الصحة النفسية والطالب

د.حسنة محمد رحمة الساعدي
تدريسية/ معهد إعداد المعلمات في البياع الكرخ/ ٢

الصحة النفسية في المدرسية

في بادئ ذي بدء نقول إن الأهداف التي يتمتع بها علم الصحة النفسية نجدها توائم الاتجاهات الحديثة في التربية والتعليم فكلاهما يرسم شخصيات ناضجة متكاملة ومتعاونة تنمو نمواً طبيعياً وتتدرب لتعيش سعيدة ومنتجة في بيئتها الاجتماعية في الإطار المدرسي نلحظ ان الطلاب يختلفون فيما بينهم باختلاف آثار بيئاتهم المختلفة لكنهم يتأثرون بالمؤثرات نفسها التي تحتوي عليها بيئة المدرسة علما ان الطلاب في المدرسة يمثلون المجتمع بكافة طبقاته وفئاته الاجتماعية والاقتصادية والثقافية ومن هنا يأتي دور المدرسة بما فيها الإدارة بوجه عام والمعلم بوجه خاص لتكييف الطالب وتوجيهه للحياة بكافة مناحيها ومفاصلها الاجتماعية والثقافية والوجدانية فضلا عن التوجيه العلمي والخلقي واستثمار طاقاتهم الى أقصى حد وتوجيه ميولهم وبناء اتجاهات سليمة نحو الحياة.

إن هذا الهدف البناء أعلاه يرتبط بسلوك المعلم بالدرجة الأولى مع الطفل فالمعلم يعد الركن الأساس فعليه ان يبذل جهده وإمكاناته في تحقيق الهدف البناء إذن ينبغي وجود توازن وانسجام بين أهداف المدرسة التربوية وأهداف مناهجها وبرامجها و سلوك معلميها ومعلماتها في حياتهم التعليمية وطرق تدريسهم وبين مجمل الأهداف التنموية [١] في المجتمع وهذا يتطلب تعاونا بين المدرسة والبيت والمجتمع .

ان الصحة النفسية تهدف الى التكيف السليم مع الذات ومع البيئة وهذا يشير بأن نجاح الإدارة المدرسية في زرع الثقة بالنفس والتفاؤل وحب العمل التعاوني والجماعي والتفوق العلمي لدى الطلبة كل هذا يقلد المدرسة وسام النجاح في بناء الشخصيات.

ان النجاح يرتبط بمتابعة إدارة المدرسة لمشكلات الطلبة والتعاون المثمر مع أولياء الأمور ومع المعلمين في حلها أو التخفيف من وطأتها وكذلك تشجيع ذوي القابليات منهم لتطوير قابلياتهم ومواهبهم وتوازنها في الثواب والعقاب ومدى عدالتها في التعامل مع الطلبة ... تنعكس في سلوكية الطلبة أنفسهم وعلى احترامهم لهذه الإدارة وتعلقهم بتوجيهاتها وإرشاداتها إذ ان شعور الطلبة بالاطمئنان والسعادة في الجو المدرسي كفيل بجعلهم ينظرون الى الحياة نظرة تفاؤل ويحبون العمل التعاوني وتظهر في سلوكهم بشكل مباشر أو غير مباشر آثار القيم الاجتماعية والتربوية المرغوبة وهم في مسيرة بناء أنفسهم وشخصياتهم .

ان المعلم ذا الصحة النفسية السوية لا ينقل توتره الشخصي في المنزل أو المجتمع الى المدرسة ولا ينقل توتره وإرهاقه المدرسي مع تلاميذه أو مع زملائه الى المنزل بل يبقى متوازنا في حياته المهنية والشخصية وفي نظرته الى حياته الخاصة والى مسؤولياته المهنية والإنسانية [٢]

سمات المدرسة الحديثة

تتطلب المدرسة الحديثة جوا اجتماعيا يسوده الديمقراطية البعيدة عن القسر والعنف يتعاون فيه المعلمون والطلاب على أداء واجبهم بحيوية ونشاط مفيدين سواء أكانت فردية أم جماعية ومن أساسيات النظام الديمقراطي التي يجب النظر اليها بعين الاعتبار : الإيمان بقيمة كل طالب من الطلاب واحترام رأي الجماعة وإعطاء الطلاب حرية المناقشة والاختيار وتوجيه أنفسهم والاشتراك في التخطيط والابتعاد عن المنافسة غير العادلة سواء أكانت في النشاطات الصفية أم اللاصفية.

لم تعد مهمة المدرسة الحديثة التلقين والإعداد للامتحانات من المناهج المقررة بل تهيئة الصف ثم المدرسة ومواقف التعلم على نحو يكفل النمو السليم لشخصيات الطلاب بكافة مستوياتهم وبكافة المراحل المختلفة إذ لا يتحقق هذا النمو في مرحلة دون مرحلة أخرى لذا ينبغي تجنب كل ما يعطل هذا النمو كإضعاف العلاقات السليمة القائمة على التعاون أو عدم تنمية روح التسامح والمودة بين الطلاب أو بين المعلمين أو بين الطلاب والمعلمين .

من اجل ما تقدم أعلاه تهتم المدرسة المثالية بالمتعلمين أولا وبمواد التدريس ثانيا بتعبير أدق انها تهتم بالأحياء قبل الأشياء لان الطالب هو مركز الاهتمام إذ ان عملية التعلم تبدأ من دوافع الطالب وحاجاته أي على أساس نشاطه الذاتي [٣].

ومع هذا الاهتمام ينبغي على المعلم ان ينتبه الى الفوارق العقلية والمزاجية بين الطلاب قدر المستطاع .

كذلك تهتم المدرسة الحديثة اهتماما خاصا بالمعلمين وتزويدهم بمبادئ الصحة النفسية إذ ان أمس ما تحتاج اليه المدارس من ناحية الصحة النفسية معلمين تتيح لهم شخصياتهم وتدريبهم خلق الجو الملائم لنمو الشخصيات السوية : و لا نغلو اذا قلنا انه ليست هناك مهنة امتهنها شخصية معتلة كانت اجلب للضرر على غيره وعلى نفسه بين طلابه كما لو كان مصابا بالجدري أو حمى التيفود إذ إن سلوكه نحو طلابه يتسم بالصفات نفسها التي يتسم بها سلوك الوالد العصابي نحو أولاده ، علما ان خطورة المعلم تكمن في انه يقوم بادوار عدة في وقت واحد فهو بديل عن الوالد ، وهو رئيس ومتصرف وموجه وخبير وعالم ... والواقع ان المعلم لا تغنيه ثقافته أو مهارته في التدريب أو حبه للعمل أو إلمامه الواسع بمشكلات مهنته لا يحقق هذا كله النجاح في عمله ان لم تكن له القدرة على الفهم والعطف والاستبصار الوجداني في نفوس طلابه ، إذ ان المدرسة المثالية تساعد مراكز التوجيه المهني على القيام بمهامها

فهي تحتفظ بملف خاص لكل طالب من طلاب المدرسة تسجل مستواه العقلي ومستواه الدراسي وسماته الواضحة واتجاهه الخلقي العام وميوله ... وذلك لما بين الصحة النفسية للفرد وعمله من صله وثيقة [٤]

ومن مهام المدرسة المثالية انها تهتم بما يبدو لدى الطلاب من مشكلات وانحرافات سلوكية وخلقية وتعمل على العلاج المبكر لها قبل ان يستفحل أمرها ويستعصي شفاؤها لذلك تهتم المدرسة المثالية بالتعاون مع البيت للكشف عن أسباب هذه المشكلات وتحيلها الى العيادات النفسية التي ينبغي ان تلحق بالمدارس بصورة خاصة وبمناطق التعليم بصورة عامة ومما يجدر ذكره بهذا الصدد (مكاتب التوجيه والإرشاد) الملحقة بكثير من المدارس والجامعات خارج بلدنا الحبيب وهدفها مساعدة الطالب على حل ما يعرض لهم من مشكلات ومتاعب مدرسية وغير مدرسية كالخوف من الامتحانات والقلق على الصحة وصعوبة تركيز الانتباه والعجز عن تنظيم أوقات الذاكرة وأوقات الفراغ وعدم معرفة طرق التحصيل الصحيحة للمواد المختلفة والإعراض عن بذل الجهد والإسراف في الاعتماد على المدرس والاقتصار على المحاضرات والتبرم بالدراسة أو الشعور بأنها عبء ثقيل والعجز عن التعامل مع الآخرين وضعف الحساسية الاجتماعية وعدم الاشتراك في الأنشطة الاجتماعية والرياضية والانحرافات الجنسية المختلفة والمتاعب المالية ...

الى جانب مكاتب التوجيه والإرشاد المذكورة سابقا ينبغي الحث على إنشاء دراسات تهتم بموضوع (الصحة النفسية لتعين الطلاب على المحافظة على صحته النفسية وعلى التحرر من بعض مشكلاته النفسية [٥] .

من كل هذا نرى ان المدرسة الحديثة تهتم بالدرجة الأولى بالصحة النفسية للطلاب ووقايتها من عوامل الاضطراب الكامنة في كل مدرسة وتزويدهم بأساليب الكفاح الناجحة ، ذلك ان العلم ليس إلا سلاحا واحدا من الأسلحة اللازمة لخوض معركة الحياة أو الصراع بين الحق والباطل نقول ان كثير من حملة العلم تنقصهم الخبرة بالناس والدنيا فلا يستطيعون الانتفاع بما تعلموه أو نفع غيرهم به أو التمتع بما كسبوه من طيبات التراث الفكري.

واجبات المعلم

في هذه المدرسة المثالية ينبغي ان نجد معلما مثاليا كالشمس يضيء لغيره وهو مضيء في نفسه والمسك الذي يطيب غيره وهو طيب لذلك اوجب الإمام الغزالي عدة وظائف للمعلم كي يكون رسولا يبلغ رسالة العلم .

الوظيفة الأولى :

ان يشفق المعلم على المتعلمين وان يجريهم مجرى بنيه . ان واجب المعلم أعظم من واجب الوالدين فان الوالد سبب الوجود الحاضر والحياة الفانية والمعلم سبب الحياة الباقية وهذا هو المعلم المفيد للحياة الأخروية الدائمة اعني

معلم علوم الآخرة أو علوم الدنيا على قصد الآخرة لا على قصد الدنيا فأما التعليم على قصد الدنيا فهو هلاك وإهلاك نعوذ بالله منه .

الوظيفة الثانية:

ان يقتدي المعلم بصاحب الشرع الرسول محمد 6 فلا يطلب إفادة العلم أجرا و لا يقصد به جزاءً و لا شكورا بل يعلم لوجه الله تعالى وطلبا للتقرب اليه و لا يرى لنفسه منة عليهم وان كانت المنة لازمة عليهم بل يرى الفضل للمتعلمين لأنهم هذبوا قلوبهم لان تتقرب الى الله تعالى بزراعة العلوم فيها واعلم أيها المعلم ان ثوابك في التعليم أكثر من ثواب المتعلم عند الله تعالى ولولا المتعلم ما نلت هذا الثواب فلا تطلب الأجر إلا من الله تعالى[٦].

الوظيفة الثالثة

إلا يدع المعلم النصح للمتعلم وذلك بان يمنعه من التصدي لرتبة قبل استحقاقها والتشاغل بعلم خفي قبل الفراغ من الجلي ثم ينتبه على ان الغرض من طلب العلم القرب الى الله تعالى دون الرياسة والمباهاة والمنافسة ويقدم تقبيح ذلك في نفسه بأقصى ما يمكن .

الوظيفة الرابعة

وهي من دقائق صناعة التعليم ان يزجر المتعلم عن سوء الأخلاق بطريق التعريض ما أمكن و لا يصرح وبطريق الرحمة لا بطريق التوبيخ فان التصريح يهتك حجاب الهيبة

ويورث الجرأة على الهجوم فالتعريض يميل الى النفوس الفاضلة والأذهان الذكية الى استنباط معانيه فيفيد فرح التفطن لمعناه رغبة في العلم به ليعلم ان ذلك مما لا يعزب عن فطنته.

الوظيفة الخامسة:

ينبغي على المعلم ان يراعي التدرج في ترقية المتعلم من رتبة الى رتبة فالعلم يتكون من درجات ومراتب فيرتقي المعلم بالمتعلم[٧] هذه الدرجات و لا يستخف بدرجة دون الدرجات الاخرى و لا يقبح إحدى هذه الدرجات في نظر المتعلم فهذا خلق مذموم من قبل المعلم ينبغي ان يتجنى منه.

الوظيفة السادسة

ان يقتصر بالمتعلم على قدر فهمه ، فلا يلقي اليه ما لا يبلغه [٨] عقله فينفره أو يخبط عليه عقله فينبغي على المعلم ان يراعي عمر الطالب فان كان صغير السن يعطيه العلوم المناسبة لعقله وان كان اكبر من ذلك يعطيه علوما أعمق من الأولى وهكذا يتدرج المعلم من البسيط الى المعقد أو المركب .

الوظيفة السابعة :

ان المتعلم القاصر ينبغي ان يلقى اليه الجلي الواضح اللائق به ولا يذكر له ان وراء هذا تدقيقا وهو يدخر عنه فان ذلك يفتر رغبته في الجلي ويشوش عليه قلبه.

الوظيفة الثامنة:

ان يكون المعلم عاملا بعلمه فلا يكذب قوله فعله لان المعلم يدرك بالبصائر والعمل يدرك بالابصار وأرباب الأبصار أكثر فإذا خالف العمل العلم منع الرشد[٩]

كيف تحافظ على صحتك النفسية ؟

- اعرف نفسك

قال تعالى ((وَفِي أَنفُسِكُمْ أَفَلا تُبْصِرُونَ))[١٠]، ان الصحة النفسية تعتمد على النفس وعلى الاستبصار فيها لذلك ينبغي ان تعرف نواحي القوة والضعف من نفسك ، وان ترى طموحك وفق حقيقتك لا وفق خيالك ، وحاول ان تعرف الدوافع والأهداف التي تحركك، فجهل الإنسان بدوافعه مصدر لكثير من متاعبه ومشاكله واندفاعاته.

- لا تخدع نفسك

كلنا يعلم إننا لا نخلو من العيوب : كالأنانية أو الغرور أو العدوانية أو التعصب، اعترف لنفسك بعيوبك ودوافعك غير المحمودة ولا تحاول إنكارها أو تجنب مواجهتها أو التهوين من أمرها ولا تخدع نفسك بتركها للزمن، بل اعترف بها لكي تتم معالجتها، فالكبت يعني إنكار للواقع وخداع الذات أضف الى ذلك ان الكبت يسبب أخطاراً وأضراراً...وتأكد ان الطالب مثلاً لو اعترف لنفسه بخوفه من الامتحان ما أصابه الانهيار قبل الامتحان[١١].

- .اشترك في نشاط اجتماعي

ان الاندماج مع ذوي الخبرات يمد الفرد بأفكار جديدة، ويساعده على تصحيح أفكاره وتصوراته الزائفة،واهم من هذا يساعده على اكتشاف نفسه، أي اكتشاف قدراته.

في بادئ ذي بدء ينبغي ان نشير الى ان الاجتماعية مع الناس ليست بالأمر اليسير، فالتصنع والتكلف واللف والمواربة يوقع الإنسان في الحرج والتورط والصراع ويلبس عليه الأمور ويحرّف حقيقته وصلته بالناس، فلو أصابك من احد سوء أو مكروه فمن الأجدر ان ترد الإهانة من ان تكتمها في نفسك زمناً تتراكم عليها فيه أمثالها. والأفضل ان تصفح وتعفو كي يستريح قلبك . واعلم ان الاجتماعية مع الناس لا تكون بالتغاضي عن الهفوات، فهذا لا ينجم عنه إلا الانفجار أو صب الأذى على شخص بريء.

- اتخذ لنفسك صديقاً.

الصديق شخص يسمع ويفهم ويحنو وينصح والتعبير له عن متاعبك ومشاكلك يجعلك تنظر اليه نظرة موضوعية مما ييسر تحليلها وفهمها، والبوح للصديق بما تخافه أو تخجل منه أمان من الكبت، والصديق يعفيك من ان تبث شكواك لكل من هبَّ ودبَّ فلا ينالك إلا خيبة الأمل وسوء الظن بالناس فليست الصداقة مجرد تبادل الخواطر والأفكار بل بث الشكوى وتجاوب المشاعر. فالصداقة عامل هام في تنظيم شخصية الفرد وكان[١٢] انعدام الأصدقاء علامة على سوء التوافق خاصة في مرحلتي المراهقة والشباب.

- تعلم حل المشكلات بالطرق الصحيحة.

الأسلوب العلمي لحل المشكلات، أسلوب يقتضي الروية والتفكير والنظر الى المشكلة من جميع نواحيها السارة وغير السارة ووزنها وتحليلها، فالأسلوب الموضوعي يتطلب ان يسترشد الإنسان أولا بالوقائع والمشاهدات الموضوعية لا بحالته الذاتية ومخاوفه وشكوكه فحاول ان تحسم مشكلاتك فور ظهورها فتعليق الأمور يبعث في النفس القلق ويثير الصراعات القديمة بل يخلق صراعات جديدة فان أعجزك حل المشكلة فإستشر.

- إتقان عملك.

في الإتقان أمانة وشعور بالنجاح والفوز ويدعم الثقة بنفسك والإتقان لا يعني الإرهاق والإسراف في العمل فهذا

حيلة دفاعية ضد القلق وهذا نوع من التبذير يجب ان ينتبه اليه الفرد ويزيله .

- ركز انتباهك في الحاضر.

لا تكثر من التحسر على ما فات والتوجس مما هو آتٍ بل درّب نفسك على تركيز انتباهك في الحاضر فهذا خير وسيلة[١٣] للإتقان فينبغي ان تركز اهتمامك على إنهاء عمل اليوم على خير ما يكون دون إسراف في تأمل الماضي والمستقبل لذاتهما.

- صحتك الجسمية .

ان الإرهاق الجسمي أو المرض الجسمي يخفض من قدرة الفرد على مقاومة الضغوط النفسية والاجتماعية التي يتعرض لها، وهذا بدوره يعرضه للاضطراب النفسي.

- لا تتردد في ان تستشير خبيراً نفسياً ان أعجزك الأمر.[١٤]

متى تستشير خبيراً نفسياً.

- ان استبد به الضيق والقلق أو الشعور بالذنب أو الاكتئاب بصورة موصولة وعجز عن تحديد مصادر هذه المشاعر .

- ان كان حيال مشكلة محددة لكنه لم يجد من خبراته ومعلوماته ما يعينه على حلها.

- ان كان يتهرب من مواجهة مشكلته يتجاهلها أو يستصغرها أو يموه عليها بصورة غير عملية وواقعية.

- ان كان ينسب قيام المشكلة بأسرها الى الناس والظروف فيلقي كل اللوم عليها دون ان يجد من الشجاعة ما يحمل شيئاً منها.

– ان اشتد اضطرابه وانفعاله من كل ما يذكره بمشكلته.

– ان أصبح سريع الاجتياح تثيره التوافه من الأمور شديد التردد قبل القيام بعمل عادي شديد الندم والتحسر.

– ان بدأت مشكلته تعطله عن أداء عمله كعجز الطالب عن تركيز الانتباه اللازم للتحصيل أو بدأت مشكلته تفسد صلاته مع الناس[١٥] وأصبح شديد الميل الى الاعتداء او بدأت اثر جسيمة مزعجة كالصداع والأرق وفقد الشهية للطعام[١٦].

واجبات المتعلم .

مع وجود صحة نفسية جيدة ذلك سيحتم وجود واجبات على المتعلم ينبغي ان يؤديها على أفضل صورة ممكنة نقرأ هذه الواجبات بصيغة وظائف عند الإمام الغزالي :

الوظيفة الأولى :

تقديم طهارة النفس على رذائل الأخلاق ومذموم الأوصاف إذ العلم عبادة القلب، وقربة الباطن الى الله تعالى، فكما لا تصح الصلاة التي هي وظيفة الجوارح الظاهرة إلا بتطهير الظاهر عن الأخباث، فكذلك لا تصح عمارة القلب بالعلم إلا بعد طهارته عن خبائث الأخلاق، والقلب بيت هو منزل الملائكة ومهبط أثرهم ومحل استقرارهم والصفات الرديئة مثل الغضب والحقد والحسد والغرور، كلاب نابحة، فأنى تدخله الملائكة وهو مشحون بالكلاب.

الوظيفة الثانية :

ان يقلل علائقه من الاشتغال بالدنيا، فان العلائق شاغلة وصارفة، وكلما توزعت الأفكار قصرت عن درك الحقائق ولذلك قيل : العلم لا يعطيك بعضه حتى تعطيه كلك، فالفكر المتوزع على أمور متفرقة كجدول تفرق ماؤه، فنشفت الأرض بعضه، واختطف الهواء بعضه فلا يبقى منه ما يجتمع ويبلغ المزدرع[١٧].

الوظيفة الثالثة :

ألاّ يتكبر على العالم بل يلقي اليه زمام أمره بالكلية في كل تفصيل ويذعن لنصيحته إذعان المريض الجاهل للطبيب المشفق الحاذق، وينبغي ان يتواضع لمعلمه ويطلب الثواب والشرف بخدمته، فلا ينبغي لطالب العلم ان يتكبر على العالم، ومن تكبره على المعلم ان يستنكف عن الاستفادة من علمه وهذا عين الفشل فان العلم سبب النجاة والسعادة.

الوظيفة الرابعة :

ينبغي على المتعلم ان يتقن أولا الطريقة الجيدة الواحدة عند أستاذه، فمن الطبيعي ان أستاذه لم يكن مستقلاً برأيه إنما عادته نقل المذاهب وما قيل فيها سواء في علوم الدنيا أم علوم الآخرة، فينبغي على المتعلم ان لا يصغي للناس غير المتعلمين لان ذلك يدهش عقله ويحير ذهنه ويفتر رأيه ويبعده عن الإدراك والاطلاع على الحقيقة فيكون إضلاله أكثر من إرشاده فلا يصلح الأعمى لقيادة العمليات وإرشادهم وهذه الحالة تؤدي الى عمى الحيرة وتيه الجهل.

الوظيفة الخامسة :

ألاّ يدع طالب العلم فناً من العلوم المحمودة ولا نوعاً من أنواعه إلا وينظر فيه نظراً ويطلع عليه اطلاعاً ثم ان استطاع تبحر في هذه العلوم وإلا اشتغل بالأهم منه واستوفاه وتطرف من البقية فان العلوم متعاونة وبعضها مرتبط ببعض ويستفيد منه[١٨]، فالعلوم على درجاتها إما سالكة بالعبد الى الله تعالى أو معينة على السلوك المقرب الى الله تعالى ولكل علم محمود رتبة ودرجة في الآخرة اذا قصد به وجه الله تعالى.

الوظيفة السادسة :

ألاّ يخوض في فن من فنون العلم بدون ترتيب في الاستيعاب وينبغي ان يأخذ من كل علم أحسنه وأفضله ويهتم أكثر شيء بعلم الآخرة فهو اشرف العلوم فهو علم اليقين وثمرة النور يقذفه الله تعالى في قلب عبد طهّر بالمجاهدة باطنه عن الخبائث.

الوظيفة السابعة :

كل علم متكون من درجات أو طبقات ينبغي على المتعلم ان لا يخوض في طبقة من طبقات العلم حتى يستوعب الطبقة التي قبلها فالعلوم مرتبة ترتيباً تدريجياً.

الوظيفة الثامنة :

أن يعرف المتعلم السبب الذي به يدرك اشرف العلوم، وان ذلك يراد به شيئان : احدهما شرف الثمرة، والثاني وثاقة الدليل وقوته وذلك كعلم الدين، وعلم الطب فان ثمرة احدهما الحياة الأبدية وثمرة الآخر الحياة الفانية، فيكون

علم الدين اشرف وبهذا يتبين ان اشرف العلوم العلم بالله عز وجل وملائكته وكتبه ورسله...

الوظيفة التاسعة :

ان يكون قصد المتعلم في الحال تحلية باطنه وتجميله بالفضيلة وإذا كان هذا مقصده طلب لا محالة الأقرب الى مقصوده ألا وهو علم الآخرة[١٩]، ومع هذا فلا ينبغي ان ننظر الى العلوم الأُخر بعين الاستخفاف ما دام القصد فيها التعرف على الله تعالى من خلاله أي التعلم في سبيل الله تعالى .

الوظيفة العاشرة :

ان يعلم المتعلم نسبة العلوم الى المقصد كيما يؤثر الرفيع القريب على البعيد والمهم على غيره فالأهم العلم الذي يبقى ابد الآبد وعند ذلك تصير الدنيا منزلاً والبدن مركباً والأعمال سعياً الى المقصد ولا مقصد إلا لقاء الله تعالى ففيه النعيم كله[٢٠].

أسس التربية السليمة :

ان العطف هو ذلك الجو الجميل الذي يجب ان يحاط به الفرد في غضاضة عمره، فهو الموازن الطبيعي للضعف الذي يشعر به كل صغير حيال الكبير ولكي نعطف على الطفل ونحبه بالرغم مما قد يكون به من عيوب يتعين علينا ان نفهمه ولكي نفهمه يجب علينا ان نعرفه، ومعرفة الطفل تتضمن أشياء كثيرة من أهمها :

– معرفة دوافعه وحاجاته الاساسية وما يترتب على إحباطها وكبتها من أضرار.

– معرفة منطقه الخاص وطريقة تفكيره الخاص ونظرته الخاصة إلينا والى العالم الذي يحيط به.

– معرفة ما تنطوي عليه مرحلة الطفولة من أهمية وخطورة في حياة الفرد كلها وفي تشكيل مصيره النفسي.

وقد اتضح ان مرحلة الطفولة من الست سنوات تقريباً تعين شخصية الفرد وتطبعها بطابعها الخاص وتوجهها الى الصحة أو الى المرض فلنبادر دون تسويف بغرس اتجاهات وعادات صحية وخلقية ولنبادر بعلاج ما قد يبدو لدى الطفل من مشكلات سلوكية وخلقية خشية ان تثبت وتستعصي على التغيير[٢١].

من هذه المشكلات التربوية التي يتعرض لها الطفل :

– نوبات الغضب والغيظ كلما ارتطم بمشكلة.

– فزعه من بعض الأشياء والحيوانات غير الضارة.

– سرقة أشياء تافهة لا حاجة له بها .

– دأبه على إيذاء إخوته وزملائه .

– نزوعه الى التمارض كلما صادفه موقف صعب.

– إسرافه في التبرير كلما سئل عن ذنب أتاه أو عمل قصر في أدائه .

– إسراف الطفل في الانطواء على نفسه وما يترتب على ذلك من خجل شديد.

– إسرافه في أحلام اليقظة وعزوفه عن اللعب مع أقرانه[٢٢].

ان أخذنا بعين الاعتبار أسس التربية الناجحة وفهمنا دوافع الطفل ومشكلاته سننتج طفلاً سعيداً بناءاً تظهر عليه علامات النجاح، منها علامات موضوعية وأخرى ذاتية، العلامات الموضوعية يمكن ان يلاحظها الآخرون والعلامات الذاتية أي لا يشعر بها إلا الفرد نفسه، من هذه العلامات :

– التوافق الاجتماعي : أي قدرة الفرد على عقد صلات اجتماعية ، علاقات تتسم بالتعاون والتسامح والإيثار فلا يشوبها العدوان أو الارتياب أو الاتكال...

– التوافق الذاتي : أي قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقاً يرضيها جميعاً إرضاءً متزناً، إذ لا يعني الخلو نهائياً من الصراعات النفسية إنما نعني قدرة الفرد على حسم الصراعات والتحكم فيها والقدرة على حل الأزمات النفسية بدلاً من الهرب وألاّ يسرف في العدوان والتهور والنكوص.

– شعور الفرد بالرضا والسعادة أي استمتاع الفرد بحياته : عمله أسرته أقرانه إذ يشعر بالطمأنينة.

– قدرة الفرد على الإنتاج الملائم المعقول في حدود ذكائه فلا يكون كسولاً خمولاً بسبب كثرة الصراعات وشدة الكبت .

– جهوده البناءة : أي عدم رضوخ الفرد لما يراه في جماعته من معايير وتقاليد فاسدة بالية على ان لا تكون جهوده صادرة عن رغبة في مخالفة العرف أو توكيد الذات أو عن دوافع عدوانية مكبوتة[٢٣].

مسببات التربية الخاطئة :

- القسوة والنبذ :

القسوة والنبذ تؤدي الى خلق ضمير ضعيف أو عدم وجوده أصلاً أو ضمير صارم يحاسب الطفل على كل صغيرة وكبيرة وتتولّد فيه الكراهية للسلطة الأبوية وكل ما يمثلها فيفقد الطفل الأمن ويبث في نفسه العدوان والرغبة في الانتقام فيصبح عنيدا حقوداً قلقاً، وقد يستكين الطفل للقسوة والنبذ ويطيع طاعة مصطبغة بالحقد والنقمة لا يقدر على تركيز انتباهه مما يؤدي به الى التخلف الدراسي، وقد يرتكب العمل المحظور اذا حانت الفرص انتقاماً لنفسه فإذا به يلتمس اللذات المختلسة، وقد يكف نفسه عن اغلب وجوه نشاطه، لأنه يشعر بأنه لا يعمل شيئاً إلا عوقب عليه وقد يسلك الطفل سلوكاً سوياً ويبدو سعيداً إلا ان التجاوب العاطفي معه أمر محال.

- **التراخي والتدليل :**

ان نتائج التراخي والتدليل للطفل كنتائج القسوة والنبذ ويظهر هذا المحور من خلال :

- عدم تدريب الطفل على الامتثال لأية قيمة أو نظام أو تحمل مسؤولية في حياته، بالمنزل وفي العابه وفي معاملاته مع الناس وفي استذكار دروسه، وقضاء كل ما يريده الطفل مهما كان سخيفاً تعسفياً[٢٤]، وان يكون جميع أفراد أسرته رهن إشارته فلا شيء ينقصه ولا شيء يضايقه، وهذه التربية تؤدي الى الشعور بالنقص ويضيع ثقة الطفل بنفسه ويميت روح التفرد والاستقلال ويخلق في نفسه صراعاً بين رغبته في الاتكال على غيره ورغبته في التحرر وتوكيد شخصيته، وقد يصطدم الطفل بالعالم الخارجي حين يذهب الى المدرسة أو حين يولد له أخ جديد فيصاب بخيبة أمل ويعتقد ان الآخرين يتحاملون عليه، فيصطنع الطفل في المدرسة حيلاً شتى لجلب النظر اليه، كالعصيان أو الهرب أو الإعراض عن الطعام أو تصعير الخد، ان هذه الحيل تؤدي الى عقابه، والطفل يؤثر ان يعاقب على ان يكون موضع إهمال، وحين يكبر الطفل ينتظر التغاضي عن زلاته والتساهل معه وإلا ثار وشعر بالظلم، ان هذه التربية لا تدل على الحب الناضج الحقيقي للطفل بل تعده للشقاء في مستقبل حياته، لأنها لا تعده على تحمل الحرمان في الحياة، فالواجب ان نعلم

الطفل بالاّ نعطيه كل ما يريده، وان نعوّده على التنازل عن بعض رغباته، وان نعوّده على الأخذ والعطاء.

- التذبذب في المعاملة : هذا المحور من اشد المحاور خطراً على خلق الطفل وصحته النفسية، أي التقلب في معاملة الطفل، فإذا به يثاب على العمل مرة ويعاقب عليه هو نفسه مرة أخرى، مثلاً يعاقب الطفل على الكذب مرة ويثاب مرة أخرى، ويعاقب على الاعتداء مرة ويثاب مرة أخرى، ويجاب الى مطالبه المشروعة حيناً ويحرم منها حيناً آخر دون سبب معقول[٢٥]، هذه التربية تجعل الطفل في حالة دائمة من القلق والحيرة، ولا يعينه على تكوين الأفكار الثابتة عن السلوك الحسن والسيئ، وتهز ثقته بوالديه، وقد يصطنع الطفل الكذب والنفاق والختل وان يكون ذا وجهين، ولقد أظهرت دراسات علم النفس ان الشدة المعقولة الثابتة أهون شراً من هذا التذبذب في تربية الطفل.
- التلهف والقلق الزائد : هذه التربية يظهر فيها التلهف الشديد على الطفل والخوف عليه فتقيِّد أوجه نشاطه، خشية من ان يصاب بحادثة أو عدوى فلا يلعب مثلاً الطفل على سجيته مع غيره من الأطفال ولا تشجعه على الاندماج مع الأطفال، فان مرض الطفل أبدى الوالدين احدهما أو كلاهما اهتماماً زائداً بمرضه، وان كان طفيفاً يمنعانه من الذهاب المدرسة ويبقيانه في الفراش أياماً طوال مثل هذا الطفل يستند الى الإتكالية على الوالدين،

ويصاب بقلق شديد، ويشعر بأهميته الزائدة مما يعطيه سلاحاً قد يستغله ضد والديه لتوكيد ذاته أو لعقابها وقد تضعف هذه المعاملة ثقة الطفل بوالديه حين يدرك ضعفها وفي هذا إضعاف لنفوذهما

- الشجار بين الوالدين : الشجار بين الوالدين أما الطفل يفقد الطفل شعوره بالأمن خوفاً على مصيره[٢٦] أو خشية ان يتحول عدوان احدهما عليه، لأنه قد يظن انه سبب الشجار، ان من عواقب عدم الوفاق بين الوالدين قد يؤدي الى الإسراف في تدليل الطفل، فيشعر الطفل ان هذه العناية الفائقة لا تفرغ عليه من اجله هو، فضلاً عن ذلك ان الشجار يجعل الطفل حائراً بين الولاء لأبيه أو لامه، وقد يتعلم الطفل ان يستغل احدهما ضد الآخر مما يبث في نفس الطفل الشعور، ويفقده شعوره بالأمن، فالخصام بين الوالدين يضعف ثقة الطفل بوالديه، ومن ثم بالناس جميعاً ويعطي للطفل فكرة سيئة عن الحياة الزوجية والطمأنينة في البيت مما يبدو أثره ضاراً في مستقبل حياته، فالخصام عامل بالغ لظهور الاضطرابات النفسية عند الطفل وعلى هذا يكون الطلاق خيراً وأبقى على الصحة النفسية للطفل من الشقاق الدائم[٢٧].

الهوامش

١. ينظر : أصول علم النفس د.احمد عزت راجح ط٩ المكتب المصري الحديث – القاهرة – ١٩٧٣ ص ٥١٤–٥١٥ الصحة النفسية د. محمد مهدي محمود وآخرون ط٩ مطبعة آرام – بغداد –٢٠٠٠ص١٣٩–١٤٦.

٢. ينظر : أصول علم النفس د.احمد عزت راجع ص ٥١٤ –٥١٥ الصحة النفسية د.محمد مهدي محمود وآخرون ص ١٣٩–١٤٦.

٣. ينظر : أصول علم النفس د.احمد عزت راجع ٥١٥

٤. ينظر أصول علم النفس د.احمد عزت راجع ٥١٥

٥. ينظر : أصول علم النفس د.احمد عزت راجح ٥١٦–٥١٩ علم النفس العام فراير وآخرون ترجمة د. إبراهيم يوسف المنصور ط٣ مطبعة جامعة بغداد ١٩٨١ ص ٢٦٦ –٢٨٠.

٦. ينظر إحياء علوم الدين – الغزالي – طبعة دار المعرفة – بيروت – المنقذ من الضلال – الغزالي – طبعة جميل صليبا – دار الأندلس بيروت ١٩٦٧ – العرب والتربية والحضارة الاختيار الصعب – د. محمد جواد رضا – الناشر ذات السلاسل ط ١٩٨٧ ص ٢٩٥ .

٧. م.ن ٢٩٥ .

٨. ينظر إحياء علوم الدين – الغزالي–المنقذ من الضلال – الغزالي – العرب والتربية والحضارة ، د.محمد جواد رضا ٢٩٧

٩. ينظر إحياء علوم الدين –الغزالي– المنقذ من الضلال– الغزالي – العرب والتربية والحضارة ، د.محمد جواد رضا ٢٩٨ .

١٠. [الذاريات : ٢١] .

١١. ينظر أصول علم النفس، د.احمد عزت راجح ٥١٦–٥١٩ ، علم النفس العام – فراير وآخرون ، ٢٦٦–٢٨٠ .

٢١. ينظر:أصول علم النفس، د.احمد عزت راجح ٥١٩–٥٢٠ .

١٣. ينظر : السينما والمسرح وأمراض النفس، د.أنيس فهمي اقلاديوس، مصر دار المعارف – ١٩٥٨ ص٥٩، أصول علم النفس، د.احمد عزت راجح ٥٢١، علم النفس، فراير وآخرون، ٣٠٣–٣٠٦

١٤. م.ن

١٥. ينظر : أصول علم النفس – د. احمد عزت راجح ٥٢٢– علم النفس العام، فرايز وآخرون ٣٥ – تربية المراهقين– محمد عبد الرحيم –دار الفكر ط١–٢٠٠ ص٣٧–١٧٨ .

١٦. ينظر : أصول علم النفس – د. احمد عزت راجح ٥٢٢– علم النفس العام، فرايز وآخرون ٣٥ – تربية المراهقين– محمد عبد الرحيم –دار الفكر ط١–٢٠٠ ص٣٧–٤١–٩٦–١٧٨ .

١٧. ينظر : إحياء علوم الدين– الغزالي– المنقذ من الضلال– الغزالي – العرب والتربية والحضارة– د.محمد جواد رضا ٢٨٩ .

١٨. ينظر : إحياء علوم الدين– الإمام الغزالي – المنقذ من الضلال– الغزالي، العرب والتربية والحضارة– د. محمد جواد رضا ٢٩٠–٢٩٣ .

١٩. ينظر : إحياء علوم الدين– الإمام الغزالي – المنقذ من الضلال– الغزالي، العرب والتربية والحضارة– د. محمد جواد رضا ٢٩٣ .

٢٠. ينظر : إحياء علوم الدين– الإمام الغزالي – المنقذ من الضلال– الغزالي، العرب والتربية والحضارة– د. محمد جواد رضا ٢٩٤ .

٢١. ينظر : أصول علم النفس – د. احمد عزت راجح ٥٠٨– علم النفس العام، فرايز وآخرون ١٩٣ – تربية المراهقين– محمد عبد الرحيم ٦٣–٨٧ .

٢٢. ينظر : أصول علم النفس – د. احمد عزت راجح ٥٠٨– علم النفس العام، فرايز وآخرون ٢١٨ – تربية المراهقين– محمد عبد الرحيم ٤١ .

٢٣. ينظر : أصول علم النفس – د. احمد عزت راجح ٥٠٥– علم النفس العام، فرايز وآخرون ٢٩٧ – تربية المراهقين– محمد عبد الرحيم ٢٣٨ .

٢٤. ينظر : السينما والمسرح وأمراض النفس، د.أنيس فهمي اقلاديوس، مصر دار المعارف – ١٩٥٨ ص٣١، أصول علم النفس، د.احمد عزت راجح ٥١٠–٥١٢ .

٢٥. ينظر : أصول علم النفس – د.احمد عزت راجح ٥١٢– ٥١٣.

٢٦. ينظر أصول علم النفس – د.احمد عزت راجح ٥١٢– ٥١٣ ، في النقد والأدب – إيليا الحاوي –دار الكتاب اللبناني – بيروت ط٤– ١٩٧٩ –٥٦/١ .

٢٧. ينظر أصول علم النفس – د.احمد عزت راجح ٥١٤ ، في النقد والأدب – إيليا الحاوي – دار الكتاب اللبناني – بيروت ط٤– ١٩٧٩ – ص٥٦ .

المصادر والمراجع

١. القران الكريم .
٢. إحياء علوم الدين – الغزالي – طبعة دار المعرفة – بيروت
٣. أصول علم النفس – د.احمد عزت راجح – المكتب المصري الحديث القاهرة – ط٩ ١٩٧٣ .
٤. تربية المراهقين – محمد عبد الرحيم عدس –دار الفكر للطباعة ط١-٢٠٠٠م .
٥. السينما والمسرح وأمراض النفس– د.أنيس اقلاديوس– مصر – دار المعارف – ١٩٥٨.
٦. الصحة النفسية– د.محمد مهدي محمود– د.عدنان محمد حسن، نجدت قاسم الصالحي– مطبعة آرام– بغداد ط٩– ٢٠٠٠ .
٧. العرب والتربية والحضارة–الاختيار الصعب– د.محمد جواد رضا، منشورات دار السلاسل– الكويت– ط٣– ١٩٨٧
٨. علم النفس العام – فرايز هنري– سباركس–ترجمة د.إبراهيم يوسف المنصور، مطبعة جامعة بغداد ،ط٣، ١٩٨١ .
٩. في النقد والأدب ، مقدمات جمالية عامة وقصائد محللة من العصر الجاهلي ، إيليا الحاوي – دار الكتاب اللبناني– بيروت ، ط٤، ١٩٧٩ .
١٠. المنقذ من الضلال ، الغزالي ، طبعة جميل صليبا، دار الأندلس – بيروت ١٩٦٧.