

شماره صفحه:		باسمه تعالی		تعداد صفحات:
نام درس: تفکر		اداره کل آموزش و پرورش استان البرز		مدت امتحان ۴۰ دقیقه تاریخ امتحان: ۱۴۰۲/۳/۳ ساعت امتحان: ۸ صبح شماره داوطلب:
رشته:		مدیریت آموزش و پرورش ناحیه ۲ کرج و شهرستان فردیس		
پایه: هشتم		دبیرستان دوره اول متوسطه غیردولتی پژوهش		
نام و نام خانوادگی:		نوبت دوم (خرداد ماه) سال ۱۴۰۱-۱۴۰۲		
کلاس:		نام دبیر:		
				
ردیف	تذکر: پاسخ سئوالات را با استفاده از خودکار مشکی یا آبی در پاسخنامه بنویسید.			
۱	فشار روانی چیست؟			
۲	چه عواملی منجر به فشار روانی می شوند؟ (۲مورد)			
۳	اعتماد به نفس را تعریف کنید؟			
۴	خودپنداره به چه معناست؟			
۵	رفتار پرخطر را توضیح دهید؟			
۶	عزت نفس یعنی چه ؟			
۷	اعتماد به نفس خود را چگونه تقویت کنیم ؟ (۲ مورد)			
۸	عصبانیت چیست؟			
۹	پرخاشگری کلامی و فیزیکی را توضیح دهید و مثال بزنید؟			
۱۰	برای مهار خشم دو راهکار را پیشنهاد دهید؟			
	موفق باشید			