

卫生部规划教材

全国医学高等专科学校规划教材配套教材

供临床医学专业用

医学心理学 学习指导

主 编 马存根

副主编 梁光霞

全
国
医
学
高
等
专
科
学
校
规
划
教
材
配
套
教
材

 人民卫生出版社

全国医学高等专科学校规划教材配套教材

(供临床医学专业用)

医学心理学学习指导

主 编 马 存 根

副主编 梁 光 霞

编委 (以姓氏笔画为序)

马存根 (山西大同大学医学院)

安王新 (武警医学院)

吴花林 (山西大同大学医学院)

周郁秋 (哈尔滨医科大学分校)

张运生 (河南大学医学院)

张纪梅 (牡丹江医学院)

梁光霞 (九江学院医学院)

人 民 卫 生 出 版 社

图书在版编目 (CIP) 数据

医学心理学学习指导/马存根主编. —北京:
人民卫生出版社, 2004. 1

ISBN 7-117-05930-3

I. 医… II. 马… III. 医学心理学-医学院校-
教学参考资料 IV. R395.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 002732 号

医学心理学学习指导

主 编: 马 存 根

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 67616688)

地 址: (100078)北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

网 址: <http://www.pmph.com>

E - mail: pmph@pmph.com

印 刷: 北京市增富印刷有限责任公司(天运)

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16 印张: 8

字 数: 179 千字

版 次: 2004 年 2 月第 1 版 2004 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 7-117-05930-3/R·5931

定 价: 12.00 元

著作权所有, 请勿擅自用本书制作各类出版物, 违者必究

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

前 言

本书是全国医学高等专科学校规划教材《医学心理学》(第2版)(供临床医学专业用)的配套教材,旨在帮助在校学生自学和复习时使用,并且作为国家执业医师资格考试辅导用书。

全书以原教材内容为基础,并结合执业医师资格考试大纲,以章为单位,分要点聚焦、内容概要、学海泛舟、自我评价四部分。

【要点聚焦】依据学科课程标准、执业医师资格考试大纲要求及学生实际,恰当地提出每章的知识要点及相关学习目标,使学生明确努力方向和应达到的程度,便于自我评价和相互评价。

【内容概要】概述每个章节内容,列出学习要点,使学生和应试者在有限的时间内,既能有的放矢,抓住重点和要点,又能熟悉教材的大部分知识,提高综合分析问题、解决问题的能力。

【学海泛舟】每章按执业医师资格考试的题型要求和为增强学生综合解决问题的能力,设计了一组测试题,旨在帮助学生在收到立竿见影的学习效果的同时,使参加执业医师资格考试的医务人员在有限时间内达到考试要求。

【自我评价】给出明确具体的参考答案,通过自评或互评使学生及报考人员及时了解自己学习效果,便于调整和改进学习策略。

本配套教材在编写过程中得到了山西大同大学和河南大学的大力的支持,各参编单位的领导和编委为本书付出了辛勤的劳动,在此深表谢意。由于编写时间仓促,疏漏和错误之处,恳请广大专家、学者、同学们及医务人员批评指正。

马存根

2003年10月

目 录

第一章 绪论	1
第二章 个体心理	10
第三章 心理卫生	26
第四章 心理应激与心身疾病	38
第五章 心理变态	50
第六章 心理评估	67
第七章 心理咨询	79
第八章 心理治疗	84
第九章 病人心理	98
第十章 医患关系与沟通技巧	113

附 录

目 录

第一章

绪论

【要点聚焦】

目的:掌握和熟悉医学心理学概念,医学模式转变的原因及医学心理学的研究任务与方法,了解医学心理学发展简史,对人体健康与疾病树立心身统一、社会对个体影响、认知和自我评价作用、主动适应和调节的观点。

掌握:

1. 医学心理学的定义。
2. 医学模式转变的原因。
3. 医学心理学的研究方法。

熟悉:

1. 医学模式的定义。
2. 医学心理学关于健康和疾病的观点。

了解:

1. 医学心理学简史及其分支学科。
2. 医学心理学研究任务与研究内容。
3. 生物医学模式。

【内容概要】

第一节 医学心理学简史及研究内容

1. 医学心理学的定义 是医学和心理学相结合而产生

出来的一门交叉学科,是自然科学和社会科学相结合的边缘学科。研究心理因素在人体健康和疾病以及在它们相互转化过程中所起的作用及其规律,并利用心理学的理论和方法预防、诊断和治疗疾病的科学。

2. 医学心理学简史 自1879年冯特创立世界上第一个心理实验室后,使得心理学成为真正意义上的科学,心理学和医学心理学正处于飞速的发展过程中。

3. 医学心理学分支学科 ①健康心理学;②心理生理学;③心身医学;④变态心理学;⑤心理诊断学;⑥心理治疗学;⑦咨询心理学;⑧护理心理学等。

第二节 新医学模式的确立与医学心理学

1. 医学模式的定义 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,影响着某一时期整个医学工作的思维及行为方式,从而使医学带有一定的倾向性、习惯化了的风格和特征。

2. 生物医学模式 是指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。由于其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,故被称为生物医学模式。其基本特征是把人看作单纯的生物或是一种生物机器。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。

3. 生物心理社会医学模式 是指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。

4. 医学模式转变的动因及时代特征 ①疾病谱顺位的变化;②不良的生活方式成为影响人类健康的重要因素;③社会因素对健康和疾病的作用增强;④人们需求层次的提高;⑤人类认识水平的提高。

5. 适应医学模式转变,搞好医学心理学教育 ①开发管理阶层的主导思想;②抓好医学心理学教学和科研工作;③改变临床医学的现有结构;④改变群众对健康和疾病的原有观念。

第三节 医学心理学关于健康和疾病的观点及其研究任务

1. 我国医学心理学工作者对于健康和疾病的观点 ①人是一个完整的整体的观点;②心身统一的观点;③社会对个体影响的观点;④认知和自我评价作用的观点;⑤主动适应和调节的观点。

2. 医学心理学的研究任务 ①研究心理因素在各类疾病发生、发展和变化过程中的作用规律;②研究心理因素特别是情绪因素对机体各器官生理、生化功能的影响;③研究人格心理特征在疾病发生和康复中的作用;④研究如何通过人的认知等心理功能支配和调节自身的生理功能,以达到治病、防病和养生保健的目的。

第四节 医学心理学的研究方法

1. 观察法 研究者通过有目的的直接观察和记录个体或团体的行为活动,了解事实、发现问题的方法。

2. 调查法 是预先设计表格、确定问题,让被调查者自由表达其态度或意见,来了解客观事实的一种方法。

3. 晤谈法 是医学心理学家与当事人交流信息、沟通感情、建立信任和实施治疗所必备的技能,在心理咨询、治疗、临床评估等许多日常工作中经常用到。

4. 实验法 是在实验室内或自然环境下观察受试者,研究一定情境中某种因素(因变项)和可操纵因素(自变项)之间因果关系的方法。

5. 心理测验法 是在标准情景下,取出个体行为样本来进行分析和描述的一种方法。

6. 个案法和抽样法 个案法是以某个人或某一团体(如家庭、工作单位等)作为研究对象的一种方法。抽样法是指在科学抽样的基础上,针对某一问题进行的研究。

【学海泛舟】

一、选择题

[A1 型题]

1. 关于医学心理学,不正确的叙述是

- A. 交叉学科
- B. 边缘学科
- C. 思想教育学科
- D. 心理学的一个重要分支
- E. 医学的一个重要分支

2. 建立世界上第一个心理实验室的是

- A. B. H. Lotze
- B. L. Witmer
- C. J. M. Cattell
- D. S. Freud
- E. W. Wundt

3. 首次提出心理测验的是

- A. J. M. Cattell
- B. L. Witmer
- C. B. H. Lotze
- D. A. H. Maslow
- E. W. Wundt

4. 心理动力学派的创始人是

- A. B. F. Skinner
- B. L. Witmer
- C. J. M. Cattell
- D. S. Freud
- E. W. Wundt

5. 行为学派的创始人是

- A. W. B. Cannon
- B. J. B. Watson

C. S. Freud

D. J. M. Cattel

E. I. P. Parvlov

6. 首次提出并使用临床心理学的是

A. J. M. Cattel

B. L. Witmer

C. J. B. Watson

D. B. F. Skinner

E. H. G. Wolff

7. 咨询心理学涉及的对象是

A. 正常人

B. 心身疾病的病人

C. 变态心理的人

D. 神经症和精神疾病恢复期的病人及家属

E. 以上都是

8. 医学模式是

A. 某一时期各种医学思想的集中反映

B. 某一时期各种医学学派的集中反映

C. 对医学各门类的总称

D. 对医学知识和技术的总称

E. 以上都不是

9. 关于医学模式, 不正确的描述是

A. 包括疾病观和健康观

B. 存在于近 20 年

C. 影响医学工作者的思维及行为方式

D. 使医学带有一定的倾向性、习惯化了的风格和特征

E. 医学的一种主导思想

10. 促进医学模式转变的因素不包括

A. 疾病谱顺位的变化

B. 社会因素对健康和疾病的作用增强

C. 人们需求层次的提高

D. 现代人心身素质降低

E. 人类认识水平的提高

11. 1977 年在《科学》杂志上发表《需要一种新的医学模式——对生物医学的挑战》的作者是

A. G. L. Engel

B. S. Freud

C. J. M. Cattel

D. W. Wundt

E. I. P. Parvlov

12. 与目前人类死亡原因有关的行为危险因子指

A. 吸烟、酗酒

B. 滥用药物

C. 过量饮食和肥胖

D. 运动不足

- E. 以上都是
13. 关于生物医学模式,不正确的叙述是
- 受“还原论”和“心身二元论”影响
 - 对医学的发展和人类健康事业曾产生过巨大的推动作用
 - 阐明了当今人类健康和疾病的全部本质
 - 在医学研究中注意生物因素忽视心理社会因素
 - 仍在影响着大多数临床医生的诊疗思路
14. 关于生物心理社会医学模式的特点是
- 认为任何身体疾病必定有其特殊的生物学原因
 - 认为没有躯体疾病就等于健康
 - 认为疾病是在生物和心理因素共同作用下形成的,与环境无关
 - 认为引起疾病的最主要的因素是心理因素
 - 认为临床医学服务的对象是病人而不是疾病
15. 我国医学心理学工作者对于健康和疾病的观点不包括
- 社会对个体影响的观点
 - 心身独立的观点
 - 人是一个完整的整体的观点
 - 认知评价的观点
 - 主动调适的观点
16. 医学心理学的主要任务
- 教学
 - 科研
 - 心理评估
 - 心理治疗
 - 以上都是
17. 健康是指
- 身体处于良好状态
 - 身体和道德品质处于良好状态
 - 身体和心理处于良好状态
 - 身体、心理、社会适应和道德品质处于良好状态
 - 身体、心理、社会适应处于良好状态
18. 对某一“无痛”儿童的日常行为作系统的观察分析,研究其行为形成的机制,在医学心理学中这类研究方法属于
- 调查法
 - 实验法
 - 测验法
 - 晤谈法
 - 观察法
19. 事先将各种需调查的内容列成调查表,当面或邮寄,供被调查者填写,收集后对结果逐条进行分析,在医学心理学中这种研究方法称为
- 观察法
 - 问卷法
 - 晤谈法
 - 实验法
 - 测验法
20. 将预先设计表格、确定问题,让被调查者自由表达其态度或意见,来了解客观事

实的一种方法是

- A. 调查法
C. 晤谈法
E. 测验法

B. 实验法

D. 观察法

21. 关于医学心理学研究方法中的晤谈法,正确的叙述是

- A. 可用于心理评估、诊断、咨询和治疗各领域
B. 不同于一般的交谈,而是一种专门的技术
C. 是医学心理学家与当事人交流信息、沟通感情和实施治疗所必备的技能
D. 其效果和研究者本身的晤谈技巧有关
E. 以上都是

22. 关于医学心理学研究方法中的实验法,不正确的叙述是

- A. 研究一定情境中因变项和自变项之间因果关系
B. 严格按照实验设计的基本原则进行分组、抽样
C. 是心理学研究中众所公认的最为严谨的方法
D. 不能用于对某种干预方法效果的研究
E. 研究的质量很大程度上取决于实验设计

23. 有关个案研究,不正确的叙述是

- A. 是整体研究的基础
C. 在实施中可采用实验法
E. 可用于某些研究的早期阶段

B. 不能以团体作为研究对象

D. 适用于临床研究

24. 以下哪一组为当今人类的主要死因

- A. 心血管病、恶性肿瘤、脑血管病
B. 心血管病、感染性疾病、精神病
C. 呼吸系统疾病、恶性肿瘤、营养不良
D. 传染病、意外伤害、寄生虫病
E. 脑血管病、恶性肿瘤、消化系统疾病

25. 医学心理学研究医学中的心理行为问题,涉及

- A. 基础医学
C. 预防医学
E. 所有医学领域

B. 临床医学

D. 康复医学

[A2 型题]

26. 某心理学工作者的主要任务是从心理或行为的角度研究躯体疾病的预防以及健康的维护和促进,此心理学工作者所从事的工作属于哪个范畴

- A. 临床心理学
C. 行为医学
E. 精神病学

B. 心身医学

D. 健康心理学

27. 某医生,多年来从事有关心理学相关学科的临床和研究工作,以下哪项学科不是

他所从事的工作范围

- A. 变态心理学
- C. 心理治疗学
- E. 教育心理学

- B. 咨询心理学
- D. 心理诊断学

[A3 型题]

题 28 ~ 29

某一心理学派提出,被压抑的情绪和心理冲突可成为导致人体功能失调的致病诱因。并断言,“范畴广泛的精神过程本身都是无意识的,而那些有意识的精神过程,只不过是孤立的动作和整个精神生活的局部而已”;而且“性的本能冲动在神经和心理疾病成因中起着一种不平凡的巨大作用”。

28. 建立在此理论基础上所创立的心理治疗方法称为

- A. 行为疗法
- B. 生物反馈疗法
- C. 精神分析疗法
- D. 支持疗法
- E. 认知疗法

29. 这一学派是

- A. 心理动力学派
- B. 心理生理学派
- C. 行为学派
- D. 人本主义学派
- E. 认知学派

[B1 型题]

题 30 ~ 32

- A. 健康心理学
- B. 变态心理学
- C. 心理生理学
- D. 心理治疗学
- E. 神经心理学

30. 研究心理变化和行为活动如何影响生理活动及其相互作用

31. 研究维持心身健康的原则和措施,以保持和增进心身健康,从而达到预防疾病发生的目的

32. 研究行为的不正常偏离,揭示异常心理的种类、产生原因、发病机制和演变规律

题 33 ~ 35

- A. 个案法
- B. 自然观察法
- C. 晤谈法
- D. 实验法
- E. 测验法

33. 研究一定情境中某种因素(因变项)和可操纵因素(自变项)之间因果关系的方法

34. 是以某个人或某一团体(如家庭、工作单位等)作为研究对象的一种方法

35. 是在不加任何人为干涉的自然情境中对人进行观察的方法

二、名词解释

36. 医学心理学

37. 医学模式

38. 生物医学模式

39. 生物心理社会医学模式

三、简答题

40. 医学模式转变的动因。

41. 我国医学心理学工作者对于健康和疾病的观点。

42. 医学心理学的研究任务。

43. 医学心理学的研究方法。

【自我评价】

- | | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1. C | 2. E | 3. A | 4. D | 5. B | 6. B |
| 7. E | 8. A | 9. B | 10. D | 11. A | 12. E |
| 13. C | 14. E | 15. B | 16. E | 17. D | 18. E |
| 19. B | 20. A | 21. E | 22. D | 23. B | 24. A |
| 25. E | 26. D | 27. E | 28. C | 29. A | 30. C |
| 31. A | 32. B | 33. D | 34. A | 35. B | |

36. 医学心理学是医学和心理学相结合而产生出来的一门交叉学科,是自然科学和社会科学相结合的边缘学科,它研究医学中的心理行为问题,既是心理学的一个重要分支,也是医学的一个重要分支。

37. 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,影响着某一时期整个医学工作的思维及行为方式,从而使医学带有一定的倾向性、习惯化了的风格和特征。

38. 生物医学模式是指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,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。

39. 生物心理社会医学模式是指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。

40. ①疾病谱顺位的变化。自 20 世纪 50 年代以来,疾病构成比和死亡原因比 19 世纪以前发生了根本性变化,严重危害人们身体健康的疾病已从传染性疾病转移到心血管病、恶性肿瘤、脑血管病和意外死亡等非传染病。这些疾病是生物心理社会等多种因素综合作用的结果。②不良生活方式。据统计,在目前人类前十位死因中,与吸烟、酗酒、滥用药物、过量饮食和肥胖、运动不足等行为危险因子有关的约占半数。③社会因素对健康和疾病的作用增强。20 世纪以来,工业化生产和都市化给自然环境带来了严重污染,社会发展和人类生存保障的矛盾日趋激化并受到全社会的普遍关注。同时,社会环境的变化、科学技术更新的加速、就业择业困难、竞争激烈、生活节奏加快,给人们心理造成了很大压力,对其社会适应包括保持心理健康提出了更高的要求。④人们需求层次的提高。随着

社会进步、经济发展和生活水平的提高,人们的需要除了满足躯体健康之外,还要求提供改变有害健康行为和习惯的方法,得到保持心理平衡的指导,获得心理上的舒适和健全,以达到延年益寿和生活质量的全面提高。⑤人类认识水平的提高。随着人们对心理社会因素造成躯体疾病的中介机制的深入了解和认识,心理活动的操作和调节对维持身心健康的作用日益受到重视。

41. ①人是一个完整的整体的观点。正常人体,是一个完整的大系统,在神经内分泌免疫网络的协调下,全身的各系统、器官、组织、细胞在有序、协调地运转,维持着生命活动的正常进行。在病理情况下,一个器官的病变必然会影响到其他器官或系统,甚至会影响到全身。②心身统一的观点。一个完整的个体应包括心身两个部分,两者是互相联系的。心理活动影响生理功能,反过来,生理活动也影响心理功能,因此在考虑个体的健康和疾病时,应同时注意心身两方面的影响。③社会对个体影响的观点。人不仅是生物的人,而且也是一个社会的人。因此,在研究个体的健康和疾病时,不仅要注意其所处的自然环境、而且还要注意社会环境。④认知与自我评价作用的观点。社会因素能否影响健康或导致疾病,不但取决于社会因素的性质和意义,而且更主要的是取决于个体对外界刺激的察觉与认知和评价。⑤主动适应和调节的观点。人作为一个整体要对社会自然外环境以及机体内环境随时主动适应和调节,保持与外界的动态平衡,以促进健康、抵御疾病。

42. ①研究心理因素在各类疾病发生、发展和变化过程中的作用规律。②研究心理因素特别是情绪因素对机体各器官生理、生化功能的影响。③研究人格心理特征在疾病发生和康复中的作用。④研究如何通过人的认知等心理活动支配和调节自身的生理功能,以达到治病、防病和养生保健的目的。

43. ①观察法:研究者通过有目的地直接观察和记录个体或团体的行为活动,了解事实、发现问题的方法。②调查法:是预先设计表格、确定问题,让被调查者自由表达其态度或意见,来了解客观事实的一种方法。③晤谈法:是医学心理学最基本的,也是最重要的方法。是医学心理学家与当事人交流信息、沟通感情、建立信任和实施治疗所必备的技能。④实验法:是在实验室内或自然环境下观察受试者,研究一定情境中某种因素(因变项)和可操纵因素(自变项)之间因果关系的方法。要严格按照实验设计的基本原则进行分组、抽样,对获得的数据进行统计学处理和显著性检验。因此,这种方法是心理学研究中众所公认的最为严谨的方法,可用于对某一学说的证实和某种干预方法的效果等的研究。⑤心理测验法:心理测验是在标准情境下,取出个人行为样本来进行分析和描述的一种方法。⑥个案法和抽样法:前者是以某个人或某一团体(如家庭、工作单位等)作为研究对象的一种方法。后者是指在科学抽样的基础上,针对某一问题进行的研究。

(马存根)

第二章

个体心理

【要点聚焦】

目的:认识人类的心理现象及其本质。

掌握:

1. 心理现象的内容及心理的本质。
2. 感觉、知觉、记忆、想象、思维的概念;记忆的过程、遗忘规律。
3. 情绪和情感的概念。
4. 意志、挫折及挫折承受力的概念。
5. 人格的概念及特征;动机的概念与功能;性格的概念与特征。
6. 自我意识的概念及结构。

熟悉:

1. 感觉与知觉的特性。
2. 意识与注意的概念。
3. 记忆的分类。
4. 情绪与情感的功能。
5. 情绪的三种基本状态。
6. 心理冲突的基本形式。
7. 马斯洛的需要层次论。
8. 能力的概念与分类。

9. 气质类型及其生理基础。

了解：感受性和注意、兴奋性和抑制、神经过程的灵活性、神经过程的均衡性。

1. 感觉、知觉、思维、识记、想象、分类。

2. 注意的特点和功能。

3. 情绪和情感的区分与联系。

4. 情绪的外部表现和生理变化。

5. 情绪的有关理论。

6. 意志行动的基本阶段。

7. 兴趣的概念和分类。

8. 性格类型学说。

【内容概要】

第一节 心理现象及其本质

心理现象是心理活动的表现形式,人类的心理现象包括心理过程和人格。心理过程可分为认知过程(感觉、知觉、意识、记忆、想象和思维)、情绪情感过程和意志过程。认知过程、情绪情感过程和意志过程相互影响。认知是情感和意志的基础,明确的认知能激起强烈的情感和坚强的意志;强烈的情感和坚强的意志又对认知活动有重要作用,积极的情感和意志能推动认知深入进行,消极的情感和意志对认知起阻碍作用。同样,情感和意志之间也是相互影响的。人格可分为人格心理倾向性、人格心理特征和自我意识。人格心理倾向性主要包括需要、动机、兴趣、理想、信念和世界观。人格心理特征主要包括能力、气质和性格。自我意识是人格中的内控系统或自控系统,包括自我认知、自我体验、自我控制。自我意识的作用是对人格的各种成分进行调控,保证人格的完整、统一与和谐。心理是脑的功能,心理是客观现实的反映。

第二节 心理过程

1. 认知过程

(1)感觉:是人脑对直接作用于感觉器官的客观事物的个别属性的反映。它是一种最简单、最基本的心理现象。可分为外部感觉(包括视觉、听觉、嗅觉、味觉和皮肤感觉)和内部感觉(包括运动觉、平衡觉和内脏感觉)。感觉的特性包括适应(指感觉器官在刺激物的持续作用下使感受性发生变化的现象)、对比(指同一感觉器官在不同刺激物的作用下,感觉在强度和性质上发生变化的现象)、后象(指在刺激作用停止后,感觉在短暂的时间内仍不消失的现象)、联觉(指一种感觉引起另一种感觉的现象)。

(2)知觉:是人脑对直接作用于感觉器官的客观事物的整体反映。知觉分为:空间知觉(形状知觉、大小知觉、方位知觉、深度知觉)、时间知觉(对时间的估量、对时间的分辨、对时间的确认、对时间的预测)和运动知觉(真动知觉、似动知觉、自主运动)。知觉具有以下特性:知觉的选择性、知觉的整体性、知觉的理解性、知觉的恒常性。

(3)意识与注意:

1) 意识与无意识: 意识, 就心理状态而言, 意识意味着清醒、警觉、注意集中等; 就心理内容而言, 包括可用语言报告出的一些东西; 在行为水平上, 意识意味着受意愿支配的动作和活动, 与自动化的动作相反; 在哲学水平上, 是一种与物质相对立的精神实体, 由理想、幻想、梦等构成。

无意识也称潜意识, 是相对于意识而言的, 是个体不曾觉察到的心理活动和过程。

2) 注意: 注意是心理活动对一定对象的指向和集中。指向性和集中性是注意的两个特点。注意的基本功能有: 选择的功能、保持的功能、调节和监督的功能。

(4) 记忆: 是过去经验在人脑中的反映。从信息加工的观点来看, 记忆就是人脑对输入的信息进行编码、存储和提取的过程。

1) 记忆的分类: 按记忆内容可分为形象记忆、逻辑记忆、情绪记忆和运动记忆; 按有无意识参与可分为外显记忆和内隐记忆; 按记忆时间可分为瞬时记忆、短时记忆和长时记忆。

2) 记忆的过程: 包括识记、保持和再现(再认和回忆)三个基本环节。

3) 遗忘: 是指对识记的材料不能回忆或再认, 或者表现为错误的回忆或再认。艾宾浩斯最先研究了遗忘的规律, 提出了著名的艾宾浩斯遗忘曲线。这条曲线说明, 遗忘在学习之后立即开始, 而且最初遗忘得很快, 以后逐渐缓慢, 揭示了遗忘“先快后慢”的规律。

(5) 想象: 是对头脑中已有的表象进行加工改造而形成新形象的过程。表象是曾经感知过的事物在头脑中留下的映象。根据有无预定目的, 可把想象分为无意想象和有意想象两类。有意想象又可以分为再造想象、创造想象、幻想。

(6) 思维: 是人脑对客观事物间接的和概括的反映。人类思维的基本特征是间接性和概括性。根据思维形态可分为动作思维、形象思维和抽象思维; 根据思维方向可分为聚合思维和发散思维; 根据创新程度可分为常规思维和创造思维。

2. 情绪情感过程 情绪和情感是人对客观事物是否符合需要而产生的主观体验。

(1) 情绪和感情的区别与联系: 情绪和感情的区别表现在: ①情绪是与机体的生理性需要相联系的, 而情感是与人的社会性需要相联系的。②情绪发生较早, 为人类和动物所共有, 大多带有本能的特点。但情感发生较晚, 是人类独有的心理现象, 它是在社会生活中逐渐发展起来的。③情绪带有情境性、激动性和暂时性的特点, 它往往随着情境的改变而改变。而情感则具有较大的稳定性、深刻性和持久性, 是人对事物稳定态度的反映。情绪和感情的联系: 情感离不开情绪, 稳定的情感是在情绪的基础上形成的, 同时又通过情绪反应得以表达。同时, 情绪也离不开情感, 情绪变化往往反映内在的情感, 在情绪发生的过程中常常深含着情感。

(2) 情绪和感情的功能: ①情绪和感情对人的健康有重要影响。积极的情绪可使神经调节和内分泌平衡, 免疫力增强, 各器官的活动适度、协调, 增强健康水平; 消极的情绪则使神经调节和内分泌紊乱, 免疫力下降, 某些器官活动过度、失衡, 导致疾病发生。②情绪和感情在人与人之间具有传递信息的功能, 这种功能是通过情绪和感情的外部表现即表情来实现的。③情绪和感情是行为的动力系统之一, 它对人的行为起着激励作用, 直接影响活动效率。

(3) 情绪和感情的分类: 情绪分为心境、激情和应激三种状态; 情感分为道德感、理智