**心导复习整理**

**1、颞叶(nie4):**

负责听觉过程，位于外侧裂下部，即每个大脑半球的侧面。

听觉，语言理解。

**2、额叶:**

参与运动控制和认知活动，如计划、决策、设定目标，位于外侧裂之上和中央沟之前。说话，表象，思维。

**3、顶叶:**

负责触觉、痛觉、温度觉，位于中央沟之后。躯体感觉，空间位置。

**4、枕叶:**

视觉信息到达的部位，位于头的后部。

**5、下丘脑:**

脑内最小的结构之一，但在日常生活的许多重要功能中具有重要作用。有几个神经核团和小神经元束组成，它们调节动机行为，包括摄食、饮水、体温调节、性唤醒。下丘脑维持着身体内部平衡或内稳态。下丘脑也调节内分泌系统的活动。

**6、丘脑:**

网状结构有伸向丘脑的长纤维束，传入的感觉神经可通过丘脑到达大脑皮层的适当区域，并在哪里进一步加工。

感觉传导接替站。

**7、交感神经:**

自主神经系统的重要组成部分，支配应对紧急情况的反应。

**8、边缘系统:**

与动机、情绪状态、记忆过程相关，也参与体温、血压、血糖水平的调节，并执行其他体内环境的调节活动。边缘系统由三个结构组成：海马、杏仁核、下丘脑。

**9、脑垂体:**

通常被成为“主腺体”，因为它产生约10种不同激素，进一步影响其他内分泌腺的分泌以及一种影响生长的激素（生长激素）

**10、胼胝体(pian2 zhi1):**

大脑半球由神经纤维联系起来，这些纤维总称为胼胝体，这个通路负责在半球之间发送和传递信息。

**11、杏仁核:**

在情绪控制和情绪形成中起作用。

**12、海马:**

是边缘系统中最大的脑结构，在记忆获得中具有重要作用。

**13、副交感神经:**

自主神经系统的重要组成部分，检测身体内部功能的常规运行。

**14、心理物理学:**

中心任务是研究物理刺激与其所产生的心理行为和体验之间的关系。

**15、最小可觉差（JND）:**

最小可觉差也被称为差别阈限，是能够识别出两个刺激之间的最小物理差异，其操性定义是：有一半次数觉察出差异的刺激值。

**16、绝对阈值:**

产生感觉体验所需的最小物理刺激量。操作性定义：有一半次数能够察觉到感觉信号的刺激水平。

**17、费希纳定律:**

感觉量与对应物理量强度的常用对数lg成正比。

**18、韦伯定律:**

刺激之间的JND（最小可觉差）与标准刺激强度的比值是恒定的（刺激强度极高时韦伯定律不不满足）

**19、信号检测论:**

SDT，signal detection theory，针对反应偏差问题的一种系统研究方法。信号检测论并不严格地关注感觉过程，而是强调刺激事件出现与否的判断过程。SDT区分出感觉觉察的两个独立的过程：1.最初的感觉过程，反应观察者对刺激强度的感受性；2.随后独立的决策过程，反应观察者的反应偏差。

**20、脑电（EEG）技术:**

对于人类参与者，研究者经常在其头皮上放置一些电极，记录大范围整合式的电活动模式。这些电极提供脑电图数据或放大了的脑活动信号。EEG用于研究心理活动和大脑反应之间的关系。

**21、磁共振成像（MRI）:**

利用磁场和射频波在脑内产生脉冲能量。当磁场脉冲被关闭的瞬间，计算机可以产生不同原子在大脑各个部位中的位置图像，通过观察图像，研究者就能建立起大脑结构和心理过程之间的关系。

**22、功能性磁共振成像（fMRI）:**

将磁共振成像和正电子发射断层扫描两项技术的优势结合起来，检测血液在脑细胞之间流动的磁场变化。fMRI能提供更为精确的关于结构和功能的信息。

**23、混淆变量:**

当并非实验者有意引入到实验情景中的一些因素确实影响了参与者的行为，并混淆了数据的解释时，称这些因素为混淆变量。

**24、纵向设计（longitudinal design）:**

在纵向设计中，将持续观察和测试同一个体，通常是连续多年不间断。

**25、横断设计（cross-sectional design）:**

在横断设计中，研究者在同一时间观测比较不同生理年龄阶段的参与者，并对与年龄有关的行为差异得出结论。

**26、序列设计（sequential design）或称交叉聚合设计:**

是将横断研究设计和纵向研究设计融合在一起的研究方法。它通过选择不同年龄的群体为研究对象，在短时间内重复观察这些对象。

**27、标准化:**

意味着在数据的收集阶段使用统一的、一致的程序。

**28、显著差异:**

当由随机因素导致差异的概率不足5%时，心理学家将接受这个差异为“真”，显著差异是指符合这一标准的差异。

**29、常模:**

常模指某个特定团体中被测指标的标准模式，是一种供比较的的标准量数，由标准化样本测试结果计算而来，即某一标准化样本的平均数和标准差。

**30、差别阈限:**

同15

**31、信度:**

指心理测试或实验研究得到的行为数据具有一致性和可靠性，在相似的测验条件下结果具有可重复性。对相同事物的重复测验能得到同样结果。

**32、效度:**

指研究或测验得到的信息准确地测量了研究者想要测量的心理变量或品质。

建构效度：操作性定义与属性之间在概念上有确定相关的趋势。

预测效度：操作性定义与其他操作性定义的一致性趋势，它可以使我们通过一种操作性定义去预测另一种操作性定义。

**33、操作性定义:**

以测量该概念或决定它是否存在的特定操作或程序来界定一个概念，从而在实验内使含义标准化。

**34、内部一致性:**

单个测验内部随机分组，组件结果一致的性质。在信度较高的测验中，内部的成绩相当，这时可称为内部一致性较好。用来测量同一个概念的多个计量指标的一致性程度。

**35、双盲控制:**

通过保证实验助手和参与者都不知道哪些参与者接受了何种处理来消除偏见。

**36、三原色理论:**

正常人的眼睛具有3种类型的颜色感受器，产生心理上的基本感受：红绿蓝。所有其他颜色都是由这3种颜色相加或相减混合得到的。

**37、布洛卡（Broca）失语症:**

有意义但无语法，布洛卡区受损导致的失语症，运动型失语症。

**38、维尔尼克（Wernicke）失语症:**

无内容但语法完整，维尔尼克区（颞叶中）受损导致的失语症，接受性失语症。

**39、视锥细胞:**

视网膜上对光敏感的细胞，特别应对明亮而充满色彩的白天。

**40、视杆细胞:**

视网膜上对光敏感的细胞，在近乎黑暗时拥有最佳功能。

**41、中央凹:**

视网膜中心一个很小的区域，这个部位只有椎体细胞，无杆体细胞。中央凹是视觉最敏锐的一个区域，对颜色和空间细节的探测都十分准确。

**42、感受野:**

一个细胞的感受野是接受刺激的区域。

**43、盲点:**

每只眼睛的视网膜上都存在视神经离开视网膜的区域，这个区域被称为视盘或盲点，此处没有感受细胞。

**44、暗适应:**

从光亮处到光暗处眼睛感受性逐渐提高的过程。

**45、视轴辐合:**

当两只眼睛注视一个客体时，它们就会在某种程度上向内侧转动的行为。当客体非常近时，眼睛必须向内转动很多，以保证相同的影响落在两个中央凹上。大脑利用来自眼睛肌肉的信息，使用视轴辐合作为深度线索。

**46、错觉轮廓:**

指人们知觉到的刺激图案中实际并不存在的轮廓、线、边或面，不存在于远距刺激，仅存在于你的主观经验。

**47、基本归因错误:**

人们在考察某些行为或后果的原因时，会高估特质因素（谴责或赞誉人）并且低估情境因素（谴责或赞誉环境）的双重倾向。

**48、进化论观点:**

认为心理能力和身体能力一样，经过了几百万年的进化以达成特定的适应性目标的观点。进化论观点寻求把当代心理学与生命科学的一个核心思想——达尔文关于自然选择的进化论——联系起来。

**49、行为主义观点:**

一种经典的心理学观点，认为特定类型的行为受到特定环境刺激的控制。

那些持有行为主义观点的人寻求理解特定的环境刺激如何控制特定类型的行为。 首先，行为主义者分析先前的环境条件——那些先于行为存在并为集体产生或抑制反应设定活动场所的条件。其次，他们把行为反应——研究的主要对象——视为想要理解、预测和控制的行为。最后，他们查看反应后出现的可观察到的结果。

**50、责任分散:**

当有不止一人能够在紧急事件中帮忙时，人们经常会假设其他人愿意或应该帮忙，于是自己就退缩或不介入。

**51、认知失调:**

指某人在作出决定、采取行动或接触到一些有违原先新年、情感或价值的信息之后所体验到的冲突状态。

**52、认知地图:**

对行为背景的整体表征。认知地图是在过去经验的基础上，产生于头脑中的，类似于一张现场地图的模型。是一种对局部环境的综合表象，既包括事件的简单顺序，也包括方向、距离，设置时间关系的信息。

**53、詹姆斯-兰格情绪理论:**

情绪来源于身体反馈的理论。根据这一理论，体验到一个刺激引起的自动唤醒和其他身体反应后，才会产生特定的情绪。

**54、情绪的认知评价理论:**

认为刺激事件和生理唤醒都同时依据情境线索和环境因素都得到认知评价，在唤醒水平和评价性质的交互作用中产生情绪体验。

情绪体验不能简单地理解为在个人或大脑中发生了什么，而要考虑和评估前者和环境的交互作用。拉萨如还强调评价通常是在无意义状态下发生的。当你拥有和产生情绪的情景相关的过去经历时，你就无须再刻意对你的唤醒进行环境上的解释。这种主张被定义为情绪的认知评价理论。

**55、坎农-巴德情绪理论:**

认为情绪刺激产生两种同时反应，生理唤醒和情绪体验，它们没有因果关系。唤醒情绪的刺激同时产生两种效应：通过交感神经系统导致身体上的唤醒；通过皮层得到情绪的主观感受。

**56、自我知觉理论:**

人通过对自己行为的自我知识来推断自己的内在状态的理论。根据自我知觉理论，要推测你内在的状态（信念、态度、动机、情感）如何或者应该如何，你要感知你现在应该怎么做，要回忆过去在给定情境中你是如何做的。你利用那些自我知识反过来推测你行为最为可能的原因或决定因素。

**57、自我实现预言:**

指对于未来行为或事件的预测会改变人们的互动行为，以至于得到预期的结果。

**58、自我实现:**

指个体不断努力开发自身才智与能力，实现个人内在潜能的倾向。

**59、自我妨碍:**

当人们怀疑自己胜任某项任务的能力时，他们可能做出自违反该行为，故意破坏自己的表现。采取这一策略的目的是为失败找借口，从而不把失败归因为缺乏能力。

**60、自我中心:**

前运算思维的特点是自我中心，即不能站在别人角度思考问题。自我中心注意不能够区分直觉和客观，而是简单去推断我看到的世界是什么样的，这个世界就是什么样的，这叫做自我中心主义。

**61、自尊:**

一个人的自尊是对自我的泛化评价。

**62、自我服务偏差:**

引导人们将他们的成功归结于自己，否认或推卸自己失误的责任。在很多情景中，人们倾向于对成功做特质性归因，对失败做情境性归因。

**63、图式:**

图式是关于物体、人和情境的概念框架和知识群。图式是对你所体验的环境结构进行综合概括和编码的“知识包”。皮亚杰把促使个体能够理解世界的心理结构称为“图式”，图式是发展变化的基本单元。

**64、启动:**

完成某一个任务会易化将来对相同或类似任务的工作成绩，这种优势被称为启动。

**65、同化:**

同化是对新的环境信息加以修改，使之更适合个体已有的知识结构。对儿童来说就是使用已有的图式来对新感觉到的数据加以组织。

**66、顺应:**

就是对儿童已有的图式进行修改或重新建构，以使新的信息得到全面理解。

**67、语言获得装置（LAD）:**

儿童天生具有一种加工语言符号的大脑内在机制，即帮助他们理解和产生语言的心理机制。是乔姆斯基提出的语言装置理论，来说明其语言天赋的观点。他认为人类的认知结构中存在一种与生俱来的语言习得装置，使人们不需要进行刻意教导就能轻易获得语言**。**

**68、Foot-in-the door策略:**

登门槛技巧，通过让人同意接受较小请求来增大他们接下来同意接受较大请求的可能性的策略。指一个人一旦接受了他人的一个微不足道的要求，为了避免认知上的不协调，或想给他人以前后一致的印象，就有可能接受较大请求。

**69、Door-in-the-face策略:**

通过让人们对一个较大请求说“不行”，来促使他们对一个比较适度的请求说“行”的策略。

**70、动机:**

是一个概括性的术语，是对所有引起、指向和维持生理和心理活动的过程的统称。

**71、加工水平理论:**

加工水平理论认为，信息的加工水平越深，它转入记忆的可能性就越大。如果加工涉及的分析、理解、比较和精细处理越多越深，那么记忆效果就越好。

**72、似动现象（φ现象）:**

物体本身并未移动而只是刺激在特定的时间间隔和空间间距条件下交替呈现所产生的运动知觉现象。

在某些条件下，人由一个单一的刺激可以产生运动的感觉，实际上并不在动，而是“感觉上在动”，这种现象被称为“似动现象”。

**73、自下而上的加工:**

自下而上的过程就是刺激自发地引起大脑内部状态的变化。自下而上的加工以经验事实为基础，它处理片段的信息，并对外界刺激的具体物理特征转换为抽象表征。也被称为数据驱动的加工。

**74、自上而下的加工:**

自上而下的过程是大脑根据先前的经验主动进行解释和整合，最后形成一个完成的统一的体验。自上而下的加工牵涉过去知觉环境的经验、知识、动机和文化背景等，使得高级的心理过程会影响你对事物的理解。被称为概念驱动（或假设驱动）的加工。

**75、知觉组织:**

把感觉信息组织起来使你有连贯知觉的过程，统称为知觉组织过程。在知觉组织阶段，你的大脑整合来自感官的证据以及对世界的已有知识，形成对外部刺激的内部表征。

**76、知觉恒常性:**

一般来说，尽管你的感受器接收的刺激在改变，但你所看到的世界是不变的、恒常的、稳定的。心理学家把这种现象称为知觉恒常性。

**77、编码特异性:**

编码特异性原则：当提取的背景与编码的背景相匹配时，记忆最有效。

**78、系列位置效应:**

记忆材料在系列位置中所处的位置对记忆效果发生的影响。假设要求学习一系列单词，如果按顺序回忆这些单词，你的成绩几乎与某种模式一致。

**79、首因效应:**

对头几个单词的回忆将非常好。

每次开始记忆新东西时，你的行为就建立一个新背景，在那个新背景下，开始的几次体验特别具有区辨性。因此，可以把首因效应和近因效应看作统一铁轨的两个视角——分别从两头看。

**80、近因效应:**

对最后几个单词的回忆也非常好。标准近因效应的产生是因为最后几个项目自动地具有区辨性。

**81、前摄抑制:**

前摄干扰是过去获得的信息使你获得新信息更为困难。

**82、倒摄抑制:**

倒摄干扰是新信息的获取是你对旧信息的回忆变得更困难。

**83、短时记忆:**

某些记忆只能保持很短的时间。不应该把短时记忆看做记忆过程中必须经由的某个地方，而应把它看做集中认知资源于一小部分心理表征的内在机制。

**84、再认:**

再认是指认识到一个特定的刺激事物是你以前看到过或听到过的。

**85、提取:**

指被存储的记忆在随后某一时间的恢复。

**86、感觉记忆:**

研究者推测，每个感觉系统会有一种感觉存储，它可以保存环境中刺激的物理特征的表征，持续时间为几秒钟。映像记忆是感觉记忆的一个例子。

**87、情节记忆:**

情景记忆保存你亲自体验过的特定事件。

**88、程序性记忆:**

程序性记忆是关于怎么去做某些事的记忆。

**89、陈述性记忆:**

涉及事实和事件的回忆。

**90、重构性记忆:**

在很多情况下，当你要记一条信息时，你往往不是直接记住它，而是基于记忆中更概括的知识来重构信息。

**91、工作记忆:**

你用于完成诸如推理和言语理解这样的任务所需的记忆资源。

**92、长时记忆:**

长时记忆是从感觉记忆和短时记忆中获得的所有体验、事件、情感、信息、技能、单词、范畴、规则和判断等的储存仓库。长时记忆构成了每个人对世界和自我的全部知识。

**93、内隐记忆:**

不需要有意识努力就可以使用或获得的记忆。心理学上是指在不需要意识或有意回忆的条件下，个体的过去经验对当前任务自动产生影响的现象，又称为自动的、无意识的记忆。

**94、记忆的连接网络模型:**

记忆更多的是被表征为一种状态，一种大脑的激活状态，这叫做分布式表征模型，连接网络模型。是按等级组织的概念结构，是知识表征中符号-网络模型的一种，认为语义记忆的基本单元是概念，每个概念具有一些特征，有关概念按照逻辑的上下级关系组成一个具有层次的网络系统。

**95、记忆的启动效应:**

同64.因为扩散激活的模型，某个节点被激活，相邻的节点就会更容易被激活被回忆，更容易影响我们的决策。

**96、顺行性遗忘:**

在损伤事件后无法形成新的外显记忆的遗忘症。无法去记忆大脑受损后发生的事。

**97、逆行性遗忘:**

脑损伤使病人不能记起损伤前的事情。

**98、经典条件作用:**

一种由一个刺激或事件预测另一个刺激或事件之到来的基本学习方式，核心是反射性反应。通过对两个刺激的重复关联，使原本不相关的刺激能够在动物或人类的心理上形成某种有意义的条件反射。

**99、条件反应:**

经过几次匹配后，条件刺激将引发所谓的条件反应。

**100、无条件刺激:**

任何能够自然诱发反射性行为的刺激，都叫无条件刺激。指能引起机体非条件反射的刺激。

**101、操作性条件反射:**

在操作性条件作用程序中，操纵有机体行为的结果，以考察它们对有机体随后行为有何影响。操作性条件作用，作为其产生的环境结果的函数，就可以改变不同类型操作性行为出现的概率。

**102、负（阴性）惩罚:**

当某一行为之后伴随有喜爱刺激的消除时，我们称这一事件为阴性惩罚。

**103、负强化:**

当某一行为之后伴随着令人讨厌的刺激的解除时，称这一事件为负强化。

**104、正（阳性）惩罚:**

当某一行为之后伴随着厌恶刺激时，称这一事件为阳性惩罚。

**105、正强化:**

当某一行为之后伴随着喜爱的刺激的呈现而出现时，称这一事件为正强化。

**106、期望效应:**

实验者的预期引起被试反应变化的现象。当研究者或观测者以微妙的方式向参与者传达他所预期发现的行为，并因此引发期望的反应时，无意的期望效应就发生了

**107、效果律:**

行为与结果之间的关系称为效果律：带来满意结果的反应出现的概率会越来越大，而带来不满意结果的反应出现的概率会越来越小。

**108、强化物:**

强化物指的是与行为相倚且随时间的推移能增加行为出现可能性的任何刺激。

**109、习惯化与去习惯化:**

习惯化：当刺激重复呈现时，你会减少行为回应。

去习惯化：已经对某一刺激形成习惯化的婴儿，当呈现另一新的刺激物给他时，又会引起他新的主意，这一过程叫去习惯化。

**110、习得性无助:**

在无法摆脱的负面/挫折情境中可能产生的消极状态，表现为动机缺陷、情绪缺陷与认知缺陷。

**111、习得:**

条件反应首次被诱发出来并随着试验的重复而不断增强其频率的过程。

**112、旁观者效应:**

随着突发事件中旁观者的增多，受害者获得帮助的概率会降低，如果能够获得帮助通常也更容易被延迟。

**113、观察者偏见:**

观察者偏见是由于观察者个人的动机和预期导致的错误。通常，人们看到的和听到的只是他们所预期的，而不是事实的本来面目。

**114、观察学习:**

个体仅仅是在观察到他人的行为被强化或被惩罚时，就会在后来或者做出类似行为，或者抑制类似行为。这就是观察行为。

**115、社会学习理论:**

个体从事某一特定行为的可能性是由他达到目的的期望以及该目的的个人价值所决定。它着眼于观察学习和自我调节在引发人的行为中的作用，重视人的行为和环境的相互作用。

**116、需要层次理论:**

基本的动机形成了需要层次，在到达下一个更高等级之前，没已登记的需要都必须满足——这些需要按低级到高级的顺序排序。

**117、成就需要理论:**

成就需要反映了在实现个体目标和工作重要性方面的个体差异。

**118、服从:**

个体在社会要求、群体规范或他人意志的压力下，被迫产生的符合他人或规范要求的行为。

**119、从众:**

当你接受一个社会角色或者屈服与一种社会规范时，你在某种程度上就是在遵从于社会期望。从众指人们采纳其他群体成员的行为和意见的倾向。

**120、亲社会行为:**

亲社会行为是人们旨在帮助他人的行为。

**121、可得性启发:**

你让你的判断基于记忆中易于使用的信息。可得性启发式由两个成分，第一个是你提取信息时是否相对容易或流畅，第二个是你发现某些记忆内容很容易提取。

**122、代表性启发:**

当你基于代表性启发式做判断时，你认为，如果一个东西具有谋范畴成员的典型特点，那么它事实上就属于哪个范畴。这正是归纳推理的本质。

**123、锚定式启发:**

当你对某个事件或结果的可能值作出判断时，一种基于锚定式启发的偏向是，从一个起始值开始做不充分的调整——或者向上，或者向下。换句话说，你的判断过分稳固地“锚定”在最初的猜测上，甚至当这个信息明显只有很小的用途或根本没有用时，人们仍然呈现出很强的受锚影响的倾向。

**124、固着效应:**

功能固着是一种心理上的阻塞，它抑制了某些物体的新用途，只把它以前的一些功能联系起来，这样就会对问题解决产生不利影响。

**125、刻板印象:**

刻板印象是对一群被赋予同样特征的人的分类。

**126、刻板印象威胁:**

刻板群体的成员会体会到刻板印象威胁，只要他们置身于与负面刻板印象有关的情境之中。负性刻板印象的信念会导致较差的表现。受到刻板印象威胁的人并不能有效地利用他们的心理资源。

**127、虚假相关:**

虚假相关性（或虚假性）是指两个变量之间看似因果关系但实际上并非因果关系的联系。我们有一种倾向，两个都不常见的事一旦同时发生，我们就更容易把他们建立起相关。

**128、耶克斯-道德逊定律:**

对于简单的任务，警觉水平越高越好；越困难的任务，那么唤醒水平要稍微低一点才好。一般情况下中等唤醒水平是最佳的。

**129、群体思维:**

指决策群体具有过滤掉不中意的观点使其保持一致，尤其使之与领导的见解一致的倾向。

**130、内群体偏见:**

只要存在群体认同的细微线索，人们就会更支持他们自己群体的成员，而排斥其他群体的成员。群体内成员更倾向于对本群体的其他成员做出更有利的行为或有更亲近的感觉。

**131、自我效能:**

是一种相信自己在某种情境下能够充分表现的信念。

**132、归因理论:**

归因理论是描述社会知觉者如何利用信息得出因果解释的一整套方式。

**133、群体极化:**

与群体成员单独决策相比，群体倾向于做出比较极端的决策。

**134、集体无意识:**

无意识并不限于个体独特的生活经验，而是包括整个人类共有的基本心理事实，即集体无意识。集体无意识可以解释你对普遍存在的、可构成原型的原始神话、艺术形式和象征的直觉性理解。

**135、依恋:**

社会性发展始于婴儿与父母或其他主要照料者之间建立紧密的情感联系。这种强烈的、持久的社会—情感关系被称为依恋。

**136、接触性安慰:**

接触性安慰是一种基本需求，也就是说年幼的哺乳类动物想跟自己的母亲有身体接触的需求。

**137、客体恒常性:**

客体恒常性是指儿童理解了客体可以独立于他们的行为或知觉而存在或运动。

**138、安慰剂疗法:**

一种中性的治疗，只是制造可以疗愈的预期。

**139、安慰剂效应:**

安慰剂效应指的是个体对于治疗有效的信念所导致的健康或幸福感的改善。当行为反应受到个人对如何应对和如何感受的预期的影响，而不受到以产生该反应的特定介入或程序的影响时，安慰剂效应就发生了。

**140、守恒:**

即使物体的外表发生了变化，但如果不增加或删减，物体的物理属性不会改变。

**141、武器效应:**

是指武器能增强侵犯行为，或暗示行为发生的现象。武器会作为一种线索，引发我们更强的攻击性。

**142、挫折-攻击假设:**

动物仅仅是在它们试图达到的某种目的受挫的时候才会攻击。根据这个假设，挫折在人们获取目标受到妨碍的情况下出现，而挫折增加之后人们比平时更可能表现出攻击行为。

**143、素质-压力假说:**

关于精神分裂症的原因，一个广为接受的假说是素质-压力假说。遗传因素将个体置于风险中，而环境压力却冲击这一潜在的风险，使之表现为精神分裂症。

**144、特质:**

特质是持久的品质或特征，这些品质和特征使个体在个体情况下的行为一致性。

**145、偏见:**

偏见是针对特定目标群体的一种习得性的态度，它包括支持这种态度的消极情绪（厌恶）和消极信念（刻板印象），以及逃避、控制、征服和消灭目标群体的行为意向。

**146、本能:**

某物种有许多行为受本能所控制，这些预设的趋势对物种的生存至关重要，本能好比提供了一个行为仓库，它是每个动物遗传特征的一部分。（由基因决定的生物体自身的行为方式）

**147、无意识:**

当你无法用意识来解释你的某些行为时，你才会认识到无意识信息的存在。例如，一般语言加工类型依赖于无意识加工。

**148、移情与反移情:**

移情：在深入进行精神分析治疗的过程中，病人常常会对治疗师产生一种情绪反应，治疗师通常会被当作个体过去某种情绪冲突的对象，最为常见的是父母或爱人。这种情绪反应被称为移情。包括正移情和负移情。

反移情：指治疗师可能会觉得某个来访者与自己过去生活中很重要的人很相似，进而对该来访者产生喜爱或憎恨的情绪及相应反应。

**149、双相情感障碍:**

以严重抑郁与躁狂阶段交替出现为特征。

**150、躁狂障碍:**

以情感高涨或易激惹为主要临床相，伴随精力旺盛、言语增多、活动增多，严重时伴有幻觉、妄想、紧张症状等精神病性症状。

**151、抑郁障碍:**

主要特征是显著而持久的情绪低落，有的患者可能存在自伤、自杀行为，甚至可能伴有妄想、幻觉等精神病性症状。

**152、焦虑障碍:**

焦虑成为问题，干扰他们有效地处理日常生活或者使他们失去了享受生活的乐趣。包括广泛性焦虑症、惊恐障碍、恐惧症、强迫症、创伤后应激障碍。

**153、暴食症:**

当一个人经常毫无节制地狂吃，但又不像精神性贪食症患者采取措施清除体内过多的热量，就会被诊断为暴食症。

**154、广泛性焦虑症:**

当一个人在至少6个月以上的时间中感到焦虑或担心，但却不是由于受到特定危险的威胁，临床专家们就将其诊断为广泛性焦虑症。

**155、AB型人格:**

A型行动模式是一种复杂的行为和情绪模式，包括极端好胜、富有攻击性、缺乏耐心、有时间紧迫感和怀有敌意。类型A的人通常对生活中的某些核心方面感到不满，极富竞争性且野心勃勃，而且通常是一个孤独者。

B型行动模式则恰好与A型相反，他们有较少竞争性、较少敌意等等。

**156、创伤后应激障碍:**

是一种应激反应。个体不断以某种形式重复体验到创伤事件，如闪回或噩梦。

**157、分离性障碍:**

指的是同一性、记忆或意识整合方面出现混乱。

**158、心理治疗:**

心理学方面的治疗统称为心理治疗，关注的是改变人们习得的不良行为，如话语、想法、解释等，这些行为会直接影响人们的日常生活。

**159、投射测验:**

在投射测验中，给受测者呈现一系列的模糊刺激，如抽象的图形、可以作多种解释的未完成动画、绘画。分别要求受测者叙述这些抽象图形、完成画片或讲述画中的故事。

**160、主题统觉测验:**

在主题统觉测验中，他们要求实验参加者就一系列模棱两可的画面编故事，参加者会把自己的价值观、兴趣、动机都投射到这些情境中。

**161、快速眼动睡眠:**

在睡眠期间以周期性间隔出现的快速眼动睡眠，脑电波频率变快，振幅变低，同时还出现心率加速，血压升高，肌肉松弛，眼球不停左右摆动。

**162、睡眠周期四阶段:**

入睡阶段、浅睡阶段、深睡阶段、延续深睡阶段

**163、幻肢现象:**

当一个人因为意外截肢，被截掉的那部分，在很长一段时间内，他都能感受到它的存在，甚至能够感受到来自于不存在躯体的疼痛。

截肢或残疾的患者感到自己有该肢体的存在，否认自己有任何残缺，或无肢体残缺的患者发现自己存在第三只手、第三条腿，称为幻肢症。

**PPT KEY CONCEPT**

**2、研究方法**

·科学研究需要观察，而观察需要方法

·方法需要测量，而测量包含定义属性并且去检测这些定义

·测量可以建立两个变量之间的相关关系

·相关不代表因果关系，但实验可以建立因果关系

·实验包含操作与控制

·控制方法有恒定变量法和随机分配被试的方法

·只有通过科学的观察、测量和解释才能得到科学的结论

**3、性与繁衍**

·你的基因关心的是你的繁衍能力，而不是你的幸福

·人们不会随便选择伴侣，尤其是女性

·大脑用吸引力这种方式通知你遇见了一个能帮助你的基因永恒传递下去的那个人

·吸引力是环境、生理、心理因素的共同结果

·似乎许多关于美丽的判别标准是“与生俱来”的

·我们最初感觉到的爱并不是最后感觉到的爱

·爱与婚姻或许只是高度相关的两个变量，它们同时是传递基因这个第三变量的结果

·大脑（尤其是前额叶）使我们或者并不仅仅是为了性（或生育）

·你的生物性、你的基因并不是你的命运，也不是你的意义——它只是你的历史

**4、生存**

·生命是主动维持的可传承的有序

·生命通过冲突或合作来解决有限资源问题

·挫折并不总是会引起攻击，但攻击却一定是因为挫折引发的

·自然存在的事情不一定是正确的，也不一定是无法避免的

·合作一定会有风险，组成群体是减少这种风险的一种方法

·组成群体有获益同样也有代价

·有时候你宁愿不利己也要损人

·在公众场合，必要的时候，记得去向特定的个体寻求帮助

**5、大脑**

·神经活动产生了主观世界

·大脑的功能是定位的和偏侧化的，但是并非是严格的定位和偏侧化

·大脑就像是考古学的一个挖掘现场

·大脑中是一个分治的社会，各个系统相互在争斗中保持平衡

**6、发展**

·先天与后天以非常复杂的方式交互二队人类产生了独特的影响

·婴儿生来已经带来了对于它即将存在于其中的这个世界的基本物理知识

·儿童慢慢地了解到其他人有自己的信念和欲望，而他们的行为是基于自己的信念并且为了满足自己的欲望而做出的

·在来到这个世界的500天左右，儿童开始渐渐明白原来自我与他人是不一样的，于是拥有了伴随一生的自我。而从那时起，便在终生练习着从他人角度去看问题

·直到离开这个世界，人们终生都在发展

**7、感知觉**

·每天清晨有多少双眼睛睁开，有多少人的意识苏醒过来，便有多少个世界

·大脑检测外界环境的相对变化

·我们是视觉优势的动物

·我们的大脑将先前的经验与感觉的输入结合起来形成我们体验到的主观现实

·这些经验同时来自于先天和后天

·We are idealists who believe we are realists

**8、记忆**

·记忆看起来是个储藏室，但其实不是

·记忆抽取事件的意义进行存储，然后在需要的时候重建

·不同记忆单元之间会依各种相似性相互易化或抑制

·记忆很少告诉我们它们是从哪来的，因此我们需要去推断它们的来源

·诚实的证人证词也不一定可靠

·某种意义上来说，你就仅仅是你的记忆而已

·但是记忆并不是“我是谁”这个问题的答案

**9、意识**

·我们无法觉知到我们所有的主观体验

·意识觉知是有限度的，因为绝大多数工作由无意识模块自动完成

·有意识的控制是有限度的，有可能事与愿违，但是控制感对我们很有好处，尽管很多情况下这种控制感只是种错觉

·绝大多数时候我们都在加工着那些我们从来不会意识到的事

·或许我们并没有自由意志，但是我们的确有自由不愿

·意识让我们意识到能够有意识地用意识意识意识

**10、情绪**

·情绪定义了好与坏

·情绪要保证指针总是指向好的一端

·情绪给了我们有用的指引，也会给我们无用的指引

·大脑中对于情绪有一个很快的评价也有一个很慢的评价

·有时候我们忽然觉得很内疚，原因可能只是你不知道一只蜘蛛刚刚爬过你的面前

·多微笑使你的心情变好

**11、社会认知**

·社会刻板印象是人类生存非常重要的能力，但却会给我们带来很不好的结果

·社会刻板印象并不总是准确的，经常是基于对变化的错误估计，且通常会自动发生

·我们倾向于认为其他人是因为本性才做出如此行为，尽管他们的行为是由于环境的影响而产生的

·有些人喜欢《心导》课程可能仅仅是因为被别人拿枪指着

·我们都痛恨没有学术道德的科学家，却每天都跟他们一样做着同样的事

·我们在相互创造与影响着彼此的行为

**12、自我**

·同样环境下仍然会有不同的人

·通常来说人格具有五个维度

·内省是非常有限的，因此对于自我的知识必须来自于社会生活及对自我的观察

·我们很难准确地判断自己

·我们很容易对自己做正性的评价

·考前醉酒虽然不会让你考得更好，但却能让你解释为什么考不好