

# 2021年湖北省中小学教师公开招聘考试

考试时长：90分钟 满分：100分

## 小学心理健康

### 一、单项选择题（本大题共15小题，每题2分，共30分）

1. 根据艾宾浩斯的遗忘曲线，为了提高记忆的效果，学生应该（ ）复习。

- A. 及时性
- B. 集中性
- C. 分散性
- D. 反复性

1. 【答案】A

【解析】本题考查艾宾浩斯的遗忘曲线。最早对遗忘进行实验研究的是德国心理学家艾宾浩斯，他提出了著名的“遗忘曲线”。这条曲线表明，遗忘在学习之后立即开始，最初遗忘速度很快，随着时间的推移，遗忘的速度逐渐下降。由此可以看出，遗忘是有规律的，即遗忘的进程是不均衡的，其趋势是先快后慢，呈负加速，并且到一定的程度就不再遗忘了。概括地说，遗忘的速度是先快后慢，遗忘的材料是先多后少。因此，复习必须及时。故本题选A。

2. 根据埃里克森的心理发展理论，小学生的心理冲突主要表现为（ ）。

- A. 自主感对羞怯感
- B. 主动感对内疚感
- C. 勤奋感对自卑感
- D. 亲密感对孤独感

2. 【答案】C

【解析】本题考查埃里克森的人格发展阶段论。埃里克森认为，人格的发展贯穿于个体的一生，整个发展过程可以划分为八个阶段。其中小学生的心理冲突是勤奋感对自卑感。A选项中自主感对羞怯感对应的年龄段是1.5~3岁；B选项中主动感对内疚感对应的年龄段是3~6岁；D选项中亲密感对孤独感对应的年龄段是18~30岁。故本题选C。

3. 与幼儿相比，小学生能够在包含多个部分的任务中，按照某种顺序决定先做什么，再做什么，说明小学生的注意变得更具（ ）。

- A. 稳定性
- B. 选择性
- C. 调节性
- D. 计划性

3. 【答案】D

【解析】本题考查小学生的注意特点。在小学期间，注意变得更具选择性、调节性和计

---

划性。其中，计划性在小学期明显提高，与幼儿相比，小学生能够更全面地浏览、描绘详细的图画和书面材料，并找出其中的相似之处和不同之处。在包含多个部分的任务中，他们能按照某种顺序决定先做什么、再做什么。故本题选 D。

4. 个体在行动中具有明显的目的性，充分认识所采取行动的意义，使自己的行动服从于一定的要求，体现了意志品质的（ ）。

- A. 自觉性
- B. 果断性
- C. 自制性
- D. 坚持性

4. 【答案】A

【解析】本题考查意志的品质。意志品质主要包括自觉性、果断性、自制性和坚韧性等四个方面。意志的自觉性是指一个人能明确行动的目的，充分认识到行动目的的正确性和重要性，并有效地支配自己行动使之符合该目的的意志品质。这种品质反映着一个人的坚定立场和信仰，它贯穿于意志行动的始终，是意志产生的源泉。故本题选 A。

5. 小学生的智力水平从以具体形象思维为主要形式逐步向以抽象逻辑思维为主要形式过渡，体现了小学生心理发展特点的（ ）。

- A. 协调性
- B. 迅速性
- C. 开放性
- D. 可塑性

5. 【答案】B

【解析】本题考查小学生心理发展的特点。小学生心理发展的特点：（1）心理发展的迅速性。小学生入学后，学习和其他活动为他们提出许多新问题，这就促使他们以思维为核心的智力活动不断丰富，开始由具体形象思维向抽象逻辑思维过渡。（2）心理发展的协调性。小学生心理发展非常协调。以品德发展为例，小学生的言与行、动机与行为比较一致，道德知识开始系统化，并形成相应的行为习惯。（3）心理发展的外露性。小学儿童经历简单，内心世界不太复杂，因此他们纯真、直率，能将内心活动表露出来，他们的心理活动具有较强的外露性。（4）心理发展的可塑性。小学儿童处于性格开始形成的时期，而人生观、世界观等尚未萌芽，良好的行为习惯易于培养，不良的行为习惯也能通过教育措施加以改变。故本题选 B。

6. 有的学生积极上进但过于要强，动作迅速但性情急躁，人际关系较为紧张，这种性格属于（ ）。

- A. A 型性格（行为型）
- B. B 型性格（平均型）

---

C. D型性格（安定积极性）

D. E型性格（不安定消极型）

6. 【答案】A

【解析】本题考查性格类型。以人际关系、情绪稳定性、社会适应性和心理活动向性为划分标准，将性格分为A、B、C、D、E五种类型。这种观点是日本学者矢田部达朗等提出来的，目前国际上采用的典型性格类型。A型又称行为型或注意人物型，其特征是急躁，情绪不稳定，好胜心强，直爽坦率，社会适应性比较差，人际关系不甚融洽，行为常引起人们的注意或议论。B型又称平衡型，其特征是情绪和社会适应性较均衡，乐观，与他人关系协调，生活有节奏，遇事不耿耿于怀，但主观能动性不够，交际能力弱。C型又称平衡型、安定消极型，其特征是情绪稳定，感情内向，反应慢，较孤僻，社会适应性好，但常处于被动状态。D型又称安定积极型或管理者型，其特征是情绪稳定，感情外向，活跃开朗，善于交际，社会适应性平均，人际关系较好，积极主动，有组织领导能力。E型又称反常型、不安定消极型、逃避现实型，其特征是情绪低沉，多愁善感，社会适应性较差，常为琐事烦恼，不善交际，与世无争，有自己独特的爱好兴趣，善于独立思考，有钻研精神。故本题选A。

7. 以事物普遍联系的观点，对研究对象作出动态的整体的分析，获得完整的而不是零星的鼓励的结论，这反映了心理学研究需遵循（ ）原则。

A. 客观性

B. 系统性

C. 发展性

D. 应用性

7. 【答案】B

【解析】本题考查心理学研究的基本原则。客观性原则，即实事求是的原则。在研究中对考察的心理现象不作主观猜测，不加轻率臆断，能说明什么样的问题，就说明什么问题，防止任意夸大和滥用。系统性原则，即以事物普遍联系的观点对研究对象作出动态的整体的分析，获得完整的而不是零星的孤立的结论。发展性原则，即以事物运动的变化普遍原理，理解与对待研究结果，防止静止的片面的研究结论。应用性原则要求心理学研究始终遵循理论联系教育、教学的实际，密切联系教育中急需解决的问题进行探讨，提出解决问题的办法。故本题选B。

8. 反映心理测量一致性和可靠性的指标是（ ）。

A. 效度

B. 信度

C. 难度

D. 区分度

8. 【答案】B

---

【解析】本题考查心理测验的信、效度。信度指的是测量结果的稳定程度。也叫测量的可靠性、可信性、稳定性、一致性。效度是指一个测验或量表实际能测出其所要测的心理特质的程度。也叫测量的有效性、准确性。故本题选 B。

9. 开展中小学心理健康教育需要坚持的基本原则是（ ）。

- A. 科学性与实效性相结合
- B. 发展性与矫治性相结合
- C. 重点性与个别性相结合
- D. 训导性与自主性相结合

9. 【答案】A

【解析】本题考查心理健康教育的法规文件。《中小学心理健康教育指导纲要（2012年修订）》中规定，开展中小学心理健康教育，要以学生发展为根本，遵循学生身心发展规律，必须坚持以下基本原则：（1）坚持科学性与实效性相结合。要根据学生身心发展的规律和特点及心理健康教育的规律，科学开展心理健康教育，注重心理健康教育的实践性与实效性，切实提高学生心理素质和心理健康水平。（2）坚持发展、预防和危机干预相结合。（3）坚持面向全体学生和关注个别差异相结合。（4）坚持教师的主导性与学生的主体性相结合。故本题选 A。

10. 关于中小学心理辅导室的功效，下列说法不正确的是（ ）。

- A. 开展团体心理辅导
- B. 进行个别心理辅导
- C. 诊断治疗心理障碍
- D. 营造心理健康环境

10. 【答案】C

【解析】本题考查心理健康教育的法规文件。《中小学心理辅导室建设指南》中功能定位规定，心理辅导室的主要功能是：（1）开展团体心理辅导；（2）进行个别心理辅导；（3）监测心理健康状况；（4）营造心理健康环境。故本题选 C。

11. 心理辅导老师在辅导的过程中将自己的情感、思想、经验与当事人共同分享，这种个别心理辅导技术是（ ）。

- A. 具体化
- B. 倾听
- C. 同理心
- D. 自我表露

11. 【答案】D

【解析】本题考查心理辅导技术的自我开放技术。自我开放技术也称为自我表露，是指咨询师把对来访学生的想法、感受，或者自己的经验与对方分享。心理老师自然、真诚地表达自己，让自己更具人性，来访学生感受到老师的亲切、真诚和坦率，有助于拉近与来访学

---

生的心理距离，来访学生也更愿意开放自己。故本题选 D。

12. 心理辅导老师在辅导的过程中应坚持的保密原则是（ ）。

- A. 个案想要自我伤害的事情
- B. 个案暗恋他人的事情
- C. 个案想要伤害他人的事情
- D. 个案涉及公共危险的事情

12. 【答案】B

【解析】本题考查个别心理辅导原则的保密原则。保密原则是心理咨询与治疗工作中最重要的原则，它既是师生双方确定相互信任的辅导关系的前提，也是辅导活动顺利开展的基础。保密原则也有例外，这种不给予保密的情况主要是涉及求助者有伤害自己或危害他人、涉及公共危险的事情等情况。故本题选 B。

13. 心理健康教育课程是以学生为主体、以活动为轴心来进行的，因此教师要多营造、多创建健康的、能让学生“亲身经历”的活动，促使学生去感悟、琢磨、探究。这体现了中小学生学习心理健康教育的（ ）。

- A. 体验性
- B. 生成性
- C. 生活性
- D. 多样性

13. 【答案】A

【解析】本题考查心理健康教育的特性。心理健康教育具有 5 个特性：辅导性、发展性、体验性、生活性、自主性。其中，体验性是学校心理健康教育课程的基本特征，心理健康教育课程是以学生为主体、以活动为轴心来进行的，但是学生不能为活动而活动，而是借助活动这一载体来丰富学生的心理体验。只有经历学生主体内在的心路历程并使学生在情感交流和思维碰撞中产生深刻的情绪和情感体验的心理健康教育课程，才能真正促进学生的心理品质和心理能力的发展。故本题选 A。

14. 在中小学心理健康教育课实施过程中，教师特别注重创设情境，引导学生在规定情境中通过角色扮演、动作演练等方式，运用所学常识与技能解决实际问题，这体现了中小学生学习心理健康教育课程实施需遵循的原则是（ ）。

- A. 全面性原则
- B. 整体性发展原则
- C. 愉悦性原则
- D. 知行并重原则

14. 【答案】D

【解析】本题考查心理健康教育课程实施的原则。心理健康教育课程不是单纯的知识传授，而是体验式的活动课。通过创设情境、开展各种活动让学生能够了解和掌握一定的、简

单的心理知识，学会排除生活、学习及人际交往中遇到的困惑、烦恼、焦虑等不良情绪，能够解决生活、学习中的实际问题。这体现了知行并重原则。整体性发展原则是指心理健康教育课程要追求学生人格的整体性发展，重视学生德、智、体等全面发展。全面性原则要求我们在设计心理健康教育课程的目标和内容、制订课程计划时要着眼于全体学生，要考虑大多数学生共同需要与普遍存在的问题等。故本题选D。

15. 在教学《自信的最美丽》时，教师设计了活动“我是一个怎样的人”，引导学生通过自画像的方式认识自己在学习、情感、人际关系等方面的现实情况，实现对自己较为客观的人设。该教师所运用的教学策略是（ ）。

- A. 暖心活动策略
- B. 讨论分析
- C. 自我探索
- D. 行为训练

15. 【答案】C

【解析】本题考查心理健康活动课。心理健康教育活动课包括以下活动：（1）暖心活动：暖心活动是指帮助学生进入活动主题和活动情境的各种准备活动（尤其是心理上的准备活动），是心理健康教育活动在实施过程中不可缺少的重要组成部分。其主要方式有：游戏暖心、音乐暖心、故事暖心、环境暖心。（2）自我探索活动；教师应注意帮助学生认识并挖掘存乎于自身的各种资源，鼓励学生通过自主、互动等方式作较为深入的自我探索，让学生在适度的自我开放中，通过自我审视、自我领悟、自我实践，促进自我成长。其主要方式有：自主问答探索、画图探索、续写故事探索、师生问答探索、讨论式探索。（3）体验领悟；体验领悟是学生从感情层面对自我探索结果的内化过程，是体现心理健康教育课程特点的关键，也是实现课程价值的核心要求。其主要方式有：问答式体验领悟、思辩式体验领悟、情境式体验领悟、游戏式体验领悟。（4）行为训练：行为训练是在学生提高认识、产生情感的基础上，运用领悟成果，促成行为改善的过程。其主要方式有：问题解决、角色扮演、动作演练。（5）延伸。引导学生将课内的体验领悟延伸至课外，促成学生行为改善。题干中，教师引导学生自我认识、自我感悟，属于自我探索活动。故本题选C。

## 二、简答题（本大题共2题，每题8分，共16分）。

16. 简述如何促进学生的亲社会行为。

16. 【参考答案】

亲社会行为指一切有益于他人和社会的行为，如助人、分享、谦让、合作、自我牺牲等。亲社会行为的培养包括：

---

(1) 去除对帮助的抑制

①减少模糊性，提高责任感；

②内疚和对自我形象的关注。

(2) 利他主义的社会化

①教化道德包容；

②树立利他主义榜样；

③把帮助行为归因于利他主义动机；

④习得的利他主义。

17. 简述学校将心理健康教育始终贯穿于教育教学全过程的具体途径。

17. 【参考答案】

心理健康教育是学校智育的基础，智育和心理健康教育的结合体现在学校教育的过程中，即学科教育、课外活动、班主任工作等方面，注重对学生进行心理健康教育，这是心理健康教育的主要渠道和基本途径。

(1) 心理健康教育学科教学渗透。心理健康教育的学科渗透是一种全员性策略。通过学科渗透开展心理健康教育，是以一种自然而然的方式实现心理健康教育目标，具有潜移默化的效果，更容易被学生接受。

(2) 心理健康教育课外活动渗透。通过课外活动实施心理健康教育的途径如下：①专题讲座；②游戏活动；③结合班级管理渗透心理辅导；④开展传统美德教育活动，继承中华美德。

(3) 心理健康教育校园文化环境渗透。可以通过优化校园文化环境来实施心理健康教育。第一，要优化信息环境；第二，要优化人际环境；第三，要优化情感环境。

(4) 心理健康教育班主任工作渗透。班主任是班级的组织者和领导者，是学生全面发展的依靠力量。通过班主任工作实施心理健康教育是学生心理健康教育工作的重要途径。

### 三、案例分析（本大题共2题，每小题12分，共24分）。

18. 《西游记》中的孙悟空被压在五行山下，受观世音菩萨的指点，跟随唐僧去西天取经。刚开始孙悟空不习惯，不听唐僧管束，肆意妄为。无奈之下观世音菩萨给孙悟空戴上紧箍咒，在孙悟空不听管束时唐僧便可念咒语，以约束孙悟空的行为。在和妖魔鬼怪的艰难斗争后终于到达西天取到真经。取经之后，孙悟空没有了紧箍咒也会自觉约束自己的行为。

(1) 什么是道德信念？

---

(2) 道德信念的形成分为哪几个阶段？

18. 【参考答案】

(1) 道德信念就是人们对某种道德理想和道德要求等的正确性和正义性的深刻而有根据的笃信，以及由此而产生的对履行某种道德义务的强烈责任感。它是深刻的道德认识、炽烈的道德情感和顽强的道德意志的有机统一。案例中孙悟空刚开始不听唐僧管束，但因为有金箍咒，他只能听从唐僧的安排，后来在紧箍咒的管控约束下，孙悟空逐渐形成了自己的信念，可以自我约束，这就是道德信念的体现。

(2) 根据道德信念发展的研究，个体道德信念形成大致可分为以下三个阶段：

第一阶段是无道德信念时期。这个阶段一般只有朴素的、自发的、崇善的道德情感，以及纯洁的道德行为，尚无内在的道德信念，或者只有形成道德信念的某些因素。案例中孙悟空刚开始不听唐僧管束，肆意妄为就属于无道德信念时期。

第二阶段是道德信念萌芽时期。这时他们产生了道德信念的内在要求，开始具有保持良好纪律的愿望，但自觉性很差，也不坚定，可以说道德信念不稳定、不成熟。案例中孙悟空戴上观世音菩萨的紧箍咒之后，在不听管束时被唐僧念咒语，这说明孙悟空有时可以被管教，有时却不受约束，这属于道德信念不够坚定，属于道德信念萌芽时期。

第三阶段是道德信念开始确立时期。这个阶段的个体在掌握道德概念的基础上，比较自觉的、稳定的道德信念逐步形成和发展起来。案例中孙悟空经过艰难取经之后，开始形成了稳定的道德信念，可以自觉地约束自己地言行，这时期属于道德信念开始确立时期。

19. 某男生小杨性格内向，胆小怕事。班上的“小霸王”经常欺负他，给他起绰号，把他的书本藏起来，打他、骂他，还找他要钱，他很害怕，又不敢告诉家长和老师，整天惶恐不安，经常做噩梦，以至于无心学习，不想上学。

(1) 小杨存在的心理问题是什么？

(2) 对小杨可以采用的心理辅导策略有哪些？

19. 【参考答案】

(1) 小杨存在的主要心理问题是人际关系适应不良。个性内向、腼腆的小学生在人际交往中更容易出现怯懦心理，他们不善于主动和同学交流，心中有话不敢跟父母、老师说，无论在学校还是在家里，话都不多，是容易被集体和他人忽视的一类人。小杨性格内向、胆小、被同学欺负也不敢告诉家长和老师，以至于人际适应问题没有得到解决，变得害怕学校。

(2) 对小杨可以采用的心理辅导策略有：



---

①进行同伴关系的教育和辅导。材料中不仅是小杨，欺负小杨的同学也存在人际关系问题，双方都是采取错误的形式与同学交往。教师可以充分利用课堂教学，促进学生同伴互动，同时教授小杨一些交友技巧，鼓励其与同学交往，并多倾听小杨的内心想法，鼓励其对教师和家长表露心声。

②纠正不良的个性心理。人际交往中的不良的个性心理倾向是人际交往中的绊脚石，因此，教师要帮助学生纠正人际交往中的不良心理倾向，树立与人交往的信心，以良好的心态与人交往。有怯懦、自卑心理倾向的小杨不敢主动与人交往，教师要多鼓励，多发现其闪光点，经常当众表扬小杨，帮助小杨认识自我，肯定自我，树立自信心。

③社交训练法。鼓励小杨尽量主动与生活、学习、工作中的亲朋、同学、同事等自然交往，可一起购物、复习、交流工作经验等，在沟通中积累信任，鼓励小杨多参加有益于身心健康的具有放松性质的群体性活动，并在活动中与他人互动，以逐渐消除小杨的过分自我敏感，培养其与人进行正常交往的习惯。

#### **四、综合题（本大题共 2 题，20 题 12 分，21 题 18 分，共 30 分）。**

20. 罗森塔尔效应表明，教师的期望影响学生的发展，教师对学生抱有积极的期望。并针对期望做出一定的预测，促使该学生不断接近期望。这个适当的表达方式就是赏识，它包括鼓励、肯定、表扬、赞美等。

请结合教育学实际，谈谈实施赏识教育的注意事项。

#### **20. 【参考答案】**

赏识教育是指教育者以信任、尊重、理解、激励、宽容、提醒的心态和思维方式对被教育者实施教育，并且在教育的过程中，紧紧抓住被教育者表现出来的优点、进步，给予客观公正的肯定和赏识，让其在“我能行”、“我是好学生”的感觉中走向成功。

##### **（1）教师要有赏识教育的基本理念**

教师怎样对待孩子，决定了孩子的命运。赏识导致成功，抱怨导致失败。赏识教育的特点是注重孩子的优点和长处，逐步形成燎原之势，让孩子在“我能行”的心态中觉醒。赏识教育是充满人情味、充满生命力的教育，是唯一能让教育者和学生共同快乐成长的素质教育。

##### **（2）赏识教育要有耐心，持之以恒**

我们部分教师对后进生的教育一开始总是热情较高，鼓励、帮助。但当付出一定劳动而得不到回报时，就开始失望、怀疑学生的能力，甚至对学生挖苦、讽刺，从而挫伤了学生的自尊心，降低了学生对自我的评价，并对学生自信心的形成产生不良影响。所以作为我们教

---

师对学生的教育要有耐心、信心，并要有作持久战的心理准备。当学生遇到不开心的事或很痛苦时，一些安抚的动作更胜过语言上的安慰，可使学生尽快走出困境。

### （3）赏识要恰到好处，不能滥用、过度

对于学生积极的表现，一定要给予充分的肯定；对于错误的行为也要及时批评，只是要注意批评的方式、方法。要做到赏识的适时、适度，教师就要细心地观察每个学生，就要了解学生的身心需要，要了解学生心理状态，掌握他们的学习和思想状况，根据真实需要进行表扬、鼓励，对他们进行有效的“赏识教育”。同样，赏识不能过度，这样会导致学生对自己认识不足，会产生自满自傲的心态，稍遇不顺就会一蹶不振。

### （4）赏识教育要注意表扬的技巧

要注意对象不同，表扬方法有异。对性格内向的学生，表扬应以个别表扬为主；对性格外向的学生，表扬应以集体进行为主；对容易骄傲自满的学生，表扬的同时要指出其不足之处；对自卑心理较强的学生，教师要多表扬，经常表扬学生的亮点、闪光点；对平时表现较差的学生，有所进步的时候，教师也要实事求是地给予表扬，同时指出其努力的目标。而且，要讲究表扬方法，实现表扬效率最大化。表扬要具体，不能信口开河；表扬态度要诚恳，不能口是心非，不能明褒实贬；表扬的方式要灵活，不能千篇一律；表扬的语言要创新，不能陈词滥调。在语言上要多用肯定性语言和鼓励性语言，像“你能行！”“再试一次，一定会比刚才更好！”也许就这么简单的一句话，会起到意想不到的效果。

21. “今日事，今日毕”养成做事不拖拉，及时完成学习任务的习惯，有助于提高学习效率。然而在学习过程中，有不少小学生经常会这样面对学习任务，总是会说“时间还早，等一会儿再做吧”；作业一多就不知所措，磨磨蹭蹭；假期要结束了，才想起来，还有很多学习任务没完成。这在一定程度上影响了学生的学习效率和个性发展，因此培养小学生初步建立时间管理的意识，养成抓紧时间完成学习任务的好习惯很重要。

请针对小学四年级学生设计一节《告别拖拖拉拉》的心理健康教育课，写出简单的教案，包括“教学目标”和“教学过程”两个部分。

## 《告别拖拖拉拉》

### 一、教学目标

1. 认知目标：学生认识到拖拖拉拉给学习和生活带来的危害，进一步明确在学习和生活中自己存在哪些方面的拖拉问题。

2. 情感目标：学生体验不拖拉带来的快乐，形成珍惜时间的思想感情和抓紧时间做事的

---

---

态度。

3.行为目标：学生初步建立时间管理的意识，学会抓紧时间的方法。

## 二、教学过程

### （一）热身活动：情景导入

#### 1.情景引入

晚上9：30了，小钱仍然不想去写作业，一会儿想吃零食，一会儿想玩玩具，一会儿想听故事，到了晚上10：00，看着一字未写的作业本，着急的来回打转。

#### 2.讨论交流

（1）小钱如此着急的主要原因是什么？（拖拉）

（2）怎么才能早点休息睡觉呢？（改掉自己的错误，告别拖拉。）

从而引出课题——告别拖拖拉拉。

### （二）主题活动一：你说我说

#### 1.分享活动

学生自由分享自己生活和学习中的拖拉行为。

#### 2.讨论交流

教师引导学生分组讨论学生自身拖拉行为的消极影响有哪些？进一步找出有效解决这一拖拉行为的办法。

### （三）主题活动二：“剪彩带”游戏

#### 1.活动规则

彩带100cm代表人的一生，学生分组活动，根据实际情况，分别剪掉已过完的时间、睡觉时间、假期、分心的时间、退休后的时间等。

#### 2.讨论交流

学生根据剩余的彩带长度，引发感想，发表观点。

#### 3.教师总结

实际上，真正属于学习的时间太短了，我们要珍惜时间，不再拖拉！

### （四）主题活动三：红豆漏斗实验

#### 1.实验规则

（1）学生把一粒红豆放进漏斗中，观察红豆的结果（顺利漏出）。

（2）学生把一把红豆放进漏斗中，观察红豆的结果（很难漏出）。

---

## 2. 讨论交流

从实验中引导学生领悟到拖拉就是把很多事情放一起做，结果很糟糕。进而引导学生继续思考：如何克服拖延？学生分组讨论，分享“克服拖延小锦囊”，教师给与反馈与补充。

比如：

- (1) 列目标：今日事，今日毕；
- (2) 同学之间互相监督；
- (3) 每天“学习打卡”。
- (4) 每天记日记，自我反思。
- (5) 凡是先列计划再行动，严格执行。

.....

### (五) 总结升华

时间是无声的溪流，在你不经意间悄悄从我们身边流过。时间一去不复返，我们要珍惜时间，快乐而充实地成长。

---

## 2022年湖北省中小学教师公开招聘考试

考试时长：90分钟 满分：100分

### 小学心理健康

#### 一、单选题（共15题，每小题2分，共30分）

- 1、下列关于学生学习动机的描述中，属于内部动机的是（）  
A、得到奖励 B、获得解答 C、避免惩罚 D、取悦老师
- 2、小学生同伴交往的显著特点是（）  
A、团伙现象 B少数亲密交往 C、高度忠诚感 D、融洽的游戏伙伴
- 3、儿童的社会自我观念趋于形成的标志是（）  
A、自我概念的建立 B、自我体验的建立 C、自我评价的建立 D、角色意识的建立
- 4、小学生运算速度不断提高，体现了小学生思维（）  
A、敏捷性的发展 B、深刻性的发展 C、灵活性的发展 D、独创性的发展
- 5、有的学生喜欢接触和操作物体，对于自己能够多动手参与学习活动更感兴趣，这类学生学习的风格为（）  
A、视觉型学习者 B、听觉型学习者 C、动觉型学习者 D、交流型学习者
- 6、在教育情境中针对特定问题进行功能性干预并检验这种干预效果的研究方法是（）  
A、观察法 B、调查法 C、个案研究法 D、行动研究法
- 7、心理学家加德纳提出，人类至少存在八种智能，其中善于察觉并区分他人的情绪、动机、意向及感觉，具有有效人交往的能力称之为（）  
A、人际智能 B、音乐技能 C、语言技能 D、内省技能
- 8、学习过程中，学习者从金字塔形成呈现所学材料的要点及各种观点，之间的关系，这种学习策略属于（）  
A、复述策略 B、元认知策略 C、组织策略 D、资源管理策略
- 9、为了帮助小学低年级学生认识班级、学校、日常学习生活环境和基本规则，心理老师设计了系列课程，课程内容属于（）  
A、认识自我 B、人际交往 C、情绪调适 D、生活与社会适应
- 10、中小学心理辅导室的功能之一是“了解和监测全体师生的心理健康状况特点和发展趋势”，下列说法正确的是（）  
A、心理测试前不用征求学生意见 B、可以使用诊断心理疾病的仪器

C、谨慎使用心理测试

D、全体学生必须接受心理测试

11、在对学生进行个别辅导时发现学生陈述的内容有模糊不清的地方，老师以“何人、何时、何地、何事、有何感觉、有何想法”等问题，协助学生更清晰地描述问题，老师所运用心理辅导技术是（）

A、具体化 B、倾听 C、同理心 D、自我表露

12、在辅导关系确立之前，老师用学生能理解的语言向学生说明心理辅导的特点、性质、保密的范围、自己的专业资格、工作经验等，这体现了教师职业伦理中的（）

A、来论者利益优先原则

B、知情同意原则

C、价值中立原则

D、保密例外原则

### 13-15 题缺

## 二、简答题（共 2 题，每小题 8 分，共 16 分）

16、简述矫正学生不良行为的策略

17、简述小学心理健康教师的工作任务

## 三、案例分析题（共 2 题，每题 12 分）

18、学生小强不爱学习，经常不交作业，也不喜欢参加集体活动，班主任张老师了解原因后制定了系列教育措施帮助小强：开展了“我们是和睦一家人”主题班会，让同学们友善地接纳了小强；组建“学习小伙伴”结对帮助小强学习；针对小强课堂上做小动作的行为，没有当众训斥，而是婉转提示；让他当班级宣传委员，以发挥他的美术特长，小强取得今不是在班级上表扬他；课下经常找小强探险。从身边的榜样故事鼓励他树立信心，确立理想，努力实现人生价值……一段时间后，小强有了明显变化，爱学习了，成绩提高了，也能融入班集体了。

马斯洛的需要层次理论分析张老师的教育活动产生效果的原因。

19、小美是某小学三年级的一名女生，胆小、害羞，上课且不敢举手发言，被老师点名时也不敢大声地回答问题，害怕与人交往，见到生人就脸红，说话紧张，躲避参加集体活动，更不敢带头去做某件事。

（1）小美存在的主要心理问题是什么。

（2）对小美采用的心理辅导策略有哪些？

## 四、综合题（30分）

20、人们常说“性格决定个人的命运”，性格对于小学生的发展具有举足轻重的作用。而性

---

格主要是通过后天教育活动及环境等的影响逐渐发展形成的，性格具有可塑性。

请结合教育实践，谈谈如何培养小学生的美好性格。

21、《中小学生心理健康教育知道纲要(2021年修订)》指出,小学高年级教育内容包括“帮助学生正确认识自己的优缺点和兴趣爱好,在各种活动中悦纳自己。”小学高年级学生正是自信心亟待培养和提高的阶段,一个人有了自信,就不怕困难,敢于面对挫折和失败,做事就能持之以恒,就不怕困难,获得成功。因此,帮助学生了解自信在个人成长中的重要作用,学会认识自我树立自信心等是小学心理健康教育的重要内容。

请针对义务教育阶段五年级学生,设计一节《自信的我真美丽》的心理健康课,写出教学设计中的“教学目标”和“教学过程”两个部分。