

۱. از نظر کینزبرگ، سه فضای مهم زندگی که انسان باید در ارتباط با آنها تسلط و مهارت پیدا کند، کدامند؟
 - الف - مدرسه، کار و خانه
 - ب - مدرسه، خانه و جامعه
 - ج - مدرسه، کلاس و دانشگاه
 - د - عشق، کار و تفریح
۲. کدام گروه، سلامت فکر و روان را عبارت از قابلیت ارتباط موزون و هماهنگ با دیگران، تغییر و اصلاح محیط فردی و اجتماعی و حل تضادهای و تمایلات شخصی به طور منطقی، عادلانه و مناسب، می‌دانند؟
 - الف - روان پزشکان
 - ب - پزشکان
 - ج - سازمان بهداشت جهانی
 - د - روانکاوان
۳. کدام گزینه در مورد آگاهی و ناآگاهی نظریه فروید صحیح است؟
 - الف - فروید آنچه را که با آگاهی ارتباط می‌داشت، نیمه هشیاری نامید.
 - ب - بخش ناهشیار، مخزن خاطرات و حوادث زندگی است.
 - ج - محتوای بخش هشیار را حالات، احساسات و تمایلات غیر قابل کنترل تشکیل می‌دهد.
 - د - افکار و اندیشه‌های بخش ناهشیار، با کمی توجه و کوشش جنبه آگاهی به خود می‌گیرند.
۴. من برتر، یعنی چه و از چه سنی شروع می‌شود؟
 - الف - مفاهیمی هستند که حکومت و والدین به کودک از سن پنج سالگی انتقال می‌دهند.
 - ب - به معنی مفاهیم و مقررات اجتماع و خانواده است که از آغاز کودکی شروع به تکوین می‌یابد.
 - ج - مفاهیم عملی هستند که از خانواده از سن شش سالگی به کودک منتقل می‌شود.
 - د - عبارت است از کشمکش نهاد و مقررات جامعه، که از آغاز کودکی شروع به تکوین می‌یابد.
۵. موقعی که یک بیمار کوشش می‌کند حتی المقدور، از به خاطر آوردن افکار خود، خودداری کند و با عوض کردن مطالب از آنها طفره رود، از کدام مکانیسم دفاعی استفاده می‌کند؟
 - الف - جبران
 - ب - والایش
 - ج - سرکوبی
 - د - جابجایی
۶. آدم ترسویی که ناچار است در محل دور افتاده و تاریک، تنها و شبانه راه برود، سوت می‌زند تا خود را با شهامت و بی‌باک نشان دهد، از کدام نوع جبران استفاده کرده است؟
 - الف - جبران از طریق تکبر
 - ب - نوع تجلی کمبودهای دوران کودکی
 - ج - جبران حمایت کننده
 - د - واکنش افراد ضعیف
۷. «گربه دستش به گوشت نمی‌رسد، می‌گوید بو می‌دهد» بیانگر کدام مکانیسم دفاعی است؟
 - الف - دلیل تراشی
 - ب - فرافکنی
 - ج - جابجایی
 - د - درون فکنی
۸. فردی که دارای خشم و حسادت و حتی آرزومند مرگ شخص بخصوصی است، اگر احساس خود را با علاقه و توجه زیاد به همان فرد تغییر دهد، با کدام مکانیسم دفاعی زیر همخوانی دارد؟
 - الف - تبدیل
 - ب - جابجایی
 - ج - واکنش وارونه
 - د - والایش

۹. مردی که موقع آتش‌سوزی، سیل و زلزله، دچار وحشت شده، و سراسیمه، این طرف و آن طرف می‌رود و برای کمک فریاد می‌کشد، به کدام مکانیسم دفاعی روی آورده است؟

الف - جابجایی ب - واپس‌روی ج - همانند سازی د - واپس‌رانی

۱۰. ضرب المثل «کافر همه را به کیش هود پندارد» مصداق چه مفهومی است؟

الف - تصعید ب - دورن فکنی ج - فرافکنی د - توهم

۱۱. سلامت روانی هر شخص بستگی به این مکانیسم دارد و هر قدر توانش بیشتر باشد سلامت عاطفی نیز بیشتر است؟

الف - تعقل ب - انکار ج - والایش د - تبدیل

۱۲. کدام گزینه در خصوص انکار، غلط است؟

الف - تقصیرها و اشتباهات را به دیگران نسبت می‌دهد.

ب - در مرحله‌ای که انسان با مرگ مواجه می‌شود، در مقابل آن مقاومت می‌کند.

ج - فردی که وقوع زمین‌لرزه شدید را از ذهن خود دور می‌سازد.

د - ذهن هوشیار از پذیرش وجود تهدید بالقوه امتناع می‌کند.

۱۳. مجاز نبودن دانش‌آموز برای انتخاب رشته تحصیلی به علت زیادبودن متقاضیان را، کدام منبع ناکامی موجب شده است؟

الف - عوامل فرهنگی و اجتماعی ب - عوامل اقتصادی

ج - عوامل درونی با جنبه روانی د - عوامل طبیعی

۱۴. کدامیک از شیوه‌های پرخاشگری از نظر اجتماعی قابل قبولتر است؟

الف - ناسزاگفتن به طرف دیگر

ب - صرف پرخاشگری در فعالیت‌های بدنی از قبیل فعالیت‌های ورزشی

ج - اعمال پرخاشگری مستقیم

د - اشتغال به پرخاشگری خیالی و غیر مخرب

۱۵. کسی که بیماری قلبی دارد و می‌خواهد قلبی سالم داشته باشد اما از عمل جراحی می‌ترسد، دچار چه نوع تعارضی شده است؟

الف - ناکامی - تعارض ب - گرایش - گرایش ج - اجتناب - اجتناب د - اجتناب - اجتناب

۱۶. تعریف فشار روانی از نظر «سلیه» که به عنوان پدر تحقیقات فشار روانی مطرح است، چیست؟

الف - تنش هیجانی مزمن را گویند.

ب - یک عکس‌العمل فیزیولوژیکی یا روان‌شناختی است که به عامل فشارزا داده می‌شود.

ج - هر وضع یا پیشامدی که بدن را به استفاده از منابع تولید انرژی وادار می‌کند.

د - درجه سوز و ساز بدن بر اثر فشارهای زندگی را گویند.

۱۷. کاهش توانایی تمرکز، تغییر در خودپنداره و تنش، به کدام گروه از پاسخ به فشارهای روانی، مربوط می‌شود؟

الف - روان‌شناختی ب - فیزیولوژیکی ج - پاتولوژیکی د - رفتاری

۱۸. کدام گزینه ویژگی بخش پاراسمپاتیک را ذکر می‌کند؟

الف - پاسخ آن به تمام داروها یکسان است. ب - در هر زمان بر یک عضو خاص، اثر می‌گذارد.

ج - گسترده و همراه با بسیج و مصرف انرژی است. د - بخش مسلط در جریان فعالیت‌های شدید و برانگیخته است.

۱۹. کدامیک از گزینه‌های زیر جزو هدف‌های درازمدت، برای پیشگیری از فشارهای روانی محسوب می‌شود؟

الف - رسیدن به وجود مطلق و خلق خود ب - فعالیت‌های خلاقه، مانند نقاشی

ج - جمع‌آوری ثروت و خیربودن د - تنفس در هوای آزاد

۲۰. در کمک به افراد برای کنترل واکنش‌هایشان در برابر فشار روانی، در کدام شیوه، شخص در باره برخی جنبه‌های حالت

فیزیولوژیکی خود اطلاعاتی را دریافت می‌کند؟

الف - واکنش گالوانیکی ب - آموزش آرمیدگی ج - بیوفیدبک د - آموزش پس‌آسیبی

۲۱. در مقیاس بررسی حوادث زندگی «هولمز و راهه»، کسب چه نمره‌ای، نشانگر مقاومت بالا می‌باشد.

الف - ۵۰ - ۹۹ ب - ۳۰۰ - ۳۹۹ ج - ۱۵۰ - ۱۹۹ د - ۲۰۰ - ۲۹۹

۲۲. به وضعیتی که خون و اکسیژن کافی به بافت نرسیده می‌گویند؟

الف - ایسکمی بدون درد ب - ایسکمی ج - ایسکمی با اعلام خطر د - ایسکمی خاموش

۲۳. ترس دایمی از بعضی موقعیت‌ها یا اشیا که هیچ خطر جدی برای افراد ندارند، جزو کدام نوع از اختلالات اضطرابی است؟

الف - تعمیم یافته ب - وسواس‌های فکری و عملی ج - فوبی د - رعبی

۲۴. مادری که فرزند خود را با یک زمین‌خوردگی ساده، نگران شده و به پزشک ارتوپد می‌برد، دچار کدامیک از افکار فاجعه‌آمیز و نشانه‌های اضطراب شده است.

الف - گریز ب - ناتوانی در مقابله ج - تعبیر نادرست احساسات د - پیش‌بینی

۲۵. موقعی که کفه انتظارت، سنگین‌تر از منابع و توانایی‌های ما باشد، موجب فشار روانی و اضطراب می‌شود. این امر مربوط به کدامیک از عوامل تداوم اضطراب می‌شود؟

الف - طرز تفکر ب - بی‌اعتمادی ج - اجتناب د - سبک زندگی و اضطراب

۲۶. اکثر مذاهب اشراقی، برای مقابله فشارهای روانی، از چه شیوه‌ای استفاده می‌کنند؟

الف - آموزش هوای ب - آموزش آرمیدگی ج - یوگا و مراقبه د - توقف فکر

۲۷. کدامیک از روش‌های مقابله با اضطراب بر این ایده مبتنی است که: «گفتگو با خود ممکن است به همان اندازه‌ای که کلام دیگران بر رفتارمان تأثیر دارد، رفتارمان را تحت کنترل درآورد.»

الف - تمرکز محیطی ب - یک تغییر توجه ج - ایجاد درد خفیف د - روش خودآموزی

۲۸. در مورد زمان از شیر گرفتن کودک، کدام گزینه صحیح است؟

الف - از سه سالگی باید کودک را بتدریج از شیر گرفت.

ب - باید به صورت ناگهانی، صورت گیرد.

ج - زمان مشخصی ندارد.

د - بهتر است کودک در فصل تابستان از شیر گرفته شود.

۲۹. در خانواده‌ای که جو عاطفی استبدادی حاکم است، همه ویژگی‌های زیر را دارد، بجز:

الف - بچه‌ها در ظاهر حالت تسلیم و اطاعت و تمکین از خود نشان می‌دهند.

ب - بچه‌ها اغلب در مقابل دیگران حالت خصومت و دشمنی به خود می‌گیرند.

ج - کودکان دچار اضطراب و هیجان منفی هستند.

د - کسی در کارهای دیگری دخالت نمی‌کند.

۳۰. در خصوص پرورش کودک و ابراز محبت و اعمال قدرت به آنها کدام گزینه صحیح است؟

الف - اعمال قدرت ارجح‌تر از اعمال محبت است.

ب - ابراز محبت، ارجح‌تر از اعمال قدرت است.

ج - نمی‌توان گفت کدامیک ارجح‌ترند.

د - محبت و قدرت، متناقض هستند.