

医学心理学

第一单元 绪论

考试要点

一、医学心理学的概述

概念；

医学心理学在现代医学中的地位。

二、医学心理学的研究对象、任务与方法

研究对象；

研究任务；

研究方法。

三、医学心理学主要学派的观点

精神分析理论对心理疾患与心身疾病产生的观点；

行为主义理论对心理疾患与心身疾病产生的观点；

心理生理学派对心理疾患与心身疾病产生的观点。

重点、难点、疑点解析

一、医学心理学的概念及在现代医学中的地位

1. 概念

医学心理学是研究心理社会因素与健康及其在疾病发生、预防、诊断治疗和护理中相互作用规律的科学。医学心理学是医学的分支，是心理学与医学间的交叉学科。

2. 医学心理学在现代医学中的地位

(1) 生物心理社会医学模式的建立

要求从生物—心理—社会三维系统全面的看待健康与疾病。无论是致病、治病，还是预防及康复都应考虑心理、社会因素。

(2) 预防疾病战略转变

传染病的预防靠的是个人卫生、环境卫生；而现代社会以慢性非传染病为主，预防则主要靠心理卫生、行为卫生。并且，心理卫生在一定程度上是行为卫生的基础。

(3) 临床医疗工作的需要

据有关部门统计，住院及门诊患者中三分之一的人有心理问题需要诊治。有相当一部分患者是只具有症状而检查不出病灶的功能性疾病患者。这些都需要临床医师具有心理学的知识和技能来减轻病人的疾苦。

(4) 改善医患关系

医师如不善于人际交往技术，不了解病人的心理，不重视心理、行为、社会因素对健康、疾病的影响，只关注病灶，则常不能确切把握病情，不能采取有效的诊治方法，甚至贻误病情。心理学作为从一个整体把握患者的健康与疾病的基础，是医务工作者的必备知识和技能。

二、医学心理学研究对象、任务与方法

1. 研究对象

医学心理学的对象是研究心理因素在人的疾病和健康及其相互转化中所起的作用。是正常人和病人的心理活动、心理障碍及不良行为。

2. 任务

医学心理学的任务是在心理学研究的基础上将心理学的理论与方法应用于医学，以达到防病、治病和增进健康的目的。具体包括：

研究在各类疾病的发生、发展和变化过程中心理因素的作用规律；

研究心理因素特别是情绪因素对身体各器官生理、生化功能的影响；

研究人的个性心理特征在疾病发生和康复中的作用；

研究如何通过人的认知等心理机能支配或调节自身的生理机能，以达到治病、防病和养生保健的目的。

3. 研究方法

心理学最基本的研究方法是观察法与实验法，医学心理学作为一门应用学科，其研究方法又有许多临床特点。

(1) 观察法

是一种最基本的研究方法，各种研究都离不开对行为的观察。一般有以下几种：

自然观察法。作为一种独立的研究方法观察法又称自然观察法，指在完全自然的或不加控制的条件下，对被观察者的可观察的行为（机体的外显行为）进行有目的、有计划的观察和记录。此法的优点是能获得更能接近生活的资料，缺点是观察所得既可能是有规律可寻的心理活动，也可能是与观察有关的偶然，另外也还受观察者主观因素的影响。

生理测量。人体内伴随着情绪应激而发生的生理生化变化，虽然不能被直接观察到，但利用现代化的心理生理学手段和生物化学分析技术可将这些变化变为“可观察的行为”。例如，目前手术中应用的先进的麻醉机可即刻显示出病人的心电、心率、血压、呼吸频率和血养饱和度等多项生理指标的动态变化。

临床观察法。临床法的一种，医师在临床工作中有目的、有计划的通过对病人的

仪表、行为、举止、言谈的观察去了解其心理活动的方法。

(2) 自我报告法

医学心理学研究者和临床工作者常常更希望了解研究对象的内心体验或主观感受。这些发生于脑内的心理活动不可能被直接观察到，但可通过被研究者的自我观察和内省搜集到资料。医学心理学的自我评定研究法是以标准化的问卷或量表为基础的，这在时间、人力上无疑是比较经济的。这种方法还可用于相关研究中，通过与其他变量的相关分析，可以较准确的、数量化的考察变量间的函数关系。缺点为：若得不到病人真实的反应，易导致错误结论。具体方法如下：

调查法。是借助于各种问卷、调查表和晤谈等了解人们的心理（如态度、意见、感受、行为方式、人格倾向）的一种研究方法。按取样的特点可分为：普查、抽样调查、典型调查。

测验法。是利用标准化的心理测验来测量和评定个体的能力、态度、性格、成就和心理（情绪）状态等心理特征的一种研究方法。

(3) 个案研究法和相关研究法

个案研究法。对某现象的一个特例进行广泛深入的研究。因为在临床工作中，要求确定并解除某病人的具体心理问题，常常需要采用不尽相同的方法或措施予以解除，并从不尽相同的角度对干预效果予以评定。个案研究可以是一个个体，也可以是一个家庭、班组、学校和社区，甚至可以是一个事件或情境。个案研究者往往希望获得有关现象的一般性原则，但是，个案研究同观察研究，一般并不具有这种功能，切忌仅凭个案研究而不适当的推断因果关系或提出概括性的推论。

相关研究法。考察两个变量是否有联系（共变关系）的一种研究方法。因为，有时候，同一研究中涉及多个变量，研究者希望知道这些变量间是否有联系，而不是停留在对

他们的孤立的描述上。

(4) 实验方法

区别于观察法的最主要特征是控制条件。实验法是有目的严格控制或制造一定条件,使用仪器和计算工具,进行研究的方法。此法的优点是所测数据精确、科学、可靠。缺点是:①人的社会心理活动复杂,许多条件难以控制,增加了分析时的难度;②所用电学、化学仪器均需精密且需精通电学理化知识;③不接近自然生活。

三、医学心理学的发展简史

1. 神灵主义时期

开始于约公元前一万多年,结束于公元前一千一百年。此时期的特点为:①生产力极低②人类迷信相信“万物有灵”把疾病看做是神灵的惩罚、魔鬼的作祟,巫医得以兴起;③巫医的语言暗示和开导以及跳神驱鬼的行为都起了稳定病人情绪的作用。

2. 自然哲学时期

约从公元前1100年至1879年。此期的特点为:在研究心身关系时从物质与精神的哲学中发展了心理研究。于公元前1100年前后产生的《周易》提出八卦的对立统一观。此后的《黄帝内经》集中体现了朴素的辨证法思想提出“天人合一”“形神合一”等哲学观点及“内伤七情”“外感六淫”的病因观认为心神统一,心神与外界环境统一是健康的基础,心理活动是致病的主要原因。其后,希腊医生希波哥拉底(公元前460年—375年)提出体液学说,认为人的不同性格、气质与不同体液有关,提出心身统一的哲学观,主张“治病先知人”“治病一是语言二是药物”的心理治疗观点。

3. 科学心理学时期

始于1879年德国的冯特在莱比锡创立的第一所心理实验室,将心理学纳入到科学范畴至今。此时期特点有二:一是创立了各种方法来研究心理学;二是创立了不同观点的理论,提出了各种新概念,使心理学迅速发

展。如美国的卡特尔1860年—1949年首次提出“心理测验”的概念并制定出一套标准化的测验方法;法国人比奈(1857年—1911年)和西蒙提出智力年龄的测验量表;奥地利人弗洛伊德1857年—1930年)提出潜意识等新概念,并创立了精神分析理论;美国人坎农、沃尔夫,加拿大人塞里,俄国人巴甫洛夫将心理学实验方法引入心理学研究,提出心理生理学理论(美国人华生、桑代克1913年)斯今纳(1938年)用条件反射研究法创立了行为主义理论;美国人马斯洛、罗杰斯用分析统计方法提出需要、自我实现等新概念并创立了人本主义理论;美国人贝克、瑞米创立了认知理论等。

四、医学心理学主要学派的理论观点

1. 精神分析基本理论

又称心理动力学派,创始人弗洛伊德。

弗洛伊德将人的心理活动分为三个层次,即意识、前意识和潜意识。意识是指人们当前注意到的,由外界刺激引起的,具有习惯、规范、道德基础并能通过语言表达的心理活动;前意识是指人们当前并未注意到,需经他人引导或自己集中注意并努力回忆,才能进入前意识领域的心理活动,他是意识和潜意识之间的过度领域;潜意识又称无意识,是指由本能冲动引起的和被压抑的愿望,且并不能为人意识到也不能说出的心理活动,人经常产生不为理智、社会道德允许的欲望,并将他们压抑到最深层的潜意识中去。弗洛伊德认为,正常人的心理活动大部分都是在意识中进行的,因其进入不到意识领域,所以得不到满足。他认为童年时压抑在潜意识中的心理冲突是引起各种心理障碍、心身疾病的根源。

2. 心理生理学理论

坎农等认为,心理因素对健康及疾病发生的影响必须通过生理活动作为中介机制。生理中介是指通过神经系统、内分泌系统和免疫系统三大调节系统对人体健康发生影

响 如愤怒、抑郁、焦虑、紧张等负性情绪 不良认知或不健全人格都将首先通过三大系统的活动而影响各内脏功能，产生躯体症状，甚或引起心身疾病。

3. 行为主义理论

巴甫洛夫、华生等人认为，人的一切行为、习惯、生活方式都是通过学习得来的。学习有三种类型：①巴甫洛夫的经典条件反射，只由条件刺激物与非条件刺激物在时间上的结合（强化）并经训练（学习）而获得的反射；

斯金纳的操作条件反射，指由操作动作与环境中的任一因素，如以食物奖励或与认知因素、欲望、动机、情感奖励相结合（强化）而产生的反射；③班杜拉的社会观察学习，指通过注意模特的行为，通过个人认知、记忆和模仿行为而习得的行为。行为主义理论认为各种心理疾患和身心疾患的产生都是通过错误的学习习得的条件反射。治疗的原则也是通过强化使已建立的反射消失（消退）。

4. 人本主义理论

马斯洛等认为，行为学派只研究行为，并把行为看做是对应激的反应，只强调环境影响，而不重视对人的本性的研究。他认为人的本性是善的，是向上的，是要自我实现的。自我实现即是要发挥人的各种潜能，如创造性、自尊、友爱、理想，即对真、善、美公正价值的追求的动力。自我实现即是指人的这些潜能的充分实现。他们认为人的各种心理障碍和心身病症的产生都是自我实现受到环境的阻碍而不能实现的结果。

5. 认知理论

贝克和瑞米认为，人的行为不是由本能所决定的，也不是简单的对外界的反应的结果，而是由个人的理性认知、评价的结果。人的一切行为都和其心理过程相联系，人的心理障碍、心身疾病的产生都和其错误的信念认知思维方法有关。只有通过矫正错误的观念，正确的认知才能解除心理障碍带来的痛苦。

练习题及答案精讲

一、练习题

[A₁型题]

1. 医学心理学是哪两种学科的交叉
A. 生理学与心理学
B. 医学与心理学
C. 伦理学与心理学
D. 生命科学与心理学
E. 医学与临床心理学
2. 医学模式是指
A. 人们对疾病和健康的基本观点与对策
B. 临床医生的工作方法
C. 临床医学
D. 医学研究者的思维方式
E. 医学发展的轨迹
3. 医学心理学是以下哪一门学科的分支学科
A. 医学
B. 社会学
C. 伦理学
D. 心理学
E. 人体学
4. 现代医学模式的转变是
A. 从单纯的临床医学模式转向预防—临床—康复医学模式
B. 从生物医学模式转向心理医学模式
C. 从生物医学模式转向生物—心理—社会医学模式
D. 从生物医学模式转向生物—心理—行为医学模式
E. 从生物医学模式转向社会医学模式
5. 世界上第一所心理实验室由德国的冯特在莱比锡建立于
A. 19世纪下半叶
B. 19世纪上半叶
C. 18世纪下半叶
D. 18世纪上半叶
E. 20世纪初

6. 首先提出医学模式转变的学者是
- 恩格尔
 - 卡特尔
 - 弗洛伊德
 - 哈韦
 - 冯特
7. 健康指的是
- 身强体壮
 - 身体状态好且道德品质好
 - 身心处于良好状态
 - 身体、心理和社会适应处于良好状态
 - 身体、心理、社会适应和道德品质均处于良好状态
8. 医学心理学的研究对象不包括
- 动物的心理
 - 正常人的心理活动规律
 - 病人的心理活动规律
 - 青少年心理障碍
 - 心理活动与神经病生理的关系
9. 神灵主义时期的特点不包括
- 生产力极低
 - 人类相信“万物有灵”
 - 强调“心身统一”、“天人和一”
 - 巫医的伎俩、鬼神的信仰在一定程度上起了心理治疗的作用
 - 以上都包括
10. 首先通过胃瘘观察情绪对生理功能影响的科学家是
- 斯金纳
 - 班杜拉
 - 巴甫洛夫
 - 华生
 - 坎农
11. 以下与精神分析理论中“前意识”的概念不符的是
- 人们当前并未意识到
 - 本人不能进入意识领域
 - 意识和潜意识之间的过渡
 - 经他人提醒可进入“前意识”
 - 以上都正确
12. 医学心理学的主要任务是
- 教学
 - 心理咨询
 - 心理评估
 - 科研
 - 以上均正确
13. 马斯洛维护的学派强调研究人的
- 行为
 - 情感
 - 冲突
 - 欲望
 - 本性
14. 关于认知理论
- 代表人物是贝克和瑞米
 - 人的行为是由理性认识、评价的结果
 - 只有通过矫正错误的观念，树立正确的认知才能解除心理障碍带来的痛苦
 - 人的一切行为都和其心理过程相联系
 - 以上均正确
- [A₂ 型题]
15. “给我一打婴儿，只要具备所需的各种条件，我可以把他们培养成各种天才人物，也可以把他们全都变为白痴。”这句名言体现了心理学哪一学派的观点
- 精神分析学派的主要观点
 - 行为主义理论的主要观点
 - 心理生理学理论的主要观点
 - 人本主义理论的主要观点
 - 认知理论的主要观点

二、答案精讲

1. B 2. C 3. D 4. C 5. A
6. A 7. D 8. A 9. C 10. C
11. B 12. E 13. E 14. E 15. B

9. C 中体现了朴素的辩证法的思想，在物质与精神哲学中发展了心理因素在疾病发生发展中的作用，属自然哲学时期。

11 人们可以通过自省、集中注意力等自身力量进入前意识。

13 马斯洛与罗杰斯为人本主义代表人

物，主张心理学要研究人的本性，强调重新发挥人的积极的、建设性的力量，进行自我调节，创造新的自我，达到“自我实现”。

15.行为学派强调后天学习的作用，这是其代表人物华生的名言。

第二单元 医学心理学基础

考试要点

一、心理学的概述

心理学的概念；
心理活动的定义与分类；
心理的实质。

二、认识过程

学习、记忆的概念与规律；
思维与想象。

三、情绪过程

情绪与情感的概念；
②情绪发生理论；
情绪与健康、疾病。

四、意志过程

意志的概念与特征；
意志与健康。

五、需要、动机与挫折

需要层次论；
动机定义、分类与冲突；
挫折。

六、人格

人格定义；
气质的概念、分类、生理基础与意义；
性格的概念与分型；
人格与健康。

七、行为

定义；

②A型行为、C型行为、不良行为与疾病发生。

重点、难点、疑点解析

一、医学心理学的概述

1. 心理学的概念

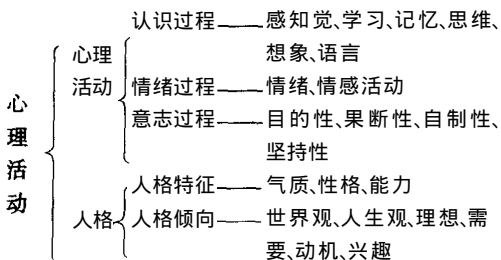
心理学是研究心理现象发生、发展规律的科学。其研究对象是人的心理活动和个体的行为。

2. 心理活动的定义与分类

心理活动又称心理现象，包括两个方面，即心理过程和人格。心理过程是指心理活动发生、发展、消失的动力过程，包括认识过程、情绪过程和意志过程。人格又称个性，包括两个方面：

人格特征 是指先天遗传 稳定不易变化的心理特征 如气质、性格、能力等；

人格倾向 即后天习得 随环境变化而产生的心理倾向 如世界观、人生观、理想、需要、动机、兴趣等。心理活动的分类如下：



3. 心理实质

心理是脑的机能，即任何心理活动都产生于脑，所以心理活动是脑的高级机能的表现；心理是客观现实的主观能动的反映。

(1) 心理是脑的机能

各种活动都产生于脑。首先，从进化看，动物进化中产生神经结构这一物质基础之后才有了心理机能，而且随着进化，动物愈高等，脑的活动亦相应愈发复杂。这说明心理是脑的产物，是脑的机能。其次，从个体发育看，随着脑的发育，心理亦相应发展。另外，脑的生理研究表明，任一心理活动都和脑的一定部位有关，如各种感觉都有相应的皮层感觉区，知觉定位在颞叶等部，记忆定位在海马、颞叶、额叶等部，人格定位在额叶等部。再有，临床观察发现，任一脑部的损伤在发生机理变化的同时，也发生心理变化。

(2) 心理是客观现实的主观能动反映

心理活动都来源于外界环境。可从对野生儿的研究中得到证据，狼孩虽是人脑，但在狼的环境中长大后，其心理活动全是狼的心理。他们口头语言能力基本丧失，感觉畸形发展，情绪贫乏，动作失调，不愿与人交往而愿与动物接触，智力低下。因此，可以说具有人脑这一心理的器官，如果长期没有与人的社会生活，缺乏与人的交往，也不能产生正常人的心理活动。人的心理是对客观现实的主观的、能动的反映。心理活动的内容来自外界事物和现象，是由外部事物决定的，是客观的。心理又有主观的一面，因为对客观现实的反映总是由主体（客体）进行的，总是受到个人经验、个性特征和自我意识等因素的影响，所以说他又是主观的。心理的能动性表现在人脑不仅反映客观现实的外部特征，并且经过抽象与概括，而本质和规律。只有掌握了事物的本质和规律，才能使人的行动成为自觉行动，进而产生巨大的能动作用。使人不仅能反映客观世界，并能改造客观世界。

二、认识过程

是人通过感觉、知觉、学习、记忆、思维、想象和语言来认识世界的过程。

1 学习与记忆的概念与规律

(1) 学习

是指个体经验的获得而促使行为发生持久的变化的过程。经验的获得在学习中占主导地位。强化是强化刺激与非强化刺激在时间上的结合（经典条件反射）或指环境因素、食物、奖励和操作动作在时间上的结合（操作性条件反射），强化是建立条件反射的关键。消退指对条件刺激或对操作性动作不予奖励性强化时或给予惩罚时，则原先的已建立的条件反射可消失。

(2) 记忆

个体对其经验的识记、保持和以后的再现（再认、回忆）的心理过程叫记忆。人在生活过程中曾经感知的、思考过的事物，体验过的情感，从事过的活动，都能在人脑中留下不同程度的印象，当他们重新出现时能够再认出来，或者需要时可以回想起来。记忆过程的规律是识记、保持、再认、回忆和遗忘。

2. 思维与想象

思维是人以已有的知识为中介，对客观现实间接的和概括的反映。特性有二：思维的间接性是指人对客观事物的反映不是直接的，而是通过其他事物作媒介来反映某一客观事物。思维的概括性是指人脑反映的不是个别事物或事物的个别属性，而是反映同一类事物的共同特征、本质特征和事物的规律性联系和关系。

想象是人脑对已有表象进行加工改造形成新形象的心理过程。想象具有间接性、概括性、形象性与新颖性的特点。

三、情绪与情感过程

1. 情绪与情感的概念

情绪和情感是人对客观事物是否符合自身的需要而产生的态度和体验。客观事物是

产生情绪、情感的来源。并且，只有当客观事物满足或对抗了人的客观需要时，才能产生情感。体验是情绪、情感的基本特色，情绪、情感是人们带着自身的态度对客观事物的体验，离开体验，也就谈不上情绪、情感。

无论是情绪还是情感，指的乃是同一过程，同一现象。但是，他们各自侧重不同的方面。它们的区别是：①情绪是由自然需要（即生理需要）是否得到满足所引起的较低级的，简单的体验。情感则是由人的社会性是否得到满足所引起的高级且复杂的体验。例如，由道德需要引起的道德感，由求知需要引起的理智感；②情绪是人和动物所共有的，而情感则是人所独有；③情绪带有情境性和不稳定性特点，情感具有深刻性、稳定性和长期性的特点；④情绪较为强烈，冲动性大，具有明显的外部表现。情感一般较微弱，较少有冲动性，外部表现不明显。

2. 情绪发生的理论

(1) 外周学说

该理论认为情景刺激通过生理本能性反映先引起生理变化，而后这些肌肉、内脏外周变化成为刺激反馈到脑才产生情绪体验。

(2) 丘脑学说

坎农于 1972 年提出。他认为大脑皮层一般情况下对丘脑的功能存在着抑制作用，当这种抑制作用解除，丘脑的功能就会亢进，情绪过程正是大脑皮层抑制解除后丘脑功能亢进的结果。

(3) 中枢学说

即认为中枢神经系统与情绪发生有关的学说。其中情绪激活学说认为网状结构与情绪发生有关，边缘学说认为边缘系统与情绪发生有关。

(4) 认知学说

美国心理学家沙赫特等提出。他认为情绪的产生不单纯的决定于外界刺激和外界生理变化，而是外界刺激、机体的生理变化和认知过程三者之间整合和作用的结果。即情绪产生的三要素是：刺激因素、生理因素和认知因

素。

3. 情绪与健康 and 疾病

良好的情绪是心理健康的标志，又是躯体健康的保证。情绪可通过神经系统、内分泌系统和免疫系统的生理反应，对人的健康产生影响。现代医学研究证明，临床上常见的高血压、冠心病、癌症、糖尿病等 80 多种疾病，都与不良情绪有关，并称此类疾病为身心疾病。此外，严重的不良情绪还可导致心理障碍和精神疾病。

四、意志过程

1. 意志的概念与特征

在认识和改造世界的过程中，人不仅能认识事物并产生情感，而且还能有意识的自觉的确定目标，并根据目的调节支配自身的活动，克服困难、去实现预定目标的心理过程叫作意志过程。其基本特点是：①意志的自觉性，指个人有明确的目的，并能充分的认识到行动效果的社会意义；②意志的果断性，指个人善于明辨是非，审时度势采取决断并能执行决断的品质；③意志的自制性，指善于控制自己的情绪，约束自己言行的品质；④意志的坚韧性，指能支持决定，以充沛的精力和克服困难的勇气，来实现自己目的的品质。

2. 意志与健康

有益于适应社会竞争为社会的发展、人类的进步贡献力量。在社会中有效的工作是生存的前提，也是心理健康的前提。只有心理健康才能保证躯体的强健。另外，无论是与病魔作斗争还是锻炼身体，薄弱意志的人都是失败者。

五、需要、动机与挫折

1. 需要的定义与分类

需要是个体和社会的客观要求在人脑中的反映，表现为人对某种目标的渴求和欲望。生物体的一切活动归根结底都是为了满足需要。

按需要的起源可将人的需要分为生物性

需要和社会性需要。

2. 需要层次论

马斯洛认为需要是人的全部发展的一个最基本的原则。他将需要划分为五个层次，生理需要是其他各种需要的基础，只有当人的一些基本的需要得到满足后，才会向上一层次的需要发展。第二层次的需要是安全的需要，第三层次的需要是归属和爱的需要，第四层次的需要是尊重的需要。

3. 动机的定义、分类和冲突

动机是指能引起、维持一个人的行动并将该行动导向某一目标，以满足个体某种需要的意念活动。动机的产生必须具备两个条件，即需要的存在与外部刺激或诱导的存在。可分为生物动机、社会动机。动机决定行为，但他们不是一对一的关系。

当多个动机同时存在且有矛盾时，就陷入了一种动机冲突状态，也称心理冲突。他有三种类型：①双趋冲突，对两个都具有吸引力的目标不可能同时达到；②双避冲突 两个具有威胁性的目标不能同时回避；③趋避冲突，满足一个目标时，不可避免的产生了个需要回避的目标。

4. 挫折

动机受到干扰阻碍，需要得不到满足时的负性情绪状态。

六、人格

1 人格的定义

人格也称个性，是指一个人的整个精神面貌，即具有一定倾向性的心理特征的总和。主要包括：人格倾向性、人格特征和自我意识。

2. 气质的概念、生理基础、分型和意义

气质是指人在进行心理活动时的动态心理活动特质(强度、速度、稳定性、灵活性)例如情绪产生的快慢、体验的强弱、变化的频率等。

生理基础，国内倾向于以高级神经活动类型来作为气质活动的基础。巴甫洛夫通过

动物实验发现高级神经系统具有强度、均衡性和灵活性三种基本特性。强度是指大脑皮层接受外界的刺激的承受力和持久力。这种大脑兴奋过程的强度以建立条件反射的速度表示，如理解学习得越快，表示兴奋过程越强烈，则条件反射越容易建立；均衡性是指大脑兴奋过程和意志过程力量对比；灵活性是指兴奋与抑制过程相互转化的速度与能力。这三种特性在个体上存在的差异和不同组成了四种基本高级神经活动类型。与希波哥拉底的体液学说相对应。见下表：

气质类型	高级神经活动类型
胆汁质	强而不均衡型(兴奋型)
多血质	强、均衡、灵活型(活泼型)
粘液质	强、均衡、稳定型(安静型)
抑郁质	弱型(抑制型)

(1)多血质

感受性低、耐受性高、可塑性强。言行敏捷、活泼好动、粗心、注意力不稳定、兴趣易变。

(2)粘液质

感受性低、耐受性高、可塑性稳定。言行少而慢、活动稳且慢、情绪稳而不露、善忍耐、对人冷淡、固执拘谨。

(3)胆汁质

感受性低、耐受性高、可塑性不稳定。精力充沛、活泼好动、性情急躁、粗心、易冲动、自制力差。

(4)抑郁质

感受性高、耐受性低、可塑性差而刻板。动作稳定、缓慢，观察细致入微，情感体验深刻，敏捷、怯懦、孤独多虑，不果断且缺乏信心。

3. 性格的概念、特征与分型

(1)概念

性格是个人对客观现实稳定的态度及与之相适应的行为模式，他是人格的核心，能反映人的本质属性。

(2)特征

性格的特征有四：对客观现实的态度特征 如对社会、对集体、对他人的态度 对劳动的态度和对自我的态度；情绪特征，如心境、强度与稳定性；意志特征，如自制与放纵；智力特征，如认知过程。

(3)分型

按照理智、情绪、意志的优势可分为理智型、情感型和意志型。按照心理活动的内外倾向分为内倾、外倾和中间型。内倾者心理活动倾向于内部 做事谨慎、沉静、孤僻、深思熟虑；外倾者心理活动倾向于外部，活泼、开朗，对外部人与事非常关心，善交际，不拘小节。

性格按照处世的独立程度可分为独立型和顺从型。

根据有关研究性格可以后天改变，人们可以更加适应世界，而本身来讲，性格也无好坏之分，我们要了解自己和他人，取长补短。

4 人格与健康

具有健全人格的人能力强、智力高，能正确认知、处理各种事物，情绪稳定且乐观，意志坚强，能搞好各种人际关系，适应不同的社会环境，所以有利于健康。临床发现各种有人格不健全的人，都不同程度地患有各种心理疾病和心身疾病，如强迫性人格是患强迫性神经症的人格基础，A型行为性格的人易患冠心病。

七、行为

行为是集体为了生存和种族繁衍而进行的各种活动。

②A与C型行为与疾病。A型行为与心血管病：1965年Friedman提出A型性格的人易发生冠心病。特征行为为：脾气暴躁，争强好胜，时间紧迫感等。

③C型行为与肿瘤：1988年，Baltrusch提出C型性格的人易发生肿瘤。其行为特征为：童年生活不顺利，性格克制、焦虑、抑郁、谦虚、过分合作等。近年来，还发现了C

型性格的人易发生溃疡病。

以上两种行为都发现了生理基础。

练习题及答案精讲

一、练习题

[A₁型题]

1. 心理学的研究对象
A. 人的心理活动和个体的行为
B. 人的心理活动
C. 生物的心理活动和行为
D. 生物的心理过程
E. 以上都不正确
2. 三个心理过程是
A. 认知 能力 性格
B. 认知 人格 意志
C. 认知 情绪 意志
D. 动力 情绪 评价
E. 动力 情绪 气质
3. 以下哪位科学家绘成了遗忘曲线
A. 弗洛伊德
B. 马斯洛
C. 华生
D. 艾宾浩斯
E. 魏特默
4. 人的心理实质是
A. 感知与思考
B. 脑的功能
C. 推理与想象
D. 个性特征
E. 植物神经系统的功能
6. 知觉的基本特征不包括以下哪项
A. 感受性
B. 恒常性
C. 概括性
D. 理解性
E. 选择性
7. 学习是指通过练习而引起的
A. 心理的成熟过程

- B. 知识的丰富过程
C. 阅历的增加过程
D. 经验的积累过程
E. 以上均正确
8. 根据记忆的内容 记忆可分为四种 以下哪
项不是
A. 感觉记忆
B. 情绪记忆
C. 逻辑记忆
D. 形象记忆
E. 运动记忆
9. 关于长时记忆
A. 内容是无限的
B. 是指持续一分钟以上的记忆
C. 其编码方式主要是语义编码
D. 长时记忆中的信息多是有组织的知识
系统
E. 以上均正确
10. 经验的获得引起的行为变化包括
A. 内脏活动
B. 动作、表情、言语
C. 表象
D. 认知活动
E. 以上均正确
11. 心理现象的发生具有以下特点
A. 在外界的刺激下即可发生
B. 生物体对具有生物学意义的信号发生
反应 就是心理现象
C. 动机不属于心理过程
D. 生物体对外界都有感应性，所以，有生
物体就有了心理现象
E. 以上都正确
12. 个体人格结构中的核心成分是
A. 自我意识
B. 世界观
C. 动机
D. 性格
E. 信念
13. 关于遗忘哪一项正确
A. 一般认为符合先慢后快的规律
B. 遗忘的进程均匀
C. 抵制遗忘最重要的是学习形式多样化
D. 遗忘与学习材料的数量明显相关
E. 以上都不正确
14. 关于回忆，哪项不正确
A. 是头脑中浮现的过去经历的事物或形
成的概念
B. 回忆的正确程度依赖于积极的思维活
动
C. 无意回忆是指没有预定的目的和任务
的回忆
D. 必须由外界刺激才能引起
E. 以上都正确
15. 已有的知识经验和技能对解决新问题的
影响称为
A. 思维定势
B. 思维功能固定性
C. 思维的迁移
D. 思维的泛化
E. 以上都不是
16. 过去经历过的事物再度出现时仍能认识，
称为
A. 再认
B. 再现
C. 认知
D. 反射
E. 联识
17. 人类意识的产生与哪些因素相连
A. 劳动
B. 语言
C. 直立行走
D. 生物规律
E. 以上都正确
18. “三因素”学说的创始人之一是
A. 沙赫特
B. 坎农
C. 华生
D. 兰格
E. 以上都不对
19. 与情绪相联系的需要主要是

- A. 生理需要
 - B. 追求真理的需要
 - C. 追求美感的需要
 - D. 安全的需要
 - E. 以上都是
20. 关于情绪，不对的说法是
- A. 只有人才能产生
 - B. 情绪的产生多与生理需要有关
 - C. 情绪具有较大的情境性和冲动性
 - D. 情绪产生多伴有身体、行为上的变化
 - E. 以上都不正确
21. 哪项不是情感的特点
- A. 不易受情境的影响
 - B. 与其有关的需要不包括生理需要
 - C. 有些动物也具有情感
 - D. 以上都不是
 - E. 以上都是情感的特点
22. 有关激情下列哪项说法正确
- A. 短暂而强烈
 - B. 伴有生理变化
 - C. 伴有剧烈的表情
 - D. 不可控制
 - E. 以上都正确
23. 非语言交往形式包括
- A. 语调
 - B. 面部表情
 - C. 语言节奏
 - D. 语言速度
 - E. 以上都包括
24. 情绪理论的重点是研究、探讨
- A. 情绪是如何发生的
 - B. 情绪是如何分类的
 - C. 情绪是如何转化的
 - D. 情绪是如何影响人们之间的关系的
 - E. 情绪是如何影响人的身体和心理健康的
25. 下列关于情绪特点的叙述中，哪项是错误的
- A. 具有两极性
 - B. 具有比情感更强的强度
 - C. 具有不稳定性
 - D. 具有明显的外部表现
 - E. 以上都正确
26. 盲目的轻信别人属于
- A. 意志的果断性差
 - B. 意志的自制性差
 - C. 意志的坚韧性差
 - D. 意志的目的性差
 - E. 意志的自觉性差
27. 与意志坚韧的人相反的是
- A. 喜欢听别人意见并很倾向于接受别人的暗示
 - B. 优柔寡断的人
 - C. 固执己见的人
 - D. 草率的人
 - E. 以上都是
28. 生物体的一切活动 归根结底 是为了
- A. 满足需要
 - B. 情感需要
 - C. 竞争与生存的需要
 - D. 好奇与求知的需要
 - E. 以上都不是
29. 同层次的需要随年龄的发展是
- A. 阶梯式发展
 - B. 循环式发展
 - C. 波浪式发展
 - D. 无明显的规律可寻
 - E. 以上都不正确
30. 关于动机以下说法哪个正确
- A. 有需要就有动机
 - B. 行为与动机是一对一的关系
 - C. 动机具有外显性
 - D. 社会性动机也称心理性动机
 - E. 以上都不对
31. “想吃鱼 又怕腥”是哪种冲突
- A. 双趋冲突
 - B. 双避冲突
 - C. 趋避冲突
 - D. 单向冲突
 - E. 以上都不是

32. 马斯洛认为以下哪种需要是人类需要发展的顶峰

- A. 尊重与被尊重的需要
- B. 社交的需要
- C. 爱与被爱的需要
- D. 自我实现的需要
- E. 以上都不对

33. 需要的根本特性为

- A. 目的性
- B. 心理性
- C. 动力性
- D. 生理性
- E. 社会性

34. 爱森克的人格纬度理论属于

- A. 人格特质论
- B. 心理动力学说
- C. 现象学派理论
- D. 社会学派理论
- E. 人本主义人格自我论

35. Freud 认为, 人格结构的构成为

- A. 自我、本我、超我
- B. 意识、前意识、潜意识
- C. “力比多”
- D. 自我意识
- E. 以上都不对

36. C 型性格的人与以下哪一种疾病有关

- A. 哮喘
- B. 胃溃疡
- C. 冠心病
- D. 湿疹
- E. 以上都不是

37. 下列行为哪一个符合 B 型性格的定义

- A. 争强好胜
- B. 对人有敌意
- C. 焦虑
- D. 脾气暴躁
- E. 以上都不是

[A₂ 型题]

38. 咬紧嘴唇可使身体另一部位正在发生的疼痛减轻些, 反映了感觉的感受性变化规

律中的

- A. 适应
- B. 感觉对比
- C. 感觉的相互作用
- D. 联觉
- E. 以上均不正确

39. 一起的工作和学习已使小张与小李之间的相互喜欢转变为相互爱恋, 这可以体现情感的什么性质

- A. 两极性
- B. 情境性
- C. 不稳定性
- D. 具有明显的外部表现
- E. 以上都不对

40. 某女小王 热爱事业 追求成功 是位女强人 但她又想成为一名好母亲、好妻子 她所经历的是

- A. 双趋冲突
- B. 双避冲突
- C. 趋避冲突
- D. 挫折
- E. 以上都不对

[B₁ 型题]

- A. 情绪
- B. 应激
- C. 心境
- D. 激情
- E. 情感

41. 在出乎意料的紧张情况下所引起的一种十分强烈的情绪状态是

42. 人和动物对刺激进行是否符合自身需要的判断后, 产生的行为、生理变化和对事物主观的体验

43. 一种弱而持续存在的心理状态是

44. 在生物界 为人独有的是

45. 人对精神性和社会性需要的体验

46. 在出乎意料的紧急情况下所引起的一种十分强烈的情绪状态是

- A. 尊重的需要

- B. 生理的需要
- C. 归属的需要
- D. 自我实现的需要
- E. 安全的需要

47. 最高层次的需要
48. 最低层次的需要

- A. A型行为的行为特征
- B. B型行为的行为特征
- C. C型行为的行为特征
- D. 以上都不是

49. 焦虑
50. 脾气暴躁
51. 时间紧迫感
52. 童年生活不幸
53. 谦虚
54. 温和
55. 压抑情绪

二、答案精讲

1. A 2. C 3. D 4. B 5. B
6. A 7. A 8. D 9. A 10. E
11. C 12. A 13. D 14. E 15. C
16. A 17. E 18. A 19. A 20. A
21. D 22. D 23. B 24. A 25. E
26. E 27. C 28. A 29. C 30. D
31. B 32. D 33. C 34. A 35. A
36. B 37. C 38. C 39. A 40. C
41. B 42. A 43. C 44. E 45. E

46. B 47. D 48. B 49. C 50. A
51. A 52. C 53. C 54. B 55. A

7. 经验的获得在学习中占主导地位，行为的变化是由经验的获得引起的。

8. 感觉记忆是按输入信息编码方式不同和储存时间长短不同分类的一种记忆。

10. 行为变化不仅包括外显性行为，如动作、表情等，也包括人的内隐性行为，如内脏活动、认知活动、思维活动及表象等。

11. A 不对，还需人脑对客观现实做主观能动的反应，没有人脑主观能动的反应就没有心理现象。

12. 自我意识是个人对自己本身的一种意识，他的产生发展过程是个体不断社会化的过程。

13. C 不对，回忆以往最重要的方法是随时组织复习。

15. B 不对，功能固定性是指把某一物体的功能与这一物体联系在一起，因而难于看出这个物体的其他功能。

22. 所有情绪都是可控制的，而激情是情绪的一种。

23. A、B 与 C 都属语言表情，语言表情、动作表情及面部表情构成三大非语言交往形式。

39. 这是情绪情感在表现强度上的两极状态，B、C 与 D 都是情绪相对于情感的特性。

49—55. B 型性格与 A 型性格相反。