

一、单选题（题数： 40 ，共 40.0 分）

1 马斯洛需要层次理论中最高层次的需要是 ()。（ 1.0 分） 正确答案： C

- A、生理需要
- B、尊重
- C、自我实现
- D、爱与归属

2 下列说法不正确的是 ()。（ 1.0 分） 正确答案： B

- A、由于传统文化的影响 ,中国人待人待物往往缺乏赞扬
- B、一个人积极情感体验多 ,那么他的幸福感一定也高
- C、中国的 80、90 后青年对物质幸福的体验更少 ,因为物质要求太容易满足
- D、在保罗·萨缪尔森看来 ,幸福就是效用与欲望的比值

3 尼采是 ()哲学家。（ 1.0 分） 正确答案： A

- A、德国
- B、法国
- C、美国
- D、英国

4 下列不属于主观幸福感基本特点的是 ()。（ 1.0 分） 正确答案： D

- A、主观性
- B、整体性
- C、稳定性
- D、相对性

5 下列说法不正确的是 ()。（ 1.0 分） 正确答案： D

- A、幸福需要自我暗示
- B、幸福可能来自比较
- C、有目标的生活使人幸福
- D、幸福可以来自于对别人的依靠

6 下列说法中错误的是 ()。（ 1.0 分） 正确答案： A

- A、对自己的信念一定要非常执着
- B、好的想法要用 ,但它仍然是个故事
- C、对幸福的迷思源于文化的偏见和性别的差异

- D、关注确实在发生的事情

7 下列说法中错误的是 ()。(1.0 分) 正确答案： C

- A、某些电影由于满足了人们的希望感而受欢迎
- B、人们开心的时候 ,生理也会有变化
- C、行为取样来测量一个人是否幸福 ,只需要一个取样即可
- D、在幸福的指标中 ,中国人比较看重外界评价

8 丹尼尔·吉尔伯特研究发现 ,人类对未来情绪的预知能力 ()。 正确答案： B

- A、非常强大
- B、非常有限
- C、不存在
- D、比较强大

9 在马斯洛的需要层次理论中 ,最低层次的需求是 ()。(1.0 分) 正确答案： B

- A、安全需求
- B、生理需求
- C、尊重需要
- D、爱和归属需要

10 以下属于培养乐观心态的方法是 ()。(1.0 分) 正确答案： C

- A、积极幻想
- B、想象现在自己是最好的
- C、写出大小目标
- D、及时倾述

11 西方幸福观里关注理性思考的是 ()。(1.0 分) 正确答案： B

- A、快乐论
- B、现实论
- C、宗教论
- D、经验论

12 在北美的研究表明 ,有宗教信仰的人比无信仰的更幸福 ,原因不包括 ()。(1.0 分)

正确答案： B

- A、宗教信仰让人发现生活的意义
- B、宗教仪式会带人进入一种神秘超越的状态
- C、定期参加宗教活动能让人获得社会支持

- D、宗教经常是与生理、心理上更为健康的生活方式联系在一起的

13 当我获得一个好成绩 ,我把这个归结于我能力好 ,这属于 ()。 正确答案： C

- A、外归因 B、归因于客观刺激物 C、内归因 D、归因于所处情境

14 有研究表明在以下哪个国家或地区大学生消极情感分数偏低。 () 正确答案： C

- A、日本 B、新加坡 C、韩国 D、香港

15 在中国四大民间爱情传说中 ,被称为“中国的《罗密欧与朱丽叶》”的是 ()。

(1.0 分) 正确答案： D

- A、《牛郎织女》 B、《孟姜女》 C、《白蛇传》 D、《梁山伯与祝英台》

16 以下不属于产生情绪所需要经历的阶段是 ()。(1.0 分) 正确答案： A

- A、行为表现 B、重要事件 C、准备行动 D、大脑卷入

17 你在人生的某个阶段 ,患心理疾病的概率是 ()。(1.0 分) 正确答案： C

- A、10% B、15% C、30% D、40%

18 下列对丹尼尔·卡尼曼说法错误的是 ()。(1.0 分) 正确答案： B

- A、2002 年获得诺贝尔经济学奖
- B、1961 年获得经济学博士
- C、是心理学家
- D、主要研究人的非理性行为

19 PTSD 是指 ()。(1.0 分) 正确答案： C

- A、认知障碍 B、学习障碍 C、创伤后应激障碍 D、创伤前应激障碍

20 缓解不快画面的方法不包括 ()。(1.0 分) 正确答案： D

- A、电视屏幕 B、字幕和旁白 C、把这一切当作一个游戏 D、尽力删除相关回忆

21 在国外对幸福感的研究中 ,实证性研究阶段是 ()。(1.0 分) 正确答案： D

- A、20 世纪 50 年代以前 B、20 世纪 50-80 年代
- C、20 世纪 80-90 年代 D、20 世纪 90 年代至今

22 丹尼尔·卡尼曼曾获得 2002 年诺贝尔 ()。(1.0 分) 正确答案： D

- A、文学奖 B、和平奖 C、物理学奖 D、经济学奖

23 按照本·沙哈尔提出的幸福模型 ,()的人既考虑现在的利益又考虑将来的利益。

(1.0 分) 正确答案： A

- A、幸福型 B、虚无主义型 C、享乐主义型 D、忙碌奔波型

24 主观幸福感的三个指标是 ()。(1.0 分) 正确答案： C

- A、积极情感、消极情感、物质生活满意度
- B、积极情感、情感满意度、物质生活满意度
- C、积极情感、消极情感、生活满意度
- D、情感满意度、消极情感、生活满意度

25 关于情绪说法正确的是 ()。(1.0 分) 正确答案： C

- A、内向的人积极情绪更多 B、消极情绪与神经质无关
- C、外向的人积极情绪更多 D、消极情绪在人们 30 岁之后趋于稳定

26 下列属于观察自我的 ()。(1.0 分) 正确答案： D

- A、我很难过
- B、我很伤心
- C、我很失败
- D、我知道我很失败

27 以下哪个观点不属于实现论 ?() (1.0 分) 正确答案： C

- A、追求的是道德的完善和精神上的幸福
- B、幸福是善的生活加上理性生活
- C、幸福是追求对感官的享受
- D、追求幸福就要控制自己的欲望

28 微观经济学创始人是 ()。(1.0 分) 正确答案： A

- A、马歇尔
- B、贝克尔
- C、亚当·斯密
- D、米尔顿·弗里德曼

29 为了提升幸福 ,我们不应该 ()。(1.0 分) 正确答案： D

- A、表达感恩之情
- B、想象未来最好的自己
- C、享受生活之美
- D、攀比、多虑

30 关于解构神话爱情故事 ,不正确的描述是 ()。(1.0 分) 正确答案： C

- A、这些故事中的男主角往往很软弱
- B、这些故事带有男权主义色彩
- C、这些故事在今天已经不存在了 ,因为今天的社会已是男女平权
- D、这些故事的女主角大多符合了男性的幻想

31 以下哪位心理学家发现了很多遗传性的特征。 () (1.0 分) 正确答案： A

- A、戴维·吕肯
- B、塞利格曼
- C、米哈里
- D、狄纳

32 关于男性女性幸福感、痛苦感说法正确的是 ()。(1.0 分) 正确答案： C

- A、男性感受幸福能力强于女性

- B、男性感受痛苦的能力强于女性
- C、女性感受幸福、痛苦的能力强于男性
- D、比起幸福感 ,女性更容易感受到痛苦感

33 情绪产生的脑机制不包括 ()。(1.0 分) 正确答案： D

- A、下丘脑 B、大脑皮质 C、边缘系统 D、脑干

34 金庸作品所有夫妻中最完美的一对是 ()。(1.0 分) 正确答案： B

- A、黄蓉和郭靖 B、杨过和小龙女
- C、胡一刀夫妇 D、令狐冲和任盈盈

35 心理学家对烦恼统计结果表明 ,()的烦恼属于未来的。(1.0 分) 正确答案： B

- A、 2% B、 50% C、 92% D、 8%

36 正性错觉不包括 ()。(1.0 分) 正确答案： D

- A、不真实的正性自我觉知 B、对未来过分乐观
- C、高估对未来的控制力 D、猜测与质疑

37 “修身、齐家、治国 ,平天下”是 ()的幸福观。(1.0 分) 正确答案： C

- A、佛家 B、法家 C、儒家 D、道家

38 所谓“裂脑人” ,是指 ()出现了问题。(1.0 分) 正确答案： C

- A、大脑皮质 B、视丘 C、胼胝体 D、海马体

39 下列关于相对剥夺感说法错误的是 ()。(1.0 分) 正确答案： C

- A、会与参照全体进行比较 B、会产生消极情绪

- C、觉得一切环境都在欺负自己
- D、当人们将自己处境和某种标准进行比较时发现自己处在劣势,会产生剥夺感

40 在艾里斯的 ABCD 理论中,B 是指 ()。(1.0 分) 正确答案： C

- A、诱发事件
- B、消极结果
- C、自我信念
- D、观念调整

二、多选题 (题数： 15 , 共 30.0 分)

1 社会关系与幸福感的关系模型是 ()。(2.0 分) 正确答案： BC

- A、客观效应模型
- B、交互效应模型
- C、主效应模型
- D、缓冲器模型

2 主观幸福感的基本特点包括 ()。(2.0 分) 正确答案： BC

- A、主观性
- B、稳定性
- C、整体性
- D、自发性

3 下列属于正性错觉的是 ()。(2.0 分) 正确答案： ACD

- A、对未来过分乐观
- B、猜疑与质疑
- C、高估对未来的控制力
- D、不真实的正性自我觉知

4 依赖的人际关系与幸福有关的原因是 ()。(2.0 分) 正确答案： ABD

- A、满足了人的归属需要
- B、幸福的人更可能被别人选做朋友
- C、满足了人们自尊需要
- D、提供了社会支持

5 佛家认为人痛苦的根本来源是 ()。(2.0 分) 正确答案： AC

- A、爱
- B、贪
- C、嗔
- D、痴

6 带来幸福的要素是 ()。(2.0 分) 正确答案： BC

- A、积极幻想
- B、追求目标
- C、行动
- D、倾述

7 每个人认知过程是不一样的 ,情绪过程也不一样 ,所产生的行为也不一样 ,这与个人()有关。(2.0 分) 正确答案: ABD

- A、个性特征 B、个性倾向性 C、行为反应 D、自我意识

8 情绪的三阶段分为 ()。(2.0 分) 正确答案: ABC

- A、重要事件 B、大脑卷入 C、准备行动 D、感知接受

9 国家具有以下哪些特点会让人民主观幸福感较高 ?() (2.0 分) 正确答案: ABC

- A、公平的社会文化 B、官民和谐 C、高福利 D、军事冲突

10 有研究表明个体支持利用度对以下哪些方面具有预测作用。(2.0 分) 正确答案: BCD

- A、悲伤感 B、快乐感 C、正向情感 D、负向情感

11 以下哪些研究结果不是塞里格曼的调查结果。(2.0 分) 正确答案: ACD

- A、最幸福的 10% 的大学生最与众不同之处在于他们高智商
- B、最幸福的 10% 的大学生最与众不同之处在于他们的亲社会性行为
- C、最幸福的 10% 的大学生最与众不同之处在于他们的高学历
- D、最幸福的 10% 的大学生最与众不同之处在于他们充实的社会生活

12 幸福的心理结构包括 ()。(2.0 分) 正确答案: AC

- A、情感与行为 B、需要与自尊 C、需要与认知 D、认知与自我

13 下列哪些举措会让我们产生痛苦 ?() (2.0 分) 正确答案: AD

- A、注意力总是聚焦在自己缺少的东西上

- B、预知好事情的发生
- C、知足常乐
- D、总是想象那些令人害怕又从未发生的事情

14 积极情绪与 ()有关。(2.0 分) 正确答案： ABC

- A、过去 B、现在 C、将来 D、事件

15 下列哪些学科领域在关注幸福感 ?() (2.0 分) 正确答案： ABCD

- A、哲学 B、经济学 C、社会学 D、文化学

三、判断题 (题数： 30 , 共 30.0 分)

1 胸式呼吸可以让人开始改变、接受、准备出发。 () (1.0 分) 正确答案： ×

2 实验发现 ,人的消极情绪在 30 岁以后会较青春期更强。 () (1.0 分)

正确答案： ×

3 影响幸福感知能力的是人们的认知能力。 () (1.0 分) 正确答案： ×

4 每个人的自我控制都是无限的 ,自控力可以使用在任何方面。 () (1.0 分)

正确答案： ×

5 积极情绪更能让人思维聚焦在某一点上。 () (1.0 分) 正确答案： ×

6 中国传统三大幸福观来自儒家、道家和墨家。 () (1.0 分) 正确答案： ×

7 幸福是可以测量的 ,在做单题和多题的测量表时人们很难伪装自己。 () (1.0 分)

正确答案： ×

8 积极想象是提升我们幸福感的重要心理机制。 () (1.0 分) 正确答案：

9 当思考自我广播无意的东西时 ,观察自我去注意它。 () (1.0 分) 正确答案： ×

10 研究表明 ,在大灾难之后可能出现的自杀浪潮 ,与人们失去亲人、失去社会支持

有关。 () (1.0 分) 正确答案 :

11 在友谊开始的阶段 ,“ 匹配 ” 很重要。 () (1.0 分) 正确答案 :

12 法国数学家傅里叶曾做过关于幸福的研究。 () (1.0 分) 正确答案 :

13 精神分析论认为在人无意识的领域中 ,存在着追求快乐和避免痛苦的本能倾向。

() (1.0 分) 正确答案 :

14 受教育水平跟人们的幸福感关系不大 ,特别是在发展中国家。 () (1.0 分)

正确答案 : ×

15 人不应该有不好的情绪。 () (1.0 分) 正确答案 : ×

16 遇到你曾经憎恶的人 ,微笑的打招呼 ,因为他让你变得坚强。 () (1.0 分)

正确答案 :

17 价值观的形成一定是社会的责任。 () (1.0 分) 正确答案 : ×

18 西方的哲学比较关注感官享受和理性。 () (1.0 分) 正确答案 :

19 有些人玩游戏不学习 ,不仅仅是转移注意力也是一种逃避策略。 () (1.0 分)

正确答案 :

20 幸运和噩运都对幸福感有影响 ,所以影响幸福感水平的是心理加工机制 ,而不是

环境本身。 () (1.0 分) 正确答案 :

21 有人天生乐观 ,一直笑呵呵的不大容易被打击到的 ,这属于不正常现象。 () (1.0

分) 正确答案 : ×

22 对过分乐观的研究表明 ,积极情感和积极认知常同时产生 ,并且常常都是积极认

知导致了积极情感。 () (1.0 分) 正确答案 : ×

23 积极心理学可以给人们带来幸福的原因是用不同的方法表述一件事情,会让人

有不一样的感觉。 () (1.0 分) 正确答案 :

24 道家的幸福感和佛家的幸福感基本一样,都是追求清静无为。 () (1.0 分)

正确答案 : ×

25 消极情绪会使我们更容易把注意力转移到负性情绪上去。 () (1.0 分)

正确答案 :

26 赛利格曼曾在哈佛开设了幸福公开课,使得这门课程被广泛关注。 () (1.0 分)

正确答案 : ×

27 改变的意义在于最终我们是否达到了既定目标。 () (1.0 分) 正确答案 : ×

28 一旦目标达成后,获得的轻松感就是幸福。 () (1.0 分) 正确答案 : ×

29 实验表明基因对幸福的控制与基因对智力的控制一样,所以就会有人先天乐观。

() (1.0 分) 正确答案 :

30 “幸福热”的时代表现在地方层面、媒体层面和学术层面。 () (1.0 分)

正确答案 :