

## بررسی نقش مدارس و مشاوره در بهداشت روان دانش آموزان مورد مطالعه شهر خانمیرزا

ام البنین جمالی امام قیسی<sup>۱</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی کارشناسی ارشد، روانشناسی تربیتی، دانشگاه پیام نور مبارکه، ایران (نویسنده مسئول)

### چکیده

مدرسه فضای اجتماعی خاصی است که آموزش، پرورش و رشد شخصیت کودکان که جامعه ساز فرداهستند، در پناه روش های صحیح و مناسب آموزش، محیط فیزیکی مطلوب و محیط روانی مساعد آن پایه گذاری و اداره می شود. یکی از عوامل مهم مؤثر در حفظ و ارتقای سطح سلامتی و شکوفایی استعداد دانش آموزان، مشاوره و کلیه برخوردهای عاطفی و روانی است که با دانشجو صورت می گیرد. هدف اساسی این پژوهش بررسی نقش و تاثیر مدرسه و مشاوره مدارس در ارتقای بهداشت و سلامت روانی دانش آموزان است که مدارس ابتدایی شهر خانمیرزا مورد بررسی قرار گرفته است از این جهت در زمره پژوهش های کاربردی و تحلیلی قرار می گیرد و جامعه آماری آن را دانش آموزان و معلمان مدرسه تشکیل می دهند که تعداد ۱۰ معلم و ۴۰ دانش آموز به عنوان نمونه آماری انتخاب گردیده اند. تجزیه و تحلیل اطلاعات در این پژوهش با استفاده از روش تحلیل رگرسیون انجام می گردد که نتایج حاصل از آن نشان می دهد که مشاوره تاثیر مستقیم و معناداری بر بهداشت و سلامت روان دانش آموزان دارد به نحوی که ۶۵ درصد تغییرات در متغیرهای سلامت روانی دانش آموزان به وسیله متغیر مستقل یعنی مشاوره در مدارس قابل پیش بینی است.

**واژه های کلیدی:** مدرسه، مشاوره، سلامت و بهداشت روانی، شهر خانمیرزا

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

## مقدمه

دانش آموزان هر روز با کوله باری از دفتر و کتاب به مدرسه می‌روند تا بتوانند با کسب علم و دانش قدم در راه پیشرفت و ترقی گذارند. عوامل بی شماری از جمله: عملکرد خانواده‌ها، بهداشت جسمی و روانی، روش‌های آموزش و ... بر روند تحصیل و یادگیری آنان تاثیر می‌گذارد (محمدی و محمدی، ۱۳۹۷: ۷).

اگر می‌خواهیم عملکرد مدرسه‌ی ما رضایت بخش باشد و دانش‌آموزانی موفق داشته باشیم، باید به سلامت جسم و روان آنها به طور هم‌زمان توجه کنیم. سلامت روان نقش برجسته‌ای در رشد و تکامل اجتماعی-روانی دوره‌های مختلف زندگی به ویژه دوره کودکی ایفا می‌کند چرا که مشکلات سلامت روان در این دوران می‌تواند سرمنشاء یک بیماری جدید باشد (Najaf & Foladjang, 2007: 8, Moradi & Taheri, 2013: 6).

بر خلاف تصور عمومی، ناخوشی‌های روانی-عاطفی مشکل شایع‌تر با محدود به جمعیت بالغ و بزرگسال کشورها نیست کودکان و نوجوانان بیش از سایر جمعیت آسیب پذیر، اما بسیار کمتر از بزرگسالان از حمایت و مراقبت‌های لازم برخوردارند. تقریباً ۲۱ درصد از کودکان و نوجوانان در طی یک سال، علایم و نشانه‌های اختلال روانشناختی را بر طبق معیارهای DSM-IV تجربه می‌کنند، اما کمتر از ۲۰ درصد آنان از خدمات سلامت روانی بهره‌مند می‌شوند (شاملو، ۱۹۱: ۵). وضعیت در کشورهای در حال توسعه نیز نگران کننده و احتمالاً در برخی مناطق وخیم‌تر است، علاوه بر کودکانی که طبق معیارهای DSM-IV اختلال روان شناختی قابل تشخیص دارند، تعداد زیادی کودک در معرض خطر آسیب‌های آینده یا به خاطر مشکل رفتاری، فشار عاطفی یا روانی نیازمند یاری وجود دارند اما هنوز به مرحله‌ای نرسیده‌اند که معیارهای مذکور در مورد آنها صدق کند، این در حالی است که در جمعیت‌های کم درآمد درصد کودکانی که در خطر مشکلات روانی قرار دارند بیش از ۵۰ درصد است (دادستان و محمود، ۱۳۹۵: ۵).

به کارگیری اصول بهداشت روانی در مدرسه کار آسانی نیست و نیاز به همکاری و مشارکت سایر عوامل انسانی مدرسه و خانواده دارد (امین پور و امین پور، ۱۳۹۹: ۵). بیماری‌های روانی از بدو پیدایش بشر وجود داشته و هیچ فردی، از هیچ طبقه اقتصادی - اجتماعی خاصی، در مقابل آنها مصونیت نداشته و خطری است که بشر را مرتباً تهدید می‌کند. خوشبختانه نهضت بهداشت روانی در نیم قرن اخیر، افکار غلط و خرافات در مورد این بیماری‌ها را کنار گذاشته و نشان داده که اولاً بیماری‌های روانی، قابل پیشگیری بوده و ثانیاً در صورتی که مانند سایر بیماری‌ها به موقع تشخیص داده و تحت درمان قرار گیرند به همان نسبت از مزمن شدن و عوارض آنها کاسته خواهد شد. در راستای همین ایده، بهداشت روانی جزئی از بهداشت عمومی محسوب می‌شود.

امروزه آموزش و پرورش بیشتر به شکل رسمی و سازمان یافته در سطحی گسترده جریان دارد و ارتباطی تنگاتنگ با رشد اخلاقی، فرهنگی و اجتماعی، توسعه علمی، صنعتی و اقتصادی دارد. فرآیند راهنمایی و مشاوره و خدمات روان شناختی در طول حیات خود در نظام آموزش و پرورش کشور ما، فراز و نشیب‌های فراوانی را طی نموده است. به علت وجود ریشه این درخت پرثمر نیازهای اجتماعی و فردی مردم، به ویژه نوجوانان و جوانان کشور و بهره‌گیری از نسل نواز سایه سار دلپذیر آن در صفحه واقعی زندگی می‌توان امیدوار بود که بالندگی و پویندگی فعالیت‌های مشاوره‌ای استمرار یابد. در مشاوره، نیروی انسانی، که صاحب اطلاعات و مهارت مطلوب باشد موثرترین عامل اثربخشی بوده و ابزارها و عناصر دیگر در کیفیت بخشی فعالیت‌ها تحت تاثیر عوامل انسانی خواهند بود. از این رو، توجه جدی توأم با برنامه معین برای بهسازی نیروی انسانی حوزه مشاوره و تعلیم و تربیت، در زمره اساسی‌ترین اقداماتی است که باید در دستور کار قرار گیرد.

## مبانی و مفاهیم

### بهداشت روانی

بهداشت روانی عبارت است از؛ «پیشگیری از اختلالات روانی و به کاربردن روش‌هایی برای ایجاد محیطی سالم که طی آن شخص بتواند به دور از ترس، خشم، اضطراب و ... به سوی موفقیت گام بردارد و خود را به عنوان فردی مسئولیت‌پذیر و دارای عزت نفس به جامعه عرضه نماید» (محمدی و محمدی، ۱۳۹۷: ۶).

سازمان جهانی بهداشت می‌گوید بهداشت روانی عبارتست از «توانایی کامل برای ایفای نقش‌های اجتماعی، روانی و جسمی». این سازمان معتقد است که بهداشت روانی فقط عدم وجود بیماری و یا عقب ماندگی نیست، بنابراین کسی که احساس ناراحتی نکند از نظر روانی سالم محسوب می‌شود.

افرادی که از نظر بهداشت روانی سالم هستند دارای ویژگی‌هایی به شرح زیر می‌باشند:

ادراک درست از واقعیت.

شناخت خود و توانایی‌های خود.

داشتن روابط بین فردی سالم.

برخورداری از کارایی حرفه‌ای بسیار بالا

### عوامل موثر در بهداشت روانی:

#### تغذیه

حالات روحی ما در انتخاب نوع غذایی که می‌خوریم موثرند. ما در حالات مختلف غذاهای متفاوتی را طلب می‌کنیم، هنگام احساس قدرت و پیروزی به غذاهای گوشتی، هنگام احساس تنوع و تحول به غذاهایی با انواع سس و هنگام اضطراب یا پرخاشگری به خوراکی‌های گاززنی تمایل داریم در حالی که وقتی خسته هستیم چای و قهوه را ترجیح می‌دهیم. بنابراین با شناخت خود و سوخت و ساز بدن می‌توانیم با انتخاب مواد خوراکی مناسب به آرامش بیشتری دست یافته و از خوردن لذت ببریم:

#### ایمان

اعتقادات و باورهای مذهبی قادر است در مصیبت‌های زندگی، از فرد افسرده و مایوس، انسانی امیدوار و محکم بسازد، چنانکه هرگز خود را تنها و بیمناک احساس نکند. او باور دارد که خدا پیوسته با اوست، در رویارویی با سختی‌های زندگی تنها نیست و خدای مهربان به او علاقه و توجه دارد. این باور موجب می‌شود که فرد علیه انزوا طلبی و گوشه‌گیری که بسیاری از مبتلایان به امراض خطرناک را از پای در می‌آورد، ایمن شود.

## ورزش

ورزش یکی از رموز سلامت جسمانی و روانی است. افراد دارای آمادگی جسمانی از لحاظ احساسات، عواطف، شخصیت اجتماعی و نعدوستی کاملتر و در فعالیتهای شغلی و حرفه ای موفق ترند. ورزش موجب تقویت اعتماد به نفس در فرد شده، او را متعادل، متفکر و سازگار با محیط می کند. با ورزش، شخص کمتر دچار حسادت، حقارت و ستیزه جویی می شود و در نتیجه از سلامت روانی بهتری برخوردار خواهد بود.

## مدرسه

مسئولیت اولیای مدرسه فقط در پرورش نیروی عقلی و آشنا کردن دانش آموزان به مسائل اجتماعی و اخلاقی خلاصه نمی شود. مدرسه مسوول تغییر و اصلاح رفتارهای ناسازگارانه و تامین بلوغ عاطفی و سلامت روانی دانش آموزان نیز می باشد. در مدرسه فرزندان دوست داشتن و دوست داشته شدن را تجربه می کنند، معلم با تکریم شخصیت، محبت و توجه، آنان را در مسیر صحیح هدایت می کند، دانش آموز در مدرسه چگونگی برقراری روابط درست عاطفی، سازگاری با دیگران و مسئولیت پذیری را می آموزد و راه های مبارزه با کینه توزی، دیگر آزاری و حسادت را یاد می گیرد.

## مشاوره

مشاوره و راهنمایی در مدارس برنامه ای حیاتی است که در عرصه تعلیم و تربیت جهان (خصوصاً دوره آموزش عمومی) از سال های دور مورد توجه قرار گرفته است. چرا که طی این دوره دانش آموزان در مرحله آغازین تجربه های اجتماعی توأم با رشد فردی قرار دارند. تعلیم و تربیت در دوره مذکور نقش تعیین کننده ای در هدایت فراگیر و نقش پذیری متناسب وی در جامعه ایفا می نماید به طوری که ایجاد سرمایه انسانی و توسعه فرهنگی در جامعه ناشی از تربیت فراگیران در این دوره به ویژه با تأکید بر شناخت توانایی ها، استعدادها و علایق آنان است. کمک به توسعه مهارت های زندگی به ویژه فرآیند تصمیم گیری و هدف گزینی از ضرورت های ارزشمندی است که تقویت فرآیند مشاوره و راهنمایی از طریق معلمان دانا و دلسوز را میسر می سازد (آج و همکاران، ۱۳۹۴: ۴)

مشاوره یک فرایند رشدی است که از طریق آن به اشخاص کمک می شود: اهداف خود را مشخص کنند تصمیم گیری مناسب داشته باشند و مسائل فردی اجتماعی و تحصیلی خود را حل کنند (آج و همکاران، ۱۳۹۴: ۵). مشاوره اصطلاحی کلی است که برای فرآیندهای مختلف نظیر مصاحبه کردن، اجرای آزمون های راهنمایی و ... به منظور کمک به افراد و یاری دادن به آنان، برای حل مشکلاتشان و برنامه ریزی برای آینده خود به کار می رود. (صدری، ۱۳۹۶: ۴) به نظر پاترسون، مشاوره جریان یاورانه ای است که در آن برقراری رابطه صمیمی بین مراجع و مشاور ضرورت دارد. مراجع، مشکل روانی و عاطفی دارد که از طریق حضور و تعامل در جلسه ای مشاوره، راه حل برای مشکلش می یابد و مشاور در حل مشکلات روانی مهارت دارد در این دیدگاه، برقراری رابطه ای مشاوره ای درمان بخش است و تنها دادن اطلاعات و پند و اندرز به مراجع، مشاوره محسوب نمی شود. مشاوره یکی از فنون راهنمایی است که آن را قلب برنامه راهنمایی می دانند. سازماندهی و بقای یک برنامه ی راهنمایی، بدون اثرات ارزنده خدمات مشاوره ای نمی تواند چندان مؤثر باشد. مشاوره به مجموعه فعالیت هایی اطلاق می شود که در آن فردی را در غلبه بر مشکلاتش یاری می کنند. ساده ترین تعریف برای مشاوره چنین بیان شده است. مشاوره، یک پویای یادگیری است که در آن فرد می آموزد که خویشتن را بشناسد و روابط خود را با دیگران درک نماید.

## تاریخچه مشاوره در ایران

بر اساس آنچه از تاریخچه مشاوره تحصیلی موجود است، آغاز کلی فرآیند مشاوره با کارهای فرانک پارسونز در سال های ۱۹۰۷ و ۱۹۰۸ که او را پدر راهنمایی شغلی و حرفه ای می دانند در شهر بستون آمریکا بود. اما در ایران مساله راهنمایی و مشاوره و تهیه مقدمات آن بین سال های ۱۳۳۷ تا ۱۳۵۰ شروع شد و جریان پیدا کرد. در سال های ۱۳۳۷ و ۱۳۳۸ کنفرانس هایی که در مشهد و آبادان تشکیل شد، لزوم راهنمایی در مدارس را تاکید کردند تا اینکه در سال های ۱۳۴۴ و ۱۳۴۵ در دانشسرای عالی تهران درس مشاوره و راهنمایی، جزو دروس رسمی قرار گرفت. پس از پیروزی انقلاب اسلامی سیستم معلم - مشاور بود که هم به تدریس و هم به مشاوره می پرداختند. پس از مدتی برای تهیه هدف های هماهنگ با اهداف انقلاب، برنامه راهنمایی و مراکز مشاوره حذف و تحلیل گردید. تا اینکه در سال ۱۳۶۴ هسته های مشاوره و راهنمایی مجددا در مناطق آموزش و پرورش تأسیس گردید. در حال حاضر برنامه های مشاوره ای مدارس به سمت تخصصی شدن و خدمات مشاوره ای سوق داده شده است و طرح هایی چون «طرح احیائش مشاوره ای معلمان» در حال اجرا است.

مسئولیت فنی و تخصصی اجرای برنامه راهنمایی و مشاوره مدرسه بر عهده مشاور است. زیرا او در زمینه اجرای صحیح برنامه، آموزش دیده است و تخصص دارد. مشاور مدرسه، به انجام فعالیت هایی در زمینه های شناخت دانش آموزان، راهنمایی و مشوره فردی و گروهی با دانش آموزان و اولیای آنان و کارکنان مدرسه، و ارجاع به موع دانش آموزان نیازمند به مراکز ذریبط برای دریافت کمک های ضروری مبادرت می ورزد. مسئولیت های مشاور مدرسه در مقاطع متعدد تحصیلی متفاوت است. مشاور مدرسه در دوره ابتدایی، بر پیشگیری از ناراحتی ها تأکید می ورزد؛ در دوره راهنمایی، بیشتر بر خودشناسی دانش آموزان توجه می کند؛ و در دوره دبیرستان، درمان مشکلات و ناراحتی ها را مورد توجه قرار می دهد. مشاور مدرسه، هم چنین معلم را در شناخت دانش آموزان کمک می کند. به اعتقاد راتنی و روئنس (Rothney Roens, 1949: 5)، مسئولیت های مشاور مدرسه شامل تعبیر و تفسیر نتایج آزمون های روانی برای دانش آموزان، کمک به دانش آموزان در انتخاب دروس و رشته های تحصیلی مناسب، کشف علل مردودی دانش آموزان و پیشنهاد راه حل های مناسب، ارائه اطلاعات شغلی به دانش آموزان، و کمک به دانش آموزان در حل مشکلات رفتاری است.

مسئولیت های عمده مشاور مدرسه در مشاوره، مشورت، هماهنگی، و ارجاع و پیگیری خلاصه می شود. مشاوره با دانش آموزان و اولیای آنان و کارکنان مدرسه از فعالیت های اساسی و اولیه مشاور مدرسه به حساب می آید و بخش چشم گیری از اوقات مشاور را به خود تخصیص می دهد. مشاور مدرسه از طریق مشاوره فردی یا گروهی با دانش آموزان و اولیای آنان، پس از شناخت احساسات و افکار و نیازها و ارزش ها، مراجعان را در حل مشکلات عاطفی، تصمیم گیری و مقابله با مسائل آینده یاری می دهد. برای موفقیت در انجام این مسئولیت، مشاور مدرسه باید از فنون و روش های مشاوره مثل خوب گوش دادن به موقع سکوت کردن، در زمان مناسب تشویق کردن و... آگاهی کافی داشته باشد. مشاور نباید از راهنمایی دانش آموزان و اولیای آنان غافل بماند و از طریق تشکیل جلسات راهنمایی فردی و گروهی، اطلاعات مفیدی در زمینه های تحصیلی و شغلی و خانوادگی در دسترس دانش آموزان و خانواده آنان قرار دهد و آنان را در تصمیم گیری صحیح در هر مورد کمک کند و از پیدایش مشکلات آینده پیشگیری به عمل آورد (رحمتی نژاد، ۱۳۹۷: ۵).

مشاور مدرسه علاوه بر مشاوره و مشورت، باید مجموعه فعالیت های انجام شده از طرف اشخاص گوناگون را در جهت کمک به دانش آموز و حل مشکلات او، هماهنگ سازد. ایجاد هماهنگی بین فعالیت های متعدد، از مسئولیت های مهم مشاور مدرسه محسوب می شود و برای موفقیت در کمک به دانش آموز ضرورت دارد. از این رو، مشاور مدرسه باید با افراد و منابع کمکی در

تماس دائم باشد و در صورتی که مشاور نتواند مشکل دانش آموزی را حل کند، باید او را نزد افراد آگاه و متخصص ارجاع دهد و از آنان برای کمک به مراجع، طلب یاری کند (صدرکریمی، ۱۳۹۴: ۶).

مشاور نقطه مرکزی در تامین بهداشت روانی مدرسه به شمار می‌رود. مشاور با شناسایی عوامل مخل بهداشت روانی و عوامل ارتقا دهنده بهداشت روانی سعی در ایجاد فضایی سالم در مدرسه می‌نماید. علاوه بر نقش الگودهی، مشاوره می‌تواند الگویی برای معلمان دیگر باشد با شناسایی دانش آموزان مشکل دار و کمک به رفع مشکل آنها و شناخت سایر عوامل و با استفاده از امکانات موجود به ارتقای سطح بهداشت روانی مدرسه می‌پردازد. مشاور معمولاً مورد توجه معلمان و دانش آموزان بوده و اغلب به عنوان ارائه دهنده راه‌حل‌های مفید برای اهداف آموزشی و تربیتی از او یاری جسته می‌شود. بکارگیری مشاورین فعال گام‌های اساسی در بهبود شرایط و فضای روانی مدارس هستند.

### روش شناسی

این پژوهش به لحاظ روش اجرا از نوع تحلیلی پیمایشی و با توجه به هدف از نوع پژوهش های کاربردی است. جمع‌آوری اطلاعات به روش اسنادی کتابخانه‌ای و مطالعات میدانی با ابزار پرسشنامه انجام گردیده است. جامعه آماری این پژوهش را دانش آموزان و معلمان و مسئولین مدرسه ابتدایی شهر خانمیرزا تشکیل می‌دهد که به روش تصادفی تعداد ۵۰ نفر (۴۰ دانش آموز و ۱۰ معلم) انتخاب گردیده‌اند. تجزیه و تحلیل اطلاعات و تبیین تاثیر مشاوره بر سلامت و بهداشت روانی دانش آموزان با استفاده از روش تحلیل رگرسیون انجام گردیده است.

### یافته‌ها

همانطور که آورده شد در این پژوهش تلاش است تاثیر مشاوره بر سلامت و بهداشت روانی دانش آموزان در مدرسه خانمیرزا در مقطع ابتدایی مورد بررسی قرار گیرد از این رو با استفاده از ابزار پرسشنامه به سنجش وضعیت شاخص‌های بهداشت روانی پرداخته شود و در ادامه به کمک روش های آماری نتایج بدست آمده تحلیل گردد. نمونه آماری در این پژوهش ۴۰ نفر از دانش آموزان و ۱۰ نفر از معلمان و مسئولین مدرسه هستند. پرسشنامه حاضر در دو بخش شاخص‌های سلامت و بهداشت روانی شامل اعتماد به نفس، احساس شادی و خوشحالی، توانایی برقراری ارتباط با دیگران، توانایی استفاده از امکانات وجود، علاقه به بازی و سرگرمی، توانایی انجام کارهای گروهی و ... و در بعد مشاوره و وظایف مشاوره ای شاخص‌های مدت زمان صرف شده برای دانش آموز، نحوه برقراری ارتباط با دانش آموز، مکان برقراری ارتباط، نوع لحن و بیان، آرامش معلم و انتقال آن به دانش آموز، تعامل و همکاری با والدین و ... مورد سوال و بررسی قرار گرفته‌اند.

۴۷٪ آنان دختر و الباقی پسر بوده‌اند. میانگین و انحراف میانگین سنی پدران به ترتیب ۳۸ و ۴ سال و در مادران ۳۳ و ۵٫۸ سال بوده است. ۶۵ درصد از پدران بی سواد، ۲۳ درصد دارای تحصیلات ابتدایی، ۱ درصد دارای تحصیلات راهنمایی، ۲۱٫۹ درصد دارای تحصیلات دبیرستانی و فقط ۱ درصد دارای تحصیلات دانشگاهی بوده‌اند. همچنین ۸٫۱ درصد از مادران بی سواد، ۳۶٫۶۷ درصد دارای تحصیلات ابتدایی، ۱۹ درصد دارای تحصیلات راهنمایی، ۲۴ درصد دارای تحصیلات دبیرستانی و فقط ۱۱ درصد دارای تحصیلات دانشگاهی بوده‌اند.

از نظر تحصیلی وضعیت دانش آموزان مطابق جدول ۱ می‌باشد:

## جدول ۱. مقطع تحصیلی دانش آموزان مدرسه

مقطع	اول	دوم	سوم	چهارم	پنجم	ششم
فراوانی	۶	۷	۷	۷	۶	۷

از مجموع کل دانش آموزان، ۱،۵ درصد دچار اختلالات روانپزشکی بوده‌اند که اختلال اضطراب جدایی (۴۲ درصد) بیشترین و اختلال وسواسی (۲،۳ درصد) کمترین درصد را به خود اختصاص داده‌اند.

## تحلیل اطلاعات

جهت تبیین وضعیت بهداشت و سلامت روانی دانش آموزان مقطع ابتدایی مدرسه خانمیرزا و رابطه آن با مشاوره در مدرسه از آزمون رگرسیون (گاما و از آزمون کای اسکور و وی کرامر) استفاده شده است.

جدول ۲. رابطه میان مشاوره مدارس و بهداشت و سلامت روانی دانش آموزان مقطع ابتدایی

پارامترها	Gamma	Sig	مشاوره			بهداشت روانی
			زیاد	متوسط	کم	
	۰,۹۰۱	۰,۰۰	۱۰,۴	۶۵,۳	۲۵,۳	توانایی ارتباط با دیگران
	۰,۷۷۰	۰,۰۱	۱۷,۲	۶۰,۹	۲۶,۷	احساس شادی و خوشحالی
	۰,۷۸۰	۰,۰۱	۱۵,۴	۶۱,۹	۲۳,۳	میل به بازی و سرگرمی
	۰,۹۱۲	۰,۰۰	۲۰,۳	۵۷,۳	۲۲,۴	میل به انجام کارهای گروهی
	۰,۹۲۵	۰,۰۰	۲۴,۹	۵۵,۸	۱۹,۳	اعتماد به نفس
	۰,۷۵۶	۰,۰۰	۱۷	۶۰,۱	۲۲,۹	توانایی انجام کارهای شخصی
	۰,۹۳۱	۰,۰۰	۲۶,۶	۵۵,۲	۱۸,۲	علاقه به محیط مدرسه
	۰,۹۰۵	۰,۰۰	۲۳,۷	۵۶,۸	۱۹,۵	علاقه ب درس و تحصیل

منبع: تحلیل پرسشنامه در نرم افزار SPSS

با توجه به اینکه سطح معنی داری کمتر از ۰,۰۵ (سطح معناداری  $Sig=0,00$ ) و درجه اطمینان بیش از ۰,۹۹ می‌توان نتیجه گرفت که بین کیفیت مشاوره در مدرسه و عوامل بهداشت و سلامت روانی دانش آموزان رابطه معناداری وجود دارد که با توجه به آن  $H_0$  (فرضیه خنثی)، که نشانگر عدم وجود رابطه است مورد پذیرش نیست و رد می‌شود که در نهایت فرضیه مطرح شده اثبات می‌گردد و می‌توان نتیجه گرفت که در میان دو متغیر رابطه معنادار برقرار است. ضریب گامای بدست آمده از این دو متغیر مثبت می‌باشد، این بدان معناست که با افزایش میزان یک متغیر، متغیر دیگر نیز افزایش می‌یابد، بنابراین می‌توان انتظار



داشت با افزایش کیفیت مشاوره در مدارس و ارتباط با دانش آموزان وضعیت بهداشت و سلامت روانی و شاخص‌های آن بهبود یافته و با کاهش آن متغیر وابسته نیز کاهش یابد.

### نتیجه گیری

کودکان منابع عظیم سرمایه و با ارزش‌ترین ذخایر پک جامعه هستند. هر قدر جهت حفظ سلامت و رشد مناسب منابع تلاش شود، ملت و جامعه در آینده ثروتمند تر و سعادتمند تر خواهند بود. هدف بخش بهداشت و درمان در هر جامعه‌ای، تامین سلامت برای تمامی اعضاء آن جامعه است، اما همواره برخی از گروه‌های جمعیتی مورد توجه و اهتمام ویژه‌ای قرار می‌گیرند. گروه سنی کودکان بدو ورود به مدرسه بخصوص در کشورهای در حال توسعه رقم بزرگی را تشکیل می‌دهند و به علت آسیب‌پذیری بیشتر و بالا بودن اثر بخشی مداخلات بهداشتی درمانی، این توده عظیم، توجه به بهداشت و برقراری سلامت آنها تاثیر انکارناپذیری در ارتقاء سلامت جامعه خواهد داشت.

مدارس همان گونه که در پرورش و شکوفایی استعداد دانش آموزان مهمترین نقش را ایفا می‌کنند، در برقراری آرامش روانی، نشاط، سلامت روح و جسم آنان یا برعکس، افسردگی و گوشه‌گیری آنها نیز دخیلند. معلمان باید مانند والدین کودک یا حتی مهربان‌تر از آنان باشند. مشاوره در مدرسه یکی از مهمترین اقدامات آموزشی است که می‌تواند تاثیر بسزایی در بهبود وضعیت سلامت و بهداشت روانی دانش آموزان داشته باشد.

در این پژوهش تلاش گردید تا با روش اسنادی کتابخانه‌ای و میدانی به بررسی نقش تأثیر مشوره در مدارس در ارتقای سلامت روانی دانش آموزان مورد بررسی و تحلیل قرار گیرد. در این راستا ابتدا به بررسی مفاهیم و مبانی نظری پرداخته شد و در ادامه و با استفاده از ابزار پرسشنامه وضعیت شاخص‌های سلامت روانی در مدرسه خانمیرزا با ۶ مقطع ابتدایی مورد بررسی قرار گرفت که نتایج بدست آمده نشان دهنده برخی مشکلات روانی در میان دانش آموزان بوده که نیاز به بررسی و تحقیق بیشتر را الطامی می‌نماید. نتایج حاصل از تحلیل آماری اطلاعات در این مدرسه نشان داد که مشاور تأثیر مستقیم و معنادار را بر ارتقای شاخص های سلامت روانی دارد که در این میان تأثیر آن بر متغیرهای علاقه به محیط مدرسه، اعتماد به نفس و میل به انجام فعالیت‌های گروهی بیش از سایر متغیرها بوده است.

### منابع

۱. آج آرمان، افشین بیگی، حسین جاهدی، مجتبی جعفری. ۱۳۹۴. نقش مشاور و کارکنان مدرسه در ارتقاء سطح تحصیلی دانش آموزان، کنفرانس بین المللی علوم انسانی، روانشناسی و علوم اجتماعی، موسسه مدیران ایده پردازان ایلینا
۲. دادستان پریخ، محمود منصور، ۱۳۹۵. بررسی اضطراب و افسردگی در بین معلمان مدارس، تهران، مرکز پروژه‌های دانشجویی.
۳. رحمتی نژاد روزین. ۱۳۹۷. نقش مشاوره مدرسه در پیشرفت تحصیلی دانش آموزان ابتدایی، ششمین همایش ملی مطالعات و تحقیقات نوین در حوزه علوم تربیتی، روانشناسی و مشاوره ایران، تهران
۴. شاملو سعید. ۱۳۹۱. مکاتب و نظریه ها در روانشناختی شخصیت، انتشارات رشد.



۵. صدرکریمی سیما.۱۳۹۴. مشاوره تحصیلی و تربیتی در آموزش ابتدایی، کنفرانس بین المللی رویکردهای نوین در علوم انسانی

۶. صدری فتح الله.۱۳۹۶. تاثیر مشاوره بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان و تشویق آنها به یادگیری بهتر مطالب درسی در مدارس ابتدایی شاهد شهر یاسوج، سومین کنفرانس سراسری دانش و فناوری علوم تربیتی مطالعات اجتماعی و روانشناسی ایران، تهران.

۷. Najaf M, Foladjang M.۲۰۰۷. The relationship between self-efficacy and mental health among high school students. Daneshvar Raftar. Vol.14,No.2,pp.69-82(Persian
۸. Moradi A, Taheri S.2013. A meta-analysis on the relationship between mental health and social support in Iran. Journal of Research Behavioural Science. 2013,Vol.10,No.6,pp.1-9. (Persian)

