

《心理学概论》 学习手册

北京大学心理学系

张智勇

2023 年 2 月

第 1 章 心理学的性质

1. 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 年德国冯特（**Wundt**）**实验室**的成立标志着科学心理学的正式诞生。
2. **心理学**是系统（科学）地研究心理过程和行为的科学。科学心理学主要因其方法的系统、科学性而区别于民俗心理学。
3. 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。
4. **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；它包括三种成分：统一的理论假设、一致的比喻、认可的观察方法。心理学缺乏统一的范式，所以被科学哲学家称为前范式科学。但是，心理学界有诸多角度各异的学派思想或观点，在各个学派之内，研究范式大致还是统一的。
5. 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。其代表人物是铁钦纳（E. B. Titchener, 1867-1927）。美国心理学家詹姆斯（W. James, 1842-1910）倡导**机能主义心理学**，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，机能主义则与英国经验主义哲学有关。
6. 美国学者华生（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。斯金纳（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，认为必须用实验室实验获得资料。
7. **心理动力学**观点源于弗洛伊德（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。
8. **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。
9. **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。

练习题

一、判断题

- （ ） 1. 从科学哲学的角度，心理学并非是一门统一严谨的科学。
- （ ） 2. 心理学作为一门科学诞生于本世纪初的美国。
- （ ） 3. 心理学能描述人的行为，但不能预测和控制人的行为。
- （ ） 4. 心理学不同流派之间在研究方法上是统一的。

- () 5. 心理学具有统一的理论体系。
- () 6. 弗洛伊德创立了心理动力学。
- () 7. 早期心理学理论当中，行为主义的观点强调要研究复杂社会心理现象。
- () 8. 詹姆斯是结构主义心理学的代表人物。
- () 9. 行为主义心理学只关注人们的行为，并不关注人们所处的环境。
- () 10. 心理动力学通过实验室研究，提出了人格的冰山结构。
- () 11. 行为主义心理学和认知心理学的主要研究方法是实验研究。
- () 12. 心理动力学关注“生病”了的个体，而人本主义心理学则以正常个体作为研究对象。

参考答案：TFFFFF TFFFF TT

二、思考题

1. 什么是心理学？举例说明心理学有什么作用（功能）？
2. 科学心理学与民俗心理学有什么区别？

第 2 章 心理学的研究方法

1. 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描述关系。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。
2. 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**）。
3. **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。
4. 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。
5. 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**。
6. **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。
7. **控制组**，不接受实验的操作，代而经历一个中性的条件。或者说，除了在自变量方面有差别之外，其余各种条件都与实验组一样。这样一来，如果控制组和实验组之间在因变量方面有差别，我们就可以把差别原因归结于自变量的差别。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**，指被试对研究的某些安排、目的等茫然无知；**双盲研究**，被试和主持研究的人（主试）都不清楚研究的某些重要安排、目的。
8. 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。
9. **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**，指测量到想要测的结果的能力。
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。描述法通常包括案例研究，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，心理学专家大多在诊所、学校和企业当中工作。

练习题

一、判断题

- () 1. 研究实施者与被试一样都不清楚研究的某些重要方面，这被称为单盲研究。
- () 2. 心理学的描述研究方法试图探讨事物之间的因果关系。
- () 3. 在测量行为时，如前后两次测量非常一致，我们说测量效度高（有效）。
- () 4. 信度指的是测量能否得到要测的东西。
- () 5. 心理学家试图研究男女在不同饮酒程度下驾驶安全性的差异，在此，驾驶安全性是自变量。
- () 6. 心理学一般把应招募而参与实验操作的人称为主试。
- () 7. 操作化是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。
- () 8. 实验研究中，如果混淆变量不能完全排除，则应将它控制在一个相对稳定的范围之内。
- () 9. 心理学实验中，控制组与实验组所经历的所有实验条件都不能相同。

参考答案：FFFFF FTTF

二、思考题

1. 心理学研究方法分为哪两大类？各有什么特点？
2. 什么是信度，什么是效度，举例加以说明。

第 3 章 感觉和知觉

1. **感觉**指感觉器官收集有关环境的信息的过程。知觉指大脑选择、组织和解释感觉的过程。**视觉、听觉、嗅觉、味觉、肤觉**等，是我们常说的“五感”。
2. 所有感觉道都符合下列**三种基本原理**：（1）生理和心理存在之间并没有——对应的关系；（2）感觉和知觉是主动而非被动的过程；（3）感觉和知觉具有适应生存的意义。
3. 感觉从环境刺激开始；缺乏客观刺激的感觉被称之为幻觉。各种感觉系统都有专门分化的细胞：**受体**，它们对环境刺激做出反应，一般在相邻的感觉神经元产生动作电位。这个过程称为转换（客观存在变为精神存在）。
4. 要使观察者感知到一个刺激，刺激必须具备必要的物理能量，这种最小物理能量称为**绝对阈限**。**信号侦察论**认为，侦察刺激的能力不仅依赖刺激的特点（比如物理强度），也有赖于观察者的特点。检测信号有一个反映观察者反应偏差的决策过程：没有把握时如何报告检测到刺激。
5. 辨别两种刺激之间的差异，要求两种刺激的强度有一定的差别。当两种刺激之间的差别刚好能引起我们的差别感觉时，我们把这种最小差异量称为**差别阈限**（最小可觉差，JND）。**韦伯定律**指出，不管两个刺激有多重，差别阈限是两个刺激之间的一种定比关系。**费希纳定律**认为，刺激主观感觉量与物理客观量的对数函数成正比。斯蒂文思采用数量估计法，提出了**幂定律**：心理量随刺激量的乘方函数而变化，即感觉到的大小与刺激量的乘方成正比。
6. **感觉适应**，是感觉系统对连续变化的刺激反应减少的倾向。
7. 眼睛对称之为光的一小部分电磁波敏感。光线通过角膜、瞳孔和晶体聚焦到视网膜上。视网膜上有**视杆细胞**和**视锥细胞**。视杆细胞对光线非常敏感，允许昏暗光线下的视觉；视锥细胞对特定波长的光波特别敏感，产生心理学的色彩体验。视锥细胞集中在网膜中心地带的中央窝。神经节细胞有感受野，即某个神经元的反应区域。**特征觉察器**，是枕叶皮层中的专门细胞，只有当感受野中的刺激符合特定的模式或定向，诸如竖条或横条时，细胞才反应。
8. 色觉刺激有三个物理属性：波长（频率）、光波强度、光波的纯度。对应的心理属性有：**色调、亮度和饱和度**。
9. 视觉适应，有**暗适应**和**明适应**两种。两种适应的生理过程不同，主要是视杆和视锥细胞参与作用不同。
10. **Yang-Helmholtz 理论**或**三原色理论**提出，视网膜上有三种受体（光敏细胞），分别对红、绿、蓝三色敏感。**拮抗理论**则认为存在三个颜色相对的子系统：蓝-黄系统、红-绿系统、黑-白系统。系统中的一个成分疲劳时，另一个成分的作用就相对突出，因而产生**颜色后效**。某个系统受损时，就会成对地失去颜色觉察能力，如红绿色盲。
11. 当物体导致空气震荡时就产生了**听觉**。耳，包括外耳、中耳和内耳三大部分。声音通过耳道到达耳膜而得到放大；附于基底膜的**毛细胞**，通过充满液体的**耳蜗**震荡，将声

音转化为听神经的动作电位，然后向大脑传送。

12. 听觉刺激有三个物理属性：频率、振幅和纯度；相应心理属性为**音调、音响和音色**。
13. 有两种一度被认为相互对立的听觉理论：**地点说**和**频率说**。地点说强调基底膜不同部位对不同的频率做出反应，似能很好地解释高频声音。频率说则认为基底膜的震荡频率反映了声音的频率，能很好地解释低频声音。两种理论都认为声音响度反映为放电的神经元的数目。
14. 除了视觉和听觉之外，其他感觉还有：嗅觉、味觉、肤觉、动觉、平衡觉等。其中肤觉又可分为**触觉、痛觉、温觉与热觉**。
15. 嗅觉的刺激来自物质散发在空气中的看不见的分子。空气进入鼻腔，流向嗅膜，**嗅膜**上有成百上千的各种受体，对各种分子做出反应，产生复杂的嗅觉。嗅觉受体细胞的轴突构成嗅神经，它把信息传导到额叶下的**嗅球**和额叶深部的感受区。
16. 味觉，对可溶于唾液的分子敏感。但是，实际中的味觉很多是由嗅觉引起的。味觉产生于舌部和整个口腔的**味蕾**。
17. 肤觉的感觉信息经过丘脑，传向大脑的主要触觉中心：**躯体感觉皮层**。该皮层与躯体表面的对应关系犹如一张躯体图。
18. **痛觉**很大程度上受信念、期望和情绪状态的影响。**控制阀理论**认为，疼痛体验受神经纤维的影响，神经纤维能关闭疼痛的阀门，阻断来自其它纤维的信息通过。痛觉反应比较复杂：有时没有痛觉刺激，但有疼的感觉，如幽灵痛；有时有痛觉刺激，但没有痛的感觉。
19. **本体感觉**是对躯体位置和运动的感觉。动觉觉察身体位置和运动，并自动协调肌肉的运动。平衡觉根据对重力和运动的感觉提供躯体在空间中的位置信息。
20. **知觉**的最大特点是**组织**和**解释**。知觉组织，涉及**形状、深度知觉，知觉常性**。形状知觉指将感觉信息组织成有意义的型或模式。深度知觉是按三维组织知觉。知觉常性指将不断变化的感觉组织为大小、形状和颜色等相对稳定的知觉。
21. 形状知觉的原理包括**格式塔（Gestalt）的几条原理**：图形和背景、相似性、接近性、良好连续性、简洁性和完整性。深度知觉将两维的视网膜形象组织成三维的世界，主要通过**双眼和单眼视觉线索**。大小和颜色常性指知觉到不变的大小和颜色，虽然视网膜上的形象在变化。由于组织特性，知觉者容易产生错觉。**错觉**是知觉经验与引起知觉的刺激特征之间不一致的现象。有些错觉好像是天生的，有些错觉则倚赖于文化和经验。
22. **知觉解释**，是对感觉经验赋予意义。知觉解释依赖于感觉和记忆的结合，因为大脑以过去的经验来解释当前的感觉。知觉不是完全天生的，也不完全是后天习得的。
23. **自下而上加工**，指从下层开始加工原始的感觉材料，再向大脑供给。如特征觉察器的发现就证明我们是将刺激分解为成分进行分析的。**自上而下加工**，从上层开始，从观察者的期望和知识开始加工。格式塔（Gestalt）就强调我们是感受整个刺激而不是刺激的组成成分。事实上，知觉过程往往是同时从两个方向上开始的。环境体验所塑造的知觉解释倾向或知觉期望，称为**知觉定势**。知觉定势包括当前**上下文情境**和持续的知识结构（**图式**）两个方面。

练习题

一、判断题

- () 1. 物理刺激的强度低于绝对阈限时，绝对不可能引起个体有意识的感知。
- () 2. 在两可图形间转换注视，反映了知觉的不稳定性。
- () 3. 研究显示，男性的色盲发生率明显高于女性。
- () 4. 知觉常性反映了人先天具备的一些能力，它无须借助后天经验。
- () 5. 疼痛是纯粹的生理现象，与信念、期望等文化因素无关。

参考答案：FTTFF

第 4 章 学习

1. **学习**，是因为经验而使有机体的反应方式产生持久的改变。学习理论是行为主义的基础。
2. **条件作用**是行为主义研究的一类学习。**经典条件作用**，指环境刺激导致有机体反应的产生。先天反射是一种无条件反射。能产生无条件反射反应的刺激称为无条件刺激（UCS）。无条件反应（UR）是无需学习的反应。**条件反应（CR）**是习得反应。**条件刺激（CS）**是有机体学会与无条件刺激联系起来的刺激。
3. 桑戴克（Thorndike）的**效果律**指出，动物的行为倾向有赖于该行为对环境的效果。斯金纳（Skinner）将这个观念发展为**操作条件作用**。**操作**，是自发的而非诱发的行为。如果行为后果增加了行为反应的概率，那么这种后果称为**强化**。强化物，就是有机体反应之后出现的环境后果。
4. **正强化**，是提供奖赏以使行为更加可能出现的过程。**负强化**，是终止一个反面刺激（负强化物）以使行为更加可能出现的过程。惩罚，将减少行为出现的概率。
5. 强化有连续强化和间断强化之分。间断强化又分固定比例和变化比例、固定间隔和变化间隔等方式。这些不同方式的作用不同。
6. 经典条件作用和操作条件作用，都有**泛化、分化和消退**等现象。
7. **行为塑造**和**行为矫正**，都是操作条件作用理论的具体应用。行为塑造，主要应用了把大目标分解为小目标，逐步及时地给予强化的思想。
8. 完形心理学反对桑戴克的“**尝试-错误**”假说，认为学习是通过**顿悟**过程实现的。学习的实质是个体在主体内部构造完形，即对情境中各种成分之间关系的某种理解。
9. **认知-社会理论**指出，认知在环境和行为之间起中介作用，很多学习是社会性的。托尔曼（Tolman）的实验说明，大鼠对其所处的环境形成了**认知地图**，认知地图能说明潜伏学习的机制。所谓**潜伏学习**，是已经出现，但还没有在行为上表现出来的学习。
10. 认知-社会理论指出，对行为结果的**期望**或期待对行为的影响很大。**控制源**，指人们对自己的行为能不能带来他们期待的结果所持的一种总体的期望。**习得无助**(learned helplessness),指预期自己不能逃避不利的事情,以及由此引起的学习和动机上的不足。**解释风格**，指对不利事件的理解方式。悲观型解释风格的人，把不利事情看成是内在、稳定和全面的。
11. 心理学家研究了几种**社会学习**（社会交往中直接发生的学习），其中包括**观察学习**（通过观察其他人的行为而进行学习）和**监护**（直接知道）。人们重复榜样的行为这样一种观察学习称为**示范作用**。**替代性条件作用**，指人们通过观察在其他人身上的反应来了解一种行为的后果。

练习题

一、判断题

- () 1. 正强化增加行为出现的概率，负强化减少行为出现的概率。
- () 2. 负强化在本质上等同于惩罚。
- () 3. 由学习引起的行为上的改变必须是可观察和测量的。

参考答案：FFF

二、思考题

- 1. 电影电视的内容是否需要控制，从心理学的角度加以说明。
- 2. 从学习理论角度解释中学生怎样学会吸烟的？
- 3. 为什么要提倡在自我管理计划中为每天的进步设立目标？

第 5 章 记忆

1. 当代认知观点把记忆看成一系列彼此区别，但又相互依赖的**记忆系统**。这种看法符合神经系统**模块化**的概念。记忆一般可分为**感觉登记**、**短时记忆**和**长时记忆**三个子系统。
2. 在信息加工模型中，**感觉登记**，指知觉的刺激消失之后极短的时间内保留（不到 1 秒）的心理表征（表象，声音等）。**心理表征**，是刺激或一类刺激的内在模型。感觉登记有较大的容量。
3. **短时记忆**（short-term memory，简称 STM）通常只将信息保留大约 20-30 秒，容量大约为 7 ± 2 各单位，但通过**复述**（一遍一遍地重复信息），信息可以保留更长的时间。这种复述，只是将信息维持在短时记忆中，被称之为**维持性复述**；而**精确性复述**，则涉及信息的意义，便于将信息存储到长时记忆中去。**组块**，是短时记忆中另一种控制信息的方式，即将片段的信息组成较大的单位或块。
4. 短时记忆的特点：主动；容易提取；储存顺序与呈现顺序相同；容量有限（神秘的七）。
5. 要想把信息存下来长期使用，就必须对其进行编码，变成能够存进记忆并能够从记忆中提取出来的代码或表征形式。**长时记忆**（long-term memory，简称 LTM）也称永久记忆，它的特点是保持的容量和时间趋于无限。
6. **外显记忆**，是对事实和事件有意识的记忆，它包括两种：**语义记忆**和**情节记忆**。语义记忆指一般的世界知识或事实的记忆；情节记忆指个人体验到的特定情节或事件的记忆。研究表明，大脑当中的海马结构和相邻的皮层组织对外显记忆至关重要。
7. **内隐记忆**，是过去经验对个体当前活动的一种无意识的影响。其中最重要的一种内隐记忆是**程序性记忆**，也即“如何做”这一类程序或技能知识。另一种内隐记忆表现在“**启动效应**”的各类研究之中，即：前面接触的相同或类似信息，促进某个具体信息的加工。
8. **关联网络**，是长时记忆存储信息的一种方式，其中的信息彼此联系在一起。网络中的一件信息称为一个**节点**。**扩散激活理论**认为，网络中一个节点的激活，引发激活了密切相关的节点，致使它们更容易进入意识。长时记忆中的信息也可以按层级理论归成类或子类。
9. 记忆也可以按**图式**进行组织，使得环境相对更可预测。图式既能影响编码，又能影响提取。回忆是一个构造或重新构造的过程，其中要用业已存在的图式去帮助重建一个事件的**心理表征**。文化影响人们储存、提取和操作信息的心理方式。
10. 从长时记忆中找到信息，称为**提取**，有两种基本形式，即再认和回忆。**再认**，是指人们感知、思考或体验过的事物再度呈现时，仍能认识的心理过程；**回忆**，指清楚地了解某些事物原先是否遇到或学习过。
11. **遗忘**，不能从记忆中提取信息，其原因包括：记忆痕迹衰退，干扰，压抑（动机情绪）和提取失败。长时记忆中有某种信息，但情急之中却想不起来，这被称为**话在嘴边现象**或者**舌尖现象**（TOT）。舌尖现象说明遗忘有时候只是记忆提取暂时不成功；

另外也证实再认比回忆要容易。

12. 业已存在的旧信息影响到新信息的提取，这被称为**前摄抑制**；新信息干扰旧信息的提取，被称为**倒摄抑制**。
13. **记忆的信息加工观点**将心理比做电脑。但是电脑没有情绪、动机、意识和文化。而且，基于词表、无意义音节的实验研究在一定程度上缺乏外部效度和通用性。
14. 在信息的编码、储存、提取各阶段，都可以应用很多改善和促进记忆的方法。各种传奇般的**记忆术**确实行之有效，我们可以用现代记忆模型来进行解释记忆术起作用的原理。

练习题

一、判断题

- () 1. 正强化增加行为出现的概率，负强化减少行为出现的概率。
- () 2. 短时记忆信息主要按听觉或言语特征进行编码。
- () 3. 精细复述指一遍一遍地重复信息，在不理解信息意义的基础上保留信息。
- () 4. 在记忆研究中，再认一般要比回忆显得容易一些。
- () 5. 程序性知识记忆、可认以真进的入人大所脑做意的识证。词是完全值得信赖的。
- () 6. 记忆研究发现，干扰是遗忘的重要原因。
- () 7. 短时记忆将信息保留 20—30 秒，不能超过 1 分钟。
- () 8. 感觉登记容量有限（神秘的 7）。
- () 9. 启动效应是外显记忆的一种表现。
- () 10. 日常生活中，绝大部分进入记忆系统的信息都会被知觉到。

参考答案：TFTFT TFFFF

二、思考题

1. 短时记忆有何特点？它与工作记忆是什么关系？
2. 举例说明心理学家如何解释遗忘现象。
3. 如何改善记忆？

第 6 章 思维与语言

1. **思维**，指对事物进行心理表征，并且对这些表征进行心理操作。
2. **概念**，是一类具有共同属性的客体、观念或事件的心理表征。将看起来相等的客体或概念组合在一起，排除其它不同的客体或概念的过程称为**类化**（归类）。有研究表明，人们归类时更多依赖**原型**（某个类别特别好的或典型的样例）而非定义性特征。
3. **命题**，是能独立出现、能辩真伪的最小意义单位。
4. **推理**，指人们生成和评价逻辑论点的过程。有两种推理：**演绎推理**和**归纳推理**，它们分别按照逻辑程式原则、概率原则进行。演绎推理只要前提正确，就能按逻辑一步一步得出结论。归纳推理是依据概率论，从具体的观察中得出命题。
5. **问题解决**，是将一种情境转换为另一种符合某种目的的情境的过程。**问题解决策略**，是指导解决问题的技巧。
6. **决策**，是人们权衡不同选择的利弊以便做出抉择的过程。**理性决策**，必须综合评价不同意向的价值和可能性，即所谓的**期望效用**。
7. 人类思维过程并非完美无缺。**表征（代表）性启发**和**便捷（可用）性启发**（两种认知捷径或经验法则）可能导致信息加工的出错。**表征性启发**，指一个客体与原型的相似性。**便捷性启发**，根据能意识得到的内容下判断。**验证性偏见**，即人们对业已相信的东西深信不疑，并且寻求确认的倾向；**功能性固着**，指当人心中对一个客体有一种固定功能理解之后，忽略其它可能的功能的倾向。这两种倾向也会导致思维差错。
8. **平行分布加工（PDP）模型**提出，许许多多的认知过程是同时出现的（平行），而且是弥散（分布）于整个相互作用的神经加工单元网络。该模型的最大特点是弱化了心理计算机模型的系列加工方式的重要性。
9. **语言**，是符号、声音、意义，以及它们结合规则所构成的一个系统，它是人类沟通的主要形式。声音的基本单位是**音素**。**词素**则是意义的基本单位。**语法**，指帮助生成可以接受的语言表达方式，确认不可接受的表达方式的系统。按照**沃尔夫（Whorf）的假说**，语言塑造思维。但是，更为常见的可能是思维塑造语言，而且，将思维和语言分开也很难，因为思维无处不用词语。
10. 乔姆斯基（Chomsky）区分出两种语言结构：**表层结构**和**深层结构**。表层结构是语词组合成句子的特定方式；深层结构是内含的意义。转换语法，试图界定人们用于将表层结构转换为深层结构或相反的规则。Chomsky 提出了**先天语言获得装置(LAD)**，以解释儿童学习语言的能力；Skinner 和行为主义者相反，强调的是强化原理。Chomsky 在很大程度上是对的，大脑的构造使得语言学习容易许多。
11. 不同文化下，儿童经历类似的**语言发展阶段**：咿呀学语、单字语句、电报码语句和语法语句几个阶段。但是，个体语言发展的时间和阶段同时依赖于天性和培养。
12. **非言语沟通**包括躯体语言，姿势，物理距离，语调，面部表情，甚至触觉和味觉。
13. 黑猩猩能够学习和使用一些简单的人工语言。但就黑猩猩是否能使用语言这个问题，研究者看法不一。就像人们对电脑是否能“思维”存有争议一样。

练习题

一、判断题

- () 1. 表征性启发指人们熟悉某客体的某种功能之后倾向于忽略该客体的其它功能。
- () 2. 语言的深层结构和浅层结构通过转换语法相联系。
- () 3. 概念是反映客观事物本质特征的心理（思维）形式，主要通过语词表达。
- () 4. 概念有内涵（事物的本质属性）和外延（概念的范围）。
- () 5. 问题解决有四个阶段：发现问题，分析问题，提出假设，验证假设。
- () 6. 问题的初始状态、目标状态及中间过程构成问题空间。
- () 7. 言语的精细复杂化受后天的影响。
- () 8. 规则算法很大程度上靠的是经验原则。
- () 9. 决策中可能有很多意识不到的动机、情绪等非理性成分。
- () 10. 沃尔夫（Whorf）的假说认为是语言塑造思维。

参考答案：FTTTF TTFTT

二、思考题

1. 人类的思维过程为什么容易出现失误？
2. 语言是如何习得的？

第 7 章 智力

1. **智力**，是在学习、问题解决以及实现个人或文化认为有价值的目标中的应用。智力可分为多个层面，智力总是有一定功能，智力的定义在不同文化有些差别。有些智力方面，诸如心理快捷性，是普遍而统一的，其它一些方面则有赖于特定社会的适应任务。
2. 智力，可分为实际能力和潜在能力两种，又称为**成就(achievement)**和**性向/aptitude)**。相应就有成就测验和性向测验。
3. **智力测验**，是经过专门设计的一种心理测量工具，用来评估一个个体相对于人群中其他人而言认知能力的高低。现代 **IQ 测验**的鼻祖是法国学者比奈（Binet），他为了确认迟钝儿童这一特定任务而开创了智力测验。Binet 提出了**心理年龄(MA)**的概念，即儿童达到某个特定分数预期的平均年龄。
4. **智商 (IQ)**，是表示一个人智力能力的分数，它允许与其他人进行比较。智商的计算，最早是用心理年龄除以生理年龄再乘以 100。
5. 韦克斯勒（Wechsler）放弃了心理年龄的概念，用概率分布，计算个体相对于同龄伙伴的位置来表示智商（**离差智商**）。韦氏量表（WAIS-R 以及儿童用的 WISC-R）包括六个言语测验和五个**非言语操作测验**。
6. 智力测验能很好的预测学术成就，它们也能预测职业上的成功。批评者认为，智力测验缺乏理论基础，存在文化偏见，不能包容其他类型的智力。
7. **智力理论**大致可分为三类：心理测量观点、多重智力观点、认知发展观点。
8. **心理测量观点**，以心理测量统计分析的经验发现为出发点，提出智力的成分和结构。心理测量的主要工具是**因素分析**，这种统计技术用来从大量不同测量中找到共同因素。斯皮尔曼（Spearman）的**双因素理论**区分出**一般因素**（或一般能力）和**特殊因素**（或特殊能力）。心理测量观点对于预测学校或工作中的成就非常有用，但是不能解释人们是如何进行智力性思维的。
9. **信息加工观点**试图探索智力行为背后的具体认知过程。人与人智力行为的差别有三个最重要的变量：**加工速度、知识基础、学习应用心理策略的能力**。与心理测量观点不同，信息加工观点是理论驱动的，尽管它仍然与 IQ 测验的智力有关。
10. 加纳（Gardner）的**多重智力理论**，区分出七种智力：语文、数字、空间知觉、音乐、体能、社交、自知能力。它们相对独立，神经机理不同，有不同的发展阶段。Gardner 的理论立足于神经的和文化的背景之上，但可能低估了无特定领域的智力。而且，它所定义的绝大多数智力都没有实际测验过。
11. 智力研究的一个核心问题是环境和遗传在塑造智力方面起多大的作用。有关双生子、家人和领养的研究发现，遗传、环境以及两者之间的相互作用都影响智力，但是，智商的个体差异具有高度的遗传性。然而，研究并没有证明种族之间的智力差异主要是基因导致的。
12. **文化公平测验**，也称免文化影响测验，指测验编制时试图排除学习经验或文化因素的影响，不以语文、数理知识为题目，而用图形、动作等题材形式进行测验。

13. **智力迟钝**，指总体智力功能明显低于平均水平，在儿童时期表现出适应行为方面的缺陷。天才，指智力发展的另一种极端，但智商测验得多少分才算天才，不同学者说法不一。
14. **创造性**，是以新奇的方式提出有价值的结果的能力，它与智商的相关不是很清晰。智商高的人不一定就是心理适应不良的人，尽管高创造性的人明显与躁郁症和轻度心理障碍相关。

练习题

一、判断题

- () 1. 心理学研究表明，从小学到大学，人的智商与学习成绩相关一直显著不变。
- () 2. 天才（智商高的人）往往比较古怪。
- () 3. 传统智商概念主要指人的语言和数理逻辑能力。
- () 4. 比奈智力测验是世界上第一个智力测验，它首次使用心理年龄的概念。
- () 5. 韦克斯勒首次分出言语量表和操作量表。
- () 6. 斯坦福大学推孟首次使用智商的概念。
- () 7. 智商高的人创造性就高。
- () 8. 智力测验应该最大程度的减少语言和文化偏见。
- () 9. Spearman 的智力双因素理论将智力分为：一般能力和特殊能力两个因素。

参考答案：FFTTT FTTT

二、思考题

1. 现有智力测验主要存在哪些问题？
2. 智力就是语文和数学能力这句话对吗？为什么？

第 8 章 意识

1. **意识**，指对感知、思维、情感和行为的主观觉察。它有两种功能：监视自我和环境，控制思维和行为。**觉察**，指一旦注意，就能在一定时间内进入意识的所有当前的思想、情感和知觉。**注意**，是意识聚焦的过程，对那些要求深入加工的有限体验更加敏感。**注意分配**，指两个或更多的刺激或任务同时被注意到。
2. 心理学家用**经验取样法**、**寻呼提醒法**来研究日常生活中的**意识流**。日常意识流中的一个主要成分是**白日梦**。白日梦，指注意从外在的刺激转向内在的思想或想象的场景。国外研究表明，所有人都做白日梦，大学生平常约有一半时间在做白日梦。
3. 弗洛伊德（Freud）区分了**意识**、**前意识**和**无意识**三个过程。前意识心理过程不在当前的意识中，但在需要时能够进入意识。很多无意识心理过程是无法进入意识的，因为它们受到压抑，否则一旦被意识就会引起焦虑、害怕。研究表明，在阈限下呈现刺激，会影响意识的内容，但在改变人的动机行为方面影响甚小。
4. 信息加工理论将意识区分为**无意识（程序性）**和**前意识（阈限下）认知过程**。研究表明，存在大量平行但意识觉察不到的认知过程。
5. 中脑结构在调节觉醒和唤起状态方面起了至关重要的作用，额叶与注意指向关系密切，但是，同多数心理功能一样，意识分布于很多神经通路。神经损伤可能导致**盲视**或**面貌认识不能（Prosopagnosia）**这类意识障碍。
6. 睡眠/觉醒周期被称为**生物节律**，是按照日常光照和黑暗周期而变的生物过程。测量脑电波，发现睡眠过程有一系列循环的阶段（按脑电波特性可分为五个阶段）。多数梦出现于**快速眼动（REM）**，因此阶段眼球出现震颤运动而得名）睡眠阶段。一般人平均一夜做梦 4-6 个，但醒来能记住的多半是临醒前做的梦。如果干扰 REM 睡眠，第二天 REM 将出现反弹。
7. Freud 将梦区分为**表现内容**（故事情节）和**潜在内容**（背后的意义）。释梦，即根据表现内容推论解释潜在内容的意义。Freud 认为，潜在内容永远是无意识的愿望；但多数当代心理动力派心理学家认为愿望、害怕和目前的关注点都能体现于梦中。认知理论学者认为，梦以一种具有自己的转换规则的独特语言表达思想。有些生理心理学家主张说，梦没有意义，梦是大脑皮层对中脑生成的随机神经冲动的解释。这三种对梦的解释不一定冲突。
8. 常见的**睡眠障碍**包括失眠、梦魇、夜惊、窒息性睡眠和嗜睡。
9. 在各种意识变体中，平常的知觉、思维和情感方式都有所变化。意识的变体通常包括：**静坐**，**宗教体验**，**催眠**等。
10. **静坐（沉思）**，指人将意识缩小到一个单纯的念头或者将意识扩张去注意那些平时处于觉察边缘的刺激。目前多研究超级静坐。据哈佛大学的研究，超级静坐在生理上能有效地降低氧气消耗、降低心率、降低血压等，在心理上有助于戒烟、戒酒、戒毒等，但在智力发展、人际关系方面无明显帮助。
11. **宗教体验**是人在自然或上帝面前的感受，如平和、内在的和谐、自我和世界的变化等。仪式化的宗教体验既是文化现象又是心理现象。个体在其中解除了我和非我的界

限。

12. **催眠**，其特点是彻底放松和易感性，是一种类似睡眠但不是睡眠的意识状态。诱导人进入催眠状态的方法称为**催眠术**。催眠效果取决于受试者是否主动接受暗示。受试者接受暗示程度的高低，称为**催眠易感性**。一般人群中，只有四分之一的人可以被催眠。
13. 在催眠状态下，受试者将出现反应被动、注意窄化、回想往事、知觉扭曲、易受暗示、角色扮演、事后遗忘等现象。
14. Hilgard 提出“**隐蔽的观察者**”的概念，即受试者在催眠状态下并不因催眠师的暗示而完全失去自我。该研究表明，催眠后人的意识分离为两个层面：第一层是受暗示产生的，可能失实，事后能意识到；第二层是根据自己的感觉产生的，比较真实，但被第一层掩盖，不能口头表达出来。
15. **精神药物**，是作用于神经系统，改变知觉、思维、情感和行为模式的药物。长期使用精神药物会产生“药物依赖”和“心理依赖”。
16. 精神药物分为三类：**抑制剂**、**兴奋剂**和**致幻剂**。抑制剂压抑、减缓神经系统，最常见的是酒精，其它的还有鸦片（含可待因和吗啡），海洛因（从鸦片中提取的），巴比妥酸盐。兴奋剂包括安非他明（amphetamine）、可卡因、尼古丁和咖啡因，其作用是增强中枢神经系统的冲动传递，增加警觉、能量和自主反应。致幻剂产生幻觉，感觉或知觉到不存在的外在刺激。大麻是常见的一种致幻剂，它会导致欣快、晕眩、自我消失，沉思冥想等。精神药物的作用有生理和心理双重性：生理上促进或抑制突触间的神经传递；心理上由文化信仰塑造期望。

练习题

一、判断题

- () 1. 多数人不容易受催眠师影响而进入催眠状态。
- () 2. 心理学指出，人一般每晚都要做好几次梦。
- () 3. 人在催眠状态下并不因催眠师的暗示而完全失去自我。
- () 4. 心理学所说的白日梦，指虚幻、不切实际的梦想。
- () 5. 催眠大师能施展技法让绝大多数人进入催眠状态。
- () 6. 成绩好的孩子很少做白日梦。
- () 7. 可催眠性受个体暗示性高低的影响。
- () 8. 白日梦是意识的一种正常状态。
- () 9. 做梦越多，睡眠效果就越不好，人就越容易疲劳。
- () 10. 可以用酒精来提高心情。

参考答案：TTTFF FTTF

二、思考题

1. 从心理学角度阐述人为什么会做梦？
2. 人处在催眠状态中会有哪些特征？

第 9 章 动机

1. **动机**，指给行为以力量的动力，它发起、指引和维持躯体和心理活动的内部过程。它包括两个成分：人们想做什么（**动机的指向**）和这么做的愿望有多强（**动机的力度**）。跟动机有关的概念包括：**需要、本能、驱力、诱因**等。
2. 虽然有些动机（如进食和性）更多是由生物遗传决定的，但是也有些动机（如关系需要和成就需要）更多是心理因素决定的。这两类动机都有生物根源，又都是文化和经验塑造而成。
3. 进化论的观点：人类的基本动机来源于生存和繁衍的需要。他们所说的繁衍成功，还包括“包容性适配”，即自然选择有利于那些能够生存、繁衍，并帮助近亲生存和繁衍的有机体。自然选择为人类和其他动物赋予了动机机制，使他们的包容性适配最大化。
4. 心理动力学的观点：**Freud** 相信人类和其他动物一样，是由内在的紧张状态所激励或驱使，追求性和攻击方面的满足。而当代心理动力学家更多地关注愿望和害怕，而非驱力。他们除了性和攻击力，也强调关系和自尊动机，并认为很多人类动机是无意识的。
5. 行为主义心理学的观点：行为主义者用“**驱力**”指需要状态（如饥饿）所激发的动机。按照“**驱力减少理论**”，剥夺基本需要会产生不愉快的紧张感，这种紧张感导致动物采取行动。如果某个行动碰巧减少了紧张，行为就受到强化。像饥饿、渴和性这种先天驱力称为初级驱力，而次级驱力，原本是中性刺激，因为与驱力减少有关而成为激励者。
6. 认知心理学的观点：认知心理学家经常谈到“**目标**”，即通过社会性学习建立的，有价值的结果。**期望-效价理论**认为，动机是人们对结果赋予的价值和他们认为能获得结果的可能程度的联合函数。目标设定理论提出，意识目标调节人的多数行为，尤其是工作任务。
7. 人本主义心理学的观点：按照马斯洛（Maslow）的**需要层次理论**，必须先满足基本需要，然后才会激活高层需要。该层次依次为：**生理、安全、归属、自尊和自我实现**。
8. **新陈代谢**，指躯体将食物转化为能量的过程。**饥饿的葡萄糖理论**认为，血液中葡萄糖水平的下降导致饥饿，葡萄糖水平与胰岛素分泌的变化有关。肠胃壁及其它消化系统的感觉对饥饿动机也有影响。
9. 根据身体生理自律的观点，人的体重在某一标准内会自行调节，这种理论称为**定点论**。
10. **肥胖症**，其特点是体重按身高和年龄超过理想体重的 15% 以上。体重最好的两个预测指标是：遗传因素和脂肪摄取量。文化、情绪、他人存在等，都能影响进食或体重。
11. **神经性厌食症**，因为拒绝进食而导致体重过轻，危及生命的一种进食障碍。**易饿症**，一种狂吃狂泻的症状，先吃大量食物，然后故意呕吐出来或使用泻药。以上两种进食障碍 90% 以上的患者是女性，多由减肥不当引起。
12. **性动机**是受幻想和激素所驱使，由文化塑造的一种动机。通过两种效应：**组织效应**

（影响子宫等有关器官的神经回路的结构）和**激发效应**（激发有赖于这些神经回路的生理变化），激素对人类和其他动物的性行为进行控制。

13. **性定向**，指一个人对同性、异性或者两者的性吸引力指向。**同性恋**现象有两种解释：精神分析看重幼年亲子关系的影响；发展心理学看重幼年同性伙伴的影响。目前，针对女性同性恋的研究很少，但针对男性同性恋的研究表明，同性恋可能有一定的生理原因。
14. **性功能障碍**，是性功能受到削弱的问题，例如达不到性高潮（女性），早泄（男性）等。性问题十分常见，尤其是家庭夫妻之间经常存在一些轻微的、短暂的问题。
15. **心理社会动机**，是针对诸如掌握、成就、权力、自尊、从属关系、亲密关系等目标的个人或人际动机。不同文化下普遍存在两类动机：**主体动机**（自我定向的目标，诸如掌握、权力）；**关系动机**（与其他人发生联系的人际动机）。
16. **成就需要**，指追求成功，避免失败的动机，它深受文化和经济条件的影响。成就动机可与绩效目标或学习目标联系在一起；也可反映内在的（为自身的原因）或外在的（为外在的奖励）动机。
17. 动机通常既要求认知（提供动机的方向），又要求情绪能量或唤醒（为动机提供“燃料”或力量）。

练习题

一、判断题

- （ ） 1. 驱力、诱因是动机的近义词。
- （ ） 2. 心理学家认为同性恋是一种变态行为。
- （ ） 3. 动机成分通常指行为的指向，但不涉及行为的强度。
- （ ） 4. 马斯洛认为人的动机需要是分层次的，其中安全的需要是第一位的。
- （ ） 5. 马斯洛认为只有低一层次的需要得到满足，才能满足高一级的需要。
- （ ） 6. 动机越强，活动的效果就越好。
- （ ） 7. 并非只有女性会得神经性厌食症。
- （ ） 8. 行为主义者认为消除紧张感，可以使行为得到强化。
- （ ） 9. 在人本主义心理学家看来，动机是人们对结果赋予的价值和他们认为能获得结果的可能程度的联合函数。
- （ ） 10. 性功能障碍是非常罕见的疾病。

参考答案：FFFFT FTTF

二、思考题

1. 性动机是不是生理性的动机？为什么
2. 举例说明两种肥胖原因？

第 10 章 情绪、应激和应付

1. **情绪，或情感**，是包括主观体验、生理唤醒和行为表现的一种评价反应（积极或消极的感受状态）。
2. **詹姆斯-兰格（James-Lange）理论**指出，引发情绪的刺激引起躯体体验，躯体体验导致情绪的主观体验。按照这种理论，我们并不因为害怕而逃跑，而是因为逃跑（以及心跳）而害怕。对比之下，**佳农-巴德（Cannon-Bard）理论**提出，引发情绪的刺激同时引起情绪体验和躯体反应。尽管两个理论都有其优点和弱点，但最近的研究表明，不同的情绪犹如詹姆斯（James）所认为的，与特定的、内在的自主神经系统唤醒模式相联系。
3. **情绪表达（表情）**，指面部和其它诸如躯体语言、语调等情绪的外显。很多方面的表情，尤其是面部表情，是天生的和普遍存在于不同文化之中。调节和表现情绪的文化模式，被称为**表现原则**。
4. 心理学家一直在试图罗列基本情绪清单。**基本情绪**，指人类共同情绪，由此可衍生出其它情绪或情绪组合。公认的基本情绪有：**愤怒、害怕、喜悦、忧伤、厌恶**。更基本的情绪分类是将情绪分为正情感和负情感。
5. 情绪由遍布整个神经系统的神经通路控制。**下丘脑**激发跟情绪有关的交感和内分泌反应。**边缘系统**，尤其是**杏仁核**，是包括下丘脑在内的一个情绪回路的组成部分。杏仁核是大脑的“情绪电脑”，它核计刺激的情感意义。大脑皮层对情绪也有好几种作用，尤其是在事件评价方面。
6. 行为主义情绪观点指出，**趋避系统**分别与正情感和负情感相关联。
7. 按照心理动力学观点，人们可能意识不到自己的情绪体验，而这些情绪体验会影响思想、行为甚至健康。
8. 从认知的观点，人们的情绪反应有赖于所做的**归因**，即他们对情绪和自己躯体感觉原因的推论。按照**沙赫特-辛格（Schachter-Singer）理论**，情绪涉及两个因素：生理唤醒和对唤醒的认知解释。情绪和**心境**（相对持久的情绪状态，它不像情绪，一般不会打扰正在进行的活动），对编码、提取、判断和决策都有影响。
9. 进化论观点源自达尔文（Darwin）将情绪视为服务于适应目的的观点。情绪主要具有**沟通**和**激励**功能。
10. **应激**，指对一个人适应外在和内在需求的能力的挑战，它可能有生理唤醒，有情绪负担，要求认知和行为反应。应激是一个生理心理过程，它包含人与环境的交流转换。塞耶（Selye）提出，躯体对应激条件的反应伴随一般适应综合症，它包括三个阶段：警觉、抗拒和衰竭。
11. 从心理学的角度，应激使一个人了解环境负担的要求，或超出他可用的心理社会资源。按照这种看法，应激有赖于一个事件对某个体的意义。**拉扎鲁斯（Lazarus）的模型**明确了应激和应付过程中的两个阶段：**初级唤醒**（人们决定情景是否良好、紧张或者无关）；**次级评价**（人们评价各种意向选择，决定如何反应）。
12. 经常导致应激的事件称为**应激源**。应激源包括生活事件、大灾难和日常冲突。

13. 应激对健康和死亡率有显著的影响，尤其是通过它对免疫系统的影响。在应激状态下，一个人是保持健康还是生病，在部分程度上要看他的人格倾向。**A 型人格**，指急躁、急于求成、争强好胜的人格特点。**A 型行为**，尤其是它的敌意成分，与心脏疾病有关。另外，权力动机、坚强性、乐观/悲观主义，也是与应激和健康有关的人格特质。
14. 人们有三种办法**应付压力**：直接改变情境，改变他们对情境的知觉，改变情境引发的情绪。人们处理应激情境的方式称为**应付**；应付机制，一定程度上带有文化的模式特点。
15. 意在使不愉快情绪最小化，使愉快情绪最大化的无意识应付策略被称为“**防御机制**”。常见的防御机制包括：**压抑、否认、投射、反向形成、升华、合理化和消极攻击**。
16. 应付压力的一个主要资源是**社会支持**，它与健康和长寿有关。
17. 心理学模型通常要么研究“冷”的认知过程，要么研究“热”的动机和情感过程，但这两者是统一的信息加工系统的组成部分。统一的系统是进化设计的结果，以最大程度进行适应；它有意识或无意识地处理跟一个人动机、目标和情绪有关的信息。

练习题

一、判断题

- () 1. 不同文化所共有的基本情绪包括：愤怒、害怕、喜悦、忧伤、痛苦。
- () 2. 应激，意味着生活中的负面影响。
- () 3. 为避免不愉快情绪的不良影响，人们往往采用压抑、否认、投射、反向形成、升华、合理化和消极攻击等防御机制来进行应对。
- () 4. 行为主义情绪观点指出，趋避系统分别与正情感和负情感相关联。
- () 5. 按照心理动力学观点，人们可能意识不到自己的情绪体验，而这些情绪体验会影响思想、行为甚至健康。
- () 6. 应激，指对一个人适应外在和内在需求的能力，它可能有生理唤醒，有情绪负担，要求认知和行为反应。
- () 7. 意在使不愉快情绪最小化，使愉快情绪最大化的无意识应付策略被称为“防御机制”。

参考答案：FFFFT FTTF

二、思考题

1. 什么是情绪？情绪有哪些成分？
2. 比较 James-Lange 理论和 Cannon-Bard 理论的不同。
3. 情绪一般如何分类？相对公认的基本情绪有哪些？
4. Schachter-Singer 的实验说明了什么？

5. 情绪的主要功能有哪些？
6. Selye 如何看待应激过程？
7. Lazarus 如何看待应激现象？
8. A 型行为有何特点？对健康有何影响？
9. 常用的心理防御机制有哪些？为什么需要这些机制？
10. 为什么说情绪兼有主观性和客观性？请用心理学概念或理论结合例子进行说明。

主要参考书

1. 张春兴：《现代心理学--现代人研究自身问题的科学》(第 2 版)，上海人民 出版社。
2. 津巴多 著：《心理学与生活》(第 16 版)，人民邮电出版社，2003。
3. Drew Westen. Psychology. John Wiley & Sons, Inc. 1996。
4. 孟昭兰 主编：《普通心理学》，北大出版社，94 年版。
5. 彭聃龄 主编：《普通心理学》，北京师范大学出版社，2004 年版。
6. 白学军 等译：《改变心理学 40 项研究》，中国轻工业出版社，2004 年版。
7. 郑钢 等译：《心理学导论》，中国轻工业出版社，2004 年版。
8. 吴思为 等译：《心理学和我们》，上海社会科学院出版社，2008 版。
9. 黄希庭，郑涌 著：《心理学十五讲——名家通识讲座书系》，北京大学出版 社，2005 年版。