

عنوان مقاله:

بررسی پیشینه اهمال کاری تحصیلی و ارتباط آن با بهزیستی روان شناختی

محل انتشار:

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

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسنده:

میلاذ محمدی - کارشناسی نرم افزار، کردستان، ایران

خلاصه مقاله:

دانش آموزان با چالش های تحصیلی متعددی مواجه می شوند که از لحاظ روانی آنها را مستعد فرسودگی می کند. برای چگونگی مواجهه با این چالش ها یک ویژگی روانشناختی مثبت و تاثیرگذار لازم است که آنها را در برابر چالش ها مقاوم کند. داشتن باورهای انگیزش تحصیلی و هیجان تحصیلی باعث کاهش اضطراب و افسردگی می شود. افراد دارای باورهای انگیزش تحصیلی و هیجان تحصیلی می توانند بر انواع اثرات ناگوار خستگی های جسمانی و عاطفی ناشی از کار چیره شوند و سلامت روان خود را حفظ کنند. ظرفیت بالای باورهای انگیزش تحصیلی و هیجان تحصیلی در افراد باعث می شود تا آنها نحوه استدلال و نگرش متفاوتی در مواجهه با موانع و چالش های تحصیلی، شغلی و دیگر موقعیت های زندگی اتخاذ کنند و در این صورت با عملکرد بهتر و فرسودگی کم تری مواجه شوند چرا که این افراد به جای تمرکز بر مشکلات و تبعات آن، توجه بیشتری بر ارزیابی مشکل به صورت خلاقانه می کنند و فعالیت های پرمخاطره را نه به صورت تهدید بلکه به عنوان یک فرصت در نظر می گیرند، بنابراین به جای اضطراب، موفقیت را تجربه می کنند، از این رو، باورهای انگیزش تحصیلی و هیجان تحصیلی نه فقط افزایش قدرت تحمل و سازگاری فرد در برخورد با مشکلات را بالا می برد، بلکه مهم تر از آن حفظ سلامت روانی و ارتقای آن را تامین می -کند.

کلمات کلیدی:

اهمال کاری، بهزیستی، روان شناختی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2012947>

