

《小学生心理辅导》题库及答案

一、名词解释

1. 心理卫生
2. 适应性辅导
3. 阻抗
4. 心理冲突
5. 厌恶法
6. 角色扮演法

二、填空题

1. 挫折是个体从事有目的的活动受到阻碍或干扰，以致其_____不能得到满足时产生的情绪状态。
2. 保持心理卫生的原则包括_____、社会功能良好、_____和积极劳动实践四个方面。
3. 代币法是一种通过_____而形成某种期望出现的_____的方法。
4. 人格障碍是指自童年或少年时期发展起来的人格明显_____。

5. 影响人的心理健康的心理社会因素有_____、_____冲突、挫折和防御机制及人格类型特征。
6. 心理辅导的巩固结束阶段的主要工作是巩固效果和_____。
7. 弗洛伊德认为人的人格由_____、自我和超我三部分组成。
8. 认知重建法的理论假设认为人的_____会影响其情绪和行为。
9. 常用的行为强化法包括奖励、惩罚和_____。
10. 一般认为智力水平正常的标准是智商在_____以上。
11. 冲突性沉默可能是来访者由于害怕、愤怒或愧疚而引起，也许是内心正经历某种_____。
12. 学校心理辅导常用的心理评估法主要有观察法、谈话法、问卷法、测验法和_____。
13. _____年，在伦敦召开国际心理健康代表大会，发表了纲领性文件_____。
14. 心理健康的人能建立积极的适应机制适应_____、_____及_____的变化。
15. 指导与帮助阶段的主要任务有三项，即制定辅导目标管理、_____、_____。
16. 谈话法是辅导员根据_____的目的和任务，通过与来访者面对面交谈方式，直接收集_____的方法。
17. 精神分析法又称为_____，创始人是_____。

18. 制定中小學生心理輔導課程的目標要從發展與_____的觀點出發，遵循_____和適用性的原則。
19. 認知能力的高低主要表現在兩個方面：一是对_____的認識；二是对_____的解決。
20. 間接宣洩法就是不把發洩的對象指向_____的人或事物，而是通過_____使不良情緒釋放出來。
21. 嫉妒心理長時間的存在會導致_____功能失調，_____功能紊亂，從而影響身體健康。
22. 情緒的自我調節方法主要有自我讚美、_____、_____、_____、表情調節等。
23. 個性心理是一個人身上經常表現出來的、穩定的_____，他代表着一個人的基本_____。
24. 小學生在道德發展方面，道德言行從比較_____到逐步_____。
25. 小學生的自我評價是從_____評價發展到有_____的自我評價，且評價的_____隨年級不斷增高。
26. 學會對學習進行調節，實際上就是學會_____，學會_____。
27. 學生在課堂上常用筆記的方式有_____、_____、_____等。
28. 心理可人為地分成_____、_____、_____三大部分。
29. 防禦機制是人應付_____維護康寧心理的_____。

30. 问卷法是以问卷为 _____ 获取材料的，而观察法和谈话法是由辅导员与来访者 _____ 直接进行的。
31. 认知心理学重视 _____ 的研究，反对统治美国心理学长达 40 年之久的 _____ ，即机械的、简单化的“刺激—反应”公式。
32. 斯金纳认为，心理异常只不过是一种特殊学习的 _____ 行为，他提出了 _____ 理论。
33. 中小學生心理輔導課程的具體目標主要應包括七個方面的內容，即自我意識方面， _____ 、 _____ 、意志方面、個性方面、學習方面、 _____ 。
34. 中小學生存在適應性認知問題的具體表現是 _____ 、 _____ 、 _____ 。
35. 隨著內抑制和 _____ 的發展，初中生的情緒反應能力也在逐步提高，情緒正日益 _____ 。
36. “合理宣洩法”，就是以不傷害 _____ 的健康、不破壞 _____ 的方式，把心理上積存的鬱悶統統地打發出來。
37. 個性是一個人對現實的 _____ 以及與之相適應的 _____ 獨特組合。
38. 中學生的學習心理問題上要反映在 _____ 和 _____ 兩大方面。
39. 預習筆記有兩種，一種是 _____ ，另一種是 _____ 。
40. 中小學生在人际交往方面的問題比較明顯，特別是在 _____ 、 _____ 上的問題較為突出。
41. 人际交往是由 _____ 、 _____ 和 _____ 三種因素構成的。

5. 采取有效方法并用鼓励性的语气让学生发表看法、宣泄情感，研究解决问题的途径和方法，这体现了学校心理辅导的哪个基本原则？（ ）

- A . 整体性原则
- B . 活动性原则
- C . 个别对待与面向全体相结合的原则
- D . 主体性原则

6. 弗洛伊德认为，人格结构中的“自我”遵循的原则是（ ）

- A . 快乐原则
- B . 现实原则
- C . 理想原则
- D.道德原则

7. 个人中心法的主要代表人物是（ ）

- A . 弗洛伊德
- B . 卡尔·罗杰斯
- C . 华生
- D.贝克

8. 关于保持心理卫生的原则，下列说法完整的是哪一项？（ ）

- A . 自我意识良好、社会功能良好、良好的人际关系
- B . 自知和自爱
- C . 与客观环境保持良好的接触
- D . 自我意识良好、社会功能良好、良好的人际关系、积极劳动实践

9. 下列选项中，哪项全面地表达了学校心理辅导和思想政治教育的差异性（ ）

A . 目标、任务、工作角色和工作方法的不同

B . 目标、内容、人物、工作角色的不向

C . 目标、内容、工作角色和工作方法的不同

D . 内容、工作角色、工作方法的不同

10. 学校心理辅导采取的基本方法是

A . 咨询

B . 评估

C . 会谈

D . 心理测验

11. 辅导人员依据某一理论构架对来访者的问题做出合理化的说明，这属于哪一项影响技术（ ）

A . 指导

B . 解释

C . 自我开放

D . 影响性摘要

12. 运用心理学的方法、技术对学生的心理活动及心理问题进行描述、分类、鉴别与评定的过程是()

A . 心理辅导

B . 心理咨询

C . 心理评估

D . 心理测验

13. 生活在父母离异、父母不和等家庭环境中的中小学生在成长中会遇到更多麻烦，这主要表明下列哪个因素对心理健康的影响？（ ）

A . 父母亲的教养思想、教养态度

B . 亲子关系

C . 父母亲的文化修养及个性

D . 父母的教养方式

14. 辅导人员对来访者谈话内容中的个别字、词进行强调，用较短的语句以强调性的声音说出，引导来访者注意其忽略或未说清的部分，对此再做出详细的说明，这是倾听技术中的（ ）

- A . 重复 B . 重读 C . 询问 D . 摘要

15. 弗洛伊德认为，在人格结构中遵循“理想原则”的部分是下列哪个选项？（ ）

- A . 自我 B . 无意识 C . 超我 D . 意识

16. 下列选项中哪一项是学校心理辅导的开始阶段需要完成的任务？（ ）

- A . 进行分析诊断 B . 制定辅导目标 C . 实施指导帮助 D . 确定辅导方案

17. 下列哪位心理学家是行为转变法的主要代表人物？（ ）

- A . 阿德勒 B . 斯金纳 C . 艾里斯 D . 马斯洛

18. 按照心理测验的应用，可以把心理测验分为（ ）

- A . 文字测验与非文字测验 B . 教育测验、职业测验与临床测验
C . 能力测验、人格测验和学绩测验 D . 个别测验和团体测验

19. 精神功能受损程度已达到自知力严重缺失，不能应付日常生活要求或保持对现实的恰当接触，以上表现

属于下列哪种心理障碍？（ ）

A . 心理障碍 B . 精神病 C . 神经症 D . 人格障碍

20. 下列关于行为转变法的说法中，哪一项是不正确的？（ ）

A . 它的理论基础是行为学习理论

B . 它的主要目标是消除不良行为，代之以更有效能的行为

C . 重视辅导员与来访者的个人关系

D . 操作性强

21. 贝克是下列哪种心理辅导方法的主要代表人物？（ ）

A . 精神分析法 B . 行为转变法 C . 个人中心法 D . 认知重建法

22. 一切能改进及保持心理健康的措施称为（ ）。

A . 身心健康 B . 心理健康 C . 心理卫生 D . 心理保健

23. 自知指的是（ ）。

A. 对自己有客观、清楚的认识与评价 B. 对自己有较客观的认识与评价

C . 对自己有一分为二的认识与评价 D . 对自己有较完整的认识与评价

24. 影响心理健康的生物学因素有（ ）。

A. 气质性因素 B. 心理应激因素 C. 心理冲突因素 D. 心理防御机制

25. 心理辅导是一种 () 工作。

A. 引导性 B. 指导性 C. 服务性 D. 思想性

26. 心理辅导的起始点和基础是 ()。

A. 掌握学生的资料 B. 进行分析诊断 C. 建立辅导关系 D. 找出问题的原因

27. 个人中心法认为, () 胜于辅导技巧。

A. 辅导原则 B. 辅导关系 C. 辅导目标 D. 辅导方法

28. 角色扮演法是一种当众表演, 需要有较强的 ()。

A. 自主意识 B. 参与意识 C. 表演意识 D. 竞争意识

29. 做错了某件事就认定自己“一无是处”、“一钱不值”, 这是适应性认知问题上的一种 () 表现。

A. 过分概念化 B. 过分暴躁 C. 缺乏冷静态度 D. 思维过分激化

30. 情绪是人对客观现实是否符合自己的需要所产生的一种 ()。

A. 态度体验 B. 情感体验 C. 生活体验 D. 生理体验

31. 心理卫生作为一门科学, 主要研究 ()。

- A . 维护与保持人的心理健康的规律 B . 人与人之间心灵的沟通技巧与规律
C . 保持和发展人的心理素质的规律 D . 维护人们身心健康的规律

32. 《自觉之心》的作者是 ()。

- A . 比奈 B . 廉·詹姆士 C . 比尔斯 D . 道夫·迈耶

33. 心理辅导是一个 () 的过程。

- A . 心理测量 B . 互相理解 C . 讨论沟通 D . 思想开导

34. 重视从基本需要不能满足而自我意识发生扭曲，导致内在潜能不能发挥来寻找心理问题原因的理论是 ()。

- A . 心理分析理论 B . 行为主义理论 C . 认知理论 D . 人本主义理论

35. 由于心理测验结果常常涉及个人的隐私，因而测验结果一般不向 () 公布。

- A . 社会 B . 媒体 C . 家人 D . 来访者本人

36. 常用的一种通过改变认知失真而改变人的消极情绪的认知重建技术是()。

- A . 改变消极情绪技术 B . 三栏目技术
C . 合理情绪自助表 D . 改变认知失真技术

37. 认为“一个人应该能力十足，在各方面都有成就”这属于不良认知的()。

A . 强制要求 B . 走极端 C . 追求完美 D . 自我完美

38. “自主训练法”是德国柏林大学教授()发明的一种方法。

A . 冯特 B . 华生 C . 皮亚杰 D . 舒尔兹

39. 少言寡语、孤独沉默、忧心忡忡，对一切事物都缺乏兴趣和参与动力，对未来感到迷惘；遇事往坏处想，

认为自己是不幸的人。这些都是()的表现。

A . 抑郁 B . 忧虑 C . 自卑 D . 自惭

40. 自尊心是()的一种常见表现形式。

A . 自我认识 B . 自我体验 C . 自我反省 D . 自我感受

41. 调节学习情绪的一种有效办法是()。

A . 形象练习法 B . 自我暗示法 C . 精神松弛法 D . 自信训练法

四、多项选择题

1. 学校心理辅导中常用的影响技术有()

A . 指导 B . 目光注视 C . 解释 D . 沉默 E . 自我开放

2. 对心理辅导人员的专门素质要求包括 ()

A . 高度的事业心与责任感 D . 特殊的职业道德 C . 特殊的智能结构

D . 健全的人格 E . 年龄较大、生活经验丰富

3. 常用的价值观辨析法有 ()

A . 小组讨论法 B . 参观访问 C . 两难问题法 D . 脑力激荡法 E . 奖励

4. 下列哪些选项是心理冲突的表现? ()

A . 个人同时存在着相互对立或排斥的动机冲突

B . 实现某种目标应采取的途径与方法的取舍冲突

C . 产生攻击行为及冷漠、焦虑等消极情绪

D . 行为动机与内心标准的冲突

5. 在心理辅导过程中, 常常采用以下哪些具体的技术来提高会谈效果? ()

A . 倾听技术 B . 影响技术 C . 观察技术 D . 评估技术

6. 学校心理辅导与思想政治教育的一致性体现在以下哪些方面? ()

A . 基本目标和任务一致

B . 职能互相衔接

C . 工作方法一致

D . 在实际操作过程中相融合

7. 保证心理卫生的原则是 ()。

A . 正确的世界现

B . 自我意识良好

C . 社会功能良好

D. 良好的人际关系

E . 积极的劳动实践

8. 学校心理辅导工作就其性性质说是一种 () 的建立过程。

A.相互尊重

B.相互关爱

C.信任

D.和谐人际关系

E . 服从

9. 学校个别辅导的步骤一般分为 ()。

A.起点阶段

B.开始阶段

C. 参与指导阶段

D . 评价巩固阶段

E . 指导与帮助阶段

F . 巩固与结束阶段

10. 小学低年级心理辅导课程在自我意识方面的目标有 ()。

A . 认识到自己的性格、兴趣、学习动机等

B. 认识自己重要的社会角色

C . 认识到自身的身体特征及性别

D . 初步认识自己与教师、父母、同伴的关系

E. 会借助别人的评价认识自我

F. 有羞愧感、自尊感、委屈感

11. 小学生观察力的发展特点主要表现为 ()。

A. 观察的目的性较差

B. 观察缺乏精确性

C. 观察缺乏自主性

D. 观察缺乏全面性

E. 观察缺乏顺序性

F. 观察缺乏深刻性

12. 嫉妒是人性的一种弱点，在中小學生中，主要表现为 ()。

A. 经常生活在惴惴不安之中，心神不安

B. 看到别人容貌好、衣服漂亮，则认为是出风头

C. 看到别人成绩比自己好，则认为是考试作弊

D. 看到别人比自己行，心中就不愉快，总想发泄攻击他人

E. 学习上好高骛远，急于见效

13. 小学生自律性的形成过程是一个把外部要求内化为自己内心需要的过程，一般分为 ()。

A. 不自觉阶段

B. 非自律阶段

C. 自觉阶段

D. 非自律向自律过渡阶段

E. 自律发展阶段

14. 考场出现怯场时，应采取的方法有 ()。

- A . 采取时间延隔 B . 积极的自我暗示 C . 采取形象练习法
- D . 注意转移 E . 集中注意力 F . 做几次深呼吸

15. 在华盛顿召开的第一届心理卫生大会上，该委员会把以下（ ）作为宗旨。

- A . 关心世界各国人民健康
- B . 解除各国人民心理疾病
- C . 促进世界各国人民相互沟通、喜欢关爱
- D . 促进心理疾病、心理缺陷的研究
- E . 增进全人类的幸福

16. 影响心理健康的心理社会因素有（ ）。

- A . 早期教育 B . 性别 C . 年龄
- D . 家庭环境 E . 生活事件 F . 心理冲突

17. 学校心理辅导从其目标和内容上，可分为（ ）类型。

- A . 导学性辅导 B . 适应性辅导 C . 发展性辅导
- D . 提高式辅导 E . 一般性辅导

18. 在心理辅导中，倾听的技术重在引导来访者（ ）。

- A . 自我探索
- B . 自我宣泄
- C . 自我认识
- D . 自我开放
- E . 自我教育

19. 代币法是一种通过强化而形成某种期望出现的适应性的行为方法，又称（ ）。

- A . 证券强化法
- B . 物品强化法
- C . 奖励强化法
- D . 分值管制法
- E . 代币管制法

20. 初中生观察力的发展特点主要体现在（ ）。

- A . 观察的趣味性增强
- B . 观察的自觉性增强
- C . 观察的广泛性增强
- D . 观察的持久性增强
- E . 观察的精确性增强

21. 情绪不稳定的典型表现是（ ）。

- A . 消极悲观，心理反应不灵活
- B . 不善于抑制和调节自己的情绪，大喜、大怒、大悲
- C . 做事不分青红皂白，不顾及后果
- D . 轻微活动后出现心跳加快，胸闷气急

E. 自卑、孤独、灰心，学习工作效率下降

五、简答题

1. 中小学心理辅导课程的具体目标体现在哪几个方面
2. 对中小學生主要进行哪些适应性交往卫生问题的辅导
3. 请简要说明行为转变法的待点
4. 请简要说明在心理辅导中，辅导人员应注意观察来访者哪些非言语信息
5. 请简要描述学生固执的表现，并说明帮助学生克服固执的方法
6. 请简要说明发展性辅导的特点
7. 简述学校心理辅导的具体目标
8. 简述运用榜样引导法应坚持的原则
9. 简述良好思维习惯的培养
10. 简述心理辅导与思想政治教育的差异性
11. 简要说明行为转变法的基本原理以及辅导目标
12. 简述小学生自我评价的特点

六、论述题

1. 试说明你对心理健康标准的理解
2. 试论述个人中心法所强调的辅导员的三种重要态度
3. 试论述学校心理辅导的基本原则
4. 请说明系统脱敏法的一般原理，并设计一份按系统脱敏法矫正异性交往紧张的方案
5. 分析产生固执的原因以及克服固执的主要方法
6. 阐述青春期心理发展的特点
7. 如何帮助学生调控学习心理状态
8. 试述如何帮助学生克服从众心理

七、应用题

1. 案例：小华的脾气比较急躁，小学时，经常和同学打架。现在长大了上了初中，父母、老师经常劝诫他。小华也觉得自己太容易发怒，可是每当想忍住怒气时，又感到太窝囊。

如何帮助小华克制怒气?请提供些可行的方法。

2. 案例：我是一名女中学生，近来产生一种难以抑制的心理，一旦有哪位女同学在学习上超过我，我

便讨厌她、憎恨她。一有机会便找她的茬儿，甚至恶语相伤，暗里毁坏她的笔记，拿走她的书。我深知自己的行为一旦败露，后果不堪设想。但有时又不能控制自己的想法和做法，我十分苦恼。

请分析这位女生的心理问题，并予以辅导。

《小学生心理辅导》作业参考答案

一、名词解释

1. 心理卫生：心理卫生包括一切旨在改进及保持心理健康的措施。诸如精神疾病的康复及预防；减轻由充满冲突的世界带来的精神压力，以及使处于能按其身心潜能进行活动的健康水平。

2. 适应性辅导：适应性辅导主要是针对学生在各个年龄阶段以及相应阶段的生活和学习中遇到的各种问题，结合他们的认知特点和行为特征，给他们提供一些必要的指导，帮助他们提高学习效率，处理好人际关系，学会自我心理调适，更好地处理因环境变化带来的各类问题，增强对环境和自我的适应能力，从而能够很好地解决面临的现实生活问题，很好地完成各个时期的学习任务。

3. 阻抗：阻抗又称“抗拒作用”，指来访者有意识或无意识地回避某些敏感话题，有意无意地使辅导中心偏移。

4. 心理冲突：心理冲突是相反的或相互排斥的冲动、欲望或趋向同时出现时产生的一种矛盾心理状态。

5. 厌恶法：厌恶法是将某些不愉快的刺激，通过直接作用或间接想像，与来访者须改变的行为症状联系起来，使其最终因感到厌恶而放弃这种行为。

6. 角色扮演法：角色扮演法是一种通过行为模仿或行为代替来影响个体心理过程的方法。

二、填空题

1. 动机

2. 自我意识良好 人际关系良好

3. 强化 适应性行为

4. 偏离正常

5. 家庭环境和早期教育 生活事件与心理应激

6. 追踪调查

7. 本我

8. 认知过程

9. 强化不相容反应

10. 60

11. 抉择

12. 个案法

13. 1908 《心理健康与世界公民》

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/585222130230011041>