附件1：

**第三届“智慧心竞”大学生心理知识竞赛 心理知识题库**

一、选择题

1、下列哪些行为属于心理健康的范围 ( D )。

A、能极力满足个人的需要

B、对自己有过高的评价

C、为维持自己的心理平衡，极力宜泄自己的情绪

D、有充分的自我安全感

2、对于相貌美的标准，人们通常有大体一致的看法，但是也存在各种差异。而在我们的周围经常流行这样一句话“情人眼里出西施”，那么这个是说明人们在对相貌的看法中存在( C ) 差异。

A [文化](http://www.xuexila.com/news/wenhua/" \t "_blank)  B 个人 C关系 D 时代

3、个体在估计事件后果时总认为负面后果只会出现在其他人身上，自己则不会有事，这种现象是( B )。

A自我防御机制 B理想化偏见 C自利性归因 D自我效能感

4、下列哪种心理属于健康心理 ( D )。

A、抑郁情绪 B、不愿与人交往

C、经常感觉自己无能 D、遇到困难时，能积极克服困难

5、心理健康在社会交往中可表现为 ( C )。

A、经常与素不相识的人十分热情地交谈、表现为十分兴奋的状态

B、对同事、好友无缘无故地表现为冷漠、漠不关心

C、有自己喜欢与不喜欢的人

D、接触异性时经常表现为紧张的情绪

6、从创伤刺激中恢复到往常水平的能力称为 ( C )。

A、心理活动的耐受力 B、心理活动的稳定性

C、心理康复能力 D、环境适应脂力

7、有的人白天工作效率高，有的人夜晚工作效率高，这是指 ( A )。

A、人的心理活动的周期节律性 B、环境适应力

C、心理自控能力 D、社交能力

8、心理健康表现心理的耐受力方面为 ( C )。

A、过去的痛苦的体验经常浮现在自己的脑海里，但不影响日常的工作和生活

B、遇到困难，能够忍受

C、把克服困难当成一种乐趣，而勇敢地面对生活的挫折

D、对于同事外人的议论并不在意

9、下列行为哪一项属于心理健康的范围 ( D )。

A、见人都热情相待 B、见什么人说什么话

C、经常努力工作 D、经常保持乐观的心态

10、郭念锋认为，对突然强大精神刺激的抵抗能力称为 ( B )。

A、心理活动的耐受力 B、心理活动强度

C、心理康复能力 D、环境适应能力

11、郭念锋认为，对长期精神刺激的抵抗能力称为 ( A )。

A、心理活动的耐受力 B、心理活动强度

C、心理康复能力 D、环境适应能力

12、观察者根据自己的[经验](http://www.xuexila.com/fanwen/jingyan/" \t "_blank)做出被观察对象心理正常还是异常的判断，这是以哪种判断观察对象为心理异常 ( C )。

A、[医学](http://www.xuexila.com/yangsheng/yixuechangshi/" \t "_blank)标准 B、[统计学](http://www.xuexila.com/lunwen/science/statistics/" \t "_blank)标准

C、内省经验标准 D、社会适应标准

13、潜意识与意识或本我、自我、超我之间的冲突是心理健康状态破坏的内在机制，这一理论来自 ( A )。

A、精神分析学派 B、人本主义学派 C、行为主义学派 D、认知学派

14、人的心理健康的破坏是人与环境相互作用过程中学习的结果，这一理论来自( C )。

A、精神分析学派 B、人本主义学派 C、行为主义学派 D、认知学派

15、郭念锋认为，当一个人遇到一件愉快的事情时手舞足蹈，欢快的向别人诉说内心的体验，我们称这个人( A )。

A、心理活动内在一致性

B、人格相对稳定性

C、心理活动主观世界和客观世界的统一

D、心理活动协调性

16、心理健康的破坏就在于潜能的发展受到阻碍，这一理论来自 ( B )。

A、精神分析学派 B、人本主义学派 C、行为主义学派 D、认知学派

17、不合理信念对人的认知产生巨大的影响，用不合理的认知模式来评价环境或自我，便会产生心理障碍，这一理论来自 ( D )。

A、精神分析学派　　 B、人本主义学派 C、行为主义学派 D、认知学派

18、郭念锋认为，心理活动在时间性方面有近期发生而不太可能持久的特点，内容只局限在事件本身，反应强度不强烈，没有影响思维逻辑性，称为 ( D )。

A、[神经](http://www.xuexila.com/yangsheng/shenjingnake/" \t "_blank)症 B、心理紊乱 C、边缘状态 D、心理问题

19、郭念锋认为，心理障碍持续时间较长，反应强度强烈，影响思维逻辑性的心理活动属于 ( B )。

A、心理问题 B、心理紊乱 C、边缘状态 D、神经症

20、郭念锋认为，心理障碍持续时间，反应强度强烈，影响思维逻辑性，但无法纳入[精神病](http://www.xuexila.com/yangsheng/jingshenbing/" \t "_blank)学的诊断标准，可能属于 ( C )。

A、心理问题 B、心理紊乱 C、边缘状态 D、神经症

21、关于对错觉的理解，以下哪些是正确的 ( A )。

A、是歪曲的知觉 B、只在病人中存在

C、病理性错觉多持续时间较短 D、错觉存在时间较短

22、当患者对各种一般强度的刺激感受性增高，我们称为 ( A )。

A、感觉过敏 B、错觉 C、幻觉 D、感觉减弱

23、当某一固定的观念在脑子里反复出现时，这些观念是患者不愿想的而且伴有被迫感觉和痛苦感觉，我们称之为 ( B )。

A、强制思维 B、强迫观念 C、妄想 D、虚构

24、以下哪种症状属于思维障碍 ( D )。

A、错觉 B、虚构 C、注意增强 D、妄想

25、妄想是指( A )。

A、一种在病理上产生的歪曲的信念，发生在意识清晰的情况下，是病态的推理和判断。

B、是在意识中占主导地位的错误观念，其发生一般均有事实根据。此观念片面而偏激，但逻辑上并不荒谬。

C、是对既往获得的知识经验的运用，用以解决问题形成新概念的能力。

D、一种病理性的记忆错误。

26、强迫观念是指 ( D )。

A、一种在病理上产生的歪曲的信念，发生在意识清晰的情况下，是病态的推理和判断。

B、是在意识中占主导地位的错误观念，其发生一般均有事实根据。此观念片面而偏激，但逻辑上并不荒谬。

C、是对既往获得的知识经验的运用，用以解决问题形成新概念的能力。

D、某一固定的观念在脑子里反复出现，这些观念是患者不愿意想的，且伴有主观的被迫感觉和痛苦感觉

27患截瘫的人容易得到别人的帮助，这是求助者的( D )对利他行为的影响。

A、责任心 B、吸引力 C、类似性 D、依赖性

28、记忆障碍是 ( D )。

A、病态的推理和判断障碍

B、在意识中占主导地位的错误观念

C、对既往获得的知识经验的运用障碍

D、一种病理性的记忆错误

29、团体咨询最适宜的对象是( B ) 。

A、学习困难者 B、人际适应不良者 C、情绪困扰者 D、人格障碍者

30、虚构属于 ( A )。

A、记忆障碍 B、注意障碍 C、智能障碍 D、思维障碍

31、强迫观念属于 ( D )。

A、记忆障碍 B、注意障碍 C、智能障碍 D、思维障碍

32、妄想属于 ( D )。

A、记忆障碍 B、注意障碍 C、智能障碍 D、思维障碍

33、精神发育迟滞属于 ( C )

A、记忆障碍 B、注意障碍 C、智能障碍 D、思维障碍

34、健康的概念是指哪种状态( D )。

A、身体健康 B、生理无残疾 C、心理健康 D、身心健康

35、幻觉属于 ( B )。

A、记忆障碍 B、注意障碍 C、智能障碍 D、思维障碍

36、心境是指 ( A )。

A、一种较微弱而持续的情撼状态 B、个体对需要是否满足而产生的反应

C、一段时间内个体精神活动的基本背景 D、对客观事物的态度体验

37、当患者对周围环境的变化不感[兴趣](http://www.xuexila.com/aihao/" \t "_blank)，丧失情感反应，我们称此人有 ( B )。

A、情绪低落 B、情感淡漠 C、心境淡漠 D、情感脆弱

38、某咨询者表现对以前感兴趣的事情缺乏兴趣，但外观上对人的态度变化还不明显，我们称为 ( A )。

A情绪低落 B、情感淡漠 C、心境淡漠 D、情感脆弱

39、当患者遇到突发性事件时，表现心慌、紧张、出汗、坐立不安，我们称此人有 ( B )。

A、情感脆弱 B、焦虑情绪 C、反应过度 D、心境突变

40、心理卫生的倡导者是 ( A )。

A、比奈尔 B、比尔斯 C、迈耶 D、詹姆斯

41、《自觉之心》推动了心理卫生的发展，此书出自哪位作家之手 ( B )。

A、比奈尔 B、比尔斯 C、迈耶 D、詹姆斯

43、下列哪些[疾病](http://www.xuexila.com/yangsheng/jibingdaquan/" \t "_blank)不属于神经症 ( C )。

A、疑病症 B、强迫症 C、[孤独症](http://www.xuexila.com/yangsheng/guduzheng/" \t "_blank)  D、[焦虑症](http://www.xuexila.com/yangsheng/jiaolvzheng/" \t "_blank)

44、以经验为标准来判断心理活动是否正常是 ( C )。

A、看患者是否能适应社会生活的诊断方法

B、用医学标准进行诊断的方法

C、临床工作者经常采用的方法

D、是以统计学为标准进行诊断的方法

45、以经验为标准判断心理活动是否正常有一定的局限性，因为 ( D )。

A、判断者的个性不一样 B、判断者的经验和水平不一样

C、判断者的观察角度不一样 D、以上都是

46、专注而主动地获取信息的过程，属于心理辅导会谈中的( D )。

A、反映 B、面质 C、倾听 D、询问

47、[儿童](http://www.xuexila.com/news/ertong/" \t "_blank)最早建立的人际关系是( D )。

A、社会关系 B、朋友关系 C、层次关系 D、亲子关系

48、 学校的领导方式会影响一个班课堂学习管理的效果,最好的领导方式是( D )。

A、 控制式的 B、自由式的 C、专制式的 D、民主式的

49、当班级规模过大时,成员之间的情感联系就弱,不易建立群体规范,因此,最适宜的班集体人数为 ( C )。

A、 5-10人 B、 10-20人 C、 30-40人 D、 50-60人

50、心理治疗的方法不包括( D )。

A、 精神动力学治疗 B、 行为治疗 C、 认知治疗 D、 免疫治疗

51、 吃不着的葡萄是酸的，得不到的东西是不好的，这种心理防卫方法，称为( B )。

A、 否认作用 B、合理化作用 C、投射作用 D、幻想作用

52、 有的学生希望通过交往与别人建立和谐的关系，得到别人接纳，其想要满足的人际需要是( C )。

A、情感的人际需要 B、控制的人际需要 C、包容的人际需要 D、 利用的人际需要

53、行为治疗的第一步骤是( D )。

A、 认识病人 B、 建立关系 C、 与患者见面 D、 确立靶行为

54、印度的卡玛拉狼孩典型事例说明人的心理基础是( D )。

A、 [自然](http://www.xuexila.com/mengjian/ziran/" \t "_blank)环境 B、人的[大脑](http://www.xuexila.com/naoli/" \t "_blank) C、个体活动 D、 [社会实践](http://www.xuexila.com/fanwen/shehuishijian/" \t "_blank)活动

55、神经系统的基本单位是( A )。

A、神经元 B、树突 C、轴突 D、突触

56、下列哪项不是马斯洛的需要层次理论的需要( C )。

A、尊重需要 B.、安全需要 C、社会需要 D、生理需要

57、几个人一起骑车会比一个人骑车快,这种现象称为( A )。

A.社会助长作用 B.从众心理 C.模仿作用 D.服从心理

58、与情绪相联系的需要主要是( E )。

A、生理需要 B、追求真理的需要

C、追求美感的需要 D、安全的需要 E、以上都是

59、哪项不是情感的特点? ( E )

A、不易受情景的影响 B、与其有关的需要不包括生理需要

C、有些[动物](http://www.xuexila.com/zhishi/dongwu/" \t "_blank)也有情感 D、以上都包括 E、以上都不包括

60、大学生心理健康日5、25的谐音是 ( A )

A、我爱我 B、我是我 C、我要我 D、善爱我

61、当人的愿望受到挫折后，通过想象自己达到了目的或获得了成就的方式属于心理防御机制的哪一种表现?( C )

A、补偿 B、分离 C、幻想 D、升华

1. 判断一种行为是属于正常还是变态，首先必须考虑以下哪个要素( D )。

A、家庭 B、职业 C 、信仰 D、[文化](http://www.xuexila.com/news/wenhua/" \t "_blank)

63、妄自尊大并总是需要得到别人注意和赞美，这些特点是哪一种人格障碍类型的表现( A )。

A、自恋型 B、反社会型 C、偏执型 D、控制型

64、一个人总是反复检查是否锁了门或不停的洗手，这属于下面哪一种心理障碍( D )。

A、恐怖症 B、一般性焦虑障碍 C、[抑郁症](http://www.xuexila.com/yangsheng/yiyuzheng/" \t "_blank)  D、强迫症

65、在心理治疗中，病人对心理医生产生的情绪依恋被称为 ( D )。

A、自由联想 B、显相联想 C、阻抗 D、移情

66、下列哪一种治疗中最强调角色扮演 ( A )。

A、心理剧 B、意识训练 C、家庭治疗 D、交朋友

67、当你身边大多数人选择某种东西时，你常不自觉的做出相同的行为，这一心理现象称作( C )。

A、刻板印象 B、社会吸引 C、从众 D、服从

68、不是少年期自我意识发展的特点是( D )。

A、“成人感”出现 B、独立性增强 C、评价能力提高 D、身体发育快

69、当你进入一个黑暗的房间时，开始感觉眼前一片漆黑，但过一段时间后，你便可以看见周围的一切，这叫什么心理现象( B )。

A、明适应 B、暗适应 C、色弱 D、视觉后像

70、你认为“大一综合征”(即大一学生产生的空虚，焦虑，失眠等症状)下列不是产生诱因的是( D )。

A、理想与现实的落差 B、对新环境的适应力弱

C、优势地位的丧失 D、生活过度挥霍而产生罪恶感

71、下述关于人格的描述哪一个最为准确?( D )

A、 人格稳定性受到性别与社会经济地位的影响

B、 在整个成人期，人格在整体上会发生系统性改变

C、 在青春期后，人格保持非常稳定

D、 成人期人格兼有稳定和变化两重特征

72、“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”这表明了一个人意志品质的( D )。

A、自觉性 B、果断性 C、自制性 D、坚持性

73、心境具有( A )的特点。

A、弥散性 B、集中性 C、短暂性 D、突发性

74、考试焦虑主要属于( A )方面的问题。

A、情绪 B、气质 C、性格 D、行为

75、最先提倡对来访者进行无条件的积极关注的是( B )。

A、 阿德勒 B、罗杰斯 C、马斯洛 D、弗洛姆

76、在下列影响人际关系相似性的因素中，对人际关系影响最大的是( D )

A、[兴趣](http://www.xuexila.com/aihao/" \t "_blank)  B、性格 C、知识水准 D、价值观念

77、下述关于[精神分裂症](http://www.xuexila.com/yangsheng/jingshenfenliezheng/" \t "_blank)发病期的描述哪一个是最为准确的?( C )

A、 当该病出现于年龄较大的人中症状会更严重一些

B、发病的高峰期在中年或成年期后期(45岁以后)

C、常常出现于青春期或成年人早期

D、在各个年龄组出现的概率均等

78、下列陈述不能增强挫折承受力的是( A )。

A、避免类似情境 B、总结[经验](http://www.xuexila.com/fanwen/jingyan/" \t "_blank)教训 C、调节抱负水平 D、建立和谐的人际关系

79、( C )是对头脑中已有的表象进行加工改造，形成新形象的过程

A、联想 B、幻想 C、想象 D、错觉

80、追求完美、自尊心脆弱、控制欲望强、自视甚高、将不完美等同于不可爱、不值得爱的是( C )。

A、 自卑者 B、自负的人 C、完美主义者 D、偏执者

81、“走极端、以偏概全、消极思维、敏感多疑、自卑心理、自罪自责、[自我评价](http://www.xuexila.com/fanwen/ziwopingjia/" \t "_blank)过低”主要描述的是( A )。

A、 抑郁症 B、自负 C、躁狂症 D、强迫症

82、人的气质可以分为四种基本类型，即粘液质、抑郁质、多血质以及( D )

A、 独立质 B、严谨型 C、兴奋型 D、胆汁质

83、学校增进[心理](http://www.xuexila.com/jiankang/xinli/" \t "_blank)[健康](http://www.xuexila.com/yangsheng/" \t "_blank)的主要途径和方法是( A )。

A、心理健康[教育](http://www.xuexila.com/news/jiaoyu/" \t "_blank)  B、进行大规模问卷调查 C、心理咨询 D、心理治疗

84、人格是一个具有丰富内涵的概念，人格具有统合性、功能性、稳定性( A )等特性。

A、 独特性 B、发展性 C、复化性 D、一致性

85、( C )是[决定](http://www.xuexila.com/fanwen/jueding/" \t "_blank)个体行为的基本特征，是人格的有效组成元素。

A、 性格 B、气质 C、特质 D、智力

86、 易受外界的影响而出现情绪波动，或极度高兴或伤心流泪，这一情绪表现叫( C )。

A、焦虑 B、恐惧 C、情感脆弱 D、情绪低落

87、如果双方在冲突中作出让步，这种调适方式叫( A )。

A、和解 B、妥协 C、容忍 D、调解

88、利他主义的表现( C )。

A、人不为我，我不为人 B、人为财死

C、辛苦我一个，幸福十万家 D、逃避责任

89、下列不是情绪健康的主要标志的是(D)。

A、情绪稳定 B、情绪愉快 C、经常开心 D、喜乐无常

90、不是积极心态的作用的是( D )。

A、内心的平静 B信心 C、[成功](http://www.xuexila.com/success/" \t "_blank)的意识 D、浮躁

91、由于缺乏准备，不能驾驭或摆脱某种可怕或危险情景时所表现的情绪体验是( D )。

A、快乐 B、悲哀 C、愤怒 D、恐惧

92、( A )是心理活动顺利进行的重要条件，它对心理活动具有选择、维持、调节功能。

A、注意 B、记忆 C、表象 D、想象

93、在人的社会性需要获得满足的情况下产生的体验是( B )。

A、情绪 B、情感 C、态度 D、需要

94、在下列影响人际关系的相似性因素中，对人际关系影响最大的是 ( D )。

A、兴趣 B、性格 C、知识水准 D、价值观念

95、我国心理学工作者认为智力是一种综合的认识能力，其中( C )是智力的核心。

A、观察力 B、[想象力](http://www.xuexila.com/naoli/xiangxiangli/" \t "_blank)  C、[抽象](http://www.xuexila.com/naoli/chouxiangsiwei/" \t "_blank)[思维能力](http://www.xuexila.com/naoli/siwei/" \t "_blank)  D、创造力

96、个性倾向性和个性心理特点有机综合体现在一个人身上就构成了一个人完整的( D )。

A、性格 B、能力 C、气质 D、个性

97、动机和兴趣产生的基础是( C )。

A、感知 B、实践 C、需要 D、教育

98、人类思维能力的最高体现是( C )。

A、形象思维 B、[抽象思维](http://www.xuexila.com/naoli/chouxiangsiwei/" \t "_blank)  C、创造思维 D、逻辑思维

99、情感是在人的( A )中产生的。

A、认识过程 B、意志过程 C、个性倾向性 D、个性

100、大学生心理健康日是( A )?

A、 5月25日 B、 5月26日 C、4月25日 D、6月26日

101、智力是以( B )为核心。

A、观察力 B、思维力 C、注意力 D、[记忆力](http://www.xuexila.com/jiyili/" \t "_blank)

102、对心理发展起主导作用的是( A )。

A、学校教育 B、遗传 C、社会 D、实践活动

103、勤奋，懒惰，谦虚，骄傲，这些反映的是( C )特征。

A、能力 B、气质 C、性格 D、情感

104、关于情绪的叙述，正确的是( D )。

A、人类的情绪都可后天习得 B、具有两极性

C、体验是情绪得基本特点 D、以上都正确 E、以上都不正确

105、人在危险紧急意外事件出现时表现出高度紧张的情绪化称为 ( D )。

A、激情 B、心境 C、激越 D、应激

106、与情绪相联系的需要主要是( E )。

A、生理需要 B、追求真理的需要 C、追求美感的需要

D、安全的需要 E、以上都是

107、 由于缺乏准备，不能驾驭、摆脱某种可怕或危险情景时所表现的情绪体验是( D )。

A、快乐 B、悲哀 C、愤怒 D、恐惧

108、 下列特征不属于[神经](http://www.xuexila.com/yangsheng/shenjingnake/" \t "_blank)衰弱者的表现( D )。

A、容易疲劳 B、自我压迫 C、睡眠障碍 D、缺乏生活兴趣

109、有预定目的，不需要意志努力的注意属于( D )。

A、有意注意 B、无意注意 C、有意后注意 D、随意注意

110、王元5岁，IQ是110，李平10岁，IQ也是110，两者的智力相比( D )

A、王元比李平高 B、李平比王元高 C、相等 D、无法比较

111、“触景生情”是( B )。

A、有意回忆 B、无意回忆 C、间接回忆 D、机械回忆

112、 以下不利于睡眠的是(D)。

A 睡房较暗 B、定时运动 C、每晚定时上床睡觉 D、临睡前运动

113、心理咨询的基本原则是 ( C )。

A、替来访者做决定 B、有条件的尊重来访者

C、为来访者保密 D、对来访者的行为作道德判断

114、心理咨询的场所应在 ( C )。

A、咨询员家中 B、双方商定的茶馆 C、咨询室 D、来访者家中

115、按照心理学的观点，大部分心理问题来源于 ( D )。

A、家庭内部 B、社会环境 C、人际关系的处理 D、自身的内部冲突

116、在心理咨询的各种形式中，最主要而且最有效的方法是( B )。

A、电话咨询 B、面对面 C、专题咨询 D、互联网咨询

117、团体咨询最适宜的对象是 ( B )。

A、学习困难者 B、人际适应不良者 C、情绪困扰者 D、人格障碍者

118、行为主义流派下的咨询师的角色类似于 ( D )。

A、朋友 B、侦探 C、老师 D、教练

二、判断题。

1、判断一个人的心理健康，不能简单的根据一时一事下结论。一个人偶尔出现的一些不健康的心理和行为，并非意味着这人就一定有心理疾病。(√ )

2、心理不健康与心理健康并非泾渭分明的对立的两极，而是一个连续的状态。(√ )

3、去学校心理咨询中心咨询的人，不是都有心理疾病。(√ )

4、心理压力不总是有害。(√ )

5、害羞经常是由不熟悉的人或情境因素引起的。(√ )

6、人本主义的观点认为，人类的主要任务是使自己的潜能得到不断发展。( √)

7、动机强度与工作效率之间的关系不是一种线性关系 ，而是倒U形曲线关系。中等强度的动机最有利于任务的完成。著名的耶基斯-多德森定律认为，在难度较大的任务中，较低的动机水平有利于任务的完成。(√ )

8、当刺激事件打破了有机体现有的平衡或超过了个体的能力所及，个体就会感受到压力。( √)

9、心理健康与心理障碍是相对的概念，二者相比较而存在，其中没有绝对的界线。( √)

10、气质和性格没有好坏之分。气质类型没有有好坏之分 。（×）

11、健康不仅包括身体健康而且更应包括心理健康 。(√ )

12、“江山易改，秉性难移”说明人的气质是不可改变的。( ×)

13、人的人格、智力、心理特质与态度、兴趣一样是随时变化的。 (× )

14、大学生心理问题主要集中在学习、就业、[人际交往](http://www.xuexila.com/liyi/renjijiaowang/" \t "_blank)、情感等问题上。 ( √ )

15、心理咨询师不应该帮助求助者解决具体的困难，而应该帮助他们自己去面对问题。( √ )

16、心理咨询等同于心理治疗。( × )

17、精神分析大师弗洛伊德的人格结构理论包括对自我，本我和超我的研究。( × )

18、人格障碍是指某人的人格特征严重偏离在特定文化观念、思想、情感和人际关系中人们普遍的模式。(√ )

19、判断是否为变态心理，最终应该通过心理测量或医学鉴定来确认。( √ )

20、互相之间愈接近的人，人际关系就愈好。( × )

21、大学生心理健康教育应该以预防为主。( √ )

22、马斯洛提出了自我实现理论。( √ )

23、心理咨询师也是普通人，咨询时难免也会有各种情绪反应，这是正常的。( √ )

24、尊重意味着接纳一个人的优点和缺点，甚至一些不合理的、愚蠢的思想和行为。( √ )

25、对情绪的调节与控制不能等同于对情绪的抑制或压抑。( √ )

26、引导大学生合理的情绪疏泄，就是以建设性的态度关心理解其困境。( √ )

27、心理咨询的一个重要原则是坚持“助人自助”。( √ )

28、人的心理现象千变万化，但仍然有其规律可循。（√ ）

29、人脑对客观现实的反映，既有主观性，也有客观性。(√ )

30、机械识记是一种靠多种重复进行的识论，也就是人们常讲的死记硬背。( × )

31、常态心理与变态心理只有程度之分，并无严格界限。( √ )

32、对人类来说，遗忘并不都是有害的。( √ )

33、到大学阶段，学生的理解识记已高度发展了，但机械识记仍存在。（√ ）

34、心理学是一门古老而又年轻的科学。( √ )

35、信息从长时记忆进入短时记忆可以通过复述来实现。（√ ）

36、发现“无意义音节的学习效果不及有意义的词 ”的记忆规律是德国心理学家艾宾浩斯。( √ )

38、 良好的性格能弥补能力的不足。( √ )

39、能了解自我，不过度自卑或自负，是心理健康的标志之一。 ( √ )

40、心理咨询的一个重要原则是坚持“助人自助”。 ( √ )

41、听轻松的音乐，可以减轻心理上的压力，放松心情。 ( √ )

42、经常参加集体活动、[户外运动](http://www.xuexila.com/tiyu/huwaiyundong/" \t "_blank)、同学聚会，是增进身心健康的良方。 ( √ )

43、心境是指人比较平静而持久的情绪状态。(√ )

44、我国对心理咨询的重视是从80年代开始的。 ( √ )

45、我国心理咨询已经职业化。 ( √ )

46、快乐、愤怒、悲哀和恐惧是人类基本的情绪。 ( √ )

47、梦是一种正常的生理和心理现象。（√）

48、上网成瘾全称是“互联网成瘾综合症”，是一种心理障碍。( √ )

49、气质类型不[决定](http://www.xuexila.com/fanwen/jueding/" \t "_blank)一个人成就的高低，但能影响工作的效率。( √ )

50、智力水平越高，心理水平不一定就越高。（√ ）

51、人的所有心理活动都有节律性。 ( √ )

52、心理健康是一个动态平衡的状态。 ( √ )

53、求助者对咨询工作的期望越高越好，因为这有助于增强治疗效果。( × )

54、人格是个体比较稳定的心理保证的总和。( √ )

55、大学生心理健康的基本标准是能够进行有效地学习和生活。(√)

56、学生内心的焦虑具有一定的代表性，其源于生活的威胁。(×)(来自内心)

57、智力正常是个体比较稳定的心理特征的总和。(×)(人格)

58、健康仅仅是一种没有[疾病](http://www.xuexila.com/yangsheng/jibingdaquan/" \t "_blank)和摆脱虚弱的状态。(×)(它包括心理健康和身体健康)

59、健康是心理健康与心理健康的统一，二者相互联系，密不可分。(√)

60、心理健康的标准是一成不变的，它不随时代的变迁而改变。(×)(会随时代的变迁而改变的)

61、智力健康是衡量心理健康状况与否的唯一标准。(×)(太过绝对化，只是一个方面)

62、造成爱情困扰的两方面是感情的迷茫与不正确的爱情观。(√)

63、民族文化，社会风俗，宗教信仰与心理疾病的发生无关。(×)

64、市场经济的利益杠杆直接影响学生的功利意识。(√)

65、心理测量标准是以社会所定的道德、价值、规范来衡量的。(×)(社会规范标准)

66、自卑与自负的性质相同。(×)(相反的《自卑是过低的自我评价，自负是过于相信自己》

67、厌恶是指在交往中由于言谈举止不当，令人疏远，排斥。(√)

68、良好的交往风度是成功交往的基本条件。(√)

69、人的交往风度和能力是天生所具有的。(×)(在实际的交际活动过程中逐渐培养发展起来的)

70、负性情绪和情感常可导致交往障碍，出现人际冲突。(√)