**大学生心理健康教育选择题复习题**

**第一章：大学生心理健康导论**

一、单选题：

1、大学生心理健康标准有()。

A、 智力正常

B、 意志、行为健全协调

C、 自我意识良好人格完整

D、 以上全是

答案： D

二、判断题

1、心理咨询主要指通过心理学理论指导和技术应用的临床干预措施来进行?

答案： 正确

2、心理学就是发发问卷

答案： 错误

3、心理学是一门研究心理现象及其规律的科学

答案： 正确

4、心理咨询的目的是提高个人的心理素质,使人健康,愉快,有意义地生活。

答案： 正确

5、心理咨询是心理咨询师协助求助者解决心理问题的过程。

答案： 正确

6、大学生心理健康的标准:1,智力正常2,情绪情感积极稳定3,意志、行为健全协调4,自我意识良好人格完整5,社会适应良好6,心理行为符合年龄性别角色。

答案： 正确

7、1879年,冯特教授在德国莱比锡大学创建世界上第一个心理学实验室,标志着科学心理学的诞生。

答案： 正确

8、身体健康是心理健康的基础和载体。

答案： 正确

**第二章：大学生自我意识**

一、单选题：

1、关于自我意识的结构,从内容上划分,包括:自我认识、自我体验和()。

A、 自我监控

B、 社会自我

C、 心理自我

D、 生理自我

答案： A

2、埃里克森认为“自我统合-角色混乱”的心理危机存在于哪个阶段:

A、 青年期

B、 成年期

C、 中年期

D、 老年期

答案： A

3、关于自我,自己不知道别人知道的部分叫做:

A、 公开的我

B、 盲目的我

C、 秘密的我

D、 未知的我

答案： B

4、查尔斯·库利提出了什么概念?

A、 现实的我

B、 镜中的我

C、 理想自我

D、 健康自我

答案： B

5、狂妄自大、自我膨胀、孤芳自赏特征的人,是:

A、 虚荣

B、 从众

C、 自卑

D、 自负

答案： D

6、谁认为自我同一性的确立和防止社会角色的混乱是青年期的发展任务?

A、 弗洛伊德

B、 马西亚

C、 埃里克森

D、 威廉·詹姆斯

答案： C

7、心理学家阿特金森说,人的行为动机有两大类:一是力求成功,一是避免失败。显然,这很符合我们的常识。然而,人本主义心理学家马斯洛提出人还会“害怕成功”,这种情结叫做:

A、 约拿情结

B、 俄狄浦斯情结

C、 水仙花情结

D、 自我设限

答案： A

8、心理学家到一个学校对一个班的小学生做了智力测验,然后心理学家从全班学生中随机抽了三名学生,告诉老师说这三名学生是高智商人才。半年之后,实验结果是:这三个学生的成绩长进很大,远远超过其他同学的进步。这叫做:

A、 马太效应

B、 从众效应

C、 期望效应或罗森塔尔效应

D、 蝴蝶效应

答案： C

9、在弗洛伊德的本我-自我-超我理论中,本我遵循的是:

A、 现实原则

B、 快乐原则

C、 道德原则

D、 健康原则

答案： B

10、正确认识自我的比较法中不包含哪一种?

A、 向上比较

B、 向下比较

C、 相似比较

D、 向外比较

答案： D

二、多选题：

1、埃里克森认为青少年自我同一性的表现包括:

A、 自我意识的确定和自我角色形成是其核心问题。

B、 对周围世界有了新的观察与思考,经常考虑自己到底是怎样一个人。

C、 他们从别人对自己的态度中,从自己扮演的各种社会角色中逐渐认清自己。

D、 逐渐疏远父母,从对父母的依赖关系中解脱出来而与同伴建立了亲密的友谊。

答案： ABCD

2、大学生自我意识的提升方法有:

A、 正确认识自我

B、 积极悦纳自我

C、 合理调控自我

D、 不断超越自我

答案： ABCD

3、弗洛伊德关于意识的理论包括:

A、 意识

B、 前意识

C、 潜意识

D、 梦.

答案： ABC

4、自卑者与自信者的区别在于:

A、 自卑者的认同感依赖于外部,自信者的认同感依赖于内部。

B、 自卑者潜意识的焦点集中在自身的劣势,自信者潜意识的焦点集中在自身的优势。

C、 自卑者的认同感依赖于内部,自信者的认同感依赖于外部。

D、 自卑者潜意识的焦点集中在自身的优势;自信者潜意识的焦点集中在自身的劣势。

答案： AB

5、自我意识是个体对自己身心状态的察觉和认识,包括认识自己的

A、 意识状况

B、 生理状况

C、 心理特征

D、 自己与他人和周围世界的关系。

答案： BCD

三、判断题：

1、“本我,自我,超我”的概念是由弗洛伊德所提出的。

答案： 正确

2、“大多数人想改造这个世界,但极少有人想改造自己”这句话是尼采说的。

答案： 错误

3、人的自我意识会经历萌芽,形成,发展,完善四个阶段,其中完善阶段发生在青春期10年。

答案： 错误

4、大学生自我意识常见偏差,其中自我概念偏差表现为自我中心。

答案： 正确

5、人的自我意识会经历这样四个阶段:A.生理自我发展 B.社会自我发展 C.心理自我发展 D.本我自我发展

答案： 错误

6、梦理论属于弗洛伊德关于意识的理论。

答案： 错误

7、自省法、投射法皆属于大学生进行自我认识的方法。

答案： 正确

8、“以小人之心,度君子之腹”讲的是投射效应。

答案： 正确

9、《镜中的我》的概念是由查尔斯·库利提出

答案： 正确

10、“约拿情节”就是对成长的恐惧—人不仅害怕失败,也害怕成功。

答案： 正确

11、弗洛伊德提出集体潜意识这个概念。

答案： 错误

12、人的行为动机有两大类:一是力求成功,一是避免失败。

答案： 正确

**第三章：大学生情绪调节与压力应对**

一、单选题：

1、大学生要正确认识压力与挫折,下面哪项不正确?

A、 以疯狂学习或工作来应对;

B、 认识到压力和挫折是难免的;

C、 认识到压力和挫折的双重性;

D、 树立正确的压力和挫折观。

答案： A

2、紧张的体验,恐惧的破坏性不包括哪一项:

A、 恐惧导致逃避行为

B、 恐惧导致情绪放松

C、 恐惧导致过度紧张，情感压抑

D、 恐惧影响社交

答案： B

3、情绪的构成,不包括哪个内容?

A、 心灵的感受——主观体验;

B、 情绪的镜像——表情;

C、 躯体的动员——生理唤醒;

D、 情绪的控制——自控。

答案： D

4、情绪健康的表现不包括:

A、 表达方式恰当;

B、 情绪反应适度;

C、 积极情绪多于消极情绪;

D、 积极情绪与消极情绪平衡。

答案： D

5、人不是被事情本身所困扰,而是被其对事情的看法所困扰,这是讲的哪个理论?

A、 意义疗法;

B、 艾利斯理性情绪疗法:ABC理论;

C、 行为疗法;

D、 精神分析疗法。

答案： B

6、人脑中存在着两条用来处理情绪激活信息的通路,一个是情绪脑,另一个是:

A、 左半球

B、 右半球

C、 理性脑

D、 小脑

答案： C

7、生化学家的眼泪成分研究发现,眼泪可以分为两类——反射性眼泪和:

A、 情绪性眼泪;

B、 喜极而泣的流泪;

C、 切洋葱辣出来的眼泪;

D、 因风沙揉出来的眼泪;

答案： A

8、下列关于焦虑的说法中,哪个是正确的:

A、 焦虑中担心和害怕的对象是明确的;

B、 焦虑中担心和害怕的对象是具体的;

C、 焦虑中担心和害怕的对象是隐身的;

D、 焦虑中担心和害怕的对象是不存在的。

答案： C

9、下面关于压力描述不正确的是:

A、 压力是由刺激引起的;

B、 压力概念最先由维克多·E·弗兰克尔提出;

C、 压力伴有躯体机能以及心理活动改变;

D、 压力是一种身心紧张状态。

答案： B

10、证明了“生命活动的维持需要一定水平的外界刺激”的实验是:

A、 伤痕实验;

B、 视觉悬崖实验;

C、 感觉剥夺实验;

D、 三山实验。

答案： C

二、多选题：

1、愤怒是指个体受刺激后异常激动的情绪状态。下面关于愤怒的表达哪些是对的?

A、 愤怒是深思熟虑后产生的情绪;

B、 愤怒是本能的,具有原始性的情绪。

C、 愤怒是急速而又轻率的情绪;

D、 愤怒是受到威胁后的反应。

答案： BCD

2、情绪的基本类型包括:

A、 快乐;

B、 愤怒;

C、 恐惧;

D、 悲哀。

答案： ABCD

3、情绪具有哪些特点?

A、 情绪是主观意识经验;

B、 情绪与需要有连带关系;

C、 情绪状态不易自我控制;

D、 情绪都有外在独特的表达。

答案： ABCD

4、抑郁的破坏性包括:

A、 生活质量下降;

B、 学习或工作效率降低;

C、 心境安宁;

D、 绝望和自杀

答案： ABD

三、判断题

1、压力也有其用处,适当的压力既能给生活带来乐趣也可以促进人类发展。

答案： 正确

2、抑郁的破坏性不包括绝望和自杀。

答案： 错误

3、艾利斯理性情绪疗法即ABCD理论。

答案： 错误

4、情绪是人们对客观事物能否满足自己需要的一种主观体验以及所产生的身心激动状态,即人们对外界刺激所引起的生理和心理变化的一种主观体验。

答案： 正确

5、情绪是主观意识经验而且状态不易自我控制。

答案： 正确

6、消极的人生观表现为无望、悲观、觉得人生没有什么意思，加上情绪低落。

答案： 正确

7、愤怒是指个体受到刺激后异常激动的情绪状态。

答案： 正确

9、大学生挫折产生的原因只有理想和现实的差距,个性因素两点。

答案： 错误

10、大学生健全人格的内涵不包括乐观的生活态度。

答案： 错误

11、大学生压力特点不包括不同专业学生心理压力差异显著。

答案： 错误

12、生化学家的眼泪成分研究发现,眼泪可以分为两类,喜极而泣的流泪属于其中一类。

答案： 错误

**第四章：大学生人际交往**

一、单选题：

1、“千里送鹅毛”的故事是关于人际交往功利原则中的:

A、 增值交换规律;

B、 减值交换规律;

C、 自我价值保护规律;

D、 情境控制规律。

答案： A

3、关于人际吸引因素:熟悉性,下列哪个说法错误?

A、 熟悉能增加喜欢的程度;

B、 次数也有一定界限,超过界限会让人厌烦;

C、 对反面的东西随着熟悉度增加会更喜欢;

D、 对反面的东西再熟悉也不会喜欢。

答案： C

4、下列表述中错误的是:

A、 “一俊遮千丑”、“一好百好”讲的是光环效应;

B、 光环效应会让我们对人的认识出现偏差;

C、 “以小人之心,度君子之腹”讲的是投射效应;

D、 刻板效应是一种心理定势,是关于某类人概括而笼统的固定印象,不会产生认识偏差。

答案： D

5、下列表述中正确的是:

A、 在对陌生人的认知中,首因效应比较明显;

B、 在对陌生人的认知中,近因效应比较明显;

C、 对熟识的人的认知中,首因效应更起显著作用

D、 首因效应又叫新颖印象,近因效应又叫第一印象。

答案： A

6、下列关于良好人际关系的说法中,哪个是错误的:

A、 双方之间不能有冲突和不一致意见;

B、 人格平等是良好人际关系的最重要前提;

C、 是接纳的、坦白的、信赖的关系;

D、 是没有害怕与恐惧的深度关系。

答案： A

7、心理学家阿龙森的“犯错误效应”实验,证明了下列四种情形的人,哪一种情形下最受人欢迎?

A、 才能出众而犯了错误的人;

B、 才能出众而未犯错误的人;

C、 才能平庸而犯了错误的人;

D、 才能平庸而未犯错误的人。

答案： A

8、要调适大学生的嫉妒心理,不包括下面哪一项:

A、 多找一些发展的支点;

B、 宽容人性的光辉面与阴暗面;

C、 不要显露而是暗暗记恨对方;

D、 容许自己在某些方面可以比别人弱。

答案： C

9、有效的沟通技巧不包括:

A、 聆听的技巧;

B、 冲突技巧;

C、 谈话的技巧;

D、 非言语交往技巧。

答案： B

10、在人际关系发展的阶段中,较少有人能发展到第几阶段?

A、 定向阶段;

B、 情感探索阶段;

C、 感情交流阶段;

D、 稳定交往阶段。

答案： D

二、多选题

1、大学生人际交往的常见问题有——自卑心理、自负心理和:

A、 孤独心理

B、 嫉妒心理

C、 猜疑心理

D、 平等心理

答案： ABC

2、人的交往需要的行为动机是为了满足下列哪些需要:

A、 确立社会地位;

B、 确立自我价值;

C、 确立安全感;

D、 确立人脉网络

答案： BC

3、人际关系冲突的平息包括:

A、 接受不一致或冲突的不可避免性;

B、 避免关于冲突的错误观点;

C、 学会“争吵”,坦诚沟通化解冲突;

D、 关系如确已破裂无法修复,学习接受失败,但要吸取教训。

答案： ABCD

5、作为一种人际吸引因素之一的临近性,它要发挥作用需要有如下两个条件:

A、 交往稀少;

B、 交往频繁;

C、 产生积极的交往体验;

D、 产生消极的交往体验。

答案： BC

三、判断题

1、人际关系发展的第四阶段是感情交流阶段。

答案： 错误

3、艾里克森人格发展阶段学说,青年期人格发展障碍会表现为自我统合-角色混乱。

答案： 错误

4、坦白的、信赖的关系属于良好的人际关系。

答案： 正确

5、聆听的技巧属于有效的沟通技巧。

答案： 正确

四、填空题

1、最能体现和反映人的心理调节能力和心理健康情况的是()的状况。

答案： 人际关系；

**第五章：大学生恋爱与性心理**

一、单选题：

1、关于大学生性自慰行为,下列表述不正确的是:

A、 自慰是一种个人隐私。要在安全的环境下进行,也不要对他人构成骚扰或攻击。

B、 性自慰是一种正常现象,不妨碍日常生活作息,对健康无害,可以无节制而为。

C、 自慰方式要合理。

D、 正确对待自慰:你不自慰,也可以很快乐,并不是每个人都自慰。

答案： B

2、2016年10月28日,北京大学燕园博思心理咨询中心等机构发布了首部《中国大学生恋爱白皮书》,该调查显示:恋爱,已经成为大学生的必修课。中国在校大学生3559万,其中有过恋爱经历的比例高达:

A、 50%

B、 60%

C、 70%

D、 80%

答案： D

3、艾滋病的三种传播途径不包括:

A、 性接触;

B、 血液;

C、 母婴;

D、 握手及共同进餐等。

答案： D

4、大学生发生多角恋的原因除了以下哪一条?

A、 择偶标准不明确

B、 择偶能力不强

C、 择偶动机不良

D、 虚荣心强

答案： B

5、大学生树立科学恋爱观不包括下面哪一项?

A、 提倡志同道合的爱情;

B、 摆正爱情的位置;

C、 学习爱的技巧;

D、 懂得爱是一种责任和奉献。

答案： C

6、联合国提出预防性病的“ABC”原则不包括:

A、 接受性教育:科学防范性病。

B、 节制欲望:青少年最好避免过早性行为;

C、 忠诚:固定性伴侣,不与陌生人发生性关系;

D、 安全套:安全套对于防治性病和艾滋病,是非常有效的方法。

答案： A

7、美国心理学家斯滕伯格(RobertJ.Sternberg)的所有的爱情不包括哪种成分?

A、 理想

B、 亲密

C、 激情

D、 承诺

答案： A

8、下列关于爱情的相关描述中,哪一个是错误的:

A、 爱情是在男女之间产生的,在狭义上,爱情不包括同性恋;

B、 是在个体心理达到相对成熟时产生的;

C、 爱情是一种感情,其中包括认知的成分,不等于低级的情绪;

D、 爱情不包括性欲和性感的成分,是一种纯粹的精神之爱。

答案： D

9、作为大学生,要能爱对方,一个重要前提是能拥有爱的能力。在追求恋人时,下列说法错误的是?

A、 要想碰到那个对的人,你得尝试跟多个人谈恋爱。

B、 要想碰到那个对的人,始终要对爱抱有希望;

C、 要想碰到那个对的人,你要有深深的值得感;

D、 要想遇到对的那个人,你要成为对的那个自己。

答案： A

二、多选题

1、从爱情的本质来看:爱情是人所获得的强烈生理和心理享受的稳定而持久的情感,爱情涉及如下几个方面因素:

A、 情感——指深刻的情绪情感体验;

B、 生理——指人的性欲、求偶的本能;

C、 心理——指思想吸引、心理相容;

D、 社会——指爱情受社会道德法律制约。

答案： BCD

2、大学生的恋爱具有哪些特征?

A、 浪漫性;

B、 易变性;

C、 多元性;

D、 突击性。

答案： ABCD

3、大学生进行性行为的基本原则是:

A、 沒有安全沒有性;

B、 沒有爱情沒有性;

C、 没有浪漫没有性;

D、 沒有准备沒有性。

答案： ABD

4、正确对待失恋要做到:

A、 失恋不失德;

B、 失恋不失态;

C、 失恋不失学;

D、 失恋不失命。

答案： ABCD

5、人类婚姻的发展类型:经历了乱伦婚、伙伴婚以及()。

A、 对偶婚;

B、 一夫一妻制;

C、 一夫多妻制;

D、 一妻多夫制。

答案： AB

三、判断题

1、性自慰是一种正常现象,不妨碍日常生活作息,对健康无害,可以无节制而为。

答案： 错误

2、艾滋病的三种传播途径为:性接触、血液和母婴。

答案： 正确

3、大学生的恋爱不具有易变性的特征。

答案： 错误

4、爱情不包括性欲和性感的成分,是一种纯粹的精神之爱。

答案： 错误

**第六章：大学生学习与创造**

一、单选题：

1、()是引起和维持注意的一个重要内部因素,是学习过程中的一种积极的心理倾向。爱因斯坦称其为最好的老师。

A、 动机

B、 诱因

C、 兴趣

D、 自我效能感

答案： C

2、()学派深信,学习是人固有的能量的自我实现的过程

A、 精神分析

B、 行为主义

C、 人本主义

D、 存在主义

答案： C

3、()已成为决定大学生学习效果及其日后职业生涯发展的基本素质。

A、 远大理想

B、 自主学习能力

C、 持之以恒的毅力

D、 知识迁移能力

答案： B

4、( )是连接人们心理活动的过去和现在,是人们学习、工作和生活的基本机能。

A、 联想

B、 思考

C、 实践

D、 记忆

答案： D

5、( )是联结派学习理论的鼻祖。

A、 桑代克

B、 巴甫洛夫

C、 班杜拉

D、 斯金纳

答案： A

6、法国生物学家贝尔纳说过:“妨碍人们创造的最大障碍,并不是未知的东西,而是已知的东西。”

这句话警告我们()

A、 克服从众心理

B、 不迷信书本

C、 走出思维定势

D、 拓宽知识领域

答案： C

7、事先没有目的、也不需要意志努力的注意是指( )

A、 随意注意

B、 不随意注意

C、 集中注意

D、 分散注意

答案： B

8、学习策略可以分为:通用学习策略和()

A、 高级学习策略

B、 一般学习策略

C、 学科学习策略

D、 低级学习策略

答案： C

9、关于考试焦虑下列说法错误的是()

A、 高度的焦虑只有同高度的能力相结合才能促进学习

B、 适度的焦虑有利于考试

C、 没有焦虑十分有利于考试水平的发挥

D、 使用闭目养神法、凝视法等可以缓解考试焦虑

答案： C

10、学习是大学生的首要任务,而()则是学习的根本宗旨

A、 勤奋

B、 刻苦

C、 学以致用

D、 学会学习

答案： D

二、多选题：

1、建构主义关于学习和学习过程的观点有哪些( )

A、学习是学习者主动地建构内部心理表征的过程

B、学习者不是被动的接受外来信息,而是主动的进行选择加工

C、学习者不是从同一背景出发,而是从不同背景、角度出发

D、 学习者在教师或他人的协助下,通过独特的信息加工活动,构建自己意义的过程

答案： ABCD

2、大学生的综合素质包括()

A、 专业素质

B、 思想道德素质

C、 文化素质

D、 身心素质

答案： ABCD

3、关于学习策略的说法,正确的是()

A、 学习策略是可教的

B、 培养大学生的学习策略可以从教与学两个方面考虑

C、 学习策略的运用具有高低水平之分

D、 机械的背诵和朗读属于高级的学习策略

答案： ABC

4、下列关于“知识”的说法正确的是()

A、 “知”是对信息的接收,“识”是对信息的消化和处理

B、 知是接受别人的东西,识是自我加工和运作

C、 中学生学习重在求识,大学生的学习重在获知

D、 知带有继承性,识带有创造性

答案： ABD

5、下列关于学习的说法,正确的是()

A、 学习只靠外部激励并不长久,而更靠内在的动力

B、 学习动机越强越好

C、 学习动机受到学校、家庭、社会和个人因素的影响

D、 大学生学习活动中产生的许多困惑与问题,与学习方法、学习习惯没有关系

答案： AC

三、判断题：

1、自主学习能力已成为决定大学生学习效果及其日后职业生涯发展的基本素质。

答案： 正确

2、学习策略可以分为:通用学习策略和学科学习策略。

答案： 正确

四、填空题

1、()是联结派学习理论的鼻祖。

答案： 桑代克；

**第七章：大学生人格与心理健康**

一、单选题：

1、()对于心理学的主要贡献在于,发现了操作条件反射的基本原理,推进了对行为的研究

A、 华生

B、 班杜拉

C、 桑代克

D、 斯金纳

答案： D

2、用本能的发展解释人格的发展,并忽视环境和社会实践活动对人格发展的影响是下列哪个学派()

A、 行为主义

B、 人本主义

C、 精神分析

D、 认知学派

答案： C

3、被誉为西方心理学中的“第三势力”是指()

A、 行为主义

B、 人本主义

C、 精神分析

D、 存在主义

答案： B

4、根据弗洛伊德的人格理论,自我遵循()行动

A、 快乐原则

B、 道德原则

C、 现实原则

D、 本能原则

答案： C

5、好动、乐观、灵活,喜欢交朋友,爱好广泛,稳定性差,缺少毅力,见异思迁。他的气质类型属于()

A、 多血质

B、 胆汁质

C、 粘液质

D、 抑郁制

答案： A

6、较微弱而持久的情绪体验是()

A、 心境

B、 情绪

C、 情感

D、 感情

答案： A

7、竞争意识强烈,又易发怒,这种人格特征是()所具有的

A、 A型人格

B、 B型人格

C、 C型人格

D、 D型人格

答案： A

8、卡特尔最早应用()的方法研究人格

A、 实验法

B、 问卷法

C、 因素分析

D、 路径分析

答案： C

9、提出集体潜意识这个概念的是()

A、 弗洛伊德

B、 荣格

C、 弗洛姆

D、 罗杰斯

答案： B

10、最早是美国心理学家()对人格的定义做过综述

A、 卡特尔

B、 弗洛伊德

C、 奥尔波特

D、 艾森克

答案： C

11、不属于大学生生命教育特点的是()

A、 主体性

B、 道德性

C、 体验性

D、 客体性

答案： D

12、挫折-攻击理论是()提出的

A、 勒温

B、 沙利文

C、 罗杰斯

D、 多拉德

答案： D

二、多选题：

1、艾森克利用因素分析的方法,提出了人格的下列基本维度()

A、 外倾性

B、 神经质

C、 精神质

D、 情绪稳定性

答案： ABC

2、奥尔波特是人格特质理论的建构者,他认为特质可以分为()

A、 个人特质

B、 表面特质

C、 根源特质

D、 共同特质

答案： AD

4、弗洛伊德认为人格结构有下列组成部分()

A、 本我

B、 自我

C、 超我

D、 本能

答案： ABC

5、下列属于人格基本特点的是()

A、 独特性

B、 稳定性

C、 整体性

D、 功能性

答案： ABCD

6、大学生要关注自己的心理变化,及时察觉自己是否处在心理危机中。这些心理变化包括()

A、 认知

B、 情绪

C、 行为

D、 信念

答案： ABC

三、判断题

1、卡特尔最早应用因素分析的方法研究人格。

答案： 正确

四、填空题

1、最早是美国心理学家()对人格的定义做过综述

答案： 奥尔波特；

**第八章：大学生生命教育与心理危机应对**

一、单选题：

1、根据危机的发生发展过程可将危机分为四个阶段。第二阶段是()

A、 创伤性应激事件使当事者情绪焦虑水平上升,并影响到日常工作、学习与生活,因此,本阶段采取常用的应对机制来拮抗应激所致的焦虑和不适,以恢复原有的心理平衡

B、 常用的应对机制不能解决存在的问题,创伤性应激反应持续存在,生理和心理等紧张表现加重并恶化,当事者的社会适应功能明显受损或减退

C、 当事者情绪、行为和精神症状进一步加重,促使其应用尽可能的应对或解决问题的方式来力图减轻情绪困扰,其中也包括社会支持和危机干预等

D、 系活动的危机状态。当事者由于缺乏一定的社会支持、应用了不恰当的心理防御机制等,使得问题长期存在、悬而未决,当事者可出现明显的人格障碍、行为退缩、自杀或精神疾病

答案： B

2、近年来,成为大学校园一大杀手的是()

A、 焦虑症

B、 疑病症

C、 恐怖症

D、 抑郁症

答案： D

3、某生患有一种严重的心理疾病,一旦发病起来,情绪会异常兴奋或低落,或兴奋与低落交替出现。请问该生患有什么心理疾病?()

A、 反应性精神病

B、 情感性精神障碍

C、 精神分裂症

D、 人格障碍

答案： B

4、属于慢性疾病时的心理反应的是()

A、 焦虑

B、 恐惧

C、 抑郁

D、 性格改变

答案： D

5、下列说法错误的是()

A、 挫折情境越严重,挫折反应就越强烈

B、 主体主观上对严重的挫折情境其认知和评价并不严重,其反应就会较轻微

C、 并不严重的挫折情境不会引起强烈的情绪反应

D、 挫折具有两面性

答案： C

6、下列说法错误的是()

A、 生命教育就是以生命为核心,以教育为手段,倡导认识生命、珍惜生命、尊重生命、爱护生命、享受生命、超越生命的一种提升生命质量、获得生命价值的教育活动

B、 生命教育,就是在生命活动中,通过生命活动和为了生命而进行的教育

C、 生命活动不是实践活动

D、 生命教育是为了生命而进行的教育

答案： C

7、心理危机分为()个阶段

A、 2

B、 3

C、 4

D、 5

答案： C

8、最能体现和反映人的心理调节能力和心理健康状况的是()

A、 环境适应

B、 自我评价

C、 人际关系状况

D、 情绪健康

答案： C

二、多选题：

1、可用于危机干预的有()

A、 认知治疗

B、 行为治疗

C、 患者中心疗法

D、 表达支持治疗

答案： ABCD

2、属于急性疾病时的心理反应的是()

A、 焦虑

B、 恐惧

C、 抑郁

D、 性格改变

答案： ABC

3、心理危机干预的原则:()

A、 迅速确定要干预的问题,强调以目前的问题为主,并立即采取相应措施

B、 必须有其家人或朋友参加危机干预

C、 鼓励自信,不要让当事者产生依赖心

D、 把心理危机作为心理问题处理,而不要作为疾病进行处理

答案： ABCD

三、判断题：

1、心理危机分为3个阶段。

答案： 错误

2、健康的概念为:“健康乃是一种在身体上完满的状态。”

答案： 错误

3、近年来,焦虑症成为大学校园一大杀手。

答案： 错误

**第九章：生涯规划**

一、单选题：

1、()于1909年提出了职业规划这个概念

A、 帕森斯

B、 克拉姆

C、 舒伯

D、 金斯伯格

答案： A

2、24-45岁这一年龄段属于哪一阶段()

A、 成长阶段

B、 探索阶段

C、 确定阶段

D、 维持阶段

答案： C

3、被誉为“职业辅导之父”的是()

A、 帕森斯

B、 舒伯

C、 波孟

D、 凯利

答案： A

4、毕业生对自己的能力和品质评价过低,属于什么问题()

A、 抑郁消沉

B、 人际交往困难

C、 自我认知缺失

D、 谨小慎微

答案： C

6、就业指导课的核心内容是()

A、 职业生涯规划

B、 职业发展规划

C、 生涯路线的选择

D、 人生目标的修正

答案： A

7、职业生涯确定阶段的任务有()

A、 尝试、变换

B、 选择、安置

C、 模仿、试验

D、 转换、确定

答案： B

8、以下说法正确的是()

A、 哈维格斯特认为发展任务即一个人在发展的某一阶段必须学习的活动,若此项活动成功学会,不仅可以使他感到快乐,而且还会促使他完成以后的发展任务

B、 哈维格斯特把人的生涯发展分为婴儿期与儿童早期(0至6岁)、青少年期(12至21岁)、成年期(21至40岁)、中年期(40至60岁)和老年期(60岁至死亡)五个阶段

C、 哈维格斯特认为人类天生就有一种能指引自己生活的本能

D、 综合适应发展理论是克拉姆提出来的

答案： A

10、职业生涯的基础是()

A、 心理开发

B、 生理开发

C、 智力开发

D、 潜能开发

答案： D

二、多选题：

1、大学生职业生涯规划发现出的不足有()

A、 过于理想化

B、 过于强调专业对口

C、 热衷于“热门职业”

D、 忽略职业生涯发展中的难关

答案： ABCD

2、职业生涯探索阶段包括哪几个成长期()

A、 能力期

B、 试验期

C、 转换期

D、 尝试期

答案： BCD

3、影响大学生职业生涯发展与规划的原因()

A、 就业形势严峻

B、 高等学校缺乏适当的职业生涯指导

C、 对自我的认识不足

D、 对外围环境认识的缺失

答案： ABCD

4、影响职业生涯发展的外部环境因素包括()

A、 组织的需求

B、 家庭的期望

C、 社会的需要

D、 科技的发展

答案： ABCD

三、判断题：

1、在24-25岁这一年龄属于()阶段。

答案： 确定；

四、填空题：

1、被誉为“职业辅导之父”的是()。

答案： 帕森斯；

2、大学生发生多角恋是由于择偶标准不明确、()不良、虚荣心强。

答案： 择偶动机；

3、就业指导课的核心内容是()。

答案： 职业生涯规划；

4、美国心理学家斯滕伯格的爱情三角理论是指亲密、激情、()。

答案： 承诺；

5、职业生涯的基础是()。

答案： 潜能开发；