

**مقدمة :**

تُمثل الصحة النفسية منذ أقدم العصور أحد المتغيرات التي حظيت بالاهتمام، وبالرغم من ذلك يعتبر المصطلح مغايراً لما هو معروف عليه اليوم، فقد عرف الإنسان الأمراض النفسية منذ أن وجد على الأرض وكان للكهنه والفلاسفة والمفكرين والأطباء ورجال الدين على مر العصور رأيهم وعملوا على تشخيص وعلاج المرض النفسي والعقلي، ولقد زاد الاهتمام بالصحة النفسية للأفراد وتكامل شخصياتهم على مختلف الأصعدة بزيادة الجهود المبذولة من قبل الأفراد أنفسهم في سبيل استمرار الحياة والإنتاج ، وظهرت العديد من المحاولات لفهم الطبيعة الإنسانية غير ان هذه المحاولات لا تزال في بداياتها ، فالصحة النفسية لا يعبر عنها بقدرة الإنسان على امتلاك الأشياء المادية وإنما يعبر عن ذلك بالشعور بالسعادة والرضا وتقبل الذات والآخرين .

منذ تأسيس منظمة الصحة العالمية قامت بتضمين مصطلح الصحة النفسية في تعريف الصحة فقد اقترحت مؤخراً بأن الصحة النفسية هي الحالة التي يحقق فيها الفرد قدراته ويتغلب على ضغوط الحياة ويعمل بإنتاجية مثمرة، ويكون قادراً على المساهمة في مجتمعه، أي أن الصحة النفسية هي القاعدة والأساس لعافية الفرد والمجتمع ووظائفهما الفعالة وهي بذلك أكثر من مجرد الخلو من الاعتلال والمرض النفسي فلا يمكن للصحة النفسية أو الصحة الجسدية أن توجدا بمعزل عن بعضهما .

**1. مفهوم التربية:**

عرفت منظمة اليونسكو التربية بأنها مجموع عمليات الحياة الاجتماعية التي عن طريقها يتعلم الأفراد والجماعات داخل مجتمعاتهم وتنموا وبوعي منهم كافة قدراتهم الشخصية واتجاهاتهم واستعداداتهم ومعارفهم ويعرفها جون ستيوارت مل (1806-1879) J. S. Mill " بأنها استخراج القدرات الكامنة للفرد وتنميتها عقليا وخلقيا كما أكد هيربرت سبنسر (1820-1903) H. Spencer على انها بمثابة اعداد الفرد للحياة الكاملة في حين اعتبر جون ديوي (1859 – 1952) J. Dewy " أن عملية التربية والتعليم ليست عملية إعداد للمستقبل بل إنها عملية حياة وهي عملية تكيف بين الفرد وبيئته". و يمكن القول أن التربية تتمثل في ذلك العمل المقصود وغير المقصود الذي يقوم به الراشد إزاء الطفل قصد تعليمه جملة من المعارف والقيم للاندماج في المجتمع وبلوغ مرحلة الرشد، ولهذا فإن معاني تختلف التربية حسب الزمن وحسب اختلاف الأيديولوجيات الاجتماعية التي توجه العمل التربوي داخل المجتمعات .

هناك مجموعة من الخصائص العامة للتربية نوجزها فيما يأتي :

- ❖ عملية فردية اجتماعية: تنظر التربية إلى الإنسان من منظوره الفردي فتركز على تنمية إمكانياته الجسمية والنفسية والعقلية، من أجل الحصول على شخصية متكاملة، وحتى يستطيع التكيف مع وسطه الاجتماعي والتعامل والتفاعل معه فإنه البد أن يكتسب الطابع الاجتماعي للمجتمع وفق الأطر الاجتماعية التي تحكمه.
- ❖ عملية مستمرة: تمتد التربية على مدى عمر الإنسان، ولا تقف عند سن محددة، ولا تنتهي بمرحلة معينة فهو يطورها ويتطور بها.
- ❖ عملية تكاملية: تهدف التربية إلى بناء الشخصية الفرد من جميع جوانبها الجسدية والعقلية والنفسية والوجدانية والخلقية .
- ❖ عملية انسانية مقصودة و واقعية : تقوم بها مؤسسات التنشئة الاجتماعية المختلفة وتقوم على أصول وقوانين تستوعب خبرات الماضي وخصائص الحاضر واحتمالات المستقبل.
- ❖ متغيرة عبر الزمن والمكان: التربية عملية متغيرة من زمن إلى آخر ومن مجتمع إلى آخر، فهي تسعى إلى أحداث التغيير في الأفراد والمجتمعات وذلك التغيير ينعكس بدوره مرة أخرى على التربية.

## 2. مفهوم الصحة النفسية:

ارتبط مصطلح الصحة النفسية ارتباطا وثيقا بالطب النفسي، وقد ورد مصطلح الصحة العقلية لأول مرة عام 1908 في كتاب "عقل قد وجد نفسه" لمؤلفه كليفورد بيرز C.W. Beers، ومن بين الذين تأثروا بهذا الكتاب عالم النفس وليم جيمس، لينتقل المصطلح بعد ذلك إلى اللغة الألمانية، إلا أنه مع التقدم والتغيرات المستمرة تحول هذا المصطلح الى الصحة النفسية بعد أن كانت تعرف بالعلاج والعناية بالعقول أصبحت علاج النفوس والعناية بها، وأيضاً أصبح الاضطراب النفسي أشمل من الاضطراب العقلي، ويعد كتاب الصحة النفسية لمؤلفيه بريزينا وسترانسكي (1931) Brezina & Stransky أول كتاب يذكر فيه مصطلح الصحة النفسية بشكل صريح بدلا من الصحة العقلية، وتناول أيضا نوعا من الاضطرابات أطلق عليها الاضطرابات النفسية الجسمية .

ترى وجهات النظر النفسية المتعددة أن للصحة النفسية معان ومفاهيم وهناك تعريفات متعددة ومتفاوتة، لكن الملاحظ أن تلك التعريفات حاولت تحديد مفهوم الصحة النفسية وفق اتجاهين : اتجاه سلبي واتجاه ايجابي ، وسنعرض مفهومين من هذه المفاهيم بغية الوصول إلى تعريف عام للمفهوم :

أولاً- الاتجاه السلبي : الخلو من أعراض الاضطرابات الجسمية والنفسية والعقلية بمعنى انتفاء حالة المريض ويتبناها انصار سيجموند فرويد وعليه اعتراضات بسبب عجز التعريف عن انتفاء خصائص ايجابية معينة للصحة النفسية كالشعور بالرضا وكذا عدم الاتفاق على تحديد أنواع النشاطات المنافية للصحة النفسية السليمة للفرد . فقد نجد فرداً خالياً من أعراض المرض العقلي أو النفسي ولكنه مع ذلك غير ناجح في حياته وعلاقاته مع الآخرين سواء في العمل أو في الحياة الاجتماعية، فعلاقاته تتسم بالاضطراب وسوء التكيف.. وهذا الفرد يوصف بأنه لا يتمتع بصحة نفسية سليمة رغم خلوه من أعراض المرض العقلي أو النفسي.

ثانياً- الاتجاه الايجابي : يأخذ هذا الاتجاه طريقاً واسعاً شاملاً غير محدد فهو يرتبط بقدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع الآخرين، و هذا التصور الايجابي للصحة النفسية يختلف عن ذلك التصور السلبي القائم على مجرد الخلو من الاعراض المرضية العقلية أو النفسية. ولهذا تعرف الصحة النفسية بأنها التوافق مع الذات والمجتمع توافقاً يؤدي الى الشعور بالأمن النفسي والقدرة على مواجهة الأزمات النفسية بأساليب توافقية سليمة ومباشرة وصولاً الى التمتع بالرضا والسعادة.

وقد عرّفت منظمة الصحة العالمية الصحة النفسية بأنها "حالة من السعادة الكاملة جسدياً وعقلياً واجتماعياً ولم تكن مجرد الابتعاد عن المرض أو عاهة من العاهات، ويشير المؤتمر العالمي للصحة النفسية إلى أن مفهوم الدرجة القصوى من الصحة النفسية لا يشير إلى الحالة المطلقة أو المثالية بل تعني الوصول إلى أفضل حالة ممكنة وفقاً للظروف المتغيرة"، لهذا تفسر الصحة النفسية بأنها حالة الفرد التي تتناسب وقابلياته من جهة ومحيطه الاجتماعي من جهة أخرى". (منظمة الصحة العالمية، 2005: 16) ، إن مفهوم الصحة النفسية يقصد به في بعض التعاريف أنها حالة نفسية دائمة وهذا غير صحيح لأن الصحة النفسية حالة دائمة نسبية ديناميكية نشطة تتغير من فرد إلى فرد وكذا من وقت إلى آخر لدى الفرد الواحد، وإن كان ذلك في حدود ضيقة فمن الخصائص المهمة التي تميز الصحة النفسية أنها ذات دوام نسبي. وبالرغم مما سبق قوله يعد مفهوم الصحة النفسية والمرض النفسي مفهومين متلازمان لا يمكن الحديث عن أحدهما الا بالرجوع الى الآخر فالاختلاف بينهما هو مجرد اختلاف في الدرجة وليس في النوع ، كما أنه لا يوجد معيار أو انموذج محدد يساعدنا في التفريق بينهما بصورة دقيقة. حيث ترتبط الصحة النفسية ارتباطاً وثيقاً بتكيف الإنسان وتوافقته مع نفسه ومجتمعه ، وإن مفهوم التوافق (Adjustment) من المفاهيم الشائعة والأساسية في علم النفس بصورة عامة ومجال الصحة النفسية خاصة .

والتوافق هو تلك العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف بها الشخص إلى أن يغير سلوكه ليحدث علاقة أكثر انسجاماً بينه وبين البيئة، ويمكن القول إن الصدمات النفسية والخيبة التي يلاقيها كل فرد خلال حياته تنشأ من فشله مؤقتاً أو لمدة طويلة في تحقيق حاجاته ورغباته، ويبدو أن هذه الصدمات تنشأ من التفاعل الذي يجري ما بين حاجات الشخص وخصائصه من جهة وظروف بيئته من جهة أخرى .

### 3. معايير الصحة النفسية :

ظهرت عدة اتجاهات حاولت وضع معايير الصحة النفسية، وذلك نتيجة تعدد النظريات النفسية التي تناولت الصحة النفسية فقد وضع ماسلو وماتلان Maslow & Matalan قائمة بالمؤشرات تم تعديلها من قبل كوفيل وآخرون Kofil & al. ، وتتضمن هذه القائمة المؤشرات الآتية :

- ✓ شعور الفرد بالأمن.
- ✓ درجة معقولة من تقويم الفرد لذاته.
- ✓ أهداف حياته تتسم بالواقعية .
- ✓ اتصال فعال بالواقع .
- ✓ تكامل وثبات في الشخصية .
- ✓ القدرة على التعلم من الخبرة التي يمر بها الفرد.
- ✓ تلقائية مناسبة لمواجهة المواقف.
- ✓ انفعالية معقولة في المواقف .

كما حدد وولمان (1976) Wolman المعايير التي تحدد مستوى الصحة النفسية للفرد على النحو الآتي :  
العلاقة بين طاقات الشخص وإنجازاته : وهو ذلك التفاوت الذي يحتمل وجوده بين ما يستطيع الفرد القيام به، وبين ما يقوم به وينجزه فعلياً .

- ✓ الاتزان العاطفي : ويعني التوازن بين انفعالات الشخص والمؤثرات العاملة في ذلك .
- ✓ صلاح الوظائف العقلية : ويشمل الإدراك والمحاكاة وعمل الذاكرة والتفكير وغيره، والصلاح هنا يقصد به مقدار ما يكون عليه عمل هذه الوظائف من حيث صحتها ودقتها وسيرها وفق المبادئ العقلية الأساسية .
- ✓ التوافق الاجتماعي : ويعني مستوى توافق الفرد مع شروط حياة الجماعة وتفاعله معها.

وهناك تصنيف آخر للمعايير التي تحدد الصحة النفسية وهي :

- ❖ **المعيار الإحصائي** : ويقوم على مدى تكرار أو توزع سلوك ما في مجتمع من المجتمعات أو في عينة منه ويتم تمثيل هذا التوزيع أو التكرار في توزيع جرس غاوس ، وتطلق على المجال المتوسط في هذا التوزيع تسمية المدى الطبيعي أو المدى المتوسط أو السوي، حيث يساوي المجال المتوسط هنا المتوسط الحسابي مضافاً إليه الانحراف المعياري ، في حين تعتبر المجالات المتطرفة الموجودة في كلا الجانبين " قيما غير سوية " غير أن دقة المعيار الإحصائي تعتمد على مدى جودة ودقة اختيار العينة الممثلة للسلوك المراد تحديده وقياسه .
- ❖ **المعيار المثالي**: يستمد أصوله من الحضارات الأولى ومن الأديان المختلفة، إذ يرى أن الإنسان السوي هو الذي يقترب من الكمال ويطبق المثل العليا، أما الإنسان اللاسوي فهو الذي يبتعد بسلوكه عن الكمال وتبعاً لهذا الاتجاه، فإن غالبية الناس هم غير أسوياء بحكم انحرافهم عن المستوى المثالي .
- ❖ **المعيار الثقافي الاجتماعي** : ويعتمد على تحديد السوي من غير السوي عبر الالتزام بمعايير وقيم المجتمع فمسايرة المعايير الاجتماعية هي الأساس في الحكم على السلوك بالسواء أو اللاسواء، ويمكن أن يعرف أيضاً بأنه توقعات مجموعة ما من سلوك شخص ما وترتبط هذه التوقعات الاجتماعية بالعادة والقيم والمعايير السائدة في المجتمع وتوجه المجتمع الديني والسياسي والأخلاقي والاقتصادي .
- ❖ **المعيار الذاتي**: عرض هذا الاتجاه موس وهانت Moss & Hant في كتابهما عن أسس علم الشذوذ النفسي، إذ يذهبان في تحليل البناء الشخصي لكل فرد إلى الآراء التي يعلنها عنهن هو الشاذ ومن هو السوي . فالفرد ينظر إلى الناس جميعاً انطلاقاً من ذاته في تحديد السواء و اللاسواء، ويبدو أن ما ينسجم مع أفكاره وأراءه الذاتية وخبراته السابقة، غير أن هذا المعيار يتأثر بطبيعة الحال، بالإطار المرجعي للفرد نفسه.
- ❖ **المعيار الطبي النفسي (الباثولوجي)**: يرى هذا الاتجاه أن اللاسواء في سلوك الفرد، يعود إلى صراعات نفسية لا شعورية، أو تلف في الجهاز العصبي، لذا فإن اللاسواء هو حالة مرضية فيها خطر على الفرد نفسه وعلى المجتمع، وإن السواء هو الخلو من الاضطرابات والأعراض المرضية .
- ❖ **المعيار المعرفي** : ويرى هذا المعيار ان الصحة النفسية تتمثل قبل كل شيء في سلامة القدرات المعرفية للفرد من الاعاقة والاضطراب كالانتباه والادراك والتذكر وغيرها .
- ❖ **المعيار الديني** : وينظر هذا المعيار إلى أن الصحة النفسية تظهر من خلال استقامة الفرد والتزامه بالأحكام والوصايا التي يقرها الشرع ويرتضيها العقل وتسعى إلى اصلاح الفرد والمجتمع .

❖ **المعيار التفاعلي:** إن الاعتماد على معيار واحد من المعايير السابقة المذكورة قد يكون له مبرراته في الحياة اليومية، ولكن عندما يتعلق الأمر بإطلاق أحكام تشخيصية في الصحة النفسية أو علم النفس المرضي لا يكفي الاعتماد على معيار واحد من هذه المعايير، فمن المؤكد أن المعايير المختلفة ليست منعزلة عن بعضها وإنما ترتبط فيما بينها بطريقة تفاعلية.

#### 4. الصحة النفسية والتنشئة الأسرية:

تمثل التنشئة الاجتماعية عموماً عملية تربية مستمرة تقوم بدرجة أولى على التفاعل بين الطفل والأسرة فهي تبدأ من البيت قبل أن تنتقل إلى الروضة ثم المدرسة، فالتنشئة الاجتماعية الأسرية هي القاعدة الأساسية لبناء شخصية الطفل، وكيفما تم التعامل معه في مراحل نموه الأولى سينشأ ليصبح من الصعب تغيير سلوكه إنما يكون هناك حالات تعديل سلوك. وبما أن الوظيفة الأساسية للأسرة هي تنشئة أطفالهم تنشئة اجتماعية فإن الأسرة على عاتقها عمل صعب وشاق وخاصة في توفير الأمن والطمأنينة للطفل، ورعايته في جو من الحنان والاستقرار والمحبة، إذ يعتبر ذلك من الشروط الأساسية التي يحتاج إليها الطفل كي يتمتع بشخصية متوازنة قادرة على الإنتاج وكذا تعليم الطفل على المبادئ الأساسية لثقافة الجماعة ولغتها وقيمها وتقاليدها ومعتقداتها وهذا كفيل بتهيئة الطفل للدخول في الحياة الاجتماعية، ويمكنه من التعامل بطريقة متوافقة مع الجماعة والتكيف مع الوسط الذي يعيش فيه، فكلما ساد الأسرة جو من الديمقراطية والتسامح زادت إمكانية إقامة علاقة أسرية صحيحة ومتماسكة ولا يتم ذلك إلا عبر الحوار مع الطفل والإصغاء إليه واحترام مشاعره وآرائه وأخذها بعين الاعتبار ومنحه حرية التعبير عن أفكاره شرط أن يكون الطفل طرفاً فاعلاً فيها، ما يمكنه من النمو وتنمية الاستقلالية والاعتماد على الذات وتعزيز الثقة بالنفس، على ألا يصل الأمر إلى الخضوع لرغبات الطفل والانقياد لأهوائه ومتطلباته بل في مشاركته القرار المتعلق به، وعلى النقيض من ذلك فإن سادت أساليب الاستبداد والتسلط والقسوة بحيث يتم توجيه الطفل وفرض الأمور وقتل روح المبادرة والاستقلالية لديه مما يترك أثراً سلبية في شخصيته قد تستمر إلى مدى بعيد في صورة مشكلات أو اضطرابات نفسية وعقلية.

تعتبر الأسرة التي تتشكل عن الزواج الرحم الاجتماعي الذي يتلقى فيه الوليد بعد خروجه من الرحم البيولوجي حاجاته من الأمن والحماية والرعاية، ويلعب خلو الأسر من الصراعات دوراً كبيراً في مساعدة الطفل على التكيف السليم ضمن الوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه، إلا أنه ومن غير المعقول وجود أسرة مثالية خالية من الصراعات، فالصراع الأسري ينتشر بصورة كبيرة حتى أصبح أمراً شبه حتمي في وقتنا الحاضر

في الأسر حديثة النشأة مما ترتب عنه ضعف أو حرمان في اشباع حاجات أفراد الأسرة ، وكون هذه الأخيرة تعتبر العامل الرئيسي في تنشئة الطفل على كافة الأصعدة النفسية والاجتماعية والعقلية، فهي ترسم ملامح شخصيته وتحدد سلوكه منذ مراحل طفولته الأولى كما تسهم في إشباع رغباته النفسية وتشكيل كيانه الذي يمتد إلى المراحل اللاحقة.

إن الملاحظ للأسرة الجزائرية سيميز تحولها من النمط الممتد إلى نمط الأسرة الحديثة محددة الأطراف أي استقلالية الأسرة النووية عن النسق العائلي الكبير نتيجة التغير الاجتماعي ، حيث خضع المجتمع الجزائري كغيره من المجتمعات الأخرى إلى نقلات تاريخية في مراحلها المختلفة، شهد فيها تحولات سريعة في مجالات كثيرة (سياسية ، اجتماعية ، ثقافية ...) وكل تحول في المجتمع ينعكس أثره بالدرجة الأولى على كافة الأبنية الاجتماعية ومنها البناء الأسري، فعلى سبيل المثال زيادة نسبة الولادات تمس المجتمع مباشرة، وذلك بزيادة النمو الديمغرافي والذي يترتب عنه عدد من الآثار السلبية كارتفاع نسبة البطالة وانخفاض الدخل الفردي وبالتالي ضعف المستوى المعيشي وغيرها من المشكلات الاجتماعية الأخرى التي تشكل تحديات كبرى. ورغم أن الأسرة الجزائرية تتجه في تطورها نحو الأسرة النووية إلا أنها مازالت تحتفظ بالكثير من مظاهر الأسرة الممتدة ، فأصبحت تجمع خصائص الأسرة الحضرية ووظائف الأسرة الريفية ويظهر ذلك في حرصها على العادات والتقاليد والقيم والنظرة الجماعية للسلوك الفردي الذي يتمثل في رقابة وضبط سلوك كل فرد في الأسرة ، ويرجع ذلك إلى قوة التقاليد والتراث المشترك وما للجانب الديني من آثار قوية في التقاليد الأسرية ، كما أثرت الحياة في المدينة على الأسرة الجزائرية من حيث البناء والسلطة والزواج والإنجاب والوظائف التقليدية للأسرة كالتربية والضبط الاجتماعي والدف العاطفي لأفرادها وبدرجات متفاوتة نتيجة اختلاف المستويات الاقتصادية والاجتماعية والثقافية ومناطق الإقامة لكل أسرة .

تعتبر الأسرة نسقا اجتماعيا رئيسيا بالمجتمع يتفاعل فيه الأبوان مع الأبناء لتشكيل شخصية سليمة اجتماعيا ونفسيا، لكي يقوموا بالأدوار المنوطة بهم مستقبلا بصورة فعالة في مجتمعهم ، مما ينعكس على باقي الأنساق الاجتماعية التي تتعامل معها الأسرة كوحدة كلية، وكلما زادت قدرة الأسرة على رعاية أبنائها وتوجيههم وتنشئتهم دون أن يشعروا بالحرمان أو القسوة أو التساهل وبصورة خاصة في السنوات الأولى من حياتهم كلما كان الأطفال أسوياء قادرين على تحمل المسؤولية في إطار احترامهم لذواتهم وذوات الآخرين في نفس الوقت ويمكن تلخيص أهمية الأسرة في النقاط التالية:

- ❖ أنها تمثل أول نموذج للجماعة التي يتعامل معها الطفل وتشكل سلوكه وتوجهه وتلقنه القيم والمعايير الاجتماعية.
- ❖ تنفرد الأسرة بتزويد الطفل بمختلف الخبرات أثناء سنوات تكوينه.
- ❖ الأسرة هي أكثر الجماعات الأولية تماسكا وتتم فيها عمليات انتقال القيم والعادات من جيل الآباء إلى جيل الأبناء.
- ❖ تحدد مكانة الطفل بدرجة كبيرة بمكانة الأسرة وثقافتها، وبالتالي فهي تهيئ المواقف المختلفة وتنبئ قدرات الطفل.
- ❖ الأسرة هي التي تمنح الطفل أوضاعه الاجتماعية وتحدد له منذ البداية اتجاهات سلوكه.

وتعتمد الأسرة في حياتها على عدد من المقومات التي لا يمكنها الاستغناء عنها لتتمكن من قيامها بوظائفها كندس اجتماعي، ويتوقف نجاحها وتكاملها الاجتماعي مع بقية الأنظمة والأنساق الاجتماعية الأخرى على مدى تكامل هذه المقومات وتناسقها فيما بينها، ونلخصها أهمها في:

#### 1.4. المقوم الاقتصادي :

يعتبر العامل الاقتصادي عاملا أساسيا في إشباع الحاجات الأساسية والمتغيرة للأفراد ووسيلة للمحافظة على البناء المادي والنفسي، ويترتب عن القصور في الجانب الاقتصادي حرمان الأسرة من المشاركة الاجتماعية كما أن فكرة تكوين أسرة ترتبط منذ بدايتها بمدى قدرة الزوجين على الالتزام بالمسؤوليات المادية المنوطة بهما وبعد الزواج يتوقف الاستقرار الأسري على العامل الاقتصادي وتختلف الحاجات باختلاف الأفراد والمجموعات.

#### 2.4. المقوم الصحي :

تعتبر الأسرة الوسيلة البيولوجية التي تمد المجتمع بالأفراد عن طريق الإنجاب والذي يتم عبره استمرار النوع الإنساني وتنتقل المورثات التي تحملها الجينات، لذلك لابد أن تكون الأسرة سليمة من الناحية الصحية لضمان سلامة الأبناء، ويؤكد الكثير من العلماء أن ضعف النسل يرتبط بالعوامل الوراثية خاصة في حالة زواج الأقارب من الدرجة الأولى، ولكي يتحقق التكامل الأسري لابد أن تتوفر الجوانب الصحية لجميع أفراد الأسرة وذلك بإجراء الفحوص الطبية اللازمة قبل إتمام عملية الزواج، كما أنه عندما يتعرض أحد أفراد الأسرة لأي مرض فإن حالته تؤثر في جميع أفراد أسرته فتضطرب بذلك الحياة الأسرية وتزيد الأعباء والمسؤوليات خاصة في حالة المرض المزمن لأحد الوالدين، فبمرض رب الأسرة يتوقف الدخل أو ينخفض، وإذا مرضت الأم تضطرب الأسرة فيزيد قلق الأب ويتوتر ويعجز عن تدبير شؤون المنزل كما تتأثر الأسرة أيضا إذا أصيب أحد أبنائها بمرض مزمن، ، فيتأثر الوالدين نفسيا ويسكنهم الخوف على حياة أبنائهم ومستقبلهم مما يؤثر سلبا على استقرار الحياة الأسرية نفسيا واجتماعيا ويجعل الأسرة تفقد توازنها واستقرارها.

### 3.4. المقوم النفسي :

يعد من أهم مقومات الأسرة، فهي عندما توفر الاستقرار النفسي والطمأنينة والأمن والعطف لأفرادها تكون أكثر فاعلية في رعاية أبنائها و ضمان سلامتهم من التفكك الأسري والصراع ، فالتفاهم والتعاون المتبادل بين الأبوين شرط أساسي لاستقرار الحياة الأسرية، كما أن تحديد سلوك الأسرة ينعكس على الطفل منذ السنوات الأولى في حياته لأن وظيفة الأسرة هي بناء وتحديد استعداداته ضمن نمط اجتماعي مقبول.

### 4.4. المقوم الاجتماعي:

تشمل المقومات الاجتماعية للأسرة شبكة من العلاقات الأسرية والاجتماعية تتضمن العديد من الأنظمة كالنظام الزوجي والأبوي والأخوي والنظام الاجتماعي الداخلي والخارجي، وتمثل العلاقات الاجتماعية أساس الاستقرار الأسري، فالزوجان يرتبطان بعلاقات خارج الأسرة وداخلها والعلاقات الداخلية لا تمثل اشتراكا في المكان فقط بل تنشأ على أساس التقبل المتبادل بين الزوجين من ناحية الإشباع الجنسي والعواطف الصداقة والمشاركة في السلطة وتقسيم الأدوار.

وتقوم الأسرة بمجموعة من الوظائف التي تتداخل وتتفاعل مع بنية المجتمع رغم تغير طبيعة تلك الوظائف نتيجة التطورات الاجتماعية وتعقد المجتمع المستمر في مجالات مختلفة سلبت من الأسرة وظائف عديدة كالوظيفة الإنتاجية التي انتقلت إلى المصنع والوظيفة التعليمية التي انتقلت إلى الروضة والمدرسة، ولكن تبقى للأسرة وظائف مقتصرة عليها. ويعتبر طارق كمال (2005) أن للأسرة إلى أربعة وظائف رئيسية هي:

- الوظائف البيولوجية: تتلخص في الإنجاب وما يسبقه من علاقات جنسية ضرورية لاستمرار الكائن الإنساني.
- الوظيفة النفسية: كما يحتاج الفرد للغذاء فهو يحتاج إلى إشباع حاجاته النفسية كالحب والأمن والتقدير.
- الوظيفة الاجتماعية : تتجلى في تنشئة الأبناء التي يبدو تأثيرها في السنوات الخمس الأولى من حياة الطفل التي يتم فيها تطبيعها اجتماعيا وتعوده على مختلف الضوابط السلوكية (التغذية، النظافة، الكلام ...)
- كما تتضمن تعريفه بذاته وتنمية مفهومه حول نفسه وبناء ضميره وتعليمه المعايير الاجتماعية ليعرف حقوقه وواجباته التي تساعد على الصحة النفسية والتكيف ووسطه الاجتماعي .
- الوظيفة الاقتصادية : والتي عرفت تطورا كبيرا خاصة في المجتمعات الريفية التي هجرها أفرادها إلى المناطق الحضرية بحثا عن حياة أفضل وفرصة العمل، واقتصر نشاطها على أنواع محدودة من الأعمال أما الأسرة الحضرية فإن وظيفتها في الإنتاج تتحدد بطبيعة الحياة الحضرية فهي تستهلك أكثر من كونها منتجة .

ومن بين أهم سمات المناخ الأسري الصحي نذكر :

- ❖ إشباع الحاجات النفسية وخاصة الحاجة إلى الانتماء والحب والأهمية والقبول.
- ❖ تنمية القدرات عن طريق اللعب والخبرات البناءة والممارسة الموجهة.
- ❖ تعليم التفاعل الاجتماعي واحترام حقوق الآخرين والتعاون والإيثار، فكلما كانت عملية التنشئة الاجتماعية للطفل سليمة وكلما قل نبذ الوالدين له وكلما كانت اتجاهاتهم متعاطفة قل الدافع إلى العدوان عند الطفل.
- ❖ تعليم التوافق النفسي (الشخصي والاجتماعي)، حيث أن الحماية الزائدة من جانب الوالدين لأطفالهم والتزمت والتشدد في نظام الرضاعة والفطام تؤدي إلى الاعتماد على الغير والاتكالية، وأكثر حاجة إلى انتباه الآخرين ومودتهم.
- ❖ تكوين العادات السليمة الخاصة بالتغذية والنوم والنظافة والكلام، فنظام التغذية الذي تتبعه الأم خاصة مع الطفل في مرحلة الرضاعة يؤثر على حركة ونشاط الطفل، كما أن أسلوب ضبط عملية الإخراج في الطفولة قد يرتبط بالتشدد والحرص والترتيب والنظام في الكبر، فيجب اعتدال الوالدين في التدريب على عملية الإخراج.
- ❖ تكوين الاتجاهات السليمة نحو الآخرين، ويعتبر إرشاد الأزواج قبل الزواج وأثناءه عملية ضرورية وواجبة لضمان الصحة النفسية لهما وللأسرة بأسرها حيث تؤدي السعادة الزوجية إلى تماسك الأسرة بما يخلق مناخا يساعد على نمو الطفل إلى شخصية متكاملة ومتزنة، كما تؤدي إلى إشباع حاجة الطفل إلى الأمن النفسي وإلى توافقه النفسي، فالاتجاهات الانفعالية السوية واتجاهات الوالدين الموجبة نحو الحياة الزوجية ونحو دورهم كأباء تؤدي إلى استقرار الأسرة والصحة النفسية لكافة أفرادها فيما تؤدي التعاسة الزوجية إلى تفكك الأسرة مما يؤدي إلى نمو الطفل نموا نفسيا غير سوي تميزه عادة أنماط السلوك المضطرب لديه كالغيرة والأنانية وعدم الاتزان الانفعالي ... كما أن العلاقات المنسجمة الخالية من تفضيل طفل على طفل أو جنس على جنس، المشبعة بالتعاون الخالية من التنافس، تؤدي إلى النمو النفسي السليم للطفل. مع مراعاة سيكولوجية الطفل الوحيد والطفل الأكبر والطفل الأصغر والطفل الأوسط. وعلى العموم يجب العمل على تدعيم العلاقات الأسرية حتى يتحقق أثرها النافع على صحة الطفل النفسية.

وقد حدد اريكسون Erikson ثمانية مظاهر للصحة النفسية على مدى ثمان مراحل للنمو على النحو الآتي:

- ❖ الإحساس بالثقة: والمرحلة الملائمة لهذه الخاصية هي السنة الأولى من حياة الطفل.
- ❖ الإحساس بالاستقلال: وتعني إدراك الطفل أنه كائن له إرادة خاصة به.

- ❖ الإحساس بالمبادأة: وهي خاصية تميز الصحة النفسية لدى الطفل في سن الرابعة والخامسة وتعني أيضاً القدرة على عمل أشياء يكتشف في ضوءها الأشخاص الذين يلقاهاهم.
- ❖ الإحساس بالإنجاز: وأن ما يميز الصحة النفسية لطفل المرحلة هذه الممتدة من السادسة وحتى الحادية عشرة أو الثانية عشرة هو الإحساس بالإنجاز.
- ❖ الإحساس بالهوية: وتبدأ هذه الخاصية للصحة النفسية مع بداية المراهقة، وأن النجاح في الإحساس بالهوية هو علامة على الصحة النفسية في هذه المرحلة.
- ❖ الإحساس بالود والتألف: وتتصف الصحة النفسية في هذه المرحلة في سن السادسة عشرة أو السابعة عشرة، أي بداية المراهقة المتأخرة.
- ❖ الإحساس بالوالدية: وتعني ما يتصف به الفرد من خصائص الصحة النفسية السابقة لهذه المرحلة بقدر ما ينمو لديه الإحساس بالوالدية.
- ❖ الإحساس بالتكامل: وتعني هذه الخاصية التي تميز الصحة النفسية اعتباراً من الرشد المتأخر في 45 سنة وفي هذه المرحلة يدرك الفرد بأن حياته هي مسؤوليته وحده وأنه مستعد للدفاع عن كرامته وقيمه وأهدافه في مواجهة ما.

## 5. الصحة النفسية في المدرسة:

تشكل الصحة النفسية أهمية بالغة في المجال التعليمي، فمن مهام التربية من إعمال العقل في الأشياء المفيدة وللمحافظة على صحة هذا العقل لا بد من تدعيمه بمعززات ومغذيات تربوية بصورة نفسية وصحية لينعكس على أداء الطلبة داخل المؤسسة التعليمية بشكل خاص. فالصحة النفسية للمتمدرسين جزء متكامل مع الصحة العمومية ويتحدد ذلك من خلال عدة عوامل متداخلة نفسية وبيولوجية واجتماعية وغيرها ... وترتبط وظيفة المدرسة الاجتماعية ارتباطاً وثيقاً بالإطار الاجتماعي السائد لذلك يحتاج المدرس إلى معرفة وظيفة المدرسة الاجتماعية حتى يستطيع أن يربط مادته بالمجتمع الذي يعيش فيه ومن ثم يحقق الأهداف التي يعمل المجتمع على تحقيقها، بحيث لا يكون هناك تعارض بين النتائج السلوكية للمادة التعليمية والنتائج السلوكية التي تهدف المدرسة إلى تحقيقها. ولكي يشترك المدرس في تشكيل البرنامج المدرسي ووضع الأهداف التي يتوخاها من تدريس هذا البرنامج يحتاج إلى فهم بنوع الأفراد الذين تعمل المدرسة على تكوينهم وتشكيلهم، ولتحقيق هذا الفهم يحتاج إلى معرفة بنوع النظام الاجتماعي الذي سيشاركون فيه.

تتأثر الصحة النفسية المدرسية للطلبة بالعديد من العوامل النفسية والتجارب والتداخلات الاجتماعية وبالبنية المجتمعية والموارد والقيم الثقافية وتؤثر عليها تجارب الحياة اليومية في المدرسة مما يهدد سلامة الطفل داخل أسرته ومدرسته ومجتمعه الأمر الذي جعل التربويين يشددون على أهمية الصحة النفسية المدرسية وتبسيط الضوء عليها والتفريق في مستوياتها، قصد ايجاد المعززات التربوية التي تبعد عنهم العديد من المشكلات ومن أبرزها الخجل، الاكتئاب، الاضطراب النفسي، القلق جراء الاختبارات و ضعف الثقة بالنفس وغيرها ... ومن هنا على كافة العناصر الفاعلة في إدارة وتوجيه الصحة النفسية للمتمدرسين الاهتمام بها بصورة فعالة فدورها يعد عملاً أساسياً في مجال التربية والتعليم والتوجيه، تعتبر الصحة النفسية المدرسية بكافة أعمالها ومهامها رسالة تربوية من أجل العمل للوصول لمستويات تربوية وصحية ونفسية مقبولة.

إن المدرسة هي المؤسسة الرسمية التي تقوم بالتربية، ونقل الثقافة وتوفير الظروف المناسبة للنمو جسمياً وعقلياً وانفعالياً واجتماعياً، وعندما يبدأ الطفل تعليمه في المدرسة يكون قد قطع شوطاً لا بأس به في التنشئة الاجتماعية داخل الأسرة، فهو يدخل المدرسة مزوداً بالكثير من المعلومات والمعايير الاجتماعية والقيم والاتجاهات والمدرسة توسع تلك الدائرة في شكل منظم، وفي المدرسة يتفاعل التلميذ مع مدرسيه وزملائه ويتأثر بالمنهج الدراسي بمعناه الواسع علماً وثقافة وتنمو شخصيته من كافة جوانبها. وفيما يلي بعض مسؤوليات المدرسة بالنسبة للنمو النفسي والصحة النفسية للتلميذ:

- ✓ تقديم الرعاية النفسية إلى كل طفل ومساعدته في حل مشكلاته والانتقال به من طفل يعتمد على غيره إلى راشد مستقل معتمداً على نفسه متوافقاً نفسياً.
- ✓ تعليمه كيف يحقق أهدافه بطريقة ملائمة تتفق مع المعايير الاجتماعية ما يحقق توافقه الاجتماعي.
- ✓ مراعاة قدراته في كل ما يتعلق بعملية التربية والتعليم.
- ✓ الاهتمام بالتوجيه والإرشاد النفسي للتلميذ.
- ✓ الاهتمام بعملية التنشئة الاجتماعية بالتعاون مع المؤسسات الاجتماعية الأخرى وخاصة الأسرة.
- ✓ مراعاة كل ما من شأنه ضمان نمو الطفل نمواً نفسياً سليماً.

وتؤثر العلاقات الاجتماعية في المدرسة على صحة التلميذ النفسية وتوافقه المدرسي، فالعلاقات الحسنة بين المدرس والتلميذ وبين التلاميذ بعضهم البعض التي تقوم على أساس من الديمقراطية والتوجيه والإرشاد السليم والتعاون والفهم المتبادل تؤدي إلى النمو التربوي والنفسي السليم وبالتالي تحقيق صحة نفسية جيدة.

كما تتأثر الصحة النفسية للتلميذ بشخصية المربي الذي يجب أن يكون قدوة صالحة لتلاميذه في سلوكه حيث يلعب المدرس دورا هاما في عملية التربية وفي رعاية النمو النفسي للتلميذ، فهو دائم التأثير في التلميذ منذ دخوله المدرسة حتى تخرجه، وهو نموذج سلوكي يقتدي به التلميذ ويتمصص شخصيته ويقلد سلوكه وهو ليس ناقل معلومات ومعارف فقط ، ولكنه بالإضافة إلى ذلك موجه سلوك ومعلم مهارات التوافق ومشخص مظاهر وأعراض أي اضطراب سلوكي، ومصصح ومعالج لهذا الاضطراب. وهو يصحح سلوك التلاميذ إلى الأفضل عن طريق وضعهم في خبرات سلوكية سوية ، لذلك وجب أن يتمتع المربون (المعلمون والوالدان) أنفسهم بالصحة النفسية، ويتطلب ذلك تحقيق الأمن والاستقرار النفسي والتوافق مع التلاميذ والديمقراطية في التعامل معهم، وأن تكون نظرتهم للحياة ايجابية متزنة. ولهذا يجب العمل على حل مشكلات المدرسين ومظاهر سوء توافقهم الشخصي والاجتماعي، ومن بين تلك المشكلات ما يتعلق بالناحية الاقتصادية والوضع والمكانة الاجتماعية والتعب والإرهاق والإنهاك ونقص الإمكانيات وقلة تعاون الوالدين... الخ.

إن العلاقات بين المدرسة والأسرة التي تكون دائمة الاتصال (خاصة عن طريق مجالس الآباء والمعلمين) تلعب دورا هاما في إحداث عملية التكامل بين الأسرة والمدرسة في عملية رعاية النمو النفسي للتلميذ، فكلما كانت العلاقة سوية بين المدرسة والأسرة كلما ساعد ذلك على حسن توافق الأبناء النفسي وشعورهم بالأمن.