



نام و نام خانوادگی:

زمان برگزاری: ۴۹۵ دقیقه

نام آزمون: روانشناسی یازدهم

تاریخ آزمون: ۱۴۰۱/۱۱/۱۰



۱ ناتوانی در حل مسئله چه پیامدهایی را در افراد ایجاد می‌کند؟

۲ مسئله دارای چند مرحله است؟ به ترتیب نام ببرید.

۳ مسئله به چند گروه تقسیم می‌شود؟ برای هر یک مثال بزنید.

۴ یکی از اهداف مهم نظام تعلیم و تربیت چیست؟

۵ ویژگی‌های مسئله را نام ببرید.

۶ حل مسئله یعنی چه؟

۷ تعارض گرایش - اجتناب را تعریف کنید؟

۸ چه موقع فرد دچار تعارض می‌شود؟ (تعریف تعارض)

۹ از طریق پرسش‌نامه چگونه به جمع‌آوری اطلاعات می‌پردازیم؟

۱۰ بین ..... و ..... ارتباط متقابل و تنگنگی وجود دارد. بررسی این ارتباط در حوزه ..... قرار می‌گیرد.

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

۱۲ روش‌های سازگارانۀ کوتاه‌مدت برای مقابله با استرس را نام ببرید؟

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

۱۴ مشورت و راهنمایی کردن چگونه می‌تواند به فرد در مقابله با فشارهای روانی کمک کند؟ (مثال بزنید).

۱۵ اغلب افراد فشار روانی را ..... تلقی می‌کنند.

۱۶ تغییر در زندگی باعث ..... می‌شود.

۱۷ روان‌شناسان سلامت در سبک زندگی افراد به چند مورد مهم اشاره می‌کنند نام ببرید؟

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



۱۹ پدیده‌ نوک زبانی را توضیح دهید.

۲۰ با ذکر یک مثال بسط معنایی را تعریف کنید؟

۲۱ استفاده از رمزگردانی معنادار چگونه موجب حافظه بهتر می‌شود؟ (با مثال)

۲۲ اعتقاد قوی به چیزی که شناخت داریم ..... را شکل می‌دهد.

۲۳ انگیزه‌های بیرونی و درونی چه تفاوتی باهم دارند؟

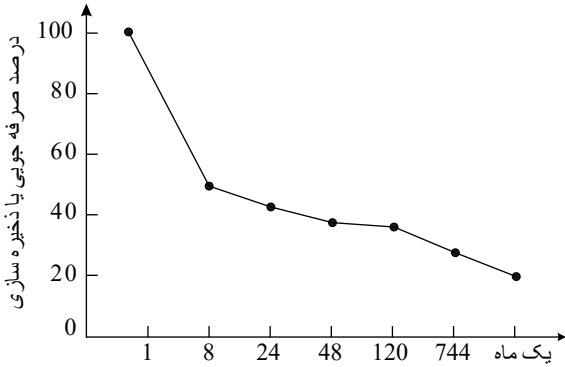
۲۴ با ذکر یک مثال بیان کنید انگیزه در فرد چگونه باعث حرکت می‌شود؟

۲۵ یکی از علل فراموشی مشکلات مربوط به نشانه‌های بازیابی است؛ در این باره توضیح دهید.

۲۶ انسان و حیوان در پاسخ به نیازهای زیستی ..... اما انسان برخلاف حیوان تابع عوامل توانمندتری به نام ..... است.



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



- ۲۸) حافظه کاذب چگونه شکل می‌گیرد؟ (مثال بزنید)
- ۲۹) حافظه حسی، کاری و کوتاه‌مدت را تعریف کنید؟
- ۳۰) روش شروع از آخر از روش‌های اکتشافی حل مسئله، بیشتر در چه مسائلی کاربرد دارد؟
- ۳۱) روش خرد کردن مسئله به‌عنوان یکی از روش‌های اکتشافی، چگونه در حل مسئله به ما کمک می‌کند؟ (مثال بزنید)
- ۳۲) مهم‌ترین دلیل عدم موفقیت برخی از افراد در حل مسئله هشت سکه چیست؟
- ۳۳) عوامل موثر در حل مسئله را نام ببرید.
- ۳۴) چگونه انتخاب راه‌حل‌های جایگزین در حل مسئله به ما کمک می‌کنند؟ (مثال بزنید)
- ۳۵) مسئله‌هایی که در علوم انسانی با آنها مواجه هستیم، عمدتاً از نوع چه مسئله‌هایی هستند؟
- ۳۶) چرا در جریان حل مسئله توانمندی‌های ما محدود است؟
- ۳۷) چگونه در تصمیم‌گیری‌های پیچیده و مهم می‌توان از روش‌های میان‌بر استفاده کرد؟ با ذکر مثال توضیح دهید.
- ۳۸) چند پیشنهاد برای تصمیم بهتر مطرح کنید؟
- ۳۹) تصمیم‌گیری‌های شتاب‌زده و بدون تفکر چه پیامدهایی به دنبال دارد؟
- ۴۰) چه موقع افراد دچار تعارض گرایش - گرایش می‌شوند؟ (با مثال)
- ۴۱) کنترل نکردن هیجانات چگونه می‌تواند مانع یک تصمیم‌گیری موفق شود؟ (با مثال)
- ۴۲) مراحل تصمیم‌گیری را با ذکر مثال توضیح دهید؟
- ۴۳) بهترین شیوه تصمیم‌گیری کدام است و زیربنای این تصمیم‌گیری چیست؟
- ۴۴) سبک تصمیم‌گیری یعنی چه؟
- ۴۵) روان‌شناسان گشتالت بر اساس چه اصولی منظور خودشان را بیان می‌کنند؟ (توضیح دهید).
- ۴۶) چه نکاتی باعث سامان‌دهی توجه می‌شود؟
- ۴۷) پیدا کردن محرک هدف تابع ..... و ..... است.
- ۴۸) مهم‌ترین عامل افت گوش‌به‌زنگی چیست؟ مثال بزنید.
- ۴۹) یکنواختی و ثبات نسبی چگونه باعث ایجاد خوگیری می‌شود؟
- ۵۰) اگر توجه تداوم داشته و پایدار باشد در آن صورت با ..... مواجه هستیم.
- ۵۱) آزمایش‌های مربوط به فقدان حواس در ..... انجام می‌شود.
- ۵۲) ویژگی‌های افراد و تغییرات در طول زندگی، از دوره جنینی تا سالمندی، تحت تأثیر عوامل ..... و ..... رخ می‌دهد.
- ۵۳) آخرین روش جمع‌آوری اطلاعات آزمون‌ها است. درمورد آن توضیح دهید و بگویید این ابزار چند ویژگی دارد؟
- ۵۴) روش‌های جمع‌آوری اطلاعات در روان‌شناسی را نام ببرید.
- ۵۵) هرچه پردازش ما مفهومی‌تر باشد شناخت شکل گرفته ..... و ..... خواهد بود.

۵۶ ادراک را تعریف کنید.

۵۷ تغییر اساسی دوره نوجوانی چیست؟

۵۸ منظور از بلوغ جنسی چیست؟

۵۹ ریش را با ذکر یک مثال تعریف کنید.

۶۰ از طریق چهار منبع کسب آگاهی و معرفت اثبات کنید که جهان دارای نظم است.

۶۱ با مطالعه و بررسی، چگونگی رشد اجتماعی در دوره کودکی را توضیح دهید.

۶۲ منظور از تفکر احتمال‌گرا چیست و در چه دورانی از زندگی شکل می‌گیرد؟

۶۳ تغییر بازنمایی مسئله به چه معناست؟

۶۴ ویژگی‌های سبک تصمیم‌گیری تکانشی چیست؟

۶۵ هریک از این موارد به کدام جنبه از رشد دوره نوجوانی اشاره دارد؟

الف. تمایل به رفتارهای پرخطر

ب. توانایی در فرضیه‌سازی

پ. ظهور علائم بلوغ

ت. تمایل به گروه همسالان

۶۶ از پدیده «خطای ادراکی» چه نتایجی به دست می‌آید؟

۶۷ در دوره نوجوانی، اندام‌های داخلی بدن چه تغییری می‌کنند؟

۶۸ چرا انسان‌ها همواره از هر چه سختی و ناگواری است، دوری می‌کنند؟

۶۹ رفتار انسان تحت تأثیر دو دسته از عوامل ..... و ..... قرار دارد.

۷۰ تصمیم‌گیری به سبک منطقی (عقلانی) چه ویژگی‌هایی دارد؟

۷۱ انواع تصمیم‌گیری براساس تعداد افراد تصمیم‌گیرنده عبارت‌اند از ..... و .....

۷۲ برای حل مسئله به روش بارش مغزی، چه مراحل باید طی شود؟

۷۳ کدام‌یک از این موارد به ویژگی «مسئله خوب تعریف‌نشده» دلالت دارد؟

الف. هدف تعریف‌شده است.

ب. مبدأ معلوم است.

پ. اقدام مشخص و استاندارد وجود ندارد.

ت. اقدامات و راهبردها مشخص است.

۷۴ جدول زیر را کامل کنید.

نوع حافظه	نوع رمزگردانی	ظرفیت (گنجایش) اطلاعات	زمان بازیابی
حسی	حسی	۰۳ .....	حدود نیم‌ثانیه
۰۱ .....	حسی همراه با توجه	۰۴ .....	چند دقیقه
بلندمدت	۰۲ .....	نامحدود	۰۵ .....

۷۵ هر گزینه به کدام خطای حافظه ارتباط دارد؟

الف. افسانه‌بافی      ب. فراموشی      پ. حافظه کاذب

۷۶ هنگام ردیابی اگر علامت هدف حاضر (موجود) باشد، بروز چند نوع موقعیت ممکن است؟ (با مثال)

۷۷ خود واقعی و خود آرمانی را با هم مقایسه کنید.

۷۸ ریش جنسی به چه معناست؟

۷۹ دوقلو‌هایی که از یک تخمک و آن‌هایی که از دو تخمک به‌وجود آمده‌اند، به ترتیب چه نامیده می‌شوند؟

۸۰ فرایندهای موجود در شناخت پایه و عالی را نام ببرید.

۸۱) کدام یک از عبارات زیر یک فرضیه تحقیقی است؟

- الف. چرا احترام به پدر و مادر باعث کاهش اضطراب دانش آموزان ۷ تا ۱۸ ساله می شود؟  
 ب. چطور می توان اثر منفی سر و صدای محل مطالعه را بر عملکرد حافظه کاهش داد؟  
 پ. مشاهده برنامه های ماهواره موجب افزایش میزان دروغگویی کودکان در خانواده های تهرانی می شود.  
 ت. قطعاً میان تحصیلات والدین اجاره نشین گیلانی و پیشرفت تحصیلی فرزندان دبستانی آنان رابطه ای وجود دارد.

۸۲) هریک از موارد زیر به کدام اصل از مکتب گشتالت اشاره می کند؟

- 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 طبقه بندی 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 راه حل های درست و ممکن

۸۴) درستی یا نادرستی جملات زیر را مشخص کنید.

- الف) تعارض محصول ناتوانی در حل مسئله است.  
 ب) بر اساس «تعداد اولویت ها» می توان تصمیم گیری را به دو بخش ساده و پیچیده تقسیم نمود.

۸۵) درستی یا نادرستی عبارت زیر را مشخص کنید.

- الف) تنها مشکل دانش آموزان موقع مطالعه و یادگیری، تمرکز نداشتن روی موضوع است.  
 ب) برای انتقال اطلاعات از حافظه کوتاه مدت به حافظه بلند مدت باید به اطلاعات توجه داشته باشیم.

۸۶) درستی یا نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

- الف) پیروی کردن از تجارب گذشته قطعاً، موفقیت فرد را در حل مسئله تضمین می کند.

# پاسخنامه تشریحی

۱ - ناکامی

۲ - فشار روانی

۲ تشخیص مسئله ← به کارگیری روش‌های مناسب ← ارزیابی راه‌حل ← بازبینی و اصلاح راه‌حل ← انتخاب راه‌حل‌های جایگزین.

۳ ۱ - خوب تعریف شده ← مثال: در مسابقه شطرنج کیش می‌شویم، با استفاده از قواعد بازی و دیگر مهره‌ها رفع کیش می‌کنیم. شاه فقط در یک خانه اطراف خودش حرکت می‌کند. استفاده از مهره‌هایی غیر از شاه برای رفع کیش، دلگرم‌کننده است. این یک مسئله خوب تعریف شده است.

۲ - خوب تعریف نشده ← مثال: فرض کنید سوئیچ در اتومبیل جامانده و درها قفل شده‌اند و می‌خواهیم بدون آسیب رساندن به ماشین وارد آن شویم. در چنین موقعیتی پیدا کردن راه‌حل مناسب بسیار دشوار است مثلاً شکستن یکی از شیشه‌ها مسئله را حل می‌کند، اما مشکلات دیگری ایجاد می‌کند؛ بنابراین نمی‌توانیم صد درصد به راه‌حل‌های احتمالی دل خوش کنیم.

۴ یکی از اهداف مهم نظام تعلیم و تربیت، پرورش افرادی است که بتوانند بر مسائل و مشکلات خود در زندگی روزمره غلبه کنند.

۵ ۱ - هدفمند است.

۲ - حل مسئله یک «فرآیند و جریان تحت کنترل» است.

۳ - در جریان حل مسئله موقعیت فعلی یا مبدا باید مشخص باشد.

۴ - در مسئله، توتمندهای ما محدود است.

۶ حل مسئله به معنای یافتن بهترین راه‌حل برای رسیدن به هدف با توجه به شرایط موجود است.

۷ زمانی که موقعیت تصمیم‌گیری با تعارض (بامثال) بین دو امر خواستنی (رشته تحصیلی) و ناخواستنی (دوری از خانواده) مواجه شویم، دچار تعارض گرایش - اجتناب می‌شویم. آرش در رشته مهندسی برق در یک شهر دوردست که رشته موردعلاقه‌اش است، قبول شده است. شرط ادامه تحصیل او، دوری از خانواده است. به همین دلیل وی در تصمیم اینکه به آن شهر دوردست برود یا خیر دچار سردرگمی شده است.

۸ وقتی در موقعیتی باشیم که حتماً باید تصمیم بگیریم، ولی قادر به تصمیم‌گیری نباشیم، حالت عاطفی ناخوشایندی را تجربه می‌کنیم که تعارض نام دارد. تعارض محصول ناتوانی در تصمیم‌گیری است. مواجه شدن پی‌درپی با تعارض به بهداشت روانی ما لطمه می‌زند.

۹ اطلاعاتی را که با کمک مشاهده مستقیم نمی‌توان به دست آورد، می‌توان با استفاده از پرسش‌نامه‌ها کسب کرد. در این حالت، محقق از خود فرد درباره رفتار یا افکار خاص او می‌پرسد. پرسش‌نامه به صورت‌های مختلف نمره‌گذاری می‌شود

۱۰ سلامت جسمانی و ویژگی‌های شناختی - روان‌شناسی سلامت

۱۱ الف) مستقیم ب) غیرمستقیم

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 می‌شود.

۱۲ کشیدن نفس عمیق - گفتن عبارت ایست - شمردن اعداد - تلفیق برخی جملات - ترک موقعیت - خواندن یک بیت یا یک جمله - به خاطر آوردن یک رویداد خوشایند یا یک بیت شعر خوشایند

۱۳ در این روش فرد بدون تلاش منتظر اتفاق خارق‌العاده‌ای است.

۱۴ گاهی فرد به تنهایی نمی‌تواند مشکل را حل کند؛ به همین دلیل احساس فشار روانی در او باقی می‌ماند. در این موارد مشاورت کردن و راهنمایی گرفتن از دیگران به عنوان یک مقابله سازگارانه در نظر گرفته می‌شود، به طور مثال اگر از ترس قبول نشدن در کنکور، دانش‌آموز آن‌قدر تحت فشار روانی باشد که حتی نتواند برای شناسایی منبع فشار تمرکز کند، پیشنهاد می‌شود از معلم یا مشاوران مشاورت بگیرد.

۱۵ منفی

۱۶ برهم خوردن تعادل زندگی

۱۷ ۱- تغذیه ۲- ورزش ۳- فشارهای روانی و روش‌های مقابله با آن

۱۸ ۱- حافظه حسی ۲- حافظه کوتاه‌مدت و کاری ۳- حافظه بلندمدت

۱۹ در پدیده نوک زبانی فرد می‌گویند من پاسخ این سؤال را می‌دانم، اصطلاحاً در نوک زبان من است. ولی نمی‌توانم بگویم. اگر شما چنین وضعیتی را تجربه کرده‌اید، بدانید در مرحله بازبینی آن اطلاعات مشکل دارید. در این حالت بعد از شنیدن اولین کلمه بلافاصله بقیه اطلاعات به خاطر تان می‌آید.

۲۰ مریم از پدرش می‌پرسد سونامی چیست؟ پدر می‌گوید: پیشروی آب در خشکی می‌گویند. مریم می‌گوید این تعریف واژه خلیج است. پس با سونامی چه فرقی دارد؟ پدر می‌گوید: در دریا هم زلزله رخ می‌دهد که باعث ایجاد موج‌های بزرگی می‌شود که به سواحل رسیده و ویرانی زیادی دارد البته دوباره به دریا برمی‌گردد، اما خلیج در طی میلیون‌ها 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 ذخیره‌شدن درست اطلاعات هرچه مثال‌های بیشتری داشته باشیم، مفهوم موردنظر بهتر از سایر مفاهیم در حافظه می‌ماند.

۲۱ اگر اطلاعات را به صورت معنایی تبدیل و از معانی مختلف برای سپردن به حافظه استفاده کنید، مطالب دیرتر فراموش می‌شوند.

حفظ عدد هشت‌رقمی ۱۳۸۱۲۰۰۲ به ترتیب می‌تواند سال تولد شما به دو صورت میلادی (۲۰۰۲) و شمسی (۱۳۸۱) باشد.

۲۲ نظام باورهای ما

۲۳) در انگیزش بیرونی: عامل خارجی فرد را به انجام دادن کاری خاص برمی‌انگیزد.

در انگیزش درونی: فرد کار یا فعالیت را به‌خاطر خود آن چیز انجام می‌دهد؛ 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.

۲۴) 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 می‌شود فرد کاری را انجام دهد و رفتاری را از خود نمایان سازد که همان انگیزه است. این انگیزه‌ها هم درونی است و هم توسط عوامل بیرونی برای انسان ایجاد می‌شود.

۲۵) گاهی افراد نه در مرحله رمزگردانی و ذخیره‌سازی حافظه، بلکه در بازیابی، یعنی از حافظه درآوردن اطلاعات مشکل دارند. در این مواقع، هرچه اطلاعات فرد کامل‌تر بشود، به تعداد نشانه‌های لازم برای فراخوانی اطلاعات افزوده می‌شود. بازیابی اطلاعات تابع تعداد نشانه‌های آن است. بسیاری از افراد نشانه‌های کافی و درست برای بازیابی اطلاعات، از حافظه ندارند.

۲۶) عوامل انگیزشی مشترکی دارند - نگرش

۲۷) با توجه به نمودار روبه‌رو، بعد از گذشت ۱ ساعت تقریباً نیمی از مطالب حافظه فراموش می‌شود و بعد از آن با گذشت زمان از شدت فراموشی کاسته می‌شود. بهترین شیوه کنترل اثر گذشت زمان، مرور اطلاعات در زمان مناسب است.

۲۸) یکی از رایج‌ترین خطاهای اضافه کردن بازنشاسی یا یادآوری غیر واقعی رویداد اتفاق نیفتاده است که فرد به غلط ادعا می‌کند 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 جمع‌آوری مستندات وقوع جرم استفاده می‌شود، به دلیل خطای اضافه‌کردن، احتمال شکل‌گیری حافظه کاذب وجود دارد.

۲۹) 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.

۳۰) این روش بیشتر در حل مسائل ریاضی کاربرد دارد.

۳۱) در این روش یک مسئله بزرگ به چندین مسئله کوچک تقسیم می‌شود. افراد مسئله‌های کوچک را حل می‌کنند تا به‌تدریج بتوانند به حل مسئله بزرگ دسترسی یابند. به‌طور مثال سارا با افت تحصیلی روبه‌رو شده و تصمیم می‌گیرد هر روز ۵ ساعت بیشتر درس بخواند؛ ولی نتوانست این برنامه را عملی کند. او تصمیم گرفت روز اول ۱ ساعت و روز دوم ۱٫۵ ساعت بیشتر درس بخواند تا به ۵ ساعت، برسد. سارا از روش خرد کردن استفاده کرده است.

۳۲) پیروی صرف از تجربه گذشته است. تجربه گذشته در صورت بازیابی، راهگشای مفیدی خواهد بود.

۳۳) تجربه گذشته  $\leftarrow$  نوع نگاه به مسئله  $\leftarrow$  نادیده گرفتن حل مسئله برای مدتی خاص

۳۴) اگر با به‌کارگیری روش مطالعه جدید نتوانیم مثلاً در درس زبان انگلیسی پیشرفت کنیم، باید به راه‌حل‌های جایگزین فکر کنیم، مثلاً ممکن است به این راه‌حل برسیم که پیشرفت نکردن در این درس به دلیل تسلط نداشتن بر پیش‌نیازهای درس بوده است.

۳۵) عمدتاً از نوع خوب تعریف نشده هستند.

۳۶) اصولاً زمانی با مسئله مواجه می‌شویم که امکانات ما محدود باشد، بسیاری از افراد توانایی‌های خود را نمی‌شناسند عدم شناسایی دقیق توانمندی‌ها باعث استفاده از راه‌حل‌های غیرمنطقی می‌شود. مانند کسی که صرفاً با خوردن قرص لاغری می‌خواهد کاهش وزن داشته باشد و از راه‌های درست استفاده نمی‌کند و ورزش و پرهیز غذایی ندارد.

۳۷) 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.

۳۸) ۱- تصمیم موردنظر را به‌خوبی بشناسید.

۲- در تصمیم‌های پیچیده و مهم از روش‌های میان‌بر استفاده کنید.

۳- از سبک تصمیم‌گیری منطقی استفاده کنید.

۴- موقعیت‌های پرخطر را بشناسید.

۳۹) علاوه بر آسیب به فرد، آسیب‌های روانی - اجتماعی همچون اعتیاد، ایدز، بزهکاری، خشونت، بی‌بندوباری و تصادفات جاده‌ای را به دنبال دارد.

۴۰) زمانی که فرد دچار تعارضی شود که ناشی از ناتوانی در تصمیم‌گیری برای انتخاب دو موضوع جذاب و خواستنی شود. کامییز به ادامه تحصیل در رشته روان‌شناسی علاقه دارد. از طرفی تمایل دارد علاوه بر ادامه تحصیل، یک دوره آموزشی حسابداری را طی کند که کارورزی آن تمام‌وقت است. در نتیجه، کامییز باید یکی از دو موضوع دوست‌داشتنی خود را انتخاب کند.

۴۱) در موقعیت تصمیم‌گیری، با افراد و حالات مختلفی مواجه می‌شویم که واکنش‌های هیجانی متفاوتی در ما ایجاد می‌کنند. این واکنش‌های عاطفی، به دلیل زودگذر بودن، نمی‌تواند ملاک تصمیم‌گیری باشد. افرادی که قادر به کنترل هیجان‌های خود نباشند، به‌طور مداوم با شکست در تصمیم‌گیری روبه‌رو می‌شوند. مانند مربی فوتبال که به دلیل ابراز احساسات منفی تماشاگران، بهترین بازیکن زمین را تعویض می‌کند.

۴۲) 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

- ۴۳) بهترین شیوهٔ 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.
- ۴۴) به روش‌های ثابت و یکنواخت تصمیم‌گیری افراد می‌گویند. سبک‌های تصمیم‌گیری مختلف است. بسیاری از آنها ناکارآمد و فقط یکی بهتر از سایر سبک‌هاست.
- ۴۵) الف) بر اساس اصل شکل و زمینه  $\Rightarrow$  منظور از این اصل این است که ادراک ما از یک شکل تحت تاثیر زمینه‌های مختلف تغییر می‌کند.  
ب) مجاورت  $\Rightarrow$  وقتی چند شیء در کنار یکدیگر باشند، ما آنها را به صورت یک گروه ادراک می‌کنیم.  
ج) مشابهت  $\Rightarrow$  ما معمولاً تمایل داریم اشیاء را بر اساس شباهت آنها در یک مقوله طبقه‌بندی کنیم.  
د) استمرار  $\Rightarrow$  ما گرایش داریم اشکال را به صورت متصل و پیوسته ببینیم، نه متقطع و غیرپیوسته.  
ه) تکمیل  $\Rightarrow$  ما تمایل داریم اشیایی را که ناقص هستند، به صورت کامل ببینیم.
- ۴۶) 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 تقسیم‌شده داشته باشد، هرچه دو تکلیف به همدیگر شبیه‌تر باشند و تکالیف موردنظر دشواری کمتری داشته باشند و همچنین فرد انجام‌دهندهٔ آن تکالیف از مهارت‌های لازم برخوردار باشد، اثر منفی ناشی از تقسیم توجه که به واسطهٔ انجام هم‌زمان چند تکلیف ایجاد می‌شود، کاهش می‌یابد.
- ۴۷) تعداد عوامل انحرافی - ویژگی منحصر به فرد هدف
- ۴۸) مهم‌ترین عامل خستگی است. در آزمایشی از آزمودنی خواسته شد تا به عقربه‌های ثانیه‌شمار ساعت توجه کند و هر زمان عقربه به جای یک ثانیه، دو ثانیه پرش داشت گزارش کند، آزمودنی فقط تا نیم‌ساعت توانست این تکلیف ساده را انجام دهد و بعد از نیم ساعت هیچ گزارشی نکرد. مهم‌ترین عامل گزارش نکردن عقربهٔ ثانیه‌شمار، خستگی است.
- ۴۹) وقتی موضوع مورد توجه همیشه به صورت یکنواخت ارائه شود، فرد به آن موضوع عادت می‌کند؛ در نتیجه، ابعاد جدید آن را تشخیص نمی‌دهد. استفاده از رنگ‌های مختلف به هنگام مطالعه و خط کشیدن واژگان مهم به وسیلهٔ برخی از دانش‌آموزان، روش مفیدی جهت ایجاد تمرکز است.
- ۵۰) تمرکز
- ۵۱) شرایط محرومیت حسی
- ۵۲) وراثتی - محیطی
- ۵۳) آزمون‌ها ابزاری برای کمی کردن ویژگی‌های روان‌شناختی هستند. ساخت آزمون‌ها بسیار دشوار است و فرایند پیچیده‌ای را طی می‌کند. آزمون‌ها باید دقیقاً همان چیزی را اندازه‌گیری کنند که برای آن ساخته شده‌اند. علاوه بر این، آزمون‌ها در دفعات متعدد اجرا باید نمره یکسان یا تقریباً یکسانی به ما بدهند.
- استفاده از آزمون‌ها، چگونگی اجرا و تفسیر آن باید در کنار سایر روش‌ها باشد و به دست افراد متخصص انجام شود. همچنین متخصصان نباید مشخصات و اطلاعاتی را که در تحقیقات خود از افراد به دست آورده‌اند، به صورت عمومی و برای دیگران منتشر کنند.
- ۵۴) مشاهده - پرسش‌نامه - مصاحبه - آزمون‌ها
- ۵۵) پایدارتر - کارآمدتر
- ۵۶) با کمک توجه یک یا چند محرک احساس‌شده را انتخاب می‌کنیم؛ سپس محرک انتخاب‌شده را مورد تعبیر و تفسیر قرار می‌دهیم. به فرایند تفسیر و معنابخشی به محرک‌های انتخابی، ادراک گفته می‌شود.
- ۵۷) رشد دستگاه تولیدمثل که با بلوغ جنسی رخ می‌دهد.
- ۵۸) مرحله‌ای است که در آن رشد جنسی رخ می‌دهد.
- ۵۹) در روان‌شناسی به رفتارهایی که وابسته به آمادگی زیستی است ریش یا پختگی گویند. ریش یا پختگی به معنای آن دسته از تغییراتی است که به آمادگی زیستی وابسته است و با گذشت زمان طبق یک برنامهٔ طبیعی انجام می‌گیرد. براساس فرایند ریش، آدمی، در طول زندگی خود از دورهٔ جنینی تا مرگ، یک سری خصوصیات را در جنبه‌های مختلف رشد نشان خواهد داد؛ مثلاً از لحاظ رشد جسمانی به طور میانگین، کودک در ۱۵ ماهگی بدون کمک می‌تواند راه برود.
- ۶۰) 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 کرهٔ زمین چند کیلومتر دورتر یا نزدیک‌تر به خورشید بود امکان حیات در زمین وجود نداشت؛ بنابراین جهان هستی نظم و انضباط دارد.
- ۶۱) اجتماعی شدن در کودکان دارای فرایندی تدریجی است که در طول دوره‌های رشد با ایجاد شرایط محیطی مناسب خودش را نشان می‌دهد.
- اولین علامت رشد اجتماعی در دورهٔ ۲، ۳ ماهگی لیخن اجتماعی است. سپس ترس از غریبه در ۸ ماهگی رخ می‌دهد. بازی‌های موزایی که کودکان علاقه‌مندند در کنار هم باشند، ولی به تنهایی بازی می‌کنند در ۴ تا ۵ سالگی است. در دورهٔ دبستان کودکان بازی گروهی می‌کنند و علاقهٔ خاصی به بازی با هم‌جنسان خود دارند و جملهٔ معروفشان دختر با دخترا پسرا با پسرا است.
- ۶۲) در دورهٔ 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 دورهٔ کودکی، واقعیت‌های ملموس و بیرونی است.
- ۶۳) یعنی تغییر نوع نگاه حل‌کننده به مسئله، زمانی کاربرد دارد که حل‌کنندهٔ مسئله به بن‌بست رسیده باشد و نتواند با نگاه فعلی خود مسئله را حل کند. سپس باید با تغییر دادن نگاه خود به مسئله، از اطلاعات ذخیره‌شدهٔ خود استفاده کند و با دیدگاه جدید مسئله را حل کند.
- ۶۴) در این حالت فرد به‌طور ناگهانی و با عجله و بدون محاسبه تصمیم می‌گیرد و بلافاصله پشیمان می‌شود.

۶۵ الف. هیجانی ب. شناختی پ. جسمانی ت. اجتماعی

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

۶۷ در دوره نوجوانی اندام های داخلی بدن نیز رشد قابل توجهی دارند، اندازه و ظرفیت شش ها ۳ برابر و اندازه قلب ۲ برابر قبل و حجم کلی خون افزایش می یابد.

۶۸ چون دوست دارند، همه چیز طبق نظر و تحت اختیارشان باشد. (ادراک کنترل)

۶۹ انگیزشی - نگرشی

۷۰ بهترین شیوه تصمیم گیری است که مبتنی بر اندیشیدن است. فرد در این روش، تمام راه کارهای ممکن را می سنجد، این روش نه تنها از نظر عوامل زیربنایی با سایر سبک های تصمیم گیری فرق دارد، بلکه تابع یک روش قاعده مند و منظم است که در آن فرد پله پله و طبق قوانین پیش می رود.

۷۱ فردی - گروهی

۷۲ ۱. تعریف مسئله

۲. ارائه راه حل های مختلف

۳. مشخص کردن معیار برای داوری در مورد هر راه حل

۴. انتخاب بهترین راه حل مطابق با معیارهایمان

۷۳ گزینه ب

۷۴ ۱. کوتاه مدت و کاری

۲. عمدتاً معنایی

۳. نامحدود

۴.  $2 \pm 7$  ماده

۵. از چند دقیقه تا آخر عمر

۷۵ الف. اضافه کردن ب. حذف کردن پ. اضافه کردن

۷۶ 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 می کنم، یعنی در جامدادی دنبال خودکار آبی می گردم و در آخر خودکار را پیدا می کنم (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 داده ام.

۷۷ خود واقعی یعنی ویژگی هایی که فرد دارد (ویژگی های فردی) و خود آرمانی ویژگی هایی است که فرد دوست دارد داشته باشد (ویژگی های ایده آل فرد).

۷۸ منظور از ریش جنسی وقوع تغییرات مربوط به جنس است.

۷۹ همسان - ناهمسان

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

شناخت عالی شامل: استدلال، قضاوت، حل مسئله و تصمیم گیری

۸۱ گزینه ب، (فرضیه یک پاسخ احتمالی قابل بررسی و یک جمله خردمندانه و خبری است و هیچ گاه جمله سؤالی و قطعی نمی باشد).

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 تصمیم گیری است).

ب درست

۸۵

الف نادرست (دانش آموزان هم در مطالعه و هم در یادگیری مطالب ممکن است با مشکل مواجه شوند؛ یعنی ممکن است موضوع مورد نظر انتخاب نشود و یا بعد از انتخاب، بر روی آن تمرکز نداشته باشند).

ب نادرست (باید بازگویی و تمرین داشته باشیم).

۸۶

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