

WWW.AKOEDU.IR

اولین و باکیفیت ترین

درا
ایران آکادمی کنکور



جهت دریافت برنامه‌ی شخصی سازی شده یک هفته ای
رایگان کلیک کنید و یا به شماره‌ی ۰۹۰۲۵۶۴۶۲۳۴۶ عدد ۱
را ارسال کنید.

۲۰۰ تست روانشناسی - درس ۷ - انگیزه و نگرش

- ۱ به ترتیب عبارت‌های «موتور حرکتی انسان است» و «تحت تأثیر باورها و ارزش‌های فرد قرار دارد»، کدام مفاهیم زیر را توصیف می‌کنند؟
- (۱) نگرش - نگرش (۲) انگیزه - انگیزه (۳) نگرش - انگیزه (۴) انگیزه - نگرش

- ۲ کدام عبارت زیر در رابطه با درماندگی آموخته شده صحیح است؟
- (۱) فردی که درس نمی‌خواند و موفق نمی‌شود، دچار درماندگی می‌شود.
(۲) فیلی که توانایی پاره کردن طناب را ندارد، به درماندگی دچار شده است.
(۳) افراد مبتلا به درماندگی، احساس کترول بر شرایط را دارند، ولی تلاش نمی‌کنند.
(۴) یادگیری، علت بسیاری از ناتوانی‌های افراد است.

- ۳ هنگام بروز ناهمانگی، فرد می‌تواند چه کارهایی انجام دهد؟
- (۱) تغییر نگرش - تغییر نگرش (۲) تغییر رفتار - تغییر نگرش (۳) تغییر نگرش - تغییر شناخت

- ۴ عامل شکل‌گیری باور غلط در کدام گزینه با بقیه متفاوت است؟
- (۱) آنقدر همکلاسی‌هایم مرا برای چهره‌ام مسخره کردند که باور دارم نمی‌توانم با کسی ازدواج کنم.
(۲) سخت‌گیری والدینم باعث شده است که من باور نمی‌کنم بتوانم هیچ کاری را به درستی انجام دهم.
(۳) از کودکی خودم را با دیگران مقایسه می‌کردم و این باور را دارم که آن‌ها نسبت به من ارزشمندتر هستند.
(۴) هیچ‌گاه نمی‌توانم اعتیاد خود را ترک کنم، چون حامی و پشتیبانی در خانواده ندارم.

- ۵ عبارت بیان شده در کدام گزینه صحیح است؟
- (۱) فرد بعد از اجبار به انتخاب رشته‌ی تحصیلی مورد نظر، در مورد آنچه انتخاب کرده معايب و در مورد آنچه رد کرده است، مزایا را برمی‌شمارد.
(۲) سعید می‌داند قلیان برای سلامتی ضرر دارد و تصمیم به ترک آن می‌گیرد، بنابراین ناهمانگی شناختی در او ادامه می‌یابد.
(۳) فردی که دلیل فراموشی خود را بالا رفتن سن اعلام می‌کند، در واقع برای رفع ناهمانگی شناختی، رفتار خود را تغییر داده است.
(۴) این که نگرش‌ها تابع اصل هماهنگی شناختی هستند، یعنی در برابر تغییر مقاومت می‌کنند.

۶

کدام انگیزه‌ی زیر با بقیه متفاوت است؟

- (۱) شاگرد اول شدن انگیزه‌ی قوی برای درس خواندن اصولی سمانه است.
- (۲) احمد می‌داند اگر تمرین‌های سخت ورزشی را انجام دهد، حتماً در تیم فوتبال مدرسه عضو می‌شود.
- (۳) سارا گاهی آنقدر با عشق به مطالعه‌ی روان‌شناسی می‌پردازد که ساعت‌ها بیدار می‌ماند.
- (۴) وحید سعی می‌کند کارمند خوبی باشد تا ارتقای شغلی پیدا کند.

۷

إسناد در کدام گزینه‌ی زیر با بقیه متفاوت است؟

- (۱) دلیل مشکلات اقتصادی مردم، بی‌کفایتی مسئولان است.
- (۲) تا جنگ و بی‌عدالتی در جهان حکم فرماست است، آرامش وجود ندارد.
- (۳) با همت بیشتر کشاورزان، کشور از واردات میوه بی‌نیاز می‌شود.
- (۴) تحریم‌های کشورهای استبدادی، قدرت خرید مردم را کاهش داده است.

۸

عناصر نگرش در کدام گزینه به درستی بیان شده است؟

- (۱) جسمانی - رفتاری - احساسی
- (۲) شناختی - اجتماعی - آمادگی برای عمل
- (۳) احساسی - آمادگی برای عمل - شناختی
- (۴) جسمانی - اجتماعی - رفتاری

۹

منظور از سازنده بودن ادراک کنترل و کارایی چه می‌باشد و پیامد ایجاد ادراک کنترل و کارایی کاذب کدام است؟

- (۱) هماهنگی با شواهد محیطی حمانع بروز رفتار
- (۲) هماهنگی با عناصر شناختی و داشتن آمادگی برای عمل - بروز رفتار نامناسب
- (۳) هماهنگی با رفتار و نگرش - مانع بروز رفتار
- (۴) هماهنگی نگرش با ارکانی همچون خانواده و اجتماع - بروز رفتار نامناسب

۱۰

سازنا بر این باور است که «هر چقدر درس بخواند و کوشش کند، نمی‌تواند به نتیجه‌ی موردنظر خود در کنکور برسد

و تلاشش بی‌فایده است». بنابراین احتمال ابتلای سازنا به کدام مورد زیر بیشتر است؟

- (۱) ناهمانگی شناختی
- (۲) درماندگی آموخته شده
- (۳) ادراک کنترل کاذب
- (۴) بی‌هدف

۱۱

کدام گزینه، باید سازنده باشد یعنی با شواهد محیطی هماهنگی لازم را داشته باشد؟

- (۱) درماندگی آموخته شده
- (۲) ناهمانگی شناختی
- (۳) ادراک کنترل و کارایی
- (۴) اسناد

۱۲

کدام مفهوم، هر چیزی است که انسان سعی دارد به آن برسد و فکر می‌کند برای او موثر و مفید است؟

- (۱) باور
- (۲) نگرش
- (۳) هدف
- (۴) اراده

۱۳

دانشجویی که بعد از ۳ ترم متواتر موفق به کسب نمره‌ی قبولی در درس ریاضیات نشده است و دچار درماندگی

آموخته شده است، دارای کدام باور است؟

- (۱) به دلیل بی‌نظمی و عدم مطالعه کافی موفق به کسب نمره‌ی قبولی نشدم.
- (۲) اگر در کلاس‌های حل تمرین شرکت کنم، می‌توانم نمره‌ی قبولی کسب کنم.
- (۳) مهم نیست که چه قدر مطالعه کنم، نمره‌ی این درس به تلاش من ربطی ندارد.
- (۴) در صورتی که بیش‌تر مطالعه کنم، می‌توانم در ترم آینده نمره‌ی قبولی را کسب کنم.

۱۴

فرد بزرگسالی که از چاقی مفرط رنج می‌برد، روش‌های مختلفی را برای کاهش وزن امتحان کرده است ولی در همه‌ی آن‌ها شکست خورده است و در نهایت به این باور رسیده است که هیچ کاری برای کاهش وزن از او ساخته نیست.
این مثال بیان‌گر کدام مفهوم است؟

- ۱) استناد پایدار ۲) مقابله ناکارآمد ۳) نامهانگی شناختی ۴) درماندگی آموخته شده

عبارت «بسیاری از ناتوانی‌های ما به دلیل یادگیری است نه این که واقعاً نمی‌توانیم»، مربوط به کدام‌یک از مفاهیم زیر است؟

- ۱) درماندگی آموخته شده ۲) ادراک کترل ۳) نامهانگی شناختی ۴) استناد

عوامل شکل‌دهنده نگرش تحت تأثیر کدام‌یک از گزینه‌های زیر قرار دارند؟

- ۱) عوامل انگیزشی زیستی
۲) انگیزه‌های بیرونی
۳) انگیزه‌های درونی
۴) نظام شناختی فرد

اعتقاد راسخ و واقعی به بودن یا نبودن چیزی یا انجام‌پذیر بودن یا انجام‌ناپذیر بودن کاری را چه می‌نامند؟

- ۱) رفتار ۲) اراده ۳) نگرش ۴) باور

کدام گزینه، بیان‌گر این موضوع است که هر چه موارد مثبت پیرامون یک موضوع بیشتر باشد، گرایش فرد به استفاده از آن بیشتر می‌شود و هر چه عوامل منفی در اطراف آن موضوع بیشتر باشد، مانع استفاده از آن می‌شود؟

- ۱) ادراک کترل و ادراک کارایی
۲) قاعده‌مند بودن نظام شناختی
۳) پروز نامهانگی فرد
۴) درماندگی آموخته شده

عوامل فردی همچون احساس ناتوانی، نالمیدی، بی‌ارزشی و عوامل بیرونی همچون تحفیر دیگران و عدم حمایت اجتماعی موجب چه چیزی می‌شوند؟

- ۱) درماندگی آموخته شده
۲) شکل‌گیری باورهای غلط
۳) استناد
۴) نامهانگی شناختی

کدام عامل سبب می‌شود که فرد کاری را انجام دهد و رفتاری را از خود نمایان سازد؟

- ۱) انگیزه
۲) ادراک کترل
۳) نگرش
۴) استناد

در قانون مجازات اسلامی، برای کترل و پیشگیری از بزهکاری و رفتار مجرمانه، بیش از هر چیز، بر ارعاب مجرم و دیگران از طریق مجازات تأکید شده است. اتخاذ این رویکرد از سوی قانون‌گذار، مبتنی بر توجه به کدام مفهوم روان‌شناسی است؟

- ۱) انگیزه‌ی بیرونی
۲) نگرش
۳) انگیزه‌ی درونی
۴) ادراک کترل

کدام گزینه، پس از شکل‌گیری، از ثبات بیشتری برخوردار شده و تابع اصل همهانگی شناختی است؟

- ۱) انگیزه
۲) اراده
۳) نگرش
۴) استناد

کدام گزینه همچون نظام قاعده‌مندی است که بین عناصر آن پیوندهای بسیاری برقرار است و این پیوندها تمایل زیادی به همهانگ بودن دارند؟

- ۱) هدف
۲) اراده
۳) شناخت
۴) رفتار

۲۴

- کدام گزینه، به وسیله ارکانی همچون خانواده، مدرسه، اجتماع و در نهایت به وسیله خود فرد ساخته می شود؟
- (۱) انتخاب هدف
 - (۲) نظام باورها
 - (۳) ادراک کنترل
 - (۴) ادراک کارایی

۲۵

- کدام گزینه در شکل دهی به رفتار انسان، به دو صورت مثبت و منفی عمل می کنند؟
- (۱) باورها و نظام ارزشی فرد
 - (۲) اسناد
 - (۳) انگیزه درونی
 - (۴) نگرش

۲۶

- در تمام گزینه ها به نمونه های انگیزه درونی اشاره شده است، به جز..... .
- (۱) کارمندی ساعت ها بی وقفه تلاش می کند تا بتواند همکاران خود را تحت تأثیر قرار دهد و کارمند نمونه شود.
 - (۲) مریم با تلاش، هدفمند و با علاقه، به درس خواندن ادامه می دهد و گاهی آنقدر غرق در مطالعه است که متوجه اتفاقات اطراف خود نمی شود.
 - (۳) رضا عاشق کوهنوردی است و با وجود خستگی، سرما، گرما و خطرات احتمالی، برای رسیدن به قله تلاش می کند.
 - (۴) گروهی از دانشجویان رشته معماری در محوطه دانشگاه خود مشغول ساختن یک ماکت ساختمانی هستند و به قدری از کار خود راضی هستند و به آن علاقه نشان می دهند که متوجه گذر زمان نمی شوند.

۲۷

- منبع انگیزش در کدام گزینه زیر با بقیه متفاوت است؟
- (۱) احترام به سالمندان به دلیل علاقه به اصول اخلاقی
 - (۲) درس خواندن برای شاگرد اول کلاس شدن
 - (۳) رانندگی دقیق برای جریمه نشدن توسط پلیس
 - (۴) انجام تمرینات سخت بدنی برای جذب شدن به تیم ملی

۲۸

- در کدام گزینه، انگیزه کمتری برای جبران شکست وجود دارد و دلیل آن چیست؟
- (۱) اگر قدرت بدنی بالایی داشتم، حتماً در مسابقه ورزشی برنده می شدم - چون اسناد به عوامل ناپایدار است.
 - (۲) اگر تلاش کرده بودم، حتماً در کنکور موفق می شدم - چون اسناد به عوامل پایدار است.
 - (۳) سخت گیری مصاحبه گر شغلی باعث شد تا در آزمون استخدامی رد شوم - چون اسناد به عوامل غیرقابل کنترل است.
 - (۴) نداشتن هدف در تحصیل باعث شد تا از پیشرفت بازبمانم - چون اسناد به عوامل قابل کنترل است.

۲۹

- کدام عبارت زیر در رابطه با عوامل نگرش صحیح است؟
- (۱) نظام باورهای افراد در نهایت توسط اجتماع ساخته می شود.
 - (۲) عدم برخورداری از حمایت دیگران از عوامل درونی شکل دهنده باورهای غلط است.
 - (۳) ناهمانگی بعد از تصمیم گیری باعث می شود تا معايب وسیله ای را که انتخاب کرده ایم، بیان کنیم.
 - (۴) هرگز انگیزه عمل ایجاد نمی شود اگر اهداف انتخابی ما زودگذر باشند.

۳۰

- إسناد «برنامه‌ریزی» چه ویژگی‌هایی دارد؟
- (۱) پایدار - غیرقابل کنترل - درونی
 - (۲) ناپایدار - غیرقابل کنترل - بیرونی
 - (۳) ناپایدار - قابل کنترل - درونی

۳۱

- عناصر نگرش کدام‌اند؟
- (۱) رفتار، هیجان، شناخت
 - (۲) هیجان، احساس، رفتار
 - (۳) اخلاق، احساس، آمادگی برای عمل

۳۲

کدام دو عبارت زیر در رابطه با انگیزه و نگرش صحیح است؟

- (۱) لذت در خود تکلیف، باعث می‌شود که علی اتفاقش را تمیز کند تا والدینش او را به پارک ببرند - موتور حرکتی انسان، انگیزه است.
- (۲) لذت در خود تکلیف، باعث می‌شود که علی اتفاقش را تمیز کند تا والدینش او را به پارک ببرند - این موضوع که فردی براساس اراده‌ی خود، خواسته‌ی جمع را به خواسته‌ی فردی خود ترجیح دهد، نشان‌دهنده‌ی انگیزه است.
- (۳) مطابقت با نیازهای فطری، باعث می‌شود تا سارا ساعت‌ها بدون خستگی به مطالعه‌ی کتاب مورد علاقه‌ی خود بپردازد - این موضوع که فردی براساس اراده‌ی خود، خواسته‌ی جمع را به خواسته‌ی فردی خود ترجیح دهد، نشان‌دهنده‌ی انگیزه است.
- (۴) مطابقت با نیازهای فطری، باعث می‌شود تا سارا ساعت‌ها بدون خستگی به مطالعه‌ی کتاب مورد علاقه‌ی خود بپردازد - موتور حرکتی انسان انگیزه است.

۳۳

به ترتیب اسنادهای «دشواری تکلیف» و «برنامه‌ریزی» چه ویژگی‌هایی دارند؟

- (۱) قابل کنترل و پایدار - غیرقابل کنترل و ناپایدار
- (۲) غیرقابل کنترل و ناپایدار - قابل کنترل و پایدار
- (۳) بیرونی و غیرقابل کنترل - درونی و پایدار
- (۴) بیرونی و ناپایدار - درونی و پایدار

۳۴

محرك انسان برای حرکت به سوی آینده و دست‌یابی به اهداف خود، بیان‌گر کدام‌یک از عوامل نگرشی شکل‌دهنده به رفتار است؟

- (۱) اسناد مثبت
- (۲) اراده
- (۳) هدفمندی
- (۴) ادراک کارایی سازنده

۳۵

کدام مورد، امید به موفقیت را به همراه می‌آورد؟

- (۱) انتخاب هدف
- (۲) اراده
- (۳) ادراک کنترل
- (۴) باورها و نظام ارزشی فرد

۳۶

عبارت «بسیاری از ناتوانی‌های ما به دلیل یادگیری است نه اینکه واقعاً نمی‌توانیم»، مربوط به کدام‌یک از مفاهیم زیر است؟

- (۱) درمان‌گری آموخته شده
- (۲) ادراک کنترل
- (۳) ناهمانگی شناختی
- (۴) اسناد

۳۷

کدام گزینه، موتور محركه قوی جهت دستیابی به هدف‌های فردی و جمعی است؟

- (۱) درمان‌گری آموخته شده
- (۲) نظام باورهای هر فرد و جامعه
- (۳) انگیزه‌های بیرونی و درونی
- (۴) ناهمانگی شناختی

۳۸

نگرش‌ها پس از شکل‌گیری تابع چه اصلی هستند؟

- (۱) هماهنگی شناختی
- (۲) اراده
- (۳) هدفمندی

۳۹

اعتقاد راسخ و واقعی به بودن یا نبودن چیزی یا انجام پذیربودن یا انجام ناپذیر بودن کاری را چه می‌نامند؟

- (۱) رفتار
- (۲) اراده
- (۳) نگرش
- (۴) باور

۴۰

در کدام گزینه، منبع لذت در خود تکلیف است؟

- (۱) اراده
- (۲) انگیزش بیرونی

۴۱

- در کدام مورد، افراد معمولاً از شکست دلسرد می‌شوند و برای جبران آن انگیزه‌ی کمی دارند؟
- (۱) علت شکست غیرقابل کترول و پایدار باشد.
 - (۲) شکست را به عوامل درونی ناپایدار نسبت بدهند.
 - (۳) در زمینه‌ی شکست دچار ناهماهنگی شناختی شده باشد.
 - (۴) موقعیتی که باور دارند بین رفتار و پیامد آن ارتباط وجود دارد.

۴۲

- قضاوتهای علی که افراد درباره‌ی موفقیت یا شکست‌های خود انجام می‌دهند، چه نام دارد؟
- (۱) انگیزه
 - (۲) استاد
 - (۳) نگرش
 - (۴) ناهماهنگی شناختی

۴۳

- «هدفمندی»، «استاد درونی» و «ادراک کارآیی هماهنگ با شواهد محیطی» به ترتیب چه اثری در شکل‌گیری رفتار در انسان دارند؟

۴۴

به ترتیب پاسخ هریک از سوالات زیر در کدام مورد، به درستی ذکر شده است؟

- الف) ارتباط نداشتن میان خروجی و زمان اختصاص داده شده به مطالعه برای کنکور، به تأثیر کدام نگرش بر رفتار اشاره دارد؟
- (۱) گاهی مثبت و گاهی منفی - گاهی مثبت و گاهی منفی - مثبت
 - (۲) گاهی مثبت و گاهی منفی - مثبت - گاهی مثبت و گاهی منفی
 - (۳) مثبت - مثبت - گاهی مثبت و گاهی منفی
 - (۴) مثبت - گاهی مثبت و گاهی منفی - گاهی مثبت و گاهی منفی
- ب) کدام مورد، احساس تنفس حاصل از تصمیم‌گیری در شرایط انتخاب رشته را برطرف می‌سازد؟
- ج) در کدام‌یک از موارد، احتمال انحراف فرد از مسیر دستیابی به هدف، بیش از سایر موارد است؟
- (۱) ناهماهنگی شناختی - بر شمردن معاایب رشته انتخاب شده و مزایای رشته‌ی رد شده - حفظ اشعار حافظ در ۶ ماه
 - (۲) درمان‌گی آموخته شده - تأکید بر مزایای رشته‌ی رد شده و مزایای رشته‌ی انتخاب شده - نوشتن پایان‌نامه دکتری در یک سال
 - (۳) ناهماهنگی شناختی - تأکید بر مزایای رشته‌ی انتخاب شده و معاایب رشته‌ی رد شده - مطالعه‌ی کتاب‌های روانشناسی حوزه‌ی غرب در سه سال
 - (۴) درمان‌گی آموخته شده - تأکید بر مزایای رشته‌ی رد شده و مزایای رشته‌ی انتخاب شده - افزایش اطلاعات درباره‌ی آسیب‌شناسی در طول ۳ ماه

۴۵

در بررسی چرایی رفتارهای زیر کدام عامل نقش پررنگ‌تری دارد؟

- الف) سهیل پژشک بیمارستان است و چون دیشب کشیک شب بوده است به محض رسیدن به منزل می‌خوابد.
- ب) بابک که بسیار تشنگ است به سمت آبخوری حیاط مدرسه می‌رود و صبر می‌کند تا وقتی نویشش شد، آب بخورد.
- ج) بهرام فکر می‌کند از بقیه قوی‌تر است و برای اثبات آن غذای همکلاسی‌اش را به زور از او می‌گیرد و می‌خورد.
- (۱) انگیزه - نگرش - نگرش - نگرش - نگرش - نگرش - نگرش - نگرش
 - (۲) انگیزه - نگرش - نگرش - نگرش - نگرش - نگرش - نگرش - نگرش
 - (۳) نگرش - نگرش
 - (۴) نگرش - نگرش

در ارتباط با شرایطی که فردی علی‌رغم میل شدید به غذا، به خاطر تناسب اندام و حفظ سلامت، خویشتن‌داری می‌کند تا امکان دستیابی به هدف خود را بیشتر کند و از نظر زمانی، پروسه‌ی رسیدن به هدف را تسريع بیخشد؛ کدام مورد نادرست است؟

- (۱) به عوامل فرازیستی اشاره دارد که باعث به حرکت درآوردن رفتار و شناخت ما می‌شود.
- (۲) رفتارهای آدمی بیش از آنکه تحت کنترل غراییزش باشد، تحت کنترل اراده و نگرش است.
- (۳) عوامل سوق‌دهنده‌ی رفتار انسان علاوه بر عوامل انگیزشی (زیستی)، تابع عوامل مختلف نگرشی افراد هم هستند.
- (۴) نگرش تحت تأثیر نظام شناختی فرد و باورها و ارزش‌هاست و لذا عوامل شکل‌دهنده نگرش محدود می‌باشد.

اسارقی که می‌گوید من می‌توانم درب هر خانه‌ای را حداکثر در ۵ دقیقه باز می‌کنم» و «خانمی که به مشاور ازدواج مراجعه کرده و می‌گوید من بدون اجازه همسرم و خانواده‌اش حتی نمی‌توانم آب بخورم» به ترتیب تأثیر کدامیک از عوامل نگرشی را نشان می‌دهند؟

- (۱) ادراک کارایی - ادراک کنترل
- (۲) شکل‌گیری باورهای غلط - اسناد بیرونی
- (۳) ادراک کارایی - اسناد بیرونی
- (۴) شکل‌گیری باورهای غلط - ادراک کنترل

کدام عامل مؤثر بر رشد و پیشرفت یک کشور با بقیه متفاوت است؟

- (۱) قدرت و اراده‌ی افراد یک جامعه
- (۲) تحریم یک کشور توسط کشورهای استعمارگر
- (۳) پشتکار افراد برای بهبود وضعیت جامعه
- (۴) نظم و انضباط حاکم بر قوانین جامعه

به ترتیب در کدام گزینه اسنادها به ترتیب «پایداری»، «بیرونی» و «غیرقابل کنترل» هستند؟

- (۱) کوشش - برنامه‌ریزی - دشواری تکلیف
- (۲) توانایی - دشواری تکلیف - استعداد
- (۳) استعداد - برنامه‌ریزی - کوشش
- (۴) کوشش - دشواری تکلیف - پایداری

نظام باورهای فرد در نهایت به چه وسیله‌ای ساخته می‌شود و مورد تمیز خود گرفتن جزء کدام عوامل مؤثر در شکل‌گیری باورهای غلط است؟

- (۱) اجتماع - فردی
- (۲) خود فرد - بیرونی
- (۳) اجتماع - بیرونی
- (۴) خود فرد - فردی

کدام عبارت زیر در رابطه با ادراک کنترل و کارایی صحیح است؟

- (۱) زمانی که فرد دانش و مهارت لازم برای انجام کاری را در خود بیابد، می‌گوییم ادراک کنترل دارد.
- (۲) این موضوع که دوست داریم هر چیزی تحت اختیار ما باشد، اشاره به ادراک کارایی دارد.
- (۳) سازنده بودن ادراک کنترل و کارایی به معنی هماهنگی آنها با عقاید فرد است.
- (۴) ادراک کنترل و کارایی در صورت ناهمانگی می‌توانند مانع بروز رفتار شوند.

کدام عامل مؤثر در رشد و پیشرفت هر کشوری با بقیه متفاوت است؟

- (۱) اراده‌ی افراد یک جامعه برای پیشرفت بیشتر
- (۲) نظم و انضباط حاکم بر قوانین یک جامعه
- (۳) تحت فشار قرار دادن یک جامعه توسط کشوری استکباری
- (۴) سیاست‌گذاری‌های مناسب جهت افزایش بهره‌وری سرمایه‌های ملی

۵۳

- کدام ویژگی زیر در افراد دارای درماندگی آموخته شده وجود دارد؟
- (۱) فرد احساس می‌کند هنوز هم تا حدی بر اوضاع کنترل دارد.
 - (۲) فرد یاد می‌گیرد که موقعیت او در نتیجه‌ی تلاشش تغییر نمی‌کند.
 - (۳) فرد به هیچ عنوان در موقعیت ناراحت‌کننده قرار نمی‌گیرد.
 - (۴) این حالت مربوط به افرادی است که پیامدهای رفتار را از خود رفتار مستقل نمی‌دانند.

۵۴

- کدام اسناد زیر از نظر قابلیت کنترل با بقیه متفاوت است؟
- (۱) اگر با رئیس شرکت بازرگانی رابطه‌ی خویشاوندی داشتم، حتماً استخدام می‌شدم.
 - (۲) اگر قدرت درک و فهم ریاضی در من بالا بود، حتماً نمره‌ی خوبی کسب می‌کرم.
 - (۳) اگر در یادگیری پیانو، پشتکار بیشتری داشتم، حتماً آنرا به خوبی فرا می‌گرفتم.
 - (۴) اگر سرنوشت با من یار بود، حتماً زندگی راحت‌تری داشتم.

۵۵

- کدامیک از عوامل نگرشی زیر علاوه بر ایجاد توانمندی، باعث انسجام در رفتار می‌شود؟
- (۱) باورها و نظام ارزشی فرد
 - (۲) اراده
 - (۳) انتخاب هدف
 - (۴) ادراک کنترل

۵۶

- کدام مفهوم، تابع اصل هماهنگی شناختی است و در برابر تغییر مقاومت می‌کند؟
- (۱) اراده
 - (۲) نگرش
 - (۳) ادراک
 - (۴) انگیزه

۵۷

- اگر فردی بداند که سیگار کشیدن سبب ایجاد سرطان ریه می‌شود و باز هم به کشیدن سیگار ادامه دهد چار کدامیک از عوامل نگرشی شده است؟
- (۱) باورها و نظام ارزشی فرد
 - (۲) ناهماهنگی شناختی
 - (۳) درماندگی آموخته شده
 - (۴) ادراک کنترل

۵۸

- کدام مورد، به وسیله‌ی ارکانی همچون خانواده، مدرسه، اجتماع و در نهایت به وسیله‌ی خود فرد ساخته می‌شود؟
- (۱) احساس کارایی
 - (۲) انگیزه
 - (۳) انتخاب هدف
 - (۴) نظام باورها

۵۹

- کدام گزینه مربوط به افرادی است که کوشش را با پیشرفت مرتبط نمی‌دانند و پیامدهای رفتار را مستقل از خود رفتار می‌دانند؟
- (۱) استناد
 - (۲) اسناد
 - (۳) درماندگی آموخته شده
 - (۴) ناهماهنگی شناختی
 - (۵) باورها و نظام ارزشی فرد

۶۰

- شخصی می‌گوید: «من حافظه خوبی دارم» و در جمله بعدی می‌گوید: «من نام معلم پایه اول ابتدایی‌ام را فراموش کرده‌ام» این شخص چار کدامیک از عوامل نگرشی شده است؟
- (۱) درماندگی آموخته شده
 - (۲) اسناد
 - (۳) استناد
 - (۴) ناهماهنگی شناختی

۶۱

- کدامیک از گزینه‌های زیر علاوه بر ایجاد توانمندی، باعث انسجام در رفتار می‌شود؟
- (۱) ناهماهنگی شناختی
 - (۲) باورها و نظام ارزشی فرد
 - (۳) هدفمندی
 - (۴) اراده

۶۲

وقتی شخص دارای دو شناخت هم زمان و در تضاد باشد، که با یکدیگر در تضاد است، دچار کدامیک از گزینه‌های زیر شده است؟

- (۱) درماندگی آموخته شده
- (۲) نامهانگی شناختی
- (۳) اختلال در باورها و نظام ارزشی فرد
- (۴) ادراک کنترل و ادراک کارایی

۶۳

کدام گزینه، موتور محرکه قوی جهت دستیابی به هدف‌های فردی و جمعی است؟

- (۱) نظام باورهای هر فرد و جامعه
- (۲) درماندگی آموخته شده
- (۳) انگیزه‌های بیرونی و درونی
- (۴) نامهانگی شناختی

۶۴

به مجموعه عوامل فرازیستی که باعث به حرکت درآوردن رفتار و شناخت ما می‌شود، چه می‌گویند؟

- (۱) هدف
- (۲) انگیزه
- (۳) نگرش
- (۴) انجیزش

۶۵

در کدام گزینه، عامل برانگیزاننده با سایر گزینه‌ها متفاوت است؟

- (۱) درس خواندن با هدف کسب رتبه ۱ کنکور
- (۲) فردی که هدفش از تناسب اندام، تشویق دیگران است.
- (۳) ارائه‌ی استعداد خود در برنامه‌ی استعدادیابی برای دیده شدن
- (۴) تماسای سریال مورد علاقه با وجود خستگی و خواب آلودگی زیاد

۶۶

إسنادهای به کار رفته در کدام گزینه به ترتیب ویژگی‌های «غیرقابل کنترل»، «بیرونی» و «نایابدار» را دارا می‌باشد؟

- (۱) برنامه‌ریزی - تلاش - استعداد
- (۲) توانایی - تلاش - تلاش
- (۳) دشواری تکلیف - دشواری تکلیف - تلاش
- (۴) دشواری تکلیف - تکلیف - تلاش

۶۷

کدام عامل در انگیزش بیرونی، فرد را به انجام دادن کاری خاص بر می‌انگیزد؟

- (۱) خارجی
- (۲) فردی
- (۳) تمرکز
- (۴) تکرار

۶۸

عوامل شکل دهنده نگرش فرد تحت تأثیر چه مواردی قرار دارد؟

- (۱) آموزه‌های زیستی
- (۲) رفتار
- (۳) هیجانات مثبت و منفی
- (۴) نظام شناختی، باورها و ارزش‌های فرد

۶۹

کدام دو عبارت زیر در رابطه با درماندگی آموخته شده نادرست است؟

- (۱) فیلی که دچار درماندگی آموخته شده است، توانایی پاره کردن طناب صاحب خود را ندارد - در درماندگی آموخته شده، شخص واقعاً ممکن است در موقعیت ناراحت‌کننده قرار داشته باشد.
- (۲) دانش‌آموزی که کوشش را با پیشرفت مرتبط می‌داند، کمتر به این حالت دچار می‌شود - در درماندگی آموخته شده، شخص واقعاً ممکن است در موقعیت ناراحت‌کننده قرار داشته باشد.
- (۳) دانش‌آموزی که کوشش را با پیشرفت مرتبط می‌داند، کمتر به این حالت دچار می‌شود - فرد مبتلا به این حالت، رفتار را مستقل از پیامدهای آن نمی‌داند.
- (۴) فرد مبتلا به این حالت، رفتار را مستقل از پیامدهای آن نمی‌داند - فیلی که دچار درماندگی آموخته شده است، توانایی پاره کردن طناب صاحب خود را ندارد.

کدام استناد شکست از نظر عامل تقصیر با بقیه متفاوت است؟ ۷۰

- (۱) اگر معلم مرا دوست داشت، حتماً نمره‌ی بهتری را در درس عربی کسب می‌کردم.
- (۲) آزمون مصاحبه‌ی استخدامی طوری طراحی شده بود که فقط نوایغ می‌توانستند قبول شوند.
- (۳) عدم آمادگی جسمانی و تمرين‌های مکرر باعث شد در مسابقات استعدادیابی رد شوم.
- (۴) قضا و قدر این‌گونه بود که شب امتحان کنکور به بیماری سختی مبتلا شوم.

در کدام گزینه، فرد برای رفع ناهمانگی شناختی، دست به انکاری غیرعقلانی زده است؟ ۷۱

- (۱) علی با وجود این که می‌داند پرخوری به سلامتی اش ضرر می‌زند، همچنان پرخوری می‌کند.
- (۲) رضا می‌داند به دلیل عدم تلاش و تمرين کافی در امتحانات پایان ترم شکست خورده است، به همین دلیل می‌گوید، موفقیت در امتحان ریاضی ربطی به حل تمرين و مرور کارآمد ندارد.
- (۳) محمد برای کاهش خدمات ناشی از اعتیاد به فضای مجازی، ساعات استفاده از اینترنت را کاهش می‌دهد.
- (۴) الهام پس از شنبیدن سخنرانی انگیزشی یکی از اساتید، دیدگاه خود را در مورد موفقیت تغییر می‌دهد.

کدام موقعیت، تحت تأثیر انگیزه درونی است؟ ۷۲

- (۱) علاقه‌ی زیاد به نظم و انضباط
- (۲) رانندگی درست جهت جریمه نشدن
- (۳) مطالعه‌ی دقیق جهت دستیابی به بهترین نمره
- (۴) تأثیر تشویق دیگران بر دقت یک بازیکن فوتبال

اگر پیامدهای رفتار را مستقل از خود رفتار بدانیم در آن صورت کدام حالت تجربه می‌شود؟ ۷۳

- (۱) ناهمانگی شناختی
- (۲) ادراک کنترل غلط
- (۳) درماندگی آموخته شده
- (۴) استناد به عوامل پایدار بیرونی

در چه صورت در انسان احساس ارزشمندی، افتخار و غرور به وجود نمی‌آید؟ ۷۴

- (۱) انتخاب اهداف معین
- (۲) انتخاب اهداف قابل وصول
- (۳) انتخاب اهداف زودگذر و کوچک
- (۴) انتخاب اهداف والا و دست‌نیافتنی

هر یک از عبارت‌های زیر به ترتیب در کدام گزینه به درستی بیان شده است؟ ۷۵

- (الف) هر ملتی بمانند، باید بدانند.
- (ب) هر چیزی است که انسان سعی دارد به آن برسد و فکر می‌کند برای او مؤثر و مفید است.
- (ج) زمانی که فراد دانش و مهارت انجام کاری را در خود بیابد، آن را حس می‌کند.
- (۱) مثالی از باور است - هدف - ادراک کارایی
- (۲) مثالی از هدف است - باور - ادراک کنترل
- (۳) مثالی از باور است - شناخت - هدف - ادراک کنترلی
- (۴) مثالی از هدف است - ادراک کنترل

کدام گزینه در رابطه با «ناهمانگی شناختی» نادرست است؟ ۷۶

- (۱) فردی که ادعا می‌کند حافظه‌ی خوبی دارد، ولی نام معلم کلاس اول خود را فراموش کرده است، برای رفع ناهمانگی شناختی می‌گوید «سنن بالا رفته و حافظه‌ام مانند قبل نیست»، در واقع نگرش خود را تغییر داده است.
- (۲) دوست دارم پلیس شوم، اما در مأموریت‌های خطرنانک شرکت نمی‌کنم، مثالی از ناهمانگی شناختی است.
- (۳) دو شناخت باید هم‌زمان و در تضاد با یکدیگر باشند تا بگوییم فرد دچار ناهمانگی شناختی شده است.
- (۴) فردی که از بین لوازم خانگی فراوان، چرخ‌گوشت را انتخاب کرده است، در حالی که می‌توانست آب‌میوه‌گیری و مخلوطکن را نیز انتخاب کند، سعی می‌کند معايب چرخ‌گوشت را بیش تر بشمارد.

۷۷

کدام گزینه در رابطه با «درماندگی آموخته شده» درست است؟

- (۱) فرد کوشش را با پیشرفت مرتبط می‌داند.
- (۲) فرد پیامدهای رفتار را مستقل از خود رفتار نمی‌داند.
- (۳) این اعتقاد در فرد ایجاد می‌شود که رویدادها در کنترل او نیستند.
- (۴) در این وضعیت امکان ندارد که فرد واقعاً در موقعیت ناراحت‌کننده قرار گیرد و فقط باور ذهنی او باعث درماندگی می‌شود.

۷۸

در کدام گزینه، عناصر نگرش به درستی بیان شده است؟

- (۱) شناختی - آمادگی برای عمل - احساسی
- (۲) هیجانی - شناختی - جسمانی
- (۳) شناختی - احساسی - هیجانی
- (۴) آمادگی برای عمل - جسمانی - هیجانی

۷۹

در کدام گزینه زیر، انگیزه‌ی فرد برای جبران شکست در آینده بیشتر خواهد بود؟

- (۱) سوالات امتحانی جغرافی خیلی سخت طراحی شده بود، به همین دلیل نمره‌ی پایین آوردم.
- (۲) من اصلاً برای یادگرفتن ریاضی استعداد ندارم و هرچه بخوانم فایده ندارد.
- (۳) هیچ‌گاه در مسابقات ورزشی شانس نمی‌آورم که با حریف ضعیف‌تر مسابقه دهم.
- (۴) برای کنکور تلاش کافی نکردم و برنامه‌ریزی خوبی نداشتم.

۸۰

کدام گزینه در رابطه با «انتخاب اهداف بسیار کوچک و زودگذر» درست است؟

- (۱) باعث افزایش انگیزه‌ی تلاش و عمل می‌شود.
- (۲) از انجام آن‌ها احساس ارزشمندی و غرور می‌کنیم.
- (۳) هرگز انگیزه‌ی تلاش و عمل ایجاد نمی‌شود.
- (۴) از انجام آن‌ها احساس ارزشمندی می‌کنیم، ولی به آن افتخار نمی‌کنیم.

۸۱

در کدام گزینه به ترتیب دو عامل فردی و یک عامل بیرونی که باعث شکل‌گیری باورهای غلط می‌شود، ذکر شده است؟

- (۱) تحقیر دیگران - ناتوانی - بی‌ارزشی
- (۲) نامیدی - تحقیر دیگران - عدم حمایت اجتماعی
- (۳) نامیدی - بی‌ارزشی - ناتوانی
- (۴) بی‌ارزشی - ناتوانی - عدم حمایت اجتماعی

۸۲

عدم احساس ارزشمندی و غرور، هنگام رسیدن به اهداف، در چه صورتی به وقوع می‌پیوندد؟

- (۱) انتخاب اهداف متضاد با عالیق
- (۲) انتخاب اهداف زودگذر
- (۳) تقسیم اهداف بزرگ به اهداف کوچکتر

۸۳

ناهماهنگی شناختی داشتن در یک فرد به چه معناست؟

- (۱) عدم تمرکز در انتخاب یک هدف واحد
- (۲) انگیزه منفی
- (۳) داشتن دو شناخت هم زمان و تنافض که با یکدیگر متناقض هستند.
- (۴) عدم کنترل خواسته‌های روانی - شناختی

۸۴

نظام باورهای ما را چه چیزی شکل می‌دهد؟

- (۱) وراثت (خانواده)
- (۲) یادگیری فردی
- (۳) اعتقاد قوی به چیزی که شناخت داریم.
- (۴) انگیزه‌های درونی

۸۵

نام دیگر عامل انگیزشی که یکی از عوامل تشکیل دهنده رفتار انسان است، چیست؟

- (۱) زیستی (۲) هیجانی (۳) ادراکی (۴) محرک

۸۶

علاوه بر عامل انگیزش در شکل‌گیری رفتار انسان چه عامل دیگری نقش دارد؟

- (۱) نگرش (۲) وراثت (۳) آموزش (۴) محیط

۸۷

عاملی که باعث می‌شود حتی وقتی توانایی انجام کاری داریم، نمی‌توانیم آن کار را با موفقیت انجام دهیم؟

- (۱) بی‌علاقگی به موضوع (۲) افزایش تنش (۳) باورهای غلط (۴) انتخاب روش غلط

۸۸

چه عاملی علاوه بر ایجاد توانمندی باعث انسجام در رفتار می‌شود؟

- (۱) تفکر (۲) انتخاب هدف (۳) تحلیل موضوع (۴) کاهش تنش

۸۹

وقتی رفتار فرد پا باورهایش هماهنگ نباشد چه می‌نامند؟

- (۱) ناهمانگی ادراکی (۲) ناهمانگی شناختی (۳) تعارض

۹۰

موتور محرک قوی جهت دستیابی به هدف‌های فردی و جمعی کدام است؟

- (۱) تعارضات (۲) تصمیم‌گیری (۳) نظام باورها (۴) ارزیابی

۹۱

نام دیگر عامل انگیزشی شکل دهنده به رفتار انسان را چه می‌نامند؟

- (۱) تجربی (۲) هیجانی (۳) اجتماعی

۹۲

کدام گزینه «اویژگی‌های اسناد» در عبارت زیر را به درستی نشان می‌دهد؟

«مصاحبه‌گر شغلی آنقدر بداخل‌الاق و سخت‌گیر بود که در آزمون مصاحبه‌ی شغل مورد علاقه‌ام رد شدم.»

- (۱) پایدار - غیرقابل کنترل - درونی (۲) ناپایدار - قابل کنترل - بیرونی (۳) ناپایدار - قابل کنترل - بیرونی

۹۳

کدام عامل باعث می‌شود که فرد کاری را انجام دهد و رفتاری را از خود نمایان سازد؟

- (۱) توجه (۲) تصمیم‌گیری (۳) انجیزه (۴) پرانگیختگی ذهنی

۹۴

کدام دو عبارت زیر در رابطه با «ادراک کنترل و کارایی» نادرست هستند؟

- (۱) ادراک کنترل و کارایی کاذب مانع بروز رفتار است - ما همواره دوست داریم، همه‌چیز مطابق نظر و تحت اختیار ما باشد.

(۲) ادراک کنترل یعنی احساس داشتن مهارت و دانش لازم برای انجام یک کار - سازنده بودن ادراک کنترل و کارایی یعنی همانگی آن‌ها با شواهد محیطی.

(۳) دوری از هر چه که سختی و درد دارد نشانگر ادراک کارایی است - معلمی که احساس می‌کند توانایی لازم را برای آموزش به دانش آموزان ندارد، دچار ادراک کنترل ناکارآمد است.

(۴) این موضوع که می‌خواهیم خودمان تراشه‌ی رفتار در پوستمان را در بیاوریم نشان‌دهنده‌ی نیاز به ادراک توانایی است - ادراک کنترل و کارایی از مهم‌ترین عوامل نگرشی هستند.

۹۵

- در کدام گزینه انگیزه‌ی بیشتری برای جبران شکست وجود دارد؟
- (۱) افسر راهنمایی و رانندگی آنقدر سخت‌گیر بود که من در امتحان رانندگی موفق نشدم.
 - (۲) اگر باهوش‌تر بودم در کنکور موفق می‌شدم.
 - (۳) اگر بیش‌تر کار می‌کردم درآمدم افزایش پیدا می‌کرد.
 - (۴) تیم ما اقبال خوبی نداشت که در مسابقات والیبال پیروز شویم.

۹۶

- اقدام صورت‌گرفته برای رفع ناهماهنگی شناختی در کدام گزینه با سایر گزینه‌ها متفاوت است؟
- (۱) عقیده‌ی مذهبی - سارا با دوستانش متفاوت است، در نتیجه سارا می‌گوید: نظر دوستانم درست‌تر از عقیده‌ی من است.
 - (۲) محسن می‌داند سیگار برای کشیدن ضرر دارد، ولی می‌گوید: سیگار کشیدن آنقدرها هم برای سلامتی ضرر ندارد.
 - (۳) الهام به فاطمه می‌گوید اگر معلم ریاضی را دوست داری، پس چرا آنقدر که به او سر می‌زنی، فاطمه می‌گوید: این اواخر معلم ریاضی را چندان دوست ندارم.
 - (۴) احسان سعی می‌کند به دلیل خطرات اعتیاد به اینترنت، به تدریج عادت خود را به استفاده از اینترنت کاهش دهد.

۹۷

- کدام یک از عبارات زیر در ارتباط با «باورها و نظام‌های ارزشی فرد» است؟
- (۱) وقتی که باور می‌کنیم که کترلی بر محیط خود نداریم، انگیزه عمل در ما به وجود نمی‌آید و هیچ تلاشی نمی‌کنیم.
 - (۲) به وسیله ارکانی همچون خانواده، مدرسه، اجتماع و در نهایت به وسیله خود فرد ساخته می‌شود.
 - (۳) شناخت ما همچون نظام قاعده‌مندی است که بین عناصر آن پیوندهای بسیاری برقرار است.
 - (۴) بسیاری از ناتوانی‌های ما به این دلیل است که باور می‌کنیم ناتوانیم.

۹۸

- منبع لذت و رضایت در انگیزش درونی و بیرونی به ترتیب کدام است؟
- (۱) نیازهای فطری - باورها و نظام ارزشی فرد
 - (۲) خود تکلیف - عامل خارجی
 - (۳) لذت خارجی - علاقه به آن فعالیت

۹۹

- چه تعداد از موارد زیر به انگیزه درونی اشاره دارند؟
- الف) شرکت در مسابقه تلویزیونی برای بردن جایزه میلیونی آن
 - ب) خواندن مداوم کتاب داستان بدون توجه به زمان
 - ج) درس خوندن به امید گرفتن نمره ۲۰ و شاگرد اول شدن
 - د) ارائه یک بازی خوب در والیال تحت تأثیر وعده و وعدهای باشگاه
- | | | |
|--------|-------|-------|
| ۱) صفر | ۲) یک | ۳) دو |
| ۴) سه | | |

۱۰۰

- کدام گزینه در ارتباط با مفاهیم انگیزه و نگرش درست نیست؟
- (۱) تفاوت انسان و حیوان، به وجود نگرش در انسان، به عنوان یک عامل کنترل کننده رفتار بر می‌گردد.
 - (۲) پرسش‌هایی مبنی بر تفاوت بین فردی در انجام یا عدم انجام برخی کارها، تنها به عوامل نگرشی رفتار مربوط می‌شوند.
 - (۳) اگر فردی نیازهای فیزیولوژیکی خود را برای نیازهای متعالی‌تر به تعویق بیندازد، عامل نگرش به رفتار او مسلط است.
 - (۴) عوامل شکل‌دهنده به رفتار انسان، شامل عوامل انگیزشی (زیستی) و عوامل نگرشی می‌باشند.

- ۱۰۱** به ترتیب داستان زندگی نیک وی آچیچ کدام یک از عوامل انگیزشی را یادآوری می‌کند و کدام عبارت در رابطه با زندگی او نادرست می‌باشد؟
- (۱) اراده - در سال ۱۹۸۳ در استرالیا متولد شده است.
 - (۲) هدفمندی - در شنا، موج سواری و بازی گلف مهارت دارد.
 - (۳) اراده - در ۱۷ سالگی مؤسسه «ازندگی بدون مرز» را به منظور امید دادن به افراد افسرده تأسیس کرد.
 - (۴) هدفمندی - در ۲۱ سالگی از دانشگاه با سه مدرک لیسانس در رشته‌های حسابداری، مدیریت و برنامه‌ریزی مالی، فارغ‌التحصیل شد.

- ۱۰۲** به ترتیب هر یک از موارد زیر به کدام یک از عوامل نگرشی اشاره دارد؟
- (الف) امید به موقیت را به همراه دارد.
 - (ب) موتور محرکه قوی جهت دست‌یابی به هدف‌های فردی و جمعی است.
 - (ج) از هر چه سختی و درد دارد دوری می‌کنیم.
 - (۱) اراده - باورها و نظام ارزشی - ادراک کاترول
 - (۲) هدفمندی - اراده - ادراک کارایی
 - (۳) اراده - انگیزش - ادراک کارایی

- ۱۰۳** عامل پاداش در کدام یک از موارد زیر جزو منبع شناخته می‌شود؟
- (۱) انگیزش بیرونی
 - (۲) تصمیم‌گیری فردی
 - (۳) کاهش اضطراب
 - (۴) افزایش تمکز
- ۱۰۴** وقتی فرد پیامدهای رفتار را مستقل از رفتار می‌داند، به چه موردی اشاره دارد؟
- (۱) کاهش انگیزه
 - (۲) درماندگی آموخته شده
 - (۳) تعارض
 - (۴) عدم ادراک کاترول

- ۱۰۵** چه زمانی فرد از بیراهه رفت و اتلاف منابع انرژی خود مصون می‌ماند؟
- (۱) برنامه‌ریزی
 - (۲) آموزش
 - (۳) اعتماد به نفس
 - (۴) انتخاب هدف

- ۱۰۶** افرادی که کوشش را با پیشرفت مرتبط نمی‌دانند، به چه حالتی دچار می‌شوند؟
- (۱) پرخاشگری
 - (۲) تعارض
 - (۳) درماندگی آموخته شده
 - (۴) ناکامی

- ۱۰۷** جست‌وجوی علت رفتار به چه معنا است؟
- (۱) توجه به ناتوانی‌های شناختی فرد
 - (۲) بررسی کاترول هیجانات
 - (۳) توجه به عوامل انگیزشی رفتار
 - (۴) کاهش اعتماد افراطی

- ۱۰۸** در انگیزه درونی، نیاز و منبع لذت در چیست؟
- (۱) فطری - خود تکلیف
 - (۲) ادراک - رفتار مثبت
 - (۳) اکتسابی - پاداش
 - (۴) گرایش - اعتماد به نفس

- ۱۰۹** وقتی فرد پیامدهای رفتار را مستقل از خود رفتار می‌داند به چه موردی معتقد است؟
- (۱) رفتار شناختی تأثیری بر عملکرد فرد ندارد.
 - (۲) رفتار، عملی تقلیدی است از دیگران.
 - (۳) عدم کاترول رویدادها توسط فرد
 - (۴) آموزش و تربیت تأثیری بر رفتار ندارد.

- ۱۱۰ عدم هماهنگی ادراک کتترل شده و کارایی با شواهد محیطی باعث بروز چه چیزی می‌شود؟
- (۱) ادراک کتترل و کارایی کاذب مانع بروز رفتار می‌شود.
 - (۲) فشار روانی و تغییر در رفتار فرد
 - (۳) ناهمانگی شناختی و بروز ناکامی‌ها
 - (۴) کاهش انگیزه برای اجرای برنامه‌های مورد نظر

- ۱۱۱ از چه طریقی، می‌توان به عنوان انگیزشی، رفتاری پی‌برد؟
- (۱) گرفتن آزمون
 - (۲) جستجوی علت رفتار
 - (۳) روان درمانی
 - (۴) بینش

- ۱۱۲ کدام عبارت زیر صحیح می‌باشد؟
- (۱) وقتی فرد پیامدهای رفتار را مستقل از خود رفتار نداند، دچار درماندگی آموخته شده می‌شود.
 - (۲) اگر از ابتدا اهداف را بالا انتخاب کنیم، از تلاش بازمی‌مانیم.
 - (۳) رسیدن به اهداف کوچک و زودگذر باعث احساس ارزشمندی و غرور می‌شود.
 - (۴) در درماندگی آموخته شده، شخص کوشش را با پیشرفت مرتبط می‌داند ولی تلاشش بی‌حاصل است.

- ۱۱۳ کدام گزینه در ارتباط با نگرش صحیح می‌باشد؟
- (۱) مجموعه‌ی عوامل زیستی است که باعث به حرکت درآوردن رفتار و شناخت ما می‌شود.
 - (۲) در حیوان و انسان مشترک است.
 - (۳) در کنار خواسته‌های انسان، آن‌چه که رفتار او را کتترل می‌کند، نگرش است.
 - (۴) در بررسی چرایی رفتار به آن توجه می‌شود و شامل نیازهای زیستی و مادی انسان است.

- ۱۱۴ کدام یک در رابطه با درماندگی آموخته شده صحیح نمی‌باشد؟
- (۱) فرد به این اعتقاد دارد که رویدادها در کتترل او نیستند.
 - (۲) مربوط به افرادی می‌شود که کوشش را با پیشرفت مرتبط نمی‌دانند.
 - (۳) فرد، پیامدهای رفتار را مستقل از خود رفتار نمی‌داند.
 - (۴) فرد به موجودی بی‌تحرک و خشی تبدیل می‌شود.

- ۱۱۵ کدام گزینه نشان‌دهنده‌ی «ناهمانگی شناختی» نمی‌باشد؟
- (۱) فردی که به سیگار کشیدن علی‌رغم دانستن مضرات آن ادامه می‌دهد.
 - (۲) فردی که آتش‌نشانی را دوست دارد و از شرکت کردن در مأموریت‌های خطرناک نمی‌ترسد.
 - (۳) فردی که ادعا می‌کند حافظه‌ی خوبی دارد ولی نام معلم پایه‌ی اول ابتدایی خود را فراموش می‌کند.
 - (۴) فردی که دایی خود را بسیار دوست دارد ولی به دیدارش نمی‌رود.

- ۱۱۶ نگرش‌ها، پس از شکل‌گیری، از ثبات برخوردار شده و در برابر تغییر
- (۱) کم‌تری - مقاومت نمی‌کنند
 - (۲) بیش‌تری - مقاومت نمی‌کنند
 - (۳) بیش‌تری - مقاومت می‌کنند

- ۱۱۷ در کدام گزینه به ترتیب به عوامل بیرونی و فردی شکل‌گیری باورهای غلط اشاره شده است؟
- (۱) تحقیر دیگران - بی‌ارزشی
 - (۲) عدم حمایت اجتماعی - تحقیر دیگران
 - (۳) بی‌ارزشی - نامیدی
 - (۴) ناتوانی - عدم حمایت اجتماعی

کدام گزینه بیان‌گر انگیزه‌ی درونی است؟ ۱۱۸

- (۱) بازی خوب والیالیست ماهر جهت دریافت پاداش بیشتر
- (۲) خواندن کتاب‌های مورد علاقه‌ی تاریخی با وجود خستگی
- (۳) درس خواندن به دلیل خرید دوچرخه توسط پدر
- (۴) انجام دادن به موقع تکالیف به جهت حضور در بازی بسکتبال

کدام یک از عبارات زیر منجر به درماندگی آموخته شده نمی‌شود؟ ۱۱۹

- (۱) خوردن دارو و بهبود نیافتن بیماری
- (۲) درس خواندن و نمره‌ی خوب نگرفتن
- (۳) روشن نشدن ماشین در صورت دستکاری آن
- (۴) ادامه نیافتن صدای گوش خراش در صورت فشار دادن دکمه‌ی ضبط صوت

کدام عبارت صحیح می‌باشد؟ ۱۲۰

- (۱) توانایی و دشواری تکلیف، جزء عوامل قابل کنترل می‌باشند.
- (۲) بهتر است پیروزی یا شکست را به دشواری تکلیف نسبت دهیم.
- (۳) نسبت دادن شکست به عواملی همانند توانایی پایین خود، انگیزه‌ی جبران را کم می‌کند.
- (۴) استعداد و دشواری تکلیف از عوامل ناپایدار موقفيت و شکست می‌باشند.

در ارتباط با «باورها و نظام ارزشی فرد» کدام عبارت نادرست است؟ ۱۲۱

- (۱) علاقه‌شديد به چیزی که شناخت داریم، نظام باورهای ما را شکل می‌دهد.
- (۲) باور عبارت است از اعتقاد راسخ و واقعی بودن یا نبودن چیزی.
- (۳) نظام باورهای پر فرد در جامعه، موتور محرکه قوی جهت نسبتیابی به هدف‌های فردی و جمعی است.
- (۴) نظام باورهای همه افراد به وسیله خانواده، مدرسه، اجتماع و درنهایت به وسیله خود فرد ساخته می‌شود.

مریم بر سر موضوعی پیش‌پالتفاده با همکارش وارد جرویحت می‌شود و نسبت به او پرخاشگری می‌کند و در نهایت هر دوی آن‌ها ناراحت می‌شوند. مریم انگیزه‌ای برای عذرخواهی ندارد و معتقد است شرایط سخت زندگی و کار منجر به بروز این رفتار در او شده است. علت بیانگری مریم برای عذرخواهی چیست؟ ۱۲۲

- (۱) اراده ضعیف برای جبران اشتباه
- (۲) باورها و نظام ارزشی غیراخلاقی
- (۳) عدم احساس کنترل
- (۴) قرار گرفتن تحت تأثیر عوامل زودگذر

سارا به رشته دانشگاهی اشن بسیار علاقمند است، اما پس از ازدواج، همسرش به او اجازه ادامه تحصیل نمی‌دهد. سارا اظهار می‌کند کسانی که ادامه تحصیل داده‌اند مجبور شده‌اند دوران جوانی خود را به سختی بگذرانند و از زندگی خود لذت نبرند. به نظر شما این گفته سارا بیان‌گر چیست؟ ۱۲۳

- (۱) او به خاطر علاقه به همسرش، علاقه‌خودش را تغییر داده است تا زندگی بهتری داشته باشد.
- (۲) او برای اینکه دچار تنش نشود، به چنین توجیهاتی روی آورده است تا بین رفتار و شناختش هماهنگی برقرار کند.
- (۳) او برای اینکه از بیراهه رفتن و اتلاف منبع انرژی خود جلوگیری کند، هدف زندگیش را تغییر داده است.
- (۴) بین این زوج «ناهمانگی شناختی» وجود دارد و سارا برای حل آن، نظرات خودش را به نظرات همسرش نزدیک کرده است.

نوجوانی که معتقد است دانش و مهارت لازم برای حل اختلاف پدر و مادرش را ندارد و در نتیجه برای رفع

جرویحث‌های دائمی آنان تلاش نمی‌کند، تحت تأثیر کدام عامل نگرشی است؟

- (۱) عدم ادراک کارایی (۲) عدم ادراک کترل (۳) درماندگی آموخته شده (۴) اسناد بیرونی

۱۲۴

کدام مثال «انگیزش بیرونی» محسوب می‌شود؟

۱۲۵

(۱) مینا به ریاضی علاقه دارد، تمرين‌هایش را با دقت انجام می‌دهد و نمره ۲۰ می‌گیرد.

(۲) مهسا به نقاشی علاقمند است و تلاش می‌کند در آینده معلم نقاشی موفقی در مدارس تهران شود.

(۳) مینا خوشحال کردن دیگران را دوست دارد و روز تولد مادرش برای او هدیه‌ای می‌خرد که می‌داند آن را دوست دارد.

(۴) مریم برای پدرش احترام قائل است و به‌خاطر برآورده کردن توقعات او به تحصیل در دانشگاه ادامه می‌دهد.

کدام مورد «درماندگی آموخته شده» نیست؟

۱۲۶

(۱) کارکنان شرکت در رأی‌گیری انتخاب رئیس شرکت نمی‌کنند، زیرا می‌دانند رئیس از قبل انتخاب شده است.

(۲) محمد در برابر بیماری تسليم شده است، زیرا پس از مراجعه به چند پزشک سلامتی اش را به دست نیاورده است.

(۳) رضا چند بار سعی کرده سیگار را ترک کند، اما موفق نشده است و به کشیدن سیگار ادامه می‌دهد.

(۴) سامان محکوم به ۵ سال زندان شده است و چون خود را مستحق این مجازات می‌داند، تلاشی برای آزادی نمی‌کند.

۱۲۷

حامد دوست دارد شناگر ماهری شود و معتقد است افراد خوش‌شانس در مسابقه شنا برندۀ می‌شوند. او با اینکه سخت

مشغول امتحانات پایان ترم است، برای موفقیت در این مسابقه هم تلاش می‌کند و نفر اول می‌شود. کدام‌یک از عوامل

نگرشی درباره او صدق نمی‌کند؟

- (۱) اسنا درونی (۲) ناهانگی شناختی (۳) اراده قوی (۴) هدفمندی

۱۲۸

در کدام گزینه، شکست در آزمون استخدامی به عوامل درونی اسناد داده شده است؟

(۱) افرادی که آشنا داشتند در این آزمون قبول شدند. (۲) دشواری آزمون بیش از حد معمول بود.

(۳) شخصی که مصاحبه را انجام داد، با من دشمنی داشت. (۴) من برای پاسخ دادن به سوالات آزمون آماده نشده بودم.

۱۲۹

«ادراک کترل و ادراک کارایی کاذب» چه زمانی ایجاد می‌شود و پیامد آن چیست؟

(۱) با شواهد محیطی هماهنگی لازم را نداشته باشد - باعث بروز رفتار نامناسب می‌شود.

(۲) با شواهد محیطی هماهنگی لازم را نداشته باشد - مانع بروز رفتار می‌شود.

(۳) فرد احساس کند کارایی لازم را دارد، اما بر شرایط محیطی کترل ندارد - باعث بروز رفتار نامناسب می‌شود.

(۴) فرد احساس کند کارایی لازم را دارد، اما بر شرایط محیطی کترل ندارد، مانع بروز رفتار می‌شود.

۱۳۰

عبارت «نگرش‌ها تابع اصل هماهنگی شناختی هستند» یعنی

(۱) افراد در صورت ناهماهنگی شناختی، نگرش‌های خود را تغییر می‌دهند.

(۲) نگرش‌ها در برابر تغییرات مقاومت می‌کنند.

(۳) نگرش‌ها دارای عناصر شناختی و احساسی هماهنگ هستند.

(۴) افراد نگرش‌هایی را که با اهدافشان هماهنگ است، بیشتر می‌پسندند.

۱۳۱

برای موفقیت در هر کاری لازم است فرد

(۱) به عواملی توجه کند که در کنترل او هستند.

(۲) بتواند با کنترل عوامل بیرونی، موضع رسیدن به هدف را برطرف کند.

(۳) از عوامل بیرونی مانند دشواری تکلیف، در امان باشد.

(۴) پیروزی یا شکست را به عوامل پایدار نسبت دهد.

۱۳۲

در ارتباط با «نگرش»، کدام یک از گزینه‌ها درست می‌باشد؟

(۱) نگرش‌ها در شکل دهنی به رفتار انسان بیشتر به شکل مثبت عمل می‌کنند.

(۲) مهم‌ترین عوامل نگرش عبارتند از: باورها و نظام ارزشی، هدفمندی، انگیزه‌های بیرونی و درونی، ادراک کنترل و کارایی

(۳) نگرش مجموعه عوامل فرازیستی است که باعث به حرکت درآوردن رفتار و هیجان می‌شود.

(۴) هر نگرش دارای یک عنصر شناختی، یک عنصر احساسی و یک عنصر آمادگی برای عمل است.

۱۳۳

در جامعه‌ای که ظلم رایج باشد و حق به حق دار نرسد، کدام مسئله به وجود می‌آید؟

(۱) عدم ادراک کارایی (۲) درماندگی آموخته شده (۳) اسناد درونی (۴) ناهماهنگی شناختی

۱۳۴

در کدام گزینه، عامل نگرشی به درستی ذکر نشده است؟

(۱) حمید رئیس یک شرکت است و باور دارد که از پس تمام کارهای شرکت برمی‌آید: ادراک کارایی

(۲) رضا برای قبولی در دانشگاه و رشته مورد علاقه‌اش تلاش می‌کند: هدفمندی

(۳) حسین از مضرات غذای چرب آگاهی ندارد و به خوردن آن ادامه می‌دهد: ناهماهنگی شناختی

(۴) تقی چند بار در آزمون رانندگی رد شده است و دیگر در این آزمون شرکت نمی‌کند: درماندگی آموخته شده

۱۳۵

کدام گزینه درباره «غريزه» درست است؟

(۱) غريزه جزئی از نگرش محسوب می‌شود.

(۲) غريزه در کنار نگرش، رفتار انسان را کنترل می‌کند.

(۳) حيوانات صرفاً بر اساس غريزه و خواسته عمل می‌کنند.

(۴) غريزه باعث ترجیح دادن خواسته جمعی بر خواسته فردی می‌شود.

۱۳۶

در کدام گزینه، تفاوت بین انگیزه‌ی درونی و بیرونی به درستی بيان شده است؟

(۱) در انگیزش درونی، منبع لذت در خود تکلیف است.

(۲) در انگیزش بیرونی، منبع لذت در خود تکلیف است.

(۳) در انگیزش درونی، عامل خارجی فرد را به انجام دادن کاری خاص برمی‌انگیزد.

(۴) در انگیزش بیرونی، فرد کار یا فعالیت را به خاطر خود آن چیز انجام می‌دهد.

۱۳۷

کدام گزینه‌ی زیر صحیح می‌باشد؟

(۱) انسان و حیوان هر دو تابع عوامل نگرشی هستند.

(۲) به مجموعه عوامل زیستی که باعث به حرکت درآوردن رفتار ما می‌شود، نگرش می‌گویند.

(۳) در بررسی چرایی رفتار، تنها به عوامل زیستی و مادی انسان توجه می‌شود.

(۴) در کنار خواسته‌های انسان، آنچه رفتار او را کنترل می‌کند، نگرش نامیده می‌شود.

۱۳۸

کدامیک از عبارات زیر بیان‌گر انگیزه‌ی درونی است؟

- (۱) علی اتفاق را تمیز می‌کند، تا والدینش او را به سینما ببرند.
- (۲) فوتbalیست ماهر به دلیل پاداش بیشتر، بازی خوبی از خود ارائه می‌دهد.
- (۳) مینا برای دریافت دوچرخه‌ی مورد علاقه‌اش، خوب درس می‌خواند.
- (۴) حسین عاشق کوهنوردی است و با وجود خطرات احتمالی، دست از حرکت برنمی‌دارد تا به قله برسد.

۱۳۹

با توجه به ماجراهای فالکون‌ها در قطب جنوب به عنوان اولین کسانی که به این منطقه قدم گذاشتند، اما بعد از مدت کوتاهی همه مواد غذایی و امکانات لازم را از دست دادند و حتی غذای کافی برای زنده ماندن وجود نداشت، اما به نجات یافتن امید داشتند، کدام گزینه نادرست است؟

- (۱) مثال فوق به اثر نیروی بخشی باورهای مثبت و سازنده اشاره دارد و این که اگر باورهای غلط شکل بگیرد، حتی در صورت وجود توانایی، باز نمی‌تواند با موفقیت آن کار را انجام دهیم.
- (۲) دلیل باورهای غلط ریشه در عوامل بیرونی مثل تحقیر دیگران و یا ناتوانی دارد که مانع از شکل‌گیری در وجه صحیح آن می‌شود.
- (۳) مثال فالکون‌ها، ریشه به اهمیت نظام باورهای هر فرد دارد که جهت دستیابی به هدف ضروری است.
- (۴) فالکون‌ها اعتقاد راسخ و واقعی در نجات خود داشتند، پس این ماجرا دلالت بر ادراک کترل و کارایی ندارد.

۱۴۰

در مذاکرات هسته‌ای باور مسئولین دولت جمهوری اسلامی، مبنی بر اینکه انرژی هسته‌ای حق طبیعی ما می‌باشد، آنها را توانمند ساخت تا با قدرت تمام، در لوزان سوئیس به گفتگو بنشینند و طی توافقنامه‌ای، پیروز مذاکرات باشند.

به ترتیب این مطالب به کدامیک از مهم‌ترین عوامل نگرشی و اثر چه نیرویی در انسان‌ها اشاره دارد؟

- (۱) هدفمندی - اراده قوی و کارآمد
- (۲) باورها و نظام ارزشی فرد - باورهای مثبت و سازنده
- (۳) باورها و نظام ارزشی فرد - اداره قوی و کارآمد

۱۴۱

کدامیک از عبارات زیر در زمینه «انتخاب هدف» درست نمی‌باشد؟

- (۱) برای رسیدن به اهداف بالاتر باید آن‌ها را به اهداف کوچک‌تر و قابل وصول تقسیم کنیم.
- (۲) اگر اهداف را بسیار کوچک انتخاب کنیم، انگیزهٔ تلاش و عمل بیشتری پیدا می‌کنیم.
- (۳) اگر از ابتدا هدف را بالا و دست‌نیافتنی انتخاب کنیم هرگز نمی‌توانیم به آن‌ها دست یابیم و از تلاش باز می‌مانیم.
- (۴) اگر اهداف زودگذر و بی‌ارزش را انتخاب کنیم، از انجام آن‌ها احساس ارزشمندی، افتخار و غرور نمی‌کنیم.

۱۴۲

تحت تأثیر موضع زودگذر و عواملی مثل خستگی قرار نگرفتن، نتیجهٔ کدام ویژگی «هدفمندی» است؟

- (۱) هدف معین فرد را از بیراهه رفتن و اتلاف منابع انرژی مصون می‌دارد.
- (۲) انتخاب هدف علاوه بر ایجاد توانمندی باعث انسجام در رفتار می‌شود.
- (۳) هدف چیزی است که انسان فکر می‌کند برای او مؤثر و مفید است.
- (۴) حرکت در مسیر دستیابی به هدف نوعی موفقیت تلقی می‌شود.

۱۴۳

تلاش بی‌وقفهٔ افراد بر جسته‌ای که علی‌رغم محدودیت‌های زیاد توانسته‌اند به موفقیت‌های جهانی دست یابند، بیشتر

بیان‌گر کدامیک از عوامل انگیزشی می‌باشد؟

- (۱) اراده
- (۲) هدفمندی
- (۳) نامهانگی شناختی
- (۴) نظام باورها

۱۴۴

حمدید علی‌رغم تلاش زیاد برای موفقیت در کنکور، نتوانست رتبه مورد نظرش را کسب کند. او معتقد است دیگر توانایی درس خواندن ندارد و نمی‌خواهد برای بار دوم در کنکور شرکت کند. به نظر شما کدام عامل نگرشی در رفتار او تأثیر بیشتری گذاشته است؟

- ۱) ضعف اراده ۲) بی‌هدفی ۳) نظام ارزشی و باورها ۴) ناهماهنگی شناختی

۱۴۵

کدامیک از گزینه‌های زیر از نظر نوع «انگیزش» با بقیه متفاوت است؟

- ۱) فاطمه با دقت بسیار اتفاقش را مرتب نگه می‌دارد، زیرا این کار به او آرامش می‌دهد.
 ۲) مجید همیشه در امور درسی و غیردرسی به برادرش کمک می‌کند، چون خود را در قبال او مسئول می‌داند.
 ۳) سارا از مادرش پرسنلاری می‌کند و علی‌رغم خستگی با علاقه به کارهای منزل رسیدگی می‌کند.
 ۴) علی با جدیت درس می‌خواند، چون قرار است در صورت ممتاز شدن هدیهٔ نفیسی از پدرش دریافت کند.

۱۴۶

کدامیک از عبارات زیر در زمینهٔ انواع «انگیزش» درست نمی‌باشد؟

- ۱) در انگیزش درونی منبع لذت در خود تکلیف است.
 ۲) در انگیزش درونی فرد کار یا فعالیت را به‌حاطر خود آن چیز انجام می‌دهد.
 ۳) در انگیزش بیرونی پاداش و لذت با نیازهای فطری مطابقت دارد.
 ۴) در انگیزش بیرونی عامل خارجی فرد را به انجام دادن کاری خاص برمی‌انگیزد.

۱۴۷

رفتار مادری که برای مراقت از نوزادش بی‌خوابی و گرسنگی را تحمل می‌کند، با کدام مفهوم قابل توجیه است؟

- ۱) ادراک کنترل ۲) انگیزهٔ بیرونی ۳) نگرش ۴) اراده

۱۴۸

در مورد فردی که اظهار می‌کند ارزش‌های انسانی و اخلاقی برایش مهم است و با جدیت، تمام وقت و انرژی اش را در جهت کسب درآمد و منافع مادی صرف می‌کند، کدام گزینهٔ صادق است؟

- ۱) ارادهٔ قوی ۲) هدفمندی ۳) ناهماهنگی شناختی ۴) باورهای مثبت و سازنده

۱۴۹

«موتور محرکهٔ انسان» و «مجموعهٔ عوامل فرازیستی که باعث به حرکت درآوردن رفتار می‌شود» به ترتیب چه نام دارند؟

- ۱) اراده - نگرش ۲) انگیزش - نگرش ۳) اراده - انگیزش ۴) انگیزش - اراده

۱۵۰

در طبقه‌بندی نیاز مازلو، نیاز دانش‌اندوزی و شناخت درک پدیده‌ها، قبل از کدام نیاز قرار می‌گیرد؟

- ۱) اجتماعی ۲) امنیتی ۳) احترام ۴) خودشکوفایی

۱۵۱

مازلو می‌گوید «آنچه انسان می‌تواند باشد، باید بشود» این گفته مربوط به کدامیک از نیازهای طبقه‌بندی شده مازلو می‌باشد؟

- ۱) امنیتی ۲) اجتماعی ۳) خودشکوفایی ۴) نیاز به زیبایی و نظم

۱۵۲

براساس نظریه آبراهام مازلو، در صورت برآورده نشدن کدام نیاز، ممکن است فرد برای ارضای نیاز جلب توجه و

مطرح شدن به رفتار خرابکارانه یا نسجیده متول شود؟

- ۱) امنیتی ۲) اجتماعی ۳) احترام ۴) خودشکوفایی

۱۵۳

از نظر آبراهام مازلو، همان احساس تعلق و محبت است.

- ۱) نیازهای امنیتی ۲) احترام ۳) نیازهای اجتماعی ۴) خودشکوفایی

۱۵۴

به عقیده آبراهام مازلو، نیاز به حفاظت از خود در زمان حال و آینده را شامل می‌شود.

- (۲) دانش‌اندوزی و شناخت درک پدیده‌ها
- (۴) نیازهای امنیتی

(۱) نیازهای زیستی

(۳) نیازهای اجتماعی

۱۵۵

«محروم نبودن از حقوق اساسی» مربوط به کدامیک از نیازهای مطرح شده توسط آبراهام مازلو می‌باشد؟

- (۴) احترام
- (۳) اجتماعی
- (۲) امنیتی
- (۱) زیستی

۱۵۶ کدامیک از نیازهای مطرح شده توسط آبراهام مازلو، لازمه حیات آدمی است؟

- (۴) امنیتی
- (۳) زیستی
- (۲) خودشکوفایی
- (۱) احترام

۱۵۷ در اوج سلسله مراتب قرار دارند و تا زمانی که قدری ارضا شوند، بیشترین تأثیر را بر رفتار فرد دارند.

- (۱) نیازهای زیستی
- (۲) نیازهای امنیتی
- (۳) نیازهای اجتماعی
- (۴) احترام

۱۵۸

از نظر مازلو هریک از موارد گفته شده، به ترتیب به کدام نیازها برمی‌گردد؟

«احترام، اعتقاد، ارزش - امنیت جانی، مالی، شغلی - رابطه خانوادگی صمیمیت دوستی - خوراک، پوشان، مسکن»

- (۱) خودشکوفایی - نیازهای فیزیکی - نیازهای اجتماعی - نیاز به امنیت

- (۲) عزت و اعتبار - نیاز به امنیت - نیازهای اجتماعی - نیازهای فیزیکی

- (۳) نیازهای اجتماعی - نیاز به امنیت - نیازهای فیزیکی - خودشکوفایی

- (۴) عزت و اعتبار - نیازهای اجتماعی - خودشکوفایی - نیازهای فیزیکی

۱۵۹

به اعتقاد نیازهای آدمی از یک سلسله مراتبی برخورده است و رفتار افراد، در لحظات خاص، تحت تأثیر

شدیدترین نیاز قرار می‌گیرد.

- (۱) فروید
- (۲) پیازه

۱۶۰ در وضعیت درماندگی آموخته شده، گزینه‌های صحیح و غلط را مشخص کنید:

الف) شخص واقعاً ممکن است در موقعیت ناراحت‌کننده قرار داشته و تلاش او نتوانسته موقعیتش را تغییر دهد.

ب) وقتی که فرد این وضعیت قرار می‌گیرد به شدت تلاش می‌کند و بر این باور است که با کوشش فراوان به موفقیت می‌رسد.

ج) در این شرایط فرد اطمینان به خود را از دست می‌دهد و به ناتوانی خود اذعان می‌کند و توان حرکت و خلاقیت از او سلب می‌شود.

د) درماندگی آموخته شده مربوط به افرادی است که کوشش زیاد را با پیشرفت مرتبط می‌دانند.

- (۱) ص. غ. غ
- (۲) غ. غ. ص. ص
- (۳) ص. غ. ص
- (۴) غ. ص. غ

۱۶۱

اگر فرد به این باور برسد که هیچ کاری از دستش برنمی‌آید تا موقعیت ناگوارش را تغییر دهد، حالت او را می‌نامند.

- (۱) نظام ارزشی فرد
- (۲) ناهمانگی شناختی
- (۳) اسناد
- (۴) درماندگی آموخته شده

۱۶۲

زمانی که یاد می‌گیریم که نتایج به دست آمده ارتباطی با کار ما ندارند و مستقل از عمل ما هستند در این حالت به می‌رسیم.

- (۱) عدم کترل و کارآیی
- (۲) ادراک کترول کاذب
- (۳) ناهمانگی شناختی
- (۴) درماندگی آموخته شده

در ارتباط با «درماندگی آموخته شده» کدام گزینه صحیح نمی‌باشد؟ ۱۶۳

- (۱) وقتی افراد به تکلیفی یا کاری مشغول می‌شوند انتظار دارند نتایج خوبی از رفتار و کارهایشان به دست آورند.
- (۲) افراد می‌خواهند بین کار خود و نتایج آن رابطه‌ای متقابل برقرار کنند.
- (۳) هر زمان بتوانند بین فعالیت و نتایج به دست آمده رابطه برقرار کنند دچار «درماندگی آموخته شده» می‌شوند.
- (۴) درماندگی آموخته شده یعنی حالتی که در آن پیامدها و نتایج کار هیچ ربطی با تلاش و کار فرد ندارد.

بسیاری از ناتوانایی‌های ما به دلیل است نه این که واقعاً نمی‌توانیم یعنی که ناتوانیم و ۱۶۴

- (۱) عدم تلاش - باور نداریم - می‌خواهیم بر محیط کنترل داشته باشیم.
- (۲) یادگیری - باور می‌کنیم - کنترلی بر محیط خود نداریم.
- (۳) نداشتن ادراک کنترل - هماهنگی نداریم - ادراک کارآیی نداریم
- (۴) نداشتن انگیزه - نگرش کافی نداریم - کنترلی بر محیط خود نداریم.

«برای موفقیت در هر کاری فرد باید به عواملی توجه کند» کدام گزینه جزء این عوامل نمی‌باشد؟ ۱۶۵

- (۱) در کنترل خودش پاشد.
- (۲) بتواند با تلاش، موضع رسیدن به هدف را برطرف کند.
- (۳) پیروزی یا شکست را به عوامل درونی مانند تلاش نسبت دهد.
- (۴) برای موفقیت باید به عوامل بیرونی مانند دشواری تکلیف نیز توجه شود.

«برای کمک به افراد برای پیروزی در تکالیف و امتحانات» گزینه ناصحيح را مشخص کنید: ۱۶۶

- (۱) باید آنها را به چیزهایی نسبت دهند که در اختیار خودشان است نه به چیزهایی که از دایره اختیار آنها بیرون است.
- (۲) شکست و اشتباه خود را به ناتوانی و دشواری تکلیف نسبت ندهیم بلکه بگوئیم چون من تلاش نکردم موفق نشدم.
- (۳) برنامه‌ریزی و تلاش با آن که خارج از کنترل ما هستند اما می‌توانند شکست ما را در ورزش، درس و شغل جبران کنند.
- (۴) وقتی یادگیرندگان شکست را به چیزی نست می‌دهند که نمی‌توانند آنرا کنترل کنند، انگیزه بسیار کمی برای جبران آن خواهند داشت.

وقتی یادگیرندگان، شکست را به چیزی نسبت می‌دهند که نمی‌توانند آنرا کنترل کنند ۱۶۷

- (۱) در آن امر، کارایی نخواهد داشت.
- (۲) انگیزه بسیار کمی برای جبران آن خواهند داشت.
- (۳) یعنی در شکست دیگران را مقصراً می‌دانند.

در «نگرش استناد» کدام گزینه را صحیح نمی‌دانید؟ ۱۶۸

- (۱) اغلب افراد علل شکست خود را در امتحان می‌دانند و آنرا به امور دیگر نسبت می‌دهند.
- (۲) اگر من اراده کنم، به راحتی نمره قبولی را به دست می‌آورم. این منم که ۱۹ یا ۲۰ گرفتم.
- (۳) بسیاری از افراد در شکست و موفقیت دیگران را مقصراً می‌دانند.
- (۴) افراد وقتی در امتحانی موفق می‌شوند می‌گویند این ثمره کار و تلاش خودم بود.

۱۶۹

- زمانی که فرد می‌گوید «سوالات امتحان ریاضی را خیلی سخت طراحی کرده بودند، طوری که استادهای دانشگاه هم نمی‌توانند به این سوالات پاسخ دهند» به کدام یک از انواع نگرش، اشاره می‌شود؟
- (۱) نظام ارزشی فرد
 - (۲) ناهماهنگی شناختی
 - (۳) ادراک کنترل
 - (۴) استاد

۱۷۰

در ارتباط با ادراک کنترل و ادراک کارایی، گزینه‌های صحیح و غلط را مشخص کنید:

- الف) ما همواره دوست داریم همه چیز مطابق نظر ما و تحت اختیار ما باشد و با انجام دادن رفتارهای گوناگون سعی می‌کنیم محیط را در کنترل خود بگیریم.
- ب) ادراک کنترل و کارایی باید سازنده باشد یعنی با شواهد رفتاری هماهنگی لازم را داشته باشد.
- ج) در صورت ناهماهنگی نوعی ادراک کنترل و کارایی واقعی ایجاد می‌شود که مانع بروز رفتار است.
- د) ادراک کنترل موجب می‌شود پیامدهای ناگوار را از خود دور کنیم یعنی از هر چه که سختی و درد دارد دوری می‌کنیم.

- (۱) ص. ص. غ. غ.
- (۲) غ. غ. ص. ص.
- (۳) ص. غ. غ. ص.
- (۴) ص. غ. غ. ص.

۱۷۱

در ارتباط با ناهماهنگی شناختی، کدام گزینه صحیح نمی‌باشد؟

- (۱) هر نگرش دارای یک عنصر شناختی، یک عنصر احساسی و یک عنصر آمادگی برای عمل است.
- (۲) نگرش‌های دوران کودکی هماهنگ با نگرش‌های خانواده است.
- (۳) نگرش‌ها در دوران مدرسه و تحصیل دانشگاهی امکان بیشترین تغییر را پیدا می‌کند.
- (۴) نگرش‌ها پس از شکل‌گیری از ثبات بیشتری برخوردار شده و تابع اصل هماهنگی شناخت هستند یعنی در برابر تغییر مقاومت می‌کنند.

۱۷۲

در مورد «سیستمی دیدن نظام شناختی» کدام گزینه صحیح نمی‌باشد؟

- (۱) شناخت ما همچون نظام قاعده‌مندی است که بین عناصر آن پیوندهای بسیاری برقرار است.
- (۲) هر چه موارد مثبت پیرامون یک موضوع بیشتر باشد گرایش فرد به استفاده از آن بیشتر می‌شود.
- (۳) یک عنصر هر چه نیرومندتر و هر اندازه ارزیابی مثبت آن قوی‌تر باشد تأثیر قوی‌تری بر نگرش شخص خواهد داشت.
- (۴) هرگاه فرد مجبور شود بین دو انتخاب مطلوب را بگزیند دچار ناهماهنگی بعد از تصمیم می‌شود.

۱۷۳

هنگام بروز ناهماهنگی فرد باید دو عامل را تغییر دهد تا این دو با هم هماهنگ شوند، این دو عامل کدامند؟

- (۱) احساس - ادراک
- (۲) شناخت - عمل
- (۳) رفتار - نگرش
- (۴) انگیزه - اراده

۱۷۴

مینا می‌گوید: «من عمومیم را خیلی دوست دارم ولی به دیدارش نمی‌روم». این یک مورد از است.

- (۱) ناهماهنگی شناختی
- (۲) ادراک ناقص
- (۳) ناهماهنگی احساسی
- (۴) متناقض باورها

۱۷۵

فردی که سیگار می‌کشد و باور دارد که سیگار کشیدن سبب ایجاد سرطان ریه می‌شود، برای رفع حالت که

ناراحت‌کننده هم هست می‌تواند این ارتباط را که البته

- (۱) ناخوشایند - نادیده بگیرد - عقلی است.
- (۲) ناهماهنگی - انکار کند - عقلی نیست.
- (۳) متناقض - بازنگری کند - عاقلانه است.
- (۴) متضاد - برنامه‌ریزی - عاقلانه نیست.

اگر فردی بداند که سیگار کشیدن سبب ایجاد سرطان ریه می‌شود و باز هم به کشیدن سیگار ادامه دهد باور او با رفتارش است.

- (۲) باور - عمل نادرست - متناقض
- (۴) شناخت و باور - رفتار - ناهماهنگ
- (۱) اعتقاد - عملکرد - متضاد
- (۳) ادراک - کج رفتاری - هماهنگ

وقتی شخصی دارای دو شناخت و متناقض باشد که با یکدیگر است می‌گویند او دارای ناهماهنگی است.

- (۲) زودگذر - نامتناقض - احساسی
- (۴) ناپایدار - متضاد - رفتاری
- (۱) ناهمزمان - متناقض - ادراکی
- (۳) همزمان - متناقض - شناختی

از عوامل بروز رفتار در افراد این است که رفتارمان با باور هماهنگ نباشد و فرد دچار ناهماهنگی فکری شود که به آن می‌گویند.

- (۱) ناهماهنگی شناختی
- (۲) ناباوری نظاممند
- (۳) توانمندی ناقص
- (۴) ناهماهنگی ادراکی

حرکت در دستیابی به نوعی موفقیت تلقی می‌شود. فرد تحت تأثیر موانع و عواملی همچون قرار نمی‌گیرد. انتخاب امید به موفقیت را به همراه می‌آورد.

- (۱) ادراک - پایدار - احساسی - ادراک درست
- (۲) هدف - زودگذر - خستگی - هدف
- (۳) برنامه‌ریزی - پیچیده - بحران - برنامه‌ی کامل
- (۴) آموزش - ناپایدار - نامیدی - آموزش صحیح

در مورد هدفمندی (انتخاب هدف) در عامل موثر در نگرش، کدام گزینه را صحیح نمی‌دانید؟

- (۱) هدف هر چیزی است که انسان سعی دارد به آن برسد و فکر می‌کند برای او مؤثر و مفید است.
- (۲) افرادی که سعی دارند به چیزی برسند در واقع به رفتاری دست زده‌اند که هدف دارد و هدفش متتمرکز بر حال است.
- (۳) انتخاب هدف علاوه بر ایجاد توانمندی، باعث انسجام در رفتار می‌شود.
- (۴) هدف معین فرد را از بی‌راهه رفتن و اتلاف منابع انرژی خود مصون می‌دارد.

در ارتباط با اثر باورهای مثبت و منفی، گزینه‌های صحیح و غلط را مشخص کنید:

الف) باورهای مثبت و سازنده اثر نیروبخشی دارند.

- (۱) اگر باورهای غلط شکل بگیرد و ما توانایی انجام کاری را نداشته باشیم، نمی‌توانیم با موفقیت آن کار را انجام دهیم.
- (۲) عوامل فردی همچون احساس ناتوانی، نامیدی، بی‌ارزشی باعث شکل‌گیری باورهای غلط می‌شود.
- (۳) عوامل درونی همچون تحقیر دیگران، عدم حمایت اجتماعی و ... باعث شکل‌گیری باورهای غلط می‌شود.
- (۴) ص. ص. غ. غ. ۲) غ. غ. ص. ص. ۳) ص. غ. ۴) غ. ص. غ. ص

در ارتباط با داستان «فالکون‌ها» کدام گزینه صحیح نمی‌باشد؟

- (۱) فالکون‌ها گروهی بودند که برای اولین بار به قطب جنوب رفتند.
- (۲) وقتی فالکون‌ها به قطب جنوب رسیدند بعد از مدت کوتاهی همه موادغذایی و امکانات لازم را از دست داده بودند.
- (۳) بعد از مدتی همه امید خود را برای نجات از دست دادند و به این باور رسیدند که خواهند مرد.
- (۴) آن‌ها در دمای منفی ۳۵ درجه سانتی‌گراد به مدت ۱۳ روز زنده ماندند و بالاخره نجات پیدا کردند.

۱۸۲

در ارتباط با «نظام باورها» صحیح و غلط بودن گزینه‌ها را مشخص کنید:

- الف) نظام باورهای هر فرد و جامعه، موتور محرک قوی جهت دست‌یابی به اهداف فردی است.
- ب) نظام باورهای همه افراد به وسیله ارکانی همچون خانواده، مدرسه و اجتماع ساخته می‌شود.
- ج) اعتقاد قوی به چیزی که شناخت داریم، نظام باورهای ما را شکل می‌دهد.
- د) در دنیای فعلی برای این که «هر ملتی بمانند، باید بدانند» در این مثال این باور وجود دارد که شرط سرافرازی یک ملت دانایی است.

(۱) ص. غ. غ. غ. (۲) غ. غ. ص. ص (۳) غ. ص. غ. ص (۴) ص. غ. غ. غ

۱۸۴

عبارت است از: «اعتقاد راسخ و واقعی به بودن یا نبودن چیزی یا انجام‌پذیر بودن یا انجام‌ناپذیر بودن کاری»

- (۱) باور (۲) ادراک (۳) هدفمندی (۴) اسناد

۱۸۵

در دنیای فعلی برای این که «هر ملتی بمانند باید یعنی این که شرط سرافرازی یک ملت است.»

(۱) همچون غرب توسعه پیدا کنند - پیشرفت

(۲) عقبه تاریخی درخشانی داشته باشند - گذشته‌ی تاریخی مطلوب

(۳) بدانند - دانایی

(۴) ثروتمند - دارایی

۱۸۶

اعتقاد قوی به چیزی که شناخت داریم ما را شکل می‌دهد.

- (۱) نظام باورهای (۲) اراده‌ی (۳) ناهماهنگی شناختی (۴) هدفمندی

۱۸۷

در ارتباط با نگرش، کدام گزینه صحیح نمی‌باشد؟

(۱) بزرگسالان برخلاف کودکان و حیوانات، علت رفتار خو درا فراتر از نیازهای زیستی می‌دانند.

(۲) نگرش‌ها در شکل دهی به رفتار انسان، به دو صورت مثبت و منفی عمل می‌کنند.

(۳) به عوامل ایجادکننده رفتار نگرش می‌گویند.

(۴) عوامل نگرش مثبت عبارتند از: باورها و نظام ارزشی فرد، اراده، اسناد و درمانگی آموخته شده

۱۸۸

کدامیک از گزینه‌های زیر «انگیزه درونی» هستند؟

(۱) سوسن برای پاسخ به سوال معلم که به خوبی پاسخ داده نمره بیست دریافت می‌کند.

(۲) مینا برای این که ما در لب تاپی برایش بخرد به شدت درس می‌خواند تا با معدل خوبی سال تحصیلی را به اتمام برساند.

(۳) گروهی نوجوان در حیاط خانه با یکدیگر فوتبال بازی می‌کنند و با وجود گرسنگی زیاد، حاضر به ترک بازی نیستند و کسی هم برای بازی به آن‌ها پاداشی نمی‌دهد.

(۴) علی اتفاق را تمیز می‌کند تا والدینش او را به سینما ببرند.

هر کدام از موارد زیر، انگیزه بیرونی هستند یا انگیزه درونی، مشخص کنید انگیزه‌ی:
 الف) علاقه‌مندی یک فوتبالیست ماهر به بازی خوب، تحت تأثیر وعده و وعیدهای باشگاه برای دریافت پاداش و دستمزد است.

- ب) علی اتفاق را تمیز می‌کند تا والدینش او را به سینما ببرند.
 ج) ناصر تکالیف را به موقع انجام می‌دهد تا اجازه داشته باشد در بازی فوتبال شرکت کند.
 د) حسین عاشق کوهنوردی است و با وجود خستگی، سرما، گرما و خطرات احتمالی دست از حرکت برنمی‌دارد تا به قله برسد.

- (۱) بیرونی - بیرونی - بیرونی - بیرونی
 (۲) درونی - بیرونی - بیرونی - بیرونی
 (۳) بیرونی - بیرونی - بیرونی - درونی

در ارتباط با انگیزه‌های بیرونی و انگیزه‌های درونی، صحیح و غلط را مشخص کنید:

- الف) در انگیزش بیرونی، عامل خارجی فرد را به انجام دادن کاری خاص برمی‌انگیزد.
 ب) در انگیزش درونی، کار برای فرد جالب است و با نیازهای فطری او مطابقت دارد.
 ج) منبع انگیزش بیرونی لذت در خود تکلیف است.
 د) منبع انگیزش درونی در پاداش و لذت خارج از فرد قرار دارد.

- (۱) ص. ص. غ. غ. (۲) غ. غ. ص. ص. (۳) غ. غ. ص. ص. (۴) ص. ص. غ.

..... چیزی است که شما را به حرکت درمی‌آورد و مسیری را که باید طی کنید معین می‌کند و از نظر و افراد متفاوت است.

- (۱) نگرش - هدف - اراده
 (۲) رفتار - ارزشی - هنجاری
 (۳) انگیزه - جهت - شدت
 (۴) هدف - دیدگاه - باور

عاملی که شمار را برمی‌انگیزد، به حرکت وامی دارد و به سوی رفتار معین سوق می‌دهد را می‌گویند.
 (۱) نگرش
 (۲) انگیزه
 (۳) نظام ارزشی
 (۴) تمایل

عوامل شکل دهنده نگرش، تحت تأثیر فرد قرار دارد.
 (۱) هدف، تصمیم، هنجارها
 (۲) موقعیت و جایگاه، عوامل زیستی، ارزش‌ها
 (۳) نظام‌شناسختی، باورها، ارزش‌ها

عوامل شکل دهنده به رفتار انسان علاوه بر عوامل تابع عوامل افراد هم هست.
 (۱) نگرشی (زیستی) - انگیزشی
 (۲) انگیزشی (زیستی) - نگرشی
 (۳) ارادی - انگیزشی
 (۴) شناختی - هدفمندی

در ارتباط با نیازهای زیستی انسان کدام گزینه صحیح نمی‌باشد؟

- (۱) انسان مانند حیوان براساس غریزه و خواسته قدم برنمی‌دارد.
 (۲) انسان با وجود تشنجی نمی‌نوشد و یا در صورت احتیاج شدید به پول و غذا، دیگری را بر خود مقدم می‌شمارد.
 (۳) چه بسا فردی با وجود خستگی زیاد و نیاز شدید به خواب، خواب خود را به صورت ارادی به تأخیر می‌اندازد.
 (۴) خواب یک نیاز زیستی است ولی احترام به جمع یک خواسته فردی است و فرد براساس احترام به دیگران، خواسته جمعی را به خواسته فردی ترجیح می‌دهد.

تفاوت انسان و حیوان این است که انسان مانند حیوان براساس در کنار خواسته‌ها آنچه که رفتار او را کنترل می‌کند است.

- | | |
|---|--|
| ۱) غریزه و خواسته قدم برنمی‌دارد - نگرش | ۲) عوامل زیستی قدم برنمی‌دارد - انگیزش |
| ۳) نیازهای زیست محیطی عمل می‌کند - هدف | ۴) عوامل زیستی عمل می‌کند - اراده |

به مجموعه عوامل فرازیستی که باعث به حرکت درآوردن رفتار و شناخت ما می‌شود می‌گویند.

- | | |
|------------------|----------|
| ۱) انگیزش | ۲) نگرش |
| ۳) نیازهای حیاتی | ۴) اراده |

انسان و حیوان در پاسخ به نیازهای عوامل دارند اما انسان تابع عامل توانمندتری است که نام دارد.

- | | |
|---|---|
| ۱) مادی و معنوی - برطرف کننده مشترکی - انگیزش | ۲) حیاتی - ارادی متفاوتی - تصمیم‌گیری منطقی |
| ۳) زیستی - انگیزشی مشترکی - نگرش | ۴) مادی - شکل دهنده متفاوتی - توجه مرکز |

جستجوی علت رفتار در واقع به معنای توجه به است.

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------------|
| ۱) نوع تصمیم‌گیری درباره آن رفتار | ۲) عوامل انگیزشی آن رفتار |
| ۳) روش‌های حل مسئله و پیچیدگی رفتار | ۴) علاقه و عدم علاقه به رفتار |

۱ گزینه ۴ پاسخ صحیح است. انگیزه، موتور حرکتی انسان است. عوامل شکل دهنده‌ی نگرش، متنوع است و تحت تأثیر نظام شناختی فرد، باورها و ارزش‌های او قرار دارد.

۲ گزینه ۴ پاسخ صحیح است. بسیاری از ناتوانی‌های ما به دلیل یادیگری است نه این‌که واقعاً نمی‌توانیم، یعنی باور می‌کنیم که ناتوانیم. بررسی سایر گزینه‌ها:

(۱) در درماندگی، فرد درس می‌خواند، ولی نمره‌ی خوب نمی‌گیرد.

(۲) فیلی که به درماندگی مبتلا می‌شود، توانایی پاره کردن طناب را دارد، اما پذیرفته که ناتوان است.

(۳) افراد مبتلا به درماندگی، احساس می‌کنند که کنترل اوضاع از دستشان خارج شده است و تلاششان نتیجه نمی‌دهد.

۳ گزینه ۲ پاسخ صحیح است. هنگام بروز ناهماهنگی، فرد می‌تواند: ۱- رفتار خود را تغییر دهد ۲- نگرش خود را تغییر دهد، تا این دو با هم هماهنگ شوند.

۴ گزینه ۳ پاسخ صحیح است. هر چند در هر سه گزینه‌ی (۱)، (۲) و (۴)، کلمه‌ی «ناتوان» ذکر شده است، اما شکل‌گیری باور غلط در نتیجه‌ی عوامل بیرونی مانند تم‌سخر دیگران، سخت‌گیری والدین و عدم حمایت شکل گرفته است. اما در گزینه‌ی (۳)، باور غلط در نتیجه‌ی احساس بی‌ارزشی درونی و فردی شکل گرفته که با بقیه‌ی گزینه‌ها متفاوت است.

۵ گزینه ۴ پاسخ صحیح است. نگرش‌ها پس از شکل‌گیری، از ثبات بیشتری برخوردار شده و تابع اصل هماهنگی شناختی هستند، یعنی در برابر تغییر مقاومت می‌کنند. بررسی سایر گزینه‌ها:

(۱) فرد بعد از انتخاب اجباری رشته‌ی تحصیلی مورد نظر به دلیل ناهماهنگی بعد از تصمیم‌گیری، در مورد آن‌چه انتخاب کرده، مزایا و در مورد آن‌چه رد کرده است، معایب را برمی‌شمارد.

(۲) وقتی فرد تصمیم می‌گیرد رفتار خود را در جهت مثبت (برای رفع ناهماهنگی) تغییر دهد، ناهماهنگی شناختی از بین می‌رود.

(۳) در این گزینه تغییر نگرش برای رفع ناهماهنگی به کار رفته است، انه تغییر رفتار.

۶ گزینه ۳ پاسخ صحیح است. هر سه گزینه‌ی (۱)، (۲) و (۴) نشان‌دهنده‌ی انگیزه‌ی بیرونی هستند، زیرا منبع پاداش و لذت در بیرون از فرد قرار دارد، اما گزینه‌ی (۳) نشان‌دهنده‌ی انگیزه‌ی درونی است، زیرا سارا براساس علاقه و بدون نیاز به کسب پاداش به مطالعه‌ی روان‌شناسی می‌پردازد.

۷ گزینه ۳ پاسخ صحیح است. در هر سه گزینه‌ی (۱)، (۲) و (۴) اسناد به عوامل غیرقابل کنترل است، اما همت و تلاش کشاورزان عاملی قابل کنترل است، از این رو اسناد در این گزینه با بقیه متفاوت است.

۸ گزینه ۳ پاسخ صحیح است. عناصر نگرش عبارت‌اند از احساسی، شناختی و آمادگی برای عمل.

۹ گزینه ۱ پاسخ صحیح است. ادراک کنترل و کارایی باید سازنده باشد؛ یعنی با شواهد محیطی هماهنگی لازم را داشته باشد، زیرا در صورت ناهماهنگی، نوعی ادراک کنترل و کارایی کاذب ایجاد می‌شود که مانع از بروز رفتار است.

گزینه ۲ پاسخ صحیح است. درماندگی آموخته شده حالتی است که در آن فرد بین کار خود و نتایج آن رابطه‌ای نمی‌بیند و معتقد است که پیامدهای رفتار مستقل از خود رفتار است و هیچ کاری از دستش برنمی‌آید تا موقعیت ناگوار خود را تغییر دهد.

گزینه ۳ پاسخ صحیح است. ادراک کترل و کارایی باید سازنده باشد، یعنی با شواهد محیطی هماهنگی لازم را داشته باشد، زیرا در صورت ناهمانگی، نوعی ادراک کترل و کارایی کاذب ایجاد می‌شود که مانع بروز رفتار است.

گزینه ۴ پاسخ صحیح است. هدف، هر چیزی است که انسان سعی دارد به آن برسد و فکر می‌کند برای او مؤثر و مفید است.

گزینه ۵ پاسخ صحیح است. اگر بین کار خود و پیامدهای آن رابطه‌ای نبینیم، دست از کار می‌کشیم؛ یعنی یاد می‌گیریم که نتایج به دست آمده ارتباطی با کار ما ندارند و مستقل از عمل ما هستند؛ در این حالت به درماندگی آموخته شده می‌رسیم.

گزینه ۶ پاسخ صحیح است. اگر بین کار خود و پیامدهای آن رابطه‌ای نبینیم، دست از کار می‌کشیم؛ یعنی یاد می‌گیریم که نتایج به دست آمده ارتباطی با کار ما ندارند و مستقل از عمل ما هستند. در این حالت به درماندگی آموخته شده می‌رسیم.

گزینه ۷ پاسخ صحیح است. اعتقاد راسخ و واقعی به بودن یا نبودن چیزی یا انجام‌ناپذیر بودن کاری را باور می‌نامند.

گزینه ۸ پاسخ صحیح است. قاعده‌مند بودن نظام شناختی، بیانگر این موضوع است که هر چه موارد مثبت پیرامون یک موضوع بیشتر باشد، گرایش فرد به استفاده از آن بیشتر می‌شود و هر چه عوامل منفی در اطراف آن موضوع بیشتر باشد، مانع استفاده از آن می‌شود.

گزینه ۹ پاسخ صحیح است. عوامل فردی همچون احساس ناتوانی، ناامیدی، بی‌ارزشی و عوامل بیرونی همچون تحقیر دیگران، عدم حمایت اجتماعی و ... باعث شکل‌گیری باورهای غلط می‌شود.

گزینه ۱۰ پاسخ صحیح است. انگیزه سبب می‌شود که فرد کاری را انجام دهد و رفتاری را از خود نمایان سازد.

گزینه ۱۱ پاسخ صحیح است. اتخاذ این رویکرد در قانون، برای ارعاب (ترساندن) مجرم و سایر افراد جامعه، از تکرار یک رفتار مجرمانه صورت گرفته است. بازداشت افراد از یک کار با درنظر گرفتن تنبیه و معجازات، در واقع همان انگیزه‌های بیرونی است که به عنوان یک عامل خارجی، فرد را از انجام دادن یک عمل باز می‌دارد.

گزینه ۱۲ پاسخ صحیح است. نگرش‌ها، پس از شکل‌گیری، از ثبات بیشتری برخوردار شده و تابع اصل هماهنگی شناختی هستند، یعنی در برابر تغییر مقاومت می‌کنند.

گزینه ۳ پاسخ صحیح است. شناخت ما همچون نظام قاعده‌مندی است که بین عناصر آن پیوندهای بسیاری برقرار است و این پیوندها تمایل زیادی به هماهنگ بودن دارند.

گزینه ۲ پاسخ صحیح است. نظام باورهای همه افراد به وسیله ارکانی همچون خانواده، مدرسه، اجتماع و در نهایت به وسیله خود فرد ساخته می‌شود.

گزینه ۴ پاسخ صحیح است. نگرش‌ها در شکل‌دهی به رفتار انسان، به دو صورت مثبت و منفی عمل می‌کنند.

گزینه ۱ پاسخ صحیح است. تشریح گزینه‌ها:

گزینه‌ی ۱: کارمند برای دریافت توجه دیگران که پاداشی بیرونی است، تلاش می‌کند.
گزینه‌ی ۲: مریم از درس خواندن لذت می‌برد؛ در واقع، کار را به خاطر خود آن انجام می‌دهد؛ بنابراین انگیزه‌ی او درونی است.

گزینه‌ی ۳: رسیدن به قله برای رضا لذت‌بخش است؛ بنابراین نمونه‌ای از انگیزه‌ی درونی می‌باشد.

گزینه‌ی ۴: این دانشجویان از ساختن ماکت لذت می‌برند؛ بنابراین نمونه‌ای از انگیزه‌ی درونی است.

گزینه ۱ پاسخ صحیح است. هر سه گزینه‌ی (۲)، (۳) و (۴) اشاره به انگیزه‌ی بیرونی دارند، زیرا منبع انگیزش در پاداش و لذت خارج از فرد قرار دارد (در گزینه‌ی (۳)، رعایت قوانین به دلیل منع نشدن از طرف منبع خارجی است، به عبارتی موآخذه نشدن از جانب منبع بیرونی، نه رعایت و اهمیت قانون). اما گزینه‌ی (۱) اشاره به انگیزه‌ی درونی دارد، زیرا فرد به دلیل علاقه‌ی شخصی به سالمدان احترام می‌گذارد و متظر پاداش بیرونی نیست.

گزینه ۳ پاسخ صحیح است. در گزینه‌ی (۳)، فرد عدم موفقیت خود را به دشواری تکلیف اسناد داده که امری پایدار و غیرقابل کنترل است، بنابراین انگیزه‌ی کمتری برای جبران شکست وجود دارد.

بررسی سایر گزینه‌ها:

(۱) اسناد به عدم توانایی هم باعث می‌شود که انگیزه‌ی جبران کم شود، بنابراین قسمت اول درست است، اما در دلیل آن باید کلمه‌ی «پایدار» و یا «غیرقابل کنترل» آورده می‌شد.

(۲) اسناد به تلاش چون قابل کنترل و ناپایدار است، باعث می‌شود انگیزه‌ی جبران بیشتر باشد.

(۴) نداشتن هدف، برنامه‌ریزی و مانند این‌ها، اسنادی قابل کنترل و ناپایدار است، بنابراین انگیزه‌ی جبران برای آن بیشتر است.

گزینه ۴ پاسخ صحیح است. اگر اهداف را بسیار کوچک، بی‌ارزش و زودگذر انتخاب کنیم، هرگز انگیزه‌ی تلاش و عمل ایجاد نمی‌شود.

بررسی سایر گزینه‌ها:

(۱) نظام باورهای افراد در نهایت توسط خود فرد ساخته می‌شود.

(۲) عدم برخورداری از حمایت دیگران (حمایت اجتماعی) از عوامل بیرونی شکل‌دهنده‌ی باورهای غلط است.

(۳) ناهمانگی بعد از تصمیم‌گیری باعث می‌شود تا مزایای چیزی را که انتخاب کردایم و معایب آنچه را که رد کرداییم، بیان کنیم.

گزینه ۲ پاسخ صحیح است. اسناد به برنامه‌ریزی، تلاش، کوشش، تمرین و مانند این‌ها ← ناپایدار، قابل کنترل و درونی هستند.

گزینه ۴ پاسخ صحیح است.

۳۲

گزینه ۴ پاسخ صحیح است. منبع انگیزه‌ی درونی در خود تکلیف است و این‌که سارا ساعت‌ها بدون خستگی به مطالعه‌ی کتاب مورد علاقه‌ی خود می‌پردازد، نشان‌دهنده‌ی مطابقت این کار با نیازهای فطری اوست و نشان‌دهنده‌ی انگیزه‌ی درونی است - انگیزه، موتور حرکتی انسان است.

بررسی سایر گزینه‌ها:

۱) علی‌به دلیل انگیزه‌ی بیرونی و پاداش خارجی یعنی پارک رفتن به وسیله‌ی والدین، اتاق خود را تمیز می‌کند، نه لذت خود تکلیف - صحیح

۲) علی‌به دلیل انگیزه‌ی بیرونی و پاداش خارجی یعنی پارک رفتن به وسیله‌ی والدین، اتاق خود را تمیز می‌کند، نه لذت خود تکلیف - فردی که براساس اراده‌ی خود، خواسته‌ی جمعی را به خواسته‌ی فردی ترجیح دهد، نشان‌دهنده‌ی نگرش است، نه انگیزه.

۳) صحیح - فردی که براساس اراده‌ی خود خواسته‌ی جمعی را به خواسته‌ی فردی ترجیح دهد، نشان‌دهنده‌ی نگرش است، نه انگیزه.

۳۳

گزینه ۴ پاسخ صحیح است. دشواری تکلیف ← غیرقابل کترل، پایدار و بیرونی
برنامه‌ریزی ← قابل کترل، ناپایدار و درونی

۳۴

گزینه ۲ پاسخ صحیح است. اراده یکی از عوامل نگرشی شکل‌دهنده به رفتار انسان است که به صورت مثبت عمل می‌کند و همچنین محرکی برای حرکت انسان به سوی آینده و دست‌یابی به اهداف اوست.

۳۵

گزینه ۱ پاسخ صحیح است.
حرکت در مسیر دستیابی به هدف، نوعی موفقیت تلقی می‌شود، در نتیجه، فرد تحت تأثیر موانع زودگذر و عواملی همچون خستگی قرار نمی‌گیرد. انتخاب هدف، امید به موفقیت را به همراه می‌آورد.

۳۶

گزینه ۱ پاسخ صحیح است.
بسیاری از ناتوانی‌های ما به دلیل یادگیری است نه اینکه واقعاً نمی‌توانیم، یعنی باور می‌کنیم که ناتوانیم و کترلی بر محیط خود نداریم و برای تغییر دادن شرایط نمی‌توانیم کاری انجام دهیم، در نتیجه، انگیزه عمل در ما به وجود نمی‌آید و تلاشی نمی‌کنیم. و دچار درماندگی آموخته شده خواهیم شد.

۳۷

گزینه ۲ پاسخ صحیح است.
نظام باورهای هر فرد و جامعه، موتور محرکه قوی جهت دستیابی به هدف‌های فردی و جمعی است.

۳۸

گزینه ۱ پاسخ صحیح است.
نگرش‌ها، پس از شکل‌گیری، از ثبات بیشتری برخوردار شده و تابع اصل هماهنگی سناختی هستند، یعنی در برابر تغییر مقاومت می‌کنند.

۳۹

گزینه ۴ پاسخ صحیح است.
اعتقاد راسخ و واقعی به بودن یا نبودن چیزی یا انجام پذیر بودن یا انجام ناپذیر بودن کاری را باور می‌نامند.

۴۰

گزینه ۴ پاسخ صحیح است.
منبع انگیزش بیرونی در پاداش و لذت خارج از فرد قرار دارد، در حالی که در انگیزش درونی، منبع لذت در خود تکلیف است.

۴۱

گزینه ۱ پاسخ صحیح است. وقتی یادگیرندگان، شکست را به چیزی نسبت می‌دهند، که نمی‌توانند آنرا کترل کنند.
انگیزه بسیار کمی برای جبران آن خواهند داشت.

۴۲

گزینه ۲ پاسخ صحیح است. اغلب افراد شکست و موفقیت خود را به یک مجموعه علتهای نسبت می‌دهند؛ به این قضاوت‌های عللی اسناد می‌گویند.

۴۳

گزینه ۳ پاسخ صحیح است. هدفمندی به طور کلی اثر مثبت دارد و باعث توانمندی، انسجام در رفتار، جلوگیری از بیراهه رفتن و امید به موفقیت می‌شود. اسناد درونی می‌تواند اثر مثبت یا منفی داشته باشد. اگر فرد به عوامل درونی پایدار و غیرقابل کنترل مثل استعداد (توانایی ذاتی) توجه کند، دچار نامیدی می‌شود و انگیزه‌ی کمی برای جبران شکست دارد، ولی اگر به عوامل درونی ناپایدار و قابل کنترل مثل تلاش و برنامه‌ریزی توجه کند می‌تواند شکست‌هاش را جبران کند و به موفقیت برسد.

ادراک کنترل و کارایی باید سازنده باشد؛ یعنی با شواهد محیطی هماهنگی لازم را داشته باشد. در صورت ناهمانگی، نوعی ادراک کنترل و کارایی کاذب ایجاد می‌شود که مانع بروز رفتار است و اثر منفی دارد. اما وقتی با شواهد محیطی هماهنگ باشد، در بروز رفتار اثر مثبت دارد.

۴۴

گزینه ۴ پاسخ صحیح است.

(الف) درماندگی آموخته شده حالتی است که در آن پیامدها و نتایج کار هیچ ربطی با تلاش و کار فرد ندارد.
ب) تأکید بر مزایای رشته‌ی انتخاب شده و معایب رشته‌ی رد شده، راهی برای کاهش احساس تنفس حاصل از تصمیم‌گیری در شرایط انتخاب رشته (ناهمانگی بعد از تصمیم) است.

پ) اگر یک هدف به طور دقیق مشخص شده باشد، احتمال انحراف از مسیر دستیابی به آن کاهش می‌یابد.
در گزینه ۴ «اطلاعات درباره‌ی آسیب‌شناسی» موضوعی مبهم است؛ زیرا مشخص نکرده که برای بعد جسمانی است یا روانی و برای چه بازه‌ی سنی احتمال بیشتری دارد که فرد در مسیر این هدف دچار انحراف شود.

۴۵

گزینه ۱ پاسخ صحیح است. آن‌چه که سهیل را به سمت خوایدن سوق داده است نیاز به خواب یا همان عوامل زیستی (یعنی انگیزه) است.

بابک با این‌که تشهه است، صبر می‌کند تا نوبتش شود. احترام به دیگران و رعایت نوبت از عوامل فرازیستی (نگرش) است.

آن‌چه باعث رفتار ناپسند بهرام شده، نیاز زیستی گرسنگی نبوده بلکه نگرش و باور غلط او نسبت به دیگران و افراد ضعیفتر بوده است.

۴۶

گزینه ۲ پاسخ صحیح است. عوامل شکل‌دهنده‌ی نگرش متنوع بوده و تحت تاثیر نظام شناختی فرد و باورها و ارزش‌های وی است.

۴۷

گزینه ۳ پاسخ صحیح است. یعنی احساس کنیم دانش و مهارت لازم در انجام دادن کاری را داریم و از پس آن برمی‌آییم. سارقی که توانایی خود را در باز کردن درب خانه بیان می‌کند، ادراک کارایی دارد. یعنی ما همواره دوست داریم همه چیز مطابق نظر و تحت اختیار ما باشد و با انجام دادن رفتارهای گوناگون سعی می‌کنیم محیط را در کنترل خود بگیریم، خانمی که می‌گوید هیچ کاری بدون اجازه شوهرش نمی‌تواند انجام دهد، ادراک کنترل ندارد.

۴۸

گزینه ۴ پاسخ صحیح است. گزینه‌های (۱)، (۳) و (۴) اشاره به روش‌های تحت کنترل دارند، اما در گزینه‌ی (۲) به موانع بیرونی رشد و پیشرفت یک کشور اشاره شده است که قابل کنترل نیست.

۴۹

گزینه ۲ پاسخ صحیح است.

إسنادهای پایدار ← توانایی و استعداد و دشواری تکلیف

إسنادهای بیرونی ← دشواری تکلیف

إسنادهای غیرقابل کنترل ← استعداد و توانایی و دشواری تکلیف

نکته: کوشش و برنامه‌ریزی، ناپایدار، درونی و قابل کنترل هستند.

۵۰

گزینه ۲ پاسخ صحیح است. نظام باورهای همه‌ی افراد در نهایت به وسیله‌ی خود فرد ساخته می‌شود.
مورد تمسخر یا تحقیر دیگران قرار گرفتن از عوامل بیرونی موثر در شکل‌گیری باورهای غلط است.

۵۱

گزینه ۴ پاسخ صحیح است. اگر ادراک کنترل و کارایی با شواهد محیطی هماهنگی لازم را نداشته باشد، در صورت ناهماهنگی، نوعی ادراک کنترل و کارایی کاذب ایجاد می‌شود که مانع بروز رفتار است. بررسی سایر گزینه‌ها:

(۱) مربوط به ادراک کارایی است.

(۲) مربوط به ادراک کنترل است.

(۳) سازنده بودن ادراک کنترل و کارایی به معنای هماهنگی آن‌ها با شواهد محیطی است.

۵۲

گزینه ۳ پاسخ صحیح است. هر سه گزینه‌ی ۱، ۲ و ۴ اشاره به عوامل تحت کنترل در پیشرفت و رشد یک کشور و جامعه دارند، اما گزینه‌ی ۳ به عامل بیرونی (غیرقابل کنترل) تأثیرگذار بر پیشرفت و رشد یک کشور اشاره دارد.

۵۳

گزینه ۲ پاسخ صحیح است. در موقعیت درماندگی آموخته شده آدمیان با وجود توانایی، می‌آموزند که ناتوان هستند و تلاش آن‌ها موقعیت را به هیچ وجه به نفع آن‌ها تغییر نخواهد داد. بررسی سایر گزینه‌ها:

(۱) فرد احساس می‌کند کنترل اوضاع از دستش خارج شده است.

(۲) شخص واقعاً ممکن است در موقعیت ناراحت‌کننده قرار داشته و تلاش او نتوانسته موقعیتش را تغییر دهد.

(۳) این حالت مربوط به افرادی است که پیامدهای رفتار را مستقل از خود رفتار می‌دانند.

۵۴

گزینه ۳ پاسخ صحیح است. در هر سه گزینه‌ی ۱، ۲ و ۴، فرد شکست خود را به عوامل غیرقابل کنترل مانند دشواری تکلیف، توانایی و استعداد و شانس و اقبال نسبت داده است، اما در گزینه‌ی ۳، فرد شکست خود را به پشتکار که عاملی قابل کنترل است، نسبت داده است.

۵۵

گزینه ۳ پاسخ صحیح است. در بین عوامل نگرشی، انتخاب هدف، علاوه بر ایجاد توانمندی، باعث انسجام در رفتار می‌شود.

۵۶

گزینه ۲ پاسخ صحیح است. نگرش‌ها، پس از شکل‌گیری، از ثبات بیشتری برخوردار شده و تابع اصل هماهنگی شناختی هستند؛ یعنی در برابر تغییر مقاومت می‌کنند.

۵۷

گزینه ۲ پاسخ صحیح است. اگر فردی بداند که سیگار کشیدن سبب ایجاد سرطان ریه می‌شود (شناخت و باور) و باز هم به کشیدن سیگار ادامه دهد (رفتار)، باور او با رفتارش ناهماهنگ است. یعنی دچار ناهمانگی شناختی شده است.

۵۸

گزینه ۴ پاسخ صحیح است. نظام باورهای همه افراد به وسیله ارکانی همچون خانواده، مدرسه، اجتماع و در نهایت به وسیله خود فرد ساخته می‌شود.

۵۹

گزینه ۳ پاسخ صحیح است.

درماندگی آموخته شده مربوط به افرادی است که کوشش را با پیشرفت مرتبط نمی‌دانند. آنها فکر می‌کنند هر کاری انجام دهنند به موقعیت نمی‌رسند. یعنی پیامدهای رفتار را مستقل از خود رفتار می‌دانند، در نتیجه، این اعتقاد در فرد ایجاد می‌شود که رویدادها در کنترل او نیستند.

۶۰ گزینه ۴ پاسخ صحیح است.

یکی دیگر از عوامل بروز رفتار در افراد این است که رفتار و باورمان هماهنگ نباشد و فرد دچار ناهمانگی ذهنی شود که به آن ناهمانگی شناختی می‌گویند.

۶۱ گزینه ۳ پاسخ صحیح است.

هدفمندی (انتخاب هدف)، علاوه بر ایجاد توانمندی، باعث انسجام در رفتار می‌شود. هدف معین، فرد را از بیراهه رفتن و اتلاف منابع انرژی خود مصون می‌دارد.

۶۲ گزینه ۲ پاسخ صحیح است. وقتی شخصی دارای دو شناخت هم زمان و در تضاد باشد، که با یکدیگر در تضاد است می‌گویند او دارای ناهمانگی شناختی است.

۶۳ گزینه ۱ پاسخ صحیح است. نظام باورهای هر فرد و جامعه، موتور محرکه قوی جهت دستیابی به هدفهای فردی و جمعی است.

۶۴ گزینه ۴ پاسخ صحیح است. به مجموعه عوامل فرازیستی که باعث به حرکت درآوردن رفتار و شناخت ما می‌شود نگرش می‌گویند.

۶۵ گزینه ۴ پاسخ صحیح است. در گزینه‌ی (۴) فرد فعالیتی را به دلیل علاقه‌ی خود انجام می‌دهد (انگیزش درونی) و منبع لذت در خود تکلیف است. در سایر گزینه‌ها افراد برای کسب رتبه‌ی ۱، مورد تشویق دیگران قرار گرفتن و دیده شدن، دست به فعالیت می‌زنند که همگی نشان‌دهنده‌ی انگیزش بیرونی هستند و منبع آن عامل خارجی است و در بیرون فرد قرار دارد.

۶۶ گزینه ۳ پاسخ صحیح است.

غیرقابل کنترل توانایی یا استعداد دشواری تکلیف

بیرونی ← دشواری تکلیف
نایابی → تلاش و برنامه‌ریزی
توجه: توانایی و استعداد، اسنادی درونی هستند.

۶۷ گزینه ۱ پاسخ صحیح است. در انگیزش بیرونی، عامل خارجی فرد را به انجام دادن کاری خاص برمی‌انگیزد.

۶۸ گزینه ۴ پاسخ صحیح است. عوامل شکل دهنده نگرش متنوع است و تحت تأثیر نظام شناختی فرد، باورها و ارزش‌های او قرار دارد.

۶۹ گزینه ۴ پاسخ صحیح است. افراد مبتلا به درماندگی آموخته شده، پامدهای رفتار را مستقل از خود رفتار می‌دانند. فیلی که دچار درماندگی آموخته شده می‌شود، توانایی پاره کردن طناب را دارد، اما پذیرفته که ناتوان است.

۷۰ گزینه ۳ پاسخ صحیح است. بسیاری از افراد در شکست دیگران را مقصراً می‌دانند یا آنرا به قضا و قدر نسبت می‌دهند، اما در گزینه‌ی ۳ فرد عدم آمادگی جسمانی و تمرین‌های مکرر را عامل شکست خود می‌داند، پس عامل تقصیر را خود می‌داند، نه دیگران و یا قضا و قدر.

۷۱

- گزینه ۲ پاسخ صحیح است. در گزینه ۲ رضامی داند که عدم تلاش باعث شکست شده، اما رابطه‌ی تلاش، تمرين و مرور کارآمد با موفقیت را انکار می‌کند که عقلانی نیست. بررسی سایر گزینه‌ها:
- (۱) علی برای رفع ناهماهنگی، کاری انجام نداده است.
 - (۳) محمد برای رفع ناهماهنگی، رفتار خود را تغییر داده است.
 - (۴) الهام رای رفع ناهماهنگی، نگرش خود را تغییر داده است.

۷۲

- گزینه ۱ پاسخ صحیح است. در انگیزش درونی، فرد کار یا فعالیت را به خاطر خود آن چیز انجام می‌دهد؛ زیرا به آن کار علاقه دارد، برای جالب است و با نیازهای فطری او مطابقت دارد. در انگیزش درونی منبع لذت در خود تکلیف است در حالی که در انگیزش بیرونی، منبع انگیزش در پاداش و لذت خارج از فرد قرار دارد؛ بنابراین علاقه‌ی زیاد به نظم و انضباط بیانگر نوعی علاقه‌ی درونی فرد به منظم بودن است که یعنی فرد انگیزه‌ی درونی دارد.
- رد گزینه‌ی ۲: جرمیه یک عامل بیرونی بازدارنده است.
- رد گزینه‌ی ۳: نمره‌ی خود یک عامل بیرونی تشویق‌کننده است.
- رد گزینه‌ی ۴: تشویق دیگران یک عامل بیرونی تشویق‌کننده است.

۷۳

- گزینه ۳ پاسخ صحیح است. اگر بین کار خود و پیامدهای آن رابطه‌ای نبینیم، دست از کار می‌کشیم؛ یعنی یاد می‌گیریم که نتایج به دست آمده ارتباطی با کار ما ندارند و مستقل از عمل ما هستند. در این حالت به «درماندگی آموخته شده» می‌رسیم.

۷۴

- گزینه ۳ پاسخ صحیح است. اگر اهداف را بسیار کوچک و بی‌ارزش و زودگذر انتخاب کنیم، هرگز انگیزه تلاش و عمل ایجاد نمی‌شود، زیرا از انجام آن‌ها احساس ارزشمندی، افتخار و غرور نمی‌کنیم.

۷۵

- گزینه ۱ پاسخ صحیح است.
- الف) هر ملتی بمانند، باید بداند ← در این مثال این باور وجود دارد که شرط سرافرازی یک ملت، دانایی است. (پس این جمله مثالی از باور یک جامعه است.)
- ب) هدف ← هر چیزی است که انسان سعی دارد به آن برسد و فکر می‌کند برای او موثر و مفید است.
- ج) زمانی که فرد دانش و مهارت لازم را در انجام کاری در خود بیابد، در واقع به ادارک‌کارایی دست یافته است.

۷۶

- گزینه ۴ پاسخ صحیح است. هرگاه فرد مجبور شود بین دو انتخاب مطلوب، یکی را برگزیند، برای جبران ناهماهنگی شناختی، در مورد چیزی که انتخاب کرده است، مزایا و در مورد آن که رد کرده است، معایب را می‌شمارد، پس فرد مزایای چرخ‌گوشت و معایب آب‌میوه‌گیری و مخلوطکن را می‌گوید.

۷۷

- گزینه ۳ پاسخ صحیح است. بررسی سایر گزینه‌ها:
- (۱) فرد کوشش را با پیشرفت مرتبط نمی‌داند.
 - (۲) فرد پیامدهای رفتار را مستقل از خود رفتار می‌داند.
 - (۴) شخص واقعاً ممکن است در موقعیت ناراحت‌کننده قرار داشته و تلاش او نتوانسته موقعیتش را تغییر دهد.

۷۸

- گزینه ۱ پاسخ صحیح است. هر نگرش دارای یک عنصر شناختی، یک عنصر احساسی و یک عنصر آمادگی برای عمل است.

۷۹

گزینه ۴ پاسخ صحیح است. وقتی یادگیرندگان شکست را به چیزی نسبت می‌دهند که نمی‌توانند آن را کنترل کنند (مانند توانایی پایین و دشواری تکالیف) انگیزه‌ی بسیار کمی برای جبران آن خواهد داشت، اما نسبت دادن شکست به تلاش و برنامه‌ریزی به جهت این که در اختیار فرد هستند، شکست را جبران کرده و ما را به توفیق می‌رساند. نکته: در کتاب به شناس اشاره‌ی مستقیم نشده است، اما از آنجایی که تحت کنترل نمایند، پس انگیزه‌ی جبران را کاهش می‌دهد.

۸۰

گزینه ۳ پاسخ صحیح است. اگر اهداف را بسیار کوچک، بی‌ارزش و زودگذر انتخاب کنیم ← هرگز انگیزه‌ی تلاش و عمل ایجاد نمی‌شود، زیرا از انجام آن‌ها احساس ارزشمندی، افتخار و غرور نمی‌کنیم.

۸۱

عوامل فردی شکل‌گیری باورهای غلط ← ناتوانی، نامیدی، بی‌ارزشی عوامل بیرونی شکل‌گیری باورهای غلط ← تحقیر دیگران، عدم حمایت اجتماعی بررسی سایر گزینه‌ها:

(۱) بیرونی - فردی - فردی (۲) فردی - بیرونی - بیرونی (۳) فردی - فردی - فردی

گزینه ۴ پاسخ صحیح است.

۸۲

گزینه ۴ پاسخ صحیح است. وقتی شخصی دارای دو شناخت هم‌زمان و متناقض باشد، که با یکدیگر متناقض است می‌گویند او دارای ناهمانگی شناختی است.

۸۳

گزینه ۳ پاسخ صحیح است. اعتقاد قوی به چیزی که شناخت داریم، نظام باورهای ما را شکل می‌دهد.

۸۴

گزینه ۱ پاسخ صحیح است. عوامل شکل‌دهنده رفتار انسان علاوه بر عوامل انگیزشی (زیستی)، تابع عوامل مختلف نگرش افراد هم هست. عوامل شکل‌دهنده نگرش، متنوع است و تحت تأثیر نظام شناختی خود، باورها و ارزش‌های او قرار دارد.

۸۵

گزینه ۱ پاسخ صحیح است.

عوامل شکل‌دهنده به رفتار انسان، علاوه بر عوامل انگیزشی (زیستی)، تابع عوامل مختلف نگرش افراد هم هست. عوامل شکل‌دهنده نگرش، متنوع است و تحت تأثیر نظام شناختی خود، باورها و ارزش‌های او قرار دارد.

۸۶

گزینه ۳ پاسخ صحیح است. اگر باورهای غلط شکل بگیرد، حتی اگر هم توانایی انجام کاری را داشته باشیم، باز نمی‌توانیم با موفقیت آن را انجام دهیم.

۸۷

گزینه ۲ پاسخ صحیح است. انتخاب هدف علاوه بر ایجاد توانمندی، باعث انسجام رفتاری می‌شود.

۸۸

گزینه ۲ پاسخ صحیح است. یکی دیگر از عوامل بروز رفتار در افراد این است که رفتارمان با باور هماهنگ نباشد و دچار ناهمانگی فکری شود که به آن ناهمانگی شناختی می‌گویند.

۸۹

گزینه ۳ پاسخ صحیح است.

نظام باورهای هر فرد و جامعه موتور محرک قوی جهت دستیابی به هدف‌های فردی و جمعی است.

۹۰

گزینه ۴ پاسخ صحیح است. عوامل شکل‌دهنده به رفتار انسان، علاوه بر عوامل انگیزش (زیستی)، تابع عوامل مختلف نگرش افراد هم هست.

۹۱

گزینه ۴ پاسخ صحیح است. در سؤال مورد نظر، اسناد به دشواری تکلیف نسبت داده شده است که اسنادی پایدار، غیرقابل کنترل و بیرونی است.

۹۲

گزینه ۳ پاسخ صحیح است. انگیزه سبب می‌شود که فرد کاری را انجام دهد و رفتاری را از خود نمایان سازد.

۹۳

۹۴

گزینه ۳ پاسخ صحیح است. دوری از هر چه که سختی و درد دارد نشانگر ادراک کترل است.

معلمی که احساس می‌کند توانایی لازم را برای آموزش دادن به دانشآموزان ندارد، دچار ادراک کارایی ناکارآمد است.

بررسی سایر گزینه‌ها:

(۱) درست - درست

(۲) ادراک کارایی یعنی احساس داشتن مهارت و دانش لازم برای انجام یک کار.

(۴) این موضوع که می‌خواهیم خودمان تراشه‌ی رفته در پوستمان را در بیاوریم نشان‌دهنده‌ی نیاز به ادراک کترل (تحت اختیار گرفتن محیط) است.

۹۵

گزینه ۳ پاسخ صحیح است. اگر شکست را به چیزی نسبت دهیم که نمی‌توانیم آن را کترل کنیم (مانند توانایی، دشواری تکلیف، شناس و غیره) انگیزه‌ی بسیار کمی برای جبران آن خواهیم داشت.

در گزینه‌ی (۳) فرد شکست را به کم کار کردن نسبت می‌دهد، یعنی به تلاش کم‌تر، پس چون تلاش و کوشش قابل کترل است، انگیزه‌ی جبران بیش‌تر خواهد بود.

بررسی سایر گزینه‌ها:

(۱) اسناد دشواری تکلیف

(۲) اسناد توانایی و استعداد

(۴) اسناد شناس

۹۶

گزینه ۴ پاسخ صحیح است. افراد برای رفع ناهماهنگی شناختی، رفتار و یا نگرش خود را تغییر می‌دهند. فقط در گزینه‌ی (۴) احسان رفتار خود، یعنی استفاده از اینترنت را کاهش داده است، در سایر گزینه‌ها افراد یا به انکار غیرعقلانی دست زده‌اند و یا نگرش خود را تغییر داده‌اند.

بررسی سایر گزینه‌ها:

(۱) تغییر نگرش

(۲) انکار غیرعقلانی

(۳) تغییر نگرش

۹۷

گزینه ۲ پاسخ صحیح است. بررسی گزینه‌ها:

گزینه ۱: درمان‌گی آموخته شده

گزینه ۲: باورها و نظام ارزش فرد

گزینه ۳: هماهنگی شناختی

گزینه ۴: درمان‌گی آموخته شده

۹۸

گزینه ۲ پاسخ صحیح است. منبع انگیزش بیرونی در «پاداش و لذت خارج از فرد» قادر دارد، در حالی که در انگیزش درونی، منبع لذت در «خود تکلیف» است.

۹۹

گزینه ۲ پاسخ صحیح است. بردن جایزه، نمره ۲۰ و تحت تأثیر وعده و وعید قرار گرفتن اشاره به «انگیزه بیرونی» و علاقه به خواندن کتاب مربوط به «انگیزه درونی» است.

۱۰۰

گزینه ۲ پاسخ صحیح است. اینکه چرا یک فرد کاری را انجام می‌دهد و افراد دیگر این کارها را نمی‌کنند به چرایی رفتار باز می‌گردد. جست‌وجوی علت رفتار، در واقع به معنای توجه به «عوامل انگیزشی» رفتار است.

گزینه ۲ پاسخ صحیح است.

۱۰۱

گزینه ۴ پاسخ صحیح است. ۱۰۲

موارد صورت سوال به ترتیب به «هدفمندی»، «باورها و نظام ارزشی» و «ادراک کنترل» اشاره دارند.

گزینه ۱ پاسخ صحیح است. منبع انگیزش بیرونی، در پاداش و لذت خارج از فرد قرار دارد. ۱۰۳

گزینه ۲ پاسخ صحیح است. درماندگی آموخته شده مربوط به افرادی است که کوشش را با پیشرفت مرتبط نمی‌دانند. آن‌ها فکر می‌کنند هر کاری انجام دهنند به موفقیت نمی‌رسند. یعنی پیامدهای رفتار را مستقل از خود رفتار می‌دانند. در نتیجه این اعتقاد در فرد ایجاد می‌شود که رویدادها در کنترل او نیستند. ۱۰۴

گزینه ۳ پاسخ صحیح است. درماندگی آموخته شده مربوط به افرادی است که کوشش را با پیشرفت مرتبط نمی‌دانند. آن‌ها فکر می‌کنند هر کاری انجام دهنند به موفقیت نمی‌رسند. یعنی پیامدهای رفتار را مستقل از خود رفتار می‌دانند، در نتیجه این اعتقاد در فرد ایجاد می‌شود که رویدادها در کنترل او نیستند. ۱۰۵

گزینه ۲ پاسخ صحیح است. جستجوی علت رفتار در واقع، به معنای توجه به عوامل انگیزشی آن رفتار است. ۱۰۶

گزینه ۱ پاسخ صحیح است. در انگیزه درونی، فرد کار یا فعالیت را به خاطر آن چیز انجام می‌دهد، زیرا به آن کار علاقه دارد، برایش جالب است و با نیازهای فطری او مطابقت دارد به عبارت دیگر منبع انگیزش در پاداش و لذت خارج از فرد قرار دارد، در حالی که در انگیزه درونی، منبع لذت در خود تکلیف است. ۱۰۷

گزینه ۳ پاسخ صحیح است. درماندگی آموخته شده مربوط به افرادی است که کوشش را با پیشرفت مرتبط نمی‌دانند. آن‌ها فکر می‌کنند هر کاری انجام دهنند به موفقیت نمی‌رسند. یعنی پیامدهای رفتار را مستقل از خود رفتار می‌دانند، در نتیجه، این اعتقاد در فرد ایجاد می‌شود که رویدادها در کنترل او نیستند. ۱۰۸

۱۱۰

۱۱۱

۱۱۲

۱۱۳

- ۱۱۴
- ۱۱۵
- ۱۱۶
- ۱۱۷
- ۱۱۸
- ۱۱۹
- ۱۲۰
- ۱۲۱
- ۱۲۲

www.akoedu.ir

۱۲۳
۱۲۴
۱۲۵
۱۲۶
۱۲۷
۱۲۸
۱۲۹
۱۳۰

www.akoedu.ir

۱۳۱

۱۳۲

۱۳۳

۱۳۴

۱۳۵

گزینه ۳ پاسخ صحیح است. تفاوت انسان و حیوان این است که انسان مانند حیوان فقط بر اساس غریزه و خواسته قدم برنمی‌دارد؛ بلکه در کنار خواسته‌ها، آنچه رفتار او را کنترل می‌کند نگرش است. چه بسا انسان‌ها خواسته‌های جمعی را بر خواستهٔ فردی ترجیح می‌دهند و این مربوط به نگرش آن‌ها است.

۱۳۶

۱۳۷

۱۳۸

www.akoedu.ir

۱۳۹
۱۴۰
۱۴۱
۱۴۲
۱۴۳
۱۴۴
۱۴۵
۱۴۶
۱۴۷
۱۴۸
۱۴۹
۱۵۰

www.akoedu.ir

- ١٥١
- ١٥٢
- ١٥٣
- ١٥٤
- ١٥٥
- ١٥٦
- ١٥٧
- ١٥٨
- ١٥٩
- ١٦٠
- ١٦١
- ١٦٢
- ١٦٣
- ١٦٤
- ١٦٥
- ١٦٦
- ١٦٧
- ١٦٨
- ١٦٩
- ١٧٠
- ١٧١
- ١٧٢
- ١٧٣
- ١٧٤
- ١٧٥

www.akoedu.ir

- ۱۷۶
- ۱۷۷
- ۱۷۸
- ۱۷۹
- ۱۸۰
- ۱۸۱
- ۱۸۲
- ۱۸۳
- ۱۸۴
- ۱۸۵
- ۱۸۶
- ۱۸۷
- ۱۸۸
- ۱۸۹
- ۱۹۰
- ۱۹۱
- ۱۹۲
- ۱۹۳
- ۱۹۴
- ۱۹۵
- ۱۹۶
- ۱۹۷
- ۱۹۸
- ۱۹۹

www.akoedu.ir

۱	۱	۲	۳	۴
۲	۱	۲	۳	۴
۳	۱	۲	۳	۴
۴	۱	۲	۳	۴
۵	۱	۲	۳	۴
۶	۱	۲	۳	۴
۷	۱	۲	۳	۴
۸	۱	۲	۳	۴
۹	۱	۲	۳	۴
۱۰	۱	۲	۳	۴
۱۱	۱	۲	۳	۴
۱۲	۱	۲	۳	۴
۱۳	۱	۲	۳	۴
۱۴	۱	۲	۳	۴
۱۵	۱	۲	۳	۴
۱۶	۱	۲	۳	۴
۱۷	۱	۲	۳	۴
۱۸	۱	۲	۳	۴
۱۹	۱	۲	۳	۴
۲۰	۱	۲	۳	۴
۲۱	۱	۲	۳	۴
۲۲	۱	۲	۳	۴
۲۳	۱	۲	۳	۴
۲۴	۱	۲	۳	۴
۲۵	۱	۲	۳	۴
۲۶	۱	۲	۳	۴
۲۷	۱	۲	۳	۴
۲۸	۱	۲	۳	۴
۲۹	۱	۲	۳	۴
۳۰	۱	۲	۳	۴
۳۱	۱	۲	۳	۴
۳۲	۱	۲	۳	۴

۳۳	۱	۲	۳	۴
۳۴	۱	۲	۳	۴
۳۵	۱	۲	۳	۴
۳۶	۱	۲	۳	۴
۳۷	۱	۲	۳	۴
۳۸	۱	۲	۳	۴
۳۹	۱	۲	۳	۴
۴۰	۱	۲	۳	۴
۴۱	۱	۲	۳	۴
۴۲	۱	۲	۳	۴
۴۳	۱	۲	۳	۴
۴۴	۱	۲	۳	۴
۴۵	۱	۲	۳	۴
۴۶	۱	۲	۳	۴
۴۷	۱	۲	۳	۴
۴۸	۱	۲	۳	۴
۴۹	۱	۲	۳	۴
۵۰	۱	۲	۳	۴
۵۱	۱	۲	۳	۴
۵۲	۱	۲	۳	۴
۵۳	۱	۲	۳	۴
۵۴	۱	۲	۳	۴
۵۵	۱	۲	۳	۴
۵۶	۱	۲	۳	۴
۵۷	۱	۲	۳	۴
۵۸	۱	۲	۳	۴
۵۹	۱	۲	۳	۴
۶۰	۱	۲	۳	۴
۶۱	۱	۲	۳	۴
۶۲	۱	۲	۳	۴
۶۳	۱	۲	۳	۴
۶۴	۱	۲	۳	۴

۶۵	۱	۲	۳	۴
۶۶	۱	۲	۳	۴
۶۷	۱	۲	۳	۴
۶۸	۱	۲	۳	۴
۶۹	۱	۲	۳	۴
۷۰	۱	۲	۳	۴
۷۱	۱	۲	۳	۴
۷۲	۱	۲	۳	۴
۷۳	۱	۲	۳	۴
۷۴	۱	۲	۳	۴
۷۵	۱	۲	۳	۴
۷۶	۱	۲	۳	۴
۷۷	۱	۲	۳	۴
۷۸	۱	۲	۳	۴
۷۹	۱	۲	۳	۴
۸۰	۱	۲	۳	۴
۸۱	۱	۲	۳	۴
۸۲	۱	۲	۳	۴
۸۳	۱	۲	۳	۴
۸۴	۱	۲	۳	۴
۸۵	۱	۲	۳	۴
۸۶	۱	۲	۳	۴
۸۷	۱	۲	۳	۴
۸۸	۱	۲	۳	۴
۸۹	۱	۲	۳	۴
۹۰	۱	۲	۳	۴
۹۱	۱	۲	۳	۴
۹۲	۱	۲	۳	۴
۹۳	۱	۲	۳	۴
۹۴	۱	۲	۳	۴
۹۵	۱	۲	۳	۴
۹۶	۱	۲	۳	۴

۹۷	۱	۲	۳	۴
۹۸	۱	۲	۳	۴
۹۹	۱	۲	۳	۴
۱۰۰	۱	۲	۳	۴
۱۰۱	۱	۲	۳	۴
۱۰۲	۱	۲	۳	۴
۱۰۳	۱	۲	۳	۴
۱۰۴	۱	۲	۳	۴
۱۰۵	۱	۲	۳	۴
۱۰۶	۱	۲	۳	۴
۱۰۷	۱	۲	۳	۴
۱۰۸	۱	۲	۳	۴
۱۰۹	۱	۲	۳	۴
۱۱۰	۱	۲	۳	۴
۱۱۱	۱	۲	۳	۴
۱۱۲	۱	۲	۳	۴
۱۱۳	۱	۲	۳	۴
۱۱۴	۱	۲	۳	۴
۱۱۵	۱	۲	۳	۴
۱۱۶	۱	۲	۳	۴
۱۱۷	۱	۲	۳	۴
۱۱۸	۱	۲	۳	۴
۱۱۹	۱	۲	۳	۴
۱۲۰	۱	۲	۳	۴
۱۲۱	۱	۲	۳	۴
۱۲۲	۱	۲	۳	۴
۱۲۳	۱	۲	۳	۴
۱۲۴	۱	۲	۳	۴
۱۲۵	۱	۲	۳	۴
۱۲۶	۱	۲	۳	۴
۱۲۷	۱	۲	۳	۴
۱۲۸	۱	۲	۳	۴

۱۲۹	۱	۲	۳	۴
۱۳۰	۱	۲	۳	۴
۱۳۱	۱	۲	۳	۴
۱۳۲	۱	۲	۳	۴
۱۳۳	۱	۲	۳	۴
۱۳۴	۱	۲	۳	۴
۱۳۵	۱	۲	۳	۴
۱۳۶	۱	۲	۳	۴
۱۳۷	۱	۲	۳	۴
۱۳۸	۱	۲	۳	۴
۱۳۹	۱	۲	۳	۴
۱۴۰	۱	۲	۳	۴
۱۴۱	۱	۲	۳	۴
۱۴۲	۱	۲	۳	۴
۱۴۳	۱	۲	۳	۴
۱۴۴	۱	۲	۳	۴
۱۴۵	۱	۲	۳	۴
۱۴۶	۱	۲	۳	۴
۱۴۷	۱	۲	۳	۴
۱۴۸	۱	۲	۳	۴
۱۴۹	۱	۲	۳	۴
۱۵۰	۱	۲	۳	۴
۱۵۱	۱	۲	۳	۴
۱۵۲	۱	۲	۳	۴
۱۵۳	۱	۲	۳	۴
۱۵۴	۱	۲	۳	۴
۱۵۵	۱	۲	۳	۴
۱۵۶	۱	۲	۳	۴
۱۵۷	۱	۲	۳	۴
۱۵۸	۱	۲	۳	۴
۱۵۹	۱	۲	۳	۴
۱۶۰	۱	۲	۳	۴

۱۶۱	۱	۲	۳	۴
۱۶۲	۱	۲	۳	۴
۱۶۳	۱	۲	۳	۴
۱۶۴	۱	۲	۳	۴
۱۶۵	۱	۲	۳	۴
۱۶۶	۱	۲	۳	۴
۱۶۷	۱	۲	۳	۴
۱۶۸	۱	۲	۳	۴
۱۶۹	۱	۲	۳	۴
۱۷۰	۱	۲	۳	۴
۱۷۱	۱	۲	۳	۴
۱۷۲	۱	۲	۳	۴
۱۷۳	۱	۲	۳	۴
۱۷۴	۱	۲	۳	۴
۱۷۵	۱	۲	۳	۴
۱۷۶	۱	۲	۳	۴
۱۷۷	۱	۲	۳	۴
۱۷۸	۱	۲	۳	۴
۱۷۹	۱	۲	۳	۴
۱۸۰	۱	۲	۳	۴
۱۸۱	۱	۲	۳	۴
۱۸۲	۱	۲	۳	۴
۱۸۳	۱	۲	۳	۴
۱۸۴	۱	۲	۳	۴
۱۸۵	۱	۲	۳	۴
۱۸۶	۱	۲	۳	۴
۱۸۷	۱	۲	۳	۴
۱۸۸	۱	۲	۳	۴
۱۸۹	۱	۲	۳	۴
۱۹۰	۱	۲	۳	۴
۱۹۱	۱	۲	۳	۴
۱۹۲	۱	۲	۳	۴

۱۹۳	۱	۲	۳	۴
۱۹۴	۱	۲	۳	۴
۱۹۵	۱	۲	۳	۴
۱۹۶	۱	۲	۳	۴
۱۹۷	۱	۲	۳	۴
۱۹۸	۱	۲	۳	۴
۱۹۹	۱	۲	۳	۴