

**ԻՐԱՆՅԻ ԱՂԵՐԿ ՈՒՍԱՆՈՂՆԵՐԻ ԴԵՊՐԵՍԻԱՅԻ
ՆՇԱՆՆԵՐԻ ԵՎ ԽՆԴԻՐՆԵՐԻ ՈՒՍԱՌԻՄՆԱՍԻՐՈՒՄԸ**

Դեպրեսիան սկսվում է խառնվածքում հիմնական փոփոխություններով և ընթանում է տիրության ու տառապանքի զգացումով: Այն կարող է շարունակվել օրեր, շաբաթներ և անգամ տարիներ: Դեպրեսիայի նշաններից են խորը տիրության զգացումը, հոգեկան տկարությունը, ինքնազնահատականի նվազումը, հոգնածության զգացումը, հասարակական գործունեության նվազումը, անարժեքության զգացումը, մտածելու ունակության նվազումը և կրկնվող մտքերը, որոնք երբեմն հանգեցնում են ինքնասպանության: Դեպրեսիայի պատճառով կարող են առաջանալ նույնիսկ ֆիզիոլոգիական խնդիրներ (Ախվաթ և Զալիլի):

Հոգեկան շարժունության տեսանկյունից դեպրեսիան ունի հետևյալ նշանները՝ հանգիստ նստելու անկարողություն, ձեռքերի սեղմում, մաշկի ձգում կամ մերսում, դանդաղություն խոսքում, լուսկյացություն: Մեկ տարվա ընթացքում ուսումնասիրվող մարդկանց 4/3% -ը տառապում էին բարձր արտահայտված դեպրեսիայով, 5/2 %-ը տառապում էին թույլ ատրահայտված դեպրեսիայով (Ամերիկայի խորհրդատուների միություն, 1967): Ի դեպ դեպրեսիայի տարածվածության մակարդակը 18 տարեկանից բարձր անձանց մոտ հայտարարվել է 20%: Սակայն դեպրեսիայի տարածվածության համաշխարհային տվյալներով ներկայացնող վրա ապրում են մոտ տասը միլիոն դեպրեսիայով տառապող հիվանդներ (Փուր Աֆքարի): Հոգեբաններ Քանդելը և Զայսը (1982) իրենց աշխատանքներում արձանագրել են, որ դեպրեսիայի մակարդակը աղջիկների մոտ ավելի բարձր է քան տղաների: Հոգեբաններ Փիթը (1974) և Սլիզմանը (1989) կարծում են, որ աղջիկներն իրենց պարտությունները վերագրում են կարողությունների բացակայությանը, հետևաբար նրանք եզրակացրեցին, քանի որ աղջիկներն անկարող են և ունեն ցածր ինքնավստահություն՝ նրանց մոտ դեպրեսիայի մակարդակն ավելի բարձր է:

Հաշվի առնելով ուսանողական տարիների առանձնահատկությունները կարելի է ենթադրել, որ ուսանողական տարիները պետք է վերածվեն հաճելի հիշողությունների և ուղեկցեն մեզ ամբողջ կյանքի ընթացքում: Սակայն փաստերը վկայում են (Շամսիյան, Նուրշահի), որ այդ տարիները ոչ բոլոր ուսանողների համար են կատարյալ. այսինքն նրանք հանդիպում են որոշակի խնդիրների, օրինակ՝ ուսումնական խնդիրների ոլորտում անտարբերությունն ընտրած մասնագիտության հանդեպ, ընկալելու ան-

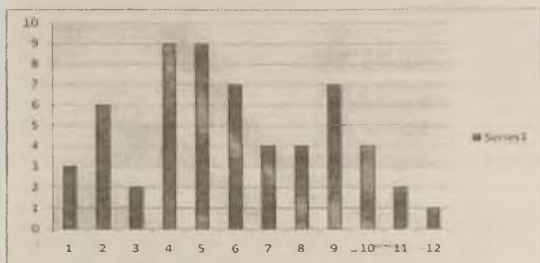
կարողության զգացումը, ուսուցման մեթոդը, ուսումնական կանոնակարգի ընդունման հանդեպ պարտավորվածության զգացումը (Ֆաթեհ և Շամշիրի 2006), ուսումնական պարտությունը, որոնք կարող են հանգեցնել դեպրեսիայի: Այս խնդիրն ուսումնասիրել են Հանսլին և գործընկերները (1982), Անդրսոնը և Քելը (1987), Վամիթը և գործընկերները (1990): Թայրոնը (1992), Հաթունը և գործընկերները (1995). նրանք իրենց ուսումնասիրություններում ցույց տվեցին, որ ուսումնական խնդիրները ստրես ծնող ու դեպրեսիա առաջացնող գործոններին են: Այս խմբի ուսանողների կյանքում առկա խնդիրներից է նաև հանրակացարանում մյուս ուսանողների կողմից չընդունվելու հանգամանքը, որը կարող է հանգեցնել մենակեցության: Որոշ ուսանողներ քննությունների կամ տարբեր միջոցառումների ժամանակ, երբ նրանց ներկայությունը պարտադիր է, մեծ ստրես են ապրում (Մահմուդի) և ժամանակի ընթացքում կարող են տառապել դեպրեսիայով: Հատկապես մեծ են այն ուսանողների թիվը, ովքեր ունեն ֆինանսական խնդիրներ և ստիպված են համատեղել ուսումնական աշխատանքը: Առավել դժվար է այն ուսանողների համար, ովքեր ամուսնացած են և իրենց ընտանիքը ապրում է ուրիշ քաղաքում (Ասքարյան, Աֆշար): Սակայն չամուսնացած ուսանողները, ովքեր ապրում են ծնողների հետ և ի տարբերություն ամուսնացած ուսանողների չունեն ֆինանսական պարտականություններ, ավելի շատ ազատ ժամանակ են ունենում հասարակական ակտիվության և ուսանողական տարբեր միջոցառումների մասնակցության համար, որն ինքնին հանգստացնում է, և նրանք ավելի պատրաստ են լինում ուսումնական աշխատանքներ կատարելու (Հաջեմի, Մանեխ): Ուսանողական շրջանի մեկ այլ առանձնահատկությունը ապագա մասնագիտության հանդեպ անհանգստությունն է: Նման բան առավել նկատվում է վերջին կուրսի ուսանողների մոտ (Մաբուխի): Ոմանք իրենց ապագա մասնագիտության հանդեպ դրական մոտեցում ունեն և ժամանակի ընթացքում ընտելանում են նրա հետ, իսկ ոմանք նույնիսկ վերջին կուրսում անգամ կասկածում են իրենց ընտրությանը, ոմանք էլ ուսումնական տարիների ընթացքում մտածում են ամուսնության և հակառակ սեռի հետ շփման մասին (Խաջեղինի): Նրանք ովքեր ընտրում են հակառակ սեռի հետ շփումը հուզական ավելի խորը ապրումներ են ունենում, որը բոլոր դեպքերում հանգստություն չի բերում: Ի տարբերություն նրանց, կան ուսանողներ, ովքեր իրատեսորեն սպասում են ամուսնության հարմար պահի, իսկ մինչ այդ տարվում ուսումնական խնդիրներով (Քազեմի): Ուսանողների հոգեկան խնդիրներից կարելի է նշել հետևյալը՝ առաջին կուրսեցիները, ովքեր միանգամից հեռանում են իրենց ծննդավայրից և հայտնվում ուրիշ միջավայրում ավելի շատ են օտարածին

վարք դրսևորում, քան մյուս ուսանողները: Որոշակի դատարկության զգացումը հատկապես հաղորդակցման հարցում հանգեցնում է ինքնավստահության նվազմանը: Այն ուսանողների կասկածամտությունը, ովքեր չեն ընդունվում մյուս ուսանողների կողմից, նրան ստիպում են բացասական մտքեր ունենալ ու մեկուսանալ (Աղդաֆի Բահեր), որը կարող է հանգեցնել դեպրեսիայի: Ելելով այն ամենից, կարելի է ասել, որ համալսարանը կրթական օջախ լինելով հանդերձ հասարակական մի միջավայր է, որտեղ ուսանողն անցկացնում է 4-8 տարի և հանդիպում տարատեսակ խնդիրների, որոնք կարող են դժգոհություն առաջացնել, սակայն պետք է ընդունել, որ ուսանողների բոլոր հոգեկան և հասարակական խնդիրների պատճառները ուսումնական պայմանները չեն, այլ անցյալի, ներկայի, ընտանեկան և անհատական առանձնահատկությունները ևս կարող են հոգեկան խանգարումների հիմք հանդիսանալ (Խանջարի):

Հետազոտությունը կատարվել է իրանցի քսան աղջիկ ուսանողների վրա, ովքեր բնակվում են Թեհրան-Քարաջի մանկավարժական համալսարանի ուսանողական հանրակացարանում, որոնք ընտրվել են պատահականության սկզբունքով:

Աղույակ 1-1- Փորձարկվողների դեպրեսիայի նշանների նկարագրումը՝ նրանց նշանների հաշվարկման հիման վրա:

Նշաններ	փրձր	արդյու նք	Նշաններ	փր ձր	արդյու նք
Մեջքացավ	3	3	Տրամադրության անկում	5	5
Չկենտրոնացում	6	6	Անարժեքություն	2	2
Անհամբերություն	2	2	Ուսումը թողնելու ցանկություն	2	2
Տխրություն	9	9	Անտարբեություն իր և բոլորի հանդեպ	3	3
Միայնակություն	9	9	Ակտիվության նվազում	1	1
Ուսումնական անկում	7	7	Քչախոսություն	2	2
Ախորժակի անկում	4	4	Բայում	2	2
Անքնություն	4	4	Լսողական խնդիրներ	1	1
Հաղորդակցման բացակայություն	7	7	Հուսահատություն	1	1
Անհարմարվողականություն	4	4	Դժգոհություն իրենից	1	1
Ինքնավիզիություն	2	2	Ինքնավստաստան մտքեր	1	1
Վատ բնավորության դրսևորում	1	1	Ընտանեկան խնդիրներ	4	4



Փորձարկվողների վիճակն ավելի լավ հասկանալու համար և նշանների տարածվածության մակարդակի հիման վրա կարող ենք նշանները դասակարգել հետևյալ կերպ տխրության նշաններ. որոնք 9 փորձարկվողով ամենատարածվածն են համարվել, որին հաջորդում են դասերի անկումն ու հաղորդակցման բացակայությունը 7 փորձարկվողով, կենտրոնանալու անկարողությունը 6 փորձարկվողով, անհամբերությունը 5 փորձարկվողով, անքնությունը, ախորժակի անկումը, անհարմարվողականությունը և ընտանեկան խնդիրները 4 փորձարկվողով, անտարբերությունը իր և բոլորի հանդեպ, մեջքացավը 3 փորձարկվողով, անարժեքություն զգացումը և ուսումը թողնելու ցանկությունը յուրաքանչյուրը 2 փորձարկվողով, և մնացյալ նշանները. 1 փորձարկվողով: Դեպրեսիայի այս նշանները որոշվել են ուսումնաբուժական հանդիպումների ընթացքում:

Միավորները տրվել է Լիքերթի թեյքի 0-4 բալերով:

Նշաններ	Փորձարկվող խումբ									
	1-ին հանդիպում	2-րդ հանդիպում	3-րդ հանդիպում	4-րդ հանդիպում	5-րդ հանդիպում	6-րդ հանդիպում	7-րդ հանդիպում	8-րդ հանդիպում	9-րդ հանդիպում	10-րդ հանդիպում
Վարքաբանական խնդիրներ	4,0	3,0	4,0	4,0	4,0	4,0	4,0	3,0	4,0	3,0
Սոփումուլացիայի խնդիրներ	3,0	2,7	3,7	2,7	2,3	3,3	3,3	3,0	3,0	3,0
Հուզական խնդիրներ	3,3	3,0	3,5	2,5	2,0	2,8	3,3	3,0	3,5	2,5
Ճանաչողական խնդիրներ	2,8	2,4	3,6	2,4	1,8	2,2	2,0	3,0	3,8	2,6
Ֆիզիկական	3,0	3,0	3,0	2,5	0,0	0,0	2,0	2,5	3,0	4,0

խնդիրներ										
Կյանքի խնդիրներ	1,4	2,0	1,6	0,8	1,6	2,0	1,2	1,8	1,2	0,0
Միջանձնային խնդիրներ	3,0	4,0	3,0	2,0	4,0	4,0	4,0	4,0	3,0	3,0
Ներանձնային խնդիրներ	1,5	3,3	2,5	2,5	2,5	3,0	3,0	2,8	3,8	3,3
Բացասական մտքերի դրսևորում	2,0	2,7	3,0	2,3	2,3	2,3	2,3	1,3	3,2	3,2

Սկզբնական հարցազրույցի հարցաթերթիկն ամփոփվեց մասնակիցների ընդհանուր նշանները կամ խնդիրներն ըստ Լիքերթի թեյֆի 9 մակարդակներում դասակարգելուց հետո (Բեկ և Գրինբերգ 1974):

Դեպրեսիայի նշանների հաշվարկը կատարվել է ուսումնաբուժական հանդիպումների ընթացքում: Նշանների տարածվածության մակարդակի հիման վրա կարող ենք նշանները դասակարգել հետևյալ կերպ տխրության նշաններ, որոնք 9 փորձարկվողով ամենատարածվածն են, որին հաջորդում են դասերի անկումն ու հաղորդակցման բացակայությունը 7 փորձարկվողով, կենտրոնանալու անկարողությունը 6 փորձարկվողով, անհամբերությունը 5 փորձարկվողով, անքնությունը, ախորժակի անկումը, անհարմարվողականությունը, ընտանեկան խնդիրները 4 փորձարկվողով, անտարբերությունն իր և բոլորի հանդեպ, մեջբացավը 3 փորձարկվողով, անարժեքություն զգացումը և ուսումը թողնելու ցանկությունը յուրաքանչյուրը 2 փորձարկվողով, և մնացյալ նշանները 1 փորձարկվողով:

Գրականություն

1. Քեյթ և Հաթուն (1942), վարքաճանաչողական բուժում, 120 էջ: Թարգմանիչ Հաբիր Օլլահ Ղասեմ Զադե, Թեհրան, Արջմանդ:
2. Ռեզաի Ադրիասի, Մորթեզա Ազարի, Արման Ահմադի, Ֆազլ Օլլահ և Վահեդյան Ազիմի Ամիր: Ուսանողական հանրակացարաններում ապրող աղջիկ և տղա ուսանողների դեպրեսիայի, տագնապի, սարեսի և կյանքի որոշի մակարդակների համեմատություն: 2-րդ հատոր 3-5, 31-38:
3. Byars-JL, 2005, stress-depression-anxiety and loneliness of graduates: counseling and exercise. Dissertation of counselor education and supervision for the degree of doctor of philosophy. Tech university, Texas.
4. Furr, S.R & Westefeld J. S McConnellgn, Jenkins J.M. 2001. Suicide and depression among college students. Professional psychology: Research and practice: 32 (1): 97-100.
5. Yeha, Y.C. & S. Laibe. Huangf, C.H. Liug, K.M. HU Angh, I.N.T. 2007. Correlations between chievement and anxiety and depression in medical students experiencing integrated curriculum reform. Journal of medical sciences, 23, 8. 379, 387.