

小学心理健康教师专业理论考试测试卷

一、单项选择题（每题2分，共30分）

1. 埃里克森认为，小学阶段（6-12岁）儿童的主要发展任务是（ ）
 - A. 获得自主感，克服羞怯和疑虑
 - B. 获得勤奋感，克服自卑感
 - C. 建立同一感，防止同一感混乱
 - D. 获得主动感，克服内疚感
2. 小明看到同桌小红因为帮助他人受到老师表扬，于是小明也开始主动帮助他人，这体现了（ ）学习理论。
 - A. 操作性条件作用
 - B. 经典性条件作用
 - C. 社会学习理论
 - D. 认知结构学习理论
3. 学校心理健康教育的总目标是（ ）
 - A. 提高学生的心理素质
 - B. 矫正学生的问题行为
 - C. 发展学生的能力
 - D. 提高学生的成绩
4. 心理健康教育课最常用的教学方法是（ ）
 - A. 讲授法
 - B. 讨论法
 - C. 角色扮演法
 - D. 案例分析法
5. 以下不属于心理健康标准的是（ ）
 - A. 智力正常
 - B. 情绪稳定
 - C. 追求完美
 - D. 人际关系和谐
6. 当学生出现考试焦虑时，教师可以指导学生进行（ ）来缓解。
 - A. 系统脱敏法
 - B. 合理情绪疗法
 - C. 放松训练
 - D. 代币奖励法
7. 心理辅导中最基本的原则是（ ）
 - A. 面向全体学生原则
 - B. 预防与发展相结合原则
 - C. 尊重与理解学生原则
 - D. 学生主体性原则
8. 小学生思维发展的主要特点是（ ）
 - A. 直观动作思维为主
 - B. 具体形象思维为主
 - C. 抽象逻辑思维为主
 - D. 辩证逻辑思维为主

9. 学校心理健康教育档案的内容不包括 ()
- A. 学生基本情况
 - B. 学生心理测评结果
 - C. 教师教学工作总结
 - D. 心理咨询记录
10. 心理咨询中, 咨询师与来访者之间的关系是 ()
- A. 师生关系
 - B. 医患关系
 - C. 朋友关系
 - D. 一种特殊的专业关系
11. 下列属于负强化的是 ()
- A. 小明按时完成作业, 妈妈奖励他看动画片
 - B. 小红上课讲话, 老师批评她
 - C. 小华为了避免父母的唠叨, 按时完成作业
 - D. 小辉考试考得好, 爸爸给他买玩具
12. 心理健康教育的学科渗透主要是在 () 中进行。
- A. 心理健康教育课
 - B. 各学科教学
 - C. 班级活动
 - D. 个别辅导
13. 学生在课堂上表现出的注意力不集中、做小动作等问题, 属于 () 方面的心理问题。
- A. 学习
 - B. 情绪
 - C. 行为
 - D. 人际交往
14. 按照皮亚杰的认知发展理论, 小学中年级 (9 - 10 岁) 儿童处于 () 阶段。
- A. 感知运动
 - B. 前运算
 - C. 具体运算
 - D. 形式运算
15. 学校心理危机干预的首要目标是 ()
- A. 消除危机
 - B. 稳定当事人情绪
 - C. 提供心理支持
 - D. 解决实际问题

二、多项选择题 (每题 3 分, 共 30 分)

1. 以下属于心理健康教育的途径有 ()
- A. 开设心理健康教育课程
 - B. 进行个别心理咨询
 - C. 开展心理健康教育主题班会
 - D. 各学科教学渗透
 - E. 组织心理健康教育讲座

2. 影响学生心理健康的家庭因素有 ()
 - A. 家庭结构
 - B. 家庭教养方式
 - C. 家庭经济状况
 - D. 家庭成员关系
 - E. 父母期望
3. 小学生常见的学习心理问题有 ()
 - A. 学习动力不足
 - B. 学习焦虑
 - C. 学习疲劳
 - D. 学习方法不当
 - E. 考试作弊
4. 心理咨询的常用方法与技术有 ()
 - A. 倾听技术
 - B. 共情技术
 - C. 面质技术
 - D. 放松技术
 - E. 认知重建技术
5. 学校心理健康教育课程的特点有 ()
 - A. 体验性
 - B. 活动性
 - C. 主体性
 - D. 系统性
 - E. 理论性
6. 心理健康教育工作中指导家庭教育的途径及方法有 ()
 - A. 家长会
 - B. 家长学校
 - C. 家访
 - D. 电话沟通
 - E. 网络平台交流
7. 以下属于心理测验中人格测验的有 ()
 - A. 艾森克人格问卷 (EPQ)
 - B. 明尼苏达多项人格调查表 (MMPI)
 - C. 韦克斯勒智力量表
 - D. 瑞文标准推理测验
 - E. 卡特尔 16 种人格因素问卷 (16PF)
8. 小学心理健康教育应遵循的原则有 ()
 - A. 面向全体学生原则
 - B. 预防为主原则
 - C. 尊重学生原则
 - D. 保密性原则
 - E. 整体性发展原则
9. 行为主义学习理论的代表人物有 ()
 - A. 巴甫洛夫

- B. 桑代克
- C. 斯金纳
- D. 班杜拉
- E. 布鲁纳

10. 学校心理健康教育评估的内容包括 ()

- A. 心理健康教育课程效果
- B. 心理咨询工作成效
- C. 心理健康教育师资队伍建设
- D. 心理健康教育设施设备
- E. 学生心理健康水平变化

三、简答题 (每题 10 分, 共 20 分)

1. 请简述学校心理健康教育的内容。
2. 请举例说明如何在学科教学中渗透心理健康教育。

四、案例分析题 (20 分)

小明是一名小学四年级学生, 性格内向, 胆小怯懦。在学校里, 他很少主动与同学交流, 总是一个人默默坐在座位上。课堂上, 即使他知道答案, 也不敢举手发言, 生怕回答错误被老师批评或同学嘲笑。做作业时, 遇到难题就会产生焦虑情绪, 甚至直接放弃。最近, 小明在一次数学测验中成绩不理想, 他变得更加沉默寡言, 对学习也失去了信心。

请结合以上案例, 回答以下问题:

1. 分析小明存在的主要心理问题。(5 分)
- 2 针对小明的问题, 作为心理健康教师, 你会采取哪些辅导措施? (15 分)

小学心理健康教师专业理论考试试题答案及解析

一、单项选择题（每题2分，共30分）

1.

答案：B

解析：埃里克森的社会性发展阶段理论中，小学阶段儿童主要发展任务是获得勤奋感，克服自卑感。A选项是幼儿期（1.5-3岁）任务；C选项是青少年期（12-18岁）任务；D选项是学前期（3-6、7岁）任务。

2.

答案：C

解析：班杜拉的社会学习理论强调观察学习和替代强化，小明看到小红受表扬（替代强化）而主动帮助他人，属于观察学习，符合社会学习理论。A选项操作性条件作用强调行为对后果的影响；B选项经典性条件作用侧重刺激与反应的联结；D选项认知结构学习理论强调主动形成认知结构。

3.

答案：A

解析：学校心理健康教育总目标是提高学生心理素质，B选项矫正问题行为只是其中一部分；C选项发展能力表述片面；D选项提高成绩不是心理健康教育主要目标。

4.

答案：C

解析：心理健康教育课注重学生体验和感悟，角色扮演法能让学生身临其境感受情境，利于理解和掌握心理知识与技能。A讲授法相对较传统，不太符合心理健康教育课特点；B讨论法常配合其他方法使用；D案例分析法也常用，但不是最常用。

5.

答案：C

解析：心理健康标准包括智力正常、情绪稳定、人际关系和谐、适应环境等。追求完美不是心理健康标准，过度追求完美可能导致心理压力和问题。

6.

答案：C

解析：放松训练能直接缓解考试焦虑时的紧张情绪。A系统脱敏法一般需多次进行，操作相对复杂；B合理情绪疗法主要改变不合理认知；D代币奖励法用于培养良好行为。

7.

答案：C

解析：尊重与理解学生是心理辅导的基础，只有建立在此之上，才能开展有效辅导。A面向全体学生是辅导范围；B预防与发展结合是辅导方向；D学生主体性是辅导过程要遵循的，但最基本是尊重与理解。

8.

答案：B

解析：小学生思维从具体形象思维向抽象逻辑思维过渡，但仍以具体形象思维为主。A直观动作思维是幼儿期主要思维方式；C抽象逻辑思维在小学阶段开始发展但未占主导；D辩证逻辑思维在更高阶段发展。

9.

答案：C

解析：学校心理健康教育档案主要围绕学生心理健康相关，包括学生基本情况、心理测评结果、心理咨询记录等。教师工作总结不属于学生心理健康档案内容。

10.

答案：D

解析：心理咨询中咨询师与来访者是特殊专业关系，不同于师生、医患、朋友关系，有其专业设置和伦理要求。

11.

答案：C

解析：负强化是撤销厌恶刺激增加行为发生频率。小华避免父母唠叨（撤销厌恶刺激）而按时完成作业（行为增加）属于负强化。A、D是正强化，给予愉快刺激增加行为；B是惩罚，给予厌恶刺激减少行为。

12.

答案：B

解析：心理健康教育学科渗透指在各学科教学中融入心理健康教育内容。A心理健康教育课是专门课程；C班级活动是另一途径；D个别辅导针对个别学生特殊问题。

13.

答案：C

解析：注意力不集中、做小动作属于行为表现，是行为方面心理问题。A学习问题侧重学习能力、方法、成绩等；B情绪问题如焦虑、抑郁等情绪表现；D人际交往问题体现在与他人相处互动。

14.

答案：C

解析：小学中年级儿童处于具体运算阶段，此时儿童思维具有可逆性、守恒性等，能凭借具体事物或表象进行逻辑思维。A感知运动阶段是0-2岁；B前运算阶段是2-7岁；D形式运算阶段是11岁之后。

15.

答案：B

解析：学校心理危机干预首要目标是稳定当事人情绪，避免情况恶化，之后再消除危机、提供心理支持、解决实际问题等。

二、多项选择题（每题3分，共30分）

1.

答案：ABCDE

解析：这些都是学校开展心理健康教育常见途径。心理健康教育课程系统传授知识；个别心理咨询针对个体问题；主题班会营造集体氛围；学科教学渗透融入日常教学；讲座传播知识和理念。

2.

答案：ABDE

解析：家庭结构（如单亲、完整家庭等）、教养方式（专制、民主等）、成员关系、父母期望都会影响学生心理健康。家庭经济状况对心理健康影响相对间接，不是主要直接影响因素。

3.

答案：ABCD

解析：学习动力不足、焦虑、疲劳、方法不当是小学生常见学习心理问题。考试作弊更多是品德和行为问题，虽与心理有关，但不是典型学习心理问题。

4.

答案：ABCDE

解析：倾听、共情是建立良好咨询关系基础；面质对质来访者矛盾；放松技术缓解情绪；认知重建改变不合理认知，都是心理咨询常用方法技术。

5.

答案：ABC

解析：心理健康教育课程注重学生体验感悟（体验性），多通过活动开展（活动性），以学生为主体（主体性）。相比专业心理学课程，系统性和理论性不是其突出特点。

6.

答案：ABCDE

解析：家长会集中交流；家长学校系统培训；家访深入了解；电话和网络平台随时沟通，都是指导家庭教育的途径方法。

7.

答案：ABE

解析：艾森克人格问卷、明尼苏达多项人格调查表、卡特尔 16 种人格因素问卷都是人格测验。韦克斯勒智力量表、瑞文标准推理测验是智力测验。

8.

答案：ABCDE

解析：小学心理健康教育要面向全体，以预防为主，尊重学生，保护隐私（保密性），促进学生身心全面发展（整体性发展）。

9.

答案：ABCD

解析：巴甫洛夫经典性条件作用、桑代克联结主义、斯金纳操作性条件作用、班杜拉社会学习理论都属于行为主义学习理论。布鲁纳是认知学派代表人物。

10.

答案：ABCDE

解析：评估涵盖课程效果、咨询成效、师资队伍、设施设备、学生心理健康水平变化等，全面衡量心理健康教育工作。

三、简答题（每题 10 分，共 20 分）

1.

参考答案：

— 学习心理指导：激发学习动机，培养学习兴趣，指导学习方法与策略，帮助学生应对学习压力、克服学习困难、提高学习效率等，如针对学生学习动力不足，可通过开展目标设定、榜样激励等活动激发动力。

- 生活心理指导：培养生活自理能力、良好生活习惯（作息、饮食等），引导正确消费观念，教导应对生活挫折和困难的方法，提高生活适应能力，像指导学生合理安排零花钱，培养理财意识。

- 人际交往指导：教导人际交往原则、技巧，培养合作意识与团队精神，帮助建立良好师生、同伴、亲子关系，处理人际冲突，如通过角色扮演让学生体验不同沟通方式效果。

- 个性发展指导：帮助学生了解自己个性特点，培养良好性格品质，挖掘个性潜能，促进个性全面和谐发展，例如开展性格测试活动，让学生了解自身性格优势与不足。

- 情感教育：认识、理解、表达和调控情绪情感，培养积极情感，克服消极情感，如通过情

绪管理课程，教学生情绪 ABC 理论，改变不合理认知调节情绪。

- 青春期教育：针对青春期生理心理变化进行教育，包括生理卫生知识、性心理健康、青春期自我意识发展和人际交往等，如举办青春期生理知识讲座。

- 生涯规划指导：引导学生了解职业世界，认识自身兴趣、能力、价值观，初步进行职业探索和规划，培养生涯发展意识，如开展职业体验活动，让学生感受不同职业特点。

2.

参考答案：

- 语文教学：在讲解课文时，引导学生分析人物心理。如学习《小抄写员》，分析叙利奥瞒着父亲帮他工作的心理变化，让学生体会责任、关爱家人等情感，培养同理心和责任感；写作训练中，鼓励学生表达内心真实感受和想法，释放情绪，老师通过批改给予心理支持和引导。

- 数学教学：当学生遇到难题时，鼓励他们不轻易放弃，培养坚韧意志品质。如组织小组合作解决数学难题，让学生学会合作交流，增强团队协作能力和自信心；对学生作业、考试情况进行分析，引导正确看待成绩，避免过度焦虑或骄傲。

- 科学教学：在实验教学中，培养学生严谨科学态度和勇于探索精神。如实验失败时，引导学生分析原因，培养挫折承受能力和问题解决能力；通过科学探究活动，激发学生好奇心和求知欲，促进积极心理品质发展。

- 体育教学：在体育竞赛中，培养学生竞争意识和胜不骄败不馁精神。如组织班级篮球比赛，让学生在竞争中学会尊重对手、遵守规则，增强团队凝聚力；针对体育技能较差学生，给予更多鼓励和指导，帮助克服自卑心理。

四、案例分析题（20分）

1.

参考答案：

- 人际交往问题：性格内向、胆小怯懦，很少主动与同学交流，总是独自活动，反映出人际交往方面存在障碍，缺乏社交自信和社交技巧。

- 学习心理问题：课堂不敢发言怕犯错被批评嘲笑，做作业遇难题易焦虑放弃，数学测验成绩不理想后失去学习信心，表明存在学习焦虑、缺乏学习动力、抗挫折能力差等学习心理问题。

2.

参考答案：

- 个别心理咨询：定期与小明进行一对一咨询，建立信任关系，倾听他内心想法和感受，帮助他宣泄不良情绪，如因成绩不理想产生的沮丧、对学习的恐惧等。运用共情、积极关注等技术，让他感受到被理解和接纳。

- 认知行为疗法：帮助小明识别和改变不合理认知。如他认为回答错误会被批评嘲笑是不合理的，引导他认识到犯错是学习过程正常现象，老师和同学更关注他努力和进步。通过改变认知，减轻焦虑情绪，增强学习和社交自信心。针对做作业遇难题放弃问题，制定逐步克服困难计划，当他面对难题尝试思考而不是放弃时给予肯定和鼓励。

- 社交技能训练：设计一些社交技能训练活动，如角色扮演，模拟课堂发言、与同学交流场

景，教导正确沟通方式和技巧，如如何清晰表达自己观点、如何倾听他人等。鼓励小明从与熟悉同学交流开始，逐渐扩大社交范围，如先在小组活动中发言，再过渡到课堂主动发言。

-学习辅导：与数学老师沟通，针对小明知识薄弱点进行辅导，制定个性化学习计划，帮助他逐步提高成绩，重拾学习信心。教导他有效的学习方法，如如何做笔记、如何复习等。在他取得点滴进步时，及时给予表扬和奖励，强化学习动力。

-家校合作：与小明家长保持密切沟通，告知家长小明在校情况，了解小明在家表现。建议家长营造宽松家庭氛围，多鼓励小明表达自己想法，给予积极反馈，不过分强调成绩。家长可以和小明一起参加户外活动或家庭聚会，为他创造社交机会，培养社交能力。