



تعداد سوالات: تستی: ۴۰ تشریحی: --

نام درس: بهداشت روانی

رشته تحصیلی/ کُد درس: امور تربیتی ناپیوسته (۱۲۱۱۳۹۸) روانشناسی سنتی (۱۲۱۷۰۳۰)

روانشناسی تجمیع (۱۲۱۷۱۸۵) علوم تربیتی تجمیع (مشاوره) (۱۲۱۷۱۰۷)

مجاز است.

استفاده از: --

۱. از نظر روانکاوی سلامت روانی حاصل کدام گزینه زیر است؟

- الف. تعامل دائم میان نهاد و من برتر  
ب. میانجیگری صحیح من میان نهاد و من برتر  
ج. تسلط من برتر بر من و نهاد  
د. تعادل میان خواسته‌های من، من برتر و حذف نهاد

۲. کدام قسمت ذهن را روانکاوان شعور تاریک قلمداد کرده اند؟

- الف. نهاد  
ب. نیمه آگاه  
ج. ناخود آگاه  
د. من برتر

۳. تفاوت من برتر با وجدان اخلاقی در چیست؟

- الف. وجدان اخلاقی در شعور آگاه است، اما من برتر ناخودآگاه است.  
ب. وجدان اخلاقی ناخودآگاه است اما من برتر در آگاهی قرار دارد.  
ج. وجدان اخلاقی و من برتر هر دو ناخودآگاهند با درجات متفاوت.  
د. وجدان اخلاقی تنها در افراد خاص وجود دارد اما من برتر در همه افراد مشاهده می‌شود.

۴. کدام مکانیسم زیر خود آگاه است؟

- الف. واپس رانی  
ب. والایش  
ج. بازداری (منع)  
د. فرافکنی

۵. قرار دادن خود در قالب خصوصیات فرد دیگر، به صورت ناخودآگاه را چه می‌نامند؟

- الف. درون فکنی  
ب. همانند سازی  
ج. فرافکنی  
د. جبران

۶. کودکی که به وسیله معلم تنبیه و از رفتن به یک اردوی تفریحی محروم شده، روکش صندلی معلم را در کلاس پاره کرده است. این کودک از کدام واکنش دفاعی زیر استفاده کرده است؟

- الف. فرافکنی  
ب. جبران  
ج. واکنش وارونه  
د. جابجایی

۷. نخستین بار چه کسی واکنش دفاعی واپس روی را مطرح کرد؟

- الف. فروید  
ب. مورنو  
ج. آلفرد آدلر  
د. گوستاو یونگ

۸. فردی که دائماً از دیگران عیب جوئی می‌کند و دانش آموزی که پس از شکست در کنکور، در موسیقی موفق می‌شود، به ترتیب از کدام واکنش دفاعی استفاده کرده‌اند؟

- الف. فرافکنی - جابجایی  
ب. فرافکنی - والایش

- ج. واکنش معکوس - والایش  
د. درون فکنی - واپس روی

۹. اختلال مزمن در کارکرد عضلات و اندامها، ممکن است ناشی از کدام واکنش دفاعی باشد؟

- الف. واکنش معکوس  
ب. تبدیل  
ج. جابجایی  
د. درون فکنی

۱۰. ناتوانی در بازی بسکتبال به دلیل کوتاهی قد و ناتوانی در ورود به دانشگاه به دلیل کم استعدادی جزء کدامیک از انواع ناکامی محسوب می‌شوند؟

- الف. درونی  
ب. بیرونی  
ج. بدنی و روانی  
د. الف و ج



تعداد سؤالات: تستی: ۴۰ تشریحی: --

نام درس: بهداشت روانی

رشته تحصیلی/ کُد درس: امور تربیتی ناپیوسته (۱۲۱۱۳۹۸) روانشناسی سنتی (۱۲۱۷۰۳۰)

روانشناسی تجميع (۱۲۱۷۱۸۵) علوم تربیتی تجميع (مشاوره) (۱۲۱۷۱۰۷)

مجاز است.

استفاده از:

۱۱. کدام گزینه زیر دلیل عدم پذیرش پرخاشگری مستقیم فرد ناکام شده، به عامل ناکامی است؟

الف. افزایش آسیب به خود و دیگران

ب. افزایش احساس ناکامی در افراد

ج. احساسات منفی پرخاشگر نسبت به قربانی

د. احساسات مثبت پرخاشگر نسبت به منفی

۱۲. احساس اجبار برای خوردن آب از یک لیوان کثیف به دلیل تشنگی زیاد چه نوع تعارضی را در فرد ایجاد می‌کند؟

الف. اجتناب - اجتناب ب. گرایش - گرایش ج. گرایش - اجتناب د. همه موارد

۱۳. کدامیک از روان‌شناسان زیر از اولین کسانی بود که در زمینه استرس کار کرد و رابطه بین فشار روانی و بیماریها را توجیه کرد؟

الف. سلیه ب. الیس ج. اسکینر د. گانیه

۱۴. کدامیک از مدل‌های فشار روانی زیر توسط لازاروس مطرح شده است؟

الف. مدل فیزیولوژیک ب. مدل تعاملی ج. جنبه عمومی فشار روانی د. محرک‌های فشار روانی

۱۵. افت فشار خون و سفتی عروق و در نتیجه ترشح آدرنالین و نورآدرنالین در کدام مرحله از مراحل اعلام خطر روی می‌دهد؟

الف. مرحله شوک و اعلام خطر ب. مرحله ضد شوک

ج. مرحله مقاومت د. مرحله از بین رفتن تعادل

۱۶. هانس سلیه، هدفها و معیارهای رفتار سالم و پیشگیری از فشار روانی را به سه دسته تقسیم می‌کند. کدام گزینه زیر جزء این سه دسته نیست؟

الف. هدفهای کوتاه مدت ب. هدفهای دراز مدت

ج. هدفهای میان مدت د. هدفهای نهایی

۱۷. فردی که شانس و تصادف را قبول ندارد و معتقد است سرنوشت انسان به دست خود اوست از کدام ویژگی زیر برخوردار است؟

الف. منبع کنترل درونی ب. منبع کنترل بیرونی

ج. توانایی اجتماعی شدن د. پسخوراند زیستی

۱۸. ایسکمی میوکارد در چه شرایطی ایجاد می‌گردد؟

الف. افت فشار خون و قند خون و کاهش توانایی جسمانی

ب. افزایش فشار روانی و افزایش آدرنالین و نورآدرنالین

ج. تنوس عضلات قلب و نرسیدن خون به مغز و سکت قلبی

د. افزایش فشار روانی و افزایش ضربان قلب در اثر انسداد سرخرگهای کرونری



تعداد سوالات: تستی: ۴۰ تشریحی: --

نام درس: بهداشت روانی

رشته تحصیلی/ کُد درس: امور تربیتی ناپیوسته(۱۲۱۱۳۹۸) روانشناسی سنتی(۱۲۱۷۰۳۰)

روانشناسی تجمیع(۱۲۱۷۱۸۵) علوم تربیتی تجمیع (مشاوره) (۱۲۱۷۱۰۷)

مجاز است.

استفاده از:

۱۹. فشار روانی از نظر کلمن چه نام دارد؟

الف. اندوه قرن بیستم

ب. تاوان متمدن شدن انسان

ج. اضطراب مضاعف

د. ویژگی عصر صنعت و ماشین

۲۰. ویژگی کدام نوع اضطراب، ترس از آینده و عدم ارتباط با یک موضوع خاص است؟

الف. اضطراب رعبی

ب. فوبی

ج. اضطراب تعمیم یافته

د. فکری و عملی

۲۱. چهار عامل به عنوان عواملی که باعث تداوم اضطراب می شوند مطرح شده است. کدام گزینه زیر جزء این چهار عامل نیست؟

الف. سبک زندگی

ب. طرز تفکر

ج. آمادگی ژنتیک

د. اجتناب

۲۲. تمرینهای آرمیدگی (انقباض عضلات) روی چند گروه از عضلات متمرکز است؟

الف. ۱۰ گروه

ب. ۲۰ گروه

ج. ۲۵ گروه

د. تمامی عضلات بدن

۲۳. ایجاد درد خفیف چه نوع پیامی برای مغز دارد؟

الف. آسیبی در راه است که باید پیش گیری شود.

ب. آسیب وارده خفیف است و اهمیتی ندارد.

ج. باید تمرکز بر هر چیز دیگری حذف و بر درد متمرکز گردد.

د. پیام خاصی برای مغز به همراه ندارد و تنها یک پیام نورولوژیک است.

۲۴. شناسایی عوامل اصلی مشکل، صورت بندی مشکل و ایجاد یک طرح درمانی در کدام مرحله از روش مصون سازی در برابر

فشار صورت می پذیرد؟

الف. فراگیری مهارتها

ب. مفهوم سازی

ج. کاربرد و پی گیری

د. مهارتها و تمرین

۲۵. کدام عامل زیر از نظر ریبیل برای پیش گیری از پیدایش اضطراب در کودک ضروری است؟

الف. یک دوره طولانی توجه

ب. احساس ایمنی

ج. تغذیه مناسب

د. روابط اجتماعی و عاطفی با دیگران

۲۶. در کدام یک از سیستمهای تربیتی زیر احتمال ایجاد هرج و مرج بیشتر است؟

الف. سیستم استبدادی

ب. سیستم سهل گیر

ج. سیستم دمکراتیک

د. سیستم عاطفی

۲۷. کدام گزینه زیر در مورد اعمال قدرت و محبت در خانواده صحیح است؟

الف. عدم اعمال قدرت در خانواده باعث گرایش کودک به خارج از خانواده می شود.

ب. ابراز محبت تنها در صورتی امکان پذیر است که اعمال قدرت حذف شود.

ج. اعمال قدرت مانع شکوفایی استعدادهای کودک می شود.

د. اعمال قدرت و محبت متناقض یکدیگر نیستند و هر کدام در جای خود لازمند.

۲۸. کدام ویژگی، نقش بیشتری در یادگیری فعالیتها و واکنشهای کودک دارد؟

الف. تحصیلات والدین

ب. حواس کودک

ج. تشویق کودک

د. عدم تبعیض در خانواده



تعداد سوالات: تستی: ۴۰ تشریحی: --

نام درس: بهداشت روانی

رشته تحصیلی/ کُد درس: امور تربیتی ناپیوسته (۱۲۱۱۳۹۸) روانشناسی سنتی (۱۲۱۷۰۳۰)

روانشناسی تجميع (۱۲۱۷۱۸۵) علوم تربیتی تجميع (مشاوره) (۱۲۱۷۱۰۷)

مجاز است.

استفاده از:

۲۹. بنابر تحقیقات آماتو ، بچه‌های طلاق در کدام ویژگی نمرات کمتری گرفتند؟  
الف. ضریب هوش      ب. عزت نفس      ج. سازگاری      د. احساس ایمنی
۳۰. بر اساس اصول ارتباط واضح، به هنگام رد و بدل شدن پیام (صحبت کردن) انجام چه عملی اشتباه است؟  
الف. بیان کامل یک پیام      ب. ذهن خوانی و حدس زدن  
ج. توجه به زمان و مکان      د. توجه به جنبه‌های غیر کلامی پیام خود
۳۱. در کدامیک از مراحل رشد، نیاز فرد به کمک، تفاهم و حمایت بیشتر است؟  
الف. نوجوانی      ب. کودکی      ج. جوانی      د. کهنسالی
۳۲. کدام گزینه زیر نظر دبس در مورد بحران نوجوانی را مطرح می‌کند؟  
الف. بحران نوجوانی یک واقعه همگانی است.  
ب. بحران و نوجوانی مترادف یکدیگرند.  
ج. نوجوانی الزاماً یک دوره بحرانی نیست.  
د. نوجوانان با توجه به مشکلات بلوغ درگیر مشکلات مشترکی هستند.
۳۳. در کدام مرحله رشد از نظر اریکسون برقراری روابط ماندگار و محبت آمیز با دیگران، مطرح می‌شود؟  
الف. نوجوانی      ب. میانسالی      ج. جوانی      د. کهنسالی
۳۴. معنای سندرم لانه خالی در کدام گزینه زیر به شکل صحیح بیان شده است؟  
الف. بزرگ شدن فرزندان و ترک منزل توسط آنها.  
ب. ناتوانی زن و شوهر برای باروری و فرزند دار شدن.  
ج. طلاق والدین و ترک منزل توسط یکی از آنها.  
د. همه موارد
۳۵. متخصصین ژرونتولوژی به چه مسائلی علاقمندند؟  
الف. مسائل و جهات بیولوژیک مربوط به پیری و جریان پیر شدن.  
ب. مسائل بیولوژیک کل دوران زندگی.  
ج. مسائل روان شناختی و آسیب شناختی دوران میانسالی.  
د. مشکلات مختلف جسمی روانی و اجتماعی کهنسالان.
۳۶. کدامیک از عارضه‌های زیر مربوط به آسیب سلولهای مغزی در دوران پیری است؟  
الف. دلیریوم      ب. دمانس      ج. افسردگی      د. واکنشهای اضطرابی
۳۷. روس ، فرآیند مردن را به پنج مرحله تقسیم کرد. خشم و غضب چندمین مرحله را شامل می‌گردد؟  
الف. سوم      ب. چهارم      ج. اول      د. دوم
۳۸. کدام دامنه سنی برای ازدواج مناسب‌تر دانسته شده است؟  
الف. ۱۸-۲۵ سالگی      ب. ۲۵-۳۵ سالگی      ج. ۲۰-۳۰ سالگی      د. ۲۰-۳۵ سالگی



تعداد سوالات: تستی: ۴۰ تشریحی: --

نام درس: بهداشت روانی

رشته تحصیلی/ کُد درس: امور تربیتی ناپیوسته(۱۲۱۱۳۹۸) روانشناسی سنتی(۱۲۱۷۰۳۰)

روانشناسی تجمیع(۱۲۱۷۱۸۵) علوم تربیتی تجمیع (مشاوره) (۱۲۱۷۱۰۷)



مجاز است.

استفاده از:

۳۹. کدامیک از گزینه‌های زیر مهمترین عامل موفقیت در زندگی زناشویی دانسته شده است؟

ب. تشابه علاقه به زندگی

الف. رشد عاطفی و فکری

د. تشابه مذهبی

ج. تشابه تحصیلی و طبقاتی

۴۰. این حدیث از کیست؟

" عیبی بالاتر از این نیست که انسان عیوب دیگران را ببیند، اما از عیبهای خودش غافل باشد "

ب. امام علی(علیه السلام)

الف. امام جعفر صادق(علیه السلام)

د. حضرت محمد (ص)

ج. امام حسن مجتبی(علیه السلام)