

## الإجراءات التربوية لدعم الصحة النفسية للتلاميذ

### د. الزهرة الأسود

#### جامعة الوادي

#### ملخص:

لا شك أن تدرّي الأوضاع وسوء العلاقات الإنسانية داخل المؤسسة التربوية يؤدي إلى توليد مشاعر القلق والتوتر بين أفرادها، مما يجعلهم يستنفذون طاقة كبيرة في اجترار مشكلاتهم وآلامهم، لذلك يتبين لنا أن هناك تأثيرا متبادلا بين صحة الأفراد النفسية وبين الوسط التربوي الذي يعيشون فيه.

إن المدرسة هي الوسط التربوي المكمل لدور الأسرة ووظيفة الصحة النفسية فيها عبارة عن وظيفة وقائية وإنشائية -بالدرجة الأولى- تهدف إلى تهيئة ظروف مناسبة للنمو السوي للتلاميذ وتوفير الرضا للمعلمين وسائر الموظفين، لذا أصبح من الضروري أن تسعى المدرسة إلى ضمان صحة أفرادها النفسية وخصوصا لتلاميذها، وذلك باتخاذ إجراءات تربوية خاصة لدعمها من أجل تحقيق أكبر قدر من النمو لشخصياتهم من خلال توافقيهم داخل المدرسة وخارجها.

وعليه، جاء هذا البحث ليعبر عن أهم الإجراءات التربوية لدعم الصحة النفسية للتلاميذ.

#### Abstract:

No doubt if we say that the deteriorating conditions and the bad human relations inside the educational institutions leads to the creation of feelings of anxiety and stress among its members. That makes them exhausting a colossal energy in ruminating their problems and pains. Through this scene it is clearly shown for us that there is a mutual influence between the mental health of individuals and the educational surroundings in which they live.

The school is the educational milieu that completes the role of family where the function of the mental health is considered as preventive and structural in it – primarily- aimed at creating suitable conditions for a normal growth for pupils and providing satisfaction for all teachers and staff too. For that reason it became necessary that the school seeks for the mental health guaranty of its members especially for pupils, through special educational procedures as backup in order to maximize the growth of their personalities through their agreement within the school and beyond.

Accordingly, this research came to highlights the most important educational measures to support the mental health for pupils.

#### مقدمة:

تعدّ المدرسة المؤسسة الرسمية التي سخرها المجتمع لخدمة الناشئة من أفرادها، وهي بذلك تشكّل منظومة شاملة ومتكاملة تهدف إلى مساعدة التلاميذ على تنمية شخصياتهم من جميع النواحي الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وصلها بما يتوافق مع متطلبات البيئة الاجتماعية التي يعيشون فيها، فضلا عن مسؤولية المدرسة في توفير جو اجتماعي ديمقراطي يشجع التلاميذ على التقصي والبحث والإبداع، كما يتيح لهم حرية المناقشة وإبداء الرأي دون خوف أو ارتباك، بالإضافة إلى تعزيز العلاقات الإنسانية القائمة على التعاون والتفاعل والمناقشة الشريفة بين التلاميذ.

كما تهتم المدرسة بتعزيز الصحة النفسية لدى جميع منتسبيها من تلاميذ ومعلمين وموظفين على اختلاف مستوياتهم ومهامهم، حيث يشكّل المعلم العنصر الحاسم في قاعة الدرس وخلال النشاط الدراسي في تحديد نوعية الحياة المدرسية لتلاميذه ومدى قدرتها على تنمية صحتهم النفسية، ولا يقتصر الأمر على العلاقات والتفاعلات الصفية التي يحدثها المعلم، بل هو مشروط كذلك بنوعية إدارته للعملية

التعليمية-التعلمية ذاتها.. ذلك ما يعزّز بالطبع ثقتهم بأنفسهم ويدعم أناهم ويقويه مما يشعر التلميذ بالقدرة على السيطرة على واقعه وعالمه (مصطفى حجازي، 2004، ص241-242).

لذا يجب أن يتمتع المعلم نفسه بالصحة النفسية - ففاقد الشيء لا يعطيه- ويتطلب ذلك تحقيق الأمن النفسي والاستقرار النفسي والتوافق مع التلاميذ والديمقراطية في التعامل معهم، وأن تكون نظرتهم إلى الحياة نظرة إيجابية متزنة. (زينب غريب وآخرون، 2008، ص19)

وعليه، أصبح لزاماً أن نضع في حسابنا أهمية الصحة النفسية في المدرسة وأن نعمل على تنسيق الأدوار التربوية بين جميع الأفراد المنتسبين إليها، خصوصاً وأنا نعيش عصر القلق وتعقد الحياة الحضارية مما قد ينعكس سلباً على علاقتنا الإنسانية، وهذا يؤدي بنا إلى التفكير الجدي والتخطيط الدقيق لتعزيز الصحة النفسية داخل المدرسة وتنفيذ جميع الإجراءات التربوية لدعمها من أجل تنمية شخصية التلميذ من كافة جوانبها، وتكوين عادات سلوكية سليمة واتجاهات موجبة نحو النشاط المدرسي ونحو المدرسة والمجتمع بمفهومه العام.

### 1- مفهوم الصحة النفسية:

تعددت مفاهيم الصحة النفسية لدى علماء النفس وفقاً لاختلاف النظريات النفسية، إلا أن أغلبهم اتفق على مقوماتها الأساسية والتمثلة في مجمل الصفات الإيجابية التي يمكن أن يتمتع بها الفرد؛ أهمها التوافق النفسي والاجتماعي والسلامة الجسدية.

ففي السياق ذاته يشير "القوصي" (1952) إلى الصحة النفسية على أنها التوافق التام أو التكامل بين الوظائف النفسية المختلفة مع القدرة على مواجهة الأزمات النفسية العادية التي تطرأ عادة على الإنسان، ومع الإحساس الإيجابي بالسعادة والكفاية. (عبد العزيز القوصي، 1952، ص06)

كما يعرفها "مصطفى كامل" بأنها لفظ مرادف لمفهوم السواء وهو يعني النضج والتوافق الاجتماعي والنفسي، ويتطلب مهارات في مجال تكوين علاقات شخصية واجتماعية فعالة وإيجابية مقبولة من الفرد والآخرين، كما يفني توافقاً في المهنة أي فاعلية في أداء الدور الذي يحقق الرضا عن الذات وتقديرها (فرج طه وآخرون، 1986، ص245).

أما "زهران" (2005) فيختصرها بالقول: "إنها حالة إيجابية تتضمن تمتع الفرد بصحة العقل وسلامة السلوك" (حامد زهران، 2005، ص09).

وعليه، فإن الصحة النفسية هي حالة الفرد الإيجابية التي تعكس مدى تمتعه بالسلامة الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية.

### 2- مناهج الصحة النفسية:

يتفق علماء النفس على ثلاث مناهج للصحة النفسية يوضحها "حامد زهران" (2005) على النحو الآتي: (المرجع نفسه، ص12)

#### أ. المنهج الإنشائي:

ويتضمن السعادة والكفاية والتوافق لدى الأسوياء العاديين بغية الوصول بهم إلى أعلى مستوى من الصحة النفسية، ويتحقق ذلك عن طريق دراسة إمكانيات وقدرات الأفراد والجماعات وتوجيهها التوجيه السليم.

#### ب. المنهج الوقائي:

ويتضمن الوقاية من الوقوع في المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية، ويهتم بالأسوياء والأصحاء قبل اهتمامه بالمرضى ليقبهم من أسباب الأمراض النفسية بتعريفهم بها وإزالتها، وللمنهج الوقائي مستويات ثلاث: تبدأ بمحاولة منع حدوث المرض، ثم محاولة تشخيصه في مرحلته الأولى، ثم تقليل أثر إعاقته.

#### ج. المنهج العلاجي:

ويتضمن علاج المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية حتى العودة إلى حالة التوافق والصحة النفسية.

### 3- مرتكزات تحقيق الصحة النفسية:

يقترح كل من (عبد العزيز الأحمد، ب س) و(القضاء والترتوري، 2006) بعض المرتكزات التي تعمل على تحقيق الصحة النفسية من وجهة نظر الدراسات النفسية الحديثة؛ وهي كما يلي:

### 1. إشباع الحاجات الأولية والشخصية:

إن حياة الإنسان - في مرحلة من المراحل - تكون غالبية على الدوافع والحاجات الأساسية والحاجات الفسيولوجية المترتبة على طبيعة تكوين الجسم؛ مثل حاجاته للطعام والماء...، ومنها حاجات نفسية اجتماعية تنشأ على اعتبار الفرد عضواً في الجماعات المختلفة خلال فترات حياته المختلفة.

### 2. اكتساب العادات والمهارات السليمة التي تساعد على إشباع الحاجات:

وهي أمور يتعلمها الفرد في مراحل حياته المبكرة، لذا نجد أن الصحة النفسية أو التكيف أو الأمراض النفسية هي في الواقع محصلة لما مرّ بالفرد من خبرات وتجارب ومهارات اكتسبها من بيئته الأولى، وهذا يدل على أهمية التربية والتنشئة الاجتماعية وأثرها المهم على النفس صحتة ومرضا كما أكدت على ذلك كثير من الدراسات النفسية.

### 3. تقبل الذات:

ويقصد بذلك أن يتقبل الفرد ذاته بضعفها وقوتها، وأن يشعر بالرضا عن الحياة التي يعيشها في الحاضر، ويخطط للمستقبل بما يتفق وما هو عليه حقيقة.

### 4. القدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية:

إن الشخص الصحيح هو الذي يستطيع أن يتحكم في رغباته وأن يكون قادراً على إرجاء بعض حاجاته، والشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الذي يعتبر نفسه مسؤولاً عن أعماله ويتحمل هذه المسؤولية عن طيب خاطر.

### 5. القدرة على المواجهة:

أي مواجهة الصراعات والإحباطات والأزمات والشدائد التي يتعين على الفرد مواجهتها، وقد أشار إلى ذلك "شنايدرز" بالتكامل بين العواطف والتحكم بالصراع والإحباط.

### 6. التعاون والتفاعل "المبادأة":

إن الشخص السوي هو الذي يستطيع أن يحقق الطبيعة الاجتماعية وهي التعاون الذي يعتمد عليه الآخرون، كما أنه يقرر في الوقت نفسه حاجته إلى الآخرين، وحول ذلك أشار "مصطفى فهمي" إلى ضرورة التضحية وخدمة الآخرين وجعلها من أهم سمات الشخص الذي يريد أن يتمتع بالصحة النفسية.

والتفاعل شيء أساسي للصحة النفسية وهذا ينبني على إدراك الإنسان لما حوله، فإدراك الفرد للواقع الاجتماعي حوله والتعامل المثمر معه ومواجهة ظروفه الطارئة بما يلزم، هذه كلها تؤلف طرقاً في مسألة التفاعل بين الفرد ومحيطه.

### 7. المسايرة والمرونة:

وذلك لكي يتجنب الإنسان المصادمة والصراع مما يؤثر سلباً على حياته، فالمسايرة أو المسالمة تعني خضوع الفرد للظروف والأحوال التي يعيش فيها فيسالم الجماعة ويخضع لنظمها ويتكيف مع أهدافها.

أما المرونة فقريبة من المسايرة إلا أنها تعني استجابة الفرد للمؤثرات الجديدة استجابات ملائمة، فالشخص غير المرن لا يتقبل أي تغيير يطرأ في حياته.

### 8. المحافظة على الثبات الانفعالي:

إن نجاح الفرد يتطلب التوافق بين مطالب الواقع أو الحياة كلها، وبين قدرة الفرد على التوافق والانسجام بين دوافعه المختلفة بحيث لا تتعارض بعض هذه الدوافع تعارضاً ظاهراً مع بعضها الآخر.

### 9. اتخاذ أهداف واقعية:

وذلك أن يضع الفرد أهدافاً ومستويات للطموح ويسعى للوصول إليها، وحينئذ لا يكون البعد شاسعاً بين فكرة الشخص عن نفسه وبين الأهداف ومستويات الطموح التي وضعها لنفسه.

### 10. العناية بالصحة الجسمية والبدنية:

إذ لا شك أن الصحة الجسدية والبرء من الأمراض العضوية ينتج أفعالاً نفسية من نوع خاص تعرف بالصحة النفسية.

هذا؛ وقد أضاف (القضاة والترتوري، 2006، ص472-474) بعض المؤشرات المهمة التي تساعد الفرد للاستدلال على صحته النفسية؛ وهي:

- أ. تقبل الفرد الواقعي لحدود إمكانياته.
- ب. استمتاع الفرد بعلاقاته الاجتماعية.
- ج. نجاح الفرد في عمله ورضاه عنه.
- د. اتساع أفق الحياة النفسية لدى الفرد.

#### 4- دور المدرسة في تحقيق الصحة النفسية للتلاميذ:

إن المدرسة هي الوسط التربوي الذي ينمو فيه التلاميذ خارج الأسرة ويمضون فيه أغلب يومهم، والمدرسة بذلك لها رسالة تربوية تهدف إلى ما هو أشمل وأوسع من مجرد التعليم وتحصيل للمعرفة (المرجع نفسه، ص478)، فقد أصبحت تهتم بتطوير شخصيات التلاميذ من جميع الجوانب بما يجعلهم قادرين على التوافق الانفعالي والاجتماعي، كما أن لها دورا في تحديد ميول التلاميذ العلمية والمهنية، ويكتشف من خلالها التلاميذ أنفسهم ويحققون ذواتهم ويؤكدون شخصياتهم، وتكفل المدرسة للتلاميذ ألوانا مختلفة من النشاط الاجتماعي الذي يساعدهم على سرعة النمو واكتمال النضج (صباح هرمز، ب، ص45)؛ وهي من أهم الأمور التي تهدف إليها الصحة النفسية بالنسبة للمدرسة؛ وهي في الوقت نفسه مرتبطة بسلوك المعلم مع تلاميذه والجو التعليمي الذي يعيشون فيه.

ولكي تحقق المدرسة الصحة النفسية للتلاميذ ينبغي أن تتضافر جهود العاملين بها للقيام بأدوارهم التربوية على أكمل وجه، ساعين في ذلك إلى مساعدة التلميذ على تكوين شخصيته وإعداده ليكون فردا قادرا على مواجهة تحديات العصر، ومن هذه الأدوار يأتي:

#### 1. دور الإدارة المدرسية:

تلعب إدارة المدرسة دورا مهما في تحقيق الصحة النفسية للتلاميذ، وذلك من خلال أسلوب التعامل السائد في المدرسة، والذي ينعكس بلا شك إن كان إيجابا أو سلبا على المدرسة بصفة عامة والمعلم والتلميذ بصفة خاصة (الصحة النفسية، ب، ص88).

إن الصحة النفسية تهدف إلى التكيف السليم مع الذات ومع البيئة، وهذا يشير بأن نجاح الإدارة المدرسية في زرع الثقة بالنفس والتفائل وحب العمل التعاوني والجماعي والتفوق العلمي لدى التلاميذ، كل هذا يقلد المدرسة وسام النجاح في بناء الشخصيات، وإن النجاح يرتبط بمتابعة إدارة المدرسة لمشكلات التلاميذ والتعاون المثمر مع أولياء الأمور ومع المعلمين في حلها أو التخفيف من وطأتها، وكذلك تشجيع ذوي القابليات منهم لتطوير قابلياتهم ومواهبهم وتوازنها في الثواب والعقاب ومدى عدالتها في التعامل مع التلاميذ.. كل ذلك ينعكس على سلوكيات التلاميذ أنفسهم وعلى احترامهم لهذه الإدارة وتعلقهم بتوجيهاتها وإرشاداتها (حسنة الساعدي، 2009، ص218).

#### 2. دور المعلم:

إن الصحة النفسية للمعلم متوقفة على مدى بلوغه درجة سليمة من التوافق والانسجام والتكامل النفسي والاجتماعي والمهني الذي يشمل الرضا والارتياح عن الذات في الوسط التربوي (ناصر الدين زبدي، 2007، ص41).

فلمعلم دور كبير في تحقيق الصحة النفسية من خلال إدارته لصفه وتنمية الصحة العقلية لتلاميذه التي ستنجح لهم تعليما أفضل وتعلما أكثر فعالية، وبالتالي إقبالا على التعلم واستجابة لما يطلب منهم.

وفي هذا المجال نتوقع من المعلم أن يقوم بما يلي:

(محمد الترتوري، 2007، ص16-17)

\* إعداد التلاميذ إعدادا اجتماعيا يحبب إليهم التعاون والتكافل والعدل والنظام والتقدم، ويعزقهم بحقوقهم وواجباتهم والاعتراف بحقوق الآخرين واحترام مشاعرهم.

\* مساعدة التلاميذ على التكيف مع أفراد المجتمع الذي يعيشون فيه وبالتالي التكيف مع أنفسهم؛ أي يشمل الاستقرار النفسي والاستقرار الاجتماعي.

\* تلبية حاجات التلاميذ النفسية والفطرية؛ كحاجتهم إلى الأمن والطمأنينة والحب والتقدير، والإحساس بالنجاح وحبهم للحرية، وحاجتهم لسلطة ضابطة.

- \* توفير الجو الاجتماعي الديمقراطي القائم على العدالة والمساواة والموضوعية والثقة والموثقة.
- \* استخدام التعزيز والتشجيع لأنه يساهم في حثّ التلاميذ على المزيد من التفاعل وإزالة التوتر والرهبة من نفوسهم.

### 3. دور زملاء التلميذ:

مما لا شك فيه أن التلاميذ يرغبون دوماً في اللقاء بأصدقائهم للتسامر والدراسة وهذه رغبة أساسية في مرحلة المراهقة، وتزداد هنا أهمية التجمعات غير الرسمية التي تحقّق الألفة، حيث يجد التلاميذ ما يرغبون داخل المدرسة من الأماكن المريحة ليكون النقاش بينهم في أمور الدراسة وأمورهم الشخصية بصورة تتسجم مع راحتهم النفسية مما ينعكس إيجابياً على التلميذ، وبالتالي تتشكّل العلاقات الاجتماعية والصدقات فيما بينهم.

(القضاة والترتوري، 2006، ص479)

### 4. دور الأخصائي النفسي المدرسي:

للأخصائي النفسي المدرسي دور مهم في المدرسة حيث يساهم في تحقيق الصحة النفسية للتلاميذ؛ فهو موجّه ومرشد لهم ويتركز دوره في القيام ببعض الأعمال التي تسير في اتجاه تحقيق الصحة النفسية، أهمها ما يلي:

\* التعرف على مشكلات التلاميذ النفسية.

\* تشخيص وعلاج الاضطرابات النفسية البسيطة.

\* دراسة بعض حالات التأخر الدراسي والتعرف على أسبابه من الناحية النفسية.

\* إقامة الندوات التوعوية للتلاميذ لوقايتهم من الانحراف.

\* إرشاد التلاميذ في اختيار التخصصات الدراسية وفق الميول والقدرات والإمكانات.

### 5- الإجراءات التربوية لدعم الصحة النفسية للتلاميذ:

إلى جانب الأدوار التربوية المساهمة في تحقيق الصحة النفسية للتلاميذ، هناك جملة من الإجراءات التربوية التي ينبغي أن تتخذها المدرسة لدعم صحتهم النفسية؛ وهي:

#### 1. توفير الجو المدرسي السوي:

إن توفير جو مدرسي سوي هو أمل القائمين دائماً في مجال التربية وذلك بغية تحقيق الصحة النفسية المرجوة، ومن أهم العوامل التي تساعد على تحقيق ذلك:

أ. التصميم الجمالي أو الهندسي للمدرسة: يجب أن تصمّم المدرسة تصميماً جمالياً يضمن معه احتياجات التلاميذ من جميع أنواع الخدمات الصحية والنفسية.

(الصحة النفسية، ب، ص87)

ب. تركيبة الفصل الدراسي: هناك عدداً من النظريات التي تبين كيفية توزيع التلاميذ داخل الصف الواحد على الفصول (الشعب) المختلفة، فمنها ما يكون على أساس التوزيع لرغبة التلميذ لزملائه في مجموعة الشعب وهذا ما يطلق عليه الاختيار السوسيومترى حتى ينعكس على كل تلميذ طابع الألفة، وبالتالي يستطيع المعلم أن يستثمر الصداقات بين كل مجموعة بنشاط تعاوني نافع، كما يتيح ذلك للتلاميذ فرصة التدريب على إنشاء علاقات وصدقات جديدة.

ومن الإجراءات المناسبة التي يمكن أن تلجأ إليها المدرسة لتلبية حاجات التلاميذ إلى النمو المستقل وإلى بناء نهج المسؤولية، إتباع نظام الحكم الذاتي في الفصل الدراسي وكذلك توزيع الأدوار والمسؤوليات على التلاميذ، بحيث ينعكس على نفسية التلميذ من خلال شعوره بأنه طالب وعضو فعال في جماعة الفصل أو المدرسة.

(القضاة والترتوري، 2006، ص480-481)

وعليه، فإن شعور التلاميذ بالأطمئنان والسعادة في الجو المدرسي السوي كفيل بجعلهم ينظرون إلى الحياة نظرة تفاؤل ويحبون العمل التعاوني، وتظهر في سلوكهم بشكل مباشر أو غير مباشر آثار القيم الاجتماعية والتربوية المرغوبة وهم في مسيرة بناء أنفسهم وشخصياتهم (حسنه الساعدي، 2009، ص218-219).

## 2. تنمية الجانب العقلي والمهاري والوجداني:

لم تعد المدرسة تهتم بالجانب العقلي للتميذ والذي يتمثل في اكتساب المعارف بل تعدى دورها إلى الاهتمام بالجوانب المهارية والوجدانية، وذلك لأن التلميذ في المقام الأول هو إنسان يتمتع بقدرات وإمكانات متنوعة، ومن ثم يجب تنمية هذه المواهب والقدرات وحسن استغلالها وتوجيهها وتنمية أنواع التفكير، كما أن اهتمام المدرسة بالجانب المهاري والوجداني يعزز من دورها في تحقيق الصحة النفسية ويؤدي إلى تحقيق أهداف رئيسة للتميذ منها:

\* زيادة الفاعلية لدى التلميذ واكتساب القدرة على البحث والاستقصاء.

\* مساعدة التلميذ على توظيف ما لديه من معارف في مواقف الحياة المختلفة.

\* إكساب الدافعية للتميذ والتهيؤ الدائم للتعلم.

\* تعزيز جوانب الولاء والانتماء للوطن.

\* تنمية الاتجاهات الإيجابية والميول والقيم لدى التلميذ.

(الصحة النفسية، ب س، ص 88-89)

## 3. مراعاة المناهج الدراسية لحاجات التلاميذ وقدراتهم:

عند وضع المناهج يجب عمل حساب الصحة النفسية للتلاميذ والمربين أيضا، فيجب أن تكون المناهج مناسبة تراعي حاجات التلاميذ وقدراتهم، ويجب أن يكون المنهج مرتبطا بمواقف الحياة، كذلك يجب الاهتمام بملاءمة المناخ الاجتماعي في المدرسة داخل وخارج الفصل وفي النشاط المنهجي والنشاط خارج المنهج.

(زينب غريب وآخرون، 2008، ص 19)

## 4. توفير الأنشطة المناسبة لتحقيق الصحة النفسية:

تعتبر الأنشطة المدرسية هي المتفلس الذي يمارس التلميذ من خلاله ميوله ومهاراته المختلفة وإخراج مواهبه المتعددة وقدراته والتعبير عن طاقاته الكامنة، ومن هنا لا بد للمدرسة أن توجه كل طاقاتها وإمكاناتها من أجل توفير احتياجات التلاميذ من الأنشطة المتنوعة، وبهذا تستطيع أن تؤدي جزءا كبيرا من واجبها نحو التلاميذ وتحقيق الصحة النفسية لهم، ومن أنواع الأنشطة التي يمكن للتلاميذ ممارستها في المدرسة: الأنشطة الثقافية، الأنشطة الاجتماعية، الأنشطة الرياضية، الأنشطة الفنية (الصحة النفسية، ب س، ص 89)؛ أي ما يسمى بجمعيات النشاط المدرسي المختلفة، والتي يتوقع أن تحقق الأهداف التالية:

\* إشباع حاجة التلاميذ إلى القبول والاعتبار الاجتماعي.

\* إشباع حاجة التلاميذ إلى المسؤولية نحو الآخرين.

\* إشباع حاجة التلاميذ إلى اكتسابهم آداب السلوك الاجتماعي.

\* إشباع حاجة التلاميذ إلى حرية التجريب؛ أي السماح بالمغامرة.

\* إشباع حاجة التلاميذ إلى ممارسة نشاطاتهم الذهنية والبدنية وممارسة هواياتهم المختلفة. (القضاء والترتوري، 2006، ص 482)

## 5. تفعيل البطاقة المدرسية:

تعتبر البطاقة المدرسية من الوسائل الفعالة في عملية التربية والتعليم، حيث تساعد المعلم على معرفة التلميذ بكل ظروفه حتى تتوثق الصلات بينها وبين المنزل وأولياء الأمور لصالح التلميذ (كلير فهم، 1998، ص 37).

كما تعدّ البطاقة المدرسية من الأدوات التي يمكن أن تستعين بها المدرسة في متابعة نمو التلاميذ وتقييم هذا النمو، ومن فوائدها أيضا: (القضاء والترتوري، 2006، ص 483)

\* التعرف على التغيرات التي تطرأ على حالة التلميذ الدراسية وقياس مدى تقدّمه بالنسبة إلى نفسه وما كان عليه من قبل.

\* تزويد الآباء بتقارير دورية عن ميول التلميذ واستعداداته الخاصة ونواحي قوته وضعفه تمهيدا للحصول على مساعدة البيت وتعاونه مع المدرسة لنمو أفضل للتلميذ.

\* تقييم التلميذ تحصيليا وهذا يعتمد على التقديرات السنوية وملاحظة استعداداته الخاصة.

\* تقديم العون في ضوء المعلومات التراكمية عن التلميذ خلال السنوات المتتالية، ومساعدته على اختيار أفضل للدراسة الثانوية والعالية التي تناسبه، واختيار المهن التي تتفق مع ميوله.

\* تشخيص المشكلات الخاصة لبعض التلاميذ مثل السلوك العدواني، والكذب والسرقة.

#### 6. عقد الندوات المدرسية للتلاميذ:

تعدّ الندوات المدرسية من الإجراءات والوسائل التي تستخدم لدعم الصحة النفسية في المدرسة، حيث تقدّم خدمات ومعلومات للتلاميذ من خلال:

(المرجع السابق نفسه، ص484)

\* عقد الندوات الخاصة التي تهدف إلى التنقيف الصحي والنفسي للتلاميذ، وأهمية التغذية الصحية السليمة في نموهم المعرفي والجسمي وسلامتهم الصحية، وتعريفهم بتغيرات النمو، وتوجيههم فيما يتعلق بالتغذية الراجعة والنواحي الصحية المختلفة.

\* تعزيز القيم الدينية والمثل العليا لدى المراهقين والتعبير عن آرائهم تجاه القضايا الاجتماعية.

\* فهم التلاميذ لأنفسهم وتحليل الخبرات التي يمرون بها، ويتطلب هذا نوعا من المعارف لا يصل إليهم من خلال الدروس العادية والمواد المقررة.

\* توعية التلاميذ في التعرف على موضوع مستقبلهم الدراسي المهني، والمهن الموجودة في المجتمع والقدرات التي تتطلبها تلك الدراسات والمهن.

#### 7. عقد الندوات المدرسية للأباء:

إن الكثير من مشاكل النمو لدى التلاميذ تكمن في نوع العلاقة القائمة بينهم وبين آبائهم، ونقص الوعي النفسي لدى بعض الآباء بمطالب النمو في كل مرحلة من مراحل النمو، ويتحقق تعزيز هذا الوعي من خلال المدرسة بما يلي:

\* عقد ندوات للأباء والأمهات تهدف إلى توضيح احتياجات أبنائهم، وكذلك التعامل مع مشكلاتهم في جوانب النمو المتعددة.

\* إيجاد تعاون بين البيت والمدرسة حول أفضل السبل لنمو التلاميذ، ولواجهة صعوباتهم الدراسية وصعوبات حياتهم بوجه عام.

\* عقد ندوات مقترحة لمناقشة مشكلات التلاميذ التي ترى المدرسة ضرورة تعاون الآباء معها في تفهمها وحلها (المرجع السابق نفسه، ص485).

\* إنجاز مطبوعات عديدة تتناول إرشاد الآباء في معاملة الأبناء.

\* استعمال الراديو كوسيلة لتوجيه الآباء.

\* السماح للأباء بالاشتراك في أوجه النشاط المدرسي المختلفة، وفي حضور بعض المعلمين ليقفوا على الطريقة المثلى لمعاملة الأبناء (كلير فهيم، 1998، ص23-24).

#### \* خاتمة:

في ضوء الإجراءات التربوية التي قدمتها هذه الورقة البحثية، فإنها تؤكد على ما يلي:

- ضرورة توعية مديري المدارس والمعلمين بأهمية تحقيق الصحة النفسية في المدرسة، وذلك بتقديم برامج تدريبية مناسبة.  
- العمل على تحسين العلاقات الإنسانية داخل المدرسة من خلال إشاعة جو ديمقراطي يشجع التلاميذ على المشاركة في جميع الفعاليات والأنشطة المتصلة بالبيئة المدرسية.

- الاهتمام بالإجراءات الوقائية من الاضطرابات النفسية والسلوكية من خلال نشر مبادئ الصحة النفسية داخل المدرسة.

- التدخل النفسي والاجتماعي والصحي في المدرسة بتنفيذ برامج إرشادية للحالات المعنية.

\* المراجع:

- 1- الصحة النفسية(ب س)، الفصل السادس: الصحة النفسية والمدرسة، موقع وزارة التربية والتعليم لدولة الكويت: [www.moe.edu.kw](http://www.moe.edu.kw).
- 2- حامد عبد السلام زهران(2005)، الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتب، طبعة 04، القاهرة.
- 3- حسنة محمد رحمة الساعدي(2009)، الصحة النفسية والطالب، مجلة دراسات تربوية، العدد الثامن، تشرين الأول 2009، ص-ص: 217-241.
- 4- زينب عبد الرزاق غريب وآخرون(2008)، الصحة النفسية (حقيبة تدريبية أكاديمية)، مركز التنمية الأسرية بالأحساء، دبلوم الإرشاد الأسري المعتمد بمركز التدريب وخدمة المجتمع بكلية المعلمين، جامعة الملك فيصل.
- 5- صباح حنا هرمز(ب س)، أثر شخصية المعلم ومعاملته في سلوك طلبته، بحوث ودراسات كلية التربية، جامعة الموصل، ص-ص: 45-54.
- 6- عبد العزيز القوسي(1952)، أسس الصحة النفسية، مكتبة النهضة المصرية، طبعة 04، القاهرة.
- 7- عبد العزيز بن عبد الله الأحمد(ب س)، الطريق إلى الصحة النفسية (عند ابن القيم الجوزية وعلم النفس)، سلسلة الرسائل الجامعية 07، دار الفضيلة، المملكة العربية السعودية.
- 8- فرج عبد القادر طه وآخرون(1986)، معجم علم النفس والتحليل النفسي، دار النهضة العربية للطباعة والنشر.
- 9- كلير فهيم(1998)، أولادنا والمدرسة (المدرس والصحة النفسية للتلاميذ)، طبعة 01، جهاد للنشر والتوزيع.
- 10- محمد عوض الترتوري(2007)، أدوار المعلم في التعليم الفعال، موقع المنشاوي للدراسات والبحوث [www.minshawi.com](http://www.minshawi.com) ، تاريخ صدور المقال: 11-12-2007 عمان، الأردن.
- 11- محمد فرحان القضاة ومحمد الترتوري(2006)، أساسيات علم النفس التربوي، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 12- مصطفى حجازي(2004)، الصحة النفسية، منظور دينامي تكاملي للنمو في البيت والمدرسة، المركز الثقافي العربي، طبعة 02، الدار البيضاء، المغرب.
- 13- ناصر الدين زبدي(2007)، سيكولوجية المدرس، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.