



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

سری سوال: یک ۱

عنوان درس: مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴

۱- کدامیک از گزینه های زیر تعریف صحیح سلامت از سازمان جهانی بهداشت می باشد؟

۱. سلامت یعنی حالت خوب بودن کامل از لحاظ فقط جسمی
۲. سلامت و بیماری دو مفهوم مرتبط است که میتوان آنها را به صورت نسبی تصور کرد
۳. سلامت یعنی حالت خوب بودن کامل از لحاظ جسمی، روانی و اجتماعی یعنی برجسته ایجابی تاکید شده .
۴. سلامت و بیماری دو مفهوم کاملاً جدا و متمایز از یکدیگر است.

۲- کدامیک از گزینه های زیر اساس رویکرد الگوی زیستی - طبی برای درک مفهوم سلامت و بیماری شد؟

۱. پیشرفت های پزشکی-اعتقاد به جدایی جسم و روان
۲. پیشرفت های پزشکی- کشف میکروب
۳. پیشرفت های علم تشریح- اختراع میکروسکوپ
۴. پیشرفت های علم تشریح- کشف میکروب

۳- تعریف زیر در برگیرنده کدام حیطه مرتبط با روان شناسی سلامت است؟

" در این الگو با استفاده از روش های تحلیل رفتار و تکنیک هایی چون رفتار درمانی و تغییر رفتار به درمان مشکلاتی چون فشار خون اساسی، اعتیاد و چاقی اقدام می شود. "

۱. پزشکی روان تنی
۲. پزشکی رفتاری
۳. روان شناسی پزشکی
۴. پژوهش های ژنتیکی

۴- کدامیک از تعاریف زیر تعریف رفتار بیماری از دیدگاه کاسل و کوب است؟

۱. رفتاری که به منظور خوب شدن و معالجه انجام می شود.
۲. رفتاری که پس از تشخیص بیماری انجام می شود.
۳. رفتاری که به منظور پیشگیری از بیماری انجام می شود.
۴. رفتاری که به منظور جستجوی علاج بیماری انجام می شود.

۵- نظریه های رفتارهای سالم را می توان به دو طبقه عمده تقسیم کرد، آن دو مدل را مشخص کنید.

۱. مدل های باور سلامتی-مدل های مراحل تغییر
۲. مدل های مراحل تغییر - مدل های فرایند پذیرش احتیاطی
۳. مدل های پیوستاری- مدل های مرحله ای
۴. مدل های باور سلامتی- مدل های پیوستاری

۶- بر اساس کدام نظریه نیت ها باید به عنوان طرح های عمل برای رسیدن به اهداف رفتاری تعبیر شوند؟

۱. نظریه خودکارآمدی
۲. نظریه یادگیری اجتماعی
۳. نظریه یادگیری
۴. نظریه رفتار مدبرانه



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴

۷- در کدام مدل توانایی های فرد و چگونگی مقابله او با وقایع و محیط به طور مجزا سنجیده می شود و بعد در صورت بروز مسئله رابطه فرد با محیط بررسی می شود؟

۰۱. مدل تعاملی ۰۲. مدل شناختی ۰۳. مدل مسأله محور ۰۴. مدل هیجان محور

۸- مقابله مسأله مدار جزء کدامیک از مراحل می باشد؟

۰۱. ارزیابی اولیه ۰۲. ارزیابی ثانویه ۰۳. کنترل ۰۴. چالش

۹- مقابله مسأله محور، مقابله غالب کدام افراد است؟

۰۱. افراد با اسناد درونی ۰۲. افراد با اسناد کلی ۰۳. افراد با اسناد بیرونی ۰۴. افراد با اسناد فراگیر

۱۰- اگر مادری به فرزند خود بگوید: به تو افتخار میکنم، این حمایت جزء کدامیک از انواع حمایت است؟

۰۱. حمایت ارزشی ۰۲. حمایت اطلاعاتی ۰۳. حمایت عاطفی ۰۴. حمایت ابزاری

۱۱- بر اساس کدام مدل صرف نظر از وجود یا عدم وجود استرس، حمایت اجتماعی همواره برای سلامتی مفید است؟

۰۱. فرضیه تأثیر مستقیم ۰۲. فرضیه سپرمانند ۰۳. ارزیابی شناختی ۰۴. افزایش واکنش بیماری

۱۲- حمایت اجتماعی چه تغییراتی در شاخص های ایمنی ایجاد می کند؟

۰۱. تکثیر سلول های لنفوسیتی T، افزایش سطوح سلول های کشنده طبیعی NK
۰۲. کاهش سلول های لنفوسیتی T، افزایش سطوح سلول های کشنده طبیعی NK
۰۳. تکثیر سلول های لنفوسیتی T، کاهش سطوح سلول های کشنده طبیعی NK
۰۴. کاهش سلول های لنفوسیتی T، کاهش سطوح سلول های کشنده طبیعی NK

۱۳- مفهوم منبع کنترل (Locus of control) در ابتدا توسط چه کسی و در راستای کدام نظریه مطرح شد؟

۰۱. راتر - نظریه یادگیری ۰۲. راتر - نظریه یادگیری اجتماعی
۰۳. بندورا - نظریه یادگیری ۰۴. بندورا - نظریه یادگیری اجتماعی

۱۴- درجه ای که فرد احساس می کند اعمال یا عوامل بیرون از خود مسئول حالت سلامتی او هستند، تعریف کدام منبع کنترل است؟

۰۱. منبع کنترل بیرونی ۰۲. منبع کنترل سلامتی ۰۳. منبع کنترل شناختی ۰۴. منبع کنترل اطلاعاتی



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴

۱۵- بیماری که تحت شیمی درمانی است و به جای فکر کردن به عوارضی چون تب، لرز و تهوع به تصورات مثبتی درباب بهبود بیماری توجه خود را معطوف میکند از کدام کنترل استفاده می کند؟

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

۱۶- انصراف توجه (Distraction) جزء کدامیک از انواع کنترل است؟

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

۱۷- افشای هیجانی در کدام تیپ شخصیتی پایین است؟

۱. تیپ A
۲. تیپ B
۳. تیپ C
۴. تیپ D

۱۸- افراد واجد این ویژگی اجتماعی هستند، به دیگران اعتماد می کنند، داوطلب کمک به دیگران می شوند و با دیگران همدلی می کنند؟

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

۱۹- از نقطه نظر متخصصان روان تنی، افسردگی با چه بیماری در ارتباط است؟

۱. بیماری قلبی
۲. سرطان
۳. دیابت
۴. فشار خون

۲۰- کدامیک از گزینه های زیر نشان دهنده تغییرات شناختی در پر خوری رژیم گیرنده ها است؟

۱. انکار
۲. فروپاشی انگیزشی
۳. الگوی مرز
۴. محرومیت

۲۱- کدام نظریه بر ترجیحات غذایی ذاتی بدن تأکید دارد؟

۱. نظریه عقل بدن
۲. نظریه الگوی تحولی
۳. نظریه فرار
۴. نظریه تغییر خلق

۲۲- تجربه علائم جسمی در غیاب پاتولوژی فیزیکی زیربنای معرف کدام گزینه است؟

۱. نوروزگرایی
۲. عوامل گذرا
۳. جسمانی کردن
۴. عاطفه منفی

۲۳- نگرانی در مورد اینکه چقدر بیماری بر فرد اثر می گذارد، نشان دهنده کدام جنبه از شناخت بیماری است؟

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



تعداد سوالات: تستی: ۳۰ تشریحی: ۰

زمان آزمون (دقیقه): تستی: ۵۰ تشریحی: ۰

سری سوال: ۱ یک

عنوان درس: مقدمات روانشناسی سلامت

رشته تحصیلی/کد درس: روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی، روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۴۴

۲۴- کدام دسته از افراد نشانه های جسمی بیشتری گزارش می کنند؟

۰۱. برون گرایان
۰۲. درون گرایان
۰۳. افراد با خودآگاهی کمتر
۰۴. افراد با عاطفه مثبت

۲۵- طبق نظر شانتس در این مرحله فرد احساس می کند تفکراتش از هم گسیخته شده، احساس یأس ناامیدی و از پای درآمدن می کند؟

۰۱. مرحله اول، شوک
۰۲. مرحله دوم، مواجهه
۰۳. مرحله سوم، عقب نشینی
۰۴. مرحله چهارم، سازش

۲۶- بیماران تلاش می کنند به واسطه کدام فرایند عزت نفس خود را بازسازی کرده و آن را افزایش دهند؟

۰۱. جستجو معنا
۰۲. جستجو تسلط
۰۳. خود ارتقای
۰۴. انطباق شناختی

۲۷- تبدیل فردی که قبلاً مستقل بوده به فردی وابسته بر اثر بیماری مزمن، نشان دهنده کدام تغییر در نظریه بحران است؟

۰۱. تغییر در وضع آینده
۰۲. تغییر در حمایت اجتماعی
۰۳. تغییر در نقش
۰۴. تغییر در هویت

۲۸- این باورها به صورت قاعده یا مفروضه ها تعریف می شود؟

۰۱. باورهای واسطه ای
۰۲. تصاویر ذهنی
۰۳. باورهای هسته ای
۰۴. باورهای خودکار

۲۹- هسته بنیادین درمان در درمانگری شناختی رفتاری کدام است؟

۰۱. میانجی گری باورهای هسته ای
۰۲. میانجی گری شناختی
۰۳. میانجی گری باورهای خودکار
۰۴. میانجی گری رفتاری

۳۰- کدام درمانگری به طور اختصاصی برای افراد مبتلا به بیماری های مزمن مفید واقع می شود؟

۰۱. خانواده درمانگری
۰۲. درمانگری شناختی
۰۳. درمانگری شناختی رفتاری
۰۴. رفتار درمانگری