الضغوط الاجتماعية المدرسية لدى طلاب المرحلة الثانوية ودور القيادة المدرسية في مواجهتها

إعداد

أ/ فهد الوليدي

وزارة التعليم

المملكة العربية السعودية

الضغوط الاجتماعية المدرسية لدى طلاب المرحلة الثانوية ودور القيادة المدرسية في مواجهتها

إعداد

أ/ فهد الوليدي

وزارة التعليم

المملكة العربية السعودية

ملخص

هدف هذه الدراسة إلى الكشف عن واقع الضغوط الاجتماعية لدى تلاميذ التعليم العام، وهي دراسة تمت باستخدام المنهج الوصفي المسحي، وكانت عينة الدراسة ٢٥٠ طالب من المرحلة الثانوية، حيث تم الكشف في هذه الدراسة عن مصادر الضغوط الاجتماعية المدرسية والتي تتمثل في العناصر التالية: أعلاها العلاقات الاجتماعية، يليه البيئة المدرسية، ثم المناهج المدرسية، يليها الاختبارات المدرسية وفي الأخير تم اقتراح مجموعة من الأساليب الإرشادية والأدوار القيادية من قبل الدراسة ليتم أخذها بعين الاعتبار في معالجة هذه الضغوط والتكيف معها وأوصت الدراسة بما يلي: العمل على خفض مستوى الضغوط الاجتماعية المدرسية، والتي يتعرض لها طلاب الرحلة الثانوية من خلال تفعيل وتطوير برامج الإرشاد والتوجيه النفسي والأكاديمي، وتدريب المعلمين والطلاب على مواجهة هذه الضغوط.

الكلمات المفتاحية: الضغوط، الاجتماعية، القيادة، المدرسية.

Abstract

This study aims to uncover the reality of social pressures among students in general education. This study was carried out using the descriptive method. The study sample consisted of 250 students from the secondary stage. The study revealed the sources of the social pressures of school which are the following elements: Followed by school environment, school curricula, followed by school tests . Finally, a set of guiding methods and leadership roles were proposed by the study to be taken into consideration in dealing with these pressures and adapting them. The study recommended the following: To reduce the level of social pressures of the school, which is exposed to secondary students through activating and developing psychological counseling and academic programs , And train teachers and students to cope with these pressures.

مقدمة:

لقد شهدت السنوات العشر الماضية تغيرات هامة في مجال التربية والتعليم، وبدأت كتب مستوى التحصيل والانجاز المدرسي تضيف فصولا حول الضغوط الاجتماعية التي يتعرض لها الطالب في المدرسة، وبالرغم من ذلك لا تزال الدارسات المتعمقة بهذا الموضوع قليله، إذا ما قورنت بالموضوعات التربوية الأخرى، وتكمن أهمية طرح موضوع الضغوط الاجتماعية وأثرها في حياة الطالب في عدة أسباب أولها التوصل إلى رؤية جديدة وتبصر أعمق في حياة الطالب وثانيها المساهمة في تعميق الصلة بين المدرسة والطالب، علاوة على أن ذلك يساعد في وضع أهداف واقعية وقابلة للتحقيق لطلبتنا في المستقبل.

إن غرض التربية الأساسي الذي نسعى للوصول إليه وتحقيقه هو خلق وتطوير بعض القدرات الطبيعية والعقلية والروحية عند الطفل، حسب شروطه الخاصة التي تتلاءم مع قدراته وما يريد لنفسه، وشروط المجتمع والمحيط الذي يعيش فيه.

لذا يجب على كل من يتفاعل مع الطالب أن يفهمه فهماً جيداً، حتى يستطيع الوصول إلى إمكانية تعليمه بالطريقة التي تناسبه وتتفق مع قدراته ورغباته، ومن خلالها يستطيع غرس الروح الاجتماعية لديه، وفي المقابل يجب أن نبتعد عن استعمال أساليب الضغط قدر الإمكان، وأن نعمل كل ما في وسعنا في تنمية وتطوير مواهبه بالطرق الملائمة، حتى يستطيع الحصول على مستوى تعليمي جيد (الطشاني، ١٩٩٨).

ويجب أن لا ننسى أن هناك حاجات فطرية توجد لدى الطلاب، تلح وتضغط عليهم بالقيام بتقليد عالم الكبار بكل ما يحدث فيه من أحداث تترك أثراً خاصاً على الكبار والصغار، وهناك نسبة لا بأس بها من الطلبة الذين يعيشون في أجواء لا يشعرون فيها بالطمأنينة، مما يؤدي إلى إصابتهم بالأمراض الجسدية والاجتماعية المختلفة، الأمر الذي يؤدي إلى تعثرهم في مراحل نموهم المتعددة. (نصر الله، ٢٠٠٤).

ويعتبر المعلمون في المدرسة العمود الفقري الذي تقوم عليه العملية التعليمية برمتها وأي خلل فيه يؤثر بصورة مباشرة على سير هذه العملية وتقدمها بالشكل الصحيح والمجدي لمجهود

الطلاب على اختلاف مراحل تعلمهم، لأن كل معلم يعمل على تطوير جانب معين أو مهارات معينة لدى الطلاب ويأتي الآخر ويعمل على تطوير جوانب ومهارات أخرى، أو يستمر في العمل التربوي والتعليمي والتحصيل مع نفس الطالب أو الطلاب. والعلاقات المتبادلة بين المعلمين والتي تربط بينهم وبين الطلاب تبدأ من بداية السنة حيث يقوم كل معلم بتحضير الملفات الخاصة بطلابه والتقارير التي تخصهم إن مثل هذا العمل يعطي المعلمين الفرصة ليكونوا فريقاً واحداً يعمل بصورة مشتركة في تخطيط التدريس والتعليم والقيام بالاتصال مع بعضهم البعض ومع الطلاب والعاملين الآخرين، ومن الممكن أن يحدث عكس ذلك تماماً، بحيث لا توجد علاقة عمل بين المعلمين ولا يوجد الاستعداد لديهم لمثل ذلك، بسبب المطامع الشخصية أو عدم الرغبة في العمل أو عدم المعرفة والمقدرة على العمل، ومعنى ذلك أن المتضرر الأول والأخير هم الطلاب الذين يكونون ضحية لمثل هذه العلاقات، مما يؤثر على مستوى تحصيلهم الدراسي بصورة مباشرة ويجعل تحصيلهم متدنياً جداً وهذا بحد ذاته يكون له أثر سلبي على مستقبلهم وحياتهم الاجتماعية. (عبد الرحمن، ١٩٩٦).

ولكي تصل المدرسة إلى وضع قائم على التفاهم مع الأسرة وحب تعاون المعلم والمدير وجميع الطاقم الذي يعمل فيها حتى يكون هناك انسجام وتفاهم في عمل البيت والمدرسة اليومي من خلال قيام كل جانب بواجبه مع الاستمرار في المحافظة على العلاقة والاتصال بينهم. وعليه فإن المدرسة تقوم بالتربية الصالحة والتعليم الصحيح، وتربي عقل الطالب وتقوم بنفس الوقت بالاهتمام بجسم الطالب وصحته من خلال التربية البدنية وذلك حتى يتزود بالفضائل وأفضل العادات وأحسنها وحتى يكون بالإمكان تحقيق التعاون بين الأسرة والمدرسة لابد للأهل أن يطلعوا على حقيقة عمل المعلم ويؤمنوا به، يتبعوه ويساعدوه وإذا تم هذا التعاون والتفاهم تمكنوا من إتمام ومتابعة دروسهم والواجبات التي تفرض عليهم ولكي يتحقق هذا التعاون على أفضل وأكمل وجه يجب أن تكون هناك اتصالات دائمة ومستمرة بين الأهل والمدرسة واتصال بين المدرسة والأهالي، أي يجب أن يكون الاتصال في مثل هذه الحالة من نوع الاتصال الذي يسير في اتجاهين ويكون إيجابي (عريفج، ٢٠٠٠؛ فايد، ١٩٧٥؛ نصر الله، ١٩٩٦).

مشكلة الدراسة وتساؤلاتها:

يتعرض طلبة المدارس الثانوية إلى ضغوط أكاديمية ونفسية واجتماعية داخل البيئة المدرسية، تؤثر سلباً على بناءهم النفسي وبالتالي شخصياتهم وإنجازاتهم العلمية ، فالمدرسة ليست مكاناً يجتمع فيه الطلبة للتحصيل الدراسي فقط، بل هي مجتمع صغير يتفاعلون فيه "يتأثرون ويؤثرون" حيث يتم اتصال بعضهم بالبعض الآخر، ويشعرون بانتماء بعضهم إلى البعض، ويهتمون بأهداف مشتركة لمدرستهم، كل ذلك يؤدي إلى خلق الروح المدرسية عندهم، والجو المناسب لنموهم الفردي والاجتماعي.

كما أن المدرسة ليست مجتمعاً مغلقاً يتفاعل الطلبة داخله بمعزل عن المجتمع الذي أنشأ هذه المدرسة، بل هي تعمل على تقوية ارتباط الطلبة بمجتمعهم وبيئتهم، وتنمية الشعور بالمسؤولية تجاه هذا المجتمع وتلك البيئة (السدحان، ٢٠٠٤).

إن فشل الأركان الأساسية في العملية التعليمية سينشأ عنه الإنهاك الاجتماعي والجسدي وهو ما يعرف بالضغط الاجتماعي التي ينتج عن الشدائد وعن أحداث الحياة اليومية التي يقيمها الطالب بأنها تتجاوز قدراته ومصادره (ناصر ،١٩٩٥).

وهذا ما استدعى إجراء هذه الدراسة للكشف عن درجة الضغوط الاجتماعية عند تلاميذ المرحلة الثانوية وعليه فإن الدراسة الحالية في إطار المنهج الوصفي تسعى إلى الإجابة عن التساؤل الرئيس التالي:

ما درجة الضغوط الاجتماعية المدرسية عند تلاميذ المرحلة الثانوية؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على الضغوط الاجتماعية المدرسية. كما تهدف الدراسة الحالية إلى:

- تحديد أهم الضغوط الاجتماعية المدرسية عند تلاميذ المرحلة الثانوية.

أهمية الدراسة:

تبرز أهمية هذه الدراسة في:

١- أنها من الدراسات القليلة حسب علم الباحث التي أجريت على طلاب المرحلة الثانوية في المملكة العربية السعودية، لتكشف عن درجة الضغوط الاجتماعية المدرسية، وهذا يمكن الباحثين من تكوين نظرة واضحة حول الضغوط الاجتماعية المدرسية للوقاية منها وعلاجها.

٢- أن نتائجها وتوصياتها ستكون عوناً لقادة المدارس وللمرشدين والمدرسين والمسئولين التربويين في وضع برامج إرشادية وعمل ندوات ولقاءات تساعد الطلبة على تنمية مهارات التكيف مع الضغوط الاجتماعية المدرسية.

٣- أنها ستفتح المجال لمزيد من الدراسات المستقبلية التي تغطي أبعاد هذه المشكلة مما يسهل وضع خريطة سليمة لأساليب التعامل مع الضغوط.

مصطلحات الدراسة:

الضغوط الاجتماعية المدرسية:

هي الضغوط التي تنبع من علاقات الشخص مع الآخرين ومن البيئة الاجتماعية المدرسية بشكل عام.

قائد المدرسة:

هو مدير المدرسة والمشرف المقيم وهو القائم الأول على تنفيذ السياسة التعليمية داخل مدرسته.

الإطار النظري:

عوامل الضغوط الاجتماعية المدرسية:

١- الطالب:

فقدرات الطالب وصفاته الشخصية الخاصة، كالحالة الصحية، والجنس، والسن، ومستوى التعليم، والسمات المزاجية، والعادات الشخصية، ومستوى طموحه، وعوامل التنشئة الاجتماعية والخبرات التي يمر بها من خلال انتمائه إلى جماعات متعددة، كلّها عوامل تهدف إلى إيجاد التوافق بين حاجاته النفسية، وإلى إيجاد نوع من السلوك يحقق رغبات الأفراد ويرضى عنه الآخرون (الصالح، ١٩٩٧)، كما أنّ حضوره المنتظم في المدرسة، وقدرته على التواصل الإيجابي مع المدرسين، وتحصيله الدراسي الجيد، وحبه للمدرسة، وطموحاته المستقبلية، وثقته بنفسه، والمشاركة في النشاطات المدرسية، وعدم وجود مشكلات أسرية مدرسية، كل ذلك يؤدي إلى تكيّف مدرسي سليم له وبالتالي صحة نفسية.

أما الطلبة الذين لم يتمتعوا بقدر وافٍ من المعاملة الحسنة من قبل الوالدين، والذين يتعرضون للنقد المستمر من مدرسيهم، ويتعرضون لإحباطات متكررة، كل ذلك يؤدي إلى سوء للتكيّف المدرسي لديه وبالتالي تؤدي إلى ضغوط نفسية.

٢- علاقة الطالب بالزملاء أو جماعة الأقران:

تبدأ عملية تحوّل الطالب من علاقاته الاجتماعية الأسرية إلى العلاقات الاجتماعية الخارجية والارتباط بالقرناء في فترة مبكرة من حياته يتحرر فيها من قيود الأسرة، إلاّ أنّ هذا التحوّل يأخذ شكلاً فعلياً عندما يصبح الطالب في المرحلة الثانوية. ويبدأ هذا التحوّل بالتطور مع مرور الزمن، حيث يكون أفراد البيئة المدرسية أكبر عدداً من أعضاء الأسرة مما يستدعي بذل الكثير من الجهد من قبل الطالب نتيجة المنافسة وبغية تحقيق التكيّف مع أكبر عدد من الزملاء، وإثبات الجدارة في تحقيق المكانة الاجتماعية (العنزي، ٢٠٠٤).

ويلعب الزملاء دوراً مهماً في الإنجاز المدرسي خلال فترة المراهقة وهي فترة الدراسة الثانوية، ونراهم يميلون إلى اختيار أصدقائهم من البيئة الاجتماعية نفسها حيث التقاليد والقيم الاجتماعية المشتركة. لذلك نرى أنّ مجموعات صغيرة تتآلف داخل الصف، ولكل مجموعة قيمها وتصرفاتها الخاصة بما يتعلق بالإنجاز المدرسي، فمنها ما يعطي أهمية بالغة للدرجات المرتفعة، حيث يتنافس الزملاء بشكل غير مباشر على التفوق، ومن المجموعات من لا يهتم كثيراً لهذه الناحية، بل بالناحية الاجتماعية (نصر الله، ٢٠٠٤).

وتعتبر علاقة الطالب بزملائه من العلاقات الهامة في المحيط المدرسي، وقد يكون لجماعة الرفاق تأثير في سلوك الطالب أكثر من تأثير الأسرة والمدرسين والمربين وسواهم، ذلك أن الطالب حين ينضم إلى هذه الجماعات فإنه يشترك مع أعضائها في الاهتمامات والأفكار، وتشبع رغبات معينة لديه، وتحقق له مصالح معينة، كما أن الجماعة مجال رحب للصداقة والزمالة يشعر فيها الطلبة بكيانه وأهميته ووضعه الاجتماعي، فهو يتعاطف مع الآخرين ويتعاطف الآخرون معه، كما يجد فيها من يقدم له النصح والإرشاد ويوجهه لتفادي أخطائه، كما أن الجماعة مصدر للمعلومات

التي يريد أن يعرفها. والجماعة بالإضافة إلى ما سبق تشبع رغبة الطالب في المنافسة أو التعاون وتعطيه الفرصة ليثبت قدراته ويشغل طاقاته ويحصل على احترام الآخرين (العنزي، ٢٠٠٤).

إن الصراع الناتج بين أفراد الجماعة والخوف من عدم النجاح في الانخراط في تلك الحياة الاجتماعية قد يعمل على كثيراً من التوتر والقلق والصراع الذي بدورة يؤدي إلى الضغط النفسي.

٣- البيئـــة المـدرسـة ونظـامهـا الـتربـوي:

تواجه المؤسسات التربوية ومنها المدرسة اليوم تحديات عديدة أفرزتها متغيرات متعددة في عالم سريع التغير، وفي الحقيقة فإن دور المدرسة ووظيفتها في التغيير السليم ليس هو في حد ذاته ما يقصد به التغيير الحاصل في المناهج وأساليب التعلم ومؤهلات العاملين والمبنى المدرسي الجديد بقدر ما يكون العمل على إكساب العادات والقيم الفكرية والاجتماعية، ومدى التغيير الذي تنجح في تحقيقه في سلوك الأفراد ومعلوماتهم الثقافية والاجتماعية والعلمية والأخلاقية بما يساعدهم على التكيف الصحيح وتفاعلهم معه بل ويساعدهم على التقدم في هذا المجتمع (نصر الله، ٢٠٠٤).

وليست المدرسة مكاناً يتجمع فيه الطلبة للتحصيل الدراسي فقط، بل هي مجتمع صغير يتفاعلون فيه "يتأثرون ويؤثرون" حيث يتم اتصال بعضهم بالبعض الآخر، ويشعرون بانتماء بعضهم إلى البعض، ويهتمون بأهداف مشتركة لمدرستهم، كل ذلك يؤدي إلى خلق الروح المدرسية عندهم، والجو المناسب لنموهم الفردي والاجتماعي.

كما أن المدرسة ليست مجتمعاً مغلقاً يتفاعل الطلبة داخله بمعزل عن المجتمع الذي أنشأ هذه المدرسة، بل هي تعمل على تقوية ارتباط الطلبة بمجتمعهم وبيئتهم، وتنمية الشعور بالمسؤولية تجاه هذا المجتمع وتلك البيئة (السدحان، ٢٠٠٤).

كما تعتبر المدرسة المؤسسة التربوية التي يقضي فيها الطلبة معظم أوقاتهم. وهي التي تزودهم بالخبرات المتنوعة، و تهيئهم للدراسة والعمل، و تُعدّهم لاكتساب مهارات أساسية في ميادين مختلفة من الحياة. وهي توفر الظروف المناسبة لنموهم جسمياً وعقلياً واجتماعياً. وهكذا فالمدرسة تساهم في النمو النفسي للطلبة وتنشئتهم الاجتماعية والانتقال بهم من الاعتماد على الغير إلى الاستقلال وتحقيق الذات.

إلا أنّ في كثير من الحالات نرى أن المدرسة تنظر إلى الطلبة كما لو كانوا مجموعة متجانسة لا تمايز فيها ولا تفرّد. وبذلك فهي تغفل سماتهم العقلية والنفسية والاجتماعية ولا تراعي الفروق في استعداداتهم و قدراتهم وميولهم واتجاهاتهم ورغباتهم وطموحاتهم. فالطالب المثالي النموذجي هو الذي يبدي اهتماماً بالدراسة واحتراماً لقوانين المدرسة وأنظمتها والعاملين فيها.

وتظهر أحيانا بوادر الانحراف لدى بعض الطلاب في المدرسة، ومن المتوقع أن تقوم المدرسة ببعض المهام لمعالجة بوادر الانحراف هذه ، وقد لا تتمكن المدرسة من القيام بهذه المهام في هذه الحالة لوجود نقص في الإمكانيات والقدرات اللازمة لكشف بوادر الانحراف والقيام بما ينبغي للحيلولة دون التردي في مهاوي الانحراف عند بعض الطلاب وتهديد زملاءهم الآخرين، وهذا العدوان والانحراف ينعكس سلبيا على الطلاب بأشكال مختلفة أبرزها المعانات من الضغوط النفسية (الديب، ٢٠٠٠) .

كما يعزى الضغط النفسي المدرسي إلى نقص الإمكانيات المادية والنقص في أعداد المعلمين والنقص في العناية الفردية بالطلاب حيث لا تقدم الخدمات الإرشادية اللازمة، والازدحام في الفصول الدراسية وفي مرافق المدرسة المختلفة مما يولد لدى الطلاب نوعا من التوتر والضيق والاضطرابات وكل ذلك يؤدي إلى الضغوط الاجتماعية .

وفي حال أن المدرسة لم تفهم حاجات الطالب ومشكلاته الدراسية والمدرسية. ولا تتهيأ لمواجهة متطلبات نموه العقلي والمعرفي والاجتماعي. بل تقف في وجهه وتتهمه بالكسل. ومن ثم يظهر الطالب سلوكات لا تتناسب مع المعايير الاجتماعية السائدة. وتأخذ هذه السلوكات أشكالاً مختلفة تظهر في الصف، كالعدوان والسخرية واللهو والتمرد واللامبالاة أو الانطواء والعزلة والتوترات الانفعالية وعدم الرغبة في المدرسة والهروب منها. وكل ذلك يزيد من قلق الطالب واضطرابه وينعكس سلباً على تحصيله الدراسي (الزعبي، ٢٠٠١).

ويؤكّد روث (Roth) قائلاً: "ينبغي على المدرسة أن تكون المكان الذي يتم فيه تطوير المواهب وتحفيزها، وانّ علاقة المواهب بالتعليم أكثر أهمية من ارتباطها بالنضج وبالوسط المحيط، وهذا ما يجعل طرائق التعليم تضطّلع بدور جديد يتصف بالدلالة والنموذجية (الشبلي، ٢٠٠٠).

إن للمدرسة مهمة أساسية في تسليح الأبناء بسلاح العلم والمعرفة والأفكار الصحيحة. إذ تعتبر المدرسة المؤسسة الثانية بعد البيت، والمكملة لمسيرة الأسرة والمتعاونة معها لتحقيق النمو والتربية للفرد من جميع النواحي لكي يصبح عضواً نافعاً في المجتمع .

لقد تغير دور المدرسة في عملية التربية والتعليم بتغير النظرة إلى العملية التربوية وأهدافها، فأصبح الطالب محورها، تهتم بحاجاته، وتعمل على توافقه مع ذاته ومع مجتمعه، ولا تهمل المادة التعليمية لكنها لا تنظر إليها على أنها غاية، بل وسيلة ليصبح المتعلم أكثر نضجاً ونمواً، وأكثر استقرارا من الناحية وبالتالي أكثر قدرة على التفكير الصحيح، واتخاذ القرارات وحل المشكلات.

لذا فالتربية الحديثة تهتم بكل جوانب الطلبة العقلية، والصحية، والخلقية، وتعمل على تنميتها بطريقة متوازنة، وتهتم بنشاط المتعلم في تحصيل المعلومة كما تهتم بتطبيقها، وأخيراً تهتم التربية الحديثة بالفرد لا على أنه كيان منعزل قائم بذاته، بل على أنه فرد في جماعة له حقوق وعليه واجبات. ولم يعد دور المدرسة في الحاضر مقصوراً على تزويد المتعلم بالمعارف والمعلومات في شتى ميادين العلم والمعرفة، بل أصبحت المدرسة تضطلع بدور مهم في تقويم وتهذيب سلوك الطلبة. وتقديم الخدمات التربوية المساعدة على تحقيق أهداف العملية التربوية السلوكية منها والمعرفية الهادفة إلى بناء شخصية الطالب، وتحقيق مبادئ التوازن النفسي والاجتماعي لديه.

٤- علاقة الطالب بمعلميه:

إن العلاقة بين الطالب والمدرسين من العلاقات الهامة، ومن خلال هذه العلاقة تنجح أو تفشل العملية التعليمية، كما تلعب هذه العلاقة دوراً رئيسياً في حل كثير من المشكلات التعليمية والنفسية والاجتماعية، ذلك أن طلبة المرحلة الثانوية، بحكم سنهم، يمرون بكثير من المشكلات الناتجة عن خصائص المرحلة التي يمرون بها، فضلاً عما تضعه الدراسة نفسها من ضغوط على الطلبة وما تمارسه الأسرة من ضغوط بشأن توقعاتها منه (حمدان، ٢٠٠٣).

ويمثل المعلم دوراً أساسياً في عملية التعليم، ويشترط أن يكون متمكناً من تخصصه، ويملك الأساليب والتقنيات التي تمكنه من إنجاح عملية التعلم، وأن تكون للخبرة المباشرة عنده مكانة في عملية التعلم التي ينبغي أن يراعي فيها استعمال العرض المنطقي والسيكولوجي كشرط ضروري لتعلم الطلبة (القضاة، ٢٠٠٤).

ويرى (صالح، ١٩٩٧) أنّ "العديد من البحوث ركّزت على أهمية العلاقة بين الطالب والمدرس، فقد ذكر معظم الطلبة أن أهم الصفات التي يحبون أن يتصف بها المدرس هي أن يقوم تجاههم بدور المرشد والأب والإنسان والمعلم، وأن يظهر في علاقته مع الطلبة الود والصداقة والتعاطف، ويهتم بمستقبلهم وحل مشكلاتهم ويشاركهم أنشطتهم".

٥- النشـــاط المـــدرســـي:

النشاط المدرسي جانب تربوي هام يعد جزءاً متمماً للعملية التعليمية، وهو ذلك البرنامج التعليمي الذي يقبل عليه الطلبة برغبتهم بحيث يحقق أهدافاً تربوية معينة داخل الصف أو خارجه، وأثناء اليوم الدراسي أو بعد الانتهاء من الدراسة على أن يؤدي ذلك إلى نمو خبرة الطالب وتنمية هواياته وقدراته في الاتجاهات التربوية والاجتماعية المرغوبة. ويشتمل النشاط المدرسي على مجالات متعددة ذات علاقة بالمادة الدراسية والحياة العامة للطلبة (السدحان، ٢٠٠٤).

ويعد النشاط المدرسي من المفاهيم الحديثة الاستخدام في التربية، وبرز هذا المفهوم نتيجة التحولات التي طرأت على مفهوم التعلم الإنساني، وذلك من مجرد تركيزه على المادة الدراسية وتنظيماتها، إلى انتقال هذا التركيز صوب التنمية المتكاملة لشخصيات الطلبة، ومن الاقتصار على الجوانب الأكاديمية والنظرية إلى الاهتمام أيضاً بالجوانب العملية والتطبيقية، ومن إتباع الأساليب التلقينية، إلى إتباع أساليب مغايرة تقوم على مشاركة المتعلمين في عملية التعلم. وفي هذا الإطار عرّف "النشاط المدرسي" على أنّه تلك البرامج والأنشطة (الثقافية والاجتماعية والفنية والرياضية) التي تُقدّم للطلبة في إطار المنهج المدرسي، وتستثير دافعيتهم نحو التفكير والعمل والسلوك، وتستهدف تعديل سلوكهم، ونمو شخصياتهم، إذ لا يُعتبر الطلبة مجرد متلقّين ومستقبلين فقط لما يُقدّم لهم من مواد الدراسة، وإنما شخصيات إيجابية فاعلة، لها دور نشط في عملية التعلم (السدحان ، ٢٠٠٤).

وقد يُقدَّم النشاط المدرسي في داخل الصف أو المدرسة، ويطلق عليه (النشاط الصفي)، ويكون أكثر التصاقاً بموضوعات الدراسة، وقد يكون خارج نطاق المدرسة في شكل رحلات أو مسابقات رياضية ومعسكرات، أو زيارات للبيئة الخارجية ويطلق عليه (النشاط اللاصفي)، وتخططه

المدرسة وفقاً لاهتمامات الطلبة ومستوى نضجهم العقلي والعاطفي، ومن ثمّ فالنشاط المدرسي يختلف في محتواه وأسلوب تنظيمه تبعاً للمراحل العمرية والدراسية المختلفة. إذاً فالنشاط المدرسي هو كل ما يؤديه المتعلم داخل المدرسة أو خارجها قبل الحصة أو في أثنائها أو بعدها، بتوجيه من المدرسة (القضاة، ٢٠٠٤).ويُعد النشاط المدرسي ظاهرة اجتماعية تؤثر وتتأثر بغيرها، فممارسته بشكل إيجابي له مردود ملحوظ على الفرد من النواحي الاجتماعية والبدنية والنفسية بالإضافة إلى تحقيق الرضا الذاتي. كما أنّ استثمار وقت الفراغ يؤثر في العملية التربوية بأكملها، والطلبة الذين يشاركون في الأنشطة المدرسية، سواءً داخل أم خارج المدرسة، غالباً ما يتسمون بروح قيادية وثبات انفعالي وتفاعل اجتماعي، ولديهم القدرة على المثابرة عند القيام بأعمالهم، كما أنّ المناشط الطلابية تُعد من أهم الوسائل التي يمكن استخدامها لتدعيم الحياة السوية للطالب اجتماعيا ونفسيا ولترفع من إنتاجهم وتحصيلهم الدراسي (السدحان، ٢٠٠٤).

٦- المنهـــــاج:

شهد الآونة الأخيرة تطوراً كبيراً في المفهوم التقليدي للمنهاج تبعاً لتنظيمه وطرائق التدريس وأساليبها، وجاء هذا التطور نتيجة للدراسات المنظمة في شتى الميادين، وفي مقدمتها علم نفس النمو وسيكولوجية التعلم والقدرات وعلم الاجتماع التربوي، لتؤكد عملية الفهم والتفكير والربط والاستنتاج في العملية التعليمية. وقد ترتب على ذلك تجرد المنهاج المدرسي من كثير من المواد التعليمية غير الوظيفية للتعلم. وتوالت نتائج البحوث لتؤكد أن التعلم عملية كلية وليست جزئية، كما أشارت إلى أهمية الدوافع في زيادة فاعلية التعلم (الحيلة، ٢٠٠٠).

يشير بعض الباحثين إلى وجود عدة مبادئ عامة يستند إليها المنهاج الحديث ومن أهمها: أن يقوم المنهاج على أساس فلسفة للتربية، وأن يكون واسعاً وشاملاً، وأن يتسع للفروق الفردية بين الطلبة وأن يعنى بتشجيع الموهوب، وأن يهيئ الفرصة للخبرات التعليمية، ليعزز بعضها بعضاً، ليتحقق نمو الخبرات واستمرارها، وأن يضع في الحسبان تركيب المواد الدراسية وبناءها، وأن يزود المعلم بوسيلة تمكنه من معرفة دوره في النظام الكلي، وأن يضع في الحسبان شروط التعلم، وأنماط

السلوك المراد تنميتها، وأن يكون متركزاً حول الحياة، وضرورة التقويم والمراجعة المستمرة (آل ناجي، ٢٠٠٢).

لذلك يجب فعملية بناء المنهاج الفعال أساسها عملية اجتماعية نفسية، تُعنى بالفرد، وتعكس ما في المجتمع من قيم ومثل وعادات وتقاليد وأنماط سلوك، وهي كذلك أداة المجتمع في صنع المستقبل واللحاق بالركب المعاصر من خلال إعداد الفرد وتكوين شخصيته تكويناً سوياً، والمنهاج هو: أداة التربية في تحقيق أهدافها، والوسيلة التي عن طريقها يحقق المجتمع أهدافه وطموحاته، والبيئة التي يصنع الأفراد ضمن إطارها بصورة سوية بحيث تتكامل شخصياتهم، ومن هذا المنطلق تأتي أهمية العناية بالمنهاج وبالأخص الأسس النفسية التي يقوم عليها (القضاة، ٢٠٠٤).

٨- الاختبارات:

تلعب الامتحانات دوراً رئيسياً في تقييم الطلبة إذ لابد من وجود نوع من الاختبار لمعرفة مدى استفادة المتعلمين ومدى صلاحية أساليب التعليم. وقد اكتسبت الامتحانات أهمية كبرى فصارت هي هدف الطالب والوالد وجميع أفراد الهيئة المشرفة على التعليم وأخذت هذه الهيئات تعمل على معالجتها.

إن استخدام الامتحانات في عملية التقويم يجب أن يكون سلاحاً إيجابياً في التعرف على نواحي القوة والضعف أي في قضايا التشخيص. فالهدف من الامتحانات يجب ألا يقتصر على مجرد إعطاء درجة أو علامة بل يجب أن تكون الغاية منه التعليم، ومن هنا يجب أن يؤهل المعلمون تأهيلاً تربوياً وأكاديمياً، وأن تكون لديهم معرفة بالقياس التربوي إذا رغبوا أن يكون أداؤهم وإنتاجهم جيداً وإذا أرادوا أن يبعثوا الصحة النفسية في نفوس طلبتهم (القضاه، ٢٠٠٧).

إن للامتحانات المدرسية أهمية خاصة بالنسبة لجو الصحة النفسية في المدرسة فبما أنها الجزء الأساسي من البرنامج التربوي، فإنّ اتجاهات المدرس والطلبة نحوها تحتل أهمية بالغة بالنسبة للصحة النفسية، إذ لا ينبغي أن يعطي المدرس انطباعاً عن الامتحانات أنها شيء يبعث على الخوف والرهبة، بل على العكس ينبغي أن تكون هناك وسائل لمساعدة الطلبة والمدرسين على الكشف عن الحد الذي حققه الطلبة في اكتساب المعارف والمهارات (علوش،٢٠٠٣).

وإن الدراسة مع ما تكتسبه من أهمية في حضارتنا تمثل أرضية لظهور بعض الاضطرابات النفسية لدى الطلبة، وتمثل فترة اجتياز الامتحانات المدرسية ظرفاً صعباً بالنسبة لأغلب الطلبة وبالتالي فهي ظرف مناسب لحدوث توترات نفسية تتراوح درجتها من القلق الظرفي الخفيف إلى القلق الحاد. ولئن كانت هذه الاضطرابات مختلفة ومتعددة ومتداخلة، فإنها ترتبط ارتباطاً وثيقاً بشخصية الطالب وبموقف الوالدين، ذلك الموقف الذي يلعب دوراً هاماً في تطورها.

مظاهر الضغوط الاجتماعية المدرسية:

من أهم مظاهر الضغوط الاجتماعية التي يتعرض لها الطالب في المدرسة:

١- القلق:

وهو حالة توتر شامل ومستمر نتيجة تهديد خطر فعلي أو متخيل الحدوث، ويصاحبها خوف غامض وأعراض نفسية بدنية. (دبابنة، محفوظ، ١٩٨٤).

إن حالة القلق الاجتماعي ظاهرة شائعة عند الطلبة وتتضمن أعراضاً مختلفة منها: التهيج، والبكاء، والصراخ، وسرعة الحركة، والتفكير الوسواسي، والأرق، والأحلام المرعبة، وفقدان الشهية، والتعرق، والغثيان، وصعوبات التنفس، والتقلصات اللإرادية. (شيفر، ميلمان، ١٩٩٦).

ولعل أبرز مثال يوضح ما يعانيه الطفل من قلق، هو ما ينتاب بعض الأطفال من مشاعر قبل الامتحانات أو عند الذهاب في رحلة مدرسية بعيداً عن الوالدين أو عند مرض الأم أو ولادتها، إذ ينتابهم الخوف الشديد من خطر محدق لا مبرر له، ولا يتلاءم مع حجم أو مستوى الحدث. وغالباً ما يرافق حالة القلق الاجتماعي هذه أعراض بدنية واضطراب في الوظائف الحيوية (العظماوي، ١٩٨٨).

ومن أسباب القلق:

فقدان الشعور بالأمن:

فالقلق المزمن هو نتيجة لانعدام الشعور بالأمن والشكوك حول الذات، ويمكن أن يتم إسقاط الشعور بالقلق على أي شيء وربطه به.

ومن اهم العوامل التي يمكن أن تسهم في فقدان الشعور بالأمن:

- النقد الزائد للطفل من قبل الراشدين والرفاق مما يؤدي إلى توتره وفقدان ثقته بذاته.

- عدم ثبات الآباء والمدرسين في مواقفهم وتعاملهم تجاه الطفل.
- توقع الراشدين للكمال الزائد من الطفل.
- إهمال الراشدين للطفل.

٢- أحـــلام اليقظـــة:

ويمكن تعريف أحلام اليقظة على أنها: انغماس الشخص بالأحلام في وقت غير مناسب على نحو يتضمن عدم القدرة على التركيز. (شيفر، ميلمان، ١٩٩٦).

إن أحلام اليقظة تمكّن الطالب التخفف من معاناة الانفعالات السلبية.والتطرق إلى الاهتمامات التي قد يعجز عن مجرد الإشارة إليها في حياته الواقعية، فتظهر في تخيلاته نزوات عدوانية كانت عرضة لكبت مطلق يمنعها من الانطلاق.

فقد يحس الفرد مثلاً بتعنت معلمه فيكرهه ويتمنى موته بيده، إلا أنّ أعراف المجتمع وقيمه تعترض النزوات المدمرة، وتكبت فكرة الانتقام التي لا تموت بل تبقى تتأجج في الداخل بحثاً عن مخرج، ويأتي المخرج بأحلام اليقظة فقد يتصور الطالب المعلم مهشماً في حادث سيارة او مطروداً من عمله في المدرسة.

٣- الهـــرب من المدرســـة:

من المشكلات الأخرى التي تلاحظ عند الطلبة نتيجة الضغوط الاجتماعية هي ميل البعض منهم إلى الهرب من المدرسة فلماذا يهرب الطالب من المدرسة وكيف يمكن الحد من ذلك؟ يعرف الهرب من المدرسة بأنه الحالة التي يتعمد فيها الفرد الذي يتراوح عمره بين ٦ و ١٧ سنة التغيب عن المدرسة دون عذر قانوني ودون موافقة الأبوين أو المسئولين في المدرسة.

وعادة ما تقترن كثرة التغيب عن المدرسة بانخفاض الدرجات المدرسية وزيادة احتمال الجنوح (شيفر، ميلمان، ١٩٩٦، ص٤٩٢).

أسبابهـا:

- صعوبات التحصيل، والقلق المرتبط بالواجبات المدرسية التي يعدها الطالب صعبة.

- اتجاهات الأبوين اللامبالية نحو المدرسة، فقد تكون الأم عاملة وتفضل بقاء الطالب في البيت للقيام بالأعمال البيتية، وفي هذه الحالات غالباً ما يكون الطالب من أسر مفككة.
- قد يكون بعض الطلبة متفوقين عقلياً على زملائهم ولذا فهم يبتعدون عن المدرسة لأنهم يجدون الدروس مملة وغير ممتعة.
- الخوف من العنف في المدرسة أو لان الطالب يستعمل العقاقير أو يذهب باحثاً عن المغامرة، إلا أن الطالب الذي يكثر من التغيب عن المدرسة غالباً ما يكون هارباً من أمر ما أكثر منه باحثاً عن المتعة. (شيفر، ميلمان، ١٩٩٦).
- عدم حب التلميذ للمعلم أو للمادة الدراسية.
- الامتحانات وصعوبتها وتكرارها، والأسلوب الذي تطبق به قد يؤدي إلى الهروب من المدرسة، والبحث عن مكان آخر. (بهادر، ١٩٨٤).
- انشغال التلميذ بمشكلة أسرية أو شخصية اجتماعية أو اقتصادية أو نفسية.
- سوء الظروف المدرسية كعدم توفر الإضاءة والتدفئة شتاءً أو التكييف صيفاً (حمدان، ١٩٨٢).

دور القيادة المدرسية في مواجهة مشكلة الهرب من المدرسة:

هنالك عدداً من الأساليب الإرشادية التي يمكن للمربي والولدين استخدامها لمعالجة مشكلة هرب الطالب من المدرسة وهذه الأساليب هي: (شيفر، ميلمان، ١٩٩٦).

أولاً: عبّر عن عدم رضاك:

فعليك أن تنقل للطالب اعتقادك بأن المدرسة مهمة ومفيدة له. وبيّن له بوضوح وثبات أن عليه أن يذهب إلى المدرسة. وأقم اتصالاً جيداً مع المدرسة بحيث تستطيع أن تعرف فوراً فيما لو تغيب عن أية حصة أو لم يذهب إلى المدرسة. عليك أن تتحمل مسؤولية شخصية فيما يتعلق بالتأكد من ذهاب الطالب إلى المدرسة دون أن تلقي اللوم عليها أو على المعلم أو الطالب.

ثانياً: كن متفهماً:

أصغ للأسباب التي يذكرها الطالب لعدم ذهابه للمدرسة وشجعه لكي يعبر عن مشاعره تجاه المدرسة. وبالتالي تستطيع اكتشاف أية صراعات داخلية لديه تؤدي إلى تكرار تغيبه، فقد تجد

أن الطالب يخاف الفشل في الامتحانات على سبيل المثال. وقدم للتلميذ أي توجيه أو معالجة تساعده على مواجهة المشكلة.

ثالثاً: قدم الحوافز المناسبة.

يمكنك أن تستثير دافعية الطالب للدوام في المدرسة بأن تحدد له بوضوح المكافآت التي تترتب على ذهابه إليها والعقوبات التي تنتج عن عدم ذهابه.

ومن المفيد أن **تكتب تعاقداً** يحصل الطالب بموجبه على نقود أو امتيازات أو مكافآت خاصة مقابل ذهابه إلى المدرسة على أسس منظمة، يتم التأكد منها عن طريق ملاحظات يومية تعطيها المدرسة، في حين يخسر التلميذ نقوداً أو امتيازات بسبب عدم ذهابه إلى المدرسة بانتظام. وتأكد من كتابة الاتفاقية بدقة، فمثلاً عليك أن تحدد عدد الأيام أو الحصص اليومية التي يجب أن يحضرها الطالب لكي يستحق المكافأة.

٤- الغـــــــش

الغش سلوك شائع منذ الصغر مثل الكذب والسرقة، وهو نزوع لدى بعض الطلبة نحو التزوير لواقع الحال بحيث يؤدي ذلك إلى اضطراب سلوكي يهدف إلى إظهار حقائق الأمور بشكل غير حقيقي وكاذب ومزور لغرض الوصول إلى غاية معينة أو تغطية العجز أو التقصير أو الإهمال.

وغالباً ما يحقق التلميذ بهذا الأسلوب مكاسب مؤقتة، مادية أو غير مادية. (العظماوي، ١٩٨٨).

ويمارس بعض الطلبة الغش في البيت والمدرسة، ولكن أوضح حالات الغش هي ما تجري في المدارس. وغالباً ما تكون أفعال الغش، عابرة وغير متكررة، وتنتهي بانتهاء الحاجة إليها، ولا تزرع في نفس الطالب الرغبة في استخدامها واللجوء إليها مرة أخرى، لأنها عادة ما تخلف في نفسه شعوراً بالإثم والخجل من الذات. (حمدان، ١٩٨٢، العظماوي، ١٩٨٨).

الأسبـــاب:

يمكن تقصي أسباب الغش عند الطلبة بالتالي:

- شعور التلميذ بعدم الكفاءة أو سوء الاستعداد فيتوقع فشله في أداء مهمة ما، مما يزيد احتمال قيامه بالغش. (شيفر، ميلمان، ١٩٩٦).

- الضغط الخارجي على الطالب ليكون من المتفوقين في صفه.
- التخلص من العقاب البدني أو الاجتماعي المتوقع من قبل الوالدين إذا فشل الطالب في مهمة ما.
- سعي الطالب الاحتفاظ بالكرامة والاعتداد بالنفس أمام زملائه، لذا يلجأ للغش للحصول على أفضل النتائج.
- عدم استعداد الطالب للاختيار كلياً أو جزئياً نتيجة لظروف أسرية أو مشاكل عاطفية.
- تأثر الطالب بأحد أفراد أسرته أو زملائه، وتبنيه لعادة الغش.
- صعوبة المهمات التي أوكلت إليه، وتعدد مطالبها.
- تحدي سلطة المعلم أو تعليماته تبعاً لأسلوب معاملته أو عدم حب الطالب له. (حمدان، ١٩٨٢).

دور القيادة المدرسية في مواجهة مشكلة الغش:

يشير شيفر وميلمان (١٩٩٦) أنه يمكننا كآباء ومربين أن نواجه مشكلة الغش لدى الطالبين باستخدام الإجراءات التالية:

- **عبّر عن عدم رضاك:**

عندما يغش الطالب، يمكنك أن تواجهه قائلاً: (إنني منزعج حقاً لأنك لا تتبع القوانين، إن هذا يعطيني شعوراً بأنك لا تهتم إلا بالفوز وليس في أن نقضي وقتاً ممتعاً، إن اللعب معك يصبح غير ممتع عندما تقوم بالغش). فإذا غش مرة أخرى، عليك أن توقف اللعب فوراً. واستمر في وقف اللعب كلما بدأ يغش، وبذلك سيتناقص الغش تدريجياً.

- **تحدث عن الجانب الأخلاقي:**

علّم الطالب بأن عدم الأمانة تؤدي إلى فقدان ثقة الآخرين، فإذا لم يكن باستطاعتك التقيد بالقوانين، فإنك تعطي لنفسك امتيازاً دون حق وبالتالي فلن يتعامل معك أحد، وأنت تغش نفسك كما تغش الآخرين. إن الأمانة الشخصية في غاية الأهمية إذا كنت تريد أن تكون مقبولاً من الآخرين. وسوف تحرك الكثير من الأشياء في حياتك إذا لم تكن تمتلك هذه الصفة.

- **علّم الطالب الحديث مع النفس:**

إذا كان الطالب يشعر بالحاجة للفوز في كل مرة، بإمكانك أن تدربه أن يقول لنفسه بصوت خافت، عندما يشعر بالرغبة في الغش: (إنه أمر جميل حقاً أن أفوز، ولكن إذا لم أفز فلا بأس في ذلك).

- **قدّم للطالب دعماً غير مشروط:**

أظهر للطالب من خلال أقوالك وأفعالك أن حبك واستحسانك له لا يعتمد على تحصيله المرتفع في المدرسة أو غيره.

- **ابن في الطالب الثقة بالنفس:**

كي تساعد الطالب على تقبل قدراته الحقيقية وجوانب النقص عنده قم بامتداحه بشكل واقعي على مهاراته في أداء أشياء معينة، فإذا كان يشعر بعدم الكفاءة بشكل عام فقد يكون بحاجة إلى أن تتم ملاحظة نشاطاته الجيدة وأن تشجع.

وكلما أتم مهمته بدون غش، أتح له فرصة كسب المزيد من المهمات، ويمكن أن تلعب معه بشكل ضعيف أو تتراخى فيؤدي ذلك إلى مساعدته في احترامه لذاته وفي تعزيز اللعب العادل.

ويمكنك أن تشرح له أن الشخص يتحسن تدريجياً في أداء مهمة ما عن طريق الجهد والصبر، فليس هناك نجاح فوري أو سحري. وأن الغش لا يعد فوزاً، والانتصارات التي يتم تحقيقها بالغش، لا يمكن أن تكون مصدراً حقيقياً للشعور بالفخر.

٥- ضعف الدافعية للدراسة:

من المشكلات الأخرى التي يواجهها الطلبة ضعف دافعتيهم للدراسة، وحتى نتمكن كمربين من مساعدة الطالب على زيادة دافعتيه للدراسة فعلينا فهم طبيعة هذه المشكلة ومصادرها وأساليب الإرشاد المناسبة لمعالجتها.

مفهوم الدافع ودافعية التحصيل

الدافع هو ما يحفز الإنسان إلى القيام بتصرف ما، فهو حالة داخلية تحرك السلوك وتوجهه نحو هدف معين.

وتشير دافعية التحصيل إلى اتجاه أو حالة عقلية تبين مدى رغبة الفرد في الإنجاز والنجاح. ولما كانت هذه الحاجة اتجاهاً أو حالة عقلية، فمن المتوقع وجودها بين الأفراد جميعهم، وبمستويات متباينة يمكن قياسها والتعرف إليها. (نشواتي، ١٩٨٤).

ويؤدي نقص الدافعية إلى ضعف التحصيل الدراسي، فالطلبة الذين لا توجد لديهم دافعية لا يبذلون جهداً يتناسب مع إمكاناتهم. ويصف المعلمون الطالبين منخفضي الدافعية بأنهم لا يبدون اهتماماً بالأشياء والعلاقات، وتثبط مهمتهم بسرعة، ولا يجدون في المدرسة شيئاً يجذب انتباههم لفترة طويلة، ولا يبدون حماساً في المواقف التي تستثير اهتماماً لدى زملائهم الآخرين (شيفر، ميلمان، ١٩٩٦).

الدراسات السابقة:

وأجرى العلمي (٢٠٠٣) دراسة عن التوتر والضغط والاكتئاب ومهارات التكيف لدى طلبة الجامعات الفلسطينية والجامعات الأردنية. والهدف من هذا البحث هو دراسة الصحة النفسية للطلبة في الجامعات الفلسطينية والأردنية، وقد أجريت الدراسة على (٣٥١) طالبا وطالبة منهم (١٥٦) طالبا و(١٩٥) طالبة من طلبة الجامعات الفلسطينية و(٣٤٥) طالبا وطالبة من طالبة الجامعات الأردنية منهم (١١٦) طالبا و(٢٢٩) طالبة. وقد اختير الطلبة من الجامعات التي ينتظمون فيها بطريقة عشوائية، واستخدمت في الدراسة عدة مقاييس منها: مقياسان للتوتر والاكتئاب، ومقياسان للضغوط النفسية ومهارات التكيف طورا من واقع مقابلات أجريت على الطلبة، في كل من الجامعات الفلسطينية والجامعات الأردنية، ودلت نتائج هذه الدراسة على إن هناك فروقا واضحة في الصحة النفسية لطلبة الجامعات الفلسطينية مقارنة بالصحة النفسية لطلبة الجامعات الأردنية مقيسة بمتغيرات التوتر ووصف المشاعر، ودراسة نوعية الضغوط النفسية ومهارات التكيف لكل من طلبة الجامعات الفلسطينية وطلبة الجامعات الأردنية كل على حدة، ودلت نتائج الدراسة على حصول طلبة الجامعات الفلسطينية على متوسط أعلى من متوسط الطلبة في الجامعات الأردنية على كل من مقياس التوتر، ومقياس وصف المشاعر، كما دلت على تعرض طلبة الجامعات الفلسطينية لضغوط نفسية كبيرة جدا (شديدة)، بينما كانت الضغوط النفسية متوسطة الشدة لدى طلبة الجامعات الأردنية.

وفي دراسة الشريف (٢٠٠٣) التي استهدفت التعرف على أساليب مواجهة الضغط وعلاقتها بنمطي الشخصية (أ – ب) لدى طلبة كلية الطب والجراحة العامة في جامعة ومستشفى دمشق، تكونت عينة الدراسة من (١٤٢) طبيبا متدربا في السنة النهائية في مستشفى دمشق، وتم

الاعتماد على قائمة استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي المطورة من قبل لازاروس لتقييم استراتيجيات التعامل التي يستخدمها الأطباء للتعامل مع الضغط النفسي، بالإضافة إلى اختبار الشخصية (أ – ب) المطور من قبل الباحثة نفسها، وقد أشارت النتائج إلى وجود فروق في الاستراتيجيات الموظفة للتعامل مع الضغط النفسي بين الأطباء من النمط الشخصي (أ) وأقرانهم من النمط الشخصي (ب) وأساليب معرفية واجتماعية للتعامل مع الضغط النفسي.

وفي دراسة قام بها البيبي وجبران وأبو شعالة (٢٠٠٥) على عينة من طلبة جامعة أكتوبر بمصر عددهم (١٤١) طالبا وطالبة منهم (٦٩) طالبا و(٧٢) طالبة للتعرف على الضغوط لديهم أظهرت نتائجها إن أكثر الضغوط شيوعا كانت وفق الترتيب التنازلي: الضغوط الدراسية، الضغوط الانفعالية، الضغوط الصحية، الضغوط الشخصية، الضغوط الاجتماعية، وأخيرا الضغوط الأسرية.

وأجرت العتيبي (٢٠٠٧) دراسة هدفت إلى الكشف عن الضغوط او العلاقات الاجتماعية لدى المراهقين في المدارس الخاصة المختلطة، وتطوير برنامج يساعد في تحسين قدرة المراهق على التعامل مع الضغوط وتنمية العلاقات الاجتماعية، تم اختيار عينة عشوائية طبقية تكونت من (٦٦٩) طالبا وطالبة، أي ما نسبته (٥%) من مجتمع الدراسة، وقد تم تطوير اداتين للبحث وهما: مقياس الضغوط النفسية للمراهقين في المدارس الخاصة المختلطة وغير المختلطة، وأظهرت نتائج الدراسة إن الطلبة المراهقين يتعرضون لضغوط نفسية تختلف باختلاف مصادرها. إما بالنسبة للعلاقات الاجتماعية، فقد أظهرت النتائج وجود علاقات اجتماعية لدى الطلبة في الدارس المعنية بالدراسة.

وأجرى المطيري (٢٠٠٧) دراسة هدفت إلى دراسة استراتيجيات التعامل مع الضغوط لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت تبعا لمتغير الجنس والمعدل التراكمي والسنة الدراسية، واشتملت عينة الدراسة على (٤٨٤) طالبا وطالبة من طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت، تم اختيارهم عشوائيا، وتم استخدام استبانة استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي المطورة لإغراض الدراسة الحالية التي اشتملت على (٦٠) فقرة.

منهج الدراسة:

استخدم الباحث في الدراسة الحالية المنهج الوصفي الذي هو أسلوب يعتمد دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع وتسهم بوصفها وصفاً دقيقاً ويعبر عنها تعبيرا كيفيا أو كمياً.

مجتمـع الـدراسـة:

تكوَّنَ مُجتمَع الدراسة من جميع طلاب المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية بمدينة الطائف في المملكة العربية السعودية، والبالغ عددهم ٥٦٣٧ طالب والذين يدرسون في المدارس الثانوية الحكومية التابعة لإدارة التربية والتعليم لمدينة الطائف للعام الدّراسي ١٤٣٩/١٤٤٠هـ، وفق الإحصاءات الرسمية لإدارة التربية والتعليم للبنين.

عينـة الـدراسـة:

بلغت عينة الدراسة (٢٥٠) طالباً من طلاب المرحلة الثانوية الذين يدرسون في المدارس الحكومية بمدينة الطائف، وتراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (١٥ – ١٩) سنة وقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية من جميع مكاتب التعليم بمدينة الطائف.

طريقة اختيار العينة:

بعد الاطلاع على مسميات كافة المدارس الثانوية بمدينة الطائف، من خلال الكراس الإحصائي السنوي لشعبة الإحصاء في إدارة التعليم بمدينة الطائف، تم اختيار المدارس التي أجريت عليها الدراسة بالطريقة العشوائية البسيطة بواسطة القرعة، حيث تم سحب ثلاث أوراق من كل مجموعة كل ورقة تحمل اسم مدرسة من المدارس المذكورة، ومن ثم تم الانتقال للمرحلة الثانية وتتمثل اختيار الطلاب من واقع كشوفات أسماء الطلاب في السجلات المدرسية عن طريق الاختيار العشوائي على طلاب المدرسة بحيث تم اختيار (٥٠) طالب من كل مدرسة، موزعة أعدادهم في كل مدرسة كالتالي:

جدول (١) توزيع أفراد العينة من الطلاب حسب مدارسهم وصفوفهم وتخصصاتهم

م	المصـــدر	أول ثانوي	ثاني ثانوي علمي	ثاني ثانوي أدبي	ثالث ثانوي علمي	ثالث ثانوي أدبي	العدد الكلي
١	ثقيف الثانوية	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠	٥٠
٢	هوازن الثانوية	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠	٥٠
٣	عكاظ الثانوية	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠	٥٠
٤	الإمام مالك الثانوية	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠	٥٠
٥	الحديبية الثانوية	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠	٥٠

أداة الـدراسـة:

بعد مراجعة الأدب النظري تم عرض المقياس في صورته النهائية على مجموعة من المتخصصين وقد طلب منهم الحكم على سلامة العبارات ومدى صدقها في قياس ما صمم من أجلة وملامتها لسن الطلاب، ونوع العبارات إذا ما كانت سلبية أم ايجابية. وتم حذف العبارات التي

لم تصل نسبة اتفاق المحكمين إلى ٩٠% وبذلك أصبح المقياس ٦٠ عبارة لكل بعد من الأبعاد الخمسة (١٢) عبارة نصفها سلبي ونصفها إيجابي ، وتم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية قدرها (١٠٠) من التلاميذ للوقوف على مدى صلاحية العبارات ووضوحها. وبتحليل استجابات أفراد عينة العينة اتضح أن بنود المقياس واضحة وأن المقياس يقيس الهدف إلي وضع من أجله وأيضا سهولة فهم العبارات وسرعة الاستجابة لها.

على أنه يمكن توضح مكونات وعبارات المقياس كما هي واردة في صورتا النهائية والتي طبقت على العينة النهائية الأساسية كالتالي:

البعد الأول (لعلاقات الاجتماعية) وتتبعه هذه العبارات ذات الأرقام:

(١ – ٢ – ٩ – ١٠ – ١٧ – ١٨ – ٢٥ – ٢٦ – ٣٣ – ٣٤ – ٤١ – ٤٢).

البعد الثاني (البيئة المدرسية) وتتبعه العبارات ذات الأرقام:

(٣ – ٤ – ١١– ١٢ – ١٩ – ٢٠ – ٢٧ – ٢٨ – ٣٥ – ٣٦ – ٤٣– ٤٤).

البعد الثالث (المناهج المدرسية) وتتبعه العبارات التالية:

(٥ – ٦ – ١٣ – ١٤ – ٢١ – ٢٢ – ٢٩ – ٣٠ – ٣٧ – ٣٨ – ٤٥ – ٤٦).

البعد الرابع (الاختبارات المدرسية) وتتبعه العبارات التالية:

(٧ – ٨ – ١٥ – ١٦ – ٢٣ – ٢٤ – ٣١ – ٣٢– ٣٩ – ٤٠ – ٤٧ – ٤٨).

تصحيح اداة الدراسة:

العبارات الفردية تأخذ قيم ثلاثة درجات في حالة (دائما) ودرجتين في حالة (أحيانا)، ودرجة واحده في حالة (لا يحدث)، والعكس في حالة العبارات الزوجية بإعطاء درجة في حالة (دائما) ودرجتين في حالة (أحيانا)، ودرجة وثلاث درجات في حالة (لا يحدث)، وتعبر الدرجة المرتفعة على زيادة تعرض التلميذ للضغوط الاجتماعية الدراسية.

صدق الاتساق الداخلي لفقرات الاختبار:

تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي لأداة الدراسة، من خلال إيجاد مدى ارتباط كل فقرة والدرجة الكلية لجميع الفقرات، والتأكد من عدم التداخل بينها، وتحقق الباحث من ذلك بإيجاد معاملات الارتباط باستخدام معامل الارتباط بيرسون، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (٢) معامل ارتباط كل فقرة بالمجموع الكلي للأداة لمقياس الضغوط الاجتماعية المدرسية

م	الفقـــــــرة	الارتباط بالدرجة الكلية
١	يضايقوني زملائي في المدرسة.	٠٠,٧٥
٢	يشاركوني زملائي الفرحة عندما أحصل على درجات أعلى منهم.	٠٠,٨٥
٣	شبابيك فصلي مكسرة.	٠٠,٩١
٤	الطاولات والكراسي في فصلي كافية.	٠٠,٤٣
٥	الواجبات المدرسية كثير علي.	٠٠,٧٦
٦	الكتب المدرسية بها أمثلة كثيرة ترهقني.	٠٠,٩٠
٧	تكون بعض الاختبارات الشهرية طويلة.	٠٠,٨٧
٨	يحدد المعلمون مواعيد الاختبارات الشهرية مسبقا.	٠٠,٥٧
٩	يشتكونني زملائي للمعلم لكي يعاقبني بدون سبب.	٠٠,٩١
١٠	يسألون زملائي عني عندما أغيب عن المدرسة.	٠٠,٨٨
١١	الكتابة غير واضحة على سبورة فصلي.	٠٠,٩٨
١٢	فناء مدرستي واسع.	٠٠,٨٨
١٣	الموضوعات الدراسية صعبة علي.	٠٠,٨٥
١٤	لا أجد صعوبة في الاستذكار من الكتب المدرسية.	٠٠,٦٩
١٥	اشعر بصداع أيام الاختبارات.	٠٠,٧٤
١٦	لا اشعر بالخوف من الاختبارات.	٠٠,٨٢
١٧	يشاركوني زملائي الفرحة عندما أحصل على درجات أعلى منهم.	٠٠,٩٠
١٨	لا يرضون زملائي أن يمشوا معي ونحن عائدون من المدرسة.	٠٠,٨٧
١٩	يحب زملائي أن ألعب معهم.	٠٠,٧٥
٢٠	الإضاءة غير كافية في فصلي.	٠٠,٨٦
٢١	مبنى مدرستي جميل ومنظم.	٠٠,٨٥
٢٢	يقوم بعض المعلمين بشرح الدروس المتأخرة في حصص الأنشطة.	٠٠,٧٢
٢٣	جدول الحصص اليومي منظم.	٠٠,٦٥
٢٤	أنسى معلومات كثيرة في الاختبار بالرغم من أني مذاكر جيدا.	٠٠,٩٢
٢٥	استطيع النوم العميق أيام الاختبارات.	٠٠,٧٩
٢٦	يعاقب المعلم الفصل كله عندما يسمع ضجة.	٠٠,٨٩
٢٧	لا ياخذ زملائي حاجاتي من دون أن اعرف.	٠٠,٧١
٢٨	اليوم الدراسي ممل.	٠٠,٩٠
٢٩	دورات مياه مدرستي نظيفة.	٠٠,٧٣
٣٠	لا نستطيع إنهاء المواد قبل الاختبارات.	٠٠,٨٧
٣١	تحرمني الاختبارات من ممارسة الأنشطة.	٠٠,٧١
٣٢	أجيب دون تردد عندما يوجه لي سؤال شفوي.	٠٠,٧٦
٣٣	لا يعرف معلم الفصل اسمي.	٠٠,٦٤
٣٤	لا يشتمني المعلم بالفاظ جارحة.	٠٠,٨٥
٣٥	مدرستي ليس بها ملاعب.	٠٠,٧٢
٣٦	أرتاح عندما أمارس الأنشطة في مدرستي.	٠٠,٧٥
٣٧	أجلس في الفصل في حصص الأنشطة.	٠٠,٨٧
٣٨	الكتب المدرسية صغيرة وجميلة.	٠٠,٧٩
٣٩	يحصل بعض زملائي على درجات أعلى مني بالغش.	٠٠,٧٤
٤٠	يصحح المعلمون الاختبارات الشهرية بدقة.	٠٠,٧٢
٤١	يفضل المعلم بعض زملائي علي.	٠٠,٦٧
٤٢	يشركني المعلم في الأنشطة.	٠٠,٨٠
٤٣	عدد طلاب فصلي كثير.	٠٠,٧٩
٤٤	فصلي به وسائل تعليمية.	٠٠,٧٢
٤٥	أجد صعوبة في تعلم بعض المواد الدراسية.	٠٠,٨٤
٤٦	نقوم بمراجعة الدروس قبل الاختبارات.	٠٠,٨٧
٤٧	يقوم المعلم بعمل اختبارات كثيرة طوال العام.	٠٠,٧٧
٤٨	استطيع الكتابة بخط واضح في الاختبارات.	٠٠,٧١

معاملات الارتباط عند دلالة (٠,٠٥)

يتضح من الجدول السابق وجود علاقات ارتباط موجبة ودالة إحصائيا بين استجابات عينة التقنين لكل عبارات المقياس (٧٨. ٠) ويدل ذلك على اتساق العبارات بالدرجة الكلية للمقياس ككل.

ثبات أداة الدراسة:

ثبات أداة الدراسة باستخدام ألفا كرونباخ:

تمّ استخراج معامل ثبات أداة الدراسة بطريقة ألفا كرونباخ، وتعتبر جميع معاملات الثبات لجميع القيم مرتفعة، ومناسبة لأغراض هذه الدراسة، ويوضحها الجدول (٣).

جدول (٣) معاملات الثبات لمحاور أداة الدراسة بطريقة ألفا كرونباخ

عدد فقرات أداة الدراسة	معامل الثبات
٤٨	٠,٨٦٥

يتبين من الجدول السابق أن معامل الثبات لجميع فقرات أداة الدراسة بلغت (٠,٨٦٥)، وهو معامل ثبات مرتفع ومناسب لأغراض الدراسة .

عرض نتائج الدراسة وتفسيرها ومناقشتها:

يتناول هذا الفصل تحليل نتائج الدراسة، وذلك من خلال عرض استجابات أفراد عينة الدراسة على تساؤلات الدراسة، ومعالجتها إحصائياً باستخدام مفاهيم الإحصاء الوصفي وأساليبه الإحصائية، وصولاً إلى النتائج وتحليلها وتفسيرها في ضوء الأطر النظرية المتعلقة بدراسة الضغوط الاجتماعية المدرسية عند تلاميذ المرحلة الثانوية.

اولا: إجابة التساؤل الأول وتفسيره ومناقشته:

ينص التساؤل الأول على: ما الضغوط الاجتماعية المدرسية لدى طلاب المرحلة الثانوية؟

وللإجابة عن هذا التساؤل، وللكشف عن الدلالة الإحصائية للفروق بين متوسّطات استجابات عينة الدراسة على مقياس الضغوط الاجتماعية المدرسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات المقياس لكل بعد على حدة، وفيما يلي نتائج هذا التساؤل:

بُعد العلاقات الاجتماعية:

جدول (٤) نتائج حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات عينة الدراسة على مقياس الضغوط الاجتماعية المدرسية لدى طلاب المرحلة الثانوية (بُعد العلاقات الاجتماعية)

الترتيب	الترتيب في المقياس	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	١	يضايقوني زملائي في المدرسة.	٢,٠٠٤	٠,٦٣٦
٢	٢	يشاركوني زملائي الفرحة عندما أحصل على درجات أعلى منهم.	١,٥٨٤	٠,٧٩٣
٣	٩	يشتكونني زملائي للمعلم لكي يعاقبني بدون سبب.	٢,٠٨٤	٠,٦٩٢
٤	١٠	يسألون زملائي عني عندما أغيب عن المدرسة.	١,٥٠٥	٠,٧٧٢
٥	١٧	لا يرضون زملائي أن يمشوا معي ونحن عائدون من المدرسة.	٢,٠٩٦	٠,٧٨٥
٦	١٨	يحب زملائي أن ألعب معهم.	١,٧٢٨	٠,٨٧٣
٧	٢٥	يعاقب المعلم الفصل كله عندما يسمع ضجة.	٢,٥٢٨	٠,٧٠٠
٨	٢٦	لا يأخذ زملائي حاجاتي من دون أن اعرف.	١,٩٠٨	٠,٨٣٨
٩	٣٣	لا يعرف معلم الفصل اسمي.	٢,٠٦٨	٠,٨٠٦
١٠	٣٤	لا يشتمني المعلم بالفاظ جارحة.	١,٧٤٠	٠,٨٥٨
١١	٤١	يفضل المعلم بعض زملائي عليّ.	٢,٥١٦	٠,٧٢٣
١٢	٤٢	يشركني المعلم في الأنشطة.	٢,١٠٨	٠,٧٥٠
المتوسط العام			١,٩٩٠	٠,٠٧٣

يتبين من الجدول رقم (٤) أن قيم متوسطات عبارات مقياس الضغوط الاجتماعية المدرسية لدى طلاب المرحلة الثانوية (بُعد العلاقات الاجتماعية) تراوحت بين (٢,٥٢٨ – ١,٥٠٥) وفق مقياس التدرج الثلاثي الذي حدد في مقياس الدراسة الميدانية. حيث بلغ المتوسط العام لعبارات هذا البعد (١,٩٩٠).

وكانت أعلى أربعة عبارات لدرجات أفراد عينة الدراسة على النحو التالي:

الفقرة رقم ٧ والتي نصت على "يعاقب المعلم الفصل كله عندما يسمع ضجة" صاحبة أعلى متوسط حسابي (٢,٥٢٨)، تلتها الفقرة رقم ١١ بمتوسط حسابي مقداره (٢,٥١٦) والتي نصت على "يفضل المعلم بعض زملائي عليّ"، تلتها الفقرة رقم ١٢ بمتوسط حسابي مقداره (٢,١٠٨) والتي نصت على "يشركني المعلم في الأنشطة "، تلتها الفقرة رقم ٥ بمتوسط حسابي مقداره (٢,٠٩٦) والتي نصت على "لا يرضون زملائي أن يمشوا معي ونحن عائدون من المدرسة.

أما أدنى أربعة عبارات لدرجات أفراد عينة الدراسة كانت على النحو التالي:

حصلت الفقرة رقم ٤ والتي نصت على "يسألون زملائي عني عندما أغيب عن المدرسة" صاحبة أقل متوسط حسابي (١,٥٠٥)، تلتها الفقرة رقم ٢ بمتوسط حسابي مقداره (١,٥٨٤) والتي نصت على "يشاركوني زملائي الفرحة عندما أحصل على درجات أعلى منهم"، تلتها الفقرة رقم ٦ بمتوسط حسابي مقداره (١,٧٢٨) والتي نصت على "يحب زملائي أن ألعب معهم"، تلتها الفقرة رقم ١٠ بمتوسط حسابي مقداره (١,٧٤٠) والتي نصت على "لا يشتمني المعلم بألفاظ جارحة".

وبناء على ما سبق يتضح أن أكثر الضغوط الاجتماعية المدرسية (بُعد العلاقات الاجتماعية) شيوعاً لدى أفراد عينة الدراسة هي: يعاقب المعلم الفصل كله عندما يسمع ضجة و يفضل المعلم بعض زملائي عليَ و يشركني المعلم في الأنشطة و لا يرضون زملائي أن يمشوا معي ونحن عائدون من المدرسة ، بينما أقل الضغوط الاجتماعية المدرسية (بُعد العلاقات الاجتماعية) شيوعاً لدى أفراد عينة الدراسة هي: يسألون زملائي عني عندما أغيب عن المدرسة، ويشاركوني زملائي الفرحة عندما أحصل على درجات أعلى منهم و يحب زملائي أن ألعب معهم ولا يشتمني المعلم بألفاظ جارحة.

بُعد البيئة المدرسية:

جدول (٥) نتائج حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات عينة الدراسة على مقياس الضغوط الاجتماعية المدرسية لدى طلاب المرحلة الثانوية (بُعد البيئة المدرسية)

الترتيب	الترتيب في المقياس	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	٣	شبابيك فصلي مكسرة .	١,٦٩٦	٠,٨٧٥
٢	٤	الطاولات والكراسي في فصلي كافية.	٢,٦٩٦	٠,٥٤١
٣	١١	الكتابة غير واضحة على سبورة فصلي.	٢,٤٢٨	٠,٧٨٩
٤	١٢	فناء مدرستي واسع.	٢,٣٩٦	٠,٨١١
٥	١٩	الإضاءة غير كافية في فصلي.	٢,٦٦٠	٠,٥٥٢
٦	٢٠	مبنى مدرستي جميل ومنظم.	٢,١٠٨	٠,٧٨٦
٧	٢٧	اليوم الدراسي ممل.	٢,٦٥٢	٠,٦٦٠
٨	٢٨	دورات مياه مدرستي نظيفة.	٢,٥٨٨	٠,٦٩٠
٩	٣٥	مدرستي ليس بها ملاعب.	٢,٢٨٤	٠,٧٢٠
١٠	٣٦	أرتاح عندما أمارس الأنشطة في مدرستي.	٢,٤١٦	٠,٧٥١
١١	٤٣	عدد طلاب فصلي كثير.	٢,٧٤٨	٠,٥٤١
١٢	٤٦	فصلي به وسائل تعليمية.	٢,٠٢٠	٠,٧٨٣
		المتوسط العام	٢,٣٩١	٠,٧٧٤

يتبين من الجدول رقم (٥) أن قيم متوسطات عبارات مقياس الضغوط الاجتماعية المدرسية لدى طلاب المرحلة الثانوية (بُعد البيئة المدرسية) تراوحت بين (٢,٧٤٨ – ١,٦٩٦) وفق مقياس التدرج الثلاثي الذي حدد في مقياس الدراسة الميدانية. حيث بلغ المتوسط العام لعبارات هذا البعد (٢,٣٩١).

وكانت أعلى أربعة عبارات لدرجات أفراد عينة الدراسة على النحو التالي:

الفقرة رقم ١١ والتي نصت على "عدد طلاب فصلي كثير" صاحبة أعلى متوسط حسابي (٢,٧٤٨)، تلتها الفقرة رقم ٢ بمتوسط حسابي مقداره (٢,٦٩٦) والتي نصت على "الطاولات والكراسي في فصلي كافية"، تلتها الفقرة رقم ٥ بمتوسط حسابي مقداره (٢,٦٦٠) والتي نصت على "الإضاءة غير كافية في فصلي"، تلتها الفقرة رقم ٧ بمتوسط حسابي مقداره (٢,٦٥٢) والتي نصت على "اليوم الدراسي ممل"

أما أدنى أربعة عبارات لدرجات أفراد عينة الدراسة كانت على النحو التالي:

حصلت الفقرة رقم ١ والتي نصت على "شبابيك فصلي مكسرة" صاحبة أقل متوسط حسابي (١,٦٩٦)، تلتها الفقرة رقم ١٢ بمتوسط حسابي مقداره (٢,٠٢٠) والتي نصت على "فصلي به وسائل تعليمية"، تلتها الفقرة رقم ٦ بمتوسط حسابي مقداره (٢,١٠٨) والتي نصت على "مبنى مدرستي جميل ومنظم"، تلتها الفقرة رقم ٩ بمتوسط حسابي مقداره (٢,٢٨٤) والتي نصت على "مدرستي ليس بها ملاعب".

وبناء على ما سبق يتضح أن أكثر الضغوط الاجتماعية المدرسية (بُعد البيئة المدرسية) شيوعاً لدى أفراد عينة الدراسة هي: عدد طلاب فصلي كثير و الطاولات والكراسي في فصلي كافية و الإضاءة غير كافية في فصلي و اليوم الدراسي ممل. بينما أقل الضغوط الاجتماعية المدرسية (بُعد البيئة المدرسية) شيوعاً لدى أفراد عينة الدراسة هي: شبابيك فصلي مكسرة وفصلي به وسائل تعليمية و مبنى مدرستي جميل ومنظم ومدرستي ليس بها ملاعب.

بُعد المناهج المدرسية:

جدول (٦) نتائج حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات عينة الدراسة على مقياس الضغوط الاجتماعية المدرسية لدى طلاب المرحلة الثانوية (بُعد البيئة المدرسية)

الترتيب	الترتيب في المقياس	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	٥	الواجبات المدرسية كثير عليَ.	٢,٦٢٨	٠,٦٣٥
٢	٦	الكتب المدرسية بها أمثلة كثيرة ترهقني.	٢,١٤٤	٠,٧٧٨
٣	١٣	الموضوعات الدراسية صعبة عليَ.	٢,٣٢٠	٠,٦٧٧
٤	١٤	لا أجد صعوبة في الاستذكار من الكتب المدرسية.	١,٨٨٨	٠,٧٨٣
٥	٢١	يقوم بعض المعلمين بشرح الدروس المتأخرة في حصص الأنشطة.	١,٩٧٦	٠,٨٧٣
٦	٢٢	جدول الحصص اليومي منظم.	١,٩٢٤	٠,٨٠٥
٧	٢٩	لا نستطيع إنهاء المواد قبل الاختبارات.	١,٨٦٨	٠,٩٠٦
٨	٣٠	الكتب المدرسية بها وسائل إيضاح.	٢,٤٥٦	٠,٧٥٥
٩	٣٧	لا نستطيع إنهاء المواد قبل الاختبارات.	١,٨٠٨	٠,٧٩٨
١٠	٣٨	الكتب المدرسية بها وسائل إيضاح.	١,٧٨٤	٠,٧٨٢
١١	٤٥	أجد صعوبة في تعلم بعض المواد الدراسية .	٢,٠٤٤	٠,٨١٢
١٢	٤٦	تقوم بمراجعة الدروس قبل الاختبارات.	٢,٣٩٢	٠,٦٦٩
		المتوسط العام	٢,١٠٢	٠,٥٨٩

يتبين من الجدول رقم (٦) أن قيم متوسطات عبارات مقياس الضغوط الاجتماعية المدرسية لدى طلاب المرحلة الثانوية (بُعد المناهج المدرسية) تراوحت بين (٢,٦٢٨ – ١,٧٨٤) وفق مقياس التدرج الثلاثي الذي حدد في مقياس الدراسة الميدانية. حيث بلغ المتوسط العام لعبارات هذا البعد (٢,١٠٢).

وكانت أعلى أربعة عبارات لدرجات أفراد عينة الدراسة على النحو التالي:

الفقرة رقم ١ والتي نصت على "الواجبات المدرسية كثير عليَ" صاحبة أعلى متوسط حسابي (٢,٦٢٨)، تلتها الفقرة رقم ٨ بمتوسط حسابي مقداره (٢,٤٥٦) والتي نصت على "الكتب المدرسية بها وسائل إيضاح"، تلتها الفقرة رقم ٣ بمتوسط حسابي مقداره (٢,٣٢٠) والتي نصت على "الكتابة غير واضحة على سبورة فصلي"، تلتها الفقرة رقم ١٢ بمتوسط حسابي مقداره (٢,٣٩٢) والتي نصت على "تقوم بمراجعة الدروس قبل الاختبارات".

أما أدنى أربعة عبارات لدرجات أفراد عينة الدراسة كانت على النحو التالي:

حصلت الفقرة رقم ١٠ والتي نصت على " الكتب المدرسية بها وسائل إيضاح " صاحبة أقل متوسط حسابي (١,٧٨٤)، تلتها الفقرة رقم ٩ بمتوسط حسابي مقداره (١,٨٠٨) والتي نصت على "لا نستطيع إنهاء المواد قبل الاختبارات "، تلتها الفقرة رقم ٧ بمتوسط حسابي مقداره (١,٨٦٨) والتي نصت على " لا نستطيع إنهاء المواد قبل الاختبارات"، تلتها الفقرة رقم ٤ بمتوسط حسابي مقداره (١,٨٨٨) والتي نصت على " لا أجد صعوبة في الاستذكار من الكتب المدرسية".

وبناء على ما سبق يتضح أن أكثر الضغوط الاجتماعية المدرسية (بُعد المناهج المدرسية) شيوعاً لدى أفراد عينة الدراسة هي: الواجبات المدرسية كثير عليّ و الكتب المدرسية بها وسائل إيضاح والكتابة غير واضحة على سبورة فصلي ونقوم بمراجعة الدروس قبل الاختبارات. بينما أقل الضغوط الاجتماعية المدرسية (بُعد المناهج المدرسية) شيوعاً لدى أفراد عينة الدراسة هي: الكتب المدرسية بها وسائل إيضاح ولا نستطيع إنهاء المواد قبل الاختبارات ولا نستطيع إنهاء المواد قبل الاختبارات ولا أجد صعوبة في الاستذكار من الكتب المدرسية.

بُعد الاختبارات المدرسية:

جدول (٧) نتائج حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات عينة الدراسة على مقياس الضغوط الاجتماعية المدرسية لدى طلاب المرحلة الثانوية (بُعد الاختبارات المدرسية)

م	الترتيب في المقياس	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	٧	تكون بعض الاختبارات الشهرية طويلة.	١,٨٥٦	٠,٧٣٠
٢	٨	يحدد المعلمون مواعيد الاختبارات الشهرية مسبقا.	٢,٤٨٠	٠,٧٢٣
٣	١٥	أشعر بصداع أيام الاختبارات.	١,٩٦٤	٠,٩٠٦
٤	١٦	لا أشعر بالخوف من الاختبارات.	١,٧٤٠	٠,٧٦٠
٥	٢٣	أنسى معلومات كثيرة في الاختبار بالرغم من أني مذاكر جيدا.	١,٧٩٦	٠,٧٥٦
٦	٢٤	استطيع النوم العميق أيام الاختبارات.	١,٧٠٠	٠,٦٧٨
٧	٣١	تحرمني الاختبارات من ممارسة الأنشطة.	٢,٤٣٢	٠,٧٤٨
٨	٣٢	أجيب دون تردد عندما يوجه لي سؤال شفوي.	١,٨٢٨	٠,٨٩٩
٩	٣٩	يحصل بعض زملائي على درجات أعلى مني بالغش.	١,٥٥٦	٠,٧٥٤
١٠	٤٠	يصحح المعلمون الاختبارات الشهرية بدقة.	٢,٣٤٨	٠,٨٣٢
١١	٤٧	يقوم المعلم بعمل اختبارات كثيرة طوال العام.	١,٨٩٢	٠,٦٦٤
١٢	٤٨	استطيع الكتابة بخط واضح في الاختبارات.	٢,٠٥٢	٠,٧٨٢
		المتوسط العام	١,٩٧٠	٠,١١٨

يتبين من الجدول رقم (٧) أن قيم متوسطات عبارات مقياس الضغوط الاجتماعية المدرسية لدى طلاب المرحلة الثانوية (بُعد الاختبارات المدرسية)، تراوحت بين (٢,٤٨٠- ١,٥٥٦) وفق مقياس التدرج الثلاثي الذي حدد في مقياس الدراسة الميدانية. حيث بلغ المتوسط العام لعبارات هذا البعد (١,٩٧٠).

وكانت أعلى أربعة عبارات لدرجات أفراد عينة الدراسة على النحو التالي:

الفقرة رقم ٢ والتي نصت على " يحدد المعلمون مواعيد الاختبارات الشهرية مسبقا" صاحبة أعلى متوسط حسابي (٢,٤٨٠)، تلتها الفقرة رقم ٧ بمتوسط حسابي مقداره (٢,٤٣٢) والتي نصت على " تحرمني الاختبارات من ممارسة الأنشطة. "، تلتها الفقرة رقم ١٠ بمتوسط حسابي مقداره (٢,٣٨٤) والتي نصت على " يصحح المعلمون الاختبارات الشهرية بدقة"، تلتها الفقرة رقم ١٢ بمتوسط حسابي مقداره (٢,٠٥٢) والتي نصت على " استطيع الكتابة بخط واضح في الاختبارات".

أما أدنى أربعة عبارات لدرجات أفراد عينة الدراسة كانت على النحو التالي:

حصلت الفقرة رقم ٩ والتي نصت على " يحصل بعض زملائي على درجات أعلى مني بالغش " صاحبة أقل متوسط حسابي (١,٥٥٦)، تلتها الفقرة رقم ٦ بمتوسط حسابي مقداره (١,٧٠٠) والتي نصت على "استطيع النوم العميق أيام الاختبارات"، تلتها الفقرة رقم ٤ بمتوسط حسابي مقداره (١,٧٤٠) والتي نصت على "لا اشعر بالخوف من الاختبارات"، تلتها الفقرة رقم ٥ بمتوسط حسابي مقداره (١,٧٤٦) والتي نصت على " أنسى معلومات كثيرة في الاختبار بالرغم من أني مذاكر جيدا".

وبناء على ما سبق يتضح أن أكثر الضغوط الاجتماعية المدرسية (بُعد الاختبارات المدرسية) شيوعاً لدى أفراد عينة الدراسة هي: يحدد المعلمون مواعيد الاختبارات الشهرية مسبقا تحرمني الاختبارات من ممارسة الأنشطة ويصحح المعلمون الاختبارات الشهرية بدقة واستطيع الكتابة بخط واضح في الاختبارات.

بينما أقل الضغوط الاجتماعية المدرسية (بُعد الاختبارات المدرسية) شيوعاً لدى أفراد عينة الدراسة هي: يحصل بعض زملائي على درجات أعلى مني بالغش واستطيع النوم العميق أيام الاختبارات ولا اشعر بالخوف من الاختبارات وأنسى معلومات كثيرة في الاختبار بالرغم من أني مذاكر جيدا.

مقياس الضغوط الاجتماعية المدرسية لدى طلاب المرحلة الثانوية (جميع الابعاد) :

جدول (٨) نتائج حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات عينة الدراسة على مقياس الضغوط الاجتماعية المدرسية لدى طلاب المرحلة الثانوية (جميع الابعاد)

م	البُعـــد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	العلاقات الاجتماعية	١,٩٩٠	٠,٠٧٣
٢	البيئة المدرسية	٢,٣٩١	٠,٧٧٤
٣	المناهج المدرسية	٢,١٠٢	٠,٥٨٩
٤	الاختبارات المدرسية	١,٩٧٠	٠,١١٨

يتبين من الجدول رقم (٨) أن قيم متوسطات عبارات مقياس الضغوط الاجتماعية المدرسية لدى طلاب المرحلة الثانوية (المقياس ككل) تراوحت بين (٢,٣٩١ – ١,٩٩٠) وفق مقياس التدرج الثلاثي الذي حدد في مقياس الدراسة الميدانية.

وكان البعد "البيئة المدرسية" صاحب أعلى متوسط حسابي وقدره (٢,٣٩١)، تلاه البعد "المناهج المدرسية" بمتوسط حسابي مقداره (٢,١٠٢)، تلاه البعد العلاقات الاجتماعية" بمتوسط حسابي مقداره (١,٩٩٠)، تلاه البعد "الاختبارات المدرسية" بأقل متوسط حسابي ومقداره (١,٩٧٠).

التـــوصيـــات:

في ضوء النتائج التي أسفرت عنها الدراسة يورد الباحث فيما يلي عدداً من التوصيات:

- العمل على خفض مستوى الضغوط الاجتماعية المدرسية، والتي يتعرض لها طلاب الرحلة الثانوية من خلال تفعيل وتطوير برامج الإرشاد والتوجيه النفسي والأكاديمي.
- العمل على خفض مستوى الضغوط الاجتماعية المدرسية، والتي يتعرض لها طلاب المرحلة الثانوية من خلال إقامة الدورات التدريبية للطلاب ومعلميهم على كيفية التعامل مع هذه الضغوط.
- العمل على تطوير المناهج التربوية من أجل مواكبة التقدم العلمي وخصائص العصر وحاجات الطلبة ونموهم، ومتطلبات حياتهم النفسية والاجتماعية.

- محاولة إيجاد أساليب جديدة لتقييم واختبار الطلاب ووضع أسئلة الاختبارات بحيث تعمل على خفض مستوى الضغوط الاجتماعية المدرسية.
- توفير بيئة مدرسية أمنة للطلاب تهتم بسماتهم العقلية والنفسية والاجتماعية وتراعي الفروق الفردية في استعداداتهم و قدراتهم وميولهم واتجاهاتهم ورغباتهم وطموحاتهم.
- زيادة الإمكانيات المادية للمدارس الثانوية والعمل على إنهاء الازدحام في الفصول الدراسية وفي مرافق المدرسة المختلفة والاهتمام بالبرامج وبالنشاطات اللاصفية.
- زيادة في العناية الفردية بالطلاب و تقدم الخدمات الإرشادية الفردية اللازمة، لتخليص الطالب من التوتر والضيق والضغوط النفسية.

المـــــراجـــــع

- أبـو مغلـي، سـمير (١٩٨٧) مسـتوى ومصـادر التـوتر الاجتمـاعي لـدى معلمـي المـدارس الحكومية الإعدادية والثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، عمان، الأردن
- بهـادر، سـعدية (١٩٨٤) دليـل الآبـاء والمعلمـين فـي مواجهـة المشـكلات اليوميـة للأطفـال والمراهقين، الكويت، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي
- جبريـل، موسـى (١٩٩٤) تقديرات الأطفـال لمصـادر الضـغط الاجتمـاعي لـديهم وعلاقتهـا بتقديرات أبائهم وأمهاتهم، مجلة دراسات الجامعة الأردنية
- جبريل، موسـى، حمدي، نزيـه، داود، نسيمه، أبو طالب، صـابر (١٩٩٢) التكيف ورعاية الصحة النفيسة، جامعة القدس المفتوحة.
- حمدان، محمد (١٩٨٢) تعديل السلوك الصفي، بيروت، مؤسسة الرسالة
- دبابنة، ميشيل، محفوظ، نبيل (١٩٨٤) سيكولوجية الطفولة، عمان، دار المستقبل
- شيفر، شـارلز، ميلمـان، هوارد (٢٠٠١) مشكلات الأطفال والمراهقين وأسـاليب المسـاعدة فيها. ترجمة داود، نسيمه. حمدي، نزيه. منشورات الجامعة الأردنية: عمان
- الطشاني، عبد الرازق (١٩٩٨) طرق التدريس العامة، بنغازي دار الكتب الوطنية، الطبعة الأولى، ليبيا
- عبد الرحمن، عبد الله (١٩٩٦) علم اجتماع المدرسة، دار المعرفة الجامعية، مصر
- العظمـاوي، إبـراهيم (١٩٨٨) معـالم مـن سـيكولوجية الطفولـة والفتـوة والشـباب، بغـداد دار الشؤون الثقافية العامة
- عريفج، سامي (٢٠٠٠) مدخل إلى التربية، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن
- فايـد، عبـد الحميـد (١٩٧٥) رائـد التربيـة العمليـة وأصـول التـدريس، الطبعـة الثالثـة، دار الكتاب اللبناني لبنان
- ناصـر، لمـيس (١٩٩٥) الضـغط الاجتمـاعي لـدى الكبـار العـاملين والمتقاعـدين رسـالة ماجستير غير منشورة الجامعة الأردنية، عمان، الأردن

- نشواتي، عبد المجيد (١٩٨٤) علم النفس التربوي، عمان، دار الفرقان
- نصر الله، عمر (٢٠٠٤) تدني مستوى التحصيل والانجاز المدرسي أسبابة وعلاجه، دار وائل للنشر، عمان، الأردن.
- نصر الله، عمر (١٩٩٨) مشاكل التعليم والتعلم مشكلة إعداد المعلمين، مجلة حوار، العدد ٦، القدس.