

第四章章节测验

任务点已完成

第四章章节测验 已完成

成绩： 100.0%

1 【单选题】

爱自己的第一步是 ()

- A、 接纳自己
- B、 改变自己
- C、 否定自己
- D、 抛弃自己

我的答案： A

得分： 20.0分

2 【单选题】

最早影响自我形成的外在因素是 ()

- A、 学校因素
- B、 生理因素
- C、 家庭因素
- D、 社会因素

我的答案： C

得分： 20.0分

3 【单选题】

爱自己的正确做法里面不包括 ()

- A、 觉察自己的感受与需要
- B、 接纳自己的缺点与不足
- C、 忽略自己的感受讨好别人
- D、 表达自己的想法保护自己

我的答案： C

得分： 20.0分

4 【单选题】

自我真正的价值存在于 ()

- A、 所做的事情
- B、 所拥有的东西
- C、 所坚持的信念
- D、 自身的独一无二

目录	讨论	笔记
1	心理健康常识	
1.1	什么是心理健康	
1.2	大学生心理健康标准	
1.3	第一章章节测验	
2	我来了！大学	
2.1	大学新生面临的四大问题	
2.2	新生活新感受	
2.3	大一新生适应期的心理调适	
	2.3.1 大一新生适应期的心理调...	
	2.3.2 大一新生适应期的心理调...	
2.4	第二章章节测验	
3	自我认识 (who am I?)	
3.1	认识自己	
3.2	自我认识的偏差	
3.3	第三章章节测验	
4	遇到更好的自己	
4.1	爱自己发现真正的宝藏	
4.2	觉察并克服生命的局限	
4.3	第四章章节测验	
5	检核你的生命状态——大...	
5.1	识别情绪与生命能量	
5.2	觉察和整理你自己	
5.3	检核你的生命状态	
5.4	第五章章节测验	

我的答案：D

得分： 20.0分

5 【单选题】

以下成长经历中正确的教导是（）

- A、 不要犯错
- B、 时刻都要为别人着想
- C、 不要做你自己
- D、 以上都不是

我的答案：D

得分： 20.0分

目录	讨论	笔记
1	心理健康常识	
1.1	什么是心理健康	
1.2	大学生心理健康标准	
1.3	第一章章节测验	
2	我来了！大学	
2.1	大学新生面临的四大问题	
2.2	新生活新感受	
2.3	大一新生适应期的心理调适	
	2.3.1 大一新生适应期的心理调...	
	2.3.2 大一新生适应期的心理调...	
2.4	第二章章节测验	
3	自我认识（who am I?）	
3.1	认识自己	
3.2	自我认识的偏差	
3.3	第三章章节测验	
4	遇到更好的自己	
4.1	爱自己发现真正的宝藏	
4.2	觉察并克服生命的局限	
4.3	第四章章节测验	
5	检核你的生命状态——大...	
5.1	识别情绪与生命能量	
5.2	觉察和整理你自己	
5.3	检核你的生命状态	
5.4	第五章章节测验	