

## عنوان مقاله:

تاثیر استرس بر یادگیری و حافظه

## محل انتشار:

دومین کنفرانس ملی تازه های روانشناسی تکاملی و تربیتی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

## نویسندگان:

فاطمه بهاری پویا - کارشناسی علوم تربیتی دانشگاه پیام نور پلدختر

الهام نظری - کارشناسی آموزش ابتدایی دانشگاه آزاد خرم آباد

## خلاصه مقاله:

تاثیر استرس بر یادگیری و حافظه میتواند در دو زمینه مختلف مورد بررسی قرار گیرد. اولین زمینه، تاثیر استرس بر یادگیری است. استرس میتواند تمرکز و توجه انسان را تحت تاثیر قرار دهد و این میتواند منجر به کاهش توانایی یادگیری شود. همچنین، استرس میتواند تاثیرات منفی بر حل مسئله و خاقیت داشته باشد و باعث کاهش عملکرد شناختی شود. در این زمینه، مطالعه تاثیر استرس بر یادگیری میتواند به ما کمک کند تا راهکارهایی برای مدیریت استرس و بهبود یادگیری پیدا کنیم. تمامی ابعاد زندگی اثرات متعددی دارد. اما یکی از اثرات مهم و قابل توجه آن بر یادگیری و حافظه است. بررسی تاثیر استرس بر یادگیری و حافظه از اهمیت بسیاری برخوردار است، زیرا این موضوع میتواند به ما کمک کند تا راهکارهایی برای کاهش استرس و بهبود یادگیری و حافظه پیدا کنیم. یادگیری و حافظه دو عامل اساسی در فرایند یادگیری و تجربه انسان هستند. یادگیری به معنای فرایندی است که در آن اطاعات جدیدی به ذهن انسان اضافه میشود و حافظه نیز به معنای ذخیره و بازیابی اطاعات است. استرس میتواند تاثیرات مختلفی بر این دو عامل داشته باشد و مطالعه تاثیر آن بر یادگیری و حافظه میتواند به ما کمک کند تا راهکارهایی برای مدیریت استرس و بهبود یادگیری و حافظه پیدا کنیم.

## کلمات کلیدی:

استرس، استرس در دانش آموزان، تشخیص استرس، مقابله با استرس

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1946220>

