الضغوط الأكاديمية والاكتئاب لدى طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود (دراسة مقارنة)

د. ربى عبد المطلوب معوض
قسم علم النفس
كلية التربية -جامعة الملك سعود
ramoawad@ksu.edu.sa

أ. رفعه سعود السبيعي
عمادة أقسام العلوم الإنسانية
جامعة الملك سعود
ralsubaie@ksu.edu.sa

الضغوط الأكاديمية والاكتئاب لدى طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود

(دراسة مقارنة)

د. ربى عبد المطلوب معوض
قسم علم النفس
كلية التربية -جامعة الملك سعود

أ. رفعه سعود السبيعي
عمادة أقسام العلوم الإنسانية
جامعة الملك سعود

الملخص

تهدف هذه الدراسة إلى المقارنة بين الاكتئاب والضغوط الأكاديمية التي تتعرض لها طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود والكشف عن العلاقة بين الضغوط الأكاديمية والاكتئاب لدى الطالبات. وتكونت العينة المشاركة لهذه الدراسة من ٤٠٩ طالبة من طالبات الكليات الإنسانية (الآداب، التربية، إدارة الأعمال، اللغات والترجمة، والحقوق والعلوم السياسية)، بمتوسط عمر ٢٢,٥. وطبق عليهم مقياس الضغوط الأكاديمية ومقياس الاكتئاب. ولتحليل النتائج استخدمت الباحثتان النسب المئوية، معامل ارتباط بيرسون، وتحليل التباين أحادي الاتجاه. وكشفت النتائج عن وجود علاقة دالة إحصائيا بين الضغوط الأكاديمية والاكتئاب. في حين لم يوجد فروق في الضغوط الأكاديمية والاكتئاب تعود إلى اختلاف الكلية، المعدل الأكاديمي، والسنة الدراسية.

الكلمات المفتاحية: الضغوط الأكاديمية، الاكتئاب.

* تاريخ تسلم البحث: ٢٠١٦/٩/٢٧م
* تاريخ قبوله للنشر: ٢٠١٧/٩/١١م

Academic Stress and Depression among King Saud University Female Students within Humanities Disciplines

(A Comparative Study)

Dr. Ruba A. Moawad
Department of Psychology
King Saud University

Refah S. Alsubeey
Department of Psychology
King Saud University

Abstract

This research aimed to compare between depression and academic stress among King Saud University female students, studying in social and humanities disciplines (Art, Education, Business, Linguistics and Translation, & Law and Political Studies), as well as the correlation between academic stress and depression. 409 students participated in this research, with a mean age of 22.5 years. They answered the academic stress test and the depression test. Pearson correlation coefficient, and one- way analysis of variance was used to analyze the data. Results indicated a significant correlation between academic stress and depression. Our findings also showed no differences between stress and depression within disciplines, grade point average, & the academic year.

Keywords: academic stress, depression.

الضغوط الأكاديمية والاكتئاب لدى طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود (دراسة مقارنة)

د. ربى عبد المطلوب معوض
قسم علم النفس
كلية التربية -جامعة الملك سعود

أ. رفعه سعود السبيعي
عمادة أقسام العلوم الإنسانية
جامعة الملك سعود

المقدمة

تعد الضغوط الأكاديمية من أكثر العوامل والمشكلات التي تواجه طلبة الجامعات اليوم، وبخاصة مع زيادة التنافس بين الطلبة للحصول على أفضل تعليم واكتساب المهارات التي تؤهلهم للحصول على الوظائف المناسبة، والارتقاء بأنفسهم وتحسين أوضاعهم الاجتماعية والوظيفية. فقد أشارت (Hammen, Shih, & Brennan, 2004) إلى أن طلاب الجامعات عرضة لمواجهة الكثير من الاضطرابات النفسية والصراعات نتيجة للمواقف الجديدة التي يواجهونها عند الانتقال إلى المرحلة الجامعية، إذ يظهر لديهم الإحساس بالاستقلال وتحمل المسؤولية فيما يخص دراستهم وانجازاتهم الأكاديمية، وقد تؤدي هذه الضغوط إلى عدد من المشكلات النفسية، الاجتماعية، والأكاديمية ومن ثم سوء التوافق مع الحياة الجامعية. وتعرف الضغوط على أنها مشاعر سلبية مرتبطة بعدم القدرة على التأقلم وضعف الثقة في النفس، ويرتبط هذا التعريف ارتباطا وثيقا بالجانب الأكاديمي، خاصة وأن الطالب مطالب بالتأقلم المستمر مع الواجبات والمتطلبات الأكاديمية والتي غالبا ما تؤدي إلى التشكيك الذاتي في قدراتهم بشكل مستمر (Jones, 1993).

وتعتبر الضغوط الأكاديمية من أهم محبطات التطور الأكاديمي والوظيفي للطلبة، وبناء على تقرير الجمعية الأمريكية لصحة الطلبة الجامعيين عام ٢٠٠٦ وجد أن الضغوط الأكاديمية كانت هي أكبر عائق دراسي يواجهه الطلبة، فقد أفاد ٣٢٪ من الطلبة الجامعيين أن الضغوط الأكاديمية كانت هي السبب الرئيس وراء حذف مقرر أو الحصول على درجة منخفضة (Kadapatti & Vijayalaxmi, 2012). كما يشير كل من أكجن وكاروتشي (Akgun & Ciarrochi, 2003) إلى وجود علاقة سلبية بين الضغوط الأكاديمية والأداء الدراسي، إذ يسجل الطلبة ذوو الدرجات المنخفضة في المقررات الدراسية درجات مرتفعة على مقياس الضغوط الأكاديمية (Akgun & Ciarrochi, 2003). وعلى العكس من ذلك أظهرت دراسة عربيات والخرابشة (٢٠٠٧) أن الطلبة المتفوقين يتعرضون للضغوط أكثر من

الطلبة الأقل تفوقا، وبخاصة بسبب توقعات الوالدين.

ويعتمد النجاح الدراسي واكتساب المهارات الأكاديمية على عوامل متعددة، مثل العادات الدراسية، الذكاء، الدافع، التشجيع الأسري، وأساليب التدريس المتبعة في الجامعة وغيرها من العوامل الأخرى. فقد وجد أن هذه العوامل إن لم تساهم في التعلم والتطور الدراسي فإنها تؤدي إلى الضغط الأكاديمي. كما يتضح أن الطلبة الذين يمتلكون عادات دراسية جيدة، ولديهم القدرة على التخطيط والتحضير الصحيح للاختبارات، بالإضافة الى القدرة على تسجيل الملاحظات، والمراجعة والمناقشة العلمية عادة ما يحصلون على درجات مرتفعة ومن ثم لا يتعرضون للضغوط الأكاديمية، بعكس الطلبة الذين لا يمتلكون هذه المهارات فهم يتعرضون أكثر من غيرهم للضغوط الأكاديمية (Kadapatti & Vijayalaxmi, 2012).

وتلعب إدارة الوقت دورا مهما في الإنجاز الأكاديمي، لذلك لا يتعرض الطلبة المتمكنون من إدارة وقتهم بنجاح للضغوط الأكاديمية بنفس الدرجة التي يتعرض لها الطلبة الذين لا يديرون وقتهم بمهارة (Jones, 1993). لأن إدارة الوقت بمهارة تساعد الطالب في تقديم واجباته في الوقت المحدد، إذ إن تسليم الواجبات وتقديمها بالشكل المطلوب يعد أحد أكثر العوامل التي تؤدي إلى الضغوط الأكاديمية (Singh, 2011)، لذلك يعد الطلبة ذوو الإدراك الجيد للوقت أقل تعرضا للضغوط الأكاديمية (Ranjita, 2000).

وتعد توقعات الأسرة والأساتذة والتنافس بين الطلبة وكثرة المهام والواجبات من مسببات الضغوط الأكاديمية، إلا أن توقعات الأسرة تعد من أكثر مسببات الضغوط، إذ تسجل ٥٣٪ منها، وتشمل توقعات المدرسين تسجل ٣٢٪ من نسبة الضغوط التي يتعرض لها الطالب (Pariat, Rynjah, Joplin, and Kharjana, 2014)، ويؤكد ذلك ما توصل إليه كل من بيديوي وجابريال Gabriel & Bedewy (2015) من أن ١٨ ٪ من الضغوط الأكاديمية لطلاب جامعة بنها ترجع إلى توقعات الأسرة والأساتذة، كما تسجل انتقادات الأساتذة والمنافسة مع الأقران أعلى درجات الضغط الأكاديمي بين الطلاب والطالبات. وتتفق نتائج دراسة الصمادي (٢٠١٥) مع نتائج دراسة Gabriel & Bedewy (2015) &من حيث إن الضغوط الأكاديمية هي من أكثر الضغوط التي يمر بها طلبة الجامعات وبخاصة الضغط الذي يلعبه الأساتذة عندما يستمر الأستاذ بتدريس المقرر لوحده، مما يضع ضغطًا على الطالب إذا لم يتلاءم أسلوب الأستاذ مع فهم الطالب أو أن الطالب لديه خبرة سلبية مع الأستاذ، كما أظهرت نتائج هذه الدراسة وجود فروق في درجة الضغوط التي يعاني منها الطلبة التي ترجع إلى التخصص، فقد ظهر أن طلبة كلية إدارة الأعمال تعاني من الضغوط أكثر من كلية الآداب.

كما يلعب الانتقال من منزل الأسرة إلى السكن الجامعي دورا في زيادة الضغوط الأكاديمية (Sayiner, 2006). إضافة إلى أن الدعم الاجتماعي من الأصدقاء والأسرة وأهمية التعليم واحترامه تُعد من مؤشرات درجة الضغوط التي يمكن أن يتعرض لها الطالب، ذلك أن الطلبة الذين يحصلون على الدعم من أصدقائهم وأسرهم بالإضافة إلى معرفتهم بأهمية التعليم الجامعي لمستقبلهم، وأهميتهم كأشخاص لأقسامهم وإدارة كلياتهم وجامعاتهم يتعرضون لضغوط أكاديمية أقل من الطلبة الآخرين (Rayle & Chung, 2008). كما أشارت دراسة خزاعله والغرايبه (٢٠١١) إلى أن العوامل الاجتماعية سجلت أعلى مصدر للضغوط النفسية على طلبة جامعة القصيم، وبينت نتائجهم وجود فروق في الضغوط بين الطلبة ذوي المستوى الأكاديمي المنخفض والطلبة ذوي المستوى الأكاديمي المرتفع لصالح الطلبة ذوي المستوى المنخفض، بالإضافة إلى ذلك فقد أكدت نتائجهم أن طلبة الكليات العلمية يتعرضون لضغوط أكثر من طلبة الكليات الأخرى. كما أظهرت نتائج الدراسات أن للضغوط تأثيرًا سلبيًّا على الإنجاز والأداء الأكاديمي، إلا أن هذا التأثير السلبي لا يوجد إلا لدى الطلبة قليلي الحيلة وضعيفي المهارات، ولا يظهر لدى الطلبة ذوي المهارات المرتفعة وواسعي الحيلة (Akgun & Ciarrochi, 2003).

من بين العوامل الأخرى التي تؤدي إلى زيادة الضغوط الدراسية شعور الفرد بالاكتئاب، إذ أكد ديكسون وروبنسن كوربيوس (2008) Dixon and Robinson Kurpius وجود علاقة ارتباطية طردية بين الاكتئاب والضغوط الدراسية لدى طلبة الجامعة، كما يظهر الاكتئاب والضغوط الأكاديمية لدى الإناث بدرجة أكبر من زملائهم الذكور، وحصل الطلبة الذين اقتربوا من التخرج على درجات أعلى من الاكتئاب والضغوط، ويرجع ذلك إلى زيادة المهام والواجبات المطلوبة منهم بالإضافة إلى زيادة الضغط عليهم للتخرج والبحث عن وظائف (Shamsuddin et al., 2013). هذا وكشفت دراسة (Beiter et al., 2105) أن من أكثر الأمور التي تسيطر على تفكير الطلبة الجامعيين الأداء والإنجاز الأكاديمي، بالإضافة إلى الضغوط للنجاح، وأظهرت نتائج هذه الدراسة وجود علاقة بين الاكتئاب والضغوط بشكل عام، وغالبا ما تزيد لدى الطلبة الخريجين بالمقارنة مع الطلبة المستجدين في الجامعة.

وطلبة الجامعة في مرحلة انتقالية بين الاعتماد على الأسرة إلى الاعتماد على النفس، إذ تعتبر المرحلة الجامعية مرحلة مهمة في حياتهم ففيها يتم تدريبهم على العمل المستقبلي الذي اختاروه لنفسهم، لذلك يعاني الكثير من طلبة الجامعات من الاكتئاب (Chen et al., 2013). إذ تشير نتائج دراسة رجيعة وإبراهيم (٢٠٠٢) إلى أن طلبة المراحل الأولى من الدراسة

الجامعية يعانون من الاكتئاب بدرجة أكبر من الطلبة الذين اقتربوا من التخرج. كما تشير دراسة المالكي (٢٠١١) إلى عدم وجود فروق في الاكتئاب ترجع إلى مستوى الإنجاز الأكاديمي للطلبة.

تشير دراسة Eisenberg, Gollust, Golberstein, and Hefner (2007) إلى أن ١٣٪ من طلبة الجامعة يعانون من الاكتئاب و٥٪ منهم لديهم اكتئاب شديد، ويرجع سبب الاكتئاب إلى الضغوط التي يتعرض لها الطلاب في الجامعة، وإلى زيادة درجة المنافسة بين الطلاب بالإضافة إلى الظروف الاقتصادية التي يعاني منها بعض الطلاب. كما أظهرت دراسة Garlow et al (2008) أن ١٦,٦٪ من طلاب جامعة إيموري الأمريكية يعانون من الاكتئاب بدرجة متوسطة، و٦,٦٪ لديهم اكتئاب بدرجة عالية. وفي الصين ظهر أن ١٠٪ من طلبة الجامعات يعانون من الاكتئاب، إلا أن هذه الدراسة لم تجد فروقًا في الاكتئاب ترجع إلى الجنس أو المرحلة الدراسية أو نوع الجامعة، وأرجع الباحثون السبب وراء عدم وجود فروق بين الجنسين في الاكتئاب إلى المساواة التي يحصل عليها الطلبة في الحقوق والعمل والضغوط في الجامعة (Chen et al., 2013).

كما اهتم العديد من الباحثين بالتأثير الثقافي في درجة الاكتئاب لدى طلبة الجامعة، فقد أشارت الدراسات إلى وجود اختلافات ثقافية في طريقة التعبير عن المشاعر ومن ثم درجة ظهور الاكتئاب لدى الطلاب، ففي دراسة Khawaja, Santos, Habibi, and Smith (2013) ظهر أن طلبة الجامعات الاسترالية لديهم درجات أعلى من الاكتئاب بالمقارنة مع طلبة الجامعات الإيرانية، في حين كان الاكتئاب لدى طلبة الجامعات الإيرانية أعلى من طلبة الجامعات البرتغالية، وترجع زيادة الاكتئاب لدى الطلبة الاستراليين إلى ضغوط الحياة وزيادة المنافسة بالإضافة إلى الاعتماد الكلي على الذات بخاصة من الجانب المادي، في حين أن الطلبة البرتغاليين يبدوا أنهم راضيون عن معيشتهم وحياتهم بشكل عام، كما أنهم يعيشون في بيئة يغلب عليها الطابع الأسري، إذ يعيش الغالبية العظمى منهم مع أسرهم أو أقاربهم. كما أظهرت الدراسة نفسها فروقًا بين الذكور والإناث في درجة الاكتئاب فقد سجل الطلاب الإيرانيون درجة اكتئاب أعلى من الطالبات، ورد الباحثون ذلك إلى زيادة الضغط على الطلبة الذكور للتفوق ليتمكنوا من الحصول على وظائف جيدة بعد التخرج، في حين سجلت الطالبات الاستراليات درجة أعلى في الاكتئاب من الطلاب، ويرجع السبب في زيادة الاكتئاب لدى الإناث هنا إلى زيادة الأدوار الاجتماعية التي تلعبها المرأة في استراليا بالمقارنة مع الرجل. وأما في البرتغال فلم يظهر أي فرق بين الجنسين في درجة الاكتئاب.

يتضح مما سبق أن الطلبة الجامعيين يتعرضون إلى لضغوط أكاديمية مختلفة مما يؤدي إلى زيادة درجة الاكتئاب والمشكلات النفسية لديهم، ويرجع ذلك إلى تعدد المتغيرات والظروف التي يمرون بها في هذه المرحلة.

هدف الدراسة وأهميتها

تهدف الدراسة الحالية إلى المقارنة بين الضغوط الأكاديمية التي تتعرض لها طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود والعلاقة بين الضغوط الأكاديمية والاكتئاب لدى طالبات الجامعة. وتكمن أهمية البحث الحالي في زيادة الاهتمام بالصحة النفسية لطلاب الجامعات حول العالم، وبخاصة أن الدراسات أظهرت زيادة في نسبة الطلبة الذين يعانون من الاضطرابات النفسية، كالاكتئاب، والتوتر، والقلق، مما يؤثر على تحصيلهم الأكاديمي وعلى إنتاجيتهم وعملهم مستقبلا. بالإضافة إلى ذلك عدم وجود دراسات كافية حول الوضع النفسي لطلبة الجامعات العربية بشكل عام والجامعات السعودية بشكل خاص، لذلك تلقي هذه الدراسة الضوء على أهم الضغوط الأكاديمية التي تواجهها الطالبات في جامعة الملك سعود.

أسئلة الدراسة

تهتم الدراسة الحالية بالإجابة عن الأسئلة الآتية:

١- هل توجد علاقة ارتباطية دالة بين الضغوط الأكاديمية والاكتئاب لدى طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود؟

٢- هل تختلف الضغوط الأكاديمية لدى طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود باختلاف الكلية (الآداب- التربية- إدارة الأعمال- اللغات والترجمة- الحقوق والعلوم السياسية)؟

٣- هل تختلف درجات الاكتئاب لدى طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود باختلاف الكلية (الآداب- التربية- إدارة الأعمال- اللغات والترجمة- الحقوق والعلوم السياسية)؟

٤- هل تختلف الضغوط الأكاديمية لدى طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود باختلاف المعدل التراكمي؟

٥- هل تختلف درجات الاكتئاب لدى طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود باختلاف المعدل التراكمي؟

٦- هل تختلف الضغوط الأكاديمية لدى طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود باختلاف المرحلة الدراسية؟

٧- هل تختلف درجات الاكتئاب لدى طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود باختلاف المرحلة الدراسية؟

منهج الدراسة

لتحقيق هدف الدراسة والإجابة عن تساؤلاتها تم استخدام المنهج الوصفي (الارتباطي – المقارن).

مجتمع الدراسة والعينة المشاركة

تكون مجتمع الدراسة من جميع طالبات مرحلة البكالوريوس المسجلات في الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود وعددهم ٢٠٠٠٠ طالبة (جامعة الملك سعود. ٣٤-٣٥هـ)، وتم اختيار العينة المشاركة بطريقة العينة الطبقية من طالبات جامعة الملك سعود وشملت (٤٠٩) طالبة من طالبات الكليات الإنسانية (الآداب، التربية، إدارة الأعمال، اللغات والترجمة، الحقوق والعلوم السياسية)، وقد تراوحت أعمارهن بين (١٨ و٢٨) سنة، بمتوسط (٢٢,٥) وانحراف معياري قدره (٢,١٢). والجدول (١) يوضح توزيع العينة المشاركة تبعا للكلية، والسنة الدراسية، والمعدل التراكمي.

جدول (١)

توزيع المشاركات تبعاً للكلية والمرحلة الدراسية والمعدل التراكمي

الكليات الإنسانية	العدد	النسبة ٪	المرحلة الدراسية	العدد	النسبة ٪	المعدل التراكمي	العدد	النسبة ٪
كلية الآداب	٧٦	١٨,٦	سنة ثانية	١١١	٢٧,١٤	٢ - ٢,٩٩	٦٧	١٦,٤
كلية التربية	١٣٤	٣٢,٨	سنة ثالثة	١٢١	٢٩,٦	٣ - ٣,٧٤	١٢٤	٣٠,٣
كلية إدارة الأعمال	١٠٦	٢٥,٩	سنة رابعة	١٤٣	٣٥	٣,٧٥ - ٤,٤٩	١٣٤	٣٢,٨
كلية اللغات والترجمة	٤٤	١٠,٨	سنة خامسة	٣٤	٨,٣	٤,٥٠ فأكثر	٨٤	٢٠,٥
كلية الحقوق والعلوم السياسية	٤٩	١٢						
المجموع	٤٠٩	١٠٠	المجموع	٤٠٩	١٠٠	المجموع	٤٠٩	١٠٠

أدوات الدراسة

أولا: مقياس الضغوط الأكاديمية

تم استخدام مقياس ضغوط الدراسة لطلاب المرحلة الثانوية من إعداد لطفي عبد الباسط إبراهيم (دون تاريخ) والذي يتكون من ٥٥ عبارة مقسمة على ٩ أبعاد وهي: (طبيعة العلاقة

بين الطالب وزملائه، طبيعة العلاقة بين الطالب والأستاذ، الطالب والمقررات الدراسية، الطالب وأساليب التقويم، الطالبة والقاعة، الطالب وبيئة الدراسة أو الجامعة، الطالب والجو الأسري، الطالب والتفكير في المستقبل، الطالب والتأييد الاجتماعي). وقد تم تعديل العبارات لتناسب طلبة الجامعة، وعرضت النسخة المعدلة على ٥ من أعضاء هيئة التدريس في قسم علم النفس بجامعة الملك سعود للتأكد من ملاءمة العبارات لطلاب الجامعة.

صدق وثبات المقياس:

للتحقق من صدق وثبات المقياس طبق على ١٢٠ طالبة من طالبات جامعة الملك سعود كعينه مشاركة استطلاعية. وتم حساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق حساب معامل الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)
معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للأبعاد الفرعية لمقياس الضغوط الأكاديمية (ن= ١٢٠)

البعد	العبارة	الارتباط	البعد	العبارة	الارتباط
طبيعة العلاقة بين الطالب وزملائه	١	٠,٥١٥**	الطالب وأساليب التقويم	٤	٠,٦٤٧**
	١٠	٠,٥٥٩*		٥	٠,٢٣٣*
	١٩	٠,٤٧٠**		١٣	٠,٦٠٩**
	٢٧	٠,٤٣٦**		٢٢	٠,٥٠٨**
	٣٢	٠,٣١٤**		٥٠	٠,٣٨٨**
طبيعة العلاقة بين الطالب وأساتذته	٢	٠,٣٦٤**	الطالب والجو الأسري	٧	٠,٥١٤**
	١١	٠,٥١٨**		١٦	٠,٥٣٠**
	٢٠	٠,٥٨٥**		٢٤	٠,٥٧٧**
	٢٨	٠,١٤٩		٢٩	٠,٤٢٥**
	٣٣	٠,٥٤٩**		٣٨	٠,٥٠٧**
	٣٤	٠,٠٣٥		٤١	٠,٤١٩**
	٤٢	٠,٥٢٩**		٤٦	٠,٦٢١**
	٤٨	٠,٥٣٢**		٥٤	٠,٥٥١**
الطالب والمقررات الدراسية	٣	٠,٦٣٤**	الطالب والتفكير في المستقبل	٩	٠,٣٨٧**
	١٢	٠,٥٨٧**		١٨	٠,٥٤١**
	٢١	٠,٣٢٥**		٢٦	٠,٦٩٤*
	٣٥	٠,٣٧٩**		٣١	٠,٦٤٥**
	٤٣	٠,٣٤٠**			
	٤٩	٠,٦٧٢**			

تابع جدول (٢)

البعد	العبارة	الارتباط	البعد	العبارة	الارتباط
الطالب وبيئة الجامعة	٦	**٠,٥٥٧	الطالب والتأييد الاجتماعي	٨	**٠,٥٣٤
	١٥	**٠,٥٠١		١٧	**٠,٣٣٢
	٣٧	*٠,٢٣٤		٢٥	**٠,٥٨٤
	٤٠	**٠,٥٧٣		٣٠	**٠,٦١٠
	٤٥	**٠,٢٧٤		٣٩	**٠,٤٠٢
	٥٣	**٠,٣٦٥		٤٧	**٠,٢٩٣
الطالب والقاعة	١٤	**٠,٥٢٤			
	٢٣	**٠,٥٦٧			
	٣٦	**٠,٥٧٣			
	٤٤	**٠,٣٨٥			
	٥١	**٠,٤٩٩			
	٥٢	**٠,٥٤٥			
	٥٥	**٠,٥٧٦			

يتضح من الجدول (٢) أن قيم معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للبعد تراوحت بين (٠،٢٣٣ – ٠،٦٩٤) وكانت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) و(٠,٠٥) ماعدا العبارتين رقم ٢٨، ٣٤ في بعد طبيعة العلاقة بين الطالب وأساتذته. لذلك تم إلغاء هذه العبارات فأصبحت الصورة النهائية للمقياس تتكون من ٥٣ عبارة. وتم حساب قيم معاملات ارتباط الأبعاد الفرعية بالدرجة الكلية لمقياس الضغوط الأكاديمية والجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)
معاملات ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية لمقياس الضغوط الأكاديمية

الأبعاد	الارتباط	الأبعاد	الارتباط
طبيعة العلاقة بين الطالب وزملائه	**٣١٦,٠	الطالب وأساليب التقويم	**٦٢١,٠
طبيعة العلاقة بين الطالب والأستاذ	**٦١٩,٠	الطالب والجو الأسري	**٧٩٧,٠
الطالب والمقررات الدراسية	**٦٥٦,٠	الطالب والتفكير في المستقبل	**٣٣٨,٠
الطالب وبيئة الجامعة	**٧٣٩,٠	الطالب والتأييد الاجتماعي	**٣٨٤,٠
الطالب والقاعة	**٤٥٦،٠		

يتضح من الجدول (٣) أن قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، وهذا يشير إلى تمتع مقياس الضغوط الأكاديمية بدرجة مرتفعة من الاتساق الداخلي في قياس الضغوط الأكاديمية لدى طلبة الجامعة.

ولحساب ثبات المقياس تم استخدام ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha Coefficient وطريقة التجزئة النصفية إذ تم تقسيم عبارات المقياس إلى عبارات فردية وزوجية، وحسب معامل الارتباط بين كل منهما بمعادلة سبيرمان- براون Spearman- Brown، جدول (٤) يوضح قيمة معاملات الثبات بطريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية بمعادلة سبيرمان - براون للدرجة الكلية للمقياس.

جدول (٤)
قيم معاملات الثبات بطريقتيّ ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية بمعادلة سبيرمان - براون للدرجة الكلية للمقياس (ن= ١٢٠)

مقياس الضغوط الأكاديمية	عبارات المقياس	ألفا كرونباخ	معامل ثبات التجزئة النصفية
الثبات الكلي	٥٥	٠,٧٧	٠,٧٣

يتضح من الجدول السابق أن قيمة معاملات الثبات مناسبة مما يشير إلى صلاحية الأداة وملاءمتها للاستخدام في الدراسة الحالية على طلبة الجامعة.

ثانيا: مقياس الاكتئاب (أحد فروع (Depression Anxiety Stress Scales (DASS)

تم استخدام النسخة العربية من مقياس ال DASS الجزء الخاص بالاكتئاب من إعداد Lovibond & Lovibond وترجمة موسى، لوفيبوند، ولاوب (Moussa, Lovibond, & Laube, 2001)، ويتكون فرع مقياس الاكتئاب من ١٤ عبارة، ويتم الإجابة عنه من خلال ٤ استجابات (لا تنطبق، تنطبق قليلا، تنطبق أحيانا، تنطبق كثيرا)، ويقيّم هذا المقياس بعض المشاعر السلبية وتتضمن الانزعاج، اليأس، انخفاض قيمة الحياة، عدم الاهتمام والمشاركة، التقليل من شأن الذات، الجمود، انعدام الاستمتاع بالحياة.

صدق وثبات المقياس:

للتحقق من صدق وثبات المقياس طبق على عينة استطلاعية مكونة من ١٢٠ طالبة من طالبات جامعة الملك سعود، وتم التحقق من صدق الاتساق الداخلي عن طريق حساب معامل الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للمقياس، والجدول (٥) يوضح قيم معاملات الارتباط:

جدول (٥)
معاملات ارتباط المفردات بالدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب

المفردة	الارتباط	المفردة	الارتباط
١	٠,٥٥٩**	٨	٠,٧٤٨**
٢	٠,٤٧٢**	٩	٠,٧٠٧**
٣	٠,٥٤١**	١٠	٠,٦٩٦**
٤	٠,٦٧٢**	١١	٠,٧١٥**

تابع جدول (٥)

المفردة	الارتباط	المفردة	الارتباط
٥	٦٥١،٠**	١٢	٦٥٣،٠**
٦	٦٠٨،٠**	١٣	٧٥٨،٠**
٧	٦٨٧،٠**	١٤	٥٧٥،٠**

يتضح من الجدول السابق تراوح قيم معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية للمقياس بين (٠,٤٧٢ – ٠,٧٥٨) وهي دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).

للتحقق من ثبات المقياس قامت الباحثتان باستخدام ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha coefficient وطريقة التجزئة النصفية إذ تم تقسيم عبارات المقياس إلى عبارات فردية وزوجية، وبحسب معامل الارتباط بين كل منهما بمعادلة سبيرمان- براون Spearman-Brown، وجدول (٦) يوضح قيم معاملات الثبات:

جدول (٦)
قيم معاملات الثبات بطريقتيّ ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية بمعادلة سبيرمان - براون للدرجة الكلية للمقياس

مقياس الاكتئاب	عبارات المقياس	ألفا كرونباخ	معامل ثبات التجزئة النصفية
الثبات الكلي	١٤	٠,٨٨	٠،٨٧

يتضح من الجدول السابق ارتفاع قيم معاملات الثبات مما يدل على صلاحية الأداة وملاءمتها للاستخدام في الدراسة الحالية.

النتائج

هدفت الدراسة إلى المقارنة بين الضغوط الأكاديمية التي تتعرض لها طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود، والعلاقة بين الضغوط الأكاديمية والاكتئاب لديهن. وللإجابة عن تساؤلات الدراسة تم حساب النسب المئوية، ومعاملات ارتباط بيرسون، وتحليل التباين أحادي الاتجاه.

للإجابة عن السؤال الأول الذي ينص على: هل توجد علاقة ارتباطية دالة بين الضغوط الأكاديمية والاكتئاب لدى طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود؟ تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين متوسط درجات طالبات الكليات الإنسانية في الضغوط الأكاديمية بأبعادها، ودرجاتهن في الاكتئاب. والجدول (٧) يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين درجات الضغوط الأكاديمية والاكتئاب.

جدول (٧)
معاملات ارتباط بيرسون بين درجات الضغوط الأكاديمية والاكتئاب

الاكتئاب أبعاد الضغوط الأكاديمية	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
طبيعة العلاقة بين الطالب وزملائه	٠,٣٠٤**	٠,٠٠
طبيعة العلاقة بين الطالب والأستاذ	٠,٢٧٨**	٠,٠٠
الطالب والمقررات الدراسية	٠,٣٠٣**	٠,٠٠
الطالب وأساليب التقويم	٠,١٤٩**	٠,٠٠
الطالب والقاعة	٠,٢١٨**	٠,٠٠
الطالب وبيئة الجامعة	٠,١٥٩**	٠,٠٠
الطالب والجو الأسري	٠,٤١٦**	٠,٠٠
الطالب والتفكير في المستقبل	٠١٦٤**	٠,٠٠
الطالب والتأييد الاجتماعي	٠,٢١٤**	٠,٠٠
المجموع الكلي	٠,٤٥٠**	٠,٠٠

يتضح من الجدول (٧) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً إذ بلغت قيمة معامل الارتباط ٠,٤٥٠ بين أبعاد الضغوط الأكاديمية الاكتئاب وهو دال عند مستوى دلالة (٠,٠١). مما يشير إلى أنه كلما ارتفعت الضغوط ارتفع الاكتئاب لدى طالبات الكليات الإنسانية والعكس صحيح.

وللإجابة عن التساؤل الثاني والذي نص على: هل تختلف الضغوط الأكاديمية لدى طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود باختلاف الكلية (الآداب- التربية- إدارة الأعمال- اللغات والترجمة- الحقوق والعلوم السياسية) تم استخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه. والجدول (٨) يوضح نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه لحساب الفروق بين الضغوط الأكاديمية لدى الطالبات تبعا لاختلاف الكليات.

جدول (٨)
نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه لحساب الفروق في متوسط درجات الضغوط الأكاديمية لدى طالبات الكليات الإنسانية تبعاً لاختلاف الكلية

أبعاد الضغوط الأكاديمية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
طبيعة العلاقة بين الطالب وزملائه	بين المجموعات	٢٦،٤	٤	٠٦،١	٣١،٠	٨٦،٠
	داخل المجموعات	٧٧،١٣٦٥	٤٠٤	٣٨،٣		
	المجموع	٠٣،١٣٧٠	٤٠٨			
طبيعة العلاقة بين الطالب والأستاذ	بين المجموعات	٢٧،٣٣	٤	٤٣،٨	٦٩،١	١٥،٠
	داخل المجموعات	٢٩،٢٠١١	٤٠٤	٩٧،٤		
	المجموع	٠١،٢٠٤٥	٤٠٨			

تابع جدول (٨)

أبعاد الضغوط الأكاديمية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
الطالب والمقررات الدراسية	بين المجموعات	٧٩،٢٧	٤	٩٤،٦	٤٦،١	٢١،٠
	داخل المجموعات	٥٣،١٩١٥	٤٠٤	٧٤،٤		
	المجموع	٣٢،١٩٤٣	٤٠٨			
الطالب وأساليب التقويم	بين المجموعات	٢٦،١٣	٤	٣١،٣	٠١،١	٣٩،٠
	داخل المجموعات	٦٨،١٣١٤	٤٠٤	٢٥،٣		
	المجموع	٩٤،١٣٢٧	٤٠٨			
الطالب والقاعة	بين المجموعات	٥١،٥٤	٤	٦٢،١٣	٧٩،١	١٣،٠
	داخل المجموعات	٧٢،٣٠٧١	٤٠٤	٦،٧		
	المجموع	٢٣،٣١٢٦	٤٠٨			
الطالب وبيئة الجامعة	بين المجموعات	٥٤،٥١	٤	٨٨،١٢	٦٩،٢	٠٣،٠
	داخل المجموعات	٨٤،١٩٣٣	٤٠٤	٧٨،٤		
	المجموع	٣٨،١٩٨٥	٤٠٨			
الطالب والجو الأسري	بين المجموعات	٢٦،٤٩	٤	٣١،١٢	٤٢،١	٢٢،٠
	داخل المجموعات	٩٣،٣٤٩٤	٤٠٤	٦٥،٨		
	المجموع	٢،٣٥٤٤	٤٠٨			
الطالب والتفكير في المستقبل	بين المجموعات	٢٧،١٢	٤	٠٦،٣	٢،١	٣١،٠
	داخل المجموعات	٥،١٠٣٣	٤٠٤	٥٥،٢		
	المجموع	٧٧،١٠٤٥	٤٠٨			
الطالب والتأييد الاجتماعي	بين المجموعات	٢٤،٤٦	٤	٥٦،١١	٣١،٣	٠١،٠
	داخل المجموعات	٣٥،١٤١٠	٤٠٤	٤٩،٣		
	المجموع	٦،١٤٥٦	٤٠٨			
الدرجة الكلية للضغوط الأكاديمية	بين المجموعات	٥٢٨,٢٩	٤	١٣٢,٠٧	١,٠٥	٠,٣٧
	داخل المجموعات	٥٠٦٤٠,٥٩	٤٠٤	١٢٥,٣٤		
	المجموع	٥١١٦٨,٨٩	٤٠٨			

يتضح من الجدول (٨) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الدرجات الكلية للضغوط الأكاديمية في مجموعها لدى طالبات الكليات الإنسانية تبعاً للكلية، في حين كانت دالة في متوسطات الأبعاد حيث نجد فروقًا بين الضغوط تبعا للكلية في بعدي الطالب وبيئة الجامعة والطالب والتأييد الاجتماعي. مما يشير إلى أن هذه الأبعاد تلعب دورا كبيرا في شعور الطالبة بالضغوط الأكاديمية، ولتحديد اتجاه هذه الفروق تم استخدام المقارنات البعدية بطريقة L.S.D والجداول (٩) و(١٠) توضح ذلك.

جدول (٩)
قيمة ف للفروق بين مجموعات الكليات في الطالب وبيئة الجامعة باستخدام L.S.D

مجموعات الكليات	كلية الآداب	كلية التربية	كلية إدارة الأعمال	كلية اللغات والترجمة	كلية الحقوق والعلوم السياسية
كلية الآداب		٠,١١٢١٤	٠,٦٣٤٨١	*٠,٩٣٥٤١	*٠,٨٤٧٧٤
كلية التربية			٠,٥٢٢٦٧	*٠,٨٢٣٢٧	*٠,٧٣٥٦١
كلية إدارة الأعمال				٠,٣٠٠٦٠	٠,٢١٢٩٤
كلية اللغات والترجمة					
كلية الحقوق والعلوم السياسية				٠,٠٨٧٦٦	

يتضح من نتائج اختبار L.S.D وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كلية الآداب وكلية اللغات والترجمة عند مستوى دلالة ٠,٠٥ لصالح كلية اللغات والترجمة، كما يتضح وجود فروق بين كلية الآداب وكلية الحقوق والعلوم السياسية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ لصالح كلية الحقوق والعلوم السياسية، ووجود فروق بين كلية التربية وكلية اللغات والترجمة عند مستوى دلالة ٠,٠٥ لصالح كلية اللغات والترجمة، وأخيراً وجود فروق بين كلية التربية وكلية الحقوق والعلوم السياسية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ لصالح كلية الحقوق والعلوم السياسية فقط. وتشير هذه النتيجة إلى معاناة طالبات كلية اللغات والترجمة وكلية الحقوق والعلوم السياسية من الضغوط الأكاديمية التي ترجع إلى بيئة الجامعة بدرجة أكبر من طالبات كلية التربية وكلية الآداب.

جدول (١٠)
قيمة ف للفروق بين مجموعات الكليات في الطالب والتأييد الاجتماعي باستخدام L.S.D

مجموعات الكليات	كلية الآداب	كلية التربية	كلية إدارة الأعمال	كلية اللغات والترجمة	كلية الحقوق والعلوم السياسية
كلية الآداب					
كلية التربية	٠,١٥٧٨٩				
كلية إدارة الأعمال	*٠,٦١٥٦٩	*٠,٧٧٣٥٨		٠,٠٠٠٨٦	٠,٤٧٧٦٧
كلية اللغات والترجمة	٠,٦١٤٨٣	*٠,٧٧٢٧٣			٠,٤٧٦٨١
كلية الحقوق والعلوم السياسية	٠,١٣٨٠٢	٠,٢٩٥٩٢			

كما يتضح من نتائج اختبار L.S.D جدول (١٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين كلية الآداب وكلية إدارة الأعمال في بعد الطالب والتأييد الاجتماعي لصالح كلية الآداب، كما يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بين كلية التربية وكلية إدارة الأعمال لصالح كلية التربية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى

دلالة ٠,٠٥ بين كلية التربية وكلية اللغات والترجمة لصالح كلية التربية فقط. مما يشير إلى حصول طالبات كلية الآداب والتربية على تأييد اجتماعي أعلى من الذي تحصل عليه طالبات كلية اللغات والترجمة وطالبات كلية إدارة الأعمال.

كما قامت الباحثتان بحساب نسبة الطالبات اللاتي يشعرن بالضغوط الأكاديمية، فقد ظهر أن ٦٧٪ لديهن ضغوط أكاديمية متوسطة، و١٪ فقط لديهن ضغوط أكاديمية بشكل مرتفع.

وللإجابة عن التساؤل الثالث الذي نص على: هل تختلف درجات الاكتئاب لدى طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود باختلاف الكلية؟ تم استخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه. وأسفرت النتائج عن عدم وجود اختلافات في متوسطات درجات الاكتئاب تبعا لاختلاف الكلية (F (٤، ٤٠٤) = ٠،٨٤، p=٠,٤٩). تشير هذه النتيجة إلى عدم وجود تأثير للكلية التي تتبعها الطالبة على درجات الاكتئاب لديها.

قامت الباحثتان أيضا بحساب نسبة الاكتئاب لدى الطالبات في الكليات وأظهرت النتائج أن ١٣٪ من طالبات الكليات الإنسانية لديهن اكتئاب، و٥٪ منهن لديهن اكتئاب بدرجة عالية جدا.

وللإجابة عن التساؤل الرابع الذي نص على: هل تختلف الضغوط الأكاديمية لدى طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود باختلاف المعدل التراكمي؟ تم استخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه. وجدول (١١) يعرض تلك النتائج.

جدول (١١)
نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه لحساب الفروق في متوسط درجات الضغوط الأكاديمية لدى طالبات الكليات الإنسانية تبعاً لاختلاف المعدل التراكمي

أبعاد الضغوط الأكاديمية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
طبيعة العلاقة بين الطالب وزملائه	بين المجموعات	٦٦،١٩	٣	٥٥،٦	٩٦،١	١١،٠
	داخل المجموعات	٣٧،١٣٥٠	٤٠٥	٣٣،٣		
	المجموع	٠٣،١٣٧٠	٤٠٨			
طبيعة العلاقة بين الطالب والأستاذ	بين المجموعات	٥٤،٢٤	٣	١٨،٨	٦٤،١	١٨،٠
	داخل المجموعات	٤٦،٢٠٢٠	٤٠٥	٩٨،٤		
	المجموع	٠١،٢٠٤٥	٤٠٨			
الطالب والمقررات الدراسية	بين المجموعات	٩٢،٤٥	٣	٣١،١٥	٢٦،٣	٠٢،٠
	داخل المجموعات	٤،١٨٩٧	٤٠٥	٦٨،٤		
	المجموع	٣٢،١٩٤٣	٤٠٨			
الطالب وأساليب التقويم	بين المجموعات	٢٤،١٧	٣	٧٤،٥	٧٧،١	١٥،٠
	داخل المجموعات	٦٩،١٣١٠	٤٠٥	٢٣،٣		
	المجموع	٩٤،١٣٢٧	٤٠٨			

تابع جدول (١١)

أبعاد الضغوط الأكاديمية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
الطالب والقاعة	بين المجموعات	٤٨،٦٨	٣	٨٢،٢٢	٠٢،٣	٠٣،٠
	داخل المجموعات	٧٤،٣٠٥٧	٤٠٥	٥٥،٧		
	المجموع	٢٣،٣١٢٦	٤٠٨			
الطالب وبيئة الجامعة	بين المجموعات	٠٣،٨	٣	٦٧،٢	٥٤،٠	٦٤،٠
	داخل المجموعات	٣٥،١٩٧٧	٤٠٥	٨٨،٤		
	المجموع	٣٨،١٩٨٥	٤٠٨			
الطالب والجو الأسري	بين المجموعات	٧٤ ,٣٨	٣	٧٩،١٥	٨٣،١	١٤،٠
	داخل المجموعات	٨١،٣٤٩٦	٤٠٥	٦٣،٨		
	المجموع	٢،٣٥٤٤	٤٠٨			
الطالب والتفكير في المستقبل	بين المجموعات	٤٥،٧	٣	٤٨،٢	٩٦،٠	٤،٠
	داخل المجموعات	٣٢،١٠٣٨	٤٠٥	٥٦،٢		
	المجموع	٧٧،١٠٤٥	٤٠٨			
الطالب والتأييد الاجتماعي	بين المجموعات	٩٩،١٠	٣	٦٦،٣	٠٢،١	٣٨،٠
	داخل المجموعات	٦١،١٤٤٥	٤٠٥	٥٦،٣		
	المجموع	٦،١٤٥٦	٤٠٨			
الدرجة الكلية للضغوط الأكاديمية	بين المجموعات	١١٧,٠٣	٣	٣٩,٠١	٠,٣١	٠,٨١
	داخل المجموعات	٥١٠٥١,٨٥	٤٠٥	١٢٦,٠٥		
	المجموع	٥١١٦٨,٨٩	٤٠٨			

يتضح من الجدول (١١) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات الضغوط الأكاديمية لدى طالبات الكليات الإنسانية تبعاً لاختلاف المعدل التراكمي (F (٣، ٤٠٥) = ٠،٣١، p=٠,٨١). إذ يتضح أن قيمة (ف) غير دالة إحصائياً. كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات كل من بعد: الطالب والمقررات الدراسية الطالب والقاعة تبعاً لاختلاف المعدل التراكمي، إذ بلغت قيمة (ف) على التوالي ٣,٢٦، ٣,٠٢ وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠٥.

وللإجابة عن التساؤل الخامس الذي نص على: هل تختلف درجات الاكتئاب لدى طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود باختلاف المعدل التراكمي؟ تم استخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه، وأشارت النتائج إلى عدم فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات الاكتئاب لدى طالبات الكليات الإنسانية تبعاً لاختلاف المعدل التراكمي (F (٣، ٤٠٥) = ١,٦٨، p=٠,١٧). وذلك يشير إلى أن الإصابة بالاكتئاب لدى طالبات الكليات الإنسانية لا يرتبط أو يتأثر بالمعدل التراكمي.

وللإجابة عن التساؤل السادس الذي نص على: هل تختلف الضغوط الأكاديمية لدى طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود باختلاف المرحلة الدراسية؟ وللإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه. وضحت النتائج عدم وجود اختلافات في الضغوط الأكاديمية ترجع إلى اختلاف المرحلة الدراسية [F (٧,٤٠١) = ٠,٨٩، p=٠,٥١]. وتشير هذه النتيجة إلى أن الضغوط تتساوى لدى طالبات الكليات الإنسانية في جميع المراحل الدراسية.

وللإجابة عن التساؤل السابع الذي نص على: هل تختلف درجات الاكتئاب لدى طالبات الكليات الإنسانية بجامعة الملك سعود باختلاف المرحلة الدراسية؟ للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه، وأسفرت النتائج عن عدم وجود اختلافات دالة إحصائيا في اختلاف درجات الاكتئاب لدى الطالبات في ضوء المرحلة الدراسية [F (٧,٤٠١) = ٠,٩٦، p=٠,٤٥]. مما يشير إلى أن المرحلة الدراسية لا تلعب دورا فاعلا في شعور الطالبة بالاكتئاب.

كما أظهرت نتائج تحليل درجات الطالبات على مقياس الاكتئاب أن ٥٥٪ منهن درجتهم عادية أي لا يوجد لديهن اكتئاب، و١٥٪ لديهن اكتئاب بسيط جدا، و١٧٪ لديهن اكتئاب بدرجة متوسطة، و٨٪ لديهن اكتئاب بدرجة مرتفعة، و٥٪ لديهن اكتئاب بدرجة مرتفعة جدا.

مناقشة النتائج

اتضح من عرض النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الضغوط الأكاديمية والاكتئاب لدى طالبات الكليات الإنسانية بالجامعة، وتتفق هذه النتائج مع دراسة Dixon & (2008) Robinson Kurpius إذ أشارا إلى وجود علاقة ارتباطية بين الاكتئاب والضغوط الدراسية، كما أكدت نتائج (Beiter et al, 2105 & Shamsuddin et al, 2013) أيضا وجود علاقة ارتباطية بين الاكتئاب والضغوط خاصة في المراحل الأخيرة من الدراسة في الجامعة، وذلك يرجع إلى انشغال الطالبة بالحصول على معدلات مرتفعة للحصول على وظائف جيدة، بالإضافة إلى زيادة الضغوط الأكاديمية خاصة من ناحية ارتفاع معدل المتطلبات الدراسية التي تطلب في المراحل الأخيرة من التعليم الجامعي.

كشفت الدراسة الحالية وجود بعض الاختلافات في درجة تعرض الطالبات للضغوط الأكاديمية والتي ترجع إلى الكلية، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الصمادي (٢٠١٥) التي أشارت نتائجه إلى وجود فروق في الضغوط الأكاديمية ترجع إلى الكلية، كما أشارت الدراسة

الحالية إلى أن طالبات كلية اللغات والترجمة، والحقوق والعلوم السياسية يتعرضن لضغوط أكاديمية أكثر من طالبات كلية الآداب والتربية. وقد تعود زيادة الضغوط التي تتعرض لها طالبات كلية اللغات والترجمة إلى أنهن يدرسن بلغة غير لغتهن الأم، كما أن الدراسة في كلية اللغات والترجمة تتطلب مهارات لغوية عالية مما يشكل ضغطًا أكبر على الطالبات ليتمكن من التحصيل والإنجاز. وقد ترجع الضغوط التي تتعرض لها طالبات كلية الحقوق والعلوم السياسية إلى أن أغلب مقررات الكلية تطرح عن طريق الشبكة التلفزيونية المغلقة مما يصعب عليهن التواصل المباشر مع أساتذتهن وذلك يرجع إلى حداثة هذا التخصص بالنسبة للطالبات في جامعة الملك سعود بالمقارنة مع الكليات والتخصصات الأخرى، إذ يؤكد (Kuch, 2003) أن للتفاعل المباشر مع الطالب دورًا في شعور الطالب بالراحة مما يساعده على الرغبة في اكتساب المهارات الأكاديمية التي تساعده على الإنجاز والنجاح. كما قد ترجع الضغوط التي يعاني منها طالبات كلية الحقوق والعلوم السياسية إلى عدم وجود وظائف كثيرة لخريجات الكلية أيضا بسبب حداثة مجال العمل للنساء في مجال القانون في المملكة العربية السعودية، إذ يؤكد Beiter, et.al, (2014) على أهمية دور الأمان الوظيفي بعد التخرج في شعور الطالب بالراحة خلال مرحلة الدراسة الجامعية خاصة في السنوت الأخيرة من الدراسة، إذ لوحظ أن الطلبة الذين قاموا بالتخطيط للعمل بعد الدراسة الجامعية كان لديهم ضغوط أكاديمية ومشكلات نفسية أقل من الطلبة الذين لم يخططوا للمستقبل. وقد ينطبق ذلك على طالبات كلية الحقوق خاصة وأن فرص الحصول على وظيفة في مجال تخصصهن بعد التخرج قليلة جدا بسبب حداثة التخصص للطالبات.

وأوضحت نتائج الدراسة الحالية أن كلاً من بيئة الجامعة والتأييد الاجتماعي يلعبان الدور الأكبر في الضغوط الأكاديمية التي تتعرض لها الطالبة في الجامعة، وهذا يتفق مع نتائج دراسة (Pluut, Curşeu, & Ilies, 2015) التي أشارت إلى أن الطلبة الذين يحصلون على الدعم والتأييد الاجتماعي تقل لديهم الضغوط الأكاديمية. إذ يظهر أن البيئة الاجتماعية الداعمة تلعب دورا كبيرا في الشعور بالرضا وارتفاع درجة الإنجاز وقلة الشعور بالضغوط الأكاديمية (Lent, do Céu Taveira, Sheu, & Singley, 2009). وقد أشارت نتائج الدراسة الحالية بشكل عام إلى أن طالبات كليتي الآداب والتربية يحصلن على تأييد اجتماعي أعلى من الذي تحصل عليه طالبات كليتي اللغات والترجمة وإدارة الأعمال، وقد يرجع هذا التأييد إلى اتجاه الكثير من الأسر إلى تشجيع البنات على الالتحاق بالتخصصات التي لا تتطلب اختلاطًا في العمل بعد التخرج (الغامدي، ٢٠٠٩). وبالنظر إلى فرص العمل لخريجات كليتي الإدارة واللغات والترجمة في ظل التغيرات الاقتصادية والاجتماعية في السعودية نجد أن الطالبة قد

تتوظف في مهن فيها اختلاط أو تأخر في وقت العمل وهو أمر لا تميل له بعض الأسر السعودية، مما قد يؤدي إلى عدم وجود تأييد اجتماعي كاف مما يؤدي إلى ضغوط أكاديمية أكبر على طالبات كلية اللغات والترجمة وإدارة الأعمال.

من جانب آخر أظهرت نتائج الدراسة الحالية عدم وجود اختلاف في الضغوط الأكاديمية ترجع إلى معدل الطالبة الأكاديمي بشكل عام. وتتعارض هذه النتيجة مع نتائج عربيات والخرابشة (٢٠٠٧) التي أشارت إلى أن الطلبة ذوي المعدل الأكاديمي المرتفع غالبا ما يتعرضون للضغوط الأكاديمية أكثر من الطلبة ذوي المعدل المنخفض بسبب الضغوط التي ترجع إلى توقعات الوالدين. وترجع الباحثتان هذه النتيجة إلى أن طالبات الكليات الإنسانية بشكل عام لا يتعرضن لضغوط كثيرة من الأهل ومن المجتمع لذلك قد لا يظهر تأثير عام للضغوط الأكاديمية على المعدل الأكاديمي. لكن مع تحليل أبعاد الضغوط الأكاديمية في الدراسة الحالية وجد أن طبيعة المقررات تلعب دورًا في شعور الطالبة بالضغط الأكاديمي، خاصة الطالبات ذوات المعدلات التي تقع في نطاق الجيد جدا، إذ يتضح أن الطلبة ذوي المعدلات المرتفعة يشعرون بالضغوط الأكاديمية أكثر من الطلبة ذوي المعدلات المنخفضة (Siraj, Salam, Roslan, Hasan, Jin, & Othman, 2014).

كما لم تظهر نتائج الدراسة الحالية اختلافا في الضغوط الأكاديمية بين المراحل الدراسية المختلفة، وهذه النتيجة لا تتفق مع دراسة (Shamsuddin et al., 2013)، ودراسة (Beiter et al., 2105). والتي أشارت نتائجهم إلى ازدياد الضغوط الأكاديمية لدى الطلبة الخريجين بالمقارنة مع الطلبة المستجدين. وترجع الباحثتان هذه النتيجة إلى أن طالبات الكليات الإنسانية في جامعة الملك سعود يتعرضن لمتطلبات أكاديمية مختلفة ومتنوعة من بداية دخولهن إلى الجامعة، خاصة وأن الدرجة الأكبر في تقويم كل مقرر تكون في الدرجات الفصلية مما يعني تنوع التقييم بين التقارير والبحوث والاختبارات الفصلية. لذلك لا تظهر فروق دالة إحصائيا في الضغوط الأكاديمية بين المراحل الدراسية المختلفة، والمعدلات المختلفة.

وقد اتضح من النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين درجة الاكتئاب لدى الطالبات باختلاف الكليات، والمعدل الأكاديمي أو المرحلة الدراسية. وتتفق هذه النتائج مع دراسة (Chen et al., 2013) والتي أشارت إلى عدم وجود فروق في درجات الاكتئاب ترجع إلى المرحلة الدراسية. وعلى النقيض من ذلك لا تتفق هذه النتيجة مع دراسة رجيعة وإبراهيم (٢٠٠٢) التي تؤكد أن الطلبة المستجدين يعانون من الاكتئاب بدرجة أكبر من الطلبة الخريجين، كما لم تتفق أيضا مع نتائج دراسة (Shamsuddin et al., 2013) التي أكدت أن درجة الاكتئاب لدى الطلبة الخريجين أعلى من درجة الاكتئاب لدى الطلبة المستجدين.

كما أظهرت نتائج الدراسة الحالية أن نسبة الطالبات اللاتي يعانين من الاكتئاب بشكل عام تمثل ١٣٪ و٥٪ منهم لديهن اكتئاب شديد، وهذه النسبة أقل مما أظهرته نتائج دراسة (Garlow et al., 2008) إذ أشارت دراستهم إلى أن ١٦ ٪ من طلبة جامعة أمريكية يعانون من الاكتئاب وحوالى ٧٪ يعانون من الاكتئاب بدرجة كبيره. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Chen et al., 2013) من حيث إن نسبة الطلبة الصينيين الذين يعانون من الاكتئاب هي ١٠٪. ويتضح من ذلك تقارب النسب. وقد يرجع تقارب نسب الاكتئاب بين الجامعات والثقافات إلى زيادة الضغوط والمتطلبات من الطلبة في الجامعات بغض النظر عن البلد والجهة التي تتبعها الجامعة.

وقد يرجع عدم وجود فروق داله إحصائيا في درجة الاكتئاب بين الطالبات في الكليات المختلفة إلى أن المجتمع السعودي بشكل عام مجتمع أسري، إذ تسكن الغالبية العظمى من الطالبات مع أسرهن إن لم يكن متزوجات، ومع أزواجهن إن كن متزوجات، ونسبة قليلة من الطالبات تسكن في سكن الجامعة بسبب انتقالهن إلى الرياض للدراسة، إذ أشارت دراسة Khawaja et al., (2013) إلى أن الطلبة البرتغاليين يعانون من الاكتئاب بنسبة أقل من أقرانهم الاستراليين والإيرانيين بسبب أن الغالبية العظمى من الطلبة البرتغاليين يسكنون مع أسرهم أو أقاربهم خلال مدة دراستهم الجامعية، وهذا مقارب لوضع الطالبات في جامعة الملك سعود، لذلك لم نجد فروقا في الاكتئاب بين طالبات الكليات الإنسانية، إذ إنهن يحصلن على الدعم الاجتماعي من أسرهن ومجتمعهن.

بشكل عام لم تظهر نتائج الدراسة الحالية أي فروق دالة إحصائيا بين الضغوط الأكاديمية أو الاكتئاب ترجع إلى الكلية، والمعدل الأكاديمي، والسنة الدراسية. وقد ترجع هذه النتيجة إلى أن الظروف الأكاديمية التي تمر بها طالبات الكليات الإنسانية متشابهة. وقد ترجع نتائج هذه الدراسة إلى الالتزام الديني، فقد أشارت دراسة Bahat (2015) إلى أن الطلبة المقتنعين بدينهم وملتزمين به لأسباب داخلية تقل لديهم نسبة الضغوط الأكاديمية في حين أن الطلبة الذين يلتزمون بدينهم لأسباب وضغوط خارجية تزيد لديهم نسبة الضغوط وتؤثر سلبا في حياتهم الأكاديمية. لذلك قد يرجع انعدام الشعور بالضغوط الأكاديمية ووجود فروق بين الطالبات إلى نشأتهن في بيئة اجتماعية دينية متشابهة.

التوصيات

أوصت الدراسة بما يأتي

١- إجراء بحوث تتناول دراسة الضغوط الأكاديمية والمشكلات النفسية لدى طلاب وطالبات الجامعات بجميع تخصصاتها وكلياتها.

٢- العمل على إنشاء مراكز نفسية واجتماعية تتعامل مع مشكلات الطلبة بشكل مهني ومتخصص.

٣- توفير التدريب المستمر لاكتساب المهارات الاجتماعية والأكاديمية للطلبة في الجامعة مما يساعدهم على الإنجاز وتحقيق متطلباتهم على أكمل وجه.

٤- الاهتمام بإعداد برامج إرشادية لتنمية أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية والأعراض الاكتئابية لدى الطالبات.

المراجع

إبراهيم، لطفي (دون تاريخ). كتيب تعليمات مقياس ضغوط الدراسة. جمهورية مصر العربية: مكتبة الأنجلو المصرية.

جامعة الملك سعود (١٤٣٤-١٤٣٥هـ). التقرير السنوي لأقسام العلوم الإنسانية للعام الجامعي ٣٤-٣٥ هـ. استرجع من الموقع https://girlsusc.ksu.edu.sa/sites/girlsusc.ksu.edu.sa/files/imce_images/selection1.pdf

الصمادي، انتصار (٢٠١٥). مصادر الضغط النفسي لدى طلبة جامعة العلوم الإسلامية العالمية واستراتيجيات التعامل معها. دراسات. العلوم التربوية. ٤٢(٣)، ٨٣١-٨٤٥.

الغامدي، محمد (٢٠٠٩). اتجاه المرأة السعودية للعمل في الوظائف القانونية: دراسة ميدانية على عينة من الطالبات الجامعيات بمحافظة جدة. مجلة جامعة الملك عبدالعزيز- الآداب والعلوم الإنسانية. السعودية. ١٧(١)، ٢٦٩-٣١١.

المالكي، حنان عبدالله (٢٠١١). الاكتئاب، والمعنى الشخصي، وجودة الحياة النفسية لدى عينة من طالبات كلية التربية / جامعة أم القرى في ضوء بعض المتغيرات. مجلة كلية التربية. جامعة الأزهر، ١٤٥(٣)، ٢٤٣-٢٨٧.

رجيعة، عبدالعظيم؛ وإبراهيم، إبراهيم. (٢٠٠٢). المهارات الاجتماعية والتوافق الدراسي وعلاقتهما بالاكتئاب لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات "دراسة تنبؤية". بحث مقدم للمؤتمر السنوي التاسع (الارشاد النفسي قوة للتنمية والتقدم)، ديسمبر. القاهرة، جمهورية مصر العربية. ٣٤١-٣١١.

عربيات، أحمد؛ والخرابشة، عمر (٢٠٠٧). الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلبة المتفوقون واستراتيجية التعامل معها. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس. ٥(٢)، ١-٢٣.

Akgun, S. & Ciarrochi, J. (2003). Learned resourcefulness moderates the relationship between academic stress and academic performance. *Educational Psychology, 23*(3), 287-294.

Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale. *Health Psychology Open, 2*(2). 1-9.

Beiter, R., Nash, R., McCrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M., & Sammut, S. (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of Affective Disorders, 173*, 90-96.

Bahat, S. (2015). Religious orientation and academic stress among university students. *International Journal of Behavioral Research & Psychology, 3*(3), 85-89. ISSN 2332-3000

Chen, L., Wang, L., Qiu, X. H., Yang, X. X., Qiao, Z. X., Yang, Y. J., & Liang, Y. (2013). Depression among Chinese university students: prevalence and socio-demographic correlates. *PLoS One, 8*(3), e58379.

Dixon, S. K., & Robinson Kurpius, S. E. (2008). Depression and college stress among university undergraduates: Do mattering and self-esteem make a difference? *Journal of College Student Development, 49*(5), 412-424.

Eisenberg, D., Gollust, S. E., Golberstein, E., & Hefner, J. L. (2007). Prevalence and correlates of depression, anxiety, and suicidality among university students. *American Journal of Orthopsychiatry, 77*(4), 534-542.

Garlow, S. J., Rosenberg, J., Moore, J. D., Haas, A. P., Koestner, B., Hendin, H., & Nemeroff, C. B. (2008). Depression, desperation, and suicidal ideation in college students: results from the American foundation for suicide prevention college screening project at Emory University. *Depression and Anxiety, 25*(6), 482-488.

Hammen, C., Shih, J. H., & Brennan, P. A. (2004). Intergenerational transmission of depression: test of an interpersonal stress model in a community sample. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 72*(3), 511-522.

Jones, R. W. (1993). Gender specific differences in me perceived antecedents of academic stress. *Psychological Reports, 72*(3), 739-743.

Kadapatti, M. G., & Vijayalaxmi, A. H. M. (2012). Stressors of academic stress-a study on pre-university students. *Indian Journal of Scientific Research, 3*(1), 171-175.

Khawaja, N. G., Santos, M. L. R., Habibi, M., & Smith, R. (2013). University students' depression: A cross-cultural investigation. Higher Education *Research & Development, 32*(3), 392-406.

Kuh, G. D. (2003). What We're Learning about Student Engagement from NSSE. *Change, 35*(2), 24-32.

Lent, R. W., do Céu Taveira, M., Sheu, H. B., & Singley, D. (2009). Social cognitive predictors of academic adjustment and life satisfaction in Portuguese college students: A longitudinal analysis. *Journal of Vocational Behavior, 74*(2). 190-198.

Misra, R., & McKean, M. (2000). College students' academic stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction. *American Journal of Health Studies, 16*(1), 41-51.

Moussa, M.T., Lovibond, P.F. & Laube, R. (2001). *Psychometric properties of an Arabic version of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS21)*. Report for New South Wales Transcultural Mental Health Centre, Cumberland Hospital, Sydney. http://www2.psy.unsw.edu.au/Groups/Dass/Arabic/Arabic.htm.

Pariat, L. Rynjah, A. Joplin, M. and Kharjana, M. (2014). Stress levels of college students: interrelationship between stressors and coping strategies. *Journal of Humanities and Social Science, 19*(8), 40-46.

Pluut, H., Curşeu, P. L., & Ilies, R. (2015). Social and study related stressors and resources among university entrants: Effects on well-being and academic performance. *Learning and Individual Differences, 37,* 262-268.

Rayle, A D. and Chung, K. (2008). Revisiting first-year college students' mattering: social support, academic stress, and the mattering experience. J. *College Student Retention, 9*(1), 21-37.

Sayiner, B. (2006). Stress level of university students. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Fen Bilimleri Dergisi Yıl, 5*(10), 23-34

Shamsuddin, K., Fadzil, F., Ismail, W. S. W., Shah, S. A., Omar, K., Muhammad, N. A.,. & Mahadevan, R. (2013). Correlates of depression, anxiety and stress among Malaysian university students. *Asian Journal of Psychiatry, 6*(4), 318-323.

Singh, B P. (2011). Study and analysis of academic stress of B. Ed. students. *International Journal of Educational Planning & Administration, 1*(2), 119-127.

Siraj, H. H., Salam, A., Roslan, R., Hasan, N. A., Jin, T. H., & Othman, M. N. (2014). Stress and its association with the academic performance of undergraduate fourth year medical students at University Kebangsaan Malaysia. *The International Medical Journal of Malaysia, 13*(1),19-24 .