

פרק מספר 16 : שאלות תרגול

1. מטפל שמתמקד יותר בבעיות הסתגלות ובד"כ מתרכז בתחום מסוים למשל, נישואין או משפחה נקרא:
 - א. פסיכולוג חינוכי.
 - ב. פסיכו אנליסט.
 - ג. פסיכולוג קליני.
 - ד. פסיכולוג ייעוצי.
2. מי מהבאים קשור לאמונה שהתנהגויות חריגות הם תוצאה של חוסר איזון או הפרעה בנוזלי הגוף:
 - א. היפוקרטס.
 - ב. קליפורד בירס.
 - ג. אנשים מתקופת האבן.
 - ד. הסינים בימי קדם.
3. מה מהבאים נכון לגבי אנשים המתגוררים ברחוב:
 - א. מומחים טוענים שכל האנשים שחיים ברחוב הסובלים מהפרעות נפשיות צריכים להיות מאושפזים בכפייה בבתי חולים לחולי נפש.
 - ב. קשה מאד לקבוע מי יהיה מסוכן ומי לא כאשר שוקלים אשפוז בכפייה של אנשים חסרי בית הסובלים מהפרעות נפשיות.
 - ג. התפיסה שאנשים שחיים ברחוב סובלים מהפרעות נפשיות היא מיתוס, זה בכלל לא נכון.
 - ד. יותר מ- 75% מהאנשים שחיים ברחוב סובלים מהפרעות נפשיות.
4. ההנחה שבעיותיו של הפרט בהווה לא יכולות להיפתר בהצלחה מבלי להבין לעומק את הסיבות הלא מודעות לבעיות הנובעים מיחסים עם הורים ואחים בילדות המוקדמת היא חלק מגישה של:
 - א. טיפול קוגניטיבי התנהגותי.
 - ב. טיפול בגישה הומניסטית.
 - ג. טיפול התנהגותי.
 - ד. טיפול פסיכואנליטי.
5. מה מהבאים אינו אופייני לטיפול התנהגותי:
 - א. טיפול מרוכז במטופל (client centered therapy).
 - ב. In vivo exposure.
 - ג. ויסות עצמי.
 - ד. חיקוי או עיצוב התנהגות.

6. אדם כלשהו סובל מפוביה מטיסות. הוא בונה היררכיה של מצבים שמעוררים חרדה שקשורים בחוויות הטיסה ואז מתמודד אחד אחד עם המצבים הללו בעודו מנסה להירגע. המטפל והמטופל מתחילים בסיטואציה הכי פחות מעוררת חרדה (ישיבה בחניון של המטוסים) ואז עוברים לאט לאט דרך כל המצבים, חווים אותם עד האירוע שהכי מעורר חרדה (טיסה קצרה במטוס). טיפול כזה נקרא:

א. דסינסטיזציה שיטתית.

ב. In vivo exposure.

ג. חיקוי.

ד. חיזוק סלקטיבי.

7. מה מהבאים אינו גורם או חלק בתהליך הפסיכותרפיה:

א. הבנה או תובנה.

ב. החלמה ספונטאנית.

ג. חיזוק של התנהגויות מסתגלות.

ד. דסינסטיזציה.

8. על פי קארל רוג'רס (גישה הומניסטית), איזה תכונה היא החשובה ביותר אצל המטפל:

א. אמפטיה.

ב. חמימות.

ג. מעורר אמון וישר.

ד. כל התשובות נכונות.

9. מה מהבאים נכון לגבי השימוש בנזעי חשמל (ECT) כטיפול:

א. לטיפול זה אין שום השפעות לוואי.

ב. לא ברור כיצד יצירת ההתקפים עוזרים לטיפול בדיכאון.

ג. הזרם החשמלי ולא ההתקף הנלווה לו הוא שיש לו את הערך הטיפולי.

ד. לשיטה יש פגיעה פסיכולוגית קשה והיא מאד מפחידה ובעייתית.

10. ליתיום:

א. מסייע יותר לחלק של המניה בהפרעה דו קוטבית.

ב. מסייע יותר לחלק של דיכאון בהפרעה דו קוטבית.

ג. מלווה בתופעות לוואי מועטות וזניחות ביותר.

ד. אפשר להפסיק אותו כאשר אדם לא חווה התקף מניה.

11. גברים:

א. מאושפזים פחות מנשים עקב סכיזופרניה.

ב. מאושפזים פחות מנשים עקב הפרעות של צריכת חומרים.

ג. מאושפזים יותר מנשים עקב סכיזופרניה.

ד. מאושפזים פחות מנשים עבור הפרעות מצב רוח.

12. נשים:

- א. יטו באותה מידה כמו גברים לשוחח עם רופא המשפחה על בעיות נפשיות ורגשיות.
- ב. יטו יותר מגברים לשוחח עם רופא המשפחה על בעיות נפשיות ורגשיות.
- ג. יטו יותר מגברים לשוחח עם רופא המשפחה על בעיות נפשיות ורגשיות אך יטו פחות מגברים לקבל עזרה ממטפל מומחה בבעיות נפשיות ורגשיות (כמו פסיכולוג למשל).
- ד. יטו פחות מגברים לשוחח עם רופא המשפחה על בעיות נפשיות ורגשיות.

13. התרבות והמין יכולים:

- א. להשפיע על הסבירות שבה אדם ישאר בטיפול.
- ב. להשפיע על הסבירות שבה אדם יפנה לקבלת טיפול.
- ג. להשפיע על סוג האבחנה שמקבלים בהתאם לסימפטומים.
- ד. כל התשובות נכונות.

14. איזה אסטרטגיה היא הטובה ביותר להתמודד עם רגשות לא רצויים:

- א. הדחקה.
- ב. הכרה ברגשות הללו וקבלה שלהם.
- ג. הכחשה.
- ד. הימנעות מחרדה תוך ניתוק רגשי.

תשובות

ד	ג	ב	א	
				8
				9
				10
				11
				12
				13
				14

ד	ג	ב	א	
				1
				2
				3
				4
				5
				6
				7