

عنوان مقاله:

بررسی عوامل موثر بر بروز استرس و اضطراب در دانش آموزان

محل انتشار:

سومین کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرآیندهای تعلیم و تربیت (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسنده:

سیدعلی عظیمی رشتی - کارشناسی آموزش ابتدایی

خلاصه مقاله:

اضطراب و استرس یکی از مشکلاتی است که در درصد قابل توجهی از دانش آموزان وجود دارد و متأسفانه تأثیرات مخربی بر عملکرد دانش آموزان در مدرسه و حتی خانه می‌گذارد. نتیجه این اضطراب و استرس مانند سایر اختلالات یادگیری، کاهش عملکرد تحصیلی دانش آموزان خواهد بود. علاوه بر این، با گذشت زمان، اضطراب و استرس می‌تواند منجر به مشکلات جسمی در دانش آموزان مضطرب شود. از آنجا که این نوع اضطراب و استرس غیر عمدی است و کاملاً ناخودآگاه رخ می‌دهد، صرفاً دعوت دانش آموز به آرامش هیچ تأثیری نخواهد داشت. اما با تمریناتی که دانش آموزان می‌توانند انجام دهند و همکاری و حمایت والدین و معلمان می‌توان این اضطراب و استرس را کنترل کرد. در این مقاله نکاتی را برای معلمان، والدین و دانش آموزان مضطرب ارائه کرده ایم تا به دانش آموزان کمک کنیم با کمک معلمان و والدین خود، اضطراب و استرس خود را مدیریت کنند.

کلمات کلیدی:

استرس، مدیریت، روانی، دانش آموزان، مشکل

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1844233>

