

## عنوان مقاله:

رابطه بین عزت نفس و سلامت روان در اضطراب امتحان

## محل انتشار:

اولین کنفرانس بین المللی روانشناسی، علوم اجتماعی، علوم تربیتی و فلسفه معارف اسلامی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

## نویسندگان:

فرحناز تارخ - کارشناسی دینی و عربی، دانشگاه فرهنگیان واحد رسالت زاهدان

بهنوش صفایی مقدم - کاردانی زمین شناسی

صابره نوایی ریگی - کارشناسی زبان انگلیسی

اسماء شیخ ولی الاهی کرباسکی - کارشناسی زبان و ادبیات فارسی

## خلاصه مقاله:

اضطراب امتحان حوزه های مختلفی از زندگی تحصیلی فرد را تحت تاثیر قرار می دهد که می تواند عملکرد فرد را دچار اختلال کند. از آنجا که سلامت روان و عزت نفس نقش موثری در تکامل و موفقیت فردی، تحصیلی و اجتماعی دانش آموزان دارد، لذا توانمند ساختن دانش آموزان در تقویت عزت نفس و بهبود وضعیت سلامت روان آنها برای داشتن عملکردی موفق در زندگی ضروری می نماید. پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین عزت نفس و سلامت روان در اضطراب امتحان و به روش توصیفی - تحلیلی انجام گرفته است. یافته های پژوهش حاکی از آن است که با افزایش عزت نفس دانش آموزان سلامت روان آنها افزایش یافته و اضطراب امتحان در دانش آموزان کاهش می یابد. از این رو باید معلمان عزت نفس دانش آموزان را تقویت کرده و به سلامت روان آنها اهمیت بدهند و در ارتقای آن بکوشند

## کلمات کلیدی:

عزت نفس؛ سلامت روان؛ اضطراب امتحان

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1650566>

