

تقدیر به روح خاله عزیزم،  
دکتر مریم خدایی که تلاشگری  
بی‌وقفه اش الگوی زندگی‌ام بود.

توصیه‌نامه

اکثر دروس اختصاصی علوم انسانی، کتاب‌محور بوده و دانش‌آموز بیش از هر چیز نیازمند تسلط بر کتاب درسی است. اما به دلیل ضعف کتب درسی در انتقال مطالب دانش‌آموزان نیازمند استفاده از درسنامه‌های جانبی هستند. کتابنامه، تلاشی است برای تهیه مفیدترین درسنامه علوم انسانی. درسنامه‌ای که علاوه بر این‌که تمام مفاهیم، تمرینات، نکات تستی و قاطع شونده کتب درسی را پوشش می‌دهد، خاله از هر گونه زوائد و مطالب گمراه‌کننده است. کتابنامه نقطه تلاقح کتاب درسی، درسنامه و تست‌های هماهنگ با رویکرد کنکور است.

جواد عبدیایی؛ رتبه ۲ سال ۱۴۰۰

توصیه‌نامه

در این چند ساله که بعد از کنکور به عنوان مشاوره تحصیلی مشغول به فعالیت شده‌ام، به این موضوع که کتاب درسی مهم‌ترین منبع می‌تواند باشد اعتقاد بیشتری پیدا کرده‌ام. اما موضوع مهم دیگر این است که برای کسب موفقیت و درصد بالا علاوه بر کتاب درسی بیان نکات کنکوری آن‌ها نیز بسیار اهمیت دارد؛ در نتیجه این کتاب، که هر دو نکته را دربر گرفته به شما توصیه می‌کنم.

حلیه فراس؛ رتبه ۹ سال ۹۷

بچه‌ها سلام. از اینکه کتاب مهروماه رو برای موفقیت در درس روان‌شناسی انتخاب کردید خیلی خوشحالم و بهتون تبریک می‌گم. به قول معروف البته با کمی تصرف، مهروماه و مه و خورشید و فلک در کارند تا شما به درصد عالی به کف آرید و غم نخورید! باید بگم که تک تک صفحات این کتاب رو با عشق، لذت، امید، شغف و کلی هیجان مثبت دیگه براتون نوشتم و البته که مقداری اضطراب هم چاشنی همه این‌ها بود، چون ما روان‌شناس‌ها معتقدیم اگر اضطراب وجود نداشته باشه، هیچ پیشرفت و موفقیتی حاصل نمی‌شه. امیدوارم که شما هم با خوندن این کتاب کمی اضطراب نمکین رو چاشنی درس خوندنتون کنید و با انگیزه درونی بالاتر، اراده قوی‌تر و ادراک کارایی بیشتر درس روان‌شناسی رو مطالعه کنید.

دستورالعمل استفاده از کتاب:

همون‌طور که می‌دونید ویژگی خاص کتاب مهر و ماه حالت کتاب‌نامه‌ای بودنشه؛ یعنی شما هم‌زمان متن کتاب درسی رو می‌بینید. متن کتاب درسی، خود نسخه اورجینال منبع کنکوره و هیچ چیزی رو نمی‌شه باهاش عوض کرد! سبک جدید کتاب ما باعث می‌شه شما لحظه‌ای از این منبع اصلی غافل نشید. ولی خب همه می‌دونیم که خیلی جاهای این منبع اصلی نیاز به توضیح داره. به همین خاطر ما ضمن اینکه کتاب درسی رو عیناً جلوی چشم شما گذاشتیم، کمی هم بهش رنگ و لعاب کنکوری دادیم. یعنی کلیدواژه‌های مهم در متن کتاب درسی هایلایت شده‌اند؛ زیر برخی از مطالبی که باید بیشتر مورد توجه قرار بگیره، خط کشیدیم؛ دور برخی از کلمات تست‌خیزی که به صورت عادی ممکنه بهشون توجه نکنید رو هم دایره کشیدیم. پاراگراف‌های متن کتاب درسی شماره‌بندی شده‌اند و توضیحات مربوط به هر پاراگراف در حاشیه کتاب (کتاب‌نامه) با همون شماره مشخص و نوشته شده. شما ابتدا هر پاراگراف رو از روی کتاب درسی می‌خونید و بعدش می‌رید سراغ توضیحات مربوط به اون پاراگراف در کتاب‌نامه. اولویت اول ما در نوشتن کتاب‌نامه، ایجاد آمادگی و تسلط برای پاسخ‌گویی به سؤالات کنکور بوده. برای رسیدن به این هدف چند تا کار ویژه انجام دادیم:

■ اول: تعداد سؤالات مفهومی در کنکور روان‌شناسی هر سال داره بیشتر می‌شه، به همین دلیل ما هم یک رویکرد مفهومی در پیش گرفتیم. یعنی من شماها رو نه فقط خواننده کتاب، بلکه به عنوان دانش‌آموزان زنده و حاضر در کلاس در نظر گرفتم و هر توضیحی که به فهم راحت‌تر مطالب کتاب کمک می‌کنه رو با زبان ساده براتون نوشتم. هر جا لازم بوده، از مثال‌های روشن و کاربردی ولی خارج از کتاب استفاده کردم که باعث



می‌شه ابهام و پیچیدگی مطالب کتاب کم بشه و احساس کنید دارید یک لقمه خیلی لذیذ و خوشمزه رو نوش جان می‌کنید که اصلاً متوجه نمی‌شید چقدر سنگین و چربه! البته که مثال‌های خود کتاب هم خیلی مهم اند و نمی‌شد از اون‌ها غافل بشم؛ پس دو جور عنوان «مثال» و «مثال کتاب» براتون تدارک دیدم که دیگه از جهت توضیح و مثال، غمی نداشته باشید (یادتون باشه که مثال‌های خارج کتاب با فونت محاوره‌ای نوشته شده اند).  
■ دوم: در کتاب روان‌شناسی مفاهیم مشابه هم، زیاده و ممکنه گیجتون کنه. برای همین، هرجا چنین خطری وجود داشته، نکات لازم برای تشخیص درست و سریع رو مطلب رو تحت عنوان «**قاصی نکین**» براتون نوشتم. علاوه بر قاصی نکین نکته‌های مهمی که باید توجه بیشتری بهشون بکنید رو از متن خارج کردم و و تحت عنوان «**حواستون باشه**» آوردم.

■ سوم: یکی از روش‌های مورد تأیید تحقیقات روان‌شناسی، اینه که موقع یادگیری یک مطلب، اون رو به مطالب دیگه‌ای که از قبل در حافظه مون وجود داشته، ارتباط بدیم. این روش باعث می‌شه تا مطالب بهتر و پایدارتر در حافظه باقی بموندن. من از این اصل روان‌شناسی کمک گرفتم و هرجا می‌شد این کار رو تحت عنوان «**فلش‌بک**» انجام دادم. یعنی مطلب جدید رو به مطالب درس‌های قبل یا بخش‌های قبل همون درس، مرتبط کردم تا مطالب با انسجام بیشتری در ذهن شما جای بگیرند.

■ چهارم: در کتاب درسی بعضی از مطالب به شکل پراکنده یا به صورت مفصل توضیح داده شده. در این موارد از جدول‌ها و نمودارهای متنوع استفاده کردیم که به خلاصه کردن، مقایسه کردن و جمع‌بندی کردن مطالب کمک می‌کنه.

■ پنجم: ما در این کتاب از آموزش تصویری هم استفاده کردیم که دیگه همچی تموم باشه. اگر یه نگاه اجمالی به صفحات کتاب نامه‌ها بکنیم یه سری کیو آر کد می‌بینیم. با اسکن کردن اون‌ها می‌تونیم بعضی از فیلم‌ها و آزمایش‌های مربوط به متن کتاب رو مشاهده کنیم و مطالعه چند حسی داشته باشیم. 😊

راستی اونجایی که در کتابنامه نوشتیم «**برای مطالعه نه برای کنکور**» مطالب جذاب و کاربردی اما مربوط به درس هست که اگر دوس داشتین، میتونین بخونین و لذت ببرین.

خب می‌رسیم به تست‌ها! اول اینکه توی خود کتاب‌نامه چند تا تست آموزشی گذاشتم تا در حین یادگیری یک مطلب، تستش رو هم بزنین. در ذیل بسیاری از این تست‌ها با عنوان «**نکته تستی**» روبه‌رو می‌شید که نکاتی رو برای تشخیص سریع‌تر و زیرکانه‌تر گزینه‌ها بهتون یاد میده. علاوه بر تست‌های موجود در کتاب‌نامه، من و همکارانم حدود ۱۰۰۰ تا تست طبقه‌بندی شده موضوعی برای انتهای دروس تألیف کرده‌ایم. این تست‌ها به ترتیب موضوع هستند. هر موضوع با سؤالات ساده شروع و به سؤالات دشوار ختم می‌شه. هم سؤالات حفظی درآوردیم و هم سؤالات مفهومی تا شما برای همه‌مدل سؤالات کنکور آماده بشید. تعداد سؤالات به اندازه‌ای هست که حداقل یک دور تمام نکات ریز و درشت کتاب درسی رو پوشش می‌ده و شما قشنگ احساس می‌کنید همه‌چیز براتون جا افتاده. البته از سؤالات کنکور سال‌های قبل هم غافل نشدیم و اون‌ها رو هم براتون آوردیم که تجربه زدن تست کنکور رو هم به دست بیارید.

در پایان کتاب هم یک هدیه ویژه براتون گذاشتیم که می‌خواستیم سورپرایز باقی بمونه، ولی مجبوریم اینجا در موردش توضیح بدیم. برای هر درس تعدادی «**فلش کارت**» تهیه شده که کل نکات و مثال‌های درس به صورت خیلی خلاصه در اون‌ها هست و می‌تونید برای جمع‌بندی ازشون استفاده کنید. برای دانش آموزانی که دیر تر شروع به خوندن روان‌شناسی کردن و فرصت ندارن و یا نمی‌خوان درصد چندان بالایی کسب کنند، این قسمت کاربرد ویژه‌ای داره.

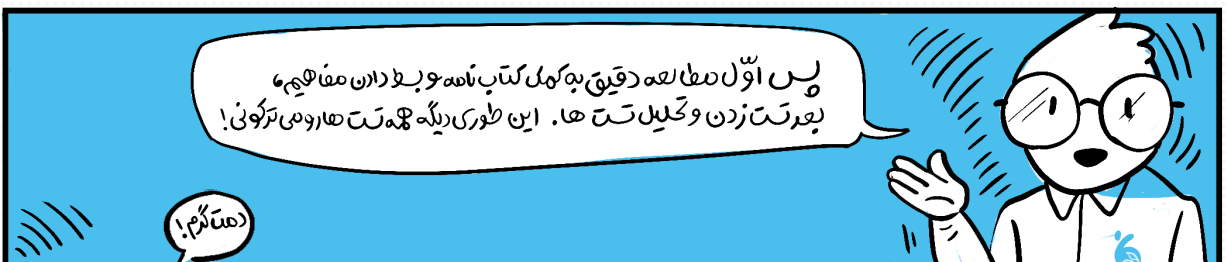
خب دیگه وقتشه که برید به میدون و با توکل بر خدا، خوندن این کتاب رو با انگیزه زیاد شروع کنید. توی درس ۷ می‌خونید که باید موفقیت‌ها تون رو به تلاش و عملکرد خودتون نسبت بدید، نه به عوامل خارجی؛ پس اگه تو کنکور، درس روان‌شناسی تون رو صد زدید، خواهش می‌کنم اسناد بیرونی نداشته باشید و نگید که به خاطر کتاب مهروماه بوده (این شما بودید که ما رو انتخاب کردید و با تلاش و برنامه‌ریزی و مطالعه درست و کمک گرفتن از خداوند، به هدفتون رسیدید. به امید اون روز و به امید موفقیت تک تک شما در همه جنبه‌های زندگی.

## سپاسگزاری

لازمه که در ابتدا و در همه لحظات، از خداوند متعال سپاس‌گزار باشم و اقرار کنم که هیچ موفقیتی به دست نمی‌آید مگر آنکه خداوند توفیقش را به ما بندگان عطا کند. به خوبی می‌دانم که هرگز نمی‌توانم ذره‌ای از الطاف پروردگارم را آن چنان که شایسته اوست، شکرگزاری کنم. از جناب آقایان امیر محمدیگی و محمدجواد حیدر بابت راهنمایی‌های تخصصی و علمی‌شان، از جناب آقای مهران افشاری بابت همکاری‌شان در طراحی تست، از سرکار خانم‌ها عاطفه محمدی و مرجان نژاد ایران بابت زحمات و پیگیری‌های دقیقشان، مدیر تولید کاربلد واحد علوم انسانی سرکار خانم صغری قربانی که خیلی با سلیقه کتاب را زیبا کردند، و همه ویراستاران علمی و فنی بابت همفکری‌هایشان و از سایر همکاران واحد تولید بابت تلاش‌های شبانه‌روزی‌شان صمیمانه تشکر می‌کنم و تکامل این کتاب را مدیون زحمات آن‌ها می‌دانم. همچنین صمیمانه قدردان همسر عزیزم و اعضای خانواده‌ام هستم، چراکه بدون کمک و بردباری آن‌ها، شرایط نوشتن این کتاب برایم فراهم نمی‌شد. در نهایت، یک تشکر ویژه و جانانه تقدیم می‌کنم به استاد و همکار عزیزم سرکار خانم سیمین زاهدی که بی‌دریغ، با دقت و تخصص فراوان و با نهایت دلسوزی، همراه شبانه‌روزی من در رقم زدن صفحات این کتاب بودند.

**ایشالا هم موفق باشی، هم از امسالت لذت ببری**

بسم!...



مشاوره روان شناسی به سبک هومان



hoomanensani



# فهرست

۷



## بخش اول ■ کتابنامه

- ۸ درس اول ■ روان‌شناسی؛ تعریف و ...
- ۲۶ درس دوم ■ روان‌شناسی رشد
- ۵۴ درس سوم ■ احساس، توجه، ادراک
- ۷۲ درس چهارم ■ حافظه و علل فراموشی
- ۹۲ درس پنجم ■ تفکر (۱) حل مسئله
- ۱۱۲ درس ششم ■ تصمیم‌گیری
- ۱۳۲ درس هفتم ■ انگیزه و نگرش
- ۱۵۲ درس هشتم ■ روان‌شناسی سلامت

## بخش دوم ■ پرسش‌های چهار گزینه‌ای



- ۱۶۹ درس اول
- ۱۷۹ درس دوم
- ۱۸۸ درس سوم
- ۱۹۷ درس چهارم
- ۲۰۵ آزمون نوبت اول
- ۲۰۷ درس پنجم
- ۲۱۴ درس ششم
- ۲۲۲ درس هفتم
- ۲۲۹ درس هشتم
- ۲۳۶ آزمون نوبت دوم
- ۲۳۸ کنکور سراسری ۱۴۰۰
- ۲۴۰ کنکور خارج ۱۴۰۰

۲۴۳



## بخش سوم ■ پاسخ‌ها

- ۲۴۴ پاسخ‌نامه تشریحی
- ۲۹۵ پاسخ‌نامه کلیدی

## بخش چهارم ■ فلش کارت



۲۹۷

## درس ۲: روان‌شناسی رشد

### مقدمه:

روانشناسی رشد یکی از پرطرفدارترین گرایش‌های روان‌شناسی است که می‌توانیم در قالب آن نگاهی به روند زندگی خودمان و آنچه در گذشته برایمان اتفاق افتاده، داشته باشیم. شاید به همین دلیل است که در این درس همواره مورد توجه ویژه



طراحان کنکور بوده است.

شما در این درس با مفهوم روان‌شناسی رشد، عوامل مؤثر بر رشد، جنبه‌ها (ابعاد) مختلف رشد و ویژگی‌های رشد در کودکی و نوجوانی آشنا می‌شوید.

مباحث این درس، ۲۰ درصد از سؤالات کنکور ۱۴۰۰ را به خود اختصاص داده و در بین درس‌ها سردمدار بوده است. مباحثی مثل رشد، یادگیری و ویژگی‌های رشد در نوجوانی بسیار مورد علاقه خاص طراحان است!

برای خواندن این درس باید سعی کنید از ابتدا مطالب را با نظم و دسته‌بندی در ذهنتان بچینید؛ چون مباحث در این درس پشت سر هم بیان شده است. برای مثال شما هر یک از جنبه‌های رشد (هیجانی، شناختی، جسمانی ...) را ابتدا در کودکی و سپس همان‌ها را در نوجوانی می‌خوانید. در این درس چندین جمله تست‌خیز و خیلی شبیه به هم وجود دارد که اون‌ها رو با یک رنگ متفاوت براتون هایلایت کردیم تا بتونید سریع پیدا شون کنید.

### برای مطالعه، نه برای کنکور 😊

در مقدمه این درس یک داستان فرضی گفته شده است. آن را بخوانید و به سؤال انتهایی آن فکر کنید. بسیاری از توانایی‌ها و تغییراتی که در طول زندگی تجربه می‌کنیم، از جمله رفتن به مدرسه و تحصیل، نیاز به یک آمادگی دارد و تا این آمادگی درونی به وجود نیاید، آن تغییر اتفاق نمی‌افتد. در مورد این موضوع تحت عنوان عوامل مؤثر بر رشد و رشد، مطالب مهمی را خواهید خواند. حالا قبل از اینکه به بررسی درس بپردازیم، بد نیست کمی با هم گپ بزنیم.

دوست من! آیا می‌دانستی بدن شما ساعت زیستی دارد؟ می‌پرسید یعنی چی؟ الان می‌گوییم هرچه ساعت انجام یک فعالیت مشخص، در طی روزهای مختلف ثابت‌تر باشد، ساعت زیستی درون بدن شما فرصت بیشتری برای تنظیم خود پیدا خواهد کرد. مثلاً اگر فردی همیشه ساعت ۶ صبح از خواب بیدار شود، ساعت زیستی وی به‌گونه‌ای فعالیت خواهد کرد که نیاز فرد به خواب در طی مراحل عمیق خواب تا قبل از ساعت ۵:۱۰ صبح به‌طور کامل برطرف شود. ساعت زیستی از حدود ساعت ۵:۱۵ عمق خواب فرد را کاهش می‌دهد.

### مقدمه

ندا با مادرش، برای ثبت نام در کلاس اول، به مدرسه آمده است. مدیر مدرسه از مادر می‌پرسد: «دختر شما چند ساله است؟» مادر جواب می‌دهد: «شش ساله». سپس می‌پرسد: دختر شما سنجش شده است؟ مادر خیلی ناراحت می‌شود و می‌گوید: «دختر من برای رفتن به مدرسه و یادگیری خواندن و نوشتن چه سنجشی لازم دارد؟ معلوم است که الان چیزی بلد نیست.» در حین حرف زدن مادر، مدیر نیم نگاهی هم به دختر بچه دارد و احساس می‌کند او در حال بیرون کشیدن دست خود از دست مادر است. بنابراین می‌گوید: «ندا جان خسته شدی؟ عزیزم می‌خواهی شما پشت میزی که مداد رنگی و دفتر نقاشی دارد بنشین و نقاشی بکشی؟» ناگهان ندا شروع به گریه کردن و جیغ زدن می‌کند و به گفت‌وگوی مادر و مدیر مدرسه خاتمه می‌دهد.

به نظر شما چه اتفاقی برای ندا افتاد؟ منظور مدیر مدرسه از سنجش چه بود؟ آیا ندا آمادگی رفتن به مدرسه و تحصیل را داشت؟ آیا رفتن به مدرسه و تحصیل نیاز به آمادگی دارد؟

از حدود ساعت پنج و نیم ترشح گروه خاصی از هورمون‌ها آغاز می‌شود، قندخون بالا رفته و فشار خون افزایش می‌یابد. از حدود ۵ دقیقه به ۶ صبح ضربان قلب افزایش پیدا می‌کند به‌گونه‌ای که فرد در ساعت ۶ صبح بدون نیاز به هیچ ساعت زنگ‌داری به راحتی از خواب بیدار می‌شود و احساس می‌کند خستگی روز قبل به‌طور کامل از بدن وی خارج شده است. حالا سؤال این است که برای استفاده بهینه از چنین مکانیسم قدرتمندی که در درون بدن همه ما وجود دارد چه باید کرد؟ بدون شک بهره‌گیری صحیح از چنین روش‌هایی به خصوص در شرایط زمانی فشرده قبل از کنکور، برای موفق شدن در اجرای یک برنامه‌ریزی صحیح زمانی کاملاً ضروری است.

پس لازم است تا حدامکان برای تک‌تک کارهای خود برنامه زمانی ثابت داشته باشید و به این برنامه وفادار بمانید. وجود این برنامه ثابت زمانی، به ساعت زیستی شما امکان می‌دهد شرایط مناسبی از نظر بدنی و ذهنی برای شما پیش از اجرای هر فعالیتی، فراهم کنند شما با ثبت عملکرد روزانه خود و سعی در ثابت نگاه داشتن زمان فعالیت‌های مهم زیست، نظیر خوابیدن و غذا خوردن به عملکرد ساعت درونی خود نظم داده‌اید و با احترام به این ساز و کار مهم درونی، بدن خود را در افزایش بازدهی و کارایی روزانه یاری خواهید کرد. ( قسمتی از متن کتاب برنامه‌ریزی همراه من مهرماه)

امیدواریم از خواندن این درس که یکی از جذاب‌ترین مباحث در روان‌شناسی هست، لذت ببرید.

این جنبه‌ها تا آخر درس ۲ چندین بار مطرح می‌شوند، پس خوب است که همین‌جا در جدول زیر آن‌ها را خوب یاد بگیرید. به جدول تقسیم‌بندی جنبه‌های رشد دقت کنید.

جنبه‌های رشد
<p><b>جسمانی</b></p> <p><b>تصرف</b> تغییرات زیست‌شناختی و بدنی</p> <p><b>مثال</b> - تغییر قد و وزن</p> <p>- تغییرات هورمونی بلوغ</p> <p>- توانایی تولید مثل</p> <p>- مهارت‌های حرکتی ظریف و درشت (پريدن، سينه‌خيز رفتن، دویدن)</p> <p>- تغيير در ماهيچه‌ها، عضلات و استخوان‌ها</p> <p>- تغيير در عملکرد مغز و سيستم عصبی</p>
شناختی
<p><b>تصرف</b> تغيير در فرایندهای شناختی مثل توجه، ادراک، حافظه، تفکر، هوش و زبان</p> <p><b>مثال</b> - بهبود توجه و تمرکز</p> <p>- مهارت تصمیم‌گیری و حل مسئله</p> <p>- جمله‌سازی و استفاده از کلمات</p> <p>- به خاطر سپردن و به خاطر آوردن اطلاعات</p> <p>- سبک‌های پردازش</p>
هیجانی
<p><b>تصرف</b> تغییر در هیجانات از جمله آگاه شدن از هیجانات و شناخت آن‌ها، جهت‌دهی و هدایت هیجانات، بروز هیجانات</p> <p><b>مثال</b> - ابراز خوشحالی، خشم، محبت و...</p> <p>- تشخیص هیجانات خود و دیگران</p> <p>- کنترل خشم</p> <p>- محبت کردن</p> <p>- احساس پشیمانی ترجم و...</p>
اجتماعی
<p><b>تصرف</b> تغییر در روابط فرد با دیگران</p> <p><b>مثال</b> - برقراری ارتباط با دیگران</p> <p>- روابط دوستی</p> <p>- خونگرم بودن</p> <p>- بازی کردن</p> <p>- رعایت آداب معاشرت</p> <p>- کار گروهی و عضویت در گروه‌ها</p>
اخلاقی
<p><b>تصرف</b> تشخیص کار خوب و بد</p> <p>انجام کار خوب و بد قضاوت درباره کار خوب و بد</p> <p><b>مثال</b> - مؤدب بودن</p> <p>- احترام گذاشتن به دیگران</p> <p>- کمک کردن به نیازمندان</p> <p>- راست‌گویی</p> <p>- رعایت حقوق دیگران</p> <p>- انسان‌دوستی</p> <p>- اهمیت‌دادن به مسائل دیگران</p>

## ۱- تعریف روان‌شناسی رشد

آیا تاکنون به ویژگی‌های مشترک خودتان با دیگر افراد خانواده، از بزرگ‌ترین فرد مثل پدر بزرگ تا کوچک‌ترین فرد تازه به دنیا آمده فکر کرده‌اید؟ سؤال آن است که این افراد چه ویژگی‌های متفاوت یا مشابهی دارند؟ خود شما نسبت به یک سال، سه سال و شش سال گذشته چه تغییراتی کرده‌اید؟ در سال‌های آینده در زمان تحصیل یا بعد از آن در مرحله ازدواج و هنگام مادر و پدر شدن چه تغییراتی خواهید داشت؟ به عبارت دیگر آیا می‌توان تغییراتی را که در طول زندگی رخ می‌دهد (شناسایی) و پیش‌بینی کرد؟

*حواستون باشه، فراخوانی زندگی یعنی طول زندگی و طول زندگی یعنی از زمان تشکیل نطفه تا مرگ.*

روان‌شناسی رشد، به عنوان یکی از گرایش‌های روان‌شناسی، به این‌گونه سوالات پاسخ می‌دهد.



تعریف اول روان‌شناسی رشد

روان‌شناسی و پیش‌بینی تغییرات در طول زندگی که به آن «فراخوانی زندگی» نیز گفته می‌شود، مورد توجه روان‌شناسان قرار گرفته است. روان‌شناسی رشد، شاخه‌ای از علم روان‌شناسی است که تلاشی می‌کند تغییراتی را که در طول زندگی، از زمان تشکیل نطفه تا زمان مرگ، در آدمی رخ می‌دهد مطالعه کند. مهم است که بدانیم این تغییرات از چه نوعی است؛ به‌طور مثال شما می‌دانید نسبت به گذشته تغییر کرده‌اید و در شش سال گذشته به‌طور کلی چیز متفاوتی بودید؟ اما سؤال این است که برای شناخت بهتر این تفاوت کلی آیا می‌توان این تغییرات را طبقه‌بندی کرد؟ تغییرات شما نسبت به گذشته کدام است؟ قد شما بلندتر شده؟ مطالب بیشتری فرا گرفته‌اید؟ مسائل را بهتر حل می‌کنید؟ کم‌حاصله‌تر و هیجانی‌تر شده‌اید؟ اجتماعی‌تر شده‌اید؟

در پاسخ به پرسش‌های فوق می‌توان جنبه‌های مختلف انسان را از یکدیگر تفکیک کرد؛ جنبه‌های جسمانی (بلند شدن قد)، شناختی (حل مسائل)، هیجانی (ابراز خشم)، اجتماعی (روابط با همسالان) و اخلاقی (رعایت حقوق دیگران) بر همین اساس، روان‌شناسی رشد دامنه گسترده‌ای از حیطه‌های رشد جسمانی، شناختی، هیجانی، اجتماعی و اخلاقی در فراخوانی زندگی فرد را شامل می‌شود.

تعریف دوم روان‌شناسی رشد

۱- Developmental Psychology

۲- Life Span

## ۱- روان‌شناسی رشد

برای آشنایی با روان‌شناسی رشد، به برخی از سؤالاتی که در این علم مطرح است، توجه کنید:

۱ افراد چه ویژگی‌های مشترک و متفاوتی با دیگر اعضای خانواده خود دارند؟ ۲ یک فرد نسبت به چند سال گذشته خود چه تغییراتی کرده است؟ ۳ یک فرد در سال‌های آینده (مثلاً در زمان تحصیل یا بعد از ازدواج یا هنگام پدر و مادر شدن) چه تغییراتی خواهد داشت؟ ۴ این تغییرات از چه نوعی هستند؟

عامل مشترک همه این سوالات یک چیز است؛ تغییرات افراد! در روان‌شناسی رشد تغییرات افراد مورد بررسی قرار می‌گیرد. پس کار روان‌شناسان رشد دو چیز است: ۱ شناسایی و ۲ پیش‌بینی تغییرات روان‌شناسی رشد؛ شاخه‌ای از روان‌شناسی است که تغییرات افراد را از زمان تشکیل نطفه تا مرگ در جنبه‌های مختلف مطالعه می‌کند. حالا دو تا سؤال مهم مطرح می‌شود:

۱ این تغییرات از چه زمانی تا چه زمانی هستند؟

**پاسخ:** از زمان تشکیل نطفه تا مرگ. به این بازه می‌گوییم فراخوانی زندگی یا طول زندگی! روان‌شناسی رشد تغییرات افراد را در این بازه مطالعه می‌کند.

۲ این تغییرات از چه نوعی هستند؟ یعنی چگونه طبقه‌بندی می‌شوند؟

**پاسخ:** بر اساس جنبه‌های مختلف انسان از هم تفکیک می‌شوند.

**نکته:** جنبه‌های مختلف انسان عبارت‌اند از:

- ۱ جسمانی
- ۲ شناختی
- ۳ هیجانی
- ۴ اجتماعی
- ۵ اخلاقی

سؤال

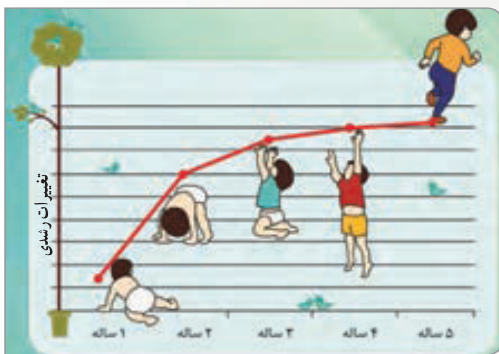
در چه سنی دوچرخه سواری را یاد گرفتید؟ آیا این مهارت در نتیجه تغییرات رشدی حاصل شده است، یا با تمرین و آموزش مکرر؟ هر دو. ابتدا باید به سن و آمادگی زیستی برسیم و بعد تمرین کنیم و آموزش بدهیم.

عوامل محیطی

عوامل مؤثر بر رشد

آیا تاکنون به شما گفته شده چقدر شبیه پدر یا مادر خود هستید؟ چه تفاوت‌هایی با دوستان و هم کلاسی‌های خود دارید؟ این تفاوت در چه زمینه‌ای است؟ جسمانی، رفتاری یا اخلاقی؟ به نظر شما علت این تشابه‌ها و تفاوت‌ها چیست؟ آیا هر فردی از ابتدای تشکیل نطفه خصوصیات ثابتی به دست می‌آورد یا برای شکل‌گیری خصوصیات در افراد به آموزش و محیط‌های مناسب نیاز است؛ مثلاً یکی از هم کلاسی‌های شما بلندقد است (دلیل آن تغذیه مناسب و ورزش است یا بلند قامت بودن پدر و مادرش؟ پاسخ به سؤال‌های فوق آسان است، اما به مطالب زیر به راحتی نمی‌توان پرداخت: علی بسیار فعال و زود جوش است و دوستان زیادی دارد، اما احمد در کلاس تا از وی سؤال نشود حرف نمی‌زند و دوستانش بسیار محدود و در گروه دوستان هم کم حرف است.

روان‌شناسان رشد معتقدند ویژگی‌های افراد و تغییراتی که در طول دوره زندگی، از دوره جنینی تا دوره سالمندی، در افراد رخ می‌دهد می‌تواند معلول دو دسته عوامل وراثتی و محیطی باشد.



عوامل مؤثر بر رشد

به این سؤالات توجه کنید:

- ۱ علت تفاوت‌ها و تشابه‌های افراد در توانایی‌ها یا ویژگی‌هایشان چیست؟
  - ۲ علت به وجود آمدن یک توانایی یا ویژگی چیست؟
  - ۳ چه زمانی یک توانایی یا ویژگی به وجود می‌آید؟
  - ۴ برای اینکه یک توانایی یا ویژگی به وجود بیاید چه چیزهایی لازم است؟
  - ۵ ایجاد یک توانایی یا ویژگی نتیجه چیست؟
- با پرسیدن این سؤالات می‌خواهیم بدانیم چه عواملی در ایجاد تغییرات رشدی، مؤثر هستند؟ عوامل مؤثر بر رشد چیست؟ دلیل مطرح کردن این پرسش‌ها این است که در واقع به دنبال علت و چرایی تغییرات هستیم. برای درک بهتر این موضوع یک مثال می‌زنیم.

**مثال** اگر از شما بپرسند «چی می‌شه که یه بچه راه می‌فته؟» احتمالاً با توجه به عوامل وراثتی و محیطی چنین جواب‌هایی می‌دید:

عوامل محیطی	عوامل وراثتی
- تمرین می‌کنه	- بزرگ می‌شه
- بهش یاد می‌دن	- عضلات پاش قوی می‌شه
- تشویقش می‌کنند	- بین اعضای بدنش تعادل و هماهنگی به وجود میاد
- از بزرگ‌ترها تقلید می‌کنه	- به سن راه رفتن می‌رسه

کتابنامه

این جواب‌ها همان عوامل مؤثر بر رشد هستند، که به دو دسته کلی تقسیم می‌شوند:

- ۱ عوامل وراثتی (ستون سمت راست)
- ۲ عوامل محیطی (ستون سمت چپ)

پس عوامل مؤثر بر رشد به دو دسته وراثتی و محیطی تقسیم می‌شود.

عوامل مؤثر بر رشد عبارت است از:

۱. عوامل وراثتی: عواملی که مربوط به شرایط زیست‌شناختی و ژنتیکی فرد هستند.

۲. عوامل محیطی: عواملی که مربوط به شرایط بیرونی فرد هستند.

نکته تصویر صفحه ۳۸ کتاب درسی

سرعت رشد در ابتدای تولد خیلی زیاد است؛ یعنی بیشترین تغییرات در یک تا دو سالگی اتفاق می‌افتد. از حدود ۴ سالگی سرعت رشد یکنواخت می‌شود. (البته در دوره نوجوانی مجدداً رشد سرعت می‌یابد)

فلش‌بک: اهداف علم روان‌شناسی در درس یک را

به یاد بیاورید. دومین هدف تبیین است که به بیان چرایی پدیده‌ها می‌پردازد. از آنجایی که در بحث عوامل مؤثر بر رشد روان‌شناسان به دنبال چرایی و علت تغییرات رشدی هستند، می‌توان گفت در اینجا، هدف آن‌ها «تبیین» است.

در جدول زیر مثال‌هایی از عوامل وراثتی و محیطی مطرح شده است.

عامل محیطی	عامل وراثتی	ویژگی افراد
چون تغذیه و ورزش مناسب داشته است.	چون ژن قدبلندی دارد.	چرا علی قد بلند است؟
چون در شرایط آب و هوایی نامناسب قرار گرفته است.	چون مادر و مادر بزرگش زود به بلوغ رسیده‌اند.	چرا زهرا زود به بلوغ رسیده؟
چون یاد نگرفته که چگونه خشمش را کنترل کند.	چون ذاتاً آدم پرخاشگری است.	چرا مریم زود عصبانی می‌شود؟

**نکته:** در مورد ویژگی‌های جسمانی (مثل قدبلند بودن) راحت‌تر می‌توانیم مشخص کنیم که کدام عامل نقش پررنگ‌تری داشته اما در مورد ویژگی‌های روان‌شناختی (مثل فعال و زودجوش بودن) انجام این کار دشوارتر است.

۳ فعالیت ۱-۲

در صفحه ۳۹ کتاب درسی در هر یک از ابیات، نقش یکی از عوامل مؤثر بر رشد مشخص شده است که در جدول زیر به آن اشاره نموده‌ایم:

عوامل مؤثر بر رشد	مفهوم بیت
عوامل محیطی	۱. امان از همنشین بد که می‌تواند انسان را جهنمی کند!
عوامل وراثتی	۲. همان‌طور که هر کاری کنیم گردو روی گنبد نمی‌ماند، تربیت هم در فردی که ذاتاً نااهل هست، اثر ماندگاری ندارد.
عوامل وراثتی	۳. کسی که از خاندان بدی به دنیا آمده باشد، حتی اگر با انسان‌های خوب همنشین شود، در نهایت مثل خاندانش می‌شود.
عوامل وراثتی	۴. نصیحت کردن کسی که سیه‌دل است (ذات بدی دارد) مانند فرو کردن میخ در سنگ، بی‌فایده است.
عوامل محیطی	۵. پسر حضرت نوح چون با افراد بد همنشین شده، اثری از پیامبرزادگی در او باقی نماند.
عوامل محیطی	۶. گل با اینکه ذاتاً پست و بی‌ارزش است در اثر همنشینی با گل می‌تواند مانند مشک، خوش‌بوی شود.

تست؟

روان‌شناسی که معتقد است برخی رفتارهای والدین با فرزندشان شخصیت آن‌ها را شکل می‌دهد و روان‌شناسی که معتقد است هوش یک ویژگی ذاتی است و چندان قابل افزایش نیست، به ترتیب کدام‌یک از عوامل مؤثر بر رشد را بیشتر مؤثرتر می‌دانند؟

- (۱) وراثتی - محیطی
- (۲) وراثتی - وراثتی
- (۳) محیطی - محیطی
- (۴) محیطی - وراثتی

**پاسخ:** رفتارهای والدین یک عامل محیطی است؛ پس تأکید روان‌شناس اول به عوامل محیطی است. روان‌شناس دوم بر عوامل وراثتی است؛ زیرا هوش را ذاتی و غیر قابل تغییر می‌داند؛ بنابراین گزینه «۴» صحیح است.

۳ فعالیت ۱-۲

با توجه به اشعار زیر مشخص کنید کدام به عامل وراثتی و کدام به عامل محیطی اشاره دارد:

(محیطی) ۱) زینهار از قرین بد زینهار و قنا ربنا عذاب النار

(۲) پرتو نیکان نگیرد هر که بنیادش بد است تربیت نااهل را چون گردکان برگنبد است

(۳) عاقبت گرگ زاده گرگ شود گرچه با آدمی بزرگ شود

(۴) با سیه دل چه سود گفتن وعظ نرود میخ آهنین در سنگ

(محیطی) ۵) پسر نوح با بدان بنشست خاندان نبوتش گم شد

سگ اصحاب کهف روزی چند بی‌نیکان گرفت و مردم شد

(محیطی) ۶) گلی خوشبوی در حمام روزی رسید از دست محبوبی به‌دستم

بدو گفتم که مشک‌ی یا عبیری که از بوی دلاویز تو مستم

بگفتا من گلی ناچیز بودم ولیکن مدتی با گل نشستم

کمال همنشین در من اثر کرد و گرنه من همان خاکم که هستم

(سعدی)

وراثتی

پس عوامل مؤثر بر رشد به دو دسته کلی تقسیم می‌شوند؛ به جدول زیر توجه کنید.

عوامل مؤثر بر رشد	
وراثتی (زیستی)	محیطی (آموزشی)
درون فرد هستند.	بیرون از فرد قرار دارند.
پیش از تولد وجود دارند.	پس از تولد به وجود می‌آیند.
نسبتاً ثابت و قابل پیش‌بینی‌اند.	نسبتاً متغیر و غیر قابل پیش‌بینی‌اند.

**فعالیت ۱-۲ صفحه ۳۹ کتاب درسی:** به نکته تستی این فعالیت دقت کنید:

**نکته تستی:** برای تشخیص اینکه هر بیت یا هر جمله بر کدام عامل تأکید می‌کند،

به این موضوع توجه کنید:

- اگر شاعر ویژگی‌های انسان‌ها و سرنوشت آن‌ها را قابل تغییر می‌داند، تأکید آن بیت / جمله بر عوامل محیطی است.

- اگر شاعر ویژگی‌های انسان‌ها و سرنوشت آن‌ها را غیر قابل تغییر و از پیش تعیین شده می‌داند، تأکید آن بیت / جمله بر عوامل وراثتی است.



## ۱۴ عوامل وراثتی

در شماره ۲ عوامل وراثتی و محیطی را به صورت کلی معرفی کردیم. در این قسمت عوامل وراثتی را روشن تر می کنیم. عوامل وراثتی عواملی هستند که به شرایط زیست شناختی و ژنتیکی فرد مربوط هستند و به دو دسته کلی تقسیم می شوند. **توجه:** این دسته بندی به شکل مستقیم در کتاب ذکر نشده، ولی مطالب آن موجود است.

### ۱ عوامل وراثتی مخصوص هر فرد:

● باعث شباهت فرد به نزدیکانش و تفاوت او با افراد غریبه می شود؛ مثل اینکه برخی افراد از هوش بالاتری برخوردارند.

### ۲ عوامل وراثتی مشترک بین همه انسان ها:

● باعث شباهت انسان ها در جنبه های مختلف رشد می شود؛ مثل اینکه همه کودکان به طور میانگین در یک بازه سنی یکسانی راه می افتند.

### دسته اول: عوامل وراثتی مخصوص هر فرد

این دسته از عوامل وراثتی مربوط به ژن هایی هستند که از زمان تشکیل نطفه همراهان بوده اند و از پدر و مادرمان به ارث رسیده اند. این ژن ها باعث شباهت ما به پدر و مادر و یا خواهر و برادرمان و همین طور باعث تفاوت ما با افراد دورتر می شود. مثلاً کودکی که رنگ چشم روشن، قدرت بدنی بالا، دیر حرف زدن و... را از طریق پدر و مادر خود به ارث برده، از این جهت به آن ها شبیه است و با دوستان خود متفاوت است. مثال هایی که در شماره ۲ برای عوامل وراثتی ذکر کردیم جزء این دسته هستند.

### عوامل وراثتی در دوقلوها

هر چقدر افراد ژن های مشترک بیشتری داشته باشند (عوامل وراثتی بیشتر) احتمال شباهت داشتنشان به یکدیگر بیشتر می شود. به همین دلیل بیشترین شباهت در دوقلوهای همسان وجود دارد.

۱. حتماً همجنس اند.
  ۲. بیشتر اوقات از لحاظ ظاهر و رفتار غیر قابل تشخیص اند. (بیشترین شباهت)
  ۳. ویژگی های وراثتی یکسان دارند
  ۴. از یک تخمک به وجود آمده اند.
- همسان
۱. گاهی همجنس، گاهی غیر همجنس اند.
  ۲. از دو تخمک به وجود آمده اند.
  ۳. شباهت آن ها مانند شباهت خواهر و برادرهای معمولی است.
- ناهمسان
- دوقلوها

**سؤال:** شباهت دوقلوها به موازات رشد بیشتر می شود یا کمتر؟  
**پاسخ:** اگر عوامل محیطی متفاوتی را تجربه کنند (مثلاً مدرسه مختلف، دوستان متفاوت، دانشگاه و شهر متفاوت و...) احتمالاً شباهت آن ها با گذشت زمان کمتر می شود. اما اگر عوامل محیطی یکسانی داشته باشد، شباهت بین آن ها باقی می ماند. ■

**حواستون باشه:** صفاتی که در اثر عوامل وراثتی خاص هر فرد به وجود می آیند، پیش از تولد در فرد نهفته هستند. (یعنی از زمان تشکیل نطفه). برخی از آن ها مثل قد، وزن و رنگ چشم از بدو تولد ظاهر می شوند اما برخی دیگر با گذر زمان خود را نشان می دهند. ■

شما چه شباهتی با برادر یا خواهر خود دارید؟ این شباهت ها در شما بیشتر است یا در دوقلوها؟ شباهت دوقلوها فقط در دوره نوزادی و کودکی بوده است یا به موازات رشد به هم شبیه تر شده اند؟ شباهت های آنها از لحاظ ظاهری بود یا رفتاری؟ شاید دوقلوهایی را دیده باشید که نه تنها هم جنس بودند (یعنی هر دو دختر و یا هر دو پسر بودند) بلکه از لحاظ ظاهر و رفتار هم بیشتر اوقات قابل تشخیص نبودند. به این دوقلوها، **دوقلوی همسان**<sup>۱</sup> می گویند. دوقلوهای همسان دارای ویژگی های وراثتی یکسان هستند؛ زیرا هر دو از یک تخمک به وجود آمده اند. برخی دوقلوها را **ناهمسان**<sup>۲</sup> می نامند؛ یعنی از دو تخمک جدا به وجود آمده اند.



دوقلوهای ناهمسان



دوقلوی همسان

یکی از عوامل زیستی مؤثر بر رشد وراثت است. عوامل وراثتی، ایجادکننده صفاتی هستند که از قبل در فرد نهفته است. برخی از این صفات از بدو تولد در رفتار نوزاد ظاهر می شود؛ مثلاً نوزادی را در نظر بگیرید که در هفته اول تولدش تمام بستگان و اطرافیان تلاش می کنند تشخیص دهند از لحاظ ظاهری شبیه به کیست؟ پدر، مادر، مادر بزرگ و ... ؟

۵ آیا از همان ابتدای تولد معلوم است نوزاد مورد نظر ما در چه سنی راه می افتد و یا آمادگی حرف زدن و یا قلم به دست گرفتن پیدا می کند؟ برای راه افتادن، حرف زدن، خواندن و نوشتن یک آمادگی خاص نهفته لازم است تا کودک شروع به حرف زدن و یا خواندن و نوشتن بکند.

لازمه اما کافی نیست!

- ۱- دوقلوهای همسان الزاماً هم جنس هستند.
- ۲- دوقلوهای ناهمسان می توانند هم جنس یا غیر هم جنس باشند.

## ۱۵ دسته دوم: عوامل وراثتی مشترک بین نوع انسان ها

دسته دوم از عوامل وراثتی، وراثت مشترک بین همه انسان ها (نوع انسان ها) است. این عوامل وراثتی باعث شباهت هایی در فرایند رشد همه انسان ها می شود. مثلاً به طور میانگین کودکان در ۱۵ ماهگی راه می روند، نوجوانان در ۱۱ تا ۱۴ سالگی به بلوغ می رسند و... رسیدن به این توانایی ها نیاز به یک آمادگی دارد. این آمادگی در همه افراد به شکل نهفته وجود دارد و وقتی به سن لازم می رسند، خود را نشان می دهد. «آمادگی خاص نهفته» اشاره به یک اصطلاح مهم در روان شناسی رشد دارد: «رشد»

**سؤال:** آیا از همان ابتدای تولد مشخص است نوزاد ما چه زمانی راه می افتد؟ چه زمانی حرف می زند؟ چه زمانی می نویسد؟ به عبارت دیگر آیا هر فردی از ابتدای تشکیل نطفه، خصوصیات ثابتی به دست می آورد؟

**پاسخ:** نمی توانیم دقیقاً معلوم کنیم نوزاد ما چه سنی راه می افتد یا حرف می زند، اما می توانیم میانگین احتمال وقوع آن را در دامنه های سنی خاصی پیش بینی کنیم. ■

**حواستون باشه:** به طور کلی پیش بینی کردن اینکه هر فرد از ابتدای تشکیل نطفه تا مرگ، چه خصوصیات نسبتاً ثابتی را در دامنه های سنی خاص به دست می آورد، براساس عوامل وراثتی است ■

خلاصه ویژگی‌های ریش:

۱. بین افراد مختلف مشترک است.
۲. دامنه سنی تقریباً مشخص دارد.
۳. وابسته به آمادگی زیستی است.
۴. طبق یک برنامه طبیعی صورت می‌گیرد.
۵. با گذشت زمان، اتفاق می‌افتد.
۶. مستقل از محیط است، اما از آن تأثیر می‌پذیرد.
۷. احتمال وقوع آن در دامنه‌های سنی خاص تقریباً قابل پیش‌بینی است.

### تست

۱. کدام ویژگی بیشتر تابع ریش است؟

- (۱) دوچرخه‌سواری کردن (۲) نواختن پیانو
- (۳) چهار دست و پا رفتن (۴) شعر خواندن

**پاسخ:** چهار دست و پا رفتن یکی از ویژگی‌های رشدی است که بیشتر تحت تأثیر ریش است چون: اکثر کودکان در سن تقریباً یکسانی چهار دست و پا حرکت می‌کنند، دامنه سنی مشخص دارد (بین ۷ تا ۱۰ ماهگی)، نیاز به آمادگی زیستی دارد (سفت شدن زانوها و دست‌ها، بالا نگهداشتن عضلات شکم)، در بیشتر کودکان با گذشت زمان و طبق برنامه طبیعی ریش و مستقل از محیط، به وجود می‌آید.

دوچرخه‌سواری کردن، نواختن پیانو و شعر خواندن سن مشخص و مشترک ندارند و بیشتر وابسته به عوامل محیطی هستند؛ بنابراین گزینه «۳» صحیح است.

۲. این واقعیت که انسان‌ها در جنبه‌های بسیاری از رشد شبیه یکدیگر هستند، نشان‌دهنده چیست؟

- (۱) غریزه (۲) وراثت
- (۳) یادگیری (۴) استعداد

**پاسخ:** اینکه ما انسان‌ها در جنبه‌های بسیاری از رشد شبیه یکدیگر هستیم، نشان‌دهنده این است که وراثت خصوصیات مشترکی را در برنامه زیست‌شناختی و طبیعی رشد ما قرار داده است یعنی همان عوامل وراثتی دسته اول؛ بنابراین گزینه «۲» صحیح است.

**حواستون باشه:** ۱. شباهت‌هایی که بین همه انسان‌ها وجود دارد، مربوط به عوامل وراثتی و ریش است.

۲. از آنجایی که تغییرات انسان‌ها در جنبه جسمانی رشد، بیش از جنبه‌های دیگر وابسته به آمادگی زیستی است و طبق یک برنامه طبیعی به وجود می‌آید، می‌توانیم بگوییم عامل «ریش» در جنبه جسمانی، بیش از جنبه‌های دیگر نقش دارد. ■

### بچه‌ها یک سؤال!

ریش را در زندگی خودتان در نظر بگیرید. هرچه به ذهن‌تان می‌رسد بنویسید.

.....

.....

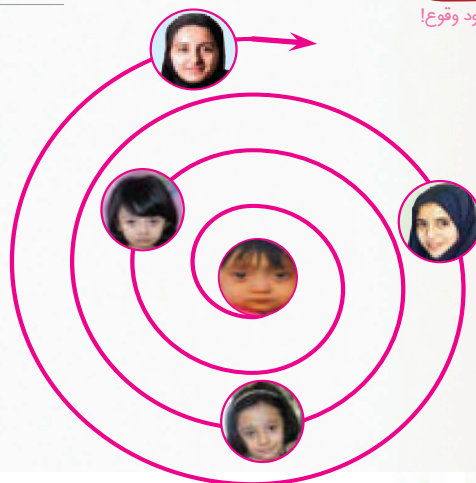
.....

.....

.....

### تعریف اول

۶ در روان‌شناسی به رفتارهایی که وابسته به آمادگی زیستی است «**ریش یا پختگی**» گویند. **تعریف دوم** ریش یا پختگی به معنای آن دسته از تغییراتی است که به آمادگی زیستی وابسته است و با گذشت زمان طبق یک برنامه طبیعی انجام می‌گیرد. عوامل محیطی نیز می‌توانند تا حدودی بر ریش یا پختگی تأثیر بگذارد. براساس فرایند ریش، آدمی، از دوره جنینی تا مرگ، برخی خصوصیات را در جنبه‌های مختلف رشد نشان خواهد داد. مثلاً از لحاظ رشد جسمانی به طور **مشابه** میانگین، کودک در ۱۵ ماهگی بدون کمک می‌تواند راه برود یا به طور میانگین، نوجوان در ۱۱ تا ۱۴ سالگی به بلوغ می‌رسد. از آنجا که وراثت نقش تعیین‌کننده‌ای در ریش یا آمادگی زیستی افراد برای تغییرات دارد، در بسیاری از موارد با توجه به بررسی خصوصیات افراد فامیل نزدیک و دور می‌توان **احتمال وقوع** برخی از ویژگی‌های رفتاری و شناختی را در دامنه‌های سنی خاص پیش‌بینی کرد. **نه خود وقوع!**



ریش اسم مصدر «رسیدن» است مانند گمارش، گزینش Maturation ۱-

### ۶ مفهوم ریش

**تعریف ریش یا پختگی:** تغییراتی که وابسته به آمادگی زیستی است و با گذشت زمان طبق یک برنامه طبیعی انجام می‌گیرد.

**مثال** اگر نوزادی ۵ ماهه در یک محیط پرجمعیت رشد کند و دائم با او صحبت بشه، می‌تونه صحبت کنه؟ قطعاً نه. چون زبان، حنجره، لب‌ها و مهم‌تر از همه سیستم مغزی او به آمادگی زیستی لازم نرسیده. اگر برای یک نوزاد ۶ ماهه بهترین مربی ورزش رو بگیریم و دائم باهاش تمرین کنیم که راه بره، راه میفته؟ نه! چون عضلات پا و بدنش به آمادگی زیستی لازم نرسیدند.

**نتیجه‌گیری:** زمان شروع بعضی از تغییرات وابسته به آمادگی زیستی است. به این تغییرات می‌گوییم ریش. همان‌طور که از اسم آن پیدا است، ریش یعنی رسیدن (از بن مضارع «رسیدن» ساخته شده: رس + ش) منظور رسیدن به آمادگی زیستی لازم یا رسیدن به حداقل سن لازم است. ■

این تغییرات نسبتاً مستقل از محیط اتفاق می‌افتند؛ یعنی در شرایط نرمال، خودبه‌خود طبق یک برنامه طبیعی به وجود می‌آیند. برای مثال تقریباً همه بچه‌ها یک‌سری مهارت‌های حرکتی را با ترتیب مشخصی به دست می‌آورند؛ از جمله غلتیدن، سینه‌خیز رفتن، چهار دست و پا رفتن، نشستن و راه رفتن. البته عوامل محیطی هم تا حدودی می‌توانند تأثیرگذار باشند. برای مثال بچه‌هایی که اطرافیان‌شان زیاد با آنها صحبت می‌کنند، ممکن است کمی زودتر حرف بزنند. ولی باز هم در همان دامنه سنی که ریش تعیین می‌کند، شروع به صحبت می‌کنند.



## ۷ عوامل محیطی

متخصصان رشد معتقدند علاوه بر عوامل وراثتی، عوامل محیطی نیز در تغییرات رشدی مؤثر هستند. عوامل محیطی در بیرون از فرد وجود دارد و بر نحوه بروز تغییرات در جنبه‌ها و در مراحل مختلف رشد تأثیرگذار است. یادگیری یکی از مهم‌ترین عوامل محیطی است که بر روی تغییرات رشدی تأثیر بسزایی دارد. بسیاری از توانمندی‌های جسمانی و شناختی به موازات افزایش سن در کودکان از طرق مختلف به یادگیری نیاز دارد. نه همه توانمندی‌ها! بعضی از توانمندی‌ها

### سؤال

- در یک خانواده پرجمعیت و خانواده تک فرزند همه کودکان در سن یکسانی شروع به صحبت می‌کنند. اما در خانواده پرجمعیت، کودک لغات بیشتری می‌آموزد. به نظر شما علت این تفاوت چیست؟
- کدام یک از عوامل وراثتی یا محیطی باعث ایجاد تفاوت شده است؟

## ۸ مراحل مهم رشد در «فراخوانی زندگی»

آیا به خاطر دارید هفت سال پیش قد شما چند سانتی‌متر بود؟ چند هزار کلمه بلد بودید؟ چند نفر را می‌شناختید؟ چند مسئله ریاضی را می‌توانستید حل کنید؟ الان احساس می‌کنید چقدر تغییر کرده‌اید؟ از اندازه قد، تعداد لغاتی که بلد هستید و یا تعداد افرادی که در زندگی خود می‌شناسید و یا مسائلی که می‌توانید حل کنید چقدر آگاهی دارید؟ آیا تغییر در تعداد آنها (کم) است یا ویژگی‌های شما تغییر اساسی و کیفی کرده است؟ ویژگی‌های مربوط به رشد انسان را به دلیل پیوستگی رشد، نمی‌توان به راحتی به مراحل مشخص تقسیم کرد، اما امروزه اکثر روان‌شناسان رشد، به رشد مرحله‌ای اعتقاد دارند. بر همین اساس، ابعاد مختلف رشد در طول زندگی یا فراخوانی زندگی، به مراحل مختلف تقسیم می‌شود.

تقسیم فراخوانی زندگی یعنی طول زندگی که از زمان انعقاد نطفه تا مرگ رو در برمی‌گیرد

۴۲

## ۷ عوامل محیطی

عوامل محیطی در بیرون از فرد وجود دارند و بر نحوه بروز تغییرات در جنبه‌ها و مراحل مختلف رشد تأثیر می‌گذارند. برای درک بهتر عوامل محیطی یک مثال می‌زنیم. مثال برای اینکه به کودک دوچرخه‌سواری یاد بگیرد چه چیزی لازم است؟

۱ عوامل وراثتی: اول از همه باید به سن مشخصی برسد و به آمادگی زیستی پیدا کند. هیچ‌وقت نمی‌توانیم از یک کودک ۲ ساله توقع داشته باشیم دوچرخه‌سواری رو یاد بگیرد. حتی آگه بهترین مربی رو براش بگیریم.

۲ عوامل محیطی: وقتی به به آمادگی زیستی اولیه رسید و ۳-۴ ساله شد، می‌توانیم براش دوچرخه بگیریم و شروع کنیم به تمرین کردن و آموزش دادن. در غیر این صورت هیچ‌وقت خودبه‌خود دوچرخه‌سواری رو یاد نمی‌گیرد!

نتیجه‌گیری: بسیاری از توانمندی‌های جسمانی (مثل دوچرخه‌سواری) و توانمندی‌های شناختی (مثل یادگیری زبان دوم) علاوه بر افزایش سن و رسیدن به آمادگی زیستی (عامل)، بیشتر نیاز به یادگیری (عامل) دارند. یادگیری یکی از عوامل محیطی مؤثر بر رشد است. برخی دیگر از این عوامل عبارتند از: تمرین، آموزش، تقلید و الگوبرداری، مشاهده، تشویق و تنبیه، تجربه و تعامل با افراد.

پاسخ سؤال کتاب (صفحه ۴۲): اینکه سن شروع صحبت کردن در همه کودکان تقریباً یکسان است، نشان‌دهنده نقش رسش و عوامل وراثتی است که ویژگی‌های مشترکی را در برنامه رشد طبیعی انسان‌ها قرار داده است. اینکه کودکان خانواده‌های پرجمعیت کلمات بیشتری می‌آموزند، نشان‌دهنده نقش عوامل محیطی است؛ مثل مشاهده خواهر و برادرها، شنیدن کلمات بیشتر و...

## قلمی نکین: سن شروع یک مهارت بیشتر

تحت تأثیر رسش است اما مسلط شدن، پیشرفته‌تر شدن، با مهارت‌تر شدن در آن ویژگی، تحت تأثیر عوامل محیطی است. شباهت‌های افراد در سن شروع توانایی‌ها مربوط به رسش است. تفاوت‌های افراد در نحوه بروز توانایی‌ها مربوط به عوامل محیطی است.

## ۸ مراحل مهم رشد در فراخوانی زندگی

اگر از شما بپرسیم چه زمانی دوره کودکی را پشت سر گذاشتید و وارد نوجوانی شدید، نمی‌توانید مرز دقیق و مشخصی را بیان کنید؛ زیرا بسیاری از تغییرات رشدی به صورت پیوسته و تدریجی اتفاق می‌افتند و نمی‌توان به راحتی آن‌ها را به مراحل متمایز تقسیم کرد. بنابراین چون رشد، یک فرایند پیوسته است، تقسیم کردن رشد به مراحل مختلف کار دشواری است. با این وجود روان‌شناسان رشد، بر اساس ویژگی‌های بارز و خاصی که در هر دوره وجود دارد، مراحل مختلف رشد را از هم تفکیک کرده‌اند. این مراحل را در جدول صفحه ۴۴ کتاب درسی ملاحظه می‌کنید.

## حواستون باشه: امروزه، اکثر روان‌شناسان رشد، به رشد مرحله‌ای اعتقاد دارند.

### تست؟

کدام گزینه درباره رشد درست است؟

- پیوستگی رشد، تقسیم مراحل رشد را تسهیل می‌کند.
- امروزه رشد مرحله‌ای مورد قبول واقع نشده است.
- نمی‌توان رشد را به مراحل مشخصی تقسیم کرد.
- ابعاد مختلف رشد در طول زندگی به مراحل مختلف تقسیم می‌شود.

### پاسخ: بررسی سایر گزینه‌ها:

گزینه ۱ نادرست است، چون پیوستگی رشد باعث می‌شود، ویژگی‌های مربوط به رشد انسان را نتوانیم به راحتی به مراحل مشخص تقسیم کنیم.  
گزینه ۲ نادرست است، زیرا امروزه اکثر روان‌شناسان رشد، به رشد مرحله‌ای اعتقاد دارند.  
گزینه ۳ نادرست است، زیرا ابعاد مختلف رشد در طول زندگی یا فراخوانی زندگی، به مراحل مختلف تقسیم می‌شود هر چند این کار، کار راحتی نیست؛ بنابراین گزینه «۴» صحیح است.



مراحل از هم قابل تفکیک نیستند (روان‌شناسان در گذشته به رشد غیرمرحله‌ای اعتقاد داشتند.)



مراحل از هم تفکیک شدند (نظر امروزه اکثر روان‌شناسان)

**قسطی نکنین:** ۱. کودکان نوپا، کودکان ۱ تا ۳ ساله هستند که تازه راه افتاده‌اند و طبق جدول، در «کودکی اول» قرار می‌گیرند. ۲. طبق جدول، کودکی دوم تا شروع بلوغ جنسی است. بعد از کودکی دوم هم نوجوانی قرار دارد. پس نتیجه می‌گیریم که شروع نوجوانی و شروع بلوغ جنسی هم‌زمان هستند. (اما دقت کنید که نمی‌توانیم بگوییم پایان نوجوانی هم، پایان بلوغ جنسی است) ۳. پایان نوجوانی علاوه بر سن (۲۰ سالگی) با دو ملاک دیگر تعیین می‌شود: ۱. شروع به کار و اشتغال ۲. استقلال از والدین ۳. با توجه به اینکه بعد از نوجوانی، مرحله جوانی قرار دارد، نتیجه می‌گیریم شروع به کار و استقلال از والدین شروع جوانی هم محسوب می‌شود.

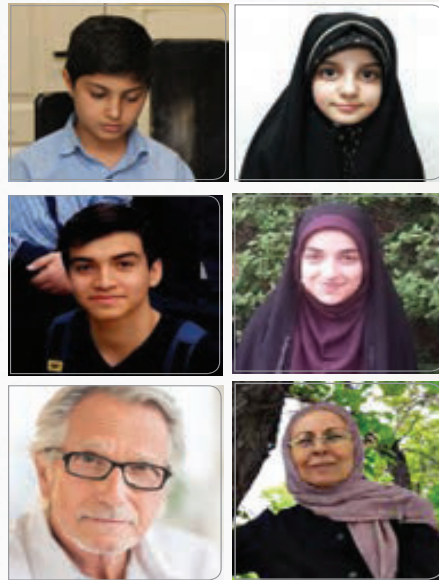
### تست؟

۱. کدام عبارت دربارهٔ مراحل رشد در فراخنای زندگی نادرست است؟
    - ۱) کودکی دوم با شروع بلوغ جنسی پایان می‌یابد.
    - ۲) نوجوانی با پایان بلوغ جنسی به اتمام می‌رسد.
    - ۳) نوجوانی با شروع بلوغ جنسی آغاز می‌شود.
    - ۴) نوجوانی می‌تواند با استقلال از والدین به اتمام برسد.
- پاسخ:** عبارت گزینه «۲» نادرست است؛ زیرا با توجه به جدول کتاب، دو ملاک برای پایان نوجوانی وجود دارد که پایان یافتن بلوغ جنسی جزء آن‌ها نیست. این دو ملاک عبارت است از: ۱. ملاک سنی (رسیدن به ۲۰ سالگی) ۲. ملاک غیر سنی (استقلال از والدین و شروع کردن کار)
- بررسی سایر گزینه‌ها:**

گزینه ۱ درست است، چون در جدول نوشته شده کودکی دوم تا شروع بلوغ جنسی است.  
گزینه ۳ درست است، در کتاب گفته شده کودکی دوم تا شروع بلوغ جنسی است و بعد از کودکی دوم هم نوجوانی است. پس نتیجه می‌گیریم که نوجوانی و شروع بلوغ جنسی هم‌زمان هستند.  
گزینه ۴ درست است. برخی پایان نوجوانی را زمانی می‌دانند که فرد از والدین مستقل شود و شروع به کار کند. بنابراین گزینه «۲» صحیح است.

**نکته تستی:** ۱. مراحل ذکرشده در جدول کتاب، از بعد از تولد شروع می‌شوند. در حالی که فراخنای زندگی یا طول زندگی از زمان انعقاد نطفه (قبل تولد) شروع می‌شود؛ پس یک مرحله قبل تولد هم داریم که در شمارش اینجا حساب نشده است. ۲. به‌طور کلی بعد از تولد ۳ تا مرحله اصلی و ۷ تا مرحله فرعی داریم. سعی کنید شماره هر مرحله را حفظ کنید.

۲. با توجه به تقسیم‌بندی مراحل رشد انسان، کدام بازه با عنوان «کودکی دوم» و «بزرگسالی اول» شناخته می‌شود؟
    - ۱) قبل از دبستان - ۲۰ تا ۴۵ سالگی
    - ۲) ۷ سالگی تا شروع بلوغ جنسی - استقلال از والدین تا ۴۰ سالگی
    - ۳) شروع بلوغ جنسی تا ۱۲ سالگی - ۲۰ تا ۴۰ سالگی
    - ۴) ۱۰ تا ۱۲ سالگی - ۲۵ تا ۴۰ سالگی
- پاسخ:** کودکی دوم: ۷ تا ۱۲ سالگی (تا شروع بلوغ جنسی) بزرگسالی اول = جوانی = ۲۰ تا ۴۰ سالگی = شروع به کار و استقلال از والدین تا ۴۰ سالگی بنابراین گزینه «۲» صحیح است.



### فعالیت ۲-۲

شما تاکنون حدود ۱۷ سال از زندگی خود را پشت سر گذاشته‌اید. سعی کنید سال‌های طی شده را به مراحل مختلف تقسیم کنید. ملاک تقسیم‌بندی شما چیست؟ تفاوت عمده مرحله کنونی شما با مرحله‌ای که دانش‌آموز سال اول ابتدایی بودید چیست؟ ملاک تقسیم‌بندی خود را با دیگر دوستان مقایسه کنید. برای تکمیل اطلاعات خود می‌توانید به منابع مختلف علمی مراجعه و مراحل خود را اصلاح کنید.

۹. **عمر انسان** بعد از تولد به سه دوره کودکی (طفولیت از تولد تا دو سالگی، کودکی اول از دوسالگی تا هفت سالگی و کودکی دوم هفت تا دوازده سالگی)، نوجوانی و بزرگسالی (جوانی، میان‌سالی و پیری) تقسیم می‌شود. مراحل رشد انسان در جدول ۲-۱ نشان داده شده است.

۴۳

### ۹. تقسیم‌بندی مراحل رشد در فراخنای زندگی

عمر انسان بعد از تولد به سه دوره اصلی تقسیم می‌شود:

۱. کودکی: تولد تا ۱۲ سالگی
  ۲. نوجوانی: ۱۲ تا ۲۰ سالگی
  ۳. بزرگسالی: ۲۰ سالگی تا آخر عمر
- کودکی به سه دوره تقسیم می‌شود:

۱. طفولیت: تولد تا ۲ سالگی
۲. کودکی اول: ۲ تا ۷ سالگی
۳. کودکی دوم: ۷ تا ۱۲ سالگی

نوجوانی به مراحل جداگانه‌ای تقسیم نمی‌شود. (چون مرحله گذر از کودکی به بزرگسالی است)

بزرگسالی به سه دوره تقسیم می‌شود:

۱. بزرگسالی اول (جوانی): ۲۰ تا ۴۰ سالگی
۲. بزرگسالی دوم (میان‌سالی): ۴۰ تا ۶۵ سالگی
۳. پیری: ۶۵ سالگی به بالا



جدول ۱-۲- مراحل رشد انسان بعد از تولد

دوره زندگی	دامنه سنی
۱- طفولیت	دو سال اول زندگی
دوره کودکی	۲- کودکی اول (قبل از دبستان) ۷ تا ۱۲ سالگی (برخی کودکان ۱ تا ۳ ساله را که تازه راه می‌افتند، «نوبا» می‌نامند.)
۳- کودکی دوم	۷ تا ۱۲ سالگی (تا شروع بلوغ جنسی)
دوره نوجوانی	۴- نوجوانی ۱۲ تا ۲۰ سالگی (برخی پایان نوجوانی را زمانی می‌دانند که فرد شروع به کار کند و از والدین مستقل شود.)
دوره بزرگسالی	۵- جوانی (بزرگسالی اول) ۲۰ تا ۴۰ سالگی
۶- میان سالی (بزرگسالی دوم)	۴۰ تا ۶۵ سالگی
۷- پیری	۶۵ سال به بالا

۱۵ در اسلام مراحل رشد انسان تا ۲۱ سالگی، به سه مرحله تقسیم می‌شود. پیامبر گرامی اسلام ﷺ می‌فرمایند: کودک هفت سال آقا و سرور است و هفت سال فرمانبردار و هفت سال وزیر و مشاور است. در هفت سال اول باید آزاد باشد که بازی کند. باید عواطف و احساسات صحیح او را رشد داد و با رفتار خوب و گفتار پسندیده او را پرورش داد و بدون توقع اطاعت از او، سعی کرد که با عمل و گفتار صحیح از حس تقلیدش بهره گیرد. **تدریجی نه ناگهانی!** در هفت سال دوم کم‌کم باید زشتی‌ها و زیبایی‌ها را به او فهماند و در تأدیب او کوشش کرد و او را به ارزش‌ها و دوری از زشتی‌ها رهنمون ساخت. **از این کلمه می‌فهمیم که تا قبل این می‌شد آمرانه رفتار کرد** در هفت سال سوم باید با او به منزله مشاور رفتار کرد. دیگر نباید به صورت آمرانه با او رفتار شود. باید وی را چون عضو بزرگ خانواده دانست و مانند دیگران او را در تصمیم‌گیری‌ها دخالت داد.

۱- الولد سید سبع سنین و عبد سبع سنین و وزیر سبع سنین.

### ۱۵- مراحل رشد انسان از نظر پیامبر (ص)

از نظر پیامبر گرامی اسلام، رشد انسان تا ۲۱ سالگی به سه دوره تقسیم می‌شود:

- ۷ سال اول: آقا و سرور
- ۷ سال دوم: فرمانبردار
- ۷ سال سوم: وزیر و مشاور

خلاصه ویژگی‌های مراحل رشد را از نظر پیامبر (ص) در جدول زیر می‌خوانید.

مراحل رشد	توضیحات
هفت سال اول (آقا و سرور)	- آزاد بودن در بازی - رشد دادن عواطف و احساسات صحیح - پرورش با رفتار خوب و گفتار پسندیده - توقع اطاعت نداشتن - استفاده از حس تقلید با عمل و گفتار صحیح (یعنی والدین باید عمل و گفتار صحیح داشته باشند تا کودکان از آن‌ها تقلید کنند).
هفت سال دوم (فرمانبردار)	- فهماندن تدریجی زشتی‌ها و زیبایی‌ها - تلاش برای تأدیب - هدایت کردن به ارزش‌ها - دور کردن از زشتی‌ها
هفت سال سوم (وزیر و مشاور)	- رفتار کردن به منزله مشاور - متوقف کردن برخورد آمرانه - عضو بزرگ خانواده به حساب آوردن - دخالت دادن در تصمیم‌گیری‌ها

کتابنامه

📖 **حواستون باشه:** دوره‌های رشد در اسلام با دوره‌های روان‌شناسان تقریباً مطابقت دارد.

- ① ۷ سال اول (آقا و سرور) = قبل از دبستان = کودکی اول
- ② ۷ سال دوم (فرمانبردار) = دوره دبستان = کودکی دوم
- ③ ۷ سال سوم (وزیر و مشاور) = نوجوانی

### ؟ تست

۱. از نظر پیامبر اسلام (ص) کدام عبارت درباره کودکی که در دوره دبستان قرار دارد، درست است؟

- ۱) نمی‌توان توقع اطاعت از او داشت.
- ۲) فرمانبردار و مطیع است.
- ۳) در بازی کردن آزاد است.
- ۴) در تصمیم‌گیری‌ها دخالت می‌کند.

**پاسخ:** دوره دبستان تقریباً ۷ سال دوم زندگی است که از نظر پیامبر کودک در این دوره فرمانبردار است.

### بررسی سایر گزینه‌ها:

- گزینه ۱: ۷ سال اول (قبل از دبستان)
  - گزینه ۳: ۷ سال اول (قبل از دبستان)
  - گزینه ۴: ۷ سال سوم (نوجوانی)
- بنابراین گزینه «۲» صحیح است.

### ۲. تلاش برای تأدیب فرزند در کدام دوره اهمیت دارد؟

- ۱) هفت سال سوم (۲) دبستان (۳) کودکی اول (۴) نوجوانی

**پاسخ:** در هفت سال دوم کم‌کم باید زشتی‌ها و زیبایی‌ها را به کودک فهماند و در تأدیب او کوشش کرد. هفت سال دوم تقریباً معادل دوره دبستان است؛ بنابراین گزینه «۲» صحیح است.

### ۱۱- ویژگی‌های رشد در دوره قبل از تولد

منظور از «دوره قبل از تولد» از زمان تشکیل نطفه تا تولد (یعنی دوران بارداری) است. همان‌طور که گفتیم فراخانی زندگی یا طول زندگی از زمان انعقاد نطفه تا مرگ است. پس نقطه شروع رشد انسان تشکیل نطفه است. در نمودار زیر فرایند تشکیل نطفه را ملاحظه می‌کنید:

آزاد شدن تخمک در بدن مادر



لقاح تخمک مادر و اسپرم پدر (۲۳ کروموزوم از پدر و ۲۳ کروموزوم از مادر دریافت می‌شود).



بارور شدن تخمک (۴۶ کروموزوم در تخمک بارور شده وجود دارد).



تشکیل نطفه و شروع رشد انسان

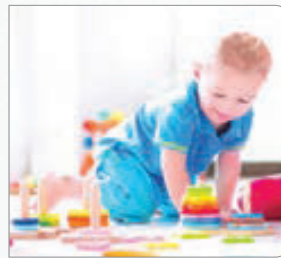
ویژگی‌های رشد در دوره قبل از تولد

رشد انسان از زمان تشکیل نطفه شروع می‌شود. وقتی اسپرم پدر، تخمک مادر را بارور می‌کند، نطفه تشکیل می‌شود. تخمک بارور شده طبیعی دارای ۴۶ کروموزوم است (۲۳ کروموزوم از مادر و ۲۳ کروموزوم از پدر). از طریق همین کروموزوم‌ها است که صفات به ارث برده می‌شوند. عواملی همچون سن مادر، کیفیت تغذیه، فشار روانی، آلودگی محیط، حالت‌های هیجانی، آرامش به ویژه ارتباط معنوی با خالق هستی و استفاده از داروها بر چگونگی رشد قبل از تولد تأثیر دارد.

فعالیت ۳-۲

آیا تاکنون درباره آثار مخرب عوامل شیمیایی بر جنین در جنگ‌های مختلف شنیده‌اید؟ با مراجعه به منابع اطلاعاتی (مجلات و شبکه‌های مجازی) یک تصویر مربوط به این موضوع و توضیح آن را با خود به کلاس بیاورید و درباره آن بحث کنید.

ویژگی‌های رشد در دوره کودکی



منظور از رشد در دوره کودکی، از زمان تولد تا ۱۲-۱۱ سالگی است. رشد در دوره کودکی با سرعت و تغییرات بسیاری همراه است. بسیاری بر این باورند که روان‌شناسی رشد فقط خصوصیات دوره کودکی را بررسی می‌کند، درحالی‌که روان‌شناسی رشد، مطالعه علمی انسان از زمان انعقاد نطفه تا پایان زندگی اوست. این دوره سنی، نسبت به سایر دوره‌های بعدی رشد، اهمیت زیادی دارد.

تعریف سوم از روان‌شناسی رشد (دو تا تعریف اول رو صفحه ۳۷ مشخص کردیم)



محتوای آموزشی تکمیلی

۴۵

**حواستون باشه:** عوامل ذکر شده جزء عوامل محیطی محسوب می‌شوند، چون بدن مادر محیطی است که جنین در آن رشد می‌کند و عوامل مربوط به مادر جزء محیط بیرونی جنین هستند. انتقال صفات به جنین از طریق کروموزوم‌های پدر و مادر، جزء عوامل وراثتی محسوب می‌شود، چون که در درون سلول‌های جنین وجود دارد. در کتاب درسی خواندید «عوامل وراثتی ایجادکننده صفاتی است که از قبل در فرد نهفته است» منظور از صفات نهفته صفاتی است که از طریق کروموزوم‌ها در بدو شکل‌گیری نطفه به فرد منتقل می‌شود.

تست

کدام گزینه درباره رشد قبل از تولد درست است؟

- ۱) تخمک بارور شده طبیعی دارای ۲۳ کروموزوم است.
  - ۲) کیفیت تغذیه مادر یکی از عوامل زیستی مؤثر در رشد جنین است.
  - ۳) آثار مخرب عوامل شیمیایی بر جنین یکی از عوامل محیطی مؤثر در این دوره است.
  - ۴) رشد انسان از زمان تشکیل تخمک آغاز می‌شود.
- پاسخ:** عوامل شیمیایی در جنگ‌ها یکی از عوامل محیطی است؛ چون مربوط به محیط بیرون از جنین است.

بررسی سایر گزینه‌ها:

- گزینه ۱ دارای ۴۶ کروموزوم است.  
گزینه ۲ از عوامل محیطی است.  
گزینه ۴ از زمان تشکیل نطفه یا بارور شدن تخمک آغاز می‌شود؛ بنابراین گزینه «۳» صحیح است.

ویژگی‌های رشد در دوره کودکی

همان‌طور که در جدول ۲ - ۱ ملاحظه کردید، از زمان تولد تا ۱۲ - ۱۱ سالگی دوره کودکی نامیده می‌شود. دوره کودکی به سه دوره فرعی تقسیم می‌شود:

۱. طفولیت (تولد تا ۲ سالگی)
۲. کودکی اول (۲ تا ۷ سالگی)
۳. کودکی دوم (۷ تا ۱۱ سالگی)

**حواستون باشه:** دوره کودکی یکی از دوره‌های مهم زندگی است و بیشتر از دوره‌های بعدی مورد توجه روان‌شناسان رشد قرار گرفته است. اما این باور که روان‌شناسی رشد فقط دوره کودکی را مطالعه می‌کند، نادرست است.

تست

کدام عبارت درباره رشد در دوره کودکی درست است؟  
۱) روان‌شناسی رشد فقط خصوصیات دوره کودکی را بررسی می‌کند.  
۲) دوره کودکی از ۲ تا ۱۲ سالگی را دربرمی‌گیرد.  
۳) دوره کودکی از سایر دوره‌های رشد مهم‌تر است.  
۴) در کودکی تغییرات کم ولی سریع رخ می‌دهد.

**پاسخ:** با توجه به جمله کتاب، دوره کودکی نسبت به سایر دوره‌های بعدی اهمیت زیادی دارد.

بررسی سایر گزینه‌ها:

- گزینه ۱ نادرست است، چون موضوع روان‌شناسی رشد مطالعه علمی انسان از زمان انعقاد نطفه تا مرگ است.  
گزینه ۲ نادرست است، چون منظور از رشد در دوره کودکی از زمان تولد تا ۱۲ - ۱۱ سالگی است.  
گزینه ۴ نادرست است، چون رشد در دوره کودکی با سرعت و تغییرات زیادی همراه است؛ بنابراین گزینه «۳» صحیح است.

تست

کدام گزینه نشان‌دهنده شروع رشد انسان است؟

- ۱) بزرگ شدن نطفه
- ۲) بارور شدن تخمک
- ۳) زمان تولد
- ۴) یک سالگی

**پاسخ:** شروع رشد انسان = تشکیل نطفه = بارور شدن تخمک توسط اسپرم  
بنابراین گزینه «۲» صحیح است.

برخی از عوامل مؤثر بر رشد قبل از تولد عبارت‌اند از:

۱. سن مادر
۲. کیفیت تغذیه
۳. فشار روانی
۴. آلودگی محیط
۵. حالت‌های هیجانی مادر
۶. آرامش مادر (به ویژه ارتباط با خدا)
۷. استفاده از داروها
۸. عوامل شیمیایی

### ۱۳۰ رشد جسمانی - حرکتی در کودکی

به نظر شما منظور از «رشد جسمانی» چیست؟ اگر وزن نوزاد پس از گذشت ۶ ماه از تولد دو برابر و پس از پایان سال اول ۳ برابر شود و قد وی نسبت به تولد بلندتر شود، می‌گوییم رشد جسمانی رخ داده است؟ آیا تغییرات در اعضای بدن (مثل افزایش وزن مغز و یا استحکام استخوان‌ها) نیز رشد جسمانی محسوب می‌شود؟



ابتدایی‌ترین و شاخص‌ترین جنبه رشد، رشد جسمانی - حرکتی است. از زمان تولد تا نوجوانی، رشد جسمانی - حرکتی با سرعت و تغییرات بسیاری همراه است.



چهار دست و پا راه رفتن



سینه خیز رفتن نوزاد



۱۰ سالگی



۳ سالگی

۱- Physical-Motor Development

محتوای آموزشی تکمیلی



۴۶

### ۱۳۱ رشد جسمانی - حرکتی در کودکی

رشد جسمانی - حرکتی در دوره کودکی (از تولد تا نوجوانی) با سرعت و تغییرات بسیاری همراه است. در کتاب به این موارد اشاره شده است:

- تغییر در اندازه و ظاهر بدن (افزایش قد و وزن)
- تغییر در اعضا و اندام‌های بدن (افزایش وزن مغز یا استحکام استخوان‌ها)
- تغییر در مهارت‌های حرکتی درشت و ظریف (سینه‌خیز رفتن، چهار دست و پا رفتن و...)

📌 **حواستون باشه:** وزن نوزاد پس از گذشت ۶ ماه دو برابر و پس از گذشت ۱ سال سه برابر می‌شود. ■

### نمودار رشد جسمانی - حرکتی در طفولیت

از نمودار (صفحه ۴۷ کتاب درسی) چند نکته را متوجه می‌شویم:

- برای مهارت‌های حرکتی می‌توانیم یک دامنه سنی مشخص کنیم نه یک نقطه سنی. مثلاً بعضی بچه‌ها در ۳ ماهگی و برخی در ۵ ماهگی غلت می‌زنند.
- این مهارت‌ها با هم هم‌پوشانی دارند. مثلاً وقتی یک کودک غلت می‌زند، ممکن است هم‌زمان نشستن با کمک راه‌یاد بگیرد.
- مفهوم رسش را به یاد بیاورید. با توجه به اینکه بیشتر این توانایی‌های جسمانی دامنه سنی مشخصی دارند و طبق یک برنامه طبیعی اتفاق می‌افتند، می‌توانیم بگوییم رشد جسمانی - حرکتی در دوران طفولیت بیشتر از سایر جنبه‌های رشد وابسته به رسش (عوامل زیستی) است.

نموداری را که در صفحه ۴۷ کتاب آمده است، به شکل جدول آورده‌ایم تا بهتر آن را یاد بگیرید. این جدول بازه سنی توانایی‌ها را نشان می‌دهد.

سن (برحسب ماه)	توانایی حرکتی
تولد (صفر) تا ۲ ماهگی	بالا نگه داشتن چانه و سینه
۲ تا ۵ ماهگی	غلت زدن
۳ تا ۶ ماهگی	نشستن با کمک
۵ تا ۸ ماهگی	نشستن مستقل
۷ تا ۱۰ ماهگی	ایستادن با کمک
۹ تا ۱۲ ماهگی	بلند شدن از وضعیت نشسته
۱۱ تا ۱۴ ماهگی	ایستادن مستقل
۱۲ تا ۱۵ ماهگی	راه رفتن مستقل

لطفاً بازه سنی و ترتیب توانایی‌های جدول را حفظ کنید. 😊  
برای راحت‌تر شدن این کار دو تست به همراه دو «نکته تستی» می‌آوریم که اگر دوست داشتید می‌توانید از آن‌ها استفاده کنید.

### تست؟

۱. ترتیب توانایی‌های جسمانی دوره کودکی در کدام گزینه درست است؟

- ایستادن با کمک - نشستن مستقل - ایستادن مستقل
- بلند شدن از وضعیت نشسته - ایستادن با کمک - راه رفتن مستقل
- نشستن با کمک - غلت زدن - نشستن مستقل
- نشستن مستقل - بلند شدن از وضعیت نشسته - ایستادن مستقل

### پاسخ: بررسی سایر گزینه‌ها:

- گزینه ۱ نشستن مستقل قبل از ایستادن با کمک به وجود می‌آید.  
گزینه ۲ ایستادن با کمک قبل از بلند شدن از وضعیت نشسته به وجود می‌آید.  
گزینه ۳ غلت زدن قبل از نشستن با کمک به وجود می‌آید.  
بنابراین گزینه «۴» صحیح است.

📌 **نکته تستی:** به‌جز اولین توانایی (بالا نگه داشتن چانه و سینه) که صفر تا ۲ ماهگی است، بقیه توانایی‌ها، بازه ۳ ماهه دارند.

۲. در کدام گزینه بازه سنی وقوع مهارت‌های حرکتی دوره کودکی، درست ذکر شده است؟

- بالا نگه داشتن چانه و سینه: صفر تا ۳ ماهگی
- نشستن با کمک: ۳ تا ۶ ماهگی
- بلند شدن از وضعیت نشسته: ۱۰ تا ۱۲ ماهگی
- ایستادن مستقل: ۱۱ تا ۱۳ ماهگی

### ۱۱۴ انواع مهارت‌های حرکتی

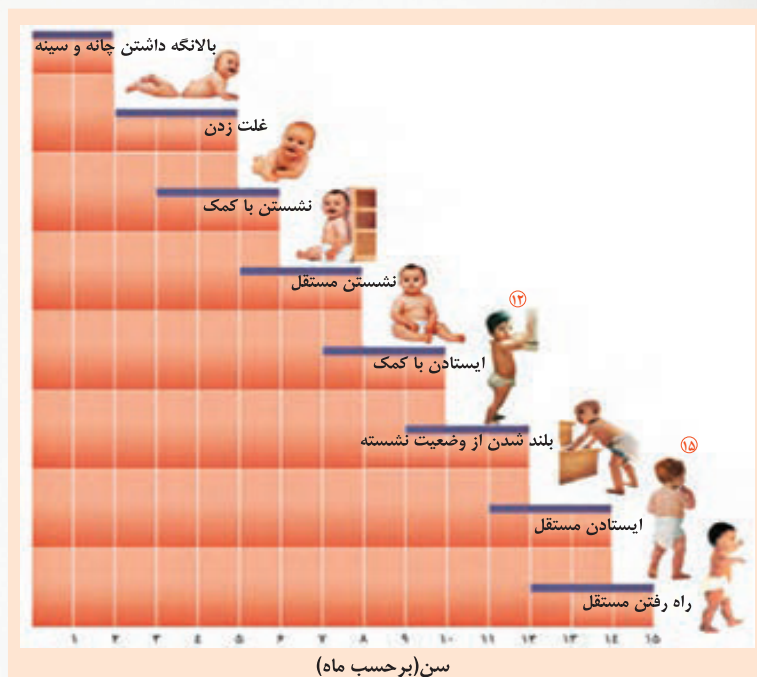
مهارت‌های حرکتی دوره کودکی را می‌توان به دو دسته حرکات درشت و حرکات ظریف تقسیم کرد.  
**حواستون باشه:** کودکان ابتدا مهارت حرکات درشت و سپس حرکات ظریف را به دست می‌آورند. ■

انواع مهارت‌های حرکتی
درشت
<b>تعریف:</b> مستلزم حرکت کل بدن و ماهیچه‌های بزرگ یعنی بازوها، پاها و تنه بدن هستند.
<b>مثال:</b> پریدن، راه رفتن، دویدن، غلت زدن، سینه‌خیز رفتن، شوت کردن، طناب زدن، لیلی کردن
ظریف
<b>تعریف:</b> نیاز به استفاده از ماهیچه‌های کوچک مثل انگشتان دست و پا دارد.
<b>مثال:</b> چنگ زدن، گرفتن اشیاء، ورق زدن کتاب، قیچی کردن، مداد به دست گرفتن، لگو ساختن، پازل ساختن، باز و بسته کردن در، باز و بسته کردن دکمه لباس

**دقت‌کنین:** در نمودار صفحه ۴۷ کتاب درسی کتاب صرفاً رشد مهارت‌های حرکتی درشت در دوره طفولیت (تولد تا ۲ سالگی) بیان شده است. ■

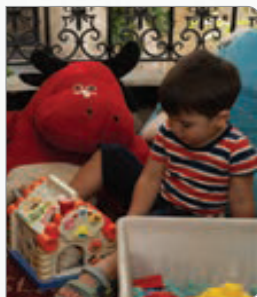
#### تست؟

کدام عبارت درباره کودک ۴ ساله‌ای که از پله‌ها بالا می‌رود ولی نمی‌تواند بند کفش‌هایش را باز و بسته کند، درست است؟  
 (۱) در فرایند رشد جسمانی - حرکتی از میانگین کودکان هم‌سن خود عقب‌تر است.  
 (۲) از رشد جسمانی - حرکتی طبیعی برخوردار است.  
 (۳) در فرایند رشد جسمانی - حرکتی از میانگین کودکان هم‌سن خود جلوتر است.  
 (۴) برای ارتقای مهارت‌های حرکتی خود نیازمند مراجعه به روان‌شناس است.  
**پاسخ:** از آنجایی که کودکان مهارت‌های حرکتی ظریف (مثل بستن بند کفش) را دیرتر از مهارت‌های حرکتی درشت (مثل بالا رفتن از پله‌ها) یاد می‌گیرند و این کودک هنوز در ابتدای کودکی قرار دارد، فرایند رشد او طبیعی است؛ بنابراین گزینه «۲» صحیح است.



سن (برحسب ماه)

۱۱۴ کودکان در ابتدا قادر به حرکات درشتی همچون بالا رفتن از پله‌ها هستند سپس مهارت حرکات ظریف همچون بستن بند کفش را به دست می‌آورند.



۴۷



**پاسخ:** با دانستن نکته بالا می‌توانید با رد گزینه‌های نادرست، به راحتی به جواب برسید. چون در گزینه‌های «۳» و «۴» بازه ۲ ماهه نوشته شده که غلط است. گزینه «۱» هم چون اولین توانایی است، بازه دو ماهه دارد و باید صفر تا ۲ ماهگی باشد؛ بنابراین گزینه «۲» صحیح است.

**نکته تستی:** به جز توانایی اول (بالا نگه داشتن چانه و سینه)، توانایی دوم (غلت زدن) و توانایی آخر (راه رفتن مستقل) بازه سنی سایر توانایی‌ها با عدد فرد شروع می‌شود. (۳، ۵، ۷، ۹، ۱۱)

۳. در کدام گزینه بازه سنی توانایی درست ذکر نشده است؟

- (۱) نشستن با کمک: ۳ تا ۶ ماهگی
  - (۲) ایستادن با کمک: ۷ تا ۱۰ ماهگی
  - (۳) بلند شدن از وضعیت نشسته: ۱۰ تا ۱۳ ماهگی
  - (۴) ایستادن مستقل: ۱۱ تا ۱۴ ماهگی
- پاسخ:** با توجه به نکته بالا، سن شروع در همه گزینه‌ها باید عدد فرد باشد. ولی در گزینه «۳» سن شروع زوج است و نادرست محسوب می‌شود. بلند شدن از وضعیت نشسته ۹ تا ۱۲ ماهگی است؛ بنابراین گزینه «۳» صحیح است.



### ۱۵) رشد شناختی<sup>۱</sup> در دوره کودکی

رشد شناختی جنبه مهم دیگری از حیطه‌های رشد در دوره کودکی است. رشد شناختی، به رشد توانایی‌های مرتبط با فرایندهایی همچون توجه، ادراک، حافظه، استدلال، قضاوت، حل مسئله، تصمیم‌گیری و توانایی‌های زبانی کودک اطلاق می‌شود؛ مثلاً تصور کنید شیشه شیر کودک شش ماهه‌ای را جلوی چشم وی پشت سرمان پنهان کنیم. در این حالت کودک برای برداشتن شیشه شیر خود چه می‌کند؟

### ۱۶) سؤال

با توجه به آشنایی شما با انواع پردازش (مفهومی، ادراکی) چرا کودکان قبل از دبستان، هدایای بزرگ کم ارزش را بر هدایای کوچک پر ارزش ترجیح می‌دهند؟

### ۲-۴ فعالیت

چرا کودکان تحت تأثیر ویژگی ظاهری اشیاء قرار می‌گیرند؟

تصور کنید می‌خواهیم  $\frac{1}{4}$  لیتر شیر را در دو لیوان با حجم مساوی بریزیم. یکی از لیوان‌ها بلند و باریک است و دیگری پهن و کوتاه. شیر را به مقدار مساوی در هر دو لیوان می‌ریزیم و مقابل کودک ۴ یا ۵ ساله قرار می‌دهیم و از او می‌خواهیم یکی را انتخاب کند. به نظر شما کدام لیوان را ترجیح می‌دهد؟ چرا؟ این آزمایش را در طول هفته با بچه‌های کوچک‌تر انجام دهید و مشاهدات خود را در کلاس مطرح نمایید.



### ۱۷) سؤال

عوامل محیطی در **نسلط** کودکان بر لغات تأثیر بسزایی دارد. یکی از مهم‌ترین عوامل محیطی، اسباب‌بازی است. به نظر شما چه عوامل محیطی دیگری در رشد زبانی دوره کودکی مؤثر است؟

۱- Cognitive Development

محتوای آموزشی تکمیلی



۴۸

**فعالیت ۲-۴ صفحه ۴۸ کتاب درسی:** در این آزمایش کودکان ۵ - ۴ ساله، لیوان بلندتر را انتخاب می‌کنند، زیرا به دلیل وجود پردازش ادراکی تحت تأثیر ویژگی‌های ظاهری اشیاء قرار می‌گیرند و فکر می‌کنند لیوانی که بزرگ‌تر است شیر بیشتری دارد. در مثال بعدی به یک آزمایش مشابه با فعالیت ۲ - ۴ اشاره شده است. ■

**مثال** تصور کنید ۱۰ تا شکلات رو به شکل مساوی بین دو کودک ۵ ساله تقسیم می‌کنیم. شکلات‌های هر کس را جلوی خودش می‌چینیم و بین هر شکلات با شکلات کناری ۲ سانت فاصله می‌گذاریم. (مانند تصویر زیر)

شکلات‌های من! ○ ○ ○ ○ ○

شکلات‌های دوست من! ● ● ● ● ●

شکل ۱

از کودک ۵ ساله می‌پرسیم: «چه کسی شکلات‌های بیشتری دارد؟» با توجه به ظاهر یکسان می‌گه «هر دو مساوی داریم!» چند دقیقه بعد شکلات‌های اون رو به هم می‌چسبونیم (فاصله بینشون رو از بین می‌بریم). دوباره می‌پرسیم که حالا چه کسی شکلات بیشتری دارد؟ این بار جواب می‌ده:

شکلات‌های من! ○ ○ ○ ○ ○

شکلات‌های دوست من! ● ● ● ● ●

شکل ۲

«شکلات‌های من کمتر شده!» علت پاسخ اشتباه او اینه که تحت تأثیر ظاهر قرار می‌گیره و فکر می‌کنه که چون در ظاهر شکلات‌های او جای کمتری رو گرفته، تعداد کمتری دارن!

### ۱۵) رشد شناختی در دوره کودکی

در درس ۱ (شماره ۲۲) با فرایندهای شناختی آشنا شدید. منظور از رشد شناختی، رشد توانایی‌های مرتبط با همان فرایندها است؛ یعنی توانایی‌های مربوط به توجه، ادراک، حافظه، استدلال، قضاوت، تصمیم‌گیری و حل مسئله. علاوه بر این رشد شناختی **توانایی‌های زبانی** را نیز در بر می‌گیرد. در جدول زیر مثال‌هایی از هر کدام را مشاهده می‌کنید.

توانایی‌های مربوط به رشد شناختی	مثال
توجه	یک کودک ۷ ساله تا چه مدت می‌تونه به صحبت‌های معلم تو کلاس گوش کنه؟
ادراک	چه زمانی کودکان می‌تونن با دیدن اشیاء اطرافشان، اون‌ها رو شناسایی کنن (مثلاً بفهمن که این ماشین و این توپه).
حافظه	کودکان تو هر سنی چه میزان از اطلاعات رو می‌تونن تو حافظه خودشون نگه دارن؟
استدلال	یه کودک از چه سنی می‌تونه برای کارهایی که انجام داده، دلیل بیاره؟
قضاوت	کودکان ۱۰ ساله چگونه در مورد درستی یا نادرستی عمل دزدی، نظر می‌دن؟
حل مسئله	اگه یه کودک ۶ ساله خیابان گم شه، چطور می‌تونه خونه‌شون رو پیدا کنه؟
تصمیم‌گیری	کودکان پیش‌دبستانی حداکثر بین چند انتخاب می‌تونن تصمیم‌گیری کنن؟
توانایی زبانی	کودکان در سن ۲ سالگی چه جملاتی رو می‌تونن تو صحبت کردن به کار ببرند؟

### رشد شناختی در کودک شش ماهه

اگر شیشه شیر کودک شش ماهه‌ای را جلوی چشم خودش پشت سرمان پنهان کنیم، احتمالاً برای پیدا کردن شیشه شیر خود تلاش نمی‌کند. این موضوع به رشد شناختی او ارتباط دارد. نوزاد شش ماهه با خودش این طور فکر می‌کند (استدلال می‌کند): فقط چیزی که دیده می‌شود، وجود دارد. پس اگر شیشه شیر من دیده نمی‌شود، یعنی وجود ندارد و نیست! بنابراین دنبال آن نمی‌گردم! این نوع طرز فکر حدود ۸ - ۷ ماهگی از بین می‌رود و تبدیل می‌شود به یک طرز فکر پخته‌تر: اشیاء حتی زمانی که با حواس پنج‌گانه ما قابل دیدن، شنیدن و... نیستند، همچنان وجود دارند.

### ۱۶) پردازش ادراکی در کودکی

کودکان قبل از دبستان (۵ - ۴ ساله) پردازش ادراکی دارند، یعنی به ظاهر اشیاء و افراد توجه می‌کنند؛ به همین دلیل هدایای بزرگ کم ارزش را به هدایای کوچک پر ارزش ترجیح می‌دهند.

**فلش‌بک:** برای یادآوری درمورد انواع پردازش‌ها رجوع کنید به درس ۱ شماره ۲۴.

**مثال** اگر جلوی یک کودک ۵ ساله یک کارت هدیه ۱ میلیون تومانی و یک ماشین کنترلی ۱۰ هزار تومانی بذارید و به او حق انتخاب بدید، ماشین کنترلی رو به کارت هدیه ترجیح می‌ده. چون صرفاً به ظاهر توجه می‌کنه! (هدیه بزرگ پرارزش را به هدیه کوچک کم‌ارزش ترجیح می‌ده)

۲ بروز هیجانات در کودک مشروط به دو چیز است: الف آگاهی کودک (از خود و دیگران) ب رابطه دو طرفه کودک با دیگران، که باعث می شود با دریافت واکنش دیگران به هیجانات خود جهت دهد.

### ۱۹ انواع هیجان

هیجان‌ها را می توان به دو دسته ساده و مرکب تقسیم کرد. در جدول زیر ویژگی های آن‌ها را ملاحظه می کنید.

انواع هیجان	
ساده	
زمان: در ابتدای کودکی	
نحوه بروز: ساده (غالباً به یک شکل)	
ویژگی: تحت تأثیر نظام پدازش‌های فردی نیست	
مثال: خشم، ترس، محبت	
مرکب	
زمان: در ادامه کودکی (در فرایند رشد)	
نحوه بروز: پیچیده (به اشکال مختلف)	
ویژگی: تحت تأثیر نظام پدازش‌های فردی و نوع ارزیابی فرد است.	
مثال: پشیمانی، سپاسگزاری، ترحم	

#### هیجانات مرکب چگونه به وجود می آیند؟

دو عامل باعث می شود هیجانات ساده به هیجانات مرکب تعمیم یابد که در نمودار زیر می بینید

آگاهی کودکان از هیجانات مختلف + واکنش اطرافیان (مادر)

موجب

هیجانات ساده به هیجانات مرکب تعمیم می یابد

مثال ۱: سارا از اینکه مادرش به خواسته او نه می گه، خشمگین می شه. مادر اون رو به خاطر رفتارش دعوا می کنه و کودک هیجان جدیدی به نام پشیمانی رو تجربه می کنه.

مثال ۲: سارا در خیابان گم می شه و می ترسه. یه بزرگسال با مهربونی به اون کمک می کنه تا مادرش رو پیدا کنه و کودک نسبت به اون احساس قدردانی (سپاسگزاری) می کنه.

مثال ۳: سارا به اعضای خانواده اش علاقه (محبت) داره. پس از مدتی که می بینه والدینش به بچه های فقیر کمک می کنند، احساس جدیدی به نام ترحم نسبت به فقرا رو تجربه می کنه.

#### قسطی نکین: ۱ محبت، هیجان ساده و ترحم،

هیجان مرکب است. محبت احساس علاقه نسبت به افراد نزدیک و مهم زندگی ماست که از لحظه تولد آن را تجربه می کنیم اما ترحم از ابتدا وجود ندارد. ما باید بتوانیم رنج یک فرد دیگر را تشخیص دهیم، خودمان را جای او بگذاریم و بفهمیم این رنج چقدر دردناک است و بعد احساس ترحم را نسبت به او تجربه کنیم. به خاطر همین ترحم هیجان مرکب است و در مراحل بعدی رشد به وجود می آید. ۲ هیجانات مرکب تحت تأثیر نظام پدازش‌های فردی هستند و با توجه به نوع ارزیابی فرد، ظهور متفاوتی پیدا می کنند. ولی هیجانات ساده معمولاً به یک صورت پدیدار می شوند.

مثال: فرض کنید معلم دو دانش آموزی که درس نخوندند رو توبیخ می کنه. یکی از اون‌ها احساس پشیمونی می کنه و به خودش می گه: «حق با معلمه!» پس عذرخواهی می کنه. فرد دیگه با اینکه در درون احساس پشیمونی می کنه، به خودش می گه: «نباید جلوی معلم کم بیارم» در نتیجه به جای عذرخواهی شروع به اعتراض و بهانه آوردن می کنه. در این مثال احساس پشیمانی به دو نوع متفاوت و حتی متضادی ظاهر می شود.

### ۱۸ رشد هیجانی در دوره کودکی

این مثال‌ها رو بخونید و بدونید که مربوط به تجربه کردن هیجانات مختلف هستند. رضا سه ساله است ۱ اصرار دارد که همه کارها را خودش انجام دهد و اگر به خواسته اش عمل نکنیم، به راحتی خشمگین می شود. در عین حال رضا به والدین و اطرافیان ابراز محبت می کند و وقتی با لحنی آرام و محکم در مورد مسائلی که باعث خشم وی و ناراحتی دیگران شده است با او صحبت می کنیم، نظر مخالف را قبول می کند و حس آرامش در وی ایجاد می شود. ۲ ضراب بر خواسته، خشمگین شدن، ابراز محبت و حس آرامش داشتن، همگی، شکل های مختلف هیجان است.

رشد هیجانی ۱ در کودکی، فرایندی پیچیده است که نه تنها مستلزم آگاهی از هیجانات خود کودک، بلکه مستلزم آگاهی از هیجانات اطرافیان اوست؛ مثلاً وقتی بای کودکی (دو ساله) به طور تصادفی به لیوان می خورد و لیوان می شکند، مادر با تعجب فریاد می زند: چرا لیوان شکست؟ ممکن است کودک این فریاد را به عنوان نشانه هیجان مثبت درک کند و حتی ممکن است دوباره رفتار شکستن را تکرار کند تا این هیجان یا توجه را از طرف مادر دریافت کند. بنابراین بروز این هیجان، مشروط به آگاهی فرد و رابطه دو طرفه کودک با مادرش بوده است. کودکان با دریافت واکنش دیگران، به هیجانات خود جهت می دهند.

۱۹ رشد هیجانی در دوره کودکی، معطوف به سه هیجان ساده ۲ ترس، خشم و محبت است. با توجه به رشد آگاهی کودکان از هیجان های مختلف و واکنش اطرافیان (به خصوص واکنش مادر) سه هیجان فوق به هیجان های مرکب ۳ دیگر، همچون احساس پشیمانی، سپاسگزاری و ترحم تعمیم می یابد. منظور اینه که در ابتدا هر چقدر بچه ها کوچک تر باشند، بیشتر هیجاناتشون ساده است. هر چقدر بزرگ می شن کم کم هیجانات مرکب رو هم تجربه می کنند.



۱- Emotional Development

۲- ساده: بروز آن تحت تأثیر نظام پدازش‌های فردی نیست و غالباً به یک صورت پدیدار می شود.

۳- مرکب: بروز آن پیچیده تر بوده و با توجه به نوع ارزیابی، ظهور متفاوتی می یابد.

### ۱۷ رشد زبان در کودکی

مهارت های زبانی یکی از جنبه های مهم رشد شناختی است. زبان مانند همه مهارت های رشدی، هم نیاز به ریش (آمادگی زیستی) و هم نیاز به یادگیری (عوامل محیطی) دارد.

حواستون باشه: عوامل زیستی (ریش) بیشتر در سن شروع صحبت کردن تأثیر دارد و عوامل محیطی در تسلط کودکان بر لغات تأثیر به سزایی دارد. ■

برخی از عوامل محیطی تأثیرگذار بر زبان: ۱ اسباب بازی و به طور کلی بازی کردن ۲ تعداد اعضای خانواده ۳ مشاهده فیلم ها و رسانه ها ۴ میزان گفت و گو در خانواده ۵ رفتن به مهد کودک و ارتباط با همسالان

### ۱۸ رشد هیجانی در دوره کودکی

منظور از رشد هیجانی در دوره کودکی، فرایند آگاه شدن از هیجانات خود و دیگران و همچنین جهت دهی و بروز مناسب هیجانات است. ابراز محبت، اصرار بر خواسته، خشمگین شدن، آرامش داشتن، ترس، غم، خشم، حسادت، تنفر، تعجب، عشق، شادی، لذت، اندوه، ناامیدی، احساس گناه، شرم، قدردانی، تاسف، ناامیدی، کلافگی و... همگی شکل های مختلف هیجان هستند. از مثال کتاب در مورد کودک دو ساله دو نتیجه می گیریم: ۱ رشد هیجانی مستلزم آگاهی از هیجانات خود و هیجانات دیگران است (کودک دو ساله از هیجان مادر آگاهی ندارد و فریاد او را به اشتباه نشانه خوشحالی در نظر می گیرد. ولی به تدریج در جریان رشد هیجانی به این آگاهی می رسد).

آگاهی از هیجانات خود + آگاهی از هیجانات دیگران

موجب

رشد هیجانی

## سؤال ۲۰

حیوانات هم مانند انسان‌ها هیجان‌های خود را بروز می‌دهند. به نظر شما در کدام یک از هیجان‌ها (ساده و مرکب) انسان با حیوان مشترک است؟ چرا؟ ساده



رشد هیجانی در انسان نسبت به حیوانات، به دلیل آگاهی بیشتر و برقراری تعامل با محیط بازتر و متنوع‌تر، رشد یافته‌تر است.

## ۲۱ رشد اجتماعی در دوره کودکی

منظور ۴-۵ سالگی یا قبل از دبستان است.

انسان موجودی اجتماعی است و از بودن با دیگران لذت می‌برد. آگاهی انسان از این ویژگی مهم در فرایند رشد، به تدریج حاصل می‌شود و او را اجتماعی‌تر می‌کند. بسیاری از کودکان در سنین اولیه دوره کودکی در کنار همدیگر بازی می‌کنند، ولی هر کودک به بازی انفرادی خود می‌پردازد. بازی همین کودکان در سنین بالاتر قاعده‌مند می‌شود و مشترکاً بازی می‌کنند. این تغییر، بیانگر رشد اجتماعی آنهاست. منظور سنین دبستان است.

یکی از ابتدایی‌ترین علائم رشد اجتماعی در کودکان، لبخند اجتماعی است که در حدود ۲-۳ ماهگی بروز می‌یابد. ترس از غریبه نیز در ۸-۷ ماهگی رخ می‌دهد.

## فعالیت ۲-۵



به این تصاویر نگاه کنید. چه تفاوتی در رفتار کودکان می‌بینید؟ به نظر تان کدام یک رشد اجتماعی بیشتری دارند؟ چرا؟



پاسخ فعالیت ۲-۵: در تصویر پایین، کودکان از رشد اجتماعی بیشتری برخوردارند چون به بازی گروهی می‌پردازند.

۱- Social Development

۵۰

## ۲۰ رشد هیجانی در حیوانات

حیوانات هم از رشد هیجانی برخوردارند. با این تفاوت که: - حیوانات فقط هیجان‌ها ساده را تجربه می‌کنند. - رشد هیجانی در حیوانات بسیار ساده‌تر از انسان‌هاست. دو عامل باعث می‌شود که رشد هیجانی در انسان‌ها نسبت به حیوانات پیشرفته‌تر باشد که در نمودار زیر می‌بینید:

آگاهی بیشتر + تعامل با محیط بازتر و متنوع‌تر

موجب

رشد هیجانی در انسان‌ها نسبت به حیوانات، پیشرفته‌تر است

## ۲۱ رشد اجتماعی در کودکی

رشد اجتماعی تغییراتی است که در نحوه ارتباط و تعامل مابا دیگران صورت می‌گیرد. ما وقتی به دنیا آمدیم، نمی‌دانستیم که چقدر اجتماعی هستیم و چقدر بودن با دیگران برایمان لذت‌بخش است، به تدریج که بزرگ شدیم و با آدم‌ها ارتباط برقرار کردیم، از این ویژگی خودمان آگاه شدیم. آگاهی تدریجی از ویژگی اجتماعی بودن و لذت حاصل از آن، منجر به اجتماعی‌تر شدن می‌شود! در ادامه، به معرفی برخی از ویژگی‌های رشد اجتماعی در کودکی می‌پردازیم.

## لبخند اجتماعی

نوزادان از بدو تولد گاهی لبخند می‌زنند. اما این لبخندها واقعی نیست. یعنی ارتباطی به اتفاقات محیط بیرونی ندارد و صرفاً یک واکنش فیزیولوژیکی است. از ۳-۲ ماهگی به بعد نوزادان در پاسخ به رفتارهای دیگران و اتفاقات بیرونی لبخند می‌زنند، به همین دلیل به آن می‌گوییم لبخند اجتماعی!

حواستون باشه: لبخند اجتماعی اولین علامت رشد اجتماعی است. ■

## ترس از غریبه

گریبی کردن یعنی کودک از ۸ ماهگی به بعد افراد آشنا را از افراد غریبه تشخیص و به آن‌ها واکنش متفاوت نشان می‌دهد. به همین دلیل ترس از غریبه نشان‌دهنده رشد اجتماعی است.

## انواع بازی

بازی کردن کودکان با یکدیگر، یکی از ویژگی‌های رشد اجتماعی است که در افزایش سن و در طی فرایند رشد شکل‌های مختلفی پیدا می‌کند. بازی‌ها به دو نوع موازی و گروهی تقسیم می‌شوند. در این جدول مقایسه انواع بازی را مشاهده می‌کنید.



فلش‌بک: با توجه به مطالب شماره ۱۶ می‌توانیم بگوییم زمانی که کودکان از نظر رشد اجتماعی، بازی‌های موازی را انجام می‌دهند، از نظر رشد شناختی دارای پردازش ادراکی هستند. (۵-۴ سالگی، قبل از دبستان)

## نوع بازی

## موازی

تصريف: بازی انفرادی و تنهایی، ولی در کنار دیگران

سن: ۵-۴ سالگی (سنین اولیه کودکی، پیش از دبستان)

مثال: سارا و مهسا در یک اتاق با فاصله کمی کنار همدیگر نشستن و هر کدام عروسک‌هاشون بازی می‌کنن. گهگاهی به هم نگاه می‌کنن ولی بین اونا تعاملی نیست.

## گروهی

تصريف: بازی قاعده‌مند و مشترک با یکدیگر

سن: دبستان

مثال: - مریم و مینا با چند عروسک «خاله‌بازی» می‌کنن. هر کدام به نوبت نقش یکی از اعضای خانواده رو ایفا می‌کنن.

- علی، امیر و فرید مشغول بازی «مار و پله» هستند اونا با رعایت چند قاعده سعی می‌کنن برنده بازی شن.

**مثال** آگه یه کودک ۲ ساله اسباب بازی دوستش رو بی اجازه برداره، کسی اون رو به خاطر کارش سرزنش نمی‌کنه چون تصویری از کار خوب و بد نداره اما آگه یه کودک دبستانی این کار رو بکنه، دیگران اون رو مورد بازخواست قرار می‌دن و مسئول رفتارش می‌دونند.

**پاسخ سؤال صفحه ۵۱:** براساس دیدگاه مؤلف کتاب، مریم ۵ ساله نمی‌تواند زشتی و بد بودن کاری که انجام داده را درک کند. به همین دلیل نمی‌توانیم بگوییم کار او غیراخلاقی بوده! چون تعیین اخلاقی یا غیراخلاقی بودن کار یک فرد مستلزم این است که آن فرد، قدرت تشخیص خوب و بد را داشته باشد.

### تست؟

۱. می‌توان گفت رشد اخلاقی در دوره کودکی .....

(۱) به‌طور ناگهانی به وجود می‌آید.

(۲) تنها در برخی از کودکان به وجود می‌آید.

(۳) در ابتدا اصلاً وجود ندارد.

(۴) در دوره کودکی وجود ندارد.

**پاسخ:** گفتیم کودکان در ابتدا هیچ تصویری از کار خوب و بد ندارند. پس رشد درک اخلاقی در ابتدا اصلاً وجود ندارد اما نمی‌توانیم بگوییم کلاً در کودکی وجود ندارد (رد گزینه ۴). در شرایط عادی همه بچه‌ها دریا زود در همان دوره کودکی (قبل از ۱۲ سالگی) رفتارهای اخلاقی را بروز می‌دهند (رد گزینه ۲). برای اخلاق یک فرایند تدریجی و پیچیده طی می‌شود (رد گزینه ۱)؛ بنابراین گزینه «۳» صحیح است.

۲. در کدام گزینه به رشد اخلاقی اشاره شده است؟

(۱) راست‌گویی

(۲) کمک به دیگران

(۳) احترام به بزرگ‌ترها

(۴) کار گروهی با هم‌سالان

**پاسخ:** راست‌گویی، کمک به دیگران، احترام به بزرگ‌ترها، انجام دادن کارهای خوب و پرهیز از کارهای بد، نمونه‌هایی از رفتار اخلاقی است. به‌طور کلی کارهایی که بار ارزشی دارند، رفتار اخلاقی محسوب می‌شوند ولی کار گروهی با هم‌سالان صرفاً یک رفتار اجتماعی است و خوب و بد بودن در مورد آن مطرح نیست. بنابراین گزینه «۴» صحیح است.

**قسطی نکنین:** تا اینجا چند بار کلمه «پیچیده» و «تدریجی» را خواندید. بیایید یک‌بار دیگر این جملات را مرور کنیم:

۱. رشد هیجانی فرایندی پیچیده است که نه تنها مستلزم آگاهی از هیجانات خود، بلکه مستلزم آگاهی از هیجانات اطرافیان است.

۲. آگاهی انسان از ویژگی اجتماعی بودن به تدریج حاصل می‌شود و او را اجتماعی‌تر می‌کند.

۳. برای اخلاق یک فرایند تدریجی و پیچیده طی می‌شود.

برخی از رفتارهای اجتماعی کودک در جدول ۲-۲ نشان داده شده است.

جدول ۲-۲

۲-۳ ماهگی	اولین علامت رشد اجتماعی در ۳-۲ ماهگی لیخنند اجتماعی است.
۸ ماهگی	ترس از غریبه در ۸ ماهگی است.
۴ یا ۵ سالگی	بازی‌های موازی در ۴ یا ۵ سالگی است. در این بازی‌ها کودکان علاقه‌مندند در کنار یکدیگر باشند، ولی به‌تنهایی بازی کنند.
دوره دبستان	کودکان در دوره دبستان با یکدیگر بازی‌های گروهی می‌کنند، و علاقه خاصی به بازی با هم‌جنسان خود دارند. جمله معروف آنها (دخترها با دخترها و پسرها با پسرها) را همگی شنیده‌ایم.

### رشد درک اخلاقی در دوره کودکی

۱۳۱- آیا راست‌گویی، کمک به دیگران، احترام به بزرگ‌ترها، انجام دادن کارهای خوب و پرهیز از کارهای بد، نمونه‌هایی از رفتار اخلاقی است؟ تشخیص اینکه چه کاری خوب و چه کاری بد است (به رشد نیاز دارد). **بله**

### سؤال

به این مثال توجه کنید: مریم (۵ ساله) است. مادرش یک کیک خوشمزه برای او و برادرش پخته و آن را در یخچال قرار داده است. مریم، علاوه بر سهم خودش، سهم برادرش را هم می‌خورد، آیا کار مریم اخلاقی است؟ چرا؟ **مریم تصویری از کار خوب و بد ندارد به همین دلیل نمی‌توانیم بگوییم کار او اخلاقی یا غیر اخلاقی بوده**

در تبیین فرایند رشد درک اخلاقی<sup>۱</sup> می‌توان گفت که کودکان در ابتدا هیچ تصویری از کار خوب و بد ندارند؛ به همین دلیل مسئول رفتار خود نیستند، برای اخلاق یک فرایند تدریجی و پیچیده طی می‌شود. رشد درک اخلاقی دربرگیرنده آن دسته از قوانین و مقررات اجتماعی و

<sup>۱</sup> - Moral Development

### ۲۲- رشد درک اخلاقی در کودکی

منظور از رشد درک اخلاقی این است که کودکان به تدریج تشخیص می‌دهند چه کاری خوب و چه کاری بد است و سعی می‌کنند کارهای خوب را انجام دهند و از کارهای بد اجتناب کنند. پس در رشد درک اخلاقی دو موضوع مطرح است:

تشخیص کار خوب و کار بد

#### درک اخلاقی

+ انجام دادن کارهای خوب و پرهیز از انجام کارهای بد

#### رفتار (عمل) اخلاقی

**مثال** تشخیص اینکه راست‌گویی، امانت‌داری، فداکاری، بخشش، تواضع، قدرشناسی، امانت‌داری و... خوبه و تلاش برای انجام دادن اون‌ها و همین‌طور تشخیص اینکه حسادت، تکبر، دورویی، خیانت، دزدی، سوءاستفاده کردن، دروغ‌گویی و... بد است و پرهیز از انجام این کارها رشد درک اخلاقی محسوب می‌شه.

**حواستون باشه:** ۱. درک اخلاقی در ابتدا وجود ندارد و طی یک فرایند تدریجی و پیچیده حاصل می‌شود.

۲. علت اینکه کودکان در سنین اولیه مسئول رفتار خود نیستند، این است که درک و تصویری از کار خوب و بد ندارند. مثال زیر این موضوع را نشان می‌دهد! ■



## تعریف روان‌شناسی رشد و عوامل مؤثر بر رشد

۱۳۳. اصطلاح «فراخانی زندگی» به چه معناست؟

(۱) طول زندگی (۲) تغییرات زندگی (۳) ابعاد زندگی (۴) شناسایی و پیش‌بینی تغییرات زندگی

۱۳۴. کدام فعالیت مربوط به روان‌شناسان رشد نیست؟

(۱) ایجاد تغییر در جنبه‌های رشد در طول زندگی (۲) بررسی عوامل مؤثر بر تغییرات رشد در فراخانی زندگی (۳) تقسیم کردن ابعاد مختلف رشد در طول زندگی به مراحل مشخص (۴) شناسایی و پیش‌بینی تغییرات در طول زندگی

۱۳۵. روان‌شناسی رشد، تغییراتی که در طول زندگی از زمان ..... تا ..... در آدمی رخ می‌دهد را مطالعه می‌کند.

(۱) تولد - پایان زندگی (۲) کودکی - سالمندی (۳) نوزادی - بزرگسالی (۴) انعقاد نطفه - پایان زندگی

۱۳۶. حیطه‌های مختلف رشد کدام است؟

(۱) جسمانی - هیجانی - اخلاقی - اجتماعی - شناختی (۲) کودکی - نوجوانی - بزرگسالی (۳) وراثتی و رسش - محیطی و یادگیری (۴) شناختی - اخلاقی - هیجانی - آرمانی - شغلی

(کانون فرهنگی آموزش)

۱۳۷. در کدام گزینه میان ابیات داده‌شده و جنبه‌های رشد انسان، هماهنگی وجود ندارد؟

(۱) با دوست هر کجا نشینی تفرجست (۲) خودبینی و خودخواهی و خودکامگی نفس (۳) جوانی میان گلشن و خواهی کنار دشت (رشد اجتماعی) (۴) گر رود حافظه بیرون از سر (رشد شناختی)

(خارج ۹۸)

۱۳۸. حل مسئله، بیانگر کدام جنبه از رشد انسان است؟

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

(سراسری ۹۸)

۱۳۹. ابراز خشم، جزء کدام جنبه رشد انسانی محسوب می‌شود؟

(۱) رفتاری (۲) هیجانی (۳) شناختی (۴) فیزیولوژیکی

۱۴۰. روان‌شناسان رشد، ویژگی‌های افراد و تغییرات ایجادشده در طول زندگی آنان را ناشی از چه عواملی می‌دانند؟

(۱) رسش و وراثت (۲) محیطی و یادگیری (۳) رسش و پختگی (۴) وراثتی و محیطی

۱۴۱. کدام گزینه پیام شعر زیر را در مورد عوامل مؤثر بر رشد بیان می‌کند؟

«خر به سعی آدمی نخواهد شد / گرچه پای منبری باشد  
و آدمی را که تربیت نکنند / تا به صد سالگی خری باشد»  
(۱) عوامل محیطی در بیرون از فرد وجود دارند و بر نحوه بروز تغییرات در جنبه‌ها و مراحل مختلف رشد تأثیرگذار است.  
(۲) ویژگی‌ها و تغییراتی که در طول زندگی افراد رخ می‌دهد، می‌تواند معلول دو دسته عوامل وراثتی و محیطی باشد.  
(۳) بسیاری از توانمندی‌های جسمانی و رفتاری از طرق مختلف به یادگیری نیاز دارد.  
(۴) با توجه به وراثت می‌توان احتمال وقوع برخی ویژگی‌ها را در دامنه‌های سنی خاص پیش‌بینی کرد.

(کانون فرهنگی آموزش)

۱۴۲. همه گزینه‌ها اشاره به عامل زیستی در رشد دارند؛ به جز .....

(۱) با سیه‌دل چه سود گفتن وعظ (۲) پرتو نیکان نگیرد هر که بنیادش بد است (۳) سگ اصحاب کهف روزی چند (۴) عاقبت گرگ‌زاده گرگ شود

۱۴۳. به ترتیب ابیات زیر اشاره به کدام عامل مؤثر بر رشد دارند؟

(الف) هر که در خردیش ادب نکنند (ب) سگ به دریای هفت‌گانه بشوی

(۱) محیطی - وراثتی (۲) وراثتی - وراثتی (۳) وراثتی - محیطی (۴) محیطی - محیطی

۱۴۴. کدام عبارت دربارهٔ تأثیر عوامل وراثتی و شکل‌گیری «دوقلوها»، درست است؟

- (۱) دوقلوها، از ترکیب دو تخمک مجزا با دو اسپرم مجزا به‌وجود می‌آیند.
- (۲) با انتقال عوامل وراثتی در زمان انعقاد نطفه، برخی از صفات، خود را در لحظهٔ تولد نوزاد و در رفتار فرد نشان می‌دهند.
- (۳) بیشترین شباهت دوقلوها در دورهٔ نوزادی و کودکی است و به موازات رشد میزان شباهت‌ها کمتر می‌شود.
- (۴) دوقلوهای همسان از دو تخمک شبیه به هم و دوقلوهای ناهمسان از دو تخمک کاملاً متفاوت تشکیل می‌شوند.

۱۴۵. کدام ویژگی مربوط به دوقلوهای همسان است؟

- (۱) بیشتر اوقات همجنس هستند.
- (۲) بیشتر اوقات از لحاظ رفتار قابل تشخیص نیستند.
- (۳) از لحاظ ظاهر هیچ وقت قابل تشخیص نیستند.
- (۴) از دو تخمک شبیه به هم به وجود آمده‌اند.

۱۴۶. در روان‌شناسی، اصطلاحاً به رفتارهای وابسته به آمادگی زیستی چه می‌گویند؟

- (۱) آمادگی خاص نهفته (۲) وراثت (۳) یادگیری (۴) پختگی

۱۴۷. در ارتباط با «رشد» یا «پختگی»، می‌توان گفت.....

- (۱) محیط نقش تعیین‌کننده‌ای را در رشد یا آمادگی زیستی افراد برای تغییرات دارد.
- (۲) بر اساس رشد احتمال وقوع برخی از ویژگی‌ها در دامنه‌های سنی خاص قابل پیش‌بینی است.
- (۳) رشد یا پختگی به‌معنای آمادگی زیستی است که صرفاً تحت تأثیر وراثت قرار دارد.
- (۴) رشد دارای برنامهٔ رشد طبیعی و منظمی است که در تمامی افراد یکسان اتفاق می‌افتد.

۱۴۸. عامل مؤثر پیش‌بینی اینکه که «کودک در ۱۵ ماهگی بدون کمک می‌تواند راه برود» و یا «نوجوان در ۱۱ تا ۱۴ سالگی به بلوغ می‌رسد»، در کدام یک از عبارات

زیر به درستی بیان شده است؟

- (۱) از همان ابتدای تولد معلوم است که نوزاد موردنظر ما در چه سنی راه می‌افتد و یا آمادگی بلوغ را پیدا می‌کند.
- (۲) عوامل وراثتی ایجادکننده صفاتی هستند که از قبل در فرد نهفته است و برخی از آن‌ها از بدو تولد ظاهر می‌شوند.
- (۳) بر اساس فرایند رشد، آدمی از دورهٔ جنینی تا مرگ برخی خصوصیات را در جنبه‌های مختلف رشد نشان خواهد داد.
- (۴) بسیاری از توانمندی‌های جسمانی و شناختی به موازات افزایش سن در کودکان از طرق مختلف به یادگیری نیاز دارد.

۱۴۹. دربارهٔ تأثیر «عوامل محیطی» در تغییرات رشدی افراد، کدام گزینه نادرست است؟

- (۱) یکی از مهم‌ترین عوامل محیطی تأثیرگذار بر تغییرات رشدی، «یادگیری» است.
- (۲) در بسیاری از توانمندی‌های جسمانی و شناختی که به موازات افزایش سن ایجاد می‌شوند، نقش یادگیری کمتر می‌شود.
- (۳) منظور از عوامل محیطی، هرگونه عامل تأثیرگذار در تغییرات رشدی است که خارج از فرد وجود داشته باشد.
- (۴) عوامل محیطی بر نحوه بروز تغییرات در جنبه‌های مختلف رشد تأثیر می‌گذارند.

۱۵۰. به ترتیب عبارات زیر به کدام عامل مؤثر بر ویژگی‌های رشد تأکید دارند؟

«هر فردی از ابتدای تشکیل نطفه، خصوصیات ثابتی به‌دست می‌آورد. - یکی از همکلاسی‌های شما قdblند است و دلیل آن تغذیهٔ مناسب و ورزش است. - با توجه به راست دست بودن پدر و مادر، فرزند هم راست دست می‌شود. - با توجه به آنکه علی در منطقهٔ گرمسیر متولد شده است، زودتر به سن بلوغ می‌رسد.»

- (۱) محیطی - وراثتی - محیطی - وراثتی
- (۲) وراثتی - محیطی - وراثتی - محیطی
- (۳) وراثتی - وراثتی - محیطی - محیطی
- (۴) محیطی - محیطی - وراثتی - وراثتی

۱۵۱. تعیین کردن نقش محیط و وراثت در کدام مورد دشوارتر است؟

- (۱) بلندقدی (۲) فعال و زودجوش بودن (۳) رنگ چشم (۴) سرعت وزن کم کردن

۱۵۲. برخی از تحقیقات نشان می‌دهد هرچه فشارهای روانی خانوادگی بیشتر و روابط عاطفی بین دختر نوجوان و والدین او بیشتر باشد، بلوغ زودتر از سن میانگین آن اتفاق می‌افتد. این موضوع نشان‌دهندهٔ چیست؟

- (۱) وراثت نقش تعیین‌کننده‌ای در آمادگی زیستی افراد برای تغییرات دارد.
- (۲) عوامل محیطی تا حدودی می‌توانند بر رشد یا پختگی تأثیر بگذارند.
- (۳) بسیاری از توانمندی‌های جسمانی به موازات افزایش سن در افراد از طرق مختلف به یادگیری نیاز دارد.
- (۴) با توجه به بررسی خصوصیات افراد فامیل می‌توان احتمال وقوع برخی از ویژگی‌ها را پیش‌بینی کرد.

۱۵۳. خداوند در یکی از سوره‌های قرآن، همسر حضرت لوط و همسر حضرت نوح را به‌عنوان دو مثال عبرت‌انگیز برای مؤمنان بیان می‌کند که با وجود ارتباط نزدیک با پیامبران خدا افراد خیانتکاری شدند. در ادامهٔ آیات، همسر فرعون را مثال می‌زند که با وجود ارتباط نزدیک با یکی از دشمنان خدا، مؤمن و درستکار باقی ماند. این آیات قرآن بیانگر چیست؟

- (۱) غلبهٔ عوامل محیطی بر وراثتی (۲) غلبهٔ عوامل وراثتی بر محیطی (۳) غلبهٔ عوامل محیطی بر رشد (۴) تعامل عوامل وراثتی و محیطی

۱۵۴. کدام ویژگی بیشتر تحت تأثیر یادگیری است؟

- (۱) آمادگی برای چنگ زدن به اشیا
- (۲) چهار دست و پا رفتن با سرعت زیاد
- (۳) غان و غون کردن
- (۴) مکیدن شیشه شیر

(سراسری ۹۸)

۱۵۵. کدام ویژگی، بیشتر تابع رشد یا پختگی است؟

- (۱) زبان‌آموزی (۲) رشد اجتماعی (۳) کنترل هیجانات (۴) کسب مهارت حل مسئله

(خارج ۹۸)

۱۵۶. کدام عبارت، در روان‌شناسی نشانگر مفهوم «رشد» است؟

- (۱) پردازش مفهومی و ادراکی  
 (۲) توانایی‌های مرتبط به توجه، حافظه و زبان  
 (۳) آمادگی زیستی که خود دارای برنامه رشد طبیعی است.  
 (۴) رشد هیجانی که مستلزم آگاهی از هیجانات خود و اطرافیان است.

(خارج ۹۲)

۱۵۷. این واقعیت که انسان‌ها در جنبه‌های بسیاری از رشد شبیه یکدیگر هستند، نشانگر چیست؟

- (۱) غریزه  
 (۲) وراثت  
 (۳) یادگیری  
 (۴) استعداد

(سراسری ۹۵)

۱۵۸. فرق «رشد» با «یادگیری» کدام است؟

- (۱) یادگیری ظرفیت اکتساب است اما رشد عین اکتساب.  
 (۲) رشد جنبه زیستی دارد اما یادگیری مبتنی بر تجربه است.  
 (۳) رشد وقتی اتفاق می‌افتد که یادگیری اتفاق افتاده باشد.  
 (۴) یادگیری مربوط به گروه‌های سنی پایین و رشد مربوط به گروه‌های سنی بالاتر است.

(سراسری ۹۵ با اندکی تغییر)

۱۵۹. ویژگی‌های تغییراتی که در تعریف «رشد» به آن اشاره شده است، چیست؟

- (۱) مبتنی بر یک برنامه طبیعی است - نشان‌دهنده تأثیر وراثت در برنامه طبیعی رشد انسان است.  
 (۲) مبتنی بر یک برنامه طبیعی است - فرایندی است که با آموزش و تمرین بسیار به دست می‌آید.  
 (۳) مبتنی بر تجارب رفتاری، شناختی است - نشان‌دهنده تأثیر وراثت در برنامه طبیعی رشد انسان است.  
 (۴) مبتنی بر تجارب رفتاری، شناختی است - فرایندی است که با آموزش و تمرین بسیار به دست می‌آید.

(خارج ۹۹)

۱۶۰. کدام عبارت، نشانگر مفهوم «رشد» است؟

- (۱) رفتارهایی که وابسته به آمادگی زیستی است.  
 (۲) افزایش تجربیات روان‌شناختی افراد در زندگی است.  
 (۳) پیش‌بینی تغییراتی که در طول زندگی صورت می‌گیرد.  
 (۴) تغییراتی که معلول عوامل محیطی از دوره جنینی تا سالمندی است.

(خارج ۹۹)

۱۶۱. کدام بیت، بر اهمیت عوامل وراثتی در رشد تأکید دارد؟

- (۱) سنگ اصحاب کهف روزی چند  
 (۲) پسر نوح با بداند بنشست  
 (۳) پرتو نیکان نگیرد هر که بنیادش بد است  
 (۴) کمال همنشین در من اثر کرد  
 پی نیکان گرفت و مردم شد  
 خاندان نبوتش گم شد  
 تربیت ناهل را چون گردکان بر گنبد است  
 وگرنه من همان خاکم که هستم

## ◀ مراحل مهم رشد در فراخای زندگی

۱۶۲. کدام عامل باعث می‌شود تقسیم‌بندی رشد به مراحل مشخص، کار دشواری باشد؟

- (۱) تأثیر نسبی عوامل محیطی بر رشد  
 (۲) وابستگی بسیاری از تغییرات رشد به یادگیری  
 (۳) پیوستگی تغییرات رشد  
 (۴) غیرقابل پیش‌بینی بودن رشد

۱۶۳. از دیدگاه اکثر روان‌شناسان، مراحل مختلف رشد بعد از تولد به چه دوره‌هایی تقسیم می‌شود؟

- (۱) سه دوره مشخص کودکی، نوجوانی و جوانی  
 (۲) سه دوره مشخص کودکی، جوانی و پیری  
 (۳) سه دوره مشخص کودکی، نوجوانی و بزرگسالی  
 (۴) سه دوره مشخص کودکی، جوانی و بزرگسالی

۱۶۴. طبق دیدگاه روان‌شناسان، به ترتیب دوره‌های کودکی، نوجوانی و بزرگسالی، شامل چند زیر دوره دیگر هستند؟

- (۱) سه - یک - سه  
 (۲) دو - دو - سه  
 (۳) سه - دو - دو  
 (۴) دو - یک - دو

۱۶۵. «دامنه سنی» کودکان نوپا کدام است؟

- (۱) یک تا دو سالگی  
 (۲) دو تا سه سالگی  
 (۳) یک تا سه سالگی  
 (۴) تولد تا یک سالگی

۱۶۶. به ترتیب، روان‌شناسان رشد «پایان دوران نوجوانی» و «پایان کودکی دوم» را چه زمانی می‌دانند؟

- (۱) پایان بلوغ جنسی - ۱۲ سالگی  
 (۲) زمان شاغل شدن - شروع بلوغ جنسی  
 (۳) زمان مستقل شدن از والدین - پایان ۲۰ سالگی  
 (۴) رسیدن به استقلال - پایان دوران دبستان

(کانون فرهنگی آموزش)

۱۶۷. در مورد مراحل رشد انسان کدام گزینه نادرست است؟

- (۱) مرحله دوم رشد انسان از منظر پیامبر (ص)، تقریباً مطابق با دوره سنی کودکی دوم است.  
 (۲) دوره بزرگسالی به سه دوره بزرگسالی اول، بزرگسالی دوم و پیری تقسیم می‌شود.  
 (۳) از منظر اسلام، از کودکان نوپا نمی‌توان انتظار اطاعت از فرمان‌ها را داشت.  
 (۴) عمر انسان بعد از تولد به چهار دوره اصلی تقسیم می‌شود که دوره اول آن، ۷ سال طول می‌کشد.

۱۶۸. به ترتیب آغاز میانسالی و پایان جوانی، چند سالگی است؟

- (۱) ۴۰ سالگی - ۴۰ سالگی  
 (۲) ۴۰ سالگی - ۴۵ سالگی  
 (۳) ۶۰ سالگی - ۴۰ سالگی  
 (۴) ۶۰ سالگی - ۴۵ سالگی

۱۶۹. طبق فرمایش پیامبر گرامی (ص) کدام عبارت، در خصوص مراحل رشد انسان تا ۲۱ سالگی درست است؟

- ۱) هفت سال اول، آقا و سرور است و باید آزاد باشد. هفت سال دوم، فرمانبردار است و نباید با او آمرانه برخورد شود. هفت سال سوم، وزیر و مشاور است و باید با او مثل بزرگسالان رفتار کرد.
- ۲) هفت سال اول، آقا و سرور است و باید عواطف او را رشد داد. هفت سال دوم، مطیع است و باید در تأدیب او کوشش کرد. هفت سال سوم، وزیر و مشاور است و باید او را در تصمیم‌گیری‌ها دخالت داد.
- ۳) هفت سال اول، مطیع و فرمانبردار است و باید زشتی‌ها و زیبایی‌ها را به او فهماند. هفت سال دوم، آقا و سرور است و باید به او احترام گذاشت. هفت سال سوم، مشاور است و باید او را همانند عضو بزرگ خانواده دانست.
- ۴) هفت سال اول، مطیع است و باید تربیت شود. هفت سال دوم، آزاد است و باید احساسات او را تقویت کرد. هفت سال سوم، وزیر است و باید به نظر او احترام گذاشت.

۱۷۰. براساس فرمایش پیامبر گرامی اسلام (ص)، در کدام دوره زندگی باید کم‌کم زشتی‌ها و زیبایی‌ها را به فرزند فهماند؟

- ۱) طفولیت
- ۲) کودکی اول
- ۳) کودکی دوم
- ۴) نوجوانی

۱۷۱. با توجه به فرمایش پیامبر گرامی اسلام در مورد نحوه برخورد با فرزندان، رفتار کدام یک از والدین نادرست است؟

- ۱) آقای نقوی قبل از تغییر دادن محل سکونتشان سعی می‌کند موافقت فرزند ۱۵ ساله‌اش را جلب کند.
- ۲) خانم پهلوانی نسبت به مرتب بودن خانه حساس است، ولی وقتی فرزند ۴ ساله‌اش همه اسباب‌بازی‌ها را روی زمین پخش می‌کند، جلوی او را نمی‌گیرد.
- ۳) آقای عسگری وقتی می‌فهمد فرزند ۹ ساله‌اش در امتحان تقلب کرده است، او را مورد بازخواست قرار می‌دهد.
- ۴) خانم امیری در طول روز چندین بار به کودک ۲ ساله‌اش می‌گوید که باید قبل و بعد از خوردن غذا، دستش را با آب و صابون بشوید.

۱۷۲. کدام سؤال از نظر «نوع تغییرات رشدی» با بقیه متفاوت است؟

- ۱) هفت سال پیش چند هزار کلمه بلد بودید؟
- ۲) هفت سال پیش مسائل ریاضی را چگونه حل می‌کردید؟
- ۳) هفت سال پیش قد شما چند سانتی‌متر بود؟
- ۴) هفت سال پیش چند نفر را می‌شناختید؟

۱۷۳. در کدام دوره زندگی، می‌توان با عمل و گفتار صحیح از حس تقلید فرزندان برای پرورش، بهره بیشتری برد؟

(سراسری ۹۹)

- ۱) نوجوانی
- ۲) طفولیت
- ۳) هفت سال اول
- ۴) هفت سال دوم

## ویژگی‌های رشد در مراحل مختلف زندگی

پرش‌های چهارگزینه‌ای

۱۷۴. شروع رشد از زمانی است که .....

- ۱) ۴۶ کروموزوم جنسی پدر و مادر بتوانند تخمک را تشکیل دهند.
- ۲) ۴۶ کروموزوم مادر و ۴۶ کروموزوم پدر، ترکیب شوند و نطفه را تشکیل دهند.
- ۳) کروموزوم‌های اسپرم و تخمک بتوانند یک تخمک بارور شده ۴۶ کروموزومی را تشکیل دهند.
- ۴) ۲۳ کروموزوم از تخمک پدر با ۲۳ کروموزوم از اسپرم مادر ترکیب شوند.

۱۷۵. کدام یک از موارد زیر از جمله عوامل محیطی مؤثر بر چگونگی رشد قبل از تولد نیست؟

- ۱) ارتباط معنوی با خالق هستی
- ۲) سن مادر
- ۳) سلامت جنین
- ۴) حالت‌های هیجانی

۱۷۶. درباره ویژگی‌های رشد در دوره کودکی، می‌توان گفت .....

- ۱) دامنه سنی ۲ - ۱۲ سالگی را دربرمی‌گیرد.
- ۲) مطالعات روان‌شناسی رشد، مربوط به این دوران است.
- ۳) اهمیت این دوران نسبت به دوره نوجوانی کمتر است.
- ۴) رشد در این دوره با سرعت و تغییرات بسیاری همراه است.

۱۷۷. در خصوص رشد جسمانی - حرکتی دوران کودکی، کدام گزینه درست است؟

- ۱) قد نوزاد پس از گذشت ۶ ماه، ۲ برابر و وزن او ۳ برابر می‌شود.
- ۲) از ۵ تا ۸ ماهگی کودکان می‌توانند با کمک دیگران بایستند.
- ۳) تغییرات در اعضای بدن مثل افزایش وزن مغز و استحکام استخوان‌ها جزء رشد جسمانی - حرکتی دوران کودکی محسوب می‌شود.
- ۴) کودکان در ابتدای این دوره، قادر به انجام حرکات ظریف و در پایان این دوره، قادر به انجام حرکات درشت می‌شوند.

(کانون فرهنگی آموزش)

۱۷۸. موارد کدام گزینه معمولاً در یک بازه زمانی بروز پیدا می‌کنند؟

- ۱) لبخند اجتماعی - نشستن با کمک
- ۲) ترس از غریبه - نشستن مستقل
- ۳) بازی‌های موازی - بازی با همجنسان
- ۴) راه رفتن مستقل - پردازش ادراکی

۱۷۹. نشستن مستقل و ایستادن مستقل به ترتیب در چند ماهگی کودک رخ می‌دهد؟

- ۱) ۶ تا ۹ ماهگی - ۱۱ تا ۱۴ ماهگی
- ۲) ۶ تا ۹ ماهگی - ۱۱ تا ۱۳ ماهگی
- ۳) ۵ تا ۸ ماهگی - ۱۲ تا ۱۵ ماهگی
- ۴) ۵ تا ۸ ماهگی - ۱۱ تا ۱۴ ماهگی

۱۸۰. در خصوص رشد شناختی در دوره کودکی، می‌توان گفت .....

- ۱) ابتدایی‌ترین و شاخص‌ترین جنبه رشد است.
- ۲) باعث تغییر پردازش کودکان از مفهومی به ادراکی می‌شود.
- ۳) به رشد توانایی‌های ذهنی، همچون استدلال و قضاوت گفته می‌شود.
- ۴) مستلزم آگاهی از توانایی‌های زبانی خود و دیگران است.





### ۱۸۱. دربارهٔ رشد هیجانی دوران کودکی، می توان گفت .....

- (۱) فرایندی پیچیده است که در ابتدای کودکی مستلزم آگاهی کودک از هیجانات خود و در پایان این دوره مستلزم آگاهی او از هیجان اطرافیان است.
- (۲) در ابتدای دوران کودکی بروز و جهت‌دهی هیجان، مشروط به آگاهی‌های کودک و چگونگی رابطهٔ متقابل او با مادرش است.
- (۳) ابتدا متناسب با نظام پدیده‌های فردی، سه هیجان سادهٔ ترس، خشم و محبت در کودک شکل می‌گیرد.
- (۴) سپاسگزاری، خشمگین شدن، ابراز محبت و حس آرامش داشتن همگی شکل‌های مختلف هیجان‌های مرکب است.

### ۱۸۲. چگونه هیجان‌های ساده و اولیهٔ دوران کودکی به هیجان‌های مرکب دیگر، تعبیم می‌یابد؟

- (۱) رشد آگاهی کودک از هیجان‌های مختلف و واکنش اطرافیان خصوصاً مادر
- (۲) کسب آگاهی بیشتر و برقراری تعامل با محیط بازتر و گسترده‌تر
- (۳) تلاش کودک برای شناخت بیشتر خود و آگاهی دادن اطرافیان نسبت به حالات هیجانی او
- (۴) آگاهی کودک از هیجان‌های اولیهٔ خود و آگاهی او نسبت به حالات هیجانی دیگران

### ۱۸۳. تصور کنید که شما روان‌شناس هستید و مادری به شما مراجعه می‌کند و اظهار می‌دارد که کودک من، عروسک‌های جدیدش را پاره می‌کند و پنبه‌های داخل آن‌ها را بیرون می‌ریزد و زمانی که سر او فریاد می‌زنم که این کار را انجام ندهد، او دوباره کار خود را تکرار می‌کند. کدام‌یک از موارد زیر می‌تواند تحلیل درستی از رفتار این کودک باشد؟

(کانون فرهنگی آموزش)

- (۱) نشانگر بروز هیجان سادهٔ این کودک است و امری طبیعی است.
- (۲) یک اختلال روانی است و باید حتماً به روان‌پزشک ارجاع داده شود و تحت دارودرمانی قرار گیرد.
- (۳) به رشد نادرست هیجانی کودک که مرتبط با تربیت ناصحیح والدین بوده مربوط می‌شود و باید از طریق رفتار درمانی اصلاح شود.
- (۴) بیانگر بروز فرایندی پیچیده از طرف کودک است که مشروط به آگاهی او و رابطهٔ دو طرفهٔ کودک با مادرش است.

### ۱۸۴. کدام توضیح دربارهٔ هیجان‌های ساده و مرکب دوران کودکی، درست است؟

- (۱) بروز هیجانات ساده تحت‌تأثیر نظام پدیده‌های فردی است.
- (۲) هیجانات ساده غالباً به چند صورت پدیدار می‌شوند.
- (۳) هیجانات مرکب، متناسب با نوع ارزیابی افراد، ظهور متفاوتی دارند.
- (۴) انسان و حیوان در برخی از هیجانات مرکب، با یکدیگر مشترک هستند.

### ۱۸۵. علت رشد یافته‌تر بودن رشد هیجانی انسان‌ها نسبت به حیوانات چیست؟

- (۱) برقراری تعامل با محیط بازتر و متنوع‌تر
- (۲) وابستگی به محیط‌های اجتماعی
- (۳) تنوع و پیچیدگی نحوهٔ بروز هیجان
- (۴) تأثیرپذیری از نظام پدیده‌های فردی

### ۱۸۶. کودکان در فرایند رشد، کدام هیجان را زودتر بروز می‌دهند؟

- (۱) ترحم
- (۲) خشم
- (۳) حسادت
- (۴) پشیمانی

### ۱۸۷. دربارهٔ رشد اجتماعی دوران کودکی، کدام گزینه درست است؟

- (۱) اولین علامت رشد اجتماعی در کودکان، لبخند اجتماعی است که در حدود ۸ ماهگی بروز پیدا می‌کند.
- (۲) یکی از علائم رشد اجتماعی کودکان، بازی است که در ابتدا به صورت موازی و در دورهٔ دبستان به شکل گروهی انجام می‌شود.
- (۳) در کودکی اول، علاقهٔ خاصی به بازی با هم‌جنسان وجود دارد، ولی در کودکی دوم، این تمایل به جنس مخالف کشیده می‌شود.
- (۴) در پایان دورهٔ کودکی اول، کودکان یکباره متوجه می‌شوند که از بودن با دیگران لذت می‌برند و اجتماعی‌تر می‌شوند.

### ۱۸۸. در دورهٔ کودکی اول، تشخیص اعمال اخلاقی و غیراخلاقی توسط کودکان بر چه اساسی است؟

- (۱) نیت عمل انجام‌شده
- (۲) پیامد کار انجام‌شده
- (۳) منطقی بودن عمل انجام‌شده
- (۴) نوع عمل انجام‌شده

### ۱۸۹. کدام عبارت دربارهٔ رشد اخلاقی در دورهٔ کودکی، نادرست است؟

- (۱) شکل‌گیری اخلاق یک فرایند تدریجی و پیچیده است که تعیین‌کنندهٔ نوع رفتار انسان در ارتباط با دیگران است.
- (۲) تشخیص امور خوب و بد، نیاز به رشد دارد در نتیجه کودکان در ابتدا مسئول رفتار خود نیستند.
- (۳) رشد اخلاقی دربرگیرندهٔ آن دسته از قوانین و مقررات اجتماعی و اصول شرعی و عرفی است که تعیین‌کنندهٔ چگونگی رفتار انسان‌هاست.
- (۴) منظور از رشد اخلاقی، همان انجام عمل اخلاقی است که در سنین مختلف کودکی، دلیل یکسانی دارد.

### ۱۹۰. تغییر سبک بازی کودکان از موازی به گروهی بیانگر رشد در کدام حیطه است؟

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

### ۱۹۱. کدام گزینه به یکی از مصادیق شاخص‌ترین جنبهٔ رشد انسان اشاره کرده است و شدیدترین و گسترده‌ترین تغییرات زیستی در چه دوره‌ای رخ می‌دهد؟

(کانون فرهنگی آموزش)

- (۱) استدلال و حل مسئله - قبل از دبستان تا پایان دورهٔ نوجوانی
- (۲) افزایش وزن مغز - دورهٔ نوجوانی
- (۳) تعامل با محیط - طفولیت
- (۴) استحکام استخوان‌ها - کودکی اول و دوم

### ۱۹۲. در کدام گزینه ترتیب به وجود آمدن توانایی‌های جسمانی به‌درستی ذکر شده است؟

- (۱) بلند شدن از وضعیت نشسته - ایستادن با کمک
- (۲) ایستادن با کمک - نشستن مستقل
- (۳) بلند شدن از وضعیت نشسته - ایستادن مستقل
- (۴) نشستن با کمک - غلت زدن

۱۹۳. به ترتیب، برخی از ویژگی‌های رشد «اخلاقی کودکی»، «جسمانی نوجوانی»، «اجتماعی نوجوانی» و «شناختی نوجوانی» کدام است؟

(۱) راست‌گویی - بلوغ - بازی‌های قاعده‌مند - توانایی‌های زبانی

(۲) کمک به دیگران - رشد ناگهانی - گرایش به همسالان - رشد قوه استدلال

(۳) رعایت حقوق دیگران - کسب مهارت‌های حرکتی درشت - نزدیک شدن به خانواده - کسب هویت

(۴) شناخت هیجانات خود - افزایش قد - گرایش به هم‌جنسان - فراحافظه

۱۹۴. دو کودک که در یک اتاق مشغول بازی هستند و یکی از آن‌ها لگو درست می‌کند و دیگری مشغول ساختن پازل است، احتمالاً چند ساله هستند و رفتار آن‌ها مربوط به کدام جنبه رشدشان است؟

(۱) ۴ تا ۵ ساله - شناختی (۲) ۴ تا ۵ ساله - اجتماعی (۳) ۷ تا ۸ ساله - اجتماعی (۴) ۷ تا ۸ ساله - شناختی

۱۹۵. کدام گزینه نشان‌دهنده یکی از مهارت‌های حرکتی ظریف است؟

(۱) غذا خوردن با قاشق (۲) لی لی کردن (۳) سینه‌خیز رفتن (۴) پرتاب کردن توپ

۱۹۶. کودکی که با ورود یکی از دوستان قدیمی مادرش به خانه‌شان، شروع به گریه می‌کند و با نگاه به مادرش از او می‌خواهد که بغلش کند، احتمالاً در چه سنی قرار دارد و این واکنش او مربوط به کدام جنبه رشد است؟

(۱) ۲ تا ۳ ماهگی - اجتماعی (۲) ۲ تا ۳ ماهگی - هیجانی (۳) ۸ ماهگی - اجتماعی (۴) ۸ ماهگی - هیجانی

۱۹۷. کدام گزینه درباره ویژگی‌های رشد در دوره نوجوانی درست است؟

(۱) دامنه سنی ۱۲ تا ۲۰ سالگی را دربرمی‌گیرد.

(۲) این دوره حد واسط میان دوران جوانی و بزرگسالی است.

(۳) در ابتدای این دوره، نوجوان به پختگی دوره بزرگسالی می‌رسد.

(۴) اهمیت تغییرات رشدی این دوره از دوران جوانی، کمتر است.

(کانون فرهنگی آموزش)

۱۹۸. صفات «ثانویه جنسی» صفاتی هستند که .....

(۱) به طور مستقیم به تولیدمثل مربوط نمی‌شوند.

(۲) قابل رؤیت نیستند.

(۳) تغییرات اندام‌های جنسی را دربرمی‌گیرند.

(۴) جزئی از علائم رشد محسوب نمی‌شوند.

(کانون فرهنگی آموزش)

۱۹۹. شاخص‌ترین جنبه رشد کدام است و رشد توانایی‌های زبانی به کدام حیطة رشد مربوط می‌شود؟

(۱) رشد شناختی - رشد اجتماعی (۲) رشد جسمانی حرکتی - رشد شناختی

(۳) رشد شناختی - رشد جسمانی حرکتی (۴) رشد اجتماعی - رشد شناختی

۲۰۰. «ناگهانی بودن رشد» در دوره نوجوانی، به چه معناست؟

(۱) افزایش قد و وزن و سپس رشد ماهیچه‌ها

(۲) تغییرات سریع در اندام‌های داخلی مثل قلب و شش

(۳) تغییر سریع تناسب بدن و افزایش سریع اندازه بدن (۴) ایجاد بلوغ جنسی که موجب رسش جنسی نوجوان می‌شود.

۲۰۱. درباره رشد اندام‌های داخلی بدن در دوره نوجوانی کدام عبارت درست است؟

(۱) اندازه قلب ۳ برابر شده و حجم خون افزایش می‌یابد.

(۲) ظرفیت شش‌ها ۲ برابر شده و حجم اکسیژن دریافتی بیشتر می‌شود.

(۳) تغییرات در اندازه و ظرفیت قلب و شش باعث احساس توانمندی زیاد می‌شود.

(۴) به دلیل احساس توانمندی زیاد، حجم کلی خون افزایش می‌یابد.

۲۰۲. کدام تغییر نشان‌دهنده ویژگی جنسی ثانویه است؟

(۱) رشد موی زائد در پسران (۲) رشد رحم در دختران (۳) رشد بیضه‌ها در پسران (۴) رشد تخمدان‌ها در دختران

۲۰۳. کدام مورد جزء حوزه‌های اساسی رشد جسمانی دوره نوجوانی نیست؟

(۱) رشد استخوانی و عضلانی (۲) تغییر در اندازه قلب و شش (۳) رشد مغز و سیستم عصبی (۴) تغییرات فیزیولوژیکی و هورمونی

۲۰۴. کدام ویژگی رشد جسمانی نوجوانی یک تغییر کیفی محسوب می‌شود؟

(۱) رشد دستگاه تولید مثل (۲) افزایش ظرفیت شش (۳) تغییر تناسب بدن (۴) رشد بیشتر ماهیچه‌ها

۲۰۵. یکی از پیامدهای ناسازگارانه تغییرات شناختی دوران نوجوانی «حساسیت نسبت به انتقاد دیگران» است، در این باره، توصیه پیشنهادی چیست؟

(۱) بیشتر از انتقاد، از آن‌ها تعریف و تمجید کنیم.

(۲) تا جای ممکن انتقاد خود را به صورت غیرمستقیم بیان کنیم.

(۳) بهتر است در حضور دیگران از آنان ایراد نگیریم. (۴) بهتر است به جای انتقاد سعی کنیم الگوی مناسبی برای آنان باشیم.

۲۰۶. به ترتیب بگویید در بیان تغییرات نوجوانی به کدام ویژگی‌ها اشاره می‌شود و کدام جنبه از رشد نوجوانی شگفت‌آور است؟

(۱) افزایش گرایش به ارتباط با همسالان - تغییر در ویژگی‌های مربوط به توانایی تولید مثل

(۲) افزایش سریع اندازه بدن و تغییر تناسب آن - ظرفیت‌سازی حافظه

(۳) بلوغ جنسی - افزایش تحریک‌پذیری و تغییر سریع حالات هیجانی

(۴) رشد و شکل‌گیری هویت - شکل‌گیری تفکر فرضی



## ۲۰۷. تفکر فرضی به چه معنا است؟

- (۱) فرض کردن آنچه در گذشته اتفاق افتاده است.
- (۲) فرض کردن آنچه ممکن است در آینده اتفاق بیفتد.
- (۳) استدلال کردن بر مبنای فرضیه‌های علمی.
- (۴) پیش‌بینی موقعیت با توجه به واقعیت‌های ملموس و بیرونی.

## ۲۰۸. کدام گزینه مربوط به رشد شناختی نوجوانی است؟

- (۱) تحت‌تأثیر عوامل محیطی، تسلط آن‌ها بر لغات زیاد می‌شود.
- (۲) استدلال آن‌ها بر مبنای واقعیت‌های ملموس و بیرونی است.
- (۳) نحوه عمل و انتخاب آن‌ها بر اساس پردازش ادراکی است.
- (۴) نسبت به انتقاد دیگران حساسیت زیادی پیدا می‌کنند.

## ۲۰۹. کدام گزینه نشان‌دهنده توجه گزینشی نیست؟

- (۱) سازگاری با ضرورت‌های تکلیف
- (۲) تمرکز بهتر در حین انجام تکلیف
- (۳) توجه پایدار به اطلاعات مرتبط با تکلیف
- (۴) انجام هم‌زمان چند تکلیف

## ۲۱۰. کدام گزینه در خصوص تفاوت حافظه کودکان و نوجوانان درست است؟

- (۱) بهتر از کودکان قادر به ظرفیت‌سازی حافظه هستند.
- (۲) برخلاف کودکان قادر به رمزگردانی، اندوزش و بازیابی اطلاعات هستند.
- (۳) برخلاف کودکان از توانایی فراحافظه برخوردارند.
- (۴) بهتر از کودکان قادر به تمرکز بر اطلاعات مرتبط هستند.

## ۲۱۱. در خصوص نوع تفکر نوجوانان و کودکان، کدام گزینه درست است؟

- (۱) سرعت تفکر کودکان بیش از نوجوانان است.
- (۲) نوجوانان بر خلاف کودکان توانایی نظارت، ارزیابی و تغییر جهت تفکر لحظه به لحظه را دارند.
- (۳) قدرت ظرفیت‌سازی حافظه در دوره نوجوانی بیشتر می‌گردد.
- (۴) نوجوانان بیشتر از کودکان، بر استدلال‌ها، قضاوت‌ها و تصمیم‌هایشان اشراف دارند.

## ۲۱۲. نوع پردازش کودک و نوجوان به چه صورت است؟

- (۱) پردازش نوجوان مفهومی است، یعنی مفید بودن اشیا را به عوامل ظاهری آن نسبت می‌دهد.
- (۲) عملکرد کودکان بر اساس پردازش مفهومی، یعنی ویژگی‌های حسی و فیزیکی است.
- (۳) پردازش غالب نوجوانان مفهومی است و به ماندگاری و کیفیت یک کالا توجه می‌کنند.
- (۴) نوجوانان بر اساس پردازش ادراکی، توانایی تشخیص اشیا را بر اساس ماندگاری و یا کیفیت آن دارند.

## ۲۱۳. علت بروز پیامدهای ناسازگارانه شناختی در دوره نوجوانی چیست؟

- (۱) عدم پختگی لازم در نحوه به‌کارگیری توانایی‌های شناختی
- (۲) افزایش تحریک‌پذیری به‌دلیل تغییرات فیزیولوژیکی و هورمونی
- (۳) رشد فزاینده و بیش از حد توانایی‌های شناختی
- (۴) تجربه تغییرات ناگهانی و زیاد در بسیاری از حیطه‌های رشد

## ۲۱۴. کدام گزینه اشاره به تغییر اساسی دوران نوجوانی دارد؟

- (۱) بلوغ
- (۲) رشد دستگاه تولید مثل
- (۳) تفکر فرضی
- (۴) رشد ناگهانی

۲۱۵. این توصیه پیشنهادی که «باید به نوجوانان کمک کرد تا دریابند جوامع و افراد، آمیزه‌ای از محاسن و معایب هستند»، در ارتباط با کدام دسته از نوجوانان مصداق دارد؟

- (۱) نوجوانان حساس به انتقاد
- (۲) نوجوانان آرمان‌گرا
- (۳) نوجوانان با عزت‌نفس پایین
- (۴) نوجوانان منحصربه‌فرد

## ۲۱۶. کدام مورد بهترین واکنش در برخورد با «احساس منحصربه‌فرد بودن اغراق‌آمیز نوجوانان»، به شمار می‌رود؟

- (۱) کمک کنیم تا دریابند که افراد آمیزه‌ای از محاسن و معایب هستند.
- (۲) با استدلال کردن، آن‌ها را درباره واقعی نبودن این احساس قانع کنیم.
- (۳) ویژگی‌های اغراق‌آمیز آنان را بپذیریم و تقویت کنیم.
- (۴) موقتاً تا زمان ایجاد دیدگاه متعادل‌تر، عقاید آنان را بپذیریم.

## ۲۱۷. چگونه می‌توانیم به نوجوانانی که در تصمیم‌گیری روزمره مشکل دارند، کمک کنیم؟

- (۱) ضمن آموزش تصمیم‌گیری درست، گاهی به‌جای آنان تصمیم‌گیری کنیم.
- (۲) به‌جای آن‌ها تصمیم‌گیری نکنیم و تصمیم‌گیری کارآمد را به آنان آموزش دهیم.
- (۳) آنان را با مسائل ساده‌تر مواجه کنیم تا بتوانند به‌تدریج تصمیمات درست بگیرند.
- (۴) ابتدا در تصمیم‌گیری به آنان کمک کنیم و پس از مدتی به آن‌ها استقلال بدهیم.

## ۲۱۸. کدام‌یک از رفتارهای زیر را می‌توان به تغییرات شناختی دوره نوجوانی نسبت داد؟

- (۱) امیر برای اینکه فرمول‌های ریاضی در ذهنش بماند از تصویرسازی ذهنی استفاده می‌کند.
- (۲) مینا همیشه به جای خواهرش تصمیم‌گیری می‌کند.
- (۳) محسن شکایت می‌کند که نمی‌تواند بر اطلاعات متمرکز شود و ضرورت تکلیف را درک نمی‌کند.
- (۴) شیرین مفید بودن یک کالا را به اندازه و رنگ آن نسبت می‌دهد.

## ۲۱۹. کدام یک از تغییرات رشد شناختی نوجوانی از نظر کمی و کیفی بودن با بقیه متفاوت است؟

- (۱) افزایش سرعت تفکر
- (۲) رسیدن به تفکر فرضی
- (۳) گزینشی‌تر شدن توجه
- (۴) رمزگردانی بهتر اطلاعات

۲۲۰. اینکه یک دانش‌آموز تلاش می‌کند تا با خلاصه نویسی و طبقه بندی مطالب درسی، آن‌ها را بهتر به حافظه بسپارد، ناشی از کدام ویژگی رشد شناختی در نوجوانی است؟

- (۱) ظرفیت سازی حافظه (۲) افزایش سرعت تفکر (۳) مهارت فراحافظه (۴) ارزیابی و نظارت بر تفکر

۲۲۱. علت اینکه یک نوجوان هنگام نماز خواندن می‌تواند جلوی حواس پرتی خود را بگیرد و حضور قلب داشته باشد، چیست؟

- (۱) از پردازش مفهومی برخوردار است. (۲) مهارت کنترل هیجان دارد. (۳) دارای توجه گزینشی است. (۴) هویت مثبت برای خود قائل است.

۲۲۲. علت افزایش تحریک پذیری نوجوانان و تغییر سریع حالات هیجانی آنان کدام است؟

- (۱) برخورد نامناسب اطرافیان و حساسیت زیاد دوران نوجوانی (۲) هدایت نشدن و به کارگیری نادرست هیجانات (۳) تغییرات فیزیولوژیکی و هورمونی گسترده این دوران (۴) آگاهی از هیجانات بیشتر و برقراری تعامل با محیط متنوع تر

۲۲۳. کدام عبارت در خصوص رشد هیجانی دوره نوجوانی و برخورد درست با این تغییرات درست است؟

- (۱) لازمه هدایت هیجان‌های زودگذر این دوران، کسب مهارت‌های مناسب مثل ورزش کردن و یا کنترل خشم است. (۲) هیجانات، منبع رفتارهای مثبت و سازنده هستند که به دلیل تغییرات فیزیولوژیکی این دوران پرخطر می‌گردند. (۳) در این دوره هیجانات منفی موجب افزایش تحریک پذیری و تغییرات سریع حالات هیجانی آنان می‌گردد. (۴) هیجانات منبع رفتارهای مخرب و پرخطر هستند، بنابراین با آموزش مهارت‌های خاص آن‌ها را هدایت می‌کنیم.

۲۲۴. بیشترین تحولات اخلاقی و ارزشی را کدام گروه‌های سنی تجربه می‌کنند؟

- (۱) نوجوانان (۲) کودکان دبستان (۳) جوانان (۴) بزرگسالان

۲۲۵. در تعاملات اجتماعی، گرایش طبیعی نوجوان به سمت کدام گروه است؟

- (۱) افراد هم‌جنس (۲) گروه همسالان (۳) افراد جنس مخالف (۴) اعضای خانواده

۲۲۶. دستیابی به «هویت» از جمله تغییرات رشدی کدام حیطة و کدام گروه سنی است؟

- (۱) اجتماعی - کودکی دوم (۲) شناختی - نوجوانی (۳) شناختی - کودکی دوم (۴) اجتماعی - نوجوانی

۲۲۷. در خصوص «هویت» و اجزای آن، کدام گزینه نادرست است؟

- (۱) ویژگی‌های جسمی، جنسی، اجتماعی، شناختی، اخلاقی، هیجانی، آرمانی و شغلی را دربرمی‌گیرد. (۲) موجب تمایز هر فرد با دیگران است. (۳) هویت پاسخ به سؤال «من کیستم» است که ذهن هر فرد به خصوص کودکان و نوجوانان را درگیر کرده است. (۴) شامل طرز فکر، عقاید و نحوه ارتباط فرد با دیگران است.

۲۲۸. «ایفای نقش جنسیتی جهت نشان دادن رفتارهای زنانه یا مردانه»، مربوط به کدام ویژگی هویت است؟

- (۱) روانی (۲) اجتماعی (۳) جنسی (۴) جسمی

۲۲۹. کدام دسته از نوجوانان به لحاظ روانی نسبت به سایر همسالان خود، سالم‌ترند؟

- (۱) آن‌هایی که در آغاز نوجوانی هویت خود را شکل داده‌اند. (۲) آن‌هایی که برای خود هویت مثبتی قائل‌اند و خود را دوست دارند. (۳) آن‌هایی که از نظام باورها و ارزش‌های اخلاقی بیشتری برخوردار هستند. (۴) آن‌هایی که با هیجانات منفی کمتری روبه‌رو می‌شوند.

۲۳۰. علی ۱۷ ساله است. او در یک گردش خانوادگی در حضور همراهان دیگر به پدر خود بی‌احترامی می‌کند. کدام مشکل در دوره رشد او باعث ایجاد این رفتار شده است؟

(کانون فرهنگی آموزش)

- (۱) عدم تکامل رشد اجتماعی (۲) سردرگمی نقش (۳) بحران هویت (۴) عدم تبدیل شناخت به باور اخلاقی

۲۳۱. به ترتیب «شکل‌گیری هویت»، «بروز رفتارهایی که بلافاصله با پشیمانی همراه است» و «سوءاستفاده نکردن از دیگران» در کدام یک از جنبه‌های رشد نوجوانی مورد بررسی قرار می‌گیرد؟

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

(کانون فرهنگی آموزش)

۲۳۲. هویت، .....، ..... و نحوه ..... را شامل می‌شود.

- (۱) جست‌وجوی خویشتن - اجتماعی بودن - تعامل با دیگران (۲) طرز فکر - عقاید - ارتباط فرد با دیگران (۳) مذهب - اخلاق - شناخت فرد از جهان (۴) خودآرمانی - خود واقعی - تعامل این دو با یکدیگر

۲۳۳. فرایند رشد درک اخلاقی در نوجوانی، تحت تأثیر کدام یک از جنبه‌های رشد است؟

- (۱) جسمانی و اجتماعی (۲) شناختی و اجتماعی (۳) هیجانی و شناختی (۴) اجتماعی و هیجانی

۲۳۴. کدام مورد از جمله دلایل تبدیل رفتارهای مثبت و سازنده به رفتارهای مخرب و پرخطر نوجوانی نیست؟

- (۱) عدم استفاده از مهارت‌های کنترل هیجان (۲) به کارگیری غلط هیجان‌ها (۳) جهت دادن نادرست به هیجانات (۴) مختل شدن ترکیبات هورمونی

۲۳۵. کدام عامل در دوران نوجوانی و جوانی موجب قضاوت بهتر و واکنش دقیق‌تر فرد درباره مسائل اخلاقی، ارزشی و دینی می‌شود؟

- (۱) رشد سریع هیجانی (۲) رشد سریع شناختی (۳) رشد سریع اخلاقی (۴) رشد سریع اجتماعی



۲۳۶. کدام گزینه جزء عواملی که زمینه‌های رشد ارزش‌های اخلاقی را در نوجوانی افزایش می‌دهد، نیست؟

- (۱) جست‌وجوی هویت  
(۲) بروز احساس خودمختاری نسبت به والدین  
(۳) تغییر نوع روابط اجتماعی  
(۴) درگیری بیشتر با مسائل اخلاقی و ارزشی

۲۳۷. کدام یک از جملات زیر به «هویت اخلاقی» دوره نوجوانی ارتباطی ندارد؟

- (۱) من آدمی دیندار و انسان‌دوست هستم.  
(۲) من فردی صادق و مهربان هستم.  
(۳) من از مسافرت رفتن و تفریح کردن با دوستانم لذت می‌برم.  
(۴) من فقط به مصالح خودم اهمیت می‌دهم و مسائل دیگران ربطی به من ندارد.

۲۳۸. نحوه پاسخ‌دهی نوجوان به انواع جملات مرتبط با «رشد اخلاقی»، بر کدام جزء شناختی در رفتار او تأثیر می‌گذارد؟

- (۱) تصمیم‌گیری (۲) توجه (۳) هیجان (۴) قضاوت

۲۳۹. رابطه شناخت و اخلاق در دوره نوجوانی به چه شکل است؟

- (۱) رشد درک اخلاقی به شکل‌گیری شناخت وابسته نیست.  
(۲) در بیشتر موارد داشتن شناخت، به رفتار اخلاقی منجر می‌شود.  
(۳) شرط تبدیل شدن شناخت به اخلاق، شکل‌گیری باورها و ارزش‌ها است.  
(۴) داشتن شناخت، شرط کافی برای شکل‌گیری اخلاق است.

۲۴۰. شخصی که می‌داند مساوک زدن موجب سلامتی و حفظ دندان‌ها می‌شود، ولی در مساوک زدن سهل‌انگاری می‌کند، در کدام مورد دچار اشکال است؟

- (۱) هیجان (۲) شناخت (۳) باور (۴) دانش

۲۴۱. در خصوص «خود آرمانی» و «خود واقعی» فرد در دوره نوجوانی، همه گزینه‌ها درست است؛ به جز.....

- (۱) در روند طبیعی زندگی انتظار می‌رود که نوجوانان برای کاهش فاصله خود آرمانی و واقعی، به جای رؤیاپردازی تلاش کنند.  
(۲) منظور از «خود آرمانی» ویژگی‌هایی است که فرد دوست دارد داشته باشد.  
(۳) منظور از «خود واقعی» همان ویژگی‌های فردی است که هر فرد دارد.  
(۴) استفاده از پدیده رؤیاپردازی در دوره نوجوانی برای کم کردن فاصله «خود آرمانی» و «خود واقعی»، غیرطبیعی است.

۲۴۲. روان‌شناسی بر کدام مرحله از رشد انسان بیشتر تأکید می‌کند؟

- (۱) نوجوانی و جوانی (۲) نوزادی و کودکی (۳) کودکی و نوجوانی (۴) تمامی مراحل رشد

(خارج ۹۸)

درس  
۲

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

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

(سراسری ۹۸)

۲۴۴. دو گلوله خمیر گرد و مساوی را جلوی کودک ۵ ساله روی دو کفه ترازو قرار می‌دهیم و سپس آن‌ها را از روی ترازو برمی‌داریم و یکی را به شکل مار درمی‌آوریم. قبل از قرار دادن مجدد آن‌ها بر روی ترازو از کودک می‌پرسیم که آیا دو گلوله باز هم، وزن مساوی دارند؟ پاسخ می‌دهد که خیر! گلوله‌ای که به شکل مار درآمده است، وزن بیشتری خواهد داشت. این پاسخ ناشی از چیست؟

- (۱) عدم اشراف بر قضاوت‌ها و استدلال‌ها  
(۲) عدم در نظر گرفتن احتمالات مختلف  
(۳) عدم تمرکز بر اطلاعات مرتبط با تکلیف  
(۴) عدم برخورداری از پردازش مفهومی

(سراسری ۹۸)

۲۴۵. به تغییرات بدنی و جنسی که جزئی از علائم رشد و قابل رؤیت هستند، چه می‌گویند؟

- (۱) بلوغ جنسی (۲) رسش جنسی (۳) ویژگی اولیه جنسی (۴) ویژگی ثانویه جنسی

(خارج ۹۶ باندکی تغییر)

۲۴۶. تفکر فرضیه‌سازی در دوره نوجوانی به کدام ویژگی اشاره دارد؟

- (۱) با واقعیت مطابقت دارد.  
(۲) محدود به زمان حال است.  
(۳) از طریق استدلال استقرایی شکل می‌گیرد.  
(۴) علاوه بر واقعیت می‌تواند به صورت احتمالی صورت بگیرد.

۲۴۷. کدام عبارت درباره رشد درست است؟

- (۱) ابتدایی‌ترین و شاخص‌ترین جنبه رشد، رشد جسمانی - حرکتی است.  
(۲) از زمان تولد تا نوجوانی رشد اجتماعی با سرعت و تغییرات بسیاری همراه است.  
(۳) دوره نوجوانی با شدیدترین و گسترده‌ترین تغییرات هیجانی همراه است.  
(۴) دوره نوجوانی نسبت به سایر دوره‌های رشد اهمیت زیادی دارد.

(سراسری ۹۹)

۲۴۸. کدام عبارت، در مورد تغییرات جسمانی، هیجانی و اجتماعی نوجوانان درست است؟

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

(خارج ۹۹)

۲۴۹. کدام عبارت، در خصوص «رشد جسمانی در دوره نوجوانی» درست است؟

- (۱) رشد جسمانی به تدریج صورت می‌گیرد.  
(۲) اندازه و ظرفیت شش و قلب افزایش پیدا می‌کند.  
(۳) تناسب اندازه بدن به سرعت و ناگهانی به ثبات می‌رسد.  
(۴) یک سال قبل از افزایش قد و وزن، ماهیچه‌ها رشد بیشتری می‌کنند.

## احساس، توجه، ادراک



### احساس (محرک‌های محیطی را چگونه دریافت می‌کنیم؟)

۲۵۰. با توجه به مبحث «احساس»، چرا برخی از زندانیان خاطی را جهت تنبیه به اتاق انفرادی انتقال می‌دهند؟  
 (۱) در شرایطی شبیه محرومیت حسی قرار گیرند که آزاردهنده است. (۲) با بهره گرفتن از پدیده «جبران حسی» به جبران اشتباهات خود بپردازند.  
 (۳) در شرایط دریافت تک حسی قرار بگیرند. (۴) حواس اصلی آن‌ها، برای دریافت محرکات بیرونی از کار بیفتد.
۲۵۱. مهشید در کنار پدر، مادر و برادر کوچک ترش علی، در حال دیدن مسابقه فوتبال استقلال و پرسپولیس بودند که زنگ تلفن به صدا درآمد، مهشید و پدر و مادر به تلفن نگاه کردند و مهشید به حالت اعتراض گفت: «چه بی‌موقع!». در این موقعیت، در ارتباط با زنگ تلفن، کدام پدیده‌ها شکل گرفته است؟  
 (۱) شنیدن صدای زنگ برای هر چهار نفر (توجه) - گفتن عبارت «چه بی‌موقع» (ادراک) - نگاه کردن هر سه نفر به تلفن (ادراک)  
 (۲) شنیدن صدای زنگ برای هر چهار نفر (احساس) - نگاه سه نفر به تلفن (توجه) - اعتراض مهشید به فرد پشت تلفن (توجه)  
 (۳) شنیدن صدای زنگ برای هر چهار نفر (احساس) - نگاه سه نفر به تلفن (توجه) - اعتراض مهشید به فرد پشت تلفن (ادراک)  
 (۴) شنیدن صدای زنگ برای هر چهار نفر (توجه) - گفتن عبارت «چه بی‌موقع» (ادراک) - نگاه کردن سه نفر به تلفن (توجه)
۲۵۲. به ترتیب هر یک از موارد مشخص شده در متن زیر، به کدام یک از مراحل شناخت مربوط می‌شود؟  
 «محمد با پدر خود به یک روستا سفر می‌کند. او در روستا گل‌های رنگارنگ زیادی را می‌بیند؛ اما به گل‌های زرد رنگ علاقه بیشتری نشان می‌دهد. او این منظره را به ذهن می‌سپارد و این خاطره سال‌ها در یاد او می‌ماند. هر بار با تداعی آن گل‌ها زمزمه می‌کند که: «ای کاش نظیر این گل‌ها را در باغچه خانه خود داشتیم؛ اما افسوس که به دلیل آلودگی هوا در شهر، این امکان وجود ندارد.»  
 (۱) ادراک - توجه - احساس (۲) احساس - تفکر - حافظه (۳) حافظه - احساس - ادراک (۴) توجه - حافظه - تفکر
۲۵۳. شخصی که هنگام تماشای یک فیلم سینمایی، بعد از گذشت چند دقیقه متوجه می‌شود در این مدت به اتفاقات روز گذشته فکر می‌کرده و فیلم را ندیده، در کدام فرایند دچار مشکل شده است؟  
 (۱) توجه (۲) تمرکز (۳) انتخاب محرک (۴) ادراک
۲۵۴. اگر در زنگ تفریح مدرسه در حیاط مشغول بازی باشید و با شنیدن صدای ناظم به سمت او برگردید، چه اتفاقی افتاده است؟  
 (۱) توجه پایدار شکل گرفته است. (۲) محرک احساس شده، انتخاب شده است.  
 (۳) محرک انتخاب شده، تعبیر شده است. (۴) تحریک حواس از سوی محرک به میزان لازم نرسیده است.
۲۵۵. کدام توضیح درباره‌ی خانمی که با چشیدن غذا در حین آشپزی می‌گوید: «طعم آن بیش از حد شور شده»، کامل تر است؟  
 (۱) محرک‌های انتخاب شده را نگهداری کرده است. (۲) محرک‌های بیرونی را به اطلاعات روان‌شناختی معنادار تبدیل کرده است.  
 (۳) محرک‌های احساس شده را انتخاب کرده است. (۴) اطلاعات روان‌شناختی معنادار را از محیط بیرونی دریافت کرده است.
۲۵۶. دیدگاه تکاملی، احساس محرک‌های بیرونی را برای موجودات زنده، خصوصاً انسان .....  
 (۱) لازمه بقا می‌داند. (۲) عامل برقراری ارتباط با محیط می‌داند.  
 (۳) امری طبیعی و غیرارادی می‌داند. (۴) لازمه شناخت از محیط می‌داند.
۲۵۷. این موضوع که «اگر بتوانیم مطلب شنیده شده را به صورت ترسیمی و نوشتاری تبدیل کنیم، یادگیری آن راحت‌تر خواهد شد»، براساس کدام پدیده است؟  
 (۱) جبران حسی (۲) محرومیت حسی (۳) دریافت چندحسی (۴) تحریک حسی
۲۵۸. در ارتباط با حواس پنج‌گانه، می‌توان گفت تحریک هر یک از گیرنده‌های حسی به چه عاملی بستگی دارد؟  
 (۱) احساس محرک (۲) تنوع محرک (۳) شدت محرک (۴) آشنایی با محرک
۲۵۹. اینکه افراد ناشنوا، توانایی بیشتری در لب‌خوانی دارند، نشان‌دهنده کدام پدیده است؟  
 (۱) دریافت چندحسی (۲) محرومیت حسی (۳) دریافت تک‌حسی (۴) جبران حسی
۲۶۰. آزمایش‌های مربوط به فقدان حواس در چه شرایطی انجام شد و نتیجه آن، چه بود؟  
 (۱) محرومیت حسی - احساس برای بقای موجودات زنده ضروری است.  
 (۲) جبران حسی - همه موجودات زنده به خصوص انسان‌ها نیاز به احساس دارند.  
 (۳) محرومیت حسی - همه موجودات زنده به خصوص انسان‌ها نیاز به احساس دارند.  
 (۴) جبران حسی - احساس برای بقای موجودات زنده ضروری است.
۲۶۱. کدام عبارت، بیانگر مفهوم «ادراک» است؟  
 (۱) حل مسئله و تصمیم‌گیری (۲) تحریک گیرنده‌های حسی (۳) فرایند بازنمایی اطلاعات (۴) فرایند تفسیر محرک‌های انتخابی
۲۶۲. در روان‌شناسی حداقل انرژی لازم برای تحریک اندام حسی را چه می‌نامند؟  
 (۱) ادراک (۲) احساس (۳) شدت محرک (۴) آستانه مطلق

(سراسری ۹۸)

(خارج ۹۸)

(خارج ۹۱)

- (۲) به طرف صدای شدید و ناگهانی برگشتن  
(۴) فرار کردن سوسک‌ها از نور چراغ

(سراسری ۹۴)

- (۲) احساس تمایلات هیجانی است اما ادراک جنبه شناختی دارد.  
(۴) ادراک به تفسیر و معنابخشی به اطلاعات مربوط می‌شود نه دریافت ساده آن‌ها.

۲۶۵. اینکه برای خانم‌ها درد زایمان به مراتب قابل تحمل‌تر از درد ناشی از جراحی کلیه است، احتمالاً به این دلیل است که .....  
(۱) آستانه تحمل درد در افراد تفاوت دارد.  
(۲) زنان مقاوم‌تر از مردان هستند.  
(۳) عوامل روان‌شناختی در تحمل درد مؤثر است.  
(۴) اجبار به تحمل درد موجب کاهش آن می‌شود.

### توجه (محرك‌های محیطی را چگونه انتخاب می‌کنیم؟)

۲۶۶. درباره دو مفهوم «توجه» و «تمرکز»، همه گزینه‌ها درست است؛ به جز .....  
(۱) این دو ضمن نزدیکی زیاد، با هم تفاوت دارند.  
(۲) تمرکز لازمه توجه کردن به یک محرک خاص است.  
(۳) تمرکز لازمه توجه کردن به یک محرک خاص است.  
۲۶۷. با ورود معلم به کلاس و شروع درس، دانش‌آموزان شرایط زیر را تجربه می‌کنند؛ کدام گزینه به ترتیب در این رابطه درست است؟  
(الف) برخی با دقت درس را گوش داده و تا انتها متوجه مطالب درسی می‌شوند.  
(ب) برخی از همان ابتدا درگیر مشکلات ذهنی خود بوده و تا انتها نیز این درگیری ادامه دارد.  
(ج) برخی ممکن است با دقت گوش دهند ولی پس از مدتی ذهن آنان نیز معطوف به چیزهای دیگر گردد.  
(د) فقط تمرکز - توجه بدون تمرکز - توجه بدون تمرکز  
(۱) توجه و تمرکز - عدم توجه و عدم تمرکز - فقط توجه  
(۲) فقط تمرکز - توجه بدون تمرکز - فقط تمرکز  
(۳) توجه و تمرکز - توجه بدون تمرکز - فقط تمرکز  
(۴) فقط توجه - عدم توجه و عدم تمرکز - تمرکز بدون توجه

(کانون فرهنگی آموزش)

۲۶۸. به ترتیب موارد زیر به کدام منبع توجه اشاره دارند؟  
(الف) زمانی که پدر شما قرار است از سفر بازگردد، در فرودگاه هر فردی را از فاصله دور، پدرتان تلقی می‌کنید.  
(ب) با پخش شدن آهنگ به آن گوش می‌دهیم.  
(ج) کسی که گریه خانگی دارد، نسبت به شنیدن صدای گریه‌ها در بیرون خانه حساس‌تر است.

- (۱) سبک پردازش - سبک پردازش - تحریک حواس  
(۲) تحریک حواس - حافظه - انتظارات افراد  
(۳) انتظارات افراد - تحریک حواس - حافظه  
(۴) تحریک - حواس تحریک حواس - حافظه

۲۶۹. فرض کنید غرق تماشای یک فیلم سینمایی هستید و در همین حین مادرتان، شما را برای صرف شام صدا می‌زند؛ ممکن است با وجود شنیدن صدای مادر، واکنشی نشان ندهید و پس از پایان فیلم بگویید: «مثل اینکه من را صدا زدید، کاری داشتید؟» کدام پدیده با این رویداد ارتباط بیشتری دارد؟  
(۱) عدم توجه (۲) آگاهی نسبی (۳) خوگیری و آفت تمرکز (۴) رد درست

۲۷۰. زمانی که با یکی از دوستان خود قرار ملاقات دارید، هر فردی را که از دور می‌بینید، آن دوست تلقی می‌کنید؛ این مطلب تحت تأثیر کدام عامل است؟  
(۱) اطلاعات موجود در حافظه (۲) آگاهی نسبی (۳) خطای ادراکی (۴) سبک پردازش و انتظارات

۲۷۱. اصطلاحاً به فرایند تسهیل دریافت محرک بعد از ارائه پیشین آن چه می‌گویند؟  
(۱) انتقال (۲) آماده‌سازی (۳) دریافت تک‌حسی (۴) تداخل

۲۷۲. کدام گزینه به ترتیب تکمیل‌کننده جاهای خالی هر یک از عبارات زیر است؟  
(الف) تعبیر و تفسیر کردن و معنی و مفهوم و سازمان دادن به محرک‌های ..... شده، «ادراک» نام دارد.  
(ب) اغلب به دلیل ..... میان دو مفهوم توجه و تمرکز، همه افراد قادر به تفکیک آن دو نیستند.  
(۱) توجه - ارتباط نزدیک (۲) توجه - فاصله زمانی کم (۳) احساس - فاصله زمانی کم (۴) احساس - ارتباط نزدیک

۲۷۳. پدیده آماده‌سازی، مبتنی بر چه عاملی است و در این خصوص کدام رابطه صحیح است؟

- (۱) آگاهی نسبی به محرک‌ها - هرچه آگاهی بیشتر باشد، نوع توجه ارادی‌تر خواهد بود.  
(۲) آشنایی نسبی با محرک‌ها - هرچه آشنایی بیشتر شود، توجه آگاهانه بهتر شکل خواهد گرفت.  
(۳) آشنایی نسبی با محرک‌ها - هرچه آگاهی بیشتر باشد، نوع توجه ارادی‌تر خواهد بود.  
(۴) آگاهی نسبی به محرک‌ها - هرچه آشنایی بیشتر شود، توجه آگاهانه بهتر شکل خواهد گرفت.

۲۷۴. یک آرایشگر را در حال عبور از بازارچه کفش در نظر بگیرید، اگر بعداً از او بپرسید: «آیا فروشگاه کفش نادر را دیده‌ای؟» ممکن است به شما بگوید: «مگر در این مسیر کفش‌فروشی وجود داشت؟» به نظر شما علت این بی‌توجهی به کدام عامل مربوط است؟

- (۱) خوگیری (۲) آشنایی نسبی با محرک (۳) اطلاعات موجود در حافظه (۴) سبک پردازش

۲۷۵. فردی پس از خرید مقدار زیادی طلا از یک طلافروشی از آنجا خارج می‌شود و به هر موتورسواری که به سمت او می‌آید، توجه می‌کند؛ چون فکر می‌کند می‌خواهند کیف او را بزنند. در این موقعیت کدام یک از منابع توجه نقش بیشتری داشته‌اند؟

- (۱) تحریک حواس (۲) اطلاعات موجود در حافظه (۳) سبک پردازش و انتظارات (۴) اهمیت تکلیف

۲۷۶. زمانی که قصد خرید ساعت مچی داریم، ممکن است ناخودآگاه به دنبال برندی بگردیم که قبلاً آن را دست یکی از بازیگران سینما دیده‌ایم. انجام این عمل نشان‌دهنده کدام پدیده روان‌شناختی است؟
- (۱) آماده‌سازی (۲) خوگیری (۳) انتقال (۴) اثر نهفتگی
۲۷۷. کدام عامل باعث می‌شود فرد به تدریج کمتر به یک موضوع توجه کند؟
- (۱) آشنایی نسبی با محرک (۲) درگیری ذهنی (۳) تغییرات درونی محرک (۴) گوش به زنگی
۲۷۸. اثربخشی «تبلیغات تجاری» با کدام یک از پدیده‌های روان‌شناسی قابل توجیه است؟
- (۱) تحریک حسی (۲) آشنایی نسبی (۳) توجه ارادی (۴) آماده‌سازی
۲۷۹. فرد ۳۰ ساله‌ای که در دوران کودکی کارتن «خانواده دکتر ارنست» را دیده است، با پخش دوباره آن در تلویزیون توجهش بیشتر از کسی که این کارتن را ندیده جلب می‌شود. در این مورد می‌توان گفت.....
- (۱) اطلاعات موجود در حافظه منجر به توجه شده است. (۲) سبک پردازش افراد و انتظارات آن‌ها باعث انتخاب محرک‌های خاصی شده است. (۳) درگیری و انگیزتگی ذهنی زمینه افزایش تمرکز را فراهم کرده است. (۴) آشنایی نسبی با محرک، توجه را افزایش داده است.
۲۸۰. کدام گزینه از منابع «توجه» نیست؟
- (۱) سبک پردازش و انتظارات افراد (۲) یکنواختی و ثبات نسبی (۳) تحریک حواس پنج‌گانه (۴) اطلاعات موجود در حافظه
۲۸۱. یکی از علت‌های توقف بسیاری از دانش‌آموزان در مطالعه یک موضوع خاص، با وجود پیشرفت‌های اولیه‌ای که داشته‌اند، چیست؟
- (۱) عدم آماده‌سازی (۲) عدم توجه (۳) خوگیری (۴) فقدان انگیزه
۲۸۲. درباره «آماده‌سازی»، همه گزینه‌ها درست‌اند؛ به جز.....
- (۱) محرک را یکبار به فرد ارائه می‌کنیم تا دفعه بعد آن را راحت‌تر دریافت کند. (۲) ذهن افراد را از قبل آماده انجام کار یا فعالیت موردنظر می‌کنیم. (۳) از قبل افراد را جهت انجام کارهای مختلف انتخاب می‌کنیم. (۴) با ارائه یک محرک مقدماتی، ذهن فرد را آماده دریافت محرک اصلی می‌کنیم.
۲۸۳. چرا یک طراح لباس به هنگام گفت‌وگو با دیگران، به طرز لباس پوشیدن آن‌ها بیشتر توجه می‌کند؟
- (۱) به دلیل ارائه پیشین محرک، تحت تأثیر پدیده آماده‌سازی قرار می‌گیرد. (۲) درگیری و انگیزتگی ذهنی، تمرکز او را بالا می‌برد. (۳) اطلاعات موجود در حافظه، توجه او را تحت تأثیر قرار می‌دهد. (۴) محرک موردنظر را با چند حس دریافت می‌کند.
۲۸۴. علت تحمل بیشتر سروسویدای اتومبیل‌های در حال حرکت برای کسانی که منزل آن‌ها در کنار بزرگراه‌ها و یا خیابان‌های پرترافیک قرار دارد نسبت به دیگران چیست؟
- (۱) درگیری و انگیزتگی ذهنی (۲) پدیده خوگیری (۳) از دست دادن محرک (۴) شدت محرک
۲۸۵. وقتی ارائه پیشین محرک، دریافت بعدی آن را آسان می‌کند، با کدام مفهوم روان‌شناختی سروکار داریم؟
- (۱) آماده‌سازی (۲) خوگیری (۳) مشابهت (۴) تکمیل
۲۸۶. ایجاد تنوع رنگی و تصویری (عناصر زیباشناختی متن)، در تدوین کتب درسی به منظور رعایت کدام عامل مؤثر در ایجاد تمرکز است و باعث از بین بردن تأثیر منفی کدام عامل می‌شود؟
- (۱) آشنایی نسبی با محرک مورد توجه - گوش به زنگی (۲) تغییرات درونی محرک‌ها - یکنواختی و ثبات نسبی (۳) درگیری و انگیزتگی ذهنی - هشدار کاذب (۴) یکنواختی و ثبات نسبی - آشنایی نسبی با موضوع مورد توجه
۲۸۷. با توجه به عوامل مؤثر بر تمرکز و خوگیری، به ترتیب مصداق هر یک از عبارات‌های زیر به درستی در کدام گزینه اشاره شده است؟ (کانون فرهنگی آموزش)
- الف) مؤثر بودن ایجاد هدف و اهمیت‌دهی به آن  
ب) مطالعه از زوایای متفاوت و صورتهای مختلف  
ج) استفاده از رنگ‌های مختلف و خط کشیدن روی واژگان مهم  
د) تنوع و جذابیت به لحاظ معنایی
- (۱) تغییرات درونی محرک‌ها - کاهش آشنایی نسبی با محرک - درگیری و انگیزتگی ذهنی - یکنواختی و ثبات نسبی  
(۲) آشنایی نسبی با محرک - تغییرات درونی محرک‌ها - درگیری و انگیزتگی ذهنی - یکنواختی و ثبات نسبی  
(۳) درگیری و انگیزتگی ذهنی - کاهش آشنایی نسبی با محرک - عدم یکنواختی و ثبات نسبی - تغییرات درونی محرک‌ها  
(۴) درگیری و انگیزتگی ذهنی - تغییرات درونی محرک‌ها - عدم یکنواختی و ثبات نسبی - آشنایی نسبی با محرک
۲۸۸. اگر در تألیف کتاب کمک آموزشی به عواملی همچون استفاده از رنگ دوم و مصور کردن برخی از صفحات توجه شود، به کدام یک از عوامل ایجاد تمرکز تأکید شده است؟
- (۱) درگیری و انگیزتگی (۲) ثبات نسبی (۳) آماده‌سازی (۴) تغییرات درونی محرک‌ها
۲۸۹. «مطالعه بخشی از درس و سپس قدم زدن، استراحت و خوردن میان‌وعده و پس از استراحت کوتاه، ادامه مطالعه»، برای از بین بردن آثار منفی کدام عامل توصیه می‌شود؟
- (۱) انگیزتگی ذهنی (۲) تغییرات درونی محرک (۳) آشنایی نسبی با محرک (۴) یکنواختی و ثبات نسبی
۲۹۰. فردی با مطالعه چند صفحه کتاب ابراز خستگی می‌کند، در حالی که فرد دیگر می‌گوید: «تازه راه افتاده‌ام». این موضوع نشان‌دهنده چیست؟
- (۱) انگیزتگی روان‌شناختی انسان‌ها متفاوت است. (۲) تغییرات درونی محرک‌ها متفاوت است. (۳) سوخت و ساز فیزیولوژیکی انسان‌ها متفاوت است. (۴) سبک پردازش افراد و انتظارات آن‌ها متفاوت است.



۲۹۱. عدم دریافت ابعاد جدید یک موضوع نتیجه چیست و راهکار خروج از آن چیست؟

- (۱) ثبات نسبی - خط کشیدن زیر واژه‌های مهم  
(۲) انگیزتگی ذهنی - ایجاد هدف و اهمیت‌دهی به آن  
(۳) آشنایی نسبی با محرک - استراحت کردن در حین مطالعه  
(۴) تغییرات درونی محرک‌ها - استفاده از رنگ‌های مختلف
۲۹۲. اینکه اگر موضوع مورد توجه به لحاظ معنایی، شرایط متنوع و جذابی داشته باشد، عادت را از بین می‌برد، مربوط به اثربخشی کدام یک از عوامل ایجاد تمرکز است؟
- (۱) درگیری ذهنی (۲) گوش به زنگی  
(۳) تغییرات درونی محرک‌ها (۴) یکنواختی و ثبات نسبی

۲۹۳. در خصوص «خوگیری» و «آفت تمرکز» کدام گزینه درست است؟

- (۱) از عوامل مهم آن می‌توان «تغییرات درونی محرک» و «انگیزتگی ذهنی» را نام برد.  
(۲) ممکن است در بسیاری از دانش‌آموزان موجب این تصور شود که قادر به یادگیری نیستند.  
(۳) تا حد زیادی تحت تأثیر عوامل فیزیولوژیکی مثل تغذیه مناسب و عوامل روان‌شناختی مثل ایجاد هدف است.  
(۴) شامل عادت کردن فرد به محرک‌های مختلف است، به نحوی که به تدریج و به سهولت آن‌ها را دریابد.

۲۹۴. میزان انگیزتگی ذهنی افراد به کدام دسته از عوامل بستگی دارد؟

- (۱) عوامل فیزیولوژیکی و روان‌شناختی  
(۲) ویژگی‌های شخصی و دشواری تکلیف  
(۳) تعداد عوامل انحرافی و منحصر به فرد بودن هدف  
(۴) میزان مهارت و میزان دشواری تکلیف

۲۹۵. برخی از دانشجویان، نیمی از زمان کلاس را به‌طور کامل به صحبت‌های استاد توجه می‌کنند ولی در ادامه حواسشان به موضوعات دیگر نیز معطوف می‌گردد.

(کانون فرهنگی آموزش)

این پدیده ناشی از چیست؟

- (۱) وجود محرک‌های محیطی گوناگون و آشنایی نسبی با این موضوعات آفت تمرکز است.  
(۲) عدم وجود عنصر پایداری، مانع تبدیل شدن توجه به تمرکز می‌شود.  
(۳) عواملی مانند ایجاد هدف و اهمیت‌دهی به آن، موجب درگیری و انگیزتگی ذهنی می‌شوند.  
(۴) اطلاعات موجود در حافظه افراد از منابع تمرکز یا عدم تمرکز نسبت به محرک‌هاست.

۲۹۶. علت اینکه در ابتدای شیوع بیماری کرونا، مردم با تمام قوا همه نکات بهداشتی را رعایت می‌کردند و از خانه بیرون نمی‌آمدند، ولی با گذشت زمان رفت‌وآمدها زیاد شد، مربوط به کدام پدیده است؟

- (۱) خوگیری (۲) تغییرات درونی محرک (۳) آماده‌سازی (۴) عدم آشنایی با محرک

۲۹۷. معلمی که هنگام تدریس، با بچه‌ها شوخی می‌کند و از خاطرات شخصی خودش می‌گوید، اثر کدام عامل خوگیری را از بین می‌برد؟

- (۱) یکنواختی و ثبات (۲) آشنایی نسبی با محرک (۳) درگیری و انگیزتگی ذهنی (۴) تغییرات درونی محرک

(سراسری ۹۹)

۲۹۸. در علم روان‌شناسی، شناخت محرک معینی، تحت تأثیر ارائه پیشین همان محرک را، چه می‌نامند؟

- (۱) آماده‌سازی (۲) یادگیری (۳) مشابهت (۴) حافظه

۲۹۹. گفتن مکرر این جمله به دانش‌آموزان که «با هم صحبت نکنید» چه نتیجه‌ای دارد و مربوط به کدام عامل است؟

- (۱) تمرکز - درگیری و انگیزتگی ذهنی  
(۲) خوگیری - آشنایی نسبی با محرک  
(۳) تمرکز - آشنایی نسبی با محرک  
(۴) خوگیری - درگیری و انگیزتگی ذهنی

۳۰۰. «مطلب مورد نظر را به‌صورت‌های مختلف و از زوایای گوناگون دیدن» برای مقابله با کدام عامل، مفید است؟

- (۱) تغییرات درونی محرک‌ها (۲) یکنواختی و ثبات نسبی (۳) درگیری و انگیزتگی ذهنی (۴) آشنایی نسبی با موضوع مورد توجه

۳۰۱. کدام فرد از انگیزتگی ذهنی بیشتری برخوردار است؟

- (۱) فردی که می‌داند هدف او کسب رتبه دو رقمی در کنکور است.  
(۲) فردی که از اهمیت هدف خود در مورد ادامه تحصیل آگاه است.  
(۳) فردی که در راه رسیدن به هدفش از خواب و خوراکش می‌گذرد.  
(۴) فردی که برای خود هدف‌های دشوار تعیین می‌کند.

(خارج ۹۸)

۳۰۲. کدام یک از گزینه‌های زیر از موانع تمرکز محسوب می‌شود؟

- (۱) یکنواختی و ثبات نسبی (۲) تغییرات درونی محرک (۳) درگیری و انگیزتگی ذهنی (۴) ایجاد هدف و اهمیت‌دهی به آن

(سراسری ۹۹)

۳۰۳. کدام ویژگی محرک باعث ایجاد خوگیری نسبت به آن می‌شود؟

- (۱) تازگی و نو بودن (۲) تغییرات درونی زیاد (۳) ارائه به دفعات زیاد (۴) دریافت به شیوه متنوع

۳۰۴. کدام یک از جمله کارکردهای توجه نیست؟

- (۱) گوش به زنگی (۲) هشدار کاذب (۳) جست‌وجو (۴) ردیابی درست علامت

۳۰۵. کدام عبارت درباره موقعیت‌های ردیابی علامت درست است؟

- (۱) در هر موقعیت توجه، چهار نوع علامت وجود دارد.  
(۲) علامت هدف همواره باید ردیابی شود.  
(۳) علامت هدف گاهی باعث حواس‌پرتی می‌شود.  
(۴) علائم انحرافی گاهی مانع انتخاب هدف می‌شود.

۳۰۶. کدام عبارت درباره احتمال وقوع خطا در موقعیت‌های ردیابی علامت درست است؟

- (۱) تکالیف کم اهمیت‌تر با اصابت بیشتری همراه‌اند.  
(۲) در هر موقعیت ممکن است دو خطای از دست دادن یا رد درست اتفاق بیفتند.  
(۳) اینکه هشدار کاذب را فدای از دست دادن بکنیم و یا برعکس، بستگی به اهمیت تکلیف دارد.  
(۴) تکالیف کم‌اهمیت‌تر با هشدار کاذب بیشتری همراه است.

## منابع کسب آگاهی و معرفت

- انسان‌ها در پاسخ به سؤال‌های خود و برای کسب معرفت از منابع و روش‌های مختلف استفاده می‌کنند:
- ۱. استناد به آیات الهی و سخن و عمل بزرگان دین
- ۲. استدلال‌های منطقی و دلایل فلسفی
- ۳. روش‌های شهودی و دریافت درونی
- ۴. روش‌های تجربی

### • نکات مهم:

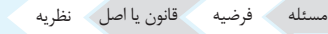
۱. هر کدام از منابع فوق روش‌های خاص و متناسب خود را دارند.
۲. در مقابل هم نیستند.
۳. هر چهار منبع مختلف برای آگاهی از جنبه‌های مختلف عالم هستی هستند.
۴. هر یک ویژگی‌های مخصوص خود را دارند.
۵. تکمیل‌کننده هم هستند.

درس اول

۱

## علم تجربی و مفاهیم مهم آن

- منظور از علم در اینجا علم تجربی است که:
- ۱. آرزوهای و ابزارهای دقیق و قابل اندازه‌گیری استفاده می‌کند.
- ۲. یکی از منابع کسب آگاهی و معرفت است.
- در علوم تجربی مفاهیم زیر اهمیت زیادی دارند:



**مسئله:** پژوهش‌های دانشمندان با طرح مسئله شروع می‌شود. **فرضیه:** پاسخ اولیه و تا حد ممکن سنجیده به مسئله‌های علمی گفته می‌شود.

**قانون یا اصل:** فرضیه‌ها در صورت پذیرفته شدن به قانون یا اصل تبدیل می‌شوند.

**نظریه:** مجموعه‌ای از اصول و قوانین علمی درباره یک موضوع، نظریه را تشکیل می‌دهند.

درس اول

۳

## فرضیه و ویژگی‌های آن

- مبانی طرح فرضیه‌ها:
- ۱. دانش قبلی
- ۲. تجربه‌های قبلی
- ۳. قوه تخیل‌شان
- فرضیه‌ها هم در پاسخ به یک سؤال می‌آیند و هم باعث طرح سؤال‌های دیگر می‌شوند.

### ویژگی‌های فرضیه

- به صورت جمله خبری بیان می‌شود.
- رابطه بین دو یا چند متغیر را مطرح می‌کند.
- می‌تواند تأیید یا رد شود.
- در آن از قیود تأکید، قیود شرطی و احتمالی استفاده نمی‌شود.
- در آن از مفاهیم ارزشی مثل خوب و بد بودن استفاده نمی‌شود.
- در مورد پدیده‌های قابل مشاهده است و قابل بررسی با روش‌های علمی و دقیق می‌باشد.

درس اول

۵

## اهداف علم روان‌شناسی

### اهداف علم روان‌شناسی:

۱. توصیف
  ۲. تبیین
  ۳. پیش‌بینی
  ۴. کنترل
۱. **توصیف:** بیان روشن و تا حد ممکن دقیق از چیستی مفهوم و موضوعی است که قصد مطالعه و بررسی آن را داریم. دانشمندان سعی می‌کنند در توصیف موضوعات، **دقیق و بی‌طرف** باشند ولی گاهی این اتفاق نمی‌افتد و تحت تأثیر برخی عوامل قرار می‌گیرند.

### عوامل تأثیرگذار بر توصیف دانشمندان

- پیش‌فرض‌ها
  - نظریات پذیرفته شده در علم
  - ارزش‌ها
  - جهت‌گیری‌های موجود در ذهن خویش
- چگونگی توصیف هر دانشمند از یک موضوع تأثیر زیادی دارد بر ← مواجهه با آن موضوع و بررسی علمی آن.
۲. **تبیین:** یعنی بیان چرایی اتفاق افتادن یک پدیده و دلایل و عوامل مؤثر در بروز آن پدیده
- توجه:** همیشه ممکن است برای یک پدیده چند تبیین متفاوت و در عین حال صحیح وجود داشته باشد، به همین دلیل رسیدن به یک تبیین نباید به رد کردن تبیین‌های دیگر منجر شود. ■

درس اول

۷

## تعریف روش علمی

**تعریف روش علمی:** فرایند جست‌وجوی باقاعده و نظام‌دار

برای مشخص کردن یک موقعیت نامعین

**فرایند:** به جریان عملی اشاره دارد؛ وقتی از مبدأ به سوی مقصد در حال حرکت هستیم، به جریان رسیدن به هدف فرایند گویند.

**جست‌وجو:** در جست‌وجوی چیزی بودن باعث می‌شود تا روش علمی هدفمند باشد. اگر اقدامی بدون هدف صورت گیرد ← نتیجه‌بخش نخواهد بود.

**نظام‌دار بودن:** روش علمی تابع قواعد مشخصی است که به صورت منظم طی می‌شود. مهم‌ترین تفاوت دانشمند با فرد عادی در مواجهه بودن منظم و قاعده‌مند دانشمند با مسئله است.

**موقعیت نامعین:** دانشمند با طرح مسئله موقعیت‌های ناشناخته و مجهول را شناسایی می‌کند؛ پس با روش‌های تجربی موقعیت نامعین را مشخص می‌کند.

درس اول

۹

## روش‌های جمع‌آوری اطلاعات

روش‌های جمع‌آوری اطلاعات عبارت است از:

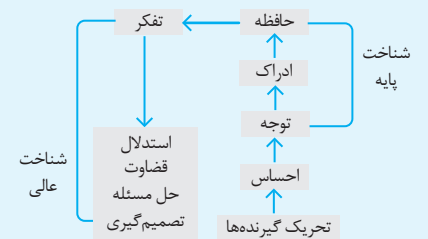
۱. مشاهده
  ۲. پرسشنامه
  ۳. مصاحبه
  ۴. آزمون
۱. **مشاهده:** یکی از روش‌های اصلی جمع‌آوری اطلاعات و توصیف موضوعات مختلف است که به دو شکل **طبیعی و آزمایشگاهی** صورت می‌گیرد.
- دو نکته مهم که در مشاهده باید رعایت شود:
- اطلاعات به شکل دقیق ثبت شود.
  - تا جای ممکن از تعصب یا پیش‌داوری به دور باشد.
۲. **پرسشنامه:** اطلاعاتی که نمی‌توان به کمک مشاهده مستقیم به دست آورد، توسط پرسشنامه بررسی می‌شود.
- باید دقیق و معتبر باشد.
- پرسشنامه به صورت‌های مختلف نمره‌گذاری می‌شود.
- از خود فرد درباره افکار و رفتار خاص او سؤال می‌شود.

درس اول

۱۱

## شناخت چیست؟

به نمودار توجه کنید:



شناخت پایه عبارت است از:

۱. **احساس:** دریافت محرک از طریق گیرنده‌های حسی، احساس نام دارد که لازمه شکل‌گیری شناخت است ولی جزء شناخت نیست.
۲. **توجه:** انتخاب یک یا چند محرک احساس شده را توجه می‌گوییم.
۳. **ادراک:** به فرایند تفسیر و معنابخشی به محرک‌های انتخاب شده ادراک می‌گویند.
۴. **حافظه:** به نگهداری محرک‌های تفسیر شده حافظه گفته می‌شود.

درس اول

۱۳

## تعریف روان‌شناسی

• تعریف واحدی برای روان‌شناسی وجود ندارد. عوامل تأثیرگذار در این امر عبارت‌اند از:

۱. گذشت زمان
۲. تغییر در مبانی و پیش‌فرض‌های علم
۳. افزایش اطلاعات در هر علم
۴. تغییر در نیازهای فرهنگی و اجتماعی و زیستی

• این عوامل **موجب** تغییر در توصیف و تبیین‌های موجود در یک علم می‌شود. این امر **موجب** رسیدن به یک نظریه واحد یا دیدگاه منجمد در برخی مسائل علمی و تعریف یک علم می‌شود.

**جامع‌ترین تعریف روان‌شناسی:** علم مطالعه رفتار و فرایندهای ذهنی (شناخت)

**رفتار:** به هر نوع فعالیت مورد مشاهده جاندار گفته می‌شود؛ مانند لانه‌سازی برخی حیوانات، حرکت جمعی پرندگان و غذا خوردن و خوابیدن انسان‌ها و...

**فرایندهای ذهنی:** از اموری هستند که به شکل مستقیم قابل مشاهده نیستند و به واسطه آثار و کارکردهای قابل مشاهده‌شان، مورد مطالعه تجربی قرار می‌گیرند؛ مانند توجه ادراک، حافظه، تفکر و...

درس اول

۱۵

## تعریف روان‌شناسی رشد

**روان‌شناسی رشد:** شاخه‌ای از علم روان‌شناسی است که تلاش می‌کند تغییراتی را که در طول زندگی از زمان تشکیل نطفه تا هنگام مرگ در آن رخ می‌دهد را مطالعه کند. **فراخنای زندگی:** طول زندگی = گستره عمر = مدت زمان عمر که از زمان تشکیل نطفه تا هنگام مرگ است.

### جنبه‌های رشد

- جسمانی (بلند شدن قد)
- شناختی (حل مسائل)
- هیجانی (ابراز خشم)
- اجتماعی (روابط با همسالان)
- اخلاقی (رعایت حقوق دیگران)

درس دوم

۱۷

۱. یکی از منابع کسب آگاهی و معرفت است.
  ۲. مشاهده و تجربه دو رکن اساسی آن است.
  ۳. این روش فقط در مورد امور مشاهده‌پذیر با حواس پنجگانه امور محسوس قابل اجرا و معتبر است.
  ۴. تنها چیزی که روش علمی در مواجهه با مسائل غیرقابل مشاهده می‌تواند ادعا کند، «نمی‌دانم» است.
- نکته:** ۱. موضوعات غیرقابل مشاهده، قابلیت بررسی تجربی ندارند ولی برای کسب معرفت درباره آن‌ها می‌توان از سایر منابع استفاده کرد.
۲. هر نظریه علمی که براساس مشاهده و تجربه شکل گرفته، خود بر مبنای غیرتجربی تکیه دارد و با تغییر در آن‌ها، فرضیات و نظریات علم تجربی نیز تغییر می‌کند.

• برای پذیرش پاسخ‌های اولیه ارائه‌شده به مسئله‌های علمی و تأیید یک فرضیه باید:

۱. پاسخ‌ها را براساس مشاهدات تجربی بیازماییم.
  ۲. نتیجه را با یافته‌های مقبول در علم تجربی مطابقت دهیم. ← اگر همخوانی و مطابقت وجود نداشته باشد، پاسخ پذیرفته نمی‌شود.
- توجه:** معتبر بودن و پذیرفته شدن یک پاسخ به معنای درست و واقعی بودن آن پاسخ نیست. ■
- دو دلیل نادرست تلقی شدن و کنار گذاشته شدن یک پاسخ علمی عبارت است از:
۱. آگاهی از نادرستی آزمایشات قبلی
  ۲. تغییر در پیش‌فرض‌های دانشمندان

**مثال:** خوردن صبحانه بر یادگیری تأثیر دارد؟  
**پاسخ افراد:**

۱. پیامبر اکرم (ص) بر خوردن تغذیه صبحگاهی به منظور تقویت قوای ذهنی تأکید کرده‌اند و بسیاری از دانشمندان دینی نیز به این سنت عمل کرده‌اند. ← استناد به آیات الهی و سخن و عمل بزرگان دین
۲. من وقتی صبحانه می‌خورم احساس می‌کنم که ذهنم فعال‌تر می‌شود و بهتر یاد می‌گیرم. ← دریافت درونی و شهود
۳. خوردن صبحانه جسم را تقویت می‌کند، جسم و ذهن بر یکدیگر اثر می‌گذارند. پس عقل حکم می‌کند که خوردن صبحانه بر عملکرد ذهن و یادگیری اثر دارد. ← روش عقلی
۴. گروهی از کارشناسان تغذیه میزان یادگیری افرادی که صبحانه می‌خورند و افرادی که صبحانه نمی‌خورند را مقایسه کرده‌اند و با آزمایش‌های دقیق به این نتیجه رسیده‌اند که گروه اول یادگیری بیشتری دارند. ← روش تجربی

## ویژگی‌های روش علمی

دو ویژگی مهم روش علمی عبارت است از:

۱. **تعریف عملیاتی:** به تعریف دقیق، شفاف و قابل اندازه‌گیری از متغیرها به گونه‌ای که همه افراد به برداشت یکسان یا تقریباً یکسانی از آن متغیر برسند، تعریف عملیاتی می‌گویند.
  ۲. **تکرارپذیری:** یافته‌های به دست آمده از روش علمی شخصی نیست که هر دانشمند با رعایت ضوابط علمی بتواند آن یافته‌ها را تکرار کند.
- توجه:** اگرچه ممکن است بسیاری از انسان‌ها با روش‌های منحصر به فرد مسائلی را حل کنند، اما اگر پاسخ آن‌ها به وسیله دیگران قابل تکرار نباشد، در مجموعه روش علمی قرار نمی‌گیرد. ■
- تکرارپذیری یافته‌ها در علم روان‌شناسی دشوارتر از سایر علوم است. دلیل دشواری رسیدن به یافته‌های یکسان در روان‌شناسی عبارت‌اند از:
۱. پیچیدگی پژوهش‌های مربوط به انسان
  ۲. رعایت مسائل اخلاقی
  ۳. تأثیر ارزش‌ها در نگاه و تفسیر پدیده‌های انسانی است.

۳. **مصاحبه:** موضوعاتی را که نمی‌توان به صورت مستقیم مشاهده و یا به کمک پرسشنامه‌های از پیش تعیین‌شده مطالعه کرد، از روش گفت‌وگو با خود شخص به دست می‌آوریم. مصاحبه برخلاف گفت‌وگوی معمولی، هدفمند و سازمان‌یافته است. محقق در ضمن گفت‌وگو و براساس پاسخ‌های دریافت کرده از مراجع، پرسش بعدی را معلوم می‌کند.
۴. **آزمون:** ابزاری برای کمّی کردن ویژگی‌های روان‌شناختی است.

### دو ویژگی آزمون

- باید دقیقاً همان چیزی را اندازه‌گیری کند که برای آن ساخته است.
- آزمون در دفعات متعدد اجرا باید نمره یکسان یا تقریباً یکسانی به ما بدهد.
- ساخت آزمون بسیار دشوار است و فرایند پیچیده‌ای را طی می‌کند.
- استفاده از آزمون‌ها باید در کنار سایر روش‌ها و به دست افراد مشخص باشد.

## رشد شناختی دوره کودکی

- رشد شناختی تغییر در فرایندهای شناختی مانند توجه، ادراک، حافظه، استدلال، قضاوت، حل مسئله و تصمیم‌گیری و توانایی‌های زبانی است.
- کودک ۶ ماهه:** برای پیدا کردن شیشه شیر خود که جلوی چشمش پنهان شده، تلاشی نمی‌کند چون هنوز به این رشد شناختی نرسیده که اشیاء اگرچه دیده نمی‌شوند، ولی همچنان هستند.

**پردازش ادراکی:** پردازش کودکان ادراکی است یعنی تحت تأثیر ویژگی‌های ظاهری اشیاء قرار می‌گیرند، مثلاً هدایای بزرگ بی‌ارزش را به هدایای کوچک پرارزش ترجیح می‌دهند.

**رشد زبانی:** عوامل محیطی به تسلط کودکان بر زبان تأثیر به‌سزایی دارد. کودکانی که در خانواده‌های پرجمعیت زندگی می‌کنند، کلمات بیشتری بلد هستند. اسباب‌بازی نیز یکی از مهم‌ترین عوامل محیطی تأثیرگذار بر زبان است.

• شناخت عالی نیز عبارت است از تفکر.

**تفکر:** فرایند استفاده از اطلاعات موجود در حافظه تفکر نام دارد و شامل استدلال، قضاوت، حل مسئله و تصمیم‌گیری است. بنابراین:

شناخت پایه: توجه، ادراک، حافظه  
شناخت عالی: تفکر

**پردازش:** به معنای دریافت و فهم بیشتر است.

انواع پردازش ادراکی مفهومی

**پردازش ادراکی:** پردازشی که صرفاً بر ویژگی‌های حسی مانند اندازه و شکل محرک تکیه داشته باشد.

**پردازش مفهومی:** پردازشی است که علاوه بر ویژگی‌های حسی، تحت تأثیر ویژگی‌های کیفی قرار دارد.

۱۱۴. منظور سؤال این است که در «کدام فعالیت، نوعی فرایند ذهنی و شناخت محسوب می‌شود؟» برنامه‌ریزی فعالیتی است که در ذهن فرد اتفاق می‌افتد و ما نمی‌توانیم آن را به شکل مستقیم مشاهده کنیم. چیزی که می‌بینیم آثار و نتایج برنامه‌ریزی است مثل نوشتن، چک کردن تقویم و... در واقع ما به شکل غیرمستقیم استنباط می‌کنیم که فردی در حال برنامه‌ریزی است، پس برنامه‌ریزی یک فرایند ذهنی است که در آن انواع مختلف تفکر مثل تصمیم‌گیری و حل مسئله اتفاق می‌افتد.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ ترس هم مانند برنامه‌ریزی یک فعالیت درونی است و قابل مشاهده مستقیم نیست در چنین سؤالاتی اگر با دو گزینه روبه‌رو شدید که هر دو غیرقابل مشاهده مستقیم بودند، گزینه‌ای که مربوط به هیجانات و عواطف است (مثل ترس، خشم، غم و...) را رد کنید؛ زیرا در روان‌شناسی گاهی اوقات «هیجانات» حوزه‌ای جداگانه‌ای و متفاوت با «شناخت» در نظر گرفته می‌شوند. در نمودار شکل‌گیری مراتب شناخت نیز ترس و سایر هیجانات جایگاهی ندارند اما اگر در تست‌ها با چنین دوراهی‌ای قرار نگرفتید هیجانات را هم می‌توانید جزء فرایندهای ذهنی در نظر بگیرید. ۳ و ۴ فرار کردن و پرخاش کردن رفتارهای قابل مشاهده مستقیم هستند و شناخت محسوب نمی‌شوند. ۱۱۵. در مشاهده اطلاعات باید به شکل دقیق ثبت شوند و باید تا حد ممکن از تعصب یا پیش‌داوری‌ها به دور بود.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۲ یکی از روش‌های اصلی جمع‌آوری اطلاعات و توصیف موضوعات مختلف است. ۳ نادرست است، چون برخی محققان علاوه بر مشاهده طبیعی، در محیط آزمایشگاهی به مشاهده می‌پردازند. ۴ از ویژگی‌های «آزمون» هاست.

۱۱۶. ۱ مصاحبه برخلاف گفت‌وگوی معمولی، هدفمند و سازمان‌یافته است. **بررسی سایر گزینه‌ها:** ۲ ویژگی پرسش‌نامه است. ۳ و ۴ ویژگی مشاهده است. ۱۱۷. در روش پرسشنامه محقق از خود فرد درباره رفتار یا افکار خاص او می‌پرسد. بنابراین می‌توان گفت برداشت شخص از خودش، ملاک قرار گیرد. ۱۱۸. **بررسی عبارت‌ها:** الف پرسش‌نامه‌ها به صورت‌های مختلف نمره‌گذاری می‌شود. ب برخی موضوعات را نمی‌توان به صورت مستقیم مشاهده و یا با کمک پرسش‌نامه‌های از پیش تعیین‌شده مطالعه کرد، در چنین حالتی از روش مصاحبه استفاده می‌شود. ج آزمون‌ها ابزاری برای کمی کردن ویژگی‌های روان‌شناختی هستند.

۱۱۹. ۱ مشاهده یکی از روش‌های اصلی جمع‌آوری و توصیف موضوعات مختلف است. ۱۲۰. ۱ برخی موضوعات را نمی‌توان به صورت از پیش تعیین‌شده مشاهده و یا با کمک پرسش‌نامه‌ها مطالعه کرد؛ محققان در چنین حالتی از روش مصاحبه استفاده می‌کنند. در این حالت، محقق در ضمن گفت‌وگو و بر اساس پاسخ‌های دریافت کرده، پرسش بعدی خود را معلوم و مصاحبه را هدایت می‌کند. ۱۲۱. ۱ استفاده از آزمون‌ها، چگونگی اجرا و تفسیر آن‌ها باید در کنار سایر روش‌ها باشد و به دست افراد متخصص انجام شود.

۱۲۲. ۲ آزمون‌ها ابزاری برای کمی کردن ویژگی‌های روان‌شناختی هستند. کمی کردن یعنی اندازه‌گیری کردن. تعریف عملیاتی نیز باعث سهولت اندازه‌گیری و بیان دقیق و کمی متغیرها می‌شود.

۱۲۳. ۲ مسائلی را که بررسی آن‌ها با کمک مشاهده مستقیم امکان‌پذیر نیست، می‌توان با استفاده از پرسش‌نامه‌ها مطالعه کرد. در این حالت، محقق از خود فرد درباره رفتار یا افکار خاص او می‌پرسد.

۱۲۴. ۱ بسیاری از محققان با مشاهده، رفتار آدمیان و حیوانات را مطالعه می‌کنند. مثلاً با مشاهده دقیق رفتار حیوانات می‌توانیم رفتارهای نوع دوستانه را در آن‌ها مطالعه کنیم و یا با فیلم‌برداری از نوزادان می‌توان جزئیات الگوی حرکتی آنان را مشاهده و توصیف کرد.

۱۲۵. ۴ دلایل افت تحصیلی یک دانش‌آموز تیزهوش از طریق مصاحبه بهتر قابل بررسی است، چون موضوعی است که نیاز به گفت‌وگوی شفاهی دارد. روان‌شناس باید در حین مصاحبه و براساس مطالبی که دانش‌آموز بیان می‌کند، سؤالاتی بپرسد که به کند و کاو ریشه افت تحصیلی دانش‌آموز پی‌ببرد. روش آزمون بیشتر برای ارزیابی کمی موضوعاتی مثل حافظه، استعداد، خلاقیت، مهارت و... کاربرد دارد.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ واکنش‌های هیجانی تماشاگران فوتبال با کمک یک دوربین ساده قابل ثبت شدن (مشاهده) است. ۲ ریشه کمال‌گرایی یک دانشجو همانند دلایل افت تحصیلی از طریق روش مصاحبه قابل بررسی است. ۳ می‌توان با سؤال کردن از خود کارمندان درباره افکار خاصشان، در مورد رضایت شغلی آن‌ها اطلاعاتی را به دست آورد.

۱۲۶. ۴ شاید بیش از هر روشی افراد عادی جامعه با استفاده از روش آزمون مواجه شده باشند. اما نمی‌توان گفت که محققان بیش از هر روشی از آزمون‌ها استفاده می‌کنند.

۱۲۷. ۲ در مشاهده، اطلاعات باید به شکل دقیق ثبت شوند و تا جای ممکن از تعصب یا پیش‌داوری‌ها به دور بود.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۳ مصاحبه برخلاف گفتگوی عادی، هدفمند و سازمان‌یافته است. ۴ آزمون‌ها حتماً باید توسط افراد متخصص انجام شود.

۱۲۸. ۲ این سؤال مربوط به روش‌های تحقیق در روان‌شناسی است و از کتاب نظام قدیم طرح شده است. اما پیشنهاد می‌کنیم توضیح آن را یاد بگیرید: هر وقت بخواهیم تأثیر یک متغیر را بر متغیر دیگر بررسی کنیم و این کار از طریق آزمایش‌های تجربی امکان‌پذیر باشد، روش تحقیق ما «آزمایشی» است.

۱۲۹. ۴ آزمون‌ها ابزاری برای کمی کردن ویژگی‌های روان‌شناختی هستند. بنابراین برای ارزیابی دقیق تمرکز بهتر است از یک آزمون استفاده کنیم تا آن را به شکل کمی و دقیق نشان دهد. آزمون باید دقیقاً چیزی را اندازه‌گیری کند که برای آن ساخته شده است. علاوه بر این، آزمون‌ها در دفعات متعدد اجرا باید نمره یکسان یا تقریباً یکسانی به ما بدهند.

۱۳۰. ۱ روش مشاهده معمولاً در شرایط طبیعی صورت می‌گیرد به همین دلیل آزمایشگر کنترلی روی رفتار افراد ندارد و صرفاً آن را مشاهده می‌کند.

این سؤال مربوط به روش‌های تحقیق در روان‌شناسی است که در کتاب نظام قدیم آمده است اما چون مطالبی از روش مشاهده در کتاب نظام جدید ارتباط دارد، با کمی زیرکی می‌توانید آن را پاسخ دهید.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۲ در روش مشاهده رفتار را در شرایط طبیعی بررسی می‌کنند و در صورتی که این کار امکان‌پذیر نباشد، برخی محققان در شرایط آزمایشگاهی به مشاهده می‌پردازند. ۳ عدم آگاهی شرکت‌کنندگان، مزیت این روش است نه محدودیت، چون باعث می‌شود افراد رفتار طبیعی از خود بروز دهند. ۴ روش مشاهده، اطلاعات سودمندتری را در مقایسه با روش‌های آزمایشگاهی به دست می‌دهد. (کتاب نظام قدیم)

۱۳۱. ۱ برخی موضوعات را نمی‌توان به صورت از پیش تعیین‌شده مشاهده و یا با کمک پرسشنامه‌ها مطالعه کرد؛ محققان در چنین حالتی از روش مصاحبه استفاده می‌کنند به عنوان مثال دلایل عدم رضایت یک زوج از زندگی مشترک نه قابل مشاهده است و نه از طریق سؤالات از قبل تعیین‌شده قابل بررسی است بلکه نیازمند گفتگو و بررسی عمیق است به همین دلیل مصاحبه برای آن مناسب‌تر است. ۱۳۲. ۱ اطلاعاتی را که با کمک مشاهده مستقیم نمی‌توان به دست آورد، می‌توان با استفاده از پرسشنامه‌ها کسب کرد. پرسشنامه‌ها باید دقیق و معتبر باشند.

### درس دوم: روان‌شناسی رشد

۱۳۳. ۱ شناسایی و پیش‌بینی تغییرات در طول زندگی که به آن فراخوانی زندگی نیز گفته می‌شود، مورد توجه روان‌شناسان قرار گرفته است. دقت کنید ضمیر «آن» در این جمله به «طول زندگی» برمی‌گردد نه به «شناسایی و پیش‌بینی تغییرات در طول زندگی»! بنابراین منظور از فراخوانی زندگی، طول زندگی است که از زمان انعقاد نطفه تا مرگ را دربرمی‌گیرد. شاهد دیگر بر این موضوع جمله آخر صفحه ۴۲ کتاب است که در آنجا هم فراخوانی زندگی معادل طول زندگی در نظر گرفته شده است: «ابعاد مختلف رشد در طول زندگی یا فراخوانی زندگی، به مراحل مختلف تقسیم می‌شود». متأسفانه بسیاری از طراحان تست و مؤلفین کتاب‌های کمک آموزشی در مورد این اصطلاح دچار اشتباه می‌شوند!

**۱۴۴.** یکی از عوامل زیستی مؤثر بر رشد «وراثت» است. عوامل وراثتی، ایجادکننده صفاتی هستند که از قبل در فرد نهفته است، یعنی در زمان انعقاد نطفه از پدر و مادر به او منتقل می‌شود. برخی از این صفات از بدو تولد در رفتار نوزاد ظاهر می‌شوند. **بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ فقط مربوط به دوقلوهای ناهمسان است. ۳ بسته به اینکه دوقلوها عوامل محیطی مشترک یا متفاوتی را تجربه می‌کنند، ممکن است شباهت آن‌ها کمتر یا بیشتر شود. ۴ دوقلوهای همسان از یک تخمک و یک اسپرم به وجود می‌آیند و پس از لقاح، نطفه از وسط، به دو نیم می‌شود؛ ولی دوقلوهای ناهمسان از لقاح دو تخمک مجزا با دو اسپرم مجزا به وجود می‌آیند.

**۱۴۵.** دوقلوهای همسان بیشتر اوقات از لحاظ رفتار و ظاهر قابل تشخیص نیستند.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ الزاماً همجنس هستند، چون از یک تخمک به وجود آمده‌اند. ۳ از لحاظ رفتار و ظاهر بیشتر اوقات قابل تشخیص نیستند (نه اینکه هیچ وقت قابل تشخیص نباشند). ۴ از یک تخمک به وجود آمده‌اند و ویژگی‌های وراثتی یکسان دارند.

**۱۴۶.** رسش یا پختگی به معنای آن دسته از تغییراتی است که به آمادگی زیستی وابسته است و با گذشت زمان طبق یک برنامه طبیعی انجام می‌گیرد.

**۱۴۷.** از آنجایی که وراثت نقش تعیین‌کننده‌ای در رسش یا آمادگی زیستی افراد برای تغییرات دارد، در بسیاری از موارد با توجه به بررسی خصوصیات افراد فامیل نزدیک و دور می‌توان احتمال وقوع برخی از ویژگی‌های رفتاری و شناختی را در دامنه‌های سنی خاص پیش‌بینی کرد.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ وراثت نقش تعیین‌کننده‌ای در رسش دارد. ۳ رسش صرفاً تحت تأثیر وراثت نیست و عوامل محیطی تا حدودی می‌توانند بر رسش تأثیر بگذارند. ۴ با توجه به اینکه عوامل محیطی نیز تا حدودی می‌توانند بر رسش تأثیر بگذارند، تغییرات مبتنی بر رسش در تمام افراد یکسان اتفاق نمی‌افتد اما می‌توان گفت که تا حدود زیادی بین افراد شباهت ایجاد می‌کند.

**۱۴۸.** براساس فرایند رسش آدمی از دوره جنینی تا مرگ برخی خصوصیات را در جنبه‌های مختلف رشد نشان خواهد داد؛ مثلاً از لحاظ رشد جسمانی به‌طور میانگین کودک در ۱۵ ماهگی بدون کمک دیگران می‌تواند راه برود یا به‌طور میانگین، نوجوان در ۱۱ تا ۱۴ سالگی به بلوغ می‌رسد.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ نمی‌توان از ابتدای تولد معلوم کرد که نوزاد موردنظر ما در چه سنی راه می‌افتد یا به بلوغ می‌رسد؛ زیرا رسش می‌تواند تحت تأثیر عوامل محیطی قرار بگیرد و عوامل محیطی قابل پیش‌بینی نیستند. ۲ این جمله درست است ولی مربوط به ویژگی‌هایی است که از بدو تولد قابل مشاهده‌اند نه راه رفتن و بلوغ. ۴ این جمله اشاره به عوامل محیطی دارد. پیش‌بینی احتمال وقوع برخی ویژگی‌ها (مثل راه رفتن) بر اساس رسش است نه عوامل محیطی. **۱۴۹.** سایر گزینه‌ها درست و مرتبط هستند. گزینه «۲» به این دلیل نادرست است که بسیاری از توانمندی‌های جسمانی و شناختی به موازات افزایش سن در کودکان از طرق مختلف به یادگیری نیاز دارند.

**۱۵۰.** اینکه هر فرد از ابتدای تشکیل نطفه خصوصیات ثابتی به‌دست می‌آورد، نشان‌دهنده عوامل وراثتی است؛ زیرا عوامل وراثتی ایجادکننده صفاتی است که از قبل در فرد نهفته است. تغذیه مناسب و ورزش یکی از عوامل محیطی است؛ چون در بیرون از فرد وجود دارد. شباهت ویژگی‌های فرد با ویژگی‌های پدر و مادر مربوط به عوامل وراثتی است؛ زیرا از طریق کروموزوم‌های پدر و مادر برخی صفات به ارث برده می‌شوند. نقش گرمسیر بودن محل زندگی در بلوغ نشان‌دهنده عوامل محیطی است؛ چون خارج از فرد وجود دارد.

**۱۵۱.** فرض کنید یکی از همکلاسی‌های شما بلندقد است، دلیل آن تغذیه مناسب و ورزش است یا بلند قامت بودن پدر و مادرش؟ پاسخ به سؤال‌های فوق آسان است، اما به مطالب زیر به‌راحتی نمی‌توان پرداخت: علی بسیار فعال و زودجوش است و دوستان زیادی دارد، اما احمد در کلاس تا از وی سؤال نشود، حرف نمی‌زند و دوستانش بسیار محدود و در گروه دوستان هم کم‌حرف است. از این عبارات‌های کتاب نتیجه می‌گیریم که مشخص کردن عوامل محیطی و وراثتی در مورد ویژگی‌های روان‌شناختی (مثل فعال و زودجوش بودن) دشوارتر از ویژگی‌های جسمانی (مثل بلندقدی، رنگ چشم و سرعت وزن کم کردن) است.

**۱۳۴.** ۱ روان‌شناسان رشد به دنبال ایجاد تغییر نیستند، بلکه صرفاً تغییرات در طول زندگی را شناسایی و پیش‌بینی می‌کنند.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۲ شناسایی و پیش‌بینی تغییرات در طول زندگی که به آن فراخوانی زندگی نیز گفته می‌شود، مورد توجه روان‌شناسان قرار گرفته است. ۳ روان‌شناسان رشد معتقدند ویژگی‌های افراد و تغییراتی که در طول دوره زندگی، از دوره جنینی تا دوره سالمندی، در افراد رخ می‌دهد، می‌تواند معلول دو دسته عوامل وراثتی و محیطی باشد؛ بنابراین بررسی عوامل مؤثر بر تغییرات رشدی یکی از فعالیت‌های آن‌هاست. ۴ امروزه اکثر روان‌شناسان رشد، به رشد مرحله‌ای اعتقاد دارند. بر همین اساس، ابعاد مختلف رشد در طول زندگی یا فراخوانی زندگی، به مراحل مختلف تقسیم می‌شود.

**۱۳۵.** روان‌شناسی رشد تلاش می‌کند تغییراتی را که در طول زندگی از زمان تشکیل نطفه تا زمان مرگ در آدمی رخ می‌دهد را مطالعه کند.

**۱۳۶.** ۱ جنبه‌های مختلف انسان شامل جسمانی (حرکتی)، هیجانی، اجتماعی، اخلاقی و شناختی است.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۲ مربوط به طبقه‌بندی روان‌شناسان از دوره‌های مختلف زندگی است. ۳ مربوط به عوامل مؤثر بر رشد هستند. ۴ مربوط به اجزای هویت است.

**۱۳۷.** ۳ بیت داده‌شده مربوط به رشد اخلاقی است. رشد درک اخلاقی دربرگیرنده آن دسته از قوانین و مقررات اجتماعی و اصول شرعی و فرعی است که تعیین می‌کنند انسان‌ها در رابطه با دیگران چگونه باید رفتار کنند. در واقع تشخیص کار خوب و کار بد (کار زشت و زیبا) و انجام کارهای خوب و پرهیز از کارهای بد مثل خودبینی، خودخواهی و خودکامگی نشان‌دهنده رشد اخلاقی است.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ ارتباط با دوستان: رشد اجتماعی ۲ گره‌گشایی از کار دیگران: رشد اخلاقی ۴ حافظه: رشد شناختی

**۱۳۸.** ۴ رشد شناختی، به رشد توانایی‌های مرتبط با فرایندهایی همچون توجه، ادراک، حافظه، استدلال، قضاوت، حل مسئله، تصمیم‌گیری و توانایی‌های زبانی اطلاق می‌شود.

**۱۳۹.** ۲ اصرار بر خواسته، خشمگین شدن، ابراز محبت و حس آرامش داشتن، همگی، شکل‌های مختلف هیجان است. به‌طور کلی ابراز هیجانات مختلف از جمله خشم، غم، ترس، اضطراب، شادی، و... جزء رشد هیجانی محسوب می‌شوند.

**۱۴۰.** ۴ روان‌شناسان رشد معتقدند ویژگی‌های افراد و تغییراتی که در طول دوره زندگی، از دوره جنینی تا دوره سالمندی، در افراد رخ می‌دهد، می‌تواند معلول دو دسته عوامل «وراثتی» و «محیطی» باشد. **بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ رسش یکی از عوامل وراثتی است. ۲ یادگیری یکی از عوامل محیطی است. ۳ رسش همان پختگی است.

**۱۴۱.** ۲ مفهوم شعر: خر هر چقدر سعی کند، انسان نمی‌شود حتی اگر پای منبر بنشیند چون خر بودن در ذات اوست (عوامل وراثتی) از طرف دیگر یک انسان اگر تربیت نشود مثل خر رفتار می‌کند (عوامل محیطی)؛ پس این شعر هر دو دسته از عوامل مؤثر در رشد را مهم می‌داند. فقط در گزینه «۲» هر دو عامل ذکر شده است.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ و ۳ عامل محیطی ۴ عامل وراثتی **۱۴۲.** ۳ اینکه سگ اصحاب کهف از همنشینی با نیکان تأثیر پذیرفته، نشان‌دهنده عوامل محیطی است.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ نصیحت و وعظ کردن هیچ تأثیری بر انسان سیه‌دل ندارد. ۲ کسی که ناهل است هیچگاه تربیت نمی‌شود. ۴ کسی که گرگ‌زاده است، حتی اگر با انسان‌ها بزرگ شود، باز هم گرگ است.

**۱۴۳.** ۱ مفهوم بیت «الف»: اگر کسی در دوران خردسالی ادب نشود، در بزرگی رستگار نمی‌شود؛ پس این بیت بر تأثیر عوامل محیطی مثل آموزش و تعلیم و تربیت تأکید می‌کند. مفهوم بیت «ب»: اگر سگ را در آب دریا بشویند، به‌جای اینکه پاک شود نجس تر می‌شود چون سگ ذاتاً نجس است؛ پس این بیت بر عوامل وراثتی تأکید می‌کند.

**نکته:** یادتان باشد در این تست‌ها، گزینه‌ها و ابیاتی که بر تغییر دلالت دارند، مربوط به عوامل محیطی هستند. برای مثال گزینه‌هایی که اشاره به یادگیری می‌کنند، عوامل محیطی را شامل می‌شوند، زیرا با یادگیری وضعیت افراد از ندانستن به دانستن «تغییر» می‌کند.

- گزینه «۳» صحیح است، زیرا به مفهوم ذات و بنیاد دلالت دارد؛ بنابراین ذات و بنیاد مربوط به عوامل وراثتی است (دلالت بر تغییر ندارد و ثابت است).
- بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ سگی که همراه با اصحاب کهف بود ذاتاً سگ و بی‌ارزش بوده، چون آن‌ها را همراهی کرده، ذات نیکو گرفته. (دلالت بر تغییر دارد).
- ۲ پسر نوح، ذات و سرشت نیکویی داشته، ولی چون با افراد بدی همراه بوده ویژگی‌های بدی پیدا کرده است. (دلالت بر تغییر دارد). ۴ این گزینه بر تأثیر همنشین در ذات دلالت دارد که با وجود خاک بودن، حالا که با کمال همنشین مواجه شده، سرشت نیکو و بالایی گرفته است. (دلالت به تغییر دارد).
۱۶۲. ۳ ویژگی‌های مربوط به رشد انسان را به دلیل پیوستگی رشد، نمی‌توان به راحتی به مراحل مشخص تقسیم کرد. اما امروزه اکثر روان‌شناسان رشد، به رشد مرحله‌ای اعتقاد دارند.
۱۶۳. ۳ عمر انسان بعد از تولد به سه دوره کودکی (طفولیت از تولد تا دو سالگی، کودکی اول از دو سالگی تا هفت سالگی و کودکی دوم هفت تا دوازده سالگی)، نوجوانی و بزرگسالی (جوانی، میان‌سالی و پیری) تقسیم می‌شود.
- بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ قسمت جوانی اشتباه است، چون زیرمجموعه بزرگسالی است. ۲ ناقص است چون جوانی و پیری زیرمجموعه بزرگسالی‌اند و به نوجوانی اشاره‌ای نشده است. ۴ نادرست است چون به جای جوانی باید نوجوانی آورده می‌شد.
۱۶۴. ۱ کودکی شامل طفولیت، کودکی اول و کودکی دوم است (۳ مرحله)، نوجوانی فقط خودش است (۱ مرحله) بزرگسالی شامل جوانی، میان‌سالی و پیری است. (۳ مرحله)
۱۶۵. ۳ برخی کودکان ۱ تا ۳ ساله که تازه راه می‌افتند را «نوپا» می‌نامند.
۱۶۶. ۲ نوجوانی از ۱۲ تا ۲۰ سالگی است. برخی پایان نوجوانی را زمانی می‌دانند که فرد شروع به کار کند و از والدین مستقل شود، ولی پایان بلوغ جنسی لزوماً پایان نوجوانی نیست؛ بنابراین قسمت اول گزینه «۱» نادرست است. کودکی دوم از ۷ تا ۱۲ سالگی (تا شروع بلوغ جنسی) است؛ بنابراین قسمت دوم گزینه‌های «۳» و «۴» نادرست است.
- بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ قسمت اول نادرست است. ۳ قسمت دوم نادرست است. ۴ قسمت اول نادرست است. چون هر نوع استقلال پایانی نوجوانی نیست. فرد در دوره کودکی هم در بعضی کارها استقلال را تجربه می‌کند.
۱۶۷. ۴ عمر انسان بعد از تولد به سه دوره اصلی تقسیم می‌شود: ۱ کودکی ۲ نوجوانی ۳ بزرگسالی کودکی شامل طفولیت، کودکی اول و کودکی دوم است که جمعاً ۱۲ سال از زندگی فرد را شامل می‌شود.
۱۶۸. ۱ جوانی (بزرگسالی اول) ۲۰ تا ۴۰ سالگی است، پس پایان جوانی ۴۰ سالگی خواهد بود. میان‌سالی نیز از ۴۰ تا ۶۵ سالگی است که آغاز آن می‌شود ۴۰ سالگی. (طبق جدول ۲ - ۱ مراحل رشد انسان بعد از تولد)
۱۶۹. ۲ پیامبر گرامی (ص) می‌فرمایند: کودک هفت سال آقا و سرور است، هفت سال فرمانبردار است و هفت سال وزیر و مشاور است. در هفت سال اول باید آزاد باشد که بازی کند. باید عواطف و احساسات صحیح او را رشد داد و با رفتار خوب و گفتار پسندیده او را پرورش داد و بدون توقع اطاعت از او، سعی کرد که با عمل و گفتار صحیح از حس تقلیدش بهره‌گیرد. در هفت سال دوم کم باید زشتی‌ها و زیبایی‌ها را به او فهماند و در تأدیب او کوشش کرد و او را به ارزش‌ها و دوری از زشتی‌ها رهنمون ساخت. در هفت سال سوم باید با او به منزله مشاور رفتار کرد. دیگر نباید به صورت آمرانه با او رفتار شود. باید وی را چون عضو بزرگ خانواده دانست و مانند دیگران او را در تصمیم‌گیری‌ها دخالت داد.
۱۷۰. ۳ در اسلام مراحل رشد انسان تا ۲۱ سالگی، به سه مرحله تقسیم می‌شود. در هفت سال دوم (۷ تا ۱۴ سالگی) کم‌کم باید زشتی‌ها و زیبایی‌ها را به او فهماند و در تأدیب او کوشش کرد و او را به ارزش‌ها و دوری از زشتی‌ها رهنمون ساخت. این دوره تقریباً هم‌زمان با کودکی دوم (۷ تا ۱۲ سالگی) است.

۱۵۲. ۲ بر اساس فرایند رسش، آدمی از دوره جنینی تا مرگ، برخی خصوصیات را در جنبه‌های مختلف رشد نشان خواهد داد. مثلاً از لحاظ رشد جسمانی به‌طور میانگین، نوجوان در ۱۱ تا ۱۴ سالگی به بلوغ می‌رسد. بنابراین بلوغ یکی از تغییراتی است که بیشتر تحت تأثیر رسش است. هر چند این تغییرات وابسته به آمادگی زیستی هستند و با گذشت زمان طبق یک برنامه طبیعی انجام می‌گیرند، ولی عوامل محیطی نیز تا حدودی می‌توانند بر رسش یا پختگی تأثیر بگذارند، مانند تأثیر روابط عاطفی بر زودتر شدن بلوغ.
۱۵۳. ۲ این آیات نشان می‌دهد که وراثت و ذات این زن‌ها، سرنوشت آن‌ها را تعیین کرد و همنشینی با همسرانشان تأثیری بر آن‌ها نداشت. بنابراین نشان‌دهنده غلبه عوامل وراثتی بر محیطی و یا اهمیت عوامل وراثتی است.
۱۵۴. ۲ تسلط یافتن، پیشرفته شدن، ماهر شدن، سریع شدن و گسترده شدن مهارت‌ها نشان‌دهنده تأثیر عوامل محیطی یا یادگیری است. اینکه کودکان به‌طور میانگین در سن مشخصی شروع به چهار دست و پا رفتن می‌کنند، بیانگر رسش است، اما سرعت یافتن در انجام این مهارت بیانگر تأثیر عوامل محیطی است.
- بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ آمادگی پیدا کردن برای انجام یک مهارت بیشتر تحت تأثیر رسش است. ۳ غان و غون کردن در اکثر موارد با گذشت زمان و بدون نیاز به آموزش در برنامه رشد طبیعی کودکان ظاهر می‌شود و بین همه کودکان تقریباً یکسان است. بنابراین بیشتر تحت تأثیر رسش است. ۴ همه نوزادان وقتی به دنیا می‌آیند بدون اینکه کسی به آن‌ها یاد بدهد، مکیدن را بلد هستند پس این ویژگی تحت تأثیر عوامل وراثتی است.
۱۵۵. ۱ برای زبان آموزی یک آمادگی خاص نهفته لازم است تا کودک شروع به حرف زدن کند. به همین دلیل در خانواده‌های مختلف کودکان در سن یکسانی شروع به صحبت می‌کنند. بنابراین زبان آموزی بیشتر تحت تأثیر رسش است.
- بررسی سایر گزینه‌ها:** ۲ رشد اجتماعی همان‌طور که از اسمش پیداست بیشتر تحت تأثیر محیط و تعامل با دیگران است و سن مشخص و مشترکی بین افراد ندارد. ۳ و ۴ کنترل هیجانات و کسب مهارت حل مسئله نیاز به یادگیری، تمرین و آموزش دارد؛ بنابراین بیشتر تحت تأثیر عوامل محیطی است. ضمن اینکه سن مشخص و مشترکی هم بین افراد ندارد.
۱۵۶. ۳ رسش یا پختگی به معنای آن دسته از تغییراتی است که به آمادگی زیستی وابسته است و با گذشت زمان طبق یک برنامه طبیعی انجام می‌گیرد.
۱۵۷. ۲ اینکه ما انسان‌ها در جنبه‌های بسیاری از رشد شبیه یکدیگر هستیم، نشان‌دهنده این نکته است که وراثت، خصوصیات مشترکی را در برنامه زیست‌شناختی و طبیعی رشد ما قرار داده است.

**نکته:** شباهت‌های انسان هادر فرآیند رشد مربوط به عوامل وراثتی و رسش است.

۱۵۸. ۲ رسش یا پختگی به معنای آن دسته از تغییراتی است که به آمادگی زیستی وابسته است. یادگیری یکی از مهم‌ترین عوامل محیطی است که بر روی تغییرات رشدی تأثیر بسزایی دارد. یادگیری از طریق تجربه، تمرین و آموزش رخ می‌دهند.
۱۵۹. ۱ رسش یا پختگی به معنای آن دسته از تغییراتی است که به آمادگی زیستی وابسته است و با گذشت زمان طبق یک برنامه طبیعی انجام می‌گیرد. وراثت نقش تعیین‌کننده‌ای در رسش یا آمادگی زیستی افراد برای تغییرات دارد. فرایندی که مبتنی بر تجارب رفتاری و شناختی است و با آموزش و تمرین به دست می‌آید، مربوط به «یادگیری» و عوامل محیطی است.
۱۶۰. ۱ در روان‌شناسی به رفتارهایی که وابسته به آمادگی زیستی است، «رسش یا پختگی» می‌گویند؛ رسش یا پختگی به معنای آن دسته از تغییراتی است که به آمادگی زیستی وابسته است و با گذشت زمان، طبق یک برنامه طبیعی انجام می‌گیرد. عوامل محیطی نیز می‌تواند تا حدودی بر رسش یا پختگی تأثیر بگذارد.
- بررسی سایر گزینه‌ها:** ۲ و ۴ نشان‌دهنده عوامل محیطی (یادگیری) هستند. ۳ نشان‌دهنده موضوع روان‌شناسی رشد و کار روان‌شناسان رشد است.
۱۶۱. ۳ بیت سوم به این موضوع اشاره دارد که اگر کسی ذات بدی داشته باشد، تربیت در او بی‌اثر خواهد بود؛ پس به اهمیت عوامل وراثتی اشاره دارد. سایر گزینه‌ها به عوامل محیطی مؤثر بر رشد تأکید دارند.

۱۷۹. ۱۴ نشستن مستقل: ۵ تا ۸ ماهگی. ایستادن مستقل: ۱۱ تا ۱۴ ماهگی  
راه رفتن مستقل: ۱۲ تا ۱۵ ماهگی

**نکته تستی:** به جز توانایی اول (بالا نگاه داشتن چانه و سینه) و توانایی دوم (غلت زدن) و توانایی آخر (راه رفتن مستقل)، بازه سنی بقیه توانایی‌ها با عدد فرد شروع می‌شود. با توجه به این نکته فقط در گزینه «۴» هر دو قسمت با عدد فرد شروع می‌شوند.

۱۸۰. ۳ رشد شناختی به توانایی‌های مرتبط با فرایندهایی همچون توجه، ادراک، حافظه، استدلال، قضاوت، حل مسئله، تصمیم‌گیری و توانایی‌های زبانی کودک اطلاق می‌شود.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ مربوط به رشد جسمانی - حرکتی است. ۲ کودکان، قبل از دبستان (۴-۵ سالگی) پردازش ادراکی دارند و سپس به پردازش مفهومی دست پیدا می‌کنند. ۴ رشد شناختی، رشد توانایی‌های زبانی را هم دربرمی‌گیرد، ولی مستلزم آگاهی از آن نیست.

۱۸۱. ۲ در مورد مثال کتاب دربارهٔ کودک ۲ ساله‌ای که لیوان را می‌شکند، می‌توان گفت: بروز هیجان مشروط به آگاهی فرد و رابطهٔ دوطرفهٔ او با مادرش است. کودکان با دریافت واکنش دیگران، به هیجانات خود جهت می‌دهند.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ رشد هیجانی در کودکی فرایندی پیچیده است که نه تنها مستلزم آگاهی از هیجانات خود کودک، بلکه مستلزم آگاهی از هیجانات اطرافیان اوست. این موضوع اختصاص به ابتدا و پایان دوره ندارد. ۳ بروز هیجان‌های ساده تحت تأثیر نظام پردازش‌های فردی نیست. ۴ با توجه به رشد آگاهی کودک از هیجان‌های مختلف و واکنش اطرافیان، هیجان‌های ساده به هیجان‌های مرکب دیگر همچون احساس پشیمانی، سپاسگزاری و ترحم تعمیم می‌یابد. بنابراین فقط سپاسگزاری در این گزینه هیجان مرکب است.

۱۸۲. ۱ رشد هیجانی در دورهٔ کودکی، معطوف به سه هیجان سادهٔ ترس، خشم و محبت است. با توجه به رشد آگاهی کودکان از هیجان‌های مختلف و واکنش اطرافیان (به خصوص واکنش مادر) سه هیجان فوق به هیجان‌های مرکب دیگر، همچون احساس پشیمانی، سپاسگزاری و ترحم تعمیم می‌یابد.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۲ دلیل رشد یافته‌تر بودن هیجانات در انسان‌ها نسبت به حیوانات است. ۳ بروز هیجانات در کودک مشروط به دو چیز است: ۱ آگاهی کودک از خود و دیگران ۲ رابطهٔ دو طرفهٔ کودک با دیگران ۴ مربوط به تعریف رشد هیجانی در کودکی است که فرایندی پیچیده است و نه تنها مستلزم «آگاهی» از هیجانات خود کودک، بلکه مستلزم «آگاهی» از هیجانات اطرافیان اوست.

۱۸۳. ۴ رشد هیجانی در کودکی، فرایندی پیچیده است که نه تنها مستلزم آگاهی از هیجانات خود کودک، بلکه مستلزم آگاهی از هیجانات اطرافیان اوست. مثلاً وقتی کودک کار اشتباهی انجام می‌دهد و مادر فریاد می‌زند، ممکن است کودک این رفتار را به عنوان نشانهٔ هیجان مثبت درک کند و برای دریافت دوبارهٔ این هیجان از طرف مادر، آن را تکرار کند.

۱۸۴. ۳ بروز هیجان‌های مرکب پیچیده‌تر بوده و با توجه به نوع ارزیابی، ظهور متفاوتی می‌یابد.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ هیجانات ساده تحت تأثیر نظام پردازش‌های فردی نیست. ۲ هیجانات ساده غالباً به یک صورت پدیدار می‌شود. ۴ انسان و حیوان فقط در هیجانات ساده با هم مشترک‌اند.

۱۸۵. ۱ رشد هیجانی در انسان نسبت به حیوانات، به دلیل آگاهی بیشتر و برقراری تعامل با محیط بازتر و متنوع‌تر، رشد یافته‌تر است.

۱۸۶. ۲ رشد هیجانی در کودکی معطوف به هیجانات ساده (ترس، خشم و محبت) است. با توجه به رشد آگاهی کودکان از هیجان‌های مختلف و واکنش اطرافیان، هیجانات ساده ذکر شده به سه هیجان مرکب (احساس پشیمانی، سپاسگزاری و ترحم) تبدیل می‌شود. پس در گزینه «۲»، خشم از هیجانات ساده است و در سایر گزینه‌ها به هیجانات مرکب اشاره شده است.

۱۷۱. ۴ در هفت سال اول والدین نمی‌توانند از کودک توقع اطاعت کردن داشته باشند، باید با عمل و گفتار صحیح خودشان کاری کنند که کودک از آن‌ها تقلید کنند پس برخورد خانم امیری نادرست است.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ در هفت سال سوم باید فرزند را چون عضو بزرگ خانواده دانست و او را در تصمیم‌گیری‌ها دخالت داد. ۲ در هفت سال اول کودک باید آزاد باشد که بازی کند. ۳ در هفت سال دوم باید زشتی‌ها و زیبایی‌ها را به کودک فهماند و در تأدیب او کوشش کرد.

۱۷۲. ۲ تغییرات رشد دو دسته هستند: ۱ تغییرات کمی که باعث بیشتر شدن یک ویژگی و یا پیشرفته‌تر و بهتر شدن آن می‌شود؛ مانند افزایش قد و وزن، بیشتر شدن دایرهٔ واژگان، حل مسائل بیشتر ۲ تغییرات کیفی که یک ویژگی اساساً جدید و متفاوت را به وجود می‌آورد. مثل تغییر نحوهٔ استدلال یا تغییر روش حل مسئله. گزینه «۲» تغییر کیفی و سایر گزینه‌ها تغییر کمی هستند.

۱۷۳. ۳ در اسلام مراحل رشد انسان تا ۲۱ سالگی به سه مرحله تقسیم می‌شود. در هفت سال اول، کودک آقا و سرور است. در این دوره کودک باید آزاد باشد که بازی کند. باید عواطف و احساسات صحیح او را رشد داد و با رفتار خوب و گفتار پسندیده او را پرورش داد و بدون توقع اطاعت از او، سعی کرد که با عمل و گفتار صحیح از حس تقلیدش بهره بگیرد.

۱۷۴. ۳ رشد انسان از زمان تشکیل نطفه شروع می‌شود. وقتی اسپرم پدر، تخمک مادر را بارور می‌کند، نطفه تشکیل می‌شود. (۲۳ کروموزوم از مادر و ۲۳ کروموزوم از پدر)

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ رشد انسان از زمان تشکیل نطفه است نه تشکیل تخمک. ۲ ۲۳ کروموزوم پدر و ۲۳ کروموزوم مادر ترکیب می‌شوند. ۴ تخمک، سلول جنسی مادر و اسپرم، سلول جنسی پدر است.

۱۷۵. ۳ عواملی همچون سن مادر، کیفیت تغذیه، فشار روانی، آلودگی محیط، حالت‌های هیجانی، آرامش به‌ویژه ارتباط معنوی با خالق هستی و استفاده از دارو‌ها بر چگونگی رشد قبل از تولد تأثیر دارد. این موارد جزء عوامل محیطی محسوب می‌شوند، چون بیرون از فرد (جنین) وجود دارد. درحالی که سلامت جنین (گزینهٔ ۳) عامل درونی جنین است و جزء عوامل وراثتی است.

۱۷۶. ۴ رشد در دورهٔ کودکی با سرعت و تغییرات بسیاری همراه است.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ نادرست است؛ چون از زمان تولد تا ۱۲ سالگی را دربرمی‌گیرد. ۲ بسیاری بر این باورند که روان‌شناسی رشد فقط خصوصیات دورهٔ کودکی را بررسی می‌کند، درحالی که این باور نادرست است و روان‌شناسی رشد، مطالعهٔ علمی انسان از زمان انعقاد نطفه تا پایان زندگی اوست. ۳ نادرست است؛ چون این دورهٔ سنی نسبت به دوره‌های بعدی رشد، اهمیت زیادی دارد. ۳ تغییرات در اعضای بدن (مثل افزایش وزن مغز و یا استحکام استخوان‌ها) نیز رشد جسمانی محسوب می‌شود.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ وزن نوزاد پس از گذشت ۶ ماه از تولد دو برابر و پس از پایان سال اول ۳ برابر می‌شود و قد وی نسبت به تولد بلندتر می‌شود.

۲ کودکان در ۷ تا ۱۰ ماهگی توانایی ایستادن با کمک را به دست می‌آورند. (۵ تا ۸ ماهگی نشستن مستقل به وجود می‌آید). ۴ کودکان در ابتدا قادر به حرکات درشتی همچون بالا رفتن از پله‌ها هستند، سپس مهارت حرکات ظریف همچون بستن بند کفش را به دست می‌آورند.

۱۷۸. ۲ ترس از غریبه در ۷-۸ ماهگی اتفاق می‌افتد. نشستن مستقل نیز در ۵ تا ۸ ماهگی رخ می‌دهد.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ لبخند اجتماعی در «۲-۳ ماهگی» و نشستن با کمک در «۳-۶ ماهگی» اتفاق می‌افتد. ۳ بازی‌های موازی در «۴ یا ۵ سالگی» و بازی با همجنسان در «دورهٔ دبستان» اتفاق می‌افتد. ۴ راه رفتن مستقل در «۱۵-۱۲ ماهگی» و پردازش ادراکی در «۴-۵ سالگی» است.

۱۸۷. ۲ بسیاری از کودکان در سنین اولیه کودکی در کنار یکدیگر بازی می‌کنند؛ ولی هر کودک به بازی انفرادی خود می‌پردازد. (بازی موازی) بازی همین کودکان در سنین بالاتر قاعده‌مند می‌شود و مشترکاً بازی می‌کنند. (بازی گروهی) این تغییر بیانگر رشد اجتماعی آن‌هاست.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ اولین علامت رشد اجتماعی لبخند اجتماعی است که در ۲-۳ ماهگی بروز می‌یابد. ۳ کودکان در دوره دبستان (کودکی دوم) با یکدیگر بازی گروهی می‌کنند و علاقه خاصی به بازی با هم‌جنسان خود دارند. جمله معروف آن‌ها (دخترها با دخترها و پسرها با پسرها) را همگی شنیده‌ایم. ۴ انسان موجودی اجتماعی است و از بودن با دیگران لذت می‌برد. آگاهی انسان از این ویژگی مهم در فرایند رشد، به تدریج حاصل می‌شود و او را اجتماعی‌تر می‌کند. ۱۸۸. ۲ قضاوت کودکان ۵-۶ ساله در مورد اخلاقی یا غیر اخلاقی بودن یک عمل، بر اساس پیامدهای قابل مشاهده و قابل شمارش آن است نه بر اساس نیت فرد از انجام آن عمل. به داستان توجه کنید: مینا می‌خواهد بدون اجازه مادرش از قفسه آشپزخانه چیزی را بردارد و هنگام پایین آمدن، یک لیوان را می‌شکند. برادر مینا می‌خواهد به مادرش کمک کند و دستش به سینی می‌خورد و سه لیوان را می‌شکند. کودک ۵-۶ ساله با شنیدن این داستان می‌گوید برادر مینا کار بدتری انجام داده، چون فنجان‌های بیشتری را شکسته (قضاوت بر اساس پیامدهای قابل مشاهده)، در حالی که کودکان بزرگ‌تر می‌گویند مینا کار بدی کرده چون می‌خواسته بدون اجازه چیزی را بردارد. (قضاوت بر اساس دلیل و نیت) ۱۸۹. ۴ سایر گزینه‌ها درست و مربوط به رشد اخلاقی کودکان است.

گزینه «۴»: هر چند منظور از رشد اخلاقی در اینجا همان انجام عمل اخلاقی است ولی ممکن است دلیل انجام عمل اخلاقی متفاوت باشد. مثلاً در ابتدای کودکی، کودکان کار اخلاقی را به خاطر خوشحال کردن دیگران انجام می‌دهند و در سنین بالاتر، کار اخلاقی را به خاطر درستی آن انجام می‌دهند. ۱۹۰. ۱ در سنین اولیه دوره کودکی، کودکان در کنار همدیگر بازی می‌کنند، ولی هر کودک به بازی انفرادی خود می‌پردازد (بازی موازی). بازی همین کودکان در سنین بالاتر قاعده‌مند می‌شود و مشترکاً بازی می‌کنند. این تغییر، بیانگر رشد اجتماعی آن‌هاست.

۱۹۱. ۲ ابتدایی‌ترین و شاخص‌ترین جنبه رشد انسان «رشد جسمانی-حرکتی» است. تغییرات در اعضای بدن مثل افزایش وزن مغز و استحکام استخوان‌ها رشد جسمانی محسوب می‌شود. نوجوانی دوره‌ای است که با شدیدترین و گسترده‌ترین تغییرات زیستی همراه است.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ استدلال و حل مسئله مربوط به رشد شناختی است. ۳ تعامل با محیط (دیگران) مربوط به رشد اجتماعی است.

۱۹۲. ۳ ترتیب درست توانایی‌های ذکر شده به این صورت است: غلت زدن ← نشستن با کمک ← نشستن مستقل ← ایستادن با کمک ← بلند شدن از وضعیت نشسته ← ایستادن مستقل

۱۹۳. ۲ رشد اخلاقی کودکی: گزینه «۴» نادرست است. (شناخت هیجان‌ها خود: رشد هیجانی کودکی) جسمانی نوجوانی: گزینه «۳» نادرست است (کسب مهارت‌های حرکتی درشت: رشد جسمانی کودکی) اجتماعی نوجوانی: گزینه‌های «۱»، «۳» و «۴» نادرست‌اند. شناختی نوجوانی: گزینه «۳» نادرست است (کسب هویت: رشد اجتماعی نوجوانی)

۱۹۴. ۲ بسیاری از کودکان در سنین اولیه دوره کودکی (۴ یا ۵ سالگی) کنار همدیگر بازی می‌کنند، ولی هر کودک به بازی انفرادی خود می‌پردازد. به این نوع بازی، بازی موازی می‌گویند؛ مانند بازی دو کودک ذکر شده. بازی‌های کودکان مربوط به رشد اجتماعی آنان است.

۱۹۵. ۱ مهارت‌های حرکتی ظریف مستلزم استفاده از ماهیچه‌های ظریف یعنی انگشتان دست و پا هستند؛ مانند به دست گرفتن قاشق و غذا خوردن با آن. سایر گزینه‌ها مهارت‌های حرکتی درشت هستند که توسط ماهیچه‌های بزرگ بدن انجام می‌شوند.

۱۹۶. ۳ این واکنش کودک همان ترس از غریبه است که در ۸ ماهگی به وجود می‌آید و مربوط به رشد اجتماعی است؛ زیرا مربوط به تعامل او با دیگران است. ۲ تا ۳ ماهگی لبخند اجتماعی بروز می‌کند. (رد گزینه‌های ۱ و ۲) ۱۹۷. ۱ از دوازده تا بیست‌سالگی را با نام دوره نوجوانی می‌شناسیم.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۲ نادرست است، چون نوجوان در انتهای این دوره به پختگی دوره بزرگسالی می‌رسد. ۳ نادرست است، چون حد واسطه دوره کودکی و بزرگسالی است. ۴ نادرست است، چون تغییرات این دوره اهمیت زیادی دارند. ۱۹۸. ۱ تغییراتی که جزئی از علائم رشد هستند و قابل رؤیت‌اند، «ویژگی‌های ثانویه» نامیده می‌شوند. این ویژگی‌ها به‌طور مستقیم در تولیدمثل نقش ندارند و مربوط به اندام‌های جنسی نیستند.

۱۹۹. ۲ شاخص‌ترین جنبه رشد، رشد جسمانی - حرکتی است. رشد شناختی، به رشد توانایی‌های مرتبط با فرایندهایی همچون توجه، ادراک، حافظه، استدلال، قضاوت، حل مسئله، تصمیم‌گیری و توانایی‌های زبانی اطلاق می‌شود. ۲۰۰. ۳ ناگهانی بودن، یعنی اندازه بدن به سرعت افزایش می‌یابد و تناسب بدن به سرعت تغییر می‌کند.

۲۰۱. ۳ تغییرات اندام‌های داخلی بدن (قلب و شش) و افزایش حجم خون باعث می‌شوند که نوجوان احساس توانمندی زیادی کند.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ اندازه قلب ۲ برابر می‌شود و حجم کلی خون افزایش می‌یابد. ۲ ظرفیت شش‌ها ۳ برابر می‌شود. ۴ برعکس است؛ یعنی به دلیل افزایش حجم خون، نوجوان احساس توانمندی می‌کند.

۲۰۲. ۱ تغییراتی که جزئی از علائم رشد هستند و قابل رؤیت‌اند را «ویژگی‌های جنسی ثانویه» می‌گویند. این ویژگی‌ها مستقیماً در تولیدمثل نقش ندارند؛ مثل رشد موهای زائد در دختران و پسران، بم شدن صدای پسران، رشد سینه‌ها در دختران، پهن شدن لگن در دختران. سایر گزینه‌ها ویژگی‌های جنسی اولیه هستند که مستقیماً در تولیدمثل نقش دارند.

۲۰۳. ۴ حوزه‌های اساسی رشد جسمانی که در این دوره دستخوش تغییر می‌شوند، عبارت‌اند از: قد و وزن، رشد استخوانی و عضلانی، رشد مغز و سیستم عصبی، رشد اندام‌های داخلی (تغییر در اندازه قلب و شش) و تغییراتی که در هنگام بلوغ روی می‌دهند. گزینه «۴» مربوط به رشد جسمانی است، اما جزء دسته‌بندی حوزه‌های اساسی قرار نمی‌گیرد و دلیل بی‌ثباتی و تحریک‌پذیری هیجانی در نوجوانی محسوب می‌شود.

۲۰۴. ۱ رشد دستگاه تولیدمثل تغییر اساسی دوره نوجوانی است که با بلوغ جنسی رخ می‌دهد. این تغییر یک ویژگی جدید است که در دوره قبل وجود نداشته است؛ یعنی برای اولین بار در نوجوانی قدرت باروری و تولیدمثل ایجاد می‌شود. بنابراین تغییر کیفی محسوب می‌شود. سایر گزینه‌ها تغییر کمی است. ۲۰۵. ۳ بهتر است در حضور دیگران از نوجوانان عیب‌جویی نشود.

(جدول ۲-۳ پیامدهای تغییرات شناختی نوجوانان و توصیه‌های پیشنهادی)

۲۰۶. ۲ هر چند در بیان تغییرات دوره نوجوانی، به ویژگی‌های جسمانی اشاره می‌شود، اما واقعیت این است که تغییرات شناختی دوره نوجوانی شگفت‌آور است؛ بنابراین باید گزینه‌ای را انتخاب کنید که قسمت اول آن مربوط به رشد جسمانی و قسمت دوم مربوط به رشد شناختی است، یعنی گزینه «۲».

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ اجتماعی - جسمانی ۳ جسمانی - هیجانی ۴ اجتماعی - شناختی

۲۰۷. ۲ برای اولین بار در نوجوانی «تفکر فرضی» شکل می‌گیرد؛ به این معنا که نوجوانان فرضیه‌سازی می‌کنند و در پیش‌بینی یک موقعیت، از احتمال‌های مختلف بهره می‌برند؛ درحالی که مبنای استدلال در دوره کودکی، واقعیت‌های ملموس و بیرونی است؛ بنابراین تفکر فرضی به معنای فرض کردن اتفاقات احتمالی در آینده است.

۲۰۸. ۴ گزینه «۴» مربوط به رشد شناختی نوجوانی است. به دلیل عدم پختگی در نحوه به کارگیری توانایی‌های شناختی، تغییرات شناختی نوجوانان باعث پیامدهای ناسازگارانه‌ای می‌شود که یکی از آن‌ها حساسیت نسبت به انتقاد دیگران است. سایر گزینه‌ها مربوط به رشد شناختی دوره کودکی است.



**۲۰۹.** توجه نوجوانان، در مقایسه با کودکان، گزینشی تر است؛ به این معنا که بر اطلاعات مرتبط متمرکز می‌شوند (گزینه‌های ۲ و ۳) و با ضرورت‌های تکلیف موردنظر، بهتر سازگار می‌شوند. (گزینه ۱) انجام هم‌زمان چند تکلیف نشان‌دهنده توجه تقسیم شده است نه توجه گزینشی.

**۲۱۰.** یکی از تفاوت‌های مهم دوره نوجوانی با دوره کودکی این است که نوجوانان به دنبال چگونگی تقویت حافظه خود هستند؛ به این نوع مهارت‌آموزی «فراحافظه» می‌گویند. این تلاش در دوره کودکی وجود ندارد. (تغییر کیفی)

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ نوجوانان برخلاف کودکان، قادر به ظرفیت‌سازی حافظه خود هستند. (تغییر کیفی) ۲ نوجوانان بهتر از کودکان قادر به رمزگردانی، اندوزش و بازیابی اطلاعات هستند. (تغییر کمی)

**۲۱۱.** توجه نوجوانان، در مقایسه با کودکان، گزینشی تر است؛ به این معنا که بر اطلاعات مرتبط متمرکز می‌شوند و با ضرورت‌های تکلیف موردنظر، بهتر سازگار می‌شوند. نوجوانی که هنگام نماز خواندن صرفاً بر نماز متمرکز می‌شود و به عوامل دیگر توجه نمی‌کند، دارای توجه گزینشی است.

**۲۱۲.** به دلیل تغییرات فیزیولوژیکی و هورمونی در دوره نوجوانی، تحریک‌پذیری نوجوانان افزایش می‌یابد و حالات هیجانی آنان به سرعت تغییر می‌کند.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ تحریک‌پذیری نوجوان با برخورد نامناسب اطرافیان ارتباطی دارد. ۲ علت این است که هیجانات به رفتارهای مخرب و پرخطر منجر می‌شود. ۳ علت رشد یافته‌تر بودن رشد هیجانی انسان‌ها نسبت به حیوانات است. ۴ لازم است در دوره نوجوانی مهارت‌هایی را بیاموزیم که بتوانیم هیجانات خود را در جهت صحیح به کار گیریم؛ مهارت‌هایی از قبیل کنترل خشم و ورزش کردن.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ هیجانات، در صورت هدایت نشدن و به کارگیری غلط، به رفتارهای مخرب و پرخطر منجر می‌شوند. ۲ به دلیل تغییرات فیزیولوژیکی و هورمونی، تحریک‌پذیری نوجوانان افزایش می‌یابد و حالات هیجانی آن‌ها به سرعت تغییر می‌کند. ۳ هیجانات، منبع رفتارهای مثبت و سازنده هستند و در صورت هدایت نشدن و یا به کارگیری غلط آن‌ها، به رفتارهای مخرب و پرخطر منجر می‌شوند.

**۲۱۳.** هر چند نوجوانان، در مقایسه با کودکان، رشد فزاینده‌ای در توانایی‌های شناختی دارند، اما در نحوه به کارگیری این توانایی‌ها، پختگی لازم را ندارند. به همین دلیل تغییرات شناختی نوجوانی باعث پیامدهای ناسازگارانه‌ای می‌شود. گزینه ۲: «علت افزایش تحریک‌پذیری و بی‌ثباتی هیجانی در نوجوانی است.»

**۲۱۴.** رشد دستگاه تولیدمثل، تغییر اساسی دوره نوجوانی است که با بلوغ جنسی رخ می‌دهد.

**۲۱۵.** این توصیه در ارتباط با ویژگی آرمان‌گرایی و عیب‌جویی کاربرد دارد. (طبق جدول ۲-۳ پیامدهای تغییرات شناختی)

**۲۱۶.** باید ویژگی‌های منحصر به فرد نوجوانان را پذیرفت تا در زمان مناسب دیدگاه متعادل‌تری ایجاد شود.

**۲۱۷.** به جای نوجوان تصمیم‌گیری نشود. تصمیم‌گیری کارآمد، الگوی تصمیم‌گیری نوجوان باشد.

**۲۱۸.** گزینه ۱ اشاره به مهارت فراحافظه دارد که در نوجوانی به وجود می‌آید، یعنی نوجوانان به دنبال چگونگی تقویت حافظه خود هستند.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۲ یکی از پیامدهای تغییرات شناختی در نوجوانان، مشکل در تصمیم‌گیری‌های روزمره است نه تصمیم‌گیری به جای دیگران.

**۳** توجه نوجوانان، در مقایسه با کودکان، گزینشی تر است؛ به این معنا که بر اطلاعات مرتبط متمرکز می‌شوند و با ضرورت‌های تکلیف موردنظر، بهتر سازگار می‌شوند. ۴ نوجوانان تحت تأثیر پردازش مفهومی فایده‌مندی یک کالا را بر اساس ماندگاری، کیفیت و... می‌سنجند نه بر اساس اندازه و رنگ آن.

**۲۱۹.** برای اولین بار در نوجوانی تفکر فرضی شکل می‌گیرد. پس این یک تغییر اساسی و کیفی است که در دوره قبل وجود نداشته است. سایر گزینه‌ها تغییر کمی هستند، چون قبلاً وجود داشته‌اند و در نوجوانی صرفاً بیشتر یا بهتر شده‌اند.

**۲۲۰.** یکی از تفاوت‌های مهم دوره نوجوانی با دوره کودکی این است که نوجوانان به دنبال چگونگی تقویت حافظه خود هستند؛ به این نوع مهارت‌آموزی «فراحافظه» می‌گویند. این تلاش در دوره کودکی وجود ندارد. (تغییر کیفی)

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ نوجوانان برخلاف کودکان، قادر به ظرفیت‌سازی حافظه خود هستند. (تغییر کیفی) ۲ نوجوانان بهتر از کودکان قادر به رمزگردانی، اندوزش و بازیابی اطلاعات هستند. (تغییر کمی)

**۲۲۱.** نوجوانان برخلاف کودکان، قادر به نظارت، ارزیابی و تغییر جهت تفکر لحظه به لحظه هستند، در حالی که کودکان بر استدلال‌ها، قضاوت‌ها و تصمیم‌هایشان اشراف ندارند.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ سرعت تفکر در دوره نوجوانی افزایش می‌یابد. ۲ نوجوانان برخلاف کودکان، قادر به ظرفیت‌سازی حافظه خود هستند. ۳ کودکان بر استدلال‌ها، قضاوت‌ها و تصمیم‌هایشان اشراف ندارند. ۴ نوجوانان برخلاف کودکان بر استدلال‌ها، قضاوت‌ها و تصمیم‌هایشان اشراف دارند.

**۲۲۲.** پردازش غالب نوجوانان مفهومی است. نوجوانان فایده‌مندی یک کالا را بر اساس ماندگاری، کیفیت و... می‌سنجند.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ نادرست است، چون مربوط به کودکان و پردازش ادراکی است. ۲ نادرست است، چون پردازش کودکان ادراکی است. ۳ نادرست است، چون مربوط به پردازش مفهومی است.

**۲۲۳.** لازم است در دوره نوجوانی مهارت‌هایی را بیاموزیم که بتوانیم هیجانات خود را در جهت صحیح به کار گیریم؛ مهارت‌هایی از قبیل کنترل خشم و ورزش کردن.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ هیجانات، در صورت هدایت نشدن و به کارگیری غلط، به رفتارهای مخرب و پرخطر منجر می‌شوند. ۲ به دلیل تغییرات فیزیولوژیکی و هورمونی، تحریک‌پذیری نوجوانان افزایش می‌یابد و حالات هیجانی آن‌ها به سرعت تغییر می‌کند. ۳ هیجانات، منبع رفتارهای مثبت و سازنده هستند و در صورت هدایت نشدن و یا به کارگیری غلط آن‌ها، به رفتارهای مخرب و پرخطر منجر می‌شوند.

**۲۲۴.** تحول اخلاقی و ارزشی در نوجوانی بیش از هر دوره دیگری است. رشد سریع شناختی در نوجوانی و جوانی باعث می‌شود که فرد بهتر بتواند درباره مسائل اخلاقی، ارزشی و دینی قضاوت کند و واکنش دقیق‌تری نشان دهد. همچنین به دلیل گسترده شدن روابط اجتماعی نوجوان در مقایسه با کودکی و بروز احساس خودمختاری نسبت به والدین، نوجوان با مسائل اخلاقی و ارزشی بیشتر درگیر می‌شود و زمینه‌های رشد ارزش‌های اخلاقی در وی افزایش می‌یابد.

**۲۲۵.** در این دوره هم خود نوجوان و هم اطرافیان وی احساس می‌کنند که گرایش نوجوان به گروه همسالان خیلی بیشتر از سابق شده است و در کنار همسالان بودن برای نوجوان بسیار لذت‌بخش است.

**۲۲۶.** یکی از تغییرات در رشد اجتماعی دوره نوجوانی، دستیابی به «هویت» است.

**۲۲۷.** «من کیستم» سؤالی است که ذهن هر فرد به‌ویژه نوجوانان و جوانان (نه کودکان) را درگیر کرده است و افراد برای یافتن پاسخ این سؤال به جست‌وجوی خویشتن و کسب هویت می‌پردازند.

**۲۲۸.** ایفای نقش جنسیتی برای نشان دادن رفتارهای زنانه یا مردانه مربوط به «ویژگی‌های روانی» در هویت دوره نوجوانی است.

**بررسی سایر گزینه‌ها:** ۱ شامل عضویت در گروه‌ها یا انتخاب شغل و پیشرفت است. ۲ مربوط به دختر یا پسر بودن است. ۳ مربوط به قیافه، قد، وزن و... است. ۴ نوجوانانی که خود را می‌پذیرند و هویت مثبتی برای خود قائل‌اند، به لحاظ روانی از افرادی که هویتی منفی داشته و به خود علاقه‌ای ندارند، سالم‌ترند.

**۲۲۹.** در رشد اخلاقی صرف داشتن شناخت نسبت به اینکه احترام به پدر و مادر کار خوبی است، به رفتار اخلاقی منجر نمی‌شود بلکه این شناخت باید به عقاید، باورها و ارزش‌های فرد تبدیل شود.

**۲۳۰.** یکی از تغییرات در رشد اجتماعی نوجوانی، دستیابی به هویت است. تحریک‌پذیری یکی از ویژگی‌های رشد هیجانی نوجوانی است، یعنی یک نوجوان بدون اینکه بخواهد، یک‌دفعه و ناگهانی عصبانی می‌شود و چیزی می‌گوید یا رفتاری نشان می‌دهد که بلافاصله پشیمان می‌شود. راست‌گویی، کمک به دیگران، سوءاستفاده نکردن از دیگران (حتی با وجود توانایی) و قانع بودن به حق خود مربوط به رشد اخلاقی است.

**۲۳۱.** یکی از تغییرات در رشد اجتماعی نوجوانی، دستیابی به هویت است. تحریک‌پذیری یکی از ویژگی‌های رشد هیجانی نوجوانی است، یعنی یک نوجوان بدون اینکه بخواهد، یک‌دفعه و ناگهانی عصبانی می‌شود و چیزی می‌گوید یا رفتاری نشان می‌دهد که بلافاصله پشیمان می‌شود. راست‌گویی، کمک به دیگران، سوءاستفاده نکردن از دیگران (حتی با وجود توانایی) و قانع بودن به حق خود مربوط به رشد اخلاقی است.

**۲۳۲.** یکی از تغییرات در رشد اجتماعی نوجوانی، دستیابی به هویت است. تحریک‌پذیری یکی از ویژگی‌های رشد هیجانی نوجوانی است، یعنی یک نوجوان بدون اینکه بخواهد، یک‌دفعه و ناگهانی عصبانی می‌شود و چیزی می‌گوید یا رفتاری نشان می‌دهد که بلافاصله پشیمان می‌شود. راست‌گویی، کمک به دیگران، سوءاستفاده نکردن از دیگران (حتی با وجود توانایی) و قانع بودن به حق خود مربوط به رشد اخلاقی است.

**۲۳۳.** یکی از تغییرات در رشد اجتماعی نوجوانی، دستیابی به هویت است. تحریک‌پذیری یکی از ویژگی‌های رشد هیجانی نوجوانی است، یعنی یک نوجوان بدون اینکه بخواهد، یک‌دفعه و ناگهانی عصبانی می‌شود و چیزی می‌گوید یا رفتاری نشان می‌دهد که بلافاصله پشیمان می‌شود. راست‌گویی، کمک به دیگران، سوءاستفاده نکردن از دیگران (حتی با وجود توانایی) و قانع بودن به حق خود مربوط به رشد اخلاقی است.

**توجه:** تفاوت تغییرات کیفی و کمی را در کتابنامه مطالعه کنید.

**توجه:** برای درک بهتر تغییرات کمی و کیفی کتابنامه را مطالعه کنید