



## ارتباط سلامت روانی و شادکامی دانش آموزان کم توان ذهنی شهر جیرفت

فرشته روشن<sup>۱</sup> - ویدا اندیشمند<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی دوره دکتری روانشناسی علوم تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان

<sup>۲</sup> عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان

f.roshan6765@gmail.com.com

### چکیده

هدف این پژوهش ارتباط سلامت روانی و شادکامی دانش آموزان کم توان ذهنی شهر جیرفت بود. جامعه آماری تحقیق شامل تمامی دختران دانش آموز کم توان ذهنی شهر جیرفت میباشند (۱۲۰ نفر) که همگی به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. جهت سنجش متغیرها از پرسشنامه استاندارد ۲۸ سوالی سلامت روانی گلدبرگ و هیلر و پرسشنامه ۲۹ سوالی شادکامی استفاده شد. جهت تجزیه و تحلیل داده ها از روشهای آمار توصیفی و آزمون ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج تحلیل ها نشان داد که بین شادکامی و سلامت روانی رابطه معنی داری وجود دارد،  $(P < 0/001, r = 0/79)$  به این معنی که هر چه میزان شادکامی دانش آموزان بیشتر باشد از سلامت روانی بیشتری برخوردارند.

### واژه های کلیدی

شادکامی - سلامت روانی - دانش آموزان

### مقدمه

سلامتی چه به صورت فردی و چه به صورت جمعی، بی تردید مهمترین مسئله حیات است [۱]. در طی چندین دهه گذشته، سلامتی به عنوان یک حق بشری و هدف اجتماعی در جهان شناخته شده است، یعنی، سلامتی برای ارضاء نیازهای اساسی انسان لازم است و باید برای همه انسان ها باشد. سلامتی انسان تحت تاثیر عوامل بسیاری مانند وراثت، فعالیت بدنی، محیط زندگی، الگوها و عادت های فردی، مراقبت های پزشکی و به طور کلی شیوه زندگی و سایر زمینه های خانوادگی، فرهنگ، اقتصاد و اجتماع است از طرف دیگر در طول تاریخ، پدیده عقب ماندگی ذهنی همواره وجود داشته و به آن از دیدگاه های گوناگون نگریسته شده است. طبق تعریف انجمن عقب ماندگی ذهنی آمریکا عقب ماندگی ذهنی یا ناتوانی هوشی عبارت است از ناتوانی مشخص شده به وسیله محدودیت های معنادار در کارکرد هوشی و رفتار سازشی که در مهارت های سازشی مفهومی، اجتماعی و عملی خود را نشان می دهد. این ناتوانی قبل از سن هجده سالگی ظاهر می شود [۲]. کودکان کم توان ذهنی به علت عدم برخورداری از فرصت های آموزشی برابر و مناسب و به لحاظ محرومیت های محیطی، خانوادگی و فرهنگی دچار تأخیرهایی در ابعاد گوناگون رشد خود شده اند و اغلب از خانواده های کم سواد و پر جمعیت و فقیر یا به مدارس می گذارند [۳]. بنابراین آموزشگاه می تواند با توجه به هدف های نهضت عادی سازی، برنامه های یکپارچه

سازی آموزشی و آموزش فراگیر با اجرای برنامه تکمیلی، تا حدی نقش خانواده را در آموزش و پرورش غیررسمی و پیش از دبستان جبران کند [۴]. کودکان کم توان ذهنی، مانند دیگر کودکان، نیازهایی دارند که خانه و مدرسه باید به آنها توجه کند. اما مزید بر نیازهای عادی، آنان نیازهای ویژه هم دارند که والدین و تمام مسوولان آموزشی موظف هستند در مقام رفع آنها برآیند. مهارت ها بر اثر انجام دادن، تکرار کردن، اشتباه کردن، اصلاح شدن، تشویق شدن، تکرار کردن، احساس موفقیت کردن، احساس خود ارزشمندی کردن، اصلاح شده و عمل کردن کسب می شوند. در این راستا، احساس موفقیت و تشویق شدن، نقش بسیار مهمی را در اکتساب مهارت ها ایفا می کند. دانش آموزان کم توان ذهنی قادر نیستند به موفقیت های لازم نایل شوند و در نتیجه پایان سال تحصیلی مردود می شوند و ناموفق می گردند [۶]. برخی از دانش آموزان به دشواری راه می روند و یا دست هایشان حس ندارد. هر کدام از این دشواری ها می تواند بر فرایند یادگیری و یاددهی تأثیر منفی بگذارد و شما را و دانش آموز را با عدم موفقیت روبرو سازد. برخی از دانش آموزان کم توان ذهنی دچار محرومیت عاطفی هستند. چنین محرومیتی می تواند از شرایط خاصی، مانند مرگ یکی از والدین، طلاق، شرایط اجتماعی نامناسب و نظایر آن ناشی شود و به رشد همه جانبه کودک آسیب رساند. شایان ذکر است که به طور معمول هوش افراد در یک جامعه به طور بهنجار توزیع می شود و همان طور که گفته شد کودکان کم توان ذهنی در تمام جوامع دیده می شود و خاص جامعه ما نیست [۷]. در ایران در سال های گذشته تلاش شده است برنامه های آموزشی مناسب در مدارس و مراکز ویژه دانش آموزان اجرا شود. دانش آموزان کم توان ذهنی، مانند دیگر دانش آموزان، نیازهای آموزشی ویژه دارند و در معرض خطر و احتمال شکست تحصیلی هستند. از این رو، توصیه می شود تا جایی که امکان دارد این گونه دانش آموزان در کلاس های تلفیقی و در دبستان های عادی جایابی آموزشی شوند و تحت آموزش فراگیر قرار گیرند. کلاس های تلفیقی، کلاس هایی هستند که با تعداد کمی از دانش آموزان با نیازهای ویژه در مدرسه عادی تشکیل می شود و فرصت های بسیاری را برای یکپارچه شدن در فعالیت های عادی مدرسه فراهم می کند. به طور معمول در کلاس های تلفیقی، معلمان تلفیقی تدریس می کنند که به طور اختصاصی آموزش دیده اند [۸] و به مسایل کودکان، مانند مسایل عاطفی، تحصیلی و خانوادگی آنها آشنایی دارند. از طرف دیگر