

مستوى الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي

بشير زناتي

طالب دكتوراه تخصص العمل و الصحة العقلية ، جامعة مستغانم

- هدف البحث الحالي إلى التعرف على مستويات الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي .

- التعرف على الفروق في الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي بين الذكور و الإناث .

- التعرف على الفروق في الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي التي تعزى للتخصص العلمي و طبيعة الإقامة .

التعريف الإجرائي :

الصحة النفسية : إحساس الطالب بالسعادة و الرضا و الانسجام مع الذات والآخريين ليكون متوافق مع دراسته و التي يعبر عنها بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الصحة النفسية من إعداد الدكتورة بشرى أحمد جاسم العكايشي .

تطور الصحة النفسية 1-

1-1- الصحة النفسية في الفكر الإغريقي:

مع بداية العصر الإغريقي بدأت المعتقدات في التغير بحيث اتجهت الآراء تدريجياً نحو الاعتقاد بوجود أسباب طبيعية تؤدي إلى حدوث الاضطرابات العقلية والنفسية بدلا من نسبتها إلى أسباب دينية أو سحرية، وقد حدث هذا التغيير بسبب فحص تلك الاضطرابات ودراستها في إطار مفاهيم إنسانية وتبعاً للعوامل الطبيعية ذات العلاقة بمجالات الصحة والمرض والسواء وعدمه⁽¹⁾.

إن فلاسفة الإغريق أمثال "أبو قراط" و"أمبيد" (400 ق- م) أخذوا بالتفسير العضوي لما يصيب الإنسان من اضطرابات نفسية فالإنسان عندهم نفس وجسد، فالنفس هي الروح و الجسد يتكون من الأصول الأربعة للكون النار والتراب والهواء والماء، وأي اختلال على هذه المجموعة يؤدي إلى اضطراب نفسي وهو مؤشر دال على سوء الصحة النفسية فإذا غلب أي عنصر من العناصر الأربعة يوجد لدى الفرد استعداداً مرضياً⁽²⁾.

1-2- الصحة النفسية في الفكر الروماني :

لقد برز في هذا العصر الطبيب جالينوس الذي دعم وجهة نظر أبو قراط في ضرورة البحث عن الأسباب الطبيعية للمرض أو الاضطراب، وبوفاة جالينوس انتهت فترة الصحوة العلمية التي سادت في مجال الصحة النفسية وقد حاول بعض الأطباء استخدام بعض وسائل العلاج التي تقوم على فكرة التضاد فيقدمون للمريض شراب النبيذ البارد أثناء جلوسه في حمام بخاري ساخن بهدف المحافظة على توازن الجسم، كما ظهرت فكرة أخرى تنادي

إشكالية الدراسة

يعيش الإنسان في عالم كثير التغير في كل مجالات الحياة، والعلم من المواضيع المهمة التي يحتاج إليها كل مجتمع ليصل إلى مرحلة الازدهار والرقي و احتلال مركز مرموق في ركب الحضارة ، وكل ذلك يحتاج إلى أفراد ذو صحة نفسية مرتفعة أي أن هناك علاقة بين التقدم العلمي ومستويات الصحة النفسية، هذا ما يجعل من موضوع الصحة النفسية يأخذ مكانة خاصة في عجلة البحث العلمي خاصة لدى المجتمعات المتقدمة حيث أصبح الاهتمام موضوع الصحة النفسية في علاقته ببعض المتغيرات مثل دراسة النعاس (2005) حيث هدفت إلى التعرف على مصادر الضغوط المهنية التي يتعرض لها العاملون في الشركة العامة للكهرباء و دراسة درويش (1999) جودة الصحة النفسية و دراسة زهران (1995) بعنوان العلاقة بين جوانب الصحة النفسية و الرضا المعني لدى الطالب و حرجي شعبة التعليم الابتدائي بكليات التربية .

مما سبق تقديمه تتبين أهمية الصحة النفسية في تطور العلم و عليه تتمثل إشكالية الدراسة في معرفة مستويات الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي بجامعة عبد الحميد ابن باديس بمحاولة الإجابة عن التساؤلات التالية :

1 - ما مستويات الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي .

2 - هل هناك فروق في الصحة النفسية تعزى للجنس .

3 - هل هناك فروق في الصحة النفسية تعزى للتخصص العلمي.

4 - هل هناك فروق في الصحة النفسية تعزى لطبيعة الإقامة .

فرضيات الدراسة :

1 - هناك فروق في الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي تعزى للجنس .

2 - هناك فروق في الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي تعزى للتخصص العلمي .

2 - هناك فروق في الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي تعزى لطبيعة الإقامة .

أهداف الدراسة :

باستخدام العلاج البيئي في التعامل مع الاضطرابات العقلية والنفسية كالعلاج بالاسترخاء والتدليك وممارسة النشاطات الجماعية.

وبالرغم من كل الأفكار المتقدمة التي تبنتها بعض فئات الأطباء والمعالجين في العصر الروماني . إلا أن أغلبية المعالجين يرجعون أسباب حدوث اضطرابات الصحة النفسية إلى مس الجن والتحالف مع الشياطين مما جعلهم يعذبون المرضى والمضطربين عقليا و نفسيا لبث الخوف في نفوس هذه الأرواح الشريرة، مما يجبرها على مغادرة جسم المريض إلى الأبد.⁽³⁾

1-3- الصحة النفسية في الفكر الإسلامي:

تتميز العصور الإسلامية باعتمادها على الدين الإسلامي كمصدر للهداية و التشريع.

أشار القرآن الكريم إلى مرض القلوب في أكثر من موضع، يقول تعالى: "في قلوبهم مرض فزادهم الله مرضا" ويقول: "وليقول الذين في قلوبهم مرض و الكافرون ماذا أراد الله بهذا مثلا" , واستنادا إلى هذه الإشارات صار "طب القلوب" في تراثنا الفكري الإسلامي مرادفا لعلم الأمراض النفسية.

وقد تحدث القرآن الكريم عن أحوال النفس الإنسانية، وأشار إلى النفس الأمارة بالسوء والتي تزين لصاحبها الشهوات. والنفس اللوامة، عندما تكون مغالبة تعنف صاحبها وتهدده بالعقاب، والنفس المطمئنة التي تخاف ربها وتمثل لأوامره فهي النموذج الذي يسعى إليه الإنسان المسلم وهي النموذج الأكمل للصحة النفسية. وقد اهتم الإسلام بالجسد وحث على المحافظة عليه لقوله عليه الصلاة والسلام: "تداووا فإن الذي خلق الداء خلق الدواء".

إن سلامة الجسد من العلل وسلامة النفس من الهم والحزن شرطان ضروريان للصحة النفسية، أشار إليها القرآن الكريم والسنة النبوية. معظم مفكري المسلمين اعتبروا الإنسان كلا متكاملًا مكونًا من ثلاث قوى، النفس الجسد والروح ممتزجة، متداخلة لا يمكن الفصل بينهما.⁽⁴⁾

أما ابن المسكوية فيدقق في تعريفه للنفس العاقلة فينا أنها بمثابة المجهر الذي يستدرك شيئا كثيرا من خطأ الحواس في مبادئ أفعالها، فالنفس ليست بجسم ولا بجزء من جسم ولا حال من أحوال الجسم، وإنما شيء آخر مفارق للجسم بجوهره

وأحكامه وخواصه وأفعاله. حدد بن المسكوية قوى متباينة للنفس: القوة الناطقة توظف الدماغ والقوة الشهوية تستعمل البدنوهو بهذا التقسيم لا يفكك النفس بل يريد أن يؤكد فكرة انسجام هذه القوى فمن بين المحكات التي تميز الشخص الصحيح نفسيا أن يكون سعيدا، شريفا، عادلا، انيكون متعاونًا ومتفاعلا مع الجماعة،

أن يحب ويحب وأن يكون قنوعا ويعرف عيوب نفسه فإذا تحققت في فرد ما فقد أفلح وتمتع بالصحة النفسية.⁽⁵⁾

يرى ابن المسكوية أن هناك مصدران أساسيان يتسببان في اضطراب الصحة النفسية للفرد وهما اللذات النفسية واللذات المادية والاجتماعية وللمحافظة على الصحة النفسية يجب على الفرد استبدال هذه اللذات بأخرى تناسب وقدره الإنساني باعتباره كائنا عاقلا لقوله مسكوية في ذلك: "وجب على من يريد حفظ صحته أن يركن إلى غاية تتفق وطبيعته الخاصة، أي طبيعة العقل والتفكير" وان يهدب الملكات النفسية كشرط ثاني لتحقيق الصحة النفسية.⁽⁶⁾

أما أبو حامد محمد الغزالي المصلح الديني الاجتماعي، أخذ بفكرة ثنائية البدن والنفس، واعتبر البدن من عالم الأرض، أما النفس جوهر روحاني من عالم الملكوت لا تتحلل وتنفى بفناء البدن ورفض فكرة حبس النفس في البدن لأنها جوهر، والجوهر لا يحل بمحل و لا يسكن مكان، لكن النفس تحتاج إلى البدن في رحلتها من الدنيا إلى الآخرة، في قول الغزالي: "فالبدن مركب النفس إلى الآخرة"

وقد ألد الغزالي على أهمية إشباع جميع الدوافع لسعادة الإنسان وأدرجها حسب ضرورتها لبقاء الفرد و حفظ النوع. فوضع الدوافع الفردية أولا ويقصد بها الفيزيولوجية ، تليها الدوافع الاجتماعية و المتصلة بالعائلة والمجتمع، فالدوافع القيمة وهي ميول تتصل بحب الدين والحقيقة والخير والجمال.⁽⁷⁾

وظهر تعريف الصحة النفسية بتحقيق التوازن عند الغزالي الذي قسم دوافع النفس إلى قسمين، دوافع الهوى (أو بواعث الدنيا) ودوافع الهدى (أو بواعث الدين).

ويقرر الغزالي أن القلب السليم (أي النفس المتمتعة بصحة نفسية) قلب نمت فيه بواعث الإيمان وعمر بالتقوى، وركى بالرياضة وطهر من الخبائث.

1-4- الصحة النفسية وعلم النفس الحديث :

اعتمد المؤرخون سنة 1979م بداية لظهور علم النفس الحديث، وهو التاريخ الذي افتتح فيه العالم الألماني "فونت" أول مخبر نفسي لدراسة الظواهر النفسية بنفس مناهج العلوم الطبيعية .

ولقد تعددت الأفكار التي طرحتها المدارس النفسية فيما يخص موضوع الصحة النفسية سنوجزها في الأتي :

1-4-1 الصحة النفسية والتحليل النفسي:

1-4-1-1 أفكار فرويد : أثرى سيغموند فرويد ميدان الصحة النفسية بما قدمه من افتراضات ، مازال الكثير منها يتعامل معها حتى الآن ، واتسع مجال التعامل مع هذه الافتراضات ليشمل

الحياة مع الشعور بالنشاط و القوة والعافية, في هذه الحالة درجة مرتفعة نسبيا من التوافق النفسي والاجتماعي, مع علاقات اجتماعية طيبة. (11)

3- الصحة النفسية و التوافق:

3-1 مفهوم التوافق النفسي:

هو مفهوم مستمد من علم البيولوجية حيث يستخدم مصطلح التكيف, و يعنى درجة الملائمة بين الكائن الحي والظروف الطبيعية التي يعيش فيها حتى يستطيع البقاء .

وقد انتقل هذا المفهوم إلى علم النفس تحت اسم التوافق, وعنى درجة الملائمة بين الفرد والظروف النفسية والبيولوجية والاجتماعية.

3-2 أبعاد التوافق:

ينقسم التوافق النفسي إلى بعدين وفقا لمقياس كاليفورنيا للشخصية:

3-2-1 التوافق الشخصي: و يقصد به المواءمة أو تحقيق التلاؤم بين الفرد و نفسه ويتضمن:- الاعتماد على النفس.

- الإحساس بالقيمة الذاتية.
- الشعور بالحرية والقدرة على توجيه السلوك دون تدخل الآخرين.
- الشعور بالانتماء.
- التحرر من الميل للعزلة و الانطواء.
- الخلو من لأمراض العصابية.
- 3-2-2 التوافق الاجتماعي: تحقيق التلاؤم مع البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها و تشمل :
- المسيرة والامتثال للمعايير الاجتماعية.
- اكتساب المهارات الاجتماعية.
- التحرر من الميول المضادة للمجتمع.
- العلاقات الطيبة في الأسرة.
- العلاقات الطيبة في المدرسة.
- العلاقات الطيبة البيئة المحيطة. (12)

إضافة إلى هذا المقياس هناك أبعاد أخرى نذكر منها ما يلي:

3-2-3 التوافق الأكاديمي:

- أكثر شيء يرتبط بالتوافق الأكاديمي هو القدرة التحصيلية لدى الطالب.
- نتاج أساسي لتفاعل الفرد مع المواقف التربوية ولديه معرفة بميوله وانسجام مع النظام التعليمي. (13)

3-2-4 التوافق الأسري:

الكثير من جوانب السلوكيات الإنسانية, فمن الميدان المرضي إلى ميدان الصحة النفسية إلى ميدان الدراسات الأدبية من هذه الاضطرابات طبوغرافية النفس الإنسانية (الهو , الأنا, الأنا, الأعلى) الطاقة الانفعالية, الاتزان و الميكانيزمات الدفاعية على ضوء هذه الافتراضات تصبح حال الاتزان معادلة للصحة النفسية أي أن الفرد يتمتع بصحة نفسية عندما يكون قادرا على ضبط غرائزه و دوافعه البدائية. (8)

4-1-1-2 أفكار أدلر: استبدل ادلر "مؤسس علم النفس الفردي" الطاقة الجنسية كمحرك للسلوكيات الفردية بمركب النفس . ويعتقد أن هذا المركب هو المفسر الوحيد للسلوكيات المشاهدة فالفرد الذي يبالغ في الجهد والاجتهاد, يحاول أن يعوض كما عاناه من نقص, أما إذا انطوى على نفسه فإنه لم يستطع التعويض عن مركب النقص لديه (السلوك يعتبر غير سوي) وهذا ما يدل على الصحة النفسية للفرد (وغير هذا).

4-1-1-3 أما أريكسون فقد حدد مطالب الأنا" التي أنا ما تحققت فأنها توفر الصحة النفسية للفرد, وهذه المطالب هي: الثقة بالنفس, الثقة في العالم الخارجي, الاستقلالية, المبادرة, القدرة على الانجاز و القدرة على الإنتاج (9)

كما يرى أريكسون بأن كل مرحلة من مراحل النمو النفسي الجنسي تتركز على قطبين, أي أنها ذات وجهين يمثل الاضطراب بينما يمثل الآخر الصحة النفسية, وأنه في حالة النجاح في المرور بمرحلة ما, فإن جانب الصحة النفسية يتحقق مما يسمح للفرد بالمرور إلى المرحلة التالية من مراحل حياته. (10)

1-5 الصحة النفسية والنظرية السلوكية :

إن النظرية السلوكية تفسر الاضطرابات النفسية بأنها سلوكيات شاذة مرضية ناتجة عن تأثيرات البيئة أو الحيز النفسي الذي يعيشه الفرد فتؤدي به إلى تراكمات الشعور بالإحباط حتى يصبح صيدا سهلا لأعراض التوتر والاكتئاب .

2- تعريف الصحة النفسية:

يعرف ماسلو "MASLOW" الصحة النفسية هي أن يكون الفرد إنسانا كاملا مما يتضمنه ذلك من ارتباطه بمجموعة من القيم منها: صدق الفرد مع نفسه و مع الآخرين وأن يكتشف من هو, وما يريد وما الذي يحبه وأن يتقبل ذلك دون اللجوء إلى أساليب دفاعية يقصد بها تشويه الحقيقة.

وتحدد منظمة الصحة النفسية (1964): أن الصحة النفسية حالة عقلية انفعالية مركبة, دائمة نسبية من الشعور بأن كل شيء على ما يرام, و الشعور بالسعادة مع الذات ومع الآخرين, والشعور بالرضا و الطمأنينة والأمن وسلامة العقل, والإقبال على

يتضمن السعادة الأسرية التي تتمثل في الاستقرار الأسري وقدرته على تحقيق مطالب الأسرة وسلامة العلاقات ومع الوالدين مع بعضهما ومع الأبناء.

ويشير "القيصري" في تعريفه للتوافق الأسري إلى مدى انسجام الفرد مع أعضاء أسرته.

ويتحدد التوافق الأسري من خلال تحليل العلاقات الكامنة داخل الأسرة والتي تؤثر على الفرد وهي شبكة العلاقة مع الوالدين، أما الوجه الآخر للحياة الزوجية من خلافات ومشاحنات تؤدي إلى النمو غير السوي للأطفال فيؤدي حرمان من العاطفة والحب إلى التوتر النفسي وبالتالي إلى السلوك العدواني اتجاه ذاته واتجاه الآخرين.⁽¹⁴⁾

4- الصحة النفسية و الإسلام:

4-1 كيف يحقق الإسلام الصحة النفسية:

يحقق منهج الإسلام أركان الصحة النفسية في بناء شخصية المسلم بتنمية هذه الصفات الأساسية:

4-1-1 قوة الصلة بالله:

وهي أمر أساسي في بناء شخصية المسلم، حتى تكون حياته خالية من القلق والاضطرابات النفسية، قال الله تعالى: "الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ألا بذكر الله تطمئن القلوب" (الرعد/ 28)

4-1-2 الثبات والتوازن الانفعالي:

الإيمان بالله يشبع في القلوب الطمأنينة والثبات والاتزان، وبقي المسلم من عوامل والخوف والاضطراب، قال تعالى: "يثبت الله اللذين آمنوا بالقول الثابت في الحياة الدنيا وفي الآخرة" (إبراهيم/ 27)

4-1-3 الصبر عند الشدائد:

يربي الإسلام في المؤمن روح الصبر عند البلاء عندما يتذكر قوله تعالى: "والصابرون في البأساء والضراء وحين البأس أولئك اللذين صدقوا وأولئك هم المتقون" (البقرة / 177)

4-1-4 المرونة في مواجهة الواقع:

وهي من أهم ما تحسن الإنسان من القلق و الاضطراب حين يتدبر قوله تعالى:

"وعسى أن تكرهوا شيئا وهو خير لكم وعسى أن تحبوا شيئا وهو شر لكم والله يعلم وأنتم لا تعلمون" (البقرة/ 216)

4-1-5 التفاؤل و عدم اليأس:

فالمؤمن متفائل دائما لا يتطرق اليأس إلى نفسه، قال الله تعالى: "ولا تيأسوا من روح الله إنه لا ييأس من روح الله إلا القوم الكافرون" (يوسف / 87)

ويطمئن الله المؤمنين بأنه دائما معهم، إذا سأله فإنه منهم وبجيبهم إذا دعوه حيث يقول: "و إذا سألك عبادي عني فإني قريب أجيب دعوة الداعي إذا دعاني فليستجيبوا لي و ليؤمنوا بي لعلهم يرشدون" (البقرة / 186)

4-1-6 التركيبة و الأخلاق:

ما أجمل أن يحيا الإنسان بين قوم يحبهم و يحبونه، ويألفهم ويألفونه، وحين يفقد الإنسان هذا الحب في بيئته ومجتمعه فإنه يعيش في حميم و تعاسة و عذاب نفسي و إن ملك الدنيا كلها، لذلك لم يكن غريبا أن يأتي الرجل من أصحاب النبي صلى الله عليه وسلم فيقول: " دلني على عمل إذا عملته أحبني الله وأحبنى الناس".

وقال الله تعالى لنبيه صلى الله عليه و سلم:

"فبما رحمة من الله لنت لهم و لو كنت فظا غليظ القلب

لانفضوا من حولك"

(آل عمران / 159)

يرتبط مفهوم الصحة النفسية بمفهوم التكيف أو التوافق فيمكن تعريف التكيف أو التوافق بأنه العلاقة التوافقية للإنسان مع البيئة المحيطة به، و التي تشمل جميع جوانب الحياة.

إن التوافق لا يتحقق و لا يصبح كاملا إلا إذا صاحبه الشعور بالتلاؤم و الرضا و هما ركنان أساسيان للتوافق.⁽¹⁵⁾

5- نماذج من اختلال الصحة النفسية:

5-1 اضطراب النوم:

النوم هو حالة من فقان الوعي التي يمكن للفرد أن يفيق منها بمثير معين، وهو يمر بمراحل يتدرج عمق النوم خلالها بالترتيب من حيث اختلاف إيقاع موجات الدماغ، لكن مسار نوم الفرد غالبا ما يتعرض للاضطراب وهي من أكثر الاضطرابات النفسية انتشارا بين الناس. وتصنف اضطرابات النوم إلى مجموعتين:

5-1-1 صعوبات النوم:

اضطراب الأرق، اضطراب فرط النوم و اضطراب جدول النوم واليقظة.

5-1-2 مصاحبات النوم:

اضطراب الكوابيس الليلية، اضطراب الفزع الليلي واضطراب المشي أثناء النوم.

5-2 اضطرابات الأكل:

- فقد الشهية العصبي و فرط الشهية العصبي.

- التتهمة , قلقلة الكلام, الحبسة, التأخر العقلي , الشلل المخي, الطرش. (16)

إجراءات البحث :

العينة: تم اختبار عينة البحث بطريقة عشوائية طبقية على أساس الجنس و التخصص

(العلمي ، علم النفس ، علم الاجتماع و الإعلام و الاتصال) و طبيعة الإقامة داخلي أو خارجي ، و عليه تتكون

عينة البحث من 100 طالب و طالبة من كلية العلوم الاجتماعية بجامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم .

جدول يبين توزيع العينة :

| الإعلام والاتصال | علم النفس | علم الاجتماع | داخلي | خارجي |
|------------------|-----------|--------------|-------|-------|
| 8 | 8 | 9 | داخلي | خارجي |
| 8 | 9 | 8 | داخلي | خارجي |
| 8 | 8 | 9 | داخلي | خارجي |
| 8 | 8 | 9 | داخلي | خارجي |

أداة البحث و خصائصها السيكومترية :

من أجل تحقيق أهداف البحث اعتمد الباحث على مقياس الصحة النفسية من إعداد الدكتورة بشرى أحمد جاسم العكايشي

الخصائص السيكومترية للمقياس:

ثبات المقياس : تم حساب ثبات المقياس عن طريق إعادة الاختبار حيث تم تطبيق الاختبار على عينة 30 طالب ثم بعد مدة زمنية قدرها 15 يوم تم تطبيق الاختبار مرة أخرى و حساب معامل ارتباط برون بين التطبيقين وتم الحصول على قيمة معامل ارتباط 0,79 .

وعليه يمكن القول إن الاختبار على درجة من الثبات .

صدق الإختبار: تم حساب صدق الاختبار على طريق الصدق التمييزي أي دراسة الفروق بين منخفض و مرتفع الصحة النفسية عن طريق اختبار " ت " و النتائج موضحة في الجدول التالي :

| المتوسط | الانحراف المعياري | اختبار " ت " | sig | الدلالة |
|---------|-------------------|--------------|-------|---------------|
| 28,70 | 3,36 | 26,94 | 0,000 | الصحة النفسية |

أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية فإنه توجد دلالة إحصائية و عليه الاختبار له القدرة على التمييز Sig بما أن قيمة بين مرتفع و منخفض الصحة النفسية و عليه الاختبار على درجة من الصدق .

الأساليب الإحصائية المستعملة :

لمعالجة نتائج الدراسة الأساسية استخدم الباحث الأساليب الإحصائية التالية ، المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، اختبار " ت " تحليل التباين الأحادي .

عرفت نتائج الفرضية الأساسية و مناقشة الفرضيات :

عرفت نتائج الفرضية الأولى و مناقشتها :

ما هو مستوى الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي .

تم استخدام المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لتحديد مستويات الصحة النفسية (مرتفع ، متوسط، منخفض) لدى الطالب الجامعي حيث تم الحصول على م = 47 و انحراف 14 و عليه تم تحديد مستويات الصحة النفسية أقل من 33 درجة على المقياس مستوى منخفض .

من 33 درجة الى 61 درجة مستوى متوسط أكثر من 61 درجة مستوى مرتفع و عليه تم استخراج نسب مستويات الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي .

| مرتفع | متوسط | منخفض | مستوى الصحة النفسية |
|-----------|-----------|-----------|---------------------|
| 27 | 54 | 19 | العدد |
| 27 بالمئة | 54 بالمئة | 19 بالمئة | النسبة المئوية |

نلاحظ من خلال النتائج أن مستوى الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي هو مستوي متوسط نسبة 54 بالمئة و ما نسبته 19 بالمئة منخفض و 27 مرتفع و هذا ما يعطينا مؤشرات على أن مستويات الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي متوسطة نتيجة عوامل تتعلق بالمناخ الجامعي سواء من حيث الدراسة أو الإقامة الجامعية بالإضافة الى عدم وجود رضا من الطالب الجامعي عن الوضع الحالي بالإضافة الى المخاوف المستقبلية و أهمها فرص العمل الشيء الذي يؤثر على مستوى الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي .

نتائج الفرضية الثانية و تفسيرها :

" توجد فروق في درجات الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي تعزى للجنس " وللتحقيق من صحة هذه الفرضية تم حساب قيمة " ت " للمقارنة بين متوسطات الطلبة و الطالبات كما هو موضح في الجدول :

| Sig | اتجاه الفروق | قيمة " ت " | درجة الحرية | إناث | | ذكور | | المتغيرات |
|-------|--------------|------------|-------------|-------------------|---------|-------------------|---------|---------------|
| | | | | الانحراف المعياري | المتوسط | الانحراف المعياري | المتوسط | |
| 0,000 | لصالح الاناث | 5,08 | 98 | 12,18 | 54,14 | 13,76 | 49,9 | الصحة النفسية |

هذا الأخير في الحياة المستقبلية يجعله أقل مستوى من حيث الصحة النفسية مقارنة بالأنثى .

نتائج الفرضية الثالثة و تفسيرها :

توجد فروق في الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي تعزى للتحقق العلمي وللتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي كما هو موضح في الجدول .

أقل من مستوى الدلالة Sig يتضح من النتائج الموضحة أعلاه أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لأن قيمة الإحصائية و عليه يمكن القول أنه توجد فروق في الصحة النفسية تعزى للجنس وهذا راجع لطبيعة الاختلاف الموجود بين الذكر والأنثى وهو لصالح الإناث كون أن الأنثى تعيش تحت ضغوط أقل من الذكر لأن تفكير

| Sig | F | درجة الحرية | الإعلام والاتصال | | علم الاجتماع | | علم النفس | | المتغيرات |
|-------|-------|-------------|-------------------|---------|-------------------|---------|-------------------|---------|---------------|
| | | | الانحراف المعياري | المتوسط | الانحراف المعياري | المتوسط | الانحراف المعياري | المتوسط | |
| 0,986 | 0,014 | 99 | 15,28 | 47,15 | 14,65 | 47,70 | 14,13 | 47,67 | الصحة النفسية |

نتائج الفرضية الرابعة و تفسيرها :

" توجد فروق في الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي تعزى لطبيعة الإقامة " .
وللتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار " ت " والنتائج موضحة في الجدول التالي :

يتضح من النتائج المبينة في الجدول أعلاه أنه لا توجد دلالة إحصائية أي أنه لا توجد فروق في الصحة النفسية تعزى لتخصص الطالب الجامعي (علم النفس، علم الاجتماع، الإعلام والاتصال) كون أن طلبة هذه التخصصات من كلية واحدة في الجامعة وبالتالي تحت نفس المناخ الجامعي من حيث التنظيم والتسيير، هذه العوامل أدت الى عدم وجود فروق في الصحة النفسية تعزى للتخصص العلمي .

| اتجاه الفروق | Sig | قيمة " ت " | درجة الحرية | خارجي | | داخلي | | المتغيرات |
|--------------|-------|------------|-------------|-------------------|---------|-------------------|---------|---------------|
| | | | | الانحراف المعياري | المتوسط | الانحراف المعياري | المتوسط | |
| لا توجد فروق | 0,508 | 0,43 | 98 | 14,14 | 46,88 | 15,04 | 48,16 | الصحة النفسية |

أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية وعليه لا توجد دلالة إحصائية Sig يتضح من خلال النتائج المبينة في الجدول أي أنه لا توجد فروق في الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي تعزى لطبيعة الإقامة خارجي أو داخلي و هذا راجعاً أنه حتى الطلبة المقيمين في الجامعة غير ملتزمين بالإقامة الجامعية من حيث الانضباط ووقت الدخول و الخروج الشيء الذي أدى الى عدم وجود فروق في الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي المقيم و الغير المقيم .

الهوامش:

1. رمضان القذافي, "الصحة النفسية والتوافق", المكتب الجامعي الحديث, الاسكندرية 1998, 20
2. وداد الموصلي, حسن عبد الغني محمود, "الصحة النفسية", دار زهران للنشر و التوزيع, عمان 2007, 20
3. رمضان القذافي, "الصحة النفسية و التوافق", المكتب الجامعي الحديث, الاسكندرية 1998, 20
4. رمضان القذافي, مرجع سابق, 23
5. وداد الموصلي, حسن عبد الغني محمود, "الصحة النفسية", دار زهران للنشر و التوزيع, عمان 2007, 21-22
6. سيد صبحي, "الانسان والصحة النفسية", الدار المصرية اللبنانية, مصر 2003, 17
7. وداد الموصلي, حسن عبد الغني محمود, "الصحة النفسية", دار زهران للنشر و التوزيع, عمان 2007, 21-22
8. وداد الموصلي, حسن عبد الغني محمود, مرجع سابق, 29
9. وداد الموصلي, حسن عبد الغني محمود, "الصحة النفسية", دار زهران للنشر و التوزيع, عمان 2007, 29
10. رمضان القذافي, "الصحة النفسية و التوافق", المكتب الجامعي الحديث, الاسكندرية 1998, 40
11. اديب محمد الخالدي, "المرجع في الصحة النفسية" دار وائل للنشر-نظرية جديدة-الاردن 2009, 32
12. عبد المنعم حسيب, "مقدمة في الصحة النفسية", دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر, الاسكندرية 2006, 20-21
13. احمد عبد اللطيف اسعد, "الصحة النفسية-منظور جديد-", دار المسيرة للنشر و التوزيع, عمان 2015, 64
14. ناصر الدين زبادي و نصيرة لمن, "مبادئ الصحة النفسية و الارشاد", ديوان المطبوعات الجامعية, الجزائر 2012, 12
15. رشيد حميد زغير, "الصحة النفسية و المرض النفسي و العقلي", دار الثقافة, عمان 2010, 43
16. اديب محمد الخالدي, "المرجع في الصحة النفسية" دار وائل للنشر-نظرية جديدة-الاردن 2009, 416