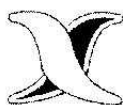


مقدمه‌ای بر  
کارکردهای اجرایی مغز

نویسنده:  
پروفسور آدل دیاموند

مترجم:  
محمد مهدی فقیهی شمایی



انتشارات حافظه برتر اندیش

Adele Diamond

دیاموند. آدل

مقدمه ای بر کارکردهای اجرایی مغز، نوشته: پروفیسور آدل دیاموند، ترجمه: محمد مهدی فقیهی محمدی، تهران، نشر حافظه برتر اندیش، ۱۳۹۶.  
۶۶ ص.

ISBN: 978-600-94135-9-1

فهرست نویسی براساس اطلاعات فیبا

کتاب حاضر ترجمه‌ای تحت عنوان "Executive Functions, ۲۰۱۳" از سایت <http://www.annualreviews.org> است.

موضوع: ۱. کارکردهای اجرایی (روان‌شناسی عصبی) / Executive functions (Neuropsychology)

۲. جنبه‌های روان‌شناسی / Memory - Psychological aspects

۳. مغز و روان‌شناسی فیزیولوژیکی / Brain - Psychophysiology

فقیهی محمدی، محمد مهدی، ۱۳۶۸ - ۶ مترجم

رده بندی کناره: ۶۰ / ۷۲۴۵ / ۱۳۹۶

رده بندی دیو: ۶۱۱

شماره کتابشناسی ملی: ۴۷۱۴۷۸

دسترسی و محل الکترونیک:

<http://www.annualreviews.org/doi/10.1146/annurev-psych-113011-143750>



انتشارات حافظه برتر اندیش

مقدمه ای بر کارکردهای اجرایی مغز

تألیف: پروفیسور آدل دیاموند

ترجمه: محمد مهدی فقیهی محمدی

ناشر: حافظه برتر اندیش

قطع وزیری

نوبت چاپ: اول، تابستان ۱۳۹۶

شمارگان: ۲۵۰ جلد

چاپ و صفحافی: کلبه هنر

تعداد صفحات: ۶۶ صفحه

قیمت: ۱۵۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۴۱۳۵-۹-۱

تلفن: ۰۹۱۰۵۲۹۳۴۰۴

# فهرست

|    |                                                                                      |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------|
| ۸  | ..... مقدمه                                                                          |
| ۱۰ | ..... فصل اول / کنترل بازداری                                                        |
| ۱۵ | ..... معرفی تکالیف روان شناسی مورد استفاده در ارزیابی کنترل بازداری                  |
| ۱۵ | ..... تکلیف استروب                                                                   |
| ۱۶ | ..... تکلیف سون                                                                      |
| ۱۶ | ..... تکلیف فضایی استروب                                                             |
| ۱۷ | ..... تکلیف فلائنگر                                                                  |
| ۱۷ | ..... تکلیف تاخیر در ارتعاش لذت                                                      |
| ۱۸ | ..... تکلیف برو/ نر و تکلیف نشستن موقت                                               |
| ۱۹ | ..... مشترکات و تفاوت‌ها در میان انواع مخافه کنترل بازداری                           |
| ۲۰ | ..... رشد و تحول بازداری کنترل                                                       |
| ۲۲ | ..... فصل دوم / حافظه کاری                                                           |
| ۲۳ | ..... مقایسه حافظه کاری و حافظه کوتاه مدت                                            |
| ۲۴ | ..... روابط میان حافظه کاری و کنترل بازداری                                          |
| ۲۴ | ..... آن‌ها عموماً به یکدیگر نیاز دارند و با هم اتفاق می‌افتند                       |
| ۲۴ | ..... حافظه کاری از کنترل بازداری پشتیبانی می‌کند                                    |
| ۲۵ | ..... کنترل بازداری از حافظه کاری پشتیبانی می‌کند                                    |
| ۲۸ | ..... رهاسازی حافظه کاری و بازداری کنترلی                                            |
| ۲۹ | ..... آیا کنترل بازداری موفق چیزی غیر از حافظه کاری خوب است؟                         |
| ۳۱ | ..... تنوعی‌های حافظه کاری که کنترل بازداری را زیر مجموعه حافظه کاری در نظر می‌گیرند |

- حافظه کاری و توجه انتخابی، متمرکز ..... ۳۱
- معرفی تکالیف روان‌شناسی که به منظور ارزیابی حافظه کاری مورد استفاده قرار گرفته است ..... ۳۲
- بهبود حافظه کاری ..... ۳۴
- فصل سوم / انعطاف‌پذیری شناختی ..... ۳۶
- نمونه تکالیف روان‌شناسی که برای ارزیابی انعطاف‌پذیری شناختی مورد استفاده قرار می‌گیرد ..... ۳۸
- رشد و تحول انعطاف‌پذیری شناختی ..... ۴۱
- فصل چهارم / سطوح بالاتر کارکردهای اجرایی ..... ۴۳
- رابطه بین هوش استدلالی، خیال و استدلالی/منطقی ..... ۴۳
- تفاوت‌ها و تشابهات بین کارکرد اجرایی و اصطلاحات مرتبط ..... ۴۳
- بکار بردن کارکردهای اجرایی یا فرآیندها، کنترل بالا به پایین، همیشه هم سودبخش نیست ..... ۴۴
- قناری در معدن زغال سنگ: کارکرد اجرایی به عنوان سیستم هشدار دهنده ..... ۴۵
- یادگیری و تمرین می‌تواند کارکرد اجرایی را افزایش دهد ..... ۴۶
- فصل پنجم / برخی از اصولی که صرف‌نظر از برنا ..... کارکردهای اجرایی و یا مداخلات، وجود دارد ..... ۴۸
- نکات اجمالی ..... ۵۱
- جدول تعاریف ..... ۵۳

## مقدمه

کارکردهای اجرایی<sup>۱</sup> به اختصار (EFS) که همچنین با نام های کنترل اجرایی یا کنترل شناختی هم شناخته می شود، به مجموعه از فرایندهای ذهنی بالا به پایین<sup>۲</sup> ضروری گفته می شود که وقتی شما نیاز تمرکز و توجه دارید یا به صورت خودکار یا با اتکا به غریزه یا شهود اقدامی غیرعقلانی، نا کانی یا غیر ممکن را انجام می دهید.

استفاده از کارکردهای اجرایی پر زحمت است؛ ادامه دادن شیوه ای که امور را انجام می دهید، از تغییر آن آسان تر است. ساده تر است که به وسوسه بیردازیم تا اینکه در برابر آن مقاومت کنیم و ماندن در وضعیت هدایت خودکار در نظر گرفتن و فکر کردن به آنچه پیش خواهد آمد راحت تر است.

یک توافق عمومی وجود دارد مبنی بر اینکه کارکردهای اجرایی شامل سه هسته اصلی می باشند:

۱- بازداری<sup>۳</sup>؛ کنترل بازداری از جمله خود کنترلی (کنترل رفتار) و کنترل تداخل (توجه انتخابی و بازداری شناختی)

۲- حافظه کاری<sup>۴</sup>؛

۳- انعطاف پذیری شناختی<sup>۵</sup>؛ (که همچنین با نام های تنظیم حرکت، انعطاف پذیری ذهنی،

تنظیم ذهنی حرکت و نزدیک به مفهوم خلاقیت).

---

1 - executive functions

2 - top-down mental processes

3 - inhibition

4 - working Memory

5 - cognitive flexibility

از این هسته ها، کارکردهای اجرایی های مرتبه بالاتر مانند استدلال، حل مسئله و برنامه ریزی ساخته می شوند. کارکردهای اجرایی مهارت های ضروری و کاربردی برای سلامت روانی و جسمی نظیر موفقیت در مدرسه و در زندگی؛ و توسعه شناختی، اجتماعی و روانی هستند.

www.ketab.ir