

# چگونگی افزایش فرصت های روانشناختی مهارت گفتاری به واسطه روش های کاهش دهنده استرس در فراگیران بزرگسال زبان انگلیسی به عنوان زبان خارجی در سطح مقدماتی

فرخنده فرحناک\*, 70,

96-11-11

پژوهش حاضر به منظور بررسی موانع روانشناختی از قبیل اضطراب و استرس انجام شده است که به دلیل وجود آنها فراگیران بزرگسال زبان انگلیسی به عنوان زبان خارجی تمایل به صحبت و استفاده از زبان در کلاس های زبان خود ندارند. این تحقیق همچنین موارد و راهکارهایی را پیشنهاد می کند که به واسطه آنها فرصت های صحبت فراهم می شوند و زبان آموزان با احساس اطمینان و انگیزه صحبت می کنند. به همین منظور ۳۰ زبان آموز مونث در رده سنی ۲۰-۴۵ از بین ۹۰ زبان آموز در سطح مقدماتی که در آموزشگاه زبان سفیر در رشت، ایران زبان می آموختند بر اساس عملکردشان در آزمون کاهش راهکارهای که آزمایشی گروه شدند تقسیم گروه دو به تصادفی طور به آنها شدند انتخاب QPT دهنده استرس در آن آزمایش شد و گروه گواه که از روند عادی تدریس بهره گرفت. یک بررسی پنج جلسه ای به هر دو گروه اختصاص یافت و هر جلسه ۹۰ دقیقه به طول انجامید. در این پژوهش، پیشرفت در هر گروه از آزمون قبل تا آزمون بعدی مشاهده گردید و منابع اضطراب و استرس در مهارت گفتاری زبان انگلیسی شناخته شدند. نتایج این پژوهش نشان داد که بیشتر شرکت کننده ها در گروه گواه از استرس و اضطراب و احساسات منفی مانن اینها رنج می بردند و این نتیجه ی دلایلی از قبیل ترس از ارزیابی منفی از جانب هم کلاسی ها و مدرسین آنها بود. یافته های این پژوهش نشان داد که مدرسین زبان انگلیسی می باید برای سوق دادن به سمت تسلط بیشتر بر عملکرد شفاهی شان، راهکارهای کاهش دهنده استرس را یاد بگیرند و استفاده کنند.

کلمات کلیدی : مهارت گفتاری، روش های کاهش دهنده استرس، فراگیران بزرگسال زبان انگلیسی

[Islamic Azad University, Rasht Branch - Thesis Database](#)

[دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت - سامانه بانک اطلاعات پایان نامه ها](#)