1. Що включає в себе предмет позитивної психології?

a) Вивчення лише негативних аспектів психіки

b) Аналіз психічних розладів та патологій

c) Розвиток та вивчення позитивних аспектів людської психіки та взаємовідносин

2. Яка основна мета позитивної психології в аспекті міжособистісних відносин?

a) Максимальна уникнення конфліктів у взаємодії людей

b) Збільшення кількості нейтральних взаємин

c) Створення позитивних, допоміжних та розвиваючих взаємин між людьми

3. Які психофізіологічні аспекти можуть бути пов'язані із негативним переживанням?

a) Лише збудження внутрішніх органів

b) Зміни у роботі легень

c) Вплив на гормональний баланс, роботу серцево-судинної системи та імунітету

4. Як впливають позитивні почуття на філогенез людини?

a) Сповільнюють процеси еволюції

b) Сприяють виживанню та розвитку соціокультурних навичок

c) Викликають зміни в генетичній структурі організму

5. Які зміни може викликати позитивне ставлення до життя на рівні онтогенезу?

a) Тільки фізіологічні зміни

b) Покращення роботи нервової системи, збільшення стійкості до стресів та поліпшення психічного здоров'я

c) Зменшення продуктивності

6. Як впливає позитивне сприйняття власного тіла на фізіологічний стан людини?

a) Зменшує лише відчуття голоду

b) Активізує вироблення ендорфінів та покращує функцію імунітету

c) Лише збільшує емоційну стійкість

7. Що є основною задачею позитивної психології в аспекті міжособистісних відносин?

a) Максимальна уникнення конфліктів

b) Стимулювання конкуренції між людьми

c) Розвиток позитивних навичок спілкування та формування емпатії

8. Як позитивні почуття можуть впливати на емоційну стійкість в онтогенезі?

a) Зменшують емоційну стійкість

b) Лише тимчасово підвищують емоційний фон

c) Підвищують емоційну стійкість та здатність до адаптації до стресових ситуацій

9. Як впливає позитивне сприйняття власної особистості на фізичне здоров'я?

a) Знижує лише ризик серцевих захворювань

b) Покращує імунітет, підвищує резистентність до хвороб та збільшує тривалість життя

c) Має лише косметичний вплив на фізичний стан

10. Які зміни може викликати позитивна спрямованість в житті на психічне здоров'я?

a) Лише тимчасова позитивна емоційна реакція

b) Зменшення ризику психічних розладів, збільшення рівня задоволення та щастя

c) Лише збільшення рівня стресостійкості

11. Як позитивні почуття можуть впливати на когнітивні функції в онтогенезі?

a) Призводять до зниження інтелектуальних здібностей

b) Лише тимчасово підвищують рівень уваги

c) Сприяють покращенню пам'яті, концентрації та когнітивних функцій

12. Які соціокультурні аспекти важливі для розуміння позитивної психології в контексті міжособистісних відносин?

a) Зменшення рівня соціальної взаємодії

b) Розвиток позитивного спілкування та міжособистісної емпатії

c) Збільшення рівня конфліктності в суспільстві

13. Як психофізіологічні аспекти можуть бути пов'язані із негативним переживанням?

a) Зниження рівня стресу

b) Лише фізіологічні зміни в структурі мозку

c) Вплив на вироблення гормонів стресу та роботу серцево-судинної системи

14. Як позитивні почуття можуть впливати на розвиток соціокультурних навичок в онтогенезі?

a) Призводять до ізоляції в суспільстві

b) Збільшують тільки рівень емпатії

c) Сприяють розвитку комунікаційних та міжособистісних навичок

15. Як позитивні емоції можуть впливати на фізіологічний стан людини в аспекті філогенезу?

a) Збільшують тільки кисень у крові

b) Активізують вироблення ендорфінів, знижують кров'яний тиск та покращують функцію серцево-судинної системи

c) Лише тимчасово підвищують м'язовий тонус