



بررسی اضطراب امتحان و ارتباط آن با عملکرد تحصیلی در دانشجویان پرستاری

بهمن چراغیان^{۱*} (M.Sc.)، مالک فریدونی مقدم^۲ (M.Sc.)، شهرام براز پردنجانی^۳ (M.Sc.)، نفیسه باورصاد^۴

۱- دانشکده پرستاری آبادان- کارشناس ارشد اپیدمیولوژی، ۲- دانشکده پرستاری آبادان- کارشناس ارشد پرستاری، ۳- دانشکده پرستاری و مامایی اهواز- کارشناس ارشد پرستاری، ۴- دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز- دانشجوی رشته پزشکی.

تاریخ دریافت: ۸۷/۸/۵، تاریخ پذیرش: ۸۷/۹/۲۵

چکیده

مقدمه: اضطراب امتحان یک پدیده شایع در میان دانشجویان و از جمله مشکلات نظام آموزشی محسوب می‌شود. با توجه به تأثیر اضطراب امتحان بر عملکرد تحصیلی افراد این مطالعه با هدف تعیین اضطراب امتحان و ارتباط آن با عملکرد تحصیلی در دانشجویان پرستاری انجام شده است.

مواد و روش‌ها: مطالعه حاضر یک مطالعه توصیفی-تحلیلی می‌باشد که بر روی ۱۵۰ نفر از دانشجویان پرستاری مشغول به تحصیل در دانشکده پرستاری آبادان در سال ۱۳۸۶ انجام شده است. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسش‌نامه‌های مشتعل بر دو قسمت: ویژگی‌های دموگرافیک و پرسش‌نامه اضطراب امتحان (Test Anxiety Inventory) بوده که به‌روش خود ایفا در زمان برگزاری امتحانات پایان ترم تکمیل گردیدند. تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش با استفاده از شاخص‌های مرکزی و پراکندگی و آزمون من ویتنی و نیز ضریب هم‌بستگی اسپیرمن توسط نرم‌افزار SPSS 13.0 انجام شد.

نتایج: میانگین نمره اضطراب امتحان دانشجویان در این پژوهش 30.9 ± 23.2 بود. ۱۴٪ دانشجویان اضطراب امتحان نداشتند، ۴۸/۷٪ اضطراب کم، ۳۴٪ اضطراب متوسط و ۳/۳٪ اضطراب امتحان زیاد داشتند که در مجموع ۸۶٪ از دانشجویان دارای درجاتی از اضطراب امتحان بودند. در این مطالعه ارتباط معنادار آماری بین اضطراب امتحان با عملکرد تحصیلی (معدل کل) ($P=0.13$)، سن ($P=0.84$)، وضعیت تأهل ($P=0.053$) و مقطع تحصیلی دانشجویان ($P=0.057$) به دست نیامد.

نتیجه‌گیری: نظر به شیوع بالای اضطراب امتحان در دانشجویان، توصیه می‌شود ضمن توجه ویژه به این پدیده، پژوهش‌های بیش‌تری جهت شناسایی عوامل مرتبط با آن و ارزیابی راهکارهایی جهت کاهش آن در دانشجویان انجام گیرد.

واژه‌های کلیدی: اضطراب امتحان، عملکرد تحصیلی، دانشجوی پرستاری.

Original Article

Knowledge & Health 2008;3(3-4):25-29

Test Anxiety and its Relationship with Academic Performance among Nursing Students

Bahman Cheraghian^{1*}, Malek Fereidooni-Moghadam², Shahram Baraz-Pardejani³, Nafiseh Bavarsad⁴

1- M.Sc. in Epidemiology, Abadan Nursing Faculty, Abadan, Iran. 2- Dept. of Nursing, Abadan Nursing Faculty, Abadan, Iran. 3- Dept. of Nursing, Jondi Shapour Nursing Faculty, Ahvaz, Iran. 4- Medical Student, Jondi Shapour University of Medical Science, Ahvaz, Iran.

Abstract:

Introduction: Test anxiety, a common phenomenon among college students, is one of the problems of educational systems. Because test anxiety affects academic performance, this study was performed to determine test anxiety and its relationship with academic performance among nursing students.

Methods: In this descriptive- analytical study, 150 students of Abadan Nursing College were selected in 2007. Data were collected via a two-component questionnaire including demographic data and the test anxiety inventory that were completed self-directedly during the final exams. The data were analyzed by SPSS (13.0) software, using some measures of central tendency and variability, Mann Whitney test and Spearman correlation coefficient.

Results: The mean score of test anxiety in students was 30.9 ± 23.2 . Fourteen percent of participants did not have any test anxiety, 48.67% had low test anxiety, 34% had moderate test anxiety and 3.33% had severe test anxiety. In sum, 86% had some degrees of test anxiety. In this study, no significant relationship was found between test anxiety and academic performance ($r= -0.12$, $p= 0.13$), nor between test anxiety and age ($P= 0.84$), nor between test anxiety and marital status ($P=0.053$), nor between test anxiety and level of education ($P=0.057$).

Conclusion: Regarding the high prevalence of test anxiety in students, far further research is recommended to identify factors relevant to this phenomenon and to present strategies to reduce it.

Keywords: Test anxiety, Academic performance, Nursing student.

Received: 26 October 2008

Accepted: 15 December 2008

*Corresponding author: B. Cheraghian, Email: cheraghian2000@yahoo.com

مقدمه

یکی از گسترده‌ترین قلمروهای تحقیق در چند دهه اخیر، اضطراب و حوزه‌های وابسته به آن بوده است. بررسی‌های اخیر نشان داده‌اند که اختلالات اضطرابی واجد بیش‌ترین فراوانی در سطح کل جمعیت هستند که یکی از اشکال این اختلالات، اضطراب امتحان (Test anxiety) می‌باشد (۱).

اضطراب امتحان شامل تجربیات و احساسات ناخوشایند عاطفی و نگرانی یا تشویش در موقعیت‌هایی است که فرد احساس می‌کند عملکرد وی مورد ارزشیابی قرار می‌گیرد (۲). هم‌چنین اضطراب امتحان به حالتی اشاره دارد که فرد را درباره توانایی‌هایش در انجام یک وظیفه دچار ترس می‌کند و پیامد آن کاهش توان مقابله با موقعیت‌هایی مانند موقعیت امتحان است (۱). برخی محققین بر این عقیده‌اند که اضطراب امتحان افراد را برای مطالعه بهتر مهیا می‌سازد (۳) در مقابل برخی دیگر بر این عقیده‌اند که کاهش اضطراب موجب بهبودی عملکرد افراد می‌گردد (۴). بنابراین می‌توان فردی را که دچار اضطراب امتحان است به منزله فردی توصیف کرد که مواد درسی را می‌داند اما شدت اضطراب و برانگیختگی وی مانع از ظهور معلوماتش در جلسه امتحان می‌گردد (۱).

اضطراب امتحان در میان دانشجویان و دانش‌آموزان دبیرستانی شایع بوده و از جمله مشکلات جدی آموزش و نیز از جمله نگرانی‌ها و دغدغه‌های نظام آموزش محسوب می‌شود (۵). به عقیده روانشناسان تربیتی و متخصصین امر آموزش، مقدار کم اضطراب به‌عنوان یک عامل انگیزشی مؤثر می‌تواند عملکرد فرد را برای تلاش بیشتر افزایش دهد. در مقابل، اضطراب بیش از حد تأثیرات متفاوتی دارد و می‌تواند موجب از هم گسیختگی فرآیند روانی فرد، که برای عملکرد صحیح فرد ضروری می‌باشد، گردد. این نوع اضطراب که به اضطراب امتحان ناتوان‌کننده نیز شهرت دارد ۱۰ تا ۳۰ درصد تمامی دانشجویان را متأثر می‌سازد و عملکرد آن‌ها را برای امتحان به شدت کاهش می‌دهد (۲) به‌طوری که مطالعات مختلف نشان داده‌اند که اضطراب امتحان تأثیر اساسی و مهمی روی عملکرد تحصیلی افراد دارد (۶) و عوامل زیادی می‌توانند موجب تشدید اضطراب امتحان و در نتیجه کاهش عملکرد افراد گردند که برخی از این عوامل عبارتند از: اعتماد به نفس پایین، مطالعه ناکافی، نگرش منفی نسبت به مدرسه یا دانشگاه، ترس از شکست و سابقه شکست‌های قبلی (۷). به علاوه به میزانی که افراد امتحان را تهدیدآمیز ارزیابی کنند، پاسخ‌های تنبیدی‌زای (Stressor) بیش‌تری قبل از امتحان نشان می‌دهند و به همان نسبت با فقدان اعتماد به نفس و عزت نفس پایین روبرو می‌شوند (۱).

با توجه به رابطه مهم اضطراب با یادگیری و نیز از آن‌جایی که دانشجویان پرستاری سال‌های تحصیل در دانشکده پرستاری را بسیار تنش‌زا معرفی نموده و حجم زیاد دروس را از مهم‌ترین عوامل مولد اضطراب ذکر می‌نمایند (۵)، لذا بررسی اضطراب امتحان می‌تواند اقدامی مفید در جهت شناسایی و عوامل مرتبط با این پدیده باشد تا با برنامه‌ریزی بهتر و انجام مشاوره‌های تخصصی بتوان گامی مؤثر در این راه برداشت.

مواد و روش‌ها

مطالعه حاضر یک مطالعه مقطعی از نوع توصیفی-تحلیلی می‌باشد. جامعه پژوهشی شامل کلیه دانشجویان دانشکده بین‌المللی پرستاری آبادان بوده و نمونه مورد مطالعه برابر جامعه پژوهشی در نظر گرفته شد که حدوداً ۱۷۰ نفر دانشجوی مشغول به تحصیل در دانشکده در نیمسال دوم سال تحصیلی ۸۶-۸۵ بوده است. به‌منظور گردآوری داده‌ها در این پژوهش از پرسش‌نامه استفاده گردید که شامل دو بخش می‌باشد:

الف) ویژگی‌های دموگرافیک که حاوی شش سؤال می‌باشد. ب) پرسش‌نامه اضطراب امتحان (Test anxiety inventory) ساراسون و ابوالقاسمی که حاوی ۲۵ پرسش چهار گزینه‌ای (هرگز= ۰، به‌ندرت= ۱، گاهی اوقات= ۲ و اغلب اوقات= ۳) می‌باشد. حداقل نمره صفر و حداکثر آن ۷۵ است که هر چه نمره فرد بالاتر باشد نشان‌دهنده میزان اضطراب بیش‌تر است که بدین ترتیب نمرات کم‌تر از ۱۲ به عنوان نبود اضطراب، نمرات بین ۱۳ تا ۳۷ اضطراب کم، نمرات بین ۳۸ تا ۶۲ اضطراب متوسط و نمرات بالاتر از ۶۳ به‌عنوان اضطراب زیاد در نظر گرفته شد. روایی و پایایی پرسش‌نامه مورد استفاده در این پژوهش قبلاً سنجیده شده که پایایی بازآزمایی ۰/۸۸ و همسانی درونی ۰/۹۵ و روایی معیار برابر با ۰/۷۲ به دست آمده که در مجموع قابل قبول می‌باشند (۸).

جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها ابتدا با به‌کارگیری روش‌های آمار توصیفی شامل جداول توزیع فراوانی، نمودارها و شاخص‌های تمایل مرکزی و پراکندگی به توصیف متغیرهای مورد مطالعه پرداخته شد و سپس با استفاده از آزمون -ناپارامتری من وینتی و ضریب همبستگی اسپیرمن، رابطه بین متغیرهای مورد مطالعه، بررسی گردید. انجام آنالیز با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS 13.0 صورت گرفت و سطح معناداری کلیه آزمون‌های فوق برابر ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

نتایج

تعداد ۱۵۰ نفر از دانشجویان مشغول به تحصیل در سال ۱۳۸۶ در دانشکده پرستاری آبادان، پرسش‌نامه‌ها را تکمیل نمودند که با توجه به شرایط پذیرش دانشجو در دانشکده مذکور، همه شرکت‌کنندگان در این پژوهش مؤثر بودند. از این تعداد دانشجو، ۹۲ نفر (۶۱/۳٪) در مقطع کارشناسی پیوسته و ۵۸ نفر (۳۸/۷٪) در مقطع کارشناسی ناپیوسته بودند. میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۲۲/۸ سال (SD=۳/۵) و دامنه سنی آن‌ها از ۱۸ تا ۴۹ سال بود. ۱۳۷ نفر (۹۱/۳٪) مجرد و ۱۳ نفر (۸/۷٪) متأهل بودند. ۳۲ نفر (۲۱/۳٪) در ترم ۱، ۲۵ نفر (۱۶/۷٪) در ترم ۲، ۲۷ نفر (۱۸٪) در ترم ۳، ۲۳ نفر (۱۵/۳٪) در ترم ۴، ۲۱ نفر (۱۴٪) در ترم ۶ و ۲۲ نفر (۱۴/۷٪) در ترم ۸ مشغول به تحصیل بودند. متوسط معدل تحصیلی کل دانشجویان برابر ۱۶/۷۷ و دامنه معدل آن‌ها از ۱۲/۹۳ تا ۱۹/۴۲ گزارش گردید.

میانگین نمره اضطراب امتحان دانشجویان در این پژوهش ۳۰/۹ (SD=۳۳/۲) بود.

جدول ۱- توزیع فراوانی پاسخ به سؤالات مهم اضطراب امتحان

گویه	پاسخ		
	اغلب اوقات (%)	گاهی اوقات (%)	به ندرت (%)
نداشتن تمرکز حواس موقع امتحان	۱۷ (۱۱/۳)	۳۸ (۲۵/۳)	۴۲ (۲۸/۰)
دشواری یادگیری در ایام امتحانات	۷ (۴/۷)	۴۰ (۲۶/۷)	۴۶ (۳۰/۷)
بی‌قراری زیاد قبل از امتحان	۳۰ (۲۰/۰)	۴۹ (۳۲/۷)	۳۳ (۲۲/۰)
داشتن دلهره موقع امتحان	۳۳ (۲۲/۰)	۴۰ (۲۶/۷)	۴۰ (۲۶/۷)
دلوایی از نگرفتن نمره خوب	۴۱ (۲۷/۳)	۴۵ (۳۰/۰)	۱۶ (۱۰/۷)
احساس ناتوانی برای پاسخ به سؤالات در امتحان	۷ (۴/۷)	۵۷ (۳۸/۰)	۲۸ (۱۸/۷)
نگرانی بیش‌تر در جلسه امتحان با سؤالات دشوارتر	۵۴ (۳۶/۰)	۵۳ (۳۵/۳)	۱۲ (۸/۰)
فکر کردن زیاد در مورد شکست در امتحان	۳۲ (۲۱/۳)	۳۲ (۲۱/۳)	۳۳ (۲۲/۰)
بی‌قراری در ایام امتحانات	۳۹ (۲۶/۰)	۴۰ (۲۶/۷)	۳۵ (۲۳/۳)
اشتباه در پاسخ دادن به علت دست‌چاگی	۱۰ (۶/۷)	۲۴ (۱۶/۰)	۵۶ (۳۷/۳)
قادر نبودن به حفظ آرامش هنگام امتحان	۷ (۴/۷)	۳۸ (۲۵/۳)	۴۶ (۳۰/۷)
داشتن دلشوره هنگام امتحان	۳۲ (۲۱/۳)	۳۱ (۲۰/۷)	۲۴ (۱۶/۰)
دست‌چا شدن هنگام امتحان	۱۵ (۱۰/۰)	۲۷ (۱۸/۰)	۴۶ (۳۰/۷)
لرزیدن تمام بدن هنگام امتحان	۵ (۳/۳۳)	۹ (۶/۰)	۹۸ (۶۵/۳)
جایجا جواب دادن سؤال‌ها به دلیل ترس	۲ (۱/۳)	۱۰ (۶/۷)	۹۷ (۶۴/۷)

هم‌چنین نتایج این پژوهش نشان داد که ۱۴٪ دانشجویان (۲۱ نفر) اضطراب امتحان نداشتند، ۴۸/۷٪ (۷۳ نفر) اضطراب کم، ۳۴٪ (۵۱ نفر) اضطراب متوسط و ۳/۳٪ (۵ نفر) اضطراب زیاد داشتند که می‌توان گفت در مجموع ۸۶٪ از دانشجویان دارای درجاتی از اضطراب امتحان بودند. به‌علاوه توزیع فراوانی پاسخ به سؤالات مهم اضطراب امتحان در جدول ۱ نشان داده شده است. در این مطالعه ارتباط بین اضطراب امتحان با وضعیت تحصیلی (معدل کل) دانشجویان توسط ضریب هم‌بستگی اسپیرمن بررسی شد که تفاوت معنادار آماری به‌دست نیامد ($r = -0/12, P = 0/13$) (نمودار ۱).

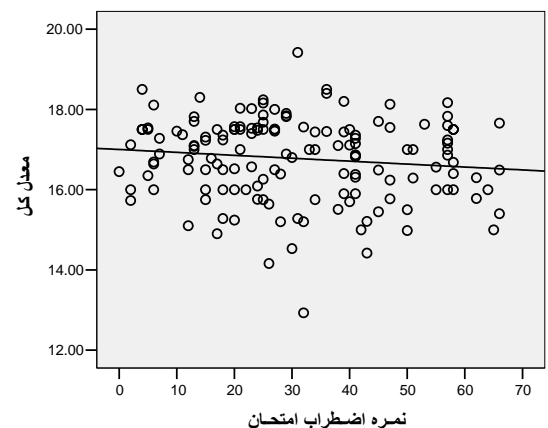
به‌منظور مقایسه اضطراب امتحان در دو گروه دانشجویان مقطع پیوسته و ناپیوسته، میانگین نمرات دو گروه توسط آزمون من ویتنی بررسی گردید که تفاوت معنادار آماری به‌دست نیامد (جدول ۲).

جدول ۲- مقایسه میانگین نمرات اضطراب امتحان برحسب مقطع تحصیلی و وضعیت تأهل

متغیر	تعداد	میانگین نمرات	دامنه بین چارکی	P-value
مقطع				
پیوسته	۹۲	۲۷	۱۷-۴۱	0/57
ناپیوسته	۵۸	۳۰	۱۹/۵-۴۳/۵	
وضعیت تأهل				
مجرد	۱۳۷	۲۷	۱۷-۴۴	0/53
متاهل	۱۳	۳۶	۲۲-۴۱	

بحث

در این مطالعه سطوح اضطراب امتحان اغلب دانشجویان پرستاری به ترتیب کم و متوسط بود. در مطالعه‌ای مشابه که توسط معدلی و غضنفری حسام‌آبادی (۱۳۸۳) در دانشکده پرستاری و مامایی شیراز انجام گرفت، ۹۰ درصد از دانشجویان مورد پژوهش نیز اضطراب امتحان کم داشتند (۹). هم‌چنین در مطالعه هروی کریموی و همکاران (۱۳۸۳) ۶۲/۵ درصد از افراد مورد مطالعه در گروه شاهد و ۵۳/۵ درصد از افراد مورد مطالعه در گروه مداخله اضطراب امتحان متوسط داشتند (۵). در مطالعه دیگری که توسط کلارک و همکاران (۲۰۰۳) انجام گرفت، اکثر واحدهای مورد پژوهش اضطراب امتحان در حد زیاد داشتند (۱۰). تفاوت بین مطالعات مختلف در مورد اضطراب امتحان



نمودار ۱- پراکنش نمرات اضطراب امتحان با عملکرد تحصیلی (معدل کل)

در مطالعه خود بر روی دانش‌آموزان دبیرستانی گزارش کرد که دانش‌آموزان سطوح بالاتر، اضطراب امتحان کم‌تری دارند (۱۳).

در این مطالعه هم‌چنین ارتباط اضطراب امتحان دانشجویان با سن مورد بررسی قرار گرفت که این رابطه از نظر آماری معناداری نشد. که این امر می‌تواند به دلیل نزدیکی میانگین سنی اکثر شرکت‌کنندگان در این مطالعه به یکدیگر باشد. در مطالعه معدلی و غضنفری حسام‌آبادی نیز بین اضطراب امتحان و سن رابطه معناداری وجود نداشت (۹) در حالی که در مطالعه واتسون (۱۹۹۸)، افراد مسن‌تر اضطراب امتحان بیش‌تری داشتند (۱۴).

در این مطالعه هم‌چنین ارتباط بین اضطراب امتحان با وضعیت تأهل افراد مورد بررسی قرار گرفت که این ارتباط از نظر آماری معنادار نشد. با توجه به تعداد کم افراد متأهل در نمونه مورد بررسی و میانه نمره اضطراب بالاتر آن‌ها، لذا پیشنهاد می‌گردد که در مطالعات آتی این بررسی با تعداد نمونه بیش‌تری انجام گیرد تا امکان مقایسه نیز فراهم گردد.

اضطراب امتحان مقوله جدیدی نیست و همواره یکی از مشکلات نظام آموزشی بوده است چرا که در عملکرد افراد برای رسیدن به اهداف آموزشی مورد نظر مراکز آموزشی تداخل نموده و می‌تواند موجب افت عملکرد تحصیلی و در نتیجه طولانی شدن مدت تحصیل فراگیران گردد که خود مشکلات فراوانی مثل هزینه زیاد را در بر دارد. به علاوه اضطراب امتحان می‌تواند عاملی برای بروز سایر اختلالات روانی در افراد گردد، بنابراین لزوم برنامه‌ریزی برای کاهش این پدیده در دانشجویان و به‌خصوص دانشجویانی که استعداد بیش‌تری برای این پدیده دارند (مثل دانشجویان جدیدالورود و دانشجویان دختر) اهمیت فراوانی برخوردار می‌باشد، زیرا به عقیده کارشناسان مداخله در اضطراب امتحان می‌تواند کارساز باشد.

تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله نویسندگان، مراتب تقدیر و تشکر خود را از حوزه معاونت محترم پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز به دلیل تصویب و تأمین بودجه طرح پژوهشی (طرح شماره ۸۷۰۱۴- U) و اعضای شورای پژوهشی و دانشجویان محترم دانشکده پرستاری آبادان اعلام می‌دارند.

References

1. Fathi-Ashteiiani A, Emamgholivand F. Comparative of cognitive therapy and systematic desensitization methods in reducing test anxiety. Kosar Medical Journal 2002;7(3):245-251.[Persian].
2. Wachelka D, Katz RC. Reducing test anxiety and improving academic self-esteem in high school and college students with learning disabilities. Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry 1999;30(3):191-198.
3. Holms L. Reducing test anxiety to performance. University of South Florida;2001.p.93-115.
4. Kurosawa K, Harackiewicz JM. Test anxiety self awareness and cognitive interference, a process analysis. J of Personality 1995; 63(4):931-51.

دانشجویان را می‌توان به تأثیرپذیری اضطراب امتحان از عوامل مختلف و نیز برداشت افراد از این عوامل نسبت داد. به‌طوری که معدلی و غضنفری حسام‌آبادی معتقدند عواملی مثل سختی درس، چگونگی طراحی سؤالات امتحان توسط اساتید و وضعیت سیستم آموزشی می‌تواند بر میزان اضطراب امتحان دانشجویان تأثیرگذار باشد (۹). بدیهی است که این عوامل در دانشکده‌های مختلف همسان نبوده، لذا بخش عمده‌ای از این تفاوت‌ها در مطالعات مختلف را می‌توان به این عوامل نسبت داد.

در این مطالعه میزان اضطراب امتحان دانشجویان با عملکرد تحصیلی (معدل) آن‌ها ارتباط معناداری نداشت با این وجود با افزایش اضطراب امتحان افراد، عملکرد تحصیلی آن‌ها دچار افت می‌شد. مطالعات مختلفی ارتباط بین اضطراب امتحان بالا و افت عملکرد تحصیلی را گزارش کرده‌اند. کاسادی (۲۰۰۴) در مطالعه خود نشان داد که افراد با اضطراب امتحان بالاتر، عملکرد تحصیلی ضعیف‌تری دارند و در مطالعه وی این ارتباط از نظر آماری معنادار بود (۶). هونگ و کارستنتون نیز در مطالعه خود به این نتیجه رسیدند که افرادی که اضطراب امتحان بالاتری دارند در مجموع عملکرد تحصیلی ضعیف‌تری دارند (۱۱). علیرغم این موارد معدلی و غضنفری حسام‌آبادی به نقل از کلارک و همکاران می‌نویسند: اضطراب امتحان در نتیجه عملکرد پایین به وجود می‌آید نه اینکه علت آن باشد (۱۰). کاسادی و جانسون نیز می‌نویسند: به روشنی مشخص نیست که آیا عملکرد تحصیلی علت اضطراب امتحان است یا معلول آن (۱۲).

هم‌چنین بررسی مقایسه‌ای میانه نمرات اضطراب امتحان در دو گروه دانشجویان پیوسته و ناپیوسته تفاوت معناداری از نظر آماری نداشت اما میانه نمرات دانشجویان دوره ناپیوسته بالاتر بود که این مسأله به نوبه خود قابل توجه می‌باشد. از آنجایی که دانشجویان کارشناسی ناپیوسته پرستاری بعد از اتمام دوره کاردانی خود در یکی از رشته‌های اتاق عمل یا هوشبری، وارد این رشته می‌شوند. بنابراین محیط دوره کارشناسی برای آن‌ها یک محیط جدید قلمداد می‌گردد و عدم آشنایی آن‌ها با نحوه سؤالات اساتید، محیط برگزاری امتحانات و نیز شرایط حاکم بر جلسه امتحان می‌تواند سبب بروز اضطراب امتحان در آن‌ها گردد. در این رابطه پلگ-پاپکو (۱۳) می‌نویسد حضور افراد در یک محیط می‌تواند موجب آشنایی بیش‌تر وی با محیط آموزشی و در نتیجه کاهش اضطراب امتحان در آن‌ها گردد. هونگ و کارستنتون نیز معتقدند آشنایی بیش‌تر افراد با یک محیط آموزشی می‌تواند تأثیر بسیاری بر سطح اضطراب امتحان افراد داشته باشد (۱۱).

در این مطالعه ارتباط بین اضطراب امتحان با ترم تحصیلی نیز مورد بررسی قرار گرفت که این ارتباط از نظر آماری معنادار نشد. اما با افزایش ترم تحصیلی دانشجویان، میزان اضطراب آن‌ها نیز کاهش می‌یافت. بالا رفتن ترم تحصیلی دانشجویان منجر به آشنایی بیش‌تر آن‌ها با نحوه سؤالات اساتید و نیز با نحوه برگزاری امتحانات می‌گردد که به نظر می‌رسد آشنایی با این عوامل تأثیرگذار بر اضطراب امتحان، باعث کاهش نمره اضطراب افراد می‌گردد. پلگ-پاپکو

5. Haravi-Karemavi M, Jadid-Milani M. Survey of effect of relaxation practices education on college students test anxiety levels. *Journal of Mazandaran University of Medical Science* 2004;14(43):86.[Persian].
6. Cassady JC. The influence of cognitive test anxiety across the learning-testing cycle. *Learning and Instruction* 2004;14(6):569-592.
7. Cassady JC, Johnson RE. Cognitive test anxiety and academic performance. *Contemporary Educational Psychology* 2002;27(2): 270-295.
8. Beyabangard A. *Ezterabe emtehan*. 2nd ed. Tehran: Farhange Eslami Press;2007.[Persian].
9. Moadeli Z, Ghazanfari- Hesamabadi M. A survey on the students' exam anxiety in the fatemeh (P.B.U.H.) college of nursing and midwifery, spring 2004. *Strides in Development of Medical Education* 2005;1(2):65-72.[Persian].
10. Clark JW, Fox PA, Sheneider HG. Feedback, test anxiety and performance in a college course. *Psycho Rep* 1998;82(1):203-8.
11. Hong E, Karstensson L. Antecedents of state test anxiety. *Contemporary Educational Psychology* 2002;27(2):348-367.
12. Cassady JC, Johnson RE. Cognitive test anxiety and academic performance. *Contemporary Educational Psychology* 2002;27(2): 270-295.
13. Peleg-Popko O. Differentiation and test anxiety in adolescents. *J Adolesc* 2004;27(6):645-662.
14. Watson JM. Achievement anxiety test dimensionality and Utility. *J Edu Psych* 1988;80(4):585-591.