

- از این فهرست به عنوان راهنمای مطالعه استفاده کنید.
- اولویت‌های مطالعه را تعیین کنید. در هر نوبت مطالعه مشخص کنید کدام موضوع برایتان ضروری‌تر و مهم‌تر است.
- مستطیل‌های هر ردیف، نشانه تعداد پیمانه‌های سؤال‌های ۱۰ تایی است. می‌توانید برای هر پیمانه ۱۰ تایی، ۱۰ دقیقه در نظر بگیرید.
- قبل از هر بار مطالعه، تسلط خودتان را با توجه به خودارزیابی‌تان و بر اساس جعبه ابزار کارنامه رنگ‌آمیزی کنید.

روان‌شناسی: تعریف و روش مورد مطالعه			درسی اول			
موضوع / ۱۴ پیمانه / ۱۴۰ تست	صفحه	تعداد تست	تعداد پیمانه	مسلط	نسبتاً مسلط	مسلط نیستیم
				آبی	سبز	زرر
۱- منابع کسب آگاهی و معرفت	۱۰	۱۰	۱	آبی	سبز	زرر
۲- تعریف علم تجربی	۱۲	۲۰	۲	آبی	سبز	زرر
۳- اهداف علم روان‌شناسی	۱۵	۱۰	۱	آبی	سبز	زرر
۴- روش علمی	۱۷	۲۰	۲	آبی	سبز	زرر
۵- تعریف روان‌شناسی	۲۰	۱۰	۱	آبی	سبز	زرر
۶- تعریف شناخت	۲۱	۱۰	۱	آبی	سبز	زرر
۷- روش‌های جمع‌آوری اطلاعات در روان‌شناسی	۲۳	۲۰	۲	آبی	سبز	زرر
آزمون جمع‌بندی روان‌شناسی: تعریف و روش مورد مطالعه	۲۷	۲۰	۲	آبی	سبز	زرر
آزمون ویژه برترها	۲۹	۲۰	۲	آبی	سبز	زرر
پاسخ‌نامه تشریحی	۲۱۰					

جمع ۷ موضوع، ۱ آزمون جمع‌بندی، ۱ آزمون ویژه برترها ۱۴۰ تست ۱۴ پیمانه

روان‌شناسی رشد			درسی دوم			
موضوع / ۱۵ پیمانه / ۱۵۰ تست	صفحه	تعداد تست	تعداد پیمانه	مسلط	نسبتاً مسلط	مسلط نیستیم
				آبی	سبز	زرر
۱- تعریف روان‌شناسی رشد و عوامل مؤثر بر رشد	۳۳	۲۰	۲	آبی	سبز	زرر
۲- مراحل مهم رشد در فراختای زندگی	۳۶	۱۰	۱	آبی	سبز	زرر
۳- ویژگی‌های رشد در دوره قبل از تولد و کودکی	۳۸	۴۰	۴	آبی	سبز	زرر
۴- ویژگی‌های رشد در دوره نوجوانی	۴۴	۴۰	۴	آبی	سبز	زرر
آزمون جمع‌بندی روان‌شناسی رشد	۵۳	۲۰	۲	آبی	سبز	زرر
آزمون ویژه برترها	۵۵	۲۰	۲	آبی	سبز	زرر
پاسخ‌نامه تشریحی	۲۱۷					

جمع ۴ موضوع، ۱ آزمون جمع‌بندی، ۱ آزمون ویژه برترها ۱۵۰ تست ۱۵ پیمانه

ازنمای پیشرفت				احساس، توجه، ادراک	
مسلط نیستم	نسبتاً مسلطم	مسلطم	تعداد پیمانه	تعداد تست	صفحه
زرد	سبز	آبی			۷ موضوع / ۱۴ پیمانه / ۱۴۰ تست
زرد	سبز	آبی	■	۱۰	۵۹ - ۱ انواع حواس
زرد	سبز	آبی	■	۱۰	۶۲ - ۲ توجه و منابع آن
زرد	سبز	آبی	■ ■	۲۰	۶۴ - ۳ عوامل مؤثر بر تمرکز
زرد	سبز	آبی	■ ■	۲۰	۶۷ - ۴ کارکردهای توجه
زرد	سبز	آبی	■	۱۰	۷۰ - ۵ ساماندهی توجه
زرد	سبز	آبی	■	۱۰	۷۱ - ۶ ادراک
زرد	سبز	آبی	■ ■	۲۰	۷۲ - ۷ مکتب گشتالت
زرد	سبز	آبی	■ ■	۲۰	۷۸ - آزمون جمع‌بندی احساس، توجه، ادراک
زرد	سبز	آبی	■ ■	۲۰	۸۱ - آزمون ویژه برترها
					۲۲۵ - پاسخنامه تشریحی

جمع ۷ موضوع، ۱ آزمون جمع‌بندی، ۱ آزمون ویژه برترها ۱۴۰ تست ۱۴ پیمانه

ازنمای پیشرفت				حافظه و علل فراموشی	
مسلط نیستم	نسبتاً مسلطم	مسلطم	تعداد پیمانه	تعداد تست	صفحه
زرد	سبز	آبی			۴ موضوع / ۱۳ پیمانه / ۱۳۰ تست
زرد	سبز	آبی	■ ■	۲۰	۸۵ - ۱ مراحل حافظه
زرد	سبز	آبی	■ ■	۲۰	۸۸ - ۲ انواع حافظه
زرد	سبز	آبی	■ ■	۲۰	۹۱ - ۳ عوامل مؤثر در ایجاد فراموشی
زرد	سبز	آبی	■ ■ ■	۳۰	۹۵ - ۴ تأثیر چگونگی مطالعه بر عملکرد حافظه
زرد	سبز	آبی	■ ■	۲۰	۱۰۰ - آزمون جمع‌بندی حافظه و علل فراموشی
زرد	سبز	آبی	■ ■	۲۰	۱۰۲ - آزمون ویژه برترها
					۲۳۲ - پاسخنامه تشریحی

جمع ۴ موضوع، ۱ آزمون جمع‌بندی، ۱ آزمون ویژه برترها ۱۳۰ تست ۱۳ پیمانه

ازنمای پیشرفت				آزمون‌های جمع‌بندی نیمسال اول	
مسلط نیستم	نسبتاً مسلطم	مسلطم	تعداد پیمانه	تعداد تست	صفحه
زرد	سبز	آبی			۴ پیمانه / ۴۰ تست
زرد	سبز	آبی	■ ■ ■ ■	۴۰	۱۰۵ - آزمون جمع‌بندی نیمسال اول
					۲۳۹ - پاسخنامه تشریحی

تفکر (۱) حل مسئله

۶ موضوع / ۱۳ پیمانه / ۱۳۰ تست

صفحه	تعداد تست	تعداد پیمانه	مسلط	نسبتاً مسلط	مسلط نیستم	ارزایه پیشرفت
۱۱۰	۲۰	۲	آبی	سبز	زرد	۱- تعریف و ویژگی‌های مسئله
۱۱۳	۱۰	۱	آبی	سبز	زرد	۲- انواع مسئله و اهمیت حل آن
۱۱۵	۱۰	۱	آبی	سبز	زرد	۳- مراحل حل مسئله
۱۱۶	۲۰	۲	آبی	سبز	زرد	۴- عوامل مؤثر بر حل مسئله
۱۱۹	۲۰	۲	آبی	سبز	زرد	۵- روش‌های حل مسئله
۱۲۳	۱۰	۱	آبی	سبز	زرد	۶- پیامدهای ناتوانی در حل مسئله
۱۲۶	۲۰	۲	آبی	سبز	زرد	آزمون جمع‌بندی تفکر (۱) حل مسئله
۱۲۸	۲۰	۲	آبی	سبز	زرد	آزمون ویژه برترها
۲۴۱						پاسخنامه تشریحی

جمع ۶ موضوع، ۱ آزمون جمع‌بندی، ۱ آزمون ویژه برترها ۱۳۰ تست ۱۳ پیمانه

تفکر (۲) تصمیم‌گیری

۸ موضوع / ۱۵ پیمانه / ۱۵۰ تست

صفحه	تعداد تست	تعداد پیمانه	مسلط	نسبتاً مسلط	مسلط نیستم	ارزایه پیشرفت
۱۳۲	۱۰	۱	آبی	سبز	زرد	۱- تعریف تصمیم‌گیری
۱۳۳	۱۰	۱	آبی	سبز	زرد	۲- انواع تصمیم‌گیری
۱۳۵	۱۰	۱	آبی	سبز	زرد	۳- ملاک‌های تصمیم‌گیری
۱۳۶	۳۰	۳	آبی	سبز	زرد	۴- سبک‌های تصمیم‌گیری
۱۴۰	۱۰	۱	آبی	سبز	زرد	۵- مراحل تصمیم‌گیری
۱۴۱	۱۰	۱	آبی	سبز	زرد	۶- موانع تصمیم‌گیری
۱۴۳	۲۰	۲	آبی	سبز	زرد	۷- پیامدهای ناتوانی در تصمیم‌گیری
۱۴۶	۱۰	۱	آبی	سبز	زرد	۸- چند پیشنهاد برای تصمیم‌گیری بهتر
۱۴۹	۲۰	۲	آبی	سبز	زرد	آزمون جمع‌بندی تفکر (۲) تصمیم‌گیری
۱۵۱	۲۰	۲	آبی	سبز	زرد	آزمون ویژه برترها
۲۴۸						پاسخنامه تشریحی

جمع ۸ موضوع، ۱ آزمون جمع‌بندی، ۱ آزمون ویژه برترها ۱۵۰ تست ۱۵ پیمانه

انگیزه و نگرش

۳ موضوع / ۱۳ پیمانه / ۱۳۰ تست

صفحه	تعداد تست	تعداد پیمانه	مسلط	نسبتاً مسلط	مسلط نیستم	ارزیابی پیشرفت
۱- انگیزه و نگرش	۱۵۵	۲۰	آبی	سبز	زرد	
۲- انواع انگیزه	۱۵۷	۱۰	آبی	سبز	زرد	
۳- انواع نگرش	۱۵۹	۶۰	آبی	سبز	زرد	
آزمون جمع‌بندی انگیزه و نگرش	۱۶۹	۲۰	آبی	سبز	زرد	
آزمون ویژه برترها	۱۷۱	۲۰	آبی	سبز	زرد	
پاسخنامه تشریحی	۲۵۵					

جمع ۳ موضوع، ۱ آزمون جمع‌بندی، ۱ آزمون ویژه برترها ۱۳۰ تست ۱۳ پیمانه

روان‌شناسی سلامت

۵ موضوع / ۱۳ پیمانه / ۱۳۰ تست

صفحه	تعداد تست	تعداد پیمانه	مسلط	نسبتاً مسلط	مسلط نیستم	ارزیابی پیشرفت
۱- روان‌شناسی سلامت	۱۷۵	۲۰	آبی	سبز	زرد	
۲- سبک زندگی و ابعاد آن	۱۷۸	۱۰	آبی	سبز	زرد	
۳- تعریف فشار روانی	۱۸۰	۱۰	آبی	سبز	زرد	
۴- راه‌های مقابله با فشار روانی و انواع آن	۱۸۲	۴۰	آبی	سبز	زرد	
۵- تأثیر مذهب بر سلامت	۱۸۹	۱۰	آبی	سبز	زرد	
آزمون جمع‌بندی روان‌شناسی سلامت	۱۹۲	۲۰	آبی	سبز	زرد	
آزمون ویژه برترها	۱۹۴	۲۰	آبی	سبز	زرد	
پاسخنامه تشریحی	۲۶۱					

جمع ۵ موضوع، ۱ آزمون جمع‌بندی، ۱ آزمون ویژه برترها ۱۳۰ تست ۱۳ پیمانه

آزمون‌های جمع‌بندی کل کتاب

صفحه	تعداد تست	تعداد پیمانه	مسلط	نسبتاً مسلط	مسلط نیستم	ارزیابی پیشرفت
آزمون جمع‌بندی کل کتاب	۱۹۶	۶۰	آبی	سبز	زرد	
پاسخنامه تشریحی	۲۶۶					

کنکور سراسری ۱۴۰۳

صفحه سوال	صفحه پاسخ	تعداد تست	مسلط	نسبتاً مسلط	مسلط نیستم	ارزیابی پیشرفت
۲۰۲	۲۶۹	۱۵	آبی	سبز	زرد	
۲۰۴	۲۷۰	۱۵	آبی	سبز	زرد	
۲۰۶	۲۷۱	۱۵	آبی	سبز	زرد	