

بررسی ارتباط اضطراب امتحان و سلامت معنوی در دانش آموزان مقطع متوسطه

نویسندگان: مریم مقیمیان\*<sup>۱</sup>، فاطمه سلمانی<sup>۲</sup>

خلاصه مقاله:

**مقدمه:** توجه کردن به جنبه های مثبت زندگی از جمله سلامت معنوی از جمله راههایی است که از وخیم تر شدن اضطراب امتحان که منجر به کاهش توانایی مقابله با موقعیتهای امتحان می گردد، جلوگیری می کند. در این پژوهش سعی گردیده تا ارتباط اضطراب امتحان و سلامت معنوی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه بررسی گردد.

**روش بررسی:** در این پژوهش توصیفی- همبستگی با استفاده از پرسشنامه های مشخصات دموگرافیک و سلامت معنوی آیسون و پالوتزین و اضطراب امتحان ساراسون ۱۱۰ دانش آموز دختر سال سوم و چهارم متوسطه رشته علوم تجربی مدارس دولتی به روش نمونه گیری طبقه ای مورد بررسی قرار گرفته و یافته ها با کمک روش های آمار توصیفی و آزمون های اسپیرمن و من ویتنی مورد مطالعه قرار گرفتند.

**نتایج:** یافته های این پژوهش نشان داد که بین سلامت معنوی و اضطراب امتحان رابطه معکوس وجود دارد ( $P=0/001$ ،  $r=-0/360$ ) و سلامت معنوی و اضطراب امتحان با مشخصات دموگرافیک رابطه معنا داری ندارند ( $p>0/05$ ).

**بحث و نتیجه گیری:** از آنجایی که دانش آموزان این مقطع امتحانات این رشته را به دلیل زیاد بودن حجم دروس، اضطراب آور مطرح می نمایند و تحقیقات نشان داده که اضطراب می تواند بر یادگیری دانش آموز تأثیری منفی داشته باشد و سلامت معنوی از عواملی است که در کاهش اضطراب تأثیر مثبت دارد، لذا به نظر می رسد که بایستی به اهمیت برخورداری از سلامت معنوی در تحصیل دانش آموزان مقطع متوسطه که در گذر از دوره نوجوانی هستند توجه ویژه ای اعمال گردد و در این راستا آموزش های خاصی برای آنان برنامه ریزی گردد.

**کلمات کلیدی:** اضطراب امتحان، سلامت معنوی، دانش آموزان، مقطع متوسطه

<sup>۱</sup> کارشناس ارشد آموزش پرستاری بهداشت روان، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد، اصفهان  
<sup>۲</sup> کارشناسی ارشد آموزش پرستاری داخلی - جراحی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد، اصفهان