

عنوان مقاله:

توانمندیهای روانشناختی معلمان برای مقابله با استرس و فشارهای شغلی

محل انتشار:

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

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسنده:

زهرا انصار - کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، مدرس دانشگاه، کد پرسنلی: ۱۱۵۰۹۹۶۷

خلاصه مقاله:

در دنیای امروز، معلمان با فشارها و استرسهای شغلی گوناگونی روبرو هستند که میتواند تاثیرات منفی بر عملکرد و رفتار آموزشی آنان داشته باشد. توانمندیهای روانشناختی معلمان در مقابله با این استرسها و فشارهای شغلی نقش بسیار مهمی ایفا میکند. این توانمندیها شامل مدیریت هیجانات، توانایی ارتباطی، انعطاف پذیری، مدیریت زمان، و حل مسائل روانشناختی میشوند. این مقاله به معرفی و تبیین توانمندیهای روانشناختی معلمان، اهمیت آنها در حرفه تدریس، و نحوه توسعه این توانمندیها پرداخته است. همچنین، تاثیر توانمندیهای روانشناختی بر عملکرد معلمان و کیفیت زندگی حرفه ای آنها مورد بررسی قرار گرفته است. در ادامه، پیشنهاداتی برای تحقیقات آتی در زمینه توسعه توانمندیهای روانشناختی معلمان ارائه شده و نتیجه گیری نهایی ارائه شده است. با توجه به اهمیت حرفه تدریس و نقش بلندمدت معلمان در رشد و تربیت نسلهای جوان، توسعه توانمندیهای روانشناختی معلمان میتواند به بهبود عملکرد آنان و بهره وری سیستم آموزشی کمک کند. این توسعه میتواند اثرات مثبتی بر تجربه تدریس و شادی حرفه ای معلمان داشته باشد.

کلمات کلیدی:

توانمندیهای روانشناختی، معلمان، استرس شغلی، فشارهای شغلی، توسعه توانمندیهای روانشناختی، عملکرد معلمان.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1882128>

