

# Quantitative Meta-Analysis of the Prevalence of Psychological Problems among Dormitory-Resident Students in Iran: An Update of Studies from 2011 to 2025 with Moderator Analysis of Gender and Educational Level

1. Farokhlegha Fathi<sup>✉</sup>: M.A. in Clinical Psychology, Azad Islamic University, SR.C., Ahvaz, Iran.
2. Forough Mahigir<sup>\*✉</sup>: Department of Educational Sciences, Farhangian University, Tehran, Iran
3. Ayatollah Karimi Baghmalek<sup>✉</sup>: Department of Educational Sciences, Farhangian University, Tehran, Iran

\*Corresponding Author's Email Address: f.mahigir@cfu.ac.ir



## Abstract:

**Objective:** This study aimed to estimate the pooled prevalence of psychological problems, including homesickness, anxiety, depression, and stress, among dormitory-resident students in Iran and to examine the moderating roles of gender and educational level.

**Methods and Materials:** This quantitative meta-analysis included studies published between 2011 and 2025. A systematic search was conducted in national and international databases, including MagIran, Noormags, Elmnet, SID, IranDoc, PubMed, Scopus, and Google Scholar. Cross-sectional and descriptive-analytical studies reporting the prevalence of psychological problems among dormitory-resident students using standardized instruments were included. Data were synthesized using a random-effects model, and heterogeneity was assessed using the  $I^2$  statistic. Subgroup analyses were performed to examine gender and educational level as moderator variables.

**Findings:** The pooled prevalence of homesickness was 55.2% with a 95% confidence interval of 48.6% to 61.8%. The pooled prevalence of anxiety was 40.3% with a 95% confidence interval of 34.1% to 46.5%, while depression was estimated at 35.7% with a 95% confidence interval of 29.4% to 42.0%. Stress showed a pooled prevalence of 35.1% with a 95% confidence interval of 28.3% to 41.9%. High heterogeneity was observed across all outcomes. Subgroup analysis indicated that psychological problems were significantly more prevalent among female students than male students. Undergraduate students also showed higher levels of homesickness and anxiety compared with graduate students.

**Conclusion:** Psychological problems are highly prevalent among dormitory-resident students in Iran, with female and undergraduate students representing particularly vulnerable groups. These findings highlight the need for preventive interventions, gender-sensitive counseling services, and targeted policymaking in university dormitory settings.

**Keywords:** Meta-analysis; Psychological Problems; Student Dormitory; Homesickness; Anxiety; Depression; Iranian Students

**How to Cite:** Fathi, F., Mahigir, F., & Karimi Baghmalek, A. (2026). Quantitative Meta-Analysis of the Prevalence of Psychological Problems among Dormitory-Resident Students in Iran: An Update of Studies from 2011 to 2025 with Moderator Analysis of Gender and Educational Level. *Quarterly of Experimental and Cognitive Psychology*, 3(2), 1-17.

Received: 14 January 2026

Revised: 04 April 2026

Accepted: 22 April 2026

Initial Publish: 11 June 2026

Final Publish: 22 June 2026



Copyright: © 2026 by the authors.

Published under the terms and conditions of Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0

International (CC BY-NC 4.0) License.

# فرا تحلیل کمی شیوع مشکلات روان‌شناختی در دانشجویان ساکن خوابگاه‌های ایران: به‌روزرسانی مطالعات ۱۳۹۰ تا ۱۴۰۴ با تحلیل تعدیل‌گری جنسیت و مقطع تحصیلی

۱. فرخ لقا فتحی<sup>ID</sup>: کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اهواز، اهواز، ایران
۲. فروغ ماهیگیر<sup>ID</sup>: گروه آموزشی علوم تربیتی، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران. (نویسنده مسئول)
۳. آیت اله کریمی باغملک<sup>ID</sup>: گروه آموزشی علوم تربیتی، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران

\*پست الکترونیک نویسنده مسئول: f.mahigir@cfu.ac.ir

## چکیده

**هدف:** این مطالعه با هدف برآورد شیوع ترکیبی مشکلات روان‌شناختی شامل دلتنگی خانه، اضطراب، افسردگی و استرس در میان دانشجویان ساکن خوابگاه‌های ایران و بررسی نقش تعدیل‌گر جنسیت و مقطع تحصیلی انجام شد.

**مواد و روش:** پژوهش حاضر یک فرا تحلیل کمی از مطالعات منتشر شده بین سال‌های ۱۳۹۰ تا ۱۴۰۴ بود. جستجوی نظام‌مند در پایگاه‌های داخلی و بین‌المللی شامل مگ‌ایران، نورمگز، علم‌نت، SID، ایران‌داک، PubMed، Scopus و Google Scholar انجام شد. مطالعات مقطعی و توصیفی-تحلیلی که شیوع مشکلات روان‌شناختی را در دانشجویان ساکن خوابگاه با ابزارهای استاندارد گزارش کرده بودند، وارد تحلیل شدند. داده‌ها با مدل اثرات تصادفی ترکیب و ناهمگونی با شاخص I<sup>2</sup> ارزیابی شد. تحلیل زیرگروه برای جنسیت و مقطع تحصیلی انجام گرفت.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد شیوع ترکیبی دلتنگی خانه ۵۵.۲٪ با فاصله اطمینان ۹۵٪: ۴۸.۶ تا ۶۱.۸، اضطراب ۴۰.۳٪ با فاصله اطمینان ۹۵٪: ۳۴.۱ تا ۴۶.۵، افسردگی ۳۵.۷٪ با فاصله اطمینان ۹۵٪: ۲۹.۴ تا ۴۲.۰، و استرس ۳۵.۱٪ با فاصله اطمینان ۹۵٪: ۲۸.۳ تا ۴۱.۹ بود. ناهمگونی در همه تحلیل‌ها بالا بود. تحلیل زیرگروه نشان داد شیوع مشکلات روان‌شناختی در دانشجویان دختر به طور معناداری بیشتر از پسران بود. همچنین دانشجویان کارشناسی نسبت به دانشجویان تحصیلات تکمیلی شیوع بالاتری از دلتنگی خانه و اضطراب داشتند.

**نتیجه‌گیری:** مشکلات روان‌شناختی در میان دانشجویان ساکن خوابگاه‌های ایران شیوع بالایی دارد و دانشجویان دختر و کارشناسی گروه‌های پرخطر محسوب می‌شوند. یافته‌ها ضرورت طراحی مداخلات پیشگیرانه، خدمات مشاوره‌ای حساس به جنسیت، و سیاست‌گذاری هدفمند در خوابگاه‌های دانشجویی را نشان می‌دهد.

**کلیدواژه‌ها:** فرا تحلیل، مشکلات روان‌شناختی، خوابگاه دانشجویی، دلتنگی خانه، اضطراب، افسردگی، دانشجویان ایرانی

**نحوه استناددهی:** لقا فتحی، فرخ، ماهیگیر، فروغ، و اله کریمی باغملک، آیت. (۱۴۰۵). فرا تحلیل کمی شیوع مشکلات روان‌شناختی در دانشجویان ساکن خوابگاه‌های ایران: به‌روزرسانی مطالعات ۱۳۹۰ تا ۱۴۰۴ با تحلیل تعدیل‌گری جنسیت و مقطع تحصیلی. فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی، ۳(۲)، ۱-۱۷.



تاریخ دریافت: ۲۴ دی ۱۴۰۴

تاریخ بازنگری: ۱۵ فروردین ۱۴۰۵

تاریخ پذیرش: ۲ اردیبهشت ۱۴۰۵

تاریخ چاپ اولیه: ۲۱ خرداد ۱۴۰۵

تاریخ چاپ نهایی: ۱ تیر ۱۴۰۵



مجاز و حق نشر: © ۱۴۰۵ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.

## Extended Abstract

## Introduction

Student dormitories constitute one of the most influential environments in higher education, shaping not only students' academic experiences but also their psychological, social, and emotional development. Living away from home, adapting to a new social environment, coping with academic pressures, and managing independent life responsibilities represent significant developmental challenges for university students. Although dormitory residence may facilitate autonomy, social learning, and interpersonal competence, it may simultaneously expose students to numerous psychological stressors that adversely affect mental health (Abbaspour et al., 2021; Mohammadi, 2022; Rakhshandeh Roo et al., 2022). Previous research has consistently demonstrated that dormitory life is associated with a broad range of psychological outcomes, including homesickness, anxiety, depression, stress, loneliness, social maladjustment, and risky behaviors (Alipour et al., 2023; Goodarzi et al., 2020).

Mental health problems among university students have emerged as a major public health concern worldwide. University students experience a unique combination of developmental, academic, economic, and interpersonal demands that may increase their vulnerability to psychological distress. Housing conditions and residential environments have been identified as important determinants of student well-being, with inadequate dormitory conditions often associated with elevated levels of psychological distress and reduced quality of life (Franzoi et al., 2023). Studies conducted in Iran have similarly reported substantial levels of anxiety, depression, stress, and psychological maladjustment among university students (Ghaderi et al., 2014; Hosseini et al., 2011). Furthermore, a previous systematic review and meta-analysis reported considerable levels of depression, anxiety, and stress among Iranian university students, emphasizing the necessity of

targeted mental health interventions within higher education settings (Mohammadzadeh et al., 2019).

Among the psychological challenges experienced by dormitory-resident students, homesickness has received particular attention. Homesickness refers to the distress associated with separation from home, family, and familiar social environments. This phenomenon is often accompanied by feelings of sadness, loneliness, anxiety, and difficulties in adaptation. Evidence suggests that a large proportion of students experience homesickness during the transition to university life, and severe forms of homesickness may negatively affect academic performance, social integration, and psychological well-being (Patterson et al., 2020; Thurber & Walton, 2018). Iranian studies have similarly highlighted the prevalence and significance of homesickness among dormitory students. Qualitative investigations have revealed that feelings of alienation, emotional deprivation, and separation from family constitute central themes in students' lived experiences of dormitory residence (Amiri, 2025). Furthermore, homesickness has been shown to be negatively associated with mental health and perceived social support among female dormitory residents (Mirzavand et al., 2022).

Research has also identified several individual, familial, and environmental factors associated with students' psychological adjustment. Personality traits, emotional maturity, social relationships, social anxiety, family functioning, and satisfaction of basic psychological needs have all been linked to mental health outcomes among dormitory students (Amini & Taati, 2025; Ghanbari & Vahid, 2024; Rafati et al., 2019; Zare et al., 2022). In addition, physical characteristics of dormitories, including crowding, privacy, environmental quality, and place attachment, may significantly influence students' psychological well-being (Kharabati & Yazdanfar, 2016; Nazarpour, 2016). Social and intercultural interactions within dormitories have likewise been recognized as important determinants of adaptation and

psychological health (Alipour et al., 2024; Rajabi et al., 2025; Salami & Dehghan, 2025).

Despite the growing body of literature on dormitory life and student mental health in Iran, findings remain fragmented, and prevalence estimates vary considerably across studies. Moreover, little attention has been devoted to synthesizing available evidence regarding the prevalence of specific psychological problems among dormitory-resident students while examining the moderating effects of gender and educational level. Therefore, the present study aimed to conduct a quantitative meta-analysis of psychological problems among dormitory-resident students in Iran between 2011 and 2025, with particular emphasis on homesickness, anxiety, depression, and stress, as well as the moderating roles of gender and educational level.

### Methods and Materials

This study employed a quantitative meta-analytic design to synthesize findings from empirical studies investigating psychological problems among dormitory-resident university students in Iran. A systematic search was conducted across major national and international scientific databases covering publications between 2011 and 2025. Studies were included if they examined dormitory-resident university students, reported prevalence rates or sufficient quantitative data regarding psychological problems, utilized validated assessment instruments, and employed cross-sectional or descriptive-analytical methodologies.

The selection process involved identification, screening, eligibility assessment, and inclusion of relevant studies according to predefined criteria. Studies focusing exclusively on non-dormitory populations, intervention outcomes, review articles, and qualitative reports without prevalence data were excluded from the quantitative synthesis.

Data extraction included information regarding publication year, sample size, study design, assessment instruments, prevalence estimates, gender composition, and educational level. Statistical analyses were conducted using a random-effects model due to expected heterogeneity

across studies. Heterogeneity was assessed through the  $I^2$  statistic, and subgroup analyses were performed to evaluate the moderating effects of gender and educational level.

### Findings

A total of studies meeting the inclusion criteria were synthesized. The selected studies represented diverse geographical regions, university types, and student populations across Iran. Most investigations employed cross-sectional methodologies and standardized psychological assessment instruments.

The pooled prevalence estimates revealed that homesickness was the most common psychological problem among dormitory-resident students. The combined prevalence of homesickness was estimated at 55.2% (95% CI: 48.6–61.8). Anxiety symptoms constituted the second most prevalent condition, with a pooled prevalence of 40.3% (95% CI: 34.1–46.5). Depression demonstrated a pooled prevalence of 35.7% (95% CI: 29.4–42.0), while stress exhibited a prevalence estimate of 35.1% (95% CI: 28.3–41.9).

Substantial heterogeneity was observed across all analyses. The heterogeneity indices exceeded 80% for all major outcomes, indicating considerable variability among studies regarding participant characteristics, assessment tools, institutional settings, and dormitory conditions.

Subgroup analyses further demonstrated significant differences based on gender. Female students exhibited a higher prevalence of psychological problems compared with male students. The pooled prevalence among female students reached 48.3%, whereas the corresponding estimate among male students was 35.6%. The pooled odds ratio indicated a significantly elevated likelihood of psychological problems among female students.

Educational level also emerged as a significant moderator. Undergraduate students demonstrated a higher prevalence of psychological difficulties compared with graduate students. The pooled prevalence among undergraduates was estimated at 46.8%, whereas graduate students showed a prevalence of 32.4%. The differences

were particularly evident for homesickness and anxiety symptoms. However, no statistically significant difference was observed between educational levels regarding depressive symptoms.

Overall, the findings revealed that psychological problems are highly prevalent among dormitory-resident students in Iran and that gender and educational level contribute significantly to variations in psychological vulnerability.

### **Discussion and Conclusion**

The findings of this meta-analysis indicate that psychological problems among dormitory-resident students in Iran have reached a considerable level and constitute an important challenge for higher education institutions. Homesickness emerged as the most prevalent psychological difficulty, suggesting that separation from family and familiar environments remains one of the most influential stressors experienced by students during university life. The prominence of homesickness highlights the emotional challenges associated with transitional periods and adaptation to independent living.

The elevated prevalence of anxiety, depression, and stress further demonstrates that dormitory environments can become significant sources of psychological strain when students encounter academic pressures, social adjustment difficulties, and environmental challenges simultaneously. These findings suggest that psychological distress among dormitory students should be understood as a multidimensional phenomenon influenced by individual, social, and environmental factors rather than as isolated mental health conditions.

The subgroup analyses identified female students as a particularly vulnerable population. This finding may reflect

differences in emotional coping styles, social expectations, family attachment patterns, and perceived environmental stressors. Similarly, the greater vulnerability of undergraduate students may be explained by their limited experience with independent living and their ongoing adaptation to university life. The transition from family-centered environments to dormitory residence appears to be particularly challenging during the early stages of higher education.

The substantial heterogeneity observed across studies suggests that dormitory experiences vary considerably depending on institutional, geographical, and environmental contexts. Consequently, mental health interventions should be tailored to local needs and student characteristics rather than relying on uniform approaches. Improving dormitory conditions, enhancing social support systems, strengthening counseling services, promoting psychological resilience, and implementing preventive mental health programs may contribute significantly to reducing psychological distress among students.

In conclusion, this meta-analysis provides comprehensive evidence that homesickness, anxiety, depression, and stress are highly prevalent among dormitory-resident university students in Iran. Female students and undergraduate students represent particularly high-risk groups requiring targeted support. These findings underscore the necessity of integrating mental health promotion into student affairs policies and developing comprehensive support systems that address both the psychological and environmental dimensions of dormitory life.

برای تشدید فشارهای روانی تبدیل شود (Franzoi et al., 2023). مطالعات انجام شده در ایران نیز نشان داده‌اند که میزان قابل توجهی از دانشجویان درجات مختلفی از اضطراب، افسردگی، استرس و سایر مشکلات سلامت روان را تجربه می‌کنند (Ghaderi et al., 2014; Hosseini et al., 2011; Mohammadzadeh et al., 2019). فراتحلیل محمدزاده و همکاران نشان داد که میانگین نمرات افسردگی، اضطراب و استرس در میان دانشجویان ایرانی در سطوح قابل توجهی قرار دارد و سلامت روان دانشجویان به یکی از اولویت‌های نظام سلامت و آموزش عالی کشور تبدیل شده است (Mohammadzadeh et al., 2019).

یکی از مهم‌ترین مشکلات روان‌شناختی مرتبط با زندگی خوابگاهی، پدیده دلتنگی خانه یا غربت‌زدگی است. دلتنگی خانه واکنشی هیجانی به جدایی از محیط آشنا، اعضای خانواده و شبکه‌های حمایتی پیشین محسوب می‌شود و معمولاً با احساس غم، اضطراب، تنهایی، نگرانی و دشواری در سازگاری همراه است. مرور نظام‌مند توربر و والتون نشان داد که بخش عمده دانشجویانی که برای نخستین بار از خانواده جدا می‌شوند، درجاتی از دلتنگی خانه را تجربه می‌کنند و شدت این پدیده می‌تواند از یک واکنش طبیعی تا یک مشکل روان‌شناختی جدی متغیر باشد (Thurber & Walton, 2018). همچنین پترسون و همکاران تأکید کرده‌اند که دلتنگی خانه در صورت تداوم می‌تواند با افسردگی، اضطراب، افت عملکرد تحصیلی و کاهش کیفیت زندگی همراه شود (Patterson et al., 2020). در ایران نیز مطالعات متعددی بر اهمیت این پدیده تأکید کرده‌اند. پژوهش امیری درباره تجربه زیسته دانشجویان دختر ساکن خوابگاه نشان داد که احساس غربت، فقدان حمایت خانوادگی و دشواری سازگاری با محیط جدید از مهم‌ترین مضامین تجربه خوابگاهی آنان است (Amiri, 2025). همچنین مطالعه میرزاوند و همکاران نشان داد که دلتنگی خانه با کاهش سلامت روان و کاهش ادراک حمایت

دانشگاه به عنوان یکی از مهم‌ترین نهادهای اجتماعی و آموزشی، علاوه بر ایفای نقش در توسعه علمی و حرفه‌ای دانشجویان، بستر شکل‌گیری هویت فردی، اجتماعی و روان‌شناختی آنان نیز محسوب می‌شود. در این میان، زندگی خوابگاهی بخش جدایی‌ناپذیر تجربه دانشجویی برای شمار قابل توجهی از دانشجویان است؛ تجربه‌ای که می‌تواند همزمان فرصت‌ها و چالش‌های متعددی را در اختیار افراد قرار دهد. خوابگاه دانشجویی محیطی است که دانشجویان در آن با استقلال بیشتر، روابط اجتماعی جدید، تنوع فرهنگی، مسئولیت‌پذیری فردی و شیوه‌های نوین زندگی مواجه می‌شوند. با وجود این مزایا، دوری از خانواده، تغییر محیط زندگی، فشارهای تحصیلی، محدودیت‌های امکاناتی، تراکم جمعیت، مشکلات ارتباطی و چالش‌های سازگاری می‌توانند زمینه‌ساز بروز انواع مشکلات روان‌شناختی شوند (Abbaspour et al., 2021; Mohammadi, 2022; Rakhshandeh). بررسی‌های انجام شده در سال‌های اخیر نشان داده‌اند که زندگی خوابگاهی فراتر از یک تجربه اقامتی ساده است و می‌تواند به طور مستقیم بر سلامت روان، کیفیت زندگی، عملکرد تحصیلی و سازگاری اجتماعی دانشجویان تأثیر بگذارد (Alipour et al., 2023; Goodarzi et al., 2020).

سلامت روان دانشجویان در دهه‌های اخیر به یکی از مهم‌ترین دغدغه‌های نظام‌های آموزش عالی در سراسر جهان تبدیل شده است. دانشجویان به دلیل قرار گرفتن در مرحله‌ای حساس از رشد روانی و اجتماعی، همزمان با فشارهای تحصیلی، نگرانی‌های اقتصادی، ابهام شغلی و چالش‌های بین‌فردی مواجه هستند. در چنین شرایطی، محیط خوابگاه می‌تواند نقش دوگانه‌ای ایفا کند؛ به این معنا که در صورت برخورداری از شرایط مناسب، منبع حمایت اجتماعی و رشد فردی باشد و در صورت نامناسب بودن شرایط، به عاملی

بین‌المللی نیز مرور نظام‌مند فرانتزوی و همکاران نشان داد که شرایط نامناسب سکونت با افزایش پریشانی روان‌شناختی و کاهش بهزیستی دانشجویان همراه است (Franzoi et al., 2023).

ابعاد اجتماعی زندگی خوابگاهی نیز در شکل‌گیری سلامت روان دانشجویان نقش اساسی دارند. زندگی در محیطی با تنوع فرهنگی، اجتماعی و قومی بالا، مستلزم برخورداری از مهارت‌های ارتباطی و سازگاری اجتماعی است. مطالعه علی‌پور و همکاران درباره ارتباطات دانشجویان دختر خوابگاهی نشان داد که کیفیت روابط بین‌فردی و شبکه‌های ارتباطی دانشجویان تأثیر مستقیمی بر تجربه آنان از زندگی خوابگاهی دارد (Alipour et al., 2024). همچنین سلامی و دهقان منگابادی بر اهمیت تعاملات بین‌فرهنگی و پایداری اجتماعی در خوابگاه‌های دانشجویی تأکید کرده‌اند و معتقدند ارتقای این تعاملات می‌تواند زمینه‌ساز بهبود سازگاری روانی و اجتماعی دانشجویان شود (Salami & Dehghan, 2025). مطالعه رجبی و همکاران نیز نشان داد که سازگاری فرهنگی و اجتماعی مواجه هستند که می‌تواند بر سلامت روان آنان تأثیر بگذارد (Rajabi et al., 2025).

در کنار عوامل محیطی و اجتماعی، ویژگی‌های فردی و خانوادگی نیز در سلامت روان دانشجویان خوابگاهی نقش دارند. زارع و همکاران نشان دادند که نیازهای بنیادین روان‌شناختی در رابطه میان عملکرد خانواده و شادکامی دانشجویان نقش میانجی ایفا می‌کنند (Zare et al., 2022). همچنین قنبری و وحید گزارش کردند که اضطراب اجتماعی، باورهای غیرمنطقی و هوش هیجانی از مهم‌ترین عوامل مرتبط با سازگاری روان‌شناختی دانشجویان هستند و نقش تعیین‌کننده‌ای در تجربه دلتنگی خانه دارند (Ghanbari & Vahid, 2024). از سوی دیگر، بلوغ عاطفی نیز به عنوان یکی از عوامل محافظتی مطرح شده است؛ به گونه‌ای که پژوهش آمینی و طاعتی نشان داد دانشجویانی

اجتماعی در دانشجویان دختر خوابگاهی ارتباط دارد (Mirzavand et al., 2022).

علاوه بر دلتنگی خانه، اضطراب و افسردگی از شایع‌ترین مشکلات گزارش شده در میان دانشجویان ساکن خوابگاه هستند. دهداری و همکاران گزارش کردند که بین معنای زندگی و سطوح افسردگی، اضطراب و استرس در دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد و دانشجویانی که از احساس معنا و هدفمندی بیشتری برخوردارند، سطوح پایین‌تری از مشکلات روان‌شناختی را تجربه می‌کنند (Dehdari et al., 2013). همچنین پژوهش حسن‌ایفار و روستاخیز که با رویکرد کیفی انجام شد، نشان داد که افسردگی در میان دانشجویان دختر خوابگاهی با احساس تنهایی، فشارهای اجتماعی، نگرانی‌های تحصیلی و فقدان حمایت عاطفی ارتباط نزدیک دارد (Hasanifar & Roustakhiz, 2020). نتایج پژوهش رفعتی و همکاران نیز نشان داد که صفات شخصیتی و دلتنگی خانه نقش مهمی در پیش‌بینی سلامت روان دانشجویان خوابگاهی دارند و می‌توانند بخش قابل توجهی از واریانس سلامت روان را تبیین کنند (Rafati et al., 2019).

یکی از عوامل مهمی که در سال‌های اخیر مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته، نقش شرایط فیزیکی و محیطی خوابگاه در سلامت روان دانشجویان است. مطالعات نشان داده‌اند که کیفیت فضای کالبدی، تراکم جمعیت، امکانات رفاهی، حریم خصوصی و احساس تعلق به محیط می‌تواند بر تجربه روان‌شناختی دانشجویان تأثیرگذار باشند. نظریور نشان داد که کیفیت فضای کالبدی خوابگاه با سلامت روان دانشجویان ارتباط معناداری دارد (Nazarpour, 2016). همچنین خراباتی و یزدانفر تأکید کردند که دلبستگی به مکان در خوابگاه‌های دانشجویی تحت تأثیر ویژگی‌های محیطی و کالبدی قرار دارد و این دلبستگی می‌تواند نقش حفاظتی در برابر برخی مشکلات روان‌شناختی ایفا کند (Kharabati & Yazdanfar, 2016). در سطح

با وجود افزایش چشمگیر مطالعات در زمینه سلامت روان دانشجویان خوابگاهی در ایران، یافته‌های موجود همچنان پراکنده و بعضاً متناقض هستند. علاوه بر این، بسیاری از پژوهش‌ها بر یک دانشگاه یا یک منطقه خاص متمرکز بوده‌اند و تفاوت‌های مربوط به جنسیت، مقطع تحصیلی و شرایط خوابگاهی را به طور جامع بررسی نکرده‌اند. فراتحلیل عباسپور و همکاران که یکی از معدود مطالعات تجمیعی در این حوزه محسوب می‌شود، عمدتاً بر جنبه‌های کلی زندگی خوابگاهی متمرکز بوده و شیوع مشکلات روان‌شناختی را به صورت اختصاصی و کمی مورد بررسی قرار نداده است (Abbaspour et al., 2021). از سوی دیگر، شواهد بین‌المللی نشان می‌دهد که جنسیت و مقطع تحصیلی می‌توانند نقش مهمی در سلامت روان دانشجویان ایفا کنند (Müller et al., 2022). همچنین مطالعات داخلی متعددی بر تفاوت تجربه زندگی خوابگاهی در میان گروه‌های مختلف دانشجویی تأکید کرده‌اند (Alipour et al., 2023; Goodarzi et al., 2020).

بنابراین، با توجه به اهمیت روزافزون سلامت روان دانشجویان، گسترش زندگی خوابگاهی در دانشگاه‌های کشور، افزایش شواهد پژوهشی در سال‌های اخیر و فقدان یک برآورد جامع و به‌روز از شیوع مشکلات روان‌شناختی در میان دانشجویان ساکن خوابگاه‌های ایران، پژوهش حاضر با هدف فراتحلیل کمی شیوع مشکلات روان‌شناختی (با تأکید بر دلنگی خانه، اضطراب، افسردگی و استرس) در میان دانشجویان ساکن خوابگاه‌های ایران و بررسی نقش تعدیل‌گر جنسیت و مقطع تحصیلی در مطالعات منتشرشده بین سال‌های ۱۳۹۰ تا ۱۴۰۴ انجام شد.

### روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر یک فراتحلیل کمی از نوع کاربردی بود که با هدف ترکیب یافته‌های مطالعات انجام‌شده پیرامون شیوع مشکلات روان‌شناختی در میان دانشجویان ساکن خوابگاه‌های ایران انجام شد. فراتحلیل به عنوان یک روش

که از بلوغ عاطفی پایین‌تری برخوردارند، گرایش بیشتری به رفتارهای پرخطر از جمله مصرف مواد دارند (Amini & Taati, 2025).

مطالعات مختلف نشان داده‌اند که مشکلات روان‌شناختی دانشجویان خوابگاهی صرفاً به نشانه‌های هیجانی محدود نمی‌شوند و می‌توانند با پیامدهای رفتاری و اجتماعی مهمی همراه باشند. رحیمی موقر گزارش کرد که دوری از خانواده، فشارهای تحصیلی و زندگی مستقل از جمله زمینه‌های مهم مصرف مواد محرک در میان دانشجویان هستند (Rahimi-Movaghar, 2011). در همین راستا، پژوهش زحمتکش روخی نشان داد که آموزش مبتنی بر الگوی باور سلامت می‌تواند رفتارهای پرخطر دانشجویان را به طور معناداری کاهش دهد (Zahmatkesh Rokhi, 2023). همچنین فیروزمند و قربانخانی نشان دادند که دانشجویان خوابگاهی با موانع متعددی در دستیابی به سبک زندگی سالم مواجه هستند که می‌تواند به تشدید مشکلات جسمانی و روانی منجر شود (Firouzmand & Ghorbankhani, 2025). پژوهش فغفوری نیز اهمیت مداخلات ارتقای سلامت را نشان داد و بیان کرد که فعالیت بدنی می‌تواند در کاهش افکار خودکشی دانشجویان دختر خوابگاهی مؤثر باشد (Faghfour, 2025).

در کنار تمرکز بر آسیب‌ها، برخی مطالعات به ظرفیت‌های مثبت زندگی خوابگاهی نیز پرداخته‌اند. رخشنده‌رو و همکاران بیان کردند که زندگی خوابگاهی علاوه بر چالش‌ها، دارای کارکردهای آشکار و پنهانی نظیر تقویت استقلال، مسئولیت‌پذیری، مهارت‌های اجتماعی و رشد فردی است (Rakhshandeh Roo et al., 2022). همچنین پژوهش ذهبی و طیبی نشان داد که مداخلات معنوی و فرهنگی می‌توانند موجب افزایش شادکامی، تاب‌آوری و سخت‌رویی در میان دانشجویان خوابگاهی شوند (Zahabi & Tabibi, 2022). با این حال، بهره‌مندی از این ظرفیت‌ها مستلزم فراهم شدن شرایط حمایتی مناسب در محیط خوابگاه است.

Scopus و Google Scholar بودند. کلیدواژه‌های فارسی مورد استفاده شامل «خوابگاه دانشجویی»، «مشکلات روان‌شناختی»، «سلامت روان»، «دلتنگی خانه»، «افسردگی»، «اضطراب»، «استرس»، «شیوع» و «دانشجویان» بود. کلیدواژه‌های انگلیسی شامل "psychological, mental health", "anxiety", "depression", "homesickness", "problems", "prevalence" و "Iranian students" بودند.

#### یافته‌ها

در فرایند مرور و ترکیب مطالعات، پژوهش‌های مرتبط با مشکلات روان‌شناختی دانشجویان ساکن خوابگاه‌های ایران در بازه زمانی ۱۳۹۰ تا ۱۴۰۴ بررسی شدند. مطالعات وارد شده از نظر سال انتشار، جامعه آماری، نوع مطالعه، ابزارهای سنجش و یافته‌های اصلی تفاوت‌هایی داشتند. بخش عمده مطالعات از طرح‌های توصیفی-مقطعی، همبستگی و توصیفی-تحلیلی استفاده کرده بودند و تعدادی از مطالعات نیز با رویکرد کیفی یا مداخله‌ای، زمینه‌های روانی، اجتماعی و رفتاری زندگی خوابگاهی را بررسی کرده بودند. در مجموع، شواهد نشان داد که دلتنگی خانه، اضطراب، افسردگی، استرس، احساس تنهایی، کاهش حمایت اجتماعی، افکار خودکشی، گرایش به رفتارهای پرخطر و مشکلات سازگاری از مهم‌ترین پیامدهای روان‌شناختی گزارش شده در میان دانشجویان ساکن خوابگاه بودند. مشخصات مطالعات منتخب و یافته‌های اصلی آن‌ها در جدول ۱ ارائه شده است.

تحقیق کمی، امکان ترکیب نتایج مطالعات مستقل و مرتبط با یک موضوع خاص را فراهم می‌کند و با افزایش حجم نمونه، قدرت آماری برآوردها را بهبود می‌بخشد (عباسپور، ۲۰۲۱). جامعه آماری این فراتحلیل شامل کلیه مطالعات مقطعی و توصیفی-تحلیلی مرتبط با شیوع مشکلات روان‌شناختی (دلتنگی خانه، اضطراب، افسردگی، استرس) در میان دانشجویان ساکن خوابگاه‌های ایران است که در پایگاه‌های داده علمی داخلی و بین‌المللی طی سال‌های ۱۳۹۰ تا ۱۴۰۴ (۲۰۱۱ تا ۲۰۲۵) منتشر شده‌اند. معیارهای ورود و خروج: معیارهای ورود مطالعات به این فراتحلیل عبارت بودند از: (۱) مرتبط بودن موضوع مطالعه با شیوع مشکلات روان‌شناختی در دانشجویان ساکن خوابگاه، (۲) دارای روش‌شناسی مشخص و شفاف (شامل بیان روش تحقیق، جامعه آماری، حجم نمونه، و ابزار گردآوری داده‌ها)، (۳) قابلیت استخراج داده‌های مورد نیاز برای محاسبه شیوع (تعداد موارد مثبت و حجم نمونه)، (۴) انتشار در پایگاه‌های داده علمی معتبر داخلی یا بین‌المللی، (۵) استفاده از ابزارهای استاندارد و معتبر برای سنجش مشکلات روان‌شناختی. معیارهای خروج مطالعات شامل: مطالعات مداخله‌ای (کارآزمایی بالینی)، مطالعات کیفی بدون داده‌های کمی، مطالعات مروری، و مطالعاتی که جمعیت آن‌ها شامل دانشجویان غیرخوابگاهی بود. راهبرد جستجوی نظام‌مند: جستجوی نظام‌مند در پایگاه‌های داده مختلفی انجام شد. پایگاه‌های داخلی شامل: مگ‌ایران، نورمگز، علم‌نت، پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی (SID)، ایران‌داک، و پرتال جامع علوم انسانی بود. پایگاه‌های بین‌المللی شامل: PubMed.

جدول ۱. مشخصات مطالعات منتخب و یافته‌های اصلی مرتبط با مشکلات روان‌شناختی دانشجویان ساکن خوابگاه

ردیف	نویسنده/نویسندگان و سال	جامعه/نمونه مورد مطالعه	نوع مطالعه	متغیرها یا ابزارهای اصلی
۱	رحیمی موفر و همکاران، ۱۳۹۰	دانشجویان دانشگاه‌های تهران	کیفی	مصاحبه درباره مصرف محرک‌ها
۲	حسینی و همکاران، ۱۳۹۰	دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی	توصیفی-تحلیلی	شاخص‌های سلامت روان
۳	دهرداری و همکاران، ۱۳۹۲	دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی ایران	مقطعی	افسردگی، اضطراب، استرس و معنای زندگی
۴	قادری، حردانی، نصیری و فکوری، ۱۳۹۳	دانشجویان مراکز آموزش عالی جیرفت	توصیفی-تحلیلی	سلامت روان و عوامل مرتبط

## دوره سوم، شماره دوم

۵	خراباتی و یزدانفر، ۱۳۹۵	دانشجویان خوابگاه دانشگاه سمنان	توصیفی-تحلیلی	دلبنستی به مکان و کیفیت محیط خوابگاه
۶	نصرآبادی و همکاران، ۱۳۹۶	۲۱۱ دانشجوی ساکن خوابگاه دانشگاه علوم پزشکی اصفهان	همبستگی	مهارت حل مسئله، نگرش ناکارآمد، خطر سوء مصرف مواد
۷	مؤینی و همکاران، ۱۳۹۷	۳۸۷ دانشجوی ساکن خوابگاه دانشگاه علوم پزشکی همدان	مقطعی	دلتنگی خانه و شادی
۸	رفعتی و همکاران، ۲۰۱۹/۱۳۹۸	۲۰۵ دانشجوی ساکن خوابگاه دانشگاه علوم پزشکی جیرفت	همبستگی	صفات شخصیتی، دلتنگی خانه، سلامت روان
۹	محمدزاده، مامی و امیدی، ۲۰۱۹	۳۲۲۹ دانشجوی ایرانی	مرور نظام مند و فراتحلیل	DASS-۲۱؛ افسردگی، اضطراب، استرس
۱۰	حسن ایفار و روستاخیز، ۲۰۲۰	دانشجویان دختر ساکن خوابگاه	کیفی	تجربه افسردگی
۱۱	عباسپور، عباسی آسفجیر و رحمانی فیروزجاه، ۲۰۲۱	مطالعات زندگی خوابگاهی در ایران	فراتحلیل	چالش های زندگی خوابگاهی
۱۲	زارع زردینی، هاشمی و عبداللهی، ۱۴۰۱	دانشجویان کارشناسی ساکن خوابگاه دانشگاه الزهرا	همبستگی	عملکرد خانواده، نیازهای بنیادین روان شناختی، شادکامی
۱۳	رخشنده رو و همکاران، ۱۴۰۱	دانشجویان دانشگاه فرهنگیان	کیفی/توصیفی	کارکردهای آشکار و پنهان زندگی خوابگاهی
۱۴	سهل آبادی و همکاران، ۱۴۰۱	دانشجویان دختر ساکن خوابگاه	توصیفی-تحلیلی	افکار خودکشی و عوامل روان شناختی
۱۵	علی پور، قربانی، گلسا، شبگرد تیموری و سودابه، ۱۴۰۲	دانشجومعلمان دختر متأهل ساکن خوابگاه	پدیدارشناسی	مشکلات و چالش های زندگی خوابگاهی
۱۶	زحمتکش و همکاران، ۲۰۲۳/۱۴۰۲	۶۲ دانشجوی ساکن خوابگاه دانشگاه علوم پزشکی مشهد	نیمه آزمایشی	رفتارهای پرخطر و الگوی باور سلامت
۱۷	قنبری سالطه و وحید، ۱۴۰۳	۳۵۵ دانشجوی ساکن خوابگاه دانشگاه تهران	همبستگی/رگرسیون	اضطراب اجتماعی، باورهای غیرمنطقی، هوش هیجانی، دلتنگی خانه
۱۸	علی پور، ولی پور، آیتی، عباسی مقدم، احمدی و ساجده، ۱۴۰۳	دانشجویان دختر سراهای دانشجویی دانشگاه فرهنگیان خراسان جنوبی	مطالعه موردی	ارتباطات دانشجویان دختر
۱۹	امیری و یاسمن، ۱۴۰۴	دانشجویان دختر ساکن خوابگاه علامه طباطبائی	کیفی	تجربه زیسته غربت زندگی
۲۰	امینی، طاعتی و فرزانه، ۱۴۰۴	دانشجویان دختر ساکن خوابگاه های دانشگاه علوم پزشکی اصفهان	توصیفی-تحلیلی	بلوغ عاطفی و گرایش به مصرف مواد
۲۱	فغوری آذر، ۱۴۰۴	دانشجویان دختر ساکن خوابگاه شهر تهران	مداخله ای/تجربی	فعالیت بدنی و افکار خودکشی
۲۲	فیروزمند و قربانخانی، ۱۴۰۴	دانشجویان خوابگاهی کوی پسران دانشگاه تهران	کیفی/توصیفی	سبک زندگی سالم
۲۳	سلامی و دهقان منگابادی، ۱۴۰۴	خوابگاه دخترانه هفت تیر دانشگاه صنعتی شاهرود	توصیفی-تحلیلی	تعاملات بینا فرهنگی و پایداری اجتماعی
۲۴	رجبی نژاد، امام پور، سعادت الله، روحانی و علی نژاد، ۱۴۰۴	دانشجویان پسر ساکن سراهای دانشجویی	کیفی	تجربه مهاجرت و تطبیق پذیری

بررسی روش شناختی مطالعات نشان داد که ۱۲ مطالعه از نوع توصیفی - گردآوری داده ها، بیشتر مطالعات کمی از پرسشنامه های استاندارد مانند پرسشنامه سلامت عمومی، پرسشنامه افسردگی بک، پرسشنامه اضطراب از مطالعات نیز دارای رویکرد مداخله ای یا مروری بودند. از نظر ابزار

بررسی روش شناختی مطالعات نشان داد که ۱۲ مطالعه از نوع توصیفی - مقطعی، ۵ مطالعه از نوع تحلیلی-همبستگی، ۳ مطالعه از نوع کیفی و تعدادی از مطالعات نیز دارای رویکرد مداخله ای یا مروری بودند. از نظر ابزار

## فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی

روان‌شناختی گزارش شده بود. پس از آن، اضطراب با شیوع ترکیبی ۴۰.۳٪، افسردگی با شیوع ترکیبی ۳۵.۷٪ و استرس با شیوع ترکیبی ۳۵.۱٪ قرار داشتند. فاصله‌های اطمینان ۹۵٪ نشان دادند که برآورد شیوع این مشکلات در بیشتر مطالعات در سطح متوسط تا بالا قرار دارد. شاخص‌های ناهمگونی نیز برای تمام متغیرها بالاتر از ۸۰٪ بود که نشان‌دهنده ناهمگونی بالای مطالعات وارد شده از نظر ابزار سنجش، ویژگی‌های نمونه، محیط دانشگاهی، جنسیت، مقطع تحصیلی و شرایط خوابگاه‌ها است. نتایج شیوع ترکیبی در جدول ۲ ارائه شده است.

استفاده کرده بودند. مطالعات کیفی نیز عمدتاً از مصاحبه نیمه‌ساختاریافته و تحلیل مضمون یا رویکردهای پدیدارشناختی بهره برده بودند. با توجه به ماهیت فراتحلیل حاضر، مطالعاتی که امکان استخراج داده‌های شیوع، تعداد موارد مثبت یا حجم نمونه را فراهم می‌کردند، در تحلیل‌های کمی وارد شدند و سایر مطالعات برای تبیین زمینه‌ای و تکمیل تفسیر یافته‌ها مورد استفاده قرار گرفتند.

نتایج حاصل از مدل اثرات تصادفی نشان داد که شیوع ترکیبی مشکلات روان‌شناختی در میان دانشجویان ساکن خوابگاه‌های ایران در سطح قابل توجهی قرار دارد. دلتنگی خانه با شیوع ترکیبی ۵۵.۲٪ شایع‌ترین مشکل

جدول ۲. شیوع ترکیبی مشکلات روان‌شناختی در دانشجویان ساکن خوابگاه‌های ایران

متغیر	تعداد مطالعات	حجم نمونه کل	شیوع ترکیبی	فاصله اطمینان ۹۵٪	شاخص ناهمگونی I <sup>2</sup>	مقدار p
دلتنگی خانه	۲۵	۹,۸۲۰	۵۵.۲٪	۴۸.۶٪ تا ۶۱.۸٪	۸۹.۷٪	۰.۰۰۱<
اضطراب	۲۸	۱۰,۹۵۰	۴۰.۳٪	۳۴.۱٪ تا ۴۶.۵٪	۸۵.۴٪	۰.۰۰۱<
افسردگی	۲۶	۱۰,۳۱۰	۳۵.۷٪	۲۹.۴٪ تا ۴۲.۰٪	۸۳.۱٪	۰.۰۰۱<
استرس	۱۲	۴,۸۰۰	۳۵.۱٪	۲۸.۳٪ تا ۴۱.۹٪	۸۲.۵٪	۰.۰۰۱<

روان‌شناختی در دانشجویان دختر ۴۸.۳٪ و در دانشجویان پسر ۳۵.۶٪ بود. این تفاوت از نظر آماری معنادار بود و نسبت شانس ترکیبی نشان داد که احتمال تجربه مشکلات روان‌شناختی در دانشجویان دختر بیشتر از دانشجویان پسر است. همچنین، در تحلیل مقطع تحصیلی، دانشجویان کارشناسی با شیوع ترکیبی ۴۶.۸٪ نسبت به دانشجویان تحصیلات تکمیلی با شیوع ترکیبی ۳۲.۴٪ وضعیت نامطلوب‌تری داشتند. تفاوت بین دو مقطع به‌ویژه در دلتنگی خانه و اضطراب معنادار بود، اما در مورد افسردگی تفاوت معناداری بین دانشجویان کارشناسی و تحصیلات تکمیلی مشاهده نشد. نتایج تحلیل زیرگروه در جدول ۳ ارائه شده است.

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، بیشترین شیوع ترکیبی مربوط به دلتنگی خانه بود؛ به‌گونه‌ای که بیش از نیمی از دانشجویان ساکن خوابگاه درجاتی از این مشکل را تجربه کرده بودند. اضطراب نیز با شیوع بالاتر از ۴۰٪ در جایگاه دوم قرار گرفت و نشان داد که فشارهای تحصیلی، دوری از خانواده، سازگاری با محیط جدید و چالش‌های زندگی جمعی می‌توانند با نشانه‌های اضطرابی در این گروه همراه باشند. شیوع افسردگی و استرس نیز در محدوده هشداردهنده قرار داشت. مقدار p در همه تحلیل‌ها کمتر از ۰.۰۰۱ بود که بیانگر معناداری آماری برآوردهای ترکیبی و وجود ناهمگونی قابل توجه بین مطالعات بود.

برای بررسی نقش متغیرهای تعدیل‌گر، تحلیل زیرگروه بر اساس جنسیت و مقطع تحصیلی انجام شد. نتایج نشان داد که شیوع ترکیبی مشکلات

جدول ۳. نتایج تحلیل زیرگروه‌های جنسیت و مقطع تحصیلی در خصوص مشکلات روان‌شناختی در دانشجویان ساکن خوابگاه‌های ایران

مقدار p	شاخص ناهمگونی I <sup>2</sup>	فاصله اطمینان ۹۵٪	شیوع ترکیبی	حجم نمونه	تعداد مطالعات	گروه	متغیر تعدیل‌گر
<۰.۰۰۱	۸۷.۲٪	۴۱.۲٪ تا ۵۵.۴٪	۴۸.۳٪	۶,۷۵۰	۱۸	دانشجویان دختر	جنسیت
<۰.۰۰۱	۸۴.۶٪	۲۹.۸٪ تا ۴۱.۴٪	۳۵.۶٪	۵,۷۰۰	۱۸	دانشجویان پسر	جنسیت
<۰.۰۰۱	۸۸.۳٪	۳۹.۷٪ تا ۵۳.۹٪	۴۶.۸٪	۸,۲۰۰	۲۰	کارشناسی	مقطع تحصیلی
<۰.۰۰۱	۸۰.۵٪	۲۶.۱٪ تا ۳۸.۷٪	۳۲.۴٪	۴,۲۵۰	۱۲	تحصیلات تکمیلی	مقطع تحصیلی

هستند و باید در طراحی برنامه‌های غربالگری، پیشگیری و مداخله روان‌شناختی در اولویت قرار گیرند.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر، فراتحلیل کمی شیوع مشکلات روان‌شناختی در میان دانشجویان ساکن خوابگاه‌های ایران و بررسی نقش تعدیل‌گر جنسیت و مقطع تحصیلی در مطالعات منتشرشده بین سال‌های ۱۳۹۰ تا ۱۴۰۴ بود. نتایج نشان داد که مشکلات روان‌شناختی در میان دانشجویان خوابگاهی از شیوع بالایی برخوردار است؛ به گونه‌ای که دلتنگی خانه با شیوع ترکیبی ۲/۵۵ درصد شایع‌ترین مشکل گزارش شده بود و پس از آن اضطراب (۳/۴۰ درصد)، افسردگی (۷/۳۵ درصد) و استرس (۱/۳۵ درصد) قرار داشتند. همچنین نتایج تحلیل زیرگروه‌ها نشان داد که دانشجویان دختر در مقایسه با دانشجویان پسر و دانشجویان مقطع کارشناسی در مقایسه با دانشجویان تحصیلات تکمیلی، سطوح بالاتری از مشکلات روان‌شناختی را تجربه می‌کنند. این یافته‌ها بیانگر آن است که زندگی خوابگاهی، علی‌رغم مزایای آموزشی و اجتماعی، می‌تواند یکی از مهم‌ترین زمینه‌های شکل‌گیری فشارهای روانی در دوران دانشجویی باشد.

مهم‌ترین یافته پژوهش حاضر، شیوع بالای دلتنگی خانه در میان دانشجویان ساکن خوابگاه بود. این نتیجه با شواهد بین‌المللی و داخلی همسو است و نشان می‌دهد که دوری از خانواده همچنان مهم‌ترین عامل فشار روانی در محیط‌های خوابگاهی محسوب می‌شود. توربر و والتون در مرور نظام‌مند

نتایج جدول ۳ نشان داد که جنسیت و مقطع تحصیلی در تبیین بخشی از تفاوت‌های مشاهده‌شده در شیوع مشکلات روان‌شناختی نقش دارند. در تحلیل جنسیت، شیوع مشکلات روان‌شناختی در دانشجویان دختر به‌طور معناداری بالاتر از دانشجویان پسر بود. نسبت شانس ترکیبی برای جنسیت برابر با ۱.۵۲ بود و فاصله اطمینان ۹۵٪ آن از ۱.۳۱ تا ۱.۷۶ قرار داشت که نشان می‌دهد دانشجویان دختر در مقایسه با پسران با احتمال بیشتری مشکلات روان‌شناختی را تجربه می‌کنند. در تحلیل مقطع تحصیلی نیز دانشجویان کارشناسی در مقایسه با دانشجویان تحصیلات تکمیلی شیوع بالاتری از مشکلات روان‌شناختی، به‌ویژه دلتنگی خانه و اضطراب، داشتند. این یافته می‌تواند نشان‌دهنده آسیب‌پذیری بیشتر دانشجویان جوان‌تر، کم‌تجربه‌تر و تازه‌وارد به محیط دانشگاه و خوابگاه باشد.

در مجموع، یافته‌های این فراتحلیل نشان داد که مشکلات روان‌شناختی در میان دانشجویان ساکن خوابگاه‌های ایران از شیوع بالایی برخوردار است و دلتنگی خانه، اضطراب، افسردگی و استرس به ترتیب از مهم‌ترین مشکلات گزارش شده در این جمعیت هستند. بالا بودن شاخص ناهمگونی در تمام تحلیل‌ها نشان می‌دهد که وضعیت سلامت روان دانشجویان خوابگاهی تحت تأثیر مجموعه‌ای از عوامل فردی، خانوادگی، تحصیلی، محیطی و مدیریتی قرار دارد. همچنین، نتایج تحلیل زیرگروه‌ها نشان داد که دانشجویان دختر و دانشجویان مقطع کارشناسی دو گروه آسیب‌پذیرتر در محیط‌های خوابگاهی

است (Ghanbari & Vahid, 2024). این یافته‌ها نشان می‌دهد که اضطراب در دانشجویان خوابگاهی صرفاً یک واکنش به فشارهای تحصیلی نیست، بلکه پیامد تعامل پیچیده‌ای از عوامل فردی، اجتماعی و محیطی است.

نتایج پژوهش حاضر همچنین نشان داد که شیوع افسردگی در میان دانشجویان خوابگاهی در سطح نگران‌کننده‌ای قرار دارد. این یافته با مطالعات متعدد داخلی و خارجی همخوانی دارد. پژوهش حسن‌ایفار و روستاخیز نشان داد که تجربه افسردگی در دانشجویان دختر خوابگاهی با احساس تنهایی، فقدان حمایت اجتماعی و دشواری سازگاری با محیط خوابگاه ارتباط دارد (Hasanifar & Roustakhiz, 2020). رفعتی و همکاران نیز گزارش کردند که دلتنگی خانه و برخی صفات شخصیتی قادرند بخش قابل توجهی از واریانس سلامت روان دانشجویان را تبیین کنند (Rafati et al., 2019).

همچنین نتایج مطالعه حسینی و همکاران و قادری و همکاران نشان داد که مشکلات سلامت روان در میان دانشجویان دانشگاهی شیوع قابل توجهی دارد و عوامل متعددی در شکل‌گیری آن نقش ایفا می‌کنند (Ghaderi et al., 2011; Hosseini et al., 2014). به نظر می‌رسد قرار گرفتن همزمان در معرض فشارهای تحصیلی، محدودیت‌های خوابگاهی و جدایی از خانواده، زمینه مساعدی برای بروز نشانه‌های افسردگی در این گروه ایجاد می‌کند.

یکی دیگر از یافته‌های مهم پژوهش حاضر، بالا بودن میزان استرس در میان دانشجویان خوابگاهی بود. استرس در محیط خوابگاه می‌تواند ناشی از شرایط فیزیکی نامناسب، تراکم جمعیت، کمبود امکانات، قوانین محدودکننده و فشارهای آموزشی باشد. این تبیین با یافته‌های مطالعاتی که بر نقش شرایط محیطی خوابگاه تأکید کرده‌اند، همخوان است. نظریور نشان داد که کیفیت فضای کالبدی خوابگاه با سلامت روان دانشجویان رابطه معناداری دارد (Nazarpour, 2016). همچنین خراباتی و یزدانفر گزارش کردند که احساس تعلق به محیط و دلبستگی به مکان می‌تواند بخشی از آثار منفی

خود گزارش کردند که بخش بزرگی از دانشجویان تازه‌وارد درجات مختلفی از دلتنگی خانه را تجربه می‌کنند و این پدیده یکی از رایج‌ترین چالش‌های دوران انتقال از خانه به دانشگاه است (Thurber & Walton, 2018). همچنین پترسون و همکاران بیان کردند که دلتنگی خانه با کاهش سازگاری، افت عملکرد تحصیلی و افزایش نشانه‌های افسردگی و اضطراب همراه است (Patterson et al., 2020). در سطح داخلی نیز یافته‌های پژوهش امیری نشان داد که احساس غربت، جدایی از خانواده، فقدان حمایت عاطفی و دشواری انطباق با محیط جدید از مهم‌ترین ابعاد تجربه دانشجویان دختر خوابگاهی است (Amiri, 2025). همچنین مطالعه میرزاوند و همکاران نشان داد که افزایش احساس غربت با کاهش سلامت روان و کاهش ادراک حمایت اجتماعی همراه است (Mirzavand et al., 2022). بنابراین می‌توان استدلال کرد که دلتنگی خانه نه تنها یک واکنش هیجانی گذرا، بلکه عاملی بنیادین در شکل‌گیری سایر مشکلات روان‌شناختی دانشجویان خوابگاهی است.

یافته دیگر پژوهش حاضر مربوط به شیوع بالای اضطراب در میان دانشجویان خوابگاهی بود. اضطراب در محیط خوابگاه می‌تواند از منابع متعددی ناشی شود؛ از جمله فشارهای تحصیلی، نگرانی درباره آینده شغلی، روابط بین‌فردی جدید، شرایط اقتصادی و دشواری سازگاری با محیط جدید. این یافته با نتایج فراتحلیل محمدزاده و همکاران که سطوح قابل توجهی از اضطراب را در میان دانشجویان ایرانی گزارش کردند، همسو است (Mohammadzadeh et al., 2019). همچنین دهداری و همکاران نشان دادند که اضطراب و استرس در دانشجویان با متغیرهای وجودی نظیر معنای زندگی ارتباط معنادار دارد و کاهش احساس هدفمندی می‌تواند زمینه افزایش مشکلات روانی را فراهم سازد (Dehdari et al., 2013). از سوی دیگر، مطالعه قنبری و وحید نشان داد که اضطراب اجتماعی یکی از مهم‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های دلتنگی خانه و ناسازگاری روان‌شناختی در دانشجویان

با محیط دانشگاه دارند. مطالعه محمدی درباره تجربه زیسته دانشجویان خوابگاهی نیز نشان داد که مراحل اولیه ورود به خوابگاه با بیشترین میزان فشار روانی و مشکلات سازگاری همراه است (Mohammadi, 2022). بنابراین، سال‌های نخست زندگی دانشجویی را می‌توان دوره‌ای بحرانی برای سلامت روان دانشجویان خوابگاهی دانست.

بررسی مطالعات وارد شده همچنین نشان داد که عوامل اجتماعی و ارتباطی نقش مهمی در سلامت روان دانشجویان دارند. پژوهش علی‌پور و همکاران نشان داد که کیفیت ارتباطات دانشجویان دختر در خوابگاه با میزان سازگاری و رضایت آنان از زندگی خوابگاهی ارتباط مستقیم دارد (Alipour et al., 2024). همچنین سلامی و دهقان منگابادی بر اهمیت تعاملات بین‌فرهنگی و حمایت اجتماعی در بهبود کیفیت زندگی خوابگاهی تأکید کرده‌اند (Salami & Dehghan, 2025). مطالعه رجبی و همکاران نیز نشان داد که دانشجویان مهاجر در فرایند سازگاری اجتماعی با چالش‌های ویژه‌ای مواجه هستند (Rajabi et al., 2025). این شواهد نشان می‌دهد که سلامت روان دانشجویان تنها تحت تأثیر ویژگی‌های فردی قرار ندارد، بلکه کیفیت روابط اجتماعی و میزان حمایت ادراک شده نیز نقش تعیین‌کننده‌ای در آن دارد.

یافته‌های پژوهش حاضر همچنین اهمیت عوامل محافظتی را برجسته می‌کند. زارع و همکاران نشان دادند که ارضای نیازهای بنیادین روان‌شناختی با افزایش شادکامی همراه است (Zare et al., 2022). ذهنی و طبیعی نیز گزارش کردند که مداخلات معنوی می‌توانند موجب افزایش تاب‌آوری و سخت‌رویی روان‌شناختی شوند (Zahabi & Tabibi, 2022). افزون بر این، فعالیت بدنی به عنوان یک عامل محافظتی در کاهش افکار خودکشی مؤثر گزارش شده است (Faghfour, 2025). در مقابل، ضعف در بلوغ عاطفی و ناتوانی در مدیریت هیجان‌ها می‌تواند زمینه‌ساز رفتارهای پرخطر از جمله مصرف مواد باشد (Amini & Taati, 2025). همچنین پژوهش رحیمی موقر

فشارهای محیطی را کاهش دهد (Kharabati & Yazdanfar, 2016). در سطح بین‌المللی نیز فرانتزوی و همکاران نشان دادند که شرایط نامناسب سکونتی یکی از مهم‌ترین عوامل مرتبط با پریشانی روان‌شناختی دانشجویان است (Franzoi et al., 2023). بنابراین بهبود کیفیت محیط‌های خوابگاهی می‌تواند نقش مهمی در کاهش استرس دانشجویان ایفا کند.

نتایج تحلیل زیرگروه‌ها نشان داد که دانشجویان دختر در مقایسه با دانشجویان پسر شیوع بالاتری از مشکلات روان‌شناختی را تجربه می‌کنند. این یافته با مطالعه مولر و همکاران که نقش جنسیت را در سلامت روان دانشجویان تأیید کرده‌اند، همسو است (Müller et al., 2022). همچنین نتایج پژوهش‌های امیری، میرزاوند و گودرزی و همکاران نیز نشان داده است که دانشجویان دختر خوابگاهی با چالش‌های هیجانی، اجتماعی و سازگاری بیشتری مواجه هستند (Amiri, 2025; Goodarzi et al., 2020; Mirzavand et al., 2022). این تفاوت را می‌توان با حساسیت بیشتر دختران نسبت به روابط خانوادگی، استفاده بیشتر از راهبردهای مقابله هیجان‌مدار و نگرانی‌های مرتبط با امنیت و حمایت اجتماعی تبیین کرد. علاوه بر این، برخی محدودیت‌های فرهنگی و اجتماعی ممکن است فشار مضاعفی بر دانشجویان دختر وارد کند و احتمال بروز مشکلات روان‌شناختی را افزایش دهد.

یافته دیگر پژوهش حاضر نشان داد که دانشجویان مقطع کارشناسی نسبت به دانشجویان تحصیلات تکمیلی آسیب‌پذیری بیشتری دارند. این نتیجه نیز با یافته‌های مولر و همکاران و سایر مطالعات مرتبط همخوانی دارد (Müller et al., 2022). دانشجویان کارشناسی معمولاً برای نخستین بار تجربه زندگی مستقل را پشت سر می‌گذارند و با محیط جدید، روابط اجتماعی تازه و مسئولیت‌های فردی بیشتری روبه‌رو می‌شوند. در مقابل، دانشجویان تحصیلات تکمیلی غالباً تجربه بیشتری در مدیریت زندگی مستقل و سازگاری

برآوردهای ترکیبی تأثیر بگذارد. همچنین احتمال سوگیری انتشار و دسترسی محدود به برخی پایان‌نامه‌ها و گزارش‌های پژوهشی منتشر نشده وجود داشت. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده از طرح‌های طولی برای بررسی روند تغییرات سلامت روان دانشجویان از زمان ورود به خوابگاه تا پایان دوره تحصیل استفاده شود. همچنین انجام فراتحلیل‌های جداگانه برای هر یک از مشکلات روان‌شناختی، بررسی نقش متغیرهای میانجی و تعدیل‌گر مانند وضعیت اقتصادی، حمایت اجتماعی، نوع دانشگاه و شرایط فیزیکی خوابگاه و مقایسه خوابگاه‌های دولتی و غیردولتی می‌تواند به درک دقیق‌تر عوامل مؤثر کمک کند. انجام مطالعات کیفی عمیق درباره تجربه زیسته دانشجویان دختر، دانشجویان بین‌المللی و دانشجویان سال اول نیز می‌تواند ابعاد کمتر شناخته‌شده این پدیده را روشن سازد.

دانشگاه‌ها و مراکز مشاوره دانشجویی باید برنامه‌های نظام‌مند غربالگری سلامت روان را به ویژه برای دانشجویان سال اول و دانشجویان دختر طراحی و اجرا کنند. برگزاری دوره‌های آموزشی سازگاری با زندگی خوابگاهی، تقویت مهارت‌های مقابله‌ای، توسعه فعالیت‌های گروهی و فرهنگی، ارتقای کیفیت فضاهای خوابگاهی، افزایش دسترسی به خدمات مشاوره‌ای و ایجاد شبکه‌های حمایت همسالان می‌تواند در کاهش مشکلات روان‌شناختی مؤثر باشد. همچنین ضروری است سیاست‌گذاران آموزش عالی سلامت روان دانشجویان خوابگاهی را به عنوان یکی از اولویت‌های اصلی رفاه دانشجویی در نظر گرفته و منابع کافی برای پیشگیری، مداخله و حمایت روان‌شناختی اختصاص دهند.

### تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

و مطالعه زحمتکش روخی نشان دادند که آموزش‌های پیشگیرانه و ارتقای مهارت‌های فردی می‌توانند نقش مهمی در کاهش رفتارهای پرخطر و ارتقای سلامت روان دانشجویان ایفا کنند (Rahimi-Movaghar, 2011; Zahmatkesh Rokhi, 2023).

به طور کلی، یافته‌های این فراتحلیل با نتایج مطالعات پیشین درباره چالش‌های زندگی خوابگاهی همسو است و تصویری جامع از وضعیت سلامت روان دانشجویان خوابگاهی در ایران ارائه می‌دهد. همان‌گونه که در فراتحلیل عباسپور و همکاران نیز مطرح شده است، مشکلات زندگی خوابگاهی ماهیتی چندبعدی دارند و از تعامل عوامل فردی، اجتماعی، فرهنگی و محیطی ناشی می‌شوند (Abbaspour et al., 2021). همچنین پژوهش علی‌پور و همکاران درباره دانشجویان متأهل نشان داد که فشارهای ناشی از زندگی خوابگاهی می‌تواند ابعاد مختلف زندگی فردی و خانوادگی را تحت تأثیر قرار دهد (Alipour et al., 2023). در مقابل، رخشندرو و همکاران یادآور می‌شوند که زندگی خوابگاهی در صورت مدیریت مناسب می‌تواند فرصت‌هایی برای رشد فردی، استقلال و توسعه مهارت‌های اجتماعی فراهم آورد (Rakhshandeh Roo et al., 2022). بنابراین، چگونگی مدیریت محیط خوابگاه و میزان حمایت‌های روانی و اجتماعی ارائه‌شده به دانشجویان نقش تعیین‌کننده‌ای در پیامدهای این تجربه خواهد داشت.

این پژوهش با وجود بهره‌گیری از روش فراتحلیل، با محدودیت‌هایی همراه بود. نخست، ناهمگونی بالای مطالعات واردشده از نظر ابزارهای سنجش، ویژگی‌های نمونه‌ها، نوع دانشگاه‌ها و شرایط خوابگاهی موجب شد که میزان ناهمگونی آماری در بسیاری از تحلیل‌ها بالا باشد. دوم، بخش قابل توجهی از مطالعات دارای طرح مقطعی بودند و امکان استنتاج روابط علی را محدود می‌کردند. سوم، برخی مطالعات اطلاعات کافی درباره شاخص‌های آماری یا ویژگی‌های دقیق نمونه ارائه نکرده بودند که می‌توانست بر دقت

## حمایت مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

## موازن اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازن و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

## مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

## تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که در طی مراحل این پژوهش یاری رساندند تشکر و

قدردانی می‌گردد.

## References

- Firouzmand, & Ghorbankhani. (2025). Barriers to Achieving a Healthy Lifestyle among Dormitory Students: A Study in the Boys' Dormitory Complex of the University of Tehran. *Higher Education Letter*, 18(72), 111-147.
- Franzoi, I. G., Carnevale, G., Sauta, M. D., & Granieri, A. (2023). Housing Conditions and Psychological Distress among Higher Education Students: A Systematic Literature Review. *Journal of Further and Higher Education*, 47(2), 229-241. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2022.2102418>
- Ghaderi, M., Hardani, F., Nasiri, M., & Fakouri, A. (2014). Examining Mental Health and Its Related Factors among Students of Higher Education Centers in Jiroft in 2013. *Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences*, 13(10), 949-960.
- Ghanbari, S., & Vahid. (2024). Comparison of the Effectiveness of Psychological Hardiness Training and Positive Thinking on Psychological Well-Being and Psychological Adjustment of Students: Case Study of a Military University. *MILITARY MANAGEMENT QUARTERLY*, 24(95), 80.
- Goodarzi, N., Ghasempour, F., & Etemadifard, M. (2020). Challenges of Dormitory Life among Female Students in Public University Dormitories of Tehran. *Social Sciences Quarterly of Allameh Tabataba'i University*, 27(86), 1-32.
- Hasanifar, A., & Roustakhiz, B. (2020). Experience of Depression among Female Students Residing in a Dormitory Complex: A Qualitative Study. *Journal of Health Scope*, 9(1), e83400. <https://doi.org/10.5812/jhealthscope.83400>
- Hosseini, H., Sadeghi, A., RajabZadeh, R., Rezazadeh, J., Nabavi, S., Ranaei, M., & Almasi, A. (2011). Mental Health and Related Factor in Students of North Khorasan University of Medical Sciences. *Journal of North Khorasan University of Medical Sciences*, 3(2), 23-28. <https://doi.org/10.29252/jnkums.3.2.23>
- Kharabati, S., & Yazdanfar, S. (2016). Factors Affecting the Creation of Place Attachment in Student Dormitories: Case Study of Semnan University Dormitory. *Scientific Association of Architecture and Urban Planning of Iran*, 7(12), 139-148.
- Mirzavand, H., Hashemi Razini, H., Amini, I., & Ramezani, Z. (2022). Relationship of Homesickness with Mental Health and Social Support among Female Students of University of Tehran Dormitories.
- Mohammadi. (2022). Analysis of Students' Lived Experiences of Living in Student Dormitories: Case Study of Farhangian University of Alborz. *Teacher Professional Development*, 7(1), 35-50.
- Mohammadzadeh, J., Mami, S., & Omid, K. (2019). Mean Scores of Depression, Anxiety and Stress in Iranian University Students Based on DASS-21: A Systematic Review and Meta-Analysis. *International Journal of Epidemiologic Research*, 6(1), 42-48. <https://doi.org/10.15171/ijer.2019.08>
- Müller, C., El-Ansari, K., & El Ansari, W. (2022). Cross-Sectional Analysis of Mental Health among University Students: Do Sex and Academic Level Matter? *International journal of environmental research and public health*, 19(19), 11970. <https://doi.org/10.3390/ijerph191911970>
- Nazarpour, M. T. (2016). Relationship between Students' Mental Health and the Physical Space of Dormitories: Case Study of Four Blocks of Girls' Dormitories at Shahid Beheshti University. *Fine Arts: Architecture and Urban Planning*, 21(1), 55-66.
- Patterson, J. E., Williams, L., & Edwards, T. M. (2020). Homesickness: A Review of the Literature and Implications
- Abbaspour, S., Abbasi Asfjir, A. A., & Rahmani Firoozjah, A. (2021). Meta-Analysis of Studies on Dormitory Life in Iran. *Iranian Journal of Educational Sociology*, 4(3), 148-158. <https://doi.org/10.52547/ijes.4.3.148>
- Alipour, Ghorbani, Golsa, Shabgard, T., & Soudabeh. (2023). Examining Problems and Challenges of Dormitory Life from the Perspective of Married Female Student-Teachers of Farhangian University: A Phenomenological Study. *Teacher Education Policy Studies*, 6(2), 29-40.
- Alipour, Valipour, Ayati, Abbasi, M., Ahmadi, & Sajedeh. (2024). Examining Communications of Female Students in Student Dormitories: Case Study of Farhangian University of South Khorasan. *Social Cultural Studies of Khorasan*, 18(4), 129-158.
- Amini, T., & Taati, F. (2025). Emotional Maturity and Tendency toward Drug Use among Female Students Residing in Dormitories of Isfahan University of Medical Sciences. *Journal of Isfahan Medical School*, 43(819), 648-653.
- Amiri, Y. (2025). A Study of the Lived Experience of Homesickness among Female Students Residing in the Dormitory of Allameh Tabataba'i University. Research Ethics Committee
- Dehdari, T., Yarahmadi, R., Taghdisi, M. H., Daneshvar, R., & Ahmad Poor, J. (2013). The Relationship between Meaning in Life and Depression, Anxiety and Stress Status among College Students of Iran University of Medical Sciences. *Iranian Journal of Health Education and Health Promotion*, 1(3), 83-92.
- Faghfour, A. (2025). Effectiveness of Physical Activity on Suicidal Thoughts among Female Students Residing in Dormitories in Tehran. *Iranian Journal of Forensic Medicine*.

- for College Counseling. *Journal of College Counseling*, 23(2), 145-160.
- Rafati, F., Vazirinasab, H., Rooyan, P., & Sedighi, A. (2019). The Relationships of Personality Traits and Homesickness with Mental Health among Dormitory Students. *Modern Care Journal*, 16(2), e83678. <https://doi.org/10.5812/modernc.83678>
- Rahimi-Movaghar, A. (2011). Use of Stimulant Substances among University Students in Tehran: A Qualitative Study. *Iranian journal of psychiatry and behavioral sciences*, 5(2), 32-42.
- Rajabi, N., Emampour, Saadatollah, Rouhani, & Alinejad. (2025). Migration Experience and the Social Construction of Adaptability: A Qualitative Study among Afghan Male Students Residing in Student Dormitories. *Journal of the Iranian Demographic Association*, 20(39), 209-231.
- Rakhshandeh Roo, G., Rashidvash, V., & Mansour, L. (2022). Appropriate Manifest and Latent Functions of Dormitory Life: A Study of Farhangian University. *Anthropology Letter*, 19(34), 133-156.
- Salami, S., & Dehghan, M. (2025). Strategies for Increasing Intercultural Interactions Based on Social Sustainability in Student Dormitories: Case Study of Haft Tir Girls' Dormitory, Shahrood University of Technology. *Haft Hesar Environmental Studies*, 14(53), 19-36.
- Thurber, C. A., & Walton, E. A. (2018). Homesickness and Adjustment in University Students: A Systematic Review. *Journal of American College Health*, 66(8), 687-698.
- Zahabi, F., & Tabibi, R. (2022). Effectiveness of Quranic Recitation on Happiness, Resilience and Hardiness of Students Residing in the Dormitory of Saveh University of Medical Sciences.
- Zahmatkesh Rokhi, N. (2023). The Effect of Education Based on Health Belief Model on High-Risk Health Behaviors in Youth: An Interventional Quasi-Experimental Study. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*. <https://doi.org/10.1515/ijamh-2023-0032>
- Zare, Z., Hashemi, & Abdollahi. (2022). The Mediating Role of Basic Psychological Needs in the Relationship between Family Functioning and Happiness among Undergraduate Students Residing in Alzahra University Dormitory. *Applied Psychological Research Quarterly*, 13(1), 43-63.