نشریه مطالعات آموزشی، مرکز مطالعات و توسعه آموزش پزشکی دانشگاه علوم پزشکی ارتش
سال هفتم، شماره دوم، نیمسال دوم تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷
مقاله تحقیقاتی

# تبیین دیدگاه و تجربیات دانشجویان و مراقبین امتحان از معنوی‌سازی فضای امتحانات در دانشگاه

مهین نوملی[۱]، لیلا جویباری[۲]، اکرم ثناگو*[۳]

## چکیده

**مقدمه:** استفاده از فضاسازی معنوی در امتحانات باعث آرامش و احساس معنویت در دانشجویان می‌شود و ازطرفی تلفیق علم و معنویت برای ارائه الگو به جهان از ماموریت‌های دانشگاه‌هاست. هدف از این مطالعه، تبیین دیدگاه و تجربیات دانشجویان و مراقبین امتحان از معنوی سازی فضای امتحانات بود.

**روش‌ها:** این مطالعه به روش کیفی (تحلیل محتوی مرسوم) در دانشگاه علوم پزشکی گلستان در سال ۱۳۹۴ با استفاده از نمونه‌گیری مبتنی بر هدف بر روی ۶۷ دانشجو و مراقبین امتحان که تجربه شرکت در امتحانات را با فضاسازی معنوی داشتند، انجام شد. فضا سازی امتحانات شامل پخش آیه الکرسی در بدو شروع امتحان به مدت۲دقیقه، نصب پوسترهای محتوی ادعیه آرامش بخش و اذکار بر درب و دیوارهای سالن امتحانات در طول امتحانات بود. در پایان مطالعه، دیدگاه و تجربیات۵۰ نفر از دانشجویان و۱۷نفر از مراقبین امتحان که تجربه شرکت در فضای امتحان مورد مداخله را داشتند از طریق مصاحبه‌ی نیمه ساختارمند جمع‌آوری شد و نتایج مورد تجزیه و تحلیل قرارگرفت.

**نتایج:** مضمون اصلی این مطالعه، «تحول در شرایط و فضای امتحان» با سه مضمون فرعی «رسیدن به آرامش» «سالم‌سازی محیط امتحانات» و «تمرکز حواس» تبیین شد. مشارکت‌کنندگان فضای جلسه امتحان امسال را با سال گذشته متفاوت توصیف نمودند. آنان معتقد بودند که آرامش خاصی را تجربه کردند. این فضا مانع از تقلب در امتحان شده بود. احساس تکیه به خدا مانع از حواس پرتی و عملکرد خوب آن‌ها شده بود.

**نتیجه‌گیری:** یافته‌های این مطالعه نشان داد مداخله معنوی فضای امتحانات، باعث تحول در شرایط و فضای امتحان شده بود. آرامش، تمرکز حواس و محیطی سالم از پیامدهای معنوی‌سازی فضای امتحانات بود. اجرای چنین رویکردی در فضای امتحانات دانشجویان توصیه می‌شود.

**کلمات کلیدی:** معنویت، آموزش، دانشجو، امتحان

## مقدمه

در عصر حاضر که عصر رقابت‌های درسی و علمی می‌باشد، اضطراب امتحان روز به روز در حال افزایش است. اضطراب در مدت زمان برگزاری امتحانات در حد کم، سازنده و لازم بوده ولی اگر مقدار آن زیاد باشد، باعث اختلال و ایجاد محدودیت در فعالیت می‌گردد و زمینه‌ی بسیاری از بیماری‌ها

۱ـ دانشجوی کارشناسی ارشد پرستاری مراقبت ویژه، مرکز پژوهش‌های علمی دانشجویان، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران
۲ـ دانشیار، مرکز تحقیقات پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی گلستان، گرگان، ایران.
۳ـ دانشیار، مرکز تحقیقات پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی گلستان، گرگان، ایران (*نویسنده مسئول)
آدرس الکترونیکی: sanagoo@goums.ac.ir

و واکنش‌های نامناسب را فراهم می‌کند (۱).

اضطراب امتحان نوع شایعی از اضطراب عملکرد است که ۱۰ تا ۲۰ درصد دانشجویان به آن دچار می‌شوند (۲). برخی از دانشجویان در تمام مراحل امتحان اضطراب را تجربه می‌کنند و این امر سبب می‌شود که فرد علاوه بر پاسخ‌های رفتاری، پاسخ‌های شناختی نظیر کاهش توجه و تمرکز، افزایش فراموشی و حواس پرتی، افزایش میزان خطا، کاهش ظرفیت خلاقیت، غیرقابل پیش بینی شدن سرعت پاسخ‌ها، کاهش قدرت سازماندهی و نقصان حافظه کوتاه مدت و بلند مدت را از خود نشان دهد (۳). بنابراین؛ فرد دچار اضطراب امتحان اگرچه پاسخ سؤالات درسی را می‌داند، اما شدت اضطراب امتحان مانع از آن می‌شود که از معلومات خود استفاده نماید (۲). در نتیجه کارایی دانشجو در زمان اضطراب امتحان نسبت به زمانی که مشغول گوش دادن به درس می‌باشد کمتر می‌شود (۴). بدین ترتیب؛ با توجه به اثرات منفی این اضطراب بر عملکرد تحصیلی دانشجویان، اجرای برنامه‌های پیشگیری از این اضطراب ضروری است (۱). از میان روش‌های مقابله با اضطراب امتحان بیشتر از فنون شناختی رفتاری ذکر خدا و دعا کردن استفاده می‌شود (۵). قرآن کریم و روایات معصومان (ع) نیز درمان تمام نگرانی‌ها و اضطراب‌ها را یاد و ذکر خدا معرفی می‌کنند و آرامش را در توجه به خدا عنوان می‌نمایند (۶). به علاوه، در مطالعه‌ی کیفی با توجه به تاثیر قرآن بر تمامی ابعاد اضطراب امتحان و ارتقای ظرفیت‌های فردی، به منظور بهره‌گیری بیشتر از الطاف و نعمت‌های الهی، قرائت قرآن به تمامی دانشجویان به خصوص در ایام امتحانات توصیه شده است (۷). به علاوه، نشان داده شده است که پخش صدای قرآن در ساختمان اداری در زمان شروع کار منجر به بهبود سلامت روان کارکنان شده است. بنابراین، گوش دادن به قرآن توسط روانشناسان به منظور بهبود سلامت روانی و دستیابی به آرامش بیشتر نیز توصیه شده است (۸). در محیط‌های بالینی نیز از آوای قرآن به منظور کاهش استرس قبل از جراحی و به عنوان درمان مکمل استفاده شده است (۹، ۱۰). در مطالعه‌ای رابطه بین رشد معنویت و چگونگی مقابله با شرایط استرس‌زا در بین اینترن‌های رشته پزشکی مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان داد ارتباط بین رشد معنویت و سه بعد شاخص‌های مقابله با شرایط استرس‌زا معنی‌دار است. این بدین معنی است که رشد معنویت یکی از پیش‌بینی کننده‌های مهم روش مقابله با شرایط پر استرس دانشجویان محسوب می‌شود (۱۱). بنابراین با توجه به میزان بالای اضطراب امتحان در میان دانشجویان (۳) و بر اساس مطالعه‌ی مرور سیستماتیک مبنی بر این که ارزشیابی‌ها یکی از مهم‌ترین منابع استرس در محیط‌های آکامیک می‌باشند (۱۲) و از آن جایی که پخش ادعیه و اصوات قرآنی قبل از آزمون، می‌تواند در ایجاد آرامش روانی و کاهش اضطراب دانشجویان رشته‌های علوم پزشکی مفید واقع شود (۶) و نیاز به تلفیق معنویت در آموزش علوم پزشکی (۱۳) و نادیده گرفتن آن در عمل علی‌رغم اهمیت این مسئله در برنامه‌های استراتژیک آموزشی (۱۴). هدف از این مطالعه تبیین دیدگاه و تجربیات دانشجویان و مراقبین امتحان از معنوی‌سازی فضای امتحانات در دانشگاه می‌باشد.

## روش کار

این مطالعه به صورت کیفی (تحلیل محتوی مرسوم) در دانشگاه علوم پزشکی گلستان در سال ۱۳۹۴ انجام شد. جامعه پژوهش دانشجویان علوم پزشکی و مراقبین امتحان بودند. با استفاده از نمونه‌گیری مبتنی بر هدف بر روی ۶۷ دانشجو و مراقبین امتحان انجام شد. از ۵۰ نفر از دانشجویان و ۱۷ نفر از مراقبین امتحان که تجربه شرکت در فضای امتحان معنوی‌سازی شده را داشتند جهت مشارکت دعوت بعمل آمد. نمونه‌گیری مبتنی بر هدف و با حداکثر تنوع از نظر رشته، ترم، امتحانات، جنسیت بود. معیار ورود کلیه دانشجویان که تجربه شرکت در فضاسازی معنوی امتحانات را داشتند وارد مطالعه شدند. معیار خروج دانشجویانی بودند که به هر دلیلی در طول سه هفته امتحانات

شرکت نکرده بودند.

مداخله معنوی صورت گرفته شامل نصب پوسترهایی از ادعیه‌های آرامش‌بخش و اذکار ایام هفته در کلیه فضاها و سالن‌های امتحانی، پخش روزانه‌ی آیه‌الکرسی با ترتیل استاد شهریار پرهیزگار از طریق بلندگو در شروع تمامی جلسات امتحانی، مداخله ذکر شده در طول سه هفته امتحان انجام شد. با نظر مشاورین مذهبی دانشگاه، آیات شریفه‌ی «لاحول و لاقوه الا بالله»، «الا بذکر الله تطمئن القلوب»، اذکار ایام هفته (یا رب العالمین، یا ذالجلال والاکرام، یا قاضی الحاجات، یا ارحم‌الراحمین، یا حی و یا قیوم، لا اله الا الله الملک احق المبین)، دعای مطالعه (اللهم اخرجنی من ظلمات الوهم و اکرمنی بنور الفهم. اللهم افتح علینا ابواب رحمتک، وانشر علینا خزائن علومک، برحمتک یا ارحم‌الراحمین) و دعای امام صادق (ع) برای رفع فراموشی (صلی الله علی محمد و اله، اللهم انی اسئلک یا مذکر الخیر و فاعله و الامر به ذکرنی ما انسانیه الشیطان) از جمله آیات و اذکاری بودند که برای پوستر رنگی و نصب در فضای امتحانات انتخاب شدند.

در پایان مطالعه، تجربیات و دیدگاه شرکت‌کنندگان دانشجویان و مراقبین آزمون‌ها از معنوی‌سازی فضای امتحانات بررسی شد. به این منظور از مصاحبه‌ی نیمه ساختارمند جهت جمع‌آوری داده‌ها استفاده شد. برای تحلیل داده‌ها، کلیه مصاحبه‌ها ضبط و دست‌نویس شد و خط به خط خوانده و کدگذاری شد و سپس مطابق رویکرد تحلیل محتوای کیفی (content analysis) بر اساس تجمع کدها، تشابه و تمیز آن‌ها، طبقات ایجاد و برای هر طبقه یک مضمون انتخاب گردید. برای تبیین هر مضمون نیز در بخش نتایج نقل قول‌های مستقیم مشارکت‌کنندگان آورده شده است. در تمام فرآیند این مطالعه از جمع‌آوری تا تجزیه و تحلیل اطلاعات و گزارش یافته‌ها، رضایت آگاهانه، حفظ گمنامی مشارکت‌کنندگان، محرمانه بودن اطلاعات، حق کناره‌گیری در زمان دلخواه و کلیه مفاد اخلاق در پژوهش‌های پزشکی رعایت شده است.

## یافته‌ها

در این مطالعه تجربیات و دیدگاه ۶۴ مشارکت‌کننده شامل ۵۰ دانشجو، ۷ نفر عضو هیات علمی و ۷ نفر از مراقبین آزمون‌های این دانشکده تحلیل شد که مشخصات دموگرافیک آن‌ها به تفکیک دانشجو و عضو هیات علمی و مراقب آزمون در جدول ۱ نشان داده شده است.

مضمون اصلی این مطالعه، «تحول در شرایط و فضای امتحان» با سه مضمون فرعی «رسیدن به آرامش»، «سالم سازی محیط امتحان» و «تمرکز حواس» بوده است.

### مضمون اصلی: تحول در شرایط و فضای امتحان

مشارکت کنندگان بر این عقیده بودند که فضای امتحان امسال به دلیل پخش آیه الکرسی و استفاده از پوسترهای حاوی آیات و اذکار و ادعیه، متفاوت از گذشته بوده است. بسیاری از دانشجویان به جملاتی مانند مورد زیر اشاره داشتند:

«فضای جلسه امتحان امسال قطعا با سال گذشته تفاوت داشت. پخش آیه الکرسی از بلندگو قبل از برگزاری امتحان، شرایط را طوری متحول کرد که قابل پیش بینی برای ما نبود».

### مضمون فرعی: رسیدن به آرامش

فضای معنوی ایجاد شده از این مداخله‌ی آموزشی گویی آبی بر آتش بود. چنانچه کلیه دانشجویان، اساتید و مراقبین امتحان به چنان آرامشی رسیده بودند که وصف ناپذیر بود.

مراقب امتحان: یکی از مراقبین اظهار داشتند «پخش آیه الکرسی روی من به عنوان مراقب خیلی تاثیر داشت و به آرامش خاصی رسیده بودم.»

دانشجویان نیز اظهار داشتند:

دانشجو؛ «آخه امتحان امروز، آمار بود و خیلی سخت بود. بعد از تلاوت، آرامش خاصی بهم دست داد.»

دانشجو؛ «این فضای امتحان امروز کاملا تاثیر مثبتی از لحاظ آرامش بر روی من داشت، طوری که اصلا انتظار نداشتم به

**جدول ۱- مشخصات دموگرافیک مشارکت کنندگان به تفکیک دانشجو و عضو هیات علمی و مراقب امتحان**

| مشارکت کنندگان | متغیر | | تعداد ( درصد) |
|---|---|---|---|
| دانشجویان (تعداد= ۵۰ نفر) | سن ( میانگین ± انحراف معیار) ( سال) | | ۲۰/۷۸ ± ۱/۹۱ |
| | جنسیت | مرد | ۲۲ (٪ ۴۴) |
| | | زن | ۲۸ (٪ ۵۶) |
| | رشته تحصیلی | پرستاری | ۲۸ (٪ ۵۶) |
| | | مامایی | ۱۲ (٪۲۴) |
| | | بیهوشی | ۴ (٪ ۸) |
| | | تکنولوژی جراحی | ۶(٪ ۱۲) |
| | ترم تحصیلی (میانگین ± انحراف معیار) | | ۳ ± ۱ |
| اعضای هیات علمی و مراقبین امتحان (تعداد= ۱۴ نفر) | سن ( میانگین ± انحراف معیار) ( سال) | | ۴۶/۴۲ ± ۴/۵ |
| | جنسیت | مرد | ۷ (٪ ۵۰) |
| | | زن | ۷ (٪ ۵۰) |
| | تحصیلات | کارشناسی | ۳ (٪ ۲۱) |
| | | کارشناسی ارشد | ۵ (٪ ۳۶) |
| | | دکتری تخصصی | ۶ (٪ ۴۳ ) |

چنین آرامشی برسم.»

دانشجو؛ «قبل از امتحان طپش قلب شدیدی داشتم، اما وقتی آیه الکرسی پخش شد، کاملا برطرف شد و مثل ایندرال برام عمل کرد.»

دانشجو؛ «پوسترها به صورت تذهیب طراحی شده بود که حتی بدون وجود آیات و اذکار هم بهم آرامش می‌داد.»

هیات علمی: یکی از اعضای هیات علمی نیز تجربه خود را از تلاوت قرآن قبل از شروع امتحان عملی چنین توصیف می‌کند «من از سال ۱۳۸۶ تا الان مدرس فناوری اطلاعات در دانشکده هستم... هیچ موقع چنین جلسه امتحانی با آرامشی نداشتم، هیچ موقع. همیشه دانشجویان پشت در گریه و زاری می‌کردند، می‌رفتند و می‌آمدند و حتی پیش آمده بود که دانشجویی ۴ بار امتحان داده بود، حتی دانشجویانی داشتیم برای امتحانی که باید بیست دقیقه‌ای تمام بشه دو ساعت طول می‌داد اما این ترم علی رغم این که کامپیوترها عوض نشده‌اند بلکه قدیمی‌تر شده‌اند و محیط و فضا هم تغییری نکرده است، هیچ کدام تنش نداشتند، خودم هم خیلی آرام شده بودم، به نظرم همه چیز شبیه یک معجزه بود.....»

**مضمون فرعی: سالم سازی محیط امتحان**

اثرات معنوی پخش صوت دلنشین تلاوت قرآن، فضای امتحانی سالمی را در محیط آموزشی فراهم نمود. چنانچه یکی از مسئولین آموزشی بیان کردند:

مسئول آموزش؛ «پخش آیه الکرسی در ابتدای جلسه، فضای امتحانی سالمی را ایجاد کرد و خدا رو شکر می‌کنم که در این مدت مورد خاصی در جلسه امتحان مشاهده نشد.»

این سالم سازی محیط علاوه بر از بین بردن تقلب، باعث کاهش هرج و مرج و ایجاد سکوت و نظم خاص در فضای امتحان شده بود.

مسئول آموزش؛ «امسال بعد از پخش آیه الکرسی، بچه‌ها کاملا آرام شدند و دیگر با هم صحبت نمی‌کردند و در صندلی‌های خود قرار گرفتند و تذکرات مراقبین هم کمتر شده بود»

دانشجو؛ «هنگامی که سر جلسه امتحان بودیم، هر زمان که سرم را بلند می‌کردم، چشمم به این پوسترها می‌افتاد و باعث می‌شدکه دیگر به رفتارهای بدی مثل تقلب کردن فکر نکنم و حتی اگر قصد چنین کاری را داشتم، با دیدن آن‌ها از انجام آن منصرف می‌شدم، چرا که به یاد این می‌افتادم که همیشه و در همه حال باید به خدا توکل کرد و از او استعانت خواست نه از خلق خدا.»

**مضمون فرعی: تمرکز حواس**

دانشجویان از این جو معنوی حاکم بر فضای امتحان در جهت تمرکز حواس سود برده بودند. کسب اعتماد به نفس، احساس امنیت، نداشتن طپش قلب، کاهش اضطراب و دلهره، احساس قوت قلب که گویی دانشجویان به منبع لایزالی الهی متصل هستند. چنانچه یکی از دانشجویان این گونه اظهار داشت:

دانشجو؛ «حضور خدا را در جلسه امتحان حس کردم، به خدا تکیه کردم و احساس کردم که خدا هوامو داره و باعث شد مطالب را فراموش نکنم و آن‌ها را به خاطر بیاورم.»

دانشجوی دیگری گفت:

«پخش آیه الکرسی باعث شد بر سوالات متمرکز شوم و به رفت و آمد مراقبین که برایم مزاحمت داشت، توجه‌ای نمی‌کردم.»

سایر دانشجویان؛ «این پوسترها همش به من یادآوری می‌کرد که کسی مراقبم هست و به من اطمینان می‌داد.»

سایر دانشجویان؛ «خیلی از چیزها رو سر جلسه امتحان می‌تونستم اشتباه بنویسم، اما ننوشتم.»

## بحث و نتیجه‌گیری

مضمون اصلی این مطالعه، «تحول در شرایط و فضای امتحان» بوده است؛ به طوری که معنوی‌سازی فضای امتحان، تحولی در شرایط امتحان دانشجویان ایجاد کرده بود و دانشجویان آن را متفاوت از سال‌های گذشته تجربه کرده بودند. به علاوه؛ تجربیات و دیدگاه مشارکت کنندگان از معنوی سازی فضای امتحان به صورت «رسیدن به آرامش»، «سالم سازی محیط امتحان» و «تمرکز حواس» بوده است. فضای معنوی ایجاد شده ناشی از این مداخله‌ی آموزشی گویی آبی بر آتش بود. چنانچه کلیه دانشجویان، اساتید و مراقبین امتحان به چنان آرامشی رسیده بودند که وصف ناپذیر بود و اصلا انتظار آن را نداشتند. در مطالعه‌ی کیفی کوهستانی و همکاران (۱۳۹۲) در تبیین تجربیات دانشجویان پرستاری از انس با قرآن در کنترل اضطراب امتحان، اکثریت قریب به اتفاق دانشجویان بر این نکته اذعان داشتند که قرائت قرآن در کنترل اضطراب امتحان به خصوص قبل و حین امتحان بسیار ثمربخش بوده است (۷). در مطالعه‌ی معصومی و همکاران (۱۳۹۲)، میانگین اضطراب امتحان در میان ۶۰ دانشجوی علوم پزشکی در گروه استماع قرآن نسبت به استماع موسیقی کاهش قابل توجهی داشته است. اگر چه گوش دادن به آوای موسیقی مانند آوای قرآن کریم، قبل از امتحان، شیوه مؤثری برای کاهش اضطراب امتحان دانشجویان بوده است ولی آوای قرآن کریم در کاهش اضطراب امتحان مؤثرتر از آوای موسیقی بود (۱۵). در مطالعه‌ی صادقی (۱۳۹۰) با مروری بر مطالعات انجام شده در ایران به منظور بررسی تاثیر آوای قرآن بر سلامت طی سال‌های ۱۳۷۵ تا ۱۳۸۹، مرور ۵۰ مقاله‌ی مرتبط نشان داد که قرآن بر استرس، اضطراب جراحی، بارداری و باروری و کفایت دیالیز تاثیر دارد (۱۶). مجیدی (۱۳۸۲) نیز آوای قرآن را به عنوان روشی غیر دارویی، مطمئن و ارزان قیمت برای کاهش اضطراب بیماران قبل از جراحی و روش‌های تشخیصی تهاجمی معرفی کرد (۱۷). همچنین بین معنویت و توان سازگاری با استرس و بیماری و کاهش افسردگی و اضطراب ارتباط وجود دارد و اعتقادات معنوی عنصر کلیدی در امیدواری هستند (۱۸). اعمال مذهبی همچنین به عنوان عامل آرام بخشی توسط بیماران برای کاهش اضطراب، درد و افسردگی مورد استفاده قرار می‌گیرد (۱۹). بنابراین تلاوت قرآن قبل از شروع جلسه امتحان می‌تواند نقش مهمی را در به آرامش رسیدن دانشجویان ایفا نماید و آرامش بعد از

طوفان است. یکی از اهداف کاربردی این مداخله‌ی آموزشی، ایجاد آرامش و کاهش تنش فضای امتحان از طریق پخش آیه الکرسی و نصب پوسترهای محتوی آیات بود، در این مطالعه دانشجویان این فضا را متفاوت تجربه کردند. چنانچه یکی از دانشجویان بیان کرد: «این فضای امروز ذکر خدا را بهم یادآوری می‌کرد، هر طرف نگاه می‌کردم نوشته شده بود الا بذکر الله تطمئن القلوب و هر بار که نگران می‌شدم و چشمم به این‌ها می‌افتاد، دلم قرص و محکم می‌شد و با آرامش به پاسخ گویی به سوالات ادامه می‌دادم.» بنابراین، معنوی سازی فضای امتحانات با پخش آیه الکرسی و نصب اذکار و ادعیه می‌تواند به عنوان مداخله‌ای مطمئن و ارزان در ایجاد آرامش در دانشجویان قبل و حین امتحان در محیط‌های آموزشی مورد استفاده قرار بگیرد. به طوری که بسیاری از دانشجویان که از دانشکده‌های دیگری برای شرکت در آزمون دروس عمومی خود می‌بایستی به دانشکده پرستاری و مامایی می‌آمدند و در این مکان برای امتحان شرکت داشتند اظهار داشتند «کاش برای ما هم در دانشکده‌مان این کار را انجام دهند.» به علاوه؛ منجر به تلفیق علم و معنویت، حاکم شدن روح معنوی در محیط آموزشی و گامی در جهت اسلامی شدن دانشگاه‌های علوم پزشکی می‌باشد. از این رو، با توجه به روند رو به رشد مطالعات مربوط به تاثیر آوای قرآن کریم بر سلامت و آموزش پزشکی توسط محققین ایرانی، فرصت مناسبی است تا معاونت آموزشی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی همگام با معاونت درمان، به اتخاذ سیاست‌های آموزشی مبنی بر تلفیق معنویت در آموزش پزشکی و عملیاتی کردن نتایج پژوهش‌ها توجه نماید.

یافته‌های این مطالعه نشان داد که آرامش و کاهش تنش فضای امتحان از پیامدهای معنوی سازی فضای امتحانات از دیدگاه دانشجویان و دیگر مشارکت‌کنندگان بوده است. بنابراین با توجه به فرهنگ غنی ایرانی اسلامی و با توجه به این که اکثریت دانشجویان مسلمان هستند و به قدرت لایزال الهی، آیات قرآن مجید و آموزه‌های دینی اعتقاد راسخی دارند، پیشنهاد می‌شود که قبل از شروع امتحان و در تمامی ایام امتحانات برای دانشجویان آیاتی از قرآن کریم با صوتی دلنشین پخش شود که مقداری از تنش فضای امتحان بکاهد و دانشجویان با آرامش خاطر به پاسخ گویی به سوالات بپردازند.

## تشکر و قدردانی

از اداره‌ی آموزش دانشکده‌ی پرستاری و مامایی همچنین مرکز مطالعات و توسعه‌ی آموزش پزشکی دانشگاه علوم پزشکی گلستان به جهت همکاری در اجرای این فرایند آموزشی معنوی‌سازی در فضای امتحانات دانشجویان صمیمانه سپاسگزاری می‌نماییم.

## References

1- Hatami Z, Ardalan M. Assessment of the level of test anxiety in the students of the Kurdistan University of Medical Sciences & its related factors. Scientific Journal of Kurdistan University of Medical Sciences. 2010;14(4):99-105.
2- Sargolzaee M, Samari A, Keikhani A. Cognitive / behavioral approach and neuro-linguistic programming for the control of test anxiety. The quarterly journal of fundamentals of mental health 2003;5(17& 18):34-47.
3- Yousefi F. AHS, A Mohammadkhani M. Test anxiety level in medical students and its relationship with sexuality. Bimonthly of Education Strategies in Medical Sciences. 2013;6(3):141-5.
4- Hong E. Differential stability of individual differences in state and trait test anxiety. Learning and individual differences. 1998;10(1):51-69.
5- Narimany M, Eslamdost S, Gafary M. A causal investigation of test anxiety and its coping methods among college students. Quarterly Journal of Research and Planning in Higher Education. 2006;12(1):23-40.
6- Adarvishi S, Nasiri M, Ganjou M, Asadi M. The effect of Tavasol Prayer on reducing test anxiety of newly registered nursing students of Ahvaz Jundishapur University of Medical Sciences. 2014.
7- Kohestani H, Baghcheghi N, Hekmatpou D. Exploring the

Experiences of the Effect of Holy Quran Reading on Test Anxiety among Nursing Students: A Qualitative Study. Journal of Qualitative Research in Health Sciences. 2014;2(4):379-92.

8- Mahjoob M, Nejati J, Hosseini A, Bakhshani NM. The effect of Holy Quran voice on mental health. Journal of religion and health. 2016;55(1):38-42.

9- Mirbagher Ajorpaz N, Aghajani M, Shahshahani Ms. The effects of music and Holy Quran on patient's anxiety and vital signs before abdominal surgery. Evidence Based Care. 2011;1(1):63-76.

10- Mir Bagher AjorPaz N, Ranjbar N. Effects of Recitation of Holy Quran on Anxiety of Women before Cesarean Section: A Randomize Clinical Trial. Qom Univ Med Sci J. 2010;4(1):15-9.

11- Fatemi Mirmoseed, Zare Mohammad, Kharazi Afra Fatemeh, Kharazi Afra Mohammad. A Study on the Relationship Between Spiritual Development and How to Cope with Stressful Conditions among Medical Interns of Islamic Azad University, Tehran Medical Unit. Journal of Medical Sciences, Islamic Azad University, Spring 2014, Volume 24, Number 1; From page 49 to page 53

12- Pulido-Martos M, Augusto-Landa J, Lopez-Zafra E. Sources of stress in nursing students: a systematic review of quantitative studies. International Nursing Review. 2012;59(1):15-25.

13- Memaryan N, Rassouli M, Nahardani SZ, Amiri P. Integration of Spirituality in Medical Education in Iran: A Qualitative Exploration of Requirements. Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine. 2015;2015:7.

14- Sadeghifar J, Bahadori M, Baldacchino D, Raadabadi M, Jafari M. Relationship between career motivation and perceived spiritual leadership in health professional educators: a correlational study in Iran. Global journal of health science. 2014;6(2):145.

15- Masoumy MAG, Mahasti A Akbari, Zahra. A comparative Study on the Effects of Holly Quran and Music Sound on Student,s Text Anxiety. complementary Medicine Journal. 2013;3(2):471-80.

16- Sadeghi H. Voice of Quran and health: A review of performed studies in Iran. Quran Med. 2011;1(1):33-7.

17- Majidi S. Recitation Effect of Holy Quran on Anxiety of Patients Before Undergoing Coronary Artery Angiography. Journal of Guilan University of Medical Sciences. 2004;13(49):61-7.

18- O'Neill DP, Kenny EK. Spirituality and chronic illness. Image: The Journal of Nursing Scholarship. 1998;30(3):275-80.

19- Akhbardeh M. Role of spiritual beliefs and prayer in health promotion of chronic patients: A qualitative study. Quran and Medicine. 2011;2011(1, Summer [En]):5-9.

# Explaining the Views and Experiences of Students and Examiners on the Spiritualization of Exams' Space in University

Mahin Nomali[1], Leila Mahasti Jouybari[2], Akram Sanagoo[3*]

## Abstract

**Introduction:** Using Spiritual Spacing in Exams makes students feel calm and feel spiritual, and combine science and spirituality to provide a model to the world of university missions. The purpose of this study was to explain the views and experiences of students and examiners on the spiritualization of the exams' atmosphere.

**Methods:** This study was performed in quantitative (semi-experimental) and qualitative (conventional content analysis) applications in Golestan University of Medical Sciences in 1394 or using objective sampling for 67 students and examiners. The intervention included the broadcast of Al-Ashrafi verse for 2 minutes each day, the installation of posters containing the relaxation claim and the weekly notes on the walls of the exams hall for three weeks in two semesters during the examinations. At the end of the study, the views and experiences of 50 students and 17 examiners who had experience in the field of intervention were interviewed through a semi-structured interview and analyzed by content analysis.

**Results:** The main theme of this study was "evolution in test conditions" with three sub-themes "relaxation", "healthy exercise environment" and "focus". Participants described the session space this year differently from last year. They believed that they experienced a certain calm, which prevented the cheating from being tried. The sense of reliance on God prevented distraction and good performance.

**Conclusion:** The findings of this study showed that the intervention of the exams' atmosphere caused a change in the conditions and the test space. Relaxation, concentration of senses, and a healthy environment were the consequences of the spiritualization of the exams' atmosphere. Implementing such an approach is recommended in the student exams space.

**Keywords:** Spirituality, Education, Student, Quiz

1- Student of Critical Care Nursing (MS.c), Students` Scientific Research Center (SSRC), Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran.
2- Associate Professor, Nursing Research Center, Golestan University of Medical Sciences, Gorgan, Iran.
3- (*Corresponding Author)Associate Professor, Nursing Research Center, Golestan University of Medical Sciences, Gorgan, Iran. E-mail: sanagoo@goums.ac.ir