المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلاب المرحلة المتوسطة بمحافظة الليث

اسم الباحثان

أ / مرزوق علي عبدالله المهداوي

أ / عبد العزيز عبد الرحمن الصعب

ملخص البحث

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة العلاقة بين المهارات الاجتماعية والصحة النفسية لعينة من طلاب المرحلة المتوسطة بمحافظة الليث من طلاب الصف الثالث المتوسط وعددهم(160)طالباً، وقد اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الارتباطي لدراسة العلاقة بين المهارات الاجتماعية والصحة النفسية لدى عينة الدراسة حيث تم استخدام مقياس للمهارات الاجتماعية ومقياس آخر للصحة النفسية وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المهارات الاجتماعية وجميع جوانبها مع الصحة النفسية وابعادها

الكلمات المفتاحية

المهارات الاجتماعية ، الصحة النفسية ، طلاب المرحلة المتوسطة

Abstract

The present study aimed to find out the relationship between social skills and mental health for a sample of middle school students in Al-Leith governorate of (160) middle school students. The current study relied on the correlational descriptive approach to study the relationship between social skills and mental health in the study sample, where it was used. A measure of social skills and another measure of mental health. The study concluded that there is a positive correlation between social skills and all its aspects with mental health and its dimensions

الفصل الاول

مدخل الى الدراسة

المقدمة

صاحب الثورة المعرفية ظواهر متعددة بعضها سلبي خطير وبعضها إيجابي، أدت إلى تدهور العلاقات بين الناس أو قوتها وأخطر تلك الظواهر الشعور بالعداوة تجاه الآخرين وشيوعها بين الناس بحيث وصلت إلى ذروتها في حالات القتل والترويع، وعلى النقيض التام من هذه السلوكيات والأفعال تبرز ظاهرة تسمو بالبشر، وهي ظاهرة إقامة وكسب الصدقات على مستوى الأفراد داخل المجتمع الواحد. (علام، 2009م:32).

يؤكد العرجي (2003م:21) على تأثير السلوك الاجتماعي في حياة الفرد فضلاً عن تأثيره على توافقه الاجتماعي وسعادته في مراحله العمرية اللاحقة، وتتطلب قدرة الفرد على مسايرة الجماعة قدرا مقبولاً من العلاقات الاجتماعية الإيجابية مع الأصدقاء والمدرسين والآباء وغيرهم ممن يمثلون أهمية في حياة الفرد.

وتتنوع مهارت التواصل الانفعالي لدى الفرد ما بين مهارة التعبير الانفعالي والحساسية الانفعالية والضبط الانفعالي، ويرى ريجيو Reggio (2006 م: 15-17) أن التعبير الانفعالي يشير إلى مهارة الأفراد على التخاطب غير اللفظي، خاصة فيما يتعلق بإرسال الرسائل الانفعالية، وقدرة الفرد على التعبير بدقة عن مشاعره وحالته الانفعالية، أما الحساسية الانفعالية فتشير إلى القدرة على استقبال وتفسير أشكال التخاطب غير اللفظي مع الآخرين. ويتسم الأفراد ذوو الحساسية الانفعالية بالدقة في تفسير الهاديات الانفعالية الصادرة عن الآخرين، كما أنهم أكثر استثارة انفعالياً بواسطة الآخرين، ويشير الضبط الانفعالي إلى قدرة الفرد على ضبط وتنظيم التعبيرات الانفعالية غير اللفظية، وإخفاء انفعالاته ومشاعره تحت قناع معين بما يناسب الموقف الاجتماعي الذي يوجد فيه، وكما تنوعت مهارت التواصل الانفعالي تتنوع أيضاً مهارات التواصل الاجتماعي لدى الفرد ما بين مهارة التعبير الاجتماعي والحساسية الاجتماعية والضبط الاجتماعي.

تلعب المهارات الاجتماعية دور بارز في حياة الفرد بل نستطيع القول بأن الفرد الذي يتمكن من المهارات الاجتماعية سوف يتمكن من بقية المهارات بسهولة ويسر، الأمر الذي ينعكس على حياته بالإيجاب بصفة عامة، كما إن نقص المهارات الاجتماعية يؤدي إلى القلق والتوتر والاكتئاب وصعوبة تكوين علاقات شخصية قوية والسلوك العدواني وتفشيه واختلال اجتماعي كالانحراف والتسرب من المدرسة والأمراض النفسية والأدمان والسلوكيات الغير مقبولة اجتماعياً (علام، 2009م:31 –35).

ويرى الداهري (2005م: 25) أن الصحة النفسية تعني تكيف الشخص مع العالم الخارجي المحيط به بطريقة تكفل له الشعور بالرضا كما تجعل الفرد قادراً على مواجهة المشكلات المختلفة.

ويتمتع الانسان بالصحة عندما يتمكن من بناء علاقاته الاجتماعية بشكل فعال، ويتمكن من التوافق والاندماج مع أفراد مجتمعه، وعندما يستطيع تكييف حياته مع الظروف المعقدة والمتنوعة للمحيط (رضوان، 2002م:22).

ومما سبق يتضح أهمية المهارات الاجتماعية سواء كانت على مستوى التعبير أو الحساسية أو الضبط، كما يتضح انعكاس تلك المهارات في ممارسات سلوكية ايجابية من الفرد تجاه المجتمع، وأن نقص تلك المهارات يؤدى إلى سلوكيات سلبية تصل احياناً إلى درجة المرض النفسي.

مشكلة البحث

يشير التراث النفسي في مجال المراهقة أو مجال الأعراض النفسية إلى أن العجز أو القصور في المهارات الاجتماعية يجعل الفرد غير قادر على اقامة علاقات ودية مع المحيطين به وعدم الحصول على الموقع المناسب في العمل والمكانة الملائمة بين زملائه وصعوبة العوبة الإفصاح عن مشاعرهم، وصعوبة في فهم وتفسير سلوك ومقاصد الآخرين، على نحو يستدعي ردود أفعال دفاعية قد تؤثر سلباً على العلاقة معهم، كان من

الممكن تجنبها في حالة الفهم الدقيق لسلوكهم وكذلك تفاقم الشعور بالفشل وصعوبة الاندماج مع جماعة الآقران
(القريطي، 2003: 18-19).

وبالرغم من حرص الأسرة والمدرسة على اكتساب الطلاب للمهارات الانفعالية والاجتماعية وخاصة في المرحلة الثانوية كونها أحد المراحل الهامة في اكتساب تلك المهارات لأحداث التوازن النفسي لديهم وزيادة قدرتهم على التحصيل، إلا أن هناك العديد من الاسباب التي تحد من ذلك وتؤثر سلباً على الصحة النفسية للطلاب وتنعكس على عدم قدرتهم على التحصيل كنتيجة مباشرة لذلك، ومن هذه الأسباب أغفال الحاجات الذاتية والأسرية والمدرسية، حيث أكدت دراسة الغامدي (2006م) بأن الطلاب الذين يعانون من إغفال حاجاتهم الذاتية والأسرية والمدرسية، يولد لديهم الإحباط والضغط النفسي والوحدة والتوتر وفقدان الحماس لإبراز موهبتهم وتفوقهم، كما أن تعرض الطلاب للضغوط المختلفة ومنها الضغوط المدرسية تحد من اكتسابهم لمهارات التواصل الانفعالى والاجتماعي وبالتالى يتعرضون لمشكلات نفسية، و أكدت دراسة العمري (2012م) أن الضغوط المدرسية تؤثر سلباً على الصحة النفسية للطلاب كما تؤثر على قدرتهم على الانجاز والتحصيل الدراسي. ومن خلال عمل الباحث في المجال التربوي لاحظ أن الطلاب الذين يفتقدون لمهارات التواصل الانفعالي والاجتماعي مع الآخرين قد يعانون من مشاكل في الصحة النفسية وفي توافقهم مع المجتمع.

ونظراً لأهمية المهارات الاجتماعية لدي الطلاب وأثرها على صحتهم النفسية، يأتي هذا البحث من أجل الوقوف على العلاقة بين مهارات التواصل الانفعالي والاجتماعي بالصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية

سيحاول البحث الإجابة على التساؤلات التالي:

1- هل توجد علاقة بين المهارات الاجتماعية بالصحة النفسية ؟

2- هل توجد فروق في المهارات الاجتماعية وفقاً للصف ؟

3- هل توجد فروق في الصحة النفسية وفقاً للصف ؟

4- هل يمكن التنبؤ بالصحة النفسية من المهارات الاجتماعية ؟

أهداف البحث:

1- التعرف على العلاقة الإرتباطية بين المهارات الاجتماعية والصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية .

2- التعرف على الفروق في المهارات الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية بين طلاب الصف الثالث وطلاب الصف الأول .

3- التعرف على الفروق في الصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية بين طلاب الصف الثالث وطلاب الصف الأول .

4 – التعرف على إمكانية التنبؤ بالصحة النفسية من المهارات الاجتماعية.

أهمية البحث:

وتتمثل أهمية البحث الحالية من خلال تناولها لجانبين مهمين هما:

الجانب الأول: الجانب النظري:

إيضاح أثر كل مهارة من المهارات الاجتماعية والمتمثلة في مهارة (التعبير، الحساسية، الضبط) على الصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، كما تكمن أهمية البحث الحالي في إلقاء الضوء على المتغيرات المختلفة المؤثرة في الصحة النفسية.

الجانب الثاني: الجانب التطبيقي:

قد تفيد نتائج هذه الدراسة كلاً من أولياء إلى أهمية المهارات الاجتماعية لدى أبنائهم من الطلاب ومدى تأثير هذه المهارات على صحتهم النفسية وبالتالي على تحصيلهم الدراسي ونتائجهم النهائية، وأخذ المبادرات اللازمة لدعم تلك المهارات أو علاجها في حال احتياج الأمر لذلك.، كما تفيد المرشدين و المختصين بالصحة النفسية بوزارة التربية والتعليم في مجالي الرعاية الصحية والاجتماعية، إلي علاقة مهارات التواصل

الإجتماعي والإنفعالى بالصحة النفسية للطلاب ومدى أثره على التحصيل الدراسي، وأهمية أخذ المبادرت والتوجيهات للحفاظ على الصحة النفيسة الطلابية من خلا دعم تلك المهارات وتنميتها، كما تفيد أيضا العاملين بقطاع التدريب بوزارة التربية والتعليم لوضع البرامج التدريبية والإرشادية لتدريب العاملين في المجال التربوي على تنمية مهارات التواصل الإجتماعي والإنفعالى لدى الطلاب .

مصطلحات البحث:

- **المهارات الاجتماعية: Social Skills**

سيتبنى الباحثان تعريف ريجيو Reggio 1990م القدرة على التعبير الانفعالي والاجتماعي بطريقة لفظية، إلى جانب استقبال انفعالات الآخرين وتفسيرها والوعي بالقواعد الكامنة وراء أشكال التفاعل الاجتماعي والمهارة في ضبط وتنظيم التعبيرات غير اللفظية، والقدرة على لعب الدور وتحضير الذات اجتماعياً (في شاش،2007: 27).

- **الصحة النفسية: Mental Health**

عرف القريطي (2003م: 28) الصحة النفسية بأنها" حالة عقلية انفعالية إيجابية، مستقرة نسبياً، تعبر عن تكامل طاقات الفرد ووظائفه المختلفة، وتوازن القوى الداخلية والخارجية الموجهة لسلوكه في مجتمع ووقت ما ومرحلة نمو معينة، وتمتعه بالعافية النفسية والفاعلية الاجتماعية".،

الفصل الثاني

أولاً: الإطار النظري

1 –المبحث الاول المهارات الاجتماعية:

مقدمة:

لا يستطيع الإنسان أن يعيش بمعزل عن المجتمع فالإنسان اجتماعي بطبيعته، ولكن عند الاحتكاك بالآخرين تقف أمام الإنسان أمور لا يعرف أن يتصرف فيها ومن هنا كان لزاما على التربية تقديم بعض المهارات الاجتماعية اللازمة للفرد لكي يعيش حياته هادئاً مطمئناً

فدراسة السلوك الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الإعدادية ٌتعد من أهم موضوعات التربية وعلم النفس، فهذا النمط من أنماط السلوك الذي يرتبط بحياة التلميذ وتنشئته الاجتماعية يؤثر في حياته الاجتماعية بصفة عامة وحياته المدرسية بصفة خاصة، فالتلميذ في هذه المرحلة يكتسب مختلف المهارات والعادات السلوكية والاتجاهات الأساسية اللازمة لتكوينه كإنسان، ويتمكن من تنمية قدراته واستعداداته العقلية والعلاقات الاجتماعية الصحيحة وكيفية ممارستها

ونعتبر عملية التفاعل الاجتماعي أساساً لعملية التنشئة الاجتماعية حيث يتعلم الفرد أنماط السلوك المتنوعة التي تنظم العلاقات بين أفراد المجتمع الواحد، هذا السلوك الفردي ما هو إلا ظاهرة تنتج عن التفاعل المستمر مع الآخرين، وبهذا ُتعد المهارات الاجتماعية أحد العوامل المهمة والمحددة لتفاعل الفرد مع الآخرين وقدرته على الاستمرار في هذا التفاعل وتستطيع المقررات الدراسية بصفة عامة ومقررات العلوم بصفة خاصة إكساب التلاميذ المهارات الاجتماعية وغيرها من العادات الحسنة والقوانين التي يتبعها المجتمع

ونتعرض في السطور القليلة الآتية للتعرف على طبيعة المهارات الاجتماعية من حيث مفهومها ومدي اتفاق أو اختلاف علماء التربية وعلم النفس حول تعريفها، وخصائصها، وأيضاُ المكانة التي تشغلها المهارات الاجتماعية بين العمليات الاجتماعية الأخرى، وكيفية

اكتساب تلك المهارات من خلال الوسائط التربوية، والطرق التي يتم بها تكوين المهارات الاجتماعية، بالإضافة لعرض أهمية دروس وأنشطة العلوم في تنمية المهارات الاجتماعية

مفهوم المهارات الاجتماعية:

تعددت تعريفات المهارات الاجتماعية نتيجة اختلاف وجهات النظر حول مفهومها، لأنها مفهوم مرن له استخدامات مختلفة وتضمينات نظرية وعملية عديدة، ولا يوجد اتفاق بين الباحثين على تعريف موحد يمكن الاعتماد عليه أو قبوله بشكل كامل، لأنها تعكس وجهة نظر صاحبه.

تعريفات المهارات الاجتماعية وتصنيفاتها. وسنسرد بعض التعريفات التي استطاع الباحث الاطلاع عليها.

عرفها كل من (mecabe and meller, 2004) بأنها ذخيرة من المهارات التي تتضمن المعرفة بالمعايير الاجتماعية للسلوك المقبول، والقدرة على حل المشكلات الاجتماعية، والتعرف على الانفعالات وفهمها والكفاية اللغوية (Maccabe and Meller, 2004, 313).

وتعرف المهارات الاجتماعية أيضا بأنها "مجموعة من أفعال أو ردود أفعال تصدر عن أفراد الجماعة في موقف من المواقف الاجتماعية التي تعيشها الجماعة" (العساف، 2006: 295)

ويعرفها الغريب على أنها "نسق من المهارات المعرفية والوجدانية والسلوكية، التي تيسر صدور سلوكيات اجتماعية تتفق مع المعايير الاجتماعية أو الشخصية أو كليهما معا، وتساهم في تحقيق قدر ملائم من الفعالية والرضا في مختلف مواقف التفاعل الاجتماعي مع الآخرين، وتنعكس مظاهر الكفاءة في كافة صور مهارات التواصل الاجتماعي وتوكيد الذات وحل المشكلات الاجتماعية والتوافق النفسي الاجتماعي للفرد (الحسانين، 2003: 35)

ويعرف جراهام Graham 1986 المهارات الاجتماعية بأنها القدرة على التفاعل بنجاح وفاعلية مع الآخرين بالشكل الذي يسهل تحقيق التوافق مع البيئة ويساعد في إنجاز الأهداف الشخصية والمهنية وذلك من خلال تكوين علاقات إيجابية لها طابع الاستمرار تمكن الفرد من التأثير في الآخرين (Graham, 1986: 131).

مكونات المهارة الاجتماعية:

للمهارة الاجتماعية عدة مكونات هي :

1- المكونات السلوكية :

تشير المكونات السلوكية للمهارة الاجتماعية إلى كافة السلوكيات التي تصدر من الفرد والتي يمكن ملاحظتها عندما يكون في موقف تفاعلي مع الآخرين وتسمى تلك المكونات بالسلوك الاجتماعي. ويمكن وضع المكونات السلوكية للمهارة الاجتماعية في تصنيفين رئيسين هما :

أ – السلوك اللفظي Verbal behaviour

ب- السلوك غير اللفظي Non Verbal behaviour

أ- **السلوك اللفظي:** أن السلوك اللفظي للقائم بالتواصل يكون له أهمية كبرى في تقييم مهاراته الاجتماعية في مواقف التفاعل الاجتماعي فمحتوى السلوك الكلامي يعمل على نقل ما يقصده الفرد بطريقة مباشرة أكثر من أي مظهر آخر من مظاهر السلوك الاجتماعي لمكونات المهارة الاجتماعية ذات المحتوى اللفظي .

ب-**السلوك غير اللفظي** : يلعب السلوك غير اللفظي دوراً مهماً في عملية التواصل بين الأفراد وعلاقتهم ببعضهم وغالباً ما تكون مظاهر هذا السلوك غير اللفظي عبارة عن رسائل لها أهميتها في تقييم المهارة الاجتماعية لكل فرد عند القيام باي محادثة محتوى كلامه .

2- المكونات المعرفية :

للمهارة الاجتماعية مكونات معرفية ، إلا أن بعض المكونات المعرفية للمهارة الاجتماعية يصعب ملاحظتها مباشرة تلك التي تشير إلى تطلعات الفرد وافكاره وقراراته بشأن ما يجب عليه قوله أو فعله اثناء التفاعل الاجتماعي وحيث أن الافكار غير مرئية للملاحظ المشاهد لذا نجد انهم يستنتجون تكراراً بشكل خاطئ أو صحيح من ما قاله أو فعله الشخص الملاحظ . وفي المهارات الاجتماعية نجد أن القدرات المعرفية تتضمن المهارة المستندة على الإدراك الصحيح لأماني أو نوايا الشخص الآخر. أو التبصير بنوعية الاستجابة التي يغلب أن تؤثر على رأي الطرف الآخر وتلك القدرات مسئولة عن النجاح أو الفشل في المواقف الاجتماعية (اركوتيز وآخرون .Arkowitz et al ، 1975) .

المبحث الثاني: الصحة النفسية

: وقد عرَّف دستور منظمة الصحة العالمية لعام (1946) الصحة النفسية بالآتي

" إن الصحة النفسية هي حالة من السعادة الكاملة جسمياً وعقلياً وإجتماعياً ولم تكن مجرد الأبتعاد عن المرض أو عاهة من العاهات، ويشير المؤتمر العالمي للصحة النفسية، إلى أن مفهوم الدرجة القصوى من الصحة النفسية لا يشير الى الحالة المطلقة أو المثالية بل هي تعني الوصول الى أفضل حالة ممكنة وفقاً للظروف المتغيرة " ، وعلى هذا تفسر الصحة النفسية بأنها حالة الفرد التي تتناسب وقابلياته من جهة ومحيطه الإجتماعي من جهة أخرى.

وترتبط الصحة النفسية أرتباطاً وثيقاً بتكيف الإنسان وتوافقه مع نفسه ومجتمعه ، وإن من المفاهيم الشائعة والأساسية في علم النفس بصورة (Adjustment) مفهوم التوافق عامة ومجال الصحة النفسية بصفة خاصة ، والتوافق كلمة تعني التآلف والتقارب وأجتماع الكلمة، فهي نقيض التنافر والتصادم، والتوافق هو تلك العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف بها الشخص الى أن يغير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين البيئة .

ويمكن القول إن الصدمات النفسية والخيبة التي يلاقيها كل فرد خلال حياته تنشأ من فشله

مؤقتاً أو لمدة طويلة في إرساء حاجاته ورغباته وحوافزه، ويبدو أن هذه الصدمات تنشأ من التفاعل الذي يجري ما بين حاجات الشخص وصفاته من جهة ، وظروف بيئته من جهة أخرى ، فإذا أستطاع أن يرضي حاجاته بسرعة ، حدث ما يمكن أن يدعى التوافق ولكن إذا إستمرت دواعي الخيبة والفشل لمدة طويلة (Normal Adjustment) الطبيعي فأن النتيجة ستكون شكلاً من أشكال التوافق السئ.

إن التوافق الجيد والصحة النفسية مصطلحان يردان أحياناً بشكل مترادف، إلا أن كل مصطلح يشير إلى طريقة معينة للحياة، فالشخص الذي يكون توافقه جيداً ، هو الشخص الذي يعّد من النماذج التي تظهر مظاهر سليمة من السلوك أو السمات الشخصية المرغوبة ، وعلى أي حال ، فأن هذين المصطلحين بينهما أختلافات تستحق الأعتبار : وهي

.(مفهوم التوافق هو نوعاً ما أكثر بيئية ، بينما الصحة النفسية أكثر شخصية (شخصي

.إن مفهوم التوافق هو نوعاً ما أكثر دينامية ، بينما الصحة النفسية أكثر أستاتيكية

مفهوم الصحة النفسية هو أحياناً مستبقي ومحدد لخصائص شخصية مرغوبة ، وهي أكثر . من توافق جيد – إنها توافق أسمى

خلافاً لمفهوم التوافق، الصحة النفسية تتضمن الحالة البدنية أو الطبية. المصطلح " صحة " هو أساساً مستعار من الطب، ويعّد مماثلة بين الصحة البدنية والصحة النفسية، وهذا . فرق مهم بين التوافق والصحة النفسية

التوافق السيء " و " المرض النفسي " يشتركان بالمعنى ، لكن هذين المفهومين " يكونان كذلك قابلين للتغيير كالتوافق الجيد والصحة النفسية ، ويشير كل من التوافق السيء والمرض النفسي إلى نماذج تتميز بخصائص مفتقرة أو سلوك غير مرغوب. ومثل التوافق ، فأن التوافق السيء يمتلك تضمينات بيئية دينامية ، ومثل الصحة النفسية ، فأن المرض النفسي هو أكثر شخصي وستاتيكي في المعنى ، وتماماً كالصحة النفسية تستعمل أحياناً لتعيين ما هو أفضل من التوافق الجيد ، والمرض النفسي يستعمل أحياناً لتعيين ما

هو أردأ من سوء التوافق ، أي أن أعلى نقطة لسوء التوافق ، عندما تجتاز أو (يتخطاها الفرد ويعبرها) فأنه عند ذلك تكون " العلة العقلية " أو " المرض ."

وفي إنتقاله الى مظاهر الصحة النفسية ، يمكن القول إن الفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية ينظر إلى نفسه والى مشكلاته نظرة موضوعية أو يسلك وفقاً لواقعه الموضوعي، ويكون لديه إستبصار بسلوكه كما يكون قد حسّن توافقه وتعلم إستجابات متماسكة أزاء مشكلاته ، والشخصية السوية المتزنة هي الشخصية المتكاملة ، أما غير المتكاملة فهي أما ناقصة التكامل أو المفككة ، وللتفكك درجات أقصاها التصدع والأنحلال ، فالشخصية السوية المتكاملة كجسم الإنسان وحدة منظمة من أجزاء وعناصر متضافرة متكاملة ، والتكامل هذا لا يأتي عرضاً بل له شروط بيولوجية ونفسية مختلفة ، فالجهاز العصبي أو الجهاز الغدي إذا أصابهما أعتلال ، كان ذلك من أسباب عدم التكامل وأعتلال الصحة النفسية وظهور الأمراض العصبية والأمراض العقلية العضوية المنشأ.

المبحث الثالث: التعليم في المملكة العربية السعودية.

لقد حددت المملكة العربية السعودية الغاية العامة من التعليم بأنها:" فهم الإسلام فهما صحيحا متكاملا وغرس العقيدة الإسلامية ونشرها وتزويد الطالب بالقيم والتعاليم الإسلامية وبالمثل العليا وإكسابه المعارف والمهارات المختلفة وتنمية الاتجاهات السلوكية البناءة وتطوير المجتمع اقتصاديا واجتماعيا وثقافيا وتهيئة الفرد ليكون عضوا نافعا في بناء مجتمعه" كما تم تعريف التعليم العالي، وهو الامتداد المتخصص للتعليم العام، بأنه "مرحلة التخصص العلمي في كافة أنواعه ومستوياته رعاية لذوي الكفاية والنبوغ وتنمية لمواهبهم وسدا لحاجات المجتمع المختلفة في حاضره ومستقبله بما يساير التطور المفيد الذي يحقق أهداف الأمة وغاياتها النبيلة" ومن هذين المنطلقين تمت صياغة الأهداف العامة للتعليم بالمملكة بشكل يكفل الوصول إلى هذه الغايات النبيلة في ظل التغير الدائم للظروف الدولية المحيطة بها (وزارة المعارف1400).

وثيقة سياسة التعليم في المملكة العربية السعودية:

هي وثيقة مكتوبة مكونة من مئتين وستة وثلاثين بنداً صادرة عن اللجنة العليا لسياسة التعليم عام 1390هـ / 1970م تحدد الاتجاهات والمنطلقات والأهداف العامة والفرعية للتعليم و تعتبر المرجع الأساس لنظام التعليم في المملكة. وقد أتت هذه الوثيقة مقسمة إلى تسعة أبواب كالتالي: الأسس العامة التي يقوم عليها التعليم، غاية التعليم وأهدافه العامة، أهداف مراحل التعليم، التخطيط لمراحل التعليم، أحكام خاصة (وتشمل المعاهد العلمية، تعليم البنات، التعليم الفني، إعداد المعلم، ومدارس القرآن الكريم ومعاهده، التعليم الأهلي، مكافحة الأمية وتعليم الكبار، التعليم الخاص بالمعوقين، ورعاية النابغين)، وسائل التربية والتعليم، نشر العلم، تمويل التعليم، وأحكام عامة.

المرحلة المتوسطة:

تعرف بأنها مرحلة انتقالية من الطفولة إلى مرحلة الرشد، وتبدأ من بداية البلوغ إلي بداية النضج تعتريها مجموعة من التغيرات المتداخلة نفسيا وانفعاليا واجتماعيا وجسمانيا وفسيولوجيا وجنسيا وعقليا بما يجعل من هذه المرحلة طفرة في نمو المراهق، وتعتريها عديد من الأزمات والاحباطات والشعور بالاستقلال والاعتداد بالنفس، تتأثر بمراحل النمو السابقة للمراهق، وتؤثر بدورها في تكوين المراهق وسلوكه في المراحل التالية له، فمرحلة المراهقة وحدة متكاملة مع ما قبلها وما بعدها من مراحل النمو إلا أن بعض الدراسين يقسمونها تقسيماً اصطناعياً بقصد الدراسة إلى ثلاث مراحل فرعية تقابل المراحل التعليمية المتتالية:

مرحلة المراهقة الباكرة من سن (12–14) سنة، وتقابل المرحلة الإعدادية.

مرحلة المراهقة الوسطي من سن (15–17) سنة، وتقابل المرحلة الثانوية.

مرحلة المراهقة المتأخرة من سن (18–21) سنة، وتقابل المرحلة الجامعية.

وهذه الدراسة تتبنى المرحلة العمرية من (12–13) سنة وتقابل مرحلة المراهقة الباكرة وهم طلاب المرحلة المتوسطة.

الدراسات السابقة:

قام الشمري (2013م) بدراسة العلاقة بين المهارات الاجتماعية والكفاءة الذاتية المدركة والتحصيل الدراسي العام لدى طلاب المرحلة المتوسطة في منطقة حائل بالمملكة العربية السعودية واستهدفت الدراسة عدد من المتغيرات كالجنس والمستوى الدراسي والمستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة وقد تكونت العينة من (290) طالبا وطالبة من طلاب المرحلة المتوسطة. أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين المهارات الاجتماعية والكفاءة الذاتية والتحصيل الدراسي العام لدى أفراد عينة الدراسة

قدمت جونز (Jones, 1997) دراسة بعنوان الذكاء وعلاقته بمفهوم الذات والمهارات الاجتماعية والانجاز الدراسي والأداء الدراسي لدى الطلاب الموهوبين والعاديين. تكونت العينة من(98) طالب من الصف السابع وحتى الثاني عشر نصفهم من الطلاب الموهوبين والنصف الاخر من الطلاب العادين. استخدم الباحث مقياس أوتيس لينون للقدرات(Otis-Lennon) ، (1918، ومقياس أيوا للمهارات الأساسية ((ITBS, 1935، و ومقياس الإنجاز و الكفاءة (TAP,1990)، و مقياس مفهوم الذات (Gresham, 1993)، و مقياس جريشام لتقدير المهارات الاجتماعية ((Gresham, 1990 ، وكشوف درجات الطلاب . اسفرت النتائج عن انه توجد علاقة إيجابية بين الذكاء والانجاز وبين مفهوم الذات والمهارات الاجتماعية وبين الإنجاز والأداء الأكاديمي لدى الطلاب الموهوبين والعاديين، توجد هناك علاقة بين مفهوم الذات والإنجاز وبين مفهوم الذات والأداء الأكاديمي لدى الطلاب الموهوبين، توجد هناك علاقة إيجابية بين الذكاء والمهارات الاجتماعية وبين المهارات الاجتماعية والإنجاز لدى الطلاب العاديين.

وفي دراسة العلوان (2011م) التي هدفت إلى دراسة العلاقة بين الذكاء الانفعالي بالمهارات الاجتماعية وانماط التعلق لدى طلبة الجامعة. وتكونت عينة الدراسة من (475) طالباً وطالبة من طلبة جامعة الحسين بن طلال بالأردن. تم استخدام ثلاث مقاييس

مقياس المهارات الاجتماعية ومقياس الذكاء الانفعالي ومقياس انماط التعلق وأشارت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء الانفعالي وكل من المهارات الاجتماعية وانماط التعلق.

وفي دراسة الظفيري (2012م) التي هدفت إلى دراسة العلاقة بين المهارات الاجتماعية والحاجات النفسية لدى طلبة الصف العاشر من ذوي صعوبات التعلم والعاديين، وذلك لدى 71 من ذوي صعوبات التعلم (39 ذكور و 32 إناث) ومثلهم من العاديين حيث بلغ مجموع العينة النهائية 142 طالبا وطالبة وقد طبق الباحث عدة مقاييس مثل مقياس المهارات الاجتماعية ومقياس الحاجات النفسية ومقياس الخصائص السلوكية واختبار الذكاء غير اللغوي، واسفرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين المهارات الاجتماعية والحاجات النفسية لدى طلبة الصف العاشر سواء من ذوي صعوبات التعلم أو العاديين .

وفي دارسة الجهني (2011م) التي هدفت إلى دراسة المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالسلوك التوكيدي والصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية، وتكونت عينة الدراسة من 376 طالباً من طلبة الثانوية منهم 197 ذكور و179 إناث من الصف الأول إلى الثالث، وطبق عليهم مقاييس المهارات الاجتماعية والصلابة النفسية وتوكيد الذات وأسفرت نتائج الدراسة على وجود دلالة لتأثير الجنس والصف على أبعاد المهارات الاجتماعية لدى طلبة الثانوية العامة، ويوجد ارتباط بين درجات المهارات الاجتماعية والصلابة النفسية كما يوجد ارتباط بين المهارات الاجتماعية وتوكيد الذات .

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

منهج البحث:

اعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي الارتباطي لدراسة العلاقة بين المهارات الاجتماعية والصحة النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة المتوسطة. حيث عرفه العساف (2006م:261) بأنه "ذلك النوع من أساليب البحث الذي يمكن بواسطته معرفة ماإذا كان هناك ثمة علاقة بين متغيرين أو أكثر، ومن ثم معرفة درجة تلك العلاقة " لذلك تم استخدامه للكشف عن العلاقة الارتباطية بين المهارات الاجتماعية والصحة النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة المتوسطة.

مجتمع البحث :

يتكون مجتمع البحث من جميع طلاب الصف الثالث متوسط والأول متوسط بالمرحلة المتوسطة بالمدارس الحكومية في مدينة الليث والبالغ عددهم (1151) طالباً حسب إحصائيات الإدارة العامة للتربية والتعليم بمدينة الليث لعام 1439/1438 هـ.

عينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة عشوائية ممثلة من المجتمع الكلي ، حيث تكونت العينة من (160) طالباً من طلاب الصف الثالث متوسط بالمرحلة المتوسطة بمدينة الليث .

حدود البحث:

تتمثل حدود البحث في:

الحدود الموضوعية: اقتصر موضوع البحث على بيان العلاقة بين مهارات التواصل الانفعالي والاجتماعي بالصحة النفسية لدى طلاب المرحلة المتوسطه.

الحدود المكانية: اقتصر البحث على مدارس المرحلة المتوسطه للبنين بالتعليم العام بمحافظه الليث

الحدود البشرية: اقتصر تطبيق البحث على طلاب المرحلة المتوسطه بالتعليم العام حافظه الليث.

الحدود الزمنية: تم تطبيق البحث خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 1441/1440هـ

الفروض:

1 – توجد علاقة موجبة للمهارات الاجتماعية بالصحة النفسية .

2 – توجد فروق في المهارات الاجتماعية وفقا للصف لصالح الصف الثالث.

3 – توجد فروق في الصحة النفسية وفقاً للصف لصالح الصف الثالث.

4 –يمكن التنبؤ بالصحة النفسية من المهارات الاجتماعية

أدوات البحث:

أولاً: مقياس المهارات الاجتماعي:

سيقوم الباحث بتطبيق مقياس المهارات الاجتماعية من إعداد ريجيو ترجمة عبداللطيف خليفة(2006) .

تقديم المقياس:

فيما يتعلق بطريقة إجابة المبحوث على بنود مقياس المهارات الاجتماعية فتتمثل في تقدير كل بند من البنود في ضوء خمس نقاط ، تبدأ من (1) حيث لا ينطبق البند على الاطلاق إلى

(5) حيث ينطبق البند تماماً.

تصحيح المقياس :

يحصل المبحوث على درجة لكل مقياس فرعي من المقاييس الستة (تتراوح بين 15، 75) وكذلك على درجة كلية تتراوح بين (90 – **450**) عبارة عن مجموع درجاته على المقاييس الفرعية . وقد روعي عنه عند تصحيح الدرجات عكس البنود السلبية والتي هي في الاتجاه العكسي للمهارة.وبلغ عددها 31 بنداًمن إجمالي عدد البنود البالغ 90 بنداً

ثبات المقياس بالبحث الحالي :

وعلى عينة (ن = 150) من طلاب المرحلة المتوسطة (الصفين الأول والثالث) وفي الدراسة الحالية تم حساب الثبات بطريقة α كرونباخ على عينة (ن = 150) فكانت قيمة α = 0.71 كما تم حساب معامل الاتساق الداخلي للقائمة وتم حذف العبارات التي قل ارتباطها عن 0.20 وبناء على ذلك تم حذف المفردات أرقام 1، 3، 5 ، 7 ، 9 ، 10 ، 11 ، 13 ، 15 ، 17 ، 19 ، 21 ، 22 ، 23 ، 24 ، 29 ، 31 ، 33 ، 35 ، 36 ، 37 ، 39 ، 41 ، 43 ، 48 ، 49 ، 55 ، 56 ، 59 ، 60 ، 62 ، 63 ، 64 ، 65 ، 66 ، 69 ، 72 ، 73 ، 74 ، 75 ، 76 ، 77 ، 79 ، 80 ، 81 ، 84 ، 84 ، 85 ، 90 .

صدق المقياس في البحث الحالي:

كما تم حساب معاملات ارتباط جوانب المقياس بعد الحذف بالدرجة الكلية (جدول 6) جدول (6) معاملات ارتباط جوانب المقياس بالدرجة الكلية .

	الجانب الأول	الجانب الثاني	الجانب الثالث	الجانب الرابع	الجانب الخامس	الجانب السادس
الدرجة الكلية	0.37 **	0.73 **	0.58**	0.77 **	0.46 **	0.63 **

** دالة عند 0.01

ثانياً: مقياس الصحة النفسية:

سيقوم الباحث بتطبيق مقياس الصحة النفسية من إعداد القريطي والشخص (1992م) وهو مقياس مقنن على المجتمع السعودي.

تقديم المقياس :

بلغ عدد بنود المقياس في صورته النهائية 105 بنداً وفيما يلي بيان بتوزيع ارقام البنود على الابعاد الفرعية للمقياس :

أ) الشعور بالكفاءة والثقة بالنفس :

1 ، 8 ، 15 ، 22 ، 29 ، 36 ، 43 ، 50 ، 57 ، 64 ، 71 ، 78 ، 85 ، 92 ، 99 .

ب) المقدرة على التفاعل الاجتماعي :

2 ، 9 ، 16 ، 23 ، 30 ، 37 ، 44 ، 51 ، 58 ، 65 ، 72 ، 79 ، 86 ، 93 ، 100 .

ج) النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس :

3 ، 10 ، 17 ، 24 ، 31 ، 38 ، 45 ، 52 ، 59 ، 66 ، 73 ، 80 ، 87 ، 94 ، 101 .

د) المقدرة على توظيف الطاقات والامكانيات في أعمال مشبعة :

4 ، 11 ، 18 ، 25 ، 32 ، 39 ، 46 ، 53 ، 60 ، 67 ، 74 ، 81 ، 88 ، 95 ، 102 .

هـ) التحرر من الاعراض العصابية :

5 ، 12 ، 19 ، 26 ، 33 ، 40 ، 47 ، 54 ، 61 ، 68 ، 75 ، 82 ، 89 ، 96 ، 103 .

و) البعد الانساني والقيمي :

6 ، 13 ، 20 ، 27 ، 34 ، 41 ، 48 ، 55 ، 62 ، 69 ، 76 ، 83 ، 90 ، 97 ، 104

ز) تقبل الذات و أوجه القصور العضوية

7 ، 14 ، 21 ، 28 ، 35 ، 42 ، 49 ، 56 ، 63 ، 70 ، 77 ، 84 ، 91 ، 98 ، 105 .

جدير بالذكر أن بنود الأبعاد ب ، د ، و ، قد صيغت بصورة موجبة ومن ثم تعطي استجابات المفحوصين عليها درجة واحد للاستجابة بنعم ، وصفر للاستجابة بلا ، كما

صيغت بنود المقاييس الفرعية أ ، ج ، هـ ، ز بصورة سالبة ومن ثم تعطى درجة واحدة للاستجابة على كل منها بلا ، وصفر للاستجابة بنعم . وهكذا تتراوح درجات كل بعد من أبعاد المقياس السبعة بين صفر و 15 درجة ، بينما تراوح الدرجة الكلية للمقياس بين صفر ، 105 درجة . وفي جميع الاحوال فإن الدرجة المرتفعة تعبر عن تمتع الفرد بمستوى مرتفع من حيث الصحة النفسية والعكس صحيح .

وقد تم اعداد ورقة اجابة مستقلة للمقياس كما تم أيضا اعداد مفتاح تصحيح خاص بكل بعد على حده .

إجراءات البحث :

اتبع الباحث في البحث الخطوات التالية :

1- الاطلاع على البحوث والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع البحث.

2- مراجعة إدارة التربية والتعليم بمدينة الليث،لأخذ موافقتهم على أجراء الدراسة بعد توضيح أهدافها وفرضياتها.

3- اختيار عينة الدراسة عشوائياً والعمل على تطبيق أدوات البحث على (الطلاب) عينة البحث من قبل الباحث شخصياً ليكون جاهزا للرد على استفسارات بعض أفراد العينة نحو أهداف الدراسة أو أدواتها.

4- تم تطبيق أدوات الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني 1438 / 1439 هـ

5- تصحيح الاستبيانات واستخراج الدرجات الكلية لكل عينة الدراسة.

6- تفسير النتائج ومناقشتها.

1- تقديم التوصيات والمقترحات.

الأساليب الإحصائية المستخدمة :

بعد إدخال البيانات في الحاسب الآلي تمت معالجتها باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وتم تطبيق العمليات الإحصائية التالية:

- معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) .

- معامل ثبات ألفا كرونباخ(Cronbach's Alpha).
- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
- اختبار (ت) لعينتين مستقلتين

الفصل الرابع

نتائج البحث و مناقشتها

نتائج الفرض الأول ومناقشتها:

ينص الفرض الأول : " توجد علاقة موجبة للمهارات الاجتماعية بالصحة النفسية ".

وقام الباحث باستخدام معامل ارتباط بيرسون كما يبين جدول (21)

جدول (21) معاملات الارتباط بين مهارات الاجتماعية والصحة النفسية .

الصحة النفسية / الاجتماعية	الكفاءة والثقة	التفاعل الاجتماعي	الانفعالي وضبط النفس	توظيف الطاقات	التحرر من العصابية	الانساني والقيمي	تقبل الذات وأوجه القصور	الدرجة الكلية
التعبير الانفعالي	0.15	0.09	0.09	0.13-	0.04-	0.21-**	0.12	0.05
الحساسية الانفعالية	0.21**	0.20*	0.02	0.16*	0.03	0.24**	0.12	0.19*
الضبط الانفعالي	0.22**	0.18*	0.09	0.18*	0.19*	0.26**	0.17*	0.27**
التعبير الاجتماعي	0.25**	0.40**	0.08	0.22**	0.09	0.22**	0.23**	0.30**
الحساسية الاجتماعية	0.01	0.14	0.16	0.21**	0.01-	0.19*	-0.04	0.07
الضبط الاجتماعي	0.37**	0.38**	0.19*	0.06	0.14	0.09	0.37**	0.35**
الدرجة الكلية	0.30**	0.37**	0.07	0.23**	0.09	0.26**	0.25**	0.33**

** دالة عند 0.01 * دالة عند 0.05

وبالنظر إلى الجدول (21) يتضح وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المهارات الاجتماعية وجميع جوانبها مع الصحة النفسية وابعادها ويفسر الباحث هذا في أهمية المهارات الاجتماعية في تأثيرها على التوافق الاجتماعي للفرد ورضاه عن نفسه والثقة بها مما يزيد من سعادته وقبوله لذاته وقبول الآخرين له ومشاركته معهم ونجاحه في حياته وبناء علاقة اجتماعية قوية مما يعزز جوانب الصحة النفسية .

هذا وقد توصلت دراسة أخرى إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المهارات الاجتماعية مع متغيرات أخرى مثل دراسة اليوسف (2013م) ودراسة جونز (.Jons,1997) ودراسة العلوان (2011م) ودراسة الجهني (2011م) ودراسة علي (2010م).

نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

ينص الفرض الثاني على " توجد فروق في المهارات الاجتماعية وفقاً للصف الثالث " باستخدام تحليل التباين البسيط one way anova ثم التوصل النتائج جدول (22)

جدول (22) الفروق في مهارات الاجتماعية وفقاً للصف

الاجتماعية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
التعبير الانفعالي	بين المجموعات	11.58	1	11.58	2.40	غير دالة
	داخل المجموعات	763.26	158	4.83		
الحساسية الانفعالية	بين المجموعات	31.51	1	31.51	0.82	غير دالة
	داخل المجموعات	6069.68	158	38.42		

الضبط الانفعالي	بين المجموعات	4.28	1	4.28	0.32	غير دالة
	داخل المجموعات	2129.09	157	13.53		
التعبير الاجتماعي	بين المجموعات	16.03	1	16.03	0.22	غير دالة
	داخل المجموعات	1131.88	157	72.08		
الحساسية الاجتماعية	بين المجموعات	1.45	1	1.45	0.09	غير دالة
	داخل المجموعات	2410.49	157	15.35		
الضبط الاجتماعي	بين المجموعات	9.32	1	9.32	0.54	غير دالة
	داخل المجموعات	2710.94	157	17.27		
الدرجة الكلية	بين المجموعات	258.64	1	258.64	0.67	غير دالة
	داخل المجموعات	59927.84	154	389.14		

ويتضح من جدول عدم وجود فروق في المهارات الاجتماعية وجميع جوانبها ويفسر ذلك على أن المرحلة المتوسطة ثلاث سنوات ومايكتسبه الفرد من مهارات اجتماعية في الصف الأول يتم صقله وتحسينه في الصفين التاليين وطلاب الصف الثالث ليس ضروري

أن يمتلكوا مهارات اجتماعية أكثر تطور لأن الطالب في الصف الأول يتفاعل مع زملائه في نفس المرحلة ويكتسب نفس مهاراتهم الاجتماعية .

نتائج الفرض الثالث ومناقشتها:

ينص الفرض الثالث على " توجد فروق في الصحة النفسية وفقاً لصالح الصف الثالث "

وباستخدام تحليل التباين البسيط one way anova تم التواصل النتائج (جدول 23)

جدول (23) الفروض في الصحة النفسية وفقاً للصف

الصحة النفسية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الكفاءة والثقة	بين المجموعات	26.23	1	26.23	2.47	غير دالة
	داخل المجموعات	1666.34	157	10.61		
التفاعل الاجتماعي	بين المجموعات	0.01	1	0.01	0.02	غير دالة
	داخل المجموعات	746.23	157	4.75		
الانفعالي وضبط النفس	بين المجموعات	1.22	1	1.22	0.25	غير دالة
	داخل المجموعات	779.72	156	5.00		
توظيف الطاقات	بين المجموعات	2.27	1	2.27	0.70	غير دالة
	داخل المجموعات	510.10	158	3.23		
التحرر من العصابية	بين المجموعات	1.09	1	1.09	0.10	غير دالة
	داخل المجموعات	1627.28	155	10.50		
الانساني والقيمي	بين المجموعات	9.58	1	9.59	2.67	غير دالة
	داخل المجموعات	559.67	156	3.59		
تقبل الذات وأوجه القصور	بين المجموعات	4.55	1	4.55	0.98	غير دالة
	داخل المجموعات	737.82	158	4.67		
الدرجة الكلية	بين المجموعات	14.13	1	14.13	0.10	غير دالة
	داخل المجموعات	20471.88	151			

يتضح من جدول (23) عدم وجود فروق في الصحة النفسية وجميع جوانبها وفقاً للصف ويعزو الباحث ذلك بأن الطلاب في الصفين الأول والثالث يمرون بنفس المرحلة العمرية وهي مرحلة المراهقة ويمتلكون نفس الخصائص حتى لو اختلفت مستوياتهم الاجتماعية أو الاقتصادية او الثقافية فهم بحاجة إلى تقبل الذات والتوافق الشخصي والاجتماعي وتقبل الواقع والاستقلالية وتحقيق الذات فتشابهت خصائصهم وحاجاتهم النفسية ومتطلباتهم الاجتماعية الشخصية .

نتائج الفرض الرابع ومناقشتها:

ينص الفرض الرابع على " يمكن التنبؤ بالصحة النفسية من المهارات الاجتماعية "

وباستخدام الانحدار المتعدد بطريقة stepwise جدول (24)

جدول (24) التنبؤ بالصحة النفسية من مهارات التواصل الانفعالي والاجتماعي

المتغيرات المستقلة	معامل الانحدار المتعدد	الخطأ المعياري	معامل الانحدار المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
المقدار الثابت	15.51	5.71	-	2.72	0.01
الضبط الاجتماعي	0.86	0.22	0.31	3.99	0.01
الضبط الانفعالي	0.66	0.24	0.21	2.77	0.01

يتضح من جدول (25) أنه يمكن التنبؤ بالصحة النفسية من جانبي الضبط الاجتماعي والانفعالي ، وعدم أمكانية التنبؤ بها من بقية الجوانب ويفسر ذلك على أساس أن الفرد الذي يرضى عن نفسه ويتقبل ذاته ويضبط انفعالاته ولايسلك سلوكاً اجتماعياً شاذا بل يسلك سلوك معقولاً يدل على اتزانه الانفعالي والاجتماعي فتكون صحته النفسية أكثر صحة وسلامة (فهمي ، 1995).

التوصيات :

في ضوء النتائج التي أسفرت عنها الدراسة يقترح الباحث التوصيات التالية :

1 – توجيه الأباء والأمهات إلى ضرورة التواصل مع أبناءهم وبناء العلاقات ومد جسور التواصل والحوار معهم .

2 – توفير مناهج تربوية وبرامج تعليمية لأكساب الطلاب المهارات الاجتماعية .

3 – تدريب المعلمين على التعامل مع الطلاب وتنمية مهاراتهم الاجتماعية

4 – حث المرشدين إلى الاهتمام بالطلاب الذين يعانون العزلة وعدم الاندماج مع الآخرين بسبب ضعف مهارات التواصل لديهم .

5 – الاهتمام بالانشطة المدرسية وحث الطلاب على المشاركة فيها لبناء شخصيتهم الاجتماعية واكسابهم المهارات الاجتماعية لتعزيز الصحة النفسية

البحوث المقترحة :

1 – دراسة العلاقة بين المهارات الاجتماعية والصحة النفسية واساليب التنشئة الوالدية

2 – دراسة الفروق بين المهارات الاجتماعية والصحة النفسية حسب التخصص والجنس .

3 – دراسة الفروق في المهارات الاجتماعية بين طلاب المدن والقرى .

قائمة المراجع

المراجع العربية

3- الحسانين، محمد محمد (2003م) :المهارات الاجتماعية كدالة لكل من الجنس والاكتئاب وبعض المتغيرات النفسية الأخرى لدى طلاب كلية الآداب بطنطا، رسالة ماجستيرغير منشورة، كلية الآداب، جامعة طنطا، مصر.

4- الجهني ، عبدالرحمن عيد (2011م) : المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالسلوك التوكيدي والصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية ، رسالة ماجستيرغيرمنشورة ، مجلة جامعة أم القرى للعلوم الاجتماعية ، المجلد الرابع ، العدد الأول .

6- الداهري، صالح حسن أحمد (2005م) : مبادي الصحة النفسية، الطبعة الأولى، الأردن، عمان، دار وائل للنشر

8- رضوان ، سامر جميل (2002م) : الصحة النفسية ،الطبعة الأولى ، الأردن ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

9- ريجيو، رونالد(2006م): قائمة المهارات الاجتماعية، ترجمة عبداللطيف محمد خليفة،مصر، القاهرة، دار غريب للطباعة والنشر.

11- الشمري، مدلول بن صالح (2012م) : التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك عبدالعزيز ، السعودية.

20-العرجي ، فهد مبارك (2003م): المهارات الاجتماعية والعلاقات الانسانية، الطبعة الأولى ، الدمام ، مكتبة المتنبي.

21- علام، عباس راغب (2009م) : المهارات الاجتماعية في حياتنا المعاصرة، الطبعة الأولى،مدينة نصر، دار فرحة للنشر.

24- العساف ، صالح حمد(2006م) : المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية ، ط 4، الرياض : العبيكان.

26- العمري، مرزوق أحمد (2012م) ، الضغوط النفسية المدرسية وعلاقتها بالإنجاز الأكاديمي ومستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الليث، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك عبدالعزيز، السعودية .

27- الغامدي، حمدان. (2006م): المعوقات التي تواجه الطلبة الموهوبين في التعليم الأساسي بالمملكة العربية السعودية، المؤتمر الإقليمي للموهبة، المملكة العربية السعودية، جدة

29- القريطي، عبدالمطلب أمين (2003م) : في الصحة النفسية، الطبعة الثالثة، القاهرة ، مدينة نصر، دار الفكر العربي.

30- القريطي، عبدالمطلب والشخص ، عبدالعزيز(1992م) : مقياس الصحة النفسية للشباب ، كراسة التعليمات ، القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية

3 - وزارة المعارف. سياسة التعليم في المملكة العربية السعودية. ط3، الرياض: وزارة المعارف،1400هـ.

40 - بكر، عبد الجواد. السياسات التعليمية وصنع القرار. الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، 2002م.

41 - الحامد، محمد. وآخرون. التعليم في المملكة العربية السعودية: رؤية الحاضر واستشراف المستقبل. الرياض: مكتبة الرشد. 2002 م.

المراجع الأجنبية :

Al-Ali, Majed M ; Singh, Ajai Pratap ; Smekal, Vladimir(2011): - Social Anxiety in Relation to Social Skills, Aggression, and Stress Among male and female commercial institute students, Education, .Winter 2011; 132, 2; ProQuest Central , P 351

Grant, Erin (2011): The Relationship of Computer-Mediated - Communication and Social Skills Development in Adolescents, ProQuest LLC. 789 East Eisenhower Parkway - Ann Arbor, MI .48106 – 1346 - United States

Mason, R. Globalizing Education: Trends and Applications. London & New York:Routledge. 1998.

Stevenson, H. & Hofer, B. "Education Policy in the United States and Abroad: What We

Can Learn from Each Other". Handbook of Educational Policy. San Diego: Academic Press.

1999.