

大学生心理健康教育（山东联盟）知到章节测试答案智慧树 2023 年最新德州学院

第一章测试

1. 俗话说“画龙画虎难画骨，知人知面不知心”，因此人心是深不可测的。

参考答案：
错

2. 研究心理学的基本任务是实现对心理现象及其行为的

参考答案：
正确描述和解释;准确预测;有效控制和调节

3. 心理“灰色区”是指

参考答案：
心理健康与心理不健康间存在缓冲区域

4. 心理特点符合年龄特征人一定是个心理健康的人。

参考答案：
错

5. 界定大学生的心理健康与否描述不正确的是

参考答案：
根据他人的提供的经验知识来确定

6. 大学生心理健康的标志是

参考答案:

社会适应正常; 心理行为符合大学生的年龄特征。;意志健全; 人格完整;自我评价正确; 人际关系和谐;智力正常; 情绪健康

7. 正确理解大学生心理健康的标准应重视哪些方面

参考答案:

标准的发展性;标准的相对性;整体的协调性

8. “你可以承认乌云的存在，但别忘了乌云边缘的光明。”这句话告诉我们没有解决不了的心理问题。

参考答案:

对

9. 学习心理健康知识的主要途径是

参考答案:

学习心理健康理论课程

10. 维护和促进大学生心理健康的基本方法有

参考答案:

建立和扩展良好社会支持系统;;注意劳逸结合,业余兴趣爱好 ;要保持自信;要了解自己的能力,制定切实可行的目标

第二章测试

1. 大学生健全自我意识、完善自我的根本途径是

参考答案:
自我调控

2. 心理学所说的个体自我包括哪两个部分?

参考答案:
客观自我;主观自我

3. 在自我意识的结构形式上,自我意识表现为

参考答案:
自我认识;自我体验;自我调控

4. 大学生完善自我意识的途径和方法包括有

参考答案:
积极悦纳自我;正确认识自我;不断超越自我;合理调控自我

5. 自我意识的种种偏差究其原因是某个人固有的缺点,需要及时改正。

参考答案:
错

6. 自我意识是个体关于自己全部的思想、情感和态度的总和,与家庭和社会没有任何关系。

参考答案:
错

7. 自卑是一种自我否认，对自己没有信心，也是对自己不认同的心理表现。

参考答案:
对

8. 小王同学通过竞选当上了班长，变得更加自爱和自信，与同学的关系也非常融洽，体现了自我意识的哪一部分？

参考答案:
社会自我

9. 过高地、不切实际地评估自己的能力，以致失去自知，这种心理认知偏差属于

参考答案:
自负

10. 乔韩窗口理论认为，“当局者迷旁观者清”反映了

参考答案:
盲目的我

第三章测试

1. 下列反映人的心理面貌总和的是

参考答案:

人格

2. “世界上没有完全相同的两片树叶”是指人格的哪一特征?

参考答案:

独特性

3. 认为人的一切行为都是学习的结果的心理学流派是

参考答案:

行为主义

4. 个体在实践中形成的，对人、对己、对客观现实的稳定态度和习惯化的行为模式是

参考答案:

性格

5. 人格倾向性包含的因素有

参考答案:

需要;动机;价值观

6. 人格的基本特点有

参考答案:

独特性;稳定性;功能性;整体性

7. 医学之父希波克拉底将人的气质划分为哪些类型？

参考答案：
胆汁质；抑郁质；多血质；粘液质

8. 弗洛伊德认为人格结构有下列组成部分

参考答案：
超我；本我；自我

9. 性格有好坏之分，具有道德评价意义。

参考答案：
对

10. 健全人格是指各种良好人格特征在个体身上的集中体现。

参考答案：
对

第四章测试

1. 作为刺激和反应的中介，在应激过程中属于影响应激反应首要中介因素的是

参考答案：
认知评价

2. “塞翁失马，焉知非福”反映了认知的哪个特点？

参考答案：
认知的相对性

3. 根据认知过程是否合理，可以将其分为

参考答案：
理性认知和非理性认知

4. 苏东坡的名句“横看成岭侧成峰，远近高低各不同”反映了认知的

参考答案：
认知的多维性

5. 大学生的思维特点主要表现在

参考答案：
思维具有一定的独立性和批判性；辩证逻辑思维成为主要思维形态

6. 美国心理学家艾利斯的 ABC 理论包括

参考答案：
人的情绪及行为反应；对诱发性事件所持的信念、看法和解释；诱发性事件

7. 以下属于大学生常见认知偏差的是

参考答案：
极端思维；自我中心；以偏概全；追求完美

8. “盲人摸象”的典故在认知偏差里边属于比较常见的一类，叫做“自我中心”。

参考答案:

错

9. 在理性情绪疗法的整个过程中，与不合理信念进行辩论一直是帮助来访者的主要方法，需要不断练习才能得以提高。

参考答案:

对

10. 过分概括化是一种以偏概全、以一概十的不合理思维方式，属于不合理的认知模式。

参考答案:

对

第五章测试

1. “学而时习之，不亦说乎”对这一经典语录的解读正确的是

参考答案:

学以致用

2. “知之者不如好之者，好之者不如乐之者。”反映了哪一项非智力因素对学习的影响？

参考答案:

学习兴趣

3. 关于考试焦虑，下列说法错误的是

参考答案:

没有焦虑十分有利于考试水平的发挥

4. 大学教育的目标是培养高层次专业人才，与中学相比大学教育的特点是

参考答案:

社会服务性;职业定向性;探索性;专业性

5. 学生在学校的学习过程有哪些特点?

参考答案:

学习方式的间接性

;

学习安排的计划性

;

学习结果的高效性

;

学习内容的全面性

6. 非智力因素对大学生学习活动的主要作用是

参考答案:

有助于激发学习动力;有助于开发学习智力;有助于激励学习创新

7. 考试焦虑的具体表现有

参考答案:

情绪上表现出担忧、焦虑、烦躁不安;身体上表现为头痛、食欲下降、睡眠不好等;认知上表现为注意力不集中,记忆力下降,思维僵化等;行为上表现为坐立不安,手足无措

8. 狭义的学习通常是指通过学校教育获得知识和技能的过程,是人类所独有的活动。

参考答案:

对

9. 学习是大学的首要任务,其中智力因素对大学生的学业成绩最为重要。

参考答案:

错

10. 心理学研究表明:一个智力水平较高的人,如果他的非智力因素没有得到很好的发展,往往不会有太多的成就。

参考答案:

对

章测试

1. 以下关于情绪的叙述,不正确的是()。

参考答案:

情绪和认知没有任何关系

2. 情绪的特点的叙述中哪项是错的? ()

参考答案:
具有比情感更强的强度

3. 每次考试小明都感到很紧张, 有的时候紧张得手发抖, 平时会做的题此时也
没了思路, 所以成绩一直不理想。这说明 ()。

参考答案:
不良情绪会影响人的正常水平的发挥。

4. 强烈的情绪主要通过 () 途径来表现?

参考答案:
面部表情

5. 大学生的情绪特点不包括 ()。

参考答案:
缺乏热情

6. 下列属于青春期情绪特点的是 ()。

参考答案:
情绪的细腻性;情绪波动与固执;情绪反应强烈;情绪的闭锁性

7. 情绪的基本要素包括()。

参考答案:

情绪的行为表现;情绪的生理反应;情绪的心理体验

8. 下列不属于大学情绪问题的突出表现的是: ()。

参考答案:

冷酷、无情;兴奋、喜悦;崇拜、羡慕

9. 情绪是人们在心理活动中,对主观事物的态度体验。

参考答案:

错

10. 基本情绪主要就表现为和人的生理需要相联系的一种内心体验。

参考答案:

对

第七章测试

1. ()是恋爱最为积极的目的和结果。

参考答案:

爱情

2. 斯滕伯格（Robert J. Sternberg）的爱情三角理论认为：能看到爱情完整的样子，包含激情、亲密和承诺三种成分的爱情是：（ ）

参考答案：
完美式的爱情

3. 大学生树立科学恋爱观不包括下面哪一项？（ ）

参考答案：
学习爱的技巧

4. 大学生发生多角恋的原因除了以下哪一条？（ ）

参考答案：
择偶能力不强

5. 一般来说，大学生恋爱双方从相识到确立恋爱关系，大致经历哪几个阶段？

参考答案:

苦恋期;初恋期;择偶期

6. 大学生的爱情具有以下哪些特点?

参考答案:

性观念变化的显性化;恋爱态度的轻率化;恋爱的自我中心化;择偶标准的理想化

7. 正确对待失恋要做到: ()

参考答案:

失恋不失态;失恋不失德;失恋不失学;失恋不失命

8. 失恋的调整方法主要有:

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/897132126103006041>