

الإمسات» والمشاريع.. تحديات تشتت انتباه طلبة الثانوية»



تحقيق: ميثاء الكتبي

تُعد الثانوية العامة مرحلة فاصلة تحدد مصير الطالب العلمي والعملية، لذلك يكثف الطلاب جهودهم في هذه المرحلة ليحصلوا على أفضل معدلات دراسية ممكنة، إضافة لدعم أولياء الأمور وإدارات المدارس لتوفير بيئة مناسبة، سواء في المدارس أو المنازل، تساعد على التحصيل والمذاكرة، لكن هناك تحديات تواجه طلبة الثانوية العامة، تؤثرهم وتتسبب في ضياع جهودهم، أبرزها اختبار الإمسات وهي أحد متطلبات الجامعة التي تشكل عبئاً إضافياً عليهم، كذلك المشاريع المدرسية التي تهدر أوقاتهم وتشتت انتباههم، لاسيما مع قلة خبراتهم في إدارة الوقت وتقسيم المهام

«الخليج» التقت عدداً من الطلاب وأولياء الأمور الذين تحدثوا عن هذه التحديات، فيما تحدث مدير مدارس» وأخصائيون اجتماعيون عن كيفية التعامل معها

تحديات الحياة اليومية لطلاب الثانوية العامة قد تكون متعددة ومنوعة، حيث يواجهون ضغطاً نفسياً نتيجة التحضير

للامتحانات والمشاريع الدراسية، وهو ما أكدته ممدوح عبد الكريم الرفاعي - الصف الثاني عشر، وقال إنه يشعر بالقلق والتوتر بسبب متطلبات الجامعة التي تحتاج إلى معدل كبير فضلاً عن اختبار الإمسات الذي يتسبب في تشتيت التركيز، لافتاً إلى أن الأمر يحتاج إلى تنظيم وإدارة الوقت بشكل جيد للتوازن بين الدراسة والأنشطة الخارجية والحياة الشخصية، ومن الضروري أن يجد الطالب طرقاً فعالة للتعامل مع هذه التحديات، مثل إنشاء جدول زمني وتحديد أولوياته.

متطلبات الجامعة:

قالت مايا محمد طالبة في المسار المتقدم، إن الضغط النفسي والدراسي يكون أكثر على طلبة الثاني عشر، كونهم مطالبين بتحقيق درجات عالية إضافة إلى إنجاز متطلبات الالتحاق بالجامعة، وأوضحت أنها أجّلت اختبارات الإمسات حتى تتخرج من المدرسة لتخفيف الضغط الدراسي حتى يكون تركيزها فقط على المواد الدراسية والامتحانات والمحافظة على مستواها الدراسي، لأن اختبارات الإمسات تتكون من 3 مواد أساسية وهي: اللغة العربية، والإنجليزية والرياضيات، إضافة إلى مواد أخرى كالكيمياء والفيزياء وهو مطلب للتخصص الجامعي المختار من قبل الطالب.

قالت ميثاء جاسم طالبة في مدرسة حكومية بأبوظبي، إن طالب الثانوية العامة يواجه ضغطاً من المدرسة من ناحية الدراسة والمشاريع وتسميع الآيات والأبيات الشعرية وإعداد البحوث، إضافة إلى امتحانات منتصف العام وامتحان الإمسات الذي يجب أن يتدرب عليه الطالب حتى يتمكن من النجاح والالتحاق بالجامعة، موضحة أن هذا الاختبار أحد متطلبات القبول في الجامعة.

وأضافت أن المشاريع تساعد الطالب في فهم الدروس ولكن كثرة المشاريع مع الامتحانات تشكل ضغطاً على الطالب، والأفضل أن يكون إعداد وتسليم المشاريع في الأسابيع التي لا تكون فيها الاختبارات، حيث إن الطالب يتشتت ما بين الدراسة للاختبارات الوزارية وتسليم المشاريع في الوقت المحدد.

أما الطالب أمجد ممدوح يرى أن طالب الثانوية العامة يحتاج إلى الرعاية النفسية والتحفيز والتشجيع لأنه في مرحلة تحدد مستقبله، والطالب في هذه المرحلة يكون في توتر وخوف، لذا لا يحتاج إلى إضافة المزيد من الأعباء التي تشتت تركيزه وتضيع وقته، فهو يحتاج إلى أن يوازن بين الدراسة وممارسة هواياته.

واتفق معه في نفس الرأي، الطالب عبيد الزعابي، الذي أكد أن أحد أبرز التحديات التي تواجه طالب الثانوية العامة هي كيفية تنظيم وقته حتى لا يكون هناك ضغط وقت الاختبارات، وأن يكون هناك تنظيم في اختيار مواعيد اختبار الإمسات.

التحفيز والتشجيع:

قالت عهد الزعبي ولية أمر لطالب في الصف الثاني عشر، إن الطالب يواجه عدة تحديات منها: متطلبات قبول الجامعة كاختبار الإمسات، حيث يواجه صعوبة في حجز الاختبار ومحدودية المقاعد، خصوصاً وأن مواعيد الحجز متباعدة. تصل إلى شهر.

وتابعت أن الطالب يواجه ضغطاً من المدرسة في إنجاز المشاريع ويكون الضغط الأكبر في نهاية الفصل الدراسي، لأنه سيكون حائراً بين إنجاز المشاريع والاستعداد لامتحانات، مشيرة إلى أن الطالب في عطلة نهاية الأسبوع يقوم بإعداد

المشاريع، على الرغم أنها أيام الراحة يحاول فيها ممارسة هواياته لتخفيف الضغط النفسي، لذا تطالب بأن تكون المشاريع خفيفة ويفضل أن تكون لكل مادة مشروع واحد فقط، وهذا سيساعد الطالب في تخفيف التوتر له والتركيز على الدراسة.

وأضافت أن المنهج الدراسي متراكم، إضافة لكثرة المواد العلمية مثل الكيمياء والفيزياء والرياضيات، وجميعها تحتاج إلى تركيز ومراجعة بشكل مستمر، مطالبة أولياء الأمور بدعم وتشجيع أبنائهم لتخفيف التوتر عليهم.

فيما قالت عائشة محمد ولي أمر، يجب على أولياء الأمور مراعاة نفسية طالب الثانوية العامة وتشجيع أبنائهم وتحفيزهم، حيث يجب أن يمارس الطالب هوايته للترفيه عن نفسه، وتنظيم الوقت ما بين الدراسة وممارسة هواياته لأن ذلك سيساعد على تحسين حالته المزاجية والنفسية.

وأوضحت أن ابنها نظم مواعيد اختبار الإمسات، بحيث يكون كل مادة اختبار في فصل دراسي مختلف حتى لا يتشتت ويركز على الاختبارات الوزارية، مشيرة إلى أنها تفضل بأن يكون لكل مادة مشروع واحد لأن عدد المواد كثيرة، حتى لا يتشتت الطالب.

:أولوية

قال عمر أحمد الشعر مدير مدرسة، بالتأكيد طلاب الصف الثاني عشر لهم الأولوية في كل شيء لأنهم في سنتهم الأخيرة بعد جهد استمر 12 عاماً من الدراسة في مختلف المراحل الدراسية، إضافة إلى تحديات التفكير في المستقبل والبحث عن تخصصات تناسبهم وتناسب سوق العمل.

وتابع أنه تم وضع خطة لتنفيذها لامتحانات الإمسات والاستعداد لها، إضافة إلى كل هذه التحديات يتم إعطاؤهم الأولوية في أجندتنا كمدير مجمع مدرسي لذلك دائماً نبدأ العام الدراسي باجتماعات خاصة لهم، وقمنا بتحفيزهم وتشكيل قنوات تواصل مباشرة لهم مع قيادات المدرسة وتوضيح أهميتهم لنا وأن لهم الأولوية في كل شيء.

وأوضح بأنه يتم قياس مستواهم الحالي من أول أسبوع ثم وضع خطة دعم وتطوير لهم وسيتم تنظيم حصص تقوية لهم في الفترة المسائية كدعم إضافي، ومن المهم راحتهم النفسية، كما يتم المناقشة معهم في اتخاذ العديد من القرارات المهمة مثل عدد الفسح ومدتها.

وتابع أن المدرسة تقوم بتوفير رحلات علمية وترفيهية خاصة لهم كل فصل لرفع معنوياتهم، ويتم عمل جلسات عصف ذهني مستمرة لحل أي تحديات تواجههم في اليوم الدراسي أو خارجه، كما تم التنسيق مع جهات مجتمعية وحكومية مختلفة لتنظيم ورش وجلسات مختلفة وتنظيم رحلات للجامعات ومعارض العمل وغيرها.

وأضاف أن هناك خطة للأنشطة اللاصفية مثل الرياضة والقراءة والشطرنج والهندسة وغيرها، إضافة إلى التنسيق مع قيادات مهمة من المجتمع لزيارتهم وتشجيعهم.

:الدعم الإداري

قال راشد عبيد الخديم مدير أحد المدارس، تقوم المدرسة بأدوار مهمة لطلابها للصف الثاني عشر خريجي الثانوية العامة من خلال تقديم الخدمات وضرورة الاهتمام بكافة الجوانب المتعلقة بطلاب الصف الثاني عشر، وبمتابعة

مستمرة من الإدارة فإننا كإدارة مدرسة نحرص على التوعية الدورية للطلاب بمتطلبات مرحلة الدراسات في مؤسسات التعليم، وتنظيم لقاءات الدعم النفسي الفردي مع الطلاب في حال الحاجة لذلك، وتوجّه المعلمين نحو توفير بيئة صفية جاذبة مع استخدام الوسائل الحديثة في عملية التعلم والتعليم، وتوفير الدعم الإداري لهم أثناء عمليات التسجيل كالتسجيل الجامعي، والتسجيل لأداء اختبارات إمسات، والتسجيل في الخدمة الوطنية، بالإضافة إلى تقديم التدريب المتخصص من المعلمين لأداء اختبارات الإمسات، وإنشاء مجموعات التواصل لتقديم الدعم المطلوب للمقررات الدراسية.

:العامل النفسي

قالت فاطمة الصرايرة الأخصائي النفسي في مدرسة الفلاحية، إن العامل النفسي لدى الطلبة في المرحلة الثانوية مهم في عدة أمور، وكما نعلم أن العوامل النفسية تؤثر في الجوانب الأخرى مثل الجانب الأكاديمي والاجتماعي وحتى الجسماني، ومن التحديات التي تواجه المعلمين عدم الدراية الكافية عن دور العامل النفسي، لذا يأتي هنا دورنا كأخصائيين في الملاحظة غير المباشرة والمباشرة في عدة مواقف داخل البيئة المدرسة للطلاب

وأوضحت أن الأخصائي النفسي المتمكن يدرك تماماً الظواهر السلوكية البينية أي غير القابلة للقياس بشكل مباشر لأن السلوك نوعان سلوك ظاهري: مثل السلوكيات النمطية عند أبنائنا من اضطراب التوحد، وأما النوع الثاني الذي يمكن فيه التحدي لمعرفة المشاكل النفسية السلوك البين أو السلوك الخفي مثل التفكير أو التوتر أو الحزن الناجم عن مظاهر نفسية قد يكون لها عدة أسباب أهمها الأسرة والاستجابة في المدرسة

وقالت إنه يجب إعطاء الطلبة مساحة للتعبير عن مشاعرهم الداخلية، مع الأخذ بعين الاعتبار الجانب الأخلاقي كالسرية وعدم تداول أي معلومة تخص الطلبة إلا في حالات العنف أو التهديد وغيرها