

عنوان مقاله:

نقش عزت نفس در بهداشت روان و ارتقای تحصیلی

محل انتشار:

دهمین همایش ملی تازه های روانشناسی مثبت (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

نویسندگان:

لیلی عسگری - کارشناسی پیوسته زبان و ادبیات فارسی

سمیه هاشمی - آموزش و پرورش ابتدایی

یداله عمرانی - کارشناسی علوم تربیتی

محمدحسین نورمحمدی - کارشناسی علوم تربیتی

مریم سوخته - کارشناسی علوم تربیتی

خلاصه مقاله:

عزت نفس یعنی احترام و حرمتی که برای خود قائل هستیم. بهره مندی از عزت نفس علاوه بر آن که جزئی از سلامت روانی محسوب می شود، با پیشرفت تحصیلی نیز مرتبط است. محققان بسیاری دریافته اند که بین عزت نفس مثبت و نمرات بالا در مدارس رابطه وجود دارد. این ارتباط حتی زمانی که کودکان خودشان را به عنوان دانش آموزان ارزیابی می کنند بالاتر است که می توان آن را « عزت نفس تحصیلی » آنها نام برد. کودکانی که از عزت نفس بالایی برخوردارند، پیوسته نسبت به آنهایی که همان میزان توانایی را دارند اما عزت نفس پایینی دارند عملکرد بهتری نشان می دهند. آنها همچنین اهداف بالاتری برای خود تعیین کرده، نیاز کمتری به تایید والدین از خود نشان داده، در برابر شکست کمتر تضعیف شده و دیدگاه واقع بینانه تری نسبت به توانایی های خود دارند. باید اذعان داشت اگر ما به خودمان ایمان داشته باشیم و خودمان را باور کنیم نه فقط می توانیم خود را تغییر دهیم و بهبود بخشیم بلکه می توانیم ایران را آباد کنیم و آن را مملکتی بسازیم متشکل از افراد فهمیده که نه فقط برای یکدیگر احترام قائل اند بلکه به خود نیز ارج می نهند.

کلمات کلیدی:

عزت نفس، احترام به خود، پیشرفت، سلامت روان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2012844>

