

عنوان مقاله:

کنترل هیجانات و استرس دانش آموزان

محل انتشار:

اولین کنفرانس بین المللی ایده های نوین در فقه، حقوق و روانشناسی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

نویسندگان:

مریم سرابی - دبیر

سارا صالحی - دبیر

نجات لطیفی - دبیر

امینه نجات - دبیر

خلاصه مقاله:

انسان از دیرباز تلاش کرده با کلمات و واژه های مختلف ، حالات و احساسات هیجانات خویش را ابراز دارد به همین منظور در هنگام کشمکش های درونی از اصطلاحاتی چون دلپره ، دلشوره ، نگرانی استفاده کرده است که در زبان کنونی زبان شناسی اضطراب نامیده می شود. انسان از دیرباز تلاش کرده با کلمات و واژه های مختلف ، حالات و احساسات هیجانات خویش را ابراز دارد به همین منظور در هنگام کشمکش های درونی از اصطلاحاتی چون دلپره ، دلشوره ، نگرانی استفاده کرده است که در زبان کنونی زبان شناسی اضطراب نامیده می شود. اضطراب است که استعدادها را تخریب می کند . مشکلاتی را در تمرکز و حافظه به بار می آورد و باعث رفتارهای ناپخته می شود. و فرد مبتلا نمی تواند با شرایط موجود و محیط روبرو شود و با آنها کنار بیاید . بعضی از افراد در این موقعیتها کنترل خود را از دست می دهند و دچار مشکلاتی اعم از جسمانی ، رفتاری و شناختی می شود و در نتیجه اضطراب در عملکرد تحصیلی آنها تاثیر می گذارد و مشکلاتی برای آنها فراهم می سازد. حتی باعث شکست آنها در امتحان می شود. اضطراب یک ناراحتی دردناک ذهنی است و از ویژگی های مهم آن ترس و ناراحتی است که راه فرار ندارد و اضطراب ناشی از این عوامل است. ولی تفاوت های مشخصی با آن دارد. اضطراب معلول تخیل است. این تحقیق به بررسی علل اضطراب و نگرانی در دانش آموزان می پردازد. هدف این تحقیق بررسی علل بوجود آمدن این اضطراب بر روی دانش آموزان با استفاده از روایت های معلم است.

کلمات کلیدی:

اضطراب ، ترس از شکست در امتحان ، روایت پژوهی ، خودآگاهی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1642978>

