

全国中等卫生职业学校配套教材

供卫生保健、护理、助产、康复技术、眼视光技术等专业用

心理学基础应试指导

主 编 张渝成

江苏科学技术出版社

5.6

8

3

全国中等卫生职业学校配套教材

供卫生保健、护理、助产、康复技术、眼视光技术等专业用

心理学基础应试指导

主 编 张渝成

主 审 陆 斐

编 者 (以姓氏笔画为序)

兰小彬 (四川雅安卫生学校)

邱慧萍 (江苏常熟高等专科学校)

张渝成 (重庆市卫生学校)

周意丹 (哈尔滨市卫生学校)

蓝琼丽 (广西柳州卫生学校)

江苏科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

心理学基础应试指导/张渝成主编. — 南京:江苏科学技术出版社,2003.8

全国中等卫生职业学校配套教材

ISBN 7-5345-3912-9

I.心... II.张.. III.心理学—专业学校—教学参考资料 IV.B84

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第059542号

全国中等卫生职业学校配套教材

心理学基础应试指导

主 编 张渝成

责任编辑 顾志伟 刘玉锋

出版发行 江苏科学技术出版社
(南京市湖南路47号,邮编:210009)

经 销 江苏省新华书店
照 排 南京紫藤制版印务中心
印 刷 盱眙新雅印刷有限公司

开 本 787 mm × 1092 mm 1/16
印 张 5.5
字 数 130 000
版 次 2003年8月第1版
印 次 2003年8月第1次印刷
印 数 1 — 3 000 册

标准书号 ISBN 7—5345—3912—9/R·725

定 价 8.00元

图书如有印装质量问题,可随时向我社出版科调换。

编写说明

为了贯彻落实第三次全国教育工作会议精神和中共中央、国务院“关于深化教育改革全面推进素质教育的决定”,实施“面向 21 世纪职业教育课程改革和教材建设规划”,适应我国城乡卫生事业发展对中等卫生专门人才的需要,教育部、卫生部批准设立卫生保健专业。在卫生部的领导下,1999 年 12 月中华预防医学会公共卫生教育分会中专学组在全国七省、市进行卫生服务需求调查和基层卫生技术人员结构调查,在此基础上制定卫生保健专业教学计划(讨论稿)。2000 年 9 月在江苏省无锡市举行卫生保健专业教学计划研讨会。修订过的教学计划于 2000 年 11 月提交卫生职业教育教学指导委员会第二次会议审议。按照卫生职业教育教学指导委员会的部署,启动教学大纲的编写工作,来自全国的 66 位参编人员编写 11 门课程的教学大纲(不包括心理学基础),于 2001 年 1 月在河南省郑州市进行初审。2001 年 4 月在苏州召开的全国中等卫生职业教育专业指导性教学计划和教学大纲审定工作会议上,审定通过了卫生保健专业教学计划和教学大纲,由卫生部教材办公室编辑出版。按照教学计划和教学大纲进而由卫生部教材办公室组织卫生保健专业规划教材的编写、出版。

2002 年 10 月 21 日~10 月 26 日中华预防医学会公共卫生教育分会中专学组三届四次委员会会议暨全国第六次中等预防医学教育发展战略研讨会在海南省海口市举行。根据中等预防医学教育发展及卫生保健专业建设的需要,会议决定组织编写卫生保健专业教材《营养与膳食指导》、《社区卫生服务》等,以及按照卫生职业教育教学指导委员会编发的卫生保健专业教学计划和教学大纲,以已出版的教材为基础,编写相应课程的应试指导。鉴于许多学校反映卫生保健专业《疾病学基础》课程没有教材,以致影响教学计划的落实和课程的设置,为此,会议决定组织编写《疾病学基础》及《疾病学基础应试指导》。同时会议决定成立“全国中等卫生职业教育卫生保健专业教材评审委员会”,以期促进卫生保健专业教材的建设。

衷心希望开设卫生保健专业的学校在使用卫生保健专业教材的过程中,及时提出宝贵意见,使有关教材更臻完善。

中华预防医学会公共卫生教育分会中专学组

全国中等卫生职业教育卫生保健专业教材评审委员会

顾 问 王锦倩

名誉主任委员 王玉玲

主 任 委 员 陈锦治

副 主 任 委 员 胡明琇 王慧麟

委 员 (以姓氏笔画为序)

王少六 卢玉清 闫立安 闫利华

刘东升 刘逸舟 宋秀莲 陈明非

陈树芳 李全恩 李宗根 李春坚

李景田 汪春祥 余万春 肖敬民

张子平 张书全 张丽华 罗万云

赵汉英 赵伟明 禹海波 贾洪礼

徐筱跃 曹文侠 盛廷珍 崔晓萍

谢天麟 魏亚力

秘 书 长 顾志伟

前 言

《心理学基础》是以心理学的基本知识、基础理论和基本技能为知识框架,通过学习心理学的基本知识,使学生掌握个体心理活动及其行为发生、发展规律,有助于培养学生形成良好的心理品质和健全的人格;通过学习心理学的基本理论和基本技能,使学生能够运用心理学的理论和方法为服务对象解决心理问题,从而实现为服务对象提供整体服务的专业目标。

为了帮助医学生系统地复习《心理学基础》的内容,把握其中的重点、难点,掌握正确的学习方法和复习考试技巧,在中华预防医学会公共卫生教育学会中专学组委员会的组织与指导下,我们编写了《心理学基础应试指导》。本书以卫生保健专业《心理学基础》教学大纲为依据,以陆斐主编的《心理学基础》(2002年1月人民卫生出版社出版)为基础。应试指导的编者基本上是原教材的编写人员。

本书各章分为学习目标、学习指导、试题和试题答案四部分内容。学习目标按教学大纲的要求,分掌握、理解、了解三级要求分别叙述表达。学习指导是对该章的重点内容以及学习中可能遇到的难点、疑点进行介绍和说明,以供教师备课和学生复习总结之用,有利于学生在课后使用较少的时间,获得心理学基础的基本知识,提高学习效率。试题包括名词解释、填空题、问答题和选择题四大类,选择题全部采用国家执业医师资格考试的题型,即A₁型(单句型最佳选择题)、A₂型(病历摘要型最佳选择题)、A₃型(病历组型最佳选择题)和B₁型(标准配伍题)。通过试题测试练习,促进学生对所学知识进行复习,并可检验学习效果。各章最后均附有参考答案,以便学生验证答题的正确性以及学习答题的技巧。

本书不仅适用于卫生保健专业的医学生,也可供护理、助产、康复技术、眼视光技术等专业医学生在复习心理学基础时使用。由于作者的水平有限,书中的疏漏与不足在所难免,敬请同道、读者指正。

张渝成

目 录

第一章 绪论.....	1
第二章 心理过程.....	5
第三章 个性心理	20
第四章 心理发展与心理卫生	29
第五章 心理防御与心理应激	41
第六章 心理学基本技能	53
第七章 心理护理概论	66
第八章 医患关系与心理沟通	73

第一章 绪 论

【学习目标】

1. 概述心理学的概念、研究方法、心理活动和心理实质。
2. 叙述心理学研究的对象和任务。
3. 简述学习心理学的意义。

【学习指导】

一、学习要求

1. 心理学概述 心理学是在一定的原则指导下,以科学方法对个体的心理活动特点及其行为规律进行研究的科学。
2. 心理的实质 心理是以人脑为物质基础,在社会实践活动中对客观现实的主观能动反映。
3. 医学模式的转变及其影响 生物-心理-社会医学模式重视心理社会因素在人的健康和疾病中的作用,医护工作的对象和服务范围扩大了,护理方式发生了深刻的变化。
4. 学习心理学的意义 学习心理学有助于提高医护质量,适应医学模式的转变和培养良好的心理素质。

二、知识补充

1. 心理现象之间的联系 心理过程是大脑反映客观现实的过程,是心理现象的动态形式。人以感知、记忆与思维等形式反映客观事物的性质、联系及其对人的意义,这一过程就是认识过程;由认识而引起人对客观事物的某种态度的体验,即情绪过程;由认识的支持与情绪的推动,使人有意识地克服困难去实现预期目的的过程,则是意志过程。可见,情绪与意志过程中都含有认识的成分,都是由认识过程派生的;反之,情绪与意志又对认识过程发生影响。因此,认识、情绪与意

志不是三种彼此独立的过程,而是统一的心理活动过程的不同方面。

心理过程是人的心理的共性,但在每一个人身上体现时,由于社会生活环境、教育、先天条件等因素的影响,又会表现出特殊性、差异性,并逐步形成人的心理的个性。个性是人的心理现象的静态形式,它是一个以个性倾向性为方向,以个性心理特征为表现的有机的整体。

心理过程与个性心理的联系非常紧密。首先,心理过程在每个人身上表现时,总具有个人的特点,即个性心理是通过心理过程形成的。其次,个性心理要通过人的心理过程表现出来,并制约着心理过程的发展。正是因为心理过程和个性心理相互融会,相互制约,才形成一个人完整的心理面貌。

2. 医学模式及其转变 医学模式是人们从总体上认识健康和疾病以及相互转化的哲学观点,包括健康观、疾病观、诊断观、治疗观等,影响着这一时期整个医学工作的思维及行为方式。

生物医学模式是建立在经典的西方医学基础之上,尤其是细菌论基础之上的医学模式。这一模式重视疾病的生物学因素,并用该理论来解释、诊断、治疗和预防疾病以及制定健康保健制度。其基本特征是把人看作单纯的生物或一种生物机器,即只注重人的生物学指标的测量,忽视病人的心理、行为和社会性。

生物-心理-社会医学模式是建立在系统论和整体观之上的医学模式。它要求医学把人看成是一个多层次的、完整的连续体,也就是在健康和疾病问题上,无论是致病、治病,还是预防及康复等方面都应把人视为一个整

体,要综合考虑生物的、心理的以及社会的各种因素的综合作用。

【试题】

一、名词解释

1. 心理学
2. 医学心理学

3. 实验法

二、填空题

4. 人的心理活动可分为_____和_____两部分。
5. 个性心理特征主要表现在_____、_____和_____等方面。
6. 世界上第一个心理实验室是_____国的心理学家_____于_____年在莱比锡大学建立的。
7. 动物的心理发展可分为三个阶段,无脊椎动物处于_____,脊椎动物处于_____,哺乳动物处于_____。
8. 客观现实是心理活动的_____和_____。
9. 心理活动是对_____的反映,就其反映的内容是_____,反映的形式和结果却是_____。

三、问答题

10. 心理学研究的任务是什么?
11. 心理学研究的原理是什么?
12. 心理学研究的方法主要有哪些?
13. 怎么理解心理的实质?
14. 生物-心理-社会医学模式下医护工作的特点是什么?

四、选择题

A₁ 型题

15. 心理学研究
 - A. 动物心理活动规律
 - B. 人的行为规律
 - C. 人的心理活动及其行为规律
 - D. 人的生命活动过程中的规律
 - E. 动物的行为规律
16. 三个心理过程是
 - A. 认识、兴趣、能力
 - B. 认识、情绪、意志
 - C. 认识、情绪、性格
 - D. 认识、动机、意志
 - E. 需要、动机、情绪
17. 以下哪项不是心理学研究的任务
 - A. 生理过程发生、发展的规律
 - B. 心理过程发生、发展的规律
 - C. 个性的形成及其规律
 - D. 心理过程和个性的关系
 - E. 心理活动与行为之间的关系
18. 需要控制某些观察的变量及条件的研究方法
 - A. 日常生活观察法
 - B. 科学观察法
 - C. 活动产品观察法
 - D. 自我观察法
 - E. 实验室实验法
19. 7岁儿童的脑重达
 - A. 390 g
 - B. 660 g
 - C. 900~1 000 g
 - D. 1 280 g
 - E. 1 400 g
20. 处于思维萌芽阶段的动物是
 - A. 蚯蚓
 - B. 青蛙
 - C. 狗
 - D. 类人猿
 - E. 鱼
21. 关于心理的实质,正确的是
 - A. 心理活动的内容是人脑主观产生的
 - B. 具备了人脑就可以具备人的心理活动
 - C. 心理活动是脑对客观现实的反应
 - D. 人对客观现实的反映具有主观性
 - E. 心理活动反映的形式是客观的
22. 心理活动对客观现实反映的形式是
 - A. 主观的

- B. 客观的
- C. 主观与客观的统一
- D. 既不是主观的,也不是客观的
- E. 被动的

23. 提出生物-心理-社会医学模式的是
- A. 冯特
 - B. 恩格尔
 - C. 辛格
 - D. WHO
 - E. WTO

A₂ 型题

24. 某心理学工作者在心理学研究中以研究对象的行为表现、心理测验等为依据,以实事求是为准则。该心理学工作者遵循的原则是
- A. 实事求是原则
 - B. 客观性原则
 - C. 发展性原则
 - D. 系统性原则
 - E. 实验性原则
25. 某心理学工作者有目的地设置一定条件并严格控制,引发某些心理现象进行研究。该心理学工作者的研究采用的是
- A. 科学观察法
 - B. 活动产品观察法
 - C. 实验法
 - D. 测验法
 - E. 个案法
26. 常言道:“一母生九子,九子各不同”,这指的是人的
- A. 心理活动
 - B. 心理过程
 - C. 情绪
 - D. 身体
 - E. 个性

A₃ 型题

1920年在印度山林里发现的“狼孩”卡玛拉,约8岁,行为如同狼崽,用四肢爬行,昼伏夜行,趴在地上舔食和饮水。2年后学会

了6个词,直至17岁病逝时才学会了45个词,智力只相当于3岁半儿童的水平。

27. 卡玛拉被发现时处于何种状态
- A. 不具备人脑
 - B. 具有人的心理活动
 - C. 具有人的行为
 - D. 没有人的心理活动和行为
 - E. 可以从事人类社会活动
28. 这一事实说明
- A. 脑是心理的器官,心理是脑的功能
 - B. 具备了人的大脑,就可以产生人的心理
 - C. 人的心理基础是人的社会实践
 - D. 心理活动反映的对象只是人类的社会活动
 - E. 只要加以教育和培养,人的心理都可正常发展
29. 经过约9年的培养卡玛拉处于
- A. 心理发展已趋于正常
 - B. 心理发展水平极低
 - C. 完全不具备人的心理活动
 - D. 已能从事各种社会活动
 - E. 可正常与人进行言语沟通

B₁ 型题

- A. 自然哲学医学模式
 - B. 机械论医学模式
 - C. 生物医学模式
 - D. 生物-心理-社会医学模式
 - E. 神灵主义医学模式
30. 立足于生物科学基础上的是
31. “医护工作的着眼点是病人的躯体”反映的是
32. “护士是医生的助手”反映的是
33. “护理方式是以护理程序为核心的整体护理”反映的是

【试题答案】

1. 是研究人的心理活动及其行为规律的科学。

2. 是研究心理因素与健康以及在疾病的预防、发生、诊断、治疗和护理中相互作用规律的科学。
3. 是有目的的设置一定的条件并严格控制,引发某些心理现象进行研究的方法。
4. 心理过程 个性心理
5. 能力 气质 性格
6. 德 冯特 1879
7. 感觉阶段 知觉阶段 思维的萌芽阶段
8. 内容 源泉
9. 客观现实 客观的 主观的
10. 研究心理过程发生、发展的规律;研究个性的形成及其规律;研究心理过程和个性之间相互关系的规律性;研究心理活动与行为之间的关系。
11. 客观性原则;发展性原则;系统性原则;实验性原则。
12. 观察法(日常生活观察法、科学观察法、活动产品观察法、自我观察法);实验法(自然实验法、实验室实验法);测验法。
13. 脑是心理的器官,心理是脑的功能;心理活动是对客观现实的主观反映(客观现实是心理活动的源泉、社会实践促进心理活动的发展与完善、心理是对客观现实主观能动的反映)。
14. 以人的健康为中心;服务对象不仅是病人,而且包括健康人;医护工作的着眼点是人的整体;服务范畴由医院扩展到家庭和社区;医护关系是既独立又合作;护理方式是以护理程序为核心的整体护理;医护人员的职能是多功能的。
15. C 16. B 17. A 18. B 19. D
20. D 21. D 22. A 23. B 24. B
25. C 26. E 27. D 28. C 29. B
30. C 31. C 32. C 33. D

(星小彬)

第二章 心理过程

【学习目标】

1. 解释感觉、知觉、记忆、遗忘、思维、注意、情绪、意志的概念;说出记忆的品质、思维的品质及培养、注意的品质、意志的品质和情绪的分类(情绪状态);叙述影响解决问题的心理因素;归纳遗忘规律及防止遗忘的方法、健康情绪的判断标准、情绪调节与控制的方法。

2. 概述想像的概念、记忆的基本过程、思维的分类、解决问题的思维过程、情绪的分类(原始情绪)、情绪与机体变化、意志品质的培养;比较感觉和知觉的特性。

3. 简述感觉和知觉的分类、记忆的分类、思维的特征、想像的分类、注意的分类;懂得情绪的意义、情绪调节与控制的意义、意志的特征及作用。

【学习指导】

一、学习要求

心理过程是指人的心理活动发生、发展的过程。具体地说,是指在客观事物的作用下,在一定的时间内,大脑反映客观现实的过程。心理过程包括三个方面,即认识过程、情绪过程和意志过程。其中认识过程是基本的心理过程,情绪与意志是在认识的基础上产生的。

1. 认识过程 认识过程是接受、加工、贮存和理解各种信息的过程,也就是人脑对客观事物的现象和本质的反映过程。认识过程是从感觉开始的,感觉、知觉、记忆、思维和想像等都是认识过程的有机组成成分,都是反映事物的性质和规律而产生的心理现象。

(1) 感觉和知觉:感觉和知觉是既有区

别又紧密联系着的两种认识过程。感觉是通过某一感觉器官获取对某一事物单个属性信息的过程,知觉往往是多种感官参与活动(还包括以往经验),在头脑中对事物多种属性综合为有意义的整体过程。二者本质的区别在于知觉认识了事物的意义,而感觉只是个别属性的信息摄入。但感觉和知觉的本质上也存在共同之处,即都是客观事物作用于人的感觉器官才在大脑中引起的反映,因而也就同属于感性认识阶段。

感受性是感觉的基本特性,对个体而言,感受性会因各种情况而发生变化。人的一生中随年龄增长,感受性呈先上升后下降的趋势,儿童时期感受性发展快,青年期达到最高水平,老年期感受性普遍下降(痛觉感受性除外)。感受性还可因刺激物的持续作用、不同刺激物同时或先后作用、联觉等的影响而发生变化。当某种感觉缺失后,还可以由其他感觉来弥补。感觉还具有后象的特性,电视、电影就是利用后象的特性使间断、静态的画面变得动态和连续不断。

当物体作用于人的感觉器官时,人不仅能反映这个物体的形态、大小、颜色、气味等个别属性,还通过各种感觉器官的协同活动,在大脑里将物体的各种属性,按其相互的联系和关系,组合成一个整体,这就是知觉。知觉具有整体性、选择性、理解性、恒常性的特点,正是有了这些特点,我们才能对客观事物产生清晰、全面、正确的反映。

(2) 记忆:人脑不仅能反映出现在眼前事物,还能反映不在眼前,但过去曾经历过的事物,这种反映就是记忆。记忆作为一种基本的心理过程在人的心理发展及人格形成中起着重要作用,是保证人正常生活的前提条

件。一个人记忆力好不好,主要是通过记忆品质来衡量。当他能既快又准地牢记所要记住的材料,在需要的时候又能及时地再现或回忆出来,这就是记忆力好的表现。

信息在大脑贮存时会发生变化,最大的变化就是遗忘。大量的实验研究表明,遗忘进程受许多因素影响和制约。德国心理学家艾宾浩斯最早用实验的方法对记忆的保持进行系统的研究,得出遗忘的时间规律是先快后慢。继他之后的大量研究,对遗忘过程有了更系统、更深刻的认识。其中包括:①有意义的材料较无意义材料遗忘得慢;②形象材料较抽象材料遗忘得慢;③运动性记忆巩固之后不易遗忘;④过度学习达150%保持效果最佳;⑤较长的材料首尾遗忘较少,中间遗忘较多;⑥个体需要的、感兴趣的、材料不易遗忘等。

为了提高记忆保持的质量与数量,就必须与遗忘做斗争。主要方法有及时复习、分散复习、阅读与回忆结合复习、类似材料分开复习及有重点的复习等。当然,讲究科学用脑,保持头脑清醒更是提高记忆力的重要条件。

(3) 思维:人对客观现实的认识是从感觉开始的,但人们在生活中还会遇到许多问题,只是靠感觉不能认识和解决,需要更深入地认识和发现事物的本质特征和内部联系。这种能揭示事物内部特征和规律的高级认识活动就是思维。

良好的思维能力是个体从事各种活动的重要的心理条件,衡量一个人思维能力的标准主要有思维的广阔性、深刻性、独立性、批判性、逻辑性和灵活性。通过个体在解决问题时的思维过程便可以考察其思维品质。因为要解决问题,就要分析问题的要求、条件,发现问题当中各方面的联系和关系,寻找解决方法,设想预期结果,在这个过程中个体的思维品质就得以具体体现。在解决问题时,思维往往还要受多种心理因素的影响,主要包括人在解决问题时情绪的激动水平和动机

水平、定势、迁移和个性。一般说来,一个灵活、自信、独立性强人,在解决问题时不但能保持适当的情绪状态和动机水平,而且善于利用过去的知识经验,因此解决问题的效率比较高。

(4) 注意:注意是人 against 一定对象的指向和集中,其主要作用是对客观对象的选择和保持,使人能清晰地认识事物并能准确迅速地完成某种活动。它是心理活动的组成部分,但它本身不是一个独立的心理过程,它总是伴随心理过程的进行,对心理活动起着选择、维持、组织、调节和监督的作用。在人的日常生活中,大家都能体会到,注意能使人的感受性提高、知觉清晰、思维敏捷、行动及时准确。没有注意,任何心理活动都不可能得以顺利进行,所以具有良好的注意力是非常重要的,注意力的好坏可以通过注意品质来衡量,优秀的注意品质表现为:有较广的注意范围,能将注意力较长时间保持在应该注意的事物上,具有较高水平的注意分配能力和灵活的转移能力。

2. 情绪过程 情绪是人 against 客观事物是否满足自己的需要而产生的态度体验。人在与客观事物接触时,对客观事物并不是无动于衷的,比如竞赛大获全胜,感到快乐;受到挑衅或侮辱,感到愤怒;失去亲人,感到悲哀;面临危险,感到恐惧。这就是人常常体验到的四种基本情绪。另外,人的情绪还可有多种表现形式,如心境、激情、应激等状态。心境的强度小,但持续时间较长,因此,对个体生活有较大的影响,良好的心境能使人精神振奋,提高活动效率。激情的强度大,但持续时间不长,属于暴发式的情绪状态,积极的激情可成为行动的力量。应激是由意想不到的紧急情况而引起,在应激状态的刹那间,机体产生一系列生物性反应,在心理上则意识范围缩小,极为紧张。长期处于应激状态,会损害个体的生物化学保护机制,降低抵抗力,导致疾病。

情绪是人的精神活动的重要组成部分,在人类的心理活动和社会实践中,有着极为重要的作用,它能影响人的工作效率、人际关系、身心健康等。因此,具有健康的情绪,才能较好地适应社会生活,一个人如果自己能明确情绪产生的原因,控制反应适度,保持情绪的相对稳定但不“固着”,并且能进行自我调节和控制,那么这个人的情绪就是健康的。当一个人情绪不好时,可采用多种方法进行调节和控制,如提高意识修养,有坚定的信念和正确的世界观,理智对待问题;转移注意力,找知心好友倾诉;进行各种有益的活动,适当宣泄;或者采用自我放松训练,利用一些警示语言提醒自己等。积极的情绪可使人身心健康,提高工作效率,起着增力作用。因此,对情绪应该经常调节和控制,发挥其增力作用,更好地适应社会。

3. 意志过程 人在反映和感受现实世界的时候,不仅只是产生对客观对象和现象的认识和情绪体验,而且会有意识地对外部世界进行有目的的改造,使之满足自身的需要。这种为了满足个体或社会的需要,自觉地确立目标,按照其确立的目标进行实践活动,并能克服在活动过程中所遇到的困难和阻碍,以求最终达到既定目的,这就是意志。意志在人类生活中有重要意义,人们在改造主观世界和客观世界方面所取得的成就,常常和意志努力分不开。社会上许多在事业上有突出成就的人,其获得成功的决定因素不在于智力的高低,而在于意志力的强弱。意志品质是构成意志力的稳定因素,主要有自觉性、果断性、坚韧性和自制性。要想具有良好的意志品质,就应该树立崇高理想;积极参加实践活动;保持稳定的情感;培养健全体魄和根据自己的意志特点有针对性地进行培养。

二、补充知识

1. 两种类型的感受性和感觉阈限 每一种感觉都有两种类型的感受性和感觉阈

限,即绝对感受性和绝对感觉阈限,差别感受性和差别感觉阈限。绝对感觉阈限是指刚能引起感觉的最小刺激量。刚能觉察出最小刺激量的感觉能力叫做绝对感受性。绝对感觉阈限和绝对感受性成反比关系,即绝对感觉阈即越小,绝对感受性就越高,反之亦然。在刺激物引起感觉之后,如果其强度发生了变化,并不是所有的变化都能被我们觉察出来。例如在原有的 100 克重量中再增加 1 克重量,我们是感觉不出它的变化的,一定要增加至 3 克,或更多一些,我们才能觉察出前后两种重量的差异。这种刚能引起差别感觉的刺激最小变化量叫做差别感觉阈限,刚能觉察出最小差异量的感觉能力,叫做差别感受性。差别感觉阈限和差别感受性也成反比关系。

2. 情绪与情感的关系 情绪和情感都是人对客观事物的态度体验,它们之间密切联系,又有区别。它们的区别主要有:① 情绪多是与生理性需要有关,而情感则是与社会性需要相联系;② 情绪具有情境性和短暂性,而情感是稳定、深刻而持久的;③ 情绪有明显的外部表现,往往比较冲动,而情感则是稳定的内心体验。

二者又是密切联系的,情感是情绪的本质内容,情绪是情感的外在表现。

【试题】

一、名词解释

- | | |
|-------|-------|
| 1. 感觉 | 2. 知觉 |
| 3. 记忆 | 4. 思维 |
| 5. 注意 | 6. 情绪 |
| 7. 意志 | |

二、填空题

8. 感觉是人脑对_____于感觉器官的客观事物的_____的反映。
9. 根据感觉所反映的事物的属性和特点,可以将感觉分为_____和_____两大类。
10. 感受性的高低,是用_____来度量

的,它与感受性在数量上是_____关系。

11. 知觉是人脑对_____于感觉器官的客观事物的_____的反映。
12. _____是知觉的有机组成部分,知觉是在_____的基础上产生的。
13. 根据知觉对象的性质,可以把知觉分为_____,_____和_____三类。
14. 知觉比感觉复杂,因为要认识事物的整体,必须由已有的_____和_____加以补充。
15. 记忆是_____在人脑中的反映。记忆的基本过程包括_____,_____,_____三个基本环节。
16. 从信息加工的观点看,记忆就是对输入信息的_____,_____和_____的过程。
17. 按照记忆的内容不同,可以将记忆分为_____,_____,_____和_____四类。
18. 思维是指人脑对客观事物_____,_____反映。
19. 解决问题的思维过程一般分为_____,_____,_____和_____四个阶段。
20. 定势是由_____而造成的一种对活动的特殊的_____状态。它对解决问题有积极作用,也有_____影响。
21. 迁移是指已经获得的_____,_____和_____对学习_____和_____的影响。
22. 想像是在_____基础上形成的,想像的结果是在人的头脑中形成_____。
23. 无意想像是指没有_____,_____的想像,其极端的情况是_____。
24. 再造想像 是根据_____或_____,

在头脑中形成_____的过程。

25. 创造想像具有_____,_____和_____的特点。
26. 注意是心理活动对一定对象的_____和_____。
27. 注意不是一种独立的_____,而是一切心理活动的_____,它是一切心理活动顺利进行的_____。
28. 可把注意分为_____,_____和_____三类。_____是一种高级类型的注意,具有高度的_____,是人类从事创造性活动的必备条件。
29. 注意的品质有_____,_____,_____和_____。
30. 情绪的意义主要表现在三个方面,即情绪对_____的影响;情绪对_____的影响;情绪对_____的影响。
31. 原始的情绪指_____,_____和_____。
32. 按照情绪的表现形式,将情绪分为_____,_____和_____三种状态。
33. 健康情绪的判断标准主要有_____,_____和_____。
34. 情绪引起机体生理变化,主要表现在_____的变化和_____的变化。
35. 表情可分为_____,_____和_____。
36. 意志行动的三个特征是_____,_____。
37. 意志对认识活动具有_____和_____作用;是_____成功的保证;意志还可以提高_____,造就完美个性。
38. 人类的运动可分为_____和_____两类。

三、问答题

39. 遗忘规律有哪些?
40. 怎样组织复习才能获得良好的效果?

41. 影响解决问题的心理因素有哪些?
42. 健康情绪的判断标准是什么?
43. 调节和控制情绪可采用哪些方法?
44. 意志的品质有哪些? 如何培养这些品质?

四、选择题

A₁ 型题

45. 人类的较高级的、较复杂的心理现象, 比如思维、意志等, 其产生的基础都是
 - A. 感觉
 - B. 知觉
 - C. 记忆
 - D. 想像
 - E. 注意
46. 感觉器官在刺激物的持续作用下, 引起感受性发生变化的现象叫做
 - A. 适应
 - B. 对比
 - C. 联觉
 - D. 后象
 - E. 补偿
47. 先吃甜食再吃苹果, 会感觉苹果是酸的, 这是因为人的感觉有
 - A. 适应性
 - B. 联觉现象
 - C. 后象
 - D. 补偿性
 - E. 对比性
48. 和别人一起听强度不断减弱的声音, 别人能比你听到弱一倍的声音。对声音强度的听觉方面, 你的感受性
 - A. 比别人大一倍
 - B. 比别人小一倍
 - C. 与别人一样
 - D. 与别人呈反比关系
 - E. 与别人呈函数关系
49. 蓝、青、绿等颜色, 类似蓝天、海洋和树林的颜色, 往往能引起人的寒冷、凉快的感觉, 这是因为感觉具有
 - A. 适应性
 - B. 联觉现象
 - C. 后象
 - D. 补偿性
 - E. 对比性
50. “余音缭绕”指的是
 - A. 听觉适应
 - B. 联觉
 - C. 听觉后象
 - D. 听觉补偿
 - E. 听觉对比
51. 盲人没有了视觉感受性, 但是可以通过触摸觉阅读盲文。这是因为感觉具有
 - A. 适应性
 - B. 联觉现象
 - C. 后象
 - D. 补偿性
 - E. 对比性
52. 人脑对物体在空间的位移和移动速度的反映, 这是
 - A. 物体知觉
 - B. 空间知觉
 - C. 时间知觉
 - D. 运动知觉
 - E. 方位知觉
53. 皑皑白雪, 在晚霞的映照下, 呈现一片红色, 但是我们对雪地的知觉仍然是白色的。这是因为人的知觉具有
 - A. 理解性
 - B. 选择性
 - C. 整体性
 - D. 组织性
 - E. 恒常性
54. 看到白天与黑夜的交替、月亮的盈亏等, 这是一种
 - A. 物体知觉
 - B. 空间知觉
 - C. 时间知觉
 - D. 运动知觉

- E. 方位知觉
55. 人们对知觉对象的理解总是根据
- 对象的特点
 - 对象的强度
 - 有关对象的知识经验
 - 对象的运动变化
 - 对象各部分之间的关系
56. 医院的门牌用白底红字或深颜色的底、浅色的字,较容易引起人们的注意,这是利用了知觉的
- 理解性
 - 选择性
 - 整体性
 - 组织性
 - 恒常性
57. 对东、南、西、北、上、下、左、右、前、后的知觉是属于
- 形状知觉
 - 大小知觉
 - 时间知觉
 - 方位知觉
 - 远近知觉
58. 能回忆起自己小时候初学骑自行车时常被摔倒的模样,这是一种
- 瞬时记忆
 - 形象记忆
 - 逻辑记忆
 - 情绪记忆
 - 运动记忆
59. 教师通过潜移默化的教育,在不知不觉中培养了学生的良好习惯,这从记忆上看是属于
- 有意识记
 - 无意识记
 - 机械识记
 - 意义识记
 - 联想识记
60. 考试中采用选择题的形式,从记忆上看,要测验的是人们对知识的
- 回忆
 - 识记
 - 再认
 - 思维
 - 联想
61. 有关复习的实验证明,在一般情况下,效果是
- 集中复习优于分散复习
 - 分散复习优于集中复习
 - 集中复习与分散复习无差异
 - 集中复习与分散复习效果都不好
 - 集中复习与分散复习效果都很好
62. 艾宾浩斯遗忘曲线提示人们在复习时要
- 及时复习
 - 多样化复习
 - 集中复习
 - 分散复习
 - 长时间复习
63. 在不同性质的材料中,最容易遗忘的是
- 熟练的动作
 - 无意义材料
 - 有意义材料
 - 形象的材料
 - 抽象的材料
64. 为了取得最好的记忆效果,对材料的学习程度最好在
- 50%
 - 100%
 - 120%
 - 150%
 - 200%
65. 识记同样的一段学习材料,甲班同时采用了看、读、写、听四种方法,乙班采用了看、读、写三种方法,丙班采用了看、读的方法,丁班采用了读的方法。在相同的时间内,识记效果最好的班级是
- 甲班
 - 乙班
 - 丙班