الضغط النفسي لدى التلاميذ المنخرطين في الدروس الخصوصية في ظل جائحة كورونا

Psychological stress among students involved in private lessons in light of the Corona pandemic

د. عباسي سعاد
جامعة يحي فارس، المدية. الجزائر
abassi.souad@yahoo.fr

ط.د كيبيش مريم *
جامعة يحي فارس، المدية. الجزائر
omkhadidja2015@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2021/09/20 **تاريخ القبول: 2021/11/15** **تاريخ النشر: 2021/12/29**

الملخص:
هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستوى الضغط النفسي لدى المتعلمين المنخرطين في الدروس الخصوصية، كما سعت الدراسة إلى الكشف عن مدى دلالة الفروق تبعا للمتغيرات التصنيفية التالية : الجنس، التخصص، صفة الدراسة (معيد" ة ". غير معيد" ة ")، والمستوى الدراسي.
من أجل تحقيق أهداف الدراسة تم الاعتماد عن المنهج الوصفي، حيث تم استخدام مقياس الضغط النفسي وتطبيقه على عينة من التلاميذ المستوى الثانوي (السنة الأولى/ الثانية / الثالثة ثانوي)، وقد بلغ عدد أفراد العينة 60 تلميذا (30 ذكور ثانوية زرواق، 30 إناث بثانوية فخار).
لقد توصلت الدراسة إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لكل المتغيرات باستثناء متغير صفة الدراسة؛ حيث تم تحديد مستوى الضغط النفسي لدى الإناث وشعبة اللغات والسنة الثالثة ثانوي مرتفع أكثر.
الكلمات المفتاحية: الضغط النفسي، الدروس الخصوصية، التعليم الثانوي، جائحة كورونا.

Abstract:
The current study aimed to reveal the level of psychological stress among learners involved in private lessons, and the study also sought to reveal the significance of the differences according to the following categorical variables:

* المُؤلِف المُرسِل.

gender, specialization, class of study ("teacher" - "non-teaching"), and academic level.

In order to achieve the objectives of the study, the descriptive approach was adopted, where the psychological stress scale was used and applied to a sample of secondary level students (first/second/third secondary year), and the number of sample members reached 60 students (30 males in Zarwaq secondary, 30 females in Fakhar secondary).

The study concluded that there are statistically significant differences for all variables except for the study attribute variable; Where the level of psychological stress among females, the Languages Division, and the third year of secondary school was determined to be more high.

Keywords : Psychological stress, private lessons, secondary education, the Corona pandemic.

مقدمة:

تعتبر الصحة النفسية عنصرا أساسيا لنجاح أي نظام تربوي؛ لما لها من تأثير على التنمية الاجتماعية والمعرفية وحتى الصحة البدنية للمتعلمين، لذا من الضروري الاهتمام بالصحة النفسية للمتعلمين، تحقيقا للتكيف السليم مع الذات والمحيط، والقدرة على الإنتاج والاستمتاع بالحياة، وذلك بتحديد المشكلات والضغوطات النفسية التي يواجهونها، والتي تشكل عائقا أمام تحقيق أهدافهم، وتتسبب لهم في ضعف التحصيل، من أجل علاجها قبل تطورها واستفحالها.

تعد ظاهرة الدروس الخصوصية من الظواهر التربوية التي فرضت نفسها بقوة نتيجة لمجموعة من العوامل: ككثافة البرنامج الدراسي، واكتظاظ الأقسام، وعجز الأسر عن متابعة أبنائها في البيت ... حيث لجأ إليها المتعلمون وأسرهم من أجل استدراك الضعف في التحصيل وتحقيق الغايات المنشودة.

لكن تحول الدروس الخصوصية إلى ظاهرة تجارية يغذيها جشع المدرسين وحرصهم على الربح السريع، ودورها في عزوف التلاميذ عن الدروس الصفية وخفض تفاعلهم فيها، جعلها تأثر سلبا في العملية التعليمية بكافة أبعادها،

وهذا ما أثبتته العديد من الدراسات: كدراسة الشريف 2006، ودراسة الشريدة 2007، ودراسة الحباشة والنعيمي 2007.

ومن هذا المنطلق، يُطرح التساؤل التالي: **ما هو مستوى الضغط النفسي لدى المتعلمين المنخرطين في الدروس الخصوصية؟**

حيث تسعى الدراسة الحالية -والتي تم إنجازها بالاشتراك مع الطالبتين: حميدية نزيهة وعرباوي نشيدة- إلى الإجابة عن هذا التساؤل لدى التلاميذ في مرحلة التعليم الثانوي، وذلك باعتبار عدد من المتغيرات المتعلقة به: متغير الجنس، متغير التخصص، متغير المستوى الدراسي، متغير صفة الدراسة (معيد/ غير معيد). ومن هنا تستند الدراسة إلى مجموعة من الفرضيات أهمها ما يلي:

- يعاني المتعلمين الخاضعون للدروس الخصوصية في التعليم الثانوي لضغط نفسي مرتفع.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى المتعلمين المنخرطين في الدروس الخصوصية بالنسبة لمجموعة المتغيرات: متغير الجنس، متغير التخصص الدراسي، متغير صفة الدراسة، متغير المستوى الدراسي.

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى التحقق من فرضيات الدراسة والكشف على مستوى الضغط النفسي لدى التلاميذ المنخرطين في الدروس الخصوصية، وتحديد الفروق بين المتعلمين في الضغط النفسي تبعا لمتغيرات الجنس، والمستوى الدراسي، والتخصص. وكذا استقراء الوضع الاستثنائي في ظل جائحة كورونا.

أهمية الدراسة:

تعتبر هذه الدراسة إضافة للتراث النظري حول الضغط النفسي للمتعلمين وبالتالي يمكن تقديم اطر نظرية لتفسير الأبعاد العامة للضغط النفسي والعوامل المساهمة فيه كما أن هذه الدراسة تفيد في:

- تزويد المختصين النفسانيين الذين ينشطون داخل الحقل المدرسي بمفاهيم إضافية تتعلق بالضغط النفسي.
- محاولة لفت الانتباه إلى مشاكل المتعلمين التي يتعرضون لها داخل المؤسسة التربوية.

منهج الدراسة:

من أجل التحقق من فرضيات الدراسة، تم الاعتماد على المنهج الوصفي.

1.الجانب النظري:

1.1: الضغط النفسي والنظريات المفسرة له:

أ. مفهوم الضغط النفسي:

الضغوط النفسية هي حالات نفسية تتطلب من الفرد الاستجابة لها ومواجهتها والتكيف مع المواقف التي يعيشها؛ وهي عبارة عن "مصطلح يستخدم للدلالة على نطاق واسع من حياة الإنسان كرد فعل للتأثيرات مختلفة باللغة والقوة وتحدث الضغوط نتيجة العوامل الخارجية."(عثمان، 2001، ص18) يختلف الأفراد في استجاباتهم للضغوط من شخص لآخر لذا تعتبر الضغوط النفسية إحساس الفرد بمشاعر غير سارة كما يصاحب هذا الإحساس القلق الذي يهدد قدراته وكيانه من أجل حل المشاكل.

ب. النظريات المفسرة للضغوط النفسية:

تختلف النظريات التي قامت بتفسير الضغوط النفسية، وفي هذا السياق تم تناول بعض وجهات النظر في تفسير الضغوط النفسية كما يلي:

- **نظرية هانز سيلي:**

انطلقت نظرية "سيلي" من مسلمة ترى أن الضغط متغير غير مستقر، وقد حدد "سيلي" ثلاثة مراحل للدفاع ضد الضغط؛ كما يلي:

الفزع: وفيه يظهر الجسم تغيرات واستجابات تتميز بها درجة التعرض المبدئي للضاغط، هذا ما يحصل لتلميذ الثانوي يجعله في خوف وقلق شديد من الامتحان فيفقده كل تركيزه.

المقاومة: تحدث عندما يطول التعرض للضاغط متلازما مع التكيف، حيث يتكيف التلميذ مع الضغط حتى يستطيع الاستمرار في مشواره.

الإجهاد: مرحلة تعقب المقاومة ويكون فيها الجسم قد تكيف غير أن الطاقة الضرورية تكون قد استنفذت، وقد ينتج عنها أمراض التكيف إذا كانت المقاومة شديدة واستمرت لفترة طويلة.(عثمان، 2001، ص98)

- **نظرية التحليل النفسي:**

يؤكد " فرويد " على دور العمليات اللاشعورية والآليات الدفاعية في تحديد كل من السلوك السوي واللاسوي للفرد، فحينما يتعرض لمواقف ضاغطة ومؤلمة فإنه يسعى إلى تفريغ انفعالاته السلبية الناتجة عنها عبر ميكانيزمات الدفاع اللاشعورية، وعلى هذا فالخوف أو القلق أو أي انفعالات سلبية أخرى تكون مصاحبة للمواقف الضاغطة التي يمر بها الفرد ويتم تفريغها بصورة لاشعورية عن طريق الكبت والأفكار.(السيد، 2008، ص133)

- **النظرية السلوكية:**

تذهب النظرية السلوكية إلى أن الأفراد يتأثرون لضغوط بيئية، إضافة إلى ذلك فهي ترى أن أنماط التوافق وسوء التوافق متعلمة من خلال الخبرات التي يتعرض لها الفرد . ويعتقد كلا من " واطسن " و " سكينر " أن التوافق الشخصي لا يمكن له أن ينمو عن طريق الجهد الشعوري ولكن تتشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات البيئة وإثباتها، لذا يربط السلوكيون بين التوافق النفسي والضغط النفسي في شكل علاقة طردية .

ج. أعراض الضغط النفسي و مظاهره:

تختلف أعراض الضغط النفسي من فرد لآخر، وقد أثبتت الدراسات في مجال الصحة إلى إقرار وجود علاقة بين الضغط النفسي المزمن وظهور أمراض فيما يتعلق بالاضطرابات السيكوسوماتية. كما أن معظم الضغوط النفسية تؤدي إلى مشكلات نفسية مثل الاكتئاب والقلق والأسى ... الخ .(باظة، 1999، ص296)

تظهر لدى الأفراد أعراض مصاحبة للضغط النفسي تتمثل في: أعراض جسمية، أعراض نفسية، أعراض سلوكية، أعراض انفعالية أو معرفية ... الخ وفي الجدول الآتي أهم أعراض الضغط النفسي مصنفة وفق مظاهره:

جدول رقم 1: مظاهر الضغط النفسي

المظاهر الجسمية:	المظاهر الانفعالية:
رجفة أو ارتعاش عصبي، سرعة خفقان القلب، التعب والانحطاط العام، نوبات دوار، اضطرابات الجهاز الهضمي، جفاف الفم والبلعوم، فقدان الشهية أو العكس، تردد الحاجة للتبول، ألم في الرقبة، تشنج العضلات، آلام الظهر، ألم في	تناوب في المزاج والانفعال، دافع قوي للبكاء، دافع قوي لإيذاء الآخرين، الشعور بعدم الاستقرار، فقدان الشعور بالمتعة، الشعور بالقلق والحزن والخوف من المستقبل ومن الفشل، الأرق، الشعور بالخيبة وفقدان الأمل، قلة الصبر.

الصدر.	
الأعراض السلوكية:	**الأعراض المعرفية:**
وهي نوعان: مظاهر مباشرة: حدة الطبع، ارتجالية التصرف، الحديث أكثر عن العادة، التلعثم بالحديث، الخوف السريع، صعوبة الجلوس لمدة طويلة، التهجم اللفظي، الدخول في نوبات بكاء. مظاهر غير مباشرة: زيادة استهلاك الكحول والتدخين واستخدام الأدوية للتخفيف من التوتر، اللجوء إلى النوم ومشاهدة التلفاز كوسيلة هروب.	ضعف التركيز، ضعف في الذاكرة، اضطراب في التفكير، انشغال داخلي، كوابيس.

(أبي مولود، 2009)

2.1: الدروس الخصوصية:

أ. مفهوم الدروس الخصوصية:

توجد العديد من التعاريف المقترحة لمصطلح الدروس الخصوصية في الأدبيات التربوية، من أهمها أنها: "كل جهد تعليمي إضافي يحصل عليه الطالب من خلال لقاء غير رسمي يتم بينهم وبين المعلم الخاص خارج جدران المدرسة , وخطة الدراسة في مكان وزمان محدد بين كلا الطرفين نظير أجر محدد متفق عليه مسبقا بين الطلاب والمعلمين ويختلف هذا الأجر من مادة دراسية إلى أخرى، ومن مرحلة تعليمية إلى أخرى، ومن صف دراسي إلى أخر، ويكون ذلك بصورة منظمة أو غير منظمة."(عبد الحميد , 2000) وفي تعريف آخر؛ عرفها الحربي بأنها: "تعليم غير نظامي بين مدرس ودارس و يتم بواجبه تدريس الدارس بشكل خاص ولوحده أو ضمن مجموعة مادة دراسية أو جزء منها باجر يحدد بين الطرفين."(الحربي , 2004 , ص57)

من خلال هذه التعاريف نستخلص بأن الدروس الخصوصية هي: دروس يقوم أحد المدرسين بتقديمها لتلميذ أو أكثر خارج المبنى المدرسي مقابل مكافأة

مالية أو خدمة يقدمها له ولي الأمر لذلك المدرس، وتتم هذه الدروس في المنزل أو في مكان آخر من أجل مساعدته في استيعاب الدروس المستعصية عليه.

ب. أسباب اللجوء إلى الدروس الخصوصية:

تنحصر أهم الأسباب الدافعة لإتباع نهج الدروس الخصوصية فيما يلي:

- أسباب تعود للطالب: كراهية المتعلم للمادة الدراسية أو المدرس، كثرة غياباته وإهماله، تقليد الأقران، هروب المتعلم من الضغوط النفسية التي يتعرض لها من طرف الآباء، الاختيار غير المناسب للتخصص بحيث لا يتناسب مع قدراته .
- أسباب تعود لمدرس المادة: تتمثل في كثرة الأعمال والأنشطة التي يفرضها المدرس، وإشعار المتعلم بصعوبة المادة وعدم إمكانية النجاح فيها، الإخفاق في اكتشاف جوانب النقص عند بعض الطلاب وعدم مراعاة الفروق الفردية، عدم رغبة المعلم بالتدريس والانشغال بأعمال إضافية كالتجارة.(الحربي، 2004، ص9،10)
- أسباب تعود للأسرة: تتمثل في انشغال الأولياء وضعف أو قلة إشرافهم على أعمال أبنائهم وعدم تعاون الأسرة مع المدرسة لتلبية حاجيات التلميذ ... الخ .
- أسباب تعود للمدرسة: تتمثل في تقصير المدرسة بتوعية التلاميذ عن أضرار الدروس الخصوصية والمشكلات الناجمة عنها، وإهمالها لدراسة وتتبع حالات الطلاب الضعفاء وتوجيههم للمراكز التربوية، بالإضافة إلى كثرة أعداد الطلاب.
- أسباب تعود لوزارة التربية: اختيار مدرسين غير مؤهلين تأهيلا جيدا، وطول محتوى الكتاب المدرسي، وتركيزه على الحفظ وكذلك كثرة المواد الدراسية.(عبد المعطي، 2000، ص115)

ج. إيجابيات وسلبيات الدروس الخصوصية:

تتصف الدروس الخصوصية بمجموعة من الإيجابيات التي تدفع المتعلمين إلى الإقبال عليها، لكنها تنطوي -في الوقت ذاته- على سلبيات وأضرار تمس العملية التربوية ككل.

- **إيجابيات الدروس الخصوصية:**

- المرونة عند اختيار المدرس والزمان والمكان.
- مساعدة المتعلمين على رفع مستواهم الدراسي، وفهم المعلومات خاصة الذين يعانون من صعوبة أو بطئ في الفهم وتحسين المهارات الدراسية.
- اكتساب الثقة والاستقلال والتوجه الذاتي.
- الانضباط والتنظيم الجيد للوقت .

ومن هنا نستطيع القول أن الدروس الخصوصية عامل مساعد وليست عامل أساسي للنجاح.(درويش، 2002، ص132)

- **سلبيات الدروس الخصوصية :**

- تتسبب الدروس الخصوصية في تراجع أهمية المدرسة كمؤسسة تربوية تعليمية، وضعف ثقة المتعلمين وأوليائهم بها.
- تجعل الطالب يتكل على الدروس الخصوصية فقط ويهمل الدروس المدرسية، مما يتسبب في كثرة الغياب وكسل وخمول المتعلم داخل القسم.
- مشاغبة الطلاب لمعلمهم والاعتماد الدروس الخصوصية للفهم، بغية إغاظة الزملاء الذين لا ينخرطون فيها، ولذلك تشكل خطورة كبيرة بحيث لا تتيح للطلبة الفرص المتكافئة من الناحية التحصيلية.

- تدهور العلاقة بين المدرسة والأسرة، وكثرة الأعباء المادية على الأسر، والوقوع فريسة للنصب والاحتيال من طرف المدرسين غير المتخصصين.
- تسريب وبيع الأسئلة.

ومنه نستخلص أن الدروس الخصوصية سلاح ذو حدين، وقد طغت سلبياتها على إيجابياتها ومست كل أطراف العملية التعليمية.

د. إجراءات لمواجهة أضرار ظاهرة الدروس الخصوصية:

للحد من أضرار ظاهرة الدروس الخصوصية يجب القيام ببعض الإجراءات والتي تتمثل فيما يلي:

- توعية المدرسين بأهمية استخدام أساليب التدريس الحديثة؛ التي تساعد على الاكتشاف والتحدي العلمي المشوق للمتعلم والإكثار من مهمات التعلم التي يقوم بها الطالب داخل الصف وخارجه.
- غرس الثقة في نفوس المتعلمين وتعويدهم على التعليم الذاتي والاعتماد على أنفسهم، وإيجاد نوع من الاتجاه السلبي نحو هذه الدروس حتى تكون ثقافة المجتمع طاردة وكارهة لهذه الدروس.
- متابعة الأسر لأبنائهم؛ هل هم بالفعل بحاجة إلى دروس خصوصية أم أنه مجرد تقليد لأصدقائهم في المدرسة.
- تفعيل المراكز المتخصصة المقننة للدروس الخصوصية بحيث تكون رسمية وتحت إشراف متخصصين.(العيسى، 2000،ص84)

2.الجانب التطبيقي:

1.2: منهجية وإجراءات الدراسة:

أ. المنهج المستخدم في الدراسة :

إن اختيار المنهج في أي بحث علمي مرتبط بطبيعة المشكلة؛ وموضوع الدراسة الحالية يتناول الضغط النفسي لدى التلاميذ المنخرطين في الدروس الخصوصية في ظل جائحة كورونا. لذلك تم الاعتماد على المنهج الوصفي الذي يدرس الظاهرة كما هي في الواقع وذلك من خلال التعرف على الضغوط التي يواجهها التلاميذ بحيث تهدف الدراسة إلى وصف وتفسير وفهم الوضعية النسبية للتلاميذ وذلك بتناول مشكل معين هو الضغط النفسي .

ب.عينة الدراسة و خصائصها :

تم اختيار العينة الخاصة بالدراسة الحالية بالاعتماد على الطريقة القصدية الملائمة مع الدراسة (التلاميذ المنخرطين في الدروس الخصوصية)، حيث تكونت عينة الدراسة من 60 تلميذا وتلميذة من التعليم الثانوي أي في السنوات الأولى والثانية والثالثة ثانوي. وسبب اختيارنا لفئة الذكور والإناث هو معرفة مستوى الضغط النفسي للجنسين وأيهما أكثر عرضة للضغط النفسي. والجدول التالي يبين توزيع أفراد العينة حسب المستوى الدراسي

المستوى الدراسي	السنة الأولى	السنة الثانية	السنة الثالثة
عدد العينة	10	20	30

ج. حدود الدراسة:

الحدود المكانية: تم إجراء الدراسة الميدانية على مستوى أقسام السنة الأولى . الثانية . الثالثة ثانوي بثانويتي: ثانوية فخار عبد الكريم (بنات)، ثانوية زرواق عبد النور (ذكور) بولاية المدية.

الحدود الزمانية: امتدت الدراسة من شهر فيفري2021 بحيث تم الاتصال بأعوان الإدارة في كلا المؤسستين، وبعد تحديد والكشف عن الفئة الأساسية للدراسة، كان ذلك في شهر مارس وبعد اختيار أدوات الدراسة تم تطبيق المقياس في 21 مارس 2021.

د. الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة:

تمت معالجة البيانات في هذه الدراسة باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الإنسانية والاجتماعية "spss" بهدف الإجابة عن أسئلة الدراسة وهذا بالاعتماد على التقنيات أو الأساليب الإحصائية التالية:

1 .الأسلوب الإحصائي الوصفي.

2 .الأسلوب الاستدلالي " المتوسط الحسابي والانحراف المعياري " للكشف عن مستويات المتغيرات.

3 .معامل الارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة بين المتغيرات.

2.2: عرض وتحليل النتائج:

أ. عرض النتائج:

- عرض وتحليل النتائج الخاصة بالضغط النفسي لدى التلاميذ المنخرطين في الدروس الخصوصية:

حيث تم التواصل إلى النتائج التالية:

الجدول رقم 2 : يوضح الجدول المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات الضغط النفسي

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ذكر	30	73.03	16.79
أنثى	30	81.47	15.56
المجموع	60	77.25	16.60164

يمثل الجدول رقم 2 : نتائج أفراد العينة على المقياس، وقد تحصل الأفراد وعددهم 60 على متوسط حسابي قدره 77.25 وهو يعني وجود ضغط متوسط لدى أفراد العينة. وقدر الانحراف المعياري بـ 16.6 وتحصل الذكور على متوسط حسابي قدره 73.03 وهو يعني وجود ضغط متوسط لدى أفراد العينة وقدر الانحراف المعياري بـ 16.7 . وتحصل الإناث على متوسط حسابي قدره 81.47 هو يعني وجود ضغط متوسط لدى أفراد العينة وقدر الانحراف المعياري بـ 15.56 ويتبين أن الإناث لديهم درجات أعلى من الذكور على مقياس الضغط النفسي.

- **عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى :**

نص الفرضية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى المتعلمين المنخرطين في الدروس الخصوصية.

الجدول رقم 3: يبين الجدول الفروق بين الجنسين على مقياس الضغط النفسي باستخدام اختبارات لعينتين مماثلتين.

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة المعنوية	الدلالة الإحصائية
ذكر	30	73.03	16.79	2	0.048	دال عند 0.05
أنثى	30	81.47	15.56			

يبين الجدول رقم 3 : وجود فروق ذات دلالة إحصائية، فالإناث لديهن درجات مرتفعة من الضغط النفسي مقارنة بالذكور، وهذه النتائج لا تعود للصدفة بل لإجراءات البحث ويمكن تعميمها.

- **عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية:**

نص الفرضية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى التلاميذ المنخرطين في الدروس الخصوصية بالنسبة لمتغير المستوى الدراسي (السنة أولى ثانوي، الثانية، الثالثة).

الجدول رقم 4: يبين الجدول الفروق بين المستويات الدراسية (السنة أولى ثانوي، الثانية، الثالثة) على مقياس الضغط النفسي باستخدام اختبار أنوفا للفروق.

المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة انوفا	الدلالة المعنوية	الدلالة الإحصائية
أولى ثانوي	10	78.30	14.84	0.13	0.8	غير دال
ثانية ثانوي	20	75.65	16.73			
ثالثة ثانوي	30	77.97	17.50			

يبين الجدول رقم 4 : إمكانية قبول الفرضية الصفرية التي تنص على انعدام الفروق الدالة إحصائيا بين المستويات والنتائج تعود للصدفة وليس لإجراءات البحث ورفض الفرضية البديلة.

عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة :

نص الفرضية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى التلاميذ المنخرطين في الدروس الخصوصية بالنسبة لمتغير الشعب الدراسية (شعبة الآداب، اللغات، علوم تجريبية، تسيير والاقتصاد).

الجدول رقم 5: يبين الجدول الفروق بين الشعب الدراسية على مقياس الضغط النفسي باستخدام اختبار انوفا للفروق .

الشعبة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة انوفا	الدلالة المعنوية	الدلالة الإحصائية
آداب	3	74.33	22.81	2.2	0.02	دال عند 0.05
لغات	16	83.13	14.71			
علوم تجريبية	21	72.62	15.29			
تسيير واقتصاد	20	77.85	18.16			

يبين الجدول رقم 5 : إمكانية قبول الفرضية البديلة التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الشعب الدراسية والنتائج لا تعود للصدفة بل لإجراءات البحث حيث يمكن اعتماد النتائج فالضغط مرتفع لدى شعبة اللغات الأجنبية.

- **عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:**

نص الفرضية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى التلاميذ المنخرطين في الدروس الخصوصية بالنسبة لمتغير صفة الدراسة { معيد (ة) / غير معيد (ة) }.

الجدول رقم 06: يبين الجدول الفروق بين المعيدين والغير معيدين على مقياس الضغط النفسي باستخدام اختبار " ت " لعينتين مستقلتين.

الحالة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	الدلالة المعنوية	الدلالة الإحصائية
معيد (ة)	28	75.32	18.77	0.8	0.4	غير دال
غير معيد (ة)	32	78.94	14.54			

يبين الجدول رقم 06 : قبول الفرضية الصفرية التي تنص على انعدام الفروق الدالة إحصائيا بين المعيدين والغير معيدين، والنتائج تعود للصدفة وليس لإجراءات البحث ورفض الفرضية البديلة.

ب. تحليل ومناقشة النتائج حسب الفرضيات:

- **الفرضية الأولى:**

أظهرت النتائج تحقق الفرضية البديلة التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية، حيث ظهرت أن الإناث لديهن درجات مرتفعة في مقياس الضغط النفسي مقارنة بالذكور، وهذا ما يتفق مع دراسة "عبد الله وعمر، 1988"؛ حيث توصلت الدراسة أن الإناث أعلي درجة من الذكور في شدة الضغط النفسي. ويرجع ذلك إلى أن الأنثى تشعر أكثر من أخيها الذكر بوطأة الضغط النفسي المسلط عليها يوميا ومن مصادر متعددة ابتداء من الأسرة وانتهاء بالمجتمع .

- **الفرضية الثانية:**

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المستويات الدراسية (السنة أولى ثانوي، الثانية، الثالثة)، وهذه النتائج تتفق مع نتائج دراسة "عبد الله الشريف، 2006" التي هدفت إلى بيان الآثار السلبية للدروس الخصوصية؛ وأثبتت هذه الدراسة أن الدروس الخصوصية تساهم في تكوين الشاب المهمل واللامبالي الذي لا يعتمد على ذاته، وأن تلاميذ مستوى السنة الثالثة ثانوي الأكثر من يلجئون إلى ممارسة الدروس الخصوصية.

- **الفرضية الثالثة:**

أثبتت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الشعب والنتائج لا تعود للصدفة بل لإجراءات البحث حيث يمكن اعتماد النتائج، فالضغط

النفسي مرتفع حسب الترتيب : اللغات 83.13، تسيير واقتصاد 77.85، آداب 74.33، علوم تجريبية 72.62. وهي تتفق مع دراسة "محمد بو فاتح، 2005" التي نصت على عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين طلبة تخصص العلوم والآداب واللغات في الضغط النفسي ويبدو هذا الشيء طبيعيا . إذ لا توجد فروق بين عينة تلاميذ التخصص العلمي والتخصص الأدبي في الضغط النفسي لان المجموعتين يعيشون في بيئة أسرية متشابهة في أساليب التربية والوضعية الاقتصادية والمستوى التعليمي والثقافي , ولا شك أنهم يتلقون ضغوطا نفسية متشابهة كما أنهم يدرسون في مدارس ذات نظام تربوي يتسم بالانضباط.

- **الفرضية الرابعة :**

أثبتت النتائج انعدام الفروق الدالة إحصائيا بين المعيدين وغير المعيدين، وهذا ما يتفق مع دراسة "محمد بو فاتح، 2005" التي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ المعيدين والغير معيدين والجدد في الضغط النفسي. فكلاهما يتميز بمستوى متوسط من الضغط النفسي، فالتلميذ الجديد بحكم وضعية الدراسة الجديدة وأنه أصبح في مرحلة مهددة له بالخطر بين النجاح والطرد من الثانوية وأن كل الأنظار متجهة نحوه وننتظر منه الكثير لكن هذا غير صحيح ما دام تعرض للضغط النفسي مثله مثل التلميذ الجديد.

خاتمة:

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة مستوى الضغط النفسي لدى التلاميذ المنخرطين في الدروس الخصوصية وذلك تبعا لمجموعة من المتغيرات، وتوصلت إلى مجموعة من النتائج كما يلي:

- بالنسبة لمتغير الجنس أثبتت النتائج أن الإناث أكثر عرضة للضغط النفسي مقارنة بالذكور.
- بالنسبة لمتغير المستوى الدراسي تم التوصل إلى أن تلاميذ السنة الثالثة ثانوي لديهم ضغط نفسي مرتفع مقارنة بتلاميذ الأولى والثانية ثانوي.
- أما بالنسبة لمتغير التخصص (شعبة الآداب، شعبة اللغات، شعبة العلوم التجريبية، شعبة التسيير والاقتصاد) فظهر أن تلاميذ شعبة اللغات يتميزون بضغط نفسي مرتفع مقارنة مع باقي الشعب.
- أثبتت الدراسة أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي بالنسبة لمتغير الصفة الدراسية (معيد/ غير معيد).

وقد خرجت الدراسة بمجموعة من التوصيات والاقتراحات كما يلي:

- ضرورة حسن معاملة المتعلمين وتفهم حاجياتهم ومشكلاتهم، وضرورة توظيف الأساليب العلمية الحديثة والطرق الفعالة في التعليم، لرفع دافعيتهم للتعلم وتخفيف الضغوط النفسية التي يواجهونها.
- علاج الضغوط النفسية لا يكون بالتهرب منها؛ وإنما بالتعايش معها، وتعلم مهارات واستراتيجيات مناسبة لمواجهتها: كاستراتيجية التواصل الاجتماعي، والتدرب على التعبير على الانفعالات وعدم قمعها.
- ضرورة تنظيم برامج الدروس الخصوصية وتقنينها ومراقبتها، لتجنب عمليات النهب والاستغلال التي تنشأ عنها.
- العمل على إنشاء أقسام خاصة تابعة للمدرسة يشرف عليها مختصون؛ تقوم بتقديم الدعم للتلاميذ الذين يعانون من صعوبات أو بطئ أو ضعف في التعلم والتحصيل، لتجنبهم اللجوء إلى الدروس الخصوصية.

قائمة المراجع:

- أبي مولود. عبد الفتاح. 2009. علاقة للضغط النفسي بالاكتئاب في ضوء متغيري مركز الضبط والذكاء الانفعالي لدى عينة من طلبة الجامعة. (على الخط). رسالة ماجستير. جامعة وهران. متاح على الرابط: https://ds.univ-oran2.dz:8443/handle/123456789/1770
- الحربي. نادي. 2004. الدروس الخصوصية. ط 1. الرياض: سلسلة سديم التربوية .
- السيد، عبيد. 2008. الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية، ط 1، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع. ردمك: 97899572434887.
- العيسى، أحمد بن محمد. 2000. الدروس الخصوصية تقليد أم خلل في النظام التعليمي. ط 1. القاهرة: دار الفكر للنشر.
- باظة. أمال عبد السميع. 1999. بحوث وقراءات في الصحة النفسية. ط 1. القاهرة: مكتبة أنجلو المصرية. ردمك: 9770516554.
- درويش. عبدة. 2002. دروس التقوية. ط 1. القاهرة: دار الفكر.
- طلعت، عبد الحميد. 2000. التسوق الفعال كيف تواجه تحديات القرن الواحد والعشرين. القاهرة: مكتبة الأهرام. ردمك: 9789776315501
- عبد المعطي، عبد الباسط. 2000. العوامل النفسية والاجتماعية المتعلقة بظاهرة الدروس الخصوصية. مجلة دراسات تربوية واجتماعية. العدد 01. جامعة الحلوان، مصر. ISSN : 2682-3616
- عثمان، السيد يخلف. 2001. علم النفس الصحة: الأسس النفسية والسلوكية للصحة. ط 1. الدوحة: دار الثقافة للطباعة والنشر والتوزيع.