

عنوان مقاله:

تاثیر روزه داری بر میزان اضطراب امتحانی، نگرانی و افکار منفی دانشجویان

محل انتشار:

فصلنامه پزشکی نوید نو، دوره 18، شماره 60 (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

محمد فیروزبخت - کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی دزفول، دزفول، ایران

رزا اکرمی - گروه ایمنولوژی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران

مجتبی راجی - کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی دزفول، دزفول، ایران

احسان بهرام پور - کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی دزفول، دزفول، ایران

خلاصه مقاله:

مقدمه: اضطراب امتحان نوعی خود اشتغالی ذهنی است، که اغلب باعث ارزیابی منفی و عدم تمرکز حواس و واکنش های جسمانی نامطلوب میشود. بدون تردید ترس از امتحان بین دانشجویان رایج بوده و م همترین علت آن، نتیجه ای است که از امتحان بدست میآید. این مطالعه با هدف تعیین ارتباط روزه داری با اضطراب امتحانی و عوامل مرتبط آن انجام شد. مواد و روشها: پژوهش حاضر از نوع مطالعات توصیفی-تحلیلی بوده که در آن 272 پرسشنامه بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی دزفول، در آخرین روز امتحانی هر رشته و ورودی توزیع شد. گردآوری اطلاعات با استفاده از پرسشنامه اطلاعات دموگرافیک و پرسشنامه اضطراب امتحانی TAI بود، که اضطراب، نگرانی و افکار منفی در مورد امتحان را مورد ارزیابی قرار میدهد. داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS21 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج: بر اساس یافته های این مطالعه اضطراب امتحان در بین دانشجویان در 18% موارد کم، 41.9% متوسط، 31.5% شدید و 8.5% دارای اضطراب امتحانی بسیار شدید بودند. دانشجویان دختر از اضطراب امتحانی بیشتری رنج می برند ($p=0.001$ و $t=4.16$). همچنین شدت اضطراب امتحان در دانشجویان غیر خوابگاهی ($p=0.002$ و $t=3.13$) و کسانی که از محل برگزاری امتحانات رضایت نداشتند ($p=0.001$ و $t=3.39$) بیشتر بود. همچنین بین روزه داری با اضطراب امتحانی ارتباط آماری معناداری وجود نداشت ($p=0.01$) و $t=2.814$ نتیجه گیری: نتایج نشان داد که روزه داری بر میزان اضطراب امتحانی دانشجویان، مرتبط می باشد. بنابراین ترویج این فریضه می تواند باعث ایجاد آرامش روانی در بین دانشجویان شود. شناسایی سایر عوامل موثر در بهبود عملکرد دانشجویان، در مطالعات آینده پیشنهاد می شود.

کلمات کلیدی:

اضطراب، امتحان، نگرانی، افکار منفی، روزه داری

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/515167>

