

# 国家开放大学

期末考试考前复习资料

1293

心理学试题

伯仲教育出品

一、单项选择题

- 某种感觉的韦伯分数越小，说明该感觉越( B )。
  - 迟钝
  - 敏锐
  - 正常
  - 低常
- 听到悦耳的歌声，这时人们的心理活动主要是( C )。
  - 思维
  - 感觉
  - 知觉
  - 想象
- 先前学习的内容对后辑学写内容所产生的干扰作用叫( A )。
  - 前摄抑制
  - 倒摄抑制
  - 超限抑制
  - 侧抑制
- 心理旋转实验中被试在大脑中进行图像旋转，体现了表象的( D )特点。
  - 直观性
  - 稳定性
  - 概括性
  - 可操作性
- 以下不属于诱导依从策略的是( D )。
  - 登门槛效应
  - 留面子效应
  - 引诱法
  - 示范法
- 冯特创立的心理学派是( A )。
  - 构造心理学
  - 机能心理学
  - 格式塔心理学
  - 行为主义心理学
- 主张情绪是对机体变化的知觉的情绪理论是( A )。
  - 詹姆斯-兰格理论
  - 坎农-巴德理论
  - 沙赫特-辛格理论
  - 腾斯伯格理论
- 世界上第一个标准化的智力量表是( B )。
  - 斯坦福-比奈智力量表
  - 比奈-西蒙智力量表
  - 韦克斯勒智力量表
  - 瑞文推理测验
- “活泼好动、行动敏捷”是人的( A )特征的表现。
  - 气质
  - 能力
  - 性格
  - 兴趣
- “印刻”的概念是由奥地利的( A )提出的。
  - 劳伦兹
  - 皮亚杰
  - 艾里克森
  - 柯尔伯格
- (B 乔姆斯基)认为个体语言的获得主要是个体的先天因素决定的。
- 根据动机的性质，可以将动机分为( A.生理性动机 C.社会性动机 )
- 知觉的特性不包括( D )。
  - 整体性
  - 选择性
  - 恒常性
  - 间接性
- 以下不属于睡眠失常的是( B )。
  - 日间嗜睡
  - 白日梦
  - 突发性睡眠
  - 睡眠窒息
- 美国心理学家奥苏伯尔依据学习材料与学习者的原有知识的关系，把学习分为( B )
  - 接受学习和发现学习
  - 意义学习和机械学习
  - 发现学习和机械学习
  - 意义学习和接受学习
- 老虎钳可以当作锤子用，缝制衣服的棉线可以裁纸，这克服了( B )的限制。
  - 对问题的认知方式
  - 功能固着
  - 知识经验
  - 思维定势
- 忧者见之则忧，喜者见之则喜，这是受一个人的( B )的影响所致。

- 激情
  - 心境
  - 热情
  - 应激
- 18 “入芝兰之室，久而不闻其香；入鲍鱼之肆，久而不觉其臭”，说的是( A )。
- 感觉适应
  - 明适应
  - 暗适应
  - 感觉调整
19. 下面关于生理性动机说法错误的是( C )。
- 生理性动机除了受生理因素影响，还受心理因素影响。
  - 母性动机也是一种生理性动机。
  - 古代被阉割的太监，体内基本没有性激素，所以就不再有性动机。
  - 厌食症患者强迫自己减少进食或者不进食。
20. 个体所偏爱使用的信息加工方式称为( A )。
- 认知风格
  - 认知类型
  - 认知过程
  - 认知活动
21. 以婴儿理解客体恒常性为重要特征的认知发展阶段是( C )。
- 前运算阶段
  - 具体运算阶段
  - 感觉运算阶段
  - 开式运算阶段
22. 行为主义心理学的代表人物是( A )。
- 华生与斯金纳
  - 冯特与铁钦纳
  - 詹姆斯与杜威
  - 魏特曼与苛勒
23. 闻到苹果香味，看到苹果红色外观，触摸到苹果光滑的果皮等所引起的心理活动是( A )。
- 感觉
  - 知觉
  - 感受性
  - 感觉阈限
24. 格式塔学派提出的知觉组织原则是( ABCD )。
- 邻近原则
  - 连续性原则
  - 闭合原则
  - 同域性原则
25. 下列关于短时记忆的描述中，正确的是( ABD )。
- 短时记忆的保存容量为  $7 \pm 2$  个项目
  - 短时记忆的信息单位是组块
  - 机械性复述无助于信息在短时记忆中的保持
  - 人们的知识经验会对组块产生影响
26. “美人鱼”的形象是下列哪种想象的产物( B )。
- 再造想象
  - 创造想象
  - 无意想象
  - 幻想
27. 下列关于表象的描述中，正确的是( BCD )。
- 表象是对头脑中已有的形象进行加工改造，形成新形象的过程
  - 表象能够促进问题解决和决策
  - 表象往往不如知觉完整和稳定
  - 表象能够承接各种施加于它们的心理操作，如心理旋转等
28. 动机与工作效率的关系是( C )。
- 一种交叉关系
  - 一种线性关系
  - 倒 U 形曲线关系
  - 一种直线关系
29. 将成就目标概念引入成就动机领域的是( AD )。
- 尼科尔斯
  - 平崔克
  - 班杜拉
  - 德韦克
30. 个体智力呈直线式发展的年龄阶段是( A )。
- 12 岁之前
  - 12—18 岁
  - 24 岁以后
  - 36 岁以后
31. 下列行为中，属于亲社会行为的是( BD )。



- C. 做家务 D. 从事自己喜欢的活动
62. 我们回想儿时经历的事情, 属于( D )。
- A. 陈述性记忆 B. 外显记忆  
C. 程序性记忆 D. 情境记忆
63. 在情绪活动中, 人们需要不断地评价刺激事件与自身的关系。这个观点是( A )提出来的。
- A. 拉扎勒斯 B. 阿诺德  
C. 巴德 D. 詹姆斯
64. 下列表述正确的是( AD )。
- A. “忧者见之则忧, 喜者见之则喜”描述的是人的不同的心境状态  
B. “人逢喜事精神爽”描述的是人的激情状态  
C. 应激是指在意外的紧急情况下所产生的适应性反应, 人的身心处于高度紧张状态。  
D. 研究表明, 人可以长期处于应激状态下, 对健康影响不大。
65. 下列因素中, 能够影响人际关系的是( ABD )。
- A. 相似性 B. 互补性  
C. 差异性 D. 熟悉性
66. 格式塔学派的提出的知觉组织原则是( ABCD )。
- A. 邻近原则 B. 连续性原则  
C. 闭合原则 D. 同域性原则
67. 看《三国演义》时, 在头脑中浮现出诸葛亮形象, 这是( A )。
- A. 再造想象 B. 创造想象  
C. 无意想象 D. 幻想
68. 由乔姆斯基提出来的“与语言相关”的概念或理论是( ABD )。
- A. 转换生成法 B. 语言获得装置  
C. 语言获得的社会学习理论 D. 语言的表层结构和深层结构
69. 下列哪些问题应该纳入发展性辅导的范围?( ABD )。
- A. 学习问题 B. 生活技能缺乏  
C. 人格问题 D. 生涯规划
70. 韦伯定律的核心观点是( D )。
- A. 最小可觉察是一个常数 B. 引起最小可觉察的刺激变化量是一个常数  
C. 最小可觉察与原刺激强度无关 D. 引起最小可觉察的刺激变化量和原刺激强度的比值是一个常数
71. 转换生成语法的提出者是( C )。
- A. 斯金纳 B. 班杜拉  
C. 乔姆斯基 D. 詹姆斯
72. 电影是按照下列哪种原理制作而成的?( A )
- A. 动景运动 B. 诱发运动 C. 自主运动 D. 真实运动
73. 我们回想儿时经历过的事情属于( D )。
- A. 陈述性记忆 B. 外显记忆 C. 程序性记忆 D. 情境记忆
74. 具有不爱与人交往、孤僻、多愁善感、富于联想等特征的人属于( D )。
- A. 胆汁质 B. 多血质 C. 粘液质 D. 抑郁质

## 二、名词解释

### 1. 韦伯定律

韦伯定律由德国生理学家韦伯发现, 概括成一个公式:  $K = \Delta I/I$ , 即差别感觉阈限与原刺激量之间近似为恒定的正比关系。

### 2. 聚合思维

聚合思维是指把问题的各种信息聚合起来, 朝一个方向, 在一定范围, 有条理地得出一个正确答案或最好的解决方案的思维活动。

### 3. 复合情绪

复合情绪是在基本情绪的基础上, 通过自我的认知评价所产生的。主要的复合情绪有: 爱、焦虑、敌意和自我意识情绪。

### 4. 刻板印象

刻板印象就是对某一社会群体的一个概括, 认为这个群体中的人都具有某些相同的特征, 无视成员之间实际存在的差异。

### 5. 注意的广度

注意的广度也称注意的范围, 它是指同一时间内能清楚地把握对象的数量。

### 6. 依恋

婴儿与父母或其主要看护人之间建立起紧密的情感联系, 这种强烈的、持久的社会一情感关系称为依恋。

### 7. 情境智力

在日常生活中, 智力表现为有目的地适应环境、塑造环境和选择新环境的能力, 这些能力统称作情境智力。

### 8. 主我与客我

美国心理学家詹姆斯认为, 自我由主我和客我两部分组成。主我是对自己身心活动的觉察和体验者, 客我被主我觉察和体验的对象。

### 9. 注意

注意是心理活动或意识对一定对象的指向与集中。注意的两个特点是指向性和集中性。

### 10. 精细加工

精细加工是通过把所学的新信息和已有的知识联系起来, 运用已有的图式和已有的知识使新信息合理化的加工方式。

### 11. 能力

能力是直接影响活动效率并保证人顺利完成某种活动所必备的心理特征。

### 12. 社会刻板印象

社会刻板印象是指人们对某一类人产生的概括而固定的看法。它具有一定的合理性, 但也容易产生认知偏差, 导致人际交往中出现“先入为主”、“以偏概全”的错误, 阻碍人与人之间的正常认识和交往。

### 13. 感觉

感觉是人们认识和理解外部世界的最初阶段。外部的物理刺激作用于人的感觉器官, 人的头脑接受和加工了这些刺激的属性, 进而认识了这些属性的过程, 这就是感觉。

### 14. 定势

在问题解决过程中, 如果先前曾采用某种方法解决某类问题并多次获得成功, 以后再次遇到同类问题时还会重复采用同样的方法, 这就是问题解决过程中的定势。

### 15. 情绪

情绪是有机体反映客观事物与主体需要之间关系的态度体验。

### 16. 心理健康

心理健康: 可以从三个方面来理解心理健康: 从心理状态来理解, 心理健康是一种认知和情绪的良好状态; 从心理特质来理解, 心理健康就是没有心理障碍或人格障碍; 从积极心理学角度来看, 心理健康是一种享受生活 and 承受生活压力的能力。

(如果采用 WHO 的定义也正确,即:世界卫生组织(WHO)(2005)将心理健康定义为“一种良好状态”,在这种状态下,“个体认识到自己有能力应对正常的生活压力,有能力从事富有成效的工作,并且能够为自己所处的社区做贡献”)。

#### 17. 记忆

记忆是在头脑中积累和保存个体经验的心理过程。信息加工的观点认为,记忆就是人脑对外界输入信息进行编码、存储和提取的过程。

#### 18. 电报式语言

18个月左右的婴儿会进入电报式语言阶段,这种语言基本上是由实词构成的简单句,通常是名词和动词,没有介词、冠词等功能词。

#### 19. 动机

动机是由目标或对象引导、激发和维持个体活动的内在心理过程或内部动力。也就是说,动机是由一定的目标引导和激发的原动力,可以推动个体的行为。

#### 20. 认知风格

认知风格也称认知方式,是指个体在认知活动中所表现出来的习惯化的信息加工方式。

#### 21. 个体心理

个体所具有的心理现象称为个体心理。个体心理一般分为认知、动机与情绪、能力与人格等三部分。

#### 22. 感觉的绝对阈限

心理物理学中将刚刚能够引起感觉的最小刺激量称为感觉的绝对阈限。

#### 23. 心境

心境是一种具有感染性的、持续性的、比较平稳的情绪状态。

#### 24. 人格

人格是指构成一个人思想、情感及行为的特有的统合模式,这个独特的模式包含了一个人区别于他人的稳定而统一的心理品质。

#### 25. 注意

注意:是心理活动或意识对一定对象的指向与集中。注意的两个特点是指向性和集中性。

#### 26. 组块

是指在信息编码过程中,将几种水平的代码归并成一个高水平的、单一代码的编码过程。

#### 27. 能力

是直接影响活动效率并保证人顺利完成某种活动所必备的心理特征。

#### 28. 从众

从众:是由于真实的或想象的群体压力而导致的行为或行为变化。也就是说个人在群体压力下,放弃自己的观点,转变为采纳大多人的看法。

#### 29. 注意的稳定性

注意的稳定性是指注意在同一对象或活动上所保持时间的长短。这是注意的时间特征,也称为注意的持久性。

#### 30. 功能固着

功能固着是指在问题解决过程中,只看到事物的某种典型功能,而看不到该事物的其他方面作用的现象。

#### 31. 情绪调节

情绪调节是个体对情绪内在过程和外部行为所采取的监控、调节,以适应外界情境和人际关系需要的动力过程。

#### 22. 知觉

人们通过感官获得外部世界的信息,这些信息经过头脑的分析与解释后,产生对事物的整体认识,就是知觉。

#### 33. 积极情绪

积极情绪是与某种需要的满足相联系,通常伴随愉悦的主观体验,并能提高人的积极性和活动能力。

#### 34. 系列位置效应

当要求人们去记忆一串项目时。人们对序列之初和序列结尾的项目记忆效果最好,对序列中间部分的回忆效果最差,这一现象被称为系列位置效应。

#### 35. 需要

需要是有机体内部的一种不平衡状态,它表现在有机体对内部环境或外部生活条件的一种稳定的要求,并成为有机体活动的源泉。这种不平衡状态包括生理的和心理的不平衡。

#### 36. 认知风格

认知风格也称认知方式,是指个体在认知活动中所表现出来的习惯化的信息加工方式。

#### 37. 亲社会行为

亲社会行为是指对他人有益或对社会有积极影响的行为,包括分享、合作、助人、安慰、捐赠等。

### 三、简答题

#### 15. 简述意识的含义并列举意识前几种不同状态。

从心理内容上讲,意识就是指个体所拥有的对现实生活的知觉体验,其中既包括可以用言语表达出来的,也包括难以用言语表述清楚,但是却是能够让人亲身体会到的。一般来说,可以从以下几个角度理解意识的概念:

第一,意识是一种知觉。

第二,意识是一种高级的心理机能。

第三,意识是一种心理状态。

意识的不同状态有:睡眠、梦、催眠和白日梦。

#### 16. 遗忘的影响因素有哪些?

遗忘的进程不但受时间的素的影响,还有其他的影响因素:

(1)材料的性质和数量。一般来说,人们对熟练的动作和形象材料遗忘得较慢,并且有意义的材料比无意义的遗忘得慢。在学习程度相同的情况下,识记的材料越多,忘得越快,材料越少,遗忘越慢。

(2)学习的程度。实验证明,低度学习容易遗忘,适度的过度学习可以巩固记忆效果,但是大量的过度学习,会造成时间和精力浪费。一般来说,学习程度达120%效果最佳。

(3)记忆材料的位置。有研究表明,最后呈现的项目最先回忆起来且遗忘的少,其次是开始呈现的项目,回忆效果最差的是中间部分的项目。所以,在记忆一份学习材料时,对学习材料的中间内容要重点加强,前后学习材料是相对容易记忆的部分。

(4)记忆者的态度。记忆者对识记材料的需要、兴趣等,对遗忘有一定的影响。大家可能会有这样的经历,该记住没记住,不该记住反倒记住的现象。一般来说,对于自己不重要、不感兴趣,或是不需要的信息,人们容易遗忘。

#### 17. 使用智力测验时应注意哪些问题?

(1)智力是动态过程,不能贴标签;

(2)智力有多种成分,人的能力是多方面的,只给出单一智商值结果的测验可能不恰当;

(3)注意智力测验的文化适用性;

(4)多因素影响智力测验结果,如健康、环境氛围等。

18. 简述人格的自我调控系统的成分及其作用。

自我调控系统是人格中的内控系统，它分为自我认知、自我体验、自我控制三个子系统。其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。

自我认知是对自己能洞察与理解，包括自我观察、自我评价。如果不能正确认识自己，会出现诸多问题。自我体验是伴随自我认识所产生的内心体验，是自我意识在情绪上的表现。当一个人对自己有积极评价时，就会产生自尊；当一个人对自己有消极评价时，就会自卑或内疚。自我控制是对自己行为的调节。它包括自我监控、自我激励。

#### 四、论述题(20分)

19. 试述主要的工作动机理论，并结合实际谈谈如何运用工作动机理论激励员工的工作动机。

关于工作动机的理论有 X 理论、Y 理论和双因素理论。

X 理论的主要观点是：把人看做是“经纪人”，工作动机受外在刺激驱使，人们工作是为了获得经济报酬。人类本性厌恶工作，需要通过强制办法乃至威胁、惩罚，使来达到组织目标，唯一激励办法只能通过经济报酬。

Y 理论认为人是负责、有创造力的，人们工作不是为了外在的物质刺激，而是出于一种要将工作做好的内驱力。因此工作激励应该考虑如何创造空间发挥工作者的创造力，满足其工作的内在需求。

X 理论和 Y 理论是两种截然不同的世界观和价值观，两种理论都有不足之处，X 理论低估了人的本性，Y 理论过于理想化。

双因素理论是美国心理学家赫兹伯格提出的，该理论认为，影响职工工作积极性的因素有两种：保健因素和激励因素。保健因素是给职工造成不满意感的因素，包括政策管理、工资发放、劳动保护、工作监督等方面。它们的改善能够解除职工的不满意感，但不能带来满意感并激发职工的积极性，只起维持工作现状的作用，也被称为“维持因素”。

激励因素指那些使职工感到满意的因素，主要有工作表现机会、工作本身的乐趣、工作上的成就感等。它们的改善才能使满意感增加。

因此在现实工作中仅仅有保健因素并不一定能带来满意感。例如有些员工工资很高，工作仍然不起劲。要激发员工对工作的兴趣还得考虑到激励因素，……（结合实际做进一步阐述）。

#### 三、简答题

16. 简要说明情绪的功能。

情绪对于人类的生存与发展具有重要作用，其功能主要表现在四个方面：

(1) 适应功能。情绪是进行社会适应的一种重要手段，人们根据别人的情绪采取适当的行为，进行社会交往。

(2) 动机功能。情绪与动机的关系十分密切，主要体现在两个方面。首先，情绪能够激发和引导行为。其次，情绪能够直接反映个体内在动机的强度与方向，所以，情绪也被视为动机的指标。

(3) 调控功能。情绪对于人们的认知过程既有积极作用，也有消极作用。大量研究表明：愉快的情绪会使人更有效率地学习和解决问题，也能激发出更富有创造力的想法。消极情绪，如恐惧、悲哀、愤怒等会通过缩小认知范围，干扰或抑制认知功能。

(4) 信号功能。在社会交往中，人们的心理可以通过表情表现。表情是情绪的外部表现，具有信号传递作用，属于一种非言语性交际方式。人们可以凭借一定的表情来传递情绪信息和思想愿望。

17. 简述马斯洛需要层次理论的主要观点。

美国心理学家马斯洛提出了“需要层次理论”，马斯洛需要层次理论认为，人的需要可以分成 5 个层次：生理的需要、安全的需要、归属和爱的需要、尊重的需要、自我实现的需要。上述五种需要，以层次形式依次从低级到高级排列，可表示成金字塔形；一般来说，当低级需要未得到满足时，这些需要便成为支配个体的主导型动机，只有当某低层次的需要相对满足之后，其上一级需要才能转为强势需要。但这种需求层次的等级顺序也不是绝对的，有时人也会在低级需要尚未满足前，去寻求高级需要。

18. 简述群体极化产生的原因。

群体极化产生的原因有：

(1) 责任分散是群体极化的一个重要原因。

(2) 社会比较。人们希望他人能对自己做积极的评价，所以会采取更为极端的方式以与他人或社会的要求相一致，最终也造成了团体的决策趋于极端。

(3) 说明性辩论。人们从他人那儿获得论点和信息，如果多数人支持这些论点，个体也会倾向于支持它；并且更多支持而不是反对的论点会出现，从而使这种观点变得极端。

(4) 文化价值观。倾向于对冒险性或者保守有较高的评价，群体的决策可能会受这样的文化价值观影响。

#### 四、论述题(20分)

19. 结合生活中的实例，说明如何运用经典性条件反射和操作性条件反射的原理塑造行为。

俄国生理学家巴甫洛夫最早用精确的实验(狗分泌唾液)对条件反射做了研究。将原本不诱发反应的中性刺激(铃声)与一个能诱发反应的刺激(吃到食物)进行一次或多次的匹配，致使中性刺激最终能诱发同类反应(唾液分泌)的过程。在经典性条件反射的形成过程中，无条件刺激是无须学习，第一次呈现就能诱发反应的刺激，如食物。原来的无关刺激在一定条件下引起相应的反应时，就成为条件刺激，如铃声。在生活中有很多经典条件反射的例子。例如：广告商利用经典条件反射使人们对他们的产品充满“激情”，它们就是将自己的产品(条件刺激)在广告中与某些引起人们喜好的事物——美女或婴儿(无条件刺激)之间相联结。阐述恰当。

美国心理学家斯金纳通过“斯金纳箱”来研究动物(如白鼠与鸽子)的学习，提出了操作性条件反射学说。箱内装上一操纵杆，操纵杆与另一提供食丸的装置连接，只要杠杆一被压动，食丸便滚进食盘。在实验中，动物无意中碰到了杠杆，得到了食物，食物就是正强化物，强化了压杆的动作，反复几次，动物学会了按压杠杆与得到食物之间的联结，按压杠杆变成了取得食物的手段，这就形成了操作性条件反射，简言之，操作性条件反射通过强化增加所希望的行为出现频率。

学习就是操纵杆(S)与压杆反应(R)之间形成固定的联系的过程，这一过程中最关键的是强化。强化可以使反应行为出现的概率增加。操作性条件反射被用于程序教学与机器教学当中，倡导教学要一步一步起，每一步都给与适当的强化，促进学习。同时，人的行为是可以随意塑造的，操作性条件反射在临床心理学和行为矫正等方面得到了很好的实践。阐述恰当。

#### 三、简答题

15. 简述心理学的功能。

心理学的主要功能表现在以下几方面。(1) 认识内外世界；(2) 调控行为；(3) 预测未来；(4) 改善和提升生活质量。(1)描述和测量。每一种心理现象都具有质和量上的特点。心理学能对这些质和量的特点进行描述和测量，就能帮助人们理解和控制这些行为。

(2)解释和说明。心理学不仅描述和测量心理现象，而且还要找出心理现象产生的原因，并进行解释和说明。一般心理学从生理、心理、行为和企业文化等四个层面的整合来解释和说明心理现象发生和发展的特点。

(3)预测和控制。预测和控制是心理学功能最显著的表现，这依赖于测量工具和相关的理论。心理学家往往通过测量一个人的现在和过去，来预测他将做什么或怎么做。例如，如果知道一个学生的智力水平、学习动机的水平和学习策略，就可以预测他在学校学习的表现。同时，还可以帮助他改进学习方法或提高学习水平等。

17. 人格有哪些特性？狭义的人格结构主要由哪些成分组成？

(1) 人格的特性有：① 自然性与社会性的统一② 独特性与共同性的统一③ 稳定性与可变性的统一④ 独立性与整体性的统一

(2) 狭义的人格结构主要由以下成分组成：① 气质② 性格③ 认知风格④ 自我调控系统

四、论述题（从下列 2 题中任选 1 题完成，20 分）

18. 什么是情绪调节？联系实际谈谈情绪调节的策略。

(1) 情绪调节是个体对情绪内在过程和外部行为所采取的监控、调节，以适应外界情境和人际关系需要的动力过程，包括削弱或祛除正在进行的不适当的情绪、激活需要的情绪、掩盖或伪装某种情绪。所以情绪调节既包括抑制、削弱和掩盖等过程，也包括维持和增强的过程。也就是说，情绪调节实际上是对自己情绪的管理过程，使自己的情绪状态适应外界环境和人际的需求。

(2) 情绪调节的策略：(1)回避和接近策略也叫情境选择策略。(2)控制和修正策略。(3)注意转换策略。(4)认知重评策略。(5)表达抑制策略。(6)合理表达策略。

在实际生活中，一个成熟的个体还会选择更多的方式来调节自己的情绪，如改变生活方式、活动方式、体育锻炼方式、倾诉方式等等。人们在实际生活中总结出来的这些情绪调节的方法与策略是非常有效的，不仅有益于增进个体的情绪健康，也有益于增进团体的幸福。

(注意结合生活实际来分析)

19. 结合生活实际，谈谈你对心理健康的描述性标准的理解。

下面七条是我国心理辅导工作者经常使用的心理健康描述性标准。

(1) 了解自我，悦纳自我

一个心理健康的人能体验到自己的存在价值，既能了解自己，又能接受自己。他们对自己的能力、性格、情绪和优缺点能作出恰当、客观的评价，对自己不会提出苛刻的非分期望与要求，对自己的生活目标和理想也能定得切合实际，因而对自己总是满意的。同时，努力发展自身的潜能，对自己无法补救的缺陷，也能安然处之。

(2) 接受他人，善与人处

心理健康的人乐于与人交往，不仅能接受自我，也能接受他人、悦纳他人，能认可他人存在的重要性。他能够被他人理解、接受，能与他人相互沟通和交往，人际关系和谐。能够融入集体生活，既能享受与他人在一起的欢乐时光，也能独处而无孤独之感。在与人相处时，积极心理(如同情、友善、信任、尊敬等)多于消极心理(如猜疑、嫉妒、敌视等)，有较充足的安全感。

(3) 热爱生活，乐于工作和学习

心理健康的人珍惜和热爱生活，积极投身于生活，在生活中尽情享受人生的乐趣。他们把工作和学习看做乐趣而不是负担，在工作和学习中勇于迎

接困难和挑战，尽可能地发挥自己的聪明才智，使自己的学习更有效率、工作更有成效。

(4) 能够面对现实、接受现实，并能够主动去适应和改造现实

能够客观认识和评价周围事物和环境，并能与现实环境保持良好的接触，既有高于现实的理想，又不会沉湎于不切实际的幻想与奢望中。他对自己的能力有充分的信心，对生活、学习、工作中的各种困难和挑战都能妥善处理，很少抱怨自己“生不逢时”或“怀才不遇”。

(5) 能协调与控制情绪，心境良好

积极情绪状态占据优势，虽然也会有悲、忧、愁、怒等消极情绪体验，但能适当地表达和控制，而且一般不会长久，喜不狂、忧不惧、胜不骄、败不馁。在社会规范允许范围内满足自己的各种需求，对于自己能得到的一切感到满意，心情总是开朗的、乐观的；对于无法得到的东西不贪求。

(6) 人格和谐完整

智力正常，人的整体精神面貌完整、和谐。思考问题的方式是适中和合理的，待人接物能采取恰当灵活的态度，对外界刺激不会有偏颇的情绪和行为反应。能够与社会的步调合拍，也能与集体融为一体。

(7) 心理行为符合年龄特征

在人的生命发展的不同年龄阶段，都有相对应的不同的心理行为表现，从而形成不同年龄独特的心理行为模式。心理健康的人具有与同年龄段大多数人相符合的心理行为特征。

三、简答题

15. 注意的特点及其外部表现。

(1) 注意的两个特点是指向性和集中性。

(2) 注意是一种内部心理状态，可以通过人的外部行为表现出来。

① 适应性运动。② 生理变化。③ 无关动作停止。

注意作为一种内部心理状态，它和外部行为表现之间，并不总是一一对应的。

16. 根据艾宾浩斯遗忘曲线，简述复习时可遵循的策略。

德国心理学家艾宾浩斯最早对遗忘现象进行了科学的研究，根据实验结果绘成了著名的遗忘曲线。从曲线可以看出，遗忘在识记后的最初阶段速度最快，以后逐步变慢，即艾宾浩斯遗忘曲线表明，人类的遗忘规律是先快后慢。

学过的知识，如果不进行复习，是很难保持在记忆中的。只听讲不复习是任何课程也学不好的。因此可以说，复习是记忆的关键。那么，采用怎样的复习策略才能达到巩固记忆的最佳效果呢？根据艾宾浩斯遗忘曲线，有以下几种复习策略可供遵循：

(1) 及时复习

遗忘进程先快后慢的规律告诉我们，遗忘最严重的时刻是在记忆完成后的最初时刻。此时如果不能及时复习，一个小时后就会有 50% 以上的信息被遗忘，这说明及时复习对巩固记忆是非常必要的。及时复习就是要在新学过的内容尚未遗忘之前，趁热打铁，使之巩固，然后纳入个人的认知结构中去长久保存。

(2) 复习形式应该多样化

复习并不只是单纯地、机械地重复所学的材料，复习方法的单调容易让人感到枯燥乏味，产生厌倦疲劳情绪，从而影响记忆效果。采用多样化的复习，可以使人感到新颖，能够激发智力活动，使所要复习的材料与有关知识之间建立新的联系，这样就能更牢固、更灵活地掌握所学知识。

(3) 合理地分配复习时间

复习的效果并不单纯地取决于复习的次数，还与复习的时间安排有密切联系。刚学过的内容应该及时复习，且适当增加复习时间。随着记忆程度的

提高,复习的时间和次数可逐渐减少,间隔时间也可以逐渐加长。连续地进行复习称为集中复习,有一定时间间隔的复习称为分散复习。一般来说,分散复习优于集中复习,因为集中复习容易对大脑活动产生抑制性的积累,而分散复习则有较多的时间间隔来消除抑制,更有利于联系的巩固。

17. 能力的差异主要表现在哪些方面?

人与人之间在能力上存在着明显的差异,能力的差异主要表现在三个方面:

(1) 能力的类型差异。指构成能力的各种因素存在质的差异。

(2) 能力发展水平的差异指不同人的同种能力在量的方面存在差异。它表明人的同种能力发展水平有高低。

(3) 能力表现早晚的差异。有的人在儿童时期就在某些方面显现出非凡的能力,有的人能力发展较晚,年龄很大时才达到较高的水平。

四、论述题(从下列2题中任选1题完成,20分)

18. 如何提高学生的自我效能感?

自我效能感影响着人们为自己设立的目标和愿意冒的风险,人们感知的自我效能感越强,选择的目标越高,在追求目标过程中的毅力也越强。相反,那些认为自己缺乏应付生活能力的人容易焦虑,可能形成回避倾向。提高学生的自我效能感,可以从以下几方面着手进行:

(1) 让学生经常体验成功。学生亲身经历的成功和失败对他们自我效能感的影响最大。成功的经验会提高人们的自我效能感,多次失败会降低人们的自我效能感。

(2) 树立学习榜样。观察学习对于自我效能感的形成也有重要的影响。一个学生看到与自己水平差不多的同学解决了一道难题,会认为自己经过努力也可完成同样的任务,从而增强自我效能感。

(3) 设立短期、具体而富有挑战性的目标。研究表明目标应是短期的、具体的,下一次或下一周的要比6星期后半学期的目标更能增强自我效能感及内在动机。

(4) 创造宽松、和谐的教学环境。在教学中,教师要相信学生、关心爱护学生、平等地对待学生。当学生在学习中遇到困难时,教师不应当粗暴训斥,也不要包办代替,而要耐心启发、循循诱导。

(5) 培养学生进行积极的自我强化。进行自我强化首先需要建立自己的行为标准,然后根据设立的标准来评价、检查自己的行为及效果。当达到自己的标准或目标时,个体就会体验到自己的能力,从而产生或增强自我效能感。

19. 结合生活的实例,论述友谊在儿童发展中的重要作用。

友谊是一种自愿的、个人的关系,通常能够提供亲密和帮助,在友谊关系中,双方互相喜爱并寻求彼此相伴。

社会心理学和发展心理学都强调,友谊在个体社会化过程中起着非常重要的作用,它不仅可以帮助儿童提高社会技能,还能够为儿童提供社会支持。

具体来讲,友谊在儿童发展中的作用可以概括为四点:

(1) 友谊可为儿童提供情感支持。

友谊是一种充满深情的友好关系,儿童可以在这种关系中体验到真诚的关爱,因此可以消除儿童的孤独感;在陌生场合或受到潜在威胁压力的情况下,有朋友在场可使儿童感受到情感支持,增强信心和勇气。研究发现,友谊可以提高儿童自我价值感,并进一步促进儿童的自豪感、自尊感和自我接纳的发展。

(2) 友谊可以为儿童提供更多的玩耍、交往和娱乐机会。

儿童的朋友越多,他们所拥有的交往和玩耍机会越多,从中体验到的快乐和兴趣也就越多,这些愉快体验能够促进儿童的心理向积极、健康的方向发展。福特等人研究发现,让儿童两两组合一起看电视卡通片,朋友组合的

儿童比非朋友组合的儿童获得了更多快乐。研究者观察到,朋友组合者的大笑和微笑次数更多,朋友间有更多的交谈和互相注视,也显示出更多的社会反应,如分享彼此的情感等行为。

(3) 友谊可以为儿童双方提供参照榜样,为儿童提供获得基本的社会技能的机会。

儿童在交往过程中难免会出现矛盾和冲突,在矛盾冲突解决过程中,如果一方表现出谦让、分享、沟通、合作和道歉等行为,就会给另一方作出解决矛盾和冲突的榜样,儿童从中可以学习到更多的亲社会行为。反过来,当儿童表现出亲社会行为时,周围人的表扬、奖励以及冲突的有效解决都可以进一步强化儿童的积极行为。

另外处在友谊关系中的儿童,有更多的直接交流思想、自我表露的机会,由此他们可以获得自我了解、建立自信、去自我中心化的社会技能,而这些技能对成人期稳定的恋爱和婚姻关系的建立至关重要。

(4) 友谊可以为儿童提供社会支持和可靠的同盟。

当儿童遇到危险或外来攻击的时候,最有可能提供社会支持的是朋友。朋友会以同盟军的身份站在儿童身边,成为其坚强的后盾。当儿童感受到来自可靠同盟的支持时,会有更高层次的社会安全感。

三、简答题

15. 影响时间知觉的因素有哪些?

影响时间知觉因素包括:

(1) 感觉通道的特性,在判断时间的精确性上,听觉最好,触觉次之,视觉最差。

(2) 一定时间内发生事件的数量和性质。一定时间内,事件发生的越多,性质越复杂或越生动,人们就倾向于把时间估计得越短。反之,事件发生的较少,性质简单或枯燥,人们就倾向于把时间估计得很长。

(3) 人们的兴趣和动机。人们对自己感兴趣的东西,会觉得时间过的很快,出现对时间的估计不足。相反,对厌恶的东西,会觉得时间过得很慢,出现对时间长度的高估。在期待某物的出现时,会觉得时间过得很慢;对不愿意出现的事物,会觉得时间过得很快。

16. 想象有哪些功能?

(1) 预测和计划的功能;

(2) 补充知识经验的功能;

(3) 代替的功能;

(4) 生理调节的功能。

适当展开。

17. 简述影响态度改变的因素。

(1) 宣传说服者特征。宣传说服者的可信性和吸引力是影响人们态度转变的主要变量。

(2) 信息特征。信息本身的内容和组织对于态度的转变也有重要影响。首先容易诱发恐惧体验的信息会促进态度改变。其次,信息的组织是影响态度转变的因素。

(3) 渠道特征。宣传说服有许多渠道,其中包括个体间说服和通过大众传播媒介的宣传说服。

(4) 信息接收者特征。它包括信息接收者的智力水平、原有态度和认知需要等都对态度改变有影响。

四、论述题(20分)(2题中任选1题完成)

18. 试述能力与知识、技能的区别与联系。

能力与知识、技能之间是辩证统一的关系,它们既有区别,又有联系,既相互促进又彼此制约。

能力与知识、技能的区别表现在五个方面：

第一，如上所述，能力与知识、技能的含义不同，它们分属于不同的范畴。能力是直接影响活动效率并保证人顺利完成某种活动所必备的心理特征。知识是人类社会发展的经验总结和概括，技能是人们通过练习获得的动作方式和动作系统，主要表现为动作执行的经验。

第二，能力与知识、技能在来源上有区别，个体的知识、技能完全是后天的，能力则除了要受后天的环境教育等因素的影响外，还要受个体先天遗传因素的影响。

第三，知识和技能是随着一个人不断的学习和实践而日益增长和积累的，能力在人的一生中则是逐渐形成、发展和相对衰退或者停滞的过程。

第四，从迁移的特点来看，知识和技能的迁移范围相对较窄，它们只能在类似的活动、行为或情境中发生迁移；而能力则有广泛的迁移范围，可以在很多场合(即使它们并不很相似)发生作用。

第五，与能力的发展相比，知识与技能的掌握更快一些。

能力与知识、技能的联系表现在两个方面：首先，能力的形成与发展依赖于知识、技能的获得。随着人的知识、技能的积累，人的能力也会不断提高。其次，能力的高低又会影响到掌握知识、技能的水平。一个能力强的人较易获得知识和技能，他们付出的代价也比较小；而一个能力较弱的人可能要付出更大的努力才能掌握同样的知识和技能。所以，能力会影响一个人掌握知识、技能的速度与质量。

19. 结合生活实际，谈谈增进幸福感的有效策略。

主观幸福感是一种以高水平的生活满意度、高水平的积极情绪和低水平的消极情绪为特征的积极心理状态。增进幸福的策略，除保持身体健康外，还有以下五种：

(1)建立带给自己归属感的亲密关系。

增进幸福感的人际关系不同于一般的人际关系，只有那些能够进入到亲密关系、给人以归属感的人际关系才能够提高幸福感。研究发现与和自己相似的、能够友好清晰地沟通、相互宽容谅解的人结婚，与大家保持频繁来往，和少数人保持亲密友谊，与熟人合作等都能够有效提升个人的幸福感。

(2)多接触带来积极情绪的自然环境。

研究发现，强烈的积极情绪与自然环境的紧密相关，但与人工环境不相关。人们在有植被、水等风景优美的地方会产生更多的积极情感，好的天气、阳光灿烂、温暖而不炎热的气候下人们报告的积极情感更多。因此，多接触这些自然环境，人们会获得更多的幸福体验。

(3)从事能够展示自己胜任力的工作。

胜任知觉能够提高人的自我价值感，因此从事那些能够满足个人胜任需求的工作将有效提高幸福感。满足胜任的工作具有以下特点：任务富有挑战性，能够运用本身有内在乐趣的技能，在有趣和有挑战性的工作中获得成功，工作任务具有内在一致的系列目标。

(4)适度休闲。

与一群朋友参加合作性的休闲活动，如音乐、舞蹈、身体锻炼计划、兴奋性活动(如水上游览、冲浪等)能够带给人巨大的快乐。休息，放松，适度休假也能够让人享受宁静中的舒适。所以适度休闲是增进幸福的有效策略。

(5)正确对待得与失。

在对得与失的态度上，西方人赞赏“在巨大的成功和胜利面前只期许一点小小的幸福，在很小的损失和失败时就准备接受幸福的一个巨大降低”。我国的文化传统强调“不以物喜，不以己悲”。中西方都强调淡然对待得与失，即可长久保持快乐而宁静的生活状态。

### 三、简答题

15. 信息加工的观点是如何阐述记忆过程的？

信息加工的观点认为，记忆就是人脑对外界输入信息进行编码、存储和提取的过程。从某种意义上讲，记忆就像是一台电脑。编码是人们对外界信息进行形式转换的过程。存储是将感知过的事物、体验过的情感、做过的动作和思考过的问题等，以一定的形式保持在人们的头脑中。提取是指从记忆中查找已有的信息的过程。按照信息加工的观点，记忆并不是一个简单的信息存储库，而是一个动态、活跃的系统，从事着信息的接收、存储、组织、改变和恢复的工作。从某种意义上讲，记忆就像是一台电脑，其信息加工过程主要分为编码、存储和提取三个阶段。

(1)编码是人们获得个体经验的过程，或者说是对外界信息进行形式转换的过程。这一阶段的个体经过心理加工，将外部刺激的物理特性(如声音、形状、颜色等)转换成抽象的心理表征并存储于大脑中。编码是一个逐步开展的过程，它包括对外界信息进行反复的感知、思考、体验和操作。在整个记忆系统中，编码有不同的层次，而且是以不同的形式存在着的。新的信息必须与个体已有的知识结构形成联系，并融入旧的知识结构中，才能被成功编码。

(2)存储是将感知过的事物、体验过的情感、做过的动作和思考过的问题等，以一定的形式保持在人们的头脑中。存储的时间可长可短，视记忆的种类而定，短则几秒，长则几年甚至终生。

(3)提取是指从记忆中查找已有的信息的过程，是记忆过程的最后一个阶段。提取时，个体将编码后存储在记忆中的信息，经过再解码的过程，将信息还原为编码以前的形式。记忆的好坏是通过信息提取的质量表现出来的，曾经记忆过但不能提取的信息，实际上就等于被遗忘的信息。

16. 能力是如何分类的？

人类所从事的活动多种多样，完成这些活动所必需的能力也各不相同。能力是直接影响活动效率并保证人顺利完成某种活动所必备的心理特征。能力总是和活动紧密联系在一起。

根据不同的标准，可以把能力分为不同的类型。

(1)根据能力所表现的活动领域不同，可将能力分为一般能力和特殊能力：

一般能力是指人们所共同具有的最基本的的能力，如观察力、记忆能力、思维能力、想象能力等。一般能力就是人们通常所说的智力，它是人们完成任何活动都不可缺少的，是能力中最主要和最一般的部分。

特殊能力：是指人们从事特殊职业或专业所需要的能力，如品酒师需要敏锐的嗅觉能力、建筑设计师需要准确的空间知觉能力、数学家需要高水平的抽象思维能力等。

(2)根据能力是否能够帮助人们创造出新事物，可将能力分为模仿能力和创造能力：

模仿能力：指通过观察别人的行为和活动来学习各种知识技能，然后以相同的方式作出反应的能力，比如孩子模仿父母的言行、学生模仿老师的举止、青少年模仿影视明星的装扮等。

创造能力：指人们产生新思想和新产品的能力。如作家通过构思新的人物形象，写出一部新文学作品的能力；科学家研制出一项新发明的能力等。

(3)根据能力的功能不同，可把能力分为认知能力、操作能力和社交能力。

认知能力：是指个体接受信息、加工信息、储存信息和应用信息的能力。它表现在人对客观世界的认识活动中。

操作能力：是指个体指挥自己的肢体以完成各项活动的的能力，如生产劳动能力、艺术表演能力、体育运动能力等都被认为是操作能力。

社交能力：是指人们在社会交往活动中所表现出来的能力，组织管理能力、沟通协调能力、人际适应能力、洞察能力、应变能力等都被认为是社交能力。在社交能力中包含有认知能力和操作能力。

17. 简述亲社会行为发生的过程。

(1) 知觉到需要。(2) 个人的责任。(3) 权衡成本和收益。(4) 决定如何给予帮助。

四、论述题(20分)

18. 联系实际论述问题解决的思维过程。

问题解决过程就是克服各种障碍，由初始状态达到目标状态的过程。大部分的问题解决都经历提出问题、分析问题、选择策略和检验策略四个相互联系的阶段。

(1) 提出问题

提出问题是解决问题的起点。问题广泛的存在于社会生活中的方方面面，有的问题比较明显，只需要人们寻找解决问题的方法，但很多问题是比较隐蔽的，不易被人们发现。能否正确的提出问题会直接影响人们能否正确的解决现实生活中的各种矛盾。

(2) 分析问题

提出问题后，就要对问题进行分析。问题一般都包括初始状态和目标状态。分析问题就是找到问题的初始状态和目标状态间的差距，从而确定问题解决的方向。分析问题的核心是把握住问题的实质，这将有助于提出更高效的解决方法。

(3) 选择策略

通过分析问题，找到问题的实质，还要进一步提出解决问题的具体策略。能否提出合理的策略，一方面依赖于个体在该领域的知识经验，知识经验越丰富，就越容易提出合理的策略；另一方面，依赖于个体思维的灵活性，思维越灵活，能够提出的策略就越多。

(4) 检验策略

选择的策略是否可行，还必须通过执行策略加以检验，如果执行的结果达到了原来的要求和目标，说明解决方案是正确的，问题得到解决；如果执行的结果没有达到要求和目标，就说明原来的策略是错误的或有缺陷的，问题没有得到解决。这时，就需要解决者提出新的策略，再进行验证，直至达到目标状态。

以上只是问题解决的一般步骤，在实际的问题解决过程中，人们可能并不会有一意识的逐步的思考问题解决的过程，而是将整个的解题过程知觉为一个整体。

19. 结合实际，谈谈如何激发学生的内部动机。

内在动机是指在没有外在奖赏和压力的情况下，个体的目的指向活动本身，可以激发行为，使人们得到情绪上的满足，从而产生成就感。内部动机包含着自我决定、胜任力和兴趣等成分。

(1) 内部动机的激发

① 建立一个自主支持性的课堂

为了促进学生的自我决定，就要建立一个自主支持性的课堂，使用下面的教育行为，会提高学生的自主性和自我决定。

教师要理解、欣赏和尊重学生。创造一个学习环境，鼓励学生的努力，鼓励学生充满兴趣和热情地进行学习。教师要将学习气氛建构成以学生为中心，关注学生的兴趣和需要。

② 培养学生的胜任力

教师怎样创造一个有利于胜任力培养，确保学生的胜任力体验的课堂气氛?可提供最佳挑战。只有面临最佳挑战时的成功，才能产生真正的成功和

成就体验。学生在面临中等难度的任务时，可能体验到成功与愉快，也可能体验到失败与沮丧。中等难度的任务是学生经过努力可达到的任务。同时，教师要创造一种对错误和失败的容忍，这种课堂的突出特点是人际信任和教师支持。可以考虑忽视成绩和结果，创造更像游戏的氛围，鼓励而不是打击错误的出现。

③ 提高课堂中的学习兴趣

提高课堂中的学习兴趣，首先是使刺激产生变化，刺激变化可以提高学生的探索性。同时，需要注意的是，各种提高课堂中的学习兴趣的策略，不仅是为了维持学生的注意力和警觉度，而且要促进学习以及智力的提高。

可采取变化刺激，通过用不定期的小组讨论、电影、客座教师授课、变化座位安排、实地考察、提问与回答、合作学习、角色扮演等形式，来改变常规的教学秩序。

另外，在课堂上设疑，可使学生产生一种“心理困惑”，去思考要解决的问题，或得到真正的结论。心理挣扎并不一定总是非常有趣，冲突、不确定性问题可能包含了情绪上的痛苦，但是，答案、解决、发现和回答问题在情绪上是令人愉快的。

(2) 外部动机的激发

学生的学习主要是在课堂环境中进行的，因此，教师在课堂中设置的学习气氛是影响他们学习积极性的重要的外在因素。在课堂激发学生的动机一般可从以下几方面进行：

① 组织各类竞赛活动

很多教育工作者认为，在学习竞赛过程中，学生的成就动机更强烈，学习兴趣和克服困难的毅力增强，学习和工作效率一般都有很大的提高。

② 组织合作学习

合作学习是指在团体中，不同个体之间有着共同的目标，只有当团体中所有的人都能达到目标时，个体才能达到目标获得成功。若团体中有一个人不能达到目标，其他人也达不到目标。在这种情况下，个体必定会与同伴形成积极的相互促进关系，寻求一种既有利于同伴成功又有利于自己成功的活动方式。合作情境的另一明显特点是共同努力，学生之间存在着积极的相互依赖关系，他们共同努力，共享成功的奖励。

③ 正确运用奖励

要注意奖励的选择。奖励物的选择往往因人而异。教师对学生的奖励要符合个体的实际情况，针对学生经过努力可以达到的目标进行奖励，让每个学生都感受到成功的满足和获得奖励的乐趣，可以给那些总是落后的孩子们更多的信心，使他们以积极的态度迎接未来的挑战。

④ 慎重使用惩罚

在惩罚的过程中，应该注意惩罚的目的是为了让学生通过努力去避免惩罚，而不是为了让学生体验惩罚。

首先，惩罚要及时，一旦发现违规，应尽可能迅速地开始惩罚工作。教师在进行正式的惩罚之前有义务事先给予警告。也就是说，必须首先让人们了解到规章制度和行为准则。

其次，惩罚应具有一致性，也就是说，要求教师公平地对待每一个个体。如果教师对同一种违规行为时而给予惩罚，时而熟视无睹，教师就无法树立起真正的威信。惩罚应该与特定的过错相联系，而不应与违规者的人格特征联系在一起；也就是说，惩罚应该指向不良行为而不是学生自身。

⑤ 恰当使用表扬与批评

在教育环境中，更多情况下教师实施的强化措施是通过社会评价的方式来进行的，也就是说，通过教师对学生的学习和其他行为进行表扬和批评的方式来进行的。对学生的评价，一般来说，表扬应多于批评。不过，如果用之

不当，过分或过多的表扬会造成学生骄傲、忽视自己缺点的倾向，并可能导致学生将主要的学习目标置于脑后而片面地追求表扬，从而产生消极的结果。批评当然不如表扬容易被学生接受，不过，适当的批评，尤其对成绩好的学生的批评也能取得一定的好效果。当然，过分或过多的批评会造成学生对教师的厌恶、怀疑、憎恨等不良的后果。在运用表扬与批评手段时，要考虑到以下几个条件：

学生受表扬与批评的历史状况；学生本人对表扬与批评的重视程度；师生之间关系融洽、互相尊重也对奖惩的效果有直接影响；教师的评价一定要公正。教师态度的不公正，往往是引起学生发生意义障碍的重要原因。

### 三、简答题

16. 如何理解语言和思维的关系？

语言是交流的工具，同时也是人们思维的工具。语言与思维有着十分密切的关系。

一方面，语言依赖思维。语言不是空洞的声音，而是具有一定意义的心理现象，语言的意义主要来自于思维。因此，虽然鹦鹉能够逼真地模仿人类的语言，但由于它不懂其中的意义，所以它发出的声音并不是真正的语言。另一方面，思维需要通过语言来表征。从出生到一岁半这个阶段，婴儿的思维主要是以动作作为媒介的。随着年龄的增长，进入 2~7 岁这个阶段的儿童开始学习语言。学习语言的过程，就是学会用词语和句子来表征客观事物的过程。掌握了语言这一有力工具，客观事物及其相互联系就可以用一种更为经济的符号来表示了。

17. 格式塔学派提出的知觉组织原则有哪些？

格式塔学派的心理学学家对图形的组织问题进行过系统的研究，总结出如下一些图形的组织原则：

- (1) 邻近原则：空间上比较接近的刺激物会被知觉为一个整体。
- (2) 相似性原则：在大小、形状和颜色等属性上相似的刺激物会被知觉为一个整体。
- (3) 连续性原则：具有良好连续性几条线段会被知觉为一个整体。
- (4) 闭合原则：指人们倾向于将图形知觉为一个连续的、完整的形状。
- (5) 同域性原则：处于同一地带或区域的刺激物更容易被知觉为一个整体。

### 四、论述题(20 分)

18. 试述影响人格形成的原因。

影响人格形成的因素包括：(1) 生物遗传因素 (2) 家庭环境因素 (3) 早期童年经验 (4) 学校教育经验 (5) 社会文化因素  
(注意每一条要展开论述。)

### 三、简答题

15. 什么是创造性思维？有哪些特征？

创造性思维是指人们应用新颖的方式解决问题，并产生新的、有社会价值的产品的心理过程。创造性思维有四个重要特征，分别是：新颖性、流畅性、灵活性和精致性。

### 四、论述题(20 分)

18. 试述记忆的三级加工模型中感觉记忆、短时记忆和长时记忆的含义及特点。

(1) 感觉记忆也叫瞬时记忆，是指外界刺激信息输入感觉器官后，感觉信息在极短的时间内以感觉痕迹的形式在人脑中保留下来的过程。感觉记忆只停留在感官层面，不加以注意则转瞬即逝。视觉的感觉记忆被称作图像记忆，保持时间大概在 500 毫秒以内。听觉的感觉记忆被称作声像记忆，大概能保持 3-4 秒。

(2) 短时记忆是感觉记忆和长时记忆的中间阶段，一般是指保存时间少于 1 分钟的记忆。保持在短时记忆的刺激信息数量约为  $7 \pm 2$  个组块。复述是使短时记忆信息保存下来的有效方法，它可以防止短时记忆中的信息受到无关刺激的干扰而发生遗忘。

短时记忆是信息处理的中转站，这些信息还需要进一步的加工处理，只有那些经过复述的信息才有可能进入长时记忆系统，否则就会消失。

(3) 长时记忆是指信息经过充分的加工后，在头脑中长时间的保留下来。容量大和保存时间长是长时记忆的两个最主要的特点。从容量上讲，长时记忆的容量几乎是无限的，它可以存储我们关于世界的一切知识。从保存时间上讲，其保存时间可达几年甚至终生。

19. 举例说明动机与行为、工作效率的关系。

动机是引起和维持个体活动，并使活动朝向某一目标的内部动力。(1) 动机与行为的关系是十分复杂的。同一种行为可能有不同的动机，即各种不同的动机通过同一种行为表现出来；不同的活动也可能有同一种或相似的动机。例如，在同一个班级中，学生的学习动机可能是各种各样的。有的学生希望成为优等生，在班上拔尖，得到老师和同学的称赞；有的学生为了报答父母的养育之恩，不愿辜负父母、亲友的期望；有的学生是在英雄、模范人物的影响下，希望学好本领，将来为建设祖国服务；有的学生没有明确的动机，上学只是为了混日子等。这些不同的动机都表现在同一种学习行为中。学习动机不同，学习效果也会不一样。另外，同一种动机，也可以产生不同的行为。例如几个人都想休息，但有的去剧院，有的去散步，有的去划船等。

(2) 在活动动机与效果的关系上，情况也非常复杂。一般来说，良好的动机应产生良好的行为效果；反之，不良的动机则会产生不良的行为效果，这就是动机与效果的统一。但是，在实际生活中，动机与效果不统一的情况也时有发生。如一个孩子想帮父母干点家务活，但不小心打碎了窗户上的玻璃或撞倒了桌上的花瓶。从动机讲无可非议，但由于其他因素的影响，却产生了不好的活动效果。

(3) 动机与工作效率的关系主要表现在动机强度与工作效率的关系上。研究表明，动机强度与工作效率之间的关系不是一种线性关系，而是倒 U 形曲线关系。中等强度的动机最有利于任务的完成，也就是说，动机强度处于中等水水平时，工作效率最高，一旦动机强度超过了这个水平，对行为反而会产生一定的阻碍作用。如学习的动机太强、急于求成，会产生焦虑和紧张，干扰了记忆和思维活动的顺利进行，使学习效率降低。考试中的“怯场”现象主要是由动机过强造成的。

心理学家耶克斯和道德森的研究表明，各种活动都存在一个最佳的动机水平。动机不足或过分强烈，都会使工作效率下降。研究还发现，动机的最佳水平随任务性质的不同而不同。在比较容易的任务中，工作效率随动机的提高而上升；随着任务难度的增加，动机的最佳水平有逐渐下降的趋势，也就是说，在难度较大的任务中，较低的动机水平有利于任务的完成。这就是著名的耶克斯-道德森定律。

### 三、简答题

15. 什么是知觉的恒常性？常见的恒常性有哪些？

知觉恒常性是指当知觉的客观条件在一定范围内改变时，我们的知觉映像在相当程度上却保持稳定的特点。

常见的知觉恒常性包括：大小恒常性，形状恒常性和颜色恒常性。

大小恒常性是指对物体大小的知觉不因物体在视网膜上成像的大小改变而改变。

形状恒常性是指人对客观事物形状的知觉不因它在视网膜上的投影变化而变化。

颜色恒常性是指人不因照度导致的物体颜色变化而保持对其颜色知觉恒定。

#### 四、论述题(20分)

##### 19. 试述影响能力发展与差异的因素。

能力的形成与发展依赖于多种因素的交互作用,这些因素既包括先天的遗传素质,又包括后天的环境和教育、实践活动和人格特征等。

(1) 遗传素质是个体与生俱来的解剖生理特点,主要包括神经系统、感觉器官和运动器官的解剖生理特点。遗传素质是能力形成与发展的自然前提和物质基础,个体如果缺乏某一方面的素质,就难以发展某一方面的能力。如天生的盲人难以发展绘画能力;先天失聪的人也无法培养高水平的音乐能力;而唐氏综合症患者则则很难智力超群等等。

(2) 环境和教育是影响能力发展与差异的重要因素。

胎儿出生之前生活在母体的环境中,这种环境对胎儿的生长发育以及出生后智力的发展都有重要影响。

从出生到青少年时期,是个人生长发育的重要时期,也是智力发展的关键时期。如果此时忽视了环境的作用,将会造成儿童青少年的智力发展明显落后。许多学者都强调早期教育在个体能力发展中的重要性。人类的生命早期是个体发展最迅速的时期,在这一时期提供良好的教育会取得事半功倍的效果。

学校教育则与家庭教育不同,它是有目的、有计划、有组织的对年轻一代施加影响的。首先,为了适应社会生产力发展的需要,学校普遍地教育青少年具备起码的知识技能,学生在掌握知识技能的同时也发展了能力。其次,学校通过义务教育,帮助大部分无力承担子女教育的家庭实施对下一代的教育,这在一定程度上有助于缩小能力的个体差异。第三,学校有各方面的专业教师和多种设备器材,能够满足不同能力学生的需求,从而在新的水平上造就更加多姿多彩的个体差异,实现相对于学生个体能力而言的公平教育。

(3) 实践活动的影响。长年累月、坚持不懈地参加各种社会实践,会使相应的能力得到高度发展。比如,卖油翁熟能生巧的倒油能力,宇航员高超的平衡能力,职业经理人出色的管理能力等。

(4) 人格特征的影响。强烈的动机、浓厚的兴趣、顽强的意志等人格特征是促进能力发展的重要因素。

影响能力发展与差异的因素是多方面的,虽然无法精确估算各种影响因素在决定能力高低与发展历程中各自所占比重,但有一点是不可否定的,即遗传、环境、教育和个体的人格特征在能力发展中的作用缺一不可。

#### 三、简答题(每小题10分,共30分)

##### 15. 简述意识的作用。

意识的作用主要体现在:在以下几个方面:

(1) 意识对人所觉察的和注意的范围进行限制,从而减少刺激输入流量; (2) 意识使人们依据知觉的组织规律,把连续不断的经验划分为客体和事件; (3) 意识使人们能利用过去的记忆对现时输入信息作出最佳的判断和行为; (4) 意识的能动性使人们可以有限度地超越外部的信息内容,在其范围之外建构它们的意识内容。

意识也有局限性。如在大多数条件下,外部世界仍限制着意识经验的内容范围,意识很难在同一时间内容纳过多的东西等等。

##### 17. 什么是手段—目的分析?包括哪些步骤?

手段—目的分析就是将需要达到的问题的白标状态分成若干子目标,通过实现一系列子目标最终达到总目标。手段—目的分析是启发式策略中最常见的一种。

美国认知心理学家西蒙(Simon)曾系统地研究过手段—目的分析法解决问题的过程,提出它的基本步骤包括:

基本步骤包括: (1) 确定事件当前状态和日标状态间的差距,并找到能够缩小差距的步骤; (2) 如果不能直接达到最终日标,就尝试找到子日标; (3) 寻找达到子日标的方法,实现子日标; (4) 尝试新的子日标,如此循环往复,直至问题解决。

#### 二、简答题

##### (二) 例举几种常见的不同意识状态,并简要说明意识的作用。

(1) 以下是几种常见的不同的意识状态:

① 睡眠与梦

② 催眠

③ 白日梦和幻想

④ 特殊药物下的意识状态

(2) 意识的作用

意识是人类特有的心理现象,它本身具有的功能,对提高人类的适应能力,对人类的生存和发展有重要的作用。这主要体现在以下几个方面:

① 意识对人所觉察的和注意的范围进行限制,从而减少刺激输入的流量。因此,人可以将心理活动集中在即刻目标信息上。

② 意识使人们依据知觉的组织规律,把连续不断的经验划分为客体和事件。

③ 意识使人们能利用过去的记忆对现时输入信息作出最佳的判断和行为。

④ 意识的能动性使人们可以有限度地超越外部的信息内容,在其范围之外建构它们的意识内容。

3. 注意: 睡眠与催眠的区别。

##### (三) 简述注意的特点及外部表现。

(1) 注意的特点是指向性和集中性。

(2) 注意是一种内部心理状态,可以通过人的外部行为表现出来。

① 适应性运动。人在注意时,有关的感觉器官朝向所注意的对象,以便得到最清晰的印象。如“侧耳倾听”、“举目凝视”等。

② 生理变化。集中注意时,呼吸会变得轻微而缓慢,甚至可能暂时停止。而紧张注意时,心跳则会加快,拳头握紧。

③ 无关动作停止。高度集中注意时,无关动作会暂时停止。

注意作为一种内部心理状态,它和外部行为表现之间,并不总是一一对应的。

##### (五) 简述注意的品质。

注意的品质包括:

(1) 注意的稳定性

(2) 注意的广度

注意的广度,又称注意的范围,是指一个人在同一时间内能够清楚地把握注意对象的数量。它反映的是注意品质的空间特征。扩大注意广度,可以提高工作和学习的效率。

注意对象的特点、活动的性质和任务、个体的知识和经验都是影响注意广度的主要因素。一般来说注意的广度随个体年龄的增长而增长。

(3) 注意的分配

注意的分配是指在同一时间内把注意指向两种或两种以上的对象和活动。

注意的分配需要一定的条件:同时进行的几种活动至少有一种应是高度熟练的;还取决于同时进行的几种活动的性质。

#### (4) 注意的转移

注意的转移是指根据活动任务的要求,有意识地主动地把注意从一个对象转移到另一个对象。

注意的转移和分心相区别的是,注意的转移是主动的更换注意的对象,而分心却是由于注意受到干扰或影响,被动的离开了需要注意的事物。比方说,您正在写研究报告,需要查某一方面的资料,注意主动地从写研究报告转移到查阅资料上,这是注意的转移;在开会的时候,手机铃声突然响起,注意受到了干扰,被动的离开了当时的会议内容,这是分心。

注意转移的快慢和难易取决于原来注意的紧张程度和引起注意转移的新对象(新活动)的性质。如果原来活动的注意紧张程度高,或对新活动不感兴趣,注意转移就较困难、缓慢。

#### (八)产生深度知觉的线索有哪些?

深度知觉涉及三维空间的知觉,即不仅能够知觉物体的高和宽,而且能够知觉物体的距离、深度和凹凸等。心理学研究发现,人们对深度和距离的知觉主要来自肌肉线索和单眼线索。

(1)肌肉线索主要是指来自于眼部肌肉的深度线索,这类线索包括调节和辐合。

所谓调节,是指当眼睛聚焦于不同距离的物体时,晶状体会发生曲度的相应变化。与晶状体相连的肌肉会将这些变化信息传递至大脑,从而帮助我们判断距离。

辐合是指眼睛随距离改变而将视轴会聚到被注视的物体上。当我们看远处的物体时,双眼视线是平行的。但当注视15米以内的物体时,双眼必须向内侧会聚。眼部肌肉会将这种会聚的变化传递至大脑,由此产生深度知觉。

(2)单眼线索是指用一只眼睛就能感受的深度线索。由于二维图形的深度知觉靠一只眼睛就能感受到,所以单眼线索也被称为图形深度线索。

这类线索包括:线条透视;相对大小;阴影;遮挡;纹理梯度。

#### 三、论述题:

##### (一)论述心理学的研究对象。

心理学的研究对象是心理现象,它是一种精神现象,是由脑这种物质所产生的一种精神现象。心理学对象的具体内容是:

##### (1)个体心理

人是以个体而存在的,个体所具有的心理现象称为个体心理。个体心理一般分为认知、动机与情绪、能力与人格等三部分。

##### ①认知

认知是指人们获取知识和运用知识的过程,或信息加工的过程,这是人的心理的最基本的过程。它包括感觉、知觉、记忆、想像、思维和言语等。人们通过感觉与知觉获取外界的信息,感觉是对事物个别属性或特性的认识,如感觉到红的颜色、高的声音等。知觉是对事物整体的认识如看到红旗、听到一个曲调、摸到一本书等。这些感知过的事物还会保留在人们的头脑中,需要的时候能再现出来。如我们小学时的老师和同学,现在想起来,他们的音容笑貌,都历历在目。这种保持个体经验的过程就是记忆。人们能利用头脑中保持的事物的形象,能构想像出现实中不存在的事物,如人们创作的孙悟空、猪八戒等就是想像出来的形象。人们还能运用头脑中已有的知识和经验间接地、概括地认识事物的本质和规律,形成对事物的概念,进行判断和推理,解决面临的各种各样的问题,这就是思维。如人们对物种进化的认识,对原子结构的认识和设计一部新的机器等等。

##### ②动机与情绪

人们在认识事物的过程中,还会产生对事物的态度,引起喜爱、厌恶、满意、不满意等主观体验就是情绪。事业的成功、朋友的支持、家人的聚会

使人感到愉快和喜悦;而工作的失利、朋友的不和、家人的争吵使人感到难过或愤怒。情绪是在认知基础上产生的,它又对情绪产生重要的影响。

人的认知和行为不仅受情绪的影响,而且是在动机支配下进行的。动机是由目标引导、激发和维持个体活动的内部动力。例如一个人想成为一名医生,为大众解决病痛之苦,这种内部的动力成为推动他学习的动机。动机具有性质和强度的区别,动机性质不同,人们对现实的态度和行为方式也不同。

##### ③能力和人格

人在获取知识和运用知识的过程中,会形成各种各样的心理特征,使人们之间形成差别。这些心理特征有的是暂时的、偶然的,有的是经常的、稳定的。稳定的心理特征称之为个性心理特征或个性。心理特征包括能力和人格两个方面。例如,有人记得快,有人记得慢,有人长于想像,有人善于思考,这是能力的差异。有人比较温柔,有人比较暴躁,有人反应敏捷,有人迟钝;有人谨慎,有人骄傲自满;有人坚强,有人软弱等这是人格差异。

认知、动机与情绪、能力与人格是个体心理现象的三个主要方面,是心理学的主要研究对象。这三个方面是相互联系的。

##### (2)社会心理

人是社会的实体,人是一个社会的成员,他总是生活在各种社会团体中,与其他的人结成各种各样的关系,如亲属关系、朋友关系,师生关系、阶级关系、民族关系、国家关系等,由于这些关系的存在,于是就会有许多团体的存在,这样就产生了团体心理或社会心理。团体和个体一样,有团体的需要、利益、价值、规范、舆论、意志和目的等心理特征。一个团体由于具有某些特定的心理特征而区别于其它团体。另外,团体心理离不开个体心理,同时,它对个体心理也有着直接的影响,影响着个体心理的形成和发展。所以,心理学的研究对象有个体心理也有社会心理。

##### (三)举例说明错觉产生的原因。

错觉的产生既有客观原因,也有主观的原因。

(1)客观上,错觉的产生大都是知觉对象所处的客观环境有了某种变化导致的。有的是对象结构发生了某种变化,如垂直水平错觉,有的是对象所处背景发生了变化,如月亮错觉。知觉对象发生变化,但人们仍以原来的知觉模式进行感知就是导致错觉产生的客观原因。

(2)主观上,错觉的产生可能与个体过去的经验、动机、预期和认知方式等因素有关。人们对当前事物的感知总是要受到过去经验的影响,错觉产生也有一部分来自这种影响。比如,人们在知觉三维空间物体的大小时,总是把距离估计在内,这是保持物体大小恒常性的重要条件。当人们把知觉三维世界的这一特点用于知觉平面物体时,就会引起错觉现象。以潘佐错觉为例,由于两条相交直线提供了线条透视,夹在它们中间的两条横线在深度上被分开了,上方的线条应该比下方的线段远些,而画面上的两条线段实际上相等,它们在视网膜上的投影也相等。按照知觉恒常性的原理,人们在知觉物体大小时估计了物体的距离,因而把看起来离得更远的线段看得更长一些。

#### 选修课《心理学》课程作业评讲(2)

##### 二、简答题

##### (二)简述编码特异性原则。

加拿大认知心理学家塔尔文(Tulving)等人提出的编码特异性原则。

该原则认为,什么样的信息得到存储取决于所知觉到的信息以及这些信息怎样被编码加工,而已存储的信息又决定了什么样的提取线索是有效的,可以通过它来提取已存储的信息。也就是说,当提取线索与编码时的情境相匹配时,提取的效果最好。提取线索分为外部线索和内部线索两种。外部线索包括刺激的特性以及学习时周围的环境等;内部线索包括学习时的精神状态、心境和情绪等。

### (三) 简述遗忘发生的原因。

#### (1) 编码和提取失败。

一方面，可能发生信息编码的失败，没有存储在记忆库里；另一方面即使得到了编码，也可能因为各种原因无法提取出来。

(2) 消退说。消退说认为，遗忘是记忆痕迹得不到强化而逐步减弱的结果。

(3) 干扰说。干扰理论认为，遗忘是因为在学习和回忆之间受到其他刺激的干扰所致。

(4) 压抑说。压抑说认为，遗忘是由于情绪或动机的压抑作用引起的。

### (五) 什么是表象？表象在思维中有哪些作用？

#### (1) 表象的含义

表象是指事物不在主体面前呈现时，大脑中出现的关于事物的形象。

从表象产生的感觉通道来划分，表象可以分为视觉表象(如想起某个人的相貌)、听觉表象(如想起某首歌的旋律)、嗅觉表象(如想起玫瑰花的香味)和运动表象(如想起舞蹈的动作)等。

(2) 表象在思维中的主要作用有：

#### ① 表象能够促进问题解决和决策

比如，在挑选一件衣服时，想出衣服穿在身上的效果有助于作出更好的选择。工程师在审阅建筑图纸时，往往会通过头脑中想出的建筑物的实际形象来帮助分析。

② 表象为概念的形成提供了感性基础，并有利于对事物进行概括的认识

头脑中关于某个概念的记忆，既可以通过语言的形式进行编码，也可以通过表象进行编码。表象不依赖于具体的事物，摆脱了感知觉的局限性，因而为概念的形成奠定了感性的基础，在一定的条件下，语言和表象是可以相互转换的。

### (八) 简述创造性思维的特征与过程。

#### (1) 创造性思维的特征

- ① 新颖性
- ② 流畅性
- ③ 灵活性
- ④ 精致性

#### (2) 创造性思维的过程

- ① 准备阶段
- ② 酝酿阶段
- ③ 顿悟阶段
- ④ 验证阶段

### (九) 简述语言的基本特征与功能。

#### (1) 语言的基本特征

- ① 语言的结构性
- ② 语言的产生性
- ③ 语言的意义性
- ④ 语言的社会性

#### (2) 语言的功能

语言是人类和人类社会形成和发展的重要标志，它的基本功能包括如下三个方面：

- ① 保存和传授社会历史经验的功能
- ② 交流和表达功能
- ③ 思维功能

### (十一) 语言的产生包含那几个阶段？

#### (1) 构建阶段

语言活动是一种受到目标指引的活动，人们表达自己的思想一般是为了影响别人，达到一定目的。在这一阶段，讲话者会根据要达到的目的确定要表达的思想，并从记忆和环境中选择信息，准备构建想要说的话。

#### (2) 转换阶段

在这一阶段，讲话者会运用规则将思想转换为句法、词汇和语音等不同层次的语言结构。

#### (3) 执行阶段

在这一阶段，大脑要支配发音器官的肌肉，把音位表征转换为实际要说的声音。

### 三、论述题：

#### (一) 试述加工水平理论和相关的实验证据。

##### (1) 加工水平理论。

加拿大认知心理学家克雷克与洛克哈特(craik & Lckhart, 1972)提出的著名的加工水平理论认为，作用于人的刺激经受一系列不同水平的分析，从表浅的感觉分析开始，到较深的较复杂的、抽象的和意义的分析。针对一个刺激的加工水平或深度会对记忆效果产生很大影响，更深水平的加工比浅水平的加工产生更精细、更持久及更强烈的记忆痕迹。

(2) 在证明加工水平理论的研究中，克雷克等人让被试完成不同水平的信息加工任务，但并不要求他们记忆。待任务完成后，出乎意料地对他们进行记忆测验。比如，在一个实验中，每次给被试呈现一个词，同时就该词提出一个问题，让被试作出“是”或“否”的回答。问题分为三类，分别涉及字词的字形、语音和语义三种由高到低的不同水平的加工，例如：

字形：这个词是大写的还是小写的？

语音：这个词与 WEIGHT(重量)押韵吗？

语义：这个词能否填入这个句子：他在街上碰到\_\_\_\_\_。

研究者利用一些不同的词进行实验，在这些任务完成后，进行事先未告知的再认记忆测验。结果发现，之前的加工水平越深，随后的再认成绩也就越好，其中语义加工水平的成绩最好。(图 4-5)这证明记忆痕迹是加工水平的函数，支持了加工水平说。

#### (二) 试述记忆的三种加工模型中，感觉记忆、短时记忆和长时记忆的含义和特点。

记忆的三级加工模型认为，根据信息保存时间的长短，可以将记忆分为感觉记忆、短时记忆和长时记忆。

##### (1) 感觉记忆

感觉记忆也叫瞬时记忆，是指外界刺激信息输入感觉器官后，感觉信息在极短的时间内以感觉痕迹的形式在头脑中被保留下来的过程。感觉记忆只停留在感官层面，保存时间大约为 0.25~2 秒，不加以注意则转瞬即逝。感觉记忆不只局限于视觉，其他感觉通道如听觉、触觉和嗅觉等也存在感觉记忆。

##### (2) 短时记忆

短时记忆是感觉记忆和长时记忆的中间阶段，一般是指保存时间少于 1 分钟的记忆。在电话簿中查到某人的电话号后不断默念并拨出去的过程，就用到了短时记忆。短时记忆是信息处理的中间站，这些信息还需要进一步的加工处理，只有那些经过复述的信息才有可能进入长时记忆系统，否则就会消失。

##### (3) 长时记忆

长时记忆是指信息经过充分的加工后，在头脑中长时间地保留下来。长时记忆是一个真正的信息库，其保存时间可达几年甚至终生。它的容量没有限度，它存储着我们关于世界的一切知识，为我们的一切活动提供了必要的知识基础。

### 必修课《心理学》课程作业评讲(3)

## 二、简答题

### (一) 简述情绪的成分与功能。

#### (1) 情绪的成分。

情绪是一个多成分的复合心理现象。它是由以下三种成分组成的。

- ① 主观体验
- ② 外部表现
- ③ 生理呼唤

#### (2) 情绪的功能：

- ① 情绪是适应生存的心理工具
- ② 情绪是激励行为的动机
- ③ 情绪是心理活动的组织者
- ④ 情绪是人际交流的手段

### (三) 请简要列出情绪理论的主要代表人物及其最具代表性的观点。173—178#

#### (1) 詹姆斯—兰格理论。

代表人物有詹姆斯和兰格。他们强调情绪的产生是植物神经系统活动的产物，外界刺激引起身体的生理反应，而生理反应进一步导致情绪体验的产生。后人称它为情绪的外周理论。

#### (2) 坎农—巴德学说。

代表人物有坎农、巴德。该理论认为有机体的生理变化和情绪体验是同时发生的，情绪感觉是由大脑皮层和植物性神经系统共同激发的结果。

#### (3) 认知评价理论。

代表人物有阿诺德和理查德·拉扎勒斯。该理论也称认知—评估理论、情绪评估—兴奋学说，强调认知评价在情绪中的作用。认知评价情绪理论既承认情绪的生物因素，具有进化适应的价值，也承认情绪受社会文化情境的制约，受个体经验和人格特征的制约，而这一切又随时发生在对任何事物的认知评价中。

### (四) 简述动机的特点及马斯洛的需要层次理论的基本观点。

#### (1) 动机的特点有：

- ① 动力性；
- ② 指向性；
- ③ 隐蔽性；
- ④ 活动性；
- ⑤ 维持性。

#### (2) 马斯洛的需要层次理论的基本观点

马斯洛认为，人的需要是由以下五个等级的需要构成的：生理的需要，对食物、水分、空气、睡眠、性的需要等；安全需要，它表现为人们要求稳定、安全、受到保护、有秩序、能免除恐惧和焦虑等；归属和爱的需要，一个人要求与其他人建立感情的联系，如结交朋友、追求爱情、参加一个团体等；尊重的需要，它包括自尊和希望受到别人的尊重，自尊需要的满足会使人相信自己的力量和价值；自我实现的需要，人们追求实现自己的能力或潜能，并使之完善化。

马斯洛认为，这五种需要都是人的最基本的需要。这些需要是天生的、与生俱来的，它们构成了不同的等级，并成为激励和指引个体行为的力量。

### (六) 在学校环境中，如何发挥社交动机的积极作用？

在学校环境中，学生的社交动机主要通过两个方面得以满足：师生之间的沟通和同伴之间的沟通。

#### (1) 师生沟通

① 良好师生沟通的作用。良好的师生沟通为学生的身心健康发展提供了必要的社会心理背景，可以使学生获得社交的满足，产生积极的情感体验，感受到社会中人与人之间的温暖，有助于培养学生的高尚情感和乐观性格。良好的师生沟通有助于与学生建立和谐的关系，发挥积极的教育作用。学生对自己所尊敬的老师的一切言行往往会毫不怀疑地接受和仿效。良好的师生沟通能增强学生对学习的兴趣，提高他们智力活动的积极性。良好的师生交流和友谊，也能起到使学生“爱屋及乌”的效果。

② 良好师生沟通的要素。在课堂背景中要实现良好的师生沟通，有三个构成要素：“真诚”、“接受”、“理解”。教师的品质，以真实为先，只有这样，才能形成一种良好的师生关系，形成一种理想的交流，满足学生的交往需要。“接受”指的是教师要无条件地接受学生，能完全接受学生在碰到某个新问题时表现出来的恐惧和犹豫，并且接受学生达到目的时表现出来的满足。这样的教师能将学习者看做一个具有许多感情、许多潜能的不完善的人。“理解”要求教师能从学生的角度出发观察世界，敏锐地理解学生的心灵世界，设身处地地为学生着想，感同身受，了解学生的内心世界，这样，学生可以相信教师能全面把握自己的优缺点，从而发展起教师与学生间“快乐与共”的行为来。

#### (2) 同伴沟通

同伴沟通主要表现为同学之间的相互交流与合作。它是儿童社交活动的又一重要方面。随着年龄的增加，同伴在他们心目中的地位越来越重要，这种影响在青少年时期达到顶点，同伴并可能取代父母和老师在他们心目中的第一地位。

同伴沟通对儿童的心理健康发展有很大影响。如果缺乏同伴沟通，儿童的社交需要和情感得不到满足，常常会引发一些不正常的问题状态和行为表现。研究发现，在学校环境中，社交状况不良的儿童会表现出高焦虑、低自尊、情绪不稳，出现回避行为或攻击行为等一系列不正常行为。

同伴沟通对儿童的社会化和社交能力的培养有重要影响。同伴间的交往为学生的社会化提供了演习、观摩及模仿的机会和场所，提供了榜样和强化的作用，学生通过与同伴的交往来学习、巩固和内化各种社会行为规则。

同伴沟通有助于儿童从他人角度上看待问题，设身处地地理解他人的感受和需要。从他人角度看待问题影响了以下几方面的活动：有效地获得信息，有效地综合信息，建设性地解决人际间冲突，有效地解决团体中的问题，能与人合作。

同伴沟通影响到学生的学习。许多研究表明，同学之间的友好或敌对的交流，对学习有很多影响。在友好的、相互关怀的同伴关系中，同学之间相互得到支持和鼓励，更能发挥学习的潜力。

教师应该充分认识学生对于同伴交往的渴求和需要，以及同伴沟通对学生的深刻影响，努力创设条件来增加他们相互了解和交流的机会，培养健康友好的沟通气氛，使这种需要得到合理的满足，或充分利用它来作为增进学习的动力。比如，在课堂上增加讨论的机会，鼓励每个学生大胆发言、积极参与；教学活动中多采用合作学习方式，让学生相互配合共同完成某项教学目标，体会彼此交流、指导与支持的重要性；组织课外的兴趣小组，促进学生之间的频繁交往，使他们优势互补。

### (八) 请简要列出智力理论的主要代表人物及其最具代表性的观点。

能力理论主要包括斯皮尔曼的二因素学说、吉尔福特的智力三维结构模型、加德纳的多元智力理论和沙洛维与梅耶的情绪智力理论。

### (1) 斯皮尔曼的二因素学说

二因素说的代表人物是英国心理学家和统计学家斯皮尔曼(C. Spearman)。

1927年英国斯皮尔曼根据人们完成智力作业时成绩的相关程度,提出能力由两种因素组成:一种是普通能力或普遍因素,简称G因素,它是人的基本潜能(能量),是决定一个人能力高低的主要因素。正是由于这种因素,人们在完成不同智力作业时的成绩才会出现某种正相关。另一种是特殊能力或特殊因素,简称S因素,它是保证人们完成某些特定的作业或活动所必需的。由于这些因素起作用,人们的作业成绩才没有完全的相关。许多特殊因素与某种普遍因素结合在一起,就组成人的智力。人们在完成任何一种作业时,都有G和S两种因素参加。

### (2) 吉尔福特的智力三维结构模型

三维结构模型的代表人物是美国心理学家吉尔福特。

吉尔福特认为,智力可以区分为三个维度,即内容、操作和产品。这三个维度的各个成分可以组成为一个三维结构模型。智力活动的内容包括听觉、视觉(所听到、看到的具体材料,如大小、形状、位置、颜色)、符号(字母、数字及其他符号)、语义(语言的意义概念)和行为(本人及别人的行为)。它们是智力活动的对象或材料。智力操作指智力活动的过程,它是由上述种种对象引起的,包括认知(理解、再认)、记忆(保持)、发散思维(寻找各种答案或思想)、聚合思维(寻找最好、最合适、最普通的答案)和评价(做出某种决定)。智力活动的产物是指运用上述智力操作所得到的结果。这些结果可以按单元计算(单元),可以分类处理(分类),也可以表现为关系、转换、系统和应用。由于三个维度的存在,人的智力可以在理论上区分为 $5 \times 5 \times 6 = 150$ 种(见下图)。

图1 三维智力结构模型

吉尔福特的三维智力结构模型同时考虑到智力活动的内容、过程和产品,这对推动智力测验工作起了重要的作用。1971年吉尔福特宣布,经过测验已经证明了三维智力模型中的近百种能力。这一成就对智力测验的理论与实践,无疑是巨大的鼓舞。

### (3) 加德纳的多元智力理论

智力多元理论是由美国心理学家加德纳提出的。

加德纳认为,智力内涵是多元的,由7种相对独立的智力成分所构成。每种智力都是一个单独的功能系统,这些系统可以相互作用,产生外显的智力行为。

第一种,言语智力,包括阅读、写文章或小说及用于日常会话的能力。第二种,逻辑—数学智力,包括数学运算与逻辑思考的能力,比如做数学证明题及逻辑推理。第三种,空间智力,包括认识环境、辨别方向的能力,如查阅地图等。第四种,音乐智力,包括对声音的辨别与韵律表达的能力。第五种,运动智力,包括支配肢体完成精密作业的能力,比如打篮球、跳舞等。第六种,社交智力,包括与人交往且能和睦相处的能力。第七种,自知智力,包括认识自己并选择自己生活方向的能力。

### (4) 沙洛维与梅耶的情绪智力理论

20世纪末至21世纪初,国际心理学界对情绪智力进行了广泛而深入的研究,其代表人物主要有美国心理学家沙洛维(Salovey)和梅耶(Mayer)。

1990年,沙洛维和梅耶使用情绪智力这一概念描述对成功至关重要的情绪特征。这一概念经过他们多次修改,最后概括出情绪智力可定义为四个主要成分:准确和适当地知觉、评价和表达情感的能力,运用情感、促进思考的能力,理解和分析情感信息、有效地运用情感知识的能力,调节情绪以促进情感和智力发展的能力。

### (九) 在人的一生中,能力发展的一般趋势如何?

能力发展的一般趋势为:

- (1) 童年期和少年期能力发展迅速;
- (2) 能力中各种成分的发展达到顶峰的时间不同;
- (3) 流体智力和晶体智力的发展趋势不同;
- (4) 成年期能力发展最稳定。

#### 必修课《心理学》课程作业评讲(4)

#### 二、简答题

##### (三) 简述性格的结构及其主要表现。

性格的结构包括性格的态度特征、性格的意志特征、性格的情绪特征、性格的理智特征四个方面。

(1) 性格的态度特征表现在:

- ① 对社会、集体、他人的态度特征。
- ② 对学习、劳动和工作的态度特征。
- ③ 对自己的态度特征。

(2) 性格的意志特征表现在:

- ① 对行为目的明确程度的意志特征。
- ② 对行为自觉控制的意志特征。
- ③ 在长期工作或学习中表现出来的意志特征。
- ④ 在紧急或困难情况下表现出的意志特征。

(3) 性格的情绪特征表现在:

- ① 强度特征。
- ② 稳定性特征。
- ③ 持久性特征。
- ④ 主导心境。

(4) 性格的理智特征表现在:

- ① 在感知方面的差异。
- ② 在思维方面的差异。
- ③ 在记忆方面的差异。
- ④ 在想象方面的差异。

##### (四) 请简要列出人格理论学派的主要代表人物及其最具代表性的观点,以及人格测评的方法。

(1) 人格理论学派的主要代表人物及其最具代表性的观点

###### ① 精神分析理论。

主要代表人物是弗洛伊德。

其最具代表性的观点强调无意识过程,弗洛伊德认为人格是一个整体,在这个整体之内包含着彼此关联且相互作用的部分。人格是由本我、自我和超我三个部分构成的。本我的目的在于追求快乐,自我的目的在于追求现实,超我的目的则在于追求完美。在通常情况下,三者处于协调平衡状态,保证了人格的正常发展。如果三者失去平衡,就难免导致个体生活适应困难,甚至诱发心理异常。

###### ② 人格特质学说。

主要代表人物是奥尔波特与卡特尔。其代表性的观点是:认为人格存在一些特质维度。人们之间的差异,就在于在这些维度上表现程度的不同所形成的不同特质构型。人格特质理论强调人的个别差异和个体的整体功能以特质概念来假定行为的跨情景一致性和跨时间的持续性。

###### ③ 人本主义理论。

主要代表人物是美国心理学家马斯洛和罗杰斯。其代表性的观点是:特别关注人的尊严和价值,强调人的成长和发展,提倡以人为中心、培养完整

的人，并相信任何人都有自我实现的潜能，能够朝着正面和建设性的方向发展。

#### ④ 积极心理学的观点。

主要代表人物是美国心理学家塞利格曼和奇克森特米哈伊。其观点是：提倡研究积极的人格特质；强调人格形成过程中各因素的交互作用；强调人的能力及潜在在人格形成过程中的作用。

#### (2) 人格测评的方法

- ① 自陈式量表测验。
- ② 投射测验。
- ③ 情境测验。
- ④ 自我概念测验。

### (十) 什么是沉浸体验？哪些活动中容易出现沉浸体验？

#### (1) 沉浸体验的含义

沉浸是由心理学家奇克森特米哈伊 1988 年提出的用来描述人的高度投入状态的概念，比如在写作过程中出现的“一气呵成”、“才思如泉涌”的状态都可称为沉浸体验，它是个体幸福的一个重要来源。奇克森特米哈伊指出当人们从事一种可控而富有挑战性的活动，而且这种活动需要一定的技能并受内部动机驱动时，就会产生沉浸体验。沉浸体验只发生在全神贯注的活动过程中，它是一种完全忘我，或者自我释放状态。完成活动任务后，重新出现的自我仿佛更强大了。在沉浸体验中，人的时间知觉会发生奇妙的变化，一个小时过去了就好像是刚刚过去了几分钟。

#### (2) 哪些活动中容易出现沉浸体验

研究发现不同的活动产生沉浸体验的频率是不同的。从事自己爱好的活动，如参加体育运动、看电影等最容易产生沉浸体验，而闲逛、休闲等活动中出现沉浸体验的时候非常少。

能够产生沉浸体验的活动一定需要人们运用较高的技能才能完成，并且有可能接近人的极限。在这种活动中，人们认为自己是胜任的，有能力完成它。美国哈佛大学学者卡尔 2002 年提出，技能和挑战是产生沉浸体验的必要条件，在沉浸体验产生时，个体所面对的活动是高挑战、高技能性的；面对的活动如果技能性、挑战性较低，人们的体验表现为冷漠；面对的活动如果是高挑战性、低技能性时，人们就会体验到焦虑，因为活动超出了自己的可控范围；而当人们面对的是低挑战，而自身又具有中等程度的技能水平时，就会觉得无聊。

### 三、论述题：

#### (一) 试述气质与性格的区别与联系。

性格与气质既有区别又有联系。

##### (1) 性格与气质的区别。

首先，从起源上看，气质更多地受个体高级神经活动类型的影响，主要是先天的；而性格是后天形成的，在个体生命开始时是无性格可言的，它是个体在活动中与社会环境相互作用的产物，反映了人的社会性。

其次，从可塑性上看，气质的变化较慢，可塑性较小；而性格的可塑性较大，环境对性格的塑造是明显的，即使是已经形成的性格，改变也要容易些。

最后，气质仅影响个体行为的动力特征，如速度、强度、灵活性等，与行为的内容无关，因此，气质无好坏善恶之分；性格则涉及行为的内容，表现个体与环境的关系，如有的人乐于助人，有的人自私自利等，因而性格有好坏善恶之分。

##### (2) 性格与气质的联系。

性格与气质的联系是密切而又复杂的。相同气质类型的人可能形成不同的性格特征；性格特征相似的人可能气质类型不同。具体地说，二者的联系有以下三种情况。

首先，气质使性格具有某种独特的色彩或表现形式。例如，同是勤劳的性格特征，多血质的人表现出的是精神饱满，精力充沛；黏液质的人则会表现得踏实肯干，认真仔细。同是友善的性格特征，胆汁质的人表现为热情豪爽，抑郁质的人表现出温柔细心。

其次，气质会影响性格形成与发展的速度。例如，同是形成自制力这种性格特征，抑郁质的人就比较容易，而胆汁质的人往往需要经过极大的克制和艰苦努力，形成之后也不够稳定。

最后，性格会在一定程度上掩盖或改造气质，使之符合社会实践的要求。例如，从事精细操作的外科医生应该具有沉着冷静的性格特征，这种要求在职业训练中有可能掩盖或改造胆汁质者容易冲动和急躁的气质特征。

#### 3. 注意：联系实际进行论述。

### 《学前儿童发展心理学》课程作业评讲(4)

## 三、简答题

### (一) 研究儿童气质有什么意义。

研究儿童气质的意义在于：

- (1) 气质有类型差异无好坏之分；
- (2) 每一种气质积极和消极的地方；
- (3) 成人和教师应有的态度：应当在了解、尊重儿童气质差异的前提下实施教育，才能有的放矢，取得实效。

#### 3. 注意：简要分析说明。

### (二) 按社会性参与程度可将游戏分几类？

心理学家 Parten 根据学前儿童在游戏中的社会性参与程度将游戏分为：

- (1) 独自游戏；
- (2) 平行游戏；
- (3) 联合游戏；
- (4) 合作游戏。

#### 3. 注意：简要说明。

### (三) 简述操作性游戏的发展阶段。

(1) 无目的的游戏 (0-1 岁)：皮亚杰认为处于 1 岁以前的婴儿的游戏本质是唯乐的，没有目标的。他们只是希望通过控制玩具获得快感。使用方法也是没有目的、随心所欲、无法预测的。

(2) 功能性游戏 (1-3 岁)：儿童能慢慢关注玩具或物体的特征，慢慢知道玩法，因此能根据特征和功能来使用。但是在操作的过程中经常会使用刻板化。

(3) 结构性游戏 (3-6 岁)：有组织的目标导向的游戏，即儿童在一定目标的指引下，通过操作，将一些无意义的材料变成有意义的结果的游戏。随着年龄的增长而增多。到了 4 岁左右，结构性游戏成了儿童最主要的游戏形式。结构性游戏经历了三个阶段，分别是：想象构造、模拟构造和创造构造三个阶段。

#### 3. 注意：简要说明。

### (四) 简述儿童自我评价发展的特点。

- (1) 从依从性评价发展到对自己个别性和多面性评价；
- (2) 从对自己外部行为的评价到对内心品质的评价；
- (3) 从主观情绪性评价到初步客观的评价。

#### 3. 注意：简要说明。

## (五)维果斯基是如何看待教学与发展的关系的，对我们的儿童教育有何启示？

(1)教学应与儿童的发展水平相一致。

①儿童有两种发展水平：第一种水平是现有的发展水平，第二种水平是可能发展的水平即“最近发展区”（通过成人的帮助和自身的努力可以达到的水平）

②维果斯基将学校中的教学与发展比作是最近发展区和现实发展水平间的关系。童年期的教学只有走在发展的前面并加以引导才是好的教学，教学的可能性由它的最近发展区决定，一个正确有效的教育既要确定教学的最低界限，也要确定教学的最高界限。

(2)启示：

①对儿童的教育存在最佳时期，一定时期的教学能更好地促进儿童的发展。

②教学时，必须考虑儿童的两种发展水平，一种是儿童现有的发展水平；另一种是在有指导的情况下借助成人的帮助可以达到的解决问题的水平。

③教学应着眼于幼儿的最近发展区，对发展过程加以及时的组织、对不良倾向加以及时调整，把潜在的发展水平变成现实的发展，并创造新的最近发展区。

## 四、案例分析：

基尼是美国加利福尼亚州的一个小女孩。她母亲双目失明，丧失了哺育孩子的基本能力；父亲讨厌她，虐待她。基尼自婴儿期起就几乎没听到过说话，更不用说有人教她说话了。除了哥哥匆匆地、沉默地给她送些食物外，可以说，基尼生活在一间被完全隔离的小房里。她严重营养不良，胳膊和腿都不能伸直，不知道如何咀嚼，安静得令人害怕，没有明显的喜怒表情。基尼3岁被发现后，被送到了医院。最初几个月，基尼的智商得分只相当于1岁正常儿童。多方面的重视使她受到了特殊的精心照顾。尽管如此，直到13岁，都没有学会人类语言的语法规则，不能进行最基本的语言交流。据调查分析，基尼的缺陷不是天生的。

根据以上案例，运用学前儿童心理学知识回答下列问题：

(1)小基尼的缺陷说明了什么？

(2)小基尼在精心教育下，仍不能学会人类语言的语法规则，这说明了什么的影响作用？

(1)儿童心理的发展的生物性和社会性的统一。

遗传是个体心理发展的先天基础。遗传一方面保证了人类性状的稳定性，另一方面又为个体适应环境的变化提供了可能性。个体的心理发展不能脱离社会条件。社会环境是儿童心理形成和发展的现实基础，提供了心理形成和发展的现实性；特别是幼儿亲子关系对儿童一生的心理发展起基础和奠基作用，如果没有社会环境及教育的作用，儿童不可能形成成人的心理。

(2)说明儿童各种心理的发展存在关键期。

关键期是某种心理活动、机能在某个阶段发展最迅速、变化最快、可塑性最强的阶段，在此时期适时对儿童进行正确教育，儿童心理发展很快；反之，则可能造成终生障碍。3岁前是儿童语言发展的关键期，小基尼就失去了这一关键期培养，以后语言的发展就很难了。

注意：需围绕案例展开分析。

## 《心理学》课程作业评讲(4)

### 二、简答题

#### (一)什么是自我？自我的构成成分有哪些？

(1)自我又称自我意识，是对自己存在的觉察，对自己所有身心状况的认识，其中包括生理状况、社会地位、动机、情绪状态、能力以及其他许多方面。

(2)自我的构成成分有：

①主我与客我；

②个人自我与社会自我；

③镜中自我；

④理想自我与现实自我。

#### (二)简述有关社会认知归因的主要理论（代表人物和主要观点）

归因是指人们对自己或他人的行为进行分析，并对这种行为的原因进行解释的推测。主要的归因理论有：海德的内外归因理论、凯利的三度理论、韦纳的成败归因理论。

(1)海德的内外归因理论

海德是最早研究归因理论的学者，他认为人们都有一种理解周围环境，预测和控制他人行为的需要，因此每个人都会主动寻找原因来解释人们的行为，即“人人都是朴素的心理学家”。海德认为对行为的归因可以大致分为两类：一是情境归因（外在归因），即判断个人行为的根本原因是来自外界力量，如个体的周围环境、他人的力量、外在的奖赏等。二是个人倾向归因（内在归因），即判断行为的根本原因是个体本身的特质，如个体的人格、品质、动机、能力和态度等因素。但是任何时候都有外部的原因，也有内部的原因，总是一方占主动起主要作用。

(2)凯利的三度归因

凯利的三度理论是继相应推断理论之后，对海德归因理论的又一次扩充和发展。凯利认为，人们在归因的过程中总是涉及三个方面的因素：（1）客观刺激物（存在）；（2）行动者（人）；（3）情境条件。这三个方面构成一个归因框架，所以称为三度理论。这三个因素中任何一个因素的归因都取决于行为的下列三个变量。

①区别性。针对客观刺激物，即行动者是否对同类其他刺激做出相同的反应。

②一致性。针对人，即其他人对同一刺激是否也做出与行动者相同的反应。

③一贯性。针对情境，即行动者是否在任何情境和任何时候对同一刺激作出相同的反应。

凯利对归因理论的重要贡献在于，他提出了一个归因过程的严密的逻辑分析模式，对人们的归因过程作了比较细致、合理的分析和解释。这一模式假定人们以理性和逻辑的方式来原因果归因，人们会首先观察他人的行为线索，然后对他人的行为原因做出一个逻辑推理。但是，三度理论过分强调归因的逻辑性，而使之成为一个理想化的模式，脱离了普通人归因活动的实际。其实，普通人都是根据自己的需要、期望对行为结果迅速地做出归因，而并不像统计学家那样对信息资料进行繁杂的分析。人们在对他人的行为形成判断时，并不一定总会保持理性和逻辑性，有时候人们还会曲解信息，以满足自己高度的自尊需求。

(3)韦纳的成败归因理论

韦纳认为，对于成功和失败归因可能有很多种，但都可以把他们归为内在一外在、稳定—不稳定四个范畴中。他认为对于成功与失败的归因应包括两个维度：（1）观察者必须决定成败是由于内在的因素还是外在的因素；

（2）观察者还必须决定成败是经常发生的（即稳定）还是偶然发生的（即不稳定）。通过这两个维度才能作出总结性的归因。这两个维度是相互关联的。韦纳认为，稳定的内在因素是指个人的能力，稳定的外在因素是指任务的难度，不稳定的内在因素是指个人的努力，不稳定的外在因素是指个人的运气。

韦伯认为，能力、努力、运气和任务难度是一个人评价工作成败的主要因素。追求成功的人往往会对成功和失败做内部归因，成功是因为自己的能力和付出的努力，而失败则是因为自己不够努力，认为只要努力就不会失败。而避免失败的人通常会把成功归因于外部，如运气好、任务简单等，而是把失败的归结于自己，认为是因为自己能力差才导致失败。因为避免失败的人往往会把对成功归结于无法控制的外部因素，而把失败作自我归因，他们往往会处于退让的姿态。成就归因理论强调自我努力，强调努力会给人带来自信。

归因偏差就是不恰当的归因，会对人们今后的行为产生负面的影响。归因的过程往往会产生偏差，有的偏差来自动机，有的偏差来自认知方式。

主要有以下几种归因偏差：

(1) 基本归因错误

当人们解释他人行为时，会较少考虑情境作用，而高估个人品质的作用，这被人称为基本归因错误，也就是说更多地把他人的行为解释为内部原因，

(2) 行动者—观察者效应

人们在看待自己和他人的行为时，着眼点是不同的，行动者经常把自己的情境归因于内部，而把失败的原因归因于外部，而观察者则会把他人的成功的情境归因于外部，把失败的情境归因于他本人，这就是行动者——观察者效应。

(3) 自我服务的偏差

人们总是倾向于将肯定的结果归因于内部，而将否定的结果归因于外部，这就是自我服务偏见。

**(七) 皮亚杰的认知发展观可以分为哪几个阶段？各有什么主要特征？**

皮亚杰将儿童从出生后到15岁的认知发展划分为四个有序但不连续的阶段：感知运动阶段、前运算阶段、具体运算阶段、形式运算阶段。

(1) 感知运动阶段（出生——2岁左右）：在此阶段的初期即新生儿时期，婴儿所能做的只是为数不多的反射性动作。这一阶段的重要特征是婴儿理解了客体恒常性，即物体可以独立于他们的行为或知觉而存在或运动，一个物体即使当前感知不到，却仍然是继续存在的。

通过与周围环境的感知运动接触，即通过他加以客体的行动和这些行动所产生的结果来认识世界。也就是说婴儿仅靠感觉和知觉动作的手段来适应外部环境。这一阶段的婴儿形成了动作格式的认知结构。

(2) 前运算阶段（2——7岁）与感知运动阶段相比，前运算阶段儿童的智慧在质方面有了新的飞跃。儿童频繁地借助表象符号（语言符号与象征符号）来代替外界事物，重视外部活动，儿童开始从具体动作中摆脱出来，凭借象征格式在头脑里进行“表象性思维”，故这一阶段又称为表象思维阶段。在这一阶段儿童表现出中心化的特征，即注意力很容易被物体鲜明的知觉特征所吸引，不能同时考虑物体的两个特征，因为无法认识到质量守恒、数量守恒和重守恒等。

(3) 具体运算阶段（7——12岁）以儿童出现了内化了的、可逆的、有守恒前提的、有逻辑结构的动作为标志，儿童智力进入运算阶段，能利用具体的事物、物体或过程来进行思维或运算。这一阶段的主要特征：儿童能逻辑地思考事物，获得守恒的概念，思维具有可逆性，可以依据特性对物体进行分类，并按照一定的量度将物体按照次序排列。

(4) 形式运算阶段（12——15岁）而当儿童智力进入形式运算阶段，思维不必从具体事物和过程开始，可以利用语言文字，在头脑中想象和思维，重建事物和过程来解决问题。这一阶段的主要特征：儿童认知发展趋于成熟

的阶段，对抽象命题进行逻辑思维，开始关心假设、未来的和意识形态的问题。

3. 注意：弄清每个阶段的特点。

**三、论述题**

**(一) 奥尔波特关于自我意识发展的主要观点是什么？联系实际谈谈如何实现自我完善。**

自我是一个逐渐变化和形成的过程。对于自我是怎样发展的，奥尔波特提出了自我发展理论。

(1) 美国心理学家奥尔波特认为人的自我意识是不断发展的，主要可以分为生理自我、社会自我和心理自我三个阶段。

① 生理自我阶段（从出生到三岁前）。奥尔波特认为自我意识最原始的形态是生理自我，生理自我是个人对自己身躯的认识，包括占有感、支配感和爱护感。

② 社会自我三个阶段（从三岁到十三四岁）。这个阶段又称为个体客观化时期，是个体接受社会影响的重要时期，也是个体实现社会自我的最关键的阶段。这期间儿童的游戏，往往是成人社会生活的缩影，儿童在游戏中扮演某种社会角色，也是他们学习角色行为的一种方式，在游戏中儿童揣摩着角色的心理状态，体验着角色与角色间的相互关系。特别是儿童通过学校中的社会化生活，更加速了他们社会自我的形成过程。

③ 心理自我阶段（从青春期到成年）。这个阶段个体无论在生理上还是在心理上，都发生了一系列急剧的变化，骨骼的增长，性器官的成熟，想象力的丰富，逻辑思维能力的日益完善，进一步使个体自我意识的发展趋向主观性。所以，这一时期又称为主观化时期。

(2) 人们都希望快乐长寿，而不再感叹“人生苦短”。健康的自我能让人们快乐而充实地生活与工作。认识自我、悦纳自我、延伸自我、创造自我是自我完善的四部曲。

认识自我、悦纳自我、延伸自我、创造自我是自我完善的四部曲。

① 认识自我：在与别人比较中了解自己；从别人的态度中了解自己；借助社会评价或个人成就来了解自己；与过去自己的比较中了解自己。

② 悦纳自我：要客观地分析不足；以平和之心对待自己；保持乐观的心态。

③ 延伸自我：自我不能封闭在内部世界，应该能向外部世界开放；关心他人，关注社会，与人交流。

④ 创造自我：创造自我就是要改善自己、塑造自己，实现自己的社会价值，将自己奉献于国家和人类。

**(三) 论述科尔伯格的儿童道德发展水平理论的主要观点。**

科尔伯格继皮亚杰之后对儿童品德发展问题进行了大量的、卓有成效的研究，提出了系统的道德发展阶段理论。

科尔伯格对皮亚杰的研究方法进行了改进，应用道德两难论的方法研究道德的发展问题。这种方法也称两难故事法。故事包含一个在道德价值上具有矛盾冲突的情境，让被试听完故事后对故事中的人物行为进行评论，从而了解被试进行道德判断所依据的原则及其道德发展水平。科尔伯格通过大量的研究，提出了三水平六阶段理论。三水平是指前习俗水平、习俗水平、后习俗水平。六阶段是指每个水平中又可划分为两个不同的阶段。

(1) 前习俗水平（0—9岁）：处在这一水平的儿童，其道德观念的特点是纯外在的。他们为了免受惩罚或获得奖励而顺从权威人物规定的行为准则。根据行为的直接后果和自身的利害关系判断好坏是非。这一水平包括两个阶段。

第一阶段：惩罚与服从定向阶段。在这一阶段儿童根据行为的后果来判断行为是好是坏及严重程度，他们服从权威或规则只是为了避免惩罚，认为受赞扬的行为就是好的，受惩罚的行为就是坏的。他们还没有真正的道德概念。

第二阶段：相对功利取向阶段。这一阶段的儿童道德价值来自对自己需要的满足，他们不再把规则看成是绝对的、固定不变的，评定行为的好坏主要看是否符合自己的利益。科尔伯格认为，大多数9岁以下的儿童和许多犯罪的青少年在道德认识上都处于前习俗水平。

(2) 习俗水平(9—15岁)：处在这一水平的儿童，能够着眼于社会的希望与要求，并以社会成员的角度思考道德问题，已经开始意识到个体的行为必须符合社会的准则，能够了解社会规范，并遵守和执行社会规范。规则已被内化，按规则行动被认为是正确的。习俗水平包括两个阶段。

第三阶段：寻求认可定向阶段，也称“好孩子”定向阶段。处在该阶段的儿童，个体的道德价值以人际关系的和谐为导向，顺从传统的要求，符合大家的意见，谋求大家的赞赏和认可。总是考虑到他人和社会对“好孩子”的要求，并总是尽量按这种要求去思考。他们认为好的行为是使人喜欢或被人赞赏的行为。

第四阶段：遵守法规和秩序定向阶段。处于该阶段的儿童其道德价值以服从权威为导向，他们服从社会规范，遵守公共秩序，尊重法律的权威，以法制观念判断是非，知法懂法。认为准则和法律是维护社会秩序的。因此，应当遵循权威和有关规范去行动。科尔伯格认为大多数青少年和成人的道德认识处于习俗水平。

(3) 后习俗水平(15岁以后)：又称原则水平，达到这一道德水平的人，其道德判断已超出世俗的法律与权威的标准，而是有了更普遍的认识，想到的是人类的正义和个人的尊严，并已将此内化为自己内部的道德命令。后习俗水平包括两个阶段。

第五阶段：社会契约定向阶段。处于这一水平阶段的人认为法律和规范是大家商定的，是一种社会契约。他们看重法律的效力，认为法律可以帮助人维持公正。但同时认为契约和法律的规定并不是绝对的，可以应大多数人的要求而改变。在强调按契约和法律的规定享受权利的同时，认识到个人应尽义务和责任的重要性。

第六阶段：原则或良心定向阶段。这是进行道德判断的最高阶段，表现为能以公正、平等、尊严这些最一般的原则为标准进行思考。在根据自己选择的原则进行某些活动时，认为只要动机是好的，行为就是正确的。在这个阶段上，他们认为人类普遍的道义高于一切。

3. 注意：搞清每个阶段的基本特点。