

تمهيد:

تعتبر عملية التوافق من العمليات الهامة في حياة الإنسان بمراحلها المختلفة من الطفولة إلى الشيخوخة ، كما انها الهدف الأساسي الذي يصبوا إليه ، ليعيش في سلام مع نفسه ومع المحيطين به في جميع المؤسسات الاجتماعية إنطلاقاً من الأسرة مروراً بالمدرسة ، والمجتمع بوجه عام ، ذلك أن إنعدام هذه العملية تجعل الفرد يتخبط في مشكلات توافقه تعيقه عن بلوغ أهدافه .

حيث لا يمكن للإنسان المكون من النوازع المادية، والروحية، والحاجات النفسية، والاجتماعية الوصول إلى مستوى مقبول من التوافق وما ينتج عنه من راحة نفسية ، إلا إذا استطاع تحقيق أكبر إشباع ممكن لحاجاته الفطرية والمكتسبة على حد سواء، وذلك سواء بمواجهته المباشرة للمواقف والمشاكل مواجهة علنية ، أو بلجونه إلى استخدام الميكانيزمات الدفاعية التي تهدف هي الأخرى إلى تحقيق عملية التوافق.

وسنتطرق في هذا الفصل إلى تعريف التوافق وتحديد أبعاده ومعاييره ، وكذا إلى العوامل المؤثرة في التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق ، ثم إلى الميكانيزمات الدفاعية التي يلجأ إليها لتحقيق عملية التوافق .

1 - تعريف التوافق :

تذهب أغلب التعاريف الواردة في علم النفس إلى أن مفهوم وأصل التوافق مشتق من علم الأحياء والبيولوجيا ، ويؤكد على ذلك "لازاروس" في قوله " إن مفهوم التكيف انبثق من علم الأحياء"، وهو ما يأكده داروين في نظرية " النشوء والإرتقاء"، وقد عدله من قبل علماء النفس ويسمى التوافق بدل التكيف ، ويؤكد على كفاح الفرد من أجل العيش والبقاء.¹

ويثير هذا التعريف نقطة هامة تتمثل في الإختلاف حول مدلول كل من مفهومي التكيف، والتوافق عند البعض من علماء النفس ، والمهتمين بالسلوك الإنساني .

فالتكيف كما يقول " جون بياجيه " هو عملية تتم عن طريق تحقيق التوازن بين مظهرين من مظاهر التفاعل بين الفرد والبيئة ، فالفرد إما أن يدخل على سلوكه التعديل ، مما يساعده على تحقيق التوازن بين سلوكه ، وبين ظروف البيئة المحيطة به بكل مطالبها ، إما أن يحاول التأثير في البيئة والوسط المحيط به حتى تستجيب هذه البيئة بدورها لرغباته، وحاجاته في الإتجاه الذي يريده.²

أما التوافق فهو مفهوم خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته ، وكل صراعاته، ومواجهة مشكلاته من إشباع وإحباطات وصولاً إلى ما يسمى بالصحة النفسية، أو السواء، أو الإنسجام، أو التناغم مع الذات ومع الآخرين في الأسرة ، والعمل وفق التنظيمات التي ينخرط فيها الإنسان، وعليه فالتوافق هو مفهوم إنساني.³

وبناء على ما سبق يمكن القول بأن التوافق والتكيف مفهومان مختلفان فيما بينهما ، لكنهما مكملان لبعضهما ، فالإنسان يتكيف بيولوجيا ويتوافق نفسياً واجتماعياً ، إذ يبدأ التكيف وهو جنين في بطن أمه ويستمر ذلك طول حياته وبعد الولادة ، في حين يبدأ التوافق النفسي والاجتماعي مع تكوين ذاته في السنوات الأولى من حياته ، وبهذا ترتبط العمليتان ، التكيف والتوافق ارتباطاً وثيقاً بمراحل النمو المختلفة التي يمر بها الإنسان انطلاقاً من خصائص كل مرحلة ومطالب النمو فيها ، علماً بأن هذه المطالب تختلف من مرحلة لأخرى ابتداءً بالطفولة وانتهاءً بالشيخوخة، وعموماً فإن الشخص المتوافق هو الذي يشغل جميع والنفسية والاجتماعية، والإنفعالية إلى أقصى درجة ممكنة في مواجهة مشكلاته حتى يحقق الصحة النفسية المرغوبة في أية مرحلة يعيشها .⁴

وهناك الكثير من مراجع علم النفس التي لم تطبق الفرق بين المفهومين ، وظلت الكلمتين مستعملتين للدلالة على نفس المعنى، ومصطلحات التوافق والتكيف ، التلاؤم ، الإنسجام والأنسجام والاتزان الإنفعالي والسواء، العقل السوي يقصد بها في الغالب التعبير عن حالة الصحة النفسية للفرد .

¹ - قريشي عبد الكريم: *علاقة الاختلاط في التعليم بالتوافق النفسي الاجتماعي لطلاب المرحلة الثانوية* ، رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس الاجتماعي ، جامعة عين شمس، القاهرة، سنة 1988، ص45 .

² - جمال محمد صقر: *إتجاهات في التربية والتعليم*، دار المعارف بمصر ط1، القاهرة، سنة 1965، ص83.

³ - حسن صالح الدهري: *الشخصية والصحة النفسية* ، دار الكندي للنشر والتوزيع ، الأردن . سنة 1999 . ص 55.

⁴ - حامد عبد السلام زهران: *الصحة النفسية والعلاج النفسي* ، عالم الكتاب ط1، القاهرة . 1978 . ص 33.

وفي هذا السياق يرى مصطفى فهمي أن علم النفس استعار المفهوم البيولوجي للتكيف ، والذي أطلق عليه علماء البيولوجيا مصطلح الموائمة ، واستخدام في المجال النفسي الاجتماعي تحت مصطلح التكيف والتوافق، فالإنسان كما يتلاءم مع البيئة الطبيعية يستطيع مع الظروف الاجتماعية والنفسية والتي تتطلب منه باستمرار أن يقوم بموائمات بينها وبينه ، وظروف الحياة نفسها تدفعه إلى هذا التكيف ، وما يساعده على ذلك مالدى الفرد من القدرة على التطبيع الاجتماعي والذكاء .¹ وتماشيا مع وجهة النظر هذه فإننا نشير إلى أن استعمال كلمة التكيف في هذه الدراسة يقصد بها التوافق والعكس صحيح

2- خصائص التوافق:

هناك عدة خصائص ومظاهر مختلفة للتوافق:

2-1- المحافظة على تكامل الشخصية : وهذا يتضمن ان تتأزر حاجات الفرد مع سلوكه في

سبيل تحقيق هدفه بطريقة وظيفية في تفاعله مع البيئة.

2-2- المسايرة للمعايير الاجتماعية: وهو الانسجام مع المجموعة دون التخلي عن الافراد .

2-3- التوافق مع متطلبات الواقع : ويتضمن قبول الواقع وتحمل مشاقه للحصول على مكاسب

وتحقيق اهداف أكبر في المستقبل.

2-4- المحافظة على اتساق السلوك: وهذا يجعل التنبؤ بسلوك الفرد ممكناً وميسراً .

2-5- المحافظة على الاتزان الانفعالي: أي ان الرياضي حسن التوافق مع المواقف المشحونة

انفعالياً ينبغي الا يكون ممتعاً عن التعبير عن انفعالاته ولا متهوراً لاستجاباته الانفعالية .

2-6- المساهمة في نشاط الجماعة: وهذا يتطلب من الفرد زيادة الفاعلية الفردية في المشاركة

الاجتماعية وألا يكون مركزاً اهتمامه فقط حول نفسه.

3- أشكال التوافق: وهناك نوعين من التوافق

3-1- التوافق الحسن/ حسن التوافق: هو قدرة الفرد على إشباع دوافعه أو حاجاته بطريقة

ترضيه وترضي المحيطين به أي يشبع حاجاته بطريقة يحقق فيها اللذة ولا يصطدم فيها بمعايير

المجتمع الصالحة⁽⁴⁾، ويتطلب التوافق الحسن الوصول إلى حالة من الاتزان في إرضاء مطالب الفرد

ومطلب المجتمع في آن واحد، دون الإضرار بأحدهما سواء الفرد أو مطالب المجتمع ويعرف (أحمد

عزة راجح) حسن التوافق بأنه قدرة الفرد على التوافق توافقا سليما وأن يتلائم مع بيئته الاجتماعية

والمادية مع بيئته الاجتماعية والمادية والمهنية أو مع نفسه.²

¹ - مصطفى فهمي : دراسات سيكولوجية التكيف - ط1 - 1987

3-2- التوافق السيئ / سوء التوافق: هو عجز الفرد على إشباع دوافعه أو حاجاته بطريقة مرضية و ترضي الآخرين فالفرد الذي يعجز عن إشباع حاجاته يصبه الإحباط والشعور بالفشل.¹ ويحدث سوء التوافق حسب (ROGERS 1949) نتيجة عدم إتساق خبرات الفرد والذات وهو الذي يؤدي بالفرد بحالة من سقوط المناعة من الإنكشاف والتعري (vulnerability) وسوء التوافق النفسي فلا يعود الفرد قادرا على التصرف كوحدة لأن مدركاته الذاتية تتناقص مع الصورة التي لديه عن ذاته وأحيانا تحكم سلوكاته عمليات تقييمية ذاتية ولكن في أحيان أخرى تحكمه شروط التقدير التي إمتصها من الآخرين وجوهر الحالة هو وجود موقف يحاول فيع المرء أن يخدم سيدين في آن واحد.² بينما يصف أحمد عزة راجح سوء التوافق بأنه حالة دائمة أو مؤقتة تبدو في عجز الفرد وإخفاقه عن حل مشكلاته اليومية إخفاقا يزيد على ما ينتظره الغير منه أو ما ينتظره من نفسه.³ ولسوء التوافق مجالات مختلفة : سوء التوافق المهني، المدرسي الاجتماعي، إلا أن هذه الظروف المختلفة لسوء التوافق ما هي إلا مظاهر لسوء التوافق العام الذي يبدو في عجز الفرد عن إقامة صلات مرضية بينه وبين من سيتعامل معهم من الناس والأشياء وفي بيئته الاجتماعية والمادية.⁴ سوء التوافق إذن ينشأ عندما تكون الأهداف ليست سهلة في تحقيقها أو عندما تتحقق بطريقة لا يوافق عنها المجتمع وعلى أي حال فإن سوء التوافق يتضمن الخفض غير المرضي للحاجة .

فالفرد الذي يفشل بطريقة جد معقدة في تحقيق مشاريعه أو الذي لا ينجح بأي طريقة في خلق الشروط التي تتلائم ومفهومه عن ذاته، يستطيع في هذه الحالة أن يفقد العلاقات العادية مع المحيط فيقال: إن هذا الفرد لا يتوافق مع الواقع " BRESSON".⁵ للإشارة فإن سوء التوافق يظهر بدرجات مختلفة فقد يبدو في حالة إنحراف أو أسلوب غريب في السلوك وقد يبلغ درجة في الاضطرابات النفسية العصبية وفي أقصى درجاته يظهر في شكل الذهان.

¹ - محمد السيد الهابط: التكيف والصحة النفسية ، المكتب الجامعي الحديث، الاسكندرية 1990، ص37.

² - أحمد عزة راجح: نفس المرجع السابق، ص 567.

³ - فرج عبد القادر طه: سيكولوجية المعوقة للإنتاج ، دراسة نزية ميدانية وفي التوافق المهني الصحي النفسية، مكتبة الخانجي، القاهرة.

⁴ - جمعون نفيسة: التوافق النفسي والاجتماعي للتلميذ المبتكر ، رسالة ماجستير في علوم التربية، سنة 2001، ص 74.

1- أحمد عزة راجح: نفس المرجع السابق، ص 567

4- بعض المؤشرات التي تشير إلى التوافق النفسي:

4-1- النظرة الواقعية للحياة:

كثيرا ما نرى الأفراد يعانون من عدم قدرتهم على تقبل الواقع المعيشي، ونجد مثل هؤلاء الأشخاص متشائمين وتعساء رافضين كل شيء هذا يشير إلى سوء التوافق أو الصحة النفسية ، وفي المقابل هم أشخاص يقبلون على الحياة بكل ما فيها من أفراح وأفراح واقعين في الأشخاص في المجال الاجتماعي الذي ينخرطون فيه.

4-2- مستوى طموح الفرد:

لكل فرد طموح وآمال وبالنسبة إلى الفرد المتوافق تكون طموحاته المشروعة عادة في مستوى إمكاناته الحقيقية ويسعى لتحقيقها من خلال دافع الإنجاز، ويشير هذا إلى توافق الفرد، بينما نجد الآخر الذي يطمح في أن يصل ويحقق آمال بعيدة المدى عن إمكاناته فيلجئ إلى المضاربة والمقامرة بما له أو بأسرته أو بعمله وإذا لم يحقق شيئ يضل ناكما عن الحياة وحقودا على الآخرين وكلها مؤشرات تدل على سوء التوافق مع المجتمع الذي ينخرط فيه.

4-3- الإحساس بإشباع حاجات نفسية:

لكي يتوافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين فإن أحد مؤشرات، أن يحس بأن جميع حاجاته النفسية الأولية منها والمكتسبة مشبعة، ويتمثل ذلك في إشباع الحاجات إلى الطعام والشراب، الحبس بطريقة مشروعة وكل ما يتعلق بحاجاته البيولوجية، لذلك وفي حاجة نفسية ضرورية وإحساسه بنفسه أنه محبوب من الآخرين، وفي معظم مشروعاته التي تعنيه.

كما أن الإنسان نفسه في حاجة إلى التقدير وإلى الحرية وإلى الإنتماء، إذا ما أحس بأن كل هذه الحاجات مشبعة لديه، فإن هذه المثابة أحد المؤشرات المهمة لتوافقه ويحدث العكس إذا ما أحس أنها غير مشبعة.

4-4- الثبوت الإنفعالي:

وهي من أهم السمات التي تميز الشخص المتوافق والتي تتمثل في قدرته على تناول الأمور بصبر ويتسم بالهدوء والرزانة ويتحكم في إنفعالاته (الغضب، الخوف، الغيرة، الكراهية).

4-5- سعة الأفق:

تعد من السمات التي تساعد في توافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين وينسجم الفرد الذي وصف بهذه الصفة أو السمة بقدرته الفائقة على تحليل الأمور وفرز الإيجابيات من السلبيات، وذلك يتم

بالمرونة والتفكير العلمي والقدرة على تفسير الظواهر وفهم مسبباتها وقوانينها، ومن ثمة تتسم الشخصية بالهدوء والتوازن والتوافق وهو نقيض للشخص ضيق الأفق المعلق على نفسه الذي يصعب التعامل معه ومن ثم يعاني من سوء التوافق.

4-6 - مفهوم الذات:

تعد من السمات التي تشير إلى توافق الفرد ومن عدم توافقه، فإذا كان مفهوم الذات لديه يتطابق مع مواقعه كما يدركه الآخرين يكون متوافقاً وإذا كان مفهوم الذات لديه أدى به إلى الغرور والتعالي مما يفقده ويبعده على الواقع وعن إدراك الآخرين له، وهذا يتسم سلوكه بالنقص ويتضخم ذوات الآخرين ويؤدي هذا به أيضاً إلى سوء التوافق.

4-7 - المسؤولية الاجتماعية: المقصود بهذه السمة أن يحس الفرد بمسؤوليته إزاء الآخرين،

إزاء المجتمع بقيمته وعاداته ومفاهيمه وفي هذه الحالة يكون الشخص عصرياً ومن ثمة يبتعد عن الأنانية والذاتية ويتمثل في سلوك الفرد والإهتمام بمجتمعه والدفاع عنه وحماية منجزاته وعدم التقريط في مصادر الثروة في بلده.

4-8 - المرونة: وهي نقيض التصلب، أي أن يكون الشخص متوازناً في تصرفاته، أي بعيداً عن

التطرف في إتخاذ قراراته وفي الحكم على الأمور والبعد عن التطرف ويجعل الشخص مسائراً ومغائراً، يسائر الآخرين في بعض المواقف التي تتطلب ذلك وأن يغيّرهم إذا رأى وجهة نظر أخرى مقتنع بها وهذا نهج ديمقراطي، أي أن لا يكون مسائراً أو مغائراً بصفة ما كما يتمثل في سلوك الشخص المتوافق لبعدي الاعتمادية والإستقلالية إذ تتطلب بعض مواقف الحياة أن يعتمد الشخص على الآخر، وفي الوقت تتطلب مواقف، ترى أن يكون الفرد على إستقلالية، لذلك يتسم سلوك الشخص المتوافق بعدوى القيادة والتبعية إذا تتطلب بعض المواقف أن يكون الشخص قائداً خصوصاً إذا تطلب الموقف خبرته المناسبة في هذا المجال كما تتطلب مواقف أخرى أن يكون تابعاً.

5- مظاهر حسن التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق :

عندما تكون المدرسة مكاناً محبوباً بالنسبة للمراهق ، وجوا اجتماعياً صالحاً يقضي فيه التلاميذ أوقات رائعة في نهارهم مشوقة لهم، فتصبح مكاناً يقدم لهم الأمن - أمن خاص بهم - ومكان يمارسون فيه أنشطتهم ،ومواهبهم وتحل فيه مشاكلهم، ويتخلصون من اضطراباتهم وازماتهم النفسية، وذلك للتغلب على أزمة مرحلة المراهقة، و هنا فقط يشعر المراهق بذاته ،ويتحقق كيانه وبالتالي يحس بأهميته وبأنه جزء لا يتجزأ من المدرسة ومن المجتمع ككل، وهنا يستطيع تفهم المرحلة التي يمر بها ويحاول السيطرة والتخفيف من أزماته ، بنقهم نفسه ومحيطه المدرسي الأسري والعيش في الواقع وتقبله التكيف مع المواقف التي تصادفه في حياته ، وبعد هذا مؤشراً على توافقه النفسي الاجتماعي الذي من مظاهره:

¹ - حسن صالح الدهري : مرجع سابق ص55، ص56، ص57.

5-1 - الشعور بتقدير الذات : إن فكرة الشخص عن نفسه هي النواة الرئيسية التي تقوم عليها شخصيته ، كما أنها عامل أساسي في تكيفه الشخصي والاجتماعي ، فالذات تتكون من مجموع حركات الفرد لنفسه وتقييمه لها، فهي إذن تتكون من خبرات إدراكية وإنفعالية تتركز حول الفرد بإعتباره مصدر الخبرة ، السلوك والوظائف. ¹ ويظهر شعور المراهق بتقدير ذاته برضاه عن نفسه والدفاع عنها وتعويدها على مواجهة مواقف الإحباط والفشل، وكذا في الثقة في قدرته على تحمل نتائج أفعاله، إتخاذ قراراته في الوقت المناسب، والجرأة والصراحة في حل مشاكله والإبتعاد عن اتكاله في إنجاز أعماله والمثابرة في تحقيق أهدافه.

5-2- إقامة العلاقات والإبتعاد عن العزلة والإنطواء :

يتجلى ذلك في إقامة المراهق لعلاقات صادقة، ومشاركة زملائه في بعض الأنشطة والهوايات المفضلة والتودد لبعض منهم والإستماع الى انشغالهم ومساعدتهم وزيارتهم وقبول دعوة من يرتاح إليهم، لأن اتساع دائرة علاقاته الإجتماعية وتعدد أطرافها، يشعره بالراحة ويمده بالمساندة المعنوية لمواجهة ضغوطات العائلة والمجتمع ككل.

الشخص السوي هو الذي يحقق وجوده ككائن حي اجتماعي يعترف بحاجاته الى افراد مجتمعه وفي تعاونه معهم واضطلاعه بدور اجتماعي من اجل تحقيق حياة افضل له ولمجتمعه.²

5-3 الثبات الإنفعالي : وهي من اهم السمات التي تميز الشخص المتوافق ، التي تمثل في قدرته على تناول الأمور بصبر وأناة ، ولا يستغز ولا يستشار من الأحداث التافهة ، ويتسم بالهدوء والرزانة ، ويتحكم في انفعالاته المختلفة (الغضب، الخوف، الكراهية، الغيرة ...)، وهذه السمة مكتسبة من خلال عملية التنشئة الإجتماعية.³

كما تظهر هذه السمة أيضا في قدرة الفرد أو المراهق على تجاوز مواقف الإحباط والتحكم في ميولاته ورغباته المتعددة وانخفاض درجة تقلباته المزاجية والاستقرار النسبي لحدة انفعالاته، واستعمال العقل في تجسيد طموحاته .

5-4 العلاقات مع البيئة المحلية: اين يظهر المراهق علاقات طبيعية مع أسرته، ويشعر بأن الأسرة تحبه وتقدره وتعامله معاملة حسنة، كما يشعر في كنفها بالأمن واحترام افراد أسرته له، وهذه العلاقات تتنافى مع ما للوالدين من سلطة عادلة على المراهق، توجيه سلوكه، كما يظهر الرغبة في قضاء وقت أطول داخل البيت والشعور باعتزازه بانتمائه العائلي .

1- مصطفى فهمي : مرجع سابق ، ص 75 .

2- صالح حسن الدهري : مرجع سابق ، ص 107 .

3- لويس كامل مليكة:قراءات في علم النفس الاجتماعي في البلاد العربية، الهيئة المصرية العامة للكتاب، سنة 1989 ص 127.

1- صالح حسن الدهري : مرجع سابق ، ص 53.

2 - صالح حسن الدهري: مرجع سابق ، ص 55 .

كما يبدو أيضا من خلال علاقته بزملائه، حيث يندمج معهم ويساعدهم اذا احتاج أحدهم لمساعدته، ويسر مقابلتهم خارج الكلية ويهتم بمصالحهم الشخصية، وهو محبوب منهم، وقد يولونه في بعض الأحيان مركزا قياديا بينهم.¹

كما يتجنب المشاجرات معهم، وابداء حيوية .مشاركة أصدائه في الأنشطة الرياضية والفكرية، ومعاملتهم معاملة حسنة، والتقليل من التغيب عن المدرسة والإبتعاد عن الفوضى والتشوي والغش داخل القسم، التقليل من تحديه للمدرسين عند اختلافه معهم، المثابرة والتركيز والجدية في متابعة دراسته، حسن جواره مع الناس، وإقامته لعلاقات طيبة مع الزملاء.

5-5 - النظرة الواقعية للحياة :

كثيرا ما نلاحظ بعض الأفراد يعانون من عدم قدرتهم على تقبل الواقع المعاش ، ونجد مثل هؤلاء الأشخاص متشائمين تعساء رافض كل شيء ولكن يشير إلى سوء التوافق أو إختلال في الصحة النفسية وفي المقابل نجد أشخاصا يقبلون على الحياة بسعادة ويشير هذا الى توافق هؤلاء الأشخاص في المجال الاجتماعي الذي يخرطون فيه.²

6- مظاهر سوء التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق :

سوء التوافق هو فشل الإنسان في تحقيق انجازاته واشباع حاجاته ومواجهة صراعاته، ومن ثم يعيش في الأسرة والعمل والتنظيمات التي يخرط فيها في حالة الإنسجام وعدم التناغم ، وإذا ما زاد هذا القدر من سوء التوافق اقترب الفرد من العصاب.³

ويظهر سوء التوافق الاجتماعي للفرد في عزه عن مجاراة قوانين الجماعة ومعاييرها، او عزه عن عقد الصلاة اجتماعية راضية مرضية مع من يعاملهم من الناس، مع الوالدين ،الاخوة والزملاء وتلميذ المرحلة الثانوية وفي ضوء المتغيرات التي يمر بها في هذه المرحلة سواء المتعلقة بنموه الذاتي أو بالنسبة للمجتمع المدرسي، الذي يتميز بطابع خاص في المدرسة الثانوية فإن احتمال نشوب الصراعات داخل المدرسة وكذلك الإنحرافات، قائمة ما لم تقابل احتياجات طلاب هذه المرحلة، فمن المنتظر ان تواجه المدرسة مشاكل حادة سواء داخلها أو في خارجها، بعضها قد يصل إلى مستوى الإنحراف، كالعُدوان والإعتداء والعنف، وتشكيل العصابات من الشلل المدرسية، وتخريب المدرسة وعدم احترام الأنظمة، وربما يصل ذلك إلى المجتمع المحلي أيضا إضافة إلى السرقة ،الهروب، الفشل أو التأخر الدراسي وغيرها من المظاهر سوء التوافق المدرسي.

1- مصطفى فهمي : مرجع سابق ، ص 82.
2- نصر الدين جابر : مرجع سابق ، ص 54.

من مظاهر سوء التوافق النفسي للمراهق شعوره بالتعب وعدم الراحة، التأزم من الناحية النفسية في أي جانب من جوانب حياته، وتتضمن أمثلة عدم الراحة حالات الاكتئاب أو القلق الشديد، أو مشاعر الذنب ، والأفكار الوسواس المتسلطة أو توهم المرض أو عدم الإقبال على الحياة أو التحمس لها .

7- علاقة التوافق بالفشل والنجاح المدرسي :

من الحياة النفسية للطالب في جميع مراحل نموه وخصوصا في فترة المراهقة، تتسم بالقلق وقد تصل الى مستوى الوسواس الأوهام، ولعلها السبب في تقبله وعدم استقراره، كما قد يتعرض في بعض الظروف لحالات من اليأس والحزن والآلام النفسية نتيجة لما يلاقه من احباط، بسبب ضغوط المجتمع التي تحول دون تحقيق رغباته امانية، ويتبع ذلك عادة مشكلات عدم التوافق مع البيئة المدرسية، أو الجو المدرسي، وما يترتب عنه من فقدان الشعور بالأمن، وصعوبة التصرف في المواقف الجديدة، والاحساس بضعف المركز وصعوبة التعامل مع السلطة المدرسية بالتالي الفشل المدرسي .

ويوجه عام فإن مشكلة التأخر، والغياب ترتبط ارتباطا وثيقا بمشكلة أخرى وهي الهروب من المدرسة، ويستخدم التلاميذ في ذلك اساليب متعددة تهدف جميعها الى انهاء اليوم المدرسي قبل موعده ، فقد يرجع الهروب الى سوء معاملة احد المدرسين، وشعور التلميذ بضغط انفعالي قوي إزاء حضور دروس هذا المدرس بالذات، قد يكون الهروب تخلصا من اعباء متابعة الدروس التي لا تجد معه اي لون من المتعة الشعورية، كما قد يرجع الهروب الى تأثير بعض الرفاق المحرفين الذين يجد في الانطواء معهم تحت جماعة واحدة متنسقا لإشباع الدوافع التي لم يجد لها الإشباع أو التقدير الكافي في المدرسة أو البيت .¹

من هنا يتضح ان النجاح والفشل الدراسي للمراهق يتوقف على توافقه في البيئة المدرسية ، وعليه يجب أن يكون جو اجتماعيا صالحا بعيدا عن الإستبداد والإرهاب، وتركيز السلطة في يد واحدة، وان تكون سياسة المدرسة مبنية على التوجه والإرشاد المقرونين بالمحبة والعاطفة وفهم نوازع المراهقين ودوافعهم، دون اللجوء الى قمعها بالقوة والقسوة، بل بتحويلها الى نشاطات بالرفق واللين والحكمة... الخ، ومن اجل مصلحة المراهق يمكن للمدرسة ان تستعين ببيس بالأهل فحسب بل بذوي الخبرة جميعا، والتنسيق مع المؤسسات التي تعني بتمضية اوقات الفراغ المفيدة (كالأندية)، و ان تعمل جميعا ضمن اطار التعبئة العامة لحشد جميع نشاطات التي تخدم المراهقة ، وتعمل على احتوائها وتوجيهها توجيهها سليما .

8- وقت الفراغ وعلاقته بتحقيق التوافق للمراهق :

لعل من المشاكل الهامة التي تواجه الطلاب وخاصة الشباب شغل وقت الفراغ، ونقصد بوقت الفراغ وقت النشاط الذي يحقق للطالب رغباته ويشبع ميوله ويقابل احتياجاته، لوقت الفراغ أهمية كبيرة

1- نصر الدين جابر: مرجع سابق ،ص 52 .

إذا ما احسن استغلاله في تنمية شخصية الطالب، حتى ينشأ بعيداً عن الانفعالات النفسية التي تنتابه إذا ما لم يجد ما يشغل فراغه سوبالتافه من الامور.

ففي وقت الفراغ يكتشف الفرد نفسه ، وينمي ملكاته الكامنة ، كما أنه فرصة للتعبير عن الذات وللتفيس عن التوتر ، ولاشباع الكثير من الحوافز الدوافع التي يتعذر اشباعها في الحياة اليومية ، فوقت الفراغ يمكن في الواقع ان يكون الوقت الذي تتغير فيه الشخصية ، وبالتالي يصنع فيه الشخص من جديد .

وقد يعتقد البعض ان الترويح يتنافي مع التربية ا يختلف عنها ، فان الترويح يتصل بالمنشط الجسمية المبهجة حين ان التربية تتصل بالماشط العقلية التي يراها الشباب امرا باعثا على السامة الملل ، وفي الترويح يجد باب أوسع امكانياته في مجال الحياة الاجتماعية العلاقات الانسانية .¹

¹ - مصطفى فهمي : مرجع سابق ، ص 85 .

خلاصة:

نستخلص من خلال مناقشتنا لمحاوّر هذا الفصل ان مفهوم التوافق ببعدية النفسي والاجتماعي يشير الى مدى قدرة الفرد على التوفيق والانسجام بين اشباع حاجاته المتعددة وامكانياته الادائية ، والعقلية الحقيقية وظروف الواقع المعاش .

وهناك عاملان رئيسيان يقفان وراء عملية التوافق ، يتمثل العامل الاول في الفرد نفسه ، اي ما هو مرتبط بمحيطه الداخلي من حاجات ودوافع وخبرات، وقيم وميول وعواطف، ومختلف الإنفعالات التي تقوم بتوجيه سلوكه.والعامل الثاني يتمثل في البيئة المحيطة بالفرد بما في ذلك الأسرة والمدرسة، وجماعة الأقران التي تؤثر على توافق الافراد بشكل او بآخر، من خلال الجماعات التي يندمج فيها والتي تتم في اطار من عمليات من التأثير والتأثر .

وكلما نجح الفرد في استخدام حيلة دفاعية لا شعورية بطريقة ناجحة(الكبت، احلام، اليقظة ..) واعمال العقل للموازنة بين دوافعه الملحة على الارضاء ، وقدراته الحقيقية، ومعطيات واقعة الاجتماعي استطاع تخطي الكثير من العوائق المحيطة، ومن ثم استطاع الظفر بمستوى افضل من مظاهر التوافق النفسي الاجتماعي التي تختلف من فرد الى آخر، ومن مراقق الى آخر، حسب اختلاف جنسية وامكانياته الشخصية، ومدى توفير الشروط المساعدة والملائمة لتكيفه السليم .