

## عنوان مقاله:

شناسایی عوامل ایجاد اضطراب در دانش آموزان با ارایه راهکارهای پیشنهادی جهت رفع آن

## محل انتشار:

هفتمین کنفرانس بین المللی روانشناسی و علوم اجتماعی (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

## نویسندگان:

چنور کریمی - کارشناس آموزش ابتدایی و آموزگار اداره آموزش و پرورش مریوان

سیده نرمین کهنه پوشی - کاردان آموزش ابتدایی و آموزگار اداره آموزش و پرورش مریوان

فرزانه مرادی - کارشناسی ارشد برنامه ریزی درسی، و آموزگار اداره آموزش و پرورش مریوان

نسرین دادرس - کارشناس زبان انگلیسی و آموزگار اداره آموزش و پرورش مریوان

## خلاصه مقاله:

اضطراب یکی از رایج ترین اختلالات در بین دانش آموزان است که میتوان به عنوان ریشه بعضی از مشکلات از آن نام برد هدف این مقاله شناسایی عوامل موثر در ایجاد اضطراب در دانش آموزان با ارایه راهکارهای موثر در رفع آن می باشد. این پژوهش که به صورت میدانی و کتابخانه ای انجام شده است می کوشد تا عواملی که منجر به اضطراب در دانش آموزان می شود را شناسایی و راهکارهای موثری را برای رفع آن معرفی نماید بین اضطراب و یادگیری ارتباطی پیچیده وجود دارد. افزایش اضطراب تا میزان معینی، محرکی است برای بالا بردن یادگیری، ولی پس از این میزان معین افزایش اضطراب باعث کاهش در یادگیری میشود و اگر میزان اضطراب بازهم افزایش یابد، باعث عدم وجود محرک یادگیری شده و به ایجاد خطر بیشتر در خطاها و اشتباهات منجر خواهد شد. وجود اضطراب در نوجوانان اگر از حد متوسط آن بالاتر رود باعث میشود که روی یادگیری و پیشرفت تحصیلی آنها تاثیر گذارد و باعث به وجود آمدن پیامدهای ناگوار و گاهی غیرقابل جبران می گردد. این پیامدها ممکن است به اشکال گوناگون مانند: خلق و خوی نامناسب، بدبینی، زودرنجی، نارضایتی، احساس گناه، نفرت از خود، اتهام به خود، گوشهگیری از اجتماع، بی تصمیمی و مشکلات در تصمیمگیری اختلال در خواب و خوراک، بی اشتیایی و اشتغالات ذهنی بروز کند. معلم توانا می داند که از هر گونه تهدید، تحقیر و تنبیه که اضطراب بچه ها را بیشتر می کند پرهیز کند و در عوض با چهره گشاده، صدای آرام و جملات دلنشین و اطمینان بخش می تواند اضطراب آنها را کاهش داده، اعتماد به نفسشان را تقویت کند.

## کلمات کلیدی:

اضطراب، دانش آموزان، پیشرفت تحصیلی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/639074>

