



پیام نوریها

public channel



✓ کانال پیام نوریها در سال 95 با هدف تهیه جزوات و نمونه سوالات افتتاح و از همان ابتدای تاسیس کوشیده است با تکیه بر تلاش بی وقفه، کارگروهی و فعالیت های بدون چشمداشت کاربران متمایز خود، قدمی کوچک در راه پیشرفت ارائه خدمات به دانشجویان این مرز و بوم بردارد.

@Payamnorria

telegram.me/Payamnorria

رایگان است و همیشه رایگان میماند



اطلاع از اخبار و دانلود جزوات و نمونه سوالات

[برای ورود به کانال تلگرامی پیام نوریها کلیک کنید](#)

" کانال و خانواده تلگرامی پیام نوریها "

با عضویت در کانال و به آرشیو زیر دسترسی پیدا کنید

✓ تمام نمونه سوالات به روز تا آخرین دوره

✓ جزوات درسی

✓ بیش از ۱۰۰ فلش کارت درس

✓ اخبار به روز پیام نور

✓ فیلم و فایل آموزشی اختصاصی

✓ انجام انتخاب واحد و حذف و اضافه

✓ پاسخگویی به سوالات دانشجویان

✓ معرفی گروه و انجمن های پیام نوری

✓ طنز و توییت دانشجویی

به یکی از بزرگترین کانال های پیام نوری بپیوندید

[برای ورود به کانال تلگرامی پیام نوریها کلیک کنید](#)

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۷۰ تشریحی: ۰

سری سوال: یک ۱

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: علوم تربیتی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، علوم تربیتی گرایش تکنولوژی آموزشی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸.

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

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

۲- بر اساس کدام مؤلفه تیپ A، افراد به انتقاد کردن از خود و سرزنش خویش تن تمایل دارند؟

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

۳- بر اساس 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

۴- 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

۵- 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

۶- 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

۷- مفهوم سخت رویی توسط چه کسی مطرح شد؟

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

۸- 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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۷۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: علوم تربیتی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، علوم تربیتی گرایش تکنولوژی آموزشی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶ -
روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ -، روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۹- 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

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

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

۱۱- " 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

۱۲- 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

۱۳- 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

۱۴- 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

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

۱. خطی ۲. تعاملی ۳. تبدالی ۴. همبستگی

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

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

۱۷- 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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۷۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: علوم تربیتی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، علوم تربیتی گرایش تکنولوژی آموزشی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۱۸- 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

۱۹- نظریه انطباق شناختی توسط چه کسی مطرح شد؟

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

۲۰- 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

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

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

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

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

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

۱. اجتماعی
۲. هیجانی
۳. جسمی
۴. تمکین

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

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

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

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

۲۶- 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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۷۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: علوم تربیتی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، علوم تربیتی گرایش تکنولوژی آموزشی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶ -
روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

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

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

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

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

۲۹- 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

۳۰- 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

شماره سوال	پاسخ صحيح	وضعيت کليد
1	د	عادي
2	ج	عادي
3	ب	عادي
4	ب	عادي
5	الف	عادي
6	الف	عادي
7	د	عادي
8	الف	عادي
9	د	عادي
10	ج	عادي
11	ج	عادي
12	الف	عادي
13	الف	عادي
14	د	عادي
15	الف	عادي
16	ج	عادي
17	ب	عادي
18	ب	عادي
19	د	عادي
20	ب	عادي
21	ب	عادي
22	د	عادي
23	ب	عادي
24	ج	عادي
25	ج	عادي
26	د	عادي
27	الف	عادي
28	ج	عادي
29	د	عادي
30	الف	عادي

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۷۰ تشریحی: ۰

سری سوال: یک ۱

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: علوم تربیتی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، علوم تربیتی گرایش تکنولوژی آموزشی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸.

۱- نقش عوامل روانشناختی در کدام بیماری ها اهمیت بیشتری دارد؟

۱. حاد ۰۲. مزمن ۰۳. عفونی ۰۴. روانی

۲- کدام حیطه مرتبط با روانشناسی سلامت معتقد به سهم ناهشیار عوامل روانشناختی در ایجاد بیماری است؟

۱. پزشکی رفتاری ۰۲. پزشکی روان تنی ۰۳. روان پزشکی ۰۴. روانشناسی پزشکی

۳- تفاوت رشته های روانشناسی سلامت با طب رفتاری و روانشناسی پزشکی چیست؟

۱. تخصصی بودن روانشناسی سلامت ۰۲. پیشگیری و درمان بیماری های جسمی و روانی
۳. بین رشته ای بودن هر سه رشته ۰۴. تأکید بر سهم عوامل روانشناختی در ایجاد بیماری ها

۴- کدام گزینه در باره تفاوت دو مدل زیستی-طبی و زیستی-روانی-اجتماعی صحیح است؟

۱. براساس مدل دوم عوامل روانشناختی، علت بیماری هستند.
۲. در مدل دوم افراد یا سالم هستند یا بیمار.
۳. براساس مدل دوم بیمار قربانی عوامل فیزیکی است.
۴. طبق مدل اول نه تنها تغییر فیزیکی بلکه تغییر رفتار و باورها باعث بهبود بیماری می شود.

۵- سوق دادن افراد به سوی سیگار کشیدن و ورزش نکردن نشانگر کدام مسیر تأثیرعوامل روانشناختی بر سلامت فرد است؟

۱. مسیر مستقیم ۰۲. مسیر تغییرات فیزیولوژیک
۳. رفتاری ۰۴. مسیر آسیب به بافت

۶- برای بررسی این موضوع که آیا ویژگیهای روانشناختی افراد با بیماری خاصی مرتبط هستند از چه روش تحقیقی استفاده می شود؟

۱. شبه آزمایشی ۰۲. گذشته نگر ۰۳. دارونما ۰۴. علی-مقایسه ای

۷- مسواک زدن در کدام دسته تقسیم بندی رفتار قرار می گیرد؟

۱. رفتار حافظ سلامت ۰۲. رفتار نقش بیماری ۰۳. رفتار مشکل ساز ۰۴. پاتوژن رفتاری

۸- در کدام مدل رفتاری، خودکارآمدی نادیده گرفته می شود؟

۱. حفظ انگیزش ۰۲. یادگیری اجتماعی ۰۳. باور سلامتی ۰۴. رفتار مدبرانه

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۷۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: علوم تربیتی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، علوم تربیتی گرایش تکنولوژی آموزشی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶ -
روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۹- در کدام مرحله مدل مراحل تغییر فرد متعهد به تغییر رفتار می شود؟

۱. اندیشه ۲. عمل ۳. آمادگی ۴. تداوم

۱۰- خودکارآمدی چیست؟

۱. باور ذهنی فرد درباره توانایی کنترل وقایع
۲. تصور فرد درباره توانایی هایش
۳. توانایی واقعی فرد برای انجام یک رفتار خاص
۴. آمادگی فرد برای انجام رفتاری خاص

۱۱- هرمون استروئیدی استرس که از قشر غده فوق کلیه ترشح می شود چه نام دارد؟

۱. CRF ۲. کورتیزول ۳. ACTH ۴. اپی نفرین

۱۲- استرس با تأثیر مستقیم بر کدام دستگاه بدن، فرد را بیمار می سازد؟

۱. ایمنی ۲. گوارش ۳. تنفسی ۴. قلبی- عروقی

۱۳- کدام یک از انواع کنترل برای کاهش استرس ناشی از موقعیت های منفی سودمندتر است؟

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

۱۴- یکی از مهمترین واسطه های استرس و بیماری چیست؟

۱. حمایت اجتماعی ۲. خودپنداره ادراک شده
۳. تغییرات فیزیولوژیک ۴. واکنش دستگاه سمپاتیک

۱۵- توضیحات استاد درباره امتحان میانترم چه نوع حمایتی است؟

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

۱۶- کدام گزینه در مورد منبع کنترل صحیح است؟

۱. افرادی که منبع کنترل درونی دارند معمولاً از راهبرد حل مسئله بهره می گیرند.
۲. افرادی با منبع کنترل بیرونی خود را مسئول سرنوشت خود می دانند.
۳. افرادی با منبع کنترل بیرونی برای افزایش دانش و مهارت های خود تلاش می کنند.
۴. افرادی که منبع کنترل درونی دارند رفتارهای پرخطر بیشتری از خود نشان می دهند.

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۷۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: علوم تربیتی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، علوم تربیتی گرایش تکنولوژی آموزشی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۱۷- انصراف توجه چه نوع کنترلی محسوب می شود؟

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

۱۸- طبق فرضیه تأثیر مستقیم حمایت اجتماعی کدام جمله صحیح است؟

۱. افراد دارای حمایت اجتماعی بالا، استرس را خیلی منفی ارزیابی نمی کنند.
۲. احساس ذهنی ناشی از حمایت دیگران باعث می شود تا افراد واکنش شدیدی به استرس نشان ندهند.
۳. افراد دارای حمایت اجتماعی بالاتر، استرس کمتری را تجربه می کنند.
۴. صرف نظر از وجود یا عدم وجود استرس، حمایت اجتماعی برای سلامتی فرد مفید است.

۱۹- کسی که قرار است سیگار کشیدن را ترک کند، می گوید اگر سیگار را متوقف کنم عصبانی و تحریک پذیر می شوم. این مسأله ناشی از کدام متغیر مدل باور سلامتی است؟

۱. هزینه ۲. سرنخ های عمل ۳. آسیب پذیری ۴. شدت

۲۰- کدام مرحله نشانگان انطباق سلیه، مرحله تکان یا ضربه می باشد؟

۱. هشدار ۲. مقاومت ۳. فرسودگی ۴. تعاملی

۲۱- به نظر کوهن و ویلز دو راه محافظت حمایت اجتماعی کدامند؟

۱. ارزیابی اولیه و ثانویه ۲. تأثیر مستقیم و تعدیل پاسخ
۳. فرضیه سپر و تأثیر مستقیم ۴. ارزیابی شناختی و تعدیل واکنش استرس

۲۲- اگر کسی تصور کند که بیماری که به آن مبتلا شده همیشگی است از کدام نوع اسناد استفاده کرده است؟

۱. اختصاصی ۲. درونی ۳. بیرونی ۴. پایدار

۲۳- یکی از مهمترین ویژگی های شخصیتی که مورد توجه روانشناسان سلامت قرار گرفته، کدام است؟

۱. سخت رویی ۲. تاب آوری ۳. انسجام ۴. خوش بینی

۲۴- الگوهای رفتاری که به صورت عادت درآمده اند، چه نام دارد؟

۱. کیفیت زندگی ۲. غذا خوردن ۳. سبک زندگی ۴. ورزش کردن

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۷۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: علوم تربیتی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، علوم تربیتی گرایش تکنولوژی آموزشی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۲۵- کدام گزینه فرضیه پنهان کردن را توضیح می دهد؟

۱. سرکوب کردن افکار
۲. پرخوری، پیامد انگیزشی سطح پایین خودآگاهی
۳. پرخوری، پاسخ به خلق منفی
۴. پرخوری، به مثابه عود

۲۶- وزنه برداری جزء کدامیک از انواع ورزش می باشد؟

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

۲۷- نظریه " عقل بدن " بر کدام مورد تأکید دارد؟

۱. ترجیح های غذایی ذاتی
۲. یادگیری ترجیحات غذایی
۳. تحول ترجیح غذایی
۴. بهبود ترجیحات غذایی

۲۸- از دیدگاه باس (۱۹۹۰) چه عاملی باعث بروز آسم می گردد؟

۱. آلرژی
۲. عفونت تنفسی
۳. برانگیختگی روانی مثل استرس
۴. هر سه مورد

۲۹- گزینه اشتباه درباره عوامل پایدار مؤثر بر ادراک حالات بدنی کدام است؟

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

۳۰- در کدام مرحله واکنش اولیه به یک بیماری مزمن، فرد احساس گناه، یاس و ناامیدی دارد؟

۱. شوک
۲. مواجهه
۳. عقب نشینی
۴. عود مکرر

شماره سوال	پاسخ صحیح	وضعیت کلید
1	ب	عادی
2	ب	عادی
3	الف	عادی
4	الف	عادی
5	ج	عادی
6	ب	عادی
7	الف	عادی
8	ج	عادی
9	ج	عادی
10	ب	عادی
11	ب	عادی
12	الف	عادی
13	ب	عادی
14	الف	عادی
15	ب	عادی
16	الف	عادی
17	ب	عادی
18	د	عادی
19	الف	عادی
20	الف	عادی
21	د	عادی
22	د	عادی
23	الف	عادی
24	ج	عادی
25	ج	عادی
26	الف	عادی
27	الف	عادی
28	د	عادی
29	د	عادی
30	ب	عادی

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، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی - آموزشی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، علوم تربیتی گرایش تکنولوژی آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸.

۱- بر اساس مدل زیستی- روانی- اجتماعی چه رابطه ای بین ذهن و بدن برقرار است؟

۱. هر دو مستقل هستند و رابطه ای با یکدیگر ندارند
۲. رابطه پیوستاری با یکدیگر ندارند
۳. دو چیز مستقل نیستند بلکه با هم تعامل دارند
۴. کیفیات متمایز از یکدیگرند

۲- در تعریف ماتاراتزو کدام مشخصه سبب شناسی و ردیابی علل بیماری ها است؟

۱. راه حل هایی برای ارتقاء و حفظ سلامتی ارائه می کند
۲. برای پیشگیری و درمان بیماری ها راه حل های روان شناختی ارائه می کند
۳. عوامل روانشناختی بعنوان عوامل علی شناخته می شوند
۴. سیاست هایی را به منظور بهبود خدمات مراکز درمانی ارائه می کند

۳- کدام مورد ملغمه ای از عناصر رشته های علوم رفتاری است که بر حفظ سلامتی، پیشگیری از بیماری و درمان تمرکز دارد؟

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

۴- در کدام مدل نظریه های رفتار سالم رفتارهای مربوط به سلامتی نتیجه ترکیب متغیرهای چندگانه چون آسیب پذیری و نگرش ها در نظر گرفته می شود؟

۱. پیوستاری
۲. مرحله ای
۳. طبقه ای
۴. کلی

۵- نظریه حفظ انگیزش که با اضافه کردن عوامل جدیدی به مدل باور سلامتی گسترش یافته است، از کیست؟

۱. مازلو
۲. راجرز
۳. بندورا
۴. وینشتاین

۶- در کدام مورد تغییر فرایندی پیچیده است و افراد این تغییرات را بتدریج و نه ضرورتاً در در یک توالی خطی انجام می دهند؟

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

۷- در کدام مرحله از مدل فرایند پذیرش احتیاطی، فرد به باور خطر می رسد؟

۱. مرحله عدم آگاهی
۲. مرحله آگاهی
۳. مرحله تصمیم سازی
۴. مرحله ضروری عمل

۸- میزان باور فرد درباره توانایی دست زدن به رفتاری خاص مثل کنترل رفتاری ادراک شده چه نام دارد؟

۱. خود پنداره
۲. خود آگاهی
۳. خود باوری
۴. خود کار آمدی

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، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، علوم تربیتی گرایش تکنولوژی آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۹- چه کسی استرس را به هر نوع شرایط طبیعی یا ذهنی که توسط ارگانیسم بصورت تهدید واقعی یا ذهنی قلمداد شود، می داند؟

۰۱. لازاروس و فلکمن ۰۲. سلیه ۰۳. آدر و کوهن ۰۴. کنون

۱۰- نظریه لازاروس جزء کدامیک از نظریه های ارزیابی استرس است؟

۰۱. رفتاری ۰۲. زیستی ۰۳. شناختی ۰۴. روانکاوی

۱۱- در کدام روش فرد به منظور کاهش یا حذف پیامدهای ناخوشایند یک مشکل سعی می کند بر عوامل آن تسلط یابد؟

۰۱. مقابله هیجان محور ۰۲. مقابله رفتار محور ۰۳. مقابله مساله محور ۰۴. مقابله شناخت محور

۱۲- در کدام مرحله از نشانگان انطباق عمومی سلیه پس از تاثیر درازمدت، عوامل استرس زا دوباره ظاهر می شوند؟

۰۱. هشدار ۰۲. مقاومت ۰۳. فرسودگی ۰۴. بازگشت

۱۳- فردی که در امتحان دشوار شرکت می کند اما نمی تواند به سوالات پاسخ دهد و دلیل آن را به شرایط بیرونی نسبت می دهد از چه نوع مقابله ای استفاده می کند؟

۰۱. مساله محور ۰۲. هیجان محور ۰۳. غیر سازنده ۰۴. سازنده

۱۴- در مدل ارتباط متغیرهای مختلف از جمله استرس با بیماری کدام متغیر به پاسخ های هیجانی رفتاری و پاسخ های نوروآندوکرینی منتهی می شود؟

۰۱. عامل استرس ۰۲. تغییر و ارزیابی ۰۳. پاسخ های ایمنی ۰۴. پیامدهای بهداشتی

۱۵- مراقبت، عزت، تسلی و کمکی که سایر افراد یا گروه ها به فرد ارزانی می دارند چه نام دارد؟

۰۱. نفوذ اجتماعی ۰۲. تاثیر اجتماعی ۰۳. حمایت اجتماعی ۰۴. ارزیابی اجتماعی

۱۶- وقتی به فردی احترام می گذاریم او را تشویق می کنیم و با نظرات و احساسات او موافقت می کنیم به چه حمایتی دست زده ایم؟

۰۱. عاطفی ۰۲. ارزشی ۰۳. ابزاری ۰۴. شبکه ای

۱۷- بر اساس کدام فرضیه حمایت اجتماعی در هنگام استرس فرد را از اثرات منفی محافظت می کند؟

۰۱. تاثیر مستقیم ۰۲. تاثیر غیر مستقیم ۰۳. سپر مانند ۰۴. حمایت زیاد

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، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، علوم تربیتی گرایش تکنولوژی آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶ -
روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ -، روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۱۸- راهی است برای پیدا کردن علت ذهنی رویدادها.

۰۱. تاب آوری ۰۲. امید به زندگی ۰۳. منبع کنترل ۰۴. سلامت روانی

۱۹- کدام دسته از افراد استرسورها را تعریف می کنند و در راهبردهای مقابله ای درگیر می شوند که در تعدیل یا رفع مشکل تمرکز دارند؟

۰۱. با کنترل پایدار ۰۲. با کنترل ناپایدار ۰۳. با کنترل درونی ۰۴. با کنترل بیرونی

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

۰۱. اطلاعاتی ۰۲. شناختی ۰۳. رفتاری ۰۴. تصمیم گیری

۲۱- افراد دارای کدام تیپ شخصیتی واکنش شدیدتر و افراطی تری به محرک ها و استرسورها نشان می دهند؟

۰۱. D ۰۲. C ۰۳. B ۰۴. A

۲۲- حس انسجام توسط چه کسی و چگونه آغاز شد؟

۰۱. آنتونوسکی - سازگاری زنان با یائسگی ۰۲. کوباسا - سازگاری زنان با یائسگی
۰۳. آنتونوسکی - تفسیر از روانشناسی وجودی ۰۴. کوباسا - تفسیر از روانشناسی وجودی

۲۳- ویژگی هایی مثل اعتماد به دیگران و تلاش در جهت کمک به دیگران از مشخصه های کدام بُعد پنج عامل بزرگ شخصیت است؟

۰۱. وجدان گرایی ۰۲. گشودگی ۰۳. برون گرایی ۰۴. دلپذیری

۲۴- کدام نوع یادگیری به تاثیر عوامل اجتماعی بر رفتار اشاره دارد؟

۰۱. یادگیری اجتماعی ۰۲. یادگیری مبتنی بر تداعی
۰۳. یادگیری مشاهده ای ۰۴. یادگیری مواجهه ای

۲۵- شایعترین علت نارضایتی مندی بدنی چیست؟

۰۱. قومیت ۰۲. خانواده ۰۳. طبقه اجتماعی ۰۴. رسانه

۲۶- کدام مورد از عوامل ثابت موثر بر ادراک حالات بدنی نیست؟

۰۱. خود آگاهی ۰۲. برون گرایی ۰۳. جسمانی کردن ۰۴. عاطفه منفی



سری سوال: ۱ یک

زمان آزمون (دقیقه): ۶۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: علوم تربیتی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، علوم تربیتی گرایش تکنولوژی آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶ -
روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۲۷- ادراکات درباره اثرات اجتماعی بیماری بر زندگی فرد جزء کدامیک از جنبه های مختلف شناخت درباره بیماری است؟

۱. ماهیت ۰.۲ علت ۰.۳ پیامد ۰.۴ معالجه پذیری

۲۸- تحلیل منطقی، تدارک ذهنی و انکار شناختی جزء کدام فرایند در مدل موس و شافر است؟

۱. ارزیابی شناختی ۰.۲ تکالیف انطباقی ۰.۳ مهارت های مقابله ای ۰.۴ انطباق شناختی

۲۹- استفاده از راهبردهای اجتناب و انکار در چه مرحله ای از نقطه نظر شانتنس اتفاق می افتد؟

۱. عقب نشینی ۰.۲ مواجهه ۰.۳ شوک ۰.۴ ابهام

۳۰- تجربه اضطراب، افسردگی یا انکار شدید جزء کدام یک از انواع مشکلات سازگاری است؟

۱. تمکین ۰.۲ خود انگاری ۰.۳ اجتماعی ۰.۴ هیچجانی

1	ن
2	ن
3	ق
4	ق
5	ج
6	ق
7	ن
8	ر
9	ن
10	ن
11	ن
12	ن
13	ج
14	ج
15	ن
16	ج
17	ن
18	ن
19	ن
20	ج
21	ر
22	ق
23	ر
24	ج
25	ر
26	ج
27	ن
28	ن
29	ق
۳۰	ر

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰
زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۹۰ تشریحی: ۰
سری سوال: یک ۱

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/گد درس: علوم تربیتی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، علوم تربیتی گرایش تکنولوژی آموزشی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸.

۱- طبق تحقیقات کدامیک از بیماریهای زیر در دسته علت دو سوم مرگ و میرها در سال 1995 در ایالات متحده آمریکا نبوده است؟

۱. سکته مغزی ۲. بیماریهای قلبی ۳. سرطان ۴. دیابت

۲- موضوعاتی از قبیل سیگار کشیدن، استفاده از کمربند ایمنی و مصرف نوشابه های گازدار جزء کدام مشخصه و هدف روانشناسی سلامت از دیدگاه ماتاراتزو هستند؟

۱. علل بیماری ۲. نظام مراقبت و سیاست بهداشتی
۳. ارتقاء و حفظ سلامت ۴. پیشگیری و درمان بیماریها

۳- در کدام حیطه مرتبط با روانشناسی سلامت روابط پزشک - بیمار و نقش این روابط بر فرایند تشخیص و درمان بیماری مورد بررسی قرار می گیرد؟

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

۴- از لحاظ روش تحقیق روانشناسی مشابه روانشناسی است با این تفاوت که از روش استفاده می کند؟

۱. دارو نما ۲. گذشته نگر ۳. آینده نگر ۴. ژنتیک

۵- هدف متخصصان کدام مدل این بوده که چرا مردم در پیشگیری از بیماری ناموفق هستند؟

۱. نظریه حفظ انگیزش ۲. مدل باور سلامتی ۳. مدل های مرحله ای ۴. مدل مراحل تغییر

۶- در کدام زیر مرحله از مدل مرحله ای فرد در این مرحله از تغییر و حتی مشکل رفتاری آگاه نیست و بنابراین طرحی برای تغییر ندارد؟

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

۷- میزان باور فرد درباره توانایی دست زدن به رفتاری خاص مثل کنترل رفتاری ادراک شده تعریف کدام مفهوم است؟

۱. خودکارآمدی ۲. عزت نفس ۳. خودآگاهی ۴. همدلی

۸- امروزه کدام اختلال یکی از مهمترین موضوعات و مفاهیم روانشناختی که کارکرد فرد را در قلمرو اجتماعی، روانشناختی و جسمانی یا فیزیولوژیک را دچار اختلال می کند؟

۱. اضطراب ۲. افسردگی ۳. ترس ۴. استرس

تعداد سوالات: تستی: ۳۰: تشریحی: ۰
زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۹۰: تشریحی: ۰
سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/گد درس: علوم تربیتی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، علوم تربیتی گرایش تکنولوژی آموزشی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۹- کدام وضعیت در ارزیابی اولیه برای فرد در نظر گرفته نمی شود؟

۱. تهدید ۲. ترس ۳. ضرر ۴. چالش

۱۰- ترافیک، آلودگی صوتی و آلودگی هوا در کدام دسته از انواع استرس قرار می گیرند؟

۱. استرس حاد ۲. وقایع عمده زندگی ۳. استرس محیطی ۴. وقایع روزانه

۱۱- در کدام مرحله از مراحل سلیه اگر عوامل استرس زا پابرجا بماند مقاومت نسبت به محرکها بر اساس هورمونهای کورتکسی افزایش می یابد؟

۱. فرسودگی ۲. مقاومت ۳. هشدار ۴. درمان

۱۲- مدل لازاروس و فولکمن بیشتر چه نوع مدلی است؟

۱. تعاملی ۲. تبادلی ۳. روانشناختی ۴. ذهنی

۱۳- کدام نوع حمایت شامل کمک های دیگران است؟

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

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

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

۱۵- پرسشنامه چند بعدی منبع کنترل سلامتی توسط چه کسی ساخته شد؟

۱. روتر ۲. نورمن ۳. فوکوهارا ۴. والتسون و دی ولیس

۱۶- خانمی که درگیر فرایند زایمان است حق انتخاب های گوناگون دارد این فرد از کدام نوع کنترل استفاده میکند؟

۱. کنترل بر تصمیم گیری ها ۲. کنترل شناختی

۳. کنترل اطلاعاتی ۴. کنترل رفتاری

۱۷- فردی که در برنامه ورزشی کاهش وزن شکست خورده است ممکن است خود را آدم بی اراده ی بداند که در هیچ کاری موفق نیست که در این صورت اضطراب او بیشتر می شود. اسناد این فرد از کدام نوع است؟

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

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰
زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۹۰ تشریحی: ۰
سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/گد درس: علوم تربیتی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، علوم تربیتی گرایش تکنولوژی آموزشی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی ۱۳۱۶۵۶ -
روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ -، روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۱۸- در کدام نوع از مؤلفه های تیپ A افراد به انتقاد کردن از خود و سرزنش خویش تمایل دارند و علیرغم تلاش ها از توفیق شان احساس خشنودی نمی کنند؟

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

۱۹- کدام ویژگی شخصیتی دارای سه مؤلفه تعهد، کنترل و چالش است؟

۱. شوخ طبعی ۲. انگیزه ۳. اعتماد به نفس ۴. سخت رویی

۲۰- افراد واجد کدام ویژگی اجتماعی هستند، به دیگران اعتماد می کنند داوطلب می شوند و تلاش می کنند تا به دیگران کمک کرده و با آنها همدلی کنند؟

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

۲۱- از میان پنج عامل شخصیت کدامیک ارتباط منفی بیشتری با سلامت دارد؟

۱. نورزگرایی ۲. برون گرایی ۳. توافق طلبی ۴. هشیار بودن

۲۲- طبق نتایج تحقیقات حداقل بعد از چند بار مواجه شدن لازم است تا تغییری معنادار در ترجیح های غذایی شروع شود؟

۱. ۲ تا ۳ بار ۲. ۱۰ تا ۲۰ بار ۳. بیش از ۱۰ بار ۴. ۸ تا ۱۰ بار

۲۳- شایع ترین باور احتمالاً عبارت است از اینکه نارضایت مندی بدنی پاسخی به بازنمایی از زنان لاغر است این مسئله در کدام دسته از دلایل نارضایت مندی بدنی قرار دارد؟

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

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

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

۲۵- کدام یک از عوامل زیر در دسته عوامل پایدار مؤثر بر ادراک حالات بدنی نیست؟

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

۲۶- به ویژه در مشاوره های مشکلات جسمی مزمن کدام الگو ارتباطی بین ژزشک و بیمار اتفاق می افتد؟

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

سری سوال: ۱ یک

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۹۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/گد درس: علوم تربیتی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، علوم تربیتی گرایش تکنولوژی آموزشی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶ -
روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ -، روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۲۷- کدام گروه درباره انتقال بیماری در کلینیک نگرانی بیشتری دارند؟

۱. کودکان ۲. نوجوانان ۳. سالمندان ۴. زنان

۲۸- کدام بیماری از مهمترین عوامل مرگ و میر در جهان است و بر اثر تنگی و انسداد عروق بوجود می آید؟

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

۲۹- در کدام مرحله ی واکنش های بیماران فرد احساس میکند تفکرش از هم گسیخته و احساس گناه یاس و نومیدی دارد؟

۱. مواجهه ۲. عقب نشینی ۳. شوک ۴. درمان

۳۰- در کدام نوع درمان تصحیح الگوی ناسازگاری تفکر که موجب احساسات و رفتار مشکل دار می شود انجام می شود؟

۱. رفتار درمانی ۲. روان تحلیلی ۳. هنر درمانی ۴. شناخت درمانی

SoalatPNU.ir
مستقیماً از سایت ما خرید کنید

1211656 - 00-01-3

شماره سوال	پاسخ صحیح	وضعیت کلید
1	د	عادی
2	ج	عادی
3	الف	عادی
4	الف	عادی
5	ب	عادی
6	ج	عادی
7	الف	عادی
8	د	عادی
9	ب	عادی
10	ج	عادی
11	ب	عادی
12	ب	عادی
13	الف	عادی
14	ج	عادی
15	د	عادی
16	الف	عادی
17	ج	عادی
18	ب	عادی
19	د	عادی
20	ب	عادی
21	الف	عادی
22	د	عادی
23	الف	عادی
24	د	عادی
25	ب	عادی
26	الف	عادی
27	الف	عادی
28	د	عادی
29	الف	عادی
30	د	عادی

00-01-2



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/کد درس: علوم تربیتی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، علوم تربیتی گرایش تکنولوژی آموزشی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸.

۱- محققان و متخصصان سلامت به کدام وجه سلامت بیشتر توجه کرده اند؟

۱. جسمی ۲. روانی ۳. سلبی ۴. ایجابی

۲- مدل طبی - زیستی توسط کدام گروه مورد انتقاد قرار گرفته است؟

۱. پزشکان ۲. روان شناسان ۳. روان پزشکان ۴. روان شناسان سلامت

۳- براساس این رویکرد با استفاده از آموزش تغییر رفتار و سبک زندگی برای حفظ سلامت فرد و پیشگیری از بیماری تلاش می شود؟

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

۴- مصرف دارو و استراحت به کدام نوع رفتار مربوط است؟

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

۵- براساس این مدل احتمال اینکه افراد پیشگیری را به خوبی انجام دهند تابعی از متغیرهای مختلف است؟

۱. پیوستاری ۲. باور سلامتی ۳. رفتار مدبرانه ۴. مدل مراحل تغییر

۶- به میزان باور فرد درباره توانایی دست زدن به رفتاری خاص اتلاق می شود؟

۱. کنترل رفتاری ۲. سرمشق سازی ۳. خودکارآمدی ۴. یادگیری اجتماعی

۷- به پدر مطالعه استرس معروف است؟

۱. هانس سلیه ۲. والتر کنون ۳. لازاروس ۴. کمنی

۸- بیکاری و نداشتن مسکن جزو کدام نوع استرس می باشند؟

۱. وقایع عمده زندگی ۲. روزانه ۳. محیطی ۴. خانوادگی

۹- استرس از چند مسیر می تواند به بیماری جسمی منتهی شود؟

۱. 3 ۲. 4 ۳. 2 ۴. 5

۱۰- مؤلفه اساسی حمایت اجتماعی کدام است؟

۱. رفتاری ۲. ذهنی ۳. اجتماعی ۴. همدلی

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، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، علوم تربیتی گرایش تکنولوژی آموزشی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۱۱- وقتی مادری به فرزندش می گوید: من به تو افتخار می کنم، کدام نوع حمایت را نشان داده است؟

۱. عاطفی ۲. وسیله ای ۳. ارزشی ۴. شبکه ای

۱۲- حمایت اجتماعی بالا به واسطه کدام متغیرها بر دستگاه ایمنی بدن اثر می گذارد؟

۱. اجتماعی ۲. روان شناختی ۳. روان تنی ۴. پزشکی

۱۳- در منبع کنترل چند منبع برای پدیده ها در نظر گرفته می شود؟

۱. 3 ۲. 4 ۳. 2 ۴. 1

۱۴- کارور و همکاران چه نوع رابطه ای بین مقابله فعالانه و منبع کنترل درونی نشان دادند؟

۱. مستقیم ۲. غیرمستقیم ۳. منفی ۴. مثبت

۱۵- کدام نوع کنترل سودمندی بیشتری برای سلامتی فرد دارد؟

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

۱۶- کدام دسته از افراد بیشتر احتمال دارد الگوی رفتاری تیپ A را نشان دهند؟

۱. مردان ۲. جوانان ۳. زنان ۴. پیرها

۱۷- ویژگی شخصیتی سخت رویی متأثر از کدام مکتب روان شناسی بوده است؟

۱. گشتالت ۲. وجودی ۳. سلامت ۴. رفتارگرایی

۱۸- از میان عوامل پنجگانه شخصیت کدامیک ارتباط منفی بیشتری با سلامتی دارد؟

۱. توافق گرایی ۲. برون گرایی ۳. نوروزگرایی ۴. گشودگی

۱۹- کدام رژیم غذایی موجب ضعف سلامتی می شود؟

۱. میوه جات ۲. سبزیجات ۳. چربی های اشباع ۴. سبوس جو

۲۰- برای تغییر معنادار در ترجیح های غذایی حداقل چند بار مواجه شدن با آن لازم است؟

۱. 8 ۲. 9 ۳. 5 ۴. 6

۲۱- کدام رویکرد پرخوری را به عنوان پیامد «تغییر انگیزشی سطوح پایین خود - آگاهی» توصیف کرده است؟

۱. تغییر خلق ۲. فرار ۳. نقش انکار ۴. نقش کنترل

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/گد درس: علوم تربیتی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، علوم تربیتی گرایش تکنولوژی آموزشی، علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی آموزشی ۱۳۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۲۲- در این رویکرد، از تفاوت های فردی اشخاص در تعبیر و تفسیر احساسات بدنی صرف نظر شده است؟

۱. زیستی - طبی ۲. روان تنی ۳. الگوی پزشکی ۴. تعامل پزشک - بیمار

۲۳- بازی کردن نقش بیمار در کدام افراد بیشتر است؟

۱. دختران ۲. زنان ۳. مردان ۴. کودکان

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

۱. الگوی کاملا پزشکی ۲. الگوی عامیانه دوطرفه
۳. چشم پوشی از زبان عامیانه ۴. الگوی عامیانه باوقفه

۲۵- کدام بیماری ها دلیل عمده مرگ و میر و از کارافتادگی انسان های امروزی به شمار می روند؟

۱. مزمن ۲. حاد ۳. قلبی - عروقی ۴. روانی

۲۶- در آمریکا این بیماری ششمین علت مرگ و میر محسوب می شود؟

۱. سرطان ۲. فشار خون ۳. دیابت ۴. چربی خون

۲۷- تیلور معتقد است که در مراحل مختلف بیماری این نوع خطا در بیماران ایجاد می شود؟

۱. منطقی ۲. شناختی ۳. رفتاری ۴. هیجانی

۲۸- در مداخلات روان شناختی اصول و یافته های کدام شاخه روان شناسی کاربرد ویژه دارد؟

۱. اجتماعی ۲. سلامت ۳. بالینی ۴. فرهنگی

۲۹- این شیوه برای مسائلی بهترین کاربرد را دارند که روان زاد هستند؟

۱. شیوه های مبتنی بر مهارت های مقابله ای ۲. شیوه های حل مسأله
۳. شیوه های بازسازی شناختی ۴. شیوه های مبتنی بر بینش

۳۰- روشی است برای کمک به بیماران به منظور کسب آگاهی از ریشه های احساسات و مشکلات است؟

۱. رفتار درمانی ۲. هنر درمانی ۳. بینش درمانی ۴. روان تحلیل گری

1211656 - 00-01-2

شماره سوال	پاسخ صحیح	وضعیت کلید
1	ج	عادی
2	ب	عادی
3	ج	عادی
4	الف	عادی
5	ب	عادی
6	ج	عادی
7	الف	عادی
8	الف	عادی
9	ج	عادی
10	ب	عادی
11	ج	عادی
12	ب	عادی
13	ج	عادی
14	د	عادی
15	ب	عادی
16	الف	عادی
17	ب	عادی
18	ج	عادی
19	ج	عادی
20	الف	عادی
21	ب	عادی
22	الف	عادی
23	ب	عادی
24	د	عادی
25	الف، ب، ج، د	عادی
26	ج	عادی
27	ب	عادی
28	ج	عادی
29	الف، ب، ج، د	عادی
30	ج	عادی

99-00-3



سری سوال: یک ۱

زمان آزمون (دقیقه): تستی ۴۵ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: علوم تربیتی-علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی

آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶-روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی-روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸-۱۲۱۷۰۴۴

۱- کدام نوع کنترل با افزایش مصرف غذا در کودکان مرتبط است؟

۱. زیاد ۲. متوسط ۳. پنهان ۴. آشکار

۲- طبق نظریه سیستم ها وسیع ترین نظام کدام است؟

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

۳- کدام یک از موارد زیر جزء عوامل ثابت موثر بر ادراک بدنی نیست؟

۱. خودآگاهی ۲. نوروزگرایی ۳. عاطفه منفی ۴. برونگرایی

۴- بخش روانشناسی سلامت در چه سالی و در کدام انجمن تاسیس شد؟

۱. ۱۹۸۷-آمریکا ۲. ۱۹۷۸-آمریکا ۳. ۱۹۷۸-لندن ۴. ۱۹۸۷-لندن

۵- کدام یک از بیماری های زیر جزء اختلالات متابولیک است؟

۱. ام.اس ۲. سرطان ۳. بیماری قلبی-عروقی ۴. سرطان

۶- در نظریه موس جستجوی معنا در محدوده کدام نوع مقابله قرار می گیرد؟

۱. مساله مدار ۲. هیجان مدار ۳. اجتناب مدار ۴. ارزیابی مدار

۷- جزء کشنده و مهلک تیپ شخصیتی A کدام است؟

۱. فوریت زمانی ۲. خصومت ۳. رقابت طلبی ۴. عجله و شتاب

سری سوال: یک ۱

زمان آزمون (دقیقه): تستی ۴۵ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی ۲۴ تشریحی: ۰

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: علوم تربیتی-علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی

آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶-روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی-روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸-۱۲۱۷۰۴۴

۸- مراحل تغییر به ترتیب عبارتند از:

۱. پیش اندیشه-اندیشه-تدارک-تداوم-عمل
۲. پیش اندیشه-تدارک-اندیشه-تداوم-عمل
۳. پیش اندیشه-اندیشه-تدارک-عمل-تداوم
۴. پیش اندیشه-تدارک-اندیشه-عمل-تداوم

۹- به عادات آسیب زای سلامتی چه می گویند؟

۱. ایمنوژن های رفتاری
۲. افزایش سلامتی
۳. پاتوژن های رفتاری
۴. کاهش سلامتی

۱۰- پژوهشگران از کدام نظریه برای تبیین بولیمیا (پر خوری عصبی) استفاده کرده اند؟

۱. انکار
۲. کنترل
۳. فرار
۴. پر خوری به مثابه عود

۱۱- رژیم غذایی سالم در کدام دسته تقسیم بندی قرار می گیرد؟

۱. رفتار بیماری
۲. رفتار سلامتی
۳. رفتار نقش بیماری
۴. پاتوژن رفتاری

۱۲- عبارت ((تلاش برای نخوردن به طور متناقض احتمال پر خوری را افزایش می دهد)) به کدام دلیل پر خوری اشاره می کند؟

۱. الگوی مرز پر خوری
۲. تحلیل علی پر خوری
۳. تغییرات شناختی
۴. نظریه قرار

۱۳- رایج ترین نوع درمان روان شناختی بر چه جنبه ای تاکید دارد؟

۱. رفتاری
۲. عقلی-عاطفی
۳. شناختی
۴. شناختی-رفتاری

۱۴- الگوی زیستی-طبی از لحاظ فلسفی ریشه در افکار چه کسی دارد؟

۱. بقراط
۲. دکارت
۳. جالینوس
۴. پاستور

تعداد سوالات: تستی ۲۴ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی ۴۵ تشریحی: ۰

سری سوال: یک ۱

عنوان درس: روانشناسی سلامت، مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: علوم تربیتی-علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی

آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶-روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی-روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸-۱۲۱۷۰۴۴

۱۵- کدام یک از الگوهای ارتباطی بین پزشک و بیمار، بیماران به زبان عامیانه سخن می گویند اما به هنگام استفاده از زبان پزشکی ساکت می شوند؟

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

۱۶- سرنخ های به متغیرهای چه مدلی اضافه شده است؟

۱. رفتاری ۲. حفظ انگیزش ۳. پیوستاری ۴. رفتار مدبرانه

۱۷- در این نوع ورزش بدن حرکت نمی کند اما ماهیچه ها روی یکدیگر با وسیله ثابتی فشار داده می شوند تا تقویت شوند؟

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

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

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

۱۹- عبارت ((افرادی که برای من مهم هستند در صورت از دست دادن وزن مرا می پذیرند و من به پذیرش آنها نیازمندم)) به کدام باور زیر مربوط است؟

۱. کنترل رفتاری ادراک شده ۲. نگرش به رفتار
۳. هنجار ذهنی ۴. پیش اندیشه

۲۰- از جمله مشکلات تعریف WHO از سلامت چی می باشد؟

۱. آرمانی بودن ۲. جسمی بودن ۳. ذهنی بودن ۴. عینی بودن

1211656 - 99-00-3

شماره سوال	پاسخ صحیح	وضعیت کلید
1	د	عادی
2	ج	عادی
3	د	عادی
4	ب	عادی
5	د	عادی
6	د	عادی
7	ب	عادی
8	ج	عادی
9	ج	عادی
10	ج	عادی
11	ب	عادی
12	ب	عادی
13	الف	عادی
14	د	عادی
15	ب	عادی
16	ج	عادی
17	الف	عادی
18	د	عادی
19	ج	عادی
20	الف	عادی
21	ج	عادی
22	د	عادی
23	ج	عادی
24	الف	عادی

99-00-2



تعداد سوالات: تستی ۲۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی ۴۵ تشریحی: ۰

سری سوال: یک ۱

عنوان درس: روانشناسی سلامت-مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: علوم تربیتی-علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی

آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶-روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی-روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸-۱۲۱۷۰۴۴

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

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

۲- بیکاری از مهمترین منابع این نوع استرس است؟

۱. مزمن ۲. حاد ۳. محیطی ۴. روزانه

۳- در نظریه تی بک مستحکم ترین سطح باورها کدام هست؟

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

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

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

۵- کدام نوع کنترل به کنار آمدن موثرتر و سازگاری و بهبود فرد کمک می کند؟

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

۶- کاربرد اصول و یافته های روانشناسی در یک موقعیت خاص چه نام دارد؟

۱. حمایت اجتماعی ۲. مداخله روانشناختی ۳. روان درمانی ۴. مددکاری

۷- کدام ویژگی جنبه ای از پریشانی ذهنی است؟

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

تعداد سوالات: تستی ۲۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی ۴۵ تشریحی: ۰

سری سوال: یک ۱

عنوان درس: روانشناسی سلامت-مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: علوم تربیتی-علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی

آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶-روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی-روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸-۱۲۱۷۰۴۴

۸- قدیمی ترین نوع مکالمه درمانگری کدام است؟

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

۹- طبق تحقیقات انجام شده کدام گروه بیشتر به پزشک مراجعه می کنند؟

۱. مردان ۲. کودکان ۳. نوجوانان ۴. زنان

۱۰- شرطی شدن کلاسیک جزء مولفه های کدامیک از نظریه های رفتار سالم می باشد؟

۱. باور سلامتی ۲. نظریه یادگیری ۳. رفتار مدبرانه ۴. فرآیند پذیرش اجتماعی

۱۱- روش دارونما با کدامیک از روش های تحقیقی مطابقت دارد؟

۱. آزمایشی ۲. علی و مقایسه ای ۳. همبستگی ۴. آزمونی

۱۲- کدام یک از الگوهای زیر هیچ تاثیری بر روی ترجیح های غذایی کودکان ندارند؟

۱. کودک بزرگتر ۲. دوست ۳. قهرمان افسانه ای ۴. بزرگسال ناشناس

۱۳- چه کسی به پدر مطالعه استرس معروف است؟

۱. لازاروس ۲. هانس سلیه ۳. جیمز لانگه ۴. آدرو کوهن

۱۴- کدام یک از گزینه های زیر بیانگر معایب تعریف سلامت توسط سازمان بهداشت جهانی است؟

۱. تاکید بر جنبه روانی ۲. آرمانی بودن ۳. تاکید بر جنبه جسمی سلامت ۴. سلامت به عنوان یک مفهوم نسبی

تعداد سوالات: تستی ۲۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی ۴۵ تشریحی: ۰

سری سوال: یک ۱

عنوان درس: روانشناسی سلامت-مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: علوم تربیتی-علوم تربیتی گرایش آموزش و پرورش پیش دبستانی و دبستانی، علوم تربیتی گرایش مدیریت و برنامه ریزی

آموزشی ۱۲۱۱۶۵۶-روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی-روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸-۱۲۱۷۰۴۴

۱۵- کدام گزینه به معنای آمادگی برای انجام رفتار سلامتی است؟

۱. کنترل اعمال شده ۲. سرخ های عمل ۳. منافع یا سودمندی ۴. انگیزش سلامتی

۱۶- کدام مولفه رفتاری تیپ شخصیتی A مهمتر است؟

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

۱۷- ناتوانی در پذیرش تصویر جسمی تغییر یافته به کدام یک از مشکلات سازگاری اشاره دارد؟

۱. جسمی ۲. خودانگاری ۳. اجتماعی ۴. هیجانی

۱۸- نظریه حفظ انگیزش توسط چه فرد یا افرادی مطرح شد؟

۱. اجزن و مدن ۲. ماتراتزو ۳. راجرز ۴. دیکلمننه و پروجاسکا

۱۹- در کدام الگو پرخوری منعکس کننده تصمیم گیری فعال معرفی شده است؟

۱. مرز ۲. فراز ۳. مهار ۴. جایگزین

۲۰- کدام گروه از بیماران مشکلات تعاملی بیشتری با پزشک دارند؟

۱. کودکان ۲. زنان ۳. مردان ۴. سالخوردگان

تعداد سوال	پاسخ صحیح	وضوحیت کلید
1	الف	عادی
2	الف	عادی
3	الف	عادی
4	ج	عادی
5	ج	عادی
6	ب	عادی
7	ج	عادی
8	ب	عادی
9	د	عادی
10	ب	عادی
11	الف	عادی
12	د	عادی
13	ب	عادی
14	ب	عادی
15	د	عادی
16	ب	عادی
17	د	عادی
18	ج	عادی
19	د	عادی
20	الف	عادی

98-99-3



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/گد درس: علوم تربیتی، 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 روانشناسی عمومی روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸ - ۱۲۱۷۰۴۴

۱- مهمترین مساله بشریت چیست؟

۱. محیط زیست ۲. آب ۳. سلامت ۴. درمان

۲- در طیف سلامت- بیماری کدام عامل تعیین کننده است؟

۱. روانشناس ۲. شیوه زندگی ۳. خانواده ۴. امکانات درمانی

۳- طبق الگوی زیستی- روانی- اجتماعی و نظریه سیستم ها، شیوه زندگی در کدام نظام مطرح است؟

۱. زیستی ۲. روانشناختی ۳. اکولوژی ۴. اجتماعی

۴- کدام شخصیت در ایجاد و گسترش روانشناسی سلامت سهم بیشتری داشته است؟

۱. بایر ۲. ماتاراتزو ۳. اوگدن ۴. شوارتز

۵- طبق مطالعات روانشناسان سلامت چه چیز باعث سلامت یا بیماری می شود؟

۱. رفتار ۲. شناخت ۳. هیجان ۴. اجتماع

۶- مصرف دارو جزء کدام دسته از رفتارهای تقسیم بندی رفتاری کاسل و کوب است؟

۱. رفتار سلامتی ۲. رفتار بیماری ۳. رفتار نقش بیماری ۴. رفتار آسیب رسان

۷- آمادگی برای انجام رفتار سلامتی جزء کدام گزینه است؟

۱. انگیزش سلامتی ۲. سرنخ های عمل ۳. کنترل ادراک شده ۴. انگیزش هیجانی

۸- بالابودن شانس فرد برای ابتلا به یک بیماری در کدام مولفه نظریه حفظ انگیزش می گنجد؟

۱. وخامت ۲. آسیب پذیری ۳. خودکارآمدی ۴. ترس

۹- در کدام نظریه بر قصه ها و نيات رفتاری به عنوان پیامد ترکیب چندین باور تاکید می شود؟

۱. رفتار مدبرانه ۲. حفظ انگیزش ۳. باور سلامتی ۴. رفتار سلامتی

۱۰- طبق مدل مراحل تغییر، فرد بررسی تغییر را در چه مرحله ای شروع می کند؟

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

۱۱- فردی که به باور خطر رسیده باشد در کدام مرحله مدل فرایند پذیرش احتیاطی است؟

۱. آگاهی از مشکل ۲. تصمیم سازی ۳. ناآگاهی از مشکل ۴. انجام عمل ضروری

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، 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، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی
۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۱۲- پاسخ به مواردی با منبع نامشخص، مبهم و معمولاً ناخودآگاه چه نامیده می شود؟

۱. ترس ۲. اضطراب ۳. استرس ۴. هراس

۱۳- کدام مورد در ارزیابی ثانویه فرد مطرح است؟

۱. ضرر ۲. تهدید ۳. چالش ۴. پاسخ های مقابله ای

۱۴- بیکاری از مهمترین منابع این نوع استرس است؟

۱. مزمن ۲. حاد ۳. محیطی ۴. روزانه

۱۵- به باور هلمز و راهه اطلاع از کدام نوع استرس سلامت آینده فرد را پیش بینی پذیر می کند؟

۱. وقایع روزانه ۲. وقایع عمده زندگی ۳. استرس های محیطی ۴. استرس های خانوادگی

۱۶- در کدام رویکرد سنجش حمایت اجتماعی به برتری شبکه روابط اجتماعی واقعی فرد پرداخته می شود؟

۱. ساخت گرای ۲. عملکردی ۳. اراده گرای ۴. شناخت گرای

۱۷- افزایش حمایت اجتماعی، کاهش در ترشح کدام هورمون را در پی دارد؟

۱. اپی نفرین ۲. نوراپی نفرین ۳. تیروئید ۴. کورتیزول

۱۸- مفهوم منبع کنترل بعنوان یک متغیر موثر بر سلامت در راستای کدام نظریه است؟

۱. عقلانی-عاطفی ۲. شناختی ۳. یادگیری اجتماعی ۴. رفتاری-شناختی

۱۹- کدام جزء منبع کنترل سلامتی، در تصمیمات، اعمال شخصی و وضعیت سلامتی فرد را تعیین کننده است؟

۱. شانس ۲. درونی بودن ۳. دیگران قدرتمند ۴. سرسختی

۲۰- طبق نظریه اسناد، تبیین و اسناد فرد افسرده چگونه است؟

۱. کلی، بیرونی و ناپایدار ۲. کلی، درونی و پایدار ۳. اختصاصی، درونی و ناپایدار ۴. اختصاصی، بیرونی و پایدار

۲۱- کدام نوع کنترل به کنار آمدن موثرتر و سازگاری و بهبودی بعدی فرد کمک می کند؟

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

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، 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

۲۲- کدام مولفه رفتاری تیپ شخصیتی A مهمتر است؟

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

۲۳- کدام یک از عوامل 5 گانه شخصیت، ارتباط منفی تری با سلامت دارد؟

۱. وجدان گرایی ۲. نوروگرایی ۳. توافق گرایی ۴. گشودگی به تجربه

۲۴- درباره رفتار غذا خوردن کدام رویکرد بر اهمیت یادگیری و تجربه تاکید دارد؟

۱. تحولی ۲. شناختی ۳. رفتاری ۴. انگیزشی

۲۵- کدام مولفه، الگوهای شناختی را برای پیش بینی رفتار اجتماعی با شکست مواجه ساخته اند؟

۱. بازخوردها ۲. هنجارهای اجتماعی ۳. رفتار هدفمند ۴. کنترل رفتاری ادراک شده

۲۶- در کدام الگو، پرخوری منعکس کننده تصمیم گیری فعال معرفی شده است؟

۱. مرز ۲. فرار ۳. مهار ۴. جایگزین

۲۷- افراد دارای نمره بالا در کدام ویژگی، تجارب بیشتری از علائم بدنی در قیاس با دیگران گزارش می کنند؟

۱. نوروگرا ۲. خودآگاه ۳. عاطفه منفی ۴. جسمانی کردن

۲۸- کدام گروه از بیماران مشکلات تعاملی بیشتری با پزشک دارند؟

۱. کودکان ۲. زنان ۳. مردان ۴. سالخوردگان

۲۹- اولین عامل مرگ و میر در کشور کدام است؟

۱. بیماری قلبی- عروقی ۲. سرطان ۳. تصادفات ۴. دیابت

۳۰- ناتوانی در پذیرش تصویر جسمی تغییر یافته به کدام یک از انواع مشکلات سازگاری اشاره دارد؟

۱. جسمی ۲. خودانگاری ۳. اجتماعی ۴. هیجانی

98-99-1



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

- ۱- "ورزش" در کدام جزء الگوی الگوی زیستی-روانی-اجتماعی جای می گیرد؟
 ۱. زیستی
 ۲. روانی
 ۳. اجتماعی
 ۴. یادگیری
- ۲- طبق نظریه ی سیستم ها، کدام نظام در سلامت ما گستره ی وسیع تری دارد؟
 ۱. روانشناختی
 ۲. اجتماعی
 ۳. زیستی
 ۴. اکولوژیکی
- ۳- در طیف سلامت-بیماری عامل تعیین کننده کدام است؟
 ۱. روانشناس
 ۲. شیوه زندگی
 ۳. خانواده
 ۴. امکانات درمانی
- ۴- "فرهنگ" ذیل کدام نظام نظریه سیستم ها مطرح است؟
 ۱. زیستی
 ۲. روانشناختی
 ۳. اکولوژی
 ۴. اجتماعی
- ۵- کدام یک از مدل های پیوستاری رفتار سلامت نیست؟
 ۱. حفظ انگیزش
 ۲. باور سلامتی
 ۳. رفتار مدبرانه
 ۴. یادگیری اجتماعی
- ۶- روانشناسان سلامت بر حسب تحقیقات علمی چه عاملی را سبب سلامت یا بیماری می دانند؟
 ۱. رفتار
 ۲. شناخت
 ۳. هیجان
 ۴. اجتماع
- ۷- آمادگی برای انجام رفتار سلامتی جزء کدام گزینه است؟
 ۱. انگیزش سلامتی
 ۲. سرنخ های عمل
 ۳. کنترل ادراک شده
 ۴. انگیزش هیجانی
- ۸- بالابودن شانس فرد برای ابتلا به یک بیماری در کدام مولفه نظریه حفظ انگیزش می گنجد؟
 ۱. وخامت
 ۲. آسیب پذیری
 ۳. خودکارآمدی
 ۴. ترس
- ۹- در کدام نظریه بر قصه ها و نیات رفتاری به عنوان پیامد ترکیب چندین باور تاکید می شود؟
 ۱. رفتار مدبرانه
 ۲. حفظ انگیزش
 ۳. باور سلامتی
 ۴. رفتار سلامتی
- ۱۰- "شروع بررسی تغییر" در چه مرحله ای از مدل مراحل تغییر، مطرح می شود؟
 ۱. پیش اندیشه
 ۲. اندیشه
 ۳. آمادگی
 ۴. عمل
- ۱۱- "فردی که به باور خطر رسیده" در کدام مرحله مدل فرایند پذیرش احتیاطی است؟
 ۱. آگاهی از مشکل
 ۲. تصمیم سازی
 ۳. ناآگاهی از مشکل
 ۴. انجام عمل ضروری

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

۱۲- در تبیین رفتار سلامتی، کدام گزینه به مدل ماورای نظریه شهرت دارد؟

۱. یادگیری اجتماعی ۲. باور سلامتی ۳. حفظ انگیزش ۴. مراحل تغییر

۱۳- رابطه بین چه متغیرهایی، کلیدی ترین موضوع مورد مطالعه در استقرار روانشناسی سلامت است؟

۱. استرس-ناکامی ۲. هیجان-اضطراب ۳. استرس-بیماری ۴. استرس-سلامت

۱۴- کدام مورد به ارزیابی ثانویه فرد در مدل لازاروس اشاره دارد؟

۱. ضرر ۲. چالش ۳. تهدید ۴. پاسخ های مقابله ای

۱۵- به باور هلمز و راهه اطلاع از کدام نوع استرس سلامت آینده فرد را پیش بینی پذیر می کند؟

۱. وقایع روزانه ۲. وقایع عمده زندگی ۳. استرس های محیطی ۴. استرس های خانوادگی

۱۶- "توضیحات استاد درس مقدمات روانشناسی سلامت در مورد نحوه برگزاری کلاس و آزمون درس"، به کدام نوع حمایت اجتماعی اشاره دارد؟

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

۱۷- افزایش حمایت اجتماعی، کاهش در ترشح کدام هورمون را در پی دارد؟

۱. اپی نفرین ۲. نوراپی نفرین ۳. کورتیزول ۴. تیروئید

۱۸- کدام خصیصه از ویژگی های افراد با منبع کنترل درونی است؟

۱. هدف مداری ۲. عصبی تر بودن ۳. بی اعتمادی ۴. تحریک پذیری

۱۹- کدام جزء منبع کنترل سلامتی، در تصمیمات، اعمال شخصی و وضعیت سلامتی فرد نقش تعیین کننده دارد؟

۱. شانس ۲. درونی بودن ۳. دیگران قدرتمند ۴. سرسختی

۲۰- کدام نوع کنترل، در کنار آمدن موثرتر، سازگاری و بهبودی بعدی فرد کمک می کند؟

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

۲۱- همه ی مولفه ها "جز مولفه ی"، درباره سخت رویی درست است؟

۱. کنترل ۲. تعهد ۳. حمایت ۴. چالش

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

۲۲- کدام مولفه رفتاری تیپ شخصیتی A مهمتر است؟

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

۲۳- کدام عامل 5 گانه شخصیت، ارتباط منفی تری با سلامت دارد؟

۱. وجدان گرایی ۲. نوروگرایی ۳. توافق گرایی ۴. گشودگی به تجربه

۲۴- کدام رویکرد بر اهمیت یادگیری و تجربه در رفتار غذا خوردن تاکید دارد؟

۱. تحولی ۲. شناختی ۳. رفتاری ۴. انگیزشی

۲۵- کدام مولفه، الگوهای شناختی را برای پیش بینی رفتار اجتماعی با شکست مواجه ساخته اند؟

۱. بازخوردها ۲. هنجارهای اجتماعی ۳. رفتار هدفمند ۴. کنترل رفتاری ادراک شده

۲۶- در کدام الگو، پرخوری منعکس کننده تصمیم گیری فعال معرفی شده است؟

۱. مرز ۲. فرار ۳. مهار ۴. جایگزین

۲۷- افراد دارای نمره بالا در کدام ویژگی، تجارب بیشتری از علائم بدنی در قیاس با دیگران گزارش می کنند؟

۱. نوروگرا ۲. خودآگاه ۳. عاطفه منفی ۴. جسمانی کردن

۲۸- کدام گروه از بیماران مشکلات تعاملی بیشتری با پزشک دارند؟

۱. کودکان ۲. زنان ۳. مردان ۴. سالخوردهگان

۲۹- اولین عامل مرگ و میر در کشور ایران کدام است؟

۱. بیماری قلبی- عروقی ۲. سرطان ۳. تصادفات و سوانح ۴. دیابت

۳۰- ناتوانی در پذیرش تصویر جسمی تغییر یافته به کدام یک از انواع مشکلات سازگاری اشاره دارد؟

۱. جسمی ۲. خودانگاری ۳. اجتماعی ۴. هیجانی

1211656 - 98-99-1

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

97-98-3



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- 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

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

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. نوروزگرایی
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

SoalatPNU.ir
مستقیماً از سایت ما خرید کنید

1211656 - 97-98-3

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

97-98-2



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/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- 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

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

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. پر خوابی ۳. پر خوری 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

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

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

SoalatPNU.ir
مستقیماً از سایت ما خرید کنید

1211656 - 97-98-2

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

97-98-1



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

۱- مهمترین مساله بشریت چیست؟

۱. محیط زیست ۲. آب ۳. سلامت ۴. درمان

۲- در طیف سلامت- بیماری کدام عامل تعیین کننده است؟

۱. روانشناس ۲. شیوه زندگی ۳. خانواده ۴. امکانات درمانی

۳- طبق الگوی زیستی- روانی- اجتماعی و نظریه سیستم ها، شیوه زندگی در کدام نظام مطرح است؟

۱. زیستی ۲. روانشناختی ۳. اکولوژی ۴. اجتماعی

۴- کدام شخصیت در ایجاد و گسترش روانشناسی سلامت سهم بیشتری داشته است؟

۱. بایر ۲. ماتاراتزو ۳. اوگدن ۴. شوارتز

۵- طبق مطالعات روانشناسان سلامت چه چیز باعث سلامت یا بیماری می شود؟

۱. رفتار ۲. شناخت ۳. هیجان ۴. اجتماع

۶- مصرف دارو جزء کدام دسته از رفتارهای تقسیم بندی رفتاری کاسل و کوب است؟

۱. رفتار سلامتی ۲. رفتار بیماری ۳. رفتار نقش بیماری ۴. رفتار آسیب رسان

۷- آمادگی برای انجام رفتار سلامتی جزء کدام گزینه است؟

۱. انگیزش سلامتی ۲. سرنخ های عمل ۳. کنترل ادراک شده ۴. انگیزش هیجانی

۸- بالابودن شانس فرد برای ابتلا به یک بیماری در کدام مولفه نظریه حفظ انگیزش می گنجد؟

۱. وخامت ۲. آسیب پذیری ۳. خودکارآمدی ۴. ترس

۹- در کدام نظریه بر قصه ها و نیات رفتاری به عنوان پیامد ترکیب چندین باور تاکید می شود؟

۱. رفتار مدبرانه ۲. حفظ انگیزش ۳. باور سلامتی ۴. رفتار سلامتی

۱۰- طبق مدل مراحل تغییر، فرد بررسی تغییر را در چه مرحله ای شروع می کند؟

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

۱۱- فردی که به باور خطر رسیده باشد در کدام مرحله مدل فرایند پذیرش احتیاطی است؟

۱. آگاهی از مشکل ۲. تصمیم سازی ۳. ناآگاهی از مشکل ۴. انجام عمل ضروری

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

۱۲- پاسخ به مواردی با منبع نامشخص، مبهم و معمولاً ناخودآگاه چه نامیده می شود؟

۱. ترس ۲. اضطراب ۳. استرس ۴. هراس

۱۳- کدام مورد در ارزیابی ثانویه فرد مطرح است؟

۱. ضرر ۲. تهدید ۳. چالش ۴. پاسخ های مقابله ای

۱۴- بیکاری از مهمترین منابع این نوع استرس است؟

۱. مزمن ۲. حاد ۳. محیطی ۴. روزانه

۱۵- به باور هلمز و راهه اطلاع از کدام نوع استرس سلامت آینده فرد را پیش بینی پذیر می کند؟

۱. وقایع روزانه ۲. وقایع عمده زندگی ۳. استرس های محیطی ۴. استرس های خانوادگی

۱۶- در کدام رویکرد سنجش حمایت اجتماعی به برتری شبکه روابط اجتماعی واقعی فرد پرداخته می شود؟

۱. ساخت گرایی ۲. عملکردی ۳. اراده گرایی ۴. شناخت گرایی

۱۷- افزایش حمایت اجتماعی، کاهش در ترشح کدام هورمون را در پی دارد؟

۱. اپی نفرین ۲. نوراپی نفرین ۳. تیروئید ۴. کورتیزول

۱۸- مفهوم منبع کنترل بعنوان یک متغیر موثر بر سلامت در راستای کدام نظریه است؟

۱. عقلانی-عاطفی ۲. شناختی ۳. یادگیری اجتماعی ۴. رفتاری-شناختی

۱۹- کدام جزء منبع کنترل سلامتی، در تصمیمات، اعمال شخصی و وضعیت سلامتی فرد را تعیین کننده است؟

۱. شانس ۲. درونی بودن ۳. دیگران قدرتمند ۴. سرسختی

۲۰- طبق نظریه اسناد، تبیین و اسناد فرد افسرده چگونه است؟

۱. کلی، بیرونی و ناپایدار ۲. کلی، درونی و پایدار ۳. اختصاصی، درونی و ناپایدار ۴. اختصاصی، بیرونی و پایدار

۲۱- کدام نوع کنترل به کنار آمدن موثرتر و سازگاری و بهبودی بعدی فرد کمک می کند؟

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

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

۲۲- کدام مولفه رفتاری تیپ شخصیتی A مهمتر است؟

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

۲۳- کدام یک از عوامل 5 گانه شخصیت، ارتباط منفی تری با سلامت دارد؟

۱. وجدان گرایی ۲. نوروگرایی ۳. توافق گرایی ۴. گشودگی به تجربه

۲۴- درباره رفتار غذا خوردن کدام رویکرد بر اهمیت یادگیری و تجربه تاکید دارد؟

۱. تحولی ۲. شناختی ۳. رفتاری ۴. انگیزشی

۲۵- کدام مولفه، الگوهای شناختی را برای پیش بینی رفتار اجتماعی با شکست مواجه ساخته اند؟

۱. بازخوردها ۲. هنجارهای اجتماعی ۳. رفتار هدفمند ۴. کنترل رفتاری ادراک شده

۲۶- در کدام الگو، پرخوری منعکس کننده تصمیم گیری فعال معرفی شده است؟

۱. مرز ۲. فرار ۳. مهار ۴. جایگزین

۲۷- افراد دارای نمره بالا در کدام ویژگی، تجارب بیشتری از علائم بدنی در قیاس با دیگران گزارش می کنند؟

۱. نوروگرا ۲. خودآگاه ۳. عاطفه منفی ۴. جسمانی کردن

۲۸- کدام گروه از بیماران مشکلات تعاملی بیشتری با پزشک دارند؟

۱. کودکان ۲. زنان ۳. مردان ۴. سالخوردگان

۲۹- اولین عامل مرگ و میر در کشور کدام است؟

۱. بیماری قلبی- عروقی ۲. سرطان ۳. تصادفات ۴. دیابت

۳۰- ناتوانی در پذیرش تصویر جسمی تغییر یافته به کدام یک از انواع مشکلات سازگاری اشاره دارد؟

۱. جسمی ۲. خودانگاری ۳. اجتماعی ۴. هیجانی

1211656 - 97-98-1

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

96-97-3



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

۱- فشارهای گروه همسالان، والدین و رسانه ها مربوط به کدام مولفه سلامت است؟

۱. مولفه معنوی ۰۱
۲. مولفه زیستی ۰۲
۳. مولفه اجتماعی ۰۳
۴. مولفه روانی ۰۴

۲- ملغمه ای از عناصر رشته های علوم رفتاری است که بر حفظ سلامتی و پیشگیری از بیماریها و درمان تمرکز دارد؟

۱. سلامت رفتاری ۰۱
۲. پزشکی رفتاری ۰۲
۳. روانشناسی پزشکی ۰۳
۴. پزشکی روان تنی ۰۴

۳- از لحاظ روش تحقیق تفاوت روان شناسی سلامت با روانشناسی، به علت استفاده از کدام روش است؟

۱. پلاسبو ۰۱
۲. آینده نگر ۰۲
۳. گذشته نگر ۰۳
۴. ژنتیک ۰۴

۴- به معنای آمادگی برای انجام رفتار سلامتی است؟

۱. کنترل ادراک شده ۰۱
۲. سرنخ های عمل ۰۲
۳. منافع یا سودمندی ۰۳
۴. انگیزش سلامتی ۰۴

۵- کدام مساله باورهای افراد مهم در زندگی فرد درباره ی یک رفتار را بازنمایی می کند و باعث افزایش انگیزش فرد برای پذیرش چنین باورهایی می شود؟

۱. هنجار ذهنی ۰۱
۲. نگرش به رفتار ۰۲

۳. کنترل رفتار ادراک شده ۰۳
۴. هنجار عینی ۰۴

۶- در کدام مرحله مدل مراحل تغییر عملا کمتر احتمال برگشت است با این حال باز هم حمایت خانواده و دوستان با اهمیت است؟

۱. پیش اندیشه ۰۱
۲. اندیشه ۰۲
۳. حفظ و تداوم ۰۳
۴. عمل ۰۴

۷- چه کسی به پدر مطالعه استرس معروف است؟

۱. لازاروس ۰۱
۲. هانس سلیه ۰۲
۳. جیمز لانگه ۰۳
۴. آدر و کوهن ۰۴

۸- اینکه فرد مبتلا به سرطان احتمال بدهد که می میرد مربوط به کدام وضعیت ارزیابی اولیه است؟

۱. ضرر ۰۱
۲. تهدید ۰۲
۳. چالش ۰۳
۴. از دست دادن ۰۴

۹- طلاق و مشاجرات خانوادگی مربوط به کدام نوع استرس است؟

۱. وقایع عمده زندگی ۰۱
۲. وقایع روزانه ۰۲

۳. استرس هاس محیطی ۰۳
۴. استرس های خانوادگی ۰۴

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

۱۹- جدیدترین و رایج ترین نظریه شخصیتی که هم از لحاظ نظری و هم از دید عملی مورد توجه قرار گرفته کدام است؟

۱. نظریه صفات
۲. نظریه برن رویتر

۳. نظریه پنج عامل بزرگ شخصیتی
۴. نظریه کتل

۲۰- مجموعه ای از ویژگی هایی هم چون خویشتن داری (نظم و ترتیب، وظیفه شناسی، تعمق) مربوط به کدام جنبه از مدل پنج عاملی شخصیت است؟

۱. وجدان گرایی
۲. گشودگی نسبت به تجربه

۳. دلبذیری
۴. برون گرایی

۲۱- تحلیل علی رفتار خوردن اولین بار توسط چه کسی توصیف شد؟

۱. هرمان و بولیوی
۲. اگدن و واردل

۳. ویلسون

۴. بروج

۲۲- در کدام نوع ورزش هدف کسب انرژی کوتاه و شدید بدون افزایش مقدار اکسیژن است؟

۱. ایزوکنتیک
۲. ایزومتریک

۳. هوازی

۴. بی هوازی

۲۳- نارضایتی‌مندی بدنی بیشتر در چه کسانی وجود دارد؟

۱. کودکان
۲. زنان

۳. بزرگسالان

۴. مردان

۲۴- جنبه ای کلی از پریشانی ذهنی که شامل انواع حالات خلقی تنفر آمیز مثل خشم و بی اعتمادی و.. است؟

۱. نوروزگرایی
۲. عاطفه منفی

۳. جسمانی کردن

۴. خودآگاهی

۲۵- در کدام الگوی ارتباطی بین پزشک و بیمار مشاوره عمدتاً مشکل زا است؟

۱. چشم پوشی از زبان عامیانه
۲. الگوی عامیانه با وقفه

۳. الگوی کاملاً پزشکی
۴. الگوی عامیانه دو طرفه

۲۶- وقتی بیماری از خود می پرسد "من چطور اینگونه شده ام" بر کدام جنبه شناخت بیماری تمرکز دارد؟

۱. ماهیت
۲. پیامد

۳. علت

۴. سیر بیماری

۲۷- کدام بیماری از مهمترین عوامل مرگ و میر در جهان است؟

۱. سرطان
۲. بیماری عروق کرونر قلب

۳. دیابت
۴. سکته مغزی

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

۲۸- طراحی وقایع و اهدافی که رضایت و خشنودی کوتاه مدت برای بیمار فراهم می کند مربوط به کدام نوع مقابله مساله محور است؟

۱. اقدام به حل مساله
۲. جستجوی اطلاعات و حمایت
۳. تدارک برای آینده مبهم
۴. تعیین پاداش های جایگزین

۲۹- در کدام نوع درمان تصحیح الگوی نارسای تفکر که خود موجب احساسات و رفتار مشکل دار شده اند، انجام می شود؟

۱. شناخت درمانگری
۲. رفتار درمانی
۳. روان تحلیلی
۴. هنر درمانی

۳۰- در نظریه بک مستحکم ترین سطح باورها کدامند؟

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

1211656 - 96-97-3

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

96-97-2



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

۱- تعریف سازمان جهانی بهداشت از سلامت دارای دو وجه است آن دو کدامند؟

۱. جسمی و روانی
۲. ایجابی و سلبی
۳. سلبی و روانی
۴. روانی و ایجابی

۲- چه بیماری هایی سلامتی سالمندان را تهدید می کند؟

۱. سرطان و دیابت
۲. بیماریهای عفونی
۳. بیماریهای مزمن
۴. بیماریهای قلبی و عروقی

۳- در روش گذشته نگر چه چیزهایی مورد بررسی قرار می گیرد؟

۱. گذشته و آینده افراد
۲. گذشته و سابقه افراد
۳. بیماریها و سلامت افراد
۴. آینده و سلامت افراد

۴- ایمونونژنهای رفتاری چه نوع رفتاری هستند؟

۱. عادات آسیب زا
۲. رفتارهای حافظ سلامت
۳. رفتارهای آسیب زا
۴. رفتارهای افزایش سلامت

۵- در ارزیابی تهدیدی فرد چه چیزی را ارزیابی و در ارزیابی مقابله ای فرد چه چیزی را ارزیابی می کند؟

۱. پیروزی - خودش
۲. محیط اطراف - تجربه
۳. تجربه - محیط اطراف
۴. خودش - پیروزی

۶- چه کسی مدل فرآیند پذیرش احتیاطی را ارائه داد؟

۱. وینشتاین
۲. بندورا
۳. اوجزن
۴. اوگدن

۷- مهمترین و کلیدی ترین موضوع که مطالعه آن نقش زیادی در استقرار روانشناسی سلامت داشته چیست؟

۱. رابطه بیمار و بیماری
۲. رابطه استرس و بیماری
۳. رابطه روانشناس و بیماری
۴. رابطه علم سلامت و بیماری

۸- رفتارگرایهای امریکایی نشان داده اند که ادراک استرس توسط افراد به چه مقوله ها و متغیرهایی وابسته است؟

۱. عوامل برونی، عوامل شخصی
۲. عوامل شخصی، عوامل برونی
۳. عوامل محیطی، عوامل انسانی
۴. عوامل انسانی، عوامل محیطی

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

۹- عامل اصلی رشد و گسترش بیماری هاچه نام دارد؟

۱. استرس ۲. قند خون ۳. فشار خون ۴. غدد، هورمون ها

۱۰- مشهورترین تعریف حمایت اجتماعی توسط چه کسی مطرح شد؟

۱. کوپ ۲. ساراسون ۳. گیلوت ۴. استپتو

۱۱- افزایش حمایت اجتماعی با میزان کدام هورمون ربط دارد؟

۱. کورتیزول ۲. رشد ۳. اپی نفرین ۴. نور اپی نفرین

۱۲- حمایت اجتماعی با تکثیر کدام سلول ها ربط دارد؟

۱. لنفوسیتی T-سلولهای کشنده طبیعی (nk) ۲. سلولهای موجود در خون
۳. سلولهای مغز ۴. سلولهای عفونی شده در خون

۱۳- مفهوم منبع کنترل در واقع چگونه خصیصه ای است و ابتدا توسط چه کسی مطرح شد.

۱. شخصیتی - راتر ۲. عمومی - راتر
۳. فردی - والستون ۴. شخصی - والستون

۱۴- یکی از جنبه های مفهوم کنترل فردی خودکارآمدی است که توسط چه کسی مطرح شد؟

۱. راتر ۲. بندورا ۳. والستون ۴. اولیری

۱۵- چه نوع افرادی از نظر جسمی سالمتر و بیماریهای قلبی و فشار خون در آنها کمتر است؟

۱. افراد دارای کنترل هیجانی ۲. افراد دارای کنترل درونی
۳. افراد دارای کنترل بیرونی ۴. افراد دارای کنترل عصبی

۱۶- در کدام الگوی رفتاری سطح رقابت پایین است و فوریت زمان و خصومت وجود ندارد؟

۱. تیپ A ۲. تیپ B ۳. تیپ C ۴. تیپ D

۱۷- سه مولفه سخت رویی طبق نظریه کوباسا چیست؟

۱. کنترل، تعهد و چالش ۲. کنترل، محیط و زمان
۳. چالش، حس انسجام و عدم کنترل ۴. چالش، حس عدم انسجام و کنترل

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

۱۸- شایعترین علت بیماری و مرگ زودرس در ایالت متحده چیست؟

۱. بیماریهای قلبی
۲. بیماریهای عروقی
۳. مصرف تنباکو
۴. مصرف سیگار

۱۹- یک رژیم غذایی سالم شامل چه نوع غذاهایی است؟

۱. کربوهیدرات زیاد و کم چرب
۲. کربوهیدرات کم و پر چرب
۳. کربوهیدرات زیاد و قند کم
۴. کربوهیدرات کم و قند زیاد

۲۰- تلاش برای نخوردن بطور متناقض چه چیزی را افزایش می دهد؟

۱. احتمال پرخوری
۲. احتمال لاغر شدن
۳. احتمال چاقی
۴. احتمال کم خوری

۲۱- وزنه برداری چه نوع ورزشی است؟

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

۲۲- در اصطلاح بالینی به احساسات بدنی چه می گویند؟

۱. احساس
۲. نشانه
۳. علائم بدنی
۴. علائم جسمی

۲۳- بین آسیب به بافت و نشانه ها چه رابطه ای وجود دارد؟

۱. تعاملی
۲. خطی
۳. موقتی
۴. زیستی

۲۴- در این الگو بیماران به زبان عامیانه سخن می گویند، اما به هنگام استفاده پزشک از زبان پزشکی ساکت می شوند؟

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

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

۲۵- بیماری های غیر واگیر چند درصد مرگ و میرها را تشکیل می دهند؟

۱. 46% . ۲. 59%

۳. 70% . ۴. 24%

۲۶- تلاش به منظور فهم بیماری و جستجوی معنایی بر آن کدام مقابله را معرفی می کند؟

۱. مساله دار . ۲. ارزیابی مدار

۳. هیجان مدار . ۴. عاطفه مدار

۲۷- اولین عامل مرگ و میر در ایران چیست؟

۱. بیماریهای قلبی و عروقی . ۲. سرطان

۳. تصادف . ۴. دیابت نوع A

۲۸- درمانگری شناختی رفتاری، میانجیگری شناختی چه چیزی را بعنوان هسته بنیادین درمان در نظر می گیرد؟

۱. رفتار . ۲. مقابله

۳. تفاوت های فردی . ۴. مشکلات روحی روانی

۲۹- کدام باورها مستحکم ترین و درونی ترین سطح باورها را تشکیل می دهند؟

۱. هسته ای . ۲. درونی

۳. بیرونی

۴. واسطه ای

۳۰- کدام روش درمانی برای کمک به بیماران به منظور کسب آگاهی از ریشه های احساسات و مشکلات است؟

۱. بینش درمانی . ۲. رفتار درمانی

۳. کنترل استرس . ۴. ریلکسیشن

1211656 - 96-97-2

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

96-97-1



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 حیثه 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 ایمونولوژی

۶- در کدام مرحله از مدل مراحل تغییر فرد بررسی تغییر را شروع میکند. 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 کانون 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 دائمی 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. مواجه 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. آگدن 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. نوروزگرایی

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 کاملا 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 نومییدی 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 خودارتنقایی
۴. تخلیه هیجانی

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 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

SoalatPNU.ir
مستقیماً از سایت ما خرید کنید

1211656 - 96-97-1

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

95-96-3



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

۱- مهمترین مزیت تعریف WHO از سلامت چیست؟

۱. تأکید بر کامل بودن فرد
۲. تمرکز بر چند بعدی بودن سلامت
۳. تأکید بر جنبه روان شناختی سلامت
۴. تأکید بر مدل زیستی-طبی

۲- الگوی زیستی-روانی و اجتماعی سلامت توسط چه کسی معرفی شده است؟

۱. جورج انگل
۲. ماتاراتزو
۳. لازاروس
۴. اوگدن

۳- کدام الگوی روان شناسی سلامت ریشه در روان تحلیل گری دارد؟

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

۴- کدام مورد از جمله ایمونوزن های رفتاری محسوب می شود؟

۱. مصرف سیگار
۲. چربی های مضر
۳. مسواک زدن
۴. مواد مخدر

۵- نظریه حفظ انگیزش توسط چه کسی مطرح شده است؟

۱. راجرز
۲. آجزن و مدن
۳. پروچاسکا
۴. وینشتاین

۶- سرمشق سازی مستقیم و سرمشق سازی نمادین از جمله فرایندهای بسیار مهم در کدام نظریه می باشند؟

۱. یادگیری
۲. یادگیری اجتماعی
۳. رفتارمدبرانه
۴. شرطی شدن کلاسیک

۷- مقبول ترین رویکرد نسبت به استرس که توسط لازاروس و فلکمن عنوان شد، چه نام دارد؟

۱. رویکرد تبدالی
۲. رویکرد تعاملی
۳. رویکرد فیزیولوژیک
۴. رویکرد شناختی

۸- بیکار شدن و نداشتن مسکن از جمله کدام نوع استرس ها به شمار می روند؟

۱. طبیعی و آزمایشگاهی
۲. محیطی
۳. وقایع عمده زندگی
۴. وقایع روزانه

۹- براساس مراحل نشانگان انطباق عمومی هانس سلیه زخم های معده و روده در کدام مرحله رخ می دهد؟

۱. هشدار
۲. مقاومت
۳. فرسودگی
۴. هشدار و مقاومت

۱۰- ساراسون و همکارانش حمایت اجتماعی را یک مفهوم می دانند.

۱. یک بعدی
۲. چندبعدی
۳. ذهنی
۴. روان شناختی

۱۱- وقتی مادری به فرزندش می گوید: «من به تو افتخار می کنم.» از کدام نوع حمایت استفاده کرده است؟

۱. عاطفی
۲. اطلاعاتی
۳. ارزشی
۴. مادی

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

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

۱. کورتیزول ۲. اپی نفرین ۳. نوراپی نفرین ۴. آدرنالین

۱۳- افرادی که معتقدند رویدادها به دلیل پیچیدگی زیاد محیط، غیر قابل پیش بینی هستند، دارای کدام نوع منبع کنترل می باشند؟

۱. درونی ۲. بیرونی ۳. خودکنترلی ۴. توهم کنترل

۱۴- توانایی استفاده از فرایندها یا راهکارهای فکری برای تعدیل استرس چه نوع کنترلی محسوب می شود؟

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

۱۵- کدام گروه از افراد هرگاه به بیماری مزمن مبتلا شوند بهتر با بیماری خود کنار می آیند و در فرایند توان بخشی خود نقش سازنده ای ایفاء می کنند؟

۱. افرادی که کنترل شان بیرونی است. ۲. افرادی که کنترل شان درونی است.
۳. افرادی که بهداشت روانی بالایی دارند. ۴. افرادی که بهداشت روانی پائین دارند.

۱۶- جزء کشنده و مهلک تیپ شخصیتی A کدام است؟

۱. عصبانیت و خصومت ۲. رقابت طلبی ۳. فوریت زمانی ۴. عجله و شتاب

۱۷- ویژگی شخصیتی سخت رویی متأثر از کدام مکتب روان شناسی است؟

۱. انسان گرا ۲. رفتارگرا ۳. وجودی ۴. گشتالت

۱۸- افرادی که انواع هیجانات منفی از جمله ترس، شرم و احساس گناه را تجربه می کنند در کدام مقیاس نمره بالا بدست می آورند؟

۱. برون گرایی ۲. درون گرایی ۳. وجدان گرایی ۴. نوروز گرایی

۱۹- از میان سبک های زندگی نقش کدام رفتارها در بیماری ها با اهمیت است؟

۱. غذاخوردن ۲. ورزش کردن ۳. تجربه استرس ۴. غذاخوردن و ورزش کردن

۲۰- اینکه بدن روی ترجیح های غذایی ذاتی خودش تأکید می کند، چه نام دارد؟

۱. عقل بدن ۲. آزادی بدن ۳. بهترین انتخاب ۴. تغذیه آزاد

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 ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

۲۱- نارضایت مندی بدنی بیشتر در چه کسانی دیده می شود؟

۱. مردان ۲. زنان ۳. جوانان ۴. کودکان

۲۲- کدام یک از موارد زیر جزء عوامل ثابت مؤثر بر ادراک حالات بدنی می باشد؟

۱. برون گرایی ۲. سایکوز گرایی ۳. خودآگاهی ۴. عاطفه مثبت

۲۳- کدام گزینه صحیح است؟

۱. زنان بیشتر از مردان به پزشک مراجعه می کنند.
۲. زنان کمتر از مردان بیماری های مزمن را تجربه می کنند.
۳. مردان سریع تر مریض می شوند.
۴. زنان سریع تر می میرند.

۲۴- بر اساس الگوهای ارتباطی بین پزشک و بیمار، کدام نوع الگو باعث ایجاد احساس همدلی می شود؟

۱. عامیانه با وقفه ۲. کاملا پزشکی ۳. چشم پوشی عامیانه ۴. عامیانه دو طرفه

۲۵- در این مرحله فرد احساس می کند تفکرش از هم گسیخته شده است؟

۱. شوک ۲. مواجهه ۳. انکار ۴. عقب نشینی

۲۶- طبق کدام نظریه نظام های روان شناختی همانند سیستم های جسمی از فرایند تعادل حیاتی و تعادل جویی تبعیت می کنند؟

۱. بحران موس ۲. ارزیابی شناختی ۳. انطباق شناختی ۴. تغییر در نقش

۲۷- به نظر تیلور و همکاران اگر بیماران خود را با افراد بدتر از خویش مقایسه کنند به چه نتیجه ای منجر می شود؟

۱. کاهش عزت نفس ۲. افزایش عزت نفس ۳. سازگاری ۴. تخلیه هیجانی

۲۸- کدام گروه از روان شناسان بهتر می توانند به سازگاری بیماران دچار بیماری های مزمن کمک کنند؟

۱. اجتماعی و سلامت ۲. تربیتی و مشاوره ۳. سلامت و بالینی ۴. شخصیت

۲۹- کاربرد اصول و یافته های روان شناسی در یک موقعیت خاص چه نام دارد؟

۱. حمایت اجتماعی ۲. مداخله روان شناختی ۳. روان درمانی ۴. مددکاری

۳۰- کدام نوع روان درمانی برای درمان بیماری های مزمن مفید است؟

۱. رفتاردرمانی ۲. هنردرمانی ۳. روان تحلیل گری ۴. شناختی-رفتاری

1211656 - 95-96-3

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

95-96-2



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

۱- الگوی زیستی- روانی اجتماعی به وسیله ی چه کسی مطرح شد؟

۱. پاستور ۲. کرتیس ۳. انتونوفسکی ۴. جورج انگل

۲- بر اساس کدام حیطه از روان شناسی سلامت ، عوامل روان شناختی نه تنها پیامدهای بیماری اند بلکه به شیوه ای ناهوشیار در ایجاد بیماری نیز سهیم اند؟

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

۳- کدام دانشمند رویکرد زیستی- طبی را با چالش مواجه کرد؟

۱. پاستور ۲. جورج انگل ۳. آنتونوفسکی ۴. کرتیس

۴- مصرف سیگار و مواد مخدر جزء کدام دسته از رفتارهاست؟

۱. رفتار بیماری ۲. پاتوژن رفتاری ۳. ایمونوژن رفتاری ۴. رفتار نقش بیماری

۵- بازنمایی باورهای افراد مهم در زندگی فرد درباره یک رفتار را در اصطلاح چه می گویند؟

۱. نگرش به رفتار ۲. هنجار ذهنی ۳. کنترل رفتاری ادراک شده ۴. باور سلامتی

۶- میزان باور فرد درباره توانایی دست زدن به رفتاری خاص چه نام دارد؟

۱. خودکارآمدی ۲. شرطی شدن عامل ۳. شرطی شدن کلاسیک ۴. پذیرش احتیاطی

۷- در نظریه لازاروس از استرس کدام فاکتور نقش کلیدی دارد؟

۱. ارزیابی ۲. عوامل بیرونی ۳. عوامل درونی ۴. عوامل روان شناختی

۸- وقتی موش را در آب سرد پرت می کنیم چه نوع استرسی پیدا می کند؟

۱. حاد ۲. مزمن ۳. آزمایشگاهی ۴. محیطی

۹- مکانیسم عملکرد اپی نفرین در تولید استرس کدام است؟

۱. تاثیر بر متابولیسم گلوکز ۲. افزایش برون ده قلبی ۳. افزایش فشار خون ۴. آسیب به عضله

۱۰- راه های محافظت حمایت اجتماعی از نظر کوهن چیست؟

۱. ارزیابی شناختی و تعدیل واکنش ۲. نگرش مثبت و احساس تعلق ۳. تعدیل واکنش و نگرش مثبت ۴. ارزیابی شناختی و احساس تعلق

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 ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

- ۱۱- کدامیک از سلول های زیر به واسطه حمایت اجتماعی افزایش می یابد و توانایی مقابله با سرطان را بالا می برد؟
 ۱. NK . ۲. همه سلول های ایمنی . ۳. سلول های بنیادی . ۴. سلول های تهاجمی
- ۱۲- این نوع حمایت شامل کمک های مستقیم دیگران است؟
 ۱. حمایت ابزاری . ۲. حمایت ارزشی . ۳. حمایت اطلاعاتی . ۴. حمایت عاطفی
- ۱۳- اینکه فرد اقداماتی برای کاهش اثرات منفی یک موقعیت استرس زا انجام دهد مربوط به کدام نوع کنترل است؟
 ۱. شناختی . ۲. خودکارآمدی . ۳. اطلاعاتی . ۴. رفتاری
- ۱۴- از دیدگاه کدام دانشمند رابطه مثبت بین مقابله فعالانه و منبع کنترل درونی وجود دارد؟
 ۱. لازاروس . ۲. فلکمن . ۳. کارور . ۴. راتر
- ۱۵- طبق پژوهش ها ادراک کنترل پایین با تغییر در کدام سلول ها در پاسخ به استرس حاد همراه است؟
 ۱. افزایش سلول T . ۲. کاهش سلول های B . ۳. کاهش سلول T . ۴. افزایش لنفوسیت ها
- ۱۶- کدام نوع از انواع تیپ های شخصیتی آمادگی ابتلا به سرطان را دارند؟
 ۱. تیپ A . ۲. تیپ B . ۳. تیپ C . ۴. تیپ D
- ۱۷- کدام دسته از انواع تیپ های شخصیتی تصور می کنند که شبانه روز 24ساعته برایشان کم است؟
 ۱. D . ۲. C . ۳. B . ۴. A
- ۱۸- فردی که در مقیاس وجدان گرایی نمره بالا کسب می کند کدام ویژگی را داراست؟
 ۱. انگیزش بالا . ۲. خشونت . ۳. سهل گیری . ۴. کنترل بیرونی
- ۱۹- الگوهای رفتاری که در افراد به صورت عادت در آمده اند در اصطلاح چه نام دارند؟
 ۱. عوامل خطرزا . ۲. سبک زندگی . ۳. الگوهای تحولی . ۴. یادگیری اجتماعی
- ۲۰- وزنه برداری جزء کدام دسته از ورزش هاست؟
 ۱. ایزومتریک . ۲. ایزوتونیک . ۳. ایزوکنیتیک . ۴. بی هوازی

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

۲۱- اینکه به واسطه رفتار عدم بازداری فرد بتواند خلق منفی را با خلق موقتی که به واسطه خوردن ایجاد شده پنهان کند
بر کدام فرضیه دلالت دارد؟

۱. فرایند عجیبی غریب کنترل ذهنی
۲. فرضیه پنهان کردن
۳. نظریه فرار
۴. فروپاشی انگیزشی

۲۲- کدام ویژگی روحی شامل انواع حالات خلقی تنفر امیز مثل خشم، بی اعتمادی و احساس ترس گناه است؟

۱. خودآگاهی
۲. جسمانی کردن
۳. نورو گرای
۴. عاطفه منفی

۲۳- در کدام الگوی ارتباطی مشاوره ها بر مشکلات روان شناختی متمرکزاند؟

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

۲۴- در استفاده از کدام الگوی ارتباطی مشاوره کارکرد مناسبی ندارد؟

۱. الگوی کاملا پزشکی
۲. عامیانه دو طرفه
۳. عامیانه باوقفه
۴. چشم پوشی از زبان عامیانه

۲۵- در اولین مرحله در سیر بیماری واکنش بیمار چگونه است؟

۱. شوک
۲. افسردگی
۳. مواجهه
۴. خشم

۲۶- تبعیت نظام های روان شناختی از فرایند تعادل حیاتی راهکار کدام منطبق است؟

۱. نظریه بحران موس
۲. سازگاری
۳. اختلال در سازش
۴. تغییر در هویت فردی

۲۷- آوردن کلماتی درباره پیامدهای غیرقابل اجتناب بیماری در اصطلاح چه نام دارد؟

۱. پذیرش مجدد
۲. تخلیه هیجانی
۳. اقدام به حل مسئله
۴. مقابله ارزیابی مدار

۲۸- قدیمی ترین نوع مداخله درمانگری کدام است؟

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

۲۹- کدام یک از موارد زیر جزء تکنیک های درمانگری شناختی- رفتاری از دیدگاه دبسون است؟

۱. شیوه های حل مسئله
۲. تغییر رفتار
۳. شناخت قابلیت تغییر
۴. باورهای هسته ای

۳۰- کمک به بیماران برای کسب آگاهی از ریشه های احساسات و مشکلات مربوط به کدام موضوع است؟

۱. رفتار درمانی
۲. شناخت تحلیل گری
۳. بینش درمانی
۴. هنر درمانی

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 ۱۲۱۱۶۵۶ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴ -
روانشناسی ۱۲۱۷۲۵۸

SoalatPNU.ir
مستقیماً از سایت ما خرید کنید

1211656 - 95-96-2

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