Dirasat: *Educational Sciences*, Volume 50, No. 3, 2023

Deanship of Scientific Research

The Level of Anxiety and Depression and the Relationship between them among the Students of the School of Educational Science at the University of Jordan

Omar Ismail Al-Orani* *

Department of Counseling and Special Education, School of Educational Sciences. The University of Jordan, Amman, Jordan.

Received: 22/9/2022
Revised: 31/10/2022
Accepted: 14/12/2022
Published: 15/9/2023

* *Corresponding author:*
o.alorani@ju.edu.jo

Citation: Al-Orani, O. I. (2023). The Level of Anxiety and Depression and the Relationship between them among the Students of the School of Educational Science at the University of Jordan. *Dirasat: Educational Sciences*, *50*(3), 138–149.
https://doi.org/10.35516/edu.v50i3.2385

© 2023 DSR Publishers/ The University of Jordan.

This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY-NC) license https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/

Abstract

Objectives: This study aimed to identify the levels of depression and anxiety and the relationship between them among the students of the School of Educational Sciences at the University of Jordan.

Methods: This study used the descriptive correlational method. The study's sample consisted of (305) male and female students enrolled in the School of Educational Sciences at the University of Jordan during the second semester of the academic year (2019/2020). To achieve its objectives, the study used Spell Berger Scale for Anxiety and Beck Depression Inventory after checking their psychometric properties.

Results: The study found that 39% of students were not depressed, with the remaining 61% experiencing depression to varying degrees (slight: 22%, moderate: 19%, severe: 20%). On average, students had a moderate level of anxiety (2.41). The results revealed a positive correlation between anxiety and depression at high and low anxiety levels, but a negative correlation at moderate anxiety levels. Additionally, female students had higher levels of both anxiety and depression compared to males. Undergraduate students exhibited higher anxiety levels, while graduate students experienced more depression.

Conclusions: Since there is a positive relationship between anxiety and depression among students of the School of Educational Science at the University of Jordan when having a high level of anxiety, the study recommends the need to provide psychological counseling services to students.

Keywords: Anxiety, depression, students of the school of Educational Sciences.

مستوى القلق والاكتئاب والعلاقة بينهما لدى طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية

عمر إسماعيل العوراني*

قسم الإرشاد والتربية الخاصة، كلية العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

ملخّص

الأهداف: هدفت هذه الدراسة التعرف إلى مستويات الاكتئاب والقلق، والعلاقة بينهما عند طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية.

المنهجية: استخدمت هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي. وقد تكونت عينة الدراسة من (305) طالب وطالبة في كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي 2020/2019 تم اختيارهم بالطريقة العشوائية العنقودية. ولتحقيق أهداف هذه الدراسة، تم استخدام مقياسي سبيلبيرغر للقلق وبيك للاكتئاب بعد التحقق من خصائصهما السيكومترية.

النتائج: أظهرت نتائج الدراسة أن 39% من الطلبة لم يكن لديهم اكتئاب. وأن **61%** لديهم اكتئاب على ثلاث مستويات: طفيف بنسبة 22%، ومتوسط بنسبة 19%، وشديد بنسبة 20%. وأظهرت النتائج أيضا أن مستوى القلق كان متوسطا لدى الطلبة بشكل عام بمتوسط حسابي(2.41). وكما كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة إيجابية بين القلق والاكتئاب عندما يكون مستوى القلق مرتفعا أو منخفضا ووجود علاقة سلبية بين القلق والاكتئاب عندما يكون مستوى القلق متوسطا. كما أظهرت النتائج أن مستوى القلق والاكتئاب لدى الطالبات أعلى من مستوى القلق والاكتئاب لدى الطلاب، وأن مستوى القلق لدى طلبة البكالوريوس أعلى من طلبة الدراسات العليا بينما كان مستوى الاكتئاب أعلى لدى طلبة الدراسات العليا.

الخلاصة: هنالك علاقة إيجابية بين القلق والاكتئاب لدى طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الاردنية عندما يكون القلق مرتفعا، وتوصي الدراسة بضرورة توفير خدمات الإرشاد النفسي للطلبة.

الكلمات الدالة :القلق، الاكتئاب، طلبة كلية العلوم التربوية.

المقدمة:

يعد القلق والاكتئاب من أكثر الاضطرابات النفسية شيوعا في العصر الحالي، وهي في تزايد مستمر نتيجة لما يواجهه الإنسان من ضغوطات الحياة اليومية عبر مراحل نموه المختلفة ولاسيما في المرحلة الجامعية حيث تعتبر مرحلة انتقالية مهمة تجعل الشخص عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية والصراعات نتيجة للمواقف والأحداث الجديدة والمتعددة التي يتعرض لها في حياته الجامعية.

ويشير كل من(اليماني وعبد الخالق،2004) إلى أن الدراسات الإكلينيكية أكدت على أن هناك تداخلا" بين الاضطرابين، وأنهما قد يظهرا معا"، وقد يؤدي القلق إلى الاكتئاب، وأن بعض الباحثين يفترض أن القلق هو الاستجابة المبدئية لموقف ضاغط، وإذا حدث أن تعقد الموقف إلى درجة لا يمكن التحكم فيه، فإن القلق يحل محله الاكتئاب، وذلك أدى إلى القول بأن الاكتئاب والقلق يتقاسمان عاملا" عاما" للضيق، وهذا العامل هو الذي يفسر كثيرا" من التداخل بين القلق والاكتئاب، وأن هذا الضيق يرتبط بمستويات مرتفعة من الوجدان السلبي.

و يعد القلق شعورا طبيعيا وخبرة حياتية يومية ترافق الفرد طيلة حياته، وهو شائع بين الناس كالفرح والحزن والصراع والإحباط والغضب، وهو متوقع ومقبول لدى مواجهة الفرد للمخاطر وشدائد الحياة عندما يكون ضمن الحدود الطبيعية المعتدلة. كما أنه أحد وظائف الدماغ المهمة التي تهيئ الفرد لمواجهة مواقف التهديد، وترفع درجة التنبيه العصبي لمساعدته على التكيف وحفزه على حل المشكلات الحياتية التي يتعرض لها، إلا أن القلق قد يتجاوز في حدته ما يقتضيه الموقف فيصبح قلقا عصابيا يؤثر سلبا في كفاءة الفرد (حمدي،2014)

مما لا شك فيه أن الإنسان عبر سنين حياته اختبر القلق في مواقف عديدة، حيث أن القلق من الممكن أن يكون طبيعياً في المواقف التي تتطلب مواجهة التهديد الجسدي أو المعنوي، إذ أن القلق هو أحد وظائف الدماغ المهمة التي تساعد على بقاء الإنسان، ويتم ذلك عن طريق رفع درجة التنبيه الذهني، وتحفيز الجهاز السمباثوي، وإفراز بعض الهرمونات من الغدد الصماء مثل الأدرنالين، ومن هنا تبرز أهمية القلق الطبيعي في تكيف الإنسان، وقد يكون القلق غير طبيعياً وهو لا يتناسب مع السبب الذي تسبب في إثارته من حيث شدة القلق أو مدته مما يسبب خلل في تكيف الإنسان. (أبو حجلة،2012)

وعلى صعيد أخر، يعد الاكتئاب من أهم الاضطرابات النفسية التي حظيت باهتمام السيكولوجيين والأطباء النفسيين بهدف التعرف إلى طبيعته وأسبابه ومدى انتشاره بالمجتمع. وقد عرف الإنسان الاكتئاب منذ أقدم العصور، حيث من الممكن أن يكون أقدم اضطراب نفسي وعقلي تم تسجيله في التراث الطبي الإنساني(معمرية،2000).

وحياتنا المعاصرة تختلف عما سبقها من حضارات، حيث امتازت بتحقيق الراحة المادية الكبيرة والاستمتاع وذلك من خلال بما وفرته هذه الحضارة من وسائل وتقنيات حديثة تعين الإنسان على قضاء حوائجه، إلا أن هذه الحضارة قصرت خدماتها على الجانب الجسدي وأهملت الجانب الروحي الذي يتميز به الإنسان عن غيره من المخلوقات، فكان أحد جوانب هذا القصور القلق ثم الاكتئاب. (حسن،2006).

مشكلة الدراسة

تعد المرحلة الجامعية مرحلة انتقالية يواجه الطلبة فيها تغيرات عديدة، ومتطلبات مختلفة حيث أن بيئة الجامعة تتطلب منهم العمل باستقلالية، إضافة إلى اختلاط الطلبة مع بعضهم البعض والذي يتسبب بدوره بضغوطات عديدة على الطلبة، مما يؤدي بهم إلى أن يكونوا عرضة للقلق والاكتئاب نتيجة تلك المتطلبات والمتغيرات. ومن هنا يأتي دور الجامعة في عمل مثل هذه الدراسات التي تتناول موضوع مهم مثل موضوع القلق والاكتئاب، لتتمكن الجامعة من مساعدة الطلبة في التعامل مع مثل هذه الاضطرابات والمشكلات النفسية؛ ليتمكنوا من تحقيق متطلباتهم الجامعية بنجاح. حيث أشارت دراسة أجرتها منظمة الصحة العالمية عام 2002 أن الاكتئاب يحتل المرتبة الرابعة بين أسباب الموت المبكر (كراملنغر،2002).

ويمكن تلخيص مشكلة الدراسة بالإجابة عن الأسئلة التالية:

1-ما مستوى القلق لدى طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية؟

2-ما مستوى الاكتئاب لدى طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية؟

3- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين القلق والاكتئاب لدى طلبة كلية العلوم التربوية بالجامعة الأردنية؟

4-هل توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0.05) في مستوى الاكتئاب تعزى لمتغيري(الجنس والمستوى الدراسي)؟

5-هل توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0.05) في مستوى القلق تعزى لمتغيري(الجنس والمستوى الدراسي)؟

أهمية الدراسة:

تنبثق أهمية هذه الدراسة في جانبين الأول نظري، والثاني تطبيقي.

الأهمية النظرية:

تكمن أهمية هذه الدراسة في أهمية الموضوع الذي تتناوله، إضافة إلى المرحلة التي تستهدفها هذه الدراسة وهي المرحلة الجامعية، حيث تشكل

هذه المرحلة في حياة الطلبة مرحلة انتقالية تتميز بالعديد من الضغوطات والصراعات، كما شهدت الفترة الأخيرة ازديادا ملحوظا في انتشار الاكتئاب.

الأهمية التطبيقية:

من الممكن أن يستفيد المرشدين النفسيين من نتائج هذه الدراسة في اعداد برامج ارشادية من أجل مساعدة الطلبة على التكيف مع البيئة الجامعية وما تفرضه من ضغوطات عليهم.

حدود الدراسة:

تتحدد نتائج هذه الدراسة بالحدود المكانية حيث تم اجراء الدراسة في كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية وكذلك الحدود الزمنية حيث تم إجراء الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي 2020-2019، إضافة إلى الحدود البشرية حيث تم إجراء الدراسة على طلبة الكلية، كما تتحدد نتائج الدراسة بأداتي الدراسة المستخدمة وهي مقياس سبيلبرغر للقلق ومقياس بيك للاكتئاب.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى القلق والاكتئاب ودراسة الفروق بينهما تبعا لمتغير الجنس والمستوى الدراسي لدى عينة من طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية.

الإطار النظري والدراسات السابقة

مصطلحات الدراسة:

القلق:

إجرائيا: هي الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس سبيلبرغر للقلق.

اصطلاحا: يُعرَف القلقعلى أنه شعور عام بالخشية أو أن هناك مصيبة وشيكة الوقوع أو تهديدا غير معلوم المصدر، مع شعور بالتوتر والشد، وخوف المسوغ له من الناحية الموضوعية، وغالبا ما يتعلق هذا الخوف بالمستقبل والمجهول(سعدون،2017).كما يُعرَف القلق على أنه حالة انفعالية غير سارة يستثيرها وجود الخطر وترتبط بمشاعر ذاتية من التوتر والخشية (سوين، 1988).

ويُعرفه (عبد الخالق،2000) على أنه شعور عام بالخشية أو أن هناك مصيبة وشيكة الوقوع أو تهديداً غير معلوم المصدر، مع شعور بالتوتر والشد، وخوف لا مسوغ له من الناحية الموضوعية، وغالباً ما يتعلق هذا الخوف بالمستقبل والمجهول. كما يتضمن القلق استجابة مفرطة مبالغاً فيها لمواقف لا تمثل خطراً حقيقياً، وقد لا تخرج في الواقع عن إطار الحياة العادية، لكن الفرد الذي يعاني من القلق يستجيب لها غالباً كما لو كانت تمثل خطراً ملحاً أو مواقف تصعب مواجهتها.

وعرفه هورني بأنه استجابة انفعالية لخطر يكون موجها الى المكونات الأساسية للشخصية ناجم عن عدم الإشباع العاطفي من جانب الأم كما ورد في (الرفاعي،2003).

ولقد صاغت الجمعية الأمريكية للطب النفسي أكثر تعريفات القلق شيوعا فعرفته بأنه خوف أو توتر وضيق ينبع من توقع خطر ما يكون مصدره مجهولا إلى درجة كبيرة، ويعد مصدره كذلك غير واضح، ويصاحبه عدد من التغيرات الفيزيولوجية.(American Psychiatric Association،1994)

والقلق هو حالة داخلية انفعاليه شعورية مؤلمه تتضمن الخوف والتوتر والعصبية،و يعاني الشخص من القلق في غياب التهديد الخارجي الحقيقي، حيث يتوقع الخطر او التهديد او النتائج المزعجة، فالقلق ينشأ استباقا للموقف، وربما يؤدي هذا القلق الاستباقي إلى مزيد من القلق، وفي بعض الحالات لا يكون سبب القلق واضحا، والإنسان يقلق من أمور كثيرة مثل الإصابة بالأمراض الخطيرة أو الموت أو من تقييم الأخريين السلبي أو من السخرية أو من سوء الأداء أو القلق على مستقبل الأبناء أو القلق من الخيانة الزوجية فكل شيء ثمين قد يقلق الإنسان بسببه.

و من أعراض القلق زيادة نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي (القسم السمبثاوي) مثل خفقان القلب، وسرعة وضيق في التنفس، وتصبب العرق، وبرودة في اليدين، وجفاف الحلق، والغثيان، وأعراض التوتر الحركي مثل الارتعاش، والتوتر العضلي، وانتفاض الجسد، وأعراض فرط الانتباه وصعوبة التركيز والأرق (بدر،2021).

الاكتئاب :

إجرائيا : الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس بيك للاكتئاب.

اصطلاحا: حالة انفعالية مضطربة تتصف بانخفاض في مزاج الشخص، ويعبر عنها باختلافات نفسية كالشعور بالعزلة والابتعاد. وقلة النوم وبعض التغيرات الواضحة في الوزن، وقد تصبح ردود افعال الشخص بطيئة للمثيرات (بيك،2007).

ويرى والكر(Walker،(2008) الاكتئاب هو كأنك داخل الثقب الأسود في العاطفة، حيث يعاني المعالج النفسي من صعوبة معرفة مدى حدوث الاكتئاب لدى المريض عند مناقشته، وهناك عدد من الأمراض التي يمكن أن تستمر مدى الحياة نتيجة اكتئاب المريض، حيث نجد عادة أن الاكتئاب الحاد يسبب خوف مرضى، ولخطورة مرض الاكتئاب فلابد من مقاومة السلوك المرضي الاكتئابي مقاومة لا هوادة فيها حتى يمكن الحد بشكل كامل

من هذه القذيفة الاكتئابية المدمرة للنفس.

وينظر إلى الاكتئاب على أنه من أكثر الاضطرابات شيوعا في كل الحضارات، وأنه في تزايد مستمر وربما يعود ذلك لمجموعة أسباب من بينها تزايد متوسط عمر الفرد، وتزايد الأمراض المزمنة التي تؤدي إلى الاكتئاب، وتزايد استعمال الأدوية التي تؤدي آثارها الجانبية إلى الاكتئاب. (معمريه،2000)

وللاكتئاب أعراض عديدة تميزه تتراوح درجته من أعراض بسيطة تشتد شيئا فشيئا، حيث يفقد الشخص المكتئب قدرته على الاستمتاع بالأشياء التي كان يتمتع بها ومن هبوط الروح المعنوية وتتغير نظرته عن الحياة وأهميتها، وتسيطر عليه مشاعر اليأس والجزع وتعتريه نوبات من البكاء ويعاني من فقدان الأمل والخوف والارتباك. وتظهر عليه اضطرابات سلوكية، وتتأثر الوظائف العقلية بشكل سلبي، ويشعر بالنقص واحتقار الذات ولومها وتأنيب الضمير وتراوده أفكار انتحارية، كذلك يتوهم إصابته بأمراض جسدية وتظهر عليه عدة أعراض فسيولوجية كاضطراب النوم والأرق والكوابيس وفقدان الشهية واضطرابات جنسية تتمثل بضعف النشاط الحركي، وضعف القدرة على العمل والكسل الجسدي أو الذهني. (دارابي، منديل،2021)

وهنالك نظريات عديدة حاولت تفسير الاكتئاب، وفيما يلي عرض لهذه النظريات:

النظرية المعرفية: ترى أن الأفراد المكتئبين لديهم صفة ذاتية معرفية سلبية تستبعد بشكل تلقائي المعلومات الإيجابية عن الذات، وتبقي على المعلومات السلبية، ويعزى السبب في ذلك الى الفقد المتزايد من الوالدين في الطفولة أو شدة أحداث الحياة السلبية. (حليمة، عبدا لسلام، 2021)

النظرية السلوكية :يعتقد أصحاب هذه المدرسة أن الاكتئاب يتمثل في عدم القدرة على اشباع الحاجات والتطلعات الأساسية للفرد كالحاجة إلى الحب والتقدير والحاجة إلى الأمن، والقوة، والحاجة الى منح الحب، وينجم عنه العجز والفشل في إشباع أي من هذه الحاجات. (كنز،2014)

النظرية التحليلية: يرى فرويد أن الاكتئاب ناتج عن فقدان الحب (فقدان الأم، الانفصال عن الأم وفقدان شخص محبوب) حيث ينتج عن هذا الفقدان غضب يوجهه نحو الذات ويهددها مما يتسبب له بالاكتئاب. (شارف،2021)

نظرية التعلم الاجتماعي :يعتقد علماء هذه النظرية أن الآباء والأمهات يقومون بشكل غير مباشر بتعليم أبنائهم خبرة الاكتئاب وأن هناك ارتباطا بين اكتئاب وقلق الأطفال وأمهاتهم وآبائهم لذلك فإن الاكتئاب يتم تعليمه. (مخزومي،2017)

الدراسات السابقة:

الدراسات التي تناولت موضوع القلق:

أجرى عزيم (2020) دراسة هدفت إلى قياس اضطراب القلق المعمم لدى طلبة جامعة السليمانية على عينة تكونت من (102) طالبا وطالبة، واستخدمت المعايير التشخيصية لاضطراب القلق المعمم الوارد ذكرها في الدليل الإحصائي والتشخيصي للطب النفسي، أظهرت النتائج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الأقسام العلمية والإنسانية في مستوى اضطراب القلق المعمم ولا توجد فروق دالة إحصائية بين الفئات العمرية.

كما أجرى عثمان (2006) دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى القلق لدى عينة تكونت (604) طالب وطالبة من جامعات الخليل، بيت لحم وبيرزيت واستخدم الباحث مقياس سبيلبرغر وأظهرت النتائج أن القلق كان متوسطا بين طلبة الجامعات، وهنالك فروق تبعا للجنس لصالح الذكور كسمة، في حين لم يرتبط بالجنس كحالة.

كما أجرى الزغاليل (2002) دراسة هدفت التعرف إلى مستويات القلق عند طلبة جامعة مؤتة، وتكونت العينة من (293) طالبا وطالبة وطبق عليهم استبانة القلق المعرفي التي أعدها ليندري وهوود. وأظهرت النتائج أن متوسطات درجات القلق لدى طلبة جامعة مؤتة هي درجات متوسطة، كما وجد أن درجات القلق عند الذكور أعلى منها عند الإناث.

و أجرى العسيري (2007) دراسة هدفت التعرف إلى مستويات القلق لدى طلبة جامعة الملك سعود بالرياض،وتألفت العينة من 200 طالب وطالبة، واستخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي التحليلي لتحديد مستويات القلق، وأظهرت النتائج ارتفاع مستوى القلق لدى طلبة الجامعة.

و أجرى شيجي ماتسو(Shigematsu2002،) دراسة هدفت الى قياس مستويات القلق عند الطلبة الأجانب في اليابان وتكونت العينة من الطلبة الأجانب الذين قدموا من أسيا وإفريقيا، وأشارت النتائج إلى أن الطلبة الأجانب أكثر قلقا من الطلبة اليابانيين.

الدراسات التي تناولت موضوع الاكتئاب

أجرى معرس 2010 كما ورد في (الغاني 2021) دراسة هدفت إلى التحقق من مدى انتشار الاكتئاب في صفوف الطلبة الجامعيين في لبنان، استخدم الباحث مقياس بيك للاكتئاب ومقياس .T.A.T أشارت النتائج أن هناك علاقة دالة بين الاكتئاب والتحصيل العلمي، ووجود علاقة دالة إحصائيا بين الضغوطات الخارجية ودرجات الاكتئاب عند الطلبة الجامعيين.

أجرى أبو حسونة (2016) دراسة هدفت التعرف إلى مستوى أعراض الاكتئاب لدى طلبة جامعة إربد الأهلية. وقد تكونت عينة الدراسة من (512) طالب وطالبة. ولتحقيق هدف الدراسة طور الباحث مقياسا لقياس مستوى الاكتئاب. أشارت نتائج الدراسة إلى أن المتوسط الحسابي

للاكتئاب لأفراد عينة الدراسة كان (1.02) على المقياس الكلي، وجاء متوسط ترتيب الأبعاد كآلاتي: البعد المعرفي (1.05)، ثم البعد الجسمي (1.01)، وأخيرا البعد الاجتماعي (0.98)، وهذا يشير إلى أن مستوى الاكتئاب كان ضعيفا على جميع أبعاد المقياس.

وفي دراسة عبد القوي (2002) التي هدفت التعرف إلى أساليب التعامل مع الضغوط والمظاهر الاكتئابية لدى عينة من طلبة وطالبات جامعة الإمارات، بلغ حجمها (234) طالبا" وطالبة. وعن طريق تطبيق مقياس الاكتئاب متعدد الدرجات، تم التوصل إلى أن الإناث أكثر اكتئابا" من الذكور.

كما أجرت القرعان (2020) دراسة هدفت إلى الكشف عن نسبة انتشار اضطراب الاكتئاب الجسيم لدى طلبة الجامعات الأردنية وميكانيزمات الدفاع المتنبئة به.استخدمت الباحثة مقياس (DSQ-28 (لميكانيزمات الدفاع، تكونت عينة الدراسة من(1270) طالبا وطالبة من طلبة الجامعات الأردنية. وأظهرت نتائج الدراسة أن نسبة انتشار اضطراب الاكتئاب الجسيم لدى الطلبة بلغت (97.11 %) وأن نسبة من لديهم اضطراب الاكتئاب الجسيم من الذكور (96.10%) ومن الإناث (93.12 %) وأن قيمة مربع كايتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة في نسبة انتشار اضطراب الاكتئاب الجسيم وفقًا لمتغير النوع الاجتماعي. وأشارت إلى وجود فروق في ميكانيزمات الدفاع الناضجة لدى الطلبة تعزى إلى متغير النوع الاجتماعي لصالح الذكور، وعدم وجود فروق في ميكانيزمات الدفاع (العصابية، وغير الناضجة) تعزى إلى متغير النوع الاجتماعي.

الدراسات التي تناولت العلاقة بين القلق والاكتئاب

أجرت شمس الدين ((2013,Shamsuddin دراسة هدفت التعرف إلى العلاقة بين القلق والاكتئاب لدى طلبة الجامعة تكونت العينة من (506) طالب وطالبة، وتضمنت العينة الأعمار ما بين 18-24 سنة.أظهرت النتائج ارتفاع القلق والاكتئاب بين طلبة الجامعة الذين تتراوح أعمارهم ما بين 20-24.وانخفاض نسبة القلق والاكتئاب للأعمار م ابين 18-20.

أجرت القيسي ((2011,Alqaisy دراسة هدفت التعرف إلى العلاقة بين الاكتئاب والقلق وأثرهما على التحصيل الأكاديمي للطلبة. تكونت عينة الدراسة من 200 طالب وطالبة من مختلف كليات الجامعة. أظهرت النتائج أن الإناث أكثر قلقا من الذكور، بينما الذكور أكثر اكتئابا من الإناث. كما أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين القلق والتحصيل الأكاديمي، بينما كانت العلاقة سلبية بين الاكتئاب والتحصيل الأكاديمي.

كما أجرى بيتر (Beiter, et.al, 2015) دراسة هدفت التعرف إلى العلاقة بين القلق والاكتئاب عند طلبة جامعة فرانسيسكان وجامعة اوهايو وجامعة ستيوبنفيل. وتكونت العينة من 374 طالبا وطالبة من مرحلة البكالوريوس. أشارت النتائج إلى ارتفاع القلق والاكتئاب بين طلبة الجامعة الذين يعيشون خارج الحرم الجامعي بينما انخفضت النسبة بين الطلبة الذين يعيشون داخل السكن الجامعي، كما اظهرت النتائج وجود علاقة ايجابية بين القلق والاكتئاب من حيث التحصيل الاكاديمي.

نلاحظ ان معظم الدراسات السابقة تناولت كل من القلق والاكتئاب على حدا وأن هناك القليل من الدراسات التي تطرقت لدراسة العلاقة بين القلق والاكتئاب. وما يميز هذه الدراسة انها قد تناولت القلق والاكتئاب معا كما انها استهدفت فئة مهمة من المجتمع وهي طلبة الجامعة.

الطريقة والإجراءات

استخدم الباحث النهج الوصفي الارتباطي نظرا لملاءمته لأهداف البحث

مجتمع الدراسة

تألف مجتمع الدراسة من جميع الطلبة والطالبات في كلية العلوم التربوية في الفصل الأول من العام الدراسي 2020/2019م البالغ عددهم (859)، والجدول التالي يبين توزيع مجتمع الدراسة وفقا لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي:

الجدول (1): توزيع مجتمع الدراسة وفقا لمتغيراتها الجنس والمستوى الدراسي

المتغير	الفئات	التكرار	النسبة المئوية
الجنس	الذكور	400	12.1%
	الإناث	2908	87.9%
المستوى الدراسي	بكالوريوس	2095	63.3%
	دراسات عليا	1213	36.7%
الكلي		3308	100.0%

عينة الدراسة

تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية العنقودية حيث تم اختيار (5) شعب من مستوى البكالوريوس و(10) شعب من مستوى الدراسات العليا

وتوزيع وتطبيق أدوات الدراسة عليهم حيث تم تطبيق أدوات الدراسة على (335) طالبا وطالبة، وقد تم حذف إجابات (30) طالب وطالبة لعدم اكتمالها، وبذلك يكون العدد الكلي لعينة الدراسة (305) طالب وطالبة موزعين على النحو التالي وفقا لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي:

الجدول رقم (2): توزيع عينة الدراسة وفقا لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي

المتغير	الفئات	التكرار	النسبة المئوية
الجنس	الذكور	69	%22.6
	الإناث	236	%77.4
المستوى الدراسي	بكالوريوس	183	60%
	دراسات عليا	122	40%
الكلي		305	100%

أدوات الدراسة

1- مقياس القلق

استخدم الباحث مقياس القلق الذي اعده سبيلبرغر المعدل 1983 الصورة(Y) والذي يعرف باسم القلق (Trait-State Inventory Anxiety) وهو يتألف من مقياسين فرعين يعتمدان أسلوب التقدير الذاتي في القياس وهما مقياس القلق كحالة فقرة لتقدير مشاعر الفرد في الظرف الراهن أو الوقت الحالي ومقياس القلق كسمة لتقدير مشاعر الفرد بشكل عام ومستمر ويتألف كل منهما من عشرين فقرة(Julian،2011)، ويتضمن المقياس في كل من المقياسين الفرعيين عشر فقرات تدل على وجود القلق مثل (أنا متوتر) وعشر فقرات أخرى لا تدل على وجود القلق مثل (أشعر بالسرور)، حيث يتم تصحيح المقياس باستخدام سلم ليكرت رباعي التدريج، وتشير المراجع التي وضعها سبيلبرغر إلى وجود (3300) دراسة استخدم فيها المقياس وتمت مراجعته حتى عام 1989م. (ميخائيل، 2003). وقد اقتصر الباحث في دراسته على مقياس القلق كسمة، وقد قام (القواسمة وحمادنة، 2011) بدراسة الثبات للمقياس بطريقتين طريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا حيث بلغ (0.81) وبطريقة الإعادة حيث بلغ معامل الثبات (0.75) كما قاما بالتحقق من صدق البناء العاملي للمقياس حيث أظهرت النتائج وجود عامل يفسر معظم التباين في المقياس. وقد قام الباحث بالتحقق من صدق المقياس بعرضه على مجموعة مؤلفة من (8) محكمين من المختصين بالإرشاد وعلم النفس، وقد أجمع المحكمون على ملائمة الفقرات لقياس القلق ووضوح صياغتها اللغوية، كما قام الباحث بالتحقق من ثبات المقياس بطريقة الإعادة حيث تم تطبيق المقياس على (30) طالبا من خارج عينة الدراسة ثم تمت إعادة تطبيقه بعد مضي أسبوعين ثم تم حساب معامل الارتباط بين مرتي التطبيق فبلغت قيمة معامل الثبات بالإعادة(0.84)، كما تم حساب الثبات بطريقة الاتساق الداخلي اعتمادا على معادلة كرونباخ ألفا حيث بلغت قيمة معامل الثبات (0.89).ولقد اعتمد سلم إجابة رباعي للإجابة عن فقرات المقياس، حيث تم إعطاء العلامات الآتية للاستجابة على الفقرات الايجابية(مطلقا =1، أحيانا=2، غالبا =3، دائما =4)، أما الفقرات السلبية، وهي الفقرات رقم :(1، 3، 6، 7، 10، 13، 14، 16، 19) فقد تم إعطاء العلامات الآتية للاستجابة عليها (مطلقا =4، أحيانا=3، غالبا =2، دائما =1).

ولقد اعتمد المعيار التالي من أجل تصنيف مستوى القلق لدى طلبة كلية العلوم التربوية (1-2 منخفض، 2.01-3 متوسط، 3.01-4 مرتفع) وقد تم التوصل إليه من خلال قسمة مدى الدرجات (1-4) إلى ثلاث فئات متساوية.

2- قائمة بيك للاكتئاب بصورتها المعربة (حمدي وآخرون، 1988).

تكونت القائمة بصورتها الأصلية من (21) فقرة، تقيس الاكتئاب، حيث تتراوح الدرجة على كل فقرة من (صفر-3) بينما تتراوح الدرجة الكلية على القائمة بين (0-63)، وقد استخرج مؤلف القائمة الأصلي بيك (Beck) دلالات الصدق التمييزي للقائمة حيث قام بتطبيق على (1000) مريض تم تشخيصهم إكلينيكيا بأن مصابون بالاكتئاب وامقارنتهم بأشخاص عاديين، وقد أظهرت القائمة قدرة تمييزية بين الأفراد العاديين والمصابين بالاكتئاب كما قام بدراسة الصدق التلازمي بدراسة الارتباط بينن القائمة، ومحك التشخيص الإكلينيكي حيث بلغ معامل الارتباط بينهما (0.67)، كما قام حمدي 1998) بدراسة الصدق التمييزي للقائمة المعربة بتطبيقها على (56) شخصا إلى مجموعتين اكتئابين وعاديين وقد أظهرت القائمة قدرة على التميز بين المجموعتين، وقد قام الباحث بالتحقق من صدق المحتوى للقائمة بعرضها على ثمانية محكمين من المختصين في الإرشاد وعلم النفس، وقد تم حذف الفقرة رقم(21) بناء على ملاحظات المحكمين حيث أشار سبع من المحكمين إلى ضرورة إلغاء الفقرة (21) لعدم ملائمة هذه الفقرة لطلبة البكالوريوس لتضمنها الاهتمامات الجنسية، كما قام الباحث بالتحقق من ثبات المقياس بطريقتين طريقة الإعادة حيث تم تطبيق الاختبار على ثلاثون طالب وطالبة من خارج عينة الدراسة ثم تمت إعادة تطبيقه على نفس العينة بعض مضي أسبوعين وحساب معامل الارتباط بين مرتي

التطبيق وقد بلغت قيمة معامل الثبات بالإعادة (0.82)، كما تم حساب الثبات بطريقة الاتساق الداخلي اعتمادا على معادلة كرونباخ ألفا حيث بلغت قيمة معامل الثبات (0.84).وقد تم تصنيف مستوى الاكتئاب وفقا لمعايير تصحيح المقياس لكن بعد ان تم تعديلها من خلال ضرب بداية ونهاية كل فئة ب 20 وقسمتها على 21 ثم تقريبها لأقرب عدد صحيح نظرا لقيام الباحث بحذف إحدى فقرات المقياس بناء على ملاحظات المحكمين حيث أصبح المقياس مكونا من 20 فقرة، بدلا من 21 فقرة، وفيما يلي عرض لهذه المعايير :

المعايير الأصلية قبل التعديل

0-9شخص طبيعي

10-15 أعراض اكتئاب بسيطة

16-23 أعراض اكتئاب متوسطة

24-36 اكتئاب شديد

37-63 اكتئاب شديد جدا.

المعايير بعد التعديل

0-9شخص طبيعي

10-14 أعراض اكتئاب بسيطة

15-22 أعراض اكتئاب متوسطة

23-34 اكتئاب شديد

35-60 اكتئاب شديد جدا.

متغيرات الدراسة

المتغيرات المستقلة: وهي الجنس (ذكور، إناث) والمستوى العلمي وله مستويان (بكالوريوس، دراسات عليا)

المتغيرات التابعة: وهي متغيري القلق والاكتئاب

إجراءات الدراسة

- تم في البداية التأكد من ملائمة أدوات الدراسة لمجتمع الدراسة بعرضها على مجموعة من المحكمين ذوي الاختصاص.
- تمت مخابطة الجهات المعنية للحصول على الإذن لتطبيق أدوات الدراسة.
- تم حصر الشعب الدراسية التي تم طرحها في الفصل الدراسي الثاني 2019-2020.
- تم اختيار (5) شعب من مستوى البكالوريوس و(10) شعب من مستوى الدراسات العليا بشكل عشوائي.
- تم تطبيق أدوات الدراسة على الشعب التي تم اختيارها.
- تم إدخال البيانات إلى الحاسب الآلي واستخدام برنامج(SPSS) لتحليل بيانات الدراسة.

التحليل الإحصائي

للإجابة عن سؤال الدراسة الأول، تم حساب التكرارات والنسب المئوية، وللإجابة عن سؤال الدراسة الثاني تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، كما تم استخدام معامل ارتباط بيرسون للإجابة عن السؤال الثالث، أما السؤالين الرابع والخامس فقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للقلق والاكتئاب وفقا لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي، واستخدام تحليل التباين الثنائي للحكم على دلالة الفروق بين فئات المتغيرين المستقلين.

نتائج الدراسة ومناقشتها

السؤال الأول

ما مستوى القلق لدى طلبة كلية العلوم التربوي في الجامعة الأردنية؟

للإجابة عن السؤال الثاني تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات الطلبة على كل فقرة من فقرات المقياس وعلى الدرجة الكلية للمقياس، وفيما يلي عرض لهذه النتائج:

الجدول (3): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات الطلبة على مقياس سبيلبرغر للقلق

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
5	أشعر وكأنني فاشل	2.76	1.22	متوسط
15	أشعر بأنني غير كفؤ لا أفي بالمراد	2.71	1.10	متوسط
12	أفتقر إلى الثقة بالنفس	2.60	1.04	متوسط
19	أنا شخص موثوق وثابت على حال لا تتغير*	2.56	1.04	متوسط
16	أنا قنوع*	2.53	1.10	متوسط
13	أشعر بأمان*	2.50	1.02	متوسط
8	أشعر أن المصاعب تتراكم لدرجة أنني لا أستطيع التغلب عليها	2.47	0.98	متوسط
18	تؤثر في بقوة الأشياء المخيبة للآمال لدرجة لا أستطيع أبعادها عن ذهني	2.45	1.06	متوسط
3	أشعلا بالرضا عن نفسي*	2.39	0.98	متوسط
20	أصبح في حالة من التوتر أو الاهتياج عندما أفكر بشؤوني الحالية واهتماماتي	2.38	0.95	متوسط
9	ينشغل بالي كثيرا بأمور لا تستحق الاهتمام	2.34	0.99	متوسط
11	لدي أفكار مقلقة	2.34	0.87	متوسط
17	تجول بذهني بعض الأفكار التافهة وتضايقني	2.34	0.94	متوسط
6	أشعر بالراحة والطمأنينة*	2.33	0.92	متوسط
2	أشعر بأنني عصبي وقلق	2.32	0.94	متوسط
4	أتمنى لو استطعت أن أكون سعيدا كما يبدو الآخرين	2.31	1.04	متوسط
1	أشعر باني مصدر بهجة وسرور*	2.30	0.83	متوسط
10	أنا سعيد*	2.30	0.88	متوسط
14	أصنع قراراتي بسهولة*	2.27	0.83	متوسط
7	أنا هادئ الأعصاب رابط الجأش*	2.03	0.91	متوسط
	القلق كسمة	2.41	0.65	متوسط

يتضح من الجدول رقم(3) أن مستوى القلق لدى الطلبة بشكل عام كان متوسطا بمتوسط حسابي (2.41) وانحراف معياري (0.65)، كما أن مستوى القلق كان متوسطا في جميع فقرات المقياس ولقد كانت اعلى مظاهر للقلق ممثلة بالفقرة رقم (5) التي نصها "أشعر وكأنني فاشل" بمتوسط حسابي (2.76)، والفقرة رقم (15) التي نصها "أشعر باني غير كفؤ لا أفي بالمراد" بمتوسط حسابي (2.71)، والفقرة رقم (12) التي نصها "أفتقر إلى الثقة بالنفس" بمتوسط حسابي (2.60)،أما أقل مظاهر القلق فقد كانت ممثلة بالفقرة قم (7) التي نصها "أنا هادئ الأعصاب رابط الجأش" بمتوسط حسابي (2.03)، والفقرة رقم (14) التي نصها "أصنع قراراتي بسهولة" بمتوسط حسابي (2.27)، والفقرة رقم (10) التي نصها "أنا سعيد" بمتوسط حسابي (2.30). ويلاحظ أن الفقرات الثلاث فقرات إيجابية لكن تم عكس سلم الإجابة لها عند تصحيح المقياس لتصبح فقرات سلبية تدل على القلق. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (الزغاليل،2002) حيث أن القلق كان متوسطا لدى طلبة الجامعة أي أنه في مستواه الطبيعي وهو ما يحفز الطلبة ويعزز لديهم الاهتمام لإنجاز متطلباتهم الدراسية، فالقلق اذا كان منخفضا ينجم عنه حالة من اللامبالاة وعدم الاهتمام، وبالتالي فإن الفرد لن يستطيع إنجاز واجباته، وكذلك الأمر إذا كان القلق أعلى من حده الطبيعي، فإنه يعيق الفرد ويمنعه من إنجاز واجباته.

السؤال الثاني

ما مستوى الاكتئاب لدى طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية؟

للإجابة عن السؤال الأول تم حساب الدرجة الكلية على مقياس بيك للاكتئاب لطلبة كلية العلوم التربوية ومن ثم تم تصنيف مستوى الإكتاب وفقا لمعايير التصحيح الخاصة بالمقياس، حيث أظهرت النتائج ما يلي:

الجدول رقم (4) التكرارات والنسب المئوية لمستوى الاكتئاب لدى عينة الدراسة

مستوى الاكتئاب	التكرار	النسبة المئوية
شخص طبيعي	119	39
أعراض اكتئاب بسيطة	67	22
أعراض اكتئاب متوسطة	58	19
اكتئاب شديد	61	20
اكتئاب شديد جدا	0	0
الكلي	305	100

يتضح من الجدول رقم (4) أن مستوى الاكتئاب كان شديدا لدى 20% من الطلبة، كما أن حوالي 19% من طلبة كلية العلوم التربوية كان مستوى الاكتئاب لديهم متوسطا، أما من كان مستوى الاكتئاب لديهم منخفضا فقد بلغت نسبتهم 22%، فيما كانت نسبة الطلبة الذين لم يكن لديهم اكتئاب 39%. نلاحظ من نتائج السؤال الأول أن نسبة الطلبة الذين لم تظهر لديهم أعراض الاكتئاب أو كان لديهم الاكتئاب خفيف قد بلغت ما مجموعه (61%). حيث أن الطلبة قد تجاوزا مرحلة الثانوية العامة بما فيها من ضغوطات اجتماعية ونفسية والتي قد ترفع نسبة الاكتئاب لديهم، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة أبو حسونة (162%.أما فيما يتعلق بالطلبة الذين ظهرت لديهم أعراض اكتئاب متوسطة إلى شديدة فقد شكلوا ما نسبته 39% من الطلبة، ويمكن تفسير هذه النتيجة بما يتعرض له الطلبة من ضغوطات اقتصادية واجتماعية، وما تتطلبه البيئة الجامعية من مهام دراسية واختبارات وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (2013,Shamsuddin).

السؤال الثالث

هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين القلق والاكتئاب لدى طلبة كلية العلوم التربوية بالجامعة الأردنية؟

نظرا لأن سمة القلق لا تعتبر أمرا سلبيا إلا إذا زادت أو قلت عن الحد الطبيعي، فلقد تم دراسة العلاقة بين القلق والاكتئاب في ثلاث مستويات للقلق عندما يكون القلق منخفضا، وعندما يكون القلق متوسطا، وعندما يكون القلق مرتفعا، وفيما يلي عرض لهذه النتائج:

الجدول (4): معاملات الارتباط بين الاكتئاب والقلق بمستوياته الثلاث المنخفض والمتوسط والمرتفع

الرقم	مستوى القلق كسمة	الاكتئاب		
		العدد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	منخفض	89	0.166	0.120
2	متوسط	148	-0.281*	0.001
3	مرتفع	68	0.367*	0.002

*دال إحصائيا عند مستوى الدلالة(α=0.05)

يتضح من الجدول رقم (4) عدم وجود علاقة دالة احصائيا بين الاكتئاب والقلق عندما يكون القلق منخفضا، ووجود علاقة سلبية بين القلق والاكتئاب عندما يكون مستوى القلق متوسطا حيث كانت قيمة معامل الارتباط (-0.281) فكلما زاد القلق ضمن النطاق المتوسط يقل الاكتئاب، كما يتضح من النتائج أيضا وجود ارتباط إيجابي بين القلق والاكتئاب عندما يكون القلق مرتفعا فكلما زاد القلق يزداد الاكتئاب لدى الفرد. تعتبر هذه النتيجة منطقية حيث إن هناك تداخلا بين الاضطرابين، وأنهما قد يظهرا معا، وقد يؤدي القلق إلى الاكتئاب، وأن بعض الباحثين يفترض أن القلق هو الاستجابة المبدئية لموقف ضاغط، وإذا حدث أن تعقد الموقف الى درجة لا يمكن التحكم فيه فإن القلق يحل محله الاكتئاب، وبالتالي فإنه كلما زاد القلق زاد الاكتئاب.وهذا يتفق مع دراسة(Beiter, et.al, 2015)

السؤال الرابع

هل توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0.05) في مستوى الاكتئاب تعزى لمتغيري(الجنس والمستوى الدراسي)؟

للإجابة عن السؤال الرابع تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعياري للاكتئاب لدى الطلبة وفقا لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي،

كما تم استخدام تحليل التباين الثنائي لدراسة دلالة الفروق بين فئات متغير الجنس والمستوى الدراسي، وفيما يلي عرض لهذه النتائج:

الجدول (5): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية على مقياس بيك للاكتئاب وفقا لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي

المتغير	الفئات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الجنس	ذكور	69	11.62	8.28
	إناث	236	13.12	8.02
المستوى الدراسي	بكالوريوس	183	11.54	6.37
	دراسات عليا	122	14.66	9.87
	الكلي	305	12.78	8.09

يتضح من الجدول رقم (5) وجود فروق ظاهرية بين درجات الطلبة على مقياس بيك للاكتئاب، وفقا لمتغير الجنس والمستوى الدراسي (بكالوريوس، دراسات عليا) ولمعرفة فيما إذا كانت هذه الفروق دالة إحصائيا تم جراء تحليل التباين الثنائي (2*2) وفيما يلي عرض لهذه النتائج:

الجدول (6): نتائج تحليل التباين الثنائي (2*2) لدلالة الفروق في مستوى الاكتئاب وفقا لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة
الجنس	274.98	1	274.98	4.40	0.037*
المستوى الدراسي	867.56	1	867.56	13.87	0.000*
الخطأ	18888.08	302	62.54		
الكلي	19875.72	304			

*دال إحصائيا عند مستوى الدلالة(α=0.05)

يتضح من الجدول رقم (6) وجود فروق دالة إحصائيا في الاكتئاب تعزي لكل من:

- متغير الجنس حيث كانت قيمة ف (4.40) وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0.05)، ولقد كانت هذه الفروق لصالح الإناث كما يتضح من الجدول رقم (5) فلقد كان المتوسط الحسابي للإناث (13.12) والمتوسط الحسابي للذكور (11.62).وتتفق هذه النتيجة مع الكثير من الدراسات منها (1997،الأنصاري،2002،عبد القوي،1995المشعان، 1993،السيد) ومن الأسباب التي يقدمها الباحثون على تفوق الإناث على الذكور في مقاييس الاكتئاب أن المرأة أكثر تحملا للاكتئاب من الرجل، وأن الاكتئاب بالنسبة لها يحدث كنتيجة لأسباب شخصية في علاقاتها مع الآخرين، بينما يحدث الاكتئاب لدى الرجل لأسباب تتعلق بالإنجاز. فالنساء ونتيجة لشعورهن بالعجز فإنهن يظهرن الاكتئاب لاستدرار الحب وجلب الدعم والعطف والشفقة من الآخرين، بالإضافة إلى تعرض المرأة للقهر وعدم مساواتها بالرجل. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة عبد القوي (2002)
- متغير المستوى الدراسي حيث كانت قيمة ف (13.87) وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0.05)، ولقد كانت هذه الفروق لصالح طلبة الدراسات العليا كما يتضح من الجدول رقم (5) فلقد كان المتوسط الحسابي لطلبة الدراسات العليا(14.66) والمتوسط الحسابي لطلبة البكالوريوس(11.54). يمكن تفسير هذه النتيجة نظرا لما يعانيه طلبة الدراسات العليا من ضغوطات متزايدة تتعلق بالجانب الاقتصادي ومن ناحية أخرى فإن طلبة الدراسات العليا معظمهم من الفئة العاملة والذي بدوره يعمل على زيادة الضغط النفسي لديهم بالإضافة إلى العبء الأسري لديهم حيث أن معظمهم من المتزوجين، كما أن العبء الدراسي لديهم يختلف عن العبء الدراسي في مرحلة البكالوريوس.

السؤال الخامس:

هل توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0.05) في مستوى القلق تعزى لمتغيري(الجنس والمستوى الدراسي)؟

للإجابة عن السؤال الخامس تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعياري للقلق لدى الطلبة وفقا لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي، كما تم استخدام تحليل التباين الثنائي لدراسة دلالة الفروق بين فئات متغير الجنس والمستوى الدراسي، وفيما يلي عرض لهذه النتائج:

الجدول (7). المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية على مقياس سبيلبرغر للقلق وفقا لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي

المتغير	الفئات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الجنس	ذكور	69	43.23	13.93
	إناث	236	49.67	12.22
المستوى الدراسي	بكالوريوس	183	52.86	10.76
	دراسات عليا	122	41.23	12.71
	الكلي	305	48.21	12.89

يتضح من الجدول رقم (7) وجود فروق ظاهرية في درجات الطلبة على مقياس سبيلبرغر لسمة القلق وفقا لمتغير الجنس والمستوى الدراسي (بكالوريوس، دراسات عليا)، ولمعرفة فيما إذا كانت هذه الفروق دالة إحصائيا تم جراء تحليل التباين الثنائي (2*2) وفيما يلي عرض لهذه النتائج:

الجدول (8).نتائج تحليل التباين الثنائي (2*2) لدلالة الفروق في مستوى القلق وفقا لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة
الجنس	773.80	1	773.80	5.86	0.016
المستوى الدراسي	8471.49	1	8471.49	64.20	0.000
الخطأ	39847.36	302	131.94		
الكلي	50528.57	304			

يتضح من الجدول رقم (8) وجود فروق دالة إحصائيا في القلق تعزي لكل من:

- متغير الجنس حيث كانت قيمة ف (5.86) وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0.05)، ولقد كانت هذه الفروق لصالح الإناث كما يتضح من الجدول رقم (7) فلقد كان المتوسط الحسابي للإناث (49.67) والمتوسط الحسابي للذكور (43.23). تتفق هذه النتيجة مع الكثير من الدراسات منها (حبيب،1991، spielberger،1983) ويعزى ذلك إلى نظرة المجتمع السلبية للإناث مما يتسبب في زيادة الضغط النفسي لديهم، كما أن الثقافة المجتمعية تفرض قيود على الإناث تحد من مشاركتهم في الأنشطة داخل الجامعة مما يزيد من ضغطهم النفسي.
- متغير المستوى الدراسي حيث كانت قيمة ف (64.20) وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0.05)، ولقد كانت هذه الفروق لصالح طلبة البكالوريوس كما يتضح من الجدول رقم (7) فلقد كان المتوسط الحسابي لطلبة البكالوريوس (52.86) والمتوسط الحسابي لطلبة الدراسات العليا (41.23). يمكن تفسير هذه النتيجة نظرا لطبيعة هذه المرحلة الانتقالية وما تفرضه البيئة الجامعية من ضغوطات باعتماد الطالب على نفسه بإنجاز متطلباته الجامعية.

التوصيات

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها؛ تقدم الدراسة مجموعة من التوصيات الآتية:

1- إجراء دراسات تبحث في العلاقة بين القلق والاكتئاب على عينة أشمل تتضمن طلبة الجامعة بمختلف تخصصاتهم.

2- تطبيق برامج ارشاد تستهدف خفض مستوى القلق لدى طلبة البكالوريوس في كلية العلوم التربوية في مركز الإرشاد النفسي في الجامعة الجهة المعنية.

3- تطبيق برامج ارشاد تستهدف خفض مستوى الاكتئاب عند طلبة الدراسات العليا في كلية العلوم التربوية في مركز الإرشاد النفسي في الجامعة الجهة المعنية.

4- إجراء دراسة للكشف عن ممارسات أعضاء هيئة التدريس التي تزيد من مستوى القلق لدى الطلبة من وجهة الطلبة، واقتراح ممارسات بديلة تحفز الطلبة على التعلم دون رفع مستوى القلق لديهم.

المصادر والمراجع

أبو حجلة، ن. (2012). *الطب النفسي - التشخيص والعلاج*. (ط1). عمان : دار زهران للنشر والتوزيع.

أبو حسونة، ن. (2016)، مستوى أعراض الاكتئاب لدى طلبة جامعة إربد الأهلية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. *مجلة المنارة للبحوث والدراسات*، 22(4).

بدر، أ. (2021) فاعلية برنامج ارشادي جماعي قائم على العلاج بالتقبل والالتزام في خفض أعراض الاكتئاب والقلق والشعور بالنقص لمجموعة من المطلقات السعوديات. *مجلة كلية التربية، أسيوط*، 37(12)، 300-347.

بيك، ج. (2007). العلاج المعرفي الأسس والأبعاد. (ط1). القاهرة: المركز القومي للترجمة.

حسن، م. (2006) الاكتئاب مرض العصر: الأسباب وسيل العلاج. *مجلة التربية قطر*، (159)، 50-65.

حليمة، ف.، وعبدالسلام، إ. (2021). مذكرة مكملة لنيل شهادة ليسانس في علم النفس تخصص علم النفس العيادي. *جامعة محمد بوضياف، الجزائر*.

حمدي، ن.، والرواد، ذ. (2014) تطوير برنامجي إرشاد جشطالتي وعقلي انفعالي واستقصاء فاعليتهما في خفض القلق لدى طلبة الجامعة. مجلة العلوم التربوية، 4(1)، 592-611.

حمدي، ن.، أبو حجلة، ن.، وأبو طالب، ص. (1988). البناء العاملي ودلالات صدق وثبات صورة معربة لقائمة بيك للاكتئاب. *دراسات: العلوم التربوية*، 15(1)، 30-40.

الرفاعي، ن. (2003). الصحة النفسية، دراسة في سيكولوجية التكيف. (ط9). دمشق: جامعة دمشق.

الزغاليل، أ. (2002) مستوى القلق لدى طلبة البكالوريوس في جامعة مؤتة وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى. *مجلة كلية التربية*، 18(3)، 30-2.

سوين، ر. (1988). *علم الأمراض النفسية والعقلية*. (ط1). الكويت: مكتبة الفلاح للنشر.

شارف، س. (2021). *الاكتئاب لدى المراهقات المسعفات. رسالة ماجستير غير منشورة*، جامعة العربي بن مهيدي، الجزائر.

عبد القوى، س. (2002). أساليب التعامل مع الضغوط والمظاهر الاكتئابية لدى عينة من طلبة وطالبات جامعة الإمارات. *حوليات آداب عين شمس، جامعة عين شمس، مصر*، 30، 309-361.

عبد الخالق، أ. (2000). *الدراسات التطورية للقلق*. (ط3). الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

عثمان، ع. (2006) *درجة القلق لدى طلبة جامعات الضفة الغربية في فلسطين وعلاقتها ببعض المتغيرات. رسالة ماجستير غير منشورة*، جامعة القدس، فلسطين.

عزيم، أ. (2020) اضطراب القلق المعمم لدى طلبة جامعة السليمانية. *مجلة كلية العلوم الاسلامية*، (64).

عسيري، ع. (2007). *مستويات القلق لدى طلبة جامعة الملك سعود بالرياض. رسالة ماجستير غير منشورة*، جامعة الملك سعود، الرياض، السعودية.

القواسمة، أ.، وحمادة، ر. (2011). دلالات الصدق البنائي لمقياس القلق كسمة والقلق كحالة. *المجلة التربوية الدولية المتخصصة*، 4(6)، 1-10.

القرعان، م. (2020). اضطراب الاكتئاب الجسيم لدى طلبة الجامعات الأردنية: انتشاره وميكانيزمات الدفاع المتنبئة به. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية، جامعة اليرموك*، 17(4)،607-627.

كراملينغر، ك. (2002). *مايوكلينك: حول الاكتئاب*. (ط1). بيروت: الدار العربية للعلوم.

كنز، ن. (2014). الاكتئاب النفسي لدى طلاب الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات. *مجلة كلية التربية ليبيا*، 1.

منديل، ف. (2021). الاكتئاب وعلاقته بالتدين لدى طلبة الجامعة. *مجلة لارك للفلسفة واللسانيات والعلوم الاجتماعية*، 4(34).

ميخائيل، ا. (2003). دراسة لمقياس القلق بوصفه حالة وسمة على عينة من طلبة الجامعات السورية. *مجلة جامعة دمشق*، 19(2)، 11-71.

اليماني، م.، وعبد الخالق، أ. (2004). التمييز بين مرضى القلق ومرضى الاكتئاب بواسطة الأعراض الجسمية. *مجلة الدراسات النفسية، القاهرة*، 14(1)، 123-152.

References

Al-Qaisy, L. M. (2011). The relation of depression and anxiety in academic achievement among group of university students. *Int J Psychol Couns*, *3*(5), 96-100.

American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental of Disorders.* (4th ed.). Washington.

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. https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.10.054.

Julian, l. (2011). State-Trait Anxiety Inventory (STAI), Beck Anxiety Inventory (BAI), and Hospital **A**nxiety b and Depression Scale-Anxiety (HADS-A). *Arthritis Care & Research***,** 630(11), 467–472

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.

Shigematsu, S. (2002). Psychological Barriers for International Students in Japan. *International Journal for the advancement of counseling*, 24(1), 19-30.

Walker, C. (2008). What is Depression?. New York: Springer.