

بررسی مشکلات بهداشت روانی دانشجویان دانشگاه‌های شیراز

نویسنده: دکتر حمید اشکانی
دانشیار بخش روانپزشکی دانشگاه شیراز

خلاصه

دانشجویان از حساس‌ترین اقشار اجتماعی می‌باشند که جدا دارد مشکلات روحی و نارسائیها و کمبودهای مربوط به آنان مورد تحقیق و بررسی قرار گیرد. در این پژوهش شیوع اضطراب، افسردگی، خصومت - پرخاشگری و استرس‌ورهای مهم دوران دانشجویی مورد بررسی قرار گرفته و همبستگی این اختلالات با استرس‌ها را ارزیابی نموده ایم. همینطور گروه‌های مختلف دانشجویان از نظر رشته تحصیلی، جنس، وضعیت تأهل و شهری یا روستائی بودن مورد مقایسه قرار گرفته اند: بطور کلی این پژوهش نشان می‌دهد که افسردگی در درجات مختلف شایع‌ترین مشکل بهداشت روانی دانشجویان است و اضطراب با کمی تفاوت بعد از آن قرار می‌گیرد. خصومت - پرخاشگری در مرحله سوم اهمیت قرار دارد.

□ مقدمه:

برنامه‌ریزان فردای جامعه خواهند بود و سلامت جامعه در گرو سلامتی آنان می‌باشد. با چنین ایده‌ای بود که لزوم تحقیقی بر چند محدود پیرامون بهداشت روانی دانشجویان احساس گردید. در این پژوهش شیوع اضطراب، افسردگی، خصومت، پرخاشگری (Hostility) و استرس‌ورهای مهم دوران دانشجویی را مورد بررسی قرار داده و همبستگی این اختلالات با استرس‌ها را ارزیابی کرده ایم. همینطور گروه‌های مختلف دانشجویان از نظر رشته تحصیلی، جنس، وضعیت تأهل و شهری یا روستائی بودن مورد مقایسه قرار گرفته اند.

□ متد تحقیق:

نمونه مورد مطالعه ۲۵۰ نفر از دانشجویان دانشگاه‌های شیراز بودند که بطور رندوم (اتفاقی) از میان کلاسها و خوابگاه‌های دانشجویی انتخاب شدند. به این دانشجویان پرسشنامه‌ای حاوی اطلاعات شخصی، پرسشنامه استرس‌ور فرم خلاصه شده SCL-90 داده شد.

مشکلات بهداشت روانی از قدیم الایام دامنگیر بشر بوده است و تاریخچه اینگونه اختلالات را شاید بتوان برابر قدمت عصر انسان دانست. تاریخ نشان می‌دهد که هر چه جوامع پیشرفته، صنعتی و پرجمعیت‌تر می‌شوند بروز و شیوع این اختلالات نیز افزایش می‌یابد. اضطراب و افسردگی از بزرگترین مصیبت‌های انسان معاصر به شمار می‌روند. طبیعی است که در چنین شرایطی بشر دست به تلاشهای گسترده برای شناخت، پیشگیری و دره‌بان این مشکلات بزند. در این راستا تلاشهای زیادی در ممالک پیشرفته صورت گرفته است اما کشورهای در حال توسعه هنوز در ابتدای راه قرار دارند. واضح است که در چنین شرایطی گامهای اول باید در راه شناخت اپیدمیولوژی و بررسی علل و عوامل ناهنجاریهای شایع جامعه باشد. اضطراب، افسردگی و خصومت - پرخاشگری از شایع‌ترین ناراحتیهای روانی دامنگیر بشر می‌باشند و دانشجویان نیز از حساس‌ترین اقشار اجتماعی هستند چرا که اینها مدیران و

جدول ۱: مشخصات نمونه آماری

رشته	تعداد	میانگین سنی	میانگین ترم تحصیلی	زن	مرد	متاهل	مجرد	شهری	روستائی
دندانپزشکی	۲۳	۲۲/۴۳	۵	۹	۱۴	۱	۲۲	۲۲	۱
مامائی	۲۷	۲۴/۶۳	۲/۶۷	۲۷	۰	۸	۱۹	۲۶	۱
پرستاری	۲۰	۲۳/۶	۴/۶۵	۱۸	۲	۶	۱۴	۱۲	۸
علوم انسانی	۲۶	۲۵/۵۴	۵/۲	۵	۲۱	۱۲	۱۴	۱۶	۱۰
علوم پایه	۹	۲۲/۱۱	۲	۲	۷	۰	۹	۷	۲
مهندسی	۳۱	۱۹/۵۳	۲/۲	۳	۲۸	۰	۳۱	۲۵	۶
پزشکی	۶۴	۲۳/۵۳	۸/۷۲	۲۰	۴۴	۱۳	۵۱	۴۹	۱۵
کل	۲۰۰	۲۳/۱۴	۵/۳	۸۴	۱۱۶	۴۰	۱۶۰	۱۵۷	۴۳

پژوهشگر، دانشجویان به آنها پاسخ داده بودند. ۵۰ مورد به علت اطلاعات ناقص یا مشکوک کنار گذاشته و ۲۰۰ مورد دیگر در تحلیل آماری پژوهش بکار گرفته شدند. نهایتاً پرسشنامه‌ها بر اساس رشته تحصیلی، جنسی، وضعیت تأهل و شهری یا روستائی بوده طبقه بندی گردید و تجزیه و تحلیل آماری روی آنها صورت گرفت. (جدول شماره ۱)

نتایج:

نتایج پژوهش در جداول شماره ۲ تا ۶ آورده شده است. این پژوهش نشان می‌دهد که افسردگی در درجات مختلف شایعترین مشکل بهداشت روانی دانشجویان است و اضطراب با کمی تفاوت بعد از آن قرار می‌گیرد. خصومت-پرخاشگری سومین مکان را در این گروه به خود اختصاص می‌دهد. همانطور که در جدول شماره ۲ مشاهده می‌کنیم بیشتر از نیمی از دانشجویان درجات خفیف افسردگی اضطراب و خصومت-پرخاشگری نشان می‌دهند. این سندروم‌ها با شدت متوسط خود نیز از شیوع بالا برخوردارند و درجات شدید آنها نیز از آمارهای کلی جامعه بالاتر است. البته باید توجه داشت که آنچه را بعنوان درجات خفیف افسردگی و اضطراب ذکر کرده ایم در حدی نیستند که بتوان آنها

جدول شماره ۲: شیوع اختلالات در کل گروه

شدت	اضطراب	افسردگی	خصومت پرخاشگری
صفر	٪۱۵/۵	٪۴	٪۱۴/۵
خفیف	٪۵۷	٪۵۷/۵	٪۶۰/۵
متوسط	٪۲۰/۵	٪۲۹/۵	٪۱۸/۵
شدید	٪۷	٪۸/۵	٪۶/۵

پرسشنامه استرسور حاوی ۳۵ استرس مهم دوران دانشجویی بود که با استفاده از جدول استرس هولمز و راه تهیه گردید. در پرسشنامه مورد استفاده استرس‌هایی که مربوط به سنین و شرایط دوران دانشجویی می‌باشند از جدول هولمز و راه گرفته شد و استرس‌های خاص دانشجویی نیز به آن اضافه گردید.

قسمت سوم پرسشنامه خلاصه ۹۰ - SCL می‌باشد که سؤالات مربوط به اضطراب، افسردگی و خصومت-پرخاشگری از این آزمون در پژوهش بکار گرفته شد. از میان این ۲۵۰ پرسشنامه که بطور حضوری و با کمک

جدول شماره ۳: میانگین اختلالات و میانگین مجموع نمرات استرس در رشته‌های مختلف

رشته	اضطراب	افسردگی	خصوصت- پرخاشگری	میانگین نمره استرس
دندانپزشکی	۶/۲۶	۱۰/۱۷	۳/۳	۱۳/۸۲
مامائی	۶/۶	۱۲/۴۸	۴/۱۷	۱۰/۵۹
پرستاری	۶/۹	۱۰/۳۵	۳/۲۵	۱۳/۲۳
علوم انسانی	۸/۶	۱۳/۴۲	۵/۱۵	۱۶/۴۸
علوم پایه	۱۰/۳۳	۱۴/۹	۵/۷۷	۱۷/۲۴
مهندسی	۹/۵۲	۱۴/۹	۴/۶	۱۶/۱۸
پزشکی	۵/۵	۱۰/۲	۳/۹۵	۱۲/۸
کل گروه	۷/۱۲	۱۱/۷۹	۴/۳۱	۱۴/۲

مختلف از نظر جنسی، وضعیت تأهل و شهری یا روستایی بودن مورد مقایسه قرار می‌دهد.

جدول شماره ۷ نتایج آزمون t در مورد تفاوت‌های مشاهده شده بین گروه‌هاست که تفاوت‌های معنی‌دار از نظر آماری با علامت ستاره مشخص شده‌اند.

جدول شماره ۸ ضریب همبستگی اختلالات فوق با استرس‌ها و با یکدیگر را نشان می‌دهد که تمامی این همبستگی‌ها در سطح ۰/۰۰۵ درصد معنی‌دار بوده و

را سندروم‌های بالینی دانست ولی درجات متوسط و شدید مشخصاً وجود سندروم‌های بالینی اضطراب و افسردگی را نشان می‌دهند و حائز اهمیت از نقطه نظر بالینی هستند.

از نظر آماری قابل قبول می‌باشند. به عبارت دیگر می‌توان گفت که استرس نقش بارز و غیرقابل انکاری در بروز اختلالات فوق ایفا می‌کند. نتایج

جدول شماره ۳ میانگین اختلالات فوق

در رشته‌های مختلف را نشان می‌دهد. رشته‌های گروه مهندسی علوم انسانی و علوم پایه بالاترین میانگین و گروه‌های علوم پزشکی پائین‌ترین نمرات را به خود اختصاص داده‌اند.

جدول شماره ۴ نشان می‌دهد که بطور کلی مردها بیشتر از زنها، روستایی‌ها بیشتر از شهری‌ها و متأهلین بیشتر از مجردین دچار مشکلات بهداشت روانی می‌باشند.

جدول شماره ۵ شایعترین استرسورهای

دوران دانشجویی را بر حسب نمره میانگین در رشته‌های مختلف نشان می‌دهد. حجم زیاد مطالب درسی، خستگی ناشی از تحصیل، دوری از خانواده، نارضایتی از رشته‌های تحصیلی و مشکلات مالی مهمترین استرسورها از نظر دانشجویان گزارش گردیده‌اند.

جدول شماره ۶ شیوع همان استرسورها در بین گروه‌های

پژوهش نشان می‌دهد که متأسفانه دانشجویان ما از سطح سلامت روانی خوبی برخوردار نیستند و ناهنجاریهای روانی در این قشر از جامعه شیوع بالایی دارد. اما بطور قطع نمی‌توان قضاوت کرد که آیا این میزان شیوع از شیوع کلی این اختلالات در جامعه بیشتر است یا کمتر و برای چنین قضاوتی نیاز به پژوهشهای گسترده در سطح جامعه داریم.

جدول شماره ۵: میانگین نمره شایعترین استرسورها در دانشجویان رشته‌های مختلف

نوع استرسور	دندان پزشکی	مامائی	پرستاری	علوم انسانی	علوم پایه	مهندسی	پزشکی	میانگین کلی گروه
حجم زیاد مطالب درسی	۱/۳	۰/۷۸	۱/۳۵	۰/۷	۰/۶۷	۱/۱۳	۱/۴۱	۱/۱۴
خستگی ناشی از تحصیل	۱/۲۲	۰/۷	۱/۲۰	۱/۰۸	۱/۳۳	۱/۱۶	۱/۱۱	۱/۰۹
دوری از خانواده	۰/۷۸	۰/۹۳	۰/۷۵	۰/۵۴	۱/-	۰/۹	۰/۹۲	۰/۸۴
احساس شکست در انتخاب رشته تحصیلی	۰/۳	۰/۷۸	۰/۶۵	۰/۸۱	۱/۲۲	۰/۶۵	۰/۵۳	۰/۶۴
مشکلات مالی	۱/۱۳	۰/۳۳	۰/۶۰	۱/۴۲	۱/۳۳	۱/۲۶	۰/۹۸	۰/۹۹
مشکل مسکن	۰/۳۹	۰/۷	۰/۷	۱/۲۳	۱/۲۲	۰/۸۴	۰/۸	۰/۸۲
اختلاف با دوستان	۰/۶۵	۰/۱۹	۰/۱۰	۰/۲۳	۰/۲۲	۰/۴۲	۰/۳۸	۰/۲۴
فشارهای ناشی از سیستم اجتماعی	۰/۷	۰/۶۳	۰/۵۰	۰/۴۲	۰/۲۲	۰/۴۵	۰/۲۵	۰/۳۴
مشکلات جنسی	۰/۴۴	۰/۵۲	۰/۳۰	۰/۳۸	۰/۵۶	۰/۸۴	۰/۶۷	۰/۵۷
شرکت در یک امتحان مهم	۰/۵۲	۰/۰۴	۰/۸	۰/۵	۰/۴۴	۰/۸۱	۰/۳۸	۰/۴۸

دانشجویان از دیگر فاکتورهای مؤثر است.

پیشنهادهات:

- ۱- ایجاد مراکز مشاوره توسط روانپزشکان و روانشناسان خبره که در ارتباط مستقیم با مدیریت دانشگاه باشند.
- ۲- گنجانیدن دروس آشنائی با رشته‌های مختلف دانشگاهی در سالهای آخر دبیرستان
- ۳- ایجاد هماهنگی بین تربیت دانشجو و نیاز جامعه به تخصصهای دانشگاهی
- ۴- توسعه دوره کارورزی و ایجاد ارتباط نزدیک بین دانشجو و محیط شغلی آینده که هم باعث ایجاد انگیزه در دانشجو برای مطالعه می شود و هم احساس امنیت بیشتری از نظر آتیه شغلی به او می دهد.
- ۵- ایجاد سیستم ارزشیابی هماهنگ و یکسان در سراسر دانشگاهها با مدیریت مرکزی وزارتخانه.
- ۶- تأمین امکانات رفاهی حداقل برای تمامی

اما تفاوت‌های موجود بین رشته‌های مختلف را می توان با فاکتورهائی نظیر عدم اطمینان شغلی، سختگیریهای درسی غیر معقول در بعضی رشته‌ها، نارسائی سیستم‌های آموزشی و امکانات رفاهی دانشجویان مرتبط دانست.

اختلاف بارز بین دانشجویان شهری و روستائی از نکات قابل توجه پژوهش است. به نظر می رسد مهمترین فاکتور مؤثر در این زمینه مهاجرت دانشجویان روستائی از محیط بسته و سنتی روستا به محیط صنعتی و گسترده تر شهرهای بزرگ و از دست دادن حمایت‌های عاطفی خانواده و اجتماع کوچک روستا است. در این مورد بهترین راه حل ایجاد یک فاز انتقالی (نظیر کالج) است که اینگونه دانشجویان بتوانند مدتی از تحصیل خود را در شهرهای نزدیک محل زندگی خود سپری کنند تا قدرت تطابق بهتری با شرایط جدید کسب کنند.

در مورد شیوع بیشتر اختلالات در متاهلین فاکتورهائی نظیر مشکلات مالی، مسکن و مسئولیت فرزندان را می توان از مهمترین فاکتورها دانست. سن پائین ازدواج در گروهی از

جدول شماره ۶: میانگین نمره شایعترین استرسورها در گروههای مختلف

نوع استرسور	زن	مرد	متاهلین	مجرد	شهری	روستایی
حجم زیاد مطالب درسی	۰/۹۹	۱/۲۴	۱/۲۳	۱/۱۱	۱/۱۰	۱/۲۸
خستگی ناشی از تحصیل	۰/۹۹	۱/۱۶	۱/۱۵	۱/۰۸	۱/۱۱	۱/۰۲
دوری از خانواده	۰/۸۲	۰/۸۵	۰/۷۸	۰/۸۶	۰/۷۶	۱/۱۲
احساس شکست در انتخاب رشته تحصیلی	۰/۶۱	۰/۶۶	۰/۶۸	۰/۶۳	۰/۵۵	۰/۹۳
مشکلات مالی	۰/۶۰	۱/۲۸	۱/۳۸	۰/۸۹	۰/۸۲	۱/۶
مشکل مسکن	۰/۶۷	۰/۹۲	۱/۵۳	۰/۶۴	۰/۷۰	۱/۲۳
اختلاف با دوستان	۰/۲۹	۰/۳۷	۰/۰۸	۰/۴۰	۰/۳۳	۰/۳۵
فشارهای ناشی از سیستم اجتماعی	۰/۶۹	۰/۹۷	۰/۸۸	۰/۸۴	۰/۸۳	۰/۹۳
مشکلات جنسی	۰/۳۱	۰/۷۶	۰/۶۳	۰/۵۶	۰/۵۶	۰/۸۴
شرکت در یک امتحان مهم	۰/۴۲	۰/۵۲	۰/۳۰	۰/۵۲	۰/۴۳	۰/۶۳

دانشجویان (بورسیه نمودن دانشجویان محروم توسط بخش خصوصی و دولتی به عنوان یک راه حل می تواند مدنظر قرار گیرد.)

۷- ایجاد فاز انتقالی (نظیر کالج) برای دانشجویان روستایی

متغیرهای مورد مقایسه	ضریب همبستگی	امتیاز آزمون ۴
اضطراب و استرس	۰/۵۸۲۵۸	۱۰/۰۸۶۱
افسردگی و استرس	۰/۵۶۲۸۷	۹/۵۸۲۳
خصومت- پرخاشگری و استرس	۰/۴۶۳۹۱	۷/۳۶۸۷
اضطراب و افسردگی	۰/۷۷۷۲	۱۷/۳۷۸۹
اضطراب و خصومت- پرخاشگری	۰/۶۵۱۸۱	۱۲/۰۹۲۹۷
افسردگی و خصومت- پرخاشگری	۰/۵۷۰۸	۹/۷۸۱۹۵

جدول شماره ۸: ضریب همبستگی متغیرهای مورد اندازه گیری در پژوهش

روستائی/شهری	وضعیت تاهل	جنسیت	
t=2/237*	t=1/1059	t=0/5945	اضطراب
t=1/7072	t=1/741	t=0/3179	افسردگی
t=2/3295*	t=1/5333	t=2/1176*	خصوصیت-پرخاشگری
t=3/6457**	t=2/7840*	t=1/6181	استرس

جدول شماره ۷: نتایج آزمون t در گروه‌های مختلف

*: معنی دار در سطح ۰/۰۵ درصد

** : معنی دار در سطح ۰/۰۰۵ درصد

References

- Bertocci, Doris - hirsch, eric - sommer journal of American college 1992 Jul. Vol. (1) 3 - 10.
- Deragotis, Leonard R. - Lipman Ronulds. - Karl Rickels(JN) Behavioral Science 1974 Vol. 19 - 1-15.
- Deragotis, Leonard R. - Meyer Jon K. American Journal of psychiatry 1977 April Vol. 128 280 - 289.
- Deragotis, Leonard R. - Rickels Karl. British Journal of psychiatry 1976 Vol.128 280 - 289.
- Frans Worth
(IB) Mental Health in college and university Harward, 1959.
- Guyton, Rick - Corbin, steve - zimmer christian Journal of American college Health. 1989 Jul.
- Kaplan Harold L. - Sadock benjamin J. Comprehensive Textbook of psychiatry. Fifth Edition, 1989 P.1157.
- Kaplan Harold L. - SADOCK benjamin J. synopsis of psychiatry. Fifth Edition, 1988 P.177.
- Kolenc , KOLEEN M. - Hartley, Duane L. - Murdock, Nancy L. Journal of mental Health counseling 1990 Jan Vol. 12(1) 76 - 92.
- Makaremi , Azar(JN) Psychological Reports 1989 Feb Vol. 64 (1)19 - 22.
- Makaremi, Azar(JN) Psychological Reports 1992 Vol.71 939 - 943.
- Niemi, timo
Journal of American College Health 1988 May Vol. 36(6) 353 - 354.
- Nottingham, C. Robin - Rosen david H. - Parks, Carlton Journal of college student development 1992 Jul. Vol. 33(4) 346 - 354.
- PAYKEL, E.S.
Journal of psychosomatic research 1983 Vol. 27, No. 5, PP 341 - 352
- Reifman, Alan - Dunkel - Schetter, christian Journal of American college Health 1990 May vol. 38(6) 271 - 277
- Rubio Chales t. - Lubin, Bernard Journal of clinical psychology 1986 Jan Vol. 42(1) 205 - 212
- Sam, David L. - Eide rolf scandinavian Journal of psychology 1991 Vol. 32(1) 22 - 30.
- Wise Erica H. - Barnes, denis R. (JN) cognitive Therapy and research 1986 Apr Vol. 10(2) 257 - 260.