

۱- از نظر کینزبرگ بهداشت روانی شامل کدام گزینه زیر است؟

- ۰۱ تسلط و مهارت در ارتباط صحیح با محیط
۰۲ سازگاری فرد با جهان پیرامونش
۰۳ کاستن از میزان بروز و شیوع بیماری
۰۴ سازش فرد با دیگران

۲- بر اساس کدام دیدگاه، کسانی که از میانگین جامعه انحراف دارند از بهداشت روانی برخوردار نیستند؟

- ۰۱ روان کاوان
۰۲ آماردانان
۰۳ روان پزشکان
۰۴ پزشکان

۳- هدف از پیشگیری اولیه چیست؟

- ۰۱ درمان سریع نشانگان بیماری
۰۲ جلوگیری از بروز بیماری
۰۳ جلوگیری از شیوع بیماری
۰۴ جلوگیری از ناتوانی ناشی از بیماری

۴- از دیدگاه مکتب بوم شناسی کدامیک از مشکلات زیر بهداشت روان را به مخاطره می اندازد؟

- ۰۱ زیادی جمعیت و کوچکی محل سکونت
۰۲ عدم ارضای نیازهای سطوح پایین
۰۳ اختلال در سیستم عصبی و فرایندهای شیمیایی
۰۴ یادگیری رفتارهای ناسازگار در کودکی

۵- کدام مکتب برای تبیین یادگیری رفتار ناسازگار روی فرایند تقلید تاکید می کند؟

- ۰۱ رفتار گرایی
۰۲ بوم شناختی
۰۳ زیست گرایی
۰۴ انسان گرایی

۶- کدام گزینه درباره پیشگیری ثالث درست است؟

- ۰۱ کاستن از گسترش عوارض جانبی
۰۲ علاج واقعه قبل از وقوع
۰۳ مداخله زود هنگام در شناخت بیماری
۰۴ جلوگیری از بروز و شیوع بیماری

۷- این تعریف کدام گزینه زیر است؟ "مجموعه تمام محیط ذهنی و خصوصی هر فرد"

- ۰۱ من
۰۲ نهاد
۰۳ فرامن
۰۴ هشیار

۸- بزرگترین بخش سازمان یا ساختار شخصیت کدام گزینه زیر است؟

- ۰۱ فرامن
۰۲ من
۰۳ نهاد
۰۴ هر سه یک اندازه هستند.

۹- بزرگسالان برای کاهش تعارض بین من و فرامن، من برتر را به چه چیزی انتقال می دهند؟

- ۰۱ به نهاد منتقل می کنند
۰۲ به ناهشیار می فرستند
۰۳ به نیمه هشیار می فرستند
۰۴ به منابع قدرت بیرونی مانند دین و حکومت

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی: ۴۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: بهداشت روانی

رشته تحصیلی/کد درس: امور تربیتی ۱۲۱۱۳۹۸ - روانشناسی (روانشناسی عمومی) ۱۲۱۷۰۳۰ - علوم تربیتی (مشاوره و راهنمایی) چندببخشی ۱۲۱۷۱۰۷ - روانشناسی (چندببخشی) ۱۲۱۷۱۸۵

۱۰- استفاده افراطی از مکانیسم دفاعی واپس رانی منجر به چه اختلالاتی می شود؟

۰۱. فلج هیستریک ، اسکیزوفرنیا
۰۲. زخم معده، آسم ، آلرژی
۰۳. افسردگی
۰۴. اختلال مزمن در کار عضلات ارادی

۱۱- طبق نظریه آدلر، افراد برای مقابله با حس حقارت یا احساس کهنتری خود ، ممکن است از چه مکانیزم دفاعی استفاده کنند؟

۰۱. واپس روی
۰۲. درون فکنی
۰۳. جبران
۰۴. تبدیل

۱۲- این گفته از کیست؟ فرد، در "جابجایی" هرگز از موضوع هدف اصلی خود صرف نظر نخواهد کرد.

۰۱. فروید
۰۲. آنا فروید
۰۳. سیرز
۰۴. آدلر

۱۳- درون فکنی مرحله مقدمانی کدام مکانیسم دفاعی محسوب می شود؟

۰۱. برون فکنی
۰۲. همانند سازی
۰۳. جابجایی
۰۴. جبران

۱۴- کارمندی که همکاران خود را کم کار و بی مسئولیت خطاب می کند از چه مکانیسم دفاعی استفاده می کند؟

۰۱. دلیل تراشی
۰۲. جبران
۰۳. درون فکنی
۰۴. برون فکنی

۱۵- پرخاشگری زیاد نسبت به خود منجر به کدام یک از گزینه های زیر می شود؟

۰۱. خودکشی
۰۲. فرار
۰۳. قتل
۰۴. خشونت علیه دیگران

۱۶- جراحی شدن یا داشتن عفونتهای داخلی جزو کدام طبقه از استرسها محسوب می شود؟

۰۱. استرس روانی
۰۲. استرس پاتولوژیک
۰۳. استرس فیزیولوژیک
۰۴. استرس درونی

۱۷- این تعریف مربوط به کدام مدل فشار روانی است؟ "فشار روانی نتیجه سنگین تر بودن تقاضاهای ادراک شده در مقایسه با توانایی ادراک شده فرد است".

۰۱. مدل تبادلی
۰۲. مدل تعاملی
۰۳. مدل برانگیختگی
۰۴. مدل عمومی

۱۸- اگر نمره کلی فردی در مقیاس دگرگونی زندگی بر اساس نشانگان سازگاری کلی (GAS) بالاتر از ۳۰۰ باشد به چه معناست؟

۰۱. قرار داشتن در مرحله آگاهی از خطر
۰۲. قرار داشتن در مرحله شوک
۰۳. قرار داشتن در مرحله مقاومت
۰۴. قرار داشتن در مرحله فرسودگی

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی: ۴۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: بهداشت روانی

رشته تحصیلی/کد درس: امور تربیتی ۱۲۱۱۳۹۸ - روانشناسی (روانشناسی عمومی) ۱۲۱۷۰۳۰ - علوم تربیتی (مشاوره و راهنمایی) چندببخشی ۱۲۱۷۱۰۷
- روانشناسی (چندببخشی) ۱۲۱۷۱۸۵

۱۹- بر اساس جدول نشانه های فشار روانی، در کدام شرایط زیر به احتمال زیاد از فشار روانی بیش از حد رنج می بریم؟

۱. داشتن بیش از ۳ نشانه در مدت یک هفته .
۲. داشتن بیش از ۵ نشانه در مدت یک هفته .
۳. داشتن بیش از ۳ نشانه در مدت یک ماه .
۴. داشتن بیش از ۵ نشانه در مدت یک ماه .

۲۰- پاسخ کلمن به این سوال چیست؟ چرا علیرغم آگاهی مردم از فشار روانی ، همچنان به گونه ای فزاینده فشار روانی به مردم آسیب می رساند؟

۱. بیشتر فشارهای روانی خارج از کنترل انسان امروزی است.
۲. بیشتر فشارهای روانی، ابعاد فیزیولوژیکی و پزشکی دارند.
۳. مردم شیوه های زندگی در دنیای مدرن و پر اضطراب را نمی شناسند.
۴. مردم رویاهای خود را زنده نگه نمی دارند تا باعث کاهش فشار روانی شود.

۲۱- بنابه نظر کلمن چه چیزهایی پنداشتهای کاذب درباره انتظارات دیگران را سرکوب می کند؟

۱. اعتماد به نفس
۲. صداقت
۳. شوخ طبعی
۴. همه موارد

۲۲- نشانه های مرضی کدام اختلال اضطرابی زیر به صورتی است که گویی شخص دچار حمله قلبی شده است؟

۱. اضطراب تعمیم یافته
۲. اضطراب رعبی
۳. فوبی
۴. اختلال فشار روانی پس آسیبی

۲۳- در سوانحی مانند تجاوز جنسی احتمال ابتلا به کدام اختلال اضطرابی بیشتر است؟

۱. اضطراب تعمیم یافته
۲. اضطراب رعبی
۳. فوبی
۴. اختلال فشار روانی پس آسیبی

۲۴- از دیدگاه کردار شناسان رفتار نقش پذیری در حیوانات شبیه کدام پدیده در انسانهاست؟

۱. تقلید
۲. همانند سازی
۳. دلبستگی
۴. بازی

۲۵- اساس روابط اجتماعی کودک از نظر ریبیل کدام گزینه زیر است؟

۱. توجه و مراقبت مادر از کودک
۲. آرامش مادر در دوران بارداری
۳. تغذیه مناسب کودک
۴. ارتباط کودک با همسالان

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی: ۴۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: بهداشت روانی

رشته تحصیلی/کد درس: امور تربیتی ۱۲۱۱۳۹۸ - روانشناسی (روانشناسی عمومی) ۱۲۱۷۰۳۰ - علوم تربیتی (مشاوره و راهنمایی) چندبخشی ۱۲۱۷۱۰۷
- روانشناسی (چندبخشی) ۱۲۱۷۱۸۵

۲۶- کدام گزینه زیر صحیح است؟ بر اساس نظر هارلو درباره دلبستگی میمونها،

۱. تماس با یک سطح نرم و گرم یک نیاز اساسی است.
۲. تماس با یک سطح نرم تغذیه کننده نیاز اساسی است.
۳. تماس مادر با کودک و تغذیه کودک نیاز اساسی است.
۴. تماس با مادر یا جانشین مادر بعد از تغذیه برای کودک مهم است.

۲۷- در حال حاضر تمایل به تغذیه کودک با شیر مادر در کدام طبقه اجتماعی بیشتر دیده می شود؟

۱. طبقات بالا
۲. طبقات متوسط
۳. طبقات کم درآمد
۴. طبقات متوسط و بالا

۲۸- کدام گزینه درباره از شیر گرفتن کودک صحیح است؟

۱. معمولاً دادن شیر مادر تا ۱۸ ماهگی الی ۲ سالگی همراه با غذا توصیه می شود.
۲. حد اکثر سن ۶ تا ۹ ماهگی برای از شیر گرفتن مناسب است.
۳. بهتر است از زمان معینی تغذیه با شیر قطع شود.
۴. هر زمان که کودک از خوردن شیر امتنا کند برای از شیر گرفتن مناسب است.

۲۹- کدام ویژگی درباره بچه هایی که در محیط مستبد زندگی می کنند، وجود دارد؟

۱. دارای اضطراب و هیجان منفی هستند.
۲. افرادی سرکش و تسلیم ناپذیرند.
۳. به کار گروهی در خارج از خانه می پردازند.
۴. غالباً در تحصیل و کار موفق هستند.

۳۰- ویژگی بارز افراد مبتلا به عقب ماندگی عاطفی کدام گزینه است؟

۱. تقلید از همسالان
۲. تلقین پذیری از دیگران
۳. احساس عدم امنیت
۴. طلبکار از همه

۳۱- کدام مورد درباره تشویق کودکان صحیح است؟

۱. تشویق برای دلخوشی و سرگرمی کودک لازم است.
۲. همه کارهای کودک مورد تشویق و تمجید قرار گیرد.
۳. کار یا رفتار نیک کودک مورد تشویق قرار گیرد نه خود او.
۴. تشویق کودک به صورت هدیه و کادو دادن باشد.

۳۲- از عوارض سوء تغذیه در کودکان کدام مورد زیر صحیح است؟

۱. اضطراب و دلشوره
۲. تنبلی و بی توجهی به درس
۳. بی نظمی و آشفتگی
۴. نگرانی و غمگینی

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی: ۴۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: بهداشت روانی

رشته تحصیلی/کد درس: امور تربیتی ۱۲۱۱۳۹۸ - روانشناسی (روانشناسی عمومی) ۱۲۱۷۰۳۰ - علوم تربیتی (مشاوره و راهنمایی) چندبخشی ۱۲۱۷۱۰۷ - روانشناسی (چندبخشی) ۱۲۱۷۱۸۵

۳۳- مهمترین منبع حمایت عاطفی در مواقع فشار روانی کیست؟

۰۱. مادر ۰۲. دوستان صمیمی ۰۳. همسالان ۰۴. خانواده

۳۴- از نظر نویسنده کتاب، معنای پیری را معمولاً چه چیزی تعیین می کند؟

۰۱. سن آدمی ۰۲. ضعف جسمانی
۰۳. فرهنگ جامعه ۰۴. نگرش فرد نسبت به خودش

۳۵- کدام گزینه درباره دوره نوجوانی و بلوغ صحیح است؟

۰۱. بحران و دوره نوجوانی مترادف یکدیگر هستند.
۰۲. مشکلات دوران بلوغ نسبی هستند.
۰۳. بحران در دوره بلوغ یک واقعیت عام است.
۰۴. نوجوانی مانند سایر دوره های زندگی فاقد بحران است.

۳۶- برای موفقیت در زندگی زناشویی از لحاظ رشد هوشی و معلومات کدام گزینه صحیح است؟

۰۱. هوش و معلومات زن و مرد بهتر است کفو هم باشد.
۰۲. هوش و معلومات زن بهتر است بیش از مرد باشد.
۰۳. هوش و معلومات مرد بهتر است بیش از زن باشد.
۰۴. هوش و معلومات ارتباطی به موفقیت زناشویی ندارد.

۳۷- این عبارت از کیست؟ هرچه ایمان انسان کامل تر باشد به همسرش بیشتر اظهار محبت می کند.

۰۱. علی (ع) ۰۲. امام جعفر صادق (ع) ۰۳. پیامبر اکرم (ع) ۰۴. امام حسین (ع)

۳۸- مرحله سوم از مراحل گسترش خانواده کدام است؟

۰۱. اتحاد زن و شوهر ۰۲. مرحله بازنشستگی
۰۳. مرحله گسترش ۰۴. مرحله پراکندگی

۳۹- بر اساس نظر کلمن، بحران بلوغ چیست؟

۰۱. همزمانی تغییرات فیزیولوژیکی و رشد اجتماعی کودک.
۰۲. تداخل زمانی چندین مسئله و لزوم چندین سازگاری.
۰۳. سن اوج تنش، ناسازگاری و تعارض با اعضای خانواده و والدین.
۰۴. تشویش ناشی از مقابله و جذب شدن در گروه همسن.

۴۰- بهترین ملاکی که اسلام در گزینش همسر بدان تاکید کرده است کدام است؟

۰۱. تشابه مذهبی ۰۲. تشابه عاطفی و رشد فکری
۰۳. تعهد و تقوا ۰۴. کفو هم بودن