

12. FEJEZET

KOMMUNIKÁCIÓ

12/1. IGAZ-HAMIS EGYSZERŰ FELELETVÁLASZTÁS

1. Milyen azonosságokat állapíthatunk meg az autogén tréning és a progresszív relaxáció között?

1. a gyakorlás zajmentes, szűrt fényű gyakorlólhelyiségben zajlik
2. a gyakorlatokat napi rendszerességgel, naponta kétszer önállóan kell ismételni, ezekről feljegyzést szükséges készíteni
3. a gyakorlási testhelyzetek, testtartások a tréningben az egész gyakorlási folyamatban állandók, nem variálódhatnak
4. a személyiség teljes pszichomotoros áthangolására törekszik
5. a relaxációtanulást előzetes megbeszélés, információközlés vezeti be
6. kontrakcióprovokáló gyakorlatokkal valósul meg az izomérzet tudatosítása

2. Válassza ki az autogén tréning indikációit!

1. akut myocardialis infarctus
2. pszichoszomatikus betegségek
3. szorongásos neurózis
4. szerv-neurózis
5. processzus schizophrenia
6. szociopátia

3. Válassza ki a metakommunikációs megnyilvánulások jellemző vonatkozásait:

1. kifejezési eszközrendszere a testtartás, gesztus, mimika, arckód, vokális jelleg
2. filo- és ontogenetikailag determinált humán kódokban jelenik meg
3. a beszédhez tapadó spontán mozgásos megnyilvánulások
4. a beszéd folyamat önkéntelen kísérői
5. a beszéd tartalom érzelmi-indulati színezői
6. közlésszabályozó funkciót tölt be

4. Mely szomatikus okok okozhatnak szorongást?

1. angina pectoris
2. stroke
3. myocardialis infarctus
4. asthma bronchiale

5. Melyek a neurolepticumok motoriumot érintő mellékhatásai?

1. hypokinesis
2. rigor
3. koordinációs zavar
4. akaratlan hyperkinesis (száj, nyak, végtagok)
5. élénk kifejező mozgások
6. tremor

6. Mely gyógytorna-eljárásokat alkalmazna a terminális állapotban lévő beteg kezelésében?

1. passzív átmozgatás
2. aktivizáló gyógytornagyakorlatok
3. relaxációs gyakorlatok
4. simító masszázs aromaterápiával
5. kommunikatív mozgásterápia
6. izometriás gyakorlatok

12/2. TÖBBSZÖRÖS FELELETVÁLASZTÁS ÁLLANDÓ 4-ES KULCS SZERINT

A) Az 1, 2, 3-as válasz a helyes.

B) Az 1 és 3-as válasz a helyes.

C) A 2 és 4-es válasz a helyes.

D) Csak a 4-es válasz a helyes.

E) Mindegyik válasz helyes.

1. Melyek az izomtónus kialakításában meghatározó szerepet betöltő

idegrendszeri struktúrák?

1. limbicus rendszer
2. formatio reticularis
3. gamma-hurok
4. kisagy

2. Milyen előzményekre, eljárásokra vezethető vissza az autogén tréning?

1. szuggesztív-autoszuggesztív eljárások
2. hipnózis
3. jóga
4. progresszív relaxáció

3. A gondolatok mikroinnerváló hatását hogy vizsgálná a relaxációra való a alkalmasság felmérésénél?

1. Bacon-féle ingapróba
2. posturalis szuggesztív teszt
3. hátradőlési próba
4. vérnyomásemelő (2 ml Tonogen inj.) adásával

4. Melyek a stuporos kataton állapot gyógytornászai teendői?

1. gesztusterápia
2. passzív mozgás
3. kommunikatív mozgásterápia
4. simító masszázs

5. Melyek a nonverbális terápia céljai:

1. a mozgásos önkifejezés eszközeinek fejlesztése
2. a pszichomotorium fejlesztése
3. a kommunikáció korrekciója és tökéletesítése
4. a motorium fejlesztése

6. Válassza ki a progresszív relaxáció gyakorlási jellegzetességeit:

1. aktív koncentrációval való peripheriás vázizomzat lazítás
2. passzív koncentrációval éri el a vázizomzati tónusáthangolását
3. a gyakorlási helyzetek a tréningben variálódhatnak
4. a gyakorlási helyzetek az egész gyakorlási folyamat alatt nem változnak

7. Hogy jellemezné a humán gesztusokat?

1. a nonverbális kommunikáció egy formája
2. mozgásos önkifejezés
3. a fej és a kéz mozgásai
4. egy részük ősi, kulturális eredetű

8. Melyek az identitás jellemzői:

1. a szocializáció során kapott visszajelentések tömegéből alakult ki
2. minél éretlenebb a személyiség, annál fejlettebb benne az identitás
3. kognitív képstruktúra önmagunkról
4. életünk során soha nem változik

9. Melyek a jellemző központi idegrendszeri problémák idős korban?

1. emocionális és viselkedési zavarok
2. motoros aktivitási szint csökken
3. intellektuális leépülés
4. önállósági labilitás

10. Mit igazolt az orvos és a beteg közti kommunikáció vizsgálata?

1. minél kevesebb információval szolgál az orvos, annál gyengébb a beteg együttműködési készsége (compliance)
2. elmaradottabb rétegből származó betegek kevesebb felvilágosítást kapnak, mint a jobbmódúak
3. a felvilágosítás hiánya vagy annak elégtelensége mindennél nagyobb elégtelenséget vált ki a betegből
4. alsóbb osztálybeliek többet kérdeznek az orvostól, mint a képzetebbek

12/3. HIBAKERESŐ EGYSZERŰ FELELETVÁLASZTÁS

1. A neurotikus betegre jellemző specifikus pszichológiai sajátosságok:

- A) inaktivitás
- B) mimikai merevség
- C) önkifejezési zavarok
- D) a mozgásfolyamat elnyújtott, megszakításokkal tűzdelt

2. A preszuicidális szindróma jellemző

- A) dezorientáltság
- B) appercepció, a gondolkodás, a viselkedés egysíkúvá válása
- C) az interperszonális kapcsolatok beszűkülése
- D) öngyilkossági fantáziák

3. A kiégési szindróma tünetei:

- A) pszichoszomatikus tünetek
- B) énerő-csökkenés
- C) szorongás
- D) depresszió

12/4. ASSZOCIÁCIÓ

1. A) autogén tréning
B) progresszív relaxáció
C) mindkettő
D) egyik sem

1. a test izomcsoportjainak feszítési és lazítási különbözőségeinek tanítási folyamata
2. a regionális gyakorlást globális műveletsor kíséri
3. a korrekciós torna előkészítő és záró fázisában is jól alkalmazható
4. a személyiség teljes pszichomotoros áthangolására törekszik
5. alkalmazható contracturák kezelésében

12/5. RELÁCIÓANALÍZIS

- A) Az állítás igaz és az indoklás is igaz; közöttük ok-okozati összefüggés van.
- B) Az állítás igaz és az indoklás is igaz, de közöttük nincs ok-okozati összefüggés.
- C) Az állítás igaz, de az indoklás hamis.
- D) Az állítás hamis, de az indoklás önmagában igaz.
- E) Az állítás hamis és az indoklás is hamis.

1. A progresszív relaxáció mozgásanalízisen alapuló aktív lazítási technika, **mert** kontrakcióprovokáló gyakorlatokkal éri el a szervezet nyugalmi állapotát.
2. Az öregedést specifikus kórfolyamatok nélkül a lelki struktúra bizonyos fokú megváltozása jellemzi, **mert** a változó környezeti feltételekhez való adaptáció hatékonysága kisebb és a homeostasis gyengül.
3. A neurotikus magatartászavarok gyakran a nonverbális kommunikáció területén fejlődnek ki legintenzívebben, **ezért** a célzott terápia a neurotikus beteg tipikus mozgászavarából és kommunikatív sajátosságaiból indul ki.
4. A relaxáció és az aerob gyakorlatok immunmoduláló pozitív hatásúak, a CT4 sejtek száma nő, a természetes ölösejtek aktivizálódnak, az endorfintermelődés fokozódik, **ezért** a rendszeres testmozgás a HIV-fertőzöttek relatíve jó egészségi állapotának fennmaradásában fontos szerepet játszik és késlelteti a szövődmények megjelenését.
5. A preverbális korban a közléscsere metakommunikatív úton zajlik, **mert** a metakommunikáció felnőttkorban is a kommunikáció állandó kísérője.