



زمان برگزاری: ۴۹۰۰ دقیقه

نام و نام خانوادگی:

نام آزمون: روانشناسی دوازدهم

تاریخ آزمون: ۱۴۰۱/۱۱/۱۰



۱ حل مسئله یعنی چه؟

۲ چه زمانی فرد بر اساس سبک اجتنابی تصمیم می‌گیرد؟

۳ تصمیم‌ها از نظر و با یکدیگر فرق دارند.

۴ هدف اصلی فرد در مقابله با فشارهای روانی چیست؟ (مثال بزنید)

۵ سبک زندگی با رابطه دارد.

۶ سمت راست پیوستار سلامت بیانگر و سمت چپ بیانگر است.

۷ مذهب به چند روش بر سلامت تأثیر می‌گذارد؛ نام برده و یکی را به دلخواه توضیح دهید.

۸ در روش منفعل بودن که یکی از مقابله‌های ناسازگارانه است، فرد چه رفتارهایی از خود نشان می‌دهد؟ (مثال بزنید).

۹ در انتظار معجزه بودن که یکی از رفتارهای مقابله‌ای ناسازگارانه است را توضیح دهید.

۱۰ افرادی که از مقابله‌های ناسازگارانه استفاده می‌کنند چه رفتارهایی از خود نشان می‌دهند؟

۱۱ تغییر در زندگی باعث می‌شود.

۱۲ فشار روانی را تعریف کنید؟

۱۳ ورزش چگونه در سبک زندگی افراد تأثیر دارد؟

۱۴ در تقسیم‌بندی انواع حافظه با توجه به مراحل آن نمودار زیر را به ترتیب کامل کنید.



۱۵ پدیده نوک زبانی را توضیح دهید.

۱۶ برای اینکه تفکر در افراد شکل بگیرد به نیاز دارند.

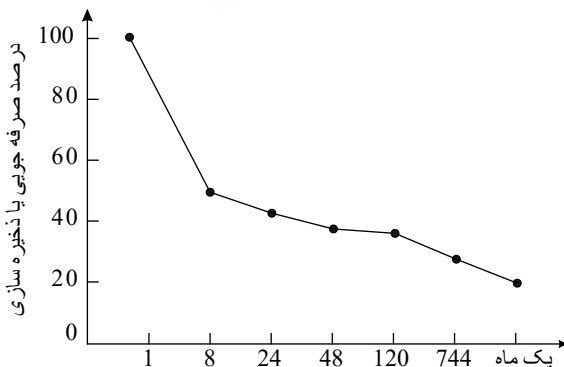
۱۷ با ذکر یک مثال بسط معنایی را تعریف کنید؟

۱۸ انگیزه‌های بیرونی و درونی چه تفاوتی باهم دارند؟

۱۹ با ذکر یک مثال بیان کنید انگیزه در فرد چگونه باعث حرکت می‌شود؟

۲۰ عوامل عاطفی چگونه می‌تواند باعث فراموشی شود؟

۲۱ با توجه به نمودار فراموشی روبه‌ور، بهترین زمان برای مرور اطلاعات چه وقتی است؟



۲۲ حافظه کاذب چگونه شکل می‌گیرد؟ (مثال بزنید)

۲۳ خطاهای حافظه به چند دسته تقسیم می‌شوند؟



- ۲۴ حافظه بلندمدت چگونه شکل می‌گیرد؟ (با مثال توضیح دهید).
- ۲۵ حافظه حسی، کاری و کوتاه‌مدت را تعریف کنید؟
- ۲۶ ناکامی باعث بروز چه عارضه‌ای در فرد می‌شود؟
- ۲۷ ناکامی در فرد چگونه به وجود می‌آید؟
- ۲۸ برای حل مسئله بیشتر از روش‌های تحلیلی استفاده می‌شود یا اکتشافی چرا؟
- ۲۹ تشخیص مسئله چگونه به حل مسئله کمک می‌کند؟
- ۳۰ چگونه در تصمیم‌گیری‌های پیچیده و مهم می‌توان از روش‌های میان‌بر استفاده کرد؟ با ذکر مثال توضیح دهید.
- ۳۱ چند مورد از موقعیت‌های پرخطر برای کودکان و نوجوانان که باید بشناسیم را نام ببرید؟
- ۳۲ سبک تصمیم‌گیری منطقی چگونه به تصمیم‌گیری بهتر افراد کمک می‌کند؟
- ۳۳ با کوچک شمردن خود چگونه مانع تصمیم‌گیری می‌شویم؟
- ۳۴ مراحل تصمیم‌گیری را با ذکر مثال توضیح دهید؟
- ۳۵ بهترین شیوه تصمیم‌گیری کدام است و زیربنای این تصمیم‌گیری چیست؟
- ۳۶ تصمیم‌گیری بر اساس نوع تصمیم به چند دسته تقسیم می‌شوند؟
- ۳۷ تصمیم‌گیری یعنی چه؟
- ۳۸ روان‌شناسان گشتالت بر اساس چه اصولی منظور خودشان را بیان می‌کنند؟ (توضیح دهید).
- ۳۹ چه نتایجی از خطاهای ادراکی می‌گیریم. توضیح دهید؟
- ۴۰ ادراک را تعریف کنید؟
- ۴۱ در چه صورت توجه به دو بخش تقسیم می‌شود؟ مثال بزنید.
- ۴۲ چه نکاتی باعث سامان‌دهی توجه می‌شود؟
- ۴۳ اینکه از دست دادن را فدای هشدار کاذب بکنم یا برعکس، بستگی به دارد.
- ۴۴ تغییرات درونی محرک‌ها چگونه باعث ایجاد تمرکز افراد می‌شود؟
- ۴۵ محرومیت حسی یعنی چه؟
- ۴۶ همان تمایزی است که فرد بین خود و دیگران می‌گذارد.
- ۴۷ ویژگی‌های روش علمی را نام ببرید.
- ۴۸ واژه‌های زیر را تعریف کنید.
- «فرایند - نظام‌دار بودن - موقعیت نامعین»
- ۴۹ روش علمی را تعریف کنید.
- ۵۰ از طریق چهار منبع کسب آگاهی و معرفت اثبات کنید که جهان دارای نظم است.
- ۵۱ روان‌شناسی رشد شامل چه حیطه‌هایی هستند؟ نام برده و مثال بزنید.
- ۵۲ فرایند رشد اجتماعی در دوره‌ی نوجوانی و نقش همسالان را در رفتارهای نوجوان در این دوره را توضیح دهید.
- ۵۳ مجموعه‌ای منسجم از اصول و قوانین علمی یک را شکل می‌دهند.
- ۵۴ در رابطه با رشد جسمانی - حرکتی دوره‌ی کودکی توضیح دهید.
- ۵۵ منظور از تفکر احتمال‌گرا چیست و در چه دورانی از زندگی شکل می‌گیرد؟
- ۵۶ «انگیزه» چیست؟
- ۵۷ «ادراک کارایی» یعنی چه؟
- ۵۸ ویژگی‌های سبک تصمیم‌گیری تکانشی چیست؟
- ۵۹ هریک از این موارد به کدام جنبه از رشد دوره‌ی نوجوانی اشاره دارد؟
- الف. تمایل به رفتارهای پرخطر
- ب. توانایی در فرضیه‌سازی
- پ. ظهور علائم بلوغ
- ت. تمایل به گروه همسالان

- ۶۰ از پدیده «خطای ادراکی» چه نتایجی به دست می‌آید؟
- ۶۱ «فشار روانی منفی» چیست و چه پیامدهایی دارد؟
- ۶۲ مناسب‌ترین فعالیت‌های ورزشی هوازی را نام ببرید.
- ۶۳ در مواقعی که فرد نتواند مشکل و فشار روانی را در کوتاه‌مدت از بین ببرد، کدام روش مقابله‌ای را به کار می‌گیرد؟
- الف. شوخ‌طبعی
ب. منفعل بودن
ت. استعمال دخانیات و مصرف داروهای شیمیایی
پ. منتظر معجزه بودن
- ۶۴ اراده چه تأثیری بر نگرش افراد دارد؟
- ۶۵ کدام ارکان، نظام باورهای هر فرد را می‌سازند؟
- ۶۶ نگرش‌های دوران کودکی هماهنگ با نگرش‌های است.
- ۶۷ رفتار انسان تحت تأثیر دو دسته از عوامل و قرار دارد.
- ۶۸ تصمیم‌گیری به سبک منطقی (عقلانی) چه ویژگی‌هایی دارد؟
- ۶۹ برای حل مسئله به روش بارش مغزی، چه مراحل باید طی شود؟
- ۷۰ کدام یک از این موارد به ویژگی «مسئله خوب تعریف نشده» دلالت دارد؟
- الف. هدف تعریف شده است.
ب. اقدام مشخص و استاندارد وجود ندارد.
ت. اقدامات و راهبردها مشخص است.
ب. مبدأ معلوم است.
- ۷۱ اولین گام در مسیر حل مسئله، است.
- ۷۲ جدول زیر را کامل کنید.

نوع حافظه	نوع رمزگردانی	ظرفیت (گنجایش) اطلاعات	زمان بازیابی
حسی	حسی	۳	حدود نیم ثانیه
۱	حسی همراه با توجه	۴	چند دقیقه
بلندمدت	۲	نامحدود	۵

- ۷۳ در روان‌شناسی به خطای حافظه از نوع «حذف کردن» گفته می‌شود.
- ۷۴ هنگام ردیابی اگر علامت هدف حاضر (موجود) باشد، بروز چند نوع موقعیت ممکن است؟ (با مثال)
- ۷۵ مهم‌ترین آفت گوش‌به‌زنگی، است.
- ۷۶ دو قلوهایی که از یک تخمک و آن‌هایی که از دو تخمک به وجود آمده‌اند، به ترتیب چه نامیده می‌شوند؟
- ۷۷ بلوغ جنسی مرحله‌ای است که در آن صورت می‌گیرد.
- ۷۸ روان‌شناسان رشد، مرحله بزرگسالی را به سه دوره ، و تقسیم کرده‌اند.
- ۷۹ فرایندهای موجود در شناخت پایه و عالی را نام ببرید.
- ۸۰ اهداف علم روان‌شناسی را نام ببرید؟
- ۸۱ کدام یک از عبارات زیر یک فرضیه تحقیقی است؟
- الف. چرا احترام به پدر و مادر باعث کاهش اضطراب دانش‌آموزان ۷ تا ۱۸ ساله می‌شود؟
ب. چطور می‌توان اثر منفی سر و صدای محل مطالعه را بر عملکرد حافظه کاهش داد؟
پ. مشاهده برنامه‌های ماهواره موجب افزایش میزان دروغ‌گویی کودکان در خانواده‌های تهرانی می‌شود.
ت. قطعاً میان تحصیلات والدین اجاره‌نشین گیلانی و پیشرفت تحصیلی فرزندان دبستانی آنان رابطه‌ای وجود دارد.
- ۸۲ هریک از موارد زیر به کدام اصل از مکتب گشتالت اشاره می‌کند؟
- الف. ما تمایل داریم، اشکال را به شکل متصل و به هم پیوسته ببینیم.
ب. ما تمایل داریم، اشیاء ناقص را به صورت کامل ببینیم.
پ. ما تمایل داریم، اشیایی که در کنار هم هستند را به صورت یک گروه درک کنیم.
ت. ما تمایل داریم، اشیاء را بر اساس شباهتی که به هم دارند در یک گروه طبقه‌بندی کنیم.

۸۳ هر مورد به کدام روش اکتشافی اشاره دارد؟

الف مسئله برج هانوی

ب تقسیم کردن مسئله بزرگ به چند مسئله کوچک

پ تولید قطعات کوچک برای نیل به خودکفایی در تولید ماشین آلات سنگین

ت در نظر گرفتن تمام راه‌حل‌های درست و ممکن

۸۴ درستی یا نادرستی جملات زیر را مشخص کنید.

الف تعارض محصول ناتوانی در حل مسئله است.

ب بر اساس «تعداد اولویت‌ها» می‌توان تصمیم‌گیری را به دو بخش ساده و پیچیده تقسیم نمود.

۸۵ درستی یا نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

الف نگرش‌ها پس از شکل‌گیری از ثبات بیشتری برخوردارند و تابع اصل ناهماهنگی شناختی هستند.

۸۶ درستی یا نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

الف پیروی کردن از تجارب گذشته قطعاً، موفقیت فرد را در حل مسئله تضمین می‌کند.



پاسخنامه تشریحی

- ۱ حل مسئله به معنای یافتن بهترین راه حل برای رسیدن به هدف با توجه به شرایط موجود است.
- ۲ زمانی که فرد قصد دارد تصمیم بگیرد، ولی هیچ گاه تصمیم وی عملی نمی شود. فردی که دارای این سبک تصمیم گیری است «دست دست می کند» و «کار امروز را به فردا می اندازد» افرادی که دارای این سبک تصمیم گیری هستند بر این باورند که همه چیز خود به خود درست می شود؛ در نتیجه، زمان را از دست می دهند و مشکل آنها بیشتر می شود.
- ۳ تعداد اولویت ها - میزان اهمیت
- ۴ هدف اصلی حذف عامل فشار آور است که زندگی او را از حالت عادی خارج ساخته است. مثلاً دانش آموزی که نمره خوبی نگرفته است، هر روز وقت بیشتری را صرف یادگیری و مطالعه آن درس می کند و سعی می کند مشکل خود را برطرف سازد؛ اما ممکن است دانش آموز دیگری برای فرار از این مشکل خود را با فعالیت دیگری مثل بازی با کامپیوتر و یا تلفن همراه سرگرم کند.
- ۵ عوامل خطر ساز بیماری
- ۶ وضعیت سلامت کامل - مرگ
- ۷ الف) مستقیم ب) غیر مستقیم
- مذهب و رفتارهای معنوی (مثل توکل به خدا) از طریق ایجاد آرامش ذهنی، کاهش فشار روانی، رابطه با خداوند و ایجاد روحیه مثبت حاصل از شرکت در مراسم مذهبی، عبادت و افزایش حمایت اجتماعی باعث بهبود عملکرد سیستم ایمنی بدن می شود.
- ۸ در این مقابله ناکارآمد، فرد دست از فعالیت برمی دارد و برای از بین بردن فشار روانی تلاشی نمی کند.
- مثلاً دانش آموزی که ترس رد شدن در رشته دلخواه خود را در دانشگاه دارد، به طور کلی از قبولی ناامید می شود، درس خواندن را رها می کند و بیشتر از قبل می خوابد.
- ۹ در این روش فرد بدون تلاش منتظر اتفاق خارق العاده ای است.
- ۱۰ معمولاً از موقعیت اجتناب کرده یا آن را انکار می کنند و خود و دیگران را به خاطر مشکل سرزنش می کنند، عصبانی، پر خاشگر و یا افسرده و منفعل می شوند و موجب بروز فشارهای روانی بیشتری می گردند که اثرات آنها وخیم تر از فشار روانی اولیه است.
- ۱۱ برهم خوردن تعادل زندگی
- ۱۲ نیاز برای دوباره سازگار شدن با شرایط جدید زندگی است.
- ۱۳ یکی از عوامل سبک زندگی سالم، فعالیت بدنی و انواع ورزش هاست. ورزش علاوه بر ایجاد لذت و شادابی، موجب حفظ و ارتقای سلامتی و پیشگیری و کنترل بیماری ها می شود. همچنین سوخت و ساز بدن را تنظیم کرده و به کنترل وزن و تناسب اندام کمک می کند، از طرف دیگر اثرات پر خوری بر وزن و سلامتی را کنترل می کند و موجب تناسب اندام می شود. مانند پیاده روی - کوه پیماهی - شنا که به مصرف اکسیژن نیاز دارند، نمونه هایی از ورزش های مناسب هستند.
- ۱۴ ۱- حافظه حسی ۲- حافظه کوتاه مدت و کاری ۳- حافظه بلند مدت
- ۱۵ در پدیده نوک زبانی فرد می گوید من پاسخ این سؤال را می دانم، اصطلاحاً در نوک زبان من است. ولی نمی توانم بگویم. اگر شما چنین وضعیتی را تجربه کرده اید، بدانید در مرحله بازبازی آن اطلاعات مشکل دارید. در این حالت بعد از شنیدن اولین کلمه بلافاصله بقیه اطلاعات به خاطرتان می آید.
- ۱۶ حافظه قوی
- ۱۷ مریم از پدرش می پرسد سونامی چیست؟ پدر می گوید: پیشروی آب را در خشکی می گویند. مریم می گوید این تعریف واژه خلیج است. پس با سونامی چه فرقی دارد؟ پدر می گوید: در دریا هم زلزله رخ می دهد که باعث ایجاد موج های بزرگی می شود که به سواحل رسیده و ویرانی زیادی دارد البته دوباره به دریا برمی گردد، اما خلیج در طی میلیون ها سال تشکیل شده است. مریم گفت متوجه شدم. در این مثال با بیان مفهوم زلزله، بسط معنایی صورت گرفت و تفاوت دو مفهوم سونامی و خلیج معلوم شد. برای ذخیره شدن درست اطلاعات هر چه مثال های بیشتری داشته باشیم، مفهوم مورد نظر بهتر از سایر مفاهیم در حافظه می ماند.
- ۱۸ در انگیزش بیرونی: عامل خارجی فرد را به انجام دادن کاری خاص برمی انگیزد.
- در انگیزش درونی: فرد کار یا فعالیت را به خاطر خود آن چیز انجام می دهد؛ زیرا به آن کار علاقه دارد، برایش جالب است و با نیازهای فطری او مطابقت دارد. منبع انگیزش بیرونی در پاداش و لذت خارج از فرد قرار دارد.
- در انگیزش درونی، منبع لذت در خود تکلیف است.
- ۱۹ ماشین برای حرکت به موتور و نیروی محرکه نیاز دارد. انسان نیز برای حرکت و انجام یک رفتار به موتور حرکتی نیاز دارد که سبب می شود فرد کاری را انجام دهد و رفتاری را از خود نمایان سازد که همان انگیزه است. این انگیزه ها هم درونی است و هم توسط عوامل بیرونی برای انسان ایجاد می شود.
- ۲۰ بسیاری از دانش آموزان، دشوارترین اسامی خارجی فوتبالیست ها، والیبالیست ها، هنرپیشه ها و ... را به راحتی بیان می کنند. یکی از علل آن عوامل عاطفی است؛ چون دانش آموزان به این موارد علاقه دارند، این اسامی را به راحتی رمزگردانی، اندوزش و بازیابی می کنند. هر چه مطالب را دوست داشته باشیم، فراموشی آن ها کم تر است. البته دخالت عوامل عاطفی بر حافظه همیشه به صورت مثبت نیست.
- ۲۱ با توجه به نمودار روبه رو، بعد از گذشت ۱ ساعت تقریباً نیمی از مطالب حافظه فراموش می شود و بعد از آن با گذشت زمان از شدت فراموشی کاسته می شود. بهترین شیوه کنترل اثر گذشت زمان، مرور اطلاعات در زمان مناسب است.
- ۲۲ یکی از رایج ترین خطاهای اضافه کردن بازشناسی یا یادآوری غیر واقعی رویداد اتفاق نیفتاده است که فرد به غلط ادعا می کند آن رویداد خاص قبلاً اتفاق افتاده است. در چنین حالتی حافظه کاذب شکل گرفته است.
- مثلاً در محاکم قضایی که از حافظه شاهدان عینی یک حادثه برای جمع آوری مستندات وقوع جرم استفاده می شود، به دلیل خطای اضافه کردن، احتمال شکل گیری حافظه کاذب وجود دارد.

- ۲۳) ۱- حذف کردن: این خطا را با عنوان فراموشی می‌شناسیم. در این خطا فرد بخش‌هایی از خاطرات سپرده‌شده را فراموش می‌کند.
- ۲- اضافه کردن: برخی از افراد در یادآوری اطلاعات گذشته به تحریف خاطرات یا افسانه‌بافی روی می‌آورند. در این خطا فرد چاله‌های ایجادشده را پر می‌کند.
- ۲۴) بعد از بیان بیست لغت اگر به دوستانمان مدت ده دقیقه فرصت دهیم تا هرچه می‌توانند آن بیست لغت را تکرار کنند، لغات قابل یادآوری بیشتر از زمانی است که هیچ فرصتی نداشتند. در این حالت حافظه جدیدی به نام حافظه بلندمدت شکل می‌گیرد. حجم اطلاعات ذخیره‌شده و مدت‌زمان نگهداری اطلاعات محدودیتی ندارد و اطلاعات پس از چند دقیقه تا پایان عمر ذخیره می‌شود.
- ۲۵) اطلاعات محیط پیرامون ما ابتدا از طریق گیرنده‌های حسی دریافت می‌شوند و سپس در مدت‌زمان کمتر از یک ثانیه اثری یا ردی از آن‌ها در حافظه حسی می‌مانند. ردهای حسی ذخیره شده در حافظه حسی، در صورت توجه به اطلاعات تبدیل می‌شوند و به کمک حافظه کوتاه‌مدت و حافظه کاری انتقال می‌یابند. حافظه کاری، علاوه بر ذخیره‌سازی کوتاه‌مدت، کمک خوبی برای تفکر است. در حافظه کوتاه‌مدت فقط تا چند دقیقه می‌توانیم اطلاعات را ذخیره کنیم. ملاک ذخیره‌سازی اطلاعات در این حافظه فقط ذخیره‌سازی کوتاه (حداکثر چند دقیقه) است. ما بسیاری از اطلاعات را براساس میزان استفاده از آن‌ها در مدت‌زمان کوتاه به‌خاطر می‌سپاریم. در این صورت با حافظه کاری سروکار داریم.
- ۲۶) ناکامی باعث پرخاشگری می‌شود. هر قدر شهروندان جامعه از مهارت‌های حل مسئله آگاه باشند، احتمال استفاده از روش‌های تهاجمی و پرخاشگری کمتر خواهد بود.
- ۲۷) ناتوانی در حل مسئله، وضعیت عاطفی ناخوشایندی را ایجاد می‌کند که ناکامی نام دارد. ناکامی‌های مکرر پیامدهای ناگواری به دنبال دارد. بسیاری از افرادی که احساس شکست می‌کنند، مشکلات عاطفی جدی ندارند، بلکه مهارت‌های حل مسئله را نمی‌دانند.
- ۲۸) اکتشافی، هر چند استفاده از روش‌های تحلیلی برای مسئله از قواعد مشخصی تبعیت می‌کند و ما را در دستیابی به نتیجه کمک می‌کند اما در بسیاری از موارد زمان‌بر است. به‌دلیل محدودیت زمانی برخی تمایل دارند از روش اکتشافی استفاده کنند.
- ۲۹) قبل از حل مسئله، باید خود مسئله مشخص شود. در تشخیص مسئله بهتر است دیگران نقش راهنما داشته باشند و فرد خود آن را شناسایی کند. مشخص کردن بسیاری از مسائل در زندگی واقعی کار چندان آسانی نیست. تشخیص دقیق مسئله اولین گام آن است که با احساس مبهم از یک مسئله متفاوت است.
- تصور مبهم از یک مسئله، به راه‌حل‌های منطقی و درست منجر نمی‌شود.
- ۳۰) فرض کنید پدر شما قصد خرید یک آپارتمان ۱۰۰ متری دوخوابه دارای پارکینگ را دارد. با ۱۰۰ آگهی روبه‌رو می‌شود که بررسی همه آنها سخت است. استفاده از روش میان‌بر حذف تک‌تک جنبه‌ها، کمک‌کننده خوبی است. مثلاً اول، هر آپارتمانی که بیشتر و کمتر از ۱۰۰ متر است را حذف می‌کند. گام بعدی فقط دو خوابه را انتخاب می‌کند و بعد آن دسته از آپارتمان‌های ۱۰۰ متری دوخوابه را که دارای پارکینگ است بررسی می‌کند. در نهایت از بین ۱۵ ساختمان می‌تواند انتخاب کند. تصمیم‌گیری درباره آپارتمان مورد نظر از بین ۱۵ گزینه راحت‌تر از ۱۰۰ گزینه است.
- ۳۱) ۱- صحبت کردن با افراد غریبه
۲- مخفی کردن موضوع مهم از والدین
۳- رفتن به خانه غریبه
۴- اذیت و آزار دیگران
۵- راه دادن افراد غریبه به منزل
۶- به‌تنهایی در فضای تاریک رفتن
۷- سوار ماشین غریبه شدن
۸- اعتماد بیش‌ازحد به دیگران
- ۳۲) در بین سبک‌های مختلف تصمیم‌گیری بهترین سبک، از نوع منطقی است. شاید مجبور شویم در برخی موقعیت‌ها از سایر سبک‌های تصمیم‌گیری استفاده کنیم، ولی باید دانست سبک غالب هر فردی باید از نوع تصمیم‌گیری منطقی باشد. به‌خصوص در تصمیم‌گیری‌های مهم، استفاده از سبک‌های غیرمنطقی، آسیب‌زا و خطرآفرین است.
- ۳۳) دست‌کم گرفتن خود، عصبانی بودن، ترسو بودن و اعتماد به نفس پایین، مانع تصمیم‌گیری درست می‌شوند. بسیاری از تصمیم‌گیری‌های مهم، علاوه بر دانش لازم، به اعتماد به نفس قوی نیاز دارد. اگر اعتماد به نفس تصمیم‌گیرنده کم باشد، نمی‌تواند در فرایند تصمیم‌گیری موفق باشد.
- ۳۴) ۱- شناسایی و تعریف تصمیم موردنظر \Leftarrow انتخاب رشته تحصیلی
۲- شناسایی تعداد انتخاب‌ها یا اولویت‌های آن تصمیم \Leftarrow انتخاب رشته دوره دوم متوسطه از بین چهار انتخاب
۳- بیان ویژگی‌های هر انتخاب یا اولویت \Leftarrow بررسی دروس هر رشته و ...
۴- ارزیابی پیامدهای هر انتخاب یا اولویت \Leftarrow امنیت شغلی و علایق تحصیلی
۵- اجرای بهترین اولویت \Leftarrow انتخاب رشته علوم انسانی
۶- تعهد و پایبندی به اجرای اولویت موردنظر \Leftarrow مطالعه دقیق هدفمند و کارآمد دروس این رشته
۷- بررسی پیامدها و نتایج اجرای اولویت موردنظر \Leftarrow پیشرفت تحصیلی مطلوب و ابراز رضایت تحصیلی
- ۳۵) بهترین شیوه تصمیم‌گیری از نوع منطقی و عقلانی است. زیربنای این تصمیم‌گیری، نه عجله و شتاب، نه احساسات و هیجان‌های زودگذر، نه اطاعت و پیروی کورکورانه و اجتناب، بلکه اندیشیدن است.
- در این سبک، تصمیم‌گیرنده تمامی راهکارهای ممکن را می‌سنجد. این سبک نه تنها در عوامل زیربنایی با سایر سبک‌ها فرق می‌کند، بلکه تابع یک روش قاعده‌مند و منظم است و فرد پله پله و طبق قوانین پیش می‌رود.
- ۳۶) تقسیم تصمیم‌گیری به انواع ساده - پیچیده و مهم - معمولی بر اساس نوع تصمیم بوده است.
- ۳۷) تصمیم‌گیری یعنی ارزیابی راه‌های مختلف و انتخاب بهترین راه. تصمیم‌گیری، عالی‌ترین و پیچیده‌ترین فعالیت شناختی انسان است.
- ۳۸) الف) بر اساس اصل شکل و زمینه \Leftarrow منظور از این اصل این است که ادراک ما از یک شکل تحت تاثیر زمینه‌های مختلف تغییر می‌کند.
ب) مجاورت \Leftarrow وقتی چند شیء در کنار یکدیگر باشند، ما آنها را به‌صورت یک گروه ادراک می‌کنیم.
ج) مشابهت \Leftarrow ما معمولاً تمایل داریم اشیاء را بر اساس شباهت آنها در یک مقوله طبقه‌بندی کنیم.

د) استمرار ← ما گرایش داریم اشکال را به صورت متصل و پیوسته ببینیم، نه متقطع و غیرپیوسته.

ه) تکمیل ← ما تمایل داریم اشیایی را که ناقص هستند، به صورت کامل ببینیم.

۳۹) ۱- ادراک متفاوت از احساس است. ۲- اگر تعداد خطاهای ادراکی زیاد باشد، به عنوان یک خطای شناختی وارد نظام پردازشی فرد می‌شود، در آن صورت نتایج آن به مراتب خطرناک‌تر است.

۴۰) ادراک فرایندی است که ما از طریق آن، محرک‌های مورد توجه را با شناسایی و سازماندهی می‌کنیم و به آنها معنی می‌بخشیم.

۴۱) خواندن یک مطلب علمی همراه با رؤیت تصاویر آن نمونه‌ای برای استفاده از دو حس برای یک تکلیف است. بسیاری از دانش‌آموزان عکس آن را انجام می‌دهند. مثلاً هم درس می‌خوانند و هم فوتبال تماشا می‌کنند، در این صورت توجه به دو بخش تقسیم می‌شود.

۴۲) ۱- در توجه هرچه آگاهی بیشتر باشد، نوع توجه هم ارادی تر خواهد بود.

۲- برای حفظ توجه و ایجاد تمرکز باید از انجام فعالیت طی ساعات طولانی پرهیز کرد.

۳- برای ایجاد توجه متمرکز از حواس مختلف برای انجام یک تکلیف استفاده کنید.

۴- اگر می‌خواهید چند تکلیف را با هم انجام دهید، یعنی توجه تقسیم شده داشته باشد، هرچه دو تکلیف به همدیگر شبیه‌تر باشند و تکالیف مورد نظر دشواری کمتری داشته باشند و همچنین فرد انجام‌دهنده آن تکالیف از مهارت‌های لازم برخوردار باشد، اثر منفی ناشی از تقسیم توجه که به واسطه انجام هم‌زمان چند تکلیف ایجاد می‌شود، کاهش می‌یابد.

۴۳) اهمیت تکلیف

۴۴) موضوع مورد مطالعه اگر به لحاظ معنایی شرایط متنوع و جذابی داشته باشد، عادت را از بین می‌برد.

برخی از محرک‌ها دارای تغییرات درونی بیشتری نسبت به بقیه هستند. یک فرش دستبافت زیبا به مراتب در مقایسه با فرش ماشینی خاکستری دارای تغییرات درونی بیشتری است.

۴۵) محرومیت حسی یعنی اینکه فرد در شرایطی قرار گیرد که هیچ‌یک از گیرنده‌های حسی مثل چشم، گوش و... به وسیله محرک‌های بیرونی تحریک نشود.

۴۶) هویت

۴۷) ۱- تعریف عملیاتی ۲- تکرارپذیری

۴۸) فرایند: وقتی از مبدأ به سوی مقصد در حال حرکت هستیم، جریان رسیدن به هدف را فرایند می‌گویند که به جریان یک عمل اشاره دارد.

نظام‌دار بودن: روش علمی تابع قواعد مشخصی است و هر یک از این قواعد به صورت منظم طی می‌شود.

موقعیت نامعین: یک دانشمند به دنبال ابهام‌زدایی و روش‌سازی است و با طرح مسئله، موقعیت ناشناخته و مجهولی را خلق می‌کند، و به واسطه روش علمی، موقعیت ناشناخته را روشن می‌سازد.

۴۹) فرایند جست‌وجوی باقاعده و نظام‌دار برای مشخص کردن یک موقعیت نامعین

۵۰) فرد اول: با استناد به آیات الهی و سخنان بزرگان دین پی می‌برد که جهان منظم و با قاعده است.

فرد دوم: با روش‌های عرفانی و دریافت درونی به منظم بودن جهان شناخت پیدا می‌کند.

فرد سوم: با توجه به استدلال‌های منطقی و دلایلی فلسفی جهان را قاعده‌مند می‌داند.

فرد چهارم: با مثال‌های گوناگون به آگاهی می‌رسد؛ مثلاً اگر کره زمین چند کیلومتر دورتر یا نزدیک‌تر به خورشید بود امکان حیات در زمین وجود نداشت؛ بنابراین جهان هستی نظم و انضباط دارد.

۵۱) جسمانی ← بلند شدن قد
شناختی ← حل مسئله
هیجانی ← ابراز خشم
اجتماعی ← روابط با همسالان
اخلاقی ← رعایت حقوق دیگران

۵۲) رشد اجتماعی در دوره نوجوانی دستخوش تغییر می‌شود. در این دوره گرایش نوجوان به گروه همسالان خیلی بیشتر از سابق شده است و لذت‌بخش‌تر است. در این دوره هم خود نوجوان و هم اطرافیان وی احساس می‌کنند که گرایش نوجوان به گروه همسالان خیلی بیشتر از سابق شده است و در کنار همسالان بودن برای نوجوان بسیار لذت‌بخش است. البته این به آن معنی نیست که نوجوان به ارتباط با والدین و یا خواهر و برادرهای خود علاقه‌ای ندارد.

۵۳) نظریه

۵۴) ابتدایی‌ترین و شاخص‌ترین جنبه از رشد، رشد جسمانی - حرکتی است. از زمان تولد تا نوجوانی، رشد با سرعت و تغییرات بسیاری همراه است، کودک ابتدا می‌تواند حرکات درشت را انجام دهد و بعد مهارت حرکات ظریف مثل با پا به توپ ضربه زدن را به دست می‌آورد.

۵۵) در دوره نوجوانی شکل می‌گیرد و بدین معنی است که نوجوانان فرضیه‌سازی می‌کنند و در پیش‌بینی یک موقعیت، از احتمال‌های مختلف بهره می‌برند؛ در حالی که مبنای استدلال در دوره کودکی، واقعیت‌های ملموس و بیرونی است.

۵۶) عاملی است که انسان را به سوی رفتاری معین سوق می‌دهد.

۵۷) یعنی احساس کنیم که دانش و مهارت انجام یک کار را داریم و این کار برای ما منافع مادی و روانی دارد.

۵۸) در این حالت فرد به‌طور ناگهانی و با عجله و بدون محاسبه تصمیم می‌گیرد و بلافاصله پشیمان می‌شود.

۵۹) الف. هیجانی ب. شناختی پ. جسمانی ت. اجتماعی

۶۰) ادراک و احساس دو مقوله متفاوت هستند. اگر خطای ادراکی زیاد رخ دهد، به عنوان خطای شناختی وارد نظام پردازشی فرد می‌شود و نتایج آن خطرناک است.

۶۱) گاهی به دلیل ارزیابی‌اش از مشکل (مشکل را فراتر از توانایی خود می‌بیند) احساس ناخوشایندی را تجربه می‌کند و قادر نیست به هدف خود برسد و این حالت باعث بروز حالت درماندگی، ناامیدی، شکست، ناکامی، حواس‌پرتی و از دست دادن تمرکز می‌شود.

۶۲) شنا - دوییدن آهسته - پیاده‌روی - کوه‌پیمایی

۶۳) گزینه «الف»

۶۴ اراده یکی از عوامل شکل‌دهنده به نگرش در فرد می‌باشد و باعث بروز رفتار می‌گردد. به طوری که با ارادهٔ پولادین می‌توان به هر سختی چیره شد و با هر محدودیتی کنار آمد و در آخر موفق شد.

۶۵ خود فرد - خانواده - مدرسه - اجتماع

۶۶ خانواده

۶۷ انگیزشی - نگرشی

۶۸ بهترین شیوهٔ تصمیم‌گیری است که مبتنی بر اندیشیدن است. فرد در این روش، تمام راه‌کارهای ممکن را می‌سنجد، این روش نه تنها از نظر عوامل زیربنایی با سایر سبک‌های تصمیم‌گیری فرق دارد، بلکه تابع یک روش قاعده‌مند و منظم است که در آن فرد پله‌پله و طبق قوانین پیش می‌رود.

۶۹ ۱- تعریف مسئله

۲- ارائهٔ راه‌حل‌های مختلف

۳- مشخص کردن معیار برای داوری در مورد هر راه‌حل

۴- انتخاب بهترین راه‌حل مطابق با معیارهایمان

۷۰ گزینهٔ «پ»

۷۱ تشخیص مسئله

۷۲ ۱- کوتاه‌مدت و کاری

۲- عمدتاً معنایی

۳- نامحدود

۴- 2 ± 7 ماده

۵- از چند دقیقه تا آخر عمر

۷۳ فراموشی

۷۴ دو موقعیت ممکن است رخ بدهد: ۱- ردیابی علامت حاضر (هدف) که به معنی اصابت و تصمیم درست است. مثلاً در جامدادی خودکار آبی وجود دارد (علامت هدف حاضر است). من هم ردیابی می‌کنم، یعنی در جامدادی دنبال خودکار آبی می‌گردم و در آخر خودکار را پیدا می‌کنم (اصابت به هدف). ۲- عدم ردیابی علامت حاضر (هدف) که به معنی از دست دادن علامت یا هدف یا محرک است. مثلاً اگر در جامدادی خودکار آبی وجود داشته باشد اما من تبلی کنم و خودکار را پیدا نکنم، خودکار آبی را از دست داده‌ام.

۷۵ خستگی

۷۶ همسان - ناهمسان

۷۷ ریش جنسی

۷۸ جوانی - میان‌سالی - پیری

۷۹ شناخت پایه شامل: احساس، توجه، ادراک و حافظه

شناخت عالی شامل: استدلال، قضاوت، حل مسئله و تصمیم‌گیری

۸۰ توصیف، تبیین، پیش‌بینی و کنترل پدیده‌های روان‌شناختی

۸۱ گزینهٔ «پ» (فرضیه یک پاسخ احتمالی قابل بررسی و یک جملهٔ خردمندانه و خبری است و هیچ‌گاه جملهٔ سؤالی و قطعی نمی‌باشد).

۸۲

الف استمرار

ب تکمیل

پ مجاورت

ت مشابهت

۸۳

الف کاهش تفاوت وضعیت موجود یا وضعیت مطلوب

ب خرد کردن مسئله

پ شروع از آخر (مهندسی معکوس)

ت بارش مغزی

۸۴

الف نادرست (محصول ناتوانی در تصمیم‌گیری است).

ب درست

۸۵

الف نادرست (تابع اصل هماهنگی شناختی هستند و در برابر تغییرات مقاومت می‌کنند)

۸۶

الف نادرست (پیروی از تجارب گذشته در صورتی که بازبینی شود، موفقیت در حل مسئله را تضمین می‌کند).