

دور الأسرة والمدرسة في رفع مستوى الصحة النفسية للطفل

The role of the family and the school in raising the mental health of the child

د. ديار حنان¹، د. جلول أحمد²، د. عمامرة سميرة³^{3.2.1} جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي - الجزائر

تاريخ الاستلام : 2020-03-08؛ تاريخ المراجعة : 2021-03-22؛ تاريخ القبول : 2021-06-30

ملخص :

تعتبر الصحة النفسية من أهم موضوعات علم النفس، والتي باتت من الضروري الاعتماد على تطبيقاتها في مختلف ميادين الحياة العملية واليومية للأفراد وخاصة مع تفشي العديد من الاضطرابات النفسية في مجتمعنا بمختلف مؤسساته. وباعتبار الأسرة أول مؤسسة اجتماعية يترعرع في كنفها الطفل فهي تؤثر في نموه النفسي والاجتماعي تبعاً لظروف نشأة الأسرة ومدى تحقيقها في إشباع الحاجات النفسية للطفل من خلال المناخ السائد في الأسرة وأساليب التربية المتبعة فيها. وتلي الأسرة المدرسة كمؤسسة اجتماعية تربوية ثانية والتي بدورها تهتم بتربية الطفل ورعاية صحته النفسية وتسهر على العناية بنموه النفسي والاجتماعي، وتتداخل عدة عوامل في التأثير على مسار هذا النمو. وهذا لا يتأتى إلا من خلال تحقيق صحة نفسية سليمة للطفل.

الكلمات المفتاحية : الأسرة، المدرسة، الصحة النفسية، الطفل.

Abstract:

Mental health is one of the most important subjects of psychology, whose applications in the various fields of life are essential for individuals, especially with the spread of many psychological disorders in our society at various institutions.

As the first social institution to foster child-rearing, the family affects his psychological and social development, depending on the circumstances of the family's rise and the extent to which it satisfies the psychological needs of the child through the prevailing family climate and the methods followed in education.

The family is following the school as a second social educational institution, which in turn cares for the upbringing of children and the care of their psychological and social development, and several factors interfere in influencing the course of this development. This can only be accomplished through the achievement of a proper psychological health of the child.

Keywords: Family, school, mental health, child.

تمهيد:

تعتبر الأسرة الوسط الأول الذي ينشأ فيه الفرد وهي بالنسبة إليه أهم منظومة خاصة في الطفولة الأولى، وليس بمقدور أي مؤسسة أخرى أن تحل محل الأسرة في بناء شخصية الطفل وتنشئته اجتماعيا، حيث أنها ترعى نموه بالشكل الذي يتناسب مع ثقافة الأسرة ومع ثقافة المجتمع الذي يعيش فيه ولا يمكن للطفل أن يتمتع بالصحة النفسية إلا إذا أُتيح له المناخ الأسري السليم والنموذج الوالدي الإيجابي.

كما تعتبر المدرسة هي المؤسسة الرسمية الثانية بعد الأسرة التي تشرف على عملية التربية والتنشئة الاجتماعية، وتلقين التراث الثقافي والحضاري للأجيال الجديدة وبناء الفرد السوي والمساهمة في النمو النفسي والجسمي والاجتماعي للطفل، حيث يتفاعل مع المعلمين والتلاميذ ويتأثر بالمناهج التعليمية.

معنى الصحة النفسية: Mental Health

الصحة النفسية كما يعرفها د. محمد قاسم عبد الله هي: «التوافق التام بين الوظائف النفسية المختلفة مع القدرة على مواجهة الأزمات والصعوبات العادية المحيطة بالإنسان، والإحساس الإيجابي بالنشاط والسعادة والرضا». وهذا يعني أن الشخص الذي يتمتع بالصحة النفسية لا بد من توافر السمات التالية فيه:

1- التوافق التام بين وظائفه النفسية المختلفة: أي أن يكون هناك انسجام وتوافق بين كل وظيفة نفسية والوظائف الأخرى بحيث تخدم عملها دون زيادة ولا نقصان. والوظائف النفسية هي: المقومات المعرفية العقلية (إدراك، انتباه، تجريد، تخيل، تفكير) والانفعالية (سلوك اجتماعي وصدقات وتعاون واتجاهات...).

2- قدرة الفرد على مواجهة الأزمات والصعوبات العادية المختلفة التي يمر بها: فالشخص المتمتع بالصحة النفسية هو القادر على مواجهة ضغوطات الحياة وأزماتها وحلها بصورة واقعية مثمرة وليس أن يتهرب منها.

3- الإحساس بالسعادة والرضا والحيوية: والمقصود بذلك أن يكون الفرد متمتعا بعلاقاته مع الآخرين، راضيا عن نفسه وسعيدا وليس متذمرا كارها لها.

ويرتبط هذا الشعور بالسنتين السابقتين، فلا يمكن للفرد أن يكون سعيدا وراضيا إلا إذا كان هناك توافق بين وظائفه النفسية وقادرا على مواجهة الأزمات والصعوبات التي يمر بها. (عبد الله، 2001، 20 - 21).

كما يعرفها حامد زهران: أنها «حالة دائمة نسبيا يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا شخصيا وانفعاليا واجتماعيا، ويشعر بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين، ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكانياته إلى أقصى حد ممكن، ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة، وتكون شخصيته متكاملة سوية، ويكون سلوكه عاديا يعيش في سلام. (العناني، 1998، 13).

يتبين من خلال التعريفين السابقين أن الصحة النفسية هي حالة إيجابية تتسم بالتكيف النفسي والشخصي والاجتماعي والانفعالي، والذي يكون التفاعل إيجابيا مع ذات الفرد ومع المحيطين به من خلال شعوره بالسعادة والرضا. ويتحقق هذا حينما تقوم وظائفه النفسية بمهامها، ومدى استغلال قدراته ومواجهة الأزمات والمواقف الصعبة.

أهداف الدراسة :

- إشباع الحاجات لدى الطفل شرط اساسي من شروط الصحة النفسية الذي يحقق للطفل الاستقرار والائتزان النفسي.
- للأسرة دور مهم وحيوي في اكتساب الطفل ثقته بنفسه في حدود ما يتوفر لديه من قدرات خاصة ومميزات شخصية.
- تشجيع الآباء لأطفالهم في التعبير عن ذواتهم والافصح عن شخصياتهم هام جدا في استثمار مواهب الاطفال وتنميتها.
- الاحساس بالأمن يتأكد في شعور الطفل بأن له مكانا في المجتمع الذي يولد فيه.
- مراعات المدرس للفروق الفردية في الذكاء والقدرات بين التلاميذ.
- اتباع طرق التدريس ونظم الامتحانات والمناهج الدراسية المتطورة والمتماشية مع الاساليب التربوية والعلمية الحديثة التي تقوم على مراعات قدرات التلاميذ وميولهم واستعداداتهم.

I - الصحة النفسية في الأسرة:

إن الأسرة التي يعيش فيها الفرد ذات أهمية كبرى في بناء شخصيته وصحته النفسية، لأنها أول مؤسسة تتسلمه و تنتقل له الميراث الحضاري و تعلمه من هو، و ما علاقته بالمجتمع، فهي الوحدة الاجتماعية الأولى التي ينشأ فيها الفرد و يتفاعل مع أعضائها و هي التي تسهم بشكل أكبر في الإشراف على نموه و تكوين شخصيته و توجيه سلوكه.

1- مراحل تكوين الأسرة و وظائفها:

إن الأسرة هي الوحدة الأساسية في التنظيم الاجتماعي، ومؤسسة من المؤسسات الاجتماعية ذات الأهمية الكبرى. ففيها تبدأ حياتنا الأولى، و نعود عليها، وهي تضع أول خبراتنا، وفيها تتشكل شخصيتنا، وتتكيف مع البيئات المتغيرة حولنا، وهي مصدر الأخلاق والدعامة الأولى لضبط السلوك. (رشوان، 2003، 22).

الأسرة هي جماعة تتكون من الأب والأم والأبناء، فهي تشكل وحدة اجتماعية مبنية على زواج شرعي يكون أساسها المحبة والتعاون بين جميع أفرادها، و فيها تحدث تفاعلات منها تفاعل الأبناء مع والديهم، أو هي (الأسرة) خلية تتكون من الأب والأم تولى لهم مهمة تنشئة الأبناء من تربيتهم ونشئتهم.

تمر الأسرة في تكوينها بمراحل عدة:

- 1- **مرحلة الخطوبة:** مرحلة تمهيدية تسبق عقد القران، وتساعد في إنجاح الحياة الزوجية للتعرف بين الطرفين.
- 2- **مرحلة التعاقد و الزواج:** عقد القران و الانتقال إلى مسكن الزوجية لتبدأ رحلة الحياة.
- 3- **مرحلة الإنجاب:** وهي مرحلة الاستقرار والسعي من أجل رعاية الأبناء.
- 4- **مرحلة السكون و الاستقرار:** و فيها تخفف الأسرة من أعبائها نتيجة انتهاء الأبناء من مراحل التعليم و اشتغالهم ثم استقلالهم. (عبد الله، 2001، 423 - 424).

أما بالنسبة لوظائف الأسرة فإن هذه الأخيرة تقوم بعدد من الوظائف يمكن توضيحها على النحو التالي:

- 1- **الوظيفة البيولوجية:** وهي تشمل الإنجاب و التناسل، وحفظه من الانقراض.
- 2- **الوظيفة النفسية:** وتعني هذه الوظيفة بتوفير الدعم النفسي للأبناء، ويشير الباحث «وول» إلى أن كل وظيفة تقدمها الأسرة لأبنائها هي تزويدهم بالإحساس و القبول في الأسرة.
- 3- **الوظيفة الاجتماعية:** وتتمثل هذه الوظيفة بتوفير الدعم الاجتماعي ونقل العادات والتقاليد والقيم والعقائد السائدة في الأسر إلى الأطفال و تزويدهم بأساليب التكيف، كما تتضمن توريث الملكات الباصرة.
- 4- **الوظيفة الاقتصادية:** ويقصد بها توفير المال الكافي واللازم لاستمرار حياة الأسرة وتوفير الحياة الكريمة
- 5- **الوظيفة التعليمية:** تقوم الأسرة بالإشراف على متابعة أطفالها في الواجبات المنزلية وفهم الدروس، إذ أن آباء اليوم يقضون وقتاً أطول في مساعدة أبنائهم في استذكار دروسهم أكثر من ذلك التي كان يقضيه الآباء مع أبنائهم في الماضي ويرجع هذا إلى ارتفاع المستوى التعليمي بين الآباء في الوقت الحالي. (السنهوري، 1994، 110).
- 6- **وظيفة المكانة:** إن أفراد الأسرة يستمدون مكانتهم الاجتماعية المرموقة من مكانة أسرهم في المجتمع الذين يعيشون فيه، الأمر الذي يرفع من مفهومهم عن أنفسهم ويشجعهم على أن يكونوا أفراداً صالحين في المجتمع ويشعرون بالرضا والسعادة والإقبال على الحياة الاجتماعية واحترام أنظمتها المختلفة.
- 7- **وظيفة الحماية:** تكفل الأسرة لأفرادها الحماية الجسمية والنفسية والاقتصادية بمختلف أعمارهم، سواء كانوا أطفالاً أو شبوحاً أو آباء أو أمهات أو إخوان أو أخوات.
- 8- **الوظيفة الدينية:** تعلم الأسرة القيم الدينية و تعلمهم احترامها، و نلخص من كل ما تقدم أن الوظيفة الدينية هي التي تتحكم في نتائج الوظائف السابقة لأنها هي التي تتحكم في السلوك داخل النظام الأسري وخارجه. (العزة، 2000، 32).

وعموماً تتحصر وظائف الأسرة المعاصرة في:

- 1- إنباب الأطفال.
- 2- المحافظة الجسدية لأعضاء الأسرة.
- 3- منح المكانة الاجتماعية.
- 4- التكفل بأفراد الأسرة وحمايتهم جسدياً ونفسياً واقتصادياً .
- 5- التنشئة الاجتماعية.
- 6- الضبط الاجتماعي وتحقيق التوافق النفسي و الاجتماعي لجميع أفراد الأسرة.

2- الأسرة و إشباع الحاجات النفسية للأبناء:

الأسرة هي الجماعة الأولية المسؤولة شرعاً وقانونياً واجتماعياً عن رعاية أبنائها وإشباع حاجاتهم الأساسية والثانوية فالأسرة هي المسؤولة عن إشباع الحاجة للطعام، و تؤثر علاقة الأم بوليدها أثناء الرضاعة الطبيعية على الحماية النفسية والاجتماعية للطفل، وكذلك التدريب على الإخراج و عملية الفطام. (خليل، 2000، 14-15).

وقد ثبت علمياً أن رضاعة الطفل من ثدي أمه تمنحه الحنان والثقة والأمان وأن أكثر الأمراض النفسية والجسمية مصدرها الرضاعة الصناعية، وأن التصاق الطفل بالأم لمدة 45 دقيقة له أثر فعال في زيادة الرابطة بين الأم و الطفل. (كامل أحمد، 2001، 101).

وتظل الأسرة مسؤولة بعد ذلك عن إشباع الحاجات الاقتصادية للطفل من طعام وشراب وملبس وسكن ورعاية صحية وتعليمية، ونفقات ترفيهية ومصروف جيب... إلخ. كما تلعب الأسرة دوراً كبيراً في إشباع الحاجات النفسية للطفل أهمها:

- الحاجة للشعور بالأمان العاطفي: بمعنى أن يشعر الأبناء بأنهم محبوبون كأفراد ومرغوب فيهم لذاتهم و أنهم موضع حب و إغزاز الآخرين، و يعمل المناخ الأسري على تدعيم إشباع هذه الحاجة للطفل إذا كان مناخاً صحياً يسوده الحب والمودة والعطف والتقدير والاحترام والتعاون والتضحية، بينما يضطرب إشباع هذه الحاجة في المناخ الأسري المضطرب المشحون بالخوف والقلق والاضطراب والصراع.
- كذلك تشبع الأسرة الحاجة إلى الشعور بالمركز الاجتماعي: حيث تعمل الأسرة خلال اعترافها بالطفل وتقديرها له، باعتباره مطلوب فوق أنه محبوب ومرغوب.
- كما تشبع أيضاً لديه الحاجة إلى الإنجاز عن طريق تشجيعه على رسم مستويات معقولة، و مساعدته و إتاحة الفرص له لتحقيق إنجازات تتفق وقدراته و إمكانياته، ويأتي هذا الاهتمام والرعاية التي توليها الأسرة لأبنائها.
- كذلك تشبع الأسرة الحاجة إلى احترام الذات تلك التي تشير إلى الرغبة في تحصيل المدح والانتباه من الآخرين، وإلى الحصول على المركز والمكانة العالية مع الأقران، ويتسنى للأسرة إشباع هذه الحاجة عن طريق المدح والثناء وبث الثقة في ذات الطفل، ومساعدته على التعرف بصورة واقعية على قدراته، ومنحه الثقة، وإتاحة فرص التعبير عن ذاته. - كما تعمل الأسرة على إشباع الحاجة إلى المعرفة وحب الاستطلاع لدى الأطفال عن طريق تقديم المعارف والمعلومات الصحيحة البسيطة بأسلوب شيق ممتع، وكذلك تشجيعه على التعلم والتعرف على الأشياء، ودفعه إلى الاكتشاف والاستطلاع حسبما تسمح به قدراته وإمكاناته. (خليل، 2000، 14-15).

2-1 - الأم والصحة النفسية لأطفالها:

من أهم الحاجات النفسية التي يحتاج الطفل إلى إشباعها حاجته إلى التجاوب العاطفي في الأسرة أي تبادل المحبة والحنو مع الوالدين، وتشبع هذه الحاجة في بادئ الأمر عن طريق الأم عندما تحمل رضيعها إلى صدرها وتداعبه

ويستجيب الطفل لحنو أمه ويؤكد علماء النفس على أهمية هذه العاطفة بين الطفل وأمه والتي تنشأ فيما بعد بين الطفل وأبيه، وبين الطفل واخوته على مستقبل شخصيته وصحته النفسية

ولما كانت الأم هي أهم شخصية في حياة الطفل، ترتب عن ذلك أن أعمالها وأفكارها وكلماتها أهم عنده بما لا يقاس غيرها، مما لا يصدر عن شخص آخر، فهي أول من يلتقنه القانون والصدقة، وهي أول مرشد له ومعلم، لذلك فهي مانحة الطفل صحته النفسية وسواء سلوكه أو علة النفسية وشذوذ سلوكه. (صفوت مختار، 2001، 61-62).

ومن القواعد المتفق عليها الآن أن أول أساس لصحة النفس إنما يستمد من العلاقة الحارة الوثيقة الدائمة التي تربط الطفل بأمه أو من يقوم مقامها بصفة دائمة، وأن أي حالة تحرم الطفل من هذه العلاقة «الحرمان الأمومي» تظهر آثاره في تعطيل النمو الجسمي والذهني والاجتماعي وفي اضطراب النمو النفسي.

ولقد أكدت الدراسات النفسية أنه لا يجوز فصل الطفل عن أمه في السنتين الأوليتين بحال من الأحوال إذ أن ذلك يؤدي إلى فقدان الاطمئنان النفسي عنده و إلى المشكلات السلوكية المختلفة. (كامل أحمد، 2001، 110).

وجاء في دراسة تتبع الظروف المؤدية إلى الاضطراب النفسي في الطفولة المبكرة، أن نقص اتصال الوليد بأمه قد صاحبه أعراض شبيهة بالمرض النفسي، ونقصان ميل الطفل إلى اللعب العادي، وخاصة ذلك اللعب الذي ينشأ بين الطفل وأمه. وما جاء أيضا عن دراسة آثار عزل الوليد عن أمه - لسبب من الأسباب - قابليته للتعلم والاستجابة للمثيرات الجديدة واحتمال الضغط النفسي، فوجدت الدراسة نقصا واضحا في تلك النواحي جميعا عند الوليد الذي حرم من الاتصال بالأب بعد ولادته. (صفوت مختار، 2001، 62).

2-2- الأب و الصحة النفسية لأطفاله:

ليست الأم فقط ذات دلالة في عملية التطبيع الاجتماعي للطفل ولكن الأب أيضا له دوره الهام و المؤثر في مجرى تكوين الطفل و نموه. فالأسرة التي تسبغ على الطفل رعاية ودية متوازنة هي الأسرة التي تكفل له صحة نفسية سوية.

وقد كان في السابق ينظر إلى الأب باعتباره العضو الذي يقوم بإنزال العقاب على الأطفال كلما أخطأوا، ولكن مع تقدم الأساليب التربوية الحديثة، و الاهتمام بتطبيق نظريات علم النفس الأكثر تطورا وإماما بحاجات الأطفال وقواعد تنشئهم ورعايتهم، نستطيع أن نقول إن وجود الأب في حياة الطفل قد أخذ اهتماما أكبر وأعمق من كونه يقوم بعمليات العقاب، أو من كونه المتولي شؤون الإنفاق على الأسرة و بالأخص على أطفاله، ويقرر عالم النفس الشهير «فيليس هو سلر» بأنه قد تتاب الطفل بعض المظاهر السلبية أو العدائية تجاه أبيه، فالوليد الذي مازال يحمل على ذراعي أمه قد يبدي عجزا ملحوظا في تقدير والده، وحينما يصل الطفل إلى مرحلة أعلى في النمو فقد يظهر عداؤه لوالده باللفظ، حينما يقول له: «ابتعد»، فلا قيمة لحب الأب وعطفه ورعايته للطفل مادام الأب قد يتسبب بشكل أو بآخر في بعد أمه عنه.

على أنه إذا دققنا النظر في البحث عن الأسباب التي تكمن وراء هذه المظاهر السلبية تجاه الأب، الوجدان أن الأم قد تتحمل بعض التبعات - حال نمو طفلها إلى الحد الذي يجعله يستطيع أن يفهم ما يقال له ويستوعبه - فعندما تقول الأم لطفلها: «عليك أن تكون هادئا والدك سيغضب» أو حينما تهدده بقولها: «سوف أقول كل ما يحدث منك لأبيك حتى يعاقبك»، كل هذه العبارات تكون في عقل الطفل فكرة سلبية عن والده بوصفه شخصا غير مستقر، عصبي المزاج، يقوم بالعقاب البدني أو المعنوي أو كليهما، وعلى هذا فقد يخادع الطفل والده ويعامله بلطف ورقة، ولكن في داخله هو مقتد الثقة به. على أن هناك مظاهر أخرى أصدق تصويرا للأبوة، يمكن أن نكشف عنها للطفل ليتشربها دون تردد أو شك، فعندما يشارك الأب في رؤيته وإيداء رأيه في الأشياء الجديدة التي تم جلبها للطفل في وجوده وعلى مقربة منه، و عندما يشارك الطفل أمه في إعداد الشاي أو القهوة لوالده، أو عندما تطلب الأم من زوجها أن يقوم بإصلاح بعض الأشياء التالفة في المنزل بمشاركة الطفل نفسه، فإن مداومة هذا السلوك في مثل هذه الاتجاهات أو المسارات من شأنها أن تخفف من قلق

الطفل من والده، وتجعله قريباً منه، متحمساً للبحث عنه أينما ذهب. إذن لا بد أن نسلم بمكانة الأب في حياة الطفل، وبكافة حقوقه على هذا النحو، حتى نضمن نمو الطفل نمواً عاطفياً ونفسياً على نحو صحي وسوي (صفوت مختار، 2001، 72-74).

وكل أب يلتصق بأبنائه ويكثر من الاختلاط بهم، والتعامل معهم بروح من المودة والحنان يخلق بذلك فرصة قوية لبناء ثقتهم بأنفسهم وتعزيز كيانهم، بل و القدرة في المستقبل على رعاية شؤون أبنائهم حين يصبحون آباءً وبكفاءة و اقتدار، كما يبعث في نفوسهم السكينة و الاطمئنان بشكل يقدررون عليه في مواجهة ما يعترضهم من تحديات وتغلبهم على ما يواجههم من عقاب. (عدس، 2000، 106-107).

3- المناخ الأسري و الصحة النفسية للأبناء:

يقصد بالمناخ الأسري: الطابع العام للحياة الأسرية من حيث توفر الأمان و التضحية و التعاون، و وضوح الأدوار و تحديد المسؤوليات، و أشكال الضبط، و نظام الحياة و كذلك أسلوب إشباع الحاجات الإنسانية، و طبيعة العلاقات الأسرية، و نمط الحياة الروحية و الخلقية التي تسود الأسرة مما يعطي شخصية أسرية عامة، حيث نقول أسرة سعيدة، أسرة مترابطة، أسرة متصدعة... و هكذا.

ويؤثر هذا المناخ الأسري على شخصية الأبناء و صحتهم النفسية، فقد أوضحت دراسة موسن (Mussen, 1963) أثر المناخ الأسري المتمثل في طابع علاقة الوالدين بالأبناء في أن الأبناء الذين لم يحصلوا على عطف أبوي بدرجة كافية كانوا أقل أماناً و أقل ثقة بالنفس و أقل توافقاً في علاقتهم الاجتماعية مع الآخرين. كما أوضحت دراسة (مصطفى سويف، 1966) أن الأطفال المحرومين من أسرهم الطبيعية أكثر قلقاً و توتراً من نظرائهم الذين يعيشون في أسر طبيعية، كما أوضحت الدراسة ارتباط مظاهر القلق و عدم الشعور بالأمن و بالحرمان من الحماية الأسرية. و قد أكدت دراسة (محمود عبد القادر، 1966) أثر الدفء العاطفي و الانسجام الأسري على شخصية الطفل، فقد وجدت علاقة ارتباطية دالة بين تقبل الآباء لأبنائهم و الانسجام الأسري، فقد كان الأبناء الذين يعيشون في أسر يسودها الدفء العاطفي و التوافق الأسري أكثر تقبلاً لذواتهم و أكثر تحرراً من عوامل القلق، كما أنهم أكثر شعوراً بالرضا. و قد اهتمت دراسة (محمد علي حسن، 1970) بأثر المناخ الأسري المتمثل في علاقة الوالدين بالأبناء، حيث أوضحت وجود فروق دالة إحصائية بين الأبناء الجانحين و غير الجانحين فيما يتعلق في الطفولة لظروف أسرية يسودها الإحباط و الحرمان و الإهمال، كما تعرضوا للأساليب معاملة والدية خاطئة أساسها النبذ و الإهمال و العقاب الشديد و عدم الحب، كما اتسمت ظروفهم الأسرية بالاضطراب و عدم الاستقرار، و كثرة الانفعالات، و الخلافات الودية، و سوء التكيف العائلي.

و أوضحت دراسة الباحث (مصطفى تركي، 1974)، وجود علاقة موجبة بين التقبل الوالدي و الاستقلالية، و الثقة بالنفس، كما كشفت وجود علاقة سالبة بين التقبل الوالدي و العصايبية.

كما أوضحت دراسة (Nick Taylor, 1976)، أن رفض الشباب للحياة الأسرية التقليدية يرجع لعدم وجود العلاقات الأسرية، و المناخ الأسري الصحي، حيث تمت تربيتهم في مناخ أسري مضطرب يسوده الشقاق و عدم الترابط و عدم وجود وقت كاف يقضيه الأبناء مع أسرهم، أما دراسة الباحثة (سهير كامل، 1987) فقد أوضحت أثر الحرمان من الوالدين في الطفولة المبكرة على جوانب النمو المختلفة للطفل، فقد كان الأطفال الذين يعيشون في أسر طبيعية أفضل في النمو الجسمي، و المعرفي و الانفعالي، و الاجتماعي عن أولئك الأطفال الذين يعيشون في حضانات إيوائية. (خليل، 2000، 17-18).

وأخيراً نود أن نشير إلى دراسة أجريت في جامعة واشنطن، قام بها الباحث لوري و آخرون Nelson Lowry and others عن العلاقة بين أنماط السلطة الأبوية و توافق الأبناء، حيث تبين أن: «الأبناء في الأسر التي تسودها العلاقات الديمقراطية يكونون أقل قلقاً و أقل رغبة في هجر منزل والديهم من هؤلاء الذين ينتمون إلى أسر غير ديمقراطية، و هذا

الطابع يميز عادة الأبناء في المناطق الريفية، كما تبين أن نسبة كبيرة من الأولاد والبنات الذين تلقوا تربيتهم في أسر متسلطة يكرهون أسرهم، وقد يعكس كرههم هذا على المجتمع أيضا، أما الطفل الذي تربي في أسرة تسودها الديمقراطية فإنه يكون أكثر استعدادا لاتخاذ قراراته النفسية اتفاقا مع القيم التي تعلمها في أسرته» (الخولي، 1983، 251).

ومن كل هذا فإن مجمل البحوث تؤكد على أن الأسر التي تسودها علاقات الود والاحترام والثقة والحب تخرج أبناء أسوياء، أما الأسر التي يسودها التفكك وانعدام الثقة والصراعات فإنها

تخرج أبناء مرضى ومنحرفين، ويتمون بالاضطراب وعدم الاستقلال، وتجعل الأبناء يعانون من الإحباط والصراعات المستمرة والخجل والانطواء والكآبة وغيرها من الاضطرابات النفسية الغير السوية.

وتؤثر العلاقات بين الوالدين على صحة الطفل النفسية على النحو التالي:

- السعادة الزوجية تؤدي إلى تماسك الأسرة بما يخلق مناخا يساعد على نمو الطفل إلى شخصية متكاملة ومتزنة.
- الوفاق والعلاقات السوية بين الوالدين تؤدي إلى إشباع حاجة الطفل إلى الأمن النفسي وإلى توافقه النفسي.
- الاتجاهات الانفعالية السوية واتجاهات الوالدين الموجبة نحو الحياة الزوجية ونحو الوالدية تؤدي إلى استقرار الأسرة والصحة النفسية لكافة أفرادها.

- التعاسة الزوجية تؤدي إلى تفكك الأسرة مما يخلق مناخا يؤدي إلى نمو الطفل نموا غير سوي.
- الخلافات بين الوالدين تعكر صفاء جو الأسرة، مما يؤدي إلى أنماط السلوك المضطرب لدى الطفل، كالغيرة، والأنانية، والشجار، وعدم الاتزان الانفعالي.

- المشكلات النفسية للزوجين والسلوك الشاذ الذي يقوم به يهدد استقرار المناخ الأسري، والصحة النفسية لكافة أفرادها.
- العلاقات والاتجاهات المشبعة بالحب والقبول والثقة تساعد الطفل في أن ينمو إلى شخص يحب غيره، ويتقبل الآخرين ويتفق فيهم.

- العلاقات السيئة والاتجاهات السالبة والظروف غير المناسبة تؤثر تأثيرا سيئا على النمو النفسي وعلى الصحة النفسية للطفل.

وتؤثر العلاقات بين الإخوة على الصحة النفسية على النحو التالي:

- العلاقات المنسجمة بين الإخوة الخالية من تفضيل طفل على طفل أو جنس على جنس، المشبعة بالتعاون، الخالية من التنافس، تؤدي إلى النمو النفسي السليم للطفل.

هذا و يجب أن يعمل الوالدان حساب سيكولوجية الطفل الوحيد و الطفل الأكبر و الطفل الأصغر و الطفل الأوسط.

(زهران، 1997، 15-16).

4- أساليب معاملة الوالدين للطفل و أثرها في تكيفه النفسي:

تؤثر الأسرة على النمو النفسي للطفل، و تكوين شخصيته و تحديد ملامحها كما تؤثر في نموه العقلي والجسمي والاجتماعي، وذلك عن طريق نمط التنشئة الأسرية التي تتبعها، وقد وجدت الباحثة ديانا بومرند (Baumrind. D) أن هناك ثلاثة أنماط للتنشئة الاجتماعية هي:

4- 1 - النمط التسلطي: ويتميز بالضبط الصارم، وإيقاع العقاب المتكرر، و عدم الاستماع للطفل، البرود والتأكيد الشديد على القواعد السلوكية لأنها قواعد فقط، ويترك هذا النمط أثارا على سلوك الأطفال تتمثل في الشعور بالتعاسة والانسحاب وعدم الثقة بالآخرين، العداوة، والتحصيل الدراسي المنخفض.

4 - 2 - النمط التربوي: ويتميز بالضبط المعتدل، الحزم، التواصل، الحب، إيقاع العقاب البدني أحيانا، مكافأة السلوك الجيد، إعطاء تفسيرات للقواعد التي ينبغي إتباعها، التعاون، التقدير المرتفع للذات، الاعتماد على الذات، التحصيل الدراسي المرتفع.

4 - 3 - التساهل المفرط: يتميز هذا النمط بالدفء دون صرامة أو ضبط، وجود عدد قليل من القواعد السلوكية، وندرة العقاب، و عدم الثقة في مهارات الأطفال أو عدم ثبات المعاملة، ويؤثر هذا النمط على سلوك الأطفال في الاعتمادية القليلة على الذات، ضبط ذاتي ضعيف، التعاسة، و انخفاض مستوى التحصيل الدراسي. (عبد الله، 2001، 451).

إن أساليب المعاملة الوالدية هي أشكال من السلوك، لها دور هام في شخصية الابن و تكيفه، وتتراوح هذه المعاملة بين الديمقراطية و المساواة و التسلط الزائد إلى التسامح و التدليل الزائد، كما أن الأسرة تحتل المكانة الهامة من حيث تأثيرها على شخصية أبنائها، و يجب الانتباه إلى أن أساليب التكيف التي يعتادها الأبناء في جو الأسرة تنتقل معهم إلى المجتمع الخارجي وإلى أسرهم التي يبنونها في المستقبل والتي تعود إلى أنماط التنشئة الأسرية في معظمها. إن استخدام النمط الديمقراطي من قبل الوالدين في تربية أبنائهم يؤثر بطريقة ملحوظة على التكيف الاجتماعي للابن، ويصبح أكثر إيجابية خارج البيت ومع الآخرين، وعلى الأنشطة الاجتماعية، أما إفراط الوالدين في التسامح والدلال فيترتب عليه عدم النضج الانفعالي عند الأبناء، وقلق الانفصال والتبعية والالتكالية، وعدم تحمل المسؤولية، وعدم مواجهة الإحباط. إضافة إلى اضطرابات السلوك مثل ثورات الغضب. في حين الصرامة والقسوة في المعاملة تدفع إلى الخضوع والاعتمادية، وعدم القدرة على التمتع بالحياة، وفقدان الثقة بالنفس.

II - الصحة النفسية في المدرسة :

تعد المدرسة أهم مؤسسة اجتماعية مسؤولة بعد الأسرة عن رعاية الصحة النفسية للطفل وهي المؤسسة التربوية الرسمية التي تقوم بوظيفة التربية ونقل الثقافة المتطورة وتوفير الظروف المناسبة للنمو جسميا وعقليا و اجتماعيا. و يبدأ الطفل مشواره الدراسي بعد أن يكون قد تلقى مبادئ التنشئة الاجتماعية في الأسرة، وتتميز المدرسة بأنها بيئة متسقة تختلف كلية عن البيئة المنزلية سواء في عدد أفرادها أو في وظيفتها فهي بمثابة نموذج مصغر للمجتمع الذي يعيش فيه الطفل.

ويواجه الطفل في هذه البيئة الكثير من العوامل التي قد تؤثر بطريقة أو بأخرى على صحته النفسية ونموه النفسي، وفيما يلي سنحاول التطرق إلى هذه العوامل.

العوامل المؤثرة في الصحة النفسية للتلميذ في المدرسة:

1- البناء المادي والصحة النفسية: إن التكوين المادي للمؤسسة التربوية من أحد العوامل المؤثرة في الصحة النفسية للتلاميذ، لذلك يجب أن يتوافر في تصميم المدرسة اختيار الموقع الملائم والتكوين الجميل، والملاعب المناسبة وحجرات الدراسة الصحية عن حيث التهوية والإضاءة ووضع المقاعد. (العناني، 1998، 193).

كما يجب أن تحافظ المدرسة على نظافة ميايينها وفصولها وصيانتها وأن تحرص على تجميل المدرسة اعتبارا من مدخلها وحتى الفصول ببعض الزهور والفرش النظيف، واللوحات الجميلة البسيطة، إن كل هذا يجعل من مظهر المدرسة شيئا باعنا على السرور والبهجة ويعمل على تكوين اتجاه إيجابي محبب نحو المدرسة. (شرفاوي، 1983، 333).

2- الأنشطة والمنهج والصحة النفسية: يتعلم الطفل داخل المجال المدرسي أثناء ممارسته للنشاط الدراسي الأدوار الاجتماعية وكيفية ممارسة الديمقراطية وإنشاء علاقات اجتماعية سليمة وذلك عن طريق عمليات التعاون، الأخذ والعطاء، تحمل المسؤولية، ... وكلها أسس تسهم في تحقيق مستوى أفضل من الصحة النفسية.

كما أن المقررات الدراسية يمكن أن تسهم في صحة الأطفال النفسية إذا كانت تتفق ومستوياتهم العقلية وإذا كانت تراعي الفروق الفردية أو أن يتعرف المدرس أثناء ممارسته للعملية التعليمية على هذه الفروق الفردية بحيث يستطيع أن يرقى بجميع الأطفال إلى مستوى أفضل من التعليم من خلال إحساسهم بالصحة النفسية السليمة. (إسماعيل، 2001، 210) حيث يجب أن يراعى في وضع المناهج بعض المبادئ حتى يتحقق جو من الصحة النفسية داخل المدرسة:

- 1- ينبغي عند وضع المنهج ألا يكون عبارة عن مقتطفات صغيرة من عدد كبير من المواد دراسية لأن هذا النوع من المناهج يهتم بالجانب المعرفي دون الاهتمام بمواقف الحياة الطبيعية (فلا يستفيد منه التلميذ في حل مشكلات الواقع).
 - 2- أقرب المناهج انسجاما لسيكولوجية التلميذ هو المنهج المحوري ومنهج النشاط.
 - 3- التعليم المستمر والتربية الصالحة لا تتحقق إلا إذا انفسح مجال الاختيار بين المواد الدراسية وتوفرت المرونة في طرق التدريس.
 - 4- يجب ألا يقتصر المنهج على الخبرات المدرسية داخل جدران المدرسة بل ينبغي أن تتضمن المناهج أمورا تخرج التلميذ إلى البيئة.
 - 5- يجب أن تكون هناك مواد للثقافة الصحية الجسمية والنفسية. (العناني، 1998، 195).
 - 3- تأثير العلاقات الاجتماعية في المدرسة على الصحة النفسية للتلميذ:** يعد الجو الانفعالي والعلاقات بين أفراد المدرسة من العوامل المدرسية المؤثرة في السلوك غير السوي. والمقصود به علاقة الطلاب فيما بينهم والطلاب بالمدرسين وبقية العاملين في المدرسة. (أحمد، 2002، 151).
 - وتتخذ علاقة التلميذ مع المعلم أو المعلمين دلالات و ألوانا مختلفة من العلاقة مع الوالدين فيما هو معروف من إسقاطات نفسية وتتخذ العلاقة مع الرفاق حالات متنوعة من سيناريو العلاقة مع الإخوة في المنزل، ويبقى هذا الإسقاط جزئيا ويتلون بخصائص الوضعية وديناميات العلاقات الصفية والمدرسية.
 - تكمل العلاقات الصفية بين الأتراب حلقة تفاعل في انعكاساتها سلبا أو إيجابا على صحة التلميذ النفسية، ويتضح بذلك أهمية الصحة النفسية باعتبارها بعدا حاسما في تحديد خبرة التلميذ ومآلها نجاح أو فشل، وهو ما يطرح قضية الاهتمام بالعلاقات الصفية أفقيا (بين الرفاق) وعموديا (مع المعلمين باعتبارها من القضايا التربوية الهامة في تحديد مسار ومصير عملية التمدن). (حجازي، 2000، 230-231).
 - فالعلاقات بين المدرس والتلميذ التي تقوم على أساس الديمقراطية والتوجيه والإرشاد السليم، تؤدي إلى حسن العلاقة بين المدرس والتلميذ وإلى النمو التربوي والنفسي السليم والعلاقات بين التلميذ بعضهم البعض التي تقوم على أساس من التعاون والفهم المتبادل تؤدي إلى الصحة النفسية. (زهران، 1997، 19).
 - 4- الصحة النفسية والمعلم:** يلعب المعلم دورا هاما في عملية التربية ورعاية النمو النفسي وتحقيق الصحة النفسية للتلميذ. ويمكن القول أنه بقدر ما تكون علاقة المعلم بتلاميذه علاقة صداقة وأخ أكبر لهم يغمرها الدفء والحنان والمحبة ويشترك معهم في نواحي النشاطات جميعها بقدر ما يؤدي إلى تمتع الطلبة بالصحة النفسية. (منسي، 1998، 92).
 - ومن الشروط الأساسية التي ينبغي توافرها في المعلم الكفاء أو الناجح هو تمتعه بالصحة النفسية وما تتضمنه من اقتناع بممارسة المهنة والإقبال عليها والتحمس لها وأن يكون المعلم نموذجا في عقد الصلات والعلاقات على أساس إنساني مع الآخرين، أمام تلاميذه وامتلاكه لهذه القدرة الأخيرة هي من أهم مظاهر الصحة النفسية، والصحة النفسية شرط هام في سبيل توفير المناخ التربوي المناسب للمدرسة لإكساب التلاميذ الصحة النفسية والحفاظ عليها لأن فاقده الشيء لا يعطيه. (كفاقي وآخرون، 2003، 161).
 - إن مهنة التعليم تتطلب أن يكون المدرس متزنا قادرا على مواجهة الضغوطات المختلفة فيجب أن يتصف بأحسن ما يمكن من ناحية التكيف الشخصي والانفعالي حتى يتمكن من النهوض بعمله التربوي. (زبدي، 2004، 48).
 - ويمكن إيجاز خصائص المدرس الذي يتمتع بالصحة النفسية في الآتي:
- التعاون بمنطلق ديمقراطي.
 - العطف ومراعاة شعور الآخرين.
 - الصبر والنزاهة والعدالة.

- الاهتمام بمشاكل التلاميذ.

- الاهتمامات الواسعة.

- الحزم مع اللين.

- المرونة.

- الرغبة في التشجيع والإطراء.

- البراعة في التدريس. (شراقوي، 1983، 342).

• **معالجات مشكلات صحة المعلم النفسية:** تتركز معالجة الصعوبات التي تواجه الصحة النفسية للمعلم في أربعة جوانب هي:

1- العمل التدريبي الذي يسبق بدء المعلم عمله، وهو أساليب انتقاء المعلم وتدريبه وتأهيله (باستخدام الروايز النفسية).

2- وهو التدبير العلاجي الذي يركز على معالجة مشكلات المعلم من خلال قيامه بعمله مثل (مشكلة الراتب، ضغط العمل، العلاقة مع الإدارة، فرص الترقية، ...).

3- يركز على مواجهة الإحباط عند المعلم ويتم بالتوعية الصحية والمهنية (التركيز على مشكلات التعليم، ومكانة المعلم منها).

4- علاج مشكلات التكيف والاضطرابات السلوكية التي وقعت مثل حالات الفلق والمخاوف والوساوس، والخلافات مع الزملاء، ومع الإدارة ... وغيرها. (عبد الله، 2001، 451).

5- **مسؤوليات المدرسة بالنسبة للنمو النفسي والصحة النفسية للتلميذ:** تستخدم المدرسة أساليب نفسية واجتماعية مختلفة لتحقيق الصحة النفسية والنمو النفسي السليم لتلاميذها وفيما يلي نذكر بعض مسؤوليات المؤسسات التربوية في إيجاد الصحة النفسية للطفل:

1- تقديم الرعاية النفسية إلى كل طفل ومساعدته في حل مشكلاته والانتقال به من طفل يعتمد على غيره إلى راشد مستقل معتمدا على نفسه ومتوافقا نفسيا.

2- أن يسود المدرسة جو من الديمقراطية والحرية حتى يتمكن التلاميذ من إشباع حاجاتهم النفسية والاجتماعية.

3- الاعتراف بالفروق الفردية بين التلاميذ، وهذا يتطلب تنوع طرق التدريس داخل الفصل ومراعاة ذلك في المناهج التربوية.

4- أن تزود المدرسة طلابها بالخبرات الاجتماعية التي تمكنهم من الحياة في سعادة و إيجابية داخل المجتمع الذي يعيشون فيه.

5- الاهتمام بمشكلات التلاميذ ودراستها وتشخيصها وإيجاد الحلول التربوية لها بالأساليب العقلية المناسبة، والعمل على تصحيح السلوك المنحرف من جانب التلاميذ. (الجندي، 2003، 387).

6- العمل على فطام الطفل انفعاليا عن الأسرة بالتدرج.

7- دعم المناهج بالقيم السائدة في المجتمع و توجيه النشاط المدرسي بحيث يؤدي إلى تعليم الأساليب السلوكية المرغوبة.

8- استعمال الثواب و العقاب لتعلم نماذج السلوك السوي. (الفرخ شعبان، 1999، 196).

9- الاهتمام بالتوجيه و الإرشاد النفسي للطفل.

10- مراعاة كل ما من شأنه ضمان نمو الطفل نموا نفسيا سليما.

11- تنمية العلاقة بين المدرسة والأسرة وبين المدرس وتلاميذه وبين التلاميذ بعضهم ببعض لينشأ الأطفال بشكل سليم، ومن واجب المدرسة أن تعمل على تعديل اتجاهات الآباء نحو الأبناء عن طريق الإرشاد و توجيههم (محاضرات، المشاركة في مختلف النشاطات).

12- الاهتمام بالصحة النفسية للمعلم وتحقيق رضاه النفسي واستقراره المهني. (الجندي، 2003، 388).

III- الوقاية من مشكلات الصحة النفسية للطفل:

- ويكون ذلك بالتعاون ما بين البيت و المدرسة لينشأ الطفل بشكل سليم، فمفتاح الصحة النفسية هو أن ينمو الطفل نموا سليما وينشأ تنشئة نفسية سوية وأن يتوافق شخصيا واجتماعيا .
- ومن جملة التدابير الوقائية النفسية التي يمكن اتخاذها في البيت و المدرسة ما يلي:
- 1-ضمان وجود التعاون الكامل بين الأسرة والمدرسة في رعاية النمو النفسي للطفل .
 - 2-العمل على تحقيق أكبر درجة من النمو والتوافق في مراحلها .
 - 3-ضمان وجود علاقة متينة مع الوالدين .
 - 4-المرونة في عملية الرضاعة والفظام والتدريب على الإخراج .
 - 5-الحرية التي تتناسب مع درجة النضج .
 - 6-التوجيه السليم و المساندة والأسوة الحسنة أمام الطفل أو التلميذ .
 - 7-سيادة جو مشبع بالحب يشعر به الطفل بأنه مرغوب فيه ومحترم .
 - 8-إمداد الوالدين عن الحاجات النفسية للأطفال وكيفية إشباعها .
 - 9-الاهتمام بنمو الشخصية بكافة مظاهرها جسميا و عقليا واجتماعيا وانفعاليا . والاهتمام بتوازنها بحيث لا يغلب جانب على الآخر .
 - 10- تهيئة بنية آمنة تسودها العلاقات السليمة و الحرية و العدالة الاجتماعية. (العناني، 1998، 203).

خاتمة:

وفي الأخير يتضح لنا مما سبق الدور الهام الذي يلعبه علم الصحة النفسية في الأسرة والمدرسة، وضرورة تطبيق هذا العلم بمختلف مجالاته في هاتين المؤسستين الاجتماعيتين .

فالصحة النفسية ضرورية لجميع أفراد الأسرة حيث تؤدي صحة الأبوين النفسية إلى تماسك الأسرة، بما يساعد على خلق جو ملائم لنمو شخصية الطفل المتماسكة كما أن العلاقات السوية بين مختلف أفراد الأسرة تؤدي إلى نموهم النفسي السليم .

هذا من ناحية، ومن ناحية أخرى تعد الصحة النفسية ضرورية للمدرسة، ذلك أن العلاقات السوية بين الإدارة والمدرسة بشكل عام تؤثر على الصحة النفسية للتلميذ، فالعلاقات الجيدة بين المدرس و التلميذ تؤدي إلى النمو التربوي والنفسي السليم، كما أن العلاقة الجيدة بين المدرسة والبيت تساعد على رعاية النمو النفسي للتلميذ .

فمن أهداف علم الصحة النفسية هو الوصول بالفرد طفلا كان في الأسرة أو تلميذ في المدرسة إلى أقصى درجة من الصحة النفسية بمختلف أبعادها: التلاؤم مع البيئة (أسرية أو مدرسية) والرضا عنها والتفاعل مع ما يحيط به من عناصرها، والفاعلية أي بأن يكون عنصرا منتجا وفعالا فيها .

- الإحالات والمراجع :

- أحمد، مدثر سليم (2002)، الصحة النفسية، مصر: المكتب العلمي للكمبيوتر والنشر والتوزيع.
- إسماعيل، نبيه إبراهيم (2001)، عوامل الصحة النفسية السليمة، ط1، مصر: إيتراك النشر والتوزيع.
- الجندي، عبد السلام عبد الله (2003)، التربية المتكاملة للطفل المسلم في البيت والمدرسة، ط1، سوريا: دار قتيبة.
- حجازي، مصطفى (2000)، منظور دينامي تكاملي للنمو في البيت والمدرسة، ط1، المغرب: المركز الثقافي العربي.
- خليل، محمد بيومي (2000)، سيكولوجية العلاقات الأسرية، مصر: دار قباء.
- الخولي، سناء (1983)، الزواج والعلاقات الأسرية، لبنان: دار النهضة العربية للطباعة والنشر.
- رشوان، حسين عبد الحميد (2003)، الأسرة والمجتمع: دراسة في علم اجتماع الأسرة، مصر: مؤسسة شباب الجامعة.
- زبدي، ناصر الدين (2004)، دراسة سيكولوجية وصفية حول أسباب القلق عند المدرس الجزائري وانعكاساتها على سلوكه، أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه دولة في علم النفس، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجزائر.
- زهران، حامد (1997)، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط3، القاهرة: عالم الكتب.
- السنهوري، أحمد محمد (1994)، الخدمة الاجتماعية في مجال الأسرة والطفولة، مصر: مكتب المعارف الحديثة.
- شقاوي، مصطفى خليل (1983)، علم الصحة النفسية، لبنان: دار النهضة العربية.
- صفوت مختار، وفيق (2001)، أبناؤنا وصحتهم النفسية، مصر: دار العلم والثقافة.
- عبد الله، محمد قاسم (2001)، مدخل إلى الصحة النفسية، ط1، الأردن: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- عدس، حمد عبد الرحيم (2000)، تربية المراهقين، ط1، الأردن: دار الفكر.
- العزة، سعيد حسني (2000)، الإرشاد الأسري نظرياته وأساليبه العلاجية، ط1، الأردن: مكتب دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- العناني، حنان عبد الحميد (1998)، الصحة النفسية للطفل، ط4، الأردن: دار الفكر.
- الفرخ شعبان، كاملة (1999)، الصحة النفسية للطفل، ط1، الأردن: دار صفاء.
- كامل أحمد، سهير (2001)، الصحة النفسية للأطفال، مصر: مركز الاسكندرية للكتاب.
- كفافي، علاء الدين وآخرون (2003)، مهارات الاتصال والتفاعل في عمليتي التعليم والتعلم، ط1، الأردن: دار الفكر.
- منسي، حسن (1998)، الصحة النفسية، ط1، الأردن: دار الكندي.

كيفية الاستشهاد بهذا المقال حسب أسلوب APA :

- د. دبار حنان ، د. جلول أحمد ، د. عمامرة سميرة ، (2021)، دور الأسرة والمدرسة في رفع مستوى الصحة النفسية للطفل ، مجلة الباحث في العلوم الانسانية و الاجتماعية ، المجلد 13(02) //2021، الجزائر : جامعة قاصدي مرباح ورقلة، ص.ص 15-26.