

التوافق النفسي الأسري والاجتماعي

من إعداد: وداد عبد السلام

مقدمة:

الأبناء هم نواة الأسرة ومستقبل الأمة، فرعايتهم وتأمين التربية والتوجيه النوعي والكافي لهم يعتبر تدعيما للمجتمع والذي يتكون من تفاعلاتهم في الحياة الشخصية والاجتماعية. فالأسرة تترك بصماتها في شخصية الطفل سواء النفسية ، الاجتماعية، والأخلاقية، فتفاعلهم داخل الأسرة يؤثر على اتجاهاتهم وتوافقهم النفسي الاجتماعي في حياتهم المستقبلية ولهذا فان كل العوامل التي لها علاقة مباشرة أو غير مباشرة في التنشئة الاجتماعية الأولى تؤثر في حياة الأبناء وفي استقرارهم النفسي والاجتماعي وهذا في المراحل الدراسية خاصة مرحلة الثانوية التي يكون فيها التلميذ بين المراهقة الوسطى والمتأخرة والتي فيها تدخل التربية لتهديب وتوجيه سلوك المراهق.

إن للتوافق النفسي الأسري والاجتماعي أهمية بالغة في حياة الفرد خاصة المراهق ، فالتوافق النفسي عبارة عن انسجام وتكيف الفرد مع نفسه من جهة ومع ما يحيط به من جهة أخرى والتوافق الأسري هو أن يكون هذا الشخص على وفاق مع أفراد أسرته وان تسود المحبة والمودة بينه وبين أفراد أسرته، والتوافق الاجتماعي هو العلاقة الحسنة والطيبة بين الفرد وبيئته الاجتماعية. وسوء التوافق هو فشل الشخص في تحقيق طموحاته وإشباع حاجياته وحتى فشله في إنشاء علاقات مع أفراد أسرته ومجمعه. ولهذا الأخير اثر كبير على تحصيل الفرد الدراسي فهو اكبر عامل مؤثر في المستوى

ألتحصيلي ولذلك كان لابد لنا من دراسة التوافق النفسي ومجالاته وخطورة عدم تحقيقه للفرد المراهق إضافة إلى دراسة التوافق الأسري والاجتماعي وأبعادهما. وسيتضح هذا كله في هذا المحتوى.

1- تعريف التوافق النفسي:

يعرف لازاروس التوافق النفسي على انه مجموع العمليات النفسية التي تساعد الفرد على التغلب على التقلبات والضغوط المتعددة في حياة الفرد. (Lazaras S - Richard S 1963 page30) أي ان التوافق النفسي هو كيفية أن نكيف أنفسنا لكي نتلاءم مع الواقع.

كما يعرفه احمد راجح على انه حالة التلاؤم والانسجام بين الفرد ونفسه وبيئته, ويتضمن التوافق قدرة الفرد على تغيير سلوكاته وعاداته, ذلك عندما يواجه موقفا جديدا أو مشكلة مادية اوخلاقية أو صراعا نفسيا. (احمد راجح, 1983 , ص87). في هذا التعريف يتضح لنا أن التوافق النفسي هو قدرة الفرد على مسايرة الوضع الذي يعيشه ومواجهة مشاكله اليومية بطريقة صحيحة.

وقد اتفق كل من حامد زهران 1974 و كمال الدسوقي 1974 و رمضان القذافي 1976 , على التوافق الشخصي مجملا على انه إحساس الفرد بالسعادة و الرضا عن النفس, وانه خلو نفسية الفرد من الصراعات الداخلية. (مصطفى فهمي, 1979 ص23).

أما سوء التوافق النفسي فيبدأ من عجز الفرد على حل مشكلاته اليومية على اختلافها عجزا يزيد على ماينتظر منه الغير أو ما ينتظره هو من نفسه (مصطفى فهمي مرجع

سابق.) وما يتضح في هذا التعريف للتوافق هو أن يكون الفرد غير كاره لنفسه أو نافر منها وهي خلو الذات من الصراعات التي تقترن بمشاعر الذنب والشعور بالنقص. ومن خلال التعريف السابقة نستنتج أن التوافق النفسي يتجسد في قدرة الفرد على التلاؤم مع ذاته ومع محيطه والعمل على التقبل ومواجهة الضغوطات لكي يكون موقفه سليما.

2- مظاهر التوافق النفسي: والتي تتجسد فيما يلي:

1-2 الراحة النفسية:

إن الراحة النفسية تتجلى في غياب حالات الشعور بالتأزم والاكنتاب والتوتر دون المبالغة في ذلك وليس معناها أن الفرد لا تواجهه عقبات وموانع في تحقيق أهدافه، فكثيرا ما يصادفها في حياته اليومية والشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الذي يستطيع مواجهة هذه العقبات وحل المشكلات بطريقة ترضاهم نفسه ويرضاها المجتمع فعليه من سمات الفرد المتمتع بالصحة النفسية قدرته على الصمود حيال الأزمات والشدائد.

2-2 الأهداف الواقعية:

من المظاهر التي تدل على توافق الإنسان اختياره الأهداف ومستوى طموح واقعي يتفق مع قدراته وإمكانياته واستعداداته التي تؤهله في السعي إلى الوصول إليها إنما يعرض نفسه للفشل والإحباط والصراع، وهي بمثابة العوائق التي تبتعد الإنسان عن التوافق السليم، كذلك الحال بالنسبة للشخص الذي يضع أهدافا ثقل بكثير عن قدراته

واستعداداته فهو شخص غير سوي، اتكالي، ليس لديه طموحات مما يجعله غير مفيد لجماعته فلا يحقق القبول معها ولا يتوافق مع أفرادها.

2-3 ضبط الذات وتحمل المسؤولية:

الشخص السوي هو الذي يستطيع ضبط الذات والتحكم فيها وفي انفعالاتها اتجاه المواقف المختلفة وان يتحكم أيضا في حاجاته ورغباته، فيختار من هذه الحاجات تلك التي يستطيع إشباعها، فيؤجل أو يلغي تلك الحاجات التي يرى استحالة تحقيقها وأيضا هو من يضع في الحسبان النتائج التي يحتمل أن تترتب على أفعاله في المستقبل. ولهذا فان المراهق المتمتع بالتوافق الحسن هو الذي يعتبر نفسه مسؤولا عن أفعاله ويتحمل هذه المسؤولية بصدق هذه إحدى السمات العامة في الشخصية المتكاملة.

3- مجالات التوافق النفسي:

التوافق صفة يوصف به السلوك السوي وهي قابلة للتقييم والقياس ونحدد هذه السلوكيات في مجالات عدة أهمها الدراسة و الأسرة و المجتمع.

3-1 التوافق الدراسي:

أن التوافق النفسي يعين من جهة تلاءم التلميذ مع المحيط المدرسي الجديد عن طريق الاندماج مع جماعة Kalgnr يرى الصف والتعلم المدرسي ومن جهة أخرى بناء سلوكيات تقوم على احترام النظام السائد في المحيط، وتتضمن عملية التوافق المدرسي نجاح المؤسسة التعليمية في وظيفتها والتلاؤم بين المعلم والطالب، كما يهيئ لهذا الأخير ظروفًا أفضل للنمو السوي معرفيا وانفعاليا واجتماعيا.

3-2 التوافق الأسري:

ويقصد به أن تسود المحبة بين أفراد الأسرة وذلك عن طريق اتفاق الوالدين ووجود علاقة بينهما تتميز بالحب والاحترام والتعاون، وهذه العلاقات تكون ثلاثة علاقات ود بين الأزواج الأبناء وبين الأبناء بعضهم البعض.

3-3 التوافق المهني:

ويشير إلى الانسجام بين العامل وعمله وتحقق ذلك بحسن اختيار الوظيفة المناسبة إضافة إلى التدريب على أدائها قبل ممارستها وأيضا الاقتناع بها ومحاولة الابتكار فيها مع علاقات إنسانية مقبولة مع الزملاء والرؤساء.

3-4 التوافق الاجتماعي:

يعني العلاقة الحسنة بين الفرد والبيئة الاجتماعية تكون عبارة عن صلات اجتماعية مقبولة ومرضية مع من يعاشرونه أو يعملون معه حيث تتميز هذه العلاقات بالاحترام والود والرفق.

4- نظريات التوافق النفسي:

لقد اختلفت نظريات التوافق النفسي باختلاف المدارس فكل مدرسة ترى التوافق بما يخدم مبادئها وفيما يلي رأي أهم المدارس في التوافق النفسي.

4-1 النظرية البيولوجية:

يرى روادها أن أسباب سوء التوافق تعود إلى إصابات عضوية تصيب المخ خاصة ويمكن لهذه الإصابات أن تكون وراثية أو مكتسبة عن طريق العدوى والاختلال الهرموني الذي ينتج عن الضغط القوي على الفرد وهذا بغض النظر عن الجوانب

النفسية والاجتماعية وغيرها والتي دورها تؤثر على التوافق وقد مثل هذا الرأي اروين مندل وجالتون .

4-2 نظرية التحليل النفسي:

يرى فرويد أن التوافق النفسي يكون في غالب لاشعوريا وهذا يعني أن الأشخاص في غالبية الأحيان لا يعرفون أسباب سلوكا تهم وان الشخص السوي او المتوافق هو الذي يحقق ويشبع متطلبات الهوا بالوسائل المقبولة اجتماعيا , وتتمثل السمات الأساسية للشخصية المتوافقة في قوة الأنا والقدرة على العمل.

ولقد اعتبر أصحاب المدرسة التحليلية الصراع النفسي بمثابة المدخل الرئيسي لتفسير نشاط الفرد وهذا ما جعل فرويد يقول أننا جميعا مصابون بالهستيريا إلى حد ما. أما يونغ فيري أن مفتاح التوافق النفسي والصحة النفسية تكمن في استمرارية نمو الشخصية بطريقة متوازنة فالتوافق النفسي يستلزم الموازنة بين متطلبات ميولنا الانبساطية وميولنا الانطوائية وهذا ما يتطلب ضرورة التكامل بين العمليات الاشباعية للحاجات الخاصة وأخلاقيات المجتمع ومبادئه.

4-3 النظرية السلوكية:

يرى أصحابها أن أنماط التوافق تختلف باختلاف أنواعها وهي مكتسبة ومتعلمة عن طريق الخبرات السابقة التي تعرف يتعرض لها الفرد في حياته , فالسلوك المتوافق يشمل هذه الخبرات وكيفية الاستجابة للمواقف المستحدثة. وقد اعتبر واطسن وسكينر أن عملية التوافق النفسي لا يمكن لها أن تنمو عن طريق الجهد الشعوري ولكنها تتشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات البيئة وإثباتها. (مدحت عبد اللطيف, 1990).

فالسواء النفسي في هذه النظرية يكون بتحقيق الأهداف المرغوب فيها ويزداد الإقدام نحو الهدف كلما اقتربنا منه أي كلما زادت قوة الاستجابة لتحقيق الهدف.

4-4 نظرية علم النفس الإنساني:

لقد ربط **روجرز** مفهوم التوافق السليم بمفهوم الذات فأى خلل في مفهوم الذات يعد إشارة لسوء التوافق لدى الإنسان. أما ماسلو فقد وجد أن الإنسان يتطلع لتحقيق ذاته كفاية قصوى وتتجنب الصراع النفسي بممارسة لإرادة الفعل حتى يتمكن الفرد من التكيف السليم في الحياة (سيد صبحي, 2003 ص53).

ينظر هذا الاتجاه للإنسان على انه كيان متكامل أي يعمل ككل في سعيه المستمر لتحقيق ذاته.

5- العوامل الأساسية في إحداث التوافق النفسي:

5-1 الحاجات:

والتي تتمثل في تحقيق التوازن الوظيفي والعضوي كالحاجة للأكل و الشرب , وأيضا تحقيق التوازن والتكامل النفسي كالحاجة إلى الأمن والتقدير والحرية, وأيضا عند قيام الفرد بعمل ما فانه يريد بذلك أن يشعر أن ما قام به له وزن وقيمة وبالمقابل يريد الحصول على التقدير من قبل الآخرين , ويحتاج المراهق أيضا إلى جماعة ينتمي إليها ويتعامل معها حتى لايشعر بالاغتراب والعزلة.

5-2 الدوافع:

وهي حالة داخلية جسمية ونفسية توترية تثير السلوك في ظروف معينة وتتواصل حين تنتهي إلى هدف معين, وإشباع هذه الدوافع يتوقف على ما يتوفر لدى الفرد من

أساليب لتسيير دوافعه الملحة وعن فكرته لنفسه وكيفية مواجهته للمواقف السائدة في حياته, فالدوافع هي سلسلة من الخطوات تهدف إلى هدف معين ولا تنتهي إلا بالوصول إلى الغاية المنشودة وبهذا يتحقق التوافق.

5-3 تقبل الفرد لذاته:

تقبل الفرد لذاته عامل مهم في إحداث التوافق التي تؤثر في سلوكه فإذا كانت فكرته عن نفسه حسنة فان ذلك يرفع من معنويات الفرد ويدفع به إلى العمل والتوافق مع الآخرين, فالفرد الذي لا يقبل نفسه يتعرض لاحباطات تشعره بالعجز والفشل , ولقد دلت دراسة جابر عبد الحميد أن مجموعة الأقل رضا عن نفسها تميل إلى عدم الاتزان في حياتها الانفعالية.

5-4 المسايرة أو المسالمة:

اعتبرها البعض إنها أنماط التوافق على أساس أن المسالمة من طبيعتها البعد عن الصراع والتصادم, فالمسايرة أو المساهمة تعني خضوع الفرد للظروف والأحوال التي يعيش فيها.

والفرد الذي يفشل في المسالمة مع الأنظمة في الحياة حوله يعتبر فاشل في الإسهام بدوره نحو مجتمعه.

6-أساليب التوافق النفسي:**6-1 أساليب الهجومية:****أ-التعويض:**

وهو محاولة الفرد النجاح في ميدان ما لتعويض خسارته أو عجزه في ميدان آخر، فالتعويض يعتبر كحيلة دفاعية يعتمدها المراهق للتغلب على نقصه وضعفه.

ب- الإسقاط:

وهو أن ينسب المراهق صفات سلبية يعاني منها إلى أشخاص آخرين ليتفادى الشعور بالتوتر والقلق وبذلك ينسب قلقه إلى أشخاص آخرين.

ج- التقمص:

وهو أسلوب يحاول الفرد الوصول إلى إشباع دوافعه عن طريق تصوره لنفسه في مكان آخر أو في موقف من مواقف البطولة.

د- التبرير:

وهو جواب ليعلل المراهق سلوك ما بأسباب منطقية أو أعذار ليست حقيقية وهذا التبرير هو وسيلة لخداع الذات أو الضمير يحاول بها الفرد الحصول على التقدير والابتعاد عن الشعور بالذنب.

6-2 . الاساليب الانسحابية: والتي تتمثل في:

الانسحاب: وهو تجنب المراهق التعرض إلى المواقف التي تثير في روحه القلق والتوتر ومن صور الانسحاب أحلام اليقظة وهي أن يدخل الفرد نفسه في التخيل والتهيؤ والوهم كي يخفض نسبة التوتر والقلق.

7- أبعاد التوافق النفسي للمراهق:

- الرضا عن الذات وتقبل الفرد لذاته.
- الإحساس بمحبة الآخرين واحترامهم.
- الإحساس بالطمأنينة والثقة بالنفس.
- القيام بالواجبات وتقادي الأناثية.
- تقادي الخوف والقلق والتوتر.
- الخلو من الصراعات النفسية والإحساس بالذنب.
- القدرة على التعبير عن الأفكار والمشاعر والآراء.
- الخلو من مشاعر الغيرة والحسد.
- عدم الإحساس بالنقص والاكنتاب والعدوانية والانطواء.
- القدرة على ضبط النفس.
- الإيمان بالله وممارسة الطقوس الدينية والقناعة في الحياة.
- الحاجة إلى الإحساس بالحرية.

8- خطورة عدم إشباع الحاجات النفسية في فقدان التوافق النفسي:

لأشك أن عدم مراعاة إشباع الحاجات النفسية لدى المراهقين خاصة بالبيت أو المدرسة ينتهي إلى نتائج نفسية و اجتماعية خطيرة ومن أهمها:

فقدان التكامل النفسي والاجتماعي : التكامل النفسي هو تعاون الأجهزة النفسية مع بعضها البعض وانسجامها، واهم تلك الأجهزة النفسية النكاء والخيال والذاكرة....

أما التكامل الاجتماعي فهو انسجام الفرد مع مجتمعه ولعبه للدور المناسب فيه. (يوسف ميخائيل اسعد، ص133).

ظهور بوادر الأمراض النفسية كالعزلة والانطواء الاكتئاب، البعد عن الواقع، القلق المرضي، الفوبيا.....

9- التوافق النفسي الأسري:

هو مؤشر على العلاقة المرضية بين التوافق النفسي والأسري حيث يعتبر علماء النفس والطب النفسي أن الفرد وأسرته ومحيطه والتوافق سواء أكان نفسيا أم اسريا أم صحيا أم اجتماعيا يتضمن الإحساس بالسعادة بالأمن والطمأنينة وكذلك الرضا عن الذات والإحساس بالسعادة مع الآخرين وبضرورة القيام بالواجبات والالتزام بالأخلاقيات وباحترام الآخرين والتعاون وتقبل النقد والقدرة على التعبير عن الأفكار والمشاعر دون خوف أو حرج أو قلق. وقبل الإشارة للتوافق الاسري نعرض على بعض المعطيات الخاصة بأنماط الاسرة الجزائرية ووظائفها.

1.9 . نمط الأسرة الجزائرية ومحدداته:

يتحدد نمط الأسرة بواسطة ظروفها وبيئتها ولقد حدد الديوان الوطني للإحصاء سنة 1998 أربعة أصناف للأسرة بصرف النظر كونها نوية أم ممتدة.

الصنف الأول : أسرة متكونة من زوج وزوجة وأطفال.

الصنف الثاني : أسرة متكونة من زوج وزوجة بدون أطفال .

الصنف الثالث: أسرة أحادية الوالدين متكونة من أب وأولاد أو أم وأولاد.

الصنف الرابع: أسر أخرى.

يرتكز الديوان الوطني للإحصاء على مفهوم البيت وهو وحدة إحصائية أساسية ويعرف بأنها مجموعة من الأشخاص يعيشون معا في مسكن واحد يخضعون لرب أسرة واحد ويمكن على هذا الأساس أن نصنف فئات من الأسر.

الفئة الأولى: بيت يتكون من أسر نووية.

الفئة الثانية: بيت يتكون من أسرة شبه نووية متسعة.

الفئة الثالثة: بيت يتكون من أسر ممتدة.

الفئة الرابعة: تشمل بيوت أخرى.

وبالتالي نحصل على نحصل على ثلاث أنماط طبقا لتعاريف الديوان:

النمط الأول: أسر نووية.

النمط الثاني: أسر ممتدة.

النمط الثالث: أسر شبه نووية أو متسعة.

وإذا تكلمنا عن خصائص الأسرة الجزائرية نجد أن العنصر المسيطر في العائلة هو الرجل دائما وغالبا، وكانت تمتاز أيضا بالحوار بين أفرادها إلا أن في وقتنا الحالي سادت ظاهرة الصمت بين أفراد البيت نظرا للانشغالات الكثيرة إضافة إلى التلفاز والانترنت

2.9. وظائف الأسرة:

1.2.9. الوظيفة العاطفية: وتكمن في تكوين شخصية متكاملة للمراهق عن

طريق إشباع حاجياته ورغباته كالطمأنينة والحب والاحترام بين أفراد الأسرة إذ أن الاستقرار الأسري من شأنه أن يحافظ على استقرار نفسية المراهق

وشخصيته إضافة بتوفير علاقات الاهتمام والتكافل لأفرادها والأمن النفسي لخلق إنسان متزن ومستقر يشعر بالانتماء الأسري والتفاعل المتعمق من أجل مصلحة الأسرة والمحافظة على كيانها ووحدتها.

2.2.9. الوظيفة الاجتماعية: إن المراهق يتأثر تأثيرا عميقا بوسطه الاجتماعي وبنظام العلاقات الاجتماعية والعائلية فتعمل الأسرة على: تطبيع المراهق بطابع اجتماعي وذلك لأنه ليس ملك لوالديه بل هو عضو في المجتمع. وتنشئته تنشئة اجتماعية سليمة. وكذا تعليمه السلوك الاجتماعي ولغة المجتمع.

3.2.9. الوظيفة البيولوجية: يتأثر النمو الجسمي بظروف الأسرة حيث رأى الدكتور رابح تركي أن نمو الفرد يتأثر بظروف الأسرة الاجتماعية والاقتصادية والصحية كالنظافة والغذاء الجيد والوقاية من الأمراض. وتكمن الوظيفة البيولوجية في حفظ النوع البشري بطريقة حضارية ممتازة.

4.2.9. الوظيفة الاقتصادية: وتكمن في توفير الاحتياجات و المتطلبات الأسرية اللازمة للحياة , وتحقق أيضا الأمن المادي للأسرة.

الوظيفة الأخلاقية: تربية أفراد الأسرة على مكارم الأخلاق ومعاملاتهم بالطريقة الحسنة والكلمة الطيبة.

الوظيفة التربوية: تربية الأولاد وإكسابهم خبرات ومعتقدات اللازمة لهم. وتنمية الشعور لديهم بالانتماء الأسري والاجتماعي. وكذا تكوين شخصية للمراهق تتميز بالسواء والاعتدال وتعلمه كيفية التعامل مع الآخرين لإشباع حاجياته.

9-3 أبعاد التوافق النفسي الأسري:

قد لخصت الدراسات النفسية لنا أهم الأبعاد في التوافق النفسي الأسري للمراهق فيما يلي:

- توفير الحاجيات والرغبات التي تلزم المراهق.
- تحسيس المراهق بأنه عضو في الأسرة وانه ينتمي إليها.
- توفير العلاقة الحسنة بين أفراد الأسرة.
- إتباع أسلوب الحوار في حل المشكلات.
- تجنب الحماية الزائدة أو التسلط المفرط.
- وجود الحوار بين الوالدين والابن المراهق أو البنت المراهقة.
- إشراك المراهق في الأمور المنزلية وذلك لتنمية الشعور لديه بالمسؤولية.
- عدم الاستعانة في تربية المراهق على التخويف بغير تبصر بل توظيف الخوف بحكمة صالحة.
- العطف على المراهق بغير أن يستحيل عليه تدليلا له.
- تدريب المراهق على قمع بعض الرغبات التي قد تؤذيه.
- تشجيع المراهق في التعبير عن حاجياته.
- استثمار طاقة المراهق في أشياء نافعة كالرياضة.

9-4. التوافق الأسري مع الأبناء:

تعتبر الأسرة المصنع الذي ينتج أفراد المجتمع ومنها ينطلق الإنسان إلى العالم الخارجي فان كان الجو الأسري يسوده المودة والحب فلا شك أن تلك الأسرة ستنتج أفرادا صالحين فمثلا:

الجو الانفعالي العام للأسرة : إن من أهم الأمور التي لها تأثير كبير على التوافق النفسي للمراهق هو تواجد الدفء العاطفي في الأسرة والحب والحنان والتقبيل ويناقضه البغض والكراهية والعنف...

وان اثر ذلك يظهر مستقبلا وذلك على شخصيته وسلوكاته.

استجابة الآباء للأبناء: الآباء المستجيبون هم الذين يلتفتون على النحو الصحيح إشارات أبنائهم.

- مميزات أبناء هؤلاء الآباء:

- يتعلمون من تجارب الآخرين بسرعة.

- يظهرون بمعامل ذكاء أعلى.

- ينمون معرفيا بشكل أسرع.

- هم أكثر كفاءة من الناحية الاجتماعية.

أثبتت الدراسات أن هناك فروق في شخصيات المراهقين الذين نشؤ في أسر دافئة ومحبة والذين نشؤ في أسر غير محبة وذلك لان مراهقين الأسر المحبة يكونون:

- مراهقين أكثر شعورا بالأمن حيث تعلقوا تعلقا أمنا بالوالدين.

- كان لديهم قدرا كبير من تقدير الذات.

- احتمالية الوقوع في السلوكات المنحرفة قليلة جدا.

- زيادة درجة الذكاء والانتباه باستمرار.

10- تعريف التوافق الاجتماعي:

عرف زهران التوافق الاجتماعي بأنه يتضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي وتقبل التغيير الاجتماعي السليم والعمل على لخير الجماعة ما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية. أما بطرس والشمري على انه القدرة على إقامة صلات اجتماعية ناجحة من خلال الالتزام بالقيم والعادات والمشاركة بالأنشطة وعدم الشعور بالخجل أو الإحراج في التعامل مع الآخرين.

من هذين التعريفين نستخلص أن التوافق الاجتماعي هو عبارة عن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية.

10-1 أبعاد التوافق الاجتماعي:

- العلاقة الحسنة مع الآخرين.
- الاعتراف بحاجات الآخرين.
- توفير التعاون والتكامل في إشباع الحاجات والرغبات.
- التسامح والمحبة لآخرين.
- تبادل الآراء والأفكار والعواطف.
- التحرر من الوحدة.
- الإحساس بالانتماء إلى المجتمع.
- احترام وتقدير أفكار ومشاعر الآخرين.
- عدم التسلط أو العناد أو القسوة على الآخرين.
- التحرر من الميول المضادة للآخرين.
- الالتزام بالأخلاق والقيم الدينية.

الخلاصة:

يعد التوافق النفسي احد المفاهيم النفسية ذات الصلة بالعمليات التربوية والاجتماعية التي تساهم في عملية التحصيل الدراسي وذلك من خلال التفاعل بين العوامل المؤثرة في تحقيق الانجاز الأفضل ويأتي ذلك من خلال إيجاد نوع من العلاقات بين مجالات التوافق النفسي المختلفة.

ونظرا لما ظهر لنا في هذا الفصل من أهمية التوافق النفسي الأسري والاجتماعي في ميادين حياة الفرد المراهق وميادين التربية والتعليم وأثرها على مستوى الأداء التحصيلي لذلك إن عجز الفرد في توافقه مع مجتمعه وأسرته ومدرسته يؤدي إلى ظهور مشكلات كثيرة منها في مجال التعليم كالرسوب المدرسي حيث يشير العيسوي إلى أن التعلم عملية عقلية تتدخل فيها عوامل نفسية وفسولوجية وعقلية واجتماعية عديدة.

لذلك كان من المهم أن نتناول أهمية التوافق النفسي ومختلف مجالاته وأساليبه إضافة إلى التوافق الأسري والاجتماعي وأبعادهما فلا يمكننا دراسة تأثيره على التلميذ المراهق دون التطرق إلى دراسة التحصيل الدراسي وأنواعه وكيفية قياسه وهذا ماسيتضمنه الفصل الآتي ألا وهو التحصيل الدراسي.

وكخلاصة نقول ان التوافق النفسي الاسري والاجتماعي للتلاميذ يعتبر مهما في تحصيلهم الدراسي لان التلميذ الذي يعاني من مشاكل واضطرابات سواء نفسية او اسرية او اجتماعية لابد من ظهور هذا في نتائجه تحصيلية وفي غالب الاحيان يكون تحصيله دون المتوسط فمن المؤكد انه لن يستطيع الانتقال من سنة الى

اخرى، اما التلاميذ الذين يتمتعون بتوافق نفسي واستقرار اسري واجتماعي يكون
تحصيلهم مقبول أي متوسط او فوق المتوسط مما يسمح لهم بالانتقال من سنة الى
اخرى . ولذلك فالتوافق النفسي الاسري الاجتماعي اساس النجاح والتوازن والانسجام
في كل مجالات الحياة اليومية

قائمة المراجع باللغة العربية:

- احمد راجح عزت , أصول علم النفس , دار المعارف القاهرة مصر 1983.
- اولسن ميرل, التوجيه فلسفته وأأسسه ووسائله , مكتبة القاهرة 1964.
- احمد عبد السلام, القياس النفسي والتربوي مكتبة النهضة المصرية 1960.
- إبراهيم احمد بوزيد, سيكولوجية الذات والتوافق , دار المعرفة مصر 1987.
- حامد عبد السلام زهران, الصحة النفسية والعلاج النفسي مكتبة النهضة المصرية 1987 . دسوقي كمال , علم النفس ودراسة التوافق دار النهضة العربية بيروت 1974.
- زكية درجات مشكلات طلبة وطالبات المدارس الثانوية دراسات في كلية عين الشمس القاهرة 1959.
- سيد صبحي, الإنسان وصحته النفسية دار النهضة العربية القاهرة 2003.
- سيد خير الله , التوافق الشخصي والاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ المدرسة الابتدائية في القرية والمدينة , سلسلة بحوث تربوية في كلية التربية جامعة المنصورة 1973.
- صموئيل مغاريوس, الصحة النفسية والعمل الاجتماعي مكتبة النهضة المصرية 1989.
- عودة محمد, مرسي كمال إبراهيم , الصحة النفسية في ضوء العلم دار القلم 1984.
- علي محمد الكاوي, الانتربولوجيا وقضايا الإنسان المعاصر 1999..

- عباس محمد عوض, الموجز في الصحة النفسية دار المعرفة الجامعية الإسكندرية 1985.
- علي عبد الواحد, في الأسرة والمجتمع دار النهضة للطبع والنشر 1979.
- قاضي يوسف مصطفى, الإرشاد النفسي والتوجيه 1981.
- مصطفى غالب, في سبيل موسوعة نفسية, دار العربية للكتاب 1983.
- محمد الشيباني, الصحة النفسية لرعاية الشباب دار العربية 1973.
- مصطفى فهمي, التوافق الشخصي و الاجتماعي مكتبة الخارجي 1979.
- محمد عاطف غيث, قاموس علم الاجتماع, دار المعرفة الجامعية 1989.
- مدحت عبد اللطيف, الصحة النفسية والتوافق المدرسي دار النهضة العربية بيروت 1990.
- مikhail إبراهيم اسعد, مشكلات الطفولة والمراهقة دار الأفاق الجديدة بيروت 1991.
- المعجم العربي الأساسي لاروس مطبعة لاروس 1989.
- نورما جورن الخوري, سيكولوجية الأسرة, دار الجبل بيروت 1998
- يخلف رفيقة, شاعر عطية قنديل موسوعة علم النفس . 2005 .

Lazarus S -Richard S Personality- Adjustment Englewood-
New-esey 1963

Cumming Aiban personale, social Adjustment and
Achievement of West Indien children in new York city 1979