



اداره کل آموزش و پرورش استان البرز  
مدیریت آموزش و پرورش ناحیه ۱ کرج  
دبیرستان غیردولتی پسرانه غیاثیه (دوره اول)  
سال تحصیلی ۱۴۰۴/۱۴۰۵

نام:	نام خانوادگی:	نام دبیر:	پایه: هشتم
تعداد صفحه:	نوبت اول	نام درس: تفکر و سبک زندگی	مدت زمان امتحان: دقیقه

سوالات تستی تفکر و سبک زندگی هشتم (نوبت اول)

۱. هدف اصلی خودشناسی چیست؟ الف) شناخت دیگران ب) شناخت توانایی‌ها و ضعف‌های خود  ج) کسب ثروت د) مشهور شدن

۲. عزت نفس یعنی: الف) خودخواهی ب) احساس ارزشمندی نسبت به خود  ج) غرور د) ترس

۳. کدام مورد از ویژگی‌های یک تصمیم درست است؟ الف) عجولانه باشد ب) بدون فکر گرفته شود ج) با بررسی پیامدها باشد  د) بر اساس احساس لحظه‌ای باشد

۴. اولین مرحله حل مسئله چیست؟ الف) انتخاب راه حل ب) شناخت دقیق مسئله  ج) اجرا د) ارزیابی

۵. اعتماد به نفس باعث می‌شود: الف) از همه بهتر باشیم ب) توانایی‌های خود را بشناسیم و به آن‌ها اعتماد کنیم.  ج) اشتباه نکنیم د) همیشه موفق شویم

۶. کدام مورد نشانه مسئولیت‌پذیری است؟ الف) سرزنش دیگران ب) پذیرش نتایج کارهای خود  ج) فرار از مشکلات د) بی‌تفاوتی

۷. دوست خوب چه ویژگی‌ای دارد؟ الف) راستگو و قابل اعتماد  ب) دروغگو ج) خودخواه د) بدقول

۸. احترام به دیگران یعنی: الف) پذیرفتن همه حرف‌ها ب) رعایت حقوق و شخصیت افراد  ج) سکوت همیشگی د) مخالفت نکردن

۹. همدلی یعنی: الف) قضاوت دیگران ب) درک احساسات دیگران  ج) نصیحت کردن د) مخالفت

۱۰. مهم‌ترین عامل موفقیت در کار گروهی چیست؟ الف) همکاری  ب) رقابت ج) لجبازی د) خودخواهی

۱۱. مهارت نه گفتن برای چیست؟ الف) بی‌ادبی ب) رد درخواست‌های نادرست با احترام  ج) مخالفت با همه د) قطع رابطه

۱۲. هنگام عصبانیت بهتر است: الف) فریاد بزنیم ب) آرام شویم و فکر کنیم  ج) وسایل را بشکنیم د) قهر کنیم

۱۳. مهم‌ترین ویژگی یک گفت‌وگوی مؤثر چیست؟ الف) فقط حرف زدن ب) خوب گوش دادن و احترام متقابل  ج) بلند صحبت کردن د) قطع کردن حرف دیگران

۱۴. نظم چه تأثیری دارد؟ الف) اتلاف وقت ب) افزایش موفقیت و آرامش  ج) خستگی د) کاهش یادگیری

۱۵. انتخاب دوست باید بر اساس: الف) ظاهر ب) اخلاق و رفتار مناسب  ج) ثروت د) شهرت

۱۶. مسئولیت‌پذیری در خانه یعنی: الف) انجام ندادن وظایف ب) انجام وظایف خود به‌موقع  ج) تنبلی د) بهانه آوردن

۱۷. کدام مورد مانع تصمیم‌گیری درست است؟ الف) مشورت ب) عجله  ج) فکر کردن د) جمع‌آوری اطلاعات

۱۸. احترام به قانون باعث: الف) بی‌نظمی ب) امنیت و نظم جامعه  ج) اختلاف د) تنبلی

۱۹. هنگام اختلاف با دوستان باید: الف) دعوا کنیم ب) گفت‌وگو و احترام را حفظ کنیم.  ج) قهر کنیم د) انتقام بگیریم
۲۰. یکی از عوامل پیشرفت انسان چیست؟ الف) تلاش و پشتکار  ب) تنبلی ج) بی‌برنامگی د) ناامیدی
۲۱. خودشناسی به چه چیزی کمک می‌کند؟ الف) انتخاب بهتر اهداف  ب) افزایش غرور ج) بی‌تفاوتی د) وابستگی
۲۲. بهترین راه افزایش اعتماد به نفس چیست؟ الف) مقایسه با دیگران ب) تلاش و کسب موفقیت‌های کوچک  ج) تعریف دیگران د) غرور
۲۳. کدام رفتار نشانه احترام است؟ الف) تمسخر ب) رعایت نوبت  ج) توهین د) بی‌نظمی
۲۴. در کار گروهی باید: الف) فقط نظر خود را بگوییم ب) به نظر دیگران هم توجه کنیم.  ج) مسئولیت نپذیریم د) همکاری نکنیم
۲۵. هدف‌گذاری باعث: الف) سردرگمی ب) برنامه‌ریزی بهتر  ج) اتلاف وقت د) ناامیدی
۲۶. مهم‌ترین سرمایه هر انسان چیست؟ الف) پول ب) شخصیت و اخلاق  ج) لباس د) شهرت
۲۷. در هنگام شکست باید: الف) ناامید شویم ب) از اشتباهات درس بگیریم.  ج) تلاش را رها کنیم د) دیگران را مقصر بدانیم
۲۸. کدام مورد از حقوق دیگران است؟ الف) تمسخر ب) احترام به عقاید آنان  ج) بی‌احترامی د) زورگویی
۲۹. مشورت کردن باعث: الف) تصمیم بهتر  ب) اتلاف وقت ج) وابستگی د) ترس

۳۰. مهم‌ترین ویژگی فرد مسئولیت‌پذیر چیست؟ الف) انجام وظایف خود  ب) فرار از مسئولیت ج) تنبلی د) بهانه‌گیری

۳۱. در برابر اشتباه خود باید: الف) انکار کنیم ب) آن را بپذیریم و جبران کنیم.  ج) دیگران را مقصر بدانیم د) پنهان کنیم

۳۲. یکی از نتایج برنامه‌ریزی درست چیست؟ الف) موفقیت بیشتر  ب) بی‌نظمی ج) اتلاف وقت د) استرس بیشتر

۳۳. همفکری با دیگران باعث: الف) افزایش کیفیت تصمیم‌ها  ب) اختلاف بیشتر ج) شکست د) بی‌مسئولیتی

۳۴. کدام مورد نشانه احترام به خود است؟ الف) مراقبت از سلامت جسم و روان  ب) بی‌توجهی به سلامتی ج) تنبلی د) بی‌نظمی

۳۵. هنگام شنیدن نظر مخالف باید: الف) عصبانی شویم ب) با احترام گوش دهیم.  ج) تمسخر کنیم د) بحث را ترک کنیم

۳۶. کدام مورد مهارت زندگی محسوب می‌شود؟ الف) حل مسئله  ب) تنبلی ج) بی‌تفاوتی د) بی‌نظمی

۳۷. برای رسیدن به هدف باید: الف) تلاش و برنامه‌ریزی داشت.  ب) عجله کرد ج) امید را از دست داد د) بدون فکر عمل کرد

۳۸. کدام رفتار باعث تقویت دوستی می‌شود؟ الف) صداقت و وفاداری  ب) دروغ ج) حسادت د) تمسخر

۳۹. احترام به والدین و معلمان نشانه: الف) مسئولیت‌پذیری و اخلاق نیکو  ب) ضعف ج) ترس د) بی‌اعتمادی

۴۰. هدف از آموزش مهارت‌های زندگی چیست؟ الف) موفقیت در زندگی فردی و اجتماعی  ب) افزایش رقابت ج) کسب ثروت د) مشهور شدن

پاسخنامه: (۱ ب، ۲ ب، ۳ ج، ۴ ب، ۵ ب، ۶ ب، ۷ الف، ۸ ب، ۹ ب، ۱۰ الف، ۱۱ ب، ۱۲ ب، ۱۳ ب، ۱۴ ب، ۱۵)  
(ب، ۱۶ ب، ۱۷ ب، ۱۸ ب، ۱۹ ب، ۲۰ الف، ۲۱ الف، ۲۲ ب، ۲۳ ب، ۲۴ ب، ۲۵ ب، ۲۶ ب، ۲۷ ب، ۲۸ ب، ۲۹)  
الف، ۳۰ الف، ۳۱ ب، ۳۲ الف، ۳۳ الف، ۳۴ الف، ۳۵ ب، ۳۶ الف، ۳۷ الف، ۳۸ الف، ۳۹ الف، ۴۰ الف.