**个体辅导章节测试及参考答案**

1．对于自主性差的青少年，辅导员基本的辅导态度应避免下列哪一项（B）

A．主动发现自主性问题

B．尽可能少地要求他的朋友参力加辅导

C．根据导致问题的原因选择辅导对象

D．避免辅导中出现强迫的方式和急躁的态度

2．以下哪些经历并不能导致自卑的形成？（C）

A．惯常的惩罚、忽视或虐待

B．来自社会对其有偏见的家庭或社会组织，比如家庭在社会中的地位低

C．属于家庭中的同类分子

D．持续的紧张或苦难。

3．小兰在生活中常常表现有以下行为：①在学习和工作中，常常表现不佳，避免接受挑战，由于害怕失败而放弃工作。②在与人交往中，往往对批评过于敏感、过分希望取悦他人。③在进行休闲活动时，常常避免参加一些会让人评头论足的活动，还会认为自己不配得到奖赏，不配参加一些放松和享受。小兰表现为哪一类心理健康问题？（B）

A．自信 B．自卑 C．自傲 D．自责

4．张某在工作中是一个严格的完美主义者，由于害怕而狂热的工作，总觉得自己做的不的够好，他可能具备（B）一种心理问题。

A．自信 B．自卑 C．自傲 D．自责

5．自主性问题辅导的基本步骤有：①分析原因，选择辅导领域。②发现词题，提出辅导建议。③巩固训练成果，定期检查。④对青少年进行技能训陈。正确的铺导顺序是：（C）

A．①②③④ B．②①③④

C．②①④③ D．①③②④

多选

6．青少年的思想和行为常常受他人的干抗，以下属于他人干抗的是（ABCD）。

A．来自他人的消极评价能大大降低自己对事物的喜爱和投入

B．放弃自己的现点和行为，跟随别人

C．因为表面现象就盲目地模仿或学习另

D．自己的情绪咨易被他人影响

7．对于有自卑倾向的人，辅导员持有的基本辅导态度为（ABCD）

A．不要急于辅导，了解具体情况十分重要 B．直诚、尊重与同感

C．要有足够够的而耐心 D．要善于调动輔导对象的社会支持系系统

8．青少年存在自主性问题题的主要表现有（BCD）

A．说话和做事具有很强的独立性 B．缺乏自己的主张

C·有自己的主张，但是缺乏实践 D．说话和做事容易受到其他人或环境因素的影响

9．分析青少年自主性问题，可以从下面几点着手来考虑（ACD）。

A．少年的自主性与父母的限制和引导有关

B．自主性与青少年的性别有关

c．青少年自主性与其解決问题的能力有关

D．自主性与青少年自身的人格特点有关

10．有自己的主张，“光说不练”、“纸上谈兵”，是青少年比较突出的问题，追其原因，可能有下面几种（ABD）。

A．害怕失败

B．有想法，但是不知道如何实施，所以迟迟不能下手

C．尝试着用不同的方式解决问题

D．害怕自己的意愿与父母或老师的期望不一致，所以不敢动手去做

判断题

11．自卑会使人难以作出符合实际的顶期，或者难以在开放的思维下对这些订而期采取行动 A

A．正确 B．错误

12．自主性指一个人的独立決策、主宰自自己情绪和不依赖外界的帮助，在任何情况下都能努力成就自己目标的能力。A

A．正确 B．错误

13．一般人完全接受新的生活规则可能需要6至8个月。A

A．正确 B．错误

14．对于自卑的学生，一旦核心信念业已形成，并且被一次次的生活事件所强化、所确认，自己解脱出来并进一步质疑它就会变得越来越困难。A

A．正确 B．错误

15．青少年的行动自主是指青少年不断调整计划和策略来保证目标实现的过程。A

A．正确 B．错误

1．辅导员在家庭輔导中避免使用的方法是（D）

A．以寻求解决办法为中心

B．从孩子做出自己选择的成功事件中寻找父母合适的行为方式

C．鼓励父母更多地使用成功事件中所采用的行为方式

D．找出父母教养行为的偏颇

2．有注意力不集中中问题的孩子主要表现是（A）。

A．上课时不能全神贯注地听讲，有的经常做些小动作 B．身体状态还好

C．情绪高昂 D．做作业时没有表现出注意力不集中的现象

3．厌学者的主要表现为（C）。

A．对学习消极应付，时常伴有愉快的体验

B．经常为自己辩解，但是勇于接受挑战和机

C．怀疑自己是否需要学习，或者怀疑学习某些矢识是否必要

D．厌学者坚信自己一定能学习进步

4．（A）是厌学学生的不良认识

A．读书无用 B．确定自己需要学习

C．家长不喜欢自己 D．同学总是敌对自己

5．以下不属于造成学生厌学的学生自身的不良心理因素的一项是（D）

A．学习目的不明确 B．学习跟不上要求，丧失了应有的自信心

C．人际关系不协调，逆反心理严重 D．家长长期对孩子放任不管

多选题

6．青少年注意力训练技术有（AC）

A．缩小视野法 B．认知改变法

C．自我提示法 D．放松训练法

7．对于学生厌学，转辅导员应当了解学生厌学的原因，再针对不同的原因选择不同的辅导方法来激发学生的学习动机，扭转厌学心理，主要方法有（ABCD）

A．调查了解，摸清学生厌学的根本原因

B．控制外因，给学生创造一个良好的学习环境

C．归因训练，让学生能有正确的认识

D．鼓励学生建立自信

8．搞好课字习柯提高注意力应做到（ABCD）

A．培养注重重点的习惯

B．学会听讲的技术

C．上课时时，把注意力集中在听课上，不要受其他事情的影响

D．在听课时，不断地问自己，教师的意思是什么

9．对于厌学的铺导对象，教师和家长实施奖賞要注意的原则是（ABCD）

A．淡化奖赏的外部时控制作用 B．奖賞要与学生实际付出的努力相一致

C．奖赏要以精神奖励力主，物质奖励为 D．注意惩对学习动机的影响

10．厌学常常有多种原因，主要有（ABCD）

A．不良的社会文化环不境 B．不良的家庭教育环境

C．不良的学校不境 D．学生自己的不良心理因素

单选

1．持有“一次考不好，就证明自己能力差，以后做什么事都都都会失败”信念的是（B）：

A．绝对化要求 B．过分概括化 C．糟糕至极 D．相对合理的要求

2．个体感到外界环境中的危险而自觉无力应付而且感觉自己不被人所爱，别人对子不友好时容易产生的情绪是：（A）

A．无助与孤独感 B．绝望与无价值感

C．能力减退感 D．不良心境和生理症状

3．以下不属于正常范围内的紧张的是（D）

A．面临重要场合有大小不同的紧张感

B．由于紧张感的存在，或许睡眠不如平时踏实，但醒后精力充沛

C．虽然有的时候一想到考试就害怕，但只要进入了学习状态，这些想法就会消失

D．经常不易入睡、作噩梦，食欲不振

4．恐惧的基本辅导态度不包括（C）。

A．理解和接纳 B．耐心和鼓励

C．严格执行辅导计划 D．坚定的态度

5．系统脱敏过程分为三个阶段，分别是①实施系统脱敏②渐进性放松训练③制定《恐具层次表》具体实施的步骤正确的是：（B）

A．①②③ B．③②① C．①③② D．②①③

多选题

6．抑郁对青少年身心健康有很大危害，表现为（ABCD）。

A．由于抑郁时大脑过度抑制，咨易造成免疫功能失调

B．引起养性功能紊乱，使人体虚弱，易导致各种生理疾病发生

C．抑郁也会对青少年的行为、智力、人格等造成不良景影响

D．抑郁者高度敏感、自卑、焦虑的心态对其人格的健康发展也有着极大的破坏作用

7．社交恐怖自我指导的方法有（ABCD）。

A．正确认识自己 B．不苛求自己

C．友善的对待别人 D．找个倾诉对象

8．针对抑郁的行为训能有（ABCD）。

A．宣泄硫导法 B．放松训练

C．社会交往技能训练 D．自信训练

9．容易导致青少年抑都情绪的家庭类型包括：（ABC）

A．过度保护型 B．漠不关心型

C．严厉要求型 D．权威型

10．可以使人心情舒畅的环境有（ABCD）。

A．素雅整洁的房间 B．光线明亮柔和的环境

C．优美的田园风光 D．大自然美景

判断题

11．对青少年学校恐惧的辅导首先要澄清孩子能否可以忍受学校生活。A

A．正确 B．错误

12．社交恐惧的主要表现是害怕再众人面前出现，特别是对于被人注意尤为敏感A

A．正确 B．错误

13．所谓情结不線定是指一个人不能积报地调节、控制自己的情绪。A

A．正确 B．错误

14．男子更倾向用生闷气的方式表达自己的不满与愤怒B

A．正确 B．错误

15．情绪的的宣泄方法有两类，一类是身体的宣泄，一类是心理的宣泄A

A．正确 B．错误

1．在学校教育过程中，学生遇到的最多的人际关系问题是：（A）

A．师生关系系问题 B．亲子关系问题

C．同伴关系问题 D．集体与个人的关系问题

2．教教师在教育学生的时候应回避正面指责，可以用的的口语技巧不包括：（D）

A．幽默 B．委蜿 C．沉默 D．“打太极拳”

3．总体上讲讲，在亲子关系问题上，应该负主要责任的是：（A）

A．家长 B．孩子 C．教师 D．同学

4．在辅导员对学生进行人际关系辅导时，不恰当的态度是：（C）

A．有充分的耐心 B．有充分的同情心

C．争取让孩子自己面对问题 D．争取家长和老师的配合

5．主动回避与同伴交往最根本的原因在于孩子的（A）心理。

A．自卑 B．自负 C．自恋 D．自责

多选题

6．造成朋友关系不稳定的原因是（BC）

A．脾气暴躁躁 B．自我中心 C．多疑 D．胆小怕事

7．青少年自身的（ABC）特点可能会影向别人和他们的交往。

A．相貌不好 B．言语能力差 C．认知水平低 D．智商不高

8．欺负对儿童身心的消极影响包括：（ABCD）

A．造成儿童身体和心理上的伤害 B．干扰孩子的学习

C．使孩子体验到无助感，形成自卑的个性 D．积累仇恨，出现暴力行为

9．预防和处理师生冲突的原则性要求有（ABCD）。

A．尊重学生，树立师生平等意识 B．树立教育法制观念，依法施教

C．树立成才必先成人的思想 D．形成高超的教育艺术和教育机智

10．亲子冲突出现时，父母可以做以下尝试（AC）

A．当子女想讲话时，你要全神关注，不要看书报、电视或忙别的事

B．当不同意孩子的行为时，立刻要尝试着加以客观地判断

C．避免对你看来愚蠢、天真的问题或谈话加以羞辱或嘲笑

D．帮助孩子选择，让孩子能够依赖父母，对父母产生信任

判断题

11．教师对学生的尊重主要表现在课堂的教育和管理上不伤害学生的自尊心。A

A．正确 B．错误

12．对于面临同伴关系问题的儿童，应当先诊断其交往中的具体表现，具体问题具体分析。A

A．正确 B．错误

13．亲子关系系问题，顾名思义就是父母与孩子的关系。A

A．正确 B．错误

14．反馈指的是铺导员要对接子的每一步演习提供表扬或者指导。A

A．正确 B．错误

15．隐性冲突是师生之间的矛盾激化，并通过双方公开或直接的行动表现出来。B

A．正确 B．错误

1．以下对侵犯行为描述错误的是（D）。

A．侵犯行为又称攻击行为，是针对他人的敌视、伤害或破坏环性行为

B．侵犯行为包括身体的侵犯、言语的攻击和对别人权利的侵犯

C．儿童的侵犯行为表现出明显的性别差异

D．女孩一般有更多的言语侵犯

2．下面属于动机消极说谎的是：（C）

A．朋友请吃饭，谎称自己“有病” B．刘邦说上厕所而逃走

C．小偷称自己无辜 D．小孩子的谎言

3．下列不属于攻击行为的是：（C）

A．杀人未遂 B．警察对被制服的歹徒进行毆打

C．医生的流忽造成病人的伤害 D．醉酒打人

4．下列不属于攻击性行为概念的三要素的是：（A）

A．伤害性后果 B．伤害行动 C．伤害意图 D．社会评价

5．小张用自己的钱买了一个笔记本拿回家。谎称是自己作文得奖后的奖品，他说谎的目的是：（C）

A．逃避惩罚 B．追求虚荣 C．掩饰自卑 D．满足兴趣

多选题

6．说谎的种类有（AB）。

A．动机积极的说谎 B．动机消极的说谎

C．主动说谎 D．被动说谎

7．校正攻击性行为的被选方法有（ABCD）

A．角色扮演法 B．情绪宣泄法

C．行为契约法 D．榜样示苑法

8．网络成瘾有有不同类型表现为（ABCD）。

A．网络性成瘾 B．网络强迫行为

C．信息收集成瘾 D．电脑成瘾

9．损人式”说谎包括（ABC）。

A．打击报复 B．反抗叛逆

C．捉弄戏谑 D．无事生非

10．针对青少年吸烟现状，特点表现为（ABCD）

A．低龄化 B．有隐私走向公开

C．追求高档 D．吸烟女性化

11．几乎每一次攻击行为都会有受害者。A

A．正确 B．错误

12．“病态性说谎”的青少年性格一般懦弱、孤独、胆小。A

A．正确 B．错误

13．网络是一把双刀剑。A

A．正确 B．错误

14．一个人染上网各成癌总有一个发展过程。A

A．正确 B．错误

15．“利己式”说谎指的是为了损害他人利益而说谎，而自己不一定能从中获利。B

A．正确 B．错误

单选题

1．下列不属于新生适应不良的愿因的是：（A）

A．智力问题 B．社会支持系统缺乏

C．个人认知不当 D．个性品质及自主能力薄弱

2．下列不属于新生适应不良的内容是：（D）

A．生活适应不良 B．学习适应不良

C．人际适应不良 D．考试适应不良

3．世界卫生组织把（A）定为青春期。

A．10到20岁 B．12到16岁

C．16到18岁 D．12到18岁

多选题

4．过度压力对人的心理影响表现在（ABCD）。

A．注意力经常分散 B．记忆范围缩小

C．对现实判断的效率减小 D．精神萎靡不振

5．下列属于自然灾难的是（AB）。

A．地震 B．洪水 C．火灾 D．空难

6．著名心理学家 Parsons认为一个人若要选择出合适的职业，要满足的条件有：（ABC）

A．对自我正确认识 B．对工作世界的正确认识

C．将自我知识与工作要求进行整合 D．对竞争者有正确的认识

7．青春期性心理的特点主要表现为（ABCD）

A．性心理的朦胧性和神秘感 B．性意识的强烈性和表现上的文饰性

C．性心理的动荡性和压抑性 D．男女性心理的差异性

8．中学生初恋者的心理特点是（ABCD）。

A．欢乐喜悦感 B．羞涩不安感 C．陶醉痴迷感 D．疑惑戒备感

判断题

9．对于“性”，辅导员应该持科学的态度，不要遮遮掩掩或难于启齿。A

A．正确 B．错误

10．为了避免青春期早恋现象，学校在日常活动中男生女生应该分开。B

A．正确 B．错误

11．社会适应指个体具有良好心理机制，能根据各种外在的自然或社会环境，对自己的内在心理过程进行合理的调控与管理。A

A．正确 B．错误

12．所谓社会适应不良，就是指由自然或社会环境的变化或影响导致的个体心理及生理失衡的不良状态。A

A．正确 B．错误

得分：6

13．“白日梦”是个体以非现实的方式对待挫折和解決问题，A

A．正确 B．错误

1．大量的生存者罪感出现在遭遇丧亲的个体的（B）阶段。

A．休克期 B．埋怨期 C．抑郁期 D．恢复期

2．青少年丧亲之后出现夜间噩梦、失眠、食欲不振等状况一般出现在（C）阶段。

A．休克期 B．埋怨期 C．抑郁期 D．恢复期

3．辅导员直接询问问輔导对象“在过去的两周内，你是否有过自杀的想法，哪怕只是一个闪念？”这属于（D）方法。

A．提出假设 B．正常化 C．夸张化 D．具体化

4．以下除哪项外，是丧亲问题的主要表现（D）。

A．认知改变 B．情绪改变 C．行为改变 D．意识改变

5．导致自杀的主要原因是（C）

A．心理问题 B．情绪不稳定 C．精神疾病 D．突发事件

多选题

6．自杀干预的过程主要包括（ABCD）。

A．访谈评估 B．制定干预方案 C．实施干预 D．后期随访

7．一般来说，青少年遭遇丧亲之痛后会经过（ABCD）阶段。

A．休克期 B．埋怨期 C．抑郁期 D．恢复期

8．一般来说，灾难性事件发生后，人们的心理行为方面要经历（BCD）阶段

A．接受阶段 B．回避阶段 C．面对阶段 D．适应防段

9．考试失利的学生出现心理问题的个人影向因素有（ABCD）

A．先天神经类型 B．学生的准备程度

C．学生对考试的预期 D．学生的心理承受能力

10．以下对考试失利的考生的描述，正确的有（ABC）。

A．往往将注意力放在自己身上 B．思维容易指向失败的方面

C．以某次考试作为评价自己的唯一标准 D．平时看问题比较客观

判断题

11．丧亲之后有一定的悲伤反应是正常的，这种悲伤过程有助于青少年宣泄情绪、表达内心的恐惧、悲伤和愤怒等。A

A．正确 B．错误

12．儿童经常会认为是自己的不乖才导致亲人离开的。A

A．正确 B．错误

13．想要降低辅导对象的抗拒和羞愧的感觉，获得重要信息，就需要以一种无条件积极关注的态度，以不带侵犯性的方式进行询问。A

A．正确 B．错误

14．灾难后个体身体和心理出现的一些反常的应激反应在某种程度上是个体对自己的保护的表现。A

A．正确 B．错误

15．自卑通常与较高的自杀危险性相关。A

A．正确 B．错误