

«مجالات التوافق النفسي في الاسرة و المدرسة و المجتمع»

□ التوافق عملية مستمرة: التوافق عملية ديناميكية مستمرة يهدف بها الشخص إلى أن يغير سلوكه ، بهدف حدوث علاقة بينه و بين البيئة ، هذه العلاقة تكون منذ السنوات الأولى من حياة الطفل ، و تعتبر البيئة المحيطة به عامل مهم في تشكيل شخصيته و تكوين اتجاهاته وميوله و نظرته للحياة .

□ وبعد تكوين الشخصية و الميول و الاتجاهات تعدل دوافع الفرد و يتكون ضميره ويكتسب خبرات كما سوف يقلع عن عادات و اتجاهات أخرى للوصول إلى حالة من الاستقرار و التوافق الاجتماعي مع البيئة .

«اولاً: التوافق في الاسرة»

- اهمية الاسرة بالنسبة للطفل و دورها في توافقه:

- برأيك ما هي أهمية الأسرة بالنسبة للطفل ؟
 - للأسرة التي يعيش فيها الطفل أهمية كبيرة في بناء الشخصية و الصحة النفسية ، لأنها أول مؤسسة تتسلمه وتنقل له الميراث الحضاري وتعلمه من هو؟ و علاقته بالمجتمع.
 - الوحدة الاجتماعية الاولى التي ينشأ فيها الفرد و يتفاعل مع اعضائها.
- «أكدت مدرسة التحليل النفسي على أهمية السنوات الخمس الاولى من حياة الفرد حيث توضع أساسيات الشخصية و القيم و الاتجاهات»

«التوافق في الاسرة»

□ الاسرة هي العامل الاساسي في صنع سلوك الطفل بصيغة اجتماعية (فهي تحول الطفل من كائن بيولوجي الى كائن اجتماعي)..

□ تؤثر العلاقات بين الوالدين على صحة الطفل النفسية من حيث خلق جو يساعد على نمو الشخصية المتكاملة وأشباع حاجات الطفل من الشعور بالأمن و الاستقرار، بعكس الجو السلبي الذي يثير العدوانية وعدم الاتزان الانفعالي..

«فالطفولة هي الفترة التي تصاغ فيها الى حد كبير نظرة وقيم الفرد الاساسية، و التجارب التي يمر بها الطفل في البيت و المدرسة و المجتمع وهذه السنوات هي التي تحدد شخصياتهم خاصة في الجانب الانفعالي»

كما يتوقف نمو الطفل نمواً سليماً وكذلك نضجه الاجتماعي على مدى صلاح أسرته ، باعتبار ان الاسرة هي المصدر الاساسي لإشباع حاجات الطفل المختلفة كالحاجات البيولوجية و النفسية و العقلية و الاجتماعية.

«وظائف الاسرة»

□ الوظيفة الاجتماعية:

حيث أنها تقوم بالتنشئة الاجتماعية للطفل، فمن المعروف أن الطفل يولد كائن بيولوجي و الأسرة تقوم بتشكيله و اعطائه الصفة الاجتماعية ، فالأسرة هي القاعدة الاولى و الاساسية في عميلة تشكيل الطفل اجتماعياً و لا يوجد بديل عنها.

«وظائف الاسرة»

□ وظيفة نفسية:

أهم ما تقدمه الاسرة لأبنائها الاشباع النفسي و الارتباط الانفعالي،
فالأسرة المتماسكة المستقرة تشبع حاجات أطفالها الجسمية و
النفسية و الاجتماعية بينما الاسرة المفككة المضطربة تؤدي الى
الانحرافات السلوكية و الاضطرابات النفسية.

* وظيفة توجيهية:

تقوم الاسرة بعملية التوجيه و الارشاد، فالطفل يتعلم من الاسرة
الواجبات و الحقوق و معايير العقاب و الثواب.

«وظائف الاسرة»

□ وظيفة تربوية:

الاسرة لها دور هام في النمو العقلي و التعليمي و تساهم بقدر كبير على تنمية القدرة على التفكير لدى أبنائها واستكشاف مواهبهم وتطورها.

* وظيفة الحماية:

الاسرة تقوم بحماية ابنائها وهاذي الحماية تأخذ اشكالاً مختلفة منها: الحماية الجسمانية من الامراض و الاوبئة – الحماية الاقتصادية من الفقر – الحماية النفسية من الاضطرابات.

«أساليب التنشئة الاجتماعية و أثرها في توافق الطفل»

□ المقصود بأساليب التنشئة الاجتماعية: «الطريقة أو الأسلوب الذي يتبعه الآباء و الأمهات في تربية ابنائهم في السنوات الأولى وله دوراً هاماً في التأثير على تكوين الطفل النفسي و الاجتماعي»

تنقسم أساليب التنشئة الى:

- أساليب ايجابية سوية.
- أساليب سلبية خاطئة.

أولاً : أساليب التنشئة الاجتماعية الإيجابية (السوية)

□ أولاً : الأسلوب الديمقراطي :

- يتميز هذا الأسلوب بأن يشجع الوالدين أعضاء الأسرة على المناقشة و الحوار ومعاونتهم على اتخاذ القرارات مع ترك حرية الاختيار لهم وحرية التعبير عن آرائهم و مشاعرهم ويتسم بسمات منها : التسامح ، تجنب أساليب العقاب ، اكتساب الأبناء اللغة من خلال التفاعل مع الآباء مباشرة (مصطفى الصفتي و آخرون ، ١٩٩٩) ، احترام رغبات الطفل و مطالب نموه ، تجنب أساليب الضغط والتسلط .

□ الآثار المترتبة على الأسلوب الديمقراطي :

- ١- شخصية سوية .
- ٢- القدرة على مواجهة مواقف الحياة .
- ٣- القدرة على حل المشكلات .
- ٤- الثقة بالنفس .
- ٥- حرية التعبير عن الآراء و الأفكار .

ثانياً : الأسلوب الاستقلالي :

ويعبر عنه بمدى تشجيع الوالدين للطفل على معالجة شؤونه الخاصة وتحقيق ذاته دون الاعتماد على الآخرين ويتميز هذا الأسلوب بالعدالة و الاستقلالية والتسامح ورفض القيود والضغط والتسلط .

الآثار المترتبة على الأسلوب الاستقلالي :

١- يسهم في تكوين القدرات العقلية الابتكارية عن الأبناء ولهذا أشارت الدراسة الإكلينيكية التي قام بها ، جيتزلز وجاكسون (١٩٦٢) لكل من الطفلين (جون و لويس) ، إلى أن لويس كان ذكياً وكانت معاملة والدته تتسم بالسيطرة في حين أن جون كان مبتكراً وكان ينعم بمعاملة والديه تتسم بالاستقلالية والحرية إلى حد كبير .

٢- إنما القدرة على التفكير الابتكاري عند الأبناء فلقد تبين أن الطلاب الذين لديهم قدرات عالية على التفكير الابتكاري كانوا ينعمون بتنشئة والدية تتسم بالاستقلالية، حيث كان آباؤهم لا يمارسون عليهم فرض القيود والضغط والتسلط ، في حين أن العاديين من حيث القدرة على التفكير الابتكاري كانوا يعاملون كمعاملة أكثر تقييداً وتسلطاً فأساليب التنشئة التي يتبعها الآباء والأمهات التي تبتعد عن التسلط والضغط على الأبناء قد تسهم في إنماء القدرة على التفكير الابتكاري عند الأبناء .

□ و لقد أشارت نتائج عدد من الدراسات إلى أن التنشئة التي تتسم بالاستقلالية و الديمقراطية والدفع تجعل الطفل أكثر انطلافاً و يكون استقلالياً و دوداً يسهل عليه القيام بأدوار الكبار، لا يعتدي على ذاته ، ميوله العدوانية ضد الآخرين ضئيلة ، متعاوناً ، قادراً على التصرف يعتمد على نفسه ، يتمتع بدرجة مناسبة من التوافق الشخصي والاجتماعي (هيرلوك، ١٩٦٤) كما يرى سيموندر (١٩٣٩) إلى أن هذا الطفل الذي ينعم بمعاملة مستقلة يشارك في شؤون الأسرة يكون سعيداً ـ آمناً ، ودوداً مخلصاً ويمكن الاعتماد عليه

□ أولاً : الإفراط في التسامح والتساهل والصفح عن الأبناء :

□ وهو نوع من المبالغة في التساهل مع الطفل بحيث يستجيب الوالدان لمطالبه مهما كانت هذه المطالب ويغضون أبصارهم عن كل ما يرتكب من أفعال تقتضي التأديب والعقاب .

□ الأسباب التي تؤدي إلى استخدام الآباء والأمهات لهذا الأسلوب :

□ ١- يحدث في حالة وفاة الأب أو كثرة غيابه فتوجه الأم كل عطفها لأبنائها كنوع من التعويض .

□ ٢- قد تلجأ بعض الجدات إلى مثل هذا السلوك مدعية أن الأم حديثة العهد بالزواج لا تحسن تربية الأطفال .

□ ٣- عندما تكون العلاقات الزوجية خالية من المحبة والعطف ، فإن عدم إشباع هذه العاطفة يؤدي بالآباء وخاصة الأم إلى المغالاة في العطف على الأبناء ، إلى جانب استخدام هذا الأسلوب :

□ ١- معاناة الآباء في طفولتهم من الحرمان والسيطرة فيريدوا أن يجنبوا أبنائهم ما قاسوه في طفولتهم فيبالغون في التساهل معهم وتوفير كل طالب لهم مهما كان ذلك عزيزاً .

□ ٢- نتيجة تقمص الوالدين سلوك أبنائهم عندما كانوا صغاراً فتجد الأب أو الأم يسلكون نفس السلوك مع أطفاله أو أطفالها .

□ ٣- يحدث السلوك العكسي نتيجة لما كان يشعر به الآباء وهم أطفال من كراهية سابقة لأبنائهم ، تجعلهم يشعرون بالإثم ، ومن ثم يعاملون أبنائهم معاملة كلها إفراط وتسامح .

□ ٤- شعور بعض الآباء بالكراهية لأبنائهم ، وأسبابها تكون دفيئة لأسباب غير واضحة لهم .

□ ويترتب على هذا الأسلوب آثار سيئة على نفسية الأبناء ، ومن هذه النتائج :

□ ١- عدم النضج الانفعالي فيكبر الطفل ويسلك سلوكاً يدل على أنه ما زال صغيراً ، كما أنه قد اعتاد أن يأخذ دون أن يعطي .

□ ٢- لا يستطيعون التخطيط لحياتهم لأنهم لا يستطيعون الاعتماد على أنفسهم ولا تحمل المسؤولية فهم يعجزون عن أداء واجباتهم المدرسية دون مساعدة أبيهم أو أمهم ولا يستطيعون النجاح في المدرسة دون مساعدة المدرسين الخصوصيين .

□ ٣- معاناة هؤلاء من الإحباطات لأنهم لم يتعودوا الإحباط في طفولتهم المبكرة لأنهم لم يتعلموا الفشل في حياتهم المبكرة ، وعندما تكثر أمامهم المواقف الصعبة (الإحباطية) فيتربت على ذلك التعرض لبعض مظاهر الاضطراب النفسي أو العصبي مثل الأزمات العصبية ، قضم الأظافر ، التبول اللاإرادي ، ثورات الغضب .

ثانياً : الإفراط في رعاية الأطفال وحمايتهم :

يرى سوين أن الحماية الزائدة يمكن أن يستبدل عليها من خلال أربع وسائل :
الإفراط في الالتصاق البدني ، إطالة فترة معالجة الطفل وكأنه ما زال رضيعاً ،
الحيلولة دون نشأة السلوك المستقل ، الإفراط في إعطاء التوجيهات .

□ وتعني الحماية الزائدة التدخل الزائد في شئون الطفل ، وقيام الوالدين ، أو من يقوم مقامهما بالمسؤوليات والمهام التي يتوجب عليه التدريب على تحملها أو يتعين عليه إنجازها و التهاون والتراخي في معاملته ، والمغالاة في وقايتهم من الأمراض عن طريق إعطائهم المقويات ، وقد يحث نتيجة لهذه المغالاة في الرعاية الصحية نتائج عكسية ، تجعل الطفل هدفاً سهلاً للتعرض لسوء الهضم أو فقدان الشهية (مصطفى فهمي ، ١٩٨٧ – عبد المطلب القريطي ١٩٩٨) أو القلق الشديد عند غياب الطفل وتوقع الشر عند تأخره عن العودة إلى البيت والمدرسة ، أو المبالغة في القلق على تعلم الطفل وإنجازه الدراسي كأن يساريهم الشك في قدرة المدارس العامة على التعليم وإرساله إلى المدارس الخاصة أو تكليف مدرس خاص لتدريسه في المنزل .

□ ويلجأ الآباء أو الأمهات إلى هذا الأسلوب للأسباب التالية :

□ عندما يكون الطفل وحيداً .

□ أن يكون ولداً على بنات أو بنتاً على أولاد .

□ إنجابهم للطفل بعد فترة طويلة من الزواج .

□ أن يكون الطفل قد مرض في السنوات المبكرة من العمر.

□ معاناة الطفل من بعض أشكال القصور الجسمي أو العقلي .

ومن أبرز نتائج هذا الأسلوب ما يلي :

□ حرمان الطفل من الفرص التي تساعد على التعليم ، لأنه تعود أن يعمل له كل شيء .

□ ضعف الشخصية وعدم استطاعته مواجهة مواقف الحياة وما فيها من مشكلات ، وكثيراً ما يلجأ إلى التبرير أو الإسقاط لتغطية قصوره .

□ ضعف الثقة بالنفس والرغبة في الخضوع والخشوع والطاعة في غير ما تجب الطاعة .

□ يصعب عليه تكوين علاقات اجتماعية ناجحة مع غيره ، كما يبدو عليه الإهمال وسوء النظام .

ثالثاً: السيطرة والتسلط :

ومن المعالم الأساسية لهذا الأسلوب الضبط المفرط لسلوك الأبناء ، و الصارمة في معاملتهم وإلزامهم الطاعة العمياء ، والخضوع لما يُملي عليهم من أوامر ونواهي . و الانصياع لما يفرض عليهم من تعليمات من قبل الآباء .. بحيث لا يمنحون الفرص اللازمة للتعبير عن استقلاليتهم وإرادتهم ، كما ينطوي هذا الأسلوب في التنشئة على رفض آراء الطفل ولومه ونقده ، وعقابه ، وحرمانه ، و إرغامه قسراً ، والتخويف المستمر من العقاب ، وربما إذلاله .

□ أسباب استخدام الآباء لهذا الأسلوب :

- الخوف الشديد والقلق على الأبناء معتقدين أن الأبناء عاجزون عن إدراك مصلحتهم مثلما يدركونها ،
- فيكثرون من إسداء النصح وإصدار الأوامر والتدخل في شؤونهم .
- السمات المزاجية والانفعالية للوالدين كالتزمّت والصرامة أو خصائص عقلية كالتصلب .
- يعكس الآباء ما لا قوه من معاملة أيام طفولتهم ،فإن كانت هذه المعاملة قائمة على الصرامة والقسوة ، تجدهم يعاملون أطفالهم بنفس المعاملة . إسقاط طموحات الآباء الزائد على أبنائهم دون أن يقيموا اعتباراً لاستعدادات أولئك الأبناء وميولهم .
- الأب الفاشل من أقسى الآباء على الأبناء لأنه غير راض عن نفسه أو لأنه يشعر أنه "فاشل" ولذلك يطلب الكمال مع أبنائه .

□ نتائج السيطرة والتسلط :

- إنما مشاعر التهديد والخوف والقلق وخلق ضمير صارم متزمّت لدى الأبناء .
- الخضوع والميل إلى الاستكانة وعدم القدرة على إبداء الرأي أو المناقشة .
- عدم القدرة على التمتع بمباهج الحياة ، وقضاء وقت الفراغ لأنهم لا يفكرون إلا في المسؤوليات والعمل .
- فقدان الثقة بالنفس لأنه حرم من فرصة اختيار قدراته الذاتية واتخاذ القرارات التي تخصه إضعاف روح المبادرة والاستقلالية لديه وربما يدفع به إلى الهروب من المنزل التماساً لبيئة أقل تقييداً وأكثر تحراً . مما قد يسلمه في النهاية إلى قراء السوء و تبني أنماط سلوكية عدوانية ومضادة للمجتمع.

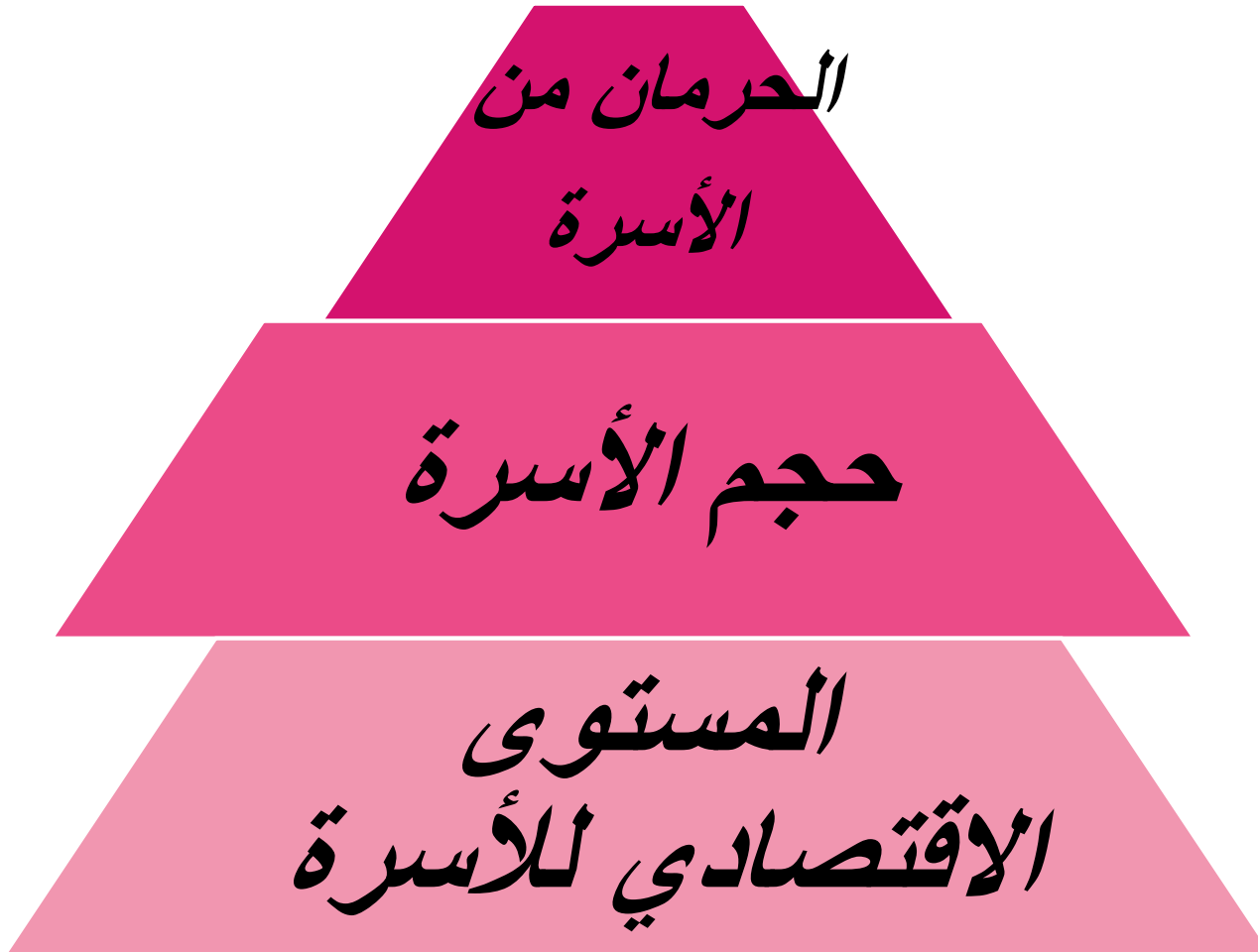
رابعاً : الإهمال :

- لاشك أن الطفل يفسر بعض أنواع السلوك التي تصدر عن الوالدين أو أحدهما على أنه نوع من الإهمال النبذ وهذه الأنواع هي :
- عندما تهمل الأم أو الأب تلبية حاجات الطفل من طعام أو شراب وملبس .
- ترك الأم الطفل فترات طويلة سواء أكان ذلك بسبب السفر أم العمل أم ترك المنزل نتيجة الخلافات الزوجية فإن الطفل يعاني أشد المعاناة من هذا البعد ، حيث يفتقد الطفل إشباع الحاجة للأمن .
- تهديد الطفل بالطرد من المنزل عند ارتكاب بعض المخالفات ، يدركه الطفل على أنه تعبير عن كراهية وإهمال .
- نقد الطفل بصورة مستمرة ومقارنته بإخوته أو أقرانه من أطفال الأقارب أو الجيران فيدركه الطفل على أنه نوع من التهديد والعدوان والخط من مكانته .
- تهديد الطفل بالعقاب البدني على الدوام لترسيخ بعض العادات من أنواع السلوك المرغوب .
- فما لا شك فيه أن هذا الأسلوب له نتائج سلبية على شخصيته .
- عصبية الأم وهي تقوم بإشباع حاجات الطفل .
- عدم حماية الأطفال و الاهتمام بشئونهم ويأخذ ذلك مظاهر منها : وضع سرير الطفل في مكان معرض لتيار الهواء .
- إهمال الإجابة على أسئلة الطفل ، عدم التعقيب على الشهادة المدرسية ، وعدم مديح الطفل لحصوله على جائزة .

فلاشك أن استخدام الآباء لهذا الأسلوب له نتائج سلبية على شخصية الطفل وتوافقته ، وبالتالي صحته النفسية :

- محاولة لفت نظر الآخرين بالصراخ أو النشاط الزائد أو التخريب أو إتلاف الأشياء الموجودة في المنزل أو خارجه .
- قد يدّعي الطفل المرض ليحظى باهتمام الأبوين .
- قد يعرض نفسه للجروح و الإصابات حتى يلفت نظر أبويه للاهتمام
- قد يلجأ إلى بعض الحيل الدفاعية اللاشعورية كالكوص ، فيقوم بالتبول اللاإرادي أو مص الأصابع .
- قد يلجأ إلى سرقة الأبوين كمحاولة انتقامية ، كما أنه في بعض الحالات يقوم بسرقة الآخرين لأن ذلك يجعل الآباء في موقف حرج ، كما أن مثل هذا الموقف سيدفع الآباء إلى حماية الطفل .
- شعوره بالوحدة وعدم الأمن والحدق على الآخرين والعدوان والثورة والعناد كرد فعل للإهمال ؟
- مقطع : عن إهمال الأطفال عاطفياً قد يصيبهم بالسكتات الدماغية:
- <https://www.youtube.com/watch?v=ije9md17FXk>

العوامل الاجتماعية والنفسية



١ - المستوى الاقتصادي للأسرة :

الطفل في
الأسرة الغنية

- يحصل فيها الأبناء على مميزات كثيرة منها إسناد مسئوليات وأعمال كثيرة فإذا وصل إلى مستوى النضج يحصل على مركز اجتماعي ينال فيه تقدير الأسرة بما يساعده في محافظة على مركز الأسرة فيحقق فيها الاستقلالية .

الطفل في
الأسرة
المتوسطة

- يحصل فيها الأبناء على معاملة طيبة من آباءهم عندما يقومون بتشجيعهم للاعتماد على أنفسهم الاستقلالية في تصرفاتهم.
- وأحياناً يستخدمون العقاب اللفظي لتوجيه أبنائهم وإشعارهم بالذنب

الطفل في
الأسرة
الفقيرة

- يحصل فيها الأبناء على العقاب البدني لكي يسلك الطفل كالكبار في سن مبكرة فيعامل الآباء أبنائهم بنوع من الشدة والتسلط فيشعر الطفل بعد ذلك أنه منبوذ وغير مرغوب فيه فيدفعه ذلك لتكوين الصداقات مع أقرانه بعيداً عن أسرته.

٢- حجم الأسرة :

الأسرة الصغيرة

- أن سلوك الوالدين يتسم بالرعاية والحماية الزائدة فنجد شخصية الطفل في هذه الأسرة يتسم بالذكاء المرتفع نظرا لرعاية الإباء لهم.

الأسرة الكبيرة

- أوضحت بعض الدراسات أن الأسر الكبيرة يتسم فيها الآباء بعدم توجيه الرعاية الكافية للأبنائهم
- إلا أن أبناء هذه الأسرة يتمتعون بالاعتماد على الذات وبالاستقلالية.

٣- الحرمان من الأسرة :

حرمان الطفل من الرعاية الأسرية يعني حرمانه من الحنان وعطف الوالدين وقد يحرم الطفل من أسرته نتيجة لوفاة أحد الوالدين أو الطلاق أو الانفصال فكل هذه العوامل تؤثر تأثيرا واضحا في السلوك الاجتماعي و الانفعالي للطفل:

١- حرمان الطفل من رعاية الأم ووضعه في المؤسسات بديلة كالحضانة أو الرعاية الاجتماعية قد تؤدي إلى نشوء اضطرابات في شخصية الطفل ومنها الشعور بالحرمان من الحب لذلك تجدهم يظهرون ميلا شديدا لأن يكون محبوبين من الآخرين.

٢- أن الأطفال الذين افتقدوا رعاية الأم قد يعانون من التبدل انفعالي وقصور في النمو الاجتماعي حيث لا يهتمون بتكوين علاقات مودة مع الآخرين.

أسباب الحرمان من الأسرة :

- ١- وفاة أحد الوالدين أو كليهما مما يؤدي إلى انهيار الأسرة.
- ٢- عدم وجود الجو الأسري و عجز الوالدين على إقامة علاقات أسرية صحيحة.
- ٣- العوامل الاقتصادية كالفقر أو المرض أو إصابة أحد الوالدين بمرض مزمن.
- ٤- الحرمان الأمومي يأخذ شكلين إما أن يكون:
أ- حرمان كاملا : كان يكون الطفل منفصلا عن أمه لسبب من الأسباب.
حرمان جزئيا كأن يعيش الطفل مع أمه ولكنها لم تمنحه الحب بسبب (المرض
الفقر – انهيار الجو الأسري التحاق الأم بعمل يشغل كل وقتها)
- ٥- الاضطرابات و المنازعات المستمرة بين أفراد الأسرة وخاصة الوالدين مما يؤدي إلى حرمان الطفل من البيئة الأسرية السليمة.

الآثار المترتبة على الحرمان من الأم:

يؤدي إلى القلق وعدم
التوافق النفسي و
الاجتماعي

كما يؤدي إلى اضطراب في
شخصية الطفل وتعطيل النمو
الجسمي والذهني والاجتماعي

الحرمان من الأم أثناء
السنوات الأولى من حياة
الطفل تعتبر من أهم
أسباب الجناح

يؤدي إلى بعض
المظاهر السلوكية
كالخوف والعدوان
وعدم الشعور بالأمن

يؤدي إلى الانطواء و
الخوف والخجل

الآثار المترتبة على غياب الأب

أنا غياب الأب له تأثير على الأولاد
والبنات وخصوصا في السنوات
الخمس الأولى حيث يعانون من
نقص في النمو الشخصي
والاجتماعي

غياب الأب في مرحلة الطفولة
يؤدي إلى آثار سيئة منها ضعف
القدرة العقلية والقدرة التفاعلية
الاجتماعية هذا بالنسبة للأولاد
أكثر من البنات

بعض الإرشادات التي تساعد الوالدين في تحقيق النمو النفسي سوي لأبنائهم :

١- تجنب الوالدين لكل أساليب التنشئة الخاطئة كالإفراط في التسامح و التساهل والصفح عن الأبناء أو السيطرة والتسلط نظرا للأثار السلبية التي تتركها في شخصية الأبناء والعمل على اتباع اساليب التنشئة السوية التي تحترم شخصية الطفل وتمنحه قدرا من الاستقلالية وتدربه على اتخاذ القرار .

٢- تدخل الآباء في توجيه الأبناء بقدر يسمح لهم بتحقيق النضج كي يواجهون مواقف الحياة بنجاح ليثقوا بأنفسهم ويشعرون بالمسئولية تجاه الآخرين .

٣- تعليم الطفل وتدريبه على أنواع السلوك المتعارف عليها مثل آداب الطعام واستقبال الزائرين وغيرها و أن ينهاه عن أنواع السلوك التي تثير اشمئزاز الآخرين مثل رفع الصوت و الاعتداء على ممتلكات العامة وغيرها .

٤- إثابة الطفل على سلوك طيب يقوم به ، وأن يكون العقاب معتدلاً و متناسب مع الذنب الذي ارتكبه الطفل ، و الأفضل استخدام العقاب النفسي بدلاً من العقاب البدني كحرمان الطفل من الذهاب للحديقة أو اصطحابه في رحلته.

٥- الثبات في أسلوب معاملة الطفل و أن يكون كل من الوالدين يعرف ماذا يريد ؛ لأن التناقض في الأوامر و النواهي يجعل الطفل محتار لا يدري ما هو الصحيح من الخطأ و ذلك يؤدي إلى زعزعة الكيان النفسي عند الأبناء.

٦- المعاملة تتسم بالعدالة و عدم التفرقة في المعاملة بين الأبناء الذكور و الإناث لأن ذلك يثير الغيرة و الحقد بينهم ولا يساعد على تحقيق النمو النفسي السوي عند الأبناء.

٧- عند توقيع العقوبة البدنية لا يصاحب ذلك بثورة عارمة تجعل الطفل يدرك أن العقاب كان فعلاً انتقامياً وليس تأديباً على ما فعل.

ثانيا : التوافق النفسي في المدرسة :

□ دور التربية في تحقيق الصحة النفسية :

كان للصحة النفسية التأثير الكبير في التربية حيث نقل الاهتمام من الناحية العقلية الى الناحية الانفعالية وايضا أثرت على المربين حيث انهم اهتموا بالطفولة سواء قبل المدرسة أو بعد الالتحاق بها ، وذلك لأن معظم الاضطرابات النفسية والعقلية تحدث أثناء الطفولة ، لذلك ينبغي على المعلم ان يكون اتجاه وهو الاهتمام بالتلميذ كفرد والى التلميذ كعضو في جماعة واذا نقص هذا الأمر لدى المعلم أصبح هو الذي بحاجة الى عناية صحيه .

وظائف المدرسة:

لها وظيفتين:

□ الأول : نقل الثقافة والمحافظة على التراث الثقافي بما يطرأ عليه من تغيرات وتعديلات.

□ الثاني : توفير الظروف المناسبة للنمو السليم وتعرض التلاميذ للخبرات المناسبة التي تؤدي الى نموهم جسدياً وعقلياً واجتماعياً وانبغالياً.

الفرق بين البيئة الأسرية والبيئة المدرسية

الطفل في الأسرة يعيش بين والديه وإخوانه محاطاً بالرعاية والعناية ،
ويجد مساندة من الكبار ، لا يوجد مجالات تنافس إلا بسيطاً ، فبذلك ينتقل
الطفل من جو الأسرة الى جو مختلف تماماً في المدرسة ، وتختلف عنه
فيما يلي :

-المدرسة لا تستطيع أن تمنح الطفل الرعاية والحماية الموجودة في
الأسرة

- قد تتعارض رغبات الطفل مع رغبات زملائه فعليه أن يتعلم كيف يوفق
بين رغباته وما يحتاجه غيره ليحقق التوافق النفسي .

الطفل في المدرسة يتعلم يكف أو يؤجل إشباع حاجاته الى وقت مناسب .

- تعلم المدرسة الطفل ماله من حقوق وما عليه من واجبات .

الجو المدرسي العام والنظام المدرسي :

ان الجو المدرسي الذي يسوده الحرية والديمقراطية ، والذي يتمكن فيه الطلاب من التعبير عن آرائهم وأفكارهم ، والذين يشتركون فيه مع ادارة المدرسة في اتخاذ القرارات التي تحكم النظام داخل المدرسة والذي يمكنهم من اشباع حاجاتهم الصحية وحل مشكلاتهم مثل هذا الجو له الدور الايجابي في تدعيم الصحة النفسية للطلاب، اما الجو المدرسي الذي يسوده عكس ذلك سيؤدي الى سوء الصحة النفسية للطلاب.

المدرسة والأنشطة المدرسية :

□ يرى (علاء كفاي ، ٢٠٠٣) ان المدرسة تتيح ألوانا مختلفة من الأنشطة منها الثقافي والاجتماعي والرياضي بجانب المواقف التعليمية التقليدية وعلى الطالب أن يمارس ما يناسبه منها، ولهذا أيضا قيمته التربوية والنفسية الكبيرة اذا أنه يساعد الطلاب على اعلاء دوافعه ويساعده على تأكيد ذاته وهذه الأنشطة هي أفضل الوسائل التي تنمو من خلالها شخصية الطالب.

الدور التربوي للمدرس :

يجب على المعلم أن يراعي القواعد التالية ليحقق التوافق لتلاميذه :

- أن يكون للدرس أهداف واضحة حيث انها تحرك سلوك الانسان .
- أن يثير الدرس ميول الطلاب وذلك بربط الدرس بالحياة اليومية للطلاب .

«ثالثاً: التوافق النفسي في المجتمع»

- إن من أهم أهداف الصحة النفسية بناء الشخصية المتكاملة وإعداد الإنسان صحيح نفسياً في أي قطاع من القطاعات المجتمع، وأياً كان دوره الاجتماعي بحيث يقبل على تحمل المسؤولية الاجتماعية ويعطي المجتمع بقدر ما يأخذ مستغلاً طاقاته وإمكانياته إلى أقصى حد ممكن، ولتحقيق ذلك يجب تحقيق مطالب النمو الاجتماعي للفرد مثل النمو الاجتماعي المتوافق، وإشباع الحاجات النفسية والمشاركة الاجتماعية وتوسيع دائرة الميول والاهتمامات وتنمية المهارات الاجتماعية التي تحقق التوافق الاجتماعي السوي، وتحقيق النمو الديني والأخلاقي القويم.

- فالمجتمع الذي يتمتع أفرادُه بالصحة النفسية أكثر تماسكاً لأن الأفراد المتمتعون بالصحة النفسية داخل المجتمع يتسمون بالتعاون وتكوين العلاقات الطيبة ويسلكون السلوك الطيب الذي يتناسب مع قيم ومعايير المجتمع ومع عاداته وتقاليده ولا ينحرفون عن الطريق السوي لهذا المجتمع وهذا يقلل من نسبة الانحراف والخروج عن القانون. كما أن أفرادَه يعملون بروح الفريق في التصدي للمخاطر والمشكلات التي تعترض مجتمعهم حيث أن الاعتلال في الصحة النفسية لدى أفراد المجتمع يسهم في التفكك.

- كما أن الصحة النفسية تهتم بدراسة وعلاج المشكلات الاجتماعية الوثيقة الصلة بتكوين ونمو شخصية الفرد ومن هذه المشكلات الضعف العقلي والتأخر الدراسي والجناح، وكذلك الصحة النفسية تساعد في ضبط سلوك الفرد وتوجيهه وتقويمه في الحاضر بهدف تحقيق أفضل مستوى ممكن من التوافق النفسي .

- كما أن الصحة النفسية الجيدة تعمل على زيادة إنتاج المجتمع وكفايته لأن المجتمع الذي يتمتع أفرادُه بالصحة النفسية عادة ما ترتفع إنتاجيتهم كما أن هذا الإنتاج يتميز بالجودة والإتقان مما يؤدي إلى زيادة تسويقه ويحقق زيادة الدخل القومي ، ويؤدي إلى الرخاء ، وكما أن زيادة الإنتاج تؤدي إلى كفايته .. وهذا يتأتى من أن الأفراد المتمتعون بالصحة النفسية يسعون دائماً إلى الإنجاز لتحقيق النجاح .. لكي يحققوا ذواتهم فيه .. وبالتالي يؤدي إلى زيادة الإنتاج.

□ وسوف نشير إلى بعض الخدمات الوقائية والإنشائية التي ينبغي الاهتمام بها للعناية بالصحة النفسية للفرد وكذلك نعرض الخدمات العلاجية التي لا بد من توفرها لمساعدة الأفراد الذين يواجهون صعوبات في التوافق النفسي و الاجتماعي أو للإصابة ببعض الاضطرابات النفسية.

أولاً : الخدمات النفسية والإنشائية والوقائية:

□ تهدف إلى حماية الفرد من التعرض للظروف أو الصعوبات التي تجعله عرضة للإحباط والصراع وما يتولد عنهما من مشاعر القلق النفسي الذي يهدد صحة الفرد النفسية ، كما تهدف إلى توفير العوامل التي تساعد على إنماء شخصية الفرد في المجتمع ، وتحقيق هذه الأهداف لا يتم إلا بمجموعة من الوسائل للحفاظ على صحة أفراد المجتمع الجسمية والنفسية ، بحيث تحقق هذه الوسائل رفع الكفاية العقلية للفرد . وإقباله على العمل المنتج وتعزيز ارتباطه بوطنه ، والإخلاص له وتحقيق أهدافه الكبرى . ومن الوسائل المفيدة في حماية المواطن ، وتوفير أسباب النمو النفسي السوي وتحقيق قدر من أسباب الطمأنينة النفسية ما يلي:

□ ١- مراكز رعاية الطفولة والأمومة :

□ فهذه المراكز تقوم بدور وقائي هام بحيث تحمي الأطفال بوجه خاص من التعرض للأمراض الجسمية ، أو المعاناة من سوء التغذية أو الإصابة بالعاهات المزمنة ، وهذا يحقق للطفل حياة صحية آمنة ، تساعد على تحقيق النمو السوي من الناحية الجسمية ، وما يعكس ذلك من آثار طيبة في البناء النفسي للطفل ، لأن المرض والإعاقات الصحية والعاهات المزمنة مثل ضعف السمع أو الصمم . والضعف العقلي والتشوهات الجسمية ، كلها تترك أضراراً في حياة الطفل النفسية ، لأن هذه الإعاقات تحول بين الطفل وتحقيق حاجاته الأساسية مما يجعله عرضة للمعاناة من الإحباط والفشل والقلق النفسي ، وهي كلها عوامل تسبب الاضطرابات النفسية وتحول دون تحقيق الصحة النفسية للفرد .

٢- توفير خدمات التوجيه والإرشاد التربوي والنفسي :

- إن المدرسة الحديثة لا تهتم بعملية النمو المعرفي فحسب ، بل تهتم بالجوانب الأخرى مثل اكتساب الاتجاهات النفسية و الاجتماعية السوية وتمثل القيم الدينية والأخلاقية التي يؤمن بها المجتمع، وخدمات التوجيه والإرشاد التربوي والنفسي التي ينبغي أن تتوافر في المدرسة تهدف إلى مساعدة الفرد على رسم الخطط التربوية التي تتلاءم مع ميوله وقدراته وأهدافه، وأن يختار نوع الدراسة والمناهج المناسبة والمواد الدراسية التي تساعد على النجاح، وكذلك تشخيص وعلاج المشكلات التربوية التي يواجهها
- (أ)كمشكلات التأخر الدراسي. (ب)مشكلات الأطفال بطئي التعلم. (ج) مشكلات الأطفال المتفوقين عقليا. (د)المشكلات السلوكية (المخاوف المرضية –العدوان –عدم الثقة بالنفس).

الإجراءات الوقائية والعلاجية بالمجتمع :

وتبدو أهم تلك الإجراءات الوقائية والعلاجية من خلال النقاط الآتية :

١- الرعاية الصحية لكافة المواطنين التي تكفل للفرد النمو الجسمي والنفسي السليم.

٢- توفير السكن الصحي الملائم تتوافر فيه الشروط الصحية اللازمة للنمو السوي لأفراد الأسرة سواء من الناحية الجسمية أم النفسية.

٣- توفير أماكن عامة للترويح عن النفس : مثل الحدائق العامة والمتاحف والنوادي الثقافية والرياضية بأنواعها المختلفة للتخفيف من آثار التوتر النفسي للأفراد الذين يعاونون منه نتيجة العمل ومواجهة مطالب الحياة اليومية.

- ❑ ٤- توفير فرص العمل لكل مواطن قادر عليه وإعداده وتدريبه ليحسن القيام به.
- ❑ ٥- التشجيع على تكوين الجمعيات الأهلية التي تسهم بالخدمات الصحية والاجتماعية والتربوية والنفسية من أجل النهوض بالمجتمع وتوفير الخدمات الأساسية للمواطنين.
- ❑ ٦- إصدار تشريعات خاصة بالفحص الطبي والنفسي قبل الزواج وتوجيه الأزواج والتشريعات الخاصة بالحد من انتشار المخدرات والمراهقات والتشريعات الخاصة بحماية الأحداث والمراهقين من الأفكار والتشريعات الضارة.
- ❑ ٧- رفع مستوى الوعي النفسي بين أفراد المجتمع للتخلص من كافة الضغوط التي يتعرض لها في حياته وما قد يتعرض له في مستقبله حتى يأمن نفسيا ويعيش في أمان واستقرار مما يحقق له الصحة النفسية.
- ❑ ٨- أن يكثر المجتمع من التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي والمهني وكيفية الوقاية من الأمراض النفسية وأن يهيئ بيئة اجتماعية آمنة تسودها العلاقات الاجتماعية السليمة والتي يشعر فيها بالأمان النفسي مما يحقق له صحة نفسية.
- ❑ ٩- الاهتمام بدراسة الفرد والمجتمع ورعاية الطفولة صانعة المستقبل ورعاية الشباب عصب الأمة ورعاية الكبار وحماية الأسرة الخلية الأولى للمجتمع والعناية بمشكلاتها والتخطيط الشامل للنشاط الاجتماعي والاقتصادي لتحقيق أقصى إشباع ممكن لحاجات الناس.

□ ١٠ - إنشاء العيادات النفسية التي تهتم بمعالجة مشكلات الأطفال ذات المنشأ النفسي.

□ ١١ - توفير مراكز الإرشاد النفسي ، والعيادات النفسية لاستقبال الشباب والراشدين الذين يعانون من بعض المشكلات، والاضطرابات الانفعالية أو العصابية أو العقلية.

□ ١٢ - توفير المصحات لعلاج الإدمان ولعلاج المرضى نفسيا وعقليا (مستشفى الصحة النفسية).

□ ١٣ - رعاية المعوقين عن طريق توفير مؤسسات لرعايتهم من الشباب والراشدين .

□ ١٤ - إنشاء مؤسسات لإصلاح الأحداث الجانحين .