

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰ زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰ سری سوال: یک ۱

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: ، - علوم تربیتی ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴
روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۱- کدام یک از بیماریهای زیر به دلیل مشکلات تغذیه ای است؟

۱. آبله ۲. دیفتری ۳. بری بری ۴. تب زرد

۲- فشارهای گروه همسالان ، والدین و رسانه ها مربوط به کدام جنبه از الگوهای زیستی، روانی اجتماعی است؟

۱. زیستی ۲. اجتماعی ۳. روانی ۴. روانی اجتماعی

۳- بر اساس این رویکرد از حیطه های مرتبط با روانشناسی سلامت با استفاده از آموزش تغییر رفتار و سبک زندگی برای حفظ سلامت فرد و پیشگیری از بیماری تلاش می شود؟

۱. سلامت رفتاری ۲. پزشکی رفتاری ۳. روان شناسی پزشکی ۴. پزشکی روان تنی

۴- در کدام متغیر مربوط به مدل باور سلامتی بیمار به خود میگوید اگر سیگار نکشم هزینه هایم کاهش می یابد؟

۱. وخامت ۲. آسیب پذیری نسبت به بیماری

۳. هزینه ۴. منافع یا سودمندی

۵- بر اساس کدام نظریه نیات باید به عنوان طرح های عمل برای رسیدن به اهداف رفتاری تعبیر شوند؟

۱. نظریه حفظ انگیزش ۲. نظریه رفتار مدبرانه ۳. مدل باور سلامتی ۴. نظریه ایمنولوژی

۶- در کدام مرحله از مدل مراحل تغییر فرد بررسی تغییر را شروع میکنند. و می گوید می خواهم فکر کنم چطور سیگار را متوقف کنم؟

۱. اندیشه ۲. پیش اندیشه ۳. عمل ۴. آمادگی برای تدارک

۷- "استرس یک پاسخ فیزیولوژیکی که منجر به نشانگان عمومی سازگاری می شود" این تعریف استرس از کیست؟

۱. والتر کانن ۲. لازاروس ۳. هانس سلیه ۴. فلکمن

۸- در کدام روش مقابله با استرس فرد با پیامدهای مسئله مقابله می کند و کنترل بیرونی مطرح است؟

۱. مقابله مسئله مدار ۲. ارزیابی ثانویه ۳. مقابله هیجان مدار ۴. تهدید و چالش

۹- گم کردن کلید منزل و پاره شدن بند کفش مربوط به کدام نوع تقسیم بندی استرس است؟

۱. استرس های خانوادگی ۲. وقایع عمده زندگی

۳. استرس های محیطی ۴. وقایع روزانه

۱۰- قرض دادن پول و کمک به دیگری در تعمیر ماشین چه نوع حمایت اجتماعی است؟

۱. حمایت ابزاری ۲. حمایت عاطفی ۳. حمایت اطلاعاتی ۴. حمایت ارزشی

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰ زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰ سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: علوم تربیتی ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۱۱- در روش فراتحلیل از 182 پژوهش قوی ترین عامل پیش بینی کننده سلامت در زندگی کدام عامل است؟

۱. حمایت عاطفی ۲. عامل پزشکی ۳. حمایت معنوی ۴. حمایت اجتماعی

۱۲- کدام جمله صحیح است؟

۱. حمایت اجتماعی با کاهش سلول های کشنده طبیعی مرتبط است.
۲. حمایت اجتماعی با افزایش سلول های کشنده طبیعی مرتبط است.
۳. افراد دارای حمایت اجتماعی بالا با احتمال بیشتر سیگار می کشند.
۴. کسانی که حمایت اجتماعی بالا دارند عزت نفس کمتری دارند.

۱۳- منبع کنترل ابتدا توسط چه کسی مطرح شده است؟

۱. والتسون ۲. روتر ۳. نورمن ۴. فوکوهارا

۱۴- منظور از این نوع کنترل مدیریت موقعیت استرس زا با کسب اطلاعات درباره ی آن است؟

۱. کنترل اطلاعاتی ۲. کنترل رفتاری ۳. کنترل روانی ۴. کنترل شناختی

۱۵- وقتی شخصی با یک رویداد منفی غیر قابل کنترل روبرو می شود از خود می پرسد که آیا این رویداد اتفاقی موقت است یا اینکه دایمی است. مربوط به کدام نوع اسناد است؟

۱. درونی-بیرونی ۲. پایدار-پایدار ۳. پایدار-ناپایدار ۴. کلی-اختصاصی

۱۶- مهمترین عامل از میان عوامل سه گانه شخصیتی تیپ A کدام است؟

۱. رقابت ۲. خصومت ۳. فوریت های زمانی ۴. فوریت های مکانی

۱۷- در کدام ویژگی شخصیتی افراد جرأت ورزی دارند و به سادگی نقش های رهبری را به عهده می گیرند؟

۱. نوروزگرایی ۲. دلپذیری ۳. وجدان گرایی ۴. برون گرایی

۱۸- تیپ شخصیتی A ابتدا توسط کدام متخصصان مورد توجه قرار گرفت؟

۱. روانشناسان ۲. روانپزشکان ۳. متخصصان قلب ۴. تیپ شناسان

۱۹- در کدام نوع تحول ترجیح غذایی به توصیف تأثیر مشاهده رفتار سایر افراد روی رفتار خود فرد می پردازد؟

۱. یادگیری اجتماعی ۲. یادگیری شناختی
۳. یادگیری مبتنی بر تداعی ۴. مواجهه شدن

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰ زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰ سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: علوم تربیتی ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۲۰- شایع ترین باور در دلایل نارضایت مندی بدنی مربوط به کدام دلیل است؟

۱. قومیت
۲. نقش رسانه های جمعی
۳. طبقه اجتماعی
۴. خانواده

۲۱- تحلیل علی پرخوری توسط چه کسی توصیف شد؟

۱. اگدن و واردل
۲. استروپ
۳. هرمان و بولیوی
۴. واگنر

۲۲- این نوع ورزش به معنای کسب انرژی کوتاه و شدید بدون افزایش مقدار اکسیژن است؟

۱. ورزش بی هوازی
۲. ورزش هوازی
۳. ورزش ایزومتریک
۴. ورزش ایزوتونیک

۲۳- این ویژگی از عوامل ثابت جنبه ای کلی از پریشانی ذهنی است که شامل انواع حالات خلقی تنفرآمیز است؟

۱. جسمانی کردن
۲. عاطفه منفی
۳. خودآگاهی
۴. نوروگرایبی

۲۴- در کدام الگوی ارتباطی بین پزشک و بیمار مشاوره کارکرد مناسبی ندارد؟

۱. الگوی عامیانه با وقفه
۲. چشم پوشی از زبان عامیانه
۳. الگوی عامیانه دوطرفه
۴. الگوی کاملاً پزشکی

۲۵- کدام بیماری اولین علت مرگ و میر در کشور ایران محسوب می شود؟

۱. سرطان
۲. قلبی-عروقی
۳. سکته مغزی
۴. کرونر قلبی

۲۶- در کدام مرحله از مراحل واکنش های اولیه فرانکلین فرد احساس می کند تفکرش از هم گسیخته احساس گناه و نوبیدی دارد؟

۱. مرحله شوک
۲. مرحله عقب نشینی
۳. مرحله مواجهه
۴. مرحله تنش

۲۷- کدام یک از گزینه های زیر از نوع مقابله مسئله محور است؟

۱. تخلیه هیجانی
۲. عاطفی
۳. پذیرش مجدد
۴. تعیین پاداش های جایگزین

۲۸- چرا این اتفاق برای من افتاد؟ تأثیر آن روی زندگی من چقدر خواهد بود؟ این سؤال ها مربوط به کدام گزینه در نظریه انطباقی شناختی است؟

۱. جستجوی تسلط
۲. جستجوی معنا
۳. فرایند خودارتقای
۴. تخلیه هیجانی

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰ زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰ سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: علوم تربیتی ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ -
روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۲۹- تجربه اضطراب، افسردگی یا انکار شدید مربوط به کدام نوع از مشکلات سازگاری است؟

۱. تمکین ۲. جسمی ۳. هیجانی ۴. اجتماعی

۳۰- قدیمی ترین نوع مکالمه درمانگری کدام گزینه است؟

۱. هنر درمانی ۲. روان تحلیل گری ۳. تخلیه هیجانی ۴. خانواده درمانی

شماره سوال	پاسخ صحيح	وضعيت كليد
۱	ج	عادي
۲	ب	عادي
۳	الف	عادي
۴	د	عادي
۵	ب	عادي
۶	الف	عادي
۷	ج	عادي
۸	ج	عادي
۹	د	عادي
۱۰	الف	عادي
۱۱	د	عادي
۱۲	ب	عادي
۱۳	ب	عادي
۱۴	الف	عادي
۱۵	ج	عادي
۱۶	ب	عادي
۱۷	د	عادي
۱۸	ج	عادي
۱۹	الف	عادي
۲۰	ب	عادي
۲۱	ج	عادي
۲۲	الف	عادي
۲۳	ب	عادي
۲۴	الف	عادي
۲۵	ب	عادي
۲۶	ج	عادي
۲۷	د	عادي
۲۸	ب	عادي
۲۹	ج	عادي
۳۰	ب	عادي