

ردیف	
۱	مدیریت زمان به چه معناست؟ (تعریف) مدیریت زمان یعنی مدیریت عمری که خداوند در اختیار ما قرار داده است، مدیریت زمان استفاده مناسب از فرصت هایی است که زندگی در اختیار ما قرار داده است.
۲	تعریف هدف را بنویسید: به خواسته ها و آرزوهایی که ما قصد داریم در زمان معینی به آنها برسیم هدف گویند.
۳	اهداف به چند دسته تقسیم میشوند نام ببرید؟ سه دسته ۱- اهداف کوتاه مدت ۲- اهداف میان مدت ۳- اهداف بلند مدت
۴	تعریف اهداف کوتاه مدت: برخی از اهداف که برای یک روز، یک هفته یا یک ماه تنظیم میشوند اهداف کوتاه مدت گویند.
۵	تعریف اهداف میان مدت: برخی از اهداف که برای یک سال و یا دو سال تنظیم میشوند اهداف میان مدت گویند.
۶	تعریف اهداف بلند مدت: برخی از اهداف که برای ۵ سال ۱۰ سال و یا ۱۲ سال تنظیم میشوند اهداف بلند مدت گویند.
۷	تعریف سبک زندگی را بنویسید: شیوه ایی است که یک فرد، خانواده، گروه، طایفه یا یک ملت بر اساس باورها، عقاید، احساسات، تجربیات، افکار، علایق و محیط جغرافیایی برای خود انتخاب می کنند.
۸	یادگیری چیست؟ فراگیری اطلاعات، رفتارها و توانایی های جدید که در فرد موثر است و در اثر تجربه یا مطالعه کسب میشود.
۹	ارتباط چیست؟ (تعریف): ارتباط یعنی انتقال پیام از یک فرد به فرد دیگر یا یک فرد به عده ای از افراد بصورت کلامی یا غیر کلامی، با هدف تاثیر گذاری بر افکار، احساسات و رفتار دیگران
۱۰	۴ عنصر ارتباطی در ارتباط کلامی و غیر کلامی را نام ببرید. ۱- فرستنده پیام ۲- گیرنده پیام ۳- پیام ۴- بازخورد نسبت به پیام
۱۱	تعریف آداب ارتباط یا پل های ارتباطی را بنویسید. به عواملی که موجب میشود رابطه بین برخی از افراد به خوبی ادامه پیدا کند آداب ارتباطی گویند.
۱۲	آثار نیکی به والدین را نام ببرید؟ ۱- جلب رضایت الهی ۲- نزول رحمت آسمانی ۳- بهره مندی از برترین قصر های بهشتی ۴- بهره مندی از سایه عرش الهی ۵- افزایش طول عمر
۱۳	اختلاف یعنی عدم توافق بین دو یا چند نفر بر سر یک موضوع
۱۴	تعریف مدیریت اختلاف را بنویسید: شناخت علت اختلاف، برخورد منطقی، صادقانه و به موقع افراد با موضوعی که اختلاف به خاطر آن بوجود آمده است و پیدا کردن راه حل منطقی برای رفع اختلاف
۱۵	اضطراب یا دلهره چیست؟ نوعی فشار درونی، ترس و نگرانی و یک حالت هیجانی در اثر روبرو شدن با یک موقعیت ناراحت کننده و یک مشکل و یا یک خطر در فرد به وجود می آید.
۱۶	چند راهکار برای غلبه بر اضطراب را نام ببرید: ۱- تفکر مثبت ۲- تسلط داشتن به خود ۳- دوری از تفکرات منفی ۴- ایمان و توکل به خداوند ۵- دعا و نیایش هنگام سختی
۱۷	تعریف خشم را بنویسید: عکس العمل انسان به یک موضوع ناخوشایند را خشم گویند.
۱۸	در چه مواقعی انسان خشمگین میشود؟ زمانی که انسان احساس میکند حقی از او ضایع شده، از سوی دیگران تحقیر شده است و یا کاری به خلاف میل او صورت گرفته است.
۱۹	افراد متدین و معتقد به آداب و مبانی اخلاقی در کنترل خشم خود موفق تر از دیگران هستند.
۲۰	تعریف دوستی را بنویسید: به رابطه ی صمیمی، داوطلبانه و عاطفی در بین افراد دوستی گفته میشود.
۲۱	رفتار قاطعانه یعنی چه: (تعریف) رفتار قاطعانه یعنی شجاعت در بیان عقاید بصورت مستقیم و صادقانه به طرف مقابل
۲۲	تعریف تاب آوری را بنویسید: تاب آوری یعنی تحمل سختی ها، چاره جویی برای حل مشکل و دادن پاسخ مناسب به مشکلات
۲۳	به چه عواملی فشار همسالان گویند: به تاثیرات یک دوست یا گروه دوستان در انتخاب یک تصمیم یا انجام یک کار، چه خوب و چه بد فشار همسالان گویند.
۲۴	تعریف خود را بنویسید: مجموعه ای از ویژگی های جسمانی، عاطفی، اعتقادی، اخلاقی و عقلانی یک فرد که موجب تفاوت او با دیگران میشود
۲۵	تعریف خود آگاهی را بنویسید: شناخت ما از خصوصیات ظاهری، افکار، باورها، ارزش ها، عواطف، نقاط قوت و ضعف، خواسته ها، علایق، ترس ها و یا نفرت های ما از چیز های مختلف