

بررسی تأثیر بکارگیری روش آرامسازی بنسون روی میزان اضطراب و تیترايمونوگلوبولین A بزاق دانشجویان دانشکده پرستاری و مامایی زنجان حین امتحانات پایان ترم، ۱۳۷۸

محمد حسین پورمعماری *، دکتر حمید رضا امیرمقدمی ** و رضا نگارنده *

خلاصه:

یکی از موقعیت‌های تنش‌زا، امتحانات پایان ترم و تغییر سیستم آموزشی در دوره‌های دانشگاهی است. بدین منظور مطالعه‌ای تجربی با هدف تعیین تأثیر بکارگیری روش آرامسازی بنسون روی میزان اضطراب و تیترايمونوگلوبولین A بزاق (SigA) دانشجویان دانشکده پرستاری و مامایی زنجان حین امتحانات پایان ترم در سال ۱۳۷۸ طراحی شد. ۷۰ نمونه با روش تصادفی سیستماتیک از جامعه پژوهش انتخاب و بعد بصورت تصادفی به دو گروه ۳۵ نفری کنترل و تجربه تقسیم شدند. به دلایل مختلف در گروه کنترل شش نفر و در گروه تجربه هشت نفر از دور مطالعه حذف شدند. بطور کلی گروه کنترل شامل ۲۹ نفر (۲۴ نفر مؤنث و ۵ نفر مذکر) و گروه تجربی شامل ۲۷ نفر (۲۰ نفر مؤنث و ۷ نفر مذکر) بودند. در این مطالعه گروه تجربه تحت آموزش روش آرامسازی بنسون قرار گرفته و گروه شاهد هیچگونه آموزشی را دریافت نکردند. جهت جمع‌آوری اطلاعات فردی از پرسشنامه استفاده شد و اضطراب با استفاده از فرم خود گزارش دهی اضطراب اسپیل برگر و تیترا SigA بوسیله روش ایمنوتوریدیمتری در قبل و بعد از امتحان پایان ترم مورد اندازه‌گیری قرار گرفت. در این مطالعه با آزمون آماری ۱ جفت داده‌ها تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد که اختلاف معنی‌داری در اضطراب موقعیتی قبل و بعد گروه تجربه وجود ندارد ($p = 0/7$) ولی در گروه تجربه میانگین اضطراب موقعیتی بعد از امتحانات (۴۲/۸) نسبت به قبل از امتحانات (۴۳/۴) دچار کاهش شده بود. در گروه کنترل میانگین اضطراب موقعیتی قبل (۳۹/۳۴) و بعد (۴۱/۰۳) برآورد شد. تیترا SigA در گروه تجربه اختلاف معنی‌داری را نشان نداد ($P = 0/35$) ولی در گروه کنترل اختلاف معنی‌دار وجود داشت ($P = 0/00$). بدینسان این روش در گروه تجربه باعث ثابت ماندن SigA در طول دوره امتحانات شده است. از این نظر پژوهشگران پیشنهاد می‌کنند که این روش به عنوان روش حمایتی جهت رفع اضطراب و عوارض آن کاهش تیترا SigA در دوره‌های دانشگاهی و بیماران بستری آموزش داده شود.

واژه‌های کلیدی: SigA، اضطراب، امتحان، آرامسازی بنسون

* کارشناس ارشد پرستاری، اعضای هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان زنجان.

** دکترای علوم آزمایشگاهی، بیمارستان ولی عصر (عج) زنجان.