

عنوان مقاله:

واکاوی استرس در میان فراگیران: علایم، پیامدها و راهکارها

محل انتشار:

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

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

علی رضائی قصر - کارشناسی دینی عربی دانشگاه آزاد بم

پوریا شمی - کارشناسی آموزش زبان انگلیسی دانشگاه کردستان شهر سنندج

محمد مشکی - کارشناسی دینی و عربی دانشگاه شهید مطهری زاهدان

محمد رضا پرمهر - دبیر اداره آموزش و پرورش شهرستان بهمنی

خلاصه مقاله:

در زندگی امروزی، استرس اجتناب ناپذیر است. همه، از جمله فراگیران، در مقاطع مختلف و به روش های مختلف استرس را تجربه می کنند. مطالعات انجام شده برای تعیین اینکه چگونه استرس بر عملکرد فراگیران تاثیر می گذارد به طور قانع کننده ای نشان داده است که در حالی که سطوح پایین استرس می تواند تمرکز را برای دوره های زمانی کوتاه بهبود بخشد، استرس بیش از حد بر فراگیران تاثیر منفی می گذارد. تحقیقات نشان می دهد که استرس تحصیلی منجر به رفاه کمتر و افزایش احتمال ابتلا به اضطراب یا افسردگی می شود. علاوه بر این، دانش آموزانی که استرس تحصیلی دارند در مدرسه عملکرد ضعیفی دارند. در صورت درمان نشدن، اختلالات اضطرابی می تواند انجام تکالیف مدرسه یا مطالعه را برای فراگیران دشوار کند. ممکن است بر روابط آنها با همسالان و معلمان نیز تاثیر بگذارد. برخی موارد، فراگیران مبتلا به اختلالات اضطرابی روزهای زیادی از مدرسه را از دست می دهند یا ممکن است کلا از مدرسه اجتناب کنند. استرس میزان کارایی فراگیران را کاهش می دهد، توانایی یادگیری در کلاس را کاهش می دهد و باعث عدم تمرکز در کلاس می شود. این به نوبه خود منجر به یادگیری بی کیفیت و کاهش عملکرد تحصیلی می شود؛ بنابراین استرس تحصیلی با عملکرد فراگیران رابطه منفی دارد. هدف از مقاله پیش رو بررسی مقوله استرس و علایم و پیامدها و راهکارهای موجود در این رابطه است. روش پژوهش در این نوشتار توصیفی و تحلیلی می باشد.

کلمات کلیدی:

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

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1642898>

