# 心理健康指导单选题

来源：网络 作者：夜幕降临 更新时间：2025-05-06

*[单选][难度:0.5][分数:1]当人受到挫折后，通过想象自己达到了目的或获得了成就的方式属于心理防御机制的哪一种表现（）[A]补偿[B]分离[C]幻想[D]升华[参考答案]C[单选][难度:0.5][分数:1][单选][难度:0.5][...*

[单选][难度:0.5][分数:1]

当人受到挫折后，通过想象自己达到了目的或获得了成就的方式属于心理防御机制的哪一种表现（）

[A]

补偿

[B]

分离

[C]

幻想

[D]

升华

[参考答案]C

[单选][难度:0.5][分数:1]

[单选][难度:0.5][分数:1]

以下哪种不属于病理状态的心理问题?

[A]

强迫症

[B]

拖延症

[C]

抑郁症

[D]

焦虑症

[参考答案]B

[单选][难度:0.5][分数:1],对于精神疾病发作的个体,以下哪一项说法是正确的?

[A]

通过对话方式干预往往能起到很好的效果

[B]

大多数情况下可以不药而愈

[C]

患者的神经机制、生理功能某种程度上会受到损害

[D]

可以通过心理疏导缓解,无需心理治疗

[参考答案]C

[单选][难度:0.5][分数:1]

关于心理健康水平的说法,以下哪项是正确的?

[A]

健康与亚健康水平是恒定的[B]

造成心理健康水平波动的因素不包括天气因素

[C]

大多数人都在健康和亚健康水平之间波动

[D]

完全没有心理问题、心理极其健康的人占多数

[参考答案]C

[单选][难度:0.5][分数:1]

以下关于心理健康水平的说法错误的是?

[A]

健康与亚健康水平是波动的[B]

梅雨天气都可能会引发情绪低落

[C]

心理健康的人遇到挫折也会情绪高涨

[D]

大多数人都在心理亚健康和心理健康的状态之间波动

[参考答案]C

[单选][难度:0.5][分数:1]

当一个人被欺负后选择忍气吞声,ta的愤怒就会

[A]

会时不时呈现出来

[B]

随着时间自动消失

[C]

通过压抑慢慢消失

[D]

会越积越多,永远不会消失

[参考答案]A

[单选][难度:0.5][分数:1]

关于愤怒爆发的说法,以下哪项是正确的?

[A]

冤有头、债有主,人们不会无故迁怒

[B]

当愤怒积累久了,就容易爆发

[C]

即使愤怒爆发,人们也会就事论事

[D]

愤怒压抑久了,就不会爆发

[参考答案]B

[单选][难度:0.5][分数:1]

情绪疏导期待我们

[A]

在理性的范围内引导情绪

[B]

有愤怒需要立刻宣泄

[C]

不再压抑自己的悲伤,想哭就随时哭

[D]

恐惧时不要忍着,可以随时退缩

[参考答案]A

[单选][难度:0.5][分数:1]

以下哪个关于“理性”的说法是准确的?

[A]

理性就是绝对的冷静、客观

[B]

理性的人遇事不惧、不慌不乱

[C]

理性的人从来不会有情绪困扰

[D]

理性的人只关注解决办法

[参考答案]B

[单选][难度:0.5][分数:1]

如果你的朋友冒犯了你,以下哪种是理性的宣泄愤怒的方式?

[A]

直接撕破脸向对方破口大骂

[B]

面上不显,私下打击报复

[C]

找知己好友倾诉

[D]

吃饭时找服务员泄愤

[参考答案]C

[单选][难度:0.5][分数:1]

破口大骂,又哭又闹,这是()的表现

[A]

退行

[B]

分裂

[C]

否认

[D]

重构

[参考答案]A

[单选][难度:0.5][分数:1]

用新的正面思维重新看待与诠释同一事件,这是()的表现

[A]

否认

[B]

升华

[C]

分裂

[D]重构

[参考答案]D

[单选][难度:0.5][分数:1]

在人类漫长的进化史中,没有形成哪一种固化的应对危险的反应模式?

[A]

高度集中注意力

[B]

快速提升攻击性

[C]

果断采取行动

[D]

冷静思考解决方法

[参考答案]D

[单选][难度:0.5][分数:1]

以下哪项不是心理疏导需以科学心理学理论为基础的原因?

[A]

理论学习可以弥补我们本能、直觉、生活经验上的不足

[B]

科学取向的心理学理论可以帮助我们更客观、全面地理解人性

[C]

科学理论才有说服力,能更好地说服当事人听疏导员的话

[D]

科学理论才有说服力,能更好地说服当事人听疏导员的话

[参考答案]C

[单选][难度:0.5][分数:1]

当我们看到当事人的做法刚好与某个理论假设相契合时,我们就容易

[A]

迅速又准确地做出判断

[B]

通过理论帮助当事人意识到TA自己的问题

[C]

掉入“懒人陷进”，先入为主地对当事人做出过于主观的预判

[D]

以上都对

[参考答案]D

[单选][难度:0.5][分数:1]

理性的重要性体现在（）

[A]

保护自己，照顾他人

[B]

以更积极更少伤害的方式思考问题

[C]

构建长期规划

[D]

以上都对

[参考答案]D

[单选][难度:0.5][分数:1]

鼓励当事人重视滋生的情绪意味着（）

[A]

鼓励当事人沉浸在负面情绪中

[B]

鼓励理性缺位、感性万岁

[C]

鼓励观察、了解情绪是如何影响我们

[D]

鼓励做真实的自己、以任意方式表达情绪

[参考答案]C

[单选][难度:0.5][分数:1],以下哪一项描述的是选择性倾听?

[A]

员工们只听到了涨新的信息,但没听到相应的绩效要求

[B]

母亲嗽孩子吃饭时,孩子虽然听到了,但充耳不闻

[C]

妻子抱怨丈夫不做家务时,丈夫虽答应以后会做,但完全没往心里去

[D]

审讯官在听嫌疑犯的陈述时,比起内容更关注嫌犯的表情信息

[参考答案]A

[单选][难度:0.5][分数:1]

对不感兴趣的信息选择性忽略,因此无法完整理解对方的意思,这是()的误区.[A]

不听或假装听

[B]

选择性倾听

[C]

盲目性倾听

[D]

目的性倾听

[参考答案]B

[单选][难度:0.5][分数:1]

自以为理解了对方的意思,但其实与对方的原意想去甚远,这是()的误区.[A]

不听或假装听

[B]

选择性倾听

[C]

盲目性倾听

[D]

目的性倾听

[参考答案]C

[单选][难度:0.5][分数:1]

()缺乏温度和共情,在平常的谈话中容易给人一种冷冰冰的感觉

[A]

不听或假装听

[B]

选择性倾听

[C]

盲目性倾听

[D]

目的性倾听

[参考答案]D

[单选][难度:0.5][分数:1]

“别说你,我听到这样的事都气死。”这是有()的反馈.[A]

内容

[B]

力量

[C]

余地

[D]

参与

[参考答案]D

[单选][难度:0.5][分数:1]

有力量的反馈不意味着()

[A]

要像太阳般和煦,不要像北风般凛列

[B]

需要展示“我要说服你,我要改变你”

[C]

包容、稳定、抱持

[D]

遭词造句上要更加用心

[参考答案]B

[单选][难度:0.5][分数:1]

在反馈中能够关注到当事人整体的生存状态和心灵体验,属于()

[A]

二级共情

[B]

三级共情

[C]

四级共情

[D]

五级共情

[参考答案]D

[单选][难度:0.5][分数:1]

“人性的相遇”形容的是()的状态

[A]

五级共情

[B]

四级共情

[C]

三级共情

[D]

二级共情

[参考答案]A

[单选][难度:0.5][分数:1]

以下哪项不属于封闭式间题的优势?

[A]

快速获取需要的信息

[B]

缩小话题范围,聚焦重点事件

[C]

鼓励当事人主动表达

[D]

帮助快速收集资料、澄清事实

[参考答案]C

[单选][难度:0.5][分数:1]

以下哪项不属于开放式问题的优势?

[A]

当事人可以自由地谈论他们的情况、想法、情绪等

[B]

快速收集资料、澄清事实

[C]

鼓励当事人充分表达自己

[D]

使交流更加顺畅、深入

[参考答案]B

[单选][难度:0.5][分数:1]

以下哪一项是“澄清”的定义?

[A]

对不清楚、含糊的地方发问,从而获得更加精准的信息。

[B]

确定信息、时间的重点,把复杂的情况汇聚到需要解决的具体问题上

[C]

确定事实、了解事情发生的原因

[D]

发现自身资源,着眼解决之道

[参考答案]A

[单选][难度:0.5][分数:1]

“这些事情里面目前最让你烦恼的是哪一件?

“这是提问用于()

[A]

聚焦

[B]

澄清

[C]

赋能

[D]

质询

[参考答案]A

[单选][难度:0.5][分数:1]

以下哪项不是有效释放情绪的方式?

[A]

呼吸放松调节法

[B]

认知重评调节法

[C]

音乐调节法

[D]

合理宣泄调节法

[参考答案]B

[单选][难度:0.5][分数:1]

哀伤处理的五个阶段的正确排序为

[A]

愤怒一否认一妥协一绝望一接受

[B]

否认一愤怒一绝望一妥协一接受

[C]

否认一愤怒一妥协一绝望一接受

[D]

愤怒一否认一绝望一妥协一接受

[参考答案]C

[单选][难度:0.5][分数:1]

绝望属于哀伤的()阶段

[A]

第一

[B]

第二

[C]

第三

[D]

第四

[参考答案]D

[单选][难度:0.5][分数:1]

激情是爱情中的()成分

[A]

情感

[B]

动机

[C]

认知

[D]

意志

[参考答案]A

[单选][难度:0.5][分数:1]

亲密是爱情中的()成分

[A]

情感

[B]

动机

[C]

认知

[D]

意志

[参考答案]B

[单选][难度:0.5][分数:1]

()是爱情中的动机成分

[A]

激情

[B]

亲密

[C]

陪伴

[D]

承诺

[参考答案]B

[单选][难度:0.5][分数:1]

“随大流”描述的是哪一种心理学效应?

[A]

从众效应

[B]

服从效应

[C]

模仿效应

[D]

群体效应

[参考答案]A

[单选][难度:0.5][分数:1]

兴趣的三个层级不包括()

[A]

感官兴趣

[B]

自觉兴趣

[C]

意志兴趣

[D]

潜在兴趣

[参考答案]C

[单选][难度:0.5][分数:1]

有认知行为参与的兴趣,兴趣源头从外转向内,变成我们自发时,属于()

[A]

感官兴趣

[B]

自觉兴趣

[C]

意志兴趣

[D]

潜在兴趣

[参考答案]B

[单选][难度:0.5][分数:1],以下哪一项不是否认的形式?

[A]

实质上的否认

[B]

言语上的否认

[C]

行动上的否认

[D]

幻想中的否认

[参考答案]A

[单选][难度:0.5][分数:1]

当事人虽然有引起生活困难的症状和行为,但不认为自己的症状或不适应行为和丧失有关,这属于()

[A]

迟缓的哀伤

[B]

伪装的哀伤

[C]

夸大的哀伤

[D]

长期的哀伤

[参考答案]B

[单选][难度:0.5][分数:1]

当事人体验到强烈的正常悲伤情绪,觉得不胜负荷,因而产生不适应的行为,这属于()

[A]

迟缓的哀伤

[B]

伪装的哀伤

[C]

夸大的哀伤

[D]

长期的哀伤

[参考答案]C

[单选][难度:0.5][分数:1]

过度延长,且永远达不到一个满意结果的哀伤反应,这属于()

[A]

迟缓的哀伤

[B]

伪装的哀伤

[C]

夸大的哀伤

[D]

长期的哀伤

[参考答案]D

[单选][难度:0.5][分数:1]

人际距离可以分为4种,不包括以下哪一种?

[A]

亲近距离

[B]

个人距离

[C]

社会距离

[D]

公众距离

[参考答案]A

[单选][难度:0.5][分数:1]

以下哪一项属于亲密距离?

[A]

朋友之间

[B]

上下级之间

[C]

医生与病人之间

[D]

父母与子女之间

[参考答案]D

[单选][难度:0.5][分数:1]

朋友之间的距离一般称为()

[A]

亲近距离

[B]

个人距离

[C]

社会距离

[D]

公众距离

[参考答案]B

[单选][难度:0.5][分数:1]

上下级之间、医生与病人之间的距离属于()

[A]

亲近距离

[B]

个人距离

[C]

社会距离

[D]

公众距离

[参考答案]C

[单选][难度:0.5][分数:1]

从归因理论的三个维度来看,个人能力属于

[A]

内部因素,稳定因素,不可控因素

[B]

内部因素,稳定因素,可控因素

[C]

内部因素,不稳定因素,可控因素

[D]

内部因素,不稳定因素,不可控因素

[参考答案]A

[单选][难度:0.5][分数:1]

从归因理论的三个维度来看,努力程度属于

[A]

内部因素,稳定因素,不可控因素

[B]

内部因素,稳定因素,可控因素

[C]

内部因素,不稳定因素,可控因素

[D]

内部因素,不稳定因素,不可控因素

[参考答案]C

[单选][难度:0.5][分数:1]

从归因理论的三个维度来看,运气难度属于

[A]

内部因素,稳定因素,不可控因素

[B]

内部因素,稳定因素,可控因素

[C]

内部因素,不稳定因素,可控因素

[D]

内部因素,不稳定因素,不可控因素

[参考答案]D

[单选][难度:0.5][分数:1]

以下关于归因理论的哪项说法是不正确的?

[A]

将成功归因为稳定因素的个体,会对下一次的成功抱以积极期待

[B]

韦纳认为,人们对成功和失败的解释会对以后的行为产生重大的影响

[C]

韦纳认为,人们对行为成败因素的分析可以归纳为4项

[D]

归因理论是说明和分析人们活动因果关系的理论

[参考答案]C

[单选][难度:0.5][分数:1]

以下关于激励因素陈述不正确的[A]

激励因素是指能让员工感到满意的因素

[B]

激励因素改善而使员工感到满意,能激发员工的工作热情

[C]

对激励因素来说,“满意”的对立面是“没有满意”

[D]

激励因素是能够影响人的工作动机并短期起到主要作用的因素

[参考答案]D

[单选][难度:0.5][分数:1]

以下属于激励因素的是

[A]

工作的责任感

[B]

公司的管理

[C]

同事关系

[D]

工资

[参考答案]A

[单选][难度:0.5][分数:1]

社会学习理论由()提出

[A]

华生

[B]

桑代克

[C]

班杜拉

[D]

斯金纳

[参考答案]C

[单选][难度:0.5][分数:1]

以下哪项不属于观察学习过程的子过程?

[A]

注意过程

[B]

知觉过程

[C]

保持过程

[D]

动机过程

[参考答案]B

[单选][难度:0.5][分数:1]

生态系统理论是由心理学家()提出的个体发展模型?

[A]

科尔伯格

[B]

斯膝伯格

[C]

布伦纳

[D]

德鲁纳

[参考答案]C

[单选][难度:0.5][分数:1]

个体发展模型的第一个环境层次是()

[A]

微观系统

[B]

中间系统

[C]

外层系统

[D]

宏观系统

[参考答案]A

[单选][难度:0.5][分数:1]

个体发展模型的第二个环境层次是()

[A]

微观系统

[B]

中间系统

[C]

外层系统

[D]

宏观系统

[参考答案]B

[单选][难度:0.5][分数:1]

个体发展模型的第三个环境层次是()

[A]

微观系统

[B]

中间系统

[C]

外层系统

[D]

宏观系统

[参考答案]C

[单选][难度:0.5][分数:1]

个体与环境的价值系统完全一致,这属于社会适应的()

[A]

初期阶段

[B]

容忍阶段

[C]

接纳阶段

[D]

同化阶段

[参考答案]D

[单选][难度:0.5][分数:1]

以下哪种描述属于社会适应的接纳阶段?

[A]

个体不承认新环境的价值,仍然抱着旧环境不放

[B]

个体和新环境彼此对于价值系统与行为方式都表现出相互宽容的态度

[C]

在新的环境同时也承认个体的某些价值的情况下,个体承认并接受新环境中的主要价值系统

[D]

个体与环境的价值系统完全一致

[参考答案]C

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！