



الصحة النفسية خلال فترة التعلم عن بعد

لدى طلبة جامعة الشرقية في ضوء بعض المتغيرات

Mental health during the distance-learning period among A'Sharqiyah University students in light of changing conditions

جوخة محمد الصوافي^{1*}، هدى ناصر البوسعيدي²، أمينة بن قويدرصمد³

Jokha Al-Sawafi^{1*}, Huda AL-Busaidi², Amina Benkouider Samad³

¹ أستاذ مساعد في الإرشاد النفسي/جامعة الشرقية (سلطنة عمان)، ² معلمة صعوبات تعلم/ وزارة التربية والتعليم (سلطنة

عمان)، ³ أستاذ مساعد في علم النفس الاكلينيكي /جامعة الشرقية (سلطنة عمان)

¹ Assistant Professor/ A'Sharqiyah University, ^{2,3} Assistant Professor/ A'Sharqiyah University

المستخلص: هدفت الدراسة للكشف عن مستوى الصحة النفسية خلال فترة التعلم عن بعد لدى طلاب جامعة الشرقية، والتحقق من الفروق في الصحة النفسية تبعاً لمتغيرات (الجنس، السنة الدراسية، والتخصص)، اتبعت الباحثات المنهج الوصفي للإجابة عن أسئلة الدراسة، حيث تكونت عينة الدراسة من (413) طالب وطالبة حيث كان عدد الذكور=24، والإناث=389، وقد تم تطبيق مقياس الصحة النفسية لسيد يوسف بعد التأكد من الصدق والثبات للمقياس، توصلت نتائج الدراسة أن مستوى الصحة النفسية بلغ (11.40) ويعتبر مستوى "جيد"، كما أظهرت النتائج انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية تعزى لمتغيري (الجنس، والسنة الدراسية)، ولكن يوجد فروق في مستوى الصحة النفسية تعزى لمتغير (التخصص) لصالح التخصصات الإنسانية والأدبية.

الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية، التعلم عن بعد، جامعة الشرقية.

Abstract: The study aimed to reveal the level of mental health during the distance learning period among A'Sharqiyah University students, and to verify the differences in mental health according to many variables: gender, school year, and specialization. The researchers followed the descriptive approach to answer the study questions, where the study sample consisted of 413 male and female students. Moreover, the mental health scale of Sayed Youssef was applied, where the validity and reliability of the scale were confirmed. The results of the study concluded that the level of mental health is "good" among the students, and the results also showed that there is no statistically significant relationship between mental health and the two variables (gender and academic year). However, there is a relationship between mental health and the variable (specialization) in favor of the humanities and literary disciplines.

Keywords: mental health, distance learning, A'Sharqiyah University.

المقدمة:

إن الطلاب في المرحلة الجامعية يمثلون الركيزة الأساسية في الخطط التنموية في المجتمعات، لأنهم بعد تخرجهم يشكلون الهيئات المتخصصة لتنفيذ الخطط التنموية، لذا وجب الاهتمام بتكوينهم النفسي المعرفي مما يساهم بالاستفادة من قدراتهم لأقصى حد ممكن، فقد اهتمت الحكومات والدول بالشباب في المرحلة الجامعية وذلك بإكسابها المهارات والمعارف والقيم والجوانب النفسية والاجتماعية لهم، لذا فإن التوجه بإجراء دراسات تستهدف المجالات المختلفة التي تؤثر على الطلاب الجامعيين من النواحي المعرفية والنفسية من الأهمية بمكان (صالح والمصدر، 2013)، ومنها صحتهم النفسية في فترة جائحة كورونا وما رافقها من متغيرات في التعليم والتعلم والتحول من التعلم الاعتيادي إلى التعلم عن بعد.

فالصحة النفسية تعبر عن التوافق بين الجوانب النفسية المختلفة للفرد، والمرونة النفسية في مواجهة الأزمات المختلفة، مع الاحساس بالسعادة (الداهري، 1999)، ومن هذا المفهوم نجد أن الصحة النفسية والاهتمام بها من الجوانب المهمة لدى الطلاب الجامعي، ويمكن إيجاز مشكلات الصحة النفسية لدى الطلاب الجامعيين في محورين: الأول يتعلق بصورة الذات وقبولها، وفهمهم للواقع من حولهم وتعاملهم معه، أما المحور الثاني يتعلق بسلوكيات هؤلاء الشباب وردود فعلهم حول الأحداث التي تدور حولهم، لذا فإن الاهتمام بالصحة النفسية للطلاب الجامعيين يساهم بشكل كبير في تأهيل هؤلاء الشباب من أجل مواجهة الضغوط النفسية المختلفة وزيادة مرونتهم النفسية، مما يساعد على الاستفادة من قدراتهم وتفعيل أدوارهم في خدمة المجتمع (الهابط، 1987).

إن الحياة في المرحلة الجامعية بجوانبها الأكاديمية وتفاعلاتها الاجتماعية ومتطلباتها الإدارية تعتبر من مسببات الضغوط النفسية على الطلاب الجامعيين وهي من سمات هذه المرحلة، حيث تعد من مراحل النمو الحرجة بمتطلباتها الخاصة، فمغادرة الطلاب لأسرهم وميلهم الكبير نحو الاستقلال الشخصي والمادي، مع دخولهم لعالم جديد وشبكات تواصل اجتماعية لم يعتادوا عليها من قبل في المرحلة الثانوية، كما أن المتطلبات الدراسية وضغطها ونظامها في المرحلة الجامعية مختلف تماما عما إعتاده هؤلاء الطلاب في مرحلة الثانوية، كل هذه العوامل والمتغيرات تؤثر على الصحة النفسية للطلاب في المرحلة الجامعية (القدومي و خليل، 2011).

أهداف الدراسة:

- التعرف إلى مستوى الصحة النفسية للطلاب الجامعيين خلال فترة التعلم عن بعد.
- قياس الفروق في الصحة النفسية في فترة التعلم عن بعد لدى عينة من طلاب جامعة الشرقية تبعاً لمتغيرات (الجنس، السنة الدراسية، والتخصص).

مشكلة الدراسة:

إن دخول العالم في أزمة كورونا وما اقتضته من حجر منزلي، وجد المعلمون والمتعلمون أنفسهم سواء في المدارس أو الجامعات على حد سواء مبعدين قسراً عن المدارس والجامعات، ووسائل التواصل المتاحة أمامهم لا تتعدى الهواتف الذكية، والحواسيب وشبكة الإنترنت، مما استدعى تطبيق حلول سريعة، ونماذج متعددة ومتنوعة للتعلّم، مما اضطر كل من المعلمين والطلاب إلى نوع جديد من التعليم والتعلم لم يألفه الغالبية من قبل وهو " التعلم عن بعد " (العيسى، 2020).

وفي السلطنة أصدرت وزارة التعليم العالي والبحث العلمي والابتكار قرارها بتاريخ 12 مارس 2020 بتعليق الدراسة المباشرة في كافة مؤسسات التعليم العالي بالسلطنة، وذلك نتيجة لتفشي مرض كورونا بالسلطنة بشكل خاص والعالم بشكل عام، ووجهت كافة المؤسسات باتخاذ ما يلزم للتحويل للتعليم عن بعد وفورا، الأمر الذي أدى إلى تحول جميع الدروس والتكليفات والاختبارات لأدائها عبر شبكة الأنترنت، وقد أظهرت دراسة (السعودي وجمعة، 2021) والتي قاست اتجاهات طلاب جامعة الشرقية في سلطنة عُمان نحو التعلم عن بعد فكانت اتجاهات الطلاب متوسطة (محايدة).

ومن خلال عمل الباحثات كأكاديميات في جامعة الشرقية خلال جائحة كورونا، وكان لديهن تواصل مباشر مع الطلاب خلال فترة التعلم عن بعد لاحظن أن الطلاب كانوا في حالة إرباك وعدم استقرار وذلك لأن التحول من التعلم وجها لوجه في الفصول الاعتيادية إلى التعلم عن بعد حدث فجأة وبدون تهيئة أو استعداد مسبق مما أثر على الطلاب من الناحية النفسية؛ وذلك لأن الطلاب لم تكن لديهم تجارب سابقة للتعلم عن بعد، كما وظهرت تساؤلات ومخاوف كبيرة تتعلق بأساليب التقويم والاختبارات، أضف ما رافق المرحلة من مخاوف بسبب انتشار فيروس كورونا وإصابة مجموعة من الطلاب وأسرهم، كما أن الصعوبات المادية كتوفر جهاز حاسوب وشبكة إنترنت بالمزمل أثرت على نفسية الطلاب، ومن هنا فقد برزت أهمية دراسة الصحة النفسية لدى طلاب جامعة الشرقية في فترة جائحة كورونا في ضوء مجموعة من المتغيرات ك(الجنس، السنة الدراسية، والتخصص)؟

أسئلة الدراسة:

- ما مستوى الصحة النفسية خلال فترة التعلم عن بعد لدى طلاب جامعة الشرقية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية خلال فترة التعلم عن بعد لدى طلاب جامعة الشرقية تعزى للمتغيرات (الجنس، السنة الدراسية، والتخصص)؟

أهمية الدراسة:

- تنبع أهمية هذه الدراسة من المرحلة المستهدفة وهي المرحلة الجامعية وما يرتبط بها من آمال وطموحات لبناء المستقبل.
- دراسة الصحة النفسية للطلاب الجامعيين في سلطنة عمان خلال فترة جائحة كورونا وسط مجموعة كبيرة من المتغيرات والضغوطات التي يتعرض لها الطلاب مع متطلبات التعلم عن بعد.
- يمكن الاستفادة من هذه الدراسة في إجراء دراسات مشابهة لفئات عمرية في المراحل التعليمية الأخرى، وتأثير الصحة النفسية عليهم في فترة التعلم عن بعد.
- جائحة كورونا حدث جديد على الانسانية جمعاء والقيام بدراسات متنوعة حول تأثيراته على مختلف الجوانب الحياتية، ومختلف الفئات العمرية يعد أمرا هاما للغاية.

حدود الدراسة :

- الحدود الزمانية: تم تطبيق مقاييس الدراسة في أبريل- مايو- يونيو/2021
- الحدود المكانية: جامعة الشرقية في سلطنة عُمان.
- الحدود البشرية: طلبة البكالوريوس في جامعة الشرقية.
- الحدود الموضوعية: الصحة النفسية، التعلم عن بعد.

مصطلحات الدراسة:

الصحة النفسية: " هي تكوين فرضي يستدل عليها من مجموعة من الخصائص السلوكية، وتعبر عن تماسك الشخصية وتكاملها، وهي تعكس الأداء الوظيفي الفعال " (محمد، 2016، 166).

التعلم عن بعد: عرف التعلم عن بعد بأنه نمط التعليم الحديث الذي يتم من خلال توظيف تقنيات التعليم والتعلم (بلمانع، 2019، 11). إجرائيا يمكننا تعريفه بأنه نمط التعليم الغير مباشر الذي يتلقاه الطالب الجامعي في جامعة الشرقية خلال جائحة كورونا.

الدراسات السابقة:

دراسة (براخلية وبركات، 2021) هدفت إلى استكشاف واقع الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة، وذلك من خلال عينة من طلبة قسم العلوم الاجتماعية بجامعة تيارت، حيث تم تطبيق مقياس الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة الذي أعده للبيئة العربية أبو أسعد (2001)، وتم تطبيق المقياس على عينة مكونة من 300 طالب بواقع 70 طالبا و230 طالبة من قسم العلوم الاجتماعية، وتوصل الباحثان إلى تمتع أفراد عينة الدراسة من طلبة قسم العلوم الاجتماعية بدرجة عالية من الصحة النفسية، وإلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في درجة الصحة النفسية، بينما تبين وجود فروق دالة إحصائية في درجة الصحة النفسية تعزى لمتغير المستوى الدراسي لصالح السنة الثالثة ليسانس، كما توصلت الدراسة إلى عدم وجود تفاعل بين الجنس والمستوى الدراسي في التأثير على درجة الصحة النفسية لدى أفراد العينة.

هدفت دراسة (عبد الله، 2020) لدراسة الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة في ضوء المتغيرات (الجنس، الكليات الأدبية والكليات العلمية، والتخصص الأكاديمي، والمستوى الجامعي، ونوع السكن)، كذلك هدفت لدراسة العلاقة بين الصحة النفسية للطلاب الجامعيين وعلاقتها بظاهرة الإغتراب النفسي، حيث تم تطبيق مقياس الإغتراب للمرحلة الجامعية، ومقياس الصحة النفسية المعدل على عينة عشوائية مكونة من 260 طالب وطالبة، أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سلبية عكسية متوسطة بين ظاهرة الإغتراب والشعور بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة. كما وجد هناك فروقاً دالة في ظاهرة الإغتراب لدى الطلاب تبعاً للجنس لصالح الإناث. ووجود فروق تبعاً للكليات الأدبية والكليات العلمية لصالح الكليات الأدبية. ووجود فروق دالة في ظاهرة الإغتراب تبعاً لنوع السكن لصالح الطلاب الذين يسكنون في الإقامة الجامعية. ووجود فروق دالة في ظاهرة الإغتراب لدى طلاب الجامعة تبعاً للتخصص الأكاديمي وللمستوى الجامعي. كما وجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الصحة النفسية لدى الطلاب تبعاً للكليات الأدبية والعلمية باتجاه درجات الكليات الأدبية. كما وجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الصحة النفسية لدى الطلاب تبعاً للتخصص الأكاديمي وتبعاً للمستوى الجامعي في حين لا توجد فروق في درجة الصحة النفسية لدى الطلاب تبعاً للجنس ونوع السكن للطلاب.

وفي دراسة (نادية، 2018) والتي هدفت للكشف عن العلاقة بين الصحة النفسية والضغط النفسي لدى طلبة الجامعة بالجزائر، استخدمت الباحثة مقياس الصحة النفسية ل(سيد مرسي)، ومقياس الضغوط النفسية ل(عبدالحق لبوازدة)، حيث تم تطبيقه على عينة من (200) طالب وطالبة من جامعة مولود معمري، وأظهرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة عكسية بين الصحة النفسية والضغط النفسي لدى الطلاب الجامعيين.

وفي دراسة (العبد، 2007) عن واقع الصحة النفسية لدى الطلبة الجامعيين، ومدى شيوع الاضطرابات النفسية بينهم، والكشف عن وجود فروق تعزى لمتغيرات الجنس، والتخصص، والسنة الدراسية. تكونت العينة من 640 طالبا وطالبة في جامعة تلمسان للعام 2004/2005. تم اعتماد قائمة كورنل الجديدة الجزء الخاص بالنواحي الانفعالية والمزاجية. أظهرت النتائج فيما يخص متغير الجنس، وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في البعد العيادي المتعلق بالاكنتاب والغضب والتوتر لصالح الذكور، في حين كان البعد العيادي الخاص بالقلق لصالح طالبات العلوم الإنسانية، أما فيما يخص متغير السنة الدراسية فقد بينت النتائج أن الفروق دالة إحصائية بين السنة الأولى والسنة الرابعة في البعد العيادي المتعلق بعدم الكفاية والتوتر لصالح طلبة السنة الجامعية الأولى، أي أن طلبة السنة الأولى أقل كفاية وأكثر توترا من طلبة السنة الرابعة، أما فيما يخص متغير التخصص الدراسي، فقد بينت النتائج أن الفروق دالة إحصائية بين طلبة العلوم الإنسانية وطلبة العلوم التقنية في البعد العيادي المتعلق بعدم الكفاية والاكنتاب لصالح طلبة العلوم الإنسانية، في حين كان البعد العيادي الخاص بالحساسية لصالح طلبة العلوم التقنية.

منهج الدراسة:

اتبعت الدراسة المنهج الوصفي، لمناسبته لأسئلة الدراسة، والذي يهدف إلى فهم وتفسير الظواهر النفسية والتربوية المتمثلة في الكشف عن مستوى والصحة النفسية لدى طلاب جامعة الشرقية.

مجتمع وعينة الدراسة:

مجتمع الدراسة يتكون من (4293) طالب وطالبة من مستوى البكالوريوس في جامعة الشرقية في سلطنة عُمان والمسجلين في العام الدراسي 2020-2021، حيث تكونت عينة الدراسة من (413) طالب وطالبة، وقد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، مقسمين كالتالي:

الجدول (1) توزيع عينة الدراسة من طلاب الجامعات حسب متغيرات الدراسة				
المتغير الرئيسي	المستوى الأول	المستوى الثاني	المستوى الثالث	المستوى الرابع
الجنس	ذكور= 24	إناث= 389		
السنة الدراسية	الأولى=126	الثانية=126	الثالثة=118	الرابعة=43
التخصص	إنسانية أدبية=267	علمية تطبيقية=146		

أداة الدراسة ووصفها وخصائصها (الصدق والثبات).

- مقياس الصحة النفسية
أستخدمت الباحثات المقياس النفسي للصحة النفسية لسيد يوسف (أبو أسعد، 2011)، والذي تكون من (15) عبارة، وأعتمد على التدرج (ينطبق، لا ينطبق).

- تصحيح المقياس:

ينطبق = درجة واحدة (1)، لا ينطبق = صفر، ثم تجمع الدرجات وتفسر حسب الآتي:

-الدرجات من (13-15) تشير إلى أن الفرد يتمتع بصحة نفسية ممتازة.

-الدرجات من (9-12) تشير إلى أن الفرد يتمتع بصحة نفسية جيدة.

-الدرجات من (5-8) تشير إلى أن الفرد يحتاج لإعادة التوازن إلى نفسه.

صدق المقياسين:

تم تطبيق المقياسين على عينة استطلاعية مكونة من (30) طالب وطالبة من مجتمع الدراسة، وذلك لقياس الصدق والثبات للمقياس، كالتالي:

1- صدق المحتوى: حيث تم توزيع المقياس على خمسة من المحكمين من ذوي الخبرة في مجال علم النفس

والقياس والتقويم، لإبداء الرأي فيها من حيث اختيار مفرداتها والصياغة الإجرائية للمفردات ومدى وضوح العبارات التي تصف الأداء وسلامة التقدير الكمي، وقد أبدى المحكمون رأيهم، وقد راعى الباحثات الملاحظات الواردة من المحكمين، حيث تم إخراج المقياس من صورته الأولية، إلى صورته النهائية.

2- طريقة الصدق بالاتساق الداخلي: تم التحقق من صدق المقياس من خلال إجراء الصدق الداخلي،

باستخدام معامل ارتباط بيرسون، ويوضّح الجدول (2) نتائج صدق المقياس.

جدول (2) معاملات الارتباط بين الدرجة على الفقرة والدرجة الكلية

لمقياس الصحة النفسية	
معامل الارتباط	رقم الفقرة
.60	1
.55	2
.52	3
.68	4
.52	5
.54	6
.59	7
.53	8
.58	9
.57	10
.61	11
.53	12
.68	13
.65	14
.68	15

يتضح من خلال الجدول أن قيم معاملات الارتباط بين الفقرات مع الدرجة الكلية على للمقياس تراوحت بين (0.52-0.68)، وكانت جميعها ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01)، مما يدل على تمتع المقياس بمقدار جيد من الصدق الداخلي.

1- ثبات المقياس

تم حساب معامل ثبات الاتساق الداخلي للمقياسين لمقياس الصحة النفسية)، وذلك بتطبيق معادلة كرونباخ ألفا على عينة من (30) طالب وطالبة من مجتمع الدراسة، وقد أظهر المقياس اتساقاً داخلياً جيداً.

الجدول (3): قيم معاملات الثبات باستخدام معادلة كرونباخ ألفا

المقياس	الفقرات	معامل الثبات
الصحة النفسية	15	0.71

يتضح من الجدول أن معامل ألفا كرونباخ لمقياس الصحة النفسية (0.71) وهذا يعبر عن ثبات جيد للمقياس.

النتائج ومناقشتها.

1.3. إجابة السؤال الأول ومناقشته.

" ما مستوى الصحة النفسية خلال فترة التعلم عن بعد لدى طلاب جامعة الشرقية؟"

الجدول (4) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس الصحة النفسية

المقياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الصحة النفسية	11.40	2.71

نلاحظ أن المتوسط الحسابي لمقياس الصحة النفسية (11.40) وانحراف معياري (2.71) مما يدل على أن مستوى الصحة النفسية لدى الطلاب الجامعيين هو مستوى "جيد"، فحسب بيانات تصحيح المقياس فإن متوسط الدرجات من (9-12) تشير إلى أن الفرد يتمتع بصحة نفسية جيدة.

وتفسر الباحثات هذه النتيجة بأن الصحة النفسية كانت جيدة للطلاب الجامعيين لأن الطلاب كانوا يتواجدون في أوساط أسرهم أثناء التعلم عن بعد مما وفر لهم عناية نفسية، كما أن الجامعات في السلطنة انتهجت طرقاً وقواعد وأساليب للتقويم كانت دائماً تراعي الأوضاع المختلفة للطلاب، مما أدى للتقليل من الضغوطات النفسية والدراسية للطلاب.

2.3 إجابة السؤال الثاني ومناقشته.

"هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى الصحة النفسية في فترة التعلم عن بعد لدى عينة من طلاب جامعة الشرقية تعزى للمتغيرات (الجنس، السنة الدراسية، والتخصص)؟"

(أ) متغير الجنس

الجدول (5) نتائج اختبار (t) للعينات المستقلة لدلالة الفروق في مستوى الصحة النفسية تبعاً لمتغير الجنس

المتغير	الفئات	التكرار	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الجنس	ذكر	24	12.12	2.80	1.345	.179
	أنثى	389	11.35	2.70		

يتضح من الجدول أن مستوى الدلالة (0.179) أي أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يعني أن متغير الجنس لا يؤثر على مستوى الصحة النفسية لدى طلاب جامعة الشرقية.

تفسر الباحثات هذه النتيجة بأن فترة التعلم عن بعد رافقها مجموعة من المتغيرات منها الحجر المنزلي، الذي أثر على حياة الكثيرين بعدم الخروج من المنزل وخاصة الذكور، لأن نمط حياتهم قبل الجائحة هو الخروج للجامعة ومع الأصدقاء أكثر من الإناث، حيث لم يعتادوا على الجلوس في المنزل ولفترات طويلة مما أدى لتأثر صحتهم النفسية، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (العبيد، 2007) التي أظهرت وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في البعد العيادي المتعلق بالاكئاب والغضب والتوتر لصالح الذكور.

(ب) متغير السنة الدراسية :

الجدول (6): تحليل التباين الأحادي للمقارنة بين متوسطات مستوى الصحة النفسية حسب متغير السنة الدراسية

مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
بين المجموعات	31.66	3	10.55	1.43	23.
داخل المجموعات	3009.61	409	7.35		
المجموع	3041.27	412			

يتضح من الجدول أن مستوى الدلالة لفحص الفروق في مستوى الصحة النفسية وفقاً لمتغير السنة الدراسية بلغ (23). وهو أعلى من (0.05) وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية تعزى لمتغير السنة الدراسية لدى طلاب جامعة الشرقية.

تفسر الباحثات هذه النتيجة بأن جميع الطلاب باختلاف السنوات الدراسية تأثروا بنفس المتغيرات المختلفة خلال فترة التعلم عن بعد ولم يستثنى طلاب أي سنة دراسة من القرارات التي صدرت في تلك الفترة بما يتعلق بالطلاب.

(ج) متغير التخصص

الجدول (7) نتائج اختبار (t) للعينات المستقلة لدلالة الفروق في مستوى الصحة النفسية تبعاً لمتغير التخصص

الفئات	التكرار	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
إنسانية	267	11.63	2.62	2.350	019.
أدبية					
علمية	146	10.97	2.83		
تطبيقية					

يتضح من الجدول أن مستوى الدلالة لفحص الفروق في متوسطات درجات مقياس الصحة النفسية وفقاً لمتغير التخصص بلغ (019). وهو أقل من (0.05) وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية تعزى لمتغير التخصص لدى طلاب جامعة الشرقية لصالح التخصصات الإنسانية والأدبية.

وتفسر الباحثات النتيجة أن طبيعة المقررات في التخصصات الإنسانية والأدبية والتي أغلبها مقررات نظرية ساعدت الطلاب أثناء التعلم عن بعد بأن يتمكنوا من اجتيازها، بينما شكلت مقررات التخصصات العلمية والتطبيقية بما تتطلبه من جوانب عملية ومختبرات تحدياً لم تتناسب كثيراً مع التعلم عن بعد مما شكل صعوبة على الطلاب سواء في

الفهم أو في عمليات القياس والتقويم كل هذا أثر على الصحة النفسية لطلاب العلمية والتطبيقية أكثر من أقرانهم في التخصصات الإنسانية والأدبية .

الخلاصة:

يمكن تلخيص أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة كالتالي:

- مستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الشرقية هو مستوى "جيد".
- مستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الشرقية لا يتأثر بمتغيري (الجنس، والسنة الدراسية).
- مستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الشرقية يتأثر بمتغير (التخصص) لصالح التخصصات الإنسانية والأدبية.

التوصيات

- تقديم الدعم النفسي للطلاب الجامعيين من خلال مراكز الإرشاد الطلابي في الجامعات حتى يتخطى الطلاب الضغوط النفسية التي تعرضوا لها أثناء فترة التعلم عن بعد.
- إجراء دراسات وبحوث حول تأثيرات جائحة كورونا على الطلاب الجامعيين من النواحي النفسية والاجتماعية والتعليمية والصحية.

قائمة المصادر والمراجع

أولاً: المراجع العربية

- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف. (2011). دليل المقاييس والإختبارات النفسية والتربوية. الأردن: مركز ديونو لتعليم التفكير.
- بلمانع. آمال. (2019). تأثير تكنولوجيا التعليم عن بعد على جودة التعليم العالي دراسة ميدانية على أساتذة جامعة التكوين المتواصل بالمسيلة. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة محمد بوضياف كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، الجزائر.
- الداهري، صالح. (1999). الشخصية والصحة النفسية. بغداد: دار الكتاب.
- السعودي، شريف وجمعة، أمجد. (2021). اتجاهات طلاب جامعة الشرقية نحو التعليم عن بُعد المصاحب لانتشار فيروس كورونا باستخدام طريقة المسافات المتساوية ظاهرياً. مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة طيبة، 13 (1)، 44-73.
- صالح، عايدة والمصدر، عبدالعظيم. (2013). الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعتي الأقصى والأزهر بمحافظة غزة. مجلة جامعة القدس المفتوحة للبحوث الإنسانية والاجتماعية، 29 (29)، 41-76.
- عبدالله، عبدالله. (2020). الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة. دراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية، 20 (1)، 11-43.
- براخلية، عبدالغني وبركات، عبدالحق. (2021). الصحة النفسية لدى عينة من طلبة قسم العلوم الاجتماعية بجامعة تيارت دراسة مقارنة في ضوء بعض المتغيرات الشخصية. مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، 6 (1)، 545-562.
- العيسى، إيناس عبد الرحمن. (2020/4/12). بين أزمة التعلم عن بُعد وأزمة كورونا. موقع شبكة قدس الأخبارية، بتاريخ 2021/6/6 على الرابط بين أزمة التعلم عن بعد وأزمة كورونا - شبكة قدس الإخبارية (qudsn.net)
- العبد، فقيه. (2007). أهمية الصحة النفسية للطلاب الجامعي: دراسة ميدانية لواقع الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة، جامعة تلمسان، الجزائر. مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية، 23 (2)، 273-298.
- القدمي، خولة و خليل، ياسر. (2011). إدراكات طلبة جامعة إربد الأهلية لمصادر الضغوط النفسية في ضوء بعض المتغيرات. مجلة الجامعة الإسلامية للبحوث الإنسانية، 19 (1)، 647-678.
- محمد، مجذوب أحمد. (2016). الصحة النفسية وعلاقتها بالذكاء الوجداني في ضوء بعض المتغيرات. مجلة العلوم النفسية والتربوية، 1 (2)، 161-183.
- نادية، خليفي. (2018). الصحة النفسية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة. مجلة الجامع في الدراسات النفسية والتربوية، 8 (8)، 39-67.
- الهابط، محمد. (1987). دعائم صحة الفرد النفسية. الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.

ثانياً: المراجع العربية المترجمة

- Abu Asaad, Ahmed Abdel Latif. (2011). Manual of standards and psychological and educational tests. Jordan: Debono Center for Teaching Thinking.
- Abdullah Abdullah. (2020). Psychological alienation and its relationship to mental health among university students. Studies in the Humanities and Social Sciences, 20(1), 11-43.
- Al-Issa, Enas Abdel Rahman. (12/4/2020). Between the distance learning crisis and the Corona crisis. Quds News Network website, on 6/6/2021, on the link between the distance learning crisis and the Corona crisis - Quds News Network (qudsn.net)

- Al bearer, Muhammad. (1987). pillars of individual mental health. Alexandria: Modern University Office.
- Al-Dahery, Saleh. (1999). Personality and mental health. Baghdad: Book House.
- balm. Hopes. (2019). The effect of distance education technology on the quality of higher education, a field study on the professors of the University of Continuing Training in M'sila. Unpublished Master's Thesis. University of Mohamed Boudiaf, Faculty of Humanities and Social Sciences, Algeria.
- Brakhleh, Abdelghani and Barakat, Abdelhak. (2021). Mental health among a sample of students of the Department of Social Sciences at the University of Tiaret, a comparative study in the light of some personal variables. Al-Jami' Journal of Psychological Studies and Educational Sciences, 6 (1), 545-562.
- Saudi, Sharif and Juma, Amjad. (2021). Attitudes of Sharkia University students towards distance education associated with the spread of the Corona virus, using the apparently equal distance method. Journal of Educational and Psychological Sciences, Taibah University, 13 (1), 44-73.
- Saleh, Aida and the source, Abdul Azim. (2013). Psychological hardness and its relationship to psychological and social adjustment among students of Al-Aqsa and Al-Azhar Universities in Gaza Governorate. Al-Quds Open University Journal for Human and Social Research, (29), 41-76.
- Eid, Faqih. (2007). The importance of mental health for university students: A field study of the reality of mental health among university students, University of Tlemcen, Algeria. Damascus University Journal of Educational Sciences, 23 (2), 273-298.
- Qaddoumi, Khawla and Khalil, Yasser. (2011). Perceptions of Irbid Private University students of the sources of psychological stress in the light of some variables. Journal of the Islamic University for Human Research, 19 (1), 647-678.
- Mohammed, Majzoub Ahmed. (2016). Mental health and its relationship to emotional intelligence in the light of some variables. Journal of Psychological and Educational Sciences, 1 (2), 161-183.
- Nadia, Khalifi. (2018). Mental health and its relationship to psychological stress among university students. The Whole Journal of Psychological and Educational Studies, (8), 39-67.