优秀心理委员评选笔试题库

**一.单选题（共200题）**

1.一个人总是反复检查是否锁了门或不停的洗手，这是属于下面哪一种心理障碍（D）

A恐怖症B一般性焦虑障碍C抑郁症D强迫症

2.下列哪一种治疗中最强调角色扮演（A）

A心理剧B意识训练C家庭治疗D交朋友

3.当你身边大多数人选择某种东西时，你常不自觉的做出相同的行为，这一心理现象称作（C）

A刻板印象B社会吸引C从众D服从

4.当你进入一个黑暗的房间时，开始感觉眼前一片漆黑，但过一段时间后，你便可以看见周围的一切，这叫什么心理现象（B）

A明适应B暗适应C色弱D视觉后像

5.下述关于人格的描述哪一个最为准确（D）

A人格稳定性受到性别与社会经济地位的影响

B在整个成人期，人格在整体上会发生系统性改变

C在青春期后，人格保持非常稳定

D成人期人格兼有稳定和变化两重特征

6.心境具有（A）的特点

A弥散性B集中性C短暂性D突发性

7.考试焦虑主要属于（A）方面的问题

A情绪B气质C性格D行为

8.下述关于精神分裂症发病期的描述哪一个是最为准确的（C）

A当该病出现于年龄较大的人中症状会更严重一些

B发病的高峰期在中年或成年期后期（45岁以后）

C常常出现于青春期或成年人早期

D在各个年龄组出现的概率均等

9.下列陈述不能增强挫折承受力的是（A）

A避免类似情境B总结经验教训C调节抱负水平D建立和谐的人际关系

10.追求完美、自尊心脆弱、控制欲望强、自视甚高、将不完美等同于不可爱、不值得爱的是（C）

A自卑者B自负的人C完美主义者D偏执者

11.“走极端、以偏概全、消极思维、敏感多疑、自卑心理、自罪自责、自我评价过低”主要描述的是（A）

A抑郁症B自负C躁狂症D强迫症

12.学校增进心理健康的主要途径和方法是（A）

A心理健康教育B进行大规模问卷调查C心理咨询D心理治疗

13.人格是一个具有丰富内涵的概念，人格具有统合性、功能性、稳定性（A）等特征。

A独特性B发展性C复杂性D一致性

14.利他主义的表现（C）

A人不为我，我不为人B人为财死C辛苦我一个，幸福十万家D逃避责任

15.（A）是心理活动顺利进行的重要条件，它对心理活动具有选择、维持、调节功能。

A注意B记忆C表象D想象

16.在下列影响人际关系的相似性因素中，对人际关系影响最大的是（D）

A兴趣B性格C知识水准D价值观念

17.我国心理学工作者认为智力是一种综合的认识能力，其中（C）是智力的核心。

A观察力B想象力C抽象思维能力D创造力

18.动机和兴趣产生的基础是（C）

A感知B实践C需要D教育

19.情感是在人的（A）中产生的。

A认识过程B意志过程C个性倾向性D个性

20.大学生心理健康日是（A）

A 5.25 B 5.26 C 4.2 D 6.26

21.勤奋、懒惰、谦虚、骄傲，这些反映的是（C）特征。

A能力B气质C性格D情感

22.下列特征不属于神经衰弱者的表现（D）

A容易疲劳B自我压迫C睡眠障碍D缺乏生活兴趣

23.按照心理学的观点，大部分心理问题来源于（D）

A家庭内部B社会环境C人际关系的处理D自身的内部冲突

24.在心理咨询的各种形式中，最主要而且最有效的方法是（B）

A电话咨询B面对面咨询C专题咨询D互联网咨询

25.团体咨询最适宜的对象是（B）

A学习困难者B人际适应不良者C情绪困扰者D人格障碍者

26.人在危险紧急意外事件出现时表现出高度紧张的情绪化称为（D）

A激情B心境C激越D应激

27.下列哪项不是马斯洛需要层次理论的需要（C）

A尊重需要B安全需要C社会需要D生理需要

28.“悲喜交加”，“百感交集”是人的情绪和情感的（A）的表现。

A复杂性和矛盾性B稳定性C可变性D生理性

29.对心理不健康状态的解释，行为主义强调（B）

A幼年遭受的挫折B环境的不良作用C潜能发挥受限D错误的认知

30.强迫观念指的是（C）

A在意识中占主导地位的错误观念B外部强加于自己的错误观念

C头脑中反复出现，但又难以摆脱的固定观念D在病理基础上产生的歪曲信念

31.性格核心结构是（C）

A意志特征B理智特征C态度特征D情绪特征

32.一种微弱、平静而持续时间较长，可以影响人的整个精神活动的情绪状态是（D）

A情感B激情C应激D心境

33.当你在电影画报上看到某演员的形象时，觉得很熟悉，而且能够确知他曾饰演过某个角色，这种现象属于（C）

A识记B保持C再认D回忆

34.错觉是（B）

A对错误东西的知觉B与实际情况不一致的知觉

C错误的东西引起的知觉D变了形的感觉

35.“忧者见之而忧，喜者见之而喜”是（A）的表现。

A心境B激情C应激D美感

36.下列中（C）是特殊能力。

A记忆力B注意力C节奏感D思维力

37.下列何种情感障碍易伴发明显心跳加速、呼吸困难、尿频等症状（C）

A情感淡漠B情绪低落C焦虑D情感脆弱

38.用信息加工的观点来研究人的感觉、知觉、记忆、思维等心理过程的心理观点是（D）

A行为的观点B生物学的观点C现象学的观点D认知的观点

39.人类高级的社会性情感分为（D）

A理智感B道德感C美感D以上都是

40.如果你对以前一个同学对你的谩骂时的愤怒的心情，一直记到现在。请问这种记忆的名称叫做（C）

A形象记忆B逻辑记忆C情绪记忆D运动记忆

41.儿童做了好事之后，老师及时给予表扬，这在行为主义中被称为（D）

A反映B刺激C联结D强化

42.精神分析理论中，此时此刻想不起来，但集中注意力，认真回忆还是可以回忆起来的称为（C）

A意识B无意识C前意识D都不对

43.“以人为中心”理论是属于哪个理论流派（B）

A精神分析B人本主义C行为主义D格式塔心理学

44.成语“杯弓蛇影”是心理学中的什么现象（D）

A功能固着 B幻觉C思维定势D错觉

45.人本主义心理学是心理学理论流派的第三势力，它的基本理论核心是（A）

A自我实现B生理需要C安全需要D社交需要

46.我们曾经去过北京的天安门广场，看过天安门之后，至今在头脑中还能浮现出天安门城楼的形象，这是（C）

A运动表象B一般表象C记忆表象D想象表象

47.不属于个性心理特征的是（D）

A能力B气质C性格D智商

48.有的学生希望通过交往与别人建立和谐的关系，得到别人接纳，其想要满足的人际需要是（C）

A情感的人际需要B控制的人际需要C包容的人际需要D利用的人际需要

49.吃不着的葡萄是酸的，得不到的东西是不好的，这种心理防御机制，称为（B）

A否认作用B合理化作用C投射作用D幻想作用

50.专注而主动地获取信息的过程，属于心理辅导会谈中的（C）

A反映B面质C倾听D询问

51.美国心理学家霍尔曾用“急风暴雨”来形容青年人的情绪特征，来说明青年时期情绪的特征之一是（B）

A.波动性大 B.冲动性强 C.表达趋于隐蔽 D.具有过程性

52、在艾里克森的个性发展理论中，青少年期的主要发展任务是（B）。

A、获得亲密感，避免孤独感 B、形成角色同一性，防止角色混乱

C、获得勤奋感，克服自卑感 D、获得主动感，克服内疚感

53、在艾里克森的个性发展理论中，成年早期的主要发展任务是（A）。

A、获得亲密感，避免孤独感 B、形成角色同一性，防止角色混乱

C、获得勤奋感，克服自卑感 D、获得主动感，克服内疚感

54、在艾里克森的个性发展理论中，童年期的主要发展任务是（C）。

A、获得亲密感，避免孤独感 B、形成角色同一性，防止角色混乱

C、获得勤奋感，克服自卑感 D、获得主动感，克服内疚感

55、在艾里克森的个性发展理论中，幼儿期的主要发展任务是（D）。

A、获得亲密感，避免孤独感 B、形成角色同一性，防止角色混乱

C、获得勤奋感，克服自卑感 D、获得主动感，克服内疚感

56.面对失败或极坏的结果时，往往会认为自己是“一无是处”、“一钱不值”等不合理的评价，这种不合理的信念属于（B）

A.绝对化要求 B.过分概括化 C.糟糕至极 D.防御反应

57.“心理活动的内在一致性”是判断心理是否异常的一个重要原则，下列符合这个原则的是（B）。

A、个人行为要和集体保持一致     B、认为高兴的事情就会体验到愉快

B、人际关系要和谐                D、今天的我要和昨天的我保持一致

58.下列不属于朋辈心理辅导员应履行的义务的是( B )。

A.准时参加学校组织的相关学习培训活动，并遵守相关要求

B.对身边的每一位同学进行心理分析

C.积极参加和组织相关的朋辈辅导活动

D.遵守朋辈辅导的有关纪律和要求

59.关于朋辈心理辅导的保密原则，下列说法正确的是（ B )。

A.如果求助者没有强烈要求保密，则不需要执行保密原则

B.当求助者可能对自己或他人造成伤害时，可打破保密原则

C.当进行个案讨论时，透露个案中的真实姓名不违背保密原则

D.朋辈心理辅导员向第三方请教求助者问题的时候，透露出问题中涉及的真实姓名不违背保密原则

60.人本主义心理学的代表人物是（B）

A华生B马斯洛C霍尔D杜威

61．有预定目的，需要一定意志努力的注意是（A）

A随意注意B不随意注意C随意后注意D无意注意

62.学习新信息对已有旧信息回忆的抑制作用叫（B）

A前摄干扰B倒摄干扰C消退抑制D超限抑制

63.个体的成就动机中含有两种成分：追求成功的倾向和（B）

A追求利益的倾向B回避失败的倾向C回避困难的倾向D追求刺激的倾向

64.某学生有朝气、热情、活泼、爱交际、有同情心、思想灵活；也容易出现变化无常、粗枝大叶、浮躁、缺乏一贯性。他的气质类型属于（A）

A多血质B胆汁质C粘液质D抑郁质

65.信息的发送者与信息的接受者之间的信息相互作用过程是（B）

A信息传播B人际沟通C人际吸引D人际关系

66.行为主义心理学的创始人是（D）

A荣格B弗洛伊德C罗杰斯D华生

67.珊珊很害怕火，以致于不能擦亮一根火柴，甚至不能参加烛光晚会，她很可能患有（D）

A广泛性焦虑障碍B惊恐障碍C强迫性障碍D恐怖障碍

68.冯特于（B）年在德国莱比锡大学创建第一个心理学实验室。

A1897B1879C1900D1901

69.心理学历史上，精神分析学派的创始人是（A）

A弗洛伊德B荣格C华生D费希纳

70.“月明星稀，月暗星密”这是属于（B）

A感觉适应B感觉对比C联觉D暗适应

71.心理学的英文名称是（B）

A．PsychologistB．psychologyC．psychopathD．psychiotry

72.下列哪种动机不属于生理性动机（D）

A饥渴动机B性动机C母性动机D成就动机

73.俗话说“近水楼台先得月”，这正反映了影响人际吸引的因素有（B）

A 相似性与互补性 B 熟悉性和临近性 C 对等性或互惠性 D 个人能力

74.有的学生在上课时讲小话、做小动作，这是（C）

A注意的转移B注意的分配C注意的分散D注意的起伏

75.一支白色的粉笔，无论是置于明亮处还是黑暗处，人们都会把他知觉为白色粉笔，这种知觉特征属于（B）

A整体性B恒常性C解释性D选择性

76.自我意识中对自己生理条件的自我认识和评价是（B）

A心理自我B生理自我C品德自我D社会自我

77.有些教师甚至在黑板上写字时都知道谁在做小动作，仿佛长有一双后眼似的，这体现了有效管理者的（A）特征。

A一心多用B明察秋毫C整体关注D变换管理

78.通过一定的榜样来强化相应的学习行为或学习行为倾向是（C）

A直接强化B自我强化C替代强化D正强化

79.小组合作学习的意义在于（B）

A针对学习自主性B人际交往，相互促进C个性张扬 D得出学习结论

80.当儿童出现不良行为时，施予厌恶刺激或剥夺他正在享受的奖励刺激，这种行为矫正模式是（B）

A正强化B惩罚C负强化D消退

81.人的认识，情绪和情感过程，意志过程统称为（B）

A个性心理B心理过程C心理现象D个性倾向性

82.下列心理现象中属于认识过程的是（C）

A情绪B需要C想象D兴趣

83.注意是心理活动或意识对一定的对象的指向和集中，当人们对周围的一切“视而不见，听而不闻”时（B）

A注意的指向范围大了B注意的指向范围缩小了

C意识活动强度减小D心理活动强度减小了

84.只有在（D）状态下，人们才能有效的监控自己的动作和行为，从而达到预定的目的，避免失误，顺利完成相应的工作任务。

A记忆B思维C想象D注意

85.日常生活中所说的“情人眼里出西施”反映的是以下哪种现象（C）

A刻板印象B首因效应C光环效应D近因效应

86.我们经常听人说的“长沙妹子不可交，面如桃花心似刀”，东北姑娘“宁可饿着，也要靓着”，实际上都是（A）

A刻板印象B首因效应C光环效应D近因效应

87.最近你的室友突然像变了个人，不爱上课，总是去上网，你很担心，想要帮助他以下哪种反应比较符合助人的态度（A）

A.“我发现最近你好像变了，发生了什么事了吗？”

B.“你最近怎么老是去上网呢？这样会影响你的学习”

C.“你要是再这样下去，肯定会考试不及格的”

D.“人不能太放纵自己，要学会约束自己”

88.有教导、宽容及与人温暖相处的能力，这属于（ D ）的人的特点

A.企业型B.实用型C.传统型D.社会型

89.科学家认为，人根据自己的生物钟安排学习生活，能更有效地利用学习时间，人体内存在有（ A ）、情绪和智力三种周期。

A.体力B.脑力C.学习D.记忆

90.每次投票选举，小刘都要看同学投的是谁，自己也会跟着投谁，你觉得他是什么类型的人（ B ）

A.场独立型B.场依存型C.场交叉型D.场附和型

91.早晨起床后，记忆新内容或再复习一遍昨晚复习的内容，则会记忆犹新这是由于不受（ A ）的干扰。

A.前摄抑制B.后摄抑制C.倒摄抑制D.中摄抑制

92.汶川大地震后，很多幸存者经常被痛苦和恐怖回忆所困扰，这种反应属于（  D   ）

A．强迫症      B．恐惧症      C．广泛性焦虑障碍      D．创伤后应激症

93.情绪ABC理论中的A代表什么意思（ C ）

A.个体在遇到诱发事件之后相应而生的信念B.个体的情绪及行为的结果

C.诱发事件D.一个人的个性特征

94.常识性区分心理正常与异常的标准是（ D ）

A.是否影响他人的正常生活B.自身社会功能是否完整

C.是否有过度的情绪体验和表现D.判断正常与异常心理活动的三原则

95.一个用钱很仔细的人，突然挥金如土，或者一个待人接物的很热情的人突然变得很冷漠，这是（ C ）

A.主观世界与客观世界不统一B.精神活动缺乏内在协调一直性

C.缺乏人格的相对稳定性D.自身社会功能不完整

96.如果一个人说他看到或听到了什么，而客观世界中，当时并不存在引起他这种知觉的刺激物，那么我们可以说这个人（ A ）

A.主观世界与客观世界不统一B.精神活动缺乏内在协调一直性

C.缺乏人格的相对稳定性D.自身社会功能不完整

97. 情绪ABC理论中的B代表什么意思（ A ）

A.只个体在遇到诱发事件之后相应而生的信念B.个体的情绪及行为的结果

C.诱发事件 D.一个人的个性特征

98.下列问句中，一个有经验的助人者最可能采用的是（ D ）

A.“你怎么会……”B.“你为什么……”

C.“你……的原因何在”D.“能说说……的理由吗”

99.下列语句中，较合理地使用了面质技术的是（ A ）

A.“你之前说担心自己跟不上，学不下去，但你现在的成绩在全班属于中上，这种担心会不会有些多余？”

B.“你说自己缺乏自信，又说很想交到朋友，这是不是有点矛盾？”

C.“你说总感到周围人在议论自己，这怎么可能？”

D.“你觉得昨晚的噩梦是不祥之兆，这不科学嘛”

100.( A )一般被定义为婴儿和他的照顾者（一般为母亲）之间存在的一种特殊的感情关系。

A.依恋B.亲社会行为 C.接触性安慰 D.安全需要

101. 下列哪种归因属于内部的、稳定的、不可控的（ B ）

A.任务难度 B.能力 C.努力 D.运气

102.下列关键词中，（ D ）属于罗杰斯的人本主义思想。

A.社会心理危机 B.图式 C.需要层次理论 D.无条件积极关注

103.以下哪一项不利于大学生充分认识和接纳自己（ A ）

A.为自己制定远大宏伟的人生抱负B.不盲目与别人比较

C.注重享受实现目标的过程D.不自轻自贱，也不自骄自傲

104.对自我进行积极调解的方式不包括（ D ）

A.进行积极的人际交往B.学会管理与调解情绪

C.养成科学的生活方式D.尽量克制自己的消极情绪

105.寻求心理帮助首先要做到（ A ）

A.正确认识心理问题B.等待学校心理老师的关注

C.多出去玩玩D.多休息一下

106.下列不属于科学的生活方式的是（ B ）

A.生活有规律B.减少饮食C.科学用脑D.锻炼身体

107.下列对心理咨询理解正确的是（ C ）

A.心理咨询要替人决策B.所有人都适合做心理咨询

C.心理咨询不是生活中的劝慰D.心理咨询的首要任务是对人进行心理分析

108.下列不属于心理咨询特征的是（ A ）

A.强调对心理咨询师的言听计从B.强调个人的力量与价值

C.为有心理问题的求助者提够有效的帮助D.主要针对应付生活中的压力的正常人

109.自我认识中的理性自我指（ C ）

A.对自我的性格、兴趣、气质、意志、能力等方面的优缺点的评估

B.自己的相貌、身体、穿着打扮等方面

C.对自我的思维方式和方法、道德水平、情绪情商等因素的评价

D.对自己在社会上扮演的角色，在社会中的责任、义务、权利、名誉及对自己和他人态度等方面的评价

110.自我认识中的心理自我指（ A ）

A.对自我的性格、兴趣、气质、意志、能力等方面的优缺点的评估

B.自己的相貌、身体、穿着打扮等方面

C.对自我的思维方式和方法、道德水平、情绪情商等因素的评价

D.对自己在社会上扮演的角色.在社会中的责任、义务、权利、名誉及对自己和他人态度等方面的评价

111.自我认识中的社会自我指（ D ）

A.对自我的性格、兴趣、气质、意志、能力等方面的优缺点的评估

B.自己的相貌、身体、穿着打扮等方面

C.对自我的思维方式和方法、道德水平、情绪情商等因素的评价

D.对自己在社会上扮演的角色、在社会中的责任、义务、权利、名誉及对自己和他人态度等方面的评价

112.有些同学在夜里打游戏或者语音聊天，甚至通宵达旦，干扰了其他同学的正常休息，这说明（ A ）引发寝室的人际冲突。

A.作息时间不同B.价值观念不同C.成长环境不同D.经济不同

113.化解人际冲突的技巧不包括（ B ）

A.两人之间必须有一个共识，即双方都有权利有自己的想法和感受

B.需要不加思考的说出不同的观点

C.两个人都需要聆听对方的心声

D.当圆满化解一个冲突后，要彼此肯定一番

114.下列哪个不属于处理人际冲突的原则（ D ）

A.对事不对人B.给情绪降温C.当时当地解决D.坚持己见

115.下列不属于不当处理冲突的模式的是（ B ）

A.对冲突不理不睬

B.抱有公平竞争和单纯想赢的心态

C.当两人的关系越来越不一样时，首先的反应是否认

D.相信冲突是危险的，最好不要有冲突存在

116.下列不属于处理人际冲突应遵守的原则内容是（ C ）

A.将焦点置于事情本身B.作出适度的让步

C.将冲突的起因归结于某人D.直面问题，当面解决

117.“对这个事情他怎么会这么想？跟我哪里不一样呢”这属于哪种避免冲突的方法（ A ）

A.求同存异，换位思考B.制定寝室约定

C.避免过分亲密D.调节彼此节奏

118.下列不属于感谢的技巧的是（ C ）

A.真心诚意、充满感情、郑重其事地表示感谢

B.不扭扭捏捏，而是大大方方、口齿清楚地表示感谢

C.表示感谢时要概括、简单扼要

D.感谢时眼睛要看着对方

119.下列不属于拒绝的技巧的是（ D ）

A.拒绝要对事不对人B.拒绝的方式要适当

C.拒绝的态度温和而坚定D.拒绝要不留情面

120.小佳总是期待她的爱情充满了浪漫，很在意对方的外表，有过几次一见钟情的恋情，那么她属于哪种类型的爱情（ C ）

A.游戏式B.占有式C.浪漫式D.现实式

121.给予对方无条件的关心，甘愿为爱情付出一切属于哪种类型的爱情（ D ）

A.友伴式B.占有式C.现实式D.奉献式

122.一些大学生常常出现莫名其妙的情绪波动，这反映了情绪（ A ）

A.波动性大B.冲动性强 C.表达趋于隐蔽D.具有过程性

123.有人心情不好时，会不停的吃东西，或者疯狂的购物，这表现了情绪的（ B ）

A.必要性B.能量会向其它方向转化C.动力性D.发泄性

124.“情人眼里出西施”指的是情绪的（ D ）

A.必要性B.过程性C.动力性D.非理性

125.情绪之间可以相互转化，这体现出情绪的哪方面特性（ B ）

A.必要性B.两极性C.动力性D.发泄性

126.罗杰斯结合（ B ）的需要层次理论，提出了“人人都有自我实现的愿望”的人本主义心理学理论

A.罗洛梅B.马斯洛C.赫尔D.布罗姆

127.某种障碍可称为病态人格或变态人格，是指人格特征显著偏离正常，从而使个体形成了特有的行为模式，不能适应正常的社会生活这段文字描述的是（A）

A.人格障碍B.强迫症C.疑病症D.神经症

128.以下哪种行为有助于你真诚地帮助他人（ D ）

A.表情严肃认真B.双手交叉C.身体向后倾D.保持良好的目光接触

129.关注是助人者的什么能力（ A ）

A.是能够与其求助者同在的能力B.是助人者攫取和理解求助者的能力

C.是接纳与支持求助者的能力D.是传达对求助者的理解的能力

130.倾听是助人者的什么能力（ B ）

A.是能够与其求助者同在的能力B.是助人者攫取和理解求助者的能力

C.是接纳与支持求助者的能力D.是传达对求助者的理解的能力

131.共情是助人者的什么能力（ D ）

A.是能够与其求助者同在的能力B.是助人者攫取和理解求助者的能力

C.是接纳与支持求助者的能力D.是传达对求助者的理解的能力

132.“心理上的专注倾听”是指（ C）

A.开放而微微前倾的身体姿势

B.表示鼓励与专注的点头动作

C.即要理解言语中说出来的意思，也要理解未表达出来的隐含意义

D.蕴含温暖与支持的视线接触

133.罗杰斯曾强调尊重是（ A）

A.无条件的B.部分的接纳C.有条件的 D.取决于求助者的行为

134.以下哪种行为不属于“行为上的专注倾听”（ D ）

A.开放而微微前倾的身体姿势B.蕴含温暖与支持的视线接触

C.表示鼓励与专注的点头动作D.垂直角度的谈话座位

135.孔子曰：“举一隅，不以三隅反，则不复也”从心理学上讲，孔子形容的是心理学上（ D ）A首因效应B苏东坡效应C连锁反应D学习迁移

136.头脑对外界输入的信息进行编码、储存和提取的过程这种心理过程称为（ C ）

A回忆B遗忘C记忆D学习迁移

137.教师特别重视上课的前5分钟是由于（ C ）

A.近因效应B.前摄抑制C.首因效应D.倒摄抑制

138.如果一个小孩看见另外一个小孩子做好事情可以吃糖果，她也会做好事情，这是（ A ）

A.替代经验B.个人自身行为的成败经验C.言语劝说D.情绪唤醒

139.小明平时学习紧张，但成绩很好，高考的时候过于紧张，导致成绩较低这是（ B ）

A.艾宾浩斯定律B.耶克斯——多德森定律C.重复定律D.需求定律

140.皮格马利翁效应是由哪两个心理学家提出（ C ）

A.弗洛伊德荣格B.冯特铁钦纳C. 罗森塔尔雅格布森D.斯金纳华生

141.黄琳是比较粗心大意的，但是她的好朋友却心思细腻，这对朋友的相处体现了（ A ）原则。

A.互补性原则B.临近性原则C.相似性原则D.审美观原则

142.大多数人交朋友时先看这个朋友的长相如何，这体现了（ D ）原则

A.互补性原则B.临近性原则C.相似性原则D.审美观原则

143.菲菲刚进入大学，人生地不熟，有一次她碰到了一个老乡，于是两人迅速成为了好朋友，这体现了人际吸引的（ C ）原则。

A.互补性原则B.临近性原则C.相似性原则D.审美观原则

144.期末复习的时候，小林发现他和室友一起复习比自己一个人复习效率要高，这个现象体现什么（ A ）

A.社会促进B.社会抑制C.第一印象效应D.马太效应

145.小钢在黑板上解一道数学难题，周围同学都看着他，他感觉很紧张，无法解出这道题，这体现了（ B ）

A.社会促进B.社会抑制C.第一印象效应D.马太效应

146.以下选项不是光环效应特征的是（ C ）

A.遮掩性B.表面性C.聚焦性D.弥散性

147.现在年轻女孩在拍照片的时候都喜欢摆出一些卖萌的姿势，渐渐许多女生开始纷纷效仿，这种现象说明了（ A ）。

A.从众心理B.晕轮效应C.第一印象D.光环效应

148.拍广告片的多数是那些有名的歌星、影星，而很少见到那些名不见经传的小人物，这个现象体现是（ C ）

A.霍桑效应B.首因效应C.光环效应D.马太效应

149.莫言在获得诺贝尔文学奖后，他的很多压箱底的书一下子变得畅销起来，这体现了什么效应（ C ）

A.霍桑效应B.首因效应C.光环效应D.马太效应

150.非典时期的抢购白醋，日本地震后的抢购食盐，这些现象都说明了（ D ）心理现象。

A.光环效应B.南风效应C.霍桑效应D.从众效应

151.小明是班上的差生，平时调皮捣蛋，一次考试，一张不知道是谁做的小抄意外地落在了小明的桌子上，并被老师发现，尽管小明极力辩解，但老师依旧怀疑小明考试作弊，这说明了以下哪种心理现象（C）

A.光环效应B.首因效应C.刻板效应D.晕轮效应

152.《三国演义》里的庞统因其貌丑而曾被人忽视了才能，如“权见其人浓眉掀鼻，黑面短髯、形容古怪，心中不喜”，“玄德见统貌陋，心中不悦”这是以下哪种效应导致的（C）

A.首因效应B.从众效应C.刻板效应D.光环效应

153. 拥有一流球星的美国足球队，在本次世界杯的多数场次中，除胡克尔担当突击前锋外，老将[拉尔森](http://goal.sports.163.com/8/player/19057.html)、汤姆和小将阿金拉德沃同样获得很多的得分机会美国队主帅麦卡岑深谙一个球队不能是一个人的球队这句话这是对（ A ）理论的诠释。

A.木桶效应B.霍桑效应C.社会抑制D.首因效应

154.每每考试失败了，小陈都认为老师出的卷太难了，有意刁难大家这属于( C )归因。

A.正向归因B.负向归因C.外部归因D.内部归因

155. 当同学或自己受到公众的关注或注视时，学习和交往的效率就会大大增加这体现了什么效应（ A ）

A.霍桑效应B.首因效应C.近因效应D.从众效应

156. 以下案例中，体现“霍桑效应”的是（ D ）

A.小瑞看到同学们都穿起板鞋，明明知道这种款式并不适合自己，但仍放弃适合自己的风格而去追时髦、赶潮流

B.小菁参加省级的舞蹈比赛，在平时练习中总是表现出色，在比赛中，见到父母及朋友在场下给自己加油时，内心中顿时产生一种巨大的压力及紧张的情绪，最后导致发挥失常

C.马鸣赶到鸿达公司参加第一轮应聘主考官见他上身一件红格子衬衣，加上满头乱糟糟的头发，给人一种疲疲塌塌的感觉主考官经过再三考虑，最终没有录用马鸣

D.小陈成绩不是很好，但是看到班主任对他很是关心，内心很是感激，暗示自己要更加努力学习

157.下列关键词中，（ A ）属于艾里克森的发展理论。

A. 社会心理危机B. 图式C. 最近发展区D. 口欲期

158.要求当事人就有关的问题、想法、感受、给予详细的说明，采用（ B ）

A.祈使式问句B.开放式问句C.投射式问句D.封闭式问句

159.探问中能够增加当事人谈话主动性的方法是（ A ）

A.引导当事人自我探问B.尽可能多地发问

C.多使用封闭式提问D.使用具体化技术

160.对当事人已经提及的内容进行补充和和证实，多采用（ D ）

A.祈使式问句B.隐含式问句C.投射式问句D.封闭式问句

161.一幅图画，把白色当做知觉的对象看起来是个花瓶，把黑色当做直觉的对象看起来是两个对着的人脸，这说明直觉具有（D）

A.整体性B.恒常性C.理解性D.选择性

162.由于缺乏准备，不能驾驭或摆脱某种可怕或危险情景时所表现的情绪体验是（D）

A.快乐B.悲哀C.愤怒D.恐惧

163.心理咨询的基本原则是 (C)

A.替来访者做决定 B.有条件的尊重来访者

C.为来访者保密 D.对来访者的行为作道德判断

164.梦是无意想象的特殊形式，它是一种(A)现象

A.生理--心理B.社会C.心理D.自然

165.后学习的材料对保持和回忆先学习材料的干扰作用叫（B）

A.前摄抑制B.倒摄抑制C.正迁移D.负迁移

166. 长时记忆是指存储时间为多少以上的记忆（B）

A.几秒钟B.一分钟C.数分钟D.数小时

167.（A）是人的活动、行为的基本动力和个性积极性的源泉

A.需要B.动机C.兴趣 D.信念

168.在新年的第一天里，若是说了不吉利的话，就吐口水或者说句吉利话。这反映了下列哪种调节机制（D）

A.升华B.反向形成C.合理化D.抵消

169.有的人白天工作效率高，有的人夜晚工作效率高，这是指 (A)

A.人的心理活动的周期节律性 B.环境适应力

C.心理自控能力 D.社交能力

170.心理健康在社会交往中可表现为 (C)

A.经常与素不相识的人十分热情地交谈，表现为十分兴奋的状态

B.对同事、好友无缘无故地表现为冷漠、漠不关心

C.有自己喜欢与不喜欢的人

D.接触异性时经常表现为紧张的情绪

171.喜欢是（A）的人际吸引

A.中等程度B.最高程度C.较低层次D.最低层次

172.从创伤刺激中恢复到常态水平的能力称为 (C)

A.心理活动的耐受力 B.心理活动的稳定性

C.心理康复能力 D.环境适应能力

173.个体始终不脱离生存的环境，并随其做顺应性改变的能力，叫（A）

A.环境适应能力 B.受暗示性

C.周期节律性 D.社会交往能力

174.个体能够恰如其分地评价和表现自己的品质，被称为（A）

A.自信B.自卑C.自负D.自嘲

175.长时记忆的容量（C）

A.为7+2个项目 B.种类是无限的，数量确实有限的

C.种类和数量都是无限的 D.因人而异的

176.青春发育期的主要特点是（C）

A.身心稳定发展 B.心理发展无显著变化

C.身心发展迅速而又不平衡 D.心理发展迅速并直达成熟

177.临床上最常见的幻觉是（D）

A.幻味B.幻触C.幻视D.幻听

178.个性中最重要、最核心的组成部分是（C）

A.能力B.气质C.性格D.动机

179.从心理学角度看，压力是(B)

A.良好的人际关系 B.外部事件引发个体的一种体验

C.适当的工作能力 D.外部事件对人的直接作用力

180.系列位置效应一般表现是（D）的材料记得很好

A.开头B.中间C.后边D.两头

181.个体能够对不同的刺激作出不同的反应称为( D )

A.类化       B.能力      C.消退     D.辨别

182.心理活动中有意识的支配，调节行为，通过克服困难，从实现预定目的的心理过程称为( D )

 A. 能力      B .气质      C. 个性     D.意志

183.如果你和一个人有数次交往，并以第一次的印象对该人做出判断，这在社会认知中属（B ）

 A.刻板印象  B.首因效应  C.光环效应   D.近因效应

184.认为人类行为是由某种潜意识动机驱使的心理学观点是( D )

A.行为的观点         B.生物学的观点       C.现象学的观点        D.认知的观点

185.以神经生理学的研究结果为基础,对个体的心理和行为进行解释的心理学观点是( B )

A.行为的观点         B.生物学的观点       C.想象学的观点       D.精神分析的观点

186.引起不随意注意的主要原因是( C )

A.注意不集中         B.意志努力的结果     C,刺激的意义性       D.注意的动摇

187.梦通常出现在( D )

A.以混合的,频率和波幅都较低的脑电波的浅睡阶段 B.出现”睡眠锭”波的阶段 C.深度睡眠阶段 D.快速动眼睡眠阶段

188.当过去感知过,思考过或体验过的事物重新出现时,我们能够识别出来的心理过程叫( A ) A.再认               B.再现               C.联想               D.回忆

189.思维是借助语言,表象或动作实现的,对客观事物( C )的认识.

A.直接具体           B.常规抽象           C.逆向搜索           D.爬山法

190.在人脑中把事物或对象分解成各个部分,属性或特征的思维过程称为( A )

A.分析               B.综合               C.比较               D.抽象

191.在知觉世界里,人们总是把少数事物当成知觉的对象,把其他事物当成知觉的背景,这是( A )

A.知觉的意义性       B.知觉的整体性       C.知觉的理解性       D.知觉的恒常性

192.在能力与知识,技能的关系上,下面说法不正确的是( D )

A.一个人能力的高低会影响他掌握的知识,技能的水平.

B.能力是掌握知识,技能的前提

C.能力是掌握知识,技能的结果

D.可以根据知识,技能的多少判断一个人的能力的大小

193.《红楼梦》中林黛玉“见花落泪，见月流泪”。她的这种情绪状态属于（D   ）

A、激情            B、应激             C、热情            D、心境

D.可以根据知识,技能的多少判断一个人的能力的大小

194.学习后立即睡觉，保持的效果往往比学习后继续活动保持的效果更好，这是由于（ C ）。

A、过渡学习  B、记忆的恢复现象  C、无倒摄抑制的影响   D、无前摄抑制的影响

195.心情好时，人们往往回忆出更多美好的往事；心情不佳时，人们更多记起的是倒霉的往事。这种现象的提取线索是（C  ）

A、与编码信息的联系  B、环境依存性  C、状态依存性  D、联想的作用

196.散于把已经开始了的事业进行到底，不达目的是不罢休的意志品行是（ B ）

A、意志的坚韧性  B、意志的果断性  C、意志的自觉性  D、意志的自制性

197.下列对内部语言描述不正确的是（ D ）。

A、内部语言是一种自问自答或不出声的语言活动 B、没有外部语言就没有内部语言

C、没有内部语言的参与，就不能顺利进行外部语言活动 D、内部语言具有隐蔽性、开展性、计划性等特点

198.学校教育中通常采用评“三好学生”的方式，或用学习反馈，以物质或精神奖励的方式引起学生的学习动机。这主要是激发学生的（ A ）。

   A、成就动机  B、认知内驱力  C、自我提高的内驱力  D、附属内驱力

199.正式提出“发展心理学”的名称，始于（ B ） 。

 A、第二次世界大战期间  B、20世纪30至40年代 C、20世纪初            D、20世纪20至30年代

200.人对客观事物采取的什么态度是以（ D  ）为中介

A、动机            B、需要             C、体验            D、刺激

**二. 多选题（共70题）**

1.心理咨询师的责任心包括（ABD）

A 对求助者负责B 对社会负责C 对家庭负责D 对职业负责

2.人格测验的典型方法有（ABC）

A自陈量表B投射测验C情景测验D智商测验

3.心理冲突的类型主要有哪几种（ABCD）

A双趋冲突B双避冲突C趋——避冲突D双重趋——避冲突

4.于嘉这学期有10门功课，在这之前都很少学习，现在要在短短时间内考完10门课，于嘉有些焦虑，刚记住的东西不一会就会忘，下面哪些建议能帮助于嘉呢？（ABC）

A.根据艾宾浩斯遗忘曲线，在记住材料后要复习，最好一天之内要复习一遍

B.对记忆的东西多加理解

C.把记忆的内容分组，增加每一组的容量

D.每门功课看10遍

5.气质类型包括（ABCD）

A 胆汁质B 多血质C 粘液质D 抑郁质

6.引起无意注意的原因主要有（ABCD）

A刺激物的新异性B刺激物的强度C刺激物的运动变化D人的需要兴趣

7.影响遗忘的主要因素有（ABCD）

A识记材料的数量和性质B学习的程度C学习的时间 D识记材料的序列位置

8.影响人格形成与发展的因素主要有(ABCD)

A遗传因素B社会文化因素C家庭环境因素D早期童年经验

9.下列哪些特征属于神经衰弱者的表现（ABC）

A容易疲劳B自我压迫C睡眠障碍D缺乏生活兴趣

10.判断正常与异常心理活动的三原则是（BCD）

A.是否影响他人的正常生活B.主观世界与客观世界的同一性

C.精神活动的内在协调一致性D.人格的相对稳定性

11.下列那些是行为主义取向的心理治疗技术（ABCD）

A放松训练B系统脱敏C角色扮演D反复强化

12.大学生应当注重全面发展，提高自身素质。大学生的素质包括（ABCD）

A思想道德素质B文化素质C专业素质D身体心理素质

13.人们把人在生气时呼出的“生气水”注射到大白鼠身上，初期，这些小老鼠表现呆滞，整天不思饮食几天后，它们就默默死掉了实验说明（BD）

A.积极情绪有利于身体健康B.消极情绪不利于身体健康

C.积极情绪增强身体的抵抗力D.消极情绪降低身体的抵抗力

14.心理咨询关系的特点（ABC）

A 是一种职业性的人际关系B 是一种具有时限性的人际关系

C 是一种平等助人、共同成长的人际关系D 是一种亲密的人际关系

15.交往的心理健康原则主要有（ABCD）

A真诚原则B尊重原则C宽容原则D互利原则

16.压力反应常表现为（ABCD）几个方面

A心理反应B生理反应C行为反应D情绪反应

17.爱是一种需要培养的能力，爱的能力包括（ABCD）

A.迎接爱 B.承受失恋 C.拒绝爱D.解决冲突

18.关于心理健康教育教育的特征正确的是（ABCD）

Ａ发展性Ｂ主动性Ｃ整体性D活动性

19.心理健康的标志包括（ABCD）

A身体、智力、情绪协调B适应环境C能充分发挥自己的能力D有幸福感

20.随着年龄增长，流体智力和晶体智力经历不同的发展历程，下列叙述正确的是（ACD）

A.流体智力在20岁左右达到高峰，35岁以后随年龄的增长而降低

B.流体智力不会因年龄增长而降低

C.晶体智力不会因年龄增长而降低

D.晶体智力可能因知识经验的积累随年龄增长而增高

21.社交恐怖症表现为（ABCD）

A社交场合极度焦虑B害怕当众发言C害怕当众表演D极不自然

22.一名合格的朋辈辅导者须具备以下特征（ABCD）

A共情B宽容C善于倾听D热诚

23.人际关系的类型有（ABCD）

A以血缘关系为基础B以地缘关系为基础

C以业缘关系为基础D以趣缘关系为基础

24.下列有关动机最佳水平的有关陈述正确的是（ABC）

A.中等程度的动机的激发或唤起，对学习具有最佳的效果

B. 动机的最佳水平随任务性质不同而不同

C. 随任务难度的增加，动机的最佳水平有逐渐下降趋势

D. 对于容易任务，较高的动机水平能满足任务需求

25.你认为“大一综合症”（即大一学生产生的空虚，焦虑，失眠等症状）产生的主要诱因有哪些（ABC）

A理想与现实的落差 B对新环境的适应力弱

C优势地位丧失D生活过度挥霍而产生罪恶感

26.记忆力属于（AD）

A一般能力B特殊能力C创造能力D智力

27.思维的特征有（BD）

A分析与综合B间接性C概念D概括性

28.新生入校，独立是第一关，独立应该从哪些小事做起（ABCD）

A整理好自己的领地B规划好自己的时间C熟悉周围的环境 D初步建立社交圈子

29.自卑感的形成受下列哪些因素的影响（ABCD）

A 家庭B 生理健康状况C 学习环境D先天遗传素质

30.以下属于心理现象的有（ABC）

A动机，情绪B记性，遗忘C语言与思维D自杀，自虐

31.感觉反映的是（AD）

A客观事物的个别属性B客观事物的整体

C过去作用于感官的事物D直接作用于感觉器官的事物

32.按照记忆中信息保持时间的长短，可把记忆分为（ACD）

A感觉记忆B思维记忆C短时记忆D长时记忆

33.按情绪发生的强度和持续时间，可把情绪分为（ABC）

A心境B应激C激情D情操

34.以下心理现象中（BC）均为有意想象的范畴

A、幻觉B 幻想C 空想D 梦

35.有人说，“成功=明确目标+详细计划+马上行动+检查修正+坚持到底”，其中，“坚持到底”包含哪两层意思（AD）

A.意志坚强B.做事认真C.有执行力D.有耐性

36.根据哪些因素来分析判断来访者心理问题的严重程度（ACD）

A心理问题的挫折源越大，心理问题越严重B外界支持越多，心理问题越严重

C心理问题持续时间越长，心理问题越严重D自身调节能力越弱，问题越严重

37.注意具有以下特点（ABCD）

A选择性B集中性C稳定性D指向性

38.助人的态度包括（ABD）

A.尊重他人B.热情耐心C.直接指导D.耐心倾听

39.人际关系和谐的表现是（ABC）

A乐于助人B交往中保持独立而完整的人格

C乐于与人交往D交往中积极态度少于消极态度

40.一个人用愉快的语调向别人诉说令人忧伤的事，这属于（CD）

A 妄想B抑郁症C情感倒错D心理活动的内在不一致

41.以下哪些属于学业生涯规划的步骤（ABD）

A.熟悉环境，适应大学生活

B.利用心理测试工具判断个人的能力倾向、兴趣等，寻找与之匹配的职业

C.了解他人的职业选择和就业倾向

D.了解人才市场信息和具体岗位要求

42.下面有关模仿说法正确的是（BC）

A 模仿是愚蠢的重要表现

B 模仿实质上也是一种文化传播、流行的过程

C 模仿同时也是一种社会学习的过程

D 模仿是聪明的重要表现

43.以下属于对心理健康的正确理解的是（ AB ）

A.心理健康是一个过程而不是一个结果B.心理健康与不健康之间没有明确的界限

C.心理健康的标准是确定不变的D.心理健康就是没有困扰

44.著名心理学家罗杰斯提出每个人都有两个自我，它们是（ AB ）

A.现实自我B.理想自我C.真实自我D.虚假自我

45.小华挺喜欢数学的，梦想成为一名数学家，可是虽然自己很努力，在数学学习方面总是表现平平，你觉得小华应该（ BCD ）

A.无论如何坚持下去，总会实现梦想B.认识到自己在数学方面可能缺乏天赋

C.尝试下其他学科或其他方向D.接受自己的不足，并进行自我调整

46.如何解决承担太多的问题（ABD）

A.学会说“不” B.寻求帮助C.坚持做完D.学会清理

47.大学生时间管理常见问题（ ABCD ）

A.承担过多B.事先没有想清楚就做好计划C.拖延D.很忙碌但是没有效果

48.学习迁移的促进方法有（ ABCD ）

A.理解基本原理，促进原理或法则的迁移B.总结学习经验，运用学习方法

C.创设与应用情境相似的学习情境D.牢固掌握基本知识，促进新旧知识相结合

49.当面临多个任务需要处理，导致结果更慢、压力更大，此时可以采取哪些解决办法（ABCD）

A.一次只做一件事B.营造良好的氛围 C.列出计划D.寻求社会支持

50.马龙考入重点大学后，家庭的希望大了，学校的要求高了，他的心理压力觉得很大，一遇到考试就紧张，唯恐出现失误过度的焦虑易影响身心健康，下列哪些方法可帮助他克服考试焦虑（ BCD ）

A.多加复习B.自信训练C.放松训练D.系统脱敏

51.维纳的三维归因理论把人们的归因方式分为（ ACD ）

A.内归因和外归因B.运气好和运气差归因

C.稳定性归因和非稳定性归因D.可控性和不可控性归因

52.真正的倾听要做到哪两个层面（ AC ）

A.行为上的专注倾听B.躯体上的专注倾听

C.心理上的专注倾听D.精神上的专注倾听

53.助人者应避免哪些常见共情反应错误（ ABCD ）

A.空洞的说教B.妄下保证C.贴标签D.直接指导和引导

54.共情的表达方式有（ ABCD ）

A言语激励B重复关键字词或语句C概括性重复D非言语表达

55.从众效应是指个体在真实的或臆想的群体压力下，在认知上或行动上以多数人或权威人物的行为为准则，进而在行为上努力与之趋向一致的现象关于从众效应，下列说法正确的有（BCD）

A.从众效应使人丧失了自己的特性，是一种不好的心理现象

B.从众效应既包括思想上的从众，又包括行为上的从众

C.学习从众，消费从众，恋爱从众是大学生常见的从众效应

D.从众效应可分为具有积极作用的从众正效应、具有消极作用的从众负效应

56.小涛是小学五年级的学生，每到自习课，他总爱离开座位在教室里走来走去,如果你是老师，怎么运用连锁塑造来帮助小涛改正行为（ BC ）

A.小涛每走一次批评一次

B.小涛每天少走一次就表扬一次

C.跟小涛商量每15分钟不走就给奖励，一周后每20分钟不走就给奖励，以此类推

D.不去理会小涛的行为，自然而然小涛就会少走动的

57.学习动机可以分为（AC ）

A.内部动机B.强动机C.外部动机D.弱动机

58.影响高原现象的相关因素有（ ABCD ）

A.学习方法B.生理与心理的疲劳C.知识与能力障碍D.学习动机偏差

59.解决高原现象的方法有（ ABCD ）

A.合理调整大脑中贮存的知识，使之条理化

B.克服生理上的障碍，调节精神，保持乐观向上的态度

C.及时的进行反馈

D.经过审慎、仔细的考察之后，可以科学的转换学习目标

60.下列关于交际心理的说法，正确的有（AB）。

A、对陌生人的认知中，首因效应比较明显

B、在对熟悉的人的认知中，近因效应更为明显

C、第一印象不会形成一种分析问题、解决问题的倾向性，因而不必在意

D、刻板印象心理都是消极的，应该避免

61.下列哪些陈述符合青少年的心理特点（ABC）

A.精力旺盛B.感情丰富C.渴望独立D.认识能力高，看问题全面

62.以下有利于睡眠的是(ABC)

A.睡房较暗B.定时运动C.每晚定时上床睡觉D.临睡前运动

63.关于情绪的叙述，正确的是（ABC）

A.人类的情绪可后天习得 B.具有两极性

C.体验是情绪的基本特点 D.同一件事情引发的情绪是一样的

64.关于共情，下列说法中正确的是（ABC）

A.共情是体验求助者的内心世界

B.共情是把握求助者的情感、思维

C.共情是关键的心理辅导特质

D.共情是必须与求助者拥有同样的情感

65.心理治疗的方法包括（ABC）

A.精神动力学治疗B.行为治疗C.认知治疗D.免疫治疗

66.关于影响人际吸引的因素有（ABC）

A.接近性.B 相似性C.外貌D.自尊

67.“抑郁发作”的特点包括（ACD）

A.思维缓慢B.思维中断C.情绪低落D.语言动作减少和迟缓

68.错误的测验观包括（ABC）

A.测验万能论B.测验无用论C.心理测验即智力测验D.测验是辅助工具

69.良好的心理康复能力包括（ABD）

A.精神创伤后能较好的恢复，正常生活

B.再次回忆创伤时较为平静

C.回忆起既往的精神创伤时情绪波动大

D.回忆起精神创伤时，原有的情绪色彩变得平淡

70. 以下哪种症状不属于思维障碍 ( ABC )

A.错觉B.虚构C.注意增强D.妄想

**三. 判断题（共90题）**

1.判断一个人的心理健康，不能简单地根据一时一事下结论。一个人偶尔出现的一些不健康的心理和行为，并非意味着这人就一定有心理疾病。（√）

2.心理不健康与心理健康并非泾渭分明的对立的两极，而是一个连续的状态。（√）

3.心理压力总是有害的。（×）

4.同样的不幸事件会因为个体的不同所引起的挫折感是不一样的。（√）

5.一切条件反射都是在无条件反射的基础上形成的。（√）

6.害羞经常是由不熟悉的人或情境因素引起的。（√）

7.人本主义的观点认为，人类的主要任务是使自己的潜能得到不断地发展。（√）

8.酗酒也是一种心理障碍。（√）

9.系统脱敏法就是采用相关的方法让人放松，逐步与紧张对抗，最终以松弛压倒紧张焦虑，可减轻考试焦虑。（√）

10.当刺激事件打破了有机体现有的平衡或超过了个体的能力所及，个体就会感受到压力。（√）

11.健康就是指躯体的一种稳定、充满活力的一般状态。（×）

12心理健康与心理障碍是相对的概念，二者相比较而存在，其中没有绝对的界线。（√）

13.气质和性格都有好坏之分。（×）

14.心理治疗一般都是一对一治疗，小组治疗收效甚微。（×）

15.健康不仅包括身体健康更应包括心理健康。（√）

16.人脑对客观现实的反映，既有主观性，也有客观性。（√）

17.人的人格、智力、心理特质与态度、兴趣一样是随时变化的。（×）

18.大学生心理问题主要集中在学习、就业、人际交往、感情等问题上。（√）

19.人的生理需要和动物的生理需要并无本质不同。（×）

20.心理咨询等同于心理治疗。（×）

21.精神分析大师弗洛伊德在其人格结构理论中深入探讨了自我，自我由本我和超我组成。（×）

22.人格障碍是指某人的人格特征严重偏离在特定文化观念、思想、情感、和人际关系中人们普遍的模式。（√）

23.我们的教学、教育、各种纪律训练，各种各样的习惯，都是一系列的条件反射。（√）

24.判断是否为变态心理，最终应该通过心理测量或医学鉴定来确认。（√）

25.性格的情绪特征，是指人在对自己行为的自觉调节方式和水平方面的性格特征。（×）

26.人的性格是先天形成的。（×）

27.互相之间愈接近的人人际关系就愈好。（×）

28.大学生心理健康教育应该以预防为主。（√）

29.马斯洛提出了自我实现理论。（√）

30.大学生常见的心理问题按内容可分为：学习问题、人际关系问题、自我管理问题、自我发展问题等。（√）

31.知觉在感觉的基础上形成，是感觉的数量综合。（×）

32.自言自语是一种精神紧张的表现。（×）

33.自我暗示是一种对自己施加某种影响，从而调整心境、情境和加强自我意识的方法。（×）

34.有科学实践证明，心理上的某些障碍可以遗传给下一代，并且这种障碍具有不可根治的特性。（×）

35.激情是一种消极的情绪状态。（×）

36.情感是情绪的外在表现，情绪是情感的本质内容。（×）

37.当认知和情感不一致时，一般是认知将决定人的行为。（×）

38.对情绪的调节与控制不能等同于对情绪的抑制或压抑。（√）

39.引导大学生合理的情绪疏泄，就是以建设性的态度关心理解其困境。（√）

40.智商又称EQ，是表示天资，智力程度的。（×）

41.幻想常使人想入非非，因此应该避免学生产生幻想。（×）

42.自我表露可以与他人分享体验，可以从他人那里获得反馈，降低了人与人之间的神秘感，便于建立亲密关系。（√）

43.机械识记是一种靠多种重复进行的识记，也就是人们常讲的死记硬背。（×）

44.人的心理现象千变万化，极其复杂无规律可循。（×）

45.心理是人脑对客观现实的反映，只要有了人脑和客观现实，就会产生人的心理。（×）

46.在批评时，要注意批评对方的行为，而不是人格。（√）

47.任何情绪都有其发生、发展、高潮、回落的过程，在焦虑时想办法去压制会导致焦虑的恶性循环。（√）

48.神经症就是精神病。（×）

49.当别人心情低落时，我们不用着急马上为他做什么，正确的做法应该是先让对方有机会吐出心中的不愉快，然后你们一起共同思索可能解决的办法。（√）

50.心理不健康就是有心理疾病。（×）

51.精神病可以通过自我调节、他人疏导等方式进行治疗。（×）

52.对于现代社会的人，尤其是对于亟待成功的大学生来说，心理健康的意义远远超过身体健康。（√）

53.健康的情绪、坚强的品质、良好的性格，对人的智力发展和成就的取得具有巨大的推动作用。（√）

54.人际关系和谐表现在乐于交往，善于忍让，能让别人和在自己在一起感到快乐。（×）

55.心理困扰人人有之，只是程度不同。（√）

56.心理咨询师会对你说的一切话都保密。（×）

57.心理咨询就是思想政治教育，是思想工作的现代化。（×）

58.一份心理测验报告的准确理解必须是基于过去经验和当前结果的综合考量。（√）

59.心理测验的结果并不是绝对正确的，但可以用它来辅助了解自己。（√）

60.性格是天生的，与环境关系不大。（×）

61.外向的性格更适应当今社会，更利于与人交往。（×）

62.价值观是我们在生活和工作中所看重的原则、标准或品质。（√）

63.现实生活中，任何一个人都不可能具有典型的外向型或内向型性格的全部特征，大多数人是两种特征都兼有。（√）

64.不同的价值观会影响到个人对人、事的辨别与决策能力。（√）

65.自我效能感是个体在一定情景下对自我完成某项工作的信心和预期。（√）

66.大学生可以通过提高自我控制能力、勇于接受挑战和学会用发展的眼光看待自己来使自己做的更好。（√）

67.大学期间，有职业规划可以少走很多弯路。（√）

68动机过弱不能激发学习的积极性，超过最佳水平，动机强度的提高反而会造成学习效率的降低。（√）

69.有时候一句话会伤了多年的和气，体现了第一印象效应。（×）

70.自我效能感是由耶克斯提出。（×）

71.美国心理学家米勒测定正常成年人一次短时记忆广度为7±2项内容。（√）

72.随着年龄增长，流体智力与晶体智力经历着相同的发展历程。（×）

73.多元智力理论的核心在于个人要认真对待自己存在的智力差异，找到适合自己的学习方法。（√）

74.光环效应，又称“晕轮效应”，通俗地说就是以点概面。（√）

75.观点不同，尤其是价值观的不同是引发寝室关系不良的常见原因之一。（√）

76.情绪具有两极对立的特性，它们之间不能相互转化，即消极情绪不可能向积极情绪转化。（×）

77.如果情绪没有得到适当的处理，就会导致能量的蓄积，心理表达不良者会向躯体表达转化，形成躯体化疾病。（√）

78.当自己的朋友不开心不愉快时，应当坚持让朋友说出原因，即使他不想说，因为这才是关心朋友的表现。（×）

79.学习一篇文章往往收尾部分记得好、不易遗忘，而中间部分往往识记比较难，这是由于受到前摄抑制和倒摄抑制干扰所致。（√）

80.心理学既具有自然科学的性质又具有社会科学的性质，是一门中间学科。（√）

81.心理健康状态是静止的，固定不变的（×）

82.社会刻板印象中，既包括否定的反面现象，也包括积极的正面印象。（√ ）

83.在回忆过程中的情感情绪状态是决定其效果的最重要因素。（× ）

84.遗传是精神分裂症患病的一大原因。（ √）

85.听南极考察团的报告时，头脑中浮现出企鹅，雪窝等现象，这是一种创造性想象活动。（×）

86.几何图形错觉只要知道了它是错觉，经主观努力就可以消失。（× ）

87.信息从长时记忆进入短时记忆可以通过复述来实现。（ √）

88.人的面部表情是个体通过后天模仿，学习而获得的，与先天遗传关系不大。（ ×）

89.动机强度与解决问题的效率有密切关系，动机越强，解决问题的效率越高。（ ×）

90.感觉只是在单个的维度上对复杂事物的简单要素进行分析。（√）

**四. 填空题（共30题）**

1.记忆的过程包括识记、(保持）、再认、回忆。

2.弗洛伊德认为人格是一个动力系统，由本我、自我和（超我）三个心理结构组成。

3.我们有时不得不在两种相互矛盾或无法兼顾的需要之间选择其一，比如去上学好还是去工作？是去玩游戏还是去看书？当人们处于这种难以定夺的困境时，就会出现（心理冲突）这一种心理现象。

4.面对压力时，人的肌体常常产生一种自发的神经反应，是（应激反应）。

5.随着社会的发展，健康的内涵和外延也发生了重大的变化，健康不再局限于身体健康，还包括（心理）健康。

6.某一固定观念在脑子里反复出现，患者无法摆脱这一观念而感到病苦并求医，这属于（强迫观念）。

7.短时记忆中对信息的主要编码方式为（听觉编码）。

8.记忆有三个阶段，分别为瞬时记忆、（短时记忆）和长时记忆。

9.榜样模仿在行为塑造和矫正的作用以班杜拉的（社会学习）理论为基础。

10、心理动力学的观点认为，行为是由强大的内部力量驱使或激发的。这种观点是由（弗洛伊德）发展起来的。

11.行为主义心理学的代表人物是华生、（斯金纳）等。

12.人本主义心理学的代表人物是（罗杰斯）、马斯洛等。

13.马斯洛认为，人的需求有五个层次，分别是生理需要、安全需要、归属和爱的需要、尊重的需要、（自我实现）的需要。

14.动机根据性质可分为生理性动机和（社会性动机）。

15.弗洛伊德提出的性心理发展的阶段分别是：（口唇期）、肛门期、生殖器期、潜伏期、生殖期。

16.不合理信念的几个特征是：绝对化要求、（过分概括化）、糟糕至极。

17.某学生考虑问题全面，安静，沉默，善于克制自己，情绪不易外露，注意力稳定而不容易转移，外部动作少而缓慢。他的气质类型属于（粘液质） 。

18.人的气质可以分为四种基本类型，即粘液质、抑郁质、多血质以及（胆汁质）。

19.学会打羽毛球有利于学习打网球，这种现象称为技能的（迁移）。

20.某人在临近考试时，表现出心情极度紧张状态，考试时注意力不集中,，担心失败。这属于典型的（考试焦虑）。

21.学校心理辅导的目标可以归纳为学会调适和（寻求发展）两方面。

22.“一好百好”，“一坏百坏”，这种社会认知效应称为（晕轮效应/光环效应） 。

23.（前摄抑制）是先前学习的内容对后继学习的干扰。

24.一个人总是反复检查是否锁了门或不停的洗手，这属于（强迫症）。

25.以显著而持久的心境低落为主要临床特征的心理障碍是（抑郁症）。

26.提问者要求列举砖头的各种用途。可能的答案是：做建筑材料，当打人的武器，代替尺子划线等。这种寻找问题答案的思维方式是（发散思维）。

27.（思维定势），也称“惯性思维”，是由先前的活动而造成的一种对活动的特殊的心理准备状态，或活动的倾向性。

28.在自杀研究中，要求对任何自杀的线索都很敏感，其中尤其要注意的是（言语）线索和行为线索。如果发现班上学生有自杀线索，应该马上报告学院老师或心理咨询中心。

29.神经症是一组由心理因素造成的非器质性的、大脑神经机能轻度失调的心理障碍。表现为持续的心理冲突。常见的神经症有：神经衰弱、（焦虑性神经症）、强迫性神经症 、疑病性神经症、抑郁性神经症和恐怖性神经症。

30.某同学有幻听、幻视的症状出现，声称能听到已死去的人跟他说话，这最可能是（精神分裂症）。