

## تدوین مدل علی اضطراب امتحان بر اساس الگوهای ارتباطی خانواده و کمال گرایی والدین بامیانجی گری سبک‌های یادگیری بر اضطراب

محمد رضا سرو هویدا<sup>۱</sup>، مختار عارفی<sup>۲\*</sup>، محمود گودرزی<sup>۳</sup>، امید مرادی<sup>۴</sup>

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۰۲/۱۱ تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۱/۰۳/۲۵

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی تدوین مدل علی اضطراب امتحان بر اساس الگوهای ارتباطی خانواده و کمال گرایی والدین با میانجیگری سبک‌های یادگیری و اثربخشی آن بر اضطراب امتحان دانش آموزان انجام شد. جامعه آماری، دانش آموزان پسر پایه نهم شهر کرمانشاه در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ (۶۵۷۸ نفر) بودند، که تعداد ۳۳۸ نفر با استفاده از شیوه نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای و روش تصادفی انتخاب شدند. سپس با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای مرحله‌ای، تعداد ۳۰ نفر (۱۵ نفر گروه آزمایش و ۱۵ نفر گروه کنترل) انتخاب شدند. گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت آموزش قرار گرفتند و گروه کنترل، آموزشی را دریافت نمودند. ابزارهای اندازه‌گیری، پرسشنامه‌های اضطراب امتحان اهواز (TAI)، الگوهای ارتباطی خانواده کوئرنر و فیتنر پاتریک (RFCP)، کمال گرایی اهواز (APS) و سبک‌های یادگیری کُلب (LSI) بود. یافته‌ها نشان داد که الگوهای ارتباطی خانواده و کمال گرایی والدین و سبک‌های یادگیری با اضطراب امتحان ارتباط علی معناداری دارند. و سرانجام نتایج نقش میانجی سبک‌های یادگیری در ارتباط بین متغیرهای مذکور را تعیین نمود و نیز مشخص شد که برنامه آموزشی تدوین شده براساس مدل مستخرج بر کاهش اضطراب امتحان اثربخش بوده است. بر اساس یافته‌ها، پیشنهاد می‌شود برای کاهش اضطراب امتحان دانش آموزان، از برنامه آموزش الگوهای ارتباطی خانواده، کمال گرایی والدین و سبک‌های یادگیری استفاده شود.

**واژگان کلیدی:** اضطراب امتحان، کمال گرایی والدین، الگوهای ارتباطی خانواده، سبک‌های یادگیری.

۱. دانشجوی دکتری مشاوره، واحد سنندج، دانشگاه آزاد اسلامی، سنندج، ایران
  ۲. دانشیار گروه روانشناسی و مشاوره، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران
  ۳. استادیار گروه روانشناسی مشاوره، واحد سنندج، دانشگاه آزاد اسلامی، سنندج، ایران
  ۴. استادیار گروه روانشناسی و مشاوره، واحد سنندج، دانشگاه آزاد اسلامی، سنندج، ایران
- \* نویسنده مسئول: مختار عارفی، دانشیار گروه مشاوره، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران، ایمیل:

[M.arefi@iaksh.ac.ir](mailto:M.arefi@iaksh.ac.ir)

## مقدمه

برای تعدادی از دانش آموزان، شرکت در امتحان، می‌تواند موجب اضطراب شود و بر عملکرد تحصیلی آنان تأثیرگذار باشد که در صورت بروز چنین حالتی، پدیده «اضطراب امتحان»<sup>۱</sup> به وجود می‌آید (وان دیرایمس، جستر، روی و پُست<sup>۲</sup>، ۲۰۱۸؛ کلارک، کرنرال و رایبسون<sup>۳</sup>، ۲۰۱۸؛ وارشوفسکی، بار-لیو و با موی<sup>۴</sup>، ۲۰۱۹). تجزیه و تحلیل برون داده‌ها و یافته‌های پژوهشی در این زمینه نشان می‌دهد که اضطراب امتحان، ارتباط تنگاتنگی با این موارد دارد: اضطراب عمومی، عزت نفس پایین (موروز و دانکل<sup>۵</sup>، ۲۰۱۵)، کمال گرایی و همچنین سبک‌های مقابله‌ای (وانستون و هیکس<sup>۶</sup>، ۲۰۱۹). بر اساس شواهد اخیر، اضطراب و نگرانی موقتی نیست بلکه اگر بررسی نگردد تا دوران بزرگسالی هم ادامه خواهد یافت؛ و چون اضطراب امتحان، واکنش هیجانی ناخوشایندی به موقعیت ارزیابی است، با احساس تنش، تشویش و برانگیختگی دستگاه عصبی خودکار همراه تواند بود (موریس و انگل<sup>۷</sup>، ۲۰۰۶؛ کریمی میمونه، محمدی و کریمی، ۱۳۹۷). از طرف دیگر، اضطراب امتحان یکی از سازه‌هایی است که در دهه‌های اخیر مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است؛ و رابطه نزدیکی با عملکرد تحصیلی دانش آموزان دارد و در برگیرنده گونه‌ای از اضطراب است که در موقعیت ارزشیابی یا حل مسئله بروز می‌کند و محور آن، تردید درباره عملکرد است و پیامدهای آن، افت بارز توانایی مقابله با موقعیت می‌باشد (درخشان و تیموری، ۱۳۹۴). و امتحانات نیز بخش گریز ناپذیری از تجربیات دانش آموزان می‌باشد (پورمن، ماستوروویچ و گیرویک<sup>۸</sup>، ۲۰۱۹؛ جدیدی و مرادی، ۱۳۹۵). بنابراین، با توجه به جایگاه و اهمیت موضوع اضطراب امتحان و تأثیر آن بر عملکرد تحصیلی و حتی آینده تحصیلی، شغلی و حرفه‌ای دانش آموزان، شایسته است به شناسایی پیشایندها و عوامل موثر بر روی این متغیرها پرداخت.

از جمله متغیرهای تأثیرگذار بر اضطراب امتحان می‌توان به سازه «الگوهای ارتباطی خانواده»<sup>۹</sup> اشاره کرد. ارائه دهندگان مدل الگوی ارتباطی خانواده، یعنی فیتز پاتریک و ریچی<sup>۱۰</sup> (اکبری و عباسی اصل، ۱۳۹۴). دو بُعد جهت گیری گفت و شنود و جهت گیری هم‌نواپی را به عنوان باورهای اساسی شناسایی کردند. این ابعاد مشخص می‌سازند که تا چه میزان اعضای خانواده از افکار و احساسات خود سخن گفته و آنها را با یکدیگر در میان می‌گذارند. یافته‌های پوتواین و همکاران (۲۰۱۰) بیان می‌دارد که احتمال افزونی اضطراب امتحان در خانواده‌هایی که فضای گفتگو و تعامل سازنده بر آنها غالب نیست، بیشتر خواهد بود زیرا این فرزندان در فضای خانواده اجازه ندارند عقاید والدین خویش را نقد نموده و به چالش بکشند (کوئرنر و فیتز پاتریک، ۲۰۰۲). همچنین هاشمی و همکاران (۱۳۹۴) بر

1. Test Anxiety
2. Von- der Embse, Jester, Roy & Post.
3. Clark, Crandall & Robinson.
4. Warshawski, Bar- Lev & Bamoy
5. Moroz & Dunkley
6. Vanston & Hicks
7. Morris & Engele
8. Poorman, Mastorovich & Gerwick
9. Family communication patterns
10. Fitz Patrick & Ritchie

اساس پژوهش خود نشان دادند که جهت گیری هم‌نواپی به صورت مثبت و معنادار، اضطراب امتحان دانش آموزان را پیش‌بینی می‌نماید.

مطالعات و پژوهش‌های متعددی رابطه بین الگوهای ارتباطی خانواده را با اضطراب امتحان و صفات شخصیتی تایید کرده است (عبدالحمیدی، تقی لو و جدیدی، ۱۴۰۰؛ رحیمی و خیر)؛ همچنین مطالعات چاد هوری، بهاتا چارا و ساها<sup>۱</sup> (۲۰۲۰) نشان داد که الگوهای ارتباطی خانواده و کیفیت روابط والدین و فرزندان در ایجاد مشکلات رفتاری و اضطراب کودکان نقش مهمی داشته و با هم رابطه‌ی معنی داری دارند.

سازه دیگری که می‌تواند در پیش‌بینی اضطراب امتحان، نقش قابل توجهی داشته باشد کمال گرای و والدین<sup>۲</sup> است که از دو دهه قبل تا کنون از نظر بالینی و روان شناسی شخصیت، توجه گسترده‌ای را به خود معطوف داشته است (سومی و کاندا<sup>۳</sup>، ۲۰۰۲). الگوی فراست، مارتن، لاهارت و روزن بلیت<sup>۴</sup> (قدمی ۱۳۹۳) ابعاد کمال گرایی را عبارت می‌داند از: الف- نگرانی در مورد اشتباه ب- شک درباره عملکرد ج- معیارهای فردی د- انتظارات والدین ه- انتقاد والدین و- سازماندهی. همچنین برخی از پژوهشگران، کمال گرایی را دارای سه مؤلفه می‌دانند: کمال گرایی خویشتن مدار، دگر مدار و جامعه مدار. کمال گرایی خویشتن مدار با خودنکوهشی و انتقاد از خود ارتباط دارد، کمال گرایی دیگر مدار، معیارهای بالا برای دیگران و توقعات زیاد و غیرمنطقی از آنان را شامل می‌شود و کمال گرایی جامعه مدار، نیاز ادراک شده در دستیابی به انتظارات و معیارهای تجویز شده از طرف جامعه می‌باشد (فلت، هویت، نیون و بسر<sup>۵</sup>، ۲۰۱۷). پژوهش‌های مختلف نشان داده‌اند بین کمال گرایی خویشتن مدار با ناسازگاری‌هایی چون افسردگی و اضطراب همبستگی معناداری وجود دارد (پارک و چانگ<sup>۶</sup>، ۲۰۰۶).

طی سال‌های اخیر نظریه‌های متعددی در زمینه ماهیت کمال گرایی ارائه شده است که از آن میان می‌توان به نظریه هیل، هیولزمن و کیبلر<sup>۷</sup> (۲۰۰۴) اشاره نمود. هیل و همکاران (۲۰۰۴) تعریفی از کمال گرایی ارائه داده‌اند که با تعریف کمال گرایی به عنوان سازه‌ای دارای ابعاد مثبت و منفی و تعاریف چند بُعدی از کمال گرایی دیویس<sup>۸</sup> (۲۰۰۹) هماهنگ می‌باشد. به نظر ایشان کمال گرایی ابعاد هشتگانه زیر را شامل می‌شود؛ پریشانی و نگرانی از اشتباه کردن، معیارهای بالا برای سایرین، نیاز به تایید سایرین، نظم و سازماندهی، ادراک فشار از طرف والدین، هدف داشتن، نشخوار فکری و کوشش بسیار برای عالی بودن که به وجود آورنده‌ی کمال‌گرایی مثبت و منفی اند (حسن نیا و همکاران، ۱۳۹۷). پژوهش‌ها و مطالعات بسیاری ارتباط بین کمال گرایی و اضطراب امتحان را تایید نموده‌اند (بشارت، ۱۳۸۳؛ قدمی، ۱۳۹۳؛ موسوی، کریمی میمونه، محمدی احمدآبادی و کریمی، ۱۳۹۷ و بهزادی و کیان

1. Chaudhury, Bhattacharya & Saha
2. Perfectionism
3. Sumi & Kanda
4. Frost, Marten, Lahart & Rosenblate
5. Flett, Hewitt, Nepon & Besser
6. Park & Chang
7. Hill, Huelsman & Kibler
8. Davies

ارثی، ۱۳۹۴). کیانفر، دریکوند و ارجمندزاده (۱۳۹۹) در پژوهشی نشان دادند که کمال گرایی (تردید نسبت به اعمال) با اضطراب امتحان رابطه معناداری دارد. پژوهش سئو<sup>۱</sup> (۲۰۰۸)، نشان داد که کمال گرایی سهم زیادی در تبیین واریانس اضطراب امتحان دانش آموزان دارد (عبدالملکی و تمنایی فر، ۱۳۹۵). و نیز وانستون و هیکس<sup>۲</sup> (۲۰۱۹) در پژوهش خود دریافتند که کمال گرایی و سبک‌های مقابله‌ای با اضطراب امتحان رابطه معناداری دارند.

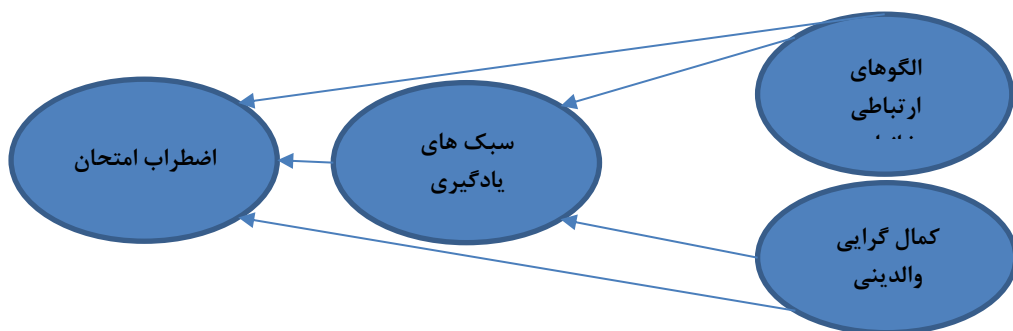
از طرف دیگر، سبک‌های یادگیری<sup>۳</sup>، مفهوم دیگری است که می‌تواند در بروز اضطراب امتحان نقشی غیرمستقیم داشته باشد. سبک‌های یادگیری فعالیت ذهنی هستند که فراگیران در هنگام مطالعه به کار می‌برند تا بتوانند باشیوه موثرتری در دریافت، سازماندهی یا به یاد آوردن اطلاعات از آنها استفاده نمایند (دیپم و لاپتون<sup>۴</sup>، ۲۰۱۲). سبک‌های یادگیری رویکردها یا روش‌های گوناگون برای یادگیری بوده که دربرگیرنده آموزش روش‌های منحصر به فرد برای یادگیری بهترین یادگیرندگان هستند (سری نیدهی و تی<sup>۵</sup>، ۲۰۱۷؛ کریمی، محمودی و بدری، ۱۳۹۸). توایاما و یامازاکی<sup>۶</sup> (۲۰۲۰) در پژوهشی متوجه شدند که بر اساس تحلیل واریانس، رابطه معنی داری بین حالت عمومی اضطراب و اضطراب موقعیتی، با چهار سبک یادگیری (همگرا، واگرا، جذب کننده و انطباق یابنده) وجود دارد. نکته مهم این است که، اگر روش تدریس بر مبنای یادگیری دانش آموزان باشد، مسائل انضباطی کلاس درس کاسته خواهد شد و نیز دانش مربوط به سبک یادگیری می‌تواند در سازماندهی محیط آموزشی و نحوه تعامل معلمان با دانش آموزان مورد استفاده قرار گیرد (میرک زاده، غیاثوند، شریف زاده و شریفی، ۱۳۸۸). پژوهش‌های متعددی ارتباط بین سبک‌های یادگیری و اضطراب امتحان را تایید کرده‌اند (سرباز وطن، ۱۳۹۳؛ نوحی و قادری، ۱۳۹۴؛ بایگی؛ ۱۳۹۸، یدی یوسف آباد، کیانی و انتصار فومنی (۱۴۰۰).

بر اساس بررسی‌هایی که انجام گرفت، بیشتر پژوهش‌های پیشین، به تاثیر جداگانه‌ی الگوهای ارتباطی خانواده و کمال‌گرایی والدین بر اضطراب امتحان در دانش آموزان پرداخته و کمتر به تاثیر این عوامل به طور همزمان توجه کرده‌اند. مهم‌تر این است که، پژوهشی یافت نشد که پیرامون اضطراب امتحان در جامعه دانش آموزان پایه نهم در آستانه انتخاب رشته و هدایت تحصیلی (مقطع متوسطه اول) صورت گرفته باشد. این ویژگی منحصر به فرد پژوهش حاضر است. افزون بر این، آنچه که در پژوهش‌های صورت گرفته مورد غفلت واقع شده، اهمیت متغیر میانجی است که در این پژوهش به نقش متغیر میانجی، به عنوان یک تنظیم کننده که اثرات سایر متغیرها را بر متغیر وابسته تحت تاثیر قرار می‌دهد، نیز توجه شده است.

با در نظر گرفتن مطالب بیان شده، پژوهش حاضر در صدد پاسخگویی به این سوال است که آیا مدل مفهومی اضطراب امتحان بر اساس الگوهای ارتباطی خانواده و کمال‌گرایی والدین با نقش واسطه‌ای

1. Seo
2. Wanston & Hicks
3. Learning Styles
4. Diehm & Lupton
5. Sree Nidhi & Tay
6. Toyama & Yamazaki

سبک‌های یادگیری با مدل تجربی برازش دارد؟ تدوین چنین مدلی برای کاهش اضطراب امتحان دانش آموزان و در نتیجه بهبود یادگیری آن‌ها ضروری است. با توجه به مطالعه پژوهش‌های اخیر در زمینه اضطراب امتحان، پژوهشگران پژوهش حاضر به یک مدل مفهومی پیشنهادی دست یافتند که در نمودار (۱) قابل مشاهده است.



## روش

این پژوهش در دو مرحله انجام پذیرفت. در مرحله اول پژوهش از نوع همبستگی است که ارتباط بین متغیرهای پیش‌بینی، ملاک و میانجی مورد مطالعه قرار گرفت. در مرحله دوم از روش تحقیق نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده گردید. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان پسر پایه نهم شهر کرمانشاه است که در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ مشغول به تحصیل بوده‌اند. که ۳۳۸ نفر از آن‌ها به صورت نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای با ملاک تمایل به شرکت در مطالعه انتخاب شده‌اند. به طوری که از بین مدارس سه ناحیه کرمانشاه، یک ناحیه به طور تصادفی انتخاب گردید؛ سپس از بین مدارس آن ناحیه ۹ مدرسه به صورت تصادفی انتخاب شدند و در مدارس منتخب از هر مدرسه ۲ کلاس (در مجموع ۱۸ کلاس) به صورت تصادفی برای مطالعه گزینش شد. تمامی شرکت‌کنندگان در این مطالعه با تکمیل فرم رضایت‌نامه در این پژوهش شرکت نمودند و پژوهشگران آنان را از محرمانه بودن نتایج پژوهش اطمینان دادند.

## ابزارهای پژوهش

ابزارهای پژوهش عبارتند از: پرسشنامه اضطراب امتحان اهواز (TAI)، پرسشنامه الگوهای ارتباطی خانواده (RFCP)، پرسشنامه کمال‌گرایی اهواز (APS) و پرسشنامه سبک‌های یادگیری کلب (LSI).

پرسشنامه اضطراب امتحان (TAI)<sup>۱</sup> که توسط ابوالقاسمی، اسدی مقدم، بخاریان و شکرکن (۱۳۷۵) ساخته شده است مشتمل بر ۲۵ ماده می‌باشد که آزمودنی بر اساس یک مقیاس چهار گزینه‌ای (هرگز، به ندرت، گاهی اوقات و اغلب اوقات) با نمره‌های صفر، ۱، ۲ و ۳ به آن پاسخ می‌دهد که حداقل و حداکثر نمره فرد در این آزمون به ترتیب صفر و ۷۵ خواهد بود و هرچه نمره بالاتر باشد، نشان دهنده اضطراب امتحان بیشتری است. در پژوهش حاضر برای تعیین پایایی از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد و برای مقیاس‌های نتیجه گرایی، احساسات منفی، بی‌قراری و کمال گرایی به ترتیب ضرایب ۰/۸۰، ۰/۸۷، ۰/۸۵ و ۰/۸۵ به دست آمد و برای روایی از همبستگی (تائوکندال) استفاده شد و به ترتیب ضرایب ۰/۷۳، ۰/۹۲، ۰/۷۵ و ۰/۷۶ به دست آمد.

پرسشنامه الگوهای ارتباطی خانواده (RFCP)<sup>۲</sup> این پرسشنامه توسط کوئرنر و فیتز پاتریک در سال ۲۰۰۲ ساخته شده است و دارای ۲۶ آیت (گویه) پنج گزینه‌ای از کاملاً موافقم (نمره پنج) تا کاملاً مخالفم (نمره یک)، در زمینه ارتباطات خانوادگی است (به شیوه لیکرتی). این ابزار جهت گیری گفت و شنود و جهت گیری هم‌نوایی خانواده را که به ترتیب ۱۵ گزاره اول و ۱۱ گزاره بعدی را تشکیل می‌دهند، مورد سنجش قرار می‌دهد. نمره بیشتر در هر مقیاس به این معناست که آزمودنی در خانواده خود به ترتیب جهت گیری گفت و شنود یا هم‌نوایی بیشتری را ادراک می‌کند. کوئرنر و فیتز پاتریک (۲۰۰۲) پایایی (ضریب آلفای کرونباخ) مقیاس را برای بُعد گفت و شنود ۰/۸۹ (دامنه ۰/۹۲ تا ۰/۸۲) و برای بُعد هم‌نوایی ۰/۷۹ (دامنه ۰/۸۴ تا ۰/۷۳) به دست آورده‌اند؛ و نیز این پرسشنامه را دارای روایی مطلوبی از هر سه دیدگاه محتوایی، ملاکی و سازه می‌دانند.

پرسشنامه کمال گرایی اهواز<sup>۳</sup> (APS) یک مقیاس خودگزارشی ۲۷ ماده‌ای است که به وسیله نجاریان، عطاری و زرگر در سال ۱۳۷۸ ساخته شده است. هر ماده این مقیاس دارای چهار گزینه: هرگز، به ندرت، گاهی اوقات و اغلب اوقات است. در این مقیاس به استثنای ماده‌های ۱۱، ۱۶، ۱۷ و ۲۲ که به شیوه معکوس نمره گذاری می‌شوند، بقیه ماده‌ها بر اساس مقادیر به ترتیب از ۱ تا ۴ نمره گذاری می‌شوند. جمع حاصل نمرات، کمال گرایی فرد را نشان می‌دهد. در این پژوهش برای تشخیص پایایی از آلفای کرونباخ استفاده شد که برای مقیاس‌های احساسات منفی و باورهای غیرمنطقی، ضرایب ۰/۷۴ و ۰/۷۷ حاصل شد و همبستگی (تائوکندال) ضرایب ۰/۸۵ و ۰/۸۶ به دست آمد.

پرسشنامه سبک‌های یادگیری کلب<sup>۴</sup> (LSI) این پرسشنامه جهت سنجش الگوی یادگیری تجربی در سال ۲۰۰۵ به وسیله دیوید کلب مورد تجدیدنظر قرار گرفت و منتشر شد (کلب، ۲۰۰۷). نمره

1. Test Anxiety Inventory  
2. Revised Family Communication Patterns  
3. Ahvaz Perfectionism Scale  
4. Learning Style Inventory

گذاری سوالات این پرسشنامه بر اساس لیکرت چهار درجه‌ای (۱ حداقل شباهت تا ۴ حداکثر شباهت) قرار دارد که دو مقیاس استخراج می‌شود: ۱- حالت یادگیری، که شامل چهار شیوه تجربه عینی (CE)، مشاهده تأملی (RO)، مفهوم سازی انتزاعی (AC) و آزمایشگری فعال (AE) است که از جمع چهار بخش هر ۱۲ عبارت به دست می‌آید. این شیوه‌ها، سبک تفکر و الگوی افراد در برخورد با اطلاعات را نشان می‌دهد که هیچ کدام بر دیگری ارجحیت ندارد. ۲- با تفریق مفهوم سازی از تجربه عینی (AC- CE) و آزمایشگری فعال از مشاهده تأملی (AE- RO) ترجیحات و شیوه‌های یادگیری حاصل می‌شود که نشان دهنده رویکرد و اولویت افراد در یادگیری است و نمره‌ی حاصل با انتقال بر محور مختصات (مثبت یا منفی بودن نمره) و مقایسه با داده‌های هنجاری، چهار شیوه یادگیری همگرا، واگرا، انطباق یابنده و جذب کننده که نشان دهنده سبک یادگیری غالب افراد است، مشخص می‌شود. برای تعیین پایایی در پژوهش حاضر، از آلفای کرونباخ استفاده شد که برای مقیاس‌های احساس کردن، فکر کردن، مشاهده کردن و انجام دادن، به ترتیب ضرایب ۰/۷۰، ۰/۷۹، ۰/۷۶ و ۰/۷۴ حاصل شد و در همبستگی (تائوکندال) ضرایب ۰/۷۸، ۰/۷۹، ۰/۸۳ و ۰/۸۵ به دست آمد.

## روش اجرا

ابتدا با دانشگاه آزاد اسلامی واحد سنندج هماهنگی لازم انجام گرفت و شناسه‌ی اخلاق از کمیته‌ی اخلاق زیست پزشکی دریافت شد. سپس با هماهنگی اداره کل آموزش و پرورش استان کرمانشاه، همه‌ی دانش آموزان پسر پایه نهم (مقطع متوسطه اول) سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ شهر کرمانشاه انتخاب شدند. از میان سه ناحیه شهر کرمانشاه، یک ناحیه به صورت تصادفی انتخاب شد. بعد از آن، از بین مدارس آن ناحیه، ۹ مدرسه به صورت تصادفی گزینش شدند. در مدارس منتخب از هر مدرسه ۲ کلاس به صورت تصادفی و در مجموع ۳۳۸ نفر انتخاب شدند و به پرسشنامه‌های اضطراب امتحان، الگوهای ارتباطی خانواده و سبک‌های یادگیری پاسخ دادند. تجزیه و تحلیل اطلاعات حاصل از اجرای پرسشنامه‌ها از طریق نرم افزارهای پکج Sem pls در نرم افزار نسخه ۱، ۴، ۱ و SPSS در دو بخش توصیفی و استنباطی (مدل سازی معادلات ساختاری و آزمون تحلیل کوواریانس) انجام گرفت.

## نتایج

یافته‌ها شامل دوبخش آمار توصیفی و آمار تحلیلی استنباطی است که در بخش اول خصوصیات جمعیت شناختی و نیز متغیرهای مربوط به فرضیات تحقیق ارائه می‌شود. در بخش آمار تحلیلی نیز از تحلیل کوواریانس، همبستگی پیرسون و معادلات ساختاری استفاده شده است.

### الف) توصیف جمعیت شناختی

به منظور کنترل احتمالی متغیرهای جنسیت و پایه تحصیلی، جامعه و نمونه پژوهش را تنها دانش آموزان پسر پایه نهم (مقطع متوسطه اول) تشکیل می‌دهند. دامنه سنی ۳۳۸ شرکت کننده بین ۱۴ تا ۱۶ سال بود (میانگین ۱۴/۷۷ و انحراف استاندارد ۰/۶۱٪). و ۱۰۰٪ شرکت کنندگان در پایه نهم (متوسطه اول) حضور داشتند.

### ب) توصیف شاخص‌ها

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

مقیاس	تعداد سوال	میانگین	انحراف معیار	کمترین نمره	بیشترین نمره	میانگین در واحد مقیاس	انحراف در واحد مقیاس
الگوی ارتباطی	۱۵	۲۰/۶۴	۱۰/۹۱	۰	۴۴	۱/۳۸	۰/۷۳
	۱۱	۳۷/۳۸	۱۳/۶۶	۳	۶۰	۳/۴۰	۱/۲۴
کمال گرایی	۱۳	۲۹/۳۶	۸/۸۰	۱۳	۴۵	۲/۲۶	۰/۶۸
	۱۴	۳۵/۸۸	۵/۸۶	۲۳	۴۸	۲/۵۶	۰/۴۲
سیک یادگیری	۱۲	۲۸/۰۰	۸/۳۷	۱۲	۴۸	۲/۳۳	۰/۷۰
	۱۲	۳۱/۳۳	۸/۵۳	۱۲	۴۸	۲/۶۱	۰/۷۱
اضطراب امتحان	۱۲	۲۹/۱۹	۷/۵۱	۱۲	۴۷	۲/۴۳	۰/۲۳
	۱۲	۲۷/۴۶	۸/۷۲	۱۲	۴۸	۲/۲۹	۰/۷۳
کمال گرایی	۴	۱۰/۷۹	۴/۴۴	۴	۲۰	۲/۷۰	۱/۱۱
	۱۳	۲۷/۵۰	۱۰/۵۸	۱۳	۵۶	۲/۱۲	۰/۸۱
کمال گرایی	۵	۱۱/۳۰	۴/۵۸	۵	۲۴	۲/۲۶	۰/۹۲
	۳	۶/۹۶	۳/۲۶	۳	۱۴	۲/۳۲	۱/۰۹



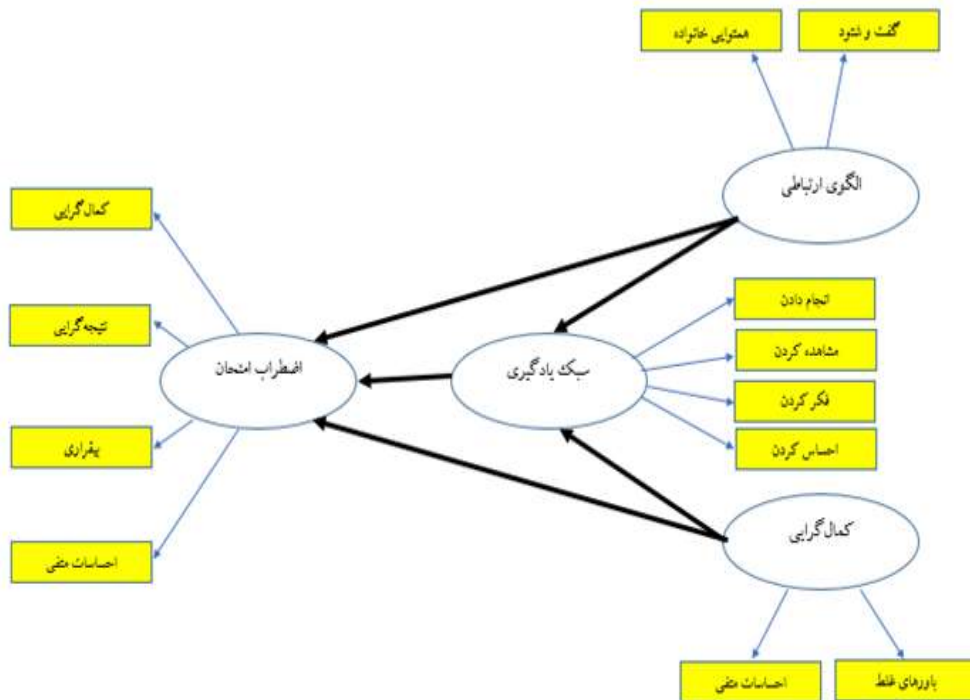
جدول ۲. ضرایب همبستگی پیرسون بین متغیرهای مطالعه

اضطراب امتحان					
کمال گرایی	احساسات منفی	بیقراری	نتیجه گرایی		
۰/۰۰۸	۰/۲۱۰ **	۰/۱۵۲ *	۰/۱۴۳ **	جهت گیری همنوایی خانواده	الگوی
۰/۴۷۳ *	۰/۴۶۲ **	۰/۴۳۱ **	۰/۳۳۱ **	جهت گیری گفت و شنود	ارتباطی
۰/۶۸۶ **	۰/۷۳۱ **	۰/۶۵۰ **	۰/۷۰۵ **	احساسات منفی	کمال گرایی
۰/۵۷۷ **	۰/۵۸۴ **	۰/۵۴۳ **	۰/۶۶۸ **	باورهای غیرمنطقی	
۰/۱۷۳ **	۰/۱۲۰	۰/۱۷۹ **	۰/۱۱۳	احساس کردن	
۰/۱۰۷	۰/۱۳۸ *	۰/۱۱۹	۰/۲۵۶ **	فکر کردن	سیک
۰/۲۵۰ **	۰/۱۳۵ *	۰/۲۴۳ **	۰/۱۳۴ *	مشاهده کردن	یادگیری
۰/۱۸۷ **	۰/۱۱۰	۰/۱۶۹ **	۰/۱۸۹ **	انجام دادن	
				** معنادار در سطح ۰/۰۵	
				** معنادار در سطح ۰/۰۱	

در این مرحله به منظور طراحی مدل اولیه با جزئیات بیشتر از یافته‌های جداول مربوط به خطی بودن و همبستگی استفاده می‌شود

بنابراین جدول ۴ و نمودار ۱ به عنوان مدل بنیادی اولیه مطرح می‌شوند

نمودار ۱: طرح کلی مدل ساختاری مبنای مطالعه



جدول ۴. ضرایب مسیر برآورد شده با استفاده از مدل مبنا

نام متغیر	منبع	هدف	برآورد و معناداری آماره T
$\gamma_{11}$	الگوی ارتباطی	گفت و شنود	** ۰/۹۶
$\gamma_{12}$	الگوی ارتباطی	همنوایی خانواده	** ۰/۴۰
$\gamma_{21}$	کمال گرایی	باورهای غیرمنطقی	** ۰/۹۴
$\lambda_{22}$	کمال گرایی	احساسات منفی	** ۰/۹۴
$\lambda_{31}$	سبک یادگیری	انجام دادن	** ۰/۶۴
$\lambda_{32}$	سبک یادگیری	احساس کردن	** ۰/۳۱
$\lambda_{33}$	سبک یادگیری	مشاهده کردن	** ۰/۶۹
$\lambda_{34}$	سبک یادگیری	فکر کردن	** ۰/۲۶
$\lambda_{41}$	اضطراب امتحان	کمال گرایی	** ۰/۸۸
$\lambda_{42}$	اضطراب امتحان	احساسات منفی	** ۰/۹۴
$\lambda_{43}$	اضطراب امتحان	ناآرامی	** ۰/۹۳
$\lambda_{44}$	اضطراب امتحان	نتیجه گرایی	** ۰/۸۹
$\beta_{13}$	الگوی ارتباطی	سبک یادگیری	** - ۰/۳۱
$\beta_{23}$	کمال گرایی	سبک یادگیری	** ۰/۲۵
$\beta_{14}$	الگوی ارتباطی	اضطراب امتحان	* ۰/۱۶
$\beta_{24}$	کمال گرایی	اضطراب امتحان	** ۰/۶۸
$\beta_{34}$	سبک یادگیری	اضطراب امتحان	** ۰/۲۲

\* معنادار در سطح ۰/۰۵ \*\* معنادار در سطح ۰/۰۱

جدول ۴ به شرح کامل ضرایب و معناداری آنها می‌پردازد. در این جدول فرض صفر معناداری ضریب رگرسیون و فرض یک عدم معناداری ضریب رگرسیون (رابطه رگرسیونی) است. همان گونه که آزمون‌های آماری پیشین نشان دادند و انتظار می‌رفت عموم ضرایب در این مدل به صورت آماری معنادار هستند. شایان توجه است که در سراسر این فصل بنا به تعداد بالای مشاهدات و درجه آزادی بالا، عملاً تفاوتی بین توزیع تی و توزیع نرمال در آزمون‌ها وجود ندارد. بنابراین ۲/۵۷ و ۱/۹۶ به ترتیب مقدار مرزی در سطح ۰/۰۱ و ۰/۰۵ برای آزمون‌های دوطرفه هستند.

و نیز در تشریح جدول ۴ باید گفت: ضریب مسیر استاندارد بین الگوهای ارتباطی خانواده و اضطراب امتحان برابر با ۰/۱۶ است که در سطح ۰/۰۵ معنادار می‌باشد  $P \leq 0/05$ ؛ بنابراین الگوهای ارتباطی خانواده در افزایش اضطراب امتحان فرزندان موثر بوده است (یعنی الگوهای ارتباطی خانواده به طور مستقیم به میزان ۱۶ درصد بر اضطراب امتحان تأثیری می‌گذارد). و نیز ضریب مسیر استاندارد بین کمال گرایی والدین و اضطراب امتحان برابر با ۰/۶۸ است که در سطح ۰/۰۱ معنادار می‌باشد  $P \leq 0/01$ ؛ بنابراین کمال گرایی والدین بر اضطراب امتحان فرزندان موثر بوده است. هم چنین ضریب مسیر استاندارد بین سبک‌های یادگیری و اضطراب امتحان برابر با ۰/۲۲ است که در سطح ۰/۰۱ معنادار می‌باشد  $P \leq 0/01$ ؛ بنابراین سبک‌های یادگیری بر اضطراب امتحان فرزندان موثر بوده است.

### فرضیه‌های مربوط به روابط مستقیم بین متغیرهای پژوهش

**فرضیه اول:** بین الگوهای ارتباطی خانواده با اضطراب امتحان رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد. نتایج مندرج در جدول حاکی از آن است که: ضریب مسیر استاندارد بین الگوهای ارتباطی خانواده و اضطراب امتحان برابر با ۰/۱۶ است که در سطح ۰/۰۵ معنادار می‌باشد  $P \leq 0/05$ ؛ بنابراین الگوهای ارتباطی خانواده بر اضطراب امتحان فرزندان موثر بوده است.

**فرضیه دوم:** بین کمال گرایی با اضطراب امتحان رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد. نتایج مندرج در جدول همچنین حکایت از آن دارد که: ضریب مسیر استاندارد بین کمال گرایی والدین و اضطراب امتحان برابر با ۰/۶۸ است که در سطح ۰/۰۱ معنادار می‌باشد  $P \leq 0/01$ ؛ بنابراین کمال گرایی والدین بر اضطراب امتحان فرزندان موثر بوده است.

**فرضیه سوم:** بین سبک‌های یادگیری و اضطراب امتحان رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد. نتایج مندرج در جدول حاکی از آن است که: ضریب مسیر استاندارد بین سبک‌های یادگیری و اضطراب امتحان برابر با ۰/۲۲ است که در سطح ۰/۰۱ معنادار می‌باشد  $P \leq 0/01$ ؛ بنابراین سبک‌های یادگیری بر اضطراب امتحان فرزندان موثر بوده است.

### جدول ۵. بررسی نقش میانجیگری با آزمون سوبل

منبع	متغیر میانجی	هدف	اثر مستقیم	اثر غیر مستقیم (از طریق متغیر میانجی)	آماره T سوبل
الگوی ارتباطی	سبک یادگیری	اضطراب امتحان	۰/۱۶	-۰/۷	۲/۷۹
کمال گرایی	سبک یادگیری	اضطراب امتحان	۰/۶۸	۰/۴	۰/۶۴

\*معنادار در سطح ۰/۰۵. \*\* معنادار در سطح ۰/۰۱.

با توجه به جدول ۵، اثر غیر مستقیم کمال گرایی به صورت آماری معنادار نمی‌باشد در حالی که در مورد الگوی ارتباطی این اثر غیر مستقیم کاملاً معنادار است.

### فرضیه‌های مربوط به روابط غیر مستقیم بین متغیرهای پژوهش

**فرضیه چهارم:** بین الگوهای ارتباطی خانواده با میانجیگری سبک‌های یادگیری با اضطراب امتحان، رابطه غیر مستقیم و معناداری وجود دارد.  
 با توجه به جدول ۶، که ضریب مسیر ۰/۷، را نشان می‌دهد و مقدار آماره  $t$  (t-value=2/79)، ۲/۷۹ می‌باشد و از مقدار بحرانی ۱/۹۶ بزرگتر است، با اطمینان ۹۵٪ می‌توان ادعا کرد که این فرضیه در سطح معناداری ( $p \leq 0/05$ ) تایید می‌گردد.

**فرضیه پنجم:** بین کمال گرایی والدین با میانجیگری سبک‌های یادگیری با اضطراب امتحان، رابطه غیر مستقیم و معناداری وجود دارد.  
 با توجه به جدول ۶، که ضریب مسیر ۰/۰۴ را نشان می‌دهد و مقدار آماره  $t$ ، ۰/۶۴ می‌باشد، چون  $t$ -value = 0/64 (۰/۶۴) (از مقدر بحرانی ۱/۹۶ کوچکتر است، این فرضیه تأیید نمی‌گردد).  
 به عبارت دیگر  $p \geq 0/5$ ؛ یعنی کمال گرایی والدین با میانجی‌گری سبک‌های یادگیری بر اضطراب امتحان اثر ندارد.

### جدول ۶. شاخص‌های نیکویی برازش مدل نهایی

عملکرد	شاخص	مقدار	ملاک	طبقه بندی مدل
تبیین واریانس	$R^2$	۰/۶۳	دور از صفر	خوب
دقت برآورد	SRMR	۰/۷	کمتر از ۰/۸	خوب
اعتبار همگرایی	AVE	۰/۴۴	بیشتر از ۰/۵	متوسط

با توجه به نتایج مسیرها و شاخص‌های اشاره شده، نتایج مدل مبنا قابل اتکا بوده و می‌توان پذیرفت که سبک یادگیری نقش میانجی به ویژه در ارتباط بین الگوهای ارتباطی خانواده و اضطراب امتحان دارد.

**آزمون‌های اثر بخشی برنامه آموزشی تدوین شده ( آموزش الگوهای ارتباطی خانواده و کمال گرایی والدین با میانجیگری سبک‌های یادگیری ) بر اضطراب امتحان**

**فرضیه:** آموزش الگوهای ارتباطی خانواده و کمال گرایی والدین با میانجیگری سبک‌های یادگیری بر اضطراب امتحان دانش آموزان تاثیر دارد.

جدول ۱۰. ترتیب تاثیر روش‌ها بر نمرات پس آزمون اضطراب امتحان

گروه‌ها	میانگین تعدیل شده	انحراف معیار	آزمون t	
			سطح معناداری	آماره t
آزمایش	۳۹/۸۳	۸/۱۴۹	۰/۰۰۰	۴/۴۴۵
کنترل	۵۳/۵۷	۱۴/۶۸۲		

در جدول ۴ میانگین نمرات پس آزمون (اضطراب امتحان) دو گروه را که بر اساس اختلاف‌های اولیه تعدیل شده، مطابق انتظار در دو گروه مرتب شده اند، مشاهده می‌شود که میانگین عملکرد گروه آزمایش در رتبه اول، و گروه کنترل در مرحله‌ی بعدی قرار می‌گیرد. در نتیجه گفته می‌شود که روش آموزش الگوهای ارتباطی خانواده و کمال‌گرایی والدین با میانجیگری سبک‌های یادگیری بیش‌ترین تأثیر مثبت را روی نمرات پس آزمون اضطراب امتحان دانش آموزان گروه آزمایش داشته است. همچنین سطح معناداری آزمون برابر با ۰/۰۰۰ (کمتر از ۰/۰۵) است در نتیجه فرض برابری میانگین دو گروه رد می‌شود.

جدول ۱۱. خلاصه تحلیل کوواریانس تاثیر روش آموزش الگوهای ارتباطی خانواده و کمال گرایی والدین با میانجیگری سبک‌های یادگیری بر متغیر اضطراب امتحان

منبع تغییر	SS	MS	F	Sig	Eta
پیش آزمون	۴۰۵۱/۱۹۸	۴۰۵۱/۱۹۸	۶۰/۲۸۹	۰/۰۰۰	۰/۵۲۳
گروه	۱۷۲۷/۷۶۵	۱۷۲۷/۷۶۵	۲۵/۷۱۲	۰/۰۰۰	۰/۳۱۹
خطا	۳۶۹۵/۸۲۶	۶۷/۱۹۷			

نتایج آزمون تحلیل کوواریانس در جدول ۱۱ پس از تعدیل اثر پیش آزمون نشان می‌دهد که روش آموزش الگوهای ارتباطی خانواده و کمال گرایی والدین با میانجیگری سبک‌های یادگیری بر اضطراب امتحان دانش آموزان مورد مطالعه تاثیر مثبت دارد.

## بحث

هدف این پژوهش تدوین مدل علی اضطراب امتحان براساس الگوهای ارتباطی خانواده و کمال‌گرایی والدین با میانجیگری سبک‌های یادگیری بود. بامسکرت و همکاران (۲۰۱۹)؛ اردشیرنشان و همکاران (۱۳۹۹) و ادیب و همکاران (۱۳۹۷) همسو بود. همان گونه که آزمون سوپل نشان می‌دهد سبک‌های یادگیری بین الگوهای ارتباطی و اضطراب امتحان نقش میانجی داشته و این اثر غیر مستقیم کاملاً معنادار است. در تبیین این یافته باید گفت که بخشی از اثر متغیرهای الگوهای ارتباطی خانواده بر اضطراب امتحان به صورت غیر مستقیم از طریق سبک‌های یادگیری انتقال داده می‌شود.

در توضیح این نتیجه می‌توان گفت که کلیداصولی درگیر کردن و ادامه شرکت دانش آموزان در فرایندهای یادگیری و فراگیری هرچه بیشتر مطالب توسط آن‌ها، در فهم ترجیحات و سبک یادگیری هریک از دانش آموزان و انطباق برنامه‌های درسی با سبک‌های یادگیری می‌باشد. بنابراین آگاهی از سبک‌های یادگیری هم برای معلمان و هم برای دانش آموزان حائز اهمیت است. معلمانی که دانش کافی در این حوزه داشته باشند، می‌توانند آموزش خود را به صورتی متناسب نمایند که به بهترین وجه با سبک‌های یادگیری قابل مشاهده در اکثر دانش آموزان هماهنگ باشد تا یادگیری بهتر دانش آموزان موجب افزایش توانایی آنان در بازگشت موفق بعد از شکست‌های تحصیلی و غلبه کردن بر چالش‌ها و در نهایت کاهش اضطراب امتحان شود.

یافته‌ی دیگر این پژوهش که بررسی نقش میانجیگری با آزمون سوپل نشان داد این بود که کمال‌گرایی با میانجیگری سبک‌های یادگیری بر اضطراب امتحان، اثر غیر مستقیم و معناداری نداشت. به عبارت دیگر، اثر متغیرهای کمال‌گرایی بر اضطراب امتحان به صورت غیر مستقیم چندان از طریق سبک‌های یادگیری انتقال نمی‌یابند. این یافته با پژوهش‌های اردشیرنشان و بیانفر (۱۳۹۹)، بایگی (۱۳۹۸) و کان آن ترک (۲۰۲۱) همسو می‌باشد. برای تبیین این نتیجه باید گفت سبک‌های یادگیری که دربرگیرنده‌ی آموزش روش‌های منحصر به فرد برای یادگیری بهترین یادگیرندگان هستند (سری نیده‌ی و تی ۲۰۱۷؛ ادیب و همکاران ۱۳۹۸) و سازه‌هایی آموزشی می‌باشند، بین سازه‌های کمال‌گرایی (باورهای غلط و احساسات منفی) و اضطراب امتحان (بی‌قراری و نتیجه‌گرایی افراطی) که سازه‌هایی بالینی می‌باشند نقش میانجی بازی نمی‌کنند.

یافته دیگر پژوهش حاضر این بود که بین الگوهای ارتباطی خانواده با اضطراب امتحان رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد. همان گونه که نتایج نشان داد، الگوهای ارتباطی خانواده در دو بعد جهت‌گیری هم‌نواپی و گفت و شنود، به صورت معناداری اضطراب امتحان دانش آموزان را پیش‌بینی می‌نماید. این یافته همسو با پژوهش‌هایی می‌باشد که نشان داده اند کارکرد خانواده و نحوه تعامل آن در پیش‌بینی اضطراب امتحان دانش آموزان موثر است (پرتواین، وودز، سیمز، ۲۰۱۰؛ هاشمی و همکاران، ۱۳۹۴) و این احتمال را بیان می‌دارد که احتمال افزایش اضطراب امتحان در خانواده‌هایی که فضای گفتگو، انعطاف و تعامل پویا و سازنده بر آنها حکمفرما نیست، افزون خواهد بود. شاید به این دلیل که فرزندان این گونه خانواده‌ها از انتظارات بالای والدین و ناامید شدن آنان به علت عملکرد ضعیف خود ترسناکند)

کولینز، ۱۹۹۹؛ به نقل از هاشمی و همکاران (۱۳۹۴) این موضوع، دل مشغولی و دغدغه ایی ایجاد می‌کند که می‌تواند به ترس از شکست منجر شده و ترس از شکست از جمله عوامل بروز اضطراب امتحان به حساب می‌آید ( لیان و بودین، ۲۰۱۴)؛ در این خانواده‌ها، فرزندان در مقابل خواسته‌ها و انتظارات والدین حق بحث کردن و چون و چرا ندارند و نظر والدین غالب خواهد بود، در این شرایط اگر مطالبه و خواست والدین اکتساب نمرات عالی و یا تحصیل در رشته خاصی باشد، می‌تواند فشار سنگینی بر فرزندان تحمیل نماید و نگرانی آن‌ها را شدت بخشد؛ بر همین نگرانی و تشویش به وجود آورنده اضطراب امتحان است (پوتواین و سیمز، ۲۰۱۰).

یافته‌ی دیگر پژوهش این بود که بین کمال گرایی با اضطراب امتحان رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد بر اساس یافته‌های پژوهش و تحلیل مسیر، زیر مقیاس‌های کمال گرایی (احساسات منفی و باورهای غیر منطقی)، قادر به پیش بینی اضطراب امتحان می‌باشند که همسو با یافته‌های وانستون و هیکس (۲۰۱۹)، کیانفر و همکاران (۱۳۹۹) و تقی پور و حیدری لقب (۱۳۹۸) می‌باشد. که نشان دادند کمال گرایی می‌تواند به صورت معناداری اضطراب امتحان را پیش بینی کند. در تبیین این یافته‌ها باید گفت بعضی از باورهای غیر منطقی افراد است که موجب کمال گرایی می‌شوند عبارتند از: نیاز به تایید، انتظارات بیش از حد از خود، مستعد سرزنش بودن (احساس گناه)، نگرانی بیش از حد، پرهیز از رویارویی با مشکلات و ترس از بازنده بودن. افراد کمال گرا، غالباً شکست در نیل به اهداف شان را با از دست دادن ارزش و بهای شخصی مساوی می‌دانند. کمال گرایان، غالباً اشتباه را با شکست مساوی می‌بینند (هاسل، ۲۰۰۹). مجموعه‌ی این سازها به شدت اضطراب و اضطراب امتحان را افزایش می‌دهند.

یافته‌ی دیگر پژوهش نشان داد که بین سبک‌های یادگیری و اضطراب امتحان رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد. این نتیجه با نتایج پژوهش‌های زیر همسو می‌باشد: یدی یوسف آباد و همکاران (۱۴۰۰)؛ اردشیر نشان و بیانفر (۱۳۹۹)؛ تویاما و یامازاکی (۲۰۲۰) و آیالپ و آزدمیر (۲۰۱۶). در تبیین نقش سبک‌های یادگیری در اضطراب امتحان باید بیان کنیم که افراد دارای سبک یادگیری تجربه عینی (احساس کردن)، انجام دادن کارها و برنامه‌ها، برای آنان در اولویت قرار دارد و در انطباق یافتن با موقعیت‌های جدید توانا می‌باشند (مک لئود، ۲۰۱۷). شیوه یادگیری آزمایشگری فعال (انجام دادن)، شامل توانایی انجام دادن کارها، خطر کردن و اثر گذاشتن بر دیگران از راه عمل است و مفهوم سازی انتزاعی (فکر کردن) شامل تحلیل منطقی ایده‌هاست (ویلمس مک برید ۲۰۱۰). و نکته دیگر این که شیوه یادگیری مشاهده تأملی (مشاهده کردن) بر درک معانی، نظرات، ایده‌ها و موقعیت‌ها از طریق مشاهده دقیق است مبتنی است (کلب، ۱۹۸۴). با توجه به نکات بیان شده و اهمیت آزمون، منطقی است اگر دروس امتحانی بر اساس شیوه یادگیری فرد آموزش داده نشود، دانش آموزان در فهم آن مطالب با مشکل روبرو شده و به اضطراب امتحان گرفتار می‌شوند (احمدی و احمدی، ۱۳۹۰).

آخرین یافته‌ی پژوهش حاضر این بود که آموزش الگوهای ارتباطی خانواده و کمال گرایی والدین با میانجیگری سبک‌های یادگیری بر اضطراب امتحان دانش آموزان تاثیر دارد. نتایج حاکی از آن بود که



برنامه آموزشی تدوین شده‌ی حاصل از مدل مستخرج، بر کاهش اضطراب امتحان اثر بخش است. این یافته‌ی اخیر در پژوهش دیگری یافت نشد و از نتایج منحصر به فرد پژوهش حاضر است. با توجه به مرور پژوهش‌های گذشته و یافته‌های به دست آمده و تأیید مدل فرضی پژوهشگران در این پژوهش، از لحاظ کاربردی می‌توان پیشنهاد داد که برنامه ریزان آموزشی و صاحب‌نظران تربیتی با همفکری معلمان و والدین ضمن تدوین برنامه‌های آموزشی و موقعیت‌های روان‌شناختی و مشاوره‌ای با تنظیم و مدیریت کلاس به شیوه‌ای که مؤلفه‌های الگوهای ارتباطی خانواده، کمال‌گرایی والدین و لحاظ سبک‌های یادگیری یادگیرندگان، توانایی انتخاب و احساس لذت بدون اضطراب (به ویژه هنگام امتحانات) را در دانش‌آموزان تقویت کند و خوشایند بودن امتحان و رضایت بیشتر از مدرسه و یادگیری بهتر را در آنان به وجود آورد که حاصل کار، اصلاح الگوی ارتباطی خانواده، تعدیل کمال‌گرایی والدین، انتخاب شیوه‌های متناسب یادگیری و در نهایت سلامت و بهداشت روان و پیشرفت تحصیلی خواهد بود. در راستای یافته‌های این پژوهش، پیشنهاد می‌گردد در جهت و می‌توان به والدین نیز پیشنهاد داد که با اصلاح الگوهای ارتباطی خانواده، ترویج و تقویت فرهنگ گفت و گو و تعامل بیشتر در خانواده‌ها، تلاش‌های جدی به عمل آورند. و هرگز تفاوت‌های فردی بین فرزندان را نادیده نگیرند و مرتب به مقایسه‌ی نمره‌های آنان باهم نپردازند؛ زیرا این مساله که از تبعات کمال‌گرایی والدین است، باعث ایجاد ناراحتی، فشار روانی، بدبینی نسبت به همدیگر و موثر بر اضطراب امتحان در آنان خواهد شد.

لازم به ذکر است که آزمودنی‌های این پژوهش از جامعه دانش‌آموزان پسر پایه نهم (متوسطه اول) شهرستان کرمانشاه بودند، از این روی این مسأله، تعمیم نتایج به جوامع دیگر را با محدودیت مواجه می‌کند. از دیگر محدودیت‌های این پژوهش اندکی متغیرهای مزاحم از جمله پیامدهای همه‌گیری کوید-۱۹ بود که انگیزه‌های تحصیلی را مقداری تغییر داده و خود قصه‌ای جداگانه است. در شمار محدودیت‌های دیگر پژوهش حاضر این بود که دقیقاً نمی‌توان تمام عوامل ایجاد کننده اضطراب امتحان را در یک مطالعه گنجانند. و نیز عدم پیگیری هم از محدودیت‌ها بود. در نتیجه در تعمیم یافته‌های پژوهش حاضر باید جانب احتیاط را رعایت نمود. بنابراین پیشنهاد می‌شود که در پژوهش‌های بعدی در پایه‌های مقاطع تحصیلی و در جوامع دیگر این پژوهش تکرار شود. همچنین اضافه کردن عامل‌های دیگر به مدل، کیفیت پژوهش را بالاتر می‌برد و متغیرهای دیگر مؤثر بر اضطراب امتحان در دانش‌آموزان نیز بررسی شود. افزون بر این، پیشنهاد می‌شود از مدل تأیید شده در این پژوهش برای پیش‌بینی و مداخله در اضطراب امتحان دانش‌آموزان استفاده شود.

## منابع

- احمدی، سعیدو احمدی، مجید(۱۳۹۰). "رابطه میان اضطراب ریاضی و سبک‌های یادگیری دانش آموزان"؛مجله پژوهشی در برنامه ریزی درسی، ۸(۳۱): ۱۰۲\_۸۹.
- اردشیر نشان، زهرا و بیانفر، فاطمه(۱۳۹۹). "بررسی ارتباط بین سبک‌های یادگیری و راهبردهای تنظیم هیجان با اضطراب امتحان در دانش آموزان دختر متوسطه بجنورد"؛ پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه پیام نور سمنان.
- ادیب، یوسف؛ کریمی، بهاء الدین؛ محمودی، فیروز و بدری گرگری، رحیم(۱۳۹۸). "تحلیل برنامه درسی علوم تجربی پایه‌های چهارم، پنجم و ششم ابتدایی بر اساس سبک‌های یادگیری"؛ مجله مدیریت و برنامه ریزی در نظام‌های آموزشی، ۲(۲۵): ۱۹۴\_۱۷۷.
- بایگی، زهرا (۱۳۹۸). "بررسی رابطه سبک‌های یادگیری و راهبردهای انگیزشی با اضطراب امتحان در دانش آموزان اردبیل"؛ ارائه شده در اولین همایش ملی مدرسه فردا.  
<https://civilica.com/doc/1032631>
- بشارت، محمدعلی(۱۳۸۳). "بررسی رابطه کمال گرایی والدین و اضطراب امتحان دانش آموزان"؛مجله روان شناسی و علوم تربیتی، ۱(۳۴): ۱۹\_۱.
- بهزادی، بهناز و کیان ارثی، فرحناز (۱۳۹۴). "رابطه بین پیوند والدین و اضطراب امتحان با نقش میانجیگری کمال گرایی در دانشجویان"؛مجله زن و مطالعات خانواده، ۷(۲۷): ۵۷\_۲۳.
- حسن نیا، سمیه؛ شیخ اسلامی، راضیه و پردال، مهین(۱۳۹۷). نقش واسطه‌ای جهت گیری هدف در رابطه ابعاد کمال گرایی و اضطراب امتحان"؛ نشریه علمی\_ پژوهشی آموزش و ارزشیابی، ۱۱(۴۴): ۷۷\_۵۵.
- درخشان، نوشین و تیموری، لیلا (۱۳۹۴). "رابطه اضطراب امتحان و آگاهی فراشناختی راهبردهای خواندن با عملکرد تحصیلی"؛ فصلنامه پژوهش‌های کاربردی در روان شناسی تربیتی ۲ (۲): ۱۴\_۱.
- حیدری لقب، ابراهیم و تقی لو، مریم (۱۳۹۸). "تاثیر کمال گرایی والدین بر اضطراب امتحان و پیشرفت تحصیلی دختران مقطع ابتدایی"؛مقاله ارائه شده در چهارمین کنفرانس بین المللی دستاوردهای نوین پژوهشی در علوم اجتماعی، علوم تربیتی و روان شناسی، ۱۱\_۱۰۰.
- رحیمی، مهدی و خیر، محمد (۱۳۸۶). "رابطه الگوهای خانواده و کیفیت زندگی دانش آموزان دوره متوسطه شهر شیراز"؛ مطالعات تربیتی و روان شناسی، دانشگاه فردوسی، ۱۰(۱): ۲۵\_۵.
- سرباز وطن، طاهره (۱۳۹۳). "بررسی رابطه بین آگاهی‌های فراشناختی و سبک‌های یادگیری با اضطراب امتحان"؛پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه فردوسی مشهد.
- شجاعی، سمیرا؛ جدیدی، هوشنگ و مرادی، امید(۱۳۹۸). "تدوین مدل اضطراب امتحان بر اساس مولفه‌های یادگیری خود راهبر و آگاهی فراشناختی با میانجیگری راهبردهای نظم بخشی هیجان"؛فصلنامه روان شناسی تحلیلی\_ شناختی، ۱۰(۳۸): ۷۶\_۶۱.

صادقی، مسعود؛ امیریان، لیلا؛ وفاپور، حسنا و بردوده، عباس (۱۳۹۸). "ندوین مدل علی از رابطه بین کمال‌گرایی تحصیلی و تعلل ورزی تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی"؛ با نقش میانجی‌گیری خودآگاهی هیجانی؛ نشریه راهبردهای آموزشی در علوم پزشکی، ۱۲(۲): ۸۸-۸۱.

عبدالمحمدی، رقیه؛ تقی‌لو، صادق و جدیدی، محسن (۱۴۰۰). "پیش‌بینی اختلال نافرمانی مقابله‌ای بر اساس سبک‌های فرزند‌پروری، صفات شخصیتی و ویژگی کمال‌گرایی والدین"؛ نشریه علمی روان‌شناسی اجتماعی، ۹(۵۹): ۲۶-۱۵.

عبدالمملکی، سعیده و تمنایی‌فر، محمدرضا (۱۳۹۵). "بررسی رابطه کمال‌گرایی با اضطراب امتحان"؛ اولین کنفرانس بین‌المللی پژوهش‌های نوین در حوزه علوم تربیتی و روان‌شناسی ایران، قم: ۱۱-۱.

<https://civilica.com/doc/498719>

قدمی، مجید (۱۳۹۳). "بررسی رابطه کمال‌گرایی با اضطراب امتحان دانش‌آموزان"؛ فصلنامه نوآوری آموزشی، ۳، ۱۳-۱۵: ۱۳۶.

کریمی، میمون، اعظم؛ محمدی احمدآبادی، ناصر و کریمی، علی محمد (۱۳۹۷). "پیش‌بینی اضطراب امتحان بر اساس جهت‌گیری هدف، کمال‌گرایی و راهبردهای تنظیم‌شناختی هیجان در دانش‌آموزان دبیرستان"؛ دومین کنفرانس بین‌المللی روان‌شناسی، مشاوره و تعلیم و تربیت؛ موسسه آموزش عالی شان‌دیز.

کیانفر، فرهاد؛ دریکوند، فاطمه و ارجمندزاده، شهین (۱۳۹۹). "بررسی رابطه بین کمال‌گرایی و اضطراب امتحان در دانش‌آموزان"؛ مقاله ارائه شده در هشتمین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روان‌شناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی، تهران:

<https://civilica.com/doc/1032631>

موسوی، سمیرا؛ احمدی، وحید و نصرالدین، عباسی (۱۳۹۳). "رابطه بین کمال‌گرایی ناهنجار و اضطراب امتحان، بررسی نقش واسطه‌ای راهبرد مقابله اجتنابی"؛ مجله علمی-پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی ایلام، ۲۳(۱): ۱۱۰-۱۰۲.

میرک‌زاده، علی اصغر؛ غیاثوند، فرشته؛ شریف‌زاده، ابوالقاسم و شریفی، مهرنوش (۱۳۸۸). "بررسی سبک‌های یادگیری دانشجویان کشاورزی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تاکستان"؛ مجله تحقیقات اقتصاد توسعه کشاورزی ایران، ۴۰(۴): ۸۹-۷۹.

نوحی، سعیده و قادری، سعیده (۱۳۹۴). "رابطه سبک‌های یادگیری با اضطراب امتحان و فرسودگی تحصیلی در دانش‌آموزان متوسطه فرزندگان شهر شیراز"؛ پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.

هاشمی، سهیلا؛ اکبری، عباس و عباسی اصل، رؤیا (۱۳۹۴). "رابطه علی‌الگوی ارتباطی خانواده، هوش هیجانی و خودکارآمدی تحصیلی با اضطراب امتحان در دانش‌آموزان پسر سال اول دبیرستان"؛ فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناسی، ۱۰(۴۰): ۱۲۸-۱۰۱.

یدی یوسف آباد، شکوفه، کیانی، قمر و انتصار فومنی، غلامحسین (۱۴۰۰). "نقش میانجی خود کارآمدی تحصیلی و عزت نفس در رابطه‌ی بین سبک‌های یادگیری و اضطراب امتحان دانش آموزان دختر پایه یازدهم!" مجله مطالعات ناتوانی، ۲۷(۱۱): ۱\_۸

- Ayalp, G.G., & ozdemir, N. (2016). "Relationship between Test Anxiety and Learning styles of Architecture undergraduate. *creative Education*", 7, 367\_375.
- chadhury, p. Bhattacharya, B. & saha, p. k. (2020). "parent\_ child Relationship and Marital Quality of parents of conduct or oppositional Defiant Disorder and unaffected Individuals: A comparative study". *psychological studies*", 65 (2), 124
- Morris Lw, Engele WB (2006). Psychodiagnostic processes, personality interence.. Clark, D.A., Crandall, J.R., & Robinson, D.H. (2018). "Incentives and test anxiety may moderate the effect of retrieval on Learning and Individual Differences", 65, 70\_77. doi: 10.1016/j.lindif.2018.03.001.
- Diehm, R.A., & Lupton, M. (2012). "Approaches to Learning Literacy: A phenomenographic study." *The journal of Academic Librarianship*", 38(4), 217\_225.
- Flett GL, Hewitt PL, Nepon T. & Besser A. (2017). "The Cognitive side of perfectionism . The cognitive side of perfectionism". *The psychology of perfectionism: Theory, research, application: Routledge.*
- park, Y & chang, E. (2006). " perfectionism and predictors of depressive symptoms: A test of an Integrative model". *journal of Young investigators*, 1(1), 1\_9.
- Hassel, H. (2009). "Assessing the factor structure and composition of positive and negative and negative perfectionism scale in sport". *person Individual Diff*; 36: 1725\_1740.
- Hill, R.W., Huelsman, T.j., Furr, R.M, Kibler, j., vicente, B.B. & kennedy, c. (2004). " A new measure of perfectionism inventory". *journal of personal Assessments*, 82(1), 80\_91.
- kolb, D.A. (1984) " Experiential Learning experience as source of Learning and developments", printice\_ Hill, Inc. Englewood cluffs, N j.
- Lian L.H., & Budin, M.B. (2014). " Investigating the Relationship between English Language Anxiety and The Achievement of school based oral English Test among Malaysian From four students", *International journal of Learning, Teaching and Educational Research* , x(x), 64\_79.
- McLeod s. kolb's Learning styles and experiential Learning cycle. simply psychology [ Internet]. 2017. Available from: [https://www.simply psychology org/ Learning\\_ kolb.html](https://www.simply psychology org/ Learning_ kolb.html).
- Poorman, S. G., Mastorovich, M. L., & Gerwick, M. (2019). Interventions for test anxiety: How faculty can help. *Teaching and Learning in Nursing*, 14(3), 186–191. doi:10.1016/j.teln.2019.02.007
- Putwain, D.w., woods, k.A., & symes, w. (2010). " personal and situational predictor of test anxiety of students in post\_ compulsory education". *British journal of Educational psychology*, 80(1), 137\_160.
- Sree Nidhi, S. K & Tay, CH. (2017). Styles of Learning Based on the Research of Fernald, Keller, Orton, Gillingham, Stillman, Montessori and Neil D Fleming. In *ternational journal for innovative research in multidisciplinary field*, Volume - 3, Issue – 4, ISSN – 2455-0620
- Sumi, k. & kanda, k. (2002). " Relationship between neurotic perfectionism, depression, anxiety and psychosomatic symptoms", *journal of personality and Individual Differences*, 32, 817\_826.
- Toyama, M. & Yamazaki, Y. (2020). "The Relationship between learning style and anxiety among Japanese undergraduates", 2(9):138\_142. doi: 10.36315/2019 inpackto33.

- von der Embse, No, Jester, Do, & post, J. (2018). "Test anxiety effects, predictors, and correlates: A 30-year meta-analytic review". *Journal of Affective Disorders*, 227, 485-493. doi: 10.1016/j.jad.2017.11.408.
- Warshawski, So, Bar-Lev, O., & Banoy, S. (2019). "Role of academic self-efficacy and social support on nursing students' test anxiety". *Nurse Educator*, 44(1), E6-E10.
- Willemsen-McBride, T. (2010). "Preceptorship planning is essential to perioperative nursing retention: matching and learning styles". *Operating Room Nurse*, 28(1):10-17.

## Presenting a Causal Model of Exam Anxiety Based on Family Communication Patterns and Parental Perfectionism with the Mediation of Learning Styles on Anxiety

SarveHoveida, Mohammadreza<sup>1</sup>; arefi, Mokhtar<sup>2</sup>; Goodarzi, Mahmoud<sup>3</sup>; Moradi, Omid<sup>4</sup>

### Abstract

The present study was conducted with the aim of investigating the development of a causal model of exam anxiety based on family communication patterns and parental perfectionism with the mediation of learning styles and its effectiveness on students' exam anxiety. The statistical population was 9th grade male students of Kermanshah city in the academic year of 1400-1401 (6578 people), of which 338 people were selected using multi-stage cluster sampling method and random method. And in the second study, 30 people (15 people in the experimental group and 15 people in the control group) were selected using the staged cluster sampling method. The experimental group received 8 sessions of 90 minutes and the control group did not receive any training. The measurement tools were Ahvaz Test Anxiety Questionnaire (TAI), Koerner and Fitner Patrick Family Communication Patterns (RFCP), Ahvaz Perfectionism (APS) and Kolb's Learning Styles (LSI). The findings showed that family communication patterns and parents' perfectionism and learning styles have a significant causal relationship with exam anxiety. And finally, the results determined the mediating role of learning styles in the relationship between the mentioned variables, and it was also found that the educational program developed based on the extracted model was effective in reducing exam anxiety. Based on the findings, it is suggested to use the program of teaching family communication patterns, parental perfectionism and learning styles to reduce students' exam anxiety.

**Keywords:** exam anxiety, parental perfectionism, family communication patterns, learning styles.

- 
1. Ph.D. Candidate, Department of Counseling, *Sanandaj* Branch, Islamic Azad University, *Sanandaj*, Iran.
  2. Associate Professor, Department of Psychology and Counseling, Kermanshah Branch, Kermanshah University, Kermanshah, Iran.
  3. Assistant Professor, Department of Counseling, *Sanandaj* Branch, Islamic Azad University, *Sanandaj*, Iran.
  4. Assistant Professor, Department of Counseling, *Sanandaj* Branch, Islamic Azad University, *Sanandaj*, Iran.