

2025 年上海市同济大学一附中高考语文试题金榜冲刺卷（三）

注意事项：

1. 答题前，考生先将自己的姓名、准考证号填写清楚，将条形码准确粘贴在考生信息条形码粘贴区。
2. 选择题必须使用 2B 铅笔填涂；非选择题必须使用 0.5 毫米黑色字迹的签字笔书写，字体工整、笔迹清楚。
3. 请按照题号顺序在各题目的答题区域内作答，超出答题区域书写的答案无效；在草稿纸、试题卷上答题无效。
4. 保持卡面清洁，不要折叠，不要弄破、弄皱，不准使用涂改液、修正带、刮纸刀。

1、阅读下面的文字，完成下列小题。

材料一：

正常状态下，每个人保持着内心的稳定状态，保持自身与环境的协调。当遇到紧急事件时，这种内在的平衡就被打破，机体会立即调动生理、心理系统的反应，竭尽全力地应对突发事件，进入应激状态。不同的个体对应激事件的反应是有差异的，决定个体应激反应能力的因素有内部因素，也有外部因素，前者主要指个体的原有人格的健康程度和适应能力，后者指客观环境的条件等。从反应结果上看，一次应激事件后，一类反应是恰当的、适应性的，应激事件后个体得到成长和锻炼。另一类反应是不恰当的、非适应性的，其结果留下创伤。人格越是强健者，越是以前者反应为主，乐观豁达的人能相对客观地评估事件的真实危险性，而敏感脆弱的人容易夸大事件的真实危险性。

在 SARS 一线的医务工作者可能会出现两种应激反应。一是预期性焦虑，主要表现为忐忑不安，对自己能否胜任工作没有把握。这一方面源于他们对未知工作情景的担忧，另一方面源于强烈的责任感和使命感。我们鼓励个体认识自己的这种心理冲突是正常的，越是能接受和理解，就越意味着能承受和消化它。同时，如果有了充分准备，尽可能将未知的因素变成可控制的因素，恐惧心理就会减轻。因此需进行知识和技能储备、身体和心理储备。二是挫败、内疚、抑郁等负性情绪。他们可能有对被感染危险的恐惧感、工作难度带来的挫败感、与家人分离带来的牵挂以及面对重症病人的痛苦甚至死亡时产生的哀伤等。因此，要对被感染 SARS 的真实危险性做出正确的评估，熟练地操作隔离等防护措施。面对突如其来的新型病毒，承认个人的局限性，坦然接受自己的失败和暂时的、部分的无能。越是能接受自己的失败，就越能在较短的时间内调整心态，积极学习新技能。作为医务人员，需要足够的共情能力，设身处地为病人着想，及时体察他们的痛苦，为他们提供尽可能多的治疗，但也要有能力将自己的情感与病人分离开来，接受现实的局限性。

（摘编自《中国全科医学》2003 年 07 期，杨蕴萍《由 SARS 认识应激与应激反应》）

材料二：

面对新型冠状病毒疫情，我们该如何评价自己的心理健康指数？不同人群该如何获得心理支持？日前，记者采访了《新型冠状病毒感染的肺炎疫情下心理健康指导手册》编委会主任游旭群教授。

记者：当意外来临，焦虑、恐慌是人们最主要的情绪，疫情对一个人产生的心理影响有哪些？我们如何评价自己的心理健康指数？

游旭群：疫情给我们造成的心理影响主要表现在认知、情绪与行为三个方面。这两天大家特别关心疫情信息，因信息不够明确会产生认知冲突、无所适从等，都属于认知上的变化；同时，情绪上容易紧张、恐惧，甚至是抑郁愤怒；从行为方面来看，大家的生活也会出现很大变化，出行受限、社交减少等。这几个方面是相互影响的，恐惧会加剧我们对疫情的非理性认知，生活的变化又会加剧情绪的紧张感等。

受疫情影响程度不同的群体，他们在心理反应上必然存在差异。对待重度应激反应，我们可以借助专业的心理测评手段和诊断技术进行评估和治疗；对普通人群来讲，应激反应比较弱，未达到临床标准，自我心理健康评估时，可以依据几个基本原则：一是生理活动正常，关注睡眠饮食是否规律、免疫力是否下降；二是情绪反应适度，是否存在过度焦虑、持续抑郁、易激怒现象；三是社会功能良好，是否存在自我封闭、兴趣减退等现象。通常来讲，只要这几个方面没有明显的变化，就无须过度关注和紧张。

记者：最急需心理援助的是哪部分人群？又该如何获得心理支持？

游旭群：目前最需心理援助的有两个群体：一是确诊感染的重症患者及其亲人，二是在救治一线奋战的医护人员。这两个群体面临的压力最大，最需要相应的心理支持。

一般来说，从两个层面获取心理支持：一是个人层面，通过个人努力、充分调动个人资源进行自我支持和维护。二是社会层面，有效利用社会支持是应对压力的重要途径。通过专业团体获得更多可靠的信息支持，通过家庭、亲人、朋友获得更多的情感支持，通过政府部门、所在社区、工作单位等获得更多的组织支持，都是行之有效的方法。

（摘编自中学联盟《光明日报》，2020年2月6日）

材料三：

面对新冠肺炎疫情，很多人陷入焦虑、恐慌之中。这不仅给身体和心理带来负面影响，而且长时间、聚焦式的心理恐慌会对整个社会机体产生负面效应，因此对民众的心理疏导不可或缺。

实施心理干预，须把握好两个原则：一是由于个体差异的存在，要针对不同人群开展分类分级服务；二是专业、有序、符合伦理要求。当前的心理服务主要通过热线电话和网络实施，必须运用专业方法和技术，为求助者提供针对性服务。各部门各类组织有效协同、高效协作，为个人提供针对性心理服务。疫情初期，国家卫健委就在心理危机干预方面予以指导；心理学界也迅速组织起来，通过心理热线、在线咨询等方式提供心理服务。但是短板也仍然存在，以心理援助热线为例，目前各地社会组织，已经支持建设了几百条心理援助热线，但缺少统一管理，存在重复建设、浪费资源的现象，对服务质量很难进行有效评估。随着疫情防控形势的演进，心理服务需求也会不断变化。接下来应注重从“介入式危机干预”转向“恢复性危机干预”。

社会心理受很多因素的影响，其中一个核心因素是信息传播。媒体在信息传播时，要强化事实，多一些科学知识和防控进展、展现国家力量 and 人性光辉的内容，从而引导民众建立理性积极的心理状态。结合疫情防控，还需在预防促进为主、分层分类、标准化和规范化的心理健康服务体系基础上，拓展到社会心态引导、核心价值观培育等重要领域，建立以信仰、信念、信心为指引的社会心理建设价值引领机制，从而在全民族共同抗击疫情的考验中弘扬中国精神，凝聚中国力量。

（摘编自《光明日报》，2020 年 02 月 11 日）

1. 三则材料对“应激反应”的理解不正确的一项是

- A. 应激反应是一种内在平衡被打破导致机体紧急调动生理、心理系统有效解决突如其来的困难和危险的适应性反应。
- B. 全力防控新型冠状病毒疫情一线的医护工作者在应激事件中需强健人格，乐观豁达，客观评估事件的真实危险性。
- C. 疫情引发的心理恐慌是一种正常的应激反应，但应激状态持续太久，会对身心带来负面影响，因此心理疏导必不可少。
- D. 重症患者和普通民众受疫情影响程度不同，应激反应必然存在差异，这就要求各类组织针对个体开展分类分级服务。

2. 确诊感染的重症患者及其亲人最需要心理支持，下列各项中不能使其获取心理支持的一项是

- A. 通过听音乐、从事自己喜爱的活动、向朋友倾诉，甚至是大哭一场等方式来宣泄自己的负面情绪。
- B. 腹式呼吸、冥想、正念、肌肉放松、积极想象，通过视频等方式向亲朋好友表达自己的爱。
- C. 借助网络、电话疏导热线、自助咨询 App 等向心理学界寻求心理援助，获取心理健康知识。
- D. 不断从社交媒体上获取疫情信息，关注疫情的报道，了解科学知识，多读病毒科普，学习应对方法。

3. 根据三则材料，下列说法不正确的一项是

- A. 随着疫情防控工作不断推进，生活将逐步恢复正常，但疫情带来的心理影响还将在一段时间内存在，应注重“恢复性危机干预”，重建公众心理健康。
- B. 面对疫情，不仅需要医学防控，也需心理防“疫”，材料一有关“应激与应激反应”的表述为材料二和材料三陈述心理防“疫”提供了部分理论依据。
- C. 新型冠状病毒肺炎疫情会在认知、情绪与行为三个方面给公众带来心理影响，并且三者相互影响，因信息不够明确，容易导致紧张，生活方式发生变化。
- D. 奋战一线的医护人员，需要强烈的责任感和足够的共情能力，但也要将自己的情感与患者分离，接受现实的局限性，从而避免预期性焦虑。

4. 材料二和材料三虽然都选自《光明日报》，并且都围绕“心理防‘疫’”来谈，但是在行文思路和表述重点上各有不同，请结合材料进行分析。

5. 新型冠状病毒疫情面前，每个人都不是局外人，假若你是一位地方主政者，该采取哪些措施消除公众的恐慌心理。

2、在下面一段文字横线处填入语句，衔接最恰当的一项是

我们的目光先是越过了山脚下的山杏树，然后是平展如镜的水塘。▲如果遇不到什么障碍，叫就可以抵达山上的城堡。

- ①大片大片初春的土地已经让农民梳理得图画一样干净。
- ②然后，便是一片更大的水域，地方话叫“泡子”，学名叫湖。
- ③一路鸟鸣不断，落到地上时，却是田垄上一排排嫩绿的禾苗。
- ④风吹过，如一颗颗在五线谱上跳动的音符。
- ⑤集镇远处，是白云，白云下边是隐隐约约的罗通山。
- ⑥湖的那边是一片五光十色的集镇。

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/888107002075007000>