

一. 单项选择题

1. 一般适应综合征(GAS)分以下三期()
 - A. 警戒期、阻抗期、衰竭期
 - B. 觉醒期、阻抗期、适应期
 - C. 警戒期、阻抗期、适应期
 - D. 觉醒期、阻抗期、衰竭期
2. 塞里的应激研究更接近于目前应激概念中的()
 - A. 心理反应
 - B. 社会反应
 - C. 行为反应
 - D. 生理反应
3. 塞里强调应激源作用于机体后产生()
 - A. 非特异性心身变化
 - B. 特异性心身变化 “
 - C. 特异性生理变化
 - D. 非特异性生理变化
4. 综观应激研究史, 最早被关注的是应激的()
 - A. 生物学方面
 - B. 心理学方面
 - C. 社会学方面
 - D. 人类学方面
5. 表示生活事件(应激源)的强度最好用以下方式()
 - A. 情绪焦虑程度
 - B. 累计 LCU 的值
 - C. 心身疾病发生率
 - D. 转化为生物学指标
6. 根据已有的对生活事件“质”的研究, 对健康影响居前的事件通常是()
 - A. 家庭不幸、工作压力、人际矛盾
 - B. 工作压力、人际矛盾、经济负担
 - C. 人际矛盾、经济负担、事业学业受挫
 - D. 经济负担、事业学业受挫、家庭不幸
7. 负性生活事件是指()
 - A. 对人产生损害的事件
 - B. 个体感觉不愉快的事件
 - C. 与健康成负相关的事件
 - D. 公认的有害事件
8. 某人内心非常自卑, 但与人交往时显出一派自高自大, 较恰当的选择是()

A. 潜抑 B. 反向 C. 否认 D. 幽默

9. LCU 反映的是()

- A. 生活事件对个体心理刺激的强度单位
- B. 生活事件的被认知程度单位
- C. 生活事件对溃疡病等心身疾病的影响程度单位
- D. 生活事件的改变程度单位

10. 应激反应最妥帖的含义是指个体因为应激源所致的()

- A. 生物、心理、社会、行为方面的变化
- B. 认识、意志、情绪、个性方面的变化
- C. 幻听、幻觉、妄想等精神症状方面的变化
- D. 心理障碍、心身障碍、心身疾病等心身病理方面的变化

11. 不宜作为“心理应激反应”效标变量的有()

- A. 焦虑、抑郁情绪水平或躯体生物指标
- B. 心身症状量表
- C. 认知评价与应对水平
- D. 心身障碍和心身疾病的发病率

12. 与健康 and 疾病关系最直接的应激心理反应是()

- A. 认知改变 B. 情绪反应 C. 个性改变 D. 社会适应能力下降

13. 最常出现的应激情绪反应是()

- A. 焦虑 B. 抑郁 C. 愤怒 D. 恐惧

14. 作为应激的一种行为反应, 所谓“退化”是指()

- A. 个体采用远离应激源的方式应付环境
- B. 个体采用攻击的方式应付环境
- c. 个体使用幼儿时期的方式应付环境

- D. 是一种无能为力, 无所适从的行为反应
15. 关于应激的生理反应, 请选择下述最确切的描述()
- A. 以神经解剖学为基础, 最终涉及全身各系统和器官
- B. 边缘系统的“情绪脑”及下丘脑起决定作用
- C. 丘脑和网状结构起决定作用
- D. 自主神经系统是最终的作用环节
16. 应激生理反应的神经机制主要通过以下途径调节()
- A. 交感神经—肾上腺髓质轴 B. 下丘脑—腺垂体—肾上腺皮质轴
- C. 下丘脑—神经垂体轴 D. 下丘脑—腺垂体—甲状腺轴
17. 请选择你认为在心理—神经—内分泌中介机制中最主要的调节部位()
- A. 腺垂体 B. 神经垂体 C. 肾上腺皮质 D. 肾上腺髓质
18. 心理应激通过以下心身中介途径与生理反应和心身疾病相联系:()
- A. 神经、垂体、紧张状态 B. 神经、内分泌、免疫系统
- C. 神经、内分泌、紧张状态 D. 垂体、内分泌、免疫系统
19. Lazarus 和 Folkman 认为应激过程最关键的因素是()
- A. 认知评价 B. 应对方式 C. 个性特征 D. 社会支持
20. 应激过程中的认知评价受以下因素的影响()
- A. 生活事件的性质 B. 个性特征 C. 社会支持 D. 以上均是
21. 应对就是个体对生活事件及其伴随的心身不平衡状态所作的()
- A. 情绪调节 B. 认识和行为努力
- C. 潜意识中的防御 D. 求助活动
22. 某学生对一次考试失败引起的精神痛苦进行调整, 最宜称为()
- A. 问题关注应对 B. 情绪关注应对 C. 过程应对 D. 特质应对

23. 关于特质应对, 确切的描述是()

- A. 与个性特征和个人行为习惯有较高的相关性
- B. 与生活事件性质有较低的相关性
- C. A、B 均对
- D. A、B 均不对

24. 心理防御机制来自以下理论()

- A. 行为学习理论
- B. 精神分析理论
- C. 认知理论
- D. 人本主义理论◇

25. 心理应对和心理防御机制概念分别来自()

- A. 心理应激理论和精神分析理论
- B. 同一种理论——精神分析理论
- C. 同一种理论——心理应激理论
- D. 精神分析理论和心理应激理论

26. 所谓否认机制(denial)是指()

- A. 调整认识, 否定生活事件的消极方面
- B. 隐瞒事实, 避免应激事件的产生
- C. 隐瞒事实, 避免应激反应的产生
- D. 否定应激事件, 降低潜意识中的焦虑

27. 心理防御机制可分为四类()

- A. 精神病型、心理障碍型、心理问题型、正常型
- B. 自恋型、神经症型、不成熟型、成熟型
- C. 精神病型、神经症型、心理问题型、正常型
- D. 自恋型、心理障碍型、不成熟型、成熟型

28. 合理化机制(rationalization)又称()

- A. 合理应对
- B. 文饰作用
- C. 白日梦
- D. 矫枉过正

29. 潜抑机制(repression)()

- A. 是个体有意不去回想痛苦事件
 - B. 是个体将痛苦事件深埋在心里, 不表现出来
 - C. 是精神分析理论中最基本的心理防御机制
 - D. 是精神分析治疗中医生帮助病人消除痛苦的技术一
30. 个体与社会人和社团组织的精神上的和物质上的联系程度, 称()
- A. 人际关系 B. 社会角色 C. 社会支持 D. 应激的内部资源
31. 关于社会支持概念, 较确切的描述是()
- A. 个体体会到的来自社会的精神支持程度
 - B. 个体与社会的客观联系程度
 - C. 在应激时能被个体利用的社会网络
 - D. 综合以上三方面
32. 关于社会支持, 目前的研究一般认为()
- A. 具有减低应激水平和保护健康的作用
 - B. 只有在出现负性生活事件时才发挥作用
 - C. 与应对方式等概念在内容上是完全独立的
 - D. 只有在人格有缺陷的个体身上才发挥作用
33. 生活中有些人习惯于忍耐, 最宜称其为()
- A. 积极应对 B. 问题关注应对 C. 特质应对 D. 应对策略
34. 退行最恰当的说法是()
- A. 用幼稚的方式应付环境变化 B. 回避应激源
 - C. 是一种消极应对策略 D. 常借酒消愁
35. 某人丢失一件贵重物品, 他称此事为“破财免灾”。对此最恰当的解释是()

A. 幽默 B. 反向作用 C. 合理化作用 D. 感到非常痛惜

36. “移民” 所属应激源的种类是()

A. 躯体性应激源 B. 心理性应激源 C. 社会性应激源 D. 文化性应激源

37. “杞人忧天” 故事中的“杞人” 面对的应激源属于()

A. 躯体性应激源 B. 文化性应激源 C. 心理性应激源 D. 社会性应激源

38. 心理应激反应中的核心影响因素是()

A. 体质 B. 认知因素 C. 个性特征 D. 社会支持

39. 有学者对某地大水灾后, 连续两年随访调查发现, 每个受灾者都在水灾后有焦虑、应激、记忆损害以及内脏不知的复合症状, 这种反应可以认为是()

A. 灾难化 B. 崩溃 C. 困扰 D. 创伤后应激障碍

40. 个体面临难题, 使自己适应或摆脱某种情境的过程称为()

A. 激励 B. 解脱 C. 应对 D. 回避

41. 最理想的控制应激的办法是()

A. 分散注意 B. “松弛” 应对 C. “求助” 的方式 D. “问题解决” 的方法

42. 与健康关系最直接的应激心理反应是()

A. 情绪反应 B. 意志改变 C. 认知改变 D. 感觉异常

43. 临床上, 有些患绝症的病人拒绝治疗甚至自伤, 这种行为反应是()

A. 无助 B. 退化 C. 敌对 D. 攻击

44. 在应激过程中, 消极性最小而积极性最高的是()

A. 逃避 B. 挑战 C. 攻击 D. 依赖

二. 多项选择题

1. 以下认识途径包括在心理应激理论发展过程中的有()

A. 应激是个体对有害刺激的反应

- B. 应激是引起个体产生应激反应的刺激物
 - C. 应激是心理社会因素导致精神病的过程
 - D. 应激是个体的认知、应对等一系列中介活动的过程
2. 关于目前心理应激概念, 以下叙述确切的是()
- A. 生活事件、认知评价、应对方式、应激反应等主要应激因素之间界限清晰
 - B. 包含了应激是刺激物、是有害刺激的反应以及是多种中间变量的综合认识
 - C. 应激刺激和应激反应均涉及生物的、心理的和社会的内容
 - D. 应激是应激源、应激中介因素和应激反应多因素的作用过程
3. 关于目前的心理应激研究, 以下叙述正确的是()
- A. 心理应激是多因素的集合概念
 - B. 应激理论为心理病因学提供一种认识思路
 - C. 某些现代人类不良行为与心理应激密切相关
 - D. 应激是一种社会科学方面的宏观研究
4. 关于生活事件的概念, 正确的叙述是()
- A. 即应激刺激物
 - B. 即应激源
 - C. 即生活中的不良情绪
 - D. 即生活变故
5. 以下属于心理应激刺激(应激源)的是()
- A. 受奖
 - B. 工作负担过重
 - C. 吸烟
 - D. 失眠
6. 在生活事件与健康关系的研究方面, 正确的叙述是()
- A. 负性生活事件与健康的相关程度高于正性事件
 - B. 生活事件因素与健康的相关程度高于其他应激因素
 - C. 在 SRRS 中, 家庭不幸事件与健康的相关程度应高于经济事件
 - D. 自我评分生活事件量表分与健康的相关程度高于客观评分生活事件量表分
7. 以下叙述正确的是()

- A. 应激反应是个体对环境的一种适应
 - B. 应激反应是生物界赖以发展的原动力
 - C. 应激反应是保持健康的条件
 - D. 应激反应是人格和行为健全的促进因素
8. 心理应激与心身疾病之间的联系环节包括: ()
- A. 心身反应
 - B. 心身症状
 - C. 心身二元论
 - D. 心身中介机制
9. 关于应激行为反应, 正确的描述是 ()
- A. 以应激的心理反应为背景
 - B. 是个体的一种行为应对策略
 - C. 是顺应环境的需要
 - D. 对健康始终是有利的
10. 非特应系统(ergotropic system)功能增强, 包括 ()
- A. 心理警觉度提高
 - B. 骨骼肌张力增强
 - C. 交感神经激活
 - D. 肝糖原合成加强
11. 下面选项叙述正确的是 ()
- A. 在心理神经免疫中介机制中, 免疫系统与中枢神经进行着双向调节
 - B. 心理应激降低免疫功能
 - C. 慢性应激通过过多分泌皮质激素而抑制免疫功能
 - D. 心理神经免疫中介机制是肿瘤心理病因学关注的对象
12. 关于个体对生活事件的认识评价, 下面选项描述正确的是 ()
- A. 初级评价是估计事件与自己的利害关系
 - B. 初级评价事件与己无关, 则不再出现次级评价
 - C. 次级评价是对个人的能力作出估计
 - D. 次级评价事件是不可改变的, 往往采用问题关注应对
13. 关于应对概念的叙述正确的是 ()
- A. 应对的涵义是多维度的

- B. 应对与多种应激因素有相关性
- C. 应对保护个体免受应激损害的作用
- D. 应对活动涉及应激全过程