

بخش دوم برنامهٔ راهبردی مطالعاتی روان آموز ویژهٔ کنکور ارشد روان شناسی ۱۴۰۵ با شروع از بهار و تابستان

تاریخ	آمار و روش تحقیق	روانشناسی بالینی	روانشناسی فیزیولوژی	انگیزش و هیجان	روانشناسی مرضی	کودکان استثنایی	روانشناسی تربیتی	روانشناسی رشد	علم النفس	روانشناسی عمومی
منابع اولویت دار	آمار و روش تحقیق مدرسان شریف	روان شناسی بالینی روان آموز روان شناسی بالینی فیرس، ویراست نهم نظریه‌های روان درمانی پروچاسکا، ویراست نهم	روان شناسی فیزیولوژی روان آموز	انگیزش و هیجان روان آموز	روان شناسی مرضی روان آموز	کودکان استثنایی روان آموز روان شناسی کودکان استثنایی گنجی	روان شناسی تربیتی روان آموز روان شناسی پرورشی توفین سیف	روان شناسی رشد روان آموز (منبع اصلی نیازی نیست و در برنامه وارد نمی‌شود. می‌توانید میحت مربوطه را از کتاب پایالیا یک بار روخوانی کنید.)	علم النفس روان آموز	روان شناسی عمومی روان آموز زمینهٔ روان شناسی هیلگارد براهنی
۳ آبان تا ۹ آبان	بخش اول، فصل ۱ و ۲ بخش دوم، فصل ۱	فصل ۱۶ فصل ۱ فصل ۱۰ فیرس فصل ۱ پروچاسکا	فصل ۱	فصل ۱ و ۲	-	فصل ۱ فصل ۱ و ۲ و ۳ گنجی	فصل ۱۵ فصل ۱۴ سیف	فصل ۳۱ و ۳۲ نیمهٔ اول فصل ۹	فصل ۱	فصل ۱۵ فصل ۱۵ هیلگارد
۱۰ آبان تا ۱۶ آبان	بخش اول، فصل ۳ و ۴ بخش دوم، فصل ۲	فصل ۱۷ فصل ۲ بخش مربوط در فصل ۱۴ فیرس فصل ۲ پروچاسکا	فصل ۲	فصل ۳ و ۴	فصل ۱ و ۲	یک‌سوم اول فصل ۲ یک‌سوم اول فصل ۵ گنجی	فصل ۱۶	فصل ۳۳ و ۳۴ نیمهٔ دوم فصل ۹	فصل ۲	فصل ۱۶ فصل ۱۶ هیلگارد
۱۷ آبان تا ۲۳ آبان	بخش اول، فصل ۵ بخش دوم، فصل ۳	فصل ۱۸ و ۱۹ فصل ۳ بخش مربوط در فصل ۱۴ فیرس فصل ۳ و ۷ پروچاسکا	فصل ۳	فصل ۵ و ۶	فصل ۳ و ۴	یک‌سوم دوم فصل ۲ یک‌سوم دوم فصل ۵ گنجی	فصل ۱۷ فصل ۱۵ سیف	فصل ۳۵ و ۳۶ و ۳۷ فصل ۱۰ و ۱۱	فصل ۳	فصل ۱۷ فصل ۱۷ هیلگارد
۲۴ آبان تا ۳۰ آبان	بخش اول، فصل ۶ بخش دوم، فصل ۴	فصل ۲۰ نیمهٔ اول فصل ۴ فصل ۴ پروچاسکا	فصل ۴	فصل ۷ و ۸	فصل ۵ و ۶ و ۲۷	یک‌سوم سوم فصل ۲ یک‌سوم سوم فصل ۵ گنجی	فصل ۱۸ فصل ۱۶ سیف	مرور کل رشد شناختی، فصل ۳۱ و ۳۲ و ۳۳ و ۳۴ و ۳۵ و ۳۶ و ۳۷	فصل ۴	فصل ۱۸ فصل ۱۸ هیلگارد
ایستگاه مرور یا جبران ۱										
۱ آذر تا ۷ آذر	بخش اول، فصل ۷ و ۸ بخش دوم، فصل ۵	فصل ۲۱ نیمهٔ دوم فصل ۴ بخش مربوط در فصل ۱۴ فیرس فصل ۵ پروچاسکا	فصل ۵	فصل ۹ و ۱۰	نیمهٔ اول فصل ۷	فصل ۳ فصل ۹ گنجی	فصل ۱۹ فصل ۱۷ و ۱۸ سیف	فصل ۳۸ و ۳۹ فصل ۶	فصل ۵	فصل ۱ و ۲
۸ آذر تا ۱۴ آذر	بخش اول، فصل ۹ بخش دوم، فصل ۶	فصل ۲۲ نیمهٔ اول فصل ۵ فصل ۶ پروچاسکا	فصل ۶	فصل ۱۱ و ۱۲	نیمهٔ دوم فصل ۷	فصل ۴ فصل ۱۰ گنجی	فصل ۲۰ فصل ۱۹ سیف	فصل ۴۰ و ۴۱ فصل ۲۳	فصل ۶	فصل ۳ و ۴
۱۵ آذر تا ۲۱ آذر	بخش اول، فصل ۹ بخش دوم، فصل ۶	فصل ۲۳ نیمهٔ دوم فصل ۵ فصل ۱۱ فیرس فصل ۸ و ۹ پروچاسکا	فصل ۷	فصل ۱۳ و ۱۴	فصل ۸	فصل ۵ فصل ۱۱ گنجی	فصل ۲۱ فصل ۲۰ سیف	فصل ۴۲ و ۴۳ و ۴۴ فصل ۲۷	فصل ۷	فصل ۵ و ۶
۲۲ آذر تا ۲۸ آذر	بخش اول، فصل ۱۰ و ۱۱ بخش دوم، فصل ۷	فصل ۲۴ نیمهٔ اول فصل ۶ فصل ۱۲ فیرس فصل ۱۰ پروچاسکا	فصل ۸	فصل ۱۵ و ۱۶	فصل ۹	فصل ۱۰ و ۹ فصل ۱۲ و ۱۳ گنجی	فصل ۲۲ فصل ۲۱ و ۲۲ سیف	مرور کل رشد روانی اجتماعی، فصل ۳۸ و ۳۹ و ۴۰ و ۴۱ و ۴۲ و ۴۳ و ۴۴	فصل ۸	فصل ۷ و ۸
۲۹ آذر تا ۵ دی	بخش اول، فصل ۱۲ و ۱۳ بخش دوم، فصل ۸	فصل ۲۵ نیمهٔ دوم فصل ۶ فصل ۱۳ فیرس فصل ۱۱ پروچاسکا	فصل ۹	فصل ۱۷ و ۱۸	فصل ۲۲	فصل ۶ فصل ۸ گنجی	فصل ۲۳ و ۲۴ فصل ۲۲ و ۲۱ سیف	فصل ۴۵ و ۴۶ فصل ۲ و ۳	فصل ۱۰ و ۱۱	فصل ۹ و ۱۰
۶ دی تا ۱۲ دی	بخش اول، فصل ۱ و ۲ بخش دوم، فصل ۹	فصل ۲۶ و ۲۷ نیمهٔ دوم فصل ۶ فصل ۱۳ فیرس فصل ۱۱ پروچاسکا	فصل ۱۰	فصل ۱۹ و ۲۰	فصل ۲۵	فصل ۷ فصل ۷ گنجی	فصل ۲۵ و ۲۶ فصل ۲۴ و ۲۳ سیف	فصل ۴۶ و ۴۷ فصل ۴ و ۵	فصل ۱۲ و ۱۳	فصل ۱۱ و ۱۲
۱۳ دی تا ۱۹ دی	بخش اول، فصل ۳ و ۴ بخش دوم، فصل ۱۰	فصل ۲۸ نیمهٔ اول فصل ۷ فصل ۱۵ فیرس فصل ۱۲ پروچاسکا	فصل ۱۱	فصل ۲۱ و ۲۲	فصل ۲۴	فصل ۸ فصل ۴ گنجی	فصل ۲۷ و ۲۸ فصل ۲۶ و ۲۵ سیف	فصل ۴۸ و ۴۹ و ۵۰ فصل ۷ و ۸	فصل ۱۴	فصل ۱۳ و ۱۴
۲۰ دی تا ۲۶ دی	بخش اول، فصل ۵ بخش دوم، فصل ۱۱	فصل ۲۹ نیمهٔ دوم فصل ۷ فصل ۱۵ پروچاسکا	فصل ۱۱ و ۱۲	فصل ۲۳ و ۲۴	فصل ۲۵ و ۲۶ فصل ۲۴ و ۲۳ سیف	فصل ۹ فصل ۹ گنجی	فصل ۲۹ و ۳۰ فصل ۲۸ و ۲۷ سیف	فصل ۵۱ و ۵۲ فصل ۹ و ۱۰	فصل ۱۵ و ۱۶	فصل ۱۵ و ۱۶
۲۷ دی تا ۳ بهمن	بخش اول، فصل ۶ بخش دوم، فصل ۱۲ و ۱۳	فصل ۳۰ و ۳۱ فصل ۸ فصل ۱۲ فیرس فصل ۱۰ پروچاسکا	فصل ۱۳ و ۱۴	فصل ۲۵ و ۲۶	فصل ۲۷ و ۲۸ فصل ۲۶ و ۲۵ سیف	فصل ۱۰ و ۹ فصل ۱۲ و ۱۳ گنجی	فصل ۳۱ و ۳۲ فصل ۳۰ و ۲۹ سیف	فصل ۵۳ و ۵۴ فصل ۱۱ و ۱۲	فصل ۱۷ و ۱۸	فصل ۱۷ و ۱۸
۴ بهمن تا ۱۰ بهمن	بخش اول، فصل ۷ و ۸ بخش دوم، فصل ۹	فصل ۳۱ و ۳۲ فصل ۹ فصل ۱۳ فیرس فصل ۱۱ پروچاسکا	فصل ۱۵	فصل ۲۷ و ۲۸	فصل ۲۹ و ۳۰ فصل ۲۸ و ۲۷ سیف	فصل ۱۱ و ۱۰ فصل ۱۲ و ۱۱ گنجی	فصل ۳۳ و ۳۴ فصل ۳۲ و ۳۱ سیف	فصل ۵۵ و ۵۶ فصل ۱۳ و ۱۴	فصل ۱۹ و ۲۰	فصل ۱۹ و ۲۰
۱۱ بهمن تا ۱۷ بهمن	بخش اول، فصل ۹ و ۱۰ بخش دوم، فصل ۱۱ و ۱۲	فصل ۳۲ و ۳۳ فصل ۱۰ فصل ۱۴ فیرس فصل ۱۱ پروچاسکا	فصل ۱۶ و ۱۷	فصل ۲۹ و ۳۰	فصل ۳۱ و ۳۲ فصل ۳۰ و ۲۹ سیف	فصل ۱۲ و ۱۱ فصل ۱۲ و ۱۱ گنجی	فصل ۳۵ و ۳۶ فصل ۳۴ و ۳۳ سیف	فصل ۵۷ و ۵۸ فصل ۱۵ و ۱۶	فصل ۲۱ و ۲۲	فصل ۲۱ و ۲۲
۱۸ بهمن تا ۲۴ بهمن	بخش اول، فصل ۱۱ و ۱۲ بخش دوم، فصل ۱۳ و ۱۴	فصل ۳۴ و ۳۵ فصل ۱۱ فصل ۱۵ فیرس فصل ۱۱ پروچاسکا	فصل ۱۸ و ۱۹	فصل ۳۱ و ۳۲	فصل ۳۳ و ۳۴ فصل ۳۲ و ۳۱ سیف	فصل ۱۳ و ۱۲ فصل ۱۲ و ۱۱ گنجی	فصل ۳۷ و ۳۸ فصل ۳۶ و ۳۵ سیف	فصل ۵۹ و ۶۰ فصل ۱۷ و ۱۸	فصل ۲۳ و ۲۴	فصل ۲۳ و ۲۴
۲۵ بهمن تا ۱ اسفند	بخش اول، فصل ۱۳ و ۱۴ بخش دوم، فصل ۱۵ و ۱۶	فصل ۳۶ و ۳۷ فصل ۱۲ فصل ۱۶ فیرس فصل ۱۱ پروچاسکا	فصل ۲۰ و ۲۱	فصل ۳۳ و ۳۴	فصل ۳۵ و ۳۶ فصل ۳۴ و ۳۳ سیف	فصل ۱۴ و ۱۳ فصل ۱۲ و ۱۱ گنجی	فصل ۳۹ و ۴۰ فصل ۳۸ و ۳۷ سیف	فصل ۶۱ و ۶۲ فصل ۱۹ و ۲۰	فصل ۲۵ و ۲۶	فصل ۲۵ و ۲۶
۲ اسفند تا ۸ اسفند	بخش اول، فصل ۱۵ و ۱۶ بخش دوم، فصل ۱۷ و ۱۸	فصل ۳۸ و ۳۹ فصل ۱۳ فصل ۱۷ فیرس فصل ۱۱ پروچاسکا	فصل ۲۱ و ۲۲	فصل ۳۵ و ۳۶	فصل ۳۷ و ۳۸ فصل ۳۶ و ۳۵ سیف	فصل ۱۵ و ۱۴ فصل ۱۲ و ۱۱ گنجی	فصل ۴۱ و ۴۲ فصل ۴۰ و ۳۹ سیف	فصل ۶۳ و ۶۴ فصل ۲۱ و ۲۲	فصل ۲۷ و ۲۸	فصل ۲۷ و ۲۸
۹ اسفند تا ۱۵ اسفند	بخش اول، فصل ۱۷ و ۱۸ بخش دوم، فصل ۱۹ و ۲۰	فصل ۴۰ و ۴۱ فصل ۱۴ فصل ۱۸ فیرس فصل ۱۱ پروچاسکا	فصل ۲۲ و ۲۳	فصل ۳۷ و ۳۸	فصل ۳۹ و ۴۰ فصل ۳۸ و ۳۷ سیف	فصل ۱۶ و ۱۵ فصل ۱۲ و ۱۱ گنجی	فصل ۴۳ و ۴۴ فصل ۴۲ و ۴۱ سیف	فصل ۶۵ و ۶۶ فصل ۲۳ و ۲۴	فصل ۲۹ و ۳۰	فصل ۲۹ و ۳۰
۱۶ اسفند تا ۲۲ اسفند	بخش اول، فصل ۱۹ و ۲۰ بخش دوم، فصل ۲۱ و ۲۲	فصل ۴۲ و ۴۳ فصل ۱۵ فصل ۱۹ فیرس فصل ۱۱ پروچاسکا	فصل ۲۳ و ۲۴	فصل ۳۹ و ۴۰	فصل ۴۱ و ۴۲ فصل ۴۰ و ۳۹ سیف	فصل ۱۷ و ۱۶ فصل ۱۲ و ۱۱ گنجی	فصل ۴۵ و ۴۶ فصل ۴۴ و ۴۳ سیف	فصل ۶۷ و ۶۸ فصل ۲۵ و ۲۶	فصل ۳۱ و ۳۲	فصل ۳۱ و ۳۲
۲۳ اسفند تا ۲۹ اسفند	بخش اول، فصل ۲۱ و ۲۲ بخش دوم، فصل ۲۳ و ۲۴	فصل ۴۴ و ۴۵ فصل ۱۶ فصل ۲۰ فیرس فصل ۱۱ پروچاسکا	فصل ۲۴ و ۲۵	فصل ۴۱ و ۴۲	فصل ۴۳ و ۴۴ فصل ۴۲ و ۴۱ سیف	فصل ۱۸ و ۱۷ فصل ۱۲ و ۱۱ گنجی	فصل ۴۷ و ۴۸ فصل ۴۶ و ۴۵ سیف	فصل ۶۹ و ۷۰ فصل ۲۷ و ۲۸	فصل ۳۳ و ۳۴	فصل ۳۳ و ۳۴

برنامهٔ درس زبان به علت ماهیت تمرینی، پیش نیازها و تفاوت در سطوح اولیهٔ داوطلبین، لازم است به نحوزیر پیگیری شود:

در برنامهٔ راهبردی با ادامه از مهر ماه باید روزانه حداقل ۴۵ دقیقه و حداکثر ۹۰ دقیقه از زمان خود را به مطالعهٔ درس زبان اختصاص دهید.در پایان هر هفته نیز بازه‌ای برای مرور آنچه در طول هفته خوانده‌اید، بالاخص واژگان که ذات فراموش‌شدنی‌تری دارند، در نظر بگیرید.

پیشنهاد ما برای مطالعهٔ زبان، صرفاً تمرکز بر کتاب متون روانشناسی به زبان انگلیسی روان آموز است. حتماً پیش از هر کاری فصل صفر این کتاب را به دقت بررسی کنید و سپس با توجه به شرایط خود یکی از سه مسیر زیر را انتخاب کرده و آن را پیگیری نمایید:

۱) اگر سطح زبانتان ضعیف است، ابتدا از مطالعهٔ واژگان یعنی فصول ۴، ۶ و ۸ شروع کنید و تا پایان آبان به مدت دو ماه پایهٔ لغوی خود را بهبود دهید؛ سپس از ابتدای آذر ماه سراغ درک مطلب و تکنیک‌های آن رفته و به فصول ۱، ۲ و ۳ بپردازید.

۲) اگر سطح زبانتان متوسط است، هم‌ارز با مطالعهٔ فصول مربوط به واژگان عمومی و تخصصی، مباحث مربوط به درک مطلب و تکنیک‌هایش را نیز مطالعه و تمرین کنید.

۳) چنانچه سطح زبانتان قوی است و از بیس لغوی خوبی برخوردار هستید، نیازی به مطالعهٔ واژگان پایه ندارید و می‌توانید تمام وقت خود را صرف یادگیری، استفاده از تکنیک‌های درک مطلب و بررسی متون روانشناسی کنید.

توجه داشته باشید که علت این تقسیم‌بندی اهمیت تسلط بر واژگان در فهم درست متون تخصصی و درک مطلب است؛ چرا که بدون داشتن دانش لغوی حداقلی، درک دقیق معنای جملات و پاسخ صحیح به تست‌ها ممکن نیست.

سایر فصول تکمیلی کتاب متون روانشناسی به زبان انگلیسی روان آموز یعنی عکس و مکث، اشکال فعل و قیده‌ها را پس از مطالعهٔ کامل درک مطلب در برنامهٔ خود گنجانده و مطالعه کنید. در ابتدای سال ۱۴۰۵، با برنامهٔ راهبردی ویژهٔ دوران جمع‌بندی منتظر ما باشید.

الگوریتم اجرایی برنامه‌راهبردی با شروع از پاییز ۱۴۰۴

این برنامه ویژه داوطلبانی است که مطالعه خود را از ابتدای بهار یا تابستان آغاز کرده‌اند. بازه زمانی برنامه از سوم آبان تا پایان اسفند ۱۴۰۴ را دربر می‌گیرد.

مباحثی که با رنگ سرمه‌ای مشخص شده‌اند، مربوط به اولین دور مطالعه هستند و رنگ نارنجی نشان‌دهنده مرور مباحث است.

در برخی موارد، ممکن است مشاهده کنید که یک فصل بیش از یک هفته در برنامه تکرار شده است؛ برای مثال، فصل دوم کودکان استثنایی در سه هفته آمده است. این تکرار به این معناست که مطالعه آن فصل باید در سه هفته تقسیم شود.

در این برنامه، تمام مباحث کتاب‌های کمک‌آموزشی لحاظ شده و هیچ مبحثی حذف نشده است. با این حال، برای تنظیم حجم مطالعه هفتگی، در برخی هفته‌ها ترتیب فصول نسبت به کتاب اصلی تغییر کرده است. بنابراین اگر ترتیب فصول در برنامه با کتاب متفاوت بود، دلیل آن صرفاً تنظیم حجم و اولویت‌بندی مباحث است.

منابع مورد استفاده:

این برنامه بر اساس کتاب‌های کمک‌آموزشی و منابع اصلی تنظیم شده است. تنها استثنا مربوط به دروس آمار و روش تحقیق، روان‌شناسی فیزیولوژیک، انگیزش و هیجان و علم‌النفس است که برای آن‌ها از ترکیب منابع کمک‌آموزشی و اصلی استفاده شده است.

در صورتی که تمایل دارید مباحث این دروس را از منابع اصلی نیز مطالعه کنید، پیشنهاد می‌شود از منبع اول هر درس که در بخش منابع سایت روان‌آموز معرفی شده، استفاده کنید.

در درس رشد، برای مباحث نظریه‌های رشد که پیش‌تر در برنامه فاز اول مطالعه شده‌اند تأکید بر کتاب کرین بوده است تا درک عمیق‌تری از نظریه‌ها ایجاد شود. اما در بخش چرخه زندگی که در این برنامه آمده، به دلیل مدیریت حجم و ماهیت حفظی این مطالب، نیازی به تأکید بر منابع اصلی مانند پاپالیا یا لورابک وجود ندارد.

با این حال، اگر زمان کافی دارید یا احساس می‌کنید نیاز به درک عمیق‌تر دارید، می‌توانید هر مبحث را یک بار از منبع اصلی روخوانی کنید.

ذکر منبع اصلی در برنامه به معنای الزام به مطالعه آن برای همه نیست. اولویت اصلی با کتاب‌های کمک‌آموزشی است و مراجعه به منبع اصلی تنها در صورت داشتن زمان کافی یا نیاز به توضیحات بیشتر توصیه می‌شود.

مرور مطالعات:

از آن‌جا که مطالعه شما از بهار یا تابستان آغاز شده، زمان مناسبی برای تسلط و مرور در اختیار دارید. در این برنامه، مرورها به‌گونه‌ای طراحی شده‌اند که هرگاه کتابی به پایان می‌رسد، از برنامه حذف نمی‌شود و مرور آن در ادامه گنجانده می‌شود.

به این ترتیب، دروس فازهای قبلی که تا این مرحله به پایان رسیده‌اند، اکنون وارد مرحله مرور شده‌اند. در طول اجرای برنامه، شما موظفید هم‌زمان با مطالعه مباحث جدید، مرور مباحث قبلی را نیز انجام دهید. مرورها بر اساس کتاب‌های کمک‌آموزشی نوشته شده‌اند و برای مرور، نیازی به مطالعه منابع اصلی وجود ندارد.

حجم مرورها به‌صورت منطقی و قابل مدیریت تنظیم شده است. همچنین، هر چهار هفته، یک هفته برای مرور و جبران در نظر گرفته شده تا فرصت بازبینی و تثبیت مطالب فراهم شود. تنها استثنا، ماه اسفند است که تقریباً همه مباحث آن در بخش مرور قرار دارند و نیازی به هفته‌های خالی مجزا نبوده است.

توجه داشته باشید که در برنامه، برای برخی دروس تنها یک دور مرور ذکر شده است، اما این به معنای کافی بودن یک بار مرور نیست. مرورهای برنامه صرفاً برای اطمینان از انجام حداقل مرور طراحی شده‌اند و شما باید بر اساس شرایط فردی خود، مرورهای بیشتری انجام دهید؛ به‌ویژه برای دروسی که از پاییز آغاز کرده‌اید و نیاز بیشتری به مرورهای مکرر دارند.

روش انجام مرورهای هفتگی و ماهانه، در کارگاه بیس‌کمپ به تفصیل آموزش داده شده است.

بر اساس این برنامه، تقریباً همه مباحث تا پایان اسفند حداقل یک بار مرور کامل خواهند داشت. برای ادامه مرورها و جمع‌بندی نهایی نیز، برنامه جداگانه‌ای برای فروردین و اردیبهشت ۱۴۰۵ ارائه خواهد شد.