



سری سوال: یک ۱

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

تعداد سوالات: تستی: ۴۰ تشریحی: ۰

wWw.Pnudaneshjo.ir

عنوان درس: بهداشت روانی

رشته تحصیلی/کد درس: امور تربیتی ۱۲۱۱۳۹۸ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۳۰ - راهنمایی و مشاوره ۱۲۱۷۱۰۷ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۱۸۵ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۴۴

۱- بر اساس کدام دیدگاه بهداشت روانی رفتاری است که با محیط یعنی با نوعی پهنجاری رفتاری سازگاری دارد؟

- ۰۱ مکتب بوم شناسی ۰۲ مکتب رفتارگرایی ۰۳ مکتب روانکاوی ۰۴ مکتب زیست گرایی

۲- مداخله زود هنگام در شناخت و درمان سریع نشانگان یک بیماری یا اختلال با این هدف که از شیوع و گسترش آن توسط کوتاه کردن مدت آن کاسته شود، چه نامیده می شود؟

- ۰۱ پیشگیری اولیه ۰۲ پیشگیری ثانویه
۰۳ پیشگیری ثالث ۰۴ پیشگیری تضمین شده

۳- از نظر فروید بزرگترین بخش سازمان روانی شخصیت که شامل غرایز و انگیزه های ابتدایی بشر است چه نام دارد؟

- ۰۱ نهاد ۰۲ ناخودآگاه ۰۳ من ۰۴ من برتر

۴- بر اساس تقسیم بندی سیموندز فرار از شرایط تحریک کننده و یا ایجاد کننده تمایلات مطابق با کدام نوع مکانیسم های دفاعی است؟

- ۰۱ والایش ۰۲ همانندسازی ۰۳ سرکوبی ۰۴ ترس

۵- کدام یک از موارد زیر صحیح می باشد؟

- ۰۱ در واپس رانی فرد به عملی که می کند آگاهی ندارد ۰۲ در واپس رانی فرد به عملی که می کند آگاهی دارد
۰۳ فرونشانی عملی است ناهوشیارانه ۰۴ فرونشانی عملی است غیر ارادی

۶- "اغراق در یکی از مشخصات یارفتارهای شخصی به منظور کاستن از احساس حقارت و نقایص و کمبود های خود" بیانگر کدامیک از گزینه های زیر می باشد؟

- ۰۱ عکس العمل سازی ۰۲ شت ۰۳ سرکوبی ۰۴ جبران

۷- سارقی که به یک سوپر مارکت دستبرد می زند و هنگام بازجویی می گوید که صاحب سوپر مارکت مستحق آن بوده است و یا برداشتن چند قلم جنس از ثروت صاحب آن نخواهد کاست، از کدام مکانیسم دفاعی استفاده کرده است؟

- ۰۱ فرافکنی ۰۲ دلیل تراشی ۰۳ توجیه عقلی ۰۴ والایش

۸- مصداق "وصف عیش ، نصف عیش" که قسمتی از آرزوها و امیال سرکوفته فرد را ارضا می کند کدام مکانیسم دفاعی را نشان می دهد؟

- ۰۱ واکنش وارونه ۰۲ جابجایی ۰۳ والایش ۰۴ انکار

wWw.Pnudaneshjo.ir



سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۴۰ تشریحی: ۰

wWw.Pnudaneshjo.ir

عنوان درس: بهداشت روانی

رشته تحصیلی/کد درس: امور تربیتی ۱۲۱۱۳۹۸ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۳۰ - راهنمایی و مشاوره ۱۲۱۷۱۰۷ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۱۸۵ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۴۴

۹- اگر نویسنده ای آثار دیگران را مزخرف، اباطیل، سرقت ادبی یا هنری کوتاه بینانه و سرهم بندی بیندارد کدام نوع والایش را به کار برده است؟

- ۰۱ والایش اثر هنری ۰۲ والایش آزارگری ۰۳ والایش کنجکاو ۰۴ والایش قدرت نمایی

۱۰- دانش آموزانی که شب امتحان دچار دل درد می شوند نمونه های از کدام مورد زیر را نشان می دهند؟

- ۰۱ توجیه عقلی ۰۲ انکار ۰۳ تبدیل ۰۴ جا به جایی

۱۱- گروه همسالان، معلمان، پلیس و دادگاه زمانیکه در ایجاد ناکامی فرد نقش داشته باشند، مربوط به کدام عامل ناکامی می شوند؟

- ۰۱ اجتماعی ۰۲ درونی ۰۳ طبیعی ۰۴ اقتصادی

۱۲- بر اساس کدام مدل، فشار روانی یک عکس العمل فیزیولوژیکی یا روانشناختی است که به عامل فشارزا داده می شود؟

- ۰۱ مدل محرک ۰۲ مدل پاسخ ۰۳ مدل شناختی ۰۴ مدل برانگیختگی

۱۳- در کدامیک از مراحل نشانگان انطباق استعداد بدن برای پاسخ دادن به محرکهای تنش زای پیاپی و جدید شدیداً به مخاطره می افتد؟

- ۰۱ واکنش آگاهی از خطر ۰۲ مرحله مقاومت ۰۳ مرحله فرسودگی ۰۴ مرحله هشدار دهنده

۱۴- در کدامیک از روشهای زیرشخص درباره برخی جنبه های حالت فیزیولوژیایی خود اطلاعاتی دریافت نموده و بعد تلاش می کند آن حالت را تغییر دهد؟

- ۰۱ آرمیدگی ۰۲ پسخوراند زیستی ۰۳ تنش زدایی ۰۴ ریلکسیشن

۱۵- به اعتقاد هلمز راهه، عامل مهم در به وجود آوردن فشار روانی چیست؟

- ۰۱ اضطراب ۰۲ ترس ۰۳ تغییر ۰۴ افکار منفی

۱۶- ویژگی عمده اضطراب تعمیم یافته کدام است؟

- ۰۱ ترس از آینده ۰۲ حساسیت زیاد ۰۳ اختلال در خواب ۰۴ ناتوانی در تمرکز و تصمیم گیری

۱۷- اختلالی که شامل حمله های شدید ترس و وحشت است که تمرکز یافته و به هدف یا موقعیت خاصی محدود شده است کدام است؟

- ۰۱ اضطراب تعمیم یافته ۰۲ اضطراب ربعی ۰۳ اضطراب منتشر ۰۴ فوبی

wWw.Pnudaneshjo.ir

سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۴۰ تشریحی: ۰

wWw.Pnudaneshjo.ir

عنوان درس: بهداشت روانی

رشته تحصیلی/کد درس: امور تربیتی ۱۲۱۱۳۹۸ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۳۰ - راهنمایی و مشاوره ۱۲۱۷۱۰۷ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۱۸۵ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۴۴

۱۸- ترس دایمی از بعضی موقعیتهای یا اشیا که هیچ خطر جدی برای فرد ندارد چه نامیده می شود؟

- ۰۱ استرس ۰۲ فشار روانی ۰۳ فوبی ۰۴ اضطراب منتشر

۱۹- چه نوع افکاری ما را در یک وضعیت خلقی قرار می دهند که احساس اضطراب در ما ایجاد می گردد؟

- ۰۱ افکار گریز ۰۲ افکار ناشی از تعبیر نادرست احساسهای بدنی
۰۳ افکار ناتوانی در مقابله ۰۴ افکار پیش بینی

۲۰- کدامیک از روشهای زیر بر این ایده مبتنی است که گفتگو با خود ممکن است به همان اندازه که کلام دیگران بر رفتارمان تاثیر دارد رفتارمان را تحت کنترل در آورد؟

- ۰۱ مانترا ۰۲ پرت کردن حواس ۰۳ شیء پل زنده ۰۴ دونالد مایکن بام

۲۱- استفاده از مواجهه تدریجی برای تمرین پاسخهای انطباقی جزء کدامیک از مراحل SIT است؟

- ۰۱ مفهوم سازی ۰۲ فراگیری مهارتها ۰۳ تمرین ۰۴ کاربرد و پیگیری

۲۲- در کدام مرحله از درمان عقلی عاطفی آلیس درمانجو به تفسیرهای متفاوت و منطقی تری معتقد می شود؟

- ۰۱ ارزشیابی مجدد به سمت یک تاثیر جدید ۰۲ باورهای منطقی و غیر منطقی
۰۳ واقعه فعال کننده ۰۴ منازعه بحث و تعریف مجدد

۲۳- چه کسی بررسیهای مهمی در مورد دل بستگی را انجام داد؟

- ۰۱ هارلو ۰۲ بالبی ۰۳ ریبیل ۰۴ ماسلو

۲۴- در شرایط مناسب بهداشتی و اقتصادی در چه سنی می توان به تدریج بچه را از شیر گرفت؟

- ۰۱ ۱۸ ماهگی تا دو سالگی ۰۲ ۱۴ ماهگی تا ۱۸ ماهگی
۰۳ ۹ ماهگی تا ۱۴ ماهگی ۰۴ ۶ ماهگی تا ۹ ماهگی

۲۵- برقراری عاقلانه ترین و انسانی ترین راه زندگی در بین افراد یک خانواده بیانگر کدام جو عاطفی می باشد؟

- ۰۱ جو عاطفی سهل گیر ۰۲ جو عاطفی آزادی بی قید و شرط
۰۳ جو عاطفی آزاد منشانه ۰۴ جو عاطفی استبدادی

۲۶- کدامیک از موارد زیر از خصوصیات بچه محروم از مهر و محبت مادر نیست؟

- ۰۱ اختلال عاطفی ۰۲ اختلال حواس ۰۳ فعالیت زیاد ۰۴ پرخاشگری

wWw.Pnudaneshjo.ir



سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۴۰ تشریحی: ۰

wWw.Pnudaneshjo.ir

عنوان درس: بهداشت روانی

رشته تحصیلی/کد درس: امور تربیتی ۱۲۱۱۳۹۸ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۳۰ - راهنمایی و مشاوره ۱۲۱۷۱۰۷ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۱۸۵ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۴۴

۲۷- ویژگی بارز افراد مبتلا به عقب ماندگی عاطفی کدام است؟

۱. بازگشت به مراحل اولیه رشد عاطفی
۲. احساس فقدان امنیت درونی
۳. ناپختگی عاطفی
۴. توقف رشد عاطفی

۲۸- کدامیک از عبارتهای زیر در مورد تشویق کودک نادرست است؟

۱. تشویق در حضور جمع اثر بیشتری دارد
۲. کار یا رفتار نیک کودک مورد تشویق قرار گیرد نه خود او
۳. علت تشویق باید برای کودک مشخص شود
۴. تشویق کودک بدون هیچ محدودیتی و بیش از حد انجام گیرد

۲۹- با توجه به تحقیق آلماتو کدامیک از موارد زیر از عواملی است که بچه های طلاق نمرات پایین تری از سایر کودکان بدست آوردند؟

۱. تحقیر و تبعیض
۲. افت تحصیلی
۳. سلوک
۴. ناسازگاری

۳۰- اولین گام برای تحلیل اینکه خانواده تا چه حد در سازگاری و برقرار کردن ارتباط، موثر می باشد کدام است؟

۱. شکاف نسل
۲. دیدن نشانه های پریشانی و رنج
۳. عواطف منع شده
۴. محبت و تماس بدنی

۳۱- کدام مورد زیر از شیوه های معمولی ارتباط که ذیل رده ترفندهای کثیف می آید و جزء تدبیرهای آزار دهنده می باشند؟

۱. کنکاش در گذشته
۲. خواندن ذهن
۳. کینه ورزی
۴. در میان حرف شخص دویدن

۳۲- کدامیک از موارد زیر با توجه به نظریه کلمان در مورد نوجوانی صحیح می باشد؟

۱. مسائل نوجوانی در یک سن تقویمی خاص به حداکثر می رسد
۲. جدا کردن نوجوانی بعنوان یک مرحله بحرانی تا اندازه ای افراطی است
۳. بحران و نوجوانی را نمی توان مترادف یکدیگر دانست
۴. مشکلات دوره بلوغ نسبی اند

wWw.Pnudaneshjo.ir

سری سوال: ۱ یک

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

تعداد سوالات: تستی: ۴۰ تشریحی: ۰

wWw.Pnudaneshjo.ir

عنوان درس: بهداشت روانی

رشته تحصیلی/کد درس: امور تربیتی ۱۲۱۱۳۹۸ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۰۳۰ - راهنمایی و مشاوره ۱۲۱۷۱۰۷ - روانشناسی گرایش روانشناسی عمومی ۱۲۱۷۱۸۵ - روانشناسی ۱۲۱۷۲۴۴

۳۳- بنا به نظر اریکسون رشد روانی اجتماعی در دوران میانسالی کدام است؟

۱. صمیمیت در برابر کناره جویی
۲. زاینده‌گی در برابر رکود
۳. کمال خود در برابر نومیدی
۴. هویت یابی در برابر سرخوردگی

۳۴- فراگیرترین تکلیف برای دوره اوایل بزرگسالی از نظر لوینسون کدام است؟

۱. گزیدن یک شغل
۲. یافتن یک رایزن خردمند
۳. تشکیل رویا
۴. وارد شدن به قلمرو پدری یا مادری

۳۵- از نظر لوینسون گذار از نیمه عمر در چه سنی است؟

۱. اوایل سی سالگی تا اواخر چهل سالگی
۲. اوایل سی و پنج سالگی تا اواخر چهل و پنج سالگی
۳. اواخر سی و پنج سالگی تا اوایل چهل و پنج سالگی
۴. اواخر سی سالگی تا اوایل چهل سالگی

۳۶- بنا به عقیده هارلوک کدامیک از موارد کارکردهای پنجگانه ازدواج را محقق می‌سازد؟

۱. رفاقت‌های صمیمانه
۲. تقسیم مسئولیتها
۳. رضایت زناشویی
۴. احساس خوشبختی

۳۷- بنا به تحقیق نوگارتن و وینستین متداولترین سبک پر کردن نقش پدربزرگ و مادربزرگ کدام است؟

۱. سبک شخص دور دست
۲. سبک رسمی
۳. سبک جستجوگر
۴. سبک جهت‌گزینی اجتماعی

۳۸- بررسی و مطالعه کامل و جامع پیری و مکانیسمها و پویسهای پیری چه نامیده می‌شود؟

۱. ظرفیت تحولی
۲. طول عمر
۳. ژرنتولوژی
۴. انتظار زندگی

۳۹- بارزترین علامت دمانس چیست؟

۱. ضعف حافظه
۲. واکنش اضطرابی
۳. دیلیریوم
۴. اضمحلال سلولی

۴۰- کدامیک از موارد زیر از وظایف مرد نسبت به زن نیست؟

۱. مسئولیت سنگین سرپرستی
۲. طولانی نشدن زمان قهر
۳. مهرورزی به همسر
۴. داشتن توقعات بجا



@Pnudaneshjo

آخرین اخبار دانشگاه پیام نور
نمونه سوالات پیام نور
در کانال رسمی سایت دانشجوی پیام نور

Hamid

خدمات دانشجویی

خرید و فروش کتب دانشگاهی
فتوکپی، اسکن، تایپ و ترجمه
انتخاب واحد، حذف و اضافه
لیست دروس و منابع ترمی
ثبت نام دانشگاه پیام نور
بزرگترین بانک نمونه سوالات کشور

wWw.Pnudaneshjo.ir
info@Pnudaneshjo.ir

آدرس : خدابنده خیابان شهرداری روبروی آموزشگاه صدرا
حمید اله مرادی-۰۹۳۶۴۴۰۳۷۳۵ - ۰۲۴۳۴۲۲۱۳۱۵

آخرین اخبار دانشگاه پیام نور در کانال رسمی خدمات دانشجویی حمید

@Pnudaneshjo

Pnudaneshjo.ir

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