



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 دروس

✓ 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 خویشتن تمایل دارند؟

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

۳- 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

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. آجرن و مدن ۲. مانتاززو ۳. راجرز ۴. دیکلمنته 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. تبدیلی ۴. همبستگی

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

۱. ذهنی ۲. روان شناختی ۳. تبدیلی 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 صحیح	وضعیت کلید
1	د	عادی
2	ج	عادی
3	ب	عادی
4	ب	عادی
5	الف	عادی
6	الف	عادی
7	د	عادی
8	الف	عادی
9	د	عادی
10	ج	عادی
11	ج	عادی
12	الف	عادی
13	الف	عادی
14	د	عادی
15	الف	عادی
16	ج	عادی
17	ب	عادی
18	ب	عادی
19	د	عادی
20	ب	عادی
21	ب	عادی
22	د	عادی
23	ب	عادی
24	ج	عادی
25	ج	عادی
26	د	عادی
27	الف	عادی
28	ج	عادی
29	د	عادی
30	الف	عادی

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 ۲. مزمن ۳. عفونی ۴. روانی

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

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

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

۱. تخصصی بودن روانشناسی سلامت ۲. پیشگیری و درمان بیماری های جسمی و روانی ۳. بین رشته ای بودن هر سه رشته ۴. 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 ۲. مسیر تغییرات فیزیولوژیک ۳. رفتاری ۴. 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 ۲. گذشته نگر ۳. دارونما ۴. علی-مقایسه ای

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

۱. رفتار حافظ سلامت ۲. رفتار نقش بیماری ۳. رفتار مشکل ساز ۴. پاتوژن رفتاری

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

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

تعداد سواالت: 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 خوداگاهی
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: 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

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

۱. ماهیت ۲. علت ۳. پیامد ۴. معالجه پذیری

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

۱. ارزیابی شناختی ۲. تکالیف انطباقی ۳. مهارت های مقابله ای ۴. انطباق شناختی

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

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

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

۱. تمکین ۲. خود انگاری ۳. اجتماعی ۴. هیجانی

1	ن
2	ن
3	الف
4	الف
5	ج
6	الف
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	الف
23	ر
24	ج
25	ر
26	ج
27	ن
28	ن
29	الف
30	ر

00-01-2



99-00-3

</

9

3

9

1211656 - 9

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

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

