الفصل الأول

الإطار العام للبحث

الفصل الأول

الإطار العام للبحث

مقدمة :-

تعد الحياة الجامعية منطلق من المنطلقات التي تحدد ثقافات الشعب لان الطالب الجامعي يعد الصفوة لتلك المجتمعات لما له من دور كبير نحو تقدمها وهو أيضاً أداة للتنمية والتجديد ولتطورها وهم أيضاً عناصر مهمة في بناء الجامعة وأسس تطورها بما يخدم ذلك المجتمع .

لذلك نجد أن الواجب الملقي على عاتق المدربين والمدرسين في الجامعات مهم جدا نظراً للكم الهائل من التحديات التي تحيط بحياة الطالب من ظروف وضغوط لان الطالب ويقضي وقته في الكلية أكثر مما يقضيه بين أبناء أسرته وهنا قد تنشا مجموعة من العلاقات بين الطلاب قد تحدد نوع الرغبات والميول بشعر بها الطالب وتغير مجرى حياته لمنحى معين وقد يصاب الطالب وخاصة في المرحلة الأولى بنوع من الاغتراب النفسي وعدم التكيف مع المحيط الموجود فيه على عكس طلبة المراحل المتقدمة والذين قد أصبحت حياتهم تعتمد على وجودهم في الجامعة. مما يولد صراعات نفسية لي الانتقال من المرحلة الثانوية إلى الكلية له اثر كبير في إبراز هذه الصراعات بين الاحتياجات التي يشعر بها الطالب وبين تكيفه في المحيط الجديد.

لذلك يبز الدور الكبير للصحة النفسية وهو قدر الفرد على التكيف مع الحياة متأثرا وموثراً في بيئته وقادراً على التواؤم معها بما يخدم الكفاية والسعادة وهي ايضاً تكيف الفرد مع الآخرين والعيش بفعالية وتوافق الفرد مع نظم ومعاير ذلك المجتمع.

وبناء على ذلك تعلب الصحة النفسية ودوراً كبير في قدرة الطالب على ضبط النفس ومواجهات الأزمات النفسية التي قد تحدث بسبب عدم القدرة على التكيف الدراسي بسبب حالة اللاتوازن واللأتكامل بين الوظائف النفسية للفرد.

مشكلة البحث:-

الصحة النفسية لها تأثير في كل جانب من جوانب الحياة الإنسانية سواء انفعالية أو اجتماعية أو معرفية ، كما أن المرحلة الجامعية ذات أهمية من الناحية النمائيه بحيث أنها تتوافق مع بدايات المراهقة ومالها من تغيرات ربما توثر في حياة الفرد.

أن الانتقال من الوطن الذي يعيش فيه الفرد والذي يعتبر الوعاء الجامع للثقافة و العادات و التقاليد التي تربى عليها الفرد ، وبتالي فان الانتقال إلى مكان أخر بغرض تلقي العلم يجعل الفرد في حالة انتقال ربما يعاني ويواجه من المشكلات التي توثر في صحته النفسية وتحصيله الدراسي.

ويمكن تحديد مشكلة هذا البحث من خلال التساؤلات التالية :-

أسئلة البحث :-

1. ما هو مستوى الصحة النفسية لدى طلاب كلية التربية - قسم علم نفس – جامعة السودان للعلوم و التكنولوجيا ؟
2. ما علاقة الصحة النفسية بالتحصيل الدراسي لدى طلاب كلية التربية – قسم علم نفس – جامعة السودان للعلوم التكنولوجيا ؟
3. ما هي الفروق بين الذكور والإناث في مستوى الصحة النفسية لدى طلاب كلية التربية – قسم علم نفس –جامعة السودان للعلوم التكنولوجيا ؟

4. ما هي الفروق بين الذكور والإناث في مستوى التحصيل الدراسي لدى طلاب كلية التربية – قسم علم نفس – جامعة السودان للعلوم التكنولوجيا ؟
5. ما هي الفروق بين طلاب المستويات الأربعة في مستوى الصحة النفسية لدى طلاب كلية التربية – قسم علم نفس – جامعة السودان للعلوم التكنولوجيا ؟

أهمية البحث :-

1. يتناول هذا البحث مشكلة الصحة النفسية وكيفية تأثيرها على التحصيل الدراسي لدى طلاب كلية التربية – قسم علم نفس – جامعة السودان للعلوم التكنولوجيا.
2. قد تعين هذه الدراسة طلاب كلية التربية – قسم علم نفس – جامعة السودان للعلوم التكنولوجيا في اختيار التخصص الدراسي الذي يتناسب مع ميولهم وقدراتهم لتحقيق مستوى عالي من الصحة النفسية و التحصيل الدراسي.
3. قد تكون إضافة نظرية في مجال دراسات الصحة النفسية وعلاقاتها بالتحصيل الدراسي.
4. المقياس المصمم لهذه الدراسة قد يستخدم في قياس الصحة النفسية لدى طلاب كلية التربية – قسم علم نفس – جامعة السودان للعلوم التكنولوجيا.

أهداف البحث :-

يهدف هذا البحث إلى الأتي :-

1. التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى طلاب كلية التربية – قسم علم نفس – جامعة السودان للعلوم التكنولوجيا.
2. التعرف على مستوى التحصيل الدراسي لدى طلاب كلية التربية – قسم علم نفس – جامعة السودان للعلوم التكنولوجيا.

3. التعرف على العلاقة بين الصحة النفسية و التحصيل الدراسي لدى طلاب كلية التربية – قسم علم نفس – جامعة السودان للعلوم التكنولوجيا.
4. التعرف على الفروق في الصحة النفسية لطلاب كلية التربية – قسم علم نفس – جامعة السودان للعلوم التكنولوجيا تبعاً لمتغير المستوى الدراسي.
5. التعرف على الفروق في الصحة النفسية لطلاب كلية التربية – قسم علم نفس – جامعة السودان للعلوم التكنولوجيا تبعاً لمتغير النوع.

فروض البحث :-

1. يتميز طلاب كلية التربية – قسم علم نفس – جامعة السودان للعلوم التكنولوجيا بمستوى مرتفع من الصحة النفسية.
2. يتميز طلاب كلية التربية – قسم علم نفس – جامعة السودان للعلوم التكنولوجيا بمستوى مرتفع من التحصيل الدراسي.
3. توجد علاقة ارتباطيه طرديه بين الصحة النفسية ومستوى التحصيل الدراسي لدى طلاب كلية التربية – قسم علم نفس – جامعة السودان للعلوم التكنولوجيا.
4. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب المستوى الأربعة في مستوى التحصيل الدراسي لدى طلاب كلية التربية – قسم علم نفس – جامعة السودان للعلوم التكنولوجيا.

مصطلحات البحث :-

أ. الصحة النفسية :-

ليست الصحة النفسية هي مجرد خلو الجسم من المرض أو العاهات ، ولكنها حالة تتكامل فيها الشعور بالكفاية في الجوانب المدنية والنفسية والاجتماعية أو هي حالة

التوافق التام بين الوظائف البدنية والنفسية المختلفة ، والقدرة على مقابلة الصعوبات والمشاكل التي يواجهها الإنسان في تفاعله مع البيئة والإحساس الإيجابي بالسعادة والرضا. (سامي لطفي الأنصاي وأحلام حسن محمود 2007) .

ب. التحصيل الدراسي و الأكاديمي :-

هو المستوى الذي يصل إليه الطالب في كل المواد الدراسية المقررة ويقاس هذا المستوى بمجموع الدرجات التي يحصل عليها الطال في الامتحانات .

(يحي إسماعيل يحي 2014م) .

حدود البحث :-

أ. الحدود المكانية : جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا – كلية التربية – قسم علم النفس.

ب. الحدودالز مانية : 2018 م

الفصل الثاني

الإطار النظري للبحث

المبحث الأول

الصحة النفسية

تمهيد :

يعد موضوع الصحة النفسية من الموضوعات الحيوية ف علم النفس وقد نال اهتماما كبيرا في أبحاث المتخصصين ف العلوم النفسية والطبية والتربوية .كما انه مصدر اهتمام لجميع الأفراد على اختلاف مواقعهم سواء كانوا متخصصين أو مربيين فالإنسان يسعى في حياته إلي أن يحقق أعلى درجة من درجات الصحة النفسية وراحة البال والتكيف ،وتحقيق هذا الهدف ليس سهلا ولا يمكن بلوغه دائما ومن هذا المنطلق فان الصحة النفسية نسبية وكل فرد من أفراد المجتمع يواجه عددا من المشكلات أو الضغوطات أو الكدمات النفسية خلال حياته ،البعض منهم يتعامل معها ويحلها ويحقق التكيف , والبعض الأخر لا يستطيع ذلك فيقع في بحر الاضطرابات النفسية . كما ويعيش الإنسان عصرا ملئ بالتعقيدات والتغيرات السريعة والاضطرابات والضغوط النفسية والأمراض العقلية والانحرافات السلوكية مما يؤكد على أهمية موضوع الصحة النفسية وبأنها هامة لكل أفرد المجتمع (سامي محسن الختاتنة ،2012م،ص 13). يكافح الإنسان دوما منذ ولادته وحتى وفاته لإشباع حاجات استمرار بقائه ورفاهيته . ومن ضمن هذه الحاجات، الحاجات البيولوجية "الأكل والشرب والتزاوج لضمان استمرار البقاء" ، ومنها أيضا حاجات نفسية "كالأمن والحب " ,وكذلك حاجات اجتماعية كالرغبة في الانتماء إلي عائلة أو جماعة ، وأخر هذه الحاجات الانطلاق إلي تحقيق ما يريد تحقيقه . على ضوء هذا الكفاح المستمر لتحقيق حاجاته يمر الإنسان بعوائق وعقبات بسيطة أو شديدة تحول دون تحقيقها مما يسبب له الإحباط والقلق وبالتالي اختلال في توازنه النفسي ولكن قدرته علي تخطى هذه العوائق تتوقف

علي مرونة شخصيته في التكيف للأوضاع لتحقيق التوازن إما الإخفاق في إشباع الحاجات أو التعثر في تحقيقها لمدة طويلة فان ذلك يؤدي إلي اختلال توازنه النفسي وبالتالي سوء التكيف مما يؤدي إلي الانحراف في سلوكه . (عطا الله فؤاد ودلال سعد الدين ،2009-ص 7)

مفهـوم الصحـة النفسـية :-

ليست الصحة النفسية هي مجرد خلو الجسم من المرض والعاهات ولكنها حالة يتكامل فيها الشعور بالكفاية في الجوانب البدنية والنفسية والاجتماعية .

أو هي حالة التوافق التام بين الوظائف البدنية والنفسية المختلفة والقدرة علي مقابلة الصعوبات والمشاكل التي يواجهها الإنسان في تفاعله مع البيئة والإحساس الايجابي بالسعادة. وهذا التعريف للصحة يحظى بقدر من القبول والاستقرار في مختلف الأوساط حيث لا يقتصر مفهوم الصحة علي الجانب البدني فحسب بل يشمل الجانب النفسي كذلك ، فللمرض النفسي أسباب واقعية كالمرض الجسمي علي السوء .

إذا الصحة لا تعني فقط سلامة الجسم أو سلامة النفس كما أنها لا تعني فقط خلو الجسم والنفس من المرض ، ولكن الصحة هي الشعور الايجابي بالعافية والسعادة وبالقدرة علي تحقيق إمكانيات الفرد وممارسة تلك الإمكانيات دون عوائق . ومن هذا يتضح لنا أن الصحة النفسية لها مفهوم سلبي وأخر ايجابي.

وفيما يتعلق بالمفهوم السلبي :- فانه يرتبط بأعراض سوء التوافق أو الإمراض النفسية أو العقلية أو العضوية .

أما المفهوم الايجابي للصحة النفسية فيعني :- التواؤم مع النفس ومع متطلبات الحياة ف الجماعة . إذا للصحة النفسية مفاهيم ومعاني كثيرة ولذا سوف نعرض أكثر المفاهيم شيوعا للصحة النفسية :

الصحة النفسية تعني : قدرة الفرد علي التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه وهذا يؤدي به إلي التمتع بحياة خالية من التأزم والاضطراب مليئة بالتحمس ، ويعني هذا أن يرضى الفرد عن نفسه وان يتقبل ذاته كما يتقبل الآخرين .

الصحة النفسية تعني : تكيف الإفراد مع أنفسهم ومع العالم عموما مع حد أقصى من النجاح والرضا والسعادة والسلوك الاجتماعي السليم والقدرة علي مواجهة حقائق الحياة وقبولها . الصحة النفسية : حالة دائمة نسبيا يكون فيها الفرد متوافقا "نفسيا وانفعاليا واجتماعيا، إي مع نفسه ومع بيئته". ويشعر فيها بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين ويكون قادرا علي تحقيق ذاته واستغلال قدراتها ِمكانياته إلي أقصى حد ممكن ويكون قادرا علي مواجهة مطالب الحياة وتكون شخصيته متكاملة سوية ويكون سلوكه عاديا بحيث يعيش في سلامة وسلام .(سامية لطفي الأنصاري ، 2007م، ص12-11).

نسبية الصحة النفسية:

الصحة النفسية حالة إيجابية دائمة نسبيا والمقصود بالنسبية "إما أن تتحقق أو لا تتحقق " والمقصود بنسبيتها :

1- نسبية الصحة النفسية من فرد إلي أخر :- يختلف الأفراد في درجة صحتهم النفسية كما يختلفون من حيث الطول والوزن والذكاء فالصحة النفسية نسبية غير

مطلقة ،فلا يوجد شخص كامل في صحته النفسية ، فمن الممكن أن نجد بعض الجوانب السوية "الايجابية " لدى اشد الناس اضطرابا .

2- نسبية الصحة النفسية لدي الفرد الواحد من وقت إلي أخر :- فلا وجود للشخص الذي يشعر في كل لحظة من اللحظات في حياته بالسعادة والسرور. كما أن الفرد الذي يشعر بالتعاسة والحزن خلال سنين حياته كلها غير موجود أيضا . فالشخص يمر بمواقف سارة وأخرى ليست كذلك .

3- نسبية الصحة النفسية تبعا لمراحل النمو :- إن مفهوم السلوك السوي الذي يدل علي الصحة النفسية هو مفهوم نسبي أيضا مرتبط بمراحل النمو التي يمر بها الفرد .فقد يعد سلوك ما سويا في مرحلة عمرية معينة. مثل "رضاعة ثدي الأم حتى الثانية ولكنه غير سوي إذا حدث حتى الخامسة ".

4-نسبية الصحة النفسية تبعا لتغير الزمن :- فالسلوك السوي الذي يدل علي الصحة النفسية يعتمد علي الزمان أو الحقبة التي حدث فيه هذا السلوك . فالحكم علي السلوك الدال علي الصحة النفسية يختلف إذا عبر العصور والأزمان .

5- نسبية الصحة النفسية تبعا لتغير المجتمعات :- لان السلوك الذي يدل علي الصحة النفسية يختلف باختلاف عادات وتقاليد وثقافات المجتمعات . إذا أن الحكم علي الصحة النفسية يختلف تبعا لعوامل "الزمان والمكان و والمجتمعات ومراحل النمو عند الإنسان .(اشرف محمد عبد الغنى شدين ، 2002م ، ص 19 - 15).

تعريف علم الصحة النفسية :- هو الدراسة العلمية لعملية التوافق النفسي وما يؤدي إليها وما يحققها وما يعوقها وما يحدث من مشكلات واضطرابات وأمراض نفسية

ودراسة أسبابها وتشخيصها وعلاجها والوقاية منها.(سامية لطفي الأنصاري ، 2007م ، ص 10).

أهداف علم الصحة النفسية :- تتمثل أهداف علم الصحة النفسية في هدف واحد رئيسي ألا وهو "الوقاية " . الوقاية تعني تجنب نشوء المرض "انتشار الأمراض النفسية علي شكل وباء ".

للوقاية أشكال ثلاثة :-

1- الوقاية من الدرجة الأولى : "الوقاية الأولية " وتعني كل الإجراءات التي تهدف للحيلولة دون حدوث المرض أو الاضطراب أصلا .

2- الوقاية من الدرجة الثانية : "الوقاية الثانوية" وتتوجه إجراءات الوقاية من الدرجة الثانية إلي الفئات التي تعاني من شكل من أشكال الأمراض والاضطرابات النفسية والاجتماعية ، إما بهدف الشفاء أو التخفيف من التأثيرات الضارة للمرض .

3- الوقاية من الدرجة الثالثة :"إعادة تأهيل " توجد أشكال مختلفة من الأمراض والاضطرابات النفسية التي يصعب شفاءها لأسباب كثيرة بحيث تكون هذه الأمراض مزمنة.(سامي محسن الختاتنة ، 2012م ، ص40-36).

مفاهيم أساسيه في الصحة النفسية :-

1- الكبت: هو استبعاد الدوافع المؤلمة والمخيفة التي تثير في نفوسنا الشعور بالذنب أو الحزن أو النقص أوالقلق وا ٍكراهها علي التراجع والبغاء في ذلك الجانب الخلفي المظلم من النفس والذي يسمي " اللاشعور" أو العقل الباطن فمن الدوافع ما يؤذي نفوسنا أو يجرح كبريأنا أو يسبب لنا الألم والضيق لو ظل ماثلا في

شعورنا كشعورنا بالنقص من عيب فينا أو رغبتنا في الانتقام من صديق أو شعورنا بالذنب من جرائم أتيناها أو ارتبنا في شخص نثق فيه أو ميلنا الجنسي إلي بعض محارمنا أو خوفنا من الفشل أو غيرتنا من منافس .

2-الإحباط :

كل فرد لابد من يتعرض لعدد من العوامل الإحباطية الهينة أو الشديدة ذلك انه قل أن توجد بيئة تتفق ورغبات الفرد بدرجة تعفيه من التعرض لأي عامل إحباطي في داخله .

المجتمع الذي يوجد فيه الإنسان يتطلب منه إحباطا لدوافعه بما يفرضه عليه من حدود وقيود والطفل منذ نشأته عليه أن يخضع لحدود الزمان والمكان وعليه كذلك أن يخضع لأسلوب الأسرة في الحياة أن يأكل في ميعاد خاص وفي مكان خاص كما يتعرض الطفل للإحباط وكذلك الراشد يتعرض للإحباط .

والظروف الاقتصادية تقف عائقا في سبيل تحقيق كثير من أهداف الإنسان فقد تحول الظروف المالية للإنسان دونه اقتناء ما يرد من أشاء أو تمنعه من القيام برحله أو غير ذلك هذه كلها مواقف احباطيه مستمده في حياتنا أليوميه .

3_الصراع :

الصراع بمعناه العام هو تعارض قوتين إحداهما دافعه والاخري مانعه والصراع قانون من قوانين الحياة الأساسية والكائنات الحية تتصارع من اجل البغاء والقوة في صراع مع الضعف والرجل في صراع مع المرأة بل إن تاريخ الإنسانية جميعا ليس إلا مظهرا من مظاهر هذا الصراع الموصول.

4- القلق :

القلق حاله من الخوف والغامض و الشديد الذي يمتلك الإنسان ويسبب له كثير من الكدر والضيق والألم .

والشخص القلق يتوقع الشر دائما ويبدو دائما متشائما وهو يتشكك في كل ما يحيط به ويخشى أن يصيبه منه ضرر والقلق يتربص بالفر ويتعلق بأي فكره أو أي أمر من أمور الحياة اليومية 5- الأزمة النفسية :

حاله انفعاليه مؤلمه تنشأ من إحباط دافع أو أكثر من الدوافع القوية الفكرية المكتسبة .

5- وصيد الإحباط :

يطلق اصطلاح وصيد الإحباط علي قدرة الفرد علي احتمال الإحباط دون أن يلجأ لأساليب

ملتوية غير ملائمة لحل مشكلته أي استعادة توازنه النفسي .

الوصيد المرتفع من أهم علامات الصحة النفسية السليمة وقوة الأنا .

" سامية لطفي الأنصاري 2007م -ص 113-129 "

تعريفات :-

مفهوم الصحة :-

إنها حالة التوازن النسبي لوظائف الجسم وتنتج هذه الحالة من التوازن من تكيف الجسم مع العوامل الضارة التي يتعرض لها، وتكيف الجسم عملية إيجابية تقوم بها قوى الجسم للمحافظة علي توازنه (سامية لطفي الأنصاري-وسيد محمود الطواب 2007)

أما منظمة الصحة العالمية "-:"WHO

الصحة حالة السلامة والكفاية الجسمية والنفسية والاجتماعية وليست فقط مجرد الخلو من الأمراض أو العجز .

(سامية لطفي الأنصاري-وسيد محمود الطواب)

الصحة النفسية :-

1-التعريف وفق المنظور الإسلامي للصحة النفسية : هي وجود حالة من التعادل والتوازن بين سائر القوى والدوافع الجسدية والنفسية والروحية .

(القبانجي-2002م-ص13) (سامية لطفي الأنصاري-وسيد محمود الطواب)

2-تعريف منظمة الصحة العالمية """"WHOهي حاله من الراحة الجسمية والنفسية والاجتماعية وليست مجرد عدم وجود المرض . (سامية لطفي الأنصاري-وسيد محمود الطواب).

لمحة تاريخية عن نشأة الصحة النفسية :-

أن الأمراض النفسية والعقلية قديمه قدم الإنسانية ولقد مره تطور الصحة النفسية بتاريخ طويل يرجع إلي حوالي "500"آلاف سنه ، ومن المفيد أن نلقي نظره تاريخية لتطور الصحة النفسية عبر العصور :

أ-العصور القديمة : توجد الجذور التاريخية للصحة النفسية والأمراض النفسية في الحضارة المصرية والحضارة البابلية والحضارة الصينية والسومرية والحضارة الهندية منذ "3000سنه.ق.م" كان الاعتقاد السائد أن الأمراض النفسية والعقلية ترجع إلي قوى خارجية وان سببها "مس الجن"وتأثير الأرواح الشريرة ، لذلك كان المريض يعاني أفكار بدائية وعلاج بدائي ، لازال في وقتنا الحاضر في بعض المجتمعات البدائية والطبقات المحدودة الثقافة ، انبثق عن هذا الاعتقاد محاولات علاجية بدائية مثل : "عملية تربنه الجمجمة"أي إحداث ثقب بها حتى يخرج من الروح الشريرة كما ادعي السحرة والعرافون.

ب- العصور الوسطى : حدثت نكسة عبر العصور الوسطى ،وعاد الفكر الخرافي وانتشرت الشعوذة وساد الدجل مرة أخري وعادت فكرة تملك الجن والأرواح الشريرة لجسم المريض وتعتبر العصور الوسطي عصور مظلمة بالنسبة للعلاج النفسي . وقام رجال الدين بمحاولات علاجية تحت اسم "العلاج الديني" أو"العلاج الأخلاقي" وكان العلاج يتكون من بعض الأعشاب ومياه الآبار "المباركة"والتعويذات والأناشيد بقصد طرد الشيطان والجان ، وكذلك كانوا يربطون المريض بالسلاسل وتجويعه وضربة بالسياط يدعون أن هذه الطريقة تعين الذاكرة وتفتح شهيه المريض .

ج- العصر الحديث : وهذا عصر النهضة العلمية ومنذ أن قامت الثورة فرنسية سنه "1789م" أشرقت نور جديد علي طريق الإصلاح وأعيد النظر في الأفكار التقليدية وتغيرت النظرة إلي المريض العقلي كمرض مثله مثل إي مرض جسمي أخر . وبدأ الاهتمام بالنظرة الإنسانية للمرضى العقليين واجتمعت المستشفيات وتحسنت بيئتها من حيث الرعاية والعلاج ورفعت عنهم السلاسل وتحرروا من الزنزانات في فرنسا وألمانيا و أميركا وأتيحت لهم فرصه التنزه والترفيه والعمل ،وتحسنت معاملتهم في المجتمع . وفي بداية القرن التاسع عشر -تحسنت الحالة وظهرت أول مجلة علمية تختص بالأمراض النفسية "5:19" وبدأ تدريس الأمراض العقلية والنفسية علي شكل محاضرات ودرست كثير من الأمراض النفسية وتحديدها ومعرفة أسبابها وعلاجها مثل :الهوس والاكتئاب والفصام ...الخ ، كذلك ظهور النظريات التي فسرت الأمراض النفسية مثل : نظرية التحليل النفسي - والنظرية السلوكية وغيرها . أما الوضع الحالي فقد ازداد الاهتمام بالصحة النفسية وظهور ثورة العلاج الجسمي بالصدمات والأدوية والجراحة بحيث يشمل العلاج النواحي النفسية والطبية والاجتماعية وبناء المستشفيات والعبارات النفسية وتطور الدراسات والبحوث النفسية .ّزهران -1977"

(محمود كاظم محمود التميمي. 2013م-1434هـ ص 23،24،25)

مؤشرات مقترحة للصحة النفسية :-

أ-الجانب الروحي : الإيمان بالله - أداء العبادات - القبول بقضاء الله وقدرة - الإحساس الدائم بالقرب من الله - إشباع الحاجات بالحلال - المداومة علي ذكر الله .

ب- الجانب النفسي : الصدق مع النفس - سلامه الصدر من الحقد والحسد والكرة وقبول الذات - القدرة علي تحمل الإحباط - القدرة علي تحمل القلق - الابتعاد يؤذي النفس " الكبرياء- الغرور - الإسراف - الكسل - التشاؤم " التمسك بالمبادئ المشروعة - الاتزان الانفعالي - سعة الصدر - التلقائية - السيطرة وضبط النفس .

ج- الجانب الاجتماعي : حب الوالدين - حب شريكه الحياة - حب الأولاد - مساعدة المحتاجين - الأمانة - الجرأة في قول الحق - الابتعاد عما يؤذي الناس " الكذب ، الغش، السرقة،

الزنا ، القتل ، شهادة الزور ، أكل مال اليتيم ، الفتن ، الحقد ، الحسد ، الغيبة ، النميمة " الصدق مع الآخرين - حب العمل - تحمل المسؤولية الاجتماعية .

د- الجانب البيولوجي : سلامة الجسم من الأمراض - سلامته من العيوب الخلقية - تكوين مفهوم موجب للجسم - العناية الصحية بالجسم و عدم تكليفه إلا في حدود طاقته .(وداد الموصلي وحسن عبد الغني محمود -2007م -ص 60،61).

أهمية الصحة النفسية :-

1- أهمية الصحة النفسية للإنسان :

1- تساعده علي حياة خالية من التوترات والصراعات وبما يؤدي إلي الشعور بالطمأنينة والراحة .

2- وتزيد من قدرته علي مواجهة الشدائد والآمات والإحباط والتعامل معها بكفاءة بدلا من الهروب منها .

3- المساعدة في زيادة نشاط الفرد وقدرته علي الإنتاج .

4- تساعد علي اتخاذ القرارات المناسبة بسهولة .

5- تبعده عن التناقضات في سلوكه .

6- تساهم في قدرة الإنسان علي السيطرة علي انفعالاته ورغباته بما يحقق توازن وسلوك مقبول .

7- عامل مهم في الوقاية من الأمراض النفسية والجسمية .

2- أهمية الصحة النفسية للمجتمع :-

1- الصحة النفسية عنصر مهم في تحقيق التكيف الاجتماعي .

2- تساعد في قدرة الفرد علي قبول الواقع بعلاقاته مع المحيط .

3- تساهم في زيادة إنتاج المجتمع .

4- تساهم بشكل إيجابي في الحياة الاجتماعية بجوانبها المختلفة كالعلم والصحة والاقتصاد والسياسة ، فكلما كان العاملون في المجالات متمتعين بصحة نفسية كان الأداء إيجابي .

5- المساهمة في بناء اسري مستقر الذي هو أساس البناء الاجتماعي .

"الصحة النفسية .وداد الموصلي وحسن عبد الغني محمود - 2007م -ص21'22"

معايير الصحة النفسية "السواء والاستواء ":

1-المعيار الإحصائي :-

يعتمد هذا الأسلوب الإحصائي علي أساس ما تلاحظه من أننا إذا قمنا بقياس صفة من الصفات التي نصف الإفراد سواء من الجانب الجنسي أو الجانب العقلي أو الانفعالي ورسمنا العلاقة بين درجات هؤلاء الأفراد وأعداد كل من حصلوا على هذا الدرجات فإننا سنجد أن الدرجات تميل الي توزيع معين بحيث المنحنى وعلى هذا الأساس يمكن أن تقدر بان هؤلاء الذين يحصلون علي درجات متوسطة يمثلون غالبية الأفراد أو العاديين بالمعنى الإحصائي وتقدر نسبة هولاء الناس_68%وكلما اتجهنا نحو طرفي المنحنى ازداد انحراف الدرجات وقل عدد الأفراد الذين يحصلون على هذه الدرجات. هذه الصور تختلف في القياس النفسي أن لم ترى في القياس يصبح الرقم الذي نخرج به مضللا ، ولا معنى له والقياس النفسي قياس غير مباشر . يرى" شرقاوي " أن من اخذ بهذا المعيار يرى أن الشخص غير سوى هو الذي ينحرف ويبعد كثيرا عن المتوسط . إلا أن هذا المعيار قوبل بعديد من الانتقاء لتحديد السواء والاستواء ومنها:

أ- أن مصطلح العادي أو ما يقلب حدوثه ويكثر توارده لا معنى له إلا ف إطار اجتماعي معين.

ب- المعيار الإحصائي يعتبر البعيدين عن المتوسط شواذ .

2- المعيار الاجتماعي :-

يذهب أصحاب هذا المعيار الي أن المجتمع كما يرونه يضم مجموعة من العادات والتقاليد والأفكار التي تسود سلوك الأفراد الذين يتألف منهم ، إذا خرجوا عن المعيار اعتبروا سلوكهم شاذ . يرى" زهران" أن المعيار الاجتماعي يحدد كل ما يجب أن يكون ما لا يجب أن يكون في سلوك الجماعة ، ومثل هذه المعايير من شأنها أن تحدد تسهل سلوك الفرد تتماشى مع ما ترتضيه الجماعة أو المجتمع ككل تختلف معايير اجتماعيه باختلاف ثقافات الجماعات وهي تنمو وتتطور، فيها المعايير الاجتماعية تتجدد السلوك المتوقع في المواقف الاجتماعية وهو عادتا ما يكون السلوك المثالي ؛تتوقع الجماعة من كل الاتزان بمعايير (سامي محسن الختاتنة 2012 ص 55- 47).

3-المعيار المثالي:

يعتبر السوية هيا المثالية والكمال أو يقرب معناه اللاسوي وهي الانحراف علي النل الأعلى إي الكمال .

ويري(جلال) أن الشذوذ وفقا لهذا المعيار هو الانحراف من المثل الأعلى والمعيار الذي يقاس به مدي الانحراف أو الشذوذ هو مدي اقتراب الفرد هو شخص كامل في كل شئ الي أن صفه الكمال لا تتوفر إلا قليله من بل نادرا ما نجد في مجتمعاتنا من تتوفر فيه هذه الصفة هذا من عيوب المعيار المثالي نظرا لعوامل الضعف المختلفة

التي تتكاثر علي الفرد وتؤثر في سلامة تكيفه . (سامي محسن الختاتنة ، 2012م ،ص 55-47).

4-المعيار الطبيعي :

السواء من وجهة نظر المعتمدين على هذا المعيار يكون في العمل وفق ما تقتضيه الطبيعة أما الشذوذ فيكون عند الإنسان في العمل المتناقض والطبيعة أو إنحراف بالغ في سلوك ما عن طبيعته الأصلية ويفترض هذا الإتجاه أن في الطبيعة كمالاً من حيث الأصل وكل حيوان له نوع من الغرائز تلبي هذه الغرائز بأنماط السلوك وفق خط الطبيعة . (ابراهيم سالم الصيخان ، 2014).

5-المعيار الذاتي :

يعتمد المعيار الذاتي على الأطر المرجعية للأفراد فنحن غالباً نبني أحكامنا على ملاحظاتنا للسلوك نفسه بالسلوك السوي أو غير السوى انطلاقاً من أفكارنا وآراءنا الذاتية ، هذا يعني أننا نحكم ذاتياً وكيانياً الذي لدينا والسلوك السوي في نظرنا هو ما يتلاءم مع ما ترغبه وما نعتقد أنه صحيح . (ابراهيم سالم الصيخان ، 2014).

مشكلات الصحة النفسية:-

ترتبط المشكلات النفسية ارتباطا وثيقا بجوانب نمو الفرد وعليه نحن نتساءل ماهية هذه المشكلات وما مدى ارتباطها بجوانب نمو الفرد.؟ للإجابة علي هذا السؤال يمكن تصنيف المشكلات النفسية في الآتي :-

1-جوانب النمو الجسمية ويرتبط بها بعض المشكلات النفسية مثل اضطرابات النوم وا ٍضطربات الإخراج , اضطرابات الغذاء , اضطرابات الكلام .

2-جوانب النمو الانفعالية وترتبط بها بعض المشكلات وهي العدوان والغيرة - المخاوف المرضية مص الأصابع وقرض الأظافر .

3-جوانب النمو العقلية ويرتبط بها بعض المشكلات مثل الضعف العقلي والتأخر الدراسي .

4-جوانب النمو الاجتماعية ويرتبط بها بعض المشكلات مثل الكذب السر قه جناح الأحداث .

*خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية هي:-

1- مدى استمتاع الفرد بعلاقاته الاجتماعية وقدرته علي إنشاء هذه العلاقات مع أفراد أسرته ومع الآخرين .

2-مدي تقبل الفرد للحقائق المتعلقة بعلاقاته وقدراته واستعداداته الشخصية ما يستطيعه وما لا يستطيعه .

3- مدى نجاح الفرد في عمله ورضاه عنه .

4- إقبال الفرد علي الحياة بوجه عام وحماسيته وايجابيته نحوها .
5- شعور الفرد بكفاءته وقدرته تجاه مواقف الحياة وممارساتها المعتادة ومواجهة احباطاتها وبعض ظروفها .

6- الشجاعة الأدبية وقدرة الفرد علي تحمل مسؤولية وما يتصد لها من خلال قراراته وتصرفاته .

7. ثبات اتجاهات الفرد ومواقفه كما يراها الآخرين .

8- قدرة الفرد علي إشباع حاجاته البيولوجية النفسية أرضا مناسبا وعلي تحقيق التوازن والانسجام بين دوافعه المختلفة .

9- اتساع المجال النفسي للفرد واهتمامه والمتوازن بشتى الممارسات المعرفية العلمية الترويحية الاجتماعية .

10- وجود فلسفه رصينة متكاملة توجه تصرفات الفرد وتحدد وجهه نظره وموافقة من الأمور المختلفة وتحقيق الانسجام المتكامل لشخصيته .

(محمود عبد الحليم ومنسي و آخرون -"2007" "ص" 339"ص-24-25)

مناهج الصحة النفسية :-

يوجد ثلاثة مناهج :

1. المنهج الإنساني :- ويهدف الي مساعدة الفرد علي النمو السليم وتحقيق التوافق في مختلف المواقف والظروف التي يمر بها وذلك من خلال .التعرف علي قدراته وا ٍمكاناته وتوجيها بطريقة سليمة .

2. المنهج الوقائي : يهدف الي مساعدة الأفراد الأسوياء علي تحقيق السوي بشتى جوانبه و مساعدتهم علي الوقاية من اضطرابات السلوك والإدمان النفسي أي يهدف الي محاولة منع حدوث المرض.

3. المنهج العلاجي :-يهدف الي مساعدة الإفراد الذين يعانون من أمراض نفسيه وعقليه بعد تحديد نوع المرض ،تستخدم طرق العلاج النفسي المناسب والتي تشمل أساليب العلاج المختلفة .(محمود عبد الحليم منسي وآخرون 2007).

النظريات المفسرة للصحة النفسية:-

1-نظرية التحليل النفسي: يري فرويد أن الجهاز النفسي يسعي الي تحقيق حالة من الاتزان ومستوي منخفض من الاستثارة.

فإذا تعرض الفرد الي مثير داخلي أو خارجي فان حالة الاستثارة التي يشعر بها الفرد تدفعه الي القيام بنشاط جسمي أو عقلي معين لكي يتخلص من هذه الحالة ويعود الي حالته الأولي قبل تعرضه للمثير.

ويري أيضا إن حالة عدم الاتزان والاستثارة الناشئة عنه يضايق الفرد ويجعله يشعر بحالة من الضيق والتوتر، وان نشاط الفرد من اجل تخفيض مستوي الاستثارة هي حالة سارة فالفرد لابد أن يكون في سبيل إطفاء مصدر الاستثارة إذ كلما زادت لديه الاستثارة قابلها زيادة في معدلات عدم الاتزان فيشر الفرد بالضيق والتوتر وعدم الرضا.

وكلما انخفضت حالات الاستثارة ازدادت معدلات الاتزان فيشر الفرد بالارتياح والاستقرار النفسي وهذا الأمر مرهون بما يبذله الفرد من نشاط لكي يحقق لنفسه أهدافه وحاجاته ويعيد اتزانه الانفعالي الي تحقيق لنفسه مستوي جيد من الصحة النفسية فلاتزان ليس ثابتا مطلقا والنشاط يفسر الاتزان وعدمه (الخالدي،2001،ص94).

يعتقد فرويد أن الفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية والشخصية المتوافقة مرهونة بقوة (الأنا)وتوظيفها في الدفاع عن الشخصية والعمل علي إحداث التوازن بين الهو التي تتطلب الإشباع والانا الاعلي الذي التي تعارض الإشباع إلا في الظروف وظل الإطار الاجتماعي فإذا فشلت الأنا (ego)في الوظيفة بخاصة في إحداث التوازن بين الهو والانا و الأنا الاعلي فإن الفرد يكون معرضا لسوء التوافق (الشاذلي ،2001،ص89).

ويرى فرويد أيضا أن الفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية هو الفرد القادر علي ضبط غرائزه ودوافعه البدائية عندما لا تسمح القيم المثالية بعزلة عن الواقع وهو عند إشباع دوافعه وتحقق مستوي معين من تطلعاته المثالية فانه لا يبالغ عن الآليات الدفاعية اللاشعورية وتكون وسائل واقعية وهو علي كامل الوعي التام بأدائهلوا بعاد هذا الأداء .

(محمد كاظم محمود التميمي،2013،ص85-86).

2- النظريات النفسية الاجتماعية:-

في أواخر القرن التاسع عشر بدأ علم الاجتماع وعلم الأنثرولوجيا في الظهور كمعلمين مستقبليين وقد وجد الباحثون في هذين المجالين أن الأفراد لديهم القابلية علي الشكل والتطبع الي حد كبير وا ٍن الإنسان هو نتاج المجتمع الذي يعيش فيه الأفراد الذي يعيش فيه وشخصيته الاجتماعية أكثر منه بيولوجيا وبالتدريج بدأت المبادئ الاجتماعية و الحضارية الجديدة في للتسرب الي علم النفس ومدرسة التحليل النفسي للتحقق من تبنيها للأسس الفطريةوا ٍعادة صياغة نظرية التحليل النفسي وفقا لاتجاه الجديد من العلوم الاجتماعية ومن أبرزها منظري هذا الاتجاه الجديد:[بونج ، الفريد ادلر ، اديك فروم ، كارين هورني ، سولفيان ، اريكسون] وقد ابتعد كل منهم عن التفكير الفويدي الكلاسيكي الذي يركز بالأساس علي الدوافع والغرائز الفطرية والتكوينية .

ويري أصحاب هذا الاتجاه إن الاضطرابات النفسية مرتبطة أساسا بظروف النظرة الاجتماعية والاقتصادية وكذلك بظروف ومحتوي عملية التنشئة الاجتماعية بالفقر والتفكك الأسريوا ٍهمال الطفل أو رفضه والضغوطات الاجتماعية والتفاوت الحاد بين الطبقات الاجتماعية هي المسؤلة عما يعانيه الفرد من اضطرابات مما ينعكس سلبا علي صحته النفسية(عبد الغفار،1977، ص276).

أكد (ادلر) علي العوامل الاجتماعية لما لها من دور في حياة الفرد وان السعادة للإنسان ونجاحه مرتبطان باهتماماته الاجتماعية وهذا يعني بالسعادة الاجتماعية وليست السعادة الفردية ويعتقد بان غياب الشعور بالانتماء للمجتمع عند الفرد يقوده الي المرض النفسي وان أهداف العلاج الفردي عنده هو الاهتمام الاجتماعي وان

إحساس الفرد بالغربة في مجتمعه هو سبب المرض النفسي ويؤكد علي أهمية العلاقات الاجتماعية بين الناس والحب والعمل والإنتاج وتحمل المسؤولية(العزه وعبد الهادي،1999،ص30).

ويري (ادلر) أيضا إن الفرد يتجه نحو تحقيق الرغبات محدودة تمثل في التخلص من النقص والسعي نحو الكمال الذي يجعل الإنسان يشعر بالسعادة والطمأنينة وان شعور الإنسان بالنقص يدفعه للتسامي . (العبيدي وداود،1990 ،ص173).

ركزت (كارين هوني)علي الخصائص المتعلمة للسلوك المضطرب المكتسب من الأسرة والثقافة الاجتماعية للفرد وأكدت أيضا علي علاقة الأسرية داخل الأسرة في سنوات الطفولة وتشير الي إن السلوك الإنساني يقيد أكثر في سن النضج نتيجة لعلاقات الفرد مع الآخرين وركزت علي الحاضر والماضي ولقد أكدت هوني بان السلوك الإنساني قابل للتغير وانه يحاول أن يحقق لنفسه الأمان والرضا(محمود كاظم محمود التميمي،2013).

*** إن النظريات النفسية الاجتماعية تؤكد علي:**

1-إن الإنسان ليس قلقا بطبيعته ولكن بنشار القلق بفعل الظروف الاجتماعية العائقة تولد القلق،فالفرد الذي ينشأ في ظل مجتمع تتنافس تشجع فيه البطالة والجرائم يكتسب القلق إما المجتمع إما الأمن يؤدي الي شعورها بالأمن يؤدي الي شعوره بالأمان وعدم الشعور بالقلق.

2- إن الإنسان ليس عدوانيا بالطبيعة ولكن العدوان ينمو نتيجة الاحباطات التي تواجههوا إذا كان مصدر الإحباط قوي فقد يلجأ الفرد للانسحاب أو الخضوع.

3- إن الإنسان يعي تصرفاته جيدا،النظريات النفسية الاجتماعية لم يؤكد علي الدوافع اللاشعورية.

4- إن الشخصية السوية والشاذة تتشكل بالمؤثرات الاجتماعية ولم تهمل النظريات النفسية الاجتماعية دور العوامل البيولوجية.(محمود كاظم محمود التميمي،2013،ص86-87).

3- النظريات السلوكية:-

المدرسة السلوكية تعد التعليم المحور الرئيسي، إذ تتكون الارتباطات بين المؤثرات واستجابات،لذا فإن الصحة النفسية تمثل اكتساب الفرد عادات مناسبة وفعالة تساعده علي التعاون مع الآخرين في مواجهة المواقف التي تحتاج الي اتخاذ القرارات فنجاح اللانسان في توافقه مع جسمه ونفسه ومجتمعه هو المعيار الدال علي أن الفرد يتمتع بصحة نفسية .

تري المدرسة السلوكية أن هنالك بعض المواقف إذا صادفها الفرد تضطرب صحته النفسية وعليه إذا لم يصادف مثل هذه المواقف تتأثر صحته النفسية وهي:-

أ- فشل الفرد في اكتساب سلوكيات ناجحة تساعده علي التوافق مع نفسيه ومع بيئته.

ب- نجاح الفرد في اكتساب سلوكيات ضارة مرفوضة من قبل المجتمع مهدده لتوافقه السوي.

ج- تعرض الفرد لمثير ما يخلق لديه حالة من التوقع والشك والخوف من المستقبل .

د- معايشته للصراع النفسي الناتج من وضعة في مواقف الاختبار.

وعليه فإن الصحة النفسية للفرد سوية كانت أم غير سويه هي نتاج لعمليه التعليم والتنشئة التي تفرض لها مضافا لظروف البيئة التي تحاول دون إحساس الفرد بالأمان المستقبلي أو تضعه في مواقف الاختبار ذي حدود البدائل المحدودة.

يري (بافلوف) إن اضطراب الصحة النفسية ينشا بسبب أخطاء في تاريخ التعلم الشرطي للفرد، حيث يري أن نمو الشخصية وتطورها يعتمد علي عمليات التمرين والتعود في الصغر،والسلوك غير السوي هو تعبير عن خطاء مزمن في عمليات الارتباط بين مثير والاستجابة ،ونتيجة لخطاء في عملية التدريب في العز مما يعطي الدماغ حالة مزمنة من الاضطراب الوظيفي في العمل.

يري (سكنر)إن المهارات الاجتماعية وأنماط السلوكية المنخفضة تنمو وتتطور بفعل التعزيز الذي يحدث أثناء عمليه التنشئة الاجتماعية وعندما لا تنمو هذه المهارات والأنماط بسبب التعزيز غير الملائم ،فالفرد يستجيب الي المواقف الاجتماعية بطريقة غير سليمة. (محمود كاظم محمود التميمي،88،2013-89).

4-النظرية الإنسانية :-

تري النظرية إن الإنسان في حالة من النشاط والنمو المستمر وهو دائما ما يسعى الي الأفضل فهو يستطيع أن يحقق إنسانيته ولذلك ظهرت مصطلحات ارتبطت بالصحة النفسية مثل تحقيق الذات والعطاء والتلقائية والإبداع وان الإنسان حر بما يناسبه من أوجه النشاط في تحقيق اتزانه الانفعالي وضمن حدود معينة مما يساعد علي ظهور مصطلحات أخري في مجال الصحة النفسية مثل الإرادة والقوة الإرادة.

وان الصحة النفسية وفقا للمدرسة الإنسانية هو تحقيق الفرد الإنسانية تحقيقا كاملا وهذا لا يأتي إلا بممارسة حريته وان يدرك مداها وحدودها ويتحمل مسؤوليتها ويكون قادرا علي التعاطف مع الآخرين وكذالك حبهم ملتزما بقيم عليا مثل الحق والخير والجمال وان تشبع حاجاته الفسيولوجية والنفسيةوا إشباعا متزنا.

يري (ماسلو) إن الشخص الذي يتمتع بصحة نفسية هو فرد حظي بإشباع حاجاته الأساسية وحقق لذاته وفق رأي ماسلو هو فرد أنجز مستوي عالي من التوافق ويستطيع أن يصدر أحكاما جديدة ويتملك القدرة علي النمو الشخصي ومثل هؤلاء الأشخاص يحصلون علي المصدر الرئيسي للرضا من خلال نموه وتطورهم الفردي كما أنهم لا يعانون من تهديد وقلق وصراعات وتوتر.

ويؤكد (روجرز) إن الفرد يتلقي تقديرا ايجابيا مستمرا وغير مشروط من لديه شخصيه سليمة ويشعر بصحة نفسيه فإذا الحس الطفل بالحب دائما من الآخرين حتى إذا لم يكن بعض سلوكه مقبولا به فإذا الطفل سيبقي اختبار غير مشروط للذات وهذه الظروف ستؤدي الي نمو شخصيته سلميه لأنه إذ لم ينشأ شروط التقدير فإن التقييم الذاتي للإنسان وحاجاته الي الاعتذار والاحترام تقدير السلوك الايجابي من الآخرين وتتفق كلها مع بعضها البعض أي تكون متسقة ويعتقد روجرز إن السلوك الذي تجلبه الايجابية للفرد لن يكون مشبعا من الناحية الشخصية وبصورة عامة فإن النظرية الإنسانية تري إن التوافق يمكن تفسيره علي وفق اتجاهات النمو عند الأفراد وان التوافق السوي عمليه مستمرة طول الحياة ترجع الي ما يسمي بتحقيق الذات .

(محمود كاظم التميمي، 2013-ص90-91).

5- النظريات المعرفية:

تري النظرية المعرفية إن التوافق يعتمد علي الطريقة التي يفسر -فيها الأفراد الحوادث في البيئة وكيف يقيمون هذه الحوادث وان الذي لديه توافق هو الفرد الذي يفسر الخبرات المهددة بطريقة تمكنه علي المحافظة علي صحته النفسية من خلال استخدام المهارات المناسبة في حل المشكلات.

أما الفرد الذي لا يتمتع بصحة نفسية فيشعر بالعجز من الاستجابات عالية لمطالب البيئة ويستخدم استراتيجيات غير مناسبة في مواجهة الضغوط النفسية التي تواجهه .

يري (بيك) إن الفرد يستجيب للخبرات بشكل مختلف غير واقعي فإذا كانت استجاباتنا وفقا لتعريفات لا للواقع الحقيقي إذن الانفعال سيأتي تبعا للوهم والتحريف وليس تبعا للحقيقة.

ويري أيضا أن الاكتئاب هو أسلوب الفرد في التعبير فالفرد المكتئب هو شخص متشائم يعاني من تحيز إدراكي نحو الأبعاد السلبية في التغيرات والتفكير،الاكتئاب هو نتاج خلل في البيئة المعرفية وهذا المعني تعبير عن ذاته في التعامل مع الأحداث المختلفة من الفشل وفقدان عزيز.

ويؤكد بك في الأسلوب العلاجي علي الفرد نفسه إن المتعالج من خلال التعزيز أن يعبر فيها الفرد عن نفسه وعن الأحداث فالفرد الذي يلصق الحدث معني غير واقعي للتوقع انه يعاني من استجابة انفعالية غير ملائمة للحقيقة.

(محمود كاظم محمود التميمي.1434.2013.ص91-92)

كيفية المحافظة علي الصحة النفسية :-

يرى أحمد عزت "1987- 1943م" أن من اضطربت شخصيته لا يستطيع تحسين صحته النفسية دون معونة خبير ، أما من سعدها يستطيع الحفاظ عليها بأتباع الوصايا التالية :-

1- اعرف نفسك : إن معرفة النفس والاستبصار من دعائم الصحة النفسية وذلك في قوله تعالي :"وفي أنفسكم أفلا تبصرون " (سوره الزاريات الآية 21) .وذلك بتحليل المواقف التي تثير في نفسك انفعالات شديدة نحو الآخرين كي تستعد لمواجهتهم بطريقة أفضل .

2- لا تخدع نفسك : وذلك بأن تعترف بعيوبك ودوافعك غير المحمودة ولا تنكرها أو تتجنب مواجهتها ولا تتركها للزمن واعترف بها .

3- اشترك في نشاط اجتماعي : إن الاشتراك يمد الفرد بأفكار جديدة ووجهات نظر جديدة ،ويعينه علي تصحيح أفكاره وتصوراته الزائفة التي يتخيلها الخيال ولا يصححها الواقع .

4- اتخذ لنفسك صديقا : فالصديق يسمع ويتعلم وبنصح والتعبير ليه عن مشاكلك يهون من شدتها ويزيدها وضوحا ويجعلك تنظر إليها نظرة موضوعية مما ييسر تحليلها وفهمها .فالعلاقة عاملا مهما في تنظيم شخصية الفرد ، وانعدام الأصدقاء علامة سوء التوافق .

5- تعلم حل مشاكلك بالطريقة الصحيحة : تعلم حل المشاكل بالأسلوب الصحيح لأنه يقتضى الرؤية والتفكير والنظر إلي المشكلة من جميع نواحيها لان موضوعي ، وفيه

يسترشد الإنسان بالواقع والموضوعية لا بأصالته الذاتية ومخاوفه وشكوكه ، وان غلبت حل المشكلة فاسترشد ، وان ظلمك الواقع فاستقبل المحتوم بيسر وخذ الأمور هونا علي قدر م تستطيع .

6- أتقن عملك : وهو أفضل سبيل إلي زيادة الثقة بالنفس وفية أمانة وشعور بالنجاح والفوز .

7- ركز انتباهك : لا تتحسر علي ما فات ولا تتوجس بما هو آت بل ركز انتباهك في الحاضر ،وهي وسيلة للبدء والإعداد للمستقل ، وصرف في تأمل الماضي والمستقبل تأملا يغشاه القلب ."تنزيل صلاح الدين حسن -1431هـ -2011م"

المبحث الثاني

التحصيل الدراسي

تمهيد :

يعد التحصيل الدراسي أحد المجالات التي أولاها الباحثون اهتماما كبيرا ، ويعتبر مستوى التحصيل الدراسي مؤشرا على التفوق العقلي ومعدلات الذكاء العالية فحسب بل يعتبر دليلا على توازن الشخصية والنجاح في عمليات التكيف السلوكي . كما أنه من أهم المشكلات التي يهتم بتشخيصها وعلاجها كل المشتغلين في مجال العلاج النفسي والتوجيه التربوي والمعلمين والأخصائيين الاجتماعيون .

فالتحصيل الدراسي مشكلة متعددة الأبعاد :(مشكلة نفسية - تربوية - اجتماعية)وجديرة البحث وا ٍلقاء الضوء على جوانبها المختلفة .

(مرشود عيسى عبد الله أحمد -2009م- ص7).

مفهوم التحصيل الدراسي :-

يعد التحصيل الد ا سي مظهر من مظاهر نجاح المؤسسات التعليمية وهدفا من أهدافها المقصودة والتحصيل الدراسي بمفهومه التقليدي الشائع في أواسط المعلمين وأولياء الأمور والطلاب هو ما يظهره الطلاب من استيعاب للمعلومات والمعارف والمفاهيم الأساسية للمقررات وما يحققونه من نجاحات في الاختبارات الجامعية والتحصيل الدراسي بهذا المفهوم التقليدي المحدود لا يتعدى الجانب المعرفي يتضمن الجوانب الأخرى فالمهارات والاتجاهات .

أما التحصيل التربوي بمفهومه التربوي الشامل فيتضمن كل ما يكتبه الطالب من معارف ومهارات واتجاهات نتيجة للتغير في المواقف التعليمية التي مره بها وهنالك عدة حالات تتضمن تعريفا للتحصيل الدراسي قد ورده في قاموس التربية وعلم النفس

بأن التحصيل الدراسي هو انجاز عمل ما أو تفوق في مهارة ما أو في مجموعة من المعلمات .

ويعرفه محمد زياد حميدان "أن التحصيل الدراسي هو عملية تربويه ترشيدية نشاءه وتطورت مع تطور الإنسان فالإنسان الأول الذي اعتمد التجربة والمحاكاة والتقليد والملاحظة في تعليمه وتحصيل سلوكه والمفاهيم والأشياء اعتمد تقويم سلوكه الذي اتصف بالحركة غالبا م خلال نتائجه الواقعية اليومية .

أما شلين "1967"فقد عرفه بأنه "مستوى محدود من الانجاز أو البراعة في العمل الجامعي يقيم من قبل المعلمين أو بتطبيق الاختبارات المقننة "

فيعرفه محمد عبد السلام فيقول "بأن التحصيل الدراسي هو حدوث عمليات التعليم التي ترغبها "

وفد عرفه أبو جعفر "بانه مستوى الأداء الدراسي في اكتساب المعارف والمهارات التي تنتج عن أنشطة التدريس والتدريب التي يمارسها الطالب في الجامعة كما تقيسه اختبار التحصيل "

وبالرغم من أشاع مفهوم التحصيل الدراسي إلا إن الباحث قصره علي تحصيل الطلاب وكتسابهم لما تهدف إليه الجامعة أو نظام التقييم عموما .

ومن التعريفات الإجرائية علي سبيل المثال تعريف رؤف "بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطلاب في اختبار معين معد من قبل المعلمين سواء كان هذا الاختبار شفهيا أو تحديد أم كليهما معا "

ويعرفه الباحث إجرائيا بأنه "الدرجة التي حصل عليها الطالب في اختباراته التحصيليه كدرجة ".

تعريفات التحصيل الدراسي :-

تشمل مفهوم التحصيل الدراسي علي مكونات أساسيه هي:-

1-هو مجموعة المعارف التي يستوعبها الطالب خلال عملية التعليم و تستطيع توظيفها في جوانب مختلفة في الحياة اليومية .

2-هو مجموعة القدرات والمهارات التي أتقنها الطالب خلال عملية التعليمية .

3-هو مجموعة الاتجاهات الايجابية التي تشكلت لدي الطالب خلال الفترات الدراسية.

4- والتحصيل الدراسي هو تحصيل إدراكي نظري في معظمه يتركز علي المعارف والخبرات التي تجسدها

المواد المنهجية المختلفة في المواد أو التربية الجامعية كالاجتماعيات والعلوم الطبيعية والدينية والرياضيات ثم اللغات .

"داليا الصادق محمد الدرديرى -ص44"

أهمية التحصيل الدراسي :-

إن التحصيل الدراسي من الظواهر التي شغلت فكر كثير من التربويين عامة والمهتمين بعلم النفس بصفة خاصة لما له من أهمية في حياة الطالب وما يحيط به من آباء

ومعلمين وان التحصيل الدراسي يحظي بالاهتمام متزايد من قبل القائمين بالنظام التعليمي لأنه احد المعايير المهمة في تقويم الطالب الجامعي في المستويات التعليمية

ونجد أن اهتمام الطلاب بالتحصيل الأكاديميباعتبار ه سبيلا الي تحقيق الذات وتقديره.

(مصطفي ،41،1999،) (يحي إسماعيل يحي .2014)

العوامل المؤثرة في التحصل الدراسي :-

إن التحصيل الدراسي قضية بيت وجامعة ومدرسة ومجتمع في إشارة الي العوامل الخارجية والداخلية التي يتأثر بها التحصيل الدراسي.

هنالك عوامل تؤثر في التحصيل الدراسي وتنقسم الي قسمين رئيسين هما :-

1. عوامل خارجية :-

وهي البيئة المحيطة به .

ويري معهد المتوكل (1093) أن العوامل التي تتعلق بالبيت والمجتمع هي المستوى الاقتصادي والاجتماعي لأسرة الطالب ومهنة الوالدين وثقافة الوالدين واستقرار

الأسرة وحجم الأسرة والتفرقة بين الأبناء .

"علية يوسف علي بشير عام 2010"

2 . العوامل الداخلية :-

تختص بها المتعلم وحده مثل مستوي الذكاء عنده والدافعية وعوامل شخصيه ونفسيه مثل مزاج والميل العلمي والنشاط وعوامل فسيولوجية مثل نقص الغذاء ،المرض الإرهاق وعوامل نفسيه مثل : حب المادة , وطريقة التعلم , وحب أستاذ المادة , وحب الجامعة وتكوين الاتجاهات والايجابية نحوها . أجرت العديد من الدراسات علي العلاقة بين التحضير الدراسي والاتجاهات الايجابية نحو الجامعة ويتضح في بعض الدراسات إن والاتجاهات القوية نسبيا إنما تتولد لدي كثير من الطلاب في نهاية التعليم العالي وان احتمل تكوين الاتجاهات سلبيه بفعل تكرار الدليل الذي يدل علي القدرة علي النجاح والتعليم كما ووجدت علاقة اشتراطيه من مفهوم الذات والتحصيل الدراسي (عليه يوسف علي بشير - 2010)

تدني "ضعف " التحصيل الدراسي :-

تدني التحصيل الدراسي من المشكلات التعليمية البارزة في مختلف بلدان العالم في مراحل التعليم العالي ، فهي مشكلة تربوية حقيقية تختلف في تدرج حدتها وحجمها من بلد لأخر .وأي تهاون في علاج ظاهرة تدني التحصيل الدراسي من شأنه أن يؤدي الي الإهدار والتبذير في المواد البشرية والمادية للمجتمع ويعد مظهر من مظاهر عدم كفاية النظام التعليمي ونقطة من نقاط الضعف فيه .

(مرشود عيسى عبد الله أحمد - 2009م- ص 11).

وأيضا كما ورد في دراسة هناء عبد الحليم عثمان تعد مشكلة تدني مستوى التحصيل الدراسي من أصعب المشكلات فهما وتشخيصا وعلاجا ؛ لأن أسبابها متعددة ومتشابكة ولها أبعاد تربوية واقتصادية واجتماعية وثقافية ونفسية . فضعف التحصيل الدراسي هو كما عرفه "النصراوي" : أن المتأخرون دراسيا هم الذين ينجزون أعمالا دراسية أقل بسنتين على الأقل مما ينتظر ويتوقع منهم مقارنة بالأفراد العاديين الذين هم ف عمرهم . وهناك ما يؤكد هذا التعريف ولكن بشئ من التفصيل فيعرف التحصيل الدراسي بأنه: انخفاض أو تدني نسبة التحصيل الدراسي للطالب دون المستوى العادي المتوسط لمادة دراسية أو أكثر نتيجة لأسباب متنوعة ومتعددة ، ومنها ما يتعلق بالطالب نفسه ، ومنها ما يتعلق بالبيئة الأسرية والاجتماعية والدراسية والسياسية ، ويتكرر رسوب المتأخرين دراسيا لمرة أو أكثر رغم ما لديهم من قدرات تؤهلهم للوصول الي مستوى تحصيل در اسي يناسب عمرهم الزمني .

وأيضا يعرف ضعف التحصيل الدراسي بأنه: " مجموعة الدرجات التي يحصل عليها الطالب في المواد الدراسية كما تقيسها اختبارات نصف العام الدراسي ". وتدني التحصيل هو تدني في هذه الدرجات لظروف صحية أو جامعية أو اقتصادية أو شخصية أو انفعالية .

وفي دراسة قامت بها "فتحية الدسوقي ،2005م" أوضحت بأن تدني التحصيل الدراسي للطلاب هم الطلاب الذين يعجزون عن مسايرة بقية الزملاء في التحصيل واستيعاب المنهج المقرر .

وعرف عمر 2004م تدني التحصيل بأنه : الفرق الكبير بين ما يستطيع الوصول إليه الطالب من إنجاز المهام التعليمية التي تؤهله وقدراته العقلية ومواهبه الفطرية له وبين المستوى الذي وصل إليه من إنجاز فعلي وحقيقي خلال تواجده في الإطار التعليمية المختلفة . (هناء عبد الحليم عثمان،2013م ،ص 30-29).

أسباب ضعف التحصيل الدراسي :

يرى يوسف ذباب: أن أسباب التأخر الدراسي ترجع الي مجموعة من الأسباب العقلية والجسمية والاجتماعية والاقتصادية والانفعالية . كما ذكر "رسمي علي" إنه من النادر أن يرجع ضعف التحصيل الدراسي الي سبب واحد ؛لأن الحياة حلقات مترابطة كل حلقة منها ثنائية الحركة تتأثر بما قبلها وتؤثر فيما بعدها .

ومن أسباب ضعف التحصيل الدراسي:-

1-الوضع الصحي الجسدي الذي يتأثر بسبب مرض أصاب الطالب وألحق به أثار سلبية وأدي الي تأخره أو تدني تحصيله الدراسي .

2- أحد الصعوبات التي قد يعاني منها الفرد هي عدم دخوله التخصص المناسب .

3- قد تكون الأسرة السبب المباشر في ضعف التحصيل بسبب ضغطها على الابن لبذل جهد خاص لرفع مستوى الإنجاز دون الأخذ بالاعتبار قدراته العقلية وميوله الشخصية مما يؤدي الي نتيجة عكسية لديه .

4- الظروف الاجتماعية والمادية التي تمر بها الأسرة أو تعاني منها وتؤثر على تحصيل الطالب بحيث يبدأ بالتسرب أو التغيب عن المحاضرات لكي يساعد أهله لتحسين وضعهم الاقتصادي أو يوفر المصروف الذي يأخذه .

5- وقد يكون المنهاج المتبع والنظام التعليمي والأساليب أو الأستاذ وشخصيته وا ٍعداده وقدراته والأسلوب التدريسي الذي يستعمله وطريق تعامله مع الطلاب سبب في تدني التحصيل الدراسي للطالب .

6- الظروف السياسية والأسباب الأمنية تلعب دور في تدني التحصيل بسبب الخوف والقلق والتوتر الذي يمر بها الطالب وعدم الاستقرار النفسي نتيجة الأوضاع السياسية التي تمر بها المنطقة والتي تؤدي الي عدم الإحساس بالأمن التي تعتبر من الحاجات الأساسية حتى يستطيع الطالب إنجاز ما يطاب منه بأفضل مستوى ممكن .

7- وسائل الإعلام ووسائل التواصل الاجتماعي المختلفة التي تلعب دورا لا يستهان به في إضاعة الوقت وعدم الاهتمام بالتحصيل الدراسي لأنه يقضي الوقت الطويل في التعامل معهلما يتعلم منها سوء الخلق والانحرافات بأنواعها وا ٍهمال الجوانب العامة في حياته.

8- علاقة الطالب مع الطلاب الآخرين التي تؤدي الي انشغاله والانصراف عن الإنجاز الدراسي لكونها علاقة سلبية في جوهرها فتؤدي الي ترك الجامعة أو التسرب منها. وكذلك بالنسبة لعلاقته مع الأساتذة غير الحميدة مما يؤدي الي ترك الجامعة بصورة دائمة أو متقطعة . (هناء عبد الحليم عثمان ، 2013م ، ص 32- 31).

النتائج السلبية لتدني التحصيل الدراسي :-

لتدني التحصيل الدراسي نتائج سلبيه لا تقتصر فقط علي الطالب وأسرته بل النظام التعليمي وهذه النتائج ما يلي :-

1-الرسوب :

ويقصد به الفشل في اجتياز امتحانات صف دراسي الي الصف الذي يليه في مرحلة ما ويترتب علي الرسوب أو إعادة الصف إهدار الموارد المالية والجهد البشري وتقليل المردود الاقتصادي للمصروفات التعليميةوا ٍضعاف كفاية الكميه للمدرسة والنظام التعليمي .

2- التسرب :

لا ينفصل التسرب عن الرسوب وكلاهما يعد من فعالية النظام التعليمي ومن كفايته الداخلية الكميه ومن إنتاجية مدده الكمي وكلاهما يعطل بلوغ الأهداف والخطط المرسومة لسد حاجات المجتمع الفعلية من خيرات الطاقات البشرية .

3-الإحباط والفشل :

من الآثار السلبية لتدني التحصيل الدراسي هو شعور الطالب بالفشل والإحباط وشعوره بالنقص بالإضافة الي الآثار السالبة والأخرى التي تظهر علي الطالب الفاشل في دراسته الضعيف في تحصله الدراسي من شأنها التقليل من فعاليته والتأثير علي علاقة مع الناس .(مرشود عيسى عبد الله احمد -ص12 يوليو 2009)

شروط التحصل الجيد :-

بما أن التحصيل الأكاديمي هو النتيجة النهائية لعملية التعلم فأن هذه العملية تدعمها العديد من الشروط التي تساعد علي عملية التحصيل الجيد تذكر منها م يلي :-

1- شروط التكرار :

لا تقصد به التكرار الآلي الأعمى ولكن التكرار الذي يؤدي إلي نمو الخبرة وارتقائها بحيث يستطيع الفرد أن يقوم بالأداء المطلوب بالطريقة السريعة والدقيقة للممارسة

العقلية لهذا النشاط والتكرار المقيد هو القائم علي الفهم والتركيز والانتباه والملاحظة الدقيقة .

2- شروط الدفع :-

لحدوث عملية التحصيل الجيد لابد من وجود الدوافع التي تحرك الكائن الحي نحو النشاط المؤدي إلي التعلم القوي الذي بدوره يؤدي إلي التحصيل المرتفع فكلما كان الدافع نحو الدراسة قويا كلما انعكس ذلك علي نتائج الطالب .

3- الطريقة الكلية والطريقة الجزئية :-

لقد أثبتت التجارب أن الطريقة الجزئية للحصول علي تحصيل جيد فكلما كان الموضوع المتعلم متسلسلا منطقيا كلما سهل تعلمه بالطريقة الكلية ، إذ يجب أن يدرك الطالب فكرة عامة إجمالية عن الموضوع المراد تعلمه ثم يأخذ في استيعاب التفاصيل والوحدات الصغرى .(داليا الصادق محمد الدرديرى -2014م- ص46)

يتصف التحصيل الدراسي عن غيرة من أنواع التحصيل الأخرى بالاتي :-

1- يتصف بالإنجاز العلمي المحسوس .

2- إنه رسمي يخص مواد مقررة لدي مدرسة أو جهة تربوية مسئولة .

3- إن التحصيل الدراسي متخصص المحتوي أي أن ماده اختباراته تنتمي لحقل معرفي متخصص ومتفق عليها عالميا .

4- إن الصفة السائدة لوسائل التحصيل الأكاديمي الرسمي هي كتابية بالرغم من الشفوية أو ألانجازيه العلمية التي تبدو علي بعضها أحيانا .

5- أن التحصيل الأكاديمي عملية جمعية في الغالب تقوم علي توظيف اختبارات عامة وأساليب تحليل واحدة ومعايير جماعية موحدة لصناعة مقررات التحصيل الدراسي واحكامة النفسية ." حمدان 2003م ص107".

(داليا الصادق محمد الدرديرى -2014م - ص46-47).

المبحث الثالث

الدراسات السابقة

دراسات محلية :-

1- دراسة تنزيل صلاح الدين حسن "2011م " :

بعنوان (مشكلات الصحة النفسية لدي الطلاب المعاقين بصريا وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية دراسة حالة المركز القومي لتأهيل المكفوفين بحري)

أهداف الدراسة :-

التعرف علي العلاقة بين الصحة النفسية والإعاقة البصرية والتعرف علي العوامل التي تؤدي إلي سوء الصحةالنفسية وا يجاد الحلول التي يمكن أن تحد من سوء الصحة النفسية لدي المعاقين بصريا .

عينة الدراسة :-

بلغ حجم العينة (100) (50) إناث و (50) ذكور .

أدوات الدراسة :-

1- تتسم الصحة النفسية بأبعادها المختلفة لدي المعاقين بصريا بالانخفاض .

2- لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين الصحة النفسية للمعاقين بصريا بمثنى تعليم أبائهم .

3 - لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية في الصحة النفسية لدي المعاقين بصريا ومستواهم الاجتماعي والاقتصادي .

4 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوي الصحة النفسية لدي الإناث والذكور المعاقين بصر يا .

2- دراسة أمل علي أبن عوف عبدون "2011م" :

بعنوان (الرضا عن التخصص الدراسي لدي طلاب بعض الجامعات في ولاية الخرطوم وعلاقته بالصحة النفسية)

أهداف الدراسة :-

يهدف إلي معرفة العلاقة بين الرضا عن التخصص الدراسي لدي طلاب بعض جامعات ولاية الخرطوم ومعرفة الفروق الفردية في كل من الرضا عن التخصص الدراسي والصحة النفسية بين طلاب الكليات العلمية وطلاب الكليات الأدبية في بعض الجامعات ولاية الخرطوم ومعرفة الفروق في كل من الرضا عن التخصص الدراسي والصحة النفسية بين الذكور والإناث .

عينة الدراسة :-

تكونت العينة من (300) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الجامعية يدرسون بخمسة جامعات في ولاية الخرطوم .

أدوات الدراسة :-

تم استخدام المنهج الوصفي الإرتباطي ، من خلاله تم تحليل البيانات التي تحصلت علية الباحثة في كل من مقياس الرضا عن التخصص الدراسي ومقياس الصحة النفسية .

نتائج البحث :-

1 - توجد علاقة ارتباطيه طردية بين الرضا عن التخصص الدراسي ومستوي الصحة النفسية لدي طلاب بعض جامعات ولاية الخرطوم .

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوي الصحة النفسية ومستوي الرضا عن التخصص لدي طلاب بعض جامعات ولاية الخرطوم لصالح الذكور .

3- وكذلك توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب وطالبات الكليات العلمية ، وطلاب وطالبات الكليات الأدبية في مستوي الصحة ومستوي الرضا عن التخصص الدراسي لدي طلاب بعض جامعات ولاية الخرطوم لصالح طلاب وطالبات الكليات العلمية .

الدراسات العربية :-

1- دراسة الفاخري ،سالم عبد الله (2004م) :

بعنوان (التوافق النفسي الاجتماعي وأثره علي التحصيل الدراسي لدي طلاب جامعه سبها).

أهداف الدراسة :

هدفت هذه الدراسة إلي دراسة التوافق النفسي والإجتماعي وأثرة علي التحصيل الدراسي لدي طلاب وطالبات جامعه سبها وا لي التعرف علي الفروق في التوافق النفسي والاجتماعي من حيث نوع الجنس والمستوي التعليمي والإقامة بالأقسام الداخلية .

عينه الدراسة :

تكونت عينة الدراسة من (630) طالب وطالبة ومنهم (243) طالب و(387) طالبة .

أدوات الدراسة :

استخدم الباحث اختبار هيوم بل لقياس التوافق النفسي وترجمه إلي الغربية دكتور محمد عثمان نجاتي .

نتائج البحث :

1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوي التحصيل الدراسي بين الطلاب والطالبات الأكثر توافقا والأقل توافقا لصالح الطلاب والطالبات والأكثر توافقا .

2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعد التوافق الانفعالي وفي بعد التوافق الصحي وفي بعد التوافق العام بين الطلاب والطالبات .

3 – لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد التوافق الاجتماعي والتوافق المنزلي بين الطلاب والطالبات .

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي والاجتماعي بين الطلاب والطالبات الذين يقيمون في الأقسام الداخلية أثناء فترة الدراسة وأقربهم الذين يقيمون خارجها مع الأسرى أو الأقارب أو الأصدقاء .

5- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد التوافق النفسي والاجتماعي بين الطلاب والطالبات وطلاب الفرقة الدراسية .

2 - دراسة فقيه الغيد (2007م) :

بعنوان (أهميه الصحة النفسية لدي طلاب الجامعة ، جامعة تلمسان ،الجزائر)

أجريت هذه الدراسة في الجزائر ، لتسليط الضوء علي واقع الصحة النفسية للطالب الجامعي بالتطبيق علي جامعة تلمسان ، واختيرت العينة علي أساس الجنس والسنة الدراسية والتخصص الدراسي .

حاولت هذه الدراسة الإجابة عن التساؤلات الآتية :-

1- ما واقع الصحة النفسية لدي الطلبة الجامعيين ، وما مدي شيوع الاضطرابات النفسية بينهم؟

2- هل هناك فروق بين الذكور والإناث من حيث الصحة النفسية ؟

3- هل هناك فروق بين طلبة السنة الأولي والسنة الجامعية والنهائية من حيث الصحة النفسية ؟

4- هل هناك فروق بين طلبة العلوم الإنسانية وطلبة العلوم التقنية من حيث الصحة النفسية ؟

أظهرت الدراسات النتائج التالية :-

1- فيما يخص متغير الجنس ، كانت الفروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في البعد الحيادي المتعلق بالاكتئاب والغضب والتوتر لصالح الذكور ، في حين كان البعد الحيادي الخاص بالقلق لصالح طالبات العلوم الإنسانية .

2- أما فيما يخص متغير السنة الدراسية ، بينت النتائج أن الفروق دالة إحصائية بين السنة الأولي والسنة الرابعة في البعد العيادي المتعلق بعدم الكفاية والتوتر لصالح طلبة السنة الجامعية الأولي أي أن طلبة السنة الأولي أقل كفاية وأكثر توترا من طلبة السنة الرابعة .

3- أما فيما يخص متغير التخصص الدراسي ، فقد بينت النتائج أن الفروق دالة إحصائية بين طلبة العلوم الإنسانية وطلبة العلوم التقنية في البعد العيادي المتعلق بعدم الكفاية والاكتئاب لصالح طلبة العلوم الإنسانية في حين كان البعد العيادي الخاص بالحساسية لصالح طلبة العلوم التقنية .

الدراسات الأجنبية :

1. دراسة للكلية الملكية للأطباء النفسيين بلندن (2003م) :

بعنوان (الصحة النفسية لطلاب التعليم العالي)

هدف الدراسة إجراء تقييم دقيق لأعمال الجامعة والمنشورات النفسية المقدمة للطلاب عن طريق مراكز الصحة النفسية الجامعية ،كما هدفت إلي تطوير برامج تعزيز الصحة النفسية لطلاب التعليم العالي عن طريق تطوير ألآليات المساعدة لحث الطلاب علي مواصلة العلاج النفسي في تلك المراكز .

وتتمثل مشكلة الدراسة في تزايد أعداد الطلاب المتعرضون للمشاكل النفسية والعقلية في وحدات الصحة النفسية بالجامعات . وانقطاع الطلاب عن مواصلة العلاج النفسي علي الرغم من كفاءة العاملين في تلك المؤسسات في تقديم المشورة النفسية .

وخلصت الدراسة إلي النتائج التالية :-

1- هناك العديد من الدلائل تشير إلي زيادة معدلات اعتلال الصحة النفسية لدي طلاب الجامعة ، وأدي هذا الوضع إلي إضعاف قدرة الطلاب علي الدراسة والتعلم .
2- هنالك فروق ذات دلالة في أعراض اعتلال الصحة النفسية وفقا لمتغير العمر .
3- يتسم التعليم العالي بتعدد الضغوط الحياتية ، وكذلك الضغوط النفسية ، مثل الانتقال من السكن المنزلي إلي السكن الجامعي ، ضغوط الدراسة ،الامتحانات ، والضغوط المالية . وهذه الضغوط مشاكل في حد ذاتها ، إلا أن هنالك مؤشرات تدل علي أنها تزيد في أعراض اعتلال الصحة النفسية .

الفصل الثالث

منـهج وإجراءات الدراسة

إجراءات الدراسة المنـهجية

منـهج البحث :

المنهج المستخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي وهو الذي يقوم بوصف الظواهر وتفسيرها كما هي علية في الواقع , حيث تم بحث الصحة النفسية وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدي طلاب قسم علم النفس بكلية التربية جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا .

المجتمع :

يشمل مجتمع طلاب جامعه السودان للعلوم والتكنولوجيا بكلية التربية قسم علم النفس (2017_2018) وقد بلغ حجم العينة 40 طالب وطالبة .

العينة :

قام الباحثون باختيار عينة عشوائية والتي تعتبر من أفضل العينات وأكثرها دقة في تمثيل المجتمع الإحصائي حيث انه في كثير من الأحوال تكون مفردات المجتمع الإحصائي غير متجانسة من الصفة او الصفات المدروسة , حيث بلغ حجم عينة البحث (40) طالب وطالبة .

التحليل الإحصائي للمقياس وفقراته.

الخصائص السيكومترية لمقياس الصحة النفسية:

1. صدق فقرات مقياس الصحة النفسية:

بين درجة K. Person) وللتثبت من صدق فقرات المقياس حسب معامل ارتباط (بيرسون

كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس الصحة النفسية، وبعد التطبيق اتضح أن جميع فقرات المقياس البالغة (40) فقرة صادقة في قياس ما أعدت لقياسه إذ كانت معاملات

إرتباطها بالدرجة الكلية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (.01) ومستوى دلالة (.05)، حيث كانت القيم الاحتمالية لها أقل من مستوى الدلالة (.01) ومستوى دلالة (.05)، أنظر الجدول (1)

جدول رقم (1) يوضح إرتباط الفقرات بالدرجة الكلية لمقياس الصحة النفسية

رقم الفقرة	الوسط الحسابي Mean	الانحراف المعياري Std. Deviation	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية Correlations	القيمة الاحتمالية Sig	مستوى الدلالة Level
1	2.4000	.70892	.350*	.027	,05
2	2.6500	.53349	.358*	.023	,05
3	2.1250	.75744	.414**	.008	,01
4	2.3500	.73554	.661**	.000	,01
5	2.3250	.61550	.531**	.000	,01
6	2.0250	.65974	.427**	.006	,01
7	1.9250	.88831	.350*	.027	,05
8	2.2500	.70711	.695**	.000	,01

,05	.050	.311	.62788	2.3750	9
,05	.025	.354*	.60764	2.2000	10
,01	.000	.595**	.63851	2.4500	11
,01	.000	.664**	.67748	2.0500	12
,01	.009	.409**	.75786	2.3000	13
,01	.000	.607**	.75786	2.2000	14
,01	.000	.631**	.77790	2.1000	15
,01	.003	.464**	.71567	2.5250	16
,01	.008	.416**	.83166	2.2250	17
,05	.027	.350*	.64001	2.5250	18
,01	.000	.526**	.69982	2.6500	19
,01	.007	.421**	.79097	2.3000	20
,01	.000	.546**	.59431	2.5750	21
,01	.000	.568**	.65974	2.2250	22
,05	.013	.391*	.60764	2.2000	23

,01	.000	.645**	.67748	2.4500	24
,05	.023	.358*	.48305	2.8500	25
,05	.023	.358*	.71208	2.4250	26
,01	.000	.612**	.54948	1.8250	27
,05	.016	.378*	.45220	2.7250	28
,05	.015	.382*	.60764	2.7000	29
,01	.000	.544**	.71567	2.2750	30
,05	.011	.399*	.69752	2.2250	31
,01	.001	.518**	.66747	2.3750	32
,01	.000	.690**	.75786	2.2000	33
,01	.005	.440**	.63599	2.5750	34
,05	.015	.382*	.80024	2.2250	35
,01	.000	.751**	.66747	2.3750	36
,01	.003	.459**	.76753	2.2250	37
,01	.001	.515**	.69384	2.3250	38

39	2.5750	.67511	.378*	.016	,05
40	2.5250	.59861	.493**	.001	,01
مجموع	93.8250	12.56754			

2. صدق مقياس الصحة النفسية:

من خلال التثبت من صدق فقرات مقياس الصحة النفسية حسب معامل ارتباط (بيرسون) بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية وبعد التطبيق اتضح أن جميع فقرات مقياس الصحة النفسية البالغة (40) فقرة صادقة في قياس ما أعدت لقياسه إذ كانت معاملات ارتباطها بالدرجة الكلية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (.01) ومستوى دلالة (.05)، حيث كانت القيم الاحتمالية لها أقل من مستوى الدلالة (.01) ومستوى دلالة (.05)، أنظر الجدول رقم (1).

وبما أن علاقة الفقرة بالدرجة الكلية تعني أن المقياس يقيس سمة واحدة، إذن فصدق فقرات المقياس تعني أن المقياس صادق في قياس ما وضع من أجله، وعلى ضوء ذلك فإن مقياس الصحة النفسية صادق في قياس ما وضع لقياسه.

ثالثاً : ثبات مقياس الصحة النفسية:

وللتثبت من ثبات المقياس إستخدم الباحث في حساب الثبات معادلة (الفاكرونباخ)، حيث تعد معادلة (الفاكرونباخ) من أساليب إستخراج الثبات. وقد إستخرج الباحث الثبات بإستخدام هذه الطريقة حيث بلغت قيمة معامل الثبات لمقياس الصحة النفسية (.904) ، وهذا يشير إلى أن المقياس يتمتع بثبات جيد.

جدول (2) نتائج اختبار ألفا كرونباخ لمقياس الصحة النفسية

قيمة معامل ألفاكرونباخ	عدد الفقرات
.904	40

رابعاً : الصدق التجريبي لمقياس الصحة النفسية:

وعلى ضوء حساب قيمة معامل (ألفاكرونباخ) البالغة (.904) فإن الصدق التجريبي للمقياس يساوي (.951) وهو الجذر التربيعي لمعامل الثبات، وهذا يشير أيضاً إلى أن مقياس الصحة النفسية يتمتع بصدق عالي.

عرض ومناقشة النتائج وا ٍختبار فرضيـات الدراســـة

أولاً : عرض نتائج (البيانات الشخصية):

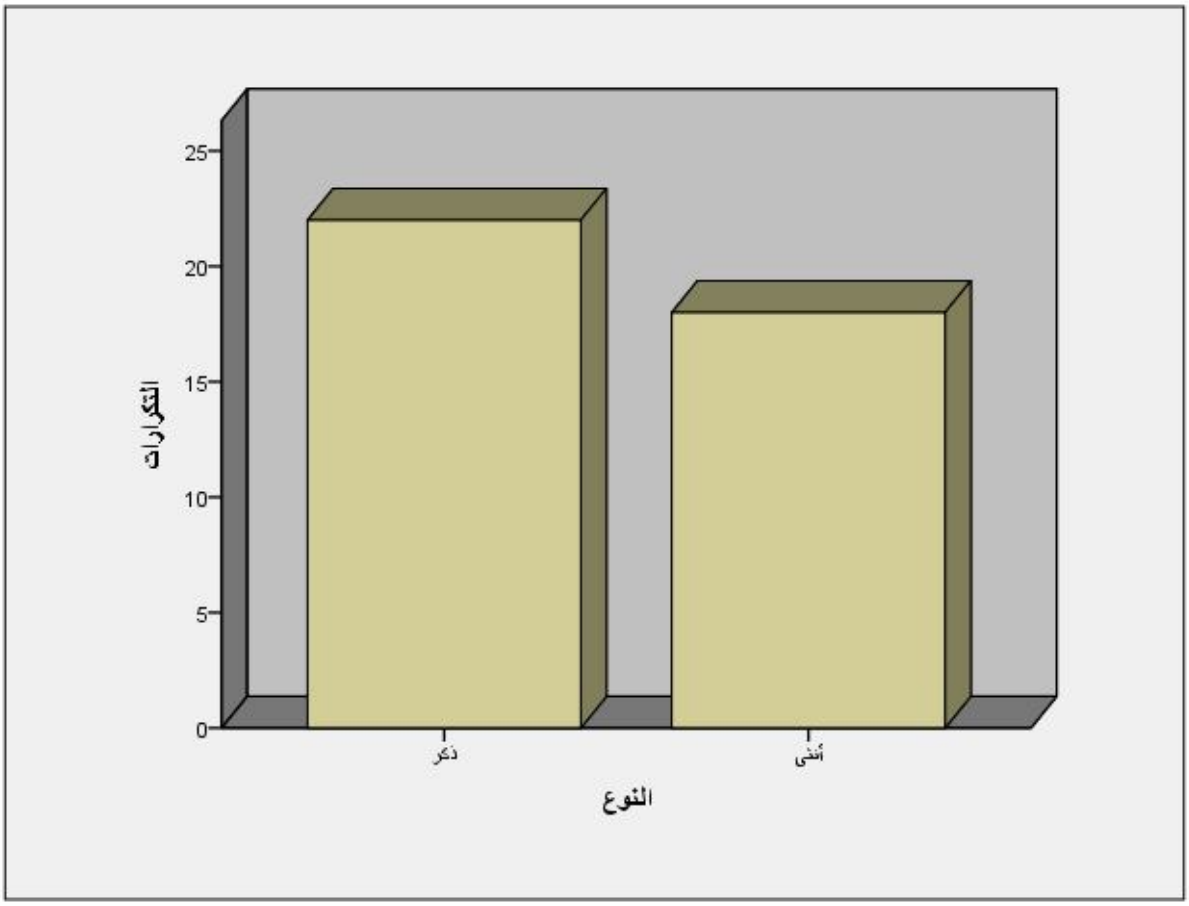
1. النوع :

الجدول رقم (3) يوضح التوزيع التكراري لمتغير النوع

النوع	التكرار	التكرار النسبي
ذكر	22	%55.0
أنثى	18	%45.0
المجموع	40	%100.0

يتضح من الجدول السابق أن في متغير النوع إحتل لنوع (ذكر) النسبةً الأعلى من بين باقي النسب بنسبة (55.0%) في حين إحتل المرتبة الدنيا لنوع (أنثى) بنسبة (45.0%) .

شكل رقم (1) يوضح التوزيع التكراري لمتغير النوع



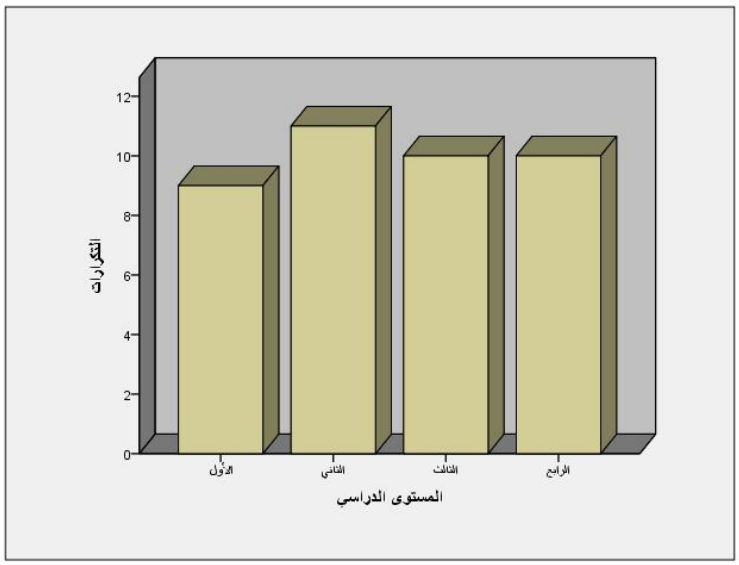
2. **المستوى الدراسي:**

الجدول رقم (4) يوضح التوزيع التكراري لمتغير المستوى الدراسي

المستوى الدراسي	التكرار	التكرار النسبي
الأول	**9**	**%22.5**
الثاني	**11**	**%27.5**
الثالث	**10**	**%25.0**
الرابع	**10**	**%25.0**
المجموع	**40**	**%100.0**

يتضح من الجدول السابق أن في متغير المستوى الدراسي إحتل المستوى الدراسي (الثاني) النسبةً الأعلى من بين باقي النسب بنسبة (27.5%) يليه في المرتبة الثانية المستوى الدراسي (الثالث، الرابع) بنسبة (25.0%) %) لكل منهما، في حين إحتل المرتبة الدنيا الفصل الدراسي (الأول) بنسبة (22.5%).

شكل رقم (2) يوضح التوزيع التكراري لمتغير المستوى الدراسي



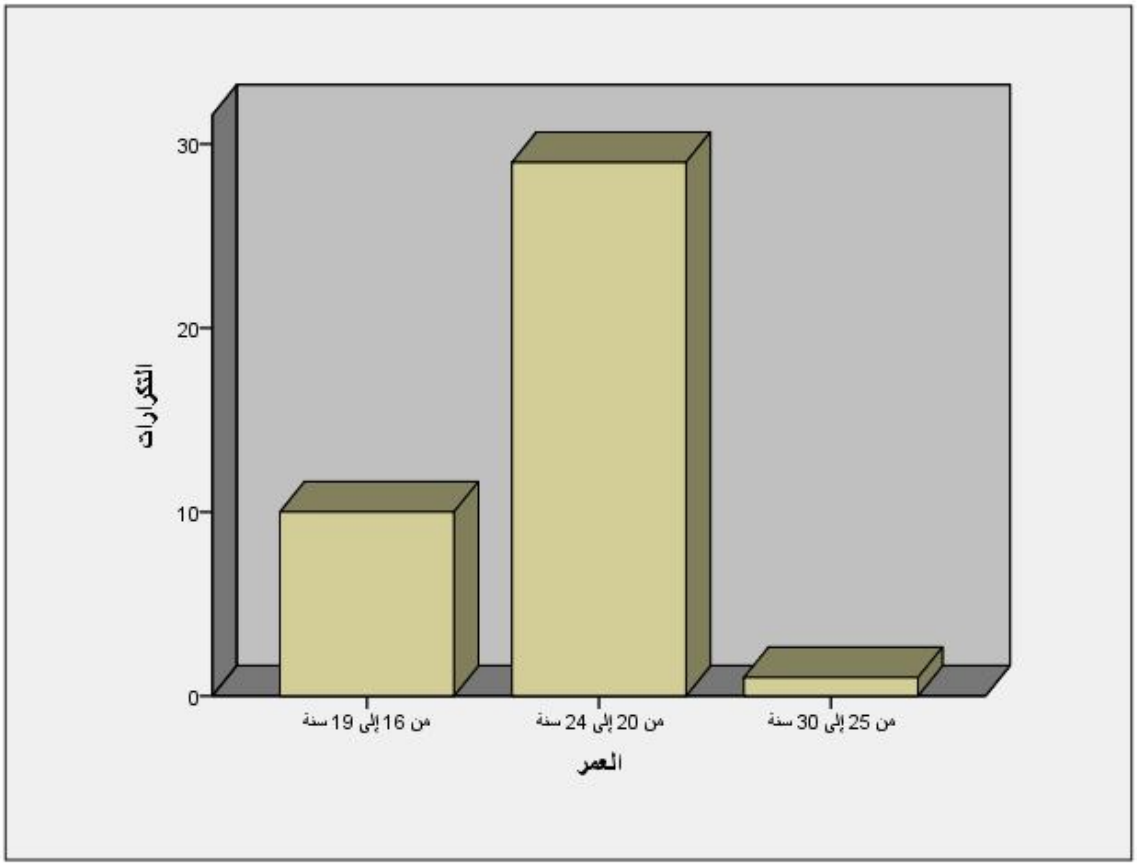
3. **العمر:**

الجدول رقم (5) يوضح التوزيع التكراري لمتغير العمر

العمر	التكرار	التكرار النسبي
من 16 إلى 19 سنة	**10**	**%25.0**
من 20 إلى 24 سنة	**29**	**%72.5**
من 25 إلى 30 سنة	**1**	**%2.5**
المجموع	**40**	**%100.0**

يتضح من الجدول السابق أن في متغير العمر إحتل العمر (من 20 إلى 24 سنة) النسبةً الأعلى من بين باقي النسب بنسبة (72.5%) يليه في المرتبة الثانية العمر (من 16 إلى 19 سنة) بنسبة (25.0%)، في حين إحتل المرتبة الدنيا العمر (من 25إلى 30 سنة) بنسبة (2.5%).

شكل رقم (3) يوضح التوزيع التكراري لمتغير العمر



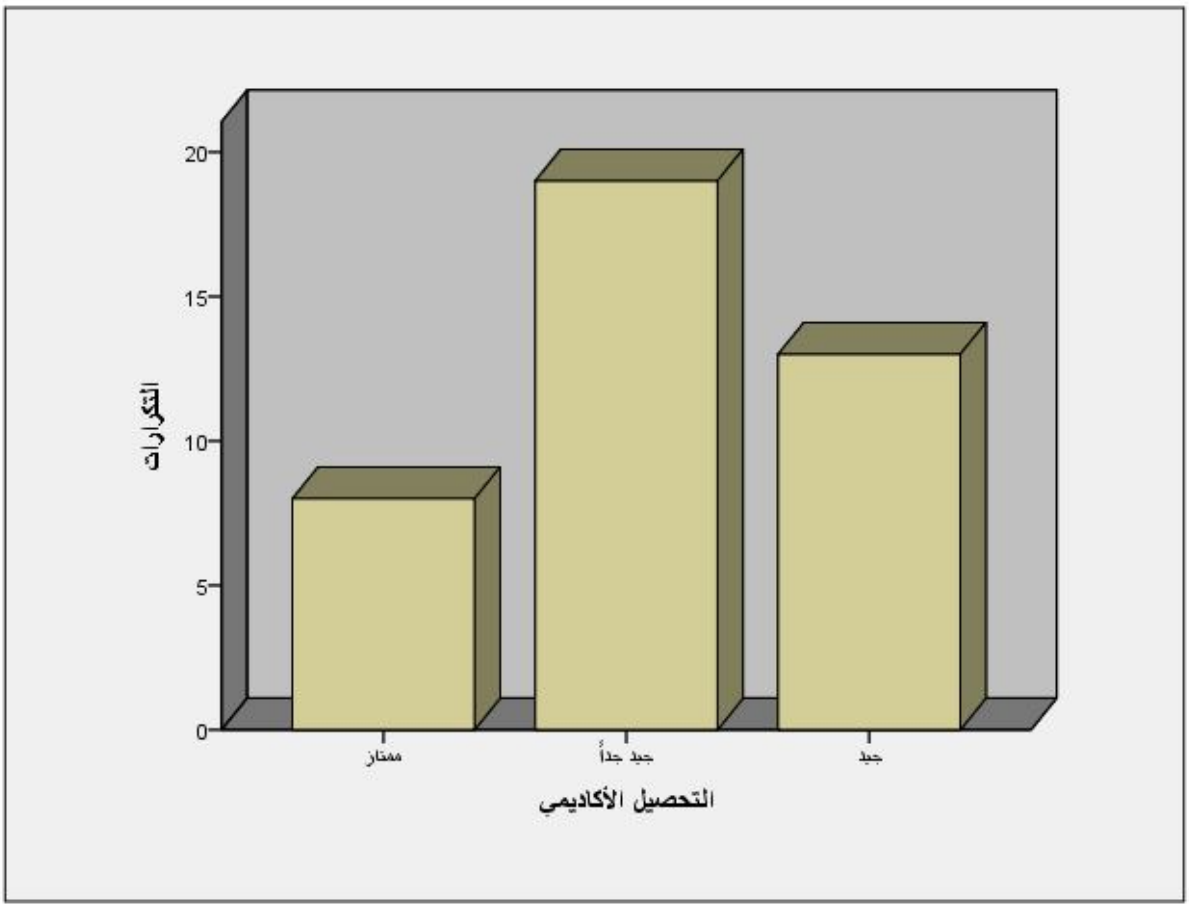
4. **التحصيل الأكاديمي:**

الجدول رقم (6) يوضح التوزيع التكراري لمتغير التحصيل الأكاديمي

التحصيل الأكاديمي	التكرار	التكرار النسبي
ممتاز	8	%20.0
جيد جداً	19	%47.5
جيد	13	%32.5
المجموع	40	%100.0

يتضح من الجدول السابق أن في متغير التحصيل الأكاديمي إحتل التحصيل الأكاديمي (جيد جداً) النسبةً الأعلى من بين باقي النسب بنسبة (47.5%) يليه في المرتبة الثانية التحصيل الأكاديمي (جيد) بنسبة (32.5%)، في حين إحتلت المرتبة الدنيا التحصيل الأكاديمي (ممتاز) بنسبة (20.0%).

شكل رقم (4) يوضح التوزيع التكراري لمتغير التحصيل الأكاديمي



إختبار فرضيــات الدراســـــة ومناقشتها وتفسيرها:

الفرضية الأولى: (تتسم الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا بالإرتفاع)

الفرضيةالصفرية *H_O - Null Hypothesis:* تعني أن الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تتسم بالإنخفاض.

الفرضيةالبديلة *H_1. Alternate Hypothesis:* تعني أن الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تتسم بالإرتفاع.

للتحقق من الفرضية الأولى قام الباحث بحساب الوسط الحسابي والإنحراف المعياري لإجابات أفراد عينة البحث لكل فقرة على حدة، ولإختبار وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الوسط الحسابي المحسوب والوسط الحسابي النظري، إستخدم الباحث إختبار (T). والجدول رقم (7) يوضح ذلك:

جدول (7) اختبار (ت) لعينه واحده لقياس مستوى الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا

الوسط الحسابي المحسوب	الوسط الحسابي النظلري	قيمه (ت)	درجه الحرية	القيمة الإحتمالية
2.346	2.000	47.217	39	.000

يلاحظ من الجدول رقم (7) أن قيمة الوسط الحسابي المحسوب يساوي (2.346) وهي أكبر من قيمة الوسط الحسابي النظري (2.000)، وأن القيمة التائية قد بلغت

(47.217) وأن قيمتها الإحتمالية كان مقدارها (000.) وهي أقل من مستوى الدلالة (05.)، إذن نرفض الفرض الصفري الذي ينص على أن أن الضغوط الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تتسم بالإنخفاض، ونقبل الفرض البديل الذي ينص على أن الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تتسم بالإرتفاع ، وهذا يشير إلى أن الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تتسم بالإرتفاع.

مناقشة وتفسير نتيجة الفرض الأول :

من خلال التحليل الإحصائي تأكد صحة الفرض القائل أن الصحة النفسية لدي طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تتسم بالارتفاع .

اتفق هذا الفرض مع دراسة الرضا عن التخصص الدراسي وعلاقته بالصحة النفسية في الفرض الذي يقول أن طلاب الجامعات في ولاية الخرطوم يتميزون بمستوي صحة نفسية مرتفعة .

ارجع الباحثون سبب ارتفاع الصحة النفسية لدي طلاب قسم علم النفس الي رضا الطلاب عن التخصص وقابليه التخصص نفسه للتطبيق في الحياة اليومية . وتوفير الجو الدراسي الملائم وذلك من خلال توفير الوسائل التعليمية المطلوبة , ومهارات المعلمين في جعل المواد الدراسية أكثر حيوية .

الفرضية الثانية: (يتسم مستوى التحصيل الدراسي لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا بالإرتفاع)

الفرضيةالصفرية *H_o - Null Hypothesis:* تعني أن لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا يتسم بالإنخفاض**.**

الفرضيةالبديلة *H_1. Alternate Hypothesis*: تعني أن مستوى التحصيل الدراسي لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا يتسم بالإرتفاع.

للتحقق من الفرضية الثانية قام الباحث بحساب التكرارات والتكرارات النسبية لإجابات أفراد عينة البحث. والجدول رقم (8) يوضح ذلك:

الجدول رقم (8) يوضح التوزيع التكراري لمتغير التحصيل الأكاديمي

التحصيل الأكاديمي	التكرار	التكرار النسبي
ممتاز	**8**	**%20.0**
جيد جداً	**19**	**%47.5**
جيد	**13**	**%32.5**
المجموع	**40**	**%100.0**

يتضح من الجدول السابق أن في متغير التحصيل الأكاديمي إحتل التحصيل الأكاديمي (جيد جداً) النسبةً الأعلى من بين باقي النسب بنسبة (47.5%) يليه في المرتبة الثانية التحصيل الأكاديمي (جيد) بنسبة (32.5%)، في حين إحتلت المرتبة الدنيا التحصيل الأكاديمي (ممتاز) بنسبة (20.0%). وهذا يشير إلى أن مستوى التحصيل الدراسي لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا يتسم بالإرتفاع حيث بلغت نسبة النجاح لأفراد عينة البحث (100%) للتقدير (ممتاز، جيد جداً، جيد) فقط حيث لا يوجد التقدير (مقبول أو ضعيف).

مناقشة وتفسير نتيجة الفرض الثاني :

من خلال التحصيل الإحصائي تأكد لنا أن طلاب قسم علم النفس بكلية التربية جامعه السودان للعلوم والتكنولوجيا يتسم بالارتفاع .

يرى الباحثون أن مجال قسم علم النفس له علاقة بحياة الفرد ومجال حيوي ويتمتع طلاب قسم علم النفس بصحة نفسية جيده . وقد يرجع أيضا الي أن منهج علم النفس يخاطب كل مما لدي الفرد من القدرات العقلية العليا " الفهم , والتذكر ..."وأيضا توفر لهم الكلية الوسائل التي يحتاجونها في الدراسة مما يجعل المواد واكزة في أذهان الطلاب .

الفرضية الثالثة: (توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا)

الفرضية الصفرية *H_O -Null Hypothesis*: تعني لا توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.

الفرضية البديلة *H_1- Alternate Hypothesis*: تعني توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.

لقياس العلاقة الإرتباطية بين الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا إستخدم الباحثة معامل إرتباط بيرسون لتحديد درجة الإرتباط بين الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا الجدول رقم (9) يوضح ذلك :

جدول رقم (9) يوضح نتائج معامل إرتباط بيرسون لتحديد درجة الإرتباط بين الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا

العلاقة بين	معامل إرتباط بيرسون	القيمة الإحتمالية	مستوى الدلالة
الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا	.170	.295	.05

نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمة معامل إرتباط بيرسون قد بلغت (.170) وأن القيمة الإحتمالية لمعامل إرتباط بيرسون كانت مقدارها (.295) وهي أكبر من مستوى الدلالة (.05) إذن نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة، وهذا يشير إلى عدم وجود علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.

مناقشة وتفسير نتيجة الفرض الثالث :

من خلال التحليل الإحصائي اتضح انه لا توجد علاقة بين التحصيل الدراسي والصحة النفسية .

ارجع الباحثون عدم وجود علاقة بين الصحة النفسية والتحصيل الدراسي الي أن هذا الرأي تشكل نسبة لرأي المفحوصين في العينة .

في حين يري الباحثون انه كلما كانت الصحة النفسية مرتفعة ارتفع التحصيل الدراسي والعكس صحيح .

الفرضية الرابعة: (توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير النوع)

لحساب الفروق في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير النوع (ذكر، أنثى)، قام الباحث بحساب الوسط الحسابي والإنحراف المعياري وا ٍختبار (ت)، الجدول رقم (10) يوضح ذلك:

جدول (10) يوضح قيم الوسط الحسابي والإنحراف المعياري والقيمة التائية لقياس الفرق في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا **تبعاً لمتغير النوع**

النوع	الوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	القيمة التائية	درجة الحرية	القيمة الإحتمالية
ذكر	93.1818	13.42931	46.557	39	.000
أنثى	94.6111	11.76305			

نلاحظ من الجدول أعلاه أن القيمة التائية قد بلغت (46.557) وأن القيمة الإحتمالية لإختبار (ت) كانت مقدارها (000.) وهي أقل من مستوى الدلالة (05.) وهذا يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس

بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير النوع (ذكر، أنثى) لصالح النوع (أنثى).

مناقشة وتفسير نتيجة الفرض الرابع :

من خلال التحليل الإحصائي اتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية لدي طلاب قسم علم النفس بكلية التربية تبعا لمتغير النوع (ذكر ,أنثى) لصالح النوع (أنثى) .

اتفق هذا الفرض مع الدراسة الرضا عن التخصص الدراسي وعلاقته بالصحة النفسية في الفرض القائل انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور ولإناث تبعا منها لصالح الذكور .

أجع الباحثون ذلك الي قدرة الإناث علي التأقلم مع الأوضاع المحيطة بهم وسعيهم الدائم لرفع صحتهم النفسية عبر الطرق المختلفة أو الوسائل المتاحة .

الفرضية الخامسة: (توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير المستوى الدراسي)

لحساب الفروق في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير المستوى الدراسي (الأول، الثاني، الثالث، الرابع) قام الباحث بحساب الوسط الحسابي والإنحراف المعياري وا ِختبار (ت)، الجدول رقم (11) يوضح ذلك:

الجدول (11) نتائج تحليل التباين الأحادي(ANOVA) للفروق في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير المستوى الدراسي

مصدر التباين S.V	مجموع المربعات S.S	درجات الحرية D.F	متوسط المربعات M.S	القيمة الفائية F	القيمةالإحتمالية Sig
بين المجموعات	142.238	3	47.413	.284	.837
داخل المجموعات	6017.537	36	167.154		
الكلي	6159.775	39			

يبين الجدول (11) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير المستوى الدراسي (الأول، الثاني، الثالث، الرابع) ، وذلك استناداً إلى قيمة (F) المحسوبة لمتغير الصحة النفسية (.284)، وقيمتها الإحتمالية التي تساوي (.837) وهي أكبر من مستوى الدلالة (0.05) مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير المستوى الدراسي.

تفسير ومناقشة نتيجة الفرض الخامس :

من خلال التحليل الإحصائي تبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية لدي طلاب قسم علم النفس بكلية التربية تبعا لمتغير المستوي الدراسي .

يرى الباحثون انه قد يرجع ذلك الي عدم وجود اختلافات كبيرة في المناهج وجميع المستويات الأربعة وترابط المواد مع بعضها البعض ,كما قد يرجع السبب الي أفراد العينة كان كل أو معظم أفراد العينة مستواهم الدراسي عالي ويتمتعون بصحة عاليه, وأعمارهم متقاربة , ولا توجد فروق بينهم في مستوي التحصيل الدراسي .

الفرضية السادسة: (توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير العمر)

لحساب الفروق في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير العمر (من 16 إلى 19 سنة، من 20 إلى 24سنة، من 25 إلى 30 سنة)، قام الباحث بحساب الوسط الحسابي والإنحراف العياري وا ٍختبار (ت)، الجدول رقم (12) يوضح ذلك:

الجدول (12) نتائج تحليل التباين الأحادي(ANOVA) للفروق في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير العمر

مصدر التباين S.V	مجموع المربعات S.S	درجات الحرية D.F	متوسط المربعات M.S	القيمة الفائية F	القيمةالإحتمالية Sig
بين المجموعات	86.341	2	43.170	.263	.770
داخل المجموعات	6073.434	37	164.147		
الكلي	6159.775	39			

يبين الجدول (12) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير العمر (من 16 إلى 19 سنة، من 20 إلى 24 سنة، من 25 إلى 30 سنة)، وذلك استناداً إلى قيمة (F) المحسوبة لمتغير العمر (.263)، وقيمتها الإحتمالية التي تساوي (.770) وهي أكبر من مستوى الدلالة (0.05) مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير العمر.

مناقشة وتفسير نتيجة الفرض السادس :

من خلال التحليل الإحصائي اتضح دم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوي الصحة النفسية لدي طلاب قسم علم النفس بكلية التربية تبعا لمتغير العمر .

يعزي الباحثون السبب في عدم وجود فروق في مستوي الصحة النفسية تبعا لمتغير العمر قد يرجع الي تقارب أفراد العينة من حيث العمر والقدرات العقلية ومستوى الذكا والأفكار والمعتقدات .

الفرضية السابعة: (توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير التحصيل الأكاديمي)

لحساب الفروق في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير التحصيل الأكاديمي (ممتاز، جيد جداً، جيد، مقبول) قام الباحث بحساب الوسط الحسابي والإنحراف المعياري وا ٍختبار (ت)، الجدول رقم (13) يوضح ذلك:

الجدول (13) نتائج تحليل التباين الأحادي(ANOVA) للفروق في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير التحصيل الأكاديمي

مصدر التباين S.V	مجموع المربعات S.S	درجات الحرية D.F	متوسط المربعات M.S	القيمة الفائية F	القيمةالإحتمالية Sig
بين المجموعات	179.345	2	89.673	.555	.579
داخل المجموعات	5980.430	37	161.633		
الكلي	6159.775	39			

يبين الجدول (13) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير التحصيل الأكاديمي (ممتاز، جيد جداً، جيد، مقبول)، وذلك استناداً إلى قيمة (F) المحسوبة لمتغير التحصيل الأكاديمي (.555)، وقيمتها الإحتمالية التي تساوي (.555) وهي أكبر من مستوى الدلالة (0.05) مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير التحصيل الأكاديمي.

مناقشة وتفسير نتيجة الفرض السابع :

من خلال التحليل الإحصائي اتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية لدي طلاب قسم علم النفس بكلية التربية جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعا لمتغير التحصيل الأكاديمي .

يري الباحثون أن السبب قد يرجع الي أن أفراد العينة التي أجريت عليها البحث تمتع بحصة نفسية علية ومستوي تحصيل أكاديمي عالي , وقد يكون هناك نوع من التنافس بين طلاب قسم علم النفس للحصول علي درجات عالية مكن التحصيل الأكاديمي .

الفصل الخامس

الخاتمة

(النتائج والتوصيات)

الخاتمة

(النتائج والتوصيات)

النتائج:

كانت النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية كما يلي:

1. أظهرت نتائج التحليل الإحصائي أن الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تتسم بالإرتفاع.
2. أظهرت نتائج التحليل الإحصائي مستوى التحصيل الدراسي لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا يتسم بالإرتفاع
3. أظهرت نتائج التحليل الإحصائي عدم وجود علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.
4. أظهرت نتائج التحليل الإحصائي وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير النوع (ذكر، أنثى) لصالح النوع (أنثى).
5. أظهرت نتائج التحليل الإحصائي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير المستوى الدراسي.

6. أظهرت نتائج التحليل الإحصائي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير العمر.

7. أظهرت نتائج التحليل الإحصائي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا تبعاً لمتغير التحصيل الأكاديمي.

التوصيات :

1. تدعيم برامج الصحة النفسية لطلاب كلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.

2. تدعيم برامج التحصيل الدراسي لطلاب كلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.

3.الدعم النفسي للطلاب وتحفيزهم علي الانجاز والمثابرة .

4.ضرورة توفر المرشدين النفسيين في المؤسسات التعليمية .

5. ضرورة تكامل البيئة التعليمية من حيث الوسائل التعليمية لرفع مستوي تحصيل الطلاب في الجامعة .

المقترحات :

1. إجراء بحوث في الصحة النفسية وعلاقتها بالحالة الاجتماعية في كلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.

2. إجراء البحوث في التحصيل الدراسي وعلاقته بالحالة الاقتصادية في كلية التربية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.

قائمة المراجع والمصادر

أولا : القران الكريم

ثانيا :المراجع

1. عطا الله فؤاد ودلال سعيد الدين "2009" الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف والتوافق ,دار صفاء للنشر والتوزيع ,عمان .

2. سامي محسن الختاتنة "2012" مقدمة في الصحة النفسية , دار حامد للنشر والتوزيع .

3. أشرف محمد عبد الغني شرين , محمد السيد حلاوة "2002م" الصحة النفسية بين النظرية والتطبيق , المكتب الجامعي الحديث .

4. سامية لطفي الأنصاري , وأحلام حسن محمود "2007م" الصحة النفسية والمدرسية للطفل , مركز الإسكندرية للكتاب .

5. محمود كاظم محمود التميمي "2016م"مؤشرات في الصحة النفسية , الدار المنهجية للنشر والتوزيع .

6. وداد الموصلي ,وحسن عبد الغني محمود "2007م" الصحة النفسية .

7. محمود عبد الحليم , ومنسي وآخرون "2007م" الصحة المدرسية والنفسية للطفل , مركز الإسكندرية للكتاب .

8. سامية لطفي الأنصاري , سيد محمود الطواب" 2007 الصحة النفسية وعلم النفس الاجتماعي والتربية الصحية , مركز الإسكندرية للكتاب .

9. أبو علام ، رجاء محمود (2005م) قياس التحصيل الدراسي ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، القاهرة .

10.أحمد ، أحمد ابراهيم (2000م) ، عناصر إدارة الفصل والتحصيل الدراسي ، مكتبة المعارف الحديثة ، الاسكندرية.

11.الداهري ، صالح حسن (2005م) مبادئ الصحة النفسية ، الطبعة الثانية ، دار التربية الحديثة اليمن .

12.الخالدي ، أديب، (2002) المرجع في الصحة النفسية ، غربان ليبيا ، الدار العربية للنشر والتوزيع .

13.الفاخري ، سالم عبد الله (2004) التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدي طلاب جامعة السابع من ابريل .

14.زهران ، حامد ، (2005) الصحة النفسية والعلاج النفسي ، القاهرة ، عالم الكتب للنشر.

15.ابراهيم سالم الصيحان ، 2014م، الاضطرابات النفسية والعقيلة (الأسباب والعلاج) ، دار صفا للنشر والتوزيع عمان.

ثانياً : الدراسات السابقة :

1. تنزيل صلاح الدين حسن "2011م" مشكلات الصحة النفسية لدي الطلاب المعاقين بصريا وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية .

2. داليا الصادق محمد الدرديرى "2014م" الأثر النفسي في التحصيل الدراسي لتلاميذ الحلقة الثالثة مرحلة الأساس محلية امدرمان .

3. مرشود عيسى عبد الله أحمد "2009" العوامل المؤثرة علي ضعف المستوي وتدني التحصيل الدراسي في اللغة العربية لطلاب الصف الأول والثاني ثانوي بولاية القضارف .

4.يحي إسماعيل يحي "2014" التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لدي طلاب قسم علم النفس جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا .

5. هناء عبد الحليم عثمان "2013م" مستوي القلق لدي الأمهات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لتلاميذ مرحلة الأساس .

6. علية يوسف علي بشير "2010م" نموذج ريجلوث للتدريس المفصل و أثره في تحصيل الطلاب في الفصل الدراسي السادس في مادة تكنولوجيا التعليم بكلية التربية جامعة كردفان .

الملاحـــــق

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا

كلية التربية قسم علم النفس

مقياس الصحة النفسية

عزيزي الطالب ،عزيزتي الطالبة ،،

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ،،

بين يديك استبيان يهدف **لقياس الصحة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمي لدى طلاب قسم علم النفس بكلية التربية جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا .**

الرجاء التكرم بالإجابة عن فقرات المقياس بكل صدق وأمانة علماً بأن المعلومات التي تحصل عليها تستخدم فقط لغرض البحث العلمي ،وأنه لا توجد إحابة صحيحة وأخرى خاطئة ، وا إنما اختيارك يعبر عن رأيك.

شكراً على حسن تعاونكم

البيانات الشخصية:

النوع: ذكر ☐ أنثى ☐

المستوى الدراسي: الأول ☐ الثاني ☐ الثالث ☐ الرابع ☐

العمر: 16-19 ☐ 20-24 ☐ 25-30 ☐

التحصيل الأكاديمي : ممتاز ☐ جيد جداً ☐ جيد ☐ مقبول ☐

مقياس الصحة النفسية

الرقم	العبارات	غالباً	حياناَ	لا يحدث
1.	أحتاج إلى مجهود كبير إذا رغبت في عمل أقل الاشياء.			
2.	أشعر بثقل في يدي ورجلي.			
3.	أشعر بالصداع باستمرار.			
4.	أشعر بالوحدة.			
5.	تنتابني أفكار سيئة.			
6.	لدى صعوبة في تذكر الأشياء.			
7.	أشعر بالانزعاج بسبب الإهمال وعدم النظافة.			
8.	أشعر بأن الأمور لا تسير على ما يرام.			
9.	أعمل الأشياء ببطء شديد.			
10.	أجد صعوبة في إتخاذ القرارت.			
11.	لدي الشعور بعدم القدرة على التفكير.			
12.	اشعر بصعوبة التركيز.			
13.	دائماً أكرر عمل نفس الشيء عدة مرات.			
14.	أشعر بالضيق عند وجود الآخرين ومراقبتهم لي.			
15.	الشعور بأن الآخرين لا يفهمونني.			
16.	عندما أقارن نفسي بالآخرين أشعر بقلة القيمة.			
17.	أشعر بالرغبة في انتقاد الآخرين.			
18.	أشعر بصعوبة في التعامل مع الآخرين.			
19.	تراودني أفكار للتخلص من الحياة.			
20.	أبكي بسهولة.			

21.	أشعر بفقدان الأمل في المستقبل.			
22.	ينتابني الخوف فجأة.			
23.	أشعر بالتوتر.			
24.	أشعر بأني غير مهم.			
25.	أشعر بالرغبة في إيذاء الآخرين.			
26.	أرغب في تكسير وتحطيم الأشياء.			
27.	أتجنب أشياء معينة.			
28.	أخاف من التواجد في التجمعات البشرية.			
29.	أعتقد بأن الآخرين مسئولين عن مشاكلي.			
30.	أشعر بعدم الثقة بالآخرين.			
31.	يعتقد الآخرين أن لدي أفكار غريبة.			
32.	أشعر بأن الآخرين لا يقدرون أعمالي.			
33.	أشعر بأن الآخرين يستغلونني.			
34.	أعتقد بأن الآخرين يسيطرون على أفكاري.			
35.	يزعجني التفكير في الأمور الجنسية.			
36.	أشعر بأن لدي مشكلة نفسية.			
37.	أشعر بفقدان الشهية.			
38.	لدي صعوبة في النوم.			
39.	أخاف أو أهاب الموت.			
40.	أشعر بأنني غير سعيد في حياتي.			

أسماء المحكمين :

الاسم	الدرجة الوظيفية	الجامعة
أ / بخيتة محمد زين	أستاذة مشاركة	جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا
أ/ جمال سر الختم	أستاذ مشارك	جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا