

教师资格考试普通心理学：第五章意识和注意 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/249/2021_2022__E6_95_99_E5_B8_88_E8_B5_84_E6_c38_249872.htm 第五章 意识和注意 1.

睡眠的四个阶段：（1）第一阶段：混合的、频率和波幅都较低的脑电波。持续10分钟。（2）第二阶段：出现“睡眠锭”（即是一种短暂爆发的，频率高、波幅大的脑电波）脑电波。持续20分钟。（3）第三阶段：脑电波的频率会继续降低，波幅变大，出现 δ 波，有时会有“睡眠锭”波。持续40分钟。（4）第四阶段：称深度睡眠，个体肌肉进一步放松，身体功能的各项指标变慢，梦游、梦呓、尿床等发生在此。

（5）快速眼动睡眠（REM）：在此时，个体在清醒状态时的脑电活动很相似， δ 波消失，高频率、低波幅的脑电波出现。睡眠者的眼球开始快速左右上下移动，而且通常伴随着梦境。

2.梦的功能解释（1）精神分析的观点。弗洛伊德和荣格认为梦是潜意识过程的显现，是通向潜意识的最可靠的路径。或者说，梦是被压抑的潜意识冲动和愿望以改变的形式出现在意识中，这些冲动和愿望主要是人的性本能和攻击本能的反映。

（2）生理学的观点。霍布森认为梦的本质是我们对脑的随机神经活动的主观体验。（3）认知观点。梦担负着一定的认知功能。在睡眠中，认知系统依然对储存的知识进行检索、排序、整合、巩固等，这些活动的一部分会进入意识，称为梦境。

3.注意的认知理论（1）过滤器理论：神经系统在加工信息的容量方面是有限度的，不可能对所有的感觉刺激进行加工。当信息通过各种感觉通道进入神经系统时，要先经过一个过滤机制。只有部分信息可以通过这个机制

，接受进一步加工；而其他信息被阻断在他的外面，而完全丧失（分耳实验否认）。（2）衰减理论：当信息通过过滤装置时，不被注意或非追随的信息只是在强度上减弱了，而不是完全消失。（3）后期选择理论：所有输入信息在进入过滤或衰减装置之前已受到充分的分析，然后才进入过滤或衰减装置，因而对信息的选择发生在加工后期的反应阶段。

（4）多阶段选择理论：选择过程在不同的加工阶段都有可能发生。其中本理论的两个假设是：1，在进行选择之前的加工阶段越多，所需要的认知加工资源就越多；2，选择发生的阶段依赖于当前的任务要求。4.注意与认知资源分配（1）认知

资源理论：注意是如何协调不同的认知任务或认知活动的。

注意可以看作一组对刺激进行归类 and 识别的认知资源或认知能力。这些认知资源是有限的。（2）双加工理论：人类的

认知加工有两类：自动化加工和受意识控制的加工。自动化加工不受认知资源的限制，不需要注意的参与；受意识控制的加工受资源的限制，需要注意的参与，并且在经过大量的练习后，可能转变为自动加工。附录 名词解释 1.【意识】是

一个复杂的概念。就心理状态而言，意识指清醒、警觉、觉察、注意集中等。就心理内容而言，意识包括可用语言报告出来的一些东西。就行为水平而言，意识意味着受意愿支配的动作或活动。在更高的哲学水平上，意识是一种与物质相对的精神实体。意识是一种觉知。在这个意义上，意识意味着“观察者”觉察到了某种“现象”或“事物”，包括外部事物和内部状态及时间的延续性和空间布局等；意识是

一种高级的心理官能。在这个意义上，意识对个体的身心系统起统合、管理和调控的作用；意识是一种心理状态。它

可以分为不同的层次或水平，如从无意识到意识到注意，是一个连续体。另外，意识还存在一般性变化，如觉醒、惊奇、愤怒、警觉等。

2. 【无意识】相对于意识而言，是个体不曾察觉到的心理活动和过程。按照精神分析学派创始人弗洛伊德的观点，无意识包括大量的观念、愿望、想法等，这些观念和愿望因为和社会道德存在冲突而被压抑，不能出现在意识中。如果把人的心理比作一座漂浮在海里的冰山的话，那么人的意识便是露出水面的冰山顶端，它只占人的心理很小的一部分，大部分的心理活动或过程是无意识的。

3. 【注意】是心理活动或意识对一定对象的指向与集中。

4. 【不随意注意】指事先没有目的、也不需要意志努力的注意。【随意注意】指事先有预定目的、需要一定意志努力的注意。【随意后注意】事先有一定的目的、但是不需要意志努力的注意。

5. 【选择性注意】是个体在同时呈现的两种或两种以上的刺激中选择一种进行注意，而忽略另外的刺激。【持续性注意】指注意在一定时间内保持在某个认识客体或活动上，也叫注意的稳定性。【分配性注意】个体在同一时间内对两种或两种以上的刺激进行注意，或将注意分配到不同的活动中。

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