



## همایش سراسری رویکردهای نوین ارزشیابی آموزشی در علوم پزشکی

مشهد مقدس - ۶ اردیبهشت ماه ۱۳۸۹



### تبیین مفهوم استرس در محیطهای آموزشی از دیدگاه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی

فاطمه مهرآورد، دکتر اکرم ثناگو، دکتر لیلیا جویباری (دانشگاه علوم پزشکی گلستان)

**زمینه و هدف:** استرس واکنش ذهن و جسم در برابر موقعیت های جدید، تهدید آمیز و یا هیجان برانگیز است. زمانی خطرناک خواهد بود که بیش از میزان لازم وجود داشته باشد. اگرچه برخی از استرس های ناشی از مشکلات جدی و عمیق عاطفی می باشد ولی بسیاری از آنها چنین نیستند و با یک مشاوره ساده و یا فنون کنترل استرس قابل حل می باشند. دانشجویان به دلایل مختلف از جمله شرایط ویژه دانشجویی و هم قرار گرفتن در محیط آموزشی جدید و انتظارات جدید استرس های زیادی را تجربه می کنند. هدف از این مقاله تبیین تجربه دانشجویان علوم پزشکی از موقعیت های استرس زا در محیط های آموزشی می باشد.

**روش کار:** در این پژوهش توصیفی، بر اساس نمونه گیری مبتنی بر هدف با ۶۰ دانشجوی دختر و پسر از دانشکده های پرستاری و مامایی و پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی گلستان که در ترم های مختلف (۱۳۸۸) مشغول به تحصیل بودند، مصاحبه های نیمه ساختار به عمل آمد. کلیه مصاحبه ها دست نویس، کدگذاری، طبقه بندی و توصیف شدند. حداقل یک سوال باز در تمامی مصاحبه ها تکرار شد "اولین/آخرین/شدیدترین موقعیت استرس زایی که در یک محیط آموزشی تجربه کرده اید، را برایمان بگویید". از سوالات کاوشی برای عمیق تر شدن مصاحبه ها استفاده گردید.

**یافته ها:** "ترس از کامل نبودن" مضمون اصلی است که از آنالیز داده ها ظهور یافت. دانشجویان انتظاری که از خود به عنوان دانشجو دارند این است که هر کاری که انجام می دهند می بایست کامل باشد تا در مقابل استاد و همکلاسی ها و بیمار و مسئولین دانشگاه بد جلوه ندهند. مضامین فرعی "ترس از پاسخگو نبودن به استاد، ترس از ضایعه شدن در مقابل همکلاسی ها و بیمار" بوده است. مشارکت کنندگان اظهار داشتند عوامل متعددی برای آنان ایجاد استرس می کند از قبیل "ترس از امتحان و افتادن از درس، ترس از استاد سختگیر، ترس از مسئولین سختگیر، ترس از قوانین انضباطی، ترس از انجام پروسیجرها، ترس از محیط هایی از قبیل آزمایشگاه، پراتیک، بالین بیمار و ترس از درس های سخت". قرار گرفتن در شرایط استرس زا با بروز علائم جسمی و روحی مانند تپش قلب، لرزش دست و پا، از دست دادن تمرکز همراه بوده است. آمادگی برای کلاس درس و آشنایی با قوانین و کناره گیری دانشجویان از راه های مقابله با استرس های تجربه شده بوده است.

**بحث و نتیجه گیری:** محیط آموزشی استرس زا برای دانشجویان است. آیا دانشجویان با این تصور که می بایست کامل باشند و خطا نداشته باشند وارد دانشگاه می شوند یا اینکه محیط های آموزشی این انتظار را از دانشجویان دارد؟ سوالی است که می بایست به طور جدی مورد توجه قرار گیرد. محیط های آموزشی می بایست محیط های تجربه و تمرین و تکرار و یادگیری و نه تولید ترس و وحشت از یادگیری باشند. ضروری است تا شیوه های مدیریت استرس به فراگیران به طور جامعی آموزش داده شود.

واژه های کلیدی: محیط آموزشی، استرس، دانشجو