



بررسی رابطه بین کیفیت زندگی در مدرسه با اضطراب امتحان (مطالعه موردی: هنرستان خیام شهرستان گلبهار سال ۹۶-۱۳۹۵)

مصطفی ریحانی یامی^۱

^۱نویسنده مسئول: کارشناس رشته مهندسی معماری و دبیر آموزش و پرورش شهرستان گلبهار

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین کیفیت زندگی در مدرسه با اضطراب امتحان دانش‌آموزان رشته معماری هنرستان خیام شهرستان گلبهار در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ انجام گرفته است. روش پژوهش از لحاظ هدف کاربردی و از حیث رویکرد توصیفی-همبستگی می‌باشد. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان هنرستان خیام شهرستان گلبهار به تعداد ۴۲ نفر می‌باشد که به صورت تمام شمار انتخاب شدند. ابزار اندازه‌گیری پژوهش از پرسشنامه می‌باشد؛ که روایی آن‌ها طبق نظر خبرگان رشته علوم تربیتی مورد تأیید قرار گرفت؛ و پایایی پرسشنامه با استفاده از آزمون ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب برای متغیرهای کیفیت زندگی در مدرسه و اضطراب امتحان برابر (۰/۹۰۱ و ۰/۸۴۱) به دست آمد. همچنین جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از با توجه به نرمال بودن داده‌ها از آزمون ضریب همبستگی پیرسون با استفاده از نرم‌افزار SPSS استفاده گردید. نتایج حاصل نشان داد که بین کیفیت زندگی در مدرسه و اضطراب از امتحان رابطه معنادار و معکوسی وجود دارد.

واژه‌های کلیدی

کیفیت زندگی در مدرسه، اضطراب امتحان، هنرستان خیام شهرستان گلبهار.

مقدمه

در جریان رشد، کودکان و نوجوانان طیف وسیعی از اضطراب‌ها را تجربه می‌کنند. گاه این اضطراب‌ها از چنان شدتی برخوردار است که زندگی روزمره و تحصیلی آنان را دشوار می‌سازد. یکی از این اضطراب‌ها اضطراب امتحان است [۱] که وقتی مقدار آن از حد مطلوب فراتر می‌رود به احتمال قوی یادگیری و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان را تحت‌الشعاع قرار داده و باعث می‌شود تا بخش زیادی از منابع و استعدادها بالقوه انسانی و اقتصادی جامعه تلف شود [۲]. بنابر نظر شاور، متیوز، فیزر و کول^۱ (۲۰۰۷) دلیل افت تحصیلی بسیاری از دانش‌آموزان، ناتوانی در یادگیری یا ضعف هوشی نبوده،

بلکه ناشی از سطح بالای اضطراب می‌باشد. اضطراب در توانایی تمرکز و حافظه تأثیر می‌گذارد، یادآوری مطالب آموخته شده را دشوار یا غیرممکن می‌نماید و اجازه نمی‌دهد که دانش‌آموزان توانایی‌های آموزشی و هوشی واقعی خود را بروز دهند. وقتی دانشجویان دچار ترس شدید از عملکرد ضعیف در امتحان می‌شوند، اضطراب امتحان را تجربه می‌کنند. اضطراب امتحان، عامل اصلی نتایج منفی متنوع از جمله ناراحتی روانی، عدم موفقیت در اتمام تحصیلات و ناامنی است [۳]. اضطراب امتحان به حس منفی، نگرانی، برانگیختگی روان شناختی و رفتارهای همراه با نگرانی در مورد شایستگی در امتحان اشاره می‌کند [۴]. اضطراب امتحان نوعی شایع از اضطراب عملکرد است که در بررسی‌های مختلف ۱۰ تا ۳۰ درصد دانش‌آموزان و دانشجویان را درگیر می‌سازد [۵]. سیرب^۲ (۱۹۸۰) اضطراب امتحان، نوع خاصی از اضطراب است که با نشانه‌های جسمی، شناختی و رفتاری به هنگام آماده شدن برای امتحان و انجام تست‌ها و آزمون‌ها مشخص می‌شود و زمانی تبدیل به یک مشکل می‌شود که سطح بالای این اضطراب با آماده شدن برای امتحان و انجام آزمون تداخل پیدا کند [۶]. لیبرت و موریس^۳ (۱۹۶۷) بیان می‌دارند که اضطراب امتحان ساختاری چند بعدی و از جمله هیجان‌های مربوط به امتحان است که در نتیجه آن، افراد، امتحان را تهدیدکننده ارزیابی می‌کنند. بر طبق نتایج تحقیقات سلطانی‌شال و همکاران (۱۳۹۱) یکی از دلایل اضطراب دانش‌آموزان کیفیت پایین زندگی در مدرسه است [۷]؛ چرا که مدارس ما مانند سربازخانه‌هایی خشک و خشنی هستند که از ابتدا کودکان را بی‌رحمانه به سوی نگرانی، رقابت‌های حسادت‌آمیز عصبی، وحشت از شکست در امتحان می‌رانند. متأسفانه در آموزش و پرورش جامعه ما آنچه که می‌گذرد، محیطی سرد برای یادگیری است [۸].

همچنین بر طبق نظر مارکس^۴ (۱۹۸۸) والدین، معلمان و دست‌اندرکاران مدرسه و غالب دانش‌آموزان در این دیدگاه که مدرسه باید مکانی باشد که دانش‌آموزان حداکثر یادگیری را در آن داشته باشند و احساس شادی و امنیت کنند، از معلمشان راضی باشند و از

² Sieber

³ Mouris & Libert

⁴ Marks

¹ Schaefer, Mathess, Pfitzer & Kohle