

考研复习宝典：普通心理学笔记 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/201/2021\\_2022\\_\\_E8\\_80\\_83\\_E7\\_A0\\_94\\_E5\\_A4\\_8D\\_E4\\_c73\\_201500.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/201/2021_2022__E8_80_83_E7_A0_94_E5_A4_8D_E4_c73_201500.htm) 第1章 心理学的性质

01. 心理学源远流长，不同时期对“心理”有不同的界定。在哲学心理学时代，心理学被认为是阐释心灵的学问。1879年德国Wundt实验室的成立标志着科学心理学的正式诞生。

02. 心理学是系统地研究心理过程和行为的科学。

03. 心理现象的产生有两种根源：生理机制和社会文化。生物学和文化，是心理现象产生、发展和变化的基础和界限。

04. 范式，是科学界广泛用来了解经验领域的一种宽泛系统的理论假设。心理学缺乏统一的范式，但有学派思想或观点。心理学的观点和范式一样，包括理论假设、一致的比喻、认可的观察方法。

05. 20世纪初，第一个心理学派，结构主义起源于德国，兴起于美国。起代表人物是E. B. Titchener(1867-1927)。W. James(1842-1910)所倡导的功能主义心理学反对结构主义心理学。结构主义受德国理性主义哲学的影响，功能主义则与英国经验主义哲学有关。

06. J. B. Watson代表了行为主义的发展。行为主义集中关注环境事件（刺激）与有机体反应之间的关系。B. F. Skinner指出，所有行为都可以理解为习得反应，行为因其后果而得到选择。行为主义将人比为具有心灵黑箱子的机器，必须用实验室实验获得资料。

07. 心理动力学观点源于S. Freud，其主要目标是解释意义，其中很多是无意识的内容。主要研究方法是案例研究。冰山结构体现了人格构成，将心理比作意识和无意识之间的战斗。

08. 认知观点关注人们加工、储存和提取信息的方式。信息加工指从环境中得到

输入，将其转化为有意义的输出。认知观点将心理比作配有软件的电脑。主要的研究方法是实验法。

09. 人本主义心理学号称“第三势力”，主张以正常人为研究对象，研究的目的是了解人性潜能，追求自我实现。

第2章 心理学的研究方法

01. 从分析处理的角度，心理学的主要研究方法包括实验研究和描述研究两大类，实验研究试图探讨事物之间的因果关系，描述研究基本停留在描述事物或事物之间的关系。从获取数据的方式来看，心理学的研究方法有很多，包括观察法、个案研究、调查、实验法等。这些方法各有利弊，不可偏颇。

02. 良好的心理学研究一般应该具备以下特征：理论框架（理论和假设）、标准化过程（混淆变量、控制组、单盲和双盲研究）、普遍性（取样代表性）、客观可观察（信度和效度）。

03. 理论，是组织和解释观察的系统方式，它包括一系列有关各种现象之间关系的命题。假设，是一种尝试的信念或有根据的推测，目的在于预测或解释两个或更多变量之间的关系。变量，指随情境和个体而变化的现象。变量分连续变量和类别变量两种。

04. 实验研究要经历一系列步骤：提出假设、使变量操作化、指定标准的程序、选择被试、检验结果的统计显著性、得出结论。操作化，指将抽象的概念变成由某种行动或操作所界定的具体变量。

05. 实验研究中，研究者改变情境的某些方面，检验这种操作对被试反应方式的影响，以评定因果关系。实验者操作的变量称为自变量，实验者为检测操作效果而观察测量的被试反应即为因变量。

06. 混淆变量，能够产生效应、并且其效应和自变量的效应相混淆的变量。

07. 控制组，不接受实验的操作，代而经历一个中性的条件。研究者常常进行“盲研究”，即被试不知道或意

识不到研究的重要方面。单盲研究，只有被试对研究的重要方面茫然无知；双盲研究，被试和研究者一样都不清楚研究的重要方面。

08. 实验研究的局限包括：很难将复杂的现象带进实验室，存在外部效度（结果是否适用于实际世界）的问题，无视现象对个人的意义。

09. 测量，是评估变量的具体方式。好的测量必须既可信又有效。信度，指一个测量产生一致结果的能力。测量的效度，指评价测量想要测的结构的能力。

10. 样本，是人群中的一个亚群体，它可能能够代表整个人群。普遍性，指基于一个样本的研究发现是否可应用于研究者感兴趣的整个人群。

11. 与实验研究不同，描述法不能清晰地揭示因果关系。它描述业已存在的现象而不是操作变量以观察其效果。描述法包括案例研究，自然观察，调查研究（问卷和访谈），相关法。

12. 案例研究，是深入地观察一个被试或一小组被试。自然观察，是在自然情景中深入地观察一个现象。案例研究和自然观察，都容易受研究者的偏见的影响，研究者倾向于看到他们想看到的东西。调查研究，采用问卷或访谈法，询问大量的代表性问题，通常是关于态度或行为。

13. 心理学大致可以分为理论（基础）心理学和应用心理学两大类。普通心理学、发展心理学、认知心理学、人格心理学、社会心理学、生理心理学、变态心理学、实验心理学等属基础类。教育、临床咨询、工业组织、消费、法律、健康、广告、人事、环境心理学等属应用类。美国40年代70%的心理学博士从事实验心理学工作，而从80年代开始，心理学家专家大多在诊所、学校和企业当中工作。

### 第3章 心理学的生理基础

01. 思维、情感和行为等一切心理过程的生理基础是由数十亿的神经细胞的放电提供的。神经元，或者神

经细胞，是神经系统的基本构成单位。02. 神经元的主要构造：细胞体、树突和轴突三部分。按功能性质区分，神经元有三类：感觉神经元将感觉信息从感觉受体传至中枢神经系统；运动神经元将命令从大脑传至腺体和躯体肌肉；中间神经元将神经元彼此连接起来。03. 神经元之间并不直接相连，中间存在小空隙，称为突触。神经冲动传导过程中，突触发生为复杂的生理化学反应。04. 当神经元不放电时，“静息”状态被称为静息电位。当受到其他神经元的激发时，神经元么去极化（细胞内电位负性减弱），要么过极化（细胞内部电位负性增强）。当神经膜收到来自其他细胞的信号时表面电位的变化称为渐变电位。如果去极化的渐变电位累积超过一定阈限，神经元开始放电。这种动作电位导致神经递质及类似物质的释放。这些化学信使由其他神经元的细胞膜受体接收，结果导致兴奋或抑制。05. 内分泌系统是一类无导管的腺体，它们通过分泌激素来控制各种躯体功能。通过血液传送身的信息，内分泌系统是对神经系统细胞对细胞通讯的一种补充。06. 神经系统分为两大系统：中枢神经系统（CNS）和外周神经系统（PNS）。07. 中枢神经系统包括脑和脊髓两大部分。脑部分又分为脑干、小脑、前脑三部分。脊髓主要作为中继站，将来自躯体各部分感觉神经元的信息中继到中枢神经系统的高级中枢，并将指令传回肌肉和器官。08. 前脑由下丘脑、丘脑和大脑组成。下丘脑参与调节多种行为，包括进食、睡眠、性活动和情绪体验等。丘脑为感觉信息起中继站的服务作用。大脑包括外面的一层大脑皮层，以及其它皮层结构。这些皮层结构是边缘系统和基底神经节。边缘系统结构参与情绪、动机、学习和记忆。基地神经节结构参与控制运

动。09. 大脑由左右两个大致对称的半球构成。两半球是分开  
的结构，中间的胼胝体是两半球唯一的联结结构。两个半球  
的表面外层就是大脑皮层。人类皮层的皱折形成许多沟回和  
裂。按照这些沟和裂，可把大脑皮层分为额叶、顶叶、枕叶  
和颞叶。额叶的功能包括协调运动、注意、计划、社会技能  
、公德、抽象思维、记忆和人格方面；顶叶对于听觉、语言  
非常重要；枕叶是视觉专门区域；颞叶参与的活动包括触觉  
、躯体空间和运动感觉。割裂脑的研究揭示：一些心理功能  
是单侧化的，即主要由一个半球处理。10. 外周神经系统由向  
中枢神经系统传送或接受信息的神经元组成。外周神经系统  
可分为两类：躯体神经系统和自主神经系统。躯体神经系统  
由从皮肤、肌肉以及其它象眼睛等部位上的感受体接受信息  
的感觉神经元和指导骨骼肌行动的运动神经元构成。自主神  
经系统控制象心跳、消化系统工作、呼吸等基本生命过程，  
它由两部分构成：交感神经系统（面对威胁做反应时激活）  
和副交感神经系统（使躯体复原，以保持躯体的能源）。11.  
环境和基因相互作用，对此心理学家刚刚有所了解。对行为  
基因的研究表明，个体很多心理属性，如智力、人格等，很  
大程度上是可以遗传的，也即是基因因素决定的。100Test 下  
载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问

[www.100test.com](http://www.100test.com)