

小学心理健康教师专业能力考核 参考答案及评分标准

一、选择题。

(一) 单选题

1. 答案：B

解析：小学低年级（6-8岁）的心理发展重点在于适应学校生活，培养规则意识、学习习惯和社交能力。

A（青春期教育）适用于中学阶段；

C（职业规划）属于高中或大学内容；

D（考试焦虑）虽涉及学习，但低年级更侧重习惯养成，而非专门应对焦虑。

关键：低年级心理健康教育以“适应学校规则与基础能力培养”为主。

2. 答案：C

解析：心理辅导室的功能包括心理辅导、团体活动、危机干预等，但不具备医学诊断资质。

A、B、D均为心理辅导室常规工作；

C（医学诊断）需专业医疗机构或精神科医生完成，超出学校心理辅导范畴。

关键：区分“心理辅导”与“医学诊断”的专业界限。

3. 答案：C

解析：情绪分为基本情绪（喜、怒、哀、惧等简单情绪）和复杂情绪

(由基本情绪组合或衍生)。

A、B、D (快乐、悲哀、愤怒) 属于基本情绪；

C (喜欢) 是带有主观评价的复杂情绪，可能包含愉悦、期待等多种感受。

关键：复杂情绪通常涉及更多认知或社会因素。

4. 答案：C

解析：注意分散 (分心)：指注意被无关刺激吸引，偏离当前任务 (如被小鸟吸引而分心)；

A (注意分配)：同时做两件事 (如边听讲边记笔记)；

B (注意转移)：主动将注意从一件事转向另一件事 (如下课玩闹后上课集中听讲)；

D (注意稳定)：长时间专注于某一任务。

关键：“分散”是被动、无关的干扰，“转移”是主动、有目的的调整。

5. 答案：D

解析：皮亚杰认为，认知发展的本质是个体通过同化 (将新信息纳入原有图式) 和顺应 (调整图式适应新信息) 实现对环境的适应 (动作的本质)。

A、B 是适应的具体过程；

C (平衡) 是同化与顺应的动态平衡状态。

关键：动作的本质是“适应”，同化和顺应是适应的手段。

6. 答案：A

解析：正强化适用于塑造新行为，即在行为发生后给予奖励，增加其

出现频率。

A（学习新动作）需要及时强化以建立正确行为模式；

B（复习知识）是巩固已有行为，无需每次强化；

C（已养成习惯）属维持阶段，强化可减少；

D（不举手发言）是不良行为，需纠正而非强化。

关键：正强化侧重“新行为的建立”，而非维持或纠正。

7. 答案：D

解析：教学过程的基本阶段包括：引起动机→领会知识→巩固知识→运用知识→检查效果。

D（运用知识）：通过“文具售卖会”让学生在实践中应用英语询问价格的知识，属于知识转化为能力的阶段；

A、B、C分别对应导入、理解、记忆阶段，与题干不符。

关键：“实践应用”是“运用知识”阶段的典型特征。

8. 答案：C

解析：《义务教育法》规定，学校不得劝退或开除义务教育阶段学生。

A、B错误，学校无权剥夺学生受教育权；

D错误，家长有配合学校教育的义务，但学校不能以此为由劝退学生。

关键：义务教育具有强制性，学校劝退行为侵犯学生受教育权。

9. 答案：C

解析：团体咨询中，教师若以“普通成员”身份参与，不评判、全心接纳学生，扮演的是“好朋友”角色。

A（指导者）需主导活动、给予建议；

B（调解员）侧重解决冲突；

D（教师角色）强调权威性，与题干“普通成员”不符。

关键：“好朋友角色”强调平等、接纳，促进学生放松表达。

10. 答案：D

解析：小学生心理压力来源包括：

A（学习压力）：作业、考试等；

B（家庭问题）：亲子冲突、家庭变故等；

C（朋友关系）：同伴矛盾、社交焦虑等；

D（爱好娱乐）通常是压力缓解方式，而非压力来源。

关键：压力来源多为“挑战”或“困扰”，而非积极活动。

11. 答案：C

解析：积极应对挫折的方式是主动解决问题：

A、B、D（放弃、推卸责任、抱怨）均为消极态度；

C（总结尝试）体现 resilience（心理弹性），是健康应对方式。

关键：挫折应对需“直面问题 + 积极行动”。

12. 答案：A

解析：写日记通过文字表达情绪，属于宣泄表达法（合理宣泄情绪的方式）。

B、C、D（逃避、惩罚、自我否定）均为不健康的情绪处理方式。

关键：情绪调节需“合理宣泄 + 积极面对”，而非压抑或逃避。

（二）多选题

第 1 题

答案：ABCD

解析：

A选项：教师通过不断学习充实自己，自我激励，能提升应对能力，缓解心理冲突。

B选项：合理设定期望，在教学等工作中不断取得成功体验，可减少心理冲突带来的焦虑等情绪。

C选项：乐观情绪和师爱有助于营造良好教学氛围，让教师保持积极心态，调适心理冲突。

D选项：宽容待人、善于社交，能建立良好人际关系，为教师营造和谐工作环境，利于调适心理冲突。

第2题

答案：BD

解析：

韦氏智力测验由言语量表和操作量表两部分构成。言语量表包含知识领悟、算术等项目，测量言语方面智力；操作量表包含填图、积木图案、拼图等项目，测量非言语的操作智力。

第3题

答案：AB

解析：

A选项：将担心考试失败等同于真的失败，会放大焦虑感。

B选项：把考试后果看得过于严重，会增加心理负担，引发焦虑。

C选项：过分追求完美，可能会产生焦虑，不是主要心理因素。

D选项：思维客观化有助于理性看待考试，不会导致考试焦虑，不符合题意。

第4题

答案：AB

解析：

A选项：发展性辅导关注教师在不同职业发展阶段的心理成长需求。

B选项：预防维护性辅导通过提前干预，预防教师心理问题产生。

C选项：学校教师无法进行治疗，需专业心理咨询师。

D选项：全面性辅导内容并非学校教师心理健康辅导主要分类内容。

第5题

答案：ABCD

解析：

A选项：全面发展原则确保孩子在德、智、体、美、劳等方面均衡发展。

B选项：权威与尊重并重，既树立家长权威，又尊重孩子个性与想法。

C选项：科学性要求遵循心理发展规律，疏导性强调以引导方式教育孩子。

D选项：预防性和发展性相结合，提前预防心理问题并促进孩子心理成长。

第6题

答案：ACD

解析：

A 选项：教育性原则强调心理健康教育要传递正确价值观和心理知识。

B 选项：教师中心及活动性原则不符合学校心理健康教育首要遵循原则，心理健康教育应坚持学生中心。

C 选项：整体性原则注重从整体出发，考虑学生心理各方面及学校、家庭等多因素影响。

D 选项：差异性原则要求根据不同学生心理特点和差异开展教育。

第 7 题

答案：ACD

解析：

自我意识包含自我认识（对自己的了解认知）、自我体验（伴随自我认识产生的情感体验）、自我控制（对自己行为和心理活动的调节控制），“自我分析”不属于自我意识核心心理成分。

第 8 题

答案：ABD

解析：

A 选项：成长性团体辅导：属于依据团体辅导功能划分的类型之一，它主要帮助成员自我成长、认识自我、发展良好适应等，所以 A 选项正确。

B 选项：训练性团体辅导：同样是按照团体辅导功能分类的一种，侧重于对成员某种技能、行为等方面进行训练，B 选项正确。

C 选项：咨询性团体辅导：资料中依据团体辅导功能分类并未提及咨询性团体辅导，所以 C 选项错误。

D选项：治疗性团体辅导：是根据团体辅导功能划分出来的类型，主要针对有心理障碍或行为问题的成员进行治疗，D选项正确。

第9题

答案：ABCD

解析：

A选项：师生交往困难体现社交不足或不当。

B选项：亲子交往代沟是社交障碍在家庭关系中的表现。

C选项：自我中心导致社交中不考虑他人感受，属社交不当。

D选项：异性交往紧张是社交障碍在特定社交情境中的表现。

第10题

答案：ABCD

解析：

A选项：健康的心理品质对于中小学学生成长至关重要，心理健康教育课程致力于帮助学生形成诸如乐观、坚韧、自信等健康心理品质，这是课程的基本目标之一，所以选项A正确。

B选项：健全人格的发展能让学生更好地适应社会与自我成长。中小学阶段是人格塑造的重要时期，心理健康教育课程通过各种活动和引导，助力学生发展健全人格，选项B正确。

C选项：每个学生都有心理潜能有待挖掘，心理健康教育课程可以通过专业的方法和途径，激发学生在认知、情感等方面的心理潜能，选项C正确。

D选项：社会化是个体在社会环境中学习知识、技能和规范，成为合

格社会成员的过程。心理健康教育课程能够帮助学生学会人际交往、适应社会规则等，促进其顺利实现社会化，选项 D 正确。

二、填空题

1、人、个体 解题思路：普通心理学心理学概念心理学主要研究人的心理现象，也是研究动物的心理现象；既研究的个体心理现象，也研究群体的社会心理现象。

2、自然学科、社会学科 解题思路：普通心理学心理学性质心理学兼有自然学科和社会学科的性质，是一门交叉、边缘、中间的科学。

3、学生心理素质、学生生理素质（身体、心理） 解题思路：心理学中学校心理健康教育内容，“心理健康教育”包括学生心理素质和学生心理素质两大部分。

4、发展和预防、班级全体学生 解题思路：心理辅导活动概念心理辅导活动课的功能是发展和预防，心理辅导活动课的对象是班级全体学生。

5、识记、再认或回忆 解题思路：普通心理学记忆概念记忆过程包括识记、保持、再认或回忆。

三、判断题

1、√ 答题思路：小学生的大脑发育尚未完全成熟，注意力集中的时间有限，容易受到外界干扰而分散，这是该年龄段的正常心理发展特点。

2、√ 答题思路：心理健康教育课程的目的是帮助学生解决心理问题、提升心理素质，以学生为中心，让学生充分体验和参与，能更好地实

现课程目标。

3、√ 答题思路：心理健康教育面向全体学生，旨在促进学生的全面发展和心理素质的提升，预防心理问题的发生，而不仅仅是针对有明显心理问题的学生。

4、√ 答题思路：倾听能够让学生感受到被尊重和理解，是建立良好辅导关系的基础，也有助于教师准确了解学生的问题和内心感受。

5、× 答题思路：小学生在小学阶段随着认知能力的发展和社会交往的增加，自我意识会逐渐增强，从对自己外部特征的认识发展到对自己内部心理特征的认识，与幼儿期有明显不同。

6、× 答题思路：

学校和家庭在学生心理健康教育中都起着重要作用，二者相辅相成，不能相互替代，家庭是学生心理健康的重要基石。

7、× 答题思路：性格外向和内向只是不同的性格类型，都有可能出现心理问题，不能简单地认为外向的孩子就更容易出现心理问题，这取决于多种因素，如家庭环境、个人经历等。

8、√ 答题思路：角色扮演和小组讨论等方式能够让学生在实践中体验不同的情境和角色，促进他们的自我探索、人际交往和问题解决能力，有利于学生的心理成长。

9、× 答题思路：小学生学习遇到困难可能有多种原因，如学习方法不当、知识基础薄弱、心理压力等，不一定是学习态度问题。

10、× 答题思路：心理健康教育教师需要依据科学的评估工具和方法，结合学生的实际表现和背景信息，客观地评估学生的心理状况，

不能仅凭主观判断下结论。

11、√ 答题思路：师生关系和谐、融洽，学生能感受到教师的关爱和支持，会更有安全感和归属感，有利于其心理健康发展。

12、× 答题思路：小学生需要适当的情绪表达和宣泄，立刻制止他们的情绪表达可能会压抑他们的情感，不利于心理健康，应该引导他们正确表达和调节情绪。

13、× 答题思路：不同学生的个性、心理特点和需求不同，团体心理辅导活动对每个学生的效果可能会有所差异，需要根据学生的具体情况进行调整和个别关注。

14、√ 答题思路：在生活和学习中，小学生会遇到各种挫折，具备良好的挫折承受能力能帮助他们更好地应对困难，保持积极的心态，促进心理健康。

15、× 答题思路：心理健康教育不是让学生完全没有心理烦恼，而是帮助他们学会正确面对和处理心理烦恼，提高心理调适能力，保持心理平衡。

四、选答题(符合题意即可)

(一) 简答题。

1、如何运用 ABC 理论对学生的消极情绪进行干预？

答案：ABC 理论中，A（激发事件）通过 B（信念）影响 C（情绪结果），干预步骤如下：

(1) 识别 ABC：明确具体事件（如考试失利）、学生的不合理信念（如“考不好就没有前途”）及消极情绪（如绝望）。

(2) 质疑不合理信念：通过提问引导学生反思，如“一次考试能决定未来吗？”“是否有其他可能？”

(3) 重建合理信念：帮助学生建立新认知，如“考试是检验学习的机会，总结经验更重要”，从而改善情绪和行为。

分析：ABC理论是认知行为疗法的核心理论，本题考查心理老师是否掌握通过改变学生不合理信念调节消极情绪的方法，体现其对经典心理干预理论的应用能力。

2、简述马斯洛需求层次理论的主要内容。

答案：马斯洛需求层次理论将人的需求由低到高分五个层次。生理需求是最底层，包括对食物、水、睡眠等维持生命基本条件的需求；安全需求涵盖人身安全、稳定的生活环境等；归属与爱的需求指对情感关系、社交圈子的渴望；尊重需求包含自尊和受到他人尊重；自我实现需求是最高层次，即实现个人潜能、追求理想与价值。当低层次需求得到满足后，高层次需求才会成为主导动机。

分析过程：本题聚焦心理学经典理论，答案需完整呈现五个层次的名词、内涵及层次间关系。通过回答，能判断考生是否掌握马斯洛需求层次理论的核心架构，是否理解需求从低级到高级的递进逻辑，这是心理学基础理论知识掌握程度的重要体现，也是后续分析人类行为动机、心理健康等问题的理论基础。

3.学生出现校园欺凌行为，心理老师可以从哪些角度进行干预？

答案：① 欺凌者：通过个体辅导探索攻击行为背后的心理需求（如渴望关注、家庭压力），引导其学习情绪管理和社交技能；② 被欺凌者：

提供心理支持，缓解创伤反应（如恐惧、自卑），教授自我保护策略并通过团体辅导重建自信；③ 旁观者：开展团体教育，纠正“沉默默许”的错误认知，鼓励其采取积极干预行动；④ 家校合作：与家长沟通学生家庭环境，提供家庭教育指导，共同制定行为改善计划。

分析：校园欺凌涉及多方心理状态，回答需涵盖对欺凌者、被欺凌者和旁观者的心理分析，以及个体辅导、团体辅导和家校合作策略，考察老师处理实际校园心理问题的综合能力。

（二）选答题，任选一题进行作答。（符合题意即可）

分析题目要求：仔细阅读题目，明确团辅的主题、针对的年级以及具体的任务，如设计游戏、模拟场景、引导反思等。了解题目对活动目标、准备、流程、总结等各个部分的侧重点。

结合学生特点：根据不同年级学生的认知水平、心理特点和生活经验设计适合他们的活动。例如，小学低年级学生喜欢游戏和故事，活动形式应生动有趣；高年级学生则可以进行一些更深入的讨论和分析。

设计活动目标：从知识、技能、情感态度等维度制定明确、具体、可实现的目标。目标要与主题紧密相关，且符合学生的实际情况。

规划活动准备：根据活动内容和形式，确定所需的各种资源，包括教学资料、道具、奖品等。确保准备充分，为活动的顺利开展提供支持。

构建活动流程：按照导入（热身）、知识讲解、活动体验、讨论分享总结提升的逻辑顺序设计活动流程。每个环节之间要过渡自然，活动内容要丰富多样，具有趣味性和教育性。在设计游戏或模拟场景时，要明确活动的目的、规则和操作方法，考虑学生的参与度和互动性。

思考引导策略：在活动过程中，思考如何引导学生积极参与、深入思考和有效交流。例如，通过提问、组织小组讨论、分享个人经验等方式，帮助学生理解和掌握相关知识和技能，引导学生反思自己的行为 and 态度。

做好活动总结：对活动效果进行评估，分析活动的优点和不足，提出改进措施。同时，思考如何将团辅活动的成果延伸到学生的日常生活中，帮助学生持续发展心理健康素养。