



نام و نام خانوادگی:

زمان برگزاری: ۷۵ دقیقه



نام آزمون: روانشناسی تشریحی سری ۱

تاریخ آزمون:



۱) روش‌های سازگارانهٔ بلندمدت را برای مقابله با استرس نام ببرید؟

۲) راه‌های ناسازگارانه مقابله با فشارهای روانی را نام ببرید.

۳) پدیدهٔ نوک زبانی را توضیح دهید.

۴) ادراک کنترل و کارایی باید سازنده باشد، یعنی چه؟

۵) به هنگام بروز ناهماهنگی فرد می‌تواند چه کاری انجام دهد؟

۶) با ذکر یک مثال بسط معنایی را تعریف کنید؟

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

۸) عوامل عاطفی چگونه می‌تواند باعث فراموشی شود؟

۹) حافظهٔ کاذب چگونه شکل می‌گیرد؟ (مثال بزنید)

۱۰) با کوچک شمردن خود چگونه مانع تصمیم‌گیری می‌شویم؟

۱۱) وجود خطاهای ادراکی نشانگر چیست؟

۱۲) آخرین روش جمع‌آوری اطلاعات آزمون‌ها است. درمورد آن توضیح دهید و بگویید این ابزار چند ویژگی دارد؟

۱۳) همان تمایزی است که فرد بین خود و دیگران می‌گذارد.

۱۴) عوامل محیطی که بر رشد تأثیر دارد را تعریف کنید و بگویید مهمترین عامل محیطی مؤثر بر رشد کدام است؟ (با مثال)

۱۵) در مواقعی که فرد نتواند مشکل و فشار روانی خود را در کوتاه‌مدت از بین ببرد، کدام روش مقابله‌ای را به کار می‌گیرد؟

الف. منفعل بودن ب. شوخ‌طبعی پ. منتظر معجزه بودن ت. استعمال دخانیات

۱۶) بسیاری از ناتوانی‌های ما به دلیل است، نه اینکه واقعاً نمی‌توانیم.

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

۱۸) آیا فراموشی همیشه یک رویداد نامطلوب است؟

۱۹) فرضیه چه تفاوتی با قانون (اصل) دارد؟

۲۰) هر مورد به کدام روش اکتشافی اشاره دارد؟

الف) مسئلهٔ برج هانوی

ب) تقسیم کردن مسئلهٔ بزرگ به چند مسئلهٔ کوچک

پ) تولید قطعات کوچک برای نیل به خودکفایی در تولید ماشین‌آلات سنگین

ت) در نظر گرفتن تمام راه‌حل‌های درست و ممکن





پاسخنامه تشریحی

- ۱ ورزش‌های هوازی - تمرین آرام‌سازی خود - استفاده از روش‌های حل مسئله - تغذیه مناسب - نوشتن خاطرات - حمایت‌های اجتماعی - تفریح و سرگرمی - برنامه‌ریزی زمان‌بندی‌شده
- ۲ ۱- منفعل بودن ۲- در انتظار معجزه بودن ۳- انجام رفتارهای تکانشی و بدون فکر و تامل ۴- استفاده از داروهای شیمیایی و دخانیات و مواد مشابه
- ۳ در پدیده نوک زبانی فرد می‌گوید 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 بازیابی آن اطلاعات مشکل دارید. در این حالت بعد از شنیدن اولین کلمه بلافاصله بقیه اطلاعات به خاطرتان می‌آید.
- ۴ یعنی با شواهد محیطی هماهنگی لازم داشته باشد، زیرا در صورت ناهماهنگی، نوعی ادراک کنترل و کارآیی کاذب ایجاد می‌شود که مانع بروز رفتار می‌شود.
- ۵ ۱- رفتار خود را تغییر دهد. ۲- نگرش خود را تغییر دهد، تا این دو باهم هماهنگ شوند.
- ۶ مریم از پدرش می‌پرسد سونامی چیست؟ پدر می‌گوید: پیشروی آب را 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.
- ۷ عوامل انگیزشی مشترکی دارند - نگرش
- ۸ بسیاری از دانش‌آموزان، دشوارترین اسامی خارجی فوتبالیست‌ها، والیبالیست‌ها، هنرپیشه‌ها و ... را به راحتی بیان می‌کنند. یکی از علل آن عوامل عاطفی است؛ چون دانش‌آموزان به این موارد علاقه دارند، این اسامی را به راحتی رمزگردانی، اندوزش و بازیابی می‌کنند. هرچه مطالب را دوست داشته باشیم، فراموشی آن‌ها کم‌تر است. البته دخالت عوامل عاطفی بر حافظه همیشه به صورت مثبت نیست.
- ۹ یکی از رایج‌ترین خطاهای اضافه کردن بازشناسی 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.
- ۱۰ 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.
- ۱۱ نشانگر این است که آنچه را حس می‌کنیم، الزاماً چیزی نیست که در ذهن خودمان ادراک می‌کنیم.
- ۱۲ 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.
- ۱۳ هویت
- ۱۴ عواملی که در بیرون از فرد وجود دارد و بر بروز تغییرات رشدی فرد در جنبه‌های مختلف و مراحل رشد مؤثر است. 'یادگیری' یکی از مهمترین عوامل محیطی در تغییرات رشدی می‌باشد. به‌طور مثال بسیاری از توانمندی‌های جسمی و شناختی در کودکان به موازات افزایش سن در کودکان از طرق مختلف به یادگیری نیاز دارند.
- ۱۵ گزینه 'ب'
- ۱۶ یادگیری
- ۱۷ ۱- تعریف مسئله
- ۲- ارائه راه‌حل‌های مختلف
- ۳- مشخص کردن معیار برای داوری در مورد هر راه‌حل
- ۴- انتخاب بهترین راه‌حل مطابق با معیارهایمان
- ۱۸ خیر، فراموشی خاطرات تلخ و آزاردهنده، یک نعمت بزرگ و یک رویداد مطلوب به‌شمار می‌رود.
- ۱۹ فرضیه پاسخ اولیه پژوهشگران به مسئله‌های علمی است که جمله‌ای خبری و خردمندانه و مبتنی بر اندیشه است، ولی قانون همان فرضیه تأیید و اثبات شده است.
- ۲۰

الف کاهش تفاوت وضعیت موجود یا وضعیت مطلوب

ب خرد کردن مسئله

پ شروع از آخر (مهندسی معکوس)

ت بارش مغزی