

عنوان مقاله:

واکاوی برنامه های مداخله ای برای مدیریت استرس معلمان

محل انتشار:

چهارمین کنفرانس بین المللی مطالعات نوین در علوم انسانی، علوم تربیتی، حقوق و مطالعات اجتماعی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

نویسندگان:

محمد مهدی معلمی عباس آبادی - کارشناسی آموزش ابتدایی دانشگاه فرهنگیان نیشابور

مهديه كماني - کارشناسی ارشد مشاوره خانواده دانشگاه آزاد اسلامی اراک واحد امیرکبیر

رقیه غلامی - کارشناسی روانشناسی عمومی دانشگاه پیام نور کرج

احمد یزدان پناه - کارشناسی مهندسی نرم افزار دانشگاه ولیعصر رفسنجان

خلاصه مقاله:

معلمان به عنوان ارکان اصلی نظام آموزشی، نقشی حیاتی در تربیت و پرورش نسل آینده ایفا می کنند. با این وجود، شغل معلمی با چالش ها و استرس های متعددی همراه است که می تواند سلامت روان و کارایی ایشان را تحت شعاع قرار دهد. مطالعات متعددی نشان داده اند که استرس شغلی در میان معلمان شیوع بالایی دارد. این استرس می تواند ناشی از عوامل مختلفی مانند حجم بالای کار، انتظارات شغلی، مشکلات انضباطی دانش آموزان، و کمبود منابع باشد. مدیریت استرس معلمان به عنوان عنصری حیاتی در ارتقای سلامت روان و کارایی ایشان، ضرورتی انکارناپذیر است. برنامه های مداخله ای متعددی برای باری رساندن به معلمان در این زمینه طراحی شده اند که بررسی و واکاوی آن ها می تواند گامی مهم در جهت ارتقای کیفیت آموزش و پرورش باشد. در این مقاله، به معرفی و بررسی برنامه های مداخله ای برای مدیریت استرس معلمان می پردازیم. این برنامه ها شامل آموزش مهارت های مدیریت استرس، مداخلات روان شناختی، مداخلات سازمانی و مداخلات سبک زندگی می شوند. برنامه های مداخله ای متعددی برای مدیریت استرس معلمان وجود دارد که هر کدام مزایا و معایب خاص خود را دارند. انتخاب برنامه مناسب، نیازمند بررسی دقیق نیازها و شرایط خاص معلمان و مدرسه است.

کلمات کلیدی:

مدیریت استرس، معلمان، برنامه های مداخله ای، آموزش، مداخلات

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1931520>

