

- ۲۰- عوامل مؤثر بر سازماندهی توجه متمرکز چیست؟ ۱- هر چه آگاهی بیشتر باشد توجه، ارادی تر است ۲- انجام همزمان چند تکلیف به کاهش توجه منجر می شود ۳- انجام طولانی یک فعالیت تمرکز را کاهش می دهد ۴- استفاده از حواس مختلف برای یک فعالیت توجه را بیشتر می کند ۵- انجام دادن تکالیف همزمان و شبیه هم توجه را کاهش می دهد.
- ۲۱- آیا همه ی احساسات به ادراک و تفسیر منجر می شود؟ خیر همه ی آنچه احساس می کنیم تفسیر نمی شود و همه ی آنچه ادراک می کنیم احساس نشده است.
- ۲۲- منظور از خطاهای ادراکی چیست؟ تفاوت و هماهنگ نبودن احساس با ادراک.
- ۲۳- وجود خطاهای ادراکی نشانگر چیست؟ آنچه که حس می کنیم لزوماً چیزی نیست که در ذهن ادراک شده است.
- ۲۴- از خطاهای ادراکی چه نتایجی به دست می آید؟ ۱- ادراک با احساس متفاوت است ۲- خطای شناختی در صورت خطای زیاد می تواند وارد نظام ذهنی فرد شود.
- ۲۵- مکتب گشتالت در روان شناسی چه نظریاتی دارد؟ معتقدند کل، بیشتر از جمع اجزا است و نمی توان با بررسی و استفاده از روش های جزئی به درک کاملی از پدیده ها رسید. کل فراتر از اجزا است و شامل تأثیر روابط هم می شود.

- ۲۶- برخی از اصول مکتب گشتالت را بنویسید. ۱- اصل مجاورت: یعنی در کنار هم بودن چند شیء آنها را در ذهن انسان به صورت یک گروه نشان می دهد. ۲- اصل مشابهت: در این اصل انسان ها سعی می کنند اشیاء و پدیده های شبیه به هم را در یک طبقه قرار دهند. ۳- اصل استمرار: در این اصل افراد تمایل دارند پدیده ها را پیوسته و متصل به هم ببینند. ۴- اصل تقارب: در این اصل نواقص را به صورت کامل می بینیم. ۵- ادراک: به شدت با پردازش افراد ارتباط دارد (پردازش ادراکی و پردازش مفهومی در ارتباط و تشخیص افراد متفاوت است. ۶- محرک های بیرونی از طریق ادراک معنادار می شود.

فصل چهارم : حافظه و عمل فراموشی

- ۱- حافظه با تفکر چه ارتباطی دارد؟ پاسخ: تا حافظه ای نباشد تفکری شکل نمی گیرد. زیرا حافظه ابزار (اطلاعات و مواد) مورد نیاز برای تفسیر، تجزیه و تحلیل، قضاوت، ادراک و توجه فراهم می کند و به عبارت دیگر حافظه ابزاری برای گذر از شناخت پایه به شناخت عالی است.
- ۲- مراحل شکل گیری حافظه را بنویسید: پاسخ: مرحله اول: رمزگردانی (به حافظه سپردن) مرحله دوم اندوزش (ذخیره سازی و نگهداری اطلاعات در طول زمان) مرحله سوم: بازیابی (به خاطر آوردن اطلاعات ذخیره شده)
- ۳- آیا در هر یک از مراحل حافظه امکان خطا وجود دارد؟ پاسخ: بله در هر یک از مراحل شکل گیری حافظه ممکن است افراد دچار خطا شوند مثلاً ممکن است اطلاعاتی به اشتباه رمزگردانی شود. یا اطلاعات به خوبی ذخیره نشوند یا به علت عدم استفاده و تکرار و رادبخش بلندمدت نشوند و امکان بازیابی نداشته باشند.
- ۴- رمزگردانی اطلاعات کودکان با رمزگردانی بزرگسالان چه تفاوتی دارد؟ پاسخ: کودکان به صورت جزء به جزء اطلاعات را رمزگردانی می کنند و حجم زیادی از جزییات را در کنار هم قرار می دهند بنابراین دچار خطاهای بیشتری می شوند. ولی بزرگسالان به صورت خلاصه و کلی اطلاعات را رمزگردانی می کنند.

- ۵- حافظه چیست و چه مراحل دارد؟ به توانایی و دریافت، نگهداری و بازنمایی اطلاعات گفته می شود. مراحل آن ۱- به حافظه سپردن یا رمزگردانی ۲- ذخیره سازی اطلاعات ۳- بازیابی (به خاطر آوردن)
- ۶- انواع رمز گردانی در حافظه را بنویسید. ۱- شنیداری که جنبه ی صوتی دارد ۲- دیداری که با کمک تصاویر اطلاعات به خاطر سپرده می شود ۳- معنایی که به کمک ارتباط با معانی نزدیک به اطلاعات قبلی، اطلاعات به خاطر سپرده می شود.
- ۷- بر اساس زمان ذخیره سازی، خاطرات چگونه درجه بندی می شوند؟ خاطرات قدیمی و اولیه - خاطرات روزمره (حافظه ی حسی، حافظه ی کوتاه مدت و حافظه ی بلند مدت)
- ۸- بازیابی حافظه چیست و چه عواملی در آن دخالت دارد؟ فراخواندن اطلاعات از حافظه بازیابی است و هر چه تمرین و تکرار و معنادگی به آن بیشتر باشد بازیابی بهتر است (پدیده ی نوک زبانی نشان دهنده ی ضعف بازیابی حافظه است).
- ۹- انواع حافظه ی حسی، کوتاه مدت (کاری) و حافظه ی بلند مدت را مقایسه کنید. حافظه ی حسی: مربوط به کلیه ی تحریکات حسی است و ظرفیت نامحدودی دارد و سریعاً بازیابی می شود حافظه ی کوتاه مدت (کاری): توجه نسبت به حافظه ی حسی است و ظرفیت آن بین ۵ تا ۹ مفهوم است حافظه ی بلند مدت: حافظه ای است که به اطلاعات معنا داده و بین این معانی ارتباط به وجود آورده بنابراین ظرفیت آن نامحدود است و تا آخر عمر ادامه دارد. (به تعداد ۵ تا ۹ مفهوم یا لغت به یاد مانده فراخنای ارقام می گویند).
- ۱۰- حافظه ی کاری چه کار کرد هایی دارد؟ ۱- برای کارهای روزمره و جاری ذهن مؤثر است ۲- برای شکل گیری حافظه ی بلند مدت کاربرد دارد.
- ۱۱- حافظه با توجه به نوع اطلاعات به چند دسته تقسیم می شود؟ ۱- حافظه ی رویدادی (بر اساس حادثه ای که در گذشته اتفاق افتاده اطلاعات به خاطر آورده می شود) ۲- حافظه ی معنایی به کمک یک معنی دیگر به خاطر آورده می شود مثلاً با دیدن کلمه حسین یاد واقعه ی عاشورا می افتیم یا بادیدن کلمه ی شیراز یاد حافظ و سعدی می افتیم یا بادیدن کلمه ی سایا یاد ماشین پراید می افتیم.
- ۱۲- چه عواملی در ایجاد فراموشی مؤثر است؟ ۱- خطاهای حذف کردن یا اضافه کردن ۲- گذشت زمان ۳- تداخل اطلاعات ۴- تأثیر عوامل عاطفی ۵- رمزگردانی نادرست.
- ۱۳- منظور از حافظه ی کاذب چیست؟ وقتی حافظه به غلط رویدادی که اتفاق نیفتاده را ارائه کند.
- ۱۴- فراموشی را تعریف کنید. ناتوانی در یادآوری و بازشناسی اطلاعات که قبلاً در حافظه وجود داشته.
- ۱۵- گذشت زمان در فراموشی چه تاثیری دارد؟ بیشترین فراموشی در اولین ساعات یادگیری صورت می گیرد و به تدریج از شدت فراموشی کاسته می شود.
- ۱۶- بهترین شیوه ی اثر گذشت زمان بر حافظه چیست؟ مرور اطلاعات در زمان مناسب.
- ۱۷- تداخل اطلاعات در فراموشی و یادگیری چه تأثیری دارد؟ استراحت بین مطالعات می تواند به تثبیت یادگیری کمک کند ولی مطالعه ی مطالب شبیه به هم و پشت سر هم فراموشی می آورد.

۱۸- عوامل عاطفی در بازشناسی اطلاعات یا فراموشی چه تأثیراتی دارد؟ هر چه مطالب خوانده شده را بیشتر دوست داشته باشیم، کم تر فراموش می کنیم.

۱۹- منظور از رمزگردانی نادرست چیست؟ هر گاه موقع رمزگردانی به نشانه ها توجه کافی نداشته باشیم (کم توجهی کنیم) رمزگردانی صورت نمی گیرد یا نادرست انجام می شود.

۲۰- بازیابی با چه مشکلاتی رو به رو است؟ اگر نشانه های معنایی یا نشانه های حسی وجود نداشته باشد بازیابی به مشکل بر می خورد.

۲۱- برای بازیابی اطلاعات حافظه کدام نشانه ها کارآمدتر اند؟ نشانه های معنایی که درونی هستند.

۲۲- برای این که حافظه ی بهتری داشته باشیم چگونه باید مطالعه کنیم؟ ۱- مطلبی که می خوانیم برای ما مهم باشد ۲- هنگام مطالعه به فعالیت دیگر نپردازیم ۳- تکرار و مرور منظم ۴- بین مطالعه فاصله باشد ۵- مطالب شبیه به هم باهم خوانده نشود تا اثر تداخل کاهش یابد ۶- به صورت منظم و طبقه بندی شده مطالعه شود ۷- از رمزگردانی معنادار استفاده شود ۸- هنگام مطالعه از حواس دیگر هم استفاده شود ۹- استفاده از روش پس خبا(پیش خوانی همراه با سؤال کردن، خواندن، به خود پس دادن، آزمون) ۱۰- هنگام مطالعه از سایر اندام استفاده شود ۱۱- فهم مثال و ارتباط دادن مثال ها با یکدیگر(بسط معنایی) ۱۲- مطالب مورد مطالعه از نظر ظاهری و معنایی متمایز شود ۱۳- مطلب خوانده شده خودمانی شود.

فصل پنجم: تفکر، حل مسئله

۱- چرا اطلاعات حافظه برای ما ارزشمند هستند؟ چون اطلاعات حافظه زمینه ساز تفکر است. تا اطلاعاتی وجود نداشته باشد قضاوت، مقایسه و تغییر و تصمیم گیری نمی تواند وجود داشته باشد.

۲- منظور از تفکر ناخودآگاه چیست؟ مراحل تفکر بدون برنامه ریزی به آمادگی قبلی اتفاق می افتد چون ذهن انسان همواره به تجزیه و تحلیل اطلاعات حافظه می پردازد.

۳- منظور از مسئله و حل مسئله چیست؟ ناتوانی و دست نیافتن به اهداف به دلیل محدودیت ها و مشکلات. حل مسئله یعنی بهترین راه حل رسیدن به هدف با توجه به شرایط فعلی.

۴- یک مسئله از چه ویژگی هایی برخوردار است؟ ۱- یک مسئله هدفی است که باید روشن شود(هدفمند است) ۲- یک مسئله به صورت یک فرایند قابل کنترل، حل می شود ۳- توانایی های ما برای حل یک مسئله محدود است ۴- برای حل مسئله باید موقعیت فعلی مشخص شود.

۵- چرا یادگیری حاصل از حل مسئله در مقایسه با سایر یادگیری ها از اهمیت بیشتری برخوردار است؟ چون این یادگیری قابل تصمیم در موقعیت های دیگر است.

۶- مسئله ها از نظر مراحل حل شدن به چند دسته تقسیم می شوند؟ ۱- مسئله هایی که خوب تعریف شده اند یعنی موقعیت اولیه ی آن شناسایی شده، راهبرد های آن در دسترس است، هدف آن دقیقاً تعریف شده و دستیابی به هدف تضمین شده است. ۲- مسئله هایی که بد تعریف شده است که در موارد قبل ابهام وجود دارد و نامشخص است.