

المشكلات النفسية والاجتماعية لطلاب وطالبات الجامعة «2»



بيئات ما قبل الجامعة: في الأسبوع الماضي تطرقنا إلى طبيعة المشكلات النفس-اجتماعية وتصنيفاتها المتعددة، وفي هذا العدد نتناول موضوع «بيئات ما قبل الجامعة وفي بيئة الجامعة».

هناك ثقافات فرعية داخل كل ثقافة، ونحن نأتي للجامعة من بيئات مختلفة ومتنوعة، فهناك البيئة القروية والريفية

والبيئة الفقيرة أو المعدمة ثقافياً، ولكل بيئة أسرية طابعها الخاص وثقافتها الخاصة، كما ويلعب ترتيب الطفل داخل الأسرة دوراً أساسياً في تشكيل معالم شخصيته في مرحلة الرشد، ثم تأتي بيئة المدرسة بثقافتها الخاصة ونوعية العاملين فيها ومؤهلاتهم ونمط الإدارة المدرسية الممتد على متصل من النمط الديمقراطي إلى النمط الدكتاتوري، ثم ثقافة مجتمع الرفاق، ثم طبيعة المنهج المدرسي ومكوناته، وطريقة الشخص وأسلوبه الخاص في الإعداد للدراسة.

بيئة الجامعة:

كما أسلفنا، فإن بيئة ما قبل الجامعة تشكل شخصية ما قبل الجامعة، وحين يأتي الطالب أو الطالبة إلى الجامعة تكون ثمة توقعات وصور ذهنية محددة عن عالم الجامعة ويجد الطلاب أنفسهم في بيئة مختلفة تماماً عما ألفوه من قبل، وهذه البيئة تتطلب تكيفاً من نوع خاص، وهذا التكيف يحتاج بالضرورة إلى اكتساب مهارات معينة لا بد من إتقانها بدءاً من اختيار وتسجيل المقررات وكل ما يتعلق بالسكن والإقامة والاعتماد على الذات في إدارة الوقت وتنظيمه ومتابعة المتطلبات الأكاديمية وتكوين جماعة الرفاق والزلاء وتحقيق التوقعات الذاتية والوالدية والاجتماعية في النجاح والتفوق.. الخ.

هذه النقلة النوعية من بيئة ما قبل الجامعة إلى بيئة الجامعة تتطلب تكيفاً خاصاً، ولعل أهم المشكلات التي تواجه هذا التكيف تتجسد في الضغوطات التالية:

مادية: كإدارة المصروف الشخصي، التضحية ببعض الحاجيات في سبيل حاجيات أخرى.

اجتماعية: التكيف مع زملاء جدد، محاولة إرضاء توقعات الوالدين والأقرباء، التكيف مع السكن الجديد، تطوير مهارات التعامل مع المحيط الاجتماعي الجديد.

أكاديمية: التعرف على متطلبات بيئة الجامعة، تغير بعض العادات الدراسية السيئة، تطور مهارات بحثية، محاولة التعرف على الأنماط المختلفة لأساليب التدريب، محاولة التكيف مع المتطلبات الأكاديمية المتراكمة، التعامل مع قلق الاختبار إن وجد.

نفسية: التعرف عن قرب على خصائص الفرد، محاولة بلورة مفهوم واقعي عن الذات، التعامل مع أحلام اليقظة، التعامل مع صراع الهوية إن وجد، التعامل مع قلق المستقبل الوظيفي. في العدد القادم سنناقش بإذن الله أهم الاستراتيجيات التي يمكن لنا تطبيقها للتعامل مع هذه المشكلات..

قسم علم النفس- كلية التربية

. إشراف اللجنة الدائمة لتعزيز الصحة النفسية بالجامعة

للتواصل مع الوحدات التي تقدم خدمات الصحة النفسية بالجامعة:

- وحدة الخدمات النفسية بقسم علم النفس بكلية التربية- هاتف: 0114674801

- مركز التوجيه والإرشاد الطلابي بعمادة شؤون الطلاب- هاتف: 0114973926

- وحدة التوجيه والإرشاد النفسي بعمادة شؤون الطلاب- هاتف: 0114673926

- الوحدة النفسية بقسم علم النفس بالمدينة الجامعية «طالبات»- هاتف: 0532291003

- قسم الطب النفسي بمستشفى الملك خالد الجامعي- هاتف: 0114672402

- مستشفى الملك عبدالعزيز الجامعي- هاتف: 0114786100