



واقع الصحة النفسية المدرسية في المؤسسات التربوية الجزائرية
The reality of school mental health in Algerian educational
institutions

ط. د / حسان بعايري^{1*}

1- جامعة محمد بوضياف. المسيلة
hacene.bairi@univ-msila.dz

تاريخ النشر: 2022/09/15	تاريخ القبول: 2022/09/12	تاريخ الاستلام: 2022/09/05
-------------------------	--------------------------	----------------------------

الملخص:

يعد الجانب النفسي وتحقيق الصحة النفسية لدى المتعلم من الجوانب الهامة التي تمهد له طريق التعليم والتعلم كما تزيد من تحصيله، فلا يخفى على الجميع أن الصحة النفسية لتلاميذ المدارس تعد مدخلا للصحة عامة، لذا يجب أن تتضمن الصحة المدرسية خططا وبرامج خاصة بصحة التلاميذ النفسية على غرار صحتهم الجسدية لمساعدتهم على التوافق مع متطلبات الحياة المدرسية. وعليه فقد حاولنا في هذه الورقة البحثية اظهار واقع الصحة النفسية المدرسية في المؤسسات التربوية الجزائرية ومدى أهميتها بالنسبة لتلاميذ المدارس.

الكلمات المفتاحية: الصحة، الصحة النفسية، المدرسة.

Abstract :

The psychological aspect and achieving mental health for the learner is one of the important aspects that pave the way for him to teach and learn and increase his achievement. It is no secret to everyone that the mental health of schoolchildren is an entry point to public health, so school health must include plans and programs for students' mental health along the lines of their physical health to help them cope with the demands of school life. Accordingly, we have tried in this research paper to show the reality of school mental health

*- المؤلف المرسل: حسان بعايري : hacene.bairi@univ-msila.dz

in Algerian educational institutions and the extent of its importance for schoolchildren.

Keywords: health, mental health, school.

مقدمة :

تعد المدرسة حلقة الوصل بين الأسرة والمجتمع الكبير الذي يتوسع فيه نطاق تفاعل الطفل مع أشخاص أكثر ممن كان يشاركهم في مجتمع الأسرة الصغير، فتواجهه قيود أكثر ومسؤوليات أكبر، كما يتغير أسلوب المعاملة الذي ألفه سابقا. كل تلك الضغوط التي لم يعتدها من قبل، تهدد صحته النفسية. حيث تعد هذه الأخيرة الهدف الرئيسي لجميع فروع علم النفس وعلوم التربية والتربية الخاصة، وبالخصوص في حياة المتعلم باعتباره العنصر الأساسي، فقد هدفت الكثير من الدراسات إلى فهم سلوك المتعلم ضمن نطاق المدرسة وذلك بدراسة شخصيته من كل الجوانب بما فيها الصحة النفسية وأهم أبعادها. (معتوق ومجاهدي، 2021، ص 75) فصحة التلميذ النفسية محصلة عوامل كثيرة منها ما يتعلق به، ومنها ما يتعلق بمجتمع المدرسة، ومنها ما يتعلق بطبيعة العلاقة أو التفاعل بينه وبين مجتمع المدرسة تحت تأثير العوامل الثقافية التي يتبناها التلميذ والتي يتبناها مجتمع المدرسة. حيث يؤكد محمد منصور، (2012) على أن الجو المدرسي العام يشكل الإطار الذي ينمو فيه التلاميذ وما يحتويه من حب وتعاطف بين التلاميذ بعضهم البعض وبينهم وبين معلمهم وبين معلمهم وإدارة المدرسة، مما يسهم في تحقيق الصحة النفسية لهم.

وبالتالي فإن الحاجة إلى السلامة النفسية للتلميذ تعد حاجة ضرورية وهامة سواء كان ذلك في البيت أو في المدرسة، هذه الأخيرة كونها الأنسب لتكوين شخصية التلميذ وبناء جيل الغد، فهي لا تهتم فقط بالجانب الأكاديمي للتلميذ، بل تتعدى ذلك إلى جوانب أخرى لا تقل أهمية عن الجانب الأكاديمي، فالمدرسة إذن تهتم بالجانب العقلي والنفسي والاخلاقي والبدني والاجتماعي للتلميذ، فهو عبارة عن وحدة جسمية نفسية اجتماعية متفاعلة، متكاملة. (فهبي، 1995، ص. 57)

ونظرا لأهمية الصحة النفسية بالنسبة للفرد والمجتمع ولحاجة التلميذ إلى مستوى معين من الصحة النفسية يضمن له مسارا جيدا في حياته عامة والدراسية خاصة، فإننا سنسلط الضوء في هذه الورقة البحثية على واقع الصحة النفسية المدرسية في المؤسسات التربوية الجزائرية، ومدى الاهتمام بموضوع الصحة النفسية المدرسية.

1- تحديد مفاهيم الدراسة:

1-1- الصحة:

يعرفها نيومان على: " أنها عبارة عن حالة التوازن النسبي لوظائف الجسم، وأن حالة التوازن هذه تنتج عن تكيف الجسم مع العوامل الضارة التي يتعرض لها" (الشاعر وأبو حسين، 2005، ص 13)

1-2- الصحة النفسية:

يعرفها أحمد عبد الخالق أنها: حالة وجدانية معرفية مركبة- دائمة دواما نسبيا- من الشعور بأن كل شيء على ما يرام والشعور بالسعادة مع الذات ومع الآخرين والشعور بالرضا والطمأنينة والأمن وسلامة العقل والإقبال على الحياة مع شعور بالنشاط والقوة والعافية. ويتحقق في هذه الحالة درجة مرتفعة نسبيا من التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي مع علاقات اجتماعية راضية. (أحمد عبد الخالق، 2016، ص 9)

1-3- المدرسة:

المدرسة من أهم المؤسسات التي يعهد اليها المجتمع رعاية أبنائه، وتلشنتهم وإكسابهم القيم والإتجاهات، وأنماط السلوك البناء، الى جانب اكسابهم المهارات والمعارف اللازمة فان للمدرسة اهدافها التربوية والاجتماعية التي تعمل على تحقيقها لخدمة البيئة والمجتمع. (العياصرة، 2012)

ويمكن تعريفها على أنها: " البناء أو المكان الذي يلتقي فيه العديد من الاشخاص؛ لتلقي معلومات مختلفة من خلال الحصص المتعددة الاختصاصات في جميع نواحي الحياة العلمية والعملية، ويهدف تنمية العقل والجسم والشخصية والنفسية والأخلاق بشكل صحيح وسليم، مع توفر شروط الصحة والسلامة. " وتعد المدرسة عنصرا فاعلا في تخريج العديد من الطلاب القادرين على مواكبة العصر ومجاهاة مشاكله وصعابه وتطوير البيئة وتحسينها وإكسابهم الخبرات للتعامل مع المجتمع. (السيول، 2005، ص 19)

2- الاطار النظري للدراسة:

2-1- مفهوم الصحة النفسية:

يختلف الباحثين والمختصين في مجال الصحة النفسية في تعريفهم لها ويرجع اختلافهم هذا الى مذاهبهم الفكرية ونظرتهم الى الطبيعة الانسانية، غير أنه يمكن تقسيم محاولاتهم كما ذكر (أبو أسعد، 2011، ص 21) الى اتجاهين أساسيين وهما:

أ- الاتجاه السلبي: يرى أصحاب هذا الاتجاه أن الصحة النفسية هي الخلو من المرض العقلي أو النفسي، إلا أن هذا لا يشمل جميع حالات الصحة النفسية فقد نجد فردا خاليا من أعراض المرض العقلي لكنه غير ناجح في حياته وعلاقاته بغيره من الناس في العمل أو الحياة الاجتماعية أو الحياة الأسرية، فهو إذا غير متكيف.

ونظرا لقصور الاتجاه السلبي فقد جاء تعريف منظمة الصحة العالمية (WHO) ليؤكد على أن الصحة النفسية ليست مجرد الخلو من أعراض المرض النفسي وإنما هي حالة ايجابية من الراحة الجسمية والنفسية والاجتماعية تتمثل في التمتع بصحة العقل وسلامة الحواس وسواء السلوك، فالخلو من الاضطرابات لا يعني الصحة، سواء كانت بدنية أو نفسية. (الطيب والهياص، 2009، ص. 18)

ب- الاتجاه الإيجابي: يرى أصحاب هذا الاتجاه أن الصحة النفسية هي قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه ويؤدي هذا إلى التمتع بحياة خالية من الاضطرابات مليئة بالحماس، ويعتبر هذا الفرد في نظرهم شخصا سويا.

2-2-2-2- مناهج الصحة النفسية:

يوجد ثلاثة مناهج أساسية في الصحة النفسية :

أ- المنهج الإنمائي: يركز هذا المنهج على الأفراد الأسوياء وصولا بهم إلي أقصى درجة ممكنة من الصحة النفسية والتكيف، إنه يدرس مثلا : قدرات الأفراد وإمكاناتهم وتطويرها، وتوجيهها لتحقيق الفعالية والكفاية والسعادة. إن للمؤسسات التربوية والاجتماعية دورا هاما في حسن رعاية أطفالها، وتنشئتهم تنشئة اجتماعية سوية حتى يتم تنمية طاقتهم، وقدراتهم، واستثمارها، وتحقيقها. (محمد قاسم ، 2004 ، ص، 30-31)، نقلا عن (كامل الشربيني، 2010)

ب- المنهج الوقائي Preventive: ويتضمن الوقاية من الوقوع في المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية، ويهتم بالأسوياء والأصحاء قبل اهتمامه بالمرضى ليقمهم من أسباب الأمراض النفسية بتعريفهم بها وإزالتها أولا بأول، ويرعى نموهم النفسي السوي ويبرئ الظروف التي تحقق الصحة النفسية. وللمنهج الوقائي مستويات ثلاثة تبدأ بمحاولة منع حدوث المرض ثم محاولة تشخيصه في مرحلته الأولى بقدر الإمكان ثم محاولة تقليل أثر إعاقته وإزمان المرض وتتركز الخطوط العريضة للمنهج الوقائي في الإجراءات الوقائية الحيوية الخاصة بالصحة العامة والنواحي التناسلية والإجراءات الوقائية النفسية

الخاصة بالنمو النفسي السوي ونمو المهارات الأساسية والتوافق المهني والمساندة أثناء الفترات الحرجة والتنشئة الاجتماعية السليمة والإجراءات الوقائية الاجتماعية الخاصة بالدراسات والبحوث العلمية، والتقييم والمتابعة والتخطيط العلمي للإجراءات الوقائية ويطلق البعض على المنهج الوقائي اسم " التحصين النفسي ". (زهران، 2005، ص 12)

ت- المنهج العلاجي : يختص هذا المنهج بتقديم الخدمات العلاجية للمرضي أو أولئك الذين يعانون من سوء التوافق بشتى أشكاله ، أو من الاضطرابات النفسية والعقلية وذلك عن طريق كفالة الوسائل واتخاذ الأساليب اللازمة لمساعدة هؤلاء الأفراد علي تجاوز تلك الاضطرابات ، وبلوغ حالة التوافق الجيد، والصحة النفسية السليمة. (القريطي، 1998، ص 32)

3-2- معايير الصحة النفسية: وهي المحكات التي تساعدنا على معرفة الفرق بين السلوك السوي والسلوك غير السوي وهي :

■ **المعيار الشخصي:** وهو كأن يحدد الفرد مجموعة من الأحكام أو المعايير (قيم، مبادئ، اتجاهات) على سبيل المثال تكون بمثابة إطار مرجعي يحكم من خلاله على السلوك بما يتفق مع هذا الإطار يعد عاديا ومالا يتفق يعد شادا وغير عادي، ومثل هذا الأسلوب يكون غير موضوعي لا يتفق عليه لأنه يتعدد بتعدد الأشخاص أولا ويختلف من شخص الى آخر ثانيا. (القريطي، 1998، ص، 43)

وما يؤخذ عليه هو أنه ليس كل ما بنظر الفرد صحيح يراه غيره صوابا فالشذوذ الجنسي عند البعض سلوك سوي فيما يراه الاخرين اضطراب نفسي وسلوك غير مقبول.

■ **المعيار الاجتماعي:** السوي حسب هذا المعيار هو المتوافق مع المجتمع، أي من استطاع أن يجاري قيم المجتمع وقوانينه ومعاييره وأهدافه. (راجح، 1968، ص 487)

■ **المعيار الطبيعي:** يرى نعيم الرفاعي أن السواء من وجهة نظر المعتمدين على هذا المعيار يكون في العمل وفق ما تقتضيه الطبيعة، أما الشذوذ فيكون في العمل المناقض للطبيعة أو هو انحراف بالغ في سلوك ما عن طبيعته الأصلية. (الأحمد، 1999، ص 58)

إلا أن بعض المتخصصين يرى في هذا المعيار غموضا في الأساس الذي يركز عليه وصعوبة في توفير الأسس الموضوعية المتفق عليها لقبول مثل هذا المعيار.

■ **المعيار المثالي:** يتم النظر إلى الصحة النفسية من خلال هذا المعيار على أنها هدف مثالي يسعى الجميع إلى تحقيقه، لكنه صعب المنال، فكل فرد يعمل على تحقيقه فكل فرد يعمل على تحقيقه بشكل نسبي، فقد يقترب البعض منه إلى حد كبير، في حين قد يعجز البعض الآخر في الوصول إليه. (القذافي، 1998، ص.51)

إننا وفق هذا المعيار نطلق على الشخص بأنه سوي كلما اتفق سلوكه مع المثل الأعلى، ونطلق على الشخص بأنه شاذ كلما كان سلوكه غير متفق وبعيداً عن المثل الأعلى. يظهر مما سبق أن معايير الصحة النفسية تختلف باختلاف الثقافات والإيديولوجيات ومن بلد لبلد وحتى في البلد الواحد ومن شخص لآخر وحتى في نفس الشخص، فما يعتبره البعض أمر صحي في وقت ما أو في مكان ما أو حتى في ثقافة معينة و يتماشى مع المعايير العالمية في نظر شخص ما يعتبره البعض الآخر أمر سيء غير مرغوب وغير سوي.

4-2- أهمية الصحة النفسية:

إن الصحة النفسية تتداخل في كل أنشطة الفرد اليومية، وفي علاقاته مع الآخرين، كما يمكن وصف سلوك الإنسان على أساس صحته النفسية. التي لها أهمية بالغة بالنسبة للفرد والمجتمع على حد سواء، حيث أن الفرد المتمتع بالصحة النفسية أقدر من غيره في مواجهة المواقف الحياتية المختلفة مما يجعله يحيا في المجتمع بفاعلية ويشعر بالرضا والسعادة، ولا شك أن المجتمع الذي يتمتع أفراداه بالصحة النفسية مجتمع يتسم بالإزدهار والرفق. وعليه يمكننا إيجاز أهمية الصحة النفسية للفرد والمجتمع في النقاط التالية:

أ- أهمية الصحة النفسية بالنسبة للفرد: إن الصحة النفسية مهمة جدا للفرد، وذلك لعدة أمور نجملها فيما يلي:

- فهم الذات: فالفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية هو الفرد المتوافق مع ذاته، فهو يعرف ذاته ويعرف حاجاتها وأهدافها.
- التوافق: ويعني ذلك التوافق الشخصي بالرضا عن النفس وفهم نفسه والآخرين من حوله.
- الصحة النفسية تجعل حياة الفرد خالية من التوتر والاضطراب والصراعات المستمرة مما يجعله يشعر بالسعادة مع نفسه.

- الصحة النفسية تجعل الفرد قويا اتجاه الشدائد وتجعل شخصيته متكاملة تؤدي وظائفها بشكل متكامل متناسق.
- الصحة النفسية تجعل الأفراد قادرين على التحكم بعواطفهم وانفعالاتهم، مما يجعلهم يتصفون بالسلوكيات السوية ويستعدون عن السلوكيات الخاطئة. (الداهري، 2005، ص، 202)
- أهمية الصحة النفسية بالنسبة للمجتمع: إن الصحة النفسية مهمة بالنسبة للمجتمع بمختلف مؤسساته لأنها تهتم بدراسة وعلاج المشكلات الاجتماعية التي تؤثر على نمو شخصية الفرد ويمكن أن نورد بعض النقاط الهامة لأهمية الصحة النفسية للمجتمع:
- الصحة النفسية السليمة بالنسبة للوالدين تؤدي إلى تماسك الأسرة والذي يؤدي إلى خلق جو ملائم لنمو شخصية الطفل المتناسكة وتجعل الأفراد أكثر قدرة على التكيف الاجتماعي.
- تعد الصحة النفسية ذات أهمية للمدرسة حيث إن العلاقة السوية بين الإدارة والمدرسين وبين المدرسين أنفسهم تؤدي إلى نموهم السليم والذي ينعكس على نمو التلاميذ فينمو نمواً سليماً كذلك فإن العلاقة الجيدة بين المدرسة والبيت تساعد على النمو النفسي للتلميذ.
- الصحة النفسية مهمة للمجتمع لأنها تهتم بدراسة وعلاج المشكلات الاجتماعية التي تؤثر على نمو شخصية الفرد وعلى المجتمع الذي يعيش فيه.
- الصحة النفسية للمجتمع في غاية الأهمية لأن المجتمع الذي يعاني من التمزق وعدم التكامل بين مؤسساته هو مجتمع مريض؛ لذلك نستنتج مما سبق أهمية الصحة النفسية للفرد والمجتمع وقدرتها على تحقيق التكامل والنماء والسعادة.
- الصحة النفسية تجعل الأفراد قادرين على التحكم بعواطفهم وانفعالاتهم مما يجعلهم يهتمون بسلوك السلوكيات السوية ويتعدون عن السلوكيات الخاطئة.
- إن الهدف النهائي للصحة النفسية هو إيجاد أكبر عدد من الأفراد الأسوياء. (الداهري، 2005، ص 203)

5-2- مظاهر الصحة النفسية:

للصحة النفسية علامات تنم عنها، ومؤشرات ترشد إليها، ودلالات تدل عليها، وتشير هذه المظاهر إلى مظاهر سلوكية محددة يتوافر الكثير منها لدى الشخص الذي يتمتع بدرجة عالية من الصحة النفسية، وهذه المؤشرات هي مؤشرات نوعية منها ما هو ذاتي لا يشعر بها إلا صاحبها ومنها ما هو خارجي ويدركه الآخرين. وقد صنف العديد من الباحثين والمختصين في الصحة النفسية على غرار (علاء الدين كفاقي 2005، قائمة بارون 1968، جهودا 1958)، عدة قوائم تحدد هذه المظاهر. ونأخذ على سبيل المثال لا الحصر مظاهر الصحة النفسية التي وضعها (بطرس حافظ بطرس، 2007) وهي كالآتي:

أ- التوافق الذاتي: وهو نجاح الانسان في التوافق بين دوافعه وحسن تكيفه مع نفسه، ورضاه عنها والتحكم فيها وحسم صراعاتها.

ب- التوافق الإجتماعي: ويقصد به حسن التكيف مع الآخرين في المجالات الاجتماعية التي تقوم على العلاقات بين الأفراد، وأهمها الأسرة والمدرسة والجامعة والمهنة، ويتضمن نجاح الفرد على إقامة علاقات اجتماعية راضية ومرضية، أي يرضى هو عنها ويرضى الآخرين بها. ويسعد الطرفان لها وتتسم هذه العلاقات بالتعاون والحب والتسامح والإيثار والثقة والاحترام والتقبل.

ت- الشعور بالسعادة وراحة البال: والأدلة على ذلك كثيرة كالشعور بالطمأنينة والأمن والرضا عن النفس، وتقبلها، واحترامها، والاستمتاع بالحياة وما بها من متع، مع الإقبال على الحياة ورضا الفرد عنها وما قسمه الله فيها.

ث- معرفة قدرات النفس وحدودها: فلكل منا قدرات وإمكانيات بدرجة معينة ومن الثابت أن لكل فرد جوانب قوة وجوانب ضعف. وأن يدرك الفرد هذه الحقيقة ويستثمر جوانب قوته ويتقبل نواحي ضعفه.

ج- النجاح في العمل: إن نجاح الفرد في عمله ورضاه عنه من المظاهر السلوكية التي تبرهن على الصحة النفسية ومن أهم عوامل النجاح في العمل ورضا الفرد عن عمله وميله إليه وتناسبه مع قدراته وتوافر فرص الترقى فيه.

ح- مواجهة الإحباط: حيث لا تخلو الحياة اليومية من الأزمات والشدائد أو الصعوبات التي يتعين على الفرد مواجهتها والصمود في وجهها، ومحاولة حلها والتغلب عليها وكلما كانت درجة الإحباط مرتفعة أشار ذلك إلى قدرة مرتفعة لدى الفرد على تحمل الشدائد ومواجهتها.

خ- الإقبال على الحياة: ويعني ذلك التحمس للحياة والرغبة الحقيقية في أن يعيشها الإنسان ويستمتع بما أحل الله له من الطيبات، ويكون مستبشرا ومتفائلا ويتوقع الخير، والاستمتاع بالجمال والانفعال به والتأثر به، وعكسها يكون الإحجام عن الحياة وتوقع الشر والتشاؤم. وتميز هذه الصفات الأخيرة مرض الإكتئاب.

د- الاتزان والثبات: يتسم الشخص بالإتزان الانفعالي والثبات الوجداني واستقرار الاتجاهات ونضج الانفعالات إلى حد بعيد ويعني وجود حالة من التماثل بين شدة الانفعال ومثيراته، فإن فرح الشخص أو حزنه يكون ذلك متوازيا مع المسببات التي سببت له هذه الحالة الانفعالية، والتماثل بين نوع المنبه ونوع الانفعال الناتج عنه.

ذ- حسن الخلق: فترى الانسان ذو الصحة النفسية على خلق عظيم في أكثر ما يعرض له من أقوال أو مواقف، لا يقترف الأثام، يبتعد عن الكبائر والصغائر ولا يقترّب الفواحش. إذا تحدث صدق وإذا وعد أوفى وإذا أُوْتِمِن أدى متواضعا ولا يتكبر، يخالق الناس بخلق حسن وقد أكد الباحثون وبرهنوا على أهمية هذا الجانب لتحقيق الصحة النفسية فقالوا إنها حالة يشعر فيها الإنسان بالرضا والارتياح عندما يكون حسن الخلق مع الله ومع نفسه ومع الناس.

ر- الخلو النفسي من الأعراض: فكلما قلت مظاهر الاضطراب النفسي دل ذلك على مدى الاستقرار النفسي للشخص. وهذه أهم مظاهر الصحة النفسية، حيث من الممكن أن تساعدنا في الاستدلال على درجة الصحة النفسية للفرد كما يمكن أن يستخدمها الفرد لتطوير شخصيته وتعميق شعوره بحالة الصحة النفسية لديه والوقاية من أمراضها. (بطرس، 2007، ص 39-41)

6-2- خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية: تتميز الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية حسب (زهران، 2005) بعدة خصائص تميزها عن الشخصية المريضة وفيما يلي هذه الخصائص:

- التوافق: ودلائل ذلك التوافق الشخصي ويتضمن الرضا عن النفس والتوافق الاجتماعي ويشمل التوافق الزوجي والتوافق الأسري والتوافق المدرسي والتوافق المهني.
- الشعور بالسعادة مع النفس: ودلائل ذلك الشعور بالسعادة والراحة النفسية لما للفرد من ماضٍ نظيف وحاضر سعيد ومستقبل مشرق واستغلال والاستفادة من مسرات الحياة اليومية، وإشباع الدوافع والحاجات النفسية الأساسية، والشعور بالأمن والطمأنينة

والثقة، ووجود اتجاه متسامح نحو الذات، واحترام النفس وتقبلها والثقة فيها، ونمو موجب للذات، وتقدير الذات حق قدرها.

■ الشعور بالسعادة مع الآخرين: ودلائل ذلك حب الآخرين والثقة فيهم واحترامهم وتقبلهم، والاعتقاد في ثقتهم المتبادلة، ووجود اتجاه متسامح نحو الآخرين (التكامل الاجتماعي)، والقدرة على إقامة علاقات اجتماعية سليمة ودائمة (الصدقات الاجتماعية)، والانتماء للجماعة والقيام بالدور الاجتماعي المناسب والتفاعل الاجتماعي السليم، والقدرة على التضحية وخدمة الآخرين، والاستقلال الاجتماعي، والسعادة الأسرية، والتعاون وتحمل المسؤولية الاجتماعية.

■ تحقيق الذات واستغلال القدرات: ودلائل ذلك فهم النفس و التقييم الواقعي الموضوعي للقدرات والإمكانات والطاقات، وتقبل نواحي القصور وتقبل الحقائق المتعلقة بالقدرات موضوعيا، وتقبل مبدأ الفروق الفردية واحترام الفروق بين الأفراد، وتقدير الذات حق قدرها، واستغلال القدرات، والطاقات والإمكانات الى أقصى حد ممكن، ووضع اهداف ومستويات طموح وفلسفة حياة يمكن تحقيقها، وإمكان التفكير والتقرير الذاتي، وتنوع النشاط وشموله، وبذل الجهد في العمل والشعور بالنجاح فيه والرضا عنه، والكفاية و الإنتاج.

■ القدرة على مواجهة مطالب الحياة: ودلائل ذلك: النظرة السلمية الموضوعية للحياة ومطالبها ومشكلاتها اليومية، والعيش في الحاضر والواقع والبصيرة والمرونة والإيجابية في مواجهة الواقع، والقدرة على مواجهة احباطات الحياة اليومية، وبذل الجهود الايجابية من اجل التغلب على مشكلات الحياة وحلها، والقدرة على مواجهة معظم المواقف التي يقابلها، وتقدير وتحمل المسؤوليات الاجتماعية، وتحمل مسؤولية السلوك الشخصي، والسيطرة على الظروف البيئية كلما أمكن والتوافق معها، والترحيب بالخبرات والأفكار الجديدة.

■ التكامل النفسي: ودلائل ذلك الأداء الوظيفي الكامل المتكامل المتناسق للشخصية ككل (جسميا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا)، والتمتع بالصحة ومظاهر النمو العادي.

■ السلوك العادي: ودلائل ذلك: السلوك السوي العادي المعتدل المألوف الغالب على حياة غالبية الناس العاديين، والعمل على تحسين مستوى التوافق النفسي، والقدرة على التحكم في الذات وضبط النفس.

■ حسن الخلق: ودلائل ذلك: الأدب و الالتزام وطلب الحلال واجتناب الحرام وبشاشة الوجه وبذل المعروف وكف الأذى وإرضاء الناس في السراء والضراء ولين القول وحب الخير

للناس والكرم وحسن الجوار وقول الحق وبر الوالدين، والحياء والصالح والصدق والبر والوقار والصبر والشكر والرضا والحلم والعفة والشفقة.

■ العيش في سلامة وسلام: ودلائل ذلك: التمتع بالصحة النفسية و الصحة الجسمية والصحة الاجتماعية، والأمن النفسي والسلم الداخلي والخارجي، والإقبال على الحياة بوجه عام والتمتع بها، والتخطيط للمستقبل بثقة و أمل(زهران، 2005، ص 13-14).

3- البيئة المدرسية والصحة النفسية للمتعلم:

تلعب البيئة دوراً هاماً في تشكيل شخصية الإنسان، سواء كانت هذه البيئة جغرافية أو اجتماعية، وما تحتويه هذه البيئة الاجتماعية من الأسرة والمدرسة ودور العبادة وجماعة الرفاق ووسائل الإعلام، وتبدأ البيئة تأثيرها في شخصية الفرد بعد فترة الحمل وبيئة الرحم ثم الأسرة والمدرسة، وعند الحديث عن البيئة المدرسية؛ فإننا لا نقصد هنا البيئة المادية للمدرسة فحسب، بل نقصد الحدود المادية للمدرسة وما تحتويه من مباني وتجهيزات ووسائل وأدوات وكتب دراسية، ومعامل وأجهزة، ومعلمين وموظفين، وعمال، وأنشطة أكاديمية واجتماعية وترفيهية ورياضية. (السيد، 2015، ص 273)

3-1- الأسباب الداعية للاهتمام بالصحة النفسية للتلاميذ في المدرسة:

هناك العديد من الأسباب التي تدعونا الى ذلك ومنها:

- إن هذه المرحلة من العمر تعد مرحلة نمو وتطور ونحدث خلالها العديد من التغيرات الجسمانية والعقلية والنفسية والاجتماعية والعاطفية، تلك التغيرات تخضع لعديد من القياسات والمعايير التي يجب اجراؤها لضمان حسن النمو الجسماني والعقلي والنفسي وتحقيق اللياقة البدنية الكاملة للتلاميذ.

- إن الاطفال في هذه المرحلة من العمر يمثلون قطاعا كبيرا وهاما من العدد الاجمالي للسكان، وهذا القطاع يمكن العناية به صحيا ونفسيا عن طريق توفير البرامج الصحية المدرسية وبرامج التوعية والتثقيف النفسي والاجتماعي.

- إن الصحة النفسية والجسمية الجيدة شرط هام للتحصيل المدرسي الناجح.

- إن التعليم والتربية المدرسية يعتبران فرصا جيدة للتثقيف الصحي النفسي السليم للتلاميذ وعن طريقهم يمكن أن تمتد تأثيراته الايجابية للأباء، وكذلك عند تكوينهم لأسرهم في المستقبل بالاضافة الى تأثيراته على مجتمعات التلاميذ المحلية. (عبد الله أحمد، 2017، ص. 368)

3-2- أهمية البيئة المدرسية الإيجابية :

لقد جاء في (صولي، 2014) أن أهمية البيئة المدرسية تبرز من خلال تأثيرها المباشر على قدرة المؤسسة على إنجاح وتحقيق أهدافها المنشودة بكفاءة وفعالية، وهذا ما أثبتته العديد من الدراسات التي تناولت أهمية توفر المناخ المدرسي الإيجابي في المؤسسات التعليمية لما له من علاقة وطيدة بالمتغيرات التربوية المختلفة. ويمكن إبراز أهمية البيئة المدرسية الإيجابية بشكل أكثر تحديدا في النقاط التالية:

- البيئة المدرسية الإيجابية لها تأثير واضح على أداء الأفراد ورضاهم، واتجاهاتهم، ودافعيتهم للعمل.

- يساهم في تحسين مستوى المعلمين وجميع أفراد الطاقم التربوي و شعورهم بالالتزام والثقة ورفع الروح المعنوية لديهم.

- تشمل البيئة المدرسية الإيجابية المعايير والقيم والتوقعات التي تدعم شعور جميع أفراد المؤسسة التربوية بالأمن اجتماعيا وعاطفيا و جسديا، كما يساهم في شعورهم بروح المشاركة والاحترام، حيث يساهم كل فرد ينتمي إلى المدرسة في العمليات التعليمية و رعاية البيئة المادية، يعمل المعلمون بشكل خاص على نمذجة و تعزيز المواقف التي تؤكد على الفوائد والرضا من التعلم وبالتالي يؤثر و بقوة في دافع الطالب للتعلم.

- تتيح للطلبة والأسر و جميع الأفراد العاملين بالمدرسة فرص العمل معال تطوير والمساهمة في رؤية مدرسة مشتركة.

- تساهم في التقليل من أثر المشكلات النفسية التي قد يواجهها كل من الطلبة والأفراد العاملين بالمدرسة وذلك من خلال فتح مجال الحوار وتقديم المساعدات اللازمة والتدخل المبكر إن أمكن. (بوفاتح، وبن عون، 2017، ص. 117)

3-3- مسؤوليات المدرسة بالنسبة للنمو النفسي والصحة النفسية :

- تقديم الرعاية النفسية إلى كل طفل ومساعدته في حل مشكلاته والانتقال به من طفل يعتمد على غيره إلى طفل يعتمد على نفسه.
- تعليمه كيف يحقق أهدافه بطريقة ملائمة تتفق مع المعايير الاجتماعية مما يحقق توافقه الاجتماعي.
- مراعاة قدراته في كل ما يتعلق بالتربية والتعليم الاهتمام بالتوجيه والإرشاد النفس للتلميذ.
- الاهتمام بعملية التنشئة الاجتماعية في تعاون مع المؤسسات الاجتماعية الأخرى.

- مراعاة كل ما من شأنه ضمان نمو الطفل نمواً نفسياً سليماً .

وبالتالي " فالمدرسة تقوم بدور هام بجانب الأسرة والمجتمع في المشاركة بالدعم النفسي اللازم لتحقيق الصحة النفسية للتلاميذ، وذلك من خلال تزويدهم بالخبرات والمهارات المختلفة للنمو النفسي والجسمي والعقلي واللغوي والانفعالي، إضافة إلى تحقيق التفاعل الاجتماعي البناء داخل المدرسة؛ كما أن للمدرسة دوراً في المساهمة بتوسيع دائرة هذه المعارف والمعايير والاتجاهات وتنظيمها، وبيداً احتكاكاً وتفاعل الطفل من خلال المدرسة بعناصر جديدة على حياته ممثلة بالمدرسين والتلاميذ والمنهاج الدراسي بجوانبه المختلفة" (السيد، 2013، ص. 103)

3-4- الصحة النفسية والمجتمع المدرسي:

إن أهمية الحفاظ على الصحة النفسية وتعزيزها بالنسبة للطلاب و الكادر التربوي، تمثل أهمية الحفاظ على الصحة البدنية، وذلك من خلال ما يمر به بعض التلاميذ من مشكلات قد تعوق النمو النفسي السليم لديهم، والتي تؤثر تأثيراً كبيراً على قدرتهم على الاستيعاب والفهم، ومن ثم على تحصيلهم الدراسي وصحتهم النفسية. كما أن سلامة الحالة النفسية للطلاب تزيد من ثقته بنفسه واحترامه لذاته، وتدعم قدرته على اتخاذ القرارات السليمة، وتجنبه السلوكيات الخطرة، إضافة إلى تقديم المشورة وبرامج الدعم الاجتماعي بشكل فعال في المدرسة، والذي يعتبر جزءاً مهماً من برامج الصحة المدرسية.

وبناءً على ذلك نجد أن علماء النفس والتربية أولوا البيئة المدرسية عناية خاصة، لأنها أهم البيئات التي تؤثر في بناء شخصية الطالب وتوافقه واتجاهاته، فالطالب الذي يجد في بيئته المدرسية ما يساعده على النمو والشعور بالأمن والتقدير يكون متوافقاً معها، أما إذا كان يسودها الإحباط والتهديدات، أو النظر إلى الطالب نظرة دونية؛ والتي من الممكن أن تؤدي إلى حدوث اضطرابات سلوكية واتجاهات سلبية تجاه مدرسته والدراسة فيها. (هندي، 2011، ص 105)

3-5- عائد الصحة النفسية على المجتمع المدرسي:

أ- العائد على التعليم:

- يقلل من التسرب المدرسي.
- يقلل من الغيابات من المدرسة.

- انخفاض السلوكيات غير المرغوبة في المجتمع المدرسي.
- ب- العائد على التلاميذ:
- يساعد في بناء علاقات متينة مع أقرانهم ومع المجتمع.
- يزيد من قدرتهم على الثبات في الأزمات والشدائد.
- المحافظة على الشخصية المتكاملة.
- التوافق والتكيف مع الواقع والمعايير الاجتماعية.
- الاتزان الانفعالي.
- تحقيق النجاح في الحياة. (لجنة الصحة النفسية المدرسية بوزارة التربية والتعليم للمملكة العربية السعودية، 1434، ص. 33)
- 6-3- الأساليب النفسية المستخدمة في المدرسة:
- دعم القيم الاجتماعية عن طريق المناهج.
- توجيه النشاط المدرسي.
- تعليم الأدوار والمعايير الاجتماعية والقيم.
- الثواب والعقاب.
- تقديم نماذج صالحة للسلوك السوي.
- تؤثر العلاقات الاجتماعية في المدرسة على الصحة النفسية للتلميذ والتوافق المدرسي على النحو التالي:
- العلاقات بين المعلم والتلاميذ التي تقوم على أساس من الديمقراطية والتوجيه والإرشاد السليم تؤدي إلى حسن العلاقة بين المعلم والتلاميذ وإلى النمو التربوي النفسي السليم.
- العلاقات بين التلاميذ بعضهم وبعض التي تقوم على أساس التعاون والفهم المتبادل تؤدي إلى الصحة النفسية.
- العلاقات بين المدرسة والأسرة التي تكون دائمة الاتصال تلعب دوراً هاماً في إحداث عملية التكامل بين الأسرة والمدرسة في عملية رعاية النمو النفسي للتلاميذ.
- التربية عملية حياة يتعلم فيها الفرد الحياة عن طريق نشاطه هو وب توجيه المربي.
- 7-3- دور المدرس في العملية التربوية في رعاية النمو النفسي:
- يلعب المدرس دوراً هاماً في عملية التربية في رعاية النمو النفسي وتحقيق الصحة النفسية للتلميذ، والمدرس ليس ناقل معلومات ومعارف فقط ولكنه أيضاً معلم مهارات

التوافق، ومشخص مظاهر وأعراض أي اضطراب سلوكي، ومصصح ومعالج لهذا الاضطراب، ويجب أن يتمتع المربون أنفسهم بالصحة النفسية. لهذا يجب حل مشكلات المدرسين وسوء توافقهم الشخصي والاجتماعي، حيث تتأثر الصحة النفسية للتلاميذ بشخصية المربي الذي يجب أن يكون قدوة صالحة، وكلما كانت العلاقة سوية بين المربين والأولاد وبين الأولاد بعضهم وبعض وبين المدرسة والأسرة كلما ساعد ذلك على حسن توافقهم النفسي وشعورهم بالأمن مما يؤدي إلى النجاح والتفوق. وعلى المدرس أن يعمل كمربي يعلم ويوجه ويعالج، ومفهوم المدرس - المرشد من أهم المفاهيم التي يجب أن نضعها في الحسبان في إعداد المعلم، والتربية تشترك في كثير من أهدافها مع الصحة النفسية. (الخواجة، 2010، ص 33-34)

4- مدى اهتمام المشرع الجزائري بالصحة النفسية للمتعلم:

لقد وجد كل من (جغلولي وتالي، 2020) في دراستهما الموسومة الصحة النفسية المدرسية في التشريع التربوي بين الص القانوني والواقع التربوي أنه وبالتتبع التاريخي للإصلاحات التربوية ولمحتوى التشريعات، لا نجد مادة واحدة تتكلم عن الصحة النفسية كمفهوم صريح، ومنذ الاستقلال والتشريعات التربوية تتكلم عن النظافة الجسدية والرقابة الدورية للمتعلمين، والكشف المبكر للأمراض المعدية والإبلاغ عنها وعزل المرضى وغيرها من الإجراءات. ولعل ابرز ما يظهر هذا الغياب لمفهوم الصحة النفسية في مختلف تلك التشريعات التربوية هو ذلك الملف الصحي للتلميذ والذي يتضمن التلقيحات التي أجراها وفقط.

وتوصلا كذلك إلى أنه حتى مع الإصلاحات الأخيرة ظل هذا المفهوم غائبا، ولم يظهر إلا في مصطلح الرعاية الصحية، والتي لم يحدد التشريع المدرسي ماذا تعنيه؟ ومن يقوم بها؟ وكيف يستفيد منها التلميذ؟ وظل مستشار التوجيه مكلفا بما لا يطبق من أعمال إدارية وتربوية وتوجيه واجتماعات وغيرها، كما يكلف بمهام ليست من اختصاصه أصلا. كما اكتشفا كذلك أنه حتى بالنسبة للتربية البدنية كونها في نظر المشرع تجسد الصحة المدرسية بشقيها الجسدي والنفسي وفائدتها لصحة المتعلم، إلا أنها لا تلبي ذلك كونها تختلف من مؤسسة لأخرى ومن منطقة جغرافية لأخرى حسب الوسائل والإمكانات المتوفرة من جهة وحسب الثقافة السائدة من جهة أخرى، كما أن برمجتها تختلف من مستوى دراسي لآخر ولا تراعي خصوصيات النمو للمتعلم، كما أن اغلب المدارس تفتقد إلى ميادين صالحة لممارسة التربية البدنية.

إن سيطرت مفهوم الصحة المدرسية على التشريعات التربوية في الجزائر منذ الاستقلال إلى يومنا هذا يجعلنا نتساءل كيف يصبح هذا الجسم وصاحبه يعاني من اضطرابات نفسية وسلوكية ومشكلات في التكيف مع الوسط المدرسي والتفاعل مع أقرانه والاستجابة للمعلم في مختلف المواقف التعليمية، أمراض نفسية قد يكون منشؤها الأسرة أو المدرسة أو العلاقة بينهما، وكيف يكون مصير التلميذ إذا ما تفاقمت تلك الاضطرابات النفسية في سن الطفولة دون وجود من يكشف عنها ويشخصها ويتابعها؟ ويمكن أن تؤدي تلك الاضطرابات النفسية في هذه السن المبكرة إلى التمييز والوصم والاستبعاد مدى الحياة، بل ويمكن أن تحد من إمكانية الحصول على الخدمات الاجتماعية والتعليمية والصحية الحيوية على نطاق أوسع.

إن عدم إعطاء الأولوية للصحة النفسية للأطفال والمراهقين ينعكس أيضاً في التغطية المحدودة على الصعيد العالمي لبيانات الانتشار المتعلقة بالاضطرابات النفسية في هذه الفئة. وقد خلصت إحدى الدراسات إلى أن 124 بلداً من أصل 187 بلداً لم تكن لديها بيانات على الإطلاق عن أي اعتلال. وبدون استراتيجيات مركزية لمعالجة هذا النقص في البيانات، فإن ضعف التغطية في كل من البلدان المرتفعة الدخل والبلدان المنخفضة والمتوسطة الدخل، سيظل يعوق المناصرة والدعوة إلى الصحة النفسية للأطفال والمراهقين. وسيظل نقص البيانات أيضاً يعوق تخطيط وتخصيص الموارد الشحيحة المتاحة حالياً للصحة النفسية للأطفال والمراهقين. (مكتب الممثلة الخاصة للأمين العام المعنية بالعنف ضد الأطفال نيويورك، 2020، ص 6) فتبقى الصحة النفسية مقارنة بالصحة البدنية متدنية نسبياً، ولا يخصص لها ما يكفي من الموارد البشرية والمالية. كما تم تبيان ذلك في قائمة الأولويات في جدول أعمال السياسة العامة، (مكتب الممثلة الخاصة للأمين العام المعنية بالعنف ضد الأطفال نيويورك، 2020، ص 1)

خاتمة:

نخلص في الأخير إلى القول بأن المدرسة هي الإطار النفسي والاجتماعي الذي ينمو فيه المتعلم، ليتعلم أدواره في الحياة ويؤديها بفاعلية وعلى أكمل وجه، والتي لها دور كبير في رعاية التلاميذ وتحقيق الطمأنينة و الصحة النفسية لهم، إذا ما توفرت الشروط الضرورية لذلك، من خطط وبرامج للوقاية والرعاية النفسية لهم على غرار صحتهم البدنية، لذا تحمل المدرسة المسؤولية الكبرى في توفير الجو المناسب لتكوين التلميذ من كل الجوانب، فعلى القائمين عليها توفير البيئة المناسبة لصحة نفسية جيدة، الأمر الذي

لم يطرح صراحة في إصلاحات المنظومة التربوية الجزائرية منذ الاستقلال، بالرغم من أن ذلك يقدم الكثير لتحقيق الشخصية السوية المتوافقة مع متطلبات الحياة المدرسية، والقادرة على حل المشكلات التي تواجهها.
اقتراحات عملية:

- نشر الوعي بين كافة مؤسسات المجتمع وخاصة المدارس بأهمية الصحة النفسية والتعريف بالعوامل المسببة لتدهورها و الوقاية من الاضطرابات النفسية.
- على القائمين على هذه الفئة أن يجسدوا تلك الدراسات والأبحاث المتعلقة بصحة التلاميذ النفسية على أرض الواقع.
- ضرورة ايجاد تعاون بين المدارس ومراكز البحوث العلمية لتفعيل دور البحوث الصحية في المدارس.
- اقتراح السبل الكفيلة لتعديل وتكييف البيئة المدرسية للارتقاء بمستوى الاستقرار النفسي والاجتماعي للمتمدرس.

- المراجع:

- أبو أسعد. أحمد عبد اللطيف. (2015). الصحة النفسية منظور جديد. دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة. ط 1، عمان – الأردن.
- أحمد محمد عبد الخالق (2016). دليل تعليمات المقياس العربي للصحة النفسية. مصر. مطبعة الحضري للطباعة. مكتبة الأنجلو المصرية.
- الأحمدي. عبد العزيز بن عبد الله. (1999). الطريق إلى الصحة النفسية. ط 1. دار الفضيلة للنشر والتوزيع. الرياض.
- بطرس. حافظ بطرس. (2007). التكيف والصحة النفسية للطفل. دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط.1، عمان، الأردن.
- جغلولي. يوسف وتالي. جمال. (2020). الصحة النفسية المدرسية في التشريع التربوي بين النص القانوني والواقع التربوي. مجلة العلوم الانسانية. المجلد 31. العدد 1. ص. ص 307-316.
- الخواجه. عبد الفتاح. (2010). مفاهيم أساسية في الصحة النفسية والإرشاد النفسي. دار البداية ناشرون وموزعون. عمان الأردن.

- الداھري. صالح حسن أحمد. (2005). مبادئ الصحة النفسية. الأردن. دار وائل للنشر. ط1.
- راجح. أحمد عزت. (1968). أصول علم النفس. دار الكتاب العربي للطباعة والنشر. ط7. القاهرة. مصر.
- زهران. حامد عبد السلام. (2005). الصحة النفسية والعلاج النفسي. عالم الكتب للنشر والتوزيع والطباعة، ط4، مصر، القاهرة.
- السيد. منى توكل. (2013). مفاهيم أساسية في الصحة النفسية. الرياض. دار الناشر الدولي.
- السيد. أحمد رجب محمد. (2015). البيئة المدرسية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى التلاميذ المعاقين عقليا بالمرحلة الابتدائية بمحافظة الإحساء. مجلة البحث العلمي في التربية. العدد 16. ص -ص 267 - 288
- الطيب. محمد عبد الظاهر و الهياص. سيد احمد. (2009). الصحة النفسية و علم النفس الايجابي. مصر. مكتبة النهضة المصرية. ط1.
- عبد الله أحمد. عبير نجم. (2017). دور الوعي الاجتماعي في تعزيز الصحة النفسية للمرحلة الراهنة. العراق أنموذجا. مجلة لارك للفلسفة واللسانيات والعلوم الاجتماعية. العدد 26. ص. ص 353 – 376.
- القذافي. رمضان محمد. (1998). الصحة النفسية والتوافق. ط3. المكتب الجامعي الحديث. الإسكندرية.
- القريطي، عبد المطلب أمين. (1998). في الصحة النفسية. القاهرة. دار الفكر العربي. ط1
- كامل الشربيني. منصور. (2010). الصحة النفسية للعاديين وذوي الاحتياجات الخاصة. دار العلم و الإيمان للنشر و التوزيع.
- لجنة الصحة النفسية المدرسية بوزارة التربية والتعليم للمملكة العربية السعودية. (1434). دليل الصحة النفسية المدرسية. كتبة الملك فهد الوطنية.

- محمد. قاسم عبد الله. (2004). مدخل إلى الصحة النفسية. عمان. دار الفكر للنشر والتوزيع.
- معتوق. خولة ومجاهدي. الطاهر. (2021). التوافق النفسي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى المكفوفين دراسة ميدانية بمدرسة المكفوفين بالمسيلة"، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية. المجلد. (6). العدد. (1). ص 99-72.
- منصور محمد. عبد الصبور. (2012). البيئة الاجتماعية وعلاقتها ببعض الاضطرابات السلوكية لدى التلاميذ المعاقين فكرياً وأقرانهم العاديين. مجلة كلية التربية بالزقازيق. العدد 24. ص. ص 155-205.
- هندي. صالح. (2011). واقع المناخ المدرسي في المدارس الأساسية في الأردن من وجهة نظر معلمي التربية الإسلامية وطلبة الصف العاشر وعلاقته ببعض المتغيرات. المجلة الأردنية في العلوم التربوية. 7 (2). ص. ص 105 – 123.