

إجراءات صارمة.. في بيتنا طالب ثانوي





تحقيق: ميثاء الكتبي

في مثل هذه الفترة من كل عام يعيش طلاب الثانوية العامة حالة من الضغط النفسي غير المسبوق، نظراً للبدء في المراجعات النهائية قبل اختبارات نهاية العام، وذلك في الوقت الذي تكتف فيه مدارس حكومية وخاصة جهودها بعقد ورش وملتقيات للطلبة ولأولياء الأمور حول كيفية استعداد الطلبة للامتحانات النهائية لتخفيف الضغوط عليهم

حالة من القلق والتوتر، تسيطر على كل بيت يعيش فيه طالب في مرحلة الثانوية العامة، وتزيد هذه الحالة مع اقتراب فترة الامتحانات، حيث تلجأ بعض الأسر إلى اتخاذ إجراءات صارمة في تفاصيل الحياة اليومية، ما يشكل عبئاً أكبر على الأبناء، لذا لجأت بعض المدارس لتخصيص فرق عمل لديها تضم معلمين وأخصائيين اجتماعيين، للتواصل مع أولياء أمور الطلبة، لتعريفهم بأفضل طرق التعامل مع أبنائهم طلبة الثانوية العامة في هذه المرحلة، خاصة قبل وخلال فترة الامتحانات.

وأكد عدد من الطلبة ممن التقتهم «الخليج» أن الفترة النهائية الحالية من العام الدراسي، تشكل ضغطاً كبيراً عليهم، تشمل الاستعداد للامتحانات ومراجعة المواد واللجوء للدروس الخصوصية وتنظيم الوقت لانتهاء من المراجعات قبل انطلاق الامتحانات مطالبين بإعطاء الطلبة وقتاً كافياً قبل الامتحانات تمتد لأكثر من أسبوع للمراجعة

النصح والإرشاد

قالت خديجة المزروعى نائب مدير إحدى المدارس في الدولة، إن الاستعدادات لاختبارات نهاية العام تتضمن مراجعات مكثفة للطلبة لتطبيق ما تعلموه خلال العام الدراسي، فضلاً عن حل اختبارات تطبيقية لصقل مهارات الطلبة، حيث يشرف المعلمين على مراجعات الطلبة عن كثب، ويقدمون كافة وسائل الدعم المتمثلة في الرد على كافة استفسارات الطلبة، وتقديم نماذج للاختبارات النهائية

وأكدت أن المدرسة خصصت فريق عمل لديها لإجراء ورش عمل لأولياء الأمور لتثقيفهم حول التعامل مع الطلاب خاصة في هذه المرحلة التي قد تشكل أعباء وضغوطاً على بعض الطلاب، فضلاً عن تقديم النصح والإرشاد في خطوة نحو تأهيل الطالب من كافة الجوانب وتهيئة السبل لتوفير بيئة سليمة لإجراء الاختبارات بسهولة ويسر.

ولفتت إلى أن إدارة المدرسة، تحرص على عدم تقديم المعلومات بشكل مضغوط لدى الطلاب، حيث درست آلية تقديم مراجعة مبسطة تتماشى مع مختلف قدرات الطلاب المقبولة والمتوسطة والممتازة، فضلاً عن تقسيم عدد ساعات اليوم الدراسي وتخصيص وقت للاستراحة للطلاب.

ورش وملتقيات

قال عمر عبد العزيز مدير إحدى المدارس الحكومية في أبوظبي، إنه يتم تجهيز كافة احتياجات امتحانات نهاية العام قبل بدء الاختبارات، وذلك من مواصلات، أمن وسلامة في المدرسة، وتجهيز القاعات، ومن بعض التعليمات: التأكد إذا كان أحد الطلاب المواطنين خارج الدولة، توفير قاعات اللجنة الخاصة، إعطاء تكليفات للكوادر التعليمية.

وأوضح أنه تم توزيع جدول الاختبارات لجميع الطلاب وإرساله لأولياء الأمور، وتنظيم ورش وملتقيات لهم حول كيفية استعداد الطلبة للامتحانات النهائية وطرق المذاكرة، وأن يمارس الطالب حياته الطبيعية في البيت، على أن يقسم الوقت في الدراسة ومراجعة الدروس وممارسة الأنشطة الأخرى لتقليل التوتر والضغط.

وأضاف في نهاية كل فصل نقوم بملتقى حضوري لأولياء الأمور وتقديم علامات الطلاب قبل بدء الامتحانات وتقديم نصائح حول كيفية تجاوز الاختبار، ويقوم كل معلم في نهاية الفصل بإعطاء الطلاب مراجعات وتدريبات للدروس. ونماذج لاختبارات سابقة ورقية وإلكترونية.

نصائح للطلبة

قال أحمد حسن أخصائي اجتماعي من إحدى المدارس الخاصة، إن المدرسة مستعدة على قدم وساق وبناء على تعليمات مؤسسة الإمارات للتعليم تم إرسال جداول الامتحانات لجميع الطلبة وأولياء أمورهم للاستعداد للامتحان.

وأضاف قام مكتب الخدمة الاجتماعية بتنظيم ورش عمل لجميع الطلبة عن الاستعداد للامتحان وعدم تخوفهم من الامتحان ودخوله بهمه عالية وعمل إرشاد توجيهي لأولياء الأمور للمتابعة الإيجابية لدى الطالب، مشيراً إلى أن الأسر عليها دوراً مهماً في تهيئة الطالب من خلال تقليل التوتر داخل المنزل، وتوفير سبل الراحة للطالب وعدم وضعه تحت المراقبة اليومية.

وقدم نصائح للطلبة قبل بدء الامتحان منها: قراءة ورقة الامتحان كاملة قبل البدء في الإجابة، وتنظيم وقت للإجابات، والانتقال إلى السؤال التالي إذا تعثر في الإجابة عن سؤال ما، وقراءة الأسئلة بعناية والتأكد من حل كل سؤال بالشكل الصحيح، والتأكد من جميع الإجابات خاصة إذا أنهيت الامتحان مبكراً.

اجتياز الامتحانات

قالت ناريمان محمد، أخصائية اجتماعية من إحدى المدارس الخاصة، إن توتر الامتحانات هو شيء طبيعي يحفزنا على الدراسة بشكل أفضل ويجعلنا نراجع المواد عدة مرات وهذا يخدم العملية التعليمية، وهناك توتر يمنعنا من الإنجاز.

واجتياز الامتحانات وهذا يحدث عندما تصل مرحلة التوتر إلى مرحلة شديدة مع اقتراب موعد الامتحانات.

وأضافت أنه يجب على الطالب دراسة المواد أولاً بأول مع بداية العام الدراسي، لأن هذا يجعل الشخص قادراً على تخزين المعلومات بشكل أفضل، وبالتالي قادر على استعادتها وقت الامتحان بطريقة مريحة ويكون واثقاً من الإجابة، لكن في الغالب يعتمد الطلاب على دراسة كل المواد الدراسية بوقت قصير قبل الامتحان، وهنا تكون عملية استدعاء المعلومات فيها خطورة من نسيان بعض هذه المعلومات وهنا أيضاً يحدث عدم الثقة في أن الإجابات صحيحة.

الطالب مرهق

الخليج» التقت مع عدد من الأمهات اللاتي يتحملن عبئاً كبيراً مع وجود طالب في الثانوية في المنزل، فقالت موزة» علي والدة أحد طلاب الثانوية العامة، يكون الطالب مرهق في نهاية الفصل لذلك يجب إعطاء الطالب فترة راحة كأسبوع أو أسبوعين إجازة قبل الاختبارات، وذلك لتقليل التوتر والضغط عليهم، ولا شك أن المدرسة تقوم في آخر أسبوع دراسي بمراجعة الدروس وإعطاء الطلبة تدريبات على امتحانات قديمة تكون ورقية أو إلكترونية، لذا يجب اختيار الأفضل للطالب إما أن يكون في إجازة قبل الاختبارات، أو يكون في المدرسة وتلقي مراجعات الدروس.

أما (إيمان. أ) فقالت: «ابنتي في الثانوية هذا العام، ومنذ أكثر من شهر أوقفنا الزيارات المنزلية لتهيئة الجو لابنتي للدراسة، كما نحرص على توفير الهدوء التام وتجنب تشغيل التلفاز، حتى توقفنا عن الخروج من المنزل مع نهاية الأسبوع حرصاً على الوجود المستمر مع ابنتي وتوفير جميع متطلباتها

فيما تشير (أ.م)، إلى أنها تحرص على توفير الهدوء التام لابنتها داخل المنزل، وقبل أكثر من أسبوعين رفعنا من درجة الاستعداد داخل المنزل ووقف الزيارات المنزلية، لإتاحة المجال أمام ابنتي من مراجعة دروسه بأريحية تامة قبل بدء امتحانات الثانوية العامة على أمل الحصول على معدل عالٍ يسمح له بالالتحاق بالتخصص الذي يريده

الضغط النفسي

أكد عدد من الطلاب، أن الفترة النهائية الحالية من العام الدراسي تشكل ضغطاً كبيراً، نظراً لاستمرارها فترة طويلة دون انقطاع، مطالبين باستراحة على الأقل أسبوع أو أسبوعين بين المراجعات النهائية في المدرسة وبين الاختبارات

وقالت الطالبة ميثاء القبيسي، إنه يجب الجمع بين المراجعة والاستراحة الذهنية للطالب التي تساعد على تطبيق ما تعلمه طوال العام الدراسي، لكن في ظل الضغط ما بين المراجعات في المدرسة وبين المذاكرة في المنزل لتطبيق ما تمت مراجعته، والدخول في فترة الامتحانات مباشرة يؤثر في الطالب سلباً وليس إيجاباً

أما الطالب علي محمد حمد، أكد ضرورة توفير أسبوع استراحة للطالب تفصل ما بين المراجعات النهائية في المدرسة وبدء الامتحانات الفعلية، حيث إن الضغط في هذه الفترة يأتي من مختلف الجوانب أبرزها الضغط النفسي والأسري والذهني والفكري

وأوضح أن فترة الاستراحة، ستسهم بشكل ملحوظ في أداء الطلبة لما ستوفره من راحة فكرية تساعد الطالب على تطبيق ما درسه وإخراج أفضل ما لديه

وبينت الطالبة عائشة الحمادي، أنه يجب توفير المراجعة الاختيارية للطالب على أن يكون جزء منها إلكترونياً والآخر

حضورياً، لمنح الطالب فرصة للاستفادة بأكبر قدر من المعلومات، حيث يمكن للطالب أن يحصل على معلومات أكثر من خلال التحصيل الإلكتروني من منزله، وآخر يساعده أجواء التفاعل في المدرسة

وأشارت الطالبة موزة سعيد، إلى أنه يجب تطبيق آلية الفصل بين المراجعات النهائية في المدرسة والاختبارات للسماح للطالب بالحصول على قسط من الراحة وتطبيق ما تعلمه في هدوء بعيداً عن أجواء التفاعل في المدرسة

وطالبت الجهات المعنية بإتاحة فرصة للطلاب للتواصل مع المعلمين خلال فترة الاستراحة ما بين المراجعات والاختبارات، لتمكين الطالب من الاستفسار عن المعلومات غير الواضحة بالنسبة له

في المقابل قال الطالب زايد محمد، أن دمج فترة المراجعات النهائية مع الاختبارات تساعد الطالب على تطبيق ما تعلمه بسهولة، نظراً لأن فترة الانقطاع قد تسبب للطالب نسيان بعض المعلومات، والخروج من أجواء المذاكرة، عبر الانشغال بأي من وسائل الترفيه أو التفكير في أشياء قد لا تفيد

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024