

توصیف رفتار	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	خیلی کم
۴- قبل از شروع آزمون حالت تهوع دارد.	%	%	%۲/۹۴	%۸/۸۲	%۸۸/۲۴
۵- نسبت به شرکت در آزمون بی علاقه است.	%	%	%۱۷/۶۵	%۱۷/۶۵	%۶۴/۷۱
۶- قبل از آزمون رفتارهای عجولانه انجام می دهد.	%۵/۸۸	%۵/۸۸	%۱۱/۷۴	%۲۹/۴۱	%۴۷/۰۶
۷- تمرکزی در مورد خواندن سؤال های آزمون ندارد (برای فهمیدن سؤال ها باید چندبار آن را بخواند)	%	%	%۲/۹۴	%۲۰/۵۹	%۲۹/۴۱
۸- پاسخ سؤال ها را به خاطر نمی آورد.	%	%	%۱۴/۷۱	%۲۰/۵۹	%۶۴/۷۱
۹- موقع آزمون دادن نگران است.	%۵/۸۸	%۲/۹۴	%۸/۸۲	%۲۳/۵۳	%۵۸/۸۲
۱۰- موقع آزمون دادن کمی دستش می لرزد.	%	%	%۲/۹۴	%۱۷/۶۵	%۷۹/۴۱
۱۱- موقع آزمون دادن قلبش سریع تر از حد معمول می زند.	%۲/۹۴	%۲/۹۴	%۸/۸۲	%۱۷/۶۵	%۶۷/۶۵
۱۲- قبل از آزمون عملکردش را بد ارزیابی می کند.	%	%	%۵/۸۸	%۲۰/۵۹	%۷۳/۵۳
۱۳- نگران پایان یافتن وقت آزمون است.	%۲/۹۴	%۱۱/۷۶	%۱۷/۶۵	%۵/۸۸	%۶۱/۷۶
۱۴- نگران خوب یا بد شدن نتیجه آزمون است.	%۸/۸۲	%۱۷/۶۵	%۱۷/۶۵	%۸/۸۲	%۴۷/۰۶
۱۵- هر موقع از طرف معلم مورد سؤال قرار می گیرد نگران است.	%۵/۸۸	%	%۲۳/۵۳	%۲۰/۵۹	%۵۰/۰۰

با توجه به نتایجی که در جدول فوق ثبت شده، خوش بختانه در بیشتر رفتارها والدین موارد «کم» و «خیلی کم» را در نظر گرفتند و این نشان دهنده این است که دانش آموزان اضطراب کمی در مورد آزمون آنلاین تجربه می کنند که تا حدودی طبیعی است و تغییرات به وجود آمده توانسته است از میزان اضطراب آن ها کم کند.

مواردی که قابل تأمل هست جملات شماره ۷ و ۱۵ است که می تواند مورد بررسی مجدد قرار گیرد البته لازم به ذکر است که این رفتارها می تواند به عوامل دیگری مثل عدم تسلط به مطالب درسی یا مشکلات شخصیتی دانش آموز (خجالتی بودن) مربوط باشد. ■

## من ۷۲۹۱۱۵۲۱ هستم!

■ زهرا فاتحی نصرآبادی، رابط فرهنگی دبیرستان دخترانه دوره دوم

بعد دوباره و سه باره و ده باره این ایبات را زمزمه و زمزمه کردم. هزار بار هم که می خواندم، سیر نمی شدم... گویا فقط از خود سعدی بر می آید که با جادوی سخنش خود را تشویق کند: بر حدیث من و حسن تو نیفزاید کس / حد همین است سخندانی و زیبایی را؛ بله حد همین است! شعر را برایش فرستادم و او سه استیکر برایم فرستاد: یکی قلب های ریز و درشت قرمز که به مرور، تعدادشان زیاد می شد و از صفحه گوشی محو می شدند. دیگری: ممنونم از محبتتون. و سومی: برای وجودتان شکر. این سومی بدجوری حال من را خوب کرد! باورش کردم... عین شعر سعدی! یک نفر از خداوند بابت به وجود آوردن من تشکر کرد! چه موهبت بزرگی! اطرافمان پر است از این موهبت های بزرگ و دلایل موجه برای شاد بودن و شکرگزاری. توضیح: آن دوست فرهیخته، سرکار خانم حیدری، مدیر دبیرستان دخترانه دوره دوم جوادالائمه هستند. ■

هرگاه برای انجام کاری به اداره مربوطه مراجعه کرده ام؛ هیچ کس به صورتم نگاه نکرده است، به رویم لبخند زنده است، به سخنانم گوش نداده است، شعرم را نشنیده است و به تخصصم وقعی ننهاده است، تنها از من سؤال شده: کد پرسنلی؟ و من سی سال در پاسخ، عددی هشت رقمی را خشک و بی روح تکرار کرده ام، اصلاً خود این عدد شده ام! و نفهمیده ام چرا بی هویتیم؟ چه دردی به جانم افتاده و چرا الکی غمگینم... چرا هیچ چیز شادم نمی کند و چرا ته دلم غمی قرص و محکم نشسته و تکان نمی خورد... اما امروز یک نفر مرا فهمید و در پشت این عدد هشت رقمی مرادید!

دوستی از بنده خواست برای سخنرانی به مناسبت اول مهر و بازگشایی مدارس، چند جمله و شعر متفاوت و زیبا در اختیارش بگذارم؛ ناگهان چند بیت از سعدی به ذهنم خطور کرد، شیفته وار این ایبات ۲۴ عیار شیخ را در نهایت عشق و شهود و با تمام وجود برایش نوشتم:

هرگلی نوکه در جهان آید  
ما به عشقش هزار دستانیم  
تنگ چشمان نظر به میوه کنند  
ما تماشاکنان بستانیم