

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/گد درس: علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی، علوم تربیتی، علوم تربیتی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۱- در کدامیک از اهداف روان شناسی سلامت، موضوعاتی همچون سیگار کشیدن، استفاده از کمربند ایمنی و غذاهای چرب و شیرین بررسی می شود؟

۱. ارتقاء و حفظ سلامت
۲. پیشگیری و درمان بیماری ها
۳. تشخیص، سبب شناسی و ردیابی
۴. بهبود نظام مراقبت و سیاست بهداشتی

۲- براساس کدام مورد، باورهای سلامتی می تواند به تغییر رفتارهای ناسالم منتهی شود؟

۱. ارزیابی نقش رفتار در سبب شناسی بیماری
۲. پیش بینی رفتارهای ناسالم مثل سیگار کشیدن
۳. ارزیابی تعامل بین روان شناسی و فیزیولوژی
۴. درک نقش روان شناسی در تجربه بیماری

۳- بر اساس کدام حیطه، عوامل روان شناختی نه تنها پیامد بیماری هستند بلکه به شیوه ناهشیار در ایجاد بیماری سهیم هستند؟

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

۴- مدل باور سلامتی توسط متخصصان کدام رشته مطرح شد؟

۱. علوم تربیتی
۲. پزشکی
۳. علوم اجتماعی
۴. روان شناسی

۵- با توجه به کدام متغیر مدل سلامتی، فرد به خود می گوید که اگر سیگار نکشم هزینه هایم کاهش می یابد؟

۱. انگیزش سلامتی
۲. هزینه
۳. وخامت
۴. منافع یا سودمندی

۶- نظریه حفظ انگیزش توسط چه کسی یا کسانی مطرح شد؟

۱. آجزن و مدن
۲. ماتاراتزو
۳. راجرز
۴. دیکلمننه و پروچاسکا

۷- در کدام گام از مدل مراحل تغییر، فرد از تغییر و حتی مشکل رفتاری آگاه نیست و طرحی برای تغییر ندارد؟

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

۸- چه کسی به عنوان پدر مطالعه استرس معروف است؟

۱. لازاروس
۲. براون و کمپل
۳. کمنی
۴. سلیه

۹- کدام استرس ناگهانی و یکدفعه شروع می شود و مدت کمی دوام دارد؟

۱. وقایع عمده زندگی
۲. استرس های حاد
۳. استرس طبیعی و آزمایشگاهی
۴. وقایع روزانه

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/گد 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- مدل لازاروس و فولکمن در ارزیابی شناختی استرس، بیشتر چه نوع مدلی است؟

۱. ذهنی ۲. روان شناختی ۳. تبادلی ۴. تعاملی

۱۱- کدام نوع از حمایت شامل کمک های مستقیم به دیگران است؟

۱. شبکه ای ۲. ارزشی ۳. اطلاعاتی ۴. ابزاری

۱۲- کدام گزینه به قوی ترین عامل پیش بینی کننده سلامت در زندگی، اشاره دارد؟

۱. حمایت اجتماعی ۲. عدم وجود استرس ۳. عزت نفس ۴. واکنش در برابر استرس

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

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

۱۴- کدام نوع کنترل به معنای توانایی استفاده از فرایندها یا راهکارهای فکری برای تعدیل استرس است؟

۱. کنترل اطلاعات ۲. کنترل شناختی ۳. کنترل بر تصمیم گیری ها ۴. کنترل رفتاری

۱۵- وقتی فردی در برنامه کاهش وزن فردی خود را شکست خورده و بی اراده ای می داند که در هیچ کاری موفق نیست، از کدام مفهوم کنترل و اسناد استفاده کرده است؟

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

۱۶- بر اساس کدام مؤلفه تیپ A، افراد به انتقاد کردن از خود و سرزنش خویشان تمایل دارند؟

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

۱۷- مفهوم سخت رویی توسط چه کسی مطرح شد؟

۱. لندکوئست ۲. آیزنک ۳. آنتونوسکی ۴. کوباسا

۱۸- کدام عامل شخصیتی، پیش بینی کننده مهمی است که مادران چگونه درباره فرزندانشان با متخصصان اطفال ارتباط برقرار می کنند؟

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

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

۱۹- کدام مورد به توصیف تأثیر مشاهده رفتار سایر افراد بر روی رفتار خود فرد می پردازد؟

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

۲۰- در کدام مورد به بچه گفته می شود که اگر خوب رفتار کنی، می توانی یک بیسکویت بخوری؟

۱. غذا به عنوان یک پاداش
۲. غذا و کنترل (مهار)
۳. غذا و پیامد فیزیولوژیکی
۴. پاداش دهی رفتار غذا خوردن

۲۱- با توجه به کدام دلایل نارضایتی، مادرانی که نسبت به بدن خودشان نارضایتی بدنی دارند باعث می شوند که در دخترانشان هم نارضایتی ایجاد شود؟

۱. قومیت
۲. نقش رسانه ها
۳. طبقه اجتماع
۴. خانواده

۲۲- "فرضیه پنهان کردن" در کدام الگوی تغییرات شناختی پرخوری، مطرح می شود؟

۱. مهار و پرخوری
۲. نقش کنترل
۳. تغییر خلق
۴. نقش انکار

۲۳- کدام ورزش برای تقویت گروهی ماهیچه ها مفید است؟

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

۲۴- کدام ویژگی، جنبه ای کلی از پریشانی ذهنی است؟

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

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

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

۲۶- در مدل زیستی طبی بین آسیب به بافت و نشانه ها چه رابطه ای برقرار است؟

۱. خطی
۲. تعاملی
۳. تبادلی
۴. همبستگی

۲۷- با توجه به نظریه بحران موس، کدام مورد باعث جدا شدن از دوستان و حتی خانواده می شود؟

۱. تغییر در نقش
۲. تغییر در حمایت اجتماعی
۳. تغییر در جا و محل
۴. تغییر در هویت

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

۲۸- نظریه انطباق شناختی توسط چه کسی مطرح شد؟

۱. فرانکلین شانتس ۲. شلی تیلور ۳. موس و شافر ۴. تایلر و همکاران

۲۹- تجربه اضطراب، افسردگی و یا انکار شدید مربوط به کدامیک از انواع مشکلات ناسازگاری است؟

۱. اجتماعی ۲. هیجانی ۳. جسمی ۴. تمکین

۳۰- غرقه سازی مربوط به کدام روش روان درمانی است؟

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

1217258 - 97-98-3

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