



دانشگاه محقق اردبیلی

asruma3.ir

چاپ مقالات برگزیده در مجلات علمی-پژوهشی
Journal of Research in Psychopathology
ناتوانی‌های یادگیری
روان‌شناسی مدرسه

ISC CIVILICA
Sponsored and Indexed by
We Respect The Science

روانی
اسیب
بمانش
سومین



حامیان و همکاران

3th National Conference On Psychopathology
| University Of Mohaghegh Ardabili

به نام خدا

بررسی میزان سلامت روان دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اردبیل و پارامترهای تأثیرگذار بر آن در سال ۱۴۰۱

محمد بهرامی^{۱*}، فاطمه راثی^۲، شیلا سلیمانی^۳، پردیس نیک منش^۴، فیروز امانی^۵، محمد صاحبقران فرد^۶

۱. دانشجو، کمیته تحقیقات دانشجویی دانشکده پزشکی و پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، اردبیل، ایران
۲. دانشجو، کمیته تحقیقات دانشجویی دانشکده پزشکی و پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، اردبیل، ایران
۳. دانشجو، کمیته تحقیقات دانشجویی دانشکده پزشکی و پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، اردبیل، ایران
۴. دانشجو، کمیته تحقیقات دانشجویی دانشکده پزشکی و پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، اردبیل، ایران
۵. دانشیار آمار زیستی، دانشکده پزشکی و پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، اردبیل، ایران
۶. مدرس روان شناسی بالینی، دانشکده پزشکی و پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، اردبیل، ایران

چکیده

یکی از دلایل مهم توسعه کشورها، توجه دولت‌ها به تربیت نیروی انسانی برگزیده از نظر استعداد، خلاقیت و منابع معنوی است. اصلی‌ترین نتیجه تقارن سلامتی جسمانی و روانی، داشتن جامعه‌ای شکوفا با آینده‌ای روشن است. اما واقعیت انکارناپذیر این است که سرمایه گذاری بدون توجه به بهداشت روانی جامعه به ویژه دانشجویان انتظارات را برآورده نمی‌سازد. ورود به دانشگاه با بروز تغییرات زیادی در روابط اجتماعی و انسانی همراه است. در چنین شرایطی که اغلب با فشار و نگرانی همراه است، عملکرد و بازدهی افراد تحت تأثیر قرار می‌گیرد. دانشجویان گروه پزشکی ضمن داشتن مشکلات سایر دانشجویان، مشکلات خاص خود از جمله فشارهای روحی و روانی محیط (بیمارستان و ...)، عدم اطمینان از آینده شغلی روشن را نیز دارند و به همین دلیل، به نظر می‌رسد بیشتر از سایر دانشجویان در خطر از دست دادن سلامت روانی هستند. برای انجام این طرح پژوهشی از آزمون ۲۸ سؤالی GHQ به منظور تعیین میزان سلامت روان و از تعدادی سؤال دموگرافیک استفاده گردید. هرچند طبق مطالعه ما، وضعیت سلامت روان دانشجویان در حالت خیلی بد نبود، ولی در موقعیت عالی و مناسب نیز قرار نداشت. یافته‌های حاصل نشان داد سلامت روان دانشجویان در بسیاری از موارد، در معرض آسیب قرار گرفته است که این موضوع نیاز به بررسی و یافتن راهکارهای مناسب دارد. بین نمره سلامت روان دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اردبیل و مواردی مانند جنسیت ($P=0.022$)، میزان علاقه به رشته تحصیلی ($P=0.00$)، میزان ورزش در هفته ($P=0.012$) و ... ارتباط معنادار مشاهده گردید. همچنین بین سلامت روان و سن ($P=0.199$)، شاخص توده بدنی ($P=0.748$) و رشته تحصیلی ($P=0.976$) ارتباط معناداری مشاهده نشد. بنابراین، با توجه به اهمیت سلامت روان و تأثیر آن بر عملکردها و تصمیمات و زندگی افراد، لازم است که سازوکارها و برنامه‌ریزی‌های لازم به منظور بهبود روحیه افراد صورت بگیرد.

کلید واژه‌ها: سلامت روان، GHQ، علوم پزشکی، دانشجو، روانشناسی



asruma3.ir

چاپ مقالات برگزیده در مجلات علمی-پژوهشی
Journal of Research in Psychopathology
ناتوانی‌های یادگیری
روان‌شناسی مدرسه

ISC CIVILICA We Respect The Science

روانی سبب بیماری سومین همایش ملی



3th National Conference On Psychopathology
| University Of Mohaghegh Ardabili

حامیان و همکاران



مقدمه

در فرایند رشد و توسعه فرهنگی و اجتماعی و اقتصادی جوامع، نیروی انسانی نقش اساسی و تعیین کننده‌ای دارد. صاحب نظران بر این باورند یکی از دلایل مهم توسعه کشورهای پیشرفته، توجه دولت‌ها به تربیت نیروی انسانی برگزیده از نظر استعداد، خلاقیت، پشتکار و منابع معنوی است. اصلی‌ترین نتیجه تقارن سلامتی جسمانی و روانی داشتن جامعه‌ای شکوفا با آینده‌ای روشن است. انتظار می‌رود این گروه در سایه سرمایه‌گذاری کلانی که از آموزش و پرورش تا دانشگاه صرف آنان می‌شود، بتوانند افرادی توانا و مفید و مؤثر برای کشور باشند، اما واقعیت انکارناپذیر این است که سرمایه‌گذاری بدون توجه به بهداشت روانی جامعه به ویژه دانشجویان انتظارات را برآورده نمی‌سازد (برآبادی و همکاران، ۱۳۹۵).

بنا بر تعریف سازمان بهداشت جهانی، سلامت روانی را می‌توان حالت سلامت کامل فیزیکی - روانی و اجتماعی (نه فقط نبود بیماری و ناتوانی) نامید. برخی از روانپزشکان معتقدند، توانایی سازش با محیط، انعطاف پذیری، قضاوت عادلانه و منطقی در مواجهه با محرومیت‌ها و فشارهای روانی، از ملاک‌های سلامتی روانی بوده و هدف از درمان بیماری‌های روانی نیز قادر ساختن آنها به زندگی خانوادگی، اجتماعی و به اصطلاح سازش با محیط است (مهرابیان و همکاران، ۱۴۰۱).

ورود به دانشگاه با بروز تغییرات زیادی در روابط اجتماعی و انسانی همراه است. در چنین شرایطی که اغلب با فشار و نگرانی همراه است، عملکرد و بازدهی افراد تحت تأثیر قرار می‌گیرد. تغییر روابط با خانواده و دوستان، عادات خوردن و خوابیدن و تنهایی نیز بر برخی از دانشجویان اثر معکوس می‌گذارد (نبوی، ۱۳۹۹). دانشجویان گروه پزشکی ضمن داشتن مشکلات سایر دانشجویان، مشکلات خاص خود از جمله فشارهای روحی و روانی محیط (بیمارستان و ...)، برخورد با مسائل و مشکلات بیماران و عدم برخورداری از آینده شغلی روشن را نیز دارند و به همین دلیل، به نظر می‌رسد بیشتر از سایر دانشجویان در خطر از دست دادن سلامت روانی هستند (صدیقی و همکاران، ۱۳۹۵). به‌گونه‌ای که شیوع اختلالات روان‌شناختی در دانشجویان علوم پزشکی در ایران ۳۱ تا ۵۱ درصد گزارش شده است (صلحی و همکاران، ۱۳۹۸).

سطوح بالای استرس، اضطراب و افسردگی می‌تواند آثار منفی بر سلامت، کیفیت زندگی، پیشرفت تحصیلی و نیز میزان آمادگی دانشجویان برای پذیرش نقش‌های حرفه‌ای خود بر جای گذارد (رمضانی و همکاران، ۱۳۹۹). بدین ترتیب درجات بالای استرس در دانشجویان، تبعاتی چون ایجاد اختلال در وضعیت روانی فیزیولوژی را خواهد داشت و این پریشانی می‌تواند بر کیفیت مراقبت از بیمار نیز تأثیرات منفی داشته باشد. بطوریکه گزارش شده است، دانشجویان با تجربه سطح بالایی از استرس، انگیزه کمتری برای انجام فعالیت‌های بالینی داشتند و اعتماد به نفس کمتری را نیز در عمل نشان می‌دادند (پاسیار و غلام زاده، ۱۴۰۰). درجات بالای استرس نه تنها عملکرد تحصیلی بلکه تمامی ابعاد سلامت دانشجویان را تحت الشعاع قرار می‌دهد که مواردی چون پرفشاری خون، بیماری‌های قلبی و مشکلات نقص ایمنی بدن در دانشجویان از آن جمله است (سعیدی و فرح بخش، ۱۳۹۵).

امروزه اکثر محققان معتقدند که کیفیت زندگی دارای ابعاد جسمانی، روحی و روانی، اجتماعی و معنوی می‌باشد (علیزاده و همکاران، ۱۳۹۹). ابعاد سبک زندگی سالم و تأثیرگذار بر سلامت روان عبارت‌اند از ورزش و فعالیت بدنی، نوع تغذیه، مدیریت استرس و در مطالعات انجام شده در ایران، وضعیت دانشجویان از نظر فعالیت فیزیکی، مسئولیت پذیری سلامت و تغذیه در سطح نامطلوبی گزارش شده است (رهبر و همکاران، ۱۳۹۶). در این راستا، مطالعه حسینی و همکاران نشان داد که شیوه زندگی ارتقا دهنده سلامت در دانشجویان پرستاری مطلوب نبوده و بُعد فعالیت فیزیکی در پایین‌ترین سطح در بین ابعاد رفتاری قرار داشت (حسینی و همکاران، ۱۳۹۱).



asruma3.ir



حامیان و همکاران

چاپ مقالات برگزیده در مجلات علمی-پژوهشی
Journal of Research in Psychopathology
ناتوانی‌های یادگیری
روانشناسی مدرسه

ISC CIVILICA We Respect The Science

روانی اسیب‌شناسی بیمایش‌های سومین



3th National Conference On Psychopathology
| University Of Mohaghegh Ardabili

مطالعه ذهنی و همکاران نیز نشان داد که از لحاظ زیرمجموعه‌های رفتارهای ارتقای دهنده سلامت، اکثریت دانشجویان در زمینه فعالیت بدنی، عادات غذایی و احساس مسئولیت در قبال سلامت خود دارای عملکرد متوسط بوده‌اند (ذهنی و رخدادی، ۲۰۲۱). نتایج مطالعه نوروزی نیا نیز بیانگر وجود اضطراب در بیش از نیمی از دانشجویان و همچنین نشان دهنده همبستگی معکوس رفتارهای ارتقای دهنده سلامت با اضطراب و نیز نامناسب بودن ابعاد فعالیت جسمی و رفتارهای ارتقای سلامت خصوصاً تغذیه در دانشجویان علوم سلامت بوده است (نوروزی نیا و همکاران، ۲۰۱۳).

با توجه به اینکه تا کنون مطالعه مشابه با هدف بررسی عوامل تأثیر گذار بر سلامت روان در دانشگاه علوم پزشکی اردبیل صورت نگرفته بود، لذا با توجه به اهمیت مسئله سلامت روان، مطالعه حاضر با هدف بررسی وضعیت سلامت عمومی روان و ارتباط آن با مؤلفه‌های ارتقا دهنده سلامت مانند: میزان فعالیت بدنی، نوع تغذیه، رشته تحصیلی، میزان رضایت تحصیلی و... در بین دانشجویان علوم پزشکی اردبیل تدوین شد. بنابراین نتایج حاصل از این مطالعه می‌تواند راهگشایی به منظور ارائه برنامه‌های پیشگیری کننده و نیز برنامه‌هایی برای ارتقای سلامت عمومی روان در بین دانشجویان علوم پزشکی اردبیل باشد.

روش کار

در این مطالعه، کلیه ملاحظات اخلاقی از جمله محرمانه بودن اطلاعات در نظر گرفته شده است. جامعه آماری، شامل کلیه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اردبیل است.

برای انجام این طرح پژوهشی از آزمون ۲۸ سؤالی^۱ GHQ به منظور تعیین میزان سلامت عمومی روان استفاده گردید. پرسش‌نامه‌ها ابتدا به صورت لینک در فضای مجازی بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اردبیل پخش گردید که تعدادی از دانشجویان به صورت مجازی به سؤالات پاسخ دادند و مابقی پرسش‌نامه‌ها به صورت کاغذی بین دانشجویان توزیع گردید. در مجموع ۱۶۶ نفر از دانشجویان علوم پزشکی اردبیل، به پرسش‌نامه‌ها پاسخ دادند که ۶ پرسش‌نامه به علت نا کامل بودن پاسخ‌ها حذف شدند و در آخر ۱۶۰ پرسش‌نامه تکمیل شده داشتیم.

معیار ورود به مطالعه، تمایل به همکاری و شرکت در مطالعه از طرف دانشجویان بود. سعی بر آن شد تا دانشجویان رشته‌های مختلف از دانشکده‌های متفاوت مورد بررسی قرار گیرند. در پرسش‌نامه GHQ-28، نمره کمتر، نشان دهنده سلامت روان بهتر می‌باشد. نمره دهی برای گزینه‌های هر یک از سؤالات این آزمون از صفر تا ۳ است. نمره صفر برای بهترین حالت و نمره ۳ برای بدترین وضعیت لحاظ می‌شود. نمره کل آزمون از صفر تا ۸۴ می‌باشد.

علاوه بر سؤالات آزمون GHQ-28، تعدادی سؤال دموگرافیک نیز داخل پرسش‌نامه طرح شده بودند تا وابستگی یا ارتباط آن‌ها با میزان سلامت روان مورد بررسی قرار گیرند.

در نهایت، داده‌ها بعد از جمع آوری پرسش‌نامه‌ها، در نرم افزار SPSS نسخه ۲۶ ثبت گردیده و با استفاده از آزمون‌های مختلف، مورد تحلیل و بررسی قرار گرفتند.

¹ General Health Questionnaire - 28



asruma3.ir



حامیان و همکاران

چاپ مقالات برگزیده در مجلات علمی-پژوهشی
Journal of Research in Psychopathology
ناتوانی‌های یادگیری
روان‌شناسی مدرسه

روانی اسیب‌شناسی بمایشش سومین

ISC CIVILICA We Respect The Science



3th National Conference On Psychopathology
| University Of Mohaghegh Ardabili

یافته‌ها

همان‌طور که اشاره گردید، این مطالعه بر روی ۱۶۰ نفر از دانشجویان شاغل به تحصیل رشته‌های مختلف دانشگاه علوم پزشکی اردبیل مورد بررسی قرار گرفت. ۴۰،۰٪ شرکت‌کنندگان در این مطالعه را پسران و ۶۰،۰٪ افراد را دختران تشکیل می‌دهند. ۴ نفر از دانشجویان متأهل و مابقی مجرد بودند.

میانگین سنی دانشجویان برابر ۲۲ سال با انحراف معیار ۲،۷۵ بود. به صورت جزئی‌تر، کمترین سن برابر با ۱۸ سال و بیشترین مقدار آن، ۳۶ سال است. علاوه بر آن، ۵۷،۵٪ دانشجویان، بومی استان اردبیل بوده و ۴۲،۵٪ آنان بومی استان اردبیل نیستند. (جدول ۱)

۱۸،۱٪ دانشجویان اعلام کردند که دارای سابقه بیماری جسمانی هستند. حدود ۲۰٪ از شرکت‌کنندگان، نسبت به وضعیت اقتصادی خود و خانواده، رضایت کافی داشته و بیشتر از ۸۰٪ آنان، وضعیت اقتصادی‌شان را پایین‌تر از حد متوسط اعلام نمودند. ۶۷،۵٪ دانشجویان علاقه زیاد، ۲۶،۳٪ علاقه متوسط و ۶،۲٪ دانشجویان، علاقه بسیار کمی به رشته تحصیلی خودشان داشتند.

جدول ۱: مقایسه دانشجویان بر حسب جنسیت و وضعیت بومی

جمع	دختر	پسر	
۹۲	۵۹	۳۳	بومی
۶۸	۳۷	۳۱	غیر بومی
۱۶۰	۹۶	۶۴	جمع

۲۵،۵٪ دانشجویان اعلام کردند که در طول هفته، هیچ‌گونه زمانی را برای ورزش اختصاص نمی‌دهند ولی ۱۲،۵٪ آنان اعلام نمودند که روزانه و مابقی نیز هر از گاهی در طول هفته ورزش می‌کنند. علاوه بر آن، فقط ۱۰٪ دانشجویان در یک ماه، از غذای حاضری اصلاً استفاده نمی‌کنند.

میانگین BMI محاسبه شده برای دانشجویان برابر ۲۳،۳۳ با انحراف معیار ۳،۹۷ بود. در حالت جزئی، مقدار میانگین BMI برای پسران ۲۴،۶۷ با انحراف معیار ۴،۲۱ و برای دختران برابر ۲۲،۴۳ با انحراف معیار ۳،۵۶ محاسبه گردید. مطابق معیارهای مربوط به خود شاخص توده بدنی، ۶۱،۳٪ دانشجویان دارای وزن نرمال (طبیعی) هستند. (شکل ۱)



asruma3.ir



حامیان و همکاران

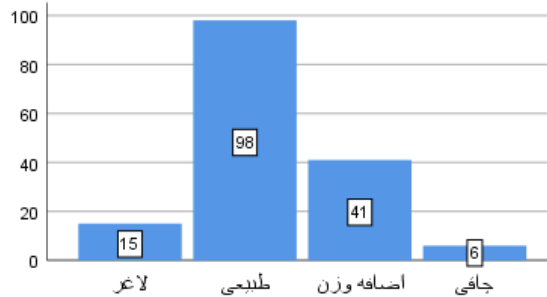
چاپ مقالات برگزیده در مجلات علمی-پژوهشی
Journal of Research in Psychopathology
ناتوانی‌های یادگیری
روانشناسی مدرسه

ISC CIVILICA We Respect The Science

روانی اسیب‌شناسی بیمایش‌های سومین



3th National Conference On Psychopathology
| University Of Mohaghegh Ardabili



شکل ۱: مقایسه BMI دانشجویان

میانگین نمره آزمون سلامت عمومی روان (GHQ-28) برای دانشجویان برابر ۳۳,۴۲ با انحراف معیار ۱۲,۰۴ محاسبه گردید. با توجه به استانداردهای خود آزمون، نمره به دست آمده، نشان دهنده این است که سلامت روان دانشجویان در بسیاری از موارد، در معرض آسیب قرار گرفته است. این موضوع نیاز به بررسی و یافتن راهکارهای مناسب دارد. (جدول ۲)

جدول ۲: میانگین نمره آزمون GHQ*28 به تفکیک جنسیت

انحراف معیار	نمره آزمون	
۱۰,۰۵	۳۰,۵۹	پسران
۱۲,۹۱	۳۵,۳۱	دختران

نمره به دست آمده برای هر یک از علائم ۴ گانه مربوط به سلامت عمومی روان:

- علائم جسمانی = $9,74 \pm 2,02$
- علائم اضطراب = $8,19 \pm 4,13$
- علائم کنش اجتماعی = $7,66 \pm 2,85$
- علائم افسردگی = $5,54 \pm 4,78$

طبق بررسی‌های صورت گرفته، بین نمره سلامت عمومی روان دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اردبیل و موارد زیر وابستگی معنادار وجود داشت: (آزمون T test و آنووا)

- جنسیت ($P=0,022$)
- میزان علاقه به رشته تحصیلی ($P=0,00$)



asruma3.ir



حامیان و همکاران

چاپ مقالات برگزیده در مجلات علمی-پژوهشی
Journal of Research in Psychopathology
ناتوانی‌های یادگیری
روان‌شناسی مدرسه

ISC CIVILICA
Sponsored and Indexed
We Respect The Science

روانی اسیب‌شناسی بمایشش سومین



3th National Conference On Psychopathology
| University Of Mohaghegh Ardabili

- میزان ورزش در هفته ($P=0,012$)
 - میزان مصرف غذای حاضری در ماه ($P=0,023$)
 - اندازه قد (بر حسب متر) ($P=0,041$)
- بین نمره سلامت عمومی روان دانشجویان و موارد زیر، وابستگی معناداری مشاهده نشد:

- وضعیت تاهل ($P=0,330$)
- وضعیت بومی ($P=0,558$)
- سابقه بیماری جسمانی ($P=0,134$)
- وضعیت اقتصادی ($P=0,209$)
- چندمین فرزند خانواده ($P=0,958$)
- سن ($P=0,199$)
- سال ورود به دانشگاه ($P=0,084$)
- شاخص توده بدنی ($P=0,748$)
- وزن (بر حسب کیلوگرم) ($P=0,350$)
- رشته تحصیلی ($P=0,976$)

پس مطابق با مطالعه حاضر، بین سلامت عمومی روان دانشجویان و ۵ مورد، وابستگی معنادار مشاهده گردید که هر کدام به تفصیل مورد بحث واقع خواهند شد.

در قسمت زیر (جدول ۳)، مقایسه‌ای بین میانگین نمرات مربوط به ۴ علائم جداگانه سلامت عمومی روان بر حسب پارامترهای مختلف قرار گرفته است.

جدول ۳: مقایسه میانگین علائم ۴ گانه سلامت عمومی روان

		علائم جسمانی	علائم اضطراب	علائم کنش اجتماعی	علائم افسردگی
جنسیت	پسر	۹,۱۳	۷,۵۸	۷,۰۶	۴,۸۷
	دختر	۱۰,۱۶	۸,۵۹	۸,۰۶	۵,۹۹
وضعیت بومی	بومی	۹,۷۲	۸,۵۰	۷,۵۷	۵,۸۳
	غیر بومی	۹,۷۸	۷,۷۶	۷,۷۹	۵,۱۶



asruma3.ir



حامیان و همکاران

چاپ مقالات برگزیده در مجلات علمی-پژوهشی
Journal of Research in Psychopathology
ناتوانی‌های یادگیری
روانشناسی مدرسه

ISC Sponsored and CIVIL We Respect It

روانی
سپاس
باشی
سومین



3th National Conference On Psychopathology
| University Of Mohaghegh Ardabili

بحث و نتیجه گیری

سلامت عمومی روان همان‌طور که از نامش مشخص است به بررسی کلی وضعیت روانی اشخاص مربوط می‌شود. از بین اقشار مختلف جامعه، دانشجویان و مخصوصاً دانشجویان علوم پزشکی، بنا بر دلایل مختلفی که پیش‌تر نیز به آنها اشاره شد، بیشتر از دانشجویان و افراد دیگر جامعه در معرض تهدید سلامت روان هستند. به ویژه دانشجویان علوم پزشکی که دوره کارآموزی و کارورزی‌شان شروع شده و در محیط بیمارستان یا در یک محوطه درمانی در حال فعالیت هستند.

چنانچه این موضوع توسط عوامل مسئول مورد بررسی و پیگیری قرار نگیرد، امکان دارد که در مدت زمان کوتاهی، شاهد افزایش میزان افسردگی و بروز بیماری‌های روانی در بین دانشجویان باشیم.

هرچند طبق مطالعه ما، وضعیت سلامت عمومی روان دانشجویان در حالت بسیار وخیم یا خیلی بد نبود، ولی در موقعیت عالی و مناسب نیز قرار نداشت. با توجه به میانگین نمره آزمون GHQ-28 به دست آمده در مطالعه حاضر (۳۳٫۴۲) با انحراف معیار (۱۲٫۰۴)، بسیاری از دانشجویان علوم پزشکی اردبیل در معرض آسیب سلامت عمومی روان قرار گرفته‌اند و هم اکنون نیز در مرز خطر هستند.

بنابراین، در صورت ادامه این وضع، نتایج بدتر و ناگوارتری به وقوع خواهد پیوست. در طرح حاضر، سعی گردید که علاوه بر تعیین میزان سلامت روان دانشجویان، بعضی از پارامترهای مهمی که احتمال داده می‌شد با میزان سلامت روان ارتباط داشته باشند، مورد ارزیابی قرار بگیرند.

مطابق آزمون GHQ-28، هر چه نمره به دست آمده، به صفر نزدیک‌تر باشد، وضع شخص از لحاظ سلامت روان مناسب و هر چه به عدد ۸۴ نزدیک شود، وضع شخص کاملاً نامناسب است. از نظر علائم ۴ گانه سلامت عمومی روان نیز، نمره هر یک از علائم بین ۰ تا ۲۱ است که در هر چهار مورد، میانگین نمره دانشجویان کمتر از ۱۰ به دست آمد. بنابراین وضع موجود خطرناک نیست ولی در صورت عدم برنامه ریزی مناسب، می‌تواند نگران کننده باشد.



asruma3.ir



حامیان و همکاران

چاپ مقالات برگزیده در مجلات علمی-پژوهشی
Journal of Research in Psychopathology
ناتوانی‌های یادگیری
روانشناسی مدرسه

ISC Sponsored and CIVIL We Respect It

روانی
سپاس
سومین
مایش ملی



3th National Conference On Psychopathology
| University Of Mohaghegh Ardabili

جنسیت و سلامت عمومی روان

دربارهٔ تعریف مفهوم سلامت روانی، هر فرهنگی بر اساس معیارهای خود به دنبال تعریفی از آن است؛ این تعریف نه تنها در فرهنگ‌های مختلف متفاوت است؛ بلکه در زمان‌های مختلف نیز فرق دارد. امروزه سلامت روانی را جنبه‌ای از مفهوم کلی سلامت می‌دانند. یکی از عوامل مؤثر در سلامت روانی نقش جنسیتی است.

از آنجا که زنان در اجتماع امروزی نقش‌هایی چندگانه و گاه متضاد دارند، بررسی سلامت روانی آنان اهمیتی ویژه دارد. در پژوهش حاضر، رابطه جنسیت و سلامت عمومی روان مورد بررسی قرار گرفته است. به طور کلی آمار زنان بستری در بیمارستان‌های روانی، هر سال در انگلستان حدود ۳۵ تا ۴۰ درصد بیشتر از مردان است. آمار منتشره توسط گروه بهداشت و تأمین اجتماعی (DHSS) نشان دهنده آن است که میزان تفاوت موجود در توزیع ارقام پذیرش دو جنس در بیمارستان روانی، در کلیه طبقه‌های تشخیصی یکسان نیست (هاشمی و احمدی، ۱۳۹۴).

با پیشرفت جوامع و گسترش نقش زنان در امور اقتصادی، فرهنگی و سیاسی جامعه و انجام برخی از وظایف خانه داری و بچه داری توسط مردها، تغییرهایی در نقش‌های جنسیتی و به دنبال آن، سنخ‌های جنسیتی که زن‌ها و مردها دارند، به وجود آمده است. به طوری که وجود زنانگی و مردانگی به طور هم‌زمان که مطابق مدل دو بعدی به همان سنخ جنسیتی آندروژنی است، در زن‌ها و مردها زیادتر از پیش وجود دارد (هاشمی و احمدی، ۱۳۹۴).

در مطالعه حاضر، میانگین نمره سلامت عمومی روان در دختران، بیشتر از پسران به دست آمد که این موضوع نشان دهنده آن است که دختران از لحاظ سلامت روان، بیشتر در معرض آسیب و خطر قرار دارند. ($p=0.022$) دختران دانشجو که در دانشگاه علوم پزشکی مشغول به تحصیل هستند، افزون بر دغدغه‌ها و مشکلاتی که قبل‌تر نیز اشاره شد، دارای تنش‌های بیشتری نیز هستند. از لحاظ مسائل عاطفی و احساسی، دختران بسیار حساس‌تر بوده و همین امر می‌تواند در میزان سلامت روان آنان تأثیر گذارد.

هر یک از ۴ علائم جداگانه سلامت عمومی روان که مورد بررسی قرار گرفتند، در دختران دارای مقدار بیشتری بودند. بنابراین مسئولان ذی‌ربط به طور حتم باید این موضوع را در نظر گرفته و برنامه‌های ویژه‌ای را برای دختران دانشگاه در نظر بگیرند تا به عنوان یک عامل پیشگیری کننده، سطح سلامت عمومی روان این گروه از دانشجویان را افزایش دهند.



asruma3.ir



حامیان و همکاران

چاپ مقالات برگزیده در مجلات علمی-پژوهشی
Journal of Research in Psychopathology
ناتوانی‌های یادگیری
روانشناسی مدرسه

ISC Sponsored and CIVIL We Respect It

روانی سپاس سومین همایش ملی



3th National Conference On Psychopathology
| University Of Mohaghegh Ardabili

در یک مطالعه که بر روی دانشجویان علوم پزشکی انجام شده بود (سیاح برگرد و همکاران، ۱۳۹۵)، پسرها از سلامت روان بهتری نسبت به دخترها برخوردار بودند ($P=0.037$). همچنین در یک مطالعه دیگر که به منظور بررسی وضعیت سلامت روان در دانشجویان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان در سال ۱۳۹۵ صورت گرفته بود (صدیقی و همکاران، ۱۳۹۵)، بین جنسیت و سلامت عمومی روان ارتباطی وجود نداشت.

پارامترهای دیگر و سلامت عمومی روان

بین قد دانشجویان و نمره سلامت عمومی آنان، رابطه معنی دار وجود داشت که به محققین عزیز پیشنهاد می‌شود، این امر را بیشتر مورد بررسی قرار دهند.

بر اساس یافته‌های پژوهش، میانگین نمره سلامت روان در کل نمونه مورد پژوهش، در محدوده خفیف بود. همچنین میزان رضایت از رشته تحصیلی در کل دانشجویان نیز در حد متوسطی ارزیابی شد. در این مطالعه بین میزان علاقه به رشته تحصیلی و وضعیت سلامت روان رابطه معناداری ($P=0.00$) مشاهده شد. این یافته با نتایج حاصل از پژوهش انجام شده توسط تووار (Tovar) و همکاران که نشان دادند بین علاقه‌مندی به رشته تحصیلی و هم چنین مشکلات روحی - روانی، مالی و اشتغال دانشجویان با پیشرفت تحصیلی ارتباط معناداری وجود دارد، همخوانی داشت.

در پژوهش انجام شده، رابطه معناداری بین وضعیت اقتصادی و سلامت روان مشاهده نگردید. نتایج مطالعه‌ای که توسط سهرابی و همکاران در سال ۲۰۱۵ انجام شد، نشان داد که بین نمره سلامت روان و وضعیت اقتصادی ارتباط معناداری وجود ندارد که این یافته با مطالعه حاضر همخوانی دارد. ولی مطالعه صدیقی و همکاران در سال ۱۳۹۵ نشان داد که مشکلات مالی تأثیر معناداری در میانگین نمره کل سلامت روان دارند و دانشجویانی که مشکلات مالی بیشتری داشتند، نمره کل سلامت روان در آنها بالاتر بود که با یافته پژوهش حاضر همخوانی نداشت.

در مطالعه حاضر ارتباط معناداری بین نمره سلامت روان و سن وجود نداشت. در مطالعه صدیقی و همکاران و تبریزی زاده و همکاران و نیز سلیمانی زاده و همکاران ارتباط معناداری بین سن و وضعیت سلامت روان دانشجویان مشاهده نگردیده است.



asruma3.ir



حامیان و همکاران

چاپ مقالات برگزیده در مجلات علمی-پژوهشی
Journal of Research in Psychopathology
ناتوانی‌های یادگیری
روانشناسی مدرسه

ISC Sponsored and CIVIL We Respect It

روانی اسیب بمایش ملی سومین



3th National Conference On Psychopathology
| University Of Mohaghegh Ardabili

در مطالعه حاضر ارتباط معناداری بین رتبه فرزنددی و نمره سلامت روان مشاهده نگردید که با نتایج یک پژوهش که نشان میداد بین رتبه فرزنددی دانشجویان برحسب وضعیت عملکردی ارتباط معناداری وجود دارد (مهرابیان و همکاران، ۲۰۲۲)، همخوانی نداشت.

همان طور که اشاره گردید، تحقیقات نشان می‌دهند که سلامت روان بخش عمده‌ای از دانشجویان در معرض آسیب قرار گرفته است. با بررسی‌هایی که صورت گرفت، مشخص شد کسانی که در هفته، فعالیت جسمانی داشتند و ورزش می‌کردند، از وضعیت سلامت روانی بهتری برخوردار بودند. بر اساس نظریه‌های موجود، فعالیت بدنی، قابلیت کاهش فشارهای عصبی و افسردگی را دارد.

برای توضیح این پدیده، افزایش سطح سروتونین و نوراپی‌نفرین در هنگام فعالیت‌های ورزشی موجب کاهش افسردگی می‌شود. از طرف دیگر سازگاری‌های ناشی از افزایش رهایی آندرفین و کاهش سطوح کورتیزول در افراد دارای فعالیت بدنی، می‌تواند موجب کاهش میزان افسردگی شود (ایران دوست و همکاران، ۱۳۹۴).

از بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اردبیل توانستیم دانشجویان رشته‌های پزشکی، دندان پزشکی، دارو سازی، علوم آزمایشگاهی، اتاق عمل، پرستاری، بهداشت عمومی، بهداشت محیط، مهندسی بهداشت؛ که سال ورودی آن‌ها به دانشگاه از ۱۳۹۵ تا ۱۴۰۱ بود را مورد بررسی و مطالعه قرار دهیم که با توجه به داده‌ها و آمار ($P=0.976$)، بین سلامت عمومی روان و رشته‌ی تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اردبیل وابستگی معنا داری مشاهده نشد.

میانگین BMI محاسبه شده برای دانشجویان برابر ۲۳،۳۳ با انحراف معیار ۳،۹۷ بود. از بین ۱۶۰ دانشجویی که در این مطالعه از آن‌ها پرسش و پاسخ شده است، ۶۱،۳ درصد از آنها دارای وزن نرمال و طبیعی هستند. اما با در نظر گرفتن اینکه $P=0.350$ است؛ بین وزن دانشجویان علوم پزشکی اردبیل و موضوع سلامت روان وابستگی معنا داری مشاهده نشد. همچنین با توجه به $(P=0.748)$ ، بین BMI و سلامت عمومی روان ارتباطی وجود نداشت.

تغذیه و سلامت عمومی روان

متأسفانه، خیلی از خانواده‌ها، سبک غذایی‌شان، بیش از آنچه که فکر می‌کنند در حالت‌های روانی آن‌ها دخیل است. بسیاری از افراد اعتقادی به این مسئله ندارند و در نگاه اول شاید حتی بگویند غذا خوردن چه ربطی به حال ما دارد.



asruma3.ir



حامیان و همکاران

چاپ مقالات برگزیده در مجلات علمی-پژوهشی
Journal of Research in Psychopathology
ناتوانی‌های یادگیری
روانشناسی مدرسه

ISC Sponsored and CIVIL We Respect It

روانی سبب‌شناسی سومین همایش ملی



3th National Conference On Psychopathology
| University Of Mohaghegh Ardabili

درست است که شاید سبک غذایی تعیین کننده تمام حال افراد نباشد، اما یکی از مؤلفه‌های غالباً مغفول مانده در ارتباط با سلامت عمومی روان است که مردم به آن توجهی ندارند. در حالی که مطالعات بسیاری در سال‌های اخیر انجام شده که نقش سبک غذایی را حتی در درمان برخی اختلالات مشخص کرده است (جهانبخش و همکاران، ۱۳۹۹).

مطالعات نشان داده‌اند که کمبود مواد غذایی همچون ویتامین‌ها و مواد معدنی در برنامه تغذیه افراد می‌تواند بر رشد روحی و روانی آن‌ها تأثیرگذار باشد و خطر افسردگی و اضطراب با برنامه غذایی که شامل میوه، سبزیجات، غذاهای دریایی، غلات و مواد غذایی کم چرب است، رابطه معکوس و با غذاهای سرخ کردنی، نوشیدنی‌های شیرین و نمک رابطه مستقیم دارد (جهانبخش و همکاران، ۱۳۹۹).

نزدیک ۹۰٪ دانشجویان مورد مطالعه، در ماه، حتی شده به میزان کم، از غذای حاضری استفاده می‌کنند. در اینجا منظور ما از غذای حاضری، جدای از غذای سلف دانشگاه است و بیشتر، هدف ما، غذاهای فست فود از قبیل ساندویچ، پیتزا و ... است. طی بررسی‌ها، بین میزان مصرف غذای حاضری در ماه و سلامت عمومی روان دانشجویان، وابستگی معنادار مشاهده گردید. ($P=0,023$)

این آمار نشان دهنده شرایط به نسبت مطلوبی است. البته می‌توانیم دلیل آن را در این موضوع ببینیم که اکثر دانشجویان (چه بومی و چه غیر بومی) یا از غذاهای سلف دانشگاه استفاده می‌کنند یا اینکه در منزل، غذای به خوبی پخته شده را میل می‌کنند که هم از نظر کیفیت و هم از نظر طعم و هم از لحاظ هزینه‌ها باعث علاقه آنان به غذای سالم و دوری از غذاهای حاضری شده است. البته ممکن است تعدادی از دانشجویان هم باشند که تمایل دارند بیشتر از غذاهای حاضری رستوران‌ها و کافی‌شاپ‌ها استفاده کنند.

در نهایت، با توجه به اهمیت سلامت روان و تأثیر آن بر عملکردها و تصمیمات و زندگی افراد، لازم است که سازوکارها و برنامه‌ریزی‌های لازم به منظور بهبود روحیه افراد صورت بگیرد و اقداماتی در راستای افزایش کیفیت سطح زندگی و بهبود سبک زندگی افراد انجام شود.

امید است مسئولان مربوطه، با توجه به نتایج حاصل از مطالعه حاضر، راهکارهایی را برای افزایش میزان سلامت عمومی روان دانشجویان به کار گیرند تا خطر تهدید بیماری‌های روانی که هم اکنون دانشجویان را نشانه گرفته است، حداقل امکان کاهش یابد.



asruma3.ir



حامیان و همکاران

چاپ مقالات برگزیده در مجلات علمی-پژوهشی
Journal of Research in Psychopathology
ناتوانی‌های یادگیری
روانشناسی مدرسه

ISC Sponsored and CIVIL We Respect It

روانی
سپاس
سومین
همایش ملی



3th National Conference On Psychopathology
| University Of Mohaghegh Ardabili

تشکر و قدردانی

سپاس از خداوند منان که الطافش را نصیب ما نمود و همچنین تشکر فراوان از اساتید گرامی و در نهایت قدردان کلیه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اردبیل هستیم که با تکمیل پرسش‌نامه‌ها، ما را در انجام این مطالعه یاری نمودند. با تشکر تیم پژوهشی

منابع

ایران‌دوست خدیجه، طاهری مرتضی، ثقه‌الاسلامی علی. مقایسه تأثیر ورزش درمانی و رژیم غذایی با رویکرد کاهش وزن بر سطح افسردگی زنان سالمند با افسردگی شدید. سالمند: مجله سالمندی ایران ۱۳۹۴؛ ۱۰ (۱) ۴۸-۵۳:

برآبادی، اعظم، معتکف‌فر، مهدی، کامرانیان، هومن، اکرمی، رحیم. (۱۳۹۵). بررسی وضعیت سلامت روان و عوامل مرتبط با آن در دانشجویان جدیدالورود دانشگاه علوم پزشکی سبزوار سال تحصیلی ۱۳۹۲-۱۳۹۱. مجله دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، ۲۳(۴)، ۵۶۹-۵۶۰.

پاسیار نیلوفر، غلام زاده سکینه. نقش پیش‌بینی‌کنندگی عزت نفس و رشته تحصیلی بر سلامت روان دانشجویان مقطع کارشناسی حرف بهداشتی. مجله دانشگاه علوم پزشکی قم. ۱۴۰۰؛ ۱۵ (۶): ۳۹۴-۴۰۳.

<http://journal.muq.ac.ir/article-1-3186-fa.html>

جهانبخش، م. و آقاداتیان جلفائی، ع. و کلیشادی، ر. و ستاری، م. (۱۳۹۹). ارتباط بین تغذیه، اوقات فراغت و فعالیت فیزیکی با سلامت روان ایده آل دانش آموزان ۱۳ تا ۱۸ سال در ایران با استفاده از تکنیک بیزین ساده. اطلاع رسانی پزشکی نوین، ۶(۴)، ۴۲-۴۹.

<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=556148>

رضانی، سجاد، آرامجو، حامد، رضانی، عباسعلی، حاجی پور، رضا، & ناصری، محسن. (۱۳۹۹). بررسی استرس، اضطراب و افسردگی دانشجویان دانشکده پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند در سال ۱۳۹۵. افق توسعه آموزش علوم پزشکی، ۱۱(۱)، ۱۴-۵. doi: 10.22038/hmed.2020.47030.1018

رهبر آرش، سیدی اندی سیدجلیل، احمدزاده توری ندا، احمدزاده توری بیژن، درخور شکوفه، یوسفی روشن حوریه، قلی‌نیا‌آهنگر همت. بررسی سبک زندگی ارتقای دهنده سلامت و ارتباط آن با مشخصات دموگرافیک در دانشجویان. نوین سلامت 1396. (Current Research in Medical Sciences).

[cited 2022June05];2(2):3-9. Available from:

<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=491057>



asruma3.ir



چاپ مقالات برگزیده در مجلات علمی-پژوهشی
Journal of Research in Psychopathology
ناتوانی‌های یادگیری
روانشناسی مدرسه

روانی سپاس سومین همایش ملی

ISC Sponsored and CIVIL We Respect It



3th National Conference On Psychopathology
| University Of Mohaghegh Ardabili

سعیدی زهرا، فرحبخش کیومرث. رابطه کیفیت زندگی، سبک زندگی، عملکرد تحصیلی با پیشرفت تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی دانشگاه اصفهان. دوماهنامه علمی- پژوهشی راهبردهای آموزش در علوم پزشکی ۱۳۹۵؛

URL: <http://edcbmj.ir/article-1-998-fa.html> ۱۷۶-۱۸۵: (۳) ۹

سهیلا هاشمی، ام البنین احمدی، (۱۳۹۴). نقش خودکارآمدی عمومی و نقش های جنسیتی مردانگی و زنانگی در سرسختی روان شناختی، فصلنامه پژوهش های نوین روانشناختی، ۱۰(۳۷)، ۷۱. magiran.com/p1441531

سیاح برگرد، مهدی و اولی پور، علیرضا و حسینی آهنگری، سید عابدین و معاشی، سیده فاطمه و حیدری، احمد، ۱۳۹۵، بررسی رابطه ی میزان استفاده از تلفن همراه با سلامت روان و موفقیت تحصیلی در دانشجویان پزشکی، <https://civilica.com/doc/1553578>

صدیقی الهه، بیدکی رضا، میدانی عباس، احمدی نیا حسن، رضائیان محسن. بررسی وضعیت سلامت روان در دانشجویان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان در سال ۱۳۹۵. مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان ۱۳۹۷؛ ۱۷ (۷) ۶۶۹-۶۸۰: URL: <http://journal.rums.ac.ir/article-1-4250-fa.html>

صلحی مهناز، پیروزه راضیه، رحیمی خلیفه کندی زهرا. بررسی خودارزیابی سلامت روان در میان دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی ایران. آموزش بهداشت و ارتقای سلامت ۱۳۹۸؛ ۷ (۳) ۳۴۸-۳۳۹: URL: <http://journal.ihepsa.ir/article-1-1123-fa.html>

علیزادها، دانشپ. ملکیا، & جواهریف. (۲۰۲۰). رابطه مؤلفه های سبک زندگی سالم با سلامت روان زنان و مردان. سلامت اجتماعی، ۷(۳)، ۳۲۸-۳۳۹. <https://doi.org/10.22037/ch.v7i3.28929>.
مهراییان فردین، کاشی سمانه، گنجه مرکیه زهرا. بررسی وضعیت سلامت روان و عوامل مرتبط با آن در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی گیلان. پژوهش در آموزش علوم پزشکی. ۱۴۰۱؛ ۱۴ (۱) ۷۳-۷۸
<http://rme.gums.ac.ir/article-1-1144-fa.html>

نبوی صادق، سهرابی فرامرز، افروز غلامعلی، دلاور علی، حسینیان سیمین. پیش بینی سلامت روان معلمان بر اساس متغیرهای خودکارآمدی و حمایت اجتماعی. آموزش بهداشت و ارتقای سلامت ۱۳۹۶؛ ۵ (۲) ۱۳۸-۱۲۹: URL: <http://journal.ihepsa.ir/article-1-680-fa.html>

Hosseini M., Ashktorab T., Taghdisi M.H.. Health Promotion Lifestyle In Nursing Students: A Systematic Review. Journal Of Health Promotion Management (Jhpm). 2013 [Cited 2022june05];2(1 (5)):66-79. Available From: <https://www.sid.ir/En/Journal/Viewpaper.aspx?Id=298930>

Mehrabian F, Kashi S, Ganje Markieh Z. Investigating the Mental Health Status and Its Related Factors among the Students of Guilan University of Medical Sciences. RME. 2022; 14 (1) :73-78 URL: <http://rme.gums.ac.ir/article1-1144-fa.html>



دانشگاه مفتح اردبیل

asruma3.ir



حامیان و همکاران

چاپ مقالات برگزیده در مجلات علمی-پژوهشی
Journal of Research in Psychopathology
ناتوانی‌های یادگیری
روانشناسی مدرسه

ISC Sponsored and CIVIL We Respect It

روانی
اسیب‌شناسی
سومین همایش ملی



3th National Conference On Psychopathology
| University Of Mohaghegh Ardabili

Norouzinia R., Aghabarari M., Kohan M., Karimi M.. Health Promotion Behaviors And Its Correlation With Anxiety And Some Students' Demographic Factors Of Alborz University Of Medical Sciences. Journal Of Health Promotion Management (Jhpm). 2013 [Cited 2022june05];2(4 (8)):39-49. Available From: <https://www.sid.ir/En/Journal/Viewpaper.aspx?Id=319990>

Sohrabi M-R, Karimi HR, Malih N, Keramatinia AA. Mental Health Status of Medical Students in Tehran: A Cross Sectional Study. Soc Determinants Health [Internet]. 2015Dec.23 [cited 2022Jun.17];1(2):81-8. Available from: <https://journals.sbmu.ac.ir/sdh/article/view/10348>

Soleimanizadeh Laleh, Soleimanizadeh Farzaneh, Javadi Mostafa, Abaszadeh Abas. Association Between Mental Health And Educational Stressful Factors Among Students Of Razi Nursing And Midwifery School In Kerman. Iranian Journal Of Medical Education. 2011 [Cited 2022june17];11(3 (32)):200-209. Available From: <https://www.sid.ir/En/Journal/Viewpaper.aspx?Id=260430>

Tabrizizadeh, M., Yasini Ardakani, S., Rostamzade, P., Zare, M. The Mental Health Status of Students of Medicine and Dentistry A Study in Shahid Sadoughi University of Medical Sciences Yazd Iran. Strides in Development of Medical Education, 2013; 9(2): 153-161.

Tovar E, Simon MA. Academic proation as a dangerous opportunity: factors influencing diverse college student success. Community College Journal of Research and Practice. 2006; 30(7): 547-64. DOI: 10.1080/10668920500208237

Zehni K, Rokhzadi M Z. The relationship between healthy lifestyle and demographic characteristics of students at Kurdistan University of Medical Sciences in 2018. SJNMP. 2021; 7 (1) :80-95 URL: <http://sjnmp.muk.ac.ir/article-1-335-en.html>