**الأعمال الموجهة في مادة التكيف المدرسي والمهني**

**لفائدة طلبة السنة ثالثة لسانس توجيه وإرشاد(الفوج الرابع)**

**علاقة التكيف وسوء التكيف بالصحة النفسية في الوسط المدرسي**

 تعتبر المدرسة المؤسسة الاجتماعية الثانية التي ينتقل إليها الطفل بعد الأسرة لها متطلباتها و نظمها وقوانينها وتقتضي من الفرد تحقيق تكيف للحصول إلى قدر من المعلومات المدرسية و تحقيق الاندماج في الوسط المدرسي وإقامة علاقات سليمة فيه مع الإقران و الأساتذة و المديرين.

تترافق العملية التربوية عادة مع قدر كبير من الجهد الجسدي والكرب النفسي، وغالباً ما يكون لذلك عواقب وخيمة على صحة الطالب النفسية والجسدية، ويتعرض الطالب لمشكلات كثيرة في المدرسة، منها المنافسة واختلاف التجاوب الفردي، وعدم التكيف مع المجتمع المدرسي، إضافة إلى صعوبات التعلم ذات المنشأ النفسي. وتشير بعض الدراسات إلى أن معظم الأطفال الذين هم في سن المدرسة يبدون أعراضاً سريرية ناجمة بمعظمها عن العوامل النفسية الاجتماعية، ومعظم هؤلاء لا يشاهدون من قبل أطباء وبدلاً من ذلك يتم تدبيرهم في المدرسة أو في المنزل.

 والصحة النفسية مكون رئيس من مكونات الصحة المدرسية، ويشمل هذا المكون الاكتشاف المبكر للمشكلات النفسية الشائعة في السن المدرسية، والحالات السلوكية غير السوية، والوقاية من المشكلات النفسية لسن المراهقة من خلال آليات تربوية صحية مبكرة تبدأ في المراحل الأولى من المدرسة، وتقديم خدمات الدعم والإرشاد الاجتماعي والتوجيه النفسي فالصحة النفسية هي الحالة التي تُشعر الشخص بالقدرة على استيعاب الضغوط واحتمالها، وبالتالي مواجهتها بحيث لا يفقد توازنه عندما يصادف المواقف المتأزمة.
والتكيف المدرسي هو نجاح الفرد في المؤسسات التعليمية والنمو السوي معرفياً واجتماعياً، وكذلك التحصيل المناسب، وحل المشكلات الدراسية مثل ضعف التحصيل المدرسي والتكيف المدرسي يُعتبر واحداً من أهم الاتجاهات في التكيف الاجتماعي، فنحن ندرس العوامل المسببة للنجاح أو الفشل في هذا النوع من التكيف. كما يعد التكيف مظهرًا من مظاهر الصحة النفسية التي تعبر عن انسجام الانسان مع محيطه الذي يسعى فيه إلى تعديل سلوكه بما يتوافق مع بيئته الاجتماعية ويمكنه من إقامة علاقات جيدة مع الآخرين، وتتمثل عملية التكيف في سعي الانسان الدائم للتوافق بين مطالبه وظروف البيئة المحيطة به، فكثيرًا ما يجد الفرد نفسه في ظروف أو بيئة لا تشبع مطالبه وحاجاته النفسية والاجتماعية ومثل هذه الأوضاع تحتم عليه بذل الجهد المستمر لمواجهة الصعوبات التي تواجهه سعيًا وراء حلها.

وتكيف الفرد مع بيئته المدرسية يتحقق من خلال عدة إجراءات أهمها: توفير الرعاية النفسية، مشاركة الطلبة في اتخاذ القرارات المدرسية، وإتاحة الفرصة لهم للتعبير عن آرائهم، تقديم الخدمة الإرشادية المتخصصة سواءً أكانت تربوية أو مهنية، الاهتمام بالعلاقات الصفية الأفقية والعمودية، تفعيل الأنشطة المدرسية التي تحقق النمو الذاتي، وكذلك إيصال الرسائل الإيجابية المعززة للشخصية، وغرس المفاهيم الشرعية والقيم الأخلاقية، وتنظيم برامج ترفيهية للطلبة في المناسبات المختلفة.

 كل هذه العوامل وغيرها تشعر الفرد بالسعادة مع نفسه، ومع الآخرين، ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن، وقادراً على مواجهة مطالب الحياة، مما يحقق صحته النفسية.