

المحاضرات السادسة: المشكلات النفسية المعيقة للتعلم لدى التلاميذ

- مقدمة:

لا يقتصر التعلم على الجانب المعرفي فحسب بل يتأثر بشكل كبير بالحالة النفسية والوجدانية للتلاميذ، فالمشكلات النفسية والوجدانية يمكن أن تعيق قدرة التلميذ على التركيز، والمشاركة، وحتى الرغبة في التعلم، مما يؤثر سلباً على تحصيله الدراسي.

تهدف هذه المحاضرة إلى استكشاف أبرز المشكلات النفسية والوجدانية التي تعيق التعلم، مثل: الخجل، الانطواء، سوء التوافق، والخوف المدرسي، مع تحليل أسبابها وتقديم استراتيجيات للدعم النفسي والتربوي.

أولاً: المشكلات النفسية المعيقة للتعلم:

1. الخجل (Shyness):

الخجل هو أقل أنواع السلوك إقلاقاً للآخرين، لكنه أشدها خطراً من الناحية المرضية والطفل الذي لم يصل إلى مستوى النضج الكافي الذي تتطلب منه البيئة.

كما أن الخجل هو شعور بعد الارتياح أو القلق في المواقف الاجتماعية (Berk, 2018)، خاصة عند التفاعل مع أشخاص غير مألوفين أو في المواقف التي تتطلب الظهور أمام الآخرين. قد يظهر الخجل في الصف على شكل تردد في الإجابة على الأسئلة، تجنب المشاركة في النقاشات أو الأنشطة الجماعية، أو صعوبة في تكوين الصداقات والتفاعل مع الزملاء.

■ **تأثيره على التعلم:** يؤثر الخجل بشكل مباشر على مشاركة التلميذ في النقاشات الصفية (Santrock, 2019)، مما يحد من فرص التعبير عن أفكاره، طرح الأسئلة، وطلب التوضيح عند الحاجة، هذا النقص في التفاعل قد يفقد المعلم فرصة تقييم فهم التلميذ للمادة، ويؤثر سلباً على تطور مهاراته الشفهية والاجتماعية.

2. الانطواء (Introversion/Withdrawal):

هو ميل الفرد إلى التركيز على عالمه الداخلي وتفضيل الأنشطة الفردية على التفاعلات الاجتماعية، وعلى الرغم من أن الانطواء ليس بالضرورة مشكلة نفسية (فهو سمة شخصية)، إلا أن الانسحاب الاجتماعي المفرط في البيئة المدرسية قد يعيق التعلم التعاوني، ويحد من فرص التفاعل مع الأقران والمعلمين، مما يؤثر على اكتساب المهارات الاجتماعية والأكاديمية التي تتطلب التفاعل (Cervone & Pervin, 2019).

■ **تأثيره على التعلم:** قد يجد التلميذ المنطوي صعوبة في العمل ضمن مجموعات التعلم التعاوني (Berk, 2018)، أو طلب المساعدة من المعلمين أو الزملاء عند الحاجة، مما يؤثر على قدرته على الاستفادة الكاملة من البيئة التعليمية الغنية بالتفاعلات، وقد يؤدي إلى تراكم الصعوبات الأكاديمية.

3. سوء التوافق (Maladjustment):

سوء التوافق يشير إلى عدم قدرة الفرد على التكيف بفعالية مع متطلبات البيئة المدرسية أو الاجتماعية (Cloninger, 2013)، مما يؤثر على أدائه وسلوكه. قد يظهر سوء التوافق في مشكلات سلوكية (مثل العدوانية أو الانسحاب)، صعوبات أكاديمية (مثل الفشل المتكرر)، أو مشكلات في العلاقات الشخصية (مثل العزلة أو الصراعات المستمرة).

■ **تأثيره على التعلم:** التلميذ غير المتوافق قد يواجه صعوبة في الالتزام بالقواعد المدرسية و الصفية، أو التركيز على المهام الدراسية، أو بناء علاقات إيجابية مع المعلمين والزملاء، مما يعيق تقدمه الأكاديمي ويؤثر على شعوره بالانتماء والأمان في المدرسة (Feist et al, 2021).

4. الخوف (Fear) والقلق (Anxiety) المدرسي:

يعتبر الخوف من أكثر الانفعالات شيوعا ويثير الكثير من المواقف التي تتباين تباينا كبيرا، وتتنوع شدته متدرجة من مجرد الحذر من ناحية، إلى الهلع والرعب من ناحية الأخرى.

أما القلق هو حالة انفعالية نفسية يتداخل فيها الخوف ومشاعر الرهبة والحذر والرعب والتحفز موجهة نحو المستقبل أو الظروف المحيطة (Spielberger, 1983)، ويعتبر القلق من المشاعر الطبيعية العامة التي يمر بها كل إنسان ويمكن القول أن هناك قلق طبيعي وقلق مرضي

والخوف والقلق المدرسي هما استجابتان عاطفيتان طبيعيتان للمواقف التي ينظر إليها على أنها مهددة، ولكنهما يصبحان مشكلة عندما يكونان مفرطين ومستمرين، مما يؤثر سلبا على أداء التلميذ وقدرته على التعلم، قد يشمل ذلك الخوف الشديد من الامتحانات (قلق الامتحان)، الخوف من الفشل أو ارتكاب الأخطاء، أو القلق الاجتماعي في الصف عند التحدث أمام الآخرين.

■ **تأثيره على التعلم:** يمكن أن يؤدي القلق المفرط إلى تدهور الأداء في الامتحانات (حتى لو كان التلميذ مستعدا جيدا) (Santrock, 2019)، صعوبة في التركيز والانتباه أثناء الدرس، تجنب المدرسة أو بعض المواد الدراسية، وحتى أعراض جسدية مثل آلام البطن، الصداع، أو الغثيان، مما يعيق عملية التعلم بشكل كبير.

ثانيا: أسباب المشكلات السلوكيات لدى التلاميذ:

تتفاعل عدة عوامل لتؤدي إلى ظهور المشكلات النفسية والوجدانية التي تعيق التعلم لدى التلميذ:

1. **عوامل أسرية واجتماعية:**
 - **التفكك الأسري أو الصراعات العائلية:** يمكن أن تخلق بيئة غير مستقرة وملينة بالتوتر، مما يؤثر سلبا على استقرار الطفل النفسي، ويجعله يشعر بعدم الأمان، وينعكس ذلك على سلوكه وأدائه في المدرسة.
 - **نقص الدعم العاطفي:** عدم حصول الطفل على الحب، الاهتمام، والتقدير الكافي من الوالدين، مما يجعله يشعر بالوحدة، الإهمال، وقد يؤدي إلى تدني تقدير الذات (Santrock, 2019).
 - **الضغوط الاجتماعية:** التنمر من الأقران، الإقصاء الاجتماعي، أو الشعور بالوحدة والعزلة في البيئة المدرسية، مما يؤثر على الصحة النفسية للتلميذ ويجعله يشعر بالرفض.

■ **الوضع الاقتصادي:** الفقر، الضغوط المالية، أو عدم القدرة على تلبية الاحتياجات الأساسية للطفل، يمكن أن تزيد من مستويات التوتر والقلق لديه ولدى الأسرة بأكملها، مما يؤثر على تركيزه في الدراسة.

2. عوامل مدرسية:

■ **الضغط الأكاديمي المفرط:** الامتحانات المتكررة، الواجبات الكثيرة والمعقدة، أو التوقعات غير الواقعية من المعلمين أو أولياء الأمور، مما يضع التلميذ تحت ضغط كبير ويؤدي إلى الإرهاق والقلق.

■ **التنمر المدرسي:** تعرض التلميذ للتنمر اللفظي، الجسدي، أو الإلكتروني من قبل زملائه، يؤثر سلباً على صحته النفسية، تقدير الذات، ورغبته في الذهاب إلى المدرسة، وقد يؤدي إلى الانسحاب أو الاكتئاب (Marzano,2003;Olweus,1993).

■ **العلاقة السلبية مع المعلمين:** شعور التلميذ بعدم التقدير، الظلم، أو عدم الثقة من قبل المعلم، مما يؤثر على دافعيته للتعلم وتفاعله في الصف.

■ **عدم ملائمة البيئة التعليمية:** عدم الشعور بالأمان، الانتماء، أو الراحة في البيئة المدرسية، مما يجعل التلميذ يشعر بالغربة ويؤثر على قدرته على التركيز والتعلم .

3. عوامل شخصية:

■ **تقدير الذات المنخفض:** شعور التلميذ بعدم الكفاءة، عدم القيمة، أو عدم القدرة على تحقيق النجاح، مما يجعل التلميذ يشعر بالغربة ويؤثر على قدرته على التركيز والتعلم (Rosenberg,1965).

ثالثاً: استراتيجيات الدعم والتدخل للتكفل بالتلاميذ الذين يعانون من مشكلات نفسية:

1. دور المرشد النفسي والمدرسي:

■ **التقييم والتشخيص:** تحديد طبيعة المشكلة النفسية أو الوجدانية وشدتها من خلال المقابلات الفردية، الملاحظة السلوكية، والاختبارات النفسية المقننة.

■ **الإرشاد الفردي والجماعي:** تقديم الدعم النفسي للتلاميذ من خلال جلسات إرشاد فردي لمساعدتهم على فهم مشاعرهم وتطوير استراتيجيات للتكيف، أو جلسات إرشاد جماعي لتعزيز المهارات الاجتماعية والشعور بالانتماء.

■ **التدخل في الأزمات:** التعامل الفوري والفعال مع الحالات الطارئة مثل نوبات الهلع الشديد، الأفكار الانتحارية، أو السلوكيات الخطيرة، وتوفير الدعم اللازم.

■ **التنسيق مع الوالدين والمعلمين:** لتقديم دعم متكامل للتلميذ في جميع البيئات (المنزل والمدرسة)، من خلال تبادل المعلومات، وضع خطط دعم مشتركة، وتقديم التوجيهات اللازمة.

2. برامج الدعم النفسي في المدرسة:

■ **برامج التوعية:** تنظيم ورش عمل وبرامج توعية للتلميذ، المعلمين، وأولياء الأمور حول الصحة النفسية، أهمية الوعي الذاتي، وكيفية طلب المساعدة عند الحاجة، لكسر وصمة العار المرتبطة بالمشكلات النفسية.

■ **برامج المهارات الاجتماعية:** تدريب التلاميذ على مهارات التواصل الفعال، حل النزاعات بطرق بناءة، بناء العلاقات الإيجابية، والتعبير عن مشاعر بشكل مناسب، مما يعزز تفهمهم الاجتماعي (Corey,2017).

- **مجموعة الدعم:** توفير مساحات آمنة وسرية للطلاب الذين يواجهون مشكلات متشابهة للتحدث عن مشاعرهم، تبادل الخبرات، وتقديم الدعم المتبادل تحت إشراف أخصائي.
- 3. دور المعلم والأسرة في توفير بيئة داعمة:

1.3. المعلم:

- **بناء علاقة إيجابية مع الطلاب:** إظهار الاهتمام الحقيقي، الاستماع الفعال لمخاوفهم، وتوفير بيئة صافية آمنة وداعمة يشعر فيها الطلاب بالثقة والاحترام (Pianta, 1999).
- **ملاحظة التغيرات السلوكية:** الانتباه لأي تغيرات مفاجئة أو مستمرة في سلوك التلميذ، مزاجه، أو أدائه الأكاديمي، والتي قد تشير إلى وجود مشكلة نفسية أو وجدانية.
- **توفير فرص للمشاركة:** تشجيع الطلاب الخجولين أو المنطويين على المشاركة بطرق غير مهددة (مثل طرح أسئلة فردية، أو إعطائهم مهام صغيرة في مجموعات)، لتعزيز ثقتهم بأنفسهم تدريجياً.

2.3. الأسرة:

- **التواصل الفعال:** التحدث مع ا أطفال حول مشاعرهم، مخاوفهم، وتجاربهم اليومية، والاستماع إليهم بانفتاح ودون إصدار أحكام، لتعزيز شعورهم بالأمان والثقة.
 - **توفير بيئة منزلية مستقرة وداعمة:** بعيدة عن الصراعات الأسرية، الضغوط المفرطة، أو الإهمال، وتوفير جو من الحب والتقبل.
 - **تشجيع الأنشطة الاجتماعية:** مساعدة الطفل على تكوين صداقات، المشاركة في الأنشطة اللامنهجية، والهوايات التي تعزز مهاراته الاجتماعية وتزيد من تقديره لذاته.
 - **طلب المساعدة المتخصصة:** عدم التردد في استشارة أخصائي نفسي أو تربوي عند ملاحظة علامات تدل على وجود مشكلة نفسية أو وجدانية لدى الطفل، والتعاون مع المدرسة في خطة الدعم.
- خاتمة:

تعد المشكلات النفسية والوجدانية جزءاً لا يتجزأ من تجربة التعلم، وتجاهلها يمكن ان يؤدي إلى عواقب وخيمة على التلاميذ، ليس فقط على تحصيلهم الأكاديمي، بل أيضاً على نموهم الشخصي والاجتماعي، من خلال الفهم العميق لهذه المشكلات، وتوفير الدعم النفسي والتربوي المناسب، يمكننا مساعدة الطلاب على التغلب على تحدياتهم، تعزيز صحتهم النفسية، وتمكينهم من تحقيق إمكاناتهم الكاملة في التعلم والحياة.