

عنوان مقاله:

نقش عزت نفس و مهارت‌های مقابله ای در پیش بینی اضطراب امتحان در دانشجویان

محل انتشار:

دومین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

معصومه اسمعیلی - کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی

رقیه زکی زاده - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی

مقصود نادر - کارشناسی ارشد روانشناسی

خلاصه مقاله:

هدف: هدف از پژوهش حاضر تعیین سهم هریک از متغیرهای عزت نفس و مهارت‌های مقابله ای در پیش بینی اضطراب امتحان در دانشجویان دختر و پسر می باشد. روش: این پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی می باشد. 200 نفر دانشجوی دختر و پسر (100 نفر دختر، 100 نفر پسر) به شیوه نمونه گیری تصادفی خوشه ای چند مرحله ای جهت شرکت در مطالعه انتخاب شدند. مقیاس های به کار برده شده جهت جمع آوری اطلاعات عبارتند از: مقیاس عزت نفس روزنبرگ، پرسشنامه مهارت‌های مقابله ای بیلینگز و موس و پرسشنامه اضطراب امتحان. جهت تجزیه و تحلیل داده ها از نرم افزار spss و روش های آماری آزمون معنی داری T-test، ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه گام به گام استفاده گردید. یافته ها: نشان داد که عامل عزت نفس می تواند به طور معنی داری اضطراب امتحان را پیش بینی نماید ($p \leq 0/01$). اما مهارت‌های مقابله ای به طور معنی دار قادر به پیش بینی اضطراب امتحان نبود. در مقایسه ی میانگین نمرات آزمودنی ها در مقابله ای و عزت نفس در سطح ($p \leq 0/01$) همبستگی معنی دار بود. نتیجه گیری: می توان با آموزش برنامه هایی جهت تقویت عزت نفس دانشجویان اقدام نمود. همچنین با اجرای کارگاههایی برای آموزش چگونگی کنار آمدن با اضطراب امتحان و استفاده بیشتر از مقابله شناختی و رفتاری بهنگام اضطراب اقدام نمود.

کلمات کلیدی:

عزت نفس، مهارت‌های مقابله، اضطراب امتحان، دانشجویان، دختر، پسر

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/394804>

