【每日一练】2026 年事业单位（职测综应）考试（11 月 6 日）

答案解析

1.C【解析】“湖光秋月两相和，潭面无风镜未磨”出自刘禹锡的《望洞庭》，描写了洞庭湖的优美景色。C 项当选。

【干扰项】A 项: “湖上春来似画图，乱峰围绕水平铺”出自白居易的《春题湖上》，描写了三面群山环抱的杭州西湖春景。B 项: “孤山寺北贾亭西，水面初平云脚低”出自白居易的《钱塘湖春行》，钱塘湖即杭州西湖。D 项: “水光潋滟晴方好，山色空蒙雨亦奇”出自苏轼的《饮湖上初晴后雨》，描绘了杭州西湖晴天和雨天的不同美景。

2.D【解析】D 项对应“对于症状程度较轻的患者……但将药物治疗与心理治疗结合起来才是治疗社交恐惧症最有效的方法”，意味着症状程度较轻的患者用药物与心理结合治疗才最有效。故选 D。

【干扰项】A 项不符合原文: 原文强调“害羞则是一种常见的人格特质，本身并不具有病理性”，并没有提到害羞是社交恐惧症的一种重要亚型。B 项不符合原文: 文段提到“如果患者因工作忙等原因不能或不愿意接受心理治疗，则可以首选药物治疗”。C 项不符合原文: 文中提到“大多数社交恐惧症患者都起病于青少年时期”，并不意味着中老年人不会得社交恐惧症。

3.B【解析】小王的论点：用短期贷款购买一处房产，这处房产一定会升值。论据: 利息低且过去两年房价一直在涨。B 项，“房价也可能随之大幅下降”直接否定了论点中的房产会升值，可以削弱，当选。

【干扰项】A 项，之后利率会上升，是否会影响房价并不能确定，排除。C 项，还款金额是否高于房屋租金，并不影响房价，不能削弱，排除。D 项，住处离单位的远近，不会影响房价，不可以削弱，排除。

4.C【解析】沿圆周放置花篮属于在封闭的路线上植树问题，棵数 = 全长÷株距。已知调整后仍保持花篮间距相等，故花篮间距一定可以被全长 400 米整除，排除 A、D 项。问调整后的花篮间距最大，从选项中的最大数值代入验证。C 项，花篮间距为 10 米，共放置花篮 400÷10 = 40 个。两次放置的间隔分别为 16 米与 10 米，最小公倍数为 80 米，即每 80 米所放花篮无需调整位置，共 400÷80 = 5 个，符合题意。本题选 C。

5.【解析】答题思路□核心问题：分析面对工作中的压力教师如何调节自身情绪。

□解决方向：从自我反思、积极思维、合理期望、支持系统、持续学习等方面提出情绪调节方法。

参考答案

（1）学会自我反思。认识到自己情绪波动的根源，是工作压力、个人生活还是对学生的期望过高。明确原因后，可以尝试通过深呼吸、冥想等方式平复情绪，避免情绪过度影响教学工作。

（2）培养积极的思维方式。面对负面评价或挑战时，要学会客观看待，不要让负面情绪占据主导。可以借鉴“水珠理论”，让自己的心态像玻璃上的水珠一样，轻松滑落，不轻易被外界干扰。

（3）设定合理期望。教师应设定合理的教学期望，避免因过高的期望而产生不必要的压力和焦虑。理解学生的个体差异，允许他们在合理的范围内犯错和成长。

（4）建立支持系统。与同事、朋友或家人分享工作中的困扰和情绪，他们的理解和建议往往能为你带来新的视角和解决方案。同时，参与团队建设、兴趣小组等活动，也能有效缓解工作压力，提升情绪管理能力。

（5）持续学习和成长。通过阅读、培训等方式，不断提升自己的教育理念和教学方法，增强自信心，从而更好地应对工作中的挑战和情绪波动。

（397 字）

评分标准□涵盖多种情绪调节方法（30%）；

□每种方法说明详细，具有可操作性（30%）；

□逻辑清晰，条理分明，方法之间过渡自然（30%）；

□语言表达准确，符合教师职业规范（10%）。