

عنوان مقاله:

چگونه توانستیم اعتمادبه نفس "سحر" را افزایش دهیم؟

محل انتشار:

سومین همایش ملی پژوهش‌مندی (سال: 1403)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

میینا آژ - کارشناسی، مشاوره، دانشگاه پیام نور آشنانهاداره آموزش و پرورش منطقه مانه و سملقان، آموزشگاه ابودر کهنه جلگه

فاطمه شجاعی - کارشناسی، علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور آشنانهاداره آموزش و پرورش منطقه مانه و سملقان، آموزشگاه ابودر کهنه جلگه

کلثومه محمدی - کارشناسی، زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه پیام نور بجنورداداره آموزش و پرورش منطقه مانه و سملقان، آموزشگاه ابودر کهنه جلگه

خلاصه مقاله:

یکی از مهمترین مشکلات بعضی از دانش آموزان داشتن استرس و اضطراب می باشد. استرس و اضطراب از نظر روان پزشکی یعنی ، هراس و ترس ناخوشایند یا احساس خطر قریب الوقوع که منبع آن قابل شناختن نیست . تظاهر اضطراب در رفتار کودکان بخصوص در موقعیت هایی چون امتحان، بازی ، محبت کردن در جمع را می توان مشاهده و سنجش کرد. از قضا در سال تحصیلی اخیر خود من با چنین شرایطی در یکی از دانش آموزانم مواجه شدم. او در صحبت کردن بین جمع دچار اضطراب می شد و در کل اصلا آرام و قرار نداشت و در فعالیت های کلاسی نمی توانست پیش قدم شود. همین موضوع باعث شد تا من این مشکل را پی گیری کنم و تا حد امکان در رفع آن تلاش کنم . بعد از بررسی متوجه شدم که یکی از مهم ترین علت نداشتن اعتماد به نفس این دانش آموز معاشرت و رفت و آمد کم وی با فامیل و دوستان و بود. اینجانب با استفاده از روش های تلفیقی همچون استفاده از دانش آموز به عنوان همیار معلم ، دادن مسئولیت به وی و توانستیم اعتماد به نفس دانش آموزم سحر را بالا ببریم.

کلمات کلیدی:

اعتمادبه نفس ، دانش آموز، معلم ، مشارکت

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2034867>

