



# مدرسان شریف

## CHAPTER ONE

### ((The History of Psychology))

Psychology is a **relatively** young science with its experimental roots in the 19th century, compared, for example, to **human physiology**, which **dates much earlier**. As you know, anyone interested in **exploring** issues related to the mind generally did so in a philosophical context **prior to** the 19th century. Two men, working in the 19th century, are generally credited as being the **founders** of psychology as a science and academic discipline that was **distinct** from philosophy. Their names were Wilhelm Wundt and William James. This chapter will provide an **overview** of the shifts in paradigms that have influenced psychology from Wundt and James through today.

روانشناسی در مقایسه با علمی چون فیزیولوژی انسانی که قدمتی طولانی دارد، علمی نسبتاً جوان به شمار می‌آید که ریشه‌های تجربی آن به قرن نوزدهم میلادی می‌رسد. همان‌طور که می‌دانید علاقه‌مندان به کاوش در موضوعات مربوط به ذهن، قبل از قرن نوزدهم عموماً فعالیت‌های خود را در بستر فلسفه انجام می‌دادند. به‌طور کلی دو نفر به نام‌های ویلهلم وونت و ویلیام جیمز در قرن نوزدهم، بنیان‌گذاران علم روان‌شناسی به‌عنوان یک رشته علمی و دانشگاهی متمایز از فلسفه، معرفی می‌شوند. در این فصل به مرور تغییرات پارادایم‌هایی می‌پردازیم که تا امروز از روان‌شناسی وونت و جیمز تأثیر پذیرفته‌اند.

#### نکات مهم

relatively	نسبتاً
human physiology	فیزیولوژی انسانی
dates much earlier	قدمتی طولانی دارد
explore	کاوش کردن

prior to	قبل از
founder	بنیان‌گذار
distinct	متمایز
overview	مرور، نگاه اجمالی

#### 1.1. Wundt and Structuralism

Wilhelm Wundt (1832–1920) was a German scientist who was the first person to **be referred** to as a psychologist. His famous book entitled *Principles of Physiological Psychology* was **published** in 1873. Wundt **viewed** psychology as a scientific study of conscious experience, and he believed that the goal of psychology was to **identify components** of consciousness and how those components combined to result in our conscious experience. Wundt used introspection (he called it “internal perception”), a process by which someone examines their own conscious experience as objectively as possible, making the human mind like any other aspect of nature that a scientist observed. This attempt to understand the structure or **characteristics** of the mind was known as structuralism.

#### وونت و ساختارگرایی

ویلهلم وونت (۱۸۳۲-۱۹۲۰) دانشمند آلمانی و نخستین کسی بود که لقب روان‌شناس گرفت. کتاب معروف او با نام «اصول روان‌شناسی فیزیولوژیک» در سال ۱۸۷۳ منتشر شد. وونت روان‌شناسی را مطالعه علمی تجربه آگاهانه قلمداد کرد و معتقد بود هدف روان‌شناسی شناسایی مؤلفه‌های آگاهی و نحوه ترکیب این مؤلفه‌ها برای رسیدن به تجربه آگاهانه است. وونت از مفهوم درون‌نگری که آن را «ادراک درونی» می‌خواند، استفاده کرد. درون‌نگری فرآیندی است که ذهن انسان را مانند سایر جنبه‌های طبیعت که یک دانشمند مشاهده می‌کند، می‌داند و به‌وسیله آن شخص تجربه آگاهانه خود را تا حد امکان به‌صورت عینی مورد بررسی قرار می‌دهد. این تلاش برای درک ساختار یا ویژگی‌های ذهن به ساختارگرایی معروف شد.

#### نکات مهم

refer to	لقب گرفتن، اشاره کردن
publish	منتشر کردن
characteristics	ویژگی‌ها

view	قلمداد کردن
identify	شناسایی کردن
component	مؤلفه، عضو تشکیل‌دهنده



# مدرسان شریف

## CHAPTER TWO

### ((The Scientific Method))

The four goals of psychology are to **describe**, explain, **predict**, and influence human behavior and mental processes. Psychology is **based on** empirical evidence.

Psychologists are trained in the scientific method, which has following steps:

(1) defining a research problem (2) generating a hypothesis that can be tested **empirically**, (3) designing the study and collecting the data, (4) analyzing the data and drawing conclusions, and (5) reporting the findings. **Variables** must be **operationally** defined. Research methods include descriptive methods and the experimental method.

اهداف چهارگانه روان‌شناسی عبارتند از: شرح دادن، توصیف کردن، پیش‌بینی کردن و تأثیر گذاشتن بر رفتار انسانی و فرآیندهای ذهنی. روان‌شناسی بر پایه شواهد تجربی بنا نهاده شده است.

روان‌شناسان به روش علمی آموزش داده می‌شوند که مراحل آن به قرار زیر است:

(۱) تعریف موضوع تحقیق؛ (۲) ارائه فرضیه‌ای که بتواند به لحاظ تجربی تست شود؛ (۳) طراحی تحقیق و جمع‌آوری داده؛ (۴) تجزیه و تحلیل داده و نتیجه‌گیری؛ و (۵) گزارش یافته‌ها. متغیرها باید به‌طور عملیاتی تعریف شوند. روش‌های تحقیقات شامل روش تجربی و روش‌های توصیفی هستند.

#### لغات مهم

**predict**

پیش‌بینی کردن

**empirically**

به لحاظ تجربی

**operationally**

به‌طور عملیاتی

**describe**

توصیف کردن

**be based on**

بنا نهادن بر - مبتنی بودن بر

**variable**

متغیر

### 2.1. Descriptive Research Methods

Descriptive research methods are research strategies used to observe and describe behavior. The goal of naturalistic observation is to **detect** behavior patterns as they exist in their natural settings. The case study method involves intensive study of a single subject or a small group of subjects. Meta-analysis can be used to combine and analyze multiple studies on a single topic. Statistics are used to analyze the data and to determine whether findings are statistically significant. Reporting the results of a study allows other researchers to **replicate** the study.

#### روش‌های تحقیق توصیفی

روش‌های توصیفی، راهکارهای تحقیقاتی برای مشاهده و توصیف رفتار است. هدف از مشاهده طبیعی، شناسایی الگوهای رفتاری همان‌گونه که در محیط طبیعی وجود دارند، می‌باشد. روش مطالعه موردی شامل مطالعه فشرده یک موضوع یا گروه کوچکی از موضوعات است. فراتحلیل را می‌توان برای ترکیب و تجزیه و تحلیل مطالعات مختلف در یک موضوع خاص مورد استفاده قرار داد. از آمار برای تجزیه و تحلیل داده‌ها و تعیین اینکه آیا یافته‌ها از نظر آماری معنی‌دار هستند یا نه، استفاده می‌شود. گزارش نتایج تحقیقات به دیگر محققان امکان می‌دهد تا تحقیق مورد نظر را تکرار کنند.

■ Surveys, questionnaires and interviews are administered to a sample of the larger group to be **investigated**. For results to be **generalizable** to the larger population, the **sample** must be a **representative** sample. **Participants** are usually chosen through **random selection**.

■ نظرسنجی‌ها، پرسشنامه‌ها و مصاحبه‌ها برای نمونه‌ای از گروه‌هایی با جمعیت بیشتر که باید مورد تحقیق قرار گیرند، اجرا می‌شوند. برای عمومیت دادن نتایج به جمعیت بزرگتر، باید نمونه مورد نظر نمایانگر جامعه هدف باشد. شرکت‌کنندگان معمولاً به طور تصادفی انتخاب می‌شوند.



# مدرسان شریف

## CHAPTER THREE

### (( Learning ))

Learning is often defined as a relatively **enduring** change in behavior that is the result of experience. When you think of learning, it might be easy to **fall into the trap of** only considering formal education that takes place during childhood and early adulthood, but learning is actually an ongoing process that takes place throughout all of life.

Learning became a major focus of study in psychology during the early part of the twentieth century as behaviorism rose to become a major school of thought. Today, learning remains an important concept in numerous **areas** of psychology, including cognitive, educational, social, and developmental psychology. One important thing to remember is that learning can involve both **beneficial** and negative behaviors. Learning is a natural and **ongoing** part of life that **takes place** continually, both for better and for worse.

Sometimes people learn things that help them become more **knowledgeable** and lead better lives. In other instances, people can learn things that are **detrimental** to their overall health and **well-being**. The process of learning new things is not always the same. Learning can happen in a wide **variety** of ways. To explain how and when learning **occurs**, a number of different psychological theories have been **proposed**.

یادگیری اغلب به عنوان یک تغییر نسبتاً پایدار در رفتار تعریف می‌شود که به وسیله تجربه بدست می‌آید. شاید شما به اشتباه یادگیری را صرفاً آموزش رسمی کسب‌شده در دوران کودکی و اوایل بزرگسالی در نظر بگیرید، اما یادگیری در واقع یک روند مداوم است که در تمام زندگی اتفاق می‌افتد. در اوایل قرن بیستم، یادگیری به کانون اصلی مطالعه در روانشناسی تبدیل شد. [در این دوران] رفتارگرایی به اندازه‌ای پیشرفت کرد که به یک مکتب فکری اصلی تبدیل گشت. امروزه، یادگیری در بسیاری از زمینه‌های روانشناسی از جمله روانشناسی شناختی، آموزشی، اجتماعی و رشد به عنوان یک مفهوم مهم مطرح می‌باشد. نکته مهمی که باید به خاطر بسپاریم این است که یادگیری می‌تواند هم رفتارهای مفید و هم رفتارهای مضر را در بر بگیرد. یادگیری بخشی طبیعی و جاری در زندگی است که به طور مداوم هم در جهت مثبت (در راستای بهتر شدن) و هم در جهت منفی (در راستای بدتر شدن) اتفاق می‌افتد. گاهی افراد چیزهایی را یاد می‌گیرند که به آنها کمک می‌کند تا اطلاعات مفید بیشتری کسب کرده و زندگی بهتری داشته باشند. در موارد دیگر، افراد می‌توانند چیزهایی را یاد بگیرند که برای سلامتی و بهزیستی (رفاه) آنها مضر است. روند یادگیری مطالب جدید همیشه یکسان نیست. یادگیری می‌تواند به شیوه‌های مختلف بسیاری رخ دهد. برای توضیح چگونگی و زمان وقوع یادگیری، تئوری‌های روانشناختی مختلفی ارائه شده است.

#### لغات مهم

enduring	پایدار
area	حوزه - منطقه - ناحیه
beneficial	مفید
detrimental	مضر - زیانبخش
knowledgeable	دانا، مطلع
occur	اتفاق افتادن

to fall into the trap of	به دام افتادن، اشتباه کردن
take place	اتفاق افتادن
ongoing	جاری، پیش‌رونده
variety	تنوع
well-being	بهزیستی، رفاه
propose	پیشنهاد دادن

### 3. 1. Types of Learning

There are three main types of learning: classical conditioning, operant conditioning, and observational learning. Both classical and operant conditioning are forms of **associative learning**, in which associations are made between events that occur together. Observational learning is just as it sounds: learning by observing others.

#### روش‌های یادگیری

یادگیری به سه نوع عمده تقسیم‌بندی می‌شود: شرطی‌سازی کلاسیک، شرطی‌سازی عامل و یادگیری مشاهده‌ای. شرطی‌سازی کلاسیک و عامل هر دو شکلی از یادگیری ارتباطی هستند که در آن بین رویدادهایی که با هم اتفاق می‌افتند، ارتباط به وجود می‌آید. بدیهی است که یادگیری مشاهده‌ای هم با مشاهده دیگران اتفاق می‌افتد.



# مدرسان شریف

## CHAPTER FOUR

### ((Developmental Psychology))

**Developmental psychology** is the branch of psychology that focuses on how people grow and change over the course of a **lifetime**. Those who specialize in this field are not just concerned with the physical changes that occur as people grow; they also look at the social, **emotional**, **moral** and cognitive development that occurs throughout life.

روانشناسی رشد شاخه‌ای از روانشناسی است که بر چگونگی رشد و تغییر افراد در طول عمر تمرکز دارد. متخصصین در این زمینه تنها به تغییرات جسمی که با رشد افراد رخ می‌دهد، نمی‌پردازند بلکه پیشرفت‌های اجتماعی، هیجانی، اخلاقی و شناختی را نیز در طول زندگی مدنظر قرار می‌دهند.

#### لغات مهم

Developmental psychology	روانشناسی رشد
lifetime	طول عمر

emotional	عاطفی - هیجانی
moral	اخلاقی - جنبه‌های درونی و فردی اخلاق

By better understanding how and why people change and grow, developmental psychologists can help people live up to their full **potential**. Understanding the **course** of **normal** human development and recognizing potential problems early on is important, because **untreated** developmental problems may **lead to** difficulties with depression, low **self-esteem**, **frustration**, and low **achievement** in school.

با درک بهتر اینکه افراد چرا و چگونه تغییر و رشد می‌کنند، روانشناسان رشد قادرند به افراد کمک کنند تا تمام توانایی‌های بالقوه خود را پرورش دهند. درک دوره رشد طبیعی انسان و شناخت زودهنگام مشکلات احتمالی اهمیت بسیار دارد، چرا که مشکلات درمان‌نشده‌ی رشدی ممکن است به اختلالاتی چون افسردگی، کمبود عزت‌نفس، سرخوردگی و پیشرفت ضعیف [تحصیلی] در مدرسه منجر شوند.

#### لغات مهم

potential	توانایی بالقوه
self-esteem	عزت نفس - خودباوری
course	دوره
lead to	منجر شدن

frustration	سرخوردگی
achievement	پیشرفت - دستاورد
untreated	درمان‌نشده
normal	عادی - طبیعی

Two central questions in developmental psychology are (1) How do biological factors ('nature') interact with environmental experiences ('nurture') to determine the course of development? and (2) Is development best understood as a continuous process of change or as a series of qualitatively distinct stages? An individual's **genetic heritage** is expressed through the process of maturation: **innately** determined **sequences** of growth or other changes in the body that are relatively independent of the **environment**. **Critical** or sensitive periods are times during development when specific experiences must occur for psychological development to proceed normally.

دو سؤال محوری (اصلی) در روانشناسی رشد عبارت‌اند از: (۱) چگونه عوامل بیولوژیکی (طبیعت) در تعامل با تجربیات زیست‌محیطی (تربیت) مسیر رشد را تعیین می‌کنند؟ و (۲) آیا باید [پدیده] رشد را به عنوان یک فرآیند تغییر مداوم در نظر بگیریم یا مجموعه‌ای از مراحل که از نظر کیفی متمایز از یکدیگر هستند؟ میراث ژنتیکی فرد از طریق فرآیند بلوغ ظهور پیدا می‌کند: یعنی از طریق توالی‌های رشد یا سایر تغییرات بدن که به‌طور ذاتی (فطری) تعیین می‌شوند، و نسبتاً مستقل از محیط هستند. دوره‌های حساس یا بحرانی، زمان‌هایی از دوره رشد هستند که تجربیات خاصی باید رخ دهد تا رشد روانی روال طبیعی خود را طی کند.

#### لغات مهم

nurture	پرورش - تربیت
genetic heritage	میراث ژنتیکی
sequence	توالی

innately	به‌طور ذاتی (فطری)
environment	محیط
critical	مهم - حیاتی



# مدرسان شریف

## CHAPTER FIVE

### ((Intelligence))

#### 5.1. How Psychologists Define Intelligence?

What exactly is intelligence? While intelligence is one of the **most-talked** about subjects in psychology, there is no standard definition of what exactly **constitutes** intelligence. Some researchers have suggested that intelligence is a single, general ability, while others believe that intelligence **encompasses** a range of **aptitudes**, **skills**, and **talents**.

#### روانشناسان هوش را چگونه تعریف می‌کنند؟

هوش دقیقاً چیست؟ در عین حال که هوش یکی از **معروف‌ترین** موضوعات در روان‌شناسی است، هیچ تعریف استانداردی از اینکه دقیقاً چه چیز هوش را تشکیل می‌دهد، وجود ندارد. برخی از محققان پیشنهاد کرده‌اند که هوش توانایی کلی و واحد است، در حالی که دیگران معتقدند هوش از دامنه‌ای از توانایی‌ها، مهارت‌ها و استعدادها تشکیل شده است.

#### لغات مهم

<b>most-talked</b>	مشهورترین - معروف‌ترین
<b>constitute</b>	تشکیل دادن
<b>encompass</b>	متشکل بودن - شامل بودن

<b>aptitude</b>	توانایی، استعداد
<b>talent</b>	استعداد
<b>skill</b>	مهارت

Intelligence has been an important and **controversial** topic throughout psychology's history. Despite the **substantial** interest in the subject, there is still considerable **disagreement** about what **components** make up intelligence. In addition to questions of exactly how to define intelligence, the **debate** continues today about whether **accurate** measurements are even possible.

هوش یک موضوع مهم و **بحث‌برانگیز** در کل تاریخ روانشناسی بوده است. علی‌رغم علاقه **اساسی** به این موضوع، هنوز **عدم توافق** قابل توجهی در مورد اینکه چه **مؤلفه‌هایی** هوش را می‌سازند، وجود دارد. علاوه بر این پرسش‌ها که دقیقاً هوش چگونه تعریف می‌شود، امروزه این **بحث** درباره اینکه آیا سنجش دقیق هوش امکان‌پذیر است یا خیر، ادامه دارد.

#### لغات مهم

<b>controversial</b>	بحث‌برانگیز
<b>substantial</b>	اساسی - قابل توجه
<b>disagreement</b>	عدم توافق

<b>component</b>	مؤلفه
<b>accurate</b>	صحیح - درست
<b>debate</b>	بحث

At various points throughout **recent history**, researchers have **proposed** some different definitions of intelligence. Intelligence **involves** some different mental abilities including **logic**, **reasoning**, **problem-solving**, and **planning**. While the subject of intelligence is one of the largest and most heavily researched, it is also one of the **topics** that **generate** the greatest **controversy**.

از دیدگاه‌های متعدد در سراسر **تاریخ معاصر**، محققان تعاریف مختلفی از هوش **پیشنهاد کرده‌اند**. هوش برخی از توانایی‌های ذهنی از قبیل **منطق**، **استدلال**، **حل مسئله** و **برنامه‌ریزی** را در برمی‌گیرد. با اینکه موضوع هوش یکی از مهم‌ترین موضوعاتی بوده است که تحقیقات مفصلی روی آن انجام شده، اما این موضوع یکی از **عناوینی** است که بیشترین **بحث** را نیز به راه انداخته است.



# مدرسان شریف

## CHAPTER SIX ( ( Memory ) )

### 6.1. What Is Memory?

The study of human memory has been a subject of science and philosophy for thousands of years and has become one of the major topics of interest within **cognitive psychology**. But what exactly is memory? How are memories formed? The following **overview** offers a **brief look** at what memory is, how it works, and how it is **organized**. Essentially, memory is a **complex process** that are used to **acquire, store, retain, and later retrieve** information. There are three major processes involved in memory: **acquisition, storage, and retrieval**.

#### حافظه چیست؟

هزاران سال است که مطالعه حافظه انسان یکی از موضوعات علم و فلسفه بوده و به یکی از مباحث مهم مورد علاقه در روان‌شناسی شناختی تبدیل شده است. اما حافظه دقیقاً چیست؟ خاطرات چگونه شکل می‌گیرند؟ در نگاه کلی زیر به حافظه، نحوه عملکرد و نحوه سازماندهی آن به طور اجمالی مورد بررسی قرار می‌گیرد. در اصل، حافظه فرایندی پیچیده است که برای اکتساب، اندوزش، نگهداری و بازیابی بعدی اطلاعات مورد استفاده قرار می‌گیرد. سه فرآیند مهم در حافظه وجود دارد که عبارتند از: اکتساب، ذخیره‌سازی و بازیابی.

#### لغات مهم

cognitive psychology	روان‌شناسی شناختی
overview	بازنگری - دید کلی
brief look	نظر اجمالی
organize	سازمان‌دهی کردن
complex process	فرایند پیچیده
acquire	اکتساب کردن - کسب کردن

store	ذخیره کردن
retain	حفظ کردن
retrieve	بازیابی کردن
acquisition	اکتساب - به دست آوردن
storage	ذخیره‌سازی - اندوزش
retrieval	بازیابی

In order to form new memories, information must be changed into a **usable** form, which occurs through the process known as *encoding*. Once the information has been successfully encoded, it must be *stored* in memory for later use. Much of this stored memory lies outside of our awareness most of the time, **except** when we actually need to use it. The *retrieval* process allows us to bring stored memories into conscious awareness.

به منظور ایجاد خاطرات جدید، اطلاعات باید به شکل قابل استفاده در بیاید که این از طریق فرآیندی به نام رمزگردانی رخ می‌دهد. پس از آنکه اطلاعات به طور موفقیت‌آمیز رمزگردانی می‌شود، باید برای استفاده‌های بعدی در حافظه ذخیره شود. بیشتر اوقات، بخش اعظم حافظه‌ی ذخیره‌شده فراتر از هشیاری ماست، به جز زمانی که واقعاً نیاز به استفاده از آن داریم. روند بازیابی به ما اجازه می‌دهد خاطرات ذخیره شده را به آگاهی هشیار انتقال دهیم.

#### لغات مهم

usable	قابل استفاده
--------	--------------

except	به جز - به استثناء
--------	--------------------

### 6.2. The Stage Model of Memory

While several different models of memory have been **proposed**, the **stage model of memory** is often used to explain the basic structure and **function** of memory. **Initially** proposed in 1968 by Atkinson and Shiffrin, this theory **outlines** three separate stages of memory: **sensory memory, short-term memory, and long-term memory**.

#### مدل مرحله‌ای حافظه

با اینکه چندین مدل مختلف از حافظه پیشنهاد شده است، اغلب از مدل مرحله‌ای حافظه برای توضیح ساختار اصلی و کارکرد حافظه استفاده می‌شود. این نظریه که در ابتدا در سال ۱۹۶۸ توسط اتکینسون و شیففرین ارائه شد، سه مرحله جداگانه از حافظه را ترسیم می‌کند: حافظه حسی، حافظه کوتاه‌مدت و حافظه بلندمدت.





# مدرسان شریف

## CHAPTER SEVEN

### (( Stress ))

#### 7. 1. What is stress?

Stress is the body's reaction to any change that requires an **adjustment** or response. The body reacts to these changes with physical, mental, and emotional responses. Stress is a normal part of life. You can experience stress from your environment, your body, and your thoughts. Even positive life changes such as a **promotion** or the birth of a child produce stress.

#### استرس چیست؟

استرس واکنش بدن به هر نوع تغییری است که نیاز به سازگاری یا پاسخ دارد. بدن به این تغییرات با پاسخ‌های فیزیکی، ذهنی و عاطفی واکنش نشان می‌دهد. استرس بخش طبیعی زندگی است. شما می‌توانید استرس را در محیط، بدنتان و افکارتان تجربه کنید. حتی تغییرات مثبت زندگی مانند پیشرفت و تولد یک کودک استرس ایجاد می‌کند.

#### لغات مهم

adjustment

سازگاری

promotion

پیشرفت

#### 7. 2. How does stress affect health?

The human body is designed to experience stress and react to it. Stress can be positive, keeping us **alert**, **motivated**, and ready to **avoid** danger. Stress becomes negative when a person faces continuous **challenges** without **relief** or **relaxation** between **stressors**. The body's **autonomic nervous system** has a **built-in** stress response that causes physiological changes to allow the body to **fight** stressful situations. This stress response, also known as the "**fight or flight response**", is activated in case of an emergency. However, this response can become **chronically** activated during prolonged periods of stress. **Prolonged activation** of the stress response causes **wear and tear** on the body – both physical and emotional.

#### چگونه استرس بر سلامتی تأثیر می‌گذارد؟

بدن انسان طوری طراحی شده تا استرس را تجربه کرده و به آن واکنش نشان دهد. استرس می‌تواند مثبت باشد و ما را در وضعیت گوش‌به‌زنگ، انگیزه‌مند و آماده برای اجتناب از خطر نگه دارد. استرس زمانی منفی است که شخص با چالش‌های مداوم بدون رهایی یا آسودگی از عوامل استرس‌زا مواجه باشد. دستگاه عصبی خودمختار دارای یک پاسخ درون‌ساخته به استرس است که موجب تغییرات فیزیولوژیک می‌شود تا به بدن اجازه دهد با موقعیت‌های استرس‌زا بجنگد. این واکنش به استرس که با عنوان «جنگ و گریز» نیز شناخته می‌شود در شرایط اورژانسی فعال می‌گردد. با این‌حال، این پاسخ به‌طور مزمز در طول دوره‌های طولانی استرس فعال می‌شود. فعال‌سازی طولانی‌مدت پاسخ استرس باعث فرسودگی بدن از حیث فیزیکی و عاطفی می‌گردد.

#### لغات مهم

alert

گوش‌به‌زنگ

motivated

بانه‌گیر

challenges

چالش‌ها

relief

رهايي

relaxation

آسودگی - آسایش - تن‌آرامی

stressors

عامل استرس‌زا

Autonomic nervous system

دستگاه عصبی خودمختار

built-in

درونی - درون‌ساخته

fight

جنگ

fight or flight response

پاسخ جنگ و گریز

chronically

مزمز

prolonged activation

فعال‌سازی طولانی‌مدت

wear and tear

فرسودگی

avoid

دوری کردن - اجتناب کردن



# مدرسان شریف

## CHAPTER EIGHT

### ((Consciousness and its Variations))

#### 8.1. Consciousness: Experiencing the “Private I”

Consciousness **refers to** the immediate awareness of internal and external **stimuli**. Early psychologists studied consciousness, but the behaviorists believed that consciousness was not an **appropriate** topic for psychology. A person's perceptions, thoughts, and feelings at any moment in time **constitute** that person's consciousness. An **altered** state of consciousness is said to exist when mental functioning seems changed or out of the **ordinary** to the person experiencing the state. Some altered states of consciousness, such as sleep and dreams, are experienced by everyone; others result from special **circumstances**, such as meditation, hypnosis, or the use of drugs.

#### هشیاری: تجربه‌ی «من شخصی»

هشیاری به آگاهی فوری نسبت به محرک‌های داخلی و خارجی اطلاق می‌گردد. روانشناسان اولیه، هشیاری را مورد مطالعه قرار دادند اما رفتارگرایان معتقد بودند هشیاری، موضوع مناسبی برای روانشناسی نیست. ادراک‌ها، افکار و احساسات هر فرد در هر لحظه، هشیاری او را تشکیل می‌دهند. هنگامی می‌توان از وجود حالت هشیاری تغییر یافته سخن گفت که کارکرد ذهنی کسی که این حالت را تجربه می‌کند در نظر خودش تغییر کرده باشد یا غیرعادی به نظر آید. برخی از حالت‌های دگرگون هشیاری، مانند خواب و رؤیا را همگان تجربه می‌کنند. حالت‌های دیگر، از شرایط خاصی از قبیل مراقبه، هیپنوتیسم، یا مصرف دارو ناشی می‌شوند.

The **functions** of consciousness are a) **monitoring** ourselves and our environment so that we are aware of what is happening within our bodies and in our **surroundings**; and b) controlling our actions so that they **coordinate** with events in the outside world. Not all events that influence consciousness are at the center of our awareness at a given moment. Memories of personal events and of the knowledge **accumulated** during a lifetime, that are accessible but are not currently part of one's consciousness, are called **preconscious** memories. Events that affect behavior even though we are not aware of perceiving them influence us subconsciously. Today, consciousness is regarded as an important subject for psychological research.

کارکردهای هشیاری عبارتند از (الف) وارسی خود و محیط به نحوی که از آنچه در درون بدن و پیرامون ما اتفاق می‌افتد آگاه شویم و (ب) کنترل کردن اعمال خویش به گونه‌ای که با رویدادهای محیط بیرونی هماهنگ شوند. رویدادهایی که بر هشیاری اثر می‌گذارند در هر لحظه معینی در کانون آگاهی ما قرار ندارند. خاطره‌ی رویدادها و دانش شخصی‌ای که در طول زندگی اندوخته‌ایم و قابل دسترسی هستند اما در حال حاضر بخشی از هشیاری ما را تشکیل نمی‌دهند، خاطره‌های پیش‌هشیار نامیده می‌شوند. رویدادهایی که بر رفتار ما اثر می‌گذارند هرچند ما از ادراک آن‌ها آگاه نمی‌شویم، به طور نیمه هشیار از آن‌ها اثر می‌پذیریم. امروزه هشیاری موضوع مهمی در پژوهش‌های روانشناختی به شمار می‌آید.

#### نکات مهم

refer to	اطلاق کردن، اشاره داشتن
appropriate	مناسب
constitute	تشکیل دادن
alter	تغییر کردن
surrounding	پیرامون
accumulate	اندوختن

ordinary	عادی
circumstances	شرایط
functions	کارکردها
monitor	وارسی کردن، نظارت کردن
coordinate	هماهنگ شدن
preconscious	پیش‌هشیار





# مدرسان شریف

## CHAPTER NINE (Clinical Psychology)

Clinical psychology is the branch of psychology **concerned with** the **assessment** and treatment of mental illness, **abnormal** behavior, and **psychiatric** problems. This field **integrates** the science of psychology with the treatment of **complex** human problems, making it an exciting **career** choice for people who are looking to work in a challenging and **rewarding** field.

روان‌شناسی بالینی شاخه‌ای از روان‌شناسی است که به **ارزیابی** و **معالجه** بیماری روانی، رفتار **غیرعادی** و مشکلات **روان‌پزشکی** می‌پردازد. این زمینه، علم روان‌شناسی را با درمان مشکلات **پیچیده** انسانی **تلفیق** می‌کند و آن را برای افرادی که به دنبال کار در یک زمینه چالش‌برانگیز و **پربنر** هستند، به یک **شغل** هیجان‌انگیز تبدیل می‌کند.

### لغات مهم

abnormal	غیرعادی
psychiatric	روانپزشکی
concern with	به چیزی پرداختن
assessment	ارزیابی

career	شغل
rewarding	پربنر
integrate	تلفیق کردن
complex	پیچیده

Early influences on the field of clinical psychology include the work of the Austrian psychoanalyst Sigmund Freud. He was one of the first to focus on the idea that **mental illness** was something that could be treated by talking with the patient, and it was the development of his **talk therapy approach** that is often **cited** as the **earliest** scientific use of clinical psychology.

پژوهش‌های روان‌کاوی اتریشی زیگموند فروید جزو اولین اقدامات برای رشد رشته روان‌شناسی بالینی بود. وی یکی از اولین کسانی بود که این ایده را مورد تأکید قرار داد که **بیماری روانی** چیزی است که می‌توان از طریق گفتگو با بیمار آن را درمان کرد و این توسعه **رویکرد گفتگو درمانی** وی بود که اغلب به‌عنوان **اولین** استفاده علمی از روان‌شناسی بالینی مورد **استناد** قرار می‌گیرد.

### لغات مهم

mental illness	بیماری روانی
talk therapy approach	رویکرد گفتگو درمانی

cite	استناد کردن
earliest	نخستین، اولین

American psychologist Lightner Witmer **opened** the first psychological clinic in 1896 with a specific focus on helping children who had learning **disabilities**. It was also Witmer who first introduced the term "clinical psychology" in a 1907 paper. Witmer, a former student of Wilhelm Wundt, defined clinical psychology as "the study of individuals, by **observation** or experimentation, with the intention of **promoting** change."

روان‌شناس آمریکایی، لایتنر ویتمر اولین کلینیک روان‌شناسی را در سال ۱۸۹۶ با تمرکز ویژه بر کمک به کودکانی که **ناتوانی** یادگیری داشتند افتتاح کرد. همچنین ویتمر بود که برای اولین بار اصطلاح «روانشناسی بالینی» را در سال ۱۹۰۷ در مقاله‌ای معرفی کرد. ویتمر - دانشجوی سابق ویلهلم وونت - روان‌شناسی بالینی را این‌گونه تعریف کرد: «مطالعه افراد، از طریق **مشاهده** یا آزمایش، با هدف **ایجاد** تغییر.»

### لغات مهم

open	افتتاح کردن
disabilities	ناتوانی‌ها

observation	مشاهده
promote	ایجاد کردن، ارتقا دادن



# مدرسان شریف

## CHAPTER TEN

### ((Therapies))

#### 10. 1. Psychotherapy and Biomedical Therapy

**Psychological disorders** can be **treated** with psychotherapy or **biomedical** therapy. Psychotherapy is based on the **assumption** that psychological factors play an important role in psychological disorders and symptoms. The biomedical therapies are based on the assumption that biological factors play an important role in psychological disorders and symptoms.

#### روان‌درمانی و درمان‌زیستی - دارویی

اختلالات روانی را می‌توان به کمک روان‌درمانی و درمان‌زیستی - دارویی **معالجه کرد**. روان‌درمانی بر این **فرض** استوار است که عوامل روانی نقش مهمی در اختلالات و نشانه‌های بیماری روانی ایفا می‌کنند. **درمان‌های زیستی - دارویی** نیز بر این فرض مبتنی شده‌اند که عوامل زیستی نقش مهمی در اختلالات و علائم روانی دارند.

#### لغات مهم

psychological disorders	اختلالات روانی
treat	درمان کردن - برخورد کردن

biomedical therapy	درمان زیستی - دارویی
assumption	فرض

#### 10. 2. Psychoanalytic Therapy

**Psychoanalysis** is a form of therapy developed by Sigmund Freud and based on his theory of personality. The goal of psychoanalysis is to **unearth** repressed **conflicts** and **resolve** them in therapy. Psychoanalytic techniques and processes include free association, **dream interpretation**, **resistance**, interpretation, and **transference**. Traditional psychoanalysis involves an **intensive**, long-term relationship between the patient and the psychoanalyst.

#### درمان روان‌تحلیلی (روانکاوانه)

**روان‌تحلیل‌گری** (روان‌کاوی) نوعی درمان است که توسط زیگموند فروید ارائه گردید و بر نظریه شخصیت او بنا نهاده شده است. هدف روان‌تحلیل‌گری (روان‌کاوی)، آشکارسازی **تعارضات** سرکوب‌شده و **رفع** آن‌ها در درمان است. تکنیک‌ها و فرایندهای روان‌تحلیل‌گری (روان‌کاوی) عبارتند از: تداعی آزاد، تحلیل **رویا**، **مقاومت**، **تفسیر** و **انتقال**. روان‌کاوی سنتی شامل برقراری ارتباط **شدید (متمرکز)** و طولانی‌مدت بین بیمار و روان‌کاو می‌باشد.

#### لغات مهم

psychoanalysis	روان‌تحلیل‌گری
unearth	آشکار ساختن
conflict	تعارض
resolve	رفع کردن - برطرف کردن

dream interpretation	تحلیل و تفسیر رویا
resistance	مقاومت
intensive	شدید - فشرده
transference	انتقال

Short-term **dynamic therapies** are based on psychoanalytic ideas, but are more **problem-focused** and shorter than traditional psychoanalysis. Therapists play a more **directive** role than traditional psychoanalysts, but still they use psychoanalytic **techniques** to help the patient resolve unconscious conflicts.

**درمان‌های پویایی** کوتاه‌مدت بر ایده‌های روان‌کاوی بنا شده‌اند اما نسبت به روان‌کاوی سنتی **مسئله محور تر** و کوتاه‌تر هستند. درمان‌گران در این روش بیش از روان‌کاوان سنتی نقش **هدایتی (رهنمودی)** بر عهده دارند، اما هنوز برای کمک به بیمار در رفع تعارضات ناهوشیار از **تکنیک‌های** روان‌کاوی بهره می‌گیرند.

#### لغات مهم

dynamic therapies	درمان‌های پویایی
problem-focused	مسئله محور

directive	هدایتی (رهنمودی)
technique	تکنیک، فن



# مدرسان شریف

## CHAPTER ELEVEN (Psychological Disorders)

### 11. 1. Understanding Psychological Disorders

Distinguishing “normal” from “abnormal” behavior involves consideration of many different factors, including **cultural norms**. Psychopathology refers to the scientific study of the **origins**, symptoms, and **development** of psychological disorders.

#### درک اختلالات روان‌شناختی

تمایز رفتار طبیعی از غیرطبیعی شامل در نظر گرفتن عوامل مختلف بسیاری شامل **هنجارهای فرهنگی** است. آسیب‌شناسی روانی به مطالعه علمی منشأ، علائم و رشد {یا ابتلا به} اختلالات روانی اطلاق می‌گردد.

A psychological disorder, or mental disorder, is a **pattern** of behavioral or psychological symptoms that causes significant personal **distress** and / or impairs the ability to function. The diagnostic criteria for specific psychological disorders are described in DSM V.

اختلال روانی یا ذهنی **الگوی** از نشانه‌های روانی یا رفتاری است که باعث **آشفستگی** شدید شخصی می‌شود و یا توانایی عملکرد را مختل می‌کند. معیار اختلالات روانی خاص در DSM V توصیف شده‌اند.

The **prevalence** of psychological disorders is much higher than had **previously** been thought. According to one **comprehensive** survey, **approximately** one in two Americans will experience a psychological disorder at some point in their lifetime, and approximately one in three Americans has **experienced** the symptoms of a psychological disorder in the previous year.

**شیوع** اختلالات روان‌شناختی بسیار بیشتر از آن چیزی است که قبلاً تصور می‌شد. با توجه به یک تحقیق **جامع**، تقریباً یک نفر از هر دو آمریکایی در زمانی از زندگیشان یکی از اختلالات روان‌شناختی را تجربه خواهند کرد و تقریباً یک نفر از هر سه آمریکایی نشانه‌های اختلال روان‌شناختی را در سال قبل تجربه کرده‌اند.

#### لغات مهم

cultural norms	هنجارهای فرهنگی
origin	ریشه - منشأ
development	توسعه - رشد
pattern	الگو
distress	آشفستگی - پریشانی

prevalence	شیوع
previously	قبلاً
comprehensive	جامع
approximately	تقریباً
experience	تجربه کردن

### 11. 2. Anxiety Disorders: Intense Apprehension and Worry

**In contrast to** normal anxiety, anxiety disorders consist of **irrational** and uncontrollable feelings that are unreasonably intense, frequent, **persistent**, and **disruptive**.

#### اختلال اضطرابی: دلهره و نگرانی شدید

اضطراب‌های آسیب‌شناختی، **برعکس** اضطراب عادی از احساسات **نامعقول** و غیرقابل کنترلی تشکیل شده‌اند که به طور غیرمنطقی شدید، مداوم، پایدار و **مخل** هستند.

#### لغات مهم

in contrast to	برعکس - در مقابل
irrational	غیرمنطقی، نامعقول

persistent	مداوم - پایدار
disruptive	مخل



## مدرسان شریف

### CHAPTER THIRTEEN

#### «تکنیک‌های درک مطلب»

#### ۱۳.۱. اطلاعات کلی

این بخش مهم‌ترین بخش این کتاب است چون هر آنچه تا به حال خواندیم در واقع به منظور تقویت دانش تخصصی شما تدوین شده بود، اما این بخش برای تقویت مهارت شما در پاسخگویی به سؤالات کنکور تالیف شده است. آزمون روانشناسی در مقطع کارشناسی ارشد، از ۵ الی ۶ متن تشکیل شده که براساس این متون ۳۰ سوال درک مطلب طراحی می‌شود. تعداد سؤالات بالاست و در نتیجه داوطلبان حتماً باید زبان تخصصی خود را تقویت کنند وگرنه ممکن است موفق به کسب رتبه خوب نشوند. برای پاسخگویی به سؤالات ابتدا لازم است با فرمت آزمون آشنا شویم. به محض اینکه دفترچه سنجش را باز می‌کنیم، با کادر زیر روبرو می‌شویم:

#### Reading Comprehension

**Directions:** Read the following passages and answer the questions by choosing the best choice (1), (2), (3), or (4). Then mark the correct choice on your answer sheet.

این کادر از ما خواسته متون زیر (۵ یا ۶ متن) را بخوانیم و با توجه به هر متن به سوالات آن پاسخ دهیم. سپس گزینه صحیح را در پاسخ‌برگ خود علامت بزنیم.

#### PASSAGE 1:

There are various names for the private thoughts we have been talking about: internal monologue, chatter, inner speech. This book mostly uses the term "self-talk." Think of it as the running monologue that is accessible to our awareness.

Of course, we have many mental events that are not immediately accessible to our awareness. They happen so fast, or they are so subtle or complicated or even confused, that they don't rise clearly to the surface. Self-talk can be seen as thoughts of a higher order. Such thoughts take the form of language. ....

احتمالاً هیچکدام از ما متن بالا را توی هیچ کتابی ندیده‌ایم. خیلی از داوطلبان بابت این موضوع احساس نگرانی می‌کنند، اما هیچ جای نگرانی ندارد چون تمامی سؤالاتی که در ادامه این متن می‌آید براساس همین متن طراحی شده و پاسخگویی به آنها هیچ دانش اضافی نیاز ندارد. در نتیجه اولین مهارت درک مطلب این است که به سؤالات هر متن فقط و فقط براساس اطلاعات موجود در همان متن پاسخ دهید و نه اطلاعاتی که از قبل درباره موضوع متن (background knowledge) می‌دانید.

**مهارت دوم:** نهایت وقتی که شما می‌توانید صرف این ۳۰ سؤال کنید، ۴۵ دقیقه است، در نتیجه به محض شروع هر متن باید مسئله زمان را هم در نظر داشته باشید. بنابراین، لازم نیست معنی تمام کلمات متن را درک کنید. همچنین لازم نیست اطلاعات متن را حفظ کنید. در عوض، سعی کنید متن را سریعاً بخوانید (یا اصطلاحاً scan کنید). تنها چیزی که بعد از این مرحله، باید از متن برداشت کرده باشید این است که یادتان مانده باشد مثلاً فلان موضوع در فلان قسمت متن بحث شده. همین! هرگونه تلاش برای کسب اطلاعات بیشتر در این مرحله، نوعی اتلاف وقت است. سپس سراغ سؤالات می‌رویم. هر سؤال را یکی یکی می‌خوانیم و کلمات کلیدی (key words) آن را مشخص می‌کنیم. بعد براساس scan اولیه‌ای که از متن انجام دادیم، آن کلمات کلیدی را توی متن پیدا می‌کنیم. اکنون باید آن قسمت را عمیق‌تر بخوانیم تا پاسخ را پیدا کنیم. سپس سراغ سؤالات بعدی می‌رویم و به همین ترتیب سؤالات هر متن را پاسخ می‌دهیم.

#### ۱۳.۲. سؤالات درک مطلب

سؤالاتی که بعد از هر متن طراحی می‌شود به موضوعاتی از قبیل ایده اصلی متن (main idea)، جزئیات صریح (explicit detail)، مرجع ضمیر و ... می‌پردازد. هر یک از این موضوعات را در قالب یک مهارت بررسی می‌کنیم:



### مهارت اول: پاسخگویی به سؤالات مربوط به عنوان / ایده اصلی متن (main idea / topic)

تقریباً در هر متن درک مطلب، در مورد ایده اصلی متن سؤال می‌شود. این سؤال معمولاً اولین سؤال هر متن است، اما باید آخر سر به سراغ آن بروید؛ یعنی بعد از آنکه باقی سؤالات متن را پاسخ دادید. چون پاسخگویی به آن در همان ابتدا ممکن نیست. معمولاً در پاسخگویی به این سؤالات، جمله اول هر پاراگراف بسیار کمک‌کننده است.

**Example:** In the philosophy of John Dewey, a sharp distinction is made between "intelligence" and "reasoning". According to Dewey, intelligence is the only absolute way to achieve a balance between realism and idealism, between practicality and wisdom of life. Intelligence involves "interacting with other things and knowing them," while reasoning is merely the act of an observer, ". . . a mind that beholds or grasps objects outside the world of things. . ." With reasoning, a level of mental certainty can be achieved, but it is through intelligence that control is taken of events that shape one's life.

#### 🔍 1- What is the topic of this passage?

- 1) The intelligence of John Dewey
- 2) Distinctions made by John Dewey
- 3) Dewey's ideas on the ability to reason
- 4) How intelligence differs from reasoning in Dewey's works

**مثال:** در مکتب فلسفی «جان دیوئی»، تفاوت بارزی بین هوش و تعقل وجود دارد. طبق نظریه‌ی «دیوئی»، هوشمندی تنها راه مطلق برای رسیدن به توازن بین واقع‌نگری (رئالیسم) و آرمان‌گرایی (ایده‌آلیسم) یا بین عمل‌گرایی و درک حکمت زندگی است. هوشمندی شامل «تأثیر و رابطه متقابل داشتن با دیگر چیزها و شناختن آن‌ها است»؛ در حالی که تعقل، صرفاً عبارت است از رفتار مشاهده‌گر، «... ذهنی که دنیای قرار گرفته در ورای اشیاء را درک می‌کند...». با تعقل می‌توان به مرتبه‌ای از یقین ذهنی رسید، اما فقط از طریق هوشمندی است که می‌توان رویدادهای شکل‌دهنده حیات را کنترل کرد.

🔍 ۱- عنوان این متن چیست؟

(۱) هوشمندی جان دیوئی

(۳) عقاید دیوئی در رابطه با توانایی استدلال کردن و تعقل

(۲) تفاوت‌های مطرح شده توسط جان دیوئی

(۴) این که از دیدگاه دیوئی چگونه هوشمندی و تعقل با هم متمایزند.

👉 پاسخ: گزینه «۴»

**توضیح:** اولین جمله این متن درباره‌ی تمایز بین هوشمندی و تعقل در فلسفه‌ی جان دیوئی صحبت می‌کند. بنابراین، همین مطلب ممکن است عنوان اصلی باشد. نگاهی اجمالی به بقیه‌ی جملات در متن، تأیید می‌کند که عنوان اصلی، قطعاً تفاوت بین هوشمندی و تعقل است. حال باید پاسخ‌ها را بررسی کنید تا مشخص شود که کدام گزینه، به عنوان اصلی نزدیک‌تر است. گزینه (۱) تنها هوشمندی را ذکر کرده، بنابراین نمی‌تواند موضوع اصلی باشد. گزینه (۲) تمایزی را که جان دیوئی مطرح می‌کند، نام برده، اما دقیقاً نوع تفاوت را مشخص نمی‌کند. گزینه (۳) تنها از تعقل نام برده، بنابراین ناقص است. در نتیجه، بهترین پاسخ گزینه (۴) است.

جدول زیر شامل خلاصه‌ای از نکات اساسی است که باید در مورد این نوع سوالات به یاد داشته باشید.

سؤالات مربوط به موضوع اصلی	
<p>عنوان متن چیست؟</p> <p>متن عمدتاً درباره چیست؟</p> <p>موضوع اصلی متن چیست؟</p> <p>عقیده اصلی نویسنده در متن چیست؟</p> <p>نویسنده اصولاً به چه موضوعی علاقه‌مند بوده است؟</p> <p>کدام یک از گزینه‌های زیر بهترین عنوان است؟</p>	<p>چگونه سؤال مربوطه را تشخیص دهیم؟</p>
<p>جواب این نوع سؤالات معمولاً با دقت کردن به جمله‌ی اول هر پاراگراف معین می‌شود.</p>	<p>چگونه پاسخ را تشخیص دهیم؟</p>
<p>۱- جمله‌ی اول هر پاراگراف را بخوانید.</p> <p>۲- در بین خطوط اولیه به دنبال زمینه یا طرحی مشترک بگردید.</p> <p>۳- بقیه‌ی قسمت‌های متن را به سرعت مرور کنید تا از پیدا کردن جمله یا جملات حاوی عنوان مطمئن شوید.</p> <p>۴- پاسخ‌هایی را که کاملاً غلط به نظر می‌رسند، حذف کنید و از میان بقیه گزینه‌ها بهترین پاسخ را انتخاب کنید.</p>	<p>چگونه به سؤال پاسخ دهیم؟</p>

## سؤالات و پاسخنامه آزمون‌های کارشناسی ارشد سال‌های ۱۳۸۹ تا ۱۴۰۰

**توجه:** داوطلبانی که بعد از مطالعه کل کتاب نیاز به تست بیشتری برای مرور و تمرین دارند، می‌توانند با مراجعه به سایت [www.modaresanesharif.ac.ir](http://www.modaresanesharif.ac.ir) بانک تست‌های سال‌های قبل‌تر را به صورت رایگان دانلود کنند.

## «سؤالات آزمون کارشناسی ارشد سال ۱۳۸۹»

**PASSAGE 1:**

The study of psychology in philosophical context dates back to the ancient civilizations of Egypt, Greece, China, India, and Persia. Psychology began adopting a more clinical and experimental approach under medieval Muslim psychologists and physicians, who built psychiatric hospitals for such purposes.

In 1802, French physiologist Pierre Cabanis helped to pioneer biological psychology with his essay on the relations between the physical and moral aspects of man. Cabanis interpreted the mind in light of his previous studies of biology, arguing that sensibility and soul are properties of the nervous system.

Though the use of psychological experimentation dates back to Alhazen's Book of Optics in 1021, psychology as an independent experimental field of study began in 1879, when the German physician Wilhelm Wundt founded the first laboratory dedicated exclusively to psychological research at Leipzig university in Germany, for which Wundt is known as the "father of psychology". The year 1879 is thus sometimes regarded as the birthdate. The American philosopher and psychologist William James published his seminal book, Principles of Psychology in 1890, laying the foundations for many of the questions on which psychologists would focus for years to come. Other important early contributors to the field include the German psychologist Hermann Ebbinghaus (1850-1909), a pioneer in the experimental study of memory at the University of Berlin; and the Russian physiologist Ivan Pavlov (1849-1936) who investigated the learning process now referred to as classical conditioning.

Starting in the 1950's, the experimental techniques set forth by Wundt, James, Ebbinghaus, and others would be reiterated as experimental psychology became increasingly cognitive and, eventually, constituted a part of the wider cognitive science. In the early years, however, this development was seen as a "revolution", as it both responded to and reacted against strains of thought-including psychodynamics and behaviorism-that had developed in the meantime.

**1- What does the passage mainly discuss?**

- |   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| 1) philosophical and scientific roots of psychology | 2) properties of the nervous system |
| 3) medieval muslim psychologists and physicians     | 4) psychodynamics and behaviorism   |

**2- According to the passage, the philosophical study of psychology ..... civilizations such as Iran.**

- 1) fell back with ancient    2) went on with ancient    3) stopped with very old    4) started with very old

**3- If the author is right, then Muslim psychology .....**

- 1) built psychiatric hospitals for philosophical psychology
- 2) rejected a more empirical method
- 3) adopted a more standard approach
- 4) took on clinical line of action

**4- In 1802, French physiologist Pierre Cabanis helped to ..... biological psychology with his essay.**

- 1) develop                      2) explore                      3) resolve                      4) settle

**5- Why is Wilhelm Wundt recognized as the pioneer of psychology?**

- 1) Because he excluded psychological research at Leipzig University in Germany.
- 2) Because he founded the first dependent experimental field of psychology.
- 3) Because he made use of psychological experimentation for the first time.
- 4) Because he established the first psychological laboratory.

**6- The year 1879 is sometimes regarded as the "birth-date" of psychology because ..... in this field.**

- |   |   |
|---|---|
| 1) William James established the first laboratory | 2) Wilhelm Wundt published his seminal book |
| 3) Wilhelm Wundt established the first laboratory | 4) William James published his seminal book |

**7- It is mentioned in the passage that Ivan Pavlov is a Russian physiologist who .....**

- |  |   |
|--|---|
| 1) contributed to the experimental study of memory | 2) helped to develop philosophical psychology |
| 3) helped to develop classical conditioning        | 4) contributed to the field of physiology     |





«سؤالات آزمون کارشناسی ارشد سال ۱۳۹۷»

**PASSAGE 1:**

We all know someone who is incredibly bright and yet cannot seem to pull their life together. The brilliant student who flunks out of university, or the incredibly intelligent worker who can't seem to get ahead in their company. We know from our familiarity with them that they have a good to superior intelligence level, but that doesn't seem to be enough to ensure success. And at the same time, we can probably describe in some form why we feel these people have not been successful. Our descriptions would include certain behaviors that have nothing to do with intelligence levels.

Over time, scientists have begun to study why standard intelligence alone isn't enough to predict performance in an individual. They have realized that there is another type of intelligence that isn't related to the standard cognitive intelligence — it's called emotional intelligence.

Emotional intelligence is a relatively new subject of study, though its roots go back to the time of Darwin, who posited that emotional expression was essential for survival. But what do we mean when we talk about emotional intelligence? The fact is that there are numerous ways of defining emotional intelligence. But for now, let's say that it is the ability to be aware of your emotions and the emotions of others and then to use that knowledge to help manage the expression of emotions so that they foster success rather than cause roadblocks.

**1- What is the author's main purpose in the passage?**

- 1) To explain the theory of multiple intelligences
- 2) To urge readers to develop their emotional intelligence
- 3) To offer a brief overview of emotional intelligence
- 4) To suggest that cognitive intelligence is the main factor in success

**2- The author implies that brilliant students or workers .....**

- 1) do not feel much respect for those with lower levels of intelligence
- 2) rely on their emotional intelligence to solve their problems and succeed
- 3) usually get into trouble because of their high levels of intelligence
- 4) are unlikely to make progress if they lack emotional intelligence

**3- The word "that" in paragraph 1 refers to .....**

- 1) levels
- 2) behaviors
- 3) descriptions
- 4) people

**4- The author refers to Darwin in paragraph 3 in order to .....**

- 1) argue that new studies on emotional intelligence no longer follow Darwin's ideas
- 2) show that emotional intelligence is not a completely new area of research
- 3) point out that Darwin cited emotional intelligence as the most significant contributor to survival
- 4) indicate that emotional intelligence is a more recent subject of study than first thought

**5- In relation to paragraph 1, paragraph 2 .....**

- 1) further supports the points made in it
- 2) casts doubts on the main points of it
- 3) tells what happens after the event discussed in it
- 4) explains the significance of an experiment discussed in it

**PASSAGE 2:**

Many studies of the brain processes underlying the creation of memory consolidation (lasting memories) have involved giving various human and animal subjects treatment, while training them to perform a task. These have contributed greatly to our understanding.

In pioneering studies using goldfish, Bernard Agranoff found that protein synthesis inhibitors injected after training caused the goldfish to forget what they had learned. In other experiments, he administered protein synthesis inhibitors immediately before the fish were trained. The remarkable finding was that the fish learned the task completely normally, but forgot it within a few hours - that is the protein synthesis inhibitors blocked memory consolidation, but did not influence short-term memory.

There is now extensive evidence that short-term memory is spared by many kinds of treatments, including electro-convulsive therapy, that block memory consolidation. On the other hand, and equally importantly, neuroscientist Ivan Izquierdo found that many drug treatments can block short-term memory without blocking memory consolidation. Contrary to the hypothesis put forward by Canadian psychologist Donald Hebb, in 1949, long-term memory does not require short-term memory and vice versa.

Such findings suggest that our experiences create parallel and possibly independent stages of memory, each with a different life span. All of this evidence from clinical and experimental studies strongly indicates that the brain handles recent and remote memory in different ways: but why does it do that?