

## 小学心理健康老师专业考试试卷答案

### 一、单项选择题

- 1.D 躁狂是一种较为严重的精神症状，在小学生中不常见，焦虑、抑郁、嫉妒在小学生情绪问题中较为常见。
- 2.B 合理情绪疗法属于认知疗法，系统脱敏法、代币法、厌恶疗法属于行为疗法。
- 3.A 小学低年级学生注意力一般能持续 10-15 分钟。
- 4.C 小学阶段学生自我控制能力虽有发展，但并非迅速增强。小学生自我评价由他人评价向自我评价发展，自我体验从低级向高级发展，自我概念简单、具体。
- 5.B 心理辅导活动课是学校开展心理健康教育的主渠道。
- 6.C 补偿行为是积极应对挫折的方式，攻击行为、退缩行为、压抑行为属于消极应对方式。
- 7.C 小学生心理健康教育总目标是提高小学生心理素质。
- 8.A 厌学属于学习心理问题，说谎、偷窃、打架属于品德行为问题。
- 9.A 倾听技术是团体心理辅导活动中最基本的技术。
- 10.C 小学生开始对父母进行理性评价，对父母依赖逐渐减少，与父母冲突在某些阶段可能增加，与父母情感联系并非逐渐淡化。
- 11.B 学生学习成绩不属于心理健康教育档案主要内容，心理健康教育档案包括学生基本情况、心理测评结果、心理辅导记录等。
- 12.A 韦氏儿童智力量表适合对小学生进行智力测验，明尼苏达多相人格量表、艾森克人格问卷主要用于人格测量，罗夏墨迹测验属于投射测验，实施和解释较复杂。
- 13.A 小学生在人际交往中常出现社交恐惧问题。
- 14.A 学校心理辅导主要形式是个别辅导。
- 15.B 小学心理健康教育原则包括保密性、发展性、全体性原则等，不包括权威性原则。

### 二、多项选择题

- 1.ABCD 智力正常、情绪稳定、人际关系和谐、自我意识正确均是小学生心理健康标准内容。
- 2.ABCD 角色扮演法、讨论法、讲授法、游戏法都是心理健康教育课的教学方法。
- 3.ABCD 家庭结构、家庭教育方式、家庭氛围、父母文化程度都影响小学生心理健康。
- 4.ABC 学习困难、学习疲劳、考试焦虑是小学生常见学习心理障碍，学习动机过强不是常见障碍。
- 5.ABCD 开设心理健康教育课程、开展心理咨询与辅导、优化校园心理环境、进行学科教学渗透都是学校心理健康教育途径。
- 6.ACD 心理辅导倾听技术包括专心倾听、耐心倾听、理解性倾听，有选择性倾听不符合倾听技术要求。
- 7.ABC 小学生个性心理特征主要包括气质、性格、能力，兴趣属于个性倾向性。
- 8.ABCD 团体心理辅导具有教育、发展、预防、治疗功能。
- 9.ABCD 心理健康教育档案建立遵循客观性、系统性、保密性、动态性原则。
- 10.ABCD 对小学生进行心理健康教育有利于促进身心健康发展、预防心理疾病、提高学习效率、培养健全人格。

### 三、简答题

#### 1.答案：

学习心理：培养学习兴趣，激发学习动机，掌握学习方法，克服学习困难，预防学习疲劳和考试焦虑等。

情绪情感：认识和调节情绪，培养积极情绪，克服消极情绪，学会表达和宣泄情绪等。

人际关系：学会与同学、老师、父母等交往，掌握交往技巧，处理人际冲突，培养合作意识等。

自我意识：正确认识自我，悦纳自我，完善自我，提高自我控制能力等。

个性心理：了解自己的气质、性格特点，培养良好的性格品质，发展兴趣爱好和特长等。

2.答案：

认知调节法：引导小学生认识自己的情绪，了解情绪产生的原因，帮助他们改变不合理的认知，从而调整情绪。例如，当小学生因考试失利而沮丧时，引导其认识到一次考试不能代表全部，失败是成功之母，帮助其调整心态。

合理宣泄法：为小学生提供合适的宣泄途径，如让他们通过绘画、写日记、运动等方式把不良情绪表达出来。比如，安排专门的绘画时间，让学生把内心的烦恼画出来，缓解情绪压力。

注意力转移法：当小学生陷入不良情绪时，引导他们做自己感兴趣的事情，将注意力从引起不良情绪的事物上转移开。比如，当学生因和同学吵架而生气时，邀请他去参加喜欢的体育活动，忘却烦恼。

3.答案：

备课环节：深入挖掘教材中的心理健康教育素材。例如，语文教材中一些励志故事可用于培养学生坚强意志；数学教材中解决难题的过程可引导学生树立面对困难不退缩的信念。

授课环节：关注学生课堂表现，及时给予鼓励和支持。对于回答问题紧张的学生，给予肯定和鼓励，增强其自信心；当学生小组合作出现矛盾时，引导学生沟通解决，培养人际交往能力。

评价环节：采用多元化评价方式，不仅关注学习成绩，还关注学生在学习过程中的努力、进步和合作精神等。如对努力学习但成绩暂时不理想的学生给予表扬，保护其学习积极性。

#### 四、案例分析题

原因分析：

家庭因素：父母经常吵架，家庭氛围紧张，使小明缺乏安全感和稳定的情感支持，心理压力增大，导致注意力难以集中在学习上，影响学习状态和成绩。

心理因素：小明可能因家庭问题产生焦虑、抑郁等负面情绪，这些情绪干扰了他的认知功能，使其上课走神，难以专注于学习任务，进而影响作业完成质量。

心理辅导策略：

个别辅导：与小明建立信任关系，倾听他内心的烦恼和感受，帮助他宣泄因家庭问题产生的负面情绪。引导小明正确看待父母吵架这件事，让他明白父母的矛盾不是他的错，减轻其心理负担。

家庭辅导：与小明父母沟通，反馈小明在学校的表现，让他们了解家庭氛围对孩子的影响，建议父母尽量控制情绪，减少争吵，为孩子营造和谐的家庭环境。必要时，可推荐父母参加相关亲子教育课程或家庭心理辅导。

学习辅导：针对小明学习成绩下降问题，与学科老师沟通，为小明制定个性化学习计划，帮助他弥补知识漏洞，逐步提高学习成绩，重建学习信心。