

# 中小学教师专业能力考核测试卷

## 高中 心理健康答案

卷面分值：100分 考试时间：120分钟

### 一、单选题（1×25=25分）

- 1.A (心理学研究范围包括所有心理现象的发生发展规律)
- 2.C (情感体验是人际关系建立的核心纽带)
- 3.D (四项基本原则均符合《纲要》要求)
- 4.A (科学干预是处理心理问题的首要原则)
- 5.A (封闭式团体强调成员稳定性)
- 6.C (关注个别差异是基本原则之一)
- 7.A (心理健康教育需多途径协同)
- 8.D (防止学科化是重要工作原则)
- 9.B (专业性要求是核心特征)
- 10.D (行为障碍的典型表现)
- 11.C (人本主义的核心咨询原则)
- 12.B (课程以学生活动为主)

13.B (桑代克是教育心理学奠基人)

14.C (严重问题需个体咨询)

15.B (绝对化思维特征)

16.D (转向攻击的经典案例)

17.A (斯腾伯格提出爱情三要素)

18.C (冯特建立首个心理学实验室)

19.B (艾宾浩斯遗忘曲线规律)

20.B (记忆提取方式区分)

21.D (心境对认知的影响)

22.B (中程咨询时间界定)

23.C (道德评价维度)

24.A (性格是人格核心)

25.A (心理咨询的局限性)

## 二、多选题 (2×10=20分)

1.ABCD (总目标包含全体发展、心理品质、潜能开发、幸福基础)

2.ABCD (具体目标涵盖学习生活、自我认知、适应能力、人格培养)

3.ABCD (主要任务涉及素质教育、潜能开发、健康促进、全面发展)

- 4.ABCD (多样化教学形式)
- 5.ACD (弗洛伊德人格结构理论)
- 6.ABCD (认知重建+行为强化策略)
- 7.ABCD (心理学研究方法体系)
- 8.ABCD (建档标准流程)
- 9.BC (行为主义干预技术)
- 10.CD (心理咨询基本原则排除项)

### 三、简答题 (22分)

1. (8分) 根据教育部制定的《中小学心理健康教育指导纲要》，心理健康教育的内容包括哪些？

- (1) 自我意识发展学习策略指导 (3) 人际关系处理 (4) 情绪管理技巧  
(5) 升学就业辅导 (6) 生活适应训练 (7) 青春期性教育 (8) 危机干预机制

2. (6分) 学校心理健康教育的原则有哪些？

答：(1) 教育性原则；(2) 全体性原则；(3) 差异性原则；(4) 主体性原则；(5) 整体性原则；(6) 保密性原则

3. (8分) 简述课程思政融入高中心理健康课程的实践路径。

答：**价值观引领**：将社会主义核心价值观与心理主题结合，如在生涯规划中融入家国情怀，引导学生将个人理想与国家需求对接。

**传统文化渗透**：提炼传统文化中的心理智慧（如《道德经》的豁达观），设计情绪管理、人际交往等课程的思政融合案例。

**红色精神赋能**：通过革命故事、英雄人物的事迹分析心理韧性，结合长征精神、抗疫精神等设计抗压训练活动。

**实践育人结合**：开展社区心理服务、乡村振兴调研等社会实践，在助人行为中强化责任感，实现心理成长与思政价值内化同步。

**评价体系创新**：在心理健康评估中增设社会责任意识、集体认同感等思政维度，量化融合成效。

#### 四、案例分析题（12分）

1.B（焦虑状态）

2.AC（注意力和记忆问题）

3.A（病程1个月）

4.ABD（家庭压力+认知偏差）

5.AC（已知人格+躯体症状）

6.A (一般心理问题)

7.AC (绝对化+糟糕至极)

8.D (叠加性压力)

9.CD (保密例外原则)

10.AC (释义+中断技术)

11.ABD (咨询方案要素)

12.AC (现实刺激+性格因素)

## 五、材料分析题 (21分)

### 1.分析小李可能存在的心理问题及成因。(4分)

**主要问题：**重度考试焦虑伴躯体化反应

**成因：**(1) 高考压力超载；(2) 完美主义倾向；(3) 社会支持系统薄弱；(4) 错误认知模式 (灾难化思维)

### 2.结合心理学理论，提出至少三种干预措施。(9分)

**干预措施：**

#### (1) 认知行为疗法 (CBT)

① 识别自动负性思维 ② 重构考试认知框架

## (2) 渐进式肌肉放松训练

- ① 缓解躯体症状
- ② 生物反馈调节

## (3) 家校协同干预

- ① 家长压力管理指导
- ② 同伴支持小组建立

3. 结合实际案例，论述如何在高中各学科教学中渗透心理健康教育，促进学生全面发展。（8分）（结合教学设计，突出学科特色和联系，可以适当给分）

答：在高中学科教学中渗透心理健康教育需注重自然融合。语文课分析《老人与海》时，引导学生探讨桑迪亚哥的抗挫心理，开展“压力应对”专题写作；数学课通过错题归因训练，培养成长型思维，如设计“解题失败日志”活动；英语课采用角色扮演模拟跨国文化冲突场景，增强同理心；生物课结合神经递质知识，制作“情绪调节手册”，传授科学减压方法；体育课通过团队拓展游戏培养协作意识。例如某校物理教师开展“实验误差心理课”，学生分组陈述误差原因时同步完成“焦虑值自评”，教师针对性指导情绪调节技巧。此类跨学科联动既能深化知识理解，又能塑造积极心理品质，实现智育与心育协同发

展。