

试题：第11章心理健康教育教师资格考试 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/527/2021\\_2022\\_\\_E8\\_AF\\_95\\_E9\\_A2\\_98\\_EF\\_BC\\_9A\\_E7\\_c38\\_527468.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/527/2021_2022__E8_AF_95_E9_A2_98_EF_BC_9A_E7_c38_527468.htm)

选择题 1. 心理健康的人能够有效地发挥个人的身心潜力以及作为社会一员的( )。 A. 积极的社会功能 B. 应有的责任能力 C. 应有的责任义务感 D. 道德精神面貌 答案与解析：选A。心理健康是一种良好的、持续的心理状态与过程，表现为个人具有生命的活力，积极的内心体验，良好的社会适应，能够有效地发挥个人的身心潜力以及作为社会一员的积极的社会功能。因此，正确答案选A。

2. 可采用( )来治疗失眠。 A. 系统脱敏法 B. 肌肉松弛法 C. 自我暗示法 D. 行为疗法 答案与解析：选B。肌肉松弛法通过改变肌肉紧张，减轻肌肉紧张引起的酸痛，以应付情绪上的紧张、不安、焦虑和气愤，而失眠状态的出现就是由于情绪上紧张、不安，心里产生的焦虑，肌肉松弛法刚好能够治愈这一症状。因此，正确答案选B。

3. 小王总是怀疑自己家的门没有上锁，因此常常要反复检查，它的这种行为属于( )。 A. 焦虑 B. 强迫行为 C. 强迫观念 D. 强迫恐惧 答案与解析：选B。强迫行为是情绪障碍的表现，主要是指产生一系列呆板、机械的重复行为，在受到他人干涉时，就会感到焦虑不安，甚至发脾气，小王反复检查门是否上锁的行为就是强迫行为的表现。因此，正确答案选B。

4. 强迫行为指当事人反复去做他不希望执行的动作，如果不这样想，不这样做，他就会( )。 A. 什么事也做不下去 B. 痛苦不安 C. 感到惴惴不安 D. 感到极端焦虑 答案与解析：选D。强迫行为是情绪障碍的表现，主要是指产生

一系列呆板、机械的重复行为，在受到他人干涉时，就会感到焦虑不安，甚至发脾气，也就是产生焦虑行为。因此，正确答案选D。

5. 在心理测验中，智力测验属于（ ）。 A. 认知测验 B. 能力测验 C. 人格测验 D. 智商测验 答案与解析：选A。心理测验是为心理评估搜集数量化资料的常用工具，心理测验可按不同的标准进行分类，认知测验包括智力测验、特殊能力测验、创造力测验和成就测验。因此，正确答案选A。

6. 在心理测验中，成就动机测验属于（ ）。 A. 认知测验 B. 能力测验 C. 人格测验 D. 智商测验 答案与解析：选C。心理测验是为心理评估搜集数量化资料的常用工具，心理测验可按不同的标准进行分类，人格测验包括多相人格调查表、兴趣测验、成就动机测验、态度量表等。因此，正确答案选C。

7. 心理咨询与辅导的基本方法是（ ）。 A. 会谈 B. 倾听 C. 鼓励 D. 询问 答案与解析：选A。教师通过会谈既可以了解学生的心理与行为，也可以对学生的认知、情绪、态度施加影响，会谈是心理咨询与辅导的基本方法。因此，正确答案选A。

8. 肌肉的松弛训练法是由（ ）首创的。 A. 皮亚杰 B. 雅各布松 C. 艾里斯 D. 沃尔茨 答案与解析：选B。肌肉的松弛训练法是通过改变肌肉紧张，减轻肌肉紧张引起的酸痛，以应付情绪上的紧张、不安、焦虑和气愤，这种方法由雅各布松在20世纪20年代首创，经后人修改完成。因此，正确答案选B。

F8F8" 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)