

## عنوان مقاله:

مدرسه بدون استرس: بررسی مداخلات اثربخش برای ارتقای سلامت روان دانش آموزان

## محل انتشار:

سومین کنفرانس بین المللی علوم انسانی، علوم آموزشی، حقوق و علوم اجتماعی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

## نویسندگان:

پهنار وارسته کیا - کارشناسی روان شناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن

فاطمه رودیجانی - کارشناسی روانشناسی دانشگاه پیام نور مرکز بوانات

عقیقه آزان - کارشناسی روانشناسی عمومی دانشگاه پیام نور مرکز بندر امام خمینی

مریم متقی - کارشناسی روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمین

## خلاصه مقاله:

مدرسه به عنوان محیطی که دانش آموزان بیشترین زمان خود را در آن سپری می کنند، نقش مهمی در سلامت روان آنان ایفا می کند. با این حال، محیط مدرسه گاهی می تواند منبع استرس و اضطراب برای دانش آموزان باشد. این مطالعه با روش پژوهش توصیفی-تحلیلی به بررسی مداخلات اثربخش برای ارتقای سلامت روان دانش آموزان در محیط مدرسه پرداخته است. مطالعات نشان می دهند که مداخلات متنوعی در زمینه ارتقای سلامت روان دانش آموزان در محیط مدرسه وجود دارد که می توان به آنها اشاره کرد. این مداخلات شامل آموزش مهارت های زندگی، برنامه های مشاوره و راهنمایی، فعالیت های هنری و ورزشی، و ایجاد محیط حمایتی و مثبت در مدرسه است. این مداخلات از طریق تقویت عوامل محافظت کننده و کاهش عوامل خطرناک، به ارتقای سلامت روان دانش آموزان کمک می کنند. نتایج این مطالعه نشان می دهد که اجرای موفق این مداخلات مستلزم همکاری و هماهنگی بین مدرسه، خانواده و جامعه است. همچنین آموزش و توانمندسازی معلمان در زمینه مداخلات سلامت روان، و ایجاد سیاست ها و خط مشی های حمایتی در سطح نظام آموزشی از جمله راهکارهای موثر در این زمینه هستند.

## کلمات کلیدی:

سلامت روان، مدرسه، مداخلات، دانش آموزان، محیط حمایتی، همکاری

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2018055>

