

جامعة محمد خيضر بسكرة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية



مذكرة ماستر

علم النفس
علم النفس
العيادي

رقم: أدخل رقم تسلسل المذكرة

إعداد الطالب:

زكري هاجر

يوم: 25/06/2018

التوافق الزوجي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة

لجنة المناقشة:

مقرر	أ. د.	جامعة بسكرة	نبيل مناني
رئيسة	أ. د.	جامعة بسكرة	بومعروف نسيمة
مناقش	أ. مس أ	الجامعة	ساعد شفيق

السنة الجامعية : 2017 - 2018

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿ يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ

وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ

بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴾

صدق الله العظيم

المجادلة 11

ملخص الدراسة:

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر تحت عنوان "التوافق الزوجي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة"، وتهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التوافق الزوجي والتوافق النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة.

لذلك تمّت صياغة الإشكالية في التساؤل التالي: هل هناك علاقة بين التوافق الزوجي والتوافق النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة؟

وقد تم إجراء هذه الدراسة على عينة شملت (30) أستاذة جامعية متزوجة، وذلك بالاعتماد على مقياس "التوافق الزوجي" ومقياس "التوافق النفسي"، معتمدين على المنهج الوصفي الارتباطي وهذا حسب ما تتطلبه الدراسة والذي يهدف إلى دراسة الظروف أو الظواهر كما هي موجودة، وقد تم التوصل إلى النتائج التالية:

- هناك علاقة بين التوافق الزوجي والتوافق النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة.

شكر وتقدير

وما من كاتب إلا ويفنأ ** ويبقى الدهر ما كتبت يداه

فلا تكتب بخطك غير سطر ** يسرك في القيامة إن تراه

نتقدم بجزيل الشكر إلى كل من مد لنا يد العون لإنجاز هذا البحث
ونخص بالشكر الدكتور "تبيل مناني" لما قدمه لنا من توجيهات وإرشادات كما
نتقدم بالشكل الجزيل إلى كل من قدم لنا يد المساعدة سواء من قريب أو من

بعيد

وأخيرا نتقدم بأحر الشكر إلى أسرة العلوم الإنسانية والاجتماعية وإلى كل

الأساتذة الكرام

الإهداء

الحمد لله الذي أوصلنا إلى طريق النجاح والصلاة والسلام على رسول الله

أهدي هذا الجزء المواضع إلى الينبوع الذي لا يمل العطاء إلى من حاكت سعادتي على

خيوط منسوجة من قلبها، إلى أمي الحبيبة أمد الله في عمرها

إلى الذي علمني أن أرتقي سلم الحياة بحكمة وصبر أبي الغالي رحمه الله.

إلى من أشرقت شمسها في سماء حياتي وألبسها ثوب السعادة زوجي الغالي عبد الحكيم

وإلى هبة الرحمان ولداي محمد إياد وسيم اللذان وهباني الأمل وأتمنى لهما التوفيق

والنجاح والحياة السعيدة

إلى أخوتي وأخواتي محمد، سهام رحمها الله، مجدة، عبد العالي، وليد، شكري، عبد

الرحيم، الذي لم يبخل علينا بشيء أتمنى لهم الحياة الرائعة.

إلى الزهرة التي تفتحت في بيتنا وعطرها ملاء سماء الكون أختي الصغيرة رميساء.

وإلى زوجات إخوتي وأبنائهم: سهام، إيمان، شريفة، سيف، فلة، نورهان، إبراهيم، محمد،

أمة الله آدم، عبد القادر

إلى أخوات زوجي وأخص بالذكر نسيمة المتألقة دائما وأتمنى لها الخير والتوفيق

إلى خالي وزوجته وأبنائه.

فهرس المحتويات

.....	ملخص الدراسة:
.....	شكر وتقدير
.....	الإهداء

الجانب النظري

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

4.....	1- مقدمة إشكالية:
5.....	2- فرضية الدراسة:
5.....	3- دواعي اختيار الموضوع:
6.....	4- أهداف الدراسة:
6.....	5- أهمية الدراسة:
7.....	6- التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة:

الفصل الثاني

مدخل مفاهيمي لمتغيرات الدراسة

10.....	أولاً: التوافق الزوجي
10.....	تمهيد:
10.....	1- تعريف التوافق:
12.....	2- تعريف التوافق الزوجي:
13.....	3- المفاهيم المتداخلة مع مفهوم التوافق الزوجي:
14.....	4- النظريات المفسرة للتوافق الزوجي:
16.....	5- أبعاد التوافق الزوجي:
17.....	6- مظاهر التوافق الزوجي:
18.....	7- عوامل تحقيق التوافق الزوجي:
21.....	الخلاصة:

22	ثانيا: التوافق النفسي
22	تمهيد:.....
23	2- تعريف التوافق النفسي:
25	3- النظريات المفسرة للتوافق النفسي:
28	4- أبعاد التوافق النفسي:
33	6- معايير التوافق النفسي:
35	7- سوء التوافق النفسي:
39	الخلاصة:.....
40	ثالثا: . الأستاذ
40	1- تعريف:.....
41	2- خصائص الأستاذة الجامعية:

الجانب التطبيقي

الفصل الثالث

الإطار المنهجي

44	تمهيد:.....
44	1- الدراسة الاستطلاعية:.....
44	2- الدراسة الأساسية:
45	3- منهج الدراسة:.....
46	4- عينة الدراسة وكيفية اختيارها:.....
46	5- أدوات الدراسة:
50	6- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:
52	خلاصة:.....

الفصل الرابع

الإطار التطبيقي

54	1- عرض نتائج فرضية الدراسة:
55	2- مناقشة نتائج فرضية الدراسة:

58.....خاتمة.....

60قائمة المراجع.....

الملاحق

فهرس الجداول:

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
47	مجالات التوافق الزوجي وأرقام بنودها وتعريف كل مجال	01
49	مستويات التوافق النفسي	02
50	مستويات الأبعاد الفرعية لمقياس التوافق النفسي	03
54	يوضح معامل الارتباط بين متوسطات درجات التوافق الزوجي ومتوسطات درجات التوافق النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة	04

الجانب النظري

الفصل الأول:

الإطار العام

الدراسة

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

- 1- مقدمة إشكالية.
- 2- فرضية الدراسة.
- 3- دواعي اختيار الموضوع.
- 4- أهداف الدراسة.
- 5- أهمية الدراسة.
- 6- التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة.

1- مقدمة إشكالية:

يسعى الإنسان دائما إلى تنظيم حياته ومواجهة مشاكله وصراعاته ليتمكن من الوصول إلى السواء والانسجام مع نفسه أولا ومع محيطه ثانيا من أجل تحقيق صحته النفسية وهذا لا يكون إلا من خلال عملية سلوكية نفسية تدعى بالتوافق، فهذا المفهوم يعد من أهم وأعقد المفاهيم بعلم النفس. وبتوسع حياة الإنسان ومجالات عيشه وتعدد حاجاته وأصبح من الضروري إشباعها، ومن أبرز هذه المجالات في حياة الفرد الزواج الذي يعد مؤسسة اجتماعية يحافظ بها هذا الفرد على كيانه واحتياجاته فالفرد خلال مرحلة من مراحل حياته بحاجة إلى ما يسمى بالتوافق الزوجي عند شروعه في تكوين أسرة خاصة به يترأسها ويسهر على شؤونها المختلفة، فالتوافق الزوجي يتجلى في قدرة كل من الزوجين على الانسجام والارتباط والتلاؤم، فهو أيضا وسيلة للتعاون على مسؤوليات الحياة المختلفة كالتعاون الاقتصادي بغرض تحقيق أهداف كلا الطرفين. (أحمد عبد اللطيف أبو أسعد، 2009، ص 143)

وبنجاح هذه العملية نضمن الراحة الفردية لكلا الطرفين وبالتالي التكيف مع ضغوط الحياة والقدرة على حل المشكلات وتحقيق الانسجام والمحبة والحفاظ على طول مدة العلاقة واستقرارها وصحتها وهذا ما يمنحها القدرة على التعامل مع الحياة.

وقد يعتبر التوافق النفسي جزءا من التوافق العام الذي يضمن الاستقرار والراحة النفسية وأن معظم سلوكيات الأفراد ما هي إلا محاولات لتحقيق توافقهم النفسي وهذا ما يؤدي بهم إلى الرضا عن أنفسهم وتقبل ذواتهم والآخرين من حولهم والتمتع بحياة خالية من التآزم والتمتع بحياة مليئة بالحماس والهدوء.

والتوافق النفسي هو مدى يتمتع به الفرد من القدرة على السيطرة على القلق والشعور بالأمن والاطمئنان بعيدا عن الخوف والتوتر. (حامد زهران، 2005، ص 27)

ونظرا لمتطلبات الحياة وما تقتضيه الحاجة أصبح محتم إن لم نقل من الضروري دخول الزوجة عالم الشغل من أجل المساعدة في تغطية مستلزمات الحياة الزوجية وتحقيق الرضا والسعادة.

والأستاذة الجامعية المتزوجة تتعرض إلى الكثير من الضغوطات أثناء أدائها لعملها وكثرة الأعباء عليها وتعدد مسؤولياتها من شأنه أن ينهكها صحيا ونفسيا ويعرقل مسار حياتها مما قد يؤثر على توافقها الزوجي وتوافقها النفسي.

وفي محاولة لمعالجتنا لموضوع الدراسة نستطيع طرح المشكلة التالية: هل هناك علاقة بين التوافق الزوجي والتوافق النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة؟

2- فرضية الدراسة:

توجد علاقة بين التوافق الزوجي والتوافق النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة.

3- دواعي اختيار الموضوع:

إن اختيار الموضوع لم يكن عشوائيا وإنما لأسباب ذاتية وأخرى موضوعية تتمثل فيما يلي:

الأسباب الذاتية:

- الرغبة في التعرف على الموضوع من حيث طبيعته ومن أجل الاستفادة الشخصية ومن ثم العامة.

الأسباب الموضوعية:

- التعرف على مفهوم التوافق الزوجي لدى الأستاذات الجامعيات.
- التعرف على مفهوم التوافق النفسي لدى الأستاذات الجامعيات.
- التعرف على ما إذا كانت الأستاذة الجامعية تتمتع بالتوافق النفسي والتوافق الزوجي.

4- أهداف الدراسة:

- التعرف على مستوى التوافق الزوجي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة.
- التعرف على مستوى التوافق النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة.
- الكشف عن العلاقة بين التوافق الزوجي والتوافق النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة.
- توضيح بعض المفاهيم الهامة وهي التوافق الزوجي والتوافق النفسي لأستاذة الجامعية المتزوجة.
- التعرف على فئة الأستاذات الجامعيات.
- الكشف عن انعكاسات التوافق الزوجي على الحياة المهنية للأستاذة الجامعية.

5- أهمية الدراسة:

يمكن توضيح أهمية الدراسة الحالية من قراءة مفردات العنوان الذي تحمله كذلك بعض النقاط تأكيد لذلك على النحو التالي:

- أهمية التوافق الزوجي والتوافق النفسي في حياة الأستاذة الجامعية.
- أهمية المظاهر التي يجب مراعاتها لتحقيق التوافق النفسي والزوجي للأستاذة الجامعية.

- كما تبرز أهمية هذه الدراسة في أن التوافق النفسي والتوافق الزوجي للأستاذة الجامعية لم ينل حظا كافيا من عناية واهتمام الباحثين.
- تسليط الضوء على فئة الأستاذات الجامعيات.
- **6- التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة:**

6-1- التوافق الزوجي: هو شعور كلا الطرفين بالتفاهم والتقبل والانسجام والقبول والقدرة على تحمل المسؤوليات وحل الصراعات والمشكلات التي تتعلق بالحياة الزوجية ومن خلال هذا نضمن الراحة النفسية التي تؤدي إلى حياة زوجية مستقرة وهنيئة وهو الدرجة التي نتحصل عليها الأستاذة الجامعية على المقياس المستخدم في الدراسة الحالية.

6-2- التوافق النفسي: هو حالة من الاتزان الداخلي للفرد بحيث يكون الفرد راضيا عن نفسه متقبلا لها مع التحرر النسبي من التوترات والصراعات التي ترتبط بمشاعر سلبية عن الذات.

6-3- الأستاذة الجامعية: هي المرأة التي تعمل بالجامعة وتشغل منصبا تنجز من خلاله وظائفها المتعلقة بمهنتها وتحقيق من خلالها رغباتها وأهدافها الذاتية.

الفصل الثاني:

مدخل مفاهيمي

لمتغيرات الدراسة

الفصل الثاني: مدخل مفاهيمي

لمتغيرات الدراسة

أولاً: التوافق الزوجي

ثانياً: التوافق النفسي

ثالثاً: الأستاذة الجامعية

أولاً: التوافق الزوجي

تمهيد:

يعتبر التوافق الزوجي من المتغيرات المدروسة الحيوية لأنه يتصل ويشمل العلاقة بين الرجل والمرأة، أي الزوج والزوجة، وبل يمتد إلى الأبناء ولا يخفى علينا أن الأسرة هي نواة المجتمع، وذلك بقدر ما تكون قوة هذا المجتمع وصلابته وزيادة إنتاجه.

فمما لا شك فيه أنه قد يضيف نوعاً من الاستقرار عند جميع أعضاء الأسرة متمثلاً في العلاقة الإيجابية بين الزوجين وكذلك بين الأبناء والوالدين مما ينعكس إيجابياً على أداء كل منهما لوظائفه المختلفة بشكل صحيح فالتوافق الزوجي يتوقف على التعاون والانسجام والكفاءة في العلاقة الزوجية.

1- تعريف التوافق:

1.1 لغة: يعني التوافق في اللغة التآلف والتقارب واجتماع الكلمة، ونقيضه التخالف والتنافر والتصادم.

(<http://www.gaza-hacker.lcc\archive\index.php\888.html>)

le05.01.2018: 15:30

2.1 اصطلاحاً: يعد مفهوم التوافق مفهوم مركزي في علم النفس بصفة عامة وفي الصحة النفسية بصفة خاصة فمعظم سلوك الفرد هو محاولات من جانبه لتحقيق توافقه إما على المستوى الشخصي أو على المستوى الاجتماعي وكذلك فإن مظاهر عدم السواء في معظمها ليست إلا تعبيراً عن سوء التوافق أو الفشل في تحقيقه. (عبد الحميد محمد الشاذلي، 2001، ص

(55)

فالتوافق عملية ديناميكية يقوم بها الفرد بصفة مستمرة في محاولاته لتحقيق التوافق مع نفسه أولاً ثم مع بيئته، تلك البيئة التي تشمل كل ما يحيط به من مؤثرات عديدة، ويتحقق التوافق بأن يقوم الفرد بتغيير سلوكه للمؤثرات المختلفة للوصول إلى حالة من الاستقرار النفسي والتكيف الاجتماعي مع بيئته. (سهير كامل أحمد، 2000، ص 26)

يشيع الخلط ما بين التوافق (**Adjustment**)، ومفهوم التكيف (**Adaptation**) فالأول خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته وحل صراعاته ومواجهة مشكلاته من إشباعات وإحباطات وصولاً إلى ما يسمى بالصحة النفسية أو السواء أو الانسجام والتناغم مع الذات ومع الآخرين في الأسرة وفي العمل. (محمد جاسم العبيدي، 2009، ص ص 14-15)

أما المفهوم الثاني أي التكيف فهو يشمل تكيف الكائن الحي عامة (الإنسان، الحيوان، النبات) إزاء البيئة المادية التي يعيش فيها لكي يتمكن من العيش.

فالتوافق يدل على الصحة النفسية إذا كانت أهداف الفرد تتفق مع قيم ومعايير المجتمع وأهدافه. (مروان بوحويج، عصام الصفي، 2009، ص 48)

كما يشير مصطلح التوافق حسب "Sillany" إلى تكيف العضو مع محيطه. (Nor Bert sill any, 2006, p06)

حيث يمكن دراسة مفهوم التوافق من إطارين على الأقل:

➤ **الإطار الشخصي:** ويشير أساساً إلى الجانب الذاتي من التوافق ويتضمن المعيار الرئيسي للتوافق الجيد والإشباع الكافي لحاجات الفرد وتوفر حالة من التوازن الداخلي لديه.

➤ **الإطار الاجتماعي:** بمعناه العام توافق الفرد مع معايير شكلية أو غير شكلية يقوم بوضعها الآخرين، كما يستخدم المصطلح بمعناه الضيق إلى التوافق مع الآخرين. (عبد الحميد

محمد الشاذلي، 2001، ص ص 25-26)

2- تعريف التوافق الزوجي:

هو حالة تتضمن التوفيق في الاختيار والاستعداد للحياة الزوجية والدخول فيها والحب المتبادل والإشباع الجنسي وتحمل المسؤوليات والقدرة على حل المشكلات والاستقرار الزوجي والرضى والسعادة الزوجية والتصميم على مواجهة المشكلات وتحقيق الانسجام والمحبة المتبادلة. (حسام محمود زكي علي، 2008، ص 65)

ويرى "مرسي" (1991) أن التوافق الزوجي: شعور لدى كل من الزوجين اتجاه قبول الطرف الآخر إلى جانب قبول المحيطين أيضا. (أحمد عبد اللطيف أبو أسعد، 2009، ص 493)

وقد اعتبر علماء النفس أن التوافق الزوجي: عملية يتم فيها إنجاز أعمال معينة لتحقيق أهداف وإشباع حاجات ومواجهة العوائق والصعوبات واحتواء الأزمات، والسيطرة عليها بأساليب ترضي الفرد، ويقبلها المجتمع الذي يعيش فيه.

وقد اعتبر "أديس وبرنامج" أن التوافق الزوجي يتحدد من خلال مستوى الشعور كرد من الزوجين بالسعادة الزوجية التي تتمثل في مجموع الانفعالات السارة في حياتهما مثل البهجة والشعور بالتفاعل. (Addis I, Ben Mland, N, 2002, P13)

يلاحظ من خلال استعراض التعاريف السابقة للتوافق الزوجي أنه لا يعني التطابق التام بين سمات الزوجين، ولا يعني الرضا الكامل عن كل مواصفات الشريك ولكن هو محاولة من كل طرف الكيف مع الطرف الآخر بدافع الحب، وتحقيق المصلحة المترتبة على استمرار العلاقة من إنجاب ورعاية أبناء وتحقيق الحاجات النفسية الاجتماعية.

3- المفاهيم المتداخلة مع مفهوم التوافق الزوجي:

3-1- التفاعل الزوجي: يحدث في الحياة الزوجية نوعان من العمليات النفسية حيث لا يمكن الفصل بين مفهومي التوافق والتفاعل الزوجي لأنهما يحدثان معا وتؤثر كلاهما على الآخر.

فالعمليتان مترابطتان ومتداخلتان ولا يحدث أي منهما بدون الآخر فهما مسؤولتان معا عن نمو الزواج أو توقفه أو انحرافه عن السعادة أو الشقاء في الزواج، إذ لا يحدث زواج دون توافق وتفاعل، فإذا توقف الزواج بالطلاق أو الوفاة توقف التفاعل والتوافق بين الزوجين. (عايدة شكري حسن، زق سيد إبراهيم ليلة، 2001، ص 42)

3-2- الرضا الزوجي: يشير الرضا الزوجي إلى المحصلة النهائية في حين التوافق الزوجي يشير إلى العوامل والمصادر المؤدية لتحقيق ذلك التوافق.

وتقول "كلثوم بلميهوب" عن الرضا الزوجي أن بعض الدراسات ميزت الرضا الزوجي بأنه حالة عامة من الشعور بحسن الحال وهذا يختلف لحد ما عن السعادة كحالة انفعالية إيجابية ويمكن تعريف الرضا على أنه: تقدير عقلي لنوعية الحياة التي يعيشها الفرد ككل، أو الحكم بالرضا عن الحياة.

3-3- السعادة الزوجية: يرى "مراد بوقطاية" أن السعادة الزوجية هي بمثابة عاطفة لفرد معين فهي ظاهرة فردية، بينما يشير التوافق الزوجي إلى إنجازات ثنائية أو مواقف زوجية.

3-4- الإستقرار الزوجي: يقصد باستقرار العلاقة الزوجية نجاحها وسلامتها من الاضطراب والتوتر الزوجي، مما يجعلها في منأى عن التعرض للتهديد بالفشل وما ينتج عنه من طلاق، فالاستقرار يتضمن التمسك بالعلاقة الزوجية، لأن كلا الطرفين يشعر بالتوافق والرضا والسعادة، أما العلاقة غير المستقرة فهي العلاقة التي يشعر فيها الطرفان بأنهما غير متوافقين وغير راضيين عن علاقتهما وأنهما تعساء مع بعضهما.

3-5- النجاح الزوجي: ترى "سنا الخولي" (1983) أن النجاح الزوجي يختلف عن التوافق الزوجي في أنه يشير إلى تحقيق واحد أو أكثر من الأهداف التالية: الدوام والرفقة فالنجاح يشير إلى أنه إنجاز ثنائي وموافقة زوجية. (غسييري يمينة، 2010، ص ص 44-45)

4- النظريات المفسرة للتوافق الزوجي:

يعد التوافق هدفا لكل فرد، فأبي فرد يحاول تحقيق التوافق في كل الأوقات وفي جميع الأماكن والمواقف، لهذا فإن أغلب الأفراد مدفوعين للقيام بالكثير من الأنشطة المتنوعة، ومنها: النجاح في الدراسة (التوافق الدراسي)، والتمتع بحياة أسرية سعيدة (التوافق الأسري) والزواج الموفق (التوافق الزوجي) وإذا استطاع الفرد تحقيق ذلك كان متوافقا بصورة جيدة.

وقد حاول الكثير من الباحثين تفسير التوافق بصفة عامة والتوافق الزوجي بصفة خاصة وهو ما سنحاول عرضه فيما يلي:

4-1- نظرية التحليل النفسي: يرى "فرويد **freud**" أن اختيار الشريك يكون بدوافع الشبه أو الحماية ويكون الاختيار قائما على أساس أن طبيعة العلاقات الانفعالية للطفل هي التي تشكل شخصيته، فالطفل يكون علاقة عاطفية وثيقة مع أحب الأشخاص المهمين في طفولته المبكرة، وعادة ما يكون (الأب) بالنسبة للطفلة، وتكون (الأم) بالنسبة للطفل الذكر، وعندما يكبر هذا الطفل يميل إلى إعادة تلك العلاقة ولإحيائها، حيث يبحث الزوج عن أم في زوجته أو تبحث الزوجة عن ولد في زوجها، وهذا الزواج تكون نهايته في العادة الفشل أو الطلاق أو استمرارية التعاسة والشقاء. (غسييري يمينة، 2010، ص 55)

كما يركز الاتجاه التحليلي على تاريخ العلاقات في تفسير السلوك الإنساني ويؤكد على تحليل العلاقات بين الأشخاص في محيط القيم الاجتماعية، وتظهر المشكلات الزوجية كسلوك يمثل صراعات الزوجين اللاشعورية نتيجة الإحباطات البيئية في السنوات الخمس الأولى من حياة الفرد فيبدي الزوجان أحدهما أو كلاهما ما تعرض له من خبرات سيئة في صورة إسقاطات

على الواقع مما يكون لها الأثر السلبي على التوافق. (فرحان بن سالم بن ربيع العنزي، 2008، ص 27)

4-2- النظرية السلوكية: وتركز على الجانب السلوكي ومبادئ التعلم فهي تنظر للتوافق وسوء التوافق على أن كليهما سلوك متعلم مكتسب، وذلك من خلال الخبرات التي يمر بها الفرد، حيث يكون السلوك التوافقي مقابلاً ومصاحباً بالتعزيز والتدعيم، أما السلوك اللاتوافقي فيقابل بالعقاب حيث أن السلوكيين يفسرون التفاعل الزوجي كمتطلب مهم لحدوث التوافق الزوجي من خلال الثواب والعقاب، حيث أن إثابة الفرد على سلوك ما غالباً ما يدعمه ويقويه للظهور مرة أخرى، فعندما يتفاعل الزوجان ويعزز أحدهما الآخر فإنه يحفز، وذلك يزيد التقارب والتوافق الزوجي بينهما، عكس إذا عاقب أحدهما الآخر أو حرمه من الثواب فإنه يشعره بعدم الارتياح وبسوء التوافق بينهما، لذلك فإن التوافق الزوجي يحدث إذا تفاعلا الزوجان وإشباع كل منهما الآخر يعود بالنفع عليهما بالنفع. (حسام محمود زكي علي، 2008، ص 89)

4-3- نظرية الذات: لقد اهتم "كارل روجرز" بالذات ومن هنا فقد نظر للتوافق وسوء التوافق في ضوء رؤيته للذات حيث يرى أن التوافق النفسي يتوافر عندما يكون الفرد متسقاً مع مفهوم الذات من خلال الخبرات التي يمر بها الفرد، لهذا ركز "كارل روجرز" على جهازين هما: الكائن الحي والذات، وقد يعارض أحدهما الآخر وحينئذ ينشأ سوء التوافق النفسي، فإن فكرة اتساق الفرد مع مفهوم ذاته تزيد تقديره لذاته وبناءً على ذلك يزيد التوافق الزوجي بينه وبين الشريك الآخر.

وهنا يتضح أن التوافق الزوجي يحدث إذا استطاع الفرد التوفيق بين الكائن الحي والذات، أما إذا اضطربت العلاقة بين الفرد وذاته فإنه يكون سيئ التوافق كما أن الفرد عندما يزداد توافقه الزوجي وأن مفهوم الذات لدى الزوج يتأثر ببعض العوامل منها قدرته على الإنجاب،

وأساليب المعاملة الزوجية بينه وبين الزوج الآخر وهذه الأمور تساعد في وجود زيادة التوافق الزوجي لدى الزوجين. (حسام محمود زكي علي، 2008، ص 90)

4-4-4- نظرية الدور: عند توافق توقعات الدور يحدث الانسجام والتوافق بين الزوجين وعند تعارض توقعات الدور لأحد الزوجين أو كلاهما قد يحدث عدم التوافق وتظهر المشكلات الزوجية، إلا أن نظرية الدور ينبثق عنها اتجاهان متباعدان، أحدهما: الاتجاه التفاعلي الرمزي ويشير هذا الاتجاه إلى أن التوافق الزوجي يتحدد في درجة تحقق ما تتوقعه الزوجة من زوجها وحقيقة ما يدركه الزوج في زوجته، فمفهوم تناقض الدور يظهر حين لا يتطابق السلوك مع المعايير التي يراها الأفراد مناسبة، مما يؤدي إلى عدم التوافق الزوجي وظهور المشكلات الزوجية التي تعود إلى عدم تقابل الرغبات المختلفة والمتطورة لأعضاء الأسرة أو اختلاف القيم.

أما الاتجاه الآخر في نظرية الدور فو الاتجاه الاجتماعي ويركز هذا الاتجاه على دراسة السلوك الإنساني الذي يحدث في مواقف أسرية فالسلوك الإنساني غير المتوافق يحدث عندما لا يتوافق مع تلك المواقف الأسرية لأن السلوك هو استجابة لذات الموقف. (فرحان بن سالم بن ربيع العنزي، 2008، ص 25- 26)

5- أبعاد التوافق الزوجي:

حدد "سباينز Spainer" (1976) أربع أبعاد للتوافق الزوجي:

- ❖ **اتفاق الزوجين:** ويشير إلى اتفاقهما على موضوعات مثل النواحي المالية للأسرة وأمور الترفيه والدين، فلسفة الحياة والواجبات المنزلية.
- ❖ **الإشباع (الرضا):** ويتضمن مرات تكرار الخلافات والثقة وشريك الحياة وما إذا قد كان قد سبق وضع الطلاق بالاعتبار والالتزام نحو استمرارية العلاقة الأسرية.

❖ **التوافق الإنسجامي:** ويشير إلى تضامن الزوجين والذي يتحدد من خلال تقارير عن مدى تكرار تبادل الأفكار والعمل معا في مشروع ما وممارسة الاهتمامات المشتركة.

❖ **التعبير العاطفي:** ينطوي على تألف الزوجين في إظهار العاطفة والعلاقات الجنسية.
(عايدة شكري حسن، رزق سيد إبراهيم ليلة، 2001، ص 51)

كما حدد "محمد السيد عبد الرحمن وراوية دسوقي" (1988) مجموعة من الأبعاد للتوافق الزوجي تتمثل فيما يلي:

❖ **الخطبة والاختيار الزوجي:** وتشمل اختيار الزوج لشريك حياته وتفاهما ورأيهما عن الاختيار.

❖ **التوافق السري:** أي الانسجام والاتفاق بين الزوجين على كافة أمور الحياة السرية.

❖ **النضج الانفعالي والعاطفي:** أي التجاوب الروحي والاتزان النفسي والعصبي وتبادل الحب والتسامح.

❖ **العلاقات الشخصية:** وتشمل العلاقات القائمة بين الزوجين في إطار الأسرة والزواج ويكون أساسها الاحترام المتبادل.

❖ **العلاقات الاجتماعية:** أي السعادة في إقامة علاقاته مع الآخرين والاتصال الاجتماعي في سهولة ويسر.

❖ **التوافق الجنسي:** ويتضمن السعادة الزوجية والإشباع والرضا الجنسي والعاطفي والاستقرار الزوجي. (غسييري يمينة، 2010، ص ص 51-52)

6- مظاهر التوافق الزوجي:

يعتبر التوافق الزوجي موضوعا حيويا يحدث بين الزوجين، ومع ذلك يمتد أثره إلى من حولهم، حيث يتم فيه إشباع مجموعة من الدوافع والحاجات.

فقد ذكر "محمد عبد الرحمن" (1986) أن في الزواج يتم إشباع الدافع الجنسي من خلال إطار شرعي يرضي عنه الدين والمجتمع، مما يزيد الرضا النفسي والجسدي لدى الفرد،

وكذلك يتم فيه إشباع دافع الوالدين، حيث أشارت "تور الهدى المقدم" (1997) إلى أن المرأة غير المنجبة تتعرض للإصابة بالأعصاب نتيجة شعورها بالنقص وعدم إشباع دافع الأمومة لديها، من هذا توصلت بعض الدراسات لمجموعة من العلامات الدالة على حدوث التوافق الزوجي والتي منها:

- ✓ الرضا عن الزواج بين الطرفين.
- ✓ التضامن والتواضع والتعامل بين الزوجين في أداء الأمور.
- ✓ الشعور بالسعادة والرضا عن الحياة والراحة النفسية والسلوك الاجتماعي المقبول
- ✓ شعور البناء بالأمن النفسي.
- ✓ شعور الدعم والمساندة من الطرف الآخر والأسرة، مما يساهم في حل المشكلات بسهولة نسبية.

- ✓ الإشباع الجنسي والتعاون الاقتصادي.
- ✓ النجاح والكفاءة في العمل حيث أن التوافق الزوجي للفرد قد يزيد في استقراره في عمله.
- ✓ حصول كل من الزوجين والقدرة على حل المشكلات وتقديم المساعدة لبعضهما. (حسام محمود زكي علي، 2008، ص ص 77-78)

7- عوامل تحقيق التوافق الزوجي:

تعمل هذه العوامل على تماسك الحياة الزوجية وترابطهما وتزداد قوتها ومن بين هذه العوامل نذكر ما يلي:

يحدد "الرشيدي والخليفي" (1998) العوامل التالية:

- ❖ **حجم التواصل الزوجي وأساليبه:** بمعنى هل يتحدث كل من الطرفين إلى الآخر ويهتم بحديثه ويبيدي من ردود الفعل ما يعبر عن الاستجابة المطلوبة.

- ❖ **الكفاءة في القيام بالأدوار الزوجية:** بمعنى هل يقوم الزوج بمسؤولياته الزوجية السرية على النحو الذي يتوقعه الطرف الآخر.
 - ❖ **المساندة المتبادلة:** هل يساند كل طرف الآخر في القيام بمسؤولياته.
 - ❖ **المسايرة والتعاطف:** أي إلى أي مدى يمتلك الزوجين القدرة على مسايرة كل منهما الآخر والتعاطف معه بالقول والفعل.
 - ❖ **الإرادة:** إلى أي مدى توجد الإرادة الذاتية لدى الزوجة لطاعة زوجها وإلى أي مدى توجد الإرادة الذاتية لدى الزوج لحماية زوجته والمحافظة عليها.
 - ❖ **المواعمة:** إلى أي مدى توجد القدرة والإرادة لدى الزوجين على التوفيق بين أدوارهم المختلفة كالأدوار الأسرية والزوجية ومتطلبات العمل.
 - ❖ **التلاقي:** إلى أي مدى توجد لدى الزوجين وحدة الأهداف وأساليب التفكير والاهتمامات المشتركة.
 - ❖ **التكامل:** إلى أي حد يمكن لكل من الزوجين أن يكمل جوانب النقص في الآخر وبما يساعد على تكامل الأدوار في الأسرة.
 - ❖ **التعزيز والاكتشاف:** قدوة الزوجين على معرفة المزايا والإيجابيات في بعضهما البعض وتعزيزها.
 - ❖ **الإقناع والاقتراع:** إلى أي حد يتمتع الزوجين بالمهارة والقدوة على الإقناع والقابلية والاستعداد الشخصي للاقتناع.
- ومن بين أهم العوامل التي تساهم في تحقيق التوافق الزوجي نجد:
- ❖ **الشخصيات:** لأن كل فرد له شخصيته المستقلة فإذا كان هناك تناغم وتلاحم حدث توافق وإذا لم تتسجم الشخصيات أدى ذلك إلى سوء التوافق.
 - ❖ **تغير الأدوار الاجتماعية وصراع الأدوار:** فمثلا خروج المرأة للعمل من أهم الأحداث في حياة الأسرة وقد تؤثر في الحياة الزوجية.

- ❖ اختلاف التنشئة الاجتماعية: فكل من الزوجين ترى في أسرة لها تقاليد وأعرافها.
- ❖ الجانب العاطفي الجنسي: وهو من الأسباب التي تساعد على تحقيق التوافق الزوجي.
- ❖ الوضع المادي: إذ يحتل المرتبة الثانية من حيث الأهمية وهو عامل أساسي في تحقيق التوافق الزوجي.
- ❖ الإنجاب: له تأثير كبير على حياة الزوجين في حين أن عدم الإنجاب قد يؤدي إلى الإدمان.
- ❖ تأثير الزواج على التوافق: ومدة الزواج فمع ازدياد مدة الزواج فإن كلا الزوجين يزدادان خبرة ووعي بمتطلبات الطرف الآخر. (فرحان بن سالم بن ربيع العنزي، 2008، ص ص 29-36)

الخلاصة:

يعتبر الزواج نقطة ارتكاز ودعامة رئيسية للأسرة فهو الركيزة والأساس الذي ينهض عليه البناء الاجتماعي كله، وللبقاء على هذه الأسرة والحفاظ على كيانها قوية ومتماسكة مشبعة لاحتياجات أعضائها النفسية والجسمية والاجتماعية علينا أن نفهم معنى التوافق الزوجي.

فهو هدف رئيسي ومهم لتحقيق الحياة الأسرية المستقرة والتوافق الزوجي شعور لدى كلا الزوجين تجاه قبول الطرف الآخر إلى جانب قبول المحيطين أيضا.

إن التوافق الزوجي يؤدي إلى الراحة الفردية لكل طرف، مما يساعد على التكيف مع ضغوطات الحياة وهذا للحفاظ على أطول مدة في العلاقة الزوجية أي استقرارها مدى الحياة.

ثانياً: التوافق النفسي

تمهيد:

الإنسان كائن حي يحمل معه عدداً من الحاجات النفسية والاجتماعية التي تسعى لإشباعها، ذلك أن سواء مرتبط بالإشباع المتوازن لهذه الحاجات، وهو ما يؤدي إلى تحقيق التوافق مع النفس ومع المجتمع، أي أن التوازن بين شخصه ومجتمعه وسنحاول التطرق إلى التوافق من حيث نشأته وطبيعته وأبعاده ثم أساليب التوافق ومعاييرها، مع التطرق إلى الأطر النظرية المفسرة للتوافق النفسي.

1- نشأة وطبيعة التوافق النفسي:

إن مفهوم التوافق من أكثر المفاهيم شيوعاً في علم النفس ذلك أنه تقييم سلوك الإنسان وعلم النفس إنما هو: علم سلوك الإنسان وتوافقها. (سهير كامل أحمد، 2000، ص 26)

وتتفق أغلب كتب علم النفس أن أصل مفهوم التوافق مشتق أصوله من علم الأحياء أو البيولوجيا، فيذكر "رتشارد لازوروس" أن مفهوم التكيف Adaptation ترجع أصوله وتقع جذوره في علم الأحياء، وأن مفهوم التكيف كان حجر الزاوية في نظرية التطور التي وضعها تشارلز داروين 1859.

ويضيف "رتشارد لازوروس" أن مفهوم التكيف قد استعير من البيولوجيا وتغير قليلاً بواسطة علماء النفس، وأعيدت تسميته بالتوافق Adjustment وذلك للتأكيد على نضال الفرد وكفاحه حتى يبقى ويتقدم في بيئته الاجتماعية والفيزيائية. (عبد الفتاح محمد دويدار، 1994، ص ص 522-523)

ويشيع خلط ما بين مفهوم التوافق ومفهوم التكيف، فالأول مفهوم خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته وحل صراعاته ومواجهة مشكلاته من اشباعات واحباطات وصولاً إلى ما يسمى بالصحة النفسية أو السواء أو الانسجام والتناغم مع الذات ومع الآخرين في الأسرة وفي

العمل وفي التنظيمات التي ينخرط فيها، وعليه فالتوافق مفهوم إنساني. (محمد جاسم، 2004، ص 14)

أما المفهوم الثاني وهو التكيف فهو يشمل تكيف الإنسان والحيوانات والنبات إزاء البيئة الفيزيائية التي يعيشون فيها، ولكي يعيش الكائن الحي سواء كان إنسان أو حيوان أو نبات في البيئة عليه تكيف نفسه لها وأن يعدل من نفسه وظروفه لمواجهة لها.

وعليه فالتوافق مفهوم إنساني، وهو يشير بشكل عام إلى نوع من المواءمة بين النفس ومتطلبات المواقف، فيكون موقف الإنسان أكثر من مجرد تكيف الإنسان لمتغيرات البيئة إذ قد يغير الإنسان في البيئة لتكون متوافقة معه. (فوزي محمد جبل، 2000، ص 64)

2- تعريف التوافق النفسي:

تتضمن الحياة القيام بعمليات توافقية بصفة مستمرة ومؤقتة، وعلى العموم يمكن أن نميز بين أربع مراحل لعملية التوافق هي التحريض، السعي إلى الحل، بلوغ الهدف، وتخفيض التوتر.

2-1- لغة: التوافق مأخوذ من وفق الشيء، أي ملائمة وقد وافقه واتفق معه توافقاً، وجاء بالمعجم الوسيط التوافق في الفلسفة هو أن يسلك المرء مسلك الجماعة ويتجنب الشذوذ في الخلق والسلوك.

ويعرف أيضاً بأنه التآلف والتقارب واجتماع الكلمة، وهي نقيض التنافر والتخالف والتصادم، وهذا المفهوم يختلف عن الاتفاق الذي يعني المطابقة التامة. (عمر السيف، 2007، ص 23)

2-2- اصطلاحاً: يوضح "أحمد عزت راجح" بأن التوافق: حالة من التواءم وانسجام الفرد مع نفسه ومع بيئته، وتبدو في قدرته على إرضاء أغلب حاجاته وتصرفه تصرفاً مرضياً إزاء مطالب البيئة المادية والاجتماعية، ويتضمن التوافق قدرة المرء على تغيير سلوكه وعاداته

عندما يواجه موقفاً جديداً أو مشكلة مادية أو مشكلة اجتماعية أو خلقية أو صراعاً نفسياً
تغييراً يناسب هذه الظروف الجديدة، فإن عجز الفرد عن إقامة هذا التوافق والانسجام بينه وبين
بيئته ونفسه، قيل إنه سيء التوافق، ويبدو سوء التوافق في عجز الفرد عن حل مشكلاته اليومية
على اختلافها عجزاً يزيد على ما ينتظره الغير منه، أو ما ينتظره من نفسه. (محمد عبد الفتاح
دويدار، 1994، ص 524)

ويعرف علماء النفس التوافق النفسي على أنه توافق الفرد مع ذاته وتوافقته مع الوسط
المحيط به وكل المستويين لا ينفصل وإنما يؤثر فيه ويتأثر به، فالفرد المتوافق ذاتياً هو
المتوافق اجتماعياً ويضيف علماء النفس بقولهم أن التوافق الذاتي هو قدرة الفرد على التوفيق
بين دوافعه وبين أدواره الاجتماعية المتصارعة مع هذه الدوافع بحيث لا يكون هناك صراع
داخلي. (بلحاج فروجة، 2011، ص 117)

يقول "صلاح مخيمر" أن التوافق النفسي: هو الرضا بالواقع المستحيل على التغيير (وهذا
جمود وسلبية واستسلام) وتغيير الواقع القابل للتغيير (وهذه مرونة وإيجابية وابتكار وضرورة)
ويرى أن عملية التوافق تتضمن إما تضحية الفرد بذاتية أو تتضمن تثبت وفرضها على العالم
الخارجي فإذا فشل أصبح عصبياً وإذا نجح كان عبقرياً. (حامد زهران، 2005، ص 27)

ويعرفه "شويين" أنه السلوك المتكامل والذي يحقق للفرد أقصى حد من الاستغلال
للإمكانيات الرمزية والاجتماعية التي ينفرد بها الإنسان، فالإنسان يتميز بالقدرة الهائلة على
استخدام الرموز وفي مرحلة الرشد يتقبل المسؤولية، ويُسبغ حاجات الغير وهذا التوافق يتميز
بالضبط الذاتي والتقدير للمسؤولية الشخصية والاجتماعية. (مصطفى خليل الشرقاوي، 1983،
ص 3)

ويرى "أحمد فايق" أنه حالة وقتي تتزن فيها قوى المجال بما فيه الشخص ذاته فكل مجال
إنساني يتضمن العديد من القوى المتنافرة المتنازعة ويتضمن الإنسان الذي سينحو بسلوكه

انتحاءا خاصا حسب نظام هذه القوى حيث ينعكس عليه تأثير هذا الانتحاء. (سهير كامل أحمد، 2001، ص28)

وتعرفه "إجلال محمد سرى" بأنه: عملية دينامية مستمرة يحاول الفرد فيها تعديل ما يمكن تعديله فيها حتى تحدث حالة من التوازن والتوفيق بينه وبين البيئة التي تتضمن إشباع معظم حاجاته الداخلية ومقابلة أغلب متطلبات البيئة الخارجية. (إجلال محمد يسرى، 1996، ص29)

3- النظريات المفسرة للتوافق النفسي:

اهتم العديد من العلماء النفسيين بوضع نظريات تمثل مجموعة من الاستنتاجات والتفسيرات حول شخصية الإنسان ووحدة وتكامل جوانب حياته وكيفية التداخل والتفاعل بين نواحي الشخصية والعوامل المؤثرة على توافقها النفسي، وفيما يلي سنستعرض بعض النظريات على النحو التالي:

3-1- نظرية التحليل النفسي: يرى "فرويد S.Freud" أن عملية التوافق لدى الفرد غالبا ما يكون لا شعورية بحكم أن الأفراد لا تعي الأسباب الحقيقية للكثير من سلوكياتهم، فالشخص المتوافق هو الشخص الذي يستطيع إتباع المتطلبات الضرورية بوسائل مقبولة اجتماعيا. (عبد الحميد الشاذلي، 2001، ص105)

ويعتمد التوافق لدى "فرويد S.Freud" على الأنا، فالأنا تجعل الفرد متوافقا أو غير متوافق فالأنا القوية تسيطر على الهو، والأنا الأعلى تحدث 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 الذي ينعكس عليها سلبا. (نبيل سفيان، 2004، ص165)

أما "يونغ yong" فيرى أن مفتاح التوافق والصحة النفسية يكمن في استمرار النمو الشخصي دون توقف أو تعطل كما أكد على أهمية اكتشاف الذات الحقيقية وأهمية التوازن في الشخصية السوية المتوافقة. (محمد جاسم، 204، ص25)

3-2- النظرية السلوكية: يعتبر كل من "واطسن وسكينر **Watson et Skinner**" من أشهر مؤسسي هذه المدرسة والتي ترى أن أنماط التوافق وسوء التوافق ما هي إلا أنماط سلوكية متعلقة (مكتسبة)، من خلال الخبرات التي يتعرض لها الفرد والتي أكدت على أن التوافق هو جملة من العادات تعلمها الفرد في السابق، وساهمت في خفض التوتر لديه إذ أشبعت دوافعه وحاجاته وإضافة إلى كونها مناسبة وذات فعالية في التعامل مع الآخرين. (يللي أحمد وافي، 2006، ص 69)

واعتقد "واطسن وسكينر **Watson et Skinner**" أن عملية التوافق لا يمكن لها أن تنمو عن طريق الجهد الشعوري بل تشكل بطريقة آلية من خلال التكرار والتلميحات البيئية والمعززات وأوضح "ولمان وكرانير **wilman et kranir**" أن الفرد الذي لا يثاب على علاقة مع الآخرين قد يتجنب التعامل معهم مما يتسبب في ظهور أشكال شاذة للسلوك. (بلحاج فروجة، 2011، ص 11)

3-3- النظرية الإنسانية: هي مدرسة متكونة من مجموعة علماء تجمعهم الاعتراض على التحليل النفسي والمدرسة السلوكية، ويجمعون على تأكيد بعض الجوانب التي تميز الإنسان عن الحيوان مثل الحرية والإرادة، وأهم رواد المدرسة الإنسانية "كارل روجرز، جوردن ألبرت، وبيرز".

❖ كارل روجرز: حيث يشير إلى أن الأفراد الذي يعانون من سوء التوافق يعبرون عن بعض الجوانب التي تقلقهم فيما يتعلق بسلوكهم غير المتسقة مع مفهومهم عن ذاتهم. (محمد جاسم، 2004، ص 25)

ويرى "روجرز" أن معايير التوافق تكمن في ثلاث نقاط:

- ❖ الإحساس بالحرية.
- ❖ الانفتاح على الخبرة.
- ❖ الثقة بالمشاعر الذاتية.

❖ **أبراهام ماسلو:** والذي يرى أن صاحب الشخصية المتوافقة هو الشخص الذي يحقق ذاته، وتحقيق الذات يعني تحقيق القوى الكامنة الفطرية عند الشخص والفرد الذي حظي بإشباع حاجاته الأساسية هو الشخص الذي يستطيع أن يحقق ذاته، ومن خصائص الشخصية المتوافقة:

❖ تقبل للذات وللآخرين وللطبيعة

❖ التمييز بين الوسائل والغايات

❖ إدراك أكثر فعالية للواقع وعلاقات مريحة معه

❖ الشعور القوي بالانتماء والتوحد مع بني الإنسان وشعور عميق بالمشاركة الوجدانية

والمحبة لبني الإنسان ككل

❖ علاقات شخصية متبادلة عميقة

❖ الاستقلالية الذاتية عن الثقافة وعن البيئة (عبد الحميد الشاذلي، 2004، ص 70)

❖ **بيرز:** أكد على أهمية التنظيم أو التوجيه وعلى أن يحيا الأفراد، هذا والآن دون خوف من المستقبل لأن هذا سيفقد الأفراد شعورهم الفعلي بالرضا. (محمد جاسم، 2004، ص 25) فالشخص المتوافق هو من يتقبل المسؤوليات ويتحملها على عاتقه ولا يلي بها للآخرين.

3-4- النظرية الاجتماعية: من روادها "فيرز، دنهام، رديك" ويقرون أن هناك علاقة بين الثقافة وأنماط التوافق فلقد ثبت أن هناك اختلاف في الأعراض الإكلينيكية للأمراض العقلية بين الأمريكيين والإيرلنديين. (محمد جاسم، 2004، ص 25)

وتنظر هذه النظرية إلى التوافق من خلال مظاهر السلوك الخارجي للفرد أو الجماعة، فالفرد عادة ما يلجأ إلى جماعة من الأفراد المحيطين به ويسعى إلى الانقياد لهم لكي يحقق التوافق، كما أوضحوا أن الطبقات الاجتماعية في المجتمع تؤثر في التوافق حيث صاغ ذوو

الطبقات الاجتماعية الدنيا مشاكلهم بطابع فيزيقي، كما أظهروا ميلا قليلا لعلاج المعوقات النفسية، وميلا أقل لمعالجة المعوقات الفيزيكية. (عمر السيف، 2002، ص ص 29-30)

وعندما نتعرض لدراسة التوافق في ضوء هذا المدخل، فيجب أن نشير إلى أن تعقد المجتمع الحديث يؤدي إلى تقليل فرض تكامل الشخصية، والدليل على ذلك الزيادة في نسبة من يقعون فريسة الأمراض النفسية والعقلية والعصبية في المجتمع الحديث المتغير باستمرار.

4- أبعاد التوافق النفسي:

تتعد مجالات الحياة فيها مواقف تثير السلوك والتي تبرز على مستويات مختلفة، ولقد اختلفت الآراء حول تحديد أبعاد التوافق النفسي تبعا لاختلاف نظرة العلماء والباحثين.

4-1- التوافق الشخصي: ويتضمن السعادة مع النفس والرضا عنها وإشباع الدوافع والحاجات الداخلية الأولية والفطرية والعضوية الفيزيولوجية والثانوية المكتسبة، ويتضمن كذلك التوافق لمطالب النمو في المرحلة المتتابعة. (حامد عبد السلام زهران، 1997، ص 25)

فالتوافق الشخصي عملية تشير إلى الأحداث النفسية التي تعمل على استبعاد حالات التوتر وإعادة الفرد إلى مستوى معين، وهو المستوى المناسب لحياته في البيئة التي يعيش فيها، فالفرد بهذا يتصرف مدفوعا بدوافع الهدف الذي يشبع هذا الدافع، وعندما تعترضه عواقب فإنه يقوم بأفعال وتصرفات واستجابات مختلفة حتى يجد بأنه باستجابته قد تغلب على العقبة ووصل إلى هدفه وأشبع حاجاته ودوافعه. (عطية محمود هناء، 1985، ص 65)

ويشمل السعادة مع النفس والثقة بها والشعور بقيمتها وإشباع الحاجات والسلم الداخلي والشعور بالحرية في التخطيط للأهداف والسعي لتحقيقها وتوجيه السلوك ومواجهة المشكلات الشخصية وحلها وتغيير الظروف البيئية والتوافق لمطالب النمو في مراحل المتتالية وهو ما يحقق الأمن النفسي. (عبد الحميد محمد الشاذلي، 2001، ص 60)

4-2- التوافق الصحي: تعتبر صحة الإنسان وسلامته من الأمراض والعيوب الجسمية مصدرا أساسيا من مصادر الصحة النفسية، ووجود عيب أو مرض أو خلل في التكوينات الجسمية

تؤدي إلى خلل في الوظائف الجسمية وتعطيل أدائها، ومما لا شك فيه أنه كلما كان الخلل كبيرا كان تأثيره أعمق وأوسع، إذا ما امتد إلى الوظائف النفسية المختلفة، ذلك أن التكوين البيولوجي ليس بمنأى عن التكوين النفسي بل إنهما يكونان معا وحدة متكاملة، ذلك أن الفرد إنما هو وحدة جسمية نفسية. (رمضان محمد القذافي، 1987، ص162)

حيث تكون الوظائف الجسمية متعاونة تعاوننا تاما لصالح الجسم كله، إذ لا يجوز في الحالة الصحية أن يقوم عضو جسم بنشاط أكبر أو أقل مما يتطلبه الجسد، وإلا نشأت حالة مرضية أي أنه قدرة الجسم على مواجهة الصعوبات التي تحيط بالفرد، ليتمكن بمقاومة التغيرات المألوفة من درجة حرارة الجو مثلا، بأن يتكيف الجسم معها بتغيرات في التغذية ومواعيدها، أي التوافق بين وظائف الجسم المختلفة في عملها. (عبد العزيز القوصي، 1982، ص6)

فالتوافق الصحي هو أيضا تمتع الفرد بصحة جيدة خالية من الأمراض الجسمية والعقلية والانفعالية، مع تقبله للمظهر الخارجي والرضا عنه، وخلوه من المشاكل العضوية المختلفة وشعوره بالارتياح النفسي تجاه قدراته وإمكانياته وتمتعه بحواس سليمة وميله إلى النشاط والحيوية معظم الوقت وقدراته على الحركة والالتزان والسلامة في التركيز مع الاستمرارية في النشاط والعمل دون إجهاد وضعف لمهنته ونشاطه. (زينب شقير، 2002، ص5)

4-3- التوافق الأسري: تعد الأسرة النواة الأولى التي يعيش الطفل في كنفها، والتي تعمل من أجل تحقيق الأمن والطمأنينة لكل الأفراد، وعليه يقصد بالتوافق الأسري أن يسود التناغم والانسجام بين أفرادها، وأن تخلو من الانفعالات والمشاحنات سواء فيما بين الأبناء أو بين الآباء. (مصطفى فهمي منصور، 1970، ص26)

وعلى هذا فالتوافق الأسري يتضمن الاستقرار والتماسك الأسري، وسلامة العلاقات بين الأبناء والآباء، والأبناء فيما بينهم، فيسود الحب والثقة والاحترام المتبادل بين كل أفراد الأسرة وقد يمتد التوافق الأسري ليشمل العلاقات الأسرية بين الأقارب وحل المشكلات الأسرية. (بطرس حافظ بطرس، 2008، ص ص32-33)

4-4-التوافق الاجتماعي: وهو ما يعرف بأنه: القدرة على عقد صلات اجتماعية راضية مرضية مع من يعاشرونه أو يعملون معه من الناس، صلات لا يغشاها التشكيك أو الشعور بالاضطهاد، ودون أن يشعر الفرد بحاجة ملحة إلى السيطرة أو العدوان على من يقترب منه، أو برغبة ملحة في الاستماع إلى إطرأهم له أو في استدرار عطفهم عليه أو طلب المعونة منهم، كما أنه يعد الفهم الكفء للتغيرات الاجتماعية سواء كانت أفكارا أو عادات أو ابتكارات أو ظروف بحيث يتمكن الفرد من إيجاد صيغة للتفاهم المشترك بينه وبين التغيرات الحادثة، بحيث تتضح له فكرته عن نفسه وبحيث تتمشى أهدافه مع الأهداف الجماعية. (عمر الخلف، 2008، ص84)

وأما "زينب محمود شقير" فتري أن التوافق الاجتماعي: هو قدرة الفرد على المشاركة الاجتماعية الفعالة، وشعوره بالمسؤولية الاجتماعية، وامتناله لقيم مجتمعه وشعوره بقيمته ودوره الفعال في تنمية مجتمعه، وقدرته على تحقيق الانتماء والولاء للجماعة من حوله، والدخول في منافسات اجتماعية بناء مع الآخرين، والقدرة على إقامة علاقات طيبة ايجابية مع أفراد المجتمع بما فيها الحرص على حقوق الآخرين في جو من الثقة والاحترام.

4-5-التوافق المهني: يتضمن الاختيار المناسب للمهنة والاستعداد لها علميا وتدريبيا، والدخول فيها والانجاز والكفاءة والإنتاج والشعور بالرضا والنجاح، ويعبر عنه العامل المناسب في العمل المناسب. (حامد زهران، 1997، ص27)

5- أساليب التوافق النفسي:

يمكن أن يلجأ الفرد إلى الكثير من أساليب التوافق وهي حيل دفاعية قد تقلل من الواقع المباشر لمثيرات الضغط، ومن بين هذه الأساليب نجد:

❖ الحيل الدفاعية الانسحابية:

❖ الانسحاب: عند مواجهة المواقف المزعجة والمؤدية إلى الفشل يلجأ بعض الأشخاص إلى اختيار أبسط الطرق للتخلص منها، وهي آلية الانسحاب والنأي بالنفس وذلك مثل النوم والأحلام وتناول المشروبات الكحولية. (شكوى نوابي نجاد، 2004، ص160)

النكوص: عندما يجابه الإنسان بصراع لا قبل له به ولا طاقة فإنه يتراجع أو ينسحب إلى أدوار سابقة من عمره. (فخري الدباغ، 1983، ص42)

الإنكار: ومعناه أن يتنكر الأنا أو يتبرأ ألياً من أحد طرفي الصراع الأقل أهمية والأشد سلبية على نفسه كالأم التي توفي ابنها وأنكرت الواقع الأليم وبقيت تتصرف كما لو كان ابنها على قيد الحياة. (فوزي محمد جبل، 2008، ص97)

التبرير: يحاول بواسطته الفرد إثبات أن سلوكه معقول وله ما يبرره أو يجيزه، ولذا يستحق القبول من الذات ومن المجتمع. (حلمي المليجي، 2000، ص66)

❖ الحيل الدفاعية العدوانية:

❖ العدوان: هو رد فعل مباشر للإحباط، يوجهه الفرد نحو الشخص أو الشيء المتسبب في إعاقته لتحقيق أهدافه للتخفيف من الشعور بالفشل.

❖ الإسقاط: وذلك بهدف إسقاط الإنسان ما لديه من عيوب ونقائص وغيرها من الرغبات السيئة والمذمومة على غيره للحفاظ على ذاته والتخفيف من شدة آلامه.

فبدلاً من أن نقر بأننا نكره شخصاً فإننا نسبب الكراهية للشخص هذا، وقد تعذبنا ضمائرنا فنخفف من عذابات الضمير بالقول إننا مضطهدون. (فيصل عباس، 1996، ص39)

❖ الحيل الدفاعية الإبداعية:

❖ النكوص: وهو عملية دفاعية لا شعورية يحاول بها الفرد الرجوع إلى الأساليب التي كان يقوم بها في مراحل نموه الأولى للتعبير عن دوافعه المكبوتة، أي يرتد فيه الفرد إلى ميول

ومشاعر وتصورات طفلية أو رجوع وظيفي يجعل الفرد يترد سلوكه واستجاباته إلى أنماط كان قد ألفها في الطفولة.

❖ **النسيان:** يعتبر النسيان من الحيل اللاشعورية الدفاعية، ويحدث نتيجة الكبت، حيث يلجأ إليه الفرد للتخلص من الدوافع غير المقبولة، والرغبات التي استحال تحقيقها، والذكريات المؤلمة فتختفي اختفاءً تاماً عند وعي الفرد وإدراكه ويزول ما كان يمكن أن يترتب عليها من سلوك، فقد ينسى الإنسان موعداً مع شخص لا يود في قرارات نفسه أن يقابله، وهذا النسيان يحدث لا شعورياً دون ذكر الأسباب.

❖ **التحويل:** هو حيلة لا شعورية دفاعية، وذلك بنقل الدوافع من أهدافها الأصلية إلى أهداف أخرى لا يثير القلق، وقد يظهر بشكل سلوكي في صورة عدوان لا ينصب على الأشخاص أو الأشياء التي أثارته، وبدلاً أن ينصب على مصدر الإحباط فإنه ينصب على أول كبح فداء يلقاه الإنسان في طريقه، مثل: الأب الغاضب من رئيسه لأنه أهانه أو أساء إليه قد يصب جأماً غضبه على زوجته أو أولاده أو خادمه.

❖ **الانسحاب:** وهو من الحيل اللاشعورية الهروبية، يؤدي إلى تخفيف التوتر والألم الناتج عن عائق يحول دون إشباع الفرد عن طريق الابتعاد والانسحاب عن موضوعها وهدفها، وتجنب المواقف التي تسبب الفشل أو التي تؤدي إلى النقد أو العقاب، فالشخص الذي يفشل في مواقفه الاجتماعية قد ينصرف عن محاولة التوافق الاجتماعي ويتجنب مصاحبة الناس، ويفضل وسائل التسلية والأعمال الانفرادية عن تلك التي تتضمن منافسة أو مباراة، ويكتفي بمشاهدة الناس دون مشاركتهم في النشاط.

والحيل الانسحابية أشد خطراً من الحيل العدوانية لأن الكشف عن الحيل الانسحابية صعب جداً، وأن تعديلها شاق لأن صاحبها لا يميل إلى التوافق والتجاوب من حوله. (صالح حسن الدايري، 2008، ص 87).

❖ أحلام اليقظة: وهي حيلة لا شعورية يلجأ إليها الناس جميعاً حيث يتخيلون فيها إشباع دوافعهم ورغباتهم التي عجزوا عن تحقيقها في عالم الواقع، ويتحدث عادة عن طريق الشرود الذهني، وتخيل وهمي لتحقيق رغبات دفينه، وليس من الضروري أن تكون أحلام اليقظة صوراً صادقة مطابقة للواقع، بل قد تكون رموزاً لأشياء تعكس حقيقة ما في اللاشعور من أمور مكبوتة، وهي حيلة تساعد في تصريف الطاقة وإشباع الدوافع المكبوتة، يتجنب الواقع والاكتفاء بالرمز الذي تقوم منامه.

وأحلام اليقظة تحدث في جميع مراحل العمر، إلا أنها تزداد خلال فترة الطفولة والمراهقة لإشباع الرغبات المكبوتة وحاجات لم يستطع الفرد إرضائها في عالم الواقع، فيما تبنى القصور في الهواء، وتوضح الخطط للمستقبل الذي ينشده الحالم ويعجز عن بلوغه، فيها يجد الفرد سلوى وخلصاً من القلق الناجم عن إحباط دوافعه، فتجد الضعيف يحلم بالقوة والفقير بالثروة والغني بالذكاء.

وأحلام اليقظة ظاهرة طبيعية عادية لا ضرر منها أن التجأ الفرد إليها بمقدار، أما إذا أثرت في الحياة النفسية فعندها تكون ضارة، وأمرًا خطيراً عندما يلتجأ إليها الفرد عند تزايد المشكلات. (صالح حسن الدايري، 2008، ص 89)

6- معايير التوافق النفسي:

للتوافق نوعان هما التوافق الحسن أو السوي، والتوافق السيئ أو الغير السوي يقتضي التمييز بينهما وجود معيار خارجي يسهل تصنيف السلوك ووضعه في المكان المناسب له، ونظراً لكثرة الاتجاهات المفسرة للسلوك الإنساني، فقد ظهرت العديد من المعايير التي تمكننا من تحديد نوع السلوك، ويتفق "أحمد عزت" و"عباس محمود" عوض على أن هناك أربعة معايير هي:

6-1-المعيار الإحصائي Statistical: يشير مفهوم التوافق تبعاً لهذا المعيار القاعدة المعروفة بالتوزيع الاعتدالي، والسوية تبعاً لهذه القاعدة تعني المتوسط العام لمجموعة الخصائص والأشخاص، والشخص اللاسوي هو الذي ينحرف عن المتوسط العام لتوزيع الأشخاص أو السمات والسلوك والمفهوم الإحصائي بذلك لا يضع في الاعتبار أن التوافق عند الشخص لابد أن يرافقه الرضا عنده. (عبد الحميد الشاذلي، 2001، ص ص 27-28)

6-2-المعيار المثالي Ideal: وهو عبارة عن أحكام قيمية تطلق على الأشخاص، ويستمد أصوله من الأديان المختلفة، والسواء حسب هذا المعيار هو الاقتراب من كل ما هو مثالي، والشذوذ هو الانحراف عن المثل العليا. (عبد الكريم قريشي، 1988، ص 84)

6-3-المعيار الحضاري Cultural: فالشخص السوي هو من ساير قيم ومعايير مجتمعه، أما الشاذ فهو الذي يخالف تلك القيم والمعايير.

ولكن هذا المعيار لا يمكن قبوله لكونه يعتمد على المجتمع، ويقلل من قيمة الفرد وقدراته كما أن قيم المجتمع ومعاييرها ليست حتماً صالحة وهي تختلف من مجتمع لآخر.

6-4-المعيار الإكلينيكي: يتحدد مفهوم التوافق أو الصحة النفسية في ضوء المعايير الإكلينيكية لتشخيص الأعراض المرضية فالصحة النفسية تتحدد على أساس غياب الأعراض والخلو من مظاهر المرض.

ويشير طلعت منصور إلى أن التوافق بالمعنى السابق يعتبر مفهوماً مضللاً وضيقاً فلا يكفي أن يخلو الفرد من الأعراض لكي نعتبره متوافقاً ولكن ينبغي أن تلقى أهدافه وطاقاته توظيفاً فعالاً في مواقف الحياة المختلفة ويحفف ذاته بشكل بناء، ولذلك فالمعيار الإكلينيكي لا يحدد التوافق على نحو إيجابي وذو معنى. (عبد الحميد محمد شاذلي، 2001، ص 30)

وعندما نتعرض لدراسة التوافق في ضوء هذا المدخل، فيجب أن نشير إلى أن تعقد المجتمع الحديث يؤدي إلى تقليل فرص تكامل الشخصية، والدليل على ذلك الزيادة في نسبة من يقعون فريسة الأمراض النفسية والعقلية والعصبية في المجتمع الحديث المتغير باستمرار.

7- سوء التوافق النفسي:

بالنسبة لاضطراب وسوء التوافق النفسي لدى الفرد والذي يعرف بأنه: استجابة سلوكية لمثيرات الضغوط، واختلاف مرحلة الطفولة والمراهقة والذي لا تكون ردوده صحيحة بشأن الأحداث والتغيرات.

إن الفرد الذي يواجه الضغوط وبشكل مستمر ومتزايد يكون لعدم التوافق النفسي والإصابة بالاضطراب السلوكي بالشكل الذي يكون واضحاً على تصرفاته وأنماط سلوكه، حيث أثبتت الدراسات: بأن الفرد الذي يواجه الضغط بازدياد مضطرب قد ينتهي به الأمر إلى ضعفه العام أمام أموره الحياتية المعتادة وكذلك إلى ضمور في فعالياته وأنشطته اليومية.

ولقد حدد كل من "بنتن" و "لنش" **Benton et Lynch**: أن ظاهرة اضطراب وسوء التوافق تكاد تكون منتشرة وبشكل لا يستهان به في أوساط العالم، وهو يظهر بشكل جلي وواضح في أنحاء المعمورة، حيث تكون الدراسات هناك على قدم وساق أن صح التعبير م أجل الوصول إلى نتائج يكمن من خلالها وضع البرامج والخط الكفيلة بعلاجها كل يتمتع الإنسان بقدر مناسب من الصحة النفسية حيث يكون بها فعالاً في المضمار الذي يعمل به والمكان الذي يسكن فيه.

وقبل الخوض في أسباب سوء التوافق النفسي لابد من الإشارة إلى أهم الأصناف التي صنفت بها اضطرابات التوافق النفسي، حيث يحددها كل من "بنتن" و"لنش" كالاتي:

❖ اضطراب التوافق النفسي بالمزاج المكتئب، حيث تبدو على الفرد هنا أعراض كآبة بسيطة.

❖ اضطراب التوافق النفسي الاجتماعي بالمزاج المتلهف المهموم، حيث تبدو على الفرد هنا أعراض قلق مهيجة وواضحة.

❖ اضطراب التوافق النفسي الاجتماعي بالقلق المختلط مع المزاج المكتئب، حيث تبدو على الفرد هنا أعراض مزدوجة من الكآبة والقلق.

❖ اضطراب التوافق النفسي الاجتماعي باضطراب التصرف، حيث تبدو على الفرد هنا أعراض متضاربة من السلوك بين المعايير الاجتماعية والمحددات الحضارية وبين تبدو الأعراض هنا على الفرد على شكل خصائص عاطفية وسلوكية مشتركة بالميزات العاطفية المختلطة وباضطراب التصرف وهذا ما يؤدي إلى تذبذب سلوكه بين هذا وذاك.

❖ اضطراب التوافق النفسي الاجتماعي الغير محددة عادة، حيث يكون هذت النوع من الاضطراب مجهول الهوية ولا يمكن درجه تحت أي من المسميات أعلاه، ولكنه يحدث في أغلب الأحيان ردا واستجابة للإجهاد والضغوط التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية.

أما عوامل سوء التوافق فنوجزها كالآتي:

❖ **عوامل وراثية وجسمية:** حيث أن للوراثة أثرها في سلوك الفرد وسلامة العوامل الوراثية مع التربية السليمة وصلاح البيئة كلها تؤدي بالنتيجة إلى حسن التوافق، ذلك أن بعض الاضطرابات الوراثية المرتبطة ببعض الإعاقات العقلية أو الجسمية تكون سببا في سوء التوافق وحتى وإن كانت الإعاقة لأسباب خارج نطاق الوراثة، لأن النقص الجسمي ووجود العاهات يؤدي إلى نقص وسوء التوافق علما بأن شدة العاهة تتناسب طرديا مع سوء التوافق.

❖ **عوامل بيئية واجتماعية:** إن للفرد حاجات لابد من إشباعها لتحقيق ذاته وبالتالي لتوافقه النفسي الاجتماعي وأن إشباع هذه الحاجات يجب أن تكون في أجواء اجتماعية سليمة ومقبولة وأن افتقاد مثل هذه الأجواء والتي تتمثل بسوء العلاقات الأسرية والاجتماعية وظروف الاقتصاد المنهار كلها تمثل هذه عوامل لسوء التوافق.

❖ **عوامل نفسية:** هناك العديد من العوامل النفسية التي تزيد من حدة سوء التوافق للفرد والمتمثلة بالانفعالات الشديدة والتي لا تتناسب مع المواقف التي تواجه الفرد، حيث يكون لهذه الانفعالات الغير متوازنة أثرها السيئ في أحداث سوء التوافق بالإضافة إلى أثرها السيئ من الناحية الجسمية والنفسية والاجتماعية.

وهناك من العوامل الأخرى التي تدخل في سوء التوافق والتي تتمثل في عدم فهم الفرد لذاته أو التقدير السالب للذات والذي يؤدي إلى عدم قدرة الفرد للتعرف على إمكانياته وطاقاته والذي ينعكس سلبا على تحديد الأهداف والفشل في تحقيقها، حيث مثل هذه الأمور تضاعف من سوء التوافق لدى الفرد وتعرضه إلى المزيد من الاضطرابات.

إن طبيعة استجابات الفرد إزاء الضغوط النفسية التي تتعرض إليها تتوقف على جملة من العوامل منها، طبيعة الضغط النفسي الذي يتعرض لها الفرد، وبنائه الشخصي، وحالاته المزاجية، وعمره الزمني، وصحته الجسمية وكذلك الجنس (ذكر، أنثى).

أما بالنسبة إلى ماهية الأحاسيس والمشاعر التي ترافق سوء التوافق النفسي، فإنها تختلف من حيث درجتها وحدثها ومن حيث تباين خبرات الأفراد الذين يتعرضون إليها.

حيث تشير "ديانا هيغر" إلى أنه عندما يقترن سوء التوافق مع القلق فإن الفرد ينتابه الشعور بالخوف والتطير بحيث نراه عصبيا طوال الوقت أو معظمه، أما إذا اقترن سوء التوافق بالاكنتاب فإن الانفعالات المرافقة تكون أكثر حدة وتظهر على الفرد أعراض تتمثل بالحزن، البكاء، فقدان الأمل الإحساس بالعجز أمام المشكلات التي تواجهه والإحساس باليأس.

وبناء على ما تقدم يمكن القول بأن التوافق يعني التغلب على الاحباطات وتحقيق الأهداف وإشباع الدوافع والحاجات بطريقة تتقبلها الذات والآخرين والقيم الاجتماعية وأن تحقيق

الانسجام والتوازن بين الدوافع والحاجات وانعدام الصراع النفسي من جانب آخر، فإن تحقق هذا للفرد أصبح متوافقاً مع نفسه ومجتمعه الذي يحيا فيه.

الخلاصة:

عرضنا في هذا الفصل أهم التعاريف المتعلقة بالتوافق النفسي، وتناولنا أهم النظريات المفسرة له، وتعرفنا على أبعاده، لنعرج في الأخير للحديث عن سوء التوافق النفسي وأهم مظاهره، أشكاله وأسبابه.

ثالثاً: الأستاذ

1- تعريف:

وأصل الكلمة فارسية ومعناها الماهر في عمله وحرفته والحرفة موهبة كانت أم مهنة، تتطلب مهارات متخصصة ثابتة القدرة الذاتية على الصقل والتطوير في انسجام بين الحفاظ على القواعد الأساسية المحددة للمهنة وإضافة تحسينات عليها.

حدد Gold العديد من الحاجات المرتبطة بالأستاذة الجامعية:

الحاجات الشخصية والفكرية	الحاجات السيكو-اجتماعية	الحاجات الفيزيولوجية والانفعالية
- الإثارة المعرفية. - أفكار جديدة. - معارف جديدة.	- الصداقة. - العلاقات. - الزمالة. - التفاعلات مع الآخرين.	- تقدير الذات. - الأمن. - التقبل. - مقاومة الأمراض.

وقد أضاف كل من "Ferman" و "Nemser" (2001) حاجات أخرى من بينها:

- الحاجة إلى امتلاك المعارف فيما يخص المناهج.
- التكيف مع خصوصيات الطلبة.
- التسيير والتحكم في التواصل.
- تنمية الممارسة المهنية.
- تحسين صورتها كأستاذة.

2- خصائص الأستاذة الجامعية:

2-1- الخصائص الأكاديمية: هي مجموعة من الخصائص التي تتعلق بتمكنها من المادة العلمية والاعتماد على المنهج العلمي في نقل أفكاره، والمتابعة للتطورات العلمية الجديدة في مجال تخصصها.

2-2- الخصائص المهنية: هي مجموعة من الخصائص تتعلق بتمكن عضو هيئة التدريس من مهارات تخطيط عملية التدعيم وتنفيذها والعناية بإعداد الدروس، واستخدام طرق تربوية تساعد على تطور مهارات التعلم الذاتية لدى طلابها.

2-3- الخصائص الشخصية: هي مجموعة من الخصائص تتعلق بتمكن عضو هيئة التدريس من التمتع بمظهر شخصي جذاب والجدية والإخلاص في أداء العمل وأن يكون قدوة حسنة لطلابه في قوله وفعله.

2-4- الخصائص الاجتماعية: هي مجموعة من الخصائص تتعلق بتمكن عضو هيئة التدريس من الاطلاع على ثقافة مجتمعه والتمتع بحسن التصرف مع طلابه في المواقف الصعبة، والقدرة على إقامة علاقات اجتماعية وإنسانية مع طلابه وزملائه والإدارة. (سناني عبد الناصر، 2011، ص 30)

الجانب التطبيقي

الفصل الثالث

الإطار المنهجي

تمهيد:

سنتناول في هذا الفصل الإجراءات اللازمة في الدراسة والتي تتضمن التعريف بالمنهج المتبع، وكيفية اختيار عينة الدراسة والأدوات المستعملة من خلال وصف المقياسين المطبقين في ضوء ما توصلنا إليه من تراث نظري ودراسات سابقة، وسنتطرق في خلاصة الفصل إلى أهم النتائج المتوصل إليها.

1- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية من أهم المراحل في البحث العلمي لما لها من أهداف تساعد الباحث في عملية التأكد من صحة توافق المنهج المختار للدراسة مع متغيراتها، وكذا معرفة مدى ملائمة أدوات القياس.

فالدراسة الاستطلاعية تزود الباحث من معرفة الظروف المحيطة بالمؤسسة، والتأكد من توفر عينة الدراسة وجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات حولها وتحديد الفئة العمرية والجنس. قمنا بدراستنا الميدانية بجامعة محمد خيضر بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بتاريخ: 10 مارس 2018، حيث قمنا باستطلاع الميدان وتجاوزنا مع الأساتذة حول موضوع الدراسة وشرحنا لهم المطلوب منهم والأهداف المرجوة من البحث، حيث نال هذا الموضوع إعجابهم.

2- الدراسة الأساسية:

2-1-مجالات الدراسة:

2-1-1-المجال المكاني: تمت الدراسة جامعة محمد خيضر بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية -بسكرة-.

2-1-2-المجال الزمني: تم إجراء الدراسة في الفترة الممتدة ما بين 20 نوفمبر 2017 إلى غاية 28 فيفري، بينما انطلقت في جانبها التطبيقي من تاريخ: 15 مارس 2018 إلى 30 أبريل 2018.

2-1-3-المجال البشري: شملت عينة الدراسة على (ن = 30) أستاذة متزوجة عاملة بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية -بسكرة-.

3- منهج الدراسة:

تم اختيار المنهج حسب ما تتطلبه الدراسة والأهداف التي نرغب الوصول إليها، وطبيعة البيانات المطلوب جمعها.

فالمنهج: هو الطريقة المتبعة أو المنهجية التي يتم وفقها تحقيق هدف من الأهداف. (مراد مرداسي وآخرون، 2008، ص 23)

وفي هذه الدراسة التي نسعى فيها للتعرف على علاقة التوافق الزوجي بالتوافق النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة، وجدنا أن المنهج المناسب هو المنهج الوصفي الارتباطي، مع استعمال مقياسين، مقياس "التوافق الزوجي" ومقياس "التوافق النفسي".

3-1-1-المنهج الوصفي الارتباطي: يهدف المنهج الوصفي أساسا إلى دراسة الظروف أو الظواهر أو المواقف أو العلاقات كما هي موجودة، والحصول على وصف دقيق لها يساعد على تفسير المشكلات التي تتضمنها أو الإجابة على الأسئلة الخاصة بها. (محمود عبد الحليم منسي، سهير كامل أحمد، 2002، ص 436)

حيث يمكن تعريف المنهج الوصفي: على أنه أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كميا عن طريق جمع بيانات ومعلومات

مقننة عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة. (سامي محمد ملحم، 2000، ص 369)

3-2- الدراسات الارتباطية: وهي الدراسات التي تهتم بالكشف عن العلاقات بين متغيرين أو أكثر لمعرفة مدى الارتباط بين هذه المتغيرات والتعبير عنها كميًا من خلال معاملات الارتباط بين المتغيرات أو بين مستويات المتغير الواحد. (محمد خليل عباس وآخرون، 2007، ص 77)

4- عينة الدراسة وكيفية اختيارها:

4-1- جمع البيانات: تمت عملية جمع البيانات على عينة الدراسة بالتعرف عليها، وبعدها تم تطبيق مقياسين "التوافق الزوجي" و"التوافق النفسي" بأخذ المعلومات اللازمة من المصدر مباشرة (عينة الدراسة).

4-2- اختيار العينة: اشتملت عينة الدراسة على الزوجات الجامعيات المتزوجات بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية.

وتم اختيار العينة بطريقة مقصودة (عمدية) وهي التي يختارها الباحث عن قصد لأنها تحقق أهداف دراسته بشكل أفضل. (مراد مرداسي وآخرون، مرجع سابق، ص 100)

5- أدوات الدراسة:

تم استخدام الأدوات التالية:

5-1- وصف مقياس التوافق الزوجي: يستهدف المقياس الأبعاد أو المجالات الأساسية للتوافق في الحياة الزوجية وسنعرض الأبعاد في الجدول التالي: المصمم من طرف "مراد بوقطاية" (2000).

جدول رقم (01): خاص بمجالات التوافق الزوجي وأرقام بنودها وتعريف كل مجال

تعريف الأبعاد والمجالات	الأبعاد والمجالات وأرقام البنود التي تشملها
طبيعة الاتصال بالوالدين والأقارب والأصدقاء والجيران.	1. العلاقات الاجتماعية: 2. 3. 4. 5. 6. 7. 9. 10. 11. 12. 13. 18. 19. 20. 21.
تتعلق بالإشباع والرضا الجنسي ومدى الاتفاق على تنظيم الإنجاب.	2. العلاقات الجنسية وتنظيم الإنجاب للزوجين: 1. 8.
يقصد بها مدى تطبيق واحترام التعاليم الدينية والقيم والأعراف الاجتماعية.	3. العلاقات الثقافية: 14. 15. 16. 17.
القرارات الأسرية تتخذ بالتعاون والتشاور بين الزوجين.	4. مجالات التعامل والتشاور بين الزوجين: 22. 23. 24. 25. 28. 30. 31. 34. 35.
الاعتناء بمظهر الأسرة والنظافة.	5. مجالات النظافة ومظهر الأسرة: 29.
مدى ارتياح الزوج في اختيار شريك حياته أو الزوجة للعيش مع شريك حياتها.	6. الاختيار الزوجي: 32. 45. 48.
اتجاه كل زوج إزاء زوجه	7. العلاقات بين الزوجين: 33. 36. 37. 38. 39. 40. 41. 42. 43. 44. 46. 47. 49. 50. 51. 52. 53. 54.

ولقد اتخذت صياغة الأسئلة (03) ثلاثة أشكال:

الشكل الأول: يتمثل في تقديم (31) فقرة وطلب من المجموعات أن يقدر درجة الاتفاق بينه وبين شريك (ة) حياته الزوجية في المواضيع التي تنص عليها الفقرات مجيباً على سلم خماسي ينطوي على الفئات المتدرجة التالية: يوجد اتفاق تام، يوجد اتفاق، يوجد اتفاق متوسط، يوجد اتفاق قليل، لا يوجد اتفاق إطلاقاً. (غسيري يمينة، مرجع سابق، ص ص 83-84)

الشكل الثاني: من الأسئلة: يتمثل في تقدير البحوث لرأيه وشعوره واتجاهاته ومدى رضاه في إطار الحياة الزوجية على سلم خماسي يختلف محتوى فئاته الخمس (05) حسب طبيعة السؤال ويوجد عشرين سؤال (20) على هذه الشاكلة.

أما الشكل الثالث: ويتجلى في اقتراح الصياغة الأساسية للسؤال متبوعاً ببدايات حسب طبيعة السؤال وتتكون هذه المجموعة من (03) ثلاث أسئلة. (غسيري يمينة، مرجع سابق، ص ص 83-84)

5-1-1-المقياس المستعمل في البحث: تم استخدام مقياس التوافق الزوجي المصمم من طرف بوقطاية مراد (2000) لتماشيه مع أهداف البحث الرئيسية بين التوافق الزوجي والتوافق النفسي لدى الأستاذة المتزوجة العاملة، والذي يحتوي على (54) بنداً يجيب عنها المفحوص وفق سلم خماسي التدرج تختلف تسمية الإجابة للسلم وفقاً لطبيعة السؤال.

5-2-وصف مقياس التوافق النفسي:

5-2-1-التعريف بالمقياس:

المقياس من إعداد "زينب شقير" 2003 يتكون من 80 فقرة تهدف إلى معرفة مستوى التوافق، والفقرات مقسمة لأربعة أبعاد وهي بعد التوافق الشخصي، وبعد التوافق الصحي، بعد التوافق الأسري وبعد التوافق الاجتماعي، يحتوي كل بعد على 20 عبارة منها فقرات موجبة وأخرى سالبة ويجب عليها بنعم أو لا أو أحياناً وأدنى درجة صفر وأعلاها 160.

5-2-2- طريقة تصحيح المقياس:

بالنسبة للعبارات الموجبة يكون التصحيح كالتالي:

تتطبق (2 درجة)، تتطبق أحيانا (1 درجة)، لا تتطبق (0 درجة).

بالنسبة للعبارات السالبة يكون التصحيح كالتالي:

لا تتطبق (2 درجة)، تتطبق أحيانا (1 درجة)، تتطبق (0 درجة). وفيما يلي جدول (2) و (3) يوضح مستويات التوافق النفسي ومستويات أبعاده الفرعية الأربعة.

جدول رقم (2) مستويات التوافق النفسي:

المستوى	التفسير
40-0	سوء توافق
80-41	توافق منخفض
120-81	توافق متوسط
160-120	مرتفع

جدول رقم (3) مستويات الأبعاد الفرعية لمقياس التوافق النفسي:

الأبعاد	المستوى	التفسير
توافق شخصي	10-0	سوء توافق
توافق صحي	20-11	توافق منخفض
توافق أسري	30-21	توافق متوسط
توافق اجتماعي	40-31	توافق مرتفع

6- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

تم اعتماد الأساليب الإحصائية التالية لمعالجة النتائج المتحصل عليها:

6-1- معامل الارتباط "بيرسون":

يهدف معامل الارتباط "بيرسون" لحساب الارتباك بين متوسطات النتائج المتحصل عليها بين مقياس التوافق الزوجي والتوافق النفسي.

6-2- البرنامج الإحصائي SPSS:

يشكل برنامج المحاسب الآلي "الحزمة الإحصائية لتحليل العلوم الاجتماعية" أداة هامة ومقدمة لإجراء التحليل الإحصائية اللازم لتحليل بيانات الأبحاث العلمية وفي كافة نواحي العلوم الاجتماعية، لا يعتبر هذا البرنامج الأداة الوحيدة لإجراء التحليلات الإحصائية اللازمة للأبحاث على المحاسب الآلي.

بل تتوفر برامج أخرى تحقق نفس الإمكانيات، إلا أنه برنامج يناسب لحد بعيد تحليل بيانات الأبحاث وغيرها في مجال العلوم الاجتماعية. (جمال محمد شاكر، 2005، ص 59).

خلاصة:

لقد تم الاعتماد في هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي وذلك كونه منهج يدرس الظروف أو العلاقات كما هي موجودة، ويحصل على وصف دقيق لها يساعد على تفسير أو الإجابة على الأسئلة الخاصة بها، أما أدوات الدراسة فتمثلت في تطبيق مقياسين: مقياس التوافق الزوجي والتوافق النفسي، وذلك بغية الوصول إلى هدف الدراسة وهو الكشف عن العلاقة بين التوافق الزوجي والتوافق النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة.

الفصل الرابع:

الإطار التطبيقي

1- عرض نتائج فرضية الدراسة:

تنص هذه الفرضية على أنه: للتوافق الزوجي علاقة بالتوافق النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة.

للتحقق من صحة الفرضية قمنا بحساب معامل الارتباط "بيرسون" بين درجات التوافق الزوجي ودرجات التوافق النفسي لدى عينة الدراسة وجاءت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (04): يوضح معامل الارتباط بين متوسطات درجات التوافق الزوجي ومتوسطات درجات التوافق النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة

مستوى الدلالة	معامل الارتباط "بيرسون"	ن	
دال عند مستوى (a=0.05) و (0.01=a)	0.88	30	درجات التوافق الزوجي
			درجات التوافق النفسي

التعليق على الجدول: يتضح من خلال الجدول (04) أن هناك علاقة ارتباطية بين متوسطات درجات التوافق الزوجي ومتوسطات درجات التوافق النفسي كأستاذة جامعية متزوجة لكون قيمة معامل الارتباط المحسوبة كانت أكبر من القيمة المجدولة عند مستويي الدلالة (a=0.05) و (0.01=a) وهذا يبين تحقق الفرضية.

2- مناقشة نتائج فرضية الدراسة:

تشير هذه الفرضية إلى أنه للتوافق الزوجي علاقة بالتوافق النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة، وقد تم التحقق من صحة هذه الفرضية وتبين أن هناك علاقة ارتباطية بين التوافق الزوجي والتوافق النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة.

وهذا راجع ربما إلى أول شيء والمتمثل في الاختيار الزوجي السليم والاختيار المناسب للعمل وطبيعته والرضا عنه، والتفاهم حول توزيع الأدوار في الأسرة وهذا ما يجعلها تربط بين طبيعة حياتها الزوجية وعملها، كما قد تسهم الحالة الاقتصادية في اتزان العلاقة بين الزوجين أو في توتر العلاقات الأسرية، فالدخل الذي يحص عليه الزوج هو جزء من الصورة التي تحملها الزوجة عن زوجها وهذا ما قد يؤدي إلى ارتفاع أو انخفاض في مستوى التوافق الزوجي ومنه التأثير على توافقها النفسي.

أما من منظور التحليل النفسي فإن التوافق الزوجي يتأثر في حالة التوازن بين مكونات الشخصية، والعلاقات بين الأشخاص في محيط القيم الاجتماعية (الأسرة/ العمل)، وأن تفهم سمات شخصية شريك الحياة كانت بمثابة أداة تنبؤ بالتوافق الزوجي، حيث حرصت بعض الدراسات لـ "جولي شوماشخ Julie Schumacher" (2001) و "وليام ريشارد Richard William" (1984) على ضرورة الاهتمام بشخصية الزوج والعوامل الخاصة به لأن تعامله مع زوجته يؤثر بشكل كبير على توافقها الزوجي والنفسي. (هاني هلال، مرجع سابق، ص 7)

أكد "روجرز" صاحب نظرية الذات في تفسيره للتوافق الزوجي، أنه كلما زاد تقدير الفرد لذاته كلما زاد توافقه، حيث دعمت هذه الفكرة "راوية دسوقي" (1993) فكرة اتساق الفرد مع مفهومه لذاته ويزيد تقديره لذاته وبناءً عليه يزيد توافقه الزوجي، وهذا ما يؤدي إلى زيادة توافقها النفسي. (حسام محمود زكي علي، مرجع سابق، ص ص 89-90)

ومن بين الجوانب المهمة في عملية التوافق الزوجي العلاقات الاجتماعية التي تنعكس على التوافق النفسي وهو بدوره ما يؤثر على عمل هذه الزوجة، وهذا ما أكدته دراسة "جورنويج Groeneweg" (1995) عن وجود علاقة دالة بين الكفاءة المهنية والشعور بالتماسك والترابط الاجتماعي.

كما أن دراسة "تيرمان Terman" تؤكد أن أحد عوامل سوء التوافق الزوجي هو افتقاد العلاقات الشخصية مع الأصدقاء، أي أن العلاقة الزوجية تتأثر بانخفاض مستوى العلاقات الاجتماعية مع الآخرين وهو بدوره ما يؤثر على توافقها النفسي والقيام بعملها بأكمل وجه. (هاني هلال، مرجع سابق، ص 4)

ومن منظور التحليل النفسي فقد ذكر "فرويد" أن الجانب النفسي بعد مهم من أبعاد التوافق الزوجي في حياة الفرد، حيث ذكرت "نادية إميل" (1976) أن عدم التوافق الجنسي يعتبر سببا في حدوث المشكلات والشقاق بين الزوجين وقد أشارت أيضا "هالة سيد" (1998) أن التوافق العاطفي الجنسي جانب مهم في تحقيق التوافق الزوجي أو منعه، فالعلاقة الجنسية تجدد عطاء الزوجين، وهذا ما أكدته دراسة "رحاب العيساوي" (2003) أن بعد العلاقة الجنسية شكلا ومضمونا أعلى ارتباط مع بعد العلاقة الشخصية وهذا ما يوضح أهمية العلاقة الجنسية التي تدعم العلاقة الزوجية عند الزوجة.

كما أن أساليب المعاملة لها اثر كبير على الحياة الزوجية حيث قام "بيومي خليل" (1990) بدراسة والتي كان من أهدافها معرفة أساليب المعاملة الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزوجي، وتوصل إلى وجود علاقة موجبة دالة بين المودة والرحمة والتوافق الزوجي، فعندما تسود النظرة التفاعلية والالتزان الانفعالي والمرونة في المعاملة ومراعاة مشاعر الطرف الآخر وبناء على هذا يزداد قرب الزوجين من بعضهما ويزداد حبهما لبعضهما فعندما يشعران بالريح

النفسي جراء زواجهما، فيعدل كلاهما مشاعره وأفكاره وسلوكاته حتى يقترب من مشاعر وأفكار وسلوكات الطرف الآخر، وبذلك يستمر التفاعل الإيجابي بينهما مما يترتب عليه زيادة التوافق النفسي وبالتالي يزداد توافق الزوجي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة.

وهو ما ينعكس إيجاباً على الحياة العملية للزوجة حيث يعطيها توافقها الزوجي دافعا لتحقيق أهدافها وبلوغ أعلى الدرجات، والسمو إلى أعلى المراتب وتحقيق مكانة لها وسط المجتمع.

إذن فالتوافق الزوجي يتحقق عن طريق مجموعة من المعايير والمتمثلة في أساليب المعاملة والإشباع الجنسي، والتناسق بين مختلف المعايير الدينية والثقافية والاجتماعية والاقتصادية بالإضافة إلى الاختيار الموفق، وكل هذه العوامل تؤدي بالزوجة العاملة إلى الاستقرار الاطمئنان والشعور بالأمن النفسي والراحة وحب العمل وتحسين مستواها الوظيفي والتوسع فيه والوصول إلى مراتب عليا وفي الأخير تم التوصل إلى أنه: توجد علاقة بين التوافق الزوجي والتوافق النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة.

خاتمة

للأسرة مكانة هامة ومتميزة بالنسبة للمؤسسات الاجتماعية الأخرى، وقد شاع الاهتمام بها من طرف الفلاسفة والمفكرين منذ القدم كما ركزت عليها مختلف الأديان، وذلك بسبب الآثار التي تخلفها الحياة الأسرية في الزوجين والأولاد، والحاجات التي تقتضيها لهم، وللنتائج التي تضيفها أو تحدثها في المجتمع بأكمله، فالجو النفسي عامة للأسرة قد يكون من العوامل المؤثرة في سعادة الزوجين.

ومن خلال طرحنا لموضوع الدراسة والتطرق إلى عرض مختلف فصولها النظرية منها والتطبيقية يتضح لنا أن للتوافق الزوجي هدف رئيسي ومهم في تحقيق الحياة الأسرية المستقرة، حيث يعتبر من الموضوعات الحيوية لأنه يتصل ويشمل بين العلاقة بين الزوج والزوجة ويمتد إلى الأبناء، ولهذا فبقدر توفر التوافق الزوجي في أسرة المجتمع بقدر ما زادت قوة هذا المجتمع وصلابته وزيادة إنتاجيته، حيث أنه يضيف نوعا من الاستقرار على جميع أعضاء الأسرة مما ينعكس إيجابا على أداء كل منهما لوظائفه المختلفة بشكل صحيح، والقيام بأدوارهما كما يجب ودافع يدفع الزوجين للسعي وراء تحقيق أهداف الحياة ورفع مستوى أدائهما في مختلف مجالات الحياة الزوجية منها وحتى المهنية والاجتماعية، فمفهوم التوافق الزوجي هو العماد الرئيسي لبقاء الأسرة والحفاظ على كيانها كأسرة قوية متماسكة مشبعة لاحتياجات أعضائها النفسية والجسمية والاجتماعية، وعاملة ومشاركة في إنجازات العالم الذي نعيش فيه، فالتوافق الزوجي مرتبط بالتوافق النفسي لدى الزوجة ويلعب دور مهم في الحياة العملية فهو كدافع لإنجاز العديد من الأعمال المختلفة مما يخلق لها مكانة مميزة.

قائمة المراجع

قائمة المراجع

المراجع العربية:

الكتب العربية:

- 1- إجلال محمد يسري، (2000): علم النفس العلاجي، ط 2، عل الكتب النشر والطباعة والتوزيع، القاهرة، مصر.
- 2- أحمد عبد اللطيف، (2009): دليل المقاييس والاختبارات النفسية والتربوية، ط 1، بيونز للطباعة للنشر والتوزيع، عمان.
- 3- بطرس حافظ بطرس، (2008): التكيف والصحة النفسية للطفل، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 4- حامد عبد السلام زهران، (1997): الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط 1، دار المسيرة للنشر.
- 5- حسام محمد زكي علي، (2005): الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزوجي وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى عينة من معلمي الفئات الخاصة، رسالة ماجستير، كلية التربية جامعة المينا، مصر.
- 6- حلمي المليجي، (2000): علم النفس المعاصر، ط 8، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت، لبنان.
- 7- رمضان محمد القذافي، (2001): الشخصية نظرياتها واختياراتها وأساليب قياسها، المكتب الجامعي الحديث، مصر.
- 8- زينب محمود شقير، (2003): مقياس التوافق النفسي، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، مصر.

قائمة المراجع

- 9- سناني عبد الناصر، (2011-2012): الصعوبات التي يواجهها الأستاذ الجامعي المبتدئ في سنوات الأولى من مسيرته المهنية، رسالة لنيل شهادة دكتوراه، جامعة منتوري محمود، قسنطينة.
- 10- سهير كامل أحمد، (1999): الصحة النفسية والتوافق، ب ط، مركز الإسكندرية للكتاب، مصر.
- 11- سهير كامل أحمد، (2000): التوجيه والإرشاد النفسي، ب ط، مركز الإسكندرية للكتاب، مصر.
- 12- سهير كامل أحمد، (2002) : دراسات في سيكولوجية الطفولة، ط 2، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية، مصر.
- 13- صالح حسن الداھري وسفيان، (2008): أساسيات التوافق النفسي الاضطرابات السلوكية والانفعالية، ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان.
- 14- عايدة شكري حسن، رزق إبراهيم ليلة، (2001): ضغوط الحياة والتوافق الزواجي لدى المصابات بالاضطرابات السيكوسوماتية والنوبات "دراسة مقارنة"، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة عين الشمس، مصر.
- 15- عبد الحميد الشاذلي، (2001): الواجبات المدرسية والتوافق النفسي، مكتبة العلمية للكمبيوتر والنشر والتوزيع، الإسكندرية، مصر.
- 16- عبد الحميد محمد الشاذلي، (2001): التوافق النفسي للمسنين، ب ط، المكتبة الجامعية، الأردن.
- 17- عبد الحميد محمد شاذلي، (2001): التوافق النفسي للمسنين، المعهد العالي للخدمة الاجتماعية، بأسون المكتبة الجامعية، الإسكندرية.

قائمة المراجع

- 18- عبد الفتاح محمد دويدر، (1994): في الطب النفسي وعلم النفس المرضي الإكلينيكي، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان.
- 19- عبد الكريم الغريبي، (1988): علاقة الاختلاط في التعليم بالتوافق النفسي والاجتماعي لطلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير (غ م)، قسم علم النفس جامعة عين شمس، مصر.
- 20- غسيري يمينة، (2010): مجالات تحقيق التوافق الزوجي، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجزائر.
- 21- فخري الدباغ، (1993): أصول الطب النفسي، ط 3، دار الطليعة، لبنان.
- 22- فرحان بن سالم بن ربيع العتري، (2010): دور أساليب التفكير ومعايير اختيار الشريك وبعض المتغيرات الديمغرافية في تحقيق مستوى التوافق الزوجي لدى عينة من المجتمع السعودي، رسالة دكتوراه، كلية التربية قسم علم النفس، جامعة أم القرى، السعودية.
- 23- ليلي أحمد وافي، (2006): الاضطرابات السلوكية وعلاقتها بمستوى التوافق النفسي لدى الأطفال المتفوقين، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- 24- محمد جاسم العبيدي، (2009): مشكلات الصحة النفسية -أمراضها وعلاجها- ط 1، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان.
- 25- محمد جاسم محمد، (2004): مشكلات الصحة النفسية، مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 26- محمود عطية، (1978): الصحة النفسية، القاهرة.
- 27- مصطفى خليل الشراوي، (1983): علم الصحة النفسية، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان.
- 28- منصور فهمي مصطفى، (1970): التوافق الشخصي والاجتماعي، مكتبة الخزناجي للنشر، القاهرة، مصر.

قائمة المراجع

29- نبيل سفيان صالح، (2004): الشخصية والإرشاد النفسي، ايتراك للنشر والتوزيع، القاهرة. بلحاج فروجة، (2011): التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير غير منشورة، جامعة تيزي وزو، بسكرة، الجزائر.

30- نسيمة بومعراف، (2013-2014): دور الثقافة التنظيمية في التوافق النفسي الاجتماعي للعامل، رسالة لنيل شهادة دكتوراه العلوم في علم النفس تخصص علم النفس الاجتماعي.

➤ المراجع بالفرنسية:

31- Addis I Benmand,(2002): mental adjestment and intional beliejs, joummal of rationl emetirof cojtiree behanior theiapry.

32- Norbert Sillany, (2006): dictionnaire depsuchologie larousse.

المواقع الإلكترونية:

33- <http://www.gaza.hacker.net/cc/archive/index.php/t-2088.html>

05/01/2018.

الملاحق

الملحق رقم (01)

مقياس التوافق الزوجي

لمراد بوقطاية سنة 2000

في إطار إجراء دراسة حول التوافق الزوجي نرجو منكم المساعدة بالإجابة على أسئلة الاستمارة التالية:

تتكون الاستمارة من مجموعة من العبارات حول الحياة الزوجية، الرجاء منكم الإجابة عنها بكل موضوعية ودقة، ذلك بوضع إشارة (X) في الخانة المناسبة أمام كل عبارة. ما هي درجة الاتفاق بينك وبين زوجك (ك) في الأمور التالية:

لا يوجد اتفاق إطلاقاً	اتفاق قليل	اتفاق متوسط	اتفاق	اتفاق تام	
					1. في تنظيم الإنجاب؟
					2. في العلاقات مع الأقارب؟
					3. في العلاقات مع الأصدقاء؟
					4. في العلاقات الوالدين؟
					5. في العلاقات مع الجيران؟
					6. في اختيار الأصدقاء؟
					7. في اختيار الجيران؟
					8. في العلاقة الجنسية؟
					9. في تدخل حماة الزوج في حياتك الزوجية؟
					10. في تدخل حماة الزوجة في حياتك الزوجية؟

الملحق رقم (01)

					11. في تدخل أصدقاء الزوج في حياتك الزوجية؟
					12. في تدخل أصدقاء الزوجة في حياتك الزوجية؟
					13. في تدخل الجيران في حياتك الزوجية؟
					14. في أداء الصلاة؟
					15. في أداء الصدقة؟
					16. في أداء الصوم؟
					17. في لبس الحجاب؟
					18. في تبادل الزيارات مع الأصدقاء؟
					19. في تبادل الزيارات مع الجيران؟
					20. في تبادل الزيارات مع الوالدين؟
					21. في تبادل الزيارات مع الأقارب؟
					22. في تربية الأطفال؟
					23. في مصاريف البيت؟
					24. في توفير المال؟
					25. في تسيير وتخطيط الحياة الزوجية؟
					26. في تدخل صهر الزوج في حياتك الزوجية؟
					27. في تدخل صهر الزوجة في حياتك الزوجية؟
					28. في التعاون بينكما؟

الملحق رقم (01)

					29. في الاهتمام بالمظهر الخارجي؟
					30. في الاعتماد على النفس في تسيير وتخطيط الحياة الزوجية؟
					31. في أمور الطبخ؟

32. ما هي رغبتك في تغيير زوجتك (ك)؟

1. لا توجد أي رغبة

2. لا أرغب

3. رغبة متوسطة

4. رغبة معتبرة

5. رغبة عالية

33. إلى أي مدى يقلل (تقلل) الزوج (ة) من مكانة زوجته (ها)؟

1. أبدا

2. نادرا

3. في بعض الأحيان

4. في كثير من الأحيان

5. دوما

34. إلى أي مدى تقدر (ين) مشاركة الزوج (ة) في اتخاذ القرارات المتعلقة بالحياة الزوجية؟

1. تقدير كبير

2. تقدير مقبول

3. تقدير متوسط

4. تقدير ضعيف

الملحق رقم (01)

5. تقدير ضعيف جدا

35. إلى أي مدى أنت راض (ية) عن الوقت الذي تخصصه (يخصسه زوجته) للاستماع إليك؟

1. راض (ية) جدا

2. راض (ية)

3. راض (ية) نوعا ما

4. غير راض (ية) تماما

36. ما هي درجة الاحترام المتبادل بينك وبين زوجتك (ك)؟

1. احترام كبير

2. احترام معتبر

3. احترام متوسط

4. احترام ضعيف

37. إلى أي درجة أنت راض (ية) عن تلبية حاجياتك من طرف زوجتك (ك)؟

1. راض (ية) تماما

2. راض (ية)

3. راض (ية) نوعا ما

4. غير راض (ية)

5. غير راض (ية) تماما

38. ما هي درجة رضاك وأنت مع زوجتك (ك) خارج البيت؟

1. راض (ية) تماما

2. راض (ية)

الملحق رقم (01)

3. راض (ية) نوعا ما
 4. غير راض (ية)
 5. غير راض (ية) تماما
39. ما هي درجة رضاك وأنت مع زوجتك (ك) داخل البيت؟
1. راض (ية) تماما
 2. راض (ية)
 3. راض (ية) نوعا ما
 4. غير راض (ية)
 5. غير راض (ية) تماما
40. ما هي درجة تبادل التعاطف مع شريك (ة) حياتك؟
1. تبادل كبير
 2. تبادل مقبول
 3. تبادل متوسط
 4. تبادل ضعيف
 5. تبادل ضعيف جدا
41. ما هي درجة تبادل المحبة مع شريك (ة) حياتك؟
1. درجة كبير
 2. درجة مقبول
 3. درجة متوسط
 4. درجة ضعيف
 5. درجة ضعيف جدا

الملحق رقم (01)

42. ما هي درجة شعورك بالسعادة مع شريك (ة) حياتك؟

1. سعادة كبيرة

2. سعادة معتبرة

3. سعادة متوسطة

4. سعادة قليلة

5. لا توجد سعادة بتاتا

43. ما هي درجة تقديرك لشخصيتك (ك)؟

1. تقدير كبير

2. تقدير معتبر

3. تقدير متوسط

4. تقدير ضعيف

5. تقدير ضعيف جدا

44. ما هي درجة شعورك بالراحة وأنت عائد (ة) إلى بيتك؟

1. راحة كبيرة

2. راحة معتبرة

3. راحة متوسطة

4. راحة قليلة

5. لا توجد راحة بتاتا

45. ما هي درجة سعادتك بحسن اختيارك لزوجتك (ك)؟

1. سعادة كبيرة

2. سعادة معتبرة

الملحق رقم (01)

3. سعادة متوسطة
4. سعادة قليلة
5. لا توجد سعادة بتاتا
46. إلى أي مدى أنت راض (ية) عن الوقت الذي تستغرقانه معا في تبادل الحديث؟

1. راض (ية) تماما
2. راض (ية)
3. راض (ية) نوعا ما
4. غير راض (ية)
5. غير راض (ية) تماما
47. ما هي درجة الثقة التي تضعها في شريك (ة) حياتك؟

1. ثقة كبير
2. ثقة معتبرة
3. ثقة متوسطة
4. ثقة ضعيفة
5. ثقة ضعيفة جدا

48. ما هي درجة قناعتك عن الإفشاء بالأسرار بينك وبين زوجتك (ك)؟

1. قناعة كبيرة
2. قناعة معتبرة
3. قناعة متوسطة
4. قناعة ضعيفة

الملحق رقم (01)

5. قناعة ضعيفة جدا

49. إلى أي درجة تظهر زوجتك (ك) غيرتها (ه)؟

1. غيرة كبيرة جدا

2. غيرة كبيرة

3. غيرة

4. غيرة ضعيفة

5. غيرة ضعيفة جدا

50. ما هي درجة رضاك عن الوقت الذي تقضيانه معا في وقت الفراغ؟

1. راض (ية) تماما

2. راض (ية)

3. راض (ية) نوعا ما

4. غير راض (ية)

5. غير راض (ية) تماما

51. هل تعرف (ين) كل أو أغلب أو بعض أو قليل أو لا شيء عن الأشياء التي تحبها

(يحبها) زوجتك (ك)؟

1. أعرف كل الأشياء التي يحبها (تحبها)

2. أعرف أغلب الأشياء التي يحبها (تحبها)

3. أعرف بعض الأشياء التي يحبها (تحبها)

4. أعرف قليل الأشياء التي يحبها (تحبها)

5. لا أعرف أي شيء من الأشياء التي يحبها (تحبها)

الملحق رقم (01)

52. هل تعرف (بين) كل أو أغلب أو بعض أو قليل أو لا شيء عن الأشياء التي يكرهها

(تكرهها) زوجتك (ك)؟

1. أعرف كل الأشياء التي يكرهها (تحبها)

2. أعرف أغلب الأشياء التي يكرهها (تكرهها)

3. أعرف بعض الأشياء التي يكرهها (تكرهها)

4. أعرف قليل الأشياء التي يكرهها (تكرهها)

5. لا أعرف أي شيء من الأشياء التي يكرهها (تكرهها)

53. هل تعرف (بين) كل أو أغلب أو بعض أو قليل أو لا شيء عن الأشياء التي تغضب

زوجتك (ك)؟

1. أعرف كل الأشياء التي تغضبه (تغضبها)

2. أعرف أغلب الأشياء التي تغضبه (تغضبها)

3. أعرف بعض الأشياء التي تغضبه (تغضبها)

4. أعرف قليل الأشياء التي تغضبه (تغضبها)

5. لا أعرف أي شيء من الأشياء التي تغضبه (تغضبها)

الملحق رقم (02)

مقياس التوافق النفسي

لزئنب شقئر سنة 2003

أخى العزیز /أختى العزیزة:

إلیك بعض المواقف التى تقابلک فى حیاتك العامة، لذا نرجو التعرف على كل موقف بدقة
وتحدد درجة انطباق كل منها على حالتك:

- تنطبق تماما -تنطبق أحيانا -لا تنطبق

حاول أن تحدد الإجابة التى تتفق مع طریقته المعتادة فى التصرف والشعور الصادر منك
اتجاه كل موقف، فإذا أحببت بأمانة ودقة على جميع المواقف فسیكون من الممكن أن تعرف
نفسك معرفة جيدة.

أجب بوضع علامة (x) تحت الاختیار المناسب، لا تترك موقف بدون الإجابة علیه، لا توجد
إجابة صحیحة وأخرى خاطئة.
معلوماتك سریة للغاية.

شكرا لتعاونك

الملحق رقم (02)

المحاور	أرقام العبارات	العبارات	تنطبق نعم	متردد أحيانا	لا تنطبق
المحاور الأولى	01	هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية؟			
	02	هل أنت متفائل بصفة عامة؟			
	03	هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وعن إنجازاتك أمام الآخرين؟			
	04	هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟			
	05	هل تشعر أنك شخص له فائدة وِنفع في الحياة؟			
	06	هل تتطلع لمستقبل مشرق؟			
	07	هل تشعر بالراحة النفسية والرضا في حياتك؟			
	08	هل أنت سعيد وبشوش في حياتك؟			
	09	هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا؟			
	10	هل تشعر بالاتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس؟			
	11	هل تحب الآخرين وتتعاون معهم؟			
	12	هل أنت قريب من الله بالعبادة والذكر دائما؟			
	13	هل أنت ناجح ومتوافق مع الحياة؟			
	14	هل تشعر بالأمن والطمأنينة النفسية وأنت في حالة طيبة؟			

الملحق رقم (02)

			هل تشعر باليأس وتهبط همتك بسهولة؟	15	
			هل تشعر باستياء وتهبط همتك بسهولة؟	16	
			هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟	17	
			هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما؟	18	
			هل تميل لأن تتجنب الموقف المؤلمة بالهروب منها؟	19	
			هل تشعر بنوبات صداع (أو غثيان) من وقت لآخر؟	20	
			هل حياتك مملوءة بالنشاطات والحيوية معظم الوقت؟	21	
			هل لديك قدرات ومواهب متميزة؟	22	
			هل تتمتع بصحة جيدة وتشعرين أنك قوية البنية؟	23	
			هل أنت راض عن مظهرك الخارجي؟	24	
			هل تساعدك صحتك على مزاوله الأعمال بنجاح؟	25	المحور الثاني
			هل تهتم بصحتك جيدا وتتجنب الإصابة بالمرض؟	26	
			هل تعطي نفسك قدر من الاسترخاء والراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة؟	27	

الملحق رقم (02)

			هل تعطي نفسك قدر كافيا من النوم (أو تمارس الرياضة)	28	
			هل تعاني من بعض العادات مثل (قضم الأظافر أو الغمز بالعين)	29	
			هل تشعر بصداع وألم في رأسك من وقت لآخر؟	30	
			هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟	31	
			هل تعاني من مشاكل واضطرابات الأكل (سوء هضم-فقدان شهية - شره عصبي)	32	
			هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل؟	33	
			هل تشعر بالإجهاد وضعف الهمة من وقت لآخر؟	34	
			هل تتصب عرقا (أو ترتعش يداك) عندما تقوم بعمل؟	35	
			هل تشعر بالإجهاد وضعف الهمة من وقت لآخر؟	36	
			هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاوله العمل؟	37	
			هل تشعر أحيانا بصعوبة في النطق والكلام؟	38	
			هل تعاني من إمساك (أو إسهال) كثيرا؟	39	

الملحق رقم (02)

			هل تشعر بالسعادة في حياتك وأنت مع أسرتك؟	40	المحور الثالث
			هل أنت محبوب من أفراد أسرتك؟	41	
			هل تشعر بالسعادة في وأنت مع أسرتك؟	42	
			هل أنت محبوب من أفراد أسرتك؟	43	
			هل تشعر بأن لك فعال وهام في أسرتك؟	44	
			هل تحترم أسرتك رأيك وممكن أن تأخذ به؟	45	
			هل تفضل أن تقضي معظم وقتك مع أسرتك؟	46	
			هل تأخذ حقلك من الحب والعطف والحنان والأمن من أسرتك؟	47	
			هل التفاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك؟	48	
			هل تحرص على مشاركة أسرتك أفراحها وأحزانها؟	49	
			هل تشعر أن علاقتك مع أفراد أسرتك وثيقة وصادقة؟	50	
			هل تفنخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟	51	
			هل أنت راض عن ظروف الأسرة الاقتصادية (والثقافية)؟	52	
			هل تشجع أسرتك على إظهار ما لديك من قدرات أو مواهب؟	53	

الملحق رقم (02)

			هل أفراد أسرتك تقف بجوارك وتخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة؟	54	
			هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟	55	
			هل تشعر أسرتك أنك عبء ثقيل عليها؟	56	
			هل تتمنى أحيانا أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟	57	
			هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرتك؟	58	
			هل تشعر بالقلق أو الخوف وأنت داخل أسرتك؟	59	
			هل تشعر بأن أسرتك تعاملك على أنك طفلا صغيرا؟	60	
			هل تحرص على المشاركة الإيجابية الاجتماعية والتربوية مع الآخرين؟	61	المحور الرابع
			هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم؟	62	
			هل تشعر بالمسؤولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟	63	
			هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع الآخرين؟	64	

الملحق رقم (02)

			هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأيا صائبا؟	65
			هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وإنجازاتك؟	66
			هل تعتذر لزميل إذا تأخر عن الموعد المحدد؟	67
			هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟	68
			هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا؟	69
			هل تربط علاقات طيبة مع الزملاء وتحرص على إرضائهم؟	70
			هل يسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية؟	71
			هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك؟	72
			هل تحاول الوفاء بوعدك مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه؟	73
			هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟	74
			هل تفكر كثيرا قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين (أو ترفضيه).	75

الملحق رقم (02)

			هل تفقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟	76
			هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى لو كانوا في مثل سنك؟	77
			هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس (أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم؟	78
			هل تتخلى عن إساءة النصح لزميلك خوفاً من أن يزعل منك؟	79
			هل تشعرين بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولوفي بعض الأمور البسيطة؟	80