

نقش شیوه مقابله مذهبی و تنظیم هیجانات بر اضطراب امتحان در مدارس مقطع سوم راهنمایی ناحیه ۲ شهرستان زاهدان

غلامرضا ثناگوی محرر^۱، منیر زرآبادی پور^۲، محدثه حسین زاده^۳ و نسیمه کوسه^۴

۱ گروه روانشناسی، واحد زاهدان، دانشگاه آزاد اسلامی، زاهدان، ایران

پست الکترونیک: Reza.sanagoo@gmail.com

۲ دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد زاهدان

zam_gajt@yahoo.com.

۳ دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد زاهدان

mahdizamani_zam@gmail.com

۴ دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد زاهدان

mahdizaman803@gmail.com

چکیده

هدف از این پژوهش، بررسی تاثیر شیوه مقابله مذهبی و تنظیم هیجانات بر اضطراب امتحان در مدارس مقطع سوم راهنمایی ناحیه ۲ شهرستان زاهدان می باشد. نوع مطالعه توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل ۳۰۰ نفر از دانش آموزان دختر و پسر مقطع سوم راهنمایی شهرستان زاهدان است. متغیرها با استفاده از پرسشنامه های شیوه مقابله مذهبی، پرسشنامه تنظیم هیجانی، و پرسشنامه اضطراب امتحانی فیلیپس سنجیده شد. اطلاعات با استفاده از روشهای همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد که بین اضطراب امتحان با فعالیت های مذهبی، مقابله مذهبی فعال، ارزیابی های خیرخواهانه و مقابله مذهبی رابطه معکوس و معنادار وجود دارد. همچنین نتایج همبستگی نشان داد که بین اضطراب امتحان با مولفه های مقابله مذهبی منفعل و احساسات منفی نسبت خدا رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. علاوه بر این نتایج نشان داد که بین اضطراب امتحان با عملکرد مثبت، مهار پذیری، ابراز احساسات و نیازها، قاطعیت، بهزیستی طلبی و تنظیم هیجانات رابطه معکوس و معنادار وجود دارد. و نتایج رگرسیون گام به گام در ارتباط با نقش مقابله مذهبی و تنظیم هیجانات در پیش بینی اضطراب امتحان نشان داد که در گام اول ارزیابی خیرخواهانه بیشترین پیش بینی را از اضطراب امتحان داشته است. و در گامهای بعدی احساس مقابله مذهبی فعال، مهار پذیری، قاطعیت، احساسات منفی نسبت به خدا وارد الگوی پیش بینی شده است. و بالاخره در گام آخر عملکرد مثبت و این متغیرها با هم در پیش بینی اضطراب امتحان موثر بوده اند.

واژه های کلیدی: مقابله مذهبی، تنظیم هیجانات، اضطراب امتحان