

الفصل الخامس

دور المدرسة.. لوقاية التلاميذ من الاضطرابات النفسية

المقدمة

أولاً: اكتساب التلاميذ الاتجاهات والعادات الصحية السليمة .

أهم الاتجاهات التي يجب أن على المسؤولين إكسابها للتلاميذ للوقاية

من الاضطرابات النفسية:

١ - اتجاهات نحو المدرسة.

٢ - اتجاهات نحو العمل.

٣ - اتجاهات نحو القضاء وقت الفراغ.

٤ - اتجاهات نحو الأشخاص.

ثانياً: توجيه وإرشاد الآباء بالوسائل الآتية:

١ - إلقاء المحاضرات في علم نفس الطفل.

٢ - طبع مطبوعات تتناول إرشاد الآباء.

٣ - استعمال الراديو كوسيلة لإرشاد الآباء.

٤ - عقد المؤتمرات المدرسية.. بتنظيم الندوات.

٥ - تنظيم مجلس الآباء، والاهتمام به.

٦ - السماح للآباء بالاشتراك في أوجه النشاط المدرسي.

٧ - الإرشاد الفردي للآباء.

الفصل الخامس

دور المدرسة.. لوقاية التلاميذ من الاضطرابات النفسية

المقدمة،

بالمدرسة ألوان من العلاقات الحية المتشابكة فيها بكيانها المادى وجوهرها المعنوى وأعضاء الهيئة التربوية والصحية وتلاميذها معا.

مستهدفة آخر الأمر:

- ١ - تنشئة جيل سليم البدن وصحيح النفس.
 - ٢ - تعليم أفراد كيف يحيون وكيف يعملون للنجاح، وكيف يقابلون الفشل.
 - وكيف يحاولون التوافق من جديد.
 - وكيف ينزلون عن بعض الرغبات إذا لزم الأمر.
 - وكيف يستقظرون الرضا من المهام الموكولة إليهم وإن أثارت فى نفوسهم بعض الضيق.
 - وكيف يقبلون على الحياة بأمل وحماس.
 - وكيف يدعون بعض أنانيتهم لكى يعيشوا مع الناس متحابين متعاونين.
- فإذا تمكنت المدرسة من تحقيق الأهداف المذكورة سوف تكون لها الأثر القوى لوقاية الأبناء من الاضطرابات النفسية حالياً ومستقبلاً.
- وفيما يلى سوف أوضح الاتجاهات التى يجب على المسئولين إكسابها للتلاميذ للوقاية من الاضطرابات النفسية.

أولاً، اكتساب التلاميذ الاتجاهات والعادات الصحية السليمة:

أهم الاتجاهات التي يجب على المسؤولين إكسابها للتلاميذ للوقاية من الأمراض النفسية:

- ١ - اتجاهات نحو المدرسة .
- ٢ - اتجاهات نحو العمل .
- ٣ - اتجاهات نحو قضاء وقت الفراغ .
- ٤ - اتجاهات نحو الأشخاص .

١ - اتجاهات نحو المدرسة:

يشعر الطفل الصغير قبل التحاقه بالمدرسة بالتشويق الزائد لها، والطفل عادة يحلم بهذا اليوم الذي يدخل فيه المدرسة، وحتى لا ينطفئ هذا الشوق يجب أن يعمل المسؤولين على أن يكون التلميذ مواظباً في المدرسة. وهذا عامل مهم يساعد التلميذ على حسن الملائمة والتكيف مع ظروف الحياة، فيشعر بالكفاية والسعادة.

ويمكن تحقيق ذلك بالوسائل الآتية:

(١) أن تكون معاملة المشرفين على تربية الطفل فيها حنان وعطف:

فالرهبة والتهديد يؤديان إلى شعور التلميذ بعدم الأمن الداخلي. وذلك أن الحاجة إلى الحنو، وثيقة الاتصال بالحاجة إلى الانتماء وتشبع هذه الحاجة عندما يكون التلميذ مكانه في مجموعة من الأصدقاء والرفاق.

وإشباع هاتين الحاجتين مجتمعتين: يمكن أن يعد أساساً للشعور بالأمن. إن التلميذ الأمن يشعر بالرضا والهدوء، يحب الناس، ويأنس إليهم، ويريد الخير لهم.

وجملة القول :

أنه يستطيع أن يتصرف بطريقة تلقائية طبيعية، وتستطيع أن تقارن هذه الصورة بصورة التلميذ غير الآمن نتيجة سوء معاملته، يبدو عليه القلق والخوف فى كل وقت من أن تقع عليه كارثة، ويتعذر عليه بسبب هذه المشاعر أن يكون عواطف نحو المدرسة .

(٢) أن يهتم المشرفون بالمظهر العام لمبنى المدرسة عن طريق :

تنسيق الملاعب، الإشراف على نظافة المدرسة وكذلك تنسيق الزينات واللوحات التى توضع فى المدرسة كوسائل إيضاح .

كل هذه تساعد التلميذ على تكوين اتجاهات طيبة نحو المدرسة .

(٣) أن يوضح المشرفون للتلاميذ أن القوانين واللوائح والنظم المدرسية

موضوعة لحماية التلميذ وحماية زملائه . ولا شك أن هذه البداية لأن تكون فى التلميذ مستقبلاً اتجاهات صحيحة نحو أمتهم وحكومتهم .

٢ - اتجاهات نحو العمل :

إن النجاح فى تأدية عمل من الأعمال يجعل التلميذ يشعر بالراحة والطمأنينة والإرتياح، والأمل، والحماس .

بينما الفشل : يشعر التلميذ بالضيق، والتبرم من تأدية العمل . لذلك :

١ - يجب على المشرفين أن يعطوا الفرصة لإشباع الحاجة إلى النجاح .

٢ - يجب عدم وضع التلميذ فى عمل يتكرر شعوره فيه بالفشل .

٣ - لا يجوز كذلك أن نحفز التلميذ للوصول إلى مستوى بعيد عنه بحيث

يتكرر فشله فى محاولة الوصول إلى هذا المستوى .

٤ - تشجيع التلميذ على النجاح فى النواحي المختلفة .

إن النجاح لكى يكون وسيلة فعالة فى بناء شخصية التلميذ يجب ألا يقتصر على المواد الدراسية، والتحصيل الدراسى، والنجاح فى الامتحانات، بل يجب أن يمتد إلى النواحي الآتية بمساعدة المشرفين:

- الألعاب الرياضية .

- العلاقات الاجتماعية (تكوين صداقات).

- القيادة والزعامة .

- إبراز المواهب والهوايات .

- النشاط الخارج عن المنهج مثل: المناظرات، المحاضرات، التمثيل .

- المظهر العام والنظافة .

- المواظبة على الحضور إلى المدرسة .

تلك هى النظرية التى يجب أن يوجهها المشرفون والمدرسون والمسئولون بالمدرسة لتعليم النشء أن تخلق للتلميذ أكثر من مجال لتيسير أمر إشباع الحاجة إلى النجاح . ويجب ألا يخفى علينا المبدأ النفسى الذى يقول: (إن النجاح يؤدي إلى النجاح).

* التأثير النفسى للنجاح فى العمل:

إشباع الرغبة فى النجاح يجعل الفرد يشعر بالكفاية أى أن المرء يكون جديراً بالاحترام، فهو يثق فى نفسه ويقدر نفسه ويكون للتلميذ عواطف قوية نحو مدرسته من جهة، كما أن هذا الاتجاه يساعده على بناء شخصيته فى مستقبل حياته من جهة أخرى .

وعكس هذه الحالة يؤدي إلى: الشعور بالنقص وعدم الكفاية إلى عدم الشعور بالقيمة الشخصية أو انحطاط الذات: فينتج هذا الشعور من استخدام العنف والقسوة وسوء المعاملة للتلميذ. . فيؤدي كذلك إلى الفشل الطويل المتكرر فيدمر تقدير التلميذ لنفسه، حتى يعد نفسه غير جدير بالحب والتقدير، الأمر الذي يؤدي في النهاية إلى: الاضطراب النفسي، أو الانحراف السلوكي للتلميذ بصور مختلفة: العدوانية، والكذب، والسرقة، والهروب، وعدم التكيف مع المجتمع والمحيطين في الأسرة والمدرسة والمجتمع مستقبلاً.

أو يصاب: بالقلق النفسي، والاكتئاب، وعدم الرغبة في الحياة، أو الاضطراب العقلي... الخ.

٢ - اتجاهات نحو شغل أوقات الفراغ:

ينبغي أن يشجع التلاميذ على الاشتراك في أوجه النشاط المختلفة، لأن الطفل في حاجة إلى التغيير في حياته اليومية المدرسية، وهو في حاجة إلى أن يعنى من العمل العقلي المجهد ويشارك في الأنشطة المختلفة، لأن ذلك يجلب إلى نفسه الراحة وإلى عقله نوعاً من الراحة الذهنية.

ينبغي أن يساعد التلاميذ على أن تكون فترات الراحة مجالاً لأن يلعبوا لعباً منظماً صحيحاً، مع مراعاة ألا تكون فترات الراحة قصيرة بشكل لا يحقق الغرض منها، أو طويلة فتسبب تعب للتلاميذ ومللهم.

مع مراعاة تجنب حرمان التلاميذ من فترات الراحة كعقاب لهم بسبب فشلهم في عملهم المدرسي، لأن هذا الأسلوب من أساليب العقاب قد يؤدي بالطفل إلى كراهية العمل نفسه، طالما أن العمل وفشله فيه هو الذي حرمه من المتع التي يحصل عليها من فترات الراحة.

٤ - اتجاهات نحو الأشخاص:

إنه من واجب المشرفين والمسؤولين والمدرسين بالمدرسة أن يعملوا على تكوين اتجاهات نحو التعاون، والشفقة، والكرم، واحترام ملكية الغير، فالحفاظة على هذه القيم يؤدي إلى الشعور بالأمن وسط الجماعة.

ولذلك ينبغي عليهم:

- أن يكونوا القدوة الصالحة فى الالتزام بهذه الاتجاهات لأنهم لا يستطيعون تكوين هذه الاتجاهات فى التلاميذ إذا كانوا هم أنفسهم غير ملتزمين بها.

- ينبغي عليهم تجنب المعاملة الخالية من العطف والتسامح وتجنب العنف والقسوة والسخرية، وسوء المعاملة.

- ينبغي عليهم أن يقوموا بمشاركة التلاميذ المشاركة الوجدانية عندما يكونون فى مأزق أو عندما تنزل به نازلة.

- فى حال المدارس المشتركة ينبغي تشجيع البنات والبنين على اللعب سوياً والعمل فى المشروعات سوياً لا فرق فى ذلك مطلقاً، فالاختلاط المبكر يساعد على تكوين علاقات حسنة نحو الجنس الآخر، كما يؤدي إلى تحسين فكرة الرجل نحو المرأة مستقبلاً.

ثانياً: توجيه وإرشاد الآباء:

إن عملية الإرشاد النفسى للآباء تهدف إلى تزويدهم بالوسائل البنائية والنافعة فى تنشئة الأبناء تنشئة نفسية سليمة لوقايتهم من الاضطرابات النفسية وذلك لتجنب العنف والقسوة فى التنشئة النفسية للأبناء، وذلك:

لأنه كلما كانت العلاقة بين الوالدين والأبناء سوية تساعد على بناء شخصيتهم وتمتعهم بصحة نفسية جيدة، ونجاح في حياتهم حالياً ومستقبلاً.

ومما لا شك فيه: أنه عندما يصبح الوالدان أكثر توافقاً وتكيفاً، وأقل انفعالياً فإن الطفل ذاته يظهر تحسناً وتفوقاً دراسياً، وتختفى مظاهر السلوك غير المرغوب فيه، وتختفى حدة التوترات النفسية التي يتعرض لها.

ومن وسائل إرشاد الآباء وتوجيههم في المدرسة والتي يقوم بتنظيمها المسئولون:

- ١ - إلقاء المحاضرات في علم نفس الطفل وفي كيفية رعاية الأبناء نفسياً.
- ٢ - طبع مطبوعات عديدة تتناول إرشاد الآباء في معاملة الأبناء.
- ٣ - استعمال الراديو كوسيلة لتوجيه الآباء.
- ٤ - عقد المؤتمرات المدرسية وتنظيم الندوات التي يشترك فيها الآباء والمدرسون والمتخصصون من خارج المدرسة.
- ٥ - تنظيم مجلس الآباء بالمدرسة والاهتمام به.
- ٦ - السماح للآباء بالاشتراك في أوجه النشاط المدرسي المختلفة.
- وفي حضور بعض المدرسين ليقفوا على الطريقة المثلى لمعاملة الأبناء.
- ٧ - بالإضافة إلى ذلك:

هناك الإرشاد الفردي للآباء، وهو يساعدهم على حل مشاكلهم الشخصية فهذه الجلسات الفردية تعين الآباء الذين يعانون من صعوبات بسيطة في التكيف. فقد ثبت بالتجربة والأبحاث المختلفة أن هؤلاء الآباء لا يستفيدون من الإرشاد النفسي ما لم تحل صراعاتهم ومشكلاتهم الانفعالية..