

روان‌شناسی

- ۱- گزینه «۲» - وقتی شخصی دارای دو شناخت هم‌زمان و در تضاد است می‌گویند او دارای ناهماهنگی شناختی است.
(علوی آذر) (پایه یازدهم - انگیزه و نگرش - ناهماهنگی شناختی)
- ۲- گزینه «۳» - به مجموعه الگوهای رفتاری و شناختی که شما معمولاً در زندگی روزمره از آن‌ها استفاده می‌کنید سبک زندگی می‌گویند.
(علوی آذر) (پایه یازدهم - روان‌شناسی سلامت - سبک زندگی و بیماری)
- ۳- گزینه «۳» - مقابله‌های ناسازگارانه عبارتند از: منفعل بودن، در انتظار معجزه بودن، انجام دادن رفتارهای تکانشی و بدون فکر و تأمل و استفاده از داروهای شیمیایی، دخانیات و سایر موارد مشابه (علوی آذر) (پایه یازدهم - روان‌شناسی سلامت - مقابله‌های ناسازگارانه)
- ۴- گزینه «۱» - مثال ذکر شده در رابطه با منفعل بودن است. (علوی آذر) (پایه یازدهم - روان‌شناسی سلامت - مقابله‌های ناسازگارانه)
- ۵- گزینه «۳» - فشار روانی عبارت است از نیاز برای دوباره سازگار شدن با شرایط جدید زندگی
(علوی آذر) (پایه یازدهم - روان‌شناسی سلامت - ترکیبی)
- ۶- گزینه «۱» - روان‌شناسی سلامت شاخه‌ای از روان‌شناسی است که از یافته‌های این علم برای پیشگیری و درمان بیماری‌های جسمی بهره می‌برد.
(علوی آذر) (پایه یازدهم - روان‌شناسی سلامت - ترکیبی)
- ۷- گزینه «۴» - اگر فرد به این باور برسد که هیچ کاری از دستش بر نمی‌آید تا موقعیت ناگوارش را تغییر دهد، حالت او را درماندگی آموخته شده می‌نامند. مثال «۴»، مثالی از درماندگی آموخته شده است. (علوی آذر) (پایه یازدهم - انگیزه و نگرش - درماندگی آموخته شده)
- ۸- گزینه «۴» - مهم‌ترین عوامل نگرش عبارت‌اند از: باورها و نظام ارزشی فرد، اراده، هدف‌مندی، ناهماهنگی شناختی، ادراک کنترل و کارایی، اسناد و درماندگی آموخته شده (علوی آذر) (پایه یازدهم - انگیزه و نگرش - باورها و نظام ارزشی فرد)
- ۹- گزینه «۳» - هنگام بروز ناهماهنگی فرد می‌تواند دو کار انجام دهد:
(۱) رفتار خود را تغییر دهد (۲) نگرش خود را تغییر دهد، تا این دو با هم هماهنگ شوند. (علوی آذر) (پایه یازدهم - انگیزه و نگرش - ناهماهنگی شناختی)
- ۱۰- گزینه «۲» - در ادراک کنترل سعی می‌کنیم با انجام دادن رفتارهای گوناگون محیط را در کنترل خود بگیریم.
(علوی آذر) (پایه یازدهم - انگیزه و نگرش - ترکیبی)
- ۱۱- گزینه «۲» - برخی از روش‌های سازگارانه که در کوتاه مدت برای مقابله با استرس مفید است عبارت‌اند از:
تنفس عمیق - گفتن عبارت ایست - شمردن اعداد - تلقین برخی جملات - خواندن یک بیت یا یک جمله - ترک موقعیت - خوردن یک لیوان آب خنک - به‌خاطر آوردن یک رویداد خوشایند یا یک بیت شعر خوشایند. (علوی آذر) (پایه یازدهم - روان‌شناسی سلامت - روش‌های سازگارانه کوتاه مدت)
- ۱۲- گزینه «۴» - در روان‌شناسی سلامت، متغیرهای روان‌شناختی در دو نقش بررسی می‌شوند:
(۱) عامل ایجاد بیماری‌های جسمانی (۲) پیامدهای بیماری‌های جسمانی
(علوی آذر) (پایه یازدهم - روان‌شناسی سلامت - نقش متقابل عوامل جسمانی و روانی در سلامت روان)
- ۱۳- گزینه «۲» - مثال ذکر شده مربوط به باورها و نظام ارزشی فرد است. اعتقاد قوی به چیزی که شناخت داریم، نظام باورهای ما را شکل می‌دهد.
(علوی آذر) (پایه یازدهم - انگیزه و نگرش - نگرش)
- ۱۴- گزینه «۱» - کسانی که شکست را به عوامل پایدار، مانند استعداد و دشواری تکلیف نسبت می‌دهند، استعداد، توانایی و تکلیف از عواملی نیست که در اختیار فرد باشد. سؤال مذکور مثالی از این موضوع است. (علوی آذر) (پایه یازدهم - انگیزه و نگرش - اسناد)
- ۱۵- گزینه «۱» - افراد در مقابله‌های سازگارانه، موقعیت را به خوبی می‌سنجند، از راهنمایی و حمایت دیگران استفاده می‌کنند و به روش‌های انتخاب شده حل مسئله فکر می‌کنند. (علوی آذر) (پایه یازدهم - روان‌شناسی سلامت - انواع مقابله با فشارهای روانی)