

## عنوان مقاله:

بررسی چگونگی کاهش اضطراب و رفع ناسازگاری محمد در مدرسه

## محل انتشار:

پانزدهمین همایش ملی علمی پژوهشی روانشناسی و علوم تربیتی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

## نویسندگان:

علیرضا حسینی تکانلو - کارشناسی، آموزش جغرافیا، دانشگاه فرهنگیان، پردیس حکیم فردوسی البرز

آسیه شجاعی - کارشناسی، آموزش ابتدایی، دانشگاه فرهنگیان، پردیس بنت الهدی صدر قزوین

## خلاصه مقاله:

اضطراب به منزله بخشی از زندگی هر انسان، در همه افراد در حدی اعتدال آمیز وجود دارد و در این حد به عنوان پاسخی سازش یافته تلقی می شود. میتوان گفت که اضطراب در پاره ای از مواقع، سازندگی و خلاقیت را در فرد ایجاد میکند یا آنکه وی را برمی-انگیزد تا به طور جدی با مسئولیت مهمی مواجه شوند. اما اگر اضطراب جنبه مزمن و مداوم بیابد که در این صورت نه تنها نمی توان پاسخ را سازش یافته دانست بلکه باید آن را به منزله شکست، سازش نیافتگی و استیصال گسترده ای تلقی کرد که فرد را از بخش عمده ای از امکاناتش محروم میکند. هدف از این اقدام پژوهی رفع اضطراب دانش آموز مدنظر و ناسازگاری وی در مدرسه بود. به این منظور با استفاده از روش های مشاهده مستقیم و مصاحبه با همکلاسی ها، همکاران، والدین و خود دانش آموز، به بررسی علل ایجاد اضطراب در دانش آموز پرداخته شد و با روش های مختلفی مانند حساسیت زدایی و تن آرامی سعی شد تا اضطراب وی کنترل شود. نتایج نشان داد که پس از اجرای راه حل های انتخابی، اضطراب دانش آموز تا حد زیادی رفع شد، کارایی دانش آموز در کلاس درس افزایش پیدا کرد و ناسازگاری او نیز در مدرسه و خانه از بین رفت.

## کلمات کلیدی:

اضطراب، دانش آموز، ناسازگاری.

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1627185>

