

ویژگی شخصیتی افراد پر طاق‌ت چیست؟

الف) نوعی باور در مورد خود

ب) دچار مشکلات روانی و شناختی

ج) نوعی باور در مورد خود و دیگران

د) دچار مشکلات جسمانی و روانی

۲- افراد پر طاق‌ت دارای کدامیک از موارد زیر است؟

الف) تعهد

ب) کنترل

ج) مبارزه جویی

د) همه موارد

۳- یکی از ویژگیهای پر طاق‌تی نقطه مقابل ناتوانی است کدامیک از گزینه‌های زیر مربوط به آن میباشد؟

الف) الف) از تعهد بالائی برخوردارند

ب) رویدادهای زندگی را قابل پیش بینی و قابل کنترل

ج) این افراد اعتقاد دارند تغییرات نقطه حساس زندگی به شمار میرود

د) این افراد در زندگی سرشار از تغییر و تحول هستند

۴- مهمترین منابع فشار روانی در دانشجویان چیست؟

الف) ناتوانی در آشکار کردن احساسات خود

ب) میل به تفریح در برابر درس خواندن

ج) کنار آمدن با چند نفر در یک اتاق

د) همه موارد

۵- تعهد نقطه مقابل کدامیک از موارد زیر است ؟

الف) نقطه مقابل ناتوانی

ب) نقطه مقابل از خود بیگانگی

ج) نقطه مقابل خطر یا ترس

د) هیچکدام

۶- انواع سوء استفاده عاطفی چیست ؟

الف) پرخاشگری

ب) انکار

ج) ناچیز شماری

د) همه موارد

۷- شکل افراطی انکار کدامیک از موارد زیر است؟

الف) پرخاشگری

ب) ناچیز شماری

ج) مارد الف و ب

(د) هیچکدام

۸- بدزبانی و سرزنش مربوط به کدامیک از موارد زیر میباشد؟

(الف) انکار

(ب) ناچیز شماری

(ج) پر خاشگری

(د) همه موارد

۹- کدامیک از موارد زیر مربوط به انکار می باشد؟

(الف) سوء استفاده

(ب) مضایقه کردن

(ج) مقابله کردن

(د) همه موارد

۱۰- ویژگیهای روابط دو سویه چیست ؟

(الف) مورد حمایت عاطفی قرار نگیرد

(ب) نظر خاصی نباید داشته باشید

(ج) حق دارید به دور از انتقاد و داوری زندگی کنید

(د) همه موارد

۱۱- اوقات فراغت و پیا مد های مثبت شامل کدامیک از موارد زیر میباشد؟

الف) اوقات فراغت و رشد شخصی

ب) اوقات فراغت و تکامل اجتماعی

ج) اوقات فراغت و تفریح

د) همه موارد

۱۲- فضای فراغت چیست؟

الف) اوضاع فراقیت بر اساس علاقه و خواسته درونی

ب) کسب آرامش جسمانی و روانی

ج) به معنای آسودگی و آسایش از کار و شغل است

د) اوقات فراغت در افزایش بهره وری کار آیی و بهداشت روانی تاثیر زیادی دارد

۱۳ کدامیک از موارد زیر در برنامه ریزی اوقات فراغت تاثیر دارد؟

الف) حضور فعال باید داشته باشید

ب) در برنامه ریزی خود زمان مناسبی را نیز برای خلوت شخصی و تفکر و اندیشه در نظر بگیرید

ج) اوقات فراغت با بیکاری یکسان است

د) گزینه الف و ب

۱۴) اوقات فراغت و کسب دانش و آگاهی شامل کدامیک از موارد زیر است؟

الف) کسب مهارت اجتماعی و اوقات فراغت

ب) فارغ از دغدغه های شغلی تحصیلی خانوادگی اجتماعی

ج) به شناسائی و تقویت استعدادهای خود پردازد

د)میل داشتن فرد در برخی فعلیتهای ورزشی دخالت دارد

۱۵)مهمترین نیازهای فراغتی جوانان شامل کدامیک از موارد زیر می باشد ؟

الف)فعالیت ورزشی

ب)فعالیت علمی

ج)مهارت آموزی

د)همه موارد