



۱- در علم پزشکی از برخی مواد مخدر برای تسکین دردها و در جراحی ها استفاده می کنند که به آن می گویند.

الف- سوء مصرف مواد ب- مصرف قانونی ج- کاربرد مجاز مواد مخدر د- مصرف صحیح مواد

۲- عزت نفس یعنی.....

الف- احساس ارزشمند بودن و شریف بودن و کفایت ب- احساس محترم بودن و توانمندی بالا

ج- احساس قدرت نفس و شرافت و شجاعت د- احساس ارزشمندی و خودپنداره واقعی از خود

۳- در نامه ۳۱ نهج البلاغه راجع به عزت نفس چه توصیه ای نشده است؟

الف- نفس خود را با هیچ چیز عوض نکن ب- برای نفس ومطامع خود ارزش قائل باش

ج- بنده کسی غیر از خدا نباش د- نفس خود را با دوری از کارهای پست محترم شمار

۴- طبق سفارش امیر المومنین علیه السلام، مطامع ممکن است که تورا وسوسه کند.....

الف- تو هم برای آنها ارزش قائل شو ب- تو هم در مقابل آنها خود را تسلیم نما

ج- ولی تو توانمندی و سود خود را بشناس د- ولی تو اعتنا نکن.

۵- کدام مورد از ارکان عزت نفس نمی باشد؟

الف- رضایت از ظاهر و چهره و وضعیت اجتماعی ب- احساس شایستگی

ج- ایمان به خدا و عمل صالح د- احساس مسئولیت در برابر خود و دیگران

۶- به وارد شدن تنش روانی به یک فرد به دلیل روبرو شدن با یک مشکل، مصیبت یا حادثه گفته می شود.

الف- تنش ب- استرس ج- اضطراب و دلهره د- فشار روانی

۷- به احساس محترم بودن و توانایی و کفایت می گویند.

الف- عزت نفس ب- اعتماد به نفس ج- شخصیت د- خودپنداره

۸- اعتماد به نفس یعنی

الف- داشتن خودپنداره مثبت و قوی بودن ب- باور به توانایی ها و استعدادهای ذاتی و داشتن عزت نفس

ج- اعتماد به خداوند، باور داشتن خود و توانایی های خود، برنامه ریزی برای افزایش توانایی ها د- جبران ضعفها و عدم ترس

۹- داشتن لکت زبان جزء میباشد.

الف- علائم فشار روانی ب- علائم عدم اعتماد به نفس ج- عوامل عزت نفس د- عوامل فشار روانی

۱۰- هر انسانی تصویری از خود دارد و می تواند شخصیت خود را توصیف کند، به این می گویند.

الف- عزت نفس ب- خودپنداره ج- تصور مثبت د- اعتماد به نفس

۱۱- عصبانیت واکنشی هیجانی است که از ریشه می گیرد و در نتیجه آن به هم می خورد.

الف- ناراحتی و نفرت- تعادل روحی یک فرد ب- ناراحتی و نفرت- احساسات یک فرد

ج- ترس و هیجانات منفی- تعادل روحی یک فرد د- ترس و هیجانات منفی- احساسات یک فرد

۱۲- احساس پذیرش از سوی دیگران و دریافت محبت و احترام، از ارکان است.

الف- خودپنداره مثبت ب- خودبزرگ بینی ج- اعتماد به نفس د- عزت نفس

۱۳- کدام گزینه از عوامل ایجاد فشار روانی نمی باشد؟

الف- شکست در تحصیل ب- گرسنگی ج- سروصدای زیاد د- سبک زندگی ناسالم

۱۴- افرادی که کمتر دعا می کنند و افراد ترسو، بیش از بقیه دچار می شوند.

الف- فشار روانی ب- افسردگی ج- عصبانیت د- اعتماد به نفس پایین

۱۵- اگر فردی به شما پرخاش کرد، اول و بعد پس از آنکه خشم طرف مقابل برطرف شد.....

الف- سکوت کنید- از خود دفاع نمایید. ب- خوب گوش کنید- به آرامی با او صحبت کنید.

ج- سکوت کنید - به آرامی با او صحبت کنید. ج- خوب گوش کنید- با دلیل از خود دفاع نمایید.

۱۶- فردی که عصبانیت او به مرحله انفجار رسیده است،

- الف- قادر به تصمیم گیری صحیح نیست. ب- قادر به کنترل بر کار خود نیست.
- ج- قادر است خشم خود را مهار کند اما به سختی د- قادر به پیش بینی نتایج اعمال و رفتار خود نیست.

۱۷- کدام مورد از عوامل ایجاد افسردگی نیست؟

- الف- بیماری، اعتیاد یکی از نزدیکان ب- تاخیر در ازدواج، عدم توجه در جمع دوستان
- ج- ورشکستگی، تغییر در سبک زندگی د- اضطراب زیاد، طلاق والدین

۱۸- کدام عبارت صحیح نیست؟

- الف- افسردگی قابل درمان است. ب- افرادی که از بیمار لاعلاج مراقبت می کنند دچار افسردگی می شوند.
- ج- فرد افسرده را نباید تنها گذاشت. د- صله ارحام یک راه حل برای کاهش افسردگی است.

۱۹- اعتیاد یکی از نزدیکان یا تغییراتی که بدلیل مهاجرت در سبک زندگی برخی از افراد بوجود می آید، می تواند منجر به شود؟

- الف- افسردگی ب- فشار روانی ج- خشم و عصبانیت د- ترس و اضطراب

۲۰- کسی است که درباره کالاها یا خدماتی که قصد دارد آنها را بخرد، تصمیمات درستی بگیرد.

- الف- شهروند عاقل ب- مصرف کننده عاقل ج- مصرف کننده صحیح د- شهروند الکترونیک