

بررسی اضطراب امتحان در دانش آموزان ابتدایی بر حسب سبک دلبستگی به تفکیک جنسیت

عزیز اله سهرابی

مدرس دانشگاه پیام نور، بندر عباس، ایران

کارشناسی ارشد روان شناسی تربیتی

چکیده

هدف این مقاله بررسی اضطراب امتحان در دانش آموزان ابتدایی بر حسب سبک دلبستگی به تفکیک جنسیت است. این پژوهش به لحاظ هدف کاربردی، به لحاظ ماهیت توصیفی از نوع همبستگی و به لحاظ روش پیمایشی است. جامعه آماری شامل تمامی دانش آموزان سال ششم ابتدایی شهر هشتبندی بود. روش نمونه گیری به صورت تصادفی خوشه ای چند مرحله ای بوده و حجم نمونه با استفاده از فرمول کوکران ۲۴۳ نفر بود که جهت اطمینان ۲۵۰ نفر در مطالعه وارد شد. جهت گردآوری اطلاعات از پرسشنامه میزان اضطراب امتحان ساراسون و آزمون اختلال دلبستگی رندلف (۱۹۹۷) استفاده شد. داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۱۶ و با آزمون‌های آماری توصیفی شامل، فراوانی و میانگین و انحراف معیار و آزمون‌های آماری استنباطی شامل همبستگی پیرسون و آزمون رگرسیون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد اضطراب امتحان بر حسب سبک دلبستگی در نمونه های مورد مطالعه به تفکیک جنسیتی قابل پیش بینی است. بر پایه این یافته پژوهش، در روابط دلبستگی، عامل گرایش نداشتن به اضطراب در کودک، ناشی از نگرش‌ها، کفایت اجتماعی، شناخت خود و احساس خودکار آمدی در روابط است که از رابطه اولیه مادر-کودک و نخستین تجربه های اجتماعی وی سرچشمه می‌گیرد.

واژه‌های کلیدی: اختلال اضطراب، سبک دلبستگی، اضطراب امتحان، دانش آموزان ابتدایی.

مقدمه

اختلال اضطراب فراگیر و فوبیای اجتماعی در طبقه بندی اختلالات اضطرابی کودکان و نوجوانان قرار دارد گرچه اضطراب، خصیصه اصلی هر کدام از این اختلالات است اما عوامل زمینه ای و موقعیتی ویژه ای وجود دارد که میان آن‌ها افتراق می‌گذارد. در طبقه بندی تشخیصی روان پزشکی آمریکا، مشخصاً به اضطراب آموزشی و درسی یا امتحانی اشاره ای نشده اما پدیده اضطراب، در سطح وسیعی مورد توجه قرار گرفته که می‌توان از آن‌ها اضطراب آموزشی و اضطراب امتحان را برداشت نمود (عابدی و همکاران، ۱۳۹۶). اضطراب امتحان یا Test Anxiety از دسته اضطراب‌های عملکردی است که ۲۰-۱۰٪ دانش آموزان و دانشجویان با آن دست و پنجه نرم می‌کنند. معمولاً در موقعیت‌هایی که فرد در معرض ارزشیابی قرار گرفته و نیازمند حل مشکل یا مسئله است به این نوع اضطراب دچار می‌گردد و فرد در اینجا، در مورد توانایی‌های خود دچار تردید شده که پیامد آن نیز کاهش توان مقابله با موقعیت‌های امتحان است. در اینجا فردی که دچار اضطراب امتحان شده با وجود اینکه پاسخ سؤالات درسی را می‌داند اما آنچنان شدت اضطراب در وی زیاد است که مانع از آن می‌گردد که از دانسته های خود استفاده کند (مقیمیان، ۱۳۹۰).

اضطراب امتحان شامل یک حالت هیجانی آمیخته با ترس و نگرانی درباره‌ی موقعیت‌هایی است که فرد با ارزشیابی از عملکردش مواجه می‌شود، این موقعیت‌ها بیشتر در حوزه های تحصیلی است. برخی از پژوهش‌ها تأیید کرده اند که اضطراب امتحان با عملکرد پایین در تکالیف مدرسه رابطه دارد (بروان و همکاران، ۲۰۱۱). اضطراب امتحان، نگرانی افراطی درباره نحوه عملکرد در امتحان است. اگر این اضطراب از حد طبیعی فراتر رود ممکن است عملکرد فرد را در طی امتحان مختل سازد، چرا که در بیان و تشریح آموخته‌هایتان احساس ناتوانی خواهند نمود. در این بین عوامل مختلفی در این اضطراب نقش دارند. یکی از منابعی که به نظر می‌رسد می‌تواند نقش عمده ای در اضطراب امتحان داشته باشد اضطراب جدایی و سبک دلبستگی دانش آموز در دوران کودکی است. اضطراب جدایی دوران کودکی می‌تواند به عنوان سابقه ای در ذهن آدمی مانده و بر کل زندگی فرد سایه انداخته و در نهایت آینده او را نیز به شدت تحت تأثیر قرار دهد. در این بین بسیاری از دانش آموزان معلومات کافی در خصوص دروس مختلف را دارند اما در زمان امتحانات چنان دچار اضطرابی می‌گردند که به اختلال در آزمون و در نهایت کاهش نمرات و رتبه های تحصیلی می‌انجامد؛ اما این پرسش مطرح است که آیا اضطراب امتحان می‌تواند نشات گرفته از دوران کودکی فرد بوده و آیا اضطراب جدایی در دوران کودکی منشأ اضطراب امتحان می‌تواند باشد؟

روانشناسان معتقدند ترس یک حالت هیجانی است نسبت به خطر یا یک محرک مضر که شخص از آن آگاه است. عامل ترس می‌تواند یک شیء باشد، یک انسان یا مساله و موقعیت مشخص. ترس غیر منطقی از مدرسه در واقع معادل واژه refusal School به معنی امتناع از مدرسه رفتن است و یکی از نشانه های اضطراب امتحانات مدرسه، یا عوامل خانوادگی، یا شرایطی است که به آن دلبسته و وابسته شده بود هدف از این تحقیق بررسی علل استرس و اضطراب در دانش آموزان و ایجاد راه حل هابرای رفع این مشکل بوده طبق نتایج این تحقیق خانواده و مدرسه سهم بسیار زیادی در کاهش استرس و اضطراب دانش آموز بر عهده دارند عوامل به وجود آورنده ی استرس در این مقاله عبارتند از: به طور کلی، سه عامل اصلی در بروز اضطراب امتحان در دانش آموزان موثرند: ۱- عوامل فردی ۲- عوامل خانوادگی ۳- عوامل مدرسه ای (عابدی و همکاران، ۱۳۹۶).

بنابراین به نظر می‌رسد که پژوهش در مورد اضطراب امتحان یک نیاز اساسی است. آنچه که در این پژوهش مورد توجه بود، رابطه ی سبک های دلبستگی با اضطراب امتحان می‌باشد. عامل مهمی که در سال های اخیر توسط روانشناسان مورد توجه قرار گرفته و بر رفتار فرد تأثیر دارد، تجربه های اولیه‌ی زمان کودکی با والدین و یا نوع رابطه‌ی هیجانی کودک با والدین خویش است. موضوعی که از آن با عنوان سبک دلبستگی یاد می‌شود. پژوهشگران دلبستگی را پیوند عاطفی بین کودک در حال رشد و مادر می‌دانند که از زمان تولد آغاز می‌شود اما تأثیر آن صرفاً محدود به دوران کودکی نبوده و همه‌ی دوره های زندگی، حتی زمان سالمندی را نیز شامل می‌شود (بایرامی و همکاران، ۲۰۱۲).

هر گروه از والدین بنا بر نوع شخصیت و ویژگی های روانی که دارند، با کودکان خود به شکلی متفاوت از دیگران رفتار می کنند و این تنوع در روش های تربیتی و رفتاری والدین، سبب شکل گیری سه سبک دلبستگی شامل ایمن، نا ایمن اجتنابی و نا ایمن وسواگر می شوند. در این جا می توان ادعا کرد که رابطه ی مراقب-کودک، مهم ترین اصلی است که در رشد شخصیت انسان مورد تأکید روانشناسان است (یعقوبی و همکاران، ۲۰۱۴) بنا به اعتقاد بالبی (۱۹۶۹) بسیاری از انواع روان آزردها و اختلالات شخصیت، نتیجه ی محرومیت کودک از مراقبت های مادر یا عدم ثبات در روابط کودک با وی است. بسیاری از پژوهش ها نیز تأیید کرده اند که بین سبک های دلبستگی و روانی، رابطه وجود دارد. برخی از پژوهش ها به رابطه ی مثبت بین سبک دلبستگی اضطرابی با اضطراب اجتماعی اشاره کرده اند. رابطه ی مثبت سبک دلبستگی دوسوگرا با اضطراب امتحان نیز در برخی از پژوهش ها مورد تأیید قرار گرفته است (قهوه چی و همکاران، ۲۰۱۲).

افراد دارای سبک ایمن نسبت به موقعیت دشوار و استرساوار نگرش مثبتی داشته، به خود اعتماد دارند، در ایجاد و حفظ تعادل روانی مهارت و آرامش بیشتری داشته و به آسانی خود را با شرایط سازگار میکنند، نگران طرد شدن، ارزیابی و تأیید شدن نیستند، دارای ثبات اند و احساس ارزش نسبت به خود و دیگران دارند (رینینگ و بیت، ۲۰۱۲). این افراد دنیای اطراف خود را محیطی امن و مطمئن دانسته همچنین ویژگی اعتماد به خود و دیگران در افراد دارای سبک ایمن، به آنها اجازه خواهد داد که با حسی از اعتماد به نفس با مسائل مقابله کنند (مورلی و موران، ۲۰۱۱). افزون بر این به نظر می رسد که افراد با سبک دلبستگی ایمن در موقعیتهای و رویدادهای منفی و گوناگون زندگی استرس کمتری تجربه مینمایند و راهبردهای سازگارانه تری در ارتباط با این رویدادها به کار می برند که در نتیجه نشانگان آسیب شناسی کمتری گزارش می دهند (کوور، ۲۰۱۰). میکولینسر و شیور (۲۰۰۷) نیز بر این عقیده اند که اشخاص دارای سبک دلبستگی ایمن از آن راهبردهای تنظیم هیجانی استفاده می کنند که استرس را به حداقل می رسانند و هیجان های مثبت را فعال می کنند. با توجه به اهمیت موضوع هدف این مقاله بررسی اضطراب امتحان در دانش آموزان ابتدایی بر حسب سبک دلبستگی به تفکیک جنسیت است.

پیشینه تجربی تحقیق

مهرابی زاده (۱۳۸۶) نیز به بررسی اثربخشی روش حساسیت زدایی منظم بر اضطراب امتحان و عملکرد تحصیلی پرداخت که در نهایت چنین نتیجه گیری می کند که روش حساسیت زدایی منظم، باعث کاهش اضطراب امتحان و افزایش عملکرد تحصیلی دانش آموزان گردید.

موسوی (۱۳۸۷) نیز به بررسی مشخصات دموگرافیک دانش آموزان دچار اضطراب امتحان پرداخته و بیان می کند که اضطراب امتحان با ناحیه آموزش و پرورش، تعداد دانش آموزان کلاس و واکنش مدرسه و والدین به افت تحصیلی ارتباط معناداری دارد. نتایج مطالعه وی حاکی از این مسئله است که شناسایی عوامل فردی، اجتماعی و زیستی اضطراب می تواند به اتخاذ تدابیری برای کاهش سطح آن منجر شود زیرا هیجان اضطراب بر عملکرد تحصیلی فرد تأثیر دارد.

کوشکی و همکاران (۱۳۸۹)، پژوهشی با عنوان رابطه اضطراب امتحان و ویژگی های شخصیتی با انگیزش پیشرفت در دانش آموزان انجام دادند. یافته ها حاکی از آن است که ویژگی های شخصیتی باوجدان بودن و برونگرایی با انگیزش پیشرفت دانش آموزان رابطه معنادار دارد و انگیزش پیشرفت را به میزان ۶۷.۵۴ پیش بینی می کند. اضطراب امتحان دانش آموزان با انگیزش پیشرفت در آنان رابطه معنادار و اضطراب امتحان به میزان ۸۵.۸۳ انگیزش پیشرفت را پیش بینی می کند. همچنین، اضطراب امتحان با ویژگی های شخصیتی بازبودن، باوجدان بودن و عصبیت رابطه معنادار دارد و سه مقیاس مذکور به میزان ۳۴.۷۲ اضطراب امتحان را پیش بینی می کند.

مقیمیان (۱۳۹۰) به بررسی اضطراب امتحان و سلامت معنوی دانش آموزان پرداخته و بیان می دارد که بین سلامت معنوی و اضطراب امتحان رابطه معکوس وجود دارد.

کریمی و همکاران (۱۳۹۴)، در پژوهشی با عنوان رابطه بین سبک های دلبستگی و ادراک محبت والدین با اضطراب امتحان در دانش آموزان تیزهوش نشان دادند بین سبک دلبستگی اضطرابی، سبک دلبستگی اجتنابی و ادراک محبت پدر با اضطراب امتحان در دانش آموزان تیزهوش دختر و پسر، رابطه معناداری وجود دارد؛ اما رابطه سبک دلبستگی ایمن و ادراک محبت مادر با اضطراب امتحان در دانش آموزان، معنادار نبود. در حالت کلی نیز نتایج نشان داد که سبک های دلبستگی و ادراک محبت والدین می توانند ۹ درصد تغییرات اضطراب امتحان را پیش بینی کنند و سبک دلبستگی اضطرابی و ادراک محبت پدر، توان پیش بینی اضطراب امتحان را دارند. با توجه به نتایج پژوهش می توان نتیجه گرفت اگر سبک دلبستگی فرد اجتنابی و اضطرابی باشد وی میزان بیشتری از اضطراب امتحان را تجربه خواهد کرد (به نقل از عموشاهی، ۱۳۹۵).

پورطالب و همکاران (۱۳۹۵)، پژوهشی با عنوان رابطه‌ی سبکهای دلبستگی با اضطراب امتحان دانش آموزان انجام دادند. نتایج نشان داد که سبکهای دلبستگی ایمن و دوسوگرا با اضطراب امتحان رابطه معناداری دارند. همچنین نتایج رگرسیون همزمان نیز بیانگر این بود که از میان سبکهای دلبستگی سبک های دلبستگی ایمن و اجتنابی به شکل معناداری اضطراب امتحان دانش آموزان را پیش بینی می کنند، استلزام های پژوهش حاضر راهگشای تحقیقات بشر در خصوص بررسی رابطه عوامل مختلف شخصیتی بر اضطراب امتحان دانش آموزان در آینده خواهد بود.

اسلامی و حاجی علیزاده (۱۳۹۶)، پژوهشی با عنوان سبک های دلبستگی و اضطراب امتحان با نقش میانجی گری باورهای فراشناختی انجام دادند. نتایج نشان داد که سبک دلبستگی ایمن پیش بینی کننده منفی و معنادار ولی سبکهای دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی پیش بینی کننده مثبت و معنادار اضطراب امتحان می باشند. در ارتباط با باورهای فراشناختی نیز سبک دلبستگی ایمن پیش بینی کننده منفی و معنادار ولی سبک های دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی پیش بینی کننده مثبت و معنادار اضطراب امتحان می باشند. در ارتباط با نقش واسطه ای باورهای فراشناختی، نتایج نشان داد که باورهای فراشناختی در ارتباط بین سبک دلبستگی دوسوگرا با اضطراب امتحان دارای نقش واسطه ای نسبی است.

برنینگ و بیت (۲۰۱۳) بیان می کنند که انگاره ی مرکزی در تئوری دلبستگی این است که تعاملات اولیه با اشکال دلبستگی یک زمینه شاخصی برای راهبردهای تنظیم هیجانی بعدی شکل می دهد. پژوهش های متعدد، رابطه بین دلبستگی و آسیب شناسی روانی در دوران کودکی، نوجوانی و بزرگسالی را بررسی کرده اند. چنانچه یافته‌ی بررسیهای بروماریو و کرنز (۲۰۰۸)، کوور، میجر و هان (۲۰۱۰) و مورلی و موران (۲۰۱۱)، سبک های دلبستگی نایمن را به عنوان یک عامل آسیب پذیری تأیید کرده اند. از این رو میتوان این امکان را مطرح کرد که کیفیت سبک دلبستگی افراد در تفهیم عوامل خطر آسیب پذیری نسبت به اختلال اضطراب فراگیر نقش اساسی ایفا می کند.

فرضیه تحقیق

اضطراب امتحان بر حسب سبک دلبستگی در نمونه های مورد مطالعه به تفکیک جنسیتی قابل پیش بینی است.

روش

جامعه آماری و روش تحقیق: این پژوهش به لحاظ هدف کاربردی، به لحاظ ماهیت توصیفی از نوع همبستگی و به لحاظ روش پیمایشی است. جامعه آماری شامل تمامی دانش آموزان سال ششم ابتدایی شهر هشتبندی می باشد. روش نمونه گیری به صورت تصادفی خوشه ای چند مرحله ای بوده و حجم نمونه با استفاده از فرمول کوکران ۲۴۳ نفر بود که جهت اطمینان ۲۵۰ نفر در مطالعه وارد شد.

ابزار پژوهش

مقیاس اضطراب ساراسون: جهت اندازه گیری میزان اضطراب امتحان از مقیاس اضطراب امتحان ساراسون استفاده شد. این مقیاس ۲۵ جمله داشته که پاسخهای آن به صورت بلی خیر است. حداکثر نمره ای که آزمودنی در این مقیاس به دست

می‌آورد ۲۵ است که نشانگر اضطراب شدید و حداقل نیز صفر است که نشانگر عدم وجود اضطراب است. ضریب اعتبار مقیاس اضطراب امتحان ساراسون با استفاده از روش دو نیمه کردن ۰/۸۸٪ و ضریب آلفا ۰/۸۷٪ محاسبه شده است. هومند (۱۳۷۳)، به نقل از امیری مجد، (۱۳۸۸) ضریب اعتبار این مقیاس را با استفاده از روش دو نیمه کردن ۰/۸۴٪ گزارش کرده است. همبستگی معنادار این مقیاس با پیشرفت و هوش نیز نشان دهنده‌ی روایی سازه‌ی آن است. ضریب روایی همگرا بین این دو مقیاس و پرسشنامه اضطراب مدرسه حدود ۰/۸۲٪ گزارش شده است.

آزمون اختلال دلبستگی رندلف: این آزمون مقیاسی بر اساس گزارش والد بوده و به وسیله رندالف (۱۹۹۷) تدوین شده است. اعتبار آن از طریق آزمون-باز آزمون ۰/۸۳ و آلفای کرونباخ ۰/۹ می‌باشد (پیوسته گر، ۱۳۸۵). داده‌ها پس از جمع آوری کد گزاری شده و با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۱۶ و با آزمون‌های آماری توصیفی شامل، فراوانی و میانگین و انحراف معیار و آزمون‌های آماری استنباطی شامل همبستگی پیرسون و آزمون رگرسیون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته های آماری

جدول ۱: ضرایب همبستگی پیرسون بین اضطراب امتحان و سبک دلبستگی در نمونه های مورد مطالعه به تفکیک

جنسیت

متغیرها	اضطراب امتحان	جنسیت
ایمن	دختران *۰/۲۱	پسران *۰/۲۱
اجتنابی	-۰/۱۷	۰/۰۶۴
دوسوگرا	-۰/۰۲	*۰/۰۱

در این جدول ضریب همبستگی رابطه بین اضطراب امتحان و سبک دلبستگی به تفکیک جنسیت آورده شده است. همچنان که مشاهده می‌گردد در هر دو جنس اضطراب امتحان با سبک دلبستگی ایمن در سطح $P < 0.05$ رابطه معنادار و معکوس داشت؛ اما رابطه اضطراب امتحان با سبک دلبستگی دوسوگرا در گروه پسران نیز معنادار بود.

جدول ۲: ضریب همبستگی پیرسون بین اضطراب امتحان و سبک دلبستگی در نمونه های مورد مطالعه

متغیرها	اضطراب امتحان
ایمن	*۰/۱۴۵
اجتنابی	-۰/۰۸۷
دوسوگرا	۰/۰۹۱

در این جدول ضریب همبستگی رابطه بین اضطراب امتحان و سبک‌های دلبستگی در کل نمونه های مورد مطالعه آورده شده است. همچنان که مشاهده می‌گردد اضطراب امتحان با سبک دلبستگی ایمن در سطح $P < 0.05$ رابطه معنادار و معکوس داشت.

جدول ۳: ضرایب رگرسیون استاندارد شده و استاندارد نشده متغیرها

sig	t	β	SEB	B	
۰/۰۱	-۲/۴۲	-۰/۱۵	۰/۰۷	-۰/۱۷۲	اضطراب جدایی
<۰/۰۰	-۲/۸	-۰/۱۸	۰/۱۲	-۰/۳۳	سبک دلبستگی ایمن
۰/۱۸	۱/۳	۰/۰۸	۰/۱۱	۰/۱۵	سبک دلبستگی اجتنابی
۰/۰۴	-۲	-۰/۱۳	۰/۱	-۰/۲۱	سبک دلبستگی دوسوگرا

با استفاده از روش Enter مدل معناداری به دست آمد. ($P < ۰/۰۰۵$ ، $F(۴, ۲۴۵) = ۴/۲۵$). این مدل ۵ درصد از واریانس را توجیه می‌کند. سبک دلبستگی اجتنابی پیش بینی کننده معناداری برای اضطراب امتحان نبود؛ اما سه متغیر دیگر پیش بینی کننده معناداری بودند.

بحث و نتیجه گیری

نتایج نشان داد اضطراب امتحان بر حسب سبک دلبستگی در نمونه های مورد مطالعه به تفکیک جنسیتی قابل پیش بینی است. بر پایه این یافته پژوهش، در روابط دلبستگی، عامل گرایش نداشتن به اضطراب در کودک، ناشی از نگرش‌ها، کفایت اجتماعی، شناخت خود و احساس خودکار آمدی در روابط است که از رابطه اولیه مادر-کودک و نخستین تجربه های اجتماعی وی سرچشمه می‌گیرد (کاستانزو، میلر-جانسون و نسل، ۱۹۹۵).

بالبی معتقد است حالت‌های اضطراب و افسردگی که در طی دوران بزرگسالی و نیز شرایط آسیب روانی رخ می‌دهد، به گونه ای معنی دار و سیستماتیک با حالت‌های اضطراب، ناامیدی و گسلس (عدم دلبستگی) توصیف شده در دوران کودکی ارتباط دارد (بالبی، ۱۹۷۳). سراف (۱۹۸۸) معتقد است روابط دلبستگی اولیه را می‌توان به عنوان عامل خطر یا حفاظت کننده جهت آسیب شناسی روانی بعدی در نظر گرفت.

نباید فراموش کرد که عوامل متعددی در اضطراب امتحان دخیل هستند و قصد این نوشتار نیز ترویج و تأکید بر نگاه یک سویه به این مقوله نیست، اما باید اشاره کرد، گه چه در آزمایش های روان شناختی و چه در ارزشیابی های تعلیم و تربیتی، در کنار موقعیت ارزشیابی، به سادگی نمی‌توان نقش "ارزشیابی کننده" را نادیده گرفت. اضطراب امتحان نه تنها شرایط امتحان را هدف خود قرار می‌دهد، بلکه به طور غیر مستقیم می‌تواند تأثیراتی پیرامونی بر زندگی فرد باقی بگذارد؛ بنابراین باید به طراحی مطالعاتی پرداخت که در آن‌ها متغیر های چندگانه مورد توجه باشند تا در این بین بتوان به تأثیر و سهم هر کدام، بیشتر نزدیک رشد.

پیشنهاد می‌شود کودکانی که در معرض اختلال دلبستگی هستند، به وسیله مراکز مشاوره شناسایی شده و علاوه بر حمایت‌های روان شناختی از این کودکان و والدین آن‌ها، به والدینشان مهارت پاسخ گو بودن و حساس بودن نسبت به رفتار های کودکان آموزش داده شود.

با توجه به اینکه کودکان امروز والدین فردا هستند، به همگی آن‌ها در مراکز آموزشی کنش‌های اجتماعی و شیوه برقراری تعامل صحیح با دیگران آموزش داده شود.

منابع

۱. کوشکی شیرین، هومن حیدرعلی، یارمحمدی پروانه (۱۳۸۹). رابطه اضطراب امتحان و ویژگی های شخصیتی با انگیزش پیشرفت در دانش آموزان تحقیقات روانشناختی : ۲، ۵، ۶۷-۷۷.

۲. کریمی پروانه، سپهوند اسفندیار، زکی بی علی، دهقان فاطمه، محمدی امید(۱۳۹۴). رابطه بین سبک های دلبستگی و ادراک محبت والدین با اضطراب امتحان در دانش آموزان تیزهوش نشریه پژوهنده آذر و دی ۱۳۹۴، ۲۰، ۵، ۲۸۳-۲۸۸
۳. فاطمه اسلامی، کبری حاجی علیزاده (۱۳۹۶). سبک های دلبستگی و اضطراب امتحان با نقش میانجی گری باورهای فراشناختی. پیشرفت های نوین در علوم رفتاری. دوره ۲، شماره ۸ - (خرداد ۱۳۹۶) صص ۱-۱۶
۴. عابدی احمد مختاری، مهدی؛ علی مولایی؛ مهدی زمانی پور و مجتبی رضایی، ۱۳۹۶، عوامل موثر بر کاهش اضطراب امتحان در دانش آموزان، سومین همایش ملی پژوهش های نوین در حوزه علوم انسانی و مطالعات اجتماعی ایران، قم، مرکز مطالعات و تحقیقات اسلامی سروش حکمت مرتضوی،
۵. پورطالب، نرگس؛ فاطمه منظوری و میرمحمد میرنسب، ۱۳۹۵، رابطه ی سبکهای دلبستگی با اضطراب امتحان دانش آموزان، کنفرانس جهانی روانشناسی و علوم تربیتی، حقوق و علوم اجتماعی در آغاز هزاره سوم، شیراز، پژوهش شرکت ایده بازار صنعت سبز
۶. عموشاهی، محسن، ۱۳۹۵، بررسی رابطه فرزندپروری و اضطراب جدایی، پنجمین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی، تهران، مرکز راهکارهای دستیابی به توسعه پایدار -موسسه آموزش عالی مهر اروند
۷. امیری مجد مجتبی، شاهمرادی احمد. (۱۳۸۸). تاثیر درمان شناختی رفتاری در کاهش اضطراب امتحان دانشجویان. فصلنامه علوم رفتاری، ۱(۱): ۶۴-۵۳.
۸. پیوسته گر مهرانگیز، سیف سوسن، درویزه زهرا، پورشهریاری مه سیما. (۱۳۸۵). پیش بینی اختلال دلبستگی کودکان دبستانی بر اساس سبک دلبستگی والدین آن ها. مطالعات روان شناختی، ۲(۱-۲): ۱۲۵-۱۴۶.
۹. مقیمیان مریم، سلمانی فاطمه، آذربرین مهرداد. (۱۳۹۰). ارتباط اضطراب امتحان و سلامت معنوی در دانشجویان پرستاری. مجله دانشگاه علوم پزشکی قم؛ ۵، ۳ (ویژه نامه طب و دین)، ۳۶-۳۱.
۱۰. موسوی معصومه، حق شناس حسن، علیشاهی محمدجواد، نجمی سید بدرالدین. (۱۳۸۷). اضطراب امتحان و برخی از عوامل فردی-اجتماعی مرتبط با آن در دانش آموزان دبیرستانی شهر شیراز. تحقیقات علوم رفتاری، ۶(۱): ۲۵-۱۷.
۱۱. مهرابی زاده هنرمند، مهناز؛ ابو القاسمی، عباس؛ نجاریان، بهمن، شکر شکن، حسن. بررسی میزان همه گیر شناسی اضطراب امتحان بر رابطه خود کار آمدی و جایگاه مهار آن با توجه به متغیر هوش. مجله علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز. (۱۳۷۹). سال هفتم دوره سوم، شماره ۱ و ۲ (بهار و تابستان)، صص ۵۵ تا ۷۲.
12. Brown LA, Forman EM, Herbert JD, Hoffman KL, Yuen EK, Goetter EM. A randomized controlled trial of acceptance-based behavior therapy and cognitive therapy for test anxiety: A pilot study. *Behav Modif* 2011;35(1):31-53.
13. Bayrami M, Fahimi S, Akbari E, Amiri Pichakolaei A. Predicting marital satisfaction on the basis of attachment styles and differentiation components. *J Fundam Ment Health* 2012;14(1):64-77. (Full Text in Persian)
14. Yaghubi R, Azad-fallah P, Tabatabaee SK. The relationships between approach/avoidance systems and attachment styles. *J Behav Sci* 2014;7(4):289-95. (Full Text in Persian)
15. Ghahvehchi F, Fathi-Ashtiani A, Azadfallah. The relationship between meta cognitive beliefs and students' test anxiety coping styles, given the role of ambivalent attachment. *Res Ment Health* 2012;6(2):10-8. (Full Text in Persian)
16. Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press.
17. Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press.

18. Korver, N., Meijer, C., and Haan, L.D. (2010). The relationship between insecure attachment and psychotic symptoms: preliminary results. *Schizophrenia Research*, 117(2-3), 521.
19. Morley, T.E., Moran, G. (2011). The origins of cognitive vulnerability in early childhood: Mechanisms linking early attachment to later depression. *Clinical Psychology Review*, 31(7), 1071-1082.
20. Brumariu, L. E., & Kerns, K. A. (2008). Mother-child Attachment and Aocial Anxiety Aymptoms in Aiddle Ahildhood. *Journal of Apply Developmental Psychology*, 29 (5), 393- 402.
21. Brenning, M. K., & Baet, C. (2012). The emotion regulation model of attachment: An emotion-specific approach. *Personal Relationships*. Printed in the United States of America.

Test Anxiety in Elementary Students Based on Attachment Style by Gender

Azizollah Sohrabi

*Professor of Payame Noor University, Bandar Abbas, Iran
MA in Educational Psychology*

Abstract

The purpose of this paper is to examine the test anxiety in elementary students based on the attachment style by gender. This research is practical, in terms of purpose, and is descriptive correlation in terms of nature, and a survey in terms of method. The statistical population consisted of all sixth grade elementary school students in the city of Hashtbandi. The sampling method was multi-stage cluster randomization, and the sample size was 243 using Cochran's formula, which 250 students were included in the study for assurance. Data were collected using the questionnaire of Sarason's Test Anxiety, and Randal's Attachment Disorder (1997). Data were analyzed using SPSS software version 16 and descriptive statistical tests, including frequency, mean and standard deviation, and inferential statistical tests, such as Pearson correlation and regression test. The results showed that test anxiety, according to the attachment style, is predictable in the studied samples by gender. Based on this finding, in an attachment relationship, no tendency to test anxiety in a child is due to attitudes, social adequacy, self-awareness and self-efficacy in relationships, which stems from the mother-child's early relationship with her first social experiences.

Keywords: Anxiety Disorder, Attachment Style, Test Anxiety, Elementary Students
