

تجارب دانشجویان دختر از سکونت در خوابگاه‌های دانشجویی: یک مطالعه کیفی

عباس رحمتی^۱
 فهیمه زراعت حرفه^{۲*}
 فرحناز علیپور^۳
 فاطمه کاربخش‌زاده^۴

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۸/۰۵/۲۷

تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۱۱/۲۷

چکیده

برخی دانشجویان، ضمن تحصیل در دانشگاه، زندگی جمعی و گروهی را نیز در خوابگاه‌های دانشجویی تجربه می‌کنند. مطالعه حاضر با هدف بررسی تجارب دانشجویان دختر از سکونت در خوابگاه‌های دانشجویی و با روش پدیدارشناسی صورت گرفت. با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند، ۲۴ نفر از دانشجویان دختر ساکن در خوابگاه دانشگاه شهید باهنر کرمان انتخاب شدند و برای جمع‌آوری داده‌ها از مصاحبه نیمه‌ساختار یافته استفاده شد. مصاحبه‌ها تا زمان اشباع ادامه یافتند و با روش کولایزی تجزیه و تحلیل شدند. نتایج نشان داد که سکونت در خوابگاه برای دانشجویان دختر، فرصت‌ها و مشکلات متعددی به همراه دارد. استقلال، افزایش صبر و توان تحمل مشکلات، یادگیری مدیریت مالی، تقویت روحیه قدرشناسی نسبت به خانواده، آشنایی با فرهنگ‌ها و آداب و رسوم مختلف، یادگیری و تقویت مهارت‌های مختلف، افزایش نظم و مسئولیت‌پذیری و تقویت بعد معنوی و عمل به باورهای دینی از مهم‌ترین فرصت‌هایی بودند که سکونت در خوابگاه برای دانشجویان به ارمغان آورده بود. در کنار این فرصت‌ها، احساس غربت و دلتنگی، فشارهای روانی ناشی از هم‌اتاق شدن با افراد نامناسب، کیفیت پایین غذای سلف، کاهش کیفیت درس خواندن و بهم خوردن نظم خواب از برجسته‌ترین مشکلاتی بودند که دانشجویان به آن اشاره کردند؛ بنابراین بر مبنای این یافته‌ها، خوابگاه‌های دانشجویی می‌توانند مراکز آموزشی و فرهنگی مؤثری برای شکوفایی دانشجویان باشند و موجبات رشد فردی و اجتماعی آن‌ها را فراهم نمایند؛ اما سکونت در خوابگاه‌ها، در کنار جنبه‌های مثبت، مشکلاتی نیز به همراه دارد که ضرورت برنامه‌ریزی‌های دقیق‌تر و سرمایه‌گذاری‌های بیشتر مسئولین را برای بهبود وضعیت خوابگاه‌ها نمایان می‌سازد.

کلید واژه‌ها: تجارب، خوابگاه، دانشجویان دختر، مطالعه کیفی.

۱- دانشیار گروه روانشناسی دانشگاه شهید باهنر کرمان

۲- کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه شهید باهنر کرمان

۳- دانشجوی کارشناسی روانشناسی عمومی، دانشگاه شهید باهنر کرمان

۴- دانشجوی کارشناسی روانشناسی عمومی، دانشگاه شهید باهنر کرمان

۱. مقدمه و بیان مسئله

دانشجویان یکی از زیر گروه‌های سنی و طبقات اجتماعی مؤثر و آینده‌ساز هر جامعه را تشکیل می‌دهند و در جامعه کنونی ما رقمی در حدود دو میلیون دانشجو وجود دارد (تاج بخش و ریاحی، ۱۳۹۲؛ مثنوی و همکاران، ۱۳۸۴). دوران دانشجویی از بهترین و حساس‌ترین دوران زندگی جوانان است و ورود به دانشگاه، مقطعی بسیار حساس در زندگی نیروهای کارآمد، فعال و جوان هر کشوری محسوب می‌شود (مثنوی و همکاران، ۱۳۸۴؛ خشکناب، رسولی، نصیری و رهنما، ۱۳۹۲). ورود به دانشگاه می‌تواند تغییرات زیادی به همراه داشته باشد و انتظارات و نقش‌های جدیدی را برای افراد ایجاد نماید. یکی از این تغییرات و شرایط جدید که معمولاً برای دانشجویان غیربومی رخ می‌دهد، دوری از خانواده و سکونت در محیطی به نام خوابگاه است (خشکناب و همکاران، ۱۳۹۲).

اگرچه ممکن است دانشجویان برای رفتن از خانه و ورود به یک دنیای جدید، تمایل زیادی داشته باشند اما اغلب از دیدگاه بسیاری از دانشجویان، رفتن از خانه به دانشگاه، به‌عنوان یک عامل تولیدکننده اضطراب محسوب می‌شود. در واقع، زمانی که دانشجو از خانه دور می‌شود و به سمت دانشگاه حرکت می‌کند، باید برای مدتی طولانی در مکانی که خانه نامیده نمی‌شود، زندگی کند (فیشر و هود، ۱۹۸۷).

اگرچه در بسیاری از موارد، از دست دادن خانه به دلایلی نظیر جنگ و بلایای طبیعی رخ می‌دهد (تاگنولی و یانگ، ۱۹۹۴؛ اریکسون، ۱۹۷۶)، اما موقعیت‌های دیگری نیز وجود دارند که باعث از دست دادن خانه می‌شوند و ممکن است گاهی برای یک دوره چند ساله طول بکشند. این موقعیت‌ها برخلاف سایر موقعیت‌ها (نظیر جنگ و بلایای طبیعی)، ممکن است که آسیب‌های کمتری داشته باشند و فرصتی برای سازگاری تدریجی، مقابله کردن، وفق دادن و برنامه‌ریزی طولانی‌مدت فراهم نمایند (تاگنولی، ۲۰۰۳)؛ و تجربه سکونت در خوابگاه یکی از این موقعیت‌ها محسوب می‌شود؛ بنابراین یکی از نمونه‌های بسیار مهم از دست دادن تدریجی خانه، دانشجویان دانشگاه هستند که از منزل والدین‌شان فاصله گرفته و به سمت خوابگاه‌ها حرکت می‌کنند (تاگنولی، ۲۰۰۳).

خوابگاه یک محل سکونت موقت و با امکانات محدود است که دانشجو برای ادامه تحصیل در آن مستقر می‌شود و از محیط خانواده جدا می‌گردد. زندگی در این محیط جدید که افرادی با سلايق گوناگون در آن حضور دارند، می‌تواند منجر به شکل‌گیری روابط خاص و متفاوتی نسبت به قبل گردد (پروین، کلانتری و داودی، ۱۳۹۳). گاهی نیز ممکن است اولین روزهای

زندگی دانشجویی بدون حضور خانواده و در یک شهر غریب با افرادی از فرهنگ‌های مختلف و دارای شخصیت‌های گوناگون با اسکان در اتاق‌های کوچک، همه آنچه را که دانشجو در ذهن خود داشته است، متلاشی نماید (پروین و همکاران، ۱۳۹۳). به عبارت دیگر، استقرار در خوابگاه در عنفوان جوانی، به تنهایی و به دور از خانواده می‌تواند چالش‌های متعددی را برای افراد ایجاد نماید و بررسی این چالش‌ها حائز اهمیت است (تاج‌بخش و ریاحی، ۱۳۹۲).

تاکنون در مطالعات متعددی، دانشجویان ساکن در خوابگاه‌های دانشجویی کشورمان از ابعاد مختلفی مورد بررسی قرار گرفته‌اند. در یک مطالعه که به بررسی وضعیت سلامت روان دانشجویان ساکن در خوابگاه‌های دانشجویی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی پرداخته شد، نتایج نشان داد که دانشجویان ساکن در خوابگاه، تحت تأثیر عواملی در معرض از دست دادن سلامت روان هستند. در این مطالعه که ۱۶۲ نفر از دانشجویان ساکن در خوابگاه مورد بررسی قرار گرفتند، ۵۴/۳ درصد از آنان مشکوک به اختلال در سلامت روان بودند (خشک‌ناب و همکاران، ۱۳۹۲).

در پژوهشی دیگر که در شهر تهران صورت گرفت، عوامل اجتماعی مؤثر بر گرایش دانشجویان به رفتارهای پرخطر و آسیب‌های اجتماعی مورد بررسی قرار گرفت. نتایج این تحقیق که دانشجویان ساکن در یک خوابگاه دانشجویی دولتی و یک خوابگاه خودگردان را بررسی نمود، نشان داد که آسیب‌های اجتماعی مانند مصرف سیگار، تماشای سایت‌ها و فیلم‌های غیرمجاز و مصرف قلیان دارای بیشترین میزان شیوع در بین دانشجویان است. علاوه بر این، یافته‌های حاصل از این مطالعه نشان داد که دانشجویان ساکن در خوابگاه خودگردان و دولتی، استفاده بالایی از شبکه‌های اجتماعی مانند فیس بوک دارند و ۸۰ درصد از آنان خودشان اظهار کردند که استفاده زیاد و خیلی زیادی از این شبکه‌ها دارند. همچنین این مطالعه دریافت که هرچه میزان احساس فشار در دانشجویان بیشتر باشد، میزان سازگاری آنان با محیط خوابگاه کمتر خواهد بود و این امر منجر به گرایش دانشجویان ساکن در خوابگاه به سمت آسیب‌های اجتماعی و رفتارهای پرخطر می‌شود (پروین و همکاران، ۱۳۹۳).

تاج‌بخش و ریاحی (۱۳۹۲) نیز در پژوهش خود به بررسی کیفیت زندگی دانشجویان ساکن در خوابگاه دانشجویی دانشگاه رازی کرمانشاه و رابطه آن با عملکرد تحصیلی آن‌ها پرداختند. نتایج به دست آمده از این بررسی نشان داد که کیفیت زندگی بالاتر، با عملکرد تحصیلی بالاتر همراه است. علاوه بر این، نتایج این مطالعه نشان داد یکی از عوامل مهمی که می‌تواند پیشرفت

و عملکرد تحصیلی دانشجویان خوابگاهی را تحت تأثیر قرار دهد، برخورداری از روابط اجتماعی و نیز حمایت‌های دوستان و اطرافیان است.

بنابراین با عنایت به آنچه که گفته شد، تاکنون مطالعات متعددی در کشورمان به بررسی ابعاد مختلف زندگی در خوابگاه‌های دانشجویی پرداخته‌اند و مسائل گوناگونی را در این دانشجویان بررسی کرده‌اند؛ زیرا امروزه خوابگاه دانشجویی یکی از مسائل مهم و اساسی برای هر دانشگاهی محسوب می‌شود که سایر رسالت‌های دانشگاه از جمله کسب علم را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد و بر دانشجویان نیز اثرات متعددی دارد (پروین و همکاران، ۱۳۹۳)؛ اما تاکنون کمتر مطالعه‌ای در کشورمان، تجربیات سکونت در خوابگاه‌های دانشجویی را از دیدگاه دانشجویان دختر و با استفاده از روش‌شناسی کیفی و به‌صورت کلی (از جنبه‌های مثبت و منفی) بررسی نموده است. لذا مطالعه حاضر درصدد بررسی این مسئله می‌باشد. همچنین ضرورت انجام پژوهش حاضر زمانی بیشتر آشکار می‌گردد که بدانیم دختران نسبت به پسران از حساسیت و آسیب‌پذیری بیشتری برخوردارند. به همین دلیل بررسی تجربیات آن‌ها از سکونت در خوابگاه‌های دانشجویی، از اهمیت بیشتری برخوردار است و می‌تواند نتایج مؤثری را به همراه داشته باشد.

بنابراین مسئله اساسی که مطالعه حاضر به دنبال بررسی آن است، تجارب دانشجویان دختر از سکونت در خوابگاه‌های دانشجویی است و قصد دارد به این سؤال پاسخ دهد که سکونت در خوابگاه‌های دانشجویی، چه تجاربی را برای دانشجویان دختر به همراه دارد؟

۲. مبانی نظری

از آنجاکه هدف این مطالعه، بررسی تجارب سکونت در خوابگاه‌های دانشجویی از نقطه‌نظر تجربه زیسته دانشجویان دختر ساکن در خوابگاه‌های دانشجویی است، لذا ورود به جهان تجربه‌های آنان مستلزم به‌کارگیری روشی است که قادر به انجام چنین کاری باشد؛ بنابراین از رویکرد پدیدارشناسی برای رسیدن به هدف مطالعه استفاده می‌شود. در این رویکرد، هدف شناخت ذات یا جوهره‌ی پدیده‌ها است و فهم ذات‌ها یا ماهیت پدیده‌ها نباید با استفاده از نظریه یا رویکرد نظری پیشین، بلکه باید با اتکا به ویژگی ذاتی یک پدیده صورت گیرد. به‌عبارت‌دیگر، استفاده از هرگونه نظریه یا فرضیه در تحقیق پدیدارشناسی به تحریف ذات‌ها یا عناصر درونی پدیده تحت مطالعه منجر می‌شود و باید از آن خودداری نمود (محمدپور، ۱۳۹۰).

در حقیقت، هدف تحقیق کیفی نظریه‌آزمایی نیست؛ بلکه نظریه‌ها به‌عنوان راهنمای عمومی تحقیق هستند که با اهدافی نظیر ایجاد حساسیت نظری - مفهومی و کمک به باز بودن ذهن پژوهشگر نسبت به مسائل پژوهش مورد استفاده قرار می‌گیرند. علاوه بر این، همه روش‌های تحقیق کیفی نیز به‌طور یکسان از نظریه‌ها یا چارچوب نظری استفاده نمی‌کنند (پورسینا، زهراکار، کیامنش و محسن‌زاده، ۱۳۹۷). پدیدارشناسی روشی است که کمتر از نظریه‌ها استفاده می‌کند، زیرا این روش نسبت به برخی روش‌ها، با فرض‌های اثبات‌گرایانه و استدلال قیاسی - فرضیه‌ای، بیشتر در تضاد است (محمدپور، ۱۳۹۰). تمرکز پدیدارشناسی بر تجربه آگاهانه و بدون پیش‌فرض زندگی است و جهان اجتماعی را آن‌طور که هست، مورد مطالعه قرار می‌دهد. از دیدگاه پدیدارشناسی، دانش حقیقی دربارهٔ تجربه‌ی انسانی تنها از طریق بررسی کسانی که در جهان آن تجربه زندگی می‌کنند، به‌دست می‌آید و سوژه‌هایی که مورد مطالعه قرار می‌گیرند، بهتر از هر محقق می‌توانند به توصیف و بازنمایی جهان زندگی خود بپردازند؛ بنابراین هدف از روش پدیدارشناسی، ورود بی‌واسطه و بدون پیش‌فرض به ذات پدیده‌ها است تا آن پدیده‌ها به اتکای ویژگی‌های خود شناسایی شوند و محقق تلاش می‌کند تا تجربه زیسته و دست اول مشارکت‌کنندگان را با ابزار مصاحبه به‌دست آورد (محمدپور، ۱۳۹۳).

بنابراین از رویکرد پدیدارشناسی، سکونت در خوابگاه تجربه‌ای است که برای افراد درگیر با این مسئله، فاقد معنا نیست؛ بلکه معانی خاصی دارد و هر یک از افرادی که این پدیده را تجربه می‌کنند با تفسیرهای خاص خود اقدام می‌نمایند. اگرچه تجارب و تفاسیر دانشجویان از سکونت در خوابگاه متفاوت است، اما نکات مشترکی نیز در این تجارب و تفاسیر وجود دارد. لذا هدف مطالعه حاضر، بررسی تجارب دانشجویان دختر از سکونت در خوابگاه‌های دانشجویی می‌باشد.

۳. روش‌شناسی پژوهش

با توجه به‌عنوان و هدف پژوهش، از میان انواع مختلف روش کیفی، روش کیفی پدیدارشناسی مورد استفاده قرار گرفت؛ زیرا این روش، برای توصیف تجارب و معنا بخشی به آنان روش مناسبی است (ادیب، فتحی آذر و دستوری، ۱۳۹۶). پدیدارشناسی هم یک رویکرد فلسفی و هم یک روش تحقیق قلمداد می‌شود که هدف آن درک پدیده‌ها از طریق تجارب انسانی است و به‌دنبال این است که جوهره و ساختار پدیده‌های تجربه‌شده را روشن نموده و با تجزیه و تحلیل تجارب زندگی افراد، توصیف دقیقی از پدیده مورد بررسی ارائه دهد (حقیقتیان، هاشمیان‌فر و

بلوردی، ۱۳۹۴). در واقع، پدیدارشناسی به مطالعه نمودها و تشریح ساختارهای تجربه زیسته اختصاص دارد، بدون اینکه به نظریات، فرض‌های نظری پیشین و تفکر قیاسی- فرضی ارجاع دهد (محمد پور، ۱۳۹۰).

۳-۱. نمونه و روش نمونه‌گیری

مصاحبه‌ها با ۲۴ نفر از دانشجویان دختر ساکن در خوابگاه دانشگاه شهید باهنر کرمان انجام گرفت. مطابق با استاندارد تحقیق کیفی، از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده شد و افرادی که شرایط لازم برای اهداف مطالعه حاضر را دارا بودند، انتخاب شدند. برای انتخاب مشارکت‌کنندگان، داشتن حداقل دو ترم سکونت در خوابگاه ضروری بود؛ و افرادی که این معیار را دارا بودند و به شرکت در مطالعه نیز تمایل و رضایت آگاهانه داشتند، وارد مطالعه شده و مورد بررسی قرار گرفتند. انتخاب مشارکت‌کنندگان براساس معیار اشباع بود که در طول جمع‌آوری داده‌ها اتفاق افتاد؛ و تضمین کرد که اندازه نمونه برای اهداف مطالعه حاضر معقول و مناسب است (برنارد، ۲۰۱۷). به‌ویژه از مصاحبه‌ها ۲۰ نفر به بعد هیچ داده و اطلاعات تازه‌ای آشکار نشد و یافته جدیدی به دست نیامد که نشان داد اشباع رخ داده است (مرادخانی، سبزه‌ای و اکرمی یوسفیان، ۱۳۹۶)؛ اما به منظور اطمینان بیشتر، مصاحبه‌ها تا نفر ۲۴ ادامه یافت و اطمینان حاصل شد که داده‌ها به اشباع رسیده‌اند.

۳-۲. روش جمع‌آوری داده‌ها

برای جمع‌آوری داده‌ها از مصاحبه نیمه ساختاریافته استفاده گردید (آلوسون، ۲۰۱۰). استفاده از این نوع مصاحبه به مشارکت‌کنندگان اجازه داد تا داستان‌ها و تجربیات زندگی‌شان را به اشتراک بگذارند و به پژوهشگران نیز کمک کرد تا بتوانند دنیای مشارکت‌کنندگان را تا حد امکان از دیدگاه آن‌ها درک نمایند (پاتر و هپ‌برن، ۲۰۰۵). جمع‌آوری داده‌ها به مدت چهار ماه (از مهر ماه تا دی ماه ۱۳۹۷) زمان برد و هر یک از مصاحبه‌ها از ۴۰ تا ۶۰ دقیقه به طول انجامید. تعداد زیادی از مصاحبه‌ها در داخل خوابگاه و در محیطی ساکت و آرام صورت گرفت و برخی دیگر از مصاحبه‌ها نیز با توجه به درخواست مصاحبه‌شوندگان و احساس راحتی بیشتر آن‌ها، در محوطه دانشگاه انجام شد.

قبل از آغاز هر یک از مصاحبه‌ها، مشارکت‌کنندگان از هدف پژوهش مطلع شدند. علاوه بر این، به آنان اعلام شد که هر زمان که در طول مصاحبه، اگر به هر دلیلی تمایلی به ادامه مصاحبه نداشته باشند، می‌توانند از مصاحبه خارج شده و هیچ اجباری برای ادامه دادن به فرایند مصاحبه وجود ندارد. همچنین با توجه به اینکه محققین قادر نبودند تمامی مطالب

مطرح شده توسط مشارکت‌کنندگان را در همان جلسه مصاحبه یادداشت نمایند، از ضبط صوت برای ضبط صدای مصاحبه‌شوندگان استفاده گردید. قبل از اقدام به ضبط صدای مشارکت‌کنندگان نیز این مسئله به آن‌ها اطلاع داده شد و تمامی آن‌ها به ضبط کردن صدایشان رضایت دادند.

مصاحبه‌ها به روش گفتگوی دو طرفه انجام گرفت؛ به طوری که هر مصاحبه با سؤالات باز و با سؤال اصلی پژوهش آغاز شد و سؤالات بعدی در ادامه مصاحبه و به منظور دستیابی به داده‌های عمیق و غنی مطرح گردیدند. پس از جمع‌آوری داده‌ها، از روش کولایزی برای تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شد. این روش دارای هفت مرحله است به این صورت که ابتدا توصیفات همه مشارکت‌کنندگان خوانده شد، سپس به هر یک از یادداشت‌های مهم رجوع و عبارات‌های مهم استخراج شدند. در مرحله سوم، معنی و مفهوم هر عبارت مهم شکل گرفت. در مرحله چهارم سازمان‌دهی مضامین و موضوعات اصلی صورت گرفت و در مرحله پنجم یافته‌ها به درون یک توصیف جامع از پدیده مورد نظر تلفیق شدند. در مرحله ششم توصیف جامعی از پدیده مورد مطالعه به شکل صریح و روشن تنظیم و ارائه گردید. گام هفتم نیز گام معتبرسازی نهایی است که بر اساس ملاک‌های اعتبار و قابلیت اطمینان صورت گرفت (محمدپور، ۱۳۹۰).

۳-۳. اعتباریابی داده‌ها

در این مطالعه، از چندین روش برای بررسی اعتبار و قابلیت اطمینان داده‌ها استفاده شد. یکی از این روش‌ها، ملاقات‌هایی بود که بین پژوهشگران برای کدگذاری داده‌ها صورت گرفت (مارشال لوسک، کاستلانوز-ریان، ویتارو و سگین، ۲۰۱۴). در حقیقت، نتایج مطالعه حاضر، نتیجه گفتگو، بحث و تجزیه و تحلیل دقیق بین پژوهشگران است که در یک تلاش تیمی برای مطالعه حاضر همکاری کردند. همچنین یافته‌های کلی مطالعه، با کسانی که با آن‌ها مصاحبه شده بود، به اشتراک گذاشته شد (آلن، دونوهو، گریفین، ریان و ترنر، ۲۰۰۳)؛ و این فرآیند به پژوهشگران اجازه داد تا مطمئن شوند آنچه را که نتیجه‌گیری کرده‌اند، تجربیات و احساسات واقعی مشارکت‌کنندگان را منعکس می‌نماید. علاوه بر اقدامات ذکر شده، یافته‌ها در اختیار برخی از اساتید بخش روانشناسی دانشگاه شهید باهنر نیز قرار گرفت و مطابق با نظر آنان اصلاحات لازم اعمال گردید؛ بنابراین، با به کارگیری روش‌های مذکور، پژوهشگران دریافتند که نتایج ارائه شده در مطالعه حاضر، به طور دقیق بیانگر تجربیات واقعی مشارکت‌کنندگان است.

۴. یافته‌های پژوهش

در این مطالعه کلیه مشارکت‌کنندگان دختر و محدوده سنی آن‌ها بین ۱۹ تا ۲۴ سال بود. حداقل مدت زمان سکونت افراد در خوابگاه ۲ ترم و حداکثر زمان اقامت ۸ ترم بود و دانشجویان از رشته‌های مختلفی بودند. ویژگی‌های دموگرافیک مشارکت‌کنندگان در جدول شماره ۱ ارائه شده است.

یافته‌های به‌دست‌آمده از مصاحبه با مشارکت‌کنندگان نشان داد که سکونت در خوابگاه‌های دانشجویی با تجارب مثبت و منفی همراه است و دانشجویان در کنار فرصت‌هایی که سکونت در خوابگاه برای آنان به همراه دارد، مشکلاتی را نیز تجربه می‌نمایند. به‌طور کلی یافته‌های به‌دست‌آمده از مطالعه حاضر در دو مقوله کلی فرصت‌ها و مشکلات قرار می‌گیرند که در ادامه به توضیح آن‌ها می‌پردازیم.

۴-۱. فرصت‌های سکونت در خوابگاه دانشجویی

تمامی مشارکت‌کنندگان حاضر در این مطالعه بیان کردند که جدا شدن از محیط خانواده و سکونت در خوابگاه، فرصت مناسبی برای آنان ایجاد کرده است تا در ابعاد مختلف رشد یابند و مهارت‌های گوناگونی را کسب نمایند که در ادامه به بیان این فرصت‌ها می‌پردازیم.

استقلال: مهم‌ترین فرصت و پیامد مثبت سکونت در خوابگاه برای دانشجویان، استقلال بود و تقریباً تمامی مشارکت‌کنندگان بیان کردند که جدا شدن از محیط امن خانواده و سکونت در خوابگاه، نقش بسیار مهمی در استقلال آن‌ها داشته و موجب شده است که آن‌ها بسیاری از کارهایشان را خودشان به‌تنهایی و بدون کمک گرفتن از خانواده و دیگران انجام دهند. یکی از مشارکت‌کنندگان که در خانه حتی کارهای ساده را نیز اعضای خانواده برایش انجام می‌داده‌اند، در این باره می‌گوید:

"زندگی خوابگاهی روی استقلال من خیلی زیاد تأثیر داشته. مثلاً من قبلاً خونه که بودم، عابر بانک هم نمی‌رفتم و همه کارهام رو خواهرم یا برادرم انجام می‌دادند ولی اینجا که اومدم کارهای بانکی و اداری رو یاد گرفتم" (مشارکت‌کننده شماره ۴).

مشارکت‌کننده دیگری تجربه سکونت در خوابگاه را به‌دلیل حس استقلالی که ایجاد می‌نماید، دوست دارد و می‌گوید:

"من تجربه خوابگاه رو دوست دارم چون یک حس مستقل بودن به افراد میده که در آینده به دردشون می‌خوره. تجربه زندگی در خوابگاه به آدم یاد میده که همیشه قرار نیست آدم در کنار خانواده و در امن و امان زندگی کنه و جاهایی از زندگی فراز و نشیب‌هایی داره که آدم باید

تنها و مستقل کاهاش رو جلو ببره". (مشارکت‌کننده شماره ۱۰)

برخی دیگر از مشارکت‌کنندگان از استقلالی که خوابگاه برای آنان به ارمغان آورده بود بسیار خرسند و راضی بودند. به‌عنوان مثال یکی از مشارکت‌کنندگان می‌گوید:

"از وقتی که خوابگاه اومدم، من خیلی خوب شدم، خیلی خوب شدم. چونکه من قبلاً اگه مامانم اینا چند ساعت میخواستن جایی برن، من خیلی حس بدی داشتم و دوست داشتم که همیشه مامانم اینا کنارم باشن ولی الان خیلی راحت‌ترم و خودم کارامو انجام میدم" (مشارکت‌کننده شماره ۲۲).

همچنین برای برخی از مشارکت‌کنندگان، سکونت در خوابگاه علاوه بر اینکه موجب استقلال در انجام دادن امور روزمره شده بود، استقلال در تصمیم‌گیری‌ها را نیز به همراه داشت. یکی از مشارکت‌کنندگان در این باره می‌گوید:

"روزای اول که اومده بودم خوابگاه، هر جا که میخواستم برم به بابام زنگ میزدم و می‌گفتم میرم فلان جا. بعد از گذشت یه مدت، دیگه بابام بهم گفت خسته‌ام کردی، هر جا میخوای بری برو. دیگه این باعث شد که خودم تصمیم بگیرم که کجا مناسب هست که برم و کجا مناسب نیست که برم" (مشارکت‌کننده شماره ۸).

بنابراین همان‌گونه که نقل‌قول‌های بالا نشان می‌دهد، محیط خوابگاه نقش مهمی در استقلال افراد از خانواده داشته است و موجب شده که افراد بتوانند در ابعاد مختلف، بدون حضور و کمک گرفتن از خانواده، کارهایشان را انجام داده و درباره مسائل مختلف تصمیم‌گیری نمایند. در واقع نقش محیط خوابگاه در استقلال افراد به میزانی است که یکی از مشارکت‌کنندگان در توصیف زندگی خوابگاهی این‌گونه می‌گوید:

"زندگی خوابگاهی، مهم‌ترین نقش رو برای استقلال داره؛ یعنی یکی سربازی واسه پسرا واجبیه و یکی زندگی خوابگاهی واسه دخترها" (مشارکت‌کننده شماره ۱۴).

جدول ۱: مشخصات دموگرافیک مشارکت‌کنندگان

مشارکت‌کننده	سن	رشته تحصیلی	مقطع تحصیلی	مدت زمان اقامت در خوابگاه
۱	۱۹	علوم تربیتی	کارشناسی	۵ ترم
۲	۲۰	زیست‌شناسی جانوری	کارشناسی	۳ ترم
۳	۲۱	فلسفه	کارشناسی	۵ ترم
۴	۲۲	فلسفه	کارشناسی	۵ ترم
۵	۱۹	علوم تربیتی	کارشناسی	۳ ترم
۶	۲۰	فیزیک	کارشناسی	۳ ترم

مدت زمان اقامت در خوابگاه	مقطع تحصیلی	رشته تحصیلی	سن	مشارکت‌کننده
۷ ترم	کارشناسی	روانشناسی	۲۲	۷
۵ ترم	کارشناسی	متالوژی	۲۱	۸
۵ ترم	کارشناسی	جامعه‌شناسی	۲۰	۹
۸ ترم	کارشناسی	اقتصاد بازرگانی	۲۴	۱۰
۳ ترم	کارشناسی	روانشناسی	۲۰	۱۱
۷ ترم	کارشناسی	مهندسی شیمی	۲۱	۱۲
۶ ترم	کارشناسی	زبان و ادبیات فارسی	۲۱	۱۳
۶ ترم	کارشناسی	مترجمی زبان انگلیسی	۲۱	۱۴
۴ ترم	ارشد پیوسته	حقوق و معارف اسلامی	۲۰	۱۵
۶ ترم	کارشناسی	زبان و ادبیات فارسی	۲۱	۱۶
۶ ترم	کارشناسی	مهندسی شیمی	۲۲	۱۷
۴ ترم	کارشناسی	جامعه‌شناسی	۲۰	۱۸
۶ ترم	کارشناسی	مهندسی کامپیوتر	۲۱	۱۹
۴ ترم	کارشناسی	مترجمی زبان انگلیسی	۲۱	۲۰
۲ ترم	کارشناسی	روانشناسی	۲۰	۲۱
۶ ترم	کارشناسی	اقتصاد بازرگانی	۲۲	۲۲
۶ ترم	کارشناسی	مهندسی علوم دام	۲۲	۲۳
۶ ترم	کارشناسی	اقتصاد بازرگانی	۲۱	۲۴

افزایش صبر و توان تحمل مشکلات: عده زیادی از مشارکت‌کنندگان بیان کردند که سکونت در خوابگاه، صبر و تحمل آن‌ها را به شدت افزایش داده و موجب شده است که آن‌ها این ویژگی مثبت را در خود پرورش داده و تحمل خود را بالا ببرند. یکی از مشارکت‌کنندگان در این باره می‌گوید:

"خوابگاه باعث شده که اخلاق و رفتارم تغییر کنه. من قبلاً به محض اینکه چیزی بهم میگفتن، سریع ناراحت می‌شدم ولی از وقتی که اومدم خوابگاه فهمیدم که سریع ناراحت شدن فایده نداره و بالاخره باید تحمل کنم و عصبانیت رو کنترل کنم" (مشارکت‌کننده شماره ۷).

مشارکت‌کننده دیگری به نقش خوابگاه در افزایش صبر وی در برآورده کردن نیازهایش اشاره می‌کند و می‌گوید:

"من دیگه لوس نیستم و صبرم بیشتر شده. قبلاً اگه چیزی از ما مانم میخواستم و نمی‌خرید، گریه می‌کردم ولی الان بیشتر درک می‌کنم" (مشارکت‌کننده شماره ۸).

در حقیقت، مشارکت‌کنندگان معتقد بودند از آنجا که در خوابگاه باید در کنار افرادی با عقاید و رفتارهای گوناگون زندگی کنند، همین مسئله موجب می‌شود که آنان صبر و تحمل خود را

افزایش دهند تا بتوانند با رفتارهای مختلف دیگران، بهتر کنار آمده و زندگی راحت‌تری را تجربه نمایند. به‌عنوان مثال یکی از مشارکت‌کنندگان می‌گوید:

"وقتی میای خوابگاه، یه اتاق کوچیک هست و آدم‌های مختلف و گاهی کف خواب هم هست که میشیم ۷ نفر. بچه‌ها از شهرها و فرهنگ‌های مختلف هستن و نمیتونی هر کاری که دلت میخواد انجام بدی. مثلاً یکی میخواد آهنگ گوش بده ولی تو میخوای درس بخونی یا اینکه تو میخوای بخوابی ولی یکی تازه بیدار شده و این باعث میشه که صبر و تحمل آدم بالا بره" (مشارکت‌کننده شماره ۴).

مشارکت‌کننده دیگری نیز لزوم داشتن صبر و تحمل در خوابگاه را این‌گونه توصیف می‌کند: "برای زندگی در خوابگاه باید انسانی با ظرفیت بالا باشی تا بتونی افراد متفاوت و فرهنگ‌های مختلف رو تحمل کنی. باید صبور باشی وگرنه همیشه لذت برد" (مشارکت‌کننده شماره ۲۱). یادگیری مدیریت مالی: تعداد زیادی از مشارکت‌کنندگان بیان کردند که سکونت در محیط خوابگاه موجب شده که آن‌ها مدیریت مالی را یاد گرفته و هزینه‌های اقتصادی خود را مدیریت نمایند تا در مدت‌زمان تعیین‌شده دچار مشکل نشوند. یکی از مشارکت‌کنندگان، به نقش خوابگاه در بهبود مدیریت اقتصادی خود اشاره می‌کند و می‌گوید:

"از وقتی که اومدم خوابگاه، مدیریت اقتصادی‌ام خیلی بهتر شده. قبلاً اصلاً تو فاز اقتصادی نبودم ولی الان می‌سنجم که چه چیزی رو لازم دارم و چه چیزی رو لازم نیست که داشته باشم. کلاً مدیریت آدم خوب میشه تا پولی رو که داری درست خرج کنی که هنوز به آخر ماه نرسیده دوباره نگی پول" (مشارکت‌کننده شماره ۲).

مشارکت‌کننده دیگری می‌گوید:

"من در خوابگاه مدیریت پولی رو یاد گرفتم. عقل معاش، اینکه چقدر پول دارم، چقدر خرج کنم، چقدر میتونم شارژ گوشی بگیرم و ... خلاصه توی همه چیز بهتر شدم" (مشارکت‌کننده شماره ۴).

مشارکت‌کننده دیگری به نقش سکونت در خوابگاه، در اهمیت دادن او به مسائل مالی اشاره می‌کند و شرایط حال حاضر خود را با زمانی که در خانه بوده مقایسه کرده و می‌گوید:

"من قبلاً دختری بودم که هر وقت بابام بهم پول می‌داد، برام مهم نبود که امروز خرجش کنم یا فردا ولی الان برام مهمه که تا آخر ماه پولم رو مدیریت کنم" (مشارکت‌کننده شماره ۵).

همچنین، مشارکت‌کنندگان معتقد بودند که توان مدیریت مالی در خوابگاه مسئله بسیار مهمی است و افراد باید همیشه آن را مدنظر داشته باشند. یکی از مشارکت‌کنندگان که خودش

مدیریت مالی را در خوابگاه یاد گرفته است، به افرادی که قصد دارند در آینده در خوابگاه زندگی کنند نیز توصیه می‌کند که هزینه‌های خود را مدیریت نمایند و تحت تأثیر دیگران قرار نگیرند. وی می‌گوید:

"تو خوابگاه مدیریت هزینه‌ها خیلی مهمه، یه وقتایی آدم واقعاً تحت تأثیر حرف‌های بچه‌ها قرار می‌گیره و میره بیرون؛ ولی واقعاً یه وقتایی به ته دیگ می‌خوری و آدم حتماً باید هزینه‌هاش رو مدیریت کنه" (مشارکت‌کننده شماره ۱۶).

تقویت روحیه قدرشناسی نسبت به خانواده: سکونت در محیط خوابگاه موجب شده بود که افراد با مقایسه شرایط این محیط با محیط خانه، قدر خانواده را بیشتر بدانند و روحیه قدرشناسی‌شان نسبت به خانواده تقویت گردد. یکی از مشارکت‌کنندگان در این باره می‌گوید:

"از وقتی که اومدم خوابگاه، خیلی بیشتر قدر خانواده رو میدونم. آدم وقتی اطرافیان رو توی خوابگاه میبینه و اخلاق و رفتار اون‌ها رو با رفتار اعضای خانواده‌اش مقایسه میکنه، شدیداً و عمیقاً به این نتیجه میرسه که هیچ جایی امن‌تر و عالی‌تر از خانواده نیست" (مشارکت‌کننده شماره ۳).

به عبارت دیگر، دور بودن از خانواده عامل مهمی است که موجب می‌شود افراد پس از حضور در خوابگاه، قدر خانواده را (که ممکن است تا پیش از حضور در خوابگاه کمتر متوجه آن بوده‌اند) بیشتر بدانند. گاهی نیز این قدرشناسی نسبت به خانواده به حدی در خوابگاه تقویت شده بود که مشارکت‌کنندگان در برخی از رفتارهایشان با خانواده نیز تجدیدنظر کرده بودند. نظیر این مشارکت‌کننده که می‌گوید:

"الان خیلی بیشتر قدر خانواده رو میدونم. چون یه مدت نمی‌بینمشون و بعد که میرم می‌بینمشون، حرف گوش کن‌تر شدم و هر چی که مامانم میگه، فقط می‌گم چشم تو جون بخواه" (مشارکت‌کننده شماره ۵).

آشنایی با فرهنگ‌ها و آداب و رسوم مختلف: یکی دیگر از آثار مثبت سکونت در خوابگاه‌های دانشجویی که مشارکت‌کنندگان زیادی به آن اشاره کردند، آشنا شدن با فرهنگ‌های مختلف و نحوه آداب و رسوم آن‌ها بود. یکی از مشارکت‌کنندگان می‌گوید:

"تو خوابگاه با یکسری آدم‌های مختلف از شهرهای مختلف آشنا میشی و چیزهای خوبی یاد می‌گیری. مثلاً چیزهای جدیدی که می‌خورن رو یاد می‌گیریم و امتحان می‌کنیم، یک سری اطلاعات از فرهنگ‌های مختلف به دست میاریم و با اخلاقیات سایر فرهنگ‌ها آشنا میشیم و این خیلی خوبه" (مشارکت‌کننده شماره ۱۰).

مشارکت‌کننده دیگری در این باره می‌گوید:

"یه ویژگی مثبت خوابگاه این هست که آدم با ویژگی‌های فرهنگ و آداب و رسوم شهرهای دیگه آشنا میشه" (مشارکت‌کننده شماره ۱۱).

برخی از مشارکت‌کنندگان نیز آشنایی با فرهنگ‌های مختلف را بسیار مثبت ارزیابی کرده و آن را فرصتی مغتنم برای کسب تجربه و پخته شدن می‌دانستند. به اظهارات این مشارکت‌کننده توجه کنید:

"یک جنبه‌ای از خوابگاه که خیلی خیلی مثبت بوده، برخورد با آدمای مختلف و طرز فکرهای متفاوت و این خودش کلی تجربه میاره که قشنگ پخته بشی" (مشارکت‌کننده شماره ۱۶).

یادگیری و تقویت مهارت‌های مختلف: تعدادی از مشارکت‌کنندگان بیان کردند که سکونت در خوابگاه موجب شده که آن‌ها برخی مهارت‌ها را یاد بگیرند و اطلاعات خود را افزایش دهند. یکی از مهارت‌هایی که اکثریت دانشجویان دختر به آن اشاره کردند، یادگیری مهارت آشپزی بود که در واقع عدم تمایل به غذای سلف، موجب بهبود و یادگیری این مهارت شده بود. یکی از مشارکت‌کنندگان در این باره می‌گوید:

"از زمانی که اومدم خوابگاه، مهارت‌های زندگی رو بهتر و بیشتر از قبل یاد گرفتم مثل همین آشپزی و آشپزی‌ام بهتر شده".

مشارکت‌کننده دیگری می‌گوید:

"من خودم تو خونه که بودم خیلی کم آشپزی می‌کردم و همش بر عهده مادر و خواهر بزرگترم بود، ولی از موقعی که اومدم دانشگاه و خوابگاه، آشپزی کردن رو اکثر اوقات خودم انجام میدم و آشپزیم خیلی بهتر شده" (مشارکت‌کننده شماره ۱۸).

علاوه بر مهارت آشپزی، حضور در کارگاه‌ها و برنامه‌های آموزشی داخل یا خارج دانشگاه در وقت‌های آزاد نیز عامل دیگری بود که به افزایش مهارت‌های دانشجویان ساکن در خوابگاه کمک کرده بود. به عنوان مثال یکی از مشارکت‌کنندگان می‌گوید:

"وقتی که دانشجو میشی، توی خوابگاه مطمئناً فرصت بیشتری در اختیارته. اینکه میتونی یه سری کارگاه‌ها رو داخل خوابگاه یا بیرون از خوابگاه شرکت کنی و این باعث میشه سطح اطلاعاتت بالاتر بره" (مشارکت‌کننده شماره ۲۱).

افزایش نظم و مسئولیت‌پذیری: حضور در خوابگاه دانشجویی و زندگی کردن در کنار افراد دیگر موجب شده بود که افراد نظم و مسئولیت‌پذیری‌شان نسبت به قبل افزایش یابد و تقریباً

تمامی مشارکت‌کنندگان، این افزایش را ناشی از شرایط خوابگاه و زندگی کردن در کنار افراد دیگر می‌دانستند. یکی از مشارکت‌کنندگان دلیل افزایش نظم خود در خوابگاه را در مقایسه با خانه این‌گونه توضیح می‌دهد:

" اینجا مجبورم تمام وسایلم رو جمع کنم که مثلاً ظرفم گم نشه یا مثلاً اگر چیزی خوردم باید سریع بشورم، یا مثلاً وقتی میرم حموم باید سریع لباس هام رو پهن کنم که خشک بشه و بعدش هم سریع جمع کنم چون بچه‌های دیگه میخوان لباس هاشون رو خشک کنن، یا مثلاً اگر لباس تو کمد بهم ریخته باشه چون کمدها کوچک هستن نمی‌تونن چیزی رو توی کمد پیدا کنی و باید همیشه مرتب باشه و این جور چیزها نظم رو خیلی نسبت به خونه بیشتر کرده" (مشارکت‌کننده شماره ۷).

مشارکت‌کننده دیگری به عواقب بی‌نظمی در خوابگاه اشاره می‌کند و لزوم منظم بودن را این‌گونه شرح می‌دهد:

"اگر تو خوابگاه بی‌نظم باشم، بقیه ادیت میشن اما توی خونه اگه بی‌نظم باشم مامانم جمع میکنه. ولی اینجا کسی نیست که جمع کنه و بقیه سرت نق میزنن؛ پس باید جوری باشی که بقیه ادیت نشن" (مشارکت‌کننده شماره ۸).

وی در ادامه به اهمیت مسئولیت‌پذیری در خوابگاه اشاره می‌کند و می‌گوید:

"اگه من مسئولیت‌پذیر نباشم و بدقولی کنم، هم‌اتاقی‌ام هم بدقولی می‌کنه. هم‌اتاقی مثل خانواده نیست که بگذره و من اگه کاری رو به‌موقع انجام ندم بهم تذکر میدن" (مشارکت‌کننده شماره ۸).

بنابراین همان‌گونه که نقل‌قول‌های فوق نشان می‌دهد، بخشی از علت افزایش نظم و مسئولیت‌پذیری در محیط خوابگاه به دلیل اجتناب از مواجه شدن با سرزنش‌های هم‌اتاقی‌ها و داشتن زندگی راحت و بدون درگیری است. چنانچه یکی دیگر از مشارکت‌کنندگان، علت مسئولیت‌پذیری‌اش را این‌گونه بیان می‌کند:

"مثلاً اینکه امروز نوبت یه نفر بود که اتاق رو جارو بزنه ولی بی‌مسئولیتی می‌کرد و جارو نمی‌زد و بقیه خیلی ازش ناراحت می‌شدن و بهش می‌گفتن، اونم احساس خجالت می‌کرد ولی به روی خودش نمی‌آورد و همین ترس از سرزنش دیگران باعث شد مسئولیت‌پذیری من بیشتر بشه" (مشارکت‌کننده شماره ۱۱).

تقویت بعد معنوی و عمل به باورهای دینی: سکونت در خوابگاه برای تعداد زیادی از مشارکت‌کنندگان موجب تقویت بعد معنوی و نزدیکی بیشتر آن‌ها به خدا شده بود. طبق گفته

مشارکت‌کنندگان، دوری از خانواده موجب شده بود که ارتباط آن‌ها با خدا تقویت گردد و به خدا نزدیک‌تر شوند. یکی از مشارکت‌کنندگان در این باره می‌گوید:

"تو خوابگاه همیشه دلتنگ میشی و هیچ‌کس رو نداری و فقط به خدا پناه میبری" (مشارکت‌کننده شماره ۱۴).

مشارکت‌کننده دیگری می‌گوید:

"من تو خوابگاه بیشتر مذهبی هستم، چونکه از خانواده‌ام دورم و احساس می‌کنم اینجا تنها کسی که هست، خداست و خیلی بهش نزدیک میشم و حس می‌کنم به خدا نزدیک‌ترم" (مشارکت‌کننده شماره ۶).

همچنین عده‌ای از مشارکت‌کنندگان بیان کردند که از زمان حضور در خوابگاه، به علت شرایط این محیط، آن‌ها به نماز اول وقت و خواندن نماز در مسجد و به جماعت اهمیت بیشتری می‌دهند و معمولاً نمازشان را در مسجد می‌خوانند. به‌عنوان مثال یکی از مشارکت‌کنندگان می‌گوید:

"تو خونه خیلی کم پیش میاد که بریم مسجد نماز بخونیم ولی اینجا وقتی می‌بینیم مسجد دانشگاه هست یا تو خوابگاه نماز جماعت هست، بیشتر میریم" (مشارکت‌کننده شماره ۱۳).

گاهی نیز مشارکت‌کنندگان تحت تأثیر هم‌اتاقی‌هایشان به انجام اعمال دینی و به‌ویژه نماز اول وقت، حساس‌تر شده بودند و این تجربه، توسط تعداد زیادی از مشارکت‌کنندگان مطرح گردید. به‌عنوان مثال به تجربه یکی از مشارکت‌کنندگان توجه کنید:

"من یک هم‌اتاقی داشتم که قاری قرآن بود و بقیه هم‌اتاقی‌هام هم مذهبی بودند. من قبلاً نماز می‌خوندم ولی دقت نمی‌کردم که اول وقت باشه، ولی از وقتی که با این دختر آشنا شدم به‌طور ناخودآگاه و بدون اینکه کسی به من بگه، نمازم رو اول وقت می‌خوندم" (مشارکت‌کننده شماره ۴).

برای برخی از مشارکت‌کنندگان نیز محیط خوابگاه نسبت به خانه، محیط مناسب‌تری برای تقویت بعد معنوی و انجام اعمال دینی بود. یکی از مشارکت‌کنندگان که خانواده‌اش در ابعاد دینی ضعیف هستند، در این باره می‌گوید:

"تو خوابگاه بهتر از قبل به مسائل معنوی می‌پردازم چونکه تو خونه ما آدمای مذهبی‌ای نیستن و من خودم به یه سری چیزا اعتقاد دارم که تو خونه ندارن و من اینجا راحت‌ترم" (مشارکت‌کننده شماره ۱۹).

۴-۲. مشکلات سکونت در خوابگاه دانشجویی

زندگی در خوابگاه دانشجویی اگرچه فرصتی مناسب برای رشد و پیشرفت در ابعاد مختلف است، اما مشکلاتی نیز به همراه دارد که در ادامه به بیان آن‌ها می‌پردازیم.

احساس غربت و دلتنگی: مشارکت‌کنندگان بیان کردند که روزهای آغازین حضور آن‌ها در خوابگاه با احساس دلتنگی و غربت همراه بوده است و آن‌ها در اولین روزهای حضور در خوابگاه، شرایط سختی را تحمل کرده بودند. یکی از مشارکت‌کنندگان می‌گوید:

"روزهای اولی که اومدم خوابگاه، تنها بودم و همش دلم می‌گرفت. چونکه با کسی ارتباط نداشتم و خیلی حساس بودم و وقتی کسی چیزی بهم می‌گفت، می‌اومدم تو اتاق گریه می‌کردم" (مشارکت‌کننده شماره ۱۷).

مشارکت‌کننده دیگری که از شهرستان‌های استان کرمان آمده است، درباره احساس غربت و دلتنگی اوایل حضورش در خوابگاه این‌گونه می‌گوید:

"با اینکه کرمان استان من بود ولی مهرش خیلی غریب بود، چون من همیشه کنار پدر و مادرم بودم و تنهایی راه دور نرفته بودم و شرایط خوابگاه خیلی برام سخت بود" (مشارکت‌کننده شماره ۱۸).

دانشجوی دیگری نیز به سختی‌های سال اول سکونتش در خوابگاه اشاره می‌کند و می‌گوید:

"سال اولی که اومدم خوابگاه، همش دلم می‌خواست برم خونه، خیلی دپرس بودم و همیشه گریه می‌کردم" (مشارکت‌کننده شماره ۲۰).

فشارهای روانی ناشی از هم‌اتاق شدن با افراد نامناسب: یکی از مهم‌ترین مشکلات سکونت در خوابگاه دانشجویی که تعداد زیادی از مشارکت‌کنندگان به آن اشاره کردند، هم‌اتاق شدن با افراد نامناسب بود. در حقیقت، زمانی که افراد در اتاقی ساکن شده بودند که عقاید هم‌اتاقی‌هایشان با عقاید آن‌ها ناهمخوان و در تضاد بود، این امر مشکلاتی را ایجاد کرده و موجب فشارهای روانی شده بود. به تجربه یکی از مشارکت‌کنندگان توجه کنید:

"اخلاق بچه‌ها به اخلاق من نمی‌خورد، سبک زندگی و تربیت خاصی داشتن. مثلاً موسیقی با صدای بلند گوش می‌دادن، لیوان شخصی منو برمی‌داشتن، بطری آب منو که شخصی بود و تو یخچال گذاشته بودم برمی‌داشتن، یا موقع خواب چراغ رو روشن می‌گذاشتن و رعایت نمی‌کردن؛ و این رفتارها منو خیلی ناراحت و عصبانی می‌کرد" (مشارکت‌کننده شماره ۹).

مشارکت‌کننده دیگری به ناهمخوان بودن عقاید دینی‌اش با عقاید هم‌اتاقی‌هایش اشاره می‌کند و می‌گوید:

"من قبل از اینکه دانشگاه بیام، کلاً عروسی هم زیاد نمی‌رفتم ولی وقتی اومدم خوابگاه، اومده بودم تو شرایطی که بچه‌ها هر روز آهنگ‌های شاد و اینجور چیزا گوش میدادن و خب اینا خیلی روی من اثر منفی داشت. بچه‌ها یه سری فیلم‌های بدون سانسور می‌دیدن و طرف تو فیلم برهنه بود، یا مثلاً فیلمایی می‌دیدن که کلاً از اول تا آخرش رقص و آهنگ بود و من واقعاً با اینا نمی‌تونستم کنار بیام. وحشتناک بود و من هیچوقت نتونستم این مسئله رو حل کنم" (مشارکت‌کننده شماره ۱۵).

برای برخی از مشارکت‌کنندگان نیز هم اتاق شدن با افراد نامناسب به حدی سخت و غیرقابل تحمل بوده که آن‌ها فشارهای روانی زیادی رو متحمل شده بودند و حتی تصمیم به انصراف از دانشگاه و یا انتقالی گرفته بودند. نظیر این مشارکت‌کننده که می‌گوید:

"اون مدتی که هم‌اتاقی‌هام بد بودن، روزی ۶-۷ بار به خانواده‌ام (به‌ویژه مامانم) زنگ می‌زدم و هر دفعه هم گریه می‌کردم. حتی کار به جایی رسیده بود که می‌خواستم انصراف بدم یا انتقالی بگیرم" (مشارکت‌کننده شماره ۲).

کیفیت پایین غذای سلف: یکی دیگر از مشکلات زندگی در خوابگاه، کیفیت پایین غذای سلف بود که عده‌ای از مشارکت‌کنندگان از این مسئله شکایت داشتند و معتقد بودند که غذای نامناسب سلف، مشکلات زیادی برایشان ایجاد کرده است. یکی از مشارکت‌کنندگان در این باره می‌گوید:

"از وقتی که اومدم خوابگاه، خورد و خوراکم واقعاً داغون شده و غذای مناسب ندارم. چون غذای سلف خیلی بده، خیلی بده و واقعاً همیشه بخوریش. وقتی هم که غذا بد باشه روی سلامتی‌مون خیلی اثر میندازه و از موقعی که اومدم اینجا، حال جسمی‌ام خیلی بهم ریخته" (مشارکت‌کننده شماره ۱۷).

مشارکت‌کننده دیگری نیز می‌گوید:

"غذای سلف خیلی افتضاحه و بهم نمی‌سازه" (مشارکت‌کننده شماره ۱۹).

کاهش کیفیت درس خواندن: یکی دیگر از مشکلات سکونت در خوابگاه دانشجویی، نامناسب بودن شرایط خوابگاه برای مطالعه بود که موجب کاهش کیفیت درس خواندن، در برخی مشارکت‌کنندگان شده بود. برخی از دانشجویان بیان کردند که آن‌ها تا قبل از سکونت در خوابگاه، همیشه در منزل و در اتاق شخصی‌شان مطالعه می‌کرده‌اند و از آنجاکه به شرایط مطالعه در خوابگاه و همچنین کتابخانه عادت نداشته‌اند، این امر موجب کاهش میزان مطالعه و افت تحصیلی آن‌ها شده بود. یکی از مشارکت‌کنندگان می‌گوید:

"اوایلی که اومده بودم خوابگاه، اصلاً عادت نداشتم برم کتابخونه یا اصلاً عادت نداشتم تو اتاق با بچه‌ها درس بخونم. چون تو خونه اتاق مجزا و جداگانه داشتم و اولش اینجا برام خیلی سخت بود؛ یعنی ترم یک به خاطر همین شرایط، من کلاً گند زدم و خیلی سخت بود" (مشارکت‌کننده شماره ۲۲).

برخی دیگر از مشارکت‌کنندگان نیز، بالا بودن حجم تکالیف در خوابگاه را عامل کاهش میزان مطالعه خود می‌دانستند. نظیر این مشارکت‌کننده که می‌گوید:

"الان کمتر درس می‌خونم، چونکه آدم باید به یه سری کارهای شخصی هم برسه و این کارا خیلی وقت آدم رو میگیره. اینجا باید غذا درست کنی، لباس و ظرف بشوری، تختت رو مرتب کنی و در نتیجه وقت کمتری برای درس خواندن باقی می‌مونه" (مشارکت‌کننده شماره ۵).

مشارکت‌کننده دیگری نیز در این باره می‌گوید:

"اینجا کمتر درس می‌خونم و تو خونه بیشتر درس می‌خوندم. چون تو خونه آرامش بیشتری داشتم و دیگه دغدغه غذا درست کردن و سروصدای بچه‌ها نبود. از طرفی هم من تو سالن مطالعه هم اصلاً نمیتونم درس بخونم و باید حتماً تو اتاق درس بخونم؛ اما تو اتاق هم یکی می‌خواد حرف بزنه، یکی می‌خواد بخوابه و رعایت نمیکنن" (مشارکت‌کننده شماره ۲۲).

بهم خوردن نظم خواب: مشکل دیگری که سکونت در خوابگاه برای برخی از دانشجویان ایجاد کرده بود، بهم خوردن نظم خواب آن‌ها بود. در واقع سروصدای زیاد موجود در اتاق و همچنین ناهمخوانی برنامه‌های دانشجویان ساکن در اتاق با یکدیگر (که موجب می‌شد آن‌ها تا دیر وقت بیدار بمانند)، از جمله مهم‌ترین عواملی بودند که منجر به بهم خوردن نظم خواب افراد شده بودند. به‌عنوان مثال به تجربه این مشارکت‌کننده توجه کنید:

"بچه‌ها تو اتاق خیلی سروصدا می‌کردند و من سردرد می‌گرفتم و نمی‌تونستم بخوابم. یا اینکه تو اتاق نور بود و من با نور نمی‌تونستم بخوابم و بزرگ‌ترین عذاب برای من نور بود" (مشارکت‌کننده شماره ۱۷).

مشارکت‌کننده دیگری نیز می‌گوید:

"من از وقتی که اومدم خوابگاه، ساعات خوابم کمتر شده و مثل خونه نیست که ساعات خواب آدم تنظیم باشه" (مشارکت‌کننده شماره ۱۳).

بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر با روش کیفی و با هدف بررسی تجارب دانشجویان دختر از سکونت در خوابگاه‌های دانشجویی صورت گرفت. نتایج حاصل از این مطالعه نشان دادند که سکونت در خوابگاه دانشجویی، فرصت مناسبی برای رشد افراد در ابعاد مختلف فراهم می‌نماید. یکی از مهم‌ترین فرصت‌های حاصل از سکونت در خوابگاه، ایجاد و پرورش حس استقلال بود که از نتایج مثبت جدا شدن و دوری از خانواده بود و موجبات پیشرفت افراد در سایر زمینه‌ها را فراهم نموده بود. همان‌گونه که سایر مطالعات نیز نشان داده‌اند که ترک خانه و جدایی از خانواده، دوستان و محله برای حضور یافتن در دانشگاه، می‌تواند تأثیر پایداری در پیشرفت آینده افراد داشته باشد (مارگولیس، ۱۹۸۱). همچنین سکونت در خوابگاه و زندگی در کنار افراد دارای فرهنگ‌ها و عقاید مختلف، موجب افزایش صبر و بالا رفتن توان تحمل افراد شده و سبب انطباق آن‌ها با شرایط گردیده بود. در واقع زندگی در کنار افراد دارای عقاید گوناگون، می‌تواند استرس‌هایی را برای افراد ایجاد نماید و تجربه استرس به‌طور منظم در زندگی دانشجویان اتفاق می‌افتد. به‌ویژه زمانی که خواسته‌های محیط از توانایی‌های مقابله افراد فراتر می‌روند، ضرورت نیاز به انطباق و بالا بردن توان تحمل بیشتر آشکار می‌گردد (دیسون و رنک، ۲۰۰۶).

یادگیری مدیریت مالی و تقویت روحیه قدرشناسی نسبت به خانواده نیز از فرصت‌های مثبت دیگری بودند که سکونت در خوابگاه به همراه داشت و از نتایج مثبت جدا شدن از خانواده محسوب می‌شوند. همچنین آشنایی با فرهنگ‌ها و آداب و رسوم مختلف (که ناشی از سکونت در کنار افراد گوناگون بود)، فرصت دیگری بود که خوابگاه برای دانشجویان به ارمغان آورده بود. علاوه بر این، اقامت در خوابگاه موجب یادگیری مهارت‌های مختلف نظیر آشپزی شده و نظم و مسئولیت‌پذیری افراد را افزایش داده بود؛ و این افزایش نظم و مسئولیت‌پذیری عمدتاً ناشی از شرایط محیط خوابگاه و قوانین حاکم بر اتاق‌ها بود که توسط خود دانشجویان وضع شده بود. تقویت بعد معنوی و افزایش عمل به باورهای دینی (تحت تأثیر داشتن هم-اتفاقی‌های مناسب) هم فرصت دیگری بود که سکونت در خوابگاه برای برخی دانشجویان به ارمغان آورده بود؛ و با توجه به اینکه برخی مطالعات نشان داده‌اند که بین ابعاد دینداری دانشجویان و مؤلفه‌های سرمایه روانشناختی آن‌ها یعنی عزت نفس، مرکز کنترل و خودکارآمدی همبستگی معناداری وجود دارد (میرزایی، میرزایی و فتحی، ۱۳۹۷)، بنابراین، این فرصت حاصل از سکونت در خوابگاه را می‌توان بسیار مثبت و سازنده ارزیابی نمود.

اما سکونت در خوابگاه در کنار ایجاد فرصت‌های مناسب و داشتن ابعاد مثبت، مشکلاتی را نیز برای دانشجویان ایجاد کرده بود. یکی از این مشکلات برای دانشجویان، احساس غربت و دل‌تنگی بود که عمدتاً در اوایل جدایی از خانواده با آن مواجه شده بودند و این مسئله موجب شده بود که آنان شرایط سخت و احساسات ناخوشایندی را تجربه نمایند. مطابق با این یافته، نتایج یک مطالعه نیز نشان داد که دوری از والدین برای دانشجویان سال اولی دشوارتر است (بروکس و دوبیس، ۱۹۹۵) و دانشجویانی که احساس غربت را گزارش می‌کنند، بیشتر احتمال دارد که سطوح بالایی از ناراحتی‌های روانی را نشان دهند (نیولند و فرمان، ۱۹۹۹). در همین راستا مطالعه دیگری نیز که احساس غربت را با روش کیفی در دانشجویان سال اولی بررسی کرده بود، نشان داد دانشجویانی که والدینشان در فاصله دورتری زندگی می‌کردند، احساس غربت و دل‌تنگی بیشتری داشتند و در عزت‌نفس و منبع کنترل درونی نیز نمرات پایین‌تری کسب کرده بودند (تاگنولی، ۲۰۰۳).

هم‌اتاق شدن با افراد نامناسب نیز مشکل دیگر سکونت در خوابگاه بود که برای افراد استرس و فشارهای روانی ایجاد کرده و موجبات ناراحتی عمیق آنان را فراهم نموده بود. مطابق با این یافته، نتایج برخی مطالعات هم‌نشان داده‌اند که حضور در دانشگاه می‌تواند یک تجربه استرس‌زا باشد که احتمال دارد به میزان قابل‌توجهی نشانه‌های افسردگی را در دانشجویان افزایش دهد (ژائو و ییو، ۲۰۱۸؛ دیسون و رنک، ۲۰۰۶). از مشکلات دیگری که دانشجویان خوابگاهی با آن مواجه بودند، کیفیت پایین غذای سلف بود که مشکلاتی را نیز برای افراد ایجاد کرده بود و عده‌ای از دانشجویان از این مسئله به‌شدت ناراضی بودند. مطابق با این یافته، مطالعات نیز نشان داده‌اند که حساسیت غذایی در دانشجویان دانشگاه وجود دارد و تقریباً تمام حوزه‌های زندگی دانشجویان را تحت تأثیر قرار می‌دهد (ارسیگ و ویلیامز، ۲۰۱۸). در نهایت، کاهش کیفیت درس خواندن و بهم خوردن نظم خواب نیز از دیگر مشکلاتی بودند که دانشجویان دختر خوابگاهی با آن مواجه بودند.

بنابراین سکونت در خوابگاه برای دانشجویان دختر، فرصت‌ها و آسیب‌های متعددی ایجاد می‌نماید که این مطالعه بخش عمده‌ای از آنان را از طریق تجارب دسته اول دانشجویان، آشکار نمود. با توجه به اینکه محیط خوابگاهی و کیفیت آن شاخص مهمی در انتخاب و جذب دانشجویان است و دانشجویان فارغ‌التحصیل بهترین مبلغ در تصمیم‌گیری دانشجویان آینده هستند، با توجه به نتایج حاصل از این بررسی پیشنهاد می‌شود که در راستای بهبود شرایط خوابگاه‌های دانشجویی اقدامات لازم صورت گیرد و تلاش شود تا امکان جابجایی اتاق برای

دانشجویانی که با فشارهای زیادی از جانب هم‌اتاقی‌هایشان مواجه هستند، تسهیل گردد. همچنین تلاش شود تا کیفیت غذای سلف افزایش یابد و تا حد امکان شرایطی فراهم گردد تا تعداد دانشجویان ساکن در اتاق‌ها کاهش یابد تا از این طریق، از برخی مشکلات دانشجویان کاسته شود. لازم به ذکر است که این مطالعه با برخی محدودیت‌ها نیز همراه است. نمونه‌گیری از یک جنسیت و همچنین انتخاب نمونه از دانشجویان یک خوابگاه، از محدودیت‌های مطالعه حاضر محسوب می‌شود؛ و لذا در تعمیم نتایج باید احتیاط نمود.

منابع

- ادیب، یوسف، فتحی آذر، اسکندر و دستوری، رامین. (۱۳۹۶). «تبیین تجربه فرسودگی تحصیلی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز»، *مجله تحقیقات کیفی در علوم سلامت*، ۶(۱)، ۳۵-۴۸.
- پروین، ستار؛ کلانتری، عبدالحسین و داودی، مریم. (۱۳۹۳). «عوامل اجتماعی مؤثر بر گرایش دانشجویان به رفتارهای پرخطر و آسیب‌های اجتماعی (با رویکرد مقایسه‌ای بین خوابگاه خودگردان و دولتی)»، *فصلنامه علمی-پژوهشی مطالعات راهبردی ورزش و جوانان*، ۲۶، ۱۷۰-۱۵۱.
- پورسینا، محمد؛ زهراکار، کیانوش؛ کیامنش، علیرضا و محسن‌زاده، فرشاد. (۱۳۹۷). مدل مفهومی عوامل روانی-اجتماعی زمینه‌ساز ارتکاب جرم، ارائه یک مطالعه داده بنیاد. *دو فصلنامه پژوهش‌های جامعه-شناسی معاصر*، ۷(۱۳)، ۱۵۱-۱۸۱.
- تاج‌بخش، غلامرضا و ریاحی، سجاد. (۱۳۹۲). «بررسی کیفیت زندگی دانشجویان ساکن در خوابگاه دانشجویی دانشگاه رازی کرمانشاه و رابطه آن با عملکرد تحصیلی آن‌ها»، *جامعه‌شناسی آموزش و پرورش*، ۵(۲)، ۶۱-۹۰.
- حقیقتیان، منصور؛ هاشمیان فر، علی و بلوردی، زهیر مصطفی. (۱۳۹۴). «تجربه سالمندی و چالش‌های هویت نقشی سالمندان: یک پژوهش کیفی»، *مجله تحقیقات کیفی در علوم سلامت*، ۴(۳)، ۳۵۰-۳۳۹.
- فلاحی خشک‌ناب، مسعود؛ رسولی، پریسا؛ نصیری، الهه و رهنما، مژگان. (۱۳۹۲). «بررسی وضعیت سلامت روان دانشجویان ساکن در خوابگاه دانشجویی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی»، *مجله پژوهش پرستاری*، ۸(۳)، ۱۸-۲۶.
- مثنوی، عطاله؛ سام آرام، عزت‌الله؛ حسینی، سید احمد؛ آقابخشی، حبیب‌الله؛ فروغان، مهشید؛ صدرالسادات، سید جلال و رهگذر، مهدی. (۱۳۸۴). «نگرش دانشجویان خوابگاهی دانشگاه علوم پزشکی ایران در مورد رفتارهای انحرافی در خوابگاه‌ها- تهران ۱۳۸۴»، *مجله توانبخشی*، ۶(۴)، ۲۰-۲۵.
- محمدپور، احمد. (۱۳۹۳). «بسترها پیامدها و سازگاری زنان مطلقه‌ی شهر تهران (یک مطالعه پدیدارشناسانه)»، *فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۴(۱)، ۱۳۵-۱۷۲.
- محمدپور، محمد. (۱۳۹۰). *روش تحقیق کیفی ضد روش*، تهران: انتشارات جامعه‌شناسان.
- مرادخانی، همایون؛ سبزه‌ای، محمدتقی و اکرمی یوسفیان، وحید. (۱۳۹۶). «عقلانیت مدرسه و نظام شهروندی: آن مطالعه موردی دبیرستان‌های پسرانه شهرستان دلفان»، *دو فصلنامه پژوهش‌های جامعه-شناسی معاصر*، ۶(۱۱)، ۱۰۳-۱۲۰.
- میرزائی، حسین؛ میرزائی، مجتبی و فتحی، لاله. (۱۳۹۷). «بررسی ارتباط بین ابعاد دینداری و سرمایه روانشناختی (مورد مطالعه: دانشجویان دانشگاه تبریز)»، *دو فصلنامه پژوهش‌های جامعه‌شناسی معاصر*، ۷(۱۲)، ۱-۲۱.
- Allen, M., Donohue, W. A., Griffin, A., Ryan, D., Turner, M. M. M. (2003). "Comparing the influence of parents and peers on the choice to use drugs: A meta-analytic summary of the literature". *Criminal Justice and Behavior*, 30(2), 163-186.

- Alvesson, M. (2010). *Interpreting interviews*. Sage.
- Bernard, H. R. (2017). *Research methods in anthropology: Qualitative and quantitative approaches*. Rowman & Littlefield.
- Brooks, J. H., DuBois, D. L. (1995). "Individual and environmental predictors of adjustment during the first year of college". *Journal of College student development*, 36(4), 347-360.
- Dyson, R., & Renk, K. (2006). Freshmen adaptation to university life: Depressive symptoms, stress, and coping. *Journal of clinical psychology*, 62(10), 1231-1244.
- Erikson, K.T. (1976). *Everything in its path: Destruction of community in the Buffalo Creek flood*. New York: Simon & Schuster.
- Ersig, A. L., & Williams, J. K. (2018). Student and Parent Perspectives on Severe Food Allergies at College. *Journal of Pediatric Health Care*, 32(5), 445-454.
- Fisher, S., & Hood, B. (1987). "The stress of the transition to university: A longitudinal study of psychological disturbance, absent-mindedness and vulnerability to homesickness". *British journal of psychology*, 78(4), 425-441.
- Margolis, G. (1981). "Moving away: Perspectives on counseling anxious freshmen". *Adolescence*, 16(63), 633.
- Marschall-Lévesque, S., Castellanos-Ryan, N., Vitaro, F., & Séguin, J. R. (2014). "Moderators of the association between peer and target adolescent substance use". *Addictive behaviors*, 39(1), 48-70.
- Newland, J., & Furnham, A. (1999). "Perceived availability of social support". *Personality and Individual Differences*, 27(4), 659-663.
- Potter, J., Hepburn, A. (2005). "Qualitative interviews in psychology: Problems and possibilities". *Qualitative research in Psychology*, 2(4), 281-307.
- Tognoli, J. (2003). "Leaving home: Homesickness, place attachment, and transition among residential college students". *Journal of College Student Psychotherapy*, 18(1), 35-48.
- Tognoli, J., & Young, J. (1994). *Adjustment and adaptation among World War II evacuees to loss of and disruption to home*. Power by design, Oklahoma City, OK: Environmental Design Research Association, 103-106.
- Zhao, S., & Yiyue, G. (2018). "The effects of mother's education on college student's depression level: The role of family function". *Psychiatry research*, 269, 108-114.