

فهرست مطالب

سیزده	ضرورت یادگیری روان‌شناسی
هفده	چگونه بخوانید تا بهتر یاد بگیرید
فصل اول : تعریف، تاریخچه، مکتبها، رشته‌ها، روشهای تحقیق و زمینه‌های مورد مطالعه روان‌شناسی ..	
۱	تعریف روان‌شناسی
۵	تاریخچه روان‌شناسی
۷	تاریخچه روان‌شناسی در ایران
۹	مکتبهای روان‌شناسی
۹	ساخت‌گرایی
۹	کنش‌گرایی
۱۰	گشتالت‌گرایی
۱۰	روان‌کاوی
۱۱	انسان‌گرایی
۱۱	رفتارگرایی
۱۱	شناخت‌گرایی
۱۲	اجتماع و فرهنگ‌گرایی
۱۲	زیست‌گرایی
۱۲	رشته‌های روان‌شناسی
۱۴	روشهای تحقیق در روان‌شناسی
۱۴	روش مشاهده طبیعی
۱۵	روش آزمایشی
۱۵	روش بالینی (کلینیکی)
۱۶	روش آزمونها
۱۷	روش روان‌کاوی
۱۷	زمینه‌های مورد مطالعه روان‌شناسی
۱۷	یادگیری
۲۰	اختلالهای رفتاری
۲۲	کم‌توانی ذهنی

۲۴ خلاصه فصل
۲۶ خودآزمایی
۲۹ فصل دوم: شرطی شدن و یادگیری
۳۰ تحول مفاهیم مربوط به یادگیری
۳۴ شرطی کردن از نوع محرک: پاولف
۳۷ شرطی کردن از نوع پاسخ: تقویت
۳۸ مطالعه آزمایشی شرطی کردن از نوع پاسخ
۴۱ یادگیریهای شناختی
۴۱ یادگیری از راه بینش
۴۱ یادگیری پنهان
۴۲ یادگیری ادراکی
۴۵ دانستن: آمادگی برای پاسخ دادن
۴۶ یادگیری مشاهده‌ای
۴۷ خلاصه فصل
۴۸ خودآزمایی
۵۱ فصل سوم: رشد و عوامل مؤثر در آن
۵۱ دوره نطفه‌ای
۵۱ دوره شیه جنینی
۵۲ دوره جنینی
۵۳ رشد جسمی
۵۳ بازتابها
۵۴ رشد حرکتی
۵۴ رشد ادراک
۵۴ دلبستگی
۵۷ دوره‌های دلبستگی
۵۷ سبکهای فرزندپروری
۵۸ رشد شناختی
۵۹ نظریه رشد شناختی پیاژه
۵۹ رشد اخلاقی
۶۱ نوجوانی
۶۳ بلوغ جنسی
۶۴ تعارضهای نوجوانی
۶۴ بزرگسالی
۶۴ سالمندی
۶۵ مرگ و آخرین لحظه‌های زندگی
۶۶

۶۷ خلاصه فصل
۶۸ خودآزمایی
۷۳ فصل چهارم: هوش
۷۳ تعریف هوش
۷۴ اندازه‌گیری هوش
۷۵ ویژگیهای اصلی آزمونهای هوشی
۷۵ استاندارد بودن
۷۶ پایایی یا ثبات
۷۷ روایی
۷۷ آزمونهای هوشی و پیشرفت تحصیلی
۷۸ آزمونهای فردی هوش
۷۹ آزمونهای وکسلر
۷۹ آزمون سنجش آمادگی کودکان برای ورود به آموزش همگانی
۸۱ آزمونهای گروهی هوش
۸۲ آزمون نظامی آلفا
۸۲ آزمونهای نابسته به فرهنگ کتل
۸۲ آزمون «ترسیم آدمک»
۸۳ استفاده بجا و نابجا از آزمونهای هوشی
۸۴ تفاوت‌های هوشی: چگونه و چرا تفاوت داریم؟
۸۴ سن و ضریب هوشی
۸۴ کم‌توانی ذهنی
۸۶ سرآمدی
۸۷ اثر توارث در هوش
۹۰ اثر محیط در هوش
۹۱ هوش هیجانی
۹۴ خلاصه فصل
۹۶ خودآزمایی
۹۹ فصل پنجم: حافظه و فراموشی
۹۹ مراحل سه‌گانه تشکیل حافظه
۹۹ حافظه حسی: اولین مرحله
۱۰۱ حافظه کوتاه‌مدت: انتخاب و دقت

۱۰۲	مدت حافظه کوتاه مدت
۱۰۳	گنجایش حافظه کوتاه مدت
۱۰۵	استفاده مؤثر از حافظه کوتاه مدت
۱۰۶	بردازش دیداری و شنیداری
۱۰۶	سطوح بردازش
۱۰۷	حافظه بلندمدت: مخزن خاطرات
۱۰۸	اعتبار حافظه بلندمدت
۱۱۰	حافظه معنایی و حافظه رویدادی
۱۱۱	سازمان‌دهی حافظه بلندمدت
۱۱۲	بازیابی
۱۱۳	بازشناسی و یادآوری
۱۱۳	بازآموزی
۱۱۵	تغییر شکل خاطرات
۱۱۶	تحقیق درباره خاطرات شاهدان عینی
۱۱۷	فراموشی
۱۱۷	نظریه‌های فراموشی
۱۱۸	آمنزیا یا یادزدودگی
۱۱۹	اختلالات حافظه در اثر آسیب‌های مغزی
۱۲۰	بیماری آلزایمر
۱۲۰	روش‌های تقویت حافظه
۱۲۲	خلاصه فصل
۱۲۴	خودآزمایی

فصل ششم: ناکامی و تعارض ۱۲۷

۱۲۷	مقدمه
۱۲۹	تعریف ناکامی و تعارض
۱۳۰	موقعیتهای تعارضی
۱۳۱	آیا باید طعم ناکامی را چشید؟
۱۳۲	نتایج تعارضهای حل نشده
۱۳۴	ناکامی و پرخاش
۱۳۶	ناکامی و مکانیسمهای دفاعی
۱۴۵	خلاصه فصل
۱۴۷	خودآزمایی

۱۴۹	فصل هفتم: احساس و ادراک
۱۴۹	احساس
۱۵۱	بینایی
۱۵۳	احساس نور
۱۵۴	احساس نور از نظر روان‌شناسی فیزیولوژیک
۱۵۵	کور رنگی
۱۵۶	پس‌تصویر
۱۵۶	اختلالات بینایی
۱۵۷	شنوایی
۱۵۹	مشخصات صوت
۱۶۰	حساسیت گوش انسان
۱۶۱	افت شنوایی
۱۶۱	حواس پوستی
۱۶۲	بویایی
۱۶۳	چشایی
۱۶۳	حواس دیگر
۱۶۴	ادراک
۱۶۵	چگونه می‌توان ادراک را از احساس تمیز داد
۱۷۰	عوامل مؤثر در ادراک
۱۷۵	خطای ادراک
۱۷۷	نمونه‌هایی از خطاهای ادراکی
۱۷۸	خلاصه فصل
۱۸۰	خودآزمایی
۱۸۳	فصل هشتم: انگیزش
۱۸۳	تعریف انگیزش
۱۸۴	فرق انگیزش با تحریک
۱۸۶	انگیزش و نظریه تعادل حیاتی
۱۸۷	طبقه‌بندی انگیزه‌ها
۱۸۸	انگیزه‌های فیزیولوژیک یا اولیه
۱۸۸	گرسنگی
۱۸۹	تغذیه آزاد
۱۸۹	تشنگی

۱۹۱	گرسنگیها و تشنگیهای خاص
۱۹۲	انگیزه جنسی
۱۹۳	انگیزه مادری
۱۹۴	انگیزه درد
۱۹۵	انگیزه خواب
۱۹۶	انگیزه اکتشاف
۱۹۷	انگیزه‌های اجتماعی یا ثانویه
۱۹۸	انگیزه پیشرفت
۱۹۹	انگیزه پذیرش و تعلق
۲۰۰	خلاصه فصل
۲۰۱	خودآزمایی

فصل نهم: هیجان ۲۰۳

۲۰۳	تعریف هیجان
۲۰۳	ماهیت هیجان
۲۰۴	واکنشهای فیزیولوژیک هیجان
۲۰۵	ابزارهای مطالعه هیجان
۲۰۵	انواع واکنشهای هیجانی
۲۰۵	الف. واکنشهای درونی
۲۰۶	ب. واکنشهای نگرشی و حرکتی
۲۱۱	عملکرد ذهن در هیجان
۲۱۲	اساس عصبی هیجان
۲۱۳	نظریه‌های مربوط به هیجان
۲۱۵	نتیجه هیجان
۲۱۷	هیجان و سلامت
۲۱۹	خلاصه فصل
۲۲۲	خودآزمایی
۲۲۴	پیوست: مقیاس عشق

فصل دهم: شخصیت ۲۲۷

۲۲۷	تعریف شخصیت
۲۲۸	عوامل زیستی شخصیت
۲۲۸	الف. جنس

۲۳۱ سن	ب.
۲۳۱ عوامل عصبی - غددی	ج.
۲۳۲ عوامل اجتماعی شخصیت	عوامل اجتماعی شخصیت
۲۳۲ تربیت و تعلیم	الف.
۲۳۲ نقش اولین سالهای زندگی	ب.
۲۳۳ ساخت شخصیت	ساخت شخصیت
۲۳۶ تیپهای شخصیتی	تیپهای شخصیتی
۲۳۶ طبقه‌بندی کرچمر	الف.
۲۳۸ طبقه‌بندی شلدن	ب.
۲۴۱ روشهای ارزیابی شخصیت	روشهای ارزیابی شخصیت
۲۴۲ روشهای روان‌سنجی	الف.
۲۴۳ روشهای فرافکن	ب.
۲۴۶ روشهای بالینی	ج.
۲۴۷ خلاصه فصل	خلاصه فصل
۲۴۸ خودآزمایی	خودآزمایی
۲۵۱ فصل یازدهم: اختلالهای رفتاری	فصل یازدهم: اختلالهای رفتاری
۲۵۴ نوروز چیست؟	نوروز چیست؟
۲۵۴ جنبه‌های مشترک نوروزها	جنبه‌های مشترک نوروزها
۲۵۵ نوروزهای رایج	نوروزهای رایج
۲۵۵ نوروزهای کودکی	نوروزهای کودکی
۲۵۶ علت‌های رایج نوروزهای کودکی	علت‌های رایج نوروزهای کودکی
۲۵۷ درمان نوروزهای کودکی	درمان نوروزهای کودکی
۲۵۸ نوروزهای بزرگسالی	نوروزهای بزرگسالی
۲۵۸ علت‌های نوروزهای بزرگسالی	علت‌های نوروزهای بزرگسالی
۲۵۹ نوروزهای مهم	نوروزهای مهم
۲۵۹ الف. آستنی و نوراستنی	الف.
۲۵۹ ب. اضطراب	ب.
۲۶۰ ج. وسواس	ج.
۲۶۱ د. ترسهای مرضی	د.
۲۶۲ ه. هیستری	ه.
۲۶۲ و. بارانویا	و.
۲۶۳ سایکوز چیست؟	سایکوز چیست؟
۲۶۴ سایکوزهای مهم	سایکوزهای مهم

۲۶۴	الف. اسکیزوفرنی
۲۶۶	ب. مانیک - دپرسیو
۲۶۸	خلاصه فصل
۲۷۰	خودآزمایی

فصل دوازدهم: پایه‌های زیستی رفتار..... ۲۷۳

۲۷۴	نورون
۲۷۵	ساختمان نورون: سه قسمت اصلی تشکیل دهنده
۲۷۸	پیام‌رسانهای شیمیایی
۲۷۸	پیام‌رسانهای دستگاه عصبی: انتقال‌دهنده‌های عصبی
۲۸۰	پیام‌رسانهای دستگاه غدد درون ریز: هورمونها
۲۸۲	دستگاه عصبی محیطی
۲۸۳	دستگاه عصبی بدنی: شبکه پیامهای حسی و حرکتی
۲۸۳	دستگاه عصبی خود مختار: آمادگی برای جنگ یا گریز
۲۸۵	دستگاه عصبی مرکزی
۲۸۵	نخاع: رابط بین مغز و بدن
۲۸۹	مغز: مرکز فرماندهی بدن
۲۸۹	کرتکس یا قشر خارجی مغز
۲۸۹	قطعه پیشانی
۲۹۲	قطعه آهیانه‌ای
۲۹۲	قطعه پس سری
۲۹۳	قطعه گیجگاهی
۲۹۴	مناطق زیر کرتکس
۲۹۶	مخچه
۲۹۶	ساقه مغز
۲۹۸	خلاصه فصل
۳۰۰	خودآزمایی
۳۰۳	منابع
۳۰۷	تعدادی از آثار مؤلف
۳۰۹	خودآزمایی برای داوطلبان دوره کارشناسی ارشد
۳۴۲	کلید خودآزمایی کارشناسی ارشد