

مشكلات المراهقين

مشكلة التأخر الدراسي

الطالب المتأخر دراسيا هو الذي يكون تحصيله أدنى أو دون استعداده، أي أنه الطالب الذي ينجز أقل مما يمتلكه من قدرات وخاصة إذا كانت درجاته في القدرة العقلية العامة أو القدرات الخاصة تزيد عن مستوى تحصيله بمقدار والقصور في التحصيل قد يقتصر على مجال من المجالات الدراسية أو قد يشملها كلها.

أنواع التأخر الدراسي

تأخر دراسي مؤقت التأخر الدراسي الخاص تأخر دراسي دائم التأخر الدراسي العام

1 - التأخر الدراسي العام:

وهو النوع من التأخر الدراسي الذي تتدني فيه درجات الطالب التحصيلية في جميع المواد الدراسية التي يدرسها، ويترتب على ذلك الانخفاض في الدرجة الكلية لتحصيل التلميذ الأكاديمي، ويرجع السبب في ذلك إلى الانخفاض في القدرة العقلية العامة (ذكاء التلميذ) حيث تتراوح نسبة الذكاء لدى التلاميذ في هذا النوع من التأخر الدراسي ما بين 70 - 85 درجة.

2 - تأخر دراسي خاص.

ويشير هذا النوع من التأخر إلى تدني درجات التلميذ في مواد دراسية معينة ، بينما تكون درجاته عادية أو مرتفعة في المواد الدراسية الأخرى ، ويرجع السبب في ذلك إلى انخفاض القدرة العقلية الخاصة المرتبطة بالمادة ، مثل تدني درجات التلميذ في الرياضيات والتي ترجع إلى انخفاض مستوى القدرة الرياضية ، أو التدني في درجات اللغة بسبب انخفاض مستوى القدرة اللغوية لديه .

3 - تأخر دراسي دائم.

وهو نوع التأخر الدراسي الذي يستمر مع التلميذ لفترات طويلة من دراسته، ويرتبط بانخفاض مستوى إنجاز التلميذ التحصيلي عن قدرته العقلية العامة، ويطلق عليه تأخر تحصيلي دائم نظرا لأنه يلزم التلميذ طوال فترة حياته الدراسية

4 - تأخر دراسي مؤقت.

وهو تأخر دراسي مؤقت أي لا يستمر مع التلميذ لفترات طويلة، وهو يرتبط بموقف معين، مثل حالة التلميذ الذي تتدني درجاته التحصيلية بسبب ظروف عائلية طارئة يمر بها كالاخلافات بين الوالدين، أو قد تكون بسبب إصابة التلميذ بأمراض مزمنة، أو كما في حالة انتقال التلميذ من مدرسة إلى مدرسة أخرى . إلا أن مثل هذه الحالات تسترجع درجاتها الطبيعية بعد زوال تلك الحالات المؤقتة.

خطوات تشخيص التأخر الدراسي:

هناك مجموعة من الخطوات التي يقوم بها الأخصائي النفسي والمدرس والأخصائي الاجتماعي بمعاونة الوالدين للإلمام بالحالة الكلية للتلميذ المتأخر دراسيا، هي:

تسير هذه الخطوات على النحو التالي:

1. دراسة المشكلة وتاريخها ، والتاريخ التربوي للعلاقات الشخصية والتاريخ النفسي والجسمي للتلميذ.
2. تحديد مستوى الذكاء والقدرات العقلية والمعرفية المختلفة، وتستخدم في ذلك الاختبارات المقننة.
- 3- دراسة المستوى التحصيلي للتلميذ والاستعدادات والميول باستخدام أدوات القياس المقننة 4- دراسة اتجاهات التلميذ نحو المدرسين ونحو المادة الدراسية.
- 5- دراسة شخصية التلميذ والعوامل المختلفة المؤثرة مثل ضعف الثقة بالنفس، والخمول وكرهية المادة .

الإدمان الرقمي:

يُعرف الإدمان الرقمي بأنه اعتماد ضار على الوسائط الرقمية والأجهزة، مثل الهواتف الذكية وألعاب الفيديو وأجهزة الكمبيوتر.. يعتقد بعض علماء النفس أن الإدمان على الأجهزة والوسائط الإلكترونية يجب أن يصنف على نحو مشابه لاضطرابات تعاطي المخدرات. لقد وجدت الدراسات علاقة قوية بين استخدام الوسائط الرقمية عالية التردد واضطرابات الصحة العقلية، مثل الاكتئاب والقلق، وفقاً لموقع جمعية الدماغ المتحدة.

خطورة الإدمان الرقمي

يقول المركز السعودي الوطني للصحة النفسية، إن خطورة الإفراط في استخدام الأجهزة ومواقع التواصل الاجتماعي والاطلاع عليها لفترات طويلة يمكن أن ينعكس بالسلب على صحتنا النفسية، مشيراً إلى أن آثار الإدمان الرقمي تعادل إدمان الكوكايين.

أعراض الإدمان الرقمي

- اختيار قضاء الوقت في استخدام الأجهزة بدلاً من التواصل مع العائلة أو الأصدقاء.
- إهمال الأعمال والمسؤوليات المنزلية.
- ظهور أعراض انسحاب عند عدم التمكن من الاستخدام.
- يمكن أن تشمل هذه الأعراض الحزن أو الانفعال أو القلق أو الاكتئاب.

- الحاجة إلى كميات متزايدة من الاستخدام لإشباع الرغبة.
- الاستمرار في اللعب رغم لآثار الضارة للألعاب على حياة المستخدم
- الاختباء أو الكذب بشأن مقدار الوقت المستغرق في اللعب.
- استخدام الأجهزة للتعامل مع المشاعر السلبية أو المزاجية.
- اضرار الإدمان الرقمي
- زيادة مشاعر الوحدة والقلق والاكتئاب.
- إعاقة عمل الدماغ بشكل طبيعي.
- الصدمة غير المباشرة وأعراض تشبه اضطراب ما بعد الصدمة.
- إجهاد العين.
- رؤية ضبابية.
- الصداع.
- آلام الكتف والرقبة.

الوقاية من الإدمان الرقمي

- ✓ وضع الهاتف في غرفة أخرى.
- ✓ إيجاد بدائل صحية لقضاء وقت الفراغ.
- ✓ تحديد أوقات معينة للانقطاع عن المنصات الرقمية.
- ✓ طلب المساعدة من الأهل والأصدقاء والطبيب النفسي إذا لزم الأمر.