

## عنوان مقاله:

روش های کاهش و مقابله با اضطراب امتحانی دانش آموزان

## محل انتشار:

اولین همایش بین المللی جامعه شناسی، علوم اجتماعی و آموزش و پرورش با رویکرد نگاهی به آینده (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

## نویسندگان:

علیرضا دورقی - کارشناسی ارشد مهندسی کامپیوتر نرم افزار، دانشگاه آزاد اسلامی واحد آبادان.

ملیحه عابدینی - کارشناسی ارشد آمار ریاضی، دانشگاه بیرجند.

مریم السادات حسینی - کارشناسی ارشد علوم قرآنی، دانشگاه آزاد اسلامی.

ثریا شمسی - کارشناسی طراحی و دوخت، دانشگاه علمی کاربردی رشد سوره کرمان

## خلاصه مقاله:

در جریان رشد، کودکان و نوجوانان انواع گوناگونی از اضطراب ها را تجربه می کنند وگاه این اضطرابها از چنان شدتی برخوردارند که زندگی روزمره و تحصیلی را دشوار می سازد. یکی دیگر از انواع این اضطراب ها اضطراب معلم است که به صورت عمد و غیر عمد ممکن است بر روی دانش آموزان تاثیر داشته باشد و آنها را دچار آشفتگی سازد به عنوان مثال معلمان گاهی اوقات جلسه امتحان را با جلسه حسابرسی اشتباه می گیرند بر روی دانش آموز فشار وارد میکنند و بعضی از آنها در بین دانش آموزان رقابت ناسالمی در زمینه درسی ایجاد میکنند و برخی دیگر در طرح سوالات امتحانی اصول سنجش و اندازه گیری را رعایت نمی کنند و برخی دیگر دانش آموزان را از اینکه سوالات امتحان از خارج از کتاب می آید می ترسانند. اضطراب امتحان یک نکته آموزشی مهم است که سالانه میلیونها دانش آموز و دانشجو را در سراسر جهان تحت تاثیر قرار میدهد و اضطراب امتحان یک واکنش هیجانی ناخوشایندبه موقعیت ارزیابی است. این هیجان با احساس نوعی از تنش ، تشویش و برانگیختگی سیستم عصبی خودکار مشخص می شود.

## کلمات کلیدی:

مدرسه، دانش آموزان، معلمان، امتحان، اضطراب.

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1782509>

