

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس وعلوم التربية

الموضوع:

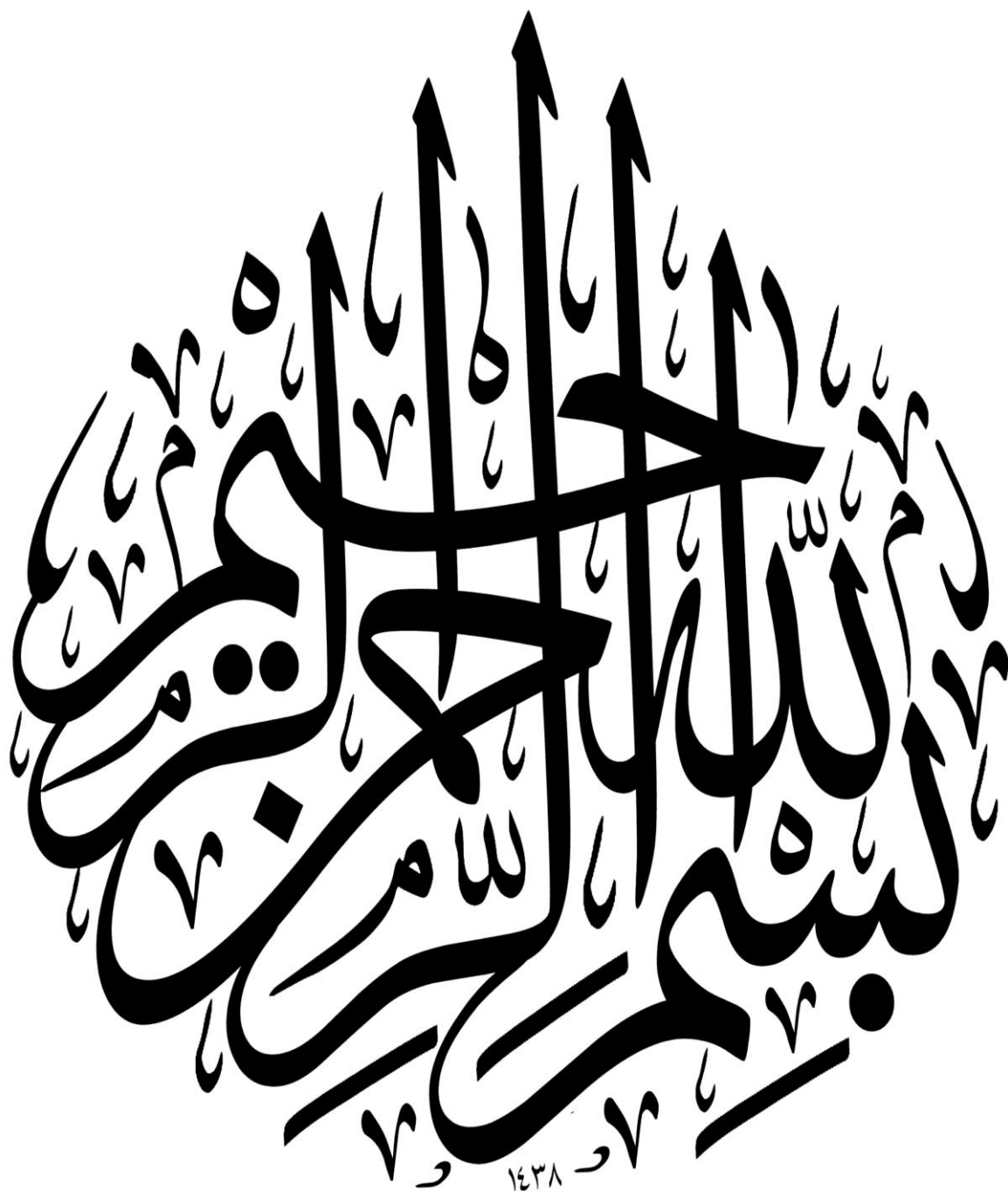
دور المرافقة النفسية في الرفع من مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر أكاديمي في علوم التربية تخصص إرشاد وتوجيه
تخصص: إرشاد وتوجيه

إشراف الأستاذ:
عباس عبد الرحمان

إعداد الطالبتين:
* حمراي جميلة
* نورين بختة

السنة الجامعية: 2023-2024





شكر وتقدير

تشكر

قال الله تعالى "ومن يشكر فإنما يشكر لنفسه"

وقال الرسول صلى الله عليه وسلم " من لم يشكر الناس لم يشكر الله "

نحمد الله حمدا كثيرا طيبا مباركا فيه على توفيقه لنا لإنجاز هذا البحث العلمي و الذي

ألهمنا الصحة والعافية والعزيمة وسبب لنا الأسباب لإتمامه فالحمد والشكر لله

كما نتقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى :

أستاذنا الكريم الذي تفضل علينا بالإشراف على هذا العمل وعلى كل ما قدمه لنا من

توجيهات ومعلومات قيمة ساهمت في إثراء موضوع دراستنا .

إلى أساتدتنا الأفاضل أعضاء لجنة المناقشة الموقرة

إلى كل أساتذة قسم علم النفس و علوم التربية لجامعة الجبيلي بونعامة لخميس مليانة وكل

طاقمها الإداري .

إليكم أساتدتنا خالص التشكرات





إهداء

إهداء

أهدي هذا العمل المتواضع :

إلى قرة عيني أبي وأمي حفظهما الله

إلى سندي ورفيق دربي زوجي الغالي

إلى المؤسسات الغاليات : ياسمين وألاء .

إلى كل عائلي وأهلي وأحبائي

إلى كل من ساندني وأعطاني يد العون من قريب أو بعيد

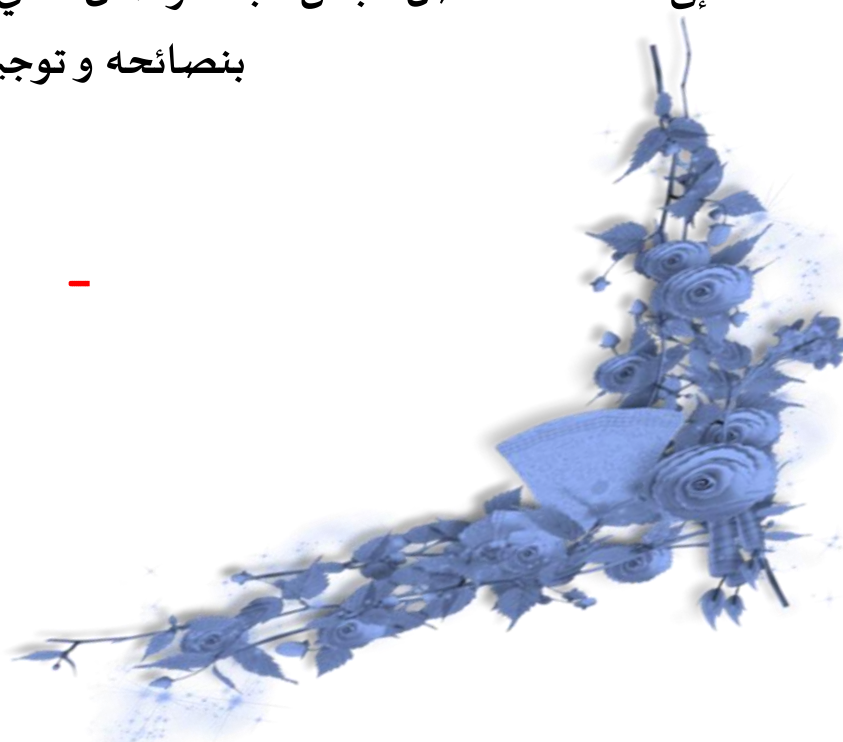
إلى زميلتي وأختي ورفيقتي التي شاركتني هذه المذكرة - بختة

إلى أستاذنا الفاضل عباس عبد الرحمان الذي رافقنا وصبر معنا ولم يبخل علينا

بنصائحه وتوجيهاته .

حمراني جميلة

-





إهداء

نحمد الله الذي أعاننا على إكمال هذا العمل المتواضع وأهدي ثمرة جهدي
إلى من شق لي طريقا للعلم والمعرفة إلى من صحى بأعلى ما يملك من تعليمنا إلى من شاركني
نجاحاتي وغاب في نجاحي هذا أبي الغالي رحمك الله ورفعك درجات في الجنة
إلى أُمي الغالية أطال الله في عمرها
إلى سندي ورفيق دربي زوجي العزيز حفظه الله
إلى إخوتي وأخواتي وأولادهم كل باسمه حفظم الله ورعاهم
إلى كل الأهل والأحبة وإلى كل من ساندني وقدم يد العون لي من قريب أو بعيد
إلى صديقتي وحبيبتي وزميلتي في هذا العمل "جميلة"
إلى كل أساتذة كلية علم النفس وعلوم التربية وعمالها وكذا كلية بوزريعة
إلى أستاذنا الفاضل الذي تفضل علينا بنصائحه وتوجيهاته البروفيسور عباس عبد
الرحمان .

إلى كل من قدم لنا يد العون من قريب أو بعيد

بختة نورين



ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على ماهية العلاقة بين المرافقة النفسية والصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة، حيث استعملنا فيها المنهج الوصفي وذلك من أجل السير ضمن هذه الدراسة مستعملين عينة مكونة من (120) تلميذ في المرحلة المتوسطة، إذ تم تطبيق عليهم أدوات الدراسة وبعد جمع البيانات وتحليلها وتفسير خلصت الدراسة إلى النتائج التالية:

+ تمتع التلاميذ المتمدرسين في المرحلة المتوسطة بدرجات عالية نوعاً ما فيما يخص نظرهم بخصوص تلقيهم للرعاية والمرافقة النفسية.

+ يتميز تلاميذ المرحلة المتوسطة بدرجات عالية ما فيما يخص الصحة النفسية.

+ هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين المرافقة النفسية والصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.

Summary:

This study aimed to identify the relationship between psychological accompaniment and mental health among middle school students, where we used the descriptive approach in order to proceed within this study using a sample of (120) middle school students. The study tools were applied to them and after collecting... Data analysis and interpretation, the study concluded with the following results:

+ Students studying in the middle stage enjoyed fairly high scores regarding their outlook regarding receiving psychological care and accompaniment.

+ Middle school students have fairly high scores in terms of mental health.

+ There is a positive, statistically significant correlation between psychological accompaniment and mental health among middle school student

فهرس المحتويات:

رقم الصفحة	قائمة المحتويات
-	شكر وتقدير
-	إهداء
-	ملخص الدراسة
-	فهرس المحتويات
-	فهرس الجداول والأشكال
أ	مقدمة
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	
12	1-1- الإشكالية
14	2.1 تساؤلات الدراسة
14	3.1. فرضيات الدراسة
15	4.1. أهداف الدراسة
16	5-1. أهمية الدراسة
17	6-1- تحديد المفاهيم
17	7-1- الدراسات السابقة
الفصل الثاني: المرافقة النفسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة	
21	تمهيد
22	1-2- تعريف المرافقة النفسية
23	2-2- طبيعة المرافقة النفسية
25	3-2- مجالات المرافقة النفسية
28	4-2- أهداف المرافقة النفسية
29	5-2- عوامل نجاح المرافقة النفسية
30	6-2- خصائص المرافقة النفسية

31	7-2 - مهام المرافق النفسي
31	2-8 إستراتيجيات المرافقة النفسية المدرسية
35	خلاصة
الفصل الثالث: الصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة	
38	تمهيد
38	3-1- نبذة تاريخية عن الصحة النفسية :
40	3-2- تعريف الصحة النفسية
41	3-3- مظاهر الصحة النفسية
42	3-4- خصائص الصحة النفسية
43	3-5- معايير الصحة النفسية
46	3-6- النظريات التي فسرت الصحة النفسية
49	3-7- مناهج الصحة النفسية
51	خلاصة
الجانب الميداني	
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية	
55	تمهيد
55	4-1- منهج الدراسة.
55	4-2- الدراسة الاستطلاعية
56	4-3- أدوات جمع المعطيات
63	4-4- مجتمع وعينة الدراسة
65	4-5- الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة.
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة	
68	5-1- عرض وتحليل نتائج الدراسة
72	5-2- مناقشة وتفسير النتائج
76	الاستنتاج العام

77	خاتمة
	قائمة المصادر والمراجع
	الملاحق

فهرس الجداول والأشكال:

أولا- الجداول:

الصفحة	البيان	رقم الجدول
57	يبين توزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية	الجدول رقم 1
61	يبين قيمة الفا كرونباخ	الجدول رقم 2
62	بين نتائج صدق المقارنة الطرفية	الجدول رقم 3
63	يبين توزيع أفراد عينة حسب الجنس	الجدول رقم 4
68	بين وصف البيانات في الفرضية الاولى	الجدول رقم 5
68	يبين نتائج الفرضية الاولى	الجدول رقم 6
69	بين وصف البيانات في الفرضية الثانية	الجدول رقم 7
69	يبين نتائج الفرضية الثانية	الجدول رقم 8
70	يبين نتائج الفرضية الثالثة	الجدول رقم 9

ثانيا- الأشكال:

الصفحة	البيان	رقم الشكل
	يمثل عينة الدراسة الاستطلاعية	الشكل رقم 1
64	يبين توزيع أفراد عينة حسب الجنس	الشكل رقم 2

مقدمة

مقدمة:

لقد أصبح الإهتمام والرعاية بمختلف جوانب شخصية المتعلم ضرورة ملحة من أجل بناء جيل يتمتع بصحة نفسية سليمة ، حيث تعد المرافقة النفسية للتلاميذ طريقة لفهم ذواتهم و مكتسباتهم و القدرة على مساعدتهم لحل مشكلاتهم ، و هنا يبرز دور المرشد النفسي في تحقيق ذلك ، حيث يسعى إلى توفير الأمن و الطمأنينة و خلق جو تعليمي و تعليمي هادف و ناجح خصوصا إذا تعلق الأمر بتلاميذ مرحلة التعليم المتوسط التي تعد مرحلة حرجة نظرا للتغيرات التي تطرأ عليهم سواء من الناحية الجسدية ، النفسية ، الأسرية ، الاجتماعية و الانفعالية.

ان تظافر الجهود وتتكاتف من طرف الجماعة التربوية إداريا كان أو بيداغوجيا لتقديم خدمات متطورة مواكبة لعصر يوصف بعصر السرعة و جيل بذهنيات جديدة مغايرة و مختلفة عن سابقتها و ذلك للإلمام بجميع متطلباته و حاجاته النفسية و الأكاديمية و البيداغوجية ، و في ذل تقصي الواقع التعليمي اليوم فإن هناك العديد من المشكلات التي تعترض التلاميذ في مسارهم الدراسي ، منها ماهو دراسي كالتأخر الدراسي و صعوبات التعلم ، ... و منها ما هو نفسي كالخوف ، عدم التكيف مع البيئة الدراسية ، الضغوط النفسية ، القلق ، تهويل التصورات و المعتقدات عند الانتقال من مرحلة تعليمية إلى أخرى أعلى منها خاصة بالنسبة للتلاميذ المقبلين على الامتحانات الرسمية ، حيث أدى ذلك إلى فشل العديد منهم دراسيا .

ولقد أظهرت العديد من الدراسات أن التلاميذ في مرحلة التعليم المتوسط يعانون من ضغوط نفسية و تقلبات فيزيولوجية خاصة تلاميذ السنة الرابعة متوسط المقبلين على الامتحانات الرسمية مما يستدعي تكاتف جهود الطاقم التربوي و الإداري في تعزيز الثقة في النفس و الصحة النفسية و الرفع من مستواها عن طريق المرافقة النفسية و هو ما سوف نتطرق إليه في دراستنا هذه بتسليط الضوء حول دور المرافقة النفسية في الرفع من مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة المتوسط.

ولقد إشتمل الموضوع على جانبين للدراسة الأول نظري و الثاني تطبيقي و قد جاءت فصول الدراسة، بالشكل التالي حيث تناولنا في الفصل الأول تحديد الإشكالية مع التساؤلات والفرضيات و ذكر الأهمية و أهداف الدراسة ، ثم التطرق إلى تحديد مفاهيم الدراسة ، مع ذكر الدراسات السابقة التي جاءت في نفس مسار الموضوع ، أما في الفصل الثاني تناولنا فيه المرافقة النفسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط ، تعريفها ، طبيعتها ، وعرض مجالاتها ، أهدافها ، خصائصها ، لنهني الفصل بخلاصة . وتناولنا في الفصل الثالث الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط تعريفها أهميتها أهدافها ، أما فيما يخص الجانب التطبيقي فقسم الى فصلين حيث تم تناول في الفصل الأول منه وهو الخاص بالإجراءات المنهجية للدراسة كل من المنهج المستخدم ، الدراسة الإستطلاعية ، مجتمع

الدراسة ، عينة الدراسة ، الأدوات المستخدمة في الدراسة وأخيرا الأساليب الإحصائية في الدراسة، أما الفصل الأخير من المذكرة فخصص للجانب التطبيقي والذي تم فيه معالجة النتائج من حيث التحليل والعرض والمناقشة

الفصل الأول : الإطار العام للدراسة

- 1-1- الإشكالية
- 2-1- التساؤلات
- 3-1- الفرضيات
- 4-1- أهداف الدراسة
- 5-1- أهمية الدراسة
- 6-1- الدراسات السابقة

1-1- الإشكالية:

إن ما يطور شخصية الفرد و يؤثر على الدور الذي يقوم به هو الإهتمام والاعتناء الذي يتلقاه الشخص من طرف المحيط الذي يتعايش معه ، إذ تعتبر المرافقة النفسية من أهم عمليات الإرشاد و التوجيه النفسي و هي الداعم الأساسي لمساعدة الفرد على النمو النفسي و الاجتماعي و العقلي و الوجداني و الانفعالي و تعمل كذلك على دعم خبراته تنشئته تنشئة سوية أمنة .

تتضافر الجهود و تتكاتف من طرف الجماعة التربوية إداريا كان أو بيداغوجيا لتقديم خدمات متطورة مواكبة لعصر يوصف بعصر السرعة و جيل بذهنيات جديدة مغايرة و مختلفة عن سابقتها و ذلك للإلمام بجميع متطلباته و حاجاته النفسية و الأكاديمية و البيداغوجية ، و في ذل تقصي الواقع التعليمي اليوم فإن هناك العديد من المشكلات التي تعترض التلاميذ في مسارهم الدراسي ، منها ماهو دراسي كالتأخر الدراسي و صعوبات التعلم ، ... و منها ماهو نفسي كالخوف ، عدم التكيف مع البيئة الدراسية ، الضغوط النفسية ، القلق ، تهويل التصورات و المعتقدات عند الانتقال من مرحلة تعليمية إلى أخرى أعلى منها خاصة بالنسبة للتلاميذ المقبلين على الامتحانات الرسمية ، حيث أدى ذلك إلى فشل العديد منهم دراسيا .

فعرفت المرافقة النفسية على أنها تلك المعاونة و الوساطة القائمة على أساس وضع خطط مع التلميذ ، قصد إيجاد حلول للمشكلات التي تصادفه سواء مشاكل شخصية ، نفسية ، صحية، تعليمية، أسرية، والتي من شأنها أن تعيق العملية التعليمية الخاصة بالتلميذ

(الشنتاوي، 1996، ص91) .

و مما لاشك فيه حيث لا يختلف فيه اثنان أن مستوى الصحة النفسية للفرد عامة والتلميذ خاصة في مختلف مراحل حياته النمائية سواء في مجالاته التعليمية أو الحياتية أو المهنية كلما كان مرتفعا كان إيجابيا من خلال تحقيق توافق نفسي و اجتماعي و دراسي و إثبات ذاته و معرفة ميولاته و قدراته و اتخاذ قراراته المستقبلية بنفسه .

فالصحة النفسية هي قدرة الفرد على التوافق مع نفسه و مع المجتمع الذي يعيش فيه والتمتع بحياة خالية من المشاكل و الضغوطات و النجاح في المشوار الدراسي بالنسبة للتلاميذ . والصحة النفسية تعبر عن عملية التكيف أو التوافق النفسي الذي يهدف إلى تماسك الشخصية و وحدتها ، و تقبل الفرد لذاته ، و تقبل الآخرين له ، بحيث يترتب على هذا كله الشعور

بالسعادة و الراحة النفسية ، ثم إن تحقيق الصحة النفسية لدى الطالب تسهم في تحقيق إنجازاته الأكاديمية (خاطر، 2018 ، ص 4) .

يحتاج تلميذ مرحلة المتوسط للمرافقة النفسية لخصوصية هذه المرحلة وحساسيتها والتي تكتمل أثناءها شخصية التلميذ حيث تتأثر صحته النفسية إما بالرفع من مستواها أو التناقص منها نظرا لعدة عوامل ، ولتأكيد مدى فاعلية المرافقة النفسية في تطوير وتعزيز ورفع مستوى الصحة النفسية للتلميذ و من هذا المنطلق جاءت فكرة دراستنا الحالية وذلك للإجابة على التساؤلات التالية :

2-1- التساؤلات

- هل يتلقى تلاميذ المرحلة المتوسطة مرافقة نفسية دائمة داخل المؤسسة التربوية.
- هل يتميز تلاميذ المرحلة المتوسطة بارتفاع مستوى الصحة النفسية لديهم.
- هل توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين المرافقة النفسية والصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة."

3-1- الفرضيات:

- يتلقى تلاميذ المرحلة المتوسطة مرافقة نفسية دائمة داخل المؤسسة التربوية.
- يتميز تلاميذ المرحلة المتوسطة بارتفاع مستوى الصحة النفسية لديهم.
- "توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين المرافقة النفسية والصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة."

4-1- أسباب اختيارالموضوع:

تتمثل أسباب اختيارالموضع هذا في:

الفضول وحب الإطلاع و الاحتكاك بتلاميذ التعليم المتوسط و التأثير بهم وبخصوصية هذه المرحلة .

إشراك الدولة الجزائرية لمستشاري التوجيه في المرحلة المتوسطة وهذا ما نص عليه القرار 1051 – 2018/06/23 المتضمن الإجراءات التنظيمية لمهام مستشار التوجيه والإرشاد المعينين في المتوسطات بعدما كان مقتصرًا على المستوى الثانوي وبتكليف في المتوسطات ، مما زاد في نسبة التكفل بتلاميذ مرحلة المتوسط أكثر وأحسن من ذي قبل .

إبراز دور المرافقة النفسية وأهميتها في الوسط المدرسي عامة والمتوسط خاصة .

ظهور العديد من المشكلات الدراسية التي ترجع في أساسها إلى غياب المرافقة النفسية في المؤسسات التعليمية

مراعاة الجانب النفسي للتلاميذ ومرافقتهم وإرشادهم وتوجيههم .

5-1- أهمية الدراسة :

- السعي إلى تحقيق الصحة المدرسية السليمة من خلال المرافقة النفسية والإرشاد والتوجيه .
- تحسين الصحة النفسية للتلاميذ في مرحلة المتوسط يؤثر على حاضرهم ومستقبلهم .
- المرافقة النفسية تؤثر على الصحة النفسية وهذه الأخيرة تؤثر على الأداء الأكاديمي .
- فهم دور المرافقة النفسية في تحسين الصحة النفسية لتلاميذ مرحلة التعليم المتوسط يمكن أن يساهم في تحسين حياتهم اليومية وكذا المستقبلية .
- العمل على كشف المشاكل السلوكية والضغطات النفسية للتلميذ في مرحلة التعليم المتوسط والسعي لإيجاد الحلول لها والحد من هذه الضغطات .
- إثراء الجانب المعرفي والنظري حول هذا الموضوع .

6-1- أهداف الدراسة:

- إبراز دور المرافقة النفسية في الرفع من مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط .
- تحقيق الاتصال بين الطاقم التربوي والتلاميذ .
- تغيير طاقات التلميذ من سلبية إلى إيجابية .
- بناء جيل يتمتع بصحة نفسية سليمة قادر على إثبات ذاته وإبراز قدراته .
- خلق جو تعليمي وتعلمي هادف وناجح ، وإبراز نقاط القوة والضعف .
- تفعيل الدور الكامل والمتكامل للمدرسة .
- ضرورة تطبيق عملية المرافقة النفسية من طرف طاقم المتوسطة عامة ومن طرف مستشار التوجيه خاصة .

7-1- الدراسات السابقة:

1-7-1- الدراسات المتعلقة بمتغير المرافقة النفسية :

أ- الدراسات العربية :

دراسة (صياد نعيمة 2010) : لقد أجريت هذه الدراسة على تلاميذ راسيين في إجتياز امتحان شهادة البكالوريا على الأقل مرة واحدة ، وهم ينتمون إلى عدة ثانويات مدينة قسنطينة و قد تم إنجازها في الفترة الممتدة من شهر جانفي إلى غاية شهر ماي 2010 ، و التي تهدف من خلالها إلى التوعية و التحسس بدور عمليتي المرافقة النفسية و التربوية للتلاميذ كافة و للراسيين خاصة ، ومدى فاعليتها في تجاوز الفشل عند التلميذ الراسب ، وانعكاساتها على نتائجه الدراسية .

وتهدف الدراسة في ذات الإطار إلى التحسيس بضرورة التحضير النفسي التربوي لاجتياز شهادة مصيرية مثل البكالوريا ، وإلقاء الضوء على المرافقة النفسية و التربوية التي تنتهجها وزارة التعليم التربية للتلاميذ المقبلين على هذه الشهادة ، خاصة المعيدين منهم وذلك من خلال المنشور الوزاري رقم 947 المؤرخ في 2007/10/22 المتعلق بالتكفل بتلاميذ الامتحانات الرسمية .

دراسة (عباس أمينة 2017) : التي تناولت في دراستها إلى معرفة دور المرافقة النفسية من قبل مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي و المهني في التحسين من مخاطر الألعاب الإلكترونية ، و قد خلصت إلى أنه لا توجد فروق في تأثير تدخلات مستشار التوجيه على التلاميذ باختلاف الجنس .

دراسة (الملياني 2018) حول المرافقة النفسية لتلاميذ الأقسام النهائية الثانوية و تأثيرها على شعورهم بالأمن النفسي ، هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين مرافقة مستشار التوجيه المدرسي و المهني نفسيا لتلاميذ الأقسام النهائية الثانوية ، و تأثيرها على شعورهم بالأمن النفسي و قد استخدمت فيها المنهج الوصفي ، حيث تمثلت عينة الدراسة في 78 تلميذ وتلميذة من ثانوية الحكيم ابن رشد برقان ولاية أدرار ، وتم جمع المعلومات بأداتين مقياس الأمن النفسي المعد من طرف الباحثة باطير سهام ومقياس المرافقة النفسية ، ولمعالجة البيانات الإحصائية اعتمدت مقاييس الإحصاء الوصفي و الاستدلالي (معامل الارتباط بيرسون إختبار المتوسط الحسابي ، و الانحراف المعياري) . ولقد أسفرت الدراسة على النتائج التالية :

لا توجد علاقة دالة إحصائية بين مرافقة مستشار التوجيه نفسيا لتلاميذ الأقسام النهائية الثانوية و شعورهم بالأمن ، ليس هناك تأثير لخصائص العينة على شعور تلاميذ الأقسام النهائية الثانوية بالأمن النفسي ، وأوصت الباحثة بضرورة معرفة مختلف التغيرات التي تطرأ على الفرد ، والاهتمام به والسعي إلى تفعيل أدوار أطراف العملية التربوية .

ب- الدراسات الأجنبية :

دراسة (celine piquee.2000) " عمل وإشكال الفاعلية البيداغوجية للمرافقة المدرسية " يتمثل هذا البحث في دراسة المرافقة النفسية من زاوية أثرها على النجاح المدرسي و مقارنة نتائج التلاميذ الذين يستفيدون منها مع الذين لا يستفيدون (hppt//clisen.soola.ac-paris. Fr).

1-7-2- الدراسات المتعلقة بمتغير الصحة النفسية :

أ – الدراسات العربية :

دراسة إبراهيمي و بن سعد (2020) بموضوع " مستويات الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة " أجريت الدراسة على طلبة كلية العلوم الاجتماعية بجامعة المدية ، وأثر كل من متغير الجنس و الحالة العائلية و الإقامة و المستوى الأكاديمي الجامعي ، وقد تكونت عينة الدراسة من 99 طالب وطالبة من الجامعة ومن مستويات عمرية مختلفة تم اختيارهم بطريقة عشوائية ، وتوصلت الدراسة إلى : يتمتع أفراد العينة بمستوى مرتفع من الصحة النفسية ، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى أفراد العينة تبعا لمتغير الجنس والمستوى الأكاديمي .

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى أفراد العينة تبعا لمتغير الحالة المدنية . (إبراهيمي و بن سعد ، 2020) .

دراسة الزهرة الأسود (2019) " التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة الوادي " و الكشف عن ما إذا كانت هناك فروقا في مستوى الصحة النفسية لديهم تعزى إلى متغيرات الجنس ، التخصص الدراسي ، المستوى الدراسي ، وقد اتبعت في دراستها على المنهج الوصفي ، و تكونت العينة من 80 طالب و طالبة ، تم اختيارهم بطريقة عشوائية ذات التوزيع المتساوي ، وتبنت مقياس الصحة النفسية ل (الفريطي والشخص ، 1992) ، وأظهرت النتائج أن

مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة كان مرتفعاً ، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى الطلبة باختلاف جنسهم وتخصصهم الدراسي ، ومستواهم الدراسي ، وقد أوصت الدراسة بضرورة تعزيز الصحة النفسية للطلاب الجامعي ، لما لها من انعكاس على سمات الشخصية (الزهرة الأسود ، 2019).

دراسة زينب بلقندوز (2017) " التعرف على واقع الصحة النفسية لدى طلبة جامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم " و دراسة الفروق بين الطلبة فيما يخص الصحة النفسية على ضوء متغير الجنس ، وذلك بإتباع المنهج الوصفي ، واعتمدت الباحثة على مقياس " كوك بيرغ " للصحة النفسية وطبقت على 55 طالب و طالبة من تخصص علم النفس ، وقد تم اعتماد برنامج الحزمة الإحصائية في العلوم الاجتماعية (spss) لتحليل البيانات وتوصلت في دراستها إلى : يوجد مستوى عالي من الصحة النفسية لدى طلبة جامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم .

و الطالبات يتمتعن بمستويات مرتفعة من الصحة النفسية مقارنة بالذكور . (بلقندوز ، 2017).

دراسة عائشة محمد عجوة (2019) في " التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى طلبة جامعة السلطان قابوس " والتعرف على الفروق التي تعزى لمتغير النوع الاجتماعي . شملت العينة 183 طالب و 98 طالبة . تم استخدام المنهج الوصفي ومقياس الصحة النفسية بـ 40 بند ذات اتجاه إيجابي . وأظهرت النتائج أن مستوى الصحة النفسية متوسط على درجات المقياس الكلي ، كما ظهرت فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لصالح الطلبة الذكور (عجوة ، 2019) .

ب- الدراسات باللغة الأجنبية :

دراسة (Abdel- khalk &lester.2016) " العلاقة بين التدين وفعالية الذات و الصحة النفسية و السعادة " وتكونت العينة 703 طالب و طالبة من الجامعات العربية المسلمة ، وتم استخدام مجموعة مقاييس تقرير الذاتي المقياس العربي للصحة النفسية و مقياس التصنيف الذاتي للتدين و الكفاءة الذاتية و السعادة ، وأظهرت النتائج على وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين التدين و السعادة و الكفاءة الذاتية ، و كان أفضل انحدار خطي يتنبأ بالصحة

النفسية للتدين والسعادة ، أي الأكثر تدينا أكثر سعادة و أكثر صحة نفسية ، كما أظهرت النتائج وجود فروق في الصحة النفسية و الكفاءة الذاتية تعزى للنوع الاجتماعي للطلبة لصالح الذكور .

(عجوة ، 2019 ، ص 438) .

دراسة (hawley.Macdonald . et al . 2016) " عمل تقييم شامل للحالة الصحية النفسية و الجسدية الجامعة حكومية متوسطة الحجم في الغرب الأوسط " شملت العينة 2940 من الطلبة و أعضاء هيئة التدريس و الموظفين ، و أظهرت النتائج مؤشرات لانخفاض الصحة النفسية أكثر لدى الذكور ، كما كانت أسوأ مخرجات الصحة النفسية و الجسدية لدى الطلبة مقارنة بأعضاء التدريس و الموظفين (عجوة ، 2019) .

دراسة (lipson .et al .2016) "استكشاف التباين بين مستوى الصحة النفسية والخدمة المقدمة من خلال الأنظمة الأكاديمية على عينة من الطلبة للسنوات الأولى والأخيرة " . شملت العينة على 64519 طالب و طالبة من 81 كلية ، وأظهرت النتائج على أن طلبة العلوم الإنسانية و الفن و التصميم أكثر عرضة للإصابة بمشكلات نفسية ، و كانت أقل معدلات العلاج لدى الطلبة الذين كان لديهم أعراض نفسية ظاهرة من طلبة التجارة و الهندسة . (عجوة ، 2019) .

الفصل الثاني: المرافقة النفسية لتلاميذ التعليم المتوسط

مقدمة

1-2- تعريف المرافقة النفسية

2-2- طبيعة المرافقة النفسية

3-2- مجالات المرافقة النفسية

4-2- أهداف المرافقة النفسية

5-2- عوامل نجاح المرافقة النفسية

6-2- خصائص المرافقة النفسية

7-2 – مهام المرافق النفسي

8-2- إستراتيجيات المرافقة النفسية المدرسية

خلاصة

تمهيد :

يعتبر مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني من أهم الفاعلين في الوسط التربوي ودوره لا يقل أهمية عن باقي الموظفين ، فهو يساعد التلميذ لتحديد توجهه وفق قدراته و استعداداته ورغباته لتكوين مشروعه الشخصي ، و مرافقة التلميذ طيلة مساره الدراسي و التحكم في تقنية التوجيه بتحسين الممارسات وجعلها أكثر فاعلية. والمرافقة هي مساعدة المتعلم على تصور بناء وتحقيق مشروعه المدرسي والمهني والمستقبلي مع الأخذ بعين الاعتبار استعداداته وقدراته وميولاته

1-2 : تعريف المرافقة النفسية :

أ- لغة :

من رافق ، يرافق ، مرافقة أي صاحب ، مشى مع ، وتعني اقتسام الخبر مع الآخر " ، ونحن نعرف التعاونية cum panis وهي جمعية بين عمال يدويين لمهنة واحدة لأجل أهداف com pagnonnage التكوين المهني و مساعدة متبادلة و التي تركز على القيم و منذ القرون الوسطى تركزت خطواتها على الاستقبال و المرافقة و نقل المهارات المهنية و الافتتاح و الإهتمام بالآخرين .

(paul roberet.1981.p28)

ب- اصطلاحا :

إن مصطلح المرافقة النفسية يتداخل كثيرا مع مصطلح الإرشاد النفسي ، حيث أعتبرت المرافقة جزء من عمليات الإرشاد و التوجيه ، و قد عرفت في هذا النطاق على أنها عملية واعية و بناءة تكشف القدرات الكامنة و توجهها نحو تعلم و تلقين الخبرات المناسبة التي يسعون من خلالها إلى تحقيق الصحة و الأمن النفسي و كذا تحقيق السعادة مع النفس و مع الآخرين

(بعبيح نادية ، 2017، ص 8)

وعرفت المرافقة النفسية على أنها تلك المعاونة والوساطة القائمة على أساس وضع خطط مع التلميذ ، قصد إيجاد الحلول للمشكلات التي تصادف المتعلم سواء مشاكل شخصية ، نفسية، صحية ، تعليمية ، أسريةالخ . والتي من شأنها أن تعيق العملية التعليمية الخاصة بالتلميذ

(الشنتاوي ، 1996، ص 91)

تعريف سعدون الحلبوسي وآخرون :

هي مجموعة الخدمات التي تقدم للأفراد بهدف مساعدتهم على إدراك قابليتهم و إمكانياتهم و ميولهم و دوافعهم و مشاكلهم الذاتية و الظروف البيئية و اكتشاف القدرة على حل المشكلات التي تواجههم فتتحقق حالة التوافق النفسي مع الذات و التوافق الاجتماعي مع الآخرين بهدف التواصل إلى أقصى ما تسمح به إمكانياتهم من نمو و تطور . (الحلبوسي ، 2002، ص 88)

تعريف عبد الحليم منسي وآخرون :

يرى أن المرافقة عبارة عن الحصول على شخص يساعدنا على حل مشاكل لم نكن قادرين على حلها بمفردنا (المنسي ،2003،ص136)

إن المفهوم الأول و القاعدي للمرافقة يعني السير معا في إطار محدد وفق قيمة رمزية تمثل هذه القيم تضحى أولوية و أسبقية المرافقة بل تجعله ثانويا أمام الشخص المرافق ، إضافة إلى التقاسم (le partage) باعتبار أن أبعاد العلاقة لهذه العملية أهم من أبعادها الإجرائية ، وعليه فإن المرافقة تقوم أساسا على هدف بغية الوصول إليه ولكم مبدأ هدي المرافق وإرشاده ولتحقيق ذلك بنفس (mèla.2004.p351)

تعريف طه عبد العظيم حسين :

المرافقة عملية بناء تهدف إلى مساعدة الفرد في أن يفهم ذاته و يعرف خبراته و يحدد مشكلاته و ينمي إمكانياته لحل مشكلاته في ضوء معرفته و تدريبه كي يصل إلى تحقيق أهدافه المأمولة (حسين،2004،ص16)

خلاصة التعاريف :

من خلال التعاريف السابقة للمرافقة النفسية نستخلص بأنها مجموعة من الخدمات النفسية و الأكاديمية والاجتماعية و المهنية تهدف إلى مساعدة التلميذ على فهم نفسه و قدراته و إمكانياته والبيئية واستغلالها في تحقيق أهدافه .

وهي مساعدة المرشد للمسترشد من خلال مرافقته طيلة مساره الدراسي لتخطي المشكلات النفسية و المدرسية وتشجيعه لفهم ذاته من أجل تحقيق مشروع مدرسي و مهني ناجح .

2-2 طبيعة المرافقة النفسية :

المرافقة النفسية هي اقتسام الخبرات مع الآخر ، أي التعاون و المتابعة المتبادلة بين الطرفين، وهذه العلاقة القائمة بين الطرفين ليست كأى علاقة بين إنسان و إنسان أخرفهي تتسم بصفات وهي :

- علاقة مهنية لها حدود .
- علاقة احترام متبادل بغض النظر عن عمر وثقافة و جنس أو نوع الطرف المسترشد .
- علاقة يسودها الفهم و الثقة و الإهتمام و التعاون و المساعدة و الود وتحمل المسؤولية .

الفصل الثاني _____ المرافقة النفسية لتلاميذ التعليم المتوسط

- علاقة تتميز بالتفاعل أي بمعنى التفاعل الثقافي و الانفعالي و المعرفي و النفسي بين طرفي عملية المرافقة النفسية ، ويتم ذلك من خلال مهارات الاتصال و التفاعل السليم الذي من شأنه أن يؤثر في العملية الإرشادية بالإيجاب ويقودها إلى النجاح
 - الاعتدال أي دون إفراط أو تفريط في التعامل من أجل المحافظة على جو العلاقة الإنسانية السليمة التي تجمع بين الطرفين .
 - تأخذ علاقة المرافقة النفسية سمة الخصوصية و السرية في العمل و لا يفضل الحديث عنها أو إفشائها و البوح بها .
 - تقف علاقة المرافقة النفسية على مدة معينة و محدودة ، فهي لا تأخذ شكل الصداقة العميقة أو العاطفة الزائدة بين الطرفين . (جودت عزت ، 1999 ، ص98)
 - المرافقة النفسية والمتابعة الإرشادية مضبوطة بوقت معين يطول أو يقصر حسب الحالة
 - علاقة المرافقة النفسية علاقة تربوية ، ليست علاقة مساعدة بسيطة .
 - عملية المرافقة النفسية تساعد على فهم الذات والاستبصار بها .
 - تهتم المرافقة النفسية بالجانب النفسي للفرد (صياد نعيمة، 2010، ص85) .
- نستخلص من طبيعة المرافقة النفسية بأنها علاقة ترابط بين المرشد و المسترشد تتصف بالعديد من الصفات والميزات التي تجعلها تختلف عن غيرها من العلاقات .

2-3- مجالات المرافقة النفسية :

هناك الكثير من المجالات التي تتمثل فيهم المرافقة النفسية نذكر أهمها مع عرض الهدف من كل مجال فيما يلي :

أ- الإرشاد التربوي :

تكون هنا المرافقة عبارة عن تقديم خدمات في كل من الجانب النفسي ، الأكاديمي ، الاجتماعي و المهني لدى التلاميذ ، حيث يسعى هذا النوع من الإرشاد إلى مساعدة التلميذ على فهم نفسه وقدراته وإمكاناته الذاتية ، وإسغلالها في تحقيق أهدافه الخاصة .

(يوسف مصطفى ، 2002 ، ص26)

أهداف الإرشاد التربوي :

- تجاوز الصعوبات البيداغوجية وتحسين القدرات والمعارف .
 - مساعدة التلميذ على إختيار التخصص الذي يناسب قدراته .
 - محاولة إيجاد حلول للمشكلات المدرسية كالرسوب ، التسرب المدرسيالخ.
 - الإهتمام بالموهوبين والمتفوقين .
 - تحقيق التوافق البيئي المدرسي و مناهج الدراسة بما يساعد التلميذ على التكيف .
- (حسين طه، 2004، ص 85) .

ب- الإرشاد النفسي :

المرافقة النفسية عبارة عن تقديم مساعدة نفسية للتلاميذ ، بهدف تحسين قدرة المتعلم على مجابهة المشاكل والتصدي لها وتكييف نفسه مع ظروف حياته واستغلال إمكاناته الانفعالية و العقلية دون التعرض لإحباط .

ويكون هذا الإرشاد عبارة عن موجه للسلوك الأمثل ، أي أنه يسعى إلى التأثير السلوك وتغيير مساره ، و برغبة من التلميذ يلجأ للمرشد النفسي ليساعده و يقدم له خطط من شأنها أن توفر ظروف تسهل حدوث تغيير السلوك ، و جعل التلميذ فردا أكثر إستقلالية و مسؤولية قادرا على إختيار ما يريد في ظل الظروف المناسبة .

(يوسف مصطفى، 2002، ص 26)

أهداف الإرشاد النفسي :

- تعزيز الذات والتوافق النفسي .
- مساعدة التلميذ على فهم نفسه في مراحل النمو المختلفة خصوصا مرحلة المراهقة و الوصول به إلى أحسن مستوى .
- مساعدة التلميذ في حل مشكلاته النفسية و التعليمية التي تواجه التلميذ في الوسط المدرسي .
- تدريب التلميذ على كيفية بناء علاقات اجتماعية متعددة .(سيد مرسى، 1986 ، ص 179) .

ج- الإرشاد المهني :

في هذا المجال تعتبر المرافقة النفسية مساعدة للفرد في إختيار مهنته بما يتلاءم مع استعداداته وقدراته و طموحاته و ظروفه الاجتماعية ، و السعي لتحقيق أفضل مستوى ممكن من التوافق المهني ، لجعل الشخص المناسب في المكان المناسب ، و يهدف هذا النوع من الإرشاد إلى مساعدة الفرد في معرفة قدراته الكافية نحو إختيار المهنة و متابعتها أثناء العمل لضمان النجاح و الاستقرار والعمل على إكساب الفرد المرونة الكافية والخبرات اللازمة لمواجهة تغيرات الحياة المهنية.

(حامد زهران ، 1980، ص373) .

أهداف الإرشاد المهني :

- التوجيه والمساعدة لمعرفة القدرات و التخصصات المهنية الملائمة .
- مساعدة الفرد على معرفة قدراته المهنية المستقبلية .
- التغلب على المشكلات التي تعترض المسار المهني الخاص به .
- مساعدة الفرد على الرضا على المهنة التي تنعكس على حياته الاجتماعية النفسية .
- اكتساب مهارات و خبرات مهنية خاصة .

د- الإرشاد الأسري :

المرافقة النفسية عملية مساعدة لأفراد الأسرة على فهم الحياة الأسرية وحاجاتها بشكل دقيق و التعرف على مشكلاتها و محاولة إيجاد سبل لحلها ، بالإضافة إلى إعانتها على فهم المعوقات التي تحول دون حل تلك المشكلات ، و ذلك بالاستعانة بالمرشد النفسي من أجل تحقيق التوافق و الصحة النفسية والأمن النفسي .

تهدف المرافقة النفسية في مجال الإرشاد الأسري إلى تقديم العون و المساعدة لأفراد الأسر وتحقيق السعادة و الاستقرار ، و تقديم خطط ممنهجة لتنشئة الأطفال بصورة سليمة و المساعدة في تبصير أفراد الأسرة بأدوارهم الأسرية .
(محمد مشاقبة، 2015، ص184)

أهداف الإرشاد الأسري :

- المساعدة على التكيف مع الأسرة ، و الرفاق ، و المحيط .
- توثيق قنوات الاتصال بين أفراد الأسرة .
- تعديل أنماط العلاقات القائمة بين أفراد الأسرة و تصحيح الأدوار فيما بينهم .
- مساعدة الأسرة في مواجهة المشكلات التي تعترضها .
- تعليم أفراد الأسرة كيفية المشاركة في القرارات و إبداء آرائهم .

(محمد السفافة ، 2003، ص95)

إذن نستخلص أن للمرافقة مجالات عديدة و متنوعة تسعى كلها لنفس الهدف بالرغم من اختلاف طرق استخدامهم للمرافقة النفسية ، وهذا ما يؤكد ضرورتها و أهميتها البالغة .

4-2 أهداف المرافقة النفسية :

للمرافقة النفسية قيمة كبيرة في حث الفرد على إحداث تغيرات على حياته الشخصية ومن بين الأهداف التي تسعى لها هاته العملية ما يلي :

- وضع خطة تربوية للكشف على قدرات التلاميذ .
- جمع معلومات حول مختلف جوانب النمو و حصر مشكلاته .
- مساعدة المتعلم على الاستبصار بقدراته و فهم إمكاناته .
- تكييف طرق التعليم و تعديلها لخدمة المتعلم .
- مساعدة التلميذ في توجيهه نحو تخصص أو مهنة معينة .
- تحقيق الصحة النفسية .
- تحسين العملية التربوية .
- الرفع من التحصيل الدراسي .
- الرفع من تقدير الذات .
- بناء هوية ذاتية للمتعلم .
- علاج المشكلات التي يتعرض لها التلميذ .
- ربط طرق الاتصال و التواصل بين المدرسة و الأسرة و التلاميذ .

الفصل الثاني _____ المرافقة النفسية لتلاميذ التعليم المتوسط

- تمكين المتعلم من التدريب على بناء خطط وإستراتيجيات لحل مشكلاته بنفسه .

(حناش فضيلة، 2011، ص52)

2-5 عوامل نجاح المرافقة النفسية :

تحتاج المعالجة النفسية إلى عدة عوامل من أجل الوصول إلى الهدف الأسى لها و يمكن تلخيص ذلك في النقاط الآتية :

✚ المشاركة الانفعالية وهو الشعور الذي يحسه الطرفين إتجاه بعضهما البعض ، ويتم بالتفاهم والاحترام والثقة المتبادلة .

✚ التركيز على محتوى المرافقة النفسية وموضوع المشكل ، و على مضمون الأفكار و المشاعر التي تصدر من التلميذ .

✚ يجب أن يتمتع المرافق بالحكمة في القول و الفعل ، الأسوة الحسنة ، التروي في الكلام والأحكام ، الصبر والتأثير الإيجابي في نفس التلميذ.

✚ الطمأنينة والتعبير عن المشاعر الحقيقية بكل حرية و صراحة وأمانة وإخلاص من كلا الطرفين .

✚ حسن الإصغاء والاستماع الجيد ، حسن الملاحظة ، التركيز ، الانتباه لكل نقطة تدخل بإتاحة الفرصة للتلميذ بالكلام والسلوك والبوح والتفريغ الانفعالي .

✚ الصدق و البشاشة ويجب أن يكون التعبير غير لفظي مشجع للتلميذ على وضع ثقته في المرافق . (صياد نعيمة ، 2010، ص121) .

✚ الثقة المتبادلة مهمة جدا بين الطرفين لنجاح عملية المرافقة النفسية .

✚ المسؤولية المشتركة أي أن نجاح عملية المرافقة النفسية يتوقف على مدى فهم كل من الطرفين لدوره ومسؤوليته وتحملها .

✚ مظهر المرافق المناسب و جلسته و صوته الواضح ، و تعبيرات وجهه و إظهار اهتمامه بالتلميذ أمور هامة تؤدي إلى نجاح عملية المرافقة النفسية .

✚ تحديد المكان و الزمان ، فالمرافقة النفسية تجري في أوقات مختلفة وفي أماكن متغيرة حسب ظروف المرشد والمسترشد ، وتحدد حسب برنامج مسطر من قبل الطرفين .

✚ السرية والخصوصية التي تعتبر دليل احترام المرافق لنفسه و لتلميذه و تعزيز الثقة بينهما .

✚ التسامح مهم جدا في بناء علاقة المرافقة النفسية .

✚ الاحترام المتبادل مهم جدا ، من أهمها اعتراف المرافق بقيمة الطالب و قدرته على التفكير والسلوك البناء والاستجابة الإيجابية لما يقوله ويفعله . (صياد نعيمة ، 2010، ص121).

6-2 خصائص المرافقة النفسية :

يلعب المرافق دورا أساسيا غير أنه لا يقدم حلول للمسائل بل يوجه و يرشد المتعلم نحو الزاوية التي يجب تطويرها ، و لنجاح هذه العملية يجب أن تتوفر جملة من الخصائص و هي كالتالي :

خصائص شخصية : التي تمثل الخبرة الفنية و السلوكية للمرافق و قدراته على التفاوض و حل المشكلات الفردية و الجماعية و كذلك مدى قابلية الاستماع ، التعاطف و التحكم في العمليات

خصائص بيداغوجية : وهي المهارات والقدرات التي يستعمله المرافق بينه و بين المتعلم من جهة و بين المتعلم والمعرفة من جهة أخرى ، إنها تتمثل في أن واحد المهارة في التواصل أو المعرفة كيفية بناء أنشطة و تبسيط المعرفة و تقديمها للمتعلم في قالب الخاص المميز لكل فرد من أفراد الجماعة بحيث يجعل المتعلم يحس بأن المرافق يهتم به بشكل خاص و مميز .

(عدس، 2000، ص50)

التخصص (التأهل) : و تتمثل في المهارات العملية أو المعرفية المواضيع المندرجة ضمن محتويات التكوين من جهة والمعلومات التي تتمحور عليها المرافقة من جهة أخرى .

الخصائص التقنية : يطور المرافق مهاراته في تكنولوجيا بيئة التكوين دون أن يكون خبيرا و ذلك باستعماله الجيد للتكنولوجيا المعلومات و الاتصالات حتى يتمكن من تأدية مهامه و قدراته على التنوع في الوسائل التي تشبع المتعلم حب الإطلاع والرغبة في مواكبة التطور .

إضافة إلى ذلك هناك العديد من الخصائص نذكر منها :

كشف الذات : فهم الذات أي أنه يساعد المرافق المتعلم على الكشف عن ذاته و أن يعي قدراته و استعداداته و أهدافه .

الأنية : أي وصف حالة المتعلم الحالية هنا و الآن .

المواجهة : يقصد بها إظهار التناقضات في سلوك المتعلم سواء كانت شعورية أو عاطفية أو عقلية .

الفصل الثاني _____ المرافقة النفسية لتلاميذ التعليم المتوسط

التعاطف و المتقدم : يعني بذلك أن يفهم المرافق ما بين السطور أي رؤية السلوكيات الغير واضحة (عدس، 2000، ص50)

7-2- مهام المرافق النفسي :

للمرافق دور هام في سير عملية المرافقة النفسية و تتمثل مهامه فيما يلي :

- مرافقة التلاميذ خلال مسارهم الدراسي و توجيههم في بناء مشاريعهم وفق رغباتهم ووفق الحاجات التي يتطلبها المنهج التربوي .
- تطبيق اختبارات نفسية و أكاديمية على التلاميذ ، و تقييم نتائجهم و تحليلها و تبليغها للفريق التربوي .
- الإطلاع على ملفات التلاميذ و على جميع المعلومات التي من شأنها أن تساعد على ممارسة عملية المرافقة والتوجيه والإرشاد .
- متابعة التلاميذ الذين يواجهون صعوبات من الناحية النفسية ، الأسرية و البيداغوجية وغيرها من أجل الحفاظ على السير الحسن للتعلم .
- إقامة وتنشيط حصص لإستقبال الأساتذة و التلاميذ و الأولياء .
- إجراء حصص و فحوصات نفسية قصد التكفل بالتلاميذ الذين يعانون من مشاكل خاصة . (سمية وناس ، 2016، ص19)

وعليه نستخلص مما سبق أن للمرافق دور في ربط و إستكمال عملية المرافقة النفسية من خلال إيصال المرشد و المسترشد إلى استراتيجيات تحكم العلاقة و ترمي إلى تحقيق أهدافها .

8-2- إستراتيجيات المرافقة النفسية المدرسية :

إستراتيجية تبديد المخاوف و التوترات : والتي تركز على :

أولا : تفكيك و تبديد المخاوف الوهمية:

والتي كثيرا ما تشوش عقل المتعلمين و تجعل الكثير منهم يفكرون في القلق أكثر من ما يفكرون في كيفية مواجهة إمتحان عن طريق ترسيخ مفاهيم و تصورات جديدة حول مفهوم القلق نفسه ، بإعتبار أن الحيرة والحسرة و التوتر و القلق العادي المتمركز حول النجاح في الدراسة أمرا ضروريا و مطلوبا لأنه عامل محفز و محرض على النجاح لكونه :

- يجعل المتعلم يحشد طاقته و يبذل قصارى جهده من أجل النجاح .
- يجعل المتعلم أكثر إستعدادا للإمتحانات من خلال كثرة التساؤل و الإستفسار و إزالة الغموض و غيرها .
- يجعل المتعلم يسيطر عليه التفكير في النجاح الذي يعتبر أحد طموحاته المغرية .
- يجعل المتعلم يسعى لإيجاد الحلول للمشكلات و الصعوبات التي تواجهه .

أما عدم القلق و لا الحيرة حول الدراسة ، إذا كان المتعلم غير متوتر ولا مبالى لأهمية الإمتحانات مسلما أمره للقدر ، فلا يمكن له أن يستفز لبذل مجهودات كبيرة ولا التفكير في الحلول المناسبة للصعوبات التي تواجهه ، بقدر ما يستسلم للواقع و يحاول إيجاد تبريرات لعدم إهتمامه ، وهذا النوع هم الذين تسيطر عليهم الأفكار السلبية والإنهماكية التي تجعلهم يستثقلون أي راجعة أو أي تذكير أو تنبيه لها، و يسيطر عليهم القلق الشديد أيام الإمتحانات الرسمية .

إن القلق المرضي لا ينشأ من فراغ بل ينمو لدى المتعلم من الممارسات و السلوكات بعضها لها علاقة به كعدم المراجعة وترك الدروس تتراكم ، و التعاون خلال الدراسة و غيرها و بعضها ترتبط بالمحيط المدرسي والأسري ، من خلال الضغوط التي تمارسها الأسرة على المتعلم بمنعه من اللعب واللهو والتركيز فقط على الدراسة . (عبد السلام ، 2015، ص14)

ثانيا: تهوين التصورات المبالغة لموقف الإمتحانات : عن طريق :

إبراز الموقف التقويمي من خلال الإمتحان ، بإعتباره حدثا عاديا و طبيعيا في سيرورة التعلم و التعليم ، بإعتبار أن الحياة كلها مواقف إمتحان في كل مراحل حياة الإنسان . مثل موقف إجراء فحص طبي أو موقف زرع قطعة أرض فهي موقف الإمتحانات حياة طبيعية .

- إبراز أن الإمتحانات ماهي إلا أسئلة مستوحاة من الشيء الذي تعلموه و بالتالي فكل الإجابات موجودة في كرايسهم وكتهم .
- أن الإمتحانات ماهية إلا وسيلة للتدريب و التربية للمتعلم عن كيفية مواجهة مشكلات الحياة الطبيعية بعد تخرجه .
- إبراز أن الغاية من الدراسة و الإمتحانات هو بناء شخصية المتعلم نفسه و إعدادة للحياة ليكون مواطنا صالحا يستطيع مواجهة التحديات والصعوبات في مستقبله المهني و الإجتماعي و العائلي .

الفصل الثاني _____ المرافقة النفسية لتلاميذ التعليم المتوسط

- وغيرها من التفسيرات الممكنة لطبيعة الإمتحانات و الدراسة التي تجعل المتعلم يعيد النظر في تصوراته و مواقفه أو أحكامه المسبقة حول الإمتحانات مهما كان نوعها ووزنها .

استراتيجية تعزيز الثقة بالنفس: من خلال غرس القناعات الفكرية الآتية :

الإقتناع أنه لا يوجد المستحيل في الحياة ، فعندما نريد نستطيع ، " وإذا عزمنا فتوكل على الله".

الإقتناع أن النجاح يتحقق بـ :

- الجدية والانضباط في الدراسة .
- التنظيم والإستمرارية خلال المراجعة.
- العزيمة والإرادة ، وتجنب التهاون واللامبالاة .
- ضرورة الإعتماد على النفس .
- الإقتناع أنه كلما توفرت الشروط السابقة كلما زاد شعوره بقدراته و إمكانياته و زادت دافعيته للتعليم أكثر .
- الإقتناع أن مستقبل أي متعلم من صنع يديه.
- الإقتناع أنه لا يوجد فشل في الحياة بقدر ما توجد تجربة نستفيد منها و نحاول مرة أخرى فنحقق ما نريد بسهولة ويسر .
- الإقتناع أن النجاح ليس حقا يطلب بالضغط والإحتجاجات بقدر ما هو إستحقاق يثبت بالجهد والإجتهد والعمل المستمر خلال المسار الدراسي في الإمتحانات المختلفة العادية و الرسمية .

إستراتيجية زرع العمل : عن طريق :

إبراز نماذج و حالات من المتعلمين عاشوا ظروفًا صحية و إجتماعية متوترة لكنهم صمدوا و حققوا النجاح و التفوق .

التأكيد على نماذج رغم تكرار خيبات الفشل و الرسوب عدة مرات إلا أنهم وصلوا و حققوا النجاح ، حالات لأهميات وأباء في سن الأربعين و الخمسين ، موظفون في مختلف القطاعات نجحوا في شهادة البكالوريا و حققوا مشاريع حياتهم المؤجلة سابقا.

الفصل الثاني _____ المرافقة النفسية لتلاميذ التعليم المتوسط

التأكيد على أنه لا توجد مشكلة أو صعوبة في الحياة إلا ولها حلولاً وليس حلاً واحداً ، " إن بعد العسر يسرا " .

التأكيد أن العمل والإجتهاد هما اللذان يحققان الأمل .

فالإستراتيجية النفسية السابقة تصلح مع كل الحالات و بشكل خاص المتعلمين الذين يظهرون مشاعر الإحباط وضعفا في تقديرهم لذواتهم . (عبد السلام ، 2015، ص16)

خلاصة:

مما تم عرضه في هذا الفصل نقول أن المرافقة النفسية والتعليمية من أهم فروع علم النفس التطبيقية وهي أحد العناصر الأساسية في مسار التعليمي للتلميذ حيث تلعب دور مهم في توجيهه وصقل مكونات شخصيته بمختلف الجوانب الاجتماعية والنفسية والشخصية والأسرية والتعليمية

الفصل الثالث : الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط

تمهيد

3-1- نبذة تاريخية عن الصحة النفسية :

3-2- تعريف الصحة النفسية

3-3- مظاهر الصحة النفسية

3-4- خصائص الصحة النفسية

3-5- معايير الصحة النفسية

3-6- النظريات التي فسرت الصحة النفسية

3-7- مناهج الصحة النفسية

خلاصة

تمهيد:

تعد الصحة النفسية من الأمور المهمة التي يستطيع التلميذ أن يوفق بينه وبين البيئة المدرسية التي أصبح يعيش فيها فهي تساعد على العيش بسلام وعلى تكيف ومواجهة التحديات و الأزمات التي تواجهه بحيث يكون قادراً على التكيف مع تلك البيئة بصورة عادية .

3-1- نبذة تاريخية عن الصحة النفسية :

أن الصحة النفسية من المتغيرات التي حظيت بالأهتمام منذ أقدم العصور، وإن كان ذلك ليس بالمصطلح المعروف اليوم ، فقد عرف الإنسان المرض النفسي منذ أن وجد على أرض المعمورة ، وقد ألقى الكهنة والفلاسفة والمفكرون والأطباء ورجال الدين على مر العصور بدلوهم في فهم وتشخيص وعلاج المرض النفسي والعقلي .

وقد مرّ تطور الصحة النفسية بتاريخ طويل يرجع الى نحو خمسة آلاف عام ، وقديماً عدّ المرض النفسي عقوبة تسلطها الآلهة على البشر جزاء آثامهم ، ونسبه القدماء أيضاً إلى سيطرة الأرواح الشريرة على النفس البشرية ، وتعود الجذور التاريخية لما يوجد الآن من فكر عن الصحة النفسية والأمراض النفسية والعلاج النفسي الى الحضارة المصرية والحضارة البابلية والحضارة الصينية والحضارة الهندية والحضارة السومرية ، وقد أحتوت أوراق البردي المصرية القديمة على بعض الأشارات للأضطرابات العقلية، ففي نحو سنة (1500 ق. م) ذكرت في تلك الأوراق ملاحظات عن تغيرات مرحلة الشيخوخة تتضمن الأكتئاب وضعف الذاكرة (شروق كاظم الجنابي، 1991، 12)

ويعدّ الكميون (Alcmeon) (500-550 ق. م) أول فيلسوف جعل المخ مركزاً للعقل وأن الاضطرابات التي تصيب المخ هي التي تسبب الاضطرابات العقلية ، وجاء هيبوقراط (460-357 ق. م) ليؤكد أن للأضطرابات النفسية أسبابها الطبيعية ، وتعدّ وجهة نظر هيبوقراط إمتداداً لوجهة نظرفيثاغورس التي عدّت الدماغ عضواً مركزياً للفعالية الذهنية وأرجعت المرض النفسي الى مرض الدماغ ، وناقش أفلاطون (380 ق. م) العقل والكائن البشري، ووجه العناية الى المعاملة الإنسانية والفهم اللازم لعلاج المرضى ، ووجه العناية الى أحلام المريض وأهميتها أما أرسطو (300 ق. م) فقد أهتم بأثر العوامل النفسية كالأحباط والصراع في المرض النفسي ومن ثم رفضها، وأتبع نظرية هيبوقراط في (الصفراء) ، فالصفراء الحارة مثلاً ، تولد الرغبات الجنسية ، وقد تدفع إلى الأنتحار، وعدّ أسكيلبيادس (Asclepiades) (نحو 50 ق. م) أن الاضطرابات النفسية والعقلية تنشأ عن

الفصل الثالث _____ الصحة النفسية لتلاميذ التعليم المتوسط

إضطرابات العواطف والمشاعر ، كما يذكر أن السيد المسيح (ع) عالج المرضى برفق وحنان، وأعاد إليهم صحتهم الجسمية والعقلية ، أما جالينوس (130-200) م ، فقد كان يعتقد بوجود أربعة (أخلاق) في الجسم ، فالكآبة ناتجة عن زيادة في سائل السوداء ، وعند إزداد حرارة هذا السائل تتحول الكآبة الى حالة الهوس المانيا (Mania) ، وأرجع غالين (Galen) في تلك المدة المرض النفسي الى أسباب عضوية، أو أسباب نفسية كالخوف والصدمات والأزمات الاقتصادية ، وبسقوط الحضارتين اليونانية والرومانية تعرضت كل مجالات العلم للخسوف الكلي وعادت التفسيرات السحرية وتجددت الشعوذة، وضعف سلطان الأطباء في معالجة الأمراض النفسية والعقلية، وحل محلهم رجال الكنيسة. (شروق كاظم الجنابي، 1991، 14)

ومن جهة أخرى، فقد شهد المشرق ظهور الإسلام الذي أنكر بعض العادات والتقاليد التي كانت معروفة في المحيط الإسلامي، وجاء بما هو أهم منها وأجل شأنًا ذلك هو الاستشفاء بالقرآن الكريم ، وقد برع علماء العرب في الطب بما في ذلك الطب النفسي والعقلي ، فكان الرازي يرى بأن: " العلل قد تكون من أسقام نفسية مثل الحزن والغضب والعشق ، وأن جميع ما يعرض للإنسان على وجهين، أما عارض للجسد، وأما عارض للنفس " ، وبرز من خلال هذا الإشراق العلمي أيضاً، فلاسفة أطباء كان من أبرزهم ابن سينا (980-1037م) الذي وجه عنايته بالدرجة الرئيسة الى النفس وأشار في إحدى نظرياته الى تأثير الأنفعالات والعواطف فيها.

وفي أوائل عصر النهضة ظهر في الغرب رجال تحررت عقولهم من ظلمة الجهل التي كانت مخيمة عليهم، وبدأوا يولون عنايتهم نحو البحث في أسباب الإضطرابات النفسية والعقلية ، وكان الفيلسوف الأسباني جوان لويس فيف (Juan Luis Vives) من رجال النهضة الأوائل الذين عنوا بدراسة دوافع السلوك الإنساني . وذهب بارسيلوس (Paracelsus) (1493-1541م) وهو طبيب معاصر لجوان فيف الى أن للأضطرابات النفسية والعقلية أسباباً نفسية ، وقال بوجود قوة مغناطيسية في الجسم ، وهذا هو أساس ما جاء به مسمر (Mesmer) فيما بعد، ولم يستطع الكثير من الأطباء أن يهتدي الى وجود علل عضوية يمكن أن تفسر الإضطرابات النفسية والعقلية ، ومن ثم أبتدأ عدد من الأطباء يرون أن أغلب الإضطرابات النفسية والعقلية إنما ترجع الى أسباب نفسية لا عضوية ، وقد مهد هذا لظهور المدرسة النفسية التي يرجع تأريخها الى أنتون مسمر (Anton Mesmer) (1734-1815م) الطبيب النمساوي الذي نادى بوجود مادة مغناطيسية سماها (المغناطيسية الحيوانية). (شروق كاظم الجنابي، 1991، 20)

وكان جيمس بريد (James Braid) (1795-1860م) الطبيب الإنجليزي أول من أكتشف أن التنويم المغناطيسي ظاهرة نفسية بحته يمكن إحداثها من دون إستخدام المغناطيس أو أي مادة طبيعية أخرى ، وتمكن الطبيبان ليبولت (Liebault) (1825-1904) وبرنهيم (Bernheim) (1837-1919) من أن يكتشفا العلاقة بين الهستيريا والتنويم ، ويكونا نظرية تقول بأن الهستيريا والتنويم يحدثان نتيجة الأيحاء ، كما أرجع بيير جانيه (Pierre Janet) (1859-1947) الهستيريا الى التجارب الخاصة التي يتعرض لها المريض في حياته السابقة وقد أهتمت المدرسة الفرنسية على وجه عام بالعوامل النفسية المسببة للهستيريا وأعطت الإستعدادات المزاجية دوراً أكبر مما تستحق، وأقصر بحثها على الصدمات النفسية التي تحدث في مراحل الشباب .

إن البحث في الصحة النفسية ودراساتها لم يصبح بحثاً علمياً سليماً حتى أواخر القرن التاسع عشر إذ إنصرف الكثير من العلماء إلى إستخدام أساليب البحث العلمي من ملاحظة وتجريب في دراسة الظواهر النفسية . (شروق كاظم الجنابي، 1991، 41)

2-3 تعريف الصحة النفسية :

يعد مفهوم الصحة النفسية من المفاهيم الرمزية أو الافتراضية كونه لا يشير إلى شيء كمي أو كل مجسد ، وإنما يشير إلى السلوك بما فيه من اتجاهات وعواطف وتفكير . كما انه مفهوم ثقافي ونسبي بطبيعته وهو يتغير بتغير ما يجد علينا من معلومات عن الحياة ، وما ينبغي أن تكون عليه ، كما انه يتغير بما نكشف عن أنفسنا وسلوكنا ، وما نحب أن نصل إليه بحياتنا .

تعددت المفاهيم للصحة النفسية وفقاً لإختلاف النظريات النفسية و الأطر الفكرية التي تبناها الباحثون ، إلا أننا نجد إتفاقاً ملموساً بين العلماء على أهم الدعائم التي تقوم على أساسها ، وعليه يتميز مفهوم الصحة النفسية بالإستمرارية والنسبية، ويتأثر بالأطر الثقافية للمجتمعات ، و يؤكد أن الصحة النفسية حالة دائمة نسبية ، 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 و المكان وتغير المجتمعات . (حسني ، عاهد، 2001، 32)

كما تعتمد الصحة النفسية على السلوك السوي ، و أن الخصائص المرغوب فيها لها تعكس الأداء الوظيفي الفعال ، و هو عبارة عن سلوكيات تعبر عن تماسك الشخصية و تكاملها و إتزانها في

الفصل الثالث _____ الصحة النفسية لتلاميذ التعليم المتوسط

مواجهة مختلف الضغوط الحياتية ، وتحمل المسؤوليات الاجتماعية و السيطرة على الظروف البيئية قدر المستطاع والتوافق معها . لهذه الخصائص المرغوب فيها أهميتها في تسطير أهداف إجرائية عملية .

تتخذ مظاهر الصحة النفسية أهدافا لعملية التطبيع الإجتماعي و التنشئة الإجتماعية و للعملية التربوية و السلوك العملي في مختلف مجالاته و على مستوى مختلف مراحل النمو ، كما تكون نبراسا في عملية الإرشاد والتوجيه والعلاج النفسي و عمليات التأهيل المختلفة .

يعرف ورقلة ، 2009 هي مجموعة من الإجراءات و الطرائق التي يتبعها الأفراد في المحافظة على صحتهم النفسية حت يتمكن ومن إيجاد الحلول المناسبة للمشكلات التي تواجههم

(ورقلة ، 2009، ص51)

3-3- مظاهر الصحة النفسية:

وقد ينطلق تحديد مفهوم الصحة النفسية من إحدى نظريتين : أحدهما المرض النفسي أو التي ترتبط بغياب أعراض المرض النفسي أو سوء التكيف سواء منها ما هو يسير أو خطير ، وهذه الأعراض تتدرج في خط متصل من المشكلات اليومية البسيطة إلى مشاعر النقص أو الذنب إلى الاضطرابات السيكوسوماتية والأمراض العصبية وكذلك الأمراض الذهنية ، إذ إن الفرد يكون بصحة نفسية إذا كان خالياً من كل هذه الأمراض ، والأخرى نظرة ايجابية تعني إن الصحة النفسية هي التكيف والتلاؤم مع متطلبات الحياة ، لذلك عرفت منظمة الصحة العالمية الصحة النفسية بصفة عامة بأنها توافق الأفراد مع أنفسهم ، ومع العالم عموماً ، مع حد أقصى من النجاح والرضى والسعادة والسلوك الاجتماعي السليم ، والقدرة على مواجهة حقائق الحياة وقبولها (عبد الغفار ، 1986 ، 26)

بينما توصل حسني (2001) إلى خمسة مظاهر للصحة النفسية وهي :

- 1- التوافق الذاتي : قدرة الفرد على التوفيق والموازنة بين رغباته ودوافعه وأهدافه وما ينتج عن ذلك من صراعات وبما يحقق موازنة ناجحة تجعله راضياً عن نفسه ومحيطه .
- 2- التوافق الاجتماعي : ويتمثل بقدرة الفرد على إقامة علاقات اجتماعية مقبولة ، تتصف بالمحبة والتعاون والتسامح .

الفصل الثالث _____ الصحة النفسية لتلاميذ التعليم المتوسط

3- القدرة على التعامل مع الإحباط : وهي القدرة على تحمل الإحباط الناتج عن الأزمات والشدائد وكل ما يعرقل أو يعيق حاجات الإنسان ، دون بروز سلوكيات متطرفة أو غير سوية مثل التهيج والعدوان والنكوص .

4- الشعور بالطمأنينة والرضا : ويتمثل من خلال استمتاع الفرد بالحياة وبعمله وأسرته والمجتمع الذي يعيشه .

5- الكفاءة في الإنتاج : التي تتناسب مع إمكانية الإنسان وقدراته وكذلك المساهمة في محيطه بإيجابية (حسني ، عاهد، 2001، ص7)

4-3- خصائص الصحة النفسية:

يرى (أليس) بأن الخبرات المبكرة الخاطئة أو العصبية أو غير المنطقية تستمر ولا تنطفئ على الرغم من عدم تعزيزها من الخارج لأن الأفراد يعززون هذه الخبرات المتعلمة بتكرار تلقيها داخلياً لأنفسهم حتى تصبح فلسفة لهم ونظرة خاصة بهم ، وتتلخص وجهة نظر (أليس) في الصحة النفسية في عشرة أهداف تمثل بأجتماعها خصائص الصحة النفسية هي :

- الاهتمام بالذات (Self-Interect) : أن يهتم الفرد بنفسه أولاً ولكن من دون أنانية.
- التوجه الذاتي (Self - Direction) : إن على الإنسان أن يتحمل المسؤولية الشخصية ويعمل بكفاءة .
- التحمل (Tolerance) : إن على الإنسان أن يتحمل أخطاء الآخرين .
- تقبل عدم اليقين (Acceptance of Uncertainty) : إن على الإنسان أن يتقبل حقيقة أنه يعيش في عالم من الاحتمالات .
- المرونة (Flexibility) : إن الإنسان العادي يتصف بمرونة التفكير ، وهو يتقبل التغيير.
- التفكير العلمي (Scientific Thinking) : إن الإنسان العادي يتصف بكونه موضوعياً وعلمياً ومنطقياً .
- الالتزام (Commitment) : إن الناس العاديين يهتمون وينشغلون بأشياء مختلفة خارج نطاق الجسم .
- روح المغامرة (Risk Taking) : إن الإنسان العادي يتمتع بقدر من روح المغامرة .
- تقبل الذات (Self- Acceptance) : إن الإنسان العادي قانع بحياته ، راضٍ عن نفسه .

- اللامثالية (Non-Utopianism) : إننا جميعاً نواجه الأحباط أو نشعر بالأسف أو الندم ،
فهذه هي طبيعة الحياة . (حسني ، عاهد، 2001، 34)

معايير الصحة النفسية

ظهرت اتجاهات عدة حاولت وضع معايير لتحديد السواء Normality وغير السواء Abnormality في الصحة النفسية نتيجة تعدد النظريات النفسية التي تناولت الصحة النفسية فقد وضع (ماسلو ومتلان) قائمة بالمؤشرات وتم تعديل هذه القائمة من قبل (كوفيل وآخرون) وتتضمن هذه القائمة المؤشرات الآتية :

- 1- شعور الفرد بالأمن.
 - 2- درجة معقولة من تقويم الفرد لذاته.
 - 3- أهداف حياته تتسم بالواقعية .
 - 4- اتصال فعال بالواقع .
 - 5- تكامل و ثبات في الشخصية .
 - 6- القدرة على التعلم من الخبرة التي يمر بها الفرد.
 - 7- تلقائية مناسبة لمواجهة المواقف.
 - 8- انفعالية معقولة في المواقف .
- وان أحدث المعايير التي تحدد مستوى الصحة النفسية للفرد؛ هي تلك التي يراها (ولمان (Wolman) على النحو التالي :
- 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 .

الفصل الثالث _____ الصحة النفسية لتلاميذ التعليم المتوسط

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 . (شروق كاظم الجنابي، 1991، 123)

التوافق الاجتماعي : ويعني مستوى توافق الفرد مع شروط حياة الجماعة وتفاعله معها. فالشخص الذي يتمتع بصحة نفسية جيدة قادر على العيش بسلام وصداقة مع الآخرين ضمن الكتل الاجتماعية. وهو قادر على التعاون وراغب فيه، مع غيره على أساس علاقات اجتماعية قائمة على المسؤولية والاحترام المتبادل . (محمد خليفة بركات، 1986، 93)

وهناك تصنيف آخر للمعايير التي تحدد الصحة النفسية وهي :

المعيار الإحصائي :

يقوم هذا النوع من المعايير على مدى تكرار أو توزيع سلوك ما في مجتمع من المجتمعات أو في عينة منه ويتم تمثيل هذا التوزيع أو التكرار ، 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 " شاذة أو غير سوية " ومن خلال حساب المعايير الإحصائية يتم تحديد القيمة التي يعتبر عندها السلوك قد تجاوز المعيار ، فالشخص الذي يمتلك سمة من السمات أو يتصرف في موقف من المواقف بشكل أقل أو أكثر من المجال المتوسط في جمهور مماثل ، يعد سلوكه منحرفاً عن المعيار أو ملفتاً للنظر .

وبعد المعيار الإحصائي سهل التمثيل والفهم ، غير أن دقته الإحصائية تعتمد على مدى جودة ودقة اختيار العينة الممثلة للسلوك المراد تحديده وقياسه . (محمد خليفة بركات، 1986، 158)

المعيار المثالي:

يستمد هذا الاتجاه، أصوله من الحضارات الأولى ومن الأديان المختلفة، إذ يرى أن الإنسان السوي هو الذي يقترب من الكمال ويطبق المثل العليا، أما الإنسان الشاذ فهو الذي يبتعد بسلوكه عن الكمال ، وتبعاً لهذا الاتجاه، فإن غالبية الناس هم شواذ بحكم انحرافهم عن المستوى المثالي.

المعيار الاجتماعي :

يعتمد هذا الاتجاه على تحديد السوي من غير السوي عبر الالتزام بمعايير وقيم وأعراف المجتمع ، فمسايرة المعايير الاجتماعية هي الأساس في الحكم على السلوك بالسوية أو اللاسوية.

ويمكن أن يعرف أيضا بأنه توقعات مجموعة ما من سلوك شخص ما وترتبط هذه التوقعات الاجتماعية بالعادات والقيم والمعايير السائدة في المجتمع وتوجه المجتمع الديني والسياسي والأخلاقي والاقتصادي . (محمد خليفة بركات، 1986، 33)

المعيار الذاتي:

يعرض هذا الاتجاه، موس (Moss) وهانت (Hant) في كتابهما عن أسس علم الشذوذ النفسي، إذ يذهبان في تحليل البناء الشخصي لكل فرد، إلى الآراء التي يعلنها عمن هو الشاذ ومن هو السوي ، فالفرد ينظر إلى الناس جميعاً انطلاقاً من ذاته في تحديد السواء واللاسواء، ويبدو أن ما ينسجم مع أفكاره وأرائه الذاتية وخبراته السابقة، هو ما يعتبره الفرد، معياراً لتقييم الآخرين وتصنيفهم، غير أن هذا المعيار يتأثر بطبيعة الحال، بالإطار المرجعي للفرد نفسه، وعادة ما يكون هذا الإطار اجتماعياً، وبهذا يكون المعيار الذاتي للتقييم مشوباً بالتشوهات الدفاعية والأحكام القبلية . (العوادي ، 1992 ، 97) .

المعيار الطبي النفسي:

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 التفاعلي :

إن الاعتماد على معيار واحد من المعايير السابقة المذكورة قد يكون له مبرراته في الحياة العملية اليومية ولكن عندما يتعلق الأمر بإطلاق الأحكام التشخيصية في علم النفس المرضي والممارسة العيادية أو الصحة النفسية لا يكفي الركون إلى معيار واحد من هذه المعايير ومن المؤكد أن المعايير المختلفة ليست منعزلة عن بعضها وإنما ترتبط مع بعضها بطريقة تفاعلية وعليه يصف براندشتر وجود علاقة متبادلة بين المعايير الوصفية descriptive (الإحصائية) والعرفية

الفصل الثالث _____ الصحة النفسية لتلاميذ التعليم المتوسط

Prescriptive (المثالية ، الوظيفية) فكما يمكن للمعايير الوصفية أن تحدد تكرار أو احتمال ظهور سمات محددة تستطيع المعايير العرفية أيضاً أن تحصل على معلومات بوساطة الوسائل الإحصائية حول وجود تغير ما ، فالخرق المتكرر جداً لمعايير القانون غالباً ما يجلب معه ضرورة التعديل لهذه المعايير ، فعندما تنتشر في مجتمع من المجتمعات ظاهرة من الظواهر كازدياد نسبة تعاطي المواد المسببة للإدمان مثلاً ، أو ازدياد نسبة الجريمة أو ازدياد نسبة العاطلين عن العمل ولا تعود القوانين السارية فاعلة كثيراً في مواجهة هذه الظاهرة تنبع ضرورة تعديل القوانين السارية وإيجاد قوانين بديلة أكثر فاعلية تستطيع الحد من هذه الظاهر.. (العوادي ، 1992 ، 65) .

المعيار المعرفي :

ينظر هذا المعيار إلى الصحة النفسية في أن تكون القدرات العقلية كالاستدلال والانتباه والإدراك والتذكر خالية من الإعاقة الشديدة وسليمة في عناصرها.

المعيار الباثولوجي :

يحدد هذا المعيار الشخصية التي تتمتع بصحة نفسية سليمة بأنها تلك الشخصية الخالية من أعراض مرضية معينة كالقوبيا والحالات الهيسترية لدى العصبيين أو السلوك المضاد للمجتمع لدى السايكوباتيين أو الهذات لدى الذهانيين. (العوادي ، 1992 ، 123) .

المعيار الديني :

يرى أن الأعمال التي تدل على صحة نفسية سليمة هي تلك التي يتقبلها الشرع ويرتضيها العقل مثل عمل ما هو واجب أو مباح ابتغاء مرضاة الله واجتناب الأعمال المكروهة أو المحرمة خوفاً من الله ، أما الشخصية اللاسوية فهي التي تقوم بإعمال يرفضها الشرع ويفر منها العقل سواء كان يعمل فيه تعدي على حدود الله أو إهمال للواجبات المفروضة مع القدرة عليها.

3-6- النظريات التي فسرت الصحة النفسية :

النظريات السلوكية :

اهتمت بالاتجاه السلوكي مجموعة ضخمة من كبار علماء النفس لكل منهم رؤية خاصة ومفاهيم تباينت من عالم لآخر ولكن يجمعهم إطار عام متسع ومهم ، ويتسم تيار السلوكية

الفصل الثالث _____ الصحة النفسية لتلاميذ التعليم المتوسط

بالعلمية والعملية وابتعد عن كل ما هو غيبي ويتعامل مع المحسوس والقابل للقياس من سلوك الإنسان والحيوان

فالسوك عندهم متعلم من البيئة ، وعملية التعلم تحدث نتيجة وجود دافع ومثير واستجابة ، بمعنى إذا وجد الدافع والمثير حدثت الاستجابة (السلوك) ولكي يقوى الربط بين المثير والاستجابة لابد من التعزيز ، أما إذا تحرك الاستجابة دون تعزيز فان ذلك يؤدي إلى إضعاف الرابطة بين المثير والاستجابة ، أي إضعاف التعلم (شروق كاظم الجنابي، 1991، 83)

إن الصحة النفسية تبعاً لهذه النظرية يمكن أن تخضع لقوانين التعلم فإذا اكتسب الفرد عادات تلاؤم ثقافة مجتمعه فهو في صحة نفسية سليمة وإذا فشل في اكتساب عادات لا تتناسب مع ما هو متعارف عليه في المجتمع ساءت صحته النفسية (كامل علوان الزبيدي والهزاع، 1997، 67)

نظرية التحليل النفسي:

مؤسس هذه النظرية سيجموند فرويد (1856-1939 S.Freud م) الذي يبين إن الخلو من العصاب يعد مؤشراً على التمتع بالصحة النفسية ، إذ إن العصاب ينشأ من خبرات الشخص السابقة في طفولته ، فضلاً عن الصراع بين مكونات الشخصية الثلاثة (الهو ID ، الانا Ego ، والانا الأعلى Super Ego) والتي تضطرب عندما لا تتمكن الانا من الموازنة بين مطالب الهو الغريزية والانا الأعلى المثالية. ()

أما ادلر (1870-1937 Adler م) فيرى إن النقص العضوي والإهمال والرفض والتدليل يؤدي إلى اضطراب في الصحة النفسية لذلك فإن الفرد يحاول أن يعوض مشاعر النقص لديه بوضع أهداف غير واقعية لإظهار تفوقه الشخصي إذ انه في النهاية شخص غير دقيق لتقدير ذاته فضلاً عن انه دائم التوتر ويخشى القرارات والاحباطات (Rychman. 1978. p. 93) ، فالإنسان عند ادلر كائن اجتماعي تشكل حياته ضمن سياق المعايير الاجتماعية والأخلاقية ، وبما إن الإنسان محدد بالروابط والعلاقات الاجتماعية لابد لنا لفهم النشاط الداخلي له من فهم هذه العلاقات التي يتواجد فيها ويتقبلها. (سيجموند فرويد، 1982، 132)

ويرى يونك (1875-1961 Jung) إن الصحة النفسية تكمن في استمرار نمو الفرد الشخصي من غير توقف أو تعطيل وأكد أهمية اكتشاف الذات الحقيقية ، وأهمية التوازن في الشخصية

الفصل الثالث _____ الصحة النفسية لتلاميذ التعليم المتوسط

السوية التي تتمتع بالصحة النفسية والتي تتطلب الموازنة بين الميول والانطوائية والميول الانبساطية وتكامل أربع عمليات هي الإحساس والإدراك والمشاعر.()

النظريات الإنسانية :

تؤكد هذه النظريات على دراسة الخبرة الحاضرة للفرد كما يدركها أو يمر بها وليس كما يدركها الآخرون وإذا كان المرض يحصل على وفق ما يدركه الفرد ، فإن الصحة النفسية عند أصحاب هذا المنظور تتمثل في تحقيق الفرد لإنسانيته تحقيقاً كاملاً سواءً لتحقيق حاجاته النفسية كما عند "ماسلو (Maslow. 1908-1970) "أو المحافظة على الذات كما عند "روجرز" (Rogers (1902-1995) كذلك فإن الاختلاف بين الأفراد في مستويات صحتهم النفسية يرجع تبعاً لاختلاف ما يصلون إليه من مستويات في تحقيق إنسانيتهم . (الزبيدي ، 1997 ، 181) فضلاً عن ذلك يؤكد الإنسانون على إن السلامة أو الصحة النفسية في الدراسات النفسية يجب أن تتوجه إلى الفرد السليم وليس للفرد العصبي أو الذهاني . حيث يرى "روجرز" إن مظاهر الصحة النفسية عند الفرد تكون في حريته على استبصار حل لمشكلاته وفي اختيار قيم تحدد إطاره في الحياة وتعطي معنى لحياته ، أما "ماسلو" فلم يجعل الصحة النفسية في إشباع الحاجات الفسيولوجية والبيولوجية ، بل جعلها في إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية وعلى رأسها الحاجة إلى تحقيق الذات بوصفها اسمي هذه الحاجات وقد جعل تحقيق الذات دافعاً يدفع الإنسان لان يكون في مستوى فهمه لنفسه من خلال إدراكه لمعاملة الأفراد المهمين في حياته ومن الأحكام التي يصدرونها عليه (العوادي ، 1992 ، 44) .

أما فروم (Fromm) فيرى إن عدم التمتع بالصحة النفسية هو احد مظاهر الفشل الأخلاقي الذي ينشأ من شعور الفرد بالعزلة وعدم اهتمام الآخرين به ، وشعوره بضغط الظروف الاجتماعية عليه ، حيث إن الفرد ليس كائن منعزل فهو يحتاج إلى الآخرين لإشباع حاجاته المتعددة والحصول على الطمأنينة والأمن النفسي ، ليؤكد استمراره في الحياة

(كامل علوان الزبيدي والهزاع، 1997، 42) .

النظريات الوجودية :

يرى أصحاب هذا المذهب إن الصحة النفسية هي أن يعيش الإنسان وجوده ، ومعنى أن يعيش الإنسان وجوده هو أن يدرك معنى هذا الوجود ، وان يدرك إمكاناته وان يكون حراً في تحقيق

الفصل الثالث _____ الصحة النفسية لتلاميذ التعليم المتوسط

ما يريد وبالأسلوب الذي يختاره ، وان يدرك نواحي ضعفه وان يتقبلها ، وان يكون مدركاً لطبيعة هذه الحياة بما فيها من متناقضات وان ينجح في الوصول إلى تنظيم معين من القيم ليجعله إطاراً مرجعياً في حياته (شروق كاظم الجنابي، 1991، 44)

3-7- مناهج الصحة النفسية :

هناك ثلاثة مناهج أساسية في الصحة النفسية :

المنهج الإنمائي Development :

وهو منهج إنشائي يتضمن زيادة السعادة والكفاية والتوافق لدى الأسوياء والعاديين خلال رحلة نموهم حتى يتحقق الوصول بهم إلى أعلى مستوى ممكن من الصحة النفسية. ويتحقق ذلك عن طريق دراسة إمكانيات وقدرات الأفراد والجماعات وتوجيهها التوجيه السليم (نفسيا وتربويا ومهنيا) ومن خلال رعاية مظاهر النمو جسميا وعقليا واجتماعيا وانفعاليا بما يضمن إتاحة الفرص أمام المواطنين للنمو السوي تحقيقا للنضج والتوافق والصحة النفسية.

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 ، ويرعى نموهم النفسي السوي ويهيئ الظروف التي تحقق الصحة النفسية . (عاهد حسني، 2001، 45)

ولهذا المنهج ثلاثة مستويات أولها محاولة منع حدوث المرض ثم محاولة تشخيصه قدر الإمكان في مرحلته الأولى وأخيرا محاولة تقليل أثر أعاقته ، إن الهدف الوقائي هو توظيف معرفتنا النفسية في الكشف عن الأشخاص الذين يعيشون في ضغوط وأزمات ومشكلات وصراعات وإحباطات ولكنهم لم ينحرفوا بعد وتقديم المساعدة والإرشاد إليهم ، ويشير كل من (أوكلي Oakley) و (روتر 1997) (Rotter) إلى أن الوقاية من المرض النفسي تتمثل بتحديد المشكلات النفسية – الاجتماعية أو الاضطرابات النفسية التي يكون الفرد قابلاً للتأثر بها ومن ثم اتخاذ الإجراءات اللازمة للتقليل من قابليته على التحسس والتأثر بها . (عاهد حسني، 2001، 76)

المنهج العلاجي Remedial :

الفصل الثالث _____ الصحة النفسية لتلاميذ التعليم المتوسط

ويتضمن علاج المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية حتى العودة إلى حالة التوافق والصحة النفسية ويهتم هذا المنهج بنظريات المرض النفسي وأسبابه وتشخيصه وطرق علاجه وتوفير المعالجين والعيادات والمستشفيات النفسية.

فللصحة النفسية ثلاث مناهج فهناك المنهج العلاجي، وهو ما يتبع لعلاج الفرد من الانحراف في الصحة العقلية حتى يعود إلى حالة الاعتدال. ولدينا المنهج الوقائي، وهو الطريق الذي يسلكه الفرد مع نفسه ومع غيره حتى يقي نفسه وغيره الوقوع في حالات الاضطراب النفسي. وهناك المنهج الإنشائي، وما يحتضنه المرء ليزيد شعوره بالسعادة ويزيد كفاءته إلى أقصى حد مستطاع (شروق كاظم الجنابي، 1991، 67)

خلاصة

ترتبط الصحة النفسية ارتباطاً وثيقاً بتكيف الإنسان وتوافقه مع نفسه ومجتمعه ، وإن من المفاهيم الشائعة والأساسية في علم النفس بصورة عامة ومجال الصحة النفسية بصفة خاصة ، وهي كلمة تعني التآلف والتقارب واجتماع الكلمة، فهي نقيض التنافر والتصادم، كما انها تشير الى التوافق والذي يمثل العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف بها الشخص الى أن يغير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين البيئة . ويمكن القول إن الصدمات النفسية والخيبة التي يلاقها كل فرد خلال حياته تنشأ من فشله مؤقتاً أو لمدة طويلة في إرساء حاجاته ورغباته وحوافزه، ويبدو أن هذه الصدمات تنشأ من التفاعل الذي يجري ما بين حاجات الشخص وصفاته والتي تعبر بشكل مباشر عن مستوى الصحة النفسية لديه

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد.

- 1-4- المنهج المتبع في الدراسة.
- 2-4- الدراسة الاستطلاعية.
- 3-4- الأدوات المستخدمة في الدراسة.
- 4-4- مجتمع وعينة الدراسة.
- 5-4- الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة.

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد.

يتضمن هذا الفصل وصفا دقيقا لأهم الخطوات المنهجية لإجراءات الدراسة الميدانية التي قمنا بها لتحقيق أهداف الدراسة، ويتضمن هذا الفصل تبيان المنهج المتبع في الدراسة، ومجتمع الدراسة، واختيار عينة الدراسة وخصائصها وفي آخر هذا الفصل تكلمنا على أهم الأساليب والمعالجات الإحصائية المستخدمة.

4-1- المنهج المتبع في الدراسة.

يعتبر منهج الدراسة طريقة التي يسلكها أي باحث في الوصول إلى المعرفة العلمية أي أنه وجب على باحث أن يتبع منهجا مع موضوع ومتطلبات الدراسة و الحصول على دراسة ذات قيمة علمية (رجاء وحيد، الداويدي:2000، 183).

تعريف المنهج:

المنهج هو "مجموعة من القواعد التي يتم وضعها بقصد الوصول إلى الحقيقة في العلم، أو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسة للمشكلة، من أجل اكتشاف الحقيقة، أو هو فن التنظيم الصحيح لسلسلة من أفكار، أو الإجراءات من أجل الكشف عن الحقيقة التي تجهلها، أو من أجل البرهنة عليها للآخرين الذين لا يعرفونها (صلاح الدين شروخ، 2011:ص 90).

إن المنهج المتبع في هذه الدراسة هو المنهج الوصفي، وهو المنهج الذي تستخدمه العلوم الاجتماعية ويعتمد على الملاحظة بأنواعها بالإضافة إلى الإحصاء.

إذا يقوم المنهج الوصفي بدراسة وتحليل وتفسير الظاهرة من خلال تحديد خصائصها و أبعادها وتصنيف العلاقات القائمة بينها، بهدف الوصول إلى وصف علمي متكامل لها، كما لا يقتصر على التعرف على معالم الظاهرة، وتحديد أسباب وجودها، وإنما يشمل كذلك تحليل البيانات وقياسها وتفسيرها والتوصل إلى وصف دقيق للظاهرة ونتائجها (خالد حامد، 2007: 43)، ومن ثم يعد المنهج الوصفي من أكثر مناهج ملائمة للواقع الاجتماعي لفهم ظواهره و استخلاص سماته (فوزي غرابية، 2002: 33).

4-2- الدراسة الاستطلاعية:

وفيها قمنا بأخذ معلومات ومعارف واخذ نظرة أولية عن وضعية متغيرات الدراسة في الواقع بالإضافة إلى ضبط عينة ومجتمع الدراسة مع تحديد عينة الدراسة الاستطلاعية التي تم استعمالها من أجل التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس المستعمل في الدراسة والمتمثلة في الصدق والثبات بالإضافة الى

❖ أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- التعرف على ميدان الدراسة الأساسية

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

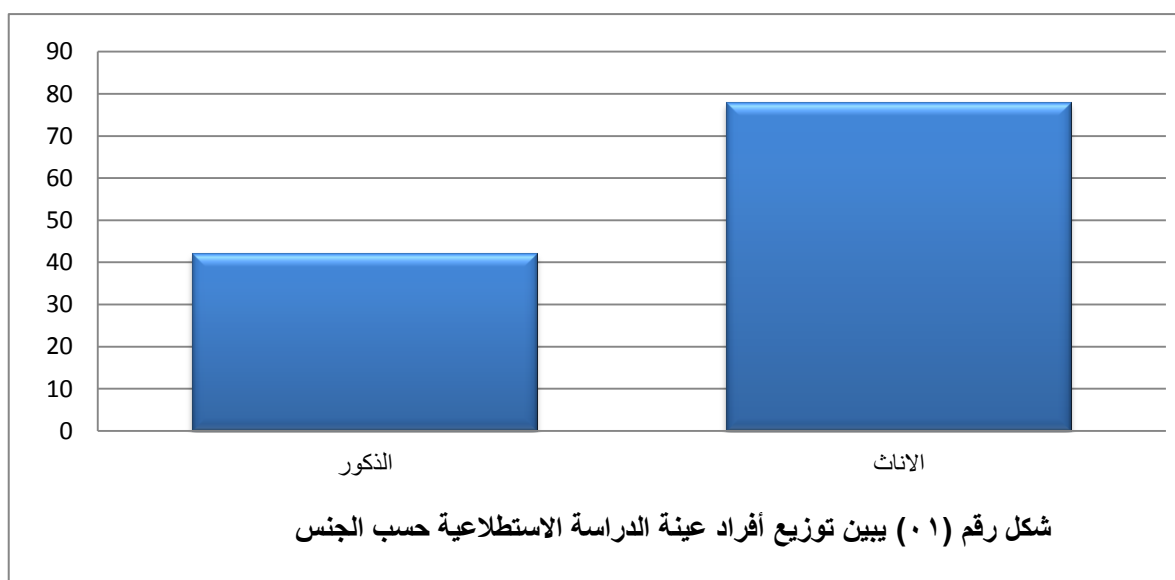
- معرفة الصعوبات التي تعيق إجراءات الدراسة الأساسية.
- التعرف على الخصائص السيكمترية للأداة الدراسة للتحقق من صدقها وثباتها.
- بناء الأدوات المستخدمة في الدراسة.
- ضبط المجتمع الأصلي للدراسة وتحديد عينة الدراسة.

أ- عينة الدراسة الاستطلاعية:

تشمل عينة الدراسة الاستطلاعية في (30) تلميذ في المرحلة المتوسطة تم تطبيق المقياسين عليهم وفيما يلي جدول يبين عينة الدراسة الاستطلاعية:

جدول رقم (01) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس.

الجنس	عدد الأفراد	النسبة المئوية %
الذكور	09	%30
الاناث	21	%70
المجموع	30	%100



التحليل:

من خلال الجدول رقم (01) والشكل رقم (01) يتضح أن العينة المكونة للدراسة الاستطلاعية تقدر بـ (30) تلميذ في المرحلة المتوسطة بحيث قدر عدد الاناث فيها بـ (21) بنسبة مئوية تقدر بـ (70%) وهي اكبر من الذكور الذين قدر عددهم بـ (09) تمثل نسبة (30%).

3-4- الأدوات المستخدمة في الدراسة:

قمنا باستعمال مقياس الصحة النفسية ومقياس المرافقة النفسية في هذه الدراسة وفيما يلي المقاييس المستعملة في الدراسة:

4-1-1- مقياس الصحة النفسية:

تم استعمال مقياس الصحة النفسية للباحث أ. د عبد العزيز موسى محمد ثابت استاذ الطب النفسي-كلية الصحة العامة -جامعة القدس حيث قام هذا الاخير بترجمة وتكييف المقياس الاصلي من اللغة الاجنبية الى اللغة العربية انظر الملحق رقم (01)

أ- وصف المقياس:

التعليمية واستمارة المعلومات:

يتضمن هذا الجزء التعليمية المقدمة للشخص المستجيب الى المقياس والتي نوضح له فيها الهدف من المقياس مع تقديم ارشادات وتوجيهات للكيفة التي يجيب فيها على الفقرات، فقرات المقياس :

قام بوضع المقسباس ليونارد ، ر. ديروجيتس ، س . ليمان ، لينوكوفي. Leonard, R. Symptons Check List SCL- 90-R تحت عنوان : Derogatis, Ronald, S.Lipman and Linocovi. ثم قام أبو هين بتعريب المقياس، وتقنينه علي البيئة الفلسطينية، وذلك بحساب صدق المقياس (أبو هين، 1992).

يتكون المقياس من 90 عبارة تدرج تحت تسعة أبعاد وهي موزعة كالآتي:

(الأعراض الجسمية - الوسواس القهري - الحساسية التفاعلية - الاكتئاب - القلق - العداوة - قلق الخواف - بارا نويا - الذهانية)

الأعراض الجسمانية

يقصد بها الأحوال المختلفة التي يكون عليها الجسم الإنساني، وخاصة تأثير أعضاء الجسد بالجهاز العصبي اللاإرادي ، حيث تظهر هذه التأثيرات في بعض تعطيل أو المعاناة في الأداء الوظيفي للعضو وتشمل البنود التالية (1،4،11،29،40،42،48،49،52،58،71).

الوسواس القهري

يقصد بها الأفكار التي تسيطر على ذهن الفرد ولا يقوي علي التخلص منها رغم أنه يبذل الجهد الكثير للتغلب عليها إلا أنه يجد نفسه مقهوراً لتكرارها، مما يوقعه دوماً تحت وطأة الألم الشديد، وكذلك تلك الأفعال والطقوس الحركية التي تسيطر عليه ولا يجد منها فكاكاً ويجد نفسه مقهوراً علي تكرارها رغم سعيه وقناعته بعدم منطقيتها وتشمل البنود التالية (3،9،10،28،38،45،46،51،55،65).

الحساسية التفاعلية

يقصد بها العلاقات البينية القائمة بين الأفراد بعضهم البعض ، وأثر هذه العلاقات في الوضع النفسي للإنسان ، ويتميز الأفراد ذوو الحساسية التفاعلية المرتفعة بدرجة عالية من تبخيس الذات وتقدير ذات منخفض وتشمل البنود التالية (6،21،34،36،37،41،61،69،73).

الاكتئاب

يقصد به زملة الأعراض الإكلينيكية المصاحبة للاكتئاب سواء علي المستوي العضوي أو النفسي وتشتمل الهبوط في الأداء الوظيفي للإنسان وتتفرع منها حالات الهبوط المزاجي واليأس والسوداوية والانسحاب من الواقع وعدم الاهتمام بالأنشطة ونقص الهمة والدافعية، والإحساس بفقدان الطاقة الحيوية إضافة لمشاعر الدونية وتبخيس الذات وتشمل البنود التالية (2،5،14،15،20،22،26،27،28،30،31،32،54).

القلق

يقصد به التوتر والعصبية والأعراض السلوكية التي تكون تظهر كتعبير عن حالات القلق من ارتجاف الأطراف إلى العوارض الجسمية الأخرى وتشمل البنود التالية (12،17،23،33،39،57،72،79،80،86).

العداوة

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

يقصد به سلوك الاعتداء إما علي مستوى الأفكار أو المشاعر أو الأفعال وتشمل البنود التالية (13،24،63،67،74،81).

قلق الخواف (الفوبيا)

يقصد به مظاهر الخوف الغير طبيعية التي تنتاب بعض الأفراد والتي يصطلح علي تسميتها بالفوبيا ومنها الخوف من الأماكن العامة وأي مظهر من المظاهر المختلفة للخوف من موضوع معين بطريقة غير طبيعية وتشمل البنود التالية (25،47،50،70،75،78،82).

البارانويا

يقصد به إنساب الشخص عيوبه للآخرين وكذلك العداء والشك والارتياب والمركزية حول الذات والهذات وفقدان الاستقلال الذاتي ومشاعر العظمة وتشمل البنود التالية (8،18،43،68،76،83).

الذهانية

يقصد بها الهلوس السمعية وإذاعة الأفكار والتحكم الخارجي في الأفكار واقتحام الأفكار داخل الذهن عن طريق قوي خارجه عن إرادة الفرد وتشمل البنود التالية (7،16،35،62،77،84،85،87،88،90).

العبارات الأخرى وتشمل البنود التالية (19،44،53،59،60،64،66،89)

4-1-2-مقياس المرافقة النفسية:

تم استعمال مقياس المرافقة النفسية ويتكون المقياس من (36) عبارة يجب عليها المفحوص امام الخيرات المتاحة امامه انظر الملحق رقم (02)

ب- وصف المقياس:

التعليمية واستمارة المعلومات:

يتضمن هذا الجزء التعليمية المقدمة للشخص المستجيب الى المقياس والتي نوضح له فيها الهدف من المقياس مع تقديم ارشادات وتوجيهات للكيفة التي يجيب فيها على الفقرات،

الخصائص السيكومترية للمقياس المستعمل في الدراسة:

استعملنا في هذه الدراسة مقياس الصحة النفسية ومقياس المرافقة النفسية وذلك من أجل جمع البيانات التي نحتاجها في الجانب الميداني من أجل التحقق من الفرضيات، حيث انه

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

وقبل استعمال أي أداة يجب التأكد من خصائصها السيكمترية، وعلى هذا الأساس قمنا بالتأكد من الصدق والثبات الأداة حيث تم تطبيق المقياسين على عينة مكونة من (30) تلميذ ثم قمنا باستعمال طريقة الإتساق الداخلي في تقدير الثبات أما الصدق فإستعملنا طريقة المقارنة الطرفية وفيما يلي النتائج:

أ- الثبات عن طريق الإتساق الداخلي:

قمنا بتقدير ثبات الاتساق الداخلي عن طريق معادلة ألفا لكرونباخ لدرجة الكلية للمقياس بالإضافة الى الدرجة الكلية لكل بعد:

جدول رقم (02) يبين قيمة الفا كرونباخ في تلقي دروس الدعم

المتغير	عدد الفقرات	حجم العينة	قيمة الفا كرونباخ
المرافقة النفسية	36	30	0.62
الصحة النفسية	90	30	0.63

تحليل الجدول:

من خلال الجدول رقم () يتبين أن قيمة الفا كرونباخ كانت تقدر في مقياس المرافقة النفسية ب (0.62) وفي مقياس الصحة النفسية ب (0.63) وهي قيم كلها اكبر من (0.50) اي انها قيم مقبولة ويمكن اعتمادها في تقدير صلاحية المقياسين ومنه يمكن القول أن المقياسين على درجة مقبولة من الثبات ويمكن إستعمالهما في جمع بيانات هذه الدراسة.

ب- الصدق عن طريق المقارنة الطرفية:

وفيه تم ترتيب الدرجات من اكبر قيمة الى اصغر قيمة ويتم حساب الفروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا عن طرق اختبار (ت) وفيما يلي جدول يبين النتائج:

أ- مقياس المرافقة النفسية

جدول رقم (03) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري:

المتغير	المجموعات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المرافقة النفسية	مج العليا	08	51,3810	2,615
	مج الدنيا	08	42,5238	5,7884

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

جدول رقم (03) يبين نتائج اختبار(ت):

المتغير	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
المرافقة النفسية	14	12, 14	دال عند 0.01

تحليل الجدول:

من خلال الجدول رقم () نلاحظ ان المتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة من ذوي الدرجات المرتفعة في المرافقة النفسية يقدر بـ (51,3810) وهو أكبر من المتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة من ذوي المرافقة النفسية الضعيفة والذي يقدر بـ (42,5238)، كما نلاحظ من خلال الجدول أن قيمة "ت" والتي تقدر بـ (12.14) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) وهذا معناه أن الفروق الملحوظة في المتوسطات الحسابية دالة وهذا معناه أن المرافقة النفسية لديه القدرة على التمييز بين الأفراد

وفي الأخير ومما سبق اعتماداً على نتائج الثبات والصدق يمكن القول ان المرافقة النفسية على درجة مقبولة من الثبات والصدق ويمكن اعتماده في جمع البيانات التي نحتاجها في الجانب الميداني.

ب- مقياس الصحة النفسية

ت- جدول رقم (04) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري:

المتغير	المجموعات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الصحة النفسية	مج العليا	08	145,3333	1,19722
	مج الدنيا	08	136,1905	1,77817

جدول رقم (04) يبين نتائج اختبار(ت):

المتغير	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الصحة النفسية	14	19,545	دال عند 0.01

تحليل الجدول:

من خلال الجدول رقم () نلاحظ ان المتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة من ذوي الدرجات المرتفعة في الصحة النفسية يقدر بـ (145.33) وهو أكبر من المتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة من الصحة النفسية المنخفضة والذي يقدر بـ (136.19)، كما نلاحظ من خلال

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

الجدول أن قيمة "ت" والتي تقدر بـ (19.54) وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة وهذا معناه ان الفروق الملاحظة الملاحظة في المتوسطات الحسابية دالة وهذا معناه أن مقياس الصحة النفسية لديه القدرة على التمييز بين الأفراد

وفي الأخير ومما سبق اعتمادا على نتائج الثبات والصدق يمكن القول أن مقياس الصحة النفسية على درجة مقبولة من الثبات والصدق ويمكن اعتماده في جمع البيانات التي نحتاجها في الجانب الميداني.

4- مجتمع وعينة الدراسة.

4-1- مجتمع الدراسة

يتناول مجتمع الدراسة جميع عناصر ومفردات المشكلة أو الظاهرة المدروسة. فهو كل من يمكن أن تعمم عليه النتائج. ويتمثل مجتمع دراستنا في تلاميذ المرحلة المتوسطة

4-2- عينة الدراسة

العينة هي مجموعة جزئية من المجتمع مسحوبة بطريقة علمية محددة وقد وقع اختيارنا على طريقة العشوائية المنتظمة في اختيار العينة والسبب يعود إلى هذا النوع من اجل ان تشمل عينة الدراسة جميع طلبة السنة أولى جامعي ضمن الكليات الثلاث التي تم اختيارها بما أن الدراسة هي دراسة صفية، وعلى هذا الأساس قامنا بإختيار عينة تتناسب مع الدراسة التي نقوم بها، بحيث تكونت عينة الدراسة من (120) تلميذ يمثلون العينة الكلية:

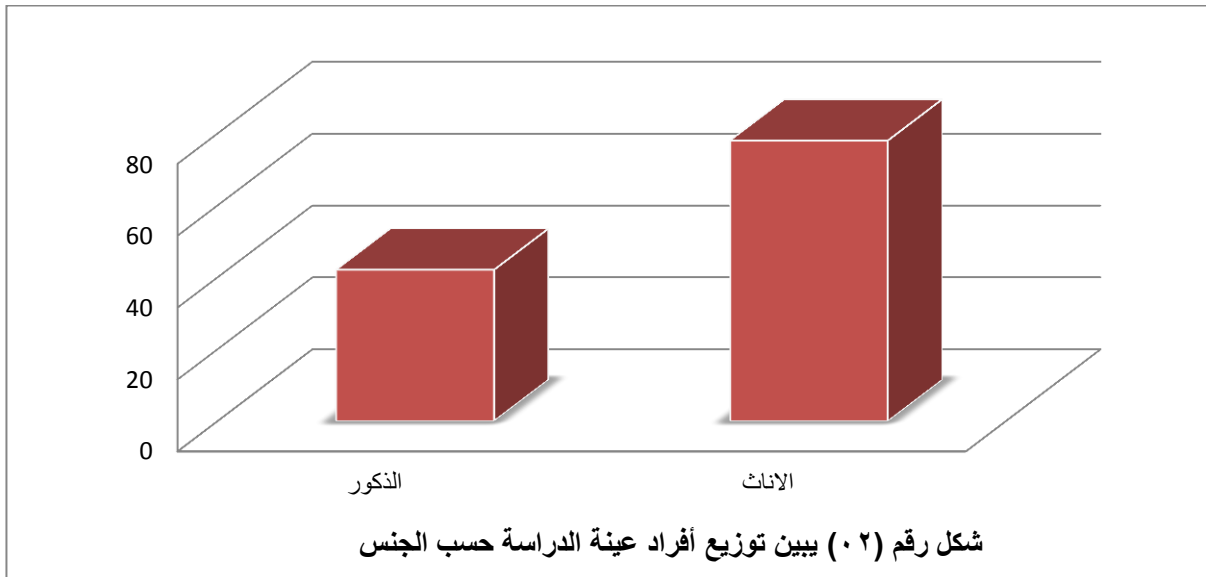
4-3- خصائص عينة الدراسة

لقد قسمت هذه العينة تبعا للغرض الذي نحن بصدد تحقيقه، بحيث قسمت الى:

1- توزيع العينة الجنس:

جدول رقم () يبين توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس

الجنس	عدد الافراد	النسبة المئوية %
الذكور	42	35%
الاناث	78	65%
المجموع	120	100%



التحليل:

يتضح من خلال الجدول رقم () والشكل رقم () أن العينة المكونة للدراسة الاساسية والتي تقدر بـ (120) تلميذ في المرحلة المتوسطة كانت غالبيتها إناث حيث توزعت بشكل التالي عدد الاناث فيها بـ (78) بنسبة مئوية تقدر بـ (65%) وهي اكبر من الذكور الذين قدر عددهم بـ (42) تمثل نسبة (35%).

05- الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة.

بعد أن قمنا بجمع البيانات اللازمة من أجل التحقق من فرضيات الدراسة والخصائص السيكومترية للمقياس استعملنا الحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية الصيغة رقم (SPSS, V 25) وذلك بإستعمال الأساليب الإحصائية التالية:

- التكرارات، المتوسط الحسابي، النسب المئوية من اجل وصف البيانات.
- معادلة الفا كرونباخ من اجل التحقق من ثبات الاستبيان المستعمل في الدراسة.
- معامل الارتباط بارسون من أجل التحقق من صدق الاتساق الداخلي المقياس المستعمل في الدراسة.

- اختبار t.test لعينة واحدة من اجل التحقق من الفرضية الأول.
- اختبار t.test لعينة واحدة للتأكد من الفرضية الثانية.
- معامل الارتباط بيرسون للتأكد من صحة الفرضية الثالثة

الفصل الخامس _____ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضيات

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضيات:

5-1- عرض وتحليل نتائج الفرضيات

5-2- مناقشة وتفسير النتائج

الفصل الخامس _____ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضيات

1-5- عرض وتحليل نتائج الفرضيات

1-1-5- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

نص الفرضية:

"يتلقى تلاميذ المرحلة المتوسطة مرافقة نفسية دائمة داخل المؤسسة التربوية.

للتأكد من صحة هذه الفرضية تم استعمال اختبار "ت" لعينة واحدة وفيما يلي جدول يبين هذه النتائج:

جدول رقم (05) يبين وصف البيانات في الفرضية الأولى

المتغير	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري
المرافقة النفسية	81,98	72	8,554

تحليل الجدول:

من خلال الجدول رقم () نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي لعينة الدراسة في متغير المرافقة النفسية كانت تقدر بـ (81.98) وهي قيمة أكبر من المتوسط الفرضي (متوسط المجتمع) والذي يقدر بـ (72) وهي الدرجة التي تمثل الحد الأدنى للحصول على الرعاية النفسية داخل المؤسسة التربوية وهذا معناه أن التلميذ المتمدرس في المرحلة المتوسطة لديهم درجات عالية نوعاً ما فيما يخص نظرتهم بخصوص تلقيهم للرعاية والمرافقة النفسية.

جدول رقم (06) يبين نتائج الفرضية الأولى

المتغير	د الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
المرافقة النفسية	119	12.77	دال عند 0.01

تحليل الجدول:

يتضح من خلال الجدول رقم () أن قيمة اختبار "ت" والتي كانت تقدر بـ (12.77) وهي قيمة دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) وهذا معناه أن الفرق دال احصائياً لصالح متوسط

الفصل الخامس _____ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضيات

الحسابي والذي يمثل تلقي التلميذ للمرافقة النفسية في المرحلة المتوسطة ومنه يمكن القول أن التلميذ المتدرب يتلقى المرافقة الكافية في مساره الدراسي وعليه تم قبول الفرضية التي تنص على أن تلاميذ المرحلة المتوسطة يتلقى مرافقة نفسية دائمة داخل المؤسسة التربوية.

2-1-5- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

نص الفرضية:

"يتميز تلاميذ المرحلة المتوسطة بارتفاع مستوى الصحة النفسية لديهم.

للتأكد من صحة هذه الفرضية تم استعمال اختبار "ت" لعينة واحدة وفيما يلي جدول يبين هذه النتائج:

جدول رقم (07) يبين وصف البيانات في الفرضية الثانية

المتغير	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري
الصحة النفسية	186.50	180	12.39

تحليل الجدول:

من خلال الجدول رقم () نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي لعينة الدراسة في الصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة كانت تقدر بـ (186.50) وهي قيمة أكبر من المتوسط الفرضي (متوسط المجتمع) والذي يقدر بـ (180) وهي الدرجة التي تمثل الحد الأدنى لامتلاك الصحة النفسية، وهذا معناه أن عينة الدراسة المتمثلة في تلاميذ المرحلة المتوسطة لديهم درجات عالية ما فيما يخص الصحة النفسية.

جدول رقم (08) يبين نتائج الفرضية الثانية

المتغير	د الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
الصحة النفسية	119	5.74	دال عند 0.01

تحليل الجدول:

الفصل الخامس _____ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضيات

يتضح من خلال الجدول رقم (08) ان قيمة اختبار "ت" فيما يخص الصحة النفسية والتي كانت تقدر بـ (5.74) وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0,01) وهذا معناه ان الفرق دال احصائيا بالنسبة الى التلاميذ في المرحلة المتوسطة ومنه يمكن القول أن التلاميذ في المرحلة المتوسطة يتمتعون بمستوى عالي من الصحة النفسية وعليه تم قبول الفرضية التي تنص على أن تلاميذ المرحلة المتوسطة يتميز بارتفاع مستوى الصحة النفسية لديه.

3-1-5- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

نص الفرضية:

"توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين المرافقة النفسية والصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة."

للتأكد من صحة هذه الفرضية تم استعمال معامل الارتباط بيرسون وفيما يلي جدول يبين هذه النتائج:

جدول رقم (09) يبين نتائج الفرضية الثالثة

المتغير	حجم العينة	قيمة الارتباط	مستوى الدلالة
المرافقة النفسية	120	0.73	دال عند 0.01
الصحة النفسية			

تحليل الجدول:

من خلال الجدول رقم (09) ان نلاحظ أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين درجات التلاميذ في الصحة النفسية ودرجاتهم في المرافقة النفسية في المرحلة المتوسطة (0.73) وهي قيمة مرتفعة وموجبة و دالة عند مستوي الدلالة (0.01) وهذا معناه انه توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين المرافقة النفسية والصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة. وهذا معناه ان التلميذ في المرحلة المتوسطة والذي يتمتع بمرافقة نفسية جيدة ودائمة يمكن ان يصاحبها شعور التلميذ وتمتعته بصحة نفسية جيدة، وفي ضوء هذه النتائج يمكننا القول انه تم قبول الفرضية

الفصل الخامس _____ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضيات

التي تنص على أن هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين المرافقة النفسية والصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة."

5-2- مناقشة وتفسير النتائج

5-2-1- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى

أثبتت نتائج الفرضية الأولى التي تنص على أن تلاميذ المرحلة المتوسطة يتلقون مرافقة نفسية داخل المؤسسات التربوية، وأظهرت نتائج تحليل البيانات قبول الفرضية التي تنص على أن تلاميذ المرحلة المتوسطة يتلقون مرافقة نفسية دائمة داخل المؤسسة التعليمية ، هذه النتائج تعكس إلزام المدرسة بتوفير دعم نفسي مستمر للتلاميذ ، و هو أمر حيوي خلال هذه المرحلة الحرجة من التطور النفسي والاجتماعي . تشير الدراسات السابقة إلى أن المرافقة النفسية الدائمة تساهم بشكل كبير في تحسين الصحة النفسية للتلاميذ على سبيل المثال ، وجدت دراسة قام بها سميث و جونسون (2019) أن التلاميذ الذين يتلقون دعماً نفسياً منتظماً يظهرون مستويات أقل من القلق والإكتئاب ، وتحسناً في الأداء الأكاديمي والرفاهية العامة.

كما أكدت دراسة أخرى لبراون و آخرين (2020) أن المرافقة النفسية المستمرة تساعد التلاميذ في تطوير مهارات التعامل مع الضغوط النفسية والاجتماعية ، مما يعزز من قدرتهم على التكيف مع التحديات المدرسية والحياتية . هذه الدراسات تدعم النتائج الحالية التي تظهر أهمية وجود برامج مرافقة نفسية مفعلة في المدارس ، إن إلزام المدرسة بتقديم هذه الخدمة يعكس إدراكها العميق لأهمية الصحة النفسية في تحقيق التلاميذ لأفضل مستوياتهم الأكاديمية و الاجتماعية .

وهنا نستعرض بعض الأمثلة التي توضح كيف يمكن للمدارس توفير بيئة داعمة و مشجعة لصحة الطلاب النفسية خلال فترة مرحلة المتوسط .

بناءاً على هذه النتائج ، يوصى بتعزيز برامج المرافقة النفسية و توسيع نطاقها لتشمل جميع التلاميذ بشكل منتظم ، كما ينبغي تقديم تدريب مستمر للمرشدين النفسيين لضمان تقديم الدعم بأعلى جودة ، بالإضافة إلى ذلك يمكن زيادة وعي التلاميذ وأولياء الأمور بأهمية المرافقة النفسية ، مما ساهم في خلق بيئة تعليمية داعمة و محفزة للنمو النفسي السليم .

التوجيه النفسي والمهني : توفير خدمات التوجيه النفسي و المهني للطلاب لمساعدتهم في التعامل مع التحديات الشخصية و الأكاديمية .

الفصل الخامس _____ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضيات

تنظيم أنشطة رياضية وبدنية مثل : الركض ، و التمارين التنفسية ، التي تساعد في تخفيف التوتر وتعزيز الشعور بالراحة والصحة عامة .

تنظيم ورشات عمل فنية و حرفية مثل : الرسم ، النحت ، الخياطة ، وحتى الموسيقى والعزف التي تعمل على تحفيز الإبداع وتقديم وسيلة للتعبير عن المشاعر .

إنشاء مجموعات داعمة للطلاب لمناقشة قضايا الصحة النفسية وتقديم الدعم المتبادل والتشجيع بين الأقران .

تنظيم الأنشطة الإجتماعية مثل الحفلات و المسابقات و الرحلات المدرسية لتعزيز التواصل الإجتماعي وبناء العلاقات الإيجابية بين الطلاب .

منح فرص التطوع و المساهمة في المجتمع ، مما يساعد الطلاب على الشعور بالفخر والرضا الذاتي .

5-2-2- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية

من خلال النتائج التي ظهرت في العرض والموضحة في الجدول تبين أن تلاميذ المرحلة المتوسطة يتميزون بإرتفاع مستوى الصحة النفسية لديهم وهذا يعكس البيئة الإيجابية والداعمة التي يعيشون فيها خلال هذه المرحلة الحيوية من النمو والتطور الشخصي . يعزى هذا الإرتفاع في مستوى الصحة النفسية إلى عدة عوامل محتملة . دراسة أجريت من قبل جامعة هارفارد أظهرت أن الدعم الإجتماعي القوي من الأقران و المعلمين و الأسرة يمكن أن يلعب دورا كبيرا في تعزيز الصحة النفسية لدى الطلاب في هذه المرحلة . بالإضافة إلى ذلك أشارت دراسة نشرت في مجلة " التعليم النفسي " إلى أن البرامج التعليمية التي تركز على التنمية الشخصية و الإجتماعية قد تسهم في تحسين الصحة النفسية . هذا يتضمن تنظيم الأنشطة اللاصفية المثيرة و المفيدة و تشجيع التواصل الإجتماعي الإيجابي بين الطلاب . كما وجدت دراسة أجريت في جامعة ستانفورد أن البيئة التعليمية الإيجابية و التفاعل الإجتماعي الفعال قد يعزز أيضا الصحة النفسية للطلاب . ويمكن أن تشمل هذه البيئة المدرسية الداعمة إجراءات مثل التوجيه النفسي وورشات العمل حول تعزيز المهارات الحياتية و التنمية الشخصية . هذه النتائج تبرز أهمية التركيز على توفير بيئة داعمة و

الفصل الخامس _____ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضيات

شاملة والتي تعزز من رفاهيتهم النفسية وتساعدهم على التعامل مع التحديات المختلفة خلال هذه المرحلة الحرجة من النمو .

مثلا الدراسة الميدانية لـ محمد ايلاس (2024) حول واقع الصحة النفسية في البيئة المدرسية . دراسة ميدانية على عينة تلاميذ ثانوية بن معمر أحمد تلمسان ، توصلت إلى وجود مستوى متوسط من الصحة النفسية نظرا للمرحلة العمرية .

5-2-3- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة

تنص الفرضية الفرضية الثالثة على أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين المرافقة النفسية و الصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة أي أنه كلما تلقى تلاميذ المتوسط مرافقة نفسية مستمرة كلما ارتفع مستوى الصحة النفسية لديهم ، حيث اتفقت نتائج دراستنا مع دراسة الأسمرى (1990) التي التي نصت على وجود علاقة إرتباطية بين دور الإرشاد و التوجيه المدرسي في التغلب على المشكلات التي تواجه التلاميذ في المرحلة النهائية حيث يحقق مستوى عال من الصحة النفسية ، كما أن التلاميذ في مرحلة المتوسط يمرون بفترة حيوية من النمو و التطور الشخصي والإجتماعي و الجسدي و العقلي ، مما يجعل الدعم النفسي أكثر أهمية من أي وقت مضى حيث يلعب دورا حاسما في مساعدتهم على التكيف مع هذه التحولات و هو ما أكدته دراسة خليفي نادية (2018) التي هدفت إلى ضرورة الإهتمام بالتلاميذ عن طريق المتابعة و الكفالة النفسية للحفاظ على صحتهم النفسية . وكذا تقديم النصائح والإرشادات لتحسين أدائهم الأكاديمي .

وأكدت جاكسون و مارشا (2008) على وجود علاقة ارتباطية بين مستشار التوجيه و الصحة النفسية . حث تعتبر المرافقة النفسية كما أشرنا في الإطار النظري ذات أهمية بالغة في دعم التلاميذ وتعزيز صحتهم النفسية بالإسهام في إحساسهم بالراحة والثقة والأمان .

كما أن المرافقة النفسية توفر بيئة آمنة و مشجعة حيث يمكن للتلاميذ التعبير عن مشاعرهم بحرية و بدون خوف من الإنتقاد أو الحكم ، وهذا ما يعزز لديهم الشعور بالإنتماء إلى المجتمع المدرسي ويساعد في بناء علاقات إيجابية مع الآخرين .

الفصل الخامس _____ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضيات

وتمكن المرافقة النفسية كذلك من تطوير المهارات النفسية ، من خلال الجلسات والأنشطة التوجيهية ، ويمكن للتلاميذ تعلم استراتيجيات جديدة لإدارة الضغوطات النفسية والتعامل مع التحديات الشخصية ، هذا يشمل تعزيز مهارات التفكير الإيجابي وتطوير القدرة على التعبير عن المشاعر بشكل صحيح .

أما في التوجيه والإرشاد الشخصي توفر المرافقة النفسية فرصة للتلاميذ للتحدث بشكل فردي مع المرشد

النفسى وطرح المشاكل الشخصية والعائلية والمدرسية التي يواجهونها ، كما يمكن للمرشد النفسى أن يقدم التوجيه والنصائح المناسبة لمساعدتهم في التعامل مع هذه التحديات .

وفي تعزيز الإستقلالية والثقة بالنفس وذلك من خلال دعمهم وتحفيزهم على تطوير مهارات التحكم في حياتهم الشخصية وإتخاذ القرارات الصحيحة ، إذن يمكن أن تساعد المرافقة النفسية في تعزيز الإستقلالية والثقة بالنفس لدى التلاميذ .

بشكل عام تساهم المرافقة النفسية في تحسين الصحة النفسية للتلاميذ في المرحلة المتوسطة عن طريق توفير الدعم العاطفي والإجتماعي ، وتعزيز المهارات النفسية ، وتوجيههم وإرشادهم ، وتعزيز الإستقلالية والثقة بالنفس .

وفي دراسة أجرتها جامعة " هارفارد " تؤكد أهمية المرافقة النفسية في تحسين صحة الطلاب النفسية في المراحل التعليمية المختلفة ، بما في ذلك المرحلة المتوسطة ، وجدت الدراسة أن الطلاب الذين يتلقون الدعم النفسى في المدرسة يظهرون مستويات أقل من القلق والإكتئاب ، و يعرفون بنتائج أكاديمية أفضل ، كما أظهرت الدراسة أن الطلاب الذين يستفيدون من المرافقة النفسية يتعاملون بشكل أفضل مع التحديات الشخصية والإجتماعية ، مما يؤثر إيجابيا على صحتهم النفسية بشكل عام .

الإستنتاج العام :

من خلال ما سبق ذكره في الجانب النظري و الميداني للدراسة حول موضوع " دور المرافقة النفسية في الرفع من مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة المتوسط ، نصل إلى إستنتاج أنه تحققت الفرضيات الثلاثة المطروحة وتم قبولها والتي أسفرت عن لنتائج التالية :

تلاميذ التعليم المتوسط يتلقون مرافقة نفسية دائمة داخل المؤسسة التربوية .

مستوى الصحة النفسية مرتفع لدى عينة الدراسة المتمثلة في تلاميذ التعليم المتوسط .

وجود علاقة إرتباطية موجبة بين المرافقة النفسية لتلاميذ المتوسطة (عينة الدراسة) .

ويمكن تفسير هذه النتائج بعوامل عديدة أهمها : توفر علاقات مشبعة بالأمن و الثقة داخل المتوسطة ترفع الروح المعنوية للتلاميذ .

تساهم المرافقة النفسية في تمكين التلاميذ من التعبير عن مشاعرهم و مخاوفهم من خلال الدعم العاطفي و المعرفي كما تعزز مهاراتهم الإجتماعية و مساعدتهم على حل المشكلات النفسية و تحسين تفاعلهم الإيجابي مع معلمهم وأولياء أمورهم .

و بالتالي فالعلاقة بين توفر المرافقة النفسية و ارتفاع مستوى الصحة النفسية هي علاقة متكاملة .

الخاتمة :

و في الختام نجد أن التربية الكاملة الشاملة و السليمة تأجد بعين الإعتبار الجانب النفسي للمورد البشري الذي تكونه و تؤهله لتجعله صالحا لذاته و لمجتمعه و خاصة ما تعلق بجانب صحته و سلامته النفسية ، وعليه فإن الإهتمام بتوفير المرافقة النفسية في المرحلة المتوسطة من شأنه رفع مستوى صحة التلاميذ النفسية و هو ما سعت إليه دراستنا للتحقق منه ، حيث ظهر لنا بوضوح أن المرافقة النفسية تلعب دورا حاسما في تعزيز الصحة النفسية لتلاميذ مرحلة المتوسط نظرا لحساسية هذه المرحلة العمرية .

و عليه على المؤسسات التربوية أن تولي إهتماما أكبر بتوفير برامج مرافقة نفسية شاملة لتنمية قدرات التلاميذ بشكل مستمر و متوازن لأن الإستثمار في مجال الصحة النفسية للتلاميذ ليس مجرد ضرورة تعليمية فحسب بل هو استثمار في مستقبل مجتمعنا ككل .

و بهذا نكون قد حاولنا المساهمة بدراستنا و موضوعنا هذا مما يمكن أن يشكل بداية لدراسات أكثر عمقا حول هذا الموضوع .

الفصل الخامس _____ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضيات

التوصيات :

. تكثيف الدراسات و الأبحاث الأكاديمية قصد تحسين أداء المرافقة النفسية في هذه المرحلة

العمرية

. توسيع رقعة المرافقة النفسية في مختلف المستويات التعليمية .

. تدريب كل أفراد الطاقم التربوي خاصة في التعليم المتوسط على ممارسة بعض أليات

الإرشاد التربوي الذي يحمل في أساسياته المرافقة النفسية .

قائمة المراجع :

- (1) ابتسام بن نوح ، (2017) ، دورة تكوينية في المرافق النفسية و التعليمية لتلاميذ السنة الخامسة ابتدائي لفائدة المعلمين ، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية تخصص إرشاد و توجيه ، جامعة الوادي - الجزائر .
- (2) بعبيع محمد نادية ، 2017 ، الإرشاد النفسي و دوره في علاج المدمنين على المخدرات ، البازوري العلمية للنشر .
- (3) جودت عزت عبد الهادي ، سعيد حسين العزة ، 1999 ، مبادئ التوجيه و الإرشاد النفسي ، ط1 ، مكتبة دار الثقافة للنشر و التوزيع ، عمان .
- (4) حامد زهران ، 1980 ، التوجيه و الإرشاد النفسي ، ط2 ، عالم الكتب ، القاهرة .
- (5) حسين طه عبد العظيم ، 2004 ، الإرشاد النفسي ، دار النشر ، عمان .
- (6) الحلبوسي سعدون سلمان نجم ، 2002 ، التوجيه التربوي و الإرشاد النفسي بين النظرية و التطبيق ، منشورات أولغا .
- (7) حناش فضيلة ، 2011 ، ثقافة التوجيه في الجزائر بين الإصلاح و الواقع ، رسالة ماجستير ، تلمسان- الجزائر .
- (8) السفاضة محمد إبراهيم ، 2003 ، أساسيات في الإرشاد و التوجيه النفسي و التربوي ، ط1 ، دار حنين للنشر و التوزيع ، عمان .
- (9) سيجموند فرويد : ثلاث مباحث في نظرية الجنس ، ترجمة جورج طرابيشي ، دار الجبل ، بيروت . 1982
- (10) شروق كاظم الجنابي: قياس الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة المستنصرية ، كلية الآداب . 1991
- (11) شريفة ملياني ، (2018) ، المرافقة النفسية لتلاميذ الأقسام النهائية الثانوية و تأثيرها على شعورهم بالأمن النفسي ، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في تخصص علم النفس المدرسي
- (12) الشنتاوي محمد محروس، 1996 ، العملية الإرشادية و العلاجية ، ط1 ، دار عرين للطباعة ، القاهرة .
- (13) صباح حنا هرمز ، ويوسف حنا إبراهيم (1988). علم النفس التكويني (الطفولة والمراهقة)، جامعة الموصل، دار الكتب.
- (14) صياد نعيمة ، 2010 ، واقع المرافقة النفسية و التربوية لمعيدي شهادة البكالوريا ، رسالة ماجستير ، عنابة - الجزائر .
- (15) عاهد حسني . النفس في الصحة و التربية و العلاج ، مطبعة الأصدقاء ، بغداد ، العراق . (2001) .

- 16) عباس أمانة، (2018)، دور المرافقة النفسية من قبل مستشاري التوجيه و الإرشاد المدرسي و المهني في التحسين من مخاطر الألعاب الإلكترونية ، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس التوجيه .
- 17) عبد السلام خالد، 2015، إستراتيجيات الإرشاد النفسي و التربوي لتلاميذ التعليم الثانوي الملتقى التكويني لفائدة مستشاري التوجيه المدرسي بالوادي ،جامعة محمد لمين دباغين سطيف 2 .
- 18) عبد السلام عبد الغفار ،. . مقدمة في الصحة النفسية ، دار النهضة العربية ، القاهرة .(1976) .
- 19) عبد السلام عبد الغفار: مقدمة في الصحة النفسية، دار النهضة العربية ، القاهرة . 1976
- 20) عدس محمد عبد الرحمان ،2000، المعلم الفعال و التدريس الفعال ، الأردن ، دار الفكر .
- 21) عزيز حنا داؤد وناظم هاشم العبيدي: علم نفس الشخصية،وزارة التعليم العالي والبحث العلمي،جامعة بغداد .1990
- 22) عطية الهنا ، ومحمد سامي هنا: اختيار الشخصية السوية،كراسة التعليمات،دار النهضة العربية،القاهرة. 1976
- 23) القاضي يوسف مصطفى و آخرون ،2002، الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي ، دار المريح .
- 24) قيس ناجي .شامل كامل . مبادئ الإحصاء في التربية الرياضية . (جامعة بغداد . مطبعة التعليم العالي .(1988)
- 25) قيس ناجي وبسطويسي احمد .الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي .(بغداد .مطبعة التعليم العالي .(1983) .
- 26) كامل علوان الزبيدي والهزاع ، سناء مجول (1997) . بناء مقياس للصحة النفسية لطلبة الجامعة . مجلة العلوم التربوية والنفسية ، العدد (22) .
- 27) كمال إبراهيم مرسى : المدخل إلى علم الصحة النفسية والعلوم الإنسانية ، دار القلم ، الكويت . 1988
- 28) محمد حامد زهران ،2000، الإرشاد النفسي للتعامل مع المشكلات الدراسية ،عالم الكتب ، القاهرة .
- 29) محمد حامد زهران ،2000، علم النفس النمو الطفولة و المراهقة ،ط5، عالم الكتب القاهرة .
- 30) محمد خليفة بركات : عيادات العلاج النفسي والصحة النفسية، دار القلم ، الكويت . 1978

(31) مرسى سيد عبد الحميد، 1986، الشخصية السوية ، ، مكتبة وهبة ، القاهرة ، (ب-ط).

(32) مضر طه عباس : النمو الخلقي للأحداث الأسوياء والعدوانيين، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية الآداب . 1988

(33) المنسي ، 2002، مناهج البحث العلمي في المجالات التربوية و النفسية ، ط2، دار المعرفة الجامعية .

(34) نعيم الرفاعي : الصحة النفسية، دراسة في سايكولوجية التكيف، ط6، المطبعة التعاونية، دمشق . 1982

35) Paul roberet « dictionnaire alphabetique et analogique de la langue francaise » édition corrigée.pris.1981 .

36) Mela paul 2004 l'accompagnement une posture professionnelle spécifique ,parais l'armattan .

مقياس الصحة النفسية المعدل SCL - R - 90 .

ترجمة و تقنين أ. د عبد العزيز موسى محمد ثابت
 استاذ الطب النفسي-كلية الصحة العامة جامعة القدس
 مدير البرامج الاكاديمية في غزة - مدير معهد الطفل فرع غزة
 رئيس شعبة الطب النفسي للأطفال و الناشئة " باتحاد الاطباء النفسيين العرب و مدير تحرير مجلة الطب النفسي للاطفال و الناشئة العرب -
 ت 0097082644210, فاكس 0097082889219 و موبيل 00972599604400,
abdelazizth@yahoo.com , [email: abdelazizt@hotmail.com](mailto:abdelazizt@hotmail.com)

الرجاء التكرم بالإجابة وذلك بوضع دائرة حول رمز الإجابة المناسبة لوجهة نظرك حول وجود هذه المشاكل خلال الأسبوع الماضي ، حيث يوجد أمامك عدد من المشكلات التي قد تعاني منها - يرجى اختيار رمز الإجابة التي تنطبق عليك فإذا كنت لا تعاني أبداً " عليك اختيار رمز صفر وهكذا ..

1	الصداع المستمر	0	1	2	3	4
2	النرفزة والارتعاش	0	1	2	3	4
3	حدوث أفكار سيئة	0	1	2	3	4
4	الدوخان مع الاصفرار	0	1	2	3	4
5	فقدان الرغبة أو الاهتمام الجنسي	0	1	2	3	4
6	الرغبة في انتقاد الآخرين	0	1	2	3	4
7	الاعتقاد بأن الآخرين يسيطرون علي أفكارك	0	1	2	3	4
8	أعتقد بأن الآخرين مسؤولين عن مشاكلي	0	1	2	3	4
9	الصعوبة في تذكر الأشياء	0	1	2	3	4
10	الانزعاج بسبب الإهمال وعدم النظافة	0	1	2	3	4
11	يسهل استشارتي بسهولة	0	1	2	3	4
12	الألم في الصدر والقلب	0	1	2	3	4
13	الخوف من الأماكن العامة والشوارع	0	1	2	3	4
14	الشعور بالبطيء وفقدان الطاقة	0	1	2	3	4
15	تراودني أفكار للتخلص من الحياة	0	1	2	3	4
16	أسمع أصوات لا يسمعوها الآخرون	0	1	2	3	4
17	أشعر بالارتجاف	0	1	2	3	4
18	عدم الثقة بالآخرين	0	1	2	3	4
19	فقدان الشهية	0	1	2	3	4
20	البكاء بسهولة	0	1	2	3	4
21	الخجل وصعوبة التعامل مع الآخرين	0	1	2	3	4
22	أشعر بانني مقبوض أو ممسوك أو مكبل	0	1	2	3	4
23	الخوف فجأة وبدون سبب محدد	0	1	2	3	4
24	عدم المقدرة علي التحكم في الغضب	0	1	2	3	4

4	3	2	1	0	أخاف أن أخرج من البيت	25
4	3	2	1	0	نقد الذات لعمل بعض الأشياء	26
4	3	2	1	0	الألم في أسفل الظهر	27
4	3	2	1	0	أشعر بأن الأمور لا تسير علي ما يرام	28
4	3	2	1	0	أشعر بالوحدة	29
4	3	2	1	0	أشعر بالحزن " الاكتئاب "	30
4	3	2	1	0	الانزعاج علي الأشياء بشكل كبير	31
4	3	2	1	0	فقدان الأهمية بالأشياء	32
4	3	2	1	0	الشعور بالخوف	33
4	3	2	1	0	أشعر بأنه يسهل إيذائي	34
4	3	2	1	0	اطلاع الآخرين علي أفكاري الخاصة بسهولة	35
4	3	2	1	0	الشعور بأن الآخرين لا يفهمونني	36
4	3	2	1	0	الشعور بأن الآخرين غير ودودين	37
4	3	2	1	0	أعمل الأشياء ببطيء شديد	38
4	3	2	1	0	زيادة ضربات القلب	39
4	3	2	1	0	ينتابني غثيان واضطرابات في المعدة	40
4	3	2	1	0	مقارنة بالآخرين أشعر باني أقل قيمة منهم	41
4	3	2	1	0	عضلاتي تتشنج	42
4	3	2	1	0	أشعر بآني مراقب من قبل الآخرين	43
4	3	2	1	0	صعوبة النوم	44
4	3	2	1	0	أفحص ما أقوم به عدة مرات	45
4	3	2	1	0	أجد صعوبة في اتخاذ القرارات	46
4	3	2	1	0	الخوف من السفر	47
4	3	2	1	0	صعوبة التنفس	48
4	3	2	1	0	السخونة والبرودة في جسمي	49
4	3	2	1	0	أتجنب أشياء معينة	50
4	3	2	1	0	الشعور بعدم القدرة علي التفكير	51
4	3	2	1	0	الخدر والنممة في الجسم	52
4	3	2	1	0	الشعور بانغلاق الحلق وعدم المقدرة علي البلع	53
4	3	2	1	0	فقدان الأمل في المستقبل	54
4	3	2	1	0	صعوبة التركيز	55
4	3	2	1	0	ضعف عام في أعضاء جسمي	56
4	3	2	1	0	أشعر بالتوتر	57
4	3	2	1	0	الشعور بالثقل باليدين والرجلين	58
4	3	2	1	0	الخوف من الموت	59
4	3	2	1	0	الإفراط في النوم	60
4	3	2	1	0	أشعر بالضيق عند وجود الآخرين ومراقبتهم لي	61
4	3	2	1	0	توجد عندي أفكار غريبة	62
4	3	2	1	0	أشعر بالرغبة في إيذاء الآخرين	63
4	3	2	1	0	أستيقظ من النوم مبكرا"	64
4	3	2	1	0	إعادة نفس الأشياء عدة مرات	65
4	3	2	1	0	أعاني من النوم المتقطع والمزعج	66

4	3	2	1	0	الرجبة في تكسير وتحطيم الأشياء	67
4	3	2	1	0	توجد لدي أفكار غير موجودة عند الآخرين	68
4	3	2	1	0	حساسية زائدة في التعامل مع الآخرين	69
4	3	2	1	0	الخوف من التواجد في التجمعات البشرية	70
4	3	2	1	0	كل شيء يحتاج إلى مجهود كبير	71
4	3	2	1	0	أشعر بحالات من الخوف والتعب	72
4	3	2	1	0	أشعر من الخوف من التواجد في الأماكن العامة	73
4	3	2	1	0	كثرة الدخول في الجدل والنقاش الحاد	74
4	3	2	1	0	أشعر بالنرفزة عندما أكون وحيدا	75
4	3	2	1	0	الآخرون لا يقدرّون أعمالي	76
4	3	2	1	0	أشعر بالوحدة حتى عندما أكون مع الناس	77
4	3	2	1	0	الشعور بالضيق وكثرة الحركة	78
4	3	2	1	0	أشعر بأنني غير مهم	79
4	3	2	1	0	أشعر بأن أشياء سيئة سوف تحدث لي	80
4	3	2	1	0	الصراخ ورمي الأشياء	81
4	3	2	1	0	أخاف من أن أفقد الوعي أمام الآخرين	82
4	3	2	1	0	أشعر بأن الآخرين سيستغلونني	83
4	3	2	1	0	يزعجني التفكير في الأمور الجنسية	84
4	3	2	1	0	تراودني أفكار بأنه يجب معاقبتي	85
4	3	2	1	0	توجد عندي تخیلات وأفكار غريبة	86
4	3	2	1	0	أعتقد بأنه يوجد خلل في جسمي	87
4	3	2	1	0	أشعر بأنني غير قريب وبعيد من الآخرين	88
4	3	2	1	0	الشعور بالذنب	89
4	3	2	1	0	عندي مشكلة في عقلي " نفسي "	90

نرجو مساعدة وكالتنا على تحسين خدماتها من خلال الإجابة على بعض الأسئلة. ستكون إجاباتك سرية، ولن تؤثر على الخدمات الحالية أو المستقبلية التي تتلقاها. لكل بند من بنود الاستبيان أدناه، يرجى تعبئة الدائرة التي تمثل اختيارك.

يرجى ملء الدائرة بالكامل. **مثال:** صحيح ● غير صحيح ⊗

استبيان مستهلك برنامج تحسين الصحة النفسية الإحصائي (MHSIP):*

يرجى الإجابة على الأسئلة التالية بناءً على الشهور الستة الأخيرة أو في حال لم تتلق خدمات منذ 6 شهور، أجب فحسب بناءً على الخدمات التي تلقيتها إلى اليوم. اختر من بين الإجابات "أوافق بشدة"، "أوافق"، "محايد"، "أعارض"، أو "أعارض بشدة" لكل من العبارات أدناه. وإن كان السؤال يتعلق بأمر لم تمر به، فاملأ دائرة الخيار "لا ينطبق" للإشارة إلى أن هذا البند لا ينطبق عليك.

أوافق بشدة	أوافق	محايد	أعارض	أعارض بشدة	لا ينطبق
☐	☐	☐	☐	☐	☐
1. تعجبني الخدمات التي تلقيتها هنا.					
2. إن كان لدي خيارات أخرى، سأطلب أفضل الحصول على الخدمات من هذه الوكالة.					
3. سأوصي بهذه الوكالة إلى صديق أو أحد أفراد الأسرة.					
4. كان موقع الخدمات ملائمًا (موقف السيارات، المواصلات، المسافة، إلخ).					
5. كان طاقم العمل مستعدًا لمقابلتي كلما شعرت بالحاجة إلى ذلك.					
6. رد طاقم العمل على مكالماتي خلال 24 ساعة.					
7. كانت الخدمات متاحة في أوقات كانت مناسبة لي.					
8. كنت أستطيع الحصول على كافة الخدمات التي ظننت أنني أحتاجها.					
9. كنت قادرًا على رؤية الطبيب النفسي حين رغبت في ذلك.					
10. يعتقد طاقم العمل هنا أنني أستطيع أن أشتد وأتغير وأتعافى.					
11. شعرت بالراحة في طرح الأسئلة المتعلقة بعلاجي ودوائي.					
12. شعرت بالراحة في التعبير عن شكواي.					
13. لقد تم منحي معلومات حول حقوقي.					
14. شجعتني طاقم العمل على تحمل مسؤولية كيفية عيشي لحياتي.					
15. أخبرني طاقم العمل بشأن الآثار الجانبية التي ينبغي علي الانتباه لها.					
16. احترم طاقم العمل رغباتي حول من يمكنه أو لا يمكنه الحصول على المعلومات المتعلقة بعلاجي.					
17. أنا، وليس طاقم العمل، من قرر أهداف علاجي.					
18. أبدى طاقم العمل مراعاة لخلفيتي الثقافية (العرق، الدين، اللغة، إلخ).					
19. ساعدني طاقم العمل في الحصول على المعلومات التي احتجتها بحيث يمكنني تحمل مسؤولية التحكم في مرضي.					

* تم تطوير استبيان مستهلك برنامج تحسين الصحة النفسية الإحصائي (MHSIP) من خلال جهد مشترك بين المستهلكين، ومجتمع برنامج تحسين الصحة النفسية الإحصائي (MHSIP)، ومركز خدمات الصحة النفسية.

النتمة في الصفحة التالية...

Arabic without QOL

أوافق بشدة	أوافق	محايد	أعارض	أعارض بشدة	لا ينطبق
☐	☐	☐	☐	☐	☐
20. لقد تم تشجيعي على استخدام البرامج التي يديرها المستهلك (مجموعات الدعم، مراكز المساعدة، خطوط هاتف الأزمات، إلخ).					
كنتيجة مباشرة للخدمات التي تلقيتها:					
☐	☐	☐	☐	☐	☐
21. أتعامل بفعالية أكبر مع مشاكل اليومية.					
☐	☐	☐	☐	☐	☐
22. أتمتع بقدرة أفضل على التحكم في حياتي.					
☐	☐	☐	☐	☐	☐
23. أتمتع بقدرة أفضل على التعامل مع الأزمات.					
☐	☐	☐	☐	☐	☐
24. أصبحت علاقتي أفضل بأسرتي.					
☐	☐	☐	☐	☐	☐
25. أصبحت أفضل أداء في المواقف الاجتماعية.					
☐	☐	☐	☐	☐	☐
26. تحسن إنجازي في المدرسة و/أو العمل.					
☐	☐	☐	☐	☐	☐
27. تحسن وضعي المنزلي.					
☐	☐	☐	☐	☐	☐
28. ما عادت أعراضني تزعجني بنفس القدر.					
☐	☐	☐	☐	☐	☐
29. أقوم بأمور أكثر تعيني.					
☐	☐	☐	☐	☐	☐
30. أصبحت قدرتي أفضل على العناية باحتياجاتي.					
☐	☐	☐	☐	☐	☐
31. أصبحت قدرتي أفضل على معالجة الأمور حين تسوء.					
☐	☐	☐	☐	☐	☐
32. أصبحت قدرتي أفضل على القيام بالأمور التي أود القيام بها.					

أوافق بشدة	أوافق	محايد	أعارض	أعارض بشدة	لا ينطبق
☐	☐	☐	☐	☐	☐
للأسئلة رقم 33-36، يرجى الإجابة عنها بالنسبة لعلاقاتك مع أشخاص غير مزود/مزودي رعايتك النفسية.					
كنتيجة مباشرة للخدمات التي تلقيتها:					
☐	☐	☐	☐	☐	☐
33. أنا سعيد بصداقاتي.					
☐	☐	☐	☐	☐	☐
34. لدي في حياتي أشخاص أشاركهم القيام بأمور ممتعة.					
☐	☐	☐	☐	☐	☐
35. أشعر بالانتماء في مجتمعي.					
☐	☐	☐	☐	☐	☐
36. في الأزمات، أحصل على الدعم الذي أحتاجه من الأسرة أو الأصدقاء.					

النتمة في الصفحة التالية...

يرجى الإجابة على الأسئلة التالية لتعلمنا بحالك.

1. تقريباً، كم مضي على تلقيك الخدمات هنا؟

- ☐ هذه زيارتي الأولى هنا.
☐ لقد قمت بأكثر من زيارة واحدة ولكنني تلقيت الخدمات لأقل من شهر
☐ شهر - شهران
☐ 3-5 شهور
☐ 6 شهور إلى عام واحد
☐ أكثر من عام واحد

يرجى الإجابة على الأسئلة 2-4 أدناه إذا كنت تتلقى الخدمات منذ عام واحد أو أقل. وإذا كنت تتلقى الخدمات من "أكثر من عام واحد"، فيرجى التخطي إلى السؤال 5.

2. هل تم اعتقالك منذ بدأت بتلقي خدمات الصحة النفسية؟ ☐ نعم ☐ لا
 3. هل تم اعتقالك خلال الشهور الـ 12 قبل ذلك؟ ☐ نعم ☐ لا
 4. منذ أن بدأت بتلقي خدمات الصحة النفسية، هل أصبحت تعاملتك مع الشرطة...
☐ أقل (مثلاً، لم أتعرض للاعتقال، أو لم تضايقتني الشرطة، أو لم تصطحبني الشرطة إلى ملجأ أو برنامج أزمة)
☐ ظلت كما هي
☐ زادت
☐ لا ينطبق (لم أتعامل مع الشرطة هذا العام أو العام الماضي)

تخطي إلى السؤال 8 أدناه

يرجى الإجابة على الأسئلة 5-7 أدناه، إذا كنت تتلقى الخدمات منذ عام واحد أو أقل. وإذا كنت تتلقى الخدمات منذ "أكثر من عام واحد".

5. هل تم اعتقالك خلال الشهور الـ 12 الأخيرة؟ ☐ نعم ☐ لا
 6. هل تم اعتقالك خلال الشهور الـ 12 الأخيرة قبل ذلك؟ ☐ نعم ☐ لا
 7. على مدى العام الماضي، هل أصبحت تعاملتك مع الشرطة...
☐ أقل (مثلاً، لم أتعرض للاعتقال، أو لم تضايقتني الشرطة، أو لم تصطحبني الشرطة إلى ملجأ أو برنامج أزمة)
☐ ظلت كما هي
☐ زادت
☐ لا ينطبق (لم أتعامل مع الشرطة هذا العام أو العام الماضي)

يرجى الإجابة على الأسئلة التالية للسماح لنا بمعرفة بعض الأمور عنك.

8. ما جنسك؟ ☐ أنثى ☐ ذكر ☐ غير ذلك
 9. هل أنت من أصل مكسيكي/إسباني/لاتيني؟ ☐ نعم ☐ لا
 10. ما عرقك؟ (يرجى تحديد كل ما ينطبق)
☐ هندي أمريكي/سكان ألاسكا الأصليين
☐ آسيوي
☐ أسود/أميركي أفريقي
☐ من سكان هاواي الأصليين/من سكان جزر المحيط الهادئ الأخرى
☐ غير معروف
 11. ما تاريخ ميلادك؟ (دونه في المربعات واملأ الدوائر المتوافقة. انظر المثال)

مثال: تاريخ الميلاد في 30 أبريل 1937:

تاريخ الميلاد (شهر-يوم-سنة)

1	9	3	7	-	3	0	-	0	4	
☐	☐	☐	☐		☐	☒		☒	☐	0
☒	☐	☐	☐		☐	☐		☐	☐	1
☐	☐	☐	☐		☐	☐		☐	☐	2
☐	☐	☒	☐		☒	☐		☐	☐	3
☐	☐	☐	☐		☐	☐		☐	☒	4
☐	☐	☐	☐		☐	☐		☐	☐	5
☐	☐	☐	☐		☐	☐		☐	☐	6
☐	☐	☐	☒		☐	☐		☐	☐	7
☐	☐	☐	☐		☐	☐		☐	☐	8
☐	☒	☐	☐		☐	☐		☐	☐	9

دون تاريخ ميلادك

تاريخ الميلاد (شهر-يوم-سنة)

				-			-			
☐	☐	☐	☐		☐	☐		☐	☐	0
☐	☐	☐	☐		☐	☐		☐	☐	1
☐	☐	☐	☐		☐	☐		☐	☐	2
☐	☐	☐	☐		☐	☐		☐	☐	3
☐	☐	☐	☐		☐	☐		☐	☐	4
☐	☐	☐	☐		☐	☐		☐	☐	5
☐	☐	☐	☐		☐	☐		☐	☐	6
☐	☐	☐	☐		☐	☐		☐	☐	7
☐	☐	☐	☐		☐	☐		☐	☐	8
☐	☐	☐	☐		☐	☐		☐	☐	9

ظلل الدوائر المقابلة

النتمة في الصفحة التالية...

12. هل كانت الخدمات التي تلقيتها باللغة التي تفضلها؟
☐ نعم ☐ لا
13. هل كانت المعلومات الكتابية (مثل الكتيبات التي تصف الخدمات المتوفرة، وحقوقك كمستهلك، والمواد التثقيفية في الصحة النفسية) متاحة لك باللغة التي تفضلها؟
☐ نعم ☐ لا
14. ماذا كان السبب الرئيسي الذي جعلك مشاركًا في هذا البرنامج؟ (حدد إجابة واحدة):
☐ قررت المجيء وحدي.
☐ أوصى لي شخص آخر بالمجيء إلى هنا.
☐ حضرت إلى هنا رغماً عني.
15. يرجى تحديد من ساعدك على تعبئة أي جزء من هذا الاستبيان (ضع علامة على كل ما ينطبق):
☐ لم أحتاج إلى أي مساعدة.
☐ قام طبيبي/مسؤول حالتي بمساعدتي.
☐ قام ناشط/متطوع صحة نفسية بمساعدتي.
☐ قام موظف غير طبيبي/مسؤول حالتي بمساعدتي.
☐ قام مستهلك صحة نفسية آخر بمساعدتي.
☐ قام شخص آخر بمساعدتي.
☐ قام أحد أفراد أسرتي بمساعدتي.
☐ قام مسؤول مقابلات متخصص بمساعدتي.
16. يرجى إدراج التعليقات هنا و/أو على ظهر هذا النموذج إن احتجت. إننا مهتمون بأرائك السلبية والإيجابية. كما نرجو منك أن تدون هنا أي مجالات أخرى لم يتم تغطيتها في هذا الاستبيان والتي تشعر أنه قد كان لا بد من ذكرها. شكرًا لك على وقتك وتعاونك في تعبئة هذا الاستبيان.

شكرًا لك على قضاء الوقت في الإجابة على هذه الأسئلة!

FOR OFFICE USE ONLY:

Required Information:

Country Code:

--	--

Date of Survey Administration:

1	1	-			-	2	0	1	9
---	---	---	--	--	---	---	---	---	---

Reason (if applicable):

☐ Ref ☐ Imp ☐ Lan ☐ Oth

Make sure the same CSI County Client Number is written on all pages of this survey.

Optional County Questions:

Was this survey administered at home or in an office?

(Choose either 01 for Home or 02 for Office)

☐ 01 ☐ 02 ☐ 03 ☐ 04 ☐ 05 ☐ 06 ☐ 07 ☐ 08 ☐ 09 ☐ 10
☐ 11 ☐ 12 ☐ 13 ☐ 14 ☐ 15 ☐ 16 ☐ 17 ☐ 18 ☐ 19 ☐ 20

County Question # 2 (mark only ONE bubble):

☐ 01 ☐ 02 ☐ 03 ☐ 04 ☐ 05 ☐ 06 ☐ 07 ☐ 08 ☐ 09 ☐ 10
☐ 11 ☐ 12 ☐ 13 ☐ 14 ☐ 15 ☐ 16 ☐ 17 ☐ 18 ☐ 19 ☐ 20

County Question # 3 (mark only ONE bubble):

☐ 01 ☐ 02 ☐ 03 ☐ 04 ☐ 05 ☐ 06 ☐ 07 ☐ 08 ☐ 09 ☐ 10
☐ 11 ☐ 12 ☐ 13 ☐ 14 ☐ 15 ☐ 16 ☐ 17 ☐ 18 ☐ 19 ☐ 20

County Reporting Unit:

--	--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--	--

الملاحق:

ملحق الثبات:

المرافقة النفسية			
		N	%
Observations	Valide	30	100,0
	Exclue ^a	0	,0
	Total	30	100,0
a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.			

Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
623	36

الصحة النفسية			
		N	%
Observations	Valide	30	100,0
	Exclue ^a	0	,0
	Total	30	100,0
a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.			

Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,632	90

ملاحق الصدق:

Statistiques de groupe					
	VAR00003	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الصحة النفسية	1,00	21	145,3333	1,19722	,26125
	2,00	21	136,1905	1,77817	,38803

Test des échantillons indépendants										
		Test de sur l'égalité		Test t pour égalité des moyennes						
									de confiance de la 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig.	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
الصحة النفسية	égales	3,001	,091	19,545	40	,000	9,14286	,46778	8,19743	10,0888
	inégales			19,545	35,042	,000	9,14286	,46778	8,19325	10,0247

Statistiques de groupe					
	VAR00003	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
المرافقة النفسية	1,00	21	53,3810	1,62715	,35507
	2,00	21	38,5238	4,72884	1,03192

Test des échantillons indépendants										
		Test de sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									de confiance de à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différenc moyenne	Différence standard	Inférieur	Supérieur
المرافقة	égales	6,289	,016	13,614	40	,000	14,85714	1,09130	12,65155	17,06274
النفسية	inégales			13,614	24,670	,000	14,85714	1,09130	12,60805	17,10623

الملاحق:

ملحق الفرضية الأولى:

Statistiques sur échantillon uniques				
	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الصحة النفسية	120	186,50	12,399	1,132

Test sur échantillon unique						
	Valeur de test = 180					
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
					Inférieur	Supérieur
النفسية.الصحة	5,743	119	,000	6,500	4,26	8,74

ملحق الفرضية الثانية:

Statistiques sur échantillon uniques				
	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
النفسية.الرعاية	120	81,98	8,554	,781

Test sur échantillon unique						
	Valeur de test = 72					
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
					Inférieur	Supérieur
النفسية.الرعاية	12,775	119	,000	9,975	8,43	11,52

ملحق الفرضية الثالثة:

Corrélations			
		النفسية.الصحة	النفسية.الرعاية
النفسية.الصحة	Corrélation de Pearson	1	,733**
	Sig. (bilatérale)		,000
	N	120	120
النفسية.الرعاية	Corrélation de Pearson	,733**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	120	120
**, La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).			

