



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶۲۹۸۰-۷

زمان پذیرش نهایی: ۱۴۰۰/۰۳/۱۵

شماره مجوز مجله: ۸۰۴۰۰

تأثیر فشار روانی بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان

مژگان اشتیاقی

۱ - لیسانس گیاهپزشکی، دبیر رسمی اداره آموزش و پرورش استان فارس . ایران

خلاصه

اضطراب و فشار روانی میتواند تأثیر بسزایی در زندگی کودکان و نوجوانان بگذارد لذا در این مقاله سعی شده است تا تأثیر فشار روانی بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان بررسی شود. روش تحقیق مورد نظر در اینجا روش توصیفی-تبیینی بوده است که سعی شده است به توصیف و تبیین متغیرهای پژوهش از دیدگاه‌های مختلف پرداخته شود. سپس برای گردآوری اطلاعات مورد نیاز نیز در این تحقیق از روش اسنادی-کتابخانه‌ای استفاده شده است که در این روش سعی می‌شود با بررسی اسناد، کتاب، مقاله و... معتبر و انتخاب مطالب مناسب در راستای رسیدن به اهداف پژوهش گام برداشته شود. پس از گردآوری، توصیف و تبیین مطالب جمع‌آوری شده با مقایسه و تحلیل مطالب به تدوین قسمت نتیجه‌گیری پرداخته شده است.

نتیجه این چنین می‌شود که بین فشار روانی و استرس دانش آموزان و میزان یادگیری و پیشرفت تحصیلی آنها رابطه تنگاتنگ و دوطرفه وجود دارد. یعنی هر چه میزان فشار روانی بالا باشد در مقابل پیشرفت تحصیلی کم می‌شود و بالعکس اگر میزان فشار روانی کم باشد دانش آموزان از میزان یادگیری و پیشرفت تحصیلی بهتری برخوردار هستند.

کلمات کلیدی: پیشرفت تحصیلی ، فشار روانی ، دانش آموزان



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶۲۹۸۰-۷

مقدمه

با وجود تمام مسائل مربوط به استرس و نتایج خطرناک آن، میتوان گفت که مهمتر از وجود عوامل استرس زا در زندگی، روش های مقابله با آن عوامل است و تحقیقاتی که در ارتباط با نحوه جلوگیری و رفع استرس بر روی آنچه که روانشناسان، رفتار سازگاری یا مقاوم بودن می نامند، انجام گرفته است، نشان میدهد که بعضی از گروه های جامعه، سالم زندگی میکنند و طول عمرشان زیاد است و به این نتیجه رسیدند که پیشرفت و موفقیت در زندگی از عوامل اساسی زندگی سالم و طولانی بوده است. (شاملو، ۱۳۷۸).

بی شک پیشرفت در تعلیم و تربیت هم میتواند در وضعیت زندگی جوامع گوناگون نتیجه مثبت داشته باشد. بنابراین توجه به پیشرفت تحصیلی دانش آموزان و اینکه چه عواملی می تواند در این مهم دخالت داشته باشد، میتواند در حل برخی از مشکلات انسان ها مفید واقع شود. وقتی وجود استرس، پیامدهای منفی دارد و پیشرفت و کسب موفقیت نتایج مثبتی به دنبال دارد، ناگهان چگونگی رابطه استرس و پیشرفت تحصیلی در ذهن تداعی می شود. و به همین علت تحقیق حاضر تلاشی در جهت بررسی رابطه فشار روانی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان است.

به طور قطع سلامت روانی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان برای متولیان تعلیم و تربیت و سیاستگذاران سلامت و بهزیستی، قابل توجه و اهمیت است. همچنین والدین نیز، سلامت روانی و پیشرفت تحصیلی

فرزندان خود را خواهان می باشند. سالانه هزینه های هنگفتی صرف آموزش و پرورش فرزندان این آب و خاک میگردد و اگر مسئولین در جهت رشد و توسعه تعلیم و تربیت سرمایه های این مملکت ناتوان باشند، آینده کشور به مخاطره خواهد افتاد. بنابراین ضرورت دارد که با توجه به عوامل مؤثر در پیشرفت تحصیلی دانش آموزان، در محقق ساختن اهداف آموزش و پرورش کوشا باشیم. لذا توجه به زندگی پراسترس جامعه کنونی و اینکه آیا رابطه ای بین فشارهای روانی و پیشرفت تحصیلی وجود دارد یا نه، میتواند کمکی در رسیدن به این هدف باشد. همه معلمان در طول زندگی حرفه ای خود همواره با دانش آموزانی مواجه شده اند که علیرغم شروع خوب و مناسب فعالیت های تحصیلی و کسب مدارج ممتاز و عالی در پایه های تحصیلی با افت عملکرد تحصیلی مواجه شده اند. و برای کمک به این دسته از دانش آموزان، دنبال علت و راهکار میگردند. والدین آنها نیز برای جلوگیری از افت هرچه بیشتر آنها طالب راهکارهای عملی هستند. حتی گاهی خود دانش آموزان نیز با مراجعه به مشاورین از



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۰۷۷۸۶۲۹۸-۷

وضعیت تحصیلی خود رضایت نداشته و ابراز ترس و نگرانی میکنند و افت تحصیلی و شکست تحصیلی، مسائل فردی و شخصی زیادی برای یادگیرنده ایجاد میکند، مسائلی از قبیل مشکلات عاطفی، روانی مانند استرس. در تحقیق موجود، محقق سعی دارد بداند که آیا رابطه ای بین فشار روانی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان وجود دارد؟ و اگر رابطه ای وجود دارد، این رابطه تا چه حد و چگونه است؟

فشار روانی:

فشار روانی عبارت است از واکنش های جسمی و روانی که افراد در مقابل وقایع یا استرس از خود بروز می دهد. (الوانی، ۱۳۹۹).

پیشرفت تحصیلی:

پیشرفت تحصیلی عبارتست از یادگیری و تغییری که به طور عمیق در اثر آموزش در فرد ایجاد می شود و برای مدت طولانی اثر آن باقی می ماند. پس پیشرفت تحصیلی تنها به حفظ کردن مطالب درسی اطلاق نمی شود و نتیجه پیشرفت تحصیلی همان افزایش معلومات و مهارت دانش آموزان است (گروسی، ۱۳۷۸).

منظور محقق از پیشرفت تحصیلی در این تحقیق، معدل کل هر پایه دانش آموزان در پایان سال تحصیلی ۴۰۰ - ۹۹ است. علیرغم تحقیقات وسیعی که در زمینه استرس انجام شده است و برخلاف استفاده گسترده ای که در مکالمات روزمره از این مفهوم می شود، هنوز هم استرس دقیقاً تعریف نشده است. بعضی اشخاص وقتی در مورد استرس صحبت می کنند در واقع به یک محرک محیطی اشاره میکنند. بعضی آنرا به عنوان پاسخی به محرک محیطی می بینند. عده ای هم آنرا در تعامل بین محرک محیطی و پاسخ جستجو میکنند. نظریه پردازان و محققان مختلف نیز هر کدام استرس را از زاویه متفاوتی تحلیل کرده اند و در این میان دیدگاه های سلیه و لازاروس نقطه عطفی برای تمام نظریات پیش از خود محسوب می شود. نظریه هانس سلیه: هانس سلیه روانپزشک اطریشی الاصل مقیم کانادا که پایه گذار پژوهش های علمی درباره پدیده استرس بوده، از اولین کسانی است که رابطه بین استرس و بیماری ها را دقیقاً توجیه کرده است، او بر اثر فشارهای زندگی تعریف میکند. البته کلمه استرس تنها به روند این «درجه سوز و ساز بدن» اطلاق نمی شود بلکه محرکهای فشارآور نیز تحت همین نام خوانده میشود. سلیه تحقیقات خود را از دهه ۱۹۳۰ آغاز کرد و تا زمان مرگ خود در سال ۱۹۸۲ مفهوم استرس را در سطح همگانی مطرح ساخت. او به بررسی تأثیرات استرس بر پاسخ های فیزیولوژیکی پرداخت و سعی کرد این واکنشها را به بروز بیماریها ربط دهد. (توکلی، ۱۳۸۰).



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۰۱۲۹۸۶۲۸۷۷-۷

سلیه در سال ۱۹۵۶ میلادی روند ارتباط بین استرس و بیماریها را تشریح کرد. به نظر او هر محرک فشارزای بیرونی مانند زخم بدن، مسمومیت، خستگی عضلانی، سرما، گرما و عوامل روانی، اگر فشار کافی داشته باشد یا « نشانگان کلی سازگاری » ممکن است منجر به ایجاد واکنش شود که او آن را «G.A.S» نامید که به تلاش های عمومیت یافته بدن برای دفاع از خود درقبال عوامل مضر اشاره دارد. این نشانگان شامل تمام تغییرات نامعین خاص است که به دستگاه زیستی القا شده و در سه مرحله قابل وقوع است «G.A.S». نامیده است. عده دیگری از دانشمندان از جمله روانشناس معروف ریچارد لازاروس معتقد است که وقایع کوچک روزمره بیشتر باعث ایجاد استرس های جسمی و روانی می شوند تا وقایع مهمی که هلمز از آنها یاد میکند. این نظریه را تعدادی از محققان مورد تأیید قرار میدهند. مثلاً در پژوهشی که به سال ۱۹۸۳ توسط دو روانشناس به نام های چارلز اسپیگلر و کنت گرایر، بر روی ۲۰۰ تن از افراد پلیس انجام گرفت، چنین نتیجه گیری شد که استرس حاصل از دستگیری مجرمان بزرگ نسبت به کارهای کوچک و معمولی روزانه از قبیل بردن مجرمان به دادگاه هایی که در صدور حکم تعلل میکنند، بسیار کمتر بود (کلانتری، ۱۳۷۷).

لازاروس با طرح نظام شناختی ارزیابی خود، که آغازگر دوران تفکر تعاملگرا بوده در حالیکه محرکهای محیطی و واکنشهای فردی را به عنوان دو عامل فعال مؤثر بر یکدیگر معرفی نمود، خاطر نشان کرد که هیچکدام آن دو به تنهایی مبین استرس نیستند، بلکه در این زمینه کیفیت و رابطه بین این دو عامل از اهمیت خاصی برخوردار است. وی معتقد بود استرس توسط ادراک شخص از موقعیت روانشناختی تعریف میشود این ادراک شامل تهدیدها، آسیبهای بالقوه، چالشها و ادراک شخص از توانایی مقابله خود با آنهاست. لازاروس همچنین بر مفاهیم تعارض، ناکامی و تهدید تأکید نمود. تعارض زمانی اتفاق می افتد که دو هدف ناسازگار وجود دارند. ناکامی زمانی اتفاق می افتد دستیابی به یک هدف مانع تحقق هدف دیگر گردد. تهدید شامل پیش بینی و انتظار کشیدن برای ضرر فقدان است که هنوز اتفاق نیفتاده و براساس آنکه شخص فکر میکند تا چه حد توانایی مقابله با آن را دارد، میتواند خفیف یا شدید باشد به طور کلی، استرس حاصل نیاز ما به سازگاری فیزیکی، ذهنی و احساسی در مقابل تغییر است. مقدار جزئی استرس میتواند مفید باشد، چرا که به زندگی جذابیت و تحرک می بخشد و ما را روی پای خودمان نگه می دارد. تغییرات جزئی و ملایم نه تنها مضر نیستند بلکه مفید و سازنده اند و در پرورش حس سازش پذیری ما نقش عمده ای ایفا



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶۲۹۸۰-۷

میکنند. اما وقتی که تغییرات از حد مجاز فراتر روند و در طول دوره ای از زمان بر زندگی ما اثر منفی بگذارند، در این جاست که ظرفیت سازش پذیری ما اشباع میشود و تحمل آن غیرممکن می نماید (طالبزاده، ۱۳۸۲).

با توجه به مطالب فوق، می توان نتیجه گرفت که استرس تنها تحت تأثیر عوامل زیان آور روی ارگانیسم ایجاد نمیشود به گونه ای که سلیه به هنگام طرح تاریخی این موضوع میگوید
برخلاف تصویری استرس عبارتست از: «مجموعه واکنش غیراختصاصی که تحت تأثیر محرکهای گوناگون در ارگانیسم ایجاد میشود»

باید گفت که سلیه نیز ابتدا چنین تصور میکرد استرس تنها تحت تأثیر عوامل زیان آور ایجاد نمیشود. سلیه میگوید: هرچیز خوشایند یا ناخوشایند باعث استرس میشود، یک ضربه درد آور به همان میزان میتواند علت یک استرس گردد که یک بوسه صمیمانه. اثرات فشار روانی، مانند میزان اضطرابی که برمی انگیزد و میزان اخلاص آن در تواناییهای شخص برای کار و کوشش، به چند عامل بستگی دارد که از آن جمله است برخی

ویژگی های خود فشار روانی مانند موقعیتی که فشار روانی در آن روی میدهد، و برآورد و ارزیابی آدمی از

موقعیت فشارزا و منابعی که وی برای کنار آمدن با آن در دسترس دارد (براهنی، ۱۳۷۱)

اطمینان خاطر آدمی به اینکه میتواند یک موقعیت فشارزا را به خوبی اداره کند نیز عامل عمده ای در تعیین شدت فشار روانی به شمار میرود. برای بیشتر مردم سخنرانی در برابر یک جمعیت، رویداد فاجعه آمیزی به شمار میرود. اما مردمانی که در این کار مهارتی بدست آورده اند به توانایی خود اطمینان دارند، در چنین موقعیتی اضطراب ناچیزی را تحمل میکنند. مخصوصاً موقعیت های اضطراری فشارزا هستند. چون در این مواقع است که شیوه های معمول آدمی برای کنار آمدن با رویدادها کارایی

ندارد (براهنی، نقل از هیلگارد

واتکینسون، ۱۳۷۲).

در خصوص پیشرفت تحصیلی، مطالب بسیاری وجود دارد و هر کدام پیشرفت تحصیلی را به نوعی تعریف کرده اند.

برخی از تعاریف پیشرفت تحصیلی بدین قرار است:

پیشرفت تحصیلی در لغت به معنی ارتقاء و ترقی معنی می شود (گروسی، ۱۳۷۸).



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶۲۹۸۰-۷

فعالیت های آموزشی و کوشش های یادگیری دانش آموزان برای رسیدن به پیشرفت تحصیلی عبارت است از هدفهای آموزش و نتایج مطلوب. منظور از پیشرفت تحصیلی میزان فعالیت درس شاگرد است که به وسیله معلمین نتیجه آن به صورت معدل کل

درسی دانش آموزان ارائه می گردد و از طریق نمرات امتحانی آنها ارزش گذاری می شود. خلی (۱۳۷۷)

برای اینکه مفهوم پیشرفت تحصیلی روشن شود، ابتدا باید مفهوم افت تحصیلی که واژه ای در مقابل آن به شمار می آید، روشن گردد. افت تحصیلی، افت عملکرد تحصیلی و درسی دانش آموزان و دانشجویان از سطحی رضایت بخش به سطحی نامطلوب است. چنانچه فاصله قابل توجهی بین استعداد بالقوه و استعداد بالفعل فرد در فعالیت های درسی مشهود باشد. چنین فاصله های را افت تحصیلی می نامند (افروز، ۱۳۷۵؛ به نقل از عابدی، ۱۳۸۰).

روشن است که افت تحصیلی فقط در مردودی و یا تجدیدی خلاصه نمی شود و در هر دانش آموز یا دانشجویی که یادگیری های او کمتر از توان و استعداد بالقوه و حد انتظار باشد صدق میکند؛ بنابراین حتی دانش آموزان تیزهوش نیز ممکن است دچار افت تحصیلی گردند (عابدی، ۱۳۸۰).

با روشن شدن مفهوم افت تحصیلی اکنون میتوانیم مفهوم پیشرفت تحصیلی را به صورت شفاف دریافت. چنانچه آموخته های آموزشگاهی فرد متناسب با توان و استعداد بالقوه او باشد یا آموخته های فرد متناسب با توان و استعداد وی بوده در یادگیری فاصله ای بین توان بالقوه و بالفعل او نباشد میتوانیم بگوییم که دانش آموز به پیشرفت تحصیلی نائل گردیده است (عابدی، ۱۳۸۰). پیشرفت تحصیلی دانش آموزان یکی از سازه هایی است که از دیرباز مورد توجه بوده و تحقیقات بسیاری را به خود اختصاص داده است. متخصصین تعلیم و تربیت همواره کوشیده اند شرایطی را فراهم نمایند تا محصلین بیشترین کارایی تحصیلی را از خود نشان دهند. امروزه مهمترین نقش مدارس این است که دانش آموزان را در پیشرفت تحصیلی یاری نمایند (سیف، ۱۳۷۵ به نقل از سعیدی، ۱۳۹۰).

به طور کلی پیشرفت تحصیلی را توانایی آموخته شده یا اکتسابی حاصل از دروس ارائه شده یا به عبارت دیگر، توانایی آموخته شده با اسایی فرد در موضوعات آموزشگاهی می دانند که به وسیله آزمون های استاندارد شده، اندازه گیری می شود (سیف، ۱۳۸۴؛ به نقل از سعیدی، ۱۳۹۰).



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶۲۹۸۰-۷

پیشرفت تحصیلی گرایش همه جانبه به ارزیابی عملکرد خود با توجه به عالیترین معیارها، تلاش برای موفقیت در عملکرد و برخورداری از توانایی که با موفقیت در عملکرد همراه است (عابدی، ۱۳۸۰).

توکنم در یک پژوهش یک مدل سه وجهی برای انگیزه پیشرفت تحصیلی ارائه داده است که عبارتند از:

۱- نگرش در مورد استعداد و توانایی فرد برای دستیابی به هدف

۲ - تمایل به دستیابی به هدف

۳- راهبردهای دستیابی به هدف

این پژوهش به صورت تجربی نشان داده است که ترکیبی از این سه بر پیشرفت تحصیلی تأثیر دارند. اشتغال شناختی بیانگر میزان زمانی است که فرد برای مطالعه یا کامل کردن وظایف صرف میشود.

اصطلاح پیشرفت تحصیلی به میزان یادگیری آموزشگاهی فرد به صورتی که توسط آزمون های مختلف درسی مثل دیکته، جغرافیا و نظایر اینها سنجیده میشود، اشاره میکند (شمس، ۱۳۷۸؛ به نقل از عابدی، ۱۳۸۰)

پیشرفت تحصیلی سنجش عملکرد یادگیرندگان و مقایسه نتایج حاصل با هدفهای آموزشی از پیش تعیین شده به منظور تصمیم گیری در این باره که آیا فعالیت های آموزشی معلم و کوششهای یادگیری دانش آموزان یا دانشجویان به نتایج مطلوب انجامیده اند و از این تعریف معلوم میشود که ارزیابی پیشرفت تحصیلی دو اقدام اساسی است:

۱- تعیین هدفهای آموزشی

۲- (سنجش یا اندازه گیری یادگیرندگان) (سیف، ۱۳۸)

عوامل مؤثر در پیشرفت تحصیلی

سال های متمادی است که محققان و پژوهشگران تعلیم و تربیت و روان شناسان اجتماعی مطالعات فراوانی در مورد عوامل مؤثر بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان انجام داده و همیشه مد نظر آن ها بوده است چرا که پیشرفت تحصیلی موضوعی است که به خصوص در حال حاضر مورد توجه تمامی کشورهای جهان است و هر ساله مقدار زیادی آن بودجه جوامع صرف تحصیل کودکان و نوجوانان می شود و پژوهش های زیادی به بررسی عوامل مختلفی که می تواند بر پیشرفت تحصیلی تأثیر داشته باشد. عواملی مانند خانواده محیط زندگی، مدرسه و برنامه های آموزشی اختصاص یافته است.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶۲۹۸۰-۷

اسلامی بیان میکنند در زمینه پیشرفت تحصیلی چهار عامل بیش از سایر عوامل در ظرفیت یادگیری مؤثر است:

- ۱- محیط خانواده شامل (سطح درآمد، سواد والدین، شرایط مسکن، تعداد فرزندان موجود)
 - ۲- تأثیر متفایل گروه های هم پایه.
 - ۳- شخصیت (هوش و توانایی ذاتی)
 - ۴- تغذیه و بهداشت اولیه، که خصلت به وضع اقتصادی خانواده ها مرتبط است (اسلامی، ۱۳۹۱).
- خوزه پلات در کتاب شکست تحصیلی در آموزش و پرورش و راههای مقابله با آن عوامل مؤثر در موفقیت و یا شکست تحصیلی را در دو گروه عوامل درونی و عوامل بیرونی دسته بندی می کند:
- الف) عوامل درونی که عبارتند از:

- ۱- نظام آموزشی ۲- کیفیت معلمان ۳- برنامه آموزش ۴- تقویم و ساعات آموزشی
 - ب) عوامل بیرونی که عبارتند از: ۱- تعداد زبان ۲- نابرابری شهر و روستا ۳- محرومیت برخی از گروه ها ۴- محدودیت های مالی
 - ۵- عوامل شخصی (هوش و استعداد) ۶- امور عاطفی
- وی این عوامل را بر مبنای محیط آموزشی دسته بندی کرده است و عوامل موجود در محیط آموزشی را به عنوان عوامل درونی و عوامل خارج از آن را به عنوان عوامل بیرونی مطرح می سازد (سجادی، ۱۳۸۷؛ به نقل از رضایی، ۱۳۹۳).

مدل کارول در یادگیری مدرسه ای

که بوسیله کارول در سال مدل یادگیری مدرسه ای ۱۹۶۳ ارائه شد، پایه و اساس بسیاری از بحثهای نظری در مورد عوامل تأثیر گذار بر پیشرفت تحصیلی بوده است. مطالعات انجمن بین المللی ارزشیابی پیشرفت تحصیلی فرصتهای آزمون این تئوری و مدلها را استنباط شده از آن را فراهم کرد و موجب شد که به طور تجربی مورد آزمایش قرار گیرد (به نقل از کیوز ۱۹۹۱).

عوامل متعددی در پیشرفت تحصیلی دانش آموزان نقش دارند که می توان به دو دسته تقسیم کرد. یک دسته عوامل محیطی است و دسته دیگر جهت میزان کنترل فرد، و سایر شرایط عوامل فردی و شخصیتی است. عوامل محیطی مانند معلمان، خانواده، دوستان، رسانه عوامل شخصیتی و فردی مانند سطح هوش و فرد، توانایی و امکانات محیطی لازم برای تحصیل می باشند.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



ISSN ۰۰۰۰۰۰۰۰-۷۷۸۶۲۹۸

نتیجه گیری

آموزش و پرورش زیر بنای توسعه اجتماعی، سیاسی و فرهنگی هر جامعه است. بررسی عوامل موثر بر پیشرفت و ترقی جوامع پیشرفته نشان میدهد که همه این کشورها از آموزش و پرورش توانمند و کارآمد برخوردار نبوده اند. به تعبیر دیگر آموزش و پرورش را میتوان یکی

از نهادهای تعیین کننده بنیادهای فرهنگی و اخلاقی یک جامعه دانست. این نهاد از یکسو با کودکان، نوجوانان و جوانان خلاق، مبتکر و مستعد و از طرف دیگر با طیف گسترده ای از مردم به عنوان خانواده ها یا اولیای دانش آموزان در ارتباط است و تعلیمات و آموزشهای خود را چه مثبت و چه منفی به پیکره جامعه تزریق میکند. بنابراین توجه بیشتر به تعلیم و تربیت، مهمترین عامل پیشرفت فرهنگی و اجتماعی، اقتصادی و سیاسی جامعه است که اثرهای آن

متوجه جامعه و خانواده خواهد شد. استرس و فشارهای روانی نیز، امروزه بیش از پیش برای افراد ملموس است. در هر گردهم آیی، انسانها از انواع فشارها، صحبت به میان آورده و به نوعی نارضایتی خود را اعلام میکنند. دانش آموزان نیز از این مقوله، مستثنی نیستند. آنان از یک سو طالب پیشرفت تحصیلی هستند، از سوی دیگر آنطور که باید، نظر خانواده و مدرسه را نمی توانند تامین کنند. حال با توجه به اهمیت آموزش و پرورش در توسعه اجتماعی و

سیاسی و فرهنگی و صرف هزینه های هنگفت، اگر پیشرفت تحصیلی دچار آسیب شود، چه باید کرد؟ تفکر در این امر سبب بررسی و مطالعه در این مساله شده افرادی دست به تحقیق در خصوص پیشرفت تحصیلی و یا فشار روانی زده اند که در متن تحقیق به آن اشاره شده

است. به این نتیجه رسیده اند که بین فشار روانی و استرس دانش آموزان و میزان یادگیری و پیشرفت تحصیلی آنها رابطه تنگاتنگ و دوطرفه وجود دارد. یعنی هر چه میزان فشار روانی بالا باشد در مقابل پیشرفت تحصیلی کم می شود و بالعکس اگر میزان فشار روانی کم باشد دانش آموزان از میزان یادگیری و پیشرفت تحصیلی بهتری برخوردار هستند.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۷۷۸۶۲۹۸۰-۷

منابع:

- آزاد، حسین، (۱۳۷۲) آسیب روانی، تهران، انتشارات بعثت.
- احمدی، احمد، (۱۳۷۱)، روانشناسی نوجوانان و جوانان، تهران، انتشارات تومه.
- پارسا، محمد، (۱۳۷۵)، نظریه های یادگیری و آموزشی، انتشارات دانشگاه تربیت معلم.
- پاول، تروورجی و انرایت، سیمون جی، ترجمه بخشی پور رودسری و صبوری مقدم، حسن، (۱۳۸۰)، فشار روانی، اضطراب و راههای مقابله با آن، مشهد، شرکت بهنشر.
- جعفری مررخه، فرامرز، (۱۳۷۹)، بررسی رابطه بین رضایت از انتخاب رشته تحصیلی با پیشرفت تحصیلی.
- زندیپور، طیبه، (۱۳۸۳)، برنامه ریزی تحصیلی و شغلی، تهران، شرکت چاپ و نشر کتابهای درسی ایران.
- سالمی، شهلا، (۱۳۷۵)، بررسی تاثیر پارهای از متغیرهای اجتماعی و اقتصادی در پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر سال سوم نظام جدید شهر تهران.
- سمپوزیم، استرس، (۱۳۷۲)
- سیف، علیاکبر، (۱۳۷۳)، اندازه گیری پیشرفت تحصیلی، انتشارات آگاه، تهران
- شاملو، سعید، (۱۳۷۸)، بهداشت روانی، تهران، انتشارات رشد
- شفیعاآبادی، عبدالله، (۱۳۸۳)، راهنمائی تحصیلی و شغلی، تهران، انتشارات
- طالبزاده، علیرضا، (۱۳۸۳)، نشریه پیوند، ماهنامه آموزشی پیوند.
- علیزاده، مریمگل، (بهمن ۱۳۸۳)، ماهنامه موفقیت.
- گروسی، اعظم، (۱۳۷۸)، بررسی رابطه بین اضطراب و پیشرفت تحصیلی.
- مرتضویزاده، سیدحشمتا..، (مهر ۱۳۸۲)، نشریه ماهنامه آموزشی پیوند، شماره ۲۸۸
- مقدم، بدری، (۱۳۷۹)، کاربرد روانشناسی در آموزشگاه (روانشناسی آموزشگاهی)، تهران، انتشارات
- سروش.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



ISSN ۷۷۸۶۲۹۸۰-۷

- موسویان، میترا، (۱۳۹۴) ترنسندننال، مدیتیشن و تاثیر آن بر کاهش فشارهای عصبی .
- نریمانی، محمد، (۱۳۹۲) ، اضطراب و راههای مقابله با آن، اردبیل، انتشارات نیک آموز .
- نظری، مرتضی، (۱۳۹۴) ، عوامل موفقیت در تحصیل، تهران، انتشارات مدرسه .
- هیلگارد، واتکینسون، (مترجم براهنی، محمد تقی و همکاران، ۱۳۹۵، (زمینه روانشناسی جلد ۲ ، انتشارات رشد