

ردیف	پاسخنامه مهارت هشتم
۱	الف) ۳ (ب) ۱ (پ) ۴ (ت) ۲ (۲ نمره) (هر مورد ۵/۵ نمره) (آسان)
۲	الف) نادرست (ب) درست (پ) نادرست (ت) درست (۲ نمره) (هر مورد ۵/۵ نمره) (متوسط)
۳	الف) گزینه «۳» - (۵/۵ نمره) ایجاد فکر منفی در ذهن (متوسط) ب) گزینه «۲» - (۵/۵ نمره) خشم (متوسط)
۴	الف) ترس ب) شادی آور پ) رفتارها (۱/۵ نمره) (هر مورد ۵/۵ نمره) (متوسط)
۵	۱) تمایل به دور شدن از مکان ترسناک و فرار و مخفی شدن. ۲) تمایل به بی حرکتی در جای خود ماندن و یا کز کردن. ۳) تمایل به اجتناب از قرار گرفتن در موقعیت‌های بد به وجود آورنده‌ی ترس. (۱/۵ نمره) (هر مورد ۵/۵ نمره) (متوسط)
۶	آثار مفید: ایجاد خلاقیت، سبب تلاش بیشتر و تحرک ما می‌شود. آثار مضر: سردرد - بالا رفتن فشار خون سرد شدن دست. (۲ نمره) (هر مورد ۵/۵ نمره) (دشواری)