

عنوان مقاله:

تاثیر اضطراب و استرس بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان

محل انتشار:

دومین همایش بین المللی جامعه شناسی، علوم اجتماعی و آموزش و پرورش با رویکرد نگاهی به آینده (سال: 1403)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

نویسندگان:

ریحانه محمدی - کارشناسی علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور فولاد شهر

بهاری نیری - کارشناسی مشاوره و راهنمایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن

مهديه حکیمی - کارشناسی علوم اجتماعی دانشگاه فرهنگیان پردیس الزهرا یزد

ساجده عطایی - کارشناسی آموزش ابتدایی ردیس فاطمه زهرا اصفهان

خلاصه مقاله:

چکیده این تحقیق به بررسی تاثیرات اضطراب و استرس تحصیلی بر عملکرد و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان می پردازد و به اهمیت شناسایی و مدیریت این عوامل روانشناختی در محیط های آموزشی تاکید می کند. نتایج تحقیق نشان می دهد که فشارهای تحصیلی، خانوادگی و اجتماعی می توانند به بروز اضطراب و استرس شدید در دانش آموزان منجر شوند که این امر به نوبه خود می تواند منجر به کاهش تمرکز، افت اعتماد به نفس، و بروز مشکلات جسمانی و روانی گردد. اضطراب تحصیلی می تواند باعث کاهش کیفیت یادگیری، افت انگیزه و مشکلاتی نظیر اختلالات خواب و مشکلات گوارشی شود. در این راستا، پیشنهادات تحقیق شامل ایجاد محیط های حمایتی، آموزش مهارت های مدیریت استرس، و فراهم کردن فرصت های مناسب برای استراحت و تفریح می باشد. همچنین، همکاری میان معلمان، والدین و سیاست گذاران آموزشی برای ارائه حمایت های روانی و عاطفی و تدوین برنامه های آموزشی متعادل از اهمیت ویژه ای برخوردار است. این اقدامات می تواند به بهبود کیفیت یادگیری و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان و کاهش تاثیرات منفی اضطراب و استرس کمک کند، و زمینه ساز موفقیت های آتی آنان در زندگی تحصیلی و حرفه ای باشد. نتایج این تحقیق تاکید می کند که توجه به سلامت روانی دانش آموزان و مدیریت اضطراب تحصیلی از اهمیت بالایی برخوردار است. پیشنهادات کلیدی شامل ایجاد فضای آموزشی حمایتی و بدون فشار، آموزش تکنیک های موثر مدیریت استرس و ارائه خدمات مشاوره ای مناسب می باشد. این اقدامات می توانند به کاهش استرس و بهبود عملکرد تحصیلی کمک کرده و دانش آموزان را در دستیابی به موفقیت های تحصیلی و حرفه ای یاری رسانند.

کلمات کلیدی:

اضطراب، استرس، عملکرد تحصیلی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2037908>

