

برای خرید این کتاب از مایکروسافت روی همین جمله کلیک کنید

مقدمه ناشر

بدون شک مارادونا اسطوره فوتبال جهان!

جادوگری که از وسط زمین شروع به دریبل زدن بازیکنان می‌کند، سریعاً نزدیک و نزدیک دروازه می‌شود و ...! goooooooooal!

حالا برای این که مارادونای کنکورتون باشید، به سری کتاب جیبی براتون تألیف کردیم به اسم نکته‌باز!

تو فرایند تألیف کتابای نکته‌باز، هوشمندانه عمل کردیم؛ این طوری که نکات کاملاً ضروری کنکور و استراتژی‌های لازم برای حل سؤالات رو، یک جا براتون آوردیم. علاوه بر همه این‌ها، شما با انتخاب نکته‌باز، می‌تونین در سریع‌ترین زمان ممکن مطالب رو جمع‌بندی کنین، چون تو این کتابا همه مطالب کنکور به صورت نکته‌محور دسته‌بندی شدن.

در پایان جا داره به تشکر ویژه کنیم از تیم تألیف و تولید خیلی سبز که بدون زحماتشون، بدون شک کتابای به این خوبی نداشتیم ...!

مارادونای زندگیت باش ...

برای خرید این کتاب از مایبک روی همین جمله کلیک کنید

مقدمه مؤلف

به نام هستی بخش

سلام به همه دانش آموزان عزیز

کتاب جیبی روان شناسی با هدف دسترسی سریع به مطالب کتاب درسی به شیوه نوین در ۱۱۰ نکته به همراه تست های کنکور مرتبط با هر نکته تألیف شده است.

برای استفاده بهتر از این کتاب، حتماً متن کتاب درسی را دقیق مطالعه کنید و برای رسیدن به تثبیت مطالب، به مطالعه کتاب جیبی و مرور تست های آن بپردازید. نگارش کتاب در قالب جدول، نمودار و ... انجام گردیده تا مرور مطالب برای شما عزیزان راحت تر گردد.

امیدوارم کتاب حاضر، در رشد و پیشرفت در این درس و همچنین نظم بخشی به ذهن و تحلیل شما کمک شایانی کند.

در انتها بر خود لازم می دانم از مدیران مجموعه خیلی سبز، مدیر تألیف دقیق و مهربان، سرکار خانم طاهری عزیز و سرکار خانم آرانی که با صبر و دقت کم نظیرشان به بنده کمک زیادی کردند تشکر و قدردانی نمایم.

از واحد تولید، ویراستاران محترم و همکار عزیزم آقای مشمول بسیار سپاس گزارم.

انتقادات و پیشنهادات شما عزیزان را از صمیم قلب برای بهتر شدن اثر پذیرا هستم.

ارادتمند

سید هانی رکن الدینی

برای خرید این کتاب از مَدابوک روی همین جمله کلیک کنید

فهرست مطالب

درس اول

روان‌شناسی، تعریف و روش مورد مطالعه ۷

درس دوم

روان‌شناسی رشد ۲۵

درس سوم

احساس، توجه، ادراک ۴۴

درس چهارم

حافظه و علل فراموشی ۶۰

درس پنجم

تفکر (۱) حل مسئله ۷۷

درس ششم

تفکر (۲) تصمیم‌گیری ۹۱

درس هفتم

انگیزه و نگرش ۱۰۶

درس هشتم

روان‌شناسی سلامت ۱۱۹

pdf جیبی نکته باز روانشناسی کنکور خیلی سبز pdf

برای خرید این کتاب از مایبوک روی همین جملہ کلیک کنید

درس ششم

تفکر (۲) تصمیم‌گیری

تصمیم‌گیری

۴۹

• ناتوانی در تصمیم‌گیری، منتج به برهم خوردن آرامش می‌شود و مانع فعالیت‌های روزمره است.

← تصمیم‌گیری یعنی ارزیابی راه‌حل‌های مختلف و انتخاب بهترین راه.
← تصمیم‌گیری، عالی‌ترین و پیچیده‌ترین فعالیت شناختی انسان است و احادیث حضرت علی علیه السلام: «آن کس که از آرا و افکار گوناگون استقبال می‌کند، صحیح را از خطا به خوبی تشخیص می‌دهد.» و «چون به یقین رسیدید، اقدام کنید.» ناظر به آن هستند.

تست سخن حضرت علی علیه السلام مبنی بر «چون به یقین رسیدید،

اقدام کنید»، نشانگر کدام فعالیت شناختی است؟ (سراسری ۹۹)

(۱) مشاوره (۲) ارزیابی (۳) تصمیم‌گیری (۴) انگیزه بیرونی

پاسخ گزینه ۳ حضرت علی علیه السلام شرط تصمیم‌گیری را رسیدن

به یقین می‌داند.

تصمیم‌گیری و حل مسئله

۵۰

شباهت: تصمیم‌گیری، نوعی حل مسئله است، چون تصمیم‌گیرندگان با این مسئله مواجه هستند که بهترین انتخاب چیست؛ در واقع هر دو با مسئله روبه‌رو هستند.

pdf.جیبی نکته باز روانشناسی کنکور خیلی سبز pdf

برای خرید این کتاب از www.darbolk.com روی همین جمله کلیک کنید

تصمیم‌گیری	حل مسئله
- توجه به موضوع انتخاب‌ها - سروکار داشتن با اولویت‌ها - انتخاب بهترین اولویت - گزینش از بین انتخاب‌های مختلف - راه‌حل‌های مختلف ما را به مقصود می‌رسانند.	- توجه به یافتن راه‌حل‌ها - سروکار داشتن با راه‌حل‌ها - انتخاب راه‌حل منتهی به حل مسئله - بازآفرینی راه‌حل روش‌های موفق و کارآمد - یک راه ما را به مقصود می‌رساند.

تست در تصمیم‌گیری‌ها با کدام پدیده بیشتر سروکار داریم؟

(خارج ۹۹)

(۲) نگرش‌ها

(۱) ملاک‌ها

(۴) اولویت‌ها

(۳) تعارض‌ها

پاسخ گزینه ۲

توجه به موضوع انتخاب‌ها

سروکار داشتن با اولویت‌ها

انتخاب بهترین اولویت

تصمیم‌گیری

انواع تصمیم‌گیری

۵۱

براساس تعداد افراد تصمیم‌گیرنده	براساس نوع تصمیم	
	اهمیت تصمیم	تعداد اولویت‌ها
فردی	معمولی	ساده (تعداد اولویت کم (تا دوتا))
گروهی	مهم	پیچیده (تعداد اولویت زیاد)

مثال تصمیم‌گیری مینا برای انتخاب از بین تعداد زیادی مانتو از نوع ساده است و تصمیم‌گیری پدر مینا برای انتخاب شهر محل سکونت با وجود محدود بودن بین دو گزینه تصمیم‌گیری، پیچیده است.

pdf.جیبی نکته باز روانشناسی کنکور خیلی سبز

تصمیم‌گیر خرد یک‌لینز کتابت از دلبخواهی نوعی رهبران، جملوجمل که تعالید اولویت کم از نوع پیچیده است.

• ساده یا پیچیده بودن یک تصمیم صرفاً به تعداد اولویت‌ها مربوط نمی‌شود، بلکه دشواری یک تصمیم‌گیری، تابع توانمندی، نگرش‌ها و تجربیات شخصی است.

• در برخی از تصمیم‌گیری‌ها همه افراد یکسان عمل می‌کنند، اما در آن دسته از تصمیم‌گیری‌هایی که بعد شخصی دارند، هر فردی متناسب با ویژگی‌های خودش تصمیم می‌گیرد.

هر کدام از موارد زیر، به ترتیب مربوط به کدام نوع

(سراسری ۱۴۰۱)

تصمیم‌گیری است؟

– انتخاب نمایندگان مجلس شورای اسلامی

– انتخاب هدیه مناسب روز مادر

– انتخاب شغل از بین دو شغل «کارمند روابط عمومی» و «مهمانداری هواپیما»

– انتخاب راهبرد مناسب در امتیازگیری تیم کشتی فرنگی

(۱) مهم پیچیده – فردی – مهم ساده – گروهی

(۲) گروهی – معمولی پیچیده – مهم ساده – فردی

(۳) گروهی – معمولی ساده – مهم پیچیده – گروهی

(۴) مهم پیچیده – معمولی ساده – گروهی – مهم ساده

پاسخ گزینه ۲

• انتخاب نمایندگان مجلس شورای اسلامی ← یک تصمیم گروهی

است که با رأی‌گیری صورت می‌گیرد.

• انتخاب هدیه مناسب روز مادر ← یک انتخاب معمولی و ساده است.

• انتخاب شغل از بین دو شغل کارمند روابط عمومی و مهماندار

هواپیما یک تصمیم مهم است که اولویت‌های زیادی را در بر می‌گیرد

و یک تصمیم پیچیده است. (مهم و پیچیده)

pdf.جیبی نکته باز روانشناسی کنکور خیلی سبز pdf

خطر (خطر از دست دادن)	- خطر در تصمیم‌گیری به این معناست که اطمینان کافی از نتایج تصمیم‌گیری وجود ندارد. (ریسک) - تصمیم‌گیری براساس ضرر نمی‌تواند انتخاب دخانیات و اعتیاد را تشریح کند. بادکنک بادکردن و ترس از ترکیدن بادکنک‌ها
هزینه‌ها	برگشتن از ورزشگاه با وجود احتمال سرماخوردگی به خاطر پول بلیت و سختی مسیر - شناکردن در دریای توفانی به دلیل هزینه‌ای که بابت خرید لوازم شنا شده است.
مزیت‌ها	تصمیم‌گیری براساس میزان سودمندی

تعریف: به روش‌های ثابت و یکنواخت تصمیم‌گیری افراد، سبک تصمیم‌گیری می‌گویند.

ناکارآمد	تکانشی	- فرد به صورت ناگهانی، با عجله و بدون محاسبه، تصمیم می‌گیرد. - در میان نوجوانان رایج است. - بلافاصله با پشیمانی همراه است. سرعت ماشین
	احساسی	- ملاک این نوع تصمیم‌گیری عواطف و هیجانات زودگذر است. - احساسات به دلیل زودگذر بودن، نمی‌تواند زیربنای تصمیم‌گیری باشد. تصمیم‌گیری یک امر مهم و پایدار است و همه ابعاد زندگی را در بر می‌گیرد؛ در نتیجه به روش‌های پایدار و ماندنی نیاز دارد. ازدواج از روی احساس

برای خرید این کتاب اطلاعات در کورکورانه به هیلی فکرانم کلنیک کنید	وابسته	- دلیل انتخاب فرد این است که دیگران چنین تصمیمی گرفته‌اند، در حالی که انتخاب دیگران ممکن است برای ما انتخاب مناسبی نباشد. - انتخاب رشته مدرسه به سبب دوستان
ناکارآمد	اجتنابی	- فرد قصد دارد تصمیم بگیرد، ولی هیچ‌گاه تصمیم وی عملی نمی‌شود. - دست‌دست کردن و کار امروز را به فردا انداختن - افراد دارای این سبک تصمیم‌گیری بر این باورند که همه چیز به خودی خود درست می‌شود، در حالی که زمان از دست می‌دهند و مشکل آن‌ها بیشتر می‌شود. - دوستان ناباب
کارآمد	منطقی یا عقلانی	- بهترین شیوه تصمیم‌گیری - زیربنای این تصمیم‌گیری نه عجله و شتاب است و نه احساسات و هیجان‌های زودگذر؛ نه اطاعت و پیروی کورکورانه و نه اجتناب، بلکه اندیشیدن است. - این سبک تصمیم‌تابع یک روش قاعده‌مند و منظم است و در این سبک، فرد پله پله و طبق قوانین پیش می‌رود. - در این روش تمام راهکارهای ممکن سنجیده می‌شود.

تست هر کدام از ضرب‌المثل‌های زیر به ترتیب با کدام سبک تصمیم مرتبط است؟

(سراسری ۱۴۰۱)

- چشم دید و دلم خواست - گر صبر کنی، ز غوره حلوا سازم
 - وعده سر خرمن دادن - چشم بسته تو چاه رفتن

۱) احساسی - منطقی - اجتنابی - وابسته

۲) احساسی - اجتنابی - وابسته - تکانشی

۳) تکانشی - منطقی - وابسته - اجتنابی

۴) تکانشی - اجتنابی - وابسته - احساسی

pdf.جیبی نکته باز روانشناسی کنکور خیلی سبز pdf

✓ **پاسخ** **گزینه ۴** خرید این کتاب از مدابوک روی همین جمله کلیک کنید

احساسی	چشم دید و دلم خواست. «علاقه زودگذر و ناپایدار به یک موضوع»
وابسته	چشم بسته تو چاه رفتن «اطاعت کورکورانه از دیگران»
اجتنابی	وعده سر خرمن دادن «دست دست کردن و کار امروز را به فردا انداختن»
منطقی	گر صبر کنی، ز غوره حلوا سازم «پیش رفتن گام به گام براساس قوانین و به صورت قاعده مند»

✓ **تست** کدام سبک های تصمیم گیری به ترتیب براساس ملاک های زیر است؟
(سراسری ۱۴۰۰)

- عواطف و هیجانات زودگذر
- ناگهانی، عجله ای و بدون محاسبه
- پیروی چشم بسته از دیگران
- ۱) تکانشی - اجتنابی - منطقی
- ۲) وابسته - احساسی - اجتنابی
- ۳) اجتنابی - وابسته - احساسی
- ۴) احساسی - تکانشی - وابسته

✓ **پاسخ** **گزینه ۴**

- سبک تکانشی { ناگهانی
بدون محاسبه
باعجله
- سبک احساسی { عواطف
هیجانات
- سبک وابسته { پیروی چشم بسته از دیگران
اطاعت کورکورانه از دیگران

برای خرید این کتاب از پدیده هفتاد و نه همیشه حمله کلید رشته تحصیلی

آینده خودش را انتخاب کند. وی در هر روز، اتخاذ تصمیم را به روز دیگری می‌اندازد تا این‌که بالاخره متوجه می‌شود زمان لازم برای انتخاب رشته تحصیلی را از دست داده است. به نظر شما احمد دارای

(سراسری ۱۴۰۰)

چه سبک تصمیم‌گیری است؟

(۱) اجتنابی (۲) تکناشی (۳) احساسی (۴) وابسته

پاسخ گزینه ۱

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

فرد دست، دست می‌کند.

کار امروز را به فردا میندازد

همه چیز خودبه‌خود درست می‌شود.

سبک تصمیم‌گیری اجتنابی

تست کدام عبارت در خصوص سبک‌های تصمیم‌گیری، درست

(خارج ۱۴۰۰)

است؟

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

پاسخ گزینه ۲

به روش‌های ثابت و یکنواخت تصمیم‌گیری، سبک تصمیم‌گیری می‌گویند.

بسیاری از سبک‌های تصمیم‌گیری، ناکارآمد و فقط یکی بهتر از سایر سبک‌ها است.

سبک‌های تصمیم‌گیری

تست برای خفیه‌داین کتاب‌بازر مدله‌وک «همه‌چیزین خولوبه‌کلوک کز دست

می‌شود.» دارای کدام سبک تصمیم‌گیری هستند؟ (خارج ۱۴۰۰)

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

پاسخ گزینه ۲ برای پاسخ به این سؤال به تست قبلی مراجعه کنید.

تست 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

پاسخ گزینه ۴

اطاعت کورکورانه از دیگران به جای فکر کردن. سبک تصمیم‌گیری وابسته دلیل انتخاب فرد این است که دیگران چنین تصمیمی گرفته‌اند.

مراحل تصمیم‌گیری

۵۴

۱	شناسایی و تعریف تصمیم مورد نظر	انتخاب رشته تحصیلی
۲	شناسایی تعداد انتخاب‌ها یا اولویت‌های آن تصمیم	انتخاب رشته تحصیلی دوره دوم متوسطه
۳	بیان ویژگی‌های هر انتخاب یا اولویت	بررسی دروس هر رشته
۴	ارزیابی پیامدهای هر انتخاب یا اولویت	امنیت شغلی و علایق تحصیلی
۵	اجرای بهترین اولویت	انتخاب رشته
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

pdf.جیبی نکته باز روانشناسی کنکور خیلی سبز

برای خرید این کتاب از مایندکریبر و وبسایت کمال مکیحکله کنیم گیری

(سراسری ۱۴۰۱)

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

پاسخ گزینه ۲

شناسایی تعداد انتخاب‌ها و اولویت‌های تصمیم	بیان ویژگی‌های هر انتخاب یا اولویت	اجرای بهترین اولویت
انتخاب رشته رزمی از بین سه اولویت	بررسی مهارت‌های لازم برای هر رشته ورزشی	انتخاب رشته ورزشی تیراندازی با کمان

موانع تصمیم‌گیری

۵۵

فردی برای تصمیم‌گیری از اطلاعاتی که دیدگاهش را تأیید کند، استفاده می‌کند.

سوگیری تأیید

حمایت از همشهری

اعتماد بیش از حد به قضاوت‌ها و روش‌های تصمیم‌گیری خود دانش‌آموزی که فکر می‌کند می‌تواند با اندک مطالعه بهترین نتیجه را بگیرد.

اعتماد افراطی

pdf.جیبی نکته باز روانشناسی کنکور خیلی سبز

برای خرسیت ایکم گرفتن از خود با یک بازو و در همین سبیلان کز یک لکت مگایه نفس پایین مانع تصمیم گیری است. - بسیاری از تصمیم گیری های مهم علاوه بر دانش لازم، اعتماد به نفس قوی نیز نیاز دارد. - تصمیم گیرنده ای که اعتماد به نفس کمی داشته باشد، نمی تواند در فرایند تصمیم گیری موفق باشد.	کوچک شمردن خود
- واکنش های عاطفی به سبب زود گذر بودن نمی تواند ملاک تصمیم گیری باشد. - افرادی که قادر به کنترل هیجان های خود نباشند، به طور مداوم با شکست در تصمیم گیری روبه رو می شوند. - تعویض بازیکن به سبب اعتراض هواداران	کنترل نکردن هیجانات

تست موانع تصمیم گیری در موارد زیر به ترتیب کدام است؟

- دانش آموزی که معتقد است صرفاً با مطالعه شب امتحان از پس امتحانات برمی آید.

(خارج ۱۴۰۱)

- پزشکی که با وجود داشتن تخصص، دل و جرأت انجام جراحی های دشوار را ندارد.

- فردی که علی رغم نتایج معتبر علمی و پزشکی در مورد مضرات مصرف سیگار، هنوز معتقد است مصرف آن بی ضرر است.

۱) کنترل نکردن هیجانات - نداشتن اعتماد به نفس - اعتماد افراطی

۲) اعتماد افراطی - نداشتن اعتماد به نفس - کنترل نکردن هیجانات

۳) کنترل نکردن هیجانات - کوچک شمردن خود - اعتماد افراطی

۴) اعتماد افراطی - کوچک شمردن خود - سوگیری تأیید

پاسخ گزینه ۴ به جدول نکته ۵۵ مراجعه کنید.

۵۶ پیامدهای ناتوانی در تصمیم گیری

- تعارض از پیامدهای ناتوانی در تصمیم گیری است.
 - وقتی در موقعیتی باشیم که مجبور به تصمیم گیری باشیم، ولی قادر به تصمیم گیری نباشیم، حالت عاطفی ناخوشایندی را به نام **تعارض** تجربه می کنیم.
- pdf.جیبی نکته باز روانشناسی کنکور خیلی سبز pdf

• مواجه شدن با این نوعی کلمات تعارضی و این نوع جریده و این نوع کلمات را می توانیم به این روش حل کنیم.

تست کدام مورد به ناهماهنگی شناختی بعد از تصمیم اشاره

دارد و اقدام معمول افراد در این خصوص، کدام است؟ (خارج ۱۴۰۱)

۱) فرد بین دو رشته حقوق و روان شناسی، رشته حقوق را برگزیند. - معایب هر دو رشته را فهرست نماید.

۲) فرد بین دانشگاه «الف» و دانشگاه «ب»، دانشگاه «ب» را انتخاب کند. - مزایای انتخاب هر دو دانشگاه را فهرست نماید.

۳) فرد بین دانشگاه «الف» و دانشگاه «ب»، دانشگاه «الف» را برگزیند. - توجه به مزایای انتخاب دانشگاه «الف» و معایب انتخاب دانشگاه «ب»

۴) فرد بین رشته حقوق و روان شناسی، رشته روان شناسی را انتخاب کند. - توجه به مزایای رشته حقوق و معایب رشته روان شناسی

پاسخ گزینه ۲ هر گاه فرد مجبور شد بین دو انتخاب مطلوب

یکی را برگزیند، دچار ناهماهنگی بعد از تصمیم می شود و بعد از انتخاب مورد نظر، در مورد آن که انتخاب کرده مزایا و در مورد آن که رد کرده است، معایب را می شمارد.

تست وقتی افراد بعد از انتخاب خود در مورد یک مدرسه یا

دانشگاه فقط به مزایای آن اشاره می کنند، برای چه نوع هماهنگی

تلاش می کنند؟ (سراسری ۹۸)

۱) هماهنگی عاطفی ۲) هماهنگی شناختی

۳) هماهنگی قبل از تصمیم ۴) هماهنگی تصمیم گیری

پاسخ گزینه ۴ هر موقع فردی مجبور شود بین دو انتخاب

مطلوب یکی را انتخاب کند دچار ناهماهنگی بعد از تصمیم می شود.

بنابراین این افراد برای هماهنگی تصمیم گیری تلاش می کنند.