

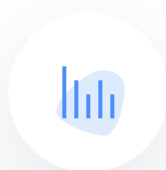
مهر آموزشگاه		نمره از ۵		دبیرستان علامه دهخدا دوره اول			
		نام دبیر		درس: تفکر و سبک زندگی		سوالات ارزشیابی نوبت دوم	
				پایه: هفتم		شعبه : ج	
		نام عالی پور		مدت امتحان: ۲۰ دقیقه		تاریخ آزمون: ۱۴۰۲/۳/۱۳	
				نام خانوادگی		نام	
ردیف	سؤالات						بارم
۱	اضطراب یا دلهره را تعریف کنید.						۱
۲	انسان معمولاً چه موقع خشمگین می شود؟						۱
۳	مدیریت اختلاف به چه معنی است؟						۱
۴	دو مورد از آثار نیکی به والدین را نام ببرید.						۱
۵	دو مورد از راه های مقابله با خشم را نام ببرید.						۱
« موفق باشید »							

۱	نوعی فشار درونی، ترس و نگرانی و يك حالت هیجانی است که قبل از روبه رو شدن با يك موقعیت ناراحت کننده، يك مشکل و يا يك خطر، برای فرد به وجود می آید.
۲	زمانی که انسانی احساس می کند حقی از او ضایع شده، از سوی دیگران تحقیر شده است و یا کاری برخلاف میل او صورت گرفته است، خشمگین می شود.
۳	شناخت علت اختلاف، برخورد منطقی، صادقانه و به موقع افراد با موضوعی که اختلاف به خاطر آن به وجود آمده است و پیدا کردن راه حلّ منطقی برای رفع اختلاف
۴	۱ جلب رضایت الهی ۲ نزول رحمت آسمانی ۳ بهره مندی از برترین قصرهای بهشتی ۴ بهره مندی از سایه عرش الهی ۵ افزایش طول عمر
۵	۱ خداوند را یاد کنید تا آرامش پیدا کنید. ۲ سعی کنید از احساسات خود آگاه شوید (به خود بگویید که من اکنون خشمگینم). ۳ درباره پیامدهای خشم خود کمی فکر کنید. ۴ خود را آرام سازید. ۵ خشم خود را به صورت های صحیح بروز دهید. ۶ محیط ناراحت کننده را ترك کنید. ۷ افکار منفی خود را اصلاح کنید. ۸ برای آرام کردن خشم خود از دیگران كمك بگیرید. ۹ هنگام خشم سعی کنید بنشینید. ۱۰ خشم آتش است، با خوردن کمی آب، آتش را خاموش کنید.



اپلیکیشن درسی همیار

برنامه رایگان درسی همیار



تمام پایه ها

جواب کتاب ، تدریس و نمونه سوال



همیشه رایگان

برنامه همیار کاملا رایگان میباشد