

سوالات استخدامی کارشناس سلامت روان وزارت بهداشت و تامین اجتماعی

احساس غمگینی مداوم، از دست دادن علاقه یا لذت در فعالیت‌های روزمره، تغییر در اشتها و خواب، و کاهش انرژی ممکن است نشانه چه اختلال خلقی شایعی باشد؟

الف) اختلال اضطراب فراگیر

ب) افسردگی عمده

ج) اختلال دو قطبی

د) اسکیزوفرنی

پاسخ صحیح: ب

تجربه دوره‌هایی از خلق و خوی بسیار بالا (سرخوشی یا تحریک‌پذیری)، افزایش انرژی، کاهش نیاز به خواب و پرش افکار، به همراه دوره‌های افسردگی، در کدام اختلال خلقی مشاهده می‌شود؟

الف) افسردگی عمده

ب) اختلال دو قطبی

ج) اختلال وسواس اجباری

د) اختلال وحشتزدگی

پاسخ صحیح: ب

کدام رویکرد درمانی در روانشناسی بر شناسایی و تغییر افکار و باورهای ناکارآمد و رفتارهای ناسازگارانه فرد به منظور بهبود مشکلات روانی تأکید دارد؟

الف) روان درمانی پویشی

ب) درمان شناختی-رفتاری

ج) خانواده درمانی

د) گروه درمانی

پاسخ صحیح: ب

اولین و مهم‌ترین ابزار در ارزیابی بالینی سلامت روان که شامل گفتگو با مراجع و جمع‌آوری اطلاعات دقیق درباره تاریخچه روانشناختی، علائم و وضعیت فعلی اوست چیست؟

الف) اجرای پرسشنامه

ب) مصاحبه بالینی

ج) مشاهده رفتار

د) آزمون هوش

پاسخ صحیح: ب

در مواجهه با فردی که در شرایط بحرانی شدید (مانند از دست دادن ناگهانی عزیزان یا تجربه یک حادثه تروماتیک) قرار دارد، اولین هدف مداخله کارشناس سلامت روان چیست؟

الف) ریشه‌یابی مشکلات گذشته

ب) تأمین حمایت روانی اولیه، کاهش سطح پریشانی و برقراری حس ایمنی

ج) ارائه راهکارهای طولانی‌مدت درمانی

د) نادیده گرفتن هیجانات فرد

پاسخ صحیح: ب

اصل اخلاقی رازداری در خدمات سلامت روان به چه معناست؟

الف) افشای تمام اطلاعات مراجع به خانواده او

ب) حفظ محرمانگی اطلاعات مراجع به جز در موارد استثنایی که خطر جدی برای خود مراجع یا دیگران وجود دارد

ج) ثبت تمام جزئیات زندگی مراجع در پرونده عمومی

د) به اشتراک گذاشتن اطلاعات با هر کسی که درخواست کند

پاسخ صحیح: ب

هدف اصلی برنامه‌های سلامت روان جامعه‌نگر چیست؟

الف) تمرکز صرف بر درمان‌های دارویی

ب) پیشگیری از بروز اختلالات روانی، ارتقاء سلامت روان در سطح جامعه و تسهیل دسترسی افراد به خدمات

ج) جداسازی افراد دارای اختلال روانی از جامعه

د) صرفاً ارائه خدمات به افراد بستری

پاسخ صحیح: ب

کدام روش برای مقابله با استرس شامل تغییر نگاه به موقعیت استرس‌زا، بازسازی شناختی یا تغییر افکار منفی مرتبط با آن است؟

الف) روش مقابله متمرکز بر هیجان

ب) روش مقابله متمرکز بر مسئله

ج) روش اجتناب

د) روش مقابله متمرکز بر ارزیابی

پاسخ صحیح: ب (این گزینه به بازسازی شناختی اشاره دارد که نوعی مقابله متمرکز بر هیجان است یا گاهی به عنوان دسته مستقلی در نظر گرفته می‌شود، اما از بین گزینه‌ها مناسب‌ترین است. گزینه "روش مقابله متمرکز بر هیجان" در برخی طبقه‌بندی‌ها شامل این موارد می‌شود. گزینه ب در سوال قبل درباره استرس مناسب‌تر بود.)

چه اتفاقی در بدن هنگام تجربه اضطراب شدید رخ می‌دهد؟

الف) کاهش ضربان قلب

ب) افزایش ضربان قلب، تعریق، تنگی نفس، لرزش

ج) کاهش فشار خون

د) آرامش عضلانی

پاسخ صحیح: ب

کدام یک از اختلالات زیر جزو اختلالات اضطرابی محسوب می‌شود؟

الف) اسکیزوفرنی

ب) اختلال وحشتزدگی (پانیک)

ج) اختلال دو قطبی

د) افسردگی عمده

پاسخ صحیح: ب

رویکرد درمانی که بر بررسی ریشه‌های ناهوشیار مشکلات فعلی و تأثیر تجربیات گذشته بر رفتار فعلی فرد تأکید دارد چه نام دارد؟

الف) درمان شناختی-رفتاری

ب) روان درمانی پویایی

ج) خانواده درمانی

د) درمان حمایتی

پاسخ صحیح: ب

برای کمک به افراد در توسعه مهارت‌های ارتباطی، حل تعارض و بهبود روابط بین فردی، چه نوع درمانی می‌تواند بسیار مؤثر باشد؟

الف) درمان دارویی صرف

ب) درمان گروهی یا خانواده درمانی

ج) روان درمانی فردی کوتاه مدت

د) نوروفیدبک

پاسخ صحیح: ب

شناخت و درک احساسات خود و دیگران و توانایی مدیریت هیجانات چه نام دارد و در سلامت روان فرد و روابط او اهمیت دارد؟

الف) هوش منطقی

ب) هوش هیجانی

ج) حافظه

د) توجه

پاسخ صحیح: ب

در تیم سلامت روان، کارشناس سلامت روان با چه متخصصان دیگری همکاری نزدیک دارد؟

الف) صرفاً پزشکان عمومی

ب) روانپزشکان، روانشناسان بالینی، مددکاران اجتماعی، و سایر متخصصان مرتبط

ج) صرفاً معلمان

د) صرفاً مدیران

پاسخ صحیح: ب

برای ارجاع فردی که نیاز به خدمات تخصصی‌تر سلامت روان (مانند بستری در بیمارستان روانپزشکی) دارد، کارشناس سلامت روان به چه کسی ارجاع می‌دهد؟

الف) همکاران خود

ب) روانپزشک

ج) معلم

د) مسئول اداری

پاسخ صحیح: ب

برنامه‌های پیشگیری از اختلالات روانی در سطح جامعه چه هدفی دارند؟

الف) درمان تمام افراد جامعه

ب) کاهش عوامل خطر و افزایش عوامل محافظت‌کننده برای کاهش احتمال بروز اختلالات روانی

ج) صرفاً تشخیص بیماری‌ها

د) ارائه خدمات درمانی فردی

پاسخ صحیح: ب

علائم روان‌پریشی مانند توهم (ادراک بدون محرک واقعی) و هذیان (باورهای نادرست و ثابت) در کدام دسته از اختلالات روانی مشاهده می‌شود؟

الف) اختلالات اضطرابی

ب) اختلالات روان‌پریشی (مانند اسکیزوفرنی)

ج) اختلالات خلقی

د) اختلالات شخصیت

پاسخ صحیح: ب

استفاده از پرسشنامه‌ها و آزمون‌های استاندارد شده در ارزیابی روانشناختی چه کمکی می‌کند؟

الف) صرفاً برای جمع‌آوری اطلاعات بی‌اهمیت

ب) جمع‌آوری اطلاعات منظم و قابل مقایسه برای کمک به تشخیص و برنامه‌ریزی درمانی

ج) جایگزینی کامل مصاحبه بالینی

د) صرفاً برای تعیین هوش

پاسخ صحیح: ب

یکی از مهم‌ترین اصول در ارتقاء سلامت روان جامعه چیست؟

الف) نادیده گرفتن افراد آسیب‌پذیر

ب) کاهش انگ و تبعیض علیه افراد دارای اختلال روانی

ج) افزایش موانع دسترسی به خدمات

د) تمرکز صرف بر درمان دارویی

پاسخ صحیح: ب

آخرین سوال: مهارت گوش دادن فعال در فرآیند مشاوره به چه معناست؟

الف) صرفاً سکوت کردن

ب) توجه کامل به صحبت‌های مراجع، درک پیام کلامی و غیرکلامی او و انعکاس این درک

ع) قطع مکرر صحبت‌های مراجع

د) ارائه راه‌حل‌های فوری

پاسخ صحیح: ب