

سری سوال: یک ۱

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۱- دلایل اصلی مرگ و میر انسان ها در اعصار گذشته کدام مورد است؟

۰۱. تصادفات و بیماریهای قلبی
۰۲. مشکلات تغذیه ای و بیماریهای عفونی
۰۳. جنگ و صدمات ناشی از آن
۰۴. حوادث طبیعی (زلزله، آتش سوزی و سیل)

۲- هیجان ها، رفتارها و شناخت جزء مولفه های کدام الگوی سلامت می باشند؟

۰۱. اجتماعی
۰۲. زیستی
۰۳. روانی
۰۴. اکولوژیکی

۳- مسواک زدن مرتب دندان ها جزء کدام مورد محسوب می شود؟

۰۱. ایمنوژن های رفتاری
۰۲. پاتوژن های رفتاری
۰۳. رفتار بیماری
۰۴. رفتار نقش بیماری

۴- براساس کدام نظریه، نیت باید به عنوان طرح های عمل برای نیل به اهداف رفتاری تعبیر شوند؟

۰۱. رفتار سالم
۰۲. حفظ انگیزش
۰۳. پذیرش رفتار احتیاطی
۰۴. رفتار مدبرانه

۵- کدام مورد درباره نظریه یادگیری صحیح نمی باشد؟

۰۱. سرمشق سازی مستقیم و نمادین از فرآیندهای مهم این نظریه می باشند.
۰۲. نظریه های یادگیری در تغییر رفتار افراد موثر می باشند.
۰۳. خودکار آمدی و کنترل رفتاری ادراک شده از اجزای این نظریه می باشند.
۰۴. نظریه های یادگیری در حفظ رفتار تغییر یافته تاثیر زیادی دارند.

۶- هانس سلیه مراحل استرس را کدام مورد می داند؟

۰۱. درونی - بیرونی
۰۲. هشدار، مقاومت، تحلیل رفتگی
۰۳. اولیه - ثانویه
۰۴. ساده، خودکار آمد، وخیم

۷- به نظر لازاروس کدام مورد از منابع مهم مقابله در فرد نمی باشد؟

۰۱. عقیده منفی
۰۲. سلامتی
۰۳. میزان انرژی
۰۴. امکانات مادی

۸- کدام مورد استرس مزمن است؟

۰۱. آمپول زدن
۰۲. ازدواج
۰۳. بیکاری
۰۴. سخنرانی در جمع

سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۹- از دیدگاه باس (۱۹۹۰) چه عاملی باعث بروز آسم می گردد؟

- ۰۱ آلرژی
۰۲ عفونت تنفسی
۰۳ برانگیختگی روانی مثل استرس
۰۴ هر سه مورد

۱۰- احترام به معلم چه نوع حمایتی است؟

- ۰۱ عاطفی
۰۲ اطلاعاتی
۰۳ ابزاری
۰۴ ارزشی

۱۱- افزایش حمایت اجتماعی با کاهش کدام هورمون مرتبط است؟

- ۰۱ کورتیزول
۰۲ اپی نفرین
۰۳ نوراپی نفرین
۰۴ رشد

۱۲- پرسشنامه چند بعدی منبع کنترل سلامتی کدام مورد را عامل تعیین کننده رفتار سلامتی نمی داند؟

- ۰۱ وراثت
۰۲ دیگران قدرتمند
۰۳ شانس
۰۴ دورنی بودن

۱۳- باتوجه به نظریه اسناد کدام افراد نسبت به زندگی رویکردی بدبینانه دارند؟

- ۰۱ افرادی که رویدادهای مثبت را دائمی می دانند.
۰۲ افرادی که رویدادهای مثبت را کلی می دانند.
۰۳ افرادی که رویدادهای منفی را موقتی و اختصاصی می دانند.
۰۴ افرادی که رویدادهای منفی را درونی می دانند.

۱۴- طبق تحقیقات، مهمترین عامل تیپ شخصیتی A که منجر به بیماریهای قلبی و مرگ و میر می شود کدام است؟

- ۰۱ عصبانیت و خصومت
۰۲ وسواس و فوریتهای زمانی
۰۳ مبارزه و رقابت جویی
۰۴ جاه طلبی و کمال گرایی

۱۵- کوباسا، کنترل، تعهد و چالش را از مولفه های این ویژگی شخصیت می داند؟

- ۰۱ حس انسجام
۰۲ خصومت
۰۳ سخت رویی
۰۴ رقابت

۱۶- از رویکردهای روان شناسی شخصیت است و به معنی جنبه هایی از تفاوت های فردی و تمایلات برای نشان دادن الگوهای ثابتی از افکار، احساسات و اعمال.

- ۰۱ هیجانها
۰۲ واکنش پذیری
۰۳ سبک زندگی
۰۴ صفات

سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۱۷- نمره بالا در کدام عامل شخصیت نشانه سخت کوشی، مصمم بودن و انگیزش بالاست در حالیکه نمره پایین در این ویژگی، نشانه سهل گیری و فقدان جهت گیری روشن در زندگی می باشد؟

۰۱. نوروگرای ۰۲. برون گرای ۰۳. دلپذیری ۰۴. وجدان گرای

۱۸- تحقیقات دیویس بر روی نوباوگان و افراد خردسال در مورد رژیم غذایی منجر به طرح کدام نظریه گردید؟

۰۱. نوهراسی ۰۲. عقل بدن ۰۳. خودمدیریتی ۰۴. پاداش خنثی

۱۹- مطابق تحقیقات: کدام دسته از افراد زیر نارضایت مندی بدنی بیشتری نشان می دهند؟

۰۱. افراد لاغر ۰۲. افراد مذکر ۰۳. افراد مبتلا به اختلال خوردن ۰۴. افرادی که تحت رژیم غذایی خاصی نمی باشند.

۲۰- یکپارچگی رویکردهای شناختی و فیزیولوژیکی در جذب (مصرف) غذا چه نامیده می شود؟

۰۱. پرخوری ۰۲. رژیم غذایی ۰۳. الگوی عمل مستدل ۰۴. الگوی مرز

۲۱- این نوع ورزش به معنای کسب انرژی کوتاه و شدید بدون افزایش اکسیژن است مانند دوی سرعت

۰۱. هوازی ۰۲. بی هوازی ۰۳. ایزوتونیک ۰۴. ایزومتریک

۲۲- کدام عامل زیر به عنوان عامل پایدار موثر بر ادراک حالات بدنی می باشد؟

۰۱. خلق ۰۲. توجه ۰۳. عاطفه مثبت ۰۴. عاطفه منفی

۲۳- در کدام الگوی ارتباطی بین پزشک و بیمار، همدلی احساس می شود؟

۰۱. کاملاً پزشکی ۰۲. عامیانه ۰۳. عامیانه با وقفه ۰۴. چشم پوشی از زبان عامیانه

۲۴- طبق اعلام سازمان بهداشت جهانی در سال ۲۰۰۵ حدود ۳۵ میلیون نفر بر اثر بیماریهای مزمن جان خود را از دست داده اند که نیمی از آنان می باشند؟

۰۱. زنان ۰۲. مردان ۰۳. کودکان ۰۴. کهنسال

۲۵- آخرین مرحله در سازگاری با سرطان برای بیماران عبارتست از:

۰۱. انکار ۰۲. افسردگی ۰۳. وابستگی ۰۴. قبول بیماری

۲۶- تحلیل منطقی و تدارک ذهنی، باز تعریف شناختی و اجتناب و انکار از انواع کدام مهارت های مقابله ای می باشند؟

۰۱. ارزیابی مدار ۰۲. مساله محور ۰۳. هیجان مدار ۰۴. تکالیف انطباقی

سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۲۷- در پژوهش های تایلر و همکاران کدام مدل زیر شامل سه مرحله جستجوی معنا، جستجوی تسلط و فرآیند خود ارتقایی است؟

۱. انطباق غیرشناختی ۲. انطباق شناختی ۳. ارزیابی شناختی ۴. ارزیابی غیر شناختی

۲۸- قدیمی ترین نوع مداخله روان شناختی - درمانگری کدام است؟

۱. شناخت درمانگری ۲. رفتار درمانی ۳. روان تحلیل گری ۴. گروه درمانی

۲۹- جمله «وقتی که بمیرم از دستم راحت می شوند» بیانگر کدام جنبه شناخت بک می باشد؟

۱. باور هسته ای سازش یافته ۲. باور هسته ای نارسا
۳. باور واسطه ای ۴. افکار خودکار

۳۰- تاکید بر امید، توسط کدام مکتب در روان درمانی بیماری های مزمن مطرح شده است؟

۱. روان شناسی خود ۲. انسان گرایی
۳. روان شناسی مثبت نگر ۴. الگوی کار انسانی

WWW.PNUNA.COM