

## نقش تکلیف شب در شکل‌گیری استرس دانش‌آموزان مقطع ابتدایی و والدین آن‌ها در شهر رفسنجان: سال ۱۳۹۷

پروین آقامحمدحسینی<sup>۱</sup>، زهرا زین‌الدینی میمند<sup>۲\*</sup>، محمدرضا مختاری<sup>۳</sup>، سهیل ارفعی<sup>۴</sup>

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۳/۱۵

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۱۰/۲۶

### خلاصه

**مقدمه:** تکلیف شب، علاوه بر اثرات مثبت بر یادگیری، به دلیل حجم زیاد، ناتوانی دانش‌آموز در انجام یا تداخل با فعالیت‌های لذت‌بخش می‌تواند اثرات منفی بر هیجان‌ات دانش‌آموزان داشته باشد. از طرفی، هیجان‌ات فرزندان، تأثیر مستقیم بر احساسات، واکنش‌ها و هیجان‌ات والدین دارد. مطالعه حاضر با هدف تعیین نقش تکلیف شب در شکل‌گیری استرس دانش‌آموزان مقطع ابتدایی و والدین آن‌ها انجام شد.

**مواد و روش‌ها:** در این مطالعه توصیفی، ۲۶۳ دانش‌آموز از دو گروه از مدارس با تکلیف شب و بدون تکلیف شب شهر رفسنجان در سال ۱۳۹۷، به شیوه تصادفی وارد مطالعه شدند. پس از اخذ رضایت آگاهانه، دانش‌آموزان، پرسشنامه استاندارد استرس فرزندان ناشی از تکلیف شب و والدین آن‌ها، پرسشنامه استرس والد ناشی از تکلیف شب و مقیاس استرس درک شده را تکمیل نمودند. داده‌ها، با استفاده از آزمون‌های پارامتری من ویتنی و ضریب همبستگی اسپیرمن تجزیه و تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** میزان استرس دانش‌آموزان با تکلیف شب به طور معنی‌داری بیشتر از میزان استرس دانش‌آموزان بدون تکلیف شب بود ( $p=0/039$ ). همچنین، میزان استرس والدین گروه با تکلیف شب بیشتر از والدین گروه بدون تکلیف شب بود ( $p<0/001$ ). اما، والدین گروه بدون تکلیف شب، درک از استرس بیشتری نسبت به گروه دیگر داشتند ( $p<0/001$ ).

**نتیجه‌گیری:** به نظر می‌رسد تکلیف شب عاملی استرس‌زا برای دانش‌آموز و والدین آن‌هاست. از طرفی، والدین دانش‌آموزان بدون تکلیف شب نیز از نوعی استرس نهفته رنج می‌برند که شاید به دلیل عدم آگاهی از میزان آموخته‌های فرزند خود باشد هرچند مطالعات بیشتر در این زمینه لازم است.

**واژه‌های کلیدی:** تکلیف شب، استرس، دانش‌آموز، والدین، رفسنجان

۱- استادیار، گروه روان‌پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، رفسنجان، ایران.

۲- استادیار، گروه روان‌شناسی و علوم تربیتی، واحد کرمان، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمان، ایران. (نویسنده مسئول)  
پست الکترونیکی: zeinaddiny@gmail.com، تلفن: ۰۳۴۳۳۲۱۰۴۳

۳- دانشجوی دکتری، گروه روان‌شناسی و علوم تربیتی، واحد کرمان، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمان، ایران، مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت، دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، رفسنجان، ایران.

۴- دانشجوی پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، رفسنجان، ایران.

## مقدمه

در گذشته، محفوظات یک دانش‌آموز، ملاک یادگیری بود اما امروزه تعریف یادگیری تغییر یافته و اهداف پیشتر و بالاتری از یادگیری برای دانش‌آموزان در نظر گرفته شده است [۱]. اندیشمندان حوزه روان‌شناسی، یادگیری را چنین تعریف نموده‌اند: «یادگیری، تغییری است که در توانایی انسان ایجاد شده، برای مدتی باقی می‌ماند و نمی‌توان آن را به سادگی به فرآیندهای رشد کسب شده نسبت داد» [۲]. یکی از عوامل مهم در تحقق یادگیری، تکلیف در خانه (Homework) یا به عبارتی مشق شب است و در هر دوره آموزشی و مدیریتی، متناسب با برداشتی که از یادگیری وجود دارد تکلیف شب نیز به اشکال متفاوت وجود داشته است. تکلیف شب به آن دسته از فعالیت‌های درسی اطلاق می‌شود که در یادگیری‌های کلاسی جهت انجام دادن در خارج از کلاس درس و مدرسه برای دانش‌آموزان تعیین می‌شود. این مسئله، دلیلی است بر این که معلمان از تکلیف شب به عنوان تمرین جهت یادگیری و توانایی استفاده می‌کنند [۳]. نزدیک به ۹ دهه است که اکثر والدین، معلمان و متخصصین معتقدند تکلیف شب، دانش‌آموزان را در کسب نمرات بهتر یاری می‌نماید [۴]. عمدتاً تکلیف شب از وظایفی است که به منظور تکمیل آموزش در مدرسه و برخی اوقات نیز به عنوان وسیله‌ای برای دستیابی به اهداف دیگر آموزش و پرورش مانند استقلال در انجام امور [۵]، رشد بیشتر در جنبه‌های مختلف شناختی-تحصیلی [۶] و عاطفی [۷]، مسئولیت‌پذیری و تبدیل مطالعه به عادت برای دانش‌آموزان در کشورهای مختلف انجام می‌گیرد.

در برخی کشورها از جمله ایران، به دلایل مختلف، نظام آموزشی بخشی از وظایف خود را به خانواده‌ها محول می‌کند. به این ترتیب، خانه تبدیل به مدرسه می‌شود. اینجاست که تداخل نقش‌ها به وجود می‌آید [۸] و از آن هولناک‌تر وقتی است که دانش‌آموزی به یکی از اختلالات روان‌پزشکی مانند پرخاشگری (Aggression)، اختلال بیش‌فعالی-کم‌توجهی (Attention deficit hyperactivity disorder, ADHD) یا نافرمانی مقابله‌ای (Oppositional defiant disorder, ODD) دچار باشد. در این زمان، تکلیف شب، عاملی جهت

وجود تنش‌های والد-فرزند شده و اضطراب را در طرفین بیشتر نموده و جو عاطفی خانواده را تحت تأثیر خود قرار می‌دهد. بنابراین، بخشی از اضطراب والدین، ناشی از تنش میان والدین و فرزندان به دلیل اشکال در نحوه و کیفیت انجام تکلیف شب است. از طرفی، بخشی از نگرانی والدین ناشی از ابهام در میزان آموخته‌ها و یادگیری فرزندان می‌باشد [۹]. Talaie Zavareh عقیده دارد یکی از عواملی که ممکن است در دانش‌آموزان استرس ایجاد کند، ابهام در میزان تکالیفی است که در درس مشخصی از آن‌ها خواسته می‌شود. این ابهام زمانی منجر به استرس می‌شود که دانش‌آموز احساس کند از پیشرفت بازمی‌ماند [۱۰]. Noury و همکارانش دریافتند استرس‌های تحصیلی و ارتباطی، بیشترین شیوع را در میان دانش‌آموزان دارد [۱۱]. Kazemi و همکارانش دریافتند تمرین فعال در کلاس بدون ارائه "تکلیف شب" و "تکلیف شب آزاد" در مقایسه با "تکلیف شب اجباری" سبب بهبود نگرش تحصیلی دانش‌آموزان دوم ابتدایی می‌شوند [۱۲]. Katz نشان داد بین استرس والدین و فرزندان ناشی از تکلیف شب ارتباط قوی وجود دارد [۱۳].

در سال‌های اخیر "مدرسه بدون کیف" (No bag school, Bagless School) در سطح کشور با هدف ارتقاء سطح آموزشی و پرورشی دانش‌آموزان تأسیس شده است، این نوع مدارس برای اولین بار در سال ۱۹۶۷ در ایتالیا آغاز بکار کردند. هدف از تأسیس این مدارس کمک به بهبود وضعیت تحصیلی دانش‌آموزانی بود که دچار شکست تحصیلی می‌شدند، اما به تدریج کار آنان جنبه اجتماعی وسیعی به خود گرفت. همچنین این نوع برنامه‌ها برای کودکانی که مشکلات تحصیلی عمیقی ندارند اما به یک محیط آرام برای انجام تکالیف و نظارت و سرپرستی یک بزرگسال با صلاحیت نیازمندند بسیار مفید است. مدرسه بدون کیف یکی از مفاهیمی است که در کشورهای توسعه‌یافته به عنوان راهبردی آموزشی در حال اجراست و کشورهای در حال توسعه نیز این سیاست کلان آموزشی را با جدیت دنبال کرده‌اند تا آنجا که اکنون کشوری مانند ترکیه، مدرسه بدون کیف را مهم‌ترین سیاست آموزشی خود در مقاطع ابتدایی و راهنمایی می‌داند [۱۴]. طبق نظر اندیشمندان حوزه کودک، کودکانی که

ابتدا نام دبستان‌های سنتی شهر از مدیریت آموزش و پرورش اخذ و بر طبق مناطق سه‌گانه این مدیریت لیست شد. سپس از هر منطقه یک دبستان به شیوه تصادفی ساده با استفاده از قرعه‌کشی انتخاب شد. اسامی دانش‌آموزان ۳ دبستان منتخب لیست شده و به تعداد حجم نمونه محاسبه شده (۱۳۲ نفر)، شرکت‌کنندگان به شیوه تصادفی ساده با استفاده از جدول اعداد تصادفی انتخاب شدند. در ۳ مدرسه کیف در مدرسه نیز، اسامی دانش‌آموزان لیست شد و به تعداد حجم نمونه مورد نظر (۱۳۱ نفر)، دانش‌آموزان به شیوه تصادفی ساده با استفاده از جدول اعداد تصادفی انتخاب شدند (تقریباً ۴۳ نفر از هر مدرسه).

معیارهای ورود به مطالعه شامل عدم سابقه بیماری روان‌پزشکی شناخته شده و یا تحت درمان در دانش‌آموز، عدم طلاق والدین طی سه ماهه اخیر، عدم فوت یکی از افراد خانواده در جه یک دانش‌آموز در یک ماه اخیر و عدم وجود بیماری صعب‌العلاج در دانش‌آموز (صرع، کانسرس، ...) بود. معیار خروج نیز عدم پاسخگویی کامل به پرسشنامه بود.

سپس، هدف از مطالعه برای والدین دانش‌آموزان منتخب توضیح داده شده و رضایت آگاهانه کسب شد. چک‌لیست مطالعه شامل سن، میزان تحصیلات و شغل والدین و همچنین پرسشنامه استرس والد-فرزند ناشی از تکلیف شب، در پاکت‌های در بسته به والدین تحویل داده شده و از آنان درخواست گردید پس از تکمیل، به مدرسه تحویل دهند. دانش‌آموزان نیز پرسشنامه استرس والد-فرزند ناشی از تکلیف شب و چک‌لیست مطالعه شامل سن و جنس را در مدرسه تکمیل نمودند. برای دانش‌آموزان منتخب مقطع اول دبستان نیز، پرسشنامه توسط یکی از مجریان مطالعه برای آن‌ها قرائت و پاسخ‌های آنان درج گردید [۱۳].

پرسشنامه جمعیت‌شناختی شامل مشخصات دانش‌آموز از جمله سن و جنس بود. در این مطالعه، از پرسشنامه استرس والد-فرزند ناشی از تکلیف شب (Parent's Inventory for Homework Stress, Child's Inventory for Homework Stress) استفاده شد. این پرسشنامه، برای اولین بار توسط Levin و همکاران (۱۹۹۷) تهیه شد. سؤالات این پرسشنامه، از مصاحبه‌های انجام شده با والدین و کودکان سنین مختلف در مورد تجربیات خود در زمینه تکالیف و

استرس دارند، تغییراتی در حالت و رفتارشان رخ می‌دهد. اگر کودکی استرس داشته باشد کج‌خلق شده، مدام گریه می‌کند، از فعالیت‌ها کناره‌گیری می‌کند، بلاتکلیف است و در مورد خودش بدگویی خواهد کرد. همچنین ممکن است از سردرد و دل‌درد شکایت کند و یا تغییراتی در خواب و اشتهايش مشاهده شود. کودکانی که استرس دارند، با آماده شدن برای مدرسه هم مشکل دارند و حتی ممکن است از رفتن به مدرسه امتناع کنند [۱۵]. استرس‌های زندگی، نقش تعیین‌کننده‌ای در سلامت روانی و جسمانی دارند و به‌ویژه با آسیب‌های روانی و اجتماعی متعددی همراه هستند. شناسایی استرس‌های دانش‌آموزان، مبنای اساسی برای طراحی و تدوین برنامه‌های مختلف پیشگیرانه می‌باشد. مطالعاتی که به بررسی استرس ناشی از تکلیف شب در دانش‌آموزان پرداخته باشند بسیار محدودند. والدین نیز در این زمینه تا کنون بررسی نشده‌اند. بدین منظور، مطالعه حاضر با هدف تعیین نقش تکلیف شب در شکل‌گیری استرس دانش‌آموزان مقطع ابتدایی و والدین آن‌ها در شهر رفسنجان: سال ۱۳۹۷ انجام شد.

## مواد و روش‌ها

جامعه پژوهش این مطالعه توصیفی که موفق به دریافت کد اخلاق دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان به شماره IR.RUMS.REC.1397.037 شد شامل دانش‌آموزان ۱۲-۶ ساله مشغول به تحصیل دبستان‌های شهر رفسنجان در سال ۱۳۹۷ بود. حجم نمونه با استفاده از مطالعه Liaghatdar و همکارانش [۱۴] و پارامترهای  $(\mu_1=27/73, \sigma_1=4/65, \mu_2=29/39, \sigma_2=3/64, \alpha=0/05, \beta=0/10)$  و با استفاده از رابطه

$$n = \frac{(Z_{1-\frac{\alpha}{2}} + Z_{1-\beta})^2 (\sigma_1^2 + \sigma_2^2)}{(\mu_1 - \mu_2)^2}$$

، ۱۳۲ نفر محاسبه گردید.

در این مطالعه، دو نوع مدرسه وارد مطالعه شد: مدارس بدون تکلیف شب یا به عبارتی کیف در مدرسه (شامل ۳ مدرسه) و مدارس با تکلیف شب (که در این مطالعه مدارس سنتی نامیده می‌شود) (سایر مدارس شهر). شرکت‌کنندگان از بین دو نوع مدرسه، به شیوه تصادفی ساده بر اساس قرعه‌کشی انتخاب شدند.

امتیازات به صورت معکوس محاسبه می‌شود. در کل، دامنه نمرات بین صفر تا ۵۶ بوده و کسب نمره کمتر به معنای استرس درک شده پایین‌تر می‌باشد [۱۷]. آلفای کرونباخ این پرسشنامه در مطالعه Bastani و همکارانش، ۰/۸۸ [۱۸] و در مطالعه حاضر ۰/۷۹ محاسبه شد. در مطالعه حاضر، مجموع نمرات پدر و مادر در پرسشنامه‌های مذکور به عنوان نمره والدین در نظر گرفته شد [۱۳].

در نهایت، اطلاعات افراد و پاسخ‌های پرسشنامه و چک‌لیست کدگذاری شده و وارد نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ گردید. نتایج برای متغیرهای کمی به صورت "انحراف معیار  $\pm$  میانگین" و برای متغیرهای کیفی به صورت "تعداد (در صد)" گزارش شد. پیش‌فرض‌های آماری بررسی شد. چولگی نمرات استرس دانش‌آموزان خارج از محدوده نرمال بود. همچنین، سطح معنی‌داری آزمون کولموگروف اسمیرنوف در خصوص متغیرهای پژوهش معنی‌دار شد ( $p < 0.05$ ). لذا از آزمون‌های آماری من ویتنی و ضریب همبستگی اسپیرمن جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شد. سطح معنی‌داری آزمون‌ها،  $0.05 \leq$  بود.

### یافته‌ها

از ۲۶۳ دانش‌آموز بررسی شده، ۱۳۲ نفر (۵۰/۲٪) دارای تکلیف شب و ۱۳۱ نفر (۴۹/۸٪) بدون تکلیف شب بودند. همچنین، ۱۲۸ نفر (۴۶/۸٪) دختر و ۱۳۵ نفر (۵۳/۲٪) پسر بودند. توزیع فراوانی جنسیت بین دو گروه معنی‌دار نبود. تحصیلات پدران و مادران بررسی شد. بیشترین فراوانی، مربوط به گروه تا دیپلم بود (به ترتیب ۱۳۵ نفر = ۵۱/۳٪ و ۱۶۰ نفر = ۶۰/۸٪). توزیع فراوانی تحصیلات پدران بین دو گروه دانش‌آموز با تکلیف شب و بدون تکلیف شب معنی‌دار بود ( $p = 0.013$ ). اما توزیع فراوانی تحصیلات مادران بین دو گروه دانش‌آموز معنی‌دار نبود. توزیع فراوانی تحصیلات پدران، تحصیلات مادران و محل سکونت نیز بین دو گروه دانش‌آموز با تکلیف شب و بدون تکلیف شب معنی‌دار نبود. میانگین سن کل دانش‌آموزان  $9.38 \pm 1.53$  سال بود (دامنه ۱۲-۶ سال). میانگین سن دانش‌آموزان با تکلیف شب  $9.40 \pm 1.56$  و دانش‌آموزان بدون تکلیف شب  $9.37 \pm 1.52$  سال بود

همچنین ادبیات مربوطه تعریف می‌شود [۱۶]. سپس این پرسشنامه توسط محققین دیگر بسط داده شد که نسخه نهایی آن شامل ۲۰ سؤال می‌باشد که از دو بخش تشکیل شده است: بخش مربوط به دانش‌آموز (۱۰ سؤال) و بخش مربوط به والدین (۱۰ سؤال). از کودکان و والدین خواسته شد که فراوانی رفتار خاصی را که در هنگام انجام تکلیف شب با آن برخورد داشته‌اند با استفاده از یک مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از ۱ (تقریباً هرگز) تا ۵ (همیشه) مشخص نمایند (همه گزینه‌ها به یک شیوه نمره‌گذاری می‌شوند). از رفتارهای توصیف شده، ۱۰ مورد مربوط به رفتارهای کودک (به عنوان مثال: «من معمولاً تکلیف شب را دیروقت انجام می‌دهم»، «والدینم به من می‌گویند وقتی در حال انجام تکلیف هستم درست بنشینم»، و ۱۰ مورد مربوط به عمل والدین (مثلاً «من تکالیف فرزندم را کنترل می‌کنم» یا «من به فرزندم می‌گویم که هنگام انجام تکلیف به درستی بنشیند») است. بنابراین دامنه نمرات از ۱۰ تا ۵۰ متغیر است. کسب نمره بیشتر نشانه استرس بیشتر می‌باشد. آلفای کرونباخ این پرسشنامه برای کودکان ۰/۸۲ و برای والدین ۰/۸۷ محاسبه شده است. روایی درونی بین آیتم‌های این پرسشنامه در مورد رفتارهای کودکان ۰/۹۱ و والدین ۰/۹۵ محاسبه شده است [۱۳]. آلفای کرونباخ این پرسشنامه در مطالعه حاضر برای بخش دانش‌آموز ۰/۷۶ و برای والدین ۰/۸۲ محاسبه شد.

استرس درک شده (درک از استرس) به وسیله پرسشنامه استرس درک شده (Perceived stress scale) که توسط Cohen و همکارانش در سال ۱۹۸۳ طراحی شده است سنجیده شد. این ابزار برای تعیین میزان شناخت افراد از استرس خود در مقابل رویدادهای غیرقابل پیش‌بینی و غیرقابل کنترل زندگی بسیار مناسب می‌باشد. برای مثال "در ماه گذشته، چند بار به دلیل اتفاقی که غیرمنتظره رخ داده ناراحت شده‌اید" یا "در ماه گذشته، چند بار احساس کردید که نتوانستید موارد مهم زندگی خود را کنترل کنید". این پرسشنامه ۱۴ سؤال دارد و دامنه نمرات از صفر تا ۴ در مقیاس لیکرت بوده و پاسخگویی به صورت صفر (هرگز)، یک (به ندرت)، دو (گاهی اوقات)، ۳ (بیشتر اوقات) و چهار (تمام اوقات) است. در مورد سؤالات مثبت (۴، ۵، ۶، ۷، ۹، ۱۳، ۱۰)

(جدول ۱). ( $t=0/144$ ,  $p=0/885$ )جدول ۱- شاخص‌های توصیفی جنسیت، تحصیلات والدین، شغل والدین، محل سکونت و سن نمونه‌های مورد بررسی ( $n=263$ )

متغیر	گروه	با تکلیف شب ( $n=132$ )	بدون تکلیف شب ( $n=131$ )	مجموع	P
جنسیت	دختر	۶۵ (۴۹/۲)	۶۳ (۴۸/۱)	۱۲۸ (۴۸/۶)	۰/۸۵۲
	پسر	۶۷ (۵۰/۸)	۶۸ (۵۱/۹)	۱۳۵ (۵۱/۵)	
	بی‌سواد	۵ (۳/۸)	۰ (۰)	۵ (۱/۹)	
تحصیلات پدر: تعداد (درصد)	ابتدایی	۴۴ (۳۳/۳)	۲۸ (۲۱/۴)	۷۲ (۲۷/۴)	۰/۰۱۳
	تا دیپلم	۶۱ (۴۶/۲)	۷۴ (۵۶/۵)	۱۳۵ (۵۱/۳)	
	دانشگاهی	۲۲ (۱۶/۷)	۲۹ (۲۲/۱)	۵۱ (۱۹/۴)	
تحصیلات مادر: تعداد (درصد)	تا دیپلم	۸۰ (۶۰/۶)	۸۰ (۶۱/۱)	۱۶۰ (۶۰/۸)	۰/۸۸۵
	دانشگاهی	۳۶ (۲۷/۳)	۳۳ (۲۹/۸)	۶۹ (۲۶/۲)	
	بیکار	۲۴ (۱۸/۲)	۳۰ (۲۲/۹)	۵۴ (۲۰/۵)	
شغل پدر: تعداد (درصد)	آزاد	۵۴ (۴۰/۹)	۵۰ (۳۸/۲)	۱۰۴ (۳۹/۵)	۰/۶۳۷
	کارمند	۵۴ (۴۰/۹)	۵۱ (۳۸/۹)	۱۰۵ (۳۹/۹)	
	خانه‌دار	۶۳ (۴۷/۷)	۶۷ (۵۱/۱)	۱۳۰ (۴۹/۴)	
شغل مادر: تعداد (درصد)	آزاد	۱۷ (۱۲/۹)	۱۴ (۱۰/۷)	۳۱ (۱۱/۸)	۰/۷۹۹
	کارمند	۵۲ (۳۹/۴)	۵۰ (۳۸/۲)	۱۰۲ (۳۸/۸)	
	شهر	۸۳ (۶۲/۹)	۷۸ (۵۹/۵)	۱۶۱ (۶۱/۲)	
محل سکونت: تعداد (درصد)	روستا	۴۹ (۳۷/۱)	۵۳ (۴۰/۵)	۱۰۲ (۳۸/۸)	۰/۶۱۴

\* نوع آزمون: کای اسکوتر، \*\* نوع آزمون: دقیق فیشر،  $p \leq 0/05$  اختلاف معنی‌دار

تکلیف شب به طور معنی‌داری از استرس والدین دانش‌آموزان بدون تکلیف شب بیشتر بود ( $p=0/004$ ). اما، میانگین نمرات درک والدین دانش‌آموزان دارای تکلیف شب از استرس به طور معنی‌داری از میانگین نمرات درک والدین دانش‌آموزان بدون تکلیف شب کمتر بود ( $p < 0/001$ ) (جدول ۲).

میانگین نمرات استرس کودکان، استرس والدین و درک والدین از استرس در جدول ۲ آورده شده است. نتایج آزمون من‌ویتنی نشان داد میانگین نمرات استرس دانش‌آموزان دارای تکلیف شب به طور معنی‌داری از میانگین نمرات استرس دانش‌آموزان بدون تکلیف شب بیشتر بود ( $p=0/039$ ). همچنین، میانگین نمرات استرس والدین دانش‌آموزان دارای

جدول ۲- میانگین، میانه و صدک‌های ۲۵ و ۷۵ مقادیر استرس کودکان، استرس والدین و درک والدین از استرس در دو گروه دانش‌آموزان ۱۲-۶ ساله شهر رفسنجان با تکلیف شب ( $n=132$ ) و بدون تکلیف شب ( $n=131$ )

متغیر	گروه	انحراف معیار $\pm$ میانگین	میانه	صدک ۲۵، صدک ۷۵	P
استرس کودکان	با تکلیف شب	$14/43 \pm 3/05$	۱۴/۰	۱۵/۰، ۱۲/۰	۰/۰۰۴
	بدون تکلیف شب	$13/64 \pm 3/07$	۱۳/۰	۱۵/۰، ۱۲/۰	
استرس والدین	با تکلیف شب	$15/15 \pm 2/05$	۱۵/۰	۱۶/۰، ۱۳/۲۵	<0/001
	بدون تکلیف شب	$13/87 \pm 1/85$	۱۴/۰	۱۵/۰، ۱۲/۰	
درک والدین از استرس	با تکلیف شب	$13/06 \pm 1/92$	۱۳/۰	۱۴/۰، ۱۱/۲۵	<0/001
	بدون تکلیف شب	$14/73 \pm 2/44$	۱۵/۰	۱۷/۰، ۱۲/۰	

\* نوع آزمون: من ویتنی،  $p < 0/05$  اختلاف معنی‌دار

دانش‌آموزان بدون تکلیف شب، استرس فرزندان با استرس والدین و درک والدین از استرس ارتباط معنی‌داری نداشت (جدول ۳).

ضرایب همبستگی پیرسون نشان داد در گروه دانش‌آموزان با تکلیف شب، استرس فرزندان با استرس والدین و درک والدین از استرس ارتباط معنی‌داری نداشت. همچنین، در گروه

جدول ۳- ضرایب همبستگی استرس دانش‌آموزان با استرس والدین و درک والدین از استرس در دو گروه دانش‌آموزان ۱۲-۶ ساله شهر رفسنجان با تکلیف شب و بدون تکلیف شب

گروه	متغیر	استرس والدین	درک والدین از استرس
با تکلیف شب	استرس فرزندان	$\rho = -0.073$ $p = 0.405$	$\rho = -0.094$ $p = 0.282$
بدون تکلیف شب	استرس فرزندان	$\rho = -0.162$ $p = 0.065$	$\rho = -0.072$ $p = 0.409$

نوع آزمون: ضریب همبستگی اسپیرمن،  $p < 0.05$  ارتباط معنی‌دار

## بحث

مطالعه حاضر با هدف تعیین نقش تکلیف شب در شکل‌گیری استرس دانش‌آموزان مقطع ابتدایی و والدین آن‌ها انجام شد. نتایج این مطالعه نشان داد استرس دانش‌آموزان دارای تکلیف شب به طور معنی‌داری از استرس دانش‌آموزان بدون تکلیف شب بیشتر بود. نتایج مطالعه Pressman و همکارانش همسو با مطالعه حاضر بود. این محققین دریافتند تکلیف شب، متغیری استرس‌زا برای دانش‌آموزان است [۱۹]. Kouzma و همکارانش نیز دریافتند میزان ساعات‌های کاری انجام تکالیف درسی با استرس و همچنین میزان ساعت انجام تکلیف شب در منزل با اختلالات خلقی ارتباط داشت [۲۰]. Abhar و همکارانش اعتقاد دارند که تکلیف شب با اضطراب همراه است. لذا در مطالعه خود، درمان‌های شناختی رفتاری را در کاهش اضطراب ناشی از تکلیف شب به کار بردند [۹]. Annous نیز در مطالعه خود دریافت تکلیف شب، از عوامل افزایش اضطراب دانش‌آموزان بود [۲۱]. بنابراین می‌توان بیان داشت که تکلیف شب، با استرس دانش‌آموزان ارتباط دارد که این استرس به دلایل مختلف از جمله مداخله با فعالیت‌های لذت‌بخش و مطلوب رخ می‌دهد.

همکارش در بررسی تعدادی از دانش‌آموزان دبیرستانی آمریکا نشان دادند ۴۹٪ از آنان به انجام ۲-۳ ساعت فعالیت روزانه درسی اضافه می‌پرداختند در حالی که احساس می‌کردند اگر زمانی را به فعالیت‌های خارج از خانه اختصاص دهند بهتر می‌توانند روی دروس تمرکز کنند. این افراد اعتقاد داشتند تکالیف درسی و موفقیت تحصیلی را فدای اوقات فراغت می‌کنند. همچنین این محققین گزارش نمودند که دانش‌آموزان برای اینکه در دور رقابت با سایر همکلاسان عقب نمانند تکلیف شب را به تعویق انداخته و به کارهای متعدد دیگر روی می‌آوردند که این مسئله با استرس ناشی از عدم انجام تکلیف شب همراه بود [۲۵]. به نظر می‌رسد برای دانش‌آموزانی که به فعالیت‌های دیگری در خارج از مدرسه متعهد هستند، تکلیف شب، فعالیتی اضافه و استرس‌زا در زندگی است.

شواهد نشان می‌دهد که دادن تکلیف زیاد به دانش‌آموزان می‌تواند تأثیرات مخربی بر ابعاد مختلف سلامتی آن‌ها داشته باشد. نتایج مطالعه‌ای نشان داد که تکلیف شب به میزان زیاد باعث اختلال خواب گردیده و بهداشت خواب در دانش‌آموزان با تکلیف شب کمتر، از کیفیت بهتری برخوردار بود [۲۲]. Sun و همکارانش دریافتند دانش‌آموزان کلاس پنجم در شانگهای (چین)، میزان تکلیف شب بیش از حد معمول دارند که این امر با کاهش مدت‌زمان خواب، بر بهداشت خواب تأثیر نامطلوب دارد [۲۳].

برخی دانش‌آموزان تکلیف شب را عاملی مداخله‌گر در انجام فعالیت‌های رضایت‌بخش خارج از مدرسه می‌دانند. نتایج مطالعه Coumts نیز تأییدی بر این مسئله بود [۲۴]. Sallee و

رفتاری کودک برای مادران و پدران وجود دارد [۲۹] که با نتایج مطالعه حاضر همسو بودند هرچند در جوامع مختلف انجام گرفته بودند.

نتایج این مطالعه نشان داد تکلیف شب با استرس کودکان و والدین ارتباط دارد. لازم است مطالعات بیشتر در جمعیت‌ها و فرهنگ‌های متعدد انجام شود تا بهتر بتوان بر اساس نتایج آن‌ها، تصمیماتی جهت کاهش استرس ناشی از تکلیف شب دانش‌آموزان اتخاذ کرد. کاهش استرس دانش‌آموزان علاوه بر اثرات مثبت بر یادگیری، باعث کاهش بروز اختلالات و ناهنجاری‌های فردی و اجتماعی در آینده دانش‌آموزان خواهد شد.

از جمله محدودیت‌های این مطالعه، عدم بررسی پایگاه اقتصادی-اجتماعی خانواده و نیز عملکرد تحصیلی و وضعیت پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان بود. این مسئله، می‌تواند دقت یافته‌ها را با چالش مواجه سازد و نمی‌توان نتیجه‌گیری کاملی ارائه داد. لذا بررسی متغیرهای ذکرشده در مطالعات بعدی، می‌تواند در ارائه نتایج کامل‌تر و جامع‌تر، کمک‌کننده باشد.

**نتیجه‌گیری:** نتایج مطالعه حاضر حاکی از این بود که میزان استرس دانش‌آموزان و والدین دانش‌آموزانی که تکلیف شب دارند از میزان استرس دانش‌آموزان و میزان استرس والدین دانش‌آموزان بدون تکلیف شب بیشتر بود اما درک والدین از استرس دانش‌آموزان بدون تکلیف شب، بیشتر بود. این مسئله، استرس نهفته‌ای را در والدین دانش‌آموزان بدون تکلیف نشان می‌دهد. لذا لازم است سیستم آموزشی جهت بهبود وضعیت بهداشت روان دانش‌آموزان و مدارس، علاوه بر مطالعات بیشتر در خصوص کارآیی مدارس بدون تکلیف، در برنامه‌های آموزشی، تجدید نظر نماید.

### تعارض منافع

در این پژوهش هیچ‌گونه تعارض منافعی توسط نویسندگان گزارش نشده است.

### سهم نویسندگان

پروین آقامحمد حسنی، مشاوره علمی، زهرا زین‌الدینی نگارش مقاله و ویرایش، محمدرضا مختاری، تحلیل داده‌ها و سهیل

نتایج این مطالعه نشان داد که نمرات استرس والدین دانش‌آموزان دارای تکلیف شب به طور معنی‌داری از استرس والدین دانش‌آموزان بدون تکلیف شب بیشتر بود. والدین، درگیری زیادی با انجام امور درسی دانش‌آموزان در مقاطع مختلف تحصیلی دارند. در مقاطع ابتدایی، دانش‌آموزان، درک درستی از تدریس و نحوه انجام تکالیف ندارند لذا درگیری و دخالت والدین، بیشتر از نوع آموزش مفاهیم پایه و انجام درست امور درسی جهت پیشگیری از برخورد دانش‌آموز با معلم است در حالی که در سنین بالاتر، درگیری والدین با امور درسی، از نوع پیشرفت تحصیلی به جهت پلی برای رسیدن به موقعیت‌های بهتر تحصیلی دانشگاهی و شغلی است. در مدارس بدون کیف یا بدون تکلیف، والدین درگیری مستقیم به مدت زیاد با امور درسی فرزندان خود ندارند. بدین معنا که از سوی مدرسه، تأکید چندانی بر درگیری والدین در امور درسی نمی‌شود اما والدین، بنا به احساس مسئولیت ذاتی، خود را درگیر مسائل تحصیلی می‌کنند [۲۶].

همچنان که در مطالعه حاضر، میزان استرس والدین دانش‌آموزان بدون تکلیف کمتر بود اما درک این والدین از استرس بیشتر از والدین دانش‌آموزان با تکلیف شب بود. هرچند، والدین دانش‌آموزان بدون تکلیف شب، درگیری مستقیمی با مسائل درسی ندارند اما نگرانی نهفته‌ای در آن‌ها به دلیل انجام ندادن تکالیف درسی در منزل وجود دارد. این والدین، همواره، نگرانند که آیا برنامه تحصیلی آموزشی فرزندان، به درستی پیش می‌رود؟ این نگرانی بدین علت است که آن‌ها، انجام مستقیم تکالیف شب را در منزل نمی‌بینند [۱۹]. لذا، همواره نگرانی نهفته‌ای از میزان یادگیری و پیشرفت تحصیلی فرزند خود دارند. اما والدین دانش‌آموزان با تکلیف شب، هرچند، درگیری بیشتری با انجام امور تحصیلی و تکلیف فرزند خود دارند اما در هر صورت، با پایان یافتن تکلیف، درک والدین از استرس کاهش خواهد یافت و به روز بعد ماکول نخواهد شد [۲۷]. Vameghi و همکارانش در یافتن مادرانی که کودک با تأخیر تکاملی دارند دارای استرس بیشتر و حمایت اجتماعی درک شده کم‌تر نسبت به مادران دارای کودک طبیعی بودند [۲۸]. Torabi و همکارانش نیز دریافتند یک رابطه دو طرفه بین استرس والدین و مشکلات

ارفعی، جمع‌آوری داده‌ها را در این مطالعه بر عهده داشتند.

کلیه دانش‌آموزان و والدین آن‌ها که با صبر و بردباری در این مطالعه شرکت نمودند اعلام می‌دارند. همچنین، از معاونت محترم پژوهشی دانشکده پزشکی و نیز مجموعه کارکنان معاونت محترم تحقیقات و فن‌آوری دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان به دلیل حمایت‌های معنوی قدردانی می‌گردد.

## تشکر و قدردانی

نویسندگان این مقاله، مراتب قدردانی و تشکر خود را از

## References

1. Shabani H. Education skills, Methods and Techniques of Teaching. 3th ed. Tehran: Samt Pub; 2019: 414 p. [Persian]
2. Woolfolk A. Educational Psychology. 14nd ed. Canada: Pearson; 2018:768.
3. Seif AA. Measurement and evaluating educational. 7nd ed. Tehran: Doran pub; 2017:112 p. [Persian]
4. Fernández-Alonso R, Álvarez-Díaz M, Suárez-Álvarez J, Muñiz J. Students' achievement and homework assignment strategies. *Frontiers in Psycholog.* 2017;8:286.
5. Hampshire PK, Butera GD, Dustin TJ. Promoting homework independence for students with autism spectrum disorders. *Intervention in School and Clinic* 2014;49(5):290-7.
6. Yousefzadeh H, Sarandi P. The Effect of Homework on Mathematics Achievement of Sixth Grade Elementary School Students in Urmia. *Journal of educational sciences* 2017;10(37):35-50. [Persian]
7. Naraghi zadeh A, samadi P, Razawi MSZ. The role of Homework in academic performance of students from perspective of teachers. *Quarterly journal of new thoughts on education* 2016;12(2):63-94. [Persian]
8. Cooper H, Lindsay JJ, Nye B. Homework in the home: How student, family, and parenting-style differences relate to the homework process. *Contemporary educational psychology* 2000;25(4):464-87.
9. Abhar Zanjani F, Touzadeh Jani H, Amiri M. The effectiveness of cognitive skills training based on stress reduction on students' night homework anxiety. *Journal of Fundamentals of Mental Health* 2019;21(2):116-22. [Persian]
10. Talaie ZSH. Stress management in school. *School management* 2010;9(3):22-4. [Persian]
11. Noury R, Kelishadi R, Ziaoddini H. Study of Common Stresses among Students in Tehran. *Journal of Isfahan Medical School* 2010;28(105):123-34. [Persian]
12. Kazemi Y. The effect of homework and active workout on students attitude. *Journal of psychology* 2007;10(3):365-78. [Persian]
13. Katz I, Buzukashvili T, Feingold L. Homework stress: Construct validation of a measure. *The Journal of Experimental Education* 2012;80(4):405-21.
14. liaghatdar M, Sabzevar M, Abedi A. The comparison of social Skills components of primary students at without bag schools and public schools of Isfahan. *New Educational Approaches* 2015;10(1):105-20. [Persian]
15. Sadock B, Sadock V. kaplan&sadock's synopsis of psychiatry behavioral sciences. 11 nd ed. USA: Lippincott, Wiliams & Wilkins; 2015: 1472.
16. Levin I, Levy-Shiff R, Appelbaum-Peled T, Katz I, Komar M, Meiran N. Antecedents and consequences of maternal involvement in children's homework: A longitudinal analysis. *Journal of Applied Developmental Psychology* 1997;18(2):207-27.
17. Cohen S, Kamarck T, Mermelstein R. A global measure of perceived stress. *Journal of health and social behavior* 198324(4):385-96.
18. Bastani F, Pourmohammadi A, Haghani H. Relationship between perceived stress with spiritual health among older adults with diabetes registered to the association of diabetes prevention and control in Babol, 2013. *Journal of hayat* 2014;20(3):6-18. [Persian]
19. Pressman RM, Sugarman DB, Nemon ML, Desjarlais J, Owens JA, Schettini-Evans A. Homework and family stress: With consideration of parents' self confidence, educational level, and cultural background. *The American Journal of Family Therapy* 2015;43(4):297-313.
20. Kouzma NM, Kennedy GA. Homework, stress, and mood disturbance in senior high school students. *Psychological Reports* 2002;91(1):193-8.
21. Annous I.(dissertation). Homework is associated with anxiety in students. Towson: Maryland Goucher College; 2017: 141.



22. Kalenkoski CM, Pabilonia SW. Time to Work or Time to Play: The Effect of Student Employment on Homework, Housework, Screen Time, and Sleep. 1nd ed .U.S: BiblioGov; 2013: 12.
23. Sun W-q, Spruyt K, Chen W-j, Jiang Y-r, Schonfeld D, Adams R, et al. The relation among sleep duration, homework burden, and sleep hygiene in Chinese school-aged children. Behavioral sleep medicine 2014;12(5):398-411.
24. Coutts PM. Meanings of homework and implications for practice. Theory into practice 2004;43(3):182-8.
25. Sallee B, Rigler N. Doing our homework on homework: How does homework help? English Journal 2008;98(2):46-51.
26. Sabzevar M, Javad LM, Abedi A. The Comparison of the Social-emotional Learning Aspects of Students of Public and no bag Schools. Journal of Management and Planning in Educational Sciences 2011;4[6]:81-94. [Persian]
27. Cooper H, Steenbergen-Hu S, Dent AL. APA educational psychology handbook, Application to learning and teaching, Homework. 1nd ed. Washington, DC: American Psychological Association; 2012: 475-95.
28. Vameghi R, Amir Aliakbari S, Sajedi F, Sajjadi H, Alavimajd H, Hajighasemali S. Comparison of stress and perceived social support in mothers of 6-18 month-old children with and without developmental delay. Journal of hayat 2015;21(3):74-87. [Persian]
29. Torabi M, Jadidi M, Taghilou S. The Comparison of Mental Image of the Body, Cognitive Emotion Regulation and Coping Styles in Unmarried and Married Women. Journal of Psychology New Ideas 2018;2(6):1-10.

# The Role of Homework in the Formation of Stress in Elementary School Students and their Parents in Rafsanjan in 2018

Agha Mohammad Hasani P<sup>1</sup>, Zeinaddiny Meymand Z<sup>2</sup>, Mokhtaree MR<sup>3</sup>, Arfaei S<sup>4</sup>

1- Assistant prof, Dept. of Psychiatry, Rafsanjan University of Medical Sciences, Rafsanjan, Iran.

2-Assistant prof, Dept. of Psychology and Educational Sciences, Kerman Branch, Islamic Azad University, Kerman, Iran. (Corresponding Author)

Email: zeinaddiny@gmail.com, Tel: 03433210043

3- Ph.D. candidate, Dept. of Psychology and Educational Sciences, Kerman Branch, Islamic Azad University, Kerman, Iran, Social Determinants of Health Research Center, Rafsanjan University of Medical Sciences, Rafsanjan, Iran.

4- Medical student, Rafsanjan University of Medical Sciences, Rafsanjan, Iran.

Received: 16 January 2020 Accepted: 4 May 2020

**Introduction:** The homework, in addition to its positive effects on learning, can have negative effects on students' emotions, which have, in turn, a direct effect on parents' feelings, reactions, and emotions. This study aims to investigate the contribution of homework to the formation of stress in elementary school students and their parents.

**Material and methods:** In this descriptive study, 263 students were recruited from two groups of homework and non-homework schools by random sampling in Rafsanjan (2018). After informed consent, the students completed the Child's Inventory for Homework Stress, and their parents completed the Parent's Inventory for Homework Stress and Perceived Stress Scale. Data were analyzed by nonparametric tests, including Mann–Whitney U and Spearman coefficient.

**Results:** The stress of students with homework was higher than those without significantly ( $p=0.039$ ). Additionally, the stress of parents was higher in the homework group than those in the non-homework group ( $p<0.001$ ). However, the parents of the non-homework group had a greater perception of stress than the other group ( $p<0.001$ ).

**Conclusion:** It seems that homework is a stressful factor for both students and their parents. Also, parents of non-homework students suffer from some sort of latent stress, which may be due to the lack of awareness of what their children have learned. Further studies are needed in the field.

**Keywords:** Homework, Stress, Student, Parents, Rafsanjan

---

### Please cite this article as follows:

Agha Mohammad Hasani P, Zeinaddiny Meymand Z, Mokhtaree MR, Arfaei S. The Role of Homework in the Formation of Stress in Elementary School Students and their Parents in Rafsanjan in 2018. *Community Health journal* 2020; 14 (1): 50-59.

**Ethical approval:** This study was approved by the Ethics Committee of Rafsanjan University of Medical Sciences (IR.RUMS.REC.1397.037).

**Funding:** No government funding.

**Conflict of interest:** There is no conflict of interest regarding the publication of this article.