www.pakcity.org | Psychology نفسیات | بارہویں کلاس

معروضی

اگر آپ یہ معروضی/MCQs تیار کرتے ہیں تو انشاءاللہ آپ کے 17/17 نمبر پکے ہیں۔

❖ ہر جزو کے چار ممکنہ جوابات A,B,C اور D دیئے گئے ہیں۔ جوابی کاپی پر ہر جزو کے سامنے دیئے گئے دائروں میں سے درست جواب کے مطابق متعلقہ دائرہ کو مار کر یا پین سے بھر دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو پر کرنے یا کاٹ کر پر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہو گا۔

1	ایرکسن نے نشوونما کے ......بیان کیے:						
A	آٹھ بحران	B	خود مختیاری بمقابلہ شرم اور شک	C	ان میں سے کوئی نہیں	D	چار بحران
2	جی ایس ہال نے نفسیات کی کون سی شاخ متعارف کروائی؟						
A	سماجی نفسیات	B	نشوونما کی نفسیات	C	طبی نفسیات	D	صنعتی نفسیات
3	کس امریکی ماہر نفسیات نے بیسویں صدی میں نشوونما کی نفسیات کو متعارف کروایا؟						
A	جی ایس ہال	B	راجرز	C	فرائیڈ	D	کوہلبرگ
4	نموئی نفسیات کا دائرہ عمل کہاں سے شروع ہوتا ہے؟						
A	پیدائش سے	B	یوغہ بننے سے	C	بچپن سے	D	نوجوانی سے
5	نموئی نفسیات میں کس چیز کا مطالعہ کیا جاتا ہے؟						
A	بچپن کا	B	جوانی کا	C	بلوغت کا	D	تمام ادوار کا
6	نشوونما کی نفسیات زندگی کے کن ادوار کا مطالعہ کرتی ہے؟						
A	بچپن	B	بلوغت	C	بڑھاپا	D	سب
7	انسانی جسم میں نشوونما کا عمل کب معطل ہو جاتا ہے؟						
A	بلوغت میں	B	نوجوانی میں	C	بڑھاپے میں	D	موت پر
8	بالیدگی اور پختگی کو کونسے عوامل کنٹرول کرتے ہیں؟						
A	ماحولی عوامل	B	کرداری عوامل	C	عضویاتی عوامل	D	نفسیاتی عوامل
9	درج ذیل سے کونسا عمل فرد کی آخری سانس تک جاری رہتا ہے؟						
A	بالیدگی	B	پختگی	C	نشوونما	D	یہ تمام
10	ورثے سے متاثر ہونے والے عوامل کونسے ہیں؟						
A	بنیادی قابلیتیں	B	اعتقادات	C	اخلاقیات	D	سماجی اقدار
11	بالیدگی سے مراد کونسی تبدیلیاں ہیں؟						
A	قد	B	حجم	C	وزن	D	تمام
12	انسان کی جسمانی نشوونما کو کتنے ادوار میں تقسیم کیا جا سکتا ہے؟						
A	پانچ	B	سات	C	چھ	D	آٹھ
13	کس ماہر نفسیات نے نفسی سماجی نمو کا نظریہ پیش کیا؟						
A	پیاجے	B	ایرکسن	C	کوہلبرگ	D	واٹسن
14	کوہلبرگ کے مطابق اخلاقی نشوونما کے کتنے مدارج ہیں؟						
A	دو	B	چار	C	چھ	D	آٹھ
15	کوہلبرگ کے اخلاقی نظریے میں کتنی منازل کا تذکرہ کیا گیا ہے؟						
A	تین	B	چھ	C	دو	D	سات
16	پیاجے کا پیش کردہ ٹھوس عملی درجہ عمر کے کس حصے سے متعلق ہے؟						

pakcity.org
www.pakcity.org

A	2تا7سال	B	11تا7سال	C	13تا11سال	D	12سال
17	پیاجے کا تعلق کس جگہ سے تھا؟						
A	امریکہ	B	سوئٹزرلینڈ	C	فرانس	D	جرمنی
18	کمیتی یا مقداری تبدیلیوں سے کیا مراد ہے؟						
A	سماجی تبدیلیاں	B	جسمانی تبدیلیاں	C	وقوفی تبدیلیاں	D	یہ تمام
19	نشوونما کے عمل میں کونسی تبدیلیاں پیدا ہوتی ہیں؟						
A	کیفیتی	B	کمیتی	C	کوئی نہیں	D	الف اور ب دونوں
20	فکری عمل میں منظم تبدیلیاں کیا کہلاتی ہیں؟						
A	جسمانی نمو	B	سماجی نمو	C	وقوفی نمو	D	یہ تمام
21	عضویات میں پختگی، وزن اور قد میں تبدیلی کس کی بدولت پیدا ہوتی ہے؟						
A	نفسیاتی نشوونما کی	B	جسمانی نشوونما کی	C	وقوفی نشوونما کی	D	سماجی نشوونما کی
22	پیاجے کے بقول وقوفی نشوونما کے حسی حرکی مرحلے کا دورانیہ کیا ہوتا ہے؟						
A	0تا2سال	B	2تا5سال	C	5تا7سال	D	7تا11سال
23	پیاجے کے مطابق قبل عملی درجہ کب شروع ہوتا ہے؟						
A	2تا7سال	B	7تا11سال	C	12تا15سال	D	0تا2سال
24	کس ماہر نفسیات نے نشوونما کے حسی حرکی درجے کا ذکر کیا؟						
A	فرائیڈ	B	کوہلبرگ	C	پیاجے	D	واٹسن
25	پیاجے نے وقوفی نشوونما کا نظریہ کب پیش کیا؟						
A	1920	B	1928	C	1922	D	1930
26	ٹھوس عملی درجے میں کس عمر کے بچے شامل ہوتے ہیں؟						
A	0تا2سال	B	2تا7سال	C	7تا11سال	D	12تا15سال
27	پیاجے نے کونسا نظریہ پیش کیا؟						
A	جسمانی نشوونما کا	B	وقوفی نشوونما کا	C	سماجی نشوونما کا	D	اخلاقی نشوونما کا
28	ایرکسن کے نزدیک خود مختاری بمقابلہ شرم و شک کا بحران کب پیدا ہوتا ہے؟						
A	پہلے مرحلے میں	B	دوسرے مرحلے میں	C	تیسرے مرحلے میں	D	چوتھے مرحلے میں
29	ایرکسن نے کس ماہر نفسیات کے نظریے کو معاشرتی اثر کی وضاحت کے لیے استعمال کیا؟						
A	فرائیڈ	B	پیاجے	C	ایس جی ہال	D	کوہلبرگ
30	ایرکسن کی بیان کردہ منازل میں فرد کس مرحلے پر پیداواریت یا جمود کا شکار ہو جاتا ہے؟						
A	بڑھاپا	B	بلوغت	C	جوانی	D	ادھیڑ عمری
31	ایرکسن نے نشوونما کے کتنے مراحل کا تذکرہ کیا ہے؟						
A	پانچ	B	آٹھ	C	چھ	D	دس
32	کونسا نظریہ فرائیڈ کے تصورات پر استوار کیا گیا؟						
A	سماجی نمو کا	B	اخلاقی نمو کا	C	وقوفی نمو کا	D	جسمانی نمو کا
33	ایرکسن کے بقول نشوونما کے دوران فرد کتنے بحرانوں کا سامنا کرتا ہے؟						
A	چار	B	آٹھ	C	چھ	D	بارہ
34	سماجی تعلقات میں مطابقت پیدا کرنے کا مرحلہ کوہلبرگ کے پیش کردہ کس درجے سے ہے؟						
A	پہلا درجہ	B	دوسرا درجہ	C	تیسرا درجہ	D	چوتھا درجہ
35	ڈاکٹر سید اظہر رضوی کی کتاب کا نام......ہے:						

pakcity.org
www.pakcity.org

A	نفسیاتی علاج مسلم روایات اور جدید رجحانات	B	نفسیاتی علاج اور جدید سائنس	C	دونوں	D	ان میں سے کوئی نہیں
36	مولانا اشرف علی تھانویؒ کے علاج کا نام......ہے:						
A	علاج بذریعہ دعا	B	علاج بذریعہ مطالعہ کتب	C	علاج بذریعہ صحبت	D	ب اور ج دونوں
37	امام غزالی نے نفس کی......اقسام بتلائی ہیں:						
A	چار	B	تین	C	دو	D	ایک
38	تشویش کی علامات میں شامل ہے:						
A	دن کے خواب	B	نزلہ زکام	C	خوف و بے چارگی	D	بہت زیادہ نیند
39	خبط آمیز اجباری ردِ اعمال کی وجہ سے ہے:						
A	دماغی خرابی	B	احساسِ گناہ	C	شعوری کیفیت	D	زود حسی
40	بے جا خوف سے مراد ہے:						
A	خوف	B	عدم تحفظ	C	جسمانی بیماری	D	غیر منطقی خوف
41	شیزوفرینیا سے مراد ہے:						
A	ہیجانی کردار	B	بڑھاپے کا مرض	C	انشقاق ذہنی	D	تشویش
42	شیزائیڈ شخصی عارضہ میں مبتلا افراد میں علامات پائی جاتی ہیں:						
A	بہت گفتگو	B	جوش میں آجانا	C	سماجی عدم دلچسپی	D	نیند میں چلنا
43	سماجی مطابقت کا کھیل SRRS کس نے متعارف کروایا؟						
A	ہومز اور راہی	B	زکریا رازی	C	لزارس	D	امام غزالیؒ
44	امام غزالیؒ نے انسانی شخصیت کے ضمن میں کتنی قوتوں کا تذکرہ کیا ہے؟						
A	دو	B	تین	C	چار	D	ان گنت
45	احیائے علوم اور کیمیائے سعادت کس کی تصانیف ہیں؟						
A	ابنِ سینا	B	ابنِ مسکویہ	C	امام رازی	D	امام غزالیؒ
46	شاہ ولی اللہؒ کے بقول اختیاری افعال کو ارادے اور مرضی سے سرانجام دینے والے لوگ......کے مالک ہوتے ہیں:						
A	اچھی صحت	B	خود آگہی	C	خود ترسی	D	خود فریبی
47	مندرجہ ذیل میں سے کونسا نظریہ ذہنی صحت سے متعلق ہے؟						
A	طبی	B	نفسیاتی	C	مذہبی	D	تمام
48	نفسیاتی امراض کے لیے علاج بذریعہ مطالعہ کتب کس نے متعارف کروایا؟						
A	مولانا اشرف علی تھانویؒ	B	ڈاکٹر اظہر علی رضوی	C	امام غزالیؒ	D	شاہ ولی اللہ
49	صحت برقرار رکھنے کے لیے کیا چیز ضروری ہے؟						
A	باقاعدہ ورزش	B	متوازن خوراک	C	باقاعدہ معائنہ	D	یہ تمام
50	کونسے نکتہ نظر کے مطابق ذہنی صحت کا تعلق دماغ کی ساخت اور افعال سے ہے؟						
A	مذہبی	B	عصبی	C	نفسیاتی	D	سماجی
51	مسلمان مفکرین کے نزدیک انسانی شخصیت کی کتنی جہتیں ہیں؟						
A	چار	B	دو	C	تین	D	ایک
52	نفسیات صحت کا کن شعبوں سے گہرا تعلق ہے؟						
A	کرداری ادویات	B	معالجاتی نفسیات	C	بچوں کی نفسیات	D	الف اور ب دونوں
53	ذہنی صحت کا سب سے قدیم نظریہ کونسا ہے؟						
A	اساطیری	B	مذہبی	C	سماجی	D	طبی
54	قانون توڑنا، ضابطے اور ڈسپلن کی خلاف ورزی کرنا کس زمرے میں آتا ہے؟						

A	ماحول سے فائدہ اٹھانا	B	ماحول سے اتفاق کرنا	C	ماحول سے مقابلہ کرنا	D	سب بیان درست ہیں
55	کس معیار کی رو سے اکثریت کا کردار نارمل ہوتا ہے؟						
A	طبی معیار	B	سماجی معیار	C	اسلامی معیار	D	شماریاتی معیار
56	ذاتی اضطراب کی موجودگی کا معیار کس مرض پر لاگو نہیں ہوتا؟						
A	تشویش	B	کیٹاٹانک شیزوفرینیا	C	ڈپریشن	D	سب کے سب
57	اپنے نظریات میں قوتِ غضبیہ، شہویہ اور عقلیہ کا تذکرہ کس مسلمان مفکر نے کیا؟						
A	امام رازی نے	B	ابنِ عربی	C	ابنِ مسکویہ	D	مولانا اشرف علی تھانویؒ
58	امام غزالیؒ نے فرمایا......ذہنی صحت کا عکاس ہے جو گناہوں کی معافی مانگنے سے حاصل ہوتا ہے:						
A	علم	B	اطمینانِ قلب	C	قوت	D	استغفار
59	جو صورتحال فرد کے وسائل اور بہبود کے لیے نقصان دہ ہو فرد اسے کیا سمجھتا ہے؟						
A	فشاری	B	تشویشی	C	خطرناک	D	گمراہ کن
60	فشاری صورتحال میں عضویاتی ردِ اعمال کس نظام کے تحت پیدا ہوتے ہیں؟						
A	مرکزی نظامِ عصبی کے تحت	B	بدنی نظام عصبی کے تحت	C	تمام نظاموں کے تحت	D	خود اختیاری نظام عصبی کے تحت
61	فشار کے بارے میں کونسا بیان درست ہے؟						
A	فشار فرد اور ماحول کے باہمی تعامل کا نتیجہ	B	فشار ایک مہیج ہے	C	فشار ایک ردِ عمل ہے	D	تمام بیانات درست ہیں
62	دباؤ یا فشار کے ذرائع کونسے ہیں؟						
A	رکاوٹیں	B	امکانی خطرات	C	عدم اطمینان	D	یہ سب
63	ردِ اعمال کے حوالے سے فشاری مرکز کسے کہا جاتا ہے؟						
A	زیریں عرشہ	B	عرشہ	C	محیطی نظامِ عصبی	D	کظری غدود
64	امریکی تنظیم برائے امراض دل کے مطابق کونسا کردار دل کی صحت کے لیے خطرہ ہے؟						
A	ٹائپ اے اور بی شخصیت	B	ٹائپ اے شخصیت	C	غیر حقیقی کردار	D	ٹائپ بی شخصیت
65	فشار کے نتیجے میں سب سے زیادہ لاحق ہونے والا مرض کونسا ہے؟						
A	بے جا خوف	B	تسلط	C	جبری افعال	D	تشویش
66	کشمکش کی کتنی اقسام ہیں؟						
A	دو	B	چار	C	تین	D	پانچ
67	عمومی لحاظ سے کشمکش کی اقسام کونسی ہیں؟						
A	حصول حصول	B	حصول گریز	C	گریز گریز	D	تینوں
68	جب فرد دو پسندیدہ مقاصد بیک وقت حاصل کرنا چاہتا ہو لیکن ایسا نہ کر سکے تو اسے کیا کہتے ہیں؟						
A	دُہرا گریزی تصادم	B	حصولی گریزی تصادم	C	دُہرا حصولی تصادم	D	کثیر حصولی گریزی تصادم
69	طالب علم کو دو ناپسندیدہ مضامین میں سے کسی ایک مضمون کا لازمی انتخاب کرنا پڑے تو اس صورتحال کا کیا کہا جائے گا؟						
A	حصولی گریزی تصادم	B	دُہرا گریزی تصادم	C	دُہرا حصولی تصادم	D	حصول حصول تصادم
70	دو یکساں پُرکشش مقاصد کے مابین کشمکش کو کیا کہتے ہیں؟						
A	حصول گریز	B	گریز گریز	C	حصول حصول	D	دُہرا حصول گریز
71	کس مرض میں مبتلا فرد ایسے مقامات پر جانے سے گریز کرتا ہے جہاں وہ نفسیاتی یا جسمانی فرار حاصل نہ کر سکتا ہو؟						
A	مخصوص خوف	B	عمومی تشویش	C	ہراسانی کا مرض	D	سماجی خوف
72	ہراسانی کا دورہ کسی خاص صورتحال سے شروع ہو تو اسے کیا کہتے ہیں؟						
A	متوقع دورہ	B	اشاراتی دورہ	C	غیر متوقع دورہ	D	غیر اشاراتی دورہ
73	کس مرض میں دورے کی شدت چند لمحوں میں کم ہو جاتی ہے لیکن تشویش کی علامات کم شدید صورت میں فرد پر ہر وقت طاری رہتی ہے؟						

A	بے جاخوف	B	اجباری افعال	C	ہراسانی	D	تسلط
74	درج ذیل میں سے کونسے امراض تشویشی ہیں؟						
A	ہراسانی	B	شیزوفرینیا	C	بے جاخوف	D	الف اور ج دونوں
75	تشویش کی علامات میں کیا شامل ہے؟						
A	بے چینی	B	گھبراہٹ	C	خوف	D	یہ سب
76	کونسے مریض طعن و تشنیع، مذاق اور بے عزتی کے باوجود اپنی حرکات سے باز نہیں آتے؟						
A	خبط آمیز اجباری ردِ عمل	B	ہراسانی	C	تشویش	D	فشار
77	حقیقی خطرے کی عدم موجودگی میں کسی مہیج کے بارے میں ڈر کی کیفیت پیدا ہو تو اسے کیا کہا جائے گا؟						
A	بے جاخوف	B	جبری فعل	C	تسلط	D	تشویش
78	لوگوں کے سامنے تقریر کرنے پر بے حد کوفت اور شرمندگی محسوس ہو تو اسے کیا کہا جائے گا؟						
A	ہراسانی	B	جبری فعل	C	سماجی خوف	D	عمومی خوف
79	فوبیا اور ہراسانی کے مرض سے نجات دلانے والی تمام تدابیر کس اور مرض میں کارگر ہیں؟						
A	عمومی تشویش	B	اجباری فعل	C	تسلط	D	سب کے لیے
80	کھلی جگہوں کا خوف دور کرنے کا موثر طریقہ کونسا ہے؟						
A	اعدام تحسیس	B	سائیکوڈرامہ	C	ادویات	D	یہ سب
81	خواتین میں کس مرض کا تعلق صفائی ستھرائی سے ہے؟						
A	فوبیا	B	ہراسانی تسلط	C	تشویش	D	آمیز اجباری افعال(OCD)
82	کس مرض میں فرد اپنی حرکات کو احمقانہ سمجھنے کے باوجود انہیں ترک نہیں کر سکتا؟						
A	تشویشی مرض	B	تسلط	C	اجباری افعال	D	سب کے سب
83	کس نظریے کے مطابق خیالات کا تسلط اور جبری افعال ایسا آموزشی کردار ہے جس کی ادائیگی سے فرد کے خوف میں کمی آتی ہے؟						
A	کرداری و وقوفی نظریہ	B	تحلیل نفسی	C	انسانی پسندانہ نظریہ	D	ان میں سے کوئی نہیں
84	کس مرض میں فرد عوامی جگہوں پر جانے، باہر کھانا کھانے اور سماجی تقریبات میں شرکت سے شدید خوف محسوس کرتا ہے؟						
A	عمومی تشویش	B	سماجی فوبیا	C	عمومی فوبیا	D	ہراسانی
85	حادثے سے متعلق تشویشی علامات اگر پندرہ دن تک برقرار ہیں تو اسے کیا کہا جائے گا؟						
A	فشار بعد از صدمہ	B	فوری فشار	C	خوف	D	بے جاخوف
86	اعدام تحسیس، ماڈلنگ اور امپلوزو تکنیک کس طریقہ علاج کا حصہ ہیں؟						
A	وقوفی طریقہ	B	کرداری طریقہ	C	تحلیل نفسی	D	ان میں سے کوئی نہیں
87	حقیقی خطرے کی وجہ سے پیدا ہونے والا ڈر کیا کہلاتا ہے؟						
A	بے جاخوف	B	خوف	C	سماجی خوف	D	مخصوص خوف
88	شیزوفرینیا سے کیا مراد ہے؟						
A	خوف	B	تشویش	C	بڑھاپے کا مرض	D	ذہنی انتشار
89	وہم اور ادراکی خلل شیزوفرینیا کی کونسی علامت ہے؟:						
A	منفی علامات	B	عمومی علامات	C	مثبت علامات	D	دیگر علامات
90	خبط کی کس قسم میں فرد خود کو بادشاہ، ملکہ یا کوئی عظیم ہستی سمجھتا ہے؟						
A	خبطِ حوالہ	B	خبطِ عظمت	C	خبطِ اذیت	D	ان میں سے کوئی نہیں
91	شیزوفرینیا میں مریض کے واہمے کس حس سے متعلق ہوتے ہیں؟						
A	بصری حس	B	سمعی حس	C	لمسی حس	D	تمام حواس سے
92	درج ذیل میں سے شیزوفرینیا کی کونسی علامات منفی ہیں؟						

www.pakcity.org

A	بے احساسی	B	خبط	C	کیٹاٹونیا	D	ادراکی خلل
93	بلاوجہ کھوکھلے قہقہے لگانا، شرم وحیا اور اپنی صفائی سے بے نیاز رہنا شیزوفرینیا کی کونسی قسم میں دیکھنے میں آتا ہے؟						
A	کیٹاٹانک	B	غیر منظم شیزوفرینیا	C	پیرانائیڈ	D	غیر امتیازی
94	کونسا مرض شیزوفرینیا کی ذیلی اقسام میں شامل ہے؟						
A	تشویش	B	ہراسانی	C	بے جا خوف	D	کیٹاٹانک
95	مریض کے جھوٹے خیالات، احساسات اور اعتقادات کیا کہلاتے ہیں؟						
A	وہم	B	وہم اور خبط	C	خبط	D	بے جا خوف
96	شیزوفرینیا کی کس قسم میں ملی جلی علامات پائی جاتی ہیں؟						
A	غیر منظم	B	غیر امتیازی	C	پیرانائیڈ	D	کیٹاٹانک
97	شیزوفرینیا کی کس قسم میں خبط اور وہم سب سے زیادہ موجود ہوتے ہیں؟						
A	کیٹاٹانک	B	پیرانائیڈ	C	غیر منظم	D	غیر امتیازی
98	(کم خوری) اینوریکسیانزووسا اور (بسیار خوری) بولیمیانزووسا کو کیا کہا جاتا ہے؟						
A	کم خوری کا مرض	B	پُرخوری کا مرض	C	طعامی امراض	D	شخصی امراض
99	DSM-IV کے مطابق طعاطی امراض کی اقسام کونسی ہیں؟						
A	کم خوری	B	بسیار خوری	C	الف اور ب	D	کوئی نہیں
100	اینوریکسیانزووسا سے کیا مراد ہے؟						
A	شخصی مرض	B	کم خوری	C	تشویشی مرض	D	بسیار خوری
101	معیاری وزن کا تعین کرتے وقت کن اُمور کو مد نظر رکھا جاتا ہے؟						
A	عمر	B	جسمانی ساخت	C	غذائی عادات	D	الف اور ب
102	اینوریکسیانزووسا (کم خوری) کے مریض کونسی دفاعی تدبیر پر انحصار کرتے ہیں؟						
A	ابطان	B	تردید حقیقت	C	تاویل	D	سب کے سب
103	فرد تین ماہ تک کتنی بار Binge Eating کا مظاہرہ کرے تو (بسیاخوری) بولیمیانزووسا کی تشخیص کی جاتی ہے:						
A	ہفتے میں 6 بار	B	ہفتے میں 4 بار	C	ہفتے میں 2 بار	D	ہر روز
104	بے تحاشہ کھانا اور پھر ناموزوں طریقے سے اس کی تلافی کرنا کونسا مرض ہے؟						
A	اینوریکسیانزووسا	B	Binge Eating	C	بولیمیانزووسا	D	Purging
105	کونسے مریض بے حد لاغر ہونے کے باوجود اپنا علاج کروانے کے لیے قطعاً تیار نہیں ہوتے؟						
A	فوبیا	B	تشویش	C	اینوریکسیانزووسا	D	ہراسانی
106	طعامی امراض کے لیے کونسا طریقہ علاج مفید ہوتا ہے؟						
A	کرداری	B	عضویاتی اور نفسیاتی	C	نفسیاتی	D	عضویاتی
107	بولیمیانزووسا کو کیا کہا جاتا ہے؟						
A	شخصی امراض	B	پُرخوری کا مرض	C	کم خوری کا مرض	D	تشویشی مرض
108	فرد کی کارکردگی صحت مندی اور طویل العمری کا راز کس میں پوشیدہ ہے؟						
A	ہوا اور پانی پر	B	اچھی غذائی عادات	C	چکنائی اور شکر پر	D	ماحول پر
109	بچے کی غذائی عادات کو بنانے یا بگاڑنے کا سب سے زیادہ ذمہ دار کون ہے؟						
A	دوست	B	رشتہ دار	C	ماں	D	باپ
110	فرد کے لیے پانی کی ضرورت کا تعین کس بات کو مد نظر رکھ کر کرنا چاہیے؟						
A	کام کی نوعیت	B	موسم کی شدت	C	قے اور اسہال	D	جسم سے خارج ہونے والی پانی کی مقدار پر
11	کن افراد کو معمول سے زیادہ حراروں والی خوراک کی ضرورت ہوتی ہے؟						

pakcity.org
www.pakcity.org

1							
A	صحت مند بالغ افراد	B	حاملہ خاتون	C	بزرگ	D	سب کے سب
112	فرد کی غذائی عادات پر کون سے عوامل اثر انداز ہوتے ہیں؟						
A	ذاتی	B	ماحولی	C	سماجی	D	یہ تمام
113	غذا کے انتخاب میں کس کی اہمیت زیادہ نمایاں ہوتی ہے؟						
A	موسمی حالات	B	ملکی حالات	C	خاندانی حالات	D	عالمی حالات
114	ڈاکٹر حضرات خوراک کے کس جزو کو کم سے کم استعمال کرنے کا مشورہ دیتے ہیں؟						
A	سبزی	B	پھل	C	پانی	D	نمک اور شکر
115	سماج دشمن کردار سے مراد ہے:						
A	اعلیٰ کردار	B	مجرمانہ کردار	C	وراثتی کردار	D	سیاسی کردار
116	نشہ سے مراد ہے:						
A	سگریٹ نوشی	B	چائے	C	ادویات کا استعمال	D	نشہ آور مواد کا استعمال
117	سگریٹ نوشی سے نجات کا بہترین طریقہ ہے:						
A	مشورہ	B	نفسیاتی طریقہ علاج	C	ورزش	D	ادویات
118	تعصب سے مراد ہے:						
A	غصہ	B	سماجیت	C	تشکیل شدہ رویہ	D	جوش و جذبہ
119	رویوں کی پیمائش کیسے کی جاتی ہے؟						
A	مشاہدہ سے	B	ادراک سے	C	ذہانت سے	D	شرحی پیمانوں سے
120	ہماری سماجی زندگی میں کونسے عناصر شامل ہیں؟						
A	اہل خانہ	B	ہم جولی	C	پڑوسی	D	سب کے سب
121	سماجی نفسیات پر سب سے پہلی کتاب کس نے لکھی؟						
A	ولیم میکڈوگل نے	B	راجرز	C	ای اے راس	D	ولیم میکڈوگل اور ای اے راس
122	سماجی تعامل کی کونسی صورتیں ممکن ہیں؟						
A	فرد کا فرد کے ساتھ	B	فرد کا فرد اور گروہ کے ساتھ	C	فرد کا اپنی ذات کے ساتھ	D	الف اور ب دونوں
123	سماجیت کے عمل کی ابتداء کب ہوتی ہے؟						
A	پیدائش سے	B	قبل از پیدائش	C	بلوغت سے	D	جوانی سے
124	1908ء میں سماجی نفسیات پر اوّلین کتب کس نے تحریر کیں؟						
A	میکڈوگل	B	ای اے راس	C	نیوکوب	D	الف اور ب دونوں
125	سماجی نفسیات کا دائرہ عمل کیا ہے؟						
A	فرد کا مطالعہ	B	گروہ اور فرد کا مطالعہ	C	گروہ کا مطالعہ	D	گروہی تنظیم کا مطالعہ
126	سماجیت کا مقصد کیا ہے؟						
A	دوست بنانا	B	مطابقت سیکھنا	C	تعلیم حاصل کرنا	D	کام سیکھنا
127	سماجیت میں فرد آموزش کا کونسا اصول زیادہ استعمال کرتا ہے؟						
A	سعی و خطا	B	بصیرت	C	تقلید	D	کوئی نہیں
128	سماجیت کا ذرائع یا ادارے کونسے ہیں؟:						
A	خاندان	B	ذرائع ابلاغ	C	ہم جولی	D	یہ سب
129	سماجیت میں اہم ترین معاشرتی ادارہ کونسا ہے؟						
A	خاندان	B	تعلیمی ادارے	C	ذرائع ابلاغ	D	ہم جولی

www.pakcity.org

130	نفسیات کی وہ شاخ جو منظم طریقے سے فرد کے خیالات، احساسات اور کردار کا مطالعہ دیگر افراد کے کردار اور تجربات کے حوالے سے کرتی ہے۔۔۔۔۔ نفسیات کہلاتی ہے:						
A	عمومی	B	اطلاقی	C	ابنارمل	D	سماجی
131	سماجیت کا عمل کب ختم ہوتا ہے؟						
A	نوجوانی پر	B	بلوغت پر	C	بڑھاپے میں	D	موت پر
132	سماجیت کو دوران فرد آموزش کا کونسا اصول اختیار کرتا ہے؟						
A	تقلید	B	وقوفی طریقہ	C	مشروطیت	D	سب کے سب
133	سماجی نفسیات کا درج ذیل علوم میں سے کس کے ساتھ رابطہ ہے؟						
A	تاریخ	B	عمرانیات	C	لسانیات	D	سیاسیات
134	درج ذیل میں سے برقی ابلاغ کا ذریعہ کونسا ہے؟						
A	اخبار	B	رسائل	C	کُتب	D	ٹی وی
135	درج ذیل میں سے کیا برقی ذرائع ابلاغ میں شامل نہیں؟						
A	اخبار	B	ٹی وی	C	فلم	D	ریڈیو
136	ناخواندہ افراد کے لیے کونسا ذریعہ ابلاغ ناقابلِ استعمال ہے؟						
A	ڈرامہ	B	کُتب و رسائل	C	فلم	D	ٹی وی
137	موجودہ دور میں کسی چیز کو جاننے کے لیے کونسا ذریعہ سب سے موثر ہے؟						
A	ماحول	B	ذرائع ابلاغ	C	ہم عمر	D	خاندان
138	کس ذریعہ ابلاغ نے ہر قسم کی تفریح اور معلومات تک ہماری رسائی ممکن بنادی ہے؟						
A	ریڈیو	B	انٹرنیٹ	C	کُتب	D	اخبار
139	تشدد اور جارحیت کے فروغ میں سب سے نمایاں کردار کس کا ہے؟						
A	رسائل	B	ریڈیو	C	اخبار	D	ٹی وی اور فلم
140	سب سے دیرپا ذریعہ ابلاغ کونسا ہے؟						
A	کُتب	B	ٹی وی	C	اخبار	D	ریڈیو
141	ریڈیو ٹی وی سے کون لوگ مستفید ہو سکتے ہیں؟						
A	خواندہ افراد	B	ناخواندہ افراد	C	بچے	D	سب کے سب
142	ایسا کردار جو لوگوں کے لیے تکلیف دہ ہو اور سماجی معیار سے مطابقت نہ رکھتا ہو کیا کہلاتا ہے؟						
A	مطابقتی کردار	B	سماج دشمن کردار	C	سماجی کردار	D	ابنارمل کردار
143	ذیل میں سے کونسا بیان درست ہے؟						
A	سماج دشمن کردار شخصی ذہنی امراض کی قسم ہے	B	سماج دشمن کردار معاشرے کے لیے باعث آزاد ہوتا ہے	C	سماج دشمن کردار فرد کے لیے باعث راحت ہوتا ہے	D	درج بالا تمام بیانات درست ہیں
144	سماج دشمن کردار کی اہم وجہ کیا ہے؟						
A	تشویش	B	ناپختہ شخصیت	C	فشار	D	خوف
145	سماج دشمن کردار کی بنیادی وجہ کیا ہو سکتی ہے؟						
A	والدین کے جھگڑے	B	ناقص تربیت	C	معاشی حالات	D	الف اور ب دونوں
146	سماج دشمن کردار فرد کے لیے۔۔۔۔۔۔ ہوتا ہے مگر معاشرے کے لیے نقصان دہ:						
A	پُر لطف	B	تکلیف دہ	C	باپسندیدہ	D	بیزار کن
147	تعصّب میں کونسی خصوصیت نہیں پائی جاتی؟						
A	منفی تاثر	B	غیر اکتسابی	C	اکتسابی	D	مثبت تاثر

pakcity.org
www.pakcity.org

148	تعصّبات سے مزید کونسے ردِ اعمال پیدا ہو سکتے ہیں؟						
A	جرائم	B	تشدد	C	مساوات	D	الف اور ب دونوں
149	تعصّب کے خاتمے کے لیے سب سے موئثر حربہ کیا ہے؟						
A	معلومات کی فراہمی	B	قوانین	C	رسم ورواج	D	ثقافت
150	تعصّب میں کونسے بنیادی عناصر شامل ہیں؟						
A	وقوفی	B	کرداری	C	تاثری	D	تمام شامل ہیں
151	آپ کے خیال میں تعصّب کیسا عمل ہے؟						
A	اکتسابی	B	غیر اکتسابی	C	دونوں	D	کوئی نہیں
152	کس ماہر کے مطابق تعصّب ایک منفی رویہ ہے جو مخصوص سماجی گروہوں کے بارے میں قائم کیا جاتا ہے؟						
A	بائرن	B	جیمز	C	میکڈوگل	D	واٹسن
153	تعصّب سے کس چیز میں اضافہ ہوتا ہے؟						
A	احساسِ محرومی میں	B	میانہ روی میں	C	اخوت میں	D	معقول سوچ میں
154	تعصّبات سے کس چیز کو فروغ حاصل ہوتا ہے؟						
A	عدم مساوات کو	B	گروہی اقدار کو	C	ملکی اقدار کو	D	ادراکی صلاحیت کو
155	کس دوا کا تعلق جوش آور ادویات سے ہے؟						
A	بھنگ	B	چرس	C	LSD	D	کوکین
156	درج ذیل میں سے نشے کی بنیادی وجہ کونسی ہے؟						
A	احساسِ محرومی	B	قوانین سے لاعلمی	C	تعلیم کی کمی	D	موڈ
157	نشے کے عادی افراد نشے کی کیفیت طاری کرنے کے لیے کیا کرتے ہیں؟						
A	ہمیشہ نشے کی یکساں مقدار استعمال کرتے ہیں	B	رفتہ رفتہ نشے کی مقدار بڑھا دیتے ہیں	C	رفتہ رفتہ نشے کی مقدار کم کر دیتے ہیں	D	یہ تمام بیانات درست ہیں
158	کونسا ردِ عمل مسائل کے حل کے لیے منتخب کیا جاتا ہے مگر وہ مسائل میں اضافے کا باعث بنتا ہے؟						
A	منشیات کا استعمال	B	تعلیم	C	تدبر	D	کاروبار
159	کس مرض میں فرد کی جسمانی صحت تیزی سے متاثر ہوتی ہے؟						
A	تشویش	B	منشیات خوئی	C	شیزوفرینیا	D	فشار
160	کس مرض کے علاج میں مضبوط قوت فیصلہ اور قوتِ برداشت کا ہونا لازم ہے؟						
A	منشیات خوئی	B	فشار	C	فوبیا	D	شیزوفرینیا
161	کس نفسیاتی مرض میں فرد کی صحت اسے سب سے زیادہ متاثر کرتی ہے؟						
A	تشویش	B	فشار	C	فوبیا	D	منشیات خوئی
162	تشدد سے کیا مراد ہے؟						
A	اپنا دفاع کرنا	B	پروپیگنڈہ کرنا	C	دوسرے کو نقصان پہنچانا	D	درج بالا سب
163	تشدد اور جارحیت متبادل اصطلاحات ہیں لیکن ان میں فرق .....کا ہے:						
A	مقصد	B	شدت	C	آلات	D	ذرائع
164	کونسا کردار تشدد میں شامل ہے؟						
A	اپنے دفاع میں دوسرے کو نقصان پہنچانا	B	مدمقابل پر حملہ کرنا	C	حملے میں پہل کرنا	D	ب اور ج دونوں
165	شخصی تشدد سے کیا مراد ہے؟						
A	آلاتی	B	جذباتی	C	اتفاقی	D	معاونی
166	آلاتی تشدد سے کیا مراد ہے؟						

www.pakcity.org

A	معاونی	B	شخصی	C	جذباتی	D	اتفاقی
167	دوسرے کو ڈرانا دھمکانا اور اسکی تذلیل کرنا تشدد کی کونسی قسم ہے؟						
A	جنسی تشدد	B	جذباتی تشدد	C	جسمانی تشدد	D	سماجی تشدد
168	گھریلو تشدد کے نمایاں اثرات کونسے ہوتے ہیں؟						
A	نشہ	B	جرائم کا ارتکاب	C	ناقص تعلیمی کارکردگی	D	سب درست ہیں
169	گھریلو تشدد سے کیا مراد ہے؟						
A	عورتوں پر تشدد	B	مردوں پر تشدد	C	بچوں پر تشدد	D	جیون ساتھی یا خاندان کے ارکان پر تشدد
170	گھریلو تشدد کس معاشرے میں پایا جاتا ہے؟						
A	ہر معاشرے میں	B	مغربی	C	مشرقی	D	یورپی
171	کس طرح کی ناکامی میں فرد تشدد اور جارحیت کا مظاہرہ کرنے لگتا ہے؟						
A	متوقع ناکامی	B	غیر متوقع ناکامی	C	احساسِ ناکامی	D	اصلی ناکامی
172	جنسی ہراسانی کی گھناؤنی ترین صورتحال کونسی ہے؟						
A	زنا بالجبر	B	چھیڑ چھاڑ کرنا	C	جسمانی تشدد	D	گالیاں دینا
173	جنسی ہراسانی کی سب سے زیادہ شکایت کہاں پائی جاتی ہے؟						
A	تعلیمی اداروں میں	B	ملازمت کی جگہ پر	C	گلی محلے میں	D	پبلک مقامات پر
174	کونسا مرض جنسی ہراسانی کے ردِ عمل کے طور پر دیکھا جاسکتا ہے؟						
A	فوری فشار	B	فشار بعد از صدمہ	C	ہراسانی کا دورہ	D	سب کے سب
175	کونسا بیان درست ہے؟ جنسی ہراسانی......						
A	سماجی جرم ہے	B	کی سزا مقرر ہے	C	قانونی جرم ہے	D	تمام درست ہیں
176	فرد کی عزت نفس کو سب سے زیادہ نقصان کس چیز سے پہنچتا ہے؟						
A	تعصّب	B	ڈپریشن	C	جنسی ہراسانی	D	فشار
177	کسی فرد یا ادارے سے متعلق اعتقادات اور احساسات کے پائیدار رُجحان کو کیا کہتے ہیں؟						
A	ادراک	B	رویہ	C	اوصاف	D	عقائد
178	رویے کے کتنے اجزاء ہوتے ہیں؟						
A	دو	B	چار	C	چھ	D	تین
179	رویوں کی تشکیل میں کونسے عوامل شامل ہیں؟						
A	مشاہدہ	B	وقوف	C	تشریط	D	یہ تمام
180	رویوں کی پیمائش کا بہترین ذریعہ کونسا ہے؟						
A	مشاہدہ	B	شرحی پیمانے	C	ادراک	D	انٹرویو
181	اپنے بچوں کے لیے محبت اور دشمن کے لیے نفرت کا اظہار کرنا رویے کا کونسا پہلو ہے؟						
A	وقوفی	B	تاثری	C	کرداری	D	عملی
182	اپنے پسندیدہ لیڈر کے حق میں تقریر کرنا رویے کا کونسا پہلو ہے؟						
A	سماجی	B	تاثری	C	وقوفی	D	کرداری
183	اعتقاد، خیال، تصور اور معلومات رویے کی کس پہلو کی عکاسی کرتے ہیں؟						
A	وقوفی	B	کرداری	C	عملی	D	تاثری
184	درج ذیل میں سے کونسی خوبی رویے میں موجود ہوتی ہے؟						
A	جامد	B	اکتسابی	C	غیر اکتسابی	D	وراثتی
185	کونسی چیز ہمارے رویے کی تشکیل میں زیادہ معاون ہوتی ہے؟						

pakcity.org
www.pakcity.org

A	ہماری پسندیدہ شخصیت	B	موسم	C	احباب	D	الف اور ج دونوں
186	سماجی قرب وبعد کی پیمائش کرنے والا پیمانہ کس کا وضع کردہ ہے؟						
A	بوگارڈس	B	لکرٹ	C	تھارن ڈائیک	D	تھرسٹون
187	رویوں کی پیمائش کا پیمانہ لکرٹ سکیل کتنے درجات پر مشتمل ہے؟						
A	تین	B	چار	C	پانچ	D	سات
188	کس کا شرحی پیمانہ پانچ نکاتی ہے؟						
A	بوگارڈس	B	آس گڈ	C	لکرٹ	D	تھرسٹون
189	سات درجات پر مبنی شرحی پیمانہ کس نے مرتب کیا؟						
A	آس گڈ	B	بارٹلٹ	C	ہنری مرے	D	بوگارڈس
190	رویوں کی تشکیل میں کونسے عوامل اہم ہیں؟						
A	مشاہداتی آموزش	B	مشروطیت	C	وقوفی آموزش	D	یہ تمام
191	ہمارے بنیادی رویہ جات عموماً......:						
A	وراثتی ہوتے ہیں	B	والدین سے سیکھے جاتے ہیں	C	ذرائع ابلاغ سے متاثر	D	تعلیمی اداروں سے سیکھے جاتے ہیں
192	اکثریت کے خیالات کی عکاسی کس سے ہوتی ہے؟						
A	رویوں سے	B	تعصّبات سے	C	رائے عامہ سے	D	ان سب سے
193	رائے سے مراد ہے:						
A	وقتی احساس	B	پختہ احساس	C	ناقابل تغیر خیال	D	دیرپا تاثر
194	رائے عامہ کی تشکیل کا مرحلہ کس ادارے سے شروع ہوتا ہے؟						
A	مذہب	B	تعلیمی ادارے	C	ہم جولی	D	خاندان
195	رائے عامہ کی تشکیل کتنے مرحلوں میں ہوتی ہے؟						
A	دو	B	چار	C	تین	D	پانچ
196	رائے عامہ کی تشکیل میں کونسا عنصر سب سے زیادہ طاقتور ہے؟						
A	معاشی حیثیت	B	ذرائع ابلاغ	C	رُتبہ	D	گذشتہ تجربات
197	قیادت سب سے زیادہ کس پر اثرانداز ہوتی ہے؟						
A	سماجی اقدار	B	قوانین	C	تعصّبات	D	رائے عامہ
198	درج ذیل میں سے کس کی تشکیل حکومت کو بھی متاثر کرتی ہے؟						
A	رویے	B	رائے عامہ	C	سماجی اقدار	D	تعصّبات
199	سماجی گروہ کا ایسا رُکن جو گروہی سرگرمیوں پر اثرانداز ہوتا ہے، کیا کہلاتا ہے؟						
A	گروہی کارکن	B	مشیر	C	قائد	D	دوست
200	ایسی قیادت جو خود کو طاقت کا سرچشمہ سمجھے اور خود گروہی پالیسیاں وضع کرے، کیا کہلاتی ہے؟						
A	آمرانہ قیادت	B	جمہوری قیادت	C	رسمی قیادت	D	الف اور ج دونوں
201	کمشنر اور ڈی سی او قیادت کی کس قسم سے ہے؟						
A	جمہوری قیادت	B	رسمی قیادت	C	آمرانہ قیادت	D	نوکرشاہی قیادت
202	قیادت کی کونسی قسم میں ارکان سے مشورہ کیا جاتا ہے اور انکی رائے عامہ کو اہمیت دی جاتی ہے؟						
A	آمرانہ	B	جمہوری	C	رسمی	D	تمام میں
203	شخص مرتکز مشاورت کے بانی کا کیا نام تھا؟						
A	فرائیڈ	B	ایلس	C	کارل راجرز	D	جونز
204	کس نفسیات دان نے کہا ہے؟ Guidance لفظ Guide سے نکلا ہے جس کے معنی ہدایت کرنا، مدد دینا، قیادت کرنا، معلومات فراہم کرنا اور باہمی تفاعل ہے:						

www.pakcity.org

pakcity.org

A	شرٹزر اینڈ سٹون	B	فرینک پارسنز	C	راجرز	D	جونز
205	فرائیڈ کس نظریہ مشاورت کا بانی تھا؟						
A	ہدایاتی	B	تحلیل نفسی	C	شخص مرتکز	D	عقلی جذباتی
206	کس مشاورت میں دو اہم تکنیکیں "تعلیم اور تحث کرنا" ہیں؟						
A	تحلیل نفسی	B	شخص مرتکز	C	عقلی جذباتی	D	کوئی نہیں
207	رہنمائی کا مطلب کیا ہے؟						
A	سمت کا تعین کرنا	B	دوسروں پر اپنا نقطہ نظر ٹھونسنا	C	دوسرے کی زندگی کا بوجھ اٹھانا	D	فرد کی اس طرح مدد کرنا کہ وہ اپنی زندگی کا لائحہ عمل خود مرتب کر سکے۔
208	رہنمائی کا باقاعدہ آغاز فرینک پارسنز Frank Parsons نے کیسے کیا؟						
A	طلبہ کی فرمائش پر کیا	B	رہنمائی کی کالج قائم کر کے	C	رہنمائی کا آغاز ہسپتال سے کر کے	D	رہنمائی کی نجی تنظیم بنا کر
209	رہنمائی کا باقاعدہ آغاز کس نے کیا؟						
A	آربکل	B	فرینک پارسنز	C	آلپورٹ	D	جیمز
210	کس ماہر کے مطابق رہنمائی ایسا عمل ہے جو فرد کو مجموعی طور پر مطابقت پیدا کرنے میں مدد دیتا ہے؟						
A	جونز	B	ملر	C	آربکل	D	آلپورٹ
211	رہنمائی کا اصل مقصد کیا ہے؟						
A	بیماریوں کا علاج کیا جائے	B	افراد کو ملازمت دلوائی جائے	C	فرد کی مکمل نشوونما کے لیے اس کی مدد کی جائے	D	تعلیم میں اضافہ کیا جائے
212	صحیح رہنمائی کی بدولت فرد کیا کر سکتا ہے؟						
A	مسائل خود حل کرنا	B	اپنی ذمہ داری نبھانا	C	اپنے فیصلے خود کرنا	D	تمام درست ہیں
213	مشاورت ایسا باہمی تعامل ہے جس میں مؤکل اور......کے درمیان منفرد تعلق پیدا ہوتا ہے؟						
A	مریض	B	رہنما	C	معالج	D	مشیر
214	مشیر اپنے علم، تجربے اور بصیرت کے لحاظ سے کس سے افضل ہوتا ہے؟						
A	رہنما سے	B	مؤکل سے	C	مریض سے	D	ان سب سے
215	رہنمائی اور مشاورت میں مؤکل کی ذہنی صحت کیسی ہونی چاہیے؟						
A	مرض سے بھرپور	B	ابنارمل	C	غیر تسلی بخش	D	نارمل
216	رہنمائی کا عمومی دائرہ کار کہاں تک محیط ہے؟						
A	خاندان تک	B	تعلیمی اداروں تک	C	کاروباری دنیا تک	D	زندگی کے تمام پہلوؤں تک
217	تعلیم اور ملازمت سے متعلقہ مسائل کو حل کرنا کس کا شعبہ ہے؟						
A	قائد کا	B	رہنمائی کا	C	نفسیاتی علاج کا	D	حکومت کا
218	رہنمائی کی ضرورت اس وقت پیش آتی ہے جب فرد کے لیے درست فیصلہ کرنا مشکل ہو جائے تاہم اس میں.....کرنے کی صلاحیت موجود ہوتی ہے؟						
A	فیصلہ	B	علاج	C	مشورہ	D	مناظرہ
219	پیشہ ورانہ رہنمائی کا لفظ کس نے متعارف کروایا؟						
A	جان بریئر نے	B	فرینک پارسن نے	C	ایرکسن نے	D	میتھوسن نے
220	کس قسم کی رہنمائی کا عمل طویل اور مسلسل ہوتا ہے؟						
A	پیشہ ورانہ اور تعلیمی	B	سماجی	C	ذاتی	D	قانونی
221	رہنمائی کی کونسی قسم انسانی وسائل کے تحفظ کی ضامن ہے؟						
A	قانونی	B	سماجی	C	تعلیمی	D	پیشہ ورانہ
222	اسلامی تعلیمات کے حوالے سے رہنما کے لیے کونسی خصوصیات لازمی قرار دی گئی ہیں؟						

www.pakcity.org
pakcity.org

A	خوش اخلاقی	B	نرم خوئی وعفوودرگزر	C	مستقل مزاجی	**D**	سب کے سب
223	وہ ماہرانہ مشورہ جس پر عمل کرنے سے کسی شخص کی مشکلات میں کمی آئے، کیا کہلاتا ہے؟						
A	طریقہ علاج	**B**	مشاورت	C	باہمی گپ شپ	D	رہنمائی
224	رہنمائی کی ضرورت کہاں پیش آتی ہے؟						
A	صورتحال سمجھتے وقت	B	انتخاب کرتے وقت	C	فیصلہ کرتے وقت	**D**	سب مواقع پر
225	فرائیڈ کے مطابق شعور کے کتنے درجے ہیں؟						
A	دو	B	چار	**C**	تین	D	پانچ
226	فرائیڈ کے مطابق خواب کن اجزاء پر مشتمل ہوتا ہے؟						
A	ظاہری مواد	**B**	باطنی مواد	C	شعور	D	الف اور ب دونوں
227	فرائیڈ نے نظریے کے مطابق پیدائش کے وقت سے فرد میں کونسا نظام پایا جاتا ہے؟						
A	اڈ	B	ایگو	C	سپر ایگو	D	سب کے سب
228	خواہشات کی تسکین کے لیے ایگو کس اصول کی پیروی کرتی ہے؟						
A	اصول حقیقت	B	اصول لذت	C	اخلاقی اصول	D	سماجی اصول
229	فرائیڈ نے کس نظام کو شخصیت کا عقلی پہلو قرار دیا ہے؟						
A	اڈ	**B**	ایگو	C	سپر ایگو	D	سب کو
230	فرائیڈ کے مطابق لاشعوری مواد کو شعور میں لانے کے لیے کونسی تکنیک مفید ہے؟						
A	خوابوں کا تجزیہ	**B**	آزاد تلازم	C	انٹرویو	D	سب کی سب
231	سپر ایگو کس اصول کے تحت کام کرتی ہے؟						
A	اصول حقیقت	B	اصول لذت	**C**	اخلاقی اصول	D	عالمی قوانین
232	تحلیلِ نفسی کا بانی کون ہے؟						
A	ایڈلر	**B**	فرائیڈ	C	یونگ	D	راجرز
233	مشاورتی عمل کے دوران فرد طے کردہ وقت پر نہ پہنچے یا ہمیشہ دیر سے پہنچے تو تحلیلِ نفسی کی رو سے اسے کیا کہا جاتا ہے؟						
A	تلازم	B	بصیرت	C	انتقالیت	**D**	مزاحمت
234	کس ماہر نے فرد کو بنیادی طور پر جبلی مخلوق قرار دیا؟						
A	راجرز نے	**B**	فرائیڈ نے	C	ایلس نے	D	ان سب نے
235	کس ماہر نفسیات نے فرد کو بنیادی طور پر باصلاحیت، قابل اعتماد اور خود مختار قرار دیا؟						
A	ایلس نے	**B**	راجرز نے	C	فرائیڈ نے	D	ان سب نے
236	کس ماہر نفسیات کا کہنا ہے کہ ہر فرد خطاکار ہے اور اس کے مسائل شعور کے پیدا کردہ ہیں؟						
A	البرٹ ایلس	B	فرائیڈ	C	فرینک پارسنز	D	راجرز
237	خود آگاہی کو ذہنی صحت کا نام کس نے دیا؟						
A	راجرز	B	واٹسن	C	فرائیڈ	D	ایلس
238	عرفانِ ذات یا مثبت احترام ذات پر کس ماہر نے زور دیا؟						
A	فرائیڈ	B	ایلس	C	ایڈلر	**D**	راجرز
239	مؤکل مرکز طریقہ کس نے متعارف کروایا؟						
A	راجرز	B	البرٹ ایلس	C	فرائیڈ	D	فرینک پارسنز
240	مؤکل مرکز مشاورت میں مشیر کا کردار کیا ہوتا ہے؟						
A	انہماک سے سننا	B	اپنے خیالات مسلط کرنا	C	اپنے فیصلے مسلط کرنا	D	تنقید کرنا
241	کارل راجرز کی مشاہداتی تکنیک کو کیا کہتے ہیں؟						

A	تحلیلِ نفسی	B	غیر ہدایاتی مشاورت	C	ہدایاتی مشاورت	D	عقلی جذباتی طریقہ
242	راجرز کے نزدیک فرد کی ذاتی بصیرت اور آگاہی کس چیز کو ظاہر کرتی ہے؟						
A	جسمانی صحت	B	سماجی تعلقات	C	ذہنی صحت	D	پختگی
243	کس ماہر نفسیات کا پیش کردہ طریقہ مشاورت عقلی جذباتی اور کرداری پہلو سے متعلق ہے؟						
A	فرائیڈ کا	B	البرٹ ایلس کا	C	راجرز کا	D	ان سب کا
244	البرٹ ایلس کا کہنا ہے کہ زندگی کے کئی ہیجانی مسائل محض......سے پیدا ہوتے ہیں:						
A	غیر عقلی اور مثبت سوچ	B	عقلی اور منفی سوچ	C	غیر عقلی اور منفی سوچ	D	عقلی اور غیر عقلی سوچ
245	کس کا مشاورتی طریقہ یونانی فلسفی "ایپکٹیٹس" کے قول سے متاثر ہے؟						
A	البرٹ ایلس کا	B	جونز کا	C	راجرز کا	D	فرائیڈ کا
246	A-B-C ماڈل کا استعمال کس طریقہ مشاورت میں کیا گیا؟						
A	مؤکل مرکز	B	عقلی جذباتی کرداری	C	تحلیلِ نفسی	D	انسانیت پسندانہ
247	البرٹ ایلس کے طریقہ مشاورت کا کیا نام ہے؟						
A	کرداری طریقہ	B	تحلیلِ نفسی	C	عقلی جذباتی کرداری طریقہ	D	غیر ہدایاتی
248	مناظرہ اور Teaching کی تکنیک کس مشاورتی طریقے کا حصہ ہیں؟						
A	REBT	B	تحلیلِ نفسی	C	CCT	D	ان تمام میں
249	البرٹ ایلس کے بقول درج ذیل میں سے کونسا جذبہ غیر موزوں نہیں؟						
A	تشویش	B	طیش	C	احساس ناکامی	D	افسردگی
250	یہ کس یونانی فلسفی کا قول ہے کہ "لوگ واقعات سے پریشان نہیں ہوتے بلکہ ان کے بارے میں اپنی سوچ سے پریشان ہوتے ہیں"؟						
A	ارسطو	B	زینو	C	ایپکٹیٹس	D	سقراط

بارہویں کلاس — Psychology نفسیات

pakcity.org

اگر آپ یہ مختصر سوالات اور تفصیلی سوالات تیار کرتے ہیں تو انشاءاللہ آپ کے A+ نمبر پکے ہیں۔

حصہ اول — SECTION-I

سوالات نمبر 2,3,4 — Questions No. 2,3,4

1	بالیدگی سے کیا مراد ہے؟	2	نشوونما سے کیا مراد ہے؟
3	پختگی سے کیا مراد ہے؟	4	ہرلاک نے نموئی نفسیات کی کیا تعریف بیان کی ہے؟
5	اینتاولفوک کے بالیدگی اور نشوونما کے کون سے اصول بیان کیے؟	6	نشوونما کے کتنے پہلو ہیں؟
7	جسمانی نشوونما کے ادوار یا مدارج بیان کریں۔	8	جسمانی نشوونما کی وضاحت کریں۔
9	نسلی اعمال Phylogenetic سے کیا مراد ہے؟	10	انفرادی اعمال Autogenetic کیا ہوتے ہیں؟
11	سماجی نشوونما سے کیا مراد ہے؟	12	سماجی نشوونما کا آغاز کب ہوتا ہے؟ واضح کریں۔
13	ادراکی نشوونما سے کیا مراد ہے؟	14	پیاجے کے نظریے کی وضاحت کریں۔ وقوفی نشوونما کے مراحل میں کیا تسلسل پایا جاتا ہے؟
15	سکیما سے کیا مراد ہے؟	16	پیاجے کا رسمی عملی درجہ کیا ہے؟
17	یکجائیت اور موافقت سے کیا مراد ہے؟	18	ایرکسن کے حوالے سے نموئی بحران کی وضاحت کریں۔
19	ایرکسن کے سماجی نمو کے نظریے کے مدارج تحریر کریں۔	20	ایرکسن کے نظریے میں پہلا بحران بیان کریں۔
21	کوہلبرگ کا اخلاقی نشوونما کا نظریہ پیش کریں۔	22	کوہلبرگ کے نظریے کی رو سے پہلی منزل میں اخلاقیات کا معیار کیا ہوتا ہے؟
23	کوہلبرگ کے نظریے کی دوسری منزل بیان کریں۔	24	صحت کی تعریف کیجئے۔
25	ذہنی صحت کے لیے کیا ضروری ہے؟	26	ماضی میں ذہنی بیماری کو کیا سمجھا جاتا تھا؟

27	صحت کی نفسیات کے بارے میں مٹار شو کا نقطہ نظر بیان کریں۔	28	نفسیات صحت کے مقاصد بیان کریں۔
29	ذہنی صحت سے کیا مراد ہے؟	30	ذہنی صحت کا نفسیاتی معیار کیا ہے؟
31	WHO کے مطابق صحت سے کیا مراد ہے؟	32	ابنارمل کردار یا غیر طبعی کردار کی تعریف کیجئے۔
33	ماضی میں ذہنی بیماریوں کو کیا سمجھا جاتا تھا؟	34	مطابقت کی تعریف کریں۔
35	نارمل اور ابنارمل کردار سے کیا مراد ہے؟	36	ذہنی صحت کا سماجی نکتہ نظر بیان کریں۔
37	نارمل کردار کی چند خصوصیات بیان کریں۔	38	ابنِ مسکویہ نے ذہنی صحت کی کیا تعریف بیان کی ہے؟
39	امام رازی نے ذہنی صحت کا کیا نظریہ پیش کیا؟	40	امام رازی نے ذہنی انتشار کی کیا وجہ بیان کی؟
41	امام غزالیؒ نے ذہنی صحت کے بارے میں کیا نظریہ پیش کیا؟	42	امام غزالیؒ نے ذہنی صحت کے لیے کن قوتوں کا ذکر کیا ہے؟
43	امام غزالیؒ کے بقول مادی اور روحانی علوم میں کیا فرق ہے؟	44	شاہ ولی اللہ کے ذہنی صحت کے بارے میں ارشادات بیان کریں۔
45	مولانا اشرف علی تھانویؒ کے بقول ذہنی امراض کی وجہ کیا ہے؟	46	مولانا اشرف علی تھانویؒ نے ذات کے کن مدارج کا تذکرہ کیا ہے؟
47	مولانا اشرف علی تھانویؒ کے ذہنی صحت کے نظریے کے دو نکات بیان کیجیے۔	48	چار مسلم مفکرین نفسیات کے نام تحریر کیجئے۔
49	DSM-IV کے مطابق شیر ائیڈ شخصی مرض کیا معیار کیا ہے؟	50	ہینز سیلے Hans Selye نے فشار کی تعریف کن الفاظ میں کی؟
51	فشار یعنی ذہنی دباؤ کے ذرائع کونسے ہیں؟	52	فشار کی میکانیت سے کیا مراد ہے؟
53	کینن نے مقابلہ یا فرار ردِ عمل کے کتنے مراحل بیان کیے ہیں؟	54	فشار کے نفسیاتی اثرات بیان کریں۔
55	فشار کے باطنی ذرائع کیا ہو سکتے ہیں؟	56	کشمکش یا تصادم سے کیا مراد ہے؟
57	گریز گریز یا دُہرا گریزی تصادم بیان کریں۔	58	تشویش سے کیا مراد ہے؟
59	تشویش امراض کی اقسام کونسی ہیں؟	60	بے جا خوف (فوبیا) سے کیا مراد ہے؟
61	سماجی بے جا خوف سے کیا مراد ہے؟	62	کرداری ماہرین کے نزدیک فوبیا کی وجہ کیا ہے؟
63	ہراسانی Panic کا مرض کیا ہے؟	64	ہراسانی Panic کے مرض کی عضویاتی علامات بیان کریں۔
65	عمومی تشویش (GAD) کے مرض سے کیا مراد ہے؟	66	تسلط آمیز اجباری افعال (OCD) کی وضاحت کریں۔
67	اجباری افعال سے کیا مراد ہے؟	68	فشار بعد از صدمہ (PTSD) سے کیا مراد ہے؟
69	فشار بعد از صدمہ (PTSD) میں صدمے کی نوعیت کیا ہوتی ہے؟	70	فوری فشار سے کیا مراد ہے؟
71	شیزوفرینیا کی تعریف کریں۔	72	شیزوفرینیا کی مثبت اور منفی علامات تحریر کریں۔
73	شیزوفرینیا کی دیگر علامات سے کیا مراد ہے؟	74	پیرانائیڈ شیزوفرینیا کی نمایاں علامات بیان کریں۔
75	خبطِ اذیت کی وضاحت کریں۔	76	خبطِ حوالہ سے کیا مراد ہے؟
77	بصری اور سمعی واہموں کی تعریف کریں۔	78	کیٹاٹانک شیزوفرینیا سے کیا مراد ہے؟
79	غیر امتیازی شیزوفرینیا سے کیا مراد ہے؟	80	طعامی امراض سے کیا مراد ہے؟
81	طعامی امراض یا تناول کے امراض میں فرد کا علاج کیسے کیا جاتا ہے؟	82	اینوریکسیا نرووسا یعنی کم خوری سے کیا مراد ہے؟
83	غذائی کمی کے اثرات تحریر کیجئے۔	84	متوازن خوراک کے اثرات کیا ہوتے ہیں؟
85	متوازن غذا کی تعریف کریں۔	86	بنیادی غذائی اجزاء کونسے ہیں؟
87	خوراک کی منصوبہ بندی میں تنوع سے کیا مراد ہے؟	88	گروہی مسابقت سے کیا مراد ہے؟
89	گروہی ایما پسندی کسے کہتے ہیں؟	90	سماجی نفسیات کی تعریف بیان کریں۔
91	سماجی نفسیات فرد کا مطالعہ کس پہلو سے کرتی ہے؟	92	جسٹن پیکوناس Justin Pikunas کے مطابق سماجیت کی تعریف کریں۔
93	سماجی تعامل سے کیا مراد ہے؟	94	سماجیت سے کیا مراد ہے؟
95	سماجیت کی خصوصیات بیان کیجئے۔	96	سماجیت کا مقصد کیا ہے؟
97	تہذیب و تمدن کیا ہے؟	98	خاندان سے کیا مراد ہے؟
99	خاندان کے فرائض بیان کریں۔	100	ہم جولی سے تعلقات کا آغاز کب ہوتا ہے؟
101	سماجی مہارتوں سے کیا مراد ہے؟	102	تعلیمی ادارے سماجیت میں کیا کردار ادا کرتے ہیں؟

pakcity.org

103	ابلاغ اور ابلاغ عامہ سے کیا مراد ہے؟	104	ذرائع ابلاغ سے کیا مراد ہے؟
105	انٹرنیٹ کی اہمیت تحریر کریں۔	106	مطبوعاتی ذرائع ابلاغ سے کیا مراد ہے؟
107	سماج دشمن کردار سے کیا مراد ہے؟	108	فرد سماج دشمن کردار کا مظاہرہ کیوں کرتا ہے؟
109	تعصّب سے کیا مراد ہے؟	110	تعصّب کی چند خصوصیات تحریر کریں۔
111	تعصّب اور امتیاز میں کیا فرق ہے؟	112	جے ایم جونز J. M. Jones نے تعصّب کی کیا تعریف بیان کی ہے؟
113	تعصّب کے تین عناصر بیان کریں۔	114	تعصّب کی چند ایک وجوہات تحریر کریں۔
115	فرد کو تعصّبات سے کیا فائدہ ہوتا ہے؟	116	تعصّب کے نقصانات تحریر کریں۔
117	منشیات خوئی سے کیا مراد ہے؟	118	سکون آور ادویات کیسے بنائی جاتی ہیں؟
119	جوش آور ادویات کے اثرات تحریر کریں۔	120	نشہ آور اشیاء کونسی ہیں؟
121	منشیات کا عادی کسے کہا جاتا ہے؟	122	منشیات کے اسباب تحریر کریں۔
123	سگریٹ نوشی کے اثرات پر بحث کریں۔	124	تشدد سے کیا مراد ہے؟
125	تشدد کی اقسام کی وضاحت کریں۔	126	اتفاقی تشدد سے کیا مراد ہے؟
127	معاونی تشدد سے کیا مراد ہے؟	128	جذباتی تشدد کی وضاحت کریں۔
129	معاشی تشدد کسے کہا جاتا ہے؟	130	گھریلو تشدد سے کیا مراد ہے؟
131	گھریلو تشدد کے نمایاں اثرات تحریر کریں۔	132	تشدد کے ماحولی اسباب تحریر کریں۔
133	ذرائع ابلاغ تشدد کے فروغ میں کیا کردار ادا کرتے ہیں؟	134	صنفی امتیاز سے کیا مراد ہے؟
135	جنسی ہراسانی سے کیا مراد ہے؟	136	کام کے دوران معاندانہ ماحول پیدا کرنے سے کیا مراد ہے؟
137	پبلک مقامات پر جنسی ہراسانی کی کیا صورت ہو سکتی ہے؟	138	جنسی ہراسانی کے پیشہ ورانہ زندگی پر اثرات کا جائزہ لیں۔
139	جنسی ہراسانی کے نفسیاتی اثرات تحریر کریں۔	140	رویے کی تعریف کریں۔
141	رویے کی چند خصوصیات تحریر کریں۔	142	رویے کے تاثری عنصر یا پہلو سے کیا مراد ہے؟
143	رویے کا کرداری عنصر واضح کریں۔	144	رویے کے وقوفی عنصر یا پہلو سے کیا مراد ہے؟
145	گروہی وابستگی سے کیا مراد ہے؟	146	رویے کا مقاصد یا وظائف کیا ہوتے ہیں؟
147	شرحی پیمانوں سے کیا مراد ہے؟	148	لائیکرٹ کا شرحی پیمانہ کیا ہے؟
149	رویوں میں تبدیلی کتنی قسم کی ہو سکتی ہے؟	150	رویوں کی تبدیلی میں گروہی وابستگی کی کیا اہمیت ہے؟
151	انفرادی اختلافات سے کیا مراد ہے؟	152	رائے عامہ سے کیا مراد ہے؟
153	رائے عامہ کے خواص تحریر کریں۔	154	رائے عامہ کی پیمائش کے کونسے طریقے ہیں؟
155	قیادت سے کیا مراد ہے؟	156	قائد سے کیا مراد ہے؟
157	آمرانہ قیادت سے کیا مراد ہے؟	158	جمہوری قیادت سے کیا مراد ہے؟
159	نوکر شاہی قیادت کا مفہوم واضح کریں۔	160	کرچ فیلڈ Crutchfield نے موزوں قیادت کے لیے کونسے اصول پیش کیے ہیں؟
161	شر ٹزر اور سٹون کی پیش کی گئی رہنمائی کی تعریف تحریر کریں۔	162	تحلیل نفسی (مشاورت) میں مشیر کا رول تحریر کریں۔
163	عقلی، جذباتی تکنیک کے مشیر کا رول بیان کریں۔	164	رہنمائی سے کیا مراد ہے؟
165	رہنمائی کی تعریف بیان کریں۔	166	مشاورت سے کیا مراد ہے؟
167	مشار سے کیا مراد ہے؟	168	مشیر اور مشار کے درمیان فرق بیان کریں۔
169	رہنمائی اور مشاورت میں فرق بیان کریں۔	170	مشاورت اور نفسیاتی طریقہ علاج میں کیا فرق ہے؟
171	مشاورت کی چند خصوصیات تحریر کریں۔	172	رہنمائی اور مشاورت کے اصول تحریر کریں۔
173	پیشہ ورانہ رہنمائی سے کیا مراد ہے؟	174	پیشہ ورانہ رہنمائی کی اہمیت واضح کریں۔
175	تعلیمی رہنمائی سے کیا مراد ہے؟	176	ثانوی اور اعلیٰ سطح پر تعلیمی رہنمائی میں کیا فرق ہے؟
177	پرائمری اور ثانوی تعلیمی رہنمائی میں کیا فرق ہے؟	178	تعلیمی رہنمائی کی ضرورت کیوں پیش آتی ہے؟
179	ایگو سے کیا مراد ہے؟	180	سُپر ایگو کی وضاحت کریں۔

www.pakcity.org

181	اڈ، ایگو اور سُپر ایگو کس اصول پر کام کرتی ہے؟	182	فرائیڈ کے بقول دفاعی ردِ عمل سے کیا مراد ہے؟
183	تحلیلِ نفسی سے کیا مراد ہے؟	184	آزاد تلازم میں رکاوٹ کا تجزیہ کیسے کیا جاتا ہے؟
185	خوابوں کے تجزیے سے کیا مراد ہے؟	186	تحلیلِ نفسی میں انتقالیت کب پیدا ہوتی ہے؟
187	انتقالیت کا تجزیہ کرنے سے کیا فائدہ حاصل ہوتا ہے؟	188	مزاحمت کے تجزیے سے کیا مراد ہے؟
189	راجرز کے مطابق نفسیاتی مطابقت سے کیا مراد ہے؟	190	کارل راجرز کے طریقہ مشاورت کا بنیادی مقصد کیا ہے؟
191	راجرز کے طریقہ مشاورت کے مراحل کا خلاصہ لکھیے؟	192	البرٹ ایلس نے فرد کے مسائل کی کیا توجیہہ بیان کی؟
193	A - B - C ماڈل میں "B" سے کیا مراد ہے؟	194	REBT کے کوئی سے چار بنیادی مفروضات بیان کریں۔
195	عقلی خود تحلیلی Relational Self Analysis کا طریقہ کیا ہے؟		

تفصیلی سوالات — Long Questions

pakcity.org

حصہ دوم — SECTION- II

1	نشو و نما اور بالیدگی کے اصول بیان کریں۔	11	رائے عامہ کی تعریف اور رائے عامہ کے خواص تحریر کیجئے۔
2	دباؤ کے ذرائع اور انسان پر دباؤ کے میکانکی اثرات کی وضاحت کیجئے۔	12	عقلی جذباتی تکنیک تفصیلاً بیان کریں۔
3	شیزوفرینیا کی تعریف کیجئے نیز شیزوفرینیا کی اقسام، علامات اور علاج تحریر کیجئے۔	13	فرائیڈ کے نظریہ تحلیل نفسی کے اہم نکات بیان کریں۔
4	مندرجہ ذیل میں سے کسی دو پر نوٹ لکھیے۔ (الف) ذہنی صحت کے مختلف نظریات (ب) امام غزالیؒ (ج) کشمکش (د) شیزائیڈ شخصی عارضہ	14	مسلمانوں کا نظریہ ذہنی صحت بیان کیجئے۔ نیز امام غزالی "کا انسانی شخصیت اور ذہنی صحت کا تصور بھی واضح کیجئے۔
5	فشار کی میکانیت پر نوٹ لکھیں۔	15	دباؤ کے داخلی اور خارجی ذرائع کون سے ہیں؟ وضاحت کیجئے۔
6	بے جا خوف کی تعریف کریں نیز اس کی اقسام بیان کریں۔	16	عمل سماجیت میں خاندان، ہم جولی اور تعلیمی اداروں کا کردار واضح کیجئے۔
7	رویے کی تعریف کریں نیز رویوں کی پیمائش کے طریقے بیان کریں۔	17	وکلاسیکی تحلیل نفسی طریقہ مشاورت کو بیان کیجئے۔
8	رائے عامہ سے کیا مراد ہے؟ یہ کیسے تشکیل پاتی ہے اور اسکو کیسے تبدیل کیا جاسکتا ہے؟	18	ایرکسن کا نفسیاتی اور سماجی نمو کا نظریہ تفصیلاً بیان کیجئے۔
9	عمل سماجیت سے کیا مراد ہے؟ نیز سماجیت کا مقصد واضح کریں۔	19	شیزوفرینیا کی اقسام تفصیل سے تحریر کیجئے۔
10	تعصب کی تعریف کیجئے نیز اس کے اسباب بیان کیجئے۔	20	البرٹ ایلس کے طریقہ مشاورت کا مقصد اور بنیادی مفروضات تحریر کیجئے۔

www.pakcity.org
EDUCATION pakcity.org