

中国社会科学院大学普通心理学课程大纲

课程基本信息 (Course Information)					
课程编号 (Course ID)		*学时 (Credit Hours)	32	*学分 (Credits)	2
*课程名称 (Course Name)	(中文) 普通心理学				
	(英文) Psychology Introduction				
先修课程 (Prerequisite Courses)	无				
*课程简介 (Description)	<p>1 课程意义:</p> <p>普通心理学为社会学专业选修课,课程的教学目标是引导学生了解心理学学科的基本知识和主要理论,掌握人类心理活动的一般规律。学生在课程中不仅学习弗洛伊德、马斯洛、斯金纳、艾宾浩斯等大师的经典理论,也会接触到司马贺、丹尼尔·卡尼曼等诺贝尔奖获得者的精彩著述,以及斯蒂芬·平克、戴维·巴斯等当代前沿心理学家的洞见。通过向学生普及与生活密切相关的心理学常识,使其能够在社会实践活动中运用心理学规律,解释各种社会现象,解决实际问题,提高工作、学习和生活的效率,提高学生的主观幸福感和心理适应能力。</p> <p>在课程思政的实施上,主讲教师在言传方面,以心理学的研究证据来阐述思政元素,遵循实证而非空谈;在身教方面,以道德榜样的标准规范个人行为,以身作则;在实践方面,通过课后作业和学生活动等方式来培养学生的积极行为。</p> <p>课程设计中有多章包含思政元素,如科学精神(绪论一章,强调心理学的科学原则)、学会学习(绪论一章,强调教育对智商的作用;动机一章,强调以掌握为成就目标的成长性思维等)、健康生活(意识一章,强调睡眠剥夺的危害;情绪一章,强调应激对身心的影响)、责任担当(人格一章,强调不同人格特质对工作生活的影响)、“以学生为中心”的人才培养理念(整个教学活动采用小组学习和讨论的方式,促进学生的合作学习与自主学习)。</p> <p>在教学过程中,主讲教师注重体现高阶性,强调知识能力素质有机融合,培养解决复杂问题的综合能力和高级思维(例如,情绪一章的小组学习任务是:结合挑战者号失事的案例,综合分析在判断和决策过程中各种心理因素的影响);强调创新性(例如,学习一章布置学生的课后作业“用心理学知识调整自己的一项不良生活习惯”,使学习的心理学知识应用于日常生活当中);注重内容的挑战度。整个课程中不仅学习弗洛伊德、马斯洛、斯金纳、艾宾浩斯等大师的经典理论,也会接触到司马贺、丹尼尔·卡尼曼等诺贝尔奖获得者的精彩著述,以及斯蒂芬·平克、戴维·巴斯等当代前沿心理学家的洞见。</p> <p>2 教学目标:</p> <p>2.1 专业学习方面</p> <p>2.1.1 学习心理学基本概念与理论</p> <p>2.1.2 建立心理学学科思维</p> <p>2.1.3 丰富自己的知识结构和视野</p> <p>2.2 个人成长方面</p> <p>2.2.1 掌握大学的学习方法</p> <p>2.2.2 适应大学与促进发展</p> <p>2.2.3 解决实际生活中的心理困惑</p> <p>3 教学安排:</p>				

	<p>3.1 采用线上线下相结合式的混合教学。 将一些内容明确、理解难度不大的基本概念录成视频课程，在学校教务提供的网络平台上播放，要求学生按时收看，目的是缓解教学时长不足的压力。</p> <p>3.2 采用“学习四人组”的小组学习模式。 以随机抽签的方式组建学习小组，根据教室座位特点，形成四人组（前后两桌）。课上小组成员选择教室固定位置坐在一起，共同参与课堂提问、讨论、展示等环节，课下开展小组会谈，促进成员的合作和交流。由于固定座位，还便于监控课堂出勤。</p> <p>3.3 教学中间会穿插一次讲座。 邀请心理学相关的学者为同学们介绍前沿性的研究成果，</p> <p>3.4 强调学生定期阅读一些心理学文献。 文献内容由教师指定，跟课堂所讲题目密切相关。</p> <p>4 考试考核办法： 采用平时和期末考试相结合的方式，期末考试成绩占 70%，平时成绩占 30%，平时考试成绩主要来源于两部分：每个学期 3-4 次的小组会谈作业；学生上课参与情况，主要是各组回答问题的频率。由于不存在迟到、逃课等现象，所以出勤情况不作为平时成绩的参考。</p> <p>期末考试为开卷考试，题型包括选择题、图片分析题、材料分析题和论述题，题目形式灵活，大部分为应用性题目，学生无法直接从讲义中找到答案，能够较好的考察学生掌握知识、理解知识和运用知识的水平。</p>		
<p>*课程简介 (Description)</p>	<p>General psychology is an elective course for sociology majors. The teaching goal of the course is to guide students to understand the basic knowledge and main theories of psychology and master the general laws of human psychological activities. In the course, students not only learn the classical theories from Freud, Maslow, Skinner, Ebbinghaus and other masters, but also contact with H Simon, Daniel Kahneman and other Nobel Prize winners, and get to touch the insights from cutting-edge contemporary psychologists such as Stephen. Pinker, David. Bass et al. By popularizing psychological knowledge closely related to their life, students can use psychological laws in social practice activities, explain various social phenomena, solve practical problems, improve the efficiency of work, study and life, and improve students' subjective well-being and psychological adaptability.</p>		
<p>*教材 (Textbooks)</p>	<p>1 《普通心理学》第五版：彭聃龄主编，北京师范大学出版社，2019。 2 心理学与生活第 19 版，理查德·格里格、菲利普·津巴多著，中国工信出版集团。 3 心理学改变思维第 4 版，斯科特·科林菲尔德等著，中国人民大学出版社，2021。 4 心理学学术期刊，《心理学报》，《心理学进展》。</p>		
<p>参考资料 (Other References)</p>	<p>1 《津巴多普通心理学》（原书第七版）：菲利普·津巴多著，钱静等译，北京联合出版社，2017。 2 人格心理学（第八版）：伯格（Burger J. M.）著，陈会昌译，轻工业出版社，2014。 3 《现代心理学》：张春兴主编，上海人民出版社，2016 年版。 4 《改变心理学的 40 项研究》（第七版）：Roger R,hock 著，白学军等译，中国轻工业出版社，2018 年版。</p>		
<p>*课程类别 (Course Category)</p>	<p><input type="checkbox"/>公共基础课/全校公共必修课 <input type="checkbox"/>通识教育课 <input type="checkbox"/>专业基础课 <input type="checkbox"/>专业核心课/专业必修课 <input checked="" type="checkbox"/>V 专业拓展课/专业选修课 <input type="checkbox"/>其他_____</p>		
<p>*授课对象 (Target Students)</p>	<p>社会学专业/全校本科生</p>	<p>*授课模式 (Mode of Instruction)</p>	<p><input type="checkbox"/>线上，教学平台_____</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>V 线下 <input type="checkbox"/>混合式 <input type="checkbox"/>其他</p> <p><input type="checkbox"/>实践类（70%以上学时深入基层）_</p>
<p>*开课院系 (School)</p>	<p>社会与民族学院</p>	<p>*授课语言 (Language of Instruction)</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/>V 中文 <input type="checkbox"/>全外语_____语种</p> <p><input type="checkbox"/>双语：中文+_____语种（外语讲授不低于 50%）</p>

*授课教师信息 (Teacher Information)	课程负责人 姓名及简介	周少贤，硕士，心理学副教授					
	团队成员 姓名及简介	周少贤，女，北京师范大学心理学院硕士，副教授，研究生导师，资深心理咨询师，中国社会科学院大学社会学院社工福利系副主任。主要研究方向为儿童与青少年心理咨询、儿童与青少年社会工作、儿童与青少年家庭教育。在《中国高等教育》《心理发展与教育》《中国青年社会科学》等权威核心期刊发表学术论文近 20 篇，出版学术专著、学术译著、高校教材等多部书籍。目前开设课程《普通心理学》《发展心理学》《高级微观社会工作实务》《大学生发展与心理成长》					
学习目标 (Learning Outcomes)	一、专业学习方面 1 学习心理学基本概念与理论 2 建立心理学学科思维 3 丰富自己的知识结构和视野 二、个人成长方面 1 掌握大学的学习方法 2 适应大学与促进发展 3 解决实际生活中一些心理困惑						
*考核方式 (Grading)	期末考试为开卷考试。 平时成绩、期末成绩组成总评成绩。 平时成绩占 30%，期末成绩占 70%。						
*课程教学计划 (Teaching Plan) 填写规范化要求见附件							
周次	周学时	其中					教学内容摘要 (必含章节名称、讲述的内容提要、实验的名称、教学方法、课堂讨论的题目、阅读文献参考书目及作业等)
		讲授	实验课	习题课	课程讨论	其他环节	
第一周	2	1.5			0.5		第一讲 绪论 (I) 第一节 什么是心理 1 界定：关于个体的行为及精神过程的科学研究 2 关键概念：科学，行为，精神过程，个体。 3 心理学的研究对象 3.1 个体心理 3.2 个体心理现象与行为 3.3 个体意识与无意识： 3.4 个体心理与社会心理 第二节 心理学的应用领域 1 心理咨询与心理治疗 2 发展心理学 3 教育心理学 4 社会心理学 5 组织管理心理学 6 广告与消费心理学 7 工业心理学 8 运动心理学

						9 艺术心理学
第二周	2	1.5			0.5	<p>第一讲绪论（II）</p> <p>第三节 心理学的研究目标</p> <p>1 描述</p> <p>2 解释</p> <p>3 预测</p> <p>4 控制</p> <p>第四节 心理学研究方法</p> <p>1 观察法</p> <p>2 实验法</p> <p>3 心理测验法</p> <p>4 个案法</p> <p>小组讨论：日常生活中心理学的应用。</p>
第三周	2	1.5			0.5	<p>第一讲绪论（III）</p> <p>1 科学心理学诞生的过程及标志</p> <p>2 心理学的主要研究取向</p> <p>本讲教学要求：</p> <p>教学要求为正确认识心理的特性，了解心理学的研究对象和方法；掌握心理学主要学派的基本观点和当代研究的趋势。其中心理的概念及四种主要的研究方法是教学的难点和重点。</p>
第四周	2	1.5			0.5	<p>致敬心理学大师（I）</p> <p>第二节 精神分析学派</p> <p>（1）精神分析流派的主要观点和假设</p> <p>（2）无意识概念和人格结构理论</p> <p>（3）死本能与幽默理论</p> <p>（4）心理防御机制</p> <p>本讲教学要求：</p> <p>了解弗洛伊德的主要观点，学会批判性的看待精神学习学派的主要观点，能够理论联系实际，尝试用精神分析观点分析一些日常现象。其中无意识的概念、人格结构理论及心理防御机制是本讲教学的难点和重点。</p>
第五周	2	1.5			0.5	<p>第二讲 致敬心理学大师（II）-行为主义学派</p> <p>本讲课堂总计 2 课时，其中讲授 1.5 课时，安排学生讨论 0.5 课时，讲授的主要内容为：</p> <p>（1）经典条件反射：代表人物巴普洛夫的观点</p> <p>（2）操作性条件反射：代表人物斯金纳的观点</p> <p>（3）两个理论的区别及应用</p> <p>本讲教学要求：</p> <p>了解行为主义学派的主要观点，尝试对行为学派和精神分析学派进行对比，批判性的看待行为主义学派的主要观点，能够理论联系实际，了解行为主义理论在实际生活中的应用。其中经典条件反射与操作性条件反射的区分及相关的重要概念如强化、消退等是本讲教学的难点和重点。</p>

第六周	2	1.5		0.5	<p>第二讲 致敬心理学大师（III）-人本主义学派</p> <p>本讲课堂总计 4 课时，其中讲授 3 课时，安排讨论 1 课时，讲授的主要内容为：</p> <p>（1）人本主义学派基本观点</p> <p>（2）代表人物马斯洛的主要观点</p> <p>（3）代表人物罗杰斯的主要观点</p> <p>本讲教学要求：</p> <p>了解人本主义的主要观点，尝试对行为学派、精神分析学派和人本主义学派进行对比，批判性的三个流派的价值和不足，能够理论联系实际，了解人本主义理论在心理咨询与治疗领域的应用。其中需要层次理论、发展机制理论是本讲教学的难点和重点。</p>
第七周	2	1.5		0.5	<p>第三讲 感知觉（I）</p> <p>第一节 感觉</p> <p>1 什么是感觉</p> <p>2 感觉的种类</p> <p>3 感觉的作用</p> <p>4 感觉剥夺实验</p> <p>本讲教学要求：</p> <p>掌握感觉，绝对感觉阈限，差别感觉阈限，韦伯定律，对数定律和乘方定律等概念。其中感觉概念的理解及感觉的主要特性是本讲教学的重点和难点。</p>
第八周	2	1.5		0.5	<p>第三讲 感知觉（II）</p> <p>第二节 知觉</p> <p>1 知觉的一般概念</p> <p>2 知觉的种类</p> <p>3 知觉特性</p> <p>第三节 错觉</p> <p>1 什么是错觉？</p> <p>2 错觉的类型</p> <p>3 错觉的解释</p> <p>本讲教学要求：</p> <p>知晓什么是知觉、知觉中自上而下和自下而上两种加工的意义；懂得知觉和感觉的关系；掌握知觉的四个基本特性，以及这些特性的意义；知晓空间知觉的含义；掌握知觉的组织原则，影响大小知觉的因素，以及距离知觉和深度知觉的线索，听觉定位的特点；了解错觉现象。其中知觉与感觉的联系、两种加工方式及知觉特性是本讲的重点和难点。</p>
第九周	2	1.5		0.5	<p>第四讲 意识与注意</p> <p>第二节 内在心理过程—注意</p> <p>本讲课堂总计 2 课时，其中讲授 1.5 课时，安排学生讨论 0.5 课时，讲授的主要内容为：</p> <p>（1）注意的定义、种类及作用</p> <p>（2）注意的品质</p> <p>（3）注意的理论</p> <p>本讲教学要求：</p> <p>能够正确理解注意这个概念，掌握注意和意识之间的区别与联系，了解并区分三种注意形式以及影响不同注意形式的因素包括哪些。学习注意的主要品质及注意的认知理论。其中三种注意形式及注意品质是本讲的重点，注意的</p>

						认知理论是本讲的难点。
第十周	2	1.5			0.5	<p>第五讲 记忆</p> <p>第一节 什么是记忆</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 记忆功能 2 记忆过程 <p>第二节 记忆的类型</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 感觉记忆 2 工作记忆 3 长时记忆 <p>第三节 有关记忆的“七宗罪”</p> <p>——记忆规律在学习和生活中的应用</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 稍纵即逝：记忆的遗忘 2 心不在焉对记忆的影响 3 舌尖效应：记忆的阻塞 4 错误归因对记忆的影响 5 外部暗示：记忆的扭曲与创造 6 偏差：记忆的歪曲 7 挥之不去：那些想忘却忘不掉的记忆 <p>本讲教学要求：</p> <p>能够准确理解并区分记忆的类型，了解记忆的过程和规律，能够将记忆的理论 and 知识运用到实际生活中去。</p>
第十一周	2	1.5			0.5	<p>第七讲 动机（I）</p> <p>第一节 动机的一般概念</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 动机的一般概念 2 动机和需要 3 动机和工作效率 4 动机的功能 5 影响动机的因素 6 蔡格尼克效应 <p>第二节 动机种类</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 动机的一般分类 1.1 生理性动机和社会性动机 1.2 原始动机和习得动机 1.3 有意动机和无意动机 1.4 外在的动机和内在的动机
第十二周	2	1.5			0.5	<p>第七讲 动机（II）</p> <p>第三节 动机理论</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 本能理论 2 驱力理论 3 唤醒理论 4 动机的诱因理论 5 动机的期待价值理论 6 动机的归因理论 7 自我功效理论 8 成就动机理论 <p>作业：在学业中如何利用耶基斯多德森定律。</p>

						<p>本讲教学要求： 掌握动机的概念；知道动机和需要的关系等；掌握动机的相关理论，包括本能理论、驱力理论、归因理论、期待价值理论等。其中动机和需要的关系、动机的归因理论是本讲的重点和难点。</p>
第十三周	2	1.5			0.5	<p>第八讲 情绪（I） 第一节 情绪概述 1 情绪及其组成 2 情绪的功能 2.1 适应功能 2.2 动机功能 2.3 组织功能 2.4 信号功能 3 情绪状态的分类 3.1 心境 3.2 激情 3.3 应激 第二节 情绪理论 1 情绪的早期理论 2 情绪的认知理论 3 情绪的动机——分化理论</p>
第十四周	2	1.5			0.5	<p>第八讲 情绪（II） 第三节 有关情绪的研究进展 本讲教学要求： 掌握情绪的含义、功能，正确看待情绪；掌握情绪的相关理论；了解情绪调节与身心健康的关系，针对几种具体的情绪能够进行有效的情绪调节。其中情绪的二因素理论、认知理论是本讲的重点和难点。</p>
第十五周	2	1.5			0.5	<p>第九讲人格（I） 第一节 人格的一般概念 1 人格的来源 2 人格的概念 3 人格的特征 4 人格的组成 第二节 人格理论 1 早期的类型理论 2 威廉·塞尔顿（William Sheldon, 1942）的类型理论： 3 弗兰克·沙洛威（Sulloway, 1996）的现代类型理论： 4 戈登·阿尔波特（Gordon Allport）理论 5 确定普遍性的特质维度理论</p>
第十六周	2	1.5			0.5	<p>第九讲人格（II） 第三节 人格测验 1 自陈量表 1.1 卡特尔 16 种人格因素问卷 1.2 艾森克人格问卷 1.3 明尼苏达多相人格测验</p>

						<p>1.4 爱德华个人兴趣量表</p> <p>2 投射测验</p> <p>2.1 罗夏墨迹测验</p> <p>2.2 主题统觉测验</p> <p>3 情境测验</p> <p>4 自我概念测验</p> <p>课堂讨论：对人格进行测试并讨论个人人格的特点。</p> <p>本讲教学要求： 掌握人格的概念与特性；阐述人格理论；了解人格的测评方法；懂得人格差异的成因。其中人格结构和人格理论重点和难点，了解人格结构中气质和性格的关系，掌握人格特质理论与类型理论的不同，对几个典型的人格理论要掌握熟练。</p>
总计	32	24			8	(教学方法包含讲授法、专题研讨、案例教学、视频教学、课堂汇报、课后实践等)
备注 (Notes)						

附件：参考资料

1、主要文献资料（以 2020-2021 第一学期为例，之前和之后都会有变动）

- (1) 心理学与经济、科学技术发展的关系，傅小兰 荆其诚，心理学报，1994
- (2) 中文语境下的“心理”和“心理学”，钟年，心理学报，2008
- (3) 认知模糊程度和动机强度对有意识和无意识自我欺骗的影响，钟罗金，心理学报，2019
- (4) 古典精神分析客体关系取向的修正与发展_从社会文化到客体关系的转向，姜永志，西师大学报，2015
- (5) 心理学与身体：经典传统与现代取向，叶浩生，心理学探新，2015
- (6) 斯金纳激进行为主义的一个理论特色及其反思，伍麟、车文博，心理学探新，2001
- (7) 共情与真诚：对罗杰斯三个不同时代案例的内容分析，徐慧，侯志瑾，黄玉，中国临床心理学杂志 2011
- (8) “人本的积极心理学”与“实证的积极心理学”——人本主义心理学与积极心理学方法论比较研究，孟娟，心理学探新，2015
- (9) 知觉适应对种族融合面孔的种族分类和知觉辨别的影响，严璘璘等，心理学报，2015
- (10) 注意分散对老年人错误记忆的影响，王宝玺等，心理学探新，2020
- (11) 父母元情绪理念与青少年问题行为迷走神经的调节作用，何晓丽等，心理学报，2020

(12) 中国人的善与恶：人格结构与内涵，焦丽颖等，心理学报，2020

2、主要视频资料

- (1) 现场实验-外表的重要性，课上观看
- (2) 实验室实验-自信与博弈，课上观看
- (3) 弗洛伊德与梦的解析，上传课程微信群，学生课下观看
- (4) 电影《爱德华医生》，上传课程微信群，学生课下观看
- (5) 巴普洛夫条件反射实验，课上观看
- (6) 斯金纳经典条件反射实验，课上观看
- (7) 华生的小阿尔伯特实验，课上观看
- (8) 心理访谈. 我怕猫猫狗狗，学生课下观看
- (9) 桑代克实验，课上观看
- (10) 《尊重自己》，上传课程微信群，学生课下观看
- (11) 电影《第八日》，上传课程微信群，学生课下观看
- (12) 社会心理学研究：左右视觉与印象形成关系，课上观看
- (13) 视错觉研究：魔鬼公路，学生课下观看
- (14) 痛觉阈限，课上观看
- (15) 视而不见：变化盲视现象研究，课上观看
- (16) 传球实验（修改的孟），课上观看
- (17) 我们的意识，上传课程微信群，学生课下观看
- (18) 洛伦茨的动物印记学习研究，课上观看
- (19) 情绪唤醒实验：恐惧与爱情-危桥与过山车，课上观看
- (20) 情绪认知—生理唤醒理论：情绪唤醒实验之一，课上观看
- (21) 社会心理学研究：社会认知-说谎微表情识别，
- (22) 悲伤五阶段，上传课程微信群，学生课下观看
- (23) 如何安慰失恋后的朋友？上传课程微信群，学生课下观看
- (24) 边缘性人格障碍，课上观看
- (25) 电影搏击俱乐部，上传课程微信群，学生课下观看