

سوالات قسمت اول درس ۷ روانشناسی (از ابتدای درس انگیزش و نگرش تا پایان هدفمندی)

انگیزش و نگرش

۱. جستجوی علت رفتار به چه معناست؟
۲. انسان و حیوان در پاسخ به کدام نیازها عوامل انگیزشی مشترک دارند؟
۳. علت رفتار انسان در مقایسه با حیوان تابع کدام عامل توانمند است؟
۴. مفهوم نگرش را در قالب یک مثال بنویسید.
۵. نگرش را تعریف کنید.
۶. تأثیر نگرش در رفتار انسان در رفع انگیزه تشنگی را با حیوان مقایسه کنید.
۷. تفاوت انسان و حیوان در عوامل شکل دهنده رفتار را با ذکر مثال توضیح دهید.
۸. عوامل شکل دهنده رفتار انسان را نام ببرید.
۹. عوامل شکل دهنده نگرش متنوع است و تحت تأثیر.....و.....و..... انسان قرار دارد.

انگیزه

۱۱. انگیزه را تعریف کنید. (پاسخ هر دو نکته است).
۱۲. موتور حرکتی انسان چیست؟
۱۳. چرا موتور حرکتی انسان انگیزه است؟
۱۴. انواع انگیزه را نام ببرید.
- انگیزه های درونی و بیرونی
۱۵. منظور از انگیزه های بیرونی چیست؟
۱۶. منظور از انگیزه های درونی چیست؟
۱۷. چه تفاوتی در منبع انگیزه های بیرونی و درونی وجود دارد؟
۱۸. برای هر یک از انگیزه های درونی و بیرونی مثال ذکر کنید.

نمونه‌ها	انگیزه بیرونی یا درونی	چیزی که به دست می آورند
علی اتاقش را تمیز می کند تا والدینش او را به سینما ببرند.		
زینب، که دانشجوی معماری است، برای ساخت یک ماکت ساختمان به قدری از خود علاقه نشان می دهد که گذر زمان را احساس نمی کند و اغلب تا ساعت ۳ نیمه شب، بیدار می ماند.		

سوسن، برای پاسخ به سؤال معلم که به خوبی پاسخ داده نمره ۲۰ دریافت می کند.		
زهرا به موضوعات ادبی علاقه مند شده و علاوه بر کتاب درسی، بیشتر اوقات خود را صرف خواندن کتاب های شعر و ادبیات می کند.		
ناصر تکالیفش را به موقع انجام می دهد تا اجازه داشته باشد در بازی فوتبال شرکت کند.		
حسین عاشق کوهنوردی است و با وجود خستگی، سرما، گرما یا خطرات احتمالی، دست از حرکت بر نمی دارد تا به قله برسد.		
مینا برای اینکه مادر لپ تاپی برایش بخرد به شدت درس می خواند تا با معدل خوبی سال تحصیلی را به اتمام برساند.		

دوست دارید جای کدام یک از افراد باشید؟ چرا؟

.....

در جدول زیر تفاوت‌ها و ویژگی‌های انگیزه‌های درونی و بیرونی را نام ببرید و با یکدیگر مقایسه کنید.

انگیزه‌های بیرونی	انگیزه‌های درونی

### نگرش

۲۰. بزرگسالان در مقایسه با کودکان و حیوانات علت رفتار خودراچه می دانند؟ با ذکر مثال توضیح دهید.

۲۱. نگرش‌ها در شکل دهی به رفتار انسان به چند صورت عمل می کنند؟

۲۲. مهمترین عوامل نگرشی مثبت و منفی را نام ببرید.

### باورها و نظام ارزشی فرد

۲۳. باورها و نظام ارزشی را با ذکر مثال توضیح دهید.

۲۴. اگر اعتقاد براین است که برای موفق شدن تلاش و سخت کوشی شرط ضروری است . این مثال تأثیر کدام عامل در نگرش است؟

۲۵. در این مثال « هر ملتی بمانند باید بدانند» تأثیر کدام عامل در نگرش است؟

۲۶. موتور محرکه هر فرد و جامعه جهت دستیابی به هدف های فردی و جمعی ناشی از کدام عامل نگرشی است؟

۲۷. نظام باورها ی همه افراد توسط چه ارکانی ساخته می شود؟

۲۸. دو نمونه از اثر نیرو بخشی باورهای مثبت و سازنده ذکر کنید.

۲۹. اگر باور های غلط شکل بگیرد چه تأثیری در فرد خواهد داشت؟

۳۰. عوامل فردی و بیرونی که باعث شکل گیری باور های غلط می شوند را نام ببرید.

## اراده

۳۱. زندگی نامه نیک وی آچیچ تأثیر کدام عامل نگرشی در وی است؟ مختصراً توضیح دهید.

۳۲. چند نمونه از مواردی با وجود نبود امکانات مادی با بهره گیری از اراده فولادین توانستند شجاعت های بسیاری از خود نشان دهند با جستجو در فضای مجازی پیدا کرده و مطالبی در مورد آن بنویسید.

## هدفمندی(داشتن هدف)

۳۳. مفهوم هدفمندی را با ذکر مثال بنویسید.

۳۴. انتخاب هدف علاوه بر توانمندی، باعث ..... می شود.

۳۵. تعیین هدف معین، چه تأثیری بر فرد دارد؟

۳۶. چرا حرکت در مسیر دستیابی به هدف، نوعی موفقیت تلقی می شود؟

۳۷. انتخاب هدف امید به ..... را به همراه می آورد.

۳۸. کدام عامل خلبانی را با توجه به رادار، مستقیم به سمت مقصد در حال پرواز است، از هر گونه انحراف باز می دارد؟

۳۹. تجربیات شخصی خود را در زمینه انتخاب هدف که شما را از هر گونه انحرافی به دور داشته نام ببرید.

تهیه و تنظیم : حبیبه قرشی دبیر ناحیه (۱) ارومیه

## ناهماهنگی شناختی

۴۰. ناهماهنگی شناختی را تعریف کنید.

۴۱. با ذکر یک مثال ناهماهنگی شناختی در رفتار و شناخت را توضیح دهید.

۴۲. چگونه یک فرد ناهماهنگی رفتار و شناخت رفع می کند؟ با ذکر مثال توضیح دهید.

۴۳. ناهماهنگی شناختی در دو شناخت هم زمان و در تضاد را با ذکر یک مثال بیان کنید.

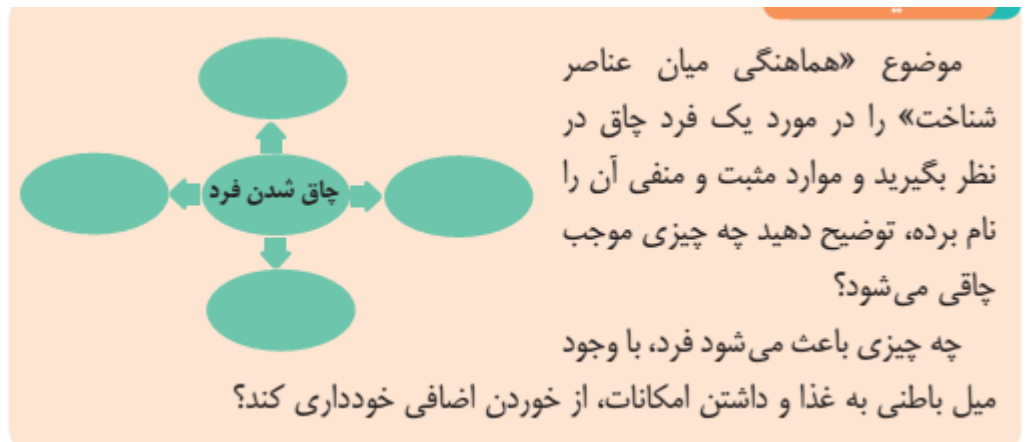
۴۴. چگونه فردی که دچار ناهماهنگی شناختی در دو شناخت همزمان شده است آن را رفع می کند؟ با ذکر یک مثال توضیح دهید.

۴۵. دو راه حل که فرد هنگام بروز ناهماهنگی شناختی بکار می گیرد تا هماهنگی شناختی را حفظ کند، را بنویسید.

۴۶. شناخت ما همچون ..... است که بین عناصر آن پیوندهای بسیاری برقرار است و این پیوندها تمایل زیادی به ..... دارند.

۴۷. قاعده مند بودن نظام شناختی چگونه در شکل گیری رفتار فرد و رفع ناهماهنگی شناختی مؤثر است؟

۴۸. عناصر مثبت و منفی را در مورد زیر بنویسید.



۴۹. چرا افراد بعد از انتخاب از بین دو مدرسه یا دو دانشگاه خوب در مورد آنکه انتخاب کرده مزایا و در مورد آنکه رد کرده است معایب را می شمارد؟

۵۰. در هریک از موارد زیر با توجه به عامل ناهماهنگی شناختی علت آن را بنویسید.

الف) رای دهندگان به کسی رای می دهند که نگرش او در مورد مسائل مختلف به نگرش آن ها نزدیک باشد.

ب) مردم کالایی را بیشتر تأیید می کند که برای آن پول بیشتری داده باشند.

ج) مردم نگرش هایی را حفظ می کنند که با نیازهای آنان جور در می آید.

د) برای تغییر نگرش ها باید کار کردی را که نگرش ها در خدمت آن هستند شناخت و آن را تغییر داد.

۵۱. هر نگرش دارای چند عنصر است؟

۵۲. نگرش های دوران کودکی هماهنگ با نگرش های ..... است.

۵۳. چرا نگرش های دوران مدرسه از هماهنگی برخوردار است؟

۵۴. نگرش ها در کدام دوران امکان تغییر بیشتری دارد؟

۵۵. نگرش ها پس از شکل گیری، از ..... برخوردار شده و تابع اصل ..... هستند، یعنی در برابر تغییر مقاومت می کنند.

## ادراک کنترل و ادراک کارایی

۵۶. منظور از ادراک کارایی چیست؟

۵۷. ادراک کارایی یک جراح چیست؟

۵۸. منظور از ادراک کنترل چیست؟

۵۹. ادراک کنترل یک جراح چیست؟

۶۰. منظور از این که ادراک کنترل و ادراک کارایی باید سازنده چیست؟

۶۱. ادراک کنترل و ادراک کارایی کاذب چیست؟

۶۲. ادراک کنترل و کارایی ..... مانع بروز رفتار است.

۶۳. فردی که در حال خارج ساختن تراشه چوب از دست خود است درد شدیدی را احساس می کند، اما از کار خود رضایت دارد علت این امر چیست؟

## اسناد

۶۴. منظور از اسناد چیست؟ پاسخ: یعنی نسبت دادن موفقیت ها یا شکست های خود به چیز های (علل) دیگر

۶۵. نمونه هایی از اسناد افرادی که علت شکست در امتحان را خود نمی دانند ، بنویسید.

۶۶. نمونه هایی از اسناد افرادی که علت موفقیت در امتحان را خود می دانند، بنویسید.

۶۷. دو مورد از عواملی که در اسناددهی تحت کنترل ما نیستند نام ببرید.

۶۸. وقتی یادگیرندگان، شکست های خود را به چیزهایی نسبت می دهند که نمی توانند کنترل کنند (مانند توانایی پایین و دشواری تکلیف) چه تأثیری در آن ها خواهد داشت؟

چگونه می توان به چنین افرادی کمک کرد؟

۶۹. دو مورد از عواملی که تحت کنترل ما هستند و شکست های ما را در ورزش، درس و شغل جبران می کند را نام ببرید.

۶۹. دو مورد از عوامل پایدار (عواملی که در اختیار فرد نیست) در اسناد دهی را نام ببرید.

۷۰. کسانی که شکست های خود را به عوامل پایدار نسبت میدهند چه تأثیری در آنها خواهد داشت؟ با ذکر مثال توضیح دهید.

۷۱. برای موفقیت در هر کاری فرد در اسناد دهی باید به چه عواملی توجه کند؟

۷۲. با توجه به بحث اسنادها بعد از شناسایی موانع بیرونی پیشرفت هر کشوری تابع چه عواملی است؟

### درماندگی آموخته شده

۷۳. در ماندگی آموخته شده را تعریف کنید. پاسخ: **باور به این که هیچ کاری برای تغییر شرایط نا گوار نمی توان کرد.**

۷۴. ویژگی های افرادی که دارای در ماندگی آموخته شده هستند چیست؟

پاسخ: **- پیامدهای رفتار را مستقل از خود رفتار می دانند.**

**- کوشش را با پیشرفت مرتبط نمی دانند.**

**- معتقدند که رویدادها در کنترل اون نیست**

۷۵. بسیاری از ناتوانی های ما به دلیل ..... است نه این که واقعا نمی توانیم یعنی باور میکنیم که ناتوانیم .

۷۶. اگر بین کار و پیامدهای آن رابطه ای نباشد دچار چه حالتی می شویم ؟

۷۷. نمونه هایی که پیامدهای رفتار را مستقل از خود رفتار هست و باعث در ماندگی آموخته شده می شود در جدول زیر

بنویسید.

نتیجه	کار یا تلاش

۷۸. آیا حیوانات هم دچار در ماندگی آموخته شده می شوند؟ با ذکر یک نمونه آن را توضیح دهید.

۷۹. این جملات بیانگر چه مفهومی از درس است؟ برای رهایی از آن یک پیشنهاد ارائه دهید.

الف) چه بخوانیم و چه نخوانیم نمره ما فرقی نخواهد کرد.

ب) برای دوستان پول خرج کنید یا نکنید، کسی شما را به حساب نخواهد آورد و یا شما را دوست نخواهد داشت؟

تهیه و تنظیم: **حبیبه قرشی دبیر ناحیه یک ارومیه**