

از دیدگاه اکثر مردم، اضطراب پاسخی موقتی به استرس است. اضطراب تنها وقتی به یک بیماری تبدیل می‌شود که علائم آن ماندگار باشند، به طوری که کل زندگی شخص را تحت تأثیر قرار بدهند... علائم اضطراب شامل احساس ترس و نگرانی بدون هیچ دلیل آشکاری است و علائم ظاهری آن شامل برافروختگی صورت، گشادشدن مردمک‌های چشم، ضربان سریع قلب (تپش)، تعریق، انقباض عضلانی است که ممکن است منجر به درد هم بشود به همان حالتی که در یک سردرد عصبی دیده می‌شود. این حالت فیزیکی و ذهنی یک نوع آمادگی برای گریز یا جنگ برای حفظ زندگی می‌باشد، که اصطلاحاً به آن (اضطراب شدید) می‌گویند و چنین پاسخی در تمام حیوانات یکسان است. برای بعضی افراد چنین احساس اضطرابی طولانی‌مدت است درحالی که در سایرین "حملات وحشت" به طور مکرر تجربه می‌شود که بدون هشدار بوده و مربوط به موقعی است که علائم شدید هستند. چنین وضعیت‌هایی از اضطراب ممکن است با مشکلات روحی یا شرایط محیطی مرتبط باشد، و ممکن است فرد مبتلا متوجه آن موضوع نباشد. بعضی افراد نسبت به سایرین واکنش شدیدتری به موقعیت‌های استرس‌زایی مثل آزمون‌ها یا تغییر شغل نشان می‌دهند و بنابراین نسبت به اضطراب خیلی مستعدتر هستند.

۶. طبق متن، اضطراب.....

الف. علت اصلی استرس است

ب. یک بیماری بدون علامت است

ج. اغلب واکنشی شدید موقت به استرس است

د. یک بیماری حاکم بر زندگی هر فرد است

توضیح: با توجه به **topic sentence** «[....] از دیدگاه اکثر مردم، اضطراب پاسخی موقتی به استرس است

اضطراب تنها وقتی به یک بیماری تبدیل می‌شود که علائم آن ماندگار باشند» و **همینطور تاکید جملات انتهای متن، گزینه ج صحیح است و با توجه به ادامه جمله گزینه ب هم غلط هست.** به سایر گزینه‌ها اشاره ای نشده است.

("For most people, anxiety is a temporary response to stress.")

و همینطور تاکید جملات انتهای متن..

Key words in questions	Paraphrase in the passage
mostly a short-lived strong reaction to stress	For most people, anxiety is a temporary response to stress.

۷. ترس بیماران مضطرب....

ب. به خاطر این است که خیلی عرق می‌کنند

د. می‌تواند بدون کوچکترین دلیلی باشد

الف. به خاطر سردردهای تنشی است

ج. وقتی است که دچار تپش قلب می‌شوند

توضیح: با توجه به توضیحات انتهای خط دوم متن «[....] علائم اضطراب شامل احساس ترس و نگرانی

بدون هیچ دلیل آشکاری است...»

("Symptoms of anxiety are a feeling of fear or apprehension for no apparent reason, ...")

و همینطور تاکید جملات انتهای متن.. «چنین وضعیت‌هایی از اضطراب ممکن است با مشکلات روحی

یا شرایط محیط مرتبط باشد، و ممکن است فرد مبتلا متوجه آن موضوع نباشد» **گزینه د صحیح می‌باشد.**

همچنین به سایر گزینه‌ها در متن اشاره‌ای نشده است.

("These "anxiety states" may be related to emotional problems or to circumstances, even though the sufferer may not realize it. ")

Key words in questions	Paraphrase in the passage
without simplest justification	- These "anxiety states" may be related to emotional problems..... <u>the sufferer may not realize it.</u> - Symptoms of anxiety are a feeling of fear or apprehension <u>for no apparent reason</u>

۸. اضطراب شدید یا واکنش (مبارزه یا فرار) وقتی رخ می‌دهد که فردی.....

ب. مجبور است با حیوانات بجنگد

د. با یک موقعیت خیلی سخت مواجه می‌شود

الف. بسیار سریع می‌دود

ج. در مبارزه یا فرار ناتوان است

توضیح: با توجه به توضیحات اواسط متن «این حالت فیزیکی و ذهنی یک نوع آمادگی برای گریز یا جنگ

برای حفظ زندگی می‌باشد، که اصطلاحاً به آن {اضطراب شدید} می‌گویند...» **گزینه د صحیح می‌باشد و به**

سایر گزینه‌ها در متن اشاره‌ای نشده است.

("This mental and physical state is in fact a readiness to run away or fight for one's life, called the "fight or flight" response")

Paraphrase in the passage	Key words in questions
a readiness to run away or fight for one's life	when a person faces a very difficult situation

۹. گفته شد که اضطراب.....

ب. بیشتر در افرادی که امتحان می‌دهند اتفاق می‌افتد

د. مکرراً به صورت حملات وحشت بروز پیدا می‌کند

الف. تنها علت مشکلات عاطفی است

ج. نمی‌گذارد افراد کار پیدا کنند

توضیح: با توجه به جمله نتیجه یا Concluding Sentence «برای بعضی افراد چنین احساس اضطرابی

طولانی‌مدت است درحالی‌که در سایرین "حملات وحشت" به‌طور مکرر تجربه می‌شود...» **گزینه د صحیح**

می‌باشد. **گزینه الف غلط است زیرا در متن اشاره شده که اضطراب با مشکلات روحی و محیطی**

ارتباط دارد نه اینکه تنها دلیل آنها باشد.

همچنین به این نکته توجه داشته باشید که هرگاه درگزینه ای از کلمات قطعیت مانند (حتماً، قطعاً، هرگز، همیشه، به هیچ عنوان، تنها دلیل و...) استفاده شده باشد، به احتمال قریب به یقین گزینه درستی نیست مگر در متن دقیقاً و مستقیماً به آن اشاره شده باشد.

("For some people, this feeling of anxiety is prolonged, while others have frequent so-called "panic attacks" without warning")

۱۰. متن عمدتاً در مورد..... بحث می کند

الف. بیماری های منجر به اضطراب

ب. اضطراب و پیشگیری از آن

ج. اضطراب و علت شناسی آن

د. موقعیت های پراسترس

توضیح: با توجه به توضیحات متن گزینه ج صحیح می باشد در مورد دو گزینه الف و ب صحبتی نشده و گزینه د هم خیلی جزئی است و فقط اشاره کوچکی به آن شد.