

高校辅导员心理辅导技能 培训教程

颜光美 © 主编

A Coursebook for Training Psychological Counseling Skills
of university counselors

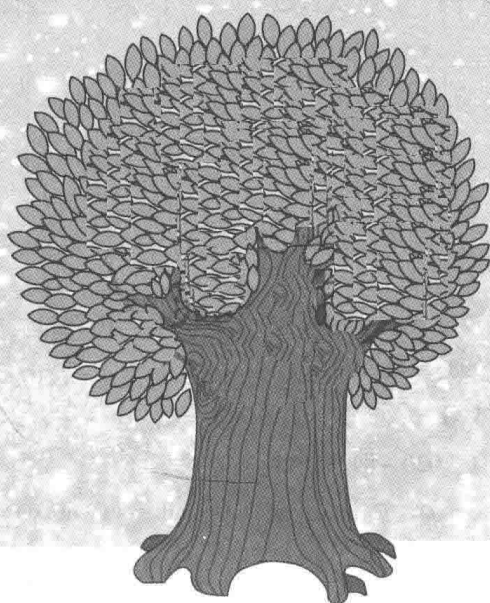


中山大学出版社
SUN YAT-SEN UNIVERSITY PRESS

高校辅导员心理辅导技能 培训教程

颜光美 © 主编

A Coursebook for Training Psychological Counseling Skills
of university Counselors



中山大學出版社
SUN YAT-SEN UNIVERSITY PRESS

• 广州 •

版权所有 翻印必究

图书在版编目 (CIP) 数据

高校辅导员心理辅导技能培训教程/颜光美主编. —广州: 中山大学出版社, 2017. 4
ISBN 978 - 7 - 306 - 05948 - 2

I. ①高… II. ①颜… III. ①高等学校—辅导员—技术培训—教材 IV. ①G645. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 321591 号

Gaoxiao Fudaoyuan Xinli Fudao Jineng Peixun Jiaocheng

出 版 人: 徐 劲

策划编辑: 王 润

责任编辑: 周 玢

封面设计: 林绵华

责任校对: 马霄行

责任技编: 何雅涛

出版发行: 中山大学出版社

电 话: 编辑部 020 - 84110771, 84113349, 84111997, 84110779

发行部 020 - 84111998, 84111981, 84111160

地 址: 广州市新港西路 135 号

邮 编: 510275 传 真: 020 - 84036565

网 址: <http://www.zsup.com.cn> E-mail: zdcbs@mail.sysu.edu.cn

印 刷 者: 佛山市浩文彩色印刷有限公司

规 格: 787mm × 1092mm 1/16 20 印张 569 千字

版次印次: 2017 年 4 月第 1 版 2017 年 4 月第 1 次印刷

定 价: 65.00 元

如发现本书因印装质量影响阅读, 请与出版社发行部联系调换

序

1924年11月，孙中山先生为我校的首次开学典礼手书成立训词：“博学、审问、慎思、明辨、笃行。”九十多年来，中山大学（以下简称“中大”）几度迁徙，分合相继，但始终不变的就是校训精神。

中山先生的十字校训语出《中庸》，原意是指人具有“诚”之本性，只要按“至诚”之本性修身，透过学、问、思、辨、行五个环节，便可以把自己修养成“君子”，其实质，讲的是读书为人之道。

中山先生录此十字作为校训，体现了对莘莘学子最殷切的期望。博学，是广博、通达地学习古今中外的知识，是吸纳知识的过程；审问，是审慎、深入地追问，详细地求教，是答疑解惑的过程；慎思，是慎重、周密地思考，是消化理解的过程；明辨，是明白地分辨，明确地辨别，是择定结果的过程；笃行，是笃定、坚定地实施、履行，是践行学志的过程。

“学、问、思、辨”是学习的手段和必经的途径，通过这些途径我们可以获取知识以及获取继续学习知识的能力，而获取知识的最终目的则在于“行”，在于把这些知识贯彻到日常的行为中去。在我看来，“学、问、思、辨、行”是一个统一的整体，“行”是学习的目的，同时也是学习的手段，“笃行”的过程也是一个学习的过程，只有在“行”的过程中去“学、问、思、辨”，注重理论与实践的统一，同学们才能使自己的知识与时俱进、日新月异，也才能成为栋梁之材，成为国家和社会的建设者和接班人。希望大家通过自己的实践，在今后的学习和生活中能真正深刻地领会这十字校训的意义，它是我们读书为人的一个准绳，它将使同学们受用终身。

中山先生的一生就是笃行的一生，为了国家的富强和民族的振兴，他贡献了毕生的精力。他在怀士堂前告诫青年学子，“学生立志，要做大事，不可要做大官”，学业成就之后，要“专心做一件事，帮助国家，变成富强”。

那么，作为中大学子，如何去践行校训精神，去“帮助国家，变成富强”呢？我想告诉大家十二个字——德才兼备、领袖气质、家国情怀，这也是学校对同学们的期待。

第一，希望大家德才兼备。德才兼备，首先是立德树人。德，是做人，做一个具有良好品德修养的君子，树立正确的世界观、人生观、价值观和荣辱观。其次，是具备才能。才，是做事，通过在大学里的学习，你们要具备专业知识和专业精神，掌握过硬的专业本领。你们要做到德才兼备，努力成为德智体美全面发展的社会主义事业的合格建设者和可靠接班人。

第二，希望大家要着意培养领袖气质。同学们踏进中大的校门，充满了自豪和荣耀，你们理所当然中国青年中的优秀分子。在你们身上，应该具备宽广的胸怀与视野，有理想、有信念、有担当、有勇气，要立志成为各界的精英和帅才，要有舍我其谁的气概，因为你们就是未来的国之栋梁。

第三，希望大家要有家国情怀。“家国”，自古便是中国知识分子共同的情怀，《大学》里有云：“古之欲明明德于天下者，先治其国；欲治其国者，先齐其家；欲齐其家者，先修其身。”将国家、社会、家庭和个人串连成一个不可分割的整体，将个人追求与社会目标相统一，奠定了中国人修身、齐家、治国、平天下的道德理想和行为准则。希望大家树立为国为民的远大志向，担负起时代赋予你们的光荣使命，爱国荣校，为民族的复兴和人类的进步贡献自己的心智。

——选自《罗俊校长在 2015 年开学典礼上的讲话》

目 录

第一编 心理辅导的心理学基础

——心与脑的协同是心理辅导的基础

第一章 心灵与大脑的心理学研究	2
第一节 感觉	2
第二节 知觉	4
第三节 意识	11
第四节 行为	15
第二章 身体发展与心智成长	19
第一节 发展的概念与毕生发展观	19
第二节 生命的起始	21
第三节 生理发展	39

第二编 心理辅导的心理学基础

——学习与改变是心理辅导的关键

第三章 学习与记忆的心理学研究	52
第一节 学习的心理学研究	52
第二节 记忆的心理学研究	61
第三节 认知过程	66
第四章 动机与情绪的心理学解释	74
第一节 情绪的心理学研究	74
第二节 压力的心理学研究	82
第三节 健康心理学	85

第五章 他人如何影响我们：群体的心理与行为	88
第一节 社会和文化	88
第二节 攻击与偏见	91
第三节 习惯	97
第四节 社会过程与关系	98

第三编 心理辅导的医学基础

第六章 常见精神症状的识别	104
第一节 精神障碍的判别标准	104
第二节 常见的精神症状	107
第三节 常见的精神障碍——精神分裂症	119
第四节 常见的精神障碍——抑郁症	125
第五节 常见的精神障碍——双相情感障碍	129
第六节 常见的精神障碍——广泛性焦虑障碍	134
第七节 常见的精神障碍——惊恐障碍	137
第八节 常见的精神障碍——恐怖症	140
第九节 常见的精神障碍——强迫症	142
第十节 常见的精神障碍——躯体形式障碍	146
第七章 精神疾病及药物干预精神障碍的病因学	150
第一节 精神障碍的病因学	150
第二节 大脑皮层的结构与功能	155
第三节 精神障碍的危机干预	168
第四节 精神障碍的诊疗流程	179
第五节 精神障碍的药物治疗原则	183
第六节 精神障碍的预防	189

第四编 心理辅导的实践

——个别差异是心理辅导的核心

第八章 心理测量与问题分类	194
第一节 心理测量的基本知识	194

第二节	心理测验的种类	196
第三节	心理测验在心理咨询中的应用	198
第四节	常用心理测验简介	198
第九章	心理辅导的方法及选择（包括团体）	203
第一节	精神分析学派	203
第二节	行为主义学派	205
第三节	人本主义学派	207
第四节	个案的心理咨询	209
第五节	团体的心理咨询	215
第十章	危机干预与自杀预防	218
第一节	什么是危机	218
第二节	自我伤害与自杀	220
第三节	保密原则及其局限性	223
第四节	自杀行为的警报信号和危险度评估	225
第五节	危机干预和自杀预防的原则与方法	232
第六节	自杀预防的误区	239
第七节	校园危机的处理	241

第五编 心理辅导实践案例

——尊重差异与选择

第十一章	辅导员对自我及工作认知的实例	246
第一节	辅导员的心理压力分析	246
第二节	辅导员自身的心理调适	263
第三节	辅导员工作与心理辅导	271
第四节	心理辅导工作的总纲领	278
第五节	心理辅导中的若干技艺	282
第十二章	辅导员心理辅导工作实例的分析点评	289
第一节	学生入校适应实例	289
第二节	学生大学成长实例	291
第三节	同性恋学生之实例	294
第四节	人格障碍学生实例	297

第五节	学生考前焦虑实例	299
第六节	网络成瘾学生实例	302
第七节	香港学生辅导实例	304
第八节	双相情感障碍实例	307
第九节	抑郁症强迫症实例	308
第十节	危机事件处理实例	309

第一编

心理辅导的心理学基础

——心与脑的协同是心理辅导的基础

第一章 心灵与大脑的心理学研究

第一节 感 觉

人对客观事物的认识是从感觉开始的，它是最简单的认识形式。例如，当菠萝作用于我们的感觉器官时，我们通过视觉可以反映它的颜色，通过味觉可以反映它的酸甜味，通过嗅觉可以反映它的清香气味，而通过触觉可以反映它的粗糙的凸起。人类是通过客观事物的各种感觉认识事物的各种属性的。

感觉不仅反映客观事物的个别属性，也反映我们身体各部分的运动和状态。例如，我们可以感觉到双手在举起，感觉到身体的倾斜，以及感觉到肠胃的剧烈收缩等。

感觉虽然是一种极简单的心理过程，可是它在我们的生活实践中具有重要的意义。有了感觉，我们才能分辨颜色、声音、质感、形状、重量、温度、味道、气味等外界各种事物的属性；有了感觉，我们才能了解自身各部分的位置、运动、姿势等；有了感觉，我们才能进行其他复杂的认识过程。失去感觉，人就不能分辨客观事物的属性和自身状态。因此，我们说，感觉是各种复杂的心理过程（如知觉、记忆、思维）的基础，就这个意义来说，感觉是人关于世界的一切知识的源泉。

感觉是指人脑对直接作用于感官的客观事物个别属性的反映。主要表现在两个方面：

第一，感觉是一种直接反映，它要求客观事物直接作用于人的感官。从空间上看，感觉所反映的事物，是人的感官直接触及的范围；从时间上看，感觉所反映的对象是此时此刻正作用于感官的事物，而不是过去或将来的事物。

第二，感觉所反映的是客观事物的个别属性，而且任何一种感觉都是脑对事物个别属性的反映。

一、核心概念

感觉是客观刺激作用于感觉器官所产生的对事物个别属性的反映。

二、感觉的分类

我们可以把感觉分成两大类。

第一类是外部感觉，有视觉、听觉、嗅觉、味觉和肤觉五种。这类感觉的感受器位于身体表面，或者接近身体表面的地方。

视觉方面，人类可以看到 $0.39 \sim 0.77 \mu\text{m}$ 波长的电磁波。

听觉方面,人类能听到物体振动所发出的 $20 \sim 20\,000\text{ Hz}$ 的声波。可以分辨出声音的音调(高低)、音强(大小)和音色(波形的特点),通过音色我们可以分辨出火车的声音、汽车的声音,能够分辨出熟人的说话声,甚至走路声。还可以确定声源的位置、距离和移动。

嗅觉是挥发性物质的分子作用于嗅觉器官的结果。通过嗅觉我们也可以分辨物体。

味觉是溶于水的物质作用于味觉器官(舌)产生的。味觉有甜、酸、咸、苦等不同的性质。

肤觉也称触觉,是具有机械的和温度的特性物体作用于肤觉器官所引起的感觉,分为痛、温、冷、触(压)四种基本感觉。

第二类感觉是反映机体本身各部分运动或内部器官发生的变化的感觉,这类感觉的感觉器位于各有关组织的深处(如肌肉)或内部器官的表面(如胃壁、呼吸道)。这类感觉有运动觉、平衡觉和机体觉。

运动觉反映我们四肢的位置、运动以及肌肉收缩的程度,运动觉的感受器是肌肉、筋腱和关节表面上的感觉神经末梢。

平衡觉反映头部的位置和身体平衡状态的感觉。平衡觉的感受器位于内耳的半规管和前庭。

机体觉反映机体内部状态和各种器官的状态。它的感受器多半位于内部器官,分布在食道、胃肠、肺、血管及其他器官。

三、扩展阅读

(一) 感觉剥夺

20世纪50年代以来,西方心理学界进行了大量的感觉剥夺实验研究,并取得了一些研究成果。

感觉剥夺(sensory deprivation)就是夺去有机体的感觉能力。对人来说,感觉剥夺是暂时让被试的某些(或全部)感觉能力处于被隔绝的状态,把人放在一个没有任何外部刺激的环境中进行研究,从而探索其生理心理变化的方法。

感觉剥夺实验研究有不同的类型。从内容上看,有视觉、听觉、肤觉剥夺;从方法上看,有简单的部分感觉剥夺,也有严格意义上的感觉剥夺;从对象上看,有动物的和人类的感觉剥夺之分。在感觉剥夺的实验设计上,一般有三种,即限制在床上的、面具式的和悬挂在水中的大槽里的感觉剥夺。无论哪种类型,其剥夺感觉的途径都是多种多样的。以动物的视觉剥夺为例,通过缝合眼睑、使用不透明或半透明的障目镜、在黑暗中养育等都可以减少或完全剥夺其视觉。

(二) 感觉寻求

感觉寻求(sensation seeking)的概念来源于感觉剥夺实验。感觉剥夺实验表明,人需要有不断变化的刺激输入,而对贫乏的刺激会做出抗拒的反应。人若生活在缺乏刺激变化的环境里,就会感到无聊而去寻求一定的刺激。1964年美国学者朱克曼(Zuckerman)在此实验的启发下,以刺激与觉醒的最佳水平为理论基础,提出了“感觉寻求”

的概念。他最初提出该概念是想要解释对感觉剥夺情境反应的个体差异的结果。他定义为：一种特质，是对多变化的、新异的、复杂的和强烈的感觉和体验的寻求，以及通过采取生理的、社会的、法律的和经济的冒险行为来获得这些体验的愿望。

最初的感觉寻求理论是一种刺激和觉醒的最佳水平理论（optimal level theory），认为学习或操作有一个令人更加愉快的刺激强度范围，偏离该范围个体就会产生情绪、认知和行为上的障碍，缺乏多变化的刺激，个体就会寻求使刺激输入增加的行为。人的行为各有特点，这些特点与人的某些动机和需求相关联。Eysenck 人格维度中的内-外倾也是以唤醒的最佳水平为基础的，但研究发现，感觉寻求与内-外倾或精神质存在低度到中度的相关，因此它可能介于两者之间，可能更靠近精神质，这表明感觉寻求是一种不同于内-外倾和精神质的独立的人格特质。也有研究者将感觉寻求看作冲动性的一个维度。

后来，Zuckerman 提出一个心理生物学模型，用儿茶酚胺活动性的最佳水平代替刺激的最佳水平的概念，在儿茶酚胺系统最佳反应水平时，情绪是积极的，反应性与社交性是适宜的；而在儿茶酚胺系统处于过高或过低水平时，情绪是躁狂不安的，反应受到限定与抑制，生物体表现出不合群、攻击性和反社会性。许多研究证明感觉寻求既具有正常的也具有病态的行为模式。Michel 等人探究了青少年感觉寻求和物质滥用之间的关系，发现还有一个特别的青少年的感觉寻求倾向——不顺从。对于成人，用酒和药物帮助体验强烈的感觉是来自“去抑制”中的项目；而对青少年来讲，这些更多与非法行为和刺激有关。

第二节 知 觉

一、核心概念

知觉是一系列组织并解释外界客体和事件的产生的感觉信息的加工过程。

对客观事物的个别属性的认识是感觉，对同一事物的各种感觉的结合，就形成了对这一物体的整体的认识，也就是形成了对这一物体的知觉。知觉是直接作用于感觉器官的客观物体在人脑中的反映。

知觉是各种感觉的结合，它来自于感觉，但已不同于感觉。感觉只反映事物的个别属性，知觉却认识了事物的整体；感觉是单一感觉器官活动的结果，知觉却是各种感觉协同活动的结果；感觉不依赖于个人的知识和经验，知觉却受个人知识和经验的影响。同一物体，不同的人对它的感觉是相同的，但对它的知觉就会有差别，知识经验越丰富，对物体的知觉越完善、越全面。显微镜下的血样，只要不是色盲，无论谁看都是红色的；但医生还能看出其中的红细胞、白细胞和血小板，没有医学知识的人就看不出来。

知觉虽然已经达到了对事物整体的认识，比只能认识事物个别属性的感觉更高级，但知觉来源于感觉，而且二者反映的都是事物的外部现象，都属于对事物的感性认识，

所以感觉和知觉又有不可分割的联系。在现实生活中当人们形成对某一事物的知觉的时候,各种感觉就已经结合到了一起,甚至只要有一种感觉信息出现,都能引起对物体整体形象的反映。例如,看到一个物体的视觉包含了对这一物体的距离、方位,乃至对这一物体其他外部特征的认识,所以,现实生活中很难有单独存在的感觉,对单一或狭隘的感觉的研究往往只能产生于实验室中。

二、感觉与知觉的联系

感觉和知觉是不同的心理过程,感觉反映的是事物的个别属性,知觉反映的是事物的整体,即事物的各种不同属性、各个部分及其相互关系;感觉仅依赖个别感觉器官的活动,而知觉依赖多种感觉器官的联合活动。可见,知觉比感觉复杂。

感觉和知觉有相同的一面。它们都是对直接作用于感觉器官的事物的反映,如果事物不再直接作用于我们的感觉器官,那么我们对该事物的感觉和知觉也将停止。感觉和知觉都是人类认识世界的初级形式,反映的是事物的外部特征和外部联系。如果要想揭示事物的本质特征,光靠感觉和知觉是不行的,还必须在感觉、知觉的基础上进行更复杂的心理活动,如记忆、想象、思维等。知觉是在感觉的基础上产生的,没有感觉,也就没有知觉。我们感觉到的事物的个别属性越多、越丰富,对事物的知觉也就越准确、越完整,但知觉并不是感觉的简单相加,因为在知觉过程中还有人的主观经验在起作用,人们要借助已有的经验去解释所获得的当前事物的感觉信息,从而对当前事物做出识别。

总之,知觉的产生以头脑中的感觉信息为前提,并且与感觉同时进行。但知觉却不是各种感觉的简单总和。因为在知觉中除了包含感觉之外,还包含记忆、思维和言语活动等。知觉属于高于感觉的感性认识阶段。但知觉和感觉一样,都是事物直接作用于感觉器官产生的。离开了事物对感官的直接作用,便既没有感觉也没有知觉。

三、知觉的基本特性

知觉有这样几个特性:整体性、恒常性、意义性(理解性)、选择性。

知觉和感觉一样,都是刺激物直接作用于感觉器官而产生的,都是我们对现实的感性反映形式。离开了刺激物对感觉器官的直接作用,既不能产生感觉,也不能产生知觉。通过感觉,我们只知道事物的个别属性,通过知觉,我们才能对事物有一个完整的映象,从而知道它的意义。

与感觉相比较,知觉又具有不同于感觉的特征:

第一,知觉反映的是事物的意义,知觉的目的是解释作用于我们感官的事物是什么,尝试用词去标志它,因此知觉是一种对事物进行解释的过程。

第二,知觉是对感觉属性的概括,是对不同感觉通道的信息进行综合加工的结果,所以知觉是一种概括的过程。

第三,知觉包含有思维的因素。知觉要根据感觉信息和个体主观状态所提供的补充经验来共同决定反映的结果,因而知觉是人主动地对感觉信息进行加工、推论和理解的过程。可以说感觉是知觉的基础,知觉是感觉的深入。

四、影响知觉的其他因素

知觉不仅受感觉系统、生理因素的影响，而且极大地依赖于一个人过去的知识和经验，受个人的兴趣、需要、动机、情绪等心理因素的影响。现代神经心理学的研究表明，知觉过程来源于一个复杂的机能系统，这个系统依赖于许多皮层区域的完整复合体的协调活动。

知觉过程还受个性倾向性的影响。需要和动机对知觉过程有制约作用。布鲁纳和戈德曼（1947）以出身贫富不同家庭的儿童（10岁）为被试，要他们在同样的条件下估计各种硬币的面积，以比较儿童的金钱价值与知觉的关系。结果发现两组儿童对硬币面积的估计都有夸大的倾向，但贫困儿童组的夸大倾向远超过富裕儿童组。

这一结果说明了需求强度对知觉的影响。

五、知觉的分类

（一）空间知觉

对物体的形状、大小、远近、方位等空间特性的知觉，即空间知觉（space perception）。对个体生活而言，空间知觉显然是一种必不可少的能力，因为个体生活在三维空间内，在一切活动中，必须随时随地对远近、高低、方向做适当的判断，否则就难免发生困难甚至遭遇危险。动物中的猛虎跳涧、猴子攀登、飞鸟归巢，人的上下台阶、穿越马路、操作工具等，无一不是靠空间知觉的判断。空间知觉是多种感觉器协同活动得到的产物，包括视觉、听觉、触觉、运动觉等的活动及相互联系，其中视觉系统起主导作用。空间知觉包括形状知觉、大小知觉、距离知觉、深度知觉（立体知觉）、方位知觉等。空间知觉是在人的后天实践中形成、发展和完善起来的。

（二）时间知觉

时间知觉（time perception），也称时间感（time sense），指在不使用任何计时工具的情况下，个人对时间的长短、快慢等变化的感受与判断。时间知觉的特殊之处是它并非由固定刺激所引起，也没有提供线索的感觉器官。在缺乏计时工具作为参考标准的情况下，获得时间知觉的线索可能来自两方面：①外在线索，比如太阳的升落、月亮的圆缺、昼夜的更替、四季的变化等，或者生活、工作中的程序，都为人们判断时间提供了参数；②内在线索，如人体自身的呼吸、脉搏、消化以及生物节律等，也可成为判断时间的依据。

时间知觉也是在人的实践活动中逐渐发展起来的。人类发明了许多计时工具和计时方法。某些自然界客观现象也存在时间印记，如树木年轮、动物牙齿、化石等。时间估计在日常生活中经常发生。儿童年龄越小，对时间估计的准确性越差。另外，职业的不同以及情绪状态的不同也影响对时间的估计。在心情愉快时，感觉时间过得快，在心情烦闷时则相反。例如，买好票在影院门口等人十分钟，会觉得时间很长；朋友来了一起进场看电影两小时，可能觉得时间很短。

（三）运动知觉

运动知觉 (motion perception) 是人对空间物体运动特性的知觉。它依赖于对象运行的速度、距离以及观察者本身所处的状态。例如,当物体由远而近或由近而远运动时,物体在视网膜上成像大小的变化,向人脑提供了物体“逼近”或“远去”的信息。物体运动太快或太慢都不能使人形成运动知觉。人们很难用肉眼观察到手表上时针的移动或光的运动,因为它们的速度太慢或是太快。物体距离与运动速度直接影响着运动知觉。以同样速度运动着的物体,远的感知运动慢,近的感知运动快,离得太远就看不出运动。可见,运动是人产生运动知觉的根本原因,但造成运动知觉的直接原因却是单位时间内所造成的视角的改变量。实际上,世界万物都在运动,只是快慢不同而已。因此,我们要观察某物体的运动速度,就要与另一物体相比较。这个被比较的物体就是运动知觉的参考系统。选择的参考系统不同,运动知觉也不同。比如,骑自行车者以步行者为参考系统,感知则为快,与汽车行驶相比,感知则为慢。在参考系统少的情况下,两个物体的运动可知觉为其中一个在运动。一般规律是,人们倾向把较大的客体当作静止背景,较小的客体在其中运动。如薄云与月亮,可视为月亮在走,也可视为云彩在动,这种现象就是诱导运动。在暗室内注视静止的光点,过一会儿就会感到光点在游动,这是自主运动,是由于视野中缺乏参考系统造成的。

似动现象 (apparent motion) 是指引起运动知觉经验的刺激物本身并未移动,但观察者在主观意识上则清楚地觉知它是在移动中。严格地说,似动现象的产生既非由于物体的真实移动,也非由于个人与物体之间的相对移动,而是一种假的移动,由此也被视为错觉现象。

相对移动 (relative motion),是指我们所看到的物体,其本身并未移动,只因我们自己身体在移动,反而觉得物体在移动。如在火车行进中看窗外景色,即可体验到相对移动的现象。此时窗外的景物看起来都在与火车做反方向移动,而且近处景物移动较快,远处景物移动较慢。在这种相对的移动情形下,移动知觉的线索来自视网膜上影像的移动。

（四）错觉

知觉经验虽系环境中的刺激物所引起,但知觉经验中对客观性刺激物所做的主观性解释,就真实性的标准来看,显然与实际情况有很大的距离。单以知觉对比的知觉现象为例,凭知觉经验所做的解释显然是失真的,甚至可以说是错误的。此种完全不符合刺激本身特征的失真的或扭曲事实的知觉经验,称为错觉 (illusion)。

错觉是比较普遍的,由视觉、听觉、味觉、嗅觉等所构成的知觉经验,都会有错觉。在我们日常生活中,随时会感受到错觉现象。例如,在火车未开动之前,常因邻近车厢的移动而觉得自己的车厢已经开动。这种现象称为移动错觉。再如,在火车尾部窗口俯视铁轨时,若火车是开动的,就会觉得铁轨好像是从车底下向后迅速伸出;若火车遽然停止,就会觉得铁轨好像是向车底迅速缩进。当注视电扇转动时,会觉得忽而正转,忽而倒转,甚至有时会有暂时停止不转的感觉。

人为什么会产生错觉?至今尚不清楚。一般认为:①错觉不是观念问题,而是知觉

问题,因为即使知道是错觉也不会改变;②错觉不是发生在视网膜上;③视错觉不是视觉器官的活动所引起的。

(五) 幻觉

幻觉(hallucination)与错觉不同,它是在没有相应的外界客观事物直接作用下发生的不真实感知。幻觉具有与真实知觉类似的特点,但它是虚幻的。正常人在某些特殊的状态下,如强烈的情绪体验并伴有生动的想象、回忆,或者期待的心情、紧张的情绪,或者处于催眠状态,都可能出现幻觉。在入睡的过程中或醒觉状态,都会发生幻觉。幻觉也是心理异常的重要征象,如感觉剥夺、精神疾病、药物中毒、饮酒过量、吸食毒品等,常会产生幻觉。

六、知觉的神经生理机制

(一) 超柱

20世纪50—80年代间,以胡伯尔和维赛尔为代表的众多学者,利用微电极技术在蛙、猫、猴等多种动物标本中证明了在大脑视中枢内存在着许多视觉特征检测N细胞,它们形成了“超柱”。超柱指在大脑皮层中,具有相同感受野的多种特征检测细胞聚集在一起形成的对各种知觉属性综合反应的基本单元。

超柱与多模式感知N元的关系:①皮层中的超柱和联络区皮层多模式感知N元在知觉形成中具有重要作用,并可能是知觉的结构和功能单元;②超柱仅实现同一种感觉模式中各种属性的综合反应,形成简单的知觉;③联络区皮层的多模式感知N元,可以对多种信息发生反应,实现着多种感觉的综合反应过程,能将多种模式的感觉信息综合为复杂的知觉。

(二) 颞下回

20世纪80年代以来,英国牛津大学的罗尔等人又发现杏仁核、颞下回、颞上沟等处存在着面孔识别细胞。许多研究证明,在颞、顶、枕区之间的联络皮层和额叶联络区皮层中,都存在着“多模式感知N细胞”。

颞下回的多模式感知神经元不仅能产生复杂视觉,还能感知多种其他感觉,如躯体觉、运动觉、食物嗅觉与味觉等。

七、知觉的研究简史

一些心理学家认为,通过内省来研究知觉经验是心理学的重要内容;而另一些心理学家则强调,只有能观察到的现象才是心理学研究的对象,而主观的知觉经验是不能进行客观观察的,因此它不应该是心理学研究的内容。这两种观点在历史上各有其兴衰的时期。20世纪初,心理学家对描述自身的知觉经验有浓厚的兴趣。到20世纪20—30年代,美国以J. B. 华生为代表的行为主义极力抨击主观经验主义,主张禁止研究那些不能公开观察的知觉课题。这个学派认为,心理学只应研究刺激和反应之间的关系,而知觉是主观概念,所以不是科学心理学研究的对象。华生的行为主义否定了主观内省法和主观经验,实际上是取消了当时所有知觉研究的课题,给早期的知觉研究带来了很大的