جامعة محمد الصديق بن يحيى – جيجل

كليــة العلوم الإنسانية والإجتماعية

قسم علم الإجتماع

جائحة كورونا وعلاقتها بالضغوطات المدرسية لدى التلاميذ

دراسة ميدانية بثانوية ثرخوش أحمد وثانوية ومخلوف حسناوي – جيجل–

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم الإجتماع

تخصص: علم إجتماع التربية

إعداد الطالبة:

- كركاطو أمينة
- بوسعياد لمياء

إشراف الأستاذ:

د. بلغــول يمينة

السنة الجامعية: 2021 / 2022

شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين نبينا محمد (ص) وعلى آله وصحبه أجمعين.

الحمد لله الذي أنار لنا درب العلم والمعرفة وأعاننا على أداء هذا الواجب ووفقنا إلى إنجاز هذا العمل.

نوجه آيات الشكر والعرفان بالجميل إلى كل من ساهم في هذا العمل من قريب أو من بعيد وفي تذليل ما واجهناه من صعاب، ونخص بالذكر الأستاذة الدكتورة "**بلغول يمينة**" المشرفة علينا والتي منحتنا الكثير من وقتها، وكان لرحابة صدرها وسمو خلقها وأسلوبها المميز في المساعدة على إتمام هذا العمل، ونسأل الله العلي القدير أن يجازيها خير جزاء وأن يكتب صنيعها في موازين حسناتها.

الشكر موصول أيضا إلى الأساتذة أعضاء لجنة المناقشة الذين تفضلوا علينا بقراءة هذه المذكرة.

كما لا يفوتنا أيضا أن نشكر كل أساتذة قسم علم الاجتماع.

وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين.

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة للتعرف على جائحة كورونا وعلاقتها بالضغوط المدرسية لدى التلاميذ في ولاية جيجل، والكشف عن مصادر الضغوط بالإضافة إلى معرفة ما إذا كانت هناك علاقة بين الضغوط المدرسية وتحصيل التلاميذ، وقد أجريت هذه الدراسة على عينة مكونة من 112 تلميذ يدرسون في المرحلة الثانوية وقد تم استخدام إستبيان للضغوط المدرسية وانبثقت الدراسة من التساؤل التالي:

هل لجائحة كورونا علاقة بالضغوط المدرسية لدى التلاميذ؟

كما جاءت الفرضيات كالآتي:

1/ طول فترة الحجر المنزلي تؤدي إلى تراكم الدروس.

2/ الحالة النفسية نتيجة المرض لها علاقة بالتحصيل الدراسي.

3/ الضروف الفيزيقية لها علاقة بإلغاء حصص الإنقاذ.

وجاءت النتائج كالآتي:

– أن طول فترة الحجر المنزلي لها علاقة بتراكم الدروس فالأطفال أو التلاميذ لم يشغلو هذا القت في مراجعة الدروس بل كانو مشغولين بتتبع الأخبار عن الفيروس، كما أثر المرض دورًا سلبيًا على الحالة الفسية للتلميذ مما أفقده الرغبة في الدراسة وأصبحت تشكل عبئ عليه.

– أن الحالة النفسية نتيجة المرض لها علاقة بالتحصيل الدراسي، فالإصابة بالمرض لتلميذ أو أحد أفراد عائلته يجعله يعيش في حالة نفسية مزرية مما تسبب له فقدان الرغبة في الدراسة، كما يجعله يتخوف من التجمع مع الأصدقاء داخل المؤسسة ونقص تفاعله داخل القسم بسبب التفريق بينه وبين زملائه نتيجة نظام التفويج، فكل هذه الأسباب لها علاقة بتراجع المستوى التعليمي والتحصيل المدرسي.

– الظروف الفيزيقية لها علاقة بتقليص حصص الانقاد فالحجم الساعي المبرمج أثناء جائحة كورونا غير كاف الفهم وإستعاب الدروس،كما أن قصر الموسم المدرسي بسبب الإنقطاع المستمر للدراسة أدى إلى إلغاء حصص الإنقاد من رياضة، رسم، فترة الراحة...إلخ، وذلك من أجل إعطاء الوقت للمواد العلمية المهمة ومن أجل إكمال المقرر الدراسي.

Résumé:

L'étude visait à identifier la pandémie de Corona et sa relation avec le stress scolaire chez les élèves de l'État de Jijel, et à révéler les sources de stress en plus de savoir s'il existe une relation entre le stress scolaire et la réussite des élèves. le stress et l'étude est née de la question suivante:

La pandémie de Corona est-elle liée au stress scolaire des élèves ?

Les hypothèses étaient les suivantes :

1/ La durée de la quarantaine à domicile entraîne une accumulation de cours.

2/ L'état psychologique résultant de la maladie est lié à la réussite scolaire.

3/ Conditions physiques liées à l'annulation des quotas de sauvetage.

Les résultats étaient les suivants:

- La durée de la période de quarantaine à domicile est liée à l'accumulation des leçons.Les enfants ou les élèves n'ont pas occupé ce temps à réviser les leçons, mais étaient occupés à suivre l'actualité du virus, et la maladie a eu un rôle négatif sur la santé de l'élève. condition physique, qui lui a fait perdre le désir d'étudier et est devenu un fardeau pour lui;

- L'état psychologique résultant de la maladie est lié à la réussite scolaire.La maladie d'un étudiant ou d'un membre de sa famille le fait vivre dans un état psychologique misérable, lui faisant perdre l'envie d'étudier, et lui fait aussi peur de se retrouver entre amis à l'intérieur de l'établissement et de son manque d'interaction au sein du service du fait de la séparation entre lui et ses collègues Du fait du système de promotion, toutes ces raisons sont liées à la baisse du niveau d'instruction et de la réussite scolaire.

- Les conditions physiques ont à voir avec la réduction des cours de critique, car l'horaire programmé pendant la pandémie de Corona n'est pas suffisant pour comprendre et absorber les cours, et le raccourcissement de la saison scolaire en raison de l'interruption continue des études a conduit à l'annulation de cours de critique de sport, dessin, période de repos...etc, afin de donner du temps pour les matières scientifiques importantes et de compléter le cours.

فهرس المحتويات

المحتويات	الصفحة
شكر وعرفان. **ملخص الدراسة.** **فهرس المحتويات.** **فهرس الجداول.** **مقدمة.**	
الباب الأول: الجانب النظري.	
الفصل الأول: المدخل المنهجي للدراسة.	
تمهيد.	**6**
أولاً: إشكالية.	**7**
ثانياً: الفرضيات.	**8**
ثالثاً: أسباب اختيار الموضوع.	**8**
رابعاً: أهمية الموضوع.	**9**
خامساً: أهداف الدرسة.	**9**
سادساً: المفاهيم الأساسية للدراسة.	**10**
سابعاً: الدراسات السابقة.	**11**
الفصل الثاني: النظريات المفسرة للضغوط المدرسية.	
تمهيد.	**19**
أولاً: النظريات المفسرة للضغوط المدرسية.	**20**
1/ النظرية الإدراكية لسبيلبرجر.	**20**
2/ نظرية التقدير المعرفي لازاروس.	**21**
3/ نظرية التحليل النفسي سيجموند فرويد.	**23**
4/ نظرية هنري موراي.	**23**
5/ النظرية السلوكية جون واطسن.	**25**
6/ نظرية التعلم الإجتماعي ألبرت باندورة.	**25**
خلاصة الفصل.	**29**
الفصل الثالث: جائحة كورونا.	
تمهيد:	**31**

أولاً: مفهوم كورونا.	32
ثانياً: التسمية والشكل.	32
ثالثاً: إكتشاف مرض كورونا.	33
رابعاً: أسباب المرض بفيروس كورونا.	34
خامساً: أعراض مرض كورونا.	34
سادساً: آثار فيروس كورونا.	36
سابعاً: الوقاية من فيروس كورونا.	39
خلاصة الفصل	41
الفصل الرابع:الضغوط المدرسية.	
تمهيد:	43
أولاً: لمحة تاريخية حول الضغوط.	44
ثانياً: مفهوم الضغط المدرسي.	44
ثالثاً: أعراض الضغوط المدرسية.	45
رابعاً: عوامل الضغوط المدرسية.	46
خامسًا: أثار الضغط المدرسي.	49
سادسًا: الفرق بين الجنسين في التعرض للضغوط المدرسية.	50
سابعًا: إدارة الضغوط المدرسية للتلاميذ.	51
ثامنًا: استراتيجيات مواجهة الضغوط المدرسية.	51
خلاصة الفصل	53
الباب الثاني: الجانب الميداني.	
الفصل الخامس: الاجراءات المنهجية للدراسة.	
تمهيد.	56
أولاً: مجالات الدراسة.	57
ثانياً: منهج الدراسة.	57
ثالثاً: عينة الدراسة.	58
رابعًا: أدوات جمع البيانات.	59
خامساً: أساليب التحليل الكمي والكيفي.	60
خلاصة الفصل.	61
الفصل السادس: مناقشة وتحليل وتفسير النتائج.	

فهرس المحتويات

تمهيد.	**63**
أولاً: عرض وتحليل وتفسير النتائج.	**64**
ثانياً: مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات.	**84**
ثالثاً: مناقشة النتائج في ضوء الدراسات السابقة.	**87**
رابعاً: النتائج العامة للدراسة.	**88**
خامساً: التوصيات والإقتراحات.	**88**
خاتمة.	
قائمة المراجع.	
الملاحق.	

فهرس الجـداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	أهم الضغوط حسب نظرية موراي	24
02	يمثل توزيع العينة حسب متغير الجنس	64
03	يمثل توزيع العينة حسب متغير السن	64
04	يمثل توزيع العينة حسب الصفة	65
05	يمثل توزيع العينة حسب الشعب	65
06	يمثل توزيع العينة حسب إعادة السنة	65
07	يمثل توزيع العينة حسب مكان السكن	66
08	يمثل توزيع العينة حسب الحالة الإجتماعية	66
09	تطبيق الحجر المنزلي المفروض من وزارة الصحة	67
10	يمثل تأثير طول فترة الحجر المنزلي على التلميذ نفسيًا	68
11	يوضح استثمار وقت الحجر المنزلي في مراجعة الدروس	69
12	يمثل خلق الواجبات المنزلية للضغط والتوتر	69
13	يمثل الإنقطاع المستمر عن الدراسة وعلاقته بنسيان الدروس	70
14	يمثل الشعور بالأرق والإرهاق الشديد من كثرة الواجبات المعطاة للبيت من أجل إستدراك الوقت الضائع	70
15	يمثل الشعور بالخوف من إنتقال الفيروس داخل المؤسسة التعليمية	71
16	يمثل وقوف الحجر المنزلي حاجزًا على إستكمال المقرر الدراسي	71
17	يمثل علاقة فترة الحجر المنزلي بتراكم الدروس	72
18	يمثل التغيب عن الدراسة بسبب المرض وعلاقته بتراكم الدروس	72
19	يمثل الإصابة بالمرض	73
20	يمثل إصابة أفراد العائلة أو أحد المعارف بالمرض	73
21	يمثل التأثر بالمرض	74
22	يوضح التخوف من العودة للدراسة خشية الإصابة بالمرض	74
23	يوضح مدى تسبب فترة كورونا في نقص التفاعل داخل القسم	75
24	يوضح أمن الوضع الصحي في المدرسة في ظل وجود الفيروس	75
25	يوضح مدى تأثير جائحة كورونا على التحصيل الدراسي	76

فهرس الجـداول

26	يوضح علاقة الضغوط النفسية على نتائج الدراسة وتراجع المستوى التعليمي	76
27	يوضح علاقة التخوف من التجمع مع الأصدقاء داخل المؤسسة بسبب المرض	77
28	يوضح علاقة تأثير كورونا على المستوى الدراسي	77
29	يوضح مدى تفضيل التعليم عن بعد في زمن الكورونا	78
30	يوضح مدى كفاية الحجم الساعي أثناء كورونا لفهم الدروس	79
31	يوضح الإنزعاج من تقليص فترات الراحة والإنقاص منها	79
32	يوضح مساعدة البروتوكول الصحي المتبع داخل المؤسسة	80
33	يوضح تراجع المستوى الدراسي بسبب تذبذب الدراسة	81
34	يوضح فائدة التدريس بالأفواج	81
35	يوضح رغبة العينة في إكمال الدراسة بنظام التفويج	82
36	يوضح علاقة قصر الموسم الدراسي وإلغاء حصص الإنقاد وتراجع المستوى الدراسي	82
37	يوضح صعوبة التأقلم مع الوضع الصحي الراهن	83
38	الخوف من الإنتشار السريع للمرض زاد من التردد في الذهاب إلى المدرسة	84

مقدمـــة

لقد واجه العالم تهديدًا لم يسبق له مثيل، وذلك إثر تفشي جائحة كورونا في العالم، وبسبب هذا الوباء عمت المعاناة وتعطلت مجاري حياة الناس.

ففيروس كوفيد 19 شكل خطرًا على البشرية جمعاء مما لا شك فيه أن هذه الجائحة تركت أثرًا كبيرًا في المجتمع في جميع الجوانب وخاصة الجانب النفسي، وهذا كوننا في عصر الضغوطات والأزمات النفسية.

ويعد التلاميذ أكثر معاناة من غيرهم من الضغوط لما تنطوي عليه عملية التعليم من متاعب وأعباء ومطالب ورغبات مستمرة، ومن المعروف أن التلاميذ يحتلون مكانة هامة في العملية التعليمية، فإن الباحثين والمختصين في علوم التربية وعلم النفس قد اهتموا بموضوع الضغوطات المدرسية التي يعيشها التلاميذ داخل المؤسسات التربوية.

وقد امتد موضوع الضغوط المدرسية إلى جميع الفئات العمرية في جميع مراحل التعليم، من خلال ما يواجهونه من عوامل وظروف تعيقهم في تحقيق النجاح والتفوق في مسارهم الدراسي، وبالرغم من كون المدرسة مؤسسة اجتماعية ثانية من حيث الأهمية بعد الأسرة، بإعتبار مكانتها في التأثير على الفرد ورعايته وصقل شخصيته وتنمية مهاراته وقدراته، إلا أنها في الوقت ذاته يمكن أن تمثل مصدر للضغوط المدرسية، فالضغوط من أحد معوقات السير الحسن للعملية التربوية، وهي من أهم العوامل الأساسية في اختلال النظام التربوي، فكثرة الضغوطات التي يعيشها التلاميذ يمكن أن تكّون ردود أفعال نفسية وسلوكية.

وما شاهدته المجتمعات في الأونة الأخيرة من تدهور في الوضع الصحي جراء جائحة كورونا، والتي زادت من حدة هذه الضغوطات لدى التلاميذ، وذلك لتعرضهم لعدة مواقف سببت لهم ضغط وأثرت على تحصيلهم الدراسي.

وتأتي هذه الدراسة لإلقاء الضوء على علاقة جائحة كورونا بالضغوط المدرسية لدى تلاميذ البكالوريا.

وسنحاول من خلال هذه الدراسة الكشف عن استراتيجيات لمواجهة الضغوط، وللإحاطة بهذا الموضوع قسمنا البحث إلى جانبين: الجانب النظري والجانب التطبيقي.

✓ **الجانب النظري:** قسم إلى أربع فصول هي:

❖ **الفصل الأول:** تم فيه تحديد إشكالية الدراسة والتساؤلات الجزئية لها، وبعدها الفرضيات المقدمة للإجابة عن تلك التساؤلات وتليها أهمية الدراسة، أهداف الدراسة، أسباب اختيار الموضوع، ثم ضبط وتحديد المفاهيم التي اعتمدت في الدراسة وأخيرًا عرض بعض الدراسات السابقة والتعقيب عليها.

❖ **أما الفصل الثاني:** فقد عنون بالنظريات المفسرة للضغوط وقد تضمن إجمالاً على بعض النظريات التي فسرت ظاهرة الضغوط عند بعض العلماء والمختصين، وتم التعقيب على هذه النظريات.

❖ **وفي الفصل الثالث:** تطرقنا فيه إلى المتغير الأول المتمثل في جائحة كورونا، وهذا من خلال التطرق إلى جميع عناصره: مفهوم كورونا، التسمية والشكل، إكتشاف مرض كورونا، أسباب المرض بفيروس كورونا، أعراض مرض كورونا، أثار فيروس كورونا وأخيرًا الوقاية من فيروس كورونا.

❖ تم الإشارة في **الفصل الرابع:** إلى المتغير الثاني المتمثل في الضغوط المدرسية، مع إشارة إلى كل عناصره من: لمحة تاريخية حول الضغوط ثم مفهوم الضغوط المدرسية، تليها أعراض الضغوط المدرسية وعوامل الضغط المدرسي، ثم أثار الضغط المدرسي، الفرق بين الجنسين في التعرض للضغوط المدرسية، إدارة الضغوط المدرسية للتلاميذ وأخيرًا استراتيجيات مواجهة الضغوط المدرسية.

✓ **أما الجانب التطبيقي:** فقد تضمن فصلين:

❖ خصص **الفصل الخامس** للإجراءات المنهجية ومختلف المراحل التي مر بها البحث للحصول على المعطيات، وذلك من خلال التطرق إلى مجالات الدراسة، المنهج المستخدم في الدراسة وعينة الدراسة مع إبراز الأدوات التي استعملت من أجل جمع معطيات الدراسة.

❖ وتطرقنا في **الفصل السادس** والأخير إلى عرض النتائج وتحليلها وتفسيرها ومناقشتها في ضوء الفرضيات وفي ضوء الدراسات السابقة.

لنختم الدراسة بخاتمة وتقديم مجموعة من التوصيات والإقتراحات وملخص للدراسة باللغتين العربية والأجنبية ثم قائمة المراجع والملاحق.

الباب الأول:

الجانب النظري.

الفصل الأول: المدخل المنهجي للدراسة.

تمهيد.

أولاً: إشكالية.

ثانياً: الفرضيات.

ثالثاً: أسباب اختيار الموضوع.

رابعاً: أهمية الموضوع.

خامسًا: أهداف الدراسة.

سادساً: المفاهيم الأساسية للدراسة.

سابعاً: الدراسات السابقة.

تمهيد:

إن الأسس المنهجية لكل بحث علمي يتطلب بالضرورة توضيح وتحديد الإطار النظري للدراسة، حيث تكون ملامح الدراسة واضحة ومحددة وتجعل القارئ للبحث يفهم ويدرك مقاصد هذه الدراسة، لهذا اعتمدنا على إعطاء نظرة شاملة عن طبيعة الموضوع وكيفية دراسته.

أولاً: الإشكالية.

يمر التلميذ منذ بدئ مشواره الدراسي بمجموعة من التجارب والخبرات التي تعمل على بناء تصوراته حول الدراسة والتعلم، وتعمل على تحديد أهدافه، كما تعد المدرسة من أهم بيئات التفاعل الإجتماعي للتلميذ لتطوير وتشكيل شخصيته وتشجيع القيم وتنمية الأفكار والمبادئ للتلميذ، كما يشارك هذه الأفكار والتصورات أطراف أخرى يتفاعل معها التلميذ كالأسرة، المجتمع...إلخ، ومع إنتقال هذا التلميذ من مرحلة دراسية إلى أخرى تتضح معالم هذا التصور، وتصبح الأهداف أكثر دقة على ما كانت عليه من قبل، الأمر الذي يحمل هذا التلميذ مسؤولية العمل والمثابرة في سبيل تحقيق أهدافه.

وتجدر الإشارة إلى أن هذا التلميذ يعيش في زمن كثرت وتعددت فيه الضغوط المدرسية والنفسية، بالإضافة إلى كثرة انتشار الأمراض والأوبئة (زمن جائحة كورونا)، هذا الأخير يعد نمط حياة معقد وسريع فرض علينا العديد من التغيرات الإجتماعية والإقتصادية والتكنولوجية الواجب التكييف معها، والتي تترتب عليها العديد من التفاعلات الإجتماعية ما ينجم عن زيادة الضغوط اليومية، وهذه الجائحة يمكن أن تحدث تغييرًا سريعًا في السياق الذي يعيش فيه، فإجراءات الحجر المنزلي الذي استمر لعدة أشهر وإغلاق المدارس، حيث أصبح المتعلمون والمدرسون لا يلتقون وجهًا لوجه في المدارس، ومن المرجح أن تؤثر على التحصيل الدراسي للتلميذ، وتؤدي إلى تراكم الدروس وعدم إستيعابها، وذلك بإعتبار أن الوقت الذي يقضيه المتعلم في التعلم هو أحد أكثر المؤشرات الموثوقة لفرصة التعلم، كما يحرمون من الدعم الإجتماعي الذي يحصلون عليه، وبذلك يؤدي الوصم والتمييز المرتبطان بكوفيد 19 إلى جعل التلميذ أكثر عرضة إلى الضغط المدرسي والنفسي الإجتماعي.

وهذه الضغوط المدرسية التي تعد ذلك القصور الذي يشعر به التلاميذ داخل المؤسسة، تجعله يواجه مشاكل عديدة تكون حاجزًا أمام تحصيلهم الدراسي، مما تجعل التلميذ يشعر بالفشل وعدم إستيعاب المناهج الدراسية، كما يصبح التلاميذ يعانون من عبئ العمل المتمثل في كثرة البرامج الدراسية وكثافة الحجم الساعي، بالإضافة إلى كثرة الواجبات المنزلية التي لا تترك لهم مجال للراحة، وتحرمهم من قضاء وقت مع عائلتهم واللعب والترفيه عن النفس والنوم في الأوقات المحددة، وبالتالي يسهرون في الليل لتأدية هذه الواجبات، وهذا بالطبع يؤدي إلى إختلال الوتيرة البيولوجية للتلميذ التي تتطلب منه العمل في النهار والنوم في الليل، وكل هذا يجعل التلميذ يشعر بأنه آلة فيتولد عن ذلك الإرهاق الشديد، والقلق فيؤثر بالسلب على علامات الإمتحانات ومعدلاتهم، بالإضافة إلى كل هذه المواقف الضاغطة نجد الظروف

الصحية التي يمر بها التلميذ، فالحالة النفسية للتلميذ نتيجة المرض بكوفيد 19 أو مرض أحد أفراد العائلة تلعب دورًا في تراجع أداءهم وانخفاض في تحصيلهم الدراسي، وذلك سبب حرمان الطفل من فرص الدعم النفسي فيجد التلميذ نفسه يواجه الكثير من التحديات في سبيل تحقيق أهدافه وتلبية حاجاته.

ونظرا لأهمية هذا الموضوع أصبح محل دراسات لدى الكثير من العلماء والباحثين للكشف عن ماهية الضغوط المدرسية وأسبابها والأثار التي تنجم عنها، ولهذا نطرح التساؤل الرئيسي التالي:

هل جائحة كورونا لها علاقة بالضغوطات المدرسية لدى التلاميذ؟

التساؤلات الفرعية:

1/ هل تؤدي طول فترة الحجر المنزلي إلى كثرة الإفراط في الحركة لدى التلاميذ؟

2/ هل للحالة النفسية نتيجة المرض علاقة بالتحصيل الدراسي؟

3/ هل للضروف الفيزيقية له علاقة بإلغاء حصص الترفيه؟

ثانيًا: الفرضيات.

- **فرضيات الرئيسية:**

جائحة كورونا لها علاقة بالضغوطات المدرسية لدى التلاميذ.

- **الفرضيات الفرعية:**

1/ طول فترة الحجر المنزلي تؤدي إلى تراكم الدروس.

2/ الحالة النفسية نتيجة المرض لها علاقة بالتحصيل الدراسي.

3/ الضروف الفيزيقية لها علاقة بإلغاء حصص الإنقاذ.

ثالثًا: أسباب اختيار الموضوع.

- الوضع الصحي الذي تمر به البلاد والعالم.
- معرفة الضغوطات المدرسية التي يواجهها التلاميذ في ظل جائحة كورونا.
- معرفة الإستراتيجيات المتبعة وكيفية تكيف التلاميذ مع أزمة كورونا.
- معرفة الأثار السلبية للضغوط المدرسية التي سببتها أزمة كورونا للتلاميذ.
- محاولة فهم جوانب الموضوع.
- افتقار أغلب المسؤولين إلى معرفة كيفية التغلب على الضغوط المدرسية.
- الإمكانية الموضوعية لدراسة الموضوع من الناحية العلمية وتطبيق تقنيات البحث العلمي.

رابعًا: أهمية الدراسة.

- إثراء البحث العلمي من خلال التعرف على أهم استراتيجيات التكييف الذي يلجأ إليها التلميذ نتيجة الضغط في ظل أزمة كوفيد-19.
- تزويد المختصين النفسانيين الذين ينشطون داخل الحقل المدرسي بمفاهيم إضافية تتعلق بالضغوط المدرسية انطلاقاً من نتائج هذه الدراسة.
- محاولة الانتباه إلى مشاكل التلاميذ التي يتعرضون لها داخل المؤسسة التربوية.
- الخلفية النظرية التي تقدمها هذه الدراسة من خلال المعرفة بأهم المشكلات والضغوطات المدرسية التي لها أثر كبير في توافقهم النفسي والاجتماعي بشكل عام والتربوي بشكل خاص.
- محاولة مساعدة التلاميذ الذين تأثرت حالاتهم النفسية جراء المرض بكوفيد- 19 من خلال الوعي الكامل بتلك الضغوط والحد من أثارها السلبية.
- أهمية الموضوع الذي تناولناه في هذه الدراسة، فهو من المستجدات التي نعيشها اليوم ويعيشها العالم بأكمله.
- توفر هذه الدراسة اطارًا نظريًا عن أزمة كورونا وردود أفعال التلاميذ تجاهها والضغوط الناتجة عنها واستراتيجيات مواجهتها.
- التعرف على الضغوط المدرسية للتلاميذ في ظل أزمة كوفيد- 19 وتأثيراتها على تحصيلهم الدراسي.

خامسًا: أهداف الدراسة.

- معرفة إذا كانت هناك تأثيرات للضغوط المدرسية في أداء التلاميذ.
- التعرف على مستويات الضغط الموجود بين التلاميذ.
- التعرف على العلاقة بين الضغوط المدرسية وجائحة كورونا.
- التعرف على ظروف الفيزيقية المسببة للضغط المدرسي للتلاميذ.
- معرفة إذا كانت هناك تأثيرات للضغوط المدرسية في أداء التلاميذ.
- التعرف على مستويات الضغط الموجود بين التلاميذ.
- التعرف على الظروف الفيزيقية المسببة للضغط المدرسي للتلاميذ.

- معرفة مستوى الضغط النفسي جراء المرض الذي خلقته كورونا وعلاقته بتراجع علامات التلاميذ و تحصيلهم الدراسي.

- معرفة العلاقة بين الضغط المدرسي أثناء فترة الحجر المنزلي و تأثيره على التلاميذ.

سادسًا: المفاهيم الأساسية للدراسة.

1/ الضغوط

1-1 لغةً: الضغوط هو الضيق والتشدد ونقول ضغطه أي قهره او أكرهه. (معجم الوجيز، 2008)

1-2 إصطلاحًا: الضغوط مصطلح يشير إلى درجة استجابة الفرد للأحداث والمتغيرات البيئية في حياته اليومية، وهذه المتغيرات ربما تكوّن بعض الأثار الفسيولوجية، مع أن تلك التأثيرات تختلف من شخص لأخر تبعًا لتكوين شخصيته وخصائصه النفسية التي تميزه عن الأخرين وهي فروق فردية بين الأفراد.

2/ الضغوط المدرسية:

يعرفها لطفي عبد الباسط ابراهيم الضغط المدرسي بأنه ظاهرة سيكولوجية متعددة الأبعاد تنتج عن مختلف العلاقات النفسية الاجتماعية والظروف البيئية التي يتفاعل معها التلميذ علي أنها مصدر للتوتر والقلق. (ابراهيم، 2005، ص15)

يعرفها طه عبد العظيم: على أنها حالة من عدم التوازن وتنشأ لدى التلميذ عندما يقارن بين المواقف البيئية التي يتعرض لها وبين ما يملك من إمكانيات ومصادر شخصية واجتماعية، يصاحب تلك الحالة أعراض فيزيولوجية نفسية وسلوكية سلبية. (حسين، 2002، ص186)

يعرفها بيلي: أنها حالة قلق عابرة يمر بها التلميذ داخل المتوسطة والثانوية إثر وقوع حادثة داخل هذه المؤسسات، أو وجود مشكلات علائقية بين التلاميذ فيما بينهم، أين يحاول التلميذ المواجهه لكن إمكاناته لا تسمح. (سميرة عبدي، 2011، ص52)

المفهوم الإجرائي للضغوط المدرسية:

الضغوط المدرسية هي عبارة عن أزمة شعورية من توتر وقلق وضيق يتعرض لها التلميذ وذلك نتيجه عن عدم ملائمة المحيط الذي يعيش فيه، وخاصة أثناء جائحة كورونا التي زادت من حدة المشكلة.

3/ جائحة كورونا:

جائحة كورونا والمعروفة ايضا بإسم جائحة كوفيد- 19، وهي جائحة عالمية حاليًا، سببها فيروس كورونا المرتبط بالمتلازمة التنفسية الحادة الشديدة. تفشي المرض للمرة الأولى في مدينة ووهان الصينية في أوائل شهر ديسمبر 2019.

أعلنت منظمة الصحة العالمية في 30 جانفي 2020 عن تفشي الفيروس بشكل حالة طوارئ صحية عامة تبعث على القلق الدولي، وأكلت إلى تحول الفاشية إلى جائحة في 11 مارس أبلغ عن أكثر من 328 مليون إصابة في أكثر من 188 دولة ومنظمة، حتى تاريخ 17 جانفي 2022، تتضمن أكثر من 5,54 مليون حالة وفاة بالإضافة إلى تعافي أكثر من مليون مصاب، وتعتبر الولايات المتحدة أكثر الدول تضررًا من الجائحة، حيث سجلت أكثر من ربع مجموع عدد الإصابات المؤكدة.

فيروس كورونا هي عائلة من الفيروسات التي يمكنها أن تسبب أمراض مثل: الزكام الالتهاب التنفسي الحاد الوخيم (السارس)، ومتلازمة الشرق الأوسط التنفسية (ميرس) في عام 2019، اكتشف نوع جديد من فيروسات كورونا تسبب في تفشي المرض وكان منشأه في الصين. (منظمة الصحة العالمية 2020)

المفهوم الاجرائي لجائحة كورونا:

جائحة كورونا ومعروفة بإسم كوفيد 19 والتي جاءت في أواخر عام 2019 وانتشرت بشكل كبير في العالم، مما جعلت المجتمعات في حالة صعبة متدهورة والتي أدت إلى عدة وفيات.

جائحة كورونا عبارة عن فيروس انتشر في الجو عن طريق التنفس أو اللمس.

4/ التلميذ:

4-1 لغةً: جمع تلاميذ وهو طالب العلم الذي يتعلم صفة أو حرفة. (معجم الوسيط، 2004)

4-2 إصطلاحًا: وهو الشخص الذي يتهيأ لمرحلة تعليمية معينة يتحكم فيها المستوى العقلي والزمني، كما وجب أن تتوفر فيه قدرات واهتمامات وعادات بغية اكتساب المهارات والعادات اللغوية، الذي يطمح الأستاذ تعليمه له مع مراعاة قدرات واستعدادات المتعلم من حيث الهدف الذي يسعى إلى تحقيقه.
التلميذ يعرف على أنه ذلك الشخص الذي يتابع دراسته في المرحلة الإبتدائية أو الإعدادية أو الثانوية. (خيرات نعيمة، 2015، ص5)

المفهوم الإجرائي:

التلميذ هو الشخص الذي يتلقى علم أو معرفة أو مهارة من المدرس في مؤسسة تعليمية في المرحلة الإبتدائية المتوسطة أو الثانوية.

سابعًا: الدراسات السابقة.

تعتبر الدراسات السابقة أحد المنطلقات الأساسية للقيام بالبحوث العلمية في العديد من المجالات وبمثابة الزاوية التي تعطي نظرة أولية لتناول المشكلة البحثية قيد الدراسة، وفي هذا الجزء من الدراسة سنتناول التفصيل في ذكر بعض الدراسات التي تناولت متغير الدراسة، من خلال التدليل عليها بذكر إسم الباحث، سنة إجرائها، عنوانها، نوعها، هدفها- المنهج المستخدم فيها، وأهم الأساليب الاحصائية المستعملة وأخيرًا ذكر أهم نتائجها، وفيما يلي عرض لبعض الدراسات التي تمكنا من الحصول عليها أثناء عملية جمع أدبيات التي تناولت موضوع الدراسة، هذا ونشير إلى الصعوبات التي تلقتها الباحثين في الحصول عليها نظرًا لحداثة الموضوع وقلة المصادر والمراجع والدراسات التي تتكلم عليه، ما إضطرهما إلى إدراج الدراسات التي لها علاقة مباشرة بالموضوع.

1/ العربية.

1.1 دراسة د. عبد الله عادل شراب ود. أكرم سعدي وادي:

تحت عنوان: "مصادر الضغوط المدرسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى الطلبة مرحلة االثانوية".

هدفت الدراسة إلى التعرف أكثر على مصادر الضغوط المدرسية شيوعًا، وعلاقتها بالتحصيل الدراسي العام لدى طلبة مرحلة الثانوية، والفروق في الضغوط المدرسية التي تتعرض لها الفئة المستهدفة تبعًا لمتغيرات (الجنس، التخصص، المستوى التعليمي لرب الأسرة)، ومن أجل ذلك تم اختيار عينة البحث من الطلبة الصف الحادي عشر بفروعه الثلاث (علمي، علوم إنسانية وشرعي) من مديرية تعليم شرق محافظة خان يونس، حيث تكونت عينة الدراسة من 285 طالبًا وطالبة ثم اختيارهم حسب الطريقة العشوائية الطبقية، وقد اشتملت الدراسة على إستمارة بيانات أولية ومقياس مصادر الضغوط المدرسية شيوعًا، لدى عينة الدراسة تمثلت في ضغوط الإمتحانات وضغوط المناهج، كما أظهرت النتائج إلى عدم وجود فروقًا في الدرجة الكلية لمقياس الضغوط المدرسية تعزي إلى التخصص الدراسي ومستوى تعليم رب الأسرة، عدا بعض ضغوط المناهج فقد أظهرت النتائج فرق بين مستوى تعليم رب الأسرة أقل من الثانوية العامة ومستوى تعليمه العالي، لصالح مستوى تعليم رب الأسرة أقل من الثانوية العامة، وكشفت النتائج آنا ذاك علاقة إرتباط سالب بين درجات الضغوط المدرسية وأبعادها المختلفة، وبين مستوى التحصيل الدراسي. (د. عبد الله عادل شراب، د. أكرم سعدي وادي، 2005، ص2)

2.1 دراسة العمري مرزوق بن أحمد عبد المحسن:

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى كل من الضغوط النفسية المدرسية والإنجاز الأكاديمي والصحة النفسية، وكذلك التحقق من وجود علاقة بين الضغوط النفسية المدرسية وكل من الإنجاز الأكاديمي (أبعاد الدرجة– الكلية) والصحة النفسية.

– التحقق من وجود فروق في كل من الضغوط النفسسية المدرسية والإنجاز الأكاديمي والصحة النفسية تبعًا للصف الدراسي.

– التحقق من وجود فروق بين مرتفعي ومنخفضي الضغوط النفسية المدرسية في كل من الإنجاز الأكاديمي ومستوى الصحة النفسية، إستخدام المنهج الوصفي الإرتباطي المقارن، فهو يتناسب مع طبيعة الدراسة الحالية، وتم إجراء الدراسة على عينة مكونة من 424 طالبًا من المدارس الثانوية بإدارة التربية والتعليم بمحافظة الليث، واستخدام مقياس الضغوط النفسية المدرسية ومقياس الإنجاز الأكاديمي ومقياس الصحة النفسية للشباب كأدوات لجمع المعلومات.

نتائج الدراسة: بلغ مستوى كل من الضغوط النفسية المدرسية والإنجاز الأكاديمي والصحة النفسية بدرجة متوسطة.

– توجد علاقة إرتباطية سالبية عكسية دالة إحصائيًا بين درجات الضغوط المدرسية والإنجاز الأكاديمي لدى طلاب المرحة الثانوية بمحافظة الليث.

– توجد علاقة إرتباطية سالبة عكسية دالة إحصائيًا بين درجات الضغوط النفسية المدرسية والصحة النفسية لدى طلاب المدرسية والصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الليث.

– توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائيًا بين درجات الإنجاز الأكاديمي والصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الليث.

– عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الضغوط النفسية المدرسية والإنجاز الأكاديمي بين أفراد عينة الدراسة ترجع لمتغير الصف الدراسي.

– وجود فروق دالة إحصائيًا في الصحة النفسية بين طلاب الصف الأولى ثانوي وطلاب الصف الثاني ثانوي لصالح طلاب الصف الثاني ثانوي.

– وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات منخفضي الضغوط النفسية المدرسية في الإنجاز الأكاديمي لعلاج منخفضي الضغوط النفسية المدرسية. (العمري، مرزوق بن أحمد عبد المحسن، 2012، رقم: 14883)

2/ الجزائرية:

1.2 دراسة حرش كريم وربيعي محمد:

تحت عنوان : المعاش النفسي لدى المصابين بفيروس كورونا المستجد (كوفيد 19)

هدفت الدارسة لمعرفة المعاش النفسي لدى المصابين بفيروس كورونا من خلال تناول سيرورة الإصابة، بداية من ظهور الأعراض إلى التشخيص والإعلان عنه والتكفل به، وخلال الحجر الصحي لدى خمسة حالات أصيبت بفيروس كورونا تم استشفاؤها بالمؤسسة الإستشفائية العمومية الإخوة بوشريط بالعامرية، باستخدام المنهج الوصفي الإستكشافي، من خلال دراسة الحالة والملاحظة فتم رصد مواقف متباينة بين متقبل ورافض وتشكل صدمة لدى البعض، ظهور اضطرابات في الأكل والنوم ونقص الوزن، وشل وتعب وإرهاق في المعاش السوماتي، فيما كان المعاش النفسي والإجتماعي بين تأنيب الذات إلقاء اللوم عليها أحيانًا، بسبب التهاون في إحترام لإجراءات الوقاية وعدم الثقة فيما يقوله الأطباء، وعلى المجتمع والمحيط وبيئة العمل أحيانا أخرى، ولمواجهة هذا الوضع الصحي تم اللجوء إلى التدين أحيانا أخرى، وتنوعت نظرتهم للمستقبل بين متفائل ومتشائم، والخوف من الوصمة، لتؤكد نتائج التأثير السلبي للإصابة بفيروس كورونا على المعاش النفسي لدى الحالات الخمسة، وعليه يوصي بضرورة الإهتمام أكثر بالجانب النفسي وتخصيص جلسات علاجية مكثفة للمصابين بهذا الفيروس، وينصح بالعلاج الجماعي، وإجراء المزيد من الدراسات لمعرفة سيكولوجية المصابين بهذا الفيروس، وتداعياته على الصحة النفسية ووضع برامج علاجية مناسبة. (حريش كريم، ربيعي محمد، 2021)

2.2 دراسة أمال مقدم، فوزية مصبايح، فايزة لحول:

تحت عنوان: المناخ المدرسي وعلاقته بدافعية الإنجاز لذى التلاميذ المرحلة الثانوية في ظل جائحة كورونا.

تعد المدرسة من أهم بيئات التفاعل الإجتماعي للتلاميذ، حيث تلعب دورًا أساسيًا في تشكيل شخصياتهم وتحديد مستقبلهم، والمدرسة إحدى المؤسسات الإجتماعية الفعالة لتعزيز الأنماط السلوكية المقبولة، وتشجيع القيم والإتجاهات النفسية الإيجابية التي يحرص عليها المجتمع، وتعد المدرسة من المؤسسات التنشئة الإجتماعية التي تؤثر على التلاميذ، من حيث أن المناخ المدرسي يمثل درجة إدراك التلميذ للأمان النفسي الإجتماعي، وكثيرًا ما يصادف المتعلم عوامل تؤثر على مساره الدراسي وتحصيل بينه وبين تحقيق أهدافه، خاصة في المرحلة الثانوية بإعتبارها مرحلة حساسية في حياة التلميذ، لذلك

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين المناخ المدرسي ودافعية الإنجاز لتلاميذ المرحلة الثانوية في ظل جائحة كورونا، وذلك بتطبيق مقياسيين الأولى خاص بالمناخ المدرسي في ظل جائحة كورونا، والثاني خاص بدافعية الإنجاز، على عينة قوامها 120 تلميذ، اختبروا بطريقة عشوائية بسيطة من ثانويات عين الدفلى، وقد إنطلقو من التساؤل الرئيسي التالي: هل توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين المناخ المدرسي والدافعية للإنجاز لدى تلاميذ المرحلة الثانوية في ظل جائحة كورونا؟ إعتمدوا على المنهج الوصفي الإرتباطي، وبعد جمع البيانات وتحليل النتائج تبين أنه توجد علاقة بين المناخ المدرسي ودافعية الإنجاز لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، كما نلاحظ أن قيمة معامل الإرتباط المحسوبة والمقدرة ب: (0.43) دالة عن مستوى الدلالة (0.01)، وبناءًا على ذلك أثبتت نتائج التحليل على وجود علاقة إرتباطية ضعيفة بين المناخ المدرسي والدافعية للإنجاز لدى تلاميذ المرحلة الثانوية في ظل جائحة كورونا.

وهذه النتيجة في نظر الباحثين منطقية ويمكن تفسير هذه النتيجة، بأن دراسة وفهم السلوك الإنساني في المواقف التربوية المختلفة هو أساس تفعيل العملية التربوية المختلفة، فالسلوك الناتج عن التلميذ في أي موقف تربوي يتأثر بمجموعة من العوامل، منها المناخ المدرسي والحاجة إلى الإنجاز والنتائج، لذا يبدو من الضروري توفير المناخ المدرسي المناسب لخلق الدافعية لدى التلاميذ في مختلف المواقف التعليمي. (أمال مقدم، فوزية مصباح، 2021، ص ص451-471)

3.2 دراسة صدقة إيمان وبشقة عز الدين:

تحت عنوان: المشكلات السلوكية والإنفعالية لدى تلاميذ الطور الإبتدائي من وجهة نظر الأولياء في ظل الحجر الصحي المتزامن مع جائحة كورونا.

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مدى ظهور المشكلات السلوكية والإنفعالية لدى تلاميذ الطور الإبتدائي، وكذلك الكشف عن دلالة الفروق بين التلاميذ الإناث والذكور، وذلك من وجهة نظر الأولياء خلال فترة الحجر الصحي المتزامن مع جائحة كورونا، وقد تكونت عينة الدراسة من 101 تلميذ طور الإبتدائي، وتمثلت أداة الدراسة في إستبيان من تصميم الباحثين، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى:

- أن تلاميذ الطور الإبتدائي أظهروا مجموعة من المشكلات الإنفعالية والسلوكية خلال فترة الحجر الصحي المتزامن مع جائحة كورونا، هذه المشكلات ما هي إلاّ تعبيرًا عن حالة نفسية داخلية مضطربة، نتيجة بقائهم مع أفراد العائلة داخل المنزل لفترات طويلة من الوقت، والتعرض بإنتظام للكميات الهائلة من

المعلومات والأخبار عن الوباء، هذا ما أدى إلى الشعور بالملل والقلق والتوتر والذعر، بالإضافة إلى الشعور بالإكتئاب والخوف كما وقد يسبب أمراضًا جسدية مثل إحتقار الصدر والأرق.

– كما كشفت الدراسة على أنه لا توجد فروق دالة بين التلاميذ الإناث والذكور في ظهور هذه المشكلات، لأنهم يتشاركون في نفس الظروف كحرمانهم من الذهاب للمدرسة التي تعتبر المكان الرئيس لبناء الصداقات بين الأطفال، فإنها تزرع فيهم ثقافة الإستماع وإنتظار الوقت المناسب للكلام، وتساعد الطفل على تفريغ شحنات الطاقة الزائدة لديه، وتزيد من تحكمه بالإنفعال وتخفيف من العنف الذي يرافق أحيانًا بعض الإضرابات النفسية.

– ونلاحظ من خلال فترة الحجر الصحي تزايد العنف والمشاكل اللأسرية بين الأبوين وهذه المسألة عايشها الأطفال، مما أثرت عليهم نفسيًا وجعلتهم يعيشون تحت ضغط كل هذه العوامل المجتمعة، كما يمكن أن يعبر الأطفال عن التوتر بطرق مختلفة كالإلتصاق أكثر بالأهل، أو التوتر، الإنعزال، الغضب، بالإضافة إلى صعوبات في النوم، أو التبول ليلا، آلام في البطن والرأس، الخوف من البقاء وحيد، هذه كلها ردود فعل طبيعية في مثل هكذا ظروف ضاغطة. (صدقة إيمان، بشقة عز الدين، 2021، ص ص213،229)

❖ **تعقيب علي الدراسات السابقة:**

من خلال عرض الدراسات السابقة التي تناولت موضوع جائحة كورونا وعلاقتها بالضغوط المدرسية لدى تلاميذ، والتي تم الاستفادة منها في بعض الجوانب النظرية والميدانية، إلا أن الدراسة الحالية تتميز ببعض النقاط:

– من الملاحظ أن الدراسة الحالية تكاد تنفرد عن بقية هذه الدراسات، كونها تركز على الضغوظات المدرسية في ظل جائحة كورونا، فالدراسات التي تناولت الضغوط المدرسية متنوعة وبيئتها مختلفة وعيناتها مختلفة أيضا، إلا أننا حاولنا جمع أكبر عدد ممكن من الدراسات المتشابهة لدراستنا الحالية.

✓ **دراسة د.عبد الله عادل شراب ود.أكرم سعدي وادي:**

تتفق مع دراستنا في محاولتها التعرف على الضغوط المدرسية شيوعًا لدى التلاميذ، وكذلك في محاولة معرفة علاقة هذه الضغوط بالتحصيل الدراسي لديهم، كما تتفق مع دراستنا في كونها أجريت على طلاب المرحلة الثانوية وإختارت عينة عشوائية، إضافة إلى استعمال الإستمارة كأدات للبحث، في حين تختلف مع دراستنا الحالية في كون دراستنا الحالية ركزت على الضغوط المدرسية التي تخلقها كورونا، بينما هذه الدراسة ركزت على الضغوط المدرسية بصفة عامة.

✓ **دراسة العمري مرزق بن أحمد عبد المحسن:**

نجد أنها تتفق مع دراستنا في كونها تهدف إلى التعرف على الضغوط النفسية المدرسية للتلاميذ، وعلاقتها بالانجاز الاكاديمي، وهذا ما نجده في فرضية بحثنا الثانية حيث توصلت إلى أن هناك علاقة بين الضغوط المدرسية النفسية والانجاز الأكاديمي للتلميذ، أي أن لها علاقة على التحصيل الدراسي للتلاميذ، كما أنها أجريت على تلاميذ المرحلة الثانوية، إضافة إلى أنهما عتمدوا نفس المنهج المتمثل في المنهج الوصفي، أضف إلى ذلك التحقق من وجود فروق في كل من الضغوط النفسية المدرسية والانجاز الأكاديمي والصحة النفسية.

✓ **دراسة حريش كريم وربيعي محمد:**

يتمثل وجه التشابه مع دراستنا في معرفة المعاش النفسي للمصابين بفيروس كورونا، إذ أن دراستنا تهدف إلى التعرف على الأثر النفسي الذي سببته كورونا على التلميذ، كذلك إعتمادها للمنهج الوصفي ضف إلى ذلك اشارتها للخوف والقلق والتوتر المعاش في فترة كورونا والحجر الصحي.

في حين نجدها تختلف مع درستنا في كونها أجريت بمؤسسة استشفائية وعلى مصابين بفيروس كورونا، إلا أن هذا لا ينفي توافقها في أنها توصلت إلى أن جائحة كورونا تؤثر على المعاش النفسي.

✓ **دراسة أمال مقدم، فوزية مصبايح، فايزة لحول:**

تشابهت هذه الدراسة مع دراستنا الحالية في كونها تناولت موضوع المناخ المدرسي وعلاقته بدافعية الانجاز في ظل جائحة كورونا، هذا ما أشارت إليه فرضية بحثنا الثالثة فالمناخ المدرسي بما فيه من حصص الترفيه وفترات الراحة يؤثر على التحصيل الدراسي للتلاميذ.

فدراستنا تهدف إلى التعرف على مدى تأثير المناخ المدرسي أثناء جائحة كورونا على التلميذ نفسيًا ومعنويًا، وكذلك في محاولتها لفهم سلوك التلميذ أثناء هذه الفترة الحساسة وهل هذا السلوك يؤثر عليه سلبًا أو ايجابًا، إضافة إلى التشابه في المنهج الوصفي واختيارها لعينة عشوائية من طلاب المرحلة الثانوية.

✓ **دراسة صدقة إيمان و بشقة عز الدين:**

يتمثل وجه التشابه مع دراستنا الحالية في كونها تهدف إلى التعرف على المشكلات السلوكية للتلاميذ في ظل جائحة كورونا، وكذلك المشكلات الناتجة عن طول فترة الحجر المنزلي، وهذا ما أشارت إليه الفرضية الأولى والثانية من بحثنا، فهذه المشكلات ناتجة بسبب الجائحة وكذلك طول البقاء في المنزل وحرمان التلاميذ من الذهاب للمدرسة، ضف إلى ذلك أنها تنتج من الحالة النفسية لدى التميذ، وكذلك التشابه في كونها أشارت إلى المشاكل الأسرية داخل المنزل أثناء فترة الحجر المنزلي، إضافة إلى

الخوف والقلق من المرض، نذكر أيضا إستعمالها للاستمارة كأداة للدراسة، في حين نجد أنها تختلف مع دراستنا في كونها أجريت على تلاميذ المرحلة الإبتدائية.

الفصل الثاني: النظريات المفسرة للضغوط المدرسية.

تمهيد.

أولاً: النظريات المفسرة للضغوط المدرسية.

1/ النظرية الإدراكية لسبيلبرجر.

2/ نظرية التقدير المعرفي لازاروس.

3/ نظرية التحليل النفسي سيجموند فرويد.

4/ نظرية هنري موراي.

5/ النظرية السلوكية جون واطسن.

6/ نظرية التعلم الإجتماعي ألبرت باندورة.

خلاصة الفصل.

تمهيد:

لقد اهتمت نظريات علم النفس بتفسير طبيعة الضغط النفسي والإنفعالات المتعلقة بها وأثر هذه الإنفعالات في الصحة النفسية للفرد، واختلفت النظريات التي اهتمت بدراسة الضغوط طبقًا لإختلاف الأطر النظرية التي تبنتها وانطلقت منها، فهناك نظريات ذات أسس نفسية أو فسيولوجية أو إجتماعية.

أولاً: النظريات المفسرة للضغوط المدرسية.

1/ النظرية الإدراكية لسبيلبرجر 1979:

تقوم هذه النظرية على الدافع ومن أوائل العلماء الذين صاغوها العالم سبيلبيرجر، ويشير إلى أن الدافع يلعب دورًا هامًا في إدراك الفرد للضغط النفسي، لذا نجد أن الموقف الواحد يختلف إدراكه من شخص لأخر.

ويهتم سبيلبيرجر في نظريته بتحديد طبيعة الظروف البيئية المحيطة والتي تكون ضاغطة، ويميز بين حالات القلق الناتجة عنها ويحدد العلاقة بينها وبين ميكانزمات الدفاع التي تساعد على تجنب تلك النواحي الضاغطة. (المزروع، 2009، 53)

ويعد معرفة وفهم نظرية سبيلبيرجر مقدمة ضرورية لفهم نظريته في الضغوط حيث أقام نظريته في القلق على أساس التمييز بين نوعين من القلق:

1-1 قلق الحالة: وهو قلق الموقف أو القلق الموضوعي ويعتمد بصورة أساسية ومباشرة على الظروف الضاغطة.

1-2 قلق السمة: أو القلق العصابي أو القلق المزمن وهو استعداد طبيعي أو إتجاه سلوكي يجعل القلق يعتمد بصورة أساسية على الخبرة الماضية، وهو يربط بين الضغط وقلق الحالة، ويعتبر الضغط الناتج عن ضاغط معين مسببًا لحالة القلق، أما الضغط كسمة فيرجعه إلى أن الفرد يكون من سمات شخصيته القلق أصلاً.

كذلك يهتم سبيلبيرجر في الإطار المرجعي لنظريته بتحديد طبيعة الظروف البيئية المحيطة والتي تكون ضاغطة، ويميز بين حالات القلق الناتجة عنها ويحدد العلاقة بينها وبين ميكانزمات الدافع التي تساعد على تجنب تلك النواحي الضاغطة، فالفرد يقدر الظروف الضاغطة التي أشارت إليها حالة القلق لديه ثم يستخدم الميكانزمات الدفاعية المناسبة لتخفيف الضغط كبدت، إنكار، إسقاط أو يستدعي سلوك التجنب الذي يسمح له بالهروب من المواقف الضاغطة، ويميز سبيلبيرجر بين مفهوم الضغط ومفهوم القلق، فالقلق عملية إندفاعية تشير إلى تتابع الإستجابات المعرفية السلوكية التي تحدث كرد فعل لشكل ما من الضغوط وتبدأ هذه العملية بواسطة مثير خارجي ظاغط. (أبو الحصين، 2010، ص28)

وحدد مفهوم الضغط في ثلاثة أبعاد: الأول: مصدر الضغط ويبدأ بمثير يحمل تهديدًا أو خطرًا ما نفسيًا أو جسميًا والثاني: هو إدراك الفرد للمثير والثالث: يشكل رد فعل نفسي مرتبط بالتهديد، ومن هنا

ترتبط شدة رد الفعل بمدى شدة المثير ومدى إدراك الفرد له، ولقد صاغ سبيلبيرجر نظريته على الضغط والقلق والتعليم ويرى أن النظرية الشاملة للضغوط لابد أن تأخذ في اعتبارها العوامل والمتغيرات الأتية:

- طبيعة وأهمية الضغوط في المواقف المختلفة.
- قياس مستوى شدة القلق الناجمة عن الضغوط في المواقف المختلفة.
- قياس الإختلافات الفردية في الميل للقلق.
- توفر السلوك المناسب للتغلب على حالات القلق الناتجة عن الضغوط في مختلف المواقف.
- توضيح تأثير الدفاعات السيكولوجية التي يستخدمها الأفراد الذين تجرى عليهم تجارب التعلم للتخفيف من حالة القلق.
- تحديد القوة النسبية للإستجابات الصحيحة والميول نحو الأخطاء التي تتبع عن التعليم.
- قياس ذكاء الأشخاص التي تجرى عليهم تجارب التعلم ومعرفة قدراتهم على التعلم. (العنزي، 2004، ص25)

2/ نظرية التقدير المعرفي لازاروس 1970:

نشأة نظرية التقدير المعرفي نتيجة للاهتمام الكبير بعملية الإدراك والعلاج الحسي الإدراكي، والتقدير المعرفي هو مفهوم يعتمد في الأساس على طبيعة الفرد حيث أن تقدير الفرد لحجم التهديد ليس مجرد إدراك مبسط للعناصر المكونة للموقف، ولكنه ربط بين البيئة المحيطة للفرد وخبراته الشخصية مع الضغوط، وبذلك يمكن للفرد تفسير الموقف ويعتمد تقدير الفرد للموقف على أنه ضاغط على عدة عوامل منها: العوامل الشخصية والعوامل الخارجية الخاصة بالبيئة الإجتماعية والعوامل المتصلة بالموقف نفسه، وتعرف نظرية التقدير المعرفي الضغوط بأنها تنشأ عندما يوجد تناقض بين المتطلبات الشخصية للفرد، ويؤدي ذلك إلى تقييم التهديد وإدراكه في مرحلتين. (حسونة، 2014، ص33)

ولقد وضع فكرة التقدير والتقييم وذكر لهما نوعين:

2-1 التقييم الأول: ويقصد به تقييم الفرد للحديث وتقديره له هل هو سلبي أو إيجابي أو عادي، فإنه أدركه بأنه سلبي يقوم بتقييمه: هل الحدث مؤدي؟ مهدد؟ متحد؟

2-2 التقييم الثانوي: ويقصد به تقييم الفرد لإمكاناته الشخصية والمادية والإجتماعية لمواجهة الحدث الذي قدره كحدث ضاغط، ويعتبر "لازاروس" أن التوازن بين نوعي التقييم هو الحكم على مدى إدراك الضغوط، فحين يكون الضرر أو التحديد أو التحدي أعلى من إمكانات المواجهة (التكيف) فإن الفرد سوف يدرك الضغوط وتظهر لديه ردود فعل الضغوط النفسية. (تيلور، 1995، ص222)

وكلتا المرحلتين متأثرة بعدد من العوامل منها:

- طبيعة المنبه نفسه.
- خصائص الفرد الشخصية.
- الخبرة السابقة بالمنبه.
- ذكاء الفرد.
- المستوى الثقافي للفرد.
- تقويم الفرد لإمكاناته.

ويرى "لازاروس" أن الضغوط تحدث عندما يواجه الشخص مطالب ترهقه أو تفوق قدرته على التكيف، وأن التفاعل يحدث بين المطالب الخارجية والأساسية البنيوي وقابلية الشخص للتأثر وبين كفاءة الشخص الدفاعية، كما أشار "لازاروس" هنا إلى دور الإحباط والصراع والتهديد في إحداث ضغوط، أما التقدير فيستخدمه "لازاروس" للإشارة إلى التقدير المعرفي وهو يعتمد على أشياء أخرى مثل: التعلم والخبرة السابقة للفرد.

كما يرى "لازاروس" في نظرية التقدير المعرفي بأن الضغوط تنشأ عندما يوجد تناقض بين المتطلبات الشخصية للفرد، ويؤدي ذلك إلى تقييم التهديد وإدراكه في مرحلتين الأولى: هي الخاصة بتحديد ومعرفة أن بعض الأحداث ذاتها شيء يسبب الضغوط، والثانية: هي التي يّحدد فيها أساليب حل المشكلات التي تظهر في الموقف. (عثمان، 2001، ص101)

وقد حدد "لازاروس" ثلاث أنواع من الضغوط النفسية:

- التغيرات الكبيرة التي تؤثر على مجموعة كبيرة من الأشخاص، وهي ضغوط عامة على الكل وخارج نطاق تحكم البشر مثل: الكوارث الطبيعية وكوارث من عمل الإنسان مثل: الحروب والطرد والإعتقال والتمييز العنصري.
- الطوارث الكبيرة التي يتأثر بها فرد أو أكثر أو مجموعة وتكون التجربة خارج نطاق تحمل الفرد مثل: الموت والمرض الشديد وفقدان العمل أو البيت.
- الضغوط اليومية الحياتية مثل: المشكلات الزوجية وفي العمل. (حسونة، 2014، ص33)

ويتضح من هذه النظرية أن ما يعتبر ضاغطًا بالنسبة لمعلم ما لا يعتبر كذلك بالنسبة لمعلم أخر، ويتوقف ذلك على الحالة الصحية والسمات الشخصية للمعلم ومستوى تعلمه وخبراته الذاتية ومهارته في

تحمل الضغوط، وعلى عوامل ذات صلة بالموقف الضاغط نفسه وعوامل البيئة الإجتماعية، كالتغير الإجتماعي ومتطلبات مهنة التعليم.

3/ نظرية التحليل النفسي "سيجموند فرويد":

تعود هذه النظرية إلى مدرسة التحليل النفسي التي أسسها طبيب الأعشاب النمساوي "سيجموند فرويد"، ثم تشعب عن هذه النظرية ونشق على مؤسسها بعض تلاميذه مثل "ألفرد أدلر" صاحب علم النفس و"كارل جوستاف يونج" مؤسس علم النفس التحليلي.

وبدأت هذه المدرسة في علاج بعض الأمراض النفسية ثم أصبحت نظرية ونظامًا سبكولوجيا كان له الأثر البالغ ليس فقط في علم النفس، بل وفي سائر العلوم والفنون الإنسانية من علوم الإجتماع والتربية والسياسة إلى الأدب والفن والتاريخ الحضارة الإنسانية وغيرها. (راجع، 1999، ص47)

وترى نظرية التحليل النفسي أن وجود خبرات سابقة لدى الأفراد يختارها العقل الباطن منذ سنوات العمر الأول، ينتج عنه وجود استعداد مسبق لدى بعض الأشخاص دون غيرهم للتفاعل مع مواقف التهديد في أثناء الأزمات متأثرين بهذه الخبرات فينشأ الإضطراب. (عبد العزيز، 2010، ص229)

وطبقًا لوجهة "فرويد" يحاول (الهو) السعي وراء إشباع الغرائز ولكن دفاعات (الأنا) تسد الطريق ولا تسمح للرغبات الصادرة بالإشباع ما دام لا يتماشى مع قيم ومعايير المجتمع، ويتم ذلك عندما تكون (الآنا) قوية، أما حين تكون (الآنا) ضعيفة وكمية الطاقة المستثمرة لديها منخفضة، فسرعان ما يقع الفرد فريسة للصراعات والتوترات والتهديدات، ومن ثم لا تستطيع (الآنا) القيام بوظائفها وتحقيق التوازن بين مطالب ومحفزات (الهو) ومتطلبات الواقع الخارجي، وبناء على هذا ينتج الضغط النفسي. (جبل، 2001، ص110)

ويؤكد أصحاب نظرية التحليل النفسي على دور العمليات اللاشعورية وميكانزمات الدفاع في تحديد كل من السلوك السوي واللاسوي للفرد حينما يتعرض لمواقف ضاغطة ومؤلمة، فإنه يسعى إلى تفريغ انفعالاته السلبية الناتجة عنها عبر ميكانزمات الدفاع اللاشعورية، وعلى هذا فالقلق أو الخوف أو انفعالات سلبية الأخرى تكون مصاحبة للمواقف الضاغطة التي يمر بها الفرد، ويتم تفريغها بصورة لاشعورية عن طريق الكبت. (السيد عبيد، 2008، ص132)

4/ نظرية هنري موراي 1938:

مفهوم الضغط من خلال هذه النظرية يمثل المحددات المؤثرة أو الجوهرية للسلوك في البيئة، وأن الضغط في أبسط معانيه يمثل صفة أو خاصية لموضوع بيئي تيسر أو تعوق جهود الفرد للوصول إلى

هدف معين، كما أن الضغوط ترتبط بالموضوعات البيئية التي لها دلالات مباشرة تتعلق بمحاولات الفرد لإشباع متطلبات حاجته، ويوضح "موراي" أن سلوك الفرد غالبًا ما يرتبط ارتباطًا وثيقًا بضغوط (بيتا)، ولكنه من المهم برغم ذلك اكتشاف المواقف التي تتسع فيها الشقة بين ضغوط (بيتا) التي يستجيب لها الفرد وبين ضغوط (ألفا) الموجودة بالفعل.

وقد وضح "موراي" تصنيفات مختلفة للضغوط من أجل أغراض معينة. (أبو عون، 2014، ص33)

ويميز "موراي" بين نوعين من الضغوط حيث يشير إلى ضغوط بيتا (Beta Press) بإعتبارها تمثل دلالة الموضوعات البيئية كما يدركها الفرد ويفسرها وكذلك يشير إلى ضغوط ألفا (Alpha Press) بإعتبارها تمثل خصائص الموضوعات البيئية كما توجد في الواقع، وقد قدم "موراي" قائمة بأهم الضغوط التي تواجه الفرد (الرشيدي، 1999، ص66) وهي حسب الجدول الأتي:

جدول رقم (01): أهم الضغوط حسب نظرية موراي.

1- ضغوط نقص التأييد الأسري	1- ضغط ولادة أخوان
2- ضغط الأخطاء والكوارث الطبيعية	2- ضغط العدوان
3- ضغط النقص والضياع	3- ضغط السيطرة والقسر والمنع
4- ضغط الاحتجاز والموضوعات الكابحة	4- ضغط السيطرة والقسر والمنع
5- ضغط النبذ وعدم الاهتمام والاحتقار	5- ضغط العطف على الآخر والتسامح
6- ضغط الخصوم والأقران المتنافسين	6- ضغط الانقياد والمدح والتقدير

وهكذا وطبقًا لنظرية "موراي" تكون الحاجات النفسية قوى دافعة لكنها لا تعمل بمفردها وإنما تتضافر مع القوى البيئية في ديناميكية من أجل انبثاق السلوك الإنساني، فالعوز الذي ينشأ عن وجود الحاجة يهدد كيان الفرد ويهز استقراره، وإتزانه يزيد من التوتر والإلحاح لديه من أجل الإشباع ويظل الإنسان يكدح ويناضل في بيئته ويبحث عن ميسرات تيسر له الإشباع وتحقق له اللذة، فيتواجه مع الأشخاص أو الموضوعات والوضعيات والقوى البيئية والنماذج الإجتماعية، وهذه إما تيسر أو تعوق الإشباع وفي هذه الحالة تكون هذه القوى ميسرة وقادرة على الإشباع، فض التوتر واستعاد الإنسان إتزانه ونظامه أما في حالة أن تعوق إشباع الحاجات المنارة يكون الضغط. (أبو كويك، 2007، ص9)

5/ النظرية السلوكية جون واطسن:

تعود النظرية السلوكية إلى المدرسة السلوكية التي أسسها "واطسن" سنة 1912م وهي مدرسة تنظر إلى الكائن الحي نظرتها إلى ألة ميكانيكية معقدة، لا تحركه دوافع موجهة إلى غاية بل مثيرات فيزيقية تصدر عنها استجابات عضلية مختلفة. (راجع، 1999، ص46)

وترى النظرية السلوكية أن الضغوط النفسية هي نتيجة لعوامل مصدرها البيئة، وهذه العوامل يمكن التحطم بها أو لا يمكن التحكم بها، والسبب الرئيسي يعود إلى البيئة، وتذهب النظرية السلوكية إلى أن بعض الأفراد يتأثرون أكثر من غيرهم بضغوط البيئة، ولهذا فإن هذه الضغوط تظهر أثار مختلفة من حيث شدتها وحدتها.

وتؤكد المدرسة السلوكية على اختلاف مراحلها (القديمة، الحديثة) على الجانب البيئي في الضغوط النفسية، بالإضافة إلى ذلك فهي ترى أن أنماط التوافق وسوء التوافق متعلمة من خلال الخبرات التي يتعرض لها الفرد، وقد اعتقد كل من "واطسن" و"سكينر" أن عملية التوافق يتشكل بطريقة ميكانيكية، بينما رفض "باندورا" كل تغير للسلوك الإنساني بطريقة ألية ميكانيكية، وأوضح "توكمن" أنه عندما يجد الأفراد أن علاقاتهم مع الأخرين غير مثابة فإنهم ينسلخون عن الآخرين ويبدون إهتمامًا أقل فيما يتعلق بالتلميحات الإجتماعية، ينتج عن هذا أن يأخذ السلوك شكلاً شاذًا أو غير متوافق. (عبد العزيز، 2010، ص228)

6/ نظرية التعلم الإجتماعي البرت باندورا:

نشأت نظرية التعلم الإجتماعي في عام 1977 على يد عالم النفس الكندي: "البرت باندورا"، وتعتبر النظرية هي أحد نظريات التعلم التي تتبنى الفكرة القائلة بأنه يمكن للفرد أن يتعلم تأثر بالمجتمع المحيط عن طريق الملاحظة أو عن طريق تعزيز التعلم باستخدام الثواب والعقاب.

وقد أشار " باندورا" إلى وجود أربعة استراتيجيات أساسية للتعلم بالملاحظة وهي: (التفاعلية التبادلية، العمليات الإبدالية، العمليات المعرفية وعمليات التنظيم الذاتي) ومن أهم فرضيات هذه النظرية:

- أشار "البرت باندورا" إلى أن السلوك الإنساني يتأثر بالعديد من العوامل الخارجية وذلك عن طريق العمليات المعرفية مثل: الإعتقادات والتي تؤثر في تبني الفرد لبعض السلوكيات عن غيرها.
- أشارت النظرية إلى وجود ما يعرف باسم التفاعلية التبادلية بين المؤثرات البيئية والسلوك الإنساني، أي أن السلوك الفردي للشخص يتأثر بالمجتمع المحيط بشكل كبير.

– تؤثر المعرفة الفردية على السلوك الإنساني حيث تعتبر العمليات المعرفية هي أحد المحددات السلوكية والتي تحدد شكل السلوك وكيفية تفاعل الفرد مع المجتمع.

– استنتج "باندورا" في نظرية التعلم الإجتماعي أنه كلما زادت محبة الأفراد للنموذج كلما زاد تأثير هذا النموذج بشكل كبير على الأفراد.

– واستنتج أيضا أن عملية التعزيز أكبر دافع لتذكر عملية السلوك وممارسته وكذلك فإن العمليات المعرفية لها دور كبير في التعليم.

وقد وضع مجموعة من المبادئ أهمها ما يلي:

6-1 مبدأ الحتمية التبادلية: يسلط هذا المبدأ الضوء على ثلاث مكونات رئيسية (الشخص، السلوك، البيئة)، حيث تؤثر العوامل الشخصية تأثيرًا كبيرًا على تنظيم السلوك، وفي كثير من الأحيان يتأثر الفرد بشكل كبير بالبيئة، وتلعب جميع العمليات المعرفية دورًا كبيرًا في التحكم في الشخص كذلك في البيئة.

6-2 مبدأ العمليات الإبدالية: يعتمد مبدأ العمليات الإبدالية بشكل كبير على أن السلوك يتم اكتسابه بشكل بديلي، ويتم ذلك من خلال الملاحظة الدقيقة للنماذج دون أن يضطر الأفراد للمرور بالسلوك، ويتم جزء التعلم كذلك في هذا المبدأ دون أن يمر الفرد بتجربة مباشرة مع كل من الثواب والعقاب، ويركز هذا المبدأ كذلك على مبدأ المحاولة وكذلك الخطأ لا يكفي لتعلم السلوك.

وقد واجه "البرت باندورا" انتقادات في نظيرة التعلم الإجتماعي وكان من ضمنها أنه اهتم بشكل كبير بالمؤثرات الظاهرية وتجاهل بعض العوامل والمؤثرات الداخلية والتي يمكن أن تؤثر بشكل كبير على سلوك الفرد مثل الصراعات النفسية الداخلية والدوافع اللاشعورية.

على الرغم من تقديم "البرت باندورا" إطار علمي جيد للتعلم عن طريق الملاحظة إلا أنه أغفل العديد من الجوانب الهامة لتلك العملية ولم يوفر إطار مكتملا الأركان لها. (حميدان حسان، 2016، ص131)

❖ التعقيب على النظريات المفسرة للضغوط:

بعد أن استعرضنا عددًا من النظريات المفسرة للضغوط المدرسية، تبين أن هناك اختلاف في الرأي بين هذه النظريات طبقًا لاختلاف الأطر النظرية التي تبنتها وانطلقت منها، وقد تمثلت هذه الأراء فيما يلي:

✓ يري "سبيلبيرجر" في النظرية الإدراكية أن الضغط هو استجابة لظروف بيئية ضاغطة ينتج عنها القلق وإضراب السلوك.

✓ ويأخذ "لازاروس" بالنظرية الشمولية في تعريفه للضغط النفسي، حيث يتضمن تعريفه المثيرات للضغوط والإستجابات المترتبة عليها والتقدير العقلي لمستوى الخطر الذي يهدد الفرد، وأساليب التكيف مع الخطر بالإضافة إلى الدفاعات النفسية.

✓ كما يرى علماء مدرسة التحليل النفسي أن الضغوط من خلال موقف أو سلوك تعبير عن صراع ما، بين القوى ونزاعات متعارضة أو متباينة سواء بين الفرد والمحيط الخارجي أم داخل الفرد ذاته، وعندما تصطدم النزاعات الغريزية بتحريم يأتي من المحيط الإجتماعي أو من الرقابة النفسية الداخلية التي يمثلها (الآنى الأعلى)، فإن التفاعلات تؤدي إلى نشوء آليات دفاعية تحول دون تحقيق تلك الرغبات وتؤدي إلى نشوء ضغط نفسي.

✓ يعرف "موراي" الضغط في أبسط معانيه بأنه صفة أو خاصية لموضوع بيئي أو لشخص تيسر أو تعوق جهود الفرد للوصول إلى هدف معين، وترتبط الضغوط بالأشخاص أو الموضوعات التي لها دلالات مباشرة تتعلق بمحاولات الفرد لإشباع متطلبات حاجته، ويميز "موراي" بين نوعين من الضغوط، بحيث يشير إلى ضغوط "بيتا" باعتبارها تمثل دلالة الموضوعات البيئية كما يدركها الفرد ويفسرها، كما يشير إلى ضغوط "ألفا" باعتبارها تمثل خصائص الموضوعات البيئية كما توجد في الواقع.

✓ وتنظر النظرية السلوكية إلى الضغوط النفسية على أنها تأتي نتيجة لعوامل مصدرها البيئة، حيث يرى "واطسن" أن عملية التوافق الشخصي لا يمكن لها أن تنمو عن طريق الجهد الشعوري، ولكن تتشكل بطريقة ألية عن طريق تلميحات البيئية وإثباتها.

✓ أما ألبرت باندورا" في نظرية التعلم الإجتماعي فقد ركز على التعلم والذي اعتبر الفرد يتأثر بالمجتمع المحيط به عن طريق الملاحظة أو عن طريق تعزيز التعلم باستخدام التواب والعقاب، وأشار إلى أن السلوك الإنساني يتأثر بالعديد من العوامل الخارجية وعن طريق العمليات المعرفية.

ونستخلص من خلال استعراض النظريات الخاصة بالضغوط أن العلماء لم يجمعوا على تفسير جامع للضغوط ولم يصلوا إلى نظرية شاملة في الضغوط، لذا نجد لكل منهم وجهة نظره الخاصة في تفسير ظاهرة الضغوط ففي حين اعتمد "سبيلبيرجر" في تفسيره للضغوط على نظرية الدوافع، حيث يرى أن الضغوط تلعب دورًا مهمًا في إثارة الاختلافات على مستوى الدوافع وذلك حسب إدراك كل فرد للضغوط.

وركز "لازاروس" على دور الإحباط والصراع والتهديد في إحداث الضغوطات، كما يشير إلى تقدير الفرد المعرفي للضغوط يعتمد على أشياء آخرى مثل: التعلم والخبرة السابقة للفرد والبيئة الإجتماعية.

في حين نجد أن نظرية التحليل النفسي ترى أن وجود خبرات سابقة لدى الأفراد يختارها العقل الباطن منذ سنوات العمل الأولى، يتسبب عنه وجود استعدادا مسبق لدى بعض الأطفال دون غيرهم للتفاعل مع مواقف التهديد أثناء الأزمات متأثرين بهذه الخبرات المختومة فينشأ الإضراب.

خلاصة الفصل:

من خلال النظريات المفسرة نلاحظ أنها اختلفت في جزئيات واتفقت في عمومها، ويرجع هذا التباين إلى اختلاف في أسس النظرية التي تبناها في كل نظرية، فالأراء التي استمدت من هذه النظريات قد تفاوتت في اتجاهاتها وفي تأكيدها، ولعل السبب في ذلك هو أن العلماء استمدوا آراءهم ونظرياتهم من الواقع المحيط بهم، حيث أن كل بيئة من البيئات لها عناصر ضغط خاصة بها ولا تخلو أي بيئة مهما كانت من الضغوط، وعلى الرغم من الإختلاف بين الإتجاهات في هذه النظريات إلا أن هناك إتفق عام بينها على آثار الضغوط على صحة الفرد وتوازنه وتكيفه، فالضغوط تنشأ من مواقف ضاغطة يتعرض لها الفرد بسبب تفاعله مع البيئة، وتؤدي إلى إختلال توازنه وتفرض عليه استجابات معينة قد تكون فيزيلوجية أو نفسية أو إجتماعية أو أكثر من ذلك وقد تأثر على حياته ومستقبله.

الفصل الثالث: جائحة كورونا.

تمهيد.

أولاً: مفهوم كورونا.

ثانياً: التسمية والشكل.

ثالثاً: إكتشاف مرض كورونا.

رابعاً: أسباب المرض بفيروس كورونا.

خامساً: أعراض مرض كورونا.

سادساً: آثار فيروس كورونا.

سابعاً: الوقاية من فيروس كورونا.

خلاصة الفصل.

تمهيد:

فيروسات كورونا هي عائلة كبيرة من فيروسات الجهاز التنفسي، ويسبب بعضها أمراضًا أقل من غيرها، مثل نزلات البرد، وأمراض أخرى أشد مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية الحادة الوخيمة، وتنتقل بعض هذه الفيروسات بسهولة من شخص لأخر، عكس فيروسات أخرى.

وفي هذا الفصل نتناول جائحة كورونا من خلال التعرف على مفهومها، أصل تسميتها وكذلك الإحاطة بأهم أسباب المرض وأعراض وآثاره ونختمها بتقديم حلول لكيفية الوقاية من هذا المرض.

أولاً: مفهوم كورونا.

مرض كوفيد 19، أو مرض فيروس كورونا 2019، هو مرض يسببه نوع جديد من فيروسات كورونا، أكتشفت لأول مرة عندما حدث تفش للمرض في ديسمبر 2019.

فيروس كورونا (كوفيد-19) هو فيروس مستحدث وهو سلالة جديدة من الفيروسات التاجية، وتكمن خطورة الفيروس في أنه يصيب الجهاز التنفسي للإنسان مع عدم معرفة علاج نهائي له حتى الآن، وهو أيضا فيروس كبير الحجم ويبقى على الأسطح لفترات طويلة، ولكبر حجمه فإن بقاءه بالهواء مدة لا تتجاوز الثلاث ساعات وهذه الفترة كافية لإلتقاط الفيروس ما لم نتبع طرق الوقاية والسلامة. (منظمة الصحة العالمية، 2020)

فيروسات كورونا هي عائلة من الفيروسات التي يمكنها أن تسبب أمراضًا مثل: الزكام والإلتهاب التنفسي الحاد الوخيم (السارس) ومتلازمة الشرق الأوسط التنفسية (ميرس) في عام 2019، اكتشف نوع جديد من فيروسات كورونا تسبب في تفشي مرض كان منشأه الصين.

يعرّف الفيروس باسم المتلازمة التنفسية الحادّة الوخيمة كورونا 2 (سارس- كوف-2) ويسمى المرض الناتج عنه مرض فيروس كورونا المستجد 2019، في مارس 2020 أعلنت منظمة الصحة العالمية أن فيروس كورونا قد أصبح جائحة عالمية. (مجلة رعاية المريض والمعلومات الصحية، 2020)

ثانيًا: التسمية والشكل.

يشتق إسم "corona virus" عربيًا: فيروس كورونا إختصارًا Cov وباللاتينية Corona وباليونانية Koroné وتعني إكليل زهور أو الإكليل كما تعني التاج أو الهالة، يشير الإسم إلى المظهر المميز للفيروسات (الشكل المعدي الفيروس)، والذي يظهر عبر المجهر الإلكتروني، حيث تمتلك خملا ازغابات من البروزان السطحية البصلية الكبيرة، مما يظهرها على شكل تاج الملك أو الهالة الشمسية يحدث هذا التشكل عبر قسيمات فولفية للشوكة الفيروسية، وهي بروتينات لملأ سطح الفيروس وتحدد إنتحاء مضيف . (المعجم الصيدلي الموحد، 26 يناير 2020)

تساهم عدة بروتينات في البنية العامة لجميع فيروسات كورونا، وهي الحَسَكَة (Spike إختصارًاS) الغلاف (Enelope إختصار E) والغشاء (Membrane إختصار M) القفيصة المنواة (Nucleocapsid إختصارا N) في حالة محددة لفيروس كورونا المرتبط بمتلازمة سارس، يعمل نطاق إرتباط بالمستقبل نحدد متواجد في S كوسيط لتعلق الفيروس على مستقبله الخلوي، وهو الأنزيم المحول للأنجيوتنسين 2 (ALE2) بعض فيروسات كورونا (خاصة أعضاء مجموعة فيروسات كورونا بيتا الفرعية A) لديها أيضا بروتين أقصر شبيه بالحسكة (spike-Like) يسمي إستراز الراصة الدموية (HE).

في اللغة العربية تعتبر تسمية فيروس كورونا أكثر شيوعًا من باقي التسميات الأخرى، ولكن التسميات الأخرى أكثر في الوصف، حيث يسمى: الفيروس التاجي فيروس الهالة، الفيروسة المكلّلة (أو فيروس

المكلل) الحمة التاجية، الحمة الإكليلية الحمة التاجية المكللة. (ترجمة corona virus على موقع قاموس، 3 فبراير 2020)

ثالثًا: إكتشاف مرض كورونا.

نشأت العديد من النظريات حول المكان الذي ظهرت فيه الحالة الأولى للفيروس (أو ما يسمى بالمرض صفر) يعتقد أن أول حالة مسجلة يعود تاريخها إلى 1 ديسمبر 2019 في "ووهان" مقاطعة "خوبي" الصين، إزدادت خلال الشهر التالي عدد حالات الإصابة بفيروس كورونا في "خوبي" تدريجيًا، ووفقًا لمصادر صينية رسمية كانت هذه الحالات مرتبطة في الغالب بسوق ووهان للمأكولات البحرية، الذي يبيع أيضا الحيوانات الحية، ووجدت نظرية واحدة تقول أن الفيروس جاء من إحدى هذه الحيوانات.

أرسل مستشفى ووهان المركزي في 24 ديسمبر 2019 عينة من سائل غسل القصبات والأسناخ لإحدى الحالات السريرية غير المحلولة إلى شركة فيجن الطبية، في 27 و28 ديسمبر أبلغت الشركة مستشفى ووهان المركزي ومراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها الصيني بنتائج الإختبار، موضحين وجود فيروس تاجي جديد، وقد لوحظت مجموعة من الإلتهابات الرئوية مجهولة السبب في تاريخ 26 ديسمبر وعالجها الطبيب "تشانغ جيشيان" في مستشفى مقاطعة خوبي الذي أبلغ مركز السيطرة على الأمراض والوقاية منها في ووهان جيانغهان في 27 ديسمبر، وفي 30 ديسمبر ذكرت أحد تقارير الإختبار الموجهة إلى مستشفى ووهان المركزي، من شركة كابتل بايو ميدلاب، نتيجة إيجابة كاذبة لمرض السارس، وهذا ما دفع مجموعة من الأطباء في مستشفى ووهان المركزي إلى تنبيه زملائهم وسلطات المستشفى المرتبطة بتلك النتيجة، وبعدها أصدرت لجنة الصحة التابعة لبلدية ووهان أول إعلان عام عن تفشي الإلتهاب الرئوي مجهول السبب في 31 ديسمبر وأكدت وجود 27 حالة وهو ما يكفي لبدء البحث.

في 20 جانفي 2020 أعلنت الصين عن بداية تضاعف الحالات حيث أخبرت عن نحو 140 حالة جديدة في يوم واحد في ووهان وحالتين في "بكين" وحالة في "شنجن"، أظهرت البيانات الرسمية لاحقا أن 6174 شخصًا قد ظهرت عليهم أعراض في تلك الفترة، أما عدد المصابين بالعدوى كان أكثر من ذلك، وفي 30 جانفي 2020 أعلنت منظمة الصحة العالمية أن فيروس كورونا حالة طوارئ عامة ومحل اهتمام دولي.

سجلت في 31 جانفي 2020 أولى حالات المؤكدة في إيطاليا، وهما سائحان من الصين، اعتبارا من 13 مارس 2020 أعتبرت أوروبا المركز النشط للوباء من قبل منظمة الصحة العالمية، وفي 19 مارس 2020 تفوقت إيطاليا على الصين باعتبارها الدولة التي سجلت أكبر عدد من الوفايات، وبحلول 26 مارس 2020 تجاوزت الولايات المتحدة الأمريكية كلا من الصين وإيطاليا بأكبر عدد من الحالات، أبلغ عن أكثر من 5.07 مليون حالة في جميع أنحاء العالم حتى تاريخ 19 ماي 2020 وتوفي أكثر من

332000 شخص وتعافى أكثر من 1.93 مليون شخص، إعتبارًا من 23 فبراير 2021 تم الإبلاغ عن أكثر من 111 مليون حلة في جميع أنحاء العالم بسبب covid 19 أكثر من 2.47 مليون حالة لقوا حتفهم وتعافى أكثر من 63 مليون. (منظمة الصحة العالمية، 16 ماي 2020)

رابعًا: أسباب المرض بفيروس كورونا.

يحدث هذا المرض بسبب الفيروس التاجي المستجد ويمكن إلتقاط الفيروس عن طريق:

- ينتشر الفيروس المسبب لمرض كوفيد 19 بسهولة بين الناس، فقد أظهرت البيانات أن فيروس كورونا ينتقد بشكل رئيسي من شخص لأخر بين الاخرين الذين يتعاملون عن قرب (ضمن مسافة ستة أمتار أو مترين)، وينتشر الفيروس عن طريق الرذاذ التنفسي الذي يخرج من الشخص المصاب بالفيروس حين يعطس أو يسعل أو يتنفس أو يغني أو يتحدث، فربما يستنشق الشخص القريب منه هذا الرذاذ أو يدخل إلى فمه أو أنفه أو عينه.
- في بعض الحالات من الممكن أن ينتشر فيروس كوفيد 19 عندما يتعرض الشخص لقطرات صغيرة جدًا أو بقايا رذاذ تظل عالقة في الهواء لعدة دقائق أو ساعات، وهذا يسمى نقل العدوى عبر الهواء.
- ويمكن للفيروس أن ينتشر أيضا إذا لمست سطحًا يغطيه الفيروس ثم لمست فمك أو أنفك أو عينك، ولكن احتمال الخطر في هذه الحالة يكون منخفضًا.
- يمكن أن ينتقل فيروس كورونا من شخص مصاب لا تظهر عليه الأعراض، وهذا يسمى الإنتقال دون الأعراض، ويمكن أن ينتقل أيضا من شخص مصاب ولم تظهر عليه الأعراض بعد، وهذا يسمى الإنتقال السابق لظهور الأعراض.
- من الممكن أن تصاب بفيروس كورونا مرتين أو أكثر لكن هذا غير شائع.
- حين تنشأ طفرة جديدة واحدة أو أكثر لفيروس ما، يطلق عليها إسم سلالة متحورة من الفيروس الأصلي، وفي الوقت الحالي حدد مركز مكافحة الأمراض والوقاية منها سلالتين مختلفتين من الفيروس الذي يسبب مرض كوفيد 19، بصفتهما مدعاة للقلق، وهما متحور "دالتا" (B.1.617.2)، ومتحور "أوميكرون" (B.1.1.529) تقارب قدرة متحور "دالتا" على العدوى الضعف مقارنة بالمتحورات السابقة، كما أنها تسبب حالات مرضية أكثر خطورة، أما متحور "أوميكرون" فيمكنه الإنتشار بسهولة أكبر من المتحورات الأخرى، بما في ذلك متحور "دالتا" لكن لم يتضح بعد ما إذا كانت سلالة "أوميكرون" تسبب أعراضًا أكثر للمرض من السلالات الأخرى. (منظمة الصحة العالمية، 2020)

خامسًا: أعراض مرض كورونا.

قد تظهر مؤثرات مرض فيروس كورونا المستجد 2019 (كوفيد 19) وأعراضه بعد يومين إلى 14 يومًا من التعرض له، وتسمى هذه الفترة التي تلي التعرض للفيروس وتسبق ظهور الأعراض بفترة

الحضانة، يظل بإمكانك نشر عدوى فيروس كوفيد 19 قبل أن تظهر عليك الأعراض، وقد تشمل مؤشرات المرض والأعراض الشائعة:

- الحمى.
- السعال.
- الشعور بالتعب.

قد تتضمن الأعراض المبكرة لفيروس كوفيد 19 فقدان حاسة التذوق أو الشم، ومن الأعراض الأخرى ما يلي:

- ضيق التنفس أو صعوبة في التنفس.
- آلام في العضلات.
- القشعريرة.
- إلتهاب الحلق.
- سيلان الأنف.
- الصداع.
- آلام الصدر.
- إحمرار العين (إلتهاب الملتحمة).
- الغثيان والقيء والإسهال.
- طفح جلدي.

ولا تشمل هذه القائمة جميع الأعراض، يصاب الأطفال بأعراض متشابهة لأعراض البالغين، ويصابون عمومًا بتوعك خفيف.

ومن الممكن أن تتراوح حدة أعراض كوفيد 19 بين خفيفة جدًا إلى حادة فبعض الأشخاص لا يصابون سوى بأعراض قليلة، وقد تتفاقم نشر المرض (نقل المرض دون ظهور الأعراض عليهم)، وقد تتفاقم الأعراض مثل: ضيق التنفس والإلتهاب الرئة لدى بعض الأشخاص بعد بداية ظهور الأعراض بأسبوع تقريبا.

تصيب أعراض كوفيد 19 بعض الناس لمدة تزيد عن 4 أسابيع بعد التشخيص، ويشار إلى هذه المشاكل الصحية أحيانا بإسم حالات ما بعد كوفيد 19، ويصاب بعض الأطفال بمتلازمة إلتهاب الأجهزة المتعددة، وهي متلازمة يمكنها أن تؤثر في عدد من الأعضاء والأنسجة، بعد عدّة أسابيع من الإصابة بفيروس كوفيد 19، وفي حالات نادرة قد يصاب بعض البالغين بهذه المتلازمة أيضا.

تزداد مخاطر الإثابة بأعراض حادة جراء الإصابة بمرض كورونا لدى كبار السن، وتزداد المخاطر مع التقدم في العمر، وقد تزداد خطورة المرض أيضا لدى المصابين بحالات مرضية أخرى، والتي تتضمن:

- أمراض القلب الخطيرة مثل: فشل القلب أو أمراض الشريان التاجي أو إعتلال عضلة القلب.
- السرطان.
- داء إنسداد الرئوي المزمن.
- الإصابة بداء السكري من النوع الأول والثاني.
- السمنة وإرتفاع ضغط الدم.
- التدخين.
- مرض الكلى المزمن.
- مرض الخلايا المنجلية والثلاسيمية.
- ضعف الجهاز المناعي الناتج عن زراعة الأعضاء المصمتة وزراعة نخاع العظام.
- الأمراض الرئوية المزمنة مثل: التليف الكيسي أو فرط ضغط الدم الرئوي.
- الحالات المرضية المتعلقة بالجهاز العصبي مثل: السكتات الدماغية.

ولا تشمل هذه القائمة جميع الأعراض، وهناك حالات مرضية أخرى قد تزيد من خطر الإصابة بأعراض حادة نتيجة للعدى بفيروس كوفيد 19. (دليل توعوي صحي شامل، النسخة الأولى، 5 مارس 2020)

سادسًا: آثار فيروس كورونا.

1/ على الإقتصاد:

ضمن تقدير لأحد خبراء جامعة واشنطن في سانت لويس قيمة الخسائر بأكثر من 300 مليار دولار على سلسة التوريد العالمية، وأن الضرر اللاحق بها قد يستمر حتى عامين، انهارت أسواق البورصة العالمية في 24 فيفري نتيجة ارتفاع كبير في عدد حالات كوفيد 19 خارج الصين، أعلنت مؤشرات بورصة الولايات المتحدة عن أكثر حالات الهبوط حدة منذ عام 2008، إذ سجل مؤشر داو جونز الصناعي هبوطًا بقيمة 1.191 نقطة (أشد إنخفاض يحدث خلال يوم واحد منذ الأزمة الإقتصادية العالمية 2007 و2008)، وأنهت المؤشرات الإقتصادية الكبرى ذلك الأسبوع بإنخفاض يزيد عن 10٪. (حماية الإنسان والإقتصاد، مجموعة البنك الدولي، 2020)

2/ على السياحة:

تعتبر السياحة أحد أكثر القطاعات الإقتصادية تأثرًا بالجائحة نتيجة خطر السفر وإغلاق المرافق العامة، ومن ضمنها الأماكن السياحية، إضافة إلى التوجيهات الحكومية المحذرة من السفر، ألغت العديد من الشركات رحلات الجوية بسبب نقص الطلب، وإنهارت شركة فلاي بي للخطوط الجوية الإقليمية

البريطانية أيضا تعرض مجال الرحلات البحرية السياحية لضرر كبير وأغلق عدد من محطات القطار ومرافئ العبارات أيضا.

3/ التجارة:

تعرض قطاع تجارة التجزئة لخسائر كبيرة، إذ نقص عدد ساعات العمل في المتاجر وتعرضت لإغلاق بشكل مؤقت، تراجعت زيارات المتسوقين إلى متاجر التجزئة في أمريكا الشمالية والشرق الأوسط تراجعًا بنسبة 50٪ إلى 60٪، أدت الجائحة أيضا إلى إنخفاض في الحركة داخل المتاجر بنسبة 33٪ إلى 43٪ في شهر مارس مقارنة مع فبراير، فرض مدراء مراكز التسوق حول العالم إجراءات إضافية، مثل زيادة إجراءات النظافة وإضافة أجهزة مسح حراري لقياس حرارة المس0624وقين وإلغاء النشاطات العامة.

4/ على البيئة والمناخ:

أدت حالة الإضطراب العالمي الناتجة عن الجائحة إلى تأثيرات عديدة على البيئة والمناخ، أدى التراجع الكبير في السفر مسبق التخطيط إلى إنخفاض في مستوى تلوث الهواء في بعض المناطق، في الصين انخفضت إنبعاثات الكربون بنسبة 25٪ وإنبعاثات أكاسيد النتروجين بنسبة 50٪ نتيجة إجراءات الإغلاق التام وغيرها من التدابير الصحية، الأمر الذي قدر أحد علماء أنظمة الأرض أنه أنقذ حياة نحو 77000 شخص على مدى شهرين، لكن الوباء أيضا عرقل جهود الدبلوماسية البيئية، فقد أدى إلى تأجيل انعقاد مؤتمر الأمم المتحدة للتغير المناخي المقرر عام 2020، ويتوقع أيضا أنّ ركود الإقتصاد الناتج عن الجائحة سوف يعرقل الإستثمار في تقنيات الطاقة البديلة.

5/ على الموارد:

ألقي اللوم على جائحة كورونا في عدّة حالات نقص الموارد، ذلك بسبب الإستخدام العالمي الزائد للمعدات في سبيل مواجهة الأوبئة ,وحالات الشراء المفرط (القلق)، الذي أدى في العديد من الأماكن إلى إخلاء رفوف المتاجر من البضائع الأساسية مثل الطعام وورق المرحاض والمياه المعلبة، إضافة إلى عرقلة العمليات الصناعية واللوجستية، حذرت الصناعات التكنولوجية على سبيل الخصوص من حدوث تأخير في شحن البضائع الإلكترونية، وفقا للمدير العام لمنظمة الصحة "تيدروس أدهانوم", إرتفاع الأسعار أكثر من عشرين ضعفًا وإلى التأخير في إيصال التجهيزات الطبية لأربعة أو ستة أشهر، أدى ذلك أيضا إلى نقص في معدات الوقاية الشخصية حول العالم، حتى إن منظمة الصحة العالمية حذرت من أن ذلك سوف يلحق أذى بالعاملين في المجال الصحي.

شمل الأثر السلبي لوباء فيروس كورونا جميع أرجاء العالم، سبب الفيروس نقصًا في الموارد الأولية المستعملة في صنع أدوية مثل: الفينتانيل الميثامفيتامين، تعتبر مجموعة يوانتشينغ الدوائية الموجودة في مدينة ووهان الصينية أحد المصنعين الرئيسيين لهاتين المادتين الكيمائيتين الخام، لوحظت حالات من

ارتفاع الأسعار ونقص في توفر هذه الأدوية المتنوعة في شوارع المملكة المتحدة، ذكرت السلطات الأمريكية لصحفية نيويورك صعوبة في تأمين المواد الأولية.

6/ على النفط وأسواق الطاقة الأخرى:

في أوائل فبراير من عام 2020، شهدت منظمة الدول المصدرة للنفط (أوبيك) حالة من الفوضى بعد التراجع الحاد في أسعار النفط بسبب نقص الطلب من الصين، يوم الإثنين بتاريخ 20 أفريل، أصبح سعر النفط لشركة غرب خام تكساس الوسيط (ويست تكساس انترميد بيت) إلى ما دون الصفر مسجلاً رقمًا قياسيًا في الإنخفاض (ناقص 37,63 دولار أمريكي للبرميل)، بسبب تقديم التجار ودائع تجنبًا لتحمل مسؤولية التوصيل وتكاليف التخزين إنخفضت أسعار شهر يونيو أيضا لكنها بقيت في المجال الإيجابي، إذ سجل برميل النفط لشركة ويست تكساس سعرًا فوق العشرين دولار أمريكي.

7/ على الثقافة:

تعرضت قطاعات الفنون الإستعراضية والإرث الثقافي إلى ضرر كبير نتيجة الجائحة ما أدى إلى أذية مدراء المنظمات، بالإضافة إلى الأشخاص (الموظفين منهم والمستقلين على حد سواء) حول العالم، حاولت منظمات الفن والثقافة حول العالم المحافظة على مهماتها (ذات التمويل الحكومي في أغلب الأحيان) بتوفير فرصة الوصول إلى الإرث الثقافي للمجتمع والمحافظة على سلامة الموظفين والمجتمع بشكل عام ودعم الفنانين ما أمكن بحلول مارس 2020 بشكل عالمي وبدرجات متفاوتة، أغلقت المتاحف والمكتبات ودور المسرح وبقية المؤسسات الثقافية إلى أجل غير مسمى، مع إلغاء معارفها ونشاطاتها وعروضها أو تأجيلها ردًا على ذلك بذلك جهود مكثفة لتأمين خدمات بديلة عن طريق المنصات الرقمية.

8/ على الرياضة:

سببت الجائحة أيضا أكبر إضطراب في جدول النشاطات الرياضية العالمية منذ الحرب العالمية الثانية ألغيت النشاطات الرياضية أو أجلت، ومن بينها دوري أبطال أوروبا 2019. 20 والدوري الممتاز 2019. 20 وبطولة أمم أوروبا 2020 والدوري الأمريكي للهوكي للمحترفين 2019. 20 والدوري الأمريكي لكرة السلة للمحترفين 2019. 20 عرقلت الجائحة مخططات إقامة الألعاب الأولمبية الصيفية 2020 التي كان من المقرر إقامتها في أواخر يوليو، أعلنت اللجنة الأولمبية الدولية في الرابع والعشرون من مارس أن الألعاب الأولمبية سوف "تؤجل إلى موعد بعد 2020 وليس أبعد من صيف عام 2021.

9/ على السياسة:

انتقدت الحكومة الصينية من قبل حكومة الولايات المتحدة ووزير مكتب مجلس الوزراء في المملكة المتحدة "مايكل غوف" و آخرون، على تعاملها مع الجائحة فصل عدد من المسؤولين على مستوى المقاطعات في الحزب الشيوعي الصيني بسبب تعاملهم مع جهود الحجر الصحي في وسط الصين وهي علامة على الاستياء من رد فعلهم على حدوث التفشي.

يؤمن بعض المعلقين أن هذه الخطوة كانت تهدف إلى حماية الأمن العام للحزب الشيوعي الصيني "شي حين بينغ"، من حدوث جدل حوله يقول المجتمع الاستخباراتي الأمريكي أن الصين لم تفصح عن العدد الحقيقي لحالات الإصابة بفيروس كورونا عن قصد.

10/ على الصحة العالمية:

أدت الجائحة إلى حدوث تراجع في مراجعات المشافي لأسباب أخرى غير كوفيد 19 تراجعت مراجعات المشافي من أجل أعراض النوبة القلبية بنحو 38٪ في الرولايات المتحدة وبنحو 40٪ في إسبانيا، إذ قال رئيس قسم أمراض القلب في جامعة أريزونا "ينتج قلقي من أن بعض الناس يموتون في المنازل لأنهم خائفين من الذهاب إلى المشفى"، هناك قلق أيضا من أن الأشخاص المصابيين بسكتات دماغية وإلتهابات زائدة دودية لا يحاولون على العلاج.

وفي دول عديدة حدث نقص ملحوظ في انتشار الأمراض المنقولة جنسيا بما فيها الإيدز، ويعزى ذلك إلى الحجر الصحي بسبب كوف 19، وإجراءات التباعد الإجتماعية والتوصيات بعدم الانخراط في ممارسات جنسية عابرة، بشكل مماثل إنخفضت معدلات إنتقال الإنفلونزا والفيروسات التنفسية (لأخرى بشكل كبير في بعض الأماكن خلال الجائحة.

سابعًا: الوقاية من فيروس كورونا.

يساعد اللقاح (لقاح فايزر بيونتك) المضاد لفيروس كورونا على وقايتك من الإصابة بكوفيد 19، أو حمايتك من التعرض لمضاعفات خطيرة في حال أصبت بالفيروس، بالإضافة إلى ذلك قد يوفر اللقاح حماية أفضل من الحماية التي توفرها الإصابة بالفيروس، فقد أظهرت دراسة حديثة أن الأشخاص الذين أصيبوا بفيروس كورونا من قبل ولم يتلقو اللقاح، هم أكثر عرضة بمعدل الضعف للإصابة بالفيروس مرة أخرى مقارنة بالأشخاص الذين تلقو الجرعة الكاملة للقاح.

إذا لم تكن قد تلقيت اللقاح المضاد لفيروس كوفيد 19، يمكنك إتخاذ عدة خطوات لتقليل مخاطر التعرض للعدوى وتقليل إحتمالات نشر العدوى بين الآخرين، توصي منظمة الصحة العالمية ومركز مكافحة الأمراض والوقاية منها بإتباع الإحتياطات التالية:

- تجنب المخالطة اللصيقة (في نطاق 6 أقدام أو مترين تقريبًا) لأي شخص مريض أو ظهرت عليه الأعراض.
- حافظ على مسافة مترين بينك وبين الآخرين، فهذا مهم بشكل خاص إذا كانت معرضًا لخطر أكبر للإصابة بمرض خطير.
- تجنب التجمعات والأماكن المغلقة ضعيفة التهوية.
- اغسل يديك كثيرًا بالماء والصابون لمدة لا تقل عن 20 ثانية، أو استخدم معقم يدين كحوليًا لا يقل نسبة الكحول فيه عن 60٪.

– إرتد كمامة عندما تكون في الأماكن العامة المغلقة، وفي منطقة تشهد إرتفاعًا كبيرًا في عدد الحالات التي أصيبت حديثًا بفيروس كوفيد 19.

– غط فمك وأنفك بمرفقك أو بمنديل عند السعال أو العطاس، وتخلص من المناديل المستعملة، ثم إغسل يديك على الفور.

– لا تلمس عينيك أو أنفك أو فمك.

– تجنب مشاركة الأطباق والأكواب والمناشف وأغطية الفراش وغيرها من الأغراض المنزلية مع الآخرين إذا كنت مريضًا.

– إحرص على تنظيف الأسطح شائعة الإستخدام، مثل مقابض الأبواب ومفاتيح الإضاءة والأجهزة الالكترونية وأسطح الطاولات، وتعقيمها يوميًا.

– إبقا منعزلاً في المنزل إذا كنت مريضًا ولا تذهب إلى العمل أو المدرسة أو الأماكن العامة، ما لم تكن ذاهبًا للحصول على رعاية صحية، تجنب ركوب وسائل النقل العام وسيارات الأجرة وخدمات تأجير السيارات بالسائقين إذا كنت مريضًا. (منظمة الصحة العالمية، 2020)

خلاصة الفصل:

من خلال ما تم عرضه في هذا الفصل تبين لنا أن جائحة كورونا موضوع جديد قدم للإنسان، وأن تطوره جاء موازيا للمعرفة العلمية.

وجاء في هذا الفصل عرض مختلف التعاريف التي تناولت جائحة كورونا، وتم التوصل إلى أنها عائلة كبيرة من الفيروسات التي يمكن أن تسبب أمراضًا تتروح ما بين الأمراض الطفيفة، مثل: نزلات البرد الشائعة، إلى أمراض أكثر شدة مثل: المتلازمة التنفسية الحادة الشديدة، ولا شك أن فيروس كورونا فيروس خطير وسريع الإنتشار يهدد صحة العالم بصفة عامة والتلاميذ بصفة خاصة، لذلك كان أخر ما تطرقنا له في هذا الفصل هو كيفية الوقاية من فيروس كورونا، وذلك محاولة منا للحدّ من إنتشار هذا الفيروس.

الفصل الرابع: الضغوط المدرسية.

تمهيد.

أولاً: لمحة تاريخية حول الضغوط.

ثانياً: مفهوم الضغط المدرسي.

ثالثاً: أعراض الضغوط المدرسية.

رابعاً: عوامل الضغوط المدرسية.

خامسًا: أثار الضغط المدرسي.

سادسًا: الفرق بين الجنسين في التعرض للضغوط المدرسية.

سابعًا: إدارة الضغوط المدرسية للتلاميذ.

ثامنًا: استراتيجيات مواجهة الضغوط المدرسية

خلاصة الفصل.

تمهيد:

أصبح موضوع الضغط المدرسي مجال اهتمام العديد من الباحثين وكذا العاملين في مجال التربية، وذلك للأثار السلبية على مستوى أداء التلاميذ وشعورهم بعدم الرضا عن النتائج الدراسية وما ينجم عنه، وفي هذا الفصل سنحاول التطرق لأهم الصعوبات والمشاكل التي تخلق ضغوط لدى التلميذ، وسنعرض أولاً لمحة تاريخية حول الضغط. بعد ذلك نعرض تعريفات للضغط المدرسي وأعراضه ثم العوامل التي تسبب هذا الأخير من عوامل أسرية، مدرسية، شخصية. ونختم في الأخير الفصل بالآثار والفنيات العلاجية للحد من هذه الضغوط.

أولاً: لمحة تاريخية حول الضغوط.

بدأ الإهتمام بموضوع الضغط قديمًا فكان أول من استخدم مصطلح "قرحة الضغط" العالم "سوان" عام 1823، ثم جاء العالم "داروين" عام 1872 بوصف ميكانيزمات خوف الإنسان والحيوان وذلك لرد الفعل أمام المواقف الصعبة، وفي عام 1928 جاء عالم الفيزيولوجيا "والتر كانون" الذي يعتبر أول عالم اهتم بمصطلح الضغط والتوازن الداخلي، وذلك لإبراز كيف يدرك الكائن الحي الخطر في البيئة والإستجابة تكون إما الدفاع أو الهروب، كما يشير "كانون" إلى أن حدوث الضغط يؤدي إلى انعدام توازن الكائن الحي، وبالتالي يستثار الجسم ويحفز بواسطة الجهاز العصبي السمبتاوي والغدد الصماء. (أحمد نايل الفريد، 2009، ص22)

في عام 1956 لاحظ العالم "هانز سيلي" أن الأفراد بالرغم من اختلاف مصادر الأمراض لديهم، إلا أنهم يشتركون في الأعراض التي تصف المرض الخاص بكل منهم، ما جعل سيلي يطلق مصطلح الضغط.

وفي عام 1966 أكد "لازاروس" على وجود تداخل بين الضغط النفسي والقلق الذي يعتبر كنتاج للضغط النفسي، إذ أن هناك علاقة ثنائية بين الفرد والبيئة فبالنسبة له الضغط عبارة عن نتاج لعملية تقييم المواقف المهددة. (Boudarne, M, 2005, p02)

وفي عام 1993 أرجع العالم "سميث" أصل كلمة ضغط (stress) إلى الكلمة اللاتينية (stictus) وهي تعني الصرامة، أما ضمنيًا فهي تدل على الشعور بالتوتر والقلق وإثارة الغضب. (طه عبد العظيم إبراهيم، 2006، ص17)

وبناءا على ما سبق نستنتج أن مفهوم الضغط لم يظهر في القرن العشرين إنما وجوده قديمًا لدى الإنسان، ويعتبر "سيلي" الرائد الأول الذي أدخل مصطلح الضغط إلى اللغة العلمية، ذلك نتيجة استنجاده بأعمال وتجارب الآخرين أمثال: "سوان" 1823، "كانون" 1966، عندها توصل "سيلي" إلى إيجاد ميكانزمات فيزيولوجية التي تحدد الإستجابة لدى الكائن الحي والحفاظ على توازنه الداخلي.

ثانيًا: مفهوم الضغط المدرسي.

مصطلح الضغط المدرسي حديث النشأة في علم النفس عمومًا وعلم النفس التربوي خصوصًا، فهو نتيجة التوتر والقلق والضيق الذي يعيشه التلميذ داخل المدرسة، فقد أصبح التلاميذ يتعرضون لعدة صراعات داخل المؤسسة التربوية، وعليه نجد عدة تعريفات للضغوط المدرسية نظرًا لأهميتها بالنسبة للبحث.

إذ عرفه "طه عبد العظيم حسين" (2006): الضغط المدرسي هو حالة من عدم التوازن وتنشأ لدى التلاميذ عند ما يقارن بين المواقف البيئية التي يتعرض لها، وبين ما يملك من إمكانات ومصادر

شخصية واجتماعية، يصاحب تلك الحالة أعراض فسيولوجية نفسية وسلوكية سلبية. (طه عبد العظيم حسين،، 2006، ص182)

تعريف "زينب بدوي" (2002): الضغط المدرسي هو مشكلات تنبع من بيئة التلميذ الخارجية أسرية كانت أم مدرسية، تنشأ نتيجة لعدم مقدرة التلميذ مواجهة لهذه المشاكل. (زينب بدوي، 2002، ص15)

ويعرفه "أحمد نايل العزيز" (2009): بقوله أن الضغط المدرسي هو التفاوت الموجود بين مطالب التلميذ، فهو مطالب بأن يحقق النجاح في الدراسة لإرضاء طموحها الشخصي أولاً ورد الجميل لأسرته وللمدرسة ثانيًا وقدراته على تحقيق ذلك. (أحمد نايل العزيز، 2009، ص31)

ويشير الباحث "لطفي عبد الباسط ابراهيم" (2009): في تعريفه للضغط المدرسي بقوله: عبارة عن ظاهرة سيكولوجية متعددة الأبعاد تنتج عن مختلف علاقات النفس الإجتماعية، والظروف البيئية التي يتفاعل معها التلميذ ويدركها على أنها مصدر للتوتر والقلق النفسي.

أما الباحث الفرنسي "بيلي" (2009): فقد أخذ توجها أخر في تعريفه للضغط المدرسي إذ يذهب إلى أن الضغط المدرسي يعتبر حالة قلق عابرة التي يمر بها التلميذ داخل المتوسطة أو الثانوية، إثر وقوع حادث داخل هذه المؤسسات، كوفاة أحد التلاميذ أو العاملين فيها أو وجود مشاكل بين التلاميذ فيما بينهم أين يحاول التلاميذ المواجهة لكن إمكاناته لا تسمح. (لطفي عبد الباسط ابراهيم، 2009، ص03))

ثالثًا: أعراض الضغوط المدرسية.

إن أعراض الضغط المدرسي كثيرة ومتنوعة وقد وضحتها القراءات النفسية والتربوية وتظهر على ثلاث أشكال: الفيزيولوجية، السلوكية والانفعالية.

1/ الأعراض الفيزيولوجية:

الأعراض الفيزيولوجية الناجمة عن الضغوط تتمثل في توتر على مستوى العضلات والصداع، ألام المعدة وغيرها من الأعراض التي تظهر على التلميذ. (حميدان احسان، 2016، ص57)

2/ الأعراض السلوكية:

تتمثل الأغراض السلوكية في العدوانية، الإنسحاب مع الهروب من المدرسة والمشاغبة مع الأقران، كما يمكن أن تظهر اضطرابات النوم أو الأكل. (حميدان احسان، مرجع نفسه، ص58)

3/ الأعراض الإنفعالية:

تظهر أعراض الضغوط المدرسية من الناحية الإنفعالية بصفة عامة على مستوى معرفي، وتتمثل هذه الأعراض خاصة في: فقدان التركيز، نقص في التذكر، صعوبة في اتخاذ القرارات وصعوبة في متابعة الدراسة. (سمير شيخاني، 2003، ص29)

4/ الأعراض النفسية:

أما فيما يخص الأعراض النفسية لضغوطات المدرسية فتتمثل في الوسواس وانخفاض تقدير الذات، نقص الثقة بالنفس والغضب.

وعليه يمكن القول أن للضغط المدرسي أعراض عدة يمكن أن تظهر لدى التلاميذ وملاحظتها. (طه عبد العظيم، 2006، ص82)

رابعًا: عوامل الضغوط المدرسية.

من الضروري التعرف على مصادر الضغوط المدرسية التي يعاني منها التلاميذ لمعرفة كيفية التعايش معها، برغم من صعوبة وضع حدود فاصلة قاطعة بين مصادر الضغط للتلاميذ، إلا أنه يمكن أن نضع تصورًا لأهم المصادر التي يتم تقسيمها إلى مصادر داخلية وخارجية ...

وتتمثل المصادر الداخلية في متغيرات النفس الداخلية التي يدركها التلميذ والتي تسبب له التوتر، أما المتغيرات الخارجية فهي تلك المتغيرات التي تحيط بالتلميذ ويتفاعل معها ويدركها على أنها ضغط، ومن أهم هذه العوامل:

1/ العوامل الشخصية:

هناك عوامل عديدة في حدوث الضغط المدرسي والمتعلقة بالتلميذ، والتي تساهم في خلق التوتر والضيق لديه، وهذه العوامل ترتبط ارتباطًا وثيقًا بالمرحلة النهائية للتلميذ، ولا شك أن مرحلة المراهقة تمثل فترة من العواصف والتوترات لدى التلميذ، حيث تحدث خلالها تغيرات جسمية، إنفعالية، جنسية ومعرفية ومن ثم فهو حدث ضاغط للمراهق وبذلك شعوره بالتوتر والضيق.

إذا الخصائص الشخصية للفرد تؤدي دورًا هامًا في تحديد مستوى معاناته، من الضغوط وردة فعله ومنها نجد:

1-1 مشكلات خاصة بالتلاميذ:

يقول الباحث "جيراد سلام" (2009): أن التلميذ الذي يعاني من مشاكل سواء جسمية كضعف السمع والبصر والإصابة بأي إعاقة أو مشاكل نفسية كالقلق تسبب ضغط للتلميذ. (Gerad salem, 2009, p148)

1-2 سوء التكيف المدرسي:

كثيرا ما نجد أن المراهق يشعر بالتوتر والضغط في حالة عدم تكيفه مع المواقف التعليمية الجديدة بالنسبة له، ومع المواقف الدراسية المختلفة كالزملاء المعلمين وكل المشكلات الدراسية التي تواجهه، تؤثر عليه بصورة أو بأخرى. (نوال محمد عطية، 2001، ص23)

1-3 انتشار ظاهرة الشرود الذهني:

يعرف الشرود الذهني لكونه الإغراق في أحلام اليقضة، وظاهرة شائعة في الأونة الأخيرة لدى تلميذات المدارس، إذ تعيق السير الفعال للعملية التربوية، ويؤدي إلى ملل وانزعاج التلاميذ. (كلير فهيم، 2004، ص25).

1-4 التفكير في المستقبل:

التفكير في المستقبل عامل يسبب القلق لدى الفرد ويساعد في ذلك خبرات الماضي المؤلمة وضغوط الحياة العصرية، وطموح الإنسان وسعيه المستمر إلى تحقيق ذاته.

ما يجعلنا نقول أن المشروع الشخصي عملية بناء فعلي للمستقبل يحاول من خلاله المراهق التعرف على ذاته، لكن في بعض الأحيان تظهر عوامل تؤثر على المشروع المستقبلي للتلميذ، مثل طموحات الوالدين فالمردود المنتظر من التلميذ يعبر عن طموحات الأهل، فالأشياء التي لم يستطع الأهل تحقيقها يحاولون جاهدين أن يحققها الأبناء فيؤثرون سلبًا على أبنائهم، ما يخلق ضغط على التلميذ. (حنان العناني، 2000، ص120)

2/ العوامل الأسرية:

كثيرا ما تتعرض الأسرة لمشاكل عديدة تعرقلها على أداء وظائفها بصورة جيدة، فالأحداث الضاغطة التي تتعرض لها الأسرة تؤدى إلى حدوث خلل، فالمشكلات النفسية والإجتماعية والإقتصادية التي تعانيها الأسرة، تساهم في نشأة ضغوط لدى الأبناء ونذكر منها:

2-1 أساليب المعاملة الوالدية:

ويقصد بالمعاملة الوالدية كل سلوك مادي أو لفظي يصدر من أحد الوالدين أو كلاهما، إتجاه أبنائهم في مختلف المواقف خلال الحياة اليومية قصد إكسابهم مجموعة من أنماط السلوك أو القيم والمعايير، أو أحداث تعديل فيها أو تعتبر سلوك، وهذا السلوك الصادر من الوالدين له انعكاس على شخصية الأبناء بالسلب والإيجاب. (حنان بن أسعد محمد خوخ، 2002، ص26)

يستخدم الوالدين أنواع عديدة من أساليب المعاملة نذكر منها:

- ✓ **أسلوب معاملة غير سوي:** على الرغم من أن الأباء يبذلون جهودهم للتعامل مع أطفالهم بعدل، إلا أن الإختلافات في العمر والجنس والترتيب تستلزم معاملة لكل طفل، وقد أكدت دراسة "ماكهول وباولكتو" بأن الإختلافات في سلوك الوالدين غير السوي يعكر التفاعل بين الإخوة. (روحي مروح عبيدات، 2005، ص25)
- ✓ **أسلوب الرفض:** يرفض الكثير من الأولياء أطفالهم، الأمر الذي يخلق إحساسًا بعدم القبول والدونية لدى الأطفال، ويجعلهم يشعرون بالتوتر والضغط. (أسيا بنت علي راجع بركات، 2000، ص19)
- ✓ **أسلوب العقاب:** إن القسوة والتربية الصارمة تؤدي إلى توليد الكراهية للسلطة، وتجعل المراهق يقف موقفًا عدوانيًا وتميت في نفسه الثقة بالنفس، وتجعله يشعر دائمًا بضيق وتوتر. (كلير فهيم، 2004، ص71)

2-2 التباين بين توقعات الأولياء وقدرات الأبناء:

توقعات الأولياء عالية والتي تفوق مستوى ما يستطيع المراهق انجازه، أو كثرة الأعباء المطلوبة منه وقيامه بأشياء تحت التهديدات أو العقاب، فإن ذلك يؤدي إلى التوتر والقلق. (أحمد محمد الزغبي، 2005، ص188)

2-3 الصراعات الوالدية وتوتر العلاقات:

تعترض الأسرة عدة مشكلات تعيقها على أداء وظائفها بصورة إيجابية، فالعلاقات والتفاعلات الأسرية أساس استقرار المناخ الأسري، فكلما كان الجو الذي يعيش فيه أفراد الأسرة متوتر ومشحونًا بالخلافات والخصومات من شجار بين الوالدين أو عدم تفهمهم يكون له أثار سلبية على الأفراد.

وبالتالي فإن كل ما يسود الحياة الأسرية من توتر وصراع، يقلل من درجة التماسك والترابط داخل الأسرة وتجعل الأطفال يعانون من الضغوط. (طه عبد العظيم حسين، 2006، ص184)

3/ العوامل الإقتصادية:

يعتبر الوضع الإقتصادي للأسرة عاملاً من عوامل الضغط الدراسي، فإنخفاض الدخل يؤدي إلى عدم القدرة على تلبية حاجات الأبناء، فأبناء الأسر محدودة الدخل لا يحضون بنفس الوسائل المادية التي يحظى بها أبناء الأسر الغنية، فالفقر يعتبر من المشكلات التي تعود بالسلب على الأفراد، إذا لا يجدون أمامهم كل مستلزات حياتهم عمومًا والدراسية خصوصًا، ويدفعهم ذلك إلى الاهتمام بجلب مصارفهم الخاصة لسد حاجات الأسرة على حساب الدراسة ومستقبلهم العلمي، وذلك بالعمل خارج أوقات الدراسة هذه الحالة تقلل من اهتمامهم للدراسة. (Claudier Parent, 2008, p10)

4/ العوامل المدرسية:

فإذا كانت المدرسة مكان للعلم وتنمية القيم الخلقية والسلوكية، لكن هذا لا يعني بأن الأمور تسير دائمًا في هذا الإتجاه، أي يمكن أن تكون المدرسة مصدر لعدة سلبيات، وهذا ما بينه الباحث "كريستين بونوا" (2007): أنه يمكن للمدرسة أن تكون خطر على التلميذ وذلك بكل المعوقات المدرسية، والتي تقف حجرة في سبيل تقدمه ورقيه وتكامله دراسيًا، عقليًا، نفسيًا، إجتماعيًا، إذ نجد أن التلميذ لا يستطيع تحمل كل هذه الأعباء التي يعيشها مما يخلق له ضغطًا وتوتر، (Gristine Benoit, 2007, p140) ومن أهم هذه المعوقات:

4-1 البيئة المدرسية: وهي نوع من التفاعل الذي يحدث بين المدرسين والتلاميذ وبين التلاميذ أنفسهم وبين الإدارة المدرسية والمدرسين وبين الإدارة والتلاميذ.

4-2 طرائق التدريس التقليدية: تعتبر الطريقة التقليدية القائمة على الإلقاء والتلقين وما تسببه من ضيق وملل للتلاميذ سببًا يدفعهم إلى الانصراف عن التركيز وشرود الذهن، فهي تخلق ضغط للتلميذ.

4-3 الأسلوب الإدراي المتسلط: إن الأسلوب الإستبدادي التسلطي ونوعية الإتصال داخل المؤسسة التربوية، كلاهما لا يخدمان العملية التربوية داخل المدرسة، وذلك كون هذه الأساليب تؤثر سلبًا على العلاقة بين الأستاذ والتلاميذ، لعدم مشاركتهم في صنع القرار في المجال المدرسي، مما يخلق لهم ضغطًا مدرسيًا يعيشه الطرفان أي الأساتذة والتلاميذ.

4-4 قلق الإمتحانات: يعتبر من المشكلات النفسية الشائعة فيه يعاني التلميذ من التوتر النفسي والإحساس بالخطر، ويعود إلى أسباب عدة شخصية كانت أو أسرية، أضف إلى ذلك المدرسة التي يمكن أن تكون المصدر الرئيسي لهذا القلق، وذلك سواء كان نظامها التربوي أو بطرائق تدريسها للمواد التعليمية.

4-5 الوقت المدرسي وتوزيع الحصص الدراسية: تكديس المواد الدراسية دون توقف ولا راحة يؤدي إلى ضعف أداء التلميذ وإرهاقه ما يخلق له نوع من التوتر والعياء النفسي، وبالتالي ردود أفعال يمكنها أن تكون سلبية.

4-6 كثرة الواجبات المدرسية: توضح الباحثة "هلين شانين" أن الشيء الذي يخلق ضغطًا وتوترًا لدى التلاميذ هو أولاً الإكثار من الواجبات وسوء التعامل معها من قبل الأولياء ثانيا، فبعض الأولياء يتركون أبناءهم يدرسون لوحدهم ولا يهتمون بواجباتهم، مما يجعل الواجبات المنزلية في وقتنا الحالي مصدرًا رئيسيًا للضغوط المدرسية بالنسبة لكل من الأباء والأبناء، ذلك لما تتطلبه من جهد ووقت، لذلك وجب أن تكون هذه الواجبات المقدمة المعقولة، وتتماشى مع قدرات التلميذ مع المتابعة الدائمة من طرف الأولياء وحرصهم على قيامهم بها.

4-7 إكتظاظ الأقسام: يمثل اكتظاظ الأقسام معوقًا من المعوقات الأساسية للمدرس عن أداء دوره التربوي، وكثيرًا ما يعتبر مصدر قلق وإنزعاج له، فقد لا يتمكن في بعض الأحيان من إتمام درسه في الوقت المحدد، ولا يتمكن من إيصال وتحقيق أهدافه في الوقت المحدد، ولا يتمكن من إيصال وتحقيق أهدافه المطلوبة إلى كل تلميذ، فهناك معايير للأقسام البيداغوجية من حيث السعة واللون والإضاءة والتهوية... واكتظاظ الأقسام يعتبر مصدر ازعاج وضغط على تلميذ.

خامسًا: أثار الضغط المدرسي.

تسبب الضغوط الدراسية التي يتعرض لها التلميذ عدة تأثيرات سلبية، فلا شك أن التلميذ يعيش ضغوطات متكررة تجعله يختلف عن الآخرين من نواحي شتى وفيما يلي يتوضح ذلك:

1/ الأثار السلوكية: وتتمثل فيما يلي:

- انخفاض إنتاجية الفرد.
- اضطرابات لغوية مثل التأتأة والتلعثم.
- انخفاض الأداء والقيام باستجابات سلوكية غير مرغوب فيها.

- اضطرابات النوم وإهمال المظهر والصحة.

2/ الأثار المعرفية: تؤثر الضغوط على البناء المعرفي للفرد، ومن ثم فإن العديد من الوظائف العقلية تصبح غير عالية وتظهر هذه الأثار فيما يلي:

- اضطراب التفكير حيث يكون التفكير جامدًا.
- فقدان القدرة على التقييم المعرفي.
- تدهور الذاكرة بحيث تقل قدرة الفرد على الاسترجاع.
- نقص الإنتباه وصعوبة التركيز. (طه عبد العزيز حسين، 2006، ص45)

3/ الأثار النفسية: تكاد تجمع نتائج الدراسات النفسية على أن الضغوط المدرسية لها أثار سلبية على التلميذ، وتظهر هذه الأثار في اختلال الأليات الدفاعية وانهيارها، إذ يتميز الفرد تحت الضغط بسرعة الإنفعال، الشعور بالقلق وعدم الراحة بصاحبه الخوف، الشديد وفقدان الثقة في النفس بالآخرين. (حسن باهي، 2002، ص202)

4/ الأثار الإجتماعية: وتشمل إنهاء العلاقات والعزلة والإنسحاب مع انعدام القدرة على تحمل المسؤولية والفشل في أداء الواجبات. (عبد العزيز نايل الغرير، 2009، ص52)

5/ الأثار الفيزيولوجية: تؤثر الضغوط سلبًا على النواحي الفيزيولوجية للفرد فالأحداث والظروف الضاغطة التي يتعرض لها الفرد، تحدث تغيرات في وظائف الأعضاء وخلل في إفراز الغدد والجهاز العصبي واضطرابات الهضم... (وليد السيد خليفة مراد على غيسى، 2088، ص40)

6/ الأثار المدرسية: يترك الضغط المدرسي أثار عديدة على مستوى الأداء المدرسي نذكر منها: التسرب المدرسي، سوء التكيف، والتأخر المدرسي، الرسوب المدرسي، وتنخفض نسبة التحصيل لدى التلميذ لأسباب إجتماعية أو نفسية واقتصادية أو ثقافية. (أماني ناصر، 2006، ص15)

سادسًا: الفرق بين الجنسين في التعرض للضغوط المدرسية.

لا شك أن المراهقات تعاني درجة كبيرة من الضغوط مقارنة بالمراهقين، والسبب في ذلك يرجع إلى التغيرات الجسمية والتوقعات الإجتماعية والثقافية، التي تفرض عليهن كثيرًا من المطالب للتكيف مع الظروف البيئية.

فنجد أن البلوغ يمثل مصدر قوة جسمية أو إجتماعية للمراهقين الذكور، في حين زيادة الوزن والحجم والتغيرات التي تطرأ للمراهقات يمثل قلقًا وصراعًا وموقفًا ضاغطًا عليهن.

كما أن المراهقات يعانين من ضغوط أكثر من المراهقين، ذلك كون المراهقات لديهن استعداد أكثر للحساسية الإجتماعية، والإستجابة للمواقف المزعجة في حياتهم مقارنة بالمراهقين. (طه عبد العظيم حسين، 2006، ص204،203)

ويمكن تفسير المستوى المرتفع للضغوط عند الإناث أكثر من الذكور للأعباء الكثيرة الملقاة على كاهلهن في المنزل، إضافة إلى الضغوط الإجتماعية التي تتعرض لها النساء في البيئة العربية مقارنة بالرجال، اللذين يتمتعون بمساحة أكبر من الحرية التي تمكنهم من مواجهة الضغوط والتعامل معها بصورة أفضل.

سابعًا: إدارة الضغوط المدرسية للتلاميذ.

هناك عدة أساليب تساعد على خفض الضغوط لدى التلاميذ سواءً في البيئة المدرسية أو الأسرية ونلخصها فيما يلي:

- التفاعل الإيجابي لكل من المعلم والمتعلم فإتجاهات المعلم اتجاه المتعلم لا يجب أن تكون عقابية وصارمة بل إيجابية، وذلك كون العلاقات الإيجابية تساعد التلاميذ على استغلال قدراتهم الشخصية، وتساعد على التعلم الجيد. (طه عبد العظيم حسين، 2006، ص204)
- تشجيع التلاميذ على تكوين علاقات إيجابية وسارة بعضهم مع بعض مع المعلمين.
- تشجيع التلاميذ على التعبير عن مشاعرهم وانفعالاتهم بطريقة إيجابية، وذلك من خلال توفير بيئة صفة أمنة.

كما يمكن للأسرة أن تساعد وتحمي التلميذ من التعرض للمواقف الضاغطة، ذلك عن طريق تنمية الثقة بالنفس وتوفير بيئة أسرية تدعيمية، ما يستدعي ضرورة اهتمام الأولياء بأبنائهم.

ويلح الباحث "فرونسوا تستوا" على ضرورة تغير البرامج المدرسية أي الوقت المدرسي، إذ يقول إن الوقت الذي يقضيه التلميذ داخل المدرسة طويل مقارنة بسنه، وذلك لما يتركه هذا الشيء من آثار سلبية على التلميذ ومردوده الدراسي. (Francais Testu, 2008, p10)

ثامنًا: استراتيجيات مواجهة الضغوط المدرسية.

يواجه التلميذ في حياته الكثير من الظروف والخبرات الضاغطة ثم يحاول التعامل معها من خلال اتباع أساليب عدة، تبعد الخطر عنه وتجعله في حالة من التوازن.

ولقد كشفت الدراسات أن استراتيجيات المواجهة التي تركز على المشكلة تكون مفيدة في التكيف مع المواقف الضاغطة، وذلك مقارنة بإستراتيجيات المواجهة التي تركز على الإنفعال وذلك لأن التلاميذ يشعرون بالتحسن عندما يتعاملون بشكل مباشر مع المشكلة، وفي هذا الصدد يشير "كوميس" وأخرون (1988) إلى أن المراهقين الذين يستخدمون مهارات المواجهة التي ترتكز على المشكلة يكونون أكثر توافقا وأقل تعرضًا للمشكلات السلوكية والإنفعالية، حبث أنهم يستخدمون أساليب فعالة لحل المشكلة والسعي إلى المساندة والحصول على المعلومات بشكل أكبر كما أنهم يستخدمون المساندة الإجتماعية ويناقشون مشاكلهم مع الآخرين ويشاركون بشكل كبير في الأنشطة المدرسية وذلك لمواجهة المواقف

الضاغطة التي يتعرضون لها. (طه عبد العزيز حسين، 2007، ص210) ومن بين الإستراتيجيات التي يمكن استعمالها مع التلاميذ لمواجهة الضغط المدرسي:

1/ الإسترخاء:

هي أحد الأساليب الهامة التي تستخدم في مواجهة الضغوط لأهميتها في حفظ التوتر الناجم عن المواقف الضاغطة ،فهي تعمل بمسلمة مفادها: إن الإسترخاء يعمل كإستجابة مضادة للضغط، فالإسترخاء يعمل على منع ظهور التوتر العضلي ويقلل من سرعة العضلات. (Pierre Loo, 2003, p10)

2/ التأمل:

يعد عالم القلب "بونسن" أول من طور فكرة أسلوب التأمل، ويعني به أن يجلس الفرد في مكان هادئ وبعيد عن مصادر الإنزعاج والضوضاء لمدة تتراوح 10 دقائق إلى 12 دقيقة، يغمض عينيه ويتنفس بعمق وبانتظام مع تركيز الإهتمام على كل جزء من الجسم، ويرخي جميع عضلاته مع طرح كل مشاكله وهمومه جانبًا، فالتأمل الفني يساعد الفرد على الإسترخاء والتعامل مع الضغوط، وتهدئة العقل من كل المشاكل التي يتعرض لها الفرد. (طه عبد العزيز حسين، 2007، ص147)

3/ تعديل أسلوب الحياة:

يتعلق أسلوب حياة الفرد بشخصيته وهو ليس ثابتًا تمامًا بل مفهوم دينامي يمكن تعديله وتطويره، تبعًا لمتطلبات البيئة الإجتماعية التي يعيش فيها، كل هذا يساعد على تحويل المواقف الضاغطة السلبية إلى مواقف إيجابية. (طه عبد العزيز حسين، 2006، ص153)

4/ إعادة التقييم المعرفي:

إعادة التقييم المعرفي عبارة عن عملية التي يتم من خلالها الفرد تقييم كيفية إدراكه ومواجهته للمواقف الضاغطة، بحث يطور الأساليب وذلك طبقًا لإدراكه لذلك الموقف.

مما سبق نستنتج أن للضغط المدرسي مصادر عدة وآثار، ويمكن علاجه أيضا بعدة أساليب، وهي عبارة عن فنيات واستراتيجيات تساهم إلى حد كبير في خفض الأثار السلبية التي تتركها الضغوط المدرسية على التلاميذ.

خلاصة الفصل:

وفي الأخير نستنتج من خلال ما عرضناه أن الضغط المدرسي عبارة عن حالة توتر وضيق يعيشها التلميذ داخل المدرسة، فهناك عدة عوامل تساهم في خلق ذلك الضغط سواء الداخلية، ومتمثلة في المشاكل التي تعيشها المدرسة من سوء البيئة وجمود البرامج والوقت المدرسي غير الملائم وطرق تدريس تقليدية، أو الخارجية متمثلة في العوامل الأسرية من سوء المعاملة الوالدية والتفاعلات السلبية مع أسلوب الرفض.

مما لاشك أن الضغوط المدرسية التي يتعرض لها التلميذ يكون لها تأثيرات سلبية على الصحة النفسية والجسدية للتلميذ، فهناك أساليب علاجية تساهم في خفض هذا الضغط المدرسي.

الباب الثاني:

الجانب الميداني.

الفصل الخامس: الإجراءات الميدانية للدراسة.

تمهيد.

أولاً: مجالات الدراسة.

ثانياً: منهج الدراسة.

ثالثاً: عينة الدراسة.

رابعًا: أدوات جمع البيانات.

خامساً: أساليب التحليل الكمي والكيفي.

خلاصة الفصل.

تمهيد:

بعد أن تم التعرف على الجانب النظري لهذه الدراسة في الفصول السابقة التي تعتبر الركيزة الأساسية لبناء عمل منهجي ميداني، سنتطرق في هذا الفصل إلى الإجراءات الأساسية للدراسة الميدانية من خلال توضيح مجالات الدراسة التي تضم المجال المكاني، المجال البشري والمجال الزمني، وكذلك تحديد العينة والمنهج المتبع والأدوات المستخدمة في هذه الدراسة، وذلك من خلال تحليل وتفسير البيانات المحصل عليها وصولاً إلى أهم النتائج.

أولاً: مجالات الدراسة.

يعد تحديد مجال الدراسة من الخطوات الأساسية في البناء المنهجي، وقد حدد لكل دراسة ثلاث مجالات وهي مجال زماني، مجال بشري ومجال جغرافي، فالمجال الزمني يتمثل في الوقت الذي يستغرقه الباحث لإنجاز الدراسة أما المجال البشري فيتكون من الأفراد الذين شملت الدراسة والمجال الجغرافي يحدد المنطقة التي تجري بها الدراسة.

1/ المجال الجغرافي:

نظرا لكون الدراسة الحالية تهدف إلى معرفة علاقة جائحة كورونا بالضغوط المدرسية لتلاميذ السنة الثالثة ثانوي، تم اختيار ثانوية مخلوف حسناوي وثانوية ترخوش أحمد.

وتمثلت الحدود المكانية لثانوية ترخوش أحمد فيما يلي: حي 400 مسكن –جيجل–.

أما الحدود المكانية لثانوية مخلوف حسناوي فتمثلت في: حي 40 هيكتار –جيجل–

2/ المجال البشري:

من خلال المعلومات التي تحصلنا عليها من مدير ومستشار التوجيه لكل من ثانوية ترخوش أحمد، والذي عدد تلاميذ سنة ثالثة في جميع التخصصات هو 345 تلميذ، أما عدد تلاميذ ثانوية مخلوف حسناوي هو 228 تلميذ لسنة ثالثة ثانوي في التخصصات المفتوحة.

3/ المجال الزماني:

لقد تم في هذه المرحلة القيام بزيارة إلى المؤسسات التي ستقام بها الدراسة الميدانية في الفترة من 16 ماي 2022، وهو أول اتصال بالمؤسسة حيث قابلنا مدير ثانوية مخلوف حسناوي ومدير ثانوية ترخوش أحمد للحصول على الموافقة، ثم في ثاني يوم تمكنا من جمع معلومات كافية حول المدرستين المراد إجراء الدراسة الميدانية فيهما، في حين خصصنا يوم 18 ماي 2020 لتوزيع الاستمارات على العينة المطلوبة (تلاميذ سنة ثالثة ثاوي)، ثم قمنا في نفس اليوم باسترجاع الاستمارة من التلاميذ.

ثانيًا: منهج الدراسة.

إن إختيار منهج البحث في الدراسة لأي موضوع لا يأتي نتيجة اختيار عشوائي أو لمجرد صفة وميل الباحث لمنهج معين دون أخر، بل أن هذه القضية تفرضها طبيعة البحث أو المشكلة التي يتناولها الباحث، وللمنهج أهمية بالغة لأنه يحدد للباحث المسار الذي يسلكه للوصول إلى نتائج عملية موضوعية

حول موضوع الدراسة... فهو التنظيم الصحيح لسلسة الأفكار والإجراءات من أجل الكشف عن التي نجهلها، ومن أجل البرهنة عليها للآخرين الذين لا يعرفونها. (صلاح الدين شروخ، 2003، ص217)

وانطلاقًا من الموضوع الذي درسناه فإننا نحاول معرفة جائحة كورونا وعلاقتها بالضغوط المدرسية لدى تلاميذ البكالوريا، باستخدام المنهج الوصفي باعتباره أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم، لوصف ظاهرة أو مشكلة وتصويرها كميًا عن طريق جمع معلومات مقننة وإخضاعها لدراسة دقيقة. (محمد شفيق، 1985، ص139)

كما أن المنهج الوصفي يهدف إلى دراسة الحاضر وتجهيز بيانات لإثبات فروض معينة تمهيدًا للإجابة في تساؤلات محددة سابقًا، وتتعلق بالأحداث الراهنة التي يمكن جمع المعلومات عنها في زمان إجراء البحث، وذلك باستخدام الأدوات المناسبة (ملاحظة، مقابلة، استمارة). (غريب محمد، 1975، ص141)

ويعد هذا المنهج مناسبًا لموضوع هذا البحث يقوم الباحث وفقًا لهذا المنهج بالتعرف على الضغوط المدرسية للأفراد عينة البحث (تلاميذ البكالوريا) وأثر جائحة كورونا عليهم، ثم معرفة مستوى الضغوط المدرسية تبعًا للمتغيرات الديموغرافية (الجنس، العمر، التخصص...) ثم بيان أثر تفاعل هذه المتغيرات في الضغوط المدرسية ومعرفة أي عامل من العوامل قد يكون منبئًا لشدة الضغوط لذى أفراد العينة.

ثالثًا: عينة الدراسة:

العينة هي مجموعة فرعية أو جزء من مجتمع البحث نجري عليهم الدراسة، أو هي جزء مكون لمجتمع البحث وتكون ممثلة للمجتمع الأصلي الذي أخذت منه، ومطابق له في كل صفاته المراد دراستها حتى نستطيع تقييم النتائج متحصل عليها.

وتعرف أيضا على أنها مجموعة جزئية من مجتمع البحث ممثلة بعناصر المجتمع أفضل تمثيل، بحيث تحمل صفاته المشتركة وهذا النموذج أو الجزء يعني البحث عن دراسة كل وحدات ومفردات المجتمع الأصلي خاصة في حالة صعوبة أو استجابة دراسة كل تلك الوحدات. (محمد على، 1983، ص218)

وقد اعتمدنا في الدراسة على العينة العشوائية البسيطة، حيث شملت دراستنا تلاميذ سنة الثالثة ثانوي في ثانوية ثرخوش أحمد وثانوية مخلوف حسناوي، في جميع التخصصات المتاحة وتمثلت في 573 تلميذ.

رابعًا: أدوات جمع البيانات:

تعتبر مرحلة جمع البيانات مرحلة مهمة في أي بحث علمي ذلك من أجل الحصول على معلومات وبيانات موضوعية حول الظاهرة المراد دراستها، وبما أن المنهج المتبع في هذه الدراسة هو المنهج الوصفي فإنه يتطلب استخدام أدوات بحث مختلفة للحصول على المعلومات المتعلقة بأفراد عينة الدراسة، وعليه فقد اعتمدنا في دراستنا على الأدوات التالية:

1/ المقابلة (الدراسة الإستطلاعية):

تعتبر المقابلة من الأدوات الرئيسية لجمع المعلومات والبيانات في دراسة الأفراد والجماعات الانسانية، كما أنها تعد من أكثر وسائل جمع المعلومات شيوعًا وفعالية في الحصول على البيانات الضرورية لأي بحث كما أنها تقنية مباشرة للتقصي العلمي. (شروخ، 2003، ص35)

وفي دراستنا قمنا بالمقابلة مع مديري الثانويات التي أجريت بها الدراسة، حيث قمنا بطلب الموافقة على إجراء دراستنا الميدانية بالمؤسسة وإعطاؤنا التصريح والتسهيلات اللازمة لإجراء الدراسة، وقمنا أيضًا بمقابلة مستشار التوجه، حيث زودنا بمعلومات عن عدد التلاميذ الموجودين في المؤسسة، وخاصة عينة الدراسة وقام بمساعدتنا على توزيع الاستمارة.

2/ الملاحظة:

تعتبر أحد أدوات جمع البيانات وتستخدم في البحوث الميدانية لجمع البيانات التي يتم الحصول عليها عن طريق الدراسة النظرية، كما تستخدم في البيانات التي لا يمكن جمعها عن طريق الاستبيان أو المقابلة، وهذا ما قمنا به فعلاً عند إلتحاقنا بالمؤسسة التي قمنا بالدراسة الميدانية فيها، حيث قمنا بملاحظة كل تفاصيل ومشاهدة الواقع بهدف انشاء الواقعة العلمية. (حامد خالد، 2003، ص95)

3/ الاستبيان (الإستمارة):

تعتبر الاستمارة أداة أساسية من أدوات جمع البيانات التي يتطلبها البحث الميداني، وهي الوسيلة التي يحاول بها الباحث الوصول إلى نتائج بحثه وليس غاية بذاته، ولكما كان إختيار هذه الوسيلة ملائمة لطبيعة البحث وشكله وأهدافه كانت نتائج البحث متسمة بالموضوعية والدقة. (جروبي ، 2013، ص147)

وبناءا على ما سبق فإننا قمنا بالإعتماد على الاستمارة التي طبقت على المبحوثين، وذلك للإلمام بموضوع البحث إلمامًا كافيًا متماشيًا مع أطراف البحث وعينة الدراسة.

وقد شملت الاستمارة 30 سؤالاً ولكن بعد إطلاع الأستاذ المشرف عليها وتعديلها قمنا بصياغة استمارة نهائية، وقد تضمنت الاستمارة 38 سؤال مقسم على عدة محاور وذلك على ضوء فرضيات الدراسة:

- **المحور الأول:** البيانات الشخصية تضمن 7 أسئلة.
- **المحور الثاني:** طول فترة الحجر المنزلي المفوضة وعلاقتها بتراكم الدروس تضمن 10 أسئلة.
- **المحور الثالث:** علاقة الحالة النفسية نتيجة المرض بالتحصيل الدراسي تضمن 10 أسئلة.
- **المحور الرابع:** الظروف الفيزيقية وعلاقتها بتقليص حصص الإنقاذ تضمن 11 سؤال.

خامسًا: أساليب التحليل الكمي والكيفي.

1/ الأسلوب الكمي: وهو الأسلوب الذي اعتمدنا عليه لتحويل الأرقام إلى نسب مئوية ولقد ساعدنا في تحويل البيانات التي تحصلنا عليها في شكل أرقام ومنه قدرة على تحليل المعطيات المتحصل عليها وتفسيرها بدقة وشكل صحيح.

2/ الأسلوب الكيفي: وهو الأسلوب الذي نعتمد عليه في تفسير وتحليل البيانات الواردة في الجداول مع الاستناد على الجانب النظري الذي تطرقنا إليه، والهدف من استخدامنا لهذا الأسلوب هو تدعيم بحثنا وإثراءه العلمي من حيث الاستشهاد بحقائق أخرى.

خلاصة الفصل:

تطرقنا في هذا الفصل إلى الجانب التطبيقي والذي شمل مجموعة من العناصر الهامة، حيث قمنا بتحديد المكان الذي أجريت فيه هذه الدراسة والذي كان على مستوى ثانويتي ثرخوش أحمد ومخلوف حسناوي بولاية جيجل، بغية التعرف على العلاقة بين جائحة كورونا وضغوطات المدرسية، كما تناولنا الجانب الزماني لهذه الدراسة حيث امتدت الدراسة الإستطلاعية من (16 ماي إلى 18 ماي 2022)، وقد اخترنا عينة عشوائية كان عددها 112 تلميذ والتي شملت تلاميذ البكالوريا فقط، وتطرقنا كذلك إلى المنهج المستخدم في الدراسة، حيث تأكد لنا أن المنهج الوصفي هو الأنسب في مثل هذه الدراسات الارتباطية، كما تطرقنا إلى أهم الأدوات المستخدمة لجمع البيانات المتمثلة في مقياس جائحة كورونا وعلاقتها بالضغوط المدرسية، حيث تأكدنا من صدقها وثباتها واستخدمنا الأساليب الإحصائية، وسنعرض ما توصلنا إليه في الفصل اللاحق.

الفصل السادس: مناقشة وتحليل وتفسير النتائج.

تمهيد.

أولاً: عرض وتحليل وتفسير النتائج.

ثانياً: مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات.

ثالثاً: مناقشة النتائج في ضوء الدراسات السابقة.

رابعاً: النتائج العامة للدراسة.

خامساً: التوصيات والإقتراحات.

تمهيد:

نستعرض في هذا الفصل أهم النتائج المتوصل إليها من خلال ما أسفرت عليه المعالجة الإحصائية المطبقة على أفراد العينة، من حيث التأكد من صحة الفرضيات المصاغة في هذه الدراسة، والتي تناولت عدة عوامل من شأنها المساهمة في معرفة العلاقة بين جائحة كورونا والضغوط المدرسية لدى التلاميذ، وكذلك نسعى لمناقشة النتائج المتحصل عليها للوصول إلى مدى صحة الفروض قيد الدراسة، وكذلك مقارنة النتائج بمدى موافقتها أو مخالفتها مع الدراسات السابقة التي تطرقت لهذا الموضوع.

أولاً: عرض وتحليل وتفسير النتائج.

المحور الأول: البيانات الشخصية للمبحث.

الجدول 02: يمثل توزيع العينة حسب متغير الجنس.

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	52	%46.42
أنثى	60	%53.58
المجموع	112	%100

من خلال الجدول رقم 02 يتبين لنا من خلال النتائج أن أعلى نسبة بلغت 53.58% والتي تمثل فئة الإناث، وأدنى نسبة بلغت 46.42% وشملت فئة الذكور، ويرجع هذا التفاوت إلى أن الإناث هنّ الأكثر تواجدًا بالمؤسسة، أما الذكور فهم يتجهون إلى عالم الشغل وتوفير الوسائل والظروف المعيشية الجيدة.

الجدول 03: يمثل توزيع العينة حسب متغير السن.

السن	التكرار	النسبة المئوية
17- 18	40	%35.53
18- 19	34	%30.35
19- 20	38	%33.92
المجموع	**112**	**%100**

من خلال الجدول رقم 03 يتبين أن أغلب المبحوثين يتوزعون على الفئة العمرية من 17- 18 سنة، وذلك بنسبة 35.53% من المجموع الكلي للعينة ثم تليها الفئة العمرية من 19- 20 سنة وتقدر نسبتها 33.92%، في حين أن الفئة العمرية من 18- 19 سنة قدرت نسبتها بـ 30.35%. إنطلاقًا من هذه النتائج نصل إلى أن الفئة العمرية الغالبة هي فئة التلاميذ الذين تتراوح أعمارهم من 17 إلى 18، ويرجع هذا إلى أن الدراسة أجريت على طلاب المرحلة النهائية، فبطبيعة الحال يكون هذا هو العمر المثالي والحقيقي لإجتياز شهادة الباكلوريا.

الجدول 04: يمثل توزيع العينة حسب الصفة.

الصفة	التكرار	النسبة المئوية
خارجي	112	%100
المجموع	**112**	**%100**

من خلال الجدول رقم 04 يتبين لنا أن عدد المبحوثين كلهم يتوزعون على الصفة خارجي وذلك بنسبة 100%.

ويرجع هذا إلى المؤسسة التعليمية التي تتوفر على خدمة النصف داخلي والداخلي وكذلك قرب المؤسسة من مكان سكنهم.

الجدول 05: يمثل توزيع العينة حسب الشعب.

الشعبة	التكرار	النسبة المئوية
آداب وفلسفة	08	%07.15
آداب ولغات	20	%17.85
علوم تجريبية	16	%14.28
تسيير وإقتصاد	60	%53.57
تقني رياضي	08	%07.15
المجموع	**112**	**%100**

من خلال الجدول رقم 05 يتبين أن أعلى نسبة سجلت هي نسبة شعبة التسيير والإقتصاد بنسبة 53.57% تليها شعبة آداب ولغات بنسبة تقدر بـ 17.85% ثم بعدها شعبة العلوم التجريبية بنسبة 14.28%، بينما نسبة شعبة آداب وفلسفة وتقني رياضي تعادلاً بـ 07.15%.

وهذا يرجع إلى أن الباحثتين وزعتا الإستمارة في فترة الإمتحانات والتي كانت فيها عينة من تخصص تسيير وإقتصاد وآداب ولغات، أما باقي التخصصات الأخرى كانو داخل قاعات الإمتحان ولم تتمكن من توزيع الإستمارة على باقي التلاميذ.

الجدول 06: يمثل توزيع العينة حسب إعادة السنة.

إعادة السنة	التكرار	النسبة المئوية
معيد/ة	58	%51.78
غير معيد/ة	54	%48.22
المجموع	**112**	**%100**

من خلال الجدول رقم 06 يتضح أن أغلب المبحوثين أعادو السنة وذلك بنسبة 51.78% في حين نجد أن المبحوثين الذين لم يعيدو السنة بنسبة 48.22%.

ويرجع هذا إلى تغيير نظام الدراسة بسبب جائحة كورونا وكذلك الإنقطاع المتذبذب للدراسة ونظام التفويج، ما يؤدي بهم إلى النفور من الدراسة والملل منها ثم إعادة السنة وعدم تحقيق النجاح.

الجدول 07: يمثل توزيع العينة حسب مكان السكن.

مكان السكن	التكرار	النسبة المئوية
حضري	102	%91.07
شبه حضري	10	%8.99
المجموع	**112**	**%100**

من خلال الجدول رقم 07 نجد أن أغلب المبحوثين يعيشون في منطقة حضرية وذلك بنسبة 91.07% في حين بقية المبحوثين يعيشون في منطقة شبه حضرية بنسبة 8.99%.

ويرجع ذلك إلى وقوع المؤسسة التعليمية التي أجريت عليها الدراسة تقع في منطقة حضرية.

الجدول 08: يمثل توزيع العينة حسب الحالة الإجتماعية.

مكان السكن	التكرار	النسبة المئوية
متوفي	08	%06.50
يعيشان معا	98	%87.5
مطلقان	06	%06
المجموع	**112**	**%100**

من خلال الجدول رقم 08 نلاحظ أن أغلبية المبحوثين يعيش أولياءهم معًا إذ قدرت نسبتهم بـ 87.5% تليها نسبة المبحوثين الذين توفي أحد أولياءهم بنسبة 06.50% ثم نسبة 06% للمبحوثين المطلقان أولياءهم.

وهذا ما يفسر الإستقرار الإجتماعي للتلاميذ نتيجة عيشهم داخل أسرة مستقرة كاملة الأفراد وتحت جناح الوالدين.

المحور الثاني: طول فترة الحجر المنزلي المفروضة وعلاقتها بتراكم الدروس.

الجدول رقم 09: يمثل تطبيق الحجر المنزلي المفروض من وزارة الصحة.

الاحتمالات / العينة		التكرار		النسبة المئوية	
نعم		70		%62.5	
لا	عدم الخوف من الإصابة بالعدوى	19	42	%16.97	%37.5
	الضجر في البيت	23		%20.53	
المجموع		112		%100	

من خلال الجدول رقم 09 الذي يمثل تطبيق الحجر المنزلي المفروض من وزارة الصحة، نلاحظ أن نسبة عدد المبحوثين الذين طبقوا الحجر المنزلي المفروض من قبل وزارة الصحة والمقدرة بـ 62.5%، أكبر من عدد الذين لم يطبقوا الحجر المنزلي والمقدر بـ 37.5%، وقد قسمت هذه الأخيرة على نسبتين هما: 20.53% لم يطبقوا االحجر بسبب الضجر في المنزل و16.97% لم يطبقو الحجر بسبب عدم الخوف من الإصابة بالفيروس.

في حين يرجع سبب تطبيق الحجر المنزلي للمبحوثين إلى الخوف والقلق من المرض، وكذلك بسبب القوانين الصارمة التي تفرضها الدولة على المخالفين للحجر.

الجدول 10: يمثل تأثير طول فترة الحجر المنزلي على التلميذ نفسيًا.

الاحتمالات / العينة		التكرار		النسبة المئوية	
نعم	التخوف من الإصابة بالعدوى	25	68	%22.32	%60.71
	الرغبة في العودة للحياة الطبيعية	35		%31.25	
	مشاكل داخل المنزل أثناء الحجر	08		%7.14	
لا		44		%39.28	
المجموع		112		%100	

نلاحظ من خلال الجدول رقم 10 الذي يمثل تأثير طول فترة الحجر المنزلي على التلميذ نفسيًا، أن معظم المبحوثين تأثروا نفسيًا بطول فترة الحجر المنزلي بنسبة 60.71%، حيث تمثل نسبة 22.32% المبحوثين الذين تأثروا بسبب التخوف من الإصابة بالعدوى، ونسبة 31.25% بسبب الرغبة في العودة للحياة الطبيعية، في حين تمثل نسبة 7.14% المبحوثين الذين أثرت عليهم طول فترة الحجر المنزلي بسبب المشاكل داخل المنزل، بينما تمثل نسبة 39.28% المبحوثين الذين لم يتأثروا بفترة الحجر المنزلي.

من خلال البيانات الرقمية نستنتج أن النسبة المرتفعة كانت لأفراد العينة الذين أثرت طول فترة الحجر المنزلي على نفسيتهم، ويرجع هذا التأثر إلى التخوف من المرض أو الإصابة به، ورغبة البعض فيهم في العودة إلى الحياة الطبيعية بسبب الملّل والضجر، بالإضافة إلى وجود أو وقوع المشاكل داخل المنزل أثناء الحجر المنزلي.

الجدول 11: يوضح استثمار وقت الحجر المنزلي في مراجعة الدروس.

الاحتمالات / العينة		التكرار		النسبة المئوية	
نعم		28		%25	
لا	بسبب المرض	27	84	%24.10	%75
	عدم الإكتراث والإهتمام بالدراسة	12		%10.72	
	الخمول والكسل	45		%40.18	
المجموع		112		%100	

من خلال الجدول رقم 11 الذي يمثل إستثمار وقت الحجر المنزلي في مراجعة الدروس، نلاحظ أن أغلب المبحوثين لم يستثمروا وقت الحجر المنزلي في مراجعة الدروس، حيث قدرت نسبتهم الإجمالية بـ 75%، 40.18% منهم لم يستثمروا وقت الحجر المنزلي في مراجعة الدروس بسبب الخمول والكسل، و24.10% بسبب المرض ونسبة 10.72% بسبب عدم الإكتراث والإهتمام بالدراسة، في حين تمثل نسبة 25% عدد المبحوثين الذين استثمروا وقت الحجر في مراجعة الدروس.

من خلال البيانات الرقمية نستنتج أن النسبة المرتفعة كانت لأفراد العينة الذين لم يستثمروا وقت الحجر المنزلي في مراجعة الدروس، ويرجع ذلك إلى خمول وكسل التلاميذ وعدم الإكتراث والإهتمام بالدراسة، في حين أن البعض من التلاميذ لم يحالفهم الحظ في استثمار هذا الوقت في المراجعة بسبب المرض.

الجدول رقم 12: يمثل خلق الواجبات المنزلية للضغط والتوتر.

الاحتمالات / العينة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	74	%66.07
لا	38	%33.93
المجموع	112	%100

من خلال الجدول رقم 12 يوضح أن عدد المبحوثين الذين تسببت لهم الواجبات المنزلية ضغط وتوترًا يمثلون أعلى نسبة والمقدرة بـ 66.07%، في حين تليها نسبة التلاميذ الذين لم تخلق لديهم الواجبات المنزلية ضغط وتوترًا بـ 33.93%.

من خلال البيانات الرقمية نستنتج أن النسبة المرتفعة كانت لأفراد العينة الذين يرون أن الواجبات المنزلية تخلق ضغط وتوتر، ويرجع ذلك إلى إرهاق وتعب للتلميذ من الدراسة في النهار والسهر في الليل من أجل حل التمارين والواجبات، وكذلك تأثر الحالة النفسية لديهم جراء مرض أحد معارف التلميذ بالمرض، مما لا يسمح للتلميذ بالتفكير في هذه الواجبات، كذلك ضغوط من طرف الأهل على التلميذ لتحقيق نتائج وعلامات متميزة ليكون عند حسن ظنّهم.

الجدول رقم 13: يمثل الإنقطاع المستمر عن الدراسة وعلاقته بنسيان الدروس.

العينة / الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	70	%62.5
لا	42	%37.5
المجموع	**112**	**%100**

من خلال الجدول رقم 13 والمتعلق بالإنقطاع المستمر عن الدراسة أدى إلى نسيان الدروس، أن أغلب المبحوثين يرون أن الإنقطاع المستمر عن الدراسة أدى إلى نسيان الدروس وذلك بنسبة 62.5%، تليها نسبة 37.5% من المبحوثين لم يؤدي الإنقطاع المستمر عن الدراسة إلى نسيان الدروس.

من خلال البيانات الرقمية نستنتج أن النسبة المرتفعة كانت لأفراد العينة الذين يرون أن الإنقطاع المستمر أدى إلى نسيان الدروس، وهذا راجع إلى تذبذب الدراسة الذي شتت التركيز لدى التلميذ، كما تلعب الحالة النفسية دور كبير فالخوف من المرض يأخذ كامل تفكير الطفل، كذلك طول فترة الحجر المنزلي والتوتر والقلق الذي عاشه المجتمع أدى إلى نسيان المعلمات والأفكار ونقص التركيز، حيث أن جلّ إهتمامه كان منصبًا حول المرض والإحصائيات حوله وتتبع ما يحدث من أخبار ومستجدات.

الجدول رقم 14: يمثل الشعور بالأرق والإرهاق الشديد من كثرة الواجبات المعطاة للبيت من أجل إستدراك الوقت الضائع.

العينة / الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	78	%69.75
لا	35	%30.25
المجموع	**112**	**%100**

نلاحظ من خلال الجدول رقم 14 أن نسبة 69.75% من المبحوثين يرون أن كثرة الواجبات المعطاة للعمل في البيت تشعرهم بالأرق والإرهاق الشديد، في حين تليها نسبة 30.25% من المبحوثين أقروا أن كثرة الواجبات تشعرهم بالإرهاق والتعب الشديد.

من خلال البيانات الرقمية الموضحة أعلاه نستنتج أن النسبة المرتفعة هي لأفراد العينة الذين تشعرهم الواجبات المعطاة للعمل في البيت بالتعب والإرهاق الشديد، ونرجع ذلك إلى إعتبارها إجحاف في حق الطفل وحرمانه من حقه الطبيعي في اللعب والمرح وتفريغ طاقته الزائدة، وكذلك يرى البعض أنّ للمعلم أو الأستاذ أولى به أن يفهمها للتلميذ داخل الفصل وبوسائل تعليمية متنوعة، كذلك إصابة بعض التلاميذ بالمرض يرهق صحتهم الجسمية فلا يستطيعون حل تلك الواجبات والتركيز عليها.

الجدول رقم 15: يمثل الشعور بالخوف من إنتقال الفيروس داخل المؤسسة التعليمية.

الاحتمالات / العينة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	62	%55.36
لا	50	%44.64
المجموع	112	%100

من خلال الجدول رقم 15 والمتمثل في الشعور بالخوف من إنتقال الفيروس داخل المؤسسة التعليمية، نجد أغلب المبحوثين لا يشعرون بالخوف من إنتقال الفيروس لهم داخل المؤسسة وذلك بنسبة 55.36%، في حين تليها نسبة 44.64% من المبحوثين يشعرون بالخوف من إنتقال المرض داخل المؤسسة التعليمية.

من خلال البيانات الرقمية نستنتج أن النسبة المرتفعة كانت لأفراد العينة الذين يشعرون بالخوف من إنتقال المرض داخل المؤسسة التعليمية، وهذا راجع إلى عدم صرامة القوانين والبروتوكول الصحي داخل المؤسسة وتغافل إدارة المؤسسة على تطبيق هذه القوانين ومعاقبة مخالفيها.

الجدول رقم 16: يمثل وقوف الحجر المنزلي حاجزًا على إستكمال المقرر الدراسي.

الاحتمالات / العينة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	70	%62.5
لا	42	%37.5
المجموع	**112**	**%100**

من خلال الجدول رقم 16 المتعلق بوقوف الحجر المنزلي حاجزًا على إستكمال المقرر الدراسي، نلاحظ أن أغلب المبحوثين يرون أن الحجر المنزلي يقف حاجزًا على إستكمال المقرر الدراسي، وذلك بنسبة 62.5% وتليها نسبة 37.5% التي تمثل المبحوثين الذين يرون أن الحجر المنزلي لا يقف حاجزًا على إستكمال المقرر الدراسي.

من خلال البيانات الرقمية نستنتج أن أعلى نسبة لأفراد العينة الذين يرون أن الحجر المنزلي يقف حاجزًا على إستكمال المقرر الدراسي، ويرجع ذلك إلى نقص الحجم الساعي للدروس، وكذلك تسجيل

إصابات يومية في صفوف التلاميذ، الأمر الذي يستدعي التوقف المؤقت على الدراسة فهذا التذبذب يعيق عملية إكمال المقرر الدراسي.

الجدول رقم 17: يمثل علاقة فترة الحجر المنزلي بتراكم الدروس.

الاحتمالات / العينة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	60	%53.57
لا	52	%46.42
المجموع	**112**	**%100**

من خلال الجدول رقم 17 والمتعلق بفترة الحجر المنزلي وعلاقتها بتراكم الدروس، نلاحظ أن أغلب المبحوثين يرون أن فترة الحجر المنزلي تؤدي إلى تراكم الدروس، وذلك بنسبة 53.57% تليها نسبة 46.42% من المبحوثين يرون أن فترة الحجر المنزلي لا تؤدي إلى تراكم الدروس.

من خلال البيانات الرقمية نستنتج أن أعلى نسبة كانت لأفراد العينة التي ترى أن فترة الحجر المنزلي تؤدي إلى تراكم الدروس، وذلك راجع إلى عدم قدرة التلميذ على مراجعة الدروس نتيجة مرض أحد معارفه بالمرض، وكذلك تضييع الوقت دون فائدة أثناء الحجر، الملل من مراجعة الدروس وكذلك التسويف والتأجيل لوقت لاحق دون سبب حقيقي يتسبب في تراكم الدروس فيعجز التلميذ حفظها لاحقًا.

الجدول رقم 18: يمثل التغيب عن الدراسة بسبب المرض وعلاقته بتراكم الدروس.

الاحتمالات / العينة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	60	%53.57
لا	52	%46.42
المجموع	**112**	**%100**

من خلال الجدول رقم 18 المتعلق بالتغيب عن الدراسة بسبب المرض وعلاقته بتراكم الدروس، نلاحظ أن أغلب المبحوثين يرون أن التغيب عن الدراسة بسبب المرض يؤدي إلى تراكم الدروس وذلك بنسبة 53.57%، تليها نسبة المبحوثين الذين يرون أن التغيب عن الدراسة بسبب المرض يؤدي إلى تراكم الدروس بـ 46.42%.

من خلال البيانات الرقمية الموضحة أعلاه نستنتج أن أعلى نسبة كانت لأفراد العينة التي ترى أن التغيب عن الدراسة بسبب المرض تؤدي إلى تراكم الدروس، ويرجع ذلك إلى عدم قدرة التلميذ جسديًا ونفسيًا على مراجعة دروسه والشعور بالخوف من المرض يجعل التلميذ يدور في دوامة من التفكير والقلق تجعله يصّب كل تفكيره وإهتمامه في المرض بعيدًا عن الدراسة.

المحور الثالث: علاقة الحالة النفسية نتيجة المرض بالتحصيل الدراسي.

الجدول رقم 19: يمثل الإصابة بالمرض.

الاحتمالات / العينة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	62	%55.35
لا	50	%44.65
المجموع	**112**	**%100**

من خلال الجدول رقم 19 المتعلق بالإصابة بالمرض نلاحظ أن أغلب المبحوثين أصيبو بالمرض وذلك بنسبة 55.35% تليها نسبة 44.65% للمبحوثين الذين لم يصيبو بالمرض.

من خلال البيانات الرقمية نستنتج أن أعلى نسبة كانت لأفراد العينة الذين أصيبو بالمرض، ويرجع ذلك إلى عدم حرص التلاميذ على تطبيق الحجر المنزلي وكذلك عدم تطبيقهم لإجراءات الوقاية ضد المرض.

الجدول رقم 20: يمثل إصابة أفراد العائلة أو أحد المعارف بالمرض.

الاحتمالات / العينة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	78	%69.65
لا	34	%30.35
المجموع	**112**	**%100**

من خلال الجدول رقم 20 المتعلق بإصابة أحد أفراد العائلة أو المعارف بالمرض نلاحظ أن أغلب المبحوثين أصيب معارفهم بالمرض، وذلك بنسبة 69.65% وتليها نسبة 30.35% من المبحوثين الذين لم يصيبوا معارفهم بالمرض.

من خلال البيانات الرقمية نستنتج أن أعلى نسبة كانت لأفراد العينة الذين مرض أحد معارفهم بالمرض، ويرجع ذلك إلى الإنتشار السريع للمرض، إضاقة إلى عدم تطبيق التعليمات الوقائية والحجر المنزلي وكذلك التجمعات العائلية أثناء فترة الحجر المنزلي.

الجدول رقم 21: يمثل التأثر بالمرض.

الاحتمالات / العينة		التكرار		النسبة المئوية	
نعم	على نفسيتك	12	68	%10.71	%60.71
	رغبتك في الدراسة	25		%22.32	
	التحصيل الدراسي	31		%27.67	
لا		44		%39.28	
المجموع		112		%100	

من خلال الجدول رقم 21 الذي يمثل التأثر بالمرض نلاحظ أن أغلب المبحوثين تأثروا بالمرض وذلك بنسبة 60.71%، حيث أثر المرض على نفسية المبحوثين بنسبة 10.71%، في حين تمثل نسبة 22.32% المبحوثين الذين أثر المرض على رغبتهم في الدراسة ونسبة 27.67% للمبحوثين الذين أثر المرض على تحصيلهم الدراسي، في حين نسبة الذين لم يتأثروا بالمرض قدرت بـ 39.29%.

من خلال البيانات الرقمية الموضحة أعلاه نستنتج أن أعلى نسبة كانت لأفراد العينة التي تأثرت بهذا المرض، ويرجع ذلك إلى تأثر الحالة النفسية للتلميذ وكذلك جعل المرض التلميذ يعيش في حالة من الضغط، نتيجة المرض أو الخوف الشديد من فقدان أحد معارفه بسبب مرضه، ما يجعله يفقد الرغبة في الدراسة وتراجع تحصيله الدراسي.

الجدول رقم 22: يوضح التخوف من العودة للدراسة خشية الإصابة بالمرض.

الاحتمالات / العينة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	70	%62
لا	42	%38
المجموع	112	%100

من خلال الجدول رقم 22 المتعلق بالتخوف من العودة للدراسة خشية الإصابة بالمرض، نلاحظ أن أغلب المبحوثين متخوفين من العودة إلى الدراسة وذلك بنسبة 62%، في حين تليها نسبة 38% من المبحوثين الذين من لم يتخوفوا من العودة إلى الدراسة خشية الإصابة بالمرض.

من خلال البيانات الإحصائية الموضحة نستنتج أن أعلى نسبة كانت لأفراد العينة الذين يتخوفون من العودة للدراسة خشية الإصابة بالمرض، وذلك راجع إلى الوضع الصحي الذي مر به الأفراد من

إنتشار كبير للفيروس، وكذلك وفاة الكثير من أفراد عائلات التلاميذ هذا ما جعل تلاميذ وأوليائهم مترددون في عودتهم إلي الدراسة.

الجدول رقم 23: يوضح مدى تسبب فترة كورونا في نقص التفاعل داخل القسم.

الاحتمالات / العينة		التكرار	النسبة المئوية
نعم	الخوف من الإصابة بالمرض	14	%12.5
	التفريق بينك وبين زملائك في الفوج	25	%22.32
	الغياب الطويل عن الدراسة	29	%25.89
		68	%60.71
لا		44	%39.28
المجموع		112	%100

من خلال الجدول رقم 23 المتعلق بمدى تسبب فترة كورونا في نقص التفاعل داخل القسم، نجد أن أغلب المبحوثين قل تفاعلهم داخل القسم خلال فترة الكورونا، وتمثلت نسبتهم في 60.71%، 12.5% منهم من نقص تفاعله بسبب الخوف من الإصابة بالمرض و22.32% قل تفاعله بسبب التفريق بينه وبين زملائه في الفوج و25.89% بسبب الغياب الطويل عن الدراسة، في حين نجد نسبة المبحوثين الذين لم يقل تفاعلهم داخل القسم قدرت بـ 39.28%.

من خلال البيانات الإحصائية الموضحة أعلاه نجد أن أغلب المبحوثين قل تفاعلهم في القسم بسبب فترة كورونا، وذلك راجع إلى طول الحجر الصحي الذي فرضته وزارة الصحة والغياب الطويل عن الدراسة ودخول تلاميذ في إكتئاب وإحباط بسبب الوضع الذي مرو به.

الجدول رقم 24: يوضح أمن الوضع الصحي في المدرسة في ظل وجود الفيروس.

الاحتمالات / العينة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	46	%41
لا	68	%59
المجموع	112	%100

من خلال الجدول رقم 24 المتعلق بأمن الوضع الصحي في المدرسة في ظل وجود الفيروس، نجد أن أغلب المبحوثين يشعرون أن الوضع الصحي في المدرسة غير أمن في ظل وجود الفيروس وتمثلت نسبتهم في 59%، في حين أن 41% من المبحوثين كانوا يتخوفون من الوضع الصحي في المدرسة في ظل وجود الفيروس.

من خلال البيانات الإحصائية نستنتج أن أغلب المبحوثين يشعرون بالخوف من الوضع الصحي في المدرسة في ظل وجود الفيروس وذلك راجع إلى المؤسسة لديها نقص في الإمكانيات المادية، مما يجعل المدرسة في وضع صعب في تطبيق التعليمات الوقائية، كما أن نقص الوعي لدى تلاميذ يلعب دور كبير إذ نجد أغلبهم لا يراعون مسافة الأمان داخل المؤسسة ويقومون بالتجمعات، هذا ما زاد من عدم استقرار الوضع الصحي داخل المؤسسات التعليمية.

الجدول رقم 25: يوضح مدى تأثير جائحة كورونا على التحصيل الدراسي.

الاحتمالات / العينة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	64	%57
لا	48	%43
المجموع	**112**	**%100**

من خلال الجدول رقم 25 المتعلق بمدى تأثير جائحة كورونا على التحصيل الدراسي، نجد أن أغلب المبحوثين قد أثرت جائحة كورونا على تحصيلهم الدراسي، وتمثلت نسبتهم في 57% وتليها نسبة 43% الذين لم تأثر جائحة كورونا على تحصيلهم الدراسي.

من خلال البيانات الإحصائية نجد أن أغلب أفراد العينة قد أثرت جائحة كورونا على تحصيلهم الدراسي، وذلك راجع إلى الغياب الطويل عن الدراسة تسبب في نسيان للدروس، وكذلك الحالة النفسية التي مرو بها خلال الحجر المنزلي التي فرضته الوزارة من وفيات ومرض أفراد العائلة، مما جعل التلاميذ في حالة إحباط وكسل وعدم الرغبة في الدراسة فتراجع تحصيلهم الدراسي.

الجدول رقم 26: يوضح علاقة الضغوط النفسية على نتائج الدراسة وتراجع المستوى التعليمي.

الاحتمالات / العينة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	80	%72
لا	32	%28
المجموع	**112**	**%100**

من خلال الجدول رقم 26 المتعلق بعلاقة الضغوط النفسية بنتائج الدراسة وتراجع المستوى التعليمي، نجد أن أغلب المبحوثين أثرت الضغوط النفسية على نتائجهم دراسية وتراجع المستوى التعليمي وذلك بنسبة 72%، ونجد أن 28% لم تأثر الضغوط النفسية على نتائجهم الدراسية والمستوى التعليمي.

من خلال البيانات الإحصائية نستنتج أن النسبة المرتفعة لأفراد العينة التي تأثرت نتائجهم الدراسية بسبب الضغوط النفسية، وذلك راجع إلى الوضع الذي مرو به خلال فترة الحجر المنزلي، وارتفاع نسبة إنتشار فيروس كورونا، إذ نجد أغلب عائلات أفرد العينة قد أصيبوا بالمرض وبعضهم فارق الحياة، مما شكل حالة نفسية مضطربة لدى تلاميذ وأثر على نتائج دراستهم وتراجع مستواهم التعليمي.

الجدول رقم 27: يوضح علاقة التخوف من التجمع مع الأصدقاء داخل المؤسسة بسبب المرض.

الاحتمالات / العينة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	40	%35
لا	72	%65
المجموع	**112**	**%100**

من خلال الجدول رقم 27 المتعلق بعلاقة التخوف من التجمع مع الأصدقاء داخل المؤسسة بسبب المرض، نجد أن أغلب المبحوثين لا يشعرون بالخوف من التجمع مع الأصدقاء بسبب المرض، وتمثلت نسبتهم في 65% في حين نجد 35% اللذين يخافون من التجمع مع الأصدقاء بسبب المرض.

من خلال البيانات الإحصائية نستنتج أن أعلى نسبة لأفراد العينة الذين لا يشعرون بالخوف من التجمع مع الأصدقاء بسيي المرض، وذلك راجع إلى طيش المبحوثين وعدم وعيهم لخطورة الوضع، وكذلك لا مبالاة إلى النتائج محتملة الوقوع.. فأفراد عينة البحث هم فئة المراهقين يعيشون فترة الطيش وعدم الوعي بجدية الموضوع، وكذلك فإنهم في الفترة الحالية لا يبالون لأن الفيروس شبه اختفى ورفعت القيود وقل الضغط المفروض من وزارة الصحة.

الجدول رقم 28: يوضح علاقة تأثير كورونا على المستوى الدراسي.

الاحتمالات / العينة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	58	%51
لا	54	%49
المجموع	**112**	**%100**

الجدول رقم 28 المتعلق بعلاقة تأثير كورونا على المستوى الدراسي، نجد أن أغلب المبحوثين لم تأثر كورونا على مستواهم الدراسي، وتمثلت نسبتهم في 51% في حين نجد 49% اللذين تأثر كورونا على مستواهم الدراسي.

من خلال البيانات الإحصائية نجد أن أغلب المبحوثين لم تأثر كورونا على مستواهم الدراسي، وهذا راجع إلى أفراد العينة التي استفادة من فترة كورونا فالتوقيت الجديد الذي برمج عليهم ساعدهم على الدراسة، على عكس التوقيت الزمني القديم الذي كان مكثف ولا يجدون أوقات فراغ لحل الواجبات وحفظ الدروس، كما أن الدراسة بالأفواج جعلتهم يستوعبون أكثر بسبب نقص الإكتظاظ في القسم ونقص تشويش الزملاء، لأنهم أصبحو يدرسون بالأفواج وأغلبهم قد فرقوا عن أصدقائهم وهذا ما ساعدهم على التركيز على الدراسة أكثر.

المحور الرابع: الفروض الفيزيقية وعلاقتها بتقليص حصص الإنقاد.

الجدول رقم 29: يوضح مدى تفضيل التعليم عن بعد في زمن الكورونا.

الاحتمالات / العينة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	58	%51
لا	54	%49
المجموع	**112**	**%100**

الجدول رقم 29 المتعلق بمدى تفضيل التعليم عن بعد في زمن كورونا، نجد أن أغلب المبحوثين يفضلون التعليم عن بعد في زمن الكورونا، وتمثلت نسبتهم في 51% ثم تليها نسبة 49% اللذين لا يفضلون التعليم عن بعد في زمن الكورونا.

من خلال البيانات الإحصائية نستنتج أن أغلب أفراد العينة اللذين يفضلون التعليم عن بعد في زمن الكورونا، وذلك راجع إلى ضمان حماية أنفسهم من الإصابة بالمرض، وذلك بالدراسة في المنزل وعدم الإختلاط مع الزملاء، وكذلك الحد من انتشار الفيروس أكثر، كما أنهم يصبحون لديهم أوقات فراغ أكثر لمزاولة برامجهم الترفيهية وهواياتهم الخاصة، في حين أن فئة قليلة من المبحوثين لم يفضلون التعليم عن بعد، وذلك بسبب عدم توفر الإمكانيات لديهم فالتعليم عن بعد يحتاج بعض تكاليف لتحميل الدرروس، فنجد هذه الفئة يكون مستواهم الإقتصادي ضعيف خاصة وأنه خلال فترة الكورونا أصبح معظم الأسر يعانون من أزمات مادية، وهذا ما جعلهم يشعرون بضغط ولم يتقبلوا فكرة التعليم عن بعد.

الجدول رقم 30: يوضح مدى كفاية الحجم الساعي أثناء كورونا لفهم الدروس.

الاحتمالات / العينة		التكرار		النسبة المئوية	
نعم		50		%45	
لا	تغيير طريقة شرح الأستاذ	20	62	%17.5	%55
	نقص المعلومات المعطاة بسبب ضيق الوقت	35		%31.25	
	نقص التمارين التطبيقية داخل القسم	07		%6.25	
المجموع		112		%100	

الجدول رقم 30 المتعلق بالحجم الساعي أثناء كورونا لفهم الدروس، نجد أن أغلب المبحوثين لم يكفهم الحجم الساعي في فهم الدروس وتمثلت نسبتهم في 55%، حيث تمثلت 17.5% المبحوثين الذين تغيرت طريقة شرح الأستاذ عليهم، في حين تمثلت 31.25% المبحوثين الذين تأثروا بنقص المعلومات المعطاة بسبب ضيق الوقت ثم تليها نسبة 6.25% من المبحوثين الذين تأثروا أيضا بنقص التمارين التطبيقية داخل القسم، أما نسبة 45% فقد كانت إجابتهم بـ "نعم" أي أن الحجم الساعي أثناء جائحة كورونا كاف لفهم الدروس.

ومن خلال البيانات الإحصائية نستنتج أن النسبة المرتفعة لأفراد العينة اللذين لم يساعدهم الحجم الساعي أثناء جائحة كورونا لفهم الدروس، وذلك راجع إلى ضيق الوقت ونقص المعلومات المعطاة وتمارين التطبيقية، وكذلك تغيير في طريقة شرح الأستاذ وخاصة بنظام التفويج الذي يتعب المدرس في الشرح المتكرر للدرس.

الجدول رقم 31: يوضح الإنزعاج من تقليص فترات الراحة والإنقاص منها.

الاحتمالات / العينة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	60	%54
لا	52	%46
المجموع	112	%100

الجدول رقم 31 المتعلق بالإنزعاج من تقليص فترات الراحة والإنقاص منها، إذ نجد أن أغلب المبحوثين كانت إجابتهم بنعم والتي تمثلت في 54% إذ يشعرون بالإنزعاج من تقليص فترات الراحة والإنقاص منه، تليها نسبة 46% اللذين لم يشعر وبالإنزعاج من تقليص فترات الراحة.

ومن خلال البيانات الإحصائية نستنتج أن النسبة المرتفعة لأفراد العينة اللذين يشعرون بالإنزعاج من تقليص فترات الراحة والإنقاص منها، وذلك راجع إلى إختناق من الدرس وعدم وجود وقت للإستراحة والترفيه، فالأفراد بعد إنقطاع طويل عن الدراسة يشعرون بصعوبة في الدراسة لوقت طويل دون استراحة، فحالتهم االنفسية تكون متأثرة بسبب الوضع الذي مروا به خلال جائحة كورونا، وهذا يشكل لديهم ضغط وانزعاج عند تقليص فترات الراحة.

الجدول رقم 32: يوضح مساعدة البروتوكول الصحي المتبع داخل المؤسسة.

الاحتمالات / العينة		التكرار		النسبة المئوية	
نعم	صرامة وجدية القوانين الصحية	20	62	%17.85	%55.34
	نظافة المحيط المدرسي	10		%8.92	
	الإنقاص والحد من انتشار العدوى	32		%28.57	
لا		50		%44.66	
المجموع		112		%100	

من خلال الجدول رقم 32 المتعلق بالبروتوكول المتبع داخل المؤسسة، نلاحظ أن أغلب المبحوثين ساعدهم البروتوكول الصحي المتبع داخل المؤسسة وتمثلت نسبتهم في 55.34%، حيث تمثلت 28.57% الذين أعجبوا بصرامة وجدية القوانين الصحية، في حين نسبة 17.85% الذين ساعدهم في الإنقاص والحد من انتشار العدوى، وتليها نسبة 8.92% الذين ساعدهم وذلك لنظافة المحيط المدرسي، في حين أن نسبة 44.66% من المبحوثين لم يساعدهم البروتوكول المتبع داخل المؤسسة.

من خلال البيانات الرقمية نستنتج أن أعلى نسبة كانت لأفراد العينة التي ساعدها البروتوكول الصحي المتبع داخل المؤسسة، ويرجع ذلك بسبب صرامة وجدية القوانين الصحية ونظافة المحيط المدرسي، إضافة إلى الإنقاص والحد من إنتشار العدوى.

الجدول رقم 33: يوضح تراجع المستوى الدراسي بسبب تذبذب الدراسة.

الاحتمالات / العينة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	74	%66
لا	38	%34
المجموع	**112**	**%100**

الجدول رقم 33 المتعلق بتراجع المستوى الدراسي بسبب تذبذب الدراسة، إذ نجد أن أغلب المبحوثين تراجع مستواهم الدراسي بسبب تذبذب الدراسة، وذلك بنسبة 66% في حين تليها نسبة 34% الذين لم يتراجع مستواهم الدراسي بسبب تذبذب الدراسة.

من خلال البيانات الرقمية نستنتج أن أعلى نسبة كانت لأفراد العينة التي تراجع مستواهم الدراسي بسبب تذبذب الدراسة، وذلك راجع إلى مقاطعة الدراسة كل مرة ثم العودة مما جعل الأفراد المبحوثين يشعرون بالإحباط والكسل، فتراجع مستواهم الدراسي وعدم الرغبة في الإجتهاد وغياب روح المنافسة، كما أن حالتهم النفسية تأثرت بسبب الحجر المنزلي الطويل خلال فترة الكورونا.

الجدول رقم 34: يوضح فائدة التدريس بالأفواج.

الاحتمالات / العينة		التكرار		النسبة المئوية	
نعم	**نقص الإكتظاظ داخل الأقسام**	16	66	%14.28	%58.92
	نقص الحركة والتشويش	25		%22.32	
	نقص الخوف من انتقال المرض	25		%22.32	
لا		46		%41.07	
المجموع		**112**		**%100**	

من خلال الجدول رقم 34 المتعلق بفائدة التدريس بالأفواج، نجد أن أغلب المبحوثين يفضلون نظام التدريس بالأفواج وتمثلت نسبتهم في 58.92%، حيث تمثل نسبة 14.28% المبحوثين الذين فادهم نقص الإكتظاظ داخل القسم، ونسبة 22.32% ساعدتهم نقص الحركة والتشويش، في حين نجد نسبة 22.32% أيضا نقص تخوفهم من انتقال المرض إليهم، أما نسبة 41.07% فتمثل المبحوثين الذين لم يفضلوا التدريس بالأفواج.

من خلال البيانات الإحصائية نستنتج أن النسبة المرتفعة لأفراد العينة اللذين يفضلون التدريس بالأفواج ، وذلك راجع إلى شعورهم بالراحة أكثر في القسم ونقص الحركة والتشويش وعدم الإكتظاظ، وكذلك توفر الوقت لمراجعة الدروس وحل الواجبات المنزلية، فدراسة الأفواج تكون بفترات متعاكسة وهذا ما ساعد معظم التلاميذ.

الجدول رقم 35: يوضح رغبة العينة في إكمال الدراسة بنظام التفويج.

الاحتمالات / العينة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	58	%52
لا	54	%48
المجموع	**112**	**%100**

الجدول رقم 35 المتعلق برغبة العينة في إكمال الدراسة بنظام التفويج، إذ نجد أن أغلب المبحوثين يفضلون في إكمال الدراسة بنظام الأفواج والتي تمثلت نسبتهم في 52%، في حين نجد 48% لا يفضلون إكمال الدراسة بنظام الأفواج.

من خلال البيانات الإحصائية نستنتج أن النسبة المرتفعة لأفراد العينة اللذين يفضلون إكمال الدراسة بنظام الأفواج، وذلك راجع إلى الراحة التي وفرها هذا النظام حيث فرضت الوزارة توقيت زماني بفترات متقطعة، حيث يدرس فوج في فترة صباحية في حين الفوج الثاني في الفترة المسائية، وهذا ما جعل التلاميذ لديهم الوقت لمراجعة وحفظ الدروس، وهذا ما لاحظناه في الجدول رقم33.

الجدول رقم 36: يوضح علاقة قصر الموسم الدراسي وإلغاء حصص الإنقاد وتراجع المستوى الدراسي.

الاحتمالات / العينة		التكرار		النسبة المئوية	
نعم	**عدم التركيز في الدروس**	15	68	%13.39	%60.71
	إشحاح المعلم في إعطاء المعلومات نظرًا لضيق الوقت	25		%22.32	
	نقص في الدروس	28		%25	
لا		46		%39.29	
المجموع		**112**		**%100**	

من خلال الجدول رقم 36 المتعلق بقصر الموسم الدراسي وإلغاء حصص الإنقاد أدى إلى تراجع المستوى الدراسي، نجد أغلب المبحوثين لم يتراجع مستواهم الدراسي وتمثلت نسبتهم في 60.71%، إذ نجد نسبة 22.32% تأثر وبسبب إشحاح المعلم في إعطاء المعلومات نظرًا لضيق الوقت ونجد أن نسبة 25% تأثر بسبب نقص الدروس وتليها نسبة 13.39% الذين تأثر ولم يركزوا في دروسهم، أما النسبة 39.29% فهي تمثل المبحوثين الذين تراجع مستواهم الدراسي بسبب قصر الموسم الدراسي و إلغاء حصص الإنقاذ.

من خلال البيانات الإحصائية نستنتج أن أعلى نسبة كانت لأفراد العينة اللذين لم يتراجع مستواهم بسبب الموسم الدراسي وإلغاء حصص الإنقاد، وذلك راجع إلى نقص الدروس وإلغاء الوزارة الكثير منها، وعدم تراكم دروس عليهم أثناء المراجعة وإلغاء الفصل الثالث ما جعل الموسم الدراسي سهل ومريح، وهذا ما ساعد الكثير من التلاميذ من تحسين مستواهم الدراسي من خلال تدارك للدروس وحفظها.

الجدول رقم 37: يوضح صعوبة التأقلم مع الوضع الصحي الراهن.

الاحتمالات / العينة		التكرار		النسبة المئوية	
نعم	لم أجد نشاطات أمارسها أثناء كورونا	12	66	%10.71	%58.93
	واجهت ظغوطًا نفسية ناتجة عن كورونا	24		%21.43	
	عبء أيام التدريس بسبب ضيق الموسم الدراسي	30		%26.79	
لا		46		%41.07	
المجموع		112		%100	

من خلال الجدول رقم 37 المتعلق بصعوبة التأقلم مع الوضع الصحي الراهن، نجد أن أغلب المبحوثين وجدوا صعوبة في التأقلم مع الوضع الصحي الراهن وذلك بنسبة 58.93%، إذ نجد أن نسبة 26.79% وجدوا عبء أيام التدريس بسبب ضيق الموسم الدراسي وتليها نسبة 21.43% الذين واجهوا ضغوطًا

نفسية ناتجة عن كورونا، ونسبة 10.71% لم يجدو نشاطات يمارسونها أثناء كورونا، في حين أن نسبة 41.07% من المبحوثين لم يجدوا صعوبة في التأقلم مع الوضع الراهن.

من خلال البيانات الإحصائية نستنتج أن أعلى نسبة كانت لأفراد العينة اللذين تلقوا صعوبة في التأقلم مع الوضع الصحي الراهن، ويرجع ذلك إلى عدم وجود أي نشاطات يمارسها أثناء فترة الجائحة، وكذلك مواجهة ضغوط نفسية ناتجة عن كورونا فالكثير من عائلات التلاميذ أصيبوا بالمرض، وبعضهم توفي مما جعل التأقلم مع الوضع صعب جدًا.

الجدول رقم 38: الخوف من الإنتشار السريع للمرض زاد من التردد في الذهاب إلى المدرسة.

الاحتمالات / العينة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	72	%65
لا	40	%35
المجموع	**112**	**%100**

من الجدول رقم 38 المتعلق بالخوف من الإنتشار السريع للمرض إذ نجد أن أغلب المبحوثين يشعرون بالخوف من إنتشار المرض، والتي تمثلت نسبتهم في 65% في حين نجد 35% من المبحوثين لا يشعرون بالخوف من الإنتشار السريع للمرض.

من خلال البيانات الإحصائية نستنتج أن النسبة المرتفعة لأفراد العينة اللذين يشعرون بالخوف من الإنتشار السريع للمرض، وذلك راجع إلى خطورة المرض وعودتهم إلى الدراسة وكثرة التجمعات والإختلاط مع زملاء قد يكونون يحملون المرض، ونظرًا للوضع الذي مرت به المجتمعات فالأولياء متخوفون من عودة أولادهم إلى الدراسة، وهذا ما زاد من تردد التلاميذ في الذهاب إلى المدرسة.

ثانيا: مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات.

1/ من خلال إستعراض الشواهد الكمية المتعلقة بالفرضية الأولى والتي مفادها:

"طول فترة الحجر المنزلي وعلاقتها بتراكم الدروس"

تبين لنا في ضوء تحليلنا للمعطيات المدرجة في الجداول السابقة والخاصة بالمحور الثاني مايلي:

- نسبة 62.5% أجابو أنهم طبقوا الحجر المنزلي المفروض من وزارة الصحة.
- نسبة 60.71% أجابو أن طول فترة الحجر المنزلي أثرت عليهم.
- نسبة 75% أجابو أنهم لم يستثمروا وقت الحجر المنزلي في مراجعة الدروس.
- نسبة 66.07% أجابو أن الواجبات المدرسية تخلق ضغط وتوتر لهم.
- نسبة 62.5% أجابو أن الإنقطاع المستمر عن الدراسة له علاقة بنسيان الدروس.

- نسبة 69.75% أجابو أنهم يشعرون بالإرهاق والأرق الشديد من كثرة الواجبات المعطاة للبيت من أجل إستدراك الوقت الضائع.
- نسبة 55.36% أجابو أنهم يشعرون بالخوف من إنتقال الفيروس داخل المؤسسة التعليمية.
- نسبة 62.5% أجابو أن الحجر المنزلي يقف حاجزًا على إستكمال المقرر الدراسي.
- نسبة 53.57% أجابو أن فترة الحجر المنزلي لها علاقة بتراكم الدروس.
- نسبة 53.58% أجابو أن التغيب عن الدراسة بسبب المرض له علاقة بتراكم الدروس.

وفي الأخير ومن خلال ما تم الحصول عليه من أعداد ونسب عالية المتعلقة بأسئلة هذه الفرضية، نستنتج أن طول فترة الحجر المنزلي مرتبط بتراكم الدروس، وذلك من خلال ما لاحظناه من إجابات المبحوثين التي تؤكد أن الحجر المنزلي أثر على نفسية التلميذ، ما أدى به إلى عدم إستثمار وقته أثناء فترة الحجر في مراجعة دروسه، كذلك لعبت الواجبات المنزلية الكثيرة المعطاة للمنزل من أجل تدارك الوقت الضائع، دورًا في شعور التلميذ بالإرهاق والتعب الشديد، ونشير أيضا إلى التذبذب المستمر عن الدراسة تسبب في نسيان الدروس، كما نذكر خوف التلاميذ من إنتقال الفيروس إليهم داخل المؤسسة، هذا إضافة إلى أنهم يرون أن فترة الحجر الصحي تقف عائقًا أمام إستكمال المقرر الدراسي، فتغيب التلاميذ أو الأساتذة بسبب المرض يؤدي إلى تراكم الدروس.

- ومنه يمكن القول أن الفرضية الجزئية الأولى قد تحققت.

2/ من خلال إستعراض الشواهد الكمية المتعلقة بالفرضية الثانية والتي مفادها:

"علاقة الحالة النفسية نتيجة المرض بالتحصيل الدراسي"

تبين لنا في ضوء تحليلنا للمعطيات المدرجة في الجداول السابقة والخاصة بالمحور الثالث مايلي:

- نسبة 55.35% أجابو أنهم أصيبوا بالمرض.
- نسبة 69.65% أجابو أن أفراد العائلة أو أحد معارفهم أصيبوا بالمرض.
- نسبة 60.71% أجابو أنهم تأثرو بهذا المرض.
- نسبة 62.5% أجابو أنهم متخوفون من العودة للدراسة خشية الإصابة بالفيروس.
- نسبة 60.71% أجابو أن فترة كورونا تسببت في إنقاص التفاعل داخل القسم.
- نسبة 60.71% أجابو أن الوضع الصحي غير أمن في المدرسة في ظل وجود الفيروس.
- نسبة 57.14% أجابو أن جائحة كورونا أثرت على التحصيل الدراسي.
- نسبة 71.42% أجابو أن الضغوط المدرسية لها علاقة في تراجع النتائج الدراسية والمستوى الدراسي.

- نسبة 64.28% أجابو أنهم يتخوفون من التجمع مع الأصدقاء داخل المؤسسة بسبب المرض.

من خلال ما تم التحصل عليه من أرقام ونسب عالية متعلقة بأسئلة هذه الفرضية، نستنتج أن الحالة النفسية نتيجة المرض لها علاقة بالتحصيل الدراسي، وذلك من خلال ما لاحظناه من إجابات المبحوثين التي تؤكد ذلك فمعظمهم أصيبوا هم وأفراد عائلتهم بالمرض، وقد أثر هذا المرض على نفسيتهم ورغبتهم في الدراسة، هذا ونجد أن التلاميذ متخوفون من العودة للدراسة خشية الإصابة بالفيروس، لأن الوضع الصحي غير أمن في المدارس في ظل وجود الوباء حسب رأيهم، إضافة إلى أن فترة كورونا تسببت لهم في الإنقاص من تفاعلهم داخل القسم، وأثرت على تحصيلهم الدراسي، كما يرى التلاميذ أن الضغوط المدرسية لها علاقة في تراجع النتائج الدراسية والمستوى الدراسي بصفة عامة، أضف إلى ذلك تخوف التلاميذ من التجمع مع الأصدقاء داخل المؤسسة خشية الإصابة بالمرض.

- ومنه يمكن القول أن الفرضية الجزئية الثانية محققة.

3/ من خلال إستعراض الشواهد الكمية المتعلقة بالفرضية الثالثة والتي مفادها:

"الظروف الفيزيقية وعلاقتها بتقليص حصص الإنقاذ"

تبين لنا في ضوء تحليلنا للمعطيات المدرجة في الجداول السابقة والخاصة بالمحور الرابع مايلي:

- نسبة 51.78% أجابو أنهم يفضلون التعلم عن بعد في زمن الكورونا.
- نسبة 55% أجابو أن الحجم الساعي أثناء جائحة كورونا لا يكفي لفهم الدروس.
- نسبة 53.57% أجابو أنهم انزعجوا من تقليص فترات الراحة والإنقاص منها.
- نسبة 55.34% أجابو أن البروتوكول الصحي المتبع داخل المؤسسة ساعدهم.
- نسبة 66.07% أجابو أن المستوى الدراسي تراجع بسبب تذبذب الدراسة.
- نسبة 58.92% أجابو أنهم لم يستفيدوا من التدريس بنظام التفويج.
- نسبة 51.78% أجابو أنهم لا يرغبون في إكمال الدراسة بنظام التفويج.
- نسبة 60.71% أجابو أن قصر الموسم الدراسي وإلغاء حصص الإنقاذ أدى إلى تراجع المستوى الدراسي.
- نسبة 58.93% أجابو أنهم وجدوا صعوبات في التأقلم مع الوضع الصحي الراهن.
- نسبة 64.28% أجابو أن خوفهم من الإنتشار السريع للمرض زاد من ترددهم للذهاب للمدرسة.

وفي الأخير ومن خلال ما تم الحصول عليه من أعداد ونسب عالية، متعلقة بأسئلة الفرضية، نستنتج أن الظروف الفيزيقية لها علاقة بتقليص حصص الإنقاذ، وذلك من خلال ما لاحظناه من إجابات للمبحوثين الذين أكد أن أغلبيتهم يفضلون التعلم عن بعد في زمن الكورونا، إضافة إلى أن الحجم السعي

للدروس أثناء الجائحة لم يكون كافِ لفهم الدروس، كما أنهم أكدوا إنزعاجهم من التقليص من فترات الراحة، وهذا ونجد أن البروتوكول الصحي المتبع داخل المؤسسة ساعدهم في الوقاية من المرض، كما أكدوا أيضا أن المستوى الدراسي تراجع بسبب الإنقطاع المستمر عن الدراسة، وكذلك بسبب إلغاء حصص الإنقاذ وقصر الموسم الدراسي، وأيضا نجدهم لا يرغبون في إكمال الدراسة بنظام التفويج لأنهم لم يستفيدوا منه، ضف إلى ذلك إيجاد التلميذ صعوبات في التأقلم مع الوضع الصحي الراهن والخوف من الإنتشار السريع للمرض زاد من ترددهم في الذهاب إلى المدرسة.

- ومنه يمكن القول أن الفرضية الجزئية الثالثة تحققت.

ثالثًا: مناقشة النتائج في ضوء الدراسات السابقة.

بغرض عرض نتائج الدراسة الحالية في ضوء الفرضيات والتساؤلات المنطلق منها، سنحاول من خلال ذلك مقارنتها مع نتائج الدراسات السابقة التي تم التطرق إليها والتي ساعدتنا في بناء وتوجيه البحث، وبالرغم من الإختلاف الموجود بين الدراسة الحالية وهذه الدراسات التي أجريت في بيئات وأزمنة مختلفة، إلا أن هذا لا ينفي وجود إتفاق في بعض النقاط، وفيما يلي عرض لأهم نقاط التشابه والإختلاف مع هذه الدراسات:

بالرجوع إلى دراسة د.عبد الله عادل شراب ود.أكرم سعدي وادي حول: "مصادر الضغوط المدرسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى الطلبة المرحلة الثانوية"، نجد أنها تتفق مع دراستنا في الوصول إلى أن هناك ارتباط سالب بين درجات الضغوط المدرسية وأبعادها المختلفة وبين مستوى التحصيل الدراسي، كذلك نجد نقطة تشابه أن متغير الضغوط المدرسية يعتبر أحد مؤشرات موضوع دراستنا الحالية.

كذلك نجد دراسة حرش كريم وربعي محمد حول: "المعاش النفسي لدى المصابين بفيروس كورونا المستجد (كوفيد 19)"، تتفق مع دراستنا في التأثر بالإصابة بالمرض والمعاش النفسي أثناء الحجر المنزلي، وكذلك في التهاون في احترام إجراءات الوقاية وعدم أخد المرض بجدية وعدم الخوف من أضراره، وكذلك في التخوف من الإنتشار السريع للفيروس، إضافة إلى التأثير السلبي للإصابة بفيروس كورونا على المعاش النفسي (الحالة النفسية)، وهذا ما أكدته أغلب إجابات المبحوثين.

أما دراسة أمال مقدم وفوزية مصبايح وفايزة لحول حول: "المناخ المدرسي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى تلاميذ المرحلة الثانوية في ظل جائحة كورونا"، نجد أنها تتفق مع دراستنا في درجة إدراك التلميذ للأمان الصحي ولنفسي داخل المؤسسة، وكذلك في دافعية الإنجاز والمستوى الدراسي للتلميذ في ظل جائحة كورونا، إضافة إلى وجود علاقة إرتباطية بين المناخ المدرسي ودافعية الإنجاز، وهذا ما نجده في دراستنا في تأثر التلميذ بالوضع الصحي داخل المؤسسة وخوفه من الرجوع للدراسة خشية المرض.

وأخيرًا دراسة صدقة إيمان وبشقة عز الدين حول: "المشكلات السلوكية والإنفعالية لدى تلاميذ الطور الإبتدائي من وجهة نظر الأولياء في ظل الحجر المنزلي المتزامن مع جائحة كورونا"، في أنها

تتفق مع دراستنا في المشكلات النفسية التي تلقاها التلاميذ أثناء الحجر المنزلي، وهذه المشكلات ماهي إلا تعبيرًا عن الحالة النفسية داخلية مضطربة، نتيجة بقاءهم مع أفراد العائلة داخل المنزل لفترات طويلة من الوقت والتعرض للكميات الهائلة من المعلومات والأخبار عن الوباء، هذا ما أدى إلى الشعور بالخوف والملل والتوتر، وهذا ما أكدته إجابات المبحوثين.

رابعًا: النتائج العامة للدراسة.

من خلال الدراسة الميدانية التي أجريت حول موضوع: "جائحة كورونا وعلاقتها بالضغوط المدرسية لدى التلاميذ" في المؤسستين التعليميتين "ثرخوش أحمد" و"مخلوف الحسناوي"، وفي محاولة لإختبار فرضيات الدراسة من أجل معرفة علاقة جائحة كورونا بالضغوط المدرسية لدى التلاميذ، توصلنا إلى مجموعة من النتائج التالية:

– أن طول فترة الحجر المنزلي لها علاقة بتراكم الدروس فالأطفال أو التلاميذ لم يستغلوا هذا الوقت في مراجعة الدروس، بل كانوا مشغولين في تتبع أخبار عن الفيروس كما لعب الخوف والتأثر بالمرض دورًا سلبيًا على الحالة النفسية للتلميذ مما أفقده الرغبة في الدراسة وأصبحت تشكل عبئ عليه.

– أن الحالة النفسية نتيجة المرض لها علاقة بتحصيل الدروس، فإصابة التلميذ أو أحد أفراد عائلته يجعله يعيش في حالة نفسية مزرية، مما تسبب له فقدان الرغبة في الدراسة كما يجعله يتخوف من التجمع مع الأصدقاء داخل المؤسسة ونقص في تفاعله داخلالقسم بسبب التفريق بينه وبين زملاءه نتيجة نظام التفويج، فكل هذه الأسباب لها علاقة بتراجع المستوى التعليمي والتحصيل المدرسي.

– أن الظروف الفيزيقية لها علاقة بتقليص حصص الإنقاذ فالحجم الساعي المبرمج أثناء جائحة كورونا غير كاف لفهم وإستيعاب الدروس، كما أن قصر الموسم المدرسي بسبب الإنقطاع المستمر للدراسة أدى إلى إلغاء حصص الإنقاذ من رياضة، موسيقى، رسم، فترة الراحة... إلخ، وذلك من أجل إعطاء الوقت للمواد العلمية المهمة ومن أجل إكمال المقرر الدراسي.

وعليه فإنه بتحقيق الفرضيات الجزئية الثلاث يمكننا القول أن الفرضية العامة التي مفادها "جائحة كورونا لها علاقة بالضغوط المدرسية لدى التلاميذ"، قد حققت.

خامسًا: التوصيات والإقتراحات.

لقد إنتهى البحث إلى مجموعة من النتائج كنا قد ناقشناها في الفقرات السابقة، وتبعا لذلك يقدم الباحث مجموعة من الإقتراحات حول الموضوع متمنيًا أن تلقى أدانًا صاغية من طرف كل من التلاميذ ومدراء الثانويات والمدرسين، وكذا المهتمين بهذا المجال من البحث العلمي سواء باحثين كانوا أم مختصين نفسانين أو أولياء التلاميذ والتي سنذكرها دون ترتيب معين:

– توفير المؤسسة التعليمية للتلميذ كل الإجراءات والمستلزمات الوقائية للحد وضمان عدم إنتقال العدوى أو الفيروس للتلميذ.

– حرص كل من التلاميذ والأساتذة والطاقم الإداري من إتباع وتطبيق البروتوكول الصحي داخل وخارج المؤسسة.

– إعادة تكوين المدرسين نفسيًا لضبط الإتصال اللفظي والغير اللفظي مع التلاميذ في هذه الفترة الحساسة.

– تفعيل دور مستشار التوجيه في مجال عمل إرشاد التلاميذ لتخفيف من الضغوط المدرسية لديهم.

– الإهتمام بالظروف الفيزيقية للتلميذ كتوفير وسائل الوقاية (لكمامات، معقم...إلخ).

– إعداد برامج إرشادية وترفيهية في هذه الفترة (فترة جائحة كورونا) من أجل إكساب التلاميذ آليات وإستراتيجيات إدارة الضغوط المدرسية.

– العمل على إرجاع التلاميذ المتغيبين بسبب فيروس كورونا.

– تحسين قدرة المؤسسة التربوية على الإستجابة للوضع الذي فرضته الجائحة وإقرار التعلم عن بعد بمجرد توقف الدروس.

– تجنب الوالدين الحديث بإستمرار عن الوباء أمام الأولاد وقضاء أوقات معهم بما فيها المشاركة في أنشطة مختلفة.

– العمل على بناء برامج علاجية وإرشادية للرفع من مستوى الصحة للأفراد المتأثرين بوباء كورونا.

– إجراء دورات تدريبية للمعلمين تعمل على زيادة كفاءتهم في مجال استخدام آليات وأساليب وأدوات التعلم عن بعد.

– العمل على إنشاء منصة تعليمية يمكن لجميع الطلبة الإنظمام إليها، وتزويدها بالمصادر التعليمية اللازمة للمنهج.

– توفير الدعم النفسي لكل من الطلبة والمعلمين وأولياء الأمور، عن طريق تقديم برامج توعوية عبر الراديو أو التلفاز أو وسائل الإعلام المقروئة كالصحف ومواقع التواصل الإجتماعي.

خاتمـــة

خاتمــة

يتبين لنا ما تم تناوله في هذه الدراسة أن الضغوطات المدرسية تنشأ لدى التلاميذ من الظروف البيئية التي يتفاعل معها التلميذ و يدركها على أنها مصدر توتر و قلق نفسي.

وقد توصلنا إلى أن الظروف الاستثنائية التي فرضتها الحياة نتيجة تفشي جائحة كورونا في البلاد أثرت سلبا على التلاميذ، فطول فترة الحجر المنزلي أدت إلى تراكم الدروس لدى التلاميذ لأنهم لم يستغلوا هذه الفترة في المراجعة، ضف إلى ذلك أن الحالة النفسية نتيجة المرض كانت لها علاقة في تراجع التحصيل الدراسي لدى التلاميذ.

دون ان ننسى الظروف الفيزيقية التي فرضتها كورونا في المدارس والتي كانت لها علاقة بتقليص حصص الإنقاذ التي تساعد التلاميذ في رفع مستواهم الدراسي.

من خلال النتائج المتوصل إليها فأن معظم فروض الدراسة كانت محققة.

ويمكن إعتبار هذه المحاولة البحثية كمجال خصيب في ميدان العلوم الاجتماعية عامة و علم الاجتماع التربية على وجه الخصوص.

قائمة المراجع

قائمة المراجع

❖ أولاً: المعاجم.

- **أ.ب.ت.ث.ج (في 03 فبراير 2020)**، ترجمة (Coronavirus) على موقع القاموس، مؤرشف من الأصل.

- **المعجم الصيدلي الموحد (في 26 يناير 2020)**، ترجمة (Coronavirus) مكتبة لبنان ناشرون مؤرشف من الأصل.

- **المعجم الوجيز (2008)**، معجم اللغة العربية، وزارة التربية والتعليم، الهيئة العامة لشئون المطابع الأميرية، القاهرة، جمهورية مصر العربية.

- **المعجم الوسيط (2004)**، مجمع اللغة العربية، الطبعة4، مكتبة الشروق الدولية، القاهرة، جمهورية مصر العربية.

❖ ثانيًا: الكتب.

- **أبو كويك باسم على (2007)**، ضغوط مهنة التدريس وعلاقتها بأبعاد الصحة النفسية لدى معلمي ومعلمات المرحلة الأساسية الدنيا في قطاع غزة، فلسطين.

- **أحمد محمد الزغبي (2005)**، علم النفس النمو، الطفولة والمراهقة، الأسس النظرية والمشكلات، سبل معالجتها، د.ط، دار زهران للنشر والتوزيع، الأردن.

- **أحمد نايل الغرير، أحمد عبد اللطيف أبو سعد (2009)**، التعامل مع الضغوط النفسية، ط1، دار الشروق للنشر والتوزيع، الأردن.

- **الرشيدي هارون توفيق (1999)**، الضغوط النفسية، المكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، ب.ط.

- **تايلو ستيلرا (2003)**، علم نفس الصحة، ترجمة فوزي طعيمة، دار الأنوار، عمان.

- **جبل فوزي محمد (2001)**، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، المكتبة الجامعية، القاهرة.

- **حامد خالد (2003)**، منهج البحث العلمي ، دار ريحانة، دبي.

- **حسين الباهي مصطفى (2002)**، علم النفس الفيزيولوجي، نظريات تحليلات تطبيقات، ط1، مكتبة الأنجلو المصرية، مصر.

- **حسين محمد جواد جروبي** (2013)، منهجية البحث العلمي مدخل لبناء المهارات البحثية، ط1، دار صفاء، عمان.

قائمة المراجع

- **حنان العناني عبد الحميد** (2000)، الطفل، الأسرة، المجتمع، ط1، دار الصفاء للنشر والتوزيع، الأردن.
- **راجع أحمد عزت (1999)**، أصول علم النفس، ط11، دار المعارف، القاهرة.
- **روحي مروح عبيدات (2005)**، الأثار النفسية والإجتماعية والإعاقة على أخوة الأشخاص المعاقين، ط1، مكتبة الشارقة للخدمات الإنسانية، جامعة الإمارات.
- **سمير شيخاني** (2003)، الضغط النفسي طبيعته، أسبابه، المساعدة الذاتية، دار الفكر العربي، لبنان.
- **سيد عبيد، ماجدة بهاء الدين (2008)**، الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة، دار الصفاء، عمان.
- **صلاح الدين شروخ** (2003)، منهجية البحث العلمي، دار العلوم، عنابة.
- **طه عبد العظيم حسين (2006)**، استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية النفسية، ط1، دار العلم، عمان.
- **طه عبد العظيم حسين (2007)**، سيكولوجية العنف العائلي والمدرسي، ط1، دار الجامعة الحديث، الإسكندرية.
- **عبد العزيز مفتاح محمد (2010)**، مقدمة في علم نفس الصحة، مفاهيم ونظريات، دار وائل، عمان.
- **عثمان فاروق السيد (2001)**، القلق وإدارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- **غريب محمد سيد أحمد ،عبد الباسط محمد عبد المعطي (1975)**، البحث الإجتماعي، دار الجامعات المصرية، الإسكندرية.
- **كلير فهيم (2004)**، الأسرة المدرسة والمعلم وتحقيق النجاح للأبناء، ط1، مكتبة الثقافة الدينية، مصر.
- **لطفي عبد الباسط إبراهيم (2009)**، مقياس ضغوط الدراسة، مكتبة أنجلو المصرية، القاهرة.
- **محمد شفيق (1985)**، البحث العلمي، خطوات منهجية لإعداد البحوث الإجتماعية، الجامعي الحديث، اللإسكندرية.
- **محمد على (1983)**، علم الإجتماع والمنهج العلمي، دراسة في طرائق البحث وأساليبه، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.

- **نوال محمد عطية (2001)**، التكيف النفسي والإجتماعي، ط1، دار القاهرة للنشر والتوزيع، مصر.

- **وليد السيد خليفة، مراد على عيسى** (2008)، الضغوط النفسية والتخلف العقلي على ضوء علم النفس المعرفي، المفاهيم، النظريات، البرامج، ط1، دار الوفاء.

❖ ثالثًا: المذكرات.

- **أبو الحصين محمد فرح الله (2010)**، الضغوطات النفسية لدى الممرضين والممرضات العاملين في المجال الحكومي وعلاقتها بكفاءات الذات، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

- **أبو عون، ضياء يوسف حامد (2014)**، الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز وفاعلية الذات لدى عينة من الصحفيين بعد حرب غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية بغزة، كلية التربية، فلسطين.

- **آسيا بنت علي راجح بركات (2000)**، العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية لدى بعض المراهقين والمراهقات المراجعين لمستشفى الصحة النفسية بالطائف، رسالة ماجستير منشورة، جامعة أم القرى بالمملكة العربية السعودية، قسم علم النفس بكلية التربية.

- **أماني محمد ناصر(2005-2006)**، التكيف المدرسي للمتفوقين والمتأخرين تحصيلاً في مادة اللّغة الفرنسية وعلاقته بالتحصيل الدراسي في هذه المادة، رسالة ماجستير، جامعة دمشق، كلية التربية.

- **العمري، مرزوق بن أحمد عبد المحسن (2012)**، الإرشاد النفسي، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، كلية التربية، مكة المكرمة، السعودية.

- **العنزي، عياش سمير معزي (2004)**، علاقة الضغوط النفسية ببعض المتغيرات الشخصية لدى العاملين في المرور بالرياض، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض.

- **المزروع ليلى عبد الله (2009)**، أنماط التعلق وعلاقتها بالرضا عن الحياة وأساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى عينة من الزوجات في منتصف العمر، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم العزي، مكة المكرمة.

- **حسونة باسل فريز (2014)**، المسؤولية الإجتماعية والضغوط النفسية لدى القيادات الطلابية في جامعة القدس المفتوحة، رسالة ماجستير، غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

- **حميدان حسان (2016)**، ضغوط البيئة المدرسية وانعكاساتها على المردود التربوي للتلميذ، لنيل شهادة الماستر، ل.م.د، تخصص علم إجتماع التربوي، جامعة العربي التبسي.

- **خيرات نعيمة (2015/2014)**، تطور المعجم اللغوي لدى التلميذ في مرحلة التعليم المتوسط، مذكرة معدة لنيل درجة الماجستير في الأدب العربي، تخصص ليسانيات تطبيقية وتعليمية اللغات، جامعة عبد الحميد بن باديس، مستغانم، الجزائر.

- **سميرة عبدي (2011)**، الضغط المدرسي ةعلاقته بسلوكات العنف والتحصيل الدراسي لدى المراهق المتمدرس، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس المدرسي، جامعة مولود معمري، تيزي وزو، الجزائر.

- **عبد الله عادل شراب، أكرم سعدي وادي (2015)**، مصادر الضغوط المدرسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي العام لدى طلبة المرحلة الثانوية في ضوء عدد من المتغيرات، رسالة ماجستير، جامعة الأقصى، فلسطين.

❖ رابعًا: المقالات والمجلات.

- **أمال مقدم، فوزية مصبايح، فايزة لحول (10 جوان 2021)**، المناخ المدرسي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى التلاميذ المرحلة الثانوية في ظل جائحة كورونا، مجلة علوم الإنسان والمجتمع، المجلد1، العدد2.

- **حنان بن أسعد محمد خوخ (2002)**، العوامل الأسرية بجودة الحياة لدى تلميذات المرحلة الإبتدائية بالمملكة العربية السعودية، المجلة العربية لدراسات وبحوث العلوم التربوية والإنسانية، مصر، المجلد 4.

- **حيرش كريم، ربيعي محمد (30 ديسمبر 2021)**، المعاش النفسي لدى المصابين بفيروس كورونا المستجد (دراسة عيادية).

- **زينب بدوي** (2000)، الضغوط الأكاديمية، مكتبة زهراء، العدد 26، الجزء 3.

- **صدقة إيمان، بشقة عز الدين (30 جوان 2021)**، المشكلات السلوكية والإنفعالية لدى تلاميذ الطور الإبتدائي، وجهة نظر الأولياء في ظل الحجر الصحي المتزامن مع جائحة كورونا، مجلة الشامل للعلوم التربوية والإجتماعية، المجلد 4، العدد 1.

- **مجلة رعاية المريض والمعلومات الصحية (2020).**

❖ خامسًا: المواقع الإلكترونية.

- **حماية الإنسان والإقتصاد (2020)، مجموعة البنك الدولي.**

- **دليل توعوي صحي شامل، (2020/3/5)**، فيروس كورونا المستجد، تم تجميع محتوى هذا الدليل من موقع الإلكتروني لمنظمة الصحة العالمية، النسخة الأولى.

- **منظمة الصحة العالمية مؤرشف من الأصل في (16 ماي 2020)**

Naming The corona virus disease and the virus that causes it (covid-19).

- **منظمة الصحة العالمية(2020)**، الدليل الإرشادي للوقاية من مرض فيروس كورونا (كوفيد 19) للعالمين في المجال التوعوي في المجتمع.

- **منظمة الصحة العالمية(2014)**، الوقاية من العدوى بالأمراض التنفسية الحادة التي قد تسبب أوبئة أو جوائح ومكافحتها في مرافق الرعاية الصحية، جنيف، منظمة الصحة العالمية، على الموقع الإلكتروني.

anqle/10665/112656197892415071 34-eng.pdf ?, se quence=?

❖ سادسًا: مراجع باللغة الأجنبية.

- **Boudarne M (2005)**, Les stress,etre bien étre et souffrance éd Berti, alger.

- **Claudier parent, Michael Rousseau (2008)**, l'ecole dans une monde en crise entre globalisation et héritage , éd l'harmattan, paris.

- **Cristine Benoit (2007)**, Mon stress et celui des autres,éd saint-Augustin, France.

- **Français testu (2008)**, Rythme de vie et ruthme scolaire éd Masson, paris.

- **Gerad Salem (2009)**, l'approche thérapeutique de la famille, «éd Masson, 5 ed, paris.

- Pierre Loo (2003), le stress prmant (réaction d'adaptation de l'organisation aux aléas esastentiels) éd Maasson, pris 3éme ed.

الملاحـق

جامعة محمد الصديق بن يحي –جيجل–

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم: علم الاجتماع

استمارة بحث بعنوان:

جائحة كورونا وعلاقتها بالضغوطات المدرسية لدى التلاميذ

–دراسة ميدانية بثانوية ثرخوش أحمد وثانوية مخلوف الحسناوي.

تخصص: علم اجتماع التربية

إعداد الطالبتين:

- **بوسعياد لمياء**
- **كركاطو أمينة**

إشراف الأستاذة :

بلغول يمينة

تتضمن هذه الاستمارة أسئلة حول موضوع الدراسة ويشرفني أن أطلب منكم التفضل بالإجابة عنها بوضع علامة (X) في المكان المناسب ونحيطكم علما أن البيانات الواردة في هذه الاستمارة سرية ولا تستخدم إلا لغرض هذا البحث العلمي وشكرا على قبول تعاونكم معنا.

السنة الجامعية: 2021 / 2022

المحور الأول: البيانات الشخصية

1- الجنس: ذكر ☐

أنثى ☐

2- السن: .....

3- الصفة: داخلي ☐ خارجي ☐ نصف داخلي ☐

4- التخصص العلمي: أداب وفلسفة ☐ أداب ولغات ☐ رياضيات ☐

تسيير واقتصاد ☐ علوم تجريبية ☐

5- معيد/ة: نعم ☐ لا ☐

- كم من مرة؟ .....

6- مكان السكن: ريفي ☐ شبه حضري ☐ حضري ☐

7- الحالة الاجتماعية للوالدين: يعيشان معا ☐ مطلقان ☐ أحدهما متوفي ☐

المحور الثاني: طول فترة الحجز المنزلي المفروضة وعلاقتها بتراكم الدروس

1- هل طبقت الحجر المنزلي المفروض من وزارة الصحة؟

نعم ☐ لا ☐

- إذا كانت "لا" هل بسبب:
  - عدم الخوف من المرض ☐
  - الضجر في المنزل ☐

2- هل أثرت طول فترة الحجر المنزلي عليك نفسيا ؟

نعم ☐ لا ☐

- إذا كانت نعم هل:
  - التخوف من الإصابة بالعدوى ☐
  - الرغبة في العودة للحياة الطبيعية ☐
  - مشاكل داخل المنزل أثناء الحجر ☐

3- هل استثمرت وقت الحجر المنزلي في مراجعة دروسك ؟

نعم ☐ لا ☐

- إذا كانت "لا" هل بسبب:
  - المرض ☐
  - عدم الاكتراث والاهتمام بالدراسة ☐
  - الخمول والكسل ☐

4- هل الواجبات المنزلية تخلق لك ضغطاً وتوتراً ؟

نعم ☐ لا ☐

5- هل الانقطاع المستمر عن الدراسة أدى بك إلى نسيان الدروس ؟

نعم ☐ لا ☐

- **إذا كانت "لا" لماذا ؟**

6- هل تشعر بالأرق والإرهاق الشديد من كثرة الواجبات المعطاة للعمل في البيت ؟

نعم ☐ لا ☐

7- هل تشعر بالخوف من انتقال الفيروس لك داخل المؤسسة التعليمية ؟

نعم ☐ لا ☐

8- هل ترى أن الحجر المنزلي يقف حاجزاً على استكمال المقرر الدراسي ؟

نعم ☐ لا ☐

9- هل أدت فترة الحجر المنزلي إلى تراكم الدروس ؟

نعم ☐ لا ☐

10- هل التغيب عن الدراسة بسبب المرض أدى إلى تراكم الدروس لديك ؟

نعم ☐ لا ☐

المحور الثالث: علاقة الحالة النفسية نتيجة المرض بالتحصيل الدراسي

1- هل أصبت بالمرض ؟

نعم ☐ لا ☐

2- هل أصيب أحد أفراد عائلتك أو أحد معارفك؟

نعم ☐ لا ☐

3- هل تأثرت بإصابتك بالمرض ؟

نعم ☐ لا ☐

- **إذا كان نعم هل أثر ذلك على:**
  - **نفسيتك** ☐
  - **رغبتك في الدراسة** ☐
  - **تحصيلك الدراسي** ☐

4- هل أنت متخوف من العودة للدراسة خشية الإصابة بالفيروس ؟

نعم ☐ لا ☐

5- هل سببت لك فترة جائحة كورونا نقص في تفاعلك داخل القسم ؟

نعم ☐ لا ☐

- إذا كان بـ "نعم" هل بسبب:
  - الخوف من الإصابة بالمرض ☐
  - التفريق بينك وبين زملائك في الفوج ☐
  - الغياب الطويل عن الدراسة ☐

6- في رأيك هل سيكون الوضع آمن في المدارس من الجانب الصحي في ظل وجود الفيروس ؟

نعم ☐ لا ☐

7- هل أثرت جائحة كورونا على تحصيك الدراسي ؟

نعم ☐

لا ☐

8- هل ترى أن الضغوط النفسية تؤثر على نتائج الدراسة لتراجع المستوى التعليمي ؟

نعم ☐ لا ☐

9- هل تتخوف من التجمع مع الأصدقاء داخل المؤسسة بسبب المرض ؟

نعم ☐ لا ☐

10- هل أثرت كورونا على دراستك ؟

بالسلب ☐ بالإيجاب ☐

- وضّح ذلك:

.....

.....

المحور الرابع: الظروف الفيزيقية وعلاقتها بتقليص حصص الإنقاذ

1- هل تفضل التعلم عن بعد في زمن الكورونا؟

نعم ☐ لا ☐

2- هل الحجم الساعي أثناء جائحة كورونا كافٍ لفهم واستيعاب الدروس؟

نعم ☐ لا ☐

- إذا كان بـ "لا" هل بسبب:
  - تغيير طريقة شرح الأستاذ؟ ☐
  - نقص المعلومات المعطاة بسبب ضيق الوقت؟ ☐
  - نقص التمارين التطبيقية داخل القسم؟ ☐

3- هل تقليص فترات الراحة والإنقاص منها أزعجك؟

نعم ☐ لا ☐

4- هل ساعدك البروتوكول الصحي المتبع داخل المؤسسة؟

نعم ☐ لا ☐

إذا كان بـ "نعم" هل ذلك راجع إلى:

- صرامة وجدية القوانين الصحية ☐
- نظافة المحيط المدرسي ☐
- الإنقاص والحد من انتشار العدوى ☐

5- هل تراجع مستواك الدراسي بسبب تذبذب الدراسة (الانقطاع المستمر عن الدراسة)؟

نعم ☐ لا ☐

6- هل أفادك التدريس بنظام التفويج؟

نعم ☐ لا ☐

- إذا كان بـ "نعم" هل من ناحية:
  - نقص الاكتظاظ داخل القسم ☐
  - نقص الحركة والتشويش ☐
  - نقص الخوف من انتقال المرض ☐

7- هل تفضل إكمال الدراسة بنظام التفويج؟

نعم ☐ لا ☐

8- هل قصر الموسم الدراسي وإلغاء حصص الإنقاذ أدى إلى تراجع مستواك الدراسي؟

نعم ☐ لا ☐

- إذا كان بـ "نعم" هل بسبب:
  - عدم التركيز في الدروس؟ ☐
  - إشحاح المعلم في إعطاء المعلومات نظراً لضيق الوقت؟ ☐
  - نقص في الدروس؟ ☐

9- هل تجد صعوبات في التأقلم مع الوضع الصحي الراهن؟

نعم ☐ لا ☐

- إذا كان بـ "نعم" هل بسبب:
  - لم أجد نشاطات أمارسها أثناء كورونا ☐
  - واجهت ضغوطاً نفسية ناتجة عن كورونا. ☐
  - عبء أيام التدريس بسبب ضيق الموسم الدراسي. ☐

10- هل زاد خوفك للانتشار السريع للمرض من التردد في الذهاب للمدرسة؟

نعم ☐ لا ☐