

عنوان مقاله:

تاثیر آموزش تنظیم هیجانی بر تاب آوری تحصیلی و اضطراب امتحان دانش آموزان

محل انتشار:

دومین کنفرانس بین المللی مطالعات مدیریت، فرهنگ و هنر (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسنده:

ندا مرادی - دانشجوی کارشناسی پیوسته، آموزش ابتدایی، دانشگاه فرهنگیان علامه طباطبایی ارومیه، ایران

خلاصه مقاله:

از جمله مواردی که اضطراب و عدم اعتماد به نفس در آن خلل ایجاد می کند یادگیری و تحصیل علم است. اضطراب و عدم اعتماد به نفس افکار را پراکنده می کند و مشوش می سازد، انسجام ذهن را در هم می ریزد، فرایند یادگیری را کند می کند و سبب رکود تحصیلی می گردد. آشنایی با عوامل موفقیت تحصیلی سبب کاهش دلهره در محصل می گردد. اضطراب منجر به اختلال در عملکرد تحصیلی، تخریب توانایی های هوشی و یادگیری، کاهش تفکر انتزاعی، و رکود استعدادها شده و همچنین با ایجاد معضلات اقتصادی، آثار زیان باری برای فرد، خانواده و اجتماع به بار خواهد آورد. روش های درمانی متعددی نظیر درمان هایدارویی و غیر دارویی جهت رفع اضطراب پیشنهاد شده است که یکی از درمان های غیر دارویی (رفتاری)، آموزش قاطعیت میباشد

کلمات کلیدی:

استرس ، اضطراب ، یادگیری ، کنکور ، دانش آموزان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1877848>

