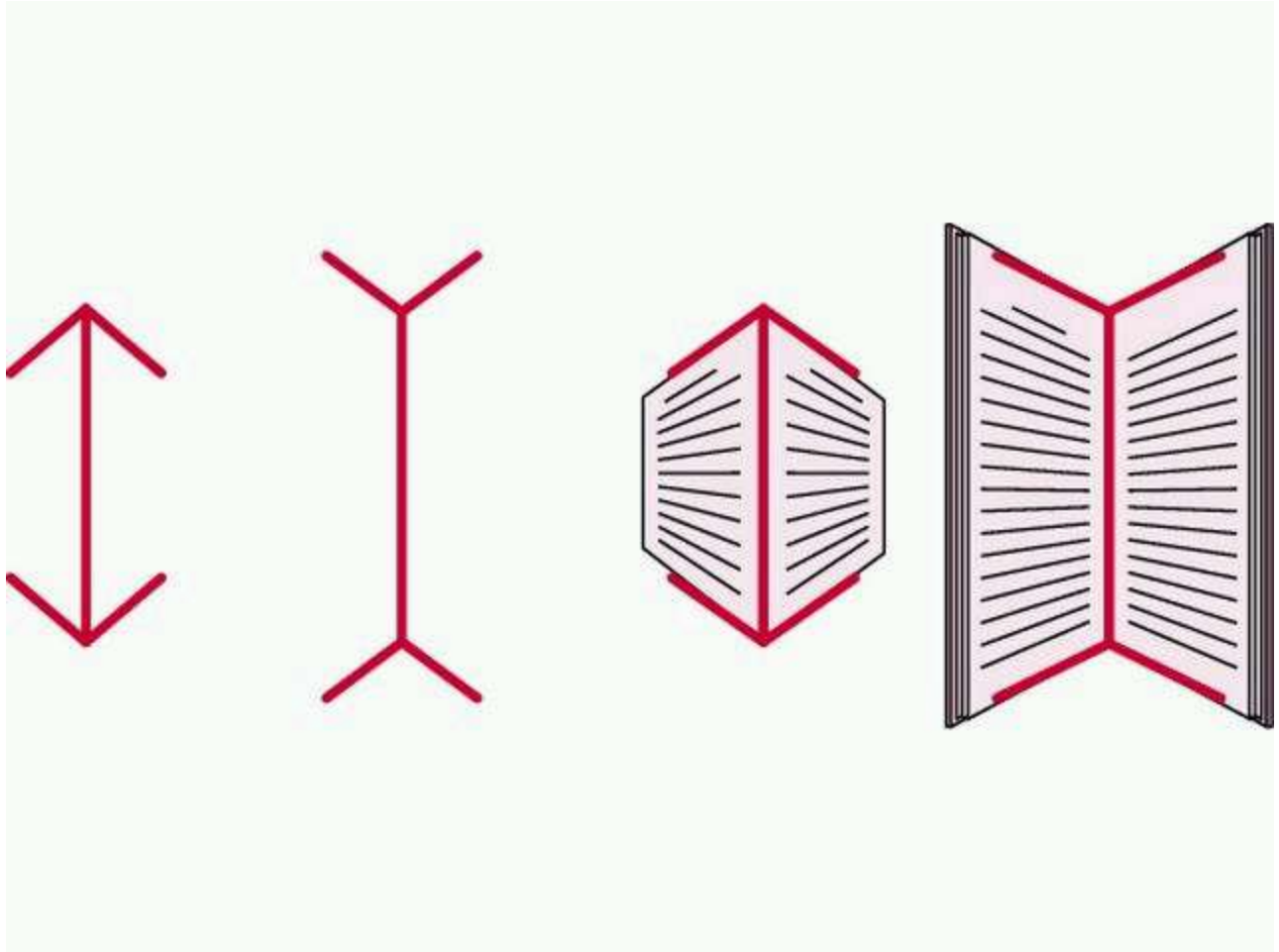
在特定条件下产生的对客观事物的歪曲知觉叫错觉。

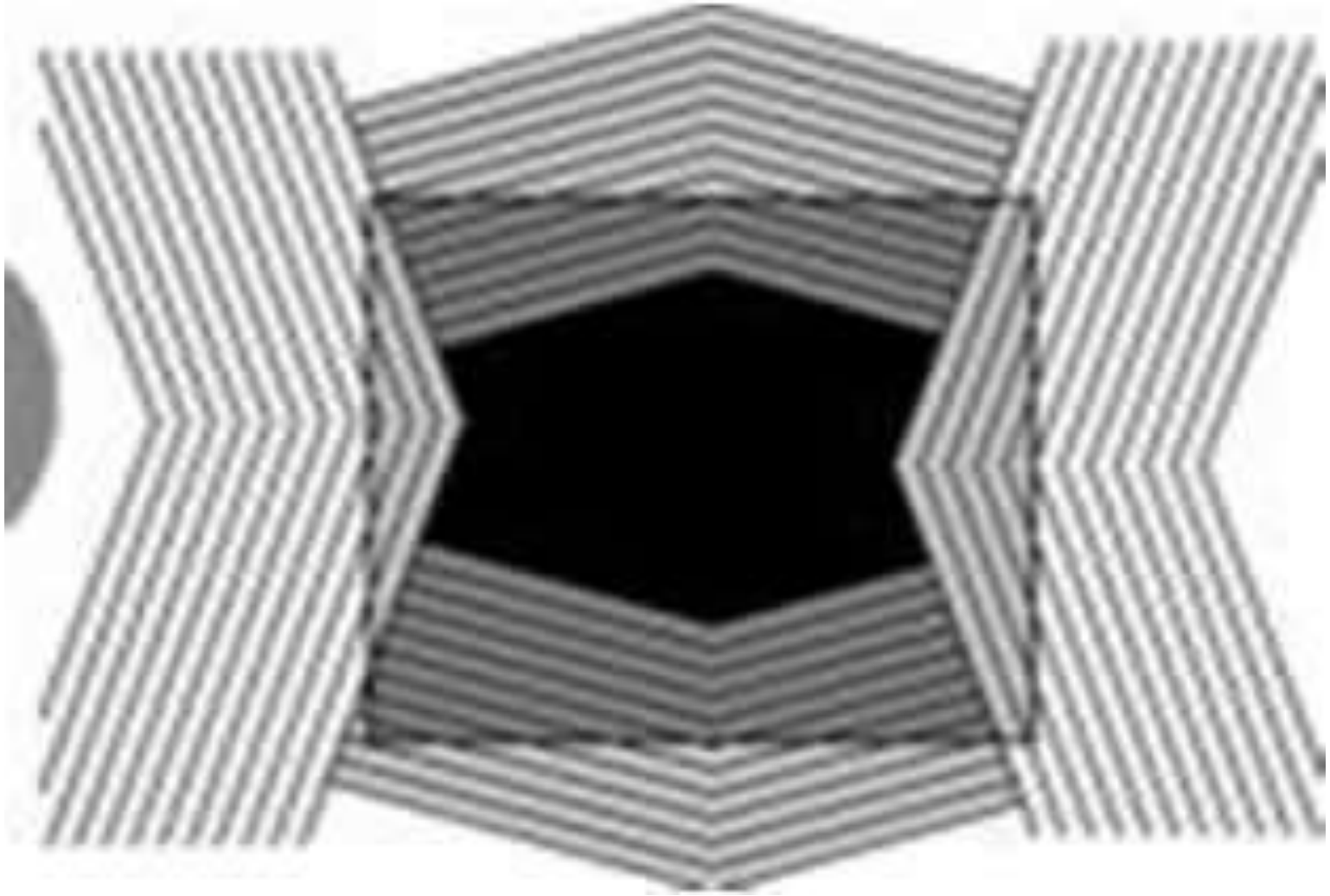
Copyright © The McGraw-Hill Companies, Inc. Permission required for reproduction or display.

Context Influences Size Perception



湖南新东方教育培训中心 www.xdfpx.com









第七单元　记忆及其过程

一　记忆

把感知的事物存储在大脑中，并在一定条件下提取出来的心理过程叫记忆。

二 记忆的种类(按记忆对象分)

❶ 形象记忆

❷ 情景记忆

❸ 情绪记忆

❹ 语义记忆

❺ 动作记忆

三 记忆过程

❶ 识记

❷ 保持

❸ 回忆(提取知识经验,又称再现)

❹ 再认 (似曾相识有一种熟悉感)

四 遗忘与艾宾浩斯的经典性研究

❶ 遗忘

对识记过的材料既不能回忆也不能再认的现象叫遗忘。

❷ 艾宾浩斯对遗忘的研究

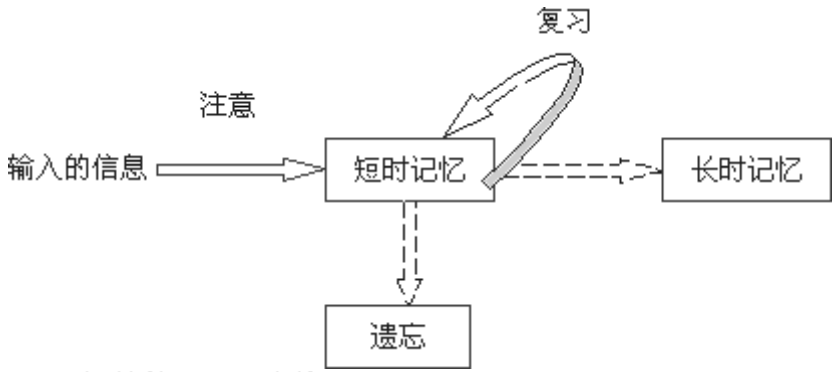
1885年，德国心理学家艾宾浩斯对记忆与遗忘问题进行了实验研究，发现了遗忘规律。



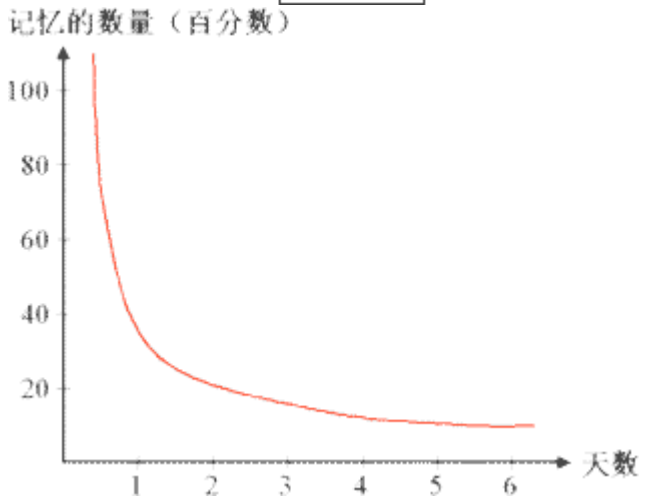
艾宾浩斯.赫尔曼（Ebbinghaus.Hermann 185O ~ 1909）德国心理学家。出生于德国波恩附近，先在波恩大学学习历史与哲学，后进入哈雷大学和柏林大学深造，1873年获哲学博士学位。普法战争时在军队服务。战后，在柏林、英国、法国致力于研究，兴趣转向科学。1867年，艾宾浩斯在巴黎一家书摊上买了一本旧的费希纳的《心理物理学纲要》，这一偶然的事情对他产生了深深的影响，不久也影响了新心理科学。费希纳研究心理现象的数学方法使年轻的艾宾浩斯顿开茅塞，他决心像费希纳研究心理物理学那样，通过严格的系统的测量来研究记忆。在这之前，W．冯特曾宣布过学习和记忆等高级心理过程不能用实验研究，加之当时艾宾浩斯既没有大学教学职位，没有老师，也没有进行研究的专门设备和实验室。但是，即便如此，他还是花了5年时间，用自己做被试，独自进行实验，完成了一系列有控制的研究。

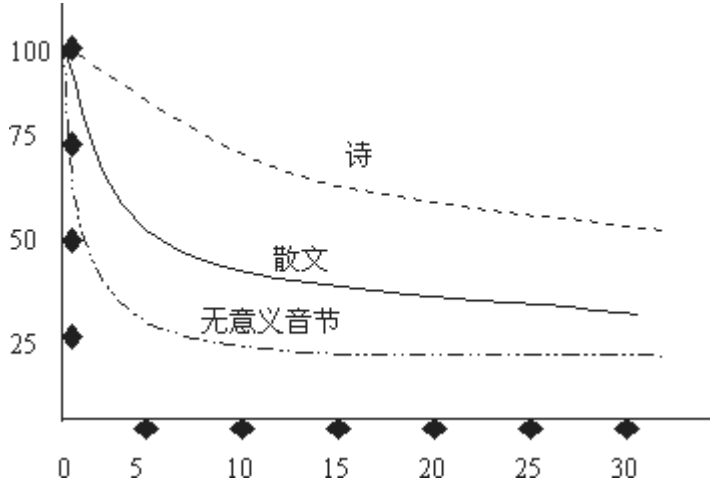
❷ 艾宾浩斯对记忆的实验研究

德国有一位著名的心理学家名叫艾宾浩斯(Hermann Ebbinghaus，1850-1909)，他在1885年发表了他的实验报告后，记忆研究就成了心理学中被研究最多的领域之一，而艾宾浩斯正是发现记忆遗忘规律的第一人。



时间间隔	记忆量
刚刚记忆完毕	100%
20 分钟之后	58.2%
1 小时之后	44.2%
8-9 个小时后	35.8%
1 天后	33.7%
2 天后	27.8%
6 天后	25.4%
一个月后	21.1%





▲艾宾浩斯的实验向我们充分证实了一个道理，学习要勤于复习，而且记忆的理解效果越好，遗忘的也越慢。

版权所有 新东方教育培训中心 www.xdfpx.com

五　系列位置效应

系列位置效应（serial position effect）学习材料中各部分的位置不同，学习效果就不同。实验表明，在系列学习中，前端和后端的学习要比中间的学得快。比如，识记一篇文章，开头部分和结尾部分的识记效果就比中间部分要好。对材料的掌握有从两端向中间进行的趋向。从开头处前进要比从末尾处前进稍快一些，掌握得最慢的部分，不在材料的中间处，而在稍后一点。据分析，这是由于系列前部受倒摄抑制的干扰，系列后部受前摄抑制的干扰，中间部分则受两种抑制的相继干扰。一般地说，该效应在学习的早期阶段最为明显。此外，也受材料的性质、数量和材料的呈现方式、学习方法等许多因素的影响。

在系列开始部分和末尾部分的单词均比中间的单词更容易回忆。心理学上把这种现象称为系列位置效应。其中，开始部分单词更好记的现象称作首因效应或首位效应，末尾部分单词更好记的现象称作近因效应或新近效应。

第三单元　三个记忆系统

1.瞬时记忆

又称为感觉记忆或感觉登记，仅能保持1至几秒钟的记忆。

2.短时记忆

保持时间在1分钟以内的记忆。**短时**记忆容量7±2，即5~9个项目．

3.长时记忆

保持时间超过1分钟的记忆。

四　记忆术与人类记忆未来展望

1、关于记忆术

2、人类记忆的未来

第四节 思维、言语及想象

第一单元 思维

一 定义和特征

1 定义

思维是人脑对客观事物间接的概括的反映，它能认识事物本质和事物之间内在联系。最主要特征是间接性和概括性。

2 思维的智力操作基本形式

❶ 分析与综合

❷ 抽象与概括

思维的特征

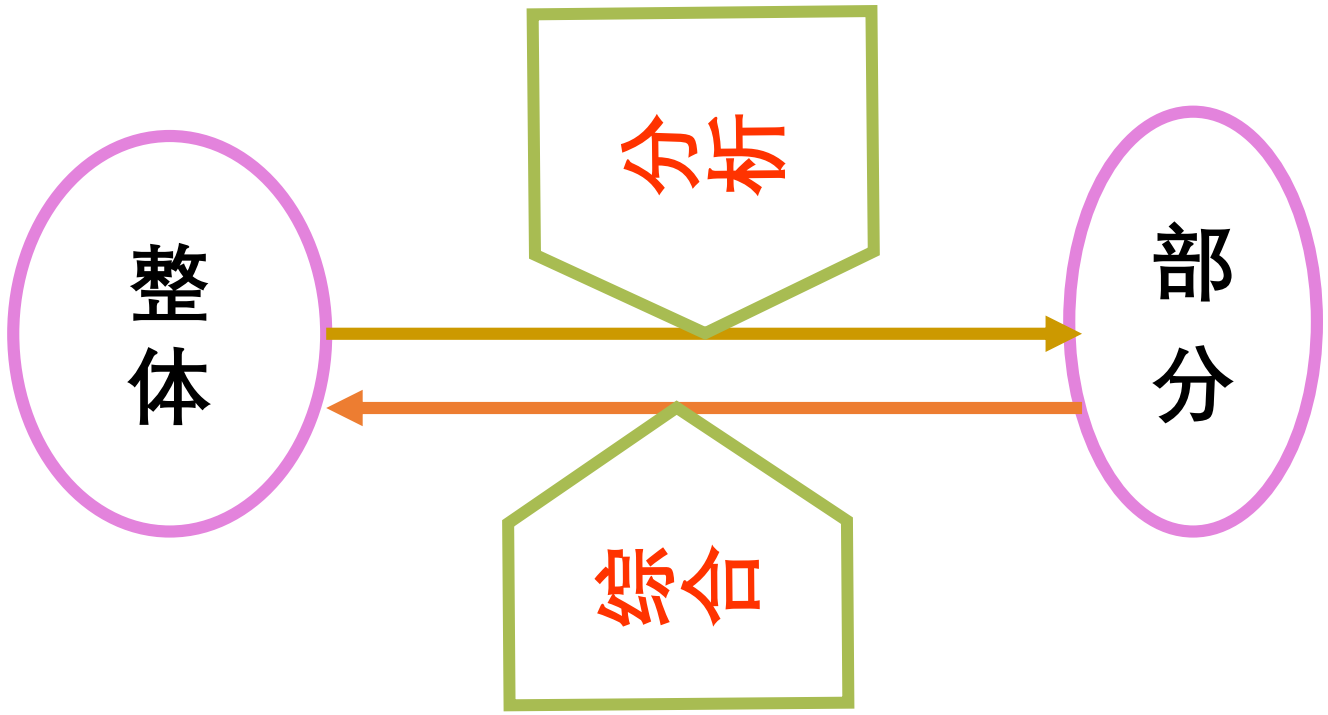
- 思维的间接性

  对感官所不能直接把握的或不在眼前的事物，借助于某些媒介物与头脑加工来进行反映。如:地震工作者可以根据动物的反常现象或其他仪表的数据来分析与预报震情;早上看到雪,推断昨晚下雪了等。再如:“一叶落知天下秋”—出处：《淮南子·说山训》：“见一叶落而知岁之将暮。”宋·唐庚《文录》引唐人诗：“山僧不解数甲子，一叶落知天下秋。”

- 思维的概括性

  抽取同类事物的共同属性，形成概括性认识。如：通过感知觉我们看到具体的鸟的外形和活动情况，而通过思维我们能认识鸟的本质属性。

分析与综合



抽象与概括

- **抽象**

  通过分析、比较，抽出共同的、本质的属性，舍弃非本质属性。

  人的认识：男性、女性；大人、小孩；工人、农民、军人、学生、教师、商人；高个、矮个；能吃饭，能睡觉，能喝水，能活动，能知觉，能记忆，能说话，能思维，能制造工具，会使用工具等。

  人的共同的、本质的属性：能说话、能思维、能制造工具等

- **概括**

  把抽象出来的事物的共同的、本质的特征综合起来并推广到同类事物中去，使之普遍化的思维过程。

  “人”的本质属性——能言语、能思维、能制造工具综合起来，推广到古今中外一切人身上，指出：“凡是能言语、能思维、能制造和使用工具的动物都是人。”

第二单元　思维的种类

依 据	类 别
形态和方式	动作思维、形象思维、抽象思维
指向性	聚合思维、发散思维
创新程度	再造思维、创造思维

第三单元　概念形成与问题解决的思维过程



- 概念的掌握
- 自然概念和人工概念
- 问题解决及对问题解决的研究

1.概念与概念的形成

概念是人脑对客观事物本质特征的反映，是以词来标记和记载的。概念是思维活动的结果和产物，同时又是思维活动借以进行的单元。

每个概念都有它的内涵和外延。内涵是指概念所包含的事物的本质属性，外延是指属于这个概念的个体，即概念所含的范围。如**工人阶级与知识分子**；再如：**鸟，动物**。

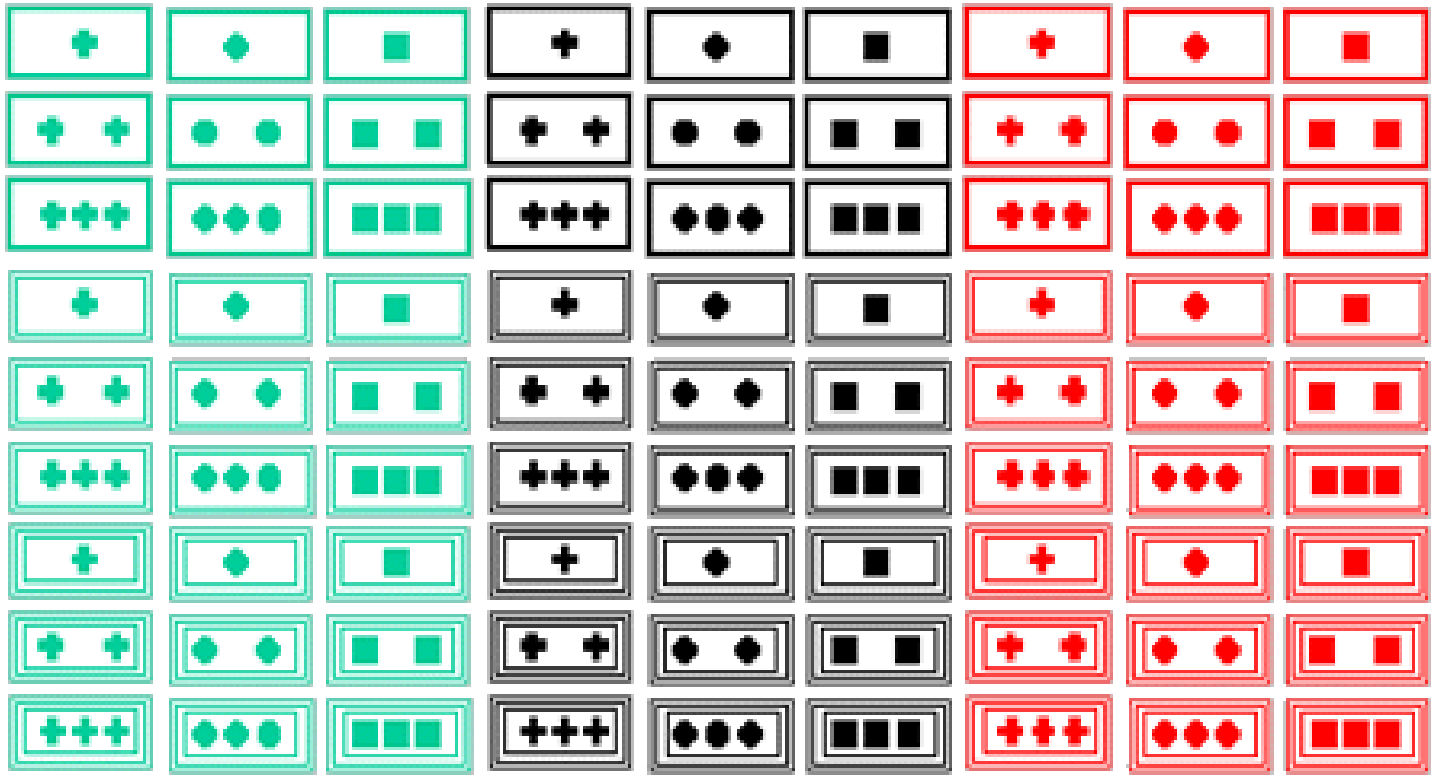
平行四边形的内涵：有四条边和两组对边互相平行；平行四边形的外延：一般的平行四边形、矩形、菱形、正方形。

注意不能犯扩大或缩小概念的内涵和外延的错误。如**鱼与鲸**。

概念的掌握，或叫概念的形成，是指个体借助于语言，继承和学会包含于概念中的知识和经验的过程。个体掌握概念的层次或水平反映了他的思维发展水平。

2.人工概念

人工概念是人工制造的，是对自然概念的模拟。



主试让被试说出：“一个边框的方块”；“三个边框的红圆”

3.问题解决及对问题解决的研究

- **问题解决的定义**
- **影响问题解决的因素**
- **问题解决的策略**



问题解决的定义

- **问题解决**

给被试者提出一个问题，让被试者按照一定的要求，遵循一定的规则，去解决问题，找出解决问题的途径和方法。

换句话说，即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：已有的知识经验对解决新问题的影响。**

  正迁移（促进）：如学会了骑自行车再去骑摩托车；

  负迁移（干扰）：如学会了骑自行车再去骑三轮车；

- **原型启发**

  从现实生活的事例中受到启发而找到解决问题的途径和方法。对思维具有启发作用的事物叫做原型。

  如：水壶盖被蒸气顶起，瓦特发明了蒸汽机；

  鲁班的腿被带齿的丝毛草划破后，发明了锯子；

- **定势**

  从事某种活动前的心理准备对后边所从事的活动的影响。已有的知识经验或刚刚发生的经验都会使人产生定势。

量水实验

表 7-2　　定势对问题解决影响的实验材料

课题序列	容　器　的　容　量			要求量出的容量
	A	B	C	D
1	21	127	3	100
2	14	163	25	99
3	18	43	10	5
4	9	42	6	21
5	20	59	4	31
6	23	49	3	20
7	15	39	3	18
8	28	59	3	25

（资料来源：Luchins，1942.）

表 7-3　　定势对问题解决影响的实验结果

组别	人数	采用间接法正确解答（%）(D=B−A−2C)	采用直接法正确解答（%）(D=A+C 或 D=A−C)	方法错误者（%）
实验组	79	81	17	2
控制组	57	0	100	0

实验组的人先回答前5个只能用一种方法解决的问题,然后对后面三个问题即:6,7,8进行解答，控制组的人直接对后面三个问题解答，结果无一人受干扰。但实验组则明显受到定势的影响。

湖南新东方教育培训中心 www.xdfpx.com

问题解决策略

- **算法策略**

  把所有能够解决问题的方法都一一尝试，最后找出解决问题的答案。如：把东西放抽屉了，但不知是哪一个，于是把所有的抽屉都翻找一遍；

- **启发法**

  运用已有的经验，在问题空间内只做少量的搜索就能达到问题解决的方法。如解答问题的快速排除法。

  2+4+6+8+10+12+14……+100=?

  A.541; B.1673; C875; D988

试误说与顿悟说

试误说（桑代克的猫实验）：桑代克根据对动物的研究提出的一种解释问题解决过程的学说。较著名的实验是饥饿的猫打开迷箱。将饿猫放入迷箱中，箱外放置着可望不可即的食物。猫初入箱中时，乱叫、乱抓，偶尔触动了开门的设施，得以逃出并获取食物。在以后的实验中，猫在迷箱中的错误、盲目的动作随练习次数的增加而逐步减少，直到最后一放入箱中即可触动开门机关，逃出并得到食物。根据这一实验结果，桑代克提出了学习的联结点：第一，学习的实质是建立某种情境与某种反应之间的联结。第二，联结的建立是一个盲目尝试并不断减少错误的渐进的过程，简称试误过程。

顿悟说（苛勒的黑猩猩实验）：苛勒的实验主要有两个系列：箱子问题与棒子问题。在单箱情境中，将香蕉悬挂于黑猩猩笼子的顶板，使它够不着。但笼中有一箱子可利用。通过识别箱子与香蕉的关系后，饥饿的黑猩猩将箱子移近香蕉，爬上箱子，摘下香蕉。在更复杂的叠箱情境中，黑猩猩把握了箱子之间的重叠及其稳固关系后，也解决了一根或几根棒子作为工具，用以够到笼外的香蕉。实验者观察发现，黑猩猩处于对香蕉的可望不可即的问题情境中时，在几次用短棒够取香蕉失败后，突然顿悟，将两根短棒连接起来，达到目的。根据上述实验，苛勒认为，学习是一个顿悟的过程，而非试误的过程。顿悟即突然觉察到问题解决的办法，它是通过个体理解事物之间的关系、结构与性质等实现的。

#两者各自反映了问题的一个方面，不应绝对化。在问题解决过程中，试误和顿悟是相互统一的，试误是初始阶段，是顿悟的基础；顿悟是高级阶段，是试误的飞跃。

第四单元　语言和言语

- 语言和言语
- 言语活动的形式
- 言语活动的中枢机制



1.语言和言语

- **语言的概念**

  以语音或文字为物质外壳，以词为基本单位，以语法为构造规则的符号系统。语言又是人们用以思维和交际的工具，如：汉语。

- **言语的概念**

  运用语言交流思想，进行交际的过程

- **语言是社会现象，言语是心理现象。**

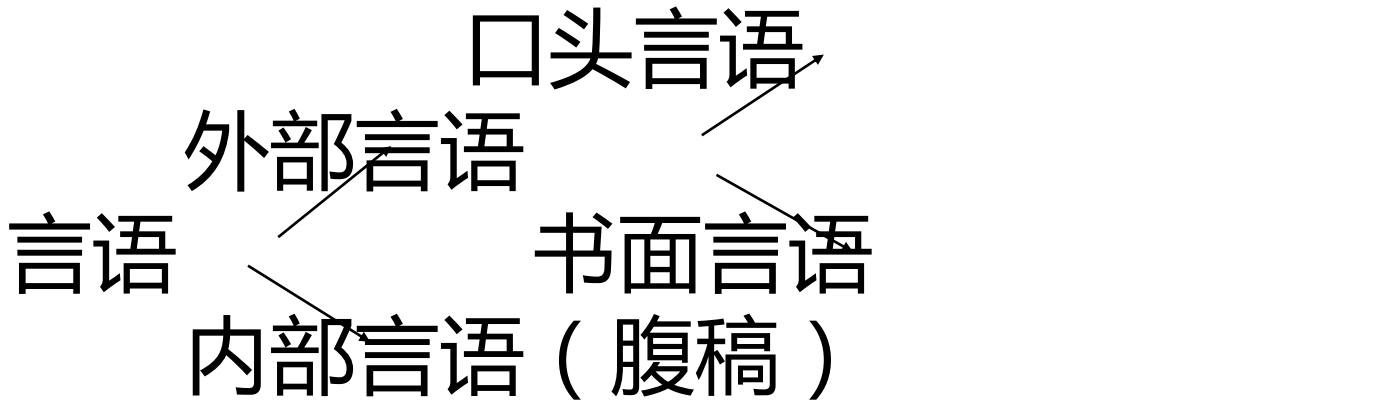
2.言语活动的形式

- **外部言语**

  用来进行交际的言语

- **内部言语**

  用来支持思维活动进行的、不出声的言语



3.言语活动的中枢机制

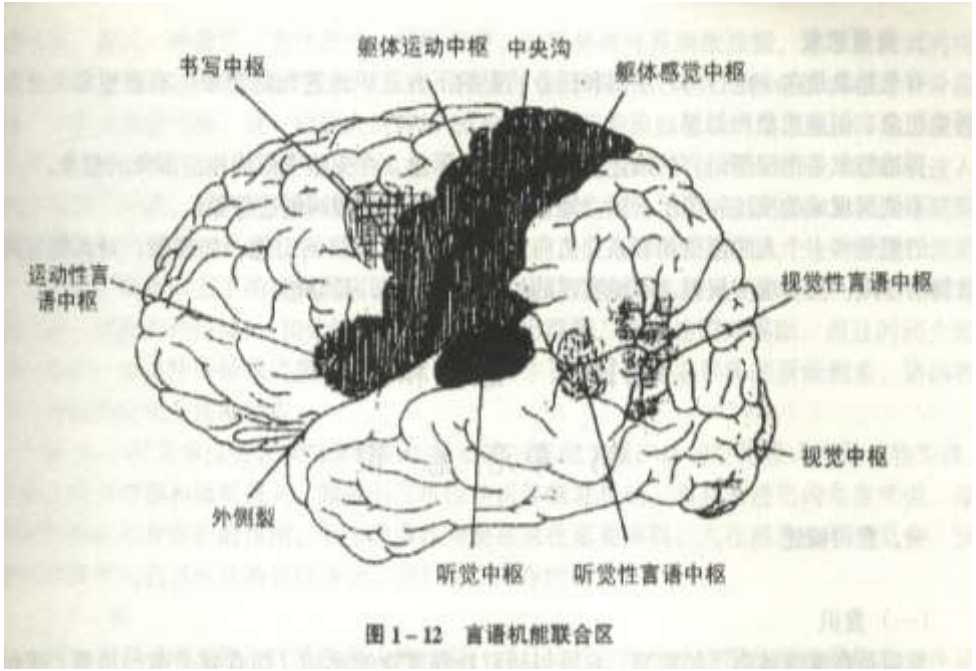


图 1－12　言语机能联合区

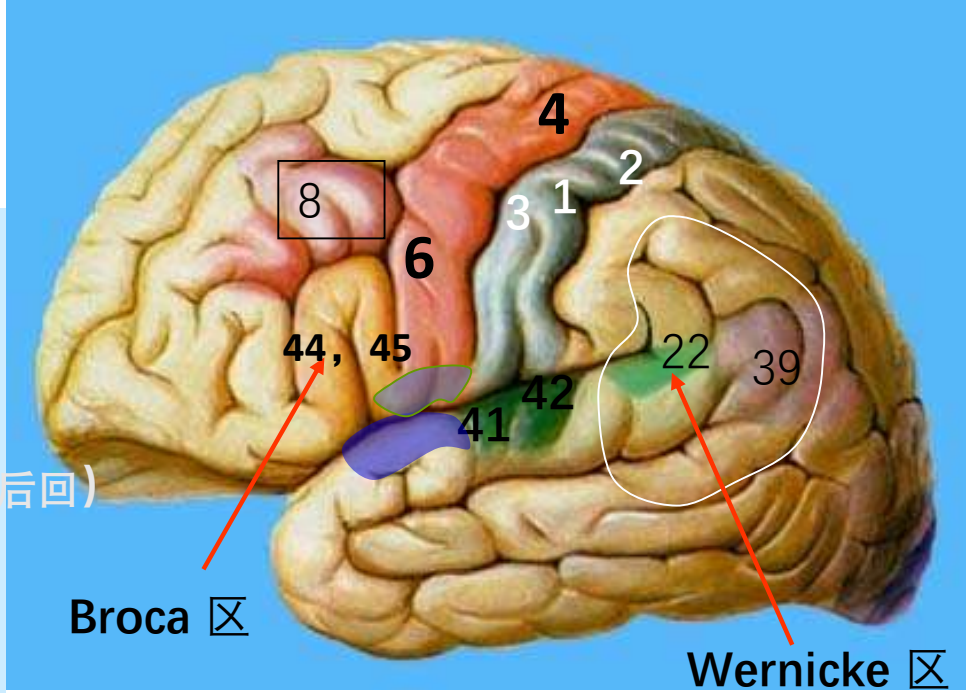
- **言语运动中枢：**额下回靠近外侧裂
  布洛卡中枢：
  损伤——**表达性失语症**——不会**说**
- **言语听觉中枢：颞上回**
  威尔尼克中枢
  损伤——**接受性失语症**——**听**不懂
- **视觉性言语中枢：顶枕叶交汇处的角回**
  受损——**失读症**——**看**不懂
- **书写性言语中枢：额中回靠近中央前回处**
  受损——**失写症**——不会**写**

湖南新东方教育培训中心 www.xdfpx.com

大脑皮质 机能定位

主要中枢的位置

1. (第一) 躯体运动中枢 （4、6 区，中央前回）
2. (第一) 躯体感觉中枢 （3、1、2 区，中央后回）
3. 听觉中枢 （41、42 区，颞上回和颞中回）
4. 视觉中枢 （17 区，枕叶）





6. 嗅觉区
7. 味觉区

→ 边缘系统

8. 内脏活动中枢 —— 边缘叶

9. 运动性语言(说话)中枢（44、45）

10. 书写中枢（8，额中回后部）

11. 听觉性语言(听话)中枢（22，颞上回后部）：受损产生感觉性失语，“听不懂”，不能理解他人讲话的意思，故不能正确回答（Wernicke 区）

12. 视觉性语言(阅读)中枢（39，角回）：受损产生失读症，“看不懂”已认识的文字，不理解句意

湖南新东方教育培训中心

第五单元　表象和想象

想象：对已有的表象进行加工改造，创造出新形象的思维过程。

（注意：想象是一种思维过程，表象是形象记忆过程）

想象的种类

无意想象：无目的，不由自主产生的想象　梦

走神　幻觉（异常精神状态下的无意想象）

有意想象：有目的的想象　再造想象

创造想象

幻想　理想（积极的幻想）

空想（消极的幻想）

与愿望相联系，并指向未来

湖南新东方教育培训中心 www.xdfpx.com

表象

1、什么是表象

在头脑中所出现的事物的形象叫作表象。

2、表象的作用

❶ 表象的特性

既有直观性，又有一定的概括性；其直观性像知觉，而其概括性又具备某些思维的特性。

❷ 表象的作用

表象是从感知向思维过渡的中间环节，是从知觉到思维的桥梁，表象还是思维的感性依托，它给形象思维即想象提供了素材。

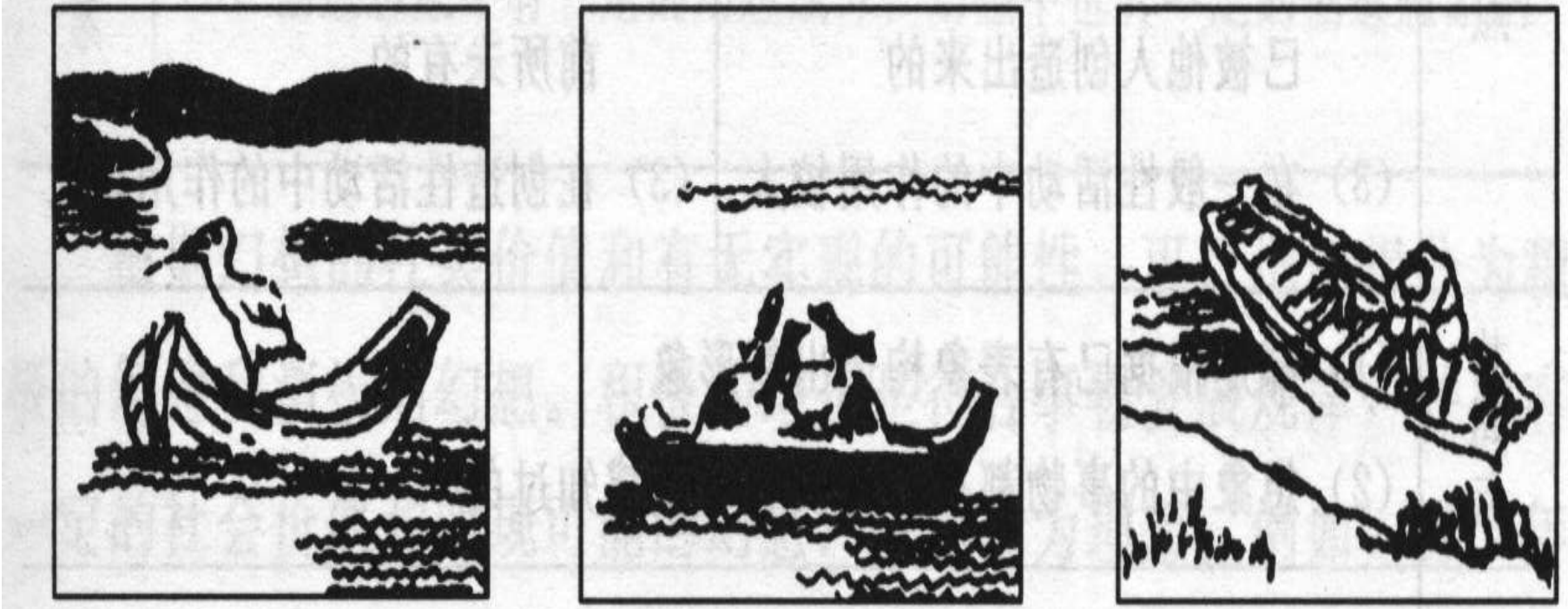


图 5-2　三名考生所画的三幅画

“野水无人渡，孤舟尽日横”

徽宗评画

宋徽宗赵佶，政绩不甚显著，而在艺术上却是一个很有成就的书画名家。他创立了一个画院，广泛招收画家。画家进入画院，必须经过考试，主考评画的就是他自己。下面讲的是徽宗评画的小故事。

有一次，徽宗摘取古人的两句诗作为画题，要新来的画家作画。题目是“野水无人渡，孤舟尽日横”，应考人一般都画着：傍岸一只小船，船舷间或舱篷上停着几只鸟雀，有的还画了两只小鸟斜翅飞往船舱中，以示无人。然而这些画均被认为“与题不切”。相反，被认为画得最好的，却画了一个船夫倦睡在船尾上，身旁还丢着一根短笛。题为“无人”，却何以画上一个人呢？这就牵涉到审题的问题。仔细推敲，原诗所说的“无人”，并非说船上没有人，而是说没有渡河的人。而这幅画上的情景，正好表明了这层意思：荒郊野水，终日没有过路的渡人，船夫等得疲倦不堪，以致丢下了竹笛，睡着了。这样岂不是更加突出了孤舟的寂寞和环境的荒僻安静 ？

又有一次，宋徽宗出了一个画题："深山藏古寺"。多数人在古木苍葱的乱山中画了古寺的一角，或露出幡竿一支。只有一位画家画了一个小和尚在山脚下的小溪边挑水。徽宗看了，说此画不画古寺而古寺自在画中，巧妙地点出了"藏"字，应评为第一。

还有一次，宋徽宗出了这么一个画题："踏花归来马蹄香"。一般画家的画法都是踏花归来，马蹄上还残留着一些花瓣，用以体现"马蹄香"的题意。可是，有一位画家却不如此画，而是围绕马蹄画了两个飞舞的蝴蝶，以示其香。徽宗看了，说这幅画对"马蹄香"的体现是最好的，因而评为第一。

表 5-1　再造想象与创造想象的异同与联系

	再造想象	创造想象
不同点	(1) 具有再造性，构造出的形象与原物相符合 (2) 再造的形象所代表的事物是已被他人创造出来的 (3) 在一般性活动中的作用较大	(1) 具有创造性，构造出的形象是崭新的 (2) 创造的形象所代表的事物是前所未有的 (3) 在创造性活动中的作用较大
共同点	(1) 都是根据已有表象构造出新形象 (2) 想象中的事物都是以前没有直接感知过的	
联系	(1) 再造想象是创造想象的基础，创造想象是再造想象的发展 (2) 创造想象中有再造性的成分，再造想象中有创造性的成分	

湖南新东方教育培训中心 www.xdfpx.com

第五节　意识和注意

第一单元　意识

一　意识概述

1.意识

❶ 定义

意识是在觉醒状态下的觉知。是人类大脑所特有的反映功能，是人的心理和动物心理的根本区别。它既包括对外界事物的觉知，也包括对自身内部状态的觉知；既涉及觉知时刻的各种直接经验，也包括我们对这些内容和自身行为的评价。

❷ 作用

意识具有重要的心理机能，它对人的身心系统起着综合、管理和调节的作用。（视频-自我意识3不认妈；李天意逼妈认错）

2.潜意识（无意识）

指在当前并没有意识到的信息，但它却保持在记忆中，可以通过一定的方式把它从记忆中提取出来。无意识是相对于意识而言的，是指个体没有觉察到的心理活动和心理过程。

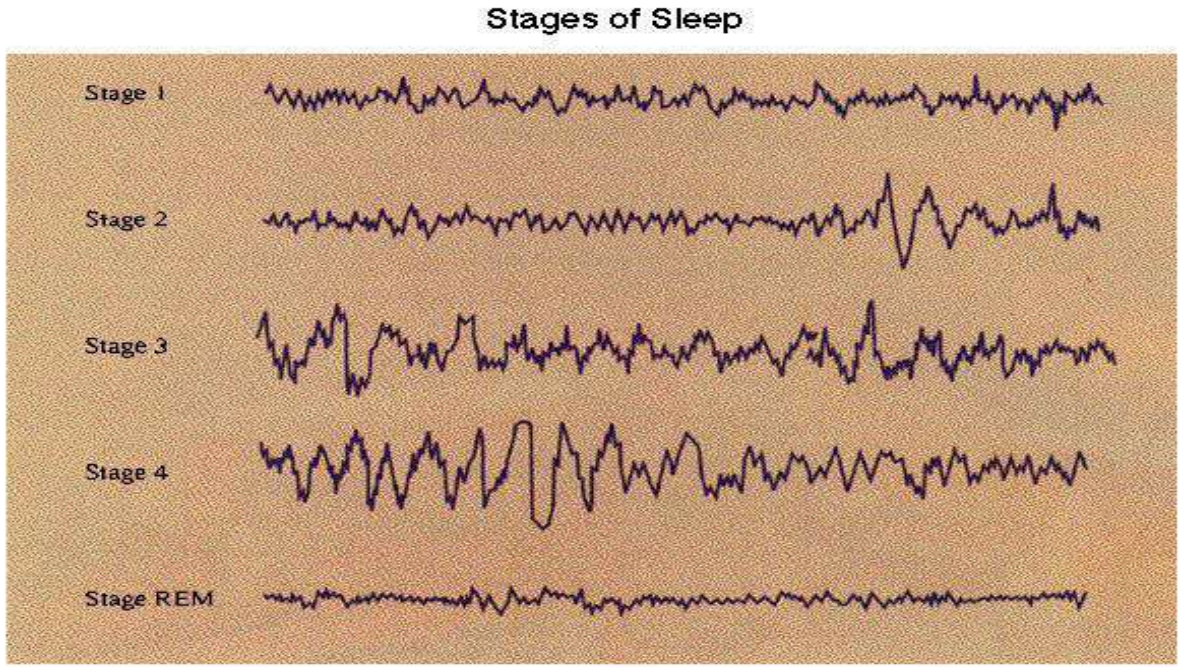
（意识还是无意识？视频-充气娃娃之恋）

二　几种不同的意识状态

1　睡眠

2　梦

Copyright © The McGraw-Hill Companies, Inc. Permission required for reproduction or display.



根据脑电波的变化，可以将睡眠分为4个阶段。**四个阶段大约要经过90分钟左右。此后便进入快速眼动睡眠阶段，这一阶段Δ波消失，类似于清醒状态下的高频低幅脑电波出现，眼球开始快速上下左右移动，梦境开始出现。**

以24小时为单位所表现出来的机体活动的一贯的、规律性的变化模式叫做生物节律。

梦是一种正常的生理和心理现象。**实验证明，如果对快速眼动的睡眠进行剥夺，即只要发生快速眼动的现象就把睡眠者叫醒，几天内就可使被实验者记忆力下降，情绪低沉，进而会影响到健康。**

A cognitive view

- Current concerns (Foulkes,1978)
  - 梦只是以独特的语法规则表达当前的关注
  - 担心考试==>掉下悬崖
- Expansion of consci. (Cartwright,1974)
  - 日有所思，夜有所梦　(视频-林黛玉的梦)
  - 梦是清醒时思维的继续或扩展
- Mental house-keeping

  清理认知结构中无用多余的信息，象电脑清理文档。

第二单元　注　意

一　什么是注意

❶ 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。

注意的指向性是指人在每一瞬间，他的心理活动或意志选择了某个对象，而忽略了另一些对象。

注意的集中性是指当心理活动或意识指向某个对象的时候，它们会在这个对象上集中起来，即全神贯注起来。

❷ 注意的性质

注意不是一种心理过程，它只是伴随着心理活动的一种状态。

因为它并不反映任何事物和事物的任何属性，离开了心理过程，注意也就不存在了。



在一家古玩店里，这位绅士与妻子的注意力显然不在同一幅画上。男人对现实的无奈与对美好的渴望（另有一说：好色）暴露无遗。

二　注意的种类

❶ 不随意注意（无意注意）：如“哐的一声门响”。

❷ 随意注意（有意注意）：如上课认真听讲等。

❸ 随意后注意（有意后注意）：既有目的，又无须意志努力的注意。如学自行车时的认真（有意注意）到学会了后的轻松自在地骑。

第三单元 注意的特征

❶ 注意的广度

简单任务下注意的广度大约是7±2，即5-9个；互无关联的外文字母的注意广度是4—6个。

❷ **注意的稳定性**

对选择的对象注意能稳定地保持多长时间的特性。

❸ **注意的转移**

由于任务的变化，注意由一种对象转移到另一种对象上去的现象。

❹ **注意的分配**

在同一时间内注意指向多种对象，同时从事多项活动。

第六节　需要和动机

第一单元　概述

一　需要及其种类

需要是对有机体内部不平衡状态的反映，表现为有机体对内外环境的欲求。

1　自然需要和社会需要

2　物质需要和精神需要

二　动机

❶ 什么是动机

动机是在需要基础上产生，推动行为产生并指向目标的动力或驱力。

❷ 动机与行为的关系

❸ 主导动机与辅助动机

❹ 动机与效果

大量坏事、蠢事是好人在好心支配下完成

动机的种类

❶ 生理性动机与社会性动机

❷ 原始动机与习得动机

❸ 有意识动机与无意识动机

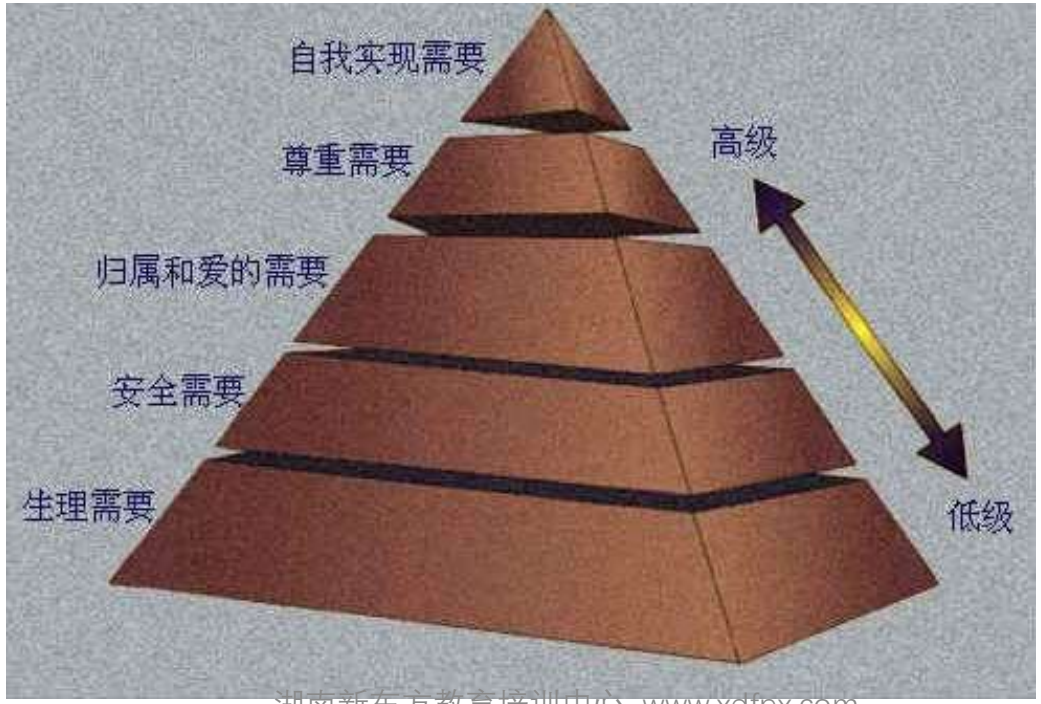
定势为无意识动机

❹ 内在动机与外在动机

第二单元　需要层次理论

1　美国的需要层次理论

美国人本主义心理学家马斯洛1968年提出了需要层次理论。



湖南新东方教育培训中心 www.xdfpx.com



马斯洛（Abraham H. Maslow 1908-1970），美国社会心理学家、人格理论家和比较心理学家。人本主义心理学的主要发起者和理论家。1933年在威斯康星大学获博士学位，第二次世界大战后转到布兰代斯大学任心理学系教授兼主任，开始对健康人格获自我实现者的心理特征进行研究。曾任美国人格与社会心理学会主席和美国心理学会主席（1967）。

第七节　情绪情感意志

第一单元　情绪和情感概述

一　情绪和情感的定义

情绪和情感是个体对外界事物态度的体验，是人脑

对外界事物与主要需要之间关系的反映。

1.情绪和情感是以人的需要为中介的一种心理活动，它反映的是客观外界事物与主体需要之间的关系;

2.情绪和情感是主体的一种主观感受，或者说是一种内心的体验;

3.情绪和情感有其外部表现形式，即人的表情。表情包括面部表情、身段表情和言语表情。表情既有先天的、不学而会的性质；又有后天模仿学习获得的性质;

4.情绪和情感会引起一定的生理上的变化，包括心率、血压、呼吸和血管容积上的变化。如愉快时面部微血管舒张，害怕时脸变白、血压升高、心跳加快、呼吸减慢等等。

表情

面部表情
身段表情
言语表情

二 情绪情感的区别与联系

1.情绪指的是感情反映的过程，也就是脑的活动过程；

2.情感则常被用来描述具有深刻而稳定的社会意义的感情；

3.情感代表的是感情的内容，即感情的体验和感受。和情绪相比，情感具有更大的稳定性、深刻性和持久性。

情绪和情感的区别和联系

- 情绪
- 与生理需要有关；
- 具情境性、短暂性；
- 有明显的外部表现

- 感情的外在表现

- 情感
- 与社会需要有关；
- 持久、稳定的、内在的；
- 侧重于人的主观体验和感受
- 感情的内容

三　情绪和情感的功能

❶ 适应功能

在危险的情况下，人的情绪反应使有机体处于高度紧张状态，身体能量的调动可以使人进行搏斗，也可以呼救。

❷ 动机功能

可对内驱力提供的信号产生放大和增强的作用。如沙漠缺水，使血液变浓，引起了有机体对水的生理需要。

❸ 组织功能

积极的情绪和情感对活动起积极推动作用，反之。

❹ 信号功能 ：表情的交流比言语的交流要早、要真实。

第二单元　情绪、情感两极性及变化的维度

一　什么是情绪、情感和两极性与维度

1　两极性

指情绪、情感的每一种特征（维度）都存在两种对立的状态，此谓情绪情感的两极性。

2 维度

情绪、情感变化的维度指对其固有特征的度量，包括对其动力性、激动度、强度、紧张度几种特征（几种维度）的变量。

二 情绪、情感的维度

1、动力性——增力与减力：满足需要的肯定的情绪情感是积极和增力的,反之;

2、激动度——激动与平静

3、强 度——强与弱

4、紧张度——紧张与轻松

第三单元　情绪、情感的种类

一　情绪的种类

1　从情绪的内容分为——基本情绪和复合情绪

❶ 基本情绪

快乐、愤怒、悲哀、恐惧

❷ 复合情绪

由基本情绪复合而成。如：愤怒+厌恶+轻蔑=敌意

2　从情绪状态分为—心境、激情、应激

❶ 心境

即心情，它是一种微弱、持久而又具有弥漫性的情绪体验状态。

❷ 激情（视频-哈姆雷特训斥母亲）

一种强烈的、爆发式的、持续时间较短的情绪状态，它具有明显的生理反应和外部行为表现。

❸ 应激

应激是在出现意外事件和遇到危险情景状况下所表现出的高度紧张的情绪状态。

二　情感的种类

1 道德感

道德感是按照一定的道德标准评价他人与自己的思想、观念和行为时所产生的主观体验。

2 美感

美感是按照一定的审美标准评价自然界、社会生活及文艺作品时所产生的情感体验。

3 理智感

理智感是在智力活动过程中所产生的情感体验。如:对未知事物的好奇心、求知欲和认知的兴趣；在解决问题的过程中表现出来的怀疑、自信、惊讶以及问题得以解决时的喜悦。理智感不仅产生于智力活动的过程中，而且对推动人学习科学知识，探索科学奥秘也有积极作用。

第四单元　意志

一　意志与意志行为

1 意志

意志是有意识地确立目的、调节和支配行为，并通过克服困难和挫折，实现预定目的心理过程。

2 意志行为

受意志支配的行为称为意志行为。

二　意志行为的基本阶段

1 准备阶段与动机斗争

❶ 准备阶段

(1) 确定目标

(2) 选择行动方案

❷ 动机斗争（动机冲突）

(1) 双趋式冲突

(2) 双避式冲突

2 执行阶段

执行所采取的决定阶段

A. 既想学英语，又想学法语；鱼和熊掌不可兼得

B. 货币贬值存钱会有损失;花钱买东西有时这些东西对自己又价值不大

C. 想吃糖又怕胖

D. 两种工作,一种社会地位高但待遇低,另一种待遇高但社会地位低

(3) 趋避式冲突

(4) 双重趋避式冲突

三　意志品质

1 意志的自觉性：不随波逐流

2 意志的果断性：机不可失

3 意志的坚韧性：不前功尽弃

4 意志的自制性：三天打鱼,两天晒网

第八节　能力与人格

第一单元　能力

一　能力概述

1.什么是能力

能力是顺利、有效地完成某项活动所必须具备的心理条件或心理特征。

2.能力、知识与技能的关系

(1) 知识是对人类社会历史经验的总结和概括。

(2) 技能是通过练习而获得和巩固下来的完成活动的动作方式和动作系统。

(3) 关系：能力是掌握知识和技能的前提，在掌握知识、技能过程中会促进能力的发展。

2.能力的分类

(1) 按能力发展水平高低分为——能力、才能、天才。

(2) 按能力的构造分为——一般能力、特殊能力。

(3) 按能力所涉及领域分为——认知能力、操作能力、社交能力。

(4) 按创造程度分为——模仿能力、再造能力、创造能力

二　能力发展的个体差异

1.能力发展水平的差异

❶ 关于智力测量

$$\text{智商}(IQ)=\frac{\text{智力年龄}}{\text{生理年龄}}\times 100$$

❷ 智力的分布问题

智商	级别	%
140以上	非常优秀	1
120~139	优　　秀	10
110~119	中　　上	16
90~109	中　　智	46
80~89	中　　下	16
70~79	临界智力	8
70以下	弱　　智	3

2　能力类型的差异：如有人善说，有人善写

3 能力发展早晚上的差异

三　影响能力发展的因素

1 遗传因素

2 环境和教育的因素

第二单元　人格

一　人格概述

1.人格的定义

人格即各种心理特征的总和，是个体区别于他人的

独特的心理品质。

2 人格的特征

❶ 独特性：**每个人的人格具有相对独特性;**

❷ 整体性：**包含在人格中的各种心理特征彼此交织，相互影响，构成了一个个有机整体；**

❸ 稳定性：**江山易改，本性难移；**

❹功能性：**同样面对挫折，性格坚强的人不会灰心；怯懦的人则会一蹶不振；观念决定性格，性格决定人生；**

❺ 自然性与社会性的统一

3 人格结构

❶ 人格倾向性（需要与动机）：**是人格中最活跃的因素；决定着人对认识对象的趋向和选择；**

❷ 人格心理特征（气质、性格）：**构成了一个人心理面貌的独特性，说明了心理面貌的个体差异。**

第三单元　气　　质

1.气质的定义

气质是心理活动表现在强度、速度、稳定性和灵活

性等方面动力性质的心理特征。

2 气质类型学说

❶ 体液说

多血质、胆汁质、粘液质、抑郁质。

❷ 体型说

20世纪20年代，德国精神病医生克雷奇米尔提出，可根据体型来划分气质类型

❸ 血型说

日本人古川竹二提出，可根据血型来划分气质类型

❹ 激素说

美国心理学家伯曼认为，可根据内分泌腺来划分气质类型：甲状腺型、垂体腺型、肾上腺型、性腺型。

3 巴甫洛夫高级神经活动类型学说

❶ 高级神经活动过程的基本特性

(1) 两个基本过程——兴奋、抑制

(2) 三个基本特征——强度、平衡性、灵活性

❷ 高级神经活动类型

神经过程基本特性			高级神经活动类型	气质类型
强度	平衡性	灵活性		
强	不平衡		兴奋型（冲动型）	胆汁质
强	平　衡	灵　活	活泼型	多血质
强	平　衡	不灵活	安静型	粘液质
弱			抑制型	抑郁质

湖南新东方教育培训中心 www.xdfpx.com

❸ 气质的特性

(1) 感受性和耐受型

(2) 反应的敏捷性

(3) 可塑性

(4)情绪的兴奋性

(5)指向性

❹ 气质类型的外在表现

(1) 胆汁质

神经过程的特征是强，但不平衡。

(2) 多血质

神经过程特点是强、平衡且灵活。

(3) 粘液质

神经过程特点是强、平衡但不灵活。

(4) 抑郁质

神经过程特点是弱，而且兴奋过程更弱。

❺ 如何看待气质类型

(1) 气质的稳定性与可塑性

(2) 气质无好坏之分

(3) 气质虽影响工作效率，但不决定一个人成就高低。

(4) 气质类型影响性格特征形成的难易和对环境的适应。

(5) 气质类型能影响对环境的适应和健康

第四单元　性格

1　性格的定义

性格是个体形成的对人对事的态度和习惯化了的行为方式。

2　性格的结构

❶ 性格的态度特征：如爱国与不关心集体等；

❷ 性格的意志特征：如坚忍不拔与鼠目寸光；

❸ 性格的情绪特征：如情趣稳定与喜怒无常；

❹ 性格的理智特征：如善于独立思考与人云亦云。

第五单元　人格理论

1　弗洛伊德的人格结构理论

2　荣格的内、外向人格类型理论

3　奥尔波特的人格特质理论

4　卡特尔人格质特质理论（编制了16种人格因素调查表）

5　艾森克人格结构的维度理论

6　科斯塔和麦克雷的“大五”人格或“五因素人格”

一 弗洛伊德的人格结构理论

弗洛伊德的人格结构理论认为人格由本我、自我、超我三者构成,这对于研究人的道德发展形态、个体道德人格和人类社会道德的演变有一定的借鉴意义,对于揭示社会道德问题和推进道德建设有重要启示.

人内心有个“小人儿”，他总在寻找本能的快乐。他想吃想喝想玩想安逸想舒适，总之他是以快乐为原则的。有时他会不顾一切。

人内心还有个“大人儿”，他是道貌岸然的，由于他受过父母的影响，受过学校的教育，受过社会的熏陶，他把道德两字深深的记在心中。

当内心的“小人儿”想快乐的时候，这个“大人儿”就会站出来，横加干涉。这个“小人儿”就是本我，他会让你犯错；这个“大人儿”就是超我，他会让你自责；解决他们之间的冲突取决于现实的你的调节，这个现实的你就是自我。

这是弗洛伊德著名的人格结构理论。



湖南新东方教育培训中心 www.xdfpx.com

二　荣格的内-外向人格类型理论

一个人的兴趣和关注可以指向内部，也可以指向外部。据此，可以将人格分为内向型和外向型。

荣格根据力比多（心理能量）的流向把人划分为外向型与内向型两类，外向型的人重视外在世界，活跃，自信，勇于进取，容易适应环境的变化；内向型的人重视主观世界，经常内省，沉默寡言，容易害羞，较难适应环境的变化。

- **八种人格类型：**
- 荣格将内－外向两种心理倾向结合心理活动的四种功能——思维、感情、感觉和直觉把人格分为8种类型：
- **（1）外向思维型：尊重客观规律，不感情用事。**
- **（2）外向感情型：感情用事，凭主观判断来衡量事物。**
- **（3）外向感觉型：从具体事物出发，凭感觉衡量事物。**

- （4）**外向直觉型**：以主观态度探求各种现象，容易悲观。
- （5）**内向思维型**：不关心外部价值，独断，偏执、感情冷淡，易被人误解。
- （6）**内向感情型**：情绪稳定，不露声色。
- （7）**内向感觉型**：不能深入事物内部，只凭自己的内在感觉。
- （8）**内向直觉型**：脱离外部事物，好幻想。

三 人格特质理论

1 奥尔波特的人格特质理论

奥尔波特是人格特质理论的创始人。认为人格特质是构成人格的基本元素。

人格
- 共同特质
- 个人特质
  - 首要特质：最具概括性，最典型
  - 中心特质：代表一个人的主要行为倾向。
  - 次要特质：

2 卡特尔的人格特质理论

卡特尔把人的特质分为两种：

共同特质

个别特质

根源特质

表面特质

表面特质是通过根源特质派生出来的，一种根源特质可影响多种表面特质

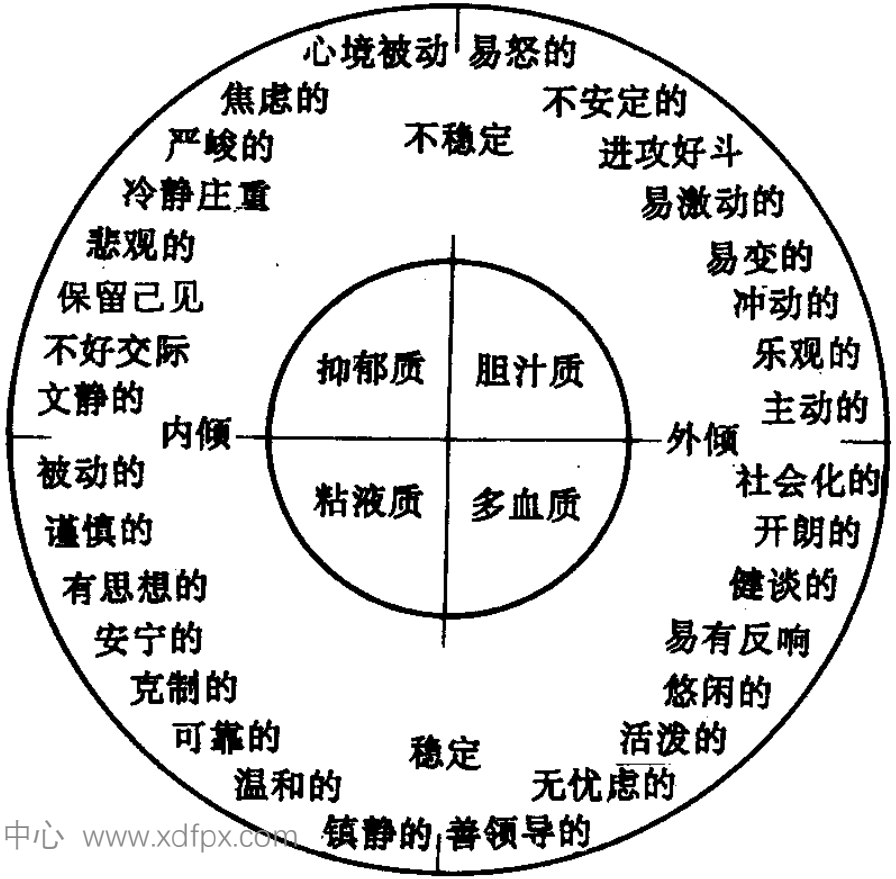
卡特尔认为人有16种相互独立的根源特质。（16PF）卡特尔认为：每个人身上都有这16种人格特质，只是表现的程度上有差异。用16PF人格量表所确定的人格特征，可以预测一个人的行为反应。

3 艾森克的人格结构的维度理论

人格有两个维度：

内外向

情绪的稳定性。



湖南新东方教育培训中心 www.xdfpx.com

4 科斯塔和麦克雷的“大五”人格或“五因素人格”

塔佩斯等(Tupes & Christal，1961)运用词汇学的方法对卡特尔的特质变量进行了再分析，发现了5个相对稳定的因素。进一步验证了“五种特质”的模型，形成了著名的大五因素模型(bigfivefactorsmodd)。

开放性(openness)具有想像、审美、情感丰富、求异、创造、智能等特质；（正向）

责任心(conscientiousness)显示了胜任、公正、条理、尽职、成就、自律、谨慎、克制等特质；（正向）

外倾性(extraversion)表现出热情、社交、果断、活跃、冒险、乐观等特质；（正向）

宜人性(agreeableness)具有信任、直率、利他、依从、谦虚、移情等特质；（正向）

神经质 (neuroticism)具有焦虑、敌对、压抑、自我意识、冲动、脆弱等特质。（正向）

1989年麦克雷和可斯塔(McCrae & Costa)编制了“大五人格因素的测定量表”(NEO—PI—R)。