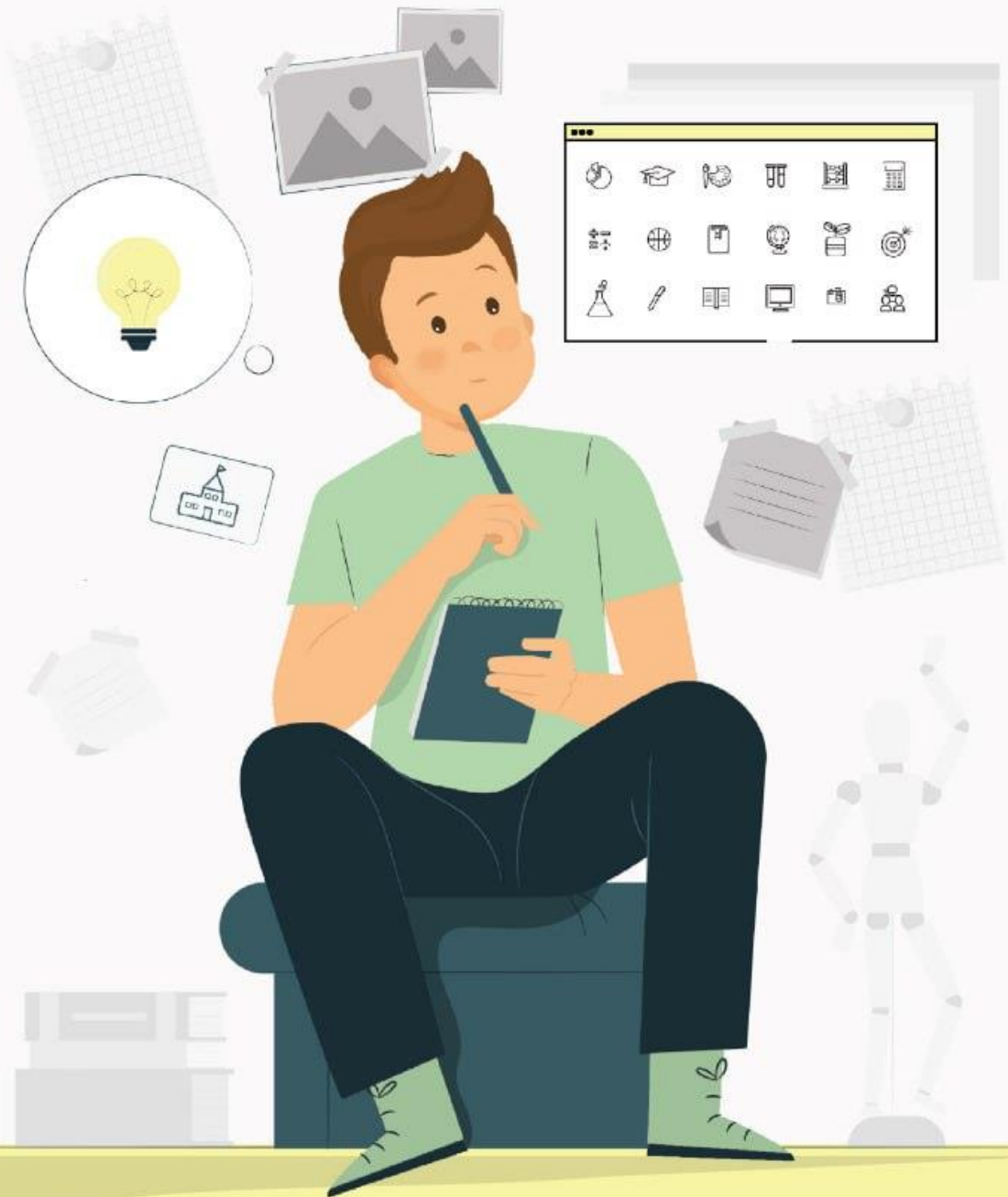


# تفکر و سبک زندگی هیتینم

منطقه اول

(نمونه سوالات حل شده)



۱. با استفاده از کلمات داده شده جاهای خالی را کامل کنید. (یک کلمه اضافی است).

آداب معاشرت ، خویشتن داری ، رفتار پر خطر ، کاربرد مجاز مواد مخدر، گفت و گو

الف) در علم پزشکی از برخی از مواد مخدر برای تسکین درد ها و انجام جراحی ها استفاده می کنند که به آنها .....**کاربرد مجاز مواد مخدر**..... می گویند.

ب) .....**گفت و گو**..... نوعی مبادله اطلاعات به صورت شفاهی یا نوشتاری بین دو نفر یا بین چند نفر درباره یک موضوع است.

ج) .....**رفتار پر خطر**..... هر نوع رفتاری است که سلامت جسمی و روانی یک فرد را در معرض خطر قرار می دهد.

د).....**آداب معاشرت**..... ، مجموع رفتارهای درستی است که باید در برخورد با یکدیگر در موقعیت های مختلف رعایت کنیم تا احترام و شأن و منزلت ما حفظ شود.

۲. گزینه درست را انتخاب کنید.

الف) برنامه ریزی و تلاش برای رسیدن به هدف، داشتن امید و توکل به خداوند و خالقیت یعنی :

۱. داشتن هدف ۲. ادب ۳. مهار نفس ۴. موفقیت ●

ب) هر انسانی تصویری از خود دارد و می تواند شخصیت خود را توصیف کند. به این ارزیابی یا تصور از خود چه می گویند؟

۱. عزت نفس ۲. خودپنداره ● ۳. اعتماد به نفس ۴. مهار نفس



۳. امر به معروف و نهی از منکر باعث چه می شود؟

علاوه بر بهبود وضع زندگی اجتماعی، در خود شخص نیز موثر است و مانع انجام کارهای ناپسند و شکل گیری عادت های بد و موجب ایجاد عادت های خوب در او می شود.

۴. چهار رکن از ارکان عزت نفس را بنویسید؟

۱. ایمان به خدا و اعتماد به پشتیبانی او

۲. احساس رضایت از وضع جسمانی و روحی خود

۳. احساس مسئولیت در برابر خود و دیگران

۴. احساس پذیرش از سوی دیگران و دریافت محبت و احترام

۵. احساس شایستگی

۵. آداب معاشرت یعنی چی ؟

مجموعه رفتارهای درستی است که ما باید در یک موقعیت با توجه به دستورات اسلام و ارزش های مورد قبول مردم یا عقل به کار بگیریم .

۶. کاربرد (مجاز مواد مخدر) چیست؟

در علم پزشکی برای تسکین درد جراحی و درمان بیماری های عصبی و روانی از مواد مخدر استفاده می شود که به آن کاربرد مجاز میگویند.

۷. اعتماد به نفس را تعریف کنید.

باور کردن خود. شناخت توانایی ها و نقاط ضعف ها افزایش توانمندی ها با اعتماد به دارند.

۸. مصرف کننده عاقل کیست؟

کسی که درباره خرید و خدمات تصمیم درست بگیرد.



۹. دو نکته مهم در مورد (عصبانیت) بگویید.

اول سکوت میکنیم تا عصبانیت طرف مقابل برطرف شود بعد به آرامی با او صحبت میکنیم.

به یاد داشته باشید که شخص عصبانی قادر به پیش بینی اعمال و رفتار خود نیست

۱۰. با استفاده از عبارات زیر، جاهای خالی را پر کنید. (۲ گزینه اضافه است)

۱ به مردم این توان را می دهد که به جای انتخاب های غلط، تصمیم های بهتری بگیرند.

۲ سبک زندگی ناسالم و طالق یا جدایی پدر و مادر.

۳ نرسیدن به یک هدف باعث برهم زدن تعادل روحی فرد می شود.

۴ باور داشتن به توانایی ها و استعداد های ذاتی خود.

خود پنداره (----)

اعتماد به نفس (۴)

افسردگی (----)

کسب مهارت در مهارت نفس (۱)

فشار روانی (۲)

عصبانیت (۳)

۱۱. تصمیم گیری منطقی را کامل توضیح دهید؟

این نوع تصمیم گیری بر اساس جمع آوری از منابع مختلف، ارزیابی راه حل های مختلف،

بررسی نقاط قوت و ضعف راه حل ها و انتخاب بهترین راه حل بر اساس معیارهای عاقلانه

صورت می گیرد. تصمیم گیری منطقی بهترین نوع تصمیم گیری است.

۱۲. چه کسانی بیشتر دچار فشار روانی می شوند؟

افراد ترسو و رقابت جو، عجول و شتابزده، بی قرار و عصبانی، کسانی که برای برنده شدن

تلاش می کنند و افرادی که کمتر دعا می کنند.



۱۳. دو رکن عزت نفس را نام ببرید؟

احساس شایستگی ایمان به خدا و اعتماد به پشتیبانی او احساس رضایت از وضع جسمانی و روحی خود احساس مسئولیت در برابر خود و دیگران احساس پذیرش از سوی دیگران و دریافت محبت و احترام

۱۴. (..... گفت و گو.....) نوعی مبادله اطلاعات به صورت کتبی درباره یک موضوع است.

۱۵. (.... خویشتن داری.....) یعنی داشتن یک اراده قوی در بازداشتن خود از توجه به چیزهای زیان آور و زشت





## بانک محتوای آموزشی SET

آسان و سریع مطالب مهم را مرور کنید و برای آزمون آماده شوید.

همین الان کلیک کن



### دوره‌های آموزشی

با دوره‌های آموزشی وارد مسیر یادگیری شوید و گام به گام خود را در کل درس راحت کنید.



### نمونه‌سوال‌ات حل شده

با نمونه سوال‌ات حل شده درس به درس، مثال‌های مهم را ببینید و مفاهیم را آسان درک کنید.



### خلاصه نکات

با خلاصه نکات درس به درس فقط به نکات مهم بپردازید و زمان را ذخیره کنید.



### ویدئو آموزشی

با ویدئوهای کوتاه درس به درس، مطالب درس را آسان و سریع یاد بگیرید.



[www.youtube.com/@saminskill](https://www.youtube.com/@saminskill)

[www.aparat.com/set\\_ir\\_official](https://www.aparat.com/set_ir_official)

[www.instagram.com/set.ir.shop](https://www.instagram.com/set.ir.shop)

[t.me/set\\_ir\\_levelup](https://t.me/set_ir_levelup)

[@set\\_ir\\_levelup](https://www.facebook.com/set_ir_levelup)

[@levelupset](https://www.facebook.com/levelupset)

۰۲۱۴۴۰۷۰۷۳۰

۰۹۰۲۷۱۴۳۴۰۲



اسکن کنید