



بارم	سؤالات	نمره به عدد.....	نمره به حروف.....	امضاء مصحح.....
۱	در عبارات زیر موارد صحیح یا غلط را مشخص کنید. الف- رمزگردانی اطلاعات در بزرگسالان خلاصه و کلی است برای همین نمی توان به آن اعتماد کرد. ب- نگرشها تابع اصل هماهنگی شناختی هستند . ج- خوب تعریف نشده به معنای پیچیده بودن و دشواری حل یک مسئله است. د- ناتوانی در حل مسأله منجر به ناکامی می شود.			
۱	گزینه صحیح را انتخاب کنید ۱-۲) کدام یک در مورد شکل گیری نگرش ها " درست " است؟ الف) پیش از شکل گیری ، از ثبات بیش تری برخوردار بوده و تابع اصل هماهنگی شناختی هستند ب) پس از شکل گیری ، از ثبات کمتری برخوردار بوده و تابع اصل ناهماهنگی شناختی هستند ج) پیش از شکل گیری ، تابع اصل ناهماهنگی شناختی بوده و دربرابر تغییرات مقاومت می کنند د) پس از شکل گیری ، تابع اصل هماهنگی شناختی بوده و دربرابر تغییرات مقاومت می کنند ۲-۲) رنگ گلها را در ساعات مختلف روز متفاوت ادارک می کنیم این نکته اشاره به کدام اصل گشتالت دارد؟ الف- شکل و زمینه <input type="checkbox"/> ب- مجاورت <input type="checkbox"/> ج- مشابهت <input type="checkbox"/> د- تکمیل <input type="checkbox"/> ۲-۳) کدام از موارد زیر از روشهای مقابله سازگارانه با فشار روانی نیست؟ الف- مشورت <input type="checkbox"/> ب- شوخ طبعی <input type="checkbox"/> ج- ورزش کردن <input type="checkbox"/> د- منفعل بودن <input type="checkbox"/> ۲-۴) کدام یک از موارد زیر از علائم هیجانی فشار روانی است ؟ الف- نداشتن تمرکز <input type="checkbox"/> ب- ترس <input type="checkbox"/> ج- سر درد <input type="checkbox"/> د- فرار <input type="checkbox"/>			
۰/۵ ۰/۵ ۰/۵ ۰/۵	جاهای خالی را با عبارت مناسب پر کنید. الف) پاسخ اولیه پژوهشگر به مساله علمی نام دارد ب) حافظه حافظه ای است که به سایر اجزاء شناخت خدمت رسانی می کند و میز کار همه اجزای شناخت ماست. پ) تأثیر یادگیری های گذشته بر حل مسئله را می گویند. ت) منبع انگیزش درونی و منبع انگیزش بیرونی است			
۰/۵ ۰/۵ ۰/۵	پاسخ کوتاه دهید. الف) در مساله ی " برنامه های خشونت آمیز رسانه ها چه تأثیری بر پرخاشگری کودکان دارند؟ " متغیرها را مشخص کنید. ب) منظور از هشدار کاذب در ردیابی چیست؟ پ) در چه صورت استفاده از روشهای تهاجمی و پرخاشگری در یک جامعه کمتر خواهد بود؟			
۱	توانایی فرضیه سازی دوره نوجوانی را با استدلال در دوره کودکی مقایسه کنید.			
۱	منظور از آماده سازی ادراکی چیست؟ یک مورد از کاربردهای آن را بنویسید.			

۷	در هر کدام از مثالهای زیر از کدام روش حل مسأله استفاده می شود؟ الف- برج هانوی..... ب- حل مسائل ریاضی.....	۱
۸	چه تفاوتی میان حافظه رویدادی و معنایی وجود دارد برای هر کدام یک مثال بنویسید؟ تفاوت: مثال:	۱/۵
۹	برای هریک از سبک های تصمیم گیری که در ذیل آمده است، یک مثال بنویسید.	۱
	تکانشی	
	وابسته	
	اجتنابی	
	منطقی	
۱۰	تعارض " را تعریف کنید و در موارد زیر، نوع تعارض را مشخص کنید. تعریف تعارض: الف) راننده ای خلاف کرده است. افسر راهنمایی می گوید یا باید ۲۰۰.۰۰۰ هزار تومان جریمه شوید یا ماشین شما به پارکینگ منتقل می شود. ب) بیماری که با خوردن غذای مورد علاقه اش دچار فشار خون بالا می شود.	۱/۵
۱۱	با ذکر یک مثال توضیح دهید که رشد هیجانی در کودکی مستلزم چیست؟	۱
۱۲	دو نتیجه ی آزمایش اینگهوس را در مورد فراموشی بنویسید؟	۱
۱۳	اثر آزمون چیست و چه تأثیری در حافظه دارد؟	۱
۱۴	توضیح دهید برای موفقیت در هر کاری روش اسناد دهی باید چگونه باشد؟	۱/۵
۱۵	روانشناسان سلامت در سبک زندگی افراد به سه مورد مهم اشاره می کنند یکی از آنها را نام برده و توضیح دهید.	۱
۱۶	مذهب چگونه به طور غیر مستقیم بر سلامت افراد اثر می گذارد؟	۱
۱۷	یک مورد ناهماهنگی شناختی خود را بگویید، برای حل آن چه کرده اید؟	۱

شماره سوال	پاسخنامه
۱	الف (غلط ب (صحیح ج) صحیح د (صحیح صفحه ۹۲ صفحه ۱۷۲ صفحه ۱۱۸ صفحه ۱۳۰
۲	۱-۲) گزینه «د» ۲-۲) گزینه «الف» ۲-۳) گزینه «د» ۲-۴) گزینه «ب» صفحه ۱۷۲ صفحه ۸۴ صفحه ۲۰۱ صفحه ۱۹۷
۳	الف (فرضیه ب (حافظه کاری پ) انتقال ت (لذت انجام خود تکلیف - پاداش و لذت خارج از فرد و تکلیف صفحه ۱۲ صفحه ۹۵ صفحه ۱۲۱ صفحه ۱۶۳
۴	الف (برنامه های خشونت آمیز - پرخاشگری کودکان ب (ردیابی علامت غایب پ) در صورتی که شهروندان آن جامعه از مهارت های حل مسئله آگاه باشند صفحه ۱۸ صفحه ۷۷ صفحه ۱۳۰
۵	نوجوانان در پیش بینی یک موقعیت از احتمال های مختلف بهره می برند در حالی که مبنای استدلال در دوره کودکی واقعیت های ملموس و بیرونی است. نوجوانان بر خلاف کودکان قادر به نظارت، ارزیابی و تغییر جهت تفکر لحظه به لحظه هستن در حالی که کودکان به استدلال ها قضاوت و تصمیم هایشان اشراف ندارند همچنین سرعت تفکر در دوره نوجوانی افزایش می یابد و قادر به ظرفیت سازی حافظه خود می شوند صفحه ۵۵ و ۵۶
۶	وقتی که شناخت محرک معین ، تحت تاثیر ارائه پیشین همان محرک یا محرک شبیه به آن قرار میگیرد ؛ آماده سازی ادراکی می گویند . در پدیده آماده سازی ارائه پیشین محرک دریافت بعدی را آسان می کند مثل تبلیغات روی کیسه ها و صفحه ۷۴ و ۷۵
۷	الف (کاهش تفاوت وضعیت موجود با وضعیت مطلوب ب (روش شروع از آخر صفحه ۱۲۶ و ۱۲۸
۸	تفاوت : در حافظه معنایی، دانش عمومی ذخیره می شود ولی در حافظه رویدادی تجارب مشخصی ذخیره می شود که مربوط به یک زمان و مکان مشخص می باشد . مثال حافظه معنایی : حافظه معنایی چیست ؟ مثال حافظه رویدادی : چه زمانی حافظه معنایی را یاد گرفتی ؟
۹	تکانشی : انجام عجولانه خرید هایی که به آنها نیاز ندارم و پشیمانی بعد از آن وابسته : رفتن به رشته انسانی به دلیل انتخاب این رشته توسط دوستم اجتنابی : ساسان تصمیم گرفت دوستانش که سیگار می کشند را ترک کند ولی باگذشت مدت زمانی هنوز نتوانسته تصمیم خود را عملی کند . منطقی : برای انتخاب رشته، همه رشته ها و استعداد ها و علایقم را بررسی کردم و در نهایت رشته انسانی را انتخاب نمودم صفحه ۱۴۳ تا ۱۴۷
۱۰	تعریف تعارض : وقتی در موقعیتی باشیم که حتما باید تصمیم بگیریم ولی قادر به تصمیم گیری نباشیم حالت عاطفی ناخوشایندی را تجربه می کنیم که تعارض نام دارد الف (تعارض اجتناب - اجتناب

ب (تعارض گرایش - اجتناب	صفحه ۱۵۱ و ۱۵۲ و ۱۵۳
۱۱	نه تنها مستلزم آگاهی از هیجانات خود کودک ، بلکه مستلزم آگاهی از هیجانات اطرافیان او نیز می باشد مثلا وقتی پای کودک ۲ ساله به طور تصادفی با لیوان برخورد می کند و لیوان می شکند . مادر با تعجب داد می زند که چرا لیوان شکست در این حین ممکن است کودک فریاد مادر را به عنوان نشانه هیجان مثبت درک کند و حتی ممکن است دوباره آن رفتار را از خود نشان دهد تا این هیجان را از طرف مادر دریافت کند صفحه ۴۲
۱۲	۱- با گذشت زمان بعضی از واژگان فراموش می شوند ۲- بیشترین مقدار فراموشی در ساعات نخست پس از یادگیری رخ می دهد صفحه ۱۰۰
۱۳	یکی از عوامل فراموشی مشکلات مربوط به نشانه های بازیابی است که در بسیاری از مواقع اطلاعات را در حافظه دارید ولی به موقع نمی توانید از حافظه بیرون آورید در چنین حالتی در مرحله بازیابی حافظه مشکل دارید شرکت در آزمون های مکرر شما را جهت بازیابی موفق ، توانمندتر می سازد هر چه بیشتر آزمون دهید نشانه های بازیابی بیشتری کسب خواهید کرد به این پدیده اصطلاحا «اثر آزمون» گفته می شود صفحه ۱۰۹
۱۴	۱- در کنترل خودش باشد ۲- به عوامل ناپایدار مربوط کند تا بتواند تغییری در آن ایجاد کند یعنی بتواند با تلاش موانع رسیدن به هدف را برطرف کند ۳- پیروزی یا شکست را به عوامل درونی مانند تلاش نسبت دهد نه به عوامل بیرونی مثل دشواری تکلیف صفحه ۱۷۶
۱۵	۱- تغذیه ۲- ورزش ۳- فشار روانی و روش های مقابله با آن تغذیه : متخصصان تغذیه معتقدند که رژیم غذایی سالم باید حاوی که کربوهیدرات زیاد و چربی کم باشد همچنین آنان بر اهمیت مصرف مواد فیبردار و میوه ها تاکید می کنند همه افراد نیازمند رژیم غذایی مخصوص سن و جنس خود هستند و به تناسب رشد ، نوع رژیم غذایی انها نیز تغییر می کند صفحه ۱۹۳
۱۶	تحقیقات نشان داده است افراد مذهبی در مقایسه با دیگر افراد سبک زندگی سالم تری دارند و از رفتار های پر خطر جنسی ، مصرف سیگار ، الکل و تغذیه نا سالم اجتناب می کنند . صفحه ۲۰۴
۱۷	من با اینکه می دانم درس خواندن خیلی مهم است ولی درس نمی خوانم من برای حل این ناهماهنگی شناختی می توانم ۲ کار انجام دهم ۱- یا رفتارم را تغییر دهم ۲- نگرشم را تغییر دهم صفحه ۱۶۹ و ۱۷۰

