



دانشگاه گیلان



وزارت آموزش و پرورش

انجمن روانشناسان و مشاوران ایران

انجمن روانشناسان و مشاوران گیلان



بررسی نقش محیط خانه و خانواده در کنترل اضطراب دانش آموزان

رضا میرزایی

کارشناسی ارشد تکنولوژی آموزشی

Mirzaeereza1995@gmail.com

چکیده

هدف از انجام این پژوهش بررسی نقش محیط خانه و خانواده در کنترل اضطراب دانش آموزان می باشد. یکی از عوامل تاثیر گذار در کل مراحل یادگیری دانش آموزان و در ادامه آن در مرحله آزمون و حتی در مواقع حساس اضطراب می باشد؛ دانش آموزانی که به دلایل مختلفی در مدرسه دچار اضطراب می باشند به نتیجه ی مطلوبی که در حد توانایی و استعداد آن ها باشد دست پیدا نخواهند کرد که در این میان می توان از خانه و خانواده به عنوان یکی از اصلی ترین عوامل تاثیرگذار و مهم نام برد. این مقاله با روش علمی-مروری (کتابخانه ای) انجام گرفته شده است و در تهیه ی آن از انواع مقالات ، کتاب ها ، مجلات و..... معتبر استفاده شده است. یافته های این مقاله حاکی از آن است که همیشه خانواده به علت محبوبیت و تاثیرگذاری و همچنین میزان مدت زمانی که با دانش آموزان دارند و در کنار همه ی این ها نحوه ی فرزند پروری که بر اساس الویت های خانوادگی که تعیین کردند یکی از مواردی هستند که همیشه تاثیر خود به دو صورت پنهان و آشکار بر زندگی دانش آموزان گذاشته اند اضطراب نیز از این مورد جدا نیست و از روش های مختلف همیشه هم در ایجاد اضطراب و هم در کنترل و کاهش اضطراب دانش آموزان تاثیرگذار می باشند. نتیجه ی کلی که از این مقاله گرفته شده است نشان می دهد که اگر خانواده های دانش آموزان همان طور که به بحث تحصیلی و شغلی دانش آموزان اهمیت می گذارند به همان میزان در تربیت و شناسایی مواردی مثل اضطراب، سلامتی و مواردی از این دست اهمیت دهند کودکان دیگر دچار استرس و اضطراب در مواجهه با مسائل مختلف زندگی و درسی خود نخواهند شد.

کلید واژه ها: محیط زندگی، خانواده، اضطراب، مدرسه، دانش آموزان.

مقدمه

بشریت به هر میزان که به موفقیت دست پیدا می کند و به همان میزان که باعث پیچیدگی زندگی بشریت می شود در کنار این پیچیدگی و پیشرفت برخلاف انتظار بیشتر افراد اضطراب نیز بیشتر می شود در زندگی و جوامع شهری همان گونه که همه ی افراد بر این موضوع اشراف کامل دارند برخلاف دیدگاه و انتظار افراد با وجود همه ی امکانات و پیشرفتی که برای بشریت به وجود آمده است اما نسبت به خانواده و زندگی روستایی که از حداقل ترین امکانات برخوردار هستند اضطراب و استرس زندگی بیشتر است و بدون این که افراد به آن توجه داشته باشند زندگی همه ی افراد را دچار مشکل کرده است. با وجود این که یکی از عوامل ایجاد اضطراب خود فرد مضطرب می باشد اما نمی توان فقط شخص مضطرب را مورد انتقاد قرار داد امروزه عوامل زیادی وجود دارند که به میزان و روش های مختلف بر اضطراب همه ی مردم تاثیر گذار هستند که از این عوامل می توان به شرایط زندگی و کاری فرد، دوستان و همکاران ، تطابق شغل با استعداد فرد ، مشکلات اقتصادی و هزاران مورد دیگر اشاره کرد در این میان هر کدام به نسبت اهمیتی که دارند به همان میزان تاثیرگذاری آن ها نیز بیشتر است یکی از این عوامل که همیشه می توان از آن به عنوان یکی از عوامل مهم و کارآمد در ایجاد و کنترل اضطراب افراد نام برد خانواده و به طور کلی شرایط زندگی و خانوادگی افراد است به گونه ای که اولین نهاد اجتماعی که افراد در آن جا قدم میزنند و شروع به تعامل می کنند خانواده است در نتیجه وقتی که فرد به هر دلیلی در خانه و خانواده دچار