

روان‌شناسی

- ۱- گزینه «۲» - الف) در پیامدهای بیماری‌های جسمانی، اگر فردی مبتلا به بیماری‌ها و مشکلات جسمانی باشد عوارض و مشکلات روانی نیز در وی بروز می‌کند.
- ب) بین سلامت جسمانی و ویژگی‌های روان‌شناختی، ارتباط متقابل و تنگاتنگی وجود دارد. بررسی این ارتباط در حوزه روان‌شناسی سلامت قرار می‌گیرد.
- توجه: بیوستار سلامت و بیماری مبحثی در حوزه روان‌شناسی سلامت است. (علوی‌آذر) (روان‌شناسی سلامت - نقش متقابل عوامل جسمانی و روانی در سلامت روان)
- ۲- گزینه «۴» - شوخی به‌عنوان یک روش مقابله سازگارانه، در مواردی استفاده می‌شود که امکان از بین بردن مشکل در کوتاه‌مدت وجود ندارد. (علوی‌آذر) (روان‌شناسی سلامت - انواع مقابله با فشارهای روانی)
- ۳- گزینه «۱» - الف) منفعل بودن: در این مقابله ناکارآمد، فرد دست از فعالیت برمی‌دارد و برای از بین بردن فشار روانی، تلاش نمی‌کند. ب) مقابله به معنای تلاش فرد برای از بین بردن فشار روانی و یا به حداقل رساندن و تحمل آن است. (علوی‌آذر) (روان‌شناسی سلامت)
- ۴- گزینه «۳» - الف) مثال ذکر شده مربوط به انجام دادن رفتارهای تکانشی و بدون فکر و تأمل است. ب) مثال ذکر شده مربوط به استفاده از مهارت حل مسئله است. (علوی‌آذر) (روان‌شناسی سلامت - انواع مقابله با فشارهای روانی)
- ۵- گزینه «۳» - الف) غیر مستقیم ب) فشار روانی مثبت (علوی‌آذر) (روان‌شناسی سلامت - تأثیر مذهب بر سلامت - فشار روانی)
- ۶- گزینه «۴» - به مجموعه الگوهای رفتاری و شناختی که شما معمولاً در زندگی روزمره از آن‌ها استفاده می‌کنید. (علوی‌آذر) (روان‌شناسی سلامت - سبک زندگی و بیماری)
- ۷- گزینه «۱» - فشار روانی عبارت است از نیاز برای دوباره سازگار شدن با شرایط جدید زندگی. (علوی‌آذر) (روان‌شناسی سلامت)
- ۸- گزینه «۱» - الف) این افراد پیامدهای رفتار را مستقل از خود رفتار می‌دانند. ب) این افراد انگیزه بسیار کمی برای جبران خواهند داشت. (علوی‌آذر) (انگیزه و انگیزش)
- ۹- گزینه «۱» - عوامل ذکر شده در گزینه «۱» عوامل نگرشی هستند نه عوامل انگیزشی. (علوی‌آذر) (انگیزه و انگیزش)
- ۱۰- گزینه «۱» - گزینه «۲»: نظام باورهای هر فرد و جامعه، موتور محرکه قوی جهت دستیابی به هدف‌های فردی و جمعی است. گزینه «۳»: در این مثال‌ها می‌بینیم که حتی با وجود توانایی انجام کاری اگر باور غلط داشته باشیم نمی‌توانیم آن کار را انجام دهیم. گزینه «۴»: دو شناخت هم‌زمان و در تضاد که با یکدیگر در تضاد هستند فرد را به ناهماهنگی شناختی سوق می‌دهند. (علوی‌آذر) (انگیزه و انگیزش - ناهماهنگی شناختی - باورها و نظام ارزشی فرد)
- ۱۱- گزینه «۴» - رد سایر گزینه‌ها: ۱) تغذیه، ورزش، فشار روانی و روش‌های مقابله با آن سه مورد مهم در سبک زندگی افراد است. توجه کنید فشار روانی در زندگی افراد وجود دارد و نمی‌توان آن را انکار کرد. پس عدم فشار روانی غلط است. گزینه «۲»: این حالت نمونه‌ای از مقابله‌های ناسازگارانه است.
- گزینه «۳»: مذهب و ارتباط با خداوند در ایجاد آرامش روانی و استفاده از مقابله‌های سازگارانه در مقابله با فشار روانی تأثیر دارد. (علوی‌آذر) (روان‌شناسی سلامت)
- ۱۲- گزینه «۲» - سایر گزینه‌ها جزء روش‌های بلند مدت می‌باشند. (علوی‌آذر) (روان‌شناسی سلامت - روش‌های سازگارانه کوتاه مدت)
- ۱۳- گزینه «۱» - رد سایر گزینه‌ها: گزینه «۲»: فشار روانی مثبت دارای پیامدهای مطلوب و سازنده است ولی بیشتر از فشار روانی منفی مورد توجه نیست. گزینه «۳»: فشار روانی از نوع ارتباط شخص با محیط است که می‌تواند فشار روانی مثبت یا منفی باشد. گزینه «۴»: فشار روانی، روبه‌رو شدن با تغییر در زندگی است. در این جا هم می‌بینیم که این تعریف به‌صورت کلی برای فشار روانی ارائه شده است و نه اختصاصی برای فشار روانی مثبت. (علوی‌آذر) (روان‌شناسی سلامت - فشار روانی)
- ۱۴- گزینه «۲» - مثال ذکر شده مربوط به ادارک کارایی می‌باشد. (علوی‌آذر) (انگیزه و نگرش - ادارک کنترل و ادارک کارایی)
- ۱۵- گزینه «۲» - دقت کنید که باورها و نظام ارزشی افراد از مهم‌ترین عوامل نگرش است و تعریف فوق تعریف کلی نگرش است. (علوی‌آذر) (انگیزه و نگرش - نگرش)