

عنوان مقاله:

اثرات استرس بر دانش آموزان و پیشنهاداتی جهت مقابله با آن

محل انتشار:

اولین کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرآیندهای تعلیم و تربیت (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

سئوالی بلوچ - کارشناسی آموزش ابتدایی دانشگاه آزاد چابهار

اسماء فتوحی - کارشناسی آموزش زبان انگلیسی دانشگاه آزاد نیکشهر

مرادجان جلال پور - کاردانی آموزش ابتدایی دانشگاه آزاد چابهار

خسرو میری - کارشناسی ابتدایی دانشگاه آزاد نیکشهر

خلاصه مقاله:

احساس استرس هنگام یادگیری رایج است. از تلاش برای سردرآوردن یک مفهوم یا نظریه خاص گرفته تا نگرانی در مورد امتحان یا آزمون عملی آتی، درست مانند تمام جنبه های زندگی، وقتی صحبت از یادگیری می شود، اضطراب عمومی در دوره های مطالعه شدید رایج است. استرس حاد در یک دوره زمانی می تواند بر نحوه پردازش و ذخیره سازی خاطرات مغز ما تاثیر بگذارد که به نوبه خود می تواند بر نحوه حفظ اطلاعات و یادگیری ما تاثیر منفی بگذارد. استرس همیشه دارای تاثیر منفی نیست. کمی استرس می تواند به دانش آموزان کمک کند تا کمی بهتر عمل کنند. تحقیقات گسترده در واقع نشان می دهد که وضعیت ذهنی بهینه برای یادگیری، حالتی آرام و بدون استرس است. در این پژوهش، علائمی که به وسیله آن معلمان می توانند وجود استرس در دانش آموزان را به موقع شناسایی کرده و نیز راهکارهایی برای مقابله با استرس در مدارس ارائه شده است.

کلمات کلیدی:

تمرکز، مقابله با استرس، کنترل استرس، استرس، استرس در دانش آموزان، تشخیص استرس

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1638479>

