

البته می‌دونم که شما اصلاً اهل سرزدن به شبکه‌های اجتماعی و فضای مجازی نیستید و فقط نشستید پای درستون و صبح تا شب به علم‌آموزی مشغولید! اما به مدت یکی از ترندای اصلی بعضی از شبکه‌های اجتماعی، شوخی کردن با تراپی و تراپیست‌ها بود. بعضیا از تجربه‌های خوب رفتن‌شون پیش تراپیست می‌گفتن، بعضیا از تجربه‌های بدشون، بعضیا با هزینه رفتن به جلسات تراپی شوخی می‌کردن و می‌گفتن برای رهاشدن از افسردگی ناشی از پولی که به تراپیست دادن، دوباره به تراپیست احتیاج پیدا کردن! و ...

خوب که فکر می‌کنی می‌بینی خود ماها هم بدمون نمیدادیم جاهایی نقش تراپیست و روان‌شناس رو داشته باشیم، لاف‌ها برای بعضی از آدمای نزدیک به خودمون (البته به جز اون رفیق صمیمیمون که هر وقت گند می‌زنه میاد با ما درد دل می‌کنه، ما هم کلی حرص می‌خوریم و بهش می‌گیم این کارو نکن و فلانی رو بذار کنار و به فلان آدم کام‌بیک نزن و بهش تکست نده و فلان حرفو به فلان کس نگو، اونم قبول می‌کنه و بعدش میره دقیقاً برعکس اون کارا رو انجام می‌ده!!)

تحلیل روح و روان آدمای کلاً جالبه و گاهی وقتاً به نتایج شگفت‌انگیزی می‌رسه. دیدن این که مثلاً یک اتفاق در دوران کودکی یک انسان، سال‌ها بعد در رفتار اجتماعی اون آدم چه اثری داره یا شنیدن یک جمله، ناخودآگاه چه تغییراتی توی ذهن یه آدم نسبت به خودش یا دیگران ایجاد می‌کنه و ... فروید ساختار ذهن انسان رو به یه کوه یخی تشبیه کرده که فقط بخش کوچیکی از اون در سطح خودآگاه انسان قابل تحلیله؛ بخش بسیار بزرگ‌تری از این ساختار در ناخودآگاه انسان پنهانه و شامل تجربیات فراموش شده یا تمایلات سرکوب شده‌ایه که از دسترس خارج شدن و ممکنه خود فرد اون‌ها رو اصلاً به خاطر نداشته باشه، اما روی زندگیش تأثیر می‌ذارن. کارل گوستاو یونگ معتقد نه فقط اتفاقاتی که تجربه کردیم، حتی بعضی اتفاق‌ها که خودمون مستقیماً تجربه نکردیم، اما تو اجتماع ما رخ داده و نسل‌های پیشین ما تجربه‌ش کردن هم می‌تونه رو روح و روان ما تأثیر بذاره! خلاصه که دونستن میزانی از روان‌شناسی فایده‌های خیلی زیادی برای ما داره، هم باعث می‌شه خودمون رو بهتر بشناسیم و درست‌تر عمل کنیم، هم باعث می‌شه تو روابطمون با آدم‌ها درک بهتری داشته باشیم، هم مشورت‌های مفیدتری به آدم‌های اطرافمون بدیم و هم اون دوست لجبازمون که همیشه خلاف حرفای ما عمل می‌کنه ولی باز میاد ازمون مشورت می‌گیره رو درمون کنیم! (البته واسه این آخری، احتمالاً یادگرفتن کشتی کج و MMA مفیدتر از یادگرفتن روان‌شناسیه!)

بگذریم، کتابی که دست‌نونه از جمله کتاب‌های سبد جمع‌بندی انسانی خیلی سبزه. این سبد قراره تو دوران جمع‌بندی همراه شما باشه و کمکتون کنه تا در یک بازه زمانی کوتاه، تک‌تک درس‌هاتون رو مرور کنید، نکات مهم کنکوریش رو تو ذهنتون تثبیت کنید و به زیربوم‌های تست‌زنی مسلط بشید. برای درس روان‌شناسیتون، این کتاب تمام این کارها رو انجام داده. مطالب درسی رو در قالب کلی جدول و نمودار دسته‌بندی و خلاصه کرده و به شما برای مرور و تسلط توی درس روان‌شناسی حسابی کمک می‌کنه.

در پایان تشکر می‌کنم از:

مؤلف محترم آقای رکن‌الدینی که تمام توان و تجربه تدریس‌شون رو آوردن پای کار این کتاب ویراستاران محترم کتاب

خانم ندا انصاری مسئول پروژه کتاب که حواسشون به پیشرفت منظم تمام مراحل کتاب بود.

همکاران پرتلاش واحد تولید که برای آماده کردن این کتاب، با پیچیدگی‌های گرافیکی و سختی‌های اجرایش از تایپ تا چاپ، حسابی وقت، زمان و انرژی گذاشتن.

تقدیم به
پدر آسمانی‌ام
مادر عزیزتر از جانم
و همسر مهربان و فداکار و پسر نازنینم

جمع‌بندی مطالب در دوران نزدیک به کنکور، یکی از مهم‌ترین فعالیت‌هایی است که دانش‌آموزان کنکوری برای رسیدن به یک نتیجه مطلوب باید آن را انجام دهند.

سؤالات درس روان‌شناسی در کنکورهای دو سال اخیر، به صورت مفهومی و چندقسمتی طرح شده‌اند و این امر نشان‌دهنده اهمیت بسیار زیاد تسلط بر کتاب درسی است.

در کتاب حاضر سعی شده است در درس‌نامه‌ها، با شیوه نوین، مطالب هر درس به صورت مفاهیم مجزا و با استفاده از انواع نمودارها به همراه ذکر مثال‌های متفاوت تدوین و ترسیم شود تا شما عزیزان با کم‌ترین زمان به مطالعه و جمع‌بندی مبحث مورد نظر بپردازید.

بعد از آموزش هر مبحث، تعدادی تست از کنکورهای سال‌های گذشته و تعدادی تست تألیفی قرار داده شده است تا اهمیت مفاهیم را بهتر درک کنید.

میزان اهمیت هر مطلب را در ابتدای کادر درس‌نامه به صورت ستاره‌های پررنگ مشخص کرده‌ایم. بدیهی است درسی که ستاره پررنگ دارد، از اهمیت ویژه‌ای در کنکور و طراحی سؤال برخوردار است.

پیشنهاد می‌کنیم پس از مطالعه دقیق و عمیق کتاب درسی، از کتاب جمع‌بندی و تست‌های طبقه‌بندی‌شده آن برای تثبیت مطالب و مفاهیم در حافظه خود استفاده کنید.

امیدوارم با مطالعه این کتاب به نتیجه دلخواه خود برسید.

در پایان از همه عزیزان در مجموعه خیلی‌سبز به‌ویژه جناب آقای احمدپور عزیز و سرکار خانم انصاری گرامی، تشکر و قدردانی ویژه می‌کنم.

از تیم حرفه‌ای و کاربلد مجموعه خیلی‌سبز سپاس‌گزارم و برای تک‌تک عزیزان آرزوی سلامتی و سربلندی دارم.

سید هانی رکن‌الدینی - مردادماه ۱۴۰۲

۷	روان‌شناسی: تعریف و روش مورد مطالعه	درس اول
۱۶	روان‌شناسی رشد	درس دوم
۲۵	احساس، توجه، ادراک	درس سوم
۳۳	حافظه و علل فراموشی	درس چهارم
۴۰	تفکر (۱) حل مسئله	درس پنجم
۴۷	تفکر (۲) تصمیم‌گیری	درس ششم
۵۳	انگیزه و نگرش	درس هفتم
۶۰	روان‌شناسی سلامت	درس هشتم
۶۵		پاسخ‌نامه تشریحی
۷۸		پاسخ‌نامه کلیدی

(۱) بلوغ جنسی (۲) رشد جنسی (۳) ویژگی اولیه جنسی (۴) ویژگی ثانویه جنسی

(تألیفی)

۵۵- در ارتباط با هر یک از مثال‌های زیر، کدام توصیه پیرامون تغییرات شناختی نوجوانان درست است؟

- زهره به نظرات دیگران درباره خود بسیار اهمیت می‌دهد و در صورت شنیدن نظر منفی به شدت ناراحت می‌شود.
- رضا گمان می‌کند در مورد همه چیز اطلاعات کامل و خوبی دارد و می‌تواند در همه بحث‌ها شرکت کرده و نظر دهد، در حالی که او در هیچ‌یک از حوزه‌هایی که نظر می‌دهد، مطالعه ندارد.
- علی اغلب مواقع در انتخاب‌های ساده روزانه با مشکل مواجه می‌شود و نمی‌تواند به درستی انتخاب کند.

- (۱) بهتر است در حضور دیگران از نوجوان عیب‌جویی نشود. - باید ویژگی‌های منحصربه‌فرد نوجوان را نپذیرفت و به او کمک کرد تا به دیدگاه متعادل‌تری برسد. - به جای نوجوان تصمیم‌گیری شود.
- (۲) باید به نوجوان کمک کرد تا دریابد جوامع و افراد، آمیزه‌ای از محاسن و معایب هستند. - به جای نوجوان تصمیم‌گیری نشود. - باید ویژگی‌های منحصربه‌فرد نوجوان را پذیرفت تا در زمان مناسب دیدگاه متعادل‌تری ایجاد شود.
- (۳) بهتر است در غیاب دیگران از نوجوان انتقاد شود. - باید ویژگی منحصربه‌فرد نوجوان را پذیرفت تا در زمان مناسب، دیدگاه متعادل‌تری ایجاد شود. - به جای نوجوان تصمیم‌گیری نشود.
- (۴) به جای نوجوان تصمیم‌گیری نشود. - باید ویژگی‌های منحصربه‌فرد نوجوان را نپذیرفت و به او کمک کرد تا به دیدگاه متعادل‌تری برسد. - بهتر است در حضور دیگران از نوجوان عیب‌جویی نشود.

ویژگی‌های رشد

توصیه	پیامد تغییرات شناختی
بهرتر است در حضور دیگران از نوجوانان عیب‌جویی نشود.	حساسیت نسبت به انتقاد دیگران
باید ویژگی‌های منحصربه‌فرد نوجوانان را پذیرفت تا در زمان مناسب دیدگاه متعادل‌تری ایجاد شود.	احساس منحصربه‌فرد اغراق‌آمیز
نوجوانان نیاز به کمک دارند تا دریابند جوامع و افراد، آمیزه‌ای از محاسن و معایب هستند.	آرمان‌گرایی و عیب‌جویی
به جای نوجوانان تصمیم‌گیری نشود. تصمیم‌گیری کارآمد، الگوی تصمیم‌گیری نوجوانان باشد.	مشکل در تصمیم‌گیری روزمره

ویژگی‌های رشد در دوره نوجوانی



۵۶- کدام مورد در خصوص رشد شناختی و رشد درک اخلاقی درست‌تر است؟

(خارج ۱۴۰۱)

- ۱) رشد شناختی، مقدم بر رشد درک اخلاقی است.
- ۲) شناخت رشدیافته به رفتار اخلاقی منجر می‌شود.
- ۳) رشد شناختی و اخلاقی تحت تأثیر وراثت یا ژنتیک است.
- ۴) مقدمه رسیدن به رشد شناختی درک اخلاقی، شناخت هویت است.

۵۷- کدام عبارت، در مورد تغییرات جسمانی، شناختی، هیجانی و اجتماعی نوجوانان درست است؟

(سراسری ۹۹)

- ۱) بین سنین ۱۴ تا ۱۹ سالگی به بلوغ می‌رسند.
- ۲) توانایی‌های شناختی خود را به خوبی به کار می‌برند.
- ۳) حالات هیجانی باثباتی که دارند به ندرت تغییر می‌کنند.
- ۴) از لحاظ اجتماعی ارزش زیادی برای گروه همسالان قائل هستند.

۵۸- این بیان نوجوان «من فقط به مصالح خودم اهمیت می‌دهم و مسائل دیگران به من مربوط نیست.» به کدام جنبه از رشد مربوط می‌شود؟

(سراسری ۹۸)

- ۱) اخلاقی
- ۲) اجتماعی
- ۳) شناختی
- ۴) هیجانی

(سراسری نوبت اول ۱۴۰۲)

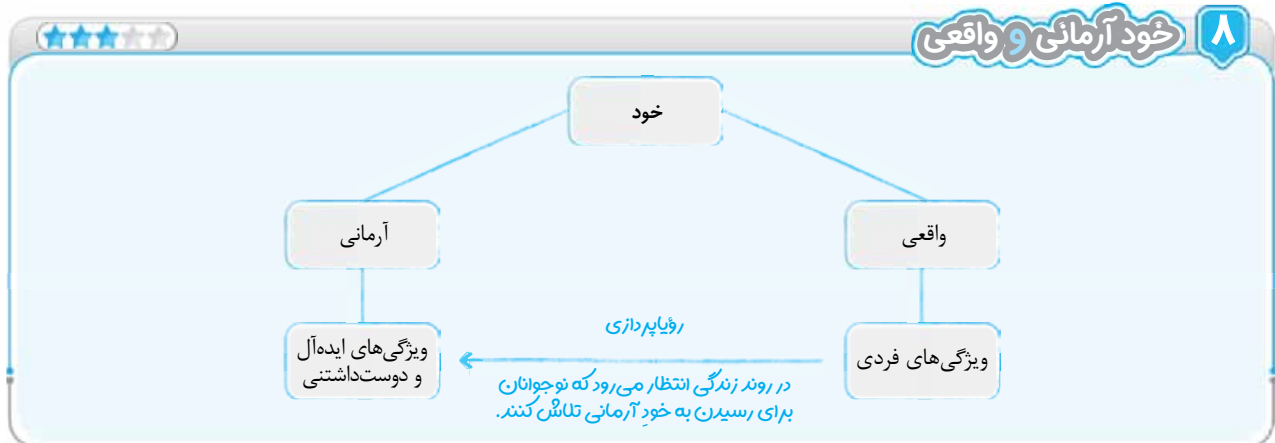
۵۹- کدام مورد به ترتیب مربوط به «دوره رشد نوجوانی» و «دوره رشد کودکی» است؟

- ۱) استدلال منطقی براساس امور عینی - یادگیری و کاربرد راهبردهای تقویت حافظه
- ۲) به‌کارگیری مهارت‌های کنترل خشم برای مهار هیجانات - بی‌ثباتی و تحریک‌پذیری در بروز هیجانات
- ۳) تبدیل هیجانات کنترل‌نشده به رفتارهای مخرب - جهت‌دادن به هیجانات خود براساس واکنش دیگران
- ۴) داشتن توجه‌گزینشی و تمرکز بر اطلاعات مرتبط - توانایی در نظر گرفتن احتمال‌های مختلف در انجام کار

(سراسری نوبت اول ۱۴۰۲)

۶۰- کدام مورد در خصوص «رشد درک اخلاقی» درست است؟

- ۱) رشد درک اخلاقی مربوط به موقعیت‌های شخصی و درون فردی است و فرایند و پیچیدگی تحول آن بستگی به عوامل محیطی همچون آموزش و تربیت دارد.
- ۲) نوجوانان به دلیل تغییرات فیزیولوژیک و هورمونی و استقلال از خانواده، تنها به مصالح خود اهمیت داده و به مسائل اخلاقی کم توجه هستند.
- ۳) رشد درک اخلاقی، مستقل از رشد شناختی است و در بسیاری از موارد، داشتن شناخت به رفتار اخلاقی منتهی نمی‌شود.
- ۴) کودکان پیش‌دستانی، بدون توجه به قصد و نیت افراد و بر مبنای پیامد و نتیجه عمل آن‌ها، قضاوت اخلاقی می‌کنند.



۶۱- براساس کدام مورد «خودآرمانی» در افراد شکل می‌گیرد؟

(خارج ۱۴۰۰)

- ۱) خود واقعی
- ۲) رؤیابرداری
- ۳) ویژگی‌های فردی
- ۴) ایده‌آل‌های فردی

حافظه و علل فراموشی

درس ۴

حافظه از مهم‌ترین مراحل شناخت پایه محسوب می‌شود. انواع حافظه و تعاریف آن، ویژگی‌های هر حافظه و نحوه بازیابی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. فراموشی و علل آن، از نکات مهم این درس است. آشنایی با فنون بهسازی حافظه از مواردی است که به یاد داشتن آن مهم است. در این درس سعی شده تا در قالب نمودار و جدول، به یادگیری سریع شما کمک کنیم. در کنار از سوالات چندقسمتی این درس غافل نشوید.



حافظه و مراحل آن

مراحل حافظه

یکی از برجسته‌ترین ویژگی‌های انسان، قدرت تفکر اوست. ابزاری برای گذر از شناخت پایه و ورود به شناخت عالی، یعنی تفکر است.

۱) رمزگردانی

به حافظه سپردن

بزرگسالان

کلی و خلاصه
دربرگیرنده خلاصه موضوع

انواع رمزگردانی

شنیداری

دیداری

معنایی

کودکان

جزء به جزء
جزئیات یک موضوع یا رویداد
امکان خطای بیشتر

۲) ذخیره‌سازی (اندوزش)

نگهداری اطلاعات

زمان ذخیره‌سازی اطلاعات متفاوت است.

براساس زمان ذخیره‌سازی می‌توان خاطرات را درجه‌بندی کرد.

۳) بازیابی

به خاطر آوردن اطلاعات ذخیره‌شده

فراخواندن اطلاعات از حافظه

پدیده نوک زبانی (مشکل در بازیابی)

بازیابی اطلاعات از حافظه، به نشانه‌های آن اطلاعات وابسته است.

هر چه نشانه بیشتری داشته باشیم، بازیابی بهتری انجام می‌شود.

گفتن اولین کلمه یکی از نشانه‌های مرتبط به آن بوده است.

حافظه در هر یک از مراحل، امکان خطا دارد.

۹۵- فرض کنید یکی از دوستان به نزد شما می‌آید و می‌گوید: «درس فلسفه را هر چه می‌خوانم، نمی‌توانم به حافظه بسپارم.» او در کدام مرحله یا مراحل حافظه خطا دارد؟

(خارج ۱۴۰۱)

۹۶- برخی از دانش‌آموزان در جلسه امتحان پاسخ درست به سؤالات را به خاطر نمی‌آورند، ولی به محض این‌که جلسه امتحان را ترک می‌کنند در راه پله یا کوچه و خیابان پاسخ درست را به خاطر می‌آورند. به نظر شما چنین دانش‌آموزانی در کدام مرحله از مراحل حافظه مشکل دارند؟

(خارج ۹۹)

۹۷- سه مرحله اصلی حافظه، کدام است؟

(خارج ۹۸)

۹۸- نوع رمزگردانی در عبارات زیر، به ترتیب، کدام است؟

(سراسری نوبت اول ۱۴۰۲)

- روش دریافت مباحث درسی توسط دانش‌آموزان روش‌ندل در کلاس درس
- خرید تلفن همراه مناسب براساس تبلیغات نصب‌شده در تابلوهای شهری
- به خاطر سپاری داستان کارتون مورد علاقه توسط کودک ۵ساله
- حفظ کردن پلاک یک خودروی عبوری در خیابان

- (۱) شنیداری - دیداری - کلی - دیداری
(۲) کلی - دیداری - جزئی - شنیداری
(۳) جزئی - کلی - دیداری - شنیداری
(۴) شنیداری دیداری - جزئی - دیداری



(سراسری ۱۴۰۰)

۹۹- کدام مورد، در خصوص «حافظه کاری» درست است؟

- (۱) حافظه کاری در استدلال و قضاوت نقش دارد.
(۲) در حافظه کاری اطلاعات برای مدت نامحدودی ذخیره می‌شود.
(۳) جایگزینی اطلاعات جدید یا گذشت زمان باعث فراموشی در این حافظه نمی‌شود.
(۴) از طریق تمرین و بازگویی می‌توان اطلاعات این حافظه را به حافظه کوتاه‌مدت منتقل کرد.

(سراسری ۹۹)

۱۰۰- کدام عبارت، در خصوص حافظه درست است؟

- (۱) ظرفیت حافظه کوتاه‌مدت در به یاد سپاری ارقام و حروف نامحدود است.
(۲) با تمرین و تکرار، اطلاعات از حافظه کوتاه‌مدت به حافظه بلندمدت منتقل می‌شود.
(۳) شباهت زیاد بین مرحله نگهداری و بازیابی، عملکرد حافظه فعال را افزایش می‌دهد.
(۴) در مرحله رمزگردانی، اطلاعات ثبت و یادگیری‌شده در حافظه بلندمدت نگهداری می‌شوند.

(خارج ۹۸)

۱۰۱- کدام عبارت، با توجه به نقش حافظه کاری، درست است؟

- (۱) نواقص حافظه بلندمدت را رفع می‌کند.
(۲) به سایر اجزای شناخت خدمت‌رسانی می‌کند.
(۳) دقیقاً همان کارکرد حافظه کوتاه‌مدت را به عهده دارد.
(۴) جایگزین سه حافظه حسی، کوتاه‌مدت و بلندمدت است.

مقایسه حافظه حسی، کوتاهمدت و بلندمدت با توجه به مراحل حافظه

انواع حافظه	مراحل حافظه	نوع رمزگردانی	ظرفیت یا گنجایش اندویش	زمان بازایی
حسی	حسی	حسی	نامحدود	حدود نیم ثانیه
کوتاهمدت	حسی (همراه با توجه)		2 ± 7 ماده	چند دقیقه
بلندمدت	عمدتاً معنایی		نامحدود	از چند دقیقه تا آخر عمر

مهمترین دلیل فراموشی اطلاعات

(۱) گذشت زمان
(۲) جایگزینی مواد اطلاعاتی با موارد جدید

حداکثر لغت قابل یادآوری در حافظه کوتاهمدت 2 ± 7 لغت است. این حالت را فراخنای ارقام می گویند.

سادهترین شیوه انتقال اطلاعات از حافظه کوتاهمدت به بلندمدت
↓
بازگویی و تمرین

ظرفیت ذخیرهسازی و زمان بازایی اطلاعات در حافظه کاری برخلاف حافظه کوتاهمدت بیشتر است.

↓
شکلگیری حافظه کاری علاوه بر اثرپذیری از زمان، تابع میزان استفاده ما هم هست.

(خارج ۱۴۰۱)

۱۰۲- هر کدام از موارد زیر، به ترتیب با کدام نوع حافظه ارتباط دارد؟

- حل کردن مسائل ریاضی
- به خاطر آوردن خاطرات روز اول مدرسه
- دیدن و توجه به شمارههای تلفن آموزشگاه برای زمانی کمتر از یک ثانیه
- رمزگردانی معنایی اطلاعات
- فراهم کردن فضای کار برای ذهن

(۲) کاری - بلندمدت - حسی - بلندمدت - کاری
(۴) کوتاهمدت - کاری - کوتاهمدت - بلندمدت

(۱) کاری - کوتاهمدت - کاری - بلندمدت
(۳) کوتاهمدت - کاری - کوتاهمدت - بلندمدت - کاری

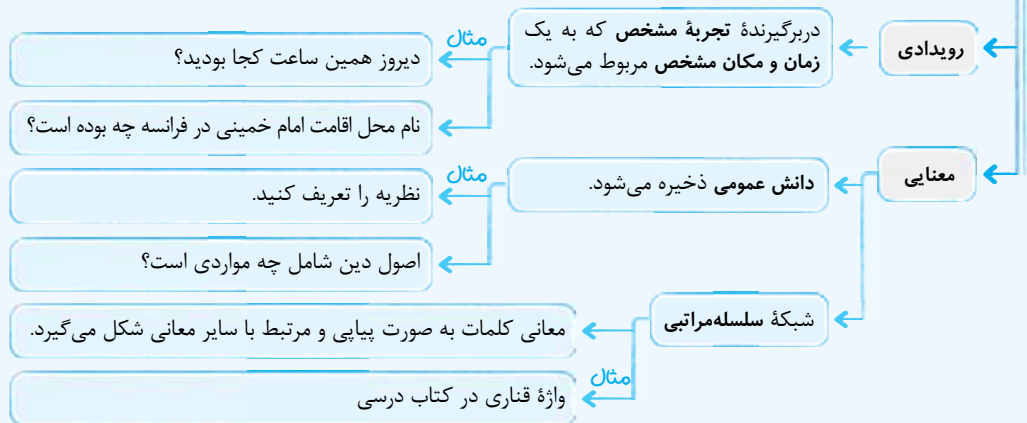
(خارج ۱۴۰۰)

۱۰۳- کدام مرحله در حافظه حسی نسبت به حافظه کوتاهمدت برتری دارد؟

(۱) زمان بازایی (۲) به خاطر آوردن (۳) نوع رمزگردانی (۴) ظرفیت ذخیرهسازی

۴ انواع حافظه با توجه به نوع اطلاعات

حافظه با توجه به نوع اطلاعات



(سراسری ۹۸)

۱۰۴- براساس تقسیمبندی حافظه «خاطرات اولین روز دبستان هر فردی» مربوط به کدام نوع حافظه است؟

(۱) معنایی (۲) رویدادی (۳) رویدادی (۴) آمادهسازی ادراکی

عوامل مؤثر در حل مسئله

تجربه گذشته

تجربه گذشته بر توانایی ما در حل مسئله تأثیر می‌گذارد.

انتقال

تأثیر یادگیری‌های گذشته بر حل مسئله

اثر تجربه گذشته، همیشه آسان کردن راه حل نیست.

مهم‌ترین دلیل عدم موفقیت برخی افراد در حل این مسئله، پیروی صرف از تجربه گذشته است. تجربه گذشته در صورت بازبینی، راهگشای مفیدی خواهد بود.

مسئله ۸ سکه کتاب درسی

نوع نگاه به مسئله

باعث می‌شود تا فرد در حافظه خود اطلاعات مرتبط با آن نگاه خاص را به خاطر آورد و اقدامات احتمالی فرد برای حل مسئله، تحت‌الشعاع آن نگاه خاص خواهد بود.

بن‌بست زمانی ایجاد می‌شود که حل‌کننده مسئله با نگاه فعلی قادر به حل آن مسئله نباشد.

راه خروج از بن‌بست، تغییر نگاه فرد و تغییر بازنمایی آن مسئله است.

مسئله ۹ نقطه کتاب درسی

نادیده‌گرفتن حل مسئله برای مدتی خاص

به اثر نادیده‌گرفتن حل مسئله برای مدت زمانی مشخص، اثر نهفتگی می‌گویند.

از دیرباز سنت معمول حکما و دانشمندان بوده است.

وقتی سماجت بر حل مسئله برای مدت زمانی نادیده گرفته می‌شود، عواملی که مانع حل آن مسئله هستند فراموش می‌شود.

ابوعلی سینا

(سراسری ۱۴۰۱)

۱۲۴- هر کدام از موارد زیر، به ترتیب با کدام عامل حل مسئله مرتبط است؟

- به یاد آوردن پاسخ سؤال امتحان، یک ساعت پس از ترک جلسهٔ آزمون
- ارائهٔ نظریهٔ رشد شناختی کودکان توسط پیاژه در علم روان‌شناسی
- استفاده از تکنیک‌های جدید و خلاقانه در پرورش حافظهٔ عددی

- (۱) اثر نهفتگی - نوع نگاه به مسئله - اثر نهفتگی
 (۲) نوع نگاه به مسئله - نوع نگاه به مسئله - اثر نهفتگی
 (۳) نوع نگاه به مسئله - اثر نهفتگی - نوع نگاه به مسئله
 (۴) اثر نهفتگی - نوع نگاه به مسئله - نوع نگاه به مسئله

(خارج ۱۴۰۰)

۱۲۵- وقتی تجربهٔ گذشتهٔ فرد، یادگیری جدید را آسان‌تر کند، با چه پدیده‌ای سروکار داریم؟

- (۱) انتقال
 (۲) اثر نهفتگی
 (۳) بازبینی راه حل
 (۴) تداخل

(تألیفی)

۱۲۶- به ترتیب هر یک از موارد زیر با کدام‌یک از عوامل مؤثر در حل مسئله ارتباط دارند؟

- مشخص کردن یک قسمت نامفهوم از کتابی که مطالعه می‌کنید برای رجوع مجدد به آن
- شرکت در آزمون‌های مختلف جهت آمادگی برای کنکور

- (۱) اثر نهفتگی - اثر انتقال
 (۲) اثر انتقال - اثر انتقال
 (۳) اثر نهفتگی - اثر نهفتگی
 (۴) اثر انتقال - اثر نهفتگی

روش‌های حل مسئله

تحلیلی

در بسیاری از موارد زمان بر است.

مبتنی بر محاسبات ذهنی، قواعد منطقی و نیازسنجی واقعی است.

دستیابی به راه حل مسئله را تضمین می‌کند.

مورد قبول همه است.

اکتشافی

عمدتاً تابع نظر و احساس شخصی است.

اجرای آن دستیابی به راه حل مسئله را تضمین نمی‌کند.

نیاز به پردازش عمیق اطلاعات ندارند.

بدون دلیل و مبتنی بر احساس و نظر شخصی

در حداقل زمان به راه حل می‌رسند، اما اعتبار آن راه حل‌ها با گذشت زمان به شدت متزلزل می‌شود.

۱۲۷- دانش‌آموزی در مواجهه با یک مسئله، با استفاده از روش‌های اکتشافی آن را حل کرده است. کدام مورد در خصوص این دانش‌آموز درست است؟

(سراسری ۱۴۰۰)

۱) همه دانش‌آموزان راه حل او را قبول دارند.

۲) زمان کمی را برای حل مسئله صرف کرده است.

۳) با کم‌ترین خطا به راه حل مسئله دست پیدا کرده است.

۴) براساس پردازش دقیق اطلاعات و قواعد مشخص عمل کرده است.

۱۲۸- دانش‌آموزی با استفاده از روش اکتشافی به دنبال حل یک مسئله است. کدام مورد در خصوص اقدامات این دانش‌آموز درست است؟ (خارج ۹۹)

۱) از روش مطمئن و استاندارد برای حل مسئله استفاده می‌کند.

۲) به طور قطعی و تضمینی به راه حل درست مسئله دست پیدا می‌کند.

۳) اطلاعات جمع‌آوری‌شده را به طور دقیق، منظم و گام‌به‌گام پردازش می‌کند.

۴) روش‌های مختلفی را شخصاً استفاده می‌کند و در زمان کوتاهی به راه حل احتمالی می‌رسد.

(سراسری ۹۹)

۱۲۹- اگر دانش‌آموزی برای حل یک مسئله از روش تحلیلی استفاده کند، کدام مورد درست است؟

۱) در حداقل زمان به راه حل می‌رسد.

۲) به طور تضمینی به راه حل دست پیدا می‌کند.

۳) بدون پردازش عمیق اطلاعات به راه حل می‌رسد.

۴) با گذشت زمان اعتبار راه حل زیر سؤال می‌رود.

(سراسری نوبت اول ۱۴۰۲)

۱۳۰- هر کدام از موارد زیر، به ترتیب با کدام‌یک از روش‌های حل مسئله، همخوانی دارد؟

● والدینی که برای خرید جهیزیه دخترشان، ماهانه مبلغی را پس‌انداز می‌کنند.

● دانش‌آموزی که برای یادگیری زبان انگلیسی، به طور منظم در کلاس‌های آموزشی مؤسسه زبان شرکت می‌کند.

● مادری که پس از مطالعه کتاب راهبردهای تربیت مؤثر فرزندان، روش برخورد با فرزند ناسازگارش را اصلاح می‌کند.

● پدری که پس از پرس‌وجوی نظرات همه اعضای خانواده، بهترین گزینه خرید خودرو را انتخاب می‌کند.

۱) اکتشافی - تحلیلی - اکتشافی - تحلیلی

۱) تحلیلی - اکتشافی - تحلیلی - اکتشافی

۴) اکتشافی - تحلیلی - تحلیلی - اکتشافی

۳) اکتشافی - اکتشافی - تحلیلی - تحلیلی

روش‌های اکتشافی حل مسئله



(خارج ۱۴۰۱)

۱۳۱- کدام مورد در خصوص مسئله‌ای که از روش «بارش مغزی» برای حل آن استفاده شده، درست است؟

- با اطمینان کامل، مسئله حل شده است.
- تمام راه حل‌های ممکن، مطرح شده است.
- مسئله اصلی به چند مسئله فرعی تقسیم شده است.
- براساس قواعد منطقی و ذهنی یک راه حل مشخص پیشنهاد شده است.

(سراسری ۱۴۰۱)

۱۳۲- «روش‌های خردکردن»، «کاهش تفاوت وضعیت موجود با وضعیت مطلوب» و «شروع از آخر» به ترتیب مربوط به کدام مورد است؟

- تهیه یک غذای جدید با خوردن آن غذا - حل معمای برج هانوی - مهندسی معکوس ساخت یک خودرو از روی نمونه خارجی آن
- تقسیم برنامه مطالعاتی طولانی به دوره‌های مطالعاتی کوتاه‌تر - ارائه و بررسی همه راه حل‌های احتمالی - ساخت یک خودرو براساس طراحی صنعتی
- تقسیم یک هدف کلی آموزشی به اهداف کوچک‌تر و قابل دستیابی - حل پازل ۱۰۰۰ تکه - دوخت یک مانتو براساس مدل عرضه‌شده در فروشگاه
- بازکردن رمز گاوصندوقی که رمز آن را فراموش کرده‌ایم - تقسیم برنامه مطالعاتی به دوره‌های مطالعاتی کوتاه‌تر - طراحی و ساخت خلاقانه یک ربات

۱۳۳- معلم کلاسی به دانش‌آموزان می‌گوید: «شورای مدیریت مدرسه تصمیم گرفته است بین کلاس‌ها مسابقه طناب‌کشی برگزار کند. دانش‌آموزان عزیز، هر کدام از شما راه حل‌های پیشنهادی خودتان را جهت کسب پیروزی بنویسید.» این معلم برای حل مسئله از کدام شیوه استفاده کرده است؟

(سراسری ۱۴۰۱)

- | | |
|------------------|---|
| بارش مغزی (۱) | خردکردن (۲) |
| مهندسی معکوس (۳) | کاهش تفاوت وضعیت موجود با وضعیت مطلوب (۴) |

(خارج ۹۹)

۱۳۴- کدام روش حل مسئله، از اعتبار عمومی بیشتری برخوردار است؟

- | | |
|---------------|-----------------|
| تحلیلی (۱) | خردکردن (۲) |
| بارش مغزی (۳) | شروع از آخر (۴) |

انواع تصمیم براساس



چند نکته مهم

- دشواری یک تصمیم تابع توانمندی و نگرش‌ها و تجربیات شخصی است.
- در برخی از تصمیم‌گیری‌ها همه افراد یکسان عمل می‌کنند.
- در آن دسته از تصمیم‌گیری‌هایی که بُعد شخصی دارد، هر فردی متناسب با ویژگی‌های خودش تصمیم می‌گیرد.

تقسیم‌بندی انواع تصمیم‌گیری با توجه به تعداد اولویت‌ها و اهمیت تصمیم

پیچیده	ساده	تعداد اولویت‌ها	میزان اهمیت
مهم پیچیده	مهم ساده	اهمیت بالا یا مهم	
معمولی پیچیده	معمولی ساده	معمولی	

(سراسری ۱۴۰۱)

۱۴۰- هر کدام از موارد زیر به ترتیب مربوط به کدام نوع تصمیم‌گیری است؟

- انتخاب نمایندگان مجلس شورای اسلامی
- انتخاب شغل از بین دو شغل «کارمند روابط عمومی» و «مهمانداری هواپیما»
- انتخاب هدیه مناسب روز مادر
- انتخاب راهبرد مناسب در امتیازگیری تیم کشتی‌فرنگی
- (۱) مهم پیچیده - فردی - مهم ساده - گروهی
- (۲) مهم پیچیده - معمولی پیچیده - مهم ساده - فردی
- (۳) گروهی - معمولی ساده - مهم پیچیده - گروهی
- (۴) مهم پیچیده - معمولی ساده - گروهی - مهم ساده

(تألیفی)

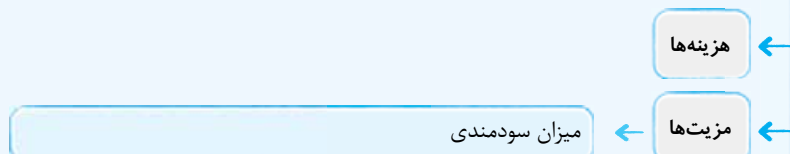
۱۴۱- به ترتیب، هر یک از موارد زیر به کدام نوع از تصمیم‌گیری مرتبط است؟

- یکی از موضوعات مورد بررسی در مجلس، انتقال پایتخت از تهران به شهر دیگری است.
- علی در انتخاب کادوی تولد برای دوستش دچار تردید است.
- رضا در سخنرانی بزرگی باید شرکت کند. او در انتخاب رنگ کت و شلوارش دچار مشکل شده است.
- زهره ساکن تهران است. در انتخاب بین چند شغل که یکی در تهران است و درآمد کمی دارد و دیگری در حاشیه شهر و مسیر رفت‌وآمد مشکل، ولی پردرآمد است، دچار تردید شده است.

- (۱) معمولی پیچیده - مهم پیچیده - مهم پیچیده - معمولی پیچیده
- (۲) مهم پیچیده - معمولی ساده - معمولی ساده - مهم ساده
- (۳) مهم پیچیده - معمولی ساده - معمولی ساده - مهم پیچیده
- (۴) معمولی پیچیده - معمولی ساده - معمولی ساده - مهم پیچیده

تصمیم‌گیری با چه ملاک‌هایی روبه‌رو است؟

ملاک‌های تصمیم‌گیری



خطر

در چنین حالتی اطمینان کافی به نتایج تصمیم‌گیری وجود ندارد.

مثل

مصرف دخانیات و مواد مخدر

خطر از دست دادن (ریسک)

(خارج ۹۹)

۱۴۲- در تصمیم‌گیری‌ها، با کدام پدیده بیشتر سروکار داریم؟

- ۱) ملاک‌ها
- ۲) نگرش‌ها
- ۳) تعارض‌ها
- ۴) اولویت‌ها

(سراسری نوبت اول ۱۴۰۲)

۱۴۳- هر کدام از موارد زیر، به ترتیب، به کدام ملاک تصمیم‌گیری اشاره دارد؟

- سمانه شهریه کامل کلاس نقاشی را پرداخت کرده و علی‌رغم ناراضیاتی از آموزش باز هم در کلاس شرکت می‌کند.
- امیر، شاگرد اول کلاس است و به دلیل از دست ندادن جایگاه خود در کلاس، باز هم سخت مطالعه می‌کند.
- کامران با بررسی دقیق مشخصات و امکانات یک گوشی همراه، از فروشگاه اینترنتی اقدام به خرید آن می‌کند.

- ۱) مزیت - هزینه - مزیت
- ۲) هزینه - خطر - مزیت
- ۳) هزینه - مزیت - خطر
- ۴) خطر - هزینه - مزیت

انواع سبک‌های تصمیم‌گیری

سبک‌های تصمیم‌گیری

به روش‌های ثابت و یکنواخت تصمیم‌گیری افراد سبک تصمیم‌گیری می‌گویند.

بسیاری از آن‌ها ناکارآمد و فقط یکی بهتر از سایر سبک‌هاست.

تکانشی

تصمیم‌گیری به صورت ناگهانی و با عجله و بدون محاسبه

در میان نوجوانان زیاد دیده می‌شود که بلافاصله با پشیمانی همراه است.

مثال

$\frac{2}{3}$ قتل‌هایی که اتفاق می‌افتد به دلیل این نوع سبک تصمیم‌گیری است.

احساسی

تصمیم‌گیری براساس احساسات زودگذر

تصمیم‌گیری یک امر مهم و پایدار است و همه ابعاد زندگی را در بر می‌گیرد.

در نتیجه

به روش‌های پایدار و ماندنی نیاز دارد.

مثال

ازدواج و طلاق‌های احساسی

وابسته

اطاعت کورکورانه از دیگران به جای فکر کردن

دلیل انتخاب فرد این است که دیگران چنین تصمیمی گرفته‌اند.

مثال

انتخاب رشته تحصیلی یا انتخاب محل تحصیل

اجتنابی

فرد قصد دارد تصمیم بگیرد، ولی هیچ‌گاه تصمیم وی عملی نمی‌شود.

دست کردن

کار امروز را به فردا انداختن

افراد بر این باورند که همه چیز خودبه‌خود درست می‌شود.

منطقی

قاعده‌مند و منظم

بهترین سبک تصمیم‌گیری

زیربنای این تصمیم‌گیری، اندیشیدن است.

۱۴۴- هر کدام از ضرب‌المثل‌های زیر، به ترتیب با کدام سبک تصمیم‌گیری مرتبط است؟

- چشم دید و دلم خواست
 - گر صبر کنی ز غوره حلوا سازم
 - وعده سر خرمن دادن
 - چشم‌بسته تو چاه رفتن
- (۱) احساسی - منطقی - اجتنابی - وابسته
(۲) احساسی - اجتنابی - وابسته - تکانشی
(۳) تکانشی - منطقی - وابسته - اجتنابی
(۴) تکانشی - اجتنابی - وابسته - احساسی

(سراسری ۱۴۰۰)

۱۴۵- کدام سبک‌های تصمیم‌گیری به ترتیب، بر اساس ملاک‌های زیر است؟

- عواطف و هیجانات زودگذر
 - ناگهانی، عجله‌ای و بدون محاسبه
 - پیروی چشم‌بسته از دیگران
- (۱) تکانشی - اجتنابی - منطقی
(۲) وابسته - احساسی - اجتنابی
(۳) اجتنابی - وابسته - احساسی
(۴) احساسی - تکانشی - وابسته

(خارج ۱۴۰۰)

۱۴۶- کدام عبارت، در خصوص سبک‌های تصمیم‌گیری درست است؟

- (۱) سبک‌های تصمیم‌گیری مختلف دارای کارآیی یکسان هستند.
- (۲) همه سبک‌های تصمیم‌گیری در عوامل زیربنایی با هم شباهت دارند.
- (۳) سودمندی و مناسب‌بودن سبک تصمیم‌گیری بستگی به موقعیت دارد.
- (۴) سبک‌های تصمیم‌گیری شیوه‌های پایدار و ثابت افراد در تصمیم‌گیری است.

(خارج ۱۴۰۰)

۱۴۷- افرادی که باور دارند «همه چیز خودبه‌خود درست می‌شود»، دارای کدام سبک تصمیم‌گیری هستند؟

- (۱) وابسته (۲) اجتنابی (۳) احساسی (۴) منطقی

۱۴۸- آرمان به همراه پدرش برای خرید گوشی هوشمند به فروشگاه رفته بود. فروشنده چند نوع گوشی مختلف به آن‌ها معرفی کرد. آرمان در پاسخ به سؤال پدر که کدام نوع گوشی را انتخاب می‌کند، جواب داد «نمی‌دانم هر کدام که شما انتخاب می‌کنید». در این مثال سبک تصمیم‌گیری آرمان کدام است؟

(خارج ۹۹)

- (۱) منطقی (۲) وابسته (۳) احساسی (۴) اجتنابی

۱۴۹- احمد در چند هفته اخیر قصد دارد رشته تحصیلی آینده خود را انتخاب کند. وی در هر روز، اتخاذ تصمیم را به روز دیگری می‌اندازد تا این که بالاخره متوجه می‌شود زمان لازم برای انتخاب رشته تحصیلی را از دست داده است. به نظر شما احمد دارای چه سبک تصمیم‌گیری است؟ (سراسری ۹۹)

- (۱) اجتنابی (۲) تکانشی (۳) احساسی (۴) وابسته

(سراسری ۹۸)

۱۵۰- کدام عبارت برای تصمیم‌گیری بهتر، درست‌تر است؟

- (۱) باید تصمیم‌گیری غالب انسان‌ها، منطقی باشد.
- (۲) سبک‌های تصمیم‌گیری مختلف تعارض‌های مکرر ایجاد می‌کنند.
- (۳) تصمیم‌گیری منطقی استعدادی است که برخی از انسان‌ها ندارند.
- (۴) اگر قادر به تصمیم‌گیری نبودیم، استفاده از روش میان‌بر برای همه تصمیم‌گیری‌ها مناسب است.

۶ مراحل تصمیم‌گیری

مراحل	اقدام مورد نیاز	مثال توضیحی
۱	شناسایی و تعریف تصمیم مورد نظر	انتخاب رشته تحصیلی
۲	شناسایی تعداد انتخاب‌ها یا اولویت‌های آن تصمیم	انتخاب رشته تحصیلی دوره دوم متوسطه از بین ۴ انتخاب
۳	بیان ویژگی‌های هر انتخاب یا اولویت	بررسی دروس هر رشته و ...
۴	ارزیابی پیامدهای هر انتخاب یا اولویت	امنیت شغلی و علایق تحصیلی
۵	اجرای بهترین اولویت	انتخاب رشته علوم انسانی
۶	تعهد و پایبندی به اجرای اولویت مورد نظر	مطالعه دقیق هدفمند و کارآمد دروس این رشته
۷	بررسی پیامدها و نتایج اجرای اولویت مورد نظر	پیشرفت تحصیلی مطلوب و ابراز رضایت تحصیلی

(سراسری ۱۴۰۱)

۱۵۱- هر کدام از موارد زیر مربوط به کدام مرحله تصمیم‌گیری در خصوص انتخاب یک رشته ورزشی است؟

- بررسی مهارت‌های لازم برای هر رشته ورزشی
 - انتخاب رشته ورزشی تیراندازی با کمان
 - انتخاب رشته ورزشی رزمی از بین سه اولویت
- (۱) ارزیابی پیامدهای هر انتخاب - شناسایی تعداد انتخاب‌های تصمیم - بررسی پیامدهای اولویت مورد نظر
 - (۲) بیان ویژگی‌های هر انتخاب - اجرای بهترین اولویت - شناسایی تعداد اولویت‌های تصمیم
 - (۳) بیان ویژگی‌های هر انتخاب - شناسایی تعداد اولویت‌های تصمیم - اجرای بهترین اولویت
 - (۴) ارزیابی پیامدهای هر انتخاب - پایبندی به اجرای اولویت - اجرای بهترین اولویت

- پیدا کردن حرف (ص) در بین یک پاراگراف حرف (س) ← جست‌وجو
- در جست‌وجو به دنبال یافتن یک محرک مکانی در زمینه یا بافت مکانی هستیم.
- گزارش کردن تعداد ضربان قلب بیمار آسیب مغزی هر ۵ دقیقه یک بار
- ← گوش‌به‌زنگی
- به توانایی فرد برای یافتن محرک هدف در یک دوره زمانی طولانی، گوش‌به‌زنگی می‌گویند.
- رد کردن محموله قاچاق داروهای روان‌گردان از ایستگاه بازرسی گمرک ←
- از دست دادن محرک هدف
- هنگامی که علامت هدف، حاضر باشد و ما ردیابی نکنیم، محرک هدف را از دست داده‌ایم.

- آمادگی نیروهای امداد برای وقوع زلزله در تهران ← گوش‌به‌زنگی
- الف) عوامل اثرگذار بر کارایی
- توجه در دو تکلیف هم‌زمان
- (کاهش اثر منفی انجام‌دادن
- چند تکلیف)
- ب) رانندگان مبتدی که حین رانندگی با دیگران صحبت می‌کنند. ← کارایی
- توجه کاهش می‌یابد.

- ۱) دو تکلیف به همدیگر شبیه باشند.
- ۲) تکالیف مورد نظر دشوار نباشند.
- ۳) فرد انجام‌دهنده آن تکالیف از مهارت‌های لازم برخوردار باشد.
- ۸۶ گزیده ۳) انجام‌دادن تکلیف هم‌زمان، کارایی توجه را کاهش می‌دهد.
- در شرایطی که مجبور شویم به طور هم‌زمان چند تکلیف را انجام دهیم، هر چه دو تکلیف شبیه‌تر باشند و تکالیف مورد نظر دشواری کم‌تری داشته باشند و هم‌چنین فرد انجام‌دهنده آن تکالیف از مهارت‌های لازم برخوردار باشد، اثر منفی توجه که به واسطه انجام هم‌زمان چند تکلیف ایجاد می‌گردد، کاهش می‌یابد.
- ۸۷ گزیده ۱) هر قدر دو تکلیف دشوارتر باشند ← انجام هم‌زمان آن دو تکلیف دشوارتر است.

- توهّم
- چیزی را ادراک می‌کنیم که احساس نشده است.
- ادراک پدیده‌های بدون احساس
- ۸۹ گزیده ۳) خطای ادراکی ← آن چه را حس می‌کنیم الزاماً چیزی نیست که در ذهن خود ادراکش می‌کنیم. ← محرک خارجی وجود دارد، اما ادراک آن نادرست است.

- هر چه تعداد خطاهای ادراکی بیشتر باشد، به عنوان یک خطای شناختی وارد نظام ذهنی فرد می‌شود.
- روان‌شناسان به ادراک پدیده‌های بدون احساس، توهّم می‌گویند.
- ۹۱ گزیده ۲) هر دو عبارت به خطای شناختی اشاره دارد. بسیاری از افراد، در ادراک خود از بدنشان مشکل دارند و به دلیل خطای شناختی اشتباه می‌کنند. دانش‌آموزان از درجه دشواری مطالب درسی، درک متفاوتی دارند، مشکل بودن یک درس احتمالاً به دلیل روش غلط مطالعه است، نه این که واقعاً دشوار است.

- شکل ۲) مربوط به خطای پونزو است.
- ۳) توهّم یعنی ادراک پدیده‌های بدون احساس
- ۴) مشکل بودن یک درس احتمالاً به دلیل روش غلط مطالعه است، نه این که واقعاً دشوار است.

- اصل شکل و زمینه ← ادراک ما از یک شکل، تحت تأثیر زمینه‌های مختلف تغییر می‌کند.
- اصل مجاورت ← وقتی چند شیء در کنار یکدیگر باشند، ما آن‌ها را به صورت یک گروه ادراک می‌کنیم.
- اصل مشابهت ← ما معمولاً تمایل داریم اشیا را براساس شباهت آن‌ها در یک مقوله طبقه‌بندی کنیم.
- اصل استمرار ← ما گرایش داریم اشکال را به صورت متصل و پیوسته ببینیم، نه منقطع و غیرپیوسته.
- اصل تکمیل ← ما تمایل داریم اشیا ناقص را به صورت کامل ببینیم.

اصول گشتالت

- وقتی تصاویر با سرعت، پشت سر هم به نمایش درمی‌آید، براساس اصل تکمیل، تصاویر را به صورت کامل در حال حرکت می‌بینیم.
- اگر چند شیء در کنار یکدیگر باشند، ما آن‌ها را به صورت یک گروه ادراک می‌کنیم که بیانگر قانون مجاورت است.
- تمایل به کامل دیدن اشیا یا تصاویر ناقص اشاره به قانون تکمیل دارد.

گام به حافظه سپردن اطلاعات

- مراحل حافظه ← رمزگردانی ← اندوزش (ذخیره) ← بازیابی
- کسی که درس فلسفه را هر چه می‌خواند، نمی‌تواند به حافظه بسپارد، در این مرحله دچار خطا شده است.
- ۹۶ گزیده ۱) در بازیابی، اطلاعات از حافظه فراخوانده می‌شود. برخی با این که رمزگردانی خوبی دارند و اطلاعات را برای مدت زمان طولانی در ذهن نگهداری می‌کنند، اما نمی‌توانند آن‌ها را از حافظه بیرون بیاورند.

- ۹۷ گزیده ۴) مراحل اصلی حافظه: رمزگردانی ← نگه‌داری (ذخیره) ← بازیابی

- روش دریافت مباحث درسی توسط دانش‌آموزان روش‌دول در کلاس درس
- ← شنیداری
- خرید تلفن همراه مناسب براساس تبلیغات نصب‌شده در تابلوهای شهری
- ← دیداری
- به خاطر سپاری داستان کارتون مورد علاقه توسط کودک ۵ ساله ← جزئی
- حفظ کردن پلاک یک خودروی عبوری در خیابان ← دیداری

- حافظه کاری
- خدمت‌رسانی به سایر اجزای شناخت
- میز کار همه اجزای شناخت
- در استدلال و قضاوت نقش دارد.

بررسی گزینه‌های نادرست:

- ۲) در حافظه بلندمدت اطلاعات برای مدت نامحدودی ذخیره می‌شود.
- ۳) جایگزینی اطلاعات جدید با گذشت زمان باعث فراموشی در حافظه کوتاه‌مدت می‌شود.
- ۴) از طریق تمرین و بازگویی می‌توان اطلاعات حافظه کوتاه‌مدت را به حافظه بلندمدت منتقل کرد.

۱۰۰ **گزینه ۲** بررسی گزینه‌های نادرست:

- ۱) ظرفیت حافظه کوتاه‌مدت در به‌یادسپاری ارقام و حروف 7 ± 2 لغت است.
- ۳) شباهت زیاد بین مرحله نگه‌داری و بازیابی، عملکرد حافظه فعال را کاهش می‌دهد.
- ۴) در مرحله ذخیره‌سازی، اطلاعات ثبت و یادگیری شده و با تمرین و تکرار در حافظه بلندمدت نگه‌داری می‌شوند.

۱۰۱ **گزینه ۲**

حافظه کاری
به سایر اجزای شناخت خدمت‌رسانی می‌کند. مطالبی را که به مدت کوتاهی لازم داریم، ذخیره می‌کند. فضای کار برای فعالیت جاری ذهن فراهم می‌کند.

۱۰۲ **گزینه ۲**

- حل کردن مسائل ریاضی ← حافظه کاری
- به خاطر آوردن خاطرات روز اول مدرسه ← حافظه بلندمدت
- دیدن و توجه به شماره‌های تلفن آموزشگاه برای زمانی کم‌تر از یک ثانیه ← حافظه حسی
- رمزگردانی معنایی اطلاعات ← حافظه بلندمدت
- فراهم کردن فضای کاربردی ذهن ← حافظه کاری

مراحل حافظه	نوع رمزگردانی	ظرفیت یا گنجایش اندوزش	زمان بازیابی
حسی	حسی	نامحدود	حدود نیم‌ثانیه
کوتاه‌مدت	حسی (همراه با توجه)	7 ± 2 ماه	چند دقیقه
بلندمدت	عمدتاً معنایی	نامحدود	از چند دقیقه تا آخر عمر

۱۰۳ **گزینه ۴** ظرفیت (گنجایش) ذخیره‌سازی در حافظه حسی نامحدود و در حافظه کوتاه‌مدت 7 ± 2 ماده است.

۱۰۴ **گزینه ۳** حافظه رویدادی ← به دانش اختصاصی یک شخص گفته می‌شود و اطلاعاتی را در بر می‌گیرد که فرد در زمان و مکان مشخص و معین آن‌ها را شخصاً تجربه کرده است.

۱۰۵ **گزینه ۳** یکی از رایج‌ترین خطاهای اضافه‌کردن بازشناسی یا یادآوری غیرواقعی رویداد اتفاق‌نیفتاده است که فرد به غلط ادعا می‌کند آن رویداد خاص قبلاً اتفاق افتاده است. در چنین حالتی می‌گویند حافظه کاذب شکل گرفته است.

۱۰۶ **گزینه ۳** ناتوانی در بازیابی اطلاعات گذشته نشانگر فراموشی است.

۱۰۷ **گزینه ۳**

● بازیابی اطلاعات از حافظه به نشانه‌های آن اطلاعات وابسته است. هر چه نشانه‌های بیشتری داشته باشیم، بازیابی بهتری انجام می‌شود.

● بسیاری از فراموشی‌ها در عمل، ناشی از کم‌توجهی و نبود رمزگردانی است. به همین دلیل گاهی، مشخصات وسایلی را که با آن‌ها سروکار داریم به خاطر نمی‌آوریم.

● یکی از علل عملکرد ضعیف حافظه، تداخل اطلاعات است. به همین علت برخی از دانش‌آموزان کلیدواژه‌های مشترک به‌کاررفته در دروس مختلف را با هم اشتباه می‌کنند.

۱۰۸ **گزینه ۱**

طریق
نتایج آزمایش
آیینگهوس
با گذشت زمان، بعضی از واژگان فراموش شدند. بیشترین مقدار فراموشی در ساعات‌های نخست بعد از یادگیری صورت می‌گیرد.

● ناتوانی در یادآوری و بازشناسی اطلاعاتی که قبلاً وارد حافظه شده است.

← فراموشی

● خطای از نوع حذف‌کردن را با عنوان فراموشی می‌شناسیم. در این خطا فرد، بخش‌هایی از خاطرات سپرده‌شده را فراموش می‌کند.

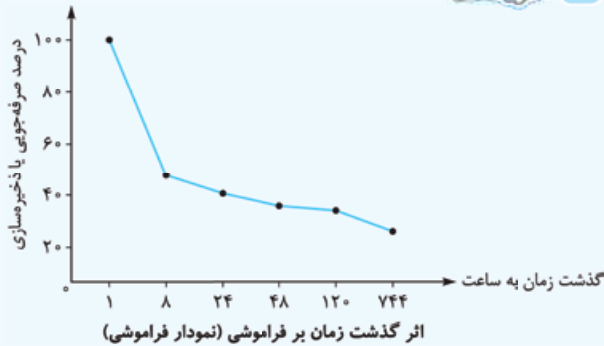
● برخی از افراد در یادآوری اطلاعات گذشته، به تحریف خاطرات یا افسانه‌بافی روی می‌آورند. این موارد نمونه‌ای از خطای نوع اضافه‌کردن است.

در این خطا فرد چاله‌های ایجادشده را پر می‌کند.

۱۰۹ **گزینه ۳**

● بهترین شیوه کنترل اثر گذشت زمان، مرور اطلاعات در زمان مناسب است.

۱۱۰ **گزینه ۱**



۱۱۱ **گزینه ۴** بررسی گزینه‌های نادرست:

۱) با گذشت زمان، شدت فراموشی مطالب یاد گرفته شده کاسته می‌شود.

۲) با گذشت زمان شدت مطالب یاد گرفته شده کاهش می‌یابد.

۳) شدت فراموشی در ساعات اولیه بعد از یادگیری زیاد است و با گذشت زمان کاهش می‌یابد.

۱۱۲ **گزینه ۴** فراموشی سعید به دلیل نگرانی از آسیب‌رسیدن به کتاب، اشاره به دخالت عوامل عاطفی دارد.

۱۱۳ **گزینه ۲**

● دانش‌آموزی که علاقه به درس و مدرسه ندارد، در یادآوری مطالب تدریس‌شده، عملکرد پایینی دارد. ← عوامل عاطفی دانش‌آموزان به دروسی که علاقه‌مند هستند، توجه بیشتر و عملکرد بالاتری دارند.

● دبیری که به علت محدودیت زمانی به صورت فشرده و پشت سر هم تدریس می‌کند. ← تداخل اطلاعاتی تدریس پشت سر هم و فشرده به جهت تداخل اطلاعات موجب یادگیری کم و عملکرد ضعیف می‌شود.

● دانش‌آموزی که بدون راهنمایی گرفتن از معلم، قادر به پاسخگویی سؤالات امتحانی نیست. ← مشکلات نشانه‌های بازیابی بسیاری از افراد نشانه‌های کافی و درست برای بازیابی اطلاعات، از حافظه ندارند و با راهنمایی و اشاره به نشانه‌ها می‌توانند در بازیابی موفق باشند.

● دانش‌آموزی که به علت عدم مرور درس‌های تدریس‌شده در همان روز، مطالب درسی را فراموش می‌کند. ← اثر گذشت زمان بیشترین مقدار فراموشی در ساعات‌های نخست بعد از یادگیری صورت می‌گیرد.

فنون بهسازی حافظه در ارتباط با رمزگردانی

پرهیز از هم‌زمانی چند فعالیت ← به اطلاعات توجه دقیق داشته باشید.

مطالعه چندحسی ← رمزگردانی بیشتر مطالب به صورت شنیداری است.

اگر همین اطلاعات به صورت دیداری هم رمزگردانی شوند، رمزگردانی قوی‌تر می‌شود.

بیان اهمیت مطلب ← مطالب مهم و کاربردی، دوست‌داشتنی هستند.

چیزی را که دوست نداشته باشیم، به راحتی رمزگردانی نمی‌شوند.

بسط معنایی ← هرچه مثال‌های بیشتری داشته باشیم، مفهوم مورد نظر بهتر از سایر مفاهیم در حافظه می‌ماند.

۱۱۵ کوشه ۲ واژه کتاب به صورت شنیداری و دیداری رمزگردانی شده است. رمزگردانی با حواس مختلف، بهتر در حافظه می‌ماند.

۱۱۶ کوشه ۱ استفاده از مثال‌های مختلف جهت تبیین یک مفهوم به بسط معنایی اشاره دارد، به طوری که هر چه مثال‌های بیشتری در رابطه با یک مفهوم داشته باشیم، مفهوم مورد نظر بهتر از سایر مفاهیم در حافظه می‌ماند.

۱۱۷ کوشه ۲ بسط معنایی: برای ذخیره‌شدن مفاهیم در ذهن، هر چه مثال‌های بیشتری از آن داشته باشیم، بسط معنایی صورت می‌گیرد و مفهوم مورد نظر بهتر در حافظه می‌ماند.

مرور کارآمد: برای کنترل اثر گذشت زمان از مرور مناسب استفاده کنید. در مرور مطالب، هر بار از خودتان بپرسید این بار به چه مفهوم جدیدی رسیدم که در دفعات گذشته به آن دست نیافتم.

۱۱۸ کوشه ۴ تفکر ← کاملاً آگاهانه است و شامل تفسیر تا تصمیم است.

خوب

تعریف نشده

پیچیده‌بودن و دشواری حل یک مسئله از آن‌جایی که علل متعددی دارند به راحتی قابل تعریف نیستند.

۱۲۰ کوشه ۱ مسائلی که در علوم انسانی با آن مواجه هستیم عمدتاً از نوع خوب تعریف نشده است. مانند: علل ترافیک شهرهای بزرگ

۱۲۱ کوشه ۱ مسئله ← عدم دستیابی فوری به یک هدف مشخص به دلیل موانع مشخص با توجه به امکانات و توانمندی‌های محدود هدفمندی مسئله ← زمانی احساس مسئله می‌کنیم که بدانیم هدف چیست، وقتی هدف روشن باشد درک از مسئله کامل خواهد بود.

حل مسئله ← به معنای یافتن بهترین راه حل برای رسیدن به هدف با توجه به شرایط موجود است. فرایندی است که به وسیله آن فرد می‌کوشد راه حل مناسبی برای مشکل پیدا کند.

۱۲۲ کوشه ۱ بررسی گزینه‌های نادرست:

۲ یادگیری حاصل از حل مسئله را می‌توان در موقعیت‌های جدید برای حل مسئله استفاده کرد.

۳ در جریان حل مسئله، هر چه جدی‌تر باشیم احتمال راه حل بهتر بیشتر است.

۴ آخرین مرحله در حل مسئله، انتخاب راه حل‌های جایگزین است.

● معلمی که برای یادگیری بیشتر دانش‌آموزانش، به سراغ روش‌های تدریس فعال و مشارکتی می‌رود ← به کارگیری راه حل مناسب

● روان‌شناسی که قبل و بعد از جلسات مشاوره، میزان اضطراب مراجعان خود را اندازه‌گیری می‌کند ← ارزیابی راه حل باید راه حل انتخاب‌شده را ارزیابی کرد. این کار باعث می‌شود تا ملاک روشنی برای فهم موقعیت داشته باشیم.

● فوتبالیستی که علاوه بر تمرینات منظم ورزشی که قبلاً داشته، به برنامه تغذیه و آرامش روانی خود نیز توجه می‌کند ← بازبینی و اصلاح راه حل افرادی که مسائل را به خوبی حل می‌کنند، دوست دارند روش‌های قبلی خود را بهبود بخشند یا اصلاح کنند.

● دانش‌آموزی که از طریق مشورت با دیگران، اطلاعات خود در زمینه انتخاب رشته تحصیلی را افزایش می‌دهد. ← تشخیص مسئله در تشخیص مسئله، بهتر است دیگران نقش راهنما داشته باشند و خود فرد، آن را شناسایی کند.

اثر نهفتگی

به اثر نادیده‌گرفتن حل مسئله برای مدت زمانی مشخص
مثال ← به یاد آوردن پاسخ سؤالات امتحان بعد از یک ساعت

● نوع نگاه دانشمندان ← به مسائل با افراد عادی بسیار متفاوت بوده و به همین علت آن‌ها قادر به اکتشافات و اختراعات زیادی در رابطه با مسائل پیش‌آمده بوده‌اند، ارائه نظریه توسط پیاز و استفاده از تکنیک‌های جدید و خلاقانه هم به دلیل این نوع نگاه است.

۱۲۵ کوشه ۱ تأثیر یادگیری‌های گذشته بر حل مسئله ← انتقال انتقال، یادگیری جدید را آسان‌تر می‌کند.

۱۲۶ کوشه ۱ مشخص کردن یک قسمت نامفهوم از کتابی که مطالعه می‌کنید برای رجوع مجدد به آن ← اثر نهفتگی به اثر نادیده‌گرفتن حل مسئله برای مدت‌زمانی مشخص، اثر نهفتگی می‌گویند.

● شرکت در آزمون‌های مختلف جهت آمادگی برای کنکور ← اثر انتقال تأثیر یادگیری‌های گذشته بر حل مسئله اثر انتقال نام دارد.

روش‌های اکتشافی

با صرف زمان کم به نتیجه می‌رسیم. تابع نظر و احساس شخصی است. اجرای آن دستیابی به راه حل را تضمین نمی‌کند.

روش‌های اکتشافی

بدون دلیل و مبتنی بر احساس و نظر شخصی باشد. نیاز به پردازش عمیق اطلاعات ندارند. در حداقل زمان به راه حل می‌رسند، اما اعتبار آن راه حل‌ها با گذشت زمان به شدت متزلزل می‌شود.

۱۲۹ کوشه ۲ روش تحلیلی:

● مبتنی بر محاسبات ذهنی، قواعد منطقی و نیازسنجی واقعی است.

● دستیابی به راه حل مسئله را تضمین می‌کند.

● مورد قبول همه است.