

教师专业理论考试心理健康教育测试卷

答案

考试时间：120 分钟 总分：100 分

一、单选题（每题 1 分，共 20 分）

1.答案：D

解析：埃里克森人格发展理论中，初中生年龄一般在 12 - 15 岁左右，处于同一性对角色混乱阶段，此阶段个体主要任务是建立自我同一性，避免角色混乱，所以选 D。A 选项信任对不信任是婴儿期任务；B 选项自主对羞怯是儿童早期任务；C 选项勤奋对自卑是学龄期任务。

2.答案：D

解析：心理健康的“三维观”包括生理健康、心理健康和社会适应良好，道德健康不属于“三维观”内容，所以选 D。

3.答案：C

解析：根据文件要求，学校每年至少进行一次学生心理健康状况调查，以动态掌握学生心理情况，A、B、D 选项不符合规定，所以选 C。

4.答案：A

解析：眼神、微笑等方式属于非言语沟通技巧，通过非语言的动作、表情等传递信息，给予学生鼓励和支持，所以选 A。

5.答案：C

解析：学校是学生学习和生活的主要场所，具备专业的心理健康教育资源和师资，是学生心理健康教育的主要场所，所以选 C。家庭、社会、社区也对

学生心理健康有影响，但不是主要场所。

6.答案：B

解析：考试焦虑是初中生常见的学习心理问题，学习动机过强、过度自信不属于常见学习心理问题，学习兴趣广泛是积极的学习状态，所以选 B。

7.答案：B

解析：心理辅导中倾听的核心是理解对方话语背后的情感和需求，不仅仅是听清楚话语、给予回应或记录信息，所以选 B。

8.答案：D

解析：心理健康教育课程具有活动性、认知性、体验性等特点，保密性是心理辅导过程中的原则，不属于课程特点，所以选 D。

9.答案：A

解析：弗洛伊德认为本我遵循快乐原则，自我遵循现实原则，超我遵循道德原则，所以选 A。

10.答案：C

解析：团体心理辅导活动设计的首要原则是目标性原则，活动设计需围绕明确的目标进行，趣味性、发展性、开放性原则也很重要，但不是首要原则，所以选 C。

11.答案：B

解析：学校心理健康教育档案主要记录与学生心理相关的内容，如学生基本情况、心理测评结果、心理辅导记录等，学生家庭经济收入与心理教育关联不大，不属于档案内容，所以选 B。

12.答案：D

解析：直接禁止学生使用网络可能会引起学生的逆反心理，不利于解决网络成瘾问题。严格限制上网时间、引导培养其他兴趣爱好、建立良好信任关系等方法更有利于干预网络成瘾，所以选 D。

13.答案：B

解析：心理健康教育课程常用的教学方法有讲授法、角色扮演法、讨论法等，实验法在心理健康教育课程中应用较少，所以选 B。

14.答案：B

解析：青春期学生情绪具有两极性，波动较大，并不稳定，自我意识增强、性意识开始觉醒、渴望独立均是青春期学生心理特点，所以选 B。

15.答案：C

解析：心理辅导过程中，建立良好辅导关系的关键是辅导教师对学生的尊重与理解，专业能力、个人魅力、学历水平有一定作用，但不是关键，所以选 C。

16.答案：D

解析：开设心理健康教育课程、学科教学渗透、个别心理辅导、团体心理辅导均属于心理健康教育途径，所以选 D。

17.答案：C

解析：对学生进行心理测评时，不能随意选择测评工具，要向学生解释测评目的，测评结果仅作为参考，不能随意贴标签，也不能公开告知全班同学，所以选 C。

18.答案：C

解析：初中生常见的人际交往问题包括亲子关系紧张、师生关系不和谐、

同伴关系冲突等，与陌生人交往恐惧不属于初中生常见人际交往问题，所以选 C。

19.答案：A

解析：心理健康教育的总目标是提高学生的心理素质，培养健全人格、增强承受挫折能力、促进全面发展均是具体目标和表现，所以选 A。

20.答案：B

解析：学校心理健康教育的对象是全体学生，不仅是有心理问题、学习困难或行为不良的学生，所以选 B。

二、多选题（每题 2 分，共 20 分）

1.答案：ABCD

解析：心理健康教育课程标准规定目标涵盖知识（A 选项）、技能（B 选项）、情感（C 选项）和行为（D 选项）等方面，所以全选。

2.答案：ABCD

解析：心理辅导基本原则包括保密性原则（保护学生隐私）、尊重与理解学生原则（接纳学生）、发展性原则（关注学生成长）、预防与发展相结合原则（预防问题，促进发展），所以选 ABCD。

3.答案：ABCD

解析：初中生自我意识发展特点包括自我评价的独立性增强、自我体验更加丰富、自我控制能力有所提高、开始关注自己的内心世界，所以选 ABCD。

4.答案：ABC

解析：学校心理健康教育内容主要包括学习心理辅导（如学习动机、方法等）、人格心理辅导（如性格、自我意识等）、生活心理辅导（如人际交往、

情绪管理等），初中阶段职业心理辅导较少涉及，所以选 ABC。

5.答案：ABCD

解析：艾森克人格问卷（EPQ）用于人格测评，症状自评量表（SCL - 90）用于心理健康状况测评，韦氏智力量表和瑞文标准推理测验用于智力测评，均是常用心理测评工具，所以选 ABCD。

6.答案：ABCD

解析：学校心理健康教育工作队伍可由专职教师（A 选项）、班主任和学科教师（B 选项）、学生志愿者（C 选项）、家长代表（D 选项）共同组成，形成教育合力，所以全选。

7.答案：ABCD

解析：心理健康教育教师应具备扎实的心理学理论基础、良好的沟通能力、熟练的心理辅导技能、较强的自我心理调适能力，以更好开展工作，所以选 ABCD。

8.答案：ABCD

解析：学生出现心理问题的原因包括家庭环境因素（如家庭氛围、教养方式等）、学校教育因素（如学业压力、师生关系等）、社会文化因素（如网络环境、社会价值观等）、自身生理心理因素（如青春期变化、性格特点等），所以选 ABCD。

9.答案：ABCD

解析：学生自评、同伴互评、教师评价、家长评价均可以用于心理健康教育课程的教学评价，从多维度了解教学效果，所以选 ABCD。

10.答案：ABCD

解析：心理健康教育与德育在理论基础（心理学与德育理论不同）、目标侧重点（心理健康教育侧重心理发展，德育侧重品德培养）、工作方法（心理辅导方法与德育方法不同）、教育内容（心理健康知识与道德规范不同）方面均存在区别，所以选 ABCD。

三、判断题（每题 1 分，共 10 分）

1. 答案：×

解析：心理健康教育不仅是给有心理问题的学生治病，更重要的是面向全体学生，促进学生心理素质的提高和心理发展。

2. 答案：×

解析：学校心理健康教育既要关注学生的心理问题，也要关注学生的发展需求，以预防为主，促进学生全面发展。

3. 答案：×

解析：心理辅导中，保密性是重要原则，辅导教师不能随意向他人透露学生的隐私信息。

4. 答案：×

解析：团体心理辅导活动需要提前精心设计方案，明确目标、内容、流程等，以保证活动顺利开展。

5. 答案：√

解析：初中生情绪具有两极性，容易出现强烈波动，如时而兴奋，时而低落。

6. 答案：×

解析：心理健康教育课程具有独特性，与其他学科课程教学方法有所不

同，更注重体验、活动和情感交流。

7.答案：×

解析：心理测评结果只能作为参考，不能直接作为判断学生是否有心理疾病的依据，还需要综合多方面因素判断。

8.答案：√

解析：良好的师生关系能让学生感受到关爱和尊重，有助于学生的心理健康发展。

9.答案：×

解析：学校心理健康教育档案不仅要记录学生的心理问题，也要记录学生的积极表现，以全面了解学生心理发展状况。

10.答案：×

解析：心理健康教育教师需要参加专业培训，不断更新知识和技能，仅凭借自身经验难以满足工作需求。

四、简答题（每题 5 分，共 20 分）

1.答案：

心理健康教育的意义主要体现在以下几个方面：

① 促进学生身心健康发展，帮助学生了解自身心理特点，掌握心理调适方法，预防心理问题产生，提高心理承受能力。

② 提高学生综合素质，良好的心理素质是学生全面发展的基础，有助于学生更好地学习知识、培养能力、塑造健全人格。

③ 适应社会发展需求，使学生具备良好的社会适应能力、人际交往能力和情绪管理能力，更好地融入社会。

④减轻家庭和社会负担，减少因学生心理问题引发的不良事件，促进家庭和谐和社会稳定。

解析：从学生个体发展、综合素质提升、社会适应以及家庭社会影响等角度回答，围绕心理健康教育对各方面的积极作用展开，每个要点需简要阐述，体现其重要性。

2.答案：

学校开展心理健康教育宣传活动常见形式有：举办心理健康专题讲座，邀请专家或教师讲解心理健康知识和常见问题应对方法；制作心理健康宣传海报、手抄报，在校园内张贴展示，营造宣传氛围；开展心理健康主题班会，组织学生讨论交流，分享心得；举办心理健康知识竞赛，激发学生学习兴趣；利用校园广播、网站等平台，定期推送心理健康相关内容；还可组织心理剧表演，让学生通过表演和观看，加深对心理健康的理解。

解析：结合学校实际工作，列举多种常见且可行的宣传形式，体现宣传活动的多样性。

3.答案：

初中生常见心理问题有：学习方面，如学习压力大、考试焦虑、学习动力不足等；人际交往方面，如亲子关系紧张、同伴关系冲突、师生关系不和谐等；自我意识方面，如自卑、自负、自我同一性混乱等；情绪方面，如情绪波动大、抑郁、焦虑等。

预防和干预措施：

预防：学校开设心理健康教育课程，普及心理知识；开展心理健康活动，如讲座、团体辅导等；教师在学科教学中渗透心理健康教育，关注学生心理状

态。家庭营造和谐家庭氛围，采用正确教养方式，关注孩子心理变化。

干预：对于出现心理问题的学生，教师及时进行个别心理辅导，了解问题根源，提供相应帮助；严重问题可转介给专业心理咨询机构或医院。

解析：先分类列举常见心理问题，再从学校和家庭角度说明预防措施，从教师和专业机构角度阐述干预方法，体现系统性和实用性。

4.答案：

在学科教学中渗透心理健康教育可以从以下方面进行：

① 在教学目标中融入心理健康教育目标，如语文教学中通过文学作品引导学生感受情感，培养积极情感态度。

② 利用学科教学内容，挖掘心理健康教育素材，如历史教学中讲述名人面对挫折的故事，培养学生坚韧品质。

③ 改进教学方法，营造积极课堂氛围，采用合作学习、探究学习等方式，培养学生合作能力和创新精神，增强自信心。

④ 关注学生课堂表现，及时进行心理疏导和鼓励，对学习困难学生给予更多支持，帮助其克服学习焦虑。

解析：从教学目标、教学内容、教学方法和课堂关注等角度回答，结合具体学科举例说明，体现心理健康教育在学科教学中的具体实施途径。

五、论述题（每题 15 分，共 30 分）

1.答案：

构建完善的学校心理健康教育体系需从多方面着手。

① 在组织管理上，学校应成立专门的心理健康教育领导小组，制定工作规划和制度，明确各部门和人员职责，保障工作有序开展；

② 建立专业的心理健康教育师资队伍：学校应配备足够数量的专职心理健康教育教师，要求教师具备扎实的心理学专业知识和丰富的心理辅导技能。定期组织教师参加专业培训和学术交流活动，不断提升教师专业素养。鼓励教师进行心理健康教育的教学研究和实践探索，提高教学和辅导水平；

③ 课程设置上，严格按照课程标准开设系统的心理健康教育课程，完善心理健康教育课程体系，优化教学内容和方法，根据初中生心理发展特点和需求，设计课程内容，涵盖学习心理、人际交往、自我认知、情绪管理等方面。采用多样化的教学方法，如讲授、讨论、角色扮演、案例分析等，增强课程的趣味性和实效性；

④ 加强心理辅导与咨询工作：设立心理咨询室，配备专业设备和舒适环境，为学生提供个别心理辅导和咨询服务。建立学生心理档案，全面了解学生心理状况，对有心理问题的学生进行跟踪辅导。开展团体心理辅导活动，针对学生普遍存在的心理问题，如考试焦虑、人际交往困难等，组织团体辅导，促进学生相互学习和成长；

⑤ 营造良好的校园心理氛围：通过校园文化建设，如举办心理健康宣传活动、设置心理健康宣传栏、开展心理健康主题班会等，普及心理健康知识，提高学生对心理健康的重视程度。倡导积极向上的校园文化，营造和谐的师生关系和同伴关系，让学生在良好的氛围中感受到关爱和支持；

⑥ 加强家校合作与社会联动：通过家长会、家长学校、家访等形式，向家长普及心理健康知识，指导家长正确的教育方法，形成家校教育合力。与社区、心理咨询机构、医院等建立合作关系，整合社会资源，为学生提供更全面的心理健康服务，如邀请专家开展讲座、组织学生参加社会实践活动等。

解析：依据文件和课程标准要求，从组织管理、师资队伍、课程体系、辅导咨询、校园氛围、家校社合作等多个维度展开论述，每个方面详细阐述具体措施和作用，体现构建支持系统的全面性和系统性，结合实际案例和具体做法进行说明，增强论述的说服力。

2.答案：

心理健康教育教师提升自身专业素养可从以下方面努力：

① 加强理论学习：持续学习心理学专业知识，包括普通心理学、发展心理学、教育心理学、社会心理学等基础理论，以及心理咨询与治疗的专业理论，如精神分析理论、行为主义理论、认知行为理论等。关注心理学领域的最新研究成果和发展动态，不断更新知识体系，为开展心理健康教育工作提供坚实的理论支撑。

② 提高实践技能：积极参加专业培训和实践操作课程，学习和掌握各种心理辅导方法和技术，如个体咨询技术（倾听、共情、提问等）、团体辅导技术、心理测评技术等。通过实习、案例督导、模拟咨询等方式，积累实践经验，提高解决实际问题的能力。在实践中不断反思和总结，改进辅导方法和策略。

③ 增强沟通与人际交往能力：心理健康教育工作的核心是与人沟通，教师要具备良好的沟通能力，包括言语沟通和非言语沟通能力。学会倾听学生的心声，理解学生的情感和需求，用恰当的语言表达自己的观点和建议。建立良好的师生关系，赢得学生的信任和尊重，同时与同事、家长、其他专业人员保持良好的合作关系，共同促进学生心理健康发展。

④ 注重自我心理调适：教师自身的心理健康状况直接影响工作效果，要关

注自己的情绪和心理状态，学会自我调节和减压。通过参加心理培训、进行自我反思、培养兴趣爱好等方式，保持积极乐观的心态。在面对工作压力和挑战时，能够及时调整心态，以更好的状态投入到心理健康教育工作中。

⑤ 开展教学研究与专业发展：积极参与心理健康教育的教学研究，探索适合初中生特点的教学方法和模式，总结教学经验和成果。撰写教学论文、参与课题研究，与同行进行学术交流和合作，不断提升自己的专业水平和学术影响力。制定个人专业发展规划，明确发展目标和方向，持续提升自身专业素养。

解析：从理论学习、实践技能、沟通能力、自我调适、教学研究等方面论述，每个要点深入分析具体做法和意义，结合实际工作场景和案例，体现提升专业素养的必要性和可行性，逻辑清晰，论证充分。