23 年大学生心理健康教育期末考试题回忆总结

Imq、wtt、yyh

一、多选题

- 1. 关于人格的定义正确的是()
- A. 是人各种心理特征的总和
- B. 指的是一个人整体的精神面貌
- C. 是人的思维方式、行为习惯
- D. 是个体一贯的行为模式
- 2. 人格具有什么特点()
- A. 独特性
- B. 相对稳定性
- C. 功能性
- D. 整体性
- 3. 意识结构包括哪些层次()
- A. 潜意识
- B. 前意识
- C. 意识
- D. 冥想
- E. 深度思考
- 4. 如何调节情绪()
- A. 知道自己处于怎样的情绪状态,觉察某种情绪的出现
- B. 能够监视情绪的变化,并觉察它发生的原因
- C. 无条件地接纳自己的情绪,让它释放
- D. 通过身体的放松训练调节情绪
- E. 压抑自己的复杂情绪
- 5. 高心理韧性者的特质有()
- A. 积极乐观的认知风格
- B. 灵活的情绪调节
- C. 强大的自我效能感
- D. 保持情绪的绝对稳定
- E. 解决问题的行动精神
- F. 良好的人际关系
- 6. 神经的可塑性体现在()
- A. 神经元连接的创造
- B. 神经元连接的加强
- C. 神经元连接的削弱
- D. 神经元连接的拆除
- . 存在-人本主义中人生四大终极命题包括()
- A. 自由**/**
- B. 孤独
- C. 死亡/
- D. 金钱
- E. 意义感
- 8. 心理危机的发展包括什么时期()

ABCD

ABCD

之 65 LLI ITT



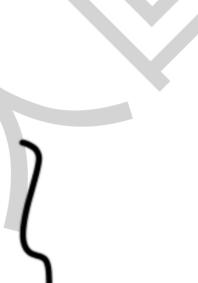
AB CEF

ABCD

- A. 平稳期
- B. 冲击期
- C. 心理防御期
- D. 解决期
- E. 成长期
- 9. 影响大学生心理健康的家庭因素有()
- A. 父母教养方式
- B. 家庭经济
- C. 父母婚姻状况
- D. 社会文化
- E. 父母职业和文化
- F. 亲子关系
- 10. 如何构建和谐家庭()
- A. 推崇孝与礼
- B. 重叙故事和感恩
- C. 学会感恩
- D. 非暴力沟通
- 11. 非暴力沟通技巧包括()
- A. 感受的表达
- B. 请求的表达
- C. 需要的表达
- D. 观察的表达
- 12. 人际关系中归因偏差包括()
- A. 将他人的行为原因归结为人为因素
- B. 将他人的行为原因归结为不可改变的
- c. 将他人的行为原因归结为普遍存在的
- D. 将他人的行为原因归结为对其他事情有普遍影响
- 13. 挫折的特点有()
- A. 差异性
- B. 客观性
- C. 二重性
- D. 不可预见性
- 14. 大学生自我意识的常见偏差有()
- A. 理想和现实的差距
- B. 过度自我接受和自我否定
- C. 独立和依赖的纠结
- D. 自我中心和他我中心
- 15. 如何进行自我关怀()
- A. 不过分强求别人
- B. 压抑自己的情绪不让其表达
- C. 不要处处与人竞争
- D. 找人倾诉烦恼
- 16. 当自己失恋后,以下哪些话是可以对自己说的()
- A. 我一定太令人讨厌了

BCDE





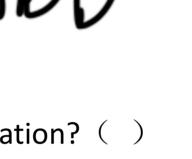
- B. 没有人会喜欢我
- C. Ta 也许不值得我再爱
- D. 我还没有遇到合适的人
- E. 我并不值得被爱
- 17. 当你的朋友哭泣时你应该要做什么()
- A. 不指责他哭
- B. 不要不经思考就说他
- C. 以开放的姿态面对他
- D. 保持眼神的接触
- E. 岔开他的话题
- 18. 亲子关系常见问题有()
- A. 过紧的亲子关系
- B. 疏远的亲子关系
- C. 依赖的亲子关系
- D. 亲子冲突
- 19. What are the principles of a boundary communication? ()
- A. Fair
- B. Apologies
- C. Stick to values
- D. Truthful

二、单选题

- 1. 大部分人自我感觉比一半的人要好,这种效应称为()
- A. 自我期待效应
- B. 晕轮效应
- C. 优于平均效应
- D. 罗森塔尔效应
- 影响大学生的注意力稳定性() 2. 以下哪个因素不
- A. 年龄
- B. 疲劳
- C. 体重
- D. 气质
- E. 情绪稳定性
- 3. 日常的学习中的注意力稳定性主要体现为()
- A. 选择注意
- B. 警觉注意
- C. 活动注意
- D. 分配注意
- 4. 下列是心理咨询的伦理核心的是()
- A. 助人自助
- B. 尊重关怀
- C. 换位思考
- D.
- 5. 抑郁症的主要特征不包括()



































- A. 情绪低落
 B. 思维迟缓
 C. 会思考人生价值
 D. 意志减退
- 6. 幻觉的主要形式是什么()

E. 价值感降低

- A. 幻视B. 幻听
- C. 幻嗅
- 7. 以下关于心理咨询的说法正确的是()
- A. 健康人也可以进行心理咨询

 A. 健康人也可以进行心理咨询
- B. 心理咨询师应主动寻找需要咨询的人
- C. 心理咨询师应主动联系咨询者
- D. 心理咨询师应当进入咨询者的生活中
- 8. 在他人做出部分行为后我们会认为是他人的原因,这种归因风格为()归因风格
- A. 内部

D. 幻触

- B. 外部
- C. 主观
- D. 客观
- 9. 以下哪个不是正念的作用()
- A. 专注现在,减少杂念
- B. 开放,接纳专注学习
- C. 保持冷静完成学习任务
- D. 始终保持放松的心理状态
- E. 明确目标,专注学习
- 10. 威胁系统位于()
- A. 边缘脑
- B. 爬虫旧脑
- C. 新皮层
- D. 小脑网络

三、判断题

- 1. 事件本身影响了我们的情绪和行为。(**)
- 2. 情绪包含主观体验、生理唤醒和外部表现。
- 3. 亲情、爱情和友情是相互制约、相互补充的。()
- 4. 男性的性欲高峰出现在中年时期。(*)
- 5. 使用安全套是避免意外妊娠和性病传播的首要办法。(人)
- 6. 适度自慰通常不会影响个体未来的性功能和生育能力。 🗸
- 7. 心理咨询师应当主动去寻求各类心理有问题的人。(**)
- 8. 心理咨询的目的是为了维护身心健康。 🛨 🗸
- 9. 心理咨询师对咨询的内容绝对保密。(**)
- 10. 精神分裂症是一组病因未明的精神病,多起病于青壮年,常缓慢起病,具有思维、情感、行为等多方面的障碍,及精神不协调。()

- 11. 肠易激症和个人的情绪没有关系。(X
- 12. 焦虑症患者植物神经功能兴奋。(\)
- 13. 过于关注容貌的学生容易在学业运动等方面受挫。() / 14. 在心理学角度,人格相当于"个性"。() /

