

أبعاد ومستويات الصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

-دراسة ميدانية على مستوى ثانويات مديرية التربية لولاية البويرة-

Dimensions and levels of mental health for the secondary school student

Field study at the secondary level of the Directorate of Education -
- in the State of Bouira

د/ نبيل منصوري¹

Mail : sami.alimehni@gmail.com جامعة البويرة، الجزائر¹

تاريخ القبول: 2018/03/04

تاريخ الاستلام: 2018/02/23

Mail : sami.alimehni@gmail.com

المؤلف المرسل: نبيل منصوري،

الملخص:

هدفت الدراسة الى التعرف على مستويات الصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية لدى عينة من التلاميذ المراهقين ولتحقيق ذلك استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي على عينة من 200 تلميذ وتلميذة اختيرو بطريقة عشوائية وطبق عليهم مقياس مقياس الصحة النفسية الزبيدي وثناء مجول الهزاع، (1997)، و توصلت النتائج إلى أن:

- 1-توجد مستويات متوسطة للصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- 2-هناك تقارب في البعد النفسي لمستويات الصحة النفسية لدى التلاميذ المراهقين.. وفي ضوء ذلك أوصى الباحثون بما يلي:
 - 1-البناء الواقعي للاهداف المستقبلية وتجنب بناء الاهداف المستحيلة .
 - 2-البناء الواقعي للاهداف المستقبلية وتقويتها .
 - 3-التركيز على البرامج الإرشادية والوقائية التي تهدف إلى تربية التفكير المنطقي والواقعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية؛ التلاميذ المرحلة الثانوية.

Abstract:

The study aimed to identify the mental health levels of high school students among a sample of adolescent students. To achieve this, the researcher used the analytical descriptive method on a sample of 200 male and female students chosen randomly and applied to them the mental health scale Al-Zubaidi and Sanaa Majool Al-Hazaa (1997). The results indicate that:

1- There are average levels of mental health among secondary school students.

2- There is a convergence in the psychological dimension of mental health levels among adolescent pupils.

In light of this, the researchers recommended the following:

1- Realistic construction of future goals and avoid building impossible goals.

2- Realistic construction of future goals and strengthening them.

3- Focusing on counseling and preventive programs that aim to educate rational and realistic thinking among secondary school students.

Key words: mental health; High school pupils.

مقدمة:

يعيش الناس في عالم متغير بكل ما فيه من مكونات وهذا يحتاج إلى التغيير في كل مجالات الحياة، فالعلم من الأمور المهمة التي يحتاج إليها كل مجتمع ليصل إلى مرحلة الرقي والتطور، فهو بطبيعته مستمر ويعيش في عالم متغير، فالانفجار المعرفي والتطور العلمي الذي يشهده هذا الزمان يجعل الأمم تتسابق فيما بينها لتحتل مركزاً مرموقاً وذلك كله يحتاج إلى الصحة العامة الشاملة.

ولكي يوصل إلى هذه المكانة والمسؤولية كبيرة تقع على جميع المحيطين سواء المرين والمدرسين في الجامعات نظراً لكم الهائل من التحديات التي تحيط بحياة الطالب من ظروف وضغوط لأن الطالب يقضي معظم وقته في الجامعة أو الإقامة أكثر مما يقضيه بين أبناء

أسرته وهنا قد تنشأ مجموعة من العلاقات بين الطلبة قد تحدد نوع الرغبات والميول التي يشعر بها الطالب وتغير مجرى حياته لمنحى معين . وقد يصاب الطالب وخاصة في المرحلة الأولى بنوع من التوتر الناتج عن الاغتراب النفسي والقلق وعدم تحقيق الاهداف مع الهوة الكبيرة بين الاحلام المرسومة قبل دخول الجامعة وبين واقعها وعدم التكيف مع المحيط الموجود فيه على عكس طلبة المراحل المتقدمة والذين قد أصبحت حياتهم تعتمد على وجودهم في الجامعة. مما يولد تداخلات نفسية تتحول لصراعات نفسية لان الانتقال من المرحلة الثانوية إلى الكلية له اثر كبير في إبراز هذه الصراعات بين الاحتياجات التي يشعر بها الطالب وبين تكيفه مع المحيط الجديد.

وهنا يأتي الدور الكبير للصحة النفسية وهي قدرة الفرد على التكيف مع الحياة متأثراً ومؤثراً في بيئته وقادراً على التواءم معها بما يخدم الكفاية والسعادة وهي أيضاً تكيف الفرد مع الآخرين والعيش بفعالية وتوافق الفرد مع نظم ومعايير ذلك المجتمع . وهنا تلعب الصحة النفسية دورا كبيرا في قدرة الطالب على ضبط النفس ومواجهات الأزمات النفسية التي قد تحدث بسبب عدم القدرة على التكيف الدراسي بسبب حالة اللاتوازن واللاتكامل بين الوظائف النفسية للفرد⁽¹⁾.

فالأهداف التي يتمتع بها علم الصحة النفسية نجدها توائم الاتجاهات الحديثة في التربية والتعليم فكلها يرسم شخصيات ناضجة متكاملة ومتعاونة تنمو نمواً طبيعياً وتندرب لتعيش سعيدة ومنتجة في بيئتها الاجتماعية في الإطار المدرسي نلاحظ ان الطلاب يختلفون فيما بينهم باختلاف آثار بيئاتهم المختلفة لكنهم يتأثرون بالمؤثرات نفسها التي تحتوي عليها بيئة المدرسة علما ان التلاميذ في المدرسة يمثلون المجتمع بكافة طبقاته وفتاته الاجتماعية والاقتصادية والثقافية ومن هنا يأتي دور المدرسة بما فيها الإدارة بوجه عام والمعلم بوجه خاص لتكليف الطالب وتوجيهه للحياة بكافة مناحيها ومفاصلها الاجتماعية والثقافية والوجدانية فضلا عن التوجيه العلمي والخلقي واستثمار طاقاتهم الى أقصى حد وتوجيه ميولهم وبناء اتجاهات سليمة نحو الحياة

حيث أنه لا يمكن التواصل مع المستوى العلمي العالي إلا في وجود التلاميذ في مناخ صحي سليم غير مضطرب، فقد انعكس أثر التطور العلمي على حياة الإنسان بشكل عام وفي مجال الثانوية بشكل خاص، وقد لوحظ أن ضغوط الجامعة قد أصبحت من الظواهر الطبيعية التي تتطلب من التلميذ التعايش والتكيف معها، ومن أهداف الصحة النفسية أن يعيش الإنسان في استقلالية تامة لكي يحقق إمكانية التعلم الذي طالما يدفع المجتمعات في طريق التطور والرخاء، فالعلم والصحة النفسية كل يدفع باتجاه الآخر، نحن نتعلم لنحقق ذواتنا ولكي نغير في عالمنا المادي وغير المادي وامتثالاً لأمر الله جل جلاله⁽²⁾.

وتسعي الصحة النفسية جاهدة إلى الوصول بالفرد للرضا والانسجام النفسي والاجتماعي والروحاني لتحقيق مستويات عالية من العلم والمعرفة، وبالتالي لا يمكن للعلم أن يحقق أهدافه بعيداً عن الصحة النفسية، ولا يمكن أن تتحقق أهداف الصحة النفسية بعيداً عن العلم والمعرفة.

ولهذا تكمن أهمية الدراسة الحالية في دراسة مستويات وابعاد الصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

الاشكالية:

يعيش التلميذ بين الأسرة و المجتمع والمدرسة، فالأسرة هي المدرسة الاجتماعية الأولى للفرد منذ طفولته وعبر مراحل حياته، وهي المسؤولة الأولى عن التنشئة الاجتماعية، وتعتبر النموذج الأمثل للجماعة الأولية التي يتفاعل التلميذ مع أعضائها ويعتبر سلوكهم نموذجاً يحتذيه، ومن العوامل الأسرية المؤثرة في الصحة النفسية للطلاب: الصحة النفسية للوالدين والأخوة، وأساليب التنشئة، والمستوى الاجتماعي الاقتصادي، ومنها أيضاً العلاقات بين الوالدين والتلميذ، والعلاقات بين الأخوة، ومركز الطالب في الأسرة سواء كان وحيداً أو الأكبر أو الأصغر ... الخ، لذا فالصحة النفسية في الأسرة تتطلب مناخاً أسرياً، يحقق الحاجات النفسية وتنمية القدرات وتعليم التفاعل الاجتماعي والتوافق النفسي والأدوار الاجتماعية وتكوين الاتجاهات ومعايير السلوك والعادات السلوكية السليمة.

ومن هنا تعد الصحة النفسية من الأمور المهمة التي يستطيع التلميذ أن يوفق بينه وبين البيئة الثانوية الجديدة التي أصبح يعيش فيها فهي تساعد على العيش بسلام والتكيف ومواجهة التحديات والأزمات التي تواجهه بحيث يكون قادراً على التكيف مع تلك البيئة وبصورة عادية.

من هنا ينبغي لنا معرفة معنى الصحة النفسية وهي حالة يكون فيها التلميذ متوافقاً نفسياً، ويشعر بالسعادة مع نفسه وزملائه ومع الآخرين، ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته لأقصى حد ممكن ويكون قادراً على مواجهة مطالب الحياة المستقبلية، وتكون شخصيته متكاملة سوية، ويكون سلوكه عادياً، بحيث يعيش في سلامة وسلام.

والصحة النفسية حالة إيجابية تتضمن التمتع بصحة السلوك وسلامته لذا فالوصول إلى صحة نفسية متكاملة وسوية شيء صعب ومن هنا نكتشف مدى أهمية الصحة النفسية في حياتنا وكيف تساعدنا على مواجهة تحديات الطالب المستقبلي، وهي أيضاً في جوهرها عملية توافق نفسي، والتوافق النفسي عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الطالب المحيط والبيئة المستقبلية. ومن أجل ذلك تم طرح الاشكالية التالية: ما مستوى الصحة النفسية المميز لدى التلاميذ المرحلة الثانوية؟

اهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية الى التعرف على مستويات الصحة النفسية لدى التلاميذ المرحلة الثانوية.

تهدف الى الوصول الى التعرف على أبعاد الصحة النفسية لدى التلاميذ المرحلة الثانوية..

مصطلحات الدراسة:

الصحة النفسية:

منظمة الصحة العالمية (WHO): " هي ليست مجرد خلو الفرد من المرض النفسي أو العقلي فقط وإنما هي فوق ذلك، حالة من الاكتمال الجسمي والنفسي والاجتماعي لدى الفرد"(3) .

عرفها مغاربوس "(1974) درجة نجاح الفرد في التوافق الداخلي بين دوافعه ونوازعه المختلفة وفي التوافق الخارجي وفي علاقاته في بيئته المحيطة بما فيها ومن فيها من موضوعات وأشخاص (4) .

فريدمان 1997: قدرة الفرد على التأقلم مع المتغيرات اليومية والتفاعل الاجتماعي، من دون الخوض في سلوكيات أو مشاعر غير ملائمة، والصحة النفسية هي أكثر من مجرد غياب الاضطرابات النفسية والعقلية، ويمكن أن تتأثر بالعوامل الداخلية(الفرد ذاته) وبالعوامل الخارجية (خارجة عن إرادة الفرد مثل خلل بيولوجي أو مرض عضوي " .

التعريف الاجرائي للصحة النفسية: تعتبر حالة نسبية يكون فيها الطالب الجامعي في حالة من الاكتمال الجسمي والنفسي والاجتماعي، ويعبر فيها عن الدرجة التي يحصل فيها المستجيب سواء كان طالبا وطالبة في مقياس الصحة النفسية المعد لهذا الغرض.

الخلفية النظرية للدراسة:

1- الصحة النفسية: تعددت مفاهيم الصحة النفسية وفقاً لاختلاف النظريات النفسية والأطر الفكرية التي تبناها الباحثون، إلا أننا نجد اتفاقاً ملموساً بين العلماء على أهم الدعائم التي تقوم على أساسها .وعليه يتميز مفهوم الصحة النفسية بالاستمرارية والنسبية، ويتأثر بالأطر الثقافية للمجتمعات، ويؤكد إلى أن الصحة النفسية حالة دائمة نسبياً، فهي ليست ثابتة إما تتحقق أو لا تتحقق، وإنما هي حالة دينامية متحركة ونسبية تتغير من فرد إلى آخر، ولدى الفرد ذاته من وقت إلى آخر، كما تختلف معاييرها تبعاً لمراحل النمو التي يمر بها الفرد، وتتغير تبعاً لتغير الزمان وتغير المجتمعات.

كما تعتمد الصحة النفسية على السلوك السوي، وأن الخصائص المرغوب فيها لها تعكس الأداء الوظيفي الفعال؛ وهو عبارة عن سلوكيات تعبر عن تماسك الشخصية

وتكاملها وتزائها في مواجهة مختلف الضغوط الحياتية، وتحمل المسؤوليات الاجتماعية والسيطرة على الظروف البيئية قدر الاستطاعة والتوافق معها. لهذه الخصائص المرغوب فيها أهميتها في تسطير أهداف إجرائية عملية على حد قول .

تتخذ مظاهر الصحة النفسية أهدافاً لعملية التطبيع الاجتماعي والتنشئة الاجتماعية وللعملية التربوية والسلوك العملي في مختلف مجالاته وعلى مستوى مختلف مراحل النمو، كما تكون نبراساً في عملية الإرشاد والعلاج النفسي وعمليات التأهيل المختلفة".

2- جودة الحياة والصحة النفسية:

زاد اهتمام الباحثين والاختصاصيين النفسيين والسيكولوجيين بمفهوم جودة الحياة منذ بداية النصف الثاني للقرن العشرين كمفهوم مرتبط بعلم النفس الإيجابي والعلاقات الاجتماعية المترنة القريبة الى الميثالية والتكامل، والذي جاء استجابة إلى أهمية النظرة الإيجابية إلى حياة الأفراد كبديل للتركيز الكبير الذي أولاه علماء النفس للجوانب السلبية من حياة الأفراد، وقد تعددت قضايا البحث في هذا الإطار، فشملت الخبرات الذاتية والعادات والسمات الإيجابية للشخصية، وكل ما يؤدي إلى تحسين جودة الحياة، وقد أكدت دراسات القرن الماضي أن الجانب الإيجابي في شخصية الإنسان هو أكثر بروزاً من الجانب السلبي، وأن هذين الجانبين لا يمثلان بالضرورة اتجاهين متعاكسين، وإنما يتحرك السلوك الإنساني بينهما طبقاً لعوامل كثيرة مرتبطة بهذا السلوك (جبر، 2005)

وعلى الرغم من أن مفهوم الجودة يطلق أساساً على الجانب المادي والتكنولوجي، لكن يمكن استخدامه للدلالة على بناء الإنسان ووظيفته ووجدانه، وجودة الإنسان هي حسن توظيف إمكانياته العقلية والإبداعية، وإثراء وجدانه ليتسامى بعواطفه ومشاعره وقيمه الإنسانية، وتكون المحصلة جودة الحياة وجودة المجتمع.

والحق أن مفهوم جودة الحياة مجال من مجالات علم النفس، ولعلم النفس دوره المهم في دراسة السلوك الإنساني وتنميته وتحسينه، والسلوك الإنساني هو الذي يسهم في

تحقيق أو عدم تحقيق جودة البيئة المحيطة بالإنسان والخدمات التي تقدم له؛ أي أن جودة السلوك الإنساني تسهم بدرجة كبيرة في تحقيق جودة الحياة والجودة هنا يقصد بها درجة الدقة والإتقان (محرم 1994)
الاجراءات المنهجية للدراسة:
منهج الدراسة:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي، لان طبيعة المشكلة المدروسة هي التي تحدد المنهج الملائم لبحث المشكلة يعد من الخطوات التي يترتب عليها نجاح البحث وعلى هذا الأساس لملائمة طبيعة المشكلة المراد حلها .
مجتمع الدراسة وعينته : تم تحديد مجتمع الدراسة وهم جميع تلاميذ المرحلة الثانوية على مستوى مديرية التربية لولاية البويرة للعام الدراسي 2016-2017.
عينة الدراسة:

اما عينة الدراسة فهي 280 تلميذ وتلميذة من 08 ثانويات اختيرو بطريقة عشوائية
أدوات الدراسة :

- المصادر والمراجع العربية

- مقياس الصحة النفسية: أعده كامل الزبيدي وسناء مجول الهزاع، (1997) ويتكون من (24) فقرة و(3) بدائل للإجابة وان مفتاح التصحيح للمقياس هي من (1-3) لل فقرات الايجابية ومن (3-1) لل فقرات السلبية وان أعلى درجة هي (72) وأدنى درجة كلية محتملة هي (24)، والمتوسط الفرضي للمقياس هو (48) درجة.

عرض وتحليل النتائج:

ت	الفقرات	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	التقييم
1	أجد نفسي أراجع الأعمال التي قدمت بها مرارا دون سبب	1.23	53.66	متوسط
2	أنا دقيق ومتمزم في كل مجالات حياتي.	0.78	44.43	ضعيف
3	أشفق كثيرا من المبالغ لشراء الملابس.	1.32	54.33	متوسط
4	من طبيعي أن لا أشغل كثيرا.	2.13	80.76	عالي
5	أشعر بعدم استطاعتي على إشباع حاجاتي الجنسية.	0.70	43.66	ضعيف
6	أحافظ دائما على سلامة جسي.	2.8	90.13	عالي
7	أستسلم لقرص الموت.	1.30	54	متوسط
8	أؤذي القرئض الدينية.	2.15	81.13	عالي
9	أجد نفسي مشغول البال خوفا من الإصابة بمرض لا يرجى شفاؤه.	0.74	44	ضعيف
10	أعتقد أن النظافة مهمة جدا بحيث تأتي بعد مخافة الله من حيث الأهمية.	2.9	97	عالي
11	أتردد دائما في اتخاذ قرار.	1.23	53.66	متوسط
12	أشعر بأن الحياة سعيدة.	0.74	44	ضعيف
13	أستمتع كثيرا عندما أكون مركز اهتمام الآخرين.	2.02	77.56	عالي
14	أتعامل بصدق مع الآخرين.	2.13	80.76	عالي
15	أحلم أحيانا أحلاما مزعجة تضايقي بعد النهوض من النوم	1.30	54	متوسط
16	لا أخاف الأماكن الطبية والمقنعة.	2.00	77	عالي
17	أحس بفقدان الرقبة الجنسية.	0.74	44	ضعيف
18	سعادتي كبيرة لكوفي خالي من العيوب.	1.97	75.45	عالي

تحليل نتائج الدراسة:

من خلال تحليل نتائج الدراسة والمبينة في الجدول رقم 01 تبين لنا ان اجابات عينة الدراسة على مقياس الصحة النفسية كانت عالية على العبارات (4-6-8-10-12-13-14-16-18-19-20-23-24) حيث بلغ النسبة المئوية ما بين (75.45% و 97%) والمتوسط الحسابي للعبارات ما بين (1.97 و 2.9) اما العبارات من كانت تقييمها متوسط فكانت العبارات التالية (1-3-7-11-15) حيث

بلغ النسبة المئوية ما بين (53.66% و 54.33%) والمتوسط الحسابي للعبارات ما بين (1.23 و 1.32) اما العبارات من كانت تقييمها ضعيف فكانت العبارات التالية (2- 5-9-17-21-22) حيث بلغ النسبة المئوية ما بين (44.66% و 44.33%) والمتوسط الحسابي للعبارات ما بين (0.70 و 0.78)

أما الدرجة العامة للمقياس فكانت بدرجة عالية حيث بلغ المتوسط الحسابي 1.63 وبنسبة مئوية بلغت 69.78

مناقشة نتائج الدراسة: ويرى الباحث أنه وفي ظل نتائج التساؤل المطروح والذي يبين الطالبة الجامعون يتمتعن بصحة نفسية عالية بناء على الدرجة التي حصلوا عليها على مقياس الصحة النفسية، ويعزو الباحثون هذه النتيجة إلى عوامل عديدة لعل أبرزها:

بيئة الثانوية لا تقل أهمية عن بيئة الاسرة من حيث أهمية عن جماعة الأسرة؛ إذ تتولى الجماعة الثانوية تنمية المهارات التي اكتسبت ووضعت بذورها الأولى في الأسرة بصورة علمية سليمة، ففي الثانوية تتكون الصداقات بين التلاميذ بعضهم البعض من خلال عملية التفاعل الاجتماعي التي تتولد عن الأنشطة المدرسية المختلفة، ويلعب التفاعل الاجتماعي الدراسي الناتج عن نشاط الجماعة دوراً في تنمية تفكير التلميذ، وفي مقدرتة على حل المشكلات والصعوبات التي تعترضه في حياته اليومية، والتلميذ يشعر من خلال مشاركته في النشاط المدرسي بتحمل المسؤولية وقيامه بها، وبتحقيقه لمكانته الاجتماعية، وفي جماعة الفصل يتعلم الكثير عن نفسه وعن زملائه، متمثلاً ذلك في القيم والمعايير الاجتماعية.

وليست الثانوية التي تستطيع تحقيق هذه الأهداف مجموعة من التلاميذ في بناءٍ يحتويهم جماعات، وفناء يُتيح لهم قدرًا من الحركة فحسب، ولكنها أولاً وقبل كل شيء ألوان من العلاقات الحية المُتشابكة، تُشترك فيها بكيانها المادي وجوّها المعنوي، وأعضاء الهيئة التربوية وتلاميذها معًا، ومُستهدفة آخر الأمر تنشئة جيل سليم صحيح النفس، تعلّم أفراده كيف يحبون وكيف يعملون للنجاح، وكيف يقابلون الفشل، وكيف يحاولون التوافق من جديد ويُقبلون على الحياة بأمل وحماس. وتشهد نموا اجتماعي و اقتصادي و حتى ثقافي بوتيرة ضعيفة على غرار هذه الولايات المستقطبة، ليوافجه التلميذ أو التلميذة على حد سواء مشكلة الحفاظ على إيديولوجيته و ثقافته أنه من المفروض عليهن التقليد و إلا مواجهة

الاستهزاء بهن و بالعادات التي قدمن بها من محل إقامتهن ،مهما كانت تحمل من سمات الخير و الطيبة أو كونها موروث ثقافي لهن وهذا ما يفسر النتائج المتوسطة في العبارات الاخرى. وهذا ما ذهبت اليه دراسة (محسن محمود و مهنا بشير عبد الله ،2013) في دراستهم بعنوان الصحة النفسية وعلاقتها بالندم الموقفي لدى طلاب وطالبات ثانوية

المتميزين والتميزات في مدينة الموصل. حيث اظهرت ان مستوى الصحة النفسية لدى الذكور أعلى من مستوى الصحة النفسية لدى الإناث إلا انه ليس هناك فرق في مستوى الشعور بالندم الموقفي بين الذكور والإناث سبب ارجعه الباحثان الي الطبيعة التلميذ ونظرته المستقبلية للجامعة.

وهنا يظهر الدور المدرسة فلا يقتصر على اعداد المناهج الدراسية والانشطة المدرسية فقط بل يجب الاهتمام ايضا بالصحة النفسية لطلابها او طالباتها ولا يخفى على الجميع ان الصحة النفسية المدرسية تعد مدخلا للسلوك الصحي ، لذا يجب ان تتضمن الصحة المدرسية خططا تربوية وبرامج ارشادية لا تتجزأ عن المناهج الدراسية للوقوف مع الطلاب والطالبات لمساعدتهم على التغلب على مشاكلهم النفسية والانفعالية والقضاء على اجواء الملل والفتور من الجو المدرسي وتعليمهم السلوك الصحي داخل المدرسة وخارجها ، وبلاضافة الى دور المدرسة لن ننسى دور المعلم او المعلمة بجانب دور المرشد او المرشدة الطلابية في تحقيق التوافق النفسي للطلاب، فالطلاب متعطشون دائما الى الدعم النفسي من معلمهم والانعاش النفسي من المرشد الطلابي بالاضافة الى مدير او مديرة المدرسة، فهم الواجهة الاولى وهم المحركون لكافة الافراد في المدرسة بتوجيهاتهم ونصائحهم، فلا بد ان تتضمن خططها وانشطتها المدرسية ما يحقق التوافق النفسي الصحي للطلاب ولا بد من اشراك الاسرة في مثل هذه البرامج والخطط لزيادة وعي اولياء الامور ويشكل ذلك قاعدة امنية ثابتة للطلاب ويخفف من حدة الاضطراب واهمية ذلك في تأثيره على حياة وسلوك الابناء .

ولن يكون الطلاب والطالبات قادرين على مواجهة الصعوبات والتحديات المعاصرة ما لم يكونوا في صحة نفسية جيدة ويكونوا قادرين على مواجهة الاحباطات والقلق الدائم والتقلبات المزاجية ويكونوا قادرين على ضبط انفعالهم وان لا يكونوا

مندفعين يستشارون بسرعة، وتلك العوامل التي تؤدي الى الامراض النفسية ان لم تمنع التقدم فهي بالتأكيد تعطله، فالصحة النفسية من اهم العوامل المساعدة لتقدم التحصيل العلمي للطلاب والطالبات وهي التي توفر لهم الاستقرار النفسي والعقلي والجسدي ليكونوا فاعلين في المجتمع قادرين على الانتاج، هذا يعني أن طلبة ثانويتي المتميزين والتميزات يتمتعون بالصحة النفسية ويعود السبب إلى أن هذه المؤسسة التربوية تعطي فرصة للنمو المعرفي والنفسي والاجتماعي والتي تزيد من وعي الطلبة وإدراكهم للحياة وتمنحهم فرصة لتأكيد ذاتهم والتوافق مع الذات والآخريين.

كما اتفقت نتائج الدراسة مع نتائج دراسة المعاينة و (البواليز، 2000) حيث اكدت فالطلاب المتميز أكثر قدرة على التكيف الشخصي والاجتماعي وأكثر ثباتاً من الناحية الانفعالية وهو على مستوى عالٍ من النضج الانفعالي والاجتماعي وانه أكثر ثقة بنفسه، وله شخصية قيادية ومتعاطف مع الآخرين ويعترف بحقوقهم وكلها سمات تؤكد أن الطالب المتميز يتمتع بصحة نفسية جيدة وانه أكثر قدرة على التكيف كما انه يتمتع بصحة جسمية وعقلية ونفسية عالية وانه أكثر استقرار من الناحية الانفعالية وأكثر تنظيمياً ولديه قدرة عالية عن ذاته (5).

استنتاج الدراسة: من خلال تحليل ومناقشة نتائج الدراسة تبين لنا:

1- هناك مستوى متوسط من الصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

توصيات الدراسة:

1- إقامة ابواب مفتوحة و الندوات لطلبة المراحل الأولى للتعريف بنظام الجامعة والكلية حتى يجعل التلميذ يتكيف مع الجو الجامعي المستقبلي الجديد. وتعزيز برامج الإرشاد النفسي والوجيه التربوي أهمية كبيرة من اجل تعزيز الصحة النفسية للطلاب ..

2- الاعتماد على مقومات أو مؤشرات الصحة النفسية السليمة بوصفها احد معايير قبول الطلبة في المدارس والثانويات التي تتطلب تمتع التلاميذ بصحة نفسية سليمة.

3- ضرورة إعداد التلميذ نفسياً واجتماعياً للتفاعل مع البيئة الاجتماعية الجامعية الجديدة وجعل أمر تكيفه مع هذه البيئة أكثر تقبلاً .

3- فتح المجال الطلبة على إبداء آرائهم من خلال إعطائهم مجالا أوسع للمناقشة أمام الآخرين.

4- الاهتمام ببناء شخصيات الطلبة عن طريق الاهتمام بهواياتهم وتطويرها والاهتمام بصحتهم النفسية من خلال البرامج المتطورة ومنها الرياضية والفنية مما يجعل الطالب يندمج ببيئته الحالية .

هوامش البحث:

(1) فاضل كردي الشمري (2013)، الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف الدراسي

لدى طلاب كلية التربية الرياضية مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الرابع،

المجلد السادس، بغداد، ص115.

(2) ابتسام أحمد(2008)، ص13 .

(3) الدوري، وصال محمد جابر محمود (2003)، فاعلية برنامج علاجي سلوكي

معرفي في الصحة النفسية للطلاب الموهوبين، أطروحة دكتوراه، كلية التربية/ ابن

رشد، جامعة بغداد، ص 17.

(4) مغاريوس، صموئيل (1974)، الصحة النفسية والعمل المدرسي، ط2، مكتبة

النهضة المصرية، ص 71.

(5) الدوري، وصال محمد جابر محمود (2003)، مرجع سبق ذكره، 21.