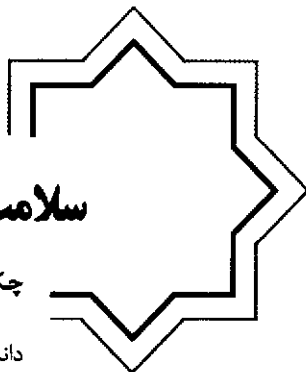


# بررسی وضعیت سلامت روانی دانشجویان جوان تلامدار



## چکیده

هدف از پژوهش حاضر، بررسی وضعیت سلامت روانی دانشجویان جوان تلامدار بوده است. بدین منظور تعداد ۱۰۰ نفر از دانشجویان جوان (با میانگین سنی ۲۳ سال) مراکز آموزش ضمن خدمت فرهنگیان و دانشگاه آزاد اسلامی شهرستان بیرجند که در کنار تحصیل، در شغلی متناسب با رشته تحصیلی خویش مشغول به کار بودند، انتخاب شدند و مورد مطالعه قرار گرفتند. برای تعیین وضعیت سلامت روانی دانشجویان از پرسشنامه سلامت عمومی (گلدبرگ و هیلر، ۱۹۷۹) که از روایی و پایایی مطلوبی برخوردار است، استفاده شد و طی آن وضعیت روانی افراد در چهار مؤلفه نشانه‌های جسمانی، اضطراب، اختلال در کارکرد اجتماعی و افسردگی بررسی شد. همچنین اطلاعات به دست آمده، با استفاده از روش‌های آماری توصیفی و آزمون t مستقل مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتیجه آنکه می‌توان گفت دانشجویان تلامدار از میزان سلامت روانی بسیار مطلوبی برخوردارند و به لحاظ سلامت روانی و مؤلفه‌های آن، تنها در مؤلفه نشانه‌های جسمانی در میان دانشجویان دختر و پسر تفاوت معنادار وجود دارد.

واژگان کلیدی: سلامت روانی، جوانان، اشتغال

## \* محمدباقر کجیاف

استادیار دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی  
دانشگاه اصفهان

\*\*

## امیر قمرانی

دانشجوی دکتری روانشناسی دانشگاه اصفهان

## سمانه سادات جعفرطباطبائی

کارشناس ارشد آموزش کودکان استثنایی

\* m.b.kaj@edu.ui.ac.ir

\*\* aghamarani@yahoo.com

## مقدمه:

تلاشمداری (Effort / To Use Effort) از جمله روحیات مثبتی است که در زمره مقولات انگیزشی قرار داشته و باعث افزایش عملکرد فرد می‌شود (Yeo & Neal, 2004:231-247). برای مثال، مشخص شده است که دانش آموزان تلاشمدار در قیاس با دانش آموزان عادی، از پیشرفت تحصیلی بالاتری برخوردارند (Trautwein & Ludtke, 2007:432-444).

روانشناسان معتقدند که یکی از بسترهای نمود و تبلور تلاشمداری، کار و اشتغال (Job / Occupation) است. باید پذیرفت که هدف افراد از کار، تنها کسب درآمد نیست، بلکه معنا بخشیدن و تحقق استعدادها و خویشتن نیز در این فرایند مد نظر است. (بیرشک و همکاران، ۱۳۷۵: ۱۵-۴). کار و اشتغال ضمن اینکه نیازها و انگیزه‌های درونی فرد را ارضا می‌کند، در شکل بخشیدن به هویت وی نیز مؤثر است. (گزارش ویژه مجله تدبیر، ۱۳۷۲: ۴۳-۴۰). البته هر نوع کار و حرفه‌ای را نمی‌توان معرف تلاشمداری افراد دانست؛ به عنوان مثال، افرادی که به مشاغل کاذب و غیر قانونی روی می‌آورند، لزوماً از ویژگی‌های افراد تلاشمدار برخوردار نیستند، چنین افرادی فاقد رضایت شغلی واقعی خواهند بود و به مرور زمان انگیزه‌های تلاشمداری خویش را از دست داده و دلسرد می‌شوند. (احمدی، ۱۳۷۱). به عبارت دیگر هنگامی یک شغل و حرفه بیانگر انگیزه‌های تلاشمداری افراد خواهد بود که متناسب با استعدادها و علائق افراد بوده، جنبه تولیدی داشته و برای انجام آن مقداری مهارت و ابتکار لازم باشد. (سیف‌الهی، ۱۳۷۸: ۳۸-۳۲).

نگاهی به تحقیقات بیشماری که امروزه درباره اشتغال و تلاشمداری صورت می‌گیرد، نشان‌دهنده پهنه وسیعی از زمینه‌های مختلفی است که تلاشمداری و اشتغال در آنها مؤثر است. شغل و حرفه آدمی چیزی است که با تمام جوانب رشد او در رابطه است؛ عوامل فکری، جسمی، اجتماعی و عاطفی ضمن اینکه بر نوع کار افراد تأثیر می‌گذارند به صورت مستقیم از آن متأثر نیز می‌شوند. (لطف‌آبادی، ۱۳۸۱). یکی دیگر از زمینه‌هایی که بسیار متأثر از تلاشمداری و اشتغال افراد می‌باشد، حوزه بهداشت و سلامت روانی است.

سازمان بهداشت جهانی (WHO) بهداشت روانی را این طور تعریف می‌کند:

«بهداشت روانی در درون مفهوم کلی بهداشت جای می‌گیرد و بهداشت یعنی توانایی کامل برای ایفای نقش‌های اجتماعی، روانی و جسمی» (گنجی، ۱۳۷۶). از نظر آدلر، فردی دارای سلامت روان است که روابط خانوادگی صمیمی و مطلوبی دارد و جایگاه خودش را در خانواده و اجتماع به درستی می‌شناسد. همچنین فرد سالم در زندگی هدفمند و غایت‌مدار است و اعمال او مبتنی بر تلاش و تعقیب این اهداف است. (کوپر و پروین، ۱۹۹۸، به نقل از حسنی و رحمانیان، ۱۳۸۲). بهداشت روانی و بهزیستی، تمام زوایای زندگی از محیط خانواده گرفته تا مدرسه، دانشگاه، محیط کار و نظایر آنها را در بر می‌گیرد و در این میان، مؤلفه اخیر یعنی کار و تلاش نقش مهمی در تأمین بهداشت روانی

افراد دارد. تلاش‌های شغلی جوانان، داشتن محیط کاری مطلوب، ادامه یافتن کار و علائق جوانان به کار، از جمله ملاک‌هایی هستند که در ایجاد تعادل و سلامت روان جوانان نقش دارند. (میلانی فر، ۱۳۷۴). افزون بر موارد فوق، یافته‌های پژوهشی در داخل کشور نیز دلالت بر رابطه مثبت اشتغال و تلامذاری با بهداشت روانی افراد دارند؛ به عنوان مثال، نوربالا و همکاران (۱۳۸۰) در تحقیقی که به منظور بررسی سلامت روان افراد بالای ۱۵ سال انجام دادند، دریافتند که میزان شیوع اختلالات روانی در افراد بیکار بیش از سایر گروه‌هاست. ساعتچی (۱۳۸۰) نیز در تحقیق خود به نیابجی مشابه یافته‌های فوق دست یافت. وی به منظور بررسی همه‌گیرشناسی پریشانی‌ها و اختلالات روانی و رفتاری، تعداد ۱۶۰۰ آزمودنی بالای ۱۵ سال را مورد مطالعه قرار داد. نتایج وی نشانگر آن بود که افراد شاغل و متأهل در مقایسه با افراد بیکار و مجرد از میزان اضطراب و افسردگی کمتری برخوردارند.

با توجه به موارد مطرح شده در فوق، اهمیت و ضرورت تلامذاری و اشتغال در تأمین سلامت روانی بیش از پیش آشکار می‌گردد. بر این اساس، در پژوهش حاضر با هدف بررسی وضعیت سلامت روانی دانشجویان جوان تلامذار پرسش‌های زیر مورد بررسی قرار گرفتند:

۱. وضعیت سلامت روانی دانشجویان تلامذار پسر چگونه است؟
۲. وضعیت سلامت روانی دانشجویان تلامذار دختر چگونه است؟
۳. آیا بین دانشجویان تلامذار دختر و پسر در سلامت روانی کلی تفاوت وجود دارد؟
۴. آیا بین دانشجویان تلامذار دختر و پسر در مؤلفه‌های سلامت روانی (شامل اضطراب، افسردگی، نشانه‌های جسمانی و اختلال در کارکرد اجتماعی) تفاوت وجود دارد؟

## روش:

**جامعه:** جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی و مراکز آموزش ضمن خدمت فرهنگیان شهرستان بیرجند در سال تحصیلی ۱۳۸۵-۱۳۸۴ است.

**نمونه:** نمونه شامل ۱۰۰ دانشجوی تلامذار جوان (با میانگین سنی ۲۳ سال) است. منظور از دانشجویان تلامذار آن دسته از دانشجویانی بودند که علاوه بر تحصیل، در شغلی متناسب با رشته تحصیلی خویش به کار مشغول بودند که از این تعداد نیمی از آنها پسر (۵۰ نفر) و نیمی دختر (۵۰ نفر) بودند.

**روش نمونه‌گیری:** روش نمونه‌گیری در این پژوهش تصادفی ساده می‌باشد.

**طرح تحقیق:** طرح تحقیق این پژوهش توصیفی از نوع پیمایشی است. در تحقیقاتی از این نوع، هدف محقق تنها توصیف کردن شرایط یا پدیده‌های مورد بررسی است و هیچگونه دستکاری متغیرها توسط وی صورت نمی‌پذیرد. (سرمد و همکاران، ۱۳۷۸).

**ابزار پژوهش:** در تحقیق حاضر از پرسشنامه سلامت عمومی (GHQ) - فرم ۲۸ سؤالی - استفاده شد. این پرسشنامه توسط گلدبرگ و هیلر (۱۹۷۹)، طراحی شده است. این پرسشنامه تاکنون به ۲۸ زبان مختلف ترجمه شده و تحقیقات مختلفی توسط آن در ۷۰ کشور به انجام رسیده است. (گلدبرگ، ۱۹۹۷، به نقل از تقوی، ۱۳۸۰). در ایران نیز این پرسشنامه در تحقیقات بیشماری به

عنوان ابزار اصلی سنجش سلامت روانی افراد بکار رفته است - به عنوان مثال، یعقوبی و همکاران، ۱۳۷۴، هاشم‌زاده و همکاران، ۱۳۷۸، کلافی و همکاران، ۱۳۷۸، عکاشه، ۱۳۷۹، نوربالا و همکاران، ۱۳۸۰، ساعتچی، ۱۳۸۰، تقوی، ۱۳۸۰، غضنفری، ۱۳۸۱. پرسشنامه سلامت عمومی از ۴ خرده‌آزمون تشکیل شده که هر کدام از آنها دارای ۷ سؤال است. سؤال‌های هر خرده‌آزمون به ترتیب پشت سر هم آمده است؛ به نحوی که از سؤال ۱ تا ۷ مربوط به خرده‌آزمون نشانه‌های جسمانی، از سؤال ۸ تا ۱۴ مربوط به خرده‌آزمون اضطراب، از سؤال ۱۵ تا ۲۱ مربوط به خرده‌آزمون اختلال در کارکرد اجتماعی و از سؤال ۲۲ تا ۲۸ مربوط به خرده‌آزمون افسردگی می‌باشد. شیوه نمره‌گذاری بر اساس مقیاس ۴ درجه‌ای لیکرت به صورت (۰، ۱، ۲، ۳) است و در نتیجه نمره هر فرد در هر خرده‌آزمون از صفر تا ۲۱ و نمره کل وی نیز از صفر تا ۸۴ متغیر خواهد بود. در این پرسشنامه نمره کمتر بیانگر بهداشت روانی بهتر است.

### نتایج:

برای بررسی سؤال ۱ تحقیق حاضر از آماره‌های توصیفی (میانگین و انحراف معیار) استفاده شد که نتایج آن در جدول ۱ آمده است.

جدول ۱: آماره‌های توصیفی سلامت روانی دانشجویان تلاشمدار پسر

انحراف استاندارد	میانگین	شاخص‌های آماری
		متغیرها
۳/۶۴	۴/۸۶	نشانه‌های جسمانی
۴/۳۹	۶/۰۲	اضطراب
۲/۴۳	۶/۹۶	اختلال در عملکرد اجتماعی
۲/۶۱	۱/۸۸	افسردگی
۱۰/۵۶	۲۰/۹۴	سلامت روانی کلی

با ملاحظه جدول مشخص می‌شود که در دانشجویان تلاشمدار پسر افسردگی در پایین‌ترین سطح ممکن قرار دارد و اختلال در عملکرد اجتماعی نسبت به سایر متغیرها میانگین بالاتری را به خود اختصاص داده است.

برای بررسی سؤال ۲ تحقیق حاضر نیز از آماره‌های توصیفی استفاده شد که نتایج در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲: آماره‌های توصیفی سلامت روانی دانشجویان تلاشمدار دختر

متغیرها	شاخص‌های آماری	
	میانگین	انحراف استاندارد
نشانه‌های جسمانی	۶/۶۴	۳/۲۰
اضطراب	۶/۶۲	۴/۰۶
اختلال در عملکرد اجتماعی	۷/۳۶	۲/۲۹
افسردگی	۲/۵۲	۳/۵۷
سلامت روانی کلی	۲۴/۴۶	۹/۷۹

داده‌های جدول ۲ نشان می‌دهد که در بین دختران تلاشمدار به ترتیب اختلال در عملکرد اجتماعی و افسردگی، بیشترین و کمترین میزان را به خود اختصاص داده‌اند.

برای بررسی مقایسه وضعیت سلامت روانی کلی در دو گروه دختران و پسران تلاشمدار (سؤال ۳ تحقیق) از آزمون t برای گروه‌های مستقل استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ آمده است.

جدول ۳: آزمون t مستقل برای بررسی سلامت روانی کلی در گروه دختران و پسران تلاشمدار

گروه	تعداد	میانگین	انحراف معیار	درجه آزادی	ارزش t به دست آمده	سطح معنی‌داری
دختران تلاشمدار	۵۰	۲۴/۴۶	۹/۷۹	۹۸	-۱/۷۲	NS
پسران تلاشمدار	۵۰	۲۰/۹۴	۱۰/۵۶			

همان‌طور که در جدول ۳ ملاحظه می‌شود میانگین نمره دو گروه بسیار به هم نزدیک است؛ به طوری که اجرای آزمون t تفاوت معنی‌داری میان دو گروه به لحاظ سلامت روانی کلی نشان نمی‌دهد.

برای بررسی مؤلفه‌های بهداشت روانی در دو گروه دختران و پسران تلاشمدار نیز از آزمون t برای گروه‌های مستقل استفاده شد که نتایج آن به شرح جدول ۴ می‌باشد.

جدول ۴: آزمون T مستقل برای بررسی مؤلفه‌های بهداشت روانی در گروه دختران و پسران تلاشمदार

شاخص‌ها / مؤلفه‌ها	گروه‌ها	میانگین	انحراف استاندارد	درجه آزادی	ارزش t به دست آمده	سطح معنی داری
نشانه‌های جسمانی	دختران تلاشمदार	۶/۶۴	۳/۲۰	۹۸	-۲/۵۹	۰/۰۱
	پسران تلاشمदार	۴/۸۶	۳/۶۴			
اضطراب	دختران تلاشمदार	۶/۶۲	۴/۰۶	۹۸	-۰/۷۰	NS
	پسران تلاشمदार	۶/۰۲	۴/۳۹			
اختلال در عملکرد اجتماعی	دختران تلاشمदार	۷/۳۶	۲/۲۹	۹۸	-۰/۸۴	NS
	پسران تلاشمदार	۶/۹۶	۲/۴۳			
افسردگی	دختران تلاشمदार	۲/۵۲	۳/۵۷	۹۸	-۱/۰۲	NS
	پسران تلاشمदार	۱/۸۸	۲/۶۱			

نتایج جدول ۴ گویای آن است که دو گروه دختران تلاشمदार و پسران تلاشمदार تنها در مؤلفه نشانه‌های جسمانی با همدیگر تفاوت معنی‌دار دارند و در سایر مؤلفه‌ها شامل اضطراب، اختلال در عملکرد اجتماعی و افسردگی هیچ گونه تفاوت معنی‌داری بین دو گروه پسران و دختران دیده نمی‌شود.

### بحث و نتیجه‌گیری:

هدف از پژوهش حاضر بررسی وضعیت روانی دانشجویان جوان تلاشمदार بود؛ بدین صورت که تأثیر انگیزه‌ها و روحیات تلاشمداری و اشتغال جوانان بر سلامت روانی آنها مورد توجه قرار گرفت. نتایج به دست آمده حاکی از آن است که به طور کلی در جوانان تلاشمदार وضعیت روانی و مؤلفه‌های آن در سطح بسیار مطلوبی قرار دارد. این ادعا با مرور نتایج تحقیق و مقایسه آن با سایر تحقیقات که به بررسی وضعیت روانی سایر گروه‌های جامعه پرداخته‌اند اثبات می‌شود. به عنوان مثال، در تحقیقی که توسط حسنی و رحمانیان (۱۳۸۲) بر روی تعدادی از دختران فراری انجام شد، مشخص گردید که میانگین نمرات دختران فراری در مؤلفه‌های نشانه‌های جسمانی، اضطراب، اختلال در عملکرد اجتماعی و افسردگی به ترتیب ۹/۱۶، ۱۰/۰۰، ۸/۴۰ و ۱۵/۰۰ می‌باشد. مقایسه این مقادیر با میانگین

نمرات دانشجویان تلاشمدار پسر و دختر در تحقیق حاضر، گویای تفاوت فاحش این دو گروه به نفع دانشجویان تلاشمدار است. افزون بر این، نتایج تحقیق حاضر با نتایج تحقیقات نوربالا و همکاران (۱۳۸۰) و ساعتچی (۱۳۸۰)، همسو می‌باشد. این محققین نیز در تحقیقات خود نشان دادند که وضعیت روانی افراد شاغل در مقایسه با سایر گروه‌های جامعه در سطح مطلوب‌تری قرار دارد.

به طور خلاصه می‌توان گفت که تلاشمداری و اشتغال جوانان در حرفه‌های متناسب با سطح تحصیلات، علائق و مهارت‌های آنان، بر وضعیت بهداشت روانی آنها اثر مثبت می‌گذارد.

### پیشنهادها:

۱. از آنجا که یکی از عوامل اساسی در انتقال به دوره بزرگسالی، روحیات تلاشمداران و توانایی جوانان برای قبول مسئولیت‌های شغلی و ورود به بازار کار است، توصیه می‌شود که بسترهای لازم برای بروز این روحیات و توانایی‌ها برای جوانان آماده گردد.
۲. در زمینه اشتغال جوانان، تأمین شغل مناسب و راهنمایی جوانان به مشاغلی که متناسب با استعدادها و علائق آنان باشد از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است.
۳. به منظور ایجاد روحیات تلاشمداری در نوجوانان و جوانان توجه به کارآموزی و آموزش فنون مورد نیاز برای انجام حرفه‌های مشخص در حین دوران تحصیل ضرورت دارد.
۴. ایجاد و گسترش مراکز خدمات اشتغال تحت نظر سازمان‌های متولی نظیر وزارت کار و امور اجتماعی موجب شناسایی زمینه‌های ایجاد کار و برنامه‌ریزی برای فرصت‌های شغلی مناسب خواهد شد.
۵. ایجاد مراکز مشاوره شغلی و حرفه‌ای زیر نظر متخصصان روانشناسی و مشاوره شغلی گامی مهم در جهت سوق دادن انگیزه‌ها و روحیات تلاشمداری جوانان به بسترهای مناسب خواهد بود.

## منابع فارسی:

۱. احمدی، سید احمد (۱۳۷۱) روانشناسی نوجوانان و جوانی. تهران: انتشارات ترمه
۲. بیرشک، بهروز، بوالهری، جعفر، شاه محمدی، داوود و بیانزاده، اکبر (۱۳۷۵) «روانشناسی کار در بوته نظرگاه‌های کارشناسی». نشریه هماهنگ، شماره ۳۸.
۳. تقوی، سید محمدرضا (۱۳۸۰) «بررسی روایی و پایایی پرسشنامه سلامت عمومی بر روی گروهی از دانشجویان دانشگاه شیراز». مجله روانشناسی، سال پنجم، شماره ۴.
۴. حسنی، جعفر و رحمانیان، مهدیه (۱۳۸۲) «بررسی رابطه بهداشت روانی و راهکارهای مقابله‌ای در دختران فراری و عادی». مقاله ارائه شده به اولین همایش تبیین علمی بزه‌دیدگان و راهکارهای پیشگیرانه.
۵. ساعتچی، محمود (۱۳۸۰) «بررسی همه‌گیرشناسی با مطالعه فراوانی و توزیع پریشانی‌های روانی و اختلالات رفتاری در جمعیت تهران». مقاله ارائه شده به ششمین کنگره پژوهش‌های روانپزشکی و روانشناسی در ایران.
۶. سرمد، زهره، بازرگان، عباس و حجازی، الهه (۱۳۷۸) روش‌های تحقیق در علوم رفتاری. تهران: انتشارات آگاه
۷. سیف‌اللهی، بهناز (۱۳۷۸) «نقش اشتغال جوانان در بهداشت روانی آنان». نشریه کار و جامعه. شماره ۳۱.
۸. عکاشه، گودرز (۱۳۷۹) «بررسی سلامت روانی دانشجویان ورودی سال ۱۳۷۵». فصلنامه اندیشه و رفتار. سال پنجم، شماره ۴.
۹. غضنفری، احمد (۱۳۸۱) «بررسی رابطه سبک هویت دانش‌آموزان با سلامت روانی آنان». مقاله ارائه شده به همایش هویت و چالش‌های آن در هزاره سوم.
۱۰. کلافی و همکاران (۱۳۷۸) «بررسی وضعیت سلامت روانی گروهی از مهاجران افغان مقیم شیراز». فصلنامه اندیشه و رفتار. سال پنجم، شماره ۱ و ۲.
۱۱. گزارش ویژه (۱۳۷۲) «مدیریت مشارکتی، تبلور تلاش جمعی برای دستیابی به موفقیت». نشریه تدبیر. دوره ۴، شماره ۴۰.
۱۲. گنجی، حمزه (۱۳۷۶) بهداشت روانی. تهران: انتشارات ارسباران
۱۳. لطف‌آبادی، حسین (۱۳۸۱) روانشناسی رشد (۲): نوجوانی، جوانی و بزرگسالی. تهران: انتشارات سمت
۱۴. میلانی‌فر، بهروز (۱۳۷۴) بهداشت روانی. تهران: انتشارات قومس
۱۵. نوربالا، احمد، باقری یزدی، عباس و یاسمی، محمدتقی (۱۳۸۰) «بررسی وضعیت سلامت روان افراد ۱۵ سال و بالاتر در جمهوری اسلامی ایران». مقاله ارائه شده به ششمین کنگره پژوهش‌های روانپزشکی و روانشناسی در ایران.
۱۶. هاشم‌زاده و همکاران (۱۳۷۸) «استرس شغلی و رابطه آن با سلامت روان در کارکنان بیمارستان‌های شیراز». فصلنامه اندیشه و رفتار. سال پنجم، شماره ۱ و ۲.
۱۷. یعقوبی و همکاران (۱۳۷۴) «بررسی همه‌گیرشناسی اختلال‌های روانی در مناطق شهری و روستایی شهرستان صومعه‌سرا». فصلنامه اندیشه و رفتار. سال اول، شماره ۴.



## منابع لاتین:

18. -Trautwein, U., Ludtke, O. (2007) "students self – reported effort and time on homework in six school subjects: Between – students differences and within – students variation". Psychology. 99,2.
19. -Yeo, G., Neal, A. (2004) "A multilevel analysis of effort, practice and performance: Effort of ability, Conscientiousness and goal orientation". Applied Psychology. 98.2.



پروپشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی



پروہشگاہ علوم انسانی و مطالعات فرہنگی  
پرتال جامع علوم انسانی