

تاریخ آزمون: ۱۴۰۲/۲/۳۰

باسمه تعالی

ساعت برگزاری: ۱۰ صبح

سال تحصیلی: ۱۴۰۱-۱۴۰۲

اداره کل آموزش و پرورش استان یزد

نوبت: دوم

نام و نام خانوادگی:

مدیریت آموزش و پرورش ناحیه یک یزد

سوالات درس: روان شناسی

نام پدر:

اداره استعدادهای درخشان و دانش پژوهان جوان

تعداد صفحات: ۴

رشته تحصیلی: علوم انسانی



پایه تحصیلی: یازدهم

تعداد سوالات: ۱۵

مدت پاسخگویی: ۸۰ دقیقه

نام و نام خانوادگی دبیر:

نمره به عدد:

نمره به حروف:

امضاء دبیر:

بارم	سوالات	ردیف
۱/۵	<p>تعیین کنید کدام عبارت صحیح و کدام عبارت غلط است. «عبارات غلط را اصلاح کنید».</p> <p>الف) مهم‌ترین دلیل دشواری پیش‌بینی و کنترل در روان‌شناسی، پیچیدگی توصیف و تبیین است.</p> <p>ب) عدم شناسایی دقیق توانمندی‌ها باعث درک ناقص از مسئله می‌شود.</p> <p>ج) نگرش‌ها پس از شکل‌گیری تابع اصل هماهنگی شناختی هستند یعنی در برابر تغییر مقاومت می‌کنند.</p> <p>د) شوخی یک روش مقابله سازگارانه است که در مشکلات کوتاه‌مدت استفاده می‌شود.</p>	۱
۱/۵	<p>جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.</p> <p>الف) تأثیر یادگیری‌های گذشته بر حل مسئله را می‌گویند.</p> <p>ب) یکی از موانع تصمیم‌گیری که فرد از اطلاعاتی که دیدگاهش را تأیید کند، استفاده می‌کند، نام دارد.</p> <p>ج) اگر توجه و باشد، تبدیل به تمرکز می‌شود.</p> <p>د) سبک زندگی سه بُعد مهم دارد:، و فشارهای روانی و روش‌های مقابله با آن.</p>	۲
۱	<p>گزینه صحیح را انتخاب کنید.</p> <p>الف) کدام گزینه در مقایسه حل مسئله و تصمیم‌گیری نادرست است؟</p> <p>۱) تصمیم‌گیری نوعی حل مسئله است چون تصمیم‌گیرندگان با این مسئله مواجه هستند که بهترین انتخاب چیست.</p> <p>۲) در تصمیم‌گیری با اولویت‌ها سروکار داریم درحالی‌که در حل مسئله با راه‌حل‌ها مواجه هستیم.</p> <p>۳) هر اولویتی فرد تصمیم‌گیرنده را به مقصد نمی‌رساند و ما به دنبال اولویت مطلوب هستیم.</p> <p>۴) در حل مسئله حل‌کنندگان مسئله باید راه‌حل‌ها را خودشان بازآفرینی کنند.</p> <p>ب) کدام گزینه مطابق با حدیث شریف نبوی است؟</p> <p>۱) کودک در هفت سال اول فرمانبردار است. ۲) در هفت سال دوم باید در تادیب کودک تلاش کرد.</p> <p>۳) در هفت سال دوم با کودک به منزله مشاور رفتار شود. ۴) در هفت سال سوم باید کودک را به ارزش‌ها رهنمون ساخت.</p> <p>ج) ناهماهنگی شناختی چه زمانی شکل می‌گیرد؟</p> <p>۱) وقتی رفتار و باور هماهنگ نباشند و فرد دچار ناهماهنگی ذهنی شود. ۲) وقتی شخص دو شناخت در تضاد دارد.</p> <p>۳) زمانی که پیامدهای رفتار مستقل از خود رفتار باشند. ۴) گزینه ۱ و ۲</p> <p>د) کدام گزینه تأثیر مذهب بر سلامت را به درستی نشان می‌دهد؟</p> <p>۱) مذهب در استفاده از مقابله‌های سازگارانه تأثیری ندارد.</p> <p>۲) بهبود عملکرد سیستم ایمنی بدن تأثیر مستقیم مذهب بر سلامت است.</p> <p>۳) سبک زندگی سالم‌تر و افزایش احساس حمایت اجتماعی تأثیر مستقیم مذهب بر سلامت است.</p> <p>۴) آرامش ذهنی و کاهش فشار روانی یکی از ابعاد سبک زندگی و مربوط به تأثیر غیرمستقیم مذهب بر سلامت است.</p>	۳

۱/۵	<p>۴ به سوالات زیر پاسخ کوتاه دهید. الف) اثر نهفتگی چیست؟</p> <p>ب) ملاک تصمیم‌گیری در سبک تصمیم‌گیری احساسی چیست؟</p> <p>ج) اثر آزمون چیست؟</p> <p>د) عناصر هر نگرش را نام ببرید. (۳ مورد)</p>			۴									
۰/۷۵	<p>۵ یکی از جامع‌ترین تعاریف روان‌شناسی عبارت است از: علم مطالعه و ضمن تکمیل جاهای خالی، یکی از اجزای تعریف فوق را توضیح دهید.</p>			۵									
۱/۵	<p>۶ چهار روش جمع‌آوری اطلاعات در روان‌شناسی را نام ببرید و یک مورد را به دلخواه توضیح دهید.</p>			۶									
۲	<p>۷ درباره رشد جسمانی در دوره نوجوانی به سوالات زیر پاسخ دهید. الف) یکی از ویژگی‌های رشد در دوره نوجوانی، ناگهانی بودن آن است. توضیح دهید و مثال بزنید. ب) بلوغ جنسی و رسش جنسی چه تفاوتی با یکدیگر دارند؟ ج) تغییرات مربوط به جنس در نوجوانی به دو دسته تقسیم می‌شود. توضیح دهید.</p>			۷									
۲/۲۵	<table border="1"> <tr> <td>علامت</td> <td>ردیابی علامت</td> <td>ردیابی نشدن علامت</td> </tr> <tr> <td>حاضر</td> <td>اصابت درست</td> <td></td> </tr> <tr> <td>غایب</td> <td></td> <td>رد درست</td> </tr> </table>	علامت	ردیابی علامت	ردیابی نشدن علامت	حاضر	اصابت درست		غایب		رد درست	<p>۸ درباره کارکردهای توجه به سوالات زیر پاسخ دهید. الف) جدول موقعیت‌های ردیابی علامت را کامل کنید. ب) گوش به زنگی چیست؟ با مثال توضیح دهید.</p>		۸
علامت	ردیابی علامت	ردیابی نشدن علامت											
حاضر	اصابت درست												
غایب		رد درست											

	<p>ج) جست‌وجو چیست؟ پیدا کردن محرک هدف در جست‌وجو تابع چه عواملی است؟</p> <p>د) گوش به زنگی و جست‌وجو چه تفاوتی با یکدیگر دارند؟</p>	
۱	<p>هدف از داشتن حافظه قوی چیست؟ چرا بعضی فکر می‌کنند با حفظ درس در شب امتحان به همه اهداف آن درس رسیده‌اند؟</p> <p>درباره این گزاره توضیح دهید: «حافظه قوی به تنهایی متضمن موفقیت نیست».</p>	۹
۱/۲۵	سه مورد از عوامل ایجاد فراموشی را نام ببرید و یک مورد را کامل توضیح دهید.	۱۰
۱/۵	مسئله را تعریف کنید و دو مورد از ویژگی‌های مسئله را بنویسید.	۱۱
۱/۲۵	تعارض چیست و چه زمانی شکل می‌گیرد؟ انواع تعارض را نام ببرید و هر کدام را مختصر شرح دهید.	۱۲
۰/۲۵	<p>به سؤالات زیر پاسخ دهید.</p> <p>الف) ادراک کنترل و کارایی چیست؟</p> <p>ب) اینکه ادراک کنترل و ادراک کارایی باید سازنده باشند به چه معنا است؟</p>	۱۳

۱	<p>درباره عوامل نگرشی به سؤالات زیر پاسخ دهید.</p> <p>الف) دو مورد از فواید هدفمندی و انتخاب هدف را بنویسید.</p> <p>ب) درماندگی آموخته شده چیست؟ یکی از پیامدهای آن را بنویسید.</p>	۱۴
۰/۷۵	<p>روان‌شناسی سلامت چیست؟ در این شاخه، متغیرهای روان‌شناختی در دو نقش بررسی می‌شوند. توضیح دهید.</p>	۱۵
<p>کسی که چرایی زندگی را یافته است، با هر چگونگی‌ای خواهد ساخت... در یافتن چرای زندگی، موفق و مؤید باشید و اندیشمند!</p>		

نمره	محمد میبلی	ردیف
	<p>الف) ص ب) غ - وقتی هدف روشن نباشد موجب درک ناقص از مسئله میشود ج) ص د) ص</p>	۱
	<p>الف) انتقال ب) سوگیری تایید ج) مداوم - پایدار د) تغذیه - ورزش</p>	۲
	<p>الف) ۳ ب) ۲ ج) ۴ د) ۲</p>	۳
	<p>الف) نادیده گرفتن حل مسئله برای مدتی کوتاه ب) عواطف و هیجانات زودگذر</p> <p>شرکت در آزمون های مکرر شما را جهت بازیابی موفق، توانمندتر می سازد. هرچه بیشتر آزمون دهید نشانه های بازیابی بیشتری کسب خواهید کرد به این پدیده اصطلاحاً «اثر آزمون» گفته می شود.</p> <p>ج) د) شناختی، احساسی و آمادگی برای عمل</p>	۴
	<p>علی رغم اختلاف نظرها، اما یکی از جامع ترین تعاریف روان شناسی عبارت است از: «علم مطالعه رفتار و فرایندهای ذهنی (شناخت)».</p> <p>به هر نوع فعالیت مورد مشاهده جاندار، «رفتار» می گویند. حرکت جمعی پرندگان، لانه سازی برخی حیوانات، راه رفتن انسان ها، غذا خوردن، خوابیدن و بسیاری حرکات دیگر، نمونه هایی از رفتار است. مطالعه رفتار، محدود به انسان نیست و در بسیاری از آزمایش ها؛ تفاوت جدی و بنیادی میان انسان و حیوان گذاشته نمی شود.</p> <p>البته میتوانستید به جای تعریف رفتار، فرایندهای ذهنی یا همان شناخت را تعریف کنید.</p>	۵

	<p>مشاهده - پرسشنامه - مصاحبه - آزمون مصاحبه^۲: برخی موضوعات را نمی‌توان به صورت مستقیم مشاهده و یا با کمک پرسش‌نامه‌های از پیش تعیین شده مطالعه کرد؛ محققان در چنین حالتی از روش مصاحبه استفاده می‌کنند. در این حالت، محقق در ضمن گفتگو و براساس پاسخ‌های دریافت کرده، پرسش بعدی خود را معلوم و مصاحبه را هدایت می‌کند. بنابراین، مصاحبه برخلاف گفتگوی معمولی، هدفمند و سازمان‌یافته است. میتوانستید هر کدام از روشهای دیگر را تعریف کنید.</p>	۶									
	<p>یکی از ویژگی‌های رشد در دوره نوجوانی، ناگهانی بودن آن است؛ یعنی اندازه بدن به سرعت افزایش می‌یابد و تناسب بدن به سرعت تغییر می‌کند. این تغییرات در اغلب اجزای بدن دیده می‌شود. وزن و قد نوجوان افزایش می‌یابد. در حدود یک سال پس از افزایش قد و وزن، ماهیچه‌ها رشد بیشتری می‌کنند. در دوره نوجوانی اندام‌های داخلی بدن نیز رشد قابل توجهی دارند؛ به طوری که اندازه و ظرفیت شش سه برابر و اندازه قلب دو برابر قبل می‌شود و حجم کلی خون افزایش پیدا می‌کند. این تغییرات باعث می‌شود نوجوانان احساس توانمندی زیادی کنند. رشد دستگاه تولید مثل، تغییر اساسی دوره نوجوانی است که با بلوغ جنسی رخ می‌دهد. منظور از بلوغ جنسی، مرحله‌ای است که در آن رشد جنسی رخ می‌دهد. منظور از رشد جنسی وقوع تغییرات مربوط به جنس است. برجسته‌ترین تغییرات مربوط به جنس در نوجوانی را می‌توان به دو دسته تقسیم کرد: ۱- تغییراتی که بر توانایی تولیدمثل تأثیر می‌گذارند که آنها را «ویژگی‌های جنسی اولیه» می‌نامند؛ یعنی ویژگی‌هایی که به طور مستقیم در تولیدمثل نقش دارند؛ ۲- تغییراتی که جزئی از علائم رشد و قابل رؤیت‌اند و آنها «ویژگی‌های ثانویه» نامیده می‌شوند مثل رویش موی صورت در پسران.</p>	۷									
	<p>(الف)</p> <table border="1" data-bbox="641 1318 1406 1476"> <tr> <td>علامت</td> <td>ردیابی علامت</td> <td>ردیابی نشدن علامت</td> </tr> <tr> <td>حاضر</td> <td>اصابت درست</td> <td>از دست دادن محرک هدف</td> </tr> <tr> <td>غایب</td> <td>هشدار کاذب</td> <td>رد درست</td> </tr> </table> <p>(ب)</p>	علامت	ردیابی علامت	ردیابی نشدن علامت	حاضر	اصابت درست	از دست دادن محرک هدف	غایب	هشدار کاذب	رد درست	۸
علامت	ردیابی علامت	ردیابی نشدن علامت									
حاضر	اصابت درست	از دست دادن محرک هدف									
غایب	هشدار کاذب	رد درست									

	<p>گوش به زنگی: کارکرد دوم توجه، گوش به زنگی ^۱ است. به توانایی فرد برای یافتن محرک هدف در یک دوره زمانی طولانی، گوش به زنگی گویند.</p> <p>در یک آزمایش از آزمایش شونندگان خواسته شد تا به عقربه ثانیه‌شمار ساعت توجه کنند. تکلیف این بود که هر زمان عقربه ثانیه‌شمار به جای یک ثانیه، دو ثانیه پرش داشته است، گزارش کنند. نتیجه این آزمایش جالب بود. آزمایش شونندگان فقط تا نیم ساعت توانستند این تکلیف ساده را انجام دهند و بعد از نیم ساعت هرچه عقربه‌های ثانیه‌شمار به جای یک ثانیه، پرش دو ثانیه‌ای داشت هیچ کس گزارش نمی‌کرد؛ در واقع کارکرد گوش به زنگی، بعد از نیم ساعت، برای این تکلیف خاص کاهش یافت. مهم‌ترین عامل گزارش نکردن پرش دو ثانیه‌ای عقربه ثانیه‌شمار، خستگی است.</p> <p style="text-align: right;">(ج)</p> <p>جست‌وجو: کارکرد سوم توجه، جست‌وجو^۱ است. در جست‌وجو به دنبال یافتن یک محرک مکانی در زمینه یا بافت مکانی هستیم، اما نمی‌دانیم در چه مکانی از شما می‌خواهیم حرف T را در دو مربع الف و ب شکل زیر پیدا کنید. حرف T را در مربع ب زودتر از مربع الف پیدا می‌کنید؛ چرا؟ علت آن است که تعداد عوامل انحرافی در مربع ب کمتر از مربع الف است. در مربع ج و د دایره توپُر را زودتر از حرف T و دایره توخالی پیدا می‌کنیم؛ چرا؟ چون دایره توپُر کاملاً مشکی بود و از این جهت منحصر به فرد بوده است. پیدا کردن محرک هدف، تابع تعداد عوامل انحرافی و ویژگی منحصر به فرد آن هدف است.</p> <p>(د) گوش به زنگی به توانایی فرد برای یافتن محرک هدف در یک دوره زمانی طولانی است، درحالی که در جست‌وجو به دنبال یک محرک مکانی در زمینه یا بافت مکانی هستیم</p>	
	<p>اما هدف از داشتن حافظه قوی، شکل‌دهی به تفکر است. بسیاری از دانش‌آموزان تصور می‌کنند وقتی مطلبی را به حافظه سپردند، به همه هدف‌های آن درس رسیده‌اند. این تصور اشتباه است. ما نمی‌خواهیم مثل یک رایانه ساده فقط ذخیره‌کننده اطلاعات باشیم. تکلیف اساسی به بعد از حافظه، یعنی پرورش تفکر، مربوط می‌شود. برای اینکه تفکر در شما شکل بگیرد، به حافظه قوی نیاز دارید. ولی حافظه قوی به تنهایی متضمن موفقیت نیست. به این نکته علمی توجه داشته باشید که تمام هدف‌های درس فقط با شکل‌گیری حافظه کامل نمی‌شود، بلکه حافظه ابزاری جهت دستیابی به مهارت‌های مهم‌تر، همچون تفکر است. حافظه در نقش فراهم‌سازی داده‌های خام برای تفکر است (همچون آرد و خمیر برای نانوا و یا آجر برای بنا).</p>	۹

	<p>گذشت زمان - تداخل اطلاعات - عوامل عاطفی</p> <p>عوامل عاطفی: بسیاری از دانش‌آموزان، دشوارترین اسامی خارجی همچون اسامی فوتبالیست‌ها، والیبالیست‌ها، هنرپیشه‌ها و نام‌های سخت خودروهای مختلف را به راحتی بیان می‌کنند. علت چیست؟</p> <p>یکی از دلایل آن دخالت عوامل عاطفی است. به این معنا که چون دانش‌آموزان به این موارد علاقه‌مند هستند، اسامی ورزشکاران، هنرمندان و خودروها را به راحتی رمزگردانی، اندوزش و بازیابی می‌کنند. هر چه مطالب را دوست داشته باشیم، فراموشی آنها کمتر است. به یاد داشته باشیم دخالت عوامل عاطفی بر حافظه، همیشه به صورت مثبت نیست.</p> <p>این تعاریف مفهومی هستند، میتونید به جای عبارت بالا تعریف درست و صحیح از خودتون بنویسید</p>	۱۰
	<p>«عدم دستیابی فوری به یک هدف مشخص به دلیل موانع مشخص با توجه به امکانات و توانمندی‌های محدود». حل مسئله به معنای یافتن بهترین راه حل برای رسیدن به هدف با توجه به شرایط موجود است.</p> <p>۱. هدفمند است</p> <p>۲. توانمندی‌های محدود است</p>	۱۱
	<p>وقتی در موقعیتی باشیم که حتما 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.</p> <p>تعارض انواع مختلفی دارد. در ادامه مطالب، با ارائه سه مثال، به سه نوع تعارض اشاره می‌شود: مثال اول: کامبیز به ادامه تحصیل در رشته روان‌شناسی علاقه‌مند است. از طرفی تمایل دارد هم‌زمان با ادامه تحصیل، یک دوره آموزشی حسابداری را نیز طی کند. کارورزی در دوره حسابداری تمام وقت است و در نتیجه کامبیز باید یکی از دو موضوع دوست داشتنی خود را انتخاب کند. وی تردید دارد کدام یک را برگزیند.</p> <p>تعارض گرایش - گرایش: بین دو موضوع جذاب و خواستنی</p> <p>تعارض گرایش - اجتناب: بین یک موضوع خواستنی و ناخواستنی</p> <p>تعارض اجتناب - اجتناب: بین دو موضوع نامطلوب</p>	۱۲
	<p>ما همواره دوست داریم همه چیز مطابق نظر ما و تحت اختیار ما باشد و با انجام دادن رفتارهای گوناگون سعی می‌کنیم محیط را در کنترل خود بگیریم (ادراک کنترل) و پیامدهای ناگوار را از خود دور کنیم (یعنی از هر چه که سختی و درد دارد دوری می‌کنیم).</p> <p>ادراک کنترل و کارایی باید سازنده باشد؛ یعنی با شواهد محیطی هماهنگی لازم را داشته باشد، زیرا در صورت ناهماهنگی، نوعی ادراک کنترل و کارایی کاذب ایجاد می‌شود که مانع بروز رفتار است.</p>	۱۳

	<p>الف) ایجاد توانمندی – انسجام در رفتار</p> <p>ب)</p> <p>اگر فرد به این باور برسد که هیچ کاری از دستش بر نمی آید تا موقعیت ناگوارش را تغییر دهد، حالت او را درماندگی آموخته شده می نامند.</p> <p>وضعیت «درماندگی آموخته شده» را می توان این گونه توصیف کرد: شخص واقعاً ممکن است در موقعیت ناراحت کننده قرار داشته و تلاش او نتوانسته موقعیتش را تغییر دهد. در نتیجه از تلاش بازمانده و به این باور رسیده است که هیچ کاری از من ساخته نیست.</p> <p>در این شرایط، فرد اطمینان به خود را از دست می دهد، به ناتوانی خود اذعان می کند و توان حرکت و خلاقیت از او سلب شده به موجودی بی تحرک و خنثی تبدیل می شود؛ یعنی احساس می کند کنترل اوضاع از دستش خارج شده است.</p>	۱۴
	<p>روان شناسی سلامت، شاخه ای از روان شناسی است که از یافته های این علم برای پیشگیری و درمان بیماری های جسمی بهره می برد.</p> <p>در روان شناسی سلامت، متغیرهای روان شناختی در دو نقش بررسی می شوند:</p> <p>عامل ایجاد بیماری های جسمانی: برخی از مسائل روانی در ایجاد انواع بیماری های جسمانی مؤثر است؛ مثلاً کسی مانند خانم عسگری، که در زندگی خود فشارهای زیادی را تجربه می کند، احتمال دارد به بیماری های قلبی - عروقی و سایر بیماری های جسمانی مبتلا شود.</p> <p>پیامدهای بیماری های جسمانی: اگر فردی مبتلا به بیماری ها و مشکلات جسمانی باشد عوارض و مشکلات روانی نیز در وی بروز می کند؛ مثلاً کسی که مانند امید ۱۴ ساله مبتلا به بیماری دیابت است، خیلی زود عصبانی می شود و احساس غمگینی می کند.</p>	۱۵

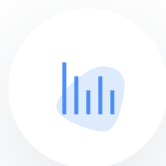
آقا واقعا امتحان نفس گیری بود

خسته نباشید:



اپلیکیشن درسی همیار

برنامه رایگان درسی همیار



تمام پایه ها

جواب کتاب ، تدریس و نمونه سوال



همیشه رایگان

برنامه همیار کاملا رایگان میباشد