نام و نام خانوادگی:	‹ به نام خدا ›	پایه: هشتم
آزمون نوبت دوم تفکر و سبک زندگی	دبیرستان عرفان	تاریخ امتحان : ۱۴۰۲/۳/۱
نام دبیر :		مدت امتحان : ۳۰ دقیقه

۱) این تعریف با کدام گزینه هم معنی می باشد ؟ (۱)

« هر انسانی تصوری از خود دارد و می تواند شخصیت خود را توصیف و ارزیابی کند . به این ارزیابی ..... می گویند »

الف) عزت نفس　　ب) مهار خشم　　ج) خود پنداره

۲) ۴ مورد از عواملی که منجر به فشار روانی می شوند را نام ببرید ؟ (۱)

۳) عصبانیت را تعریف کنید ؟ (۱)

۴) عزت نفس پنج رکن اساسی دارد . آن ها را نام ببرید ؟ (۱/۲۵)

۵) مبادلهٔ اطلاعات به صورت شفاهی یا نوشتاری بین دو نفر یا چند نفر دربارهٔ یک موضوع را ..... می گویند ؟ (۰/۷۵)

« امروز بهترین لحظه هاست ، پر توان و پر انرژی امروزت را بساز »

" سعیدی "