العنوان:	معدلات الإكتئاب لدى الطلبة المستجدين بقسمي التربية الإسلامية والتربية الرياضية بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس
المصدر:	مجلة العلوم التربوية
الناشر:	جامعة قطر - كلية التربية
المؤلف الرئيسي:	المحرزى، راشد بن سيف بن مصبح
مؤلفين آخرين:	زايد، كاشف نايف(م. مشارك)
المجلد/العدد:	ع 13
محكمة:	نعم
التاريخ الميلادي:	2007
الشهر:	يوليو
الصفحات:	355 - 377
رقم MD:	16094
نوع المحتوى:	بحوث ومقالات
قواعد المعلومات:	EduSearch
مواضيع:	الصحة النفسية، سلطنة عمان، الجامعات، كليات التربية، طلاب الجامعات، الاكتئاب، الاضطرابات النفسية، تدريس التربية الاسلامية، تدريس التربية الرياضية، علم النفس التربوي، علم النفس الاكلينيكي، الارشاد النفسي، التوافق النفسي، القياس النفسي، الاختبارات والمقاييس التربوية، الاختبارات النفسية، الفروق الفردية
رابط:	http://search.mandumah.com/Record/16094

© 2018 المنظومة. جميع الحقوق محفوظة.
هذه المادة متاحة بناء على الإتفاق الموقع مع أصحاب حقوق النشر، علما أن جميع حقوق النشر محفوظة. يمكنك تحميل أو طباعة هذه المادة للاستخدام الشخصي فقط، ويمنع النسخ أو التحويل أو النشر عبر أي وسيلة (مثل مواقع الانترنت أو البريد الالكتروني) دون تصريح خطي من أصحاب حقوق النشر أو المنظومة.

معدلات الاكتئاب لدى الطلبة المستجدين بقسمي التربية الإسلامية والتربية الرياضية بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس

راشد سيف المحرزي* كاشف زايد**

الملخص

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على معدلات الاكتئاب لدى الطلبة المستجدين بقسمي التربية الإسلامية والتربية الرياضية بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس، وقد تم تطبيق قائمة (Beck) للاكتئاب (BDI) مرتين (بداية فصل خريف ٢٠٠٣/٢٠٠٤ ونهايته) على عينة مؤلفة من ١٠٨ من طلاب وطالبات السنة الأولى بقسمي التربية الإسلامية والتربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس. وأشارت النتائج إلى أن الطلبة يعانون من درجة خفيفة من الاكتئاب. كما توصلت الدراسة باستخدام تحليل التباين لتصميم تقسيم القطع الثنائي إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة تخصص التربية الرياضية وأقرانهم طلبة تخصص التربية الإسلامية في معدلات الاكتئاب في كلا التطبيقين لقائمة (Beck) ، وأشارت النتائج إلى أن طلاب التربية الرياضية لديهم مستويات اكتئاب أقل من طلبة التربية الإسلامية. وأظهرت الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى الاكتئاب بين الذكور والإناث من طلبة التخصصين، وبين كلا التطبيقين لمقياس (Beck) للاكتئاب.

المقدمة

يعتبر الاكتئاب أحد المشكلات النفسية التي قد تصيب الفرد وقد تعيقه عن أداء دوره الاجتماعي وتوافقه (بدر الأنصاري، ١٩٩٨). وعلى الرغم من استخدام مصطلح الاكتئاب لوصف المزاج السيئ للأفراد في أوقات ما من حياتهم، إلا أن الأطباء يعتبرون الاكتئاب اضطراباً خطيراً يسبب تغيرات في الذاكرة والتفكير والإدراك والجسد والسلوك

* قسم علم النفس – كلية التربية – جامعة السلطان قابوس – سلطنة عمان.
** قسم علم النفس – كلية التربية – جامعة السلطان قابوس – سلطنة عمان.

والمزاج والنوم وغيرها من جوانب الحياة (معصومة المطيري، ٢٠٠٥). ويفرق الباحثون بين نوعين من الاكتئاب الأول يعبر عن استجابة تثيرها خبرة حياتية مؤلمة كفقدان عزيز، أو خسارة شيء مهم، أو الفشل في علاقة، وهذا النوع غالباً ما يكون مرتبطا بالموقف الذي أثاره، أما الاكتئاب الآخر فهو الاكتئاب المرضي أو الإكلينيكي حيث أن أهم ما يميز صاحبه هو استمرار أعراضه التي تتسم بالحدة وتعوق الفرد عن أداء الواجبات الحياتية المعتادة لأكثر من أسبوعين وليس بالضرورة أن تكون مسبباته واضحة (عبد الستار إبراهيم، ١٩٩٨).

وينظر إلى الاكتئاب باعتباره اضطراباً إنفعالياً يتم تشخيصه من خلال مجموعة من الأعراض والتي تنقسم إلى ثلاثة جوانب:

(١) الجوانب الانفعالية كالشعور العميق بالحزن وقلة الاهتمام بالأمور التي كانت تبعث بالسرور في السابق.
(٢) الجوانب المعرفية المتمثلة في انخفاض تقدير الذات، واضطراب الذاكرة، وتوقع الفشل وعدم القدرة على التركيز الذهني.
(٣) الجوانب الفسيولوجية كاضطراب النوم و ضعف الشهية والصداع وكثرة البكاء.

كما أن الاكتئاب يحد من فعالية الأفراد ويفسد علاقتهم بالآخرين (Ahmadi, 1991,1992)، ولا يستطيع الشخص المكتئب أن يستمتع بالأنشطة التي يستمتع بها الآخرون، بالإضافة إلى أنه يعاني من إضطرابات النوم، وشعوراً بالحزن، ورغبة في البكاء، وعدم الرغبة في مزاولة أي نشاط، والميل للعزلة عن المحيط الاجتماعي (معصومة المطيري، ٢٠٠٥)، بالإضافة إلى أن الأفراد المصابين بالاكتئاب معرضون أكثر من غيرهم للإصابة بأمراض القلب وللموت لأسباب عدة (Barefoot & Schroll, 1996).

واضطراب الاكتئاب ليس مقصوراً على فئة دون أخرى، فقد يصاب أي شخص به، بغض النظر عن العمر فهو يصيب الصغار والمراهقين وكبار السن أيضاً سواء اختلف الجنس أو العرق أو طبيعة العمل أو مستوى الدخل (معصومة المطيري، ٢٠٠٥). ويحدث الاكتئاب كاستجابة للمواقف العصبية، ويختلف الأفراد في استجابتهم للمواقف العصبية التي يمرون بها، بحيث يتطلب في حالة الشخصية السوية أن تكون هذه المواقف العصبية شديدة جداً، أما في حالة الشخصية المهيأة للإصابة بالاكتئاب فإنها سرعان ما تظهر أعراض الاكتئاب من ظروف أقل شدة، حيث إن هؤلاء الأشخاص لا يتحملون القلق مدة طويلة ثم أنهم يستجيبون للظروف المقلقة، أي أنهم يستخدمون الاكتئاب كوسيلة دفاعية ضد القلق الأساسي.

ولقد تعددت وجهات النظر في دراسة مشكلة الاكتئاب، فنجد أن المنظور الفسيولوجي يركز على العمليات الكيميائية التي تحدث داخل الجهاز العصبي والمخ ويحدث الاكتئاب كنتيجة لهذه العمليات الكيميائية، بينما ينظر أصحاب نظرية التعلم السلوكي والمعرفي إلى حدوث الاكتئاب كنتيجة لعملية الدعم الذي يتلقاه الفرد للمواقف التي يواجها، حيث يحدث الاكتئاب نتيجة تناقص الدعم الإيجابي وتزايد الدعم للأحداث المكروهة والذي ينتج عنه اضطراب معرفي يتمثل في توقع كل ما هو سلبي في المواقف التي يوضع فيها الفرد، أو توقع الفشل واستبعاد النجاح وتشويه المدركات وتحريف خبرات الذاكرة لتمثل على نحو سيئ ويكون العرض الأساسي انخفاض تقدير الذات والشعور بالحزن والبؤس والأعراض الاكتئابية الأخرى. ويتم التعرف على الاكتئاب إذا ما مر الفرد بحالة مزاجية سيئة ونقص بالاهتمامات بمعظم الأنشطة لفترة أقلها أسبوعين، ولأن كل شخص يشعر بالتعاسة بين الحين والآخر فإنه لابد من أن تترافق مع هذه المشاعر مجموعة أخرى من الأعراض أهمها نقص في الشهية، والوزن، والنوم، وفي السلوك النفس حركي، وقلة الطاقة، والشعور بعدم الجدوى والإحساس بالذنب، وصعوبة التفكير ونقص في التركيز، وعدم القدرة على اتخاذ القرارات، ووجود أنماط سوداوية من التفكير كالتفكير بالموت أو التخطيط للانتحار.

والاكتئاب مثل معظم أنواع الاضطراب النفسي الأخرى من حيث إنه لا يتألف من صورة مميزة تجعل عملية تشخيصه عملية سهلة وبسيطة، وإنما يكون اضطراباً تدريجيا مستمراً يبدأ بالحالات القريبة من السوية، ويتدرج ليصل إلى حالات المرض العقلي الذي يتطلب العلاج الطبي (عبد الحميد حسن، ١٩٩٣). ولدى وصول اضطراب الاكتئاب إلى مراحل متقدمة فإن المصابين به يلجئون إلى عيادات الطب النفسي التي غالباً ما تصف لهم عقاقير طبية مضادة للاكتئاب (Antidepressant)، بيد أن كثيراً من الأفراد الذين يعانون من درجات خفيفة أو متوسطة من الاكتئاب يتعايشون معه على الرغم مما يتسبب به من مشاعر سلبية عامة واضطرابات في الوظائف الفسيولوجية، ومشاعر الدونية والتشاؤم والشعور باللا جدوى (نزيه حمدي وآخرون، ١٩٨٨). وتختلف الأسباب المؤدية إلى حالات الاكتئاب النفسي، فقد ينتج الاكتئاب من الظروف المحزنة والخبرات الأليمة في الطفولة، وقد يحدث نتيجة تعرض الفرد للكوارث القاسية، والحرمان، وفقدان المساندة العاطفية والاجتماعية.

مشكلة الدراسة

يعتبر اضطراب الاكتئاب من أكثر الاضطرابات النفسية التي قد تصيب الفرد في مرحلة ما من مراحل حياته، حيث يصف العلماء العصر الحالي بعصر الاكتئاب بعد أن كانوا يصفونه في السابق بعصر القلق (لطفي الشربيني، ١٩٩١). إذ يعتبر الاكتئاب

من أكثر الاضطرابات النفسية شيوعاً في المجتمعات الحديثة، حيث إن الدراسات أشارت إلى أن حوالي (١٩) مليون أمريكي يعانون منه نتيجة مجموعة من العوامل العرقية أو الاجتماعية أو الاقتصادية أو ذات العلاقة بالتحصيل الدراسي. وتشير الإحصائيات الأمريكية إلى أن حوالي ٢% من تلاميذ المدارس الابتدائية يعانون من الاكتئاب، وترتفع النسبة لتصل إلى ٨% بالنسبة للمراهقين، وتبلغ التكلفة المباشرة وغير المباشرة في التعامل مع آثار الاكتئاب حوالي الثلاثة وخمسين بليون دولار (Ndoh & Scales, 2002).

وتشير التقديرات الحالية إلى أن ٢٠% من الأمريكان وخاصة النساء سيواجهون حالة اكتئاب إكلينيكية على الأقل في مرحلة ما من مراحل حياتهم (Gotlib & Hammen, 2002). ويرى الأطباء أن أعداداً كبيرة من طلبة الجامعات الأمريكية يعانون من القلق و الاكتئاب أو أحدهما ويلجئون للكحول والمخدرات التي تزيد من تفاقم خطورة الموقف (Ross, 2004). ويشيع اضطراب الاكتئاب لدى طلبة الجامعات بصفة خاصة نظراً لما يتعرضون له من ضغوطات مختلفة في حياتهم الجامعية سواء كانت ضغوطات أكاديمية تتمثل في صعوبات الدراسة ومتطلباتها والفشل الدراسي، أو ضغوطات اجتماعية تتمثل في التوافق الاجتماعي وتكوين الصداقات والعلاقات الاجتماعية أو ضغوطات نفسية تتمثل في التوافق النفسي مع الحياة الجامعية ومشاكل فترة المراهقة وما بعدها. كما قد يختلف طلبة الجامعات في مستوى ممارستهم للتمارين الرياضية والتي دلت الدراسات على فاعلية ممارسة الرياضة على تخفيف مستوى الاكتئاب لدى الفرد والتخلص منه.

ويعاني طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس من ضغوطات مشابهة لما يعانيه طلبة الجامعات الأخرى، وخاصة الضغوطات الاجتماعية والأكاديمية والنفسية. وتشير إحصائيات مركز الإرشاد الطلابي بالجامعة على تردد عدد كبير من طلبة الجامعة وزيادة هذا العدد من سنة إلى أخرى. وتتنوع المشاكل التي يعاني منها طلبة الجامعة المترددين على مركز الإرشاد الطلابي سواء تلك المرتبطة بالجوانب الأكاديمية أو الجوانب النفسية أو غيرها. وقد يحجم عدد من طلبة الجامعات وخاصة في دولنا العربية عن التردد على مراكز الإرشاد لطلب الاستشارة لأسباب عديدة، تتمثل في اعتقاد البعض بخصوصية المشاكل التي تواجهه والخوف والشعور بالخجل من معرفة الآخرين بمشاكلهم النفسية، واعتقاد البعض بقدرته على حل مشاكله بنفسه وعدم الحاجة إلى اللجوء إلى مراكز الإرشاد.

وتعتبر جامعة السلطان قابوس الجامعة الحكومية الوحيدة بسلطنة عمان مما يضطر العدد الأكبر من طلبتها إلى تغيير نمط حياتهم والانتقال من العيش مع الأسرة في القرى الصغيرة إلى العيش في العاصمة خارج الحرم الجامعي، بالنسبة للطلبة الذكور أو العيش داخل الحرم الجامعي بالنسبة للطلبة الإناث. ويتعرض طلبة الجامعة إلى الإصابة بعدد من الضغوطات والمشاكل الاجتماعية تتمثل في الابتعاد عن الأهل وعن أصدقاء الطفولة والاضطرار إلى تكوين علاقات وصداقات جديدة، فضلاً عن الإصابة بمشاكل نفسية تتمثل في العزلة والضيق والضجر والتفكير في المستقبل. وقد لا يستطيع عدد من طلبة الجامعة التكيف والتغلب على هذه الضغوطات المختلفة لأسباب مختلفة تختلف من فرد لآخر، حسب قدرة الفرد على استخدام طرق واستراتيجيات مقاومة ضغوطات الحياة الجامعية والتكيف معها، مما قد يؤدي ذلك الأمر إلى حدوث معدلات مختلفة من الاكتئاب.

أهمية الدراسة

وبرغم طبيعة الضغوط الأكاديمية والاجتماعية والنفسية التي يتعرض لها طلبة جامعة السلطان قابوس والتي قد تؤدي إلى مستويات معينة من الاكتئاب لديهم، لم يتم إجراء أي دراسات – لحد علم الباحثين – للتعرف على معدلات الاكتئاب لدى طلبة جامعة السلطان قابوس. لذا تنبع أهمية هذه الدراسة باعتبارها الأولى من نوعها التي تجرى باستخدام مجتمع الدراسة الحالي، حيث إنها تهدف إلى الكشف عن مدى شيوع اضطراب الاكتئاب بين طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس، وهو أمر ينطوي على قيمة تطبيقية حيث إنه قد يسهم في تفهم المشكلات والاضطرابات التي يواجهها طلبة الجامعة، وبالتالي يمهد الطريق لوضع استراتيجيات وإتباع سياسات أكاديمية وإرشادية للوقاية والعلاج لمشكلات الاكتئاب لدى الطلبة. كما وستعمل الدراسة أيضا على استقصاء الفروق بين طلبة تخصص التربية الرياضية وطلبة تخصص التربية الإسلامية وهما تخصصين أكاديميين بكلية التربية، الأول وهو التربية الرياضية تشمل برامجه نواحي تطبيقية حركية ويتمتع بطبيعة خاصة تتمثل في ممارسة التمارين الرياضية بصورة أكبر، أما الآخر فهو التربية الإسلامية فتنحصر برامجه بنواحي نظرية بحته. كما وستعمل الدراسة على التعرف على طبيعة الفروق في معدلات الاكتئاب بين الذكور والإناث.

أهداف الدراسة وأسئلتها

تهدف الدراسة إلى الكشف عن معدل اضطراب الاكتئاب بين الطلبة المستجدين بقسمي التربية الإسلامية والتربية الرياضية بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس. ويمكن تلخيص أهداف الدراسة في التساؤلات الأربعة التالية:

السؤال الأول: ما معدل الاكتئاب لدى طلبة السنة الأولى بقسمي التربية الرياضية والتربية الإسلامية بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس في بداية الفصل الدراسي الأول ونهايته؟

السؤال الثاني: هل توجد فروق في درجة الاكتئاب بين طلبة تخصص التربية الرياضية وطلبة تخصص التربية الإسلامية بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس في بداية الفصل الدراسي الأول وفي نهايته؟

السؤال الثالث: هل توجد فروق بين الطلبة الذكور والطلبة الإناث في مستوى الاكتئاب لدى طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس في بداية الفصل الدراسي الأول وفي نهايته؟

السؤال الرابع: هل هناك تفاعل بين جنس الطالب وتخصصه في درجة الاكتئاب لدى طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس في بداية الفصل الدراسي الأول ونهايته؟

الدراسات السابقة

قام بعض الباحثين بإجراء العديد من الدراسات التي تتصل بالاكتئاب باستخدام عينات مختلفة، فقد توصل (Oksoo, 2002) في دراسته التي طبق خلالها قائمة (Beck) للاكتئاب (BDI) على عينة قوامها (٤٣٤) طالباً من أربع جامعات كورية، أن أفراد عينة الدراسة لديهم درجات خفيفة من الاكتئاب بصفة عامة. ولدى تطبيق قائمة (Beck) للاكتئاب على (٧٩)من طلبة إحدى كليات المجتمع خلال فصلين دراسيين، توصلت (Stuber & Otto, 1995) إلى أن ٤٣% من الطلاب يعانون من درجات متفاوتة من الاكتئاب خلال الفصل الدراسي الأول، في حين أن النسبة انخفضت إلى ٣١% خلال الفصل الدراسي الثاني.

وتوصل (Wiseman et al, 1993) الذين درسوا الاختلاف في درجات الاكتئاب لدى عينة تنتمي إلى خلفيات عرقية متنوعة ، وقد تم تطبيق الدراسة على (٣٢٥) طالباً جامعياً يراجعون المرشدين النفسيين، توصلوا إلى أن الطالبات أكثر اكتئاباً من الطلاب على الرغم من أن الطلاب الذكور كانوا أكثر ميلاً للعزلة من الإناث. في حين توصل (Blazer et al, 1994) الذين درسوا اضطراب الاكتئاب لدى عينة من الذكور والإناث أن الإناث حققن درجات عالية مقارنة بالذكور. كما توصلت (Boggiano & Barrett, 1991) بعد تطبيق قائمة (Beck) للاكتئاب على (٧٧) طالباً و(٩٥) طالبة من طلبة كليات المجتمع إلى أن الطالبات الإناث لديهن أعراض اكتئاب أكثر مما لدى الطلاب الذكور. بينما وجد (سامر رضوان، ٢٠٠١) في دراسته للاكتئاب في البيئة السورية وجود

فروق دالة إحصائياً بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية لصالح الطالبات، ولم يجد فروقاً دالة إحصائياً بين طلبة وطالبات الجامعات.

كما قام (Ndoh & Scales, 2002) بدراسة تأثير مجموعة من المتغيرات مثل الحالة الاقتصادية الاجتماعية، الدعم الاجتماعي، الاختلاف العرقي، جنس الفرد، والمعدل التراكمي على مستوى الاكتئاب لطلبة الكليات الجامعية الأمريكية، حيث قاما بتطبيق قائمة (Beck) للاكتئاب على (١٦٠) طالباً وطالبة من جامعة جونسون سميث وجامعة تينيسي الحكومية، وخلصت الدراسة إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاكتئاب وكل من الدعم الاجتماعي، والحالة الاقتصادية الاجتماعية والمعدل التراكمي، في حين أن الدراسة لم تتوصل إلى فروق بين السود والبيض أو بين الذكور والإناث.

وهدفت دراسة نجوى اليحفوفي (٢٠٠٣) إلى التعرف على مدى انتشار الاكتئاب بين طلاب الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات الاجتماعية – الديموغرافية: كالدين، وجنس الطالب، والطبقة الاجتماعية ونوع الجامعة، والموقع الجغرافي، حيث تألفت العينة من (٦١٠) طالباً وطالبة من الجامعتين اللبنانية والأميركية في بيروت، وينتمي الطلاب إلى مختلف المذاهب الدينية والطبقات الاجتماعية والمناطق الجغرافية. أشارت النتائج إلى وجود درجات معتدلة للاكتئاب تبعاً لمقياس (Beck) في عينة الدراسة. كما لم تظهر الدراسة وجود فروق جوهرية بين الجنسين تبعاً للموقع الجغرافي، في حين ظهرت فروق تبعاً للديانة (متوسط المسلمين أعلى مقارنة بالمسيحيين)، كما تبين أن أبناء الطبقة الاجتماعية الفقيرة أكثر اكتئاباً من الطبقة الوسطى، تليها الطبقة العليا التي كانت أقل اكتئاباً من أفراد الطبقتين الوسطى والفقيرة. كما توصلت الدراسة إلى أن معدل الاكتئاب لدى طلبة الجامعة اللبنانية كان أعلى مقارنة بأقرانهم في الجامعة الأميركية.

وقام عويد المشعان (١٩٩٥) بدراسة الفروق في الاكتئاب بين المراهقين والشباب الكويتيين. وتكونت عينة الدراسة من ٣٠٩ طالب وطالبة، بواقع (١٨٢) طالباً وطالبة من مدارس الكويت وبواقع (١٤٧) طالباً وطالبة من جامعة الكويت، وتم استخدام قائمة (Beck) للاكتئاب . وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين، حيث إن الإناث كانت أكثر اكتئاباً من الذكور، ووجود فروق دالة إحصائياً بين المراهقين والشباب، حيث إن الشباب كانوا أكثر اكتئاباً من المراهقين.

وتوصل عبد الحميد حسن (١٩٩٣) في دراسته عن علاقة القلق والاكتئاب ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة قاريونس إلى وجود مستويات للاكتئاب لدى الطلبة

المتأخـــرين دراســـياً أكثـــر من الطلبة العاديين دراسياً. كما توصلت الدراسة إلى تشابه الجنسين في مستوى كل من القلق والاكتئاب.

وقام ناصر المحارب (٢٠٠٥) بدراسة لتحديد الأعمار التي تبدأ فيها الفروق بين الجنـــسين لدى المراهقين في أعراض الاكتئاب والقلق في المملكة العربية السعودية. وقد تكونت عينة الدراســـة من (١٢,٢٤٦) طالباً و(١١,٩٨٧) طالبة تتراوح أعمارهم ما بين (١٢-١٨) سنة بمتوسط عمر قدره (١٥,٥٠) سنة للذكور، وبمتوسط عمر قدره (١٥,٥٧) سنة للإناث. أظهرت نتائج الدراسة أن الفروق بين الجنسين في أعراض الاكتئاب تبدأ عند عمـــر (١٣) سنة لصالح البنات وبقيت دالة حتى العمر (١٨) سنة. وقد خلصت الدراسة إلـــى التوصية بإجراء دراسات تتبعية ودراسات حول الدور الذي يمكن أن تلعبه العوامل النفسية الاجتماعية في مسار الاكتئاب لدى المراهقين العرب.

وتوصلت (Hymes. & Akiyama, 1991) أن طلاب الجامعة اليابانيين أكثر اكتـــئابا من أقرانهم الأمريكيين، في حين توصل كل من هونج وجين (Hong & Jain, 2004) في دراستهم على (٢٧٥) طالباً جامعياً في الصين أن ٥٥% طالباً جامعياً لديهم أعـــراض اكتئابية وضغوطات. وأخيرا خلصت كل (Cress & Ikeda, 2003) إلى أن طلبة مؤسسات التعليم العالي الأمريكية ذوي الأصول الآسيوية يعانون من مشكلات نفسية ويجنحون للاكتئاب نتيجة أشكال التمييز الفردي التي تمارس بحقهم.

كما توصل (Ceyhan et al, 2005) في دراستهم التي طبقوا خلالها مقيـــاس (Beck) للاكتـــئاب علـــى (٢٩٣) طالـــباً جامعياً تركيا أنه يمكن التنبؤ بتعرض الطلاب الجامعيـــين للاكتـــئاب مـــن خـــلال مدى امتلاكهم لمهارات حل المشكلات، ومدى الدعم الاجتماعـــي الـــذي يـــتلقونه مـــن العائلة والأصدقاء والمجتمع بالإضافة إلى مدى تميز شخصياتهم بالخضوع.

وفـــي دراســـة أخـــرى قامت فيها (Wardle et al, 2004) بمقارنة أعراض الاكتـــئاب والرضا عن الحياة، وتقدير الصحة الذاتي بين (٣٥٧١) طالباً جامعياً من دول أوروبـــا الغـــربية و(٤٧٩٣) طالباً جامعياً من خمسة بلدان من دول أوروبا الشرقية. وقد خلـــصت الدراســـة التي طبق خلالها مقياس (Beck) للاكتئاب (BDI) بالإضافة إلى أن أعـــراض الاكتـــئاب تـــرتفع لدى طلاب شرق أوروبا مقارنة بأقرانهم من غرب أوروبا، ونفـــس النتـــيجة ظهرت أيضا فيما يتعلق بمستوى الرضا عن الحياة، إذ تبين أن طلاب الجامعـــة مـــن دول أوروبـــا الشرقية أظهروا مستويات منخفضة بصورة ذات دلالة من الرضـــا عـــن الحـــياة مقارنة بأقرانهم من دول غرب أوروبا. وأظهرت النتيجة أيضاً أن

ارتفـــاع مستوى الاكتئاب وانخفاض مستوى الرضا عن الحياة مرتبطان بالإدراك المتدني للسيطرة والتحكم بأمور الحياة وكذلك مع ارتفاع مستوى وجهة الضبط الخارجية.

وفـــي دراســـة قـــام بها (Quintero et al, 2004) هدفت إلى تقصي درجات الاكتـــئاب لـــدى طلبة الجامعة باستخدام مقياس (Beck) للاكتئاب (BDI) ومقياس زنج للتقديـــر الذاتي للاكتئاب Zung's self – Applied Scale (ZSS)، فقد طبق المقياسان علـــى (٢١٨) جامعـــياً من بينهم (١٣٥) طالبة و(٨٣) طالباً، وتبين أن ٣٠% من أفراد العيـــنة يعانـــون من الاكتئاب حسب مقياس (Beck)، في حين أن ٢٥% من أفراد عينة الدراسة يعانون من الاكتئاب حسب مقياس زنج.

وتوصل (Pially et al, 2002) في الدراسة التي طبقوا خلالها مقياس (Beck) للاكتئاب على عينة قوامها (١٢٩) طالباً جامعياً من طلبة السنة الدراسية الأولى أن طلاب تخـــصص علـــم الـــنفس كانوا أقل اكتئابا من طلاب التخصصات الأخرى، وأن الطلاب الأصغر سنا سجلوا درجات أقل من أقرانهم الأكبر سنا حسب قائمة (Beck) للاكتئاب.

ويستخلص من نتائج الدراسات السابقة ما يلي:

(١) استخدمت أكثر الدراسات السابقة قائمة (Beck) للاكتئاب.
(٢) أن نـــسبة مـــا مـــن طـــلاب الجامعات وخاصة الجدد منهم يعانون من اضطراب الاكتئاب.
(٣) إن نسبة الاكتئاب ترتفع لدى الإناث مقارنة بالذكور.
(٤) أن المشكلات الأكاديمية تهيئ الفرصة لظهور الاكتئاب.
(٥) أن هناك اختلافات في نسبة انتشار اضطراب الاكتئاب وفقا للفروق العرقية والقومية والدينية.
(٦) لـــم يـــتم الحـــصول على دراسات هدفت للتعرف على معدلات الاكتئاب لدى طلبة جامعة السلطان قابوس.

حدود الدراسة

يمكـــن تعميم نتائج الدراسة على مجتمع طلبة قسمي التربية الإسلامية والتربية الرياضـــية بكلـــية التـــربية بجامعة السلطان قابوس فقط، حيث إن العينة المستخدمة في الدراســـة منتقاة بطريقة عرضية من القسمين. كما قد طبقت الدراسة خلال فصل الخريف مـــن العام الدراسي ٢٠٠٣/٢٠٠٤، وبالتالي فإن نتائج الدراسة محددة زمنياً بالفترة التي أجريت بها.

الطريقة والإجراءات

عينة الدراسة

تألفت العينة من (١٠٨) طالباً وطالبة تم اختيارهم بطريقة عرضية من طلبة السنة الأولى بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس، حيث شملت العينة (٥١) طالباً وطالبة من قسم التربية الإسلامية و(٥٧) طالباً وطالبة من قسم التربية الرياضية. كما تكونت العينة من (٦٦) طالباً و(٤٢) طالبة توزع كل منهما على تخصصي التربية الإسلامية والتربية الرياضية. ويوضح الجدول (١) توزيع أفراد العينة على متغيري الدراسة:

جدول (١)

توزيع أفراد عينة الدراسة وفقا لمتغيرات جنس الطالب والتخصص

جنس الطالب		التخصص		
		التربية الرياضية	التربية الإسلامية	المجموع
الذكور	العدد	٤١	٢٥	٦٦
	%	٧١,٩	٤٩,٠	٦١,١
الإناث	العدد	١٦	٢٦	٤٢
	%	٢٨,١	٥١,٠	٣٨,٩
المجموع		٥٧	٥١	١٠٨

أداة الدراسة

استخدمت الدراسة قائمة (Beck) للاكتئاب (Beck Depression Inventory) والتي تعتبر من أفضل أساليب التقدير الذاتي التي تم تطويرها واستخدامها على نطاق واسع لقياس الاكتئاب (نزيه حمدي وآخرون، ١٩٨٨، أحمدعبد الخالق، ١٩٩٦، بدر الأنصاري، ١٩٩٨) وتتألف القائمة في الأصل من (٢١) عرضاً من أعراض الاكتئاب تقيس المزاج الحزين والتشاؤم وعدم الرضى ومشاعر الذنب والبكاء والتهيج والقابلية للإثارة وعدم القدرة على اتخاذ القرار واضطرابات النوم وغيرها. وتحت كل عرض أربعة خيارات تعكس التدرج في شدة العرض على النحو التالي: (صفر) تعني عدم وجود العرض، (١) تعني وجود العرض بدرجة خفيفة، (٢) تعني وجود العرض بدرجة متوسطة، (٣) تعني وجود العرض بدرجة كبيرة.

هذا وقد اختار (Beck) فقرات القائمة دون الاعتماد على نظرية محددة وإنما لكونها تعكس الأعراض السلوكية التي تميز الاكتئابيين إكلينيكيا (نزيه حمدي وآخرون، ١٩٨٨). وتشير المؤشرات السيكومترية التي تم دراستها في البيئات الأجنبية والبيئات العربية إلى توافر دلالات صدق وثبات مرتفعة لقائمة (Beck) للاكتئاب. فقد وجد (Beck et al, 1988) معامل ارتباط قدره ٠,٦٧ بين درجات أفراد عينة الدراسة على قائمة الاكتئاب وبين محك التشخيص الإكلينيكي.

كما توصل نزيه حمدي وآخرون (١٩٨٨) الذين قاموا بدراسة في البيئة الأردنية إلى نتائج تشير إلى صدق عالي لقائمة (Beck) بمقارنة نتائجها مع ما توصلت إليه نتائج التشخيص الإكلينيكي. كما يتراوح معامل ثبات الاتساق الداخلي لقائمة (Beck) للاكتئاب ما بين ٠,٧٣ ٠,٩٢ بمتوسط حسابي قدره ٨٦

وفي الصين قام (Chang, 2005) بتقنين نسخة من مقياس (Beck) للاكتئاب باستخدام عينة مقدارها (١١٥٤) طالباً جامعياً وتوصل إلى أن المقياس يتمتع بدرجة ثبات مناسبة، وأن النتائج التي تم التوصل إليها تتفق مع النتائج التي توصل إليها (Beck et al., 1988).

وقد تم استخدام قائمة (Beck) للاكتئاب على نطاق واسع في الدول العربية. فقد ذكر أحمد عبد الخالق (١٩٩٦) استخدام القائمة في دراسات عربية كمصر والسعودية ولبنان والكويت. وقام بدر الأنصاري (١٩٩٨) بتقنين قائمة (Beck) على عينات كويتية، حيث تراوحت معاملات ثبات ألفا كرونباخ بين ٠,٨٧ و٠,٩٢. كما قد استخدم سامر رضوان (٢٠٠١) قائمة (Beck) على عينات سورية ووجد مؤشرات صدق وثبات عالية، حيث بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ ٠,٨٦ لعينة طلبة الجامعات، ٠,٥٤ لطلبة الثانوية. ثم قام سامر رضوان (٢٠٠٣) بتقنين مقياس (Beck) للاكتئاب على البيئة السورية واختبار صدقه وثباته، وتوصل إلى أن مقياس (Beck) يعتبر أداة صالحة للتشخيص وأغراض البحث العلمي في المجتمع العربي السوري.

الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة

مؤشرات صدق الأداة

ولكي تلائم قائمة (Beck) للاكتئاب البيئة الثقافية والاجتماعية في سلطنة عمان، تم التأكد من صدق المحكمين من خلال عرض القائمة على مجموعة من المحكمين بقسم علم النفس بكلية التربية، وقد تم اقتراح حذف عرضين من القائمة: العرض المتعلق بالتغيرات في الحياة الجنسية (العرض رقم ٢١) على اعتبار أنها لا تتفق مع المحددات الثقافية الإسلامية للمجتمع العماني، والعرض المتعلق بالتغيرات التي طرأت على الوزن (العرض رقم ١٩)على اعتبار أن متغيرات كثيرة تتحكم بنقصان الوزن من الصعب تحديد أي منها المسئول دون تثبيت تأثير الأخريات. وبناء عليه فإن قائمة (Beck) المعدلة التي استخدمت في الدراسة الحالية تتألف من (١٩) عرضا من أعراض الاكتئاب.

جدول (٢)
معامل الارتباط بين أعراض الاكتئاب والدرجة الكلية للقائمة

رقم العرض	أعراض الاكتئاب	معامل الارتباط
١	الحزن	٠,٤٩٨*
٢	التشاؤم	٠,٥١٨*
٣	مشاعر الفشل	٠,٥٢٠*
٤	عدم الرضا والاستمتاع	٠,٥٧١*
٥	الشعور بالذنب	٠,٤٩٥*
٦	العقاب	٠,٤٩٩*
٧	كره الذات	٠,٤٩٠*
٨	لوم النفس	٠,٥٦٧*
٩	أفكار الانتحار	٠,٢٣٥*
١٠	البكاء	٠,٥١٨*
١١	سرعة الغضب	٠,٥٣٣*
١٢	الانسحاب الاجتماعي	٠,٣٣٤*
١٣	التردد في اتخذ القرارات	٠,٦٥١*
١٤	تغير صورة الجسد	٠,٤٨١*
١٥	صعوبات العمل	٠,٥٥٣*
١٦	اضطرابات النوم	٠,٢٨٨*
١٧	سرعة التعب	٠,٤٧٤*
١٨	فقدان الشهية	٠,٤٣٧*
١٩	الانشغال بالمشاكل الصحية	٠,٤٠٦*

كما تم التأكد من الاتساق الداخلي لأعراض الاكتئاب من خلال معامل الارتباط بين الأعراض والدرجة الكلية للمقياس باستخدام عينة التطبيق الأول في الدراسة، والجدول (٢) يوضح معاملات الارتباط. يظهر من الجدول ارتباط دال إحصائياً لأعراض الاكتئاب بالدرجة الكلية لمعدل الاكتئاب.

كما تم التأكد من الصدق العاملي لقائمة (Beck) على عينة الدراسة في التطبيق القبلي، وقد أظهرت النتائج وجود ستة عوامل جذرها الكامن أكبر من ١. وبلغ الجذر الكامن ونسبة التباين المفسر لكل عامل من العوامل الستة كالتالي: العامل الأول (٤,٩٧١، ٢٥,٨٨١%)، العامل الثاني (١,٧٩٨، ٩,٤٦٥%)، العامل الثالث (١,٣٩٧، ٧,٣٥٠%)، العامل الرابع (١,٣٠٨، ٦,٨٨٥%)، العامل الخامس (١,١٧٦، ٦,١٨٨%)، العامل السادس (١,٠٩٧، ٥,٧٧٦%). وتشير هذه النتائج إلى سيادة العامل الواحد للفرق الكبير

بينه وبين العامل الثاني نسبة إلى الفرق بين كل عامل والعامل الذي يليه، كما استطاع العامل الواحد بنفسه أن يفسر ما نسبته ٢٥,٨٨١% من التباين الكلي. ويتمثل هذا العامل الواحد بالعامل العام للاكتئاب من خلال مصفوفة المكونات لأعراض الاكتئاب.

مؤشرات ثبات الأداة

للتأكد من ثبات مقياس (Beck) للاكتئاب على عينة الدراسة، تم حساب معامل الاتساق الداخلي بطريقة ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha) في عينة التطبيق الأول حيث وصلت إلى ٠,٨٢٨. كما تم حساب معامل ثبات إعادة التطبيق حيث بلغ ٠,٧١٢. وتدل هذه المؤشرات على معاملات ثبات مرتفعة لقائمة (Beck) للاكتئاب لعينة الدراسة.

إجراءات الدراسة

تم تطبيق الدراسة بإجراء الخطوات التالية:

- اختيار أداة البحث الملائمة لتحقيق أغراض الدراسة وتعديلها لتلائم المعايير الثقافية والاجتماعية العمانية.

- اختيار أفراد عينة الدراسة وقد تألفت من مجموعتين من الطلبة المستجدين بتخصص التربية الرياضية وتخصص التربية الإسلامية.

- تطبيق قائمة (Beck) للاكتئاب على جميع أفراد عينة الدراسة خلال الأسبوع الثالث من الفصل الدراسي الخريفي للعام الدراسي ٢٠٠٣/٢٠٠٤م، ثم إعادة التطبيق خلال الفصل الدراسي الثالث عشر من نفس الفصل.

- معالجة البيانات إحصائياً باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، ثم تحليل النتائج ومناقشتها.

النتائج

للإجابة عن السؤال الأول: ما معدل الاكتئاب لدى طلبة السنة الأولى بقسمي التربية الرياضية والتربية الإسلامية بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس في بداية الفصل الدراسي الأول ونهايته؟

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الاكتئاب في التطبيقين (بداية الفصل الدراسي الأول ونهايته) لكل مجموعات الدراسة كما هو موضح في الجدول (٣) التالي:

جدول (٣)
المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجة الاكتئاب في التطبيقين (الأول والثاني)
حسب قائمة (Beck) للاكتئاب

جنس الطالب	التخصص	التطبيق الأول				التطبيق الثاني		
		ن	م	ع		ن	م	ع
ذكور	التربية الرياضية	٤١	٩,٠٠	٤,٠٣		٤١	٩,١٠	٥,١٢
	التربية الإسلامية	٢٥	١٣,٠٠	٥,٥٣		٢٥	١١,٢٨	٥,٧٦
	المجموع	٦٦	١٠,٥٢	٥,٠١		٦٦	٩,٩٢	٥,٤٣
إناث	التربية الرياضية	١٦	٧,٥٠	٤,٢٧		١٦	٧,٨٨	٣,٧٧
	التربية الإسلامية	٢٦	١٣,٨١	٧,٢٨		٢٦	١٣,٠	٥,٦٥
	المجموع	٤٢	١١,٤٠	٦,٩٧		٤٢	١١,٠٥	٥,٥٧
المجموع	التربية الرياضية	٥٧	٨,٥٨	٤,١٢		٥٧	٨,٧٥	٤,٧٨
	التربية الإسلامية	٥١	١٣,٤١	٦,٤٣		٥١	١٢,١٦	٥,٧١
	المجموع	١٠٨	١٠,٨٦	٥,٨٤		١٠٨	١٠,٣٦	٥,٤٩

م: المتوسط الحسابي ع: الانحراف المعياري

وأظهـرت النتائج في الجدول (٣) أن متوسط درجات الاكتئاب لدى جميع أفراد عيـنة الدراسة سجلت معدلات منخفضة نسبياً (التطبيق الأول: ١٠,٨٦، التطبيق الثاني: ١٠,٣٦) مما يشير إلى أن وجود مستويات خفيفة من الاكتئاب لدى أفراد الدراسة.

ويلاحـظ من الجدول أيضاً أن طلبة تخصص التربية الإسلامية لديهم مستويات خفيفة من الاكتئاب في التطبيقين حسب تصنيفات قائمة (Beck) (التطبيق الأول: ١٣,٤، التطبـيق الثانـي: ١٢,١٦)، فـي حـين دلت النتائج على عدم وجود اكتئاب لدى طلبة تخـصص التربية الرياضية في التطبيقين (التطبيق الأول: ٨,٥٨، التطبيق الثاني: ٨,٧٥) حـسب تـصنيف قائمة (Beck). كما وأظهرت النتائج أن طلبة كلية التربية من الذكور والإنـاث يعانـون من درجات خفيفة من الاكتئاب في بداية الفصل الدراسي الأول وفي نهايته (الذكور: ١٠,٥٢، ٩,٩٢: الإناث: ١١,٤، ١١,٠٥ على التوالي).

وللإجابـة عـن الـسؤال الثاني: هل توجد فروق في درجة الاكتئاب بين طلبة تخـصص التـربية الرياضـية وطلبة تخصص التربية الإسلامية بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس في بداية الفصل الدراسي الأول وفي نهايته؟، السؤال الثالث: هل توجد فـروق بـين الطلبة الذكور والطلبة الإناث في مستوى الاكتئاب لدى طلبة كلية التربية بجامعـة السلطان قابوس في بداية الفصل الدراسي الأول وفي نهايته؟، السؤال الرابع: هـل هناك تفاعل بين جنس الطالب وتخصصه في درجة الاكتئاب لدى طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس في بداية الفصل الدراسي الأول ونهايته؟

ويشير جدول (٤) إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات التطبيقين (الأول والثاني) في درجة الاكتئاب لطلبة كلية التربية جامعة السلطان قابوس، مما يعني أن درجة الاكتئاب لطلبة كلية التربية في قائمة (Beck) متشابهة في التطبيقين الأول والثاني وهذا يدل على أن وقت تطبيق قائمة (Beck) للاكتئاب لم يكن له أي أثر. كما أظهرت النتائج أن التفاعل بين المتغيرين المستقلين في الدراسة (جنس الطالب والتخصص) لا يختلف باختلاف وقت تطبيق قائمة (Beck) (قيمة الدلالة = ٠,٧٥١)، وكذلك لا يختلف تأثير كل من متغير جنس الطالب (قيمة الدلالة= ٠,٥٥٢)، ومتغير التخصص (قيمة الدلالة= ٠,١٣٦) كل على حده في درجة الاكتئاب لدى طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس باختلاف وقت تطبيق قائمة (Beck). ومن هنا فإن النتائج تدل على أن نمط الفروق الموجودة بين مجموعات الدراسة حسب متغيري جنس الطالب والتخصص متشابهة في التطبيقين الأول والثاني ويمكن الاعتماد على أي التطبيقين للتعرف على الفروق بين مجموعات الدراسة.

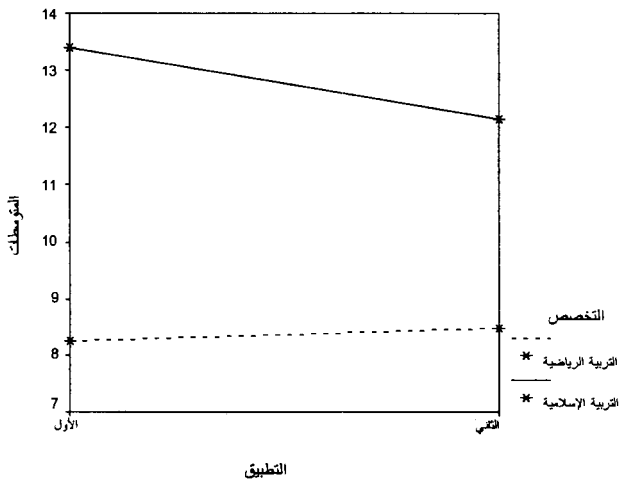
وعلى الرغم من أنه يمكن استخدام أحد التطبيقين لدراسة ما إذا كانت هناك فروق دالة إحصائياً بين جنس الطالب والتخصص في درجة الاكتئاب لدى طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس كما أظهرتها النتائج، فإنه من المفضل استخدام نتائج التطبيقين معاً عن طريق حساب متوسط درجة الاكتئاب في التطبيقين لكافة مجموعات الدراسة ثم اختبار مدى وجود فروق دالة إحصائياً بينها، وذلك لزيادة ثقة وثبات وقوة نتائج اختبارات الفروق بين متوسط المجموعات التي يتم التوصل إليها.

ويظهر الجدول (٥) نتائج تحليل التباين بين الأفراد لدراسة الفروق بين مجموعات الدراسة في متوسط درجة الاكتئاب في التطبيقين لقائمة (Beck)، حيث أوضحت النتائج عدم وجود تفاعل دال إحصائياً بين مجموعات جنس الطالب والتخصص في درجة الاكتئاب لدى طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس (قيمة الدلالة=٠,١٧٢)، مما يشير إلى أن نمط الفروق الموجودة بين طلبة تخصص التربية الرياضية وطلبة تخصص التربية الإسلامية متشابهة لدى كل من الذكور والإناث.

وقد أشارت النتائج أيضاً إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الطلبة الذكور والإناث في درجة الاكتئاب (قيمة الدلالة=٠,٩٥٩)، أي أن درجة الاكتئاب لدى الطلبة الذكور في كلية التربية بجامعة السلطان قابوس لا تختلف بدلالة إحصائية عن درجة الاكتئاب لدى الإناث.

بينما أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً بين طلبة تخصص التربية الرياضية وطلبة تخصص التربية الإسلامية في درجة الاكتئاب (قيمة الدلالة= ٠,٠٠٠). وتشير متوسطات طلبة التخصصين إلى أن درجة الاكتئاب لدى طلبة تخصص التربية الرياضية أقل من درجة الاكتئاب لدى طلبة تخصص التربية الإسلامية في التطبيقين لقائمة (Beck) كما يتضح من الجدول (٥).

ويظهر الشكل (١) متوسط الاكتئاب لدى طلبة تخصص التربية الإسلامية وطلبة تخصص التربية الرياضية في كلا التطبيقين لقائمة (Beck) للاكتئاب.



شكل (١)

متوسطات طلبة التربية الرياضية والتربية الإسلامية في التطبيقين (الأول والثاني) لقائمة (Beck) للاكتئاب

المناقشة

تشير النتائج إلى أن طلبة كلية التربية يعانون من معدلات مختلفة من الاكتئاب بينما يتمركز أغلب الطلبة في المعدلات المنخفضة، حيث جاء متوسط الاكتئاب منخفضاً. ويمكن أن يعزى انخفاض معدل الاكتئاب لدى طلبة كلية التربية إلى حداثة هؤلاء الطلبة بالجامعة مما يعني إحساس الطلبة بالراحة النفسية لحصولهم على مقاعد دراسية بكلية التربية بالجامعة وقلة الضغوط الدراسية في بداية الدراسة الجامعية. كما يمكن أن يعزى

إلى عدم حاجة طلاب وطالبات كلية التربية إلى التفكير في المستقبل الوظيفي لهم بعد التخرج، إذ أنه في الغالب يتم تعيين جميع الخريجين ذكوراً كانوا أم إناثاً في المدارس الحكومية بمجرد تخرجهم. وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما توصل إليه (Oksoo, 2002) في دراسته التي طبق خلالها قائمة (Beck) للاكتئاب (BDI) على عينة قوامها (٤٣٤) طالباً من أربع جامعات كورية، أن أفراد عينة الدراسة لديهم درجات خفيفة من الاكتئاب بصفة عامة. وبالمقابل، قد يعود وجود مستويات متوسطة إلى عالية لبعض الطلبة في معدلات الاكتئاب إلى عوامل وفروق فردية طبيعية تعزى لمسببات وراثية أو بيئية، فطلبة كلية التربية في بداية التحاقهم بالجامعة وانتقالهم إلى بيئة أكاديمية واجتماعية جديدة غير مألوفة يواجهون تحدياً لا يتعامل معه الطلبة الجدد بنفس الكفاءة، الأمر الذي قد يؤدي إلى سوء التكيف للضغوطات بالنسبة لبعض الطلبة وزيادة نزعتهم نحو الاكتئاب.

كما أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الاكتئاب لدى جميع مجموعات طلبة كلية التربية كان متشابها في التطبيقين عند بداية الفصل الدراسي ونهايته. وقد يعطي ذلك دلالة على عدم تغير معدلات الاكتئاب المنخفضة لدى طلبة كلية التربية خلال الفصل الدراسي.

وأظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق بين طلاب وطالبات كلية التربية فيما بينهما في درجة الاكتئاب في كلا التطبيقين، واتفقت نتائج الدراسة مع نتائج كل من عبدالحميد حسن (١٩٩٣)، سامر رضوان (٢٠٠١)،نجوى اليجفوفي (٢٠٠٣). بينما تتعارض مع ما توصلت إليه بعض الدراسات في أن الإناث أكثر اكتئابا من الذكور بمقدار الضعف (Blazer et al, 1994; Wiseman et al, 1993). ويمكن تفسير عدم وجود فروق بين الطلاب والطالبات إلى أن الفروق بين الجنسين في أعراض الاكتئاب تبدأ عند عمر ١٣ سنة لصالح البنات وبقيت دالة حتى العمر ١٨ سنة، وبعدها لم تكن تلك الفروق دالة إحصائياً (ناصر المحارب، ٢٠٠٥). ويمكن إرجاع السبب في هذه النتيجة إلى تشابه التسهيلات الدراسية والحياة الجامعية بجامعة السلطان قابوس. كما تتشابه الضغوط والظروف الاجتماعية والاقتصادية لكلا الجنسين من حيث ضمان فرص العمل، حيث إن فرص العمل ما زالت متوفرة لخريجي كلية التربية.

بينما وجدت الدراسة فروقاً ذات دلالة إحصائية بين طلبة تخصص التربية الرياضية وأقرانهم طلبة تخصص التربية الإسلامية في مستوى الاكتئاب في كلا التطبيقين لقائمة (Beck)، وأشارت النتائج إلى أن طلاب التربية الرياضية يعانون من مستويات اكتئاب أقل من طلبة التربية الإسلامية، وتتشابه هذه النتيجة لدى الذكور والإناث من طلبة كلية التربية.

ويمكن تفسير وجود درجات اكتئاب لدى طلبة التربية الرياضية أقل من أقرانهم بقسم التربية الإسلامية إلى احتمالية شعور طلاب تخصص التربية الرياضية بالرضا حيال تخصصهم الأكاديمي الحالي أكثر من طلاب التربية الإسلامية إذا أخذنا بعين الاعتبار أن عملية القبول بقسم التربية الإسلامية تتم وفق مجاميعهم في الثانوية العامة في المقام الأول وليس وفقا لرغباتهم وميولهم الأكاديمية، بينما تتم عملية قبول الطلاب بقسم التربية الرياضية بناءاً على رغبة وميول واستعدادات الطالب في المقام الأول من خلال اجتياز اختبار القدرات الرياضية كشرط للقبول بالقسم. كما قد يؤثر تفكير الطالب في فرص الالتحاق بوظائف حكومية غير مهنة التدريس بعد التخرج على شعوره بعدم الرضا من التخصص وشعوره بالاكتئاب. فإذا ما قارنا بين فرص العمل بعد التخرج لطلاب تخصص التربية الإسلامية وتخصص التربية الرياضية، نجد أن لخريج قسم التربية الرياضية العديد من فرص العمل غير مهنة التدريس يمكنه الالتحاق بها بعكس خريج قسم التربية الإسلامية، مما قد يجعلهم أكثر اطمئنانا على مستقبلهم المهني مقارنة بطلاب قسم التربية الإسلامية.

كما أنه يمكن ربط انخفاض درجة الاكتئاب لدى طلبة تخصص التربية الرياضية مقارنة بطلاب تخصص التربية الإسلامية بمقدار اختلاف الطلاب في ممارسة النشاط الرياضي، حيث إن طلبة السنة الأولى يدرسون مقرر التمرينات الرياضية التطبيقي خلال الفصل الدراسي الأول من السنة الأولى، الأمر الذي يجعلهم مختلفين عن أقرانهم في المجموعة الأخرى من حيث ممارسة التمرينات الرياضية بشكل منتظم على مدار الفصل الدراسي الأول، ومما يدعم هذا التفسير الدور الذي تلعبه ممارسة الرياضة والتمرينات الرياضية في تخفيف درجات الاكتئاب التي قد يشعر بها الفرد في حياته.

التوصيات والمقترحات

من خلال نتائج الدراسة، يمكن تقديم التوصيات والمقترحات التالية:

(١) العمل على ضبط مستوى الاكتئاب لدى طلبة كلية التربية لضمان عدم زيادة معدلاته بمختلف الأساليب والطرق.

(٢) تقديم وتفعيل خدمة الإشراف الأكاديمي لطلبة كلية التربية من قبل مشرفيهم الأكاديميين.

(٣) العمل على زيادة الوعي بأهمية ممارسة الرياضة لدى طلبة جامعة السلطان قابوس وتشجيعهم من خلال عقد الدورات والمسابقات الرياضية بمختلف الألعاب وتقديم الجوائز المحفزة لذلك.

(٤) تدريب الطلاب على مهارات الاستذكار الجيد وتنظيم الوقت لتخفيف الضغوط الدراسية.

(٥) توفير المسكن الهادئ، والمواصلات الكافية لتقليل الضغط على الطلبة من أجل التركيز على الدراسة وتجنب الفشل الدراسي.
(٦) إجراء دراسات تتبعية لطلبة كلية التربية للتعرف على تغير معدلات الاكتئاب عبر السنوات الدراسية.
(٧) إجراء دراسات إضافية حول الاكتئاب في الكليات والتخصصات الأخرى بجامعة السلطان قابوس.
(٨) تقنين مقياس (Beck) للاكتئاب في سلطنة عمان لاستخدامه كأداة تشخيصية فعالة.
(٩) إجراء دراسات حول العلاقة بين ممارسة التمرينات الرياضية والنشاط الرياضي ومستوى الاكتئاب، وكذلك العلاقة بين الاكتئاب والتحصيل الدراسي للاكتئاب.
(١٠) إدخال برامج علاجية جديدة فعالة لحالات الاكتئاب المرضية و إجراء دراسات حول فعاليتها.

المراجع

المراجع العربية

- أحمد محمد عبد الخالق، (١٩٩٦). دليل تعليمات قائمة "(Beck)" للاكتئاب. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- بدر محمد الأنصاري، (١٩٩٨). الصورة الكويتية لقائمة (Beck) للاكتئاب. المجلة التربوية، ١٢(٤٦)، ص ص٧٧-١١٢.
- سامر رضوان، (٢٠٠١). الاكتئاب والتشاؤم: دراسة ارتباطية مقارنة. مجلة العلوم التربوية والنفسية. ٢ (١)، ص ص١٣-٤٨.
- سامر رضوان، (٢٠٠٣). الصورة السورية لمقياس (Beck) للاكتئاب: دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة دمشق. مجلة العلوم التربوية والدراسات الإسلامية. جامعة الملك سعود. العدد ١، ص ص٤٥٣-٤٨٦.
- عبد الحميد سعيد حسن، (١٩٩٣). علاقة القلق والاكتئاب ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة. مجلة قاريونس العلمية، العدد ٤٣، ص ص ١٩٣-٢٣٠.
- عبد الستار إبراهيم، (١٩٩٨). الاكتئاب: اضطراب العصر الحديث فهمه وأساليب علاجه. الكويت: عالم المعرفة.
- عويد سلطان المشعان، (١٩٩٥). دراسة الفروق في الاكتئاب بين المراهقين والشباب الكويتيين. المجلة التربوية، جامعة الكويت. ١٠ (٣٧)، ص ص٥١-٦٧.

- لطفي الشربيني، (١٩٩١). الاكتئاب النفسي: مرض العصر. الإسكندرية: المركز العربي.
- معصومة المطيري، (٢٠٠٥). الصحة النفسية: مفهومها واضطراباتها. الكويت: دار الفلاح للنشر والتوزيع.
- ناصر بن إبراهيم المحارب، (٢٠٠٥). أعراض الاكتئاب والقلق لدى الطلاب والطالبات في المملكة العربية السعودية: متى تبدأ الفروق؟. مجلة دراسات، الجامعة الأردنية، ٣٢ (١)، ص ص١٢١-١٣٥.
- نجوى اليحفوفي، (٢٠٠٣). الاكتئاب وعلاقته ببعض المتغيرات الاجتماعية الديموغرافية لدى طلاب الجامعة اللبنانيين. المجلة التربوية، جامعة الكويت، ١٨ (٦٩)، ص ص١٠٩-١٢٠.
- نزيه حمدي، نظام أبو حجلة، صابر أبو طالب، (١٩٨٨). تقنين نسخة عربية من قائمة (Beck) للاكتئاب. مجلة دراسات. الجامعة الأردنية، المجلد ١٥ (١)، ص ص٣٠-٤٠.

المراجع الأجنبية

- Ahmadi, J. (1991). Behavior Therapy. Third edition, Shiraz, Shiraz University Press.
- Ahmadi, J. (1992). Biobehavior Therapy and Biobehaviorism: the future of psychiatry. Second edition, Shiraz, Rahgosha Press.
- Barefoot JC, Schroll M. (1996). Symptoms of depression, acute myocardial infarction, and total mortality in a community sample. Circulation 976-1980.
- Beck, A. T., Steer, R..A., Garbin, M.. G., (1988). Psychometric properties of the Beck Depression Inventory: Twenty-five years of evaluation. Clinical Psychology Review, v8 n1, 77-100.
- Birmaher B, Brent DA, Benson RS. (1998). Summary of the practice parameters for the assessment and treatment of children and adolescents with depressive disorders. American Academy of Child and Adolescent Psychiatry Journal, v37:1234-1248.

- Blazer et al.(1994). The prevalence and distribution of major depression in a national community sample: the National Comorbidity Survey. Am J Psychiatry, v151 n7: 979-986.
- Boggiano, A. & Barrett, M. (1991) Gender Differences in Depression in College Students. A Journal of Research, v25 n11-12: 595-605.
- Carr et al. (1981) Physical conditioning facilitates the exercise-induced secretion of beta-endorphin and beta-lipotropin in women. N Engl J, v305 n10: 560-563.
- Casper R. (1993) Exercise and mood. World Rev Nutrition Diet, v71: 115-143.
- Ceyhan, Esra; Ceyhan, Aydogan Aykut; Kurtyilmaz, Yildiz (2005) Depression among Turkish female and male university students. Society for Personality Research. v 33, n 4, 329-340.
- Chang, Hsiaowen (2005) Dimensions of the Chinese Beck Depression Inventory-II in a university sample. Individual Differences Research. v 3 n3, 193-199
- Cress, Christine M. & Ilkeda, Elaine K. (2003) Distress under Duress: The Relationship between Campus Climate and Depression in Asian American College Students. NASPA Journal, v40 n2: 123-135.
- Gotlib H. Ian & Hammen L. Constanc. (2002). Handbook of Depression. New York: Guilford Press.
- Hong, Luo & Jain-hong, Ma (2004) Relation among College Student's Depression Symptom, Problem Solving Appraisal and Perceived Stress. Chinese-Journal-of-Clinical-Psychology. v12 n4, 367-368.

- Hymes, Robert, W. & Akiyama, M. Michael (1991) Depression and Self-Enhancement among Japanese and American students. Journal of Social Psychology, v131 n3 321-34.
- Ndoh, S. & Scales, J.(2002). The Effects of Social Economic Status, Social Support, Gender Ethnicity and Grade Point Average on Depression among College students. Paper presented at The Annual Meeting of the National Association of African American Studies, the National Association of Hispanic and Latino Studies, the National Association of Native American Studies, and the International Association of Asian Studies.
- Oksoo, Kim, (2002). The relationship of depression to health risk behaviors and health perceptions in Korean college students. Adolescent depression Research. v37 n147: 575-5899.
- Osness H.Wayne (1998). Physical activity and depression among older adults. The Journal of Physical Education, Recreation & Dance, v69 n9: 16-30.
- Pially, A L; Edwards, S D; Gambu, S Q; Dhlomo, R M. (2002) Depression among university students in South Africa. Psychological Reports. v 91 n3, 725-728.
- Quintero, Marcela Arrivillaga; Garcia, Carolina Cortes; Jimenez, Vivian L Giocochea; Ortiz, Tatiana Ma Lozano (2004). Charactarization of Depression in University Young people. Peer Reviewed Journal. v3 n1, 17-26.

- Ross, Virginia (2004). Depression, Anxiety, and Alcohol or Other Drug Use among College Students. Eric (ED485601)
- Stuber, D. & Otto, M. (1995) Incidence of Depression among Community College Students. NASPA Journal, v32 n4, 279-86.
- Wardle, Jane; Steptoe, Andrew; Gulis, Gabriel; Sartory، Gudrun; K. Helena; Todorova, Irina; Vgele, Claus; Ziarko, Michal (2004) Depression, perceived control, and life satisfaction in universit students from Central-Eastern and Western Europe. International Journal of Behavioral Medicine. v 11 n1, 27-36.
- Wiseman, H. et al. (1993). Sex differences in rates of depression: cross-national perspectives. J Affect Disord, v29 n2, 77-84
- Wiseman, H. et al. (1995) Gender Differences in Loneliness and Depression of University Students Seeking Counseling. British Journal of Guidance and Counseling, v23 n2, 231-43.
- Zindel V. Segal; Jeanne Miranda, and, Rick E. Ingram (1998). Cognitive Vulnerability to Depression. New York: Guilford Press.

تاريخ ورود البحث : ٢٠٠٦/١٢/١٧م
تاريخ ورود التعديلات : ٥/٧ /٢٠٠٧م
تاريخ القبول للنشر : ٥/٩ /٢٠٠٧م

Depression rates of Freshmen Students in the Department of Islamic Education and Physical Education in the Colleg of Education at the Sultan Qaboos University

Rashid Saief Al-Mehrazy* **Kashif Zaied****

Abstract

The study aimed to examine the depression rates of freshmen students in the Departments of Islamic Education and Physical Education in the College of Education at Sultan Qaboos University. Beck Depression Inventory (BDI) has been administered two times (beginning and end of the fall semester of 2003/2004) using 108 freshmen students from the departments of Islamic Sciences and Physical Education's. The results showed low depression rates for all sampled students. Two-way Split-plot design analysis of variance showed a statistical difference between students of Physical Education and their counterparts in the Islamic Education in depression rates at both two administrations of the BDI. Results showed that the students of Physical Education department had less depression rates than the students of the Islamic Education. However, the results showed there were no statistical differences of depression rates between males and females and between the two administrations of the BDI..

* **Psychology Department – Faculty of Education – Sultan Qabboos University – Sultana of Oman.**

** **Psychology Department – Faculty of Education – Sultan Qabboos University – Sultana of Oman.**