

التوافق النفسي والاجتماعي وتأثيره على الأبناء

إعداد

الباحثة / نعمة محمد صادق عطية فايد

إشراف

أ. د / حسين محمد سعد الدين الحسيني أ. د / أحمد عبد الفتاح عياد

أستاذ علم النفس – ووكيل كلية
الآداب جامعة طنطا للدراسات العليا
والبحوث

أستاذ علم النفس
بكلية الآداب – جامعة المنصورة

المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة المنصورة

المجلد السابع - العدد الأول

يوليو ٢٠٢٠

التوافق النفسي والاجتماعي وتأثيره على الأبناء

نعمة محمد صادق عطية فايد *

النظريات المفسرة للتوافق النفسي والاجتماعي:

أولاً: النظرية البيولوجية الطبية: **Biological Medical Theory**:

ويقرر مريدها أن جميع أشكال الفشل في التوافق تنتج عن أمراض تصيب أنسجة الجسم، خاصة المخ، ومثل هذه الأمراض يمكن توارثها، أو اكتسابها خلال الحياة عن طريق الاصابات، والجروح، والعدوى، أو الخلل الهرموني الناتج عن الضغط الواقع على الفرد، وترجع اللبنة الأولى لوضع هذه النظرية لجهود كل من (داروين، مندل، جالتون، كالمان)، وغيرهم، كما تعتمد هذه النظرية على أن الصحة الجسمية تعني التوافق التام بين الوظائف الجسمية المختلفة ويقصد بالتوافق في ضوء هذه النظرية أن تكون الوظائف الجسمية متعاونة كاملاً لصالح الجسم كله، أما سوء التوافق فهو ناتج عن زيادة أو نقصان في نشاط الغدد عند الفرد أو طبقة من وظائف الجسم.

(مؤمن بكوش الجموعي، ٢٠١٣، ٩٧)

ثانياً: النظرية الاجتماعية **Social Theory**:

يوضح مؤيدو هذه النظرية أن الطبقات الاجتماعية في المجتمع تؤثر في التوافق حيث صاغ أرباب الطبقات الاجتماعية الدنيا مشاكلهم بطابع فيزيقي، كما

* باحثة

أظهروا ميلاً قليلاً لعلاج المعوقات النفسية، هذا في حين قام ذوالطبقات الاجتماعية العليا والراقية بصياغة مشكلاتهم بطابع نفسي، وأظهروا ميلاً أقل لمعالجة المعوقات الفيزيائية. ومن أشهر مريدي هذه النظرية (فيرز، دنهام، هولنجرهيد، ودليك) ، وغيرهم. ومنطلق هذه النظرية هو أن الفرد السوي هو المتوافق مع المجتمع، أي من أستطاع أن يجاري قيم المجتمع وقوانينه، ويرى مؤيدها ومن بينهم (دنهام Denham) أن هناك علاقة بين الثقافة وأنماط التوافق، أي أن التوافق في مجتمع ما قد لا يكون متوافقاً في مجتمع آخر، لإختلاف ثقافة المجتمعين. (سامية بوشاشي، ٢٠١٣، ١٠٣)

كما أشار علماء الاجتماع إلى أن التوافق ينظر إليه من خلال مظاهر السلوك الخارجي للفرد الذي عادة مايلجأ للإنياد للجماعة وإطاعة أوامرها لمقابلة متطلبات الحياة اليومية وتحقيق التوافق بمعنى أن التوافق هو قدرة الفرد على التفاعل مع الهدف الذي يسعى إلى تحقيقه في الوقت الذي يستطيع فيه الفرد أن يقوم بعلاقات منسجمة وسوية مع الظروف والمواقف وأفراد البيئة المحيطة به. (نصيرة لعباس، ٢٠١٢، ٧٠)

اما نظرية التعلم الاجتماعي يرى أصحابه وعلى رأسهم (باندورا) أننا نقلد سلوك الآخرين عندما نرى أن سلوكهم هذا يعزز أو يدعم من خلال الآخرين، أو إذا كنا نحب أو نعجب بسلوك الأفراد الذين نلاحظهم. بمعنى آخر، أننا نتعلم السلوكيات الحسنة وغير الحسنة من خلال الملاحظة والتقليد. (إبراهيم الشيباني، ٢٠٠٠، ٦٦)

ثالثاً: النظرية النفسية Psychological Theory:

١- نظرية التحليل النفسي: Psychoanalysis Theories:

ان هذه النظرية أشارت إلى أن التوافق السوي يحدث من خلال إشباع الغرائز، وتقليل العقاب والشعور بالذنب، ومن ثم تعلم كيفية التعامل مع الصراعات الداخلية (أوهام نعمان ثابت، ٢٠٠٩، ٤٣).

أ- سيجموند فرويد Sigmund Freud:

يرى (فرويد) أن الشخص المتوافق هو من تعمل أجهزته النفسية الثلاث (Super Ego، Ego، Id) بإنسجام وأن تكون الأنا قوية وأعتقد أن عملية التوافق الشخصي غالباً ما تكون لاشعورية، أي أن الأفراد لا تعي الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياتهم. ويرى (فرويد) أن العصاب والذهان ما هي إلا عبارة عن شكل معين من أشكال لسوء التوافق ويقرر أن السمات الأساسية للشخصية المتوافقة والمتمتعة بالصحة النفسية تتمثل في ثلاث سمات هي: أ- قوة الأنا. ب- القدرة على العمل. ج- القدرة على الحب. (صالح حسن الداھري، وهيب الكبيسي، ١٩٩٩، ٢٠٤).

ويعتمد التوافق لدى (فرويد) على الأنا، فالأنا تجعل من الفرد متوافقاً أو غير متوافق فالأنا القوية التي تسيطر على الهو والأنا الأعلى وتحدث توازن بينهما وبين الواقع، أما الأنا الضعيفة فتضعف أمام الهو فتسيطر على الشخصية فتكون شخصية شهوانية تحاول إشباع غرائزها دون مراعاة الواقع أو المثل مما تؤدي بصاحبها إلى الانحراف وعدم مراعاة الواقع ينعكس عليها سلباً ومن ثم إلى الإضطراب وأما أن تسيطر الأنا الأعلى فتجعل الشخصية متشددة بالمثل إلى درجة عدم المرونة وتكون بكبت الرغبات والغرائز الطبيعية أو تشعر بالذنب

المبالغ فيه وتؤدي إلى الإضطراب النفسي وسوء التوافق (نبيل سفيان، ٢٠٠٤، ١٦٤).

واهتم (فرويد) بدراسة المراحل الأولى في حياة الفرد وكذلك بكشف ودراسة العمليات الشعورية واللاشعورية وتأثيرهما على الشخصية والسلوك الإنساني (كامل محمد عويضة، ١٩٩٦، ٧٣).

يتكون الجهاز النفسي عند (فرويد) من عدة مكونات هي: الهو، الأنا، الأنا الأعلى

تنقسم الحياة النفسية عند فرويد إلى ماهو شعوري (يعيه الفرد) وماهو لاشعوري (لايعيه الفرد). وتوجد درجتان من اللاشعور وهما: ما قبل الشعور، ويتضمن ماهو كامن و لاشعوري ولكنه متاح الحصول عليه بالطرق العادية، ومن السهل إستدعاؤه مثل الذكريات الشخصي للفرد. أما اللاشعور (العميق) فيتضمن الأمور أو الخبرات المكبوتة التي يتطلب إخراجها إلى الشعور جهداً تحليلياً خاصاً لما يحتويه من خبرات غير مرغوبة أو مؤلمة، ويظهر أحياناً في الأحلام (اجال محمد سري، ٢٠٠٠، ١٠٧)

أ- الشعور Conscious:

ذلك الجانب من الحياة العقلية للفرد ويكون على وعي تام بها، وحالة الشعور هي التي تمكن الفرد من أن يعرف أين هو، وما يدور حوله وحينما يحدث شيء ما فإنه يكون على وعي به ويمكنه أن يوجه انتباهه إليه من قصد. (نبيلة عباس الشوربجي، ٢٠٠٣، ٢٧)

وأى فكرة شعورية هي حالة مؤقتة تستمر لفترة وجيزة سرعان ما يتعد عن مجال الشعور، وهذه الفكرة يمكن استعادتها إلى الشعور تحت ظروف معينة.

اللاشعور: Subconscious هو ذلك الجزء الرئيسي وهو موجود فينا وحالة الكنون فيه دائمة ولايستطيع أن ينتقل إلى الشعور، ولا يمكن إزالة القوة المقاومة لجعله شعورياً إلا على أساس التحليل النفسي الذي يتم بواسطة جعل الأفكار المقاومة شعورية. (كمال وهبي، كمال أبو شهدة، ١٩٧٧، ٢١) (نفس المصدر السابق، ١٩٧٧، ٢١)

ب- كارل غوستاف يونج Karl Gustav Yung:

أعتقد (يونج) أن مفتاح التوافق والصحة النفسية يكمن في أستمترار النمو الشخصي دون توقف، أو تعطل، كما أكد على أهمية إكتشاف الذات الحقيقية، وأهمية التوازن في الشخصية السوية المتوافقة.ركز (يونج) على المستقبل بالإضافة إلى الماضي في تحديد سلوك الإنسان، وإعتبار حياته عملية خلق للنمو وليس تكرار للتعايش مع الغرائز (خولة أحمد يحي، ٢٠٠٠، ٧٨) .

ويحدد (يونج) تقسيمين اساسيين للتركيب اللاشعوري للشخصية وهما:

أ- اللاشعور الشخصي: يتكون من الخبرات التي يكتسبها الفرد في حياته. وهذه الخبرات كانت في الأصل شعورية، إلا أنها صارت خبرات لاشعورية بسبب عوامل الكبت أو لأنها كانت ذات استخدام أو نفع سيكولوجي محدد في حياة الفرد. ولما كان اللاشعور الشخصي يستند على الخبرات الفرد المتنوعة في الحياة، فإنه يختلف بالتالي من فرد لآخر بدرجة كبيرة. (مصطفى فهمي، ١٩٩٥، ٢٥٠)

ب- اللاشعور الجمعي: ينظر (يونج) للاشعور الجمعي على أنه مفهوم تطبيقي يمكن البرهنة على وجوده عن طريق الأحلام والأساطير والمعلومات الثقافية. إن أعمال اللاشعور يمكن رؤيتها في الخبرات التي مررنا بها كالوقوع في الحب والشعور الغامر عند رؤية قطعة فنية أو الإستمتاع إلى قطعة موسيقية وهذه تعتبر عن نفسها في الرموز المشتركة ذات معنى العالمي. (باربرا أنجلر، ترجمة فهد بن عبدالله ١٩٩١، ٨٤)

ت- الفريد أدلر: Alfred Adler

تحدث (ادلر) عن نظرية القصور العضوي، وكان يقصد بها قصور أحد أعضاء البدن من حيث عدم إستكمال نموه أو توقفه أو عدم كفايته التشريحية أو الوظيفية أو عجزه عن العمل. إن وجود الأعضاء القاصرة يؤثر دائماً على حياة الشخص النفسية، لأن يحقره في نظر نفسه ويزيد شعوره بعدم الأمن (مصطفى فهمي، ١٩٩٥، ٢٣٧).

فقد ذهب إلى أن الشخص قد يدرك نقائصه فيشعر بالدونية ومن ثم يعمل على تعويض هذا النقص. وأشار (ادلر) كذلك إلى أن المجتمع لسوء الحظ أحياناً ما يعزز هذه النقائص التي يمس الفرد بها. وأعتقد (ادلر) أنه حينما يحدث هذا فإن الشخص حينئذ قد تنمو لديه عقدة النقص أو الدونية (أرنوف ويتيج، ترجمة عادل عز الدين وآخرون، ١٩٨٣، ٢٥٩).

إلا أن أساليب التعويض تتخذ إحدى ثلاث طرق وهي:

- ١- التعويض المباشر وهو البحث عن القوة في مجال الضعف.
- ٢- التعويض غير المباشر أي في مكان آخر غير المكان الذي تشعر فيه بالضعف.

٣- الهروب إلى الخيال بعداً عن الواقع. (نبيل سفيان، ٢٠٠٤، ١٦٥)

ويرى (آدلر) أن الشعور بالنقص يقود إلى عدم التوافق وان الكفاح من أجل التفوق يقود إلى التوافق. (صالح حسن الداھري، وهيب الكبيسي، ١٩٩٩، ٢٠٥)

كما يرى (آدلر) أن كل فرد يسعى للتكيف مع بيئته، وتطوير حياته وتحقيق إمتياز وتفوق على الآخرين بطريقة فريدة بدافع الشعور بالعجز، وهذا ما أسماه بأسلوب الحياة الذي ينشأ نتيجة عاملين هما: الهدف الداخلي مع غاياته الخيالية الخاصة، والقوى البيئية التي تساعد وتعوق وتعديل اتجاهات ومسيرة الفرد. واعتقد (آدلر) أن الطبيعة الإنسانية تعد أساساً أنانية، وخلال عمليات التربية فإن بعض الأفراد ينمون لديهم إهتمام إجتماعي قوي ينتج عنه رؤية الآخرين مستجيبين لرغباتهم، ومسيطرين على الدافع الأساسي للمنافسة دون مبرر ضد الآخرين طلباً للسلطة أو السيطرة (نصيرة لعباس، ٢٠١٢، ٦٦)

ث- كارن هورني Karen Horney:

أوضحت (هورني) بأن التوافق يرجعان إلى عملية التنشئة الإجتماعية وإلى علاقة الشخص بذاته والتي تعد أساساً للصحة النفسية. (صالح حسن الداھري، وهيب الكبيسي، ١٩٩٩، ٢٠٥)

فالشخص المتوافق هو الذي يعرف ذاته ويحسن بمشاعره أرادته ويقر بمسؤولياته تجاه تصرفاته وتجاه الآخرين وكذلك يكون بعيداً عن القلق الأساسي الذي هو الحالة التي تقود إلى سوء التوافق (مهنا بشير عبد الله، ٢٠١٠، ٣٧٠).

والقلق الأساسي عند (هورني) هو الحالة التي تؤدي إلى سوء التوافق وان البيئة الإجتماعية دوراً كبيراً في ذلك. وينشأ القلق الأساسي (القلق العصابي

أو المرضي) نتيجة الصراع بين رغبة الطفل في إحترام الوالدين لإعتماده عليهم وللأنهم مصدر الحنان والعطف، ورغبته في التمرد عليها نتيجة لما يصيبه منهم من مقاومات وإحباطات. ويعجز الطفل عن حل هذا الصراع فيكبت العدوان في نفسه ولا يوجهه إلى مصدر الخطر، ثم تصبح هذه العادة إستجابة يقابل بها كل خطر يواجهه، ومن هنا يشعر بالقلق من فقدان العطف والحنان (مجدي احمد عبدالله، ٢٠٠٠، ١٥١).

ج- أرك فروم E. Fromm:

أعتقد (فروم) أن الشخصية المتوافقة هي التي يكون لديها تنظيم موجه في الحياة، وأن تكون مستقبلة للآخرين، ومفتحة عليهم، ولديها قدرة على التحمل، والثقة. ركز (فروم) على الجانب الإجتماعي والإنساني وبشكل عام فقد أكد أن الإنسان إجتماعي بطبعه وان مشاكله في أغلبها ناتجة عن انفصاله عن مجتمعه (نبيل سفيان، ٢٠٠٤، ١٦٦).

وفي ذلك يقرر (فروم) أن الإنسان يربط نفسه بالعالم عن طريقتين:

أ- الحصول على الأشياء وتمثلها. ب- ربط نفسه بالناس.

ويطلق على الطريقة الأرى مصطلح التمثيل، والأخرى التكيف الإجتماعي، ويرى أن كلتا العمليتين ترتبطان معاً. ويطلق على ذلك بقوله: إن الإنسان لا يستطيع العيش منفرداً وغير منتسب للآخرين، إذ أن عليه أن يشترك مع الآخرين في الدفاع والعمل والإشباع الجنسي واللعب وتربية الصغار ونقل المعرفة والثقافة الخ، لا بد له من الإنتساب للآخرين، ومن أن يصبح واحداً منهم وجزءاً متكاملأ مع الجماعة. فالإنعزال التام أمر لا يخطر ولا يتفق مع صحة العقل. (مصطفى فهمي، ١٩٩٥، ٢٧٩)

ح- أريك أريكسون Erich. Erikson:

ارتبط التوافق لدى (أريكسون) بالنمو فالشخصية تمر عبر نموها بأزمات وعلى الفرد أن يجتاز هذه الأزمات وان نجاحه في اجتياز أزمة في مرحلة ما يؤدي به إلى التوافق ومن ثم مواجهة أزمة أخرى وهكذا إلى أن تنتهي الأزمات التي يواجهها خلال مراحل نموه وان فشل في اجتياز أزمة من الأزمات أصيب بسوء التوافق (نبيل سفيان، ٢٠٠٤، ١٦٧).

ويؤكد (أريكسون) على قوى الفرد الخلاقة التوافقية، وهو يتفق مع الإنسانيين من حيث إنه يرى أن الأشخاص بحكم إمكانياتهم خيرين (جابر عبد الحميد جابر، ٢٠٠٨، ١٥٣).

يعتقد (أريكسون) أن بيئة أو ثقافة الشخص إما أن تساعد أو تعيقه عن حل تلك الأزمات، لهذا يؤكد على دور البيئة أو الثقافة في نمو الشخصية، فعلى سبيل المثال البيئة أو الثقافة قد تشجع أو تحبط الشعور بالقدرة عند الذكر والأنثى أو أنهما تمنع أو تعزز بناء الهوية الشخصية القوية، لهذا يرى (أريكسون) أننا كما نحن بناء على مدى توافقنا مع متطلبات المجتمع الذي نعيش فيه (بدر إبراهيم الشيباني، ٢٠٠٠، ٨٥).

فهو يرى أن شخصية الإنسان ليست شيئاً مستقراً، فنمو الشخصية يستمر خلال دورة الحياة لذلك وضع ثمان مراحل من بداية العمر حتى سن الشيخوخة، بحيث ينتقل الفرد من مرحلة إلى آخر حسب إستعداده النفسي والإجتماعي والبيولوجي (مستورة زهيميل الحارثي، ٢٠١١، ٣٢).

٢- النظرية السلوكية: Behavioral Theory

تؤكد هذه النظرية أن معظم السلوك متعلم وان الفرد يتعلم السلوك السوي والسلوك غير السوي ويتعلم التوافق وعدم التوافق في سلوكه، ويتضمن ذلك أن السلوك المتعلم يمكن تعديله. (كاملة شعبان، عبد الجبار تيم، ١٩٩٩، ٥٧)

ومن أهم مفاهيم هذه النظرية (المثير والاستجابة) وهو أن لكل سلوك مثير وإن كانت العلاقة بينهما سليمة كان السلوك سليماً والشخصية في نظرهم هي مجموعة أساليب سلوكية متعلمة ثابتة نسبياً والتي تميز الفرد عن غيره، وبما أن السلوك غير السوي متعلم فالتعزيز يقويه. (نبيل سفيان، ٢٠٠٤، ١٦٧)

طبقاً للسلوكية فإن أنماط التوافق وسوء التوافق يعد متعلمة أو مكتسبة، وذلك من خلال الخبرات التي يتعرض لها الفرد. والسلوك التوافقي يشمل على خبرات يشير إلى كيفية الإستجابة لتحديات الحياة والتي سوف تقابل بالتعزيز أو التدعيم. وهكذا يرى أصحاب الإتجاه السلوكي أن السلوك التوافقي هو الذي يؤدي إلى خفض التوتر الناتج عن إلاح الدوافع، والفرد بتعلمه يميل إلى تكراره في المواقف التالية. (أوهام نعمان ثابت، ٢٠٠٩، ٤٤)

ويشير كل من (واطسون و سكينر Watson & Skinner) إلى أن عملية التوافق الشخصي لا يمكن لها النمو والتطور عن طريق الجهد الشعوري ولكنها تتشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات البيئة وإثباتها (حسن إبراهيم المحمداوي، ٢٠٠٧، ٥٢).

ويؤمن السلوكيون بالاحتمية البيئية التي تقول إن البيئة هي التي تحتم السلوك، وعندما يتم تعديل أو تغيير البيئة بشكل مناسب، فإن السلوك سوف يتغير

تباعاً، ولهذا أيضاً نرى أن الأفراد يتكيفون بناءً على البيئة التي يجدون أنفسهم بها، وهذا التكيف هو حاصل نتيجة التعلم وليس الوراثة (بدر إبراهيم الشيباني، ٢٠٠٠، ٦١).

ومن أهم فروض هذه النظرية:

أ- إن الشخصية تتكون من مجموعة عادات متعلمة أو مجموعة سمات مكتسبة طبقاً للإرتباط الشرطي بين المنثيرات والإستجابات وليس هناك شيء اسمه ذكاء موروث أو غرائز موروث.

ب- شخصية الإنسان ليست ثابتة ثباتاً مطلقاً أو ثباتاً نسبياً ولكنها ديناميكية متطورة بحسب نوعية الموقف البيئي.

ت- إن الكل يتكون من مجموع أجزائه، وإذا أردنا فهم الكل لابد أن نبدأ بفهم أجزائه، كل جزء على حد.

(كامل محمد عويضة، ١٩٩٦، ٧٥)

٣- نظرية علم النفس الإنساني The Theory of Humanistic Psychology

قامت هذه النظرية مخالفة لآراء كل من المدرسة التحليلية والسلوكية، فأصحابها أجمعوا على أن الإنسان يتميز عن باقي الكائنات الحية بالإندفاع والتفاعل والتواصل والحرية، وهم يرون أن التوافق يرتبط بتحقيق المرء لذاته، وإذا استطاع الإنسان أن يشبع الحاجات الأولية والفسولوجية، يفسح المجال له للوصول لمستوى الذي يليه حتى يصل إلى أعلى مستويات الإشباع ألا وهي تحقيق الذات (مرفت عايش مقل، ٢٠١٠، ١٧).

كارل روجرز: K. Rogers

وقد اربيط مفهوم التوافق عند (روجرز) بمفهوم الذات لديه حيث عدّ التوافق السليم على أنه تطابق بين الذات وخبرات الكائن الحقيقية والذي يقود إلى ترميز دقيق وتقبل خبراته كلها دون تهديد أو قلق (مهنا بشير عبد الله، ٢٠١٠، ٣٧٣).

ويرى عندما ينسجم المفهوم الذاتي مع خبرات الكائن يصبح الشخص متحرراً من التوتر الداخلي فيظهر التوافق النفسي المنشود. هنا لا بد أن يكون واضحاً بأن (روجرز) لا يؤيد التعبير الحر لكل الإنفعالات والدوافع وبدون قيد وشرط، فجزء من واقعية خبرة الكائن تتمثل في أن قيماً ثقافية وإجتماعية معينة تتطلب قمعاً لأنشطة معينة. وعلى الرغم من ذلك فالمفهوم الذاتي للواحد منا يمكن أن يتضمن رغبتين، إحداهما تسلك بطريقة معينة والأخرى تتصرف بطريقة أكثر قبولاً من الناحية الإجتماعية (باربرا أنجلر، ترجمة فهد بن عبدالله، ١٩٩١، ٢٧٦).

وكما يؤكد (روجرز) أن أساس الشخصية يتمثل في رغبة الإنسان في تحقيق إمكاناته. ويعني التحقيق الكامل لها أن يعيش الأفراد في توافق تام مع أنفسهم ومع الآخرين. ولكن التحقيق الكامل للإمكانيات يعتمد على الجو الذي يعيش الفرد في ظلّه. (أرنوف ويتيج، ترجمة عادل عز الدين وأخرون، ١٩٨٣، ٢٦١).

يشير (روجرز) إلى أن سوء التوافق النفسي يحدث عندما يمنع الفرد عدداً من خبراته الحسية من بلوغ مرتبة الوعي، ويؤدي هذا بدوره إلى الحيلولة دون تحول هذه المنبهات (المثيرات) إلى صور رمزية وإلى عدم إنتظامها في جشطلت بناء الذات ويسبب هذا الموقف توتراً نفسياً. أن الأفراد الذين يعانون

من سوء التوافق يعبرون عن بعض الجوانب التي تقلقهم فيما يتعلق بالسلوكياتهم غير المنسقة مع مفهومهم عن ذواتهم. (مهنا بشير عبد الله، ٢٠١٠، ٣٧٣) وكما يرى (روجرز) أن الإضطراب النفسي ينش

أ من وجود عدم تطابق من خلال إعتماذ الشخص على أحكام وتقديرات الآخرين أو عدم إعتماذهم على أنفسهم في تقويم الخبرات التي يمرون بها. ولذا، فإن (روجرز) يرى أن عدم التطابق هو السبب في كل مشكلات التوافق لدى البشر، ومن هنا فإن إزالة عدم التطابق تقود إلى حل المشكلات وعندما يوجد عدم التطابق بين الذات والخبرة فإن الشخص يكون غير متوافق أو يكون معرضاً للقلق والتهديد ومن ثم فإنه يسلك سلوكاً دفاعياً (محمد حسن غانم، ٢٠٠٨، ١٤٥).

ويؤمن (روجرز) إيماناً عميقاً بما لدى الإنسان من خير وبقدرته على النمو الإيجابي، إذا ما توفرت له الظروف المناسبة. وهو يستند إلى أن الإنسان لديه القدرة الأساسية على تحديد الهدف الصحيح وعلى أن يختار ما يفيدده إذا أمكنه أن يرى مشكلة بأسلوب موضوعي في موقف خالٍ من التهديد (مصطفى حسن أحمد، ١٩٩٦، ١٢٣).

وتتلخص التصورات الرئيسية المكونة لنظرية روجرز في ما يأتي:

- الكائن العضوي وهو الفرد بكليته.
- المجال الظاهري وهو مجموع الخبرة.
- الذات وهي الجزء المتمايز من المجال الظاهري وتتكون من نمط من الإدراكات والقيم الشعورية بالنسبة لـ (أنا) و (ضمير متكلم) . (سهير كامل أحمد، ٢٠٠٠، ١٢٩)

١- إبراهيم ماسلو: A. Maslow

يرى ماسلو أن الشخص المتوافق يتصف بالتلقائية، وتقبل الذات والآخرين والإدراك الدقيق للواقع، والإستقلال وقدرته على إقامة العلاقات مع الآخرين، وأن تحقيق الذات هو أرقى الدوافع الإنسانية وأن الأشخاص المحققين لذواتهم يمثلوا الشخصية السوية (مرفت عايش مقبل، ٢٠١٠، ١٧).

وأكد ماسلو على أهمية تحقيق الذات في تحقيق التوافق السوي الجيد، وقام بوضع عدة معايير للتوافق تتلخص في الآتي:

- ١- الإدراك الفعال للواقع. ٢- قبول الذات. ٣- التلقائية. ٤- التمرکز حول المشكلات لحلها. ٥- نقص الإعتماد على الآخرين. ٦- الإستقلال الذاتي. ٧- إستمرار تجديد الإعجاب بالأشياء أو تقديرها. ٨- الخبرات المهمة الأصلية. ٩- الإهتمام الإجتماعي القوي والعلاقات الإجتماعية السوية. ١٠- الخلق الديمقراطي. ١١- الشعور باللاعداوة تجاه الإنسان. ١٢- التوازن أو الموازنة بين أقطاب الحياة المختلفة

وأوضح (ماسلو) بأن الشخص المتوافق هو الذي يستطيع إشباع حاجاته الفسيولوجية والنفسية حسب أولويتها (صالح حسن الداھري، وهيب الكبيسي، ١٩٩٩، ٢٠٥).

ويرى (ماسلو) أن إحتياجات الفرد تؤثر على سلوكه ولهذه الإحتياجات ترتيب تصاعدي. (نبيل سفيان، ٢٠٠٤، ١٦٩)

ويتبنى (ماسلو) نموذجاً هرمياً يحدد فيه حاجات الإنسان في سبع فئات، تبدأ بالحاجات الفيزيولوجية وتنتهي بالحاجات الجمالية، ويرى ضرورة إشباع الحاجات الدنيا للتمكن من إشباع الحاجات الدنيا للتمكن من إشباع الحاجات ذات

المستوى الأعلى. وتأخذ فئات الحاجات الترتيب التالي: الحاجات الفيزيولوجية، وحاجات الأمن، وحاجات الحب والانتماء، وحاجات احترام الذات، وحاجات تحقيق الذات، وحاجات المعرفة والفهم، والحاجات الجمالية. (عبد المجيد نشواني، ٢٠٠٣، ٢٢٣)

وعلى الرغم من أن جميع الحاجات فطرية، فإن بعضها أقوى من البعض الآخر. وكلما انخفضت الحاجة في التنظيم الهرمي كانت أكثر قوة، وكلما ارتفعت في التنظيم كانت أضعف وكانت مميزة للإنسان بدرجة أكبر. والحاجات الدنيا أو الأساسية في التنظيم الهرمي تماثل تلك التي تمتلكها الحيوانات الدنيا الأخرى. ولا يوجد حيوان آخر باستثناء الإنسان يملك الحاجات العليا. ومع تسلق الفرد لهذا التنظيم الهرمي للحاجات تقل حيوانيته وتزداد إنسانيته. وبتقدم الشخص من مستوى حاجة إلى المستوى التالي بإشباع مجموعة الحاجات التي تحض المستوى الأول في التنظيم الهرمي (جابر عبد الحميد جابر، ٢٠٠٨، ٥٥٥).

٢- بيرلز F. Perls:

أكد (بيرلز) على أهمية التنظيم أو التوجيه وعلى أن يحيى الأفراد (هنا و الآن) (Here and Now) دون خوف من المستقبل لأن هذا سيفقد الأفراد شعورهم العقلي بالرضا. وأن الشخص المتوافق هو من يتقبل المسؤوليات ويتحملها على عاتقه دون القذف بها إلى الآخرين.

٣- نظريات نفسية أخرى:

- لازاروس R. S. Lazaros:

أن (لازاروس) كانت نظريته في العلاج المتعدد الوسائل من النظريات ذات التوجيه المعرفي، وهي طريقة انتقائية من الناحية الفنية، ومع ذلك تستمد

قواعد كثيرة من نظرية باندورا في التعلم ونظرية المنظومات ونظرية الإتصال الإجتماعي. كما يؤمن (لازاروس) بأن كل شخص هو نتاج التأريخ الجيني والبيئي والتعليمي وهو يولي أهمية كبرى لمفهوم عتبات الفرد الجسمية، وللناس عتبات مختلفة أو مستويات تحمل للألم، الإحباط أو الإجهاد النفسي، وهذه العتبات فريدة وفردية والتدخلات السيكولوجية يمكن أن تساند العتبات الجسمية ولكن الجينية يصعب التغلب عليها (عصام عبداللطيف العقاد، ٢٠٠١، ٣٧).

طبقاً لمعايير (لازاروس) فإن الشخص المتوافق لابد أن يتسم بالآتي:

- أ. الراحة أو الإرتياح النفسي: حيث لا يمكن أن يتحقق للفرد توافق وهو يعاني من إكتئاب أو انقباض أو تلف أو من ..الخ.
- ب. الكفاية في العمل: بمعنى أن الشخص سيء التوافق هو بالطبع يتسم بقلّة إنتاجية بل ونقص في كفاءته وفشل في استغلال قدرته على الوجه الأنسب.
- ج. الأعراض الجسمية: أرجع (لازاروس) سوء التوافق إلى الإصابات أو الأمراض أحياناً.
- د. التقبل الإجتماعي: حيث لا يمكن أن يتحقق التوافق سوي للفرد دون تقبله الإجتماعي أو قبوله من خلال علاقاته وسلوكياته. (علي إسماعيل على، ١٩٩٥، ٤٧)

- لندجرين H. C Lindgern:

ويقول (لندجرين) أن سمات التوافق ومعاييرها تتلخص في:

- أ. أستبصار الفرد وفهمه لنفسه وللآخرين.
- ب. قبول الفرد وتسامحه لنفسه وللآخرين.
- ج. حب الفرد وإحترامه لنفسه وللآخرين.

د. توجيه الذات الوجهة السليمة. (علي إسماعيل علي، ١٩٩٥، ٤٩)

تعقيب على النظريات التي فسرت التوافق:

يتضح من العرض السابق للنظريات التي تناولت التوافق النفسي والإجتماعي أن هناك فروقاً هامة بين المدارس المختلفة في تفسير التوافق، أن كل نظرية تساعد في فهم التوافق من جانب معين تبعاً لمبادئها وأسسها ومرجعية أصحابها، فالاعتماد على إحداها لا يعد كافياً لمعرفة الأسباب المؤدية لسوء التوافق لدى الفرد، وبالتالي من الضروري الإلمام بكل وجهات النظر للحصول على فهم متكامل يساعد في تشخيص الفرد المتوافق نفسياً. فقد وجد أن التوافق بالنسبة لنظرية التحليل النفسي يتمثل في التوازن الذي تحققه (الأنا) على أساس واقعي بين قوة (الهو) غير المرغوبة وقوة (الأنا الأعلى) التي تطمح إلى المثالية، ولا يتم ذلك إلا بوجود (أنا) قوي يستطيع الموازنة بين متطلبات (الهو) وتحذيرات (الأنا الأعلى) ومتطلبات الواقع، فهي ترجع نجاح عملية التوافق إلى (الأنا) القوية.

أما التحليل النفسي الجديد يؤكدون على أهمية الجانب الإجتماعي للفرد وأن الفرد يبدأ باكتساب الخبرة من لحظة انفصاله عن أمه، وأن الهدف الأساسي من التحليل النفسي هو إثارة القوى الداخلية في الفرد لتساعده في التخلص من المشاكل والضغوط التي تواجهه في الحياة.

أما النظرية السلوكية تعتبر أن التوافق لا يعتمد على خصائص الشخصية وإنما هي عملية شعورية عبارة عن تعلم مجموعة من العادات السوية التي تتفق مع المعايير الإجتماعية، حيث يؤدي تعلمها إلى خفض التوتر وإشباع حاجات الفرد ودوافعه فيميل إلى تكراره في المواقف المماثلة، ويكون ثباته على حسب

عدد مرات التدعيم وقدر الإثابة التي حصل عليها، وعليه فإن المواقف البيئية لها دور في تشكيل شخصية الإنسان وتوافقه.

وأما النظرية الإنسانية فقد أهتمت بالجوانب المميزة لشخصية الإنسان مثل الحرية والإرادة وأن الشخص المتوافق هو الذي يحقق ذاته عن طريق إشباع حاجاته الأساسية وتقبلها وتقبل الآخرين. كما أن التوافق هو غاية كل كائن حي يتوافق مع بيئته بطريقة الخاصة.

بينما تنظر المدرسة المعرفية لسلوك الفرد على أنه يأتي التوافق للفرد من خلال خبراته ومعرفته لقدراته وإمكانياته وبالتالي يكون للفرد حرية الإختيار لافعاله وسلوكه مع المجتمع المحيط به.

وأخيراً النظرية الإجتماعية ترى أن هناك علاقة بين الثقافة وأنماط التوافق.

وعليه يستخلص الباحث ان التوافق يتمثل في قدرة الفرد على إشباع حاجاته وتحقيق أهدافه ومتطلباته الضرورية بوسائل مقبولة إجتماعياً. وأن يتواءم مع بيئته الإجتماعية أو المادية أو المهنية أو مع نفسه. وخفض التوتر الذي تستثيره الحاجات واكتسابه عادات مناسبة وفعالة تساعد في معاملة الآخرين ومواجهة مواقف الحياة والقدرة على تحمل نتائج سلوكه ليحدث بذلك إنسجاماً مع نفسه ومع مجتمعه، فإذا تحقق خفض لتوتر الفرد اعتبر التوافق مرضياً.

المراجع

- ١- أوهام نعمان ثابت (٢٠٠٩) : الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي والإجتماعي والزواجي لدى المصابات بسرطان الثدي المبكر في الأردن. رسالة دكتوراه، الأكاديمية العربية المفتوحة بالدنمارك.
- ٢- آيت حمودة حكيمة، فاضلي أحمد، مسيلي رشيد (٢٠١١) : أهمية المساندة الإجتماعية في تحقيق التوافق النفسي والإجتماعي لدى الشباب البطال. مجلة العلوم الإنسانية والإجتماعية، العدد (٢) .
- ٣- جمال الدين محمد مُركي عبدالرحمن (٢٠١١) : التوافق النفسي والإجتماعي والدراسي في أوساط طلاب جامعة المدينة العالمية- ماليزيا. كلية التربية.
- ٤- خديجة صالي (٢٠١١) : التوافق النفسي والإجتماعي عند مجموعة من المراهقين المصابين بحساسية الغلوتين- دراسة ميدانية بالجمعية الجزائرية للمرضى المصابين بحساسية الغلوتين. رسالة ماجستير، جامعة الجزائر ٢.
- ٥- سامية بوشاشي (٢٠١٣) : السلوك العدواني وعلاقته بالتوافق النفسي والإجتماعي لدى طلبة الجامعة- دراسة ميدانية بجامعة مولود معمري- تيزي وزو. رسالة ماجستير، جامعة مولود معمري، تيزيوزو.
- ٦- عبد الرحمن عبيد العازمي (٢٠٠٨) : التوافق النفسي والإجتماعي وعلاقته بالإدمان لدى عينة من نزلاء المصحات النفسية في السعودية. رسالة ماجستير، جامعة مؤتة.

- ٧- عبد الله يوسف أبو سكران (٢٠٠٩) : التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بمركز الضبط (الداخلي - الخارجي) للمعاقين حركياً في قطاع غزة. رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة.
- ٨- عبير عسيري (٢٠٠٤) : علاقة تشكل هوية الأنا بكل من مفهوم الذات والتوافق النفسي والاجتماعي والعام لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الطائف، كلية التربية، جامعة أم القرى، السعودية.
- ٩- علي عبد الحسن حسين، حسين عبد الزهرة اليمية (٢٠١١) : التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء. مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، المجلد (١١) ، العدد (٣) ، كانون الأول ٢٠١١.
- ١٠- مخلفي رضا (٢٠٠٩) : أهمية التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة المتوسطة لبعض متوسطات الشلف المركز - دراسة متمحورة حول البعد النفسي والاجتماعي. رسالة ماجستير، جامعة الشلف.
- ١١- مهنا بشير عبدالله (٢٠١٠) : الأمن النفسي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب معهد أعداد المعلمين - نينوى. مجلة التربية والعلم، المجلد (١٧) ، العدد (٣) ، لسنة ٢٠١٠.
- ١٢- نفيسة جمعون (٢٠٠١) : التوافق النفسي والاجتماعي للتلميذ المبكر. رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، الجزائر.
- ١٣- نوال عطية (٢٠٠١) : علم النفس والتكيف النفسي والاجتماعي. كلية التربية - جامعة عين شمس، ط ١ - القاهرة.