

تأثیر کلاس های مجازی دوران کرونا بر افت تحصیلی و اضطراب دانش آموزان در پسا کرونا

The effect of virtual classes during the corona era on the academic failure and anxiety of students in the post-corona period

Mozhgan Aghajani

Master of counseling and guidance, Al-zahra University, Tehran, Iran.

Email: MOZh_aghajani@yahoo.com

Zohreh Jahanshiri

master of counseling, Islamic Azad University, Quchan, Iran.

مژگان آقاجانی*

کارشناسی ارشد مشاوره و راهنمایی، دانشگاه الزهرا.

زهره جهان شیری

کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه آزاد قوچان.

Abstract

The purpose of this research was to investigate the effect of virtual classes during the corona era on the academic failure and anxiety of students in the post-corona period. This research was carried out with a descriptive and correlational method. The statistical population includes all the students of second secondary school for girls in District 4 (Culture Model School) of Mashhad, who were selected through random sampling in the number of 32 people. The anxiety scale caused by the spread of the coronavirus (CDAS) and the academic failure questionnaire were used to collect data. In this research, the inferential analysis methods of Pearson correlation and one-way analysis of variance were used to analyze the data. The results revealed that there is a direct relationship between the use of virtual space and students' academic failure and their anxiety, and the difference between them is significant, that is, with the increase in students' use of virtual space, more anxiety and academic failure can be predicted for students.

Keywords: *anxiety, virtual classes, coronavirus, academic failure, students.*

چکیده

این پژوهش با هدف بررسی تأثیر کلاس های مجازی دوران کرونا بر افت تحصیلی و اضطراب دانش آموزان در پسا کرونا بود. این پژوهش، با روش توصیفی و همبستگی اجرا شد. جامعه آماری شامل کلیه دانش آموزان مدرسه متوسطه دوم دخترانه ناحیه ۴ (مدرسه نمونه فرهنگ) شهرستان مشهد است که از طریق روش نمونه گیری تصادفی به تعداد ۳۲ نفر انتخاب شدند. برای جمع آوری داده ها از مقیاس اضطراب ناشی از شیوع کرونا و بیروس (CDAS)^۱ و پرسشنامه افت تحصیلی استفاده شد. در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل داده ها از روش های تحلیل استنباطی همبستگی پیرسون و آنالیز واریانس یک طرفه استفاده شد. نتایج مشخص کرد که بین استفاده از فضای مجازی و افت تحصیلی دانش آموزان و اضطراب آنها رابطه مستقیم وجود دارد و تفاوت بین آنها معنا دار است، یعنی با افزایش استفاده دانش آموزان از فضای مجازی می توان اضطراب و افت تحصیلی بیشتری را برای دانش آموزان پیش بینی کرد.

واژه های کلیدی: اضطراب، کلاس های مجازی، کرونا و بیروس، افت تحصیلی، دانش آموزان.

¹ Corona Disease Anxiety Scale

مقدمه

یکی از بیماری‌های جدید که نه تنها کشور ایران، بلکه تمام جهان را به خود مشغول کرده است، بیماری ناشی از کروناویروس^۲ یا کووید-۱۹ است که به آن بیماری تنفسی حاد انکاو^۳ ۲۰۱۹ نیز گفته می‌شود (بازگونه و زربخش، ۱۴۰۰). در ماه دسامبر ۲۰۱۹ نوع جدیدی از ویروس کرونا در شهر ووهان^۴ چین شناسایی شد (سازمان جهانی بهداشت^۵، ۲۰۲۰). که باعث بوجود آمدن مشکلاتی مانند ترس از بیماری، افکار خودکشی، کاهش روابط اجتماعی با دوستان و خانواده، بروز مشکلات شغلی و مالی، سرخوردگی، انزوا، احساسات منفی، خستگی و دها پیامد دیگر شد (کوکینوتا و ونلی^۶، ۲۰۲۰). نتیجه چنین وضعیتی مشکلات سلامت روان مانند استرس، اضطراب، علائم افسردگی، افکار خودکشی، انکار، عصبانیت، ترس و افکار خودکشی را موجب شده است (شیگمورا و همکاران^۷، ۲۰۲۰). بیشترین محرک‌های ایجاد استرس و عامل ایجادکننده اختلالات روان‌شناختی در افراد به دلیل بیماری کرونا ویروس ترس از آلوده شدن یا آلوده کردن دیگران، دوره‌های طولانی مدت قرنطینه، حمایت‌های ناکافی و عدم دسترسی به مراقبت‌های پزشکی و مواد غذایی کافی و در نهایت خستگی و بی‌حوصلگی ناشی از قرنطینه و ایزوله شدن گزارش شده است (کوچارسکی و همکاران^۸، ۲۰۲۰). همچنین اضافه شدن برخی افکار ناخوشایند مثل احساس تنهایی، بدنام‌سازی، انکار، ناامیدی و در درجات شدیدتر پرخاشگری و افکار خودکشی ناشی از بیماری کووید-۱۹ باعث می‌شود که افراد حمایت‌های روانی خانواده و دوستان خود از دست بدهند که این خود موجب تشدید فشارها و آسیب‌های روانی می‌شود (سلطانیان و همکاران، ۱۴۰۰). با نگاهی کلی به مطالعات انجام گرفته در زمینه اپیدمیولوژی و سبب‌شناسی این بیماری می‌توان دریافت که، همه مطالعات بر این موضوع توافق نظر دارند که مهم‌ترین عواقب و عوارض عالم‌گیری کووید-۱۹، اختلالات روانشناختی از جمله (استرس، اضطراب، افسردگی، غم، نگرانی، عصبانیت، دلخوری، سرخوردگی، احساس گناه، درماندگی، تنهایی در خانه، اختلافات و خشونت‌های خانوادگی، بی‌خوابی و حتی رفتار خودکشی)، عوامل اجتماعی شامل (قطع ارتباط اجتماعی، ننگ اجتماعی برای فرد و خانواده افراد مبتلا)، عوامل اقتصادی شامل (رکود اقتصادی، از دست دادن شغل، بیکاری، فقر)، اختلالات تحصیلی مثل (تعطیلی مدارس و دانشگاه‌ها، اختلال یادگیری با روش‌های تدریس متفاوت، اختلال در آزمون‌ها، تنها شدن و نداشتن سرگرمی دانش‌آموزان)، می‌باشند (رحمانی و همکاران، ۱۴۰۱).

یکی از مهم‌ترین تأثیرات پاندمی کووید-۱۹ به‌روی سیستم‌های آموزشی بوده است به‌گونه‌ای که تقریباً همه کشورهای جهان یکی از مهم‌ترین دغدغه‌هایشان بازگشت به نظام قبلی آموزشی بوده است اما دوگانه سلامت و آموزش همیشه شرایط را به‌سمتی برده است که کفه سلامت، سنگینی کرده است. اما متخصصان حوزه روان همیشه این بیم را داشته‌اند که آسیب‌های روانی بلندمدت و بسیار فرسایشی خواهد بود و گاهی تا چند دهه می‌توان شاهد اثرات مخرب این پاندمی بود.

همه‌گیری کرونا در دو سال و نیم گذشته، کشورهای مختلف جهان را با چالش‌هایی فراوان رو به رو کرد که از آن جمله می‌توان به استفاده از فضای مجازی برای آموزش آنلاین دانش‌آموزان و دانشجویان اشاره کرد؛ موضوعی که طبق پژوهش‌های گسترده، افت تحصیلی را در پی داشته است. در حال حاضر جامعه پساکرونا یک جامعه ماشینی و غیر اجتماعی شده و برای شروعی تازه و حضور در مدارس، ترس و تردیدی در دانش‌آموزان و خانواده‌ها، ایجاد شده است. عدم حضور فیزیکی در محیط‌های آموزشی سبب شد، برخی از دانش‌آموزان به افسردگی گرایش یابند، عزت نفس آنها تضعیف و اضطراب و تنش در آن‌ها تشدید شده

² Coronavirus disease

³ Covid -19

⁴ Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2)

⁵ Wuhan City

⁶ World Health Organization (WHO)

⁷ Cucinotta & Vanelli

⁸ Shigemura and et al

⁹ Kucharski and et al

است در حقیقت شیوع کرونا، افسردگی برخی از دانش‌آموزان را نمایان کرد. در حال حاضر جامعه پسا کرونا یک جامعه ماشینی و غیر اجتماعی شده و برای شروعی تازه و حضور در مدارس، ترس و تردیدی در دانش‌آموزان و خانواده‌ها، ایجاد شده است. افت تحصیلی موضوعی است که به گفته کارشناسان و متخصصان، در صورت بی‌توجهی می‌تواند پیامدهای منفی اقتصادی و اجتماعی و آموزشی را به همراه داشته باشد و آسیب‌های جبران‌ناپذیری را به نظام آموزشی در آینده وارد کند. کارشناسان آموزشی، معلمان و مدرسان ضمن اشاره به چند عامل اثرگذار در افت تحصیلی و ضعف علمی دانش‌آموزان، بسترهای نامناسب آموزش آنلاین، زیر ساخت‌های ضعیف در حوزه اینترنت و نداشتن مهارت معلمان در حوزه تولید محتوا و تکنولوژی را از مهم‌ترین آنها برشمردند. مهم‌ترین مساله اثر گذار در افت تحصیلی دانش‌آموزان، ضعف زیرساخت‌های آموزشی و مهارت در فضاهای مجازی و غافلگیری مسئولان با همه‌گیری کرونا در این زمینه است. هیچ چیز نمی‌تواند جای حضور در کلاس را بگیرد. ارتباط دانش‌آموز با معلم و محیط کلاس یکی از دلایل اصلی یادگیری در او است. حتی وقتی دانش‌آموز لباس رسمی و فرم مدرسه را به تن دارد باعث افزایش ارتباط او با محیط آموزشی می‌شود. اما متأسفانه با آموزش آنلاین بسیاری از این موارد امکان‌پذیر نیستند و می‌توانند بر میزان یادگیری فرد موثر باشند.

آموزش مجازی فرصت معاشرت و ارتباط را از کودکان و نوجوانان گرفته است. پیش از این دانش‌آموزان با حضور در مدرسه می‌توانستند با دوستان خود ارتباط برقرار کنند. در کلاس‌ها از یک‌دیگر کمک بگیرند و در زنگ تفریح‌ها به بازی و شادی بپردازند. در این شرایط شما باید ارتباط بیشتری با فرزند خود داشته باشید و زمان بیشتری را به او اختصاص دهید.

اکنون با توجه به این که همه‌ی فرآیندهای مربوط به مدرسه معطوف به خانه است، دانش‌آموزان از بسیاری از این ارتباطات محروم هستند. برقراری تماس و ارسال پیام هیچ‌گاه نمی‌تواند جای حضور فیزیکی و دیدار را بگیرد. در روش آموزش مجازی بسیاری از فعالیت‌های گروهی دانش‌آموزان نیز محدود می‌شود. این مسئله ممکن است به مرور زمان موجب انزوا در کودکان و نوجوانان شود که یکی از بزرگ‌ترین مشکلات آموزش مجازی است.

مشکل دیگر در دوران آموزش غیرحضور، این است که به دلیل ناآشنا بودن مدرسان و معلمان با شیوه آموزش الکترونیکی، نداشتن مهارت در تولید محتوا به صورت کلیپ و فیلم‌های آموزشی، زمان زیادی صرف یادگیری و شیوه ارزشیابی با آن شد. در برخی موارد معلمان از کلیپ‌هایی برای آموزش استفاده می‌کردند که در راستای درس مورد نظر نبود؛ موضوعی که ذهن دانش‌آموز را منحرف می‌کرد در حالی که اگر معلم خود اقدام به تهیه فیلم آموزشی می‌کرد، اثرگذارتر بود. بسیاری از مدیران و معاونان مدارس در دوران کرونا به جای نظارت بر عملکرد معلمان، آنها را کنترل می‌کردند؛ این‌که معلم در فضای مجازی حضور داشته اما کارایی نداشته باشد، مهم نیست.

کودکان و نوجوانان معمولاً در سن مدرسه، جدا از آموزه‌های تحصیلی رفتارهای اجتماعی را نیز می‌آموزند. این رفتارها می‌تواند شامل معاشرت‌ها در محیط مدرسه با معلمان، مدیر مدرسه و دانش‌آموزان باشد. هم‌چنین این تعاملات می‌تواند در مسیر رسیدن به مدرسه یا سایر کادر آن باشد. به عنوان مثال با راننده‌ی سرویس، مسئول نظافت مدرسه، مسئول آزمایشگاه و... آموزش مجازی صرفاً بر روی آموزش دروس متمرکز است و دانش‌آموزان نمی‌توانند به خوبی رفتارهای اجتماعی را فرا بگیرند.

ممکن است خیلی از دانش‌آموزان به شیوه‌ی درستی پشت میز ننشینند یا هنگام نوشتن مطالب درسی از روی موبایل یا تبلت دچار حواس‌پرتی شوند. به مرور زمان ممکن است مشکلاتی در تمرکز و قوه‌ی خلاقیت دانش‌آموزان، با توجه به این شرایط به وجود آید. نکته‌ی مهم دیگر زمان امتحانات دانش‌آموزان است. ممکن است بعضی از آنها در امتحانات خود تقلب نمایند که در طی زمان به یک عادت برای آنها تبدیل شود. دانش‌آموزان در دوران کرونا مجبور بودند برای مراقبت از خود در خانه بمانند، معمولاً تحرک بسیار کمی داشتند و این مسئله باعث چاقی آنها شده بود. زنگ ورزش آنها حذف شده بود و شادی و نشاط تبدیل به اضطراب شده بود.

افت تحصیلی در سطح دبستان به ویژه سه پایه اول، دوم و سوم بیشتر مشهود است، نوشتن، خواندن و حساب کردن سه مهارتی است که در این سالها آموخته می‌شود اما کیفیت پایین آموزش در دوران کرونا و آموزش آنلاین به دلیل نبود ارتباط مستقیم با معلم، همکلاسی و مسئولان مدرسه به شدت آسیب رساند و بیشتر دانش‌آموزان این مقطع دچار ضعف در این مهارت‌ها شدند. دانش‌آموزان سه پایه اول ابتدایی به دلیل ضعف در مهارت‌های نوشتن و حساب کردن، در درس ریاضی و املا دچار مشکل شده‌اند.

با این ملاحظات پژوهشی باید گفت که شیوع COVID-۱۹ تعطیلی مدارس را در سراسر جهان تحمیل کرد. دانش‌آموزان بدون پیش‌بینی بازگشت به کلاس‌های حضوری مجبور شدند به آموزش آنلاین پناه ببرند. این وضعیت اضطراری و نیاز ناگهانی به تغییر عادات و روال‌ها (دوان و ژو^{۱۰}، ۲۰۲۰) بر درک دانش‌آموزان از ایمنی و آمادگی برای انطباق با روش‌های جدید یادگیری تأثیر می‌گذارد، در نتیجه منجر به افزایش سطح اضطراب و استرس می‌شود (اونگر و میران^{۱۱}، ۲۰۲۰). با این تفاسیر، مطابق تحلیل‌های روانشناختی نیز باید اذعان نمود که اضطراب ناشی از بیماری عواقب منفی بسیاری می‌تواند برای دانش‌آموزان ایجاد نماید. اضطراب را می‌توان به عنوان یک حالت ذهنی ترس و دلهره تعریف کرد، بنابراین باعث تحریک فیزیولوژیکی مانند ضربان قلب سریع، تهویه بیش از حد و تعریق می‌شود (ایسنک^{۱۲}، ۱۹۹۲)، نگرانی به یکی از مولفه‌های شناختی اضطراب مانند افکار سرزده و درک آسیب‌پذیری اشاره دارد (پوتواین^{۱۳}، ۲۰۰۷).

پیشینه تحقیق

حاجی‌زاده و همکاران (۱۴۰۰) در پژوهش خود با عنوان «تحلیل فرصت‌ها و چالش‌های آموزش مجازی در دوران کرونا: رهیافت توسعه آموزش مجازی در پساکرونا» به این نتیجه دست یافتند که پاندمی کرونا از یک طرف، باعث افزایش مهارت و تجربه آموزشی کلیه ذی‌نفعان شده و از طرفی دیگر، آسیب‌های جسمانی، روانی، افت تحصیلی و فرسودگی شغلی را به بار آورده است؛ اما با پیش‌بینی الزامات و نیازها، برنامه‌ریزی، سیاست‌گذاری و بازنگری جدی در منابع انسانی، مالی و پشتیبانی آموزش مجازی توسعه داده و در آینده به‌عنوان مکمل آموزش حضوری به نحو احسن از آن بهره‌گرفته می‌شود. با وجود این، تغییر سیستم‌های آموزشی به کلاس‌های مجازی و یادگیری از راه دور فشار سنگینی را متوجه معلمان، دانش‌آموزان و والدین آنها کرده است (کاچون -زاگالز^{۱۴} و همکاران، ۲۰۲۰؛ هیرائوکا و تومودا^{۱۵}، ۲۰۲۰) طبق خلاصه سیاست‌های سازمان ملل در آگوست ۲۰۲۰، نزدیک به ۶.۱ میلیارد دانشجو در بیش از ۱۹۰ کشور از تمام قاره‌ها تحت تأثیر COVID-۱۹ قرار گرفته‌اند (سازمان ملل، ۲۰۲۰). بنابراین، تغییر سریع در فرآیند آموزش و آینده‌ی مبهم و نامشخص آن ممکن است مانع بزرگی بر سر راه حفظ و بهبود انگیزه تحصیلی دانش‌آموزان باشد و چالش‌های قابل توجهی را برای آنها به دنبال داشته باشد.

روش تحقیق

هدف پژوهش حاضر، بررسی تأثیر کلاس‌های مجازی دوران کرونا بر افت تحصیلی و اضطراب دانش‌آموزان در پساکرونا در مدرسه متوسطه دوم دخترانه ناحیه ۴ (مدرسه نمونه فرهنگ) شهرستان مشهد در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ است. این پژوهش، با روش توصیفی و همبستگی اجرا شد. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان مدرسه متوسطه دوم دخترانه ناحیه ۴

¹⁰ Duan & Zhu

¹¹ Unger & Meiran

¹² Eysenck

¹³ Putwain

¹⁴ Cachón-Zagalaz

¹⁵ Hiraoka & Tomoda

تأثیر کلاس های مجازی دوران کرونا بر افت تحصیلی و اضطراب دانش آموزان در پسا کرونا

(مدرسه نمونه فرهنگ) شهرستان مشهد است که از طریق روش نمونه‌گیری تصادفی به تعداد ۳۲ نفر انتخاب شدند. برای جمع آوری داده ها از مقیاس اضطراب ناشی از شیوع کرونا ویروس (CDAS)^{۱۶} (علی پور، قردمی، علیپور، و عبدالله زاده، ۱۳۹۸) و پرسشنامه افت تحصیلی با استفاده از پرسشنامه قدم پور، میرزایی فر و سبزیان (۱۳۹۳) استفاده شد. در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل داده ها از روش های تحلیل استنباطی همبستگی پیرسون و آنالیز واریانس یک طرفه استفاده شد.

جدول (۱) ضریب همبستگی پیرسون بین فضای مجازی و افت تحصیلی

متغیر	ضریب همبستگی	سطح معناداری
فضای مجازی	۰/۷۳۵	۰/۰۱۵
افت تحصیلی		

طبق نتایج بدست آمده از ضریب همبستگی پیرسون مشخص شد بین استفاده از فضای مجازی و افت تحصیلی رابطه مستقیم و معنادار وجود دارد و این یعنی با افزایش استفاده از فضای مجازی و دوری از فضای واقعی کلاس و درس شاهد افت تحصیلی بیشتر دانش آموزان خواهیم بود.

جدول (۲) ضریب همبستگی پیرسون بین فضای مجازی و اضطراب دانش آموزان

متغیر	ضریب همبستگی	سطح معناداری
فضای مجازی	۰/۳۰۳	۰/۰۲۳
اضطراب		

طبق نتایج بدست آمده از ضریب همبستگی پیرسون مشخص شد بین استفاده از فضای مجازی و اضطراب دانش آموزان رابطه مستقیم و معنادار وجود دارد و این یعنی با افزایش استفاده از فضای مجازی و دوری از فضای واقعی کلاس و درس شاهد افزایش اضطراب دانش آموزان خواهیم بود.

جدول (۳) خلاصه تحلیل رگرسیون برای پیش بینی اضطراب و افت تحصیلی دانش آموزان

براساس استفاده از فضای مجازی

متغیر مستقل	B	SEB	Beta	F	R^2	P
مقدار ثابت	۵۷/۸۰	۳/۹۲		۲۰/۰۱	۰/۰۹۲	۰/۰۰۰
اضطراب	۰/۲۵۳	۰/۵۷	۰/۳۰			
افت تحصیلی	۰/۱۰۴	۰/۳۹/۲	۰/۷۱			

با توجه به نتایج به دست آمده از جدول فوق مشخص شد مقدار $F(۲۰/۰۱)$ باشد در سطح $۰/۰۰۰$ معنادار گردیده و چون سطح قابل قبول معناداری کمتر از $۰/۰۵$ است بنابراین نتیجه می گیریم که متغیر استفاده از فضای مجازی می تواند متغیرهای اضطراب و افت تحصیلی دانش آموزان را پیش بینی کند. به طور کلی استفاده از فضای مجازی حدود ۳۰ درصد از واریانس اضطراب و ۷۱ درصد افت تحصیلی را تبیین می کند.

¹⁶ Corona Disease Anxiety Scale

بحث و نتیجه گیری

این پژوهش با هدف بررسی تأثیر کلاس‌های مجازی دوران کرونا بر افت تحصیلی و اضطراب دانش آموزان در پسا کرونا بود. در اوایل پیدایش کرونا ویروس خیلی از دانش آموزان قدرت خرید و تبلت را نداشتند و برنامه تعریف شده ای مبنی بر وجود یک برنامه آنلاین مجازی نبود. خانواده و معلمان با این فضا آشنا نبودند به طوری که فرآیند آموزش و تربیت بسیار زمان بر و با اشتباهات زیادی همراه بود. خانواده ها هم با آموزش های غیر حرفه ای مشکلات را دو چندان می کردند. مشوق ها و انگیزه ها و تعاملات دانش آموزان با معلمان و یکدیگر وجود نداشت. مشکلات رفتاری و اختلالات در زمینه های نوشتاری، ریاضی، املاء و خواندن دانش آموزان قابل مشاهده و درمان نبود. روند آموزش بسیار کند و با اشتباهات زیادی همراه بود و مسئله آموزش و تربیت دانش آموزان با چالش های فراوانی همراه بود. با ورود دانش آموزان و ترس از بیماری کرونا و مشاهده افت تحصیلی خود دچار اضطراب شده بودند. نتایج پژوهش حاکی از آن بود که بین استفاده از فضای مجازی و افت تحصیلی دانش آموزان و اضطراب آنها رابطه مستقیم وجود دارد و تفاوت بین آنها معنا دار است، یعنی با افزایش استفاده دانش آموزان از فضای مجازی می توان اضطراب و افت تحصیلی بیشتری را برای دانش آموزان پیش بینی کرد.

منابع

- [۱] بازگونه، آدینه و زربخش، محمدرضا (۱۴۰۰). رابطه اضطراب کرونا با اختلالات خواب و نشانگان اختلال استرس پس از سانحه: نقش میانجیگری اضطراب سلامت. فصلنامه علمی پژوهشی خانواده درمانی کاربردی، ۲(۵)، ۳۰۸-۲۸۷.
- [۲] رحمانی، عبدالله و رضائیان، محسن (۱۴۰۰). تأثیرات احتمالی عالم‌گیری کووید-۱۹ بر رفتار خودکشی در سراسر جهان: یک مطالعه مروری ساختارمند. مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، ۲۰(۱)، ۸۵-۱۱۸.
- [۳] سلطانیان، لیلا؛ آقابابا، علیرضا؛ نبیل‌پور، مقصود و مهری‌الوار، یعقوب (۱۴۰۰). ارتباط فعالیت بدنی و اختلالات خلقی در دوران قرنطینه عمومی طی شیوع بیماری کرونا در ورزشکاران راکتی. مجله طب مکمل دانشگاه علوم پزشکی اراک، ۱۱(۴)، ۳۹۵-۳۸۴.
- [۴] حاجی‌زاده، انور و همکاران (۱۴۰۰). تحلیل فرصت‌ها و چالش‌های آموزش مجازی در دوران کرونا؛ رهیافت توسعه آموزش مجازی در پسا کرونا، فصلنامه تدریس پژوهی، شماره ۱، شماره پیاپی ۱، ۲۰۴-۱۷۴.
- [5] Duan, L., and Zhu, G. (2020). Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic. *Lancet Psychiatry* 7, 300–302. doi: 10.1016/S2215-0366(20)30073-0.
- [6] Eysenck, M. W. (1992). *Anxiety: The Cognitive Perspective*. Hove: Psychology Press.
- [7] Kucharski AJ, Russell TW, Diamond C, Liu Y, Edmunds J, Funk S, (2020). Early dynamics of transmission and control of COVID-19: A mathematical modelling study. *The Lancet Infectious Diseases*. 20(5), 553-8.
- [8] Putwain, D. (2007). Researching academic stress and anxiety in students: some methodological considerations. *Br. Educ. Res. J.* 33, 207–219. doi: 10.1080/01411920701208258.
- [9] Shigemura, J., Ursano, R. J., Morganstein, J. C., Kurosawa, M., & Benedek, D. M. (2020). Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019 - nCoV) in Japan: Mental health consequences and target populations. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 74(4), 281 . -294.
- [10] Unger, S., and Meiran, W. (2020). Student attitudes towards online education during the COVID-19 viral outbreak of 2020: distance learning in a time of social distance. *Int. J. Technol. Educ. Sci.* 4, 256–266. doi: 10.46328/ijtes.v4i4.107.
- [11] World Health Organization. (2020). *Mental Health and Psychosocial Considerations During the COVID -19 Outbreak*, 18 March 2020 (No. WHO/2019 -nCoV/Mental Health/2020.1). World Health Organization.
- [12] Cachón-Zagalaz, Sánchez-Zafra, Sanabrias-Moreno, González-Valero, Lara-Sánchez and Zagalaz-Sánchez.(2020). Systematic Review of the Literature About the Effects of the COVID-19 Pandemic on the Lives of School Children.
- [13] United Nations (2020). *Education During COVID-19 and Beyond*. United Nations Sustainable Development Group.