

الصحة النفسية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

أ.م.د. زينة عبد المحسن راشد

الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية

مستخلص البحث

يهدف البحث الحالي التعرف على العلاقة بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية فضلا عن معرفة مستوى كل من الصحة النفسية والتوافق الدراسي لدى التلاميذ .

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لحل مشكلة البحث، وتم استخدام مقياسي الصحة النفسية والتوافق الدراسي، وقد تم معالجة النتائج بواسطة بعض القوانين الإحصائية من (إعادة الاختبار، والاختبار التائية لعينة واحدة، ومعامل ارتباط بيرسون).

وقد أسفرت نتائج البحث عن وجود علاقة ارتباط معنوية بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي. أما أهم الاستنتاجات والتوصيات فقد أظهرت النتائج بوجود علاقة ارتباط معنوية بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي. وقد أوصت الباحثة مجموعة توصيات :

- ١- ضرورة إقامة الندوات للتلاميذ للتعريف بنظام المدرسة، وجعل التلميذ يتوافق مع الجو المدرسي الجديد.
- ٢- إعداد التلميذ نفسيا واجتماعيا للتفاعل مع البيئة الاجتماعية وجعل أمر توافقه مع هذه البيئة أكثر تقبلا .

الفصل الأول

التعريف بالبحث

أهمية البحث والحاجة إليه

تعد التربية من أهم مقاييس تطور الأمم والشعوب؛ فهي الوسيلة التي يقاس بها مدى تقدمها العلمي ورفيها الحضاري، وازدهارها بمقدار ما توليه من عناية واهتمام للميدان التربوي، فالبلدان المتقدمة ترى في التربية الوسيلة الأساسية لتأكيد قوتها ونهضتها؛ بل وحتى هيمنتها على البلدان الأخرى لكون التربية لا تعد استثماراً اقتصادياً أو اجتماعياً أو ثقافياً؛ بل هي استثمار حضاري لا بد منه.

فالعملية التربوية بأركانها الأساسية الثلاثة (المعلم، التلميذ، المادة التعليمية) تشكل عملية ديناميكية في إطار تفاعلي لهذه الأركان؛ إذ يعد المعلم الشخص الوصي اجتماعياً وقانونياً على تربية وتكوين النشء والذي تلقى تكويناً خاصاً بذلك، كما يعد التلميذ المحور الأساسي ولأجله تسخر كل الإمكانيات المادية والبشرية ليكون في النهاية إنساناً منتجاً وصالحاً لنفسه ولأمته، أما المادة الدراسية فتكون على قدر استعدادات التلميذ النفسية وقدراته العقلية مراعية بذلك نموه من جميع النواحي (عباسي، ١٩٨٦، ص ٢٩٩).

فالمدرسة بقدر ما تكون متكاملة في نظامها ومنهجها ومناخها الدراسي، بقدر ما تؤثر في شخصية تلاميذها، وبالتالي تحقق أهدافها المرجوة، وبالرغم من توافر عدة عوامل مدرسية تؤثر في التوافق الدراسي للتلميذ بعد انتقاله من رياض الأطفال إلى التعليم الأساسي (الابتدائية).

لذا فالتلميذ في ظل هذه العملية ليس مجرد وعاء يحمل المعلومات التي يتلقاها في القسم ويمتنع عنها في أوقات محددة فحسب، بل يتأثر في عملية النمو بكل ما يحيط به خصوصاً المحيط الاجتماعي، إذ أن شعور التلميذ بتحقيق التوافق بينه وبين نفسه وبينه وبين البيئة الجديدة التي يعيش فيها تجعله قادراً على تقبل الوضع النفسي العام والجديد بالمجالات الاجتماعية والدراسية ويستطيع أن يعيش بسلام إذا كانت صحته النفسية جيدة وتبعده عن التوترات والقلق الذي قد يكون من أسباب عدم القدرة على التكيف الدراسي (دسوقي، ١٩٧٤: ٢٩).

فصحة التلميذ النفسية من الأمور المهمة التي يستطيع التلميذ أن يوفق بينه وبين البيئة التي يعيش فيها فهي تساعده على العيش بسلام ومواجهة التحديات والأزمات التي تواجهه بحيث يكون قادراً على التوافق مع تلك البيئة وبصورة .

لذا تبرز مشكلة البحث الحالي في الإجابة عن التساؤل التي يطرحها البحث وهي ما العلاقة بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي؟

أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على:

- ١- مستوى الصحة النفسية لدى تلامي المرحلة الابتدائية.
- ٢- مستوى التوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.
- ٣- العلاقة بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بالحدود الآتية :

- ١- الحدود البشرية : تلاميذ المرحلة الابتدائية.
- ٢- الحدود الزمنية : العام الدراسي ٢٠١٨ - ٢٠١٩ .
- ٣- الحدود المكانية : مديرية تربية بغداد الرصافة الأولى .
- ٤- الحدود العلمية : الصحة النفسية - التوافق الدراسي .

تحديد مصطلحات البحث**١- الصحة النفسية**

عرفها كل من:

- (القريطي، ١٩٩٨): بأنها التكيف السليم للفرد مع الحياة ومع الآخرين بفاعلية، والشعور الايجابي بالسعادة، وتوافق الفرد مع النظم والمعايير السائدة في المجتمع (القريطي، ١٩٩٨: ٢٨-٢٩).
- (منظمة الصحة العالمية، ٢٠١٣): بأنها حالة من العافية يستطيع كل فرد أدراك إمكاناته الخاصة والتكيف مع حالات التوتر العادية والعمل بشكل منتج ومفيد والإسهام في مجتمعه المحلي. كما تعتبر حالة من السلامة بدنيا وعقليا واجتماعيا، لا مجرد انعدام المرض او العجز (منظمة الصحة العالمية، ٢٠١٣).

تبنت الباحثة تعريف (منظمة الصحة العالمية، ٢٠١٣) كونه ينسجم مع متطلبات وأهداف البحث الحالي .

- تعرفه الباحثة إجرائيا : الدرجة الكلية الذي يحصل عليها التلاميذ من خلال اجابتهم على فقرات مقياس البحث خلال مدة زمنية محددة .

٢- التوافق الدراسي

عرفه كل من :

- (Yongman, ١٩٧٩): انه مدى قدرة التلميذ على التوافق مع الوسط المدرسي بكل ما يحمله، من إقامة علاقات مع المدرسين ومع زملائه ومسايرته للمواد الدراسية، وتستمر هذه العلاقة أو تنقطع بحسب توافقه معها، ومع المواقف الاجتماعية المدرسية، ويدل استمرارها على التوافق الجيد (٢٢) (Yongman, ١٩٧٩).

- (موسى، ٢٠١١): انه قدرة التلميذ على التفاعل داخل حجرة الدراسة بالمواظبة والمحافظة على النظام وإقامة علاقات طيبة بينه وبين أساتذته (موسى، ٢٠١١: ٣٤٣).

- تبنت الباحثة تعريف (Yongman, ١٩٧٩) كونه ينسجم مع متطلبات وأهداف البحث الحالي .
- تعرفه الباحثة إجرائيا : الدرجة الكلية الذي يحصل عليها التلاميذ من خلال اجابتهم على فقرات مقياس البحث خلال مدة زمنية محددة .

الفصل الثاني

الإطار النظري

أولاً : الإطار النظري

❖ الصحة النفسية

الصحة النفسية

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

وينطلق تحديد مفهوم الصحة النفسية من إحدى نظريتين : أحدهما المرض النفسي أو التي ترتبط بغياب أعراض المرض النفسي أو سوء التكيف سواء منها ما هو يسير أو خطير ، وهذه الأعراض تتدرج في خط متصل من المشكلات اليومية البسيطة إلى مشاعر النقص أو الذنب إلى الاضطرابات السيكوسوماتية والأمراض العصبية وكذلك الأمراض الذهنية ، إذ إن الفرد يكون بصحة نفسية إذا كان خالياً من كل هذه الأمراض ، والأخرى نظرة ايجابية تعني إن الصحة النفسية هي التكيف والتلاؤم مع متطلبات الحياة ، لذلك عرفت منظمة الصحة العالمية الصحة النفسية بصفة عامة بأنها توافق الأفراد مع أنفسهم ، ومع العالم عموماً ، مع حد أقصى من النجاح والرضى والسعادة والسلوك الاجتماعي السليم ، والقدرة على مواجهة حقائق الحياة وقبولها (عبد الغفار، ١٩٧٦: ٢٥) .

مظاهر للصحة النفسية

- ١- التوافق الذاتي : قدرة الفرد على التوفيق والموازنة بين رغباته ودوافعه وأهدافه وما ينتج عن ذلك من صراعات وبما يحقق موازنة ناجحة تجعله راضياً عن نفسه ومحيطه .
- ٢- التوافق الاجتماعي : ويتمثل بقدرة الفرد على إقامة علاقات اجتماعية مقبولة ، تتصف بالمحبة والتعاون والتسامح .
- ٣- القدرة على التعامل مع الإحباط : وهي القدرة على تحمل الإحباط الناتج عن الأزمات والشدائد وكل ما يعرقل أو يعيق حاجات الإنسان ، دون بروز سلوكيات متطرفة أو غير سوية مثل التهيج والعدوان والنكوص
- ٤- الشعور بالطمأنينة والرضا : ويتمثل من خلال استمتاع الفرد بالحياة وبعمله وأسرته والمجتمع الذي يعيشه .
- ٥- الكفاءة في الإنتاج : التي تتناسب مع إمكانية الإنسان وقدراته وكذلك المساهمة في محيطه بإيجابية (حسني، ٢٠٠١: ٥٣).

النظريات المفسرة للصحة النفسية

- النظرية السلوكية

اهتمت بالاتجاه السلوكي مجموعة ضخمة من كبار علماء النفس لكل منهم رؤية خاصة ومفاهيم تباينت من عالم لآخر ولكن يجمعهم إطار عام متسع ومهم ، ويتسم تيار السلوكية بالعلمية والعملية وبيتعد عن كل ما هو غيبي ويتعامل مع المحسوس والقابل للقياس من سلوك الإنسان والحيوان.

فالسلك عندهم متعلم من البيئة ، وعملية التعلم تحدث نتيجة وجود دافع ومثير واستجابة ، بمعنى إذا وجد الدافع والمثير حدثت الاستجابة (السلوك) ولكي يقوى الربط بين المثير والاستجابة لابد من التعزيز (داود، ١٩٩٠ : ١٤٥)، أما إذا تحرك الاستجابة دون تعزيز فان ذلك يؤدي إلى إضعاف الرابطة بين المثير والاستجابة ، أي إضعاف التعلم.

إن الصحة النفسية تبعاً لهذه النظرية يمكن أن تخضع لقوانين التعلم فإذا اكتسب الفرد عادات تلاؤم ثقافة مجتمعه فهو في صحة نفسية سليمة وإذا فشل في اكتساب عادات لا تتناسب مع ما هو متعارف عليه في المجتمع ساءت صحته النفسية (مجيد، ٢٠٠٣ : ٣٢).

- نظرية التحليل النفسي :

مؤسس هذه النظرية S.Freud (١٨٥٦-١٩٣٩م) الذي يبين إن الخلو من العصاب يعد مؤشراً على التمتع بالصحة النفسية ، إذ إن العصاب ينشأ من خبرات الشخص السابقة في طفولته ، فضلاً عن الصراع بين مكونات الشخصية الثلاثة (الهو ID ، الانا Ego ، والانا الأعلى Super Ego) والتي تضرب عندما لا تتمكن الانا من الموازنة بين مطالب الهو الغريزية والانا الأعلى المثالية (فرويد، ١٩٨٢ : ٤٥).

أما Adler (١٨٧٠-١٩٣٧م) فيرى إن النقص العضوي والإهمال والرفض والتدليل يؤدي إلى اضطراب في الصحة النفسية لذلك فأن الفرد يحاول أن يعوض مشاعر النقص لديه بوضع أهداف غير واقعية لإظهار تفوقه الشخصي إذ انه في النهاية شخص غير دقيق لتقدير ذاته فضلاً عن انه دائم التوتر ويخشى القرارات والاحباطات ، فالإنسان عند ادلر كائن اجتماعي تتشكل حياته ضمن سياق المعايير الاجتماعية والأخلاقية ، وبما إن الإنسان محدد بالروابط والعلاقات الاجتماعية لابد لنا لفهم النشاط الداخلي له من فهم هذه العلاقات التي يتواجد فيها ويتقبلها (Rychman, 1978: 93).

ويرى Jung (١٨٧٥-١٩٦١) إن الصحة النفسية تكمن في استمرار نمو الفرد الشخصي من غير توقف أو تعطيل وأكد أهمية اكتشاف الذات الحقيقية ، وأهمية التوازن في الشخصية السوية التي تتمتع بالصحة النفسية والتي تتطلب الموازنة بين الميول والانطوائية والميول الانبساطية وتكامل أربع عمليات هي الإحساس والإدراك والمشاعر (الجنابي، ١٩٩١ : ١٩).

- النظريات الإنسانية

تؤكد هذه النظريات على دراسة الخبرة الحاضرة للفرد كما يدركها أو يمر بها وليس كما يدركها الآخرون وإذا كان المرض يحصل على وفق ما يدركه الفرد ، فإن الصحة النفسية عند أصحاب هذا المنظور تتمثل في تحقيق الفرد لإنسانيته تحقيقاً كاملاً سواءً لتحقيق حاجاته النفسية عند "ماسلو" (Maslow. 1908-1970) أو المحافظة على الذات كما عند "روجرز" (Rogers (1902-1995) كذلك فإن الاختلاف بين الأفراد في مستويات صحتهم النفسية يرجع تبعاً لاختلاف ما يصلون إليه من مستويات في تحقيق إنسانيتهم . فضلاً عن ذلك يؤكد الإنسانيون على إن السلامة أو الصحة النفسية في الدراسات النفسية يجب أن تتوجه إلى الفرد السليم وليس للفرد العصابي أو الذهاني . حيث يرى "روجرز" إن مظاهر الصحة النفسية عند الفرد تكون في حريته على استبصار حل لمشكلاته وفي اختيار قيم تحدد إطاره في الحياة وتعطي معنى لحياته ، أما "ماسلو" فلم يجعل الصحة النفسية في إشباع الحاجات الفسيولوجية والبيولوجية ، بل جعلها في إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية وعلى رأسها الحاجة إلى تحقيق الذات بوصفها اسمي هذه الحاجات وقد جعل تحقيق الذات دافعاً يدفع الإنسان لان يكون في مستوى فهمه لنفسه من خلال إدراكه لمعاملة الأفراد المهمين في حياته ومن الأحكام التي يصدرونها عليه (الزبيدي ، ١٩٩٧ : ١٨١).

أما فروم (Fromm) فيرى إن عدم التمتع بالصحة النفسية هو احد مظاهر الفشل الأخلاقي .الذي ينشأ من شعور الفرد بالعزلة وعدم اهتمام الآخرين به ، وشعوره بضغط الظروف الاجتماعية عليه ، حيث إن الفرد ليس كائن منعزل فهو يحتاج إلى الآخرين لإشباع حاجاته المتعددة والحصول على الطمأنينة والأمن النفسي ، ليؤكد استمراره في الحياة (العوادي ، ١٩٩٢ : ٤٤).

- النظريات الوجودية

ويرى أصحاب هذا المذهب إن الصحة النفسية هي أن يعيش الإنسان وجوده ، ومعنى أن يعيش الإنسان وجوده هو أن يدرك معنى هذا الوجود ، وان يدرك إمكاناته وان يكون حراً في تحقيق ما يريد وبالأسلوب الذي يختاره ، وان يدرك نواحي ضعفه وان يتقبلها ، وان يكون مدركاً لطبيعة هذه الحياة بما فيها من متناقضات وان ينجح في الوصول إلى تنظيم معين من القيم ليحمله إطاراً مرجعياً في حياته (عبد الغفار، ١٩٧٦ : ٧٧).

معايير التوافق

- دفع الاهتمام بدراسة تكيف الشخصية إلى وضع معايير لقياس التوافق، على الرغم من اختلاف العاملين في هذا المجال في التعبير والصياغة لهذه المعايير الإجرائية، وتوضيح طريقة تطبيقها إلا أنهم متفقون من حيث مضمونها، ويعتبر ما قدمه لازاروس (Lazarus) معايير لتقييم كفاية التوافق وهي:
- الراحة النفسية: ويعني غيابها إحدى العلامات الدالة على سوء التكيف ومن أمثلتها حالات الاكتئاب والشعور القاهر بالذنب أو الخوف من المرض أو الموت.
 - الكفاية في العمل: فمن العلامات الدالة على وجود صعوبات تحول بين الشخص وبين تكيفه السوي هو عجز الشخص عن استغلال استعداداته ومهاراته المهنية والاجتماعية وقد يكون سبباً للفشل الدراسي، أو التحصيل المتدني أو أن يكون إنتاجه أقل مما تنتبأ به قدراته.
 - الأعراض الجسمية: إذ يكون الدليل الوحيد على وجود نقص في التكيف هو إصابة عضو من أعضاء الجسم، وقد نشأ الطب النفسي الجسدي بعد ملاحظة الأطباء من أن الإصابة يمكن أن تحدث سوء التكيف النفسي كصعوبات الهضم.
 - التقبل الاجتماعي: من أهم أدلة كفاية التكيف أن تكون الصورة التي يتخذها تكيف الشخص مقبولة اجتماعياً. ويتحقق ذلك بكون سلوكه التوافقي سلوكاً يقره المجتمع (الرفاعي، ١٩٨٦: ٧٦).

العوامل المؤثرة في توافق الفرد

القدرة العقلية ، والجوانب الانفعالية والاجتماعية والصحية. وتعد جميعها قنوات رافده للتوافق عند الفرد وعناصر مهمة فيه ، وتميزه عن غير همنا لأفراد الذين لم يصلوا إلى هذه الدرجة من التوافق بمميزات بارزة مثل الشعور بالتفرد ، والاستقلالية ، والثقة بالنفس ، والتقبل الذاتي ، والتمتع بالقيم الشخصية ، وإتباع فلسفة حياة معينة (الرفاعي، ١٩٨٦: ٨٥).

وجهات نظر العلماء في التوافق

يعتبر التوافق من الموضوعات التي اهتم علم النفس بدراستها، لأنه يرتبط ارتباطاً مباشراً بسلوك الإنسان، ومع دخول مفهوم التكيف كمرادف للتوافق لتفسير مظاهر التغيير الاجتماعي في سلوك الفرد ليشمل كل ما يقوم به الفرد من سلوك ليحقق التكيف بينه وبين بيئته. وأصبح يعني كما يرى (Woolfolk and Nicolich. L) تغيير سلوك الفرد كي ينسجم مع غيره من الأفراد، وخاصة الخضوع للالتزامات الاجتماعية (المنصور، ١٩٩٢: ١١٤).

ولقد تباينت نظرة علماء النفس إلى مفهوم التوافق ، نتيجة لتباين مدارسهم، إذ يرى أصحاب الاتجاه النفسي، أن التوافق يتحقق بإشباع حاجات الفرد ودوافعه، وهذا يؤكد أن التوافق خفض للتوتر، ويتم الوصول

إليه في الإشباع العام لدوافع الفرد، ويرى هنا أن التوافق يشير إلى الأحداث النفسية، التي تعمل على استبعاد حالات إعادة الفرد إلى المستوى المناسب لحياته في بيئته أي أن الكائن الحي يحاول إشباع دوافعه بأيسر الطرق بأحداث أشكال جديدة من الاستجابة أو التعديل في البيئة أو في دوافعه نفسها، وبهذا فإن الحياة كلها عملية توافق مستمرة (الهنا، ١٩٧٦: ٧٦).

ثانياً : الدراسات السابقة

- دراسة (جابر، ١٩٧٨) بعنوان العلاقة بين تقبل الذات والتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة توصل فيها إلى أن هناك موجبة بين تقبل الذات والتوافق النفسي، أي كلما ازداد تقبل الفرد لذاته ازداد توافقه وازداد تقبله للآخرين (جابر، ١٩٧٨: ٣٨٧).
- دراسة (مرحاب، ١٩٨٤) عن التوافق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح، حيث أوضحت الدراسة على أن هناك علاقة موجبة ودالة إحصائياً بين التوافق النفسي العام ومستوى الطموح لدى المراهقين والمراهقات بالمغرب (مرحاب، ١٩٨٤: ١٢٢).
- دراسة (يونس، ١٩٨٣) عن علاقة المناخ النفسي بالتوافق النفسي، أسفرت نتائجها عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المدرستين (البنين العسكرية والبنات العامة) لصالح البنات (يونس، ١٩٨٣: ٧٧-٨٦).

الإفادة من الدراسات السابقة

- ١- إعطاء صورة واضحة عن البحث وطريقة أعداده .
- ٢- خطوات بناء الأداة .
- ٣- اختيار الوسائل الإحصائية المناسبة .
- ٤- كيفية عرض النتائج وتفسيرها .

الفصل الثالث

منهجيته البحث وإجراءاته

منهج البحث : استخدم المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة هذا البحث.

مجتمع وعينة البحث : يتحدد مجتمع البحث بتلاميذ الصف الخامس الابتدائي لمديرية تربية بغداد الرصافة الأولى، وللعام الدراسي ٢٠١٨-٢٠١٩، ويبلغ عددهم (١٦٥)، وقد اختيروا بأسلوب الجداول العشوائي .

أداة البحث

- مقياس الصحة النفسية* : تم تبني مقياس (الزبيدي والهزاع ، ١٩٩٧)، ويتكون من (٢٤) فقرة، و(٣) بدائل للإجابة، ومفتاح تصحيح للمقياس هو من (١-٣) للفرقات الايجابية ومن (٣-١) للفرقات السلبية وان أعلى درجة هي (٧٢) ، وأدنى درجة كلية محتملة هي (٢٤)، والمتوسط الفرضي للمقياس هو (٤٨) درجة.

- مقياس التوافق الدراسي : تم تبني مقياس (قلندر، ٢٠٠٣) . بما إن المقياس ثلاثي الإجابة فان الإجابة (نعم) لها ٢ درجة إذ كانت الفقرة تدل على التوافق، والإجابة (لا ادري) لها درجة ١، والإجابة (لا) لها درجة صفر، وبما إن المقياس مكون من (٨٤) فقرة؛ لذا فان الدرجة العليا (١٦٨)، والدرجة الدنيا صفر، وبمتوسط فرضي (٨٤).

وتحقق الصدق الظاهري للمقياسين من خلال عرضهما على مجموعة من الخبراء. ولزيادة في الدقة من أن المقياسين يتمتعان بالثبات ،تم إعادة تطبيقهما بطريقة إعادة الاختبار على عينة بلغت (١٠) تلاميذ ، إذ بلغ معامل الثبات (٠.٧٩) لمقياس الصحة النفسية ، في حين بلغ معامل الثبات لمقياس التوافق الدراسي (٠.٨٠) .

التجربة الاستطلاعية

تم إجراء التجربة الاستطلاعية على عينة من (١٠) تلاميذ؛ لغرض التعرف على المعوقات التي قد تواجه الباحثة، والوقت المستغرق للإجابة.

التجربة النهائية

تم إجراء التجربة الرئيسية، وذلك من خلال توزيع المقياسين على عينة البحث، والبالغ عددهم (١٦٥) تلميذ.

الوسائل الإحصائية

استخدمت الوسائل الإحصائية التي تلائم البحث وطبيعة أهدافه، وتمثلت الوسائل الإحصائية بما يأتي :

- إعادة الاختبار : استعمل لحساب ثبات المقياسين.
- الاختبار التائي لعينة واحدة: استعمل للتعرف إلى الفروق بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي (النظري) لمقياسي الصحة النفسية، والتوافق الدراسي.
- معامل ارتباط بيرسون : استعمل للتعرف على العلاقة بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي.

الفصل الرابع

نتائج البحث

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها

الهدف الأول / مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية .
 للتحقق من هذا الهدف تم رصد درجات أفراد عينة البحث في مقياس الصحة النفسية ، وحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لعينة واحدة، للتعرف إلى الفروق بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي (النظري) للمقياس، والكشف عن دلالة تلك الفروق عند مستوى دلالة (0,05)، وكانت النتائج كما يوضحها الجدول (1) .

الجدول (1)

نتائج الاختبار التائي للصحة النفسية

مستوى الدلالة 0.05	القيمة التائية		درجة الحرية	الوسط النظري	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العينة	المتغير
	الجدولية	المحسوبة						
دالة	١,٩٨٠	٧,٥٣٦	١٦٤	٣٦	٢,٨١٥	٨,٥٥٠	165	الصحة النفسية

يتضح من الجدول (1) أن القيمة التائية المحسوبة أكبر من القيمة التائية الجدولية، وبذلك ترفض الفرضية الصفرية وتقبل البديلة مما يعني وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي (النظري) للمقياس ،ولصالح متوسط درجات العينة ،مما يدل على أن أفراد عينة البحث لهم مستوى جيد من الصحة النفسية ،وهذا يتفق مع نتائج دراسة كل من دراسة (جابر ١٩٧٨، يونس ١٩٨٣، ومرحاب ١٩٨٤).

الهدف الثاني / مستوى التوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية .
 للتحقق من هذا الهدف تم رصد درجات أفراد عينة البحث في مقياس التوافق الدراسي، وحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لعينة واحدة، للتعرف إلى الفروق بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي (النظري) للمقياس، والكشف عن دلالة تلك الفروق عند مستوى دلالة (0,05)، وكانت النتائج كما يوضحها الجدول (2) .

جدول (٢)

نتائج الاختبار التائي مقياس التوافق الدراسي

مستوى الدلالة 0.05	القيمة التائية		درجة الحرية	الوسط النظري	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العينة	المتغير
	الجدولية	المحسوبة						
دالة	١,٩٨٠	9.979	١٦٤	120	3.302	17.904	165	التوافق الدراسي

يتضح من الجدول (٢) أن القيمة التائية المحسوبة أكبر من القيمة التائية الجدولية، وبذلك ترفض الفرضية الصفرية وتقبل البديلة مما يعني وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي (النظري) للمقياس، ولصالح متوسط درجات العينة، مما يدل على أن أفراد عينة البحث لديها التوافق الدراسي، وهذا يتفق مع نتائج دراسة كل من دراسة (جابر ١٩٧٨، يونس ١٩٨٣، ومرحاب ١٩٨٤).
الهدف الثالث / العلاقة بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي.

للتحقق من هذا الهدف تم حساب معامل الارتباط ما بين درجات العينة على متغير الصحة النفسية التي تقابلها درجات على متغير التوافق الدراسي، وباستعمال معامل ارتباط بيرسون بلغت قيمة معامل الارتباط (0.8 67)، ولمعرفة دلالة معاملات الارتباط تم استعمال الاختبار التائي وتبين أنها دالة إحصائية لأن القيمة التائية المحسوبة البالغة (6.360) أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٨٠) إي توجد علاقة ارتباطية دالة موجبة إحصائية طردية أي كلما ازداد الصحة النفسية يزداد التوافق الدراسي، وبالعكس، والجدول (3) يوضح ذلك.

الجدول (3)

نتائج معاملات الارتباط بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي

مستوى الدلالة 0.05	القيمة التائية		قيمة معامل الارتباط	العينة
	الجدولية	المحسوبة		
دالة	١,٩٨٠	6.360	0.867	165

التوصيات

- في ضوء عرض نتائج البحث الحالي ومناقشتها وتفسيرها توصي الباحثة بما يأتي :
- ١- ضرورة إقامة الندوات للتلاميذ للتعريف بنظام المدرسة وجعل التلميذ يتكيف مع الجو المدرسي الجديد.
 - ٢- تعزيز برامج الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي أهمية كبيرة من اجل تعزيز الصحة النفسية للتلميذ.
 - ٣- ضرورة الاعتماد على مكونات الصحة النفسية والتوافق الدراسي في المدارس لحل المشاكل التي تواجه التلاميذ وتفادي الاتجاهات السلبية التي قد تتكون لديهم مستقبلا.
 - ٤- إثراء المناهج التعليمية في المراحل الدراسية كافة بموضوعات تسهم في رفع مستويات الصحة النفسية والتوافق الدراسي لدى التلاميذ .
 - ٥- توجيه وسائل الإعلام بجميع أنواعها لتضمين خططها برامج تحمل في طياتها تأكيدات على مميزات وخصائص الصحة النفسية والتوافق الأكاديمي وغير الأكاديمي وأهميتهما في تنشئة الأجيال القادمة .

المقترحات

- استكمالا للبحث الحالي تقترح الباحثة ما يلي :
- ١- إجراء دراسة للتعرف على الصحة النفسية لدى شرائح عليا من المجتمع (أطباء ، مهندسين ،أساتذة الجامعة) .
 - ٢- إجراء دراسة للتعرف على العلاقة بين الصحة النفسية ومتغيرات أخرى مثل (نمطي الشخصية الانبساط-الاتزان) ، موقع الضبط، الرضا عن العمل) .
 - ٣- إجراء دراسة للتعرف على العلاقة بين التنشئة الأسرية والتوافق الدراسي.

Research Summary

(Mental health and its relationship to academic adaptation of students of the Faculty of Physical Education)

Definition searching: – includes front and importance of research is how important mental health and its relationship to adaptation school was research problem that there are many situations experienced by students and private school students first They can not be adapt to the new situation and new environment as they represent a tough challenge for most students has exposed the student to psychological crises hinder adaptation to that environment. especially adapt Arte researcher study of mental health and academic adjustment. The objective of this research is to identify the relationship between mental health and academic adjustment to the students of the Faculty of Physical Education either hypotheses researcher assumed the existence of a significant correlation between mental health and academic adjustment to the students of the Faculty of Physical Education. The second section guarantees the theoretical studies which mental health and theories which are interpreted and concept and adapt academic and Maaerih and the view of scientists in it. either Part III contains the research methodology and procedures field has researcher used the descriptive style survey to solve the problem search researcher has used the measurements of mental health and adjustment mode has been processing the results by some statistical laws of (arithmetic mean. standard deviation) to find the relationship between mental health and adjustment mode. either Title IV include: – Results and analysis and discussion has emerged through the results correlated significantly between compatibility mental health and adjustment mode. either the door V included: – the most important conclusions and recommendations. the results show the existence of a significant correlation between mental health and academic adjustment. researcher has recommended a set of recommendations:

- 1 – the need to set up seminars for students in the early stages of the definition of the university system and the college and the student adapts to a new university atmosphere.
- 2 – Prepare students psychologically and socially to interact with the social environment and make is adapting to this environment more receptive.

المصادر

- الجنابي ،شروق كاظم: قياس الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة المستنصرية ، كلية الآداب . ١٩٩١
- حسني ،عاهد. النفس في الصحة والتربية والعلاج ، مطبعة الأصدقاء ، بغداد ، العراق . (٢٠٠١)
- داؤد ،عزيز حنا:علم نفس الشخصية،وزارة التعليم العالي والبحث العلمي،جامعة بغداد . ١٩٩٠
- دسوقي ،كمال ، علم النفس ودراسة التوافق، دار النهضة العربية، بيروت، ١٩٧٤ .
- الرفاعي، نعيم: الصحة النفسية، دراسة في سايكولوجية التكيف، ط٦، المطبعة التعاونية، دمشق . ١٩٨٢
- الزبيدي ،كامل علوان، والهزاع ، سناء مجول (١٩٩٧) . بناء مقياس للصحة النفسية لطلبة الجامعة . مجلة العلوم التربوية والنفسية ، العدد (٢٢) .
- عباسي، مدني، مشكلات تربوية في البلاد الإسلامية، دار الشهاب للطباعة والنشر، باتنة، ١٩٨٦ .
- عبد الغفار ،عبد السلام ،. . مقدمة في الصحة النفسية ، دار النهضة العربية ، القاهرة .(١٩٧٦) .
- فرويد، سيجموند: ثلاث مباحث في نظرية الجنس ، ترجمة جورج طرابيشي ، دار الجبل ، بيروت . ١٩٨
- قلندار ،سهلة حسين: القلق الاجتماعي وعلاقته بالتكيف الدراسي لدى طلبة جامعة الموصل . رسالة ماجستير . جامعة الموصل . كلية التربية . ٢٠٠٣ .
- مرحاب ،صالح أحمد ، التوافق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح، رسالة دكتوراه غير منشورة مودعة لدى معهد الدراسات العليا للطفولة بجامعة عين شمس، القاهرة، ١٩٨٤ .
- مجيد، ياسر نظام.. بناء مقياس الصحة النفسية لطلبة الجامعة على وفق مؤشرات مقياس مينسوتا المتعدد الأوجه m.m.p.i ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية / ابن رشد . ٢٠٠٣
- المنصور، يوسف عبد الفتاح: القدرة على التفكير الابتكاري وعلاقتها بمستوى الطموح والتكيف وسمات الشخصية لدى طلاب الصف الثالث الثانوي في دولة الإمارات العربية المتحدة، رسالة دكتوراه غير منشورة، مركز البحوث التربوية، جامعة القاهرة. ١٩٩٢
- منظمة الصحة العالمية، ٢٠١٣: صحة الفرد www.hatkf.com
- الهنا ،عطية ، ومحمد سامي هنا:اختيار الشخصية السوية،كراسة التعليمات،دار النهضة العربية،القاهرة. ١٩٧٦

المصادر الأجنبية

- – Rychmanh, b, Hurlock (1978), La Psychologie De Développement. Megraw Hill Publishing Company New Delhi.
- 55– Yonogmam, Sillany, (1979), Dictionnaire De La Psychologie, Larousse De France, Pour La Nouvelle Edition.

الملاحق

الملحق (١)

مقياس الصحة النفسية

أعزائي التلاميذ

بين يديك مجموعة من الفقرات يرجى قراءتها بدقه وإمعان والإجابة عنها بكل صدق وصراحة بوضع علامة (√) في المربع الذي تراه مناسباً، إذ لا تؤخذ إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، كما ترحو الباحثة منك عدم ترك أي فقرة بلا إجابة علماً أن إجابتك لأغراض البحث العلمي ولن يطلع عليها احد سوى الباحثة، ولذلك لاداعي لذكر الاسم .

مع وافر شكر

ت	الفقرات	نعم	أحياناً	لا
١	أنفق كثيراً من المبالغ لشراء الملابس .			
٢	أنا دقيق وملتزم في كل مجالات حياتي .			
٣	أجد نفسي أراجع الأعمال التي قمت بها مراراً دون سبب .			
٤	من طبيعتي أن لا أنفعل كثيراً .			
٥	أشعر بعدم استطاعتي على إشباع حاجاتي الجسمية .			
٦	أحافظ دائماً على سلامة جسمي .			
٧	أستسلم لقدر الموت .			
٨	أؤدي الفرائض الدينية .			
٩	أجد نفسي مشغول البال خوفاً من الإصابة بمرض لا يرجى شفاؤه .			
١٠	أعتقد أن النظافة مهمة جداً بحيث تأتي بعد مخافة الله من حيث الأهمية .			
١١	أتردد دائماً في اتخاذ قرار .			
١٢	أشعر بأن الحياة سعيدة .			
١٣	أستمتع كثيراً عندما أكون مركز اهتمام الآخرين .			
١٤	أتعامل بصدق مع الآخرين .			

١٥	أحلم أحيانا" أحلاما" مزعجة تضايقتني بعد النهوض من النوم .
١٦	لا أخاف الأماكن العالية والمغلقة .
١٧	أحس بفقدان الرغبة الجنسية .
١٨	سعادتي كبيرة لكوني خالي من العيوب .
١٩	أذكر الله كثيرا" في أوقات الشدة فقط .
٢٠	أتمسك بالقيم الدينية .
٢١	أشعر بالتعب والإرهاق دون سبب .
٢٢	غالبا" ما أشعر بالغثيان أو سوء الهضم .
٢٣	أجد نفسي في التوافق مع المواقف الحياتية المختلفة .
٢٤	أعتقد أن قدراتي ساعدتني على حل المشكلات التي واجهتني .

الملحق (٢)

التوافق المدرسي

ت	الفقرات	نعم	لا ادري	لا
١.	كثيراً ما اخبر زملائي بما يشغل بالي			
٢.	أقبل بسهولة مزاح زملائي			
٣.	يطيب لي أن استهزئ من بعض الزملاء كلما سنحت لي الفرصة			
٤.	اشعر بأني وحيد حتى ولو كنت مع زملائي في الجامعة			
٥.	من النادر أن أعيد لزملائي ما اعثر عليه من أشياء تعود لهم			
٦.	ارتاح أحيانا عندما تتعرض بعض ممتلكات زملائي للعبث أو التخريب			
٧.	اشعر أن زملائي في الكلية لا يحبوني			
٨.	اشعر أحيانا برغبة في سب من يضايقتني			
٩.	من السهل علي أن استمر في الحديث مع زملائي بصورة عامة			

			أشعر بعدم الارتياح عندما أكون في الجامعة	١٠.
			أشعر أن زملائي يتحدثون عني بسوء	١١.
			أقضي وقتاً ممتعاً مع زملائي في الجامعة	١٢.
			أقضي وقتاً ممتعاً مع زملائي بعد انتهاء دوامي في الجامعة	١٣.
			أشعر بأن زملائي يقدرونني	١٤.
			أتقيد عادة بما اتفق عليه مع زملائي	١٥.
			أجد صعوبة في الانسجام مع زملائي أثناء القيام بعمل مشترك معهم	١٦.
			أجد صعوبة في التعبير عما في نفسي أمام الطلاب الآخرين	١٧.
			يزعجني الطالب الذي يسيء إلى سمعة الكلية	١٨.
			يعجبني أن أثير المشاكل بين زملائي	١٩.
			أشعر أن زملائي يهملون آرائي ولا يهتمون بها	٢٠.
			أشعر بالخجل عندما يواجه الزملاء بعض الأسئلة لي	٢١.
			كثيراً ما يحصل خصام بيني وبين زملائي	٢٢.
			أجد نفسي غير راغب في مساعدة زملائي	٢٣.
			كثيراً ما أرح شعور زملائي دون قصد مني	٢٤.
			أتضايق من مراقبة زملائي لي أثناء قيامي بعمل ما في الكلية	٢٥.
			أشعر بالحذر من بعض زملائي	٢٦.
			يطيب لي حضور المحاضرة قبل الأستاذ	٢٧.
			أشعر أن الأساتذة في الجامعة يقسون عليّ	٢٨.
			أشعر أن أساتذتي يقدرونني	٢٩.
			لم أتغيب عن المحاضرات	٣٠.
			أشعر أن أساتذتي لا يتقون بي	٣١.
			عندما يكلفني أستاذي بعمل ما أسرع في انجازه عن طيب خاطر	٣٢.
			أشعر برغبة في محاكاة الأستاذ	٣٣.
			أشعر بالخجل عندما يوجه لي الأستاذ سؤال	٣٤.
			أتحايل على الأستاذ أحياناً لأتخلص من واجب ما	٣٥.

			أقدر أساتذتي ولو صدر منهم ما يضايقني أحيانا	.٣٦
			كثيراً ما يتضايق مني الأساتذة بدون سبب	.٣٧
			أجد متعة في عرقلة المحاضرة وإثارة المشاكل	.٣٨
			أثرثر قليلا في أثناء المحاضرة	.٣٩
			أجد صعوبة في التحدث مع أساتذتي حول ما يشغل بالي	.٤٠
			خجلي الشديد من الأساتذة يمنعني من التحدث بحرية معهم	.٤١
			أتردد في مناقشة أساتذتي عندما اختلف معهم في الرأي	.٤٢
			لا أجد من أبوح له بمتاعبي	.٤٣
			أحس أن الصداقة معدومة بيني وبين أساتذتي	.٤٤
			لا اشعر بوجود تجاوب بيني وبين أساتذتي	.٤٥
			يعجبني أن أتحمل جزءا من المسؤولية في إدارة القسم	.٤٦
			لا بأس في مخالفة بعض الأنظمة في الكلية	.٤٧
			اترك الكلية بدون إجازة كلما أتيح المجال لي	.٤٨
			اشعر بالحسرة عند انتهاء العطلة الصيفية	.٤٩
			أجد صعوبة في الخضوع للنظام الجامعي	.٥٠
			أؤجل عمل اليوم إلى الغد	.٥١
			يسعدني أن اقضي أكبر وقت ممكن في الجامعة	.٥٢
			يضايقني غيابي عن الكلية مهما كان السبب	.٥٣
			اشعر أن كليتي ذات سمعة حسنة	.٥٤
			كثيرا ما أجد عذراً لترك الكلية	.٥٥
			يطيب لي أن أكتب ما أريد على الجدار الحر	.٥٦
			يسرني الانقطاع عن الكلية بحجة التحضير للامتحان	.٥٧
			أجد متعة في مخالفة الزي الموحد	.٥٨
			الجامعة تساعدني على تطوير قابليتي للتكيف مع مختلف الأفراد	.٥٩
			اشعر بالسعادة عندما أشارك بالعمل الجماعي في كليتي	.٦٠
			الجامعة تنمي عندي المعرفة وتساعدني على حل المشكلات التي تواجهني خارجها	.٦١

			أحس أن الجامعة تساعدني على تنمية الاستعدادات الخلقية والقيم الاجتماعية	.٦٢
			أجد أن أكثر النشاطات في الجامعة غير محببة لدي	.٦٣
			يعجبني إثارة المشاكل في المباريات الرياضية الجامعية	.٦٤
			أتردد بالاشتراك بالأنشطة الرياضية الجامعية خوفاً من الفشل	.٦٥
			ابذل كل جهدي لتنظيم وإنجاح السفرات الترفيهية	.٦٦
			أتمنى أن يتاح لي المجال للاشتراك في أكثر من لجنة ونشاط	.٦٧
			إذا حصلت على جائزة أو كأس في فعالية ما أفضل أن يبقى ملكاً للكلية	.٦٨
			لا اشعر بالخيبة إذا خسرت مسابقة أو مباراة	.٦٩
			عندما نكلف بعمل ما أفضل أن أقوم به لوحدي حتى تظهر جهودي	.٧٠
			أتمنى أن تكثر الجامعة من أنشطتها الرياضية والفنية	.٧١
			لا يهمني التعب عندما أعمل في معرض أو مسابقة ما	.٧٢
			يسرني أن أكلف بأي عمل في سبيل أنجاح النشاط الاجتماعي	.٧٣
			أحبذ الانضمام إلى مسبح الجامعة	.٧٤
			أحبذ القيام بحفلات التعارف بين الزملاء	.٧٥
			أفضل أن تقام حفلات عيد الميلاد للزملاء في الجامعة	.٧٦
			اشعر إن النشاطات الاجتماعية تضيع من وقت الطالب	.٧٧
			أود أن تقوم الكلية بعدد أكبر من السفرات	.٧٨
			يصعب علي اختيار ما يناسبني من النشاطات المتيسرة للطلاب	.٧٩
			يسعدني أن أضحى بوقتي وراحتي حتى تفوز الكلية في نشاط ما	.٨٠