

عنوان مقاله:

راهگشای درمان اضطراب صحبت در جمع به عنوان رفتار پرخطر در مدرسه

محل انتشار:

پنجمین همایش ملی روان شناسی مدرسه (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 1

نویسنده:

معصومه ابراهیمی هژیر - دانشجوی دکترا زبان و ادبیات فارسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان، مدیر دبستان شاهد اخوان ناحیه یک همدان

خلاصه مقاله:

با آموزش مهارت خودآموزی کلامی به آموزگاران دوره ی دبستان، میتوان در گسترش نهضت فرهنگی مقابله با اضطراب صحبت در جمع نقش داشت و چهبسا زمینه های پیشگیری از اضطراب در بزرگسالی را فرهنگ سازی کرد. هر مدرسه قابلیت و ظرفیتهای خاص خود را دارد که میتوان با برنامه ریزی و آگاهی بخشی در این زمینه، بسیاری از رفتارهای پرخطر در مدرسه و جامعه را خنثی کرد. ارتباط گفتاری، چیزی فراتر از تاثیرات ظاهری و جسمانی صدا و بدن است و مستلزم حضور و فعال بودن تمامی وجود فرد از نظر جسمی، عاطفی و اجتماعی است. این مهارت ارتباطی با پیشرفت، اعتماد به نفس، رهبری، تصمیم گیری، مسئله گشایی، اداره رویدادها، مدیریت برخوردها و تعارضها و رسیدن به تفاهم با دیگران رابطه دارد. یکی از سازه های مهم در روانشناسی که همواره پژوهشگران درصدد اندازه گیری آن بوده اند اضطراب است. اضطراب صحبت در جمع نوعی احساس تعمیم یافته بسیار ناخوشایند و اغلب مهم است که با یک یا چند احساس جسمی مانند تپش قلب، تعرق، سردرد، بیقراری و تکرار ادراک همراه بود. خودآموزی کلامی به معنای بلند حرف زدن با خود است؛ همچنین به معنای رهبری کردن خود در نوشتن تکلیف های روزانه با صدای بلند است. هدف خودآموزی این است که به فرد کمک شود تا افکار مثبتی نسبت به خود داشته باشد؛ ارتباط خوبی با خود و جامعه برقرار کنند و در نهایت بر اضطراب خود غلبه کند و فرد بی خطری از لحاظ رفتاری و اجتماعی برای دیگران باشد و چهبسا توانمند در به دست آوردن شایستگی های اجتماعی گردد.

کلمات کلیدی:

خودآموزی کلامی، اضطراب صحبت در جمع، مدرسه

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/861303>

