



جامعة زيان عاشور - الجلفة -



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس والفلسفة

التوافق النفسي لدى متربصي التكوين المهني

دراسة مقارنة بين الجنسين

دراسة ميدانية بمركزين للتكوين المهني بولاية الجلفة

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

إشراف الأستاذ:

د. بن قسمية موسى الأسعد

إعداد الطالبتان :

• ملياني حدة

• بشرى العمري

الموسم الجامعي: 2025/2026

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## شكروعرفان

الحمد لله الذي وفقنا لإتمام هذا العمل، والصلاة والسلام على سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم وعلى آله وصحبه أجمعين.

نتقدم بخالص عبارات الشكر والتقدير إلى أستاذنا الفاضل بن قسمية موسى الاسعد، على ما قدمه لنا من توجيهات قيمة ونصائح سديدة، وعلى دعمه وتشجيعه لنا طوال فترة إنجاز هذه الدراسة.

كما نشكره على سعة صدره وتفانيه في الإشراف والمتابعة، وعلى كل ما بذله من جهد من أجل مساعدتنا لإتمام هذا العمل في أحسن صورة.

فله منا كل الاحترام والتقدير، ونسأل الله تعالى أن يجزيه خير الجزاء، وأن يوفقه في مسيرته العلمية والعملية.

وفي الأخير نحمد الله تعالى على توفيقه لنا لإتمام هذا العمل، وصلى الله وسلم على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

# الاهداء

بعد سنوات من الاجتهاد والسعي المتواصل،  
سنوات حملت في طياتها التعب والصبر والتحديات،  
...أقف اليوم على أعتاب ثمرة جهدي وما وصلت إليه بفضل الله وتوفيقه  
فهذا الإنجاز لم يكن خطوة فردية،  
بل كان حصيلة دعم ومحبة ومساندة أشخاص كان لوجودهم أعظم الأثر في مسيرتي  
:إلى من منحوني القوة والأمل... أهدي هذا الإنجاز  
إلى والدي،  
الذي علمني معنى الثبات، والغرس الطيب، والسير في الطريق الصحيح  
إلى من كان دعمه عزًّا لي، ومصدر قوتي طوال الرحلة،  
له كل الامتنان والتقدير والفخر الذي يليق بمكانته في حياتي  
وإلى والدتي،  
نبع الحنان وقلب العطاء، التي لم تغفل عني يوماً،  
إلى من كانت عيونها تلاحق خطواتي خوفاً عليّ، وجفونها تبتلي في كل مواجهة،  
يا أمان أيامي، ويا هدية الله في عمري،  
.جاءني هذا النجاح لأعانقك، وأقول لك: هذا تعبك الكبير  
كل الحب يليق بك يا جنتي وفخري  
إلى إخوتي وأخواتي،  
.سندي الذي لا يميل، ورفاق أيامي الجميلة، والذين لم أتردد يوماً في طلبهم  
لقد كنتم دائماً جزءاً من فرحي وصبري، ووقفتم إلى جانبي في أصعب الأيام  
الكثير من شكري لكم، فأنتم جزءٌ من فرحتي  
إلى رفاق الرحلة،  
أصدقائي الذين شاركوني الطريق وساهموا في صنع ذكريات لا تُنسى،  
وجودكم كان مساحة حبٍ وأمل، وسنداً لتجاوز الصعوبات  
وإلى كل من وقف إلى جانبي، فزرع أثراً طيباً في قلبي، أو دعم خطوة من خطواتي،  
...أو قال كلمةً صنعت فرقاً  
لكم جميعاً أصدق الامتنان والدعاء  
وها أنا اليوم،  
أقف مشروع نجاح بُني من تعبٍ وسعيٍ وإيمان،  
ومضيٍّ دائم نحو الوصول إلى تلك الأحلام التي طالما حلمت بها.

## حدا

# الاهداء

بسم الله الرحمان الرحيم

و الصلاة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد ﷺ.

الحمد لله الذي وفقني وأعانني على إتمام هذا العمل المتواضع، فله الحمد والشكر على نعمه التي لا تُعد ولا تُحصى.

أهدي ثمرة جهدي هذا إلى أعز الناس على قلبي، والديّ الكريمين، اللذين كانا سندي ودعوي طوال مشواري الدراسي، فجزاهما

الله عني خير الجزاء وحفظهما لي.

وإلى إخوتي وأخواتي، اللذين كانوا مصدر تشجيع ومساندة في كل خطوة.

وإلى صديقاتي العزيزات، اللواتي شاركنني لحظات التعب والاجتهاد وكان لهن أثر جميل في مسيرتي الدراسية.

كما أهديه إلى أساتذتي الأفاضل، اللذين قدموا لنا العلم والمعرفة وكانوا خير موجه ومرشد.

وأخيرًا، أهدي هذا الجهد إلى نفسي، تقديرًا لصبري واجتهادي طوال فترة المذاكرة وإعداد هذه المذكرة.

## بشرى

## ملخص:

تهدف دراستنا الى معرفة مستوى التوافق النفسي عند متربصي و متربصات التكوين المهني دراسة مقارنة بين الجنسين و استعملنا مقياس التوافق النفسي لـ اجلال محمد سرى و استخدمنا مختلف الأساليب الاحصائية من تكرارات و مقارنة متوسطات و النسبة المئوية بالاضافة الى تحليل التباين anova و دراسة الفروق عن طريق t test و توصلنا الى أنه لا توجد فروق دالة احصائيا تعزى للتخصصات المرتبطة بعينة الدراسة كما أن الفروق في التوافق النفسي بين الجنسين دالة احصائيا و هي لصالح الاناث.

## Abstract

our study aims to determine the level of psychological adjustment among male and female vocational training trainees. We conducted a comparative study between the sexes and used the psychological adjustment scale of Ijlal Muhammad Sari. We used various statistical methods, including frequencies, comparison of means, percentages, in addition to analysis of variance (ANOVA) and studying differences using the t-test. We concluded that there are no statistically significant differences attributable to the specializations related to the study sample. Furthermore, the differences in psychological adjustment between the sexes are statistically significant and are in favor of females.

## Contents

.....	شكر وعرهان
.....	الاهداء
.....	الاهداء
.....	ملخص
.....	قائمة الجداول
أ .....	مقدمة
	الجانب النظري
	الفصل الأول
	إشكالية الدراسة واعتباراتها
4 .....	1- إشكالية الدراسة
6 .....	2 -تساؤلات الدراسة
7 .....	3 -فرضيات الدراسة
7 .....	4 -أهمية الدراسة
8 .....	5 -أهداف الدراسة
8 .....	6 -مفاهيم الدراسة
9 .....	7 -دراسات سابقة:

## الفصل الثاني

### التوافق النفسي

- 18..... تمهيد
- 19..... 1. مفهوم التوافق النفسي
- 20..... 2. أهمية التوافق النفسي
- 22..... 3. مجالات التوافق النفسي
- 24..... 4. معيقات التوافق النفسي
- 26..... 5. النظريات المفسرة للتوافق النفسي:
- 31..... 6. خصائص التوافق النفسي
- 34..... 7. أساليب التوافق النفسي
- 36..... خلاصة الفصل

### الجانب التطبيقي

## الفصل الثالث

### الإطار المنهجي للدراسة الميدانية

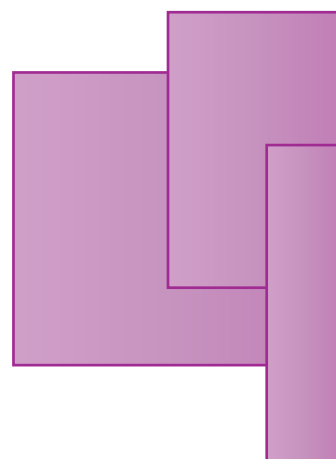
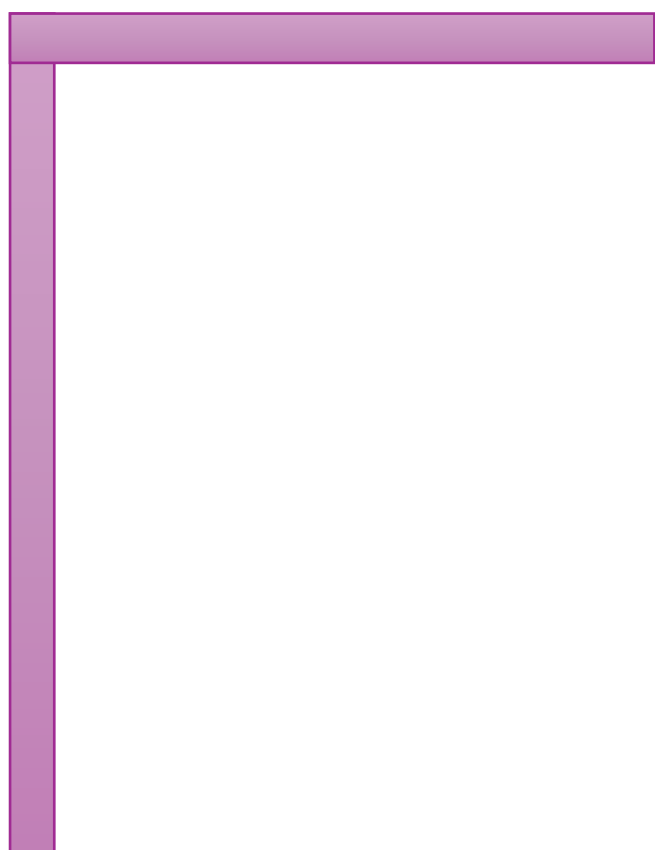
- 39..... 1- إجراءات الدراسة الميدانية :
- 40..... 2- حدود الدراسة الزمكانية :
- 41..... 3- أدوات الدراسة :
- 42..... 4- منهج الدراسة :
- 44..... عرض و تحليل نتائج الدراسة

عرض النتائج ز تحليله

44.....	1- عرض و تحليل نتائج الفرضيات
44.....	1-1- عرض و تحليل نتائج الفرضية الأولى
44.....	1-2- عرض و تحليل نتائج الفرضية الثانية
44.....	2- مناقشة النتائج
44.....	2-1 تحليل نتيجة دراسة الفرضية الأولى
44.....	2-2- تحليل نتيجة دراسة الفرضية الثانية
50.....	الخاتمة
52.....	قائمة مراجع
.....	الملاحق

## قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
40	تخصصات متربصو و متربصات العينة	01
41	عدد العينة من ناحية الجنس	02
42	التوافق النفسي تبعا للجنس	03
43	التوافق تبعا للتخصص	04



# مقدمة



## مقدمة:

يُعدّ التوافق النفسي من المفاهيم الأساسية في علم النفس، إذ يُعبّر عن قدرة الفرد على تحقيق الانسجام الداخلي والتوازن بين حاجاته النفسية ومتطلبات البيئة التي يعيش فيها، بما يضمن له الشعور بالرضا والاستقرار النفسي والاجتماعي. كما يُعتبر مؤشراً مهماً على الصحة النفسية السليمة، لما له من دور في تعزيز قدرة الفرد على مواجهة الضغوط والتكيف مع مختلف مواقف الحياة.

وتُعدّ مرحلة التكوين المهني من المراحل المهمة في حياة الشباب، حيث ينتقل فيها المتربص من الجانب النظري إلى التكوين التطبيقي والمهني، وهو ما يجعله يواجه جملة من التحديات المرتبطة بطبيعة التخصص، ومتطلبات التكوين، والعلاقات داخل المؤسسة التكوينية، إضافة إلى القلق المرتبط بالمستقبل المهني. هذه العوامل قد تؤثر بدرجات متفاوتة على مستوى توافقه النفسي واستقراره الانفعالي.

ومن هذا المنطلق، تبرز أهمية دراسة التوافق النفسي عند متربصي التكوين المهني، باعتبارها فئة في طور بناء المسار المهني والشخصي، مما يستدعي الوقوف على واقعهم النفسي ومحاولة فهم العوامل التي قد تعزز أو تعيق توافقهم داخل هذا الوسط التكويني.

وانطلاقاً مما سبق، جاءت هذه الدراسة الموسومة بـ: "التوافق النفسي عند متربصي التكوين المهني"، بهدف التعرف على مستوى التوافق النفسي لدى هذه الفئة، والكشف عن مدى قدرتهم على التكيف مع متطلبات التكوين المهني، لما لهذا الموضوع من أهمية في تحسين الجوانب النفسية والتربوية داخل مؤسسات التكوين.

وقد اعتمدت هذه الدراسة على المنهج المقارن، باستخدام استبيان كأداة لجمع البيانات، ثم تحليلها إحصائياً من أجل الوصول إلى نتائج علمية دقيقة تساهم في فهم التوافق النفسي لدى متربصي التكوين المهني و المقارنة بين نتائج الجنسين.

**الجانب النظري**

## إشكالية الدراسة واعتباراتها

1-الإشكالية

2-فرضيات

3-أهداف الدراسة

4-أهمية الدراسة

5-مفاهيم الدراسة

6-حدود الدراسة

7- دراسات سابقة

## 1- إشكالية الدراسة

يُعدّ التوافق النفسي عملية ديناميكية مستمرة، ترتبط أساسًا بقدرة الفرد على التكيف مع مختلف البيئات التي ينتقل إليها، ومن بينها بيئة التكوين المهني التي تمثل مرحلة انتقالية مهمة في حياة المتربص، حيث ينتقل من محيطه الأسري أو الدراسي إلى وسط مهني جديد يفرض عليه التفاعل مع متطلبات مختلفة. وفي هذا الإطار، يشير "جون لايف John Live" إلى أن التوافق يتمثل في قدرة الفرد على التعايش مع البيئة التي ينتمي إليها.

ويُعدّ المتربص في مراكز التكوين المهني مطالبًا بالاعتماد على نفسه، والتفاعل مع محيطه التكويني بما يحتويه من نظم وعلاقات مهنية واجتماعية، حيث يتأثر بهذه البيئة ويؤثر فيها، مما يساعده على الشعور بالانتماء والتكيف مع جماعة التكوين. وقد تكون هذه البيئة، بما تتضمنه من وسائل وتنظيمات وسلطة، عاملاً مساعداً على تحقيق التوافق النفسي، كما قد تصبح عائقاً أمامه إذا لم تكن ملائمة لاحتياجات المتربصين النفسية والاجتماعية (يعقوب، 2016، ص 249).

وقد أصبحت ظاهرة ضعف التوافق النفسي مشكلة تربوية ونفسية واجتماعية، تتجلى في عدم انسجام بعض المتربصين داخل مراكز التكوين، وعدم قدرتهم على التكيف مع متطلبات التكوين المهني، وهو ما لفت انتباه المختصين في علم النفس والتربية، حيث سعوا إلى دراسة أسباب هذه الظاهرة وسبل معالجتها. ويلاحظ في الواقع أن بعض المتربصين يعجزون عن مسايرة زملائهم في اكتساب المهارات المهنية أو التأقلم مع المحيط التكويني، وقد يتحولون أحياناً إلى مصدر قلق للمؤسسة والأسرة، مما يؤدي إلى ظهور اضطرابات نفسية مثل القلق وانخفاض تقدير الذات.

وقد أشارت بعض الدراسات إلى أن نسبة معتبرة من الأفراد تعاني من مشكلات ناتجة عن عدم الشعور بالأمن والاستقرار داخل بيئة التعلم أو التكوين، وهو ما يؤثر في فاعليتهم وأدائهم، ويظهر ذلك في أشكال مختلفة كحالات القلق وانخفاض تقدير الذات.

وفي هذا السياق، يؤكد "كوبر سميث Cooper Smith" أن الأفراد ذوي تقدير الذات المرتفع يكونون أكثر نجاحًا في المواقف التعليمية والاجتماعية، ويتمتعون بالحيوية والنشاط والقدرة على التعبير عن آرائهم بحرية، كما أنهم أقل عرضة للقلق، في حين يعاني ذوو تقدير الذات المنخفض من مشاعر النقص والإحباط، ويبدون أقل قدرة على التفاعل الاجتماعي.

كما يرى كل من "براون وموريس (Brown & Mouris, 1978)" أن تقدير الذات يُعد من الخصائص النفسية الأساسية التي تؤثر في كيفية تفسير الفرد للضغوط الحياتية، حيث لا تؤدي هذه الضغوط إلى اضطرابات نفسية كالإكتئاب إلا إذا أثرت في نظرة الفرد إلى ذاته والعالم من حوله (يعقوب، 2014، ص 250).

ويُعرّف تقدير الذات بأنه تقييم الفرد لقيمه كإنسان، وهو مفهوم نفسي واجتماعي يتشكل من خلال خبرات الفرد وتفاعلاته مع الآخرين، خاصة الأشخاص ذوي الأهمية في حياته كالأهل والأصدقاء، حيث تؤثر أحكامهم وتقييماتهم في بناء صورة الفرد عن ذاته. كما يرتبط هذا المفهوم بالصورة الذهنية التي يكونها الفرد عن نفسه، والتي تتحدد من خلال تفاعلاته الاجتماعية والنتائج التي يحققها في حياته.

ويرى الفرد نفسه غالبًا كما يعتقد أن الآخرين يرونه، مما يجعله يتصرف وفق توقعاتهم، وقد يتكون التقدير السلبي للذات نتيجة الفشل، خاصة في المجال التكويني أو المهني، أو نتيجة الانتماء إلى بيئة اجتماعية أو اقتصادية ضعيفة، في حين يتعزز التقدير الإيجابي للذات من خلال النجاح والدعم الأسري والاجتماعي، وما يتلقاه الفرد من حب واهتمام وتفهم (المصري،

2014، ص 132)

ويُعدّ تقدير الذات من الأسس المهمة في بناء الشخصية، خاصة في مرحلة المراهقة وبداية الشباب، حيث يسعى الفرد إلى تحقيق ذاته وفهم هويته، وهو ما يجعله عاملاً حاسماً في تحقيق التوافق النفسي (أمزيان، 2007، ص 94). كما أن انخفاض تقدير الذات قد يكون ناتجاً عن عدة عوامل، منها الظروف الاجتماعية والاقتصادية، أو أساليب التنشئة الأسرية غير السليمة، مثل القسوة أو الحرمان أو سوء المعاملة، مما ينعكس سلباً على التوازن النفسي للفرد (أمزيان، المرجع السابق، ص 57).

ومن جهة أخرى، قد تختلف مستويات التوافق النفسي بين الذكور والإناث نتيجة لاختلاف أساليب التنشئة الاجتماعية والتوقعات المجتمعية، إضافة إلى طبيعة التفاعل مع بيئة التكوين المهني، مما يستدعي دراسة هذه الفروق بشكل علمي.

## 2- تساؤلات الدراسة

التساؤل العام:

ما مستوى التوافق النفسي عند متربصي و متربصات التكوين المهني؟

التساؤلات الجزئية:

- هل توجد فروق دالة إحصائية في متغير التوافق النفسي تعزى لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية في درجة التوافق النفسي تعزى للتخصص بين الجنسين؟

### 3- فرضيات الدراسة

الفرضية العامة:

مستوى التوافق النفسي عند متربصي و متربصات التكوين المهني متباين تبعا لمتغيري الجنس والتخصص بين الجنسين.

#### الفرضيات الجزئية:

توجد فروق دالة احصائية في درجة التوافق النفسي عند متربصي التكوين المهني تعزى لمتغير الجنس.

لا توجد فروق دالة احصائية في مستوى التوافق النفسي عند متربصي التكوين المهني تعزى لمتغير التخصص بين الجنسين.

### 4- أهمية الدراسة

تبرز أهمية هذه الدراسة في تناولها لموضوع التوافق النفسي لدى متربصي التكوين المهني، وهي فئة مهمة في المجتمع تمثل شريحة الشباب المقبل على الحياة المهنية.

- تسليط الضوء على مستوى التوافق النفسي لدى متربصي التكوين المهني، باعتباره عاملاً أساسياً في النجاح والتكيف داخل البيئة المهنية .
- إبراز الفروق بين الذكور والإناث في التوافق النفسي، مما يساعد على فهم أفضل لاحتياجات كل فئة .
- تقديم معطيات علمية يمكن أن تفيد المشرفين والمكونين في تحسين ظروف التكوين والدعم النفسي للمتربصين .

- إثراء المكتبة الجامعية بدراسة حديثة تتناول فئة التكوين المهني التي لم تحظَ بالاهتمام الكافي مقارنة بالتعليم الثانوي .
- المساهمة في الحد من بعض المشكلات المرتبطة بسوء التوافق، مثل الانسحاب من التكوين، ضعف الأداء، أو صعوبات الاندماج .
- إبراز أهمية التوافق النفسي كعامل مؤثر في بناء شخصية متوازنة قادرة على التكيف مع متطلبات الحياة المهنية .

#### 5- أهداف الدراسة

- التعرف على مستوى التوافق النفسي لدى متربصي التكوين المهني .
- الكشف عن الفروق في مستوى التوافق النفسي بين الذكور والإناث .
- تحليل أبعاد التوافق النفسي لدى المتربصين (الشخصي، الاجتماعي، المهني)
- المساهمة في فهم العوامل المرتبطة بالتوافق النفسي داخل بيئة التكوين المهني .
- تقديم توصيات تساعد على تحسين التوافق النفسي لدى المتربصين بما ينعكس إيجاباً على تكوينهم المهني .

#### 6- مفاهيم الدراسة

##### -التوافق (لغة)

جاء في معجم علم النفس والتربية وقاموس مصطلحات صعوبات التعلم أن التوافق يعني تلاؤم الكائن الحي مع بيئته، إما عن طريق تغيير سلوكه أو تغيير البيئة أو كليهما (أبو حطب وآخرون، 1984، ص 8).

## -التوافق النفسي (اصطلاحًا)

يُعرّف التوافق النفسي بأنه قدرة الفرد على امتلاك مجموعة من الأساليب السوية والاستجابات الناجحة التي تمكنه من إشباع دوافعه وتحقيق أهدافه، بما يحقق له التوازن النفسي والانسجام مع ذاته ومع الآخرين (شريف، 2015، ص 11)

## -التوافق النفسي إجرائيًا (في هذه الدراسة):

هو الدرجة التي يتحصل عليها متربص و متربصة التكوين المهني في مقياس التوافق النفسي المستخدم في الدراسة، والتي تعكس مدى قدرته على التكيف مع بيئة التكوين المهني من الناحية الشخصية والاجتماعية والمهنية.

## -متربصو التكوين المهني إجرائيًا :

هم جميع المتربصين والمتربصات المسجلين في مؤسسات التكوين المهني محل الدراسة، والذين يتابعون برامج تكوينية مهنية في تخصصاتهم المختلفة، ويُقاسون من خلال استجاباتهم على مقياس التوافق النفسي المستخدم في هذه الدراسة، بما يعكس مدى قدرتهم على التكيف مع بيئة التكوين المهني من النواحي الشخصية والاجتماعية والمهنية.

## 7 -دراسات سابقة:

### الدراسات العربية:

#### دراسة نجمة بنت محمد عبد الله الزهراني (2005)

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين النمو النفسي الاجتماعي والتوافق النفسي والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية بمدينة الطائف. اعتمدت

الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي والمنهج السببي المقارن، حيث بلغت عينة الدراسة (300) طالب وطالبة، بواقع (150) ذكور و(150) إناث. واستخدمت الباحثة اختبار النمو النفسي الاجتماعي (المينزل، 1997)، واختبار التوافق الدراسي (بلابل، 1984)، إضافة إلى درجات التحصيل الدراسي، كما استعانت بمجموعة من الأساليب الإحصائية، منها المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، واختبار (ت). وقد أظهرت النتائج وجود علاقة دالة إحصائية بين نمو الأنا كما افترضه إريكسون والتوافق النفسي الدراسي، كما لم تسجل فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في مستوى النمو النفسي الاجتماعي. في المقابل، تبين وجود فروق في التوافق النفسي لصالح الذكور، وكذلك لصالح التخصصات العلمية مقارنة بالتخصصات الشرعية، في حين لم يكن للمستوى الدراسي تأثير يُذكر.

#### - دراسة آسيا بنت علي راجح بركات (2008) السعودية:

سعت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستوى التوافق النفسي لدى طالبات الصف الثانوي بمدارس أم القرى في مكة المكرمة، وذلك في ضوء متغيري الحالة الاجتماعية والمستوى الاقتصادي. اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي، واستخدمت مقياس زينب محمود شقير للتوافق النفسي، بالإضافة إلى استمارة بيانات شخصية تضمنت المتغيرات المرتبطة بموضوع الدراسة. تكونت عينة الدراسة من (105) طالبة. وأظهرت النتائج أن نسبة 82% من أفراد العينة يتمتعن بمستوى جيد من التوافق النفسي العام، والذي يشمل التوافق الشخصي والانفعالي والصحي.

#### دراسة بلحاج فروجة (2011)

بعنوان: التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي. هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين التوافق النفسي الاجتماعي والدافعية للتعلم لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. اعتمدت الباحثة على عينة مكونة من (320) تلميذاً وتلميذة. وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التوافق النفسي الاجتماعي والدافعية للتعلم، حيث كلما ارتفع مستوى التوافق النفسي الاجتماعي زادت الدافعية للتعلم .
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في درجات التوافق النفسي الاجتماعي .

### دراسة نسرين بشير (2018)

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين القلق والتوافق النفسي لدى طلبة السنة النهائية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، وتحديدًا بكاليتي المختبرات الطبية والاقتصاد التطبيقي. تكونت عينة الدراسة من (70) طالبًا وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة. اعتمدت الباحثة على مقياس للقلق والتوافق الدراسي من إعدادها، حيث خضع للتحكيم العلمي واختبارات الصدق والثبات، وتضمن جزأين: بيانات شخصية واجتماعية، ومجموعة من (50) عبارة لقياس القلق والتوافق. كما استخدمت عدة أساليب إحصائية، منها التكرارات، النسب المئوية، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار (ت)، وتحليل التباين (ANOVA)، عبر برنامج SPSS وأظهرت النتائج ارتفاع مستوى كل من القلق والتوافق الدراسي لدى أفراد العينة، مع وجود علاقة ارتباطية بينهما، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغيري الجنس أو العمر أو الحالة الاجتماعية، في حين ظهرت فروق دالة في التوافق الدراسي تعزى لمتغيري التخصص والمعدل الدراسي.

### الدراسات المحلية:

### دراسة عتيقة بابش (2016)

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين بعض مؤشرات الصحة النفسية (تقدير الذات والتكيف النفسي) والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي بثانوية الجديدة (فايد السعيد) ببلدية حمام الضلعة، ولاية المسيلة. كما سعت إلى الكشف عن الفروق

في هذه المتغيرات وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص. اعتمدت الباحثة على استبيان لقياس الصحة النفسية مكون من محورين (تقدير الذات والتكيف النفسي)، بالإضافة إلى مقياس التوافق الدراسي لـ"ليونجمان" بترجمة عبد العزيز الديريني، وذلك بعد التحقق من الخصائص السيكومترية للأداتين. وقد طبقت الدراسة على عينة قوامها (302) تلميذاً تم اختيارهم بطريقة قصدية خلال الموسم الدراسي 2015/2014. وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين تقدير الذات والتوافق الدراسي، وكذلك بين التكيف النفسي والتوافق النفسي، مع عدم وجود فروق دالة تعزى لمتغيري الجنس أو التخصص في كل من الصحة النفسية والتوافق النفسي.

#### دراسة بلخيري محمد (2017)

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات والتوافق النفسي لدى فئة المعاقين بصرياً، مع المقارنة بين المدمجين وغير المدمجين. اعتمد الباحث على مقياسي تقدير الذات والتوافق الدراسي، وطبقت الدراسة على عينة مكونة من (18) تلميذاً مدمجاً (6 إناث و12 ذكور) و(20) تلميذاً غير مدمج (6 إناث و14 ذكور). وقد أظهرت النتائج عدم وجود علاقة بين تقدير الذات والتوافق الدراسي لدى غير المدمجين، في حين ظهرت علاقة لدى المدمجين. كما لم تسجل فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات أو التوافق النفسي تعزى لمتغير الجنس لدى الفئتين، إضافة إلى عدم وجود فروق بين المدمجين وغير المدمجين في أبعاد التوافق النفسي أو في مستوى تقدير الذات.

## دراسات أجنبية :

### . دراسة: (1928) Dieman

تناولت هذه الدراسة موضوع التباين في بُعدي الاستقلالية والضببط، وعلاقتها بتقدير الذات، حيث هدفت إلى التحقق من طبيعة العلاقة بين العمر الزمني ومستوى تقدير الذات. شملت عينة الدراسة 120 تلميذاً، تم تقسيمهم إلى فئتين عمريتين: الأولى تضم 60 فرداً تتراوح أعمارهم بين 14 و17 سنة، والثانية تضم العدد نفسه من الأفراد الذين تتراوح أعمارهم بين 20 و24 سنة. كما تم تقسيم كل فئة إلى ثلاثة مستويات وفقاً لإدراكهم لدرجة التحكم الوالدي (مرتفع، متوسط، منخفض)، مع مراعاة التمثيل المتكافئ للذكور والإناث في كل مجموعة.

اعتمد الباحث على مقياس تم تطويره من طرف Koch وزملائه Stone وAtkin، والذي يتضمن مجموعة من الأسئلة المتعلقة بالخلفية الاجتماعية والاقتصادية للأسرة، إضافة إلى أسئلة تقيس مستوى الاستقلالية والتحكم الوالدي. كما استعان بنسخة معدلة من مقياس Coopersmith لقياس تقدير الذات.

وقد أظهرت نتائج الدراسة أن كلاً من المراهقين والراشدين من الذكور الذين يدركون مستوى مرتفعاً من التحكم والسيطرة الوالدية يعانون من انخفاض في تقدير الذات مقارنةً بأقرانهم الذين يدركون مستويات أقل من الضببط. كما بينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى تقدير الذات.

### - (Fleming et al., 1998) دراسة فليمينغ وآخرون بريطانيا:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى تأثير التوافق النفسي في كل من القلق والخبرة السابقة لدى عينة من الطلبة. اعتمد الباحثون على المنهج الوصفي، كما استخدموا أدوات لجمع البيانات مستمدة من جامعة هارفارد. وقد شملت عينة الدراسة (332) طالباً وطالبة. وأظهرت النتائج وجود فروق بين الجنسين في مستوى التوافق النفسي.

- دراسة Kristen et Kling (1999) :

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين في تقدير الذات، وذلك من خلال تحليل مضمون الدراسات السابقة ذات الصلة. اعتمد الباحثون على مراجعة شاملة لعدد كبير من الأبحاث، حيث تم تحليل 216 استجابة علمية متعلقة بمفهوم الذات.

وأظهرت النتائج وجود اتجاهين رئيسيين في تفسير الفروق بين الجنسين؛ حيث تشير غالبية الدراسات إلى أن تقدير الذات يكون أعلى لدى الذكور مقارنة بالإناث. وقد فسرت هذه النتيجة بطبيعة الأدوار الاجتماعية التي يؤديها الذكور في المجتمع، والتي تعزز من شعورهم بالقيمة الذاتية، في حين تعكس الأدوار الاجتماعية للإناث مستوى أقل من تقدير الذات مقارنة بالذكور.

تعليق عام على الدراسات السابقة

تشير مراجعة الأدبيات العربية والمحلية إلى تركيز واضح على دراسة العلاقة بين التوافق النفسي ومجموعة من المتغيرات النفسية والتربوية، من قبيل تقدير الذات، والقلق، والتحصيل الدراسي، والصحة النفسية، مع اهتمام ملحوظ بتحليل الفروق تبعاً لمتغيرات الجنس والتخصص والمستوى الدراسي. ففي هذا السياق، هدفت دراسة نجمة بنت محمد عبد الله الزهراني (2005) إلى استقصاء العلاقة بين النمو النفسي الاجتماعي والتوافق النفسي والتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية، حيث أظهرت نتائجها وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين نمو الأنا والتوافق النفسي الدراسي، في مقابل عدم تسجيل فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في مستوى النمو النفسي الاجتماعي، بينما كشفت النتائج عن فروق في التوافق النفسي لصالح الذكور وطلبة التخصصات العلمية.

وفي السياق ذاته، تناولت دراسة نسرین بشیر (2018) العلاقة بين القلق والتوافق الدراسي لدى طلبة الجامعة، حيث بينت نتائجها ارتفاع مستوى كل من القلق والتوافق الدراسي، إلى جانب

وجود علاقة ارتباطية بينهما، مع عدم تسجيل فروق دالة إحصائية تبعاً لمتغيري الجنس والعمر، في حين ظهرت فروق تعزى إلى التخصص الأكاديمي والمعدل الدراسي. وعلى الصعيد المحلي، أظهرت دراسة عتيقة بابش (2016) وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين تقدير الذات والتكيف النفسي من جهة، والتوافق الدراسي من جهة أخرى لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، دون تسجيل فروق ذات دلالة تعزى لمتغيري الجنس والتخصص، وهو ما يؤكد الدور المحوري للصحة النفسية في تحقيق التوافق الدراسي.

كما يُلاحظ أن معظم الدراسات العربية والمحلية قد انصبّت على فئات التلاميذ والطلبة، في حين لم تحظ فئة متربصي التكوين المهني بالعناية البحثية الكافية، الأمر الذي يبرز أهمية الدراسة الحالية في سد هذا الفراغ المعرفي من خلال تناول التوافق النفسي لدى هذه الفئة، والكشف عن خصوصياتها النفسية والتربوية.

أما على مستوى الدراسات الأجنبية، فيتضح اهتمام ملحوظ بدراسة العلاقة بين التوافق النفسي وتقدير الذات، إلى جانب مجموعة من المتغيرات المرتبطة بهما، مثل العمر والجنس والقلق والخبرات السابقة، بما يعكس تنوع المقاربات النظرية والمنهجية المعتمدة. فقد أبرزت دراسة دي مان (1928) دور الضبط الوالدي في تشكيل تقدير الذات، حيث توصلت إلى أن ارتفاع مستوى التحكم الوالدي يرتبط بانخفاض تقدير الذات، وهو ما يتماشى مع الاتجاهات النفسية التي تؤكد أهمية تنمية الاستقلالية في تحقيق نمو نفسي سليم.

كما اعتمدت دراسة كرسطين وكلينغ وآخرين (1999) على تحليل تلوي لعدد كبير من الدراسات، ما أضفى على نتائجها قدرًا من الشمولية، حيث توصلت إلى وجود فروق بين الجنسين في تقدير الذات لصالح الذكور، مفسرة ذلك بالعوامل الاجتماعية والثقافية المرتبطة بالأدوار الجنسانية، غير أن هذا التفسير يظل رهينًا بالسياق الثقافي الذي أنجزت فيه الدراسة، مما يحد من إمكانية تعميمه.

وفي السياق نفسه، تناولت دراسة فليمينغ وآخرون (1998) التوافق النفسي وعلاقته بكل من القلق والخبرة السابقة، حيث أكدت وجود فروق بين الجنسين في مستوى التوافق النفسي، وهو ما يعزز الطرح القائل بتأثير النوع الاجتماعي في عملية التكيف النفسي، إلا أن اعتمادها على المنهج الوصفي يحد من قدرتها على تفسير العلاقات السببية بدقة.

وبصفة عامة، تتفق الدراسات الأجنبية على إبراز الدور الحاسم للعوامل النفسية والاجتماعية في تحديد مستوى التوافق النفسي وتقدير الذات، غير أنها، على غرار الدراسات العربية، تكشف عن تباين في النتائج، خاصة فيما يتعلق بالفروق بين الجنسين، وهو ما يُعزى إلى اختلاف البيئات الثقافية وأدوات القياس. كما يلاحظ هيمنة المنهج الوصفي، الأمر الذي يستدعي توجيه الجهود البحثية نحو اعتماد مناهج تجريبية وطولية بما يسمح بفهم أعمق للعلاقات السببية بين المتغيرات المدروسة.

## التوافق النفسي

## تمهيد

1. مفهوم التوافق النفسي
2. أهمية التوافق النفسي
3. مجالات التوافق النفسي
4. معايير التوافق النفسي
5. النظريات المفسرة للتوافق النفسي
6. خصائص التوافق النفسي
7. أساليب التوافق النفسي

## خلاصة الفصل

## تمهيد

يُعدّ التوافق النفسي والأسري والاجتماعي من العوامل الأساسية التي تسهم في تحقيق التوازن النفسي والاستقرار الشخصي لدى الفرد، ولا سيما في مرحلة المراهقة التي تتسم بحساسية خاصة وتغيرات نفسية واجتماعية متسارعة. فالتوافق النفسي يعكس قدرة الفرد على تحقيق الانسجام مع ذاته والتكيف مع متطلبات البيئة المحيطة به، بما يسمح له بإشباع حاجاته وتحقيق طموحاته بصورة متوازنة.

أما التوافق الأسري فيتمثل في طبيعة العلاقات التي تربط الفرد بأفراد أسرته، حيث يسود التفاهم والمحبة والتعاون، مما يوفر له الدعم العاطفي والأمان النفسي. في حين يشير التوافق الاجتماعي إلى قدرة الفرد على بناء علاقات إيجابية وسليمة مع محيطه الاجتماعي، بما يعزز اندماجه في المجتمع ويقوي شعوره بالانتماء.

وعلى العكس من ذلك، يؤدي سوء التوافق إلى اضطرابات نفسية واجتماعية تعيق الفرد عن تحقيق أهدافه، وتحدّ من قدرته على إقامة علاقات ناجحة مع أسرته ومجتمعه، كما ينعكس ذلك سلبيًا على أدائه الدراسي ومستواه التحصيلي. ومن هنا تبرز أهمية دراسة التوافق النفسي ومجالاته المختلفة، والكشف عن مخاطر عدم تحقيقه لدى المراهق، إلى جانب تحليل أبعاد التوافق الأسري والاجتماعي ودورهما في تشكيل شخصية الفرد وتوجيه سلوكه، وهو ما يسعى هذا الفصل إلى توضيحه.

## 1. مفهوم التوافق النفسي

يُعدّ مفهوم التوافق النفسي من المفاهيم الأساسية في علم النفس، لما له من ارتباط وثيق بالصحة النفسية والتكيف الاجتماعي للفرد. ويشير التوافق النفسي إلى قدرة الفرد على تحقيق حالة من الانسجام الداخلي مع ذاته، والتكيف الخارجي مع متطلبات البيئة المحيطة به، بما يسمح له بمواجهة الضغوط المختلفة وإشباع حاجاته بطريقة متوازنة.

فقد عرّف (لازاروس وريتشارد Lazarus & Richard، 1963، 30) التوافق النفسي بأنه مجموعة العمليات النفسية التي تساعد الفرد على مواجهة التقلبات والضغوط المتعددة في حياته، من خلال تعديل استجاباته المعرفية والانفعالية والسلوكية بما يتلاءم مع الواقع. ويُبرز هذا التعريف البعد الديناميكي للتوافق النفسي باعتباره عملية مستمرة من التكيف والتفاعل مع الظروف المتغيرة.

كما يرى (راجح 1983، 87) أن التوافق النفسي يتمثل في حالة من التلاؤم والانسجام بين الفرد ونفسه من جهة، وبين الفرد وبيئته من جهة أخرى، حيث تتجسد هذه الحالة في قدرة الفرد على تغيير سلوكياته وعاداته عند مواجهة مواقف جديدة أو مشكلات مادية أو أخلاقية أو صراعات نفسية. ويُظهر هذا التعريف أن التوافق النفسي لا يقتصر على التكيف السلبي، بل يتضمن قدرة الفرد على التعديل الإيجابي لسلوكه بما يحقق التوازن النفسي.

وقد اتفق كل من حامد زهران (1974)، وكمال الدسوقي (1974)، على أن التوافق الشخصي يتمثل في إحساس الفرد بالسعادة والرضا عن الذات، وخلو النفس من الصراعات الداخلية، وهو ما أكده مصطفى فهمي (1979، 23) الذي اعتبر التوافق النفسي مؤشراً على الاتزان النفسي والاستقرار الانفعالي. ويعكس هذا الاتجاه البعد الوجداني للتوافق النفسي، حيث يرتبط بدرجة الرضا الداخلي والشعور بالأمن النفسي.

وفي المقابل، يظهر سوء التوافق النفسي عندما يعجز الفرد عن مواجهة مشكلاته اليومية أو التكيف مع متطلبات الحياة، سواء بسبب ضعف قدراته الذاتية أو بسبب الفجوة بين توقعاته وتوقعات الآخرين منه، مما يؤدي إلى اضطرابات نفسية وانفعالية كالإحباط والقلق والصراع الداخلي (مصطفى فهمي، 1979، 24). ويُستدل من ذلك أن سوء التوافق يمثل حالة من الاختلال بين متطلبات الذات والواقع.

ومن خلال تحليل هذه التعريفات، يمكن استخلاص أن التوافق النفسي هو عملية ديناميكية مستمرة، تتجسد في قدرة الفرد على تحقيق التوازن بين حاجاته الداخلية ومتطلبات البيئة الخارجية، وعلى تعديل سلوكه واستجاباته بما يضمن له التكيف السليم والاستقرار النفسي والاجتماعي. وعليه، فإن التوافق النفسي يشكل أساساً مهماً للصحة النفسية ولنجاح الفرد في مختلف مجالات حياته الشخصية والاجتماعية والدراسية.

## 2. أهمية التوافق النفسي

تتجلى أهمية التوافق النفسي في كونه أحد المرتكزات الأساسية للصحة النفسية والتكيف الاجتماعي، إذ تسهم دراسته في فهم سلوك الفرد وتفسير استجاباته المختلفة في مواقف الحياة المتنوعة. كما أن للتوافق النفسي فوائد تطبيقية متعددة تظهر في عدة ميادين، من أبرزها الميدان التربوي وميدان الصحة النفسية.

### أ- الميدان التربوي

يُعدّ التوافق النفسي عاملاً مهماً في نجاح العملية التعليمية، حيث يشكل التوافق الجيد مؤشراً إيجابياً يعزز دافعية التلميذ نحو التعلم، ويرفع من مستوى تحصيله الدراسي، ويساعده على التفاعل الإيجابي مع زملائه ومعلميه داخل البيئة المدرسية. كما يساهم في جعل العملية التعليمية تجربة ممتعة وجاذبة، مما ينعكس إيجاباً على تكيف التلميذ مع المدرسة.

وفي المقابل، يعاني التلاميذ ضعاف التوافق من توترات نفسية تظهر في أشكال متعددة من السلوكيات غير السوية، مثل القلق والتردد والسلوك العدواني والأناية والتمركز حول الذات، إضافة إلى ضعف الثقة بالنفس، واستخدام الألفاظ غير اللائقة، وكراهية المدرسة والهروب منها. كما قد تظهر لديهم اضطرابات سلوكية كالتلعثم واللججة وقضم الأظافر، والميول الانسحابية والخجل والسرمان والشعور بالنقص. وتتعاكس هذه المشكلات النفسية والسلوكية بصورة مباشرة على مستوى التحصيل الدراسي، مما يؤثر في جوهر العملية التعليمية وفعاليتها (جماح، 2017، 24).

### ب- ميدان الصحة النفسية

يمثل سوء التوافق النفسي أحد الأسباب الرئيسة المؤدية إلى الاضطرابات النفسية بمختلف أشكالها، إذ يعدّ من العوامل المهيئة أو المسببة لظهور المشكلات النفسية والانفعالية. لذلك، فإن دراسة شخصية الفرد قبل ظهور المرض النفسي، وتحليل مستوى توافقه مع أسرته وزملائه ومجمعه، تُعدّ خطوة أساسية في عملية الفحص النفسي والطبي، لما لها من دور في تشخيص الحالات المرضية وفهم طبيعتها.

وبناءً على ذلك، يمكن القول إن الأفراد ضعاف التوافق يكونون أكثر عرضة للتوتر والقلق والاضطرابات النفسية مقارنة بغيرهم، الأمر الذي يبرز أهمية التوافق النفسي باعتباره مؤشراً مهماً للصحة النفسية والاستقرار الانفعالي (جماح، المرجع السابق، 24).

### ج- الأهمية العامة للتوافق النفسي

يُعدّ التوافق النفسي من الموضوعات المحورية في علم النفس، بل يمكن اعتباره جوهر هذا العلم وهدفه الأساسي، لما له من تأثير مباشر في حياة الأفراد بمختلف أبعادها النفسية والاجتماعية والتربوية. فلا يكاد يخلو مجال من مجالات الحياة الإنسانية إلا ويظهر فيه دور التوافق النفسي

بصورة واضحة، وهو ما يفسر اهتمام مختلف فروع علم النفس بدراسته، مثل علم النفس التربوي، والعيادي، والمدرسي، والصناعي، وغيرها من التخصصات النفسية.

### 3. مجالات التوافق النفسي

تشير المراجع العلمية إلى أن مفهوم التوافق يشمل عدة مجالات أساسية في حياة الإنسان، من أبرزها: التوافق الشخصي، والتوافق الاجتماعي، والتوافق الاقتصادي، والتوافق الزوجي، والتوافق الانفعالي. غير أن أكثر هذه المجالات تداخلاً وتأثيراً هما التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي، لما لهما من دور محوري في تشكيل شخصية الفرد وتوجيه سلوكه. وفيما يلي عرض لأهم هذه المجالات:

#### أولاً: التوافق النفسي (الشخصي)

يُعدّ التوافق الشخصي حالة من الشعور بالسعادة والرضا عن الذات، ويعكس قدرة الفرد على إشباع دوافعه وحاجاته الداخلية الأولية الفطرية والعضوية والسيولوجية، إضافة إلى الحاجات الثانوية المكتسبة. كما يتضمن القدرة على تحقيق مطالب النمو في مراحل المتابعة، ومواجهة متطلبات الحياة المختلفة بطريقة متوازنة (زهران، 1997، 27).

ويتحقق التوافق الشخصي من خلال عدة مظاهر، من بينها:

- التمتع بالصحة النفسية.
- تحقيق الذات وتقديرها.
- القدرة على مواجهة الواقع وتجنب اليأس وضغوط الحياة.

### ثانياً: التوافق الاجتماعي

يُعرّف التوافق الاجتماعي بأنه شعور الفرد بالسعادة في علاقته بالآخرين، والالتزام بقيم المجتمع وأخلاقياته، ومسايرة معايير وقواعده، وتقبل الآخرين، والتفاعل الاجتماعي السليم، والعمل من أجل مصلحة الجماعة، بما يسهم في تحقيق الصحة النفسية والاستقرار الاجتماعي (زهران، 1997، 27).

ويرتبط التوافق الاجتماعي بعدة اعتبارات، من أهمها:

- إدراك الفرد لحقوق الآخرين.
- التسامح والتعاون مع الآخرين.
- طبيعة سلوك الفرد داخل الجماعة.
- الشعور بالمسؤولية الاجتماعية (علي عبد الحسن، حسين عبد زهرة، 2011، 181).

### ثالثاً: التوافق الاقتصادي

يقصد بالتوافق الاقتصادي شعور الفرد بالرضا الناتج عن تحقيق الإشباع لحاجاته الأساسية، من خلال امتلاك قدرات اقتصادية كافية، ولا سيما القدرة الشرائية. وفي حالة عدم تحقق الإشباع للحاجات، يشعر الفرد بالإحباط وعدم الرضا، بينما يؤدي تحقق التوافق الاقتصادي إلى الشعور بالاستقرار والطمأنينة (مكي، 2006، 17).

### رابعاً: التوافق الزوجي

يتجسد التوافق الزوجي في مستوى السعادة والرضا في الحياة الزوجية، ويقوم على حسن اختيار شريك الحياة، وتحقيق الحب المتبادل بين الزوجين، والإشباع العاطفي والاجتماعي، بما يضمن استقرار العلاقة الزوجية واستمراريتها (علي و شريت، 2004، 130).

### خامسًا: التوافق الانفعالي

يشير التوافق الانفعالي إلى قدرة الفرد على تقبل ذاته وحياته، والابتعاد عن المشاعر السلبية كالحقد والمرارة والانفعال السلبي، بما يعكس حالة من الاتزان الانفعالي والرضا الداخلي (علاء الدين، 2004، 121).

من خلال ما سبق، يتضح أن التوافق يمثل:

- قدرة الفرد على إيجاد الحلول المناسبة للعقبات والأزمات التي تواجهه، وذلك في ظل حالة من التوازن بين ذاته ومجتمعه الذي يعيش فيه ويتفاعل معه.
- عملية ديناميكية مستمرة تتأثر بتغير الظروف البيئية وتبدل حاجات الفرد، وتتطلب القدرة على التكيف مع الأوضاع الاجتماعية والاقتصادية السائدة.
- نتاجًا للتفاعل المستمر بين الفرد وبيئته، وتحقيق الإشباع لحاجاته بصورة متواصلة، مما يجعل التوافق هدفًا أساسيًا يسعى إليه كل فرد في علاقته مع الآخرين داخل المجتمع.

### 4. معيقات التوافق النفسي

يُعدّ التوافق النفسي عملية ديناميكية مستمرة يسعى من خلالها الفرد إلى تحقيق التوازن بين حاجاته الداخلية ومتطلبات البيئة الخارجية. غير أنّ هذه العملية قد تعترضها مجموعة من العوائق التي تحول دون تحقيق الأهداف وإشباع الحاجات بصورة سليمة، مما يؤدي إلى الشعور بالإحباط والقلق واضطراب الاتزان النفسي. ويمكن تصنيف هذه العوائق إلى عوائق داخلية ترتبط بالفرد ذاته، وأخرى خارجية ناتجة عن الظروف البيئية والاجتماعية والاقتصادية المحيطة به. ومن أبرز هذه العوائق ما يأتي:

### أولاً: العوائق الجسمية

تتمثل العوائق الجسمية في الإعاقات أو العاهات الخلقية أو المكتسبة، والتشوهات الجسدية، ونقص بعض الحواس، إضافة إلى الأمراض المزمنة التي قد تحدّ من قدرة الفرد على أداء أدواره بصورة طبيعية. فهذه العوامل قد تعوق الفرد عن تحقيق بعض أهدافه الشخصية أو المهنية، كما قد تؤثر في صورته عن ذاته، فتولد لديه مشاعر النقص أو العجز أو انخفاض تقدير الذات. وإذا لم يحظ الفرد بالدعم الأسري والاجتماعي المناسب، فقد تتفاقم هذه المشاعر لتؤثر سلبيًا في توافقه النفسي والاجتماع. (صالح، 2013، 94)

### ثانياً: العوائق النفسية

تشمل العوائق النفسية مختلف العوامل المرتبطة بالقدرات العقلية والانفعالية والشخصية، مثل انخفاض مستوى الذكاء، أو ضعف القدرات المعرفية والمهارات النفسحركية، أو اضطرابات الشخصية، أو سوء التكيف الانفعالي. كما قد يعاني الفرد من صراعات نفسية داخلية تنشأ عن تعارض الأهداف والطموحات أو تضارب القيم، مما يخلق حالة من الحيرة والقلق وعدم القدرة على اتخاذ القرار المناسب في الوقت المناسب. ويضاف إلى ذلك الشعور بالفراغ النفسي أو فقدان المعنى، والذي قد ينتج عن الإخفاق المتكرر أو غياب الأهداف الواضحة، فيؤثر في الدافعية ويضعف القدرة على التكيف الإيجابي. (صالح، المرجع السابق، ص94)

### ثالثاً: العوائق المادية والاقتصادية

يمثل الوضع الاقتصادي عاملاً حاسماً في تحقيق التوازن النفسي، إذ إن نقص الموارد المالية وضعف الإمكانيات المادية قد يحولان دون تحقيق الفرد لأهدافه التعليمية أو المهنية أو الأسرية. فالمشكلات المادية المستمرة قد تولد ضغوطاً نفسية مزمنة، وتزيد من مشاعر الإحباط والقلق وعدم الأمان. كما أن الحرمان من ضروريات الحياة الكريمة قد يؤدي إلى انخفاض مستوى

الطموح أو الشعور بالعجز الاجتماعي، خاصة لدى فئة الشباب التي تسعى إلى تحقيق الاستقلال والاستقرار. (صالح، مرجع سابق، 95)

#### رابعاً: العوائق الاجتماعية

تتمثل العوائق الاجتماعية في القيود التي يفرضها المجتمع من خلال عاداته وتقاليده وأعرافه وقوانينه المنظمة للسلوك. فعلى الرغم من أهمية هذه الضوابط في حفظ النظام الاجتماعي، إلا أنها قد تشكل في بعض الأحيان عائقاً أمام تحقيق بعض الأهداف الفردية، خاصة إذا تعارضت مع ميول الفرد أو طموحاته. كما أن الضغوط الأسرية، والتوقعات الاجتماعية المرتفعة، وبعض المعتقدات السائدة قد تقيد حرية الاختيار وتُصعب عملية التكيف مع مواقف معينة. وخلال مراحل النمو المختلفة، يواجه الفرد تحديات اجتماعية متجددة تتطلب منه مهارات تكيف عالية، وإلا فإنها قد تؤدي إلى اضطراب توازنه النفسي والاجتماعي. (صالح، مرجع سابق، 95)

إن عوائق التوافق النفسي متعددة ومتشابكة، إذ قد تتفاعل العوامل الجسمية والنفسية والاقتصادية والاجتماعية فيما بينها لتنتج حالة من الإحباط والضغط النفسي تؤثر في توازن الفرد واستقراره. ومن ثمّ، فإن تحقيق التوافق النفسي يتطلب توفير بيئة داعمة، وتعزيز القدرات الشخصية، ومساعدة الفرد على تنمية مهارات التكيف ومواجهة الضغوط، بما يضمن له تحقيق قدر أعلى من الاتزان النفسي والصحة النفسية.

#### 5. النظريات المفسرة للتوافق النفسي:

يُعدّ الإطار النظري حجر الأساس في تفسير أي ظاهرة نفسية، إذ يمكّن الباحث من فهم أبعادها وتحليل العوامل المؤثرة فيها بصورة علمية منهجية. ويُعتبر موضوع التوافق من الموضوعات المهمة في علم النفس، نظراً لارتباطه المباشر بصحة الفرد النفسية والاجتماعية،

خاصة في مرحلة المراهقة التي تتميز بكثرة الصراعات والتغيرات. وقد تعددت الاتجاهات النظرية التي حاولت تفسير مفهوم التوافق وآلياته، ومن أبرزها ما يلي:

### 1.5. التحليل النفسي

يرتبط تفسير التوافق في نظرية التحليل النفسي بأعمال Sigmund Freud، الذي رأى أن الشخصية تتكون من ثلاثة أنظمة نفسية: الهو (Id)، والأنا (Ego)، والأنا الأعلى (Superego). ويحدث التوافق النفسي - من منظور فرويد - عندما تتمكن الأنا من إحداث توازن بين مطالب الهو الغريزية وضغوط الأنا الأعلى ومتطلبات الواقع الخارجي.

فإذا نجحت الأنا في إدارة هذا الصراع الداخلي بطريقة مرنة وواقعية، تحقق للفرد قدر من الاتزان النفسي. أما إذا عجزت عن ذلك، فإنها تلجأ إلى ما يُعرف بآليات الدفاع النفسي، وهي أساليب لا شعورية تهدف إلى حماية الفرد من القلق والتوتر الناتجين عن الصراع.

ومن أهم هذه الآليات:

- **الكبت:** ويُعدّ من أبرز الحيل الدفاعية، حيث تقوم الأنا بإبعاد الدوافع أو الذكريات أو الأفكار المؤلمة من مجال الشعور إلى اللاشعور، تجنبًا للألم النفسي.
- **النكوص:** ويتمثل في رجوع الفرد إلى أنماط سلوكية بدائية أو طفولية عندما يعجز عن مواجهة الضغوط بطريقة ناضجة وبناءة.

ويرى التحليل النفسي أن استخدام هذه الآليات قد يساعد مؤقتًا في خفض القلق وتحقيق نوع من التوازن، إلا أن الإفراط فيها يؤدي إلى تكوين صورة غير سوية من التوافق، إذ يصبح الفرد متجنبًا للمواجهة الواقعية، مما ينعكس سلبيًا على صحته النفسية وعلاقاته الاجتماعية.

وبذلك، فإن التوافق في المنظور التحليلي ليس غياب الصراع، بل القدرة على إدارته بوعي ونضج دون اللجوء المفرط إلى آليات دفاع غير تكيفية. (خطارة، 2011، ص 56)

## 2.5. النظرية السلوكية:

يرى السلوكيون، وعلى رأسهم Ivan Pavlov، أن التوافق النفسي لا يُفسَّر من خلال الصراعات الداخلية أو العمليات اللاشعورية، بل من خلال السلوك الظاهر القابل للملاحظة والقياس. فالتوافق - من منظورهم - هو حصيلة عملية تعلم مستمرة يكتسب فيها الفرد أنماطاً سلوكية تمكنه من التكيف مع بيئته بطريقة فعالة.

ويُعرَّف التوافق في هذا الاتجاه بأنه قدرة الفرد على التحكم في سلوكه واختيار الاستجابات التي تؤدي إلى تعزيزات إيجابية، مع قمع أو إطفاء السلوكيات التي لا تحقق له منفعة أو لا تقوده إلى إشباع حاجاته. فالسلوك المتوافق هو ذلك السلوك الذي ثبت بالتجربة أنه يؤدي إلى خفض التوتر وإشباع الدوافع وتحقيق الأهداف.

ويتحقق التوافق - وفق هذا التصور - عندما يكتشف الفرد القوانين والشروط التي تحكم البيئة الطبيعية والاجتماعية، ويتعلم كيفية الاستجابة لها بطريقة تضمن له الحصول على المكافآت وتجنب العقاب أو المخاطر. فكلما واجه الفرد موقفاً معيناً واستجاب له بسلوك عززته البيئة (سواء بالتشجيع أو النجاح أو القبول الاجتماعي)، زادت احتمالية تكرار هذا السلوك مستقبلاً في مواقف مشابهة.

وبذلك، يصبح السلوك المتوافق نتيجة لعملية التدعيم أو التعزيز؛ إذ إن الاستجابات التي أدت سابقاً إلى إشباع الحاجات وخفض القلق يتم استدعاؤها تلقائياً عند مواجهة نفس الظروف. أما السلوكيات غير المعززة أو التي تقترن بعقاب، فإنها تميل إلى الضعف أو الاختفاء بمرور الوقت.

ومن ثم، فإن التوافق في النظرية السلوكية ليس سمة داخلية ثابتة، بل هو مجموعة من الاستجابات المتعلمة التي تتشكل بفعل الخبرة والتفاعل مع البيئة. وكلما كانت خبرات الفرد قائمة على تعزيز إيجابي وتنظيم سلوكي سليم، كان أكثر قدرة على تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي بصورة فعالة. (خطارة، 2011 ، 57)

### 3.5. النظرية الإنسانية

يرى أنصار الاتجاه الإنساني، وعلى رأسهم Carl Rogers ، أن الإنسان كائن إيجابي بطبيعته، يمتلك دافعاً فطرياً يُعرف ب الميل إلى تحقيق الذات، وهو نزوع مستمر نحو النمو والتطور واستثمار الطاقات الكامنة. ومن هذا المنظور، يُفهم التوافق النفسي بوصفه حالة من الانسجام والاتساق بين خبرات الفرد وقيمه وصورة الذات التي يكونها عن نفسه.

ويؤكد روجرز أن الفرد المتوافق هو الذي يسمح للخبرات المتقنة مع مفهومه عن ذاته بالدخول إلى مجال الوعي، فيدركها بدقة وموضوعية، دون تشويه أو إنكار. أما إذا وُجد تعارض بين الخبرة الواقعية وصورة الذات، فإن الفرد قد يلجأ إلى تحريف الإدراك أو إنكار الخبرة حفاظاً على تماسك مفهومه الذاتي، مما يؤدي إلى سوء التوافق.

ويتمثل سوء التوافق في شعور الفرد بعدم الرضا عن ذاته، أو تكوين مفهوم سلبي عنها، نتيجة فجوة بين "الذات الواقعية" و"الذات المثالية". وكلما اتسعت هذه الفجوة، ازداد التوتر والقلق وضعف الاتزان النفسي. لذلك فإن التوافق، في هذا الاتجاه، يرتبط بمدى تقبل الفرد لذاته، وشعوره بقيمته، وقدرته على النمو في بيئة تتسم بالتقبل غير المشروط والدعم الأسري والاجتماعي.

كما يشير الاتجاه الإنساني إلى وجود أنماط توافقية يمكن تمييزها على النحو الآتي:

النمط الموجب (نمط الحياة السليم):

وهو النمط المنبثق من خبرة أسرية قائمة على التقبل والدعم، حيث ينشأ الفرد في بيئة تشجعه على التعبير عن ذاته وتطوير قدراته، مما يعزز ثقته بنفسه ويحقق له توافقًا نفسيًا سويًا.

نمط السيطرة والحكم:

يتسم بمحاولة الفرد فرض ذاته على الآخرين أو التحكم فيهم لتعويض شعور داخلي بعدم الأمان، وهو نمط يعكس توافقًا ظاهريًا لكنه يخفي صراعات داخلية.

نمط التجنب:

يتمثل في انسحاب الفرد من المواقف التي تهدد مفهومه عن ذاته، وتجنبه للمواجهة خوفًا من الفشل أو النقد، مما يحدّ من نموه النفسي والاجتماعي.

نمط غير موجب قائم على التشويه أو الإنكار:

حيث يلجأ الفرد إلى تحريف إدراكه للواقع أو إنكار الخبرات غير المنسجمة مع صورته الذاتية، حفاظًا على تماسكه النفسي الظاهري، إلا أن ذلك يؤدي إلى اضطراب داخلي مستمر.

وبذلك، فإن التوافق في النظرية الإنسانية يرتبط بمدى قدرة الفرد على تحقيق الانسجام بين ذاته وخبراته الواقعية، والعيش في بيئة توفر له القبول والدعم، بما يسمح له بتحقيق ذاته بصورة متكاملة ومتوازنة. (خطارة، المرجع السابق ، 57)

#### 4.5. النظرية المعرفية

يرى أنصار الاتجاه المعرفي أن التوافق النفسي يتأثر بدرجة كبيرة بالطريقة التي يفسر بها الفرد الأحداث والمواقف التي يتعرض لها في بيئته. فليست الضغوط أو المشكلات في حد ذاتها هي التي تحدد مستوى التوافق، بل أسلوب إدراك الفرد لها وتأويله لمعناها.

فالشخص المتوافق - من المنظور المعرفي - هو الذي يمتلك استراتيجيات تفكير فعالة تمكّنه من مواجهة الضغوط النفسية وحل المشكلات بطريقة عقلانية ومنظمة. فهو يعيد تقييم المواقف الصعبة، ويبحث عن بدائل، ويستخدم التفكير المنطقي والمرن بدل الاستجابات الانفعالية المفرطة أو التفسيرات السلبية.

ويؤكد هذا الاتجاه، الذي تأثر بأعمال باحثين مثل Jean Piaget في مفهوم التوازن المعرفي، أن الفرد يسعى باستمرار إلى تحقيق حالة من التوازن المعرفي، أي الانسجام بين معارفه السابقة وخبراته الجديدة. فعندما يواجه الفرد موقفًا جديدًا، فإنه يحاول دمجها ضمن بنيته المعرفية (الاستيعاب) أو تعديل هذه البنية لتتلاءم معه (المواءمة)، مما يساعده على التكيف الفعال.

وبذلك، فإن التوافق يتحقق عندما يتمكن الفرد من تنظيم خبراته ومعارفه بصورة مترابطة، واستخدامها في تفسير الواقع والتعامل معه بكفاءة. أما سوء التوافق فيظهر عندما تسود الأفكار غير العقلانية، أو التعميمات السلبية، أو التشوهات المعرفية التي تؤدي إلى تضخيم المشكلات والشعور بالعجز.

وعليه، فإن النظرية المعرفية تنظر إلى التوافق باعتباره نتاجًا لأساليب التفكير وتنظيم الخبرة، وتؤكد أهمية تنمية مهارات حل المشكلات، وإعادة البناء المعرفي، وتعزيز التفكير الإيجابي والمرن لتحقيق الاتزان النفسي. (خطارة، المرجع السابق ، 55)

## 6. خصائص التوافق النفسي

يمكن الاستدلال على وجود التوافق النفسي لدى الفرد من خلال مجموعة من المظاهر السلوكية والانفعالية والاجتماعية التي تعكس درجة انسجامه مع ذاته ومع محيطه. فكلما توفرت هذه

المؤشرات بدرجة مناسبة، دلّ ذلك على تمتّع الفرد بمستوى جيد من الاتزان النفسي والتكيف الإيجابي. ومن أبرز هذه المظاهر ما يأتي: (الكبيسي، 2002، 214)

#### 6-1- تقبّل الذات وإدراك القدرات

يُعدّ إدراك الفرد لقدراته الحقيقية وتقبّله لها من أهم مؤشرات التوافق. فوفقاً لمبدأ الفروق الفردية، يختلف الناس في استعداداتهم وإمكاناتهم، ويقتضي التوافق أن يعترف الفرد بحدوده دون تهوين أو مبالغة. فالمتوافق لا يقلل من شأن نفسه ولا يحملها ما يفوق طاقتها، بل يقدر إمكاناته تقديراً واقعياً، مما يجنبه الشعور بالدونية أو الغرور الزائف.

#### 6-2- الاستمتاع بالعلاقات الاجتماعية

يمثل الشعور بالانتماء والتقبّل الاجتماعي حاجة أساسية للإنسان. فالفرد المتوافق يقيم علاقات إيجابية قائمة على الاحترام المتبادل والتعاون، ويشعر بالراحة في التفاعل مع الآخرين. كما تشكل هذه العلاقات دعماً وجدانياً يسهم في تعزيز ثقته بنفسه وتقوية توازنه النفسي.

#### 6-3- النجاح والرضا في العمل

يرتبط التوافق بمدى انسجام الفرد مع عمله أو دراسته. فالشخص الذي يمارس نشاطاً يتناسب مع قدراته وميوله، ويؤديه برغبة واقتناع، يكون أكثر تحقيقاً للرضا النفسي. أما من يؤدي عملاً لا يتوافق مع استعداداته أو رغباته، فقد يعاني من التوتر وعدم الارتياح، مما يضعف مستوى توافقه.

#### 6-4- الكفاءة في مواجهة المشكلات

تظهر درجة التوافق بوضوح في طريقة تعامل الفرد مع الضغوط والمشكلات. فالشخص المتوافق يمتلك مهارات حل المشكلات، ويتسم بالهدوء والاتزان عند مواجهة الصعوبات، فيبحث

عن حلول عملية بدل الاستسلام أو الهروب. أما غير المتوافق فيميل إلى القلق المفرط أو العجز عن المواجهة.

#### 6-5- إشباع الحاجات والدوافع

يشكل إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية والبيولوجية أساسًا لتحقيق التوافق. فالإنسان مدفوع بدوافع متعددة، وإذا تمكّن من إشباعها بطرق مشروعة ومتوازنة، تحقق له قدر من الاستقرار النفسي. أما الحرمان المستمر فقد يؤدي إلى التوتر والاضطراب.

#### 6-6- ثبات الاتجاهات مع المرونة

يتسم الفرد المتوافق بوضوح خطه الفكري وثبات اتجاهاته ومواقفه، بحيث تتبع تصرفاته من منظومة قيمية متماسكة. غير أن هذا الثبات لا يعني الجمود، بل يقترن بمرونة تسمح بتعديل الاتجاهات الخاطئة في ضوء الخبرة والمعرفة الجديدة. فالتوازن بين الثبات والمرونة يعكس تكامل الشخصية ونضجها.

التمييز بين الشخصية المتوافقة وغير المتوافقة

يمكن إجمال الفروق بين الشخصية المتوافقة نفسيًا وغير المتوافقة في مجموعة من الخصائص، من أبرزها: (غانم، 2001، 212).

الذات الإيجابية: انسجام الفرد مع نفسه وشعوره بقيمته.

تحقيق الذات: سعيه المستمر للنمو وتطوير إمكاناته.

الثقة بالنفس: الإيمان بالقدرة على مواجهة التحديات.

القدرة على تحمل الضغوط: التكيف الإيجابي مع المواقف الصعبة.

امتلاك الخبرة والمهارة: استخدام التجارب السابقة في حل المشكلات.

تكامل الشخصية: انسجام الجوانب الفكرية والانفعالية والسلوكية.

القدرة على إدراك الواقع: رؤية الأمور بموضوعية بعيداً عن التشويه.

تقبل الآخرين والشعور بالسعادة معهم: إقامة علاقات قائمة على التفاهم والرضا المتبادل.

إن مظاهر التوافق النفسي تمثل مؤشرات عملية على الصحة النفسية السليمة، وتعكس قدرة الفرد على تحقيق الاتزان بين ذاته وبيئته. وكلما تكاملت هذه المظاهر لدى الفرد، دلّ ذلك على تمتعه بشخصية ناضجة قادرة على التكيف الإيجابي ومواجهة تحديات الحياة بكفاءة ووعي. (غانم، المرجع السابق، 213).

## 7. أساليب التوافق النفسي

يسعى الفرد دائماً لتحقيق التوافق النفسي باستخدام أساليب مباشرة وأخرى غير مباشرة.

### 7.1. الأساليب المباشرة

#### أ. التوافق ومطالب النمو

التوافق النفسي المباشر يعني تلبية الفرد لمطالب نموه في جميع جوانب حياته (جسدياً، عقلياً، انفعالياً، واجتماعياً)، وهذه المطالب تختلف حسب المرحلة العمرية وتشمل الصحة الجسدية، التعلم العقلي، النمو الاجتماعي، والنمو الأخلاقي والديني (زهران، 2005، ص 27).

ملخص مطالب النمو:

النمو الجسدي: استغلال الإمكانيات البدنية، تكوين عادات صحية، وتعلم المهارات اللازمة للحياة.

النمو العقلي: تنمية التفكير، الإبداع، واكتساب المعرفة والثقافة العامة.

النمو الاجتماعي: التفاعل مع الآخرين، تحمل المسؤولية، احترام القيم والعادات، وتحقيق التوافق الاجتماعي.

### ب. التوافق ومواقع السلوك

تحقيق التوافق النفسي يتطلب إشباع دوافع الفرد، إذ يُنظر للسلوك البشري كعملية متكاملة تتفاعل فيها العوامل الحيوية والاجتماعية لإشباع الحاجات النفسية والاجتماعية وتحقيق التوازن النفسي والاجتماعي (زهرا، 2005، 30).

### 2.7. أساليب غير المباشرة

حسب الدفاع النفسي، تقسم الأساليب إلى:

#### أ-أساليب انسحابية

الانسحاب: الابتعاد عن المواقف المجهدة أو تغييرها.

أحلام اليقظة: التخيل لتحقيق ما لم يتحقق في الواقع.

الكبت: حجب الأفكار أو المشاعر المزعجة لتجنب القلق.

التكلم والتسويف: محاولات لتخفيف الصراع الداخلي عبر مبررات أو تراجع مؤقت.

#### ب-أساليب دفاعية

العدوان: تفريغ التوتر الناتج عن الإحباط على الذات أو الآخرين.

الإسقاط: نسب العيوب أو المشاعر غير المقبولة إلى الآخرين (زهرا، 2005، ص 40-

79)

#### ج-أساليب تثقيفية

التبرير: خلق أسباب غير حقيقية لتخفيف الصراع النفسي، ويشمل خداع النفس لتجنب مواجهة

الواقع (الداهري، 2008، 90).

## خلاصة الفصل

التوافق النفسي هو حالة من الاتزان الداخلي تمكّن الفرد من مواجهة ضغوط الحياة وتحقيق أهدافه واحتياجاته بطريقة متوازنة، ويشمل الجوانب الجسدية والعقلية والانفعالية والاجتماعية. ويتأثر بعدة عوامل داخلية مثل القدرات العقلية والجسمية، وعوامل خارجية كالوضع الاقتصادي والاجتماعي. وقد فسرت النظريات النفسية هذا التوافق بطرق مختلفة؛ فالتحليل النفسي يرى أنه توازن بين الأنا والدوافع باستخدام آليات الدفاع، والسلوكيون يربطونه بالتعلم واكتساب السلوكيات الفاعلة، والاتجاه الإنساني يركز على تحقيق الذات والاتساق الداخلي، بينما المعرفيون يعتبرونه نتيجة لاستخدام استراتيجيات عقلية مناسبة لمواجهة الضغوط وحل المشكلات. ويظهر التوافق في تقبل الذات، النجاح في الدراسة والعمل، القدرة على مواجهة المشكلات، وإشباع الحاجات والدوافع. ويسعى الفرد لتحقيقه عبر أساليب مباشرة كالارتقاء بمطالب النمو الجسدي والعقلي والاجتماعي والأخلاقي، أو بأساليب غير مباشرة تشمل الانسحاب والكبت والعدوان والإسقاط والتبرير. ويُعد التوافق النفسي ركيزة أساسية لصحة الفرد النفسية والاجتماعية، ويساهم في تكوين شخصية متوازنة وفعالة تواجه تحديات الحياة بنجاح.

# الجانب التطبيقي

## الإطار المنهجي للدراسة الميدانية

## تمهيد

- 1- إجراءات الدراسة الميدانية :
- 2- حدود الدراسة الزمكانية :
- 3- أدوات الدراسة :
- 4- منهج الدراسة :
- 5- عرض النتائج و تحليلها

## 1- إجراءات الدراسة الميدانية :

### تمهيد:

بعد التطرق لتساؤلات الدراسة وفرضياتها و بطبيعة الحال التنظير لمتغيرات البحث أردنا في هذا الجزء من الدراسة اختبار الفرضيات بإجراءات منهجية و دراسة أدوات الدراسة و المنهج و العينة و مختلف التقنيات الإحصائية .

### الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية مرحلة مهمة و أولى الخطوات في البحث العلمي ، حيث تعد من الإجراءات الميدانية الي تسمح للباحث بالتعرف على الميدان والتقرب مه ، و تساعده على تحديد أدوات جمع البيانات الخاصة بالبحث و ضبط كل متغيراته.

و لهذا قمنا بالبء في الدراسة الاستطلاعية بداية من تاريخ 29 مارس 2026 الى غاية 16 أفريل من ذات السنة ؛ حيث منا بزيارة لمركز التكوين المهني للبنات بحي عين الشيخ ( دباب محمد ) و مركز التكوين المهني بحي بربيع ( رابح بن الأبيض ) على اعتبار الحصول على متربصين من الجنسين لأن دراستنا دراسة مقارنة و التعرف كذلك على التخصصات المتوفرة .

تواصلنا مع المستشارين و الطاقم الإداري لتزويدنا بما نحتاج من معلومات عن عينة دراستنا و مختلف خصائصها غلى غرار السن ، التخصصات ، نمط التكوين ، .. الخ . بعدها طبقنا مقياس التوافق النفسي لاجلال محمد سري .

## 2-حدود الدراسة الزمكانية :

أجرينا الدراسة في مدينة الجلفة بمركز التكوين و التمهين بربيح المختلط ومركز التكوين المهني عين الشيخ للبنات . بينما تمت الدراسة بتطبيق أدوات الدراسة ما بين شهري مارس و أبريل من سنة 2026 .

يبين الجدول رقم 01: تخصصات متربصو و متربصات العينة

التخصص	العدد	النسبة المئوية
البسة	09	%15.25
حلاقة النساء	10	%16.94
خياطة	08	%13.55
كهرباء معمارية	19	%32.20
اعلام آلي للتسيير	01	%1.69
سكرتاريا	01	%1.69
محاسبة	11	%18.64

## الحدود البشرية و العينة :

تكونت من مجموعة من المتربصين من كلا الجنسين ؛ حيث ضمت مجموعة مكونة من 59 متربص و متربصة ، يقدر عدد الذكور بـ 32 ذكرا أما الاناث فعددهن 27 و تتراوح أعمار أفراد العينة ما بين 16 و 34 سنة وقد تم اختيار العينة قصديا .

يبين الجدول رقم 02: عدد العينة من ناحية الجنس

النسبة المئوية	العدد	الجنس
%55.93	33	الذكور
%44.06	26	الاناث

### 3- أدوات الدراسة :

اعتمدنا في دراستنا هذه على مقياس التوافق النفسي إعداد إجلال سرى 1986 م (ملحق 01)

#### أ- وصف المقياس:

يتكون هذا المقياس من أربعين ( 40 ) عبارة تقيس التوافق في أربعة أبعاد:

-التوافق الشخصي: العبارات من 1-9

-التوافق الاجتماعي: العبارات من 10-20

-التوافق الأسري: العبارات من 21-30

-التوافق الانفعالي: العبارات من 31-40

#### ب- طريقة تصحيح المقياس:

تكون طريقة تصحيح المقياس من خلال العبارات، حيث يحتوي على عبارات موجبة وهي (20) عبارة

#### العبارات والاجابة:

1، 3، 3، 4، 2، 05، 09، 03، 02، 05، 55، 56، 59، 54، 55، 60،  
65، 67، 69، 75 كانت إجابتهم ب (نعم).

2، 4، 5، 9، 05، 11، 13، 14، 17، 20، 21، 24، 26، 28، 30، 33،  
36، 37، 38، 39 كانت إجابتهم ب (لا).

ونظرا أن كل استجابة يمكن أن تقاس من ( 0 ) إلى ( 1 ) فان الحد الأدنى للدرجة الكلية للمقياس هي ( 0 ) والحد الأعلى هي ( 40 ) درجة.

#### 4-منهج الدراسة :

استخدمنا في دراستنا هذه المنهج المقارن ؛ بما أننا بصدد مقارنة النتائج ( درجات ) و المتوسطات بين الجنسين و التعرف على خصائصهما (السن ، التخصص ، الجنس) .

#### التقنيات الإحصائية :

استعملنا فيما يخص التقنيات الإحصائية ؛ النسب المئوية ، التكرار ، اختبار t test لعينة واحدة بالإضافة الى معامل anova متغير مستقل واحد .

#### 5-عرض النتائج و تحليلها

#### الفرضية الأولى :

الفروق في التوافق النفسي بين الجنسين دالة احصائيا عند  $\alpha = 0.05$  و هي لصالح الاناث ، و بملاحظة المتوسطات نلاحظ أنها عند الاناث مرتفعة قليلا 30.1154 بينما عند الذكور 28.8182 وبالتالي الفروق لصالح الاناث .

	الجنس	العدد	المتوسطات	sig دلالة	T قيمة
التوافق	ذكور	33	28,8182		
النفسي	اناث	26	30,1154	.118	.733

جدول رقم (03) التوافق النفسي تبعا للجنس

الفرضية الثانية :

لا توجد فروق دالة احصائيا بين الجنسين تعزى للتخصص و قيمة F التي سجلت أقل من  
المجدولة و عند ملاحظة متوسطات أفراد العينة نجد فروقات بسيطة ؛ فهي كلها في حدود 30  
(الملحق رقم 03 )

ANOVA

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	دلالة. Sig
داخل المجموعات	23,431	6	3,905	,573	,750
بين المجموعات	293,049	43	6,815		
الكلية	316,480	49			

جدول رقم (04) التوافق تبعا للتخصص

## عرض و تحليل نتائج الدراسة

- 1- عرض و تحليل نتائج الفرضيات
- 1-1- عرض و تحليل نتائج الفرضية الأولى
- 1-2- عرض و تحليل نتائج الفرضية الثانية
- 2- مناقشة النتائج
- 2-1 تحليل نتيجة دراسة الفرضية الأولى
- 2-2 تحليل نتيجة دراسة الفرضية الثانية

## عرض و تحليل نتائج الفرضيات:

### عرض و تحليل نتائج الفرضية الأولى:

حيث ترى انه توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق النفسي لدى متربصي التكوين المهني تعزى لمتغير الجنس. وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم الاعتماد على اختبار العينة واحدة وذلك من خلال مقارنة متوسطات درجات الذكور والاناث في مقياس التوافق النفسي، وأظهرت النتائج المتوصل اليها ان قيمة  $t$  بلغت -2,089 عند مستوى الدلالة 0,05 وهي قيمة اقل من مستوى الدلالة المعتمد 0,05، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق النفسي لدى متربصي و متربصات التكوين المهني تبعا لمتغير الجنس، وكانت هذه الفروق لصالح الاناث وعليه يتم قبول الفرضية القائلة بوجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق النفسي لدى متربصي التكوين المهني تعزى لمتغير الجنس.

و في هذا الشأن جاءت نتائج دراسة **عتيقة بابش (2016) التي** هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين بعض مؤشرات الصحة النفسية (تقدير الذات والتكيف النفسي) والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي بثانوية الجديدة (فايد السعيد) ببلدية حمام الضلعة، ولاية المسيلة. كما سعت إلى الكشف عن الفروق في هذه المتغيرات وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص. اعتمدت الباحثة على استبيان لقياس الصحة النفسية مكون من محورين (تقدير الذات والتكيف النفسي)، بالإضافة إلى مقياس التوافق الدراسي لـ"ليونجمان" بترجمة عبد العزيز الديريني، وذلك بعد التحقق من الخصائص السيكومترية للأداتين. وقد طبقت الدراسة على عينة قوامها (302) تلميذاً تم اختيارهم بطريقة قصدية خلال الموسم الدراسي 2015/2014. وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين تقدير الذات والتوافق الدراسي، وكذلك بين التكيف النفسي والتوافق النفسي، مع عدم وجود فروق دالة تعزى لمتغيري الجنس أو التخصص في كل من الصحة النفسية والتوافق النفسي. و في

الدراسات الأجنبية كذلك تشابهت نتائجنا مع دراسة (Fleming et al., 1998)دراسة فليمينغ وآخرون بريطانيا التي هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى تأثير التوافق النفسي في كل من القلق والخبرة السابقة لدى عينة من الطلبة. اعتمد الباحثون على المنهج الوصفي، كما استخدموا أدوات لجمع البيانات مستمدة من جامعة هارفارد. وقد شملت عينة الدراسة (332) طالبًا وطالبة. وأظهرت النتائج وجود فروق بين الجنسين في مستوى التوافق النفسي.

### عرض و تحليل نتائج الفرضية الثانية :

حيث ترى بعدم وجود فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي تعزى للتخصص؛ ذلك أن مراكز التكوين المهني و التمهيين وفرت تخصصات تلبية حاجة المجتمع وقبله المتربص بما يتناسب مع سوق العمل سواء تعلق كان نمط التكوين أو التمهيين ، زيادة على ذلك مدة التكوين أو التمهيين ترغب المتربص (ة) فلا فرق بين المعاهد و الجامعات و مراكز التكوين المهني في المدة أو فترة الدراسة ، مما يسهل الاندماج المهني . فالتوافق متكافئ بين الجنسين في هذه الظروف . و هذه النتائج بطبيعة الحال توافقت مع دراسة نسرين بشير (2018)التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين القلق والتوافق النفسي لدى طلبة السنة النهائية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، وتحديدًا بكليتي المختبرات الطبية والاقتصاد التطبيقي. تكونت عينة الدراسة من (70) طالبًا وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة. اعتمدت الباحثة على مقياس للقلق والتوافق الدراسي من إعدادها، حيث خضع للتحكيم العلمي واختبارات الصدق والثبات، وتضمن جزأين: بيانات شخصية واجتماعية، ومجموعة من (50) عبارة لقياس القلق والتوافق. كما استخدمت عدة أساليب إحصائية، منها التكرارات، النسب المئوية، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار (ت)، وتحليل التباين (ANOVA) ، عبر برنامج SPSS. وأظهرت النتائج ارتفاع مستوى كل من القلق والتوافق الدراسي لدى أفراد العينة، مع وجود علاقة ارتباطية بينهما، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغيري الجنس أو العمر أو الحالة

الاجتماعية، في حين ظهرت فروق دالة في التوافق الدراسي تعزى لمتغيري التخصص والمعدل الدراسي. وكذلك دراسة عتيقة بابش (2016) هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين بعض مؤشرات الصحة النفسية (تقدير الذات والتكيف النفسي) والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي بثانوية الجديدة (فايد السعيد) ببلدية حمام الضلعة، ولاية المسيلة. كما سعت إلى الكشف عن الفروق في هذه المتغيرات وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص. اعتمدت الباحثة على استبيان لقياس الصحة النفسية مكون من محورين (تقدير الذات والتكيف النفسي)، بالإضافة إلى مقياس التوافق الدراسي لـ"ليونجمان" بترجمة عبد العزيز الديريني، وذلك بعد التحقق من الخصائص السيكومترية للأداتين. وقد طبقت الدراسة على عينة قوامها (302) تلميذاً تم اختيارهم بطريقة قصدية خلال الموسم الدراسي 2015/2014. وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين تقدير الذات والتوافق الدراسي، وكذلك بين التكيف النفسي والتوافق النفسي، مع عدم وجود فروق دالة تعزى لمتغيري الجنس أو التخصص في كل من الصحة النفسية والتوافق النفسي.

### استنتاج:

يُعدّ التوافق النفسي عملية ديناميكية مستمرة يسعى من خلالها الفرد إلى تحقيق التوازن بين حاجاته الداخلية ومتطلبات البيئة الخارجية. غير أنّ هذه العملية قد تعترضها مجموعة من العوائق التي تحول دون تحقيق الأهداف وإشباع الحاجات بصورة سليمة، مما يؤدي إلى الشعور بالإحباط والقلق واضطراب الاتزان النفسي. ويمكن تصنيف هذه العوائق إلى عوائق داخلية ترتبط بالفرد ذاته، وأخرى خارجية ناتجة عن الظروف البيئية والاجتماعية والاقتصادية المحيطة به. ومنه نستنتج أنه

# الخاتمة

## الخاتمة

في ختام هذه الدراسة التي تناولت موضوع التوافق النفسي عند متربصي التكوين المهني دراسة مقارنة بين الجنسين، يتضح أن التوافق النفسي يعتبر من أهم العوامل التي تساعد المتربص على تحقيق التوازن والاستقرار في مختلف الجوانب النفسية والاجتماعية والأسرية، كما يساهم في تسهيل عملية التكيف مع الوسط التكويني والمهني. فكلما تمكن المتربص من تحقيق مستوى جيد من التوافق النفسي، انعكس ذلك إيجاباً على ثقته بنفسه، علاقاته الاجتماعية، وقدرته على مواجهة مختلف الضغوط والصعوبات.

وتبرز أهمية هذا الموضوع من خلال الفئة التي تناولتها الدراسة والمتمثلة في متربصي مراكز التكوين المهني، باعتبارهم فئة تسعى إلى بناء مستقبلها المهني وتحقيق ذاتها داخل المجتمع، حيث يحاول المتربص التكيف مع البيئة التكوينية الجديدة وإشباع حاجاته النفسية والاجتماعية، والابتعاد عن التوترات والصراعات النفسية التي قد تعيق اندماجه ونجاحه؛ لأن منهم من لم ينجح أو لم يكمل مشواره الدراسي. كما تبقى الأسرة ومؤسسات التكوين المهني من أهم العوامل المساهمة في تعزيز هذا التوافق من خلال الدعم النفسي، التوجيه، وتوفير ظروف تكوينية مناسبة تساعد المتربص على تحقيق الاستقرار النفسي والاجتماعي.

ومن خلال هذه الدراسة حاولنا الوقوف على مدى تحقق التوافق النفسي لدى متربصي التكوين المهني والكشف عن الفروق الموجودة بين الجنسين، حيث تبقى هذه الدراسة مجرد محاولة علمية مع فتح المجال أمام دراسات مستقبلية أكثر شمولاً تهتم بمتغيرات أخرى لها علاقة بالتوافق النفسي، قصد الوصول إلى نتائج تساهم في تحسين الصحة النفسية وتحقيق التوافق لدى متربصي التكوين المهني.

## قائمة مراجع

قائمة مراجع

المراجع باللغة العربية

الكتب

1. أحمد، ر. ع. (1983)، أصول علم النفس .دار المعارف، القاهرة، مصر.
2. علي صبره، و شريت أشرف. (2004)، الصحة النفسية والتكافؤ النفسي، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر.
3. دسوقي، ك. (1974)، علم النفس ودراسة التوافق، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان.
4. حامد عبد السلام زهران. (1987)، الصحة النفسية والعلاج النفسي، مكتبة النهضة المصرية، مصر.
5. حامد عبد السلام زهران. (1997)، الصحة النفسية والعلاج النفسي (ط. 2)، عالم الكتب، الإسكندرية، مصر.
6. حامد عبد السلام زهران. (2005)، الصحة النفسية والعلاج النفسي (ط. 4). الشركة الدولية للطباعة، مصر.
7. مصطفى، ف. (1979)، التوافق الشخصي والاجتماعي، مكتبة الخانجي، القاهرة، مصر.
8. صالح، ح. د. (2008)، أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية (ط. 1). دار الصفاء، الأردن.
9. وغن، م. ح. (2001)، أسس الصحة النفسية .الخوارزم العلمية، جدة، السعودية.
10. وهيب، م. كبيسي، &آخرون. (2002)، التوجيه التربوي والإرشاد النفسي بين النظرية والتطبيق .الجزائر: منشورات.ELGA

الأطروحات

1. خطارة، ر. (2011). الذكاء الوجداني وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي، مذكرة ماجستير، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، الجزائر.

2. لطيفة جماح. (2017). تقنين مقياس التوافق النفسي لزينب محمود شقير على البيئة الجزائرية، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد بوضياف، المسيلة، الجزائر.
3. مكي، ف. (2006)، التكافؤ الزوجي وعلاقته ببعض سمات الشخصية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.
4. صالح، س. (2013)، تأثير سمات الشخصية والتوافق النفسي على التحصيل الأكاديمي للطلبة الجامعيين، أطروحة دكتوراه، جامعة الجزائر 23، الجزائر.

#### المقالات

5. علي عبد الحسن حسن، و حسين عبد الزهرة. (2011). التكافؤ النفسي والاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية.
6. علاء الدين، ج. (2004)، التكافؤ النفسي للمتقاعدين من كبار السن الأردنيين العاملين وغير العاملين من كلا الجنسين. مجلة مؤتة للبحوث والدراسات، 19(7)، 113-142.

#### المراجع باللغة الأجنبية

1. Lazarus, S., & Richard, S. (1963). *Personality Adjustment*. Englewood, New Jersey.

الملاحق

من إعداد الدكتورة إجلال محمد سرى (1986) الذي أعدته لقياس التوافق النفسي العام في دراستها التي تناولت فيها " التوافق مع الاسم وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الجنسين " ويتكون من أربعين (40) عبارة تقيس التوافق في أربعة أبعاد:

- التوافق الشخصي: العبارات 1-9 -
- التوافق الاجتماعي: العبارات 10-20 -
- التوافق الأسري: العبارات 21-30 -
- التوافق الانفعالي: العبارات 31-40 -

- خصائصه السيكومترية:

**الصدق:** قامت الباحثة بحساب الصدق بطريقة الاتساق الداخلي للاختبار فاستخلصت ذلك من معامل الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد الاختبار والدرجة الكلية للاختبار بالاستعانة بمعادلة بيرسون على العينة الكلية (ن= 700) والجدول التالي يوضح ذلك:

البعد معامل الاتساق جدول يوضح معاملات الاتساق الداخلي لاختبار التوافق النفسي العام

التوافق الشخصي 0.84

التوافق الاجتماعي 0.77

التوافق الأسري 0.68

التوافق الانفعالي 0.81

الثبات:

قامت الباحثة بقياس ثبات الاختبار بأبعاده الأربعة، والتوافق العام ككل، وكان معامل ثبات الاختبار بطريقة (إعادة التطبيق (بعد 15 يوما) هو (0.70). (سرى، 1986، ص 138-139

التصحيح:

تكون طريقة تصحيح المقياس من خلال العبارات، حيث يحتوي على عبارات موجبة وهي (20) عبارة إذا أجاب عليها المفحوص بـ(نعم) تعطي له درجة (1)، أما إذا أجاب بـ(لا) فتعطي له صفر (0). والعبارات السالبة هي (20) عبارة إذا أجاب المفحوص بـ(لا) تعطي له درجة (1)، أما إذا أجاب بـ(نعم) يعطي له صفر (0) والجدول التالي يوضح ذلك:

العبارات الإجابة

1، 3، 6-8، 12، 15، 16، 18، 19، 22، 23، 25، 27، 29، 31، 32، 34، 35، 40 نعم

2، 4، 5، 9-11، 13، 14، 17، 20، 21، 24، 26، 28، 30، 33، 36-39 لا

ونظرا أن كل استجابة يمكن أن تقاس من (0) إلى (01) فإن الحد الأدنى للدرجة الكلية للمقياس هي (0) والحد الأعلى هي (40) درجة. (سرى، 1986، ص 164)

المقياس

الرقم البنود

01 أملاً حياتي اليومية بكل ما يثير اهتمامي

02 من المؤكد أنني ينقصني الثقة في نفسي

03 إذا فشلت في أي موقف فإنني أحاول من جديد

04 أتردد كثيرا في اتخاذ قراراتي في المسائل البسيطة

05 أشعر في حياتي بعدم الأمن الشخصي

- أخطط لنفسى أهدافا و أسعى لتحقيقها 06
- أقدم بثقة كبيرة على مواجهة مشكلاتي الشخصية وحلها 07
- أتصرف بمرونة في معظم أموري الشخصية 08
- أشعر بالنقص وبأنني أقل من غيري 09
- بعض ظروفى البيئية صعبة التغيير وتؤدي إلى سوء حالتى النفسية 10
- أشعر بالوحدة رغم وجودى مع الآخرين 11
- أقبل نقد الآخرين بصدور ربح 12
- أشعر أن معظم زملائى يكرهونى 13
- كثيرا ما أرح شعور الآخرين 14
- أشارك فى نواحي النشاط العديدة 15
- علاقتى حسنة وناجحة مع الآخرين 16
- تتنصنى القدرة على التصرف فى المواقف المحرجة 17
- أتطوع لعمل الخير ومساعدة المحتاجين 18
- يكون سلوكى طبيعيا فى تعاملى مع أفراد الجنس الآخر 19
- أجد صعوبة فى الاختلاط مع الناس 20
- أشعر بالغيرة وأنا بين أفراد أسرتى 21
- تسود الثقة والاحترام المتبادل بينى وبين أفراد أسرتى 22
- أتشاور مع أفراد أسرتى فى اتخاذ قراراتى الهامة 23
- أسبب الكثير من المشكلات لأسرتى 24

أبذل كل جهدي لإسعاد أسرتي 25

تتدخل أسرتي في شؤوني الخاصة بشكل يضايقني 26

أحب بعض أفراد أسرتي 27

أسرتي مفككة 28

أقضي كثيرا من وقت فراغي مع أفراد أسرتي 29

ترهقني مطالب أسرتي الكثيرة 30

من الصعب أن يملكني الغضب إذا تعرضت لما يثيرني 31

حياتي الانفعالية هادئة ومستقرة 32

أعاني من تقلبات في المزاج دون سبب ظاهر 33

عادة ما أتماسك عندما أتعرض لصددمات انفعالية 34

لم يحدث أن نغصت حياتي مشكلة انفعالية 35

تمر عليّ فترات أكره فيها نفسي وحياتي 36

أشعر غالبا بالاكنتئاب 37

يتسم سلوكي بالاندفاع 38

أشكو من القلق معظم الوقت 39

من الصعب أن ينجرح شعوري 40

(سرى، 1986، ص ص162-163)

المرجع: سرى إجلال محمد، 1986، دراسات تربوية المجلد (02)، الجزء (05)، عالم الكتب، القاهرة.



جامعة زيان عاشور بالجلفة  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم علم النفس والفلسفة



مرجع رقم: ..... / ا ق ع ن 2025

الى السيد: ..... السيد: ..... السيد: ..... السيد: ..... السيد: .....

..... السيد: ..... السيد: ..... السيد: ..... السيد: ..... السيد: .....

## تسهيل مهمة



من أجل تنويع التكوين النظري للطلبة في التعليم الجامعي وتوظيف مكتسبات الطالب في الواقع الميداني يشرفنا أن نطلب من سيادتكم الموافقة على تسهيل مهمة الطالب (ة) / الطلبة:  
الاسم واللقب: ..... السيد: ..... السيد: ..... السيد: ..... السيد: .....  
رقم التسجيل: ..... السيد: ..... السيد: ..... السيد: ..... السيد: .....

بمؤسستكم من أجل إجراء:

- تربص ميداني
- إجراء بحث
- الاستفادة من المصادر والمراجع
- مواضيع أخرى:

وتقبلوا منا فائق التقدير والاحترام

الجلفة في: ..... السيد: ..... السيد: ..... السيد: ..... السيد: .....





Statistiques de groupe

Test T

	VAR00001	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
VAR00002	1,00	33	28,8182	2,33793	,40698
	2,00	26	30,1154	2,40544	,47175

Descriptives

Test des échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances	Test t pour égalité des moyennes							
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle d
									Inférieur
VAR00002	Hypothèse de variances égales		,118	,733	-2,089	57	,041	-1,29720	,62090
	Hypothèse de variances inégales				-2,082	53,088	,042	-1,29720	,62304

VAR00002

	N	Moyenne	Ecart type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95 % pour la moyenne		Minimum	Maximum
					Borne inférieure	Borne supérieure		
1,00	10	30,3000	2,31181	,73106	28,6462	31,9538	26,00	34,00
2,00	11	28,5455	3,11010	,93773	26,4561	30,6348	24,00	34,00
3,00	9	29,4444	3,12694	1,04231	27,0409	31,8480	24,00	34,00
4,00	10	30,0000	2,10819	,66667	28,4919	31,5081	28,00	34,00
5,00	1	28,0000	.	.	.	.	28,00	28,00
6,00	8	29,5000	2,07020	,73193	27,7693	31,2307	28,00	34,00
7,00	1	28,0000	.	.	.	.	28,00	28,00
Total	50	29,4800	2,54141	,35941	28,7577	30,2023	24,00	34,00

VAR00002

Statistique de Levene	ddl1	ddl2	Sig.
,570 <sup>a</sup>	4	43	,685

a. Les groupes possédant une seule observation sont ignorés lors du calcul du test d'homogénéité de la variance pour VAR00002.

**ANOVA**

VAR00002

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergroupes	23,431	6	3,905	,573	,750
Intragroupes	293,049	43	6,815		
Total	316,480	49			