

全国 2010 年 7 月自学考试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. 保持心理卫生的原则包括自我意识良好、社会功能良好、人际关系良好和(A)1-2
A. 积极劳动实践 B. 学习成绩良好
C. 人格特征良好 D. 积极态度和性格
2. 由紧张刺激物引起的, 伴有躯体机能和心理活动改变的一种身心紧张状态是(B)2-29
A. 挫折 B. 应激
C. 压抑 D. 冲突
3. 心理辅导中巩固与结束阶段的工作主要有两项, 一是巩固效果, 另一项是(D)4-59
A. 指导帮助 B. 达成共识
C. 回顾总结 D. 追踪调查
4. 为来访者提供关于现实世界的某种看法, 从而使来访者能够从一个新的角度来看自己的问题, 这是影响技术中的(A)4-65
A. 解释 B. 指导
C. 摘要 D. 自我开放
5. 辅导过程中, 来访者集中精力沉浸在思绪和感受之中, 因而出现了沉默, 这属于(D)4-71
A. 自发性沉默 B. 冲突性沉默
C. 尴尬性沉默 D. 创造性沉默
6. “尊重来访者的合理要求”属于心理评估的(A)5-78
A. 保密性原则 B. 动态性原则
C. 整体性原则 D. 主体性原则
7. 瑞文标准推理测验属于(B)5-94
A. 学习测验 B. 智力测验
C. 人格测验 D. 心理健康综合测验
8. 人格结构理论认为, “自我”奉行的是(B)6-102
A. 快乐原则 B. 现实原则

自考备考三件宝: 自考笔记、真题及答案、录音课件!

- C. 道德原则 D. 理想原则
9. 下列治疗技术中不属于认知重建法的是(C)6-135
- A. 三栏目技术 B. 与不合理信念辩论技术
- C. 放松法 D. 合理情绪想象技术
10. 小刚学习用功时, 他的妈妈就不再数落他, 使他更加努力, 这属于行为强化法的 (B)7-153
- A. 正强化 B. 负强化
- C. 惩罚 D. 消退
11. 两难问题法有其适用的教育内容, 其中包括(C)7-151
- A. 智力训练 B. 学习态度
- C. 品德形成 D. 人际交往
12. “一个人应该能力十足, 在各方面都有成就”, 这种不良认知是(D)8-176
- A. 走极端 B. 绝对化
- C. 虚拟陈述 D. 追求完美
13. 研究表明, 小学生道德感发展的转折期是(A)9-181
- A. 三年级 B. 四年级
- C. 五年级 D. 六年级
14. 就小学生自我发展而言, 自我意识发展的第一个上升时期是(A)10-209
- A. 小学一年级到三年级 B. 小学二年级到四年级
- C. 小学三年级到五年级 D. 小学五年级到六年级
15. 下列不良个性卫生问题中可以用敌意矫正训练法的是(B)10-244
- A. 自卑 B. 偏执
- C. 自负 D. 压抑
16. 心理学的研究表明, 学过的知识如果不加以复习就会忘记。经过两天会忘记 (D)11-261
- A. 1/4 左右 B. 1/3 左右
- C. 1/2 左右 D. 2/3 左右
17. 中小学生学习适应性卫生问题不包括(B)11-269
- A. 考试怯场 B. 调控心理状态
- C. 学习方法不当 D. 学习疲劳
18. 人际交往的基本功能是(A)12-283
- A. 信息交流功能 B. 提高学习、工作效率

C. 促进人的身心健康 D. 促进良好个性的形成

19. 进入青春期的青少年, 其内心世界逐步复杂, 开始不大轻易将内心秘密表露出来, 这是中学生心理发展的特点之一, 即(C)13-311

A. 社会性 B. 过渡性

C. 闭锁性 D. 秘密性

20. 下列观点中正确的是(A)14-326

A. 抑郁症是一种持久的心境低落状态, 常伴有焦虑、躯体不适和睡眠障碍

B. 恐惧症是一种持久的心境低落状态, 常伴有焦虑、躯体不适和睡眠障碍

C. 焦虑症是一种持久的心境低落状态, 常伴有焦虑、躯体不适和睡眠障碍

D. 强迫症是一种持久的心境低落状态, 常伴有焦虑、躯体不适和睡眠障碍

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. 影响心理健康的生物学因素包括(ABCDE)2-23

A. 遗传因素 B. 体质因素

C. 性别因素 D. 年龄因素

E. 器质性因素

22. 学校心理辅导人员必须具备和遵循的特殊道德准则有(AD)3-45

A. 预防和发展相结合 B. 保持适当的人际距离

C. 全心全意为中小学生及来访者服务 D. 个别对待与面向全体相结合

E. 尊重中小学生及来访者

23. 心理测验要对测验的一系列测验指标进行检验和说明, 这些指标包括(ABCD)5-91

A. 信度 B. 效度

C. 难度 D. 区分度

E. 分数

24. 初中生思维发展的特点表现为(CDE)8-162

A. 由具体形象思维向抽象逻辑思维过渡 B. 具体形象思维开始占主导地位

C. 抽象逻辑思维开始占主导地位 D. 思维的独立性日益增强

E. 思维的批判性日益增强

25. 初中生个性发展的特点表现为(ABCD)10-211

A. 自我意识增强 B. “成人感”突出

自考备考三件宝:
自考笔记、
真题及答案、
录音课件!

C. 开始对现实形成较为稳定的态度 D. 兴趣开始分化

E. 理想已经稳定

三、填空题(本大题共 10 小题, 每小题 1 分, 共 10 分)

请在每小题的空格中填上正确答案。错填、不填均无分。

26. 心理可以分为心理状态、心理过程和个性心理三大部分。1-1

27. 心理辅导的核心问题是成长问题, 它所关心的问题是怎样帮助学生积极适应环境的变化。3-38

28. 心理辅导的指导与帮助阶段主要完成的任务有制定辅导目标、选择辅导方案和实施指导帮助。4-57

29. 心理评估的综合性原则是指在心理评估中除运用心理学的方法和技术外, 还要根据需要结合运用多种学科的方法和技术以取得最佳的评估效果。5-78

30. 常用的价值观辨析法包括小组讨论法、两难问题法和脑力激荡法。7-151

31. 适应性认知卫生问题主要是不良认知, 即因认知错误所产生的歪曲的、不合理的、消极的观念、信念和思想。6-133

32. “自主训练法”的基本原理是每个人都可以控制自己。9-187

33. 发展性个性卫生问题辅导, 关键在于让学生学会正确的看待自己、他人和环境。10-217

34. 考场上要讲究考试方法, 应遵循由易到难的答题规律, 以发挥出最佳的应考水平。11-270

35. 人格障碍表现为情感和意志行为异常, 感知和智力并无异常。14-323

四、名词解释(本大题共 3 小题, 每小题 3 分, 共 9 分)

36. 移情 6-108

答: 在长期进行心理分析的过程中, 来访者会把自己对父母、亲人等的感情和情绪依恋关系转移到辅导员身上, 把他作为自己的父母、亲人等。

37. 无条件的积极尊重 6-128

答: 积极的尊重就是要把每个来访者都看成是独特而有价值的人, 既接纳他的长处, 也宽容他的短处, 这样就创造出了一个安全、温暖的环境, 让来访者能够更大程度地表达自己。无条件的尊重, 是指这种关爱不受辅导员主观判断或对来访者思想感情评价的影响。

38. 神经症 14-320

答: 它是一种干扰人的正常生活、削弱人的适应能力的中等程度的心理障碍。它一般没有器质性病变, 但有某些身体功能的丧失, 有明显的心理异常表现。包括焦虑症、恐怖症、癔病和神经衰弱等。也有的人称为“神经官能症”, “精神神经症”或“心理症”。

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

五、简答题 (本大题共 4 小题, 每小题 6 分, 共 24 分)

39. 简述健康心理的标准。2-21

答:

健康心理应具备下列标准:

- (1) 认知能力发展正常, 智力水平处于正常范围内。
- (2) 情绪正常、健康。情绪活动是人的基本心理活动, 情绪是否健康是个体心理健康的重要内容。
- (3) 意志健康。心理健康的人, 具有健全的积极意志品质, 表现为具有意志的自觉性、果断性、坚持性和自制力等优良品质。
- (4) 心理与行为的协调与一致行为是心理的外部表现, 且受人的意志的支配。
- (5) 具有良好的自我意识及健全的个性。
- (6) 人际交往正常, 人际关系和谐。
- (7) 较强的适应能力。人生活在世界中, 经常面对各种变化。心理健康的人能建立积极的适应机制, 适应自身、环境及社会的变化。

40. 简述使用心理测验的一般原则。5-95

答: 心理测验的一般原则如下:

- (1) 正确认识心理测验是科学使用心理测验的前提。
- (2) 保护测验内容, 防止滥用测验。
- (3) 做一名合格的测验者, 维护心理测验的声誉。
- (4) 根据测验的目的与对象特点, 选用适宜的心理测验。
- (5) 应慎重地解释与使用心理测验结果。

41. 简述行为强化法中惩罚的种类及运用惩罚时的注意事项。7-154

答: 一、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。

二、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。

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、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。

42. 简述呼吸调节法及其原理与方法。9-189

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。

原理：

从生物学的观点来看，快速呼吸会使体内进入大量氧气，呼出大量二氧化碳，可是如果二氧化碳呼出过多，会使血液中的二氧化碳失去平衡，时间一长，会使中枢神经迅速做出抑制的保护性反应。这时，如果采用加深或放慢呼吸频率的方法，一段时间内，就会起到安静情绪的作用。

方法：

(1) 呼吸要和动作一致，在呼吸时配合身体的动作。

(2) 坐端正，身体放松，做深呼吸。从下腹部逐渐地往胸膛充气，吸气时腰部也要用力，尽量收缩胸部将气吸进来，呼气时好似撒了气的皮球。

六、论述题（本大题共2小题，共27分）

43. （本题12分）试论述学校心理辅导应遵循的基本原则。3-44

答：学校心理辅导应遵循的基本原则有：

一、整体性原则

心理辅导的整体性原则具有以下两方面的含义：

1、学校心理辅导追求的终极目标是学生个体的整体性发展，即通过帮助和指导使学生德、智、体、美、劳诸方面得到较全面的发展，与此同时学生的知、情、意、心理活动及个性也能得以健康发展。

2、追求学校心理辅导的各种模式、方法与学校的各项教育活动的协调一致，综合运用，使其达到辅导与教育目标的协调一致，相互促进，共同发展。

二、主体性原则

1、主体性原则是指在学校心理辅导工作中把学生作为辅导活动的主体。对学生施以的各种指导帮助并不是把学生作为被动接受影响的客体，而是通过学生的“自助”即学生自我理解、自我指导能力的提高，积极地加入心理辅导过程，实现辅导目标。

2、贯彻主体性原则要求理辅导人员尊重学生的主体地位；从学生的自身需要出发；采取有效方法并用鼓励性、商量性的语气让学生发表看法，宣泄情感，研究解决问题的途径与办法。

三、活动性原则

自考备考三件宝：
自考笔记、
真题及答案、
录音课件！

活动性原则是指心理辅导要重视活动对个体心理健康的作用与影响。实践活动是个体心理发生、发展的基础。中小学生的认知、情感、意志的健康发展离不开实践活动,其个性的完善及社会适应性的提高也离不开学生的学习、交往、劳动等实践活动。

四、个别对待与面向全体相结合的原则

1、面向全体学生原则是指学校心理辅导的价值在于中小学生学习整体心理素质的提高上。这是由学校教育的本质决定的。

2、个别对待原则是指心理辅导中要重视学生的个别差异。中小学生学习心理健康方面的问题在不同个体身上的表现形式、程度、持续时间等均有所不同;每个学生心理健康问题产生的背景及原因不同,因此,心理辅导必须针对每个学生身心发展特点及具体问题,采用灵活多样的辅导策略与方法,因势利导。

五、预防与发展相结合原则

学校心理辅导就其基本功能来看是适应性功能与发展性功能。及时预防学生心理疾患及行为偏差的产生,对于从总体上提高学校心理辅导的效能是重要而积极意义的。

44. (本题 15 分) 结合实例论述中学生异性交往紧张的表现及心理辅导要点。12-291

答: 一、表现

随着青春期的来临, 少男少女在生理和心理上都发生了很大变化, 生理上的变化在心理上也会发生相应的变化。

1、开始表现出对异性的倾慕与向往, 希望自己能更多地与异性交往, 有什么苦衷和心里话也愿意向异性朋友倾诉。

2、有很多学生, 在和异性同学讲话时, 总感到不好意思, 心慌, 有时会紧张得连话都说错。

3、严重者不敢与异性目光接触, 更不敢与异性交谈, 即使与异性交谈, 也会面红耳赤, 言语不清。一看见异性向自己走来, 则全身紧张、流汗。

二、辅导要点:

1、端正认识

这种在同龄异性面前所表现出的羞涩和不安, 是每一个人在心理发展上所必经的一个阶段——性疏远期。男女青少年的这种相互疏远, 一般要持续一年左右, 有时甚至会更长一些。女孩子在和男孩子讲话时感到害羞, 是处于性疏远期的青少年的正常心理表现, 不必以此为怪。

2、端正态度

要把异性间的接触看成是生活中的正常接触, 是工作和学习的需要, 是增进友谊和团结的需要, 也是探求人生真谛、实现社会化和自我完善的重要途径, 因而是应该大力提倡和发扬的。

3、讲究方式

在与异性接触时，不要过多地考虑对方的性别和年龄，而要从心理上把对方当做自己的兄弟或亲人来看待。在与对方商量事情、讨论问题时，要力求做到自然亲切、诚恳大方。

4、自我暗示

暗示是一种很普遍的心理现象，同时也是一种有效的治疗方法。它是指被暗示者从他人或自身把某种观念接受下来，使它在下意识里发生作用，并使其见诸动作和行为。正因为这样，如果女孩要和男孩一起办事或搞什么活动，不妨先对自己进行自我暗示一番。例如，可以暗示自己说：“作为一个 90 年代的现代女性，和异性交往，这完全是光明正大的嘛，有什么可紧张和难为情的呢？”“别的女同学都能那样自然大方，我为什么不能呢？”“我从来就不比别人差，别人能做到的，我为什么不能做到？！”等等。

5、系统脱敏法

你对一样东西特别恐惧，是因为某一事物总是伴随着不良情绪感受的出现而逐渐形成的，而不是不可绝对消除的。我们虽然无法一下子克服恐惧的情绪，但却可以一点点接近目标。我们在这一事物出现的时候同时控制自己不良感受的强度，每一步都进行得很小，使不良忍受在可以忍受的范围内，到后来不再引起恐惧情绪。而这一步步逐渐加起来，便会很自然地接近目标，消除对目标的恐惧。

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！

自考备考三件宝：
自考笔记、
真题及答案、
录音课件！