



## مبادئ الصحة النفسية في التربية



# مبادئ التربية النفسية

## الصحة النفسية أكثر من مجرد غياب المرض النفسي

الصحة النفسية حالة إيجابية من الرفاه والقدرة على التكيف والعمل والمساهمة في المجتمع، وليست فقط عدم وجود اضطراب نفسي.

(WHO, 2001d)

## الصحة النفسية جزء لا يتجزأ من الصحة العامة

الصحة النفسية مرتبطة بالصحة الجسدية والسلوك، ولا يمكن فصلها عن مفهوم الصحة الشامل

(بدني-نفسى-اجتماعى). (WHO, 2001b) ؛ Sartorius, 1990

## الصحة النفسية نتاج تفاعل عوامل اجتماعية ونفسية وبيولوجية

الفقر، ضعف التعليم، عدم الأمان، التغيير الاجتماعي السريع والعنف تزيد من هشاشة الأفراد نفسيًا، ما يثبت أن الصحة النفسية ليست مسألة فردية فقط بل اجتماعية بنيوية.

(Rutter, 2003)؛ (Costello et al., 2003)؛ (Patel & Kleinman, 2003)

## الصحة النفسية مرتبطة بالسلوك ونمط العيش والظروف المعيشية

تنتشر مشكلات مثل الإدمان والعنف والاكئاب أكثر في ظروف البطالة والفقر والتمييز وانتهاك الحقوق، ما يبرز العلاقة الوثيقة بين السياق الاجتماعي والصحة النفسية.

(Desjarlais et al., 1995))

## تعزير الصحة النفسية مسؤولية مجتمعية وليست مهمة طبية فقط

تحسين الصحة النفسية يتطلب سياسات في التعليم والسكن والعمل والعدالة والبيئة، أي عملاً متعدد القطاعات، لأن محددات الصحة النفسية تتجاوز القطاع الصحي.

(WHO, 1998a)؛ (Beaglehole & Bonita, 2003)

## احترام الحقوق الأساسية شرط لتعزير الصحة النفسية

غياب الحقوق المدنية والاجتماعية والاقتصادية يضعف الإحساس بالأمان والكرامة، ما يؤثر سلباً في الصحة النفسية للأفراد والجماعات.

(WHO, 1998a)

## الوقاية وتعزيز الصحة النفسية أكثر نجاعة من الاكتفاء بالعلاج

العبء العالمي للاضطرابات النفسية يتجاوز قدرات العلاج وحدها، لذلك لا بد من الوقاية والتدخل في المحددات الاجتماعية للصحة النفسية.

(Murray & Lopez, 1996)؛ WHO, 2001c؛ WHO, 2001a)

## الوصم الاجتماعي يعرقل ترقية الصحة النفسية

الخلط بين "الصحة النفسية" و"المرض النفسي" والوصم المرتبط بهما يحدّ من الاستثمار في الوقاية وتعزيز ويكرّس التركيز على العلاج فقط.

(Cooper, 1990)؛ (Cooper, 1993)

# مبادئ الصحة النفسية في التربية والتعليم

## مبدأ التعليم وفقاً للقدرات الفردية

يجب أن تراعي الصحة النفسية في المدارس الاختلافات الفردية بين الطلاب في النمو النفسي والعقلي، وأن تقدم تعليمًا مخصّصًا يناسب كل طالب ويعترف بخصائصه الخاصة من حيث الشخصية، الاهتمامات، والخلفيات الأسرية .

## مبدأ التنمية الشاملة لجميع الطلاب

لا تهدف فقط إلى معالجة المشكلات، بل إلى تعزيز السمات النفسية الإيجابية لكل طالب (مثل التفاؤل، القدرة على التأقلم، وتقدير الذات)،

مما يدعم نمو شخصية متوازنة وشاملة. تعزيز الصحة النفسية يساهم في زيادة الرفاه العام والتعلم الفعّال داخل المدرسة .

## مبدأ إشراك الطلاب كمشاركين فعالين

الصحة النفسية لا تُدرس للطلاب فقط، بل يشارك الطلاب بنشاط في التعلم والتعبير عن أفكارهم ومشاعرهم ومواقفهم داخل الصف وخارجه .  
هذا يعزّز شعورهم بالمسؤولية الذاتية والانخراط الاجتماعي،  
مما يحسّن التكيف والسلوك .

## مبدأ الوقاية والتنمية قبل التصحيح

ينبغي أن يكون التركيز الأساسي على الوقاية والتطوير بدلاً من الانتظار حتى تظهر المشكلات النفسية .  
هذا المبدأ يستند إلى فهم أن المساعدة المبكرة والتطوير النفسي الإيجابي يخفف من الحاجة إلى تدخلات  
تصحيحية لاحقًا .

## مبدأ مشاركة الجميع (المعلمون، الأسرة، المجتمع)

لا يقتصر تطوير الصحة النفسية لدى الطلاب على المعلمين فقط؛

إنما يشمل تعاون المدرسة مع الأسرة والمجتمع لضمان بيئة داعمة نفسيًا واجتماعيًا .

العمل المشترك يزيد من فعالية التدخلات الصحية ويدعم الشبكات الاجتماعية للطلاب .

## مبدأ التنوع في الأساليب التعليمية والمحتوى

يجب أن توفر المدرسة طرقًا وأساليب متعددة في التعليم (مثل الدروس، النشاطات الجماعية، اللعب، الاستشارات النفسية) لتلبية احتياجات متنوعة للطلاب وتطوير مهاراتهم النفسية. التنوع يُمكن كل طالب من الاستفادة وفق طريقته الخاصة ويعزز الشعور بالانتماء .



## تعزير بيئة مدرسية آمنة وداعمة

خلق بيئة مدرسية تحترم حقوق الطالب، تقلل من التوتر، وتوفر الدعم النفسي والاجتماعي؛

## تعليم مهارات التكيف الاجتماعي والعاطفي

تعليم الطلاب مهارات التواصل، التعاون، إدارة المشاعر، والتحكم في السلوك

# تطور الصحة النفسية في التربية

## المرحلة الأولى: المدخل العلاجي - الطبي

ربط الصحة النفسية بالنموذج الطبي.

التركيز على تشخيص الاضطرابات وعلاجها خارج المدرسة.

دور المدرسة: الكشف عن الحالات غير السوية فقط.



هيمنة المقاربة **الطبية العلاجية** على فهم الصحة النفسية في المدرسة،

مع حصر دورها في التشخيص والإحالة.

Bertolote, J. M. (2008). Mental health and education

## المرحلة الثانية: المدخل الوقائي – الإرشادي

ظهور الإرشاد النفسي وعلم النفس المدرسي.

المدرسة فضاء لتعزيز الصحة النفسية

التركيز على التوافق النفسي والاجتماعي والوقاية.



انتقال الاهتمام من العلاج الفردي إلى الوقاية النفسية والإرشاد داخل البيئة المدرسية.

Wall, W. D. (1955). *Education and mental health*.

Caplan, G. (1964). *Principles of preventive psychiatry*.

## المرحلة الثالثة: المدخل النمائي – التربوي

الصحة النفسية شرط أساسي للتعلم الفعّال.

توفير مناخ نفسي مدرسي آمن.

الاهتمام بالنمو الانفعالي والاجتماعي للمتعلمين.



ترسيخ الصحة النفسية كشرط بنيوي للنمو المتكامل والتعلم المدرسي الفعّال.

World Health Organization. (2001). *Mental health: New understanding, new hope*.

## المرحلة الرابعة: المدخل الشمولي – التكاملي

اعتماد المقاربة الشمولية للمدرسة.

إدماج الصحة النفسية في السياسات والمناهج والتدريس.

تطبيق برامج التعلّم الاجتماعي والانفعالي



اعتماد مقاربة تربوية شمولية تُدمج الصحة النفسية في مختلف مكونات النسق المدرسي.

Elias, M. J., et al. (1997). *Promoting social and emotional learning*.

Weare, K. (2015). *What works in promoting social and emotional well-being*.

OECD. (2018). *Social and emotional skills for student success*.