

نام درس: بهداشت روانی

رشته تحصیلی: گرایش: روانشناسی

کد درس: ۱۲۱۳۵۱

نیمسال دوم ۸۲-۸۳

تعداد سؤال: ۴۰ تکمیلی - تشریحی -

زمان امتحان: تئوری و تکمیلی ۴۵ دقیقه تشریحی — دقیقه

[استفاده از ماشین حساب مجاز نیست ☆ سوالات تئوری نمره منفی دارد]

تعداد کل صفحات: ۳

۱. کدامیک از موارد زیر، بر آموزش مهارت‌های شغلی و اجتماعی تکیه دارد؟
الف. پیشگیری ثالثیه ب. پیشگیری اولیه ج. پیشگیری ثانویه د. رفتار گرایی
۲. این قسمت، بخش عقلانی و منطقی شخصیت محسوب می‌شود؟
الف. خود آگاه ب. من ج. من برتر د. وجدان اخلاقی
۳. افراد عموماً، برای رهایی از کشمکش درونی، به جای کدام قسمت، منابع قدرت خارجی را جایگزین می‌نمایند؟
الف. نهاد ب. لیبیدو ج. من برتر د. ج. من
۴. کدام مورد زیر، تغییر مقدماتی «من» محسوب می‌شود؟
الف. دلیل تراشی ب. خیال‌بافی ج. فراموشی د. سرکوبی
۵. پرستاری که نقش طبیب را تقلید می‌کند، در حقیقت از کدام مکانیزم دفاعی استفاده کرده است؟
الف. جبران ب. همانندسازی ج. جابجایی د. انکار
۶. استفاده از کدام مکانیزم دفاعی، احترام و اعتقاد به خود را در شخص فراهم می‌سازد؟
الف. والایش ب. عکس‌العمل ساری ج. فرافکنی د. درون فکنی
۷. با استفاده از کدام مکانیزم دفاعی، بعضی از نقادان آثار دیگران را مزخرف پنداشته و آنان را تحقیر می‌کنند؟
الف. واپس روی ب. تبدیل ج. فرافکنی د. والایش
۸. هنگام از دست دادن عزیزی، ادای جمله (عمر خودش را کرده بود)، نشانه کدام مکانیزم دفاعی می‌باشد؟
الف. تعقل ب. دلیل تراشی ج. واپس روی د. انکار
۹. عامل ناکامی فردی که به علت ناتوانی ذهنی قادر به ادامه تحصیلات نیست، کدام مورد می‌باشد؟
الف. درونی با جنبه بدنی ب. درونی با جنبه روانی ج. فرهنگی د. طبیعی
۱۰. فردی که نسبت به شخصی گرایش مثبت و منفی را توأم داشته است، دچار چه نوع تعارضی است؟
الف. اجتنابی ب. مضاعف ج. عقلی د. گرایشی
۱۱. کدامیک از گزینه‌های زیر در دسته استرس‌های پاتولوژیک قرار دارد؟
الف. خستگی عصبی ب. حالت هیجانی شدید و ناگهانی ج. فقر اقتصادی د. بی‌خوابی
۱۲. در کدام مدل فشار روانی، «تغییر طرز زندگی» پیش شرط بروز بیماری‌های ناشی از فشار روانی محسوب می‌گردد؟
الف. فیزیولوژیک ب. شناختی ج. پاسخ د. محرک
۱۳. در طول مرحله مقاومت، کدام هورمون به بدن اجازه مقابله سازگارانه و طولانی با محرک‌های تنش‌زا می‌دهد؟
الف. کورتیزول ب. استیل کولین ج. بتا اندورفین د. کورتیکوتروپین
۱۴. استعداد بدن برای پاسخ دادن به کدام نوع محرک‌ها، در مرحله فرسودگی از مراحل «نشانگان انطباق کلی»، شدیداً به مخاطره می‌افتد؟
الف. محرک‌های مهاجم ب. محرک‌های استرس‌زا ج. محرک‌های پیاپی و جدید د. محرک‌های غیر اختصاصی

نام درس: بهداشت روانی

رشته تحصیلی: گرایش: روانشناسی

کد درس: ۱۲۱۳۵۱

نیمسال دوم ۸۲-۸۳

تعداد سؤال: ۴۰ نمره: ۲۵ تکمیلی - تشریحی -

زمان امتحان: تشریحی و تکمیلی ۲۵ دقیقه تشریحی — دقیقه

[استفاده از ماشین حساب مجاز نیست ☆ سوالات تشریحی نمره منفی دارد]

تعداد کل صفحات: ۳

۱۵. کدام عامل در میزان اثربخشی آرامش آموزی، تاثیر دارد؟
الف. ویژگیهای فرد ب. فشار روانی ج. فشار خون فرد د. میزان اضطراب فرد
۱۶. این باور که طول دوره یک رویداد آزارنده را می توان کنترل کرد، چه نتیجه ای در بر دارد؟
الف. احساس آرامش ب. کاهش اضطراب ج. مقاومت بیشتر د. قدرت پیش بینی
۱۷. تحمل فشار روانی ناشی از یک عامل تنش را که بر زندگی افراد دیگر نیز تاثیر گذاشته است، چگونه می باشد؟
الف. در بنا کثیر می شود. ب. مشترک می شود. ج. بی تفاوتی ایجاد می کند. د. آسانتر می شود.
۱۸. بمنظور کاهش شدت فشار روانی، رعایت کدامیک از نکات زیر مؤثر است؟
الف. کاهش موافقتی ب. استحمام با آب سرد ج. کاهش تمرکز بر کار د. افزایش میزان کافئین
۱۹. نشانه های مرضی در کدام نوع اختلال نظیر ابتلاء به حمله قلبی می باشد؟
الف. اضطراب تعمیم یافته ب. اضطراب رعبی ج. فوبی د. فشار روانی پس آسیبی
۲۰. دانشجویی که در اندیشه خود، عدم حضور در جلسه امتحان و به طریقی حذف کردن آن واحد درسی را، سبب راحتی خود بیندارد، دچار چه نوع افکاری شده است؟
الف. گریز ب. پیش بینی ج. ناتوانی در مقابله د. تعبیر نادرست احساسات بدنی
۲۱. بهترین زمان برای تمرین آرمیدگی، کدام مورد است؟
الف. زمان انقباض های کم عضلانی ب. زمان آگاهی فرد از تنش موجود در بدن
ج. زمان نیاز شدید به تخلیه فشار روانی د. زمان بیش از حد تحت فشار روانی بودن
۲۲. چنانچه در جریان آرمیدگی و انقباض عضلات، گرفتگی عضلانی یا درد ایجاد شود، چه باید کرد؟
الف. عضله را باید رها کرد. ب. انقباض را باید ادامه داد.
ج. عضله دیگری را باید منقبض کرد. د. بر احساس آرامش تمرکز کرد.
۲۳. نامناسبترین زمان برای از شیر گرفتن کودک، چه زمانی می باشد؟
الف. ۱۸ ماهگی ب. زمان گرسنگی کودک ج. تابستان د. قبل از ۲ سال
۲۴. نظر بچه هایی که در محیط مستبدانه پرورش یافته اند، نسبت به بزرگسالان چگونه است؟
الف. مطیعانه ب. بدبینانه ج. خصمانه د. صمیمانه
۲۵. بچه های باهوش نسبت به بی مهری والدین، غالباً چه واکنشی نشان می دهند؟
الف. تجاهل ب. تخیل ج. تمارض د. تخاصم
۲۶. در کدام گروه زیر، افراط در اعمال قدرت و خرده گیری نسبت به فرزندان، بیشتر دیده می شود؟
الف. مردان ب. بیوه زن ها ج. والدین پارانوییدی د. والدین مطرود
۲۷. ابتدایی ترین ضرورت برای فرزند، از نظر جرم شناسی چیست؟
الف. حضور مادر در خانواده ب. آزادی رشد
ج. ارضای نیازهای روانی د. آرامش روانی

نام درس: بهداشت روانی

رشته تحصیلی: گرایش: روانشناسی

کد درس: ۱۲۱۳۵۱

نیمسال دوم ۸۲-۸۳

تعداد سؤال: ۴۰ نمره: ۲۰ تکمیلی - تشریحی -

زمان امتحان: تشریحی و تکمیلی ۴۵ دقیقه تشریحی — دقیقه

[استفاده از ماشین حساب مجاز نیست ☆ سوالات تستی نمره منفی دارد]

تعداد کل صفحات: ۳

۲۸. ازدواج مجدد پدر یا مادر، چه احساسی را در کودک، ایجاد می‌کند؟
الف. حسادت ب. خصومت ج. طرد شدگی د. تنفر
۲۹. مهمترین منبع حمایت عاطفی در موقع وقوع فشار روانی کدامست؟
الف. والدین ب. همسر ج. جامعه د. خانواده
۳۰. در چه زمانی، مرگ روانی یک خانواده به وقوع می‌پیوندد؟
الف. زمان غم ارتباط کلامی ب. زمان وجود عقاید مغایر
ج. زمان بی‌توجهی به یکدیگر د. زمان بی‌وفایی در زناشویی
۳۱. کدام مورد، در نوجوان، سبب ایجاد نگرانیها و تزلزل‌های واقعی می‌شود؟
الف. تسلط زیاد والدین ب. بحرانیت شدید مالی ج. تعارض با خود د. اطاعت محض
۳۲. به عقیده اریکسون، توانایی سالمندی در مواجهه آرام با مرگ، توسط کدام مورد، ایجاد می‌شود؟
الف. صمیمیت در برابر تنهایی ب. زاینده‌گی در برابر رکود
ج. زاینده‌گی در برابر نومیدی د. تکمال خود در برابر نومیدی
۳۳. غالباً تغییر شغل، منعکس کننده کدام وضعیت می‌باشد؟
الف. انتظارات غیرواقعی از موفقیت شغلی ب. تمایلات خط‌جویانه
ج. حس کنترل بر سرنوشت خود د. متارکه با شغل قبلی
۳۴. در میان جنبه‌هایی که به سازگاری در ازدواج منجر می‌شود، کدامیک مشکلترین می‌باشد؟
الف. سازگاری با شرایط اقتصادی ب. سازگاری جنسی
ج. سازگاری با الگوی در زندگی د. سازگاری با بستگان همسر
۳۵. فشار و سلامت روانی در دوران سالمندی به کدام عامل وابسته است؟
الف. موقعیت اجتماعی ب. تجربه‌های هیجانی ج. تجربه‌های دینی د. تغییرات حسی
۳۶. نوتوانی در افراد سالخورده چیست؟
الف. پیشگیری از طریق مراقبت‌های پزشکی ب. اقدامات درمانی طبی و جراحی
ج. انتقال پیران به موقعیت نو و جدید د. همکاری در آگاه کردن فرد از قدرتها و امکاناتش
۳۷. زمانی که فرد از وجود دیگران آگاهی نیابد و نتواند روابط عاطفی برقرار کند، دچار چه نوع مرگی شده است؟
الف. روانی ب. اجتماعی ج. زیستی د. ذهنی
۳۸. بر کدام ملاک در اسلام، به عنوان بهترین ملاک جهت انتخاب همسر تأکید شده است؟
الف. اصالت خانوادگی ب. وضعیت اقتصادی ج. همتایی د. سلامت روان
۳۹. مهمترین رمز زن‌داری توسط مرد، چیست؟
الف. اظهار علاقه به زن ب. احترام به زن ج. خوش‌اخلاقی با زن د. پرهیز از بهانه‌جویی
۴۰. ویلیام جیمز فیلسوف آمریکایی، حیا و خودداری زن را ناشی از چه عاملی می‌داند؟
الف. غریزه ب. یادگیری در طول تاریخ ج. اراده زنانه د. خواست‌های مردان