

تعداد سوالات: تستی: ۴۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

سری سوال: یک ۱

عنوان درس: بهداشت روانی

www.PnuNews.com

رشته تحصیلی/کد درس: امور تربیتی ۱۲۱۱۳۹۸ - روانشناسی (روانشناسی عمومی) (۱۲۱۷۰۳۰ - علوم تربیتی (مشاوره و راهنمایی) (چندبخشی) ۱۲۱۷۱۸۵ - روانشناسی (چندبخشی) ۱۲۱۷۱۸۵ -

۱- کدام یک از طبقات اجتماعی جامعه بالاترین میزان روان درمانی را در بیمارستانها داشته اند؟

۱. طبقات بالای اجتماع
۲. طبقات متوسط
۳. طبقات پایین اجتماعی
۴. طبقات پایین و متوسط

۲- از نظر کینز برگ بهداشت روانی مستلزم تسلط و مهارت در کدام محیطهای زندگی است؟

۱. عشق، کار، تفریح
۲. خانواده، کار، تفریح
۳. خانواده، مدرسه، جامعه
۴. خانواده، مدرسه، اداره

۳- به نظر چه کسی بهداشت روانی به معنای سازش فرد با جهان اطراف است. با حداکثر امکان، به طوری که باعث شادی و برداشت مفید و موثر به طور کامل می شود؟

۱. کینزبرگ
۲. واتسون
۳. کارل منینجر
۴. راجرز

۴- بهداشت روانی را کدام گزینه زیر بهتر بیان کرده است؟

۱. پیشگیری از بروز بیماریهای روانی برای برخورداری از تعادل روانی و ایجاد رابطه و سازگاری با محیط
۲. درمان بیماریهای روانی، پیشگیری از بیماری مجدد و ایجاد رابطه سالم با دیگران
۳. پیشگیری از بروز و شیوع بیماریهای روانی در شرایط مختلف اجتماعی و سازگاری با مشکلات
۴. سازگاری با محیط و رفع نیازهای ضروری روان شناختی و ایجاد تعامل موفق با دیگران

۵- برای اجرای برنامه های پیشگیری از بیماریهای روانی به چه بررسی هایی نیاز است؟

۱. بررسیهای اتیولوژیک و اپیدمیولوژیک
۲. بررسی بیماریهای جسمانی و روانی
۳. بررسی میزان بروز و شیوه بیماریها
۴. بررسی علل و عوامل بیماریها

۶- از دیدگاه کدامیک از مکاتب زیر مسائلی مانند آلودگی صوتی و هوا بهداشت روان را به مخاطره می اندازد؟

۱. مکتب انسان گرایی
۲. مکتب زیست گرایی
۳. مکتب بوم شناسی
۴. مکتب روان کاوی

۷- کدام مکتب بر نقش سلامت بافت ها و اندام های بدن بر بهداشت روانی تاکید دارد؟

۱. رفتار گرایی
۲. بوم شناختی
۳. انسان گرایی
۴. زیست گرایی

۸- طرحهای بیماریابی به کدام نوع پیشگیری مربوط می شود؟

۱. پیشگیری اولیه
۲. پیشگیری ثانوی
۳. پیشگیری ثالث
۴. همه موارد

تعداد سوالات: تستی: ۴۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: بهداشت روانی

www.PnuNews.com

رشته تحصیلی/کد درس: امور تربیتی ۱۲۱۱۳۹۸ - روانشناسی (روانشناسی عمومی) ۱۲۱۷۰۳۰ - علوم تربیتی (مشاوره و راهنمایی) چندبخشی ۱۲۱۷۱۸۵ - روانشناسی (چندبخشی) ۱۲۱۷۱۸۵

۹- کدام پیشگیری به فعالیتهای توان بخشی و آموزش مهارتهای شغلی و اجتماعی تکیه دارد؟

- ۰۱ پیشگیری اولیه      ۰۲ پیشگیری ثانوی      ۰۳ پیشگیری ثالث      ۰۴ همه موارد

۱۰- اساس نوروژ چیست؟

- ۰۱ هنگامی که من در کنش اداره و هماهنگ کردن نیازها و امیال شکست بخورد.  
۰۲ من از تعارض بین نهاد و من جلوگیری کند یا تعارض را حل کند.  
۰۳ من از تعارض بین فرامن و من جلوگیری کند یا تعارض را حل کند.  
۰۴ اساس ایجاد نوروژ استفاده از مکانیزمهای دفاعی است

۱۱- "من" محصول کدام عامل زیر است؟

- ۰۱ وراثت      ۰۲ نهاد      ۰۳ یادگیری      ۰۴ هر سه

۱۲- " مفاهیم و مقررات اجتماع و خانواده" در کدام سازمان شخصیتی تبلور می یابد؟

- ۰۱ من      ۰۲ نهاد      ۰۳ فرامن      ۰۴ هر سه

۱۳- کدام مکانیسم دفاعی زیر در حکم عمل مقدماتی کلیه فعالیتهای دفاعی روانی بوده و به تبعید غیر ارادی افکار و انگیزه های ناپسند به درون شعور تاریک ذهن مربوط می شود؟

- ۰۱ واپس رانی (سرکوبی)      ۰۲ فرونشانی  
۰۳ واپس روی      ۰۴ واکنش وارونه

۱۴- چرا بزرگسالان برای کاهش تعارض من و فرامن ، من برتر را به منابع قدرت بیرونی مانند دین و حکومت و قانون منتقل می کنند؟

- ۰۱ برای کاهش اضطرب      ۰۲ برای حل تعارض  
۰۳ برای رفع تکلیف و مسئولیت      ۰۴ برای کاهش شرمساری و ناراحتی

۱۵- این عبارت درباره کدام مکانیسم دفاعی عنوان شده است؟ یک تدبیر مقدماتی است که من برای حفظ ترکیب خود بکار می برد.

- ۰۱ جابجایی      ۰۲ والایش      ۰۳ واپس زنی      ۰۴ واپس روی

۱۶- در کدام مکانیسم دفاعی کودک هرگز از موضوع هدف اصلی خود صرف نظر نخواهد کرد؟

- ۰۱ واپس روی      ۰۲ جبران      ۰۳ والایش      ۰۴ جابجایی

تعداد سوالات: تستی: ۴۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: بهداشت روانی

www.PnuNews.com

رشته تحصیلی/کد درس: امور تربیتی ۱۲۱۱۳۹۸ - روانشناسی (روانشناسی عمومی) ۱۲۱۷۰۳۰ - علوم تربیتی (مشاوره و راهنمایی) چندبخشی ۱۲۱۷۱۸۵ - روانشناسی (چندبخشی) ۱۲۱۷۱۸۵

۱۷- عادی ترین تجلی مکانیزم دفاعی بازگشت یا واپس روی چیست؟

۰۱. ناکامی  
۰۲. پرخاشگری  
۰۳. خواب و خواب دیدن  
۰۴. گریه و بدخلقی

۱۸- کدام مکانیسم دفاعی را می توان مرحله مقدماتی همانند سازی تلقی کرد؟

۰۱. برون فکنی  
۰۲. درون فکنی  
۰۳. جابجایی  
۰۴. جبران

۱۹- هنگامی که ذهن هشیار از پذیرش وجود تهدید بالقوه امتناع می کند از چه مکانیسمی استفاده می کند؟

۰۱. تبدیل  
۰۲. واپس روی  
۰۳. انکار  
۰۴. واپس رانی

۲۰- پرخاشگری نسبت به خود چه آسیبی را ممکن است ایجاد کند؟

۰۱. جریحه دار شدن غرور  
۰۲. تخریب و خودکشی  
۰۳. اضطراب و استرس  
۰۴. برون فکنی

۲۱- زایمان یا یائسگی جزو کدام طبقه از استرسها محسوب می شود؟

۰۱. استرس روانی  
۰۲. استرس پاتولوژیک  
۰۳. استرس فیزیولوژیک  
۰۴. استرس درونی

۲۲- رفتار نوع A توسط چه کسانی شناخته شد؟

۰۱. فریدمن و روزمن  
۰۲. لازاروس  
۰۳. کاکس و مک کی  
۰۴. کاگان و لوی

۲۳- کدام یک از گزینه های زیر جزء مواردی است که در زمان تحریک سیستم سمپاتیک، موجب آمادگی فرد برای فعالیت عضلانی شدید می شود؟

۰۱. کاهش سرعت انعقاد خون  
۰۲. افزایش سرعت انعقاد خود  
۰۳. افزایش ترشح هورمون  
۰۴. کاهش جریان خون به عضلات

۲۴- اگر نمره کلی فردی در مقیاس دگرگونی زندگی بر اساس نشانگان سازگاری کلی (GAS) پایین تر از ۱۰۰ باشد به چه معناست؟

۰۱. مقاومت کم و احتمال بالا برای ابتلا به بیماریها  
۰۲. مقاومت کم و احتمال کم برای ابتلا به بیماریها  
۰۳. مقاومت بالا و احتمال کم برای ابتلا به بیماریها  
۰۴. مقاومت بالا و احتمال بالا برای ابتلا به بیماریها

تعداد سوالات: تستی: ۴۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: بهداشت روانی

www.PnuNews.com

رشته تحصیلی/کد درس: امور تربیتی ۱۲۱۱۳۹۸ - روانشناسی (روانشناسی عمومی) ۱۲۱۷۰۳۰ - علوم تربیتی (مشاوره و راهنمایی) چندبخشی ۱۲۱۷۱۸۵ - روانشناسی (چندبخشی) ۱۲۱۷۱۸۵

۲۵- بر اساس جدول نشانه های فشار روانی چگونه می توان فشار روانی بالای خود را تخمین زد؟

- ۰۱. داشتن بیش از ۳ نشانه در مدت یک هفته
- ۰۲. داشتن بیش از ۵ نشانه در مدت یک هفته
- ۰۳. داشتن بیش از ۳ نشانه در مدت یک ماه
- ۰۴. داشتن بیش از ۵ نشانه در مدت یک ماه

۲۶- کدامیک از روشهای زیر برای کسب آرامش مفید است؟

- ۰۱. مصرف کافئین
- ۰۲. مصرف مواد قندی
- ۰۳. حمام آب سرد
- ۰۴. حمام آب گرم

۲۷- کلمن(۱۹۹۰) اندوه قرن بیستم را چه چیز می دانست؟

- ۰۱. تعارض
- ۰۲. ناکامی
- ۰۳. فشار روانی
- ۰۴. پرخاشگری

۲۸- نشانه های مرضی کدام اختلال اضطرابی زیر به صورتی است که گویی شخص دچار حمله قلبی شده است؟

- ۰۱. اضطراب تعمیم یافته
- ۰۲. اضطراب ربعی
- ۰۳. فوبی
- ۰۴. اختلال فشار روانی پس از سانحه

۲۹- در سوانحی مانند تصادف با اتومبیل احتمال ابتلا به کدام اختلال اضطرابی بیشتر است؟

- ۰۱. اضطراب تعمیم یافته
- ۰۲. اضطراب ربعی
- ۰۳. فوبی
- ۰۴. اختلال فشار روانی پس از سانحه

۳۰- کدام گزینه درباره دل بستگی کودک به والدین صحیح است؟

- ۰۱. دل بستگی کودک به مادر همیشه و همه جا بیش از پدر است.
- ۰۲. در موقعیتهای تهدید آمیز دل بستگی کودک به هر دو والد یکسان است.
- ۰۳. در موقعیتهای فاقد تهدید دل بستگی کودک به هر دو والد یکسان است.
- ۰۴. در موقعیتهای فاقد تهدید دل بستگی کودک به مادر بیش از پدر است.

۳۱- از دیدگاه کردار شناسان نقش پذیری در بسیاری حیوانات به چه معناست؟

- ۰۱. نقش پدری یا مادری را ایفا کردن
- ۰۲. نقش همسالان را تقلید کردن
- ۰۳. چسبیدن به مادر و دنبال کردن او
- ۰۴. تقلید از مادر و همانند سازی با او

۳۲- در حال حاضر تمایل به تغذیه کودک با شیر مادر در کدام طبقه اجتماعی رونق بیشتری یافته است؟

- ۰۱. مادران جوان و طبقه کم درآمد
- ۰۲. طبقه بالا و طبقه متوسط
- ۰۳. طبقه بالا
- ۰۴. مادران جوان و طبقات متوسط

تعداد سوالات: تستی: ۴۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: بهداشت روانی

www.PnuNews.com

رشته تحصیلی/کد درس: امور تربیتی ۱۲۱۱۳۹۸ - روانشناسی (روانشناسی عمومی) ۱۲۱۷۰۳۰ - علوم تربیتی (مشاوره و راهنمایی) چندبخشی ۱۲۱۷۱۸۵ - روانشناسی (چندبخشی) ۱۲۱۷۱۸۵

۳۳- بچه های مطرود یا محروم از محبت خانواده ممکن است با چه مشکلاتی مواجه باشند؟

۱. بیماریهای روان تنی
۲. اختلال دلبستگی
۳. اختلال تکلم فرار از منزل
۴. اختلال تکلم

۳۴- کدام گزینه درباره عقب ماندگی عاطفی صحیح است؟

۱. ناپختگی عاطفی در زنها بیش از مردها است.
۲. ناپختگی عاطفی در مردها بیش از زن ها است.
۳. پسران بیش از دختران در معرض ناپختگی عاطفی هستند.
۴. دختران بیش از پسران در معرض ناپختگی عاطفی هستند.

۳۵- در چه دوره ای انسان بیش از سایر دوره های زندگی نیاز به حمایت، کمک و تفاهم بیشتری دارد؟

۱. دوره خردسالی
۲. دوره بلوغ
۳. دوره پیری
۴. دوره میانسالی

۳۶- چرا معمولاً نوجوانان از وضع جسمانی و قیافه خود ناراضی هستند؟

۱. آنها اطمینان ندارند که به صورت طبیعی رشد کرده اند یا میکنند یا نه؟
۲. انعطاف پذیری لازم برای پذیرش تغییرات جسمانی را ندارند.
۳. نوجوانان خودپنداره و ادراک از خود ضعیفی دارند.
۴. تغییرات هورمونی دوره بلوغ موجب این نارضایتی ها می شود.

۳۷- بر اساس نظر کلمن، بحران بلوغ چیست؟

۱. همزمانی تغییرات فیزیولوژیکی و رشد اجتماعی کودک
۲. تداخل زمانی چندین مسئله و لزوم سازگاری نهایی با همه تغییرات
۳. سن اوج تنش، ناسازگاری و تعارض با اعضای خانواده و والدین
۴. تشویش ناشی از مقابله و جذب شدن در گروه همسن

۳۸- لوینسون فراگیر ترین تکلیف دوره اوایل بزرگسالی را چه می داند؟

۱. ایجاد رابطه صمیمانه
۲. تشکیل رويا
۳. گزیدن شغل
۴. بدست آوردن مهارتها

سری سوال: ۱ یک

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۶۰ تشریحی: ۰

تعداد سوالات: تستی: ۴۰ تشریحی: ۰

عنوان درس: بهداشت روانی

www.PnuNews.com

رشته تحصیلی/کد درس: امور تربیتی ۱۲۱۱۳۹۸ - روانشناسی (روانشناسی عمومی) ۱۲۱۷۰۳۰ - علوم تربیتی (مشاوره و راهنمایی) چندبخشی ۱۲۱۷۱۸۵ - روانشناسی (چندبخشی) ۱۲۱۷۱۸۵

۳۹- مهمترین عامل در موفقیت زندگی زناشویی چیست؟

۱. رشد عاطفی و فکری      ۲. رشد جسمانی      ۳. داشتن امکانات مالی      ۴. تشابه تحصیلات

۴۰- در چه زمانی عدم تشابه مذهبی اشکالی برای ازدواج دختر و پسر ایجاد نمی کند؟

۱. زمانی که نخواهند بچه دار شوند و مذهب خودشان را به او یاد دهند.  
۲. زمانی که بخواهند بچه دار شوند و مذهب خودشان را به او یاد دهند.  
۳. زمانی که هیچکدام از آنها پایبندی و تعصب شدید به مذهبشان ندارند.  
۴. زمانی که هر دو تعصب و پایبندی شدید به مذهبشان دارند.