

## 全国 2009 年 7 月自考心理卫生与心理辅导试题

课程代码: 00465

### 一、单项选择题(本大题共 20 小题, 每小题 1 分, 共 20 分)

在每小题列出的四个备选项中只有一个是符合题目要求的, 请将其代码填写在题后的括号内。错选、多选或未选均无分。

1. 在中小学心理辅导课程的教学方法中, 脑力激荡法属于 ( B ) 7-150  
A. 角色扮演法 B. 价值观辨析法  
C. 行为强化法 D. 榜样引导法
2. 心理可以分为几个部分, 意识、注意等属于 ( A ) 1-1  
A. 心理状态 B. 心理过程  
C. 个性心理 D. 社会性
3. 某些特殊人格常常成为某些神经症的发病基础。具有“富有暗示性, 情绪多变, 容易激动, 自我中心”等人格特征的人容易得 ( D ) 2-30  
A. 强迫症 B. 精神分裂症  
C. 躁狂抑郁症 D. 癔病
4. 心理健康身心发展正常的学生也可以进行心理辅导, 这些学生适用的心理辅导是 ( C ) 3-35  
A. 适应性辅导 B. 教育性辅导  
C. 发展性辅导 D. 学习性辅导
5. 心理辅导的核心问题是 ( A ) 3-38  
A. 成长问题 B. 人生观问题  
C. 价值观问题 D. 态度问题
6. 开始阶段是心理辅导的第一步。这一阶段需要完成的任务中不包括 ( D ) 4-53  
A. 建立辅导关系 B. 掌握学生的材料  
C. 进行分析诊断 D. 制定辅导目标
7. 自我开放属于心理辅导的操作技术中的 ( B ) 4-64  
A. 倾听的技术 B. 影响的技术  
C. 观察的技术 D. 评估的技术
8. 根据弗洛伊德的观点, 人格中奉行现实原则的是 ( C ) 6-102  
A. 本我 B. 超我  
C. 自我 D. 原我

自考备考三件宝: 自考笔记、真题及答案、录音课件!

9. 在梦中将潜意识的欲望或者意念用其他甚至相反的形式表现出来, 这是 ( D ) 6-108  
A. 象征化 B. 移置  
C. 投射 D. 变形
10. 最先提出“行为治疗”概念的是 ( A ) 6-110  
A. 斯金纳 B. 班杜拉  
C. 拉斯 D. 华生
11. 不适用于水准较高、渴望高度成长的来访者的心理辅导方法是 ( B ) 6-121  
A. 精神分析法 B. 行为转变法  
C. 个人中心法 D. 认知重建法
12. 有的学生把苦闷和痛苦统统写在纸上, 写完后不管是不是拿给老师看, 总感到内心轻松多了。这是 ( B ) 9-189  
A. 自我催眠 B. 合理宣泄法  
C. 自主训练法 D. 呼吸调节法
13. 对于不良个性引起的对抗行为, 一般采用的调整方法中不包括 ( D ) 10-229  
A. 纠正不良认知 B. 自尊要恰到好处  
C. 行为重塑 D. 改变其所处环境
14. “感到精神疲乏, 心里烦躁, 无法集中注意力, 学习效率降低, 进度减慢甚至停滞”, 具有上述症状和表现的学习卫生问题被称为 ( C ) 11-272  
A. 注意力分散 B. 意志薄弱  
C. 学习疲劳 D. 学习方法不当
15. 下列选项中不属于良好的交往原则的是 ( B ) 12-284  
A. 真诚 B. 亲密  
C. 宽容 D. 互助互利
16. 有的人“在思维方式上, 对问题的看法总是从自我的角度去考虑问题”, 这属于 ( C ) 12-297  
A. 自私 B. 羞怯  
C. 自我中心 D. 退缩
17. 满灌疗法可以用来治疗 ( A ) 14-328  
A. 恐怖症 B. 抑郁症  
C. 多动症 D. 疑病症
18. 神经衰弱产生的基础是 ( D ) 14-337  
A. 精神刺激 B. 过度疲劳

C. 营养不良 D. 心理素质

19. 可以用来改善注意力分散的方法中不包括 ( D ) 11-271

A. 早睡早起 B. 自我减压

C. 放松训练法 D. 暴露法

20. 个体获得社会自我, 习得社会角色的最重要时期是 ( B ) 10-208

A. 幼儿阶段 B. 小学阶段

C. 初中阶段 D. 高中阶段

## 二、多项选择题(本大题共 5 小题, 每小题 2 分, 共 10 分)

在每小题列出的五个备选项中至少有两个是符合题目要求的, 请将其代码填写在题后的括号内。错选、多选、少选或未选均无分。

21. 心理健康的人, 具有健全的积极意志品质, 表现为意志的 ( ABCE ) 2-22

A. 自觉性 B. 果断性

C. 坚持性 D. 协调性

E. 自制力

22. 下列选项中, 属于个体采用的主要防御机制的是 ( ABCDE ) 2-29

A. 合理化 B. 升华

C. 否认 D. 幽默

E. 投射

23. 学校心理辅导的途径包括 ( ABDE ) 3-46

A. 开设心理辅导课 B. 在学科教学中渗透心理辅导

C. 团体辅导 D. 个别心理辅导

E. 小组辅导

24. 在心理辅导的过程中, 辅导人员要学会观察和表现的非言语行为包括 ( BCDE )

4-68

A. 重读 B. 目光注视

C. 面部表情 D. 身体语言

E. 空间距离

25. 罗杰斯认为, 心理健康即“机能完善”的人的特征有 ( ABE ) 6-123

A. 乐于接受一切经验 B. 时刻保持生活充实

C. 不完全信任自己的机体感受 D. 有较强的行动自由

E. 有高度的创造性

## 三、填空题(本大题共 8 小题, 每空 1 分, 共 10 分)

本档资源由考试真题软件网 (down.examebook.com) 搜集整理二次制作!

请在每小题的空格中填上正确答案。错填、不填均无分。

26. 心身疾病的致病因素及发病机理研究发现, 心理因素, 其中主要是生活条件及 心理应激, 个性心理特征等因素为重要的致病因素。1-15
27. 就心理卫生来说, 自我意识良好的核心是自知和 自爱。1-2
28. 现代健康概念包括着生理健康、心理健康和 适应社会。2-18
29. 厌恶法中, 常用的厌恶刺激包括 物理刺激 和 化学刺激。6-119
30. 初中生的交往表现在同伴、老师和 亲子 三方面。12-279
31. 建立适宜的辅导气氛的三种最重要的态度是 真诚, 无条件的积极尊重和 共情。6-127
32. “三十六计, 走为上策”, 这属于控制愤怒的 情境转移法 法。9-199
33. 从情感的发展看, 青春期最大的变化是从依恋父母的感情转向去依靠 朋友 的感情。13-304

#### 四、名词解释(本大题共 3 小题, 每小题 3 分, 共 9 分)

34. 非言语关注 4-62

答:

非言语关注是倾听的一种有效方式, 目光接触、身体语言、空间距离、沉默等都是传递信息的重要方式。

35. 生物反馈法 6-121

答:

生物反馈法是借助现代电子仪器将来访者体内生理机能予以描记, 并转换为声、光等反馈信号, 使来访者能根据这些反馈信号, 有意识地学习调控自己的内脏功能和身体功能, 达到调整机体功能的目的。

36. 呼吸调节法 9-189

答:

呼吸调节是处理情绪波动的有效方法, 通过深呼吸, 可以使波动的情绪及时稳定下来。比如情绪紧张、激动时呼吸短促, 这时可采用缓慢的呼气和吸气练习, 能达到放松情绪的目的; 当情绪低沉时, 可以采用长吸气与有力的呼气练习, 能提高情绪的兴奋性。

#### 五、简答题(本大题共 4 小题, 每小题 6 分, 共 24 分)

37. 请简要描述生活事件和心理应激对中小学生心理健康的影响。2-29

答:

生活事件与心理应激对中小学生心理健康的影响是不容忽视的:

(1) 中小学生在日常生活中所遇到的各种各样生活事件, 如考试、升学、亲人亡故等, 都会导致心理应激。

(2) 应激的生理学、心理学研究表明, 适度的心理应激不仅是人的成长和发展的必要条件, 而且可以维持人的正常功能活动。

(3) 长期的、超过人的应付能力的应激会对人的健康产生消极影响, 如出现身体不适、虚弱等生理反应, 造成人对疾病的易感状态, 加重或导致一些精神症状及躯体疾病。

38. 请简要描述思想政治教育和学校心理辅导二者差异的主要表现。3-38

答:

二者的差异性主要表现为:

(1) 二者所要达到的目标是不同的。思想政治教育是以马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论为指导, 着眼于人的政治思想面貌, 主要解决学生的世界观、人生观、价值观和道德观的问题。心理辅导的目的则是帮助学生解决心理问题、心理困惑、调节情绪、平衡心态, 促进学生的心理成熟和全面发展。

(2) 从内容上看, 思想政治教育的核心问题是人生观问题。心理辅导的核心问题则是成长问题。

(3) 从工作角色上看, 思想政治教育工作者与学生双方是教育者和被教育者的关系, 思想政治工作者处于主导地位, 学生则是教育的对象。心理辅导主要是一个讨论沟通的过程, 辅导人员和学生的关系基本上是相互平等的。

(4) 从工作方法上看, 思想政治教育一般采用报告、课堂讲授、个别谈话、批评表扬、提供榜样、树立典型等方法。学校心理辅导一般采用的方法有: 心理健康教育课、会谈、心理测量、技巧训练、角色扮演、沟通分析、行为矫正等。一些心理辅导方法在思想政治教育中很少采用。

39. 请简要描述学校辅导人员在辅导过程中引起沉默的原因。4-71

答:

引起沉默的原因:

(1) 辅导人员本身对辅导缺乏热心, 会谈中也很少主动以言语与来访者沟通。他的沉默源于对辅导关系的冷漠, 显示了辅导人员隐藏、退缩及保护自己的倾向。

(2) 辅导人员在会谈进行中, 尚未理清自己的思路, 以致“不知该说什么”或“不知该怎么说”。这种沉默实际是辅导人员因自身原因而做出的失败的反应。

(3) 沉默是辅导人员经过考虑有计划、主动引发的。是一种具有辅导价值的沉默, 具有积极的意义, 其原因可能是辅导人员为引导来访者领悟、做出承诺, 可能是因为要将会谈探索的责任转移给来访者, 也可能是防止来访者的心理惰性。

40. 请简要描述适应性认知卫生问题中“走极端”的症状表现及辅导要点。8-164

答:

“走极端”的症状表现:

要么全对、要么全错; 要么全盘肯定、要么全盘否定, 把生活看成非黑即白、非此即彼的两个极端。把某件事情看成“糟糕至极”就是这种思维方式的结果。

辅导要点:

(1) 我们应该学会“软性”思考, 即看到黑白之间存在许许多多的中间色, 事物可能是较好或较坏的, 但绝不会是最好或最坏的。

(2) 用辩证的观患去认识和把握事物, 既看到有利的一面, 也看到不利的一面。认识到事物是发展的, 在一定的条件下, 矛盾的双方是可以相互转化的。这种思维方式才是科学、合理的。

## 六、论述题 (本大题共 2 小题, 共 27 分)

41. (本题 12 分) 请说明心理评估中谈话法的操作程序和技巧。5-85

答:

心理评估中谈话法的操作程序和技巧如下:

### 一、制定谈话的计划

谈话计划是标准化谈话法的基本要求, 它能防止因无目的的“高谈阔论”而收集不到有价值的资料。

二、根据目的和需要准备供谈话使用的表格、提纲、录像机或录音机等。

### 三、与受访者建立良好的合作关系

与受访者建立良好的关系, 这是谈话取得成功的重要保障。在心理评估中, 与受访者建立良好的关系, 可用下列技巧:

1、开门见山地自我介绍。开门见山地自我介绍的目的在于使受访者了解谈话人的情况及目的。自我介绍的内容一般包括: 谈话的目的和意义、为对方保守秘密以打消受访者的顾虑等。

2、建立起职业的或工作的信任感。向受访者说明自己的工作性质与职业道德使学生建立起对心理评估工作的职业信任感, 这是敞开心扉、暴露心理问题的基础。

### 四、有目的、有计划地提高效果

这是心理评估中谈话的主体, 在这个阶段应注意下列问题:

1、所提问题不能使人产生歧义, 尽量避免使用生僻字词或专业术语, 以利于沟通和节省时间。

2、提问应符合不同年龄学生的特点; 学校心理评估的对象可能是中、小学生, 评估对象不同, 对言语的理解水平有差异, 因而, 提问应符合不同年龄的特点。

本文档资源由考试真题软件网 (down.examebook.com) 搜集整理二次制作!



3、围绕主题谈话，控制谈话方向。在谈话中，有时学生圆答的问题杂乱无章，甚至跑题，当辅导员发现偏离主题时应巧妙地回归主题，切忌粗暴打断对方谈话，造成对方的难堪或不愉快。

4、启发诱导，深入了解所提问题不甚明确而仓促回答致使答案不清或答非所问或对所提问题有顾虑而不愿明确回答。

5、灵活掌握发问技巧。心理评估中常见的谈话技巧有三种：第一种为开门见山法，即评估人员直截了当地提出问题让受访者回答；第二种为间接法，这是一种“欲擒故纵”的发问法，问的是甲，实际上是在了解乙，这种方法对防御心理强韵受访者作用明显；第三种为迂回法，这是一种“若即若离”的发问方法，旨在从各个方面了解实质性心理问题。

6、适时插问。有的来访者在回答时常担心回答不合乎要求，因而在回答问题中常停顿下来，此时可适当插问，或肯定其回答，或鼓励其继续说下去，或帮助其归纳一个要点，引导其继续说下去。

7、适当运用表情和动作。谈话者在谈话中可适当地运用表情和动作加强谈话的感染力，在客观的立场上保持对方对谈话的兴致。

#### 五、有效记录谈话内容

谈话记录的主要内容包括来访者的回答情况、谈话的情况及出现的问题。

1、来访者的个人资料及谈话者的评价等，标准化谈话记录比较容易，可利用代码当场记录。

2、非标准化谈话则分为当场记录与事后记录两类方法。当场记录具体可采用边谈边记录笔记和录音记录法，事后记录法是在谈话结束后，根据对谈话的记忆和印象做出的记录或报告。

42. (本题 15 分)小王和小李都是小学的心理辅导教师。他们俩在对学生进行行为强化时所采用的方法大不同小王认为应该对学生采用奖励的方法，而小李主张采用惩罚的方法。请说明什么是行为强化法的奖励和惩罚，以及采用奖励和惩罚应该注意之处，并结合我国小学生的实际情况，谈谈你自己对奖励和惩罚两种方法的观点。7-154

答：

#### 一、奖励

1、奖励是指施于行为之后以增加该行为再次出现的可能性的事件，是一种正强化。奖励一般可分为社会性奖励、物质性奖励和活动性奖励。

(1) 社会性奖励包括微笑、赞扬、拥抱、亲昵、抚摸等，这种奖励对低年级学生特别有效；

(2) 物质奖励是用可消费的物品作为强化物，如饼干、食物、音乐、玩具、图片、代币等等。

(3) 活动奖励是指用一些学生喜欢的活动作为强化物，如自由时间、跳皮筋、踢球等。具体使用何种强化物要根据学生个人爱好而定，另外，还要注意让学生学会自我奖励。

## 2、运用奖励时应注意:

- (1) 奖励的行为是具体的。
- (2) 奖励的选择遵循多次奖励仍不满足为原则。
- (3) 鼓励学生自我奖励。

## 二、惩罚

1、惩罚是指为减少或消除某种不良行为再次出现的可能性而在此行为发生后所跟随的不愉快事件。在学校里教师一般运用两类惩罚:

(1) 违反课堂纪律的行为发生后施加某种痛苦或厌恶的刺激,以减少受罚行为再次发生的可能性,如批评、警告、记过,甚至开除学籍等处分。

(2) 在不良行为发生后,取消学生喜爱的某种刺激以减少受罚行为再次发生的可能性,如扣除行为得分,暂时收回某种奖励或暂时取消参加某种娱乐活动的权利等等。除此之外,让学生学会自我惩罚。

## 2、运用惩罚时应注意:

- (1) 避免不适当的惩罚,如体罚或变相体罚。
- (2) 惩罚应有很强的针对性,重罚其事,轻责其人。
- (3) 惩罚伴随说理教育,以提高惩罚效果。
- (4) 力戒惩罚后又立即给予奖励。

考试课件网: <http://www.examebook.cn/>

——我们专业提供自考易考题库课件集、自考免费电子书、自考历年真题及标准答案!

考试真题软件网: <http://down.examebook.com/>

——我们专业提供自考历年真题及答案整理版、自考考前模拟试题!

考试学习软件商城: <http://www.examebook.com/>

——为您提供各种考试学习软件课件更为便利的购买通道!