

## الصحة النفسية للمعلم في ظل مفاهيم علم النفس الإيجابي

### -نموذج الرجوعية التربوية-

د. أواميلي حميد

جامعة محمد لمين دباغين - سطيف 2

الملخص: تُظهر العرضية المرضية عند المعلمين فوائد التدخل على مستوى فردي، وتحثهم على تعلم سلوكيات جديدة مكيفة بطريقة أفضل لصعوبات العمل الراهنة والتي تؤثر مباشرة على صحتهم. يظهر في هذا الإطار مفهوم الرجوعية التربوية كافتراح باستبدال مسألة معرفة العوامل المؤسسية والشخصية التي تزيد من احتمال ظهور الأمراض المهنية، بمسألة معرفة العوامل التي تزيد من احتمالية الانتقال من حالة ضغط مزمن مرتفع إلى حالة فعالية وصحة شاملة وهذا من منظور علم النفس الإيجابي. ووقوفاً على هذا يهدف المقال الحالي إلى تحديد مظاهر الصحة النفسية للمعلم من خلال توضيح مفاهيم كالرضا المهني والصحة الانفعالية والفعالية الذاتية وفق نموذج الرجوعية التربوية. الكلمات المفتاحية: علم النفس الإيجابي - عرضية مرضية - رجوعية تربوية - معلم.

**Résumé :** La symptomatologie pathologique chez les enseignants nécessite une intervention individuelle autant qu'on les incite à adopter de nouvelles attitudes afin qu'ils puissent s'adapter aux difficultés de travail pouvant nuire à leur santé.

Dans ce cadre, apparait le concept de la résilience éducationnelle en tant que suggestion à la question des facteurs institutionnels et personnels qui augmentent la probabilité de l'apparition de maladies professionnelles, pour le substituer par le questionnement sur les facteurs augmentant l'hypothèse de transition d'un stress chronique à un état de santé mentale plus stable, et ce selon le point de vue de la psychologie positive.

La présente contribution a pour but de préciser les manifestations de la santé psychologique des enseignants en clarifiant quelques notions relatives à la question, telles que la satisfaction professionnelle, la santé émotionnelle et l'auto efficacité et ce selon le modèle de la résilience éducationnelle.

**Mots clés :** psychologie positive, symptomatologie pathologique, résilience éducationnelle, enseignant.

مقدمة:

يرتبط الأداء البيداغوجي للمؤسسة التربوية بمفهوم الفعالية، فقد تطرق Colman وآخرون إلى مصطلح فعالية المدارس التي لن تأتي إلا بفعالية المعلم، وترتكز هذه الأخيرة على جودة العمل حيث

توجد علاقة سببية بين تفتح المعلم وفعاليته مع التلاميذ، هذا التفتح يعبر عن مجموعة من الأبعاد تنطرق إلى الذاتية من أجل الوصول إلى نظام تعليمي فعال. فقد قدم Irving مفهوم جودة العمل سنة 1960 كبعد يهتم بتحقيق رضا العمال ويهدف إلى وضع برامج من أجل تحسين الأداء (Coste, s. 2014, p. 13).

ومن الضروري توفير مجموعة من الشروط للمعلم، أين يكون الاهتمام بالجانب المادي، دون إهمال الجانب المعنوي، وما لم تتوفر هذه الشروط ينعكس هذا على أدائه البيداغوجي وكذا التحصيل الدراسي للتلاميذ. وفي هذا السياق نجد بعض الأبحاث تأخذ في الحسبان الارتباط الوثيق بين الجوانب الشخصية والنفسية للمعلم ورضاه المهني، حيث أن جودة العمل التربوي تتمظهر بمظاهر الصحة النفسية للمعلم.

وبالرجوع إلى الواقع التربوي يبدو أنّ المنظومة التربوية تعاني من عدم أهلية المعلم في توفير حدّ معين من الكفاءات النفسية واستراتيجيات للمواجهة قد تحدّ من أدائه للمهام التعليمية بأحسن وجه، ويطرح علم النفس الإيجابي هنا معارف جديدة على المعلم أن يستثمر فيها أين تعبر سلوكات الثقة المتبادلة والمساندة والتناسق والاحترام وكذا المشاركة الوجدانية عن دلالات ليس فقط في العلاقات البيئشخصية وإنما ذاتية ومجتمعية بإمكانها أن تساهم في البناء الفعال للمؤسسات التربوية.

#### 1- الصحة النفسية للمعلم كموضوع لعلم النفس الإيجابي:

علم النفس الإيجابي فرع من فروع علم النفس يركز على تحسين الأداء النفسي الوظيفي للإنسان إلى ما هو أبعد من مفهوم الصحة النفسية بمعناه التقليدي ويهتم علماء نفس ذلك الفرع ببحث محددات السعادة البشرية والتركيز على العوامل التي تفضي إلى تمكين الإنسان من العيش حياة مرضية ومشبعة يحقق فيها طموحاته ويوظف فيها قدراته إلى أقصى حد ممكن ووصولاً إلى الرضا عن الذات وعن الآخرين وعن العالم بصفة عامة (أبو حلاوة، محمد السعيد عبد الجواد، 2014، ص. 12).

ويهتم علم النفس الإيجابي بكل ما هو جيد وإيجابي في الحياة، إذ يعمل على تطوير الفرد في جميع المناحي خاصة النفسية، ولما كانت الصحة النفسية موضوعاً له طفت على السطح مفاهيم كالصحة الانفعالية والفعالية الذاتية والاستقلالية المهنية المرتبطة بمظاهر الراحة وقد استخدمت بعض الدراسات هذه المفاهيم في مجال العمل التربوي تطلعا لتحقيق رضا المعلم وجودة التعليم.

#### 1-1- الصحة النفسية للمعلم:

يشير تقرير المنظمة العالمية للصحة سنة 2013 والذي تحدث عنه العديد من الباحثين إلى أن: "الصحة النفسية هي حالة كاملة من الراحة العقلية والاجتماعية والنفسية، فهي ليست فقط غياب المرض أو ظهور أي شكل من أشكال المعاناة" (Haag, P. 2017, p. 40)، وإذا ما أسقطنا هذا التعريف في الوسط المدرسي نجد أن الصحة النفسية للمعلم تستلزم تحقيق التوازن بين مختلف المظاهر الجسمية

والنفسية والاجتماعية والاقتصادية والمعرفية له، حيث لا يعتبر هذا التوازن كميًا فقط لكنه ذاتي بالدرجة الأولى، تحدده عدة أبعاد لعل أهمها الرضا المهني والراحة النفسية في العمل، فمن أجل تحسين جودة العمل وفي جانب الصحة النفسية اهتمت عديد الأبحاث ببعدها الرضا المهني، فرضا المعلم في العمل يمثل حسب Legendre (1993) الدرجة التي يمكن من خلالها المعلم أن يشبع حاجاته وطموحاته. وبالنسبة لـ Ging et Peart (1992) يتمحور رضا المعلم حول ستة مظاهر تحفيزية: ثلاثة منها جوهرية وهي طبيعة عمله، افتخاره والحماس في بعده الدافعي، أما الأخرى فهي خارجية ترتبط بالاحترام المتبادل والاعتراف والجزاء المقدم (Rozec, V. 2012, p. 218) وتبقى الاستقلالية في المهنة دون ضغوط والعلاقات والتفاعلات مع التلاميذ والإدارة والزملاء مصادر للرضا في التعليم.

ولتحسين جودة العمل التربوي واستنادا إلى أبحاث سابقة في ظل مفاهيم الصحة النفسية يتم التطرق إلى البعد الذاتي كمرکز أساسي ممثلا في الراحة الذاتية في العمل، وأصبح التفتح في العمل مقارنة عصرية للالتزام الذي يأخذ في الحسبان أهمية جودة العمل؛ كما يوضحه ذلك تقرير Unesco 2013 " فالمعلم هو الذي يحدد جودة النظام التربوي، ومن المهم إعطاء قيمة لإمكانيات المعلمين بهدف تحسين جودة التعليم، وقد تم التأكيد أن التربية والتعليم لا ينجحان إلا إذا استفاد المعلم من المساندة والمساعدة..." وفي اليوم، أ. كمثل يركز النظام التعليمي على ميكانيزمات الالتزام للدخول في مهنة التدريس بالنسبة للمبتدئين، ومن هنا أصبحت راحة المعلم (الراحة النفسية) من أولويات السياسات التربوية في مختلف البلدان والتي تهدف إلى تحسين جودة الحياة داخل المدارس (Barnabé, C. 1993, p. 346).

إنّ الراحة المهنية هي حالة ذاتية ترتبط بعدة عوامل أهمها الصحة الجسمية وكذا النفسية، والأمن المادي والمحيطي والتفتح الاجتماعي، وكذلك هو الحال مع عمل المعلم حيث يقتضي الراحة العملية والتي ترجع بالخصوص إلى شعور الفرد إزاء أدائه مهامه التعليمية، ويمكن تصنيف مستوى الراحة حسب درجة الرضا المهني وأثره على الحياة المادية والشخصية والنفسية.

أين ميزت Billandeau (2009) وآخرون خمسة مؤشرات للراحة النفسية مركزة على بعد الرضا وظهور الأعراض، تمثل في:

- 1- عدم الرضا المهني: لست راض بقوة / بدرجة متوسطة عن تجريبي المهنة.
- 2- تقدير طبيعة تطور المهنة: من صعبة إلى أصعب / من صعبة إلى أقل صعوبة.
- 3- العرضية المرتبطة بالإرهاق المهني: حسب سلم 'ماسلاش' وهي الإرهاق الانفعالي ثم الإحساس بالتعب وأخيرا الإرهاق العاطفي إزاء الآخرين.

4- تبيد الشخصية: سحب الاستثمار في العلاقات مصحوب بسلوكيات وأحاسيس سلبية تجاه الزملاء والأشخاص الذين من المفروض مساعدته في مجال التعليم يرجع هذا البعد إلى التجرد من الإنسانية في طبيعة العلاقة معلم/تلميذ.

5- تدني الإنجاز الشخصي للعمل: حيث يظهر التقييم الذاتي السلبي للعمل ( Billandeau, N., et, ) (Vercambre-Jacquot, M. 2015, Pp. 203-204).

2-1-2-1- محددات الصحة النفسية للمعلم:

1-2-1- الصحة الانفعالية:

تعتبر الانفعالات من بين العوامل الأساسية التي تحدد طبيعة الصحة النفسية للمعلم إن لم تكن أهمها والتي تؤثر على جودة الحياة في عمل المعلم (Coste, s. 2014, p. 23). وللوصول إلى ازدهار مهني تعليمي يجب التركيز على عامل الانفعالات والاستفادة منها وتوظيفها من أجل جودة أحسن للحياة المهنية، فقد توصلت دراسة ل Huberman حول دور الانفعالات عند المعلمين المبتدئين إلى النقاط التالية:

- وجوب تحديد العامل الدينامي للانفعالات التي يعتبرها النفسيين مصدرا للتقلبات والتأرجح في الإحساس بالراحة من عدمه.

- حدة الانفعالات (السلبية أو الإيجابية) هي التي تحدد دينامية الدرس وطبيعته وجودته.

- الانفعالات تؤثر على مزاج التلاميذ وكذا على مدى استيعابهم وانتباههم للدرس.

- تؤثر انفعالات الحياة الشخصية للمعلم المبتدئ على انفعالاته المهنية، ويتمثل هذا في تجرد المعلم من كل مظاهر معاشه الشخصي لينقلها إلى غرفة الصف ويزيحها عن نفسه.

في هذا الإطار يظهر بأن عوامل كالانفعالات الإيجابية، عامل السعادة وتحقيق الرغبة تجاه العمل تعطي نجاحا في التعليم باعتبار المعلم عسبا أساسيا في النظام التعليمي.

2-2-1-2-2-1- الفعالية الذاتية للمعلم:

قدّم Bandura (1977) مفهوم الإحساس بالفعالية الذاتية كسيرورة أساسية تفسر السلوكيات الإيجابية عند الفرد وتتضمن معايير التحكم الذاتي والضبط الذاتي، الإبداع والدافعية إلى التغيير والتحسين، إذا يهدف الفرد هنا إلى خلق نتائج إيجابية تتوافق وأهدافه.

هذه الأبعاد الناجمة عن إحساس المعلم بالفعالية تكون ميكانيزم أساسي لتسيير الذات، فديمومتها والتفكير الإيجابي وردّات الفعل الانفعالية المتكيفة مع وضعيات إشكالية تتيح للمعلم أداء يرقى للمستوى المطلوب مستغلا ذكاهه الانفعالي والاجتماعي وخلفيته في ذلك راحته النفسية وتحكمه وتوظيفه لانفعالاته في الوقت المناسب (Coste, s. 2014, p. 25).

درس Warr الراحة المهنية والفعالية الذاتية واستخرج عشرة عوامل تحدد أبعاد الراحة

النفسية في العمل:

1. إمكانية التحكم الشخصي واتخاذ القرار.
2. إمكانية استخدام القرارات الشخصية.
3. طبيعة الأهداف المتوخاة.
4. تنوع وعدم تكرار انجاز المهام بنفس الطريقة.
5. الوضوح حول العمل ومآله.
6. المردود المادي.
7. الأمن الجسدي.
8. مساندة مسؤولي الإدارة.
9. العلاقات الإيجابية بين الزملاء.
10. الاعتراف الاجتماعي بالمهنة.

كل هذه العوامل تساهم في الراحة النفسية للفرد في عمله (Cottraux, J. 2012, p. 16).

## 2- الصحة النفسية للمعلم: من العرضية المرضية إلى الرجوعية التربوية:

يعتبر الوسط التعليمي وسطا ضاغطا بحق أين يتمظهر الإرهاق المهني، وتتدفق الآثار الكارثية، فظروف العمل وفهم الواقع يتحكم في سير الضغوط في ظل غياب السند، والجدير ذكره هنا أن الضغط هو مسألة ذاتية من وجهة نظر إدراكية معرفية، فقد سمحت أبحاث Selye (1964) حول الضغوط فهما أفضل للعلاقة بين الفرد ومحيطه أين يكون الضغط استجابة فيزيولوجية وسيكولوجية لظروف وتأثيرات سلبية، لكن نتائج إدراك هذه الضغوط ستكون كارثية (Zacharyas, C. 2011, p. 199).

وعلى الرغم من اعتبار المدرسة كما أسلف ذكره وسطا مولدا للضغط فالاهتمام بالصحة النفسية المعلمين يبقى محدودا، لذا يجب إعادة النظر في المعايير التي تضمن جودة التعليم، حيث تركز الأنظمة التربوية في تكوين المعلمين على الجوانب المادية أكثر من الجوانب الإنسانية لما توفره من إمكانيات وكذا جهود في بناء المناهج والبرامج، هذا وبقية الأدبيات والأبحاث حول الضغوط والأزمات في الأوساط التربوية غارقة في الآثار السلبية الناجمة عن الظروف المولدة للمرض، غير أن التوجه الحديث يتعلق بالآثار الإيجابية للأمراض والصدمات، وهنا يعاد توجيه الضغط وأثاره تجاه الصحة النفسية وتطبيقات علم النفس الإيجابي، ومن خلال الجهود المبذولة بهدف معالجة المشاكل، يرى البعض ك (Park 2009) أن النموذج العلاجي من الممكن استبداله إيجابيا وبطريقة مفيدة برؤية وقائية للمهارات الفردية والقوى المجتمعية، هذا المنظور التعزيزي للمهارات يبدومناسبا للمدرسة التي تعتبر قبل كل شيء وسطا معيشيا ومصدرا لعوامل تطوير التعليم (Théoret, M. 2011, p. 254).

لقد مهد كل من Seligman وPsizutmehalyi (2000) الطريق إلى تبني إطار مرجعي لعلم النفس الإيجابي؛ رداً على التدخلات النفسية الموجهة إلى الأمراض وبهدف إعادة التوضع من جديد. وقد ساهم كل من Eseyder وLopey (2007) في التعريف بالتربية الايجابية *éducatons positive* التي من شأنها أن توجه مجهودات الجهات المعنية بالمدرسة إلى تطوير المهارات الفردية عوض البحث عن الصعوبات وهذا من خلال التركيز على قوى المشاركين ونجاحاتهم وذلك برسم خطواتهم القادمة للتعلم والتطور. وفي هذا الإطار يعيد علم النفس الايجابي صياغة مقاربات متعددة لنمذجة تدخل معقد لضمان الجودة التربوية والتي تركز على المؤشرات القوية للصحة والتكيف مع العمل. لذا يقترح هذا التطور في تحديده للمفاهيم 'رجوعية تربوية'؛ أين يكون هذا النوع من التكيف الايجابي هدفاً مشتركاً بين العناصر التربوية (معلمين، تلاميذ وإدارة) التي تعيش ظروفًا صعبة (Leroux, M., et, Théoret, M. 2014, p. 15).

فالأثر الناجم في مستوى معين يمكن أن ينقل صداه إلى مستويات أخرى، إذ وضح كل من Rogers وKelowna (1997) أن النتائج السلبية الناتجة عن صدمات متنوعة قد تؤثر على الآخرين بطريقة غير مباشرة، وتعمل لتغيير الجو الدراسي، فيما يسعى بفعل العدوى، فالأحاسيس السلبية تنتقل من الفرد إلى أقرانه دون التعرض لنفس العوامل المفجرة وتؤثر في نظام العمل. بالمقابل أصبحت الفرضيات الموازية التي تنطوي على تأثير التجارب الإيجابية على الآخرين محل اهتمام الباحثين فوصف كل من Ludtke وBaumert وTrautwein Klusman (2008) الطريقة التي تساهم بها الرجوعية والالتزام في نجاح السيرورة التعليمية، ووضحت فرضيتهم كيف أن الحالة النفسية للمعلمين تمارس تأثير في نفسية التلاميذ، كما بينت دراساتهم أن الرجوعية عند المعلمين على علاقة وثيقة بتقييم التلاميذ لمهارات معلمهم التعليمية فضلاً عن تحسين الدافعية والأداء (Douidin, P. 2011, p. 261).

إذن رجوعية المعلمين ترتبط بتحديد المهارات في تسيير القسم والمحيط المدرسي أين تكون الأهداف واضحة وردود الأفعال متاحة، فضلاً عن القدرة على خلق علاقات ايجابية مع الزملاء وإدارة المدرسة فالفعالية الذاتية للمعلمين كما سبق ذكره هي مصدر مهم ليس على التفتح فقط وإنما للحماية ضد الصعوبات التي يسببها الفضاء المدرسي.

## 1-2- مفهوم الرجوعية التربوية:

الرجوعية (*la résilience* (الجلد) هي مظهر من مظاهر الشخصية وبخصائص وسمات مميزة تسمح للفرد بتسوية وتسيير الظروف السيئة التي تعرقل التكيف، فهي سيرورة دينامية تستلزم التكيف الايجابي داخل محيط صعب؛ وفي هذا الإطار يرى كل من Schaefer وMoss (1993) أن الرجوعية تمكن الفرد من تحقيق مستويات عالية للتفوق أحسن من خلال استراتيجيات مواجهة فعالة تسمح بالتمايز المعرفي وبناء الثقة الشخصية واتباع منهج أكثر نضج في الحياة (Zacharyas, C. 2011, p. 200).

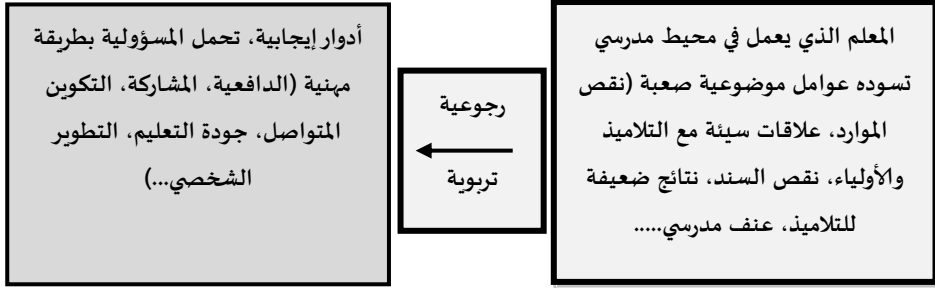
دراسة الرجوعية هي حالة خاصة من علم النفس الإيجابي الذي يسجل في منظور الوقاية الأولية، ومن هذا المنطق استخراج العوامل المرتبطة بالرجوعية تؤكد أنه من الأفضل محاولة تطوير عوامل الوقاية أفضل من الخوض في التقليل من عوامل الخطر. فالرجوعية هي القدرة على العودة بسرعة وكليا إلى الحالة السوية من وضعية صعبة وخطيرة واجهها الفرد واستفاد منها إيجابيا.

يقدم Black (1996) مفهوم الرجوعية السيكلوجية كميزة شخصية تتكون بفعل التجارب المعاشة والتي تحسن قدرة الفرد على نمذجة الواقع المتميز باستمرار، فمواجهة الصعوبات هي ضرورة حتمية لتطوير مهارات المواجهة، غير أن Robetts (2004) يعتبر الرجوعية كقدرة تتطور بطريقة ديناميكية أكثر مما هي عليه كسمة للشخصية، تُترجم لعوامل موضعية ومحيطية.

يتم تقييم حالة الرجوعية من خلال مفهوم التعافي «*récupération*» بمعنى السرعة والعمق في العودة إلى الحالة العادية بعد مواجهة مواقف صعبة، وهناك العديد من المفاهيم الخاصة بالرجوعية، ف Zutra (2010) يعتبرها كمقاومة للصعوبات وتجاوزها والتغلب عليها والنجاح بالرغم من العوائق، أما Pelchat (2002) يراها كمحك لقدرة التغيير الإيجابي من خلال ميكانيزمات التكيف. وعن هذا المفهوم الأخير ميز Masten بين التكيف الداخلي الذي يضم النضج والصحة والراحة النفسية، والتكيف الخارجي الذي يعمل على سيرورات التصرف الجيد داخل المدرسة والعمل والمساهمة الإيجابية من خلال مهارات الأداء.

تستند الفروق في الرجوعية إلى مفاهيم علم النفس الإيجابي خاصة فيما يتعلق بالراحة النفسية في التعليم، فالاختلاف في مستوى الدافعية ومستويات تقدير الذات، تقود إلى محاولة مفهومة المعلم الرجوعي في الدلالة المتعلقة بدرجات قبول التغيير والتوجه نحو تحقيق الأهداف المسطرة (Zacharyas, C. 2008, p. 202).

إن مواجهة المعلمين لصعوبات ومشاكل اجتماعية واقتصادية وتعليمية على غرار ما يعانیه المعلم الجزائري يؤدي إلى آثار تمس المستويات الجسمية والنفسية كالإرهاق المبني، هذه الآثار لها من النتائج السلبية ما يحد من الأداء البيداغوجي ويخل بضمان جودة التعليم وبهذا قد يترك المعلم مهنته أو يغيرها، في حين أنه في وسط تربوي يدرج مفاهيم الرجوعية في منظومته تندفق مهارات مختلفة رغم هذه الظروف.



مخطط رقم(1): يوضح آلية تدفق المهارات التربوية المختلفة رغم العوامل الموضوعية الصعبة

## 2-2- العوامل المساهمة في الصحة النفسية والرجوعية التربوية:

بينت نتائج عدة بحوث وجود العديد من المسارات التي يمكن اتباعها لوضع نموذج للتدخل البيئي للرجوعية، فالقاعدة العلمية التي تربط مظاهر النمو والتطور الاجتماعي والانفعالي للتلاميذ بنجاحهم التربوي هي مؤشر يوصي بأن هذه المظاهر مرتبطة أصلاً بالمعلمين، إذ يشير Kunter (وآخرون) (2008) إلى العلاقات الواضحة بين خصائص الرفاهية والراحة النفسية المميزة للمجموعة والالتزام، وهذا من خلال الجهد المستمر والدلالة المقدمة للعمل من طرف المعلمين على حد قول Hallberg (2006)، فملح الرجوعية والالتزام يكشف عن المتغيرات التي تتنبأ بالراحة في العمل وكذا الفعالية في التعليم، فالمعلمون الأكثر رجوعية هم الأكثر التزاماً، وإن غابت خصائص الرجوعية من غير الممكن شرح أبعاد الفعالية التعليمية، والتي ترتبط بعوامل انفعالية كما أسلف ذكره، إذ لا يعتبر Hargreavers (2001) عمل المعلم ذهنياً وعلائقياً وحسب وإنما انفعالياً كذلك، هذا البعد الأخير الذي يساهم فعلاً في التطوير المهني، ولب ضمان جودة عمل المعلمين (Doudin, P. A. 2011, p. 262)، وحول هذا قد بين كل من Fredickson و Tagade (2004) أن المهارة في استثمار الانفعالات الإيجابية هي المتغير الوسيط الذي يؤدي إلى الرجوعية، وهكذا فإن السيرورات المعرفية المصاحبة للانفعالات الخاصة ستحسن أبعاداً مختلفة لسيرورة التكيف (Doudin, P. A. 2011, p. 263).

إن الرضا المهني يسمح بيقظة أحسن مما يساعد على إدراك السياق بطريقة هادئة، وبهذا يمكن للمهارات الشخصية من النوع العاطفي والانفعالي أن تؤدي إلى ضبط ذاتي فعال بالنسبة للمعلم وكذا الاهتمام الإيجابي بحاجة المعلم الراهنة تسمح له بالتنوع في معارفه وخبراته مع تعزيز مهاراته في حل المشاكل، فالتفاؤل الناجم عن الاستنتاجات الموضوعية للأحداث يسمح بالانفتاح تجاه الأوضاع السلبية وبهذا تكون الانفعالات ذات فائدة وظيفية طالما تساهم في الصحة والراحة النفسية للمعلم.



### 3-2 نحو تصميم تدخل مرتكز على الرجوعية التربوية:

وفق مقاربة إدماجية (بيو-سيكو-بيئية) تركز على الفرد والسياق التربوي والزمن والسيرورات صممت برامج تدخلية أساسها الرجوعية التربوية، إذ بعد تحديد الأهداف والإطار المرجعي للمقاربة يركز الانتباه على بناء تدخل ايجابي وتوجيهه نحو الرجوعية التربوية.

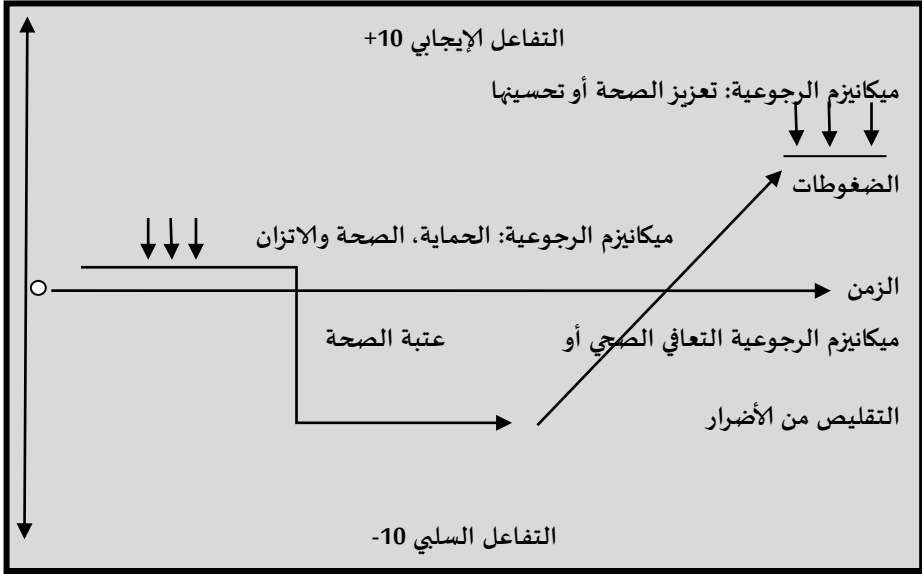
إن الفعالية في مهام التعليم وتسيير القسم، والرضا في العمل وكذا الإحساس بالانتماء في وسط العمل تطفو على أنها أهداف موضوعة. وفي هذا المعنى يرسم Mowbray (2004) ملامحا لمنظمة قابلة للتعرض (انجراحية) (vulnérable). وذلك بتجميع مختلف نتائج البحوث التي تغطي الأوساط التربوية من خلال التركيز على نسب التغيب والأمراض المهنية، ومؤشرات الضغط الضعيفة عند الأفراد (Doudin, P. A., et, Curchod-Ruedi, D. 2011, p. 265-266).

يقترح Masten (1994) التدخل بالارتكاز على أربعة محاور بهدف تطوير الرجوعية التربوية:

- التقليل من التعرض لعوامل الخطر.
  - التقليل من عوامل تراكم الضغوط.
  - توفير الموارد كعوامل حمائية.
  - الحث على تحريك سيرورات الحماية (Leroux, M., et Théoret, M. 2014, p. 13).
- فالمعلم الرجوعي حسب Davydove (2010) ليس فقط من تتجاوز حالته الوضعية الصعبة والإرهاق والآثار السلبية وإنما هو من يكون ردود فعل ايجابية لحماية صحته ويحسن المهارات الايجابية في الحياة ويرفع فعالية الأداء.

كما يوضح Davydove من خلال نموده ديناميكية الرجوعية من خلال عدة سيرورات:

1. انطلاقا من الضغط الذي يعيشه الفرد بصورة سلبية يسمح ميكانيزم الرجوعية بالتعافي بوضع حدّ لتدهور الصحة.
2. ميكانيزم آخر يسمح للفرد بحماية الصحة من خلال الحفاظ على التوازن عن طريق ردود أفعال ايجابية أحسن من التي كانت قبل ظهور الضغط وهذا ما يمكن استقامة في حالة المعلمين.
3. ميكانيزم تعزيز أبعاد الصحة المكتسبة في ظل ظروف العمل.



مخطط رقم (2): توضيح الميكانيزمات الرجوعية الثلاثة: تعافي الصحة وحماية الصحة وتعزيز الصحة

يرى كل من Mak وLaiet أن المعاش اليومي الضاغط يثير سيورة تكيفية يسمح للفرد الزيادة في إمكانياته، وفي هذا المعنى تسمح الرجوعية للأفراد الذين يعيشون يوميا ضغوطا الحفاظ على راحتهم النفسية والجسمية وتمكنهم من التحكم في الظروف الصعبة (Leroux, M., et Théorét, M. 2014, p. 16).

التكلم عن الرجوعية التربوية هو محاولة تجميع تظاهرات الاستجابات النشطة لكل مستويات نظام المدرسة أمام وضعيات إشكالية فالرجوعية عند المعلمين هي الحالة الملاحظة لنجاحهم في التكيف مع وضعيات سلبية، كما هي مجموع الميكانيزمات التي يثيرها هذا التكيف.

خلاصة:

للصحة النفسية تأثير على الأداء في العمل التربوي، إذ تعبر عن وجهين الأول بيولوجي مرتبط بالانفعالات، والثاني معرفي يمثل الذاتية والاستقلالية والمخططات المعرفية التي توجه المعلم، وضمن هذا يدرس علم النفس الإيجابي الراحة المهنية والإبداع وقوة الشخصية ويتم تطبيق هذه المبادئ في العمل حيث يتم التركيز على الراحة الذاتية والضبط الانفعالي ويقدم محاولة جديدة تبحث عن الأساليب الأساسية المعرفية والعاطفية التي تعدل السلوكيات وتطور نوعية العمل وتحسن من الراحة والدافعية للعمل، وفي هذا السياق تقترح هذه المقاربة الحل البديل في تكوين ورسكلة المعلمين فمن أجل ضمان

جودة التعليم وِعوض التركيز على العرضية المرضية من ضغوط وارهاق واكتئاب مهني والبحث عن ضبط العوامل المولدة للمرض والأسباب المفجرة له، وِجب الاستثمار في القدرات الإيجابية للمعلم الرجوعي الذي رغم كل الظروف الصعبة المحيطة به يقدم أداء راقيا، والمطلوب هنا ليس التقليل أو الحد من ظروف التعليم الراهنة ولكن بناء برامج تدريبية وفق مقارنة رجوعية تربوية تأخذ المعلم في بعده الإنساني لا المادي. اذن يمكن القول إن منهج علم النفس الإيجابي هو منهج إنساني يهدف إلى تطوير قدرة ومهارة المعلم التفاعلية والانفعالية وكذا السلوكية أين يكون مبدأ الصحة النفسية متضمنا لجميع أبعاد الراحة والسعادة المهنية التي تصنع النجاح وليس العكس. وبالعودة إلى الواقع التربوي من الأفضل توجيه الأبحاث العلمية والأكاديمية في هذا المجال وفقا للسيرورات التي يسعى إليها علم النفس الإيجابي في العمل استنادا على برامج الرجوعية التربوية.

## قائمة المراجع:

- أبو حلاوة، محمد السعيد عبد الجواد. (2014). علم النفس الإيجابي ماهيته ومنطلقاته النظرية وآفاقه المستقبلية، عدد35، إصدارات مؤسسة العلوم النفسية العربية.
- Barnabé, C. (1993). La qualité de vie au travail et efficacité des enseignants. Revue des sciences de l'éducation. Érudit.
- Berger. (1979). Les instituteurs d'une génération à l'autre. Paris : PUF.
- Billandeau, N., et Vercambre-Jacquot, M. (2015). Satisfaction professionnelle des enseignants du secondaire, éducation et formation no.88. pp. 201-220.
- Coste, S. (2014). S'épanouir dans le travail enseignant : réalité, norme, stratégie, Lyon : université Lumière.
- Cottraux, J. (2012). Psychologie positive et bien-être au travail. Masson.
- Haag, P. (2017). Concilier bien être et travail(BEST)introduction à la psychologie positive appliquée à l'éducation : programme d'intervention à destination des enseignants. BEST.
- Mylénie, Leroux et Manon, Théoret. (2014). Comment améliorer le bien-être et la santé des enseignants. De boeck.
- Nathalie, Billandeau et (2015). Satisfaction professionnelle des enseignants du secondaire, éducation et formation, n°.88. pp. 201-220.
- Rozec, V. (2012). Impact du bruit sur la santé des élèves et des enseignants. CIDB.
- Théoret, M. (2011). Contribution à la résilience éducationnelle in : Pierre André Doudin et Denise Curchod- Ruedi : la santé psychosociale des enseignants et des enseignantes, université de Québec.
- Théoret, M., et, Hrimech, M. (2003). Analyse de la résilience chez les personnels scolaire, université de Montréal.
- Zacharyas, C. (2011). Mieux saisir la résilience chez les enseignants : étude longitudinale d'un processus non linéaire, revue développement humain, handicap et changement social. Vol (19) no.1. pp. 199-208.