المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية
ISSN: 2682-2865
The Online ISSN : 2682-4248
المجلد06/العـدد: 02 (يونيو 2024)، ص ص 161 - 184

مستوى الصحة النفسية لدى طالبات كلية الآداب- أبوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم بالسودان

The level of Mental Health among Students of the Faculty of Arts-Abuguta of the Holy Quran and Taseel of Science University Sudan

د/ محمد علي محمد علي الضو
كلية التربية – جامعة بخت الرضا (السودان) Email: Abuharith101@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2024/04/22 تاريخ القبول: 2024/05/27 تاريخ النشر: 2024/06/30
Doi: 10.21608/gfsc.2024.362565

مستخلص البحث:

تهدف الدراسة إلى تعرف مستوى الصحة النفسية لدى عينة من طالبات كلية الآداب- أبوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم، والكشف عمّا إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابة أفراد عينة الدراسةتُعزى لمتغير السكن (داخل، خارج) الجامعة، ولتحقيق هدف الدراسة استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي، وتكوّنت عينة الدراسة من (٤٢) طالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. قام الباحث بإعداد استبانة الصحة النفسية، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج، منها: أن مستوى الصحة النفسية لدى طالبات كلية الآداب جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم كان بدرجة مرتفعة، وأنه توجد فروق بين المتوسطات الحسابية لاستجابات الطالبات تُعزى إلى متغير السكن ولصالح الطالبات ذوات السكن الداخلي.

الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية، كلية الآداب، جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم.

المؤلف المرسل: د/ محمد علي محمد الضو Email: Abuharith101@gmail.com

Abstract:

The study aimed to identify the level of Mental Health of a sample of students of the Faculty of Arts - Abuguta, of the Holy Quran and Taseel of Science University, and to find out any statistically significant differences between the means of the sample members due to the variable student accommodation (internal/external) University. To achieve this objective, the researcher used the descriptive survey method on a sample which consisted of (42) students, girls who were randomly selected. *The researcher prepared a questionnaire of mental health*. The study results revealed that the degree of the level of mental health for students of the Faculty of Arts University of Holy Quran and Taseel Science was high. There were also significant differences in the mean of students' responses in the variable student accommodation for internal accommodation

Key Words Mental Health, Faculty of Arts, University of Holy Quran and Taseel Science.

مقدمة:

الصحة النفسية هي من المصطلحات التي تحتل جانباً مهماً في الدراسات والبحوث النفسية والتربوية الحديثة، لذا يمكن القول أنها تؤدي دوراً مهماً في التأثير على سلوك الفرد في حياته اليومية سواء كان هذا الفرد في المنزل أو المدرسة أو المجتمع أو المواقف الحياتية العامة، لأن الفرد ذو الصحة النفسية السليمة تكون بمقدار تحمله للمشكلات والضغوط الحياتية، وقدرته على التصرف إزائها فضلاً عن سلامته من الضغوط النفسية، ولهذا تؤثر الحياة الأسرية والاجتماعية في التوافق النفسي لدى الفرد سواء كانت سلباً أو ايجاباً وذلك حسب المواقف التي يمر بها الفرد في الحياة. لأن السلوك غير الملائم غالباً ما يكون مصدر الصعوبات والمشكلات التي يمر بها الفرد، عندما يتعامل مع مجتمعه الذي يعيش فيه فإننا نجده متوافق مع هذا المجتمع.وبما أن الطالبات يعتبرن أكثر عرضة للضغوط الحياتية والصعوبات والمشكلات فهن بحاجة ماسة للتوافق النفسي والمرور بصحة نفسية سليمة حتى يحققن النجاح المطلوب في دراستهن.

على مدى حياة الفرد يشهد درجات مختلفة من الضغط، القلق، خيبات الأمل، ينجح بعض الناس في مواجهة هذه المشاكل، ولكن يحتاج البعض الآخر المساعدة لإعادة حالة التوازن في حياتهم، وفي الوقت الحاضر تمثل مشاكل الصحة العقلية أو النفسية أهم التحديات التي تواجه تحقيق الصحة النفسية العمومية ولكنها لا تلقى نفس الدرجة من الاهتمام، ولذلك تأتي أهمية رصد مدى تمتع فئة الطلبة الجامعيين بالصحة النفسية باعتبارهم نخبة المجتمع ومخزونه المستقبلي لتحقيق التنمية لهذا المجتمع. (سعيد ونواصر، ٢٠١٦: ١٦٢).

تعد الصحة النفسية لدى الطالبة الجامعية إحدى الحاجات المهمة للشخصية الإنسانية والتوافق النفسي والاجتماعي وإثبات الذات في المجتمع، لذلك فإن تحقيق الطالبة الجامعية لمستوى مرتفع من الصحة النفسية يساهم كثيراً في تطوير توقعات إيجابية بشأن تلك المرحلة وما يرافقها من تغيرات والنظر إليها على أنها مرحلة اتخاذ القرار ومرحلة التقييم والاتصال الاجتماعي، ومرحلة التحاور والنقاش حيث تتمكن من خلالها الطالبة الجامعية من حل مشكلاتها وفهم ذاتها وتنميتها، وقبول الآخر وضبط المشاعر والانفعالات المختلفة. (عنو وبادي، ٢٠٢٢: ٢١٢)

٢. مشكلة الدراسة وأسئلتها:

يواجه الطلاب في الجامعة ضغوطات متنوعة نتيجة للمتطلبات التي لا يستطيعون مواجهتها والتغلب عليها، الأمر الذي قد ينعكس سلباً على صحتهم النفسية والتي قد تظهر على شكل أمراض جسدية ونفسية، ولذلك تعتبر المرحلة الجامعية بالنسبة للطالب الجامعي مرحلة مليئة بالتغيرات، حيث أن دخول الطالب للجامعة يعد مرحلة بداية ابتعاده عن أسرته وتجعله في مواجهة مسؤوليات جديدة، وحيث أن الصحة النفسية تعتبر من الموضوعات المهمة التي تناولتها مجموعة من الدراسات، ولأن تحقيق الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي يحقق بالضرورة مؤسسات ذات طابع علمي وتربوي تتمتع بالسلامة وقادرة على النمو والسير نحو الأفضل، وانطلاقاً مما سبقتحددت مشكلة الدراسة الحالية في التعرف على مستوى الصحة النفسية لطالبات كلية الآداب- أبوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم، و بالتحديد انحصرت مشكلة الدراسة في الإجابة عن الأسئلة الآتية:

- ما مستوى الصحة النفسية لطالبات كلية الآداب- أبوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم؟
- هل يختلف مستوى الصحة النفسية لطالبات كلية الآداب- ابوقوتة جامعة القرآن الكريم تبعاً لاختلاف نوع السكن (داخل، خارج) الجامعة؟

٣. أهداف الدراسة:

سعت الدراسة إلى تحقيق الأهداف التالية من خلال التعرف على:

- مستوى الصحة النفسية لطالبات كلية الآداب- أبوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم.
- الفروق في مستوى الصحة النفسية لطالبات كلية الآداب- أبوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم تبعاً لمتغير السكن (داخل، خارج) الجامعة.

٤. أهمية الدراسة:

تنبع أهمية الدراسة وتتجلى في ناحيتين، الأهمية النظرية والأهمية التطبيقية:

الأهمية النظرية:

- يرتبط موضوع الصحة النفسية ارتباطاً مباشراً بالتوازن النفسي والاجتماعي للفرد.
- التعرف على مستوى الصحة النفسية يعتبر مؤشراً للتنبوء بمستقبل الفرد الصحي.
- الاستقرار النفسي للطالب الجامعي وتحقيق الذات والتوافق مع المجتمع هو من ضمن محددات الصحة النفسية.

الأهمية التطبيقية:

- تتناول الدراسة موضوع الصحة النفسية لشريحة مهمة من المجتمع وهي طالبات الجامعة وذلك بهدف تحقيق التوافق السليم مع ظروف الحياة.
- تبرز أهمية الصحة النفسية والأساليب المتبعة في تربية ومعاملة المراهقين وأثرها على سلوكهم ولما تسببه من مشكلات دراسية ونفسية و اجتماعية وصحية.

- وكذلك تساعد هذه الدراسة في حل مشكلات المراهقين وبالتالي يصبح معظم المراهقين متوافقين عند معرفة أثر الصحة النفسية.
- كما تبرز أهمية الدراسة في أن تكون سنداً لتعاون المراهقين في حل مشكلاتهم وتساعدهم على توافقهم النفسي والاكاديمي والاجتماعي، وتعتبر طالبات كلية الآداب- ابوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم في مرحلة المراهقة، وهي المرحلة المعنية بالإهتمام بالصحة النفسية وصولاً إلى التوافق النفسي السليم بما يحقق نجاح العملية التعليمية.

٥. حدود الدراسة:

تحددت هذه الدراسة بالحدود الموضوعية والزمانية والمكانية والبشرية كما يلي:

- **الحدود الموضوعية:** يقتصر موضوع الدراسة على مستوى الصحة النفسية لدى طالبات كلية الآداب- أبوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم السودان.
- **الحدود الزمانية:** اقتصر تطبيق الدراسة على العام الدراسي (٢٠٢٢/٢٠٢٣م).

الحدود المكانية: تقتصر الدراسة على كلية الآداب- أبوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم السودان.

- **الحدود البشرية:** تقتصر الدراسة على طالبات كلية الآداب- أبوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم.

٦. تحديد مصطلحات الدراسة:

- **الصحة النفسية:**

هي "استجابة الفرد لمثيرات التوافق النفسي، والتوافق الاجتماعي بما يحقق السعادة والرضا عن الحياة والتحرر من الاضطرابات النفسية والجسمية." (الصافوري، ٢٠٢١: ٢١١).

وهي "شعور الفرد بنوع من الطمأنينة التي تجعل منه شخصية متوافقة مع نفسه والآخرين، متوافقاً ذاتياً واجتماعياً مقبلاً على الحياة، راضياً عن نفسه وعن الوجود، ومدركاً لدوافعه وأهدافه، قادراً على العيش بفاعلية في مجتمعه"، (حيدر، ٢٠١٧: ١٠٥).

وقيست إجرائياً في الدراسة الحالية بمجموع الدرجات التي تحصل عليها الطالبات في استبانة الصحة النفسية المطبقة في هذه الدراسة.

٧. الإطار النظري والدراسات السابقة:

أولاً: الإطار النظري:

تعتبر الصحة النفسية من الأمور الرئيسة ومطلباً مهماً وضرورة لحياة الفرد والمجتمع التي يسعى إلى تحقيقها، لذلك اهتم الكثير من علماء النفس بدراسة الصحة النفسية باعتبارها أحد الحاجات الضرورية اللازمة لتعزيز النمو النفسي والاجتماعي السوي، فالفرد في مختلف مراحله العمرية ومسار نموه ابتداءً من الطفولة إلى الشيخوخة في حاجة ماسة للشعور بالطمأنينة النفسية والتوافق والاندماج الاجتماعي. (نور الدين، ٢٠٢٣: ٧٨)

تتداخل الصحة النفسية في كل أنشطة الفرد اليومية، وفي علاقاته مع الآخرين، كما يمكن وصف سلوك الإنسان على أساس صحته النفسية التي لها أهمية بالغة بالنسبة للفرد والمجتمع على حد سواء، حيث أن الفرد المتمتع بالصحة النفسية أقدر من غيره على مواجهة المواقف الحياتية المختلفة مما يجعله يحيا في المجتمع بفاعلية ويشعر بالرضا والسعادة، ولا شك أن المجتمع الذي يتمتع أفراده بالصحة النفسية مجتمع يتسم بالإزدهار والرقي. (بعايري، ٢٠٢٢: ١٧٥)

من أهم العوامل الأسرية المؤثرة في الصحة النفسية للطالب، الصحة النفسية للوالدين والإخوة، وأساليب التنشئة، والمستوى الاقتصادي والاجتماعي، ومنها أيضاً العلاقات بين الوالدين والطالب، والعلاقات بين الإخوة ومركز الطالب في الأسرة سواء كان وحيداً أو الأكبر أو الأصغر، لذا فالصحة النفسية في الأسرة تتطلب مناخاً أسرياً يحقق الحاجات النفسية، تنمية القدرات، تعلم التفاعل الاجتماعي، التوافق النفسي، الأدوار الاجتماعية، تكوين الاتجاهات، معايير السلوك والعادات السلوكية السليمة. (بوفالح وبورزيق، ٢٠١٦: ١١٥)

تعد الصحة النفسية عملية معقدة متشابكة، تتأثر بالعوامل الوراثية والبيئية التي يواجهها الفرد، وهي ليست حالة دائمة غير قابلة للتغيير، بل هي حالة مكتسبة تزيد وتنقص بمعنى أنها تتغير بحسب حالة الفرد الداخلية والخارجية، وبعض الناس لا يشكون من اضطرابات نفسية واضحة، ولكنهم مع ذلك يشعرون بعدم الإطمئنان

والخوف، وذلك بسبب معرفتهم لأنهم قد فشلوفي تحقيق قدر عال من الصحة النفسية ولكي يصلوا إلى النجاح المطلوب. (نادية، ٢٠١٨).

تمثل الصحة النفسية اهم المرتكزات التي تتمحور حولها حياة الأفراد، نظراً للتأثيرات الإيجابية والسلبية التي تصنع واقعهم المعيش، كما أن نهضة أي مجتمع تعتمد بالأساس على مدى سلامة وعافية أفراده، وهذا يعتبر بمثابة القاعدة الصحية لتحقيق جودة الحياة النفسية للأفراد والمجتمعات، وكذلك يمثل الاهتمام بالصحة الفسية وتعزيزها لدى الطلاب صمام أمان ضد الأخطار والحوادث التي تهدد سلامتهم العقلية والنفسية والجسمية ويساهم بتنشئتهم تنشئة إيجابية فعالة. (الأسود، ٢٠٢٠: ٨٣).

تعتبر الصحة النفسية للفرد عاملاً رئيساً ومهماً لتفسير وتحديد فعاليته وانجازه وقوته، فذلك يظهر على تصرفاته وانفعالاته وأساليب تفيكره، فارتفاع مستوى الصحة النفسية يؤدي إلى ارتفاع معدل الدافعية والإنجاز، مما يسهم في تخطي الفرد للصعوبات والضغوط وتقليل سلبياتها. (النيل وخضر وخضر، ٢٠٢٠: ٣٧)

تعتبر الصحة النفسية هي قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه، وهذا يؤدي إلى التمتع بحياة خالية من التأزم والاضطراب مليئة بالتحمس، ويعني هذا أن يرضى الفرد عن نفسه ويتقبل ذاته كما يتقبل الآخرين، فلا يبدو منه ما يدل على عدم التوافق الاجتماعي، كما لا يسلك سلوكاً اجتماعياً شاذاً، بل يسلك سلوكاً معقولاً يدل على اتزانه الانفعالي والعاطفي والعقلي. (رزيقة ويسمينة، ٢٠١٦: ١١٤)

إن معرفة الطلبة لمستوى صحتهم النفسية يعد بمثابة التغذية الراجعة لهم، إذ تعمل الصحة النفسية على تمكين الطلبة من مواجهة الصعوبات والتحديات والضغوط النفسية، وتمكينهم من الاحساس بالسعادة والسرور الأمر الذي ينعكس على أدائهم الأكاديمي، (هيلات والخمايسة، ٢٠١٦).

تعتبر الصحة النفسية عامل أساسي لعيش الإنسان حياة ناجحة وسعيدة، وتتأثر الصحة النفسية بعاملين أساسيين: الذات والبيئة، وإذا احتوت البيئة الاجتماعية والمادية على عناصر تهدد الأمن النفسي للفرد، أحدث ذلك خللاً في صحته النفسية وظهرت عليه مظاهر اختلال الصحة النفسية، إن الأمر مرتبط بعلاقة الفرد بيئته ومدى كون هذه العلاقة سليمة ولا تتخللها أي عثرات. (زيدي وفالح، ٢٠١٦: ٢١٦)

يؤدي المستوى الاقتصادي والاجتماعي دوراً مهماً في حياة الأسرة وأثره على نمو شخصية الأبناء وتوافقهم وصحتهم النفسية، فالأسرة التي تتمتع بحالة جيدة في المستوى الاقتصادي تستطيع أن تنشئ أبنائها تنشئة سليمة تساعدهم على اكتساب العادات الانفعالية والاجتماعية الحسنة، وتساعدهم على اجتياز الأزمات والصعاب النفسية التي يمرون بها، أما الأسرة التي تعاني من سوء الحالة الاقتصادية والاجتماعية فإن ذلك يساعد على قياس الصراعات والمشاحنات بين أفراد الأسرة وهذا يؤثر على اسلوب تعامل وتربية الوالدين مع أبنائهم، (محمود وبخيت، ٢٠٢٠: ٤٨).

على الرغم من الأهمية النفسية لمظاهر الصحة النفسية إلا أن حجر الزاوية أو القول الفصل في الصحة النفسية هو الإقبال على الحياة مع الشعور بالسعادة والرضا، وهذا ما يعبر عنه تفصيلاً بالفاعلية الاجتماعية والعافية النفسية، (حفيظ ومناع، ٢٠١٥: ١١٣).

تعتبر الصحة النفسية من أكثر المواضيع حيوية بشقيها النفسي والجسدي، وهي ذات قيمة يسعى الفرد إلى تحقيق أقصى قدر منها حتى يظل فرداً فاعلاً ومتفاعلاً مع مجتمعه، ولذلك تعد دراسة الصحة النفسية لدى الطلاب أكثر أهمية وذلك لما لهذه الشريحة من المجتمع من أهمية بالغة، وهنا تبرز مسؤولية الأسرة والمدرسة من رعاية واهتمام للطلاب وتنمية الجوانب المعرفية والأخلاقية والروحية لديهم. (أحمد والشيخ، ٢٠١٥: ١٣٨).

ويشير (زهران، ٢٠٠٥) إلى ثلاثة مناهج أساسية في الصحة النفسية وهي :-

- **المنهج الإنمائي:** وهو منهج إنشائي يتضمن زيادة السعادة والكفاية والتوافق لدى الأسوياء والعاديين خلال رحلة نموهم حتى يتحقق الوصول بهم إلى أعلى مستوى ممكن من الصحة النفسية ويتحقق ذلك عن طريق دراسة الإمكانات والقدرات وتوجيهها التوجه السليم (نفسياً، تربوياً، مهنياً) ومن خلال رعاية مظاهر النمو جسمياً وعقلياً واجتماعياً وانفعالياً بما يتضمن اتاحة الفرص أمام المواطنين للنمو السوي تحقيقاً للنضج والتوافق والصحة النفسية.
- **المنهج الوقائي:** يتضمن الوقاية من الوقوع في المشكلات والاضطرابات و الأمراض النفسية ويهتم بالأسوياء والأصحاء قبل اهتمامه بالمرضى ليقيهم من أسباب الأمراض النفسية بتعريفهم بها وإزالتها أول بأول ويرعى نموهم النفسي

السوي ويهيئ الظروف التي تحقق الصحة النفسية، وللمنهج الوقائي ثلاثة مستويات تبدأ بمحاولة منع حدوث المرض ثم محاولة تشخيصه في مرحلته الأولى بقدر الإمكان ثم محاولة تقليل أثر إعاقته وأزمان المرضى، وتتركز الخطوط العريضة للمنهج الوقائي في الإجراءات الوقائية النفسية الخاصة بالنمو النفسي السوي ونمو المهارات الأساسية والتوافق المهني المساند أثناء الفترات الحرجة والتنشئة الاجتماعية السليمة والإجراءات الوقائية الاجتماعية الخاصة بالدراسات والبحوث العلمية، والتقييم والمتابعة، والتخطيط العلمي للإجراءات الوقائية ويطلق البعض على المنهج الوقائي اسم (التحصين النفسي).

- ☒ **المنهج العلاجي:** ويتضمن علاج المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية حتى العودة الى حالة التوافق والصحة النفسية ويهتم هذا المنهج بأسباب المرض النفسي وأعراضه وتشخيصه وطرق علاجه وتوفير المعالجين والعيادات والمستشفيات النفسية. (زهران، ٢٠٠٥: ١٢)

تعد الصحة النفسية لعضو هيئة التدريس أو المعلم بصورة عامه عامل أساسي ومهم في تحقيق الصحة النفسية للطلاب وتكيفهم ويبدو ذلك في مظهرين الأول: أن المعلمين الذين لا يتمتعون بصحة نفسية جيدة يعبرون عن ذلك مباشرة في علاقتهم بطلابهم، فالكثير منهم قدم لمهنة التدريس مدفوعاً بدوافع خاصة، ولاعتبار مهنة التدريس أقل قسوة أو الرغبة في السيطرة على الموقف، الثاني: دور المعلم في تكوين الاتجاهات النفسية للتلاميذ، ولما كان المعلمون يسيطرون على كل نشاط يقوم به الطفل فيصبحون من العوامل الحاسمة سواء في نفور الطفل من العمل، أو الشعور بالملل والضيق، أو بلادة التفكير أو في اكتساب دوافع ايجابية، إن الصحة النفسية للمعلم يمكن أن تبدو من خلال المظهر الخارجي والتفاعل المباشر، (عبد الله، ٢٠٠٤: ٤٥٠)

إن التعرف على مدى تمتع الفرد بالصحة النفسية من عدمه، لا يأتي بالصدفة وإنما لابد أن يكون هناك معايير أو مظاهر يتم من خلالها التعرف على الصحة النفسية للفرد ومنها: التوافق الذاتي، والتوافق الاجتماعي، والشعور بالسعادة، وتحقيق الذات، واستغلال القدرات، والنجاح في العمل، والقدرة على حل المشكلات، والاتزان

الانفعالي، والإقبال على الحياة، والراحة النفسية فضلاً عن القدرة على تحمل المسئولية، (الإبراهيم، ٢٠١٠: ٢٠٩)

ثانياً: الدراسات السابقة:

اهتم كثير من الباحثين بموضوع الصحة النفسية وأجريت حولها العديد من الدراسات اختلفت من حيث أهميتها وأهدافها وخصائص العينة المختارة لذلك تم اختيار الدراسات التي لها علاقة مباشرة بموضوع الصحة النفسية لدى الطلبة الجامعيين،

مثل دراسة (راتاناسيريبونق ووانق Ratanasiripong & Wang, 2010)والتي هدفت للكشف عن مستوى الصحة النفسية لدى طلبة التمريض التايلنديين الذين يدرسون بالجامعات الأمريكية، بلغ حجم عينة الدراسة (٢٩١) طالباً، تم استخدام مقياس تقدير ذاتي للصحة النفسية ذو اتجاه إيجابي وسلبي، أظهرت النتائج أن مستوى الصحة النفسية لدى عينة الدراسة كان متوسطاً.

ودراسة كاظم وعبد الكريم (٢٠١١) والتي هدفت إلى استقصاء العلاقة بين الصحة النفسية والخجل لدى عينة من طلبة جامعة بغداد والجامعة المستنصرية، بلغ حجم عينة الدراسة (٢٠٠) طالب وطالبة، استخدم مقياس الصحة النفسية الذي أعدته الجنابي (١٩٩١م)، وأظهرت النتائج أن مستوى الصحة النفسية لدى عينة الدراسة مرتفع.

ودراسة قدورة (٢٠١١) والتي هدفت للكشف عن الصحة النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات، محلية مدني الكبرى، ولاية الجزيرة، ولتحقيق هدف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي، استخدم مقياس الحالة النفسية العامة، بلغ حجم عينة الدراسة (٣٥٣) طالبة، أظهرت نتائج الدراسة أن طالبات المرحلة الثانوية بمحلية مدني الكبرى يتمتعن بمستوى متوسط من الصحة النفسية.

ودراسة موسى (٢٠١٢) والتي هدفت إلى التعرف على مستوى الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار، استخدم المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (٢٩١) معلماً ومعلمة، استخدم مقياس الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية من تصميم الباحث، توصلت الدراسة إلى نتائج منها: ارتفاع الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية.

ودراسة مريم (٢٠١٤) والتي هدفت لقياس مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة، والتعرف فيما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الإقامة الجامعية (الداخلي، الخارجي)، تم اتباع المنهج الوصفي التحليلي، استخدم مقياس الصحة النفسية، بلغ حجم عينة الدراسة (٢١٣) طالبة، توصلت الدراسة إلى عدة نتائج منها: أن مستوى الصحة النفسية لدى عينة الدراسة مرتفع، وأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغير الإقامة الجامعية، ولصالح الطلبة ذوي الإقامة الداخلية.

ودراسة قمر (٢٠١٦) التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين الصحة النفسية والذكاء الوجداني، بالإضافة إلى تأثير بعض المتغيرات (الجنس، التخصص، المستوى الدراسي)، لدى طلبة كلية مروي التقنية، استخدم المنهج الوصفي، تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالب وطالبة، استخدم الباحث مقياس الصحة النفسية، وجدت الدراسة أن مستوى الصحة النفسية جاء بدرجة مرتفعة، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية تعزى لمتغيرات (الجنس والتخصص)، ووجود فروق في متغير المستوى الدراسي ولصالح المستوى الثاني،

ودراسة هيلات والخمايسة (٢٠١٦) والتي هدفت لمعرفة مستوى الصحة النفسية لدى طالبات العلوم التربوية في كلية الأميرة عالية الجامعية، استخدم المنهج الوصفي، تم تطبيق مقياس العكايشي (٢٠٠٤) للصحة النفسية، تكونت عينة الدراسة من (١٣٨) طالبة، أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الصحة لدى عينة الدراسة كان متوسطاً.

ودراسة حيدر (٢٠١٧) بهدف التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى طلاب كلية التربية بالجامعة الأسمرية، تكونت عينة الدراسة من (٧٠) طالباً وطالبة، تم استخدام مقياس الصحة النفسية، أظهرت النتائج أن مستوى الصحة النفسية لدى عينة الدراسة كان مرتفعاً، عدم وجود فروق تعزى للسنة الدراسية.

ودراسة بلقندوز (٢٠١٧) والتي هدفت لمعرفة واقع الصحة النفسية لدى طلبة جامعة عبد الحميد بن باديس- مستغانم، اتبعت الباحثة المنهج الوصفي، واعتمدت الدراسة على مقياس كولدبيرج للصحة النفسية، بلغ حجم عينة الدراسة (٥٥) طالباً

وطالبة، وتوصلت الدراسة إلى وجود مستوى عال من الصحة النفسية لدى طلبة جامعة عبد الحميد بن باديس

ودراسة الحابيس والسيدة والحابيس Alhabees & Alsaida & Alhabees,2018 والتي هدفت لمعرفة مستوى الصحة النفسية لدى طلبة جامعتي اليرموك الحكومية وجامعة جدارا الخاصة، تكونت عينة الدراسة من (٤٥٥) طالباً وطالبة، (٢٠٣) من جامعة جدارا، و (٢٥٢) من جامعة اليرموك، استخدم مقياس الصحة العامة لكولبيرج، أظهرت النتائج أن مستوى الصحة النفسية للعينة ككل أعلى من المتوسط بقليل، أيضاً أن مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الجامعات الخاصة أعلى من مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الجامعات الحكومية.

ودراسة عجوة (٢٠١٩) التي هدفت للتعرف على مستوى الصحة النفسية لدى طلبة جامعة السلطان قابوس، شملت عينة الدراسة (١٨٣) طالباً وطالبة، تم استخدام المنهج الوصفي، استخدم مقياس الصحة النفسية، أظهرت النتائج أن مستوى الصحة النفسية لدى طلبة جامعة السلطان قابوس كان متوسطاً.

ودراسة الأسود (٢٠٢٠) التي هدفت التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى طلبة جامعة الوادي، اتبع المنهج الوصفي، تكونت عينة الدراسة من (٨٠) طالباً وطالبة، تم تبني مقياس الصحة النفسية (القريظي والشخص، ١٩٩٢)، أظهرت النتائج أن مستوى الصحة النفسية لدى طلبة جامعة الوادي كان مرتفعاً.

ودراسة الوعيل (٢٠٢١) بهدف التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى طالبات كلية التربية في جامعة الأميرة نورة، تكونت عينة الدراسة من (٢٠١) طالبة، طبق مقياس الصحة النفسية المعد من قبل عبد المطلب القريظي وعبد العزيز الشخص (١٩٩٠)، وأظهرت النتائج وجود مستوى معتدل من الصحة النفسية لدى عينة الدراسة.

ودراسة الطائي (٢٠٢١) التي هدفت للتعرف على مستوى الصحة النفسية لطلبة الجامعة كلية التربية الأساسية، الجامعة المستنصرية، تكونت عينة الدراسة من (١٥٠) طالب وطالبة، استخدم مقياس الصحة النفسية تعريب ياسين النعمة وعامر عباس حسين (١٩٨٦)، أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الصحة النفسية لدى عينة الدراسة مرتفع.

ودراسة البادبة (٢٠٢٢) والتي هدفت للكشف عن مستوى الصحةالنفسية لدى عينة من معلمي محافظة الظاهرة بسلطنة عمان، تكونت عينة الدراسةمن (٤٠٠) معلماً ومعلمة، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، كما استخدمت مقياس الصحة النفسية إعداد (عبد الخالق، ٢٠١٦)، أظهرت النتائج وجود مستوى مرتفع للصحة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة.

تعقيب على الدراسات السابقة:

تناولت الدراسة الحالية الصحة النفسية لدى طالبات كلية الآداب- أبوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم، وانطلاقاً مما سبق من عرض لأدبيات الدراسة نلاحظ أن بعض الدراسات السابقة التي تم عرضها اهتمت بمستويات الصحة النفسية وعلاقتها بمتغيرات أخرى كما هو في دراسة كاظم وعبد الكريم (٢٠١١) والتي درست الصحة النفسية وعلاقتها بالخجل لدى طلبة الجامعة، ودراسة قمر (٢٠١٦) التي درستالصحة النفسية والذكاء الوجداني وعلاقتهما ببعض المتغيرات، ودراسة محمود وبخيت (٢٠٢٠) والتي درست الصحة النفسية وعلاقتها بالذاكرة والمستوى الاقتصادي والاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة الأساس بمحلية بحري ولاية الخرطوم أما من حيث العينة تناولت كل الدراسات المستعرضة طلبة الجامعة ما عدا دراسة البادبة (٢٠٢٢)،ودراسة موسى (٢٠١٢)،التي تناولت المعلمين، ودراسة قدورة (٢٠١١)، التي تناولت طالبات المرحلة الثانوية، واتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة التي تم عرضها في أنها تستهدف قياس مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة، كما اتفقت الدراسة الحالية مع جميع الدراسات السابقة في اعتمادها على المنهج الوصفي والاستبانة كأداة لجمع البيانات، تشير بعض الدراسات السابقة إلى وجود مستوى مرتفع من الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة كدراسة كاظم وعبد الكريم (٢٠١١)،ودراسة موسى (٢٠١٢)، ودراسة مريم (٢٠١٤)، ودراسة قمر (٢٠١٦)، ودراسة حيدر (٢٠١٧)،ودراسة بلقندوز (٢٠١٧)، ودراسة الأسود (٢٠٢٠) ، ودراسة الطائي (٢٠٢١) ، ودراسة البادبة (٢٠٢٢)، ودراسة الحابيس والسيدة والحابيس & Alhabees Alsaida & Alhabees,2018،بينما أشارت: بعض الدراسات السابقة إلى وجود مستوى متوسط للصحة النفسية كدراسة راتاناسيريبونق ووانق Ratanasiripong & Wang, 2010، وهيلات والخمايسة (٢٠١٦)، ودراسة قدورة (٢٠١١)، ودراسة عجوة (٢٠١٩)،

ودراسة الوعيل (٢٠٢١). ويرى الباحث أن الدراسة الحالية استفادت من الدراسات السابقة في إثراء الإطار النظري وبناء أداتها ويشير كذلك ارتفاع مستوى الصحة النفسية لدى طالبات كلية الآداب أبوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم إلى أن الطالبات يقمن بإنجاز أعمالهن دون تخيرأخيأخير، ويحترمن مشاعر بعضهن البعض ولديهن علاقات صداقة قوية، ويشعرن بالكفاءة عند إنجاز أي عمل وذلك بتحمل المسؤولية في أداء الواجبات.

٨. إجراءات الدراسة:

- **منهج الدراسة:**

تم اعتماد الدراسة على المنهج الوصفي المسحي لملاءمته لأغراض الدراسة الحالية وباعتباره متداولاً في الدراسات النفسية والتربوية، وذلك لاهتمامه بوصف الظاهرة النفسية بدقة.

- **مجتمع وعينة الدراسة:**

تكون مجتمع الدراسة الحالية من طالبات كلية الآداب- أبوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم والذين يبلغ عددهم (١٨٥) طالبة للعام الدراسي (٢٠٢٢/٢٠٢٣)، أما اختيار عينة الدراسة فقد كان بالطريقة العشوائية حيث تكونت من (٤٢) طالبة بنسبة (٢٢.٧%) من مجتمع الدراسة الكلي.

- **أداة الدراسة:**

استخدم الباحث استبانة الصحة النفسية بعد أن قام بإعدادها، وبعدد فقرات بلغ (٢٣) فقرة، حيث وضعت ضمن مقياس خماسي، الذي يتكون من خمسة خيارات: (أوافق بشدة، أوافق، أوافق لحد ما، لا أوافق، لا أوافق بشدة)، وذلك بإعطاء الخيار (أوافق بشدة) خمس درجات، (أوافق) أربع درجات، (أوافق لحد ما) ثلاث درجات، و(لا أوافق) درجتان، و(لا أوافق بشدة) درجة واحدة، وعكس الدرجات في حالة العبارات السلبية.

١.٨ الخصائص السايكومترية للمقياس:

أولاً: الصدق الظاهري:

وللتأكد من صدق أداة الدراسة قبل التطبيق باستخدام صدق المحتوى قام الباحث بعرضها على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص والخبرة والكفاءة في علم النفس والمناهج وطرائق التدريس بكليات التربية، وذلك لتحكيمها وإبداء آرائهم في صياغة فقراتها، ومن خلال آراء المحكمين أكدوا أن الأداة صادقة بعد إجراء التعديلات على فقرات الاستبانة، وبعد الأخذ بآراء المحكمين استقرت الاستبانة على (٢٣) فقرة.

ثانياً: صدق الاتساق الداخلي:

وللتأكد من صدق الاتساق الداخلي لأداة الدراسة بعد الانتهاء من إجراءات المحكمين، طبقت على عينة استطلاعية عددها (١٨) طالبة من كلية الآداب- أبوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم، ومن ثم استخرجت معاملات صدق الاتساق الداخلي بحساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من الفقرات مع الدرجة الكلية، ويلاحظ أن قيم معاملات الارتباط لكل فقرة مع الدرجة الكلية كانت هناك عبارات ضعيفة وأخرى سالبة الارتباط، مما حدا بالباحث إلى حذف العبارات الضعيفة والسالبة وعددها أربعة عبارات، وعليه يصبح المقياس في صورته النهائية (١٩) عبارة.

- **ثبات أداة الدراسة:**

ولمعرفة الثبات للدرجة الكلية للمقياس في صورته النهائية المكونة من (١٩) فقرة في مجتمع الدراسة الحالية تم تطبيق معادلة التجزئة النصفية بواسطة معادلة (سبيرمان براون)، كما تم أيضاً استخدام الاتساق الداخلي بواسطة معادلة (ألفا كرونباخ) على بيانات العينة الأولية، وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول (١).

جدول (١): نتائج معاملات الثبات للقياس

المقياس	عدد الفقرات	الخصائص السيكومترية	
		معامل ألفا	سبيرمان براون
الصحة النفسية	١٩	٠.٧٥٣	٠٦٩٢

يلاحظ من الجدول (١) أن معاملات الثبات مرتفعة ومناسبة لأغراض الدراسة.

المعالجات الإحصائية:

تم استخدام برنامج SPSS لإجراء إحصاءات وصفية متمثلة في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإجابة عن السؤال الأول، واختبار (ت) لعينتين مستقلتين للإجابة عن السؤالالثاني، ومعامل ارتباط بيرسون الخطي للإجابة عن السؤال الثالث.

ولتحديد معايير الحكم على تقديرات أفراد العينة على الأداة تم اتباع الخطوات الإحصائية الآتية:

تحديد المدى = أعلى درجة متوقعة للاستجابة – أقل درجة.

٥ – ١ = ٤

تحديد طول الفئة = المدى ÷ عدد الفئات = ٤ ÷ ٥ = ٠.٨٠

وبالتالي تكون الفئات كما هو مبين في جدول (٢)

جدول (٢) حدود فئات المقياس والتقدير اللفظي لها

حدود الفئة	١ – ١.٨٠	١.٨١ – ٢.٦٠	٢.٦١ – ٣.٤٠	٣.٤١ – ٤.٢٠	٤.٢١ – ٥.٠٠
التقدير اللفظي	قليلة جداً	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جداً

عرض ومناقشة النتائج:

عرض ومناقشة نتائج السؤال الأول:مامستوى الصحة النفسية لطالبات كلية الآداب- أبوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم؟وللإجابة عن هذا السؤال استخدم الباحث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، لكل فقرات الاستبانة).استخدم الباحث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على الدرجات الكلية لاستبانة الصحة النفسية كما هو موضح في الجدول (٣).

الجدول رقم (٣): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجة لاستبانة الصحة النفسية حسب استجابات أفراد عينة الدراسة.

الاستبانة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
الصحة النفسية	٣.٥٩٨	٠.٤٩٢	كبيرة

يتضح من الجدول (٣) أن المتوسط الحسابي لاستبانة الصحة النفسية (٣.٥٩٨) وهذه القيمة تشير إلى أن مستوى الصحة النفسية لطالبات كلية الآداب- أبوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم كان بدرجة كبيرة. ويعزو الباحث تلك النتيجة إلى البيئة التي تعيش فيها الطالبات وحالة الاستقرار النفسي التي تسود بينهن ويعود ذلك إلى طبيعة التنشئة الاجتماعية لديهن، وأساليب المعاملة الوالدية الجيدة والانسجام النفسي في العائلة والتفاعل الإيجابي بين الأفراد مما يساعدهم في وضع أسس متينة لصحتهم النفسية، وكذلك انسجام الطالبات مع ذواتهم ومحيطهم الاجتماعي، سواء الأسري أو التربوي، مما يجعلهن في حالة توازن نفسي إلى درجة مقبولة، حيث أن أغلب الطالبات يعشن في بيئة ريفية تتحقق فيها درجات السلامة النفسية بدرجة كبيرة. وكذلك إلى طبيعة العلاقات الاجتماعية داخل الوسط الجامعي، حيث يسهم التفاعل الاجتماعي بين الطالبات فيما بينهن ومع أساتذتهم في النمو السليم لشخصياتهم من كافة جوانبها، وهذا يعتبر مؤشراً للصحة النفسية الجيدة التي يتمتعن بها. كما أن طالبات الجامعة في هذه المرحلة العمرية أكثر حاجة إلى التعايش مع الآخرين، وإقامة علاقات اجتماعية سليمة، وأن المناخ الجامعي الذي يعشن فيه تسوده الحرية في التعامل والذي مكن الطالبات من التعبير عن آرائهم وافكارهم مما يشعرهن بالإطمئنان والراحة النفسية ويجعلهن ينظرن إلى الحياة نظرة تفاؤلية، وذلك يؤدي ويقود إلى الصحة النفسية الجيدة. واتفقت نتيجة هذه الدراسة مع الدراسات التي تشير إلى وجود مستوى مرتفع من الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة كدراسة كاظم وعبد الكريم (٢٠١١)، ودراسة مريم (٢٠١٤)، ودراسة قمر (٢٠١٦)، ودراسة حيدر (٢٠١٧)، ودراسة بلقندوز (٢٠١٧)، ودراسة الأسود (٢٠٢٠) ، ودراسة الطائي (٢٠٢١)، ودراسة الحابيس والسيدة والحابيس Alhabees& Alsaida & Alhabees,2018، بينما اختلتفت مع دراسة راتاناسيريبونق ووانق Ratanasiripong & Wang, 2010، وهيلات والخمايسة (٢٠١٦)، ودراسة قدورة (٢٠١١)، ودراسة عجوة (٢٠١٩)، ودراسة الوعيل (٢٠٢١). والتي أشارت إلى وجود مستوى متوسط للصحة النفسية

واستخدم الباحث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات استبانة الصحة النفسية كما هو موضح في الجدول (٤) والبالغ عددها (١٩) عبارة.

الجدول رقم (٤): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات استبانة الصحة النفسية حسب استجابات طالبات كلية الآداب أبوقوتة جامعةالقرآن الكريم وتأصيل العلوم

م	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة	الترتيب
١	عادة أحاول إنجاز عملي دون تأخر	٤.٢١٤	٠.٨١٣	كبيرة جداً	٥
٢	احترم مشاعر الآخرين	٤.٥٤٨	٠.٦٧٠	كبيرة جدا	١
٣	أعتقد أن زملائي يهتمون بآرائي وأفكاري	٣.٤١٠	٠.٩٦٤	كبيرة	١١
٤	أشعر بالكفاءة عند إنجاز عملي	٤.٠٠٠	٠.٨٥٥	كبيرة	٧
٥	علاقتي وثيقة مع أصدقائي	٤.٢٨٦	٠.٨٦٤	كبيرة جداً	٤
٦	أواجه مشكلاتي بنفسي ولا أعتمد على أحد	٤.٠٧١	٠.١٠٦٨	كبيرة	٦
٧	أشعر بالسعادة للأشياء التي يفرح لها الآخرين	٤.٤٥٢	٠.٧٠٥	كبيرة جداً	٢
٨	تشاركني أسرتي في مناقشة الأمور المتعلقة بحياتي	٣.٨٨١	٠.٩٩٣	كبيرة	٨
٩	أحرص على تحمل مسؤولياتي وأداء واجباتي	٤.٤٢٩	٠.٧٠٣	كبيرة جداً	٣
١٠	لا أغضب إذا ما ضايقني أحد بكلمة بسيطة	٣.٦١٩	١.٢٠٩	كبيرة	١٠
١١	أشعر بأنني أمتلك مواهب وقدرات	٣.٨٣٣	١.١٠٢	كبيرة	٩
١٢	أصاب بالقلق معظم الوقت	٢.٨١٠	١.٢٥٤	متوسطة	١٨
١٣	يعاملني والدي كما لو كنت طفلاً صغيراً	٢.٥٤٨	١.١٠٦	قليلة	١٩
١٤	أتحدث بسرعة مما يجعلني أتلجلج	٣.٠٩٥	١.٣٣٩	متوسطة	١٣
١٥	أشعر دائماً بفقدان شهيتي للطعام	٢.٩٧٦	١.٤٢٣	متوسطة	١٦
١٦	يصعب على الجلوس ساكناً لفترة	٢.٩٧٦	١.٢١٩	متوسطة	١٥
١٧	يصعب علي تذكر ما سبق تعلمه	٢.٩٢٩	١.٣٥١	متوسطة	١٧
١٨	أعاني من الأرق ولا أستطيع النوم لوقت كافي	٣.٢٦٢	١.٢٣٩	متوسطة	١٢
١٩	أستغرق في أحلام اليقظة	٣.٠٢٤	١.٢٣٩	متوسطة	١٤
	الدرجة الكلية	٣.٥٩٨	١.٢٤٨	كبيرة	***

يبين الجدول (٤) فقرات استبانة الصحة النفسية لطالبات كلية الآداب أبوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم مرتبة حسب الأهمية، والتي جاء في مقدمتها "احترم مشاعر الآخرين" حيث بلغ المتوسط الحسابي لها (٤.٥٤٨) تلتها "أشعر

بالسعادة للأشياء التي يفرح لها الآخرين" بمتوسط حسابي (٤.٤٥٢) ثم "أحرص على تحمل مسؤولياتي وأداء واجباتي" بمتوسط حسابي (٤.٤٢٩) و "علاقتي وثيقة مع أصدقائي" بمتوسط حسابي (٤.٢٨٦) في حين كانت أقل فقرة "يعاملني والدي كما لو كنت طفلاً صغيراً" بمتوسط حسابي (٢.٥٤٨) ثم "أصاب بالقلق معظم الوقت" بمتوسط حسابي (٢.٨١٠).

عرض ومناقشة نتائج السؤال الثاني:هل توجد فروق دالة إحصائياً عند (٠.٠٥) في تقدير مستوى الصحة النفسية لدى الطالبات تعزى لمتغير السكن (داخلي، خارجي)؟. وللإجابة عن هذا السؤال استخدم الباحث اختبار (ت) لعينتين مستقلتين للكشف عما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) في متوسطات استجابات طالبات كلية الآداب- أبوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم على استبانة الصحة النلسية تعزى للسكن (داخلي، خارجي)، والجدول (٥) يبين نتائج اختبار (ت).

جدول (٥): نتائج اختبار (ت)لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق في متوسطات استجابات طالبات كلية الآداب- أبوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم على استبانة الصحة النفسية تعزى للسكن (داخلي، خارجي)

النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
ارجي	٣	٦٦.٢٢	٨.٦٧٦	١.٦٦٨-	٠.١٠٣
اخلي	٩	٧٠.٩٥	٩.٦٩٢	١.٦٥٠-	

يتضح من الجدول (٥) أنه توجد فروق في متوسطات استجابات طالبات كلية الآداب أبوقوتة جامعة القرآن الكريم وتأصيل العلوم على استبانة الصحة النفسية تعزى للسكن (داخلي، خارجي)، وذلك لأن الدلالة الإحصائية (٠.١٠٣) أصغر من (٠.٠٥) ولصالح الداخلي.

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلىوجود فروق بين الطالبات في مستوى الصحة النفسية يعزى لمتغير السكن ما بين الداخلي والخارجي ولصالح السكن الجامعي الداخلي، ذلك لأن الطالبات ذوات الإقامة الداخلية أكثر استقراراً وسلامة نفسية من

الطالبات ذوات الإقامة الخارجية، ولعل هذا يرتبط بتكيف الطالبات الداخليات مع المحيط الجامعي حيث توفر السكن والمكتبة ومكان الإعاشة داخل الجامعة، بعكس الطالبة الخارجية التي تعد أقل استقراراً وذلك للظروف الاقتصادية التي تمر بها البلاد حيث يحتجن لوسائل نقل من الجامعة إلى مكان سكنهن ولعدم توفر وسائل النقل لقلة أو انعدام الوقود مما يضطر الطالبة الخارجية الوصول إلى منزلها في كثير من الأحيان سيراً على الأقدام مما يسبب لها كثيراً من التعب، وبالرغم من معاناة الطالبات الداخليات داخل السكن الجامعي في البداية إلا أنه سرعان ما يتأقلمن مع الوضع الجديد والتكيف معه، إضافة إلى أن إدارة الجامعة توفر للطالبات الداخليات الحماية وتقدم لهن الرعاية اللازمة، وكذلك طبيعة المجتمع المحلي الريفية الذي توجد فيه الكلية أيضاً يساهم في رعاية هؤلاء الطالبات ويحدث تداخل بين الطالبات والمجتمع، وأيضاً توفر وسائل التواصل الاجتماعي وسهولة التواصل مع الأسر مما يقلل تأثير تواجد الطالبة خارج الأسرة كل ذلك ساهم في جعل الطالبات ذوي الإقامة الداخلية أكثر استقراراً من الطالبات ذوي الإقامة الخارجية، واتفقت نتيجة هذه الدراسة مع دراسةمريم (٢٠١٤)، والتي أشارتبوجود فروق في مستوى الصحة النفسية تعزى لنوع السكن ولصالح الطالبات ذوات الإقامة الداخلية.

٩. التوصيات:

- الاهتمام بإعداد طالبات كلية الآداب إعداداً نفسياً واجتماعياً للتفاعل مع البيئة الاجتماعية وجعل أمر تكيفه مع هذه البيئة أكثر.
- تشجيع الطالبات على إبداء أرائهن من خلال إعطائهن مجالا أوسع للمناقشة أمام الآخرين .
- الاهتمام ببناء شخصية الطالبة عن طريق الاهتمام بالهوايات وتطويرها والاهتمام بالصحة النفسية.

١٠. المقترحات: استكمالاً للبحث الحالي يقترح الباحث إجراء ما يلي:

- إجراء دراسات للصحة النفسية على شرائح أخرى من المجتمع.
- إجراء دراسة للصحة النفسية مرتبطة بمتغيرات أخرى.

١١. قائمة المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

- الإبراهيم، أسماء بدري (٢٠١٠). الصحة النفسية لدى النساء الأردنيات المعنفات، مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية)، ١٨(٢)، ٢٩٩ - ٣٢٩.
- أحمد، فاطمة يحي والشيخ، هادية مبارك (٢٠١٥). الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة الأساس بولاية الخرطوم، محلية كرري، مجلة العلوم التربوية، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، ١٦(٣)، ١٣٨-١٥٥
- الأسود، الزهرة (٢٠٢٠). مستوى الصحة النفسية لدى طلبة جامعة الوادي. المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية، ٢(١)، ٨٢-١٠٥.
- البادبة، شيخة عوض (الضغوط النفسية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة من معلمي محافظة الظاهرة، المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية، ٤(٤)، ١٩٩-٢٢٤.
- الصافوري، محمد صلاح الدين (٢٠٢١). التمكين النفسي مدخل لتحسين الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية، مجلة بحوث العلوم الاجتماعية والإنسانية، عدد (١)، ٢٠٧-٢٣٥.
- الطائي، إيمان عبد الكريم (٢٠٢١). الشخصية الهامشية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية الأساسية، الجامعة المستنصرية،١١٢-١٣٦.
- النيل، عمرو نبيل وخضر، عبد الباسط متولي وخضر، عادل سعد (٢٠٢٠). ضغوط البيئة المدرسية وعلاقتها بمستوى الشعور بالصحة النفسية لدى عينة من طلاب الأول الثانوي. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، ٤(١٨)، ١٣٣-١٥٨.
- الوعيل، أمل عمر (٢٠٢١). التفكير الإيجابي وعلاقته بأبعاد الصحة النفسية لدى طالبات كلية التربية في جامعة الاميرة نورة بالمملكة العربية السعودية. مجلة التربية، جامعة الأزهر، القاهرة، العدد (١٨٩) الجزء الأول، ١٩٠-٢٣٣.

- بعايري، حسان (٢٠٢٢). واقع الصحة النفسية المدرسية في المؤسسات التربوية الجزائرية، مجلة المصباح في علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا، ٢(٢)، ١٧٠-١٨٨.
- بلقندوز، زينب (٢٠١٧). واقع الصحة النفسية لدى طلبة جامعة عبد الحميد بن باديس- مستغانم، مجلة العلوم التربوية والنفسية- جامعة الوادي، ٤(١)، ٢٤٨-٢٦٦.
- بوفالح، محمد و بورزق، كمال (٢٠١٦م)، الإرشاد النفسي المدرسي كمؤشر للصحة النفسية، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة الوادي الجزائر، عدد (١٦)، ١١٣-١٢٦.
- حفيظ، شافية و مناع، هاجر (٢٠١٥)، الصحة النفسية لدى عينة من القابلات العاملات في المؤسسة الاستشفائية المتخصصة بالأم والطفل، دراسات نفسية وتربوية – مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية، عدد (١٥)، ١٦٧ - ١٧٩.
- حيدر، ريم عطية (٢٠١٧). مستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلاب كلية التربية بالجامعة الأسمرية (دراسة مقارنة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية). مجلة كلية التربية، الجامعة الأسمرية، عدد ٣،٩٩-١١٥.
- رزيقة، محدب و يسمينة، أيت مولود (٢٠١٦م)، العلاقات الإنسانية التربوية والصحة النفسية في الأسرة والمدرسة، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، عدد (٢٤)، ١٧٣-١٨١.
- زهران، حامد عبدالسلام (٢٠٠٥م)، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط٤، القاهرة، عالم الكتب.
- زيدي، ناصر الدين و فالح، يمينة (٢٠١٦م)، فعالية برنامج الصحة النفسية للراشدين بتحقيق الأمن النفسي، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة الوادي الجزائر، عدد (١٦)، ٢١٣ - ٢٢٧.

- سعيد، أحمد ونواصر، فتيحة سعيد (٢٠١٦). الصحة النفسية لدى طلبة جامعة الأغواط (دراسة وبائية ميدانية لبعض الاضطرابات النفسية)، مجلة دراسات لجامعة الأغواط، العدد (٤٠)، ١٦٢-١٧٨.
- عبد الله، محمد قاسم (٢٠٠٤). مدخل إلى الصحة النفسية، ط٢، عمان، دار الفكر.
- عجوة، عائشة محمد (٢٠١٩). مستوى الصحة النفسية لدى طلبة جامعة السلطان قابوس، مجلة التربية والعلوم الاجتماعية، ٦(٥)، ٤٣٢-٤٣٥.
- عنو، عزيزة وبادي، نوارة (٢٠٢٢). الضغوط وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة بالجزائر، المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية، ٤(٢)، ٢٠٧-٢٢٨.
- قدورة، سوسن حسن (٢٠١١). الصحة النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات ، محلية مدني الكبرى ولاية الجزيرة، السودان، ماجستير، كلية التربية حنتوب، جامعةالجزيرة، السودان.
- قمر، مجذوب أحمد (٢٠١٦م)، الصحة النفسية والذكاء الوجداني وعلاقتهما ببعض المتغيرات، مجلة العلوم النفسية التربوية، جامعة الوادي الجزائر، ٢(١)، ١٦١-١٨٣.
- كاظم، شروق و عبد الكريم، إيمان صادق (٢٠١١)، الصحة النفسية وعلاقتها بالخجل لدى طلبة الجامعة، مجلة البحوث التربوية والنفسية، جامعة بغداد، عدد (٢٨)، ٥٦-٧٠.
- محمود، سهير محمد و بخيت، صلاح الدين فرح (٢٠٢٠). الصحة النفسية وعلاقتها بالذاكرة والمستوى الاقتصادي والاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة الأساس بمحلية بحري ولاية الخرطوم. مجلة أبحاث الذكاء، ١٤(٢٩)، ٤٥-٧٢.
- مريم، غالي (٢٠١٤). الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة، ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران، الجزائر.
- موسى، منتصر كمال الدين (٢٠١٢م). الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية دراسة حالة بولايتي النيل الأبيض وسنار – السودان، المجلة العلمية جامعة الامام المهدي، عدد (١)، ١-٢٥

_ نادية، خليفي (٢٠١٨). الصحة النفسية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة (دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة مولود معمري تيزي وزو). مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، عدد ٨، ٣٩-٦٧.

_ نور الدين، سليماني (٢٠٢٣). الصحة النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز في حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية من وجهة نظر الأساتذة، مجلة روافد للدراسات والأبحاث في علوم الرياضة، ٥(١)، ٧٧-٨٨.

_ هيلات، مصطفى قسيم والخمايسة، عمر سعود (٢٠١٦). أساليب التفكير وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طالبات العلوم التربوية في كلية الأميرة عالية الجامعية. مجلة جامعة جازان للعلوم الإنسانية. ٥(٢)، ١-٢٥.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

_ Ratanasiripong. P & Wang. C (2010). Psychological well-being of Thai nursing students, Nurse Education today, 412-416.

_ Alhabees. F.A. &Alsaida. K. A & Alhabess. K.A. (2018). Levels of mental health among university students; A comparative study between public and private university, Journal of education and practice, 9(10), 39-44.