**심리학 2학기 중간고사**

**1주차 -1**

[심리학의 **어원**]

심리학은 마음을 연구하는 학문.

사람의, 사람에 의한, 사람을 위한 학문.

심리학자는 마음을 읽을 수 있다고 생각하는것은 오해.

혈액형이나 별자리 점을 봤을때,

왜 맞는 것 같은 기분이 드는 것일까?

= [**바넘 효과**]

-> 성격에 대한 보편적인 묘사들이 자신과 일치하다고 생각하는 경향성.

심리학은 기존의 생각을 깨트리면서 생긴 학문.

ex) 달걀을 어떻게 세울까?

-> 깨서 세운다!

마음의 **세 가지 구성요소**

**- 인지 :** 생각을 의미

**- 정서 :** 감정 상태를 의미

**- 행동 :** 마음이 표현됨

마음은 의도된 행동, 또는 무의식적인 행동으로 표현

사람의 마음을 이해하는 ‘5가지 관점’

1. 생물학적 접근 -> 뇌, 신경계, 호르몬이 사람의 행동을 움직인다는 접근

2. 행동적 접근 -> 관찰과 측정할 수 있는 행동을 통해 사람을 이해

3. 인지적 접근 -> 지각, 기억, 사고, 판단, 의사결정 프로세스를 살펴보는 연구

4. 정신분석적 접근 -> Freud, 무의식, 꿈의 분석, 정신 심층에 잠재된 것을 이해하는 방식

5. 인본주의적 접근 -> 잠재력을 실현하기 위한 인간의 욕망

심리학은 과학이다.

수많은 연구와 측정, 실험, 관찰로 만들어진 과학적인 학문.

심리학은 다양한 분야에서 활용 되는데 그 이유는

-> 심리학은 사람을 연구하는 학문이고, 사람에게 이롭도록 하는 과학은 다방면에 필요하기 때문.

대표적인 심리학 분야.

상담심리사 - 일반인이 주 대상

임상심리사 - 정신건강에 어려움을 겪는 사람이 대상

※ 정신과 의사와는 구별해야 함

성격과 사회 심리학

성격 심리학 - 사람의 성격과 같은 고유한 특질에 대해 연구

개개인의 성격의 차이점

사회 심리학 - 사회적 상황 속에서 나타나는 인간행동의 본질과 원리

사람들이 관계 속에서 타인에 의해 받는 영향들

-> 서로 다른 영향을 주고 받을때 작용하는 다양한 법칙을 발견하는 학문.

발달 심리학

**심리학 주차 별 질의 응답 문제 풀이**

**1주차**

1. "성격에 대한 **보편적인 묘사**들이 **자신과 정확히 일치**한다고 생각하는 경향성을 ( )효과라 한다. " 괄호안에 들어갈 용어는 무엇인지 쓰세요. (두글자)

=> ( **바넘** )

2. **마음의 구성요소** 세 가지

=> ( **인지, 정서, 행동** )

**2주차**

1. 우리 몸의 신경계와 그에 대한 바른 기능

- 중추신경계 - **뇌와 척수**를 포함하하는 **마음의 부위**로서의 신경계

- 말초신경계 - 뇌와 신체의 **각 부분을 연결**하며 **감각을 느끼는** 신경계

- 체성신경계 - **감각신경과 운동신경**을 포함하는 **움직임을 관장**하는 신경계

- 자율신경계 - 내장근육, **심장근**, 분비선을 관장하며 **생명 유지**에 관여

- 교감신경계 - **스트레스로부터 우리를 보호**하기 위해 생리적 반응을 조절하는 기능을 하는 신경계

-- 교감신경계 => 스트레스로부터 보호

-- 부교감신경계 => 교감신경과 반대로 안정

-( 교감신경계와 부교감신경계는 서로 길항작용을 하고있다. )-

2. 두 가지의 마음이 싸우는 뇌 부위와 그것을 중재하는 뇌 부위

- 부추기는 ( 측핵 )

- 말리는 ( 편도체 )

- 중재하는 ( 복내측전전두피질 )

3. 좌뇌가 하는 역할 (T같이 논리적, 산수, 어휘력 등)

- 논리적인 뇌

- 글쓰기

- 말하기

- 계산

4. 우뇌가 하는 역할 (F같은 감성 , 공간지각, 예술활동)

- 정서, 감정

- 자동차 주차

- 음악 미술

- 감성의 뇌

5. "분리 뇌 실험에서 보이지 않도록 하는 가림막 앞으로 내민 손에 가위를 쥐어주면 ( A )쪽 손에 쥐어주었을 때는 가위라고 답할 수 있지만, ( B )쪽 손에 쥐어주었을 때는 가위라고 언어화해서 말하지 못했다." 에서 A와 B에 들어갈 방향으로 옳은 것

- A : 오른 , B : 왼

( 손과 눈은 뇌와 반대쪽과 연결 ex) 왼손, 왼눈 = 우뇌 )

( 언어화 (말하기) => 좌뇌 => 반대되는 손 )

6. 뜨거운 냄비를 만졌을 때, 다음 중 가장 빠르게 나타나는 반응은? ( 4번 )

1) 손이 뜨겁다고 생각하는 것

2) ‘아, 뜨거워!’ 라고 말하는 것

3) 냄비를 내려놓을 장소를 눈으로 찾는 것

4) 냄비 손잡이에서 손을 떼는 것

7. **교감신경**이 활성화 되었을 때 우리 몸의 반응

- 경계심을 일깨워주며 행동 준비태세를 갖춤.

- 위운동과 소화액을 억제함.

- 동맥을 확장시킴

- 땀을 분비하여 몸을 식힘

- 혈류량을 늘리고 더 많은 산소를 공급함

- 혈당을 높혀 힘을 내도록 함

- 위급상황시 심장박동을 빠르게 함

- 동공이 커져 위험을 잘 볼 수 있도록 함

= ( 위험에 대비하는 것은 좋으나 에너지 소모가 큼 )

-> **부교감 신경계**는 반대로

- 진정후 원래 평상시로 돌려놓음

- 심장 박동을 정상적으로 돌림

- 혈당도 내리고, 에너지를 아낌

- 편안한 상태에서 위와 장이 움직임

8. 피니어스게이지라는 사람은 철근이 얼굴을 관통하는 사고로 인해 **복내측 전전두 피질이 손상**되었습니다. 그 손상으로 인해 그의 성격은 어떻게 변하였는지 모두 골라보세요.

- 무례하게 변함

- 폭력적으로 변함

( 중재하는 **복내측전전두피질**이 손상 )

9. 뇌와 뇌를 **연결하고 있는 다리 역할**을 하며 양측 뇌의 정보를 서로 교환하도록 하여 정보를 통합하게 하는 뇌의 부위를 ( ) 이라고 한다. 빈칸에 들어갈 말을 쓰세요,(두글자)

=> 뇌량

10. 신경계를 구성하는 **가장 기본적인 단위**는 무엇인지 쓰세요(2글자)

=> 뉴런

11. "교감신경계와 부교감신경계는 서로 ( ) 작용을 한다." 괄호안에 들어갈 말로 상반되는 2가지 요인이 동시에 작용하여 그 효과를 서로 상쇄시키는 작용을 의미하는 단어는 무엇인가요? (두글자)

=> 길항 작용

12. 우리가 **스트레스를 받을 때 나오는 호르몬의 일종**으로, 이것이 너무 많이 분비되고 장기간 그 수준이 높게 지속되면 **해마를 손상시킴**으로써 기억력 저하를 가져올 수 있고, 해마의 손상으로 인해 스트레스 조절이 어려워져서 우울증 및 신체적 질환으로도 이어질 수 있게 되는데요, 이 호르몬의 이름은 무엇인가요?(세글자)

=> 코티졸

**3주차**

1. 보기중 처리시간이 가장 짧은것(1)부터 가장 긴 것(3)까지 순서를 매치하세요.

- 글이 아닌 그림을 이해하는데 필요한 시간 [ 3 ] - 평균 0.3초

- 단어를 이해하는데 필요한 시간 [ 1 ] - 평균 0.06초

- 눈 앞에서 뭔가를 찾는데 드는 시간 [ 2 ] - 평균 0.24초

※ 심리학에서 보았다고 판단하는 시간은 **0.1초를 기준**으로 채택

3. 다음은 우리의 착시 중 지각집단화에 대한 보기 입니다. 각 착시와 원리를 바르게 짝지어보세요.

▲ ● ▲ 도형이 세 묶음이네요.

▲ ● ▲ => 유사성의 원리

▲ ● ▲

| | | | | | 로프 세 줄이 있네.

| | | | | | => 근접성의 원리

| | | | | |

점선으로 된 삼각형을 삼각형으로 인식

=> 폐쇄성의 원리

물결과 같이 생긴 곡선이 직선 위에 있군!

=> 연속성의 원리

4. 심리학에서 어떤 사람이 대상을 “보았다”고 판단하기 위해 표준적으로 정하는 시간의 기준이 되는 기본 값은 몇초인가요?

=> [ 0.1초 ]

5. 다음은 스트룹 효과에 대한 설명입니다. 옳은 설명을 모두 고르세요.

=> 1, 3, 4

1) 노란색으로 씌여진 "빨강"이라는 글씨를 읽는 것은 의식적 처리에 의한 반응이다.

2) 노란색으로 씌여진 "빨강"이라는 글씨를 읽는 것은 자동적 처리에 의한 반응이다.

3) 노란색으로 씌여진 "빨강"이라는 글씨를 읽고 있을 때 반응이 느린 것은 의미적 간섭이 일어나기 때문이다.

4) 빨간 색으로 씌여진 "빨강"이라는 글씨를 읽고 있을때 반응이 빠른 것은 의미적 촉진이 일어나기 때문이다.

6. "인간이 의식하지 못할정도로 짧게 감각 자극을 제시해도 의외로 이 자극이 사람의 의식과 의사결정에 영향을 준다는 것을 **안 본것의효과**라 부르며, 그 중 하나로 의식하지 못한 사이에 광고효과를 발휘하는 영화관의 팝콘 판매량 증가와 같은 현상은 ( )광고효과 라고 한다." 괄호안에 들어갈 단어는 무엇인가요?(4글자)

=> [ ( **비의식적** ) 광고효과 ]

7. 다양한 감각의 요소들이 존재하더라도 사람은 그 **모든 것을 동시에 똑같이 느끼지 않고** 한 가지 감각을 지배적으로 경험합니다. 이것을 일컬어 ( ) 주의라고 하는데요. 괄호 안에 들어갈 단어는 무엇인가요?(세글자)

=> [ ( 선택적 ) 주의 ]

8. 빨간색으로 쓰여진 “빨강”이라는 글씨보다, 노란색으로 쓰여진 “빨강”을 보고 **글씨의 색을 말하는 것이 더 오래걸리는 이 현상**을 ( ) 효과 라고 합니다. 괄호안에 들어갈 단어는 무엇인가요? (한글로 적으세요 , 세글자)

=> [ ( 스트룹 ) 효과 ]

9. 우리의 뇌의 용량이 제한적이기 때문에 효율적으로 정보처리를 위해 **집단화를 통해 대상을 하나의 의미있는 단위**로 지각합니다. 이것을 ( )의 원리라고 부릅니다. 괄호 안에 들어갈 5 글자의 용어는 무엇인가요?(띄어쓰기 없이)

=> [ ( 지각집단화 ) 의 원리 ]

10. 착시와 같이 지각의 오류들이 나타나는 이유는 세상 모든 복잡한 자극을 다 처리하기에는 우리의 뇌 용량이 지극히 제한적이고, 따라서 처리할 수 있는 정보의 양도 제한적이기 때문입니다. 즉...**지각의 오류들이 나타나는 이유 중에 가장 중요한 요점**은 ( )이라고 할 수 있습니다. 괄호안에 들어갈 세글자는 무엇일까요?

=> [ 효율성 ]

**4주차**

1.. 다음은 다양한 의식에 대한 질문입니다. 의식의 종류와 그에 대한 설명을 짝지어 매치해보세요.

- 초인지라고도 하며, 자신을 객관화 하여 볼 수 있고, 자신이 아는 것과 모르는 것을 구분할 수 있는 능력 => [ **메타인지** ]

- 괴이하고, 조직화되어 있지 않으며 꿈과 같은 사고패턴으로 특징지어지는 상태(꿈속에서 꿈인 것을 알아챔) => [ **변경된 의식상태** ]

- 잘 때 누군가 괴롭히면 몸을 뒤집기는 하지만, 더 깊은 생각을 갖고 반응하지는 않는 상태

=> [ **최소한의 의식** ]

- 자신의 환경 뿐 아니라 그에 관한 정보를 제공하는 능력

=> [ **전적인 의식** ]

- 거울에 비친 모습이 나라는 것을 알며, 우리가 우리 자신에게 집중하게 하는 의식

=> [ **자의식** ]

2. 프로이트는 사람에게 세 가지 의식의 계층이 있다고 말하였고, 이 중 의식의 부분은 매우 적어 ( )의 일각이라고 말했는데요. 해당하는 단어를 바르게 짝지어보세요.

- 개인이 각성하고 있는 순간의 기억, 감정, 공상, 관념.  "나는 지금 퀴즈를 풀고있다, 아~ 영상 좀 잘 들을걸" => [ **의식** ]

- ( ) 의 일각 => [ **빙산** ]

- 한때는 알고 있었지만 어떤 사연으로 망각해버린 일이 저장되어 있는 곳. 가장 심층에 잠재되어 있고 그 비중도 가장 큼 => [ **무의식** ]

- 주의를 기울여보면 금새 떠올려서 알 수 있는 것들 "어제 저녁 반찬은 뭐였더라?" => [ **전의식** ]

3. 다음은 방어기제에 대한 설명입니다. 어떤 방어기제인지 바르게 짝지어보세요.

- 시험만 보려 하면 자꾸 배가 아프다 => [ **신체화** ]

- 너무나 하기 싫었던 과제를 나도 모르게 깜빡했다 => [ **억압** ]

- 내가 마음이 식어서 상대를 떠나며, 네가 더 이상 나를 사랑하지 않는 것 같아 헤어지는 것이라 말함

=> [ **투사** ]

- 내가 불치병에 걸렸을리 없어, 오진이야! 그런 일은 나에게 일어나지 않았어 => [ **부인** ]

- 나꿍꼬또~~ 기싱꿍꼬또~~ㅠㅠ(나 꿈꿨어. 귀신 꿈꿨어) => [ **퇴행** ]

- 느낌보다는 사고(생각)을 통해 정서적 불편감을 제거하려는 방어기제 => [ **주지화** ]

- 스톡홀름 증후군 => [ **반동형성** ]

4. 무의식이라는 개념을 최초로 발견한 심리학자는 다음 중 누구일까요?

=> [ **4번** ]

1) 크리스토퍼 콜롬버스

2) 빌헬름 분트

3) 존 리들리 스트룹

4) 지그문트 프로이트

5) 바트럼 포러

5. 프로이트가 말한 사람을 움직이는 가장 큰 힘(본능) 두 가지를 고르세요.

=> [ 성욕, 공격성 ]

6. 다음 중 무의식에 접근하여 기억을 꺼내는 방법에 해당하는 것은 무엇인가요?(모두 고르세요)

=> [ 꿈 분석, 최면, 자유연상 ]

1) 꿈 분석

2) 잠수

3) 최면

4) 자유연상

5) 기억력 증진

7. 다음은 방어기제에 대한 설명입니다. 옳은 것을 모두 고르세요.

=> [ 1, 2, 4 ]

1) 내적인 긴장을 완화시키고 불안에 대처하기 위해 자아가 활용하는 여러가지 심리적 책략이 방어기제이다.

2) 성공적이면 자주 사용하며 성격의 일부가 되기도 한다.

3) 방어기제는 받아들일 수 없는 현실을 피하려는 반응으로 방어기제를 쓰는 것은 나쁘다.

4) 적당한 방어기제의 사용은 심리적 타격에서 스스로를 보호하는데 도움을 주기도 한다.

5) 방어기제는 미성숙한 사람들이 사용하는 책략이다.

8. 의식이 본래 내적이기 때문에 다른 사람의 인식과 나의 인식이 얼마나 같고 다른지를 알수 없는 문제를 ( )의 문제라고 일컫는다. 괄호 안에 들어갈 말은 무엇일까요?

=> [ ( 다른 마음 ) 의 문제 ]

9. 수면자 스스로 꿈을 꾸고 있다는 것을 알면서 꾸는 꿈을 ( )몽이라고 한다. 괄호안에 들어갈 말을 적으세요.

=> [ ( 자각) 몽 ]

5주차

1. 다음은 수면의 단계에 대한 설명입니다. 각 단계별 수면의 특징을 바르게 연결하세요.

- 가장 깊은 수면의 단계까지 갔다가 다시 서서히 잠의 단계가 얕아져 도달하게 되는 단계로, 하룻밤에 100분 정도 유지되는 수면의 상태 => [ REM수면 ]

- 뇌파의 20%가 느리고 불규칙한 고진폭의 델타파이며, 이러한 뇌파의 모습 때문에 서파수면이라고도 불리는 깊은 수면 단계 =>[ 3단계 ]

- 빠르고 날카로운 뇌파가 갑자기 출현하며, 급격히 이완되며 얖은 수면에서 깊은 수면 상태로 이행하는 단계 =>[ 2단계 ]

- 선잠을 자거나, 갑작스럽고 움찔하는 근육반응이 나타나기도 하며, 변경된 의식상태에 있는 단계

=>[ 1단계 ]

- 잠들기 전의 단계로 베타파가 방출되다가 알파파로 뇌파가 변화되고 고요하고 편안함을 느낌

=>[ 각성 단계 ]

2. "수면은 ( A )단계로 나눌수 있으며, 한 사이클당 ( B )~( C )분 가량 거치고, 잠자는 동안 이 단계를 반복한다. " 다음 문장에서 A,B,C에 들어갈 숫자를 차례로 쓰세요.

=> A = 5, B = 90, C = 100

3. 다음 중 렘 수면 때 근육이 이완되는 이유는 무엇인가요?

=> 꿈을 행동으로 옮기지 않도록 하기 위해서

※ 이완되지 않으면 몽유병

4. 다음은 꿈 박탈 실험에 대한 설명입니다. 보기 중 옳은 것을 하나만 고르세요.

=> [ 1번 ]

1) 꿈을 꾸지 못하게 자꾸 깨우면 나중에 더 많은 꿈을 몰아서 꾸는 것으로 나타났다.

2) 꿈을 꾸지 못하도록 계속 깨우면, 그 사람은 점점 꿈을 꾸지 않게 되는 것으로 나타났다.

3) 이 실험에서는 Non-REM 수면의 단계에서 계속 사람을 깨운다.

4) 꿈을 박탈당한 사람들은 평소 생활에 더 높은 자신감과 활력을 보였다.

5) 꿈에 빠져들자마자 깨우는 것을 반복하면 꿈을 꾸지 않아 더욱 개운하게 아침에 일어났다.

5. 수면제의 복용이 수면에 미치는 영향으로 틀린 것을 하나 고르세요.

=> [ 1번 ]

1) 논 렘수면을 억압한다.

2) 약을 중단하게 되면 그동안 못 꾸었던 꿈을 몰아 꾸게 된다.

3) 논 렘수면 단계에 머물도록 만든다

4) 수면에 대한 불안감이 높아져서 다시 약을 먹게 될 가능성이 높아진다.

5) 렘 수면을 억압한다.

6. 다음 보기는 수면의 기능에 대한 것입니다. 수면의 기능에 해당하지 않는 것을 하나 고르세요.

=> [ 3번 ]

1) 기억의 응고화

2) 성장 촉진

3) 소화 촉진

4) 신체 회복

5) 보존과 보호

7. 가위눌림 현상에 대한 과학적 설명으로 맞는 것을 고르세요.

=> [ 2번 ]

1) 귀신이 자는 사람을 위에서 누르고 있는 상태

2) 의식은 깨어났지만 REM수면동안 나타나는 근육활동 중지가 아직 풀리지 않은 상태

3) 천장을 보고 가위자(X자)로 누워 있을 때 호흡이 얕아짐으로 인해 신경이 빠르게 반응하지 않는 상태

4) 기력이 허해서 환각이 느껴지는 상태

5) 니코틴, 카페인 등으로 인해 숙면을 하지 못할 때 나타나는 몸의 반응

8. 자는 동안 눈꺼풀 아래에서 눈이 빠르게 움직이는 수면을 ( ) 수면이라고 하며, 이 수면동안에 사람들은 꿈을 꾼다고 합니다. 괄호안에 들어갈 말을 쓰세요(영어, 3글자)

=> [ ( REM ) 수면 ]

9. "REM수면동안에는 생리적 각성이 일어나지만 근육은 이완되는 상반된 현상이 나타나기 때문에 REM수면을 ( )적 수면이라고도 부른다." 괄호에 적합한 단어는 무엇인가요?(두글자)

=> [ ( 역설 ) 적 수면 ]