

LİSE 2 PSİKOLOJİ (RUH SAĞLIĞI ve KORUNMASI)

Soru 1 İsteklerimizi yerine getirmemizi güçleştiren, amaca ulaşmayı zorlaştıran tüm etkenlere engel, bireyin düştüğü bu duruma da engelleme denir Engellemenin nedenleri; fiziksel çevre, toplumsal çevre ve kişisel olarak sınıflandırılabilir Aşağıdakilerden hangisi fiziksel çevre engelidir?

- A) Konut ve ulaşım sorunu
- B) Deprem sonrası yaşam
- C) İnsanın yürüme güçlüğü çekmesi
- D) Yoksulluk
- E) Karamsar insanın çabuk kaygılanması

Soru 2 Bebeğine ulaşamayan çocuğun etrafa tekme atması, tatlı yiyemeyen Mehmet beyin sinirli olması, istediği kızla evlenemeyen Ali Beyin içine kapanık hale gelmesini aşağıdakilerden hangisi açıklar?

- A) Alışkanlık
- B) İçdürtü
- C) Çatışma-engelleme
- D) Öğrenme
- E) Refleks

Soru 3 Bireyin istenen ya da istenmeyen birbirine karşıt ya da denk güdüler arasından birini seçmek zorunda kalmasına çatışma denir Aşağıdakilerden hangisi çatışma için söylenemez?

- A) İnsanı çatışmaya iten olaylar geneldir
- B) Çatışma bireyleri aynı ölçüde gerilime sürüklemeyebilir
- C) Çatışma durumları kişiden kişiye değişir
- D) Çatışmada farklı yöndeki güdülerin kuvveti aynı olduğu zaman kişi karar vermekte zorlanır
- E) İnsan çok istediği iki amaç ya da hedeften birinden genellikle vazgeçmek durumundadır

Soru 4 Yaklaşma-yaklaşma tipi çatışmada insanın ulaşmak istediği iki ya da daha çok amaç vardır Ancak bunlardan bir tanesi seçilmek zorundadır Aşağıdakilerden hangisinde yukarıdaki çatışma türü yaşanır?

- A) Metin hastadır O arkadaşları ile birlikte denize girmek ister Fakat, denize girerse de hastalığı artacaktır
- B) Ahmet Beyin uzak bir şehirde toplantısı var Otobüsle giderse yetişemeyecek, uçağa binmekten de korkmaktadır
- C) Kadının eşine "Artık ya annen ya ben!" diyerek kocasını bir seçime zorlaması
- D) Yeni bulduğumuz işin rahat ama parasının az olması
- E) Tembel öğrencinin hem ders çalışmak hem de sınıfta kalmak istememesi

Soru 5 Bireyin aynı anda hem istediği hem de kaçındığı bir durumla karşılaştığında yaşadığı çatışma türüne, yaklaşma-kaçınma tipi çatışma denir. Aşağıdakilerden ifadelerden hangisi bu çatışmaya örnektir?

- A) "Yırtık büyük, yama küçük"
- B) "Doluya koyuyoruz olmuyor, boşa koyuyoruz dolmuyor"
- C) "Aşağı tükürsen sakal, yukarı tükürsen bıyık"
- D) "Denize düşen insan, yılanı sarılır"
- E) "Gülü seven dikenine katlanır"

Soru 6 Bir sınav döneminde, sınava hazırlanan öğrenci, yoğun bir çatışma temposunun baskısı altında kalır. Aynı zamanda başarısız olma kaygısı da vardır. Bu koşullara bir de çok sevdiği arkadaşıyla yaptığı tartışma eklenirse bulunabilir. Aşağıdakilerden hangisi öğrencinin yaşadığı bu durumu en iyi ifade eder?

- A) Engelleme
- B) Çatışma
- C) Stres
- D) Kaygı
- E) Baskı

Soru 7 Gece evine giden bir insanın karşısına yankesici çıktığında kişi bir tehdit ile karşı karşıya kalır. Bu durumda stres tepkisi gösterir. Bu tepkinin altında yatan neden bireyin varlığını sürdürmesidir. Bu durum bireyde zihinsel, duygusal, fizyolojik ve davranışsal değişikliği başlatır. Aşağıdakilerden hangisi bu durum karşısında yaşanan zihinsel değişikliğe örnektir?

- A) Yaşadığı korku
- B) Savaşmaya ya da kaçmaya hazır hale getirme
- C) Durumu tehdit olarak yorumlama
- D) Sakin sakin yürürken koşarak kaçma
- E) Mücadele etme

Soru 8 Strese yol açan etkenler bireylere ve uyarıların özelliğine bağlı olsa da, çevresel ve içsel (psikolojik) etkenler olarak iki şekilde gruplandırılır. Aşağıdakilerden hangisi çevresel etkenlerden biridir?

- A) Aile bireyleri arasında uzun süreli gerginlik
- B) Her yaş döneminin kendine has sorunları
- C) Kişilik yapısı
- D) Yalnızlık
- E) Kanser, AIDS, Verem gibi hastalıklar ya da bunlara yakalanma korkusu

Soru 9 Stres'i olumlu (iyi) stres ve kötü (olumsuz) stres diye ikiye ayırabiliriz Bireyin verimliliğini arttıran, mutlu olmasını sağlayan iyi stres, yaşamı zorlaştıran, sağlığı bozan, organizmayı uzun süre gerilimde tutan strese de kötü stres denir Aşağıdakilerden hangisi kötü strese örnektir?

- A) Sınav stresi
- B) İşini kaybetme
- C) Annenin bebek beklemesi
- D) Piyangodan para çıkması
- E) Evlenme

Soru 10 Güneşli bir havada yeni aldığı bir kürkü giyip göstermekten kendini alamayan hanımın, güneşli havada neden kürk giydiği sorulduğunda, boynundaki romatizmaya iyi geldiğini söylemesi aşağıdaki savunma mekanizmalarından hangisine örnektir?

- A) Bastırma
- B) Mantığa bürünme
- C) Yansıtma
- D) Yüceltme
- E) Yön değiştirme

Soru 11 Yüceltme mekanizması; Fizyolojik ve sosyal motivlerin sebep olduğu ihtiyaç ve arzuların, estetik, zihni ve sosyal alana kanalize edilerek doyurulmasıdır Aşağıdaki özelliklerden hangisi yüceltme mekanizmasına ait bir özellik olamaz?

- A) Yüceltme mekanizması, hem olumlu hem de olumsuz amaca hizmet eder
- B) Bu mekanizmayı kullanan kişi kişisel enerjisini ilkel dürtülerin doyurulması için harcamaz
- C) Bu mekanizmayı kullanan kişi uygar amaca hizmet eder
- D) Bu mekanizmanın etkisiyle kişiler sanat alanında başarılı olabilirler
- E) Bu mekanizmanın etkisiyle bilim alanında başarı yakalanabilir

Soru 12 Adler'e göre insanın tek ve temel güdüsü, iktidar ve üstünlük elde etme güdüsüdür Bu güdü doyurulmayınca aşağılık duygusu gelişir Kişi bu rahatsız edici duygudan kurtulmak için, iktidar ve üstünlük elde etmesine en elverişli olan bir alan seçer Bu alanda başarılı olarak diğer alandaki eksikliğini örtbas eder İşte bu tutuma ödünleme mekanizması denir

Aşağıdakilerden hangisi ödünleme mekanizmasına bir örnektir?

- A) Babasına kızan çocuğun köpeğini tekmelemesi
- B) Öfke ve nefret duygusunu denetleyemeyen kişinin aşırı kibar olması
- C) Topal Timur'un ünlü bir komutan olması
- D) Gençin örnek aldığı kişinin çeşitli özelliklerini taklit etmesi
- E) Çocukları olmayan çiftlerin hayvanlara karşı aşırı sevgisi

Soru 13 Tilkinin bir gün canı üzüm yemek istemiş ve güle oynaya bağa varmış Bağa varınca ne görse beğenirsiniz? Bağcı o gün bağda bulunmaktaymış Onun için, üzümlere uzaktan bakmakla yetinmiş Sonunda üzgün bir şekilde bağdan dönerken ona rastlayan biri hayrola tilki kardeş neden bu kadar üzgünsün diye sorunca; Tilki, bağa üzüm yemek için gittim Fakat, üzümler ekşi imiş onun için yiyemediğime üzuldüm demiş

Yukarıdaki davranış aşağıdaki hangi savunma mekanizmasının özel bir şeklidir?

- A) Yön değiştirme
- B) Yüceltme
- C) Ödünleme
- D) Kaçma
- E) Neden uydurma

Soru 14 Ev ve okul eşyasını kırıp dökenler sürekli kendinden küçüklere ve hayvanlara eziyet edenler, saldırgan ve kundakçılık yapan çeşitli uyumsuz tiplerin kullandığı savunma mekanizması esas itibarıyla aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Bahane bulma
- B) Ödünleme
- C) Yüceltme
- D) Yön değiştirme
- E) bastırma

Soru 15 İçinde bulunduğu gerçek şartların yetersizlik ve rahatsız ediciliğine rağmen vaktinin çoğunu fantazi etkinliklerine veren kendini başarılı, imrenilen, varlıklı bir kişi gibi hayal eden ve öyle göstermeye de çabalayan kişi hangi savunma mekanizmasını kullanmaktadır?

- A) Yüceltme
- B) Ödünleme
- C) Yansıtma
- D) Kaçma
- E) Neden uydurma

Soru 16 Doyurulmasına toplum tarafından karşı çıkılan malzeme bazen rüya halinde kendini ortaya koyarken, bazen de mizah, karikatür, şaka gibi psişik görüntüler olarak ortaya çıkar

Bütün bu farklı görüntülerün ortaya çıkmasını sağlayan savunma mekanizması aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Yansıtma
- B) Karşıt tepkiler geliştirme
- C) Neden uydurma
- D) Bastırma
- E) Yüceltme

Soru 17 Engellenen ve zor durumlarda karşılaştıkları yetişkinlerin küçük çocuklar gibi tepinme, ağlama, kırık dökme, konuşma ve giyinmenin görülmesi aşağıdaki hangi savunma mekanizmasıyla açıklanır?

- A) Fantezi
- B) Özdeşleşme
- C) Özdeşleştirme
- D) Gerileme
- E) Karşıt tepkiler geliştirme

Soru 18 Etrafındaki insanların iyi niyet, doğruluk, başarı ve becerileri karşısında sürekli olarak şüphe, tenkit, kötüleme tepkileri gösterenler, sürekli dedikodu edenler, iftiracılar ve kötücüler bu mekanizmayı geniş ölçüde kullanırlar Yukarıda hangi savunma mekanizmasından bahsedilmektedir?

- A) Yadsıma (inkar)
- B) Yansıtma
- C) Yüceltme
- D) Yön değiştirme
- E) Akla uygun hale getirme

Soru 19 Neden Uydurma Mekanizmasının iki temel savunması vardır Bunlardan biri; erişilmeyen ya da anlaşılmayan amaçlara bağlı başarısızlıklarımızın ve düş kırıklıklarımızın etkisini yumuşatmak Aşağıdakilerden hangisi yukarıdaki amacı gerçekleştiren davranış biçimidir?

- A) Ekşi üzüm tepkisi
- B) Tatlı limon davranışı
- C) Yüceltme davranışı
- D) Gerileme davranışı
- E) Özdeşleşme davranışı

Soru 20 Bastırma (Repression) mekanizması ile Yadsıma (Suppression) mekanizmasının karıştırılmaması gerekir Aşağıdakilerden hangisi iki mekanizma arasındaki farkı ifade eder?

- A) Bastırma hep olumlu olduğu halde Yadsıma olumlu ve olumsuz amaca hizmet eder
- B) Bastırma mekanizmasında kişi çözülmesi ya da uyulması zor gelen durumlardan kaçır Yadsımada ise kaçma söz konusu değildir
- C) Bastırmada bilinçsiz bir süreç işlerken, yadsımada bilinçli süreç söz konusudur
- D) Bastırmada suçluluk yaratan kusurların nedeni olarak bir başkası gösterilir Yadsımada suçu bir başkasına atma söz konusudur
- E) Bastırmada kişi istediğini yaparken, yadsımada tam karşıtını yapar

CEVAP ANAHTARI

1B

2C

3A

4C

5E

6C

7C

8E

9B

10B

11A

12C

13E

14D

15D

16D

17D

18B

19B

20C