**心理健康知识竞赛试题库**

**一、选择题**

1. 马斯诺把完善自己，充分发挥自己潜能，完成自身使命的需要称为。（**C** ）

A.尊重的需要 B. 归属和爱的需要 C.自我实现的需要 D. 成长的需要

1. 人类高级的社会性情感分为。（**D**）

A理智感 B道德感 C美感 D以上都是

1. 如果你对以前一个同学对你的漫骂时的愤怒的心情，一直记到现在。请问这种记忆的名称叫做。（**C**）

A.形象记忆 B.逻辑记忆C.情绪记忆D.运动记忆

1. 儿童做了好事之后,老师及时给予表扬.在行为主义中被称为。(**D**)

A.反映 B.刺激 C.联结 D.强化

1. 精神分析中理论中.此时此刻想不起来,但集中注意力.认真回忆还是可以回忆起来的称为。 (**C**)

A.意识 B.无意识 C.前意识 D.都不对

6.\_\_\_\_\_方面的自我意识,即对自己生理条件的自我认识和评价。(**B**)

A.心理 B.生理 C.品德 D.社会

7."以人为中心"理论是属于理论流派。(**B**)

A.精神分析 B.人本主义 C.行为主义 D.格式塔心理学

1. 成语"杯弓蛇影"是心理学中的什么现象？(**D**)

A.功能固着 B.幻觉 C.思维定势 D.错觉

1. 人本主义心理学是心理学理论流派的第三势力,它的基本理论核心是(**A**)

A.自我实现 B.生理需要 C.安全需要

1. 提出经典条件反射的是(**A**)

A.巴蒲洛夫 B.斯金纳 C.华生 D.弗洛伊德

1. 性别角色认同中.男孩子长大后成了男人,这个是性别的(**A**)

A.稳定性 B.坚定性 C.基础性 D.差别性

1. 通过一定的榜样来强化相应的学习行为或学习行为倾向是（**C**）

A．直接强化 B．自我强化 C．替代强化 D正强化

1. 小组合作学习的意义在于(**B** )

A. 针对学习自主性 B. 人际交往，相互促进 C. 个性张扬

1. 人民在改造世界的过程中，寻求并实现某种最优化预定的活动称为(**B**)

A 思维 B决策 C判断 D分析

1. 领导是对群体或个人施加心理影响，使之努力实现组织目标，并与\_\_\_\_\_保持一致的过程。（**D**）

A组织 B 领导者 C群体 D环境

1. 张某自参加工作以来，对待工作一直态度认真、一丝不苟、兢兢业业。他的直接上级李某对他的评价极高。但由于多年未曾学习新的知识与技能，其能力与所从事的工作有些不匹配，以至影响了工作效率和他人之间的关系。王某将这一现象反映给李某，但李某回答“不可能！张工作一直都是勤勤恳恳，我是了解的，绝对不可能出现你所说的那种现象！”李某的判断是社会知觉中的（**D**）

A.第一印象效应 B.晕轮效应 C.近因效应 D.定型效应

1. 当儿童出现不良行为时，施予厌恶刺激或剥夺他正在享受的奖励刺激，这种行为矫正模式是（ **B** ）

A.正强化 B.惩罚 C. 负强化 D.消退

18 我们曾经去过北京的天安门广场，看过天安门之后，至今在头脑中还能浮现出天安门城楼的形象，这是\_\_\_\_\_(**C** )

A .运动表象 B.一般表象 C.记忆表象 D.想象表象

1. 当天实记的外语材料，最好在\_\_\_\_\_\_\_（**A**）内进行第一次复习，保持效果较好。

A .24h内 B.第二天 C.第三天 D.第四天

20．传路不明、传无根据的言论，属于（**A** ）

A．流言 B．舆论 C．风俗 D．时尚

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

1. 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

1. 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．环境适应能力

1. 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

1. 心理健康表现在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．对于同事外入的议论并不在意

1. 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 27．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．人本主义学振 C．行为主义学派 D．认知学派

1. 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．人本主义学振 C．行为主义学派D．认知学派

1. 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．人本主义学振 C．行为主义学派D．认知学派

1. 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

1. 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

1. 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

1. 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

1. 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

1. 儿童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

1. 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

1. 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

1. 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

1. 神经系统的基本单位是(**A**).

A. 神经元 B. 树突 C. 轴突 D. 突触

1. 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

1. 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

1. 少年期自我意识发展的特点不包括（**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

1. 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

1. 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

1. 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 47、“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

1. 心境具有（**A**）的特点

A.弥散性 B.集中性 C.短暂性 D.突发性

1. 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

1. 小强是一位很想获得成功的有志青年。他的老板现在有三件事情需要完成：一件比较容易、一件中等难度、一件很难。如果小强可以挑选其中一件来完成，你估计小强会（**C**）

A.挑选最难的那一件 B.挑选最容易的那一件 C.挑选中等难度的那一件 D.寻求老板的意见以避免老板对他的可能的负面评价

1. 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

1. 在下列影响人际关系相似性的因素中，影响最大的是（**D** ）

A.兴趣 B.性格 C.知识水准 D.价值观念

1. \_\_\_\_\_是对头脑中已有的表象进行加工改造，形成新形象的过程。（**C**）

A. 联想 B. 幻想 C. 想象 D.错觉

1. 学校增进心理健康的主要途径和方法是(**A**)

A.心理健康教育 B进行大规模问卷调查 C.心理咨询D.心理治疗

1. 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** ）

A. 独特性 B. 发展性 C. 复化性 D.一致性

1. 是决定个体行为的基本特征，是人格的有效组成元素。（**B**）

A. 性格 B. 气质 C. 特质 D.智力

1. 关于影响人际吸引的因素哪一个是错误的（**D**）

A.接近性 B.相似性 C.外貌 D.自尊

1. 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

59、 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

1. 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

61、罗杰斯认为（**A** ）

A. 要以来访者为中心 B. 要以咨询者为中心 C. 要以问题为中心 D. 以情境为中心 62、不是人际关系的作用的是（**C**）

A. 幸福感 B. 心理健康 C.身体健康 D. 自我表现

1. 不是积极心态的作用的是（**D**）

A. 内心的平静 B.信心 C. 成功的意识 D. 浮躁

64. 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

1. \_\_\_\_\_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**）

A.注意 B.记忆 C.表象 D.想像

1. 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

1. 下列哪种学习方法可以获得学习材料后的最佳保持（**B**）

A.仔细而缓慢阅读 B.进行过度学习 C.死记硬背 D.学习完立即休息

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

A.观察力 B.想象力 C.抽象思维能力 D.创造力

1. 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（**C**）

A.性格 B.能力 C.气质 D.个性

1. 动机和兴趣产生的基础是（**C**）

A.感知 B.实践 C.需要 D.教育

1. 人类思维能力的最高体现是（ **C** ）

A.形象思维 B.抽象思维 C.创造思维

1. “月明星稀，月暗星密”这是属于（ **B** ）

A.感觉适应 B.感觉对比 C.联觉

1. 情感是在人的\_\_\_\_\_中产生的。（**A**）

A.认识过程 B.意志过程 C.个性倾向性 D.个性

1. 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

1. 智力是以\_\_\_\_\_为核心的。（**B**）

A.观察力 B.思维力 C.注意力 D.记忆力

1. 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

1. 勤奋，懒惰，谦虚，骄傲，这些反映的是\_\_\_\_\_特征。（**C**）

A.能力 B.气质 C. 性格 D. 情感

1. 关于“情绪”不对的说法是（ **A** ）

A.只有人才能产生 B.情绪的产生过于生理需要有关 C.情绪具有较大的情景性和冲动性 D.情绪产生多伴有心理，行为上的变化

1. 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 80.情绪的特点的叙述中哪项是错的？（**A**）

A.具有两极性 B.具有比情感更强的强度 C.具有不稳定性 D.具有明显的外部表现

1. 与情绪相联系的需要主要是（  **D** ）

A.生理需要 B. 追求真理的需要 C.追求美感的需要 D.以上都是

1. 哪项是情感的特点？ （ **D** ）

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.有些动物也有情感 D.以上都包括

1. 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.勿爱我

1. 心理学的英文名称是（**B** ）

A.Psychologist B.psychology C.psychopath D.psychiotry

1. 关于自卑感以下哪种说法是错误的(**A**)

A.自卑的人热衷于与人比较，而对自己的期待却很低 B.自卑的人往往对自己缺乏客观、清醒的认识，无法悦纳自己 C.自卑的人容易产生自我怀疑和自我否定 D.对成败进行正确的归因是处理自卑问题的方法之一.

1. 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

1. “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

1. 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

1. 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

1. 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

1. 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自身内部冲突

1. 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

1. 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

1. 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

1. 下列哪些不符合青少年的心理特点（**D**）

A精力旺盛 B.感情丰富 C.渴望独立 D.认识能力高,看问题全面

1. “悲喜交加”“百感交集”是人的情绪和情感的\_\_\_\_\_\_\_的表现（**A**）

A.复杂性和矛盾性 B.稳定性 C.可变性 D.生理性

1. 本来是别人做过的事，回忆成自己做过的事，这属于(**A** )

A.错构 B.虚构 C.错觉 D.记忆减退

1. 心理健康的最终目标是 (**C**)

A.自我实现 B.和谐人际关系 C.保持人格完整 D.保持协调情绪

1. 人在欢乐时手舞足蹈，悲痛时捶头顿足，这是（**B**）

A 声调表情 B身段表情 C 面部表情 D激情表情

1. 个性中最重要、最核心的组成部分是 （**C**）

A.能力 B.气质 C.性格 D.动机

1. 交往双方能否成为知己，关键在于各自能否（**D**）。

A 改善交往情境 B向对方施以恩惠 C 增加交往频率 D 向对方作自我表露

1. 思维在认识过程中处于（**C**）

A.一般地位 B.被支配地位 C.核心地位 D.高级地位

1. 有的学生在上课时讲小话、做小动作，这是（**C**）

A.注意转移 B.注意分配 C.注意分散 D.注意起伏

1. 当你在电影画报上看到某演员的形象时，觉得很熟悉，而且能够确知他曾饰演过某个角色，这种现象属于 （**C**）

A 识记 B 保持 C 再认 D 回忆

1. 人们遭遇不良情绪时,正确的处理方式为(**D**)

A.喝酒 B.吃大量的东西C.压抑负性的情绪 D.和朋友倾诉

106、错觉是（**B**）

A.对错误东西的知觉 B.与实际情况不一致的知觉 C.错误的东西引起的知觉 D.变了形的感觉

1. “忧者见之而忧，喜者见之而喜”是（**A**）的表现。

A 心境 B 激情 C 应激 D 美感

1. \_\_\_\_\_是人的活动、行为的基本动力和个性积极性的源泉。（**A**）

A需要 B动机 C兴趣 D信念

1. 下列中\_\_\_\_\_是特殊能力。（**C**）

A.记忆力 B.注意力 C.节奏感 D.思维力

1. 记忆的中心环节是。（**B**）

A.识记 B.保持 C.再认 D.回忆

1. 人的大脑皮质的语言区主要位于。（**A**）

A.左半球 B.右半球 C.顶叶 D.额叶

1. 良好的心理康复能力不包括。（**C**）

A.精神创伤后不留严重痕迹 B.再次回忆创伤时较为平静 C.回忆起既往的精神创伤时情绪波动大 D.回忆起精神创伤时，原有的情绪色彩变得平淡

1. 人类最基础或最原始的情绪不包括。(**A**)

A.激愤 B.愤怒 C.快乐 D.恐惧

1. 梦是无意想象的特殊形式，它是一种\_\_\_\_\_现象。( **A** )

A生理--心理 B社会 C心理 D自然

1. 易受外界的影响而出现情绪波动，或极度高兴或伤心留泪，这一情绪表现叫：（ **C** ）

A 焦虑 B 恐惧 C 情感脆弱 D 情绪低落

1. 下列何种感情障碍易伴发明显心跳加速、呼吸困难、尿频等症状 （**C** ）

A 情感淡漠 B 情绪低落 C 焦虑 D 情感脆弱

1. 用信息加工的观点来研究人的感觉、知觉、记忆、思维等心理过程的心理观点是。( **D** )

A、行为的观点 B、生物学的观点 C、现象学的观点 D、认知的观点

1. 利用自己的知识经验，从问题提供的各种信息中寻找最佳答案的思维方式是。（**B**）

A 直觉思维 B 聚合思维 C 抽象思维 D 发散思维

1. 不属于个性心理特征的是（**D**）

A能力 B气质 C性格 D智商

1. 为了在学习中更好地加强记忆，教师可指导学生运用有关记忆的（**C**）

A 陈述性知识 B 程序性知识 C 策略性知识 D 常识性知识

1. 某生学习成绩较差，去经常在同学面前炫耀自己的父亲是xx干部，以求得心理满足。这是采取了\_\_\_\_这种心理防御方式的表现。（**B**）

A.升华 B.补偿 C.退行 D.转移

1. “以小人之心，度君子之腹”是一种（**B**）

A.文饰B.投射C.假设D.以上都不对

1. 自我意识中的人是形式不包括（**C**）

A.自我观察 B.自我分析 C.自我控制 D.自我评价

1. “先入为主”是一种\_\_\_\_的人际偏见。（**C**）

A.刻板效应 B.光环效应 C.第一印象 D.自我投射

1. 心理咨询的最终目标是（**D**）

A.帮助求助者认识内部冲突B.深化求助者的自我意识 C.纠正求助者的错误观念 D.帮助求助者做出新的有效行为

1. 咨询的最基本的要求是（**A**）

A.尊重B.通情达理C.关注D.保密

1. 下列哪种心理属于健康的心理？（**D**）

A.抑郁心理B.不愿与人交往C.经常感觉自己无能D.遇到困难时，能积极的克服困难

1. 自爱是对自己的（**D**）

A.接纳B.尊重C.喜爱D.以上皆是

1. 在人际吸引中起长远作用的因素是人的（**C**）

A.外表B.地位C.个性品质D.熟悉

1. 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

1. 考试焦虑主要属于\_\_\_\_方面的问题。（**A**）

A.情绪 B.气质 C.性格 D.行为

1. 珊珊很害怕火，以致于不能擦亮一根火柴，甚至不能参加烛光晚会。她很可能患有：( **D** )

A.广泛性焦虑障碍 B.惊恐障碍 C.强迫性障碍 D.恐怖障碍

1. 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 E.以上都是

1. 有预定目的，不需要意志努力的注意属于（**C**）

A.有意注意 B. 无意注意 C. 有意后注意 D. 随意注意

1. **填空题**

1、亲少年异性交往的原则是【 自然适度 】

2、“近水楼台先得月”，在人际交往中属于【 情境 】因素

3、1989年联合国世界卫生组织曾把健康定义为【 生理、心理和社会适应的良好状态 】

4、大学作为一个特殊的群体，衡量一个大学生心理健康首要的是【 智力正常 】

5、健康的概念是指【 身心健康 】

6、健康教育的核心是【 改变人们的生活方式 】

7、我国亚健康的人们占全国人数的【 70% 】%

8、【差异性 】原则体现了学校健康教育的精髓。

9、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【 从众 】

10、“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【 坚持性 】

11、考试焦虑主要属于【 情绪 】方面的问题

12、大学生心理健康日是【 5月25号 】

13、某人失恋时用写诗来抒发心中的苦闷，最后却因此成为一名优秀的诗人，这是【 升华作用 】作用。

14、针对“孤僻”的个体，最好的方法是建议他【 主动与人交流 】

15、人的生理和心理发展趋于成熟的关键时期是【 大学时期 】

16、21世纪成为人才的首要条件是【 心理健康 】

17、大学生常见的社会障碍主要表现为【 人格障碍 】

18、我国20世纪90年代，存在心理问题的大学生比例占【 30－34.4％ 】

19、大学生维护心理健康的基本原则和要求是【 健全自我意识 】

20、青年期大学生自我意识发展的核心问题是【 自我统合性 】

21、焦虑症可以采用【 系统脱敏 】方法，运用自助性矫正认知程序，指导学生缓解考前焦虑。

22、日本的【 森田 】疗法，强调当事人力求控制强迫症的努力，以及这种努力所导致的对应症状所出现的专注和预期。另一种有效的是暴露与【 阻止 】反应

23、1948年，世界卫生组织指出，将健康应该包括生理的，心理的和社会适应的方面，1989年又在健康含义增加了【 道德 】健康

24、人的最基本实践活动是【 劳动 】

25、【 嫉妒 】是一种对人的嫉恨心理，能够使人心胸狭窄、鼠目寸光、产生气愤、怨恨的心理

26、大学生心理健康日5.25的谐音是【 我爱我 】

27、世界精神卫生日是每年的【 10月10号 】

28、心理问题的一般原因包括【 生物学原因，认知原因，社会原因 】

29、生活习惯与心理健康关系密切，常见的不良生活习惯有【 专业性、独立性、实践性、创新性 】

30、世界卫生组织倡导的健康生活方式为【 合理膳食、适当运动、戒烟限酒、心理平衡 】

31、学生将课堂纪律内化,进行自我督导与控制,称之为【 自律 】

32、因目标不能实现而形成一种紧张不安,带有恐惧的情绪状态,称之为【 焦虑 】情绪

33、某人在临近考试时,表现出心情极度紧张状态,考试时注意力不集中,担心失败.这属于典型的【 考试焦虑 】症状

34、学校心理辅导的目标可以归纳为学会心理调适和【 寻求发展 】方面

35、人对生活压力的应对方式通常有两种,即着重于问题的应对和【 情绪的应对 】

36、在行为改变的角色扮演中,一种常见的形式是表演心理剧,另一种形式是【 固定角色的扮演 】

37、设身处地地去理解求助者的不良情绪和情感被称之为【 共情 】

38、“江山易改，秉性难移”说明人的【 气质 】不可改变

39、心理活动的最重要的生理器官和最高级部位是【 大脑 】

40、哪一年教育部下发了《加强大学生心理健康教育工作的实施意见》【 2005 】

41、2005年10月10日是第【 十四 】个世界精神卫生日，题为“心身健康幸福一生”。

42、中国第一个心理学实验室在哪建立【 北京大学 】

43、心理学一词源于古希腊语，意即【 灵魂之科学 】。

44、心理卫生的倡导者是【 比奈尔 】

45、所谓“以小人之心，度君子之腹”是采用了下列哪种心理防御方法？【 投射 】

46、世界卫生组织对健康所做的定义是：健康不仅是【 没有疾病 】，而且是身体上、心理上和社会上的【 美好状态或完全安宁 】。

47、卫生部确定2004年10月10日我国“世界精神卫生日”的主题为【 “快乐心情，健康行为―――关注儿童青少年精神健康” 】

48、“一好百好”，“一坏百坏”，这种社会认知效应称为 【 晕轮效应 】

49、和注意的稳定相反的品质是【 注意的分散 】

50、心理辅导体现了辅导者与被辅导者之间的 【 平等的人际关系 】

51、按照心理学的观点，大部分心理问题来源于 【 自身的内部冲突 】

52、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【 理想化偏见 】

1. 从创伤刺激中恢复到往常水平的能力称为心理【 康复 】能力。
2. 郭念锋认为,对突然强大精神刺激的抵抗能力称为心理【 活动 】强度。
3. 在情绪的产生中起决定性作用的是 【 认知 】 。
4. 当天记住的外语材料最好在 【  24小时 】  时间内进行第一次复习，保持效果较好。
5. 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 【  强迫观念 】。
6. “入芝兰之室，久而不闻其香”描述的是【   适应 现象 】
7. 社会心理学在确立时期的特征是  【 定量研究   】
8. 心理学属于  【 自然 学科  】。
9. 郭念锋认为，对突然强大精神刺激的抵抗能力称为  【 心理活动的耐受力 】。
10. 郭念锋认为，心理障碍持续时间较长，反应强度强烈，影响逻辑思维性的心理活动属于  【 心理紊乱   】 。
11. 强迫观念属于 【  思维   】 障碍。
12. 幻觉属于 【   思维   】 障碍。
13. 神经系统的基本单位是【     神经元 】   。
14. 心理咨询场所应在  【  心理咨询室 】   。
15. 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 【   应激  】 。
16. 领导是对团体或个人施加心理影响，使之努力实现组织目标，并与【     环境   】 保持一致的过程。
17. 118.“悲喜交加”、“百感交集”是人的情绪和情感的 【  复杂性和矛盾性   】 的表现。
18. “富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”表明了一个人意志品质的【    坚持性   】  。
19. 心境具有 【  弥散性  】 的特点。
20. 【  想象  】 是对头脑中已有的表象进行加工改造，形成新形象的过程。
21. 智力是以 【   思维力   】 为核心。
22. 触景生情是【     无意    】 回忆。
23. 本来别人做过的事，回忆成自己做过的事，这属于【   错构   】
24. 著名心理学家【 荣格 】提出了集体无意识的概念。
25. 榜样模仿在行为塑造和矫正的作用以班杜拉的【 社会学习 】理论为基础。
26. 在精神分析治疗中，病人有意识或无意识地回避某些敏感话题，有意无意地使治疗重心发生偏移的现象被称为【 阻抗 】。
27. 潜能成功学的代表人物是【 安东尼.罗宾 】，其代表作是《激发心灵潜能》和《唤醒心中的巨人》。
28. 大学生中常见失眠因素有：【 年龄因素 】、生理因素、疾病因素、物质因素、环境因素。
29. 大学生心理咨询的类型主要有：发展咨询、【 适应咨询 】、障碍咨询。
30. 心理问题的一般原因包括：生物学原因，【 认知原因 】，社会原因。
31. 患者声称能听到已死去的人跟他说话，这最可能是【 精神分裂症 】。
32. 某人将墙上的衣服看成是一只张牙舞爪的老虎，这属于【 错觉 】
33. 心理咨询师于来访者保持正常的社交距离，最适合的距离是【 1.5 】米左右。
34. 詹姆斯(1890)把"我"分为主体的我和【 客体的我 】。
35. 个体对自身以及自身的特征所持有的一种积极态度称之为【 自我接纳 】。
36. 米德认为个体脱离【 他人 】就不可能形成自我。
37. 当个体对自己作负向评价即过低的评价自己时，就产生了【 自卑感 】。
38. 学习过程中信息的加工,贮存和提取,涉及到的心理过程主要是短时记忆和【 长时记忆 】。
39. **判断题**
40. 精神分裂症与遗传有关，是一种遗传性疾病。（X）

2.人的人格、智力、心理特质与态度、兴趣一样是随时变化的（X）

3.出现错觉是否说明此人存在精神疾病。（X）

4.感觉对所有的刺激随时都能感觉到。（X）

5.我们的各种感觉都是独立的，并不是相互作用的。（X）

6.弗洛依德将人格分为三个部分，本我、自我、超我。（√）

7.人际关系的核心成分是情感，即对人的好恶喜厌。（√）

8.并非每个人都容易被催眠。（√）

9.健康包括身体健康、心理健康，该两者独立，不相互作用。（X）

10.神经症患者有自知力,对于自己的疾病过分关注,有强烈的求治欲望。（√）

11.智商在80以下称为智能不足（X）

12.催眠中人处于睡眠状态。（X）

13.不随意注意是指有预定的目的,需要一定意志努力的注意。（X）

14.赌博属于强化程序中的变化比率强化程序。（√）

15.识忆、保持、再认和再现是记忆的基本过程。（√）

16.人应该保持心理的平衡，过怒、过悲、过喜等都会对人的身心产生不利的影响。（√）

17.在咨询过程中，咨询师要经常给来访者提一些建议，以更好地帮助来访者。（X）

18.咨询师要避免与来访者讨论能使来访者焦虑不安的问题。（X）

19.海格力斯效应是一种人际间或群体间存在的怨怨相报、致使仇恨越来越深的社会心理效应。（√）

20.恐惧有时候对自己来说是一种保护机制。（√）

21.所有的欲望对人对社会都是有害的。（X）

22.强迫症是以反复出现强迫观念和强迫动作为基本特征的一种神经性障碍。（√）

22.随意注意是指有预定目的，需要一定意志努力的注意，是注意的一种积极主动的形式，只有人才有随意注意。（√）

23.注意不等同于意识。与意识相比，注意更为主动和易于控制。（√）

24.人本主义认为人是受无意识欲望驱使的，并为实现这些欲望而挣扎的野兽。（X）

25.晶体能力是指获得语言、数学等知识的能力，它决定于先天的遗传因素。（X）

26.个性是稳定的，所以一成不变。（X）

27.认知之间的不一致会产生激起的生理驱力。（√）

28.不符合角色的行为，容易用来进行相应的推论。（X）

1. 自我障碍是个体为保护自尊而欲使他人注意存在可能导致行动失败的内在原因所采取的一种归因策略。（X）

30.挽回面子是影响使用威胁的一个因素。（√）

1. 心理相容是一种间接的心理关系。（X）
2. 自我导向是自我实现的基础。（√）
3. 需要是影响情绪的重要变量。（×）

34.亲社会行为要在青年时期才会出现。（×）

35.动机在需要的基础上产生。（√）

1. 激情是一种强烈的、爆发性的、为时较长的情绪状态。（×）

37.应激是在某些情况下可能导致疾病的机制之一。（√）

1. 激情总是消极的。（×）

39.伸展体姿能振奋精神，收缩姿势会降低活力。（√）

40.文化差异不会影响情绪的个体。（×）

41.理解有助于知觉的选择。（√）

42.催眠不是意识状态。（×）

43.语言是一种社会现象，是人类通过高度结构化的声音组合。（√）

44.动机具有激活、指向、维持和调整的功能。（√）

45.能力的形成与发展受遗传、环境、教育、实践活动和主观能力的影响。（√）

46.气质一般可分为“黏液质”，“多血质”，“胆汁质”和“抑郁质”（√）

47.客观，困难，是意志运动的核心。（√）

48.注意的转移不等于分配，等于分心。（×）

49.感觉是知觉的深入（×）

50.需要是生理的和社会的要求在人脑中的反映。（√）

51.性格是一个人身上不定期、不稳定地表现出来的心理特点。（×）

52.气质会影响一个人对待生活事物的态度，使性格带上某种气质的色彩。（√）

53.知觉是感觉产生或形成的前提。（×）

54.爱好是一个人从事某种确定活动的心理倾向。（√）

55.好奇是人们积极探索新奇事物的一种倾向，是人们认识世界的一种动力。（√）

56.个性是稳定的，是一成不变的。（×）

57.梦属于有意想象。（×）

58.一般来说，如果一个人的智商是说明这个人的智力处于中等水平。（√）

59.精神分析学派于19世纪后期产生于欧洲，其创始人是弗洛伊德。（√）

60.勃然大怒、暴跳如雷、欣喜若狂表现了一个人激情的情绪状态。（√）

61.在认知方式中，学生表现出反应快但准确性差的特点属于冲动型认知风格。（√）

62.心理活动的动力特征主要指心理过程的强度和指向性。（×）

63.气质类型具有稳定性，它有好坏优劣之分。（×）

64.神经过程的特征强、平衡、不灵活，其气质类型是胆汁质。（×）

65.气质是个体心理活动的动力特征，与性格相比较，气质受先天因素影响大，并且变化比较快和容易。（×）

66.性格是人在实践活动中，在与客观世界相互作用的过程中形成和发展起来的。（√）

67.性格的情绪特征，是指人在对自己行为的自觉调节方式和水平方面的性格特征。（×）

68.影响人的心理活动的因素主要有生理因素和心理因素。（×）

69.个性行为积极性的源泉是需要。（√）

70.交往动机指个体愿意与他人接近、合作、互惠并发展友谊的动机。（√）

71.心理现象又可以称为心理活动。（√）

72.智力又可称为智能或智慧。（√）

73.“学”主要指获取知识技能，“习”主要指巩固知识技能。（√）

74.有志者事竟成，这说明，只要有志，没有实现不了的目的。（×）

75.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。（√）

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

77.弗洛依德的精神分析理论中，前意识和潜意识是否为同一概念。（×）

78.美国心理学家华生创立了行为主义心理学派,它的特点是强调现实和客观研究。（√）

79.由于心理、生理特点，大学生容易发怒，最好的处理方式是压抑怒气。（×）

80.很多人都有过入睡困难、睡眠不好的经历，这种现在通常称为失眠。（√）

81.被催眠的人实际上是真正地睡着了。（×）

82.催眠技术就是一种使人睡着，然后控制他人的技术（×）

1. 催眠，对平时无法控制的潜意识领域很有帮助，五官感觉会变的敏锐，集中力记忆力、学习力也会增加好几倍。（√）

84.人应该保持心理的平衡，过怒、过悲、过喜等都会对人的身心产生不利的影响。（√）

1. 由于在催眠状态下，患者能顺从治疗者的指令，所起的效果要比在意识清晰状态下的暗示更为理想。（√）
2. 一些学校按能力分班教学,这是适应学生智力差异的较好的教学组织形式。（×）
3. 责罚是一种维持课堂纪律的有效策略。（×）
4. 只有精神病人才会产生幻觉。（×）
5. 在遇到不同意求助者的言行情况时，也不要表现自己的意见。（×）
6. 智力水平越高，心理水平越高。（×）
7. 良好的性格能弥补能力的不足。（√）
8. 从众意味着个性的丧失,因而是一种消极的现象。（×）
9. 仅仅对别人有利的行为还不属于道德的行为。（√）
10. 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。（√）
11. 去学校心理咨询中心咨询的人，都是有心理疾病的人。（×）
12. 同样的不幸事件会因为个体的不同所引起的挫折感是不一样的。（√）
13. 酗酒也是一种心理障碍。（√）
14. 动机水平越高，工作效率就越高。（√）
15. 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。（√）
16. 大学生心理问题主要集中在学习、就业、人际交往、情感等问题上。（√）
17. **案例分析题**

1.人们常常有这样的经历，一个非常熟悉的事物，用时却怎么也记不起来，可过一会时间以后，却又突然想起来了。从心理学上讲，这是为什么？

**答**：从心理学上讲，遗忘可以分两种：一时不能再认或重现叫永临时性遗忘，这是一种假遗忘；永久不能再认或重现叫永久遗忘，这是真遗忘。平时我们非常熟悉的事物在一个特定时刻却怎么也想不起来，过一会以后却又突然想起来了，这种现象就是一种临时性遗忘也称为假遗忘。产生这种现象的原因主要是干扰或紧张，过了一会，当紧张被解除或干扰被排除后，回忆或再认自然也就顺利实现了

2.教师在课堂上提问，一般有两种做法：一种是先点名，后提出问题让学生回答；另一种是先提出问题让学生思考，后点名回答。你认为哪一种做法比较好？为什么？

**答**：第二种做法比较好。这是因为：（1）思维总是从问题开始的，面向全班提出问题让学生思考，后点名回答，能使学生中的每一个人都有被提问的可能，从而能使每个学生都处于积极思维的状态之中；（2）面向全班先提问后点名，有利于降低学生的紧张情绪对思维活动的干扰，有利于提高回答问题的准确性。

3.做一个小实验：把小学五年级学生分为甲、乙两组做数学练习，这两组学生的演算能力基本相同，练习内容也相同，不同的是练习方法。甲组由老师改正练习作业，乙组在老师指导下由学生自己改正，并将每天练习的正确与错误答案列成表，使学生了解自己进步的情况。一学期后，乙组学生成绩提高比较快。请分析说明乙组学生进步比较快的原因。

**答**：这是乙组学生做练习时，在老师指导下自己检查练习结果，发现自己的错误后及时加以改正，这样做比起甲组来，乙组更加积极主动地开动脑筋，更清楚地了解自己的练习成绩，知道自己的演算错在哪里，应该怎样改正；同时，由于乙组学生了解自己每天进步的情况，增强了自信心和进取心，因而，乙组学生的练习成绩进步比较快。

4.郝老师上课时，对于迟到的学生总是边讲课边招手让学生进来，而马老师上课时则要盘问学生为什么迟到后再日昂学生进教室。两位老师的做法，你认为哪一种比较好？为什么？

**答**：郝老师的做法比较好。因为老师在讲课的过程中应尽可能地排除无关刺激的干扰。迟到的学生会引起学生的无意注意，老师用招手示意让其进教室，不中断讲课，可以保持听课学生的有意注意。

5.华明在中考前把功课复习得透熟，可是一进考场，就把原来记的东西忘了，出了考场以后却又想起来了。请分析说明这是为什么，怎样才能防止和克服这种现象？

**答：**华明进考场，由于情绪过分紧张，对原来熟记的知识起了抑制和干扰作用，发生了暂时性的遗忘。出了考场，华明的紧张情绪消失了，就对考试内容又回想起来了。要防止这种暂时性的遗忘，一是放松情绪，排除紧张情绪的干扰；二是使注意转移一下，先选容易的会做的题答，等情绪慢慢稳定下来，被暂时遗忘的知识也就能够回忆起来了。

6.考生们都有这样的感受：做选择题比做填空题较容易一些。请分析说明其中的心理学道理。

**答：**考试答题需要回想所学过的知识，这个心理活动过程包括再认和回忆两种方式，再认是过去经历过的事物重新接触时能识别出它，回忆是过去经历过的事物不在当前而能在头脑中呈现出它的映象。选择题属于再认性的，填空题属于回忆性的，由于再认较回忆容易些，所以，做选择题较填空题容易些。

7.患者女性，27岁，未婚，病前为一公司职员。患者的母亲说，她的孩子本来大学毕业后在一公司找到一份体面的工作，算是相当顺利的了。可是一年后，不知为什么，患者的行为和性格好象发生了一些变化。过去从来不好打扮，忽然花了很多钱买了许多香水，做母亲的想说几句，可转念一想，这难道不是一件好事情吗？但其母亲很快发现了有些不对劲。女儿撒香水似乎太离谱了，上班前花很长时间喷香水，把自己简直弄成了个香水瓶子，完全没有必要的浓重。而且，每天回家后几乎唯一的一件事情就是洗澡，一洗就是2个多小时，也不管别人，与从前明显不同。脾气也发生了些变化，虽然以往也属于内向性格，但回家之后与父母还是有说有笑。可现在基本上是没有话，洗澡后在自己房间内一躲，吃饭也需要催促。   问:(1)患者存在什么样的问题（2）如何治疗？

**答：**（1）强迫症（2）采用松弛治疗；采用厌恶治疗的方法；采用满灌疗法；认知疗法

8.上海某著名高校计算机专业大四学生陈某，因在寝室盗窃走进了铁窗。他坦言，作案是为了让自己失败的更彻底。由于在中学养成的自我中心和盲目乐观心理，陈某在刚进入大学时，想当然的认为自己能当“领导”，做“伟人”。当在现实的学业失败与班干部竞选中遭到挫折时，他不是努力缩小理想自我和现实自我之间的距离，而是消极退缩、自暴自弃，经常逃课厌学。最后，他成了全班最差的学生，无法正常毕业。面对自己的失败，他又归咎于当初专业选择的错误，并最终以犯罪的方式来宣泄自己内心的苦闷。 问：（1）该生存在什么心理问题（2）谈谈如何理智的调控自我

**答：**（1）自我意识不健全，自我定位不恰当，挫折承受力差。

（2）建立合乎自身实际的抱负水平；培养顽强的意志品质；理智地对待挫折和失败。

9.某大学机电工程学院的小王不久前办理了退学手续，退学的原因是迷恋网络游戏而不能自拔。因为性格内向，小王与同学的关系比较疏远，对学习缺乏兴趣，入学后不久便远离了健康的学习生活轨道而沉湎于网络游戏。老师的多次规劝、家人的眼泪甚至父亲在网吧门口的下跪，都没有把小王从网络游戏的深渊里拉回来。为了挽救他，学校建议他休学半年，但半年后依然不见任何效果，无奈之下他只好退学了。 请问：结合案例试谈网络成瘾的危害，对此有何建议？

**答：**（1）消除紧张情绪，缓解自身压力（2）增进友谊，促进合作3）强身健体，维护生命 （4）增进自我认同，加速身心发展（5）拓展生活经验，增强社会归属感

10.吴某，女，19岁，某学院某系学生。。学期初始阶段很少来咨询，每到期末复习考试前一个多月就主动来咨询。吴的心理咨询开始于大学一年级第二学期。原因是第一学期期末考试数学不及格。小吴学的虽是文科专业，但要学习数理统计方面的课程。她在中学学习时数学就不是强项，因而报考了社会科学专业，没想到这个系也要学习数理统计，数学和统计学在大一、大二两个学期都要学，这就给她带来了沉重的心理负担。每到期末复习考试临近期间，她就紧张焦虑起来。小吴还伴有较严重的睡眠障碍。 问：1. 小吴存在什么方面的问题。 2. 怎样帮助小吴解决问题。

**答：**1.小吴的问题是考试焦虑，并伴有睡眠问题。

2.首先是帮助小吴增强学习的兴趣和信心，给予精神鼓励。然后，推荐给小吴一些缓解焦虑的方法等等，言之有理即可。

11.大学二年级学生李某，生活在一个相对稳定的家庭中。一天早上，母亲乘公交车上班，途中心脏病突发，被送到医院急诊室。当李某与父亲赶到医院时，母亲已经进入急救室，一直昏迷不醒，几小时后离开人世。李某当场晕倒，处于极度的悲伤之中。据李某的叙述，母亲的健康状况一直很好，没有任何迹象或医疗史表明她可能有健康问题。 请问你怎样帮助李某？

**答：**根据材料可以知道，本案例属于境遇性危机。在危机干预前，首先要对危机状况做出准确的评定，对其情绪反应，认知方面，行为方面和躯体方面做出评估。然后，制定危机干预的方案。在咨询中实施心理支持，帮助小李认识到母亲的死亡时真实的，鼓励小李回到父亲的关系网中等等。

12.美国某公司雇用了数十名女打字员。为了方便管理，公司将她们集中在同一个办公室工作。然而，在最初的三个月中，打字员们情绪不安，打字错误率高。经研究认为，严格的管理和室内高达80分贝的噪音是导致打字员工作效率差的重要原因。后来，公司配备了防音、消音设施，使室内噪音下降，而打字员的情绪也开始稳定，错误率降低。通过以上案例，请分析人的情绪与行为的关系并阐述消费者情绪与行为的关系。

**答:**(1)情绪的产生和变化可以促使行为发生，也可以阻碍行为的进行。(2)在上述案例中，打字员在严格的管理和噪音影响下情绪不安，因而使其行为不利于提高工作效率。(3)消费者情绪也能直接影响购买行为。当产生积极情绪时，能提高购买力；而产生消极情绪则降低活动能力。

13.据历史文献记载，我国明朝初年，明成祖朱棣夺取了建文帝的皇位后，把建文帝2岁多的小儿子朱文圭监禁起来，下令禁护人员除按时给他吃饭、按季给他穿衣之外，不许任何人与他讲话，就这样把朱文圭从2 岁一直关到 55 岁。朱文圭虽然血统很“高贵”，曾经是“皇太子”，但等到他被放出来时，却成了一个“初见牛马，亦不能识”的大白痴。请分析这一实例说明了什么道理。

**答：**此例说明了人的心理的正常发展，离不开人类社会的现实生活；如果离开了人类社会的现实生活，纵然有良好的遗传素质，心理也不可能得到正常的发展。这一实例也说明了人的心理是在人的社会实践中发生发展的。一个人要想使自己的心理得到良好的发展，就必须积极参加实践活动。

1. 一位数学教师在教学等腰三角形时，总是习惯于把底边画在下部的水平方向上。请分析说明这样做对学生思维的发展有什么不良影响。

**答：**这位教师教学等腰三角形时，没有充分利用变式进行教学，以突出等腰三角形的本质特征。这样做会造成学生对底边不在下部水平方向的等腰三角形的误解，认为不是等腰三角形，这样就影响了学生对等腰三角形概念的正确理解。

15.“意气用事”，遇事不能“三思而后行”的人，往往比较莽撞，常常做出一些不应该做的“后悔事”来。请分析说明这是什么缘故。

**答：**这是缺乏自制性的意志品质所造成的。自制性是一种很重要的意志品质，心理学家曾比喻说：“一个人缺乏自制力，犹如一台刹车坏了的机器。”缺乏自制力品质的人，往往会表现出任性或怯懦的弱点，正因为是其任性，对自己的行为不加约束，“意气用事”，结果必然导致做出一些不应该做的“后悔事”来。

16.有一位学生在田间小路上行走，突然看见一条蛇，这是什么心理过程？看到蛇后感到恐惧害怕，这又是什么心理过程？这两种心理过程有什么关系？

**答：**这位学生在行走中看见蛇，这是认识过程。看见蛇后感到恐惧害怕，这是情感过程。这两种心理过程密切联系着，认识过程是情感产生的基础，情感产生于认识，反过来又影响认识，积极的情感推动认识，消极的情感阻碍认识。

17.在实际的教学中，有的教师对学生作业采用“漏一补十”“错一罚十”的做法。

你怎样看待这一现象？请运用记忆的有关规律加以分析。

**答：**这种做法违背记忆规律，是行之无效的。学生识记的效果和识记材料的性质和数量有关，在一定的时间不宜过多，否则，易引起学生过度的疲劳，降低记忆的效果，同时，“漏一补十”“错一罚十”的做法易使学生丧失学习兴趣和记忆的信心和主动性，对进一步学习制造一些心理障碍。

18.1922年党派萧楚女同志去四川开展工作，他应邀担任了《新蜀报》主笔，几乎每天都以“楚女”之名发表文章。由于他文笔潇洒，很快名声大振，后来竟有不少男青年写来求爱信寄至编辑部。请你试分析造成这种误会的原因。

**答：**这是由再造想象所引起的错觉造成的误会。萧楚女同志以“楚女”之名发表文章，由于语言的描述，“楚女”人们很可能理解为“楚楚动人之女子”，在头脑中产生“楚女”的再造想象。所以，有些男青年就写来求爱信。

19.心理学家得出这样一个公式：感情表达 = 7 % 的言词 + 38 % 的声音 + 55 % 的面部表情。你认为这个公式告诉人们一个什么道理？

**答：**这个公式说明了人的情感具有信号交际功能，信号交际功能主要是通过人的表情实现的，表情包括面部表情、言语表情和肢体表情，其中面部表情占的比例最大。