التوافق النفسي لدى التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا

psychological adjustment of pupils coming to take the baccalaureate examination

د.عبد الحفيظ لبكيري*،ط.د.محمد لبكيري[2]

[1]جامعة مولود معمري–تيزي وزو (الجزائر)،

lebkirihafid@yahoo/fr

[2] جامعة مولود معمري–تيزي وزو (الجزائر)،

lebkirimohammed@gmail.com

معلومات البحث

تاريخ الاستلام: 2023/08/24

تاريخ القبول: 2024/06/30

Printed ISSN: 2352–989X

Online ISSN: 2602

الملخص:

هدفت الدراسة الى التعرف على مستويات و مظاهر التوافق النفسي لدى تلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا ببعض ثانويات مدينة سطيف، مع التعرف على الفروق بين الجنسين في التوافق النفسي.

تم استخدام المنهج الوصفي، وشملت العينة(75) تلميذ وتلميذة من تلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا بثانويتي (فاطمة الزهراء، و تواتي محمد) التابعتين لمقاطعة سطيف، وتم استخدام استبيان التوافق النفسي من إعداد الباحث.

توصل البحث الى أن مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا كان متوسطا،وأن التوافق الاجتماعي كان الأكثر تأثيرا ويليه التوافق الأسري ثم الشخصي وأخيرا المدرسي.كما توصلت الى عدم وجوذ فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الذكور و درجات الإناث.

الكلمات المفتاحية : التوافق النفسي – امتحان البكالوريا.

Abstract

The study aimed to identify the levels of psychological adjustment of pupils coming to take the baccalaureate examination in some secondary schools in Setif, as well as to identify the gender differences in the psychological compatibility.

The prescriptive method was applied. The sample included 75 pupils (girls and boys), being candidates to the baccalaureate examination (Fatima al-Zahra and Touati Mohammed secondary schools) in Setif. The psychological adjustment questionnaire was used by the researcher.

The research concluded that the level of psychological adjustment of the pupils who were candidates to the baccalaureate examination was average, Psychological adjustment was the most influential, followed by family adjustment , then personal, and finally school adjustment and found that there were no statistically significant differences

* المؤلف المرسل لا يكتب اسم المؤلف تبقى فقط المؤلف المرسل

between male and female grade averages.

Key words : psychological adjustment – baccalaureate exam

مقدمة

يعد التَّوافق النفسي من الموضوعات المهمة في علم النفس لعلاقته بمتغيرات عديدة ومتنوعة كالتحصيل الدراسي والإنجاز والصحة النَّفسية ونجاح الفرد في جوانب حياته المختلفة. ويمثل التَّوافق النفسي عملية الانسجام بين طبيعة الفرد الداخلية وطبيعة البيئة الخارجية المحيطة به، بينما يمثل سوء التَّوافق النفسي والاضطراب النفسي ما هو عكس ذلك، لذلك يؤكد علماء النفس على التَّوافق النفسي الذي يساعد الفرد التغلب على إحباطاته وإشباع دوافعه وحاجاته وتحقيق أهدافه بطريقة يقبلها الآخرون وتقبلها القيم الاجتماعية من جانب، وتحقيق الانسجام بين الدوافع والحاجات وانعدام الصراع النفسي من جانب آخر، فإذا تحقق ذلك أصبح الفرد متوافقاً توافقاً نفسياً بطريقة سليمة.

ويستخدم مفهوم التَّوافق النفسي ليشير إلى ما ينتهي إليه الفرد من حالة نفسية نتيجة قيامه بالاستجابات التَّوافقية المختلفة حسب الموقف الذي يتعامل معه. وبهذا المعنى فإن التَّوافق النفسي الجيّد يكون مصدراً للارتياح النفسي، بينما يكون سوء التَّوافق النفسي مصدراً للضغط والقلق والاضطراب والإخفاق الدراسي.

والتَّوافق النفسي هو بعد من أبعاد الصحة النَّفسية التي تسمح بالعيش في ظل النجاح في المجال الدراسي. ولكي يصل المتعلم إلى النجاح المدرسي والتفوّق فيه، عليه أن يحقق التَّوافق الاجتماعي الذي يقتضي الشعور بالانتماء إلى مجتمعه الدراسي ومجتمعه عامة، بالإضافة إلى قدرته على تقبل الآخرين المتواجدين في المؤسسة التعليمية والذين يعرفون بشركاء العملية التعليمية/التعلمية كزملاء القسم، والأساتذة، والموظفين الإداريين، ومستشار التوجيه والإرشاد وغيرهم، وذلك بهدف تحقيق علاقات تفاعلية إيجابية مع كل طرف يساهم في نجاح العملية التربوية.

ويعد التَّوافق النفسي للمتعلم مطلبًا أساسيًا لتحقيقالإنجاز الأكاديمي والتفوّق فيه، كما يعد من العوامل المهمة في مساعدة التِّلميذ على تجاوز المشكلات والصعوبات الدراسية خلال مسيرته مما يجعله أكثر قدرة على تحقيق مستوى أكاديمي أفضل، ويجعله ينعم بحياة مستقرة هادئة يشعر فيها بالرضا والإقبال على الإنجاز و العمل والإنتاج في المجال الدراسي.

1 -إشكالية الدراسة

تعتبر الثانوية مؤسسة تربوية وتعليمية تؤدي دوراً مهماً في تنمية شخصية المتعلم وتوافقه النفسي والاجتماعي والدراسي، وتساعده على تخطي المشكلات المختلفة كالمشكلات الدراسية، ومشكلة اختيار الأصدقاء وإدارة الوقت، وكل ذلك يساعده على إحداث توافق نفس سليم.

والحديث عن التَّوافق النفسي لدى التلاميذ المقبلين على امتحان البكالوريا يكون بعد تراكم خبرات تعلمية لمدة ثلاث سنوات قضاها في المرحلة الثانوية ، الأمر الذي يمكن أن يؤثر في مساره الدراسي، وذلك من خلال أسلوب تعامله وتفاعله مع العناصر التربوية، والذي يعبر عن العلاقة التفاعلية الدينامية بين التِّلميذ وبيئته المدرسية.

ويتضمن التَّوافق النفسي السوّي شعور المتعلم بارتياحه ورضاه عن أوجه الأنشطة التربوية والتعليمية والنظام السائد في الثانوية والقانون الذي يسيّرها، وقدرته على المشاركة في هذه الأنشطة، بالإضافة إلى قدرته على الإنجاز والأداء داخل البيئة المدرسية، وبعبارة أخرى هو مدى شعوره بالاندماج معها.

ويرى(Tarquinio& Spitz,2012) أن "التَّوافق النفسي هو العملية الدينامية المستمرة التي يقوم بها التِّلميذ لتحقيق التلاؤم بينه وبين بيئته المدرسية ومكوّناتها الأساسية"(Tarquinio& Spitz,2012,p37).

ويعد توافق التِّلميذ النفسي في الثانوية واحداً من أهم مظاهر توافقه العام بنوعيه الدراسي والاجتماعي، كما يعد من أقوى المؤشرات الدالة على صحته النَّفسية، حيث ينعكس التَّوافق النفسي على أداء المتعلم وإنجازاته الدراسية وعلاقاته مع زملائه وأساتذته والموظفين الإداريين.

وقد أظهرت بعض الدراسات مستويات متباينة للتوافق النفسي لدى التلاميذ والتي تراوحت بين المنخفض والمتوسط والمرتفع حيث كانت بمستوى منخفض في كل من: دراسة بوراس وجرادي(2016)بوزن (67%)، طاطور(2011) بوزن (67.6%)، ودراسة ومستوى متوسط في دراسة العسبول وفتيل (2019)، وصمادي والبقعاوي(2016) حيث بلغ المتوسط الحسابي (2,25) بإنحراف معياري قدره (0,70)، ودراسة الخطيب وآخرين (2012)، ومرتفعا في دراسة القحطاني (2018)، والفريحات(2016)، وعطرون(2015)، ولبدا (2013)والذي بلغت نسبته(71.7%).

وانطلاقا مما سبق فورقتنا هذه هدفت الى الإجابة على التساؤولات التالية:

1 1 –تساؤولات الدراسة

- ما مستوى التَّوافق النَّفسي لدى تلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا ببعض ثانويات مدينة سطيف؟
- ماهي مظاهر التوافق النفسي المؤثرة على تلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا ببعض ثانويات مدينة سطيف؟
- هل توجد فروق في التَّوافق النفسي بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث من تلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا ببعض ثانويات مدينة سطيف ؟

1 2 –أهداف الدراسة

- التعرّف على مستوي والتَّوافق النَّفسي، والمظاهر المؤثرة على تلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا.
- الكشف عن الفروق في التَّوافق النَّفسي بين الجنسين من التلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا ببعض ثانويات مدينة سطيف.

1 3 –المصطلحات الإجرائية للدراسة

التَّوافق النفسي:

التَّوافق النفسي مفاهيمياً هو عملية دينامية مستمرة يقوم بها الفرد لتحقيق التَّوافق بينه وبين نفسه ثم بينه وبين البيئة التي يعيش فيها. كما أنه محصلة معقدة لعلاقة جدلية بين الذات وبين العناصر الموضوعية–كما يدركها الفرد–في المواقف المختلفة.

ويعرّف التَّوافق النفسي إجرائياً بأنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على استبيان التَّوافق النفسي المستخدم في الدراسة الحالية، والذي يشمل أربعة أبعاد هي: البعد النفسي أو الشخصي، البعد الاجتماعي، البعد الأسري والبعد المدرسي.

التلاميذ المقبلون على امتحان شهادة البكالوريا:

هم التلاميذ المتمدرسون في المؤسسات التعليمية النظامية الحكومية في مستوى السنة الثالثة ثانوي والمقبلون على امتحان البكالوريا خلال السنة الدراسية 2021/2020

2 – الجانب النظري

2 1 –تعريف التَّوافق النفسي:

قدم الباحثون عدداً من التعريفات التي تناولت التَّوافق النفسي نذكر منها ما يلي:

عرَفت كامل مليكة(1993) التَّوافق النفسي بأنه "نتاج قوى متصارعة بين الفرد وبيئته وإمكاناته والفرص المتاحة له في بيئته(مليكة، 1993، ص 19).

ويرى الشاذلي(2001) أن التَّوافق النفسي هو" قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقاً يرضيها جميعاً إرضاءً متزناً(الشاذلي، 2001، ص 51).

وأشار صالح سفيان(2004) إلى التَّوافق النفسي على" أنه إشباع الفرد لحاجاته النَّفسية وفهمه لذاته فهماً واقعياً وتقبله لذاته واحترامها، وثقته بنفسه وتحمَله المسؤولية، وقدرته على اتخاذ قراراته وحلَ مشكلاته وتحقيق أهدافه"(سفيان، 2004، ص 154).

وعرَف الداهري (2008) التَّوافق النفسي بأنه " عملية ديناميكية كلية مستمرة يحاول بها الفرد عن طريق تغير سلوكه لتحقيق التَّوافق بينه وبين نفسه، وبين البيئة المحيطة له، بغية الوصول إلى حالة من الاستقرار النفسي والتدني والتكيف الاجتماعي"(الداهري، 2008، ص79).

ويمكن اعطاء تعريفا للتَّوافق النفسي على أنه عملية دينامية مستمرة يقوم بها الفرد لتحقيق التَّوافق بينه وبين نفسه ثم بينه وبين البيئة التي يعيش فيها. كما أنه محصلة معقدة لعلاقة جدلية بين الذات وبين العناصر الموضوعية–كما يدركها الفرد–في المواقف المختلفة.

2 2 –أبعاد التَّوافق النفسي:

أ – التَّوافق الشخصي/ الانفعالي:

إن المتوافق انفعالياً هو الذي يتعامل مع المواقف أو المشكلات التي تواجهه بالصبر والهدوء والرزانة، دون أن يستثار لأتفه الأسباب، وكذا تحكمه في انفعالاته كالغضب والخوف.

فالتَّوافق النفسي (الشخصي) يظهر في ثقة التلميذ بنفسه وتقبله لذاته، والميل إلى الحرية والاتزان الانفعالي والانبساط في ظروفه الحياتية، سواء بالبيئة الأسرية أو المدرسية، قصد إزالة كل ما يجعله في قلق وتوتر.

ب –التَّوافق الاجتماعي:

يعتبرالتَّوافق الاجتماعي امتداداً للتوافق الشخصي، فإذا كان التَّوافق الشخصي هو توافق الفرد مع نفسه فإن التَّوافق الاجتماعي (التكيّف الاجتماعي)، هو تكيّف الفرد مع مجتمعه أيّ مع البيئة الخارجية سواء كانت مادية أو اجتماعية (عن الختاتنة، 2012، ص 61).

ويشمل التَّوافق الاجتماعي السعادة مع الآخرين والالتزام بقوانين المجتمع، مسايرة المعايير الاجتماعية، والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي.

التَّوافق الاجتماعي يتمثل في إقامة علاقات ودية إيجابية مع الغير، الالتزام بأخلاقيات المجتمع وعاداته وتقاليده ومسايرة المعاير الاجتماعية.

ج –التَّوافق الدراسي:

التَّوافق الدراسي هو عبارة عن توافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين وتقبّله لذاته وخلوه من الصراعات والاضطرابات النَّفسية وشعوره بالسعادة والراحة النَّفسية والروح المعنوية العالية.

والتلميذ بالمدرسة عليه أن يتوافق مع زملائه، ومع الأنشطة الصفية واللاصفية، ومع المناخ المدرسي بصفة عامة.والأنشطة المدرسية المختلفة التي تساعد التلميذ على تنمية ونمو معارفه واتجاهاته وميوله، لها أهمية كبيرة في تكوين الخبرة لديه، وتكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين.

ونرى أن التَّوافق الدراسي عملية دينامية مستمرة بين التلميذ وبيئته المدرسية، والتي تعكس مدى قدرته على إقامة علاقات إيجابية بناءة ومتميّزة بينه وبين مكوّنات بيئته المدرسية، والتلاؤم مع المناهج التربوية والمواد الدراسية لتحقيق النجاح والتفوّق.

د –التَّوافق الأسري:

يجب على الأسرة أن تعمل على إحداث التَّوافق النفسي الأسري لأبنائها من خلال المساندة الانفعالية والاجتماعية. فدوام حضور الوالدين في البيت يجعل العلاقات الأسرية تتوّطد أثر فأكثر.

كما أن العلاقات الاجتماعية داخل الأسرة يجب أن يسودها التواصل الإيجابي مما يؤدي ذلك إلى توافق الأبناء توافقاً أسرياً سليماً وبالتالي إلى توافقٍ دراسيٍ جيّدٍ.

ونرى أن التَّوافق الأسري عملية دينامية مستمرة بين أفراد الأسرة، والتي تعكس مدى قدرة كل فرد على إقامة علاقات إيجابية بناءة ومتميّزة.

2 3 –التَّوافق النفسي وحاجات التلميذ المقبل على امتحان البكالوريا:

يمر التلميذ المقبل على امتحان البكالوريا بمرحلة جدّ حساسة، وهي فترة المراهقة والتي تعد في نظرعلماء النفس من أهم المراحل في حياة الإنسان، إذ فيها يتحدد الطريق الذي يسلكه المراهق فيما بعد، لذلك ينبغي أن نلفت النظر إلى أهمية العناية بحياة المراهقين والمراهقات كي يمكنهم التخلص من متاعبهم النَّفسية والسير قدماً نحو الطريق السليم، والعمل على إشباع حاجاتهم النَّفسية، كي يتمتعوا بالصحة النَّفسية ويتكيّفوا مع الحياة بمشاكلها وأفراحها دون أن تسبب لهم المتاعب النَّفسية (عن فهيم، 2007، ص 30).

إن هذه المرحلة مليئة بالمشكلات والصراعات والضُّغوط، حيث يصبح المراهق فيها شبه تائه باحثاً عن التَّوافق المناسب. ويرى (Mead) أن مشاكل المراهقين سببها وجود معايير متصارعة وقيم ثقافية متعارضة في اختيارات الفرد، ومن ثم فخبرات الفرد تتغيّر بتغيّر المناخ الثقافي (عن سالم، 2006، ص 103).

ولعّل هذه الفترة الهامة في عمر الإنسان وجب الاهتمام بها وإشباع الحاجات المختلفة التي بها يستطيع التلميذ أن يحقق توافقا سليما إلى حد ما.ولا شك أن فهم حاجات الفرد وطرق إشباعها يضيف إلى قدرتنا على مساعدة الفرد للوصول إلى أفضل مستوى للنمو النفسي والتَّوافق النفسي والصحة النَّفسية(عن زهران، 2005، ص 32).

ونقلاً عن زهران (2005، ص ص 33-34) ذكر (Maslow) عدداً من الحاجات المختلفة وهي:

الحاجة إلى الحب والمحبة:

يشترك جميع أفراد النوع البشري في الحاجة إلى الاستجابة العاطفية والحب والقبول أو التقبل الاجتماعي والأصدقاء والشعبية. فالحاجة إلى الحب والمحبة من أهم الحاجات التي تضمن الصحة النَّفسية للتلميذ ومنه التَّوافق النفسي، فكل تلميذ سواء في الأسرة أو المدرسة أو أيّ مؤسسة تنشئة أخرى بحاجة إلى الانضمام إلى جماعة أو بيئة اجتماعية صديقة تلائمه من حيث الميول والعواطف والاتجاهات، فهذه البيئة تستجيب له بسهولة، فتربطه علاقات قوية مع أفرادها يفهمهم ويفهمونه، وبذلك يحقق التَّوافق النفسي الإيجابي معهم.

الحاجة إلى الأمن:

ويقصد بها الحاجة إلى الشعور بأن البيئة الاجتماعية بيئة صديقة، وشعور التلميذ بأن الآخرين يحترمونه ويقبلونه داخل الجماعة، وهي من أهم الحاجات الأساسية اللازمة للنمو النفسي السوي والتَّوافق النفسي والصحة النَّفسية للتلميذ.فالحاجة إلى الأمن تدفع الشخص إلى التجمع مع الآخرين ويعمل كل ما من شأنه تحقيق تقبل الجماعة له.

الحاجة إلى تأكيد الذات:

إن حاجة الفرد إلى التقدير تدفعه دائما إلى الإنجاز والتحصيل لإحراز المكانة والقيمة الاجتماعية،وتتضمن الحاجة إلى تأكيد وتحقيق وتحسين الذات الحاجة إلى النمو السوي العادي، والتغلب على العوائق، والعمل نحو هدف، ومعرفة وتوجيه الذات. وتضيف سالم (2006، ص 105) حاجات نفسية للمتعلم المراهق وهي:

أ –الحاجة إلى المركز والقبول الاجتماعي:

إن المراهق بحاجة إلى الشعور بالأمن، وهذا بوجود علاقات اجتماعية أسرية أو من الرفاق والتي تضمن له العطف والثقة والاحترام، مع التحرر من الإحباط والتهديد والقبول الاجتماعي الذي يشبع حاجة الفرد إلى الانتماء.

ب -الرغبة في الاستقلال والتحرّر من الأسرة:

يظهر المراهق رغبة في الاستقلال والتحرّر من أسرته وذلك من خلال سعيه الدؤوب نحو تكوين صدقات مع من هم في سنه خارج الأسرة، ومشاركتهم نشاطاتهم، ويحاول إرغام الكبار على الاعتراف به كرجل، الأمر الذي يؤدي إلى خلاف مع والديه اللذين ينظران إليه كطفل صغير، وعلى الآباء الابتعاد عن العنف والقسوة والسعي إلى بناء الثقة في نفسية الابن المراهق.

ج- الرغبة في الاستقلال المادي:

يتطلع المراهق إلى مهنة المستقبل في وقت مبكر، والتي ستوفر له الإمكانيات المادية، ومنه يجب مساعدته على اختيار التخصص الدراسي المناسب، حسب فهمه لذاته وإمكانياته الواقعية.

د -الحاجة إلى المثل والمعايير:

يكون المراهق في صراع بين المعايير التي اكتسبها في الأسرة في مرحلة الطفولة، ومع المعايير السائدة في المجتمع كقوانين سلوكية تنظم حياة الجماعة وتوجه سلوكه، ودور الوالدين في مساعدة ابنهم يجب أن يظهر جلياً.

ه -الحاجة إلى الفهم الكامل:

يعد الشك خطوة أساسية نحو المعرفة الصحيحة، والتي تنمي لدى المتعلم حب الاستطلاع والاستدلال.

و -الحاجات البيولوجية والجنسية:

يعد النمو الجنسي في هذه المرحلة من أهم مميّزاتها، وعلى الوالدين والمحيطين به مساعدة الابن المتعلم على صرف الطاقة الانفعالية الناتجة عن الدَّافع الجنسي بطريقة يقرها المجتمع في حالات النشاط المختلفة، كالنشاط الرياضي والإبداع الفني والخدمات الاجتماعية.

2 4 -التَّوافق النفسي وأهميته في المجال المدرسي:

تعد المدرسة البيئة الثانية للتلميذ بعد البيت والحياة الأسرية، فهي المناخ الأسري-الثقافي الملائم لحياة الدراسة، وما يوّفره من نمو معرفي وعاطفي، وأساليب تفكير وتعامل مع الوقائع والحقائق، ونظم العلاقات والتوقعات، مما يجعل الذهاب إلى المدرسة عملية طبيعية تمثل استمرار لتاريخ الحياة الأسرية، مما يوّفر شروط التَّوافق مع عالم المدرسة والنجاح في التحصيل في آن واحدٍ (عن حجازي، 2004، ص 225).

ويلجأ المتعلم إلى تعديل سلوكه عندما تواجهه عقبات وصعوبات في حياته، من أجل أن يتلاءم مع الظروف الجديدة ويصل إلى إشباع حاجاته وبالتالي الشعور بالرضا، هذا هو شأن التلميذ الذي يسعى إلى تغيير سلوكه ليكون أكثر فعالية في المجال الدراسي ويحقق أهدافه وطموحاته، بعيد عن الضُّغوط النَّفسية والاجتماعية والمدرسية التي قد تعرقله. فالتَّوافق النفسي الذي يعد بعداً من أبعاد الصحة النَّفسية التي تسمح بالعيش في ظل النجاح والتفوّق في الدراسة.

والتلميذ المقبل على امتحان البكالوريا لكي يحقق توافقاً نفسياً سليماً، عليه أن يتغلب على الضُّغوط والإحباطات المختلفة التي تواجهه في الثانوية، في الأسرة أو في المحيط الاجتماعي، وذلك بهدف تحقيق أهدافه وإشباع دوافعه وحاجاته بطريقة يقبلها الآخرون وتقبلها القيم الاجتماعية، وتحقيق الانسجام، فإذا تحقق ذلك أصبح للتلميذ توافق نفسي سليم. كما أن على هذا المتعلم أن يحقق توافقاً اجتماعياً الذي يقتضي الشعور بالانتماء إلى المجتمع الدراسي

والمجتمع عامة، بالإضافة إلى قدرته على تقبل الغير: شركاء العملية التعليمية–التعلمية أيّ أعضاء هيئة التدريس(الأساتذة)، وأعضاء هيئة إدارة المؤسسة التعليمية (المدير وأعوانه)، وشركاء الدراسة والتعلم (زملاء القسم الدراسي) في إطار تحقيق علاقات تفاعلية إيجابية. فالتَّوافق النفسي والاجتماعي والدراسي يتعلق بقدرة المتعلم على إحداث توازن بين دوافعه ومتطلبات الدراسة، ويستطيع مواجهة الضُّغوط النَّفسية والاجتماعية المدرسية بإيجاد أساليب إيجابية تسمح بتحقيق التَّوافق مع الذات والغير بما فيهم الأسرة والزملاء وإدارة المؤسسة التعليمية الأمر الذي يمكنه من تحقيق أهدافه ورغباته التي تتوج بالنجاح والتفوّق في الدراسة.

وللوصول إلى تحقيق التَّوافق بين التلميذ والمدرسة يقترح فهمي (1990، ص 123) عدة أمور لتحسين العلاقات المدرسية وهي كما يلي:

1 –اختيار الدراسة:

إن حرية اختيار التلميذ لدراسته، والتوجيه الصحيح الذي يكون وفقاً لرغباته وميوله، وهو ليس مفروضاً من الآباء أو للمجلس الذي يقرر استناداً إلى النقاط المتحصل عليها، عامل مهم لضمان نجاح المتعلم في دراسته وتجنبه الفشل في حياته الدراسية والعملية، وهذا ما يحقق له التَّوافق السليم والصحيح.

2 –إنماء عادات دراسية سليمة:

إن التلميذ المحظوظ هو الذي تتاح له فرصة الحصول على حجرة خاصة به ينفرد بكتبه ويتابع دراسته بهدوء بعيدا عن مشاغل المنزل، فالتلميذ دائما ما تعترضه مشكلات تتصل بالدراسة : كمكان المراجعة، توزيع أوقات المراجعة، تعارض المراجعة مع الرغبة في النشاط الاجتماعي، ولهذا كان من واجب الآباء أن يساعدوا أبناءهم في تنظيم جداول للمراجعة، ومن واجب المدرس أن يقوم بالتوجيه الفردي لتلاميذه، فيزودهم بأحسن الطرق التي تساعدهم على المراجعة، وحتى تشجيع الآباء على تطبيق ما درسه أبناؤهم في المدرسة في البيت أو في العلاقات مع المجتمع.

3 –المناهج الدراسية:

هذه المناهج التي يجب أن تكون مراعية لميول واتجاهات التَّلاميذ، والاعتماد على المناهج الجديدة التي تكسب التلميذ خبرات يحتاجها في المدرسة أو خارجها.

4 –النشاط الاجتماعي بالمدرسة:

والذي يظهر من خلال دور النوادي المدرسية، الرحلات التي تنظمها المدرسة، والأنشطة اللاصفية المختلفة، وإشراك التَّلاميذ في الندوات التي تقيمها المدرسة، وتعويدهم على النظم المدرسية، كفيلة بإعطائهم فرصاً للتأقلم والتَّوافق مع البيئة المدرسية، وهذا لا يكون إلاّ بتكوين التَّلاميذ لصدقات فيما بينهم، وتفعيل دور المدرسين والأولياء في تنمية صفات التسامح والتواضع لإنشاء جو من الود والترابط والتعاون، والمشاركة الوجدانية بين التَّلاميذ بعضهم بعضا، كل هذا لتكوين مجتمع مدرسي حي، تتوفر فيه كل عوامل التَّوافق.

5 –علاقة المدرّس بتلاميذه:

من واجبات المعلم أن يكسب حب تلاميذه، وأن يحاول إيجاد أشياء طيبة لكل تلميذ على حدة، وأن يحاول فهم الظروف العائلية لكل تلميذ، والشدائد التي يواجهها واحتياجاته في المدرسة، هذا ما يقوي الصلة بين المدرّس وتلاميذه، وبذلك توفير جو من الراحة والطمأنينة.

وأشار زهران (2005، ص 20) إلى دور المدرّس في العملية التربوية على النحو التالي:

-المدرّس دائم التأثير في التلميذ منذ دخوله المدرسة حتى تخرجه، وهو نموذج سلوكي حي يحتذيه التلميذ ويتقمص شخصيته ويقلد سلوكه، وهو ملقن علم ومعرفة.

-المدرّس ليس ناقل معلومات ومعارف فقط ولكنه بالإضافة إلى ذلك معلم مهارات التَّوافق، ومشخص مظاهر وأعراض أي اضطراب سلوكي، ومصحح ومعالج لهذا الاضطراب.

-أنيتمتع المدرّس بالصحة النَّفسية والتَّوافق النفسي السوّي، ويتطلب ذلك تحقيق الأمن النفسي والاستقرار النفسي والتَّوافق مع التَّلاميذ والديمقراطية في التعامل معهم.

3 – الإجراءات المنهجية

3 1 –عينة الدراسة

تم اختيار عينة الدراسة عشوائيا بثانويتي فاطمة الزهراء و بن توتي محمد بالطريقة العشوائية القصدية حيث ان عدد الاستجابات الملغاة (08) ذكور من ثانوية بن تواتي محمد، وعليه تصبح عينة الدراسة التي تم تطبيق عليها الاستبيان كمايلي:

جدول رقم (01) توزيع عدد أفراد عينة الدراسة

المؤسسة التعليمية	ذكور		إناث		المجموع	
	العدد	%	العدد	%	العدد	%
فاطمة الزهراء	11	35.5	20	64.5	31	41.33
بن تواتي محمد	11	25	33	75	44	58.67
المجموع	22	29.43	53	70.67	75	100

يتبين من جدول رقم (01) أن عدد الذكور من عينة الدراسة بلغ (22)**تلميذا بنسبة** (29.43%) للمؤسستين معا، أما عدد الإناث من عينة الدراسة بلغ (53)**تلميذا بنسبة** (70,67%) **وهي نسبة مرتفعة مقارنة مع الذكزر**.

3 2 – وصف استبيان التوافق النفسي :

تم الاعتماد على استبيان التوافق النفسي من تصميم (لبكيري،2021) والجدول التالي يوضح أبعاده:

جدول (02)استبيان التَّوافق النفسي فيصورته النهائية

الرقم	الأبعـــاد	عدد العبارات

1	**التَّوافق النفسي (الشخصي)**	15
2	**التَّوافق الاجتماعي**	16
3	**التَّوافق الأسري**	17
4	**التَّوافق المدرسي**	16
المجمـــــوع		64

يتبيّن من جدول رقم (02) أن استبيان التَّوافق النفسي يتكوّن من (64) عبارة موزعة على(04) أبعاد.

طريقة تصحيح الاستبيان وتقدير درجاته:

تصحح إجابة المستجيب على النحو التالي: يحدث دائماً **=3**، يحدث أحياناً**=2**، لا يحدث**=1** للعبارات الموجبة، ويعكس ميزان تصحيح وتقدير الدرجات للعبارات السالبة ويكون كما يلي:يحدث دائماً**=1**، يحدث أحياناً**=2**، لا يحدث**=3**.

وتحسب الدرجة الكلية للمستجيب بجمع الدرجات التي حصل عليها من كل عبارة من عبارات الاستبيان. ومن الناحية النظرية فإن أدنى درجة قد يحصل عليها المستجيب على الاستبيان هي:

1×64=64درجة. أما أعلى درجة فهي: **3×64=192**درجة.

ولحساب مستويات التَّوافق النفسي تم الاعتماد على المعادلة السابقة الذكر، وبذلك يكون المستوى المنخفض من (1-1,67)، والمستوى المتوسط أكثر من (1.67-2,34)، والمستوى المرتفع أكثر من (2,34-3)، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (03) مستويات التَّوافق النفسي

المستوى	**منخفض**	**متوسط**	**مرتفع**
مدى الفئة	(1 - 1,67)	(1,68 – 2.34)	أكثر من (2,34)

يتبيّن من جدول رقم (03) أن مستويات التَّوافق النفسي تتراوح من (1- 1,67)للمستوى المنخفض، ومن (1,68– 2.34)للمستوى المتوسط، وأكثر من(2.34)للمستوى المرتفع.

4 – عرض ومناقشة تساؤولات الدراسة

4 4 –التساؤل الأولى

التساؤل والذي نصه: – ما مستوى التَّوافق النفسي لدى تلاميذالمقبلين على امتحان شهادة البكالوريا ببعض ثانويات مدينة سطيف ؟

وللإجابة على التساؤل، قمنا بحساب النسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية .

جدول رقم (04) التكرارات والنسب المئوية لدى أفراد عينة الدَّراسة

في مستوى التَّوافق النفسي

مستوى التَّوافق النفسي	عدد التكرارات	%
منخفض	2	%2.66
متوسط	57	%76
مرتفع	16	%21.34
الإجمالي	75	%100.00

يتبين من جدول رقم (04) أن ذوي مستوى التَّوافق النفسي المتوسط يمثلون أعلى نسبة مئوية من أفراد العينة، حيث بلغت (76%) بـ (57) فرداً، بينما يمثل ذوو مستوى التَّوافق النفسي المرتفع نسبة (21,34%) بِـ (16) فرداً، كما أن ذوي المستوى المنخفض للتوافق النفسي يمثلون نسبة (2,66%) بِـ (02) فرداً. وتشير هذه النتائج إلى أن أفراد عينة الدراسة يتسمون بتوافق نفسي متوسط.

ويرى الباحث أنه يمكن تفسير نتيجة الدراسة الحالية بأن التلميذ يلجأ إلى تعديل سلوكه عندما تواجهه عقبات في حياته، من أجل أن يتلاءم مع الظروف الجديدة ليكون أكثر فعالية في المجال الدراسي ويحقق أهدافه وطموحاته، بعيداً عن الضُّغوطات النَّفسية والاجتماعية والمدرسية التي قد تعرقله، حيث يصل إلى إشباع حاجاته وبالتالي شعوره بالرضا.

كما أن التلميذ المقبل على امتحان البكالوريا يسعى لقضاء أوقات ممتعة مع أفراد أسرته، بعيداً عن القلقوالخوف، ويتم ذلك من خلال العلاقات الأخوية الَّتي يسودها الاحترام والتقدير والحب والحنان والأمن بين أفرادها، مع الاحترام والإصغاء لآراء بعضهم البعض، ووقوف الوالدين إلى جانب أبنائهم وبخاصة في هذه الظروف، والحرص على تمدرسهم والجد والاجتهاد لبلوغ النَّجاح والتفوّق، مع تجنب الغضب عليهم وكل ما يشعرهم بالقلق أو الضغط أو التوتر، قصد الوصول بهم للشعور بالاطمئنان والراحة النَّفسية بمجرد تواجدهم في البيت، ولعلّ الوالدين والمكانة الَّتي يحتلانها في نفسية أبنائهم، أهم سند فيما يعيشه أبنائهم المقبلين على البكالوريا، فعليهم مرافقتهم وترك لهم الحرية في اختيار أصدقائهم، وأن يكونوا هم أصدقاء لهم يسمعون لانشغالاتهم ويتفهمونها.

وتشير مقبل (2010) إلى وجود عوامل تؤثر في التَّوافق لدى الفرد كالتنشئة الاجتماعية وخبرات الطفولة والحالة الجسمية وعامل النضج والظروف الأسرية والاجتماعية والثقافية والاقتصادية، ووسائل الإعلام وغيرها من العوامل التي تحيط بالفرد عبر مراحله العمرية المختلفة.

فالتَّلاميذ المقبلون على امتحان البكالوريا سواء في الأسرة أو المدرسة بحاجة إلى الانتماء إلى جماعة أو بيئة اجتماعية صديقة تلائمهم من حيث الميول والعواطف والاتجاهات. فالبيئة الَّتي تستجيب لهم بسهولة، توطد بين الأفراد علاقات قوية، وتشعرهم بأن الآخرين يحترمونهم ويقبلونهم.

إن إكساب الفرد المهارات الاجتماعية من حيث مساعدة الغير وحسن معاملة الأصدقاء وإظهار الحب والمودة نحو الآخرين، والابتعاد عن الشجار والاعتداء على الغير، وعصيانهم للأوامر وتدمير ممتلكات الغير، وإرضاء رغباتهم على حساب رغبة الآخرين، كل هذا من أجل الارتقاء بالتَّوافق الاجتماعي.

وفي هذا الصدد يقترح فهيم، (1999) لتفعيل النشاط الاجتماعي بالمدرسة، بتفعيل كل من دور النوادي المدرسية وتشجيع الانخراط فيها، و الانضمام إلى الرحلات الَّتي تنظمها المدرسة، والأنشطة اللاصفية المختلفة، وإشراك التَّلاميذ في الندوات الَّتي تقيمها المدرسة، كل هذا كفيل بإعطاء التَّلاميذ فرصا للتأقلم والتَّوافق مع البيئة الاجتماعية المدرسية. وكذا يجب توفير مناخ مدرسي مفعم بالمحبة والتضامن، تسوده الحرية والديمقراطية فيعبر التَّلاميذ من خلاله عن آرائهم بكل حرية دون خجل ولا تردد ولا خوف، هذا الجو سيسمح للتلاميذ على التركيز أكثر أثناء الحصص الدراسية، مع تأكيد المشاركة الفعالة لكل تلميذ على الأنشطة المختلفة، مراعيا في ذلك قواعد الانضباط والهدوء داخل حجرة الدرس أو في محيط المدرسة ككل.

وذكر أبو طالب (2008) أن للتوافق النفسي السوي مظاهر ومؤشرات. فالفرد المتوافق توافقاً سوياً تميّزه خصائص ومظاهر تميزه عن الفرد الآخر ذي التَّوافق غير السوي؛ ومن تلك الخصائص والمظاهر والدلالات. كما يرى بعض الباحثين الراحة النَّفسية والشعور بالسعادة والثقة بالنفس والكفاية في العمل وامتلاك مفهوم ذات ايجابي والخلو من الاضطرابات والأمراض والقدرة على تحمل المسئولية وضبط الذات. والبعد المدرسي والذي يعتبر الأهم في إحداث التَّوافق النفسي السليم لدى التَّلاميذ يرفع من توافقهم المدرسي داخل مناخ مدرسي جيّد مفعم بالمحبة والتضامن، تسوده الحرية والديمقراطية(البقعاوي والصمادي، 2016،ص57).

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه مجموعة من الدراسات التي أسفرت عن وجود توافق نفسي متوسطلدى التلاميذ كدراسة العسبول وفتيل (2019) وأظهرت النتائج أن أفراد العينة يمتلكون مستوى متوسط من التَّوافق النفسي لدى طلاب الجامعة الأهلية بمملكة البحرين، ودراسة صمادي والبقعاوي (2016) والتي بينت أن الطلاب يتميّزون بمستوى متوسط للتوافق النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمنطقة حائل بالمملكة العربية السعودية ، ودراسة الخطيب وآخرين (2012) والتي أظهرت نتائجها أن درجة التَّوافق مع الحياة الجامعية متوسطة لطلبة جامعة البلقاء التطبيقية.

إلاّ أن نتيجة الدراسة الحاليةتخالف ما توصلت إليه بعض الدراسات مثل دراسة القحطاني (2018) والتي كشفت نتائجها أن مستوى التَّوافق الجامعي لدى طلبة جامعة شقراء كان مرتفعاً، ودراسة الفريحات (2016) وتوصلت النتائج إلى أن الطلبة المتفوقين بمحافظة عجلون بالأردن يتميّزون بمستوى مرتفع للتوافق النفسي، ودراسة عطرون(2015) التي خلصت إلى أن التَّوافق الإجتماعي لدى طلاب جامعة الدلنج يتسم بالإرتفاع. ودراسة لبد (2013) التي هدفت إلى التعرّف على علاقة أساليب مواجهة ضغوط الحياة بالتَّوافق النفسي. تكوّنت العينة من (620) طالب وطالبة، وأظهرت النتائج طلبة كليات المجتمع المتوسطة بمحافظة غزة بفلسطين يتميّزون بمستوى مرتفع للتوافق النفسي، ودراسة طاطور(2011) التي أوضحت أن ما نسبة(67.6%) لديهم مستوى منخفض من التكيف المدرسي.

4 2 –التساؤل الثاني

– التساؤل والذي نصه:ماهي مظاهر التوافق النفسي المؤثرة على تلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا ببعض ثانويات مدينة سطيف؟

وللإجابة على التساؤل، قمنا بحساب النسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية .

جدول رقم (05) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتبة ومستوى التَّوافق النفسي لإجابات أفراد العينة عن أبعاد الاستبيان

الرقم	البيانات / الأبعـــاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	المستوى
1	**التَّوافق النفسي (الشخصي)**	2.16	0.26	3	**متوسط**
2	**التَّوافق الاجتماعي**	2.36	0.35	1	**مرتفع**
3	**التَّوافق الأسري**	2,19	0.26	2	**متوسط**
4	**التَّوافق المدرسي**	2,09	0.21	4	**متوسط**
الدرجة الكلية		2.20	0.20	**–**	**متوسط**

يتبين من جدول رقم (05) أن المتوسطات الحسابية لأبعاد استبيانالتَّوافق النفسي تراوحت ما بين (2.09-2.36)، وجاء البعد الثاني (**التَّوافق الاجتماعي**) في الرتبة الأولى بمتوسط حسابي (2.36) وانحراف معياري (0.35) ومستوى مرتفع، وجاء في الرتبة الثانية البعد الثالث (**التَّوافق الأسري**) بمتوسط حسابي (2.19) وانحراف معياري (0.26) ومستوى متوسط، وجاء في الرتبة االثالثةلبعد الأوّل(**التَّوافق النفسي أو الشخصي**) بمتوسط حسابي (2.16) وانحراف معياري (0.26) ومستوى متوسط، وجاء البعد الرابع (**التَّوافق المدرسي**) في الرتبة الرابعة والأخيرة بمتوسط حسابي (2.09) وانحراف معياري (0.20) ومستوى متوسط.

وقد جاءت مظاهر التوافق النفسي مرتبة على النحو التالي:

أ – البعد الاجتماعي والذي جاء في المرتبة الأولى والذي يتمثل في إقامة الفرد لعلاقات مناسبة مع المجتمع بما يتفق وينسجم مع القواعد والمعايير الاجتماعية السائدة فيه، وبما يحقق التَّوافق الصحي مع الذات والآخرين.

فالتَّلاميذ المقبلين على امتحان البكالوريا سواء في الأسرة أو المدرسة أو أي مؤسسة تنشئة أخرى بحاجة إلى الانضمام إلى جماعة أو بيئة اجتماعية صديقة تلائمهم من حيث الميول والعواطف والاتجاهات، البيئة الَّتي تستجيب لهم بسهولة، فتربطهم مع بعضهم البعض علاقات قوية مع أفرادها بالتفاهم، وإشعارهم بأن الآخرين يحترمونهم ويقبلونهم،

والدفع بهم إلى التجمع مع الآخرين وعمل كل ما من شأنه تحقيق تقبل الجماعة لهم، فإذا كانت هذه العلاقات، وخاصة مع جماعة الرفاق، بصورة الَّتي ذكرناها تضمن لهم العطف والثقة والاحترام، و التحرر من الإحباط والتهديد والقبول الاجتماعي الذي يشبع حاجة الفرد إلى الانتماء، تكوين صدقات فيما بينهم تسودها المحبة والتفهم والاعتراف بالمسؤوليات الاجتماعية، وبالتعرف على حقوقهم و حقوق الآخرين وإدراكهم لمفاهيم الصواب والخطأ في السلوك الاجتماعي، وإكساب المهارات الاجتماعية بالابتعاد على الأنانية، و مساعدة الغير وحسن معاملة الأصدقاء وإظهار الحب والمودة نحو الآخرين، والابتعاد عن الشجار والاعتداء على الغير، وعصيانهم للأوامر وتدمير ممتلكات الغير، وإرضاء رغباتهم على حساب رغبة الآخرين، كل هذا من أجل الارتقاء بالتَّوافق الاجتماعي إلى أن يكون مرتفعا لدى تلاميذتنا المقبلين على الامتحانات الرسمية بشكل عام، وفي هذا الصدد يقترح (فهيم، 1999) لتفعيل النشاط الاجتماعي بالمدرسة، بتفعيل كل من دور النوادي المدرسية وتشجيع الانخراط فيها، و الانضمام إلى الرحلات الَّتي تنظمها المدرسة، والأنشطة اللاصفية المختلفة، وإشراك التَّلاميذ في الندوات الَّتي تقيمها المدرسة، كل هذا كفيل بإعطاء التَّلاميذ فرصا للتأقلم والتَّوافق مع البيئة الاجتماعية المدرسية.

ب -ويأتي البعد الأسري ثانيا فهؤلاء التَّلاميذ المراهقون والمقبلون على امتحان البكالوريا، ليسعون لقضاء أوقات ممتعة مع أفراد أسرهم، بعيدا عن القلق والخوف، ولا يكون هذا إلا بالعلاقات الأخوية والَّتي يسودها الاحترام والتقدير والحب والحنان والأمن بين أفرادها، مع الاحترام والإصغاء لأراء بعضهم البعض، و وقوف الوالدين إلى جانب أبنائهم خاصة في هذه الظروف، بالحرص على تمدرسهم والجد والاجتهاد لبلوغ النَّجاح والتفوق، وتجنب الغضب عليهم وكل ما يشعرهم بالقلق أو الضغط أو التوتر، قصد الوصول بهم للشعور بالاطمئنان والراحة النَّفسية بمجرد تواجدهم في البيت، ولعلّ الوالدين والمكانة الَّتي يحتلانها في نفسية أبنائهم، أهم سند فيما يعيشه أبنائهم وبناتهم المقبلات على البكالوريا، فعليهم مرافقتهم وترك لهم الحرية في اختيار أصدقائهم، وأن يكونوا هم أصدقاء لهم يسمعون لانشغالاتهم ويتفهمونها، و تشير (مقبل، 2010، 14) إلى أن هناك عوامل تؤثر في التوافق لدى الفرد كالتنشئة الاجتماعية وخبرات الطفولة والحالة الجسمية وعامل النضج

والظروف الأسرية والاجتماعية والثقافية والاقتصادية، ووسائل الإعلام وغيرها من العوامل التي تحيط بالفرد عبر مراحله العمرية المختلفة.

ولإحداث توافق نفسي سليم لدى الأبناء، لا بد أن تُقيَّم علاقة الوالدين معهم بتفهم مشاعرهم، أي ماذا يريدون؟ وأن يتفهم الآباء مشاعرهم هم، أي ماذا نريد؟ ولعل كل ما ذكرناه هو الذي جعل توافق عينة الدَّراسة يكون مرتفعا في البعد الأسري، وبالمقابل ضغوط أسرية أقل وأكبر دليل المرتبة الأخيرة الَّتي احتلها في مستويات الضُّغوط النَّفسية المدرسية، ولزيادة التَّوافق أكثر في هذا البعد وجب على الآباء اتجاه أبنائهم المقبلين على امتحان البكالوريا :

- توفير قدر المستطاع حجرة ينفرد فيها ابنهم بكتبه ويتابع دروسه بهدوء بعيدا عن مشاغل المنزل؛
- مساعدتهم في تنظيم جدولا للمراجعة كي يتوافق مع النشاط الاجتماعي والترفيهي؛
- احترام رغباتهم في الاستقلال الذاتي ومشاركتهم نشاطاتهم؛
- الابتعاد على العنف والقسوة، والسعي إلى بناء الثقة في نفسيتهم؛
- تأدية الدور البارز للوالدين في تخفيف من معاناة ابنهم المراهق الذي يكون في صراع بين المعايير الَّتي اكتسبها في الأسرة في مرحلة الطفولة، والسائدة بالمجتمع، مع السعي للتوفيق بينها؛
- مساعدتهم على صرف الطاقة الانفعالية الناتجة من الدَّافع الجنسي، بطريقة يقرها المجتمع، وهذا بتشجيعهم على ممارسة النشاطات المختلفة كالنشاط الرياضي والإبداع الفني والخدمات الاجتماعية .

ج –ولا يمكن إغفال البعد الانفعالي والذي حل في المرتبة الثالثة ، رغم ذلك فأهميته بالغة لدى كل تلميذ ويعتبر البعد الشخصي (الانفعالي)لب وصميم كل توافق يصدر عن الفرد، فعند التعامل مع المواقف أو المشكلات والصعوبات وحتى الضُّغوط النَّفسية المختلفة، كان على التَّلاميذ مواجهتها بـ (الصبر، والهدوء، والرزانة)، وكذا اللجوء إلى الجانب الروحي الديني، بالتضرع في أثناء أداء العبادات إلى الله كالصلاة والصوم وقراءة القرآن، لقوله تعالى ﴿ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ

تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴾[1]،كل هذا لتحقيق توازن نفسي انفعالي جيد بالابتعاد على كل ما يجعل التَّلاميذ في كآبة وحزن، وتحقيق السعادة والارتياح والرضا في الحياة، وإزالة القلق والتوتر، وعلى التَّلاميذ أن يتسلحوا بكل ما يجعلهم يثقون بأنفسهم وبقدراتهم وعدم الشعور بالنقص مهما كان الأمر.

د- أما ما يخص البعد المدرسي والذي يعتبر الأهم في إحداث توافق نفسي سليم لدى التَّلاميذ، رغم المرتبة الأخيرة الَّتي جاء عليها ، إلاَّ أنّه لا يمكن الإنقاص من أهميته، ولرفع من توافق المدرسي للتلاميذ يجب توفير مناخ مدرسي جيد لدور البارز الذي يلعبه في إحداث توافق سليم، هذا المناخ الذي يجب أن يكون مفعما بالمحبة والتضامن، تسوده الحرية والديمقراطية فيعبر التَّلاميذ من خلاله عن آرائهم بكل حرية دون خجل ولا تردد ولا خوف، هذا الجو سيسمح للتلاميذ على التركيز أكثر أثناء الحصص الدراسية، مع تأكيد المشاركة الفعالة لكل تلميذ على الأنشطة المختلفة، مراعيا في ذلك قواعد الانضباط والهدوء داخل حجرة الدرس أو في محيط المدرسة ككل، ومن بين الفاعلين بالمدرسة وفي اتصال مباشر مع التَّلاميذ الأستاذ، فعند أدائه لرسالته التربوية وفي سيرورة تقديمه للدرس يجب أن يراعي في ذلك كسب حب التَّلاميذ له، ويحاول جاهدا إيجاد أشياء طيبة في كل تلميذ على حدة، ويحاول أيضا فهم الظروف العائلية والشدائد و الضُّغوط الَّتي يواجهها التَّلاميذ، كل هذا إذا ما رُكز عليه قد يؤدي إلى رفع في مستوى التَّوافق النَّفسي لدى التَّلاميذ وبالتالي التقليل من الضُّغوط النَّفسية المدرسية، وإذا حدث العكس أدى إلى انخفاض أكثر للتوافق، وقد ذكر (دُسُوقي، 1985، 339): "أن مشاكل عدم توافق التَّلاميذ الحقيقية متصلة أساسا بعدم الرغبة أو القدرة على الاستذكار، صعوبة أو عدم تطوير أو جدوى بعض المواد الدراسية، العلاقات مع المدرسين والزملاء، والمواقف مع الأسرة فيما يتعلق باستمرار التعليم".

4 3 -التساؤل الثالث

التساؤل والذي نصه: هل توجد فروق في التَّوافق النفسي بين متوسطدرجات الذكور ومتوسط درجات الإناث من تلاميذالمقبلين على امتحان شهادة البكالوريا ببعض ثانويات مدينة سطيف ؟

[1]- سورةالرعد: الآية 28

وللإجابة على التساؤل، قمنا بحساب قيمة(ت) لدلالة الفروق بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث لدى أفراد عينة الدراسةفي التَّوافق النفسي.

جدول رقم (06) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة(ت) ودلالتها الإحصائية فيالتَّوافق النفسي بين الذكور والإناث من أفراد العينة

البيانات / الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمد
ذكور	22	2.27	0.16	1.87	73	0.48	0.05
إناث	53	2.17	0.21				

يتبيّن من جدول رقم(**06**) عدم وجود فروقدالة إحصائياً فيالتَّوافق النفسي بين متوسط درجات الذكورومتوسط درجات الإناث من أفراد العينة عند ($\alpha = 0.05$)، حيث بلغت قيمة (ت) (1,87)، وأن قيمة مستوى دلالتها المحسوبة التي هي (0,48) تكبر عنالحد المطلوب الذي هو ($\alpha = 0.05$)، أيّ أن (0,48) أكبر من (0.05). وهذه النتيجة تدل على عدم وجود فروق في التَّوافق النفسي بين الذكور والإناث من أفراد العينة.

ويرى الباحث أن عدم وجود فروق في التَّوافق النفسي بين الجنسين يرجع إلى التقارب الموجود بين الذكور والإناث في مستوى توافقهم النفسي، ومن حيث أنهما يعيشان في ظروف مدرسية واحدة أو في ظروف ثقافية واجتماعية وأسرية متشابهة مما يجعلهم متقاربين في توافقهم النفسي.

والفتاة الجزائرية اليوم أصبحت تقبل على التعليم مما أكسبها وضعاً مميّزاً في المجتمع. وأصبح الذكور والإناث يتعاونون فيما بينهم بالمراجعة الجماعية في المؤسسة التعليمية، أو خلال العطل المدرسية.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه مجموعة من الدراسات التي أسفرت عن عدم وجود فروق دالة إحصائياً فيالتَّوافق النفسي بين الجنسينكدراسةالفريحات (2016) وأسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى التَّوافق النفسي بين الجنسين لدى عينة الطلبة المتفوقين في محافظة عجلون بالأردن، دراسة عطرون(2015) التي خلصت إلى وجود فروق دالة إحصائيا في التَّوافق الإجتماعي تبعا لمتغير النوع لصالح الطلاب الذكور. ودراسة الخواجة (2014) وأظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى التَّوافق النفسي لدى طلبة جامعة السلطان قابوس بسلطنة عمان بين الذكور والإناث، ودراسة بن ستي (2013) وأظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائياً في التَّوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي بين الجنسين، ودراسة طاطور (2011) التي توصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في التَّوافق المدرسي لدى طلبة المرحلة الثانوية، ودراسة لبوازدة (2011) توصلت نتائجها إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في التَّوافق النفسي الاجتماعي بين الجنسين، ودراسة بلحاج (2011) وأسفرت نتائجها عن عدم وجود فروق في التَّوافق النفسي الاجتماعي بين الذكور والإناث، ودراسة

ابراهيم (2002) وتوصلت إلى عدم وجود فروق التَّوافق النفسي بين الذكور والإناث، ودراسة محروس (2002) التي كشفت عن عدم وجود فروق دالة في مستوى التَّوافق النفسي بين الذكور والإناث

إلاّ أن نتيجة الدراسة الحالية خالفت ما توصلت إليه بعض الدراسات مثل دراسة بن صالح (2015)وتوصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التَّوافق المدرسي بين الذكور والإناث، ودراسة أحمد راشد (2011) وتوصلت نتائجها إلى وجود فروق دالة إحصائياً في التَّوافق الشخصي والاجتماعي والدراسي بين الجنسين لصالح الإناث.

خاتمــة:

انطلقت الدراسة الحاليةمنفكرة التعرف على مستويات التوافق النفسي، و كذا التعرف على الفروق بين الجنسين في التوافق النفسي، وقد توصلت الدراسة الى أنه هناك توافق نفسي متوسط لدى تلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا، فتمتع التلميذ بتوافقٍ نفسيٍ جيّدٍ يجعله يقبل امتحان البكالوريا بكل عزيمة وتفاؤل لتحقيق الأهداف المستقبلية ويخفف عنه الضُّغوط النَّفسية التي قد تعترضه في مساره الدراسي طيلة السنة الدراسية. وباعتبار الثانوية كمؤسسةتعليمية ملزمة بتوجيه اهتمامها إلى مساعدة ومساندة المتعلمفي كيفية تحقيق توافقٍ نفسيٍ ملائمٍ مما يجعل من مقوّمات هذه المؤسسة التربوية تحقيق التوازن الاجتماعي بين المتعلمين ومجتمعهم. ولهذا يمكن اقتراح التطبيقات التربوية التالية:

- إنشاء مناخٍ تعليميٍ ملائمٍ يجعل التَّلاميذ يشعرون بالطمأنينة والأمان في المؤسسة التعليمية.
- وضع برامج وقائية ضد كل ما يسبب الانزعاج والتوتر وحتى العنف المدرسي، وهذا بتكثيف الدورات التدريبية للأساتذة والتركيز على تقنيات إدارة القسم الدراسي، وتقنيات التواصل مع التَّلاميذ، وتعريفهم على كيفية إدارة الضُّغوط النَّفسية لديهم.
- تفعيل النشاط الاجتماعي بالمدرسة من خلال تفعيل دور النوادي المدرسية وتشجيع الانخراط فيها، والانضمام إلى الرحلات الَّتي تنظمها المؤسسة، والأنشطة اللاصفية المختلفة، وإشراك التَّلاميذ في الندوات الَّتي تقيمها الثانوية.
- التركيز على أهمية التواصل بين المدرسة والأسرة من خلال مجالس أولياء التلاميذ.
- الحرص على تقديم التنشئة الاجتماعية الخاصة بكل جنس على حد، بدعم الذكورة لدى الذكور، والأنوثة لدى الإناث.
- بناء مناهج تعليمية انطلاقا من رغبات وميول التلاميذ.

دعم الجانب الروحي من طرف المدرسة والأسرة، بالتضرع إلى الله بأداء الصَّلوات وقراءة القرآن.

المراجع

1 - بن صالح، هداية (2015). الغط النفسي وتأثيره على التَّوافق المدرسي لدى المراهق المتمدرس. ***مجلة الدراسات و البحوث الاجتماعية***، الوادي: جامعة الشهيد حمة لخضر، (11)، 86-97.

2 - حجازي، مصطفى(2004).**الصحة النَّفسية – منظور دينامي تكاملي للنمو في البيت والمدرسة**. ط2. المركز الثقافي العربي.الدار البيضاء.المغرب.

3 - الختاتنة، سامي محسن(2012).**مقدمة في الصحة النَّفسية**.عمان.دار الحامد للنشر والتوزيع.

4 - الخواجة، عبد الفتاح محمد سعيد(2014).الإدمان على الأنترنيت وعلاقته بالتَّوافق النفسي لدى طلبة جامعة السلطان قابوس. ***مجلة جامعة القدس للأبحاث والدراسات التربوية***. 2(8)، 79-102.

5 - الداهري، صالح حسن(2008).**أساسيات التَّوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية** . دار الصفاء. عمان.

6 - دُسُوقي،كمال(1985).**علم النفس ودراسة التوافق**. نسخة مصورة. بيروت. لبنان: دار النهضة العربية. ط3

7 - زهران، حامد عبد السلام(2005). **الصحة النَّفسية والعلاج النفسي**. عالم الكتب.القاهرة.

8 - سالم ، زينب(2006) .**في بيتنا مراهق متطرف دينيا** . مركز الكتاب للنشر.القاهرة.

9 - سفيان شحاتة ، حسن و النجار ، زينب(2003) .**معجم المصطلحات التربوية والنَّفسية** .الدار المصرية اللبنانية.

10 شارف خوجة، مليكة(2018).**مصادر الضُّغوط المهنية ودافعية الإنجاز لدى المدرسين الجزائريين** . الجزائر:أطروحة دكتوراه غير منشورة. جامعة أبو القاسم سعد الله.

11 - صمادي، أحمد عبد المجيد و البقعاوي، عقل محمد(2016)، التَّوافق النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمنطقة حائل في المملكة العربية السعودية. ***دراسات نفسية وتربوية*** :جامعة قاصدي مرباح الجزائر.(17)، 55-66.

12 - طاطور، ياسمين عاطف(2011). **الضُّغوط النَّفسية المدرسية وعلاقتها بالتكيف المدرسي لدى طلبة الثانوية في مدينة الناصرة** .رسالة ماجيستير غير منشورة في الإرشاد النفسي. الأردن: جامعة عمان العربية..استرجع من موقع: دار المنظومة.

13 - الطملاوي، منال محمد محروس(2011). فاعلية برنامج إرشادي من منظور العمل مع الجماعات في تخفيف الضُّغوط المدرسية، جامعة حلوان ، **كلية الخدمة الاجتماعية المؤتمر العلمي الدولي الرابع**

14 - العسبول، فاضل عباس خليفة و فتيل، موسى(2019). مستوى التَّوافق النّفسيّ وعلاقته بعض المتغيّرات لدى طلبة الجامعة الأهليّة في مملكة البحرين***مجلة الأدب والعلوم الإنسانية***.3(1)،340 – 367 .

15 - عطرون، قسم الله طالب(2015).**علاقة دافعية الإنجاز الدراسي في التَّوافق الاجتماعي لدى طلاب جامعة الدلنج**.السودان: رسالة ماجستير غير منشورة. كلية الأداب. جامعة النيلين.

16 المعمري، مرزوق بن أحمد عبد المحسن (2012). **الضُّغوط النَّفسية المدرسية وعلاقتها بالأنجاز الأكاديمي ومستوى الصحة النَّفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الليث**

17 - الفريحات، عمار عبد الله محمود. (2016). التَّوافق النفسي وعلاقته بمهارات مواجهة الضُّغوط النَّفسية لدى عينة من الطلبة المتفوقين . ***مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية*** .الوادي: جامعة الشهيد حمة لخضر، (61)، 25-42.

18 - فهمي، مصطفى(1990).**الصحة النَّفسية دراسات في سيكولوجية التكيف** ط3.. مكتبة ومطبعة الخانجى.القاهرة،.

19 - فهيم، كلير(2007).**الصحة النَّفسية في مراحل العمر المختلفة**. مكتبة الأنجلو المصرية.القاهرة.

20 فهيم،كلير(1998) أولادنا والمدرسة. جهاد للنشر والتوزيع.

21 - القحطاني، عبد الهادي بن محمد بن عبد الله(2013). **الضُّغوط النَّفسية وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات المدرسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الخبر بالمنطقة الشرقية في المملكة العربية السعودية**. رسالة الماجيستير. جامعة البحرين.

22 - لبدا ، معتز محمد إبراهيم(2013)، **أساليب مواجهة ضغوط الحياة وعلاقتها بالتَّوافق النفسي لدى طلبة كليات المجتمع المتوسطة بمحافظات غزة** ، رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية. جامعة الأزهر،غزة.

23 - لبكيري، عبد الحفيظ(2021)، الضغوط النفسية المدرسية وعلاقتها بالدافع للإنجاز والتوافق النقسي لدى تلاميذ السنة الثالثة المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا، أطروحة دكتوراه، غير منشورة. علوم التربية، جامعة مولود معمري.

24 - مقبل، مرفت عبد ربه(2010). التَّوافق النفسي وعلاقته بقوة الأنا وبعض المتغيرات لدى مرضى السكري في قطاع غزة، رسالة ماجيستير ،كلية التربية ، غزة:الجامعة الإسلامية.