

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 گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی، علوم تربیتی، علوم تربیتی ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۱- کدام نظریه زمینه را برای جدایی کامل ذهن و بدن فراهم کرده است؟

۱. ثنویت ۲. دوگانه نگری ۳. نظریه دکارت ۴. همه موارد

۲- ترس از درمان مربوط به کدام عامل روانی سلامت است؟

۱. هیجان ۲. شناخت ۳. رفتار ۴. افکار

۳- استفاده از کمربند ایمنی و مصرف نوشابه های گازدار مربوط به کدام هدف روانشناسی سلامت از دیدگاه ماتاراتزو است؟

۱. بهبود سیاست بهداشتی ۲. ارتقاء و حفظ سلامت ۳. درمان بیماری ها ۴. علل بیماری ها

۴- در کدام رویکرد با استفاده از آموزش تغییر رفتار و سبک زندگی برای حفظ سلامت فرد و پیشگیری از بیماری تلاش می شود؟

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

۵- هر فعالیتی که پس از تشخیص بیماری به منظور خوب شدن و معالجه انجام می شود مثل مصرف دارو و استراحت کردن مربوط به کدام نوع رفتار "کاسل و کوب" است؟

۱. رفتار نقش بیماری ۲. رفتار سلامتی ۳. رفتار بیماری ۴. رفتار شناختی

۶- کدام مدل پیوستاری فقط در پیش بینی رفتارهای ساده موفق بوده است؟

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

۷- در کدام مرحله مدل ماورای نظریه فرد از تغییر و حتی مشکل رفتاری آگاه نیست و بنابراین طرحی برای تغییر ندارد؟

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

۸- سرمشق سازی مستقیم و سرمشق سازی نمادین از فرایندهای بسیار مهم در کدام نظریه هستند؟

۱. نظریه یادگیری ۲. نظریه شناختی ۳. نظریه یادگیری اجتماعی ۴. نظریه رفتاری

۹- کلیدی ترین و مهمترین موضوع که مطالعه آن نقش زیادی در استقرار روانشناسی سلامت داشته کدام گزینه است؟

۱. پیشگیری ۲. درمان ۳. رابطه استرس و بیماری ۴. رابطه درمان و درمانگر

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 گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی، علوم تربیتی، علوم تربیتی ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۱۰- کدام یک از افراد زیر مقبولترین رویکرد را نسبت به استرس عنوان کرده که رویکردی تعاملی درباره استرس قلمداد می شود؟

۱. لازاروس و فلکمن ۲. آدر و کوهن ۳. هانس سلیه ۴. براون و کمپل

۱۱- کدام یک از موارد زیر درباره وضعیت های ارزیابی اولیه لازاروس غلط است؟

۱. ضرر ۲. تهدید ۳. چالش ۴. پیشگیری

۱۲- گم کردن کلید منزل و پاره شدن بند کفش به کدام طبقه استرس مربوط می باشد؟

۱. وقایع عمده زندگی ۲. استرس مزمن ۳. وقایع روزانه ۴. استرس خانوادگی

۱۳- " وقتی مادری به فرزندش می گوید: من به تو افتخار می کنم" چه نوع حمایت اجتماعی نشان داده است؟

۱. حمایت ارزشی ۲. حمایت عاطفی ۳. حمایت اطلاعاتی ۴. حمایت وسیله ای

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

۱. اپی نفرین ۲. کورتیزول ۳. هورمون رشد ۴. نوراپی نفرین

۱۵- ساراسون چه اصطلاحی را برای حمایت اجتماعی ترجیح می دهد؟

۱. روانی ۲. درک شده ۳. ذهنی ۴. ادراک شده

۱۶- " انجام رفتار یا عملی اقداماتی به منظور کاهش اثرات منفی موقعیت استرس زا" به کدام نوع کنترل مربوط است؟

۱. رفتاری ۲. شناختی ۳. اطلاعاتی ۴. تصمیم گیری

۱۷- افرادی که رخدادهای منفی و شکست های زندگی خود را به عوامل دائمی و کلی نسبت می دهند در معرض کدام اختلال هستند؟

۱. اضطراب ۲. اسکیزوفرنی ۳. افسردگی ۴. وسواس

۱۸- " جدال دائمی افراد تیپ A با ساعت" به کدام مؤلفه زیرمربوط است؟

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

۱۹- " فرایند ارزیابی شناختی که مؤلفه کنترل در آن به صورت باور فرد به اینکه توان کنترل یا تأثیر گذاری بر تجارب زندگی خود را دارد" تعریف کدام گزینه است؟

۱. چالش ۲. سخت رویی ۳. مراقبه ۴. آرمیدگی

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: علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی، علوم تربیتی، علوم تربیتی ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۲۰- افراد واجد کدام ویژگی در پنج عامل بزرگ شخصیت، اجتماعی هستند و به دیگران اعتماد می کنند؟

۱. دلپذیری
۲. وجدان گرایی
۳. گشودگی به تجربه
۴. برون گرایی

۲۱- ترس از مواد غذایی جدید یا نوهراسی مربوط به کدام تحول ترجیح های غذایی است؟

۱. یادگیری اجتماعی
۲. مواجه شدن
۳. یادگیری
۴. یادگیری مبتنی بر تداعی

۲۲- شایع ترین باور که بازنمایی از زنان لاغر است به کدامیک از دلایل نارضایت مندی بدنی مربوط است؟

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

۲۳- امروزه یکی از مهمترین مشکلات سلامتی که با انواع بیماری ها مرتبط است کدام گزینه است؟

۱. کم خوابی
۲. پرخوابی
۳. پرخوری
۴. ورزش نکردن

۲۴- کدام شیوه ورزشی برای تقویت گروهی از ماهیچه ها مفید است؟

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

۲۵- در کدام الگوی ارتباطی پزشک و بیمار، مشاوره ها بر مشکلات روانشناختی متمرکز است و باعث ایجاد الگوی همدلی می شود؟

۱. کاملاً پزشکی
۲. عامیانه با وقفه
۳. چشم پوشی از زبان عامیانه
۴. عامیانه دو طرفه

۲۶- شایع ترین عامل مرگ و میر در جهان کدام گزینه است؟

۱. سرطان
۲. سکته
۳. بیماری قلبی عروقی
۴. دیابت

۲۷- طبق کدام نظریه، نظام های روانشناختی همانند سیستم های جسمی از فرایند تعادل حیاتی و تعادل جویی تبعیت می کنند؟

۱. ارزیابی شناختی
۲. بحران
۳. لازاروس
۴. الگوی پزشکی

۲۸- کدام یک از موارد زیر درباره مهارت های مقابله هیجان محور غلط می باشد؟

۱. جستجوی معنا
۲. عاطفی
۳. تخلیه هیجانی
۴. پذیرش مجدد

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 گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی، علوم تربیتی، علوم تربیتی ۱۲۱۱۶۵۶ - ، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - ، روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۲۹- کدام رویکرد درمانی برای مواجه کردن مردم با هیجانات نیرومندی که در شرایط معمول آشکار نمی شوند، صورت می گیرد؟

۱. خانواده درمانی ۲. شناخت درمانی ۳. رفتار درمانی ۴. هنر درمانی

۳۰- در نظریه بک مستحکم ترین سطح باورها کدامند؟

۱. هسته ای ۲. واسطه ای ۳. تصاویر ذهنی ۴. خودکار

1217258 - 97-98-2

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