

高纲 4318

江苏省高等教育自学考试大纲

06049 心理学导论

南京师范大学编（2024 年）

I 课程性质与课程目标

一、课程性质和特点

《心理学导论》是一门介绍心理学基础知识的课程。它的性质和特点包括综合性、入门性、理论与实践结合、科学性、互动性、跨学科性和启发性。这门课程旨在为考生提供对心理学各个方面的初步了解，培养他们的科学思维和解决问题的能力，同时激发他们对心理学领域的兴趣和好奇心。

二、本课程设置的目的

本课程旨在为考生提供对心理学基础概念的初步了解，培养其科学思维和批判性分析能力。通过介绍心理学的各个领域和科学方法，课程旨在引导考生探索心理学在日常生活和社会中的应用，并激发他们对心理学的兴趣和好奇心。这样的设置为考生打下了解心理学的基础，为未来深入学习和探索心理学领域奠定了基础。

三、本课程的基本要求

通过本课程的学习，考生将获得对心理学基本概念和理论的初步了解，并培养科学思维和批判性分析能力。考生将能够全面地掌握心理学导论课程所涵盖的知识和技能，为未来的学习和探索心理学领域奠定基础。

II 考核目标

本大纲在考核目标中，按照识记、领会、简单应用和综合应用四个层次规定其应达到的能力层次要求。四个能力层次是递进关系，各能力层次的含义是：

识记：要求考生能够识别和记忆本课程中相关专有名词的概念及相关基本原则、基础理论的主要内容，并能够根据考核的不同要求，做出正确的表述、选择和判断。

领会：要求考生能够领悟和理解本课程中有关概念的内涵及外延，并能根据考核的不同要求对有关问题进行分析和论证，做出正确的判断、解释和说明。

简单应用：要求考生能够根据相关理论总结，对心理学的有关问题和相关实验进行了解和领会，得出正确的结论或做出正确的判断。

综合应用：要求考生能够根据相关理论总结，对相关问题进行综合的分析、论证，或者进行比较，并得出解决问题的综合方案。

III 课程内容与考核要求

第一章 绪论

一、学习目的与要求

通过学习本章，要求掌握心理学的基本概念，理解其学科性质与研究任务，了解其发展历史、研究原则、研究设计及具体方法。

二、考核知识点与考核要求

（一）心理学的性质

识记：①心理过程；②心理学的科学性。

领会：①心理现象；②心理倾向。

简单应用：①分析个体的心理现象。

（二）心理学的方法

识记：①可公开检验原则；②主客观资料科学整合原则；③人文关怀原则；④基本变量。

领会：①实验法；②准实验法；③问卷法；④质性研究法。

简单应用：①实验法的特点；②准实验法的特点；③问卷法的特点；④质性研究法的特点。

（三）心理学的历史

识记：①现代心理学的学派纷争。

（四）当代心理学的特点

领会：①多种研究取向；②分支学科。

简单应用：①当代心理学的多种研究取向。

三、本章关键问题

本章重点讲述了心理学的性质和心理学的方法，分析了心理学研究的基本方法。

第二章 心理的起源和本性

一、学习目的与要求

通过学习本章，要求掌握心理学的起源和本性，了解动物心理的演进以及

人类心理的产生，学会正确理解人的心理的实质。

二、考核知识点与考核要求

（一）心理的起源

识记：①感应性；②感受性。

领会：①反映是任何物质形态固有的特性。

（二）动物心理的演进

领会：①类人猿的语言学习潜力。

简单应用：①本能行为；②类人猿的智能行为表现。

（三）人类心理的产生

领会：①人类心理的起源。

综合应用：①劳动和语言在人类心理发生、发展中的作用。

（四）人的心理的本性

识记：①言语觉知性；②主观能动性；③进化心理学。

简单应用：①正确理解人的心理实质；②面容失认症。

三、本章关键问题

本章重点讲述了学会如何正确理解人的心理的实质以及人的心理的本性，分析了动物心理的演进。

第三章 心理的生物基础

一、学习目的与要求

通过学习本章，要求掌握心理的生物基础，了解神经系统与神经元、脑的三大机能系统和内分泌系统，学会正确理解心理的生物基础。

二、考核知识点与考核要求

（一）神经系统与神经元

识记：①神经系统；②中枢神经系统；③神经元；④周围神经系统；⑤全或无定律；⑥突触。

简单应用：①神经系统各部分及其主要机能。

（二）脑的三大机能系统

识记：①感觉机能系统；②运动机能系统。

领会：①联络机能系统。

简单应用：①大脑两半球的机能分工与协作。

（三）脑机制的研究方法

识记：①脑电图；②事件相关电位；③磁共振成像；④裂脑。

领会：①脑成像技术。

简单应用：①心理脑机制的研究方法。

（四）内分泌系统

识记：①内分泌系统；②激素。

简单应用：①人体主要的内分泌腺及其机能。

（五）遗传对行为的影响

识记：①基因；②选择性繁殖；③双生子研究。

简单应用：①行为遗传学的研究方法；②遗传作用的量化。

三、本章关键问题

本章重点介绍了神经系统各部分及主要功能以及脑的三大机能系统，分析了脑机制的研究方法。

第四章 心理的环境基础

一、学习目的与要求

通过学习本章，要求掌握心理的环境基础以及人和环境的相互作用对人的心理与行为所产生的影响。

二、考核知识点与考核要求

（一）环境的内容

识记：①环境；②自然环境；③生态系统理论。

领会：①环境对心理的普遍制约作用。

简单应用：①环境对人的心理的普遍制约作用。

（二）自然环境

识记：①拥挤归因误差；②灾难综合征。

简单应用：①文化传统对人的心理与行为的影响。

（三）社会环境

识记：①文化；②亚文化；③个人与集体。

领会：①拷贝世界。

简单应用：①网络对人的心理与行为的影响。

（四）社会影响

识记：①从众；②服从；③团体影响；④社会促进；⑤社会懈怠；⑥去个性化。

简单应用：①阿希经典从众实验设计的巧妙之处；②米尔格拉姆的服从实验的启示。

（五）大众氛围

识记：①舆论；②社会排斥。

领会：①风俗；②时尚。

简单应用：①舆论、风俗和时尚对个体心理与行为的影响。

三、本章关键问题

本章重点讲述了心理的环境基础和人和环境的相互作用，分析了阿希经典从众实验。

第五章 毕生心理发展

一、学习目的与要求

通过学习本章，要求理解毕生发展观点；掌握发展各时期的特点以及相关理论；理解个体心理发展是遗传与环境交互作用的结果。

二、考核知识点与考核要求

（一）心理发展的基本观点

识记：①毕生发展；②遗传与环境的交互作用；③心理发展的研究设计。

简单应用：①如何理解个体心理发展是遗传与环境交互作用的结果。

（二）孕期与婴儿期

识记：①依恋；②视崖。

领会：①婴儿期的发展。

简单应用：①视崖实验设计的巧妙之处。

（三）幼儿期与儿童期

识记：①认知发展理论；②道德发展理论。

简单应用：①比较皮亚杰与维果茨基的认知发展理论。

综合应用：①皮亚杰和科尔伯格道德发展理论的要点。

（四）青少年期

识记：①同伴关系；②自我意识增强；③自我同一性。

领会：①青春期。

简单应用：①分析自己的自我同一性状态。

（五）成年期

领会：①人生八阶段。

综合应用：①埃里克森划分的人生八阶段。

三、本章关键问题

本章重点讲述了毕生发展理论以及掌握各时期发展特点，分析了认知发展理论和道德发展理论。

第六章 意识状态

一、学习目的与要求

通过学习本章，要求理解对自身以及周围世界的觉知水平随着不同的意识状态而有所不同，诸如睡眠与梦、走神儿、幻觉乃至催眠等等都是不同的意识状态。

二、考核知识点与考核要求

（一）概述

识记：①意识；②意识水平。

领会：①意识的认知加工。

简单应用：①意识的基本特征表现在哪几个方面；②怎样理解意识水平与意识状态。

综合应用：①考察意识状态如何影响记忆、注意力、决策和其他认知过程，以及这些关系对日常生活的影响。

（二）觉醒与睡眠

识记：①快速眼动睡眠；②非快速眼动睡眠；③睡眠阶段。

简单应用：①睡眠的几个阶段。

（三）梦

识记：①梦。

领会：①梦的学说。

（四）催眠

识记：①催眠；②催眠感受性。

领会：①催眠理论。

简单应用：①如何认识催眠现象。

（五）精神药物与异常意识状态

识记：①生理依赖；②心理依赖；③成瘾。

领会：①精神药物。

简单应用：①吸毒的成因。

三、本章关键问题

本章重点介绍了睡眠阶段以及了解不同意识状态的特征，分析了研究吸毒的成因。

第七章 动机

一、学习目的与要求

通过学习本章，要求理解动机相关概念；掌握动机相关理论。

二、考核知识点与考核要求

（一）概述

识记：①动机定义及其功能；②需要；③本能；④内驱力；⑤动机的种类；⑥内在动机；⑦耶基斯-多德森定律。

简单应用：①动机强度与工作效率关系怎样。

（二）生物性动机

领会：①睡眠与觉醒；②性动机。

简单应用：①生物性需要的表现。

（三）社会性动机

识记：①成就动机；②交往动机；③权力动机；④马斯洛的需要层次理论。

简单应用：①社会性需要的表现；②评述马斯洛的需要层次理论。

（四）动机理论

识记：①精神分析动机理论；②内驱力降低理论；③期望理论。

简单应用：①各种动机理论的要点。

（五）价值观

识记：①价值观；②自我实现；③信念。

简单应用：①当代中国青年价值观。

三、本章关键问题

本章重点讲述了动机强度与工作效率的关系以及了解生物性需要和社会性需要的表现，分析了各种动机理论的要点。

第八章 注意

一、学习目的与要求

通过学习本章，要求掌握注意的定义、种类和特征；理解注意的相关理论以及注意的品质特征受哪些因素影响。

二、考核知识点与考核要求

（一）概述

识记：①注意的定义；②注意的三种功能；③定向反应。

领会：①注意的神经机制。

简单应用：①注意的功能及神经机制；②注意的外部表现和生理指标。

（二）注意的种类

识记：①注意的种类；②选择性注意；③集中性注意；④无意注意；⑤有意注意；⑥有意后注意；⑦内源性注意和外源性注意。

领会：①引起无意注意的原因；②引起和保持有意注意的条件和方法。

简单应用：①如何对注意进行分类。

综合应用：①分析自己的注意特点。

（三）注意的特征

识记：①注意的广度；②注意的稳定性；③影响注意广度的因素；④注意的分配；⑤注意的转移。

简单应用：①注意的品质特征受哪些因素的制约。

（四）注意理论

识记：①注意的过滤器模型；②注意的衰减理论；③双耳分听实验；④特征整合理论；⑤注意的资源限制模型；⑥双加工调节模型。

综合应用：①注意理论的基本要点。

三、本章关键问题

本章重点讲述了注意的种类、注意理论以及了解注意的特征，分析了注意理论的相关内容。

第九章 感觉

一、学习目的与要求

通过学习本章，要求理解感觉信息的神经加工机制、感觉的基本定律；掌握视觉感受性和听觉感受性的表现。

二、考核知识点与考核要求

（一）感觉的概述

识记：①感觉；②感觉的分类；③内部感觉；④外部感觉。

领会：①感觉的神经加工机制。

简单应用：①概述感觉信息的神经加工机制。

（二）感觉的基本规律

识记：①绝对感觉阈限；②差别感觉阈限；③感觉对比；④感觉适应；⑤感觉后效；⑥韦伯定律；⑦费希纳定律

简单应用：①感觉的基本规律。

（三）视觉

识记：①视觉的适宜刺激；②色觉理论；③黑林四色说。

领会：①视觉的传导机制。

简单应用：①视觉感受性有何表现；②颜色感觉是如何产生的。

（四）听觉

识记：①听觉的适宜刺激；②共鸣理论；③行波理论；④频率理论；⑤听觉理论；⑥神经齐射理论。

简单应用：①听觉感受性有何表现。

综合应用：①听觉系统是如何对声音频率进行编码的。

（五）其它感觉

识记：①触压觉；②温度觉；③嗅觉；④味觉；⑤内脏感觉。

三、本章关键问题

本章重点讲述了感觉的基本规律以及了解感觉信息的神经加工机制，分析了研究听觉的相关理论。

第十章 知觉

一、学习目的与要求

通过学习本章，理解知觉对象与背景、知觉整体与部分的关系及知觉理解性的作用；掌握知觉恒常性的含义、种类、影响条件；理解空间知觉、时间知觉、运动知觉的概念，以及相关原则和影响因素；了解错觉现象及有关理论。

二、考核知识点与考核要求

（一）概述

识记：①知觉；②知觉的信息加工机制。

领会：①知觉与感觉的联系与区别；②知觉活动过程。

简单应用：①根据知觉的信息加工原理分析知觉与感觉的不同。

（二）知觉的特性

识记：①知觉的对象性；②知觉的整体性；③知觉的理解性；④知觉的恒常性；⑤知觉组织原则。

领会：①大小知觉恒常性；②明度恒常性；③颜色恒常性；④形状恒常性。

简单应用：①知觉的基本特性。

（三）空间知觉

识记：①运动视差；②双眼视差；③空间知觉；④双耳线索时间差、强度差、位相差；⑤单眼线索和双眼线索。

领会：①视觉的方向定位；②听觉方向定位的单耳线索和双耳线索。

简单应用：①双眼视差在空间知觉中的作用；②双耳线索在空间知觉中起什么作用。

（四）时间知觉

识记：①时间知觉；②Tau 效应；③Kappa 效应。

领会：①时间知觉的参考系；②时间估计及其影响因素。

简单应用：①如何看待心理时间与物理时间的不同。

（五）运动知觉

识记：①运动知觉；②真动知觉；③似动知觉；④动景运动；⑤自主运动；⑥诱导运动。

领会：①运动知觉的分类。

（六）错觉

识记：①错觉；②错觉的种类。

领会：①错觉的类型。

简单应用：①错觉产生的原因。

三、本章关键问题

本章重点讲述了知觉的基本特征、了解知觉的加工机制以及掌握听空间知觉和视空间知觉，分析了错觉的常见类型。

第十一章 学习

一、学习目的与要求

通过学习本章，要求理解学习的相关概念、经典条件作用和操作性条件作用，掌握学习的迁移理论。

二、考核知识点与考核要求

（一）概述

识记：①学习概念；②联结学习论。

（二）经典条件作用

识记：①条件反射；②巴普洛夫的实验范式；③强化；④习得；⑤第一信号系统和第二信号系统。

领会：①药物成瘾。

简单应用：①经典条件作用的原理是什么。

（三）操作作用

识记：①斯金纳的实验范式；②操作条件作用原理。

简单应用：①操作条件作用的运用。

（四）认知学习

识记：①习得性无助；②观察学习。

领会：①镜像神经元。

综合应用：①使用和不能使用惩罚的理由；②媒体暴力。

（五）学习迁移

识记：①学习迁移；②学习迁移种类；③迁移理论。

简单应用：①迁移的种类。

综合应用：①如何做到有效的自我调节学习。

三、本章关键问题

本章重点讲述了经典条件作用、了解斯金纳的实验范式以及掌握学习迁移及其理论，分析了研究经典条件作用和操作条件作用。

第十二章 记忆

一、学习目的与要求

通过学习本章，要求理解记忆的种类及其生理机制，掌握记忆的过程和遗忘规律。

二、考核知识点与考核要求

（一）概述

识记：①记忆；②记忆系统；③记忆种类。

领会：①记忆的神经生理机制。

简单应用：①概述记忆系统的基本结构及神经生理机制。

（二）感觉记忆

识记：①图像记忆；②音响记忆。

简单应用：①感觉记忆存在的实验设计有何巧妙之处。

（三）短时记忆

识记：①首因效应；②近因效应；③短时记忆的特征。

领会：①初级记忆；②二级记忆。

简单应用：①揭示短时记忆提取方式的实验设计有何巧妙之处。

（四）长时记忆

识记：①记忆的测量；②遗忘曲线。

领会：①记忆的构建。

简单应用：①艾宾浩斯的经典记忆研究的启示；②有哪些方法可以用来测量记忆。

（五）遗忘

识记：①编码缺失；②倒摄抑制；③前摄抑制；④提取失败；⑤动机性遗忘。

综合应用：①遗忘和记忆失误；②人们如何通过使用记忆策略和技巧来提

高记忆效果；③讨论遗忘的原因。

三、本章关键问题

本章重点讲述了记忆系统的基本结构及神经生理机制以及了解艾宾浩斯的经典记忆实验，分析了研究短时记忆的提取方式。

第十三章 思维

一、学习目的与要求

通过学习本章，要求理解思维的概念及种类；掌握问题解决的策略和影响问题解决的因素；领会创造性思维的相关概念。

二、考核知识点与考核要求

（一）概述

识记：①思维；②思维的种类。

领会：①思维的神经生理机制。

（二）概念形成

识记：①概念形成；②原型说。

简单应用：①影响概念形成的因素有哪些。

（三）推理

识记：①演绎推理；②归纳推理；③前提气氛效应；④赌徒谬误。

简单应用：①影响推理正确性的因素。

（四）问题解决

识记：①问题解决的策略；②问题表征；③思维定势功能固着。

领会：①酝酿效应。

简单应用：①问题解决的策略；②影响问题解决的因素。

（五）创造性思维

识记：①创造性思维的过程。

简单应用：①创造者的思维特点。

综合应用：①创造力的激发。

三、本章关键问题

本章重点讲述了影响概念形成的因素以及了解问题解决的策略，讨论了创造力的激发。

第十四章 言语

一、学习目的与要求

通过学习本章，要求理解分析言语产生和理解的过程及其影响因素；掌握言语获得的理论；领会言语产生的机制。

二、考核知识点与考核要求

（一）概述

识记：①言语的种类；②言语的生理机制；③言语与语言的关系。

简单应用：①如何看待语言和思维的关系。

（二）言语获得

识记：①言语获得的理论。

简单应用：①儿童言语发展的基本阶段；②试述关于言语获得的理论争议。

（三）言语产生

识记：①言语产生的过程；②影响言语产生的因素。

领会：①言语产生的转换机制。

简单应用：①言语产生的过程及影响因素。

（四）言语理解

识记：①言语理解；②图式。

简单应用：①分析言语理解的过程及影响因素。

（五）非言语交流

领会：①目光接触；②体态语。

综合应用：①个人空间的运用。

三、本章关键问题

本章重点讲述了儿童言语发展的阶段、了解语言获得理论，分析了分析言语产生过程及其影响因素。

第十五章 情绪

一、学习目的与要求

通过学习本章，要求理解情绪的功能及生理机制；掌握情绪体验的维度和情绪的分类；重点识记情绪的几种理论。

二、考核知识点与考核要求

（一）概述

识记：①情绪；②情绪的功能。

领会：①情绪的生理机制。

简单应用：①情绪的功能及生理机制。

（二）情绪体验

识记：①情绪体验；②基本情绪。

简单应用：①情绪体验的维度；②如何对情绪进行分类。

（三）情绪状态

识记：①情调；②心境；③激情；④应激。

领会：①道德感；②理智感。

简单应用：①情绪状态受哪些因素的影响。

（四）表情

识记：①表情的社会制约性；②情绪识别。

简单应用：①怎样理解表情的先天遗传性和社会制约性。

（五）情绪理论

识记：①姆斯和兰格的外周情绪理论；②坎农和巴德的丘脑情绪理论；③沙赫特和辛格的激活归因情绪理论；④阿诺德和拉扎鲁斯的认知评价情绪理论

综合应用：①评述情绪的几种主要理论。

三、本章关键问题

本章重点讲述了情绪的功能及生理机制以及了解情绪状态受哪些因素的影响，要求识记情绪的几种主要理论。

第十六章 意志

一、学习目的与要求

通过学习本章，要求理解对自身以及周围世界的觉知水平随着不同的意识状态而有所不同，诸如睡眠与梦、走神儿、幻觉乃至催眠等等都是不同的意识状态。

二、考核知识点与考核要求

（一）概述

识记：①意志；②意志过程。

领会：①意志的生理机制。

简单应用：①为什么说意志是自由的，又是不自由的；②如何看待知、情、意三者间的关系。

（二）意志的心理结构

识记：①目标；②抱负水平；③冲突与矛盾；④决策。

简单应用：①个人的抱负水平受哪些因素的影响；②讨论期望效应。

（三）意志控制与失控

识记：①意志控制；②失控。

简单应用：①失控后会有哪些行为反应。

（四）意志的品质

识记：①独立性；②坚定性；③果断性

综合应用：①如何形成优良的意志品质。

三、本章关键问题

本章重点讲述了意志的心理结构、识记意志的品质，分析了意志的生理结构。

第十七章 智力

一、学习目的与要求

通过本章的学习，掌握智力的概念；掌握智力的因素学说以及主要的智力理论；了解智力的差异及其实践价值；分析遗传、环境和教育对智力发展的作用。

二、考核知识点与考核要求

（一）概述

识记：①智力；②能力；③心理测量；④信度；⑤效度；⑥心理测量的必备条件。

简单应用：①心理测量应具备哪些必备的条件。

（二）智力测验

识记：①智商；②比率智商；③离差智商；④斯坦福-比内智力量表与智商；⑤韦克斯勒智力量表与离差智商。

简单应用：①从智力测验的发展分析智力测验的利弊。

（三）智力结构

识记：①液态智力；②晶态智力；③斯滕伯格的智力三元论；④加德纳的多元智力观。

简单应用：①述吉尔福德的智力三维结构模型。

（四）智力发展

领会：①影响智力形成与发展的因素。

简单应用：①智力发展的一般趋势。

综合应用：①如何看待智力的种族差异问题；②如何对待智力的性别差异。

（五）智力特殊者

识记：①超常儿童；②智力不足者。

三、本章关键问题

本章重点讲述了掌握心理测量所具备的必要条件以及了解智力发展的一般趋势，分析了智力测验的发展。

第十八章 人格

一、学习目的与要求

通过本章学习，了解并根据人格的概念类型及意义，使其能根据人格类型采取相应的教育措施，以提高实践效果；了解性格的概念、特征、类型及鉴定的方法，使其能有针对性地对教育对象施加影响以促进其性格健康发展。

二、考核知识点与考核要求

（一）概述

识记：①人格；②气质；③性格；④人格的基本特性。

简单应用：①如何理解人格的内涵。

（二）气质学说

识记：①几种相关的气质学说。

简单应用：①如何看待各种气质学说。

（三）性格形成

领会：①性格形成的环境条件。

简单应用：①性格形成受哪些因素的影响。

（四）人格理论

识记：①人格的精神分析理论；②人格的特质理论；③分析奥尔波特和卡特尔的人格特质理论。

领会：①比较人格理论模式的特点

简单应用：①分析比较各种人格理论。

综合应用：①幸福进取者模型。

（五）人格评鉴

识记：①自陈量表；②投射测验。

简单应用：①比较自陈量表和投射测验的利弊。

三、本章关键问题

本章重点介绍了各种气质学说，讲述了自陈量表和投射测验的利弊，剖析了怎样分析比较各种人格理论。

IV 关于大纲的说明与考核实施要求

一、自学考试大纲的目的和作用

课程自学考试大纲是根据专业考试计划的要求，结合自学考试的特点而确定。其目的是对个人自学、社会助学和课程考试命题进行指导和规定。

课程自学考试大纲明确了课程学习的内容以及深广度，规定了课程自学考试的范围和标准。因此，它是编写自学考试教材和辅导书的依据，是社会助学组织进行自学辅导的依据，是自学者学习教材、掌握课程内容知识范围和程度的依据，也是进行自学考试命题的依据。

二、课程自学考试大纲与教材的关系

课程自学考试大纲是进行学习和考核的依据，教材是学习掌握课程知识的基本内容与范围，教材的内容是大纲所规定的课程知识和内容的扩展与发挥。课程内容在教材中可以体现一定的深度或难度，但在大纲中对考核的要求一定要适当。

大纲与教材所体现的课程内容应基本一致；大纲里面的课程内容和考核知识点，教材里一般也要有。反过来教材里有的内容，大纲里就不一定体现。

三、关于自学教材

本课程使用教材为：《心理学导论》（第三版），黄希庭、郑涌主编，人民

教育出版社，2015 年。

四、关于自学要求和自学方法的指导

本大纲的课程基本要求是依据专业考试计划和专业培养目标而确定的。课程基本要求还明确了课程的基本内容，以及对基本内容掌握的程度。基本要求中的知识点构成了课程内容的主体部分。因此，课程基本内容掌握程度、课程考核知识点是高等教育自学考试考核的主要内容。

五、应考指导

1. 如何学习

很好的计划和组织是你学习成功的法宝。如果你正在接受培训学习，一定要紧跟课程并完成作业。为了在考试中做出满意的回答，你必须对所学课程内容有很好的理解。使用“行动计划表”来监控你的学习进展。你阅读课本时可以做读书笔记。如有需要重点注意的内容，可以用彩笔来标注。如：红色代表重点；绿色代表需要深入研究的领域；黄色代表可以运用在工作之中。可以在空白处记录相关网站和文章。

2. 如何考试

卷面整洁非常重要。书写工整，段落与间距合理，卷面赏心悦目有助于教师评分，教师只能为他能看懂的内容打分。回答所提出的问题。要回答所问的问题，而不是回答你自己乐意回答的问题，避免超过问题的范围。

3. 如何处理紧张情绪

正确处理对失败的惧怕，要正面思考。如果可能，请教已经通过该科目考试的人，问他们一些问题。做深呼吸放松，这有助于使头脑清醒，缓解紧张情绪。考试前合理膳食，保持旺盛精力，保持冷静。

4. 如何克服心理障碍

这是一个普遍问题！如果你在考试中出现这种情况，试试下列方法：使用“线索”纸条。进入考场之前，将记忆“线索”记在纸条上，但你不能将纸条带进考场，因此当你阅读考卷时，一旦有了思路就快速记下。按自己的步调进行答卷。为每个考题或部分分配合理时间，并按此时间安排进行。

六、对考核内容的说明

1. 本课程要求考生学习和掌握的知识点内容都作为考核的内容。课程中各

章的内容均由若干知识点组成，在自学考试中成为考核知识点。因此，课程自学考试大纲中所规定的考试内容是以分解为考核知识点的方式给出的。由于各知识点在课程中的地位、作用以及知识自身的特点不同，自学考试将对各知识点分别按四个能力层次确定其考核要求。

2. 在考试之日起 6 个月前，由全国人民代表大会和国务院颁布或修订的法律、法规都将列入相应课程的考试范围。凡大纲、教材内容与现行法律、法规不符的，应以现行法律法规为准。命题时也会对我国经济建设和科技文化发展的重大方针政策的变化予以体现。

七、关于考试命题的若干规定

1. 本大纲各章所规定的基本要求、知识点及知识点下的知识细目，都属于考核的内容。考试命题既要覆盖到章，又要避免面面俱到。要注意突出课程的重点、章节重点，加大重点内容的覆盖度。

2. 命题不应有超出大纲中考核知识点范围的题，考核目标不得高于大纲中所规定的相应的最高能力层次要求。命题应着重考核自学者对基本概念、基本知识和基本理论是否了解或掌握，对基本方法是否会用或熟练。不应出与基本要求不符的偏题或怪题。

3. 本课程在试卷中对不同能力层次要求的分数比例大致为：识记占 20%，领会占 30%，简单应用占 30%，综合应用占 20%。

4. 要合理安排试题的难易程度，试题的难度可分为：易、较易、较难和难四个等级。每份试卷中不同难度试题的分数比例一般为 2:3:3:2。必须注意试题的难易程度与能力层次有一定的联系，但二者不是等同的概念。在各个能力层次中对于不同的考生都存在着不同的难度。

5. 本课程考试试卷中可能采用的题型有：选择题、填空题、名词解释题、简答题、论述题等。

6. 考试方式为闭卷、笔试，考试时间为 150 分钟。评分采用百分制，60 分为及格。考生只准携带 0.5 毫米黑色墨水的签字笔、铅笔、圆规、直尺、三角板、橡皮等必需的文具用品。不可携带计算器。

附录 题型举例

一、单项选择题

1. 在咖啡里放 10 克糖，要使咖啡的味道尝起来刚好有差异需要增加 2 克的糖。根据韦伯定律，如果最初放 20 克糖，要使咖啡的味道刚好有变化，需要加糖的量是（ ）

- A. 2 克 B. 4 克 C. 6 克 D. 8 克

参考答案：B

二、填空题

1. 1890 年出版的有史以来第一本心理学教科书《心理学原理》的作者是_____。

参考答案：威廉·詹姆斯

三、名词解释

1. 感觉

参考答案：是个体的感受器接受刺激而产生感觉经验的过程。

四、简答题

1. 简述感觉记忆的特征。

参考答案：

- （1）感觉记忆在瞬时能储存大量信息；
- （2）感觉记忆信息保持时间很短，视觉信息约在 1 秒内衰退，听觉信息约在 4 秒内衰退；
- （3）感觉记忆的信息是未经任何加工的，是按照刺激的物理特征原样直接加以编码和储存；
- （4）感觉记忆中的一部分信息由于模式识别而被传送到短时记忆中，并在那里被赋予意义。

五、论述题

1. 试述心理学研究的基本方法。

参考答案：

为了揭示心理发展的规律和特点，研究者必须掌握正确的研究方法。心理学研究的方法多种多样，主要有观察法、实验法、测验法、调查法、个案法以及相关法。

- （1）观察法：在自然条件下，对表现心理现象的外部活动进行有系统、有计划的

观察，从而发现心理现象产生和发展的规律性的方法。例如，观察学生在课堂上的表现，可以了解学生注意的稳定性、情绪状态和人格的某些特征。

（2）实验法：在控制条件下，对某种心理现象进行的观察的方法，目的在于寻找现象之间的因果关系。在实验中，研究者可以积极干预被试的活动，创造某种条件使某种心理现象得以产生并重复出现。

（3）测验法：用一套预先经过标准化的问题（量表）来测量某种心理品质的方法。心理测验按照内容可分为智力测验、成就测验、态度测验和人格测验。心理测验要注意两个基本的要求：测验的信度和效度，即一个测验的可靠性程度要高，并且要真实地测量了所要测量的心理品质。

（4）调查法：就某一问题，用口头或书面的形式向被调查者提问，并通过对他的回答进行分析，了解他的心理活动的方法。

（5）个案法：对某个人进行深入、详尽的观察与研究，即搜集和分析某人过去和现在有关方面的资料，以便发现影响某种行为和心理现象的原因的方法。个案法可以为揭示个体的心理活动提供必要的证据。

（6）相关法：相关是事物间的一种关系。心理学的很多研究都在寻找事物间的相关，如某种人格和特定行为的关系。两个现象间的相关程度或强度可以用相关系数来表示。相关本身不能提供因果信息，当两种现象被发现有相关时，甲可能是引起乙的原因，乙也可能是引起甲的原因，或者它们是以其他方式产生相关的。