



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة -

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس



عنوان المذكرة

التوافق النفسي الاجتماعي لدى ضابط الجيش المتقاعد

دراسة عيادية لأربع حالات بجمعية الجيش لتقاعد الضلعة - بسكرة -

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس تخصص علم النفس العيادي

إشراف الدكتور :

-نبيل مناني-

إعداد الطالبة:

-سندس زياد-

السنة الجامعية: 2017/2016



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بصرة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس



عنوان المذكرة

التوافق النفسي الاجتماعي لدى ضابط الجيش المتقاعد

دراسة عيادية لأربع حالات بجمعية الجيش لتقاعد الضلعة - بصرة.

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس تخصص علم النفس العيادي

إشراف الدكتور:

-نبيل مناني

إعداد الطالبة:

- سندس زياد

السنة الجامعية: 2017/2016

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكر وتقدير

الحمد والشكر لله عز وجل الذي ساعدني على إتمام هذا العمل المتواضع وأنار لي دربي ووقفني في مساري العلمي.

إليك يا من سلكت بروج الرفعة موشحا بعزيمة النضال متصبرا بقوة الإيمان وطالبا النجاة بعلمك هاديا منه سبل الرشاد أشكرك أستاذي الفاضل ومشرفي العزيز "د. نبيل مناني" عن كل حرف ونصيحة قدمتها لي فقد كنت نعم الأستاذ ونعم المشرف ونعم الأب فلك جزيل الشكر والعرفان، فعبارات الشكر تخجل منك، يا من علمتني معني الحياة ومعني النجاح والتفوق والإبداع.

إلى أعز ما أملك في الدنيا "أبي الغالي" فهذا ما هو إلا جزء بسيط من فضلك وتعبك عليا، أتمنى أن يسعدك، وأتمنى أن أكون عند حسن ضنك، ولا أنسي غاليتي "أمي الحبيبة" حفظك الرحمان لي.

والشكر موصول إلى كل أساتذتي بقسم علم النفس الذين قدموا لي يد العون للتعلم والرقي بالعلم طيلة مساري الجامعي لمدة خمس سنوات، كما لا أنسي أستاذتي الفاضلة التي كانت مدعمة ومشجعة لي "سهلية بوعمر" حفظك الرحمان وزادك علما ورقياً.

كما لا يفوتني أن أتقدم بالشكر الجزيل إلي مدير جمعية الذي استقبلني بصدر رحب، والشكر موصول إلى حالة الدراسة التي مدت لي يد العون في الحصول على المعلومات. إلى كل من ساعدني ومن ساندني في إتمام هذا العمل البسيط سواء من قريب أو بعيد أقول لكم جميعاً.

"جزاكم الله كل خير"

سندس زياد

إهداء

إلى الذين شاركوني أيامي حلوها ومرها كانوا العون المعين وسند القويم والناصح الحكيم
إخوتي والأخوات الأعزاء "حسام"، "عبدو"، "لينا" الذين قدموا لي يد العون في كل شيء، وإلى
غاليتي ومشجعتي زوجت عمي "أمال" وأبنائها "وسيم"، "ونيس"، "رنيم" حفظكم الرحمن لي
وحماهم من كل سوء وحقق لكم ما تتمنون.

كما أتوجه بأسمى عبارات الشكر إلى كل من كان مرشدا ومساعد لي "عمي فهد".
ولا أنسي إلى من نصحتني وساعدتني على النهوض في كل موقف أشعر فيه بالسقوط
التي تعتبر بمثابة أمي الغالية "فتيحة وناس" أجمل هدية هداها الله لي فأنا جد محظوظة بخالة
مثلها يا نجمة أضاءت عالمي حفصك الله لعائلتك ولي.

كما لا أنسي خالي "سمير وناس" الذي كان سند لي وأبناءه "راضية"، "هارون".
كما لا أنسي صديقتي الغالية بدياري الغربية "ابتسام قطاري"، فانتى نعم الأخت حماك
الله وحقق لكي ما تتمنين وأبعد عنك كل سوء.

كما لا أنسي من جمعنتي بهم صدفة رائعة وأصبحنا أخوات في الله، أخواتي ومشجعيني
التي لا يمر يوم إلا بهم "تبورة دبائيش" و"عائشة قاضي"، "حنان خنفري" "ياسمين غوجميس"
نعم الأخوات والصديقات والمشجعين.

وفي هذا المقام أشكر أختي وصديقتي ورفيقتي منذ الصغر "خنساء تومي" شكرا
لكي يا عزيزتي أداء الله محبتنا، ولن أنسي كذلك صديقاتي "إبتسام"، "منال"، "هاجر"،
"مريم"، "شريفة"، "أنوار"، "أميرة".

فهرس المحتويات

شكر وتقدير

إهداء

أ.....	فهرس المحتويات
د.....	فهرس الجداول
ه.....	فهرس الملاحق
و.....	مقدمة:

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

2.....	1-الإشكالية:
3.....	2-الفرضية العامة:
3.....	3-أهداف الدراسة:
3.....	4-أهمية الدراسة:
3.....	5-دوافع اختيار موضوع الدراسة:
4.....	6-تحديد المفاهيم الإجرائية للدراسة:
4.....	7-الدراسات السابقة:

الجانب النظري

الفصل الثاني: التوافق النفسي الاجتماعي

11.....	تمهيد
12.....	1-تعريف التوافق النفسي الاجتماعي:
12.....	2-أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي:
13.....	3-العوامل المؤثرة في التوافق النفسي الاجتماعي:
15.....	4-النظريات المفسرة للتوافق النفسي الاجتماعي:
18.....	خلاصة:



الفصل الثالث: ضباط الجيش المتقاعد

- تمهيد: 20
- 2-التغيرات النفسية للمتقاعد: 21
- 3-اثار النفسية والاجتماعية للضابط المتقاعد من الجيش: 22
- 4-النظريات المفسرة للتقاعد: 25
- خلاصة: 30

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: الإجراءات الميدانية للدراسة

- تمهيد: 33
- 1-الدراسة الاستطلاعية: 34
- 2-المنهج الدراسة: 34
- 3-أدوات الدراسة: 35
- 4-حدود الدراسة: 37
- 5-حالة الدراسة: 37
- خلاصة: 38

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

- تمهيد 40
- 1-عرض وتحليل النتائج 41
- 1-1 عرض وتحليل نتائج الحالة الأولى: 41
- 2-1 عرض وتحليل نتائج الحالة الثانية: 44
- 3-1 عرض وتحليل نتائج الحالة الثالثة: 47
- 4-1 عرض وتحليل نتائج الحالة الرابعة: 50
- 2-مناقشة النتائج على ضوء الفرضية العامة: 53



54الخاتمة

56المراجع

الملاحق



قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول
23 حياة الفرد قبل التقاعد وبعده من الناحية النفسية.
24 حالة حياة الفرد من الناحية الاجتماعية.
36 يوضح مستويات التوافق النفسي الاجتماعي.
36 يوضح مستويات الأبعاد فرعية بمقياس التوافق النفسي الاجتماعي.

قائمة الملاحق

رقم الملحق	عنوان الملحق
01	أسئلة محاور مقابلة.....
02	مقياس التوافق النفسي الاجتماعي.....
03	مقابلة كما وردت مع الحالة مع الحالة الأولى (س).....
04	مقياس التوافق النفسي الاجتماعي مع الحالة الأولى (س).....
05	مقابلة كما وردت مع الحالة مع الحالة الثانية (م).....
06	مقياس التوافق النفسي الاجتماعي مع الحالة الثانية (م).....
07	مقابلة كما وردت مع الحالة مع الحالة الثالثة (ع).....
08	مقياس التوافق النفسي الاجتماعي مع الحالة الثالثة (ع).....
09	مقابلة كما وردت مع الحالة مع الحالة الرابعة (ف).....
10	مقياس التوافق النفسي الاجتماعي مع الحالة الرابعة (ف).....



مقدمة:

يرتبط مفهوم التوافق النفسي الاجتماعي بوجود الفرد داخل أي جماعة ينتمي إليها، حيث ينطلق التوافق من الأسرة إلى المجتمع والمدرسة وصولاً إلى حيز العمل في مسار معبر عن السلوك الفرد مع نفسه، ومع الآخرين في علاقة تواصل دائم قصد تبادل المعارف والخبرات، المعبرة عن اهتماماته وميولاته من أجل إشباع حاجياته ورغباته اليومية.

إن الدراسات في مجال علم النفس لا تهتم فقط بموضوع التوافق النفسي والاجتماعي الخاص بالفرد داخل الجماعة التي ينتمي إليها، ولكن تتجاوز الظاهرة فيها ما وراء ما يحدث من سلوكيات للأفراد داخل العمل حيث تظهر مشكلة التوافق النفسي والاجتماعي لدى المتقاعدين من موظفين وعاملين كما هو محور اهتمامنا.

تبحث هذه الدراسة في موضوع ليس بالجديد في علم النفس، ولكن الجديد هنا هو التوجه نحو دراسة التوافق النفسي والاجتماعي لدى الضابط المتقاعد من الجيش الشعبي الوطني، علماً أننا ندرك جيداً تقاليد المؤسسة العسكرية في تكوين الضباط وتوجيههم نحو العمل للدفاع على الوطن، وحماية المواطن وممتلكاته، عبر برامج تدريبية تهتم بالتوافق النفسي والاجتماعي داخل المؤسسة، تنطلق من أن قوة الفرد تكمن في العمل الجماعي، والانضباط في العمل واحترام السلم الوظيفي (الرتب العسكرية)، والتقيّد بالمسؤولية والحفاظ على أسرارها، وصورتها وتقاليدها العسكرية داخل وخارج المؤسسة.

ولدراسة هذا الموضوع قمنا بتقسيمه كالتالي:

الفصل الأول: خصصناه الإطار العام للدراسة؛ وذلك بالتحديد إشكالية الدراسة ووضع الفرضيات، وأهداف وأهمية ودوافع الدراسة، بالإضافة إلى تحديد مصطلحات الدراسة إجرائياً ثم الدراسات السابقة والتعليق عليها.

الفصل الثاني: خصصناه لتعريف التوافق النفسي الاجتماعي مع ذكر الأبعاد والعوامل المؤثرة في التوافق النفسي الاجتماعي وأخيراً تطرقنا إلى النظريات المفسرة للتوافق النفسي الاجتماعي.

الفصل الثالث: وخصص بتعريف التقاعد ثم التغيرات النفسية للمتقاعد والآثار النفسية والاجتماعية للضابط المتقاعد من الجيش وأخيراً النظريات المفسرة للتقاعد.

الفصل الرابع: خصصناه للإجراءات المنهجية للدراسة الذي يشمل الدراسة الاستطلاعية، ثم المنهج المستخدم ومن ثم تطرقنا إلى أدوات الدراسة ثم إلى حدود الدراسة وأخيرا حالات الدراسة.

الفصل الخامس: خصصناه لعرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة؛ ويتضمن عرض وتحليل حالات الدراسة وأخيرا مناقشة النتائج على ضوء فرضيات الدراسة.

وقد تضمن البحث في آخره خاتمة الدراسة، كما تم إدراج كل من قائمة المراجع والملاحق.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

- 1- إشكالية الدراسة.
- 2- الفرضيات.
- 3- أهداف الدراسة.
- 4- أهمية الدراسة.
- 5- دوافع اختيار موضوع الدراسة.
- 6- تحديد المصطلحات الدراسة.
- 7- دراسات سابقة.

1-الإشكالية:

يملك العمل دور مهم جدا في الوجود الإنساني، حيث يعتبر رسالة يحملها الفرد ويكرس حياته من أجل تحقيقها وإبراز فوائدها على حياته، وحياة من حوله. وكما هو معروف أن العمل يبدأ من منطلق الشباب في حياة الفرد، ولكون العمل يحدد المكانة والمركز الاجتماعي والقيمة الأولى في حياة الفرد وخاصة لما تكون مهنة ذات خصوصية.

فمن بين المهن مهنة ضابط الجيش وما لها من أهمية كبيرة بالنسبة للفرد، حيث تكمن هذه الأهمية في حماية المواطن والوطن، فمع التقدم في السن وقضاء السنين اللازمة في العمل، يصل لمرحلة لا بد من أخذ قسط من الراحة ألا وهو التقاعد من العمل، حيث يذكر إيكردت 1987 في مراجعة لأبحاث المتعلقة بالتقاعد إن إمكانية توافق الفرد مع خبرة التقاعد تعد مؤشرا متنبئا بأن التقاعد يمثل فترة انتقالية عصبية وأنه عبارة عن أزمة حقيقة للهوية الشخصية.

فالتقاعد هو انتقال من مرحلة العمل المتواصل إلى مرحلة تتسم بالراحة والهدوء، وتشير الدراسات أن التقاعد مرحلة نوعية مختلفة عن مرحلة التي سبقتها، والتي لها تأثير على الفرد سواء من الناحية الصحية أو المادية والنفسية والاجتماعية، حيث جاء في دراسة (الغريب 2000) ان التقاعد هو نتيجة الحتمية للتدهور المستمر في القدرات الإنسان والعقلية هو أنه سوف يأتي الوقت الذي عنده يجد الفرد نفسه مضطرا للانسحاب من سوق العمل لأنه لن يكون قادرا على الوفاء بالتزامات العمل ومتطلباته.

بعد التدهور المتزايد في إنتاجية مما يؤدي إلى خسارة الأجر الذي كان يحصل عليه من العمل وقد لا يعوضه إياه المعاش من مدة خدمته، وخسارة المكانة الاجتماعية التي كان يشغلها بمركز الوظيفي في جهة العمل وبالتالي يصبح التقاعد كمفهوم اجتماعي ليست خسارة مالية فقط بل يعني، تغير الوضع المهني للتقاعد، كذلك فقدان الكثير من الأدوار المرتبطة بالعمل سواء ارتباطا مباشرا أو غير مباشر، ووجود وقت فراغ مع عدم ارتباط بعمل معين.

وما يظهر عند بعض الأشخاص هو عدم توافقهم مع البيئة الاجتماعية جديدة دون عمل ونجد البعض الآخر متوافق حيث يعرف التوافق النفسي الاجتماعي "هو عملية دينامية مستمرة التي يقوم بها الفرد مستهدفا تغيير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافق بينه وبين نفسه من جهة وبينه وبين البيئة المحيطة والقدرة على إشباع حاجاته ومواجهة معظم المتطلبات الجسمية والنفسية. ومن هنا نطرح التساؤل التالي:

ما مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى ضابط الجيش متقاعد؟

2-الفرضية العامة:

لدى الضباط الجيش المتقاعد توافق نفسي اجتماعي مرتفع.

3-أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية فيما يلي:

التعرف على مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى الضابط الجيش المتقاعد.

4-أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية فيما يلي:

- قلة الدراسات التي تناولت الموضوع. (حسب حد علم الطالبة).

- تسليط الضوء على فئة الضابط المتقاعد من الجيش.

- يمكن أن البحث الحالي منطلق لدراسات أكثر عمقا وشمولا في المستقبل.

5-دوافع اختيار موضوع الدراسة:

من البديهي أن لكل بحث علمي دوافع تحركه، وبحثنا هذا يركز على دافعين أساسيين

ذاتية وموضوعية.

✓ دوافع الذاتية:

*رغبة ذاتية في التعرف على مستوى توافق النفسي الاجتماعي لدى ضابط الجيش متقاعد

نظرا إلى أن والد الباحثة ضابط في الجيش الوطني الشعبي.

✓ الدوافع الموضوعية:

*التعرف على الحياة الداخلية النفسية لضابط الجيش المتقاعد.

*معرفة فيما إذا كان لدى ضابط الجيش المتقاعد مستوى من توافق النفسي الاجتماعي.

6-تحديد المفاهيم الإجرائية للدراسة:

1-التوافق النفسي الاجتماعي:

هو الدرجة التي يتحصل عليها ضابط الجيش المتقاعد من خلال مقياس التوافق النفسي

الاجتماعي لزينب شقير 2003.

2-ضابط الجيش المتقاعد:

هو الشخص الذي استكمل مدة مهنته العسكرية في الجيش التي دامت 25 سنة، وخرج

بالتقاعد عن عمر يناهز 50-60 سنة.

7-الدراسات السابقة:

تعتبر الدراسات السابقة مرحلة مهمة من مراحل البحث لما توفره للباحث من إطلاع وفهم

أكثر للموضوع، وفي حدود إطلاع الباحثة فقد تم التوصل إلى مجموعة من الدراسات والأبحاث

التي تناولت أحد متغيرات الدراسة كما يلي:

1- دراسة فروجة بلحاج، 2011 بعنوان: التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم

لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي.

تهدف الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التوافق النفسي الاجتماعي ودافعية التعلم

لدى مراهقين المتمدرسين في التعليم الثانوي وكذلك معرفة إذا كانت هناك فروق فردية بين

جنسين (ذكور-إناث) في التوافق النفسي الاجتماعي ودافعتهم اعتمدت المنهج الوصفي

التحليلي، حيث تكونت العينة من (320) مراهق من ولاية تيزي وزو وبومرداس شملت تلاميذ

مراهقين من ستة مؤسسات تعليمية.

وقد توصلت الباحثة إلى النتائج التالية:

وجود فرق دال إحصائياً بين الجنسين (ذكر-إناث) فيما يخص التوافق النفسي الاجتماعي حيث بلغت $t=1.28$ دلالة، أيضاً وجود علاقة الارتباطية موجبة بين التوافق الاجتماعي والدافعية التعلم لدى المراهقين المتمدرسين في التعليم الثانوي، واقل مقارنة بين الذكور، أو أعلى إناث ولم تتضح الفروق ذات دلالة إحصائية بين مراهقين المتمدرسين في التعليم الثانوي.

2-دراسة عبد الله يوسف أبو سكران، 2009 بعنوان: التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته

بمركز الضبط (الداخلي - الخارجي) للمعاقين حركياً في قطاع غزة

تهدف الدراسة إلى التعرف على مستوى التوافق النفسي والاجتماعي للمعاقين حركياً لدى عينة الدراسة، كذلك هدفت إلى التعرف على مستوى مركز الضبط (الداخلي - الخارجي) للمعاقين حركياً لدى عينة الدراسة، كما هدفت أيضاً إلى التعرف على الفروق في مستوى التوافق النفسي والاجتماعي للمعاقين حركياً؟ تبعاً لمتغير الجنس والحالة الاجتماعية والاقتصادية ودرجة الإعاقة وسبب الإعاقة حيث اعتمد الباحث على المنهج الوصفي التحليلي في الدراسة، باستخدام مقياس التوافق النفسي الاجتماعي، حيث تكونت عينة الدراسة من (50) معاق من الذكور وإناث في محافظات قطاع غزة، نصفهم من الذكور والنصف الآخر من الإناث وتم اختيار عينة الدراسة من خلال (جنس، الحالة الاجتماعية، ودرجة الإعاقة، وسبب الإعاقة، والوضع الاقتصادي).

وقد توصل الباحث إلى النتائج التالية:

وجود تباين بسيط في مستويات التوافق النفسي والاجتماعي ويرجع ذلك إلى أن اتجاهات أفراد الأسرة والمجتمع الذي يعيش فيهما المعاق حركياً له الأثر الكبير

وجود علاقة ارتباط بين التوافق النفسي والاجتماعي للمعاقين حركياً من جهة ومركز الضبط من جهة أخرى،

أما حيث وجد فروق بين سبب الإعاقة مرض أو إصابة وذلك لصالح سبب الإعاقة إصابة، ووجود فروق بين سبب الإعاقة مرض أو وراثي وذلك لصالح سبب الإعاقة مرض، وكذلك وجود فروق بين سبب الإعاقة إصابة أو وراثي وذلك لصالح سبب الإعاقة إصابة.

بالنسبة صاحب الإعاقة البسيطة يكون لديه توافق أكثر من صاحب الإعاقة الكلية أو الشديدة ولكن عندما يجد المعاق بالشكل العام الرضي والقبول وعدم الضجر منه

3-دراسة فهد محمد الجازي، سنة 2004 بعنوان مدى الاستفادة من خبرات الضباط

المتقاعدين في مجال الأمن

تهدف الدراسة إلي تعرف على واقع إفادة من الخبرات الضباط المتقاعدين وماهية آليات المتبعة، وتهدف أيضا التعرف على ماهية التقاعد وما يرتبط به من الآثار نفسية والاجتماعية، حيث اعتمدت الباحث على المنهج المسح الاجتماعي، حيث تكونت عينة الدراسة من 210 مفردة من الضباط المتقاعدين في الأجهزة لوزارة الداخلية بالمملكة العربية السعودية.

وقد توصل الباحث إلى النتائج التالية:

تبين من متوسط آراء أفراد عينة الدراسة تجاه الآثار النفسية والاجتماعية السلبية للتقاعد على الضباط المتقاعدين. وكذلك أتضح ارتفاع أعمار حوالي ثلاثة أرباع أفراد عينة الدراسة حاليا من سن 56 سنة تبين من متوسط آراء أفراد عينة الدراسة إزاء المجالات التي يمكن استثمار خبرات الضباط المتقاعدين.

التعليق على الدراسات السابقة:

من خلال استعراض الدراسات السابقة والتي تناولت التوافق النفسي الاجتماعي والتقاعد الجيش التي لها صلة مباشرة بمتغيرات الدراسة الحالية تبين للطالبة الباحثة ما يلي:

❖ من حيث الهدف:

تعددت الأهداف من حيث طبيعة المتغيرات التي ارتبطت بموضوع الدراسة "التوافق النفسي الاجتماعي"، فهناك دراسات هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين التوافق النفسي الاجتماعي ودافعية لدى مراهقين المتمدرسين في التعليم الثانوي، مثل دراسة (بلحاج فروجة 2011) وهناك دراسات هدفت إلى التعرف على مستوى التوافق النفسي والاجتماعي للمعاقين حركيا لدي عينة، مثل دراسة (عبد الله أبو سكران، 2009)، بالإضافة إلى دراستين تناولت "التقاعد لدى

ضباط" ودراسة (فهدى محمد الجازي، 2004) التي هدفت إلى التعرف على واقع إفادة من الخبرات الضباط المتقاعدين وماهية آلية متبعة.

أما دراستنا الحالية، فهي تهدف إلى التعرف على مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى الضباط الجيش متقاعد.

❖ من حيث المنهج:

إن معظم الدراسات السابقة التي تم عرضها أشارت إلى المنهج المتبع في الدراسة فقد طبقت المنهج الوصفي التحليلي، والمنهج الوصفي التحليلي، والمنهج مسح الاجتماعي وهو ما جعلها تختلف عن دراستنا الحالية حيث سنعتمد على المنهج العيادي.

❖ من حيث العينة:

لا يوجد تشابه واضح في كلا المتغيرين التوافق النفسي الاجتماعي والتقاعد ضباط الجيش مع الدراسات التي تم عرضها حيث أنها تحمل متغير واحد من أحد المتغيرات الموجودة في الدراسة الحالية فيما يخص حجم العينة فإن الدراسات التي تم تناولها اعتمدت على أحجام متوسطة وكبيرة ما بين (50-400) أما فيما يخص الدراسة الحالية اعتمدنا على دراسة حالة متكونة من 4 ضباط الجيش متقاعدين.

❖ من حيث الأدوات:

لقد اعتمدنا في هذه الدراسة على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي (زينب شقير، 2003) وهي تختلف عن الدراسات التي تم عرضها حيث أن أغلبها اعتمدت على مقاييس واستبيانات من إعداد صاحب.

❖ من حيث النتائج:

لقد توصلت معظم الدراسات إلى وجود فرق دال إحصائياً بين الجنسين (ذكر-إناث) فيما يخص التوافق النفسي الاجتماعي حيث بلغت $t=1.28$ دلالة، أيضاً وجود علاقة الارتباطية موجبة بين التوافق الاجتماعي والدافعية التعلم لدى المراهقين المتمدرسين في التعليم الثانوي، وقل مقارنة بين الذكور، أو أعلى إناث ولم تتضح الفروق ذات دلالة إحصائية بين

مراهقين المتمدرسين في التعليم الثانوي وجود تباين بسيط في مستويات التوافق النفسي والاجتماعي ويرجع ذلك إلى أن اتجاهات أفراد الأسرة والمجتمع الذي يعيش فيهما المعاق حركيا له الأثر الكبير دراسة(عبد الله يوسف أبو سكران، 2009).

تبين من متوسط آراء أفراد عينة الدراسة تجاه الآثار النفسية والاجتماعية السلبية للتقاعد على الضباط المتقاعدين. وكذلك أتضح ارتفاع أعمار حوالي ثلاثة أرباع أفراد عينة الدراسة حاليا من سن 56 سنة تبين من متوسط آراء أفراد عينة الدراسة إزاء المجالات التي يمكن استثمار خبرات الضباط المتقاعدين فيها. دراسة (فهدى محمد الجاري، 2004).

وقد استفدنا من الدراسات السابقة في التعرف على الخلفية النظرية لمتغيرات البحث، كما أننا استعنا بها في تحديد المفاهيم الأساسية وأعطت فكرة في تحديد العينة وتحليل النتائج.

الجانب النظري

الفصل الثاني: التوافق النفسي الاجتماعي

تمهيد

- 1- تعريف التوافق النفسي الاجتماعي.
- 2 - أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي
- 3-العوامل مؤثرة في التوافق النفسي الاجتماعي.
- 4-النظريات المفسرة للتوافق النفسي الاجتماعي.

خلاصة

تمهيد

يكثر تردد مفهوم التوافق النفسي الاجتماعي في أدبيات علم النفس. فلا يكاد يخلو مؤلف في أي فرع من فروع من تناوله لطبيعة التوافق، أو تعريف لمفهومه أو ذكر مقتضياته ولما كانت حياة الفرد خلال مراحل حياته وما يطرأ عليها من ظروف يحاول أن يتوافق وكيف يتغلب على الصعوبات ويغير من سلوكه وطريقة معالجته للمشكلات ليصبح أكثر فاعلية مع ظروفه حتى يحقق أهدافه ويخفف من حدة التوتر النفسي أو الإحباط الناجم عن وجود العوائق التي تواجهه. وهذه الحالة هي ما نطلق عليها بالتوافق النفسي الاجتماعي، وقد تكون عملية التوافق أمراً سهلاً يقوم به الفرد دون مشقة وقد تكون في أحيان أخرى أمراً شاقاً فإذا ما اصطدمت رغبات الفرد مع المجتمع يؤدي ذلك إلى خلق عقبات في سبيل إرضاء دوافعه كما في حالات الصرع النفسي أو المشكلات الخلقية، فإن الفرد من أجل استعادة انسجامه مع غيره من الأفراد عليه أن يقوم بتعديل ما في نفسه أو ما في بيئته ليلتئم الجماعية التي معها وبينها، وهذه الحالة هي ما نطلق عليها بالتوافق النفسي الاجتماعي في فصلنا هذا.

1-تعريف التوافق النفسي الاجتماعي:

يعرف على أنه قدرة الفرد في التوفيق بين رغباته وحاجاته من جهة ومتطلبات المجتمع من جهة أخرى تبدو مظاهرها في شعور الفرد بالأمن الشخصي والاجتماعي وإحساسه بقيمته وشعوره بالانتماء والتحرر، والصحة العقلية والخلو من الميول المضادة للمجتمع" (السيد خير الله، 1981، ص75).

ويعرفه كراوكراوا:" على أنه مدى قدرة الفرد على التلاؤم مع الهدف الذي يسعى إلى تحقيقه، في الوقت الذي يستطيع فيه أن يقيم علاقات منسجمة وسوية مع الظروف والمواقف والأشخاص الموجودين في البيئة المحيطة به (عبد الكريم قريشي، 1988، ص 68).

2-أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي:

2-1-التوافق الشخصي:

يتعلق بالتنظيم النفسي الذاتي إلى تنظيم العلاقات الداخلية الذاتية التي على أساسها يتحقق للفرد الرضا عن نفسه وتقبل ذاته وعدم كرهاها أو النفور منها، إضافة إلى الخلو من التوترات والصراعات التي تقترن بمشاعر الذنب والضيق والشعور بالنقص، وينعكس هذا كله على التنظيم الداخلي للفرد، وبالتالي يؤثر على توافقه مع الآخرين. 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 مدفوعاً بدافع الهدف الذي يشبع هذا الدافع، وعندما تعترضه عواقب فإنه يقوم بأفعال وتصرفات واستجابات مختلفة حتى يجد بأنه باستجابته قد تغلب على العقبة ووصل إلى الهدف وأشبع حاجاته ودوافعه. (عطية محمود هنا، 1985، ص65).

2-2 التوافق الصحي:

وهو التمتع الفرد بصحة جيدة خالية من الأمراض الجسمية والعقلية والانفعالية مع تقبله لمظهره الخارجي والرضي عنه وخلوه من المشاكل العضوية المختلفة، وشعوره بالارتياح النفسي تجاه قدراته وإمكاناته وتمتعه بحواس سليمة. وميله إلى النشاط والحيوية.

3-العوامل المؤثرة في التوافق النفسي الاجتماعي:

يوجد العديد من العوامل المختلفة التي قد تؤثر على عملية التوافق النفسي الاجتماعي منها:

1-3 التنشئة الاجتماعية:

هي العملية التي يتحول خلالها من طفل رضيع إلى إنسان بالغ وعنصر فعال يسهم في بناء المجتمع، وهناك بيئتان أساسيتان تلعبان دورا هاما في عملية التوافق وهما الأسرة حيث تسهم في التوافق الإيجابي السوي لدى الأبناء من خلال عدة عوامل مقل قبول الوالدين لأولادهم، وإشراكهم في اتخاذ القرارات وتعليمهم الحدود المقبولة للسلوك وقد تكون الأسرة دور في سوء التوافق من خلال العلاقات المضطربة بين الوالدين، والتركيز على عقابهم وعدم مشاركتهم في اتخاذ القرار، والبيئة الثانية هي المدرسة والتي يقوم بدور كبير في تنمية شخصية الطلاب حيث تزودهم بالمهارات والاتجاهات التي يعكس ثقافة المجتمع وتمكنهم من مواجهة الحياة.

2-3 الطفولة وخبراتها:

تعتبر مرحلة الطفولة من أهم مراحل حياة الإنسان حيث تتكون القدرات وعناصر الشخصية وأنماط السلوك، وتنمو لديه بذور التوافق السليم أو عدمه حيث أن الإنسان في كبره يحمل رواسب الطفولة وإن الخبرة في الطفولة تحدد بدرجة وسيلة الرضي النفسي والتوافق في الحياة المتأخرة، وهذا يوضح العلاقة بين التوافق وعملية النمو.

3-3 المكونات الجسمية:

*العوامل الفسيولوجية:

وهي كل ما يحمله الفرد منذ تكوينه ومنها ما ينشأ عن عوامل وراثية.

*المظاهر الجسمية:

إن رضا الفرد عن مظهره الجسدي أمر مهم في توافقه فقد يشعر الفرد بالنقص عندما لا يتناسب أو أصافه الجسدية مع معايير الثقافة، وكثير ما تؤثر المظاهر الجسدية في استجابة الآخرين نحو الشخص وبالتالي نظرته لنفسه.

أي أن تكون الوظائف الجسمية متعاونة تعونا تاما لمصالح الجسم كله. إذ لا يجوز في الحالة الصحية أن يقوم عضو جسم بنشاط أكبر أو أقل مما يطلبه الجسد، أي أن يكون هناك توافق بين وظائف الجسم المختلفة. (مراد مرداسي وآخرون، 2008، ص 125).

3-4 التوافق الأسري:

هو تمتع الفرد بحياة سعيدة داخل الأسرة تحبه وتقدره مع شعوره بدوره الحيوي داخل الأسرة والتعاون بينه وبين أفراد أسرته ومدى قدرة الأسرة على توفير الإمكانيات الضرورية. وعلى هذا فالتوافق الأسري يتضمن الاستقرار والتماسك الأسري وسلامة العلاقات بين الآباء وذلك بسواد المحبة والثقة فيما بينهم وقد يمتد التوافق الأسري ليشمل العلاقات الأسرية بين الأقارب وحل المشكلات الأسرية. (بطرس حافظ بطرس، 2008، ص 32-33)

3-5 التوافق الاجتماعي:

ترى زينب شقير أن التوافق الاجتماعي هو قدرة الفرد على المشاركة الاجتماعية الفعالة وشعوره بالمسؤولية الاجتماعية، وامتلاكه لقيم مجتمعه وشعوره بقيمته ودوره الفعال في تنمية مجتمعه وقدرته على تحقيق الانتماء والولاء للجماعة من حوله والدخول في منافسات اجتماعية بناءة مع الآخرين، والقدرة على إقامة علاقات طيبة إيجابية مع أفراد المجتمع بما فيها الحرص على حقوق الآخرين في جو من الثقة والاحترام المتبادل معهم، والشعور بالسعادة والامتنان

لانتمائه للجماعة واحتلاله مكانة مميزة من خلال ما يؤديه من عمل اجتماعي تعاوني. (زينب محمود شقير، 2003، ص 6).

بالإضافة إلى ذلك نجد سليم أبو عوض يرى بأنه يجب توفير التعاون والتكامل في إشباع الحاجات والرغبات، وتبادل الآراء والأفكار بين الأفراد المجتمع ليحسوا باحترام وتقدير الآخرين من أجل تحقيق التوافق الاجتماعي. (سليم أبو عوض، 2008، ص 277).

* الصحة الجسمية:

إن الصحة الجسمية تؤثر تأثيرا بالغا على السلوك التوافقي ولذلك فإن الشخص المريض جسما تقل قدرته على التوافق غالبا وعليه فإن عملية التوافق تحتاج أن يتمتع الفرد من تحمل مسؤوليات تترك لديه صورة إيجابية عن الذات أما الذي يتأخر نضجه فيعاني من ضغوط نفسية.

3-6 الظروف الاقتصادية:

إن عدم توفر الإمكانيات المادية يعتبر عائقا يمنع كثيرا من الناس من تحقيق أهدافهم في الحياة وقد يسبب لهم الشعور بالإحباط، فالفقر يعتبر عائقا يمنع إشباع الحاجات الأساسية ويسبب الألم وسوء التوافق وقد أوضحت دراسة "أبو شمالة" سنة 2002 أنه توجد علاقة موجبة لدى المراهقين بين المستوى الاقتصادي والاجتماعي ودرجات التوافق النفسي لديهم (مرفت عبد ربه عايش، 14، 2010-16).

4- النظريات المفسرة للتوافق النفسي الاجتماعي:

4-1 النظرية البيولوجية:

يرى أصحاب هذه النظرية أن جميع أشكال الفشل في التوافق ناتجة عن أمراض تصيب أنسجة والجسم وخاصة منها المخ، ومثل هذه الأمراض يمكن توارثها واكتسابها خلال الحياة عن طريق الإصابات والجروح والعدوى، أو الخلل الهرموني الناتج عن الضغط الواقع على الفرد مما يؤدي به إلى أمراض خطيرة تؤدي بحياته في بعض الحالات. (عبد الحميد الشاذلي، 2001، ص 70).

4-2 نظرية التحليل النفسي:

يرى فرويد أن عملية التوافق الشخصي غالباً ما تكون لاشعورية، أي أن الفرد لا يعي الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياته، فالشخص المتوافق هو من يستطيع إشباع المتطلبات الضرورية للهو بوسائل مقبولة اجتماعياً. وعلى هذا الأساس يربط فرويد التوافق بقوة الأنا، حيث يكون المنفذ الرئيسي فهو يتحكم ويسيطر على الهو بوسائل مقبولة اجتماعياً وعلى أساس يربطه فرويد التوافق الأنا، حيث يكون المنفذ الرئيسي فهو يتحكم ويسيطر على الهو والانا الأعلى (العصيمي، 2010، ص 53).

كما ينظر مجدو مدرسة التحليل النفسي الحديثة إلى أن التوافق نظرة مختلفة عما يراه فرويد فهم يميلون إلى عدم الاهتمام للآثار السلبية للمجتمع على الفرد بل يهتمون بالآثار الإيجابية لتلك العلاقة وهذا التركيز على أهمية المجتمع في صياغة السلوك وتشكيله. يرى "أدلر" أن السلوك تحدد على النحو أولى بالدوافع الاجتماعية بالرغم من أنه لم يعتبر الإمكانية الاجتماعية فطرية ولقد كان من أجل التفوق للتوافق هو الدافع الاجتماعي الذي يركز عليه "أدلر" كتعويض عن مشاعر الدونية، كما يرى أن حدوث السلوك المرضي عن طريق مبالغة الفرد في إظهار شعوره بالدونية والرغبة في التفوق، غير أن النتيجة النهائية هي وجود دافعية أساسية في كل الكائنات الإنسانية تفسر النماء والتقدم الاجتماعي. (أبو سكران، 2009، ص 31).

فقد أعتمد يونغ في دراسته على أن مفاتيح التوافق والصحة النفسية يكمن في استقرار النمو الشخصي دون توقف، كما أكد على أهمية التوازن في الشخصية السوية المتوافقة وأن الصحة النفسية والتوافق يتطلبان الموازنة بين مولاتنا الانطوائية والانبساطية. (بلحاج، 2011، ص 115).

4-3- النظرية السلوكية:

التوافق عند السلوكيين هو اكتساب الفرد لمجموعة من العادات المناسبة والفعالة في معاملة الآخرين والتي سبق أن تعلمها الفرد وأدت إلي خفض التوتر عنده أو أشبعت دوافعه وحاجاته، ويرى كل من "واطسن" و"سكنير" أن عملية التوافق تتم بدون قصد وبصورة آلية عن

طريق الإثباتات البيئية، في حين يرى باندورا وماهوني أن بعض عمليات التوافق تتم بصورة قسدية وواعية تماما، ويرون أن السلوك التوافقي هو الذي يؤدي إلى خفض التوتر الناتج عن إلحاح دافع معين والفرد يتعلمه ويميل إلى تكراره في المواقف المماثلة.

4-4- النظرية الإنسانية:

يرى أصحاب هذه النظرية أن الفرد يتميز عن باقي الكائنات الأخرى الحية بالتفاعل والإبداع والتواصل وهم يرون أن التوافق يرتبط بتحقيق المرء لذاته وإذا استطاع الإنسان أن يشبع الحاجات الأولية والفيزيولوجية بفسح المجال له للوصول إلى المستوى الذي يليه حتى يصل إلى أعلى مستويات الإشباع، ألا وهي تحقيق الذات، ويرى ماسلو أن الشخص المتوافق يتصف بالتلقائية وتقبل الذات للآخرين (مرفت عبد ربه عايش، 2010، ص 17-18).

خلاصة:

في هذا الفصل تطرقنا إلي أهم تعاريف التوافق النفسي الاجتماعي إضافة إلى أبعاد والعوامل مؤثرة في التوافق النفسي الاجتماعي لنخرج في الأخير إلى ذكر لأهم النظريات المفسرة للتوافق النفسي الاجتماعي الذي يمس ضابط الجيش الذي يعتبر شرطاً أساساً من شروط الصحة النفسية السوية وهذا سنتطرق إليه في فصلنا الآتي.

الفصل الثالث: ضباط الجيش المتقاعد

تمهيد

1- مفهوم التقاعد.

2- التغيرات النفسية للمتقاعد.

3- آثار النفسية والاجتماعية للضباط متقاعد في الجيش.

4- النظريات المفسرة للتقاعد.

خلاصة

تمهيد:

إن التقاعد مرحلة نوعية مختلفة عن المراحل التي سبقتها والتي لها تأثير على الفرد من الناحية الصحية أو المادية والنفسية والاجتماعية وخاصة لكل عمل خصوصية مثل ضابط الجيش سنتطرق في التعريف التقاعد وتغيرات التي تطرأ على المتقاعد وأهم الآثار النفسية والاجتماعية لدى ضابط الجيش وفي أخير النظريات المفسرة.

1- مفهوم التقاعد:

لا يوجد تعريف موحد لمفهوم التقاعد نظرا لكونه لم يكون معروفا ولا موجودا الأمر الذي أدى بالفقهاء إلى إعطاء تعريفات لغوية حسب اجتهادات شخصية حيث نجد أن الأستاذ:"العبيدي" عرفه: بأن الفرد الذي عمل لفترة من حياته في القطاع أهله للحصول على معاش للتقاعد كما عرفه أيضا على أنه هو الفرد الذي يعمل في عمل حكومي ويخضع لنظام التقاعد حيث يقطع منه راتب الشهري نسبة معينة أثناء فترة الخدمة على أن يحق له بعد سنوات محددة من الخدمة الحصول على راتب تقاعدي وفق نسبة محددة لهذا الغرض سواء انتهاء من العمل بالاختيار أو الإكبار أو حدوث لو ما يمنعه من العمل كعجز كمي أو جزئي . (محمد بن ضيبتان، ب س، ص 21)

يعرف المتقاعد بأنه «الشخص الذي أنهى خدمته العملية لانتهاء المدة العمرية المقررة للعمل لبلوغه حد معين من العمر 60 سنة، أو لعمله عدد محدود من سنين العمل 30 سنة أو 32 سنة عادة، أو من تقاعد لأسباب صحية».

كما يعرف أيضا بأنه "الإنسان الذي أحيل إلى التقاعد بعد أن اشتغل وظيفة أو مجموعة من الوظائف سواء في القطاع الحكومي أو القطاع الخاص".

2- التغيرات النفسية للمتقاعد:

من الأعراض النفسية المرتبطة بهذه المرحلة هي:

- تقهقر القدرات الذهنية الملاحظ عند البعض وإقرارهم بذلك.
- النسيان ونقص التركيز.
- يمكن أن تصل إلى حد الخرف عند الآخرين في مراحل متقدمة. من العمر إضافة إلى الأثر النفسي للضعف الجنسي مع تقد السن. هذه العناصر تولد حالة من التوتر ومع استمرارها تصبح حالة حصر عند الكثير من المتقاعدين، ويمكن أن تؤدي هذه التغيرات إلى اضطرابات نفسية تلك التي تتدرج ضمن هذا الإطار، أحد أهم الأعراض النفسية التي يواجهها المتقاعد وتتشكل قاعدة للعديد من الأمراض النفسية لديهم. (فهدى محمد الجازي، 2004، ص 50-57).

3- آثار النفسية والاجتماعية للضابط المتقاعد من الجيش:

✓ الآثار النفسية:

إن كثير من الدراسات والأبحاث تشير إلى أن ثمة آثار سلبية للتقاعد بل البعض يعده أقسى أحداث التي يتعرض عليها لها المسن والتي قد تسهم في إصابته بالمرض النفسي. فالتقاعد من وجهة نظر العلماء النفس الذين نظروا إلى التقاعد يعني للمتقاعد فقداناً لأهم أدواره الاجتماعية الأخرى، بحيث تتأثر تلك أدوار الاجتماعية الأخرى سلبياً، الأمر الذي يجعل المتقاعد يشعر بالإحباط، وأن له مكان له بين الناس ولعل هذا الأمر دفع بعض الدول للتفكير جدياً في إلغاء النصوص القانونية الخاصة بالتقاعد إلزامياً عند سن معينة، لأننا نعمل على انهيار كيان المسن نفسياً حيث يمتلكهم الشعور بقرب النهاية، بأنهم أصبحوا غير مرغوب فيهم، وأنهم أصبحوا عالة.

ويرى بعض أن ثمة خصائص وجدانية وانفعالية عامة تظهر لدى المسن بعد الستين، ومع الإقرار بوجود فروق فردية تظل هناك سمات مشتركة وهي:

1- حساسية زائدة بحيث تصبح الذات مركز اهتمام الشخص، وبؤرة أساسية لاهتمامه، بل لحيه وكرهه.

2- الإعجاب بالماضي، وربما ذلك لعدم قدرته على مواجهة حاضره، فيهرب إلى ماضيه من خلال أبنائه وإظهار الإعجاب به، أو من خلال الاجترار المستمر لتاريخيه وإنجازاته السابقة.

3- اللامبالاة، وهي حالة يكون فيها شخص محبطاً بدرجة عالية إلى درجة يفقد فيها إحساسه بالواقع الذي يرفضه ويسخر منه، ويصب عليه غضبه ويشعر ناحيته بالنقمة والرفض بل يسخر منه وحتى من نفسه وهناك عديد من الدراسات تؤكد أن أصحاب المناصب العليا ذات بريق اجتماعي أكثر تأثيراً بتقاعد.

ففي دراسة أجريت (Edwin David 1983) وهو من أنصار نظرية الأزمة أثبتت في

دراسة الأنداد المسنين الذين كانوا يشتغلون مناصب قيادية وإدارية وفنية علياً تأثروا بتقاعد

أكثر من الأفراد المسنين الذين كانوا يشتغلون مناصب صغيرة، حيث العمل بالنسبة للفئة الأولى يؤدي إلى إحساس المسن بذاته وتقديره لذاته والرضا عن الحياة، أما أصحاب المناصب الصغرى، فإن العمل بالنسبة لهم مجرد رزق، وعليه يمكن القول بأن الضابط يتأثر سلباً بالتقاعد.

ويقارن الغريب بين الحياة الفرد قبل التقاعد وبعده من الناحية النفسية، ليصل إلى نتيجة أن للتقاعد أثر سلبياً، وقد وضع الجدول التالي يبين ذلك:

بعد التقاعد	قبل التقاعد
*تمركز حول الذات.	* تمركز حول الآخرين.
* فقدان الأهمية وعدم الفائدة.	* الشعور بالأهمية والفائدة.
*الإصابة بعقدة الشيخوخة والإحباط.	*الراحة النفسية.
* القلق الدائم على وضعه الاقتصادي.	* الاطمئنان على وضعه الاقتصادي والأسري.
* الخوف من المستقبل.	* عدم التفكير في المستقبل
* ضحية للاكتئاب النفسي.	* مطمئن ولا يشعر بالاكتئاب.
* كثرة الأمراض النفسية بالأعراض جسمية.	* أمراض جسمية لأسباب صحية.
* انخفاض النشاط العقلي والمعرفي.	* استقرار النشاط العقلي والمعرفي.

✓ الآثار الاجتماعية:

الإنسان كائن اجتماعي بطبعه لا يعيش بمفرده، ومن ضمن حاجاته الضرورية كما ذكر بعض العلماء الحاجة الانتماء، فغنه عندما يتقاعد المرء، فإنه يترك المجتمع الوظيفة بكل ما يقدمه له شعور الانتماء، وحيث إن ذلك يقع وهو في مرحلة عمرية، يبدأ الموت بتغييب الأصدقاء والأقارب والأحبة، فإن ذلك ما يزيد الشعور المتقاعد بالاعزلة والاعتراب والتالي انسحاب من الحياة الاجتماعية.

وهذا ما تؤكد إحدى نظريات التقاعد والشيخوخة، وهي نظرية الانسحاب كما يواجه المتقاعد مشكلة الفراغ، فبعد أن كان يمضي سحابة يومه في عمله، يجد نفسه، أمامه يوم

طويل وساعات رتيبة ومملة، وما لم يجد ما يملأ تلك الساعات، فإنه سيمضيها في اجترار ذكرياته والتحسر على الماضي والشكوى مرة من الحاضر، وتحدث حالة قطيعة مع التمتع وهو ما يعد مشكلة للفرد، ولاسيما أولئك الذين كانوا في وظائف تمنح صاحبها وجاهلة وسلطة في الطمع.

لعل حالة الانقطاع بآثارها السلبية ناتجة عن شعور الفرد بضعف إمكاناته وقدراته وإحساسه برفض التمتع وتتكسر الناس له، كما أن التقاعد السلبي له أثر على صعيد الصداقة، فهو يؤدي إلى انحسارها وفقدان الجزء الأكبر منها ويجد صعوبة في خلق صداقات جديدة، ويرى الغريب أن التقاعد عن العمل له دور أساسي في زيادة الشعور بالعزلة والوحدة لدى كبار السن الذين لا يرغبوا في إقامة صداقات جديدة، فهو قد يستمر في صداقاته قديمة إلى أن تنتهي. فهو يعتقد إن هذا الجيل لم يقدره، لذلك يشعر بعدم الرضا عنه. ولعل شعور الشيوخ باستعلاء الجلي، إن صح التعبير، أي نظرة الجيل القديم للجيل الجديد باستعلاء وأنه أفضل من كل الجوانب يمكن إرجاعه لما يسمى بصراع الأجيال، حيث جرت العادة أن ينظر كل جيل إلى الجيل الأصغر بأنه أقل كفاءة وقدرة على تحمل المسؤولية، وهذه النظرية تضرب جذورها في أعماق التاريخ، وذلك ما كشفت عن ترجمة لنصر فرعوني على حجر رشيد الشهير بواسطة العالم الفرنسي شامبليون الذي كان يصحب حملة نابليون على مصر (1798-1810) حيث وجد أن ذلك النص يحمل عبارات يشكو فيها مسن من الجيل الجديد وعدم قدرته على تحمل المسؤولية وفساده، وأنه لا يحتمل كبار السن. ولمقارنة حياة الفرد قبل وبعد التقاعد من الناحية الاجتماعية.

وضع الغريب الجدول التالي:

حالة حياة الفرد من الناحية الاجتماعية	
بعد التقاعد	قبل التقاعد
*العزلة الاجتماعية	*المشاركة الاجتماعية
*الإحساس بتدني المكانة الاجتماعية	* ارتفاع مكانة الاجتماعية
* سوء توافق مع المرحلة	*توافق مع المرحلة
*فقدان الشعور بالانتماء	* الشعور بالانتماء
*تغير في الأدوار الاجتماعية	*ثبات في الأدوار الاجتماعية
*ضييق الدائرة الاجتماعية	*اتساع الدائرة الاجتماعية
*طول وقت الفراغ	*قلة وقت الفراغ
*انخفاض القدرة على العطاء	*ارتفاع القدرة على العطاء
* قلة الأصدقاء	*قوة العلاقات وكثرة الأصدقاء
* ضعف القيادة داخل الأسرة	* قوة قيادة داخل الأسرة

4-النظريات المفسرة للتقاعد:

رغم حداثة الدراسات التي تناولت التقاعد كأحد مباحث علم الشيخوخة الذي بدوره لم يأخذ وضعه كتخصص علمي إلا في عام 1940 مع الزيادة ملحوظة في أعداد المسنين، إلا أن هناك عدد من العلماء قاموا بالتنظير للتقاعد، لمحاولة أدراك فريد من الفهم حوله والذي اتخذ وفقا لسنانلي لباركر (parker) اتجاهين، وهما:

اتجاه الأول:

وفيه ينظر إلى التقاعد والعمل من زاوية تقليدية محدودة لجعل الخيارات المتاحة أمام المسنين محدودة.

اتجاه الثاني:

وهو الذي ينظر إلى العمل والتقاعد نظرة متحررة عريضة ومتجددة، حيث يقع التأكيد على ضرورة التوسع في مدى الاختبارات المتاحة أمام كبار السن، وتشجيع الأفكار جديدة، وتحدي الأوضاع التقليدية بوضع سياسات بديلة. ونورد فيما يلي أهم النظريات ذات العلاقة وهي:

1-نظرية النشاط:

وهي من أول النظريات في علم الشيخوخة الاجتماعية حيث ظلت دليل الباحثين لثلاث عقود وهذه النظرية تقوم على افتراض أن المسنين يمكنهم الاحتفاظ بأنشطتهم واتجاهاتهم التي اكتسبوها حين يحددون البدائل لأنشطتهم المفقودة بعمل جديد وصدقات جديدة بديلة لصدقاتهم القديمة، وقد وضع أسس هذه النظرية كل من فيردمان وهافيجرست (FRIEDMANN AND HAVIGHARST)

وقد ركز ميلر علي الأنشطة البديلة التي تمثل مصدرا جديد للدخل والجدير بالذكر أن هذه النظرية عندما طبقت من قبل شانامس (SHANES) في المجتمع الأمريكي أسفرت على النتائج محدودة، كما أن مجموعة من الباحثين قاموا بتجميع وتلخيص الدراسات التي أسندت إليها نظرية النشاط خلال السبعينات، ثم قامت الدراسة ميدانية للتحقق من بعض فرضيات النظرية، وخاصة امتياز العلاقة بين الرفاه المعيشي والنشاط وتعويض الأدوار في مرحلة الشيخوخة وتشير نتائج الدراسة إلى ضعف هذه العلاقة باستثناء جماعة الأصدقاء التي تلعب دورا حاسما في التكيف لمرحلة الشيخوخة ويميل الباحث إلى رأي القائل بأن انخراط في أنشطة جديدة بعد التقاعد يعزز الرضا لدى المتقاعد، فإن ذلك أشار عدد من الدراسات، خاصة التي تطرقت إلى الآثار النفسية للتقاعد والتي أعدنا لها مبحثا خاصا.

2-نظرية الاستمرارية:

نفترض هذه النظرية أن الشيخوخة الناجحة هي التي تتصف بالقدرة على المحافظة والاستمرار على الأدوار والنشاطات والعلاقات في مرحلة التقاعد، وأن تكيف كبار السن يتوقف على زيادة الوقت في مزاوله الأدوار والنشاطات التي كان يزاولها قبل التقاعد بدلا من البحث عن أدوار جديدة.

وتنقل هذه النظرية من الآثار السلبية المصاحبة للتقاعد لمعرفة الفرد المسبقة بحتمية التقاعد، وأن في محيطه من الأصدقاء والأقارب من سبقه لهذا المصير، وبالتالي سيدفعهم دفعة الجديد، والباحث لا يتفق تماما مع هذه النظرية، وخاصة المبررات التي ساقها بعض الباحثين من حيث أن أغلب المتقاعدين لا يبعدون كثيرا عن مجالات عملهم السابقة، فإما أن يتقاعد مع الجهة التي يعمل فيها، أو يعمل مستشار في جهة الأخرى بنفس اهتماماته السابقة أو مسؤولا عن جهاز له نشاطات متشابهة لنشاطات الجهاز الذي يعمل به وذلك لأن مجتمع الدراسة لهذا البحث هم ضباط المتقاعدين ونظام التقاعد محدود جدا ونادر، كما أن أكثر عينة البحث انصرفت بعد التقاعد إلى أعمال خاصة بعيدة عن مجال أعمالهم السابقة.

3-نظرية أزمة:

ويرى أنصار هذه النظرية أن التقاعد يمثل أزمة بالنسبة للمسن المتقاعد، خاصة لدى الأشخاص الذين يعطون للعمل أهمية كبيرة ويكرسون له حياتهم بالكامل وهذه النظرية تحاول تقديم تفسير النتائج النفسية والاجتماعية لترك العمل على الفرد، فبعض علماء النفس يرى أن التقاعد ليس له معناه مجرد شكل من أشكال الحياة الاجتماعية تنتج عن تغيير أنشطة الدور الاجتماعي للفرد بل يعنى تحديد دور المسن، خاصة الذي يشعر بالخوف والقلق بسبب الغموض الذي يكشف دور الاجتماعي الذي فرضته الأقدار بحكم السن، وتتناول نظرية الأزمة عددا من القضايا التي يحاول الباحثين نفيها أو ارتباطها وهي:

1- العمل وأهمية الفرد.

2- سلوكيات الدور (العمل) فالتقاعد بسبب اضطراب في سلوكيات السن.

3- مدى التزام الفرد بعمله لأن الأشخاص الذين يكرسون حياتهم بالكامل للعمل يصابون بالرعب من التقاعد.

4- تقليص أدوار الفرد بعد التقاعد وإمكانية انعكاس ذلك سلباً على شخصية فيشعر بالدونية والعصابية والنظرة السوداوية للحياة والناس والانكفاء على الذات وتضخيمها، كرد فعل على ما يعتقد أن انتقاص لدوره أو تجاهل لشخصية وهذه النظرية وجدت من الباحثين من قام بفحصها وإخضاعها للبحث العلمي، ليرى مدى تطابقها مع الواقع، وقد انقسم الباحثون إزاءها إلى قسمين بحسب ما توصل إليه كل باحث في دراسته.

فريق الأول:

أكد أن فقد الفرد لعمله وتغير دوره بعد التقاعد يؤثر على تعامله مع المحيطين به، فقد وجد (CLARK.1959) في دراسته 80% من المتقاعدين يودون العودة لعملهم الأساسي لو أمكن ذلك، وهذا يتفق إلى حد كبير مع النتيجة التي توصلت إليها بعض الدراسات في المجتمع السعودي. ففي دراسة عن المتقاعدين في مملكة والاستفادة من خبراتهم، أجاب 51% من عينة البحث أنهم يفضلون العودة لأعمالهم السابقة 28% أعمال قريبة من عملهم السابق.

فريق الثاني:

ويذهب إتباع هذا الفريق إلى أن الإحالة للتقاعد ليست وحدها ما تقرر مدى رضي المتقاعدين عن نفسه وحياته فهناك عوامل أخرى تسهم بوضوح في هذا الأمر ومنها المستوى الاقتصادي والاجتماعي وأهمية العمل والحالة صحية ويمكن للباحث أن يصف نوعية العمل أيضاً. فالوظائف التي تمنح صاحبها مكانة متقدمة في السلم الاجتماعي، وامتيازات معينة وسلطة ونفوذ تؤثر أكثر من تلك الوظائف التي يحظى صاحبها بتلك المكانة والامتيازات معينة، وسلطة ونفوذ تؤثر أكثر من تلك الوظائف التي يحظى صاحبها بتلك المكانة والامتيازات.

4-نظرية الشخصية:

ومنظرو هذه النظرية يرون التوافق مع التقدم في العمر مرتبط بسمات ونمط شخصية الفرد وينظرون إلى التغيرات المصاحبة على أنها نتيجة للتفاعل بين التغيرات الاجتماعية الخارجية والتغيرات البيولوجية الداخلية، وطبقا لهذه النظرية فأصحاب الشخصيات المتكاملة يمكنهم الأداء بشكل أفضل، وذلك بما لديهم من قدرات وملكات وقدرة على السيطرة على الذات، والنضج والمرونة التي يمرون فيها أثناء مسيرة الحياة، وعلى العكس هناك الأفراد الذين لديهم إعاقة في الوظائف السيكولوجية تؤدي لعدم اكتمال شخصياتهم، وبالتالي العجز عن السيطرة على انفعالاتهم، كما أن هناك تدهور في قدراتهم.

5-نظرية الدور:

وهي أقدم النظريات التي حاول من خلالها عدد من العلماء تفسير التكيف لعملية التقدم في العمر، انطلاقا من أهمية الدور في الحياة الفرد من مراحل حياته المختلفة. وتتص هذه النظرية على أن ثمة دورا للفرد في كل مرحلة من مراحل عمره من الميلاد إلى الوفاة فهو الابن، وطالب المدرسة، والعامل في مهنته، زوج، والأب، والجد، وهذه الأدوار تجعل الفرد كائننا اجتماعيا ومن خلالها يتكون لديه مفهوم الذات. وتتلخص نظرية الدور في مرحلة الشيخوخة في أن قدرة الشخص على التكيف في مرحلة شيخوخة تتوقف على مدى تقبله للتغير الذي يطرأ على أدواره الاجتماعية في هذه المرحلة (فهدى محمد الجازي، 2004، ص 60-88).

خلاصة:

في هذا الفصل تطرقنا إلى مفهوم التقاعد الذي يعتبر حياة جديدة بالنسبة للشخص العامل، إذ بدأنا بتعريف التقاعد هو الذي ترك العمل سواء كان تركه إجباريا أو لم يكون مجبرا. كما تطرقنا إلى تغيرات النفسية للمتقاعد وكذلك أثار النفسية والاجتماعية للضباط المتقاعد، وفي الأخير تطرقنا إلى النظريات المفسرة للتقاعد.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: الإجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد

1- الدراسة الاستطلاعية.

2- منهج الدراسة.

3- أدوات الدراسة.

4- حدود الدراسة.

5- حالات الدراسة.

خلاصة

تمهيد:

بعد انتهائنا من الجانب النظري نتطرق الآن إلى جانب التطبيقي، الذي يثبت صحة النتائج من أجل القيام بأي بحث علمي.

كانت الخطوة الأولى هي الدراسة الاستطلاعية وذلك من أجل تحديد الإطار الذي تجري فيه الدراسة سواء تحديد مكانها أو زمانها أو الفئات المستهدفة في الدراسة والأدوات البحثية المناسبة وغيرها من الجوانب والقيام بالتطبيق، ثم نقوم بتحديد باقي الخطوات المتمثلة في تحديد المنهج المستخدم في الدراسة ثم التعريف بالأدوات المتبعة. كذلك نقوم بالتعريف بالحالات ثم عرضها وتحليلها.

وفي الأخير نقوم بمناقشة النتائج المتحصل عليها.

1- الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية مرحلة مهمة في اختيار الموضوع وتحديد جوانب الدراسة أيضا معرفة بعض العلاقات الاشتراطية بين المتغيرات وبلورة بعض الفروض والتنبؤات ودراسة أداة من أدوات القياس والتأكد من صلاحياتها قبل استعمالها في الدراسة الأساسية (محمد مزيان، 1999، ص54).

1-1: أهداف الدراسة الاستطلاعية: قبل الشروع في إجراءات الدراسة الأساسية يمكن تلخيص أهداف الدراسة فيما يلي:

- استطلاع الظروف المحيطة بالدراسة المراد دراستها.
- تحديد جوانب القصور في إجراءات التطبيق ومدى ملائمة الأدوات المستخدمة.
- التعرف على خصائص الحالات، واختيار ما يتناسب مع طبيعة الموضوع المدروس.

1-2: نتائج الدراسة الاستطلاعية:

من خلال إجراء الدراسة الاستطلاعية تم تحقيق ما يلي:

- تحديد المنهج والأدوات المناسبة للدراسة.
- تحديد وضبط عينة ومتغيرات الدراسة، بالإضافة إلى تحديد خطة لتطبيق إجراءات الدراسة الأساسية.

2- المنهج الدراسي:

تم إتباع المنهج العيادي وهو الذي يعني بتركيز على الدراسة الحالات الفردية التي تتمثل فيها الظاهرة المراد دراستها من خلال استخدام البحث النفسي المختلفة والتي تمكنه من الدراسة المبحوث دراسة المبحوث دراسة شاملة ومعقدة حتى تصل به إلى فهم العوامل العميقة في الشخصية المبحوثة وذلك بالاعتماد على سيكولوجية الأعماق على سيكولوجية الأعماق والتحليل النفسي وبيديناميات الشخصية ودوافعها وصراعاتها (فرج عبد القادر طه، 2000، ص 91).

وتم إتباع المنهج العيادي لأنه يناسب مع دراستنا ومع هدف الدراسة الذي ينص على محاولة التعرف على مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى ضابط المتقاعد من الجيش.

3- أدوات الدراسة:

3-1 المقابلة العيادية النصف الموجهة:

تعتبر المقابلة الإكلينيكية نصف الموجهة من الأدوات الرئيسية لجمع المعلومات والبيانات في الدراسة الأفراد والجماعات الإنسانية كما تعد أكثر الوسائل شيوعا وفاعلية في الحصول على البيانات الضرورية لأي بحث، حيث يعرفها أنجلس بأنها " محادثة موجهة يقوم بها فرد مع آخر أو مع آخرين، بهدف حصوله على أنواع من المعلومات لاستخدامها في بحث علمي أو للاستعانة بها في عملية التوجيه والتشخيص والعلاج " (سامي محمد ملحم، 2000، ص 151).

كذلك هناك تعريف آخر للمقابلة نصف الموجهة هي عملية إصغاء بدرجة أولى وذلك يتم بين الفاحص والمفحوص ويتم ذلك وجها لوجه يتجاذب الحديث فيما بين الطرفين غير أن القسم الأكبر يكون في طريق العميل (حامد عبد السلام زهران، 1997، ص 22). حيث في هذه الدراسة قمنا بالمقابلة الإكلينيكية نصف الموجهة مع ضباط الجيش متقاعد للتعرف على درجة توافقهم النفسي الاجتماعي وقد احتوت مقابلتنا على أربع محاور أساسية والمتمثلة في:

المحور الأول: البعد الشخصي، **المحور الثاني:** البعد الصحي، **البعد الثالث:** البعد الأسري، **البعد الرابع:** البعد الاجتماعي. وتم إجراء المقابلة مع الحالات انفرادا بهم، حيث تقيدنا فيها بجميع شروط المقابلة، وكان ذلك من خلال تقديم الأسئلة على الحالة وتدوين أقوالهم، إذا كانت الحالات جد متعاونة لم تصادفني صعوبات كبيرة معهم أثناء المقابلة داخل الغرفة.

3-2 مقياس التوافق النفسي الاجتماعي:

المقياس من إعداد "زينب شقير" 2003م، يتكون من 80 عبارة تهدف إلى معرفة مستوى التوافق. والفقرات مقسمة إلى أربعة أبعاد وهي: بعد التوافق الشخصي، بعد التوافق الصحي،

بعد التوافق الأسري وبعد التوافق الاجتماعي. ويحتوي كل بعد على 20 عبارة منها فقرات موجبة وفقرات سالبة، وإيجاب عليها بنعم أو لا أو أحيانا. أدنى درجة صفر (0) وأعلاه 160.

3-3 طريقة تصحيح المقياس: بالنسبة للعبارات الموجبة يكون التصحيح كالتالي:

تنطبق (2 درجة)، تنطبق أحيانا (1 درجة)، لا تنطبق (0 درجة). أما بالنسبة للعبارات

السالبة: لا تنطبق (2 درجة)، تنطبق أحيانا (1 درجة)، تنطبق (0 درجة) وفيما يلي جدول

(1) و(2) يوضح مستويات التوافق النفسي الاجتماعي وأبعاده الفرعية الأربعة.

جدول رقم (1): يوضح مستويات التوافق النفسي الاجتماعي:

التفسير	المستوى
سوء توافق	40-0
توافق منخفض	80-41
توافق متوسط	120-81
توافق مرتفع	160-121

جدول رقم (2) يوضح مستويات الأبعاد الفرعية لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي:

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

وفي بحثنا هذا لم نكتف بعرض المعلومات المتحصل عليها من خلال قيامنا بالمقابلات

فقط، بل حاولنا معالجتها بطريقة إحصائية من خلال أساليب تتمثل في طريقة استخراج

الدرجات لكل حالة من الحالات من أجل معرفة مستوى التوافق إن كان مرتفعا أو متوسطا أم

منخفض، فوجدت التوافق النفسي، (زينب شقير، 2003، ص 50).

4-حدود الدراسة:

4-1-حدودالمكانية: أجريت الدراسة بمركز التقاعد الجيش في الضلعة بسكرة.

4-2-حدودالزمنية: تمت الدراسة بمدينة بسكرة من 15 فيفري إلى 20 مارس 2017 حيث

تمت في هذه فطرة في جانب تطبيقي لحالة الدراسة مما توصل شروط درستنا حيث طبقنا

مقياس التوافق النفسي الاجتماعي ومقابلة نصف موجهة.

5-حالةالدراسة:

تم اختيار الحالات بطريقة قصديه وهي كالتالي:

الحالة الأولى: ضابط يبلغ من عمر 63 سنة، تقاعد منذ عامين.

الحالة الثانية: ضابط يبلغ من عمر 56 سنة، تقاعد منذ ستة سنوات.

الحالة الثالثة: ضابط يبلغ من 52 سنة، تقاعد منذ ستة سنوات.

الحالة الرابعة: ضابط يبلغ من 53 سنة، تقاعد منذ ستة سنوات.

خلاصة:

يعتبر هذا الفصل نظرة شاملة أمت بمنهجية الدراسة حيث تمثل منهج الدراسة في المنهج العيادي، بعدها تطرقنا إلى أدوات الدراسة المتمثلة في المقابلة العادية النصف موجهة، ومقياس التوافق النفسي لزينب الشقير نعرج في الأخير إلى تقديم حالات الدراسة.

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة

النتائج

تمهيد

1- عرض وتحليل النتائج

1-1 عرض وتحليل نتائج الحالة الأولى

2-1 عرض وتحليل نتائج الحالة الثانية

3-1 عرض وتحليل نتائج الحالة الثالثة

4-1 عرض وتحليل نتائج الحالة رابعة

2- مناقشة النتائج

تمهيد

سوف يتم التعرض في هذا الفصل إلى النتائج المتوصل إليها من خلال الدراسة الميدانية بعد جمع المعطيات وفق الإطار المنهجي المتبع حيث سيتم عرض وتحليل النتائج ومناقشة النتائج فرضيات الدراسة من خلال ربط بين الجانب النظري والتطبيقي للدراسة، وفي نهاية نختتم بالخاتمة وأخير أدرجنا قائمة المراجع والملاحق.

1- عرض وتحليل النتائج

1-1 عرض وتحليل نتائج الحالة الأولى:

* بيانات الخاصة بالحالة س:

الاسم: س	السن: 63 سنة
عدد الأولاد: 8	مستوى الاقتصادي: جيد
رتبة: جنرال	مدة التقاعد: منذ عامين

* ملخص المقابلة:

الحالة يبلغ من العمر 63 سنة متقاعد في جيش منذ عامين رتبة جنرال يعيش في أسرة نووية لديه 8 أولاد ذا مستوى اقتصادي جيد. بعد التقاعد أصبح يزاول مزرعته بشكل دائم من الأجل ملء فراغ والتنفيس وتجنب الآخرين والحالة يعاني من اللججة الكلامية بسبب ارتفاع مفاجئ لضغط الدم وسبب له شلل نصفي لمدة عام وبعد خروجه إلى خارج البلاد تعرض لعلاج وتحسن وهذا السبب جعله يبتعد عن الآخرين.

* تحليل المقابلة:

من خلال نتائج المقابلة مع الحالة الأولى نجد أن الحالة غير متقبل خروجه من خدمة العسكرية كقوله " بسبة المرض خرجت من العسكر " وهذه الأخير لم يؤثر على نفسيته من خلال إجابته على أسئلة المحور التوافق الشخصي يتضح أنه يشعر بالسعادة والرضا عن نفسه وعن حياته وذلك خلال قوله " أنا راضي عن نفسي " ويتمتع بنجاح في جانب العمل كقوله " أنا متقبل كلشي في حياتي " وكذلك حقق كل أهدافه في العمل كقوله " أهدافي مسطرة حققتها والأهداف غير مسطرة لم تحقق طبعاً لأنني خرجت " ، أما بالنسبة لوضعه الصحي ، فإن الحالة تحظى بالعجز الصحي كقوله " عندي عجز لكن قادر أتغلب عليه كلها " وأيضاً لأنه لا يشتكي من أي مرض كقوله " الأمراض حسب عمر لا بد منها حالياً لا أشتكي من أي مرض " ، كما أن الحالة يعيش حياة سعيدة مع أسرته في قوله " ليكون معه سراج وضياء حياة مليحه ما فيهاش شك " ، وكذلك يتمتع بالأمن والاستقرار وأسرته كانت سند دائماً له " أسرتي

معي في سراء وضراء"، أما بالنسبة للوضع الاجتماعي، فإنه متفاعل مع المجتمع ويحب تجديد في علاقاته كقوله "مدامني في الحياة علاقتي جديدة ومتجددة " وكذلك يحب انضمام إلى الجماعات كقوله " حسب جماعة ونشاطات لي ديرهم " ولأقاربي متقبلي "يعرضوني للمناسبات نأكل شخوخة بكل فرح وسرور".

3-تحليل نتائج الاختبار:

بعد تطبيق الاختبار مع الحالة كان مجموع الدرجات المتحصل عليها هو 98 درجة وهي درجة متوسطة من التوافق النفسي حددت بين 81-120 حيث كان باديا على الحالة الارتياح والتقبل أثناء التطبيق الاختبار عليه، وما تم تسجيله أن الحالة لم تجد صعوبات في فهم عبارات المقياس.

حيث أن أعلى درجة هو البعد الثالث هو بعد التوافق الأسري تحصل على 28 درجة وهي درجة متوسطة حيث حددت درجات التوافق متوسطة ما بين 21-30 درجة.

ثم يأتي البعد الرابع هو بعد التوافق الاجتماعي حيث تحصل على 25 درجة وهي درجة متوسطة درجات التوافق متوسطة ما بين 21-30 درجة.

ثم أيضا البعد الأول هو بعد الشخصي تحصل على 23 درجة وهي درجة متوسطة، درجات التوافق متوسطة ما بين 21-30 درجة.

وفي الأخير البعد الثاني تحصل على 22 درجة وهي درجة متوسطة، درجات التوافق متوسطة ما بين 21-30 درجة.

* التحليل العام:

من خلال تطبيق المقابلة العيادية النصف موجهة و مقياس زينب شقير 2003 على الحالة "س" تبين أن الحالة لديه درجة متوسطة من التوافق النفسي الاجتماعي حيث قدرت بـ 98 درجة وهذا كان واضحا تماما في المقابلة العيادية نصف الموجهة وأثناء تطبيق المقياس حيث تعرف سهير كامل أحمد 1999 التوافق النفسي والاجتماعي بأنه "هو تلك السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية ويشير هذا التعريف إلى

تحقيق الفرد للتوافق النفسي الاجتماعي هي السعادة في ظل المجتمع وذلك مع احترام المعايير التي يفرضها المجتمع "كما أقرت الدكتورة "نبيلة صابوني" عند بلوغ سن التقاعد بأن له تأثيرات سلبية على حياة الفرد النفسية والجسدية والاجتماعية وذلك بارتباط هذه المرحلة بسن الشيخوخة التي قد لا تسمح له من الناحية الجسمانية بالحيوية نفسها والعطاء الذي كان عليهما من قبل، لأن العمل يعتبر من الأشياء الايجابية التي تخلص الإنسان من روتين الحياة اليومي وتكسر الملل وتشعر أنه مستقر، وأن لديه مصدر رزق يوفر له المال لتوفير جميع احتياجاته اليومية ويتعود الشخص على الحياة العملية بعد ما عمل لسنوات طويلة ويصعب عليه التأقلم أو التكيف مع الحياة الجديدة بعد انقطاعه عن العمل التي ينعدم فيها التجديد فيتخبط في الروتين اليومي. أما البعد الأسرى فهو يعكس المساندة الاجتماعية وتعاطف أفراد الأسرة مع الحالة وقد أثبتت الدراسات الحديثة أن مساندة الاجتماعية المرضية التي تتميز بالحب والود والثقة تعمل كحواجز ضد التأثير السلبي لأحداث الحياة على صحة جسمية والنفسية (فاضلي أحمد وآخرين، 2011، ص 4)

هذا ما أكدته النظرية الإنسانية أن الفرد يتميز عن باقي الكائنات الأخرى الحية بالتفاعل والإبداع والتواصل وهم يرون إن التوافق يرتبط بتحقيق الفرد لذاته وإذا استطاع الإنسان أن يشبع الحاجات الأولية وفيزيولوجية بفسح المجال له للوصول إلى المستوى الذي يليه حتى يصل إلى أعلى مستويات إشباع ألا وهي تحقيق الذات، ويرى ماسلو "أن الشخص المتوافق يتصف بالتلقائية وتقبل الذات للآخرين" (مرفت عبد ربه عايش، 2010، ص 17- 18).

1-2 عرض وتحليل نتائج الحالة الثانية :

بيانات الخاصة بالحالة م:

الاسم: م	عدد الأولاد: 3
السن: 54 سنة	مستوى الاقتصادي: متوسط
رتبة: رائد	مدة التقاعد: منذ 6 سنوات

* ملخص المقابلة مع الحالة الثانية م:

الحالة يبلغ من العمر 52 سنة متقاعد في جيش منذ ستة سنوات رتبته رائد، يعيش في أسرة نووية ولديه 3 أولاد ذا مستوى اقتصادي متوسط. بعد التقاعد أصبح يزاول مقاهي ونقل الأولاد إلى مدرسة ومراقبتهم بشكل دائم من أجل ملء الفراغ، والحالة لم يحقق رغباته والأهداف بسبب خروجه من الخدمة العسكرية ناتج عن تسرع في اخذ القرار، والحالة لديه وعكة صحية من التدخين الكثير، ويتمتع بالحياة سعيدة داخل أسرته.

* تحليل المقابلة:

من خلال نتائج المقابلة مع الحالة الثانية نجد أن الحالة غير متقبل خروجه بسبب تسرع كقوله «هذا خروج كان تسرع ولحظة غضب» أما فيما يخص رضاه عن حياته العسكرية قال «أنا راضي بما قدمته في حياتي عسكرية» إلا أنه لم يحقق جميع أهدافه التي كان يريد وصول إليها حيث يقول «لم أحقق أهدافي في خدمة العسكرية».

وعلى مستوى صحي، فإنه لا يعاني من أي إصابة كقوله «لا أعاني من أي إصابة والحمد لله» إلا أنه يدخن بشكل مفرط كقوله «منجميش نعيش بلا دخان» ولا يعاني من أي مرض إذ قال «حاليا الحمد لله كان من هكا معرف».

وعلى مستوى الأسري، أن الحالة محبوب ويحس بالسعادة والراحة داخل أسرته حيث قال «أتمتع بالحياة سعيدة داخل أسرتي» وكذلك له دور فعال في أسرته في قوله «أيه عندي دور حيوي داخل أسرتي وكانت أسرتي معي طوال مشواري المهني وأيضا بعد التقاعد أسرتي لم تتركني كانت سند لي أسرتي كانت معي بعد التقاعد كنا مع بعضنا البعض».

ونجد أن الحالة الاجتماعية للحالة أنه يجب ربط علاقات إيجابية والاختلاط مع الآخرين في قوله «نعم لدي القدرة على إقامة علاقات جديدة».

وأيضاً يعتبر نفسه مسؤولاً داخل مجتمعه كما قال «أحس بالمسؤولية فرق كبير عندما نكون خدام وبعد التقاعد نحس نقصت قيمتي وخاصة مع الأقارب»، أيضاً لديه القدرة إقامة علاقات جديدة كقوله «نحب تكون عندي علاقات» وكذلك لا أستطيع تحقيق الانتماء كقوله «لا أتوقع لأن ظروف غير مناسبة ومشاكل يومية كافية وقال أيضاً» غير ممكن كل إنسان مبادئ وقدراته وشخصيته.

3-تحليل نتائج الاختبار:

بعد تطبيق الاختبار مع الحالة كان مجموع الدرجات المتحصل عليها هو 95 درجة وهي درجة متوسطة من التوافق النفسي حددت 81-120 حيث كان بادياً على الحالة الارتياح والتقبل أثناء التطبيق الاختبار عليه، وما تم تسجيله أن الحالة لم تجد صعوبات في فهم عبارات المقياس.

حيث أن أعلى درجة كانت للبعد الأول وهو بعد التوافق الشخصي تحصل على 26 درجة وهي درجة متوسطة حيث حددت درجات التوافق متوسطة ما بين 21-30 درجة. ثم يأتي البعد الثالث وهو بعد التوافق الأسري وبعد الرابع هو بعد الاجتماعي الذي تحصل على 25 درجة وهي درجة متوسطة، درجات التوافق متوسطة ما بين 21-30 درجة. ثم أيضاً البعد الثاني هو بعد الصحي تحل على 19 درجة وهي درجة منخفضة، درجات التوافق ما بين 11 - 20 درجة.

* التحليل العام:

من خلال تطبيق المقابلة العيادية النصف موجهة ومقياس (زينب شقير 2003) تبين أن الحالة لديه درجة متوسطة من التوافق النفسي الاجتماعي حيث قدرت بـ 95 درجة وهذا الذي أثر بشكل كبير على التوافق الشخصي والاجتماعي حيث يعرف السيد خير الله التوافق النفسي والاجتماعي بأنه «قدرة الفرد في التوفيق بين رغباته وحاجاته من جهة ومتطلبات

المجتمع من جهة أخرى تبدو مظهرها في شعور الفرد بالأمن الشخصي والاجتماعي وإحساسه بقيمته وشعوره بالانتماء والتحرر، والصحة العقلية والخلو من الميول المضاد للمجتمع». (السيد خير الله، 1981، ص 75).

وقد اختلفت نظريات علم النفس في تفسير المشكلات الاجتماعية لمرحلة التقاعد فمثلا نرى نظرية الانسحاب أن المتقاعد ينسحب من السياق الاجتماعي، وتتقص عمليات التفاعل الاجتماعي بين المتقاعد يواجه عدم قدرة على إيجاد أدوار وأنشطة التي كان يمارسها قبل التقاعد مما يعيق تكيفه مع المرحلة التقاعد، بينما ترى النظرية التبادلية أن المتقاعد نتيجة لعدم تملكه ما يستطيع أن يساوم به أفراد المجتمع ليقدموا له خدمات معينة فإن يشعر بالإهمال وانعدام القيمة في مجتمعه القائم على تبادل المنافع كأساس لقيام التفاعل بين أفراد.

أما بالنسبة البعد الاجتماعي يرى بعض أن التقاعد يتضمن انقطاع أدوار الاجتماعية هامة، وتقلصا حاداً في الدخل لمن لهم خدمة قليلة في الوظيفة ويقلل من فرص الاتصالات الاجتماعية، وهو مثل الكثير من الظواهر الاجتماعية الناجمة عن التقاعد انقطاع العلاقات الاجتماعية بين المتقاعدين ومجتمعهم، والإحساس بالإهمال والانعزالية وزيادة وقت الفراغ نقص الدخل، وشعور بأنه أصبح مستهلكا غير المنتج.

1-3 عرض وتحليل نتائج الحالة الثالثة:

بيانات الخاصة بالحالة ع:

الاسم: ص	عدد الأولاد: 3
السن: 56 سنة	مستوى الاقتصادي: متوسط
رتبة: رائد	مدة التقاعد: منذ 6 سنوات

* ملخص المقابلة:

الحالة يبلغ من العمر 56 سنة متقاعد في الجيش منذ ستة سنوات رتبته رائد، يعيش في أسرة نوية لديه 3 أولاد ذا مستوى اقتصادي متوسط. بعد التقاعد أصبح يزاول مزرعته بشكل دائم من الأجل ملء فراغ والتفيس عن نفسه والحالة متقبل خروجه من الخدمة العسكرية لأنه طلب ذلك عن قناعة كما أنه حقق أهدافه خلال مساره في العمل، كما أنه لا يعاني من اي مرض ويتمتع بحياة سعيدة داخل أسرته.

* تحليل المقابلة:

من خلال نتائج المقابلة مع الحالة الثالثة نجد أن الحالة راضي عن نفسه بما بذله في الخدمة العسكرية وكذلك يشعر بالراحة النفسية ولا يشعر بالنق في حياته أبدا كقوله «هيه أنا راضي عن نفسي بما قدمته في خدمتي العسكرية»، «هيه أشعر بالراحة النفسية والحمد لله» وقال أيضا «أنا منحسش بالنقص في حياتي»، ويعتبر نفسه أنه أدى مهامه ونجح فيها في قوله «نعم أرى نفسي ناجح في خدمتي بشكل خاص وبشكل العام»، وكذلك لتقبله لخروجه عن قناعة حيث قال «نعم متقبل خروجي لأنني طلبت ذلك»، وكذلك حقق جميع أهدافه كقوله «هيه حققت كل أهدافي الحمد لله».

أما بخصوص جانب الصحي فالحالة يبدو بصحة جيدة وليس لديه أي إصابة ويتضح في قوله "صحتي مليحة" وقال "ليس لدي أي إصابة".

أما بالنسبة للجانب الأسري فالحالة راضي عن المحيط الأسري الذي يعيش فيه وكذلك يتمتع بحياة سعيدة ويحس بالراحة داخل أسرته فهم يدعمونه ويشعرونه بأن لديه دور حيوي

وفعال في أسرته كما أنها كانت معه طوال مشوار عمله في قوله "هيه أسرتي كانت معي في معظم مشواري العمل" وكذلك تقبله بعد إنهاء من الخدمة العسكرية ودائما متأقلم مع وضعه إذ قال «نعم تقبلت أسرتي وجودي بعد انتهاء من الخدمة العسكرية» كما قال «دائما أسرتي متأقلمة معايا».

ونجد من المقابلة أن الحالة الاجتماعية بدرجة كافية فهو يقيم علاقات طيبة في المجتمع ويحب التعرف والاختلاط بالناس والاندماج معهم في قوله «لدي القدرة على إقامة علاقات جديدة»، ويتمتع الحالة أيضا بدور فعال في مجتمع وكذلك لديه القدرة على تحقيق الانتماء والولاء كما قال «هيه نحب الولاء والانتماء».

3- تحليل نتائج الاختبار:

بعد تطبيق الاختبار مع الحالة كان مجموع الدرجات المتحصل عليها هو 110 درجة وهي درجة متوسطة من التوافق النفسي حددت 81-120 حيث كان باديا على الحالة من الارتياح والتقبل أثناء التطبيق الاختبار عليه، وما تم تسجيله أن الحالة لم تجد صعوبات في فهم عبارات المقياس.

حيث أن أعلى درجة هو البعد الأول هو بعد التوافق الشخصي تحصل على 32 درجة وهي درجة مرتفعة حيث حددت درجات التوافق مرتفعة ما بين 31 - 40 درجة.

ثم يأتي البعد الرابع هو البعد التوافق الاجتماعي تحصل على 29 درجة وهي درجة متوسطة، درجات التوافق متوسطة ما بين 21 - 30 درجة.

ثم أيضا البعد الأول هو بعد الأسري تحصل على 27 درجة وهي درجة متوسطة، درجات التوافق متوسطة ما بين 21 - 30 درجة.

وفي الأخير البعد الثاني هو البعد الصحي تحصل على 22 درجة وهي درجة متوسطة، درجات التوافق متوسطة ما بين 21 - 30 درجة.

* التحليل العام:

من خلال تطبيق المقابلة العيادية النصف موجهة ومقياس (زينب شقير 2003) تبين أن الحالة لديه درجة متوسط من التوافق النفسي الاجتماعي حيث قدرت بـ 110 درجة إذ أن الحالة متقبل خروجه مع شعوره بالراحة والأمان والطمأنينة حيث تعرف سهير كامل مليكة 1999 التوافق النفسي الاجتماعي بأنه «قدرة الفرد على إحداث الاتزان بين رغباته ومتطلبات المجتمع وبظهور ذلك من خلال الاستعدادات أو ردود الأفعال التي تدل على الشعور بالأمن والتقدير الشخصي والاجتماعي الذي يظهر في اعتماد الفرد على ذاته وشعوره والانتماء وإحساسه بقيمته».

وقد أشارت بعض الدراسات على أن التقاعد أحد مراحل الأساسية التي يمر بها الإنسان إذا أمد الله في عمره، بل أنه في نظر البعض الثاني أهم أزمة يمر بها الإنسان بعد المراهقة لما له من تأثير على حياة الفرد تتعدى الأهمية المادية، باعتبار أن العمل هو المكانة والمركز الاجتماعي والقيمة الأولى في حياة الفرد والتي بالتقاعد يفقدها جميعها، مما قد يظهر مشكلات جديدة تزداد حدتها نتيجة لأن الفرد في هذه المرحلة يواجه العديد من التغيرات الجسمية والنفسية والاجتماعية، بل إن البعض يرى أن العمل هو الدور الاجتماعي الذي تلتف حوله الأدوار الاجتماعية الأخرى للإنسان، وأي خلل في هذا الدور يؤدي إلى اختلال في الأدوار الاجتماعية الأخرى.

4-1 عرض وتحليل نتائج الحالة الرابعة:

بيانات الخاصة بالحالة ف:

الاسم: ف	عدد الأولاد: 3
السنة 53	مستوى الاقتصادي: جيد
رتبة: رائد	مدة التقاعد: منذ 6 سنوات

* ملخص المقابلة:

الحالة يبلغ من العمر 53 سنة متقاعد في جيش منذ ستة سنوات رتبة رائد، يعيش في أسرة نووية لديه 3 أولاد ذا مستوى اقتصادي جيد. بعد التقاعد أصبح يزاول منزله وعادة ما يذهب إلى مقاهي وفي تربية الأولاد، ويرى أنه لم يحقق أهدافه في خدمة العسكرية وهو راضي على ما قدمه وهو الذي أراد طلب الخروج ويعيش مع أسرته ويتمتع بسعادة وأسرته متقبل خروجه.

* تحليل المقابلة:

من خلال نتائج المقابلة مع الحالة الرابعة نجد أنه راضي على ما قدمه في مشوار حياته في خدمة العسكرية كقوله «الحمد لله درت لي عليا» وكذلك يرى نفسه نجح في خدمة بشكل خاص وعام مع تقبل خروجه ولا يجد صعوبة كقوله «نعم أنا أردت الخروج» لكنه لا يرى أنه حقق أهدافه مراد الوصول إليها «أنا محققت حتى حاجة»، فالحالة غير متألمة مع وضعه الصحي كقوله «أنا أعاني من مرض مزمن ألا وهو سكر» بإضافة لديه إصابة كقوله «عندي إصابة في كتفي» كما أن الحالة لها علاقة وطيدة بينه وبين أسرته خاصة أولاده وزوجته التي ساندته طوال فترة طويلة وكذلك يرى لديه دور فعال داخل الأسرة كقوله «إيه يحسوني بلي عندي دور» وكذلك بأن حالة متألمة مع أسرته أما من الناحية الاجتماعية فالحالة لا يحس بالانتماء للمجتمع وليس له دور فعال كقوله «أحيان يكون عندي دور ماشي ديما»، وكذلك علاقته بالأقارب غير جيدة «بانتي علاقتي كي خرجت ماشي مليحا» ولا يحب عمل علاقات جديدة.

* تحليل نتائج الاختبار:

بعد تطبيق الاختبار مع الحالة كان مجموع الدرجات المتحصل عليها هو 99 درجة وهي درجة متوسطة من التوافق النفسي حددت 81 - 120 حيث كان باديا على الحالة من الارتياح والتقبل أثناء التطبيق الاختبار عليه، وما تم تسجيله أن الحالة لم تجد صعوبات في فهم عبارات المقياس.

حيث أن أعلى درجة هو البعد الرابع هو بعد التوافق الاجتماعي تحصل على 29 درجة وهي درجة متوسطة حيث حددت درجات التوافق متوسطة ما بين 21 - 30 درجة. ثم يأتي البعد الثالث هو بعد التوافق الأسري تحصل على 26 درجة وهي درجة متوسطة، درجات التوافق متوسطة ما بين 21 - 30 درجة.

ثم أيضا البعد الأول هو بعد الشخصي تحصل على 25 درجة وهي درجة متوسطة، درجات التوافق متوسطة ما بين 21 - 30 درجة. وفي الأخير البعد الثاني هو بعد الصحي تحصل على 19 درجة وهي درجة منخفضة، درجات التوافق منخفضة ما بين 11 - 20 درجة.

* التحليل العام:

من خلال تطبيق المقابلة العيادية النصف موجهة ومقياس (زينب شقير 2003) تبين أن الحالة لديه درجة متوسط من التوافق النفسي الاجتماعي حيث قدرت بـ 99 درجة إذ أن الحالة متقبل خروجه مع شعوره بالراحة والأمن والطمأنينة حيث يعرف التوافق النفسي الاجتماعي بأنه قدرة الفرد على إحداث الاتزان بين رغباته ومتطلبات المجتمع ويظهر ذلك من خلال الاستعدادات أو ردود الأعمال التي تدل على الشعور بالأمن والتقدير الاجتماعي الذي يظهر في اعتماد الفرد على ذاته وشعوره والانتماء وإحساسه بقيمته. كما أشارت بعض الدراسات على أن النظام التقاعد هو النظام الوحيد الذي صنعه الإنسان بنفسه ليؤثر على أخيه الإنسان مما جعل هذا النظام ومرحلة التقاعد مادة بحثية وصحفية وإعلامية تناولها الباحثون والكتاب

والأدباء كثيرا لما لها من أبعاد إنسانية ومواقف تسلط عليها الأضواء، ففي عالمنا اليوم ينظر إلى التقاعد على أنه نهاية غير سارة لرحلة طويلة كانت حافلة بالعطاء والنشاط.

أما البعد الاجتماعي فإن الفرد يجهل دور متقاعد خاصة في تحديد مهامه ومسؤولياته وبالتالي لا يبقى لهذا المتقاعد مركز اجتماعي وهذا الذي يجعل كلمة متقاعد كلمة منبوذة من التقاعد ذاته وتجد الرفض منه لأنها تفقده الكثير من المزايا المادية والمعنوية في المجتمع، ولعل عدم توفر الأنشطة البديلة التي يستطيع المتقاعد أن يقضي بها وقت فراغه هو الذي يجعله يتحسر وبألم لوصوله إلى مرحلة التقاعد خاصة وأنه يجد الجميع لديهم استيعاب واضح لأدوارهم ومهامهم ومسؤولياتهم في المجتمع، فمن أين يحصل على اعتراف المجتمع به كمتقاعد له حقوق وعليه واجبات.

2- مناقشة النتائج على ضوء الفرضية العامة:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى ضابط الجيش المتقاعد، وذلك بإتباع المنهج العيادي وتطبيق مقياس التوافق النفسي الاجتماعي لزينب شقير 2003 مع الأربع حالات وذلك قصد تأكيد أو نفي فرضية الدراسة.

من خلال المقابلة العيادية نصف الموجهة التي أجريت مع الأربع حالات والاختبار المطبق عليها، نستطيع القول إن الفرضية العامة التي تقول «لدى ضابط الجيش المتقاعد مستوى مرتفع من التوافق النفسي الاجتماعي، لم تتحقق مع الأربع حالات».

حيث أن الحالات الأربعة وجد لديهم مستوى متوسط من التوافق النفسي الاجتماعي.

الحالة الأولى: وجدنا أن البعد الأعلى هو بعد التوافق الأسري وأقل بعد هو البعد الصحي.

الحالة الثانية: تبين أن البعد الأعلى هو بعد الشخصي وأقل بعد هو البعد الصحي.

الحالة الثالثة: وجدنا أن البعد الأعلى هو بعد الشخصي أقل بعد هو البعد الصحي.

الحالة الرابعة: تبين أن البعد الأعلى هو بعد توافق الاجتماعي أقل بعد هو البعد الصحي.

الختامة

الخاتمة

إن موضوع التوافق النفسي الاجتماعي موضوع واسع يتطلب البحث فيه. تبقى هذه الدراسة مجرد محاولة التعرف على مستوى التوافق ضابط متقاعد نفسيا واجتماعيا وهذا لا يتحقق إلا بظروف تضمن توافقا سليما والذي يتحدد بمدى إشباع ضابط نفسيا واجتماعيا رغم تقاعده ولتحقيق الأهداف التي يريد الوصول إليها.

وخلاصة القول لقد حاولنا في هذه الدراسة المتواضعة التعرف على مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى الضابط المتقاعد من الجيش وذلك بإتباع المنهج العيادي وباستخدام المقابلة العيادية نصف الموجهة ومقياس زينب شقير للتوافق النفسي الاجتماعي 2003، حيث كان لدى الأربع حالات مستوى متوسط من التوافق النفسي الاجتماعي، وعليه يجب أن نوضح أن هذه النتائج تبقى مرتبطة بحالات الدراسة فقط في انتظار القيام بدراسات أخرى على حالات مختلفة تركز على الضابط المتقاعد من الجيش والضابط الغير المتقاعد، ليكون بحثا هذا منطلقا لدراسات أخرى، خاصة المقارنة بين المتقاعدين والغير المتقاعدين.

المراجع

1. أبو سكران، عبد الله يوسف (2009). التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بمركز ضبط (الداخلي، خارجي) للمعاقين حركيا في قطاع غزة، رسالة نيل الماجستير في علم النفس. جامعة الإسلامية. غزة.
2. أبو عوض، سليم (2008). التوافق النفسي للمسنين. ط1. دار أسامة. عمان (الأردن).
3. بطرس، بلحاج حافظ (2008). التكيف والصحة النفسية للطفل. ط1. دار المسيرة للنشر والتوزيع. عمان (الأردن).
4. بلحاج، فروجة (2011). التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في لتعليم الثانوي. رسالة لنيل درجة ماجستير في علم النفس المدرسي. جامعة مولود معمري، تيزي وزو (الجزائر).
5. بن ضينان، محمد (ب س). التقاعد. دار النشر بالمركز العربي للدراسات الأمنية والتدريب. الرياض.
6. بن مزيان، محمد (1999). مبادئ في البحث النفسي والتربوي. ط2. دار العرب للنشر والتوزيع. وهران (الجزائر).
7. الجازي، فهدى محمد (2004). مدى الاستفادة من خبرات الضباط المتقاعدين في مجال الأمن. استكمال للحصول على درجة للحصول على درجة ماجستير في العلوم شرطية، رياض.
8. حامد، عبد السلام زهران (1997). الصحة النفسية. ط2. عالم الكتاب للنشر والتوزيع. القاهرة (مصر).
9. السيد، خير الله (1981). التدافق الشخصي والاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي. بحوث نفسية وتربوية.
10. الشاذلي، عبد الحميد (2001). التوافق النفسي للمسنين. د ط. المكتبة الجامعية. مصر.
11. شقير، زينب محمود (2003). مقياس التوافق النفسي. ب ط. مكتبة النهضة المصرية. القاهرة (مصر).

12. طه، فرج عبد القادر (2000). أصول علم النفس. دار قباء. القاهرة.
13. العصيمي، سلطان عائض مفرح (2000). إدمان أنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب مرحلة الثانوية. رسائل لنيل ماجستير في العلوم التربوية. جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية. الرياض.
14. عطية، محمود هنا (1985). الصحة النفسية. د. ط. مكتبة النهضة المصرية. القاهرة (مصر).
15. القرشي، عبد الكريم (1988). علاقة الاختلاط في التعليم بالتوافق النفسي والاجتماعي لطلاب مرحلة ثانوية. رسالة ماجستير غير منشورة. قسم علم النفس. جامعة عين الشمس. مصر.
16. مرداسي، مراد وآخرين (2008). الكومبيوتر وذوي الإعاقة البصرية للمكفوفين. دار الوفاء. ط1. الإسكندرية. مصر.
17. مرفت، عبد ربه عايش (2010). التوافق النفسي وعلاقته بقوة الأنا وبعض المتغيرات لدى مرضى السكري في قطاع غزة. رسالة ماجستير. قسم علوم تربوية. علم النفس. الجامعة الإسلامية، فلسطين.
18. ملحم، سامي محمد (2000). مناهج البحث في التربية والعلوم الإنسانية. ط1. دار مسيرة، عمان.

الملاحق

الملحق رقم 01

أسئلة محاور المقابلة:

أولاً: محور التوافق الشخصي:

- س1: هل أنهيت مدة كافية في خدمة العسكرية؟
- س2: هل أنت راض عن نفسك بما قدمته في خدمة العسكرية؟
- س3: هل تشعر بالنقص في حياتك؟
- س4: هل ترى نفسك بأنك نجحت في خدمة العسكرية بشكل عام وبشكل خاص؟
- س5: كيف تعالج مشاكلك؟
- س6: هل تقبلت خروجك من خدمة العسكرية؟
- س7: هل تغير قراراتك بسرعة؟
- س8: لى ترى بأنك قد حققت أهدافك في خدمة العسكرية وفي حياتك؟

ثانياً: البعد الصحي:

- س9: هل تعاني من الإصابة؟
- س10: هل لديك عجز في جسمك؟
- س11: هل تشتهي من أي مرض معين؟

ثالثاً: البعد الأسري:

- س12: هل تتمتع بحياة سعيدة داخل أسرتك؟
- س13: هل تحس الأسرتك بالأمان معك؟
- س14: هل كانت أسرتك طول مشوار عملك؟
- س15: هل تقبلت أسرتك وجودك بعد انتهاء من خدمة عسكرية؟

البعد الاجتماعي:

- س16: هل تحس بأنك دور فعال في مجتمعك؟
- س17: كيف كانت نظرة المجتمع (أقارب -أصدقاء) بعد ما أنهيت من خدمة العسكرية؟
- س18: هل لديك قدرة على إقامة علاقات جديدة؟
- س19: هل لديك قدرة على تحقيق الانتماء والولاء الجماعة؟

ملحق رقم 02

مقياس التوافق النفسي الاجتماعي لزينب شقير 2003.

الاسم:

السن:

الرتبة:

التعليمات

أمامك مقياس مكون من عدد من العبارات وبجانب كل عبارة مجموعة اختبارات وهي "تنطبق"، "أحياناً"، "لا تنطبق" المطلوب منك هو قراءة كل عبارة، ثم وضح إلى أي مدى تعكس هذه الفقرات مشاعرك واعتقاداتك عن ذاتك من خلال وضع علامة (x) في الاختيار المناسب، مع العلم انه ليس هناك اجابة صحيحة واخرى خاطئة وإنما هذا المقياس يمثل فكرتك عن نفسك، أجب عن جميع الأسئلة ولا تضع أكثر من إشارة، كذلك هذه الإجابات تؤخذ بسرية تامة، ولا تستخدم الا في إطار البحث العلمي.

وشكراً.

المحاور	أرقام العبارات	العبارات	تتطبق	أحيانا	لا تتطبق
محور الشخصي	01	هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية؟			
	02	هل أنت متفائل بصفة عامة؟			
	03	هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وعن انجازاتك أمام الآخرين؟			
	04	هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟			
	05	هل تشعر أنك شخص له فائدة ونفع 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 بالانتران الانفعالي والهدوء أمام الناس؟			
	11	هل تحب الآخرين وتترن 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؟			
	15	هل تشعر باليأس وتهبط همته بسهولة؟			
	16	هل تشعر باستياء وضيق من الدنيا عموما؟			
	17	هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟			
	18	هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما؟			
	19	هل تميل لأن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها؟			
	20	هل تشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر؟			
	محور صحي	21	هل لديك حياة مملوءة بالنشاط والحيوية معظم الوقت؟		
22		هل لديك قدرات ومواهب مميزة؟			
23		هل تتمتع بصحة جيدة تشعر أنك قوي البنية؟			
24		هل أنت راض عن مظهرك الخارجي؟			
25		هل تساعد صحتك على مزاوله الأعمال بنجاح؟			
26		هل تهتم بصحتك جيدا وتتجنب الإصابة بالمرض؟			
27		هل تعطي لنفسك قدرا من الاسترخاء والراحة للمحافظة على صحتك؟			
28		هل تعطي لنفسك قدرا كافيا من النوم أو تمارس رياضة للمحافظة على صحتك؟			
29		هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الأظافر أو الغمز بالعين؟			
30		هل تشعر بصداع وألم في رأسك من وقت لآخر؟			
31		هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟			

			هل تعاني من مشاكل واضطرابات الأكل سوء هضم، فقدان الشهية، شره عصبي؟	32	
			هل يدق قلبك بسرعة عن قيامك بأي عمل؟	33	
			هل تشعر بالإجهاد وضعف الهممة من وقت لآخر؟	34	
			هل تتصبب عرقاً أو ترتعش يداك عندما تقوم بعمل؟	35	
			هل تشعر أحياناً أنك قلق وأعصابك غير موزونة؟	36	
			هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاوله العمل؟	37	
			هل تشعر أحياناً بصعوبة في النطق والكلام؟	38	
			هل تعاني من إمساك أو إسهال كثير؟	39	
			هل تشعر بالنسيان أو عدم القدرة على التركيز من وقت لآخر؟	40	
			هل أنت متعاون مع أسرتك؟	41	محور الأسري
			هل تشعر بالسعادة في حياتك وأنت مع أسرتك؟	42	
			هل أنت محبوب من طرف أسرتك؟	43	
			هل تشعر بأن لك دور فعال وهام في أسرتك؟	44	
			هل تحترم أسرتك رأيك ويمكن أن تأخذ به؟	45	
			هل تفضل أن تقضي وقتك مع أسرتك؟	46	
			هل تأخذ حقاك 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 تفتخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟	51	
			هل أنت راض عن ظروفك الأسرية والاقتصادية؟	52	
			هل تشجعك أسرتك على إظهار ما لديك من قدرات ومواهب؟	53	
			هل أفراد أسرتك تقف بجوارك وتخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة؟	54	
			هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟	55	
			هل تشعر اسرتك أنك عبء ثقيل عليها؟	56	
			هل تتمنى أحياناً أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟	57	
			هل تعاني من الكثير من المشاكل داخل أسرتك؟	58	
			هل تشعر بالقلق أو الخوف وأنت داخل أسرتك؟	59	
			هل تشعر بان أسرتك تعاملك على أنك طفل صغير؟	60	
			هل تحرص على المشاركة الإيجابية والترويجية مع الآخرين؟	61	
			هل تستمتع بمعرفة الآخرين عند الجلوس معهم؟	62	
			هل تشعر بالمسؤولية اتجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟	63	
			هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع الآخرين؟	64	
			هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأياً صائباً؟	65	
			هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وإنجازاتك؟	66	

			هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟	67	محور الاجتماعي
			هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟	68	
			هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرًا؟	69	
			هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء وتحرص على إرضائهم؟	70	
			هل يسعدك المشاركة في حفلات 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 ترفضه؟	75	
			هل تفقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟	76	
			هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى ولو كانوا في مثل سنك؟	77	
			هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس أو ترتبك أثناء الحديث معهم؟	78	
			هل تتخلى عن إساءة النصح لزميلك خوفا من أن ينزعج منك؟	79	
			هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟	80	

ملحق رقم 03

المقابلة كما وردت مع الحالة الأولى س:

أولاً: محور التوافق الشخصي:

س1: هل أنهيت مدة كافية في خدمة العسكرية؟

ج1: ايه بسبب المرض خرجت من العسكر.

س2: هل أنت راض عن نفسك بما قدمته في خدمة العسكرية؟

ج2: أكثر من راض على نفسي.

س3: هل تشعر بالنقص في حياتك؟

ج3: لا أبداً.

س4: هل ترى نفسك بأنك نجحت في خدمة العسكرية بشكل عام وبشكل خاص؟

ج4: أنا نجحت بشكل عام وبشكل خاص وكل طموحاتي حققتها وراض عن نفسي.

س5: كيف تعالج مشاكلك؟

ج5: بالحكمة والعقل.

س6: هل تقبلت خروجك من خدمة العسكرية؟

ج6: أنا متقبل كلشي في حياتي.

س7: هل تغير قراراتك بسرعة؟

ج7: كل شيء حسب مواقف وطبيعة قرار أغير قرارتي.

س8: لى ترى بأنك قد حققت أهدافك في خدمة العسكرية وفي حياتك؟

ج8: أهدافي مسطرة حققتها وأهداف غير مسطرة غير محققة لأنني خرجت.

البعد الصحي:

س9: هل تعاني من الإصابة؟

ج9: لا الحمد لله.

س10: هل لديك عجز في جسمك؟

ج10: عندي عجز لكن قادر نتغلب عليه.

س11: هل تشتكي من أي مرض معين؟

ج11: الأمراض حسب السن لا بد منها لا أشتكي من أي مرض.

البعد الأسري:

- س12: هل تتمتع بحياة سعيدة داخل أسرتك؟
ج12: ليكون معه سراج وضياء مفيهاش الشك.
س13: هل تحس الأسرتك بالأمان معك؟
ج13: تحس بالأمن والأمان.
س14: هل كانت أسرتك طول مشوار عملك؟
ج14: كانت في صراء وضرء.
س15: هل تقبلت أسرتك وجودك بعد انتهاء من خدمة عسكرية؟
ج15: بكل فرح وسرور.

البعد الاجتماعي:

- س16: هل تحس بأنك دور فعال في مجتمعك؟
ج16: أكثر من فعال.
س17: كيف كانت نظرة المجتمع (أقارب -أصدقاء) بعد ما أنهيت من خدمة العسكرية؟
ج17: متقبليني يعرضونني في مناسبات نأكل شخصوخة.
س18: هل لديك قدرة على إقامة علاقات جديدة؟
ج18: مدامني في حياة علاقة جديدة ومتجددة.
س19: هل لديك قدرة على تحقيق الانتماء والولاء الجماعة؟
ج19: حسب جماعة ونشاط جماعة وفي انتفاع المجتمع.

ملحق رقم 04

مقياس التوافق النفسي الاجتماعي مع الحالة الأولى س:

مقياس التوافق النفسي الاجتماعي لزينب شقير 2003.

الاسم:

السن:

الرتبة:

التعليمات:

أمامك مقياس مكون من عدد من العبارات ويجانب كل عبارة مجموعة اختبارات وهي "تنطبق"، "أحياناً"، "لا تنطبق" المطلوب منك هو قراءة كل عبارة، ثم وضح إلى أي مدى تعكس هذه الفقرات مشاعرك واعتقاداتك عن ذاتك من خلال وضع علامة (x) في الاختيار المناسب، مع العلم انه ليس هناك اجابة صحيحة واخرى خاطئة وإنما هذا المقياس يمثل فكرك عن نفسك، أجب عن جميع الأسئلة ولا تضع أكثر من إشارة، كذلك هذه الإجابات تؤخذ بسرية تامة، ولا تستخدم الا في إطار البحث العلمي.

وشكراً.

المحاور	أرقام العبارات	العبارات	تطبيق	أحيانا	لا تتطبق
محور الشخصي	01	هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية؟	×		
	02	هل أنت متفائل بصفة عامة؟	×		
	03	هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وعن انجازاتك أمام الآخرين؟		×	
	04	هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟	×		
	05	هل تشعر أنك شخص له فائدة ونفع 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 بالانتران الانفعالي والهدوء أمام الناس؟		×	
	11	هل تحب الآخرين وتتنز 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؟	×		
	15	هل تشعر باليأس وتهبط همتك بسهولة؟			×
	16	هل تشعر باستياء وضيق من الدنيا عموما؟			×
	17	هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟			×
	18	هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما؟			×
	19	هل تميل لأن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها؟			×
	20	هل تشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر؟		×	
محور صحي	21	هل لديك حياة مملوءة بالنشاط والحيوية معظم الوقت؟	×		
	22	هل لديك قدرات ومواهب مميزة؟		×	
	23	هل تتمتع بصحة جيدة تشعر أنك قوي البنية؟			×
	24	هل أنت راض عن مظهرك الخارجي؟	×		
	25	هل تساعد صحتك على مزاوله الأعمال بنجاح؟	×		
	26	هل تهتم بصحتك جيدا وتتجنب الإصابة بالمرض؟	×		
	27	هل تعطي لنفسك قدرا من الاسترخاء والراحة للمحافظة على صحتك؟		×	
	28	هل تعطي لنفسك قدرا كافيا من النوم أو تمارس رياضة للمحافظة على صحتك؟		×	
	29	هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الأظافر أو الغمز بالعين؟			×
	30	هل تشعر بصداع وألم في رأسك من وقت لآخر؟		×	
	31	هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟		×	

	×		هل تعاني من مشاكل واضطرابات الأكل سوء هضم، فقدان الشهية، شره عصبي؟	32	
	×		هل يدق قلبك بسرعة عن قيامك بأي عمل؟	33	
	×		هل تشعر بالإجهاد وضعف الهممة من وقت لآخر؟	34	
×			هل تتصبب عرقاً أو ترتعش يداك عندما تقوم بعمل؟	35	
		×	هل تشعر أحياناً أنك قلق وأعصابك غير موزونة؟	36	
	×		هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مواصلة العمل؟	37	
		×	هل تشعر أحياناً بصعوبة في النطق والكلام؟	38	
×			هل تعاني من إمساك أو إسهال كثير؟	39	
×			هل تشعر بالنسيان أو عدم القدرة على التركيز من وقت لآخر؟	40	
		×	هل أنت متعاون مع أسرتك؟	41	محور الأسري
		×	هل تشعر بالسعادة في حياتك وأنت مع أسرتك؟	42	
	×		هل أنت محبوب من طرف أسرتك؟	43	
		×	هل تشعر بأن لك دور فعال وهام في أسرتك؟	44	
		×	هل تحترم أسرتك رأيك ويمكن أن تأخذ به؟	45	
		×	هل تفضل أن تقضي وقتك مع أسرتك؟	46	
		×	هل تأخذ حقاك 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 تقتخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟	51	
		×	هل أنت راض عن ظروفك الأسرية والاقتصادية؟	52	
		×	هل تشجعك أسرتك على إظهار ما لديك من قدرات ومواهب؟	53	
		×	هل أفراد أسرتك تقف بجوارك وتخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة؟	54	
		×	هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟	55	
×			هل تشعر اسرتك أنك عبء ثقيل عليها؟	56	
×			هل تتمنى أحياناً أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟	57	
×			هل تعاني من الكثير من المشاكل داخل أسرتك؟	58	
×			هل تشعر بالقلق أو الخوف وأنت داخل أسرتك؟	59	
×			هل تشعر بان أسرتك تعاملك على أنك طفل صغير؟	60	
		×	هل تحرص على المشاركة الإيجابية والترويجية مع الآخرين؟	61	
		×	هل تستمتع بمعرفة الآخرين عند الجلوس معهم؟	62	
		×	هل تشعر بالمسؤولية اتجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟	63	
	×		هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع الآخرين؟	64	
		×	هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأياً صائباً؟	65	
		×	هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وإنجازاتك؟	66	

		×	هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟	67	محور الإجتماعي
×			هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟	68	
	×		هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرًا؟	69	
	×		هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء وتحرص على إرضائهم؟	70	
		×	هل يسعدك المشاركة في حفلات 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 ترفضه؟	75	
×			هل تفقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟	76	
×			هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى ولو كانوا في مثل سنك؟	77	
×			هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس أو ترتبك أثناء الحديث معهم؟	78	
×			هل تتخلى عن إساءة النصح لزميلك خوفا من أن ينزعج منك؟	79	
	×		هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟	80	

ملحق رقم 05

المقابلة كما وردت مع الحالة الثانية م:

أولاً: محور التوافق الشخصي:

س1: هل أنهيت مدة كافية في خدمة العسكرية؟

ج1: ايه كاملتها حتان تقاعدت.

س2: هل أنت راض عن نفسك بما قدمته في خدمة العسكرية؟

ج2: راض كل الرضا على ما قدمته.

س3: هل تشعر بالنقص في حياتك؟

ج3: لا أشعر بالنقص.

س4: هل ترى نفسك بأنك نجحت في خدمة العسكرية بشكل عام وبشكل خاص؟

ج4: أنا راض بما قدمته في حياتي عسكرية رغم لم أخذ حقي كاملاً.

س5: كيف تعالج مشاكلك؟

ج5: معالجة المشاكل بالتالي هي أحسن.

س6: هل تقبلت خروجك من خدمة العسكرية؟

ج6: لم أتقبل الخروج ولكن كان هذا الخروج نتيجة تسرع ولحظة غضب.

س7: هل تغير قراراتك بسرعة؟

ج7: لا أغير قراراتي بسرعة.

س8: هل ترى بأنك قد حققت أهدافك في خدمة العسكرية وفي حياتك؟

ج8: لم أحقق أهدافي في خدمة عسكرية.

البعد الصحي:

س9: هل تعاني من الإصابة؟

ج9: لا أعاني من أي شيء والحمد لله.

س10: هل لديك عجز في جسمك؟

ج10: لا ليس لدي.

س11: هل تشتهي من أي مرض معين؟

ج11: ه ه ه منجشم نعيش بلا دخان وكان على مرض حالياً الحمد لله كان منهكا معرف.

البعد الأسري:

س12: هل تتمتع بحياة سعيدة داخل أسرتك؟

ج12: نعم أتمتع بالحياة سعيدة.

س13: هل تحس الأسرتك بالأمان معك؟

ج13: تحس بالأمان دائما.

س14: هل كانت أسرتك طوال مشوار عملك؟

ج14: إيه كانت.

س15: هل تقبلت أسرتك وجودك بعد انتهاء من خدمة عسكرية؟

ج15: نعم الأسرتي كانت معي طوال مشواري الماضي سواء كانت أثناء العمل وكذلك بعد التقاعد "كنا

دائما مع بعضنا البعض".

البعد الاجتماعي:

س16: هل تحس بأنك دور فعال في مجتمعك؟

ج16: أحس دائما بالمسؤولية.

س17: كيف كانت نظرة المجتمع (أقارب -أصدقاء) بعد ما أنهيت من خدمة العسكرية؟

ج17: فرق كبير عندما نكون خدام وبعد التقاعد وخاصة الأقارب.

س18: هل لديك قدرة على إقامة علاقات جديدة؟

ج18: إيه نحب تكون عندي علاقات.

س19: هل لديك قدرة على تحقيق الانتماء والولاء الجماعة؟

ج19: لا أتوقع لأن ظروف غير مناسبة ومشاكل اليومية كافة لأن كل إنسان مبادؤه وقدراته وشخصيته.

ملحق رقم 06

مقياس التوافق النفسي الاجتماعي مع الحالة الثانية م:

مقياس التوافق النفسي الاجتماعي لزينب شقير 2003.

الاسم:

السن:

الرتبة:

التعليمات:

أمامك مقياس مكون من عدد من العبارات وبجانب كل عبارة مجموعة اختبارات وهي "تنطبق"، "أحياناً"، "لا تنطبق" المطلوب منك هو قراءة كل عبارة، ثم وضح إلى أي مدى تعكس هذه الفقرات مشاعرك واعتقاداتك عن ذاتك من خلال وضع علامة (x) في الاختيار المناسب، مع العلم انه ليس هناك اجابة صحيحة واخرى خاطئة وإنما هذا المقياس يمثل فكرتك عن نفسك، أجب عن جميع الأسئلة ولا تضع أكثر من إشارة، كذلك هذه الإجابات تؤخذ بسرية تامة، ولا تستخدم الا في إطار البحث العلمي.

وشكراً.

المحاور	أرقام العبارات	العبارات	تطبيق	أحيانا	لا تتطبق
محور الشخصي	01	هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية؟	×		
	02	هل أنت متفائل بصفة عامة؟	×		
	03	هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وعن انجازاتك أمام الآخرين؟		×	
	04	هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟	×		
	05	هل تشعر أنك شخص له فائدة ونفع 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 بالانحياز 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؟	×		
	15	هل تشعر باليأس وتهبط همتك بسهولة؟			×
	16	هل تشعر باستياء وضيق من الدنيا عموما؟			×
	17	هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟		×	
	18	هل تعتبر نفسك عصبية المزاج إلى حد ما؟		×	
	19	هل تميل لأن تتجنب المواقف المؤلمة بالهروب منها؟			×
	20	هل تشعر بنوبات صداع (أو غثيان) من وقت لآخر؟		×	
	محور صحي	21	هل لديك حياة مملوءة بالنشاطات والحيوية معظم الوقت؟		×
22		هل لديك قدرات ومواهب متميزة؟			×
23		هل تتمتع بصحة جيدة تشعر أنك قوي البنية؟	×		
24		هل أنت راض عن مظهرك الخارجي؟	×		
25		هل تساعد صحتك على مزاوله الأعمال الخارج؟		×	
26		هل تهتم لنفسك جيدا وتتجنب الإصابة بالمرض؟	×		
27		هل تعطي لنفسك قدرا من الاسترخاء والراحة للمحافظة على صحتك؟		×	
28		هل تعطي لنفسك قدرا كافيا من النوم أو تمارس رياضة للمحافظة على صحتك؟			×
29		هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الأظافر أو الغمز بالعين؟	×		
30		هل تشعر بالصداع وألم في رأسك من وقت لآخر؟		×	
31		هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟		×	

×			هل تعاني من مشاكل واضطرابات الأكل سوء هضم، وفقدان الشهية، شره عصبي؟	32	
		×	هل يدق قلبك بسرعة عن قيامك بأي عمل؟	33	
×			هل تشعر بالإجهاد وضعف الهممة من وقت لآخر؟	34	
×			هل تتصبب عرقاً أو ترتعش يداك عندما تقوم بعمل؟	35	
		×	هل تشعر أحياناً أنك قلق وأعصابك غير موزونة؟	36	
		×	هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مواصلة العمل؟	37	
×			هل تشعر أحياناً بصعوبة في النطق والكلام؟	38	
		×	هل تعاني من إمساك أو إسهال كثير؟	39	
		×	هل تشعر بالنسيان أو عدم القدرة على التركيز من وقت لآخر؟	40	
		×	هل أنت متعاون مع أسرتك؟	41	محور الأسري
		×	هل تشعر بالسعادة في حياتك وأنت مع أسرتك؟	42	
		×	هل أنت محبوب من أسرتك؟	43	
		×	هل تشعر بأن لك دور فعال وهام في أسرتك؟	44	
		×	هل تحترم أسرتك رأيك ويمكن أن تأخذ به؟	45	
		×	هل تفضل أن تقضي وقتك مع أسرتك؟	46	
		×	هل تأخذ حقاك 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 تقتخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟	51	
		×	هل أنت راض عن ظروفك الأسرية والاقتصادية؟	52	
		×	هل تشجعك أسرتك على إظهار ما لديك من قدرات ومواهب؟	53	
		×	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 أحياناً أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟	57	
×			هل تعاني من الكثير من المشاكل داخل أسرتك؟	58	
×			هل تشعر بالقلق أو الخوف وأنت داخل أسرتك؟	59	
×			هل تشعر بأن أسرتك تعاملك على أنك طفل صغير؟	60	
×			هل تحرص على المشاركة الإيجابية والترويجية مع الآخرين؟	61	
		×	هل تستمتع بمعرفة الآخرين عند الجلوس معهم؟	62	
		×	هل تشعر بالمسؤولية اتجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟	63	
×			هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع الآخرين؟	64	
		×	هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأياً صائباً؟	65	
		×	هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وإنجازاتك؟	66	

		×	هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟	67	محور الاجتماعي
×			هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟	68	
		×	هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرًا؟	69	
		×	هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء وتحرص على إرضائهم؟	70	
		×	هل يسعدك المشاركة في حفلات 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 ترفضه؟	75	
	×		هل تفقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟	76	
	×		هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى ولو كانوا في مثل سنك؟	77	
×			هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس أو ترتبك أثناء الحديث معهم؟	78	
×			هل تتخلى عن إهداء النصح لزميلك خوفا من أن ينزعج منك؟	79	
×			هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟	80	

ملحق رقم 07

المقابلة كما وردت مع الحالة الثالثة ع:

أولاً: محور التوافق الشخصي:

س1: هل أنهيت مدة كافية في خدمة العسكرية؟

ج1: نعم أنهيتها

س2: هل أنت راض عن نفسك بما قدمته في خدمة العسكرية؟

ج2: هيه راض عن نفسي بما قدمته.

س3: هل تشعر بالنقص في حياتك؟

ج3: أنا محسيتش بالنقص في حياتي.

س4: هل ترى نفسك بأنك نجحت في خدمة العسكرية بشكل عام وبشكل خاص؟

ج4: هيه أرى نفسي نجحت في شكل عام وخاص.

س5: كيف تعالج مشاكلك؟

ج5: أعالج مشكلي بالتأني والحكمة.

س6: هل تقبلت خروجك من خدمة العسكرية؟

ج6: نعم تقبلت لأنني أنا طلبت ذلك.

س7: هل تغير قرارتك بسرعة؟

ج7: لا تغير بسرعة.

س8: هل ترى بأنك قد حققت أهدافك في خدمة العسكرية وفي حياتك؟

ج8: هيه حققت كل أهدافي.

البعد الصحي:

س9: هل تعاني من الإصابة؟

ج9: لا ليس لدي أي إصابة.

س10: هل لديك عجز في جسمك؟

ج10: لا الحمد لله.

س11: هل تشتهي من أي مرض معين؟

ج11: صحتي مليحة.

البعد الأسري:

س12: هل تتمتع بحياة سعيدة داخل أسرتك؟

ج12: نعم أتمتع بحياة سعيدة.

س13: هل تحس الأسرتك بالأمان معك؟

ج13: آيه تحس أسرتي بالأمان معايا.

س14: هل كانت أسرتك طوال مشوار عملك؟

ج14: هيه تقفلت معي أسرتي في معظم مشواري الماضي.

س15: هل تقبلت أسرتك وجودك بعد انتهاء من الخدمة العسكرية؟

ج15: هيه تقبلت نورمال دائما أسرتي متأقلمة معي.

البعد الاجتماعي:

س16: هل تحس بأنك دور فعال؟

ج16: نعم أحس لي دور فعال.

س17: كيف كانت نظرة المجتمع (أقارب -أصدقاء) بعد ما أنهيت من خدمة العسكرية؟

ج17: لقد تغيرت نظرة المجتمع بعد انتهاء.

س18: لديك قدرة على إقامة علاقات جديدة؟

ج18: نعم لدي القدرة على إقامة علاقات جديدة.

س19: هل لديك قدرة على تحقيق الانتماء والولاء الجماعة؟

ج19: هيه نحب الانتماء والولاء.

ملحق رقم 08

مقياس التوافق النفسي الاجتماعي مع الحالة الثالثة ع:

مقياس التوافق النفسي الاجتماعي لزينب شقير 2003.

الاسم:

السن:

الرتبة:

التعليمات:

أمامك مقياس مكون من عدد من العبارات ويجانب كل عبارة مجموعة اختبارات وهي "تنطبق"، "أحياناً"، "لا تنطبق" المطلوب منك هو قراءة كل عبارة، ثم وضح إلى أي مدى تعكس هذه الفقرات مشاعرك واعتقاداتك عن ذاتك من خلال وضع علامة (x) في الاختيار المناسب، مع العلم انه ليس هناك اجابة صحيحة واخرى خاطئة وإنما هذا المقياس يمثل فكرك عن نفسك، أجب عن جميع الأسئلة ولا تضع أكثر من إشارة، كذلك هذه الإجابات تؤخذ بسرية تامة، ولا تستخدم الا في إطار البحث العلمي.

وشكراً.

المحاور	أرقام العبارات	العبارات	تطبيق	أحيانا	لا تتطبق
محور الشخصي	01	هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية؟	×		
	02	هل أنت متفائل بصفة عامة؟	×		
	03	هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وعن انجازاتك أمام الآخرين؟			×
	04	هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟	×		
	05	هل تشعر أنك شخص له فائدة ونفع 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 بالانحياز 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؟	×		
	15	هل تشعر باليأس وتهبط همتك بسهولة؟			×
16	هل تشعر باستياء وضيق من الدنيا عموما؟		×		
17	هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟		×		
18	هل تعتبر نفسك عصبية المزاج إلى حد ما؟	×			
19	هل تميل لأن تتجنب المواقف المؤلمة بالهروب منها؟			×	
20	هل تشعر بنوبات صداع (أو غثيان) من وقت لآخر؟	×			
21	هل لديك حياة مملوءة بالنشاطات والحيوية معظم الوقت؟	×			
22	هل لديك قدرات ومواهب متميزة؟			×	
23	هل تتمتع بصحة جيدة تشعر أنك قوي البنية؟	×			
24	هل أنت راض عن مظهرك الخارجي؟	×			
25	هل تساعد صحتك على مزاوله الأعمال الخارج؟	×			
26	هل تهتم لنفسك جيدا وتتجنب الإصابة بالمرض؟	×			
27	هل تعطي لنفسك قدرا من الاسترخاء والراحة للمحافظة على صحتك؟	×			
28	هل تعطي لنفسك قدرا كافيا من النوم أو تمارس رياضة للمحافظة على صحتك؟	×			
29	هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الأظافر أو الغمز بالعين؟			×	
30	هل تشعر بالصداع وألم في رأسك من وقت لآخر؟		×		
31	هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟			×	
محور صحي					

×			هل تعاني من مشاكل واضطرابات الأكل سوء هضم، وفقدان الشهية، شره عصبي؟	32	
	×		هل يدق قلبك بسرعة عن قيامك بأي عمل؟	33	
	×		هل تشعر بالإجهاد وضعف الهممة من وقت لآخر؟	34	
	×		هل تتصبب عرقاً أو ترتعش يداك عندما تقوم بعمل؟	35	
	×		هل تشعر أحياناً أنك قلق وأعصابك غير موزونة؟	36	
		×	هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاولة العمل؟	37	
×			هل تشعر أحياناً بصعوبة في النطق والكلام؟	38	
×			هل تعاني من إمساك أو إسهال كثير؟	39	
	×		هل تشعر بالنسيان أو عدم القدرة على التركيز من وقت لآخر؟	40	
		×	هل أنت متعاون مع أسرتك؟	41	محور الأسري
		×	هل تشعر بالسعادة في حياتك وأنت مع أسرتك؟	42	
		×	هل أنت محبوب من أسرتك؟	43	
		×	هل تشعر بأن لك دور فعال وهام في أسرتك؟	44	
		×	هل تحترم أسرتك رأيك ويمكن أن تأخذ به؟	45	
		×	هل تفضل أن تقضي وقتك مع أسرتك؟	46	
		×	هل تأخذ حقاك 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 تقتخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟	51	
		×	هل أنت راض عن ظروفك الأسرية والاقتصادية؟	52	
	×		هل تشجعك أسرتك على إظهار ما لديك من قدرات ومواهب؟	53	
		×	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 أحياناً أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟	57	
×			هل تعاني من الكثير من المشاكل داخل أسرتك؟	58	
×			هل تشعر بالقلق أو الخوف وأنت داخل أسرتك؟	59	
×			هل تشعر بأن أسرتك تعاملك على أنك طفل صغير؟	60	
		×	هل تحرص على المشاركة الإيجابية والترويجية مع الآخرين؟	61	
		×	هل تستمتع بمعرفة الآخرين عند الجلوس معهم؟	62	
		×	هل تشعر بالمسؤولية اتجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟	63	
×			هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع الآخرين؟	64	
		×	هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأياً صائباً؟	65	
		×	هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وإنجازاتك؟	66	

		×	هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟	67	محور الاجتماعي
×			هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟	68	
		×	هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرًا؟	69	
		×	هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء وتحرص على إرضائهم؟	70	
		×	هل يسعدك المشاركة في حفلات 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 ترفضه؟	75	
×			هل تفقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟	76	
	×		هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى ولو كانوا في مثل سنك؟	77	
		×	هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس أو ترتبك أثناء الحديث معهم؟	78	
	×		هل تتخلى عن إساءة النصح لزميلك خوفا من أن ينزعج منك؟	79	
×			هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟	80	

ملحق رقم 09

المقابلة كما وردت مع الحالة الرابعة ف:

أولاً: محور التوافق الشخصي:

س1: هل أنهيت مدة كافية في خدمة العسكرية؟

ج1: نعم أنهيت مدة كافية.

س2: هل أنت راض عن نفسك بما قدمته في خدمة العسكرية؟

ج2: الحمد لله درت لي علياً.

س3: هل تشعر بالنقص في حياتك؟

ج3: أحياناً أحس بالنقص.

س4: هل ترى نفسك بأنك نجحت في خدمة العسكرية بشكل عام وبشكل خاص؟

ج4: إياه حمد الله نجحت.

س5: كيف تعالج مشكلاتك؟

ج5: بالحوار مع أفراد أسرة وأحياناً مع مقربين.

س6: هل تقبلت خروجك من خدمة العسكرية؟

ج6: أنعم تقبلت أنا طلبت ذلك.

س7: هل تغير قرارتك بسرعة؟

ج7: أحياناً حسب نوع قرار.

س8: هل ترى نفسك قد حققت أهدافك في خدمة العسكرية وفي حياتك؟

ج8: أنا محققة حتى حاجة.

البعد الصحي:

س9: هل تعاني من الإصابة؟

ج9: نعم عندي الإصابة في كتفي.

س10: لديك عجز في جسمك؟

ج10: لا معنديش

س11: هل تشتهي من أي مرض معين؟

ج11: أنا أعاني من مرض مزمن ألا وهو سكر.

البعد الأسري:

س12: هل تتمتع بحياة سعيدة داخل أسرتك؟

ج12: إيه أتمتع بحياة سعيدة بجانب الأسرتي.

س13: هل تحس الأسرتك بالأمان معك؟

ج13: تحس أسرتي بالأمن والأمان وتحسني بلي عندي دور.

س14: هل كانت أسرتك طول مشوار عملك؟

ج14: إيه كانت معايا حمد لله.

س15: هل تقبلت أسرتك وجودك بعد انتهاء من الخدمة العسكرية؟

ج15: نعم تقبلتني وكانت سند لي.

البعد الاجتماعي:

س16: هل تحس بأنك دور فعال؟

ج16: أحيانا يكون عندي دور ماشي ديما.

س17: كيف كانت نظرة المجتمع (أقارب -أصدقاء) بعد ما أنهيت من خدمة العسكرية؟

ج17: باننت علاقتي كي خرجت ماشي مليحا.

س18: لديك قدرة على إقامة علاقات جديدة؟

ج18: لا يحب عمل علاقات.

س19: هل لديك قدرة على تحقيق الانتماء والولاء الجماعة؟

ج19: لا منحش.

ملحق رقم 10

مقياس التوافق النفسي الاجتماعي مع الحالة الرابعة ف:

مقياس التوافق النفسي الاجتماعي لزينب شقير 2003.

الاسم:

السن:

الرتبة:

التعليمات:

أمامك مقياس مكون من عدد من العبارات ويجانب كل عبارة مجموعة اختبارات وهي "تنطبق"، "أحياناً"، "لا تنطبق" المطلوب منك هو قراءة كل عبارة، ثم وضح إلى أي مدى تعكس هذه الفقرات مشاعرك واعتقاداتك عن ذاتك من خلال وضع علامة (x) في الاختيار المناسب، مع العلم انه ليس هناك اجابة صحيحة واخرى خاطئة وإنما هذا المقياس يمثل فكرك عن نفسك، أجب عن جميع الأسئلة ولا تضع أكثر من إشارة، كذلك هذه الإجابات تؤخذ بسرية تامة، ولا تستخدم الا في إطار البحث العلمي.

وشكراً.

المحاور	أرقام العبارات	العبارات	تطبيق	أحيانا	لا تتطبق
محور الشخصي	01	هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية؟	×		
	02	هل أنت متفائل بصفة عامة؟		×	
	03	هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وعن انجازاتك أمام الآخرين؟		×	
	04	هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟		×	
	05	هل تشعر أنك شخص له فائدة ونفع 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 بالانحياز 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؟	×		
	15	هل تشعر باليأس وتهبط همتك بسهولة؟			×
	16	هل تشعر باستياء وضيق من الدنيا عموما؟			×
	17	هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟		×	
	18	هل تعتبر نفسك عصبية المزاج إلى حد ما؟			×
	19	هل تميل لأن تتجنب المواقف المؤلمة بالهروب منها؟	×		
	20	هل تشعر بنوبات صداع (أو غثيان) من وقت لآخر؟		×	
	محور صحي	21	هل لديك حياة مملوءة بالانشغاط والحيوية معظم الوقت؟		×
22		هل لديك قدرات ومواهب متميزة؟	×		
23		هل تتمتع بصحة جيدة تشعر أنك قوي البنية؟			×
24		هل أنت راض عن مظهرك الخارجي؟	×		
25		هل تساعد صحتك على مزاوله الأعمال الخارج؟			×
26		هل تهتم لنفسك جيدا وتتجنب الإصابة بالمرض؟	×		
27		هل تعطي لنفسك قدرا من الاسترخاء والراحة للمحافظة على صحتك؟	×		
28		هل تعطي لنفسك قدرا كافيا من النوم أو تمارس رياضة للمحافظة على صحتك؟	×		
29		هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الأظافر أو الغمز بالعين؟			×
30		هل تشعر بالصداع وألم في رأسك من وقت لآخر؟			×
31		هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟			×

	×		هل تعاني من مشاكل واضطرابات الأكل سوء هضم، وفقدان الشهية، شره عصبي؟	32	
×			هل يدق قلبك بسرعة عن قيامك بأي عمل؟	33	
	×		هل تشعر بالإجهاد وضعف الهممة من وقت لآخر؟	34	
×			هل تتصبب عرقاً أو ترتعش يداك عندما تقوم بعمل؟	35	
		×	هل تشعر أحياناً أنك قلق وأعصابك غير موزونة؟	36	
		×	هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاولة العمل؟	37	
	×		هل تشعر أحياناً بصعوبة في النطق والكلام؟	38	
×			هل تعاني من إمساك أو إسهال كثير؟	39	
	×		هل تشعر بالنسيان أو عدم القدرة على التركيز من وقت لآخر؟	40	
		×	هل أنت متعاون مع أسرتك؟	41	محور الأسري
		×	هل تشعر بالسعادة في حياتك وأنت مع أسرتك؟	42	
		×	هل أنت محبوب من أسرتك؟	43	
		×	هل تشعر بأن لك دور فعال وهام في أسرتك؟	44	
		×	هل تحترم أسرتك رأيك ويمكن أن تأخذ به؟	45	
		×	هل تفضل أن تقضي وقتك مع أسرتك؟	46	
		×	هل تأخذ حقاك 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 تتفخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟	51	
		×	هل أنت راض عن ظروفك الأسرية والاقتصادية؟	52	
		×	هل تشجعك أسرتك على إظهار ما لديك من قدرات ومواهب؟	53	
		×	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 أحياناً أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟	57	
×			هل تعاني من الكثير من المشاكل داخل أسرتك؟	58	
×			هل تشعر بالقلق أو الخوف وأنت داخل أسرتك؟	59	
×			هل تشعر بأن أسرتك تعاملك على أنك طفل صغير؟	60	
		×	هل تحرص على المشاركة الإيجابية والترويجية مع الآخرين؟	61	
		×	هل تستمتع بمعرفة الآخرين عند الجلوس معهم؟	62	
		×	هل تشعر بالمسؤولية اتجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟	63	
×			هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع الآخرين؟	64	
		×	هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأياً صائباً؟	65	
		×	هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وإنجازاتك؟	66	

		×	هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟	67	محور الاجتماعي
		×	هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟	68	
		×	هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرًا؟	69	
	×		هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء وتحرص على إرضائهم؟	70	
	×		هل يسعدك المشاركة في حفلات 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 ترفضه؟	75	
	×		هل تفقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟	76	
		×	هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى ولو كانوا في مثل سنك؟	77	
	×		هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس أو ترتبك أثناء الحديث معهم؟	78	
	×		هل تتخلى عن إساءة النصح لزميلك خوفا من أن ينزعج منك؟	79	
		×	هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟	80	

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية الموسومة بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى ضابط الجيش المتقاعد إلى التعرف على مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى ضباط الجيش متقاعد، والذي يدور تساؤل الدراسة حول ما مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى ضابط الجيش المتقاعد، وتضمنت فرضية الدراسة: لدى الضباط الجيش المتقاعد توافق نفسي اجتماعي مرتفع. وقد تم الاعتماد المنهج العيادي في الدراسة، وتم استخدام المقابلة نصف موجهة وكذلك مقياس زينب شقير 2003، وتضمنت الدراسة على أربع حالات من ضباط الجيش المتقاعدين وتم اختيارهم بطريقة قصدية.

وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- ✓ وجد لدى كل الحالات توافق نفسي اجتماعي متوسط.
- ✓ حيث وجد لدى الحالة الأولى أن أعلى بعد هو بعد التوافق الأسرى وأقل بعد هو البعد الصحي.
- ✓ أما الحالة الثانية والثالثة أعلى بعد هو البعد الشخصي وآخر بعد هو البعد الصحي.
- ✓ ووجد لدى الحالة الرابعة أن أعلى بعد هو التوافق الاجتماعي وآخر بعد هو البعد الصحي.