

بررسی میزان شیوع افسردگی و علایم آن در دانشجویان دانشگاه ایلام



جهانشاه محمدزاده

گروه ادبیات فارسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه ایلام

تاریخ پذیرش: ۹۰/۳/۱۸

تاریخ دریافت: ۸۸/۱۰/۱۴

چکیده

مقدمه: افسردگی یک اختلال رایج در بین افراد است که با کاهش انرژی و علاقه، احساس گناه، اشکال در تمرکز، بی‌اشتهایی و افکار مرگ و خودکشی همراه است و منجر به اختلال در عملکرد شغلی، روابط اجتماعی و بین فردی می‌شود. هدف از این مطالعه، بررسی میزان شیوع افسردگی و علایم آن در دانشجویان دانشگاه ایلام است.

مواد و روش‌ها: ۳۸۱ دانشجوی مقطع کارشناسی از بین دانشکده‌های ادبیات، علوم انسانی، کشاورزی و فنی مهندسی از طریق نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب و وارد مطالعه شدند. داده‌ها از طریق پرسش‌نامه شامل اطلاعات دموگرافیک و آزمون افسردگی یک (BDI)، گردآوری شد و با استفاده از نرم افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌های پژوهش: براساس نتایج این مطالعه از مجموع ۳۸۱ نفر شرکت‌کننده در مطالعه ۵۲/۸ درصد آن‌ها پسر و ۴۷/۲ درصد دختر بودند و میانگین سنی آن‌ها $21 \pm 0/99$ سال بود. یافته‌ها نشان داد که ۷۶/۱ درصد دانشجویان دارای علائم افسردگی هستند. بین رشته تحصیلی، اشتغال دانشجویان و همین‌طور حضور مادر در خانواده با افسردگی رابطه معنی‌داری وجود داشت، ($P \leq 0/05$) و میزان سلامت روانی در بین دانشجویان رشته‌های علوم انسانی در مقایسه با سایر رشته‌ها کمتر بود، ($P \leq 0/05$)

بحث و نتیجه‌گیری: میزان بالای شیوع علائم افسردگی در بین دانشجویان نشان می‌دهد که این گروه به مقدار زیادی در معرض خطر اختلال افسردگی قرار دارند. انجام برنامه‌های مختلف مشاوره‌ای از جمله مشاوره‌های روانی و تحصیلی به منظور ارتقاء سلامت روانی دانشجویان و ارجاع دانشجویان دارای علائم شدیدتر افسردگی به متخصصین و روان‌پزشکی جهت پیگیری درمان اختلالات افسردگی لازم و ضروری است.

واژه‌های کلیدی: افسردگی، دانشجویان، آزمون بک

مقدمه

افسردگی اختلالی است که با کاهش انرژی و علاقه، احساس گناه، اشکال در تمرکز، بی‌اشتهایی و افکار مرگ و خودکشی مشخص می‌شود و با تغییر در سطح فعالیت، توانایی‌های شناختی، تکلم، وضعیت خواب، اشتها و سایر ریتم‌های بیولوژیک همراه است. افسردگی منجر به اختلال در عملکرد شغلی، روابط اجتماعی و بین فردی می‌شود. (۱،۲،۳)

میزان شیوع افسردگی در زنان بیشتر از مردان است و در مجردها، بیوه‌ها و افراد مطلقه، بیشتر از متاهلین می‌باشد، (۱،۴). میزان اختلالات افسردگی اساسی بین بیماران مراجعه کننده به پزشکان عمومی ۱۰ درصد و در بیماران مراجعه کننده به متخصصان داخلی به ۱۵ درصد نیز می‌رسد، این در حالی است که فقط نیمی از مبتلایان به اختلالات افسردگی به صورت اساسی تحت درمان قرار می‌گیرند. (۱)

افسردگی می‌تواند کشنده باشد، در سال‌های اخیر، خودکشی در جمعیت جوان و حتی نوجوانان رشد فزاینده‌ای داشته است و این در شرایطی است که انواع مختلف و متعددی از داروهای آرام بخش ضد افسردگی در دهه جاری برای درمان افسردگی تجویز شده‌اند. (۱،۴)

افسردگی عامل ناراحتی‌های جسمانی متعددی است از جمله می‌توان به بی‌خوابی، اسهال، بدن درد، کم‌خونی و یا بی‌خوابی، خستگی، کم‌شدن میل جنسی، فراموشی، لرزش اندام‌ها، کرخ شدن و خواب رفتگی بدن اشاره کرد. (۱،۲)

بیش از ۸۰ درصد بیماران افسرده خود را انسان بی‌ارزشی می‌دانند، به خصوص در زمینه‌هایی مثل هوش، موفقیت، اشتها، جذابیت، سلامتی و توانایی که برایشان بیشترین ارزش‌ها را دارد، احساس ناتوانی می‌کنند، (۱). از جمله مخرب‌ترین عوارض افسردگی کاهش میل به کار و فعالیت می‌باشد، (۱). هم‌چنین طبق گزارش سازمان بهداشت جهانی و بانک جهانی، افسردگی در صدر علل مهم ناتوانی و از کار افتادگی در جهان قرار دارد. (۱)

در این مورد مساله افسردگی در میان دانشجویان از اهمیت خاصی برخوردار است. زیرا دانشجویان

سازندگان فردای کشور خویش می‌باشند و تعداد قابل توجهی از جوانان را تشکیل می‌دهند و این تعداد با گسترش دانشگاه‌ها و توسعه مراکز آموزش عالی در حال افزایش است. وجود افسردگی در جوانان حائز اهمیت است زیرا نزدیک به ۳ درصد دانشجویان در بدو ورود به دانشگاه از درجاتی از افسردگی در رنج هستند. (۱)

مواردی هم چون آشنا نبودن با محیط دانشگاه یا فرهنگ حاکم بر منطقه در صورت غیربومی بودن، جدایی و دوری از خانواده، عدم علاقه به رشته تحصیلی و ناسازگاری با سایر افراد محیط می‌توانند ناراحتی‌های روانی مانند افسردگی را ایجاد کرده و باعث افت عملکرد دانشجو شوند، (۱). تاکنون پژوهش‌های زیادی بر روی دانشجویان در دانشگاه‌های مختلف کشور انجام شده است. نتایج مطالعه نشان داد که از کل افراد مورد مطالعه ۶۱ درصد دارای درجات مختلفی از افسردگی بودند. ۲۲ درصد افسردگی مرزی، ۱۵ درصد افسردگی خفیف، ۱۷ درصد افسردگی متوسط، ۵ درصد افسردگی شدید و ۲ درصد افسردگی خیلی شدید داشتند. (۵)

آقاخان و بقایی مطالعه‌ای بر روی ۷۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی آذربایجان غربی انجام دادند که از میان واحدهای پژوهش ۵۳ درصد به درجاتی از افسردگی مبتلا بودند که در این بین افراد غیربومی افسردگی بیشتری داشتند، (۶). هاشمی و همکاران مطالعه‌ای بر روی ۴۲۱ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی یاسوج انجام دادند که در این مطالعه شیوع افسردگی ۶۹/۲ درصد گزارش شد، (۷). مطالعات دیگری نیز انجام شده‌اند که شیوع افسردگی در دانشجویان را در سطح بالایی گزارش کرده‌اند. (۱،۸،۹)

پژوهش حاضر به منظور بررسی میزان شیوع افسردگی و علائم آن و ارتباط آن با متغیرهای جمعیت شناختی در بین دانشجویان دانشگاه ایلام انجام گرفت.

مواد و روش‌ها

تعداد ۳۸۱ نفر دانشجوی مقطع کارشناسی دانشگاه ایلام به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای از بن دانشکده‌های ادبیات، علوم انسانی، کشاورزی و فنی

تهیه شد و هدف این بود تا میزان همبستگی و رابطه این مشکلات با افسردگی دانشجویان مشخص شود.

یافته های پژوهش

در این پژوهش ۳۸۱ نفر دانشجوی مقطع کارشناسی دانشگاه ایلام مورد مطالعه قرار گرفتند. از این تعداد ۲۰۱ نفر (۵۲/۸ درصد) پسر و ۱۸۰ نفر (۴۷/۲ درصد) دختر بودند. میانگین سنی شرکت کنندگان $21 \pm 0/99$ سال بود و بین ۱۸ تا ۳۵ سال سن داشتند. نتایج نشان داد که ۷۶/۱ درصد دانشجویان مبتلا به درجاتی از افسردگی هستند و ۲۳/۹ درصد آن ها سالم بودند. یافته ها حاکی از این بود که بین متغیرهای سن، جنس، شغل والدین، میزان سواد والدین و افسردگی دانشجویان رابطه معنی داری وجود ندارد. ($P \geq 0/05$) بین میزان افسردگی دانشجویان و حضور مادر در خانواده رابطه معنی داری وجود داشت. ($P < 0/01$). میزان افسردگی در دانشجویانی که والدین آن ها با هم زندگی نمی کردند بیشتر از دانشجویانی است که والدین آن ها در کنار هم هستند. ($P < 0/05$) (جدول شماره ۱). نتیجه دیگر این پژوهش نشان داد که بین میزان علائم افسردگی دانشجویان و رشته تحصیلی آن ها رابطه معنی داری وجود دارد. ($P < 0/01$). میزان سلامت روانی در بین دانشجویان رشته های علوم انسانی در مقایسه با دو رشته دیگر کمتر بود و در این میان دانشجویان رشته ریاضی دارای بالاترین سلامت روانی یا کمترین میزان علائم افسردگی بودند. (جدول شماره ۲). بین میزان علائم افسردگی دانشجویان و وضعیت اشتغال رابطه معنی داری وجود داشت. ($P < 0/01$)

مهندسی انتخاب و وارد مطالعه شدند. ابزار جمع آوری داده ها آزمون افسردگی بک و پرسش نامه جمعیت شناختی بود. پرسش نامه بک شامل ۲۱ سوال چهار گزینه ای است که به صورت خود گزارشی (self-report) هر کدام چهار موقعیت فرضی را توصیف می کند. هر سوال از صفر تا سه نمره گذاری می شود و نمره کل آزمون از صفر تا ۶۳ متغیر است. (۲). بک این پرسش نامه را براساس پنج عامل مرکب از علائم و نشانه های افسردگی به شرح زیر تنظیم نمود:

- (۱) بدبینی، احساس شکست، تنفر از خود، افکار خودکشی، بی تصمیمی و کندی
- (۲) احساس گناه و انتظار تنبیه و سرزنش
- (۳) گریه کردن، تغییر تصویر از خود، ناخشنودی و غمگینی
- (۴) کاهش وزن، شکایات جسمی و خستگی
- (۵) زود رنجی، بی خوابی و بی اشتها (۱)

آزمون بک یکی از رایج ترین و معتبرترین آزمون های روانی است. این آزمون برای تمام اقشار و محیط های اجتماعی قابل اجرا بوده و به فرهنگ حاکم در جامعه وابسته نیست. (۷)

در این پژوهش افرادی که نمره مساوی یا بالاتر از خط برش ۱۰ کسب کردند. دارای علائم افسردگی بودند. پرسش نامه جمعیت شناختی شامل اطلاعات شخصی نظیر سن، جنس، رشته تحصیلی و وضعیت تاهل، حضور، یا عدم حضور والدین در خانواده، وضعیت اشتغال، شغل والدین، میزان سواد والدین بود. این پرسش نامه به منظور بررسی مشکلات دانشجویان

جدول ۱. توزیع فراوانی میزان علائم افسردگی دانشجویان و نبود همزیستی والدین با هم

جمع	بیش از حد افسرده	افسردگی شدید	نسبتاً افسرده	نیازمند مشورت	کمی افسرده	طبیعی	میزان نا
۳۲۲	۲۴	۵۲	۶۳	۳۷	۶۵	۸۱	تعداد
۸۶/۸	۷/۵	۱۶/۱	۱۹/۶	۱۲/۵	۲۰/۲	۲۵/۲	درصد
۴۹	۷	۱۰	۱۳	۳	۷	۹	تعداد
۱۳/۲	۱۴/۳	۲۰/۴	۲۶/۵	۶/۱	۱۴/۳	۱۸/۴	درصد
۳۷۱	۳۱	۶۲	۷۶	۴۰	۷۲	۹۰	تعداد
۱۰۰	۸	۱۷	۲۰	۱۱	۱۹	۲۴	درصد

$$Kendall = ta - b = 1/09$$

$$P = 0/25 \quad df = 5 \quad x^2 = 6/5$$

جدول ۲. توزیع فراوانی میزان علایم افسردگی دانشجویان و رشته تحصیلی

رشته	میزان ها	طبیعی		کمی افسرده		نیازمند مشورت		نسبتاً افسرده		افسردگی شدید		بیش از حد افسرده		جمع	
		تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد
انسانی	تعداد	۲۷		۳۱		۱۷		۳۸		۳۵		۱۱		۱۵۹	
	درصد	۱۶/۹۸		۱۹/۵		۱۰/۷		۲۳/۹		۲۳		۶/۹		۴۹	
تجربی	تعداد	۳۵		۲۳		۱۳		۲۴		۱۷		۱۳		۱۲۵	
	درصد	۲۸		۱۸/۴		۱۰/۴		۱۹/۲		۱۳/۶		۱۰/۴		۳۸/۵	
ریاضی	تعداد	۱۴		۱۳		۱		۴		۶		۲		۴۰	
	درصد	۳۵		۳۲/۵		۲/۵		۱۰		۱۵		۵		۱۲	
جمع	تعداد	۷۶		۶۷		۳۱		۶۶		۵۸		۲۶		۳۲۴	
	درصد	۲۳		۲۱		۱		۲۰		۱۸		۸		۱۰۰	

$$x^2 = 18/31$$

$$x^2 = 19/8$$

$$df = 10$$

بحث و نتیجه گیری

افسردگی و اختلالات روانی در سال های بعدی زندگی است. میزان افسردگی در بین افرادی که قبل از یازده سالگی مادر خود را از دست داده بودند سه برابر بیش از کسانی بود که قبل از پانزده سالگی مادر خود را از دست داده اند. روان کاوان معتقدند که محرومیت از مهر مادری چه به علت جدایی یا فقدان، شخص را برای ابتلاء به اختلالات افسردگی آماده می کند. (۹)

بین رشته تحصیلی و افسردگی رابطه معنی داری وجود داشت که با نتایج مطالعه الیاسی (۱۳) مطابق است. الیاسی در تحقیق خود بین رشته های علوم تربیتی و علوم انسانی و میزان افسردگی در مقایسه با رشته های علوم پایه و تجربی رابطه معنی داری پیدا کرد. می توان گفت که در جامعه ما دیدگاهی ماده گرایانه و عمل گرایانه نسبت به رشته های تحصیلی وجود دارد. رشته های تحصیلی برحسب نفع مادی و پیامدهای عینی که برای فرد و جامعه دارد، ارزیابی می شوند. سبک نگرش جامعه نسبت به علوم انسانی بر ادراک فرد از این رشته ها موثر است. نگرشی که در جامعه نسبت به علوم انسانی وجود دارد، این است که این علوم حاوی محفوظات و اموری انتزاعی و ذهنی است در حالی که سایر علوم جنبه کاربردی و عینی دارد. فردی که در رشته های علوم انسانی تحصیل می کند پس از فراغت از تحصیل از نظر موقعیت شغلی و درآمد در سطحی پائین تر از علوم دیگر قرار دارد. هر چه وضعیت اقتصادی-اجتماعی دانشجویان

همان طور که نتایج این مطالعه نشان داد ۷۶/۱ درصد دانشجویان مورد مطالعه دارای علایم افسردگی بودند. این نتیجه با پژوهش های امانی و همکاران (۸)، نجفی پور و یکتا طلب (۹)، ایلدرآبادی و همکاران (۱)، هاشمی و کامکار (۷) هم خوانی دارد. بین وضعیت تاهل و میزان افسردگی در دانشجویان رابطه معنی داری یافت نتایج بیانگر این بود که افراد مجرد در مقایسه با متاهلین از علایم افسردگی بیشتری برخوردارند. این نتیجه با پژوهش کریمی زارچی و همکاران (۱۰) و همین طور مطالعه مختاری پور و همکاران (۴) هم خوانی دارد. بین جنس و میزان افسردگی رابطه معنی داری به دست نیامد، (۴،۱۰). این در حالی است که در همه فرهنگ ها و کشورها، شیوع افسردگی در زنان تقریباً ۲ برابر مردان است. (۱۱)

هم چنین همانند مطالعه مختاری پور و همکاران (۴)، بین متغیرهای سواد و شغل والدین با افسردگی دانشجویان رابطه معنی داری وجود نداشت. بین وضعیت در قید حیات بودن مادر و افسردگی رابطه معنی داری وجود داشت که با یافته های براون و هاریس (۱۱) همین طور مطالعه تاسیگ و همکاران (۱۲) هم خوانی دارد. می توان گفت که مادر اولین فردی است که کودک با او ارتباط برقرار می کند و حضور مادر نقش مهمی در تعادل عاطفی و روانی فرد دارد. مادر نقش مهمی در شکل گیری احساسات و عواطف فرد دارد و عدم حضور مادر یک عامل زمینه ساز جهت

نبوده و با نیازهای جامعه هم خوانی نداشته باشد، باعث سرخوردگی، عدم تلاش و کوشش فرد گشته و منجر به شکست تحصیلی و کاهش اعتماد به نفس و متعاقب آن افسردگی و اضطراب می‌گردد. با توجه به شیوع بالای علائم افسردگی در بین دانشجویان لازم است اقدامات مشاوره ای و درمان های حمایتی از وخامت وضعیت روانی آن ها جلوگیری نمود. بررسی منظم سلامت روانی دانشجویان جهت شناسایی سریع و به موقع افراد در معرض ابتلاء به افسردگی و همین طور ایجاد و تقویت مراکز مشاوره دانشجویی و خدمات روان پزشکی در سطح خوابگاه ها و دانشسکده ها جهت شناخت و درمان به موقع مشکلات روان شناختی دانشجویان لازم و ضروری است. به علاوه، مشارکت فعال دانشجویان در برنامه های آموزشی، فرهنگی، تفریحی و ورزشی، فراهم نمودن امکانات رفاهی بیشتر جهت دانشجویان ارائه مشاوره های تحصیلی در مدارس به منظور هدایت دانش آموزان جهت انتخاب رشته های تحصیلی دانشگاهی مورد علاقه و مشاوره های تحصیلی در حین تحصیل در دانشگاه، از جمله راهکارهایی هستند که می توانند در پیش گیری و کاهش علائم افسردگی دانشجویان مفید و موثر باشند.

علوم انسانی بهتر شود به همان میزان افسردگی آن ها کمتر می‌شود، زیرا افراد با وضعیت اقتصادی بالا احساس نگرانی و ناراحتی کمتر برای گذراندن دروس داشته و دغدغه پیدا کردن شغل پس از فراغت از تحصیل را ندارند،(۴). نبود تقویت کننده‌های محیطی(درآمد، مشوق) یا ناچیز بودن این تقویت کننده‌ها به دنبال فعالیت و تلاش فرد(تحصیل در رشته های علوم انسانی) سبب افسردگی می‌شود و این موضوع مطابق با دیدگاه رفتارگرایی از افسردگی است که در جهت تبیین رشته تحصیلی و افسردگی به کار می‌رود. بین وضعیت اشتغال دانشجوی و میزان افسردگی رابطه معنی داری وجود داشت به طوری که میزان افسردگی در دانشجویان شاغل بیشتر بود. یک مطالعه دیگر نیز نتایج مشابه ای به دست آورده است،(۴). می توان گفت که کار و فعالیت همراه با تحصیل ضمن این که فرد را از نظر مالی تامین کرده و از وابستگی او به خانواده می‌کاهد ولی فشار زیادی را بر فرد تحمیل می‌کند. فعالیت هایی که دانشجوی در زمان تحصیل انجام می‌دهد معمولاً اموری است که جایگاه اجتماعی خاصی نداشته و دارای مزایا و دستمزد اندکی نیز هست و به همین خاطر باعث افسردگی و عزت نفس پائینی در دانشجو می شود. هم چنین اگر انتخاب رشته تحصیلی مطابق با استعداد و علاقه فرد

References

- 1-Darabadi I, Firoozkohy M, Mazloom, SR, Navidian A. The Survey of rate and prevalence of depression among student of Zabol University of Medical Sciences. J School Shahr-e-kord University of Medical Sciences 2004;6:15-21.
- 2-Mazloom SS, Mirzaei A, Mohammadi S. Study of depression prevalence in the patients with types diabetes referring to Yazd diabetes researches center in 2008. Toloobehdasht J 2009;7:30-6.
- 3-Graeme HL, Robert G, Anne T. Depression prevalence: is it really increasing. Australian and Newzealand J of psychiatry 2008;42:100-10.
- 4-Mokhtaripoor M, Godarzi z, Siadat A, Keywan Ara M. The relationship between demographical variables with anxiety and depression among Isfahan Medical Science

- Students. Behavioral Science Researchs 2008;2:107-10.
- 5-Zohoor A, Mosakhani E. The prevalence of depression among kerman's health faculty and it's comparison with other Iranian universities. Quarterly of Lorestan University of Medical Sciences. 2001;10: 43-7.
- 6-Agakhani N, Baghaei R. The survey of the rate of depression among students of west Azarbaiyan Medical Science University. The conference of nursing updates in mood disorders from prevention to rehabilitation. Shiraz University 2000.p. 12-15.
- 7-Hashemi M, Kamkar A. The survey of depression prevalence rate among students of Yasuj' Medical Science University. J of

Yasuj Medical Sciences University 2001;6: 14-21.

8-Amani F, Sohraby B, Sadeghi As, Mashofy M. The survey of depression prevalence among Ardabil Medical Science Students. Research Scientific J of Ardabil Medical Science Students 2005;1:50-60.

9-Najafipoor S, Yektatalab SH. The survey of rate and prevalence of depression among Jahrom Medical Science Students and its correlate with academic failure. Center of Studies and Medical Science Development 2001;3:20-25.

10-Zarchi K, Tavalaei A, Adibzadeh S, Hossein A. The study of depression prevalence and factors affecting on it

among medical students. Kousar's Medical J 2003;8:231-234.

11-Brown GW, Triril H. Social origins of depression. New York: Free press; 1978;11: 200-4.

12-Tausig M, Michello J, Subedi S. A Sociology of mental illness. Tehran: Samt 2004.p.50-60.

13-Elyasi, M. Depression in children: correlation with parental loss, sex, academic failure and socio-economic status. Dissertation for the Master of Science Degree. Tehran: School of Psychology of Allameh Tabatabayi University 1991.p.30-5.



Investigation of Prevalence Rate of Depression Symptoms Among Ilam University students

Mohammadzadeh J

(Received: 4 Jan. 2010

Accepted: 8 Jun. 2011)

Abstract

Introduction: Depression is a common disorder among people. It is usually accompanied with low energy and desire, guilt feeling, deficiency in concentration, low appetite, death notions and suicide, it causes disturbance in job performance, interpersonal and social relations. The purpose of this research was to study the prevalence rate of depression symptoms among Ilam university students.

Materials & Methods: 381 undergraduate students were selected via cluster sampling from faculties of humanities and literature, agricultural and technical engineering. 52.8 percent of participants were boys and 47.2 percent were girls, the age mean was $21 \pm 0/99$. Data were gathered through a demographical questionnaire and Beck Depression Inventory (BDI) and were analyzed by SPSS software.

Findings: Results showed that 76.1 of students had depression symptoms.

There was a significant relationship among student's fields of study, their careers and the presence of their mothers with the symptoms of depression ($P \leq 0.05$). The rate of mental health was low among students of human sciences in comparison with other fields of study ($P \leq 0.05$).

Discussion & Conclusion: The high rate of depression symptoms prevalence among the students implies that such a class is threatened by the risk of depression disorders. It seems necessary to prepare the students suffering from such mental problems with medical consultations conducted by related specialists and follow the rapetic approaches if needed.

Keywords: depression, students, Beck depression inventory, Ilam