

سوالات مسابقه کتابخوانی ویژه هفته سلامت روان - مهر 99

1- کدامیک از خطاهای ذهن در روند پردازش و تفسیر و ارزیابی اطلاعات مداخله می کنند و باعث بروز مشکل در انسان می گردد؟

الف) خطاهای هیجانی      ب) خطاهای شناختی      ج) خطاهای رفتاری      د) خطاهای احساسی

2- شناخت و اطلاعات فرد از نقش ها و انتظارات و ارتباطات خود جز کدام یک از انواع خودآگاهی محسوب می شود؟

الف) خودآگاهی اجتماعی      ب) خودآگاهی جسمی      ج) خودآگاهی روانی      د) خودآگاهی معنوی

3- کدامیک از گزینه های زیر جز رفتارهای پرخطر محسوب نمی شود؟

الف) نقش ناجی داشتن      ب) ارتباط با افراد بدبین      ج) تعیین حد و مرزهای شخصی      د) پنهان کاری

4- هنگام برنامه ریزی در وقت، پیشنهاد می شود طول زمان روز را برای بهره وری بهتر به چند قسمت تقسیم کرد؟

الف) 3 قسمت      ب) 2 قسمت      ج) 4 قسمت      د) 5 قسمت