

## عنوان مقاله:

بررسی جایگاه سلامت روان در نظام آموزش و پرورش و تاثیر آن بر کاهش استرس دانش آموزان

## محل انتشار:

اولین کنفرانس بین المللی روانشناسی، علوم اجتماعی، علوم تربیتی و فلسفه (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

## نویسنده:

آذین شریف زاده - کارشناسی ارشد، زبانشناسی همگانی، دانشگاه آزاد اسلامی

## خلاصه مقاله:

سلامت روانی دانش آموزان در نظام آموزشی به طرز چشمگیری در پیشرفت تحصیلی آنها، تاثیرگذار می باشد. دانش آموزی که سلامت روان داشته باشد، از بسیاری از آسیبهای اجتماعی همچون استرس در امان خواهد بود. لذا پژوهش حاضر با هدف «بررسی جایگاه سلامت روان در نظام آموزش و پرورش و تاثیر آن بر کاهش استرس دانش آموزان» صورت پذیرفته است. چراکه با افزایش سلامت روان در مدارس، زمینه ارتقاء فرهنگ، اقتصاد، خانواده و جامعه، در آینده برای کشور فراهم خواهد شد. روش پژوهش حاضر از نوع کیفی بوده و شیوه گردآوری داده ها مبتنی بر شیوه کتابخانه ای یا اسنادی می باشد. نحوه تحلیل داده ها نیز مبتنی بر روش توصیفی - تحلیلی است. یافته های پژوهش حاکی از آن است که از مهمترین راه ها و روشها که جز موضوعات و زیر شاخه های اصلی اهمیت سلامت روان در دانش آموزان، کنترل استرس و اضطراب است. لذا در نظام آموزشی باید مهارتهای زندگی چون تصمیمگیری، تفکر نقادانه، خودآگاهی، مدیریت رابطه، همدلی، مهارتهای ارتباطی، مدیریت احساسات و حل مسئله به دانش آموزان، آموزش داده شوند تا از همان دوران ابتدایی تا پایان تحصیلات متوسطه، توانایی الزم را جهت کنترل استرس خود داشته باشند.

## کلمات کلیدی:

آموزش و پرورش، سلامت روان، کنترل استرس، بهداشت روان، دانش آموزان

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1698021>

