

بررسی رابطه کارکردهایی اجرایی و سبک‌های مقابله با تنیدگی با اضطراب امتحان دانش آموزان

ناصر محمدی احمدآبادی^{۱*}، الهام جعفری کافی آباد^۲

۱. استادیار گروه روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور، ایران. (نویسنده مسئول)

۲. دانشجوی کارشناسی ارشد علوم تربیتی، گرایش برنامه‌ریزی درسی، دانشگاه پیام نور، ایران.

فصلنامه راهبردهای نو در روان‌شناسی و علوم تربیتی، دوره سوم، شماره نهم، بهار ۱۴۰۰، صفحات ۳۸-۴۸

چکیده

پژوهش حاضر باهدف بررسی رابطه کارکردهایی اجرایی و سبک‌های مقابله با تنیدگی با اضطراب امتحان دانش‌آموزان دختر دوره اول متوسطه شهرستان بافق انجام گرفت. پژوهش حاضر از نوع توصیفی-همبستگی بوده و جامعه آماری آن تمامی دانش‌آموزان دختر دوره اول متوسطه شهرستان بافق در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ بود که از این جامعه آماری ۲۷۰ نفر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای و بر مبنای فرمول کوکران با درصد خطای ۰/۰۵ از تعداد ۷۰۰ نفر انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه اضطراب امتحان ساراسون، مقیاس نارسایی‌ها در کنش‌وری اجرایی و پرسشنامه سبک‌های مقابله با موقعیت‌های استرس‌زا استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون‌های ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه در SPSS-۱۸ انجام شد. نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که ارتباط معناداری بین همه مؤلفه‌های کارکردهای اجرایی و سبک‌های مقابله با تنیدگی (سبک هیجان‌مدار و سبک اجتناب‌مدار) با اضطراب امتحان دانش‌آموزان وجود دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که مؤلفه‌های خودسازمان‌دهی / حل مسئله و خودمدیریتی زمان به ترتیب ۰/۲۴ و ۰/۱۲ درصد واریانس نمرات اضطراب امتحان دانش‌آموزان را پیش‌بینی می‌کند؛ نتایج همچنین نشان داد که ۰/۲۷ و ۰/۰۶- درصد واریانس نمرات اضطراب امتحان دانش‌آموزان از طریق سبک هیجان‌مدار و سبک مسئله‌مدار، قابل تبیین است. طبق یافته‌های به‌دست‌آمده می‌توان گفت که کارکردهایی اجرایی و سبک‌های مقابله با تنیدگی، پیش‌بینی‌کننده‌های مهمی برای اضطراب امتحان دانش‌آموزان هستند، بنابراین باید با آموزش‌های مناسب، کارکردهایی اجرایی و سبک‌های مقابله با تنیدگی را در دانش‌آموزان بهبود بخشید تا اضطراب امتحان کمتری مشاهده شود.

واژه‌های کلیدی: اضطراب امتحان، کارکردهای اجرایی، سبک‌های مقابله، تنیدگی.