

خصائص البيئة النفسية الاجتماعية للصحة:

تتسم البيئة المدرسية المعززة للصحة النفسية الاجتماعية والتعلم بالخصائص التالية:

- 1- دافئة ودودة وتدعم التعلم.
- 2- تشجع التعاون أكثر من المنافسة.
- 3- تيسر الاتصالات المفتوحة المدعمة.
- 4- تهتم بتوفير الفرص الابتكارية.
- 5- تعزز حقوق البنين والبنات من خلال تكافؤ الفرص والإجراءات الديمقراطية.
- 6- تمنع العقاب البدني والبلطجة والعنف من خلال الإجراءات والسياسات التي تشجع التفاعل القائم على المسالمة وعدم العنف في الفناء أو الفصل.

خامساً: كفايات التعلم الاجتماعي العاطفي

تتمثل كفايات التعلم الاجتماعي العاطفي في الآتي:

- 1- الوعي بالذات والآخرين:
 - الوعي بالمشاعر: أي القدرة على إدراك المشار ووضع مسمى دقيق لها.
 - إدارة المشاعر: أي قدرة الفرد على تنظيم مشاعره.
 - شعور بنائي بالذات: أي القدرة على إدراك نواحي القوة والضعف والتعامل مع تحديات الحياة اليومية بثقة وتفاؤل.
 - أخذ وجهات نظر الآخرين في عين الاعتبار: القدرة على إدراك وجهات نظر الآخرين بدقة.
- 2- الاتجاهات والقيم الإيجابية:
 - المسؤولية الشخصية: السعي للمشاركة في سلوكيات صحية وآمنة والتحلي بالأمانة والعدل في التعامل مع الآخرين.
 - احترام الآخرين: السعي لتقبل وتقدير الاختلافات بين الأفراد والجماعات واحترام حقوق جميع الناس.

- المسؤولية الاجتماعية: السعي للمشاركة في الأنشطة المجتمعية والحفاظ على البيئة.

3- اتخاذ قرارا مسئولا:

- تحديد المشكلة: القدرة على تحديد المواقف التي تتطلب اتخاذ قرار أو إيجاد حل وتقييم ما قد يتعلق من مخاطر أو معوقات وحصر المصادر التي ينبغي اللجوء إليها في اتخاذ القرار أو إيجاد الحل.
- وضع تكيفي للأهداف: القدرة على وضع أهداف إيجابية وواقعية.
- تحليل المعيار الاجتماعي: القدرة على التقنين النقدي للرؤى الاجتماعية والثقافية والإعلامية في ضوء المعايير الاجتماعية والسلوك الشخصي.
- حل المشكلة: القدرة على تنمية وتنفيذ وتقويم حلول إيجابية للمشكلات.

4- مهارات التفاعل الاجتماعي:

- الإنصات النشط: القدرة على الانتباه اللفظي والغير اللفظي للآخرين لإيضاح فهمهم لهم.
- الاتصال التعبيري: القدرة على استهلاك الحديث والمحافظة على استمرارياتها والتعبير بوضوح عن الأفكار والمشاعر لفظيا وغير لفظيا.
- التعاون: القدرة على تولي الأدوار والمشاركة في الواجب الزوجية والجماعية.
- التفاوض: القدرة على أخذ وجهات نظر الجميع في عين الاعتبار عند الصراع بهدف حله بطريقة سلمية ومرضية لجميع الأطراف.
- الرفض: القدرة على التمسك بالرأي المخالف وتجنب التعرض للمواقف الضغط.
- طلب المساعدة: القدرة على تحديد الحاجة للدعم والمساعدة والتوجه نحو المصادر المتاحة والملائمة.

ويشير بارلو و براون 2003 Barlow & Broun أن الأدبيات أكدت أن هناك علاقة

إيجابية بين السعادة العاطفية وكل من:

- ارتفاع الإنجاز.

- تحسن التعلم وزيادة كفاءته.
- تحسن السلوك ومعدلات الحضور والمواطنة.
- المشاركة الاجتماعية.

لقد أتضح أن الكفايات العاطفية والاجتماعية تلعب دوراً أكثر فعالية وتأثيراً من القدرات المعرفية في دعم النجاح الشخصي والمهني والمدرسي بما يحس من الفرص التعليمية والحياتية بوجه عام.

هذا ولإدارة العاطفة دور مهم في دفع عجلة التعلم والإنجاز الأكاديمي من خلال تشجيع الشعور بالأمان والتقييم والاستقرار ذلك أن الوقوع تحت سيطرة العواطف السلبية يحول دون التفكير السليم.

كما أن الكفايات الاجتماعية تشير للمهارات اللازمة للشعور بالقبول والإشباع الاجتماعي وتتضمن جوانب الكفاية الاجتماعية ما يلي:

- 1- علاقات الأقران: هي مدى تقبل ورفض التلاميذ من نفس المرحلة العمرية لبعضهم البعض.
- 2- مفهوم الذات: يزداد مفهوم الذات بصورة إيجابية كلما ازدادت الكفاية الاجتماعية.
- 3- المهارات الاجتماعية: تتضمن مهارات التفاعل مع الآخرين مثل سلوكيات المبادرة والتعاون.
- 4- العلاقات مع البالغين: وبخاصة المعلمون والوالدين.
- 5- الإدراكات الاجتماعية: للأسباب المؤدية لحدوث المواقف الاجتماعية.

كما أوضحت رابطة التعلم الأكاديمي والاجتماعي العاطفي CASEL 2003 أن منهج التعلم الاجتماعي العاطفي يعتمد على تدريس خمس كفايات (مهارات) رئيسة هي كالتالي:

- 1- الوعي بالذات:
- الشعور بمشاعر الآخرين.

- تقييم واقعي حقيقي لقدرات الفرد.
- شعور عميق بالثقة بالنفس.

2- الوعي الاجتماعي:

- الشعور بمشاعر الآخرين.
- تبني وجهات نظر الآخرين.
- تقدير الاختلافات بين الجماعات والتفاعل معهم بإيجابية.

3- إدارة الذات:

- التعامل مع العواطف بصورة تيسر إنجاح المهام.
- تأخير الإشباع لتحقيق الأهداف.
- الضمور عند الهزيمة.

4- اتخاذ قرار مسئول:

- تقييم المخاطر بدقة.
- اتخاذ قرارات تعتمد على أخذ جميع العوامل بعين الاعتبار وكذلك تبعات تجريب البدائل.
- احترام الآخرين.
- تحمل مسئولية القرارات المأخوذة.

5- مهارات إقامة العلاقات:

- التعامل مع العواطف بفاعلية داخل العلاقات.
- إقامة علاقات صحية ومشجعة تعتمد على التعاون والتفاوض لإيجاد حلول للصراعات.
- طلب المساعدة عند الحاجة.

كي تلعب برامج الصحة الاجتماعية والعاطفية الوقائية دوراً مهماً في تعزيز الكفايات التالية:

- مهارات الاتصال.
- الثقة بالنفس.
- الأداء الأكاديمي.

وفي خفض المشكلات السلوكية من خلال التدريب على حل المشكلات وخفض معدلات العدوانية والإحباط والقلق يجب تحسين علاقة التلاميذ الصغار بالبالغين وعلاقتهم ببعضهم البعض.

ويرى زينس وآخرون Zins et al 2004 أن الكفاية الاجتماعية العاطفية ترتبط بالخصائص التالية:

- الثقة. الابتكارية. التوجيه نحو الهدف. التنظيم الذاتي. الرعاية. الاحترام. التسامح. المسؤولية. التحمل. المساعدة. العرفان بالجميل.

سادساً: خصائص برامج التعلم الاجتماعي العاطفي

تتمثل خصائص برامج التعلم الاجتماعي العاطفي في الخصائص التالية:

- 1- تقوم على نظريات صحيحة لنمو الطفل والدمج بين عدة مداخل بإيضاح سبل التأثير الفعال على اتجاهات وسلوكيات الطفل عن طريق استخدام البحث العلمي.
- 2- تقوم بتعزيز السلوك الاجتماعية الخلق للطفل، من خلال تطبيق مهارات التعلم الاجتماعي العاطفي في مواقف الحياة اليومية، حيث يقوم التلاميذ بتعرف عواطفهم وإداراتها، وتقدير وجهات نظر الآخرين، ووضع أهداف إيجابية، واتخاذ قرارات مسؤولة، والتعامل بفعالية مع المواقف الناتجة عن العلاقات الشخصية، بالإضافة إلى تنمية اتجاهات وقيم تؤكد على احترام الذات والآخرين والعمل والصحة والمواطنة.
- 3- استخدام طرائق تدريس مختلفة لإشراك التلاميذ في خلق مناخ يوفر الرعاية والدعم، ويشجع تحمل المسؤولية، ويغذي شعور التلاميذ بالأمان العاطفي، ويقوي الروابط بين التلاميذ والمعلمين والتلاميذ بعضهم البعض.
- 4- تزويد المدرسة بإطار عمل منسق للارتقاء بالنمو الاجتماعي والعاطفي والأكاديمي