مجلة العلوم التربوية

مجلة نصف سنوية - علمية - محكمة تصدر عن كلية التربية جامعة قطر العدد (13)
Depression rates of Freshmen Students in the Department of Islamic Education and Physical Education in the College of Education at the Sultan Qaboos University

Rashid Saief Al-Mehrazy* Kashif Zaied**

Abstract

The study aimed to examine the depression rates of freshmen students in the Departments of Islamic Education and Physical Education in the College of Education at Sultan Qaboos University. Beck Depression Inventory (BDI) has been administered two times (beginning and end of the fall semester of 2003/2004) using 108 freshmen students from the departments of Islamic Sciences and Physical Education's. The results showed low depression rates for all sampled students. Two-way Split-plot design analysis of variance showed a statistical difference between students of Physical Education and their counterparts in the Islamic Education in depression rates at both two administrations of the BDI. Results showed that the students of Physical Education department had less depression rates than the students of the Islamic Education. However, the results showed there were no statistical differences of depression rates between males and females and between the two administrations of the BDI.

* Psychology Department – Faculty of Education – Sultan Qaboos University – Sultana of Oman.
** Psychology Department – Faculty of Education – Sultan Qaboos University – Sultana of Oman.
معدلات الاكتتاب لدى الطلبة المستجدين
بقسمية التربية الإسلامية والتربية الرياضية
بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس

كشاف زايد

راشد سيف المحرزي

الملخص

هـدفت هذه الدراسة إلى التعرف على معدلات الاكتتاب لدى الطلبة المستجدين بقسمية التربية الإسلامية والتربية الرياضية بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس، وقد تم تطبيق قاعدة (Beck) للدكتاتور (Beck) بسنيماة (نهاية 2003/2004) على عينة مؤلفة من 108 طالب وطالبة السنة الأولى بقسمية التربية الإسلامية والتربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس. وأشارت النتائج إلى أن الطلبة يعانون من درجة خفيفة من الاكتتاب. كما توصلت الدراسة باستخدام تحليل التباين لتصميم تقديم القطع الثاني إلى وجود فروق ذات صلة إحصائية بين طبقة تخصص التربية الرياضية وأجرائهم طبقة تخصص التربية الإسلامية في معدلات الاكتتاب في كل التطبيقين لقائمة (Beck) وأظهرت النتائج إلى أن طلاب التربية الرياضية لديهم مستويات إكتتاب أقل من طلبة التربية الإسلامية وأظهرت الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى الاكتتاب بين الذكور والإناث من طبقة التخصصين، وبين كلا التطبيقين لقياس (Beck) للاكتتاب.

المقدمة

يعتبر الاكتتاب أحد المشكلات النفسية التي قد تصيب الفرد وقد تعيقه عن أداء دوره الاجتماعي وتوافقه (بدء الأنصاري، 1998). وعلى الرغم من استخدام مصطلح الاكتتاب لوصف المزاج السيء للأفراد في أوقات ما من حياتهم، إلا أن الأطباء يعتبرون الاكتتاب اضطراباً خطيراً يسبب تغيرات في الذكاء والتفكير والإدراك والجسد والسلوك.

قسم علم النفس - كلية التربية - جامعة السلطان قابوس - سلطنة عمان.

* قسم علم النفس - كلية التربية - جامعة السلطان قابوس - سلطنة عمان.

** قسم علم النفس - كلية التربية - جامعة السلطان قابوس - سلطنة عمان.
والزجاج والزجاج وغيرها من جوانب الحياة (معصومة المطبوري، 2005). ويفرق الباحثان بين نوعين من الاكتتاب الأول يعبر عن استجابة تثيرها خبرة حياتية مؤلمة كفقدان عزف، أو خسارة شيء مهم، أو الفشل في علاقة، وهذا النوع غالبًا ما يكون مرتبطة بالموظف الذي أثاره، أما الاكتتاب الآخر فهو الاكتتاب المرضي أو الإكلينيكي حيث أن أهداف العلاج الحياتية المعتمدة لأكثر من ثمانيني وليس بالضرورة أن تكون مسببة واضحة (عبد الستار إبراهيم، 1998).

ويمكن النظر إلى الاكتتاب باعتباره اضطرابًا إفناعًا يتم تشخيصه من خلال مجموعة من الأعراض والتي تتضمن إلى ثلاثة جوانب:

(1) الجوائز الانتقائية كالشعور العميق بالحزن وقلة الاهتمام بالأمور التي كانت تبعث بالسرور سابقا.

(2) الجوائز المعرفية المتمثلة في انخفاض تقدير الذات، واضطراب الذاكرة، وتوافق الفشل وعدم القدرة على التركيز الشخصي.

(3) الجوائز السلوكية كاضطرابات النوم وضعف الشهية والصداع وكثرة البكاء.


 واضطراب الاكتتاب ليس مقصورًا على فئة دون أخرى، فقد يصاب أي شخص به، يغوص النظر عن العمر فهو يصيب الصغار والمراهقين وكبار السن أيضًا سواء اختلف الجنس أو العرق أو طبيعة العمل أو مستوى الدخل (معصومة المطبوري، 2005). ويحدث الاكتتاب كاستجابة للمواقف العصبية، ويعتبر الأفراد في استجابتهم للمواقف العصبية التي يمرون بها، بحيث يتطلب في حالة الشخصية السوية أن تكون هذه المواقف العصبية كشفية جدًا، أما في حالة الشخصية المهيئة للأكتتاب فإنهما سرعان ما تظهر أعراض الاكتتاب من ظروف أقل شدة، حيث إن هؤلاء الأشخاص لا يتحملون التقلبات طويلة تثيرهم يستجيبون للظروف المتفائلة، أي أنهم يستخدمون الاكتتاب كوسيلة دفاعية ضد الفقد الأساسي.
ولقد تعددت وجهات النظر في دراسة مشكلة الاكتئاب؛ فنجد أن المنظور الفسيولوجي يركز على العمليات الكيميائية التي تحدث داخل الجهاز العصبي والمخ ويكشف الاكتئاب كنتيجة لهذه العمليات الكيميائية، بينما ينظر أصحاب نظرية التعلم السلوكية والمعرفية إلى حدوث الاكتئاب كنتيجة لعملية تسمى عند الفرد للمواقف التي يواجهها، حيث يحدث الاكتئاب نتيجة تناقص الدعم الإيجابي وترابط الدعم للأحداث المفروضة على الفرد، ويعتبر عليه اضطراب معرفي يمثل في توقع كل ما هو سلبي في المواقف التي يوضع فيها الفرد، أو توقع الفشل واستعداد النجاح وتشويب المدخنات وتحرير خبرات الماضي لتمثيلها نحو سبيه ويكون العرض الأساسي انخفاض تقدر الذات والشعور بالحزن والوسوء والأعراض الاكتئابية الأخرى. وتتعرض على الاكتئاب إذا ما مر الفرد بحالة زائدة سيئة ونقص بالاهتمامات ببعض الأنشطة لفترة أوقات أسوعين، ولكن كل شخص يشعر بالتعاسة بين الحين والآخر فإنه لابد من أن تتفق مع هذه المشاعر مجموعة أخرى من الأعراض أهمها فتق في الشهية، والوزن، والنوم، وفي السلوك النفسي وطبيعة، وقلاً للطاقة، والشعور بعدم الجدوى والإحساس بالذنب، وصعوبات التفكير ونقص في التركيز، وعدم القدرة على اتخاذ القرارات، ووجود أنماط سوداوية من التفكير كالتفكير بالموت أو التخطيط للانتحار.

والاكتئاب مثل معظم أنواع الاضطرابات النفسية الأخرى من حيث إنه لا يتألف من صورة مميزة تجعل عملية تشخيصه عملية سهلة وبسيط، وإنما يكون اضطراباً تدريجياً يستمر بياماً يبدأ بالحالات القريبة من السوية، ويتدرج ليصل إلى حالات المرض العقلي الذي يتطلب العلاج الطبي (عبد الحميد حسن، 1993). ولدى وصول اضطراب الاكتئاب إلى مرحلة متقدمة فإن المصابين به يلجأون إلى عيادات الطب النفسي التي غالبًا ما توصف له معاقب طبية مضادة للاكتئاب (Antidepressant)، بيد أن كثيراً من الأفراد الذين يعانون من درجات خفيفة أو متوسطة من الاكتئاب يتعاطون معه على الرغم مما ينطبغ به من مشاعر سلبية عامة واضطرابات في الوظائف الفسيولوجية، وال aşağıاد الدورية والتشاؤم والشعور باللا جود (نيكي حمدي وآخرون، 1988). وتختلف الأسباب المؤدية إلى حالات الاكتئاب النفسي، فقد يحدث الاكتئاب من الظروف المحرزة والخبرات الأليمة في الطفولة، وقد يحدث نتيجة تعرض الفرد للكوارث القاسية، والحرمان، وفقدان المسازدة العاطفية الاجتماعية.

مشكلة الدراسة

يعتبر اضطراب الاكتئاب من أكثر الاضطرابات النفسية التي قد تصيب الفرد في مرحلة ما من مرحل حياته، حيث يصف العلماء العصر الحالي بصرع الاكتئاب بعد أن كانوا يصفونه في السابق بصرع الفلق (لطفي الشريبي، 1991). إذ يعتبر الاكتئاب

بحث ودراسات
من أكثر الاضطرابات النفسية شيوعًا في المجتمعات الحديثة، حيث إن الدراسات أشارت إلى أن حوالي (16) مليون أمريكي يعانون منه نتيجة مجموعة من العوامل العرقية أو الاجتماعية أو الاقتصادية أو ذات العلاقة بالتحصيل الدراسي. وتشير الإحصائيات الأمريكية إلى أن حوالي 2% من تلاميذ المدارس الابتدائية يعانون من الاكتئاب، وترتفع النسبة لتصل إلى 8% بالنسبة للمراهقين. وتبلغ التكلفة المباشرة وغير المباشرة في Ndoh & Scales (2002).

وتشير التقديرات الحالية إلى أن 20% من الأمريكيين وخاصة النساء سيواجهون حالة اكتئاب إكلينيكية على الأقل في مرحلة ما من مراحل حياتهم (Gottlieb & Hammmen, 2002). ويرى الأطباء أن أعداداً كبيرة من طلبة الجامعات الأمريكية يعانون من القلق أو الاكتئاب أو أحدهما ويبلغون للمجتمعات أو المتصرفات التي تزيد من تفاقم خطورة الموقف (Ross, 2004). ويشيع اضطرابات الاكتئاب لدى طلبة الجامعات بصفة خاصة نظرًا لما يتعرضون له من ضغوطات مختلفة في حياتهم الجامعية سواء كانت ضغوطات أكاديمية تتمثل في مصاعب الدراسة ومطالبةها والفشل الدراسي، أو ضغوطات اجتماعية تتمثل في التوافق الاجتماعي وتكوين الصداقات والتفاعلات الاجتماعية، أو ضغوطات نفسية تتمثل في التوافق النفسي والحياة الجامعية وتباين فترة المرافقة وما بعداها. كما قد يختلف طلب الجامعات في مستوى ممارستهم للتدريبات والتي قد تختلف طلب الجامعات في مستوى ممارسة الرياضة على تخفيض مستوى الاكتئاب لدى الفرد والتخلص منه.

وعبانه طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس من ضغوطات مشابهة لما يعانيه طلبة الجامعات الأخرى، وخاصة الضغوطات الاجتماعية والأكاديمية النفسية. وتشير إحصائيات مركز الإرشاد الطلابي بجامعة عمان تزداد عدد كبير من طلبة الجامعة نتيجة هذا العدد من سنة إلى أخرى. وتتنوع المشاكل التي يعاني منها طلبة الجامعة المتزوجين على مركز الإرشاد الطلابي سواء تلك المرتبطة بالجوانب الأكاديمية أو الجوانب النفسية أو غيرها. وقد يحجم عدد من طلبة الجامعات وخاصة في دولنا العربية عن التحديد على مراكز الإرشاد لطلب الاستشارة لأسباب عديدة، يتمثل في اعتقاد البعض بخصوصية المشاكل التي تواجهه والخوف والشعور بالخجل من معرفة الآخرين بمشاكليهم النفسية، واعتقاد البعض بقدرتهم على حل مشاكلهم بنفسهم وعدم الحاجة إلى اللجوء إلى مراكز الإرشاد.
وتعتبر جامعة السلطان قابوس الجامعة الحكومية الوحيدة بسلطنة عمان مما يضطر العديد من طلبتها إلى تغيير نمط حياتهم والانتقال من العيش مع الأسرة في القرى الصغيرة إلى العيش في العاصمة خارج الحرم الجامعي. بالنسبة للطلبة الذكور أو العشاق داخل الحرم الجامعي بالنسبة للطلبة الإناث. وتعرض طلبة الجامعة إلى الإصابة بعدد من الضغوطات والمشاكل الاجتماعية تتمثل في الأعراض عنها أو عن أصدقاء الطفولة والاستقرار أو تكون علاقات وصيغة جديدة، فضلاً عن الإصابة بمشاكل نفسية تتمثل في العزلة والضغط والضجر والتفكير في المستقبل. وقد لا يستطيع عدد من طلبة الجامعة التكيف والتغلب على هذه الضغوطات المختلفة لأسباب مختلفة تختلف من فرد لأخر، حسب قدرة الفرد على استخدام طرق واستراتيجيات مقاومة ضغوطات الحياة الجامعية والتكييف معها، مما قد يؤدي ذلك الأمر إلى حدوث معدلات مختلفة من الاكتئاب.

أهمية الدراسة
ورغم طبيعة الضغوط الأكاديمية والاجتماعية والنفسية التي ت تعرض لها طلبة جامعة السلطان قابوس والتي قد تؤدي إلى مستويات معينة من الاكتئاب لديهم، يتم إجراء أي دراسات - لحد علم الباحثين - للتعريف على معدلات الاكتئاب لدى طلبة جامعة السلطان قابوس. لذا تتبع أهمية هذه الدراسة باعتبارها الأولى من نوعها التي تجري باستخدام جميع الدراسة الحالي، حيث إنها تهدف إلى الكشف عن مدى شيوخ اضطراب الاكتئاب بين طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس، وهو أمر ينطوي على قيمة تطبيقية حيث إنه قد يسهم في تفهم المشكلات والاضطرابات التي يواجهها طلبة الجامعة، وبالتالي يهدف الطريق لوضع استراتيجيات وإитет سياقية أكاديمية وإرشادية للوقاية والعلاج لمشكلات الاكتئاب لدى الطلبة. كما وستعمل الدراسة أيضاً على استقصاء الفروق بين طلبة تخصص التربية الرياضية وطلبة تخصص التربية الإسلامية وهما تخصصين أكاديميين بكلية التربية، الأول وهو التربية الرياضية تشمل برامجه نواحي تطبيقياً مركبة ويتمع بطريقة خاصة تتمثل في ممارسة التمارين الرياضية بصورة أكبر، أما الآخر فهو التربية الإسلامية فتحمل برامجه نواحي نظرية بحتة، كما وستعمل الدراسة على التعرف على طبيعة الفروق في معدلات الاكتئاب بين الذكور والإناث.

أهداف الدراسة وأسئلتها
تهدف الدراسة إلى الكشف عن معدل اضطراب الاكتئاب بين الطلبة المستجدين بقسم التربية الإسلامية والتربية الرياضية بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس، ويمكن تلخيص أهداف الدراسة في التساؤلات الأربعة التالية:

بحث ودراسات
السؤال الأول: ما معدل الاكتتاب لدى طلبة السنة الأولى بقسم الرياضيات وال التربية الإسلامية بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس في بداية الفصل الدراسي الأول ونهايته؟

السؤال الثاني: هل توجد فروق في درجة الاكتتاب بين طلبة تخصص التربية الرياضية وطلبة تخصص التربية الإسلامية بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس في بداية الفصل الدراسي الأول ونهايته؟

السؤال الثالث: هل توجد فروق بين الطلبة الذكور والطالبات الإناث في مستوى الاكتتاب لدى طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس في بداية الفصل الدراسي الأول ونهايته؟

السؤال الرابع: هل هناك تفاعل بين جنس الطالب وتخصصه في درجة الاكتتاب لدى طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس في بداية الفصل الدراسي الأول ونهايته؟

الدراسات السابقة

قام بعض الباحثين بإجراء العديد من الدراسات التي تتصل بالاكتتاب باستخدام عينات مختلفة، فقد وصلت (2002) (Okssoo) في دراسته التي طبق خلالها قائمة (Beck) للكتاب بالاكتتاب على عينة طلابية (404) طالبًا من أربع جامعات كوريا، أن أفراد عينة الدراسة لديهم درجات جيدة في الاكتتاب بصفة عامة. ولدى تطبيق قائمة (Beck) للكتاب على عينة (79) طالبًا فإن نسبة عالية من الطلاب ينتمون إلى أن 34% من الطلاب ينتمون إلى أسد 34% من الطلاب ينتمون إلى سنتين من الاكتتاب خلال الفصل الدراسي الأول، في حين أن النسبة أخفضت إلى 31% خلال الفصل الدراسي الثاني.

وتوصل (1993) (Wiseman et al) الذين درسوا الاختلاف في درجات الاكتتاب لدى عينة تتسجي إلى خلفيات عرقية متنوعة، وقد تم تطبيق الدراسة على (325) طالبًا جامعيًا ببرامج الدراسات الإنسانية، توصلوا إلى أن الطلاب أثنا اكتتابًا من الطلاب على الرغم من أن الطلاب الذكور كانوا أكثر ميلًا للعزلة من الإناث. في حين توصل (1994) (Blazer et al) الذين درسوا اضطراب الاكتتاب لدى عينة من الذكور والإناث أن الإناث حققت درجات عالية مقارنة بالذكور. كما توصلت (Beck) بعد تطبيق قائمة لاكتتاب على (77) طالبة و(45) طالبًا من طلبة كليات المجتمع إلى أن الطلاب الذكور لديهم أعراض اكتتاب أكثر مما لدى الطلاب الذكور. بينما وجد (2001) (سارم رضوان) في دراسته للاكتتاب في البيئة السورية وجود...
فرق دالة إحصائية بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية لصالح الطلاب، ولم يجد فروق
دالة إحصائية بين طلبة وطالبات الجامعات.

كما قام (Ndoh & Scales, 2002) بدراسة تأثير مجموعة من المتغيرات مثل الحالة
الاقتصادية الاجتماعية، الدعم الاجتماعي، الاختلاف العرقي، جنس الفرد، والمعدل
التركمي على مستوى الاكتتاب لطلبة الكلية الجامعية الأمريكية، حيث قام بتطبيق قائمة
للاكتتاب على (160) طالباً وطالبة من جامعة جونسون سميث وجامعة تينيسي Beck
الحكومية، وخلصت الدراسة إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاكتتاب وكل من
الدعم الاجتماعي، والحالة الاقتصادية الاجتماعية والمعدل التركمي، في حين أن الدراسة
لم تتوصل إلى فروق بين السود والبيض أو بين الذكور والإناث.

وقد قامت دراسة نجوى البحوفي (2003) إلى التعرف على مدى انتشار الاكتتاب
بين طلاب الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات الاجتماعية - الدموغرافية: كالدين، وجنس
الطالب، والطبيعة الاجتماعية ونوعية الجامعة، والموقع الجغرافي، حيث تألفت العينة من
(110) طالباً وطالبة من الجامعتين اللبنانية والأمريكية في بيروت، وشتمي الطلاب إلى
مختلف المذاهب الدينية والطبقات الاجتماعية والمناطق الجغرافية. نشرت النتائج إلى
في عينة الدراسة. كما لم تظهر
الدراسة وجود فروق جوهرية بين الجنسين تبعاً للعوامل الجغرافية، في حين ظهرت فروق
تبعاً للدينة (متوسط المسلمين أعلى مقارنة بالمسحريين)، كما تعين أن أداء الطلبة
الاجتماعية الفقيرة أكثر اكتتاباً من الطبقة الوسطى، تليها الطبقة العلمية التي كانت أقل
اكتتاباً من أفراد الطبقة الوسطى والفقيرة. كما توصلت الدراسة إلى أن معدل الاكتتاب
لدى طلبة الجامعة اللبنانية كان أعلى مقارنة بأقرانهم في الجامعة الأمريكية.

وقام عويم المشعان (1995) بدراسة الفروق في الاكتتاب بين المراهقين
والشباب الكويتيين. وتوكنت عينة الدراسة من 309 طالب وطالبة، بواقع (182) طالباً
وطالبة ونسبة 65٪ من مدارس الكويت، وواقع (47) طالباً وطالبة من جامعة الكويت، وتم استخدام
قائمة (Beck) للاكتتاب. وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين
الجنسين، حيث إن الإناث كانت أكثر اكتتاباً من الذكور، ووجود فروق دالة إحصائية بين
المراهقين والشباب، حيث إن الشباب كانوا أكثر اكتتاباً من المراهقين.

وتوصل عبد الحميد حسن (1993) في دراسته عن علاقة القلق والاكتتاب
ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة قازرون إلى وجود مستويات للاكتتاب لدى الطلبة

بحث ودراسات
المتأخرین دراسیاً أكثر من الطلبة العاديين دراسیاً. كما توصلت الدراسة إلى تشابه الجنسين في مستوى كل من القلق والاكتئاب.

وقام ناصر المحارب (2005) بدراسة لتحديد الأعمار التي تبدأ فيها الفروق بين الجنسين لدى المراهقين في أعراض الاكتئاب والقلق في المملكة العربية السعودية. وقد تكونت عينة الدراسة من (12,246) طالبًا وطالبة تتراوح أعمارهم ما بين (12-18) سنة بمتوسط عمر قدره (15,50) سنة للذكور، وبمتوسط عمر قدره (15,57) سنة للإناث. أظهرت نتائج الدراسة أن الفروق بين الجنسين في أعراض الاكتئاب تبدأ عند عمر (13) سنة لصالح البنات وبدأت ديلة حتى العمر (18) سنة. وقد خلصت الدراسة إلى التوصية بإجراء دراسات تباعية ودراسات حول الدور الذي يمكن أن تلعبه العوامل النفسية الاجتماعية في مسار الاكتئاب لدى المراهقين العرب.


كما توصل (2005) في دراستهم التي طبقوا خلالها مقياس للاكتئاب على (293) طالبًا جامعيًا تركيًا أنه يمكن التنبؤ بتعرض الطلاب (Beck) الجامعيين للاكتئاب من خلال مدى امتلاكهم لمهارات حل المشكلات، ومدى الدعم الاجتماعي الذي يتقونه من العائلة والأصدقاء والمجتمع بالإضافة إلى مدى تميز شخصياتهم بالخصوب.

وفي دراسة أخرى قامت فيها (2004) (Wardle et al, بمقارنة أعراض الاكتئاب والرضاعة عن الحياة، وتقدير الصحة الذاتي بين (351) طالبًا جامعيًا من دول أوروبا الشرقية و (479) طالبًا جامعيًا من خمسة بلدان من دول أوروبا الشرقية. وقد خلصت الدراسة التي طبق خلالها مقياس للكاتب (BDI) (بالإضافة إلى أن أعراض الاكتئاب ترتبط لدى طلاب شرق أوروبا مقارنة بأقرانهم من غرب أوروبا، ونفس النتيجة ظهرت أيضاً فيما يتعلق بمستوى الرضا عن الحياة، إذ تبين أن طلاب الجامعة من دول أوروبا الشرقية أظهروا مستويات منخفضة بصورة ذات دلالة من الرضا عنا الحياة مقارنة بأقرانهم من دول غرب أوروبا. وأظهرت النتيجة أيضًا أن.
ارتفاع مستوى الاكتتاب وانخفاض مستوى الرضا عن الحياة مرتبطان بالإدراك المتدني للسيطرة والتحكم بأمور الحياة وكذلك مع ارتفاع مستوى وجهة الضبط الخارجية.

وفي دراسة قام بها (Quintero et al, 2004) هدفت إلى تقسيم درجات الاكتتاب لـ ستة طباغة الجامعة باستخدام مقياس Beck (لاكتتاب) (BDI) وقياس Zنج Zung's self – Applied Scale (ZSS)، فقد طبق المقياس على (218) جامعيًا من بينهم (135) طالبًا (83) طالبة، وتبين أن 30% من أفراد العينة يعانون من الاكتتاب حسب مقياس Beck، في حين أن 26% من أفراد عينة الدراسة يعانون من الاكتتاب حسب مقياس Zنج.

وتوصل (Pially et al, 2002) في الدراسة التي طبقوا خلالها مقياس Beck للاكتتاب على عينة (219) طالبًا جامعيًا من طباغة السنة الدراسية الأولى أن طلاب تخصص علم النفس كانوا أقل اكتتابًا من طلاب التخصصات الأخرى، وأن الطلاب الأصغر سنا سجلوا درجات أقل من أفرادهم الأكبر سنا حسب قائمة Beck للاكتتاب.

ويستخلص من نتائج الدراسات السابقة ما يلي:
1. استخدمت أكثر الدراسات السابقة قائمة Beck للاكتتاب.
2. أن نسبة ما من طلاب الجامعات وخاصة الجدد منهم يعانون من اضطراب الاكتتاب.
3. إن نسبة الاكتتاب ترتفع لدى الإناث مقارنة بالذكور.
4. أن المشكلات الأكاديمية تهوي القرصة لظهور الاكتتاب.
5. أن هناك اختلافات في نسبة انتشار اضطراب الاكتتاب وفقًا للفروق العرقية والقومية والدينية.
6. لم يتم الحصول على دراسات هدفت للتعرف على معدلات الاكتتاب لدى طلبة جامعة السلطان قابوس.

حدود الدراسة

يمكن تعميم نتائج الدراسة على مجتمع طباغة قسوي التربية الإسلامية والتربيـة الرياضية بكلية التربية جامـعة السلطان قابوس فقط، حيث إن العينة المستخدمة في الدراسة مناطقة بطريقة عرضية من القسمين. كما قد طبقت الدراسة خلال فصل الخريف من العام الدراسي 2003/2004، وبالتالي فإن نتائج الدراسة محدودة زمنيًا بالفترة التي أجريت بها.
الطريقة والإجراءات
عينة الدراسة
تألفت العينة من (108) طالباً وطالبة تم اختيارهم بطريقة عرضية من طلبة السنة الأولى بكلية التربية في جامعة السلطان قابوس، حيث شملت العينة (51) طالباً وطالبة من قسم التربية الإسلامية و (57) طالباً وطالبة من قسم التربية الرياضية. كما تكونت العينة من (66) طالباً و (42) طالبة توزع كل منهما على تخصصي التربية الإسلامية والتربية الرياضية. يوضح الجدول (1) توزيع أفراد العينة على متغيري الدراسة:
جدول (1)
توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيرات جنس الطالب والتخصص

<table>
<thead>
<tr>
<th>الجنس</th>
<th>التخصص</th>
<th>المجموع</th>
<th>التربية الإسلامية</th>
<th>التربية الرياضية</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>الذكور</td>
<td>26</td>
<td>30</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>الإناث</td>
<td>76</td>
<td>90</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>المجموع</td>
<td>102</td>
<td>120</td>
<td>20</td>
</tr>
</tbody>
</table>

أداة الدراسة
استخدمت الدراسة قائمة (Beck Depression Inventory) (Beck) للاكتتاب والتي تعتبر من أفضل أساليب التقدير الذاتي التي تم تطورها واستخدامها على نطاق واسع لقياس الإكتتاب (نيدي حمدي وآخرون، 1988، أحمد عبد الخالق، 1991، بدر الأنصاري، 1998) وتتألف القائمة من أصل (21) عرضياً من أعراض الاكتتاب تقسيم المزاج الحزين والتشاؤم وعدم الرضى ومشاعر الذنب والب克莱 والتهيج والقابلية للإشارة وعدم القدرة على اتخاذ القرار واضطرابات النوم وغيرها. وتحت كل عرض أربعة خيارات تعكس التدرج في شدة العرض على النحو التالي: (1) تعني عدم وجود العرض، (2) تعني وجود العرض بدرجة متوسطة، (3) تعني وجود العرض بدرجة كبيرة.

هذا وقد اختار (Beck) قياسات الدراسة دون الاعتماد على نظرية محددة وإنما لكونها تعكس الأعراض السلوكية التي تميز الاكتتابيين إكليبيكي (نيدي حمدي وآخرون، 1988) وتشير المؤشرات السيوكنترية التي تم دراستها في البيئات الأجنبية والبيئات العربية إلى توافر دلالات صدق وثبات مرتبطة قائمة (Beck) للاكتتاب. فقد وجد (Beck et al, 1988) معايير ارتباط قدره 0.72 بين درجات أفراد عينة الدراسة على قائمة الاكتتاب وبين محاك التشخيص الإكليبيكي.

بحث ودراسات

324
كما توصل نزيه حمدي وآخرون (1988) الذين قاموا بدراسة في البيئة الأردنية إلى نتائج تشير إلى صدق عالي لقائمة (Beck) بمقارنة نتائجها مع ما توصلت إليه نتائج التشخيص الإكلينيكي. كما يتراوح معدلات التوافق الداخلي لقائمة (Beck) للاكتساب ما بين 0.73 و 0.92 بمتواضع حسابي قدره 86.

وفي المقابل قام (Chang, 2005) بتقنين نسخة من مقياس (Beck) للاكتساب باستخدام عينة مقدارها (1544) طالبًا جامعياً وتوصل إلى أن المقياس يمتلك بدرجة ثابتة مناسبة، وأن النتائج التي تم التوصيل إليها تتفق مع النواتج التي توصل إليها (Beck et al., 1988).

وقد تم استخدام قاعدة (Beck) للاكتساب على نطاق واسع في الدول العربية.

فقد نشر أحمد عبد الخالق (1991) استخدم القائمة في دراسات عربية كمصري والسعودية ولبنان والكويت. وقام بدر الأنصاري (1998) بتقنين قائمة (Beck) على عينات كويتية، حيث تراوحت معاملات ثبات ألفا كرونباخ بين 0.87 و 0.92. كما قد استخدم سامر رضوان (2001) قائمة (Beck) على عينات سورية ووجد مؤشرات صدق وثبات عالية، حيث بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ 0.86 للعينة الطبية الجامعات، 0.54 للطلبة الثانوية. ثم قام سامر رضوان (2003) بتقنين مقياس (Beck) للاكتساب على البيئة السورية واختار تقديمه وثباته، ووصل إلى أن مقياس (Beck) يعتبر أداة صالحة للتشخيص وأعراض البحث العلمي في المجتمع العربي السوري.

الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة

مؤشرات صدق الأداة (Beck)

وكل تلقينات القائمة (Beck) للاكتساب البيئية الثقافية والاجتماعية في سلطنة عمان، تم التأكد من صدق المحكمين من خلال عرض القائمة على مجموعة من المحكمين بقسم علم النفس بكلية التربية، وقد تم اقتراح حذف عضرين من القائمة: العرض المتعلق بالتغيرات في الحياة الجنسية (العرض رقم 21) على اعتبار أنها لا تتفق مع المحددات الثقافية الإسلامية للمجتمع العماني، والعرض المتعلق بالتغيرات التي طرأت على الوزن (العرض رقم 19) على اعتبار أن متغيرات كثيرة تحتمت بنقصان الوزن من الصعب تحديد أي منها المسؤول دون تبديد تأثير الأطراف. وبناء عليه فإن قائمة (Beck) المعدلة التي استخدمت في الدراسة الحالية تتألف من (19) عروضاً من أعراض الاكتساب.
جدول (2) معامل الارتباط بين أعراض الاكتتاب والدرجة الكلية للقائمة

<table>
<thead>
<tr>
<th>معامل الارتباط</th>
<th>أعراض الاكتتاب</th>
<th>رقم العرض</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>0.498</td>
<td>الحاجز</td>
<td>1</td>
</tr>
<tr>
<td>0.518</td>
<td>الشعور بالذات</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>0.520</td>
<td>الرضا والاستمتاع</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td>0.571</td>
<td>عدم الرضا والاستمتاع</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td>0.495</td>
<td>العمق</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>0.499</td>
<td>كره الذات</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>0.490</td>
<td>كره النفس</td>
<td>7</td>
</tr>
<tr>
<td>0.677</td>
<td>أفكار الانتحار</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>0.235</td>
<td>البكاء</td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td>0.518</td>
<td>السرعة الغضب</td>
<td>10</td>
</tr>
<tr>
<td>0.533</td>
<td>الترد في اتخاذ القرارات</td>
<td>11</td>
</tr>
<tr>
<td>0.471</td>
<td>تغير صورة الجسد</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>0.503</td>
<td>صعوبات العمل</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>0.288</td>
<td>اضطرابات النوم</td>
<td>14</td>
</tr>
<tr>
<td>0.474</td>
<td>سرعة التعب</td>
<td>15</td>
</tr>
<tr>
<td>0.427</td>
<td>فقدان الشهية</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td>0.406</td>
<td>الاشغال بالمشاكل الصحية</td>
<td>17</td>
</tr>
</tbody>
</table>

كما تم التأكيد من الإتساق الداخلي لأعراض الاكتتاب من خلال معامل الارتباط بين الأعراض والدرجة الكلية للمقياس باستخدام عينة التطبيق الأول في الدراسة، والجدول (2) يوضح معاملات الارتباط. يظهر من الجدول ارتباط دال إحصائيًا لأعراض الاكتتاب بالدرجة الكلية لمعدل الاكتتاب.

كما تم التأكيد من الصدق العاملي لقائمة (Beck) على عينة الدراسة في التطبيق القبلي، وقد أظهرت النتائج وجود ستة عوامل جذرها الكامن أكبر من 1. وبلغ الجذر الكامن بنسبة التباين المفسر لكل عامل من العوامل السبعة كالتالي: العامل الأول (4.971)، العامل الثاني (6.845)، العامل الثالث (4.628)، العامل الرابع (1.798)، العامل الخامس (1.186)، العامل السادس (1.095) وتشير هذه النتائج إلى سيادة العامل الواحد للفرق الكبير

بحث ودراسات
بيينه وبين العامل الثاني نسبة إلى الفرق بين كل عامل وعامل الذي يليه، كما استطاع العامل الواحد بنفسه أن يفسر ما نسبته 25.8% من التباين الكلي. وتمثل هذا العامل الواحد بالعامل العام للاكتتاب من خلال مصفوفة المكونات لأعراض الاكتتاب.

مؤشرات ثبات الأداة

للاكتتاب على عينة الدراسة، تم حساب معامل الإتساق الداخلي بطريقة ألفا كروناخ (Cronbach Alpha) في عينة التطبيق الأول حيث وصلت إلى .828. كما تم حساب معامل ثبات إعادة التطبيق حيث بلغ .712. وتدل هذه المؤشرات على معدلات ثبات مرتفعة لقائمة (Beck) للاكتتاب لعينة الدراسة.

إجراءات الدراسة

تم تطبيق الدراسة بإجراء الخطوات التالية:
- اختيار أداة البحث الملائمة لتحقيق أعراض الدراسة وتعديلها لتلائم المعايير الثقافية والاجتماعية العمومية.
- اختيار أفراد عينة الدراسة وقد تأهلت من مجموعتين من الطلبة المستجدين بتخصص التربية الرياضية وتخصص التربية الإسلامية.
- تطبيق قائمة (Beck) للاكتتاب على جميع أفراد عينة الدراسة خلال الأسبوع الثالث من الفصل الدراسي الخريفي لعام الدراسي 2002/42004، ثم إعادة التطبيق خلال الفصل الدراسي الثالث عشر من نفس الفصل.
- معالجة البيانات إحصائياً باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، ثم تحليل النتائج ومناقشتها.

النتائج

لإجابة عن السؤال الأول: ما معدل الاكتتاب لدى طلبة السنة الأولى بقسمية التربية الرياضية والتربية الإسلامية بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس في بداية الفصل الدراسي الأول ونهايته؟

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الاكتتاب في التطبيقين (بداية الفصل الدراسي الأول ونهايته) لكل مجموعات الدراسة كما هو موضح في الجدول (3) التالي:
جدول (3)
المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجة الاكتساب في التطبيقين (الأول والثاني) حسب قائمة (Beck) للأكتساب

<table>
<thead>
<tr>
<th>التطبيق الثاني</th>
<th>التطبيق الأول</th>
<th>الجنس الطلاب</th>
<th>التخصص</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>التربية الرياضية</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>التربية الإسلامية</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>المجموع</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>التربية الرياضية</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>التربية الإسلامية</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>المجموع</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>التربية الرياضية</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>التربية الإسلامية</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>المجموع</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>ن保鲜</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>إناث</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>المجموع</td>
</tr>
</tbody>
</table>

م: المتوسط الحسابي
ع: الإحراز المعياري
أظهرت النتائج في الجدول (3) أن متوسط درجات الاكتساب لدى جميع أفراد عينة الدراسة سجل معدلات منخفضة نسبياً (التطبيق الأول: 10,86، التطبيق الثاني: 10,36) مما يشير إلى أن وجود مستويات خفيفة من الاكتساب لدى أفراد الدراسة.

وأشار من الجدول أيضاً أن طلبة تخصص التربية الإسلامية لديهم مستويات خفيفة من الاكتساب في التطبيقين حسب تصنيف قائمة (Beck) التطبيق الأول: 13,4، التطبيق الثاني: 12,16. في حين دلت النتائج على عدم وجود اكتساب لدى طلبة تخصص التربية الرياضية في التطبيقين (التطبيق الأول: 8,58، التطبيق الثاني: 8,75) حسب تصنيف قائمة (Beck). كما أظهرت النتائج أن طلبة كلية التربية من الذكور والإشاث يعانون من درجات خفيفة من الاكتساب في بداية الفصل الدراسي الأول وفي نهايته (الذكور: 10,03، الإناث: 9,92) على التوالي.

والإجابة عن السؤال الثاني: هل توجد فرق في درجة الاكتساب بين طلبة تخصص التربية الرياضية وطلبة تخصص التربية الإسلامية بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس في بداية الفصل الدراسي الأول وفي نهايته؟ السؤال الثالث: هل توجد فروق بين الطلبة الذكور والطلبة الإناث في مستوى الاكتساب لدى طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس في بداية الفصل الدراسي الأول وفي نهايته؟ السؤال الرابع: هل هناك تفاعل بين جنس الطالب وتخصصه في درجة الاكتساب لدى طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس في بداية الفصل الدراسي الأول ونهايته؟
ويشير جدول (4) إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات التخصصيّن الأول والثاني (بكلية التربية جامعة السلطان قابوس، مما يعني أن درجة الاكتتاب لطلبة كلية التربية في قائمة Beck متشابهة في التوقيعين الأول والثاني وهذا يدل على أن وقت تطبيق قائمة Beck للاكتتاب لم يكون له أي أثر. كما أظهرت النتائج أن التفاعل بين المتغيرين المستقلين في الدراسة (جنس الطالب والتخصص) لا يختلف بخلاف وقت تطبيق قائمة Beck (قيمة الدلالة = 0.051) وكذلك لا يختلف تأثير كل من متغير جنس الطالب (قيمة الدلالة=0.552) ومتغير التخصص (قيمة الدلالة=0.131) كل على حدة في درجة الاكتتاب لدى طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس بخلاف وقت تطبيق قائمة Beck). ومن هنا فإن النتائج تدل على أن نمط الفروق الموجودة بين مجموعات الدراسة حسب متغير جنس الطالب والتخصص متشابهة في التوقيعين الأول والثاني ويمكن الاعتماد على أي التوقيعين للتعرف على الفروق بين مجموعات الدراسة.

وعلى الرغم من أنه يمكن استخدام أحد التوقيعين لدراسة ما إذا كانت هناك فروق دالة إحصائياً بين جنس الطالب والتخصص في درجة الاكتتاب لدى طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس كما أظهرتها النتائج، فإنه من المفضل استخدام نتائج التوقيعين معاً عن طريق حساب متوسط درجة الإكتتاب في التوقيعين ككلة مجموعات الدراسة ثم اختيار مدى وجود فروق دالة إحصائياً بينها، وذلك لزيادة ثقة وثبات وقوة نتائج اختبارات الفروق بين متوسط المجموعات التي يتم التوصل إليها.

ويظهر الجدول (5)، نتائج تحليل التباين بين الأفراد لدراسة الفروق بين مجموعات الدراسة في متوسط درجة الاكتتاب في التوقيعين قائمة Beck، حيث أوضحت النتائج عدم وجود تفاعل دال إحصائياً بين مجموعات جنس الطالب والتخصص في درجة الاكتتاب لدى طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس (قيمة الدلالة=0.172) مما يشير إلى أن نمط الفروق الموجودة بين طلبة تخصص التربية الرياضية وطلمية تخصص التربية الإسلامية متشابهة لدى كل من الذكور والإناث.

وقد أشارت النتائج أيضاً إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الطلبة الذكور والإناث في درجة الاكتتاب (قيمة الدلالة=0.999)، أي أن درجة الاكتتاب لدى الطلبة الذكور في كلية التربية بجامعة السلطان قابوس لا تختلف بدلالة إحصائية عن درجة الاكتتاب لدى الإناث. 

بحث ودراسات
بينما أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً بين طلبة تخصص التربية الرياضية وطلبة تخصص التربية الإسلامية في درجة الاكتساب (قيمة الدلالة = 0.000). وتشير متوسطات طلبة التخصصين إلى أن درجة الاكتساب لدى طلبة تخصص التربية الرياضية أقل من درجة الاكتساب لدى طلبة تخصص التربية الإسلامية في التطبيقين لائمة Beck كما يتضح من الجدول (5).

ويظهر الشكل (1) متوسط الاكتساب لدى طلبة تخصص التربية الإسلامية وطلبة تخصص التربية الرياضية في كلا التطبيقين لائمة Beck للاكتساب.

المناقشة

تشير النتائج إلى أن طلبة كلية التربية يعانون من معدلات مختلفة من الاكتساب بينما يتركز أغلب الطلبة في المعدلات المنخفضة، حيث جاء متوسط الاكتساب منخفضاً. ويمكن أن يعزى انخفاض معدل الاكتساب لدى طلبة كلية التربية إلى حداثة هؤلاء الطلبة بالجامعة مما يعني إحساس الطلبة بالراحة النفسية لحصولهم على مقاعد دراسية بكلية التربية بالجامعة وقلة الضغوط الدراسية في بداية الدراسة الجامعية. كما يمكن أن يعزى
إلى عدم حاجة طلاب وطالبات كلية التربية إلى التفكير في المستقبل الوظيفي لهم بعد التخرج، إذ أنه في الغالب يتم تعيين جميع الخريجين ذكورًا كانوا أو إناثًا في المدارس الحكومية بمجرد تخرجهم. وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما توصل إليه (Oksoo) في دراسته التي طبعت خلالها قاعة (Beck) للإكتتاب (BDI) في عام 2002 (434) طالباً من أربع جامعات كورية، أن أفراد عينة الدراسة لديهم درجات خفيفة من الاكتتاب بصفة عامة. وبالمقابل، قد يعود وجود مستويات متوسطة إلى عالية لبعض الطالبة في معدلات الاكتتاب إلى عوامل وفروق فردية طبيعي تعزى لسبعات وراثية أو بيئية، ففترة كلية التربية في بداية التحاقهم بالجامعة وانتقالهم إلى بيئة أكاديمية واجتماعية جديدة غير مألوفة يواجهون تحديًا لا يتعامل مع الطلبة الجدد بنفس الكفاءة، الأمر الذي قد يؤدي إلى سوء التكيف للضغوط بالنسبة لبعض الطلبة وزيادة نزعتهم نحو الاكتتاب.

كما أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الاكتتاب لدى جميع مجموعات طلبة كلية التربية كان متشابهاً في التطبيقين عند بداية الفصل الدراسي ونهايته. وقد يعني ذلك دلالة على عدم تغير معدلات الاكتتاب المنخفضة لدى طلبة كلية التربية خلال الفصل الدراسي.


بينما وجدت الدراسة فروقاً ذات دلالة إحصائية بين طلبة تخصص التربية الرياضية وأقرانهم طلبة تخصص التربية الإسلامية في مستوى الاكتتاب في كل التطبيقات (Beck)، وأشارت النتائج إلى أن طلاب التربية الرياضية ينتمون إلى مستويات اكتتاب أقل من طلبة التربية الإسلامية، وتشابه هذه النتيجة لدى الذكور والإناث من طلبة كلية التربية.

بحث ودراسات

371
ويمكن تفسير وجود درجات اكتتاب لدى طلبة التربية الرياضية أقل من أقرانهم بقسم التربية الإسلامية إلى احتمالية شعور طلاب تخصص التربية الرياضية بالرضا حيال تخصصهم الأكاديمي الحالي أكثر من طلاب التربية الإسلامية إذا أخذنا بين الاعتبار أن عملية القبول بقسم التربية الإسلامية تم وفق معاييرهم في الثانوية العامة في المقام الأول وليس وفقاً لمرتباتهم ومولدهم الأكاديمي، بينما تم عملية قبول الطلاب بقسم التربية الرياضية بناءً على رغبة وميول واستعدادات الطلاب في المقام الأول من خلال اجتياز احترافات الرياضية كشرط للقبول بالقسم. كما قد يؤثر تفكير الطالب في فرص الانتهاء بوظائف حكومية غير مهنة التدريس بعد التخرج على شعوره بعدم الرضا من التخصص وشعوره بالاكتئاب، فإذا ما أشارنا بين فرص العمل بعد التخرج لطلاب تخصص التربية الإسلامية وخصص التربية الرياضية، نجد أن خريج قسم التربية الرياضية العديد من فرص العمل غير مهنة التدريس يمكنه الانتهاء بها بعكس خريج قسم التربية الإسلامية، مما قد يجعلهم أكثر اطمئناناً على مستقبلهم المهني مقارنةً بطلاب قسم التربية الإسلامية.

كما أنه يمكن ربط انخفاض درجة الاكتتاب لدى طلبة تخصص التربية الرياضية مقارنة بطلاب تخصص التربية الإسلامية بمقدار اختلاف الطلاب في ممارسة النشاط الرياضي، حيث إن طلبة السنة الأولى يدرسون مقرر التمرينات الرياضية التطبيقي خلال الفصل الدراسي الأول من السنة الأولى، الأمر الذي يجعلهم مكتافين عن أقرانهم في المجموعة الأخرى من حيث ممارسة التمرينات الرياضية بشكل منتظم على مدار الفصل الدراسي الأول، مما يدعم هذا التفسير الدور الذي تلعبه ممارسة الرياضة والتمرينتات الرياضية في تخفيض درجات الاكتتاب التي قد يشعر بها الفرد في حياته.

التنصيقات والمقترحات

من خلال نتائج الدراسة، يمكن تقديم التوصيات والمقترحات التالية:
(1) العمل على ضبط مستوى الاكتتاب لدى طلبة كلية التربية لضمان عدم زيادة معدلاته بمختلف الأساليب والطرق.
(2) تقديم وتعمل خدمة الإشراف الأكاديمي لطلبة كلية التربية من قبل مشرفهم الأكاديميين.
(3) العمل على زيادة الوعي بأهمية ممارسة الرياضة لدى طلبة جامعة السلطان قابوس وتشجيعهم من خلال عقد الدورات والمسابقات الرياضية بمختلف الألعاب وتقديم الجوائز الحافزة لذلك.
(4) تدريب الطلاب على مهارات الاستدراك الجيد وتنظيم الوقت لتخفيض الضغوط الدراسية.
(5) توفير المسكن الهادئ، والمواصلات الكافية لتنقية الضغط على الطلبة من أجل التركيز على الدراسة وتبع الفشل الدراسي.
(6) إجراء دراسات تتبع لطلبة كلية التربية للتأهيل على تغيير معدلات الانتظاب عبر السنوات الدراسية.
(7) إجراء دراسات إضافية حول الانتظاب في الكليات والمعلومات الأخرى بجامعة السلطان قابوس.
(8) تقنين مقياس (Beck) للاختبار في سلطنة عمان لاستخدامه كأداة تشخيصية فعالة.
(9) إجراء دراسات حول العلاقة بين ممارسة التمرینات الرياضية والنشاط الرياضي ومستوى الانتظاب، وكذلك العلاقة بين الانتظاب والتحصيل الدراسي للانتظاب.
(10) إدخال برامج علاجية جديدة فعالة لحالات الانتظاب المرضية والانتظاب حول فعاليتها.

المراجع

المراجع العربي
- الإسكندري: دار المعرفة الجامعية.
- بدر محمد الأنصاري، (1968). الصورة الكويتية قائمة "Beck" للانتظاب. المجلة العدonna 13، ص ص 77-82.
- سامر رضوان، (2003). المصورة السوریة لمقياس "Beck" للاختبار. دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة دمشق. مجلة العلوم التراثية والدراسات الإسلامية. جامعة الملك سعود. العدد 1، ص ص 45-68.

بحوث ودراسات
المراجع الأجنبية


- Ndoh, S. & Scales, J.(2002). The Effects of Social Economic Status, Social Support, Gender Ethnicity and Grade Point Average on Depression among College students. Paper presented at The Annual Meeting of the National Association of African American Studies, the National Association of Hispanic and Latino Studies, the National Association of Native American Studies, and the International Association of Asian Studies.


- Pially, A L; Edwards, S D; Gambu, S Q; Dhlomo, R M. (2002) Depression among university students in South Africa. Psychological Reports. v 91 n3, 725-728.

- Ross, Virginia (2004). Depression, Anxiety, and Alcohol or Other Drug Use among College Students. Eric (ED485601)


- Wardle, Jane; Steptoe, Andrew; Gulis, Gabriel; Sartory, Gudrun; K. Helena; Todorova, Irina; Vgele, Claus; Ziaroko, Michal (2004) Depression, perceived control, and life satisfaction in universit students from Central-Eastern and Western Europe. International Journal of Behavioral Medicine. v 11 n1, 27-36.


