

تعیین ارتباط بین سلامت روان و شیوه‌های مدارا در دانشجویان جدیدالورود

دکتر سید عبدالمجید بحرینیان^x، دکتر الهه محمد حسینی^{xx}

^x گروه روانشناسی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی
^{xx} گروه روانپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

چکیده

سابقه و هدف: سلامت روان از موضوعات بحث‌انگیز در روانپزشکی است. از جمله عوامل مرتبط با آن توانایی مدارای افراد با تغییرات و استرسها می‌باشد. این پژوهش با هدف بررسی سلامت روان و شیوه‌های مدارا در دانشجویان جدیدالورود (مهرماه ۸۳) دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی انجام پذیرفت.

روش بررسی: این پژوهش بر روی ۲۴۹ نفر از دانشجویان پنج دانشکده دندانپزشکی، پزشکی، پرستاری و مامایی، تغذیه و توانبخشی به شیوه مقطعی و با استفاده از پرسشنامه سلامت عمومی ۲۸ سؤالی (GHQ-28)، پرسشنامه مدارای بلینگز و موس و یک پرسشنامه اطلاعات دموگرافیک انجام و با شیوه‌های آماری کای دو و Student t-test تجزیه و تحلیل گردید.

یافته‌ها: در کل ۳۶/۱٪ از دانشجویان مورد مطالعه امتیاز بزرگتر یا مساوی نمره برش در GHQ (نمره ۲۳) را بدست آوردند که بین دو جنس تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد. افراد مشکوک به اختلالات روان‌پزشکی، بیش از بقیه از راهبرد مدارای جسمانی کردن و مهار هیجانی استفاده می‌نمودند ($p < 0/05$) و افراد با سلامت روان بیشتر، از توانایی حل مسأله و ارزیابی شناختی بیشتری برخوردار بودند ($p < 0/05$). از نظر جلب حمایت اجتماعی بین دو گروه با امتیاز GHQ کمتر از نمره برش (نمره ۲۳) و امتیاز بالاتر یا مساوی نمره برش تفاوت معنی‌داری بدست نیامد.

نتیجه‌گیری: افراد با سلامت روانی بیشتر از شیوه‌های مدارای فعال و مؤثرتری استفاده کرده، بیشتر اقدام به ارزیابی شناختی مشکلات و یافتن راه‌حل می‌نمایند. باتوجه به جدایی‌ناپذیری استرسها از روند زندگی و تحصیل، آموزش شیوه‌های مؤثر مدارا به دانشجویان خصوصاً در ابتدای دوران تحصیل می‌تواند مصونیت آنها را در برابر پریشانی روانی افزایش دهد.

واژگان کلیدی: سلامت روان، مدارا، پرسشنامه سلامت عمومی.

مقدمه

موضوع سلامت روان از موضوعات بحث‌برانگیز در روانپزشکی است. از جمله عوامل مرتبط با سلامت روان، توانایی مدارای افراد با تغییرات و استرسها می‌باشد که به نظر می‌رسد این دو رابطه‌ای دوجانبه با یکدیگر داشته باشند. یعنی برخورداری از توانایی انطباق و مدارای بهتر، در حفظ سلامت روان افراد

دخیل است و از طرفی برخورداری از سلامت روان، اتخاذ شیوه‌های انطباقی را در پی خواهد داشت (۱).

از جمله مهارت‌های مدارا (Coping) می‌توان به شیوه‌های مدارای مشکل‌مدار (Problem-focused) و مدارای هیجان‌مدار (Emotion-focused) اشاره کرد که در شیوه‌های مشکل‌مدار شخص می‌تواند به مسأله یا وضعیت خاصی که پیش آمده پردازد و به دنبال راهی باشد برای تغییر دادن وضعیت و اجتناب از آن در آینده. در شیوه هیجان‌مدار، شخص می‌تواند حواس خود را بر تسکین و تخفیف هیجانات همراه با موقعیت پرفشار متمرکز می‌کند، حتی اگر نتواند آن موقعیت پرفشار را

آدرس نویسنده مسئول: تهران، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، گروه روان‌شناسی،

دکتر عبدالمجید بحرینیان (email: sabahrainian@yahoo.com)

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۸۳/۸/۳

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۸۴/۶/۱۲

تغییر دهد. اکثر مردم در مواجهه با استرس از هر دو نوع مدارا استفاده می کنند (۱).

چهار نوع اساسی فرایند مدارا وجود دارد که عبارتند از (۲):

الف) مدارای روی آوری - شناختی (Cognitive-approach coping): تجزیه و تحلیل شناختی و ارزیابی مجدد مثبت، پذیرش مسئولیت و خویشتنداری.

ب) مدارای روی آوری - رفتاری (Behavioral-approach coping): شامل جستجوی راهنمایی و حمایت و به کارگیری عمل معینی متناسب از قبیل مدارای مبتنی بر حل مسأله در رویارویی مستقیم با یک رویداد و پیامد آن است.

ج) مدارای اجتنابی - شناختی (Cognitive-avoidance coping): شامل پاسخهایی که هدف آن انکار یا به حداقل رساندن جدیت یک بحران یا پیامدهای آنست.

د) مدارای اجتنابی - رفتاری (Behavioral-avoidance coping): شامل مشوقهای جایگزین است که در آن شخص سعی می کند درگیر فعالیتهای جدید شود و آنها را به عنوان جایگزین فقدانهای ناشی از بحرانا تعیین کند. افرادی که در موقعیتهای پرفشار از مدارای مشکل مدارا استفاده می کنند کمتر دچار افسردگی می شوند (۱).

در پژوهشی در سال ۹۳-۱۹۹۲ مشخص شد که دانشجویانی که از مکانیسمهای مدارای درگیر شدن یا روی آوردن (Engagement) استفاده می کنند از میزان افسردگی کمتری نسبت به گروهی که از مکانیسمهای اجتنابی استفاده می کنند برخوردارند (۳). در مطالعه ای دیده شد که شیوه های فعال مدارا (Active coping styles) دارای ارتباط منفی با پریشانی روانی بود (۴) و در بررسی دیگری مشخص شد که نمرات کسب شده در آزمونهای مشکل مدارا تحت تأثیر افسردگی و مدارای هیجان مدارا تحت تأثیر میزان اضطراب واقع می شوند ولی شیوه های مدارای اجتنابی بطور قابل توجهی از میزان اضطراب و افسردگی افراد متأثر نمی شوند (۵).

در بررسی دیگری در انگلستان دیده شد، افراد مشکوک به ابتلا به اختلالات روانپزشکی (براساس آزمون GHQ) از مکانیسمهای مدارای رفتاری - اجتنابی و انکار بیش از سایر افراد استفاده می کنند (۶).

نتایج تحقیقات موس و شافر (۱۹۹۳) بیانگر آن است که اکثر افرادی که بیشتر بر مدارای روی آوری متکی اند، در زندگی بهتر با عوامل استرس زا سازگار می شوند و نشانگان روان شناختی کمتری را تجربه می کنند (۲). نتایج مطالعه ای بر روی جانبازان قطع نخاعی در ایران نشان داد جانبازانی که کمترین میزان افسردگی را داشتند بطور معنی داری از روش

موثر مقابله ای متمرکز بر مسئله بویژه روشهای روی آوردن به مذهب، مقابله فعال، برنامه ریزی، جستجوی حمایت اجتماعی و تفسیر مثبت استفاده می کردند. همچنین جانبازانی که بالاترین میزان نشانه های افسردگی را داشتند کمتر از سایرین از حمایت اجتماعی برخوردار بودند و کشمکشهای میان فردی بیشتری را گزارش نمودند (۱۹).

این مطالعه با هدف بررسی سلامت روان و شیوه های مدارا و بررسی ارتباط بین این دو در دانشجویان جدیدالورود (مهرماه ۸۳) دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی انجام پذیرفت.

مواد و روشها

این مطالعه مقطعی بر روی ۲۴۹ نفر از دانشجویان جدیدالورود (مهرماه ۱۳۸۳) دانشکده دندانپزشکی، پزشکی، پرستاری و مامایی، تغذیه و توانبخشی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی شرکت کننده در کارگاههای آموزش ارتباط مؤثر به شیوه غیر تصادفی ساده انتخاب شدند.

محدوده سنی شرکت کنندگان ۱۸-۳۴ سال با متوسط سنی ۱۸/۹۷ سال بود. از مجموع ۲۴۹ شرکت کننده، ۱۶۲ نفر (۶۵/۱٪) در مقطع کارشناسی، ۸۵ نفر (۳۴/۱٪) در مقطع دکترای عمومی و ۲ نفر (۰/۸٪) در مقطع کارشناسی ارشد مشغول به تحصیل بودند. در مجموع ۱۹۸ نفر (۷۹/۵٪) شرکت کنندگان مؤنث و ۵۱ نفر (۲۰/۵٪) مذکر، ۲۴۶ نفر (۹۸/۸٪) مجرد و ۳ نفر (۱/۲٪) متأهل بودند.

شیوه جمع آوری اطلاعات به صورت پرسشنامه ای بود. پرسشنامه ها بدون ذکر نام و شامل یک پرسشنامه اطلاعات دموگرافیک، یک پرسشنامه سلامت عمومی ۲۸ سؤالی (GHQ-28) و پرسشنامه مدارای بلینگز و موس (Billings, Moos) بود. در پرسشنامه اطلاعات دموگرافیک راجع به سن، جنس، تأهل، مقطع تحصیلی، رشته تحصیلی، انگیزه اصلی انتخاب رشته، تعداد دفعات شرکت در کنکور، وضعیت رضایتمندی از رشته تحصیلی و سابقه مصرف مواد شامل: سیگار، الکل، حشیش و تریاک از دانشجویان سوال شده بود.

علاوه بر توضیحات کتبی، به صورت شفاهی در مورد نحوه پر کردن پرسشنامه ها توضیح داده شد و با توجه به بی نام بودن پرسشنامه ها در مورد مخفی ماندن و عدم پی گیری اطلاعات به شرکت کنندگان اطمینان داده شد.

پرسشنامه سلامت عمومی GHQ به بررسی وضعیت روانی فرد در یک ماهه اخیر می پردازد و شامل نشانه هایی مانند افکار و احساسات نابهنجار و جنبه هایی از رفتار قابل مشاهده می باشد.

دیگر نقش داشتند. ۱۶۹ نفر (۶۷/۹٪) بعد از یک نوبت شرکت در کنکور سراسری، ۷۸ نفر (۳۱/۳٪) بعد از ۲ نوبت و ۲ نفر (۰/۸٪) بعد از بیش از ۲ نوبت، وارد رشته موردنظر شده بودند. ۱۰۰ نفر (۷۹/۹٪) از رشته تحصیلی خود اظهار رضایت و ۵۰ نفر (۲۰/۱٪) اظهار نارضایتی کردند. از نظر نمره کسب شده در GHQ، از میان ۲۴۹ نفر، ۱۵۹ نفر (۶۳/۹٪) امتیاز کمتر از نمره برش (نمره ۲۳) را کسب نمودند و ۹۰ نفر (۳۶/۱٪) امتیاز بزرگتر یا مساوی ۲۳ که به تفکیک رشته تحصیلی در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱- امتیاز کسب شده در GHQ به تفکیک رشته

رشته تحصیلی	امتیاز کسب شده در GHQ	
	≥ ۲۳	< ۲۳
دندانپزشکی	۱۱ (۴۰/۷)	۱۶ (۵۹/۳)*
پرستاری و مامایی	۱۳ (۲۸/۹)	۳۲ (۷۱/۱)
تغذیه	۲۵ (۳۷/۹)	۴۱ (۶۲/۱)
پزشکی	۲۵ (۴۴/۶)	۳۱ (۵۵/۴)
توانبخشی	۱۶ (۲۹/۱)	۳۹ (۷۰/۹)
کل	۹۰ (۳۶/۱)	۱۵۹ (۶۳/۹)

* اعداد داخل پرانتز معرف درصد هستند

رابطه آماری معنی‌داری بین متغیرهای جنس، وضعیت تأهل، وضعیت رضایتمندی از رشته تحصیلی، عوامل مؤثر در انتخاب رشته تحصیلی با وضعیت سلامت روان افراد بدست نیامد (جدول ۲). ماده ترجیحی در هنگام مواجهه با استرسها، سیگار در ۲ نفر (۰/۸٪)، الکل در ۲ نفر (۰/۸٪) و تریاک و حشیش در هیچ‌یک گزارش شد. در ۲۴۵ نفر (۹۸/۴٪) هیچ ماده‌ای ترجیح داده نشد.

رابطه بین نمره GHQ و مقیاسهای ۵ گانه پرسشنامه مدارای بلینگز و موس در جدول شماره ۳ آورده شده است. از ۵ مقیاس مذکور، نمرات دو گروه تقسیم شده براساس نمره GHQ، در مقیاسهای بیان جسمی، مهار هیجانی و ارزیابی شناختی و توانایی حل مسأله از نظر آماری تفاوت معنی‌داری داشتند. ضمناً در این مطالعه مصرف سیگار، الکل، تریاک و حشیش بصورت فقط یک بار مصرف بترتیب توسط ۲۴ نفر (۹/۶٪)، ۱۲ نفر (۴/۸٪)، ۳ نفر (۱/۲٪) و ۱ نفر (۰/۴٪) از افراد گزارش شده بود و مصرف سیگار، الکل، تریاک و حشیش بصورت گاهی اوقات و بیش از یک نوبت بترتیب توسط ۸ نفر (۲/۲٪)، ۱۰ نفر (۱/۴٪)، ۱ نفر (۰/۴٪) و ۱ نفر (۰/۴٪) گزارش شده بود و مصرف مرتب هیچ یک از مواد بجز الکل (در یک مورد) گزارش نشده بود.

سوالها در چهار حوزه طرح شده است: افسردگی، اضطراب و احساس آشفتگی روانشناختی، رفتار قابل مشاهده عینی و اختلاف عملکرد اجتماعی، و جسمی‌سازی (۷).

در این مطالعه از پرسشنامه ۲۸ سؤالی سلامت عمومی (GHQ-28) هنجاریابی شده توسط پالانگ و یعقوبی در سال ۱۳۷۴ در انستیتو روانپزشکی تهران استفاده شد. همچنین از روش نمره‌گذاری لیکرت ساده (Simple Likert) که بصورت (۳-۲-۱-۰) می‌باشد، استفاده شد. متوسط حساسیت پرسشنامه GHQ-28 ۸۴٪ و متوسط ویژگی آن ۸۲٪ می‌باشد (۷).

مطالعات مختلف حاکی از پایایی بالای پرسشنامه (GHQ-28) است. ضریب پایایی بازآزمایی این پرسشنامه برابر با ۰/۵۵، ضریب پایایی بازآزمایی با خرده مقیاسهای آن بین ۰/۴۲ تا ۰/۴۷، ضریب آلفا برای کل مقیاس برابر ۰/۸۸ و برای خرده مقیاسها بین ۰/۶۶ تا ۰/۸۵ می‌باشد (۷). در این پژوهش افراد با نمره برابر یا بیشتر از نمره برش به عنوان موارد مشکوک به بیماری تلقی می‌شدند. نمره برش پرسشنامه GHQ-28 در پژوهش حاضر برای هر دو جنس ۲۳ می‌باشد.

پرسشنامه مدارای بلینگز و موس (۲): در این پژوهش همچنین از پرسشنامه ۳۲ ماده‌ای مدارای "بلینگز و موس" که توسط براهنی و موسوی (۱۳۷۱) به نقل از حسینی قدمگاهی (۱۳۷۶) هنجاریابی و توسط حسینی قدمگاهی تنظیم مجدد شده است استفاده گردید که ضریب پایایی آن ۰/۷۹ گزارش شده است. سوالات این پرسشنامه ۵ خرده مقیاس را در بر می‌گیرد: (۲)

الف) مدارای مبتنی بر بیان جسمی: $r = 0/905$

ب) مدارای مبتنی بر مهار هیجانی: $r = 0/651$

ج) مدارای مبتنی بر جلب حمایت اجتماعی: $r = 0/903$

د) مدارای مبتنی بر ارزیابی شناختی: $r = 0/688$

ه) مدارای مبتنی بر حل مسأله: $r = 0/903$

اطلاعات حاصل با نرم‌افزار SPSS (Version 11.0, USA) مورد تجزیه و تحلیل واقع شد. آزمون‌های آماری کای‌دو و Student t-test بکار گرفته شد. ارتباطی از نظر آماری معنی‌دار تلقی شد که دارای P.Value کمتر یا مساوی ۰/۰۵ باشد.

یافته‌ها

از مجموع ۲۴۹ پرسشنامه با پاسخ کامل، از نظر توزیع عامل اصلی مؤثر در انتخاب رشته تحصیلی در ۱۲۷ نفر (۵۱٪) علاقه شخصی، ۱۹ نفر (۷/۶٪) تمایل و اصرار خانواده، ۹۲ نفر (۳۶/۹٪) موقعیت اجتماعی رشته و در ۱۱ نفر (۴/۴٪) عوامل

جدول ۲- رابطه بین متغیرهای مختلف با نمره GHQ

امتیاز کسب شده در GHQ		متغیر	
≥ ۲۳	< ۲۳		
۳۸/۴۷۶	۶۱/۶۱۲۲*	مؤنث	جنس
۲۷/۵۱۴	۷۲/۵۳۷	مذکر	
۳۶/۱۹۰	۶۳/۹۱۵۹	کل	
۳۶/۲۸۹	۶۳/۸۱۵۷	مجرد	تأهل
۳۳/۳۱	۶۶/۷۲	متاهل	
۳۶/۱۹۰	۶۳/۹۱۵۹	کل	
۳۴/۳۵۸	۶۵/۷۱۱۱	یک بار	دفعات شرکت در کنکور
۳۹/۷۳۱	۶۰/۳۴۷	دوبار	
۵۰/۱	۵۰/۱	بیش از ۲ بار	
۳۶/۱۹۰	۶۳/۹۱۵۹	کل	رضایتمندی از رشته تحصیلی
۶۴/۷۵۹	۷۰/۴۱۴۰	راضی	
۴۴/۲۲	۵۶/۲۸	ناراضی	
۳۲/۵۸۱	۶۷/۵۱۶۸	کل	عامل مؤثر در انتخاب رشته تحصیلی
۳۳/۱۴۲	۶۶/۹۸۵	علاقه شخصی	
۵۷/۹۱۱	۴۲/۱۸	تمایل و اصرار خانواده	
۳۵/۹۳۳	۶۴/۱۵۹	موقعیت اجتماعی رشته	رشته تحصیلی
۳۶/۴۴	۶۳/۶۷	عوامل دیگر	
۳۶/۱۹۰	۶۳/۹۱۵۹	کل	

* اعداد داخل پرانتز معرف درصد هستند

کسب نمودند. اگرچه درصد دانشجویان مؤنثی که نمره بیشتر یا مساوی نمره برش را کسب کرده بودند بیش از دانشجویان مذکر بود، ولی این اختلاف از نظر آماری معنی دار نبود. ۳۶٪ افراد نمره GHQ بیشتر یا مساوی نمره برش داشتند که به مطالعه Guthrie و همکارانش در میان دانشجویان پزشکی سال یک در انگلستان بسیار نزدیک می باشد (۸). در دیگر مطالعات مشابه با استفاده از پرسشنامه GHQ در میان دانشجویان دانشکده های پزشکی آنتالیای ترکیه، کاتولیک شیلی و سنگاپور درصد افراد با نمره بالاتر از نمره برش به ترتیب ۴۷/۹٪، ۴۱٪ و ۵۷٪ بدست آمده است (۱۵-۱۳). شاید بالاتر بودن ارقام بدست آمده در اکثر این مطالعات نسبت به پژوهش حاضر بدین علت باشد که همه این مطالعات در میان دانشجویان پزشکی که از پراسترس ترین رشته های تحصیلی می باشد انجام شده است ولی جمعیت مورد مطالعه در پژوهش حاضر جمعیتی متشکل از دانشجویان رشته های مختلف تحصیلی علوم پزشکی بوده است. به علاوه، همه افراد این مطالعه جدیدالورود بوده و تحت شرایط استرس زای رشته های تحصیلی خود بطور کامل واقع نشده بودند.

علیرغم بالاتر بودن شیوع بسیاری از اختلالات روان پزشکی شایع مثل اختلالات افسردگی و اضطراب و شبه جسمی در زنان (۲)، تفاوت معنی داری بین دو جنس از لحاظ امتیاز GHQ بدست نیامد.

در مطالعه مشابهی که با استفاده از GHQ-28 در دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی و در میان دانشجویان ورودی سال ۱۳۷۷ انجام شد، درصد افراد با نمره GHQ بزرگتر یا مساوی نمره برش، ۳۰/۴٪ بوده است (۹). در مطالعه مشابهی با استفاده از GHQ که در مراکز خوابگاه های دانشجویی دخترانه و پسرانه شهید بهشتی انجام شده بود، رقم مزبور ۳۸٪ بدست آمد که اختلاف معنی داری بین دو جنس نی ز گزارش نشده بود (۱۰). حال آنکه در مطالعه مشابه دیگری که در میان دانشجویان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی بوشهر به عمل آمده است (۱۱)، از لحاظ جنس تفاوت آماری معنی داری وجود داشته است (۵۲/۴٪ در جنس مؤنث و ۳۲/۱٪ در جنس مذکر). در مطالعه ای که در سطح جمعیت عمومی کشور در سال ۱۳۷۸ انجام شد (۱۶)، درصد افراد با نمره GHQ بالاتر یا مساوی نمره برش، ۲۱٪ گزارش شد که کمتر از مطالعه حاضر است، همچنین تفاوت معنی داری بین دو جنس دیده شد (۱۴/۹٪ در مذکر و ۲۵/۹٪ در مؤنث). بالاتر بودن رقم مزبور در پژوهش حاضر شاید به این علت باشد که مطالعه در

جدول ۳- رابطه بین نمره GHQ و امتیازات کسب شده در

مقیاس های پرسشنامه مدارا

مقیاس های پرسشنامه مدارا	امتیاز GHQ	تعداد	می انگی ن ± انحراف معیار	p-value
بیان جسمی	< ۲۳	۱۶۸	۳/۴۲ ± ۲/۵	۰/۰۰۰۱
	≥ ۲۳	۸۱	۴/۸۱ ± ۲/۹	
مهار هیجانی	< ۲۳	۱۶۸	۱۳/۱۴ ± ۲/۹	۰/۰۰۰۱
	≥ ۲۳	۸۱	۱۴/۷۴ ± ۳/۸	
جلب حمایت اجتماعی	< ۲۳	۱۶۸	۴/۲۲ ± ۱/۸	NS
	≥ ۲۳	۸۱	۴/۱۶ ± ۲/۲	
ارزیابی شناختی	< ۲۳	۱۶۸	۸/۷۰ ± ۲/۵	۰/۰۰۸
	≥ ۲۳	۸۱	۷/۸۱ ± ۲/۵	
توانایی حل مساله	< ۲۳	۱۶۸	۵/۶۲ ± ۱/۷	۰/۰۲
	≥ ۲۳	۸۱	۵/۱۳ ± ۱/۳	

بحث

از ۲۴۹ شرکت کننده در این پژوهش، ۹۰ نفر (۳۶/۱٪) امتیاز بالاتر یا مساوی نمره برش (نمره ۲۳) را در پرسشنامه GHQ

جمعیت محدودی انجام شده که همگی در سال اول رشته تحصیلی بوده‌اند و تحت یک شرایط خاص استرس‌زا و تغییر عمده در زندگی یعنی ورود به دانشگاه قرار داشته‌اند. دلیل دیگر شاید ناشی از تغییر شیوه‌های محاسبه امتیازات GHQ باشد که در مطالعه کشوری از شیوه امتیازدهی سنتی (۱-۱-۰-۰) و در این مطالعه از شیوه لیکرت ساده (۳-۲-۱-۰) استفاده شده است.

در این پژوهش بین نمره GHQ و رشته‌های مختلف تحصیلی اختلاف معنی‌داری بدست نیامد که احتمالاً ناشی از جدیدالورود بودن دانشجویان مورد مطالعه است. هماهنگ با نتایج مطالعات قبلی (۳، ۴، ۵، ۱۲)، افرادی که از سلامت روان بیشتری برخوردار بودند از شیوه‌های مدارای فعال و مؤثرتری استفاده می‌نمودند. نکات دیگر استخراج شده از پژوهش حاضر عبارتند از:

۱- افرادی که از سلامت روان بیشتری برخوردارند از مهارت ارزیابی شناختی بیشتری نیز برخوردار می‌باشند. در توجیه این یافته می‌توان به این نکته اشاره کرد که اختلالات شناختی قابل توجهی ممکن است در مواجهه با عوامل جدی فشار، گری‌بانگر افراد شود که در آن شرایط افراد به راحتی نمی‌توانند تمرکز کنند و افکارشان را به طور منطقی سازمان دهند و ممکن است به آسانی حواسشان پرت شود و برانگیختگی هیجانی زیاد می‌تواند مخل فرآیند پردازش اطلاعات در ذهن شود، بنابراین در مواجهه با یک عامل فشار، هر چه فرد بیشتر مضطرب، خشمگین یا افسرده باشد احتمال بیشتری می‌رود که دچار اختلال شناختی گردد (۱) که به تبع قادر به ارزیابی دقیق شناختی از وضعیتی موجود نخواهد بود.

۲- افرادی که از سلامت روان کمتری برخوردارند از مهارت هیجانی بیشتری در برخوردار با استرسها استفاده می‌کنند. این یافته احتمالاً به علت این است که افرادی که از سلامت روانی کمتری برخوردارند در برخورد با مشکلات دچار تحریک و برانگیختگی بیشتری می‌شوند و چون طبق موارد ۴ و ۱ همین پژوهش به خوبی قادر به ارزیابی شناختی و یافتن راه حل مفید برای مشکلات نیستند، واکنشهای هیجانی بیشتری در برابر استرسها از خود نشان می‌دهند.

۳- افرادی که از سلامت روانی کمتری برخوردارند از راهبردهای مدارای جسمانی کردن بیشتر استفاده می‌نمایند. علت این یافته شاید این مهم باشد که انطباق با حضور مستمر یک عامل فشار ممکن است امکانات بدن را کاهش دهد و اشخاص را مستعد بیماری کند (۱).

۴- افرادی که از سلامت روانی بیشتری برخوردارند از مهارت حل مسأله بیشتری نیز برخوردارند. در واقع افرادی که پریشانی روانی و به ویژه افسردگی کمتری دارند، راحت‌تر می‌توانند از مدارای مشکل‌مدارانه یا حل مسأله استفاده کنند (۱)، از طرفی به نظر می‌رسد ارزیابی شناختی از ملزومات حل مسأله می‌باشد و بهتر بودن ارزیابی شناختی در افراد با سلامت روان بیشتر، توجیه دیگری برای این نتیجه است.

۵- بین توانایی جلب حمایت اجتماعی و سلامت روان افراد مورد مطالعه ارتباطی وجود نداشت.

در توجیه این یافته شاید بتوان گفت باتوجه به اینکه تمامی افراد مورد مطالعه، از یک جمعیت محدود دانشجویی و با شرایط یکسان از لحاظ طول مدت تحصیل انتخاب شده بودند، از نظر تواناییهای جلب حمایت اجتماعی و برخورداری از شبکه روابط اجتماعی تفاوت چندانی با یکدیگر نداشته باشند.

۶- در مقایسه با تعدادی از مطالعات مشابه که در جوامع غربی انجام شده است، میزان مصرف مواد توسط دانشجویان مورد مطالعه در پژوهش حاضر به طرز قابل توجهی پائینتر گزارش شده است. بطور مثال، در مطالعه‌ای در میان دانشجویان دانشگاه نیوکاسل انگلستان در سال ۱۹۹۴، ۲۵/۵٪ مصرف بیش از حد مجاز الکل و ۴۹/۲٪ مصرف حشیش را گزارش کرده بودند (۱۷). در مطالعه‌ای روی دانشجویان پزشکی آمریکا، میزان مصرف الکل ۸۰٪ گزارش شده بود (۱۸). احتمال می‌رود پائینتر بودن رقم مزبور در مطالعه حاضر ناشی از دلایل ذیل باشد: تفاوت الگوی مصرف مواد در جوامع غربی در مقایسه با کشور ما، وجود معذوریت‌های قانونی و اخلاقی حاکم بر جامعه و از طرفی جدیدالورود بودن دانشجویان در تحقیق حاضر که فرصت تأثیرپذیری از دانشگاه و خوابگاههای دانشجویی به عنوان یکی از مراکز آشنایی افراد با مواد، را به آنها نداده است.

۷- عدم ارتباط معنی‌دار بین مؤلفه‌های رضایت از رشته تحصیلی، تعداد دفعات شرکت در کنکور و وضعیت تأهل از دیگر یافته‌های این پژوهش است. در مورد رضایت از رشته تحصیلی شاید جدیدالورود بودن افراد و عدم درگیری کامل با مشکلات رشته‌های مزبور در این نتیجه مؤثر بوده است. در مورد وضعیت تأهل نیز کم بودن تعداد افراد متأهل، ۳ نفر (۱/۲٪) از اعتبار این یافته می‌کاهد.

۸- نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که سلامت روانی حدود ۳۰٪ از دانشجویان مورد مطالعه، در معرض خطر است. این در حالیست که آنها تازه در ابتدای دوران تحصیل خود قرار دارند و طبق بعضی از مطالعات قبلی (۴، ۶، ۱۳) انتظار می‌رود این آمار در طی دوران تحصیل روند رو به رشدی داشته باشد

- مطالعات پیگیری در ابتدای هر سال تحصیلی، در تمام طول دوران تحصیل انجام شود.
- برنامه‌های آموزشی برخورد با استرسها و کسب مهارت‌های مؤثر مدارا به صورت جدی در برنامه‌های آموزشی دانشجویان به خصوص در ابتدای دوران تحصیل گنجانده شود.

تشکر و قدردانی

نگارندگان مقاله بدین وسیله از زحمات خانمها شهناز نظرعلی، شهلا میلانی، نسرين رضایی، سعیده امرللهی‌فر، صغری خوبی و مینا معینی‌پور که در مرکز مشاوره دانشگاه، در جمع‌آوری اطلاعات همکاری چشمگیری داشتند، تشکر و قدردانی می‌نمایند.

(بخصوص در رشته‌های پرستاری مثل پزشکی). این یافته بیانگر اهمیت انجام مطالعات عمیق و ریشه‌ای در مورد وضعیت سلامت روان این دانشجویان می‌باشد. با توجه به ارتباط سلامت روان دانشجویان با مکانیسم مدارای آنها، اهمیت آموزش مهارت‌های مؤثر مدارا با استرسها که از امور آموختنی است، بیش از پیش آشکار می‌گردد. محدودیت‌های این پژوهش عبارتند از: الف) محدودیت‌های خاص مطالعات پرسشنامه‌ای، ب) عدم انتخاب نمونه‌ها به شیوه تصادفی و در نتیجه احتمال سوگیری، ج) عدم تأیید تشخیص افراد مشکوک با استفاده از پرسشنامه GHQ توسط یک مصاحبه تکمیلی روانپزشکی. پیشنهاد می‌شود:

- طی مطالعه دیگری با استفاده از مصاحبه تکمیلی روانپزشکی، افراد مشکوک غربال شده و بررسی شوند.
- کلیه دانشجویان در ابتدای دوران تحصیل از نظر سلامت روان غربالگری شده، خدمات مشاوره‌ای و درمانی در اختیار موارد علامت‌دار قرار گیرد.

REFERENCES

۱. رفیعی محسن، سمیعی مرسته، ارجمند محسن. در ترجمه زمینه روانشناسی هیلگارد، اتکینسون، بزم، هکسما، اتکینسون (مولفین). ویرایش دوازدهم. تهران: انتشارات ارجمند، ۱۳۸۲، جلد دو، صفحات ۱۴۵-۱۴۳ و ۱۳۶-۱۳۳.
۲. بی‌رشک بهروز. مقالیه‌های مقابله دانشجویان با توانمندی «من» بالا و پایینی، در مواجهه با استرس و ناکامی در دانشگاه علوم پزشکی ایران. پایان نامه کارشناسی ارشد در رشته روان شناسی بالینی، تهران: انستیتو روان پزشکی تهران. دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران. سال ۱۳۸۱.
3. Mosley TH, Perin SG, Neral SM. Stress, coping and well-being among third year medical students. Acad Med 1994;69(9):765-67.
4. Stewart SM, Beston C, Marshall I. Vulnerability in medical students. Med Educ 1995;29(2):119-27.
5. Uehara T, Sakadok J, Sato T, et al. Coping measurement and the state effect of depression and anxiety in psychiatric outpatients. Psychopathology 2002;35(1):48-51.
6. Mofat K, McConnachie A, Ross S. First year medical student stress and coping in a problem-based learning medical Curriculum. Med Educ 2004;38:482-91.
۷. یعقوبی نوراله. بررسی همه‌گیرشناسی اختلالات روانی در مناطق شهری و روستایی صومعه سرا. گیلان. پایان نامه کارشناسی ارشد در رشته روان شناسی بالینی، تهران: انستیتو روان پزشکی تهران، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران، ۱۳۷۴.
8. Guthrie EA, Black D, Shaw CM, et al. Embarking upon a medical: Psychological morbidity in first year medical students. Med Educ 1995;29:337-41.
۹. بحری‌نیان سید عبدالمجید. بررسی شیوع دانشجویان مشکوک به عدم سلامت روانی در دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی ورودی سال تحصیلی ۷۷-۷۸. پژوهنده، ۱۳۸۰؛ سال ۶، شماره ۲، صفحات ۱۹۵ تا ۲۰۲.
۱۰. بحری‌نیان سید عبدالمجید، قاسمی برومند محمد. بررسی بهداشت روانی دانشجویان مقیم در مجتمع خوابگاه دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در سال ۱۳۷۹. طب و ترکی، ۱۳۸۰؛ شماره ۴۳، صفحات ۶۵ تا ۷۵.
۱۱. محمد حسینی الهه. بررسی سلامت روحی - روانی دانشجویان پزشکی بوشهر و شیراز با استفاده از پرسشنامه سلامت عمومی (GHQ). پایان نامه دکترای عمومی، بوشهر. دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی بوشهر، ۱۳۸۱.

12. Lambert VA, Lambert CE. Workplace stressors, ways of coping and demographic characteristics as predictors of physical and mental health of Japanese hospital nurses. *Int J Nurs Stud* 2004;41(1):85-97.
13. Mehmet A, Karaman T, Yigiter Senol Y, et al. Anxiety, depression and stressful life events among medical students: a prospective study in Antalya, Turkey. *Med Educ* 2001;35:12-17.
14. Benitez C, Quintero J, Torres R. Prevalence of risk for mental disorders among undergraduate medical students at the Medical school of the catholic university of Chile. *Rev Med Chil* 2001;129(2):173-78.
15. Ko SM, Kua EH, Fones CS. Stress and the undergraduates. *Singapore Med J* 1999;40(10):627-30.
۱۶. نوربالا احمد علی، محمد کاظم، باقری یزدی سید عباس، یاسمی محمدتقی. نگاهی بر سی‌های سلامت روان در ایران. ناشر: مولف، ۱۳۸۰، صفحه ۸۳.
17. Ashton CH, Kamali F. Personality, life styles, alcohol and drug consumption in a sample of British medical students. *Med Educ* 1995;29(3):187-92.
18. Tragay S. Well being in an academic environment. *Med Educ* 2004;38:465-78.
۱۹. ابراهیمی امرالله، بوالهیری جعفر، فضیله ذولفقاری. بررسی رابطه شیوه‌های مقابله با استرس و حمایت اجتماعی با میزان افسردگی جانبازان قطع نخاعی. اندیشه و رفتار، ۱۳۸۱؛ شماره ۲، پای‌ی‌ز، صفحات ۴۰ تا ۴۸.