

نام و نام خانوادگی:
امتحان تفکروسبک زندگی

نام و نام خانوادگی:
امتحان تفکروسبک زندگی

به نام خدا

کلاس هشتم:

تاریخ: ۱۴۰۲/۰۳/۰۶

نام دبیر:

کلاس هشتم:

تاریخ: ۱۴۰۲/۰۳/۰۶

نام دبیر:

کلاس هشتم:

تاریخ: ۱۴۰۲/۰۳/۰۶

نام دبیر:

مدرسہ : دیالہ

در تعریف عزت نفس کدام مورد صحیح است؟

الف} احساس ارزشمند بودن ب} احساس محترم بودن و شریف بودن

الف} احساس ارزشمند بودن ب} احساس محترم بودن و شریف بودن

ج {احساس توانایی و کفالت

د {همه موارد

ج {احساس توانایی و کفالت

د {همه موارد

۲. درباره ی ویژگی های مفهوم اعتماد به نفس کدام مورد صحیح است؟

الف) باور کردن خود ب) باور داشتن توانایی ها و استعداد های ذاتی

الف) باور کردن خود ب) باور داشتن توانایی ها و استعداد های ذاتی

ج) پذیرفتن ضعف های فردی

د) عدم برنامه ریزی برای افزایش توانایی ها

ج) پذیرفتن ضعف های فردی

د) عدم برنامه ریزی برای افزایش توانایی ها

۳. جای خالی را با کلمات مناسب پر کنید

.....یعنی برنامه ریزی و تلاش برای رسیدن به هدف و حرکت از وضع موجود به وضع مطلوب.

.....نوعی مبادله‌ی اطلاعات به صورت شفاهی یا نوشتاری بین دونفر یا چند نفر درباره‌ی یک موضوع است.

.....وسیله ای است که از طریق آن انسان پیام خود را به فرد دیگر یا تعداد زیادی از مردم منتقل میکند.

.....هرنوع رفتاری است که سلامت جسمی و روانی فرد را در معرض خطر قرار میدهد.

۴. عناوین زیر را تعریف کنید.

خود پنداره:

استرس :

عصبانیت: