



闻思教育
WENSIEDU.CN

教师招聘考试
教育综合知识



闻思教育
WENSIEDU.CN

普通心理学讲义

目录

第一章心理学概述.....	3
第一节心理学概述.....	3
第二节心理的本质.....	5
第三节心理学的产生和发展.....	8
第二章认知发展.....	10
第一节感知觉.....	10
第二节记忆.....	19
第三节想象.....	29
第四节言语和思维.....	33
第五节注意.....	40
第三章情绪情感和意志过程.....	45
第一节情绪情感的发展与教育.....	45
第二节意志.....	51
第四章个性发展与教育.....	54
第一节需要与动机.....	54
第二节智力.....	58
第三节人格.....	62



闻思教育
WENSIEDU.CN

普通心理学

第一章心理学概述

第一节心理学概述

一、心理学的研究对象及其结构

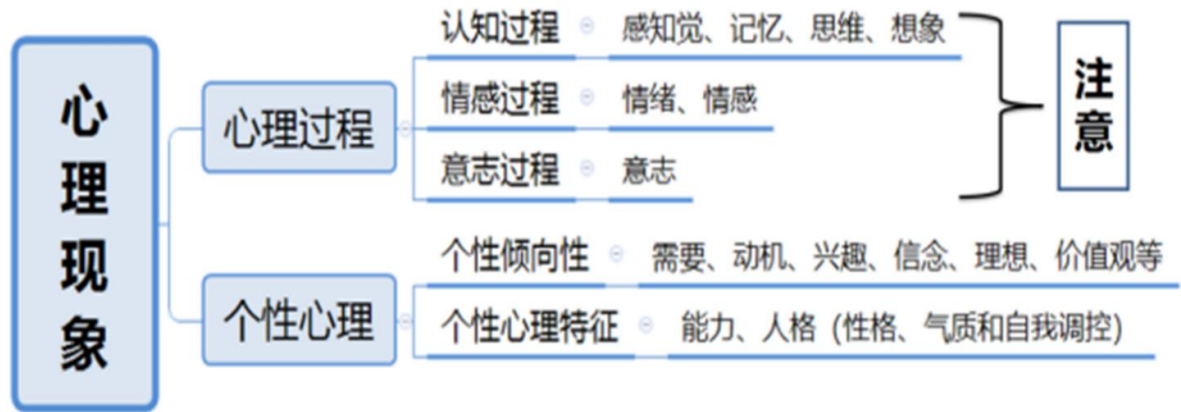
(一) 心理学是研究心理现象及其规律的科学

心理学是对心理现象的阐述并揭露其本质和规律的科学。人的心理活动包括有紧密联系的两个方面：心理过程和个性心理。

(二) 心理现象及其结构

1 心理过程：心理过程是心理活动的一种动态过程，是人脑对客观现实的反映过程。

2 个性心理：个性心理是指表现在的特征。



心理现象：	人脑对客观现实的反映		
心理过程： 在一定时间内，电脑反映客观现实的过程。	知	感觉	人脑直接对客观事物的个别属性的反映
		知觉	人脑直接对客观事物的整体属性的反映
		思维	人脑对客观实物的内在属性和本质规律的间接、概括的反映
		想象	人脑对表象的加工改造
	情	记忆	人脑对过去经历过的事物的反映
		注意	心理活动或意识向一定对象的指向和集中
		情绪	人对客观事物是否满足自己的需要而产生的态度体验及相应的行为反应
意	情感	具有深刻而稳定的社会意义的感情	
	意志	人自觉地确定目的，有意识地根据目的、动机调节支配行动，努力克服困难，实现目标的心理过程	
个性心理： 一个人身上比较稳定的心理特性的综合，是一个人总的精神面貌，反映了人与人之间稳定的差异	心理倾向	需要	有机体感到某种缺乏或不平衡状态而力求获得满足的心理倾向
		动机	激发和维持有机体的行动并使该行动朝向一定目标的心理倾向或内部驱力
	心理特征	能力	使人能顺利完成某种活动所必需的个性心理特征
		人格	一个人思想、情感及行为的特有模式，这个独特模式包含了一个人区别于他人的稳定而统一的心理品质，即人格是决定个体的外显行为和内隐行为，并使其与他人的行为有稳定区别的综合心理特征

● 心理学是一门研究 (D) 的学科。

A 社会对心理制约；

- B 心理现象产生机制;
- C 心理的发生、发展;
- D 人的行为和心理活动规律
- 心理现象分为 (A)
 - A 心理过程与个性心理
 - B 认知过程与个性心理
 - C 情感过程与个性心理
 - D 意志过程与个性心理
- 心理过程包括 (D)
 - A 认识过程、情感过程、行为过程
 - B 知觉过程、情感过程、行为过程
 - C 感觉过程、知觉过程、意志过程
 - D 认识过程、情感过程、意志过程
- 形成和发展起来的
 - A 认知过程
 - B 情感过程
 - C 意志过程
 - D 认知过程、情感过程、意志过程
- 人的最基本的心理过程是 (C)
 - A 动机
 - B 情绪
 - C 认知
 - D 人格
- 个性心理特征是一个人经常表现出来的稳定的心理特征，它集中反映了人的心理活动的独特性，包括 (C)。
 - A 感觉、记忆和表象
 - B 认知、情感和意志
 - C 能力、气质和性格
 - D 理想、信念和价值观

二、心理学研究的一般过程

- (一) 研究课题的选择
- (二) 文献资料的查阅
- (三) 研究的设计
- (四) 数据的收集
- (五) 数据处理
- (六) 结果的分析与讨论
- (七) 研究结果的表述

三、心理学研究的主要方法

- (一) 观察法
- (二) 访谈法
- (三) 问卷法
- (四) 测验法
- (五) 实验法

- 自然实验法的优点是 (A)
 - A 减少人为性，提高真实性
 - B 减少人为性，降低真实性
 - C 提高人为性，增加真实性
 - D 提高人为性，降低真实性
- 教师想要了解学生对作文的态度，让学生填写了问卷，与部分学生座谈，找到了问题及原因。他用的是 ()
 - A 观察法

- B 调查法
- C 测验法
- D 实验法
- 心理是物质发展到高级阶段而产生的一种反映形式，产生心理的器官是（C）。
 - A 神经元
 - B 神经系统
 - C 大脑
 - D 大脑皮层

第二节心理的本质

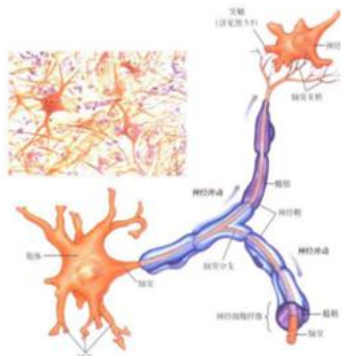
一、心理是脑的机能

布洛卡区与人的言语活动有关，布洛卡区受损的人，能听懂别人说的话，但自己不会说话，这叫做运动性失语症。而威尔尼克区受损的人听不懂别人说话却能看得懂书面文字，并且可以说话，这叫做听觉性失语症。

- 第一个论证了心理是脑的机能的人是（D）。
 - A.巴甫洛夫
 - B.冯特
 - C.华生
 - D.布洛卡

（一）神经元

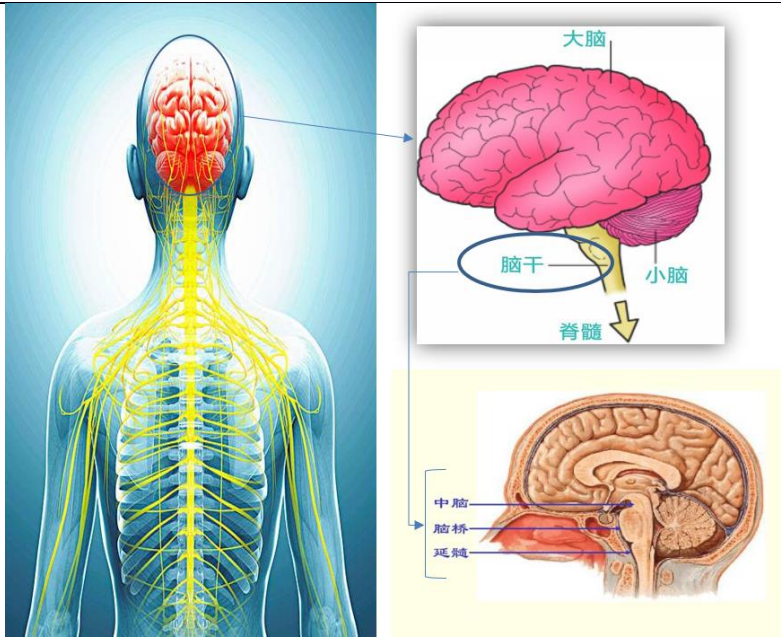
神经元又称神经细胞，是构成人脑的基本单位。神经元由树突、细胞体与轴突构成。树突负责接受信息，细胞体负责接受外来信息的同时，产生神经冲动，其性质是电信号，轴突的任务是把细胞体发出的信息传导至其他神经元。



- 神经组织的基本单位是（D）
 - A 神经纤维
 - B 树突
 - C 轴突
 - D 神经元

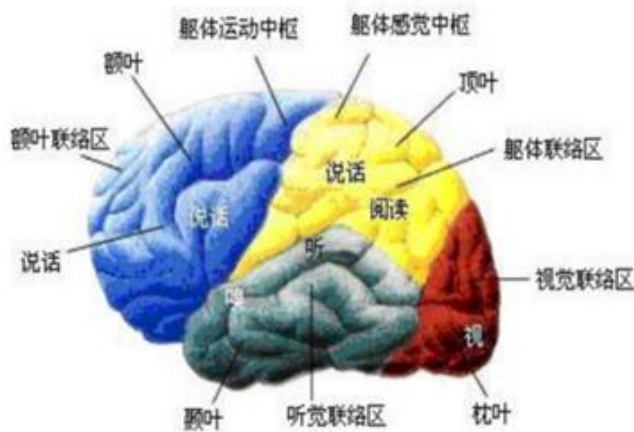
（二）神经系统





(三) 大脑的结构与功能

大脑是人脑中最复杂最重要的部位，控制和指挥着其他各部位的活动。大脑的表层称大脑皮层，大脑皮层分为额叶、顶叶、枕叶和颞叶四个区域。



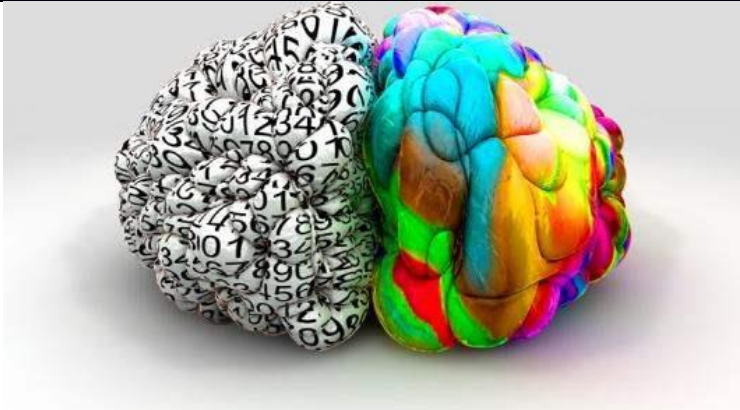
教育 EDU.CN

● 听觉中枢位于 (C)。

- A 额叶
- B 顶叶
- C 颞叶
- D 枕叶

(四) 大脑两半球功能的偏侧化:

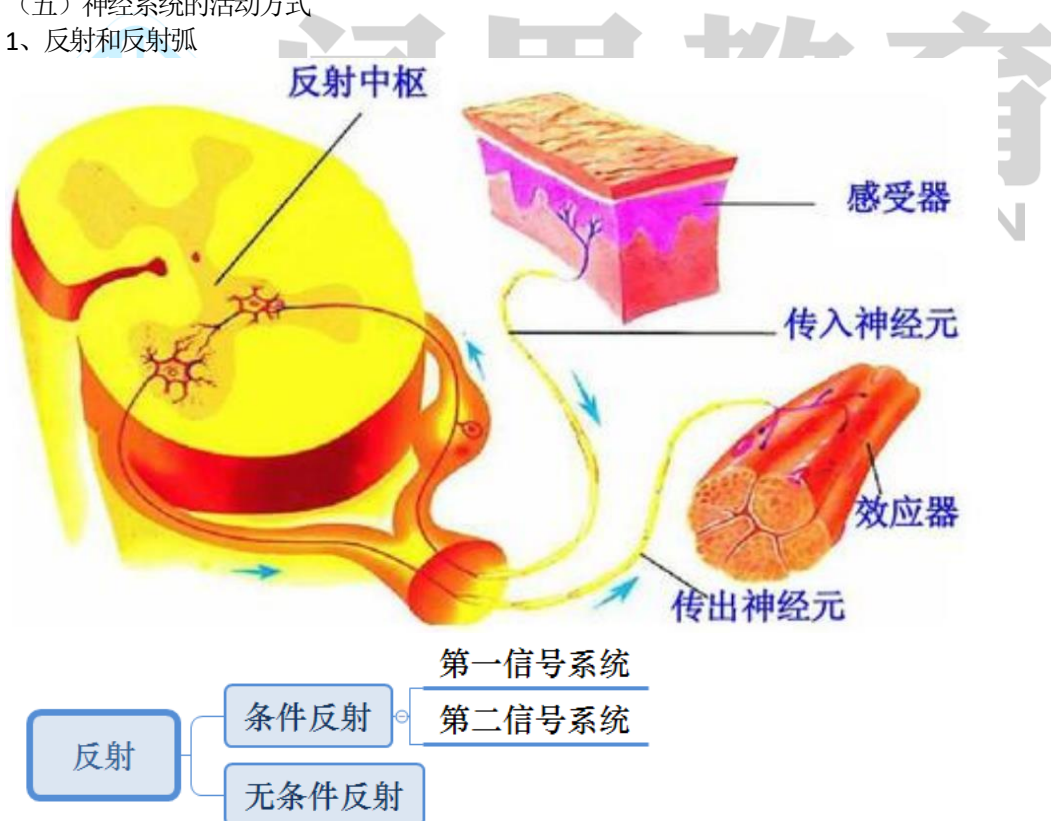
左半球主要负责言语性工作，包括说话、写作和言语理解，在计算、时间感、节奏感和控制复杂运动方面功能强。右半球在空间关系、面孔识别、情绪识别与表达、想象、音乐欣赏等方面更强。右脑跟创造性有关。



- 一般情况下大脑的两半球机能是不对称的，其右半球占优势的功能是（ ）
 - A 言语功能
 - B 数学计算功能
 - C 空间形象知觉功能
 - D 抽象思维功能
- 大脑两半球之间传递信息的神经结构是（D）。
 - A 杏仁核
 - B 内囊
 - C 边缘系统
 - D 胼胝体 piánzhītǐ
- 判断：大脑两半球的单侧化研究发现左半球与创造性有关。（×）

（五）神经系统的活动方式

1、反射和反射弧



- 下列属于第二信号系统活动的有（ ）
 - A 触景生情
 - B 谈虎色变
 - C 打草惊蛇
 - D 望梅生津
- 司机在看见“**减速慢行**”的标志后马上放慢车速，这是（B）。
 - A 第一信号系统

- B 第二信号系统
- C 操作性条件反射
- D 无条件反射

2、神经活动的基本过程和规律

神经活动的基本过程是兴奋和抑制。神经活动的基本规律是：（1）兴奋和抑制的扩散与集中；（2）兴奋和抑制的相互诱导。

- 高级神经活动的基本类型是（ ）
 - A 兴奋与传导
 - B 兴奋与抑制
 - C 反射与反馈
 - D 第二信号系统反射

二、心理是人脑对客观现实的反映

（一）客观现实是心理的源泉。

人的心理是客观现实的反映，而社会环境和社会生活条件对人的心理起着决定的作用。

（二）心理是人脑对客观现实的主观能动的反映。主观性主要是指人有思想意识，能动性主要是指人有能力改造世界。

- 心理的实质是（C）
 - A 对事物间接的概括的反映
 - B 改造客观世界能动性的反映
 - C 人脑对客观现实的反映
 - D 生理活动的结果
- 同看一部电影或同上一堂课，不同的人其感受也不同，这种现象说明人的心理具有（B）
 - A 客观性
 - B 主观性
 - C 现实性
 - D 能动性
- “一千个人的眼里，有一千个哈姆雷特”表明人的心理具有（B）。
 - A 客观性
 - B 主观性
 - C 目的性
 - D 社会性

第三节心理学的产生和发展

一、历史背景

古希腊时期，亚里士多德的著作《论灵魂》是世界历史上第一部论述各种心理现象的著作。

1879年德国心理学家冯特在莱比锡大学建立了世界上第一个心理学实验室，则标志着心理学作为一门独立的科学正式诞生，脱离哲学的怀抱，走上独立发展的道路。他的代表作有《生理心理学原理》《民族心理学》《心理学大纲》等。

二、西方主要心理学流派

流派	代表人物	研究对象	研究方法	备注
构造主义	冯特（奠基人）、铁钦纳	意识经验(直接经验)，分为感觉、意象和激情三种元素	内省法	
机能主义	詹姆士、杜威、安吉尔	意识流(强调意识的变化和功能)		反对构造主义的分析式
行为主义	华生（创始人）斯金纳、华生	行为	实验法	西方心理学的“第一势力”
格式塔（完形）心理学	韦特海默、考夫卡、苛勒			强调整体性，“主张整体大于部分之和”
精神分析	弗洛伊德、荣格、埃里克森	无(潜)意识和异常(病理)现象	临床观察	西方心理学的“第二势力”
人本主义	马斯洛、罗杰斯	人格		西方心理学的“第三势力” 强调人的潜能实现
现代认知心理学	奈塞尔（1967年）、布鲁纳、奥苏贝尔、加涅	信息加工过程	实验法等	也叫“信息加工心理学”

- 认为所有复杂的心理活动都是由感觉、意向和激情状态这些基本元素构成的心理学理论学派是（B）
 - A.机能主义心理学
 - B.构造主义心理学
 - C.格式塔心理学
 - D.认知心理学
- （C）的《生理心理学原理》一书被心理学界认为是心理学的独立宣言。
 - A 笛卡尔
 - B 洛克
 - C 冯特
 - D 缪勒
- （B）年，冯特在德国的莱比锡大学建立第一个心理学实验室被界定为心理学的诞生。
 - A1789
 - B1879
 - C1798
 - D1897
- （A）被誉为心理学之父或心理学第一人。
 - A 冯特
 - B 洛克
 - C 笛卡儿
 - D 缪勒
- 下列人物属于构造心理学派的是（B）
 - A 杜威
 - B 铁钦纳
 - C 弗洛伊德
 - D 詹姆斯
- （D）主张采用内省法进行心理学研究
 - A 精神分析流派
 - B 格式塔流派

- C 机能主义流派
- D 构造主义流派
- 反对把意识分解为元素，强调心理作为一个整体的心理学流派是（B）
 - A 构造主义
 - B 机能主义
 - C 格式塔心理学
 - D 行为主义
- 最早对无意识现象进行深入研究心理学派是（B）。
 - A 人本主义学派
 - B 精神分析学派
 - C 机能主义学派
 - D 构造主义学派
- 美国心理学家华生是（ ）学派的代表人物。
 - A 精神分析
 - B 行为主义
 - C 人本主义
 - D 机能主义
- 心理学的第一大势力是指（B）
 - A 精神分析（2）
 - B 行为主义（1：第一次革命）
 - C 认知主义（第二次革命）
 - D 人本主义（3）
- 精神分析学派（精神动力学派）是（C）创立的
 - A 笛卡尔（身心二元论）
 - B 华生（行为主义的创始人，第一势力）
 - C 弗洛伊德（潜意识、无意识，第二势力）
 - D 罗杰斯（马斯洛：生理、安全、归属与爱、尊重、自我实现的需要，第三势力）
- 教育要尊重学生的兴趣、需要和价值，教学应以学生为中心，持这种观点的是（ ）
 - A 精神分析学派
 - B 行为主义学派
 - C 认知学派
 - D 人本主义学派

第二章 认知发展

第一节 感知觉

一、感觉概述

（一）概念

感觉是人脑对当前直接作用于感觉器官的客观事物的个别属性的反映。感觉是人们认识世界的开端、知识的源泉，是一切心理活动的基础。

（二）分类

根据刺激物的来源和产生感觉的分析器的不同，感觉可以分为两大类：外部感觉和内部感觉。

外部感觉是指接受外部刺激，反映外部事物属性的感觉，包括视觉（枕叶）、听觉（颞叶）、嗅觉、味觉、皮肤觉等。

内部感觉是指接受机体内部的刺激，反映身体的位置、运动和内脏器官的。不同状态的感觉。它包括运动感觉、平衡感觉、机体感觉等。

- 闻到苹果的香味，看到苹果红色的外观，触摸苹果光滑的果皮等所引起的心理活动是（A）。
 - A 感觉
 - B 知觉

- C 感受性
- D 感觉阈限
- 下列属于内部感觉的有 (BD)。
 - A 肤觉
 - B 平衡觉
 - C 嗅觉
 - D 运动觉
- 人的视觉、听觉、味觉等都属于 (A)。
 - A 外部感觉
 - B 内部感觉
 - C 本体感觉
 - D 机体感觉
- 根据信息加工的观点，感觉属于 (A)
 - A 信息的输入和登录
 - B 信息的识别
 - C 信息的选择
 - D 信息的储存和提取
- 根据信息加工的观点，信息的演算是以下哪种心理过程？ (D)
 - A 感觉
 - B 知觉
 - C 记忆
 - D 思维
- 主要收集身体平衡位置信号的感觉器官是 (B)
 - A 眼睛
 - B 耳朵 (鼓膜/半规管)
 - C 鼻子
 - D 舌

二、感觉的一般规律

(一) 感受性和感觉阈限

	绝对 (刚好察觉刺激)	差别 (刚好察觉差异)
感受性 (敏感度)	察觉刺激的能力	察觉刺激之间差别的能力
感觉阈限 (刺激量)	刚好引起感觉的刺激量	刚好引起差别感觉的最小 差异量 (最小可觉差)

- 刚刚能够引起感觉的刺激的**最小强度**，称为 (B)
 - A 阈限
 - B 绝对阈限
 - C 差别阈限
 - D 相对阈限
- 在实验中，让你戴上耳机，然后开始由小到大地调节音量，你会从一开始听不见，到开始逐渐能够听得见，在你刚刚能够听得见时的音量，在心理学中被称为是 (B)。
 - A 绝对感受性
 - B 绝对感觉阈限

- C 差别感受性
- D 差别感觉阈限

(二) 感觉的基本规律

1、同一感觉的相互作用

(1) 感觉适应。相同的刺激物持续地作用于某一特定感受器而使感受性而发生变化的现象。

视觉适应是一种最为重要的感觉适应。视觉适应包括明适应和暗适应两种。明适应是指对明亮环境的适应，暗适应是指对昏暗环境的适应。

- 下列现象当中属于适应的有(AB)。
- A 入芝兰之室，久而不闻其香
- B 老病号不觉得药苦
- C 一朝被蛇咬，十年怕井绳
- D 万绿丛中一点红

(2) 感觉对比。两种不同的刺激物作用于一种感受器而使感受性发生变化的现象。可以分为同时对比和继时对比。两种刺激物同时作用于一种感受器时，产生同时对比。例如，同样一个灰色矩形，处在白色背景上看上去暗淡些，处在黑色背景上看上去明亮些。两种刺激物先后作用于同一种感受器时，产生继时对比。如，吃了糖后接着吃橘子，觉得柑橘很酸。

(3) 感觉后效

在刺激作用停止后暂时保留的感觉现象称为感觉后效，即感觉后像。在各种感觉中视觉的后效很显著，又称视觉后像。视觉后像有两种：正后像和负后像。

2、不同感觉的相互作用

(1) 感觉补偿。感觉的补偿是指某种感觉系统的机能丧失后，由其他感觉系统的机能来弥补。

(2) 联觉。是指由一种感觉引起或同时兼有另一种感觉的现象。例如用刀子沿着玻璃边划出来的吱吱声会使不少人的皮肤产生寒冷的感觉，暖色调的衣物在冬天给人温暖的感觉。微弱的听觉刺激能提高视觉对颜色的感受性。

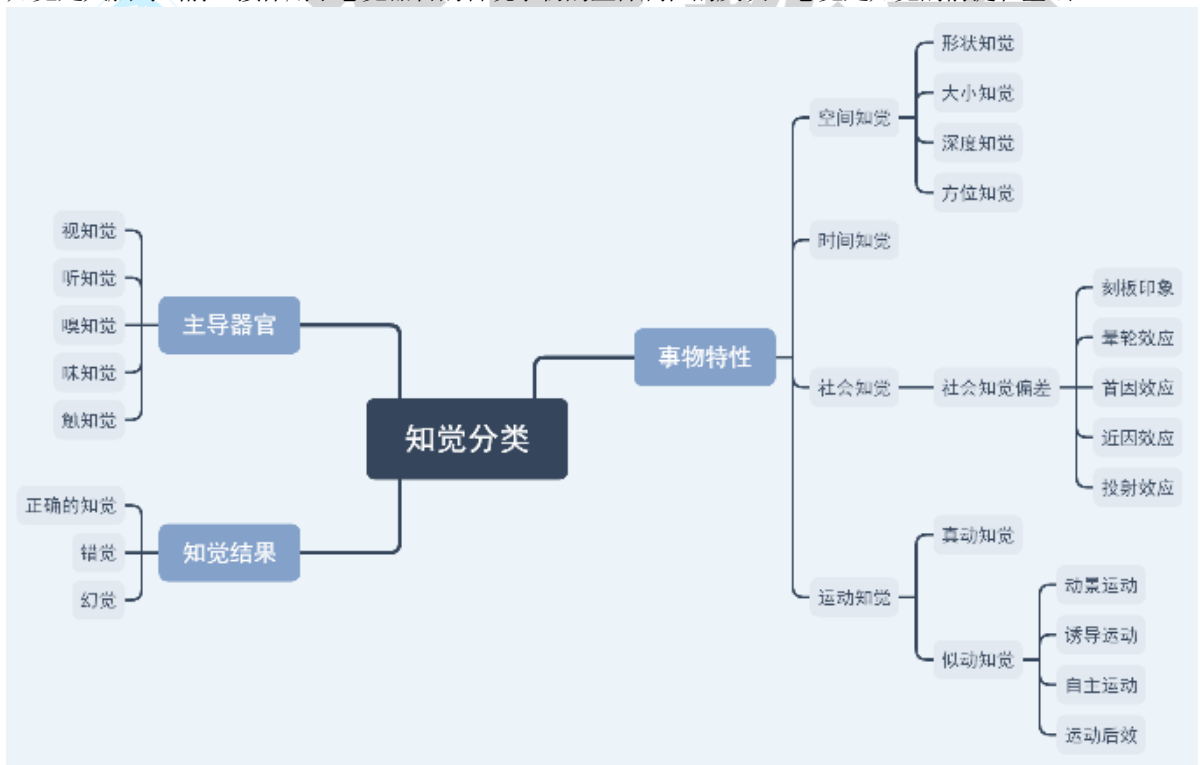
(3) 不同感觉的相互影响。

- 衡量感受性高低可用(D)
- A 智商
- B 韦伯分数
- C 情商
- D 感觉阈限
- 红色让人温暖，蓝色让人沉静，人们常说“甜蜜的声音”“冰冷的脸色”或“看起来很美味”“听起来很漂亮”等，这都是()现象
- A 感觉的适应
- B 感觉的对比
- C 联觉
- D 感觉的补偿
- 在夏天，人们走进蓝色或绿色的房间里会有一种凉爽的感觉，这是(B)。
- A 联觉
- B 视觉
- C 感觉适应
- D 感觉对比
- 判断：仰望夏夜晴朗的夜空，会发现月亮很圆很亮，但星星特别稀少，这是感觉的适应现象。()
- 冬天在室内乍一走到室外会觉得非常冷，过一会就觉得不冷了。这是(B)，江碧鸟逾白，山青花欲燃是()。
- A 感觉对比
- B 感觉适应
- C 感觉的相互作用
- D 感觉的后效
- 当人从黑暗走入亮处后，视网膜的光感受阈限会迅速提高，这个过程是C
- A 适应
- B 对比
- C 明适应
- D 暗适应

- 感官在刺激物持续作用下引起感受性起伏变化的现象是 A
 - A 感觉适应
 - B 感觉对比
 - C 感觉相互作用
 - D 实践活动影响
- 当我们去电影院看电影迟到时，刚进去光线很暗，很难看清自己的座位号，而过了一段时间之后，我们就能看清了，这是暗适应现象，它表示我们的视觉感受性（ ）。
 - A 提高了
 - B 降低了
 - C 没有变
 - D 较差
- 手放进热水之后，再放到温水中，会觉得温水很凉，这种现象属于（C）
 - A 感觉适应
 - B 触觉适应
 - C 感觉对比
 - D 不同感觉的相互作用
- 盲人可以借助自己的**触摸觉**来代替自己的视觉，这是感觉的（A）。
 - A 补偿作用
 - B 互相作用
 - C 联觉现象
 - D 适应现象

三、知觉的概念

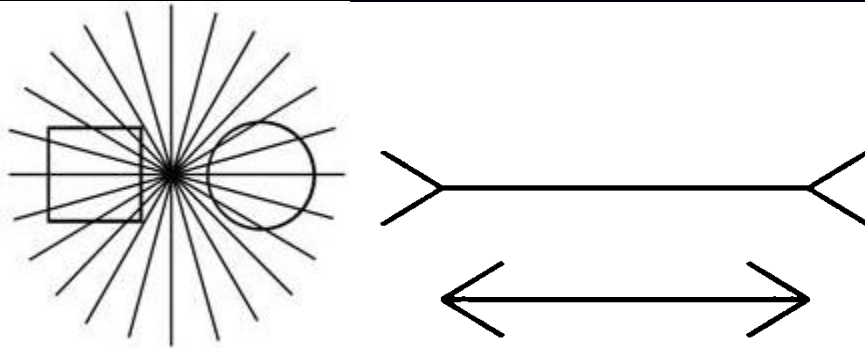
知觉是人脑对当前直接作用于感觉器官的客观事物的整体属性的反映。感觉是知觉的前提和基础。



- 判断：人们能在公园里看见一株月季花并能准确地辨别出来，其心理活动是知觉。（√）。
- 全神贯注于自己的事业和欢乐的活动，会使人感到时间过得很快，有所谓“光阴似箭，日月如梭”之感，这是（ ）。
 - A 幻觉
 - B 联觉
 - C 时间错觉
 - D 适应

- 欢娱嫌夜短，寂寞恨更长，描写的是 (B)
 - A 空间错觉
 - B 时间错觉
 - C 运动错觉
 - D 视觉错觉
- 在日常生活中，个体除了对事物的整体属性做出反应外，也会对他人、群体的人际关系产生认知，并与此伴随会有对自己的认知，这些是 B
 - A 空间知觉
 - B 社会知觉
 - C 运动知觉
 - D 深度知觉
- “月亮在白莲花般的云朵里穿行”，这句歌词所描绘的现象在心理学上被称之为 (C)。
 - A 动景运动
 - B 自主运动
 - C 诱导运动
 - D 运动后效
- 如果你站在大桥上看桥下急速的流水，一会儿之后，你就会感觉到桥在动，这种现象心理学称之为 (D)。
 - A 动景运动
 - B 自主运动
 - C 诱导运动
 - D 运动后效
- 物理教师认为数学成绩好的学生物理学得也一定好，并在日常教学中更加关注和赞许这类学生。该教师的看法属于 (A)。
 - A 刻板印象
 - B 认知失调
 - C 扇贝效应
 - D 从众心理
- 人们对人或事物所持有的一套比较笼统、概括、固定的看法，并把这种看法作为评价人或事物的依据是 (D)。
 - A. 首因效应
 - B. 近因效应
 - C. 晕轮效应
 - D. 刻板印象效应
- 低年级小学生常把“9”写成“p”，这是 (A) 不强的表现。
 - A. 感知
 - B. 认知
 - C. 记忆
 - D. 思维
- 初入学的儿童常常是“d”与“b”、“p”与“q”不分，把“9”看成“6”，等等。出现这种现象的心理原因是儿童的 (D) 发展不完善。
 - A 整体知觉
 - B 形状知觉
 - C 视敏度
 - D 方位知觉
- “情人眼里出西施”属于 (B)
 - A 刻板印象;
 - B 晕轮效应;
 - C 首因效应;
 - D 投射效应
- “爱屋及乌”表现的心理效应是 (B)
 - A 刻板印象;
 - B 晕轮效应;

- C 首因效应;
D 投射效应
- “厌恶和尚，恨及袈裟”就是（B）在现实生活中的具体体现。
 - A 刻板印象;
 - B 晕轮效应;
 - C 首因效应;
 - D 投射效应
 - 班主任对某个或某些学生所得到的最初的信息因素所引起的心理效应成为（A）。
 - A 首因效应
 - B 晕轮效应
 - C 推理定势
 - D 态度定势
 - “以小人之心度君子之腹”属于（D）
 - A 刻板印象;
 - B 晕轮效应;
 - C 首因效应;
 - D 投射效应
 - 人们对人或事物所持有的一套比较笼统、概括、固定的看法，并以这种看法作为评价人或事物的依据（D）
 - A 首因效应
 - B 近因效应
 - C 晕轮效应（光环效应）
 - D 刻板效应
 - 青年人往往认为老年人墨守陈规，老年人又往往认为青年人举止轻浮，这属于（B）
 - A 晕轮效应
 - B 刻板效应
 - C 期待效应
 - D 投射效应
 - 多年不见的朋友，在自己的脑海中，印象最深的是临别时的情景。这体现的是（D）；找工作面试的时候一定要抓住前三分钟，这是利用了（C）
 - A 刻板印象
 - B 晕轮效应
 - C 首因效应
 - D 近因效应
 - 关于错觉的说法正确的是（C）
 - A 错觉是对客观事物不正确的感觉
 - B 错觉产生的原因是由于个人心理的原因
 - C 错觉不存在个体差异
 - D 错觉是可以通过主观努力来纠正的
 - 关于错觉，下面说法不正确的是（ ）。
 - A.错觉是对客观事物的一种不正确的歪曲的知觉，在我们的生活和教学实践中，有时有着消极意义，而有时也有着积极意义
 - B.当错觉存在消极意义时，我们需要加以避免，当错觉存在积极意义时，又应以被我们加以利用
 - C.错觉是对客观事物的一种不正确的歪曲的知觉，因此在我们的生活和教学实践中一定要避免此类现象的发生
 - D.有些错觉是很难避免的
 - 人知觉第一客观对象时，总是利用已知知识来认识它，并用词语标志，这是知觉的（C）。
 - A 选择性
 - B 整体性
 - C 理解性
 - D 恒常性



四、知觉的特性

(一) 知觉的选择性

按照某种需要和目的，主动而有意地选择少数事物（或事物的某一部分）作为知觉的对象，而把周围其余的事物当成知觉的背景，只产生比较模糊的知觉映象。例如**阅读时划出重点**。

影响客观因素：

- 1) 刺激物的绝对强度；
- 2) 对象和背景的差别性（红笔改作业）；
- 3) 对象的活动性（流星；霓虹灯广告；音响等）；
- 4) 刺激物的新颖性、奇特性。

影响主观因素：

- 1) 知觉有无目的性；
- 2) 个体已有知识经验的丰富程度；
- 3) 个人的需要、动机、情趣、定势、与情绪状态。

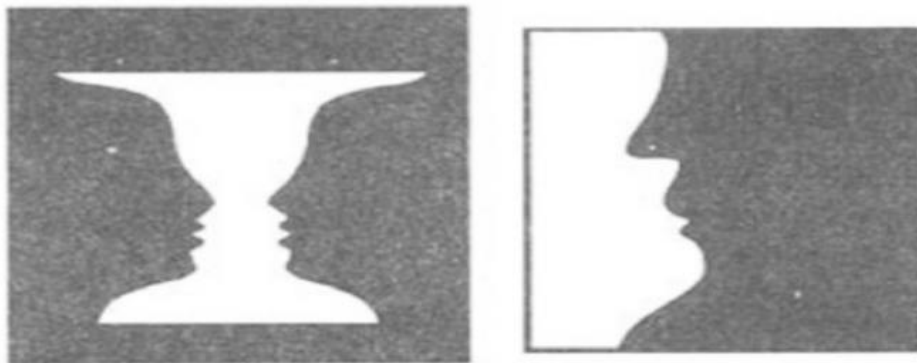


图 3-3 知觉的对象和背景的关系

- 许多人在看书时习惯用红笔划出重点，便于重新阅读，这是利用了知觉的（A）。
 - A 选择性
 - B 恒常性
 - C 理解性
 - D 整体性
- 为更好地吸引学生注意，课件中能制成动画的图就不用静止的图，这依据的感知规律是（B）。
 - A 差异律
 - B 活动律
 - C 协同律
 - D 组合律
- 教师授课中的语言应计量做到抑扬顿挫、轻重有致，这是运用了哪个感知规律。（A）
 - A 强度律
 - B 组合律
 - C 活动律
 - D 差异律
- 小明在记笔记的时候喜欢使用不同颜色的笔，这是利用了知觉的（C）。
 - A 理解性

- B 整体性
- C 选择性
- D 恒常性
- 教师用红色粉笔标出重点，是利用知觉的（C）
 - A 理解性
 - B 整体性
 - C 选择性
 - D 恒常性
- 看着一个双关图，有人觉得像少女，有人觉得像老巫，这是（C）。
 - A 理解性
 - B 整体性
 - C 选择性
 - D 恒常性
- 人在看书时，用红笔划出重点以便于下次阅读，这是利用了知觉的（A）
 - A 选择性
 - B 整体性
 - C 理解性
 - D 恒常性

（二）知觉的理解性

所谓理解性是指人以知识经验为基础对感知的事物加工处理，并用语词加以概括赋予说明的加工过程。



图 3-5 中间是什么

- 听到一首歌，人们喜欢追问这首歌曲的名字和曲风，这是（A）。
 - A 理解性
 - B 整体性
 - C 选择性
 - D 恒常性
- 一千个读者就有一千个哈姆雷特，仁者见仁智者见智是知觉的（A）。
 - A 理解性
 - B 整体性
 - C 选择性
 - D 恒常性
- 外行看热闹，内行看门道这是（A）。
 - A 理解性
 - B 整体性
 - C 选择性
 - D 恒常性
- 当我们在知觉一个不熟悉的物体时，我们总是倾向于赋予其一定的意义，或者将其归为经验中的每一类，这种现象被称为是（C）。
 - A 知觉的整体性
 - B 知觉的选择性
 - C 知觉的理解性
 - D 知觉的恒常性

- 人在知觉过程中，能以知识经验为基础对感知的事物进行加工处理，并用语词进行概括，给予说明，这表明知觉具有（B）
 - A 选择性
 - B 理解性
 - C 恒常性
 - D 整体性

（三）知觉的整体性

我们对客体的知觉总是以自己的过去经验来补充当时获得的感觉信息，使其形成具有一定结构的整体。

- 用虚线画了一个圆圈，我们会把它知觉为一个圆圈，而不是一些线段，这是（B）。
 - A 理解性
 - B 整体性
 - C 选择性
 - D 恒常性
- 歌曲《让我们荡起双桨》无论是男声唱还是女声唱，无论是儿童唱还是成人唱，我们都会将其知觉为同一首歌，这是（B）。
 - A 理解性
 - B 整体性
 - C 选择性
 - D 恒常性
- 在热闹的聚会上或逛自由市场时，如果你与朋友聊天，朋友说话时的某个字可能被周围的噪音覆盖，但你还是能知道你的朋友在说什么，这是知觉的（B）在起作用。
 - A 选择性
 - B 整体性
 - C 恒常性
 - D 理解性

（四）知觉的恒常性

指当刺激源发生变化时知觉却并未发生变化的现象。包括形状恒常（例如不论坐在哪一个座位上，我们看到的教室的房门总是长方形的）、颜色恒常、亮度恒常、和大小恒常。

- 从不同距离、不同角度看同一物品，它在网膜上成像的大小与形状是不同的，但我们还可把它看成同一物品，这体现了知觉的（D）。
 - A 理解性
 - B 整体性
 - C 选择性
 - D 恒常性
- 当物体到 100 米远处，视网膜上的像相应缩小到距我们 1 米远时的 1/100，但是我们知道该物体的大小没有太大变化，称为（D）
 - A 理解性
 - B 整体性
 - C 选择性
 - D 恒常性
- 一扇从关闭到敞开的门，尽管这扇门在我们视网膜上的投影形状各不相同，但人们看上去都是长方形的。这反映的知觉特征是（C）。
 - A 理解性
 - B 选择性
 - C 恒常性
 - D 整体性
- 知觉的条件在一定范围改变时，知觉映象却保持相对稳定，这种特征是知觉的（C）
 - A 选择性
 - B 整体性
 - C 恒常性
 - D 理解性
- 某班学生随着教师知识呈现的进程加快，形成了本节课的知识结构，提高了学习效率。这体现了教师在教学过程中注重了知觉的（C）。

- A 恒常性
- B 选择性
- C 整体性
- D 理解性
- 玫瑰即使换了名字，也是一样的芬芳，这是（D）。
 - A 整体性
 - B 对象性
 - C 理解性
 - D 恒常性

五、观察

（一）观察的概念

观察是人的一种有目的、有计划、持久的知觉活动，是知觉的高级形式。观察又叫“思维的知觉”。观察力是指人迅速、敏锐地发现事物细节和特征等方面的知觉能力。

（二）观察的品质

- (1) 观察的目的性；
- (2) 观察的客观性；
- (3) 观察的精确性；
- (4) 观察的敏锐性；
- (5) 观察的全面性；
- (6) 观察的深刻性。

（三）学生观察力的发展

(1) 小学生观察力的发展特点：

- ①观察的目的性较差；②观察缺乏精确性；③观察缺乏顺序性；④观察缺乏深刻性。

(2) 中学生观察力的发展特点：

- ①具有明确的目的性；②持久性明显发展；③精确性提高；④概括性增强。

（四）学生观察力的培养

- (1) 引导学生明确观察的目的与任务，是良好观察的重要条件。
- (2) 充分的准备、周密的计划、提出观察的具体方法，是引导学生完成观察的重要条件。
- (3) 在实际观察中应加强对学生的个别指导，有针对性地培养学生良好的观察习惯。
- (4) 引导学生学会记录整理观察结果，同时，引导学生开展讨论、交流并汇报观察成果。

第二节记忆

一、记忆概述

（一）记忆及其品质

1、记忆的概念

记忆是人脑对过去经历过的事物的反映。暂时神经联系是记忆的生理机制。

记忆就是从脑对所输入信息进行编码、储存和提取的过程。编码是指把外部刺激的物理特性转化为不同的代码，即形成心理表征的过程。储存是将已经编码的信息保留在记忆中。提取是将储存在记忆中的信息恢复以便运用的过程。

2、记忆的品质

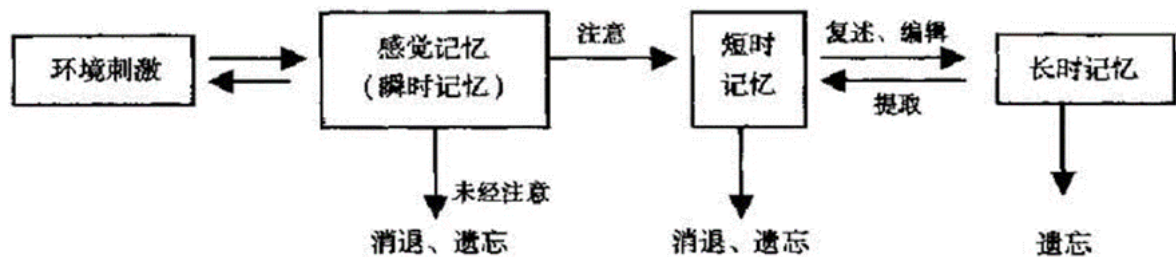


- 过目成诵体现了记忆的（A）；终身不忘体现了记忆的（B）；出口成章体现了记忆的（D）；（D）是其他三种记忆品质的综合体现；（C）是记忆最重要的品质。
 - A 敏捷性
 - B 持久性

- C 准确性
- D 准备性
- 教师答疑时能**迅速灵活地提取**脑中知识，以解决学生当前的问题，这主要体现了记忆品质的(D)。
- A 准确性
- B 持久性
- C 敏捷性
- D 准备性
- 记忆是**后续心理活动的资源准备**，当需要的时候，记忆中的材料能够**又快又好地再现出来**，恰如其分，得心应手。这说明记忆具有(D)。
- A 敏捷性
- B 持久性
- C 精确性
- D 准备性

(二) 记忆的分类

1、心理学家提出了多种模型用心解释记忆保持时间长短的差异，其中影响最大的是记忆的三级加工模型，其中，“组块”概念的提出者是米勒。



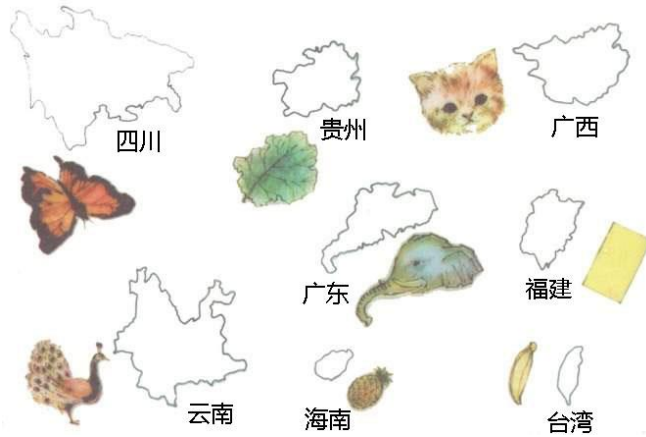
记忆类型	特点	保存时间	编码形式	信息存储
瞬时记忆 感觉记忆 感觉登记	容量很大 形象鲜明	极短 1 秒左右	图像编码 声像编码	存留在感觉器官上 信息原始
短时记忆 工作记忆	容量小 7±2 个组块 意识清晰 操作性强 易受干扰	比较短 1 分钟之内	听觉编码 视觉编码	复述 1 机械复述 2 精细复述
长时记忆 永久记忆 1 情景记忆 2 语义记忆	容量无限	长	机械编码 意义编码 1 表象编码：空间平行方式表征信息，同时性处理。 2 语义编码：即时性处理。	程序性记忆 陈述性记忆

- 短时记忆的容量是 5~9 个数字。(×)
- 一般说打字员对文稿中文字的记忆是(A)记忆
- A 瞬时记忆
- B 短时记忆
- C 长时记忆
- D 运动记忆
- 人们在看动画片的时候，能把原本是静止的图像看成是在运动的，这是因为存在(B)
- A 幻觉
- B 感觉记忆
- C 静止运动
- D 错觉

- 感觉记忆和长时记忆的中间阶段是 (B)。
 - A 瞬时记忆
 - B 短时记忆
 - C 内隐记忆
 - D 永久记忆
- “我去年夏天参观了北京故宫博物馆”，这表明下列 (C) 的存在。
 - A 瞬时记忆
 - B 短时记忆
 - C 长时记忆
 - D 工作记忆
- 下列属于陈述性记忆的是 (A)。
 - A. 端午节的日期
 - B. 打篮球
 - C. 骑车的技能
 - D. 跳舞
- 在感觉记忆中，信息主要以 (D) 形式储存。
 - A 语义
 - B 概念体系
 - C 图式
 - D 视像和声像
- 心理学界一般认为短时记忆的广度是 (D)。
 - A 7
 - B 7 个信息单位
 - C 7 个组块
 - D 5-9 个组块
- 短时记忆中的信息的保持时间，在无复述的情况下，一般只有 5~20s 左右，最常也不会超过 (A)
 - A 1 分钟；
 - B 30 秒；
 - C 两分钟；
 - D 15 秒
- 信息在短时记忆中一般只保持 (B) 秒钟。
 - A 1~4
 - B 20~40
 - C 60~120
 - D 70~80
- 小明在记忆英语单词时，如果不对其加以复述，这个单词在他头脑中只能保持十几秒，这种记忆现象是 (C)。
 - A 内隐记忆
 - B 瞬时记忆
 - C 短时记忆
 - D 长时记忆
- 被称为工作记忆，在信息加工系统中居于核心地位的是 (D)。
 - A 长时记忆
 - B 有意记忆
 - C 感觉记忆
 - D 短时记忆
- 在一次心理知识测试中，关于短时记忆的容量单位，学生的答案涉及以下四种，其中正确的是 (B)
 - A 比特
 - B 组块
 - C 字节
 - D 词组

2、根据记忆内容划分：

- (1) 形象记忆（如游览万里长城）



(2) 逻辑记忆：以词语所概括的事物之间的关系以及事物之间的意义和性质为内容的记忆。（对公式、法则、定理的记忆）

(3) 情绪记忆（如“一朝被蛇咬十年怕井绳”）

(4) 动作记忆

3、根据记忆时意识参与的程度，可分为外显记忆和内隐记忆。

	内隐记忆	外显记忆
加工深度	不影响内隐记忆的效果	影响外显记忆加工的深度
记忆的负荷量变化	内隐记忆受到影响小	随记忆内容增多，记忆成绩下降
保持时间	消退较慢	消退较快
呈现方式	影响内隐记忆的成绩	不影响外显记忆
干扰因素	不易受到干扰	容易受到干扰

4、根据信息加工与存储的内容不同，可将记忆分为陈述性记忆和程序性记忆。

(1) 陈述性记忆是指对有关事实和事件的记忆，如知识和常识。

(2) 程序性记忆是指对如何做事情的记忆，包括对知觉技能、认知技能和运动技能的记忆。

- 人的心理活动能够在时间上接续下去，这主要是 (A)
 - A 记忆的作用
 - B 思维的作用
 - C 想象的作用
 - D 联想的作用
- 余音绕梁，三日不绝于耳属于 (A)
 - A 形象记忆
 - B 动作记忆
 - C 情绪记忆
 - D 逻辑记忆
- 小明记住了家里沙发的松软的程度，这种记忆属于 (C)
 - A 情绪记忆
 - B 动作记忆
 - C 形象记忆
 - D 语词记忆
- 作家、画家、音乐家、表演艺术家都有着惊人的 (A)，这是他们构思、创造和表扬的基础。
 - A 形象记忆
 - B 运动记忆
 - C 语义记忆
 - D 情绪记忆
- 夏天同学在平常学习的时候看到符号、公式就头疼，如果把符号、公式用图形表示出来效果就会好很多。夏天同学擅长的是以下哪一种记忆方式？ (B)
 - A 语义逻辑记忆
 - B 形象记忆
 - C 情绪记忆
 - D 动作记忆

- 对哥伦布发现美洲这个事实的记忆属于 (B)。
 - A 情景记忆
 - B 语义记忆
 - C 形象记忆
 - D 情绪记忆
- 学生在教学领域中运用的记忆主要是 (A)。
 - A 语义记忆
 - B 情景记忆
 - C 形象记忆
 - D 情绪记忆
- “谈虎色变”属于 (A)
 - A 情绪记忆
 - B 形象记忆
 - C 动作记忆
 - D 逻辑记忆
- 下列哪种记忆类型符合俗语所说的“良言一句三冬暖，恶语伤人恨不休” (C)
 - A 形象记忆
 - B 逻辑记忆
 - C 情绪记忆
 - D 动作记忆

二、记忆过程及其规律

记忆过程包括识记、保持、再现（包括再认或回忆）三个环节。

- 记忆过程包括 (D)
 - A、识记，保持和遗忘
 - B、识记，再认和回忆
 - C、识记，保持和联想
 - D、识记、保持、再认或回忆

(一) 识记就是编码的过程，主要分为以下四类：

机械识记

意义识记

无意识记

有意识记

- 看过电影《董存瑞》的人在看电影时并没有刻意去记住主人公的一言一行，但董存瑞的形象却始终难忘。这种现象属于 (B)。
 - A. 有意记忆
 - B. 无意（意志力）记忆
 - C. 意义记忆
 - D. 机械记忆
- 所谓“潜移默化”是通过 (A) 而接受的。
 - A、无意识记
 - B、有意识记
 - C、无意回忆
 - D、有意回忆

(二) 保持出现问题时则会产生遗忘。

1 保持及其规律

(1) 保持的概念

保持是指已获得的知识经验在人脑中的巩固过程，是记忆过程的第二个环节。

(2) 保持的规律

保持并非是原封不动地保存头脑中识记过的材料的静态过程，而是一个富于变化的动态过程。这种变化表现在量和质两个方面：①保持在数量上的变化。保持在数量上的变化还表现为记忆恢复。记忆恢复是指识记某种材料，经过一段时间后测得的保持量大于识记后即时测得的保持量。②保持在质的方面的变化。

- 识记的材料在保持过程中，（C）会发生变化。

- A 量
- B 质
- C 量和质
- D 不

2 遗忘及其规律

（1）遗忘的概念

遗忘是与保持相反的心理过程，是指对识记过的材料不能回忆或再认，或者表现为错误的回忆或再认。按照信息加工的观点，遗忘是信息提取不出或提取错误。

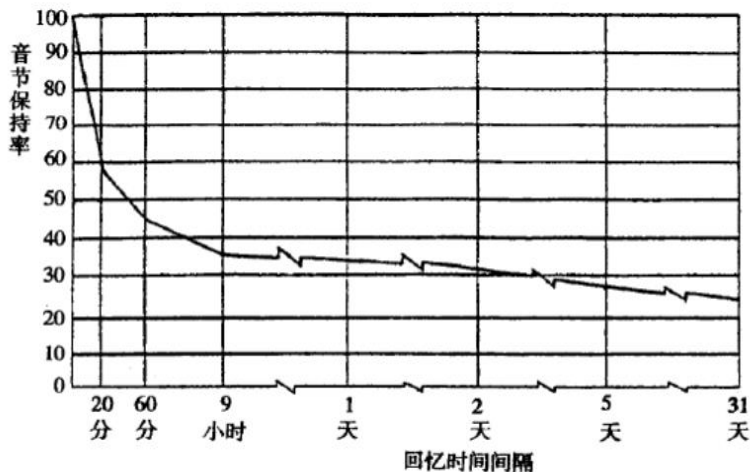
- 判断：记忆过的内容在一定条件下不能或错误地恢复和提取都叫遗忘。（√）

（2）遗忘的种类

- ①根据遗忘的时间，可分为暂时性遗忘（假性遗忘）与永久性遗忘（真性遗忘）。
- ②遗忘还可分为主动性遗忘与被动性遗忘两种。
- ③根据遗忘的内容，可分为部分遗忘与整体遗忘。

（3）遗忘规律

德国的心理学家艾宾浩斯第一个对遗忘的现象进行了比较系统的研究遗忘曲线是一条指数型衰减曲线，它表明了遗忘规律：遗忘的进程是不均衡的，遗忘在识记后立即开始，在识记后的短时间内遗忘得很快，随着时间的进展逐渐缓慢。概括地说遗忘的速度是先快后慢，遗忘的材料是先多后少。



- 用无意义音节进行记忆研究的首创者和遗忘曲线最先提出者是（B）。

- A 巴甫洛夫
- B 艾宾浩斯
- C 希金斯
- D 弗洛姆

- 艾宾浩斯发现的遗忘规律是遗忘进程的不均衡性，表现为（B）

- A 先慢后快
- B 先快后慢
- C 时快时慢
- D 均匀递减

- 艾宾浩斯遗忘曲线表明，遗忘过程在（D）中进展最快。

- A 学习后 31 天内
- B 学习后 6 天内
- C 学习后一天内
- D 学习后初期的 20 分钟内

- 根据艾宾浩斯的遗忘曲线，防止遗忘最重要的措施是（B）

- A 过度学习
- B 及时复习
- C 分散复习
- D 复习方式多样化

- (C) 说，心理学有着漫长的过去，却只有短暂的历史。
 - A 弗洛伊德
 - B 巴甫洛夫
 - C 艾宾浩斯
 - D 凯利
- 艾宾浩斯的记忆遗忘曲线试验得出的结论有 (ABCD)。
 - A 人类的遗忘遵循“先快后慢”的原则
 - B 记忆是一种高级心理过程，受到多重因素的影响
 - C 学习有意义的材料比学习无意义的材料要快得多
 - D 学习背诵的次数越多，时间越长，记忆的保持越持久
- 判断题：艾宾浩斯遗忘曲线告诉我们，如果学习的知识过了很长时间直到考试前复习，就几乎等于重新学习。所以，为了不忘记所学的知识，要及时复习。(√)

3、遗忘原因

消退说：遗忘是记忆痕迹的逐渐衰落。

干扰说：遗忘是因为受到其它刺激的干扰。干扰说可用前摄抑制和倒摄抑制来说明。前摄抑制是先学习的材料对识记和回忆后学习材料的干扰作用。后学习的材料对保持和回忆先学习的材料的干扰作用，称为倒摄抑制。

压抑(动机)说：遗忘是因为潜意识地压抑作用。

提取失败说：遗忘不是没有记住，而是无法再认或回忆。话到嘴边现象，或者舌尖现象。

同化(认知结构)说：奥苏贝尔认为，遗忘是知识的组织和认知结构简化的过程。

- 长时记忆的遗忘属于下列哪种障碍 (C) ?
 - A 生理性障碍
 - B 心理性障碍
 - C 提取性障碍
 - D 存储性障碍
- 前摄抑制和倒摄抑制证实了遗忘的 (D)。
 - A 动机说
 - B 痕迹消退说
 - C 提取失败说
 - D 干扰说
- 在记忆一篇较长的文章时，开头和结尾部分容易记住，中间部分容易遗忘，原因是 (D)。
 - A 遗忘曲线
 - B 痕迹消退
 - C 压抑
 - D 前摄抑制与倒摄抑制
- 一般分散复习优先于集中复习，因为分散复习可以降低疲劳感，减少 (C) 的影响。
 - A 前摄抑制
 - B 倒摄抑制
 - C 前摄抑制和倒摄抑制
 - D 系列位置效应
- 在考试的时候，有的学生往往觉得答案就在脑子里转来转去，却表达不出来。这种现象说明这个学生 (B)
 - A 对知识不够熟悉，一知半解
 - B 失去了提取知识的线索
 - C 各种相似的知识在一起发生了干扰
 - D 心情太紧张，降低了知识提取的效率
- 小刚同学参加英语考试时对于一些简单而熟悉的英语单词怎么也想不起来，其中造成这种遗忘的原因是 (B)。
 - A 干扰
 - B 提取失败
 - C 衰退
 - D 动机性遗忘

- 有些学生在考试时，由于紧张之前已经保持的知识却怎么也想不起来。心理学中对这种现象进行解释的理论是 (C)。
 - A 消退说
 - B 干扰说
 - C 压抑说
 - D 提取失败说
- (D) 认为，学生走进考场拿到试卷的一刻，因为紧张往往发现自己明明知道，可一时就是想不起来。等答完后面的题目，前面的题却又能答出来了。这种遗忘只是暂时的，一旦有了正确的线索就能回忆起来。
 - A 压抑说
 - B 痕迹消退说
 - C 干扰说
 - D 提取失败说
- 将记忆和遗忘看作个人维护自我的动态过程，认为是人们常常压抑早年生活中痛苦的记忆以免因为这种记忆可能会引起焦虑和不安的心理学家是 (C)
 - A 艾宾浩斯
 - B 阿德勒
 - C 弗洛伊德
 - D 荣格
- 和老同学聚会时，有人明知道对方的名字，但由于比较激动，一时想不起。这种明明知道，而当时又回忆不起来的现象叫 ()。
 - A 干扰现象
 - B 舌尖现象
 - C 晕轮效应
 - D 首因效应

4、影响遗忘进程的因素

- ①学习者的需要和兴趣。
- ②材料的意义、性质和数量。
- ③学习程度。150%的过度学习。
- ④材料序列对遗忘的影响——系列位置效应，即开头和结尾部分学到的内容比中间部分记忆效果更好。

- 过度学习程度以 (B) 为佳，其效应也最大。
 - A 200%
 - B 150%
 - C 120%
 - D 180%
- 根据过度学习原理，小明背诵古诗用了 6 遍，他应该再背诵几遍才能达到最高的学习效率 (C)
 - A 1;
 - B 2;
 - C 3;
 - D 4
- 一篇课文，如果记忆 30 次能够达到背熟，那么如果要想达到最佳的学习程度，应该记忆 (C)。
 - A 20 次
 - B 30 次
 - C 45 次
 - D 40 次
- 影响遗忘进程的主要因素有 (ABCDE)。
 - A 识记的方法
 - B 学习材料的性质
 - C 学习者的情绪和动机
 - D 系列位置效应
 - E 记忆任务的重要性

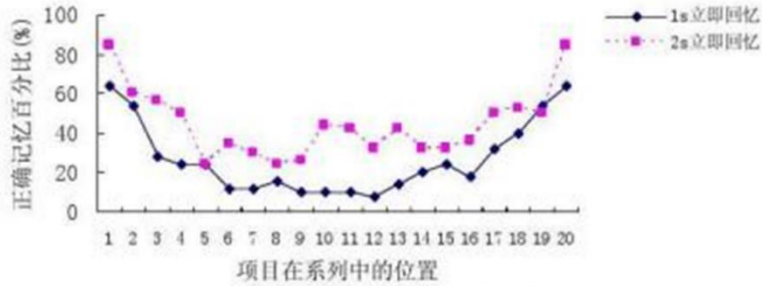


图3: 1s立即回忆组和2s立即回忆组的系列位置曲线

- 一段长的学习材料，往往中间部分的记忆效果差，这是由于 (C) 造成的。
 - A 前摄抑制
 - B 倒摄抑制
 - C 前摄抑制和倒摄抑制
 - D 内抑制
- 学习后立即睡觉，保持的效果往往比学习后继续活动保持的效果更好，这是由于 (C)
 - A 过度学习
 - B 记忆的恢复现象
 - C 无倒摄抑制的影响
 - D 无前摄抑制的影响

(三) 再认或回忆

1 再认

再认是指人们对感知过、思考过或体验过的事物，当它再度呈现时，仍能认识的心理过程。

对事物的再认有不同的速度和准确程度，这主要取决于以下两个条件：①对原有事物或材料识记的巩固程度；②当前呈现的事物或材料同过去识记过的事物或材料相类似的程度。

2 回忆及其规律

(1) 回忆的概念

回忆是过去经历过的事物不在面前，人们在头脑中把它重新呈现出来的过程。

(2) 回忆的种类

①有意回忆与无意回忆

根据回忆是否有预定的目的、任务和意志努力的程度，可以把回忆分为有意回忆和无意回忆。

无意回忆是没有预定目的，也不需要任何意志努力的回忆，如触景生情或偶然想起了一件往事。自由联想也属于这种形式。

有意回忆是有回忆任务、并做一定的意志努力、自觉追忆以往经验的回忆，其目的是要根据当前的需要而回忆起特定的记忆内容。

②直接回忆与间接回忆

根据回忆时的条件和方式的不同，又可以把回忆分为直接回忆与间接回忆。由当前事物直接唤起旧经验的重现称为直接回忆；通过一系列中间环节或中介性的联想才能达到要回忆的旧经验称为间接回忆。

- 学生在做闭卷问答题时，回忆学过的内容属于 (C)
 - A 再认
 - B 保持
 - C 再现
 - D 识记
- 那个人长什么样我不记得了，但是再见面时我能认出他的模样。这属于 (B)。
 - A 回忆
 - B 再认
 - C 识记
 - D 联想
- 学生回答选择题时所使用的记忆过程主要是 (C)
 - A 识记
 - B 保持

- C 再认
D 回忆
- 学生在考试时完成填空题的过程是记忆过程的 (D)
 - A 识记
 - B 保持
 - C 再认
 - D 回忆
 - “默写”属于 (C)。
 - A 有意识记
 - B 无意识记
 - C 有意回忆
 - D 无意回忆
 - 当回忆发生困难时，需要做出一定的努力，克服一定的困难才实现的回忆叫做 (D)
 - A. 有意回忆 B. 理解回忆 C. 意志回忆 D. 追忆
 - “触景生情”是 (B)。弗洛伊德让病人在放松状态下进行自由联想，从而想起一些往事，这属于 (B)。
 - A 有意回忆
 - B 无意回忆
 - “睹物思人、触景生情”属于 (A)
 - A 直接回忆
 - B 间接回忆

(五) 运用记忆规律，促进知识保持的方法

- 1、明确记忆目的，增强学习的主动性
- 2、理解学习材料的意义
- 3、对材料进行精细加工，促进对知识的理解
- 4、运用组块化学习策略，合理组织学习材料
- 5、运用多重信息编码方式，提高信息加工处理的质量
- 6、有效运用记忆术
- 7、适当过度学习
- 8、重视复习方法，防止知识遗忘

(六) 有效组织复习的方法有：

- 1 复习时机要得当
 - (1) 及时复习；
 - (2) 合理分配复习时间。
- 2 复习方法要合理
 - (1) 分散复习与集中复习相结合；
 - (2) 复习方法多样化；
 - (3) 运用多种感官参与复习；
 - (4) 尝试回忆与反复识记相结合。
- 3 复习次数要适宜

三、学生记忆的发展

(一) 小学生记忆的发展与记忆能力的培养

- 1 小学记忆的发展
 - (1) 小学生的有意记忆明显增强；
 - (2) 小学生的意义记忆迅速发展；
 - (3) 小学生的抽象逻辑记忆水平逐步提高
- 2 小学生记忆能力的培养
 - (1) 加强对小学生有意识记的培养；
 - (2) 要充分利用无意识记的特点；
 - (3) 对小学生进行意义识记的培养；
 - (4) 对小学生进行抽象记忆的培养；
 - (5) 重视小学生记忆品质的培养；

- (6) 及时复习，防止遗忘；
- (7) 教给小学生记忆的方法；
- (8) 掌握回忆的策略。
- (二) 中学生记忆的发展与记忆能力的培养

1 中学生记忆的发展

- (1) 记忆容量逐渐增大，短时记忆的广度接近成人。
- (2) 记忆的有意性加强。
- (3) 意义识记成为主要记忆手段。
- (4) 抽象记忆逐渐占据主导地位。

2 中学生记忆能力的培养

- (1) 教给学生基本的记忆策略。
- ①注意策略；②精细阐述策略；③提取策略。
- (2) 重视对中学生记忆活动的指导。
- (3) 合理组织学生复习

- 关于中学生记忆发展的基本特点，下列表述不正确的是 (A)。
- A 以机械识记为主
- B 以有意识记为主
- C 以意义识记为主
- D 词的抽象记忆能力得到进一步发展
- 判断：初中生的主要记忆手段是意义识记。(√)

第三节 想象

一、表象概述

(一) 表象 (image)：表象是事物不在眼前时，人们在头脑中出现的关于事物的形象。分为记忆表象和想象表象。

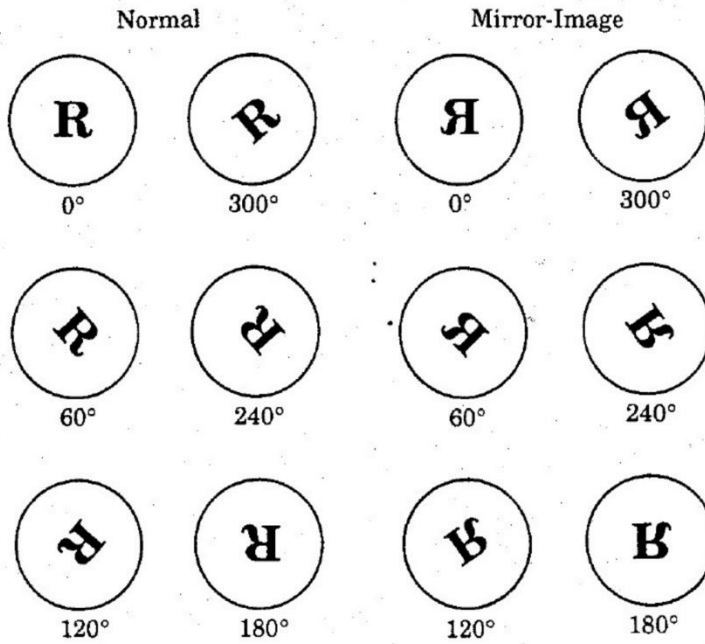
- 游览过八达岭长城的人，头脑中重现长城的形象属于 B
- A 思维
- B 表象
- C 注意
- D 联想
- 事物不在面前时，人们在头脑中出现的关于事物的形象，这是 A
- A 表象
- B 想象
- C 后象
- D 印象
- 看《西游记》电影后，在我们头脑中留下的孙悟空形象是 (B)。
- A 知觉形象
- B 记忆表象
- C 创造想象
- D 再造想象

(二) 表象的分类

- 1 根据接受刺激的感觉通道分为：视觉表象、听觉表象、触觉表象、味觉表象、嗅觉表象和运动表象。
- 2 根据表象的概括成度分为：个别表象 (某一具体事物) 和一般表象 (某一类事物)。
- 3 根据表象的内容分为：对外界事物的表象和对自身的表象。

(三) 表象的特点

- (1) 直观性； (2) 概括性； (3) 易变性； (4) 可操作性。



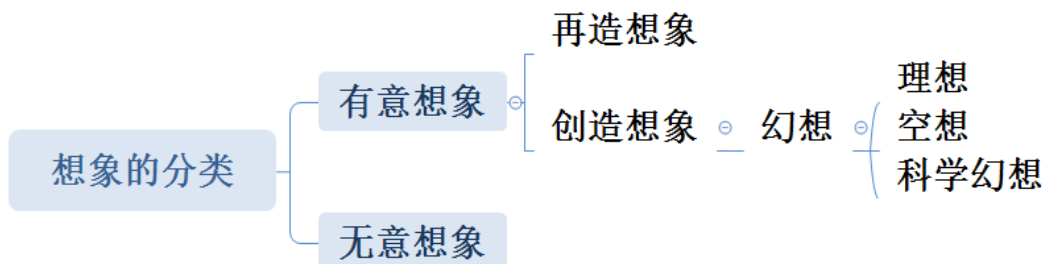
- 下列关于表象的叙述不正确的是 C
 - A 表象是以生动具体的形象在头脑中出现的。
 - B 表象是人们多次知觉的结果，表象具有概括性。
 - C 表象表征事物的个别特征。
 - D 人们可以再头脑中对表象进行操作。

二、想象概述

(一) 想象 (imagination) 的概念：
对表象加工改造形成新表象的过程。

- 想象主要处理的信息，是以 (D) 形式呈现在人们头脑中的表征。
 - A 抽象
 - B 概括
 - C 间接
 - D 直观
- 想象发生发展的基础是 (B)。
 - A 能力
 - B 感知
 - C 记忆
 - D 性格
- 苏轼评价王维“诗中有画，画中有诗”这一思维过程属于 (D)
 - A 联想
 - B 幻想
 - C 理想
 - D 想象

(二) 想象的分类



1、再造想象产生的条件

- (1) 必须具有丰富的表象储备;

- (2) 为再造想象提供的词语及实物标志要准确、鲜明、生动；
- (3) 正确理解词语与实物标志的意义。

2、创造想象产生的条件

- (1) 强烈的创造愿望。
- (2) 丰富的表象储备。
- (3) 积累必要的知识经验。
- (4) 原型启发。
- (5) 积极的思维活动。
- (6) 灵感的作用。

- 人们看到天上的浮云，想象出各种动物的形象，这是一种 (B)
 - A 有意想象
 - B 无意想象
 - C 幻想
 - D 空想
- 根据言语描述或图表示意，在头脑中形成新形象的心理过程是 (A)
 - A 再造想象
 - B 创造想象
 - C 有意想象
 - D 幻想
- 小学生在听教师讲故事的时候，随着教师的讲述而在头脑中浮现出故事中的情景，这属于 (C)。
 - A. 无意想象
 - B. 创造想象
 - C. 再造想象
 - D. 幻想
- 吟咏“日出江花红似火，春来江水绿如蓝”的诗句时，仿佛看到了祖国江南秀丽的景色，这是一种 (B)
 - A 记忆表象
 - B 再造想象
 - C 创造想象
 - D 幻想
- 艺术家创作时的构思活动主要是 (D)
 - A 记忆表象
 - B 再造想象
 - C 无意想象
 - D 创造想象
- 设计师设计、描绘城市规划的蓝图的过程属于 (B)
 - A 再造想象
 - B 创造想象
 - C 无意想象
 - D 空想
- 看小说时产生的想象活动主要是 (B)
 - A 无意想象
 - B 再造想象
 - C 创造想象
 - D 幻想
- 鲁迅在《阿Q正传》中塑造阿Q形象，属于 (C)
 - A 无意想象
 - B 再造想象
 - C 创造想象
 - D 幻想
- 学生读了曹雪芹的小说《红楼梦》后，在头脑中形成了林黛玉鲜明的形象，这属于 (A)
 - A 再造想象
 - B 创造想象

- C 幻想
D 表象形成
- 丁墨在他的小说《他来了，请闭眼》中，塑造了高智商、严谨和善于推理的犯罪心理学专家断言的形象，这属于（D）。
 - A 无意想象
 - B 再造想象
 - C 无意记忆
 - D 创造想象
 - 想象是创新的心理基础，想象分为有意想象和无意想象。下列情况属于无意想象的是（BCD）。
 - A 新建房屋装修前对房间整体布置进行的想象
 - B 将天上飘动的白云不由自主的想象成羊群式山峰
 - C 学生上课走神
 - D 睡觉时的梦境

三、幻想

也是有意想象的一种特殊形式，是一种与生活愿望相结合并指向于未来的想象。（1）幻想体现了个人的愿望，是向往的形象；（2）幻想常是创造性活动的准备阶段。

四、想象的加工方式

- （一）粘合
- （二）拟人化（人格化）：米老鼠，雷公电母土地公等。
- （三）夸张：
- （四）典型化：小说中的人物形象，是作家综合许多人的特点后创作出来的。

- 千手观音的形象属于想象的（B）加工方式，童话故事中的“小人国”属于（B）。美人鱼属于（A），孙悟空属于（A）。《欢乐颂》中的安迪代表了成功的职业女性，这属于（D）。太阳公公、月亮姐姐、雷公电母都属于（C）。
 - A 粘合
 - B 夸张
 - C 拟人化
 - D 典型化

五、想象的品质

丰富性；生动性；现实性；新颖性；深刻性；主动性

六、想象的功能

预见功能、补充功能和替代功能。

- 儿童想当一名飞行员。但由于他的能力有限而不能实现，于是就在游戏中手拿一架玩具飞机在空中舞起来，满足了自己当飞行员的愿望，这种活动反映的想象功能是（C）。
 - A 再造
 - B 补充
 - C 替代
 - D 预见

七、培养学生想象力的方法

- （一）丰富学生的表象储备
- （二）引导积极思考
- （三）扩大知识经验
- （四）有目的的训练想象力
- （五）引导学生积极幻想

八、学生想象的发展

(一) 小学生想象的发展

- (1) 想象的有意性迅速发展;
- (2) 想象中的创造成分日益增多;
- (3) 想象的内容逐渐接近现实。

(二) 中学生想象的发展

- (1) 初中生想象的有意性迅速增长。
- (2) 中学生想象的现实性在不断发展。
- (3) 想象中创造性成分日益增多。

● 下列哪一个不是正确地描述小学生想象发展的特点 ()。

- A 想象的有意性迅速发展
- B 想象的内容逐渐接近现实
- C 想象中的幻想日益减少
- D 想象中的创造成分日益增多

第四节言语和思维

一、言语

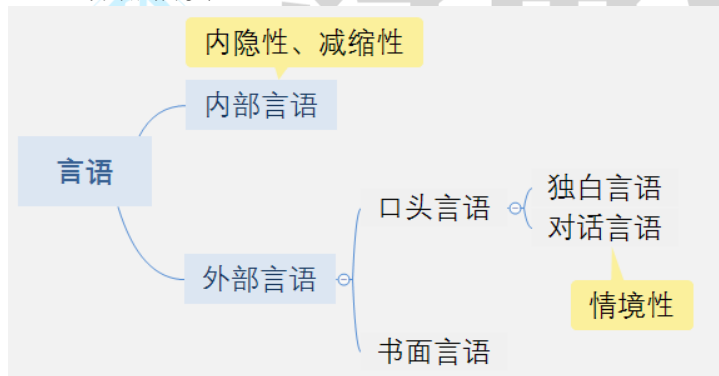
(一) 言语的概念

语言 (language) 是一种符号系统。言语 (speech) 则是人们运用语言进行交际的活动和过程。

(二) 言语的特点

- (1) 目的性;
- (2) 开放性;
- (3) 规则性;
- (3) 离散性;
- (4) 社会性和个体性。

(三) 言语的分类



聊天、辩论、讨论等言语活动属于 (B); 具有情境性、简略性、反应性特点的言语形式是 (B); 具有展开性、计划性、准备性特点的言语形式是 (D); 自问自答的言语活动属于 (C); (C) 是非交际性语言, 是指借助语言进行思维过程中的一种特殊的语言现象。

- A 独白言语
- B 对话言语
- C 内部言语
- D 书面言语

(四) 言语的感知和理解

1 言语的感知

(1) 口头言语的感知。口头言语的感知涉及语言的清晰度与可懂度。清晰度与可懂度是指听者了解讲话者说话的百分率, 或指听者听对的百分率。

(2) 书面言语的感知。人们通过视觉系统接受文字材料提供的信息, 对字词作出正确判断与分辨, 这就是书面语言的感知。书面语言的感知包括单词再认和阅读。

2 言语的理解

(1) 概念。言语的理解是指人们借助于听觉或视觉的语言材料, 在头脑中建构意义的一种主动、积极的过程。

(2) 过程。言语的理解可分为三级水平: ①词汇理解或词汇识别是言语理解的第一级水平; ②句子的理解是言语理解的第二级水平; ③言语理解的第三级水平是课文或话语的理解。

二、思维

(一) 思维的概念和特点

1、思维的概念

思维是人脑对客观事物本质特征和内在规律性联系的间接的概括的反映。

感觉是对客观事物的个别属性以及事物之间外部联系的反映；思维是对事物的本质属性以及事物之间内部联系及其规律性的反映。

2、思维的特点：间接性和概括性。

(1) 间接性：通过 X 事物间接理解 Y 事物。

(2) 概括性：指把握一类事物所共有的本质特征以及事物所具有的普遍的或必然的联系。例如各种概念，都是人们对一类事物的共性抽象概括。

- 思维的概括性表现为 (D)
 - A 对不在眼前，没有直接作用于感官的事物加以反映
 - B 对根本不能直接感知的事物加以反映
 - C 在对现实事物认识的基础上，作出某种预见
 - D 从部分事物的联系中，找到普遍的、必然的联系
- 1. 医生通过“望闻问切”了解内脏机理病变。
- 2. 认识到“灯是照明的工具”。
- 3. 看到地面湿，推测昨晚下过雨。
- 4. 各种各样的水都可以用“水”这个词标识。
- 5. “隔墙见角而知有牛”，“隔岸见烟而知有火”
- 6. 认识到“朝霞不出门，晚霞行千里”。
- 7. “月晕而风，础润而雨”。
- 8. 每次看见“月晕”就会刮风，看见石础“潮湿”就会下雨，于是得出“月晕而风”、“础润而雨”的结论。
- 上述现象中，哪些反映了思维的间接性，哪些反映了思维的概括性？

(二) 思维的品质

中心环节，思维品质的集中体现



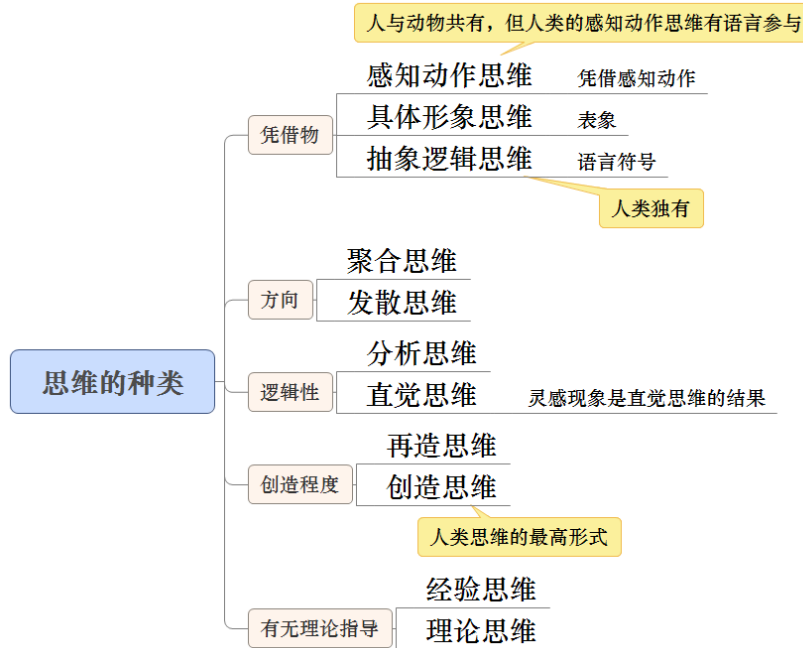
- “机智”是指思维的 A
 - A 灵活性
 - B 敏捷性
 - C 深刻性
 - D 广阔性
- 不但考虑问题本质，而且考虑和问题有关的其他条件，这是思维的 B
 - A 批判性
 - B 广阔性
 - C 深刻性
 - D 灵活性
- 比较固执，爱钻牛角尖，这是思维缺乏 D 的表现。
 - A 深刻性
 - B 批判性
 - C 广阔性
 - D 灵活性
- “人云亦云”是思维缺乏 B
 - A 广阔性
 - B 批判性

- C 深刻性
D 灵活性
- 人在解决问题时能够当机立断，不徘徊犹豫，这是思维的 D
 - A 批判性
 - B 广阔性
 - C 深刻性
 - D 敏捷性
 - 在某测验中，要求学生在 3 分钟之内尽快地写出“砖”的多种用途，这主要是测量学生的 (D)。
 - A 知识丰富性
 - B 技能熟练性
 - C 创造性思维
 - D 思维敏捷性
 - "透过现象看本质"是指思维的 (D)
 - A 广阔性
 - B 独立性
 - C 批判性
 - D 深刻性
 - 有些学生能根据题目的不同要求应用各种规则、原理和规律，有些学生则显得比较困难。这是思维的 (C) 差异。
 - A 广阔性
 - B 批判性
 - C 灵活性
 - D 敏捷性
 - 眉头一皱计上心来，说明思维的 (C) 较好。
 - A 广阔性
 - B 深刻性
 - C 敏捷性
 - D 灵活性
 - 思维的 (A) 是思维品质的中心环节，是所有思维品质的集中体现。
 - A 逻辑性与严谨性
 - B 独立性与批判性
 - C 灵活性与敏捷性
 - D 广阔性与深刻性
 - 有的学生在解题时，不喜欢套用现成的公式，而愿意开动脑筋，尽管题目变化很大，都能应付自如，独立解决。这说明该学生的思维具有较大的 (C)。
 - A 深刻性
 - B 敏捷性
 - C 灵活性
 - D 批判性

(三) 良好思维品质的培养

- (1) 加强科学思维方法的训练
- (2) 运用启发式方法调动学生思维的积极性、主动性;
- (3) 加强言语交流训练;
- (4) 发挥定势的积极作用;
- (5) 培养学生解决实际问题的思维品质。

(四) 思维的种类



辐合思维（聚合思维）：人们根据已知信息，利用**熟悉的规则**解决问题，从**给予的信息**中得出**逻辑的结论**，它是一种有方向、有范围、有条理的思维方式。

常规思维（再造思维）：人们运用**已获得的**知识经验、**按现成的**方案和程序直接解决问题。

- 警察在嘈杂的人群中，能迅速辨别出罪犯。这主要依赖哪种思维？（B）
 - A 分析思维
 - B 直觉思维
 - C 形象思维
 - D 发散思维
- 如果 $A > B$, $A < C$, $C > D$, $C < E$, 那结果必然有 $B < E$ 。这种思维是（C）
 - A. 发散思维
 - B. 分析思维
 - C. 辐合思维
 - D. 创造思维
- 下列符合发散思维的是（ACD）。
 - A 一物多用
 - B 先入为主
 - C 一时多写
 - D 一题多解
- 人们根据已知信息，利用**熟悉的规则**解决问题，从给与的信息中得出**逻辑的结论**，反映的是下列哪种思维方式？（A）
 - A 聚合思维
 - B 发散思维
 - C 常规思维
 - D 创造性思维
- 按照**探寻答案的方向不同**划分，可以将思维分为（D）
 - A 再造思维和创造思维（新奇独特）
 - B 直觉思维和分析思维（逻辑性）
 - C 抽象思维和形象思维和动作思维
 - D 辐合思维和发散思维
- 张老师上课时，努力设置问题情境，让学生尽可能多地说出不同的解决方案。张老师这样做，可以培养和发展学生的（A）
 - A 发散思维
 - B 聚合思维
 - C 形象思维
 - D 抽象思维

- 儿童边掰手指边数数，如果感知和动作中断，思维也就停止。这说明儿童的思维属于（A）。
 - A 直观动作思维
 - B 具体形象思维
 - C 抽象逻辑思维
 - D 直觉思维
- 判断：直观动作思维所用的工具主要是“感知和表象”。（×）
- 判断：作家塑造一典型的人物形象，画家创作一幅图画，都要在头脑里先构想出这个人物或该图画的画面，这种构思过程体现出的是形象思维。（√）
- 幼儿的思维方式主要是（A）
 - A 具体形象思维
 - B 抽象思维
 - C 发散思维
 - D 创造思维
- 在个体发展过程中，思维发展的顺序为 B
 - A 具体形象思维、直观动作思维、抽象逻辑思维
 - B 直观动作思维、具体形象思维、抽象逻辑思维
 - C 抽象逻辑思维、具体形象思维、直观动作思维
 - D 具体形象思维、抽象逻辑思维、直观动作思维
- 幼儿计算应用题“5个苹果吃掉3个，还剩几个”时，他的思维种类属于（C）
 - A 直觉行动思维
 - B 抽象思维
 - C 形象思维
 - D 发散思维
- 我们到一个地方去办事，会事先在头脑中想出可能到达的道路，经过分析与比较，最后选择一条短而方便的路。这样的思维是（B）
 - A 直观动作思维
 - B 形象思维
 - C 逻辑思维
 - D 直觉思维
- 根据思维的逻辑性，思维可以划分为（A）
 - A 直觉思维和分析思维
 - B 直观动作思维、具体形象思维、抽象逻辑思维
 - C 聚合思维和发散思维
 - D 经验思维和理论思维
- 判断题：培养创造性思维并不是提倡发散思维，反对集中思维。（√）

（五）思维的过程

分析与综合：分析是把整体分割成部分，综合是把部分联合为一体。

- 构想把一个人过去与现在的经历联系起来编成一个短剧叫做（B）
 - A 分析
 - B 综合
- 概括文章的中心大意是（B）
 - A.分析
 - B.综合
 - C.抽象
 - D.概括
- 思维的基本过程是（A）。
 - A 分析与综合
 - B 比较
 - C 抽象
 - D 概括
- 初一（3）班很多同学做数学应用题时考查单一知识点的题目都能做对，但是考查两个以上知识点交叉的题目时就不会做了。这些同学应该在下列哪一个思维环节上进行强化？（C）
 - A 概括与抽象

- B 分类与比较
- C 综合与分析
- D 系统化与具体化

比较与分类：比较是通过对比，确定事物间异同点，分类是根据事物的异同将其分门别类。

抽象和概括：抽象是提炼事物与现象的共同本质特征，概括是把人脑中的共同本质特征抽象出来加以综合。

- 我们在把握鸟的本质属性的基础上得出“**所有的**鸟都是有羽毛的”这一结论，这种思维过程是 (B)。
 - A 综合
 - B 概括
 - C 抽象
 - D 系统化
- 凡是会语言、会制造和使用工具的**都是人**，这是 (D)
 - A.比较
 - B.分类
 - C.抽象
 - D.概括

系统化和具体化：系统化是形成概括程度更高的系统，具体化是将抽象特征或规律推广到具体事物中去。

- 学生**运用**学习过的原理，解答教师布置的作业或者解决生活中的某一个问题的思维过程是 (A)
 - A 具体化
 - B 抽象
 - C 概括
 - D 综合
- 把**小数、分数、整数概括为有理数**，体现了思维的 (B)
 - A.具体化
 - B.系统化
 - C.抽象
 - D.概括
- **用**所学的公式定理去解题，体现了思维的 (B)
 - A.比较
 - B.具体化
 - C.抽象
 - D.系统化

三、创造性思维

(一) 概念

创造性思维是用独特新颖的方法解决问题的思维过程，它是发散思维和聚合思维的统一，以发散思维为核心。创造性思维是智力的高级表现。

- 人类思维的高级形式是 (C)
 - A 求异性思维
 - B 集中性思维
 - C 创造性思维
 - D 发散性思维

(二) 特征

1、新颖独特

2、创造性思维是多种思维的结晶，其中以发散思维为核心。发散思维的特点：流畅性（个数）；灵活性（类型）；独创性。

- 案例分析：在课堂上，教师让学生“列举砖头的用处”时，学生小方的回答是：“造房子，造仓库，造学校，铺路”；学生小明的回答是：“盖房子，盖花坛，打狗，敲钉”，请问小方和小明的回答如何？你更欣赏哪种回答？为什么？请根据思维的原理进行分析。

- 下列不属于创造思维的特点的是 (B)
 - A 独创性
 - B 持久性
 - C 流畅性
 - D 灵活性
- 个体在单位时间内对事物反应的总量体现了创造性在 (D) 方面的品质。
 - A 可逆性
 - B 变通性
 - C 独创性
 - D 流畅性
- 教师要求学生尽可能多的探求一道数学题的多种解法，这是在对学生的 (D) 进行训练。
 - A 求同思维
 - B 会聚思维
 - C 直觉思维
 - D 发散思维
- 警察在侦破复杂案件的过程中，往往根据案情分析，提出多种多样的假设。这是 D 的表现。
 - A 求异性思维
 - B 集中性思维
 - C 创造性思维
 - D 发散性思维

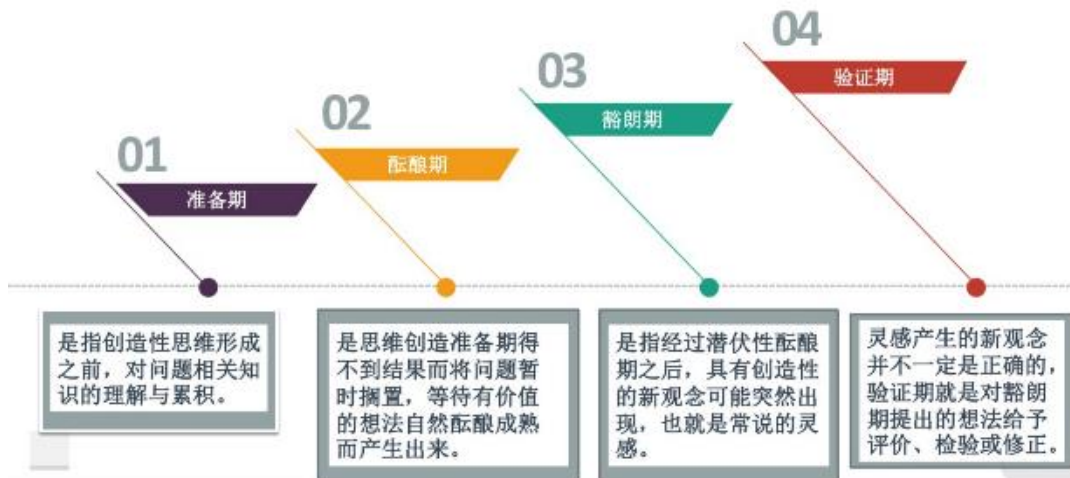
3、创造性想象的积极参与

4、灵感状态

简答题：

请简述创造性思维的特征。

(三) 创造思维的过程 (提出者：沃拉斯)：



- 创造思维经历的四个阶段是 A
 - A 准备-酝酿-豁朗-验证
 - B 酝酿-准备-豁朗-验证
 - C 准备-酝酿-验证-豁朗
 - D 酝酿-准备-验证-豁朗

(四) 创造性思维的培养

- 1 运用启发式教学，保护学生的好奇心，激发学生的求知欲，培养创造性动机，调动学生学习的积极性和主动性。
- 2 培养学生的发散思维，并将发散思维和集中思维相结合。
- 3 发展学生的创造性想象能力。
- 4 组织创造性活动，正确评价学生的创造性。
- 5 开设具体的创造性课程，教授学生创造性思维策略和创造技法。
- 6 结合各学科特点进行创造性思维训练。

四、学生思维的发展

(一) 小学生思维的发展

小学生思维发展的基本特征——从具体形象思维为主逐步向抽象逻辑思维为主过渡。主要表现在：

- (1) 小学生的抽象思维逐步发展，但仍带有较大的具体性。
- (2) 小学生的抽象思维开始发展，但仍带有很大的不自觉性。
- (3) 在从具体形象性向抽象逻辑性的过渡中，存在着不平衡性（不平衡性既表现为个体发展的差异，也表现为思维对象的差异，比如不同学科或不同教材）。
- (4) 在从具体形象思维为主逐渐向抽象逻辑思维为主的过渡中出现“飞跃”或“质变”一般认为，这个关键年龄出现在**小学四年级**（约10~11岁）

(二) 中学生思维的发展

- (1) 抽象逻辑思维逐渐处于优势地位。
- (2) 形式逻辑思维逐渐发展，在高中阶段处于优势。
- (3) 辩证逻辑思维迅速发展。

- 小学生的思维正处于由具体形象思维向抽象逻辑思维过渡的时期，其中一个明显的“关键年龄”是 (C)
 - A 二年级
 - B 三年级
 - C 四年级
 - D 五年级
- 从心理发展的角度来看，高中阶段学生思维发展的主要形式是 (D)
 - A 形象思维
 - B 逻辑思维
 - C 抽象思维
 - D 辩证思维
- 判断：从具体形象思维为主逐步向抽象逻辑思维为主过渡，是小学生思维发展的基本特征。(✓)

第五节 注意

一、注意概述

(一) 注意及其功能

1、注意的概念和特点

(1) 注意 (attention) 就是人的心理活动对**一定对象的指向与集中**。注意并不是一种独立的心理过程，它只是伴随着心理过程而存在的一种意识倾向性。

(2) 注意的特点

首先，注意是心理活动的指向性。

其次，注意是心理活动的集中性。集中性与强度有关，越集中，通常强度（紧张度）越高。

再次，注意是一切心理活动的共同特征。

(3) 注意的外部表现

人在集中注意于某个对象时，常常伴随有特定的生理变化和表情动作。注意时最显著的外部表现，有下列几种：

- ① 适应性运动出现。如举目凝视、侧耳倾听、凝神沉思。
- ② 无关运动的停止。一切多余动作都会停止下来。
- ③ 呼吸运动的变化。轻微而缓慢，吸短而呼长，十分紧张，呼吸停止，屏息。

2、注意的功能

(一) 选择功能。选择那些对自己有用的刺激，同时忽视无关的刺激。

(二) 维持功能。以一种比较紧张的状态将所选择的刺激加以保持。

(三) 调节和监督功能。帮助人脑将加工的信息从一个对象转移到另一个对象。

- 注意的功能不包括 D
 - A 选择
 - B 维持
 - C 调节
 - D 评价

- 判断题：
- 注意是一种非常重要的心理过程。（错，注意不是心理过程）

(二) 注意的种类

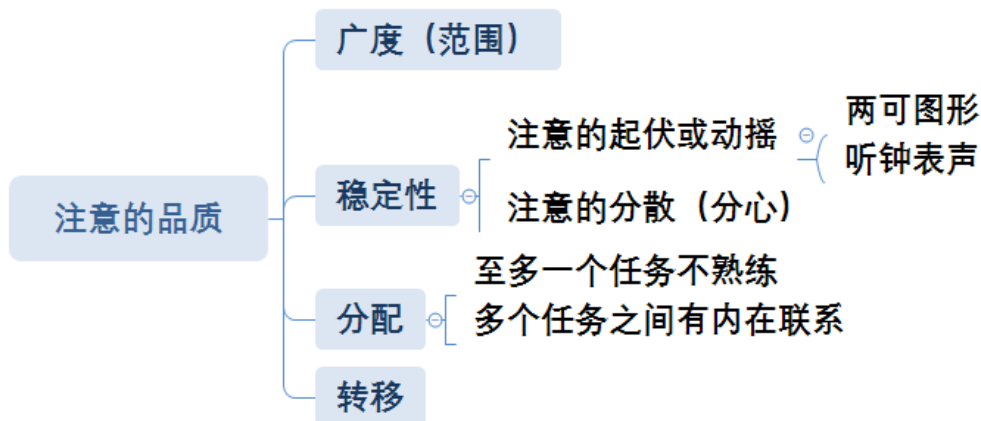
根据产生和保持注意时有没有预定目的和意志努力程度的不同，可以把注意分为无意注意、有意注意和有意后注意。

无意（不随意）注意	没有目的/不需要努力	刺激物本身的特点 人本身的状态
有意（随意）注意	有目的/需要努力	对目的任务的理解 合理组织活动 对兴趣的依从 排除内外因素的干扰
有意后（随意后）注意	有目的/不需要努力	练习

- 人们经过一段时间的努力，对生疏的工作熟悉并发生兴趣，不需要意志努力就能持续保持注意在这项工作上，这时，人的注意属于（A）。
 - A 有意后注意
 - B 无意注意
 - C 有意注意
 - D 不随意注意
- 小明正在津津有味地阅读一本课外书，没有听到上课铃的声音。从注意的角度看，维系小明阅读的心理活动属于（A）。
 - A 有意后注意
 - B 无意注意
 - C 有意注意
 - D 不随意注意
- 妈妈边看电视边织毛衣属于（A）。
 - A 有意后注意
 - B 无意注意
 - C 有意注意
 - D 不随意注意
- 要求小朋友绘画一张贺卡给爸爸妈妈，便积极克服困难，努力创作，这是属于（C）。
 - A 无意注意
 - B 有意后注意
 - C 有意注意
 - D 感觉
- 教师讲课时，语言生动、形象，富有感染力，声音抑扬顿挫，并伴有适当的表情和肢体语言，有助于激发学生的兴趣，有利于引起学生的（B）
 - A 有意注意
 - B 无意注意
 - C 有意后注意
 - D 思维共鸣
- 只有人类才具有的更积极主动的注意形式是（C）。
 - A 无意注意
 - B 有意后注意
 - C 有意注意
 - D 感觉
- 初学文言文，你可能对此不感兴趣，只是为了完成任务，这时候是（C）。此后，随着你对基础知识的掌握，对文言文产生兴趣，凭兴趣可自然地将注意力集中到学习上，这时的注意就是（B）。
 - A 无意注意
 - B 有意后注意
 - C 有意注意
 - D 感觉

- 学生正在教室专注听讲，教室外忽然电闪雷鸣，此时同学们不约而同地转头看向窗外，学生的这种心理活动属于（A）。
 - A 无意注意
 - B 分散注意
 - C 随意注意
 - D 随意后注意
- 王老师讲课时，迟到的钱冰突然推门而入，同学们不约而同地把目光投向了他，学生的这种心理活动属于（A）。
 - A 无意注意
 - B 分散注意
 - C 随意注意
 - D 随意后注意
- 夜晚的霓虹灯广告主要在于吸引人们的（A）。
 - A 无意注意
 - B 分散注意
 - C 随意注意
 - D 随意后注意
- 幼儿教师给幼儿讲故事时通过自己声情并茂的讲述，以及形象的动作，去吸引幼儿的（A）。
 - A 无意注意
 - B 分散注意
 - C 随意注意
 - D 随意后注意
- “万绿丛中一点红”容易引起人们的无意注意，这主要是由于刺激物具有（D）
 - A 强度的特点
 - B 新异性的特点
 - C 变化的特点
 - D 对比的特点
- 绿草丛中的红花比绿草中的青蛙更能引起人们的注意，其原因是（B）。
 - A 刺激物的强度
 - B 刺激物的对比关系
 - C 刺激物的运动和变化
 - D 刺激物的新颖性
- （ACD）是引起和保持有意注意的条件和方法。
 - A 加深对活动的目标、任务和理解
 - B 培养直接兴趣
 - C 培养间接兴趣
 - D 合理地组织活动

二、注意的品质



- 【多选】注意的品质主要包括（ABCD）
 - A 注意的稳定性
 - B 注意的转移
 - C 注意的分配
 - D 注意的广度
- 小朋友能够完整地听妈妈讲故事，体现了小朋友的注意具有（C）。
 - A 分配特征
 - B 广度特征
 - C 稳定性特征
 - D 选择性特征
- 学生一边听老师讲课，一边记笔记，他的这种注意表现是（C）。
 - A 注意分散
 - B 注意集中
 - C 注意分配
 - D 注意转移
- “眼观六路耳闻八方”属于（D）。
 - A 注意分散
 - B 注意起伏
 - C 注意稳定
 - D 注意分配
- 下列行为，体现注意分配的是（AC）。
 - A 边听讲边做笔记
 - B 吃完饭看书
 - C 自拉自唱
 - D 自言自语
 - E 学习后跑步
- 判断：注意的转移指个体在同一时间内把自己的注意指向主要对象而又能注意其他对象的心理现象。（×）。
- 判断：学生在上数学课的时候仍然在思考上一节语文课的内容，说明其没有成功的进行注意转移。（√）
- 判断：学生在课堂上一边听课一边记笔记属于注意的转移。（×）。
- 在寂静的夜晚，将钟放在一个恰当距离，你会感觉到一会儿听到“滴答”声，一会儿听不到，这现象是（B）。
 - A 注意不稳定现象
 - B 注意起伏现象
 - C 注意转移现象
 - D 注意分散现象
- 注意的稳定性是注意品质的（C）特性。
 - A 广度
 - B 强度
 - C 时间
 - D 空间
- 喧嚣的闹市中，大声地叫卖未必能引起人的注意，但在安静的阅览室中小声交谈就可能引起人的注意，这是因为（A）
 - A 刺激物的相对强度对注意产生的影响
 - B 刺激物的新颖性对注意产生的影响
 - C 人的感觉阈限在不同环境中是不同的
 - D 注意具有集中性的结果
- 小强只能自弹自唱同一曲调的歌曲，如果弹的和唱的不是同一曲子，就办不到了，这体现出的是（D）特征。
 - A 注意广度
 - B 注意稳定性

- C 注意转移
D 注意分配
- 小学低年级学生注意了写字的间架结构，就忽略了字的笔画，注意了写字而忘了正确的坐姿，原因是这个年龄阶段的学生（C）方面发展水平较低。
 - A 注意的广度
 - B 注意的稳定性
 - C 注意的分配
 - D 注意的转移
 - 有的人阅读时候能做到一目十行，这说明其注意的（A）品质较好。
 - A 广度
 - B 稳定性
 - C 分配
 - D 转移

三、注意的规律在教学中的应用

（一）运用注意规律组织教学

根据注意的外部表现了解学生的听课状态	
运用无意注意规律	运用无意注意的规律组织教学 避免外部干扰
运用有意注意规律	明确学习的目的和任务 培养间接兴趣 合理组织课堂防止学生分心 运用多种教学手段
运用两种注意相互转换的规律组织教学	

- 案例分析：
一位热情而热爱教育工作的教师为了使学生更好地学习及提供一个更有情趣的学习环境。新学年开始了，他对教室进行了一番精心的布置，教室内周围的墙上张贴了各种各样、生动有趣的图画，窗台上还摆上了花草、植物，使课室充满了生机。请你判断，它将产生什么样的效果？为什么？

（二）在教学过程中培养学生良好的注意品质

- （1）要增强注意的稳定性，就要防止注意的分散；
- （2）要扩大注意的广度，需要学生积累本学科相当的知识经验和一定的素养；
- （3）注意的分配在教学中有实践意义；
- （4）注意的转移同人的先天的神经活动类型有关，但也可以通过对外在因素的控制和后天训练加以改善和提高。

四、学生注意力的发展

（一）小学生注意力的发展

- 1 有意注意正在发展，但无意注意仍占主要地位。
- 2 注意集中的时间比较短。
- 3 注意的广度小，分配能力较差。
- 4 具体、直观、新鲜的事物易引起小学生的注意。

（二）中学生注意力的发展

- 1 有意注意发展明显；
- 2 不论何种注意都在逐步深化：
 - （1）注意稳定性提高，但发展速度相对较慢。
 - （2）注意广度接近成人。
 - （3）注意分配能力还不够成熟。
 - （4）注意转移能力缓慢增长。

3 注意特征存在个体差异

(三) 学生注意力的培养

1 小学生注意力的培养

- (1) 小学生良好的注意力既可以进行专门训练，也可以在课堂教学中培养；
- (2) 任务既可以结合课程，也可以是纯训练性的，教师可根据要求自行设计问题；
- (3) 可将培养注意力和培养意志力结合起来，随时随地与来自主观的各种干扰因素作斗争，以便顺利地完成任务。

2 中学生注意力的培养

- (1) 培养间接兴趣；
- (2) 养成良好的学习习惯；
- (3) 保持良好的心理状态；
- (4) 重视集中注意的自我训练。

● 判断：在个体发展中，无意注意的发展先于有意注意。（√）

第三章 情绪情感和意志过程

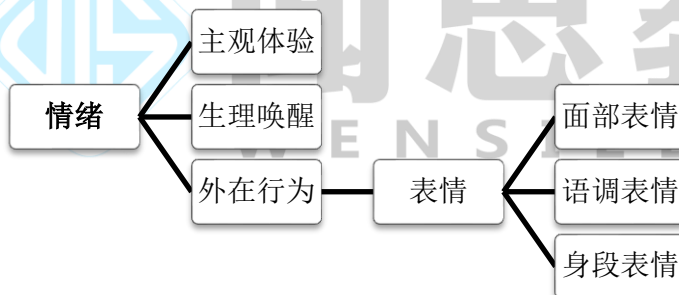
第一节 情绪情感的发展与教育

一、情绪情感概述

(一) 概念及其关系

1、概念

情绪、情感是客观事物是否符合需要（中介）、愿望和观点而产生的态度体验，是伴随着认识（基础）而产生的心理过程。



2、情绪的维度和两极性

动力性	增力——提高活力	减力——降低活力
激动性	激动	平静
强度	强	弱
紧张性	紧张	轻松

3、情感的品质

倾向性（指向性）	爱国，爱的是哪一国？
深刻性	为什么爱国？
稳定性	是不是一直爱？
效能性	是否转化为实际行动？

3、情绪和情感的关系

区别	情绪	情感
	原始的、低级的，与生理需要生理需要后是否满足相联系。人和动物都有的。	后继的、高级的态度体验，与社会需要是否满足相联系。人类独有的。
	可以由对事物单纯的感知觉直接引起，具有情境性和易变性	由对事物复杂意义的理解所引起，具有稳定性和持久性
	情绪体验强度大，往往带有冲动性，并伴	比较内隐，较为深沉

	随明显的外部表现
联系	①情绪是情感的基础，情感离不开情绪。情感依赖于情绪。人的情感是在大量情绪体验的基础上形成和发展起来的，也是通过情绪表达出来的。 ②对人类而言，情绪离不开情感，是情感的具体表现。情绪是情感的外在表现，情感是情绪的本质内容。

- 关于情绪和情感的关系以下表述错误的是 (C)
 - A 情感离不开情绪
 - B 情绪离不开情感
 - C 情绪是情感的基础和内部表现
 - D 情感是情绪的深化和本质内容

(二) 情绪的分类

情绪	(1) 心境：比较平静而持久的情绪状态。具有弥散性和长期性。	
	(2) 激情：强烈的，爆发性的，为时短促的情绪状态。	认识范围狭窄，理智分析能力受到限制，控制自己的能力减弱，不能正常评价自己的行动的意义和后果。 有时可以成为激励人们积极行动的巨大动力。
	(3) 应激：对某种意外的环境刺激所做出的适应性反应。	个体在应激状态下的反应有消极和积极之分。积极的反应表现为急中生智、及时摆脱危险境地，作出平时几乎不可能做到的事情。消极的反应则表现为惊慌失措、意识狭窄、正常处事能力水平大幅度下降。
情感	(1) 道德感：人依据一定的道德需要和规范评价自己和他人的言行时所产生的内心体验。	
	(2) 理智感：是人在智力活动中产生的情感体验。	
	(3) 美感：审美体验。	

- “忧者见之则忧，喜者见之则喜”，这是受一个人的 (B) 影响所致。
 - A 激情；
 - B 心境；
 - C 热情；
 - D 应激
- “感时花溅泪，恨别鸟惊心” 反应的情绪状况是 (B) 。
 - A 激情；
 - B 心境；
 - C 热情；
 - D 应激
- 人逢喜事精神爽表达的情绪状态是 (B) 。
 - A 激情；
 - B 心境；
 - C 热情；
 - D 应激
- “先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”是 (A) ；荣誉感、友谊感、革命人道主义情感属于 (A) 。
 - A 道德感；
 - B 美感；
 - C 理智感；
 - D 热爱感
- 人因为违背和歪曲了事实真相而感到羞愧等情况属于 (B) 。
 - A 道德感
 - B 理智感
 - C 美感
 - D 成就感

- (B) 是在智力活动中，认识和评价事物时所产生的情感，它是人们学习科学知识，认识和掌握事物发展规律的动力。
 - A 道德感
 - B 理智感
 - C 美感
 - D 幸福感
- 课间休息时，两名男同学因为琐事发生争执，互不相让，情绪越来越激动。此时这两位男同学处于情绪状态中的 (B)。《水浒传》中记载，李逵在把他母亲接回梁山的途中，他母亲口渴，他去给他母亲找水，回来后发现其母亲被老虎吃了，他于是怒杀老虎一家，他当时的情绪状态属于 (B)。
 - A 心境
 - B 激情
 - C 应激
 - D 以上都不是
- 人们在坚持自己观点时，有强烈的热情，由于自己的认识违背了事实会感到羞愧，这些都是 (C) 的体现。
 - A 心境
 - B 心情
 - C 理智感
 - D 应激
- 演唱会现场，明星刚一到场，全场的女粉丝发出刺耳的尖叫声，这是一种 (C) 现象；2016 年里约奥运会，中国女排夺冠，中国球迷们欣喜若狂。这种情绪状态属于 (C)；当同学们获悉本班取得了校运会总成绩第一名时感觉欣喜若狂，她们的情绪状态属于 (C)。
 - A 心境
 - B 应激
 - C 激情
 - D 愤怒
- 人在危险情境或意外事件出现时表现的高度紧张的情绪状态是 (C)
 - A 激情
 - B 心境
 - C 应激
 - D 愤怒
- 一名新教师，初上讲台时，经常慌乱紧张，这种情绪属于 (C)
 - A 激情
 - B 心境
 - C 应激
 - D 压力
- 下列选项中属于情绪状态中应激的有 (B)
 - A 某人失去亲人后长时间心情郁闷状态
 - B 正常行驶的汽车意外地遇到故障时，司机紧急刹车
 - C 战士们演习中取得好成绩，这一段都很有劲头
 - D 北京申奥成功后人们狂喜万分

(三) 情绪、情感的功能

- 1、适应功能。
- 2、动机功能：引发行为。
- 3、组织功能：对其它心理活动尤其是认知活动的促进或瓦解。
- 4、信号功能：传递信息。
- 5、健康功能：对身体的影响。
- 6、感染功能：对他人的影响。

- 遇到危险的时候发出尖叫声体现了 () 功能；人逢喜事精神爽，脑子也转得快体现了 () 功能；点头微笑表示赞赏，摇头皱眉表示否定体现了 () 功能；“一个小丑进城胜过一大医生”、“笑一笑十年少，愁一愁白了头”、“喜伤心、怒伤肝、思伤脾、恐伤肾”体现了 () 功能；爱屋及乌、感同身受、气氛感染、“鞠一把同情泪”体现了 () 功能；怒发冲冠、拍案而起、化悲痛为

- 奋斗的动力、激情犯罪体现了 () 功能。
 A 适应功能 B 动机功能 C 组织功能
 D 信号功能 E 健康功能 F 感染功能
- 人们对自己感兴趣的事情相对较易，对自己不喜欢的事情相对较难。这说明情绪具有 (B)。积极的情绪和情感可以调节和促进活动，消极的情感可以破坏和瓦解活动，这说明情绪情感具有 (B)。适度的紧张和焦虑能促使个体积极思考并产生行动，达到成功解决问题的目的。这是情绪的 (A)。
 A 动机功能
 B 组织功能

二、情绪理论

(一) 詹姆士-兰格理论 (外周理论)

1884 年, James 根据情绪发生时引起的植物性神经系统的活动, 和由此产生的一系列机体变化, 得出“情绪就是对身体变化的知觉”的观点。

1885 年, 丹麦生理学家 CG. Lange (1834-1900) 认为, 情绪是内脏活动的结果, 并特别强调情绪与血管变化的关系: “血管运动的混乱、血管宽度的改变以及各个器官中血液量的改变, 乃是激情真正最初的原因。”

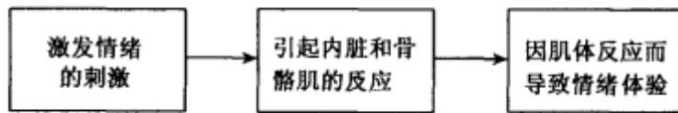


图 12-4-1 詹姆士—兰格情绪理论图示

(二) 坎农-巴德理论 (丘脑理论)

美国生理学家 W. B. Cannon (1927) 在一系列实验研究的基础上, 对詹姆斯—兰格情绪理论提出了批评。Cannon 认为, 在情绪的产生中, 身体反馈起到的作用是微弱的, 即使它们对情绪反应起作用, 也只能是次要的作用。与此同时, 坎农的弟子 Bard (1934, 1950) 也意识到, 一些情绪可能来源于丘脑。由此, 在 Cannon 的质疑和 Bard 实验证明的基础上, 最终形成了 Cannon—Bard 理论。

(三) 阿诺德的认知评价理论 (评定-兴奋说)

Arnold 指出, 情绪的产生不是由刺激情境决定, 而是由个体对情境的认知和估价决定的。个体要通过评价来确定刺激情境的意义, 然后才会产生与所作评估相应的情绪反应。通过评价, 如果刺激情境是“有利的”, 个体就会引起肯定的情绪体验并试图接近刺激物; 如果是“有害的”, 就会引起否定的情绪体验, 并试图躲避刺激物; 如果是无关的“刺激物”, 人们就予以忽视。如, 人们在森林里遇到一只老虎, 会产生极大的惊恐; 而在动物园里看到关在笼子的老虎时, 不但不产生恐惧, 反而产生兴趣和惊奇。

(四) 拉扎勒斯的认知-评价说

Lazarus 将阿诺德的评价扩展为初评价、次评价和再评价的过程。

初评价是指个体确认刺激事件与自己是否有利害关系及其程度。次评价是指人对自己反应行为的调节和控制, 它是一种控制判断, 主要涉及个体能否控制刺激事件及其控制的程度。再评价是指人对自己的情绪和行为反应的有效性和适宜性的评价。

(五) 沙赫特-辛格的三因素情绪理论

Schachter 和 Singer 认为, 情绪的产生是刺激、生理、认知三种因素整合作用的结果。其中认知因素是决定情绪的关键因素。

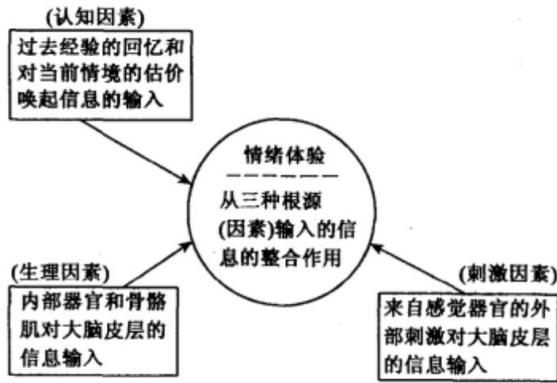


图 12-4-4 “情绪三因素说”的模式图

- 某人骑车经过路口，突然窜出一个小孩，他急忙刹车，停车后，心怦怦乱跳，并出了一身冷汗，这时他才感到“太可怕了”，这种现象所支持的情绪理论是 (A)
 - A 詹姆士-兰格理论
 - B 坎农-巴德理论
 - C 阿诺德的评定兴奋说
 - D 沙赫特的认知评价说
- 兰格的理论属于 (B)
 - A 认知理论
 - B 外周理论
 - C 丘脑理论
 - D 动机理论
- 小明正在和小丽约会，他在饭店点了一碗汤，汤很热，他喝了以后觉得有点热，小明把发热归因于他很爱小丽。这个可以用谁的理论解释？
 - A 詹姆斯-兰格
 - B 坎农-巴德
 - C 阿诺德
 - D 沙赫特-辛格

三、压力、学习压力与自我防御机制

(一) 压力

1、压力 (stress) 的概念：在面临威胁性的刺激情境时，伴有躯体技能以及心理活动改变的一种身心紧张状态，也叫应激状态。压力状态下个体会出现一系列生理反应。适度压力有利于个体应付环境，过度压力会带来负面效应。

3、压力状态下身体反应的三个阶段：(1) 警觉反应阶段；(2) 搏斗阶段；(3) 衰竭阶段。

(二) 学习压力

1、学习压力是指学生在就学过程中所承受的来自环境的各种紧张刺激，以及学生在生理、心理和社会行为上可测定、可评估的异常反应。

2、学习压力三因素：(1) 压力源——来自环境；(2) 压力体验——内部紧张状态；(3) 压力反应——包括躯体反应和各种行为反应等。

- 学习压力是一个综合的概念，它指学生在就学过程中所承受的来自环境的各种紧张刺激，以及学生在生理、心理和社会行为上可测定、可评估的异常反应。学习压力状态实际上包括三个层面的因素，即来自环境的紧张刺激、个体的内部紧张状态和 (B)。
 - A 压力体验
 - B 压力反应
 - C 压力源
 - D 压力强度
- 对于高焦虑的孩子，家长应尽量多给他们一点学习压力，并引导其将压力转化为学习的动力，从而提高学习成绩。(×)

(三) 自我防御机制

自我防御机制由精神分析学派提出并加以系统论述，它是指自我在精神受干扰时用以避免干扰，保持心理平衡的心理机制。

- (1) 否认——不承认痛苦的现实。
- (2) 压抑——如对创伤性事件的选择性遗忘。
- (3) 合理化（文饰作用）——为行为或现实寻求辩护。
- (4) 移置——把情绪发泄于其它事物。
- (5) 投射——把自己的情绪归于客体或他人。
- (6) 退行——用幼稚的方式应付困难或满足欲望。
- (7) 升华——最积极的富有建设性的防御机制。
- (8) 幽默——以愉悦的方式表达令人不适的情绪或态度。
- (9) 认同——强调自己与所敬爱与尊崇之人的相似之处或特殊关系。
- (10) 反向形成——反向形成是指对内心的一种难以接受观念或情感以相反的态度与行为表现出来。
- (11) 过度代偿（over-compensation）——过度代偿又称过度补偿，是指一个真正的或幻想的躯体或心理缺陷可通过代偿而得到超乎寻常的纠正。
- (12) 代偿（compensation）——也叫补偿，是用另一样事物去代替自己的缺陷，以减轻缺陷的痛苦。
- (13) 抵消——抵消是指一个不能接受的行为象征性地而且反复地用相反的行为加以显示，以图解除焦虑。

- 强词夺理，“打是亲骂是爱”，吃不着葡萄说葡萄酸，得不到的东西是不好的，这种心理防御方式称为（文饰）。
- “老顽童”、成人撒娇、卖萌、遇到挫折时用撒泼打滚的方式处理困境、装扮成牛马让孩子骑、返老还童等属于（退行）。
- 用打沙袋发泄愤怒，被父亲训斥之后踢猫一脚，属于（移置）。
- 将本能的欲望转化到社会许可的目标或对象上去，譬如喜欢打架的人成了拳击手，喜欢玩火的人成了消防员。化悲痛为力量，化耻辱为奋斗的力量，如歌德在痛苦时创作《少年维特之烦恼》。把性欲变成对艺术的追求，把攻击欲望变成对竞技体育的热爱，这属于（升华）。
- 喜欢一个姑娘却对她做恶作剧，喜欢一个小伙子却故意冷漠对待，属于（反向形成）。明明不希望弟弟出生，但为了得到母亲的表扬，努力成为一个好哥哥或好姐姐，属于（反向形成）；人有时心中讨厌或憎恨一个人，但在表面上却又对此人十分热情和关心；有时心里喜欢一个人，表面上却异常冷淡，属于（反向形成）。
- 口吃的人成了演说家，残疾人成了奥运冠军属于（过度代偿）。
- 中国文化强调“隐忍”，对悲惨往事或痛苦情感的选择性失忆，这是一种（压抑）。
- 小孩走路摔倒了，奶奶会去拍打地来抵消因摔倒而造成的疼痛感。打碎碗，说岁岁平安，这是（抵消）。
- 眼不见为净，掩耳盗铃，小孩打碎东西，用手把眼睛捂住，亲人离世，特别悲伤，觉得还在，这体现了（否认）。
- 小刚去买东西，人家多找了 10 块钱，他一直在犹豫要不要送回去，最后他想如果是别人的话，也应该不会送回去的。这属于（C）自我防御机制。“以小人之心度君子之腹”、因为自卑，所以觉得别人看不起自己，因为怀疑邻居是小偷，所以越看越觉得邻居像小偷，属于（C）。
 - A 压抑
 - B 转换
 - C 投射
 - D 文饰
- 某学生学习成绩较差，却经常在同学面前炫耀自己的父亲是 XX 级干部，以求得心理满足。该学生采用的心理防御方式属于（B）。
 - A 升华
 - B 补偿
 - C 转移
 - D 解脱

四、中学生情绪情感的发展和教育

（一）中小学生学习情绪情感的发展

1 小学生情绪情感的发展特点	2 中学生情绪情感的发展特点
(1) 情绪的冲动性逐渐降低而稳定性逐步增强；	(1) 爆发性与冲动性；

- (2) 情绪和情感日益深刻;
(3) 情绪和情感的内容不断丰富;
(4) 小学生的高级社会性情感不断发展。

- (2) 不稳定性与两极性;
(3) 表露性与内隐性;
(4) 深刻性与延续性。

- 不稳定性和两极性是 (C) 情感发展的特点。
 - A 学前期儿童
 - B 小学生
 - C 中学生
 - D 大学生

(二) 学生消极情绪的调节、积极情感的培养

1 学生消极情绪的调节

(1) 注意转移法 (2) 合理地发泄情绪 (3) 学会控制情绪。控制情绪的主要方法有: ①自我暗示法; ②自我激励法; ③换位思考法。

2 学生积极情感的培养

(1) 通过课堂教学培养学生的积极情感。(2) 通过实践活动培养学生的积极情感。①通过参加劳动培养热爱劳动的情感。②通过参加集体活动培养集体主义情感。③通过接触大自然和社会实践培养爱国主义情感。

第二节 意志

一、意志的概念和特征

(一) 意志: 是指人自觉地确定目的, 有意识地根据目的、动机调节支配行动, 努力克服困难, 实现目标的心理过程。意志是人的心理的主观能动性、积极性的集中体现。

(二) 意志的特征:

- 1、人类特有;
- 2、有调节支配作用; 具体包括发动行为和压抑行为两个方面。
- 3、克服内部和外部困难是意志行动最重要的特征;
- 4、意志行动以随意动作为基础。

- 意志对行为的调节作用表现在对人的行为有 (AD) 的方面
 - A 发动
 - B 抑制
 - C 兴奋
 - D 压抑

(三) 意志过程的规律

- 1、意志与认识过程的关系: 认识过程是意志形成的前提和基础;
- 2、意志与情感过程的关系: 情感既可以成为意志行动的动力, 也可以成为意志行动的阻力。

(四) 意志的品质

意志品质是构成意志力的稳定因素, 也是衡量一个人意志发展水平的重要尺度。意志品质主要包括自觉性、果断性、自制性和坚持性等四个方面。

- 1、自觉性: 能够有效支配自己的行动。其反面是盲从和独断专行。
- 2、果断性: 迅速合理采取决定并执行决定。反面是优柔寡断和草率武断。
- 3、自制性: 善于控制和支配自己的情绪。反面是任性和怯懦。
- 4、坚韧性: 能坚持、百折不挠的克服困难, 坚持是对行动目的的坚持。反面是动摇和执拗。

- 善于迅速而合理地采取决定和执行决定的品质是意志的 (B)
 - A 自觉性
 - B 果断性
 - C 坚韧性
 - D 自制性
- 对于易受暗示的学生, 教师首先要培养他们的 (A) 意志
 - A 自觉性
 - B 自制性
 - C 果断性
 - D 坚韧性

- 有的人遇事总是举棋不定、优柔寡断，他们缺乏的意志品质是（C）。
 - A 自觉性
 - B 自制性
 - C 果断性
 - D 坚韧性
- 冒失轻率的人遇事不加考虑，只凭一时冲动鲁莽行事，草率地作出决定和采取行动，他们不假思索，想及早摆脱内心的冲突，这是由于缺乏意志的（C）。
 - A 自觉性
 - B 自制性
 - C 果断性
 - D 坚韧性
- 人教版小学《小猫钓鱼》的故事说，小花猫一会儿追蜻蜓，一会儿追蝴蝶，结果一条鱼也没有钓到。这是缺乏意志（C）的表现。
 - A 自觉性
 - B 果断性
 - C 自制性
 - D 坚韧性
- 某家长反映他家孩子一般都能按时完成作业，但作业越多越磨蹭，往往一会儿去喝水，一会儿上厕所，一会儿又吃东西。这说明了这个孩子哪方面意志品质欠缺？（D）
 - A 自觉性
 - B 坚持性
 - C 果断性
 - D 自制性
- 一个小学生在没有人督促的情况下，能够独立完成各项作业，反映了其意志的（B）品质。
 - A 果断性
 - B 自觉性
 - C 坚韧性
 - D 自制性
- “不积跬步，无以至千里”说明意志的（C）
 - A 自觉性
 - B 果断性
 - C 坚韧性
 - D 自制性
- 小明遇到困难，就不愿意再努力，表明小明缺乏（C）。
 - A 自觉性
 - B 自制力
 - C 坚定性
 - D 果断性
- 邱少云在敌人阵地前埋伏，被敌人的燃烧弹火焰烧着，仍严守纪律，克制自己一动不动，最后壮烈牺牲，使部队完成了潜伏任务。邱少云这一行动最主要体现的是意志的（C）。
 - A 自制性
 - B 果断性
 - C 坚韧性
 - D 自觉性
- 做该做的哪怕不想做，不做不该做的哪怕想做。这是意志的（D）。
 - A. 自觉性
 - B. 果断性
 - C. 坚韧性
 - D. 自制性
- 在品德发展过程中，表现为“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”的阶段是（A），体现了（D）的品质。
 - A 内化
 - B 认同

- C 依从
D 坚定
- 一位中学教师头天晚上与家人发生不愉快的事情，但第二天上课任然兢兢业业，与师生谈笑风生，这反映了意志的（B）
 - A 自觉性
 - B 自制性
 - C 果断性
 - D 坚韧性
 - 多选：下到成语与意志特征对应正确的是（BCD）。
 - A 拾金不昧-坚持性 B 勤学好问-自觉性
 - C 愚公移山-坚韧性 D 当机立断-果断性

二、意志行动的过程

1 准备阶段	①动机斗争	双趋冲突 双避冲突 趋避冲突 多重趋避冲突
	②确定目标	
	③选择行动方法、制定计划	
2 执行决定阶段	是中心（核心）环节，是意志努力的集中体现	

- 体操运动员比赛时想选择有挑战性的动作，但又担心失败，这是他面临的心理冲突是（C）
 - A 双趋冲突
 - B 双避冲突
 - C 趋避冲突
 - D 多重趋避冲突
- 在目的冲突中，个人在回避两个有害无利的目标时引起的冲突是（B）
 - A 双趋式冲突
 - B 双避式冲突
 - C 趋避式冲突
 - D 多重趋避式冲突
- 小明既想取得好成绩，又想出去玩，这属于（A）
 - A 双趋冲突
 - B 双避冲突
 - C 趋避冲突
 - D 多重趋避冲突
- 某人在商场购物时，既喜欢质量高的商品，又嫌价钱太贵。这种心理冲突属于（A）
 - A 趋避式冲突
 - B 双避式冲突
 - C 双趋式冲突
 - D 多重趋避冲突
- 小王是某名牌大学的研究生，毕业之际，多家知名企业向其伸出了橄榄枝，小王陷入纠结之中，此时小王面临的是（D）
 - A 趋避冲突
 - B 双趋冲突
 - C 双避冲突
 - D 多重趋避冲突
- 张某看到一条招工广告，工作地点离家较近，但不利条件是需要周末上班，这时他的心理冲突属于（C）
 - A 双趋式冲突
 - B 双避式冲突
 - C 趋避式冲突
 - D 多重趋避性冲突

- 大学生找工作时，既想到基层去最炼自己，又怕基层发展空间有限，将来没有前途。这体现了 (C) 冲突。
 - A 双驱
 - B 双避
 - C 趋避
 - D 多重趋避
- 有学生不想认真学习又不想考试不及格，这种心理冲突是 (B)
 - A 双驱
 - B 双避
 - C 趋避
 - D 多重趋避

三、意志品质的培养

(1) 加强生活**目的性**教育，树立科学的世界观、远大的理想和信念，培养学生行为的目的性，减少其行动的盲目性。树立远大的理想和信念，这是培养小学生形成良好意志品质的首要条件。

(2) 加强养成教育培养学生的**自制能力**。养成教育就是通过培养学生自觉遵守纪律和生活制度的常规训练，使小学生形成自动控制的良好的行为习惯。在养成教育这个方面，有经验的教师通常采取以下做法：

①从生活小事上进行训练；②耐心指导，反复训练；教师注意以身作则。

(3) 组织**实践活动**，在困难环境中锻炼学生的意志，让学生取得意志锻炼的直接经验。

(4) 教育学生正确地**对待挫折**。挫折包含以下三方面的含义：I **挫折情境**，即导致意志行动目的不能实现的事件或情境，如比赛失利等。II **挫折认知**，即个体对挫折情境的态度、评价和解释。III **挫折行为**，即伴随挫折认知产生的情绪和行为反应，如焦虑、攻击等。在三者之中，**挫折认知最为重要**。同样的挫折情境，不同的认知就会引起个体不同的情绪和行为反应。

- 小强期中考试失利，但是他没有气馁，而是认真分析了失败的原因，找到了问题，确定了新的方向。小强这种对待挫折的方式是 (D)。
- A 宣泄
- B 升华
- C 补偿
- D 认知重组

个体对挫折的反应包括情绪性反应、理智性反应和人格的变化。

(5) 根据学生意志品质上的差异，采取不同的锻炼措施。

(6) 发挥教师、班集体和榜样的模范作用，给予必要的纪律约束。

(7) 加强**自我锻炼**，从点滴小事做起。

第四章 个性发展与教育

第一节 需要与动机

一、需要概述

(一) 需要及其种类

1、需要的概念

需要 (need) 是有机体感到某种缺乏或不平衡状态而力求获得满足的心理倾向。是有机体自身和外部生活条件的要求在头脑中的反映。需要的特点：(1) 对象性；(2) 动力性；(3) 社会性。

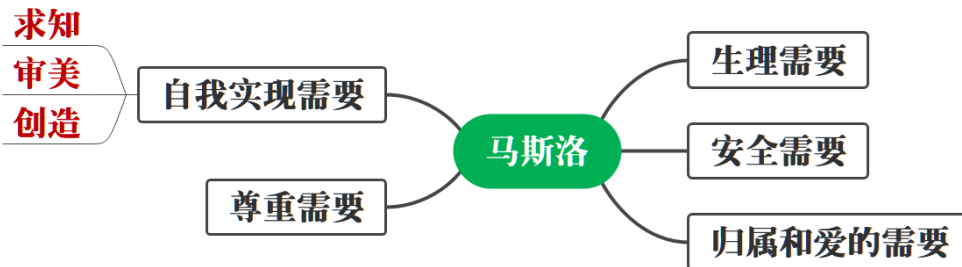
2、需要的种类：

1、先天的生理性需要和后天的社会性需要。

2、物质需要和精神需要。

(二) 需要层次理论 (need hierarchy theory) :

提出者：马斯洛 (Maslow, 1908-1970)，人本主义。



生理需要	饥、渴、衣、住、行的方面的要求。
安全需要	保障自身安全、摆脱失业和丧失财产威胁、避免职业病的侵袭、接触严酷的监督等方面的需要。
归属与爱的需要	一是友爱的需要，即人人都需要伙伴之间、同事之间的关系融洽或保持友谊和忠诚；人人都希望得到爱情，希望爱别人，也渴望接受别人的爱。二是归属的需要，即人都有一种归属于一个群体的感情，希望成为群体中的一员，并相互关心和照顾。
尊重需要	尊重的需要又可分为内部尊重和外部尊重。内部尊重是指一个人希望在各种不同情境中有实力、能胜任、充满信心、能独立自主。总之，内部尊重就是人的自尊。外部尊重是指一个人希望有地位、有威信，受到别人的尊重、信赖和高度评价。
求知需要	求知欲、好奇心，对真理的捍卫。
审美需要	获得美的体验和感受。
自我实现需要	实现个人理想、抱负，发挥个人的能力到最大程度，完成与自己的能力相称的一切事情的需要。

(三) 学生的需要与教育

- (1) 了解学生的需要；
- (2) 尊重、满足学生的合理需要，抑制其不合理需要；
- (3) 引导和培养学生新的更高层次的需要，使个人的需要与社会发展的需要相一致。

- “仓廩实而知礼节，衣食足而知荣辱”，这句话反映了人的需要具有 (C)
 - A 整体性
 - B 选择性
 - C 层次性
 - D 动力性
- 人们有攒钱的倾向，根据马斯洛的观点，这体现了人具有 (D)。
 - A. 归属与爱的需要
 - B. 尊重的需要
 - C. 自我实现的需要
 - D. 安全的需要
- 马斯洛认为，人的最高层次的需求是 (B)
 - A 归属与爱的需要
 - B 自我实现的需要
 - C 尊重的需要
 - D 安全的需要
- 人的所有需要中最基本、最原始，也是最强有力的需要是 (A)。
 - A 生理需要
 - B 安全需要
 - C 尊重需要
 - D 求知需要
- 关于人本主义的需要层次论，下列说法中错误的是 (C)
 - A 需要按一定顺序逐级上升
 - B 只有低一级需要基本满足后，高一级需要才能成为行动力
 - C 高一级需要产生时，低级需要就会消失
 - D 同一时期内某种需要占主导地位

- 很多学生的父母外出打工，学生在校表现出闷闷不乐，精神处于一种抑郁状态。根据马斯洛的需要层次理论，学生缺乏的是（D）
 - A 生理需要
 - B 安全需要
 - C 自尊需要
 - D 归属与爱的需要
- 为了得到老师的赏识而认真学习的行为是出于（B）的需要。
 - A 生理
 - B 归属与爱
 - C 自我实现
 - D 安全
- 希望得到他人的关心和认同并获得一定的地位。这是（C）
 - A 安全的需要
 - B 归属与爱的需要
 - C 尊重的需要
 - D 自我实现的需要
- “认可自己的实力和成就，自信、独立、渴望威望和名誉。”这句话描述的是马斯洛在 20 世纪 50 年代提出的人对（C）。
 - A. 安全需要
 - B. 社交的需要
 - C. 尊重的需要
 - D. 自我实现的需要
- 在战争频发地区，孩子们都没有远大的理想，以及对未来的规划，更多的是关注到了基本的生存需要。根据马斯洛的理论，下列说法不正确的是(B)。
 - A. 难民大多数缺乏生理需要、安全需要以及归属与爱的需要
 - B. 只有缺乏性需要得到全部满足之后，人们才会去实现自身的价值
 - C. 他们很少会在乎自己的尊严与荣誉
 - D. 难民更多关注自己的缺失性需要
- (多选) 以下关于需要层次理论的说法中正确的有（AB）。
 - A. 最低的需要是生理需要，最高的需要是自我实现的需要
 - B. 无论从进化论的角度还是从个体发展的角度来看，层次越高的需要出现得越晚
 - C. 层次较低的需要直接关系到个体的生存，所以又叫成长性需要
 - D. 层次较高的需要有益于健康长寿和精力旺盛，所以又叫缺失性需要
- 下列是学生的一些需要，根据马斯洛的需要层次理论，属于马斯洛需要层次理论中最高层次的是（D）
 - A 家庭的现代化
 - B 安静的学习环境
 - C 结交正直诚实的朋友
 - D 搞小发明
- 同样是努力学习，有的孩子只是为了获得教师和家长的赞赏，他们只要得到夸奖就感到满足，并不十分在意自己是否真的掌握了所学知识。而有些孩子则是对所学内同本身有兴趣，要真正理解了才安心，这说明动机具有（B）功能。
 - A 激活
 - B 指向
 - C 调解
 - D 维持
- 人类最早形成的精神需要是（C）需要。
 - A 审美
 - B 文化
 - C 交往
 - D 成就

二、动机概述

(一) 动机：动机 (motivation) 是激发和维持个体进行活动，并导致该活动朝向某一目标的心理倾向或动力。人从事任何活动都有一定的原因，这个原因就是人的行为动机。需要和诱因激发动机。

(二) 动机种类：生理性动机、社会性动机。

(三) 动机功能：

(1) 激活功能。动机是个体能动性的一个主要方面，它具有发动行为的作用，能推动个体产生某种活动，使个体由**静止状态转向活动状态**。

(2) 指向功能。动机不仅能激发行为，而且能将行为**指向一定的对象或目标**。如在学习动机的支配下，人们可能去图书馆或教室。

(3) 维持和调节功能。动机激发个体的某种活动后，这种活动能否**坚持下去**，同样要受动机的调节和支配。

- 小王毕业后，放弃了大城市的优越工作，毅然决然地投身西部，为西部开发贡献自己的力量，这是动机的 (B) 。
 - A 激发功能
 - B 指向功能
 - C 维持功能
 - D 调节功能
- 饥饿往往促使人们做出寻找食物的行为活动，这是动机的 (B) 。
 - A 导向功能
 - B 激活功能
 - C 强化功能
 - D 调节与维持功能

(四) 动机产生的条件

(1) 内在条件是需要。

(2) 外在条件是诱因。能够引起个体动机并满足个体需要的**外在刺激**，称为诱因。凡是使个体趋向或接受某种刺激而获得满足的，称为正诱因；凡是使个体逃离或躲避某种刺激而获得满足的，称为负诱因。诱因可以是物质的，也可以是精神的。

三、兴趣

(一) 兴趣：是人对于事物的一种认识倾向，伴随着积极的情绪体验，对个体活动，特别是对个体的认知活动有巨大的推动作用。

(二) 兴趣的分类：

1、直接兴趣和间接兴趣。

2、中心兴趣和广阔兴趣。

3、个体兴趣和情境兴趣：个体兴趣是长期稳定的，情境兴趣有情境性，持续时间短。

(三) 兴趣的品质：

1. 兴趣的广度，是指兴趣的范围大小，即兴趣是否广泛；

2. 兴趣的中心，指对某个特定领域的事物形成更浓厚、更强烈的兴趣；

3. 兴趣的稳定性，指对事物具有持续、稳定的兴趣；

4. 兴趣的效能，指兴趣能积极推动人的活动，提高活动的效能，即兴趣对认识的推动作用。

(四) 学习兴趣的培养和激发：

第一，建立积极的心理准备状态。当学生在学习过程中遇到不懂的地方感到乏味时，教师要教会学生在内心鼓励自己。同时，教师还可以创造性地使用一些教学方法。增加学习内容的趣味性。这样，激发学生对所学知识积极的心理准备状态，学习内容就更容易为学生所掌握。

第二，充分利用本学科的特点优势激发学生学习兴趣。学生对某学科的兴趣往往是由该学科的特殊趣味引起的。因此，教师除了不断地对学生进行学习目的性的教育外更要注意充分发挥本学科的特点优势。

第三，创设问题情境，激发学生学习兴趣。创设问题情境的原则：问题要小而具体。要新且有趣，要有适当的难度，要富有启发性。

第四，在第一课堂及第二课堂中共同培养兴趣。在第一课堂中，教师通过系统的讲授，培养学生关于本学科学习的兴趣。在第二课堂中，使学生能及时接触到一些新知识、新技术，从而扩大学生的知识面，使学生在广泛的学习与实践中，发现自己感兴趣的内容，从而加深对所学知识的兴趣。

第五，改进教学方法。增强学生学习兴趣。首先，通过合适的教学方法化枯燥为有趣。其次，教师在教学过程中，要使用合适的教学方法化难为易，逐步深化学生的学习兴趣，使学生的学习兴趣由有趣顺利地过渡到乐趣以及志趣阶段。

第二节智力

一、能力

(一) 能力概述：能力 (ability) 是顺利完成某种活动所必需的，并直接影响活动效率的个性心理特征。各种能力的有机组合，我们称之为才能 (competence)。才能的高度发展就是天才 (talent)。

(二) 能力的分类

按照能力是否已经获得：实际能力和潜在能力。

按照是否只与所要完成的任务相关：一般能力和特殊能力。

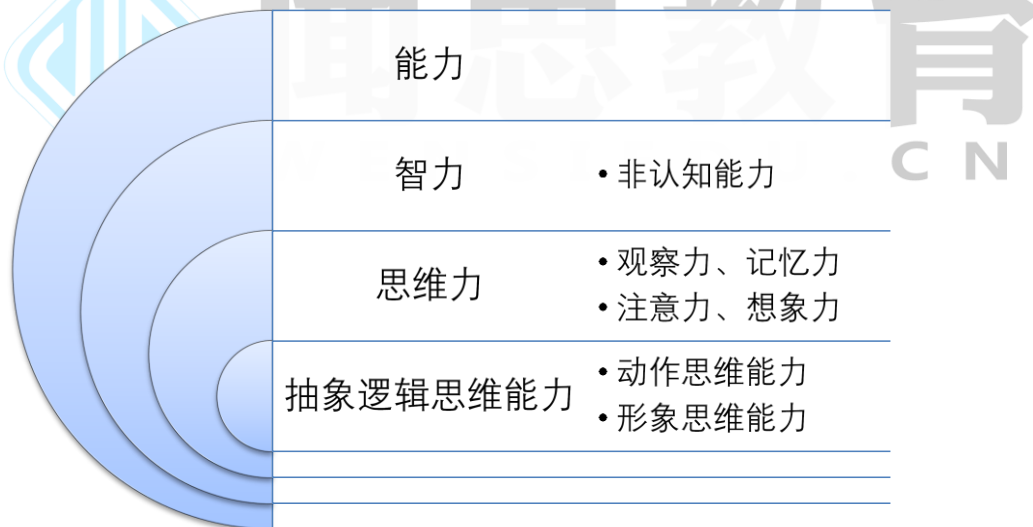
- 根据能力所表现的活动领域的不同：可以分为一般能力和特殊能力，下列不属于一般能力的是：(D)。
- A. 观察力
- B. 记忆力
- C. 思维能力
- D. 运动能力

按照能力的创造性：再造能力和创造能力。

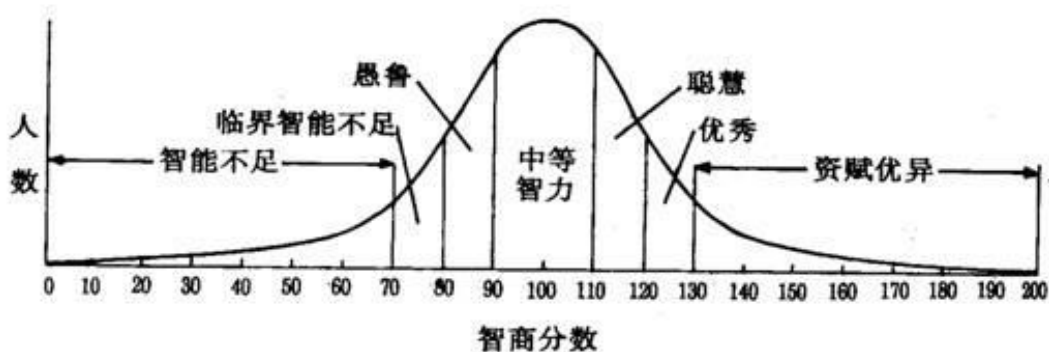
二、智力

(一) 智力概述：

1、智力 (智能)：智力是使人能顺利完成某种活动所必须的各种认知能力的有机结合，它包括观察力、记忆力、注意力、想象力和思维力等成分，并以抽象思维能力为核心。



2、学生的智力差异：智力呈钟形 (正态) 曲线分布，IQ 超过 130 为智力超常，超过 140 为天才，低于 70 叫做智力落后。



男女智力整体水平相等，但优势领域不同，男性智力分布的离散程度更大。

- 判断题：智力的核心是记忆能力。（×）
- 人们在**社会活动**中表现出来和发展起来的能力是（C）
 - A 认知能力（操作符号的能力、动脑的）
 - B 操作能力（操作工具的能力、动手的）
 - C 社交能力
 - D 模仿能力
- 智力的核心成分是（B）
 - A 创造力
 - B 思维力
 - C 观察力
 - D 记忆力
- 智力的个体差异性并不体现在（D）上。
 - A 发展水平的差异
 - B 发展类型的差异
 - C 发展早晚的差异
 - D 各民族的差异（这是群体差异，不是个别差异）。

3、影响智力形成和发展的因素：

- (1) 遗传，
- (2) 早期经验，
- (3) 教育与教学，
- (4) 社会实践，
- (5) 主观努力

三、案例分析

齐白石先生幼年家境贫寒，没有上学的机会，长大后做了木工，四十岁以后才开始自学绘画。他虚心求教，勤学苦练，终于在画坛独树一帜，成为著名的国画大师。

- (1) 试述影响能力形成与发展的因素。
- (2) 在齐白石先生的成才过程中哪些因素起关键作用？对你有何启示？

4、智力测验概述：

智力测验	衡量智力的方式
比奈-西蒙量表	智力年龄
斯坦福-比奈量表	比率智商： $IQ = \text{智龄} (MA) \div \text{实龄} (CA) \times 100$
韦克斯勒量表	离差智商： $IQ = 100 + 15Z$ ； $Z = (X - \bar{X}) / SD$

- 王方 5 岁，李平 10 岁，他们的智力年龄都是 8 岁，二人的比率智商相比（C）
 - A 王方比李平高
 - B 李平比王方高
 - C 相等
 - D 无法相比
- 在比奈-西蒙智力测验中，每完成一个题目代表几个月的智龄？（B）
 - A 1 个月
 - B 2 个月
 - C 3 个月
 - D 4 个月
- 编制世界上最早的一个智力测量表的是（C）
 - A 吉尔福特
 - B 推孟
 - C 比奈-西蒙
 - D 韦克斯勒
- 在心理测验中，智力测验属于（A）
 - A 认知测验
 - B 人格测验

- C 兴趣测验
- D 成就测验
- 韦克斯勒革新了智商的计算方法，把比率智商改为（A）。
 - A 离差智商
 - B 总和智商
 - C 智力年龄
 - D 多元智商
- 表示个体智力在年龄组中所处位置的是（A）。
 - A. 离差智商
 - B. 比率智商
 - C. 百分等级
 - D. 标准分数

智力测验的标准：

(1) 信度：可靠程度或可信程度。

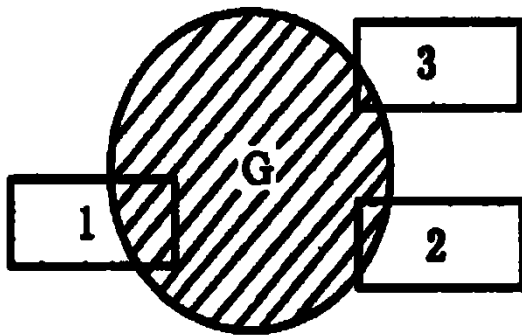
(2) 效度：测量工具希望测到某种行为特征的有效性和准确性。

(3) 标准化：心理测验最基本的要求。有难度和区分度两项指标。难度是题目的难易程度，区分度是题目对不同水平的答题者反应的区分程度和鉴别能力。

(二) 智力理论：

1、斯皮尔曼的二因素论

英国心理学家斯皮尔曼认为，智力包括两种因素：一般因素（即G因素）和特殊因素（即S因素）。



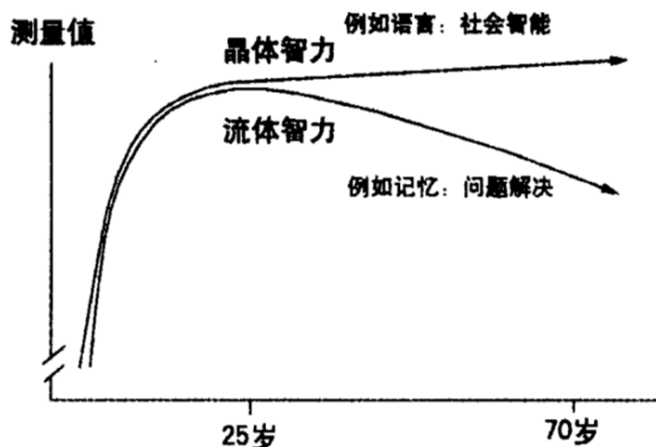
思教育
IEDU.CN

2、吉尔福特的智力三维结构论

美国心理学吉尔福特提出了智力的三维结构论。他认为，智力是一个由不同方式对不同信息进行加工的各种能力的综合系统，是一个包括内容（原材料）、操作（加工厂）和成果（产品）的三维结构。其中，操作真正代表智力的高低。

3、智力形态论

美国心理学家卡特尔，将人的智力分为流体智力和晶体智力两种不同的形态。



- 老谋深算属于（A）。
 - A. 晶体智力：经验丰富与否。
 - B. 流体智力：脑袋好不好用。

- C.普通智力：一般智力-智力的一般因素（G 因素：记忆力）
D.特殊智力：（S 因素）

4、智力层面论

(1) 多元智力理论：加德纳将人的智力分成七种（后来扩充成九种）**相对独立**的智力：

言语智力；逻辑数学智力；视觉空间智力；音乐智力；运动智力；人际智力（社交智力）；自知智力（内省智力）；生态智力；存在智力

该理论对我国当前教育的启示：积极乐观的学生观。科学的智力观。因材施教的教学观。多样化的人才观和成才观。

(2) 三元智力理论：

斯滕伯格于 1985 年出版《超越 IQ——人类三元智力理论》，将智力分为三个部分：

智力成分亚理论：斯坦伯格（斯滕伯格）的三元智力理论认为智力包括三种成分：元成分(用于计划、控制和决策的高级执行过程，如确定问题的性质，选择解题步骤，调整解题思路、分配心理资源等)、操作成分(表现在任务的执行过程，是指接受刺激，将信息保持在短时记忆中，并进行比较，它负责执行元成分的决策)和知识获得成分(指获得和保存新信息的过程，负责接受新刺激，作出判断与反应，以及对新信息的编码和存储)。在智力成分中，元成分起着核心作用。成分亚理论与个体的内部世界相联系。

智力情境亚理论：智力是指获得与情境拟合的心理活动。

智力经验亚理论：智力包括两种能力：一种是处理新任务和新环境时要求的能力；一种是信息加工过程自动化的能力。

1996 年他有推出《成功智力》一书，认为成功智力包括分析性智力、创造性智力和实践性智力三个方面。

- 美国心理学家卡特尔把智力分为 (C)
 - A 一般智力和特殊智力
 - B 言语智力和逻辑—数学智力
 - C 流体智力和晶体智力
 - D 情境智力和经验智力
- 一般情况下，人的 (A) 在中年之后处于下降趋势。
 - A 流体智力
 - B 晶体智力
 - C 言语智力
 - D 人际智力
- 判断：多元智力理论的教学意义之一是：多一把衡量的尺子，让学生有成功感。(√)
- 斯皮尔曼的智力二因素理论中的 S 因素是指 (B)
 - A 一般因素
 - B 特殊因素
 - C 流体因素
 - D 晶体因素
- 对流体智力和晶体智力在人的一生中发展变化趋势的正确描述是 (B)
 - A 流体智力一直处于不断上升的趋势，晶体智力则经历一个倒 U 形变化趋势
 - B 流体智力经历一个倒 U 形变化趋势，晶体智力则处于不断上升的趋势
 - C 流体智力保持不变，晶体智力经历一个倒 U 形变化趋势
 - D 晶体智力保持不变，流体智力经历一个倒 U 形变化趋势
- 卡特尔根据对智力测验结果的分析，将处理数字系统，空间视觉感和图形矩阵项目时所需的能力称为 (B)
 - A 晶体智力
 - B 流体智力
 - C 三元智力
 - D 情绪智力
- 多元智能理论是一种具有进步性、革命性的智力理论，其创立者是 (C)。
 - A 斯皮尔曼
 - B 吉尔福特
 - C 加德纳
 - D 比奈

- 把智力分为晶体智力与流体智力，流体智力的心理学家是（D）
 - A 冯特
 - B 皮亚杰
 - C 马斯洛
 - D 卡特尔
- 加德纳多元智能理论认为，能正确建构自我的能力，知道如何利用这些意识察觉做出适当的行为，并规划、引导自己的人生，这属于（B）。
 - A 人际智能
 - B 内省智能
 - C 自然观察智能
 - D 逻辑数学智能
- 小强在学校里学习成绩中等，不喜欢学校枯燥的教学氛围。更愿意将理论在现实中加以应用。根据斯滕伯格的智力理论。小强属于（A）能力高的学生。
 - A 实践性
 - B 创造性
 - C 观察性
 - D 分析性

第三节人格

一、人格概述

（一）人格（personality）：是指一个人与社会环境相互作用表现出的一种独特的行为模式、思想模式和情绪反应的特征，也是一个人区别于他人的特征之一。在中文中有时也用“个性”一词来表示人格。

（二）人格特征：独特性；稳定性；整合性；功能性；社会性。

- 决定个体的外显行为和内隐行为并使其与其他人的行为和稳定区别的综合心理特征称之为（A）
 - A 人格；
 - B 性格；
 - C 气质；
 - D 倾向性

（三）人格的结构

1、人格倾向性：一个人对现实的态度和积极性行为的动力系统。需要是基础，是人格倾向性乃至整个人格积极性的最初源泉。

2、人格心理特征：最稳定、最常表现出来的特征因素，是具有决定意义的成分，它表明一个人比较典型的心理活动和行为特征。

3、自我调控系统：以自我意识为核心的人格调控系统，包括自我认识、自我体验、自我控制三个系统。

（1）自我认识（知）：对自己的洞察和理解，包括自我观察和自我评价，其中自我评价是自我调节的重要条件。

（2）自我体验（情）。

（3）自我控制（意）：是自我意识在行为上的表现，是实现自我意识调节的最终环节。

- 在人格结构中，自我调控系统包括的子系统有（ABD）。
 - A 自我认识 B 自我体验 C 自我评价 D 自我控制 E 自我发展

（三）影响人格形成和发展的因素

1、生物遗传因素：提供了发展的可能性，物质前提。

2、社会文化因素。

3、家庭因素：三类家庭教养方式：

①权威型（专制型）教养：容易导致儿童做事缺乏主动性。

②放纵型（放任型）教养：容易导致儿童幼稚、野蛮、自私、无礼。

③民主型教养：有利于健康人格的形成。

4、学校教育因素：主导作用。

5、个人主观因素：主观能动性发挥决定作用。

二、气质

(一) 气质的概念

通俗地说，气质就是“禀性”、“性情”、“脾气”。

从心理学角度理解，气质是指个体与生俱来的心理活动动力方面的特征，这种动力特征主要表现为心理过程的速度（如知觉的敏锐性、思维的灵活程度）、强度（如情绪体验的强弱、意志努力的程度）、稳定性（如注意保持的时间、心境持续的时间）、指向性（如内、外向，情绪的外露程度）等方面的特征。

气质没有好坏之分。

(二) 气质的类型

高级神经活动类型	高级神经活动过程 (巴甫洛夫)	气质类型	代表形象	感受性/耐受性
兴奋型 (不可遏制型)	强、不平衡	胆汁质	李逵、张飞	低、高
活泼型 (灵活型)	强、平衡、灵活	多血质	王熙凤	低、高
安静型 (不灵活型)	强、平衡、不灵活	粘液质	沙僧	低、高
弱型 (抑制型)	弱	抑郁质	林黛玉	高、低

- 人的个性心理特征中，主要受生物因素制约，变化较难、较慢的是 (B)。
 - A 性格
 - B 气质
 - C 能力
 - D 兴趣
- 张明的感受性低，耐受性高，易受外界刺激的影响，具有较高的可塑性，反应迅速灵活。这种气质属于 (A)。
 - A 多血质
 - B 粘液质
 - C 胆汁质
 - D 抑郁质
- 精力旺盛，勇敢果断，热情直率，但是容易感情用事、鲁莽，《水浒传》中的李逵就是这种气质类型的典型代表。这种气质类型是 (A)。
 - A 多血质
 - B 粘液质
 - C 胆汁质
 - D 抑郁质
- 小刚热情，直爽，精力旺盛，脾气急躁，心境变化剧烈，易动感情，具有外倾性，他的气质类型属于 (C)。
 - A 多血质
 - B 粘液质
 - C 胆汁质
 - D 抑郁质
- 多血质的高级神经活动过程的基本特征是 (C)
 - A 强、不平衡
 - B 强、平衡、不灵活
 - C 强、平衡、灵活
 - D 弱
- 根据巴甫洛夫的高级神经活动类型学说，强、平衡、不灵活的类型是 (C)
 - A 不可遏制型 (胆汁质)
 - B 活泼型 (多血质)
 - C 安静型 (粘液质)
 - D 抑郁型 (抑郁质)
- “强——平衡——不灵活”这种高级神经活动类型对应的气质类型是 (C)
 - A 多血质；
 - B 胆汁质；

- C 粘液质;
D 抑郁质
- 不爱与人交往、有孤独感，动作显得缓慢、单调、深沉的特征属于 (D)
 - A 胆汁质
 - B 多血质
 - C 黏液质
 - D 抑郁质
- “江山易改本性难移”指的是 (D) 方面的特征。
 - A 性格
 - B 感觉
 - C 直觉
 - D 气质

(三) 气质与教育

气质对学生良好性格的形成以及学习方式、学习效率的影响是不容忽视的。教师了解、掌握学生的气质特点，对于做好教育工作，提高教学效果，对于培养人才和选拔人才都具有重要意义。

1 克服气质偏见

2 根据学生的气质特征因材施教:

胆汁质	采取直截了当的方式，不宜轻易激怒，对其严厉批评，要有说服力。	培养其自制力、坚持到底的精神，豪放、勇于进取的人格。
多血质	采取多种教育方式，但要定期提醒，对其缺点严厉批评。	鼓励他们勇于克服困难，培养扎实专一的精神，防止其见异思迁。 创造条件，多给他们活动的机会，培养他们朝气蓬勃、足智多谋的优点。
粘液质	采取耐心教育的方式，让他们有考虑和作出反应的时间。	培养其生气勃勃的精神、热情开朗的个性和以诚待人、工作踏实的优点。
抑郁质	采取委婉暗示的方式，对其多关心、爱护，不宜在公开场合下指责、不宜过于严厉的批评。	培养他们亲切、友好、善于交往富有自信的精神。

3 指导学生自我分析、自我教育。

- 多选：针对抑郁质的学生教师在教育过程中应重点培养 (AE)。
- A 善于交往的能力
- B 坚持到底的精神 (胆汁质)
- C 扎实专一的精神 (多血质)
- D 足智多谋的能力 (多血质)
- E 富有自信的精神

三、性格

(一) 性格概述

1、性格是指个体在生活过程中形成的对现实的稳固的态度以及与之相适应的习惯化的行为方式。**性格是人格的核心**。性格有好坏之分。

2、性格的结构特征：态度特征、意志特征、情绪特征、理智特征。其中，态度特征是核心。

1.性格的态度特征：主要是在处理各种社会关系方面的性格特征。(自己对周边一切人、事、物的倾向)

(1)对工作和学习态度的特征：勤劳或懒惰，认真或马虎，细致或粗心，创新或墨守成规，节俭或浪费等。

(2)对自己态度的特征：谦虚或骄傲，自尊或自卑，严于律己或放任等。

(3)对社会、集体和他人态度的特征：公而忘私或假公济私，忠心耿耿或三心二意，善于交际或行为孤僻，热爱集体或自私自利，礼貌待人或粗暴，正直或虚伪，富有同情心或冷酷。

2.性格的意志特征：是指人在对自己行为的自觉调节方式和水平方面的性格特征。

- (1)对行为目的明确程度的特征：目的性或盲目性，独立性或易受暗示性，纪律性或散漫性等。
- (2)对行为的自觉控制水平的特征：主动性或被动性，自制力或缺乏自制力，冲动性等。
- (3)在长期工作中表现出来的特征：恒心，坚韧性或见异思迁、虎头蛇尾等。
- (4)在紧急或困难情况下表现出来的特征：勇敢或怯懦，沉着镇定或惊慌失措，果断或优柔寡断等。

3.性格的情绪特征

- (1)情绪强度特征：表现为个人受情绪影响的程度和情绪受意志控制的程度。例如，有人情绪体验比较微弱，容易用意志控制；有人情绪体验比较强烈，难以用意志控制。
- (2)情绪稳定性特征：表现为情绪起伏波动的程度。例如有人不论在成功或失败时，情绪都比较平静，对情绪的控制也比较容易；有人成功时则沾沾自喜，失败时则垂头丧气，对情绪的控制也比较困难。
- (3)情绪持久性特征：表现为个人受情绪影响时间久暂的程度。例如有人遇到愉快的事，当时很高兴，事后很快恢复平静；有人愉快的情绪则持续很久。
- (4)主导心境特征：表现为不同的主导心境在一个人身上表现的程度，它既表现在主导心境的性质上也表现在主导心境的稳定性上。例如有人经常愉快，有人经常忧伤。

4.性格的理智特征：性格的理智特征是指人在认知过程中的性格特征。

- (1)感知方面的性格特征：主动观察型和被动观察型，记录型和解释型，罗列型和概括型，快速型和精确型等。
- (2)记忆方面的性格特征：主动记忆型和被动记忆型，直观形象记忆型和逻辑思维记忆型，在识记上有快慢之分，在保持上有长短之分等。
- (3)想象方面的性格特征：主动想象型和被动想象型，幻想型和现实型，敢于想象型和想象受阻型，狭窄想象型和广阔想象型等。
- (4)思维方面的性格特征：独立型和依赖型，分析型和综合型等。

- 表现在人对现实的态度和行为方式的比较稳定的、独特的心理特征的总和是 (B)。

 - A 气质
 - B 性格
 - C 兴趣
 - D 个性

- 能够控制和调节自己的行为是性格的 (D)。

 - A 态度特征
 - B 理智特征
 - C 情绪特征
 - D 意志特征

- 日常生活中，人所具有的勤奋、诚实、善良或马虎、自大、奸诈等都是关于 (B) 特征的描述。

 - A 气质
 - B 性格
 - C 能力
 - D 品德

3、性格类型：



此外，美国心理学家谢尔顿则对气质与体型的关系进行了更深入的研究，把人的体型分为三种主要类型：内胚叶型（心宽体胖）、中胚叶型（富有野心）和外胚叶型（多愁善感）。

(二) 性格和气质的区别与联系

	先天的，稳定的	后天的，社会化的，相对容易改变的
区别	行为的动力，与行为内容无关 无好坏之分	反映了个体与社会的关系 有好坏之分
联系	性格的形成建立在气质的基础之上，并且反作用于气质	

(三) 性格评定的方法

1、自陈测验：

- ① 卡特尔 16 因素人格问卷（16PF）
- ② 明尼苏达多项人格问卷（MMPI）
- ③ 艾森克人格问卷（EPQ）
- ④ 霍兰德职业倾向测验
- ⑤ Y-G 人格测试：Y-G 是由日本京都大学教授矢田部一于 1957 年根据美国的吉尔福特的个性量表修订而成的。Y 是矢田部一的首字母，G 是吉尔福特的首字母。该测试工分出 12 中人格特质。

表 1 12 个人格特质的高分和低分

特质	高分	低分
抑郁质 D	忧郁、悲观、有罪恶感、对什么都不感兴趣、常常感到疲劳、无精神	乐观、满足、感到充实、什么也不担心、有精神。
循环性 C	情绪多变、常易激动、气量小、常把小事放在心上、经常担心。	心情平静安定、不担心事。
自卑感 I	缺乏自信、过低评价自己、不适应感强烈、畏首畏尾、优柔寡断。	充满自信、心情开朗、积极。
神经质 N	常担心事、神经过敏、易不满、容易焦虑。	不担心事、开朗、乐观、爽快。
主观性 O	好幻想、过敏、主观、不能冷静地客观地判断事物。	现实主义、能冷静地客观地判断事物、乐观、安定、充实、稳健。
非合作性 Co	牢骚多、不信任别人、不适应社会环境。	设法与别人合作、善与人合作、有时对此过费心机。
攻击性 Ag	攻击性强、具有社会活动性、不听从别人意见。	有自卑感、无斗争性、处事采取保守态度。
一般活动性 G	活泼、喜欢身体活动、动作敏捷、干事爽快效率高、乐观、人际关系好。	认为自己无能、工作效率低、行动不活泼、比较忧郁。
乐天性 R	开朗、活泼、快乐、冲动、随便、粗心大意。	过于慎重、优柔寡断、不易下决心、稳重、不开朗。
思维外向性 T	不爱沉思默想、无忧无虑、漫不经心、乐观、随和、爱交际、思维深度不够。	常把小事放在心上、悲观、爱思考、行动不活泼。
支配性 A	具有社会指导性、能领导他人、自信。	不想指导别人、缺乏自信、爱沉思。
社会外向性 S	外向、喜欢社会交往、社交活动多。	不爱交际、喜欢独处、缺乏自信心。

● 以下能够测定 12 种人格特质的问卷是 (B)

A 艾森克人格问卷

B Y-G 人格测试

C 主题统觉测验

D 卡特尔人格因素问卷 (16PF)

● 将人格分为内向型和外向型的是 (A)

A 荣格

B 谢尔顿

C 威特金

D 霍兰德 (职业倾向问卷)

- 编制 16PF 人格 (personality) 因素 (factor) 问卷的是 (B)
 - A 艾森克 (EPQ, 外倾性/神经质/精神质)
 - B 卡特尔
 - C 哈撒韦
 - D 霍兰德

2、投射测验：罗夏克墨迹测验、主题统觉测验 (TAT)、句子完成测验



句子完成测验：

当泰迪被敌人抓住时，他_____（很镇定，很害怕，自杀了，伺机逃跑了，叛变了……）。

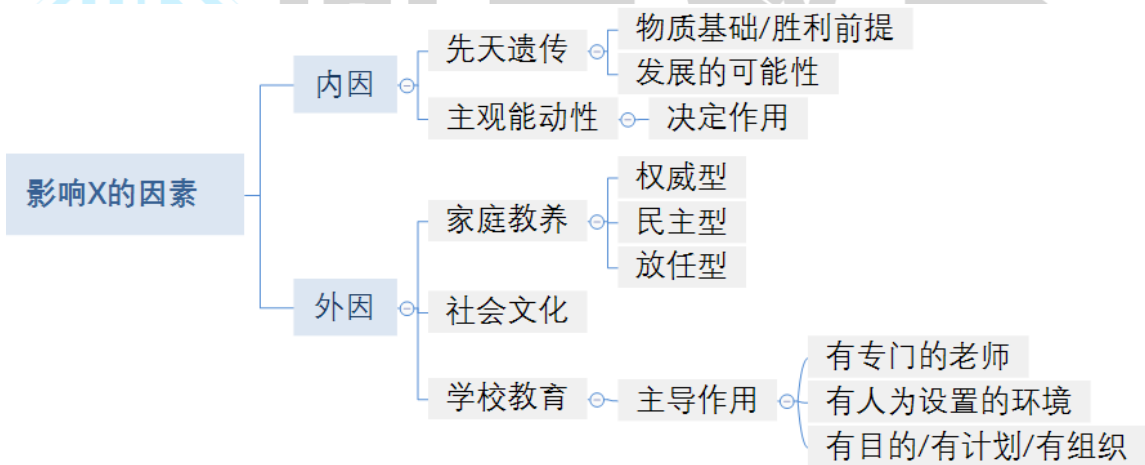
弗兰克看到老板过来时，他_____（很害怕，跟老板打招呼，假装很努力的工作，继续干活……）。

当人们嘲笑弗雷德时，他_____（很难过，很愤怒，笑嘻嘻地跟着自嘲，更加发愤图强了……）。

3、情境测验。在真实的生活情境或经过人工设计的特殊情境中观察被试完成所给予的任务的情况，从而评估他们的某些能力、工作态度以及情绪和人格特征等。如性格教育测验、情境压力测验、无领导小组讨论等。

(四) 影响性格因素

- 1、家庭；2、学校教育；3、同伴群体；4、社会实践；5、自我教育；6、社会文化因素。



- 影响人格形成与发展的因素有遗传因素，社会因素和 (D, ABC 都属于社会因素)。
 - A 学校教育
 - B 家庭教养方式
 - C 同辈群体
 - D 个人主观因素
- 下列不属于情境测验的是 (D)。
 - A 性格教育测验
 - B 情境压力测验
 - C 压力测试
 - D 投射测验

(五) 学生优良性格的培养：

- 1、加强人生观、世界观和价值观教育；
- 2、及时强化学生的积极行为；（斯金纳，强化理论）
- 3、充分利用榜样人物的示范作用；（班杜拉，观察学习）

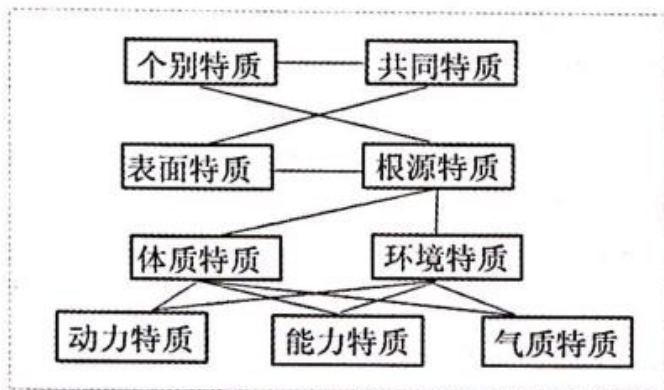
- 4、利用集体的教育力量：（马卡连科，平行管理模式）
- 5、提供实际锻炼的机会；
- 6、及时进行个别指导；
- 7、提高学生的自我教育能力。

四、人格理论

（一）早期人格理论：

奥尔波特的人格特质分类	共同特质	中国人勤劳	
	个人特质	首要特质——最典型	林黛玉多愁善感
		中心特质——较重要	林黛玉聪明/清高/孤僻/敏感
		次要特质——不重要	

卡特尔的人格分类：



（二）大五人格（塔佩斯提出，人格的海洋 ocean）：

高分者的人格特征	维度（因素）	低分者的人格特征
好社交、活跃、健谈、乐群、乐观、好玩乐、重感情	外倾性 extraversion	谨慎、冷淡、无精打采、冷静、乐于做事、退让、寡言
心肠软、脾气好、信任人、助人、宽宏大量、轻信、直率	随和性 agreeableness	愤世嫉俗、粗鲁、多疑、不合作、报复心重、残忍、易怒、好操纵人
有条理、可靠、勤奋、自律、准时、细心、整洁、有抱负、有毅力	尽责性 conscientiousness	无目标、不可靠、懒散、粗心、松懈、不检点、意志弱、享乐
烦恼、紧张、情绪化、不安全、不准确、忧郁	神经质性 neuroticism	平静、放松、少情绪化、果敢、安全、自我陶醉
好奇、兴趣广泛、有创造力、富于想象、反对保守	开放性 openness to experience	习俗化、讲实际、兴趣少、无艺术性、非分析性

● 下列选项中，不属于大五人格因素特质的是（ ）。

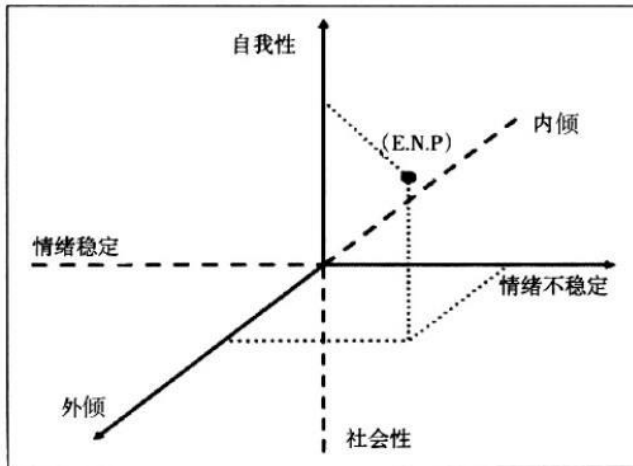
- A 开放性
- B 精神质
- C 神经质
- D 宜人性

（三）艾森克的三因素模型

外倾性：得分高的人乐于交往。

神经质：得分高的人情绪不稳定。

精神质：得分高的人自私冷血。



(四) 斯普兰格人格理论

依据人类社会活动的六种形态，斯普兰格将人划分为六种性格类型：（1）经济型；（2）理论型；（3）审美型；（4）宗教型；（5）权力型；（6）社会型。斯普兰格相信，纯粹属于某种类型的人是没有的，多数人是各种类型的混合，称混合型。

五、影响人格形成与发展的因素

- (一) 生物遗传因素
- (二) 社会文化因素
- (三) 家庭因素
- (四) 学校教育因素
- (五) 个人主观因素

六、自我意识发展与教育

(一) 自我意识概述

1 自我意识的概念

自我意识是个体对自己以及自己与周围事物的关系的意识。

2 自我意识的结构和类型：

意识活动的特点	主观自我和客观自我
意识活动的形式	自我认识和评价、自我感受和体验、自我监督和控制
意识活动的内容	生理自我、社会自我、心理自我

- 多选：自我意识包括的三种心理成分包括（ABC）。
 - A 自我认识
 - B 自我体验
 - C 自我监控
 - D 自我行为
- 在自我意识中，自信、自尊、自豪等属于（C）。
 - A 自我认识
 - B 自我监控
 - C 自我体验
 - D 自我感受
- 某同学每周都对自己的学习情况作出小结，分析自己在学习上取得的进步，找出自己的薄弱环节。他这种行为属于（D）。
 - A 自我认识
 - B 自我反省
 - C 自我体验
 - D 自我调控

3 自我概念和自尊

自我概念是指个体对自身的观念，情感和态度组成的混合物，它是指个体对自己的综合看法，是在过去与环境相互作用而形成的经验的基础上建立的，主要受到他人的强化和评价的影响。

自我概念是个复合体，包含诸多维度，如自信、自尊、自我概念的稳定性、自我定型。

自尊是指个体对自己的价值或者个体是否接受自己、尊重自己的感受，自尊与自信等成分一起构成了个体的自我概念。

培养学生自尊心的三个先决条件：

第一，重要感，个人觉得自己的存在是重要的和有意义的；

第二，成就感，个人能在具有挑战性的工作中表现出成就；

第三，力量感，个人感受到自己有处理事务和适应困境的能力。

4 自我意识的发展阶段

个体自我意识的发展经历了从生理自我到社会自我，再到心理自我的过程。

生理自我	生理自我是自我意识最原始的形态。儿童 1 周岁末，开始将自己的动作和动作的对象区分开来。把自己和自己的动作区分开来，并在与成人的交往中，按照自己的姓名、身体特征、行动和活动能力来看待自己，并做出一定的评价。生理自我在 3 岁左右基本成熟。
社会自我	儿童在 3 岁以后，自我意识的发展进入社会自我阶段。他们从轻信成人的评价逐渐过渡到自我独立评价，自我评价的独立性、原则性、批判性正在迅速发展。对道德行为的判断能力，也逐渐达到了前所未有的水平。从对具体行为的评价发展到有一定概括程度的评价。但他们的自我评价通常不涉及个人的内心世界和人格特征，自我的调节控制能力也较差，常出现言行不一的现象。社会自我到少年期基本成熟。
心理自我	心理自我是在青春期开始发展和形成的。这时，青少年开始自觉地按照一定的行动目标和社会准则来评价自己的心理品质和能力。他们的自我评价越来越客观。公正和全面，具有社会道德性，并在此基础上形成自我理想，追求最有意义和最有价值的目标。

- 生理自我基本成熟的时间在 (B)。
 - A 1 岁左右
 - B 3 岁左右
 - C 6 岁左右
 - D 9 岁左右
- 根据自我意识发展理论，社会自我至 (B) 基本成熟。
 - A 童年期
 - B 少年期
 - C 青春期
 - D 青年期
- 在自我意识发展过程中，“心理自我”开始发展和形成于 (D)。
 - A 幼年期
 - B 童年期
 - C 少年期
 - D 青春期
- (C) 是在青春期开始形成和发展的
 - A 生理自我
 - B 社会自我
 - C 心理自我
 - D 内在自我

(二) 学生自我意识的发展

1 小学生自我意识的发展

自我评价能力	①从顺从别人的评价发展到有一定独立见解的评价，自我评价的独立性随年级升高而增强。 ②从比较笼统的评价发展到对自己个别方面或多方面行为的优缺点进行评价，并表现出对内心品质进行评价的初步倾向。 ③自我评价的稳定性逐步增强。
自我控制能力	
自我体验	自我体验的发展与自我意识的发展总趋势比较一致。
自我意识	小学生的自我意识是不断发展的，但不是直线的、匀速的，既有上升时期，又有平

	<p>稳时期。表现为：</p> <p>①一年级到三年级是上升时期。</p> <p>②三年级到五年级是平稳阶段，年级间无显著差异。</p> <p>③五年级到六年级是第二个上升期。</p>
--	--

2 中学生自我意识的发展

自我意识总的发展	<p>从初中开始，学生已经能够比较自觉地认识和评价自己的心理品质，独立地支配、调节自己的行动。青少年期是自我意识发展的第二个飞跃期。其总的发展趋势是：</p> <p>①从小学六年级开始到初中三年级，学生的自我意识发展总体上处于平稳期；</p> <p>②从初三到高中一年级为显著上升时期。</p>
自我意识各成分的发展	<p>自我意识的各成分发展很不平衡，表明初中生处于更多的矛盾之中。</p>
自我意识发展的特点	<p>成人感和独立意向显著。</p>
	<p>自我开始分化：</p> <p>①主我（I）和客我（me）</p> <p>②现实我和理想我</p>
	<p>自尊心高度发展：十分渴望得到他人的肯定，对外界的评价特别敏感。</p>
	<p>自我评价趋于成熟。具体表现为：</p> <p>①自我评价的独立性日益增强</p> <p>②自我评价逐渐从片面性向全面性发展</p> <p>③自我评价已从表面特点向内心品质方面的评价转化</p>

- 在性格形成中起决定性作用的是（C）。
 - A 遗传
 - B 环境
 - C 社会环境
 - D 教育
- 日常生活中，人所具有的勤奋、诚实、善良或马虎、自大、奸诈等都是关于（B）特征的描述。
 - A 气质
 - B 性格
 - C 能力
 - D 品德
- 在家庭诸多因素中，对儿童性格形成和发展具有特别重要作用的是（D）。
 - A 家庭结构
 - B 出生顺序
 - C 家庭的贫富程度
 - D 父母对子女的教养态度
- 有利于培养儿童独立、合作等良好的性格，父母应采取的教养态度是（A）。
 - A 民主
 - B 保护
 - C 支配
 - D 拒绝
- 中学生通过学校学习和社会学习逐渐表现出明显的性格特征差异，这些差异主要体现在（ABCD）。
 - A 态度特征
 - B 理智特征
 - C 情绪特征
 - D 意志特征
 - E. 思维特征
- 中学生的自我发展面临的主要冲突是（D）之间的冲突。
 - A 社会自我与现实自我
 - B 镜像自我与社会自我
 - C 理想自我与镜像自我
 - D 理想自我与现实自我

- 多选：下列描述中属于中学生这个年龄阶段自我意识的发展特点是（ACD）
 - A. 自我评价的独立性日益增强
 - B. 自我评价渐从主观化向客观化发展
 - C. 自我评价逐渐从片面性向全面性发展
 - D. 自我评价已从表面特点向内心品质方面的评价转化
- 一个人的性格好坏和遗传因素没有关系。（错，也有影响，但不是决定性影响）
- 同伴关系会影响一个人性格的形成。（对）
- 气质和性格两者是彼此联系，相互制约的，性格可以制约气质的表现。（对）
- 性格受先天因素影响较大。（错，后天）



闻思教育
WENSIEDU.CN