مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة (دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة الوادي)

The level of mental health among university students

(Field study on a sample of students from ELOUED University)

بدوي زينب[1،*] ، دبار حنان[2]،

[1] جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي (الجزائر)، bedoui-zineb@univ-eloued.dz

[2] جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي (الجزائر)، hanane.390002@gmail.com

تاريخ الاستلام:25-01-2023 تاريخ القبول: 16-06-2023 تاريخ النشر: 19-06-2023

ملخص: هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلبة سنة ثانية علم النفس بجامعة الوادي، ولتحقيق هذه الأهداف تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي وذلك بتطبيق مقياس الصحة النفسية قام بوضع المقياس كل من اليونارد، ر-ديروجيتس،س، - ليمان ولينو كوفي حيث تكونت العينة من (30) طالبا من الجنسين ، وأسفرت نتائج الدراسة على أن مستوى الصحة النفسية منخفض لدى طلبة الجامعة، وأنه لا توجد فروق في مستوى الصحة النفسية تعزى لمتغير مكان الإقامة لدى طلبة الجامعة، وبناء على ما توصلت إليه الدراسة من نتائج ،اقترحتا الباحثتان مجموعة من الاقتراحات.

الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية ؛ الطالب الجامعي.

Abstract: This study aimed to identify the level of mental health in a sample of second-year psychology students at EL- OUEAD University, and to achieve these goals the analytical descriptive curriculum was used by applying the mental health measure developed by Leonard, R-Derogitis, S, Lehman and Leno Coffee where the sample was made up of (30) students of both sexes, and the results of the study resulted in the level of mental health low among university students, and that there are no differences in the level of health The psychological is due to the change of place of residence of university students, and based on the findings of the study, the researchers suggested set of suggestions.

Keywords: Mental Health; University Student

*المؤلف المراسل.

1-مقدمة

تعتبر الحياة الجامعية هي الخطوة الأولى للطالب الجامعي، فهي مختلفة إلى حد كبير عن الحياة المدرسية، فهي بيئة تختلف جذريا عنها من الناحية العلمية والاجتماعية، فلكل طالب نظرته الخاصة لهذه الحياة وأهدافه وطموحاته التي يسعى إلى تحقيقها في هذه البيئة، ومدى قدرته على تحقيق هذه الأهداف، ومدى توافقه مع هذه الحياة الجامعية من خلال اكتسابه مهارات جديدة، وتكيفه مع الظروف الإيجابية والسلبية، وكل هذا يظهر من خلال تفاعله ومعاملته مع الأخرين وقدرته على التكيف معهم ومع نفسه. فالحياة الجامعية تفرض على الطالب الجامعي الاعتماد على النفس، واكتشاف القدرات واستغلالها بإيجابية وتحقيق السعادة والرضا، والقدرة على اتخاذ القرارات الخاصة والعامة، كل هذه المؤشرات وغيرها تساعد الطالب في خوض حياة جامعية سلسة مليئة بتحقيق الإنجازات والنجاحات والتوافق النفسي للوصول لمستوى عال وراقي من الصحة النفسية.

بناء على ما سبق جاءت هذه الدراسة كمحاولة علمية لدراسة مستوى الصحة النفسية لدى طلبة سنة ثانية علم النفس بجامعة الوادي حيث تتضمن جانبين الجانب النظري: تم تقديم موضوع الدراسة وتوضيح الإشكالية والأهداف والأهمية والتعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة والإطار النظري للموضوع، والجانب التطبيقي وتم فيها عرض منهج الدراسة والعينة وأداة الدراسة وعرض النتائج ومناقشتها.

الإشكالية

تعتبر الصحة النفسية مفهوما حديثا نسبيا، عرف مؤخرا انتباها واسعا في مختلف النظريات ولدى العلماء، لتقييم الحالة الانفعالية والنفسية والاجتماعية والروحية للفرد، وتتأثر بها جميع مناحي حياة الفرد الجسدية والاقتصادية والثقافية والجسدية، الاجتماعية إيجابيا وسلبيا، فبالتالي هي مطلب أساسي تقوم عليه حياة الفرد والمجتمع، وذلك لارتباطها بقدرة الفرد على تحقيق التكيف مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش ويعمل ويدرس فيه محققا السعادة والرضا. كما عرفها منسي بأنها قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع الأخرين من حوله، أي الشعور بالرضا التام عن سلوكياته اللفظية والعملية المباشرة وغير المباشرة، وقدرته على التكيف والعيش بسلام مع المجتمع الذي يعيش فيه وعملية التوافق هذه تكون على المستوى البيولوجي، أو السيكولوجي، أو الاجتماعي. (منسي، 2001، 25).

ومع التطور الحاصل في السنين الأخيرة وكثرة الأزمات والحوادث الضاغطة والتغيرات الطارئة التي حدثت في جميع الميادين الصحية والاقتصادية والتعليمية خاصة، أصبح التلاميذ في المؤسسات التربوية والطلاب في الجامعات يسعون لتحقيق التوافق مع هذه التغيرات النفسية والاجتماعية والفسيولوجية للوصول إلى أهدافهم وطموحاتهم في ظل مطالب الحياة الجامعية التي تتوجب تحقيق الاستقلالية وتحمل المسؤولية وتحقيق الذات ككيان مستقل بعيدا عن الأسرة والتفاعل مع المجتمع الجامعي بإيجابية للوصول للسعادة والرضا وتحقيق الصحة النفسية، فالصحة النفسية للطالب الجامعي لها نفس أهمية الصحة الجسدية، وتستمد هذه الأهمية من تحقيق التكيف في الوسط الجامعي من خلال تحقيق أهدافهم لمواصلة دراستهم وبناء مستقبلهم، وهذا ما يعرضهم لمجموعة من الضغوط والمشكلات النفسية، التي تأثر بشكل مباشر أو غير مباشر على البناء النفسي ، فالحياة النفسية والاجتماعية والأكاديمية للطالب الجامعي تتطلب منه تكوين نظرة إيجابية للتكيف معها و القدرة على حل

المشكلات. هذا حاولنا في هذه الدراسة الكشف عن الصحة النفسية للطالب الجامعي، وللإلمام بجوانب الموضوع المختلفة قمنا بطرح التساؤلات التالية:

ما مستوى الصحة النفسية لدى طلبة سنة ثانية علم النفس بجامعة الوادي؟

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى طلبة سنة ثانية علم النفس بجامعة الوادي تعزى لمتغير مكان الإقامة (مقيم/غير مقيم)؟

الفرضيات

تسعى الدراسة الحالية التحقق من الفرضيات التالية:

مستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلبة سنة ثانية علم النفس بجامعة الوادي منخفض.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى طلبة سنة ثانية علم النفس بجامعة الوادي تعزى لمتغير مكان الإقامة (مقيم، غير مقيم)

أهداف الدراسة: تهدف هذه الدراسة إلى:

-الكشف عن مستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلبة سنة ثانية علم النفس بجامعة الوادي.

-التعرف على الفروق في الصحة النفسية لدى الطالبات الجامعيات المقيمات وغير المقيمات.

أهمية الدراسة:

تبرز أهمية الدراسة من الناحية النظرية في أهمية البحث عن مستوى الصحة النفسية لدى طلبة سنة الثانية علم النفس بجامعة الوادي والفرق في الصحة النفسية في مكان الإقامة، والدور الكبير الذي تشغله الصحة النفسية عند طلبة الجامعة عامة وعند طلبة علم النفس خاصة.

أما من الناحية التطبيقية فيما ستحققه نتائج الدراسة من خلال تقديم مجموعة من التوصيات للقائمين على مركز المساعدة النفسية، لاسيما أنه حديث النشأة بجامعة الوادي، من أجل وضع برامج ودورات لطلبة علم النفس إرشادية وقائية ونمائية وعلاجية، وحث طلبة علم النفس على الاستفادة لتعزيز وتحسين الصحة النفسية للطالب الجامعي.

التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة:

تعرف الصحة النفسية بأنها شعور الطالب بالراحة النفسية والطمأنينة والسكينة والانسجام مع الذات ومع الآخرين، ليكون متوافقا مع المحيط الجامعي ومطالبه المتغيرة ومع مجتمعه وأسرته، والمعبر عنها بالدرجة المحصل عليها في مقياس الصحة النفسية المستخدم في هذه الدراسة.

الطالب الجامعي: نقصد به الطالب/الطالبة يدرس سنة ثانية علم النفس بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة الشهيد حمه لخضر الوادي في الموسم الدراسي 2022/2021.

1-الإطار النظري

1.1-مفهوم الصحة النفسية

عرفها زهران على أنها حالة دائمة نسبيا يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا وشخصيا واجتماعيا مع نفسه ومع الآخرين ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن، ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة، وتكون شخصيته متكاملة سوية. (زهران، 2005، 10)

وعرفتها منظمة الصحة العالمية (WHO): هي حالة من تكامل الإحساس البدني والعقلي والاجتماعي والعافية، وليست مجرد الخلو من المرض أو العجز، وهي حالة من العافية التي يحقق فيها الفرد قدراته الخاصة، ويمكن أن يتغلب من خلالها على الإجهادات العادية في الحياة، ويمكن أن يعمل بإنتاجية مثمرة، ويستطيع المساهمة في مجتمعه. إن هذا الإحساس الإيجابي الصحي النفسي هو القاعدة أو الأساس للعافية والوظيفة الفعالة من أجل الفرد والمجتمع. (منظمة الصحة العالمية، 2005، 13)

وعرفها القوصي: هي التوافق التام أو التكامل بين الوظائف النفسية المختلفة، مع القدرة على مواجهة الأزمات النفسية العادية التي تطرأ عادة على الإنسان، ومع الإحساس الإيجابي بالسعادة والكفاية. (القوصي،1952، 23)

2.1-نظريات الصحة النفسية:

1.2.1-مفهوم الصحة النفسية من منظور مدرسة (التحليل النفسي): فيرى فرويد أن الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الشخص القادر على الحب والعمل والإنتاج، وركز في نظريته على الصراعات التي تعيق الصحة النفسية ولكنه لم يركز على كيفية تنمية الإنسان لصحته النفسية. وتتمثل الصحة النفسية الجيدة عند فرويد في قدرة الأنا على التوفيق بين أجهزة الشخصية المختلفة ومطالب الواقع لأنه يوجد دائما صراع بين مطالب الهو ومطالب الواقع.

أما أدلر فيرى أن أساليب التنشئة الاجتماعية لها دورا في تنمية الشخصية وتجاوز مشاعر النقص وتحقيق صحته النفسية، وان وجود هدف أمام الفرد يسعى لتحقيقه يعمل على تكوين شخصية قوية قادرة على مواجهة متطلبات الحياة.

أما فروم كان رأيه مغايرا تماما لرأى فرويد، حيث أكد على دور العوامل الاجتماعية في تكوين الشخصية واعتبر أن المجتمع التسلطي يؤدى إلى نمو شخصية سلبية اعتمادية، بينما المجتمع المثالي يؤدى إلى نمو شخصية منتجة قادرة على الحب وتتمتع بالصحة النفسية. (ABUwarda,SA,12)

2.2.1-مفهوم الصحة النفسية من منظور المدرسة السلوكية: ترى هذه المدرسة أن السلوك ينشأ من البيئة، وأن عملية التعلم تحدث نتيجة لوجود الدافع والمثير والاستجابة، بمعنى أنه إذا وجد الدافع والمثير حدثت الاستجابة (السلوك) ولكي يقوى الربط بين المثير والاستجابة لابد من التعزيز، أما إذا تكررت الاستجابة دون تعزيز كان ذلك عاملا على إضعاف الرابطة بين المثير والاستجابة أي إضعاف التعلم. وتقرر هذه المدرسة أن الناس يقومون بسلوك سوى معين لأنهم بهذا الشكل نتيجة للتعزيز.

إن مفهوم الصحة النفسية عند السلوكيين يتحدد باستجابات مناسبة للمثيرات المختلفة، استجابات بعيدة عن القلق والتوتر. وعليه يتلخص مفهوم الصحة النفسية وفقا لهذه الرؤية في القدرة على اكتساب عادات تناسب مع البيئة التي يعيش فيها الفرد وتطلبها هذه البيئة. وقد وجهت انتقادات عديدة لهذه المدرسة، ومن أهمها التركيز على أهمية التعزيز الخارجي والدوافع الخارجية للسلوك الإنساني، وعدم اهتمامها بالتفكير والعواطف والشعور، وانعكاس ذلك على هذا السلوك. (الخواجة، 2010، 15)

3.2.1-مفهوم الصحة النفسية من منظور المدرسة المعرفية: ترى المدرسة المعرفية القدرة على تفسير الخبرات بطريقة منطقية، تمكن الفرد من المحافظة على الأمل، باستخدام مهارات معرفية مناسبة لمواجهة الأزمات، وحل المشكلات وعليه فان الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو فرد قادر على استخدام الاستراتيجيات المعرفية

المناسبة للتخلص من الضغوط النفسية ويحي على فسحة أمل ولا يسمح لليأس بالتسلل إلى نفسه وصاحب هذه النظرية هو ويليام هيريست، وتؤمن هذه النظرية بما يلي يجب على علماء السلوك دراسة العمليات العقلية مثل التفكير والإدراك والذاكرة والانتباه واللغة وحل المشكلات.تطبيق العمليات العقلية مع الحياة اليومية. تنمية الشعور، واستعمال الطرق الموضوعية التأكيد مثل هذا الشعور. (صحتك النفسية، 2020)

3.1-مظاهر الصحة النفسية:

إن للصحة النفسية مؤشرات ومظاهر تدل عليها منها:

أ-الاتزان الانفعالي: وهو حالة من الاستقرار النفسي، حيث يكون الفرد مزود بالقدرة على الاستجابة للمثيرات المختلفة وهذه القدرة هي سمة الحياة، وهو حالة نفسية تكمن وراء شعور الإنسان بالطمأنينة والأمن النفسي والاكتفاء الذاتي وهو عامل من عوامل فهم الشخصية السوية.

ب-الدافعية: وهي التي تدفع الفرد للقيام بنشاط معين، وهي حالة نفسية تستثير نشاط الإنسان، هي القوة المحركة والموجهة لنشاط الفرد نحو تحقيق أهدافه.

ت-التفوق العقلي: يعبر عن التكوين العقلي للفرد، وهو مظهر من مظاهر نشاطه العقلي والمعرفي، وهذا النشاط يساعده على تحقيق مستوى مناسب من الصحة النفسية.

ت-الشعور بالسعادة: المتمثل في اعتدال المزاج، والتعبير بالرضا عن الحياة (الخالدي،2009، 59)

4.1-مناهج الصحة النفسية:

يعتبر علم الصحة النفسية علم تطبيقي له هدفان متكاملان، هدف وقائي وهدف عالجي، ومن أجل تحقيق تلك الأهداف يستوجب إتباع طرائق ومناهج متعددة ومتكاملة فيما بينها، حيث يؤدي إهمال منهج من هذه المناهج إلى صعوبة مهمة المناهج الأخرى، ومن جهة أخرى نطبق كل منهج بطريقة سليمة تسهل من مهمة منهج آخر. وفي هذا الصدد نذكر أهم المناهج الأساسية منها:

أ-المنهج الإنمائي: هو منهج إنشائي يتضمن زيادة السعادة والكفاية والتوافق لدى الأسوياء العاديين خلال رحلة نموهم حتى يتحقق الوصول بهم إلى أعلى مستوى ممكن من الصحة النفسية، ويتحقق ذلك عن طريق دراسة الإمكانات والقدرات وتوجيهها التوجيه السليم (نفسيا، تربويا، مهنيا)، ومن خلال رعاية مظاهر النمو جسميا وعقليا واجتماعيا وانفعاليا كما يضمن إتاحة الفرص أمام المواطنين للنمو السوي تحقيقا للنضج والتوافق والصحة النفسية .

ب-المنهج الوقائي: ويتضمن الوقاية من الوقوع في المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية ويهتم بالأسوياء والأصحاء قبل اهتمامه بالمرضى ليقيهم من أسباب الأمراض النفسية، وإزالتها أول بأول ويرعى نموهم النفسي السوي ويهيئ الظروف التي تحقق الصحة النفسية وللمنهج الوقائي مستويات ثلاثة تبدأ بمحاولة منع حدوث المرض ثم تشخيصه في مرحلته الأولى بقدر الإمكان ثم تقليل أثر إعاقته وإزمان المرض، وتتركز الخطوط العريضة، للمنهج الوقائي في الإجراءات الوقائية الحيوية الخاصة بالصحة العامة والإجراءات النفسية الخاصة بالنمو النفسي السوي ونمو المهارات الأساسية والتوافق المهني والمساندة أثناء الفترات الحرجة والتنشئة الاجتماعية السليمة، ويطبق البعض على المنهج الوقائي اسم "التحصين النفسي"_(زهران، الصحة النفسية و العلاج النفسي ،1997، 13)

الدراسات السابقة:

اهتمت العديد من الدراسات بموضوع الصحة النفسية، لذلك ارتأينا عرض بعض الدراسات السابقة التي اهتمت بالأفراد في الوسط الجامعي عامة وبالطالب الجامعي خاصة، حيث تم ترتيبها حسب التسلسل الزمني كما يلي:

اهتمت دراسة الجنابي(1991): ببناء مقياس للصحة النفسية لدى طلبة الجامعة وقياس الصحة النفسية تبعا لمتغيرات الجنس والتخصص والمحافظة (سكن الطالب)، وقد اقتصرت الدراسة على عينة من طلبة جامعة المستنصرية بلغت(460)طالبا وطالبة وأسفرت النتائج على تحقق الهدف الأول من خلال إجراءات البناء، أما بالنسبة للهدف الثاني فلقد جاءت نسبة المعاناة والشكاوى منخفضة بنسبة قدرت بـ8.09 %من مجموع أفراد العينة حيث حصلت الإناث على نسبة5.05% والذكور على نسبة 3.04%،أما فيما يخص باقي المتغيرات التي تضمنتها الدراسة وهي: (الجنس، التخصص، المحافظة) فإن نتيجة التحليل الإحصائي لم تظهر فروقا ذات دلالة بينها وعند مستوى (0.05). (غالي، 2014، 62)، وجاءت دراسة ادلاف adlaf (2001) التي تهدف إلى قياس مستوى الصحة النفسية من خلال وصف انتشار التعاسة النفسية لدى الطلبة الجامعيين الكنديين وشملت عينة البحث (16) جامعة بلغ عددها (7622) ، ولقد تم قياس مختلف70الفروق وفق المتغيرات الفرعية التالية: الجنس، نوعية الإقامة، النشاطات الترفيهية، والنشاطات الأكاديمية، ولقد استخدم الباحث استبيان الصحة العامة (Q.H.G)والذي يتضمن كل من بعد التعاسة النفسية، القلق الوظيفة الاجتماعية ولقد خلصت الدراسة إلى النتائج التالية: توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الصحة النفسية ما بين الطلبة وفقا لمتغير المنطقة. لا توجد فروق في مستوى الصحة النفسية ما بين الطلبة بحسب متغير نوعية الإقامة الجامعية (داخلي / خارجي) هناك فروق في مستوى الصحة النفسية ما بين الطلبة بحسب المستوى الدراسي حيث سجل الطلبة الجدد أقل مستوى في الصحة النفسية. (إبراهيمي، صالح الدين .أحمد بن سعد، 2020، 54)، ودراسة عبد الله عبد الله في رسالة الماجستير(2007) التي تهدف إلى التعرف على ظاهرة الاغتراب لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بالصحة النفسية، ولقد قدرت عينة الدراسة بـ(260)طالب(ة) من مختلف كليات وأقسام الجامعة ومن مختلف التخصصات والمستويات الجامعية، ولقد لجأ الباحث إلى استخدام أداتين لتحقق من أهداف البحث وهما مقياس الاغتراب للمرحلة الجامعية من إعداد سميرة حسن (1989) ويتكون المقياس من (105) عبارة موزعة على سبعة أبعاد (فقدان الشعور بالانتماء، عدم الالتزام بالمعايير، الشعور بالعجز، عدم الإحساس بالقيمة، فقدان الهدف، فقدان المعنى، مركزية الذات)، أما المقياس الثاني فهو مقياس الصحة النفسية المعدل والذي أعده:(ليونارد بروجيتس– س.لبمان– لينوكوفي الفلسطيني الباحث بتعريبه وقام A.Derogatis .S.lipman.linocovi lenard أبوهين، ويتكون المقياس من (90) عبارة تتدرج تحت تسعة أبعاد، ولقد تم توصل الباحث إلى النتائج التالية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة تبعا لمتغير الجنس توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة تبعا للكليات الأدبية والعلمية لصالح طلاب الكليات الأدبية، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الصحة النفسية تبعا لنوع السكن (الإقامة الجامعية)، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة تبعا للتخصص والمستوى الجامعي لصالح التخصصات الأدبية والسنوات الأولى نجدهم أقل مستوى في الصحة النفسية. (عبد الله، 2007، 183)

واهتمت دراسة محيميد وصالح (2008) بالكشف عن العوامل المؤثرة على الصحة النفسية للفرد في الجامعة المستنصرية، واشتملت عينة الدراسة على (310) مبحوث يشملون أساتذة وطلبة وموظفين بالجامعة، وتم التوصل

إلى النتائج التالية: نسبة كبيرة من أفراد العينة لديهم انخفاض في مستوى الصحة النفسية. (نزيه عباس ميحميد ، عائدة هادي صالح، 2008، 125)، ودراسة زينب بلقندوز (2017) هدفت الدراسة إلى التعرف على واقع الصحة النفسية لدى طلبة جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم ودراسة الفروق بين الطلبة في الصحة النفسية على ضوء متغير الجنس، واعتمدت الدراسة مقياس كولدبيرغ الذي طبق على عينة تكونت من 55 طالبا وطالبة من تخصص علم النفس وتوصلت إلى النتائج التالية: يوجد مستوى عالي من الصحة النفسية لدى طلبة جامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم، الطالبات يتمتعن بمستويات مرتفعة من الصحة النفسية مقارنة بالذكور. (بلقندوز، 2018، 248)، ودراسة بن الصغير وبوداود (2018) هدفت الدراسة إلى قياس مستوى الصحة النفسية لدى طلبة كلية العلوم الاجتماعية وقسم علم النفس بجامعة الأغواط، وتكونت العينة (200) طالبا وطالبة، وتوصلت إلى النتائج التالية: أن طلبة كلية العلوم الاجتماعية وقسم علم النفس يتمتعون بمستوى فوق المتوسط من الصحة النفسية، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى الطلبة باختلاف جنسهم. (عائشة بن الصغير. حسيـن بوداود، 2018، 113)، وهدفت دراسة توفيق شهري (2018) إلى الكشف عن الصحة النفسية للطالب الجامعي خاصة منذ سنوات الأولى التي يلتحق فيها بالجامعة، متناولتا التساؤلات التالية: ما هو مستوى الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي؟ هل هناك فروق في الصحة النفسية لدى الطلبة الجامعيين أبناء الأمهات العاملات والغير عاملات؟ هل هناك فروق في الصحة النفسية لدى الطلبة الجامعين أبناء الأمهات العاملات تعزي لمتغير الجنس؟ ولتحقيق مجمل أهداف هذه الدراسة، قمنا بدراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية بطريقة عشوائية، مستخدما أداة قياس مبنية من طرف الباحثة عفراء خليل إبراهيم. تم الاستعانة بالمنهج الوصفي لوصف الظاهرة المدروسة. حيث توصلنا في الأخير إلى وجود صحة نفسية معتدلة (متوسطة)عموما لدى معظم الطلبة الجامعين، كما أنه توجد فروق في الصحة النفسية لدى أبناء الأمهات العاملات والغير عاملات لصالح الطلبة أبناء الأمهات غير العاملات وأنه أيضا لا توجد فروق في الصحة النفسية لدى الطلبة أبناء الأمهات العاملات تعزى لمتغير الجنس. (شهري،2018،ص177)، وكذلك دراسة عائشة محمد عجوة (2019) هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى طلبة جامعة السلطان قابوس. بالإضافة إلى التعرف على الفروق التي تعزى لمتغير النوع الاجتماعي، شملت العينة (183) طالبا (98) ذكور و(93) إناث. تم استخدام المنهج الوصفي، وأظهرت النتائج أن مستوى الصحة النفسية متوسط على درجات المقياس الكلي، وعلى جميع بنوده. كما ظهرت فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لصالح الطلبة الذكور(محمد، 2019، 432)، وهدفت دراسة زهرة الأسود (2020) إلى التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى طلبة جامعة الوادي والكشف عما إذا ماكنت هناك فروقا في مستوى الصحة النفسية لديهم تعزى إلى المتغيرات (الجنس، التخصص الدراسي، المستوى الدراسي) وتكونت العينة 80 طالبا وطالبة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية ذات التوزيع المتساوي وتوصلت إلى النتائج التالية: مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة مرتفعا، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى الطلبة باختلاف جنسهم، وتخصصهم الدراسي، ومستواهم الدراسي. (الأسود، 2020، 82)

ويتضح من خلال استعراض الدراسات السابقة أن أغلبها سعت إلى التعرف والكشف عن مستوى الصحة النفسية لدى الطلبة الجامعيين بمختلف تخصصاتهم، ماعدا دراسة محيميد وصالح (2008): هدفت هذه الدراسة إلى

الكشف عن العوامل المؤثرة على الصحة النفسية للفرد (أستاذ ، موظف ، طالب) في الجامعة المستنصرية، ودراسة بن الصغير وبوداود (2018) هدفت الدراسة إلى قياس مستوى الصحة النفسية لدى طلبة كلية العلوم الاجتماعية وقسم علم النفس بجامعة الأغواط، دراسة عبد الله عبد الله في رسالة الماجستير (2007) هدفت إلى التعرف على ظاهرة الاغتراب لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بالصحة النفسية، وأن العينة تكونت من طلبة جامعيين من مختلف الجامعات العربية والأجنبية طبق عليهم مقاييس تناولت موضوع الصحة النفسية وكانت نتائج هذه الدراسات مختلفة بين مستوى (منخفض، أقل من المتوسط، متوسط، فوق المتوسط، عال) للصحة النفسية، فأسفرت نتائج دراسة ادلاف أن الطلبة الجدد أقل مستوى في الصحة النفسية، وأنه لا توجد فروق في مستوى الصحة النفسية بين الطلبة بحسب متغير نوعية الإقامة الجامعية (داخلي / خارجي) وخلصت دراسة عبد الله عبد الله في رسالة الماجستير (2007) إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الصحة النفسية تبعا لنوع السكن(الإقامة الجامعية) والسنوات الأولى نجدهم أقل مستوى في الصحة النفسية. وكانت نتائج دراسة محيميد وصالح (2008) نسبة كبيرة من أفراد العينة لديهم انخفاض في مستوى الصحة النفسية. ونتائج دراسة زينب بلقندوز (2017) يوجد مستوى عالي من الصحة النفسية لدى طلبة جامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم، الطالبات يتمتعن بمستويات مرتفعة من الصحة النفسية مقارنة بالذكور. ودراسة بن الصغير وبوداود (2018) توصلت إلى النتائج التالية: أن طلبة كلية العلوم الاجتماعية وقسم علم النفس يتمتعون بمستوى فوق المتوسط من الصحة النفسية، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى الطلبة باختلاف جنسهم.
ودراسة توفيق شهري (2018) توصلت إلى النتائج التالية في الأخير إلى وجود صحة نفسية معتدلة (متوسطة)عموما لدى معظم الطلبة الجامعين، كما أنه توجد فروق في الصحة النفسية لدى أبناء الأمهات العاملات والغير عاملات لصالح الطلبة أبناء الأمهات غير العاملات وأنه أيضا لا توجد فروق في الصحة النفسية لدى الطلبة أبناء الأمهات العاملات تعزى لمتغير الجنس. ودراسة عائشة محمد عجوة (2019) أظهرت النتائج أن مستوى الصحة النفسية متوسط على درجات المقياس الكلي، وعلى جميع بنوده. كما أظهرت فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لصالح الطلبة الذكور. وتوصلت دراسة زهرة الأسود (2020 النتائج التالية: مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة مرتفعا، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى الطلبة باختلاف جنسهم، وتخصصهم الدراسي، ومستواهم الدراسي.
وتميزت الدراسة الحالية بأنها تهدف إلى التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى طلبة سنة ثانية علم النفس، إضافة إلى دراسة الفروق وفق متغير الإقامة_وقد ساعدت الدراسات السابقة في تبنى الباحثتين أداة الدراسة الحالية. ومن هذا المنطلق ارتأينا تقديم هذه الدراسة الميدانية التي تهدف إلى دراسة مستوى الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي من خلال عينة من طلبة سنة ثانية علم النفس بجامعة الوادي وفقا لمتغير مكان الإقامة.

2 –الطريقة والأدوات:

1.2–المنهج المستخدم في الدراسة:

تنتمي الدراسة الحالية إلى فئة الدراسات الوصفية الاستكشافية، حيث تم على المنهج الوصفي الاستكشافي بهدف التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى طلبة سنة ثانية علم النفس بجامعة الوادي.

2.2-عينة الدراسة وخصائصها: شملت الدراسة الميدانية 30 طالبا من سنة ثانية علم النفس بجامعة الشهيد حمه لخضر الوادي والجدول الموالي يوضح توزيع العينة

جدول (01) يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة.

المتغير	الفئة	العدد	النسبة المئوية %
الإقامة الجامعية	مقيم	11	%36.66
	غير مقيم	19	%63.33
المجموع		30	%100

3.2-أداة الدراسة:

بعد الاطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة في مجال الحاجات الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي، قمنا بتبني مقياس الصحة النفسية الذي قام بإعداده كل من اليونارد، ر-ديروجيتس,س، - ليمان ولينو كوفي يهدف إلى التعرف على الحالة النفسية العامة للأفراد، تكون المقياس من 48 عباره تندرج تحت 7 أبعاد وهي موزعة كالاتي:

- الأعراض الجسمانية.
- الوسواس القهري.
- الحساسية التفاعلية.
- الاكتئاب.
- القلق.
- العداوة.
- الفوبيا.

<u>الخصائص السيكوميترية للمقياس:</u> تم التحقق من الخصائص السيكوميترية لمقياس الصحة النفسية بحساب مؤشرات الصدق والثبات والاتساق الداخلي.

<u>أ -صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي):</u>

تستخدم هذه الطريقة في حساب الصدق من خلال قدرته على التمييز بين طرفي المقياس أي بين المجموعتين الدنيا والعليا، وهذه الطريقة تستخدم في حساب الصدق التكويني وصـدق المحتوى، حيث قمنا بترتيب درجات أفراد العينة تنازليا وأخذنا نسبة 27 % من طرفي التوزيع (100/ 30X27) وقمنا بحساب الفرق باختبار "ت" بين متوسطي المجموعتين، كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول (02) يوضح صدق المقارنة الطرفية للمقياس.

	المؤشر	العدد	F	Sig	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة اختبار "ت"	مستوى الدلالة
الصحة النفسية	دنيا	9	2.374	0.143	77.66	12.92	16	8.93	0.000
	عليا	9			158.11	23.72			

من خلال الجدول رقم (02) وجدنا أن قيمة (ت) المحسوبة (8.93) وهي دالة عند مستوى دلالة 0.05 مما يشير على أن المقياس قادر على التمييز بين طرفيه الأعلى والأدنى مما يؤكد على صدق المقياس.

ب-ثبات المقياس:

بعد تطبيق المقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية التي عددها (30) طالبا جامعيا، تم جمع البيانات المتعلقة باستجاباتهم، ثم بعدها قمنا بتفريغ هذه البيانات في برنامج (الحزمة الإحصائية للعلوم الإنسانية وال اجتماعية SPSS)، لمعرفة درجة معامل ألفا كرونباخ، والذي يعرف أنه: من أهم مقاييس الاتساق الداخلي للاختبار المكوّن من درجات مركبة، ومعامل ألفا كرونباخ يربط ثبات الاختبار بتباين بنود، فازدياد نسبة تباينات البند بالنسبة إلى التباين الكلي، يؤدي إلى انخفاض معامل الثبات. (مقدم،2003، ص160) وللتحقق من ثبات المقياس تم استخدام الطرق التالية:

للتحقق من ثبات مقياس الدراسة، تم الاعتماد على طريقة معامل ألفا كرونباخ، والتجزئة النصفية ويعتمد أغلب الباحثين على برامج جاهزة لحساب هذا المعامل مثل (SPSS)، كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول (03) يبين قيمة ثبات المقياس

المتغير	عدد العبارات	معامل الفا كرونباخ	معامل التصحيح الذاتي لسبرمان براون	معامل جتمان	معامل التجزئة النصفية
الصحة النفسية	48	0.943	0.938	0.933	0.883

من خلال الجدول رقم (03) يتبين لنا مقياس الصحة النفسية يتمتع بمعامل ثبات عال، حيث قدرت قيمة معامل ألفا كرونباخ بـ: 0.943 ومعامل التجزئة النصفية بـ: 0.883، ومعامل التصحيح الذاتي لسبرمان براون المكمل لمعامل التجزئة النصفية بـ: 0.938، ومعادلة جتمان لحساب الثبات بـ: 0.933.

3-عرض النتائج ومناقشتها:

3.1-عرض وتحليل وتفسير نتيجة الفرضية العامة تنص الفرضية العامة على:

* مستوى الصحة النفسية لدى طلبة سنة ثانية علم النفس بجامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي منخفض وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة التالية والجدول يوضح ذلك:

جدول (04) يبين الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمستوى الصحة النفسية لدى طلبة سنة ثانية علم النفس بجامعة الوادي

العينة	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
30	116.73	144	35.69	4.18	0.000

يتضح من الجدول أعلاه أن المتوسط الفرضي قد بلغ (144) والمتوسط الحسابي بلغ (116.73) أي أن المتوسط الفرضي أكبر من المتوسط الحسابي. وعليه يمكن القول إن مستوى الصحة النفسية لدى طلبة سنة ثانية علم النفس بجامعة الوادي منخفض. فبالتالي الفرضية محققة، ويفسر انخفاض مستوى الصحة النفسية المنخفض لدى طلبة علم النفس بجامعة الوادي إلى المرحلة الجامعية ونظام الدفعات الذي يدرس به الطلبة يتسم بالعديد من الضغوطات والتغيرات وكذا انتشار الوباء في السنوات الثلاث الأخيرة والخوف من المرض مما أثر سلبا على الصحة النفسية للطالب، وعدم قدرته على التكيف والشعور بالمسؤولية الاجتماعية، وبناء علاقات اجتماعية طيبة محققا بها التوافق النفسي والاتزان الانفعالي والرضى والإحساس الإيجابي بالسعادة، بالإضافة إلى عدم انسجام

الطلبة مع ذواتهم ومحيطهم الاجتماعي والأكاديمي وعدم القدرة على تحمل المسؤولية في مختلف ميادين الحياة اليومية والاعتماد الشبه كلي على أنفسهم ومسايرة واقعهم وتقبله خاصة وأنهم طلبة مقبلين على اختيار التخصص (علم النفس العيادي ،علم النفس المدرسي، علم النفس عمل و تنظيم..) و كيفية الاختيار، وما هو التخصص المناسب والموافق لتحقيق طموحاتهم وإقبالهم على سنة التخرج والحياة العملية مما شكل عندهم ضغوطات نفسية والحيرة والتوتر وكذا بعد الجامعة عن السكن الأصلي للطلبة مما يجعلهم يعانون من صعوبات ابتعادهم عن والديهم وتحمل مسؤوليتهم بأنفسهم واتخاذ القرارات (الشخصية، الأكاديمية، المهنية.) والمسؤوليات والمواقف الضاغطة التي تزيد من القلق النفسي الذي يعيقهم على تحقيق هدفهم الشخصي المتمثل في النجاح الأكاديمي والمهني وبالتالي العيش في اطمئنان وسعادة وإيجابية وتحقيق السلامة النفسية. وهذا ما يتوافق مع دراسة محميد صالح (2018) التي أظهرت نتائجها نسبة كبيرة من أفراد العينة المتمثلة في أساتذة وطلبة وموظفين لديهم انخفاض في مستوى الصحة النفسية ، ولا تتوافق دراسة زينب بلقندوز (2017): والتي توصلت إلى النتائج التالية: يوجد مستوى عالي من الصحة النفسية لدى طلبة جامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم، ودراسة بن الصغير وبوداود (2018) التي أظهرت نتائجها توصلت إلى النتائج التالية: أن طلبة كلية العلوم الاجتماعية وقسم علم النفس يتمتعون بمستوى فوق المتوسط من الصحة النفسية، ودراسة توفيق شهري (2018): التي توصلت إلى وجود صحة نفسية معتدلة (متوسطة)عموما لدى معظم الطلبة الجامعين ودراسة عائشة محمد عجوة (2019) وأظهرت النتائج أن مستوى الصحة النفسية متوسط على درجات المقياس الكلي، وعلى جميع بنوده ، دراسة زهرة الأسود (2020) التي أظهرت نتائجها أن مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة مرتفعا.

2.3-عرض وتحليل وتفسير نتيجة الفرضية الجزئية:

تنص الفرضية الجزئية على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية لدى طلبة سنة ثانية علم النفس تعزى للإقامة.

وللتحقق من صحة هذه الفرضية قمنا باستخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار ت للفروق الصحة النفسية لدى طلبة سنة ثانية علم النفس تعزى لمتغير الإقامة.

جدول (05) يوضح الفروق في الصحة النفسية تبعا لمتغير الإقامة.

المتغير	الإقامة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	SIG	قيمة ت	F	درجة الحرية	مستوى الدلالة
مكان الإقامة	مقيم	11	139.63	37.40	0.400	3.02	0.73	28	0.005
	غير مقيم	19	103.47	27.74					

من خلال الجدول رقم (05) نلاحظ أن قيمة ت 3.02 بمستوى الدلالة sig تساوي 0.400 وهي أكبر من 0.05 مما يدل على عدم وجود فروق في الصحة النفسية تعزى لمتغير الإقامة لدى طلبة سنة ثانية علم النفس بجامعة الشهيد حمه لخضر الوادي وبالتالي نقبل الفرضية الصفرية التي تنص على لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية لدى طلبة سنة ثانية علم النفس تعزى لمتغير الإقامة، ويفسر هذا ظهور الاضطرابات النفسية، والمعاناة والقلق والخوف عند الطالب الداخلي بحكم بعده عن أسرته ومنزله أو اعتماده الكلي

على ذاته وتحمل مسؤولية تسيير شؤونه المختلفة، بحيث تعد الإقامة الجامعية بالنسبة لطالب الجامعي أول تجربة ابتعاد عن الأهل والأقارب في الغالب وبداية مرحلة الاغتراب والاعتماد الكلي على الذات وهذا يظهر جليا في السنة الأولى بينما في السنة الثانية نجد انشغالات الطلبة سواء داخلين أو خارجين واحدة وهي كيفية تحقيق النجاح والتفكير بشكل أكبر في مشروع التخرج للعام الماضي، فتكون تطلعاتهم ومشكلاهم واحدة ولا تتأثر بمكان الإقامة، وكذا معايشة جميع الطلبة للتهديد الذي ظل وجود الوباء والمحاولة على اتخاذ الإجراءات الوقائية والحرص على سلامة الصحة الجسدية مما يؤثر لدى الجميع على الصحة النفسية ، وهذا ما يتوافق مع دراسة ادلاف adlaf (2001) والتي أظهرت لا توجد فروق في مستوى الصحة النفسية ما بين الطلبة بحسب متغير نوعية الإقامة الجامعية (داخلي / خارجي)،ودراسة عبد الله عبد الله (2007) التي أثبتت انعدام الفروق في درجة الصحة النفسية تبعا لنوع الإقامة الجامعية.

4-الخلاصة:

نستنتج من خلال الدراسة أن مستوى الصحة النفسية لدى طلبة سنة ثانية علم النفس بجامعة الوادي منخفض، وأنه لا توجد فروق في مستوى الصحة النفسية تبعا لمتغير (مكان الإقامة) لديهم.

وفي ضوء هذه النتائج يمكن تقديما التوصيات والاقتراحات التالية:

الإقتراحات:

- ضرورة تيقظ الجامعة لأهمية الصحة النفسية للطلبة لما له أثر إيجابي على توافقهم النفسي والاجتماعي والأكاديمي داخل الجامعة وخارجها.

إجراء حصص إعلامية وتحسيسية لتوعية الطلاب وتوجيههم إلى كيفية اختيار التخصص المناسب.

- تظافر جهود جميع الهيئات الجامعية (أساتذة، إدارة، عمال) في مواجهة مشكلات الطلبة الجامعيين ومساعدتهم على حلها.

- تفعيل دور مركز المساعدة النفسية بتقديم حصص إعلامية وتحسيسية ليتعرف الطلبة عن مهامه وخدماته وإشراك طلبة علم النفس في توعية زملائهم وإرشادهم.

إجراء دراسات مماثلة للدراسة الحالية للتعرف على مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الكليات والجامعات الأخرى.

إجراء دراسة لمستوى الصحة النفسية لمراحل دراسية أخرى (كمرحلة التعليم المتوسط والثانوي)، ولفئات أخرى كالموظفين والأساتذة.

- إجراء دراسات مماثلة للدراسة الحالية للتعرف على مستوى الصحة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات كالضغوط النفسية، جودة الحياة، وتأثيرهم عليها.

- إجراء مقارنة بين الجامعات الأخرى التي بها مركز للمساعدة النفسية لمقارنة مستوى الصحة النفسية التي تقدمها هذه المراكز في الجامعات.

- إجراء برامج إرشادية وتحسيسية لرفع مستوى الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي في كلية العلوم الاجتماعية خاصة وفي الجامعة عامة.

الإحالات والمراجع:

إبراهيمي ,صالح الدين .أحمد بن سعد. (2020). الصحةالنفسيةلدى عينةمن طلبةقسم العلوم االجتماعيةبجامعةتيارت. *مجلة الفكر المتوسطي المجلد09 العدد: 02*، 54.

منظمة الصحة العالمية. (2005). *تعزيز الصحة النفسية "المفاهيم ،البيانات المستجدة ،الممارسة"*. القاهرة: المكتب الأقليمي لشرق المتوسط.

صحتك النفسية. (21 ديسمبر, 2020). تم الاسترداد من نظريات الصحة النفسية: https://www.yrmentalhealth.com/

Mona Abu warda. (بلا تاريخ). *The definition of the Mental Health*. Saudi Arabia: Faculty of education in Zulfi.

أديب محمد الخالدي. (2009). *المرجع في الصحة النفسية* (المجلد ط3). الأردن: دار وائل للنشر.

توفيق شهري. (2018). الصحة النفسية للطالب الجامعي , جامعة وهران , الجزائر. *مجلة الفكر المتوسطي العدد13*، 177.

حامد عبد السلام زهران. (1997). *الصحة النفسية و العلاج النفسي* (المجلد ط2). القاهرة: عالم الكتب.

حامد عبد السلام زهران. (2005). *الصحة النفسية و العلاج النفسي* (المجلد ط4). القاهرة: عالم الكتب.

حسن منسي. (2001). *الصحة النفسية* (المجلد ط2). الأردن: دار الكندي.

زهرة الأسود. (2020). مستوى الصحة النفسية لدى طلبة جامعة الوادي. *المجلة العلمية للعلوم التربوية و الصحة النفسية*، 82.

زينب بلقندوز. (2018). واقع الصحة النفسية لدى طلبة جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم. *مجلة العلوم النفسية والتربوية , المجلد 3, العدد 1*، 248.

عائشة بن الصغير . حسين بوداود. (2018). مستوى الصحة النفسية لدى طلبة كلية العلوم الاجتماعية و قسم علم النفس دراسة ميدانية بجامعة عمار ثليجي بالأغواط. *مجلة العلوم القانونية والاجتماعية , المجلد 1 , العدد 4*، 113.

عائشة عجوة محمد. (2019). مستوى الصحة النفسية لدى طلبة جامعة السلطان قابوس. *Social & Route Educational Science Journal ,Volume 6(5)*، 432.

عبد العزيز القوصي. (1952). *أسس الصحة النفسية* (المجلد ط4). القاهرة، مصر: مكتبة النهضة المصرية.

عبد الفتاح الخواجة. (2010). *مفاهيم أساسية في الصحة النفسية و الإرشاد النفسي* (المجلد ط1). الأردن: دار البداية.

عبد الله عبدالله. (2007). *الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة ، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجيستر*. كلية العلوم الانسانية والاجتماعية ، الجزائر.

مريم غالي. (2014). *الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة "مذكرة مكملة لشهادة الماجيستر في علم النفس و علوم التربية"*. الجزائر: جامعة وهران .

نزيه عباس ميحميد ، عائدة هادي صالح. (2008). دراسة إحصائية للعوامل المؤثرة على الصحة النفسية للفرد في الجامعة المستنصرية. *مجلة الإدارة و الإقتصاد*، 125.