

الرقم التسلسلي:

رقم التسجيل: M. PS/ 08/12

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علوم التربية
تخصص: الإرشاد والتوجيه النفسي والتربوي

بعض مؤشرات الصحة النفسية (تقدير الذات، التكيف النفسي) وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى
تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي
دراسة ميدانية بثانوية الجديدة - فايد السعيد - بلدية حمام الضلعة

إعداد الطالبة

عتيقة بابش

تاريخ المناقشة: 2016/01/17

أمام لجنة المناقشة المكونة من السادة:

| | | | |
|----------------------|----------------------|---------------|--------------|
| أ. د. محمد برو | أستاذ التعليم العالي | جامعة المسيلة | رئيسا |
| أ. د. يامنة اسماعيلي | أستاذ التعليم العالي | جامعة المسيلة | مشرفا ومقررا |
| د. يوسف عدوان | أستاذ محاضر "أ" | جامعة باتنة | ممتحنا |
| د. حليلة شريفي | أستاذ محاضر "ب" | جامعة المسيلة | ممتحنا |

السنة الجامعية 2016/2015

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكر وعرفان

قال الله تعالى: ﴿لئن شكرتم لأزيدنكم﴾. " إبراهيم 09"

فالحمد لله القادر المقتدر الملك القدوس حمدا كثيرا الذي سدد خطانا
ووفقنا لما فيه الخير ووزقنا العزم والإرادة والصبر لإنجاز هذا العمل المتواضع.

وعملا بقوله صلى الله عليه وسلم « من لم يشكر الناس لم يشكر الله »

صدق رسول الله

إلى من وقفت على المنابر وأعطت من حصيلة فكرها لينبع، إلى التي مدتني

من بحر معلوماتها ولم تبخل علي فكانت نعم المرشدة

إلى من وقفت إلى جانبي عندما ضللت الطريق

إلى الأستاذة الدكتورة المشرفة : * يامنة اسماعيلي *

كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى أساتذتنا الأفاضل في قسم علم النفس

وأتقدم بالشكر الجزيل إلى الطاقم الإداري بثانوية فايد السعيد بحمام الضلعة

وأشكر كل من ساعدني وقدم لي يد العون على إتمام هذا العمل المتواضع.

عذرة

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين بعض مؤشرات الصحة النفسية (تقدير الذات، التكيف النفسي) والتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي، إلى جانب الكشف عن الفروق بين أفراد العينة في الصحة النفسية والتوافق الدراسي حسب متغيري الجنس والتخصص، بثانوية الجديدة - فايد السعيد -، ببلدية حمام الضلعة ولاية المسيلة. وللتحقق من هذه الأهداف أعدت الباحثة استبيان لقياس الصحة النفسية مكون من محورين أحدهما خاص بتقدير الذات والآخر خاص بالتكيف النفسي. كما اعتمدت مقياس التوافق الدراسي ليونجمان ترجمة حسين عبد العزيز الدريني. وبعد التأكد من الخصائص السيكومترية للأداتين تم تطبيقهما على عينة قوامها (302) تلميذا يمثلون جلتلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية فايد السعيد والتي اختيرت بطريقة قصدية وذلك خلال الموسم الدراسي 2014-2015. وأسفرت نتائج الدراسة على ما يلي :

- 1 - توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين تقدير الذات والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.
 - 2 - توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين التكيف النفسي والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.
 - 3 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في الصحة النفسية تعزى لمتغير الجنس.
 - 4 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في الصحة النفسية تعزى لمتغير التخصص.
 - 5 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تعزى لمتغير الجنس.
 - 6 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تعزى لمتغير التخصص.
- وبالتالي فالنتيجة العامة المتوصل إليها هي :

توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي.

الكلمات المفتاحية : الصحة النفسية، تقدير الذات، التكيف النفسي، التوافق الدراسي.

Résumé:

L'objectif de l'étude en cours vise à identifier la nature de la relation entre des indicateurs de la santé mentale (l'estime de soi, l'adaptation mentale) et l'harmonie scolaire chez les lycéens de troisième année. En plus de révéler les divergences entre les individus de l'échantillon en ce qui concerne la santé mentale et l'harmonie scolaire selon les variantes du sexe et de la filière d'étude dans le nouveau lycée de Faïd Al Saïd situé dans la commune de Hammam Dalàa relevant de la wilaya de M'sila.

Pour atteindre ces objectifs, un questionnaire a été élaboré par la chercheuse afin de mesurer la santé mentale. Ce questionnaire s'appuie sur deux axes : le premier est relatif à l'estime de soi et l'autre est en relation avec l'adaptation mentale et le **critère de l'harmonie scolaire établi par Youngman** et traduit par Hussein Abdelazziz Adurrini.

Après vérification des caractéristiques psychométriques des deux outils, ils ont été appliqués sur un échantillon composé de 302 élèves qui constituent la quasi majorité des élèves de terminal dans le lycée Faïd Saïd qui a été choisi de manière intentionnel durant l'année scolaire 2014-2015. L'étude a abouti aux résultats suivants :

- 1- L'existence d'une relation corrélacionnelle statistiquement significative entre l'estime de soi et l'harmonie scolaire chez les élèves de troisième année secondaire.
- 2- L'existence d'une relation corrélacionnelle statistiquement significative entre l'adaptation mentale et l'harmonie scolaire chez les élèves de troisième année secondaire.
- 3- L'absence de divergences statistiquement significatives entre les individus de l'échantillon en ce qui concerne la santé mentale imputable à la variante du sexe.
- 4- L'absence de divergences statistiquement significatives entre les individus de l'échantillon en ce qui concerne la santé mentale imputable à la variante de la filière.
- 5- L'absence de divergences statistiquement significatives entre les individus de l'échantillon en ce qui concerne l'harmonie scolaire imputable à la variante du sexe.
- 6- L'absence de divergences statistiquement significatives entre les individus de l'échantillon concernant l'harmonie scolaire imputable à la variante de la filière.

En conséquence, l'étude a abouti au résultat général suivant :

L'existence d'une relation corrélacionnelle statistiquement significative entre la santé mentale et l'harmonie scolaire chez les lycéens de troisième année.

Mots-clés : Santé mentale, amour-propre, L'adaptation psychologique, compatibilité académique.

Abstract:

The present study aimed to identify the nature of the relationship between some indicators of mental health (self-esteem, psychological adjustment) and compatibility with the school pupils the final stage of secondary education, Besides detecting differences between respondents in mental health and academic compatibility by variables of gender, specialization the new high school Fai'd Al Said located in the town of Hammam Dalaa within the province of M'sila. To investigate these objectives have been to build a questionnaire to measure the mental health of the researcher consists of two axes, one particular self-esteem and other special psychological adaptation, Academic compatibility scale Eungman translation Hussein Abdulaziz Draini. After confirming the psychometric properties of the tool was applied to a sample of 302 students representing students of the third year of secondary Butanuep Al-Fayed and selected bulk deliberate manner during the school year 2014-2015. The results of the study as follows :

- 1 - The existence of a statistically significant correlational relationship between self-esteem and school harmony among third secondary grade students.
- 2 - The existence of a statistically significant correlational relationship between mental adjustment and school harmony among third secondary grade students.
- 3 - There were no statistically significant differences between respondents in mental health due to the variable sex.
- 4 - There are no significant differences between respondents in mental health due to the variable of specialization.
- 5 - The absence of statistically significant differences between individuals in the sample with regard to the academic harmony due to the sex variant.
- 6 - There are no significant differences between respondents in the academic compatibility differences due to the variable of specialization.

Consequently, the study led to the following general result :

The existence of a statistically significant correlational relationship between mental health and school harmony among high school students of third year.

key words: Mental Health, Self-esteem, Psychological adjustment, Academic compatibility.

فهرس المحتويات

| | |
|-------|--------------------------------|
| | شكر وعران |
| | فهرس الجداول |
| | فهرس الأشكال |
| | ملخص الدراسة باللغة العربية |
| | ملخص الدراسة باللغة الفرنسية |
| | ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية |
| | مقدمة |
| | أ، ب، ت |

الفصل التمهيدي : الإطار العام للدراسة

| | | |
|----|-------|-------------------------------|
| 05 | | 1 - إشكالية الدراسة |
| 11 | | 2 - فرضيات الدراسة |
| 12 | | 3 - أسباب اختيار الموضوع |
| 13 | | 4 - أهداف الدراسة |
| 14 | | 5 - أهمية الدراسة |
| 14 | | 6 - المفاهيم الأساسية للدراسة |
| 18 | | 7 - الدراسات السابقة |

66 8 - تعقيب على الدراسات السابقة

68 خلاصة

الفصل الأول : الصحة النفسية

70 تمهيد

71 1 - مفهوم الصحة النفسية

74 2 - التطور التاريخي لنشأة الصحة النفسية

76 3 - النظريات المفسرة للصحة النفسية

82 4 - أهمية الصحة النفسية بالنسبة للفرد والمجتمع

84 5 - أهداف الصحة النفسية

85 6 - نسبية الصحة النفسية

87 7 - مستويات الصحة النفسية

88 8 - معايير الصحة النفسية

92 9 - مناهج الصحة النفسية

95 10 - العوامل المؤثرة في الصحة النفسية

97 11 - خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية

101 12 - دور الأسرة والمدرسة والمجتمع في تحقيق الصحة النفسية

106 خلاصة

الفصل الثاني : بعض مؤشرات الصحة النفسية (تقدير الذات، التكيف النفسي)

108 تمهيد

109 أولاً : تقدير الذات

109 1 - تعريف تقدير الذات

114 2 - الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات

116 3 - نظريات تقدير الذات

119 4 - أهمية تقدير الذات

121 5 - أبعاد تقدير الذات

123 6 - العوامل المؤثرة في تقدير الذات

126 7 - نمو تقدير الذات وعلاقته بالأسرة وجماعة الرفاق والمدرسة

129 ثانياً : التكيف النفسي

129 1 - مفهوم التكيف النفسي

131 2 - تحليل عملية التكيف النفسي

132 3 - خصائص عملية التكيف النفسي

134 4 - أبعاد التكيف النفسي

| | | |
|-----|-------|---|
| 137 | | 5 - العوامل الأساسية في إحداث التكيف النفسي |
| 139 | | 6 - المظاهر التي تدل على التكيف السليم |
| 143 | | 7 - العوامل المؤثرة في التكيف النفسي |
| 145 | | خلاصة |

الفصل الثالث : التوافق الدراسي

| | | |
|-----|-------|--|
| 147 | | تمهيد |
| 148 | | أولاً : التوافق |
| 148 | | 1 - مفهوم التوافق |
| 149 | | 2 - طبيعة ونشأة التوافق |
| 150 | | 3 - نظريات التوافق |
| 153 | | 4 - كيف تحدث عملية التوافق |
| 154 | | 5 - الفرق بين التوافق والتكيف |
| 156 | | 6 - آليات التوافق |
| 162 | | 7 - مجالات التوافق |
| 166 | | ثانياً : التوافق الدراسي |
| 166 | | 1 - التوافق الدراسي |
| 167 | | 2 - العوامل المؤثرة في التوافق الدراسي |

| | |
|-----|--|
| 170 | 3 - مظاهر التوافق الدراسي |
| 172 | 4 - سوء التوافق الدراسي وأسبابه |
| 177 | 5 - مظاهر سوء التوافق الدراسي |
| 178 | 6 - مشكلات سوء التوافق الدراسي |
| 183 | 7 - أثر التوافق الدراسي على السلوك والتحصيل الدراسي للتلاميذ |
| 185 | خلاصة |

الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للدراسة

| | |
|-----|-------------------------------------|
| 187 | تمهيد |
| 188 | 1 - التذكير بفرضيات الدراسة |
| 189 | 2 - الدراسة الاستطلاعية |
| 189 | - أهداف الدراسة الاستطلاعية |
| 189 | - إجراءات الدراسة الاستطلاعية |
| 190 | - حدود الدراسة الاستطلاعية |
| 190 | - عينة الدراسة الاستطلاعية |
| 191 | - نتائج الدراسة الاستطلاعية |
| 191 | 3 - الدراسة الأساسية |
| 192 | - منهج الدراسة |
| 193 | - تحديد عينة الدراسة |
| 198 | - حدود الدراسة |

| | |
|-----|--------------------------|
| 199 | أدوات جمع البيانات |
| 228 | الأساليب الإحصائية |
| 229 | خلاصة |

الفصل الخامس: عرض وتحليل النتائج

| | |
|-----|--|
| 231 | تمهيد |
| 232 | 1 - عرض وتحليل نتائج الفرضيات |
| 238 | 2 - مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الدراسات السابقة |
| 248 | خلاصة |
| 249 | الاقتراحات |
| 252 | خاتمة |

قائمة المصادر والمراجع

الملاحق

فهرس الجداول

| الصفحة | عنوان الجدول | الرقم |
|--------|---|-------|
| 80 | أهم المظاهر الخاصة بالصحة النفسية في ضوء النظريات النفسية | 01 |
| 190 | مواصفات عينة الدراسة الاستطلاعية | 02 |
| 194 | توزيع تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية فايد السعيد حسب الجنس والشعب العلمية والأدبية | 03 |
| 196 | عدد الاستثمارات الموزعة والاستثمارات التي تم استردادها | 04 |
| 197 | توزيع أفراد العينة الأساسية حسب متغيرات الدراسة (الجنس، التخصص) | 05 |
| 200 | المقاييس التي تم الاستعانة بها لبناء استبيان الصحة النفسية | 06 |
| 202 | الأوزان التي تعطى لعبارات استبيان الصحة النفسية | 07 |
| 202 | صيغة عبارات استبيان الصحة النفسية في صورته الأولية | 08 |
| 204 | أبعاد مقياس التوافق الدراسي | 09 |
| 205 | طريقة تصحيح العبارات المصاغة بشكل إيجابي والعبارات المصاغة بشكل سلبي لمقياس التوافق الدراسي | 10 |
| 205 | اتجاه الإجابة على مقياس التوافق الدراسي | 11 |
| 207 | ثبات استبيان الصحة النفسية ومحوريه بطريقة التجزئة النصفية | 12 |
| 208 | ثبات استبيان الصحة النفسية ومحوريه عن طريق معامل الثبات ألفا كرونباخ | 13 |
| 209 | علاقة عبارات بعد تقدير الذات بدرجة البعد ككل الذي تنتمي إليه | 14 |
| 212 | علاقة عبارات بعد التكيف النفسي بدرجة البعد ككل الذي تنتمي إليه | 15 |
| 215 | مصفوفة الارتباطات بين الدرجات الكلية للمحورين مع الدرجة الكلية للاستبيان ككل | 16 |
| 216 | صيغة عبارات استبيان الصحة النفسية في صورته النهائية | 17 |

| | | |
|-----|--|----|
| 217 | صدق استبيان الصحة النفسية باستخدام المقارنة الطرفية | 18 |
| 218 | معاملات الثبات المحسوبة لأبعاد مقياس التوافق الدراسي | 19 |
| 219 | ثبات مقياس التوافق الدراسي عن طريق التجزئة النصفية | 20 |
| 219 | ثبات مقياس التوافق الدراسي عن طريق معامل ألفا كرونباخ | 21 |
| 221 | علاقة عبارات بعد الجد والاجتهاد بدرجة البعد ككل الذي تنتمي إليه | 22 |
| 222 | علاقة عبارات بعد الإذعان بدرجة البعد ككل الذي تنتمي إليه | 23 |
| 224 | علاقة عبارات بعد العلاقة بالمدرس بدرجة البعد ككل الذي تنتمي إليه | 24 |
| 225 | مصفوفة الارتباطات بين الدرجات الكلية لأبعاد مقياس التوافق الدراسي مع الدرجة الكلية للمقياس ككل | 25 |
| 227 | صدق مقياس التوافق الدراسي باستخدام المقارنة الطرفية | 26 |
| 232 | العلاقة بين درجات أفراد عينة الدراسة في الصحة النفسية والتوافق الدراسي | 27 |
| 233 | العلاقة بين درجات أفراد عينة الدراسة في تقدير الذات والتوافق الدراسي | 28 |
| 234 | العلاقة بين درجات أفراد عينة الدراسة في التكيف النفسي والتوافق الدراسي | 29 |
| 235 | الفرق بين أفراد العينة في الصحة النفسية تبعاً لمتغير الجنس | 30 |
| 236 | الفرق بين أفراد العينة في الصحة النفسية تبعاً لمتغير التخصص | 31 |
| 236 | الفرق بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تبعاً لمتغير الجنس | 32 |
| 237 | الفرق بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تبعاً لمتغير التخصص | 33 |

فهرس الأشكال

| الصفحة | عنوان الشكل | الرقم |
|--------|--|-------|
| 74 | المفهوم الشامل للصحة النفسية | 01 |
| 150 | نظريات التوافق | 02 |
| 191 | توزيع أفراد العينة الاستطلاعية حسب الجنس والتخصص | 03 |
| 195 | توزيع تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حسب الجنس والشعب الأدبية والعلمية | 04 |
| 196 | عدد الاستثمارات الموزعة والاستثمارات التي تم استردادها | 05 |
| 197 | توزيع أفراد العينة الأساسية حسب متغيرات الدراسة (الجنس، التخصص) | 06 |

مقدمة

يعتبر قطاع التربية والتعليم من بين أهم القطاعات الحيوية في المجتمع، مما جعل دول العالم تسعى جاهدة إلى تطوير النظام التربوي في جميع المراحل التعليمية، التي يكتسب خلالها التلميذ الكثير من المعارف والخبرات التي تصقل مواهبه وتنمي خبراته، غير أن هذه المراحل قد تتخللها مشكلات نفسية وتربوية، يكون بعضها معوق يحول دون تحقيق التوافق الدراسي، وقد يستطيع البعض التغلب على هذه المعوقات وتخطيها، وقد يتعذر على البعض الآخر مواجهتها، الأمر الذي يلفت الانتباه إلى الاختلاف الموجود بين الأفراد من حيث استخدامهم للآليات الدفاعية في عملية التوافق التي يلجأ إليها الفرد عادة لمجابهة مختلف الأزمات والتحديات التي تعترضه، والتي تعتبر من أساسيات الصحة النفسية السليمة.

والصحة النفسية ذات أهمية بالغة في حياة الأفراد عامة وحياة المتدربين خاصة، بما أنهم في مراحل بناء شخصياتهم ومستقبلهم، وخاصة تلاميذ المرحلة الثانوية لأنهم في مرحلة عمرية حساسة ألا وهي مرحلة المراهقة، ذلك أنها الفترة التي تتبلور فيها الاتجاهات العقلية والخلقية والاجتماعية المرتبطة بالعمل والإنتاج والمجتمع ككل، وبالتالي فإن هذه الفترة تعتبر عاملاً أساسياً في تكوين مفهوم الذات وتقديرها ومدى الرضا عنها، نتيجة التغيرات الجسدية والنفسية المصاحبة لفترة البلوغ، ومدى قدرة المراهقين على تحقيق التكيف السليم مع كل هذه التغيرات الطارئة، وتجدر الإشارة إلى أنه لا توجد مرحلة في التعليم الثانوي تستحق الاهتمام أكثر من السنة الثالثة ثانوي، لأنها مرحلة حاسمة في تحديد مستقبل التلاميذ بما أنهم مقبلين على امتحان مصيري، وهي مرحلة ذات أثر فعال في تحقيق أهدافهم وطموحاتهم لاحقاً، فهم الجيل الواعد بتحقيق أكبر قدر من التقدم والازدهار في المجتمع. فالصحة النفسية والعوامل التي تدل عليها والتي من بينها تقدير الذات والتكيف النفسي ضرورة لا بد من تحققها في حياة الأفراد لكي يحققوا أكبر قدر من النجاحات في مختلف المجالات. فمثلاً في المجال

الدراسي لا يمكن للتلميذ أن يحقق التوافق المطلوب دون قدرته على التغلب على الضغوطات التي تعترضه أثناء العملية التعليمية.

ولذلك كان الهدف من الدراسة الحالية هو معرفة علاقة بعض مؤشرات الصحة النفسية (تقدير الذات، التكيف النفسي) بالتوافق الدراسي وعليه كان من الضروري صياغة عدة فروض لتساؤلات الدراسة، وللتحقق من هذه الفروض أو نفيها ومن هذا المنطلق تضمنت الدراسة جانبين : أحدهما نظري والآخر تطبيقي، يحتويان معا على ستة فصول مرتبة كما يلي :

الجانب النظري ويتضمن أربعة فصول :

الفصل التمهيدي : ويتمحور حول الإطار العام للدراسة وسيعرض فيه مشكلة الدراسة وتحديد تساؤلاتها، وصياغة الفرضيات تبعا لذلك، وأسباب اختيار موضوع الدراسة، وأهدافها، وأهميتها، وكذا تحديد المفاهيم الأساسية فيها، وفي الأخير الدراسات السابقة.

الفصل الأول : ويتمحور حول موضوع الصحة النفسية، وسيتم التطرق فيه إلى مختلف التعاريف المتناولة لمفهوم الصحة النفسية، ثم التطور التاريخي لنشأة الصحة النفسية، والنظريات المفسرة لها، وكل من أهميتها وأهدافها، وبعدها نسبيتها ومستوياتها والمعايير التي تحددها، وأيضا مناهجها والعوامل التي تؤثر فيها، وخصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية، وكذلك الدور الذي يمكن أن تلعبه الأسرة والمدرسة في تحقيقها، ودور المجتمع أيضا في ذلك.

الفصل الثاني : ويتناول بعض مؤشرات الصحة النفسية (تقدير الذات، التكيف النفسي) بشيء من التفصيل ويتضمن :

أولا : تقدير الذات : تعريفه مع إلقاء الضوء على معنى مفهوم الذات وكذا الفصل بين هذين المصطلحين، النظريات المفسرة له، أهميته، أبعاده، العوامل المؤثرة فيه، وأيضا طبيعة نموه وعلاقته بالأسرة وجماعة الرفاق والمدرسة.

ثانيا : التكيف النفسي : مفهومه، تحليل عملية التكيف، خصائص هذه العملية، أبعاده، العوامل الأساسية التي تساعد في إحداثه، والمظاهر التي تدل على التكيف السليم، ثم العوائق التي تعترضه.

الفصل الثالث : ويحتوي موضوع التوافق الدراسي ويتضمن :

أولا : التوافق : وسيتم فيه تقديم مجموعة من التعاريف التي تحدد معنى التوافق، كما ستم الإشارة إلى طبيعته ونشأته، والنظريات المفسرة له، وكذا الخطوات الأساسية لعملية التوافق، ثم الفصل بينه وبين مصطلح التكيف، وبعدها أساليبه، وأخيرا مجالاته.

التوافق الدراسي : ويحتوي مفهومه من خلال التطرق إلى مجموعة من التعاريف، كما ستم الإشارة إلى العوامل المؤثرة فيه، ومظاهره، ثم التطرق إلى سوء التوافق والأسباب الكامنة وراءه، ومظاهره وكذا مشكلاته، وفي الأخير الأثر الذي يخلفه التوافق الدراسي على سلوك التلاميذ.

الجانب التطبيقي ويتضمن فصلين :

الفصل الخامس : وسيتم التطرق فيه لمنهجية الدراسة والإجراءات الميدانية، بدءا بالتذكير بفرضيات الدراسة، ثم الدراسة الاستطلاعية، وأخيرا الدراسة الأساسية والتي سيتم فيها عرض المنهج المتبع، والعينة، وحدود الدراسة، وأدواتها والأساليب الإحصائية المعتمدة.

الفصل السادس : ويتضمن عرض وتحليل النتائج وتفسيرها ومناقشتها.

وفي نهاية الدراسة ستقدم جملة من المقترحات التي تسلط الضوء أكثر على هذا الموضوع.

الفصل التمهيدي : الإطار العام للدراسة

- 1- إشكالية الدراسة
 - 2- فرضيات الدراسة
 - 3- أسباب اختيار الموضوع
 - 4- أهداف الدراسة
 - 5- أهمية الدراسة
 - 6- المفاهيم الأساسية للدراسة
 - 7- الدراسات السابقة
 - 8- تعقيب على الدراسات السابقة
- خلاصة

1 - إشكالية الدراسة :

مما لا شك فيه أن الصحة في جوانبها المختلفة مهمة للحياة الإنسانية، وأن بلوغ الإنسان أعلى مستوى صحي ممكن هو هدف اجتماعي بالغ الأهمية، وأن حفظ صحة البشر وتعزيزها يعتبر مطلباً أساسياً لتحقيق التنمية الاقتصادية والاجتماعية وللمساهمة في تحسين نوعية الحياة، والصحة مسؤولية مشتركة بين جميع أفراد المجتمع (حكومات، مؤسسات، جمعيات،) بل أصبح الناس أنفسهم شركاء كاملين في عملية الحفاظ والنهوض بالصحة من خلال التركيز على أنماط الحياة الصحية والابتعاد عن السلوكيات المضرة بها، وبالتالي تنمية قدرات الأفراد البدنية والذهنية إلى أقصى حد والسماح لهم بحياة ناجحة اجتماعياً واقتصادياً وانسجامهم مع بيئتهم، ذلك أن الصحة تمكن الفرد والمجتمع من مجابهة المشكلات والمؤثرات سواء كانت جسدية أم نفسية أم اجتماعية.

"بما أننا نعيش عصراً شديداً التعقيد، مليئاً بالتغيرات السريعة والتوترات والضغوط النفسية، وطغيان المادة على القيم مما يشكل جواً ملائماً لزيادة الاضطرابات النفسية والأمراض العقلية والانحرافات السلوكية، فكل ذلك يجعل من موضوع الصحة النفسية موضوع الساعة، فهي تهتم كل فرد في المجتمع، فقد يكون في مقدورها أن تعين الإنسان على أن يحقق ذاته، وأن يربي شخصيته وهو على وعي تام للوجود، أو بعبارة أخرى تعينه على أن يكون موجوداً فعلاً منتجاً حراً واثقاً بالله متواصلاً بالناس قادراً على الخروج من بحر القلق والتوتر الذي يبعده عن سكينه النفس" (صبحي، 2003: 10).

وفي هذا الإطار أشار "عبد العزيز حداد" في دراسته (1995) "الصحة النفسية من منظور إسلامي" إلى أن الانحراف الأساسي في الشخصية يعود إلى الخلل والاضطراب الذي يمس معتقدات وتصورات وأفكار الفرد (حداد، 1995).

ودراسة "مراد ساعو" (بدون سنة) التي تناولت "تأثير السند الاجتماعي بأبعاده المختلفة في الصحة النفسية لدى مرضى الغدة الدرقية" أكدت أن الصحة العامة لا يمكن أن تقوم إلا بتعزيز الصحة النفسية، فليس هناك صحة بدون صحة نفسية، ومن أجل تحقيق الصحة النفسية لا بد من الفهم الجيد لفحواها ولمختلف الاعتلالات التي تعرقها (ساعو، بدون سنة: 85).

وفي هذا الصدد قال "حامد عبد السلام زهران" أن علم الصحة النفسية يعتبر الدراسة العلمية للصحة النفسية وعملية التوافق النفسي، ما يؤدي إليها وما يحققها، وما يعوقها، وما يحدث من مشكلات واضطرابات وأمراض نفسية، ودراسة أسبابها وتشخيصها وعلاجها والوقاية منها (زهران، 2005: 09)، ولهذا العلم جوانبه النظرية وجوانبه التطبيقية وجوانبه الوقائية.

أما الجانب النظري فيهتم بمعرفة الكيفية التي ينمو بها السلوك السوي، والعوامل التي تجعله ينحرف عن مساره ويخرج إلى حدود اللاسواء أو الانحراف، وربما تمثل هذا الجانب أكثر ما يتمثل في علم النفس الشواذ.

أما الجانب التطبيقي فيهتم بالاستفادة من القوانين التي يصل إليها الجانب النظري في تقديم العون والمساعدة إلى المرضى وتقديم العلاج المناسب لهم، وربما تمثل هذا الجانب أكثر ما يتمثل في علم النفس الإكلينيكي.

أما الجانب الوقائي فيعتمد على تقديم الاستشارة لمن يحتاجها، ومساعدة الأفراد على مواجهة المشكلات التي تقابلهم، سواء في المجال الأسري أو المجال الدراسي أو المجال المهني أو المجال الاجتماعي، أي أن هذا الجانب من الصحة النفسية يتعامل مع الأسوياء أو العاديين، ويتمثل هذا الجانب الوقائي للصحة النفسية في علم النفس الإرشادي (الشاذلي، 2001: 14-15). وبالتالي فإن الدراسة في هذا الاختصاص غير محددة المعالم، ولا

الممارسة بدورها محصورة ضمن نطاق معين. فمن يطلق عليهم خبراء أو عاملين في الصحة النفسية يتراوحون ما بين الأطباء العقلين، والاختصاصيين النفسيين العياديين، والاختصاصيين في الإرشاد النفسي (أو علم النفس الإرشادي)، أو حتى الاختصاصيين الاجتماعيين، وذلك على خلاف بقية اختصاصات علم النفس التي تشكل مجالات دراسة وممارسة محددين بوضوح كبير (حجازي، 2006: 11).

ويشترك هؤلاء في دراستها سعياً للوقاية من مظاهر الاختلال في الصحة النفسية وعلاج هذا الاختلال، من أجل تحقيق التوافق النفسي والانفعالي والاجتماعي، ورغبة في الاستمتاع بالحياة والشعور بالرفاهية والسعادة وتحقيق معدلات أفضل في الإنتاج بشتى جوانبه عن طريق استغلال جميع القدرات والإمكانات إلى أقصى حد ممكن من أجل مجابهة مطالب الحياة والعيش في سلام وسلامة، حيث أكد "شوبن (Shoben)" أن الصحة النفسية تهدف أساساً إلى بناء الشخصية السوية (مختار، 2001).

بما أن قطاع التربية والتعليم يعتبر من أهم الميادين التي تركز عليها الأمم في حضارتها والدول في تقدمها، وجب التركيز على هذا الميدان تركيزاً كبيراً، وذلك أن "سعاد رحماوي" في دراستها (2008) "الصحة النفسية وأثرها في الدافعية للإنجاز لدى طالبات السنة الثانية علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا" توصلت إلى أن النجاح أو الفشل الدراسي لا يتأثر فقط بالقدرات العقلية، ولكن يتأثر أيضاً بالمتغيرات الانفعالية وغير العقلية، وأن هناك علاقة وثيقة بين صحة الأفراد النفسية وعملهم الدراسي، فبعض الدراسات أشارت إلى أن هناك مصادر ضغط على الطلبة تؤثر سلباً في دافعيتهم، ومنها الضغوط في الامتحانات، المواد الأكاديمية، الخوف من الفشل في الامتحانات، التوضيحات ومناقشات المعلمين داخل حجرة الدراسة، الواجبات المنزلية، المشكلات الأسرية، الآمال العالية، المهن المستقبلية، ومن هذه الدراسات دراسات كل من: (Hayword & Stott. 1998) (1997)

،(Jones، 1994)،(Macdonald ، 1993)،(Reisbery، 2000)،(Abidin& Kmetz ،
،(Jegede. 1996)،(Blackwell. 1996)،(Gadzella. 1991)،(Zitzow.1992) (رحماوي،
2008: 06) وهذا يعني أن الصحة النفسية تعتبر من الأسس والركائز الأساسية لبناء
الشخصية الصحيحة والسليمة، التي يمكن أن تساعد التلميذ على التوافق توافقا سليما في
ظل الظروف الطبيعية، من حيث أنها توفر له كافة الاحتياجات، وعوامل التوافق النفسي
والاجتماعي والدراسي، التي تعتمد على بعضها البعض وتؤثر على وظائفه العقلية وعمله
الدراسي.

يعد التوافق الدراسي من أهم أنواع التوافق التي يتطلبها إنسان العصر الحالي، لا
سيما وأن الإنسان وحده كلية لا يمكن تجزئتها، وأن ما هو عقلي معرفي يؤثر فيما هو
وجداني نفسي، والعكس صحيح (بن دومة، 2010: 04).

إن التوافق الدراسي يعبر عن القدرة على إقامة علاقات اجتماعية مثمرة وممتعة مع الآخرين،
بحيث تتسم بقدرة الفرد على الحب والعطاء، كما تشمل القدرة على التكيف مع العمل المنتج
الفعال واستثمار الطاقات الشخصية استثمارا يتسم بالكفاية يجعل الفرد شخصا نافعا في
محيطه الاجتماعي (الزيادي، 1998: 20)، فهو يحتل مرتبة مهمة في الحياة الدراسية لدى
التلاميذ لما له من آثار إيجابية في التفاعل الاجتماعي والتحصيل الأكاديمي، ويرتبط التوافق
بمفهوم التكيف بمعناه الشامل، حيث أن "محالي جقيقة" أشارت في دراستها (2010) "علاقة
مهارة حل المشكلات بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي" إلى أن توافق التلميذ مع
متطلبات الحياة الدراسية يتأثر بحاجاته الشخصية والاجتماعية وقدراته العقلية، ومهاراته
الدراسية والاجتماعية وظروفه الأسرية، فالحالة التوافقية للتلميذ تعكس قدرته على تمثيل هذه
الظروف وتطويرها لمصلحته بما يحقق له النجاح في المسار التعليمي والتربوي، محاولا
بذلك تحقيق التكيف.

أشارت "قناوي" (1987) إلى أن عامل المرونة في اتجاهات الفرد عنصرا مهما بالنسبة للتوافق النفسي والشخصي، خاصة الاتجاه نحو الآخرين. وزيادة على ذلك فإن هناك عوامل أساسية لها أكبر الأثر في إحداث التوافق لدى التلاميذ منها : أن يعرف التلميذ نفسه، وأن يعرف حدود إمكاناته التي يستطيع من خلالها إشباع حاجاته، وأن يدرك قدراته واستعداداته ومهاراته، وأن تتوفر فيه المهارات اللازمة لإشباع حاجاته الأساسية والاجتماعية والنفسية، فضلا عن تقبل الفرد ذاته بكل واقعية بحيث يكون متوازعا بالنسبة للمؤثرات المتغيرة ومسالما يتجنب الصراعات. فالذات عند "مارغريت ميد Margaret Meed" ظاهرة اجتماعية ونتاج اجتماعي، لا تنشأ إلا في ظروف اجتماعية، وحيث توجد اتصالات اجتماعية، أما تقدير الذات فهو يقع كوسيط بين ذات الفرد والواقع الاجتماعي الذي يعيشه. وهو بذلك يعمل على المحافظة على الذات من خلال تلك الأحداث الإيجابية والسلبية التي يتعرض لها (المغربي، بدون سنة: 143).

ورأى "هامشك Hamacheck" أن تقدير الذات يشير إلى حكم الفرد على أهمية الشخصية، فالأشخاص الذين لديهم تقدير ذات مرتفع، يعتقدون أنهم ذوو قيمة وأهمية، أما الأشخاص الذين لديهم تقدير ذات منخفض، فلا يرون قيمة أو أهمية في أنفسهم، ويعتقدون أن الآخرين لا يقبلونهم ويشعرون بالضجر والملل (بركات، 2007، 04)، وبالتالي يصبح لديهم نقص في المهارات الاجتماعية، ويتصفون بالسلبية، وهذا ما أكدته الكثير من الدراسات والتي منها:

دراسة (بورديت وجينسون 1983 Burdett & Jenson)، ودراسة (جون 1986 Jhon) اللتان توصلتا إلى أن هناك علاقة ارتباطية بين مفهوم الذات السلبي والسلوك العدواني (بن دومة، 2010، 06).

بينما جاءت نتائج عدة دراسات مبرهنة عن وجود ارتباط سلبي بين تقدير الذات والسلوك العدواني، منها دراسة (باص Buss) و(بيري Bery) (1992) (آيت، 2011: 22).

ولقد وجد كل من (راسيل، بيلوي، وكاترون، و Ressel. Peblou et Cutrona) أن الوحدة النفسية عادة ما ترتبط بانخفاض تقدير الذات، وهذا ما أكدته كل من دراسة (وارن Warren 1982) ودراسة (كاترون Catrona 1986)، ودراسة (سليمان 1989).

من خلال ما تم ذكره سابقا يتضح أن التوافق الدراسي يرتبط بالحالة النفسية للتلميذ، حيث أنه يتجلى في انسجام وتكيف التلميذ داخل المؤسسة التعليمية، وقدرته على مجابهة الضغوط الدراسية.

ويكمن الهدف من موضوع البحث الذي نحن بصدد دراسته، في محاولة التعرف على ما إذا كانت هناك علاقة تربط بعض مؤشرات الصحة النفسية (تقدير الذات، التكيف النفسي) بالتوافق الدراسي.

وعليه يمكن تحديد الإشكالية في التساؤل العلمي التالي:

هل توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي؟

وللتحقق من هذا التساؤل تدرج تحته التساؤلات الفرعية التالية :

1 - هل توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين تقدير الذات والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي؟

2 - هل توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين التكيف النفسي والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي؟

3 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في الصحة النفسية تعزى لمتغير الجنس؟

4 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في الصحة النفسية تعزى لمتغير التخصص؟

5 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تعزى لمتغير الجنس؟

6 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تعزى لمتغير التخصص؟

2- فرضيات الدراسة :

بعد طرح إشكالية الدراسة وتساؤلاتها، تم صياغة الفرضيات كمايلي :

الفرضية العامة :

توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي.

الفرضيات الجزئية :

1 - توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين تقدير الذات والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

2 - توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين التكيف النفسي والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

3 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في الصحة النفسية تعزى لمتغير الجنس.

4 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في الصحة النفسية تعزى لمتغير التخصص.

5 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تعزى لمتغير الجنس.

6 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تعزى لمتغير التخصص.

3 - أسباب اختيار الموضوع :

تمثلت أسباب اختيار هذا الموضوع في مايلي:

1 - الميل والرغبة في دراسة موضوع الصحة النفسية، لما له من أهمية في حياة الأفراد، وأيضاً علاقته بالوسط التربوي من حيث المشكلات التربوية والنفسية المتعلقة بالتوافق الدراسي.

2 - لفت الانتباه إلى الأثر الإيجابي الذي تخلفه الصحة النفسية على أداء التلاميذ.

3 - الرغبة في الوصول إلى العوامل التي تؤثر في الصحة النفسية عامة وتقدير الذات والتكيف النفسي خاصة للتلاميذ، والتي تنعكس على توافقهم الدراسي.

4 - الوعي التام بأن الاهتمام بالتلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا وتقديم المساعدة اللازمة لهم هو أحد الاستثمارات التي تساهم في بناء المجتمع وتطويره.

4- أهداف الدراسة :

باعتبار أن لكل دراسة هدف أو مجموعة من الأهداف يحاول كل باحث الوصول إليها، فإن هذه الدراسة تهدف إلى مايلي:

- 1 - الرغبة في الاطلاع على طبيعة العلاقة بين مؤشري الصحة النفسية (تقدير الذات، التكيف النفسي) والتوافق الدراسي داخل المؤسسة التربوية.
- 2 - التعرف على ما إذا كانت هناك علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي.
- 3 - محاولة التعرف على ما إذا كانت هناك علاقة دالة إحصائيا بين بعض مؤشرات الصحة النفسية (تقدير الذات، التكيف النفسي) والتوافق الدراسي.
- 4 - التعرف على ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الصحة النفسية والتوافق الدراسي تعزى لمتغير الجنس عند أفراد عينة الدراسة.
- 5 - التعرف على ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الصحة النفسية والتوافق الدراسي تعزى لمتغير التخصص لدى عينة الدراسة.
- 6 - التدريب على الإجراءات الميدانية في مجال البحوث والدراسات الإنسانية، وخاصة في مجال الإرشاد والتوجيه النفسي التربوي.

5- أهمية الدراسة :

لكل بحث أهمية علمية، والدراسة الحالية تستمد أهميتها من أهمية نظام التعليم في بلادنا وكذلك من طبيعة العينة المستخدمة، ألا وهي تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي، وبالتالي يمكن حصر أهمية هذه الدراسة في النقاط التالية :

- 1 - الصحة النفسية ومالها من أهمية كبيرة في المجال الدراسي.
- 2 - الصحة النفسية وما لها من أهمية من خلال التأثير على التلاميذ مما يجعلهم متوافقين دراسيا.
- 3 - التوافق الدراسي وما له من أهمية في حياة التلميذ، كما يعتبر مؤشرا إيجابيا يدفع التلميذ إلى زيادة التحصيل الدراسي.
- 4 - السنة الثالثة ثانوي تعتبر مرحلة حاسمة في حياة التلميذ الدراسية، لأن النجاح فيها يكون نتيجة ثلاث مراحل.
- 5 - الانتشار الكثير للمشكلات الدراسية في معظم المؤسسات التربوية كالرسوب، التسرب، التأخر الدراسي ... ومحاولة الإحاطة بأسبابها.

6- المفاهيم الأساسية للدراسة :

تحتوي الدراسة على مجموعة من المصطلحات والمفاهيم التي تستوجب تقديم تعاريف لها وهي كالآتي :

6-1- الصحة النفسية :

* لغة : إن أول من استعمل مصطلح الصحة النفسية هو "أودلف ماير a. Mayer" فقد استعمله للدلالة على نمو السلوك الشخصي والاجتماعي نحو الكمال، وعلى الوقاية من الاضطرابات النفسية عامة (عبد الرزاق، 2001: 07).

* اصطلاحا :

عرف قاموس الطب (1989) بالغة الأجنبية الصحة النفسية باقتراحه عدة معايير وهي: التكيف مع المحيط الاجتماعي الذي يعتبر كإمكانية تحتل العدوانية والإحباط الذي يأتي في الوسط الخارجي، وحل المشاكل الناتجة عن الحياة المهنية والعائلية، الترفيه، المسؤوليات الاجتماعية السياسية، تفتح الأحاسيس (ساعو، بدون سنة: 20).

وعرفها "منجر Menninger" بأنها : قدرة الفرد على التكيف مع العالم من ناحية ومع الآخرين من حوله من الناحية الأخرى بأعلى قدر من الفاعلية والسعادة، فهي ليست مجرد الإحساس بالكفاية أو الرضا أو القناعة بتنفيذ ما يملى عليه من التعليمات والأوامر بصدور رغب، ولكنها كل هذه الأمور مجتمعة (ملوكة، 2014: 82).

* إجرائيا : إن التعريف الإجرائي للصحة النفسية المستخدم في هذه الدراسة، يشير إلى أن هذه الأخيرة هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها التلميذ من خلال إجابته على استبيان الصحة النفسية المستخدم في هذا البحث.

6-2- تقدير الذات :

* لغة : قدر بمعنى اعتبر وثمان (يونسي، 2012: 17)، وهو قيمة أو تعبير من فحص معطيات أو بيانات معينة دون استخدام عمليات حسابية دقيقة (أبو الديار وآخرون، 2012:

(68)، أما الذات فهي مأخوذة من ذات الشيء، وهي مؤنث نو، وذات الشيء هي نفسه أو عينه (المنجد في اللغة والأدب والعلوم، 1962: 240)، وعرفت المعاجم بصفة عامة تقدير الذات على أنه : شعورا مناسباً يتولد من حسن الرأي الذي يتكون عند الفرد فيما يخص جدارته وقيمه. أما معجم التربية لجندر ولينارد (1993) فقد عرف تقدير الذات على أنه : القيمة التي يعطيها الفرد لنفسه بصورة إجمالية، ويرجع ذلك في أساسه إلى ثقة البشري المطلقة بفعاليتها وقيمه (آيت، 2012: 29).

* اصطلاحاً : لقد أشار كل من جيرارد Gurard ولاندزمان Landsman (1980) إلى أن تقدير الذات نظرة تتضمن الثقة بالنفس بدرجة معقولة وكافية، ويتضمن المفهوم ذاته إحساس الفرد بكفاءته وجدارته واستعداده لتقبل الخبرات الجديدة فضلاً عن ارتباط المفهوم بالسلوك الذي يعبر عن النمو (فؤاد وآخرون، 1988: 193).

* إجرائياً : هو مجموع الدرجات التي يحصل عليها التلميذ من جراء إجابته على محور تقدير الذات في استبيان الصحة النفسية.

6-3- التكيف النفسي :

* لغة : جاء في منجد اللغة والأعلام: كيّف الشيء أي جعل له كيفية معلومة، وتكَيّف بمعنى صار على كيفية من الكيفيات (البستاني وآخرون، 1973: 705).

وورد أيضاً التكيف كلمة تعني التآلف والتقارب، واجتماع الكلمة فهو نقيض التخالف والتنافر والتصادم (فهيم، 1987: 09).

* اصطلاحاً : جاء في "معجم علم النفس والتربية" التكيف هو مواعمة الفرد لمتطلبات البيئة (أبو حطب وآخرون، 1984: 05)، وعرفه "أحمد عزت راجح" (1985) على أنه:

"محاولة الفرد إحداث نوع من التواءم والتوازن بينه وبين بيئته المادية والاجتماعية، ويكون ذلك عن طريق الامتثال للبيئة أم التحكم فيها، أو إيجاد حل وسط بينه وبينها" (خلف، 2007: 53).

* **إجرائيا** : هو مجموع الدرجات التي يحصل عليها التلميذ على المحور الخاص بالتكيف النفسي في استبيان الصحة النفسية المطبق في هذه الدراسة.

4-6- التوافق الدراسي :

* **لغة** : جاء في معجم علم النفس والتربية وقاموس مصطلحات صعوبات التعلم ومفرداتها التوافق بمعنى تلاؤم الكائن الحي مع بيئته، إما بتغيير سلوكه أو بتغيير بيئته أو بتغييرهما (أبو حطب وآخرون، 1984: 08)، (أبو الديار وآخرون، 2012: 76)، والتوافق الدراسي يعني مدى الانسجام مع البيئة المدرسية.

* **اصطلاحا** : عرفه الباحثان الشرييني وبلقيه (1998) "التوافق الدراسي ما هو إلا المحصلة النهائية للعلاقة الديناميكية البناءة بين الطالب من جهة وبين محيطه الدراسي من جهة أخرى، بما يسهم في تقدم الطالب ونمائه العلمي والنفسي، وتتمثل أهم المؤشرات الجيدة لتلك العلاقة في الاجتهاد في التحصيل العلمي، الرضا والقبول بالمعايير الدراسية والانسجام معها، والقيام بما هو مطلوب منه على نحو منظم ومنسق" (بوصفر، 2001: 76).

* **إجرائيا** : هو مجموع الدرجات التي يحصل عليها التلميذ من خلال إجابته على مقياس التوافق الدراسي المستخدم في هذه الدراسة.

7- الدراسات السابقة :

تم تقسيم الدراسات السابقة إلى ثلاثة أقسام: القسم الأول يتناول الصحة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات، والقسم الثاني يتناول بعض مؤشرات الصحة النفسية (تقدير الذات، التكيف النفسي) وعلاقتها ببعض المتغيرات، والقسم الثالث يتناول التوافق الدراسي وأيضاً علاقته ببعض المتغيرات.

7-1- دراسات متعلقة بالصحة النفسية :

7-1-1- دراسة بشرى أحمد جاسم العكايشي (بدون سنة) بعنوان: " الصحة النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي لدى الشابات الجامعيات في كلية التربية للبنات".

*أهداف الدراسة : استهدفت هذه الدراسة مايلي :

- التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والصحة النفسية.
- التعرف على دلالة الفروق في الصحة النفسية لدى الشابات الجامعيات على وفق متغير المرحلة الدراسية.
- التعرف على دلالة الفروق في الذكاء الانفعالي لدى الشابات الجامعيات على وفق متغير المرحلة الدراسية.

*عينة الدراسة : شملت الدراسة على (100) طالبة من الأقسام التي تمثل كلية التربية للبنات بجامعة بغداد للمرحلتين الأولى والرابعة، بواقع (50) طالبة من المرحلة الأولى للأقسام كافة، و(50) طالبة من المرحلة الرابعة لأقسام الكلية.

*أدوات الدراسة : مقياس الصحة النفسية، ومقياس الذكاء الانفعالي من إعداد الباحثة.

*نتائج الدراسة : توصلت هذه الدراسة إلى النتائج التالية :

- وجود علاقة ارتباطية بين متوسطات درجات الطالبات للمتغيرين.
 - وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس الصحة النفسية على وفق متغير المرحلة الدراسية ولصالح المرحلة الرابعة.
 - وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس الذكاء الانفعالي على وفق متغير المرحلة الدراسية ولصالح المرحلة الرابعة.
- 7-1-2- دراسة مراد ساعو (بدون سنة) بعنوان: "تأثير السند الاجتماعي - بأبعاده المختلفة - في الصحة النفسية لدى مرضى الغدة الدرقية".**
- ***أهداف الدراسة :** هدفت الدراسة إلى توضيح أثر السند الاجتماعي (بأبعاده المختلفة) في الصحة النفسية لدى مرضى الغدة الدرقية.
- ***عينة الدراسة :** تمثلت عينة الدراسة في (10) حالات عيادية مصابين باضطرابات في الغدة الدرقية.
- ***أدوات الدراسة :** المقابلة العيادية نصف الموجهة، استبيان السند الاجتماعي (بأبعاده المختلفة) لغرض قياس توفر السند الاجتماعي ، مقياس الصحة النفسية من إعداد الباحث.
- نتائج الدراسة :** توصلت هذه الدراسة إلى أن توفر السند الاجتماعي يؤثر إيجابيا في تخفيض الاضطرابات النفسية.
- 7-1-3- دراسة كورين وفيروف وفلد (gorin ,veroff ,feld,1960) بعنوان: "العلاقة بين النشاط الديني والصحة النفسية والتوافق النفسي".**
- ***هدف الدراسة :** هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين النشاط الديني والصحة النفسية والتوافق النفسي، سواء في مجال العمل أو الأسرة أو غيرها من المجالات.

*عينة الدراسة : شملت العينة (2460) من الراشدين الأمريكيين.

*أدوات الدراسة : استعمل الباحثون مقياس تكرار التردد على الكنيسة والتقدير الذاتي لمدى تحقق التوافق والصحة النفسية في مجال الزواج والعمل والعلاقة مع الآخرين بصفة عامة.
*نتائج الدراسة : لقد أسفرت النتائج على أن هناك علاقة إيجابية بين النشاط الديني والتوافق في مجالاته المختلفة التي تم اكتشافها (رحماوي، 2008: 13).

7-1-4- دراسة حسن محمد عبد المعطي (1992) بعنوان: "ضغوط أحداث الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية وبعض متغيرات الشخصية".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين ضغوط أحداث الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية.

*عينة الدراسة : أجريت الدراسة على عينة من (168) فرد، منهم (90) ذكور، (78) إناث.

*أدوات الدراسة : اعتمدت الدراسة على أداتين رئيسيتين هما : استبيان ضغوط أحداث الحياة، ومقياس الصحة النفسية من إعداد الباحث.

*نتائج الدراسة : أوضحت النتائج وجود علاقة موجبة بين ضغوط أحداث الحياة وجميع الأعراض الإكلينيكية المرضية في عينة الذكور، وبعض الأعراض في عينة الإناث والعينة ككل (رحماوي، 2008: 16-17).

7-1-5- دراسة أحمد عبد الرحيم أحمد العمري (2001) بعنوان: "الصحة النفسية للأطفال ذوي الحالات البينية في القدرات العقلية".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى الوقوف على السمات والخصائص الشخصية والنفسية والمعرفية المميزة للأطفال ذوي القدرات العقلية البينية.

***عينة الدراسة** : تكونت عينة الدراسة من (72) طفلاً وطفلة من مرحلة رياض الأطفال مقسمين إلى ثلاث مجموعات وفقاً للجنس والصف الدراسي ونوع التعليم.

***أدوات الدراسة** : تم استخدام مقاييس " رسم الرجل - ستانفورد - بينية للذكاء الصورة الرابعة - الصفحة النفسية للقدرات والتأثيرات المستتجة - مقياس تقدير الذات في السلوك الأكاديمي - مقياس ملاحظة سلوك الطفل - مقياس المخاوف للأطفال".

***نتائج الدراسة** : أوضحت النتائج انحصار درجات أفراد العينة في المدى البيني وذلك في القدرات العقلية المعرفية، وأشارت النتائج أيضاً إلى معاناة أفراد العينة من المخاوف وتمتعهم بدرجة متوسطة من تقدير الذات الأكاديمي، كما أشارت النتائج إلى معاناة أفراد العينة من سوء التوافق.

7-1-6- دراسة قيقر محمد الهادي عبد الرازق (2001) بعنوان: "مكونات العلاقة بين الصحة النفسية والاتجاه نحو التخصص لدى عينة من عمال الصناعة".

***أهداف الدراسة** : هدفت الدراسة إلى تحديد إلى أي مدى يؤثر التحول من القطاع العام إلى القطاع الخاص على صحة العامل النفسية.

***عينة الدراسة** : بلغت عينة الدراسة (150) عامل من العمال في المجال الصناعي.
***أدوات الدراسة** : قائمة كورنل للنواحي السيكوسوماتية والعصابية، استبيان اتجاه العمال نحو التخصص، بالإضافة إلى مؤشرات الكفاية الإنتاجية.

***نتائج الدراسة** :

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأعراض السيكوسوماتية والعصابية بين عمال إحدى شركات القطاع العام وعمال إحدى الشركات التي تمت خصصتها.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض مؤشرات الكفاية الإنتاجية بين عمال إحدى شركات القطاع العام وعمال إحدى الشركات التي تمت خصصتها.
- توجد مكونات أساسية تكشف عن العلاقة بين متغيرات الصحة النفسية والاتجاه نحو الخصخصة لدى كل من مجموعتي الدراسة.

7-1-7- دراسة باتون وآخرون Patton et al (2003) بعنوان: "الارتقاء بالصحة النفسية في المدارس الثانوية".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى إيجاد مدخل كلي للارتقاء بالصحة النفسية في المدرسة الثانوية.

*عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (586) تلميذا من تلاميذ المدارس العامة بالسويد.

*نتائج الدراسة : أظهرت النتائج مدى الارتباط بين العوامل النفسية والاجتماعية في البيئة المدرسية وشعور التلاميذ بقيمة الذات، واتضح أن قيمة مستوى الصحة النفسية لدى البنات أعلى من البنين (رحماوي، 2008: 21).

7-1-8- دراسة العيد فقيه (2010) بعنوان: "اتجاهات الشباب من الجنسين حول التنمية وعلاقتها بالصحة النفسية".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى رصد اتجاهات الشباب حول الصحة النفسية والخدمات النفسية، وبالتالي كشف اللثام عن الثقافة النفسية التي يمتلكونها من جهة، ومدى إدراكهم للدور التنموي المنوط إليهم، وتحديد مختلف الفروق التي تحملها اتجاهاتهم.

*عينة الدراسة : تكونت العينة من (503) شابا، تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة، منهم (318) من الإناث و(185) من الذكور، حاملين لشهادة الليسانس.

*أدوات الدراسة : مقياس اتجاهات الشباب وآرائهم حول الصحة النفسية وعلاقتها بالتنمية من إعداد صاحب الدراسة.

*نتائج الدراسة : خلصت الدراسة إلى أن نصف العينة المدروسة لا تشعر بالأمن النفسي، نتيجة لذلك القلق الطبيعي الذي يعتري الشباب في بداية مشواره المهني، بالإضافة إلى عدة متغيرات أسرية واجتماعية وحيوية متشابكة ومعقدة.

7-1-9- دراسة نوال عليوي (2011) بعنوان: " الصحة النفسية واستراتيجيات المواجهة لدى التلاميذ غير المتوافقين دراسيا".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الفروق بين المتوسطات الحسابية لدرجات الصحة النفسية والمتوسطات الحسابية لدرجات استراتيجيات المواجهة لدى التلاميذ غير المتوافقين دراسيا مقارنة بالتلاميذ المتوافقين دراسيا.

*عينة الدراسة : تم اختيار عينة الدراسة من تلاميذ المرحلة الثانوية.

*أدوات الدراسة : مقياس الحالة النفسية للمراهقين الراشدين من إعداد عبد الرحمن حمودة وإلهامي عبد العزيز إمام (1992)، مقياس التوافق الدراسي ليونجمان إعداد وتكييف حسين عبد العزيز الدريني.

*نتائج الدراسة : خلصت هذه الدراسة إلى النتائج التالية :

- توجد فروق واضحة بين التلاميذ المتوافقين دراسيا وغير المتوافقين في الصحة النفسية واستراتيجيات المواجهة.
- وجود فروق دالة بين التلاميذ المتوافقين والتلاميذ غير المتوافقين في استخدام استراتيجيات المواجهة.

- استراتيجيات المواجهة المستخدمة من طرف التلاميذ تعتبر ذات أهمية كبيرة في الشعور بالسعادة والصحة النفسية وتوافقهم مع الضغوطات اليومية.

7-1-10- دراسة شاهر خالد سليمان وإسماعيل صالح العيس (2012) بعنوان: "الصحة النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي لدى طلاب ذوي الاحتياجات الخاصة في المرحلة المتوسطة بمدارس منطقة تبوك".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى:

- التعرف على دلالة الفروق في الصحة النفسية للطلاب ذوي الاحتياجات وفق متغيرات نوع الإعاقة، ومستوى المرحلة التعليمية، والجنس.

- التعرف على دلالة الفروق في الذكاء الانفعالي للطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة في المرحلة المتوسطة في مدارس مدينة تبوك وفق متغير نوع الإعاقة، ومستوى المرحلة التعليمية للطالب، ومتغير الجنس.

- التعرف على طبيعة العلاقة بين الصحة النفسية والذكاء الانفعالي.

*عينة الدراسة : اقتصر البحث على طلاب ذوي الاحتياجات الخاصة، في مدارس تبوك في الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 2011-2012.

*أدوات الدراسة : استخدم الباحث مقياس للصحة النفسية، ومقياس للذكاء الوجداني من إعداد.

*نتائج الدراسة : تمثلت نتائج هذه الدراسة في ما يلي :

- توجد فروق في الصحة النفسية للطلاب ذوي الاحتياجات وفق متغيرات نوع الإعاقة، ومستوى المرحلة التعليمية والجنس.

- توجد فروق في الذكاء الانفعالي للطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة في المرحلة المتوسطة في مدارس مدينة تبوك وفق متغيرات نوع الإعاقة، ومستوى المرحلة التعليمية للطالب، والجنس.
- توجد علاقة بين الصحة النفسية والذكاء الانفعالي.

11-1-7- دراسة إيمان صولي (2014) بعنوان: "المناخ المدرسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من تلاميذ التعليم المتوسط والثانوي".

***أهداف الدراسة:** هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين المناخ المدرسي والصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط والتعليم الثانوي بكل متوسطات وثانويات مدينة ورقلة، كما سعت إلى معرفة الفروق في مستوى الصحة النفسية تعزى لمتغير الجنس، والتخصص.

***عينة الدراسة:** طبقت الدراسة على عينة مقدره بـ (978) تلميذ وتلميذة من مدينة ورقلة وذلك خلال السنة الدراسية 2012-2013.

***أدوات الدراسة:** اعتمدت الباحثة على استبيانين، الأول خاص بالمناخ المدرسي وهو من إعدادها، والثاني خاص بالصحة النفسية من إعداد "مروان عبد الله دياب" (2006).

***نتائج الدراسة:** توصلت هذه الدراسة إلى النتائج التالية:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المناخ المدرسي والصحة النفسية.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في مستوى الصحة النفسية.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية تعزى لمتغير التخصص الدراسي.

12-1-7- دراسة عواطف ملوكة (2014) بعنوان: "اتجاهات المعلمين نحو ممارسة مديري المدارس الابتدائية للعلاقات الإنسانية وعلاقتها بالصحة النفسية".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الاتجاه نحو ممارسة المدراء للعلاقات الإنسانية والصحة النفسية لدى عينة من معلمي، ولاية الوادي.

*عينة الدراسة : قدر حجم العينة بـ (114) معلما بمدارس دائرة قمار.

*أدوات الدراسة : استبيان الاتجاه نحو ممارسة العلاقات من إعداد الباحثة، مقياس الصحة النفسية للدكتور صلاح محمد مكاوي.

*نتائج الدراسة : كانت النتائج كالتالي :

- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين اتجاهات المعلمين نحو ممارسة المدراء للعلاقات الإنسانية وصحتهم النفسية.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين في مستوى صحتهم النفسية على حسب متغير الجنس (إناث، ذكور) لدى أفراد عينة الدراسة.

7-1-13- التعليق على الدراسات ذات العلاقة بمتغير الصحة النفسية :

بعد عرض الدراسات السابقة التي تناولت متغير الصحة النفسية يمكن التعليق عليها

بمايلي:

1 - من حيث مكان إجراء الدراسة :

تباينت بيئة الدراسات السابقة لمتغير الصحة النفسية حيث أن منها من تم تطبيقها في البيئة المحلية كدراسة مراد ساعو (بدون سنة)، ودراسة نوال عليوي (2008)، ودراسة إيمان صولي (2014)، وأيضا دراسة عواطف ملوكة (2014)، ومنها من طبقت في البيئة العربية كدراسة كل من : بشرى جاسم العكايشي (بدون سنة)، حسين محمد عبد المعطي (1992)، أحمد عبد الرحيم أحمد العمري (2001)، قيقر محمد الهادي عبد الرزاق (2001)،

العبد فقيه (2010)، شاهر خالد سليمان وإسماعيل صالح العيس (2012). ومنها من طبقت في الدول الأجنبية كدراسة كورين وفيروف وفلد (1960)، وكذلك دراسة باتون وآخرون (2003)، والدراسة الحالية قد طبقت في الجزائر.

2 - من حيث المجال :

اختلفت المجالات التي طبقت فيها هذه الدراسات، فمنها من طبقت في المجال اليومي كدراسة كل من : مراد ساعو (بدون سنة)، كورين وفيروف وفلد (1960)، حسن محمد عبد المعطي (1992)، العبد فقيه (2010)، ومنها من طبقت في المجال المهني كدراسة قيقر محمد الهادي عبد الرزاق (2001)، ودراسة عواطف ملوكة (2014)، ومنها من طبقت في المجال الدراسي كالدراسة الحالية، وهذه الدراسات هي دراسة كل من : بشرى أحمد جاسم العكايشي (بدون سنة)، أحمد عبد الرحيم أحمد العمري (2001)، باتون وآخرون (2003)، نوال عليوي (2011)، شاهر خالد سليمان وإسماعيل صالح العيس (2011)، إيمان صولي (2014).

3 - من حيث الأهداف :

تنوعت أهداف الدراسات السابقة بين البحث عن علاقة الصحة النفسية بمتغيرات أخرى كالذكاء الانفعالي في دراسة بشرى أحمد جاسم العكايشي (بدون سنة) ودراسة شاهر خالد سليمان وإسماعيل صالح العيس (2012)، وبالنشاط الديني في دراسة كورين وفيروف وفلد (1960)، ومع ضغوط أحداث الحياة في دراسة حسن محمد عبد المعطي (1992)، وبالتنمية في دراسة العبد فقيه (2010)، وبالمناخ المدرسي في دراسة إيمان صولي (2014)، وأيضاً باتجاهات المعلمين نحو ممارسة مديري المدارس الابتدائية للعلاقات الإنسانية في دراسة عواطف ملوكة (2014)، ومع الاتجاه نحو التخصص في دراسة قيقر محمد الهادي عبد الرزاق (2001)، وبين الكشف عن تأثير السند الاجتماعي في الصحة النفسية في دراسة

مراد ساعو (بدون سنة)، بينما هدفت دراسة أحمد عبد الرحيم أحمد العمري (2001) إلى معرفة الصحة النفسية للأطفال ذوي الحالات البينية في القدرات العقلية، أما دراسة باتون وآخرون (2003) فقد هدفت إلى محاولة الارتقاء بالصحة النفسية في المدارس الثانوية، ودراسة نوال عليوي (2011) كان هدفها الكشف عن الفروق في الصحة النفسية واستراتيجيات المواجهة للتلاميذ غير المتوافقين دراسيا مقارنة بالتلاميذ المتوافقين.

أما الدراسة الحالية فهدفت إلى معرفة العلاقة بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي، ومعرفة الفروق في الصحة النفسية لدى أفراد العينة حسب متغيري الجنس والتخصص.

4 - من حيث العينة :

هناك تباين من حيث العينة التي أجريت عليها الدراسات السابقة، فقد كانت من طلاب ذوي الاحتياجات الخاصة في المرحلة المتوسطة في دراسة شاهر خالد سليمان وإسماعيل صالح العيس (2012)، ومن المصابين باضطرابات الغدة الدرقية في دراسة مراد ساعو (بدون سنة)، ومن الراشدين في دراسة كورين وفيروف وفلد (1960)، واقتربت منها دراسة العيد فقيه (2010)، حيث أنها طبقت على الشباب المتحصّلين على شهادة الليسانس، ودراسة بشرى أحمد جاسم العكايشي (بدون سنة) لأنها كانت على الطالبات الجامعيات، وأيضا دراسة قيقر محمد الهادي عبد الرزاق (2001)، ذلك أنها طبقت على مجموعة من العمال، وكذلك دراسة عواطف ملوكة (2014) لأنها طبقت على المعلمين، ومن الأفراد المتمدرسين كدراسة أحمد عبد الرحيم أحمد العمري (2001) التي كانت في رياض الأطفال، ودراسة باتون وآخرون (2003) التي طبقت على تلاميذ المدارس العامة، ودراسة نوال عليوي (2011)، ودراسة إيمان صولي (2014) اللتان طبقتا على تلاميذ المرحلة الثانوية كما هو في الدراسة الحالية.

5 - من حيث الأدوات :

اختلفت الدراسات السابقة من حيث نوع الأدوات المستخدمة وذلك حسب طبيعة الموضوع المدروس، فقد استخدمت بعض الدراسات أدوات جاهزة كدراسات كل من : أحمد عبد الرحيم أحمد العمري (2001)، قيقر محمد الهادي عبد الرزاق (2011)، نوال عليوي (2011)، إيمان صولي (2014)، عواطف ملوكة (2014)، بينما البعض الآخر فقد استخدمت أدوات تم بناؤها من طرف أصحاب الدراسات كدراسات كل من : بشرى أحمد جاسم العكايشي (بدون سنة)، ومراد ساعو (بدون سنة)، وكورين وفيروف وفلد (1960)، وكذا حسن محمد عبد المعطي (1992)، وباتون وآخرون (2003)، والعيد فقيه (2010)، وأيضا شاهر خالد سليمان وإسماعيل صالح العيس (2012)، كما جاء في الدراسة الحالية حيث تم القيام ببناء استبيان لقياس الصحة النفسية بما يتناسب مع طبيعة الموضوع وعينة الدراسة.

6 - من حيث النتائج :

أشارت أغلب الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الصحة النفسية ومجموعة من المتغيرات، فدراسات كل من : بشرى أحمد جاسم العكايشي (بدون سنة) وشاهر خالد سليمان وإسماعيل صالح العيس (2012) أكدتا على العلاقة الإيجابية بين الصحة النفسية والذكاء الانفعالي، ودراسات كل من : مراد ساعو (بدون سنة)، وكورين وفيروف وفلد (1960)، وحسن عبد المعطي (1992)، وكذلك أحمد عبد الرحيم أحمد العمري (2001)، وباتون وآخرون (2003)، ونوال عليوي (2011)، وإيمان صولي (2014)، وأيضا عواطف ملوكة (2014) بدورهم أكدوا أيضا على العلاقة الموجبة التي تربط الصحة النفسية بمتغيرات دراساتهم، بينما دراسة العيد فقيه (2010) فقد توصلت إلى وجود علاقة سلبية بين الصحة النفسية والقلق، وكذا الظروف الأسرية الاجتماعية المعقدة.

كما توصلت دراسات كل من: باتون وآخرون (2003)، شاهر خالد سليمان وإسماعيل صالح العيس (2012)، عواطف ملوكة (2014) إلى وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية حسب متغير الجنس، أما إيمان صولي في دراستها (2014) فقد توصلت إلى أنه لا توجد فروق في الصحة النفسية حسب متغير الجنس، ولا حسب متغير التخصص أيضا.

7-2- دراسات متعلقة بمؤشري الصحة النفسية (تقدير الذات، التكيف النفسي):

7-2-1- دراسات متعلقة بتقدير الذات :

7-2-1-1- دراسة ديمو وآخرون Dymo et al (1987) بعنوان: "العلاقات الأسرية وتقدير ذات المراهقين ووالديهم".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى فحص الارتباطات بين تقدير الذات لدى المراهقين، وأبعاد التفاعل بين المراهق والوالدين.

*عينة الدراسة : تكونت العينة من (139) مراهق، منهم (70) من الإناث، و(69) من الذكور، واشترك في الدراسة أحد الوالدين لكل مراهق.

*أدوات الدراسة : طبق الباحث خمسة استبانات ومقاييس للوالدين ومثلها للمراهقين، وطبق أيضا مقياس تقدير الذات لروزنبرج Rosenberg.

*نتائج الدراسة : توصلت هذه الدراسة إلى :

- وجود علاقة ارتباطية سالبة بين إدراك الأبناء للدعم الوالدي للمراهق وتقدير الذات للإناث فقط.

- وجود علاقة ارتباطية سالبة بين إدراك الأبناء (ذكور، إناث) للتحكم الوالدي وتقدير الذات لدى هؤلاء الأبناء.
- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين إدراك الأبناء (ذكور، إناث) لعملية الاتصال، والمشاركة من قبل الوالدين، وتقدير الذات لدى هؤلاء الأبناء (يونس، 2012: 35-36).

7-2-1-2- دراسة علاء الدين كفاي (1989) بعنوان: "تقدير الذات وعلاقته بالتنشئة الوالدية و الأمن النفسي".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى إيجاد العلاقة بين تقدير الذات وبعض المتغيرات النفسية والاجتماعية (التنشئة الوالدية، الأمن النفسي).

*عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (153) تلميذة من المرحلة الثانوية.

*أدوات الدراسة : استخدم الباحث مقياس التنشئة الوالدية من إعداد، ومقياس الأمن لماسلو، ومقياس تقدير الذات لكوبر سميث.

*نتائج الدراسة : أكدت النتائج المتوصل إليها وجود علاقة موجبة بين الشعور بالأمن وتقدير الذات، وأن التنشئة الوالدية - كما يدركها الأبناء - تؤثر في تقدير التلميذات لذواتهن.

7-2-1-3- دراسة بلاك كلانك كونستانس black kalanek -constance (1996)

بعنوان: " تقدير الذات وعلاقته بالنوع، والحالة الاجتماعية، العرق، أصل العرق، صفات العائلة والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة المتوسطة"

*أهداف الدراسة : هدفت الدراسة إلى بحث العلاقة بين تقدير الذات ومتغيرات النوع والحالة الاجتماعية الاقتصادية، الأصل العرقي، وخصائص أو مميزات العائلة والتحصيل الدراسي.

*عينة الدراسة : تم اختيار (90) طالب من طلاب مدرسة متوسطة، أغلبيتهم من اللون الأبيض (54%) و(18.2%) ذوي اللون الأسود، وآخرين بنسبة (15.2%).

*أداة الدراسة : استبيان تقدير الذات الذي طوره كل من دييوا Duboi، فلنر Fegner، فيلبس Phillips، ولييز Lease (1995).

*نتائج الدراسة :

- أكدت نتائج الدراسة أن تقدير الذات عادة ما يكون له اتجاهات متعددة.
- تمثل العائلة القوة الدافعة لتنمية تقدير الذات الأكاديمي.
- لا يوجد فرق بين تقدير الذات عند الإناث والذكور يعزى للحالة الاجتماعية والاقتصادية (محمد ضيدان الضيدان، 2003: 79 - 80).

4-1-2-7- دراسة انن روبرتز وآخرون ann roberts et al (1999) بعنوان: "تفاهم العائلة، ومرافقة الأصدقاء، وتقدير الذات عند المراهقين الصغار"

*أهداف الدراسة : هدفت الدراسة إلى بحث أثر تفاهم العائلة، ومرافقة الأصدقاء على تقدير الذات عند المراهقين الصغار.

*عينة الدراسة : طبقت الدراسة على مجموعة من التلاميذ تم اختيارهم من مدارس ابتدائية ذات مستوى رفيع في "بالتيمور"، و"واشنطن دي سي"، و"نيويورك" بلغ عددهم (635).

*أدوات الدراسة : كي يتم فحص العلاقة بين دور العائلة والرفاق، وتقدير الذات، أخذ في الاعتبار تأثير (النوع، العرق، الأصل)، وتم تحليل تأثير العائلة من خلال عدة عوامل منها (المعاونة، الترابط)، وتم تحليل مجموعة الرفاق من خلال عدة عوامل منها (معاونة الأصدقاء، الترابط، الشجار، القبول الاجتماعي، وقيم للرفاق).

*نتائج الدراسة :

- تأثير الخبرات سواء كانت من العائلة أو الرفاق على تقدير الذات في سن المراهقة المبكرة، وخصوصا إذا كانت العائلة متفاهمة ومستقرة.
- أثبتت الدراسة مدى الاختلافات في مجموعة العائلة، وتفاعلها مع الاختلافات في مجموعة الرفاق في توقع مستوى تقدير الذات.
- الإهمال، والرفض، والشجار مع العائلة، له تأثيره السلبي على تقدير الذات (يونسى، 2012: 36-37).

7-2-1-5- دراسة الحميدي محمد ضيدان الضيدان (2003) بعنوان: "تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدوانى لدى طلبة المرحلة المتوسطة".

*أهداف الدراسة : هدفت الدراسة إلى تحديد العلاقة بين تقدير الذات والسلوك العدوانى لدى طلبة المرحلة المتوسطة.

*عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (511) طالب من طلاب المرحلة المتوسطة.

*أدوات الدراسة : مقياس تقدير الذات لبروس آرهير (1985)، ومقياس السلوك العدوانى إعداد معتز عبد الله وسيد أبو عبادة (1995).

*نتائج الدراسة : تمثلت أهم نتائج هذه الدراسة في مايلي :

- توجد علاقة ارتباطية سالبة بين تقدير الذات والسلوك العدوانى لدى طلبة المرحلة المتوسطة.

7-2-1-6- دراسة صفية اوسماعيل (2004) بعنوان: "تقدير الذات وانعكاسه على السلوك العدوانى لدى لاعبي كرة اليد".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة الموجودة بين تقدير الذات والسلوك العدواني عند لاعبي كرة اليد.

*عينة الدراسة : تمثلت عينة الدراسة في لاعبي كرة اليد صنف أكابر، والذين تتراوح أعمارهم بين (18- 32) سنة، ومستواهم الدراسي يسمح لهم بالقراءة والكتابة. وحجم العينة بلغ (36) لاعب موزعة على 3 نوادي، وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية عنقودية.

*أدوات الدراسة : مقياس تقدير الذات للدكتور عبد الرحمن صالح الأزرق، مقياس السلوك العدواني من إعداد الباحثة.

*نتائج الدراسة : توصلت الدراسة إلى أن تقدير الذات له علاقة ارتباطية سالبة مع السلوك العدواني أي كلما كان تقدير الذات منخفض كان السلوك العدواني مرتفع، وكلما كان تقدير الذات مرتفع كان السلوك العدواني منخفض.

7-2-1-7- دراسة عبد الكريم جرادات (2005) بعنوان: "العلاقة بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية لدى الطلبة الجامعيين".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أثر كل من الجنس والمستوى الدراسي على تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية، وكذلك العلاقة بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية.

*عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (397) طالبا وطالبة في مستوى البكالوريوس.

*أدوات الدراسة : مقياس روزنبرج لتقدير الذات، مقياس الاتجاهات اللاعقلانية.

*نتائج الدراسة : أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في تقدير الذات تعزى للجنس أو المستوى الدراسي، كما أشارت النتائج إلى ارتباط تقدير الذات بشكل دال إحصائياً بمقياس الاتجاهات اللاعقلانية، وكان الارتباط لدى الإناث أعلى مما هو لدى الذكور.

7-2-1-8- دراسة زبيدة أمزيان (2007) بعنوان: "علاقة تقدير الذات للمراهق بمشكلاته وحاجاته الإرشادية".

*أهداف الدراسة :

- معرفة علاقة تقدير الذات للمراهقين بالمشكلات.
 - الكشف عما إذا كان هناك علاقة بين تقدير الذات والحاجات الإرشادية.
 - التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في كل متغيرات الدراسة.
- *عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (200) مراهقاً، منهم (100) ذكور، و(100) إناث
- *أدوات الدراسة : استبيان المشكلات النفسية، واستبيان الحاجات الإرشادية، ومقياس تقدير الذات لكوبر سميث.

*نتائج الدراسة : كانت نتائج هذه الدراسة كما يلي:

- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين تقدير الذات وجميع المشكلات بالدرجة الأولى.
- لا توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات والحاجات الإرشادية عند الذكور.
- توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات والحاجات الإرشادية عند الإناث.

7-2-1-9- دراسة معاوية أبو غزال وعبد الكريم جرادات (2009) بعنوان: "أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بتقدير الذات والشعور بالوحدة".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى بحث علاقة أنماط تعلق الراشدين بتقدير الذات والشعور بالوحدة.

*عينة الدراسة : تكونت من (526) طالباً وطالبة اختيروا من جميع كليات جامعة اليرموك.

*أدوات الدراسة : مقياس اليرموك لأنماط تعلق الراشدين، مقياس روزنبرج لتقدير الذات، مقياس الشعور بالوحدة.

*نتائج الدراسة : أظهرت النتائج أن كلا من نمطي التعلق القلق والأمن، قد ارتبط بشكل دال بتقدير الذات والشعور بالوحدة.

7-2-1-10- دراسة علي عبد الحسن حسين وحسين عبد الزهرة عبد اليمه (2011) بعنوان: "التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين التوافق النفسي والاجتماعي ومفهوم الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية.

*عينة الدراسة : تم اختيار عينة الدراسة بطريقة عشوائية من طلبة كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء المقدسة، وقد بلغ حجم العينة (120) طالبا، ينتمون إلى أربع مراحل دراسية.

*أدوات الدراسة : مقياس التوافق النفسي والاجتماعي، ومقياس تقدير الذات المصممان من طرف محمد العربي وماجدة إسماعيل.

*نتائج الدراسة : توصلت الدراسة إلى أن هناك فروق معنوية في واقع التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة كلية التربية الرياضية مما يدل على اختلاف مستوياتهم وقدراتهم وإمكانياتهم.

7-2-1-11- دراسة تونسية يونسى (2012) بعنوان: "تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى المراهقين المبصرين والمراهقين المكفوفين".

*أهداف الدراسة : هدفت الدراسة إلى كشف العلاقة بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي لدى عينة المراهقين المبصرين والمراهقين المكفوفين.

*عينة الدراسة : طبقت الدراسة على عينة مكونة من (240) مراهق، منهم (120) مراهق مبصر و(120) مراهق كفيف.

*أدوات الدراسة : مقياس تقدير الذات لبروس آرهير، السجل المدرسي لعلامات التلاميذ.

*نتائج الدراسة : أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية بين تقدير الذات الكلي والتحصيل الدراسي وهذا لدى عينة المراهقين المبصرين، وتوصلت الدراسة إلى نفس النتيجة بالنسبة لعينة المراهقين المكفوفين.

7-2-1-12- دراسة منصور السيد كامل الشربيني (2012) بعنوان: "استراتيجيات

المواجهة وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي كمنبئات للكمالية التكيفية".

*أهداف الدراسة : هدفت الدراسة إلى تحديد العلاقة الارتباطية بين الكمالية التكيفية وكل من المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي، وتحديد مدى إسهام هذه المتغيرات في تفسير درجات طلاب التربية الخاصة في الكمالية التكيفية.

*عينة الدراسة : أجريت الدراسة على عينة من الطلاب الذكور بقسم التربية الخاصة بجامعة الطائف المملكة العربية السعودية بلغ قوامها (269) طالب.

*أدوات الدراسة : مقياس الكمالية من إعداد هيل وهولزمن وفر وكيبلر وفتشنتن وكيندي (hill. Huelsman. Furr. Kibler. Vicente. &kennedy. 2004) ومقياس المواجهة من

إعداد أمرخين (amirkhan 1990)، وقائمة الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي من إعداد

واطسن وتليجين (watson. Clark. & tellegen. 1988).

*نتائج الدراسة : انتهت نتائج الدراسة إلى التالي :

- وجود علاقة ارتباطية دالة بين الكمالية التكيفية وكل من المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي.
- تباين الإسهامات النسبية لكل من المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي في أبعاد مقياس الكمالية ودرجته الكلية.

7-2-1-13- التعليل على الدراسات ذات العلاقة بمتغير تقدير الذات :

1 - من حيث مكان إجراء الدراسة :

يوجد تباين بين الدراسات السابقة من حيث مكان إجراء الدراسة، والدراسات المستعملة أغلبيتها تمت في البيئة العربية كدراسة علاء الدين كفاقي (1989)، ودراسة الحميدي محمد ضيدان الضيدان (2003)، ودراسة عبد الكريم جرادات (2005)، ودراسة معاوية أبو غزال وعبد الكريم جرادات (2009)، ودراسة علي عبد الحسن حسين وحسين عبد الزهرة عبد اليمه (2011)، وكذلك دراسة منصور السيد كامل الشرييني (2012)، إلا أن دراسات كل من: صفية اوسماعيل (2004)، زبيدة أمزيان (2007)، تونسية يونس (2012) تمت في البيئة الجزائرية كما هو في الدراسة الحالية، ودراسة ديمو وآخرون (1987)، ودراسة بلاك كلانك كونستانس (1996) وأيضا دراسة انن روبرتز وآخرون (1999) فقد كانت في البيئة الأجنبية.

2 - من حيث المجال :

اختلفت الدراسات السابقة من حيث مجال الدراسة، فمنها من طبقت في المجال الحياتي كدراسة ديمو وآخرون (1987)، ودراسة صفية اوسماعيل (2004) وكذلك دراسة زبيدة أمزيان (2007)، أما بقية الدراسات فقد طبقت في المجال الدراسي كما هو في الدراسة الحالية.

3 - من حيث الأهداف :

هدفت كل الدراسات إلى تبين العلاقة بين تقدير الذات ومتغيرات أخرى، حيث هدفت دراسة الحميدي محمد ضيدان الضيدان (2003)، ودراسة صفية اوسماعيل (2004)، إلى بحث العلاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني، وربطت دراسات كل من: ديمو وآخرون (1987)، وبلاك كلانك كونستانس (1996)، وانن روبرتز وآخرون (1999)، وعلاء الدين كفاي (2003) تقدير الذات بالحالة الاجتماعية والعلاقات داخل الأسرة، وهدفت دراسة عبد الكريم جرادات (2005)، إلى فحص العلاقة بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية، بينما هدفت دراسات كل من: زبيدة أمزيان (2007)، أبو غزال وعبد الكريم جرادات (2009)، علي عبد الحسن حسين وحسين عبد الزهرة عبد اليمه (2011)، منصور السيد كامل الشريبي (2012) إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات والحالة النفسية، أما دراسة تونسية يونس (2012) فقد هدفت إلى معرفة العلاقة بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي، وهذا ما يتشابه مع الدراسة الحالية لأنها هدفت إلى معرفة العلاقة بين تقدير الذات والتوافق الدراسي.

4 - من حيث العينة :

اختلفت عينات الدراسة في هذا الموضوع اختلافا واضحا، حيث تناولت العينات ابتداءا بمرحلة المراهقة في دراسة ديمو وآخرون (1978)، ودراسة زبيدة أمزيان (2007)، وأيضا دراسة علاء الدين كفاي (1989) في المرحلة الثانوية كما هو حال الدراسة الحالية، وفي نفس المرحلة دراسة تونسية يونس (2012) على المراهقين المبصرين والمراهقين المكفوفين، وكذلك دراسة بلاك كلانك كونستانس (1996)، ودراسة الحميدي محمد ضيدان الضيدان (2003) على تلاميذ المرحلة المتوسطة، أما دراسة انن روبرتز وآخرون (1999) فكانت على أطفال المرحلة الابتدائية، ودراسات كل من: صفية اوسماعيل (2004)، وعبد الكريم

جرادات (2005)، ومعاوية أبو غزال وعبد الكريم جراتات (2005)، وعلي عبد الحسن حسين وحسين عبد الزهرة عبد اليمية (2011) فقد طبقت على الشباب.

5 - من حيث الأدوات:

لقد تشابهت كل الدراسات من حيث استخدامها لمقاييس جاهزة ماعدا دراسة انن روبرتز وآخرون (1999) التي اعتمدت على تحليل تأثير العائلة وجماعة الرفاق من خلال عدة عوامل كانت كمحاور في الاستبيان الذي تم بناؤه وتطبيقه، ودراسة ديمو وآخرون (1987)، ودراسة عبد الكريم جراتات (2005)، وكذلك دراسة معاوية أبو غزال وعبد الكريم جراتات (2009) طبق فيها نفس المقياس، وهو مقياس تقدير الذات لروزنبرج، بينما استخدم كل من: علاء الدين كفاي (1989)، وزبيدة أمزيان (2007) مقياس تقدير الذات لكوبر سميث، وهو من بين الأدوات التي تم الاستعانة بها في بناء محور تقدير الذات في استبيان الصحة النفسية المستخدم في الدراسة الحالية، كما طبق بلاك كلانك كونستانس (1996) استبيان تقدير الذات الذي طوره كل من ديبوا وفلنر وفيلبس ولييز، وفي دراسة الحميدي محمد ضيدان الضيدان، وكذا دراسة تونسية يونسى طبق مقياس تقدير الذات لبروس آرهير، واستعملت صفية اوسماعيل (2004) مقياس للدكتور عبد الرحمن الأزرق، أما علي عبد الحسن حسين وحسين عبد الزهرة عبد اليمية فقد اعتمدا في دراستهما (2011) على المقياس المصمم من طرف محمد العربي وماجدة إسماعيل.

6 - من حيث النتائج :

من خلال عرض نتائج الدراسات السابقة يتضح أن هناك اختلاف بين نتائج الدراسات التي تناولت العلاقة، حيث أن دراسة ديمو وآخرون (1987)، ودراسة انن روبرتز وآخرون (1999)، توصلتا إلى وجود علاقة سالبة بين تقدير الذات وأساليب المعاملة الوالدية الخاطئة، كما توصلت كذلك دراسة الحميدي محمد ضيدان الضيدان (2003)

ودراسة صفية أوسماعيل (2004) إلى وجود علاقة سالبة بين تقدير الذات والسلوك العدوانى، وأيضاً توصلت دراسات كل من: عبد الكريم جرادات (2005)، زبيدة أمزيان (2007)، معاوية أبو غزال وعبد الكريم جرادات (2009) إلى وجود علاقة عكسية بين تقدير الذات والمتغيرات المطروحة في هذه الدراسات، بينما توصلت دراسة علاء الدين كفاقي (1989)، ودراسة علي عبد الحسن حسين وحسين عبد الزهرة عبد اليمية (2011)، ودراسة تونسية يونسى (2012)، وكذلك دراسة منصور السيد كامل الشرييني (2012) إلى وجود علاقة ايجابية بين تقدير الذات والمتغيرات الأخرى المذكورة في هذه الدراسات، وأكدت دراسة بلاك كلانك كونستانس (1996) أن تقدير الذات تتحكم فيه عدة عوامل خارجية، أما بالنسبة للدراسات التي بحثت في الفروق فقد توصلت دراسة عبد الكريم جرادات (2005)، ودراسة زبيدة أمزيان (2007) إلى عدم وجود فروق في تقدير الذات حسب متغير الجنس.

7-2-2- دراسات متعلقة بالتكيف النفسي :

7-2-2-1- دراسة سكسينا (1978) بعنوان: "مستوى التحصيل وعلاقته بالتكيف".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين مستوى التحصيل والتكيف.

*عينة الدراسة : تكونت عينة هذه الدراسة من (530) طالبا من المدارس الثانوية بالهند.

*أدوات الدراسة : استخدم الباحث مقياس التكيف الذي ضم: التكيف الاجتماعى، التكيف المدرسى، التكيف البيئى، إضافة إلى البعد الكلى للمقياس.

*نتائج الدراسة : أشارت النتائج إلى أن الطلبة ذوي التحصيل المرتفع كانوا أكثر تكيفا من الطلبة ذوي التحصيل المنخفض على الدرجة الكلية لمقياس التكيف (خطارة، 2011: 70).

7-2-2-2- دراسة معاذ محمد عبد الرزاق العارضة (1998) بعنوان: "استراتيجيات تكيف المعلمين مع الضغوط النفسية التي تواجههم في المدارس الثانوية الحكومية في محافظة نابلس".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الاستراتيجيات التي يستخدمها المعلمون في المرحلة الثانوية في محافظة نابلس للتكيف مع الضغوط النفسية التي تواجههم، ومعرفة ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاستراتيجيات تعزى للمتغيرات التالية (الجنس، المؤهل العلمي، الخبرة، مكان العمل).

*عينة الدراسة : تكونت من (241) معلما ومعلمة، منهم (126) معلم و(115) معلمة، تمثل عددا من المدارس في محافظة نابلس، وقد تم اختيار عينة الدراسة بطريقة عشوائية.

*أدوات الدراسة : طبق الباحث قائمة استراتيجيات التكيف مع الضغوط النفسية التي قام بتطويرها على أفراد عينة الدراسة.

*نتائج الدراسة : أشارت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

- استخدام المعلمين لاستراتيجيات التكيف مع الضغوط النفسية كانت متوسطة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استخدام المعلمين لاستراتيجيات التكيف مع الضغوط النفسية تعزى لمتغير الجنس.

7-2-2-3- دراسة محمد أحمد الرفوع وأحمد عودة القرارة (2004) بعنوان: "التكيف وعلاقته بالتحصيل الدراسي - دراسة ميدانية لدى طالبات تربية الطفل بكلية الطفلة الجامعية التطبيقية في الأردن-".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى قياس درجة التكيف للحياة الجامعية لدى طالبات تربية الطفل وعلاقتها بالتحصيل الدراسي والمستوى الدراسي.

*عينة الدراسة : طالبات تربية الطفل في كلية الطفيلية الجامعية التطبيقية للعام الجامعي 2003-2004 كافة.

*أدوات الدراسة : مقياس التكيف للحياة الجامعية طوره الباحثان.

*نتائج الدراسة : دلت نتائج الدراسة على ما يلي :

- كان متوسط درجات التكيف لدى الطالبات أعلى من الوسط النظري للمقياس.
- عدم وجود علاقة ارتباطية بين التكيف والتحصيل الدراسي.

7-2-2-4- دراسة زياد بركات (2006) بعنوان: "الاتجاه نحو الالتزام الديني وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير الاتجاه نحو الالتزام الديني في التكيف النفسي والاجتماعي وعلاقته ببعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي (الجنس، العمر، التخصص، التحصيل الأكاديمي، عمل الأب، عمل الأم).

*عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (200) طالبا وطالبة، منهم (100) من الذكور و(100) من الإناث.

*أدوات الدراسة : مقياس الالتزام نحو الاتجاه الديني، مقياس التكيف النفسي الاجتماعي لطلبة الجامعة.

*نتائج الدراسة : أسفرت الدراسة عن وجود تأثير جوهري لاتجاه الطلاب نحو الالتزام الديني في مستوى تكيفهم النفسي والاجتماعي لمصلحة الطلبة ذوي التوجه المرتفع، كما أظهرت الدراسة وجود أثر للمتغيرات (الجنس، التخصص، العمر) في الاتجاه نحو الالتزام الديني ومستوى التكيف النفسي وذلك لمصلحة الإناث، بينما توصلت النتائج إلى عدم وجود تأثير

جوهري للمتغيرات (التحصيل، عمل الأب، عمل الأم) في اتجاه الطلاب نحو الالتزام الديني ومستوى التكيف النفسي.

7-2-2-5- دراسة محمد الطاهر عبد الله المحمودي (2006) بعنوان: "مفهوم الذات والتكيف لدى الأحداث الجانحين بالمجتمع الليبي".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مفهوم الحدث الجانح لذاته وتكيفه النفسي من جهة، والعلاقة بين مفهوم الذات والتكيف النفسي لدى الحدث الجانح وأقرانه من الأحداث غير الجانحين من جهة أخرى، واختبار ما إذا كانت هذه المتغيرات تختلف باختلاف الجنس والعمر.

*عينة الدراسة : تكونت عينة البحث من (46) حدثاً (ذكوراً وإناثاً)، و(46) طالبا وطالبة من غير الجانحين.

*أدوات الدراسة : مقياس تنسي لمفهوم الذات من إعداد وليام فتس، ترجمة وإعداد صفوت فرج وسهير كامل أحمد، مقياس الإرشاد النفسي لمحمد عماد الدين إسماعيل وسيد عبد الحميد مرسي، وتم تقنينهما من طرف الباحث، استمارة مقابلة من إعداد الباحث.

*نتائج الدراسة : توصل الباحث إلى النتائج التالية :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط مفهوم الحدث لذاته والمتوسط النظري لمقياس تنسي لمفهوم الذات.
- توجد علاقة ضعيفة بين مفهوم الذات والتكيف النفسي لدى الأحداث الجانحين وغير الجانحين.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى الأحداث الجانحين وغير الجانحين في متوسط مفهوم الذات والتكيف النفسي تبعاً لمتغيري الجنس والعمر.

7-2-2-6- دراسة وليد خالد رجب وسعد باسم جميل ومحمود مطر علي (2008)

بعنوان: "بناء مقياس التكيف الاجتماعي الأكاديمي لطلاب المرحلة الرابعة بكلية التربية الرياضية جامعة الموصل".

*أهداف الدراسة : هدفت الدراسة إلى التعرف على التكيف الاجتماعي الأكاديمي لطلاب المرحلة الرابعة كلية التربية الرياضية جامعة الموصل.

*عينة الدراسة : اشتملت العينة على (109) طالب.

*أدوات الدراسة : استبيان التكيف الاجتماعي الأكاديمي.

*نتائج الدراسة : توصل الباحثون إلى :

- بناء مقياس للتكيف الاجتماعي الأكاديمي لطلاب المرحلة الرابعة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.

7-2-2-7- دراسة دينا موفق زيد (2008) بعنوان: "مفهوم الذات وعلاقته بالتكيف

- دراسة مقارنة لدى طلبة شهادة الثانوية العامة بفرعيها العلمي والأدبي-".

*أهداف الدراسة : تمثلت أهداف هذه الدراسة في مايلي :

- التعرف على مدى وجود ارتباط بين مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي لدى أفراد العينة.

- معرفة مدى وجود الفروق بين الذكور والإناث في الفرع العلمي والفرع الأدبي في التكيف.

- معرفة مدى وجود الفروق بين الذكور في الفرع العلمي والأدبي في التكيف.

- معرفة مدى وجود الفروق بين الإناث في الفرع العلمي والأدبي في التكيف.

***عينة الدراسة** : اختيرت عينة الدراسة بطريقة عشوائية وكان حجمها (100) طالب موزعين حسب الجنس وحسب التخصص.

***أدوات الدراسة** : اختبار مفهوم الذات بأبعاده النفسية والاجتماعية والفلسفية والانفعالية والتعليمية للدكتور دعد الشيخ، اختبار التكيف الاجتماعي بمجالاته الأسرية والاجتماعية والنفسية والصحية والتعليمية للدكتور آدار عبد اللطيف.

***نتائج الدراسة** : تمخضت الدراسة على النتائج التالية :

- توجد علاقة ارتباطية طردية بين مفهوم الذات والتكيف لدى أفراد عينة البحث.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات التكيف الاجتماعي لدى طلبة الفرع الثانوي العلمي والفرع الأدبي من أفراد العينة حسب متغير الجنس.

7-2-2-8- دراسة حفيظة خلوف (2008) بعنوان: "مخاوف الأطفال وتأثيرها على التكيف النفسي في المدارس الأساسية".

***أهداف الدراسة** : هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على المخاوف عند الأطفال ومدى تأثيرها على تكيفهم النفسي، وكذا الفروق بين الجنسين في القدرة على مواجهة المخاوف.

***عينة الدراسة** : تكونت عينة الدراسة من (100) تلميذ موزعين بالتساوي (50) فردا لكل جنس، بمدارس مقاطعة المقربة بحسين داي بالجزائر العاصمة.

***نتائج الدراسة** : خلصت هذه النتائج إلى أن هناك مخاوف كثيرة يواجهها أفراد العينة المدروسة، وهذا سواء في البيت، أو في الشارع، أو المدرسة، ولكن مع وجود اختلاف بين الجنسين، كون ثقافة المجتمع والتنشئة الاجتماعية وطبيعة الأسرة الجزائرية تجعل الفتاة دائما في وضعية تواجه فيها مخاوف وصعوبات في التعامل ومواجهة الأوضاع المختلفة، وعموما فإن النتائج بينت أن هذه المخاوف تؤثر على التكيف النفسي للتلاميذ وعلى مستقبل حياتهم،

مما يستلزم تقديم إرشادات وتوجيهات لهؤلاء التلاميذ، سواء على مستوى الأسرة، أو المدرسة، أو المجتمع.

7-2-2-9- دراسة سفيان لبصير (2009) بعنوان: "أساليب التكيف النفسي الاجتماعي للفرد الجزائري في ظل العولمة".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الآليات الدفاعية التي يستخدمها أفراد العينة من أجل التكيف مع العولمة.

*عينة الدراسة : اشتملت الدراسة على (150) مفحوصا يتوافق مع شروط ما تتطلبه المقابلة، وشملت الدراسة مختلف الشرائح العمرية، منهم (76) ذكورا و(74) إناث.

*أدوات الدراسة : المقابلة، الملاحظة.

*نتائج الدراسة : توصلت الدراسة إلى أن أغلبية أفراد عينة الدراسة تلجأ إلى آليات دفاعية ومن هذه الآليات (الترشيد، الكبت، إنكار الواقع، التصعيد).

7-2-2-10- دراسة سليمان ريحاني ومي الذويب وعز الرشدان (2009) بعنوان: "أنماط المعاملة الوالدية كما يدركها المراهقون وأثرها في تكيفهم النفسي".

*أهداف الدراسة : هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر أنماط المعاملة الوالدية كما يدركها المراهقون في تكيفهم النفسي.

*عينة الدراسة : اختيرت عينة الدراسة عشوائيا وبلغ عددهم (623) طالبا وطالبة، منهم (324) من الإناث، و(299) من الذكور.

*أدوات الدراسة : مقياس المعاملة الوالدية، مقياس التكيف النفسي.

*نتائج الدراسة : أظهرت النتائج وجود أثر لأنماط المعاملة الوالدية في التكيف النفسي للمراهقين، حيث ارتبط نمط المعاملة الإيجابي كما أدركه المراهقون بمستويات مرتفعة من التكيف النفسي لديهم.

7-2-2-11- دراسة محمد محمد محمد عودة (2010) بعنوان: "الخبرة الصادمة

وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين درجة التعرض للخبرة الصادمة وبين أساليب التكيف مع الضغوط، ومستوى المساندة الاجتماعية، ومستوى الصلابة النفسية، لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة.

*عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (600) طفل وطفلة من أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة.

*أدوات الدراسة : أعد الباحث الأدوات التالية (استبانة الخبرة الصادمة، استبانة أساليب التكيف مع الضغوط ، استبانة المساندة الاجتماعية، استبانة الصلابة النفسية).

*نتائج الدراسة : توصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

- توجد علاقة طردية بين درجة التعرض للخبرة الصادمة وكل من استخدام أساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية.
- بينت الدراسة أنه لا توجد فروقا في الخبرة الصادمة، أساليب التكيف مع الضغوط والصلابة النفسية تعزى لمتغير النوع، في حين وجد أن هناك فروقا في المساندة الاجتماعية لصالح الإناث.

7-2-2-12- دراسة ماجدة موسى (2010) بعنوان: "مفهوم الذات الاجتماعي

وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى الكفيف -دراسة ميدانية في جمعية رعاية المكفوفين في دمشق-".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة الارتباطية بين مفهوم الذات الاجتماعي والتكيف النفسي والاجتماعي حسب متغير الجنس لدى المعوقين بصريا.

* عينة الدراسة : تألفت عينة الدراسة من (85) كفيفا وكفيفة.

* أدوات الدراسة : اختبار مفهوم الذات الاجتماعي للمعوقين بصريا، اختبار التكيف النفسي للمعوقين بصريا، اختبار التكيف الاجتماعي للمعوقين بصريا.

* نتائج الدراسة : توصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث المعوقين بصريا في مفهوم الذات الاجتماعي.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث المعوقين بصريا في التكيف الاجتماعي والتكيف النفسي.

- وجود علاقة ارتباطية بين مفهوم الذات الاجتماعي والتكيف الاجتماعي والتكيف النفسي لدى المعوقين بصريا.

7-2-2-13- دراسة سلام راضي أنيس البسطامي (2013) بعنوان: "مستوى إدارة

استراتيجيات التكيف للضغوط النفسية لدى آباء الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وأمهم في محافظة نابلس".

* أهداف الدراسة : هدفت الدراسة إلى معرفة إدارة مستوى استراتيجيات التكيف للضغوط

النفسية لدى آباء الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وأمهم في محافظة نابلس من وجهة نظر أولياء الأمور.

* عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (255)، منهم (46) آباء، و(209) أمهات، تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية.

* أدوات الدراسة : لتحقيق غرض الدراسة استخدمت الباحثة الاستبانة.

* نتائج الدراسة : توصلت الباحثة إلى النتائج التالية :

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة لاستراتيجيات التكيف للضغوط النفسية لدى آباء الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وأمهاتهم في محافظة نابلس تعزى لمتغير جنس ولي الأمر، والمستوى الاقتصادي، والوضع الاجتماعي، وجنس الطفل، وشدة الحالة، ونوع الإعاقة، ومكان السكن.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة لاستراتيجيات التكيف للضغوط النفسية لدى آباء الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وأمهاتهم تعزى لمتغير المستوى التعليمي لولي الأمر.

7-2-2-14- التعليق على الدراسات ذات العلاقة بمتغير التكيف النفسي :

1 - من حيث مكان إجراء الدراسة :

معظم الدراسات السابقة الخاصة بمتغير التكيف النفسي أجريت في البيئة العربية كدراسات كل من : معاذ محمد عبد الرزاق العارضة (1998)، محمد أحمد الرفوع وأحمد عودة القرارة (2004)، زياد بركات (2006)، محمد الطاهر عبد الله محمودي (2006)، وليد خالد رجب وسعد باسم جميل ومحمود مطر علي (2008)، دينا موفق زيد (2008)، سليمان ريحاني ومي الذويب وعز الرشدان (2009)، محمد محمد محمد عودة (2010)، ماجدة موسى (2010)، سلام راضي البسطامي (2013)، أما الدراسات التي لها نفس بيئة الدراسة الحالية هي دراسة حفيظة خلوف (2008)، ودراسة سفيان لبصير (2009)، والدراسة الأجنبية الوحيدة المذكورة هي دراسة سكسينا (1978)، والتي كانت في الهند.

2 - من حيث المجال :

اختلفت مجالات الدراسات السابقة، فمنها من كانت في المجال الحياتي كدراسات كل من : محمد الطاهر عبد الله محمودي (2006)، سفيان لبصير (2009)، سليمان ريحاني

ومي الذويب وعز الرشدان (2009)، محمد محمد محمد عودة (2010)، ماجدة موسى (2010)، سلام راضي أنيس البسطامي (2013)، ومنها من كانت في المجال المهني كدراسة معاذ محمد عبد الرزاق العارضة (1998) ، وبقية الدراسات طبقت في المجال الدراسي كما هو في الدراسة الحالية.

3 - من حيث الأهداف :

اختلفت أهداف الدراسات السابقة ذات العلاقة بمتغير التكيف النفسي، لكن أغلبيتها بحثت في ارتباط هذا المتغير بمتغيرات أخرى كدراسات كل من : سكسينا (1978)، محمد أحمد الرفوع وأحمد عودة القرارة (2004)، زياد بركات (2006)، محمد الطاهر عبد الله المحمودي (2006)، دينا موفق زيد (2008)، حفيظة خلوف (2008) سليمان ربحاني ومي الذويب وعز الرشدان (2009)، محمد محمد محمد عودة (2010)، ماجدة موسى (2010)، أما دراسة معاذ محمد عبد الرزاق العارضة (1998) فقد هدفت إلى التعرف على الاستراتيجيات التي يستخدمها المعلمون من أجل تحقيق التكيف مع الضغوطات التي تعترضهم، ودراسة وليد خالد رجب وسعد باسم جميل ومحمود مطر علي (2008) هدفت إلى التعرف على التكيف الاجتماعي الأكاديمي للطلاب، بينما هدفت دراسة سفيان لبصير (2009) إلى التعرف على الآليات الدفاعية التي يستخدمها الأفراد للتكيف مع العولمة، ومن هذه الدراسات التي بحثت أيضا في الفروق دراسة معاذ عبد الرزاق العارضة، ودراسة زياد بركات، وكذلك دراسة محمد الطاهر عبد الله المحمودي، وأيضا دراسة دينا موفق زيد.

والدراسة الحالية هدفت إلى التعرف على العلاقة القائمة بين التكيف النفسي والتوافق الدراسي لدى التلاميذ.

4 - من حيث العينة :

كان تنوع عينات الدراسات السابقة في غاية الوضوح، حيث أنها كانت من مراحل مختلفة، فمثلا دراسة حفيظة خلوف (2008)، ودراسة محمد محمد عودة (2010)، طبقت على الأطفال، أما دراسة سكسينا (1978)، ودراسة دينا موفق زيد (2008)، وكذلك دراسة سليمان ربحاني ومي الذويب وعز الرشدان (2009)، فقد طبقت على المراهقين وهذا ما يتشابه مع الدراسة الحالية، بينما دراسات كل من : معاذ محمد عبد الرزاق العارضة (1998)، ومحمد أحمد الرفوع وأحمد عودة القرارة (2004)، وزيايد بركات (2006)، ومحمد الطاهر عبد الله المحمودي (2006)، ووليد خالد رجب وسعد باسم جميل ومحمود ومطر علي (2008)، و أيضا سفيان لبصير (2009)، وسلام أنيس راضي البسطامي (2013)، فقد تم تطبيقها على الراشدين.

5 - من حيث الأدوات :

تباينت أدوات الدراسات السابقة بين ما هو جاهز وما هو مصمم وذلك حسب طبيعة كل موضوع، فدراسة معاذ محمد عبد الرزاق العارضة (1998) استخدمت قائمة استراتيجيات التكيف التي قام الباحث بتطويرها، ودينا موفق زيد اعتمدت في دراستها (2008) على اختبار التكيف الاجتماعي بمجالاته الأسرية والاجتماعية والنفسية والصحية والتعليمية للدكتور آزار عبد اللطيف، أما ماجدة موسى فقد استخدمت في دراستها (2010) اختبار للتكيف النفسي وآخر للتكيف الاجتماعي للمعوقين بصريا، ودراسة محمد أحمد الرفوع وأحمد عودة القرارة (2004) طبقت مقياس التكيف النفسي بعد تطويره، بينما استخدمت دراسات كل من : سكسينا (1987)، زيايد بركات (2006)، وليد خالد رجب وسعد باسم جميل ومحمود مطر علي (2008)، سفيان لبصير (2009)، محمد محمد عودة (2010)

أدوات من إعداد الباحثين أصحاب الدراسات، كما جاء في الدراسة الحالية حيث تم بناء محور خاص بالتكيف النفسي في استبيان الصحة النفسية.

6 - من حيث النتائج :

اتضح من خلال العرض السابق لنتائج الدراسات السابقة أنها اختلفت من دراسة لأخرى، حيث وجد أن الدراسات التي تناولت العلاقة بين التكيف وغيره من المتغيرات منها من وجدت علاقة موجبة، كدراسات كل من : سكسينا (1978)، وزياد بركات (2006)، ومحمد الطاهر عبد الله المحمودي (2006)، ودينا موفق زيد (2008)، وسليمان ريحاني ومي الذويب وعز الرشدان (2009)، وكذلك محمد محمد عودة (2010)، وماجدة موسى (2010)، أما دراسة حفيظة خلوف (2008) فقد توصلت إلى وجود علاقة سالبة، بينما دراسة محمد أحمد الرفوع وأحمد عودة القرارة (2004) نفت وجود أي علاقة، أما عن الدراسات التي هدفت إلى البحث عن الفروق، فقد توصلت دراسة دينا موفق زيد (2008)، ودراسة ماجدة موسى (2010) إلى وجود فروق دالة تبعا لمتغير الجنس، بينما نفت وجود هذه الفروق، دراسات كل من : معاذ محمد عبد الرزاق العارضة (1998)، محمد الطاهر عبد الله المحمودي (2006)، محمد محمد عودة (2010)، سلام أنيس راضي البسطامي (2013)، وتوصلت دراسة وليد خالد رجب وسعد باسم جميل ومحمود مطر علي (2008) إلى بناء مقياس للتكيف الاجتماعي الأكاديمي، وقد تمت الاستعانة به في بناء الأداة المطبقة في الدراسة الحالية، كما توصلت دراسة سفيان لبصير إلى أن أغلبية أفراد عينة الدراسة يلجؤون إلى مجموعة من الآليات، كحيل دفاعية ضد مختلف الضغوطات بما يحقق لهم حسن التوافق مع مختلف المجالات.

7-3- دراسات متعلقة بالتوافق الدراسي :

7-3-1- دراسة الجنيدى جباري بلابل (1985) "حول التوافق الدراسي والتحصيل الدراسي".

*أهداف الدراسة : هدفت الدراسة إلى بحث العلاقة بين التوافق الدراسي والتحصيل الدراسي.

*عينة الدراسة : تكونت من (306) طالب من طلاب جامعة أم القرى.

*أدوات الدراسة : مقياس التوافق الدراسي من إعداد محمود الزيايدي وتعديل الباحث، المعدل التراكمي معبرا عن التحصيل الدراسي.

*نتائج الدراسة : توصلت هذه الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التوافق الدراسي والتحصيل الدراسي (الزهراني، 2005: 67).

7-3-2- دراسة الصباطي (1997) بعنوان: "التوافق الدراسي لدى الطلبة والطالبات السعوديين والمصريين".

*أهداف الدراسة : هدفت الدراسة إلى التعرف على التوافق الدراسي لدى الطلبة.

*عينة الدراسة : شملت عينة الدراسة (172) طالبا وطالبة.

*نتائج الدراسة : كان من بين نتائج الدراسة مايلي :

- تفوق الذكور على الإناث في التوافق الدراسي.

- لا توجد فروق في عملية التوافق تعزى لمتغيرات التخصص والمعدل التراكمي (عبارة،

2014: 78 - 79).

7-3-3- دراسة محمد قريشي (2002) بعنوان: "القلق وعلاقته بالتوافق الدراسي والتحصيل لدى تلاميذ المرحلة الثانوية".

*أهداف الدراسة : هدفت الدراسة إلى مايلي:

- معرفة طبيعة العلاقة بين القلق والتوافق الدراسي والتحصيل لدى التلاميذ.
 - معرفة إن كانت هناك فروق في التوافق الدراسي والتحصيل بين الجنسين.
 - معرفة إن كانت هناك فروق في التوافق الدراسي والتحصيل حسب متغير التخصص.
- *عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من تلاميذ السنة الأولى ثانوي بتخصصاته الثلاث (علوم- آداب- تكنولوجيا)، وكان قوامها (326) تلميذ، منهم (164) تلميذاً، و(162) تلميذة.
- *أدوات الدراسة : اختبار القلق المدرسي للمرحلة الثانوية من إعداد حسين كمال، مقياس التوافق الدراسي الذي ترجمه للعربية حسين عبد العزيز الدريني، الدرجات المحصلة من طرف التلاميذ خلال السنة الدراسية.

*نتائج الدراسة : توصلت هذه الدراسة إلى النتائج التالية :

- عدم وجود علاقة بين القلق والتوافق الدراسي والتحصيل.
 - وجود فروق بين الجنسين في التوافق الدراسي إذا كان القلق مرتفعاً لصالح الإناث.
 - عدم وجود فروق بين التلاميذ في التوافق الدراسي حسب متغير التخصص.
- 7-3-4- دراسة عبد الله لبوز (2002) بعنوان: "التنشئة الأسرية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية".

*أهداف الدراسة : تمثل الهدف من هذه الدراسة في الكشف عن طبيعة العلاقة بين أساليب التنشئة في الأسرة وعلاقة ذلك بالمدرسة، بعبارة أخرى عن أساليب التنشئة الأسرية وعلاقتها بالتوافق الدراسي للتلميذ.

*عينة الدراسة : قدر حجم العينة بـ (200) تلميذ وتلميذة من تلاميذ السنة الثانية ثانوي.

*أدوات الدراسة : قائمة المعاملة الوالدية من إعداد شيفر schaeffer، أعدده وقننه على البيئة العربية صلاح الدين أبو ناهية ورشاد عبد العزيز موسى، مقياس التوافق الدراسي من إعداد يونجمان youngman أعدده وكيفه على البيئة العربية حسين عبد العزيز الدريني.

*نتائج الدراسة : تمثلت نتائج هذه الدراسة فيما يلي :

- توجد علاقة ارتباطية ضعيفة بين التنشئة الأسرية والتوافق الدراسي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الدراسي بين الجنسين.

7-3-5- دراسة نجمة الزهراني (2005) بعنوان: "النمو النفسي الاجتماعي وفق نظرية اريكسون وعلاقته بالتوافق والتحصيل الدراسي".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين النمو النفسي الاجتماعي والتوافق والتحصيل الدراسي في ظل هذه المتغيرات (الجنس، الصف، التخصص).

*عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (300) طالب من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الطائف، واختيرت العينة بطريقة عشوائية.

*نتائج الدراسة : أسفرت نتائج الدراسة على مايلي:

- وجود علاقة ارتباطية بين مراحل نمو الأنا وفق نظرية اركسون والتوافق الدراسي والتحصيل.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الدراسي تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور ومتغير التخصص لصالح العلميين.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التحصيل الدراسي تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث ومتغير التخصص لصالح العلمي.

7-3-6- دراسة أديمو adeyomo (2005) بعنوان: "الذكاء الوجداني وعلاقته بتوافق الطلاب عند الانتقال إلى المدرسة الثانوية".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الذكاء الوجداني وتوافق الطلاب عند انتقالهم إلى المدرسة الثانوية.

*أدوات الدراسة : مقياس الذكاء الوجداني، مقياس التوافق من إعداد الباحث.

*نتائج الدراسة : أظهرت النتائج أن هناك علاقة بين الذكاء الوجداني والتوافق. وأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الدراسي تعزى لاختلاف مستوى الذكاء الوجداني.

7-3-7- دراسة زياد بركات (2006) بعنوان: "التوافق الدراسي لدى طالبات الجامعة - دراسة مقارنة بين المتزوجات وغير المتزوجات في ضوء بعض المتغيرات-".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى مقارنة القدرة على التوافق الدراسي بين الطالبات المتزوجات وغير المتزوجات، ومعرفة تأثير المتغيرات (مكان السكن والعمر والتخصص والمعدل التراكمي) في هذا التوافق.

*عينة الدراسة : اختار الباحث عينة مكونة من (190) طالبة، منهن (100) طالبة غير متزوجة، و(90) طالبة متزوجة.

*أدوات الدراسة : مقياس التوافق الدراسي لدى الطالبات المتزوجات من إعداد الباحث.

*نتائج الدراسة : بينت نتائج هذه الدراسة ما يأتي:

- وجود فروق دالة إحصائية بين درجات الطالبات المتزوجات وغير المتزوجات في القدرة على التوافق الدراسي وذلك لصالح الطالبات المتزوجات.
- عدم وجود فرق دال إحصائية بين درجات الطالبات المتزوجات وغير المتزوجات تعزى للمتغيرات (مكان السكن والتخصص والمعدل التراكمي).

7-3-8- دراسة أوغواك وآخرون (2006) بعنوان: "التوافق الدراسي والحالة النفسية لدى

الطلاب في مدرسة عالمية في كوالالمبور في ماليزيا".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى إيجاد تفسير للتوافق الدراسي والحالة النفسية لدى الطلاب الأجانب في مدرسة عالمية كنتيجة للسلوك التوافقي.

*عينة الدراسة : تألفت عينة الدراسة من (110) طالبا، منهم (77) أنثى، و(133) ذكرا، تم اختيارهم من أصل (318) طالبا، من مدرسة عالمية في كوالالمبور في ماليزيا.

*أدوات الدراسة : استخدمت الدراسة مقياس السلوك التوافقي الذي صممه سييتياواتي.

*نتائج الدراسة : أظهرت نتائج هذه الدراسة مايلي :

- الحالة النفسية للطلاب تعتمد أكثر على التوافق الدراسي في تجارب بيئية جديدة أكثر من صفاتهم الشخصية.
- التوافق الدراسي والحالة النفسية لدى الإناث تكون أعلى من الذكور في بيئة تعليمية جديدة (عبازة، 2014: 82).

7-3-9- دراسة صاحب أسعد ويس (2010) بعنوان: "التوافق الدراسي لطلبة الجامعة"

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى :

- معرفة إن كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التوافق الدراسي.

- معرفة إن كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة الاختصاصات العلمية وطلبة الاختصاصات الإنسانية في التوافق الدراسي.

*عينة الدراسة : تألفت عينة البحث من (86) طالبا وطالبة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، منهم (59) ذكور، و(27) إناث.

*أدوات الدراسة : استبيان التوافق الدراسي من إعداد الباحث.

*نتائج الدراسة :

- للجنس تأثير على التوافق الدراسي، حيث امتاز الذكور بأنهم أكثر قدرة على التوافق الدراسي من الإناث.

- لا يؤثر الاختصاص على التوافق الدراسي.

7-3-10- دراسة عفراء خليل إبراهيم العبيدي وسهام عزيز محسن سحاب الأنصاري

(2010) بعنوان: "الذكاء الأخلاقي وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى تلامذة الصف السادس الابتدائي".

*أهداف الدراسة : هدفت الدراسة إلى كشف العلاقة الارتباطية بين الذكاء الأخلاقي والتوافق الدراسي.

*عينة الدراسة : بلغت (500) تلميذا وتلميذة، من تلاميذ الصف السادس الابتدائي في مدينة بغداد.

*أدوات الدراسة : مقياس الذكاء الأخلاقي، ومقياس التوافق الدراسي من إعداد الباحثين.

*نتائج الدراسة : توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الأخلاقي والتوافق الدراسي لدى تلامذة الصف السادس الابتدائي.

7-3-11- دراسة رشيد خطارة (2011) بعنوان: "الذكاء الوجداني وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي".

*أهداف الدراسة : هدفت الدراسة إلى معرفة دلالة الفرق في الذكاء الوجداني والتوافق الدراسي باختلاف بعض المتغيرات الوسيطة مثل الجنس والتخصص، ومعرفة العلاقة الارتباطية ودلالاتها بين الذكاء الوجداني والتوافق الدراسي.

*عينة الدراسة : بلغ قوام العينة (333) تلميذاً، منهم (238) ذكور، و(95) إناث، تم اختيارهم بطريقة عشوائية من التلاميذ المسجلين بالسنة الأولى ثانوي بالمدارس الرسمية ببلدية غرداية.

*أدوات الدراسة : مقياس الذكاء الوجداني ومقياس التوافق من إعداد الباحث.

*نتائج الدراسة : يمكن حوصلة النتائج التي توصلت إليها الدراسة كما يلي:

- وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الذكاء الوجداني والتوافق الدراسي.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الذكاء الوجداني والتوافق الدراسي، وهذا لصالح الإناث.

7-3-12- دراسة آسيا عبازة (2014) بعنوان: "صورة الجسم وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى المراهق المتمدرس بالسنة الثانية ثانوي".

*أهداف الدراسة : هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين صورة الجسم والتوافق الدراسي، وكذلك معرفة العلاقة بين كل من صورة الجسم والتوافق الدراسي مع متغيرات الجنس والتخصص الدراسي والتحصيل الدراسي والتفاعل بينها.

***عينة الدراسة** : تكونت عينة الدراسة من (550) مراهقا، يمثلون ثلاث ثانويات بولاية ورقلة، وقد اختيرت عينة الدراسة بطريقة عشوائية بسيطة.

***أدوات الدراسة** : مقياس صورة الجسم لمحمد علي النوبي بعد تكيفه، واختبار هنري بورو للتكيف، ترجمة أبو طالب صابر للعربية كذلك بعد تكيفه.

***نتائج الدراسة** : توصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

- توجد علاقة سالبة بين عدم الرضا عن صورة الجسم والتوافق الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين بالسنة الثانية ثانوي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين المتمدرسين بالسنة الثانية ثانوي في صورة الجسم والتوافق الدراسي تبعا للنوع (ذكور/ إناث) لصالح الذكور، والتحصيل الدراسي (متحصل على المعدل/ غير متحصل على المعدل) لصالح المتحصلين على المعدل، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير التخصص الدراسي (أدبي/ علمي)، والتفاعل بينها، عدا التفاعل بين التخصص الدراسي والتحصيل الدراسي.

7-3-13- دراسة شفيقة داود (2014) بعنوان: "دراسة مقارنة في مستوى التوافق الدراسي بين المراهقين المتفوقين والمتأخرين دراسيا في مرحلة التعليم الثانوي".

***أهداف الدراسة** : هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على :

- معرفة مرحلة المراهقة، وهذا نظرا لما يتعرض له المراهق المتمدرس من صراعات نفسية، تؤثر على شخصيته ومزاجه.

- الفروق بين المراهقين المتمدرسين المتفوقين والمتأخرين دراسيا، من مرحلة التعليم الثانوي في توافقهم الدراسي.

*عينة الدراسة : استخدمت الدراسة العينة العشوائية المنظمة، وتكونت من (364) مراهقا متدرسا في مرحلة التعليم الثانوي، منهم (182) متفوقا، و(182) متأخرا بولاية تيزي وزو.

*أدوات الدراسة : اختبار التوافق الدراسي لهنري بورو (1974) تعديل وتقنين الجندي جباري بلابل، الكشف المدرسية.

*نتائج الدراسة : توصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

- توجد فروق بين المراهقين المتفوقين والمتأخرين دراسيا في التوافق الدراسي في مرحلة التعليم الثانوي.

- أهمية الجو المدرسي كونه يساعد التلميذ على تنمية الثقة بالنفس، وذلك بالحوار مع الأساتذة والزملاء، مما تنمي فيه روح الانتماء، والاعتماد على النفس، ومعرفة قيمته الحقيقية، وبالتالي يتمكن من تحقيق التوافق السوي.

7-3-14- دراسة مباركة ميدون (2014) بعنوان: "الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط".

*أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الكفاءة الذاتية والتوافق الدراسي، ثم عن مدى الاختلاف في التوافق الدراسي باختلاف الجنس.

*عينة الدراسة : تكونت العينة من (798) تلميذ وتلميذة، اختيروا بطريقة عشوائية طبقية من متوسطات مدينة ورقلة، من بين التلاميذ الذين يدرسون السنة الثانية والثالثة متوسط.

*أدوات الدراسة : مقياس الكفاءة الذاتية لشفارتسر وجيروزليم skhwarzer. Jerusalem، ترجمة سامر جميل رضوان (1997)، ومقياس التوافق الدراسي من إعداد الباحثة.

*نتائج الدراسة : انتهت الدراسة إلى النتائج التالية :

7 توجد علاقة طردية بين الكفاءة الذاتية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.

8 هناك فروق جوهرية بين التلاميذ والتلميذات في التوافق الدراسي لصالح التلميذات.

7-3-15- التعليق على الدراسات ذات العلاقة بمتغير التوافق الدراسي :

1 - من حيث مكان إجراء الدراسة :

هناك تباين بين الدراسات السابقة المتعلقة بمتغير التوافق الدراسي من حيث مكان إجرائها، حيث أن بعضها كانت في البيئة الجزائرية، كدراسة محمد قريشي (2002)، ودراسة عبد الله لبوز (2002)، وكذا دراسة رشيد خظارة (2011)، ودراسة آسيا عبازة (2014)، ودراسة شفيقة داود (2014)، وأيضا دراسة مباركة ميدون (2014)، أما دراسات كل من: الجنيدي جباري بلابل (1985)، الصباطي (1997)، نجمة الزهراني (2005)، زياد بركات (2006)، صاحب أسعد ويس (2010)، عفراء خليل إبراهيم العبيدي وسهام عزيز محسن سحاب الأنصاري (2010)، فقد أجريت في البيئة العربية، بينما الدراسات التي تمت في البيئة الأجنبية فهي دراسة أديمو (2005)، ودراسة أوغواك وآخرون (2006)، والدراسة الحالية تمت في البيئة الجزائرية.

2 - من حيث المجال :

تشابهت الدراسة الحالية مع كل الدراسات السابقة التي تم عرضها كونها تصب في مجال واحد وهو المجال الدراسي.

3 - من حيث الأهداف :

أغلبية الدراسات السابقة لها نفس الأهداف، والمتمثلة في البحث عن العلاقة بين بعض المتغيرات والتوافق الدراسي، والكشف عن طبيعة هذه العلاقة، كدراسة الجنيدى جباري بلابل (1985)، ودراسة أديمو (2005)، وكذلك دراسة عفراء خليل إبراهيم العبيدي وسهام عزيز محسن سحاب الأنصاري (2010)، ودراسة شفيقة داود (2014)، أما أغلبية دراسات كل من : محمد قريشي (2002)، عبد الله لبوز (2002)، نجمة الزهراني (2005)، رشيد خطارة (2011)، آسيا عبازة (2014)، مباركة ميدون (2014)، هدفت أيضا للكشف عما إذا كانت هناك فروق في التوافق الدراسي حسب متغيري الجنس والتخصص إضافة إلى بحث العلاقة، وهذا ما اتفق مع الدراسة الحالية، بينما اقتصر هدف دراسات كل من: الصباطي (1997)، وزيايد بركات (2006)، وأوغواك وآخرون (2006)، وصاحب أسعد ويس (2010) على الكشف عن الفروق في التوافق الدراسي حسب متغيري الجنس والتخصص.

4 - من حيث العينة :

طبقت جل الدراسات السابقة المتعلقة بمتغير التوافق الدراسي على تلاميذ المرحلة الثانوية، وهذا ما اتفق مع الدراسة الحالية، غير أنها اختصت بمرحلة معينة من مراحل التعليم الثانوي وهي المرحلة النهائية، وهذه الدراسات هي : دراسة محمد قريشي (2002)، ودراسة عبد الله لبوز (2002)، ودراسة نجمة الزهراني (2005)، وكذلك دراسة أوغواك وآخرون (2006)، ودراسة صاحب أسعد ويس (2010)، ودراسة رشيد خطارة (2011)، ودراسة آسيا عبازة (2014)، وأيضا دراسة شفيقة داود (2014)، بينما دراسات كل من : الجنيدى جباري بلابل (1985)، والصباطي (1997)، وزيايد بركات (2007)، طبقت على طلاب الجامعة، أما دراسة مباركة ميدون (2014) فقد طبقت على تلاميذ المرحلة

المتوسطة، ودراسة عفراء خليل إبراهيم العبيدي وسهام عزيز محسن سحاب الأنصاري (2010) طبقت على تلاميذ المرحلة الابتدائية.

5 - من حيث الأدوات :

اختلفت الأدوات المستخدمة في الدراسات السابقة حسب طبيعة كل موضوع، فقد استخدمت بعض الدراسات أداة بحثها من تصميم الباحث نفسه، كدراسات كل من : أديمو (2005)، زياد بركات (2006)، صاحب أسعد ويس (2010)، عفراء خليل إبراهيم العبيدي وسهام عزيز محسن سحاب الأنصاري (2010)، رشيدة خطارة (2011)، مباركة ميدون (2014)، أما الجنيدى جباري بلابل (1985) فقد عدل مقياس التوافق الدراسي لمحمود الزيايدي وبعدها قام بتطبيقه، واستخدمته شفيقة داود (2014) حسب تعديل وتقنين الجنيدى جباري بلابل، وأغواك وآخرون (2006) قاموا باستخدام مقياس السلوك التوافقي الذي صممه سيتياواتي، بينما طبقت آسيا عبازة (2014) اختبار هنري بورو للتكيف ترجمة أبو طالب صابر للعربية بعد تكيفه، في حين استخدمها محمد قريشي (2002) وعبد الله لبوز (2002) مقياس التوافق الدراسي ليونجمان ترجمة وتكيف حسين عبد العزيز الدريني، وهو نفس المقياس المستخدم في الدراسة الحالية.

6 - من حيث النتائج :

من خلال ما تم عرضه من دراسات وجد أن أغلبية الدراسات التي تناولت بعض المتغيرات وعلاقتها بالتوافق الدراسي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة باستثناء دراسة آسيا عبازة (2014)، والتي توصلت إلى وجود علاقة سالبة بين عدم الرضا عن صورة الجسم والتوافق الدراسي، أما دراسة محمد قريشي (2002) فقد توصلت إلى عدم وجود علاقة بين القلق والتوافق الدراسي، ودراسات كل من أوغواك وآخرون (2006)، وشفيقة داود (2014) أكدتا أن الحالة النفسية للتلميذ تؤثر على توافقه الدراسي والعكس صحيح.

أما فيما يخص الفروق في التوافق الدراسي تبعا للمتغيرات التي تناولتها الدراسة الحالية فقد توصلت دراسات كل من : نجمة الزهراني (2005)، أوغواك وآخرون (2006)، صاحب أسعد ويس (2010)، رشيد خطارة (2011)، آسيا عبازة (2014)، مباركة ميدون (2014) إلى أنه توجد فروق جوهرية بين التلاميذ والتلميذات في التوافق الدراسي، بينما دراسة عبد الله لبوز (2002) نفت وجود هذه الفروق، أما بالنسبة للتخصص فقد وجدت نجمة الزهراني في دراستها (2005) أنه توجد فروق في التوافق تعزى لمتغير التخصص، بينما توصلت دراسات كل من الصباطي (1997)، ومحمد قريشي (2002)، وزياذ بركات (2006)، وصاحب أسعد ويس (2006)، وكذلك آسيا عبازة (2014) إلى أن التخصص لا يؤثر على التوافق الدراسي.

8 - تعقيب على الدراسات السابقة :

من خلال استعراض الدراسات السابقة المتحصل عليها، يلاحظ أن الدراسة الحالية تشابهت مع هذه الدراسات، وذلك في أن هذه الدراسات تناولت أحد متغيرات الدراسة الحالية كالصحة النفسية أو أحد مؤشريها (تقدير الذات، التكيف النفسي) أو التوافق الدراسي كمتغير، وأغلبية الدراسات التي تم الاعتماد عليها درست العلاقة بين متغيرين كدراسات كل من: "بشرى أحمد جاسم العكايشي"، "كورين وفيروف وفلد"، "سكسينا"، "الجنيدى جباري بلابل"، "علاء الدين كفاي"، "معاذ عبد الرزاق العارضة"، "قيقر محمد الهادي عبد الرزاق"، "محمد قريشي"، "عبد الله لبوز"، "الحميدي محمد ضيدان الضيدان"، "إيمان صولي"، "محمد أحمد الرفوع وأحمد عودة القرارعة"، "عبد الكريم جرادات"، "نجمة الزهراني"، "أديمو"، "زياد بركات"، "أوغواك وآخرون"، "دينا موفق زيد"، "سليمان ريحاني ومي الذويب وعز الرشدان"، "العبد فقيه"، "ماجدة موسى"، "عفرأ خليل إبراهيم العبيدي وسهام عزيز محسن سحاب الأنصاري"، "علي عبد الحسن حسين وحسين عبد الزهرة عبد اليمه"، "رشيد خطارة"، "شاهر خالد سليمان وإسماعيل صالح العيس"، "تونسية يونس"، "آسيا عبازة"، "مباركة ميدون"،

"عواطف ملوكة"، أو أكثر من متغيرين كدراسات كل من : "مراد ساعو"، "ديمو وآخرون"، "حسن محمد عبد المعطي"، "بلاك كلانك كونستانس"، "انن روبرتز وآخرون"، "زبيدة أمزيان"، "معاوية أبو غزال وعبد الكريم جرادات"، "محمد محمد محمد عودة"، وهذا ما يتشابه مع الدراسة الحالية حيث أنها تهدف إلى التعرف على العلاقة بين عدة متغيرات والتوافق الدراسي. إضافة إلى ذلك فإن هذه الدراسات فيها من هدفت إلى الكشف عن الفروق في متغير أو متغيرين من متغيرات الدراسة حسب متغير الجنس أو التخصص أو... ، وهذا ما يدل على أن العينات التي طبقت عليها الدراسات السابقة كانت معظمها من الجنسين، وهذا أيضا يتفق مع الدراسة الحالية، أما الاختلاف الذي كان بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة يكمن في المجال التطبيقي أي الاختلاف في الإطار الزمني والمكاني، ومجتمع الدراسة، ففي الدراسة الحالية اختيرت مرحلة معينة من التعليم الثانوي ألا وهي المرحلة النهائية باعتبارها مرحلة مهمة وحاسمة في حياة التلاميذ.

ولقد تمت الاستفادة من الدراسات السابقة في إثراء الجانب النظري والتعرف على أدبيات الدراسة الحالية، وتحديد مشكلة الدراسة وصياغة تساؤلاتها، كما تم الاعتماد على بعض أدوات هذه الدراسات لاختبار متغيرات الدراسة الحالية، فبالنسبة لقياس بعض مؤشرات الصحة النفسية تم الاستعانة بمجموعة من الأدوات في هذا الإطار لبناء أداة الدراسة الحالية، بينما بالنسبة لقياس التوافق الدراسي فقد تم استخدام نفس المقياس الذي استعمله "محمد قريشي" و"عبد الله لبوز" في دراستيهما، كما تمت الاستفادة من نتائج هذه الدراسات في جانب تفسير ومناقشة النتائج، حيث أنها تعتبر بمثابة المحك الذي يثبت نتائج الدراسة الحالية ويدعمها.

خلاصة

في ختام هذا الفصل الذي تم فيه تقديم مجموعة من العناصر المنهجية التي كانت بمثابة تمهيد لما سيتم عرضه في الجانب النظري والميداني، يمكن القول أنه ذو أهمية بالغة في فهم هذه الدراسة بشكل مباشر، وفي توضيحها للقارئ من أجل أخذ فكرة عنها، كما أن هذا الفصل كان نقطة البداية الفعلية لهذه الدراسة والذي مهد لفصول نظرية وأخرى تطبيقية.

الفصل الأول : الصحة النفسية

تمهيد

- 1 - مفهوم الصحة النفسية
- 2 - التطور التاريخي لنشأة الصحة النفسية
- 3 - النظريات المفسرة للصحة النفسية
- 4 - أهمية الصحة النفسية بالنسبة للفرد والمجتمع
- 5 - أهداف الصحة النفسية
- 6 - نسبة الصحة النفسية
- 7 - مستويات الصحة النفسية
- 8 - معايير الصحة النفسية
- 9 - مناهج الصحة النفسية
- 10 - العوامل المؤثرة في الصحة النفسية
- 11 - خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية
- 12 - دور الأسرة والمدرسة والمجتمع في تحقيق الصحة النفسية

خلاصة

تمهيد

تعتبر الصحة النفسية ذات أهمية كبيرة في تحقيق حياة كريمة للفرد وفي تنمية المجتمع وازدهاره بصفة عامة، فهي تهتم كل فرد من أفراد المجتمع بسبب الانتشار الواسع للاضطرابات والأمراض النفسية، لكن تجدر الإشارة إلى أن الصحة النفسية في جوهرها حالة ثابتة نسبيا وليست مطلقة لدى الفرد، فالفرد السوي يفرح ويحزن وينفعل ويغضب ويخاف ويشك ويثور...، والصحة النفسية لا يمكن تحقيقها، فالإنسان المتمتع بالصحة النفسية هو الفرد القادر على مواجهة مصاعب ومشكلات الحياة، وكذا التكيف مع مختلف المواقف الحياتية تكيفا معقولا، ونظرا لأن المتعلم يحتاج هذا النوع من التكيف داخل بيئته المدرسية فهو بذلك بحاجة إلى مستوى معين من الصحة النفسية يضمن له مسارا تعليميا جيدا وفيمايلي عرض للصحة النفسية بداية بماهيتها وانتهاء بعلاقتها بالبيئة المدرسية.

1 - مفهوم الصحة النفسية "mental health":

يعتبر مصطلح الصحة النفسية من المصطلحات الأكثر شيوعاً في مجال علم النفس، والأكثر اهتماماً من قبل الباحثين والعلماء في هذا المجال، وقد ظهر اختلاف شديد بين الباحثين لتعريف هذا المصطلح، فكل باحث يعرفه من وجهة نظره الخاصة وحسب ميوله ولكن بالرغم من هذا يوجد بعض جوانب الاتفاق بين الباحثين، وهذا ما سيتم توضيحه من خلال التعاريف التالية :

تعريف " أدولف ماير " والذي يعتبر أول من استهل مصطلح الصحة النفسية، حيث استخدم هذا المصطلح ليشير إلى نمو السلوك الشخصي والاجتماعي نحو السواء، وعلى الوقاية من الاضطرابات النفسية، والصحة النفسية حسب قوله تعني "تكيف الشخص مع العالم الخارجي المحيط به بطريقة تكفل له الشعور بالرضا كما تجعل الفرد قادراً على مواجهة المشكلات المختلفة" (الداهري، 2005: 25).

تعريف "هادفيلد" "الصحة النفسية هي حالة التوافق التام، أو التكامل بين الوظائف النفسية المختلفة، مع القدرة على مواجهة الأزمات النفسية العادية التي تطرأ عادة على الإنسان مع الإحساس الإيجابي والسعادة الكافية" (السفاسفة وعريبات، 2005: 09).

تعريف "ماسلو" "الصحة النفسية هي قدرة الفرد على تحقيق ذاته وإشباع حاجاته الأساسية" (maslow، 1971: 159).

تعريف "عبد العزيز القوصي" "الصحة النفسية هي التوافق التام والتكامل بين الوظائف النفسية المختلفة، مع القدرة على مواجهة الأزمات النفسية العادية التي تطرأ على الإنسان مع الإحساس الإيجابي بالسعادة والكافية" (القوصي، 1975: 92).

تعريف "جوهادو" "الصحة النفسية مفهوم يصف الشخص الصحيح نسبيا بأنه الشخص الذي يسيطر على بيئته بطريقة إيجابية نشطة تتضح فيها وحدة اتساق الشخصية، ويدرك فيها الفرد نفسه والعالم الذي حوله بطريقة واقعية ويستطيع توظيف قدراته بفاعلية دون الاعتماد على الآخرين" (الداهري، 1999: 42).

تعريف "فوزي جبل" "الصحة النفسية هي تلك الحالة التي تتسم بالثبات النسبي، والذي يكون فيه الفرد متمتعاً بالتكيف مع نفسه ومع بيئته ومتسماً بالاتزان الانفعالي، وأن يشعر بالسعادة والرضا وتكون لديه القدرة على تحقيق ذاته، ويضع لنفسه مستوى من الطموح يتفق مع إمكانياته وقدراته، كما لديه القدرة على معرفة إمكانياته واستثمارها في أمثل صورة ممكنة" (الداهري، 2005: 29).

تعريف "منظمة الصحة العالمية" "الصحة النفسية هي حالة من الاكتمال الجسدي والنفسي والاجتماعي لدى الفرد، وليست خلو من المرض العقلي أو النفسي" (السفاسفة وعريبات، 2005: 09).

تعريف "صبرة محمد علي وأشرف عبد الغني شريت" "الصحة النفسية هي سلامة الفرد من المرض النفسي والعقلي في صورته المختلفة وعدم ظهور أعراض للاضطرابات السلوكية الحادة في أفعاله وتصرفاته" (علي وشريت، 2004: 23).

تعريف "حامد عبد السلام زهران" "الصحة النفسية هي حالة دائمة نسبيا، يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا (شخصيا وانفعاليا واجتماعيا)، ويشعر بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين، ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكانياته إلى أقصى حد ممكن، ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة، وتكون شخصيته متكاملة سوية، وسلوكه عاديا، ويكون حسن الخلق بحيث يعيش في سلامة وسلام (زهران، 2005: 09).

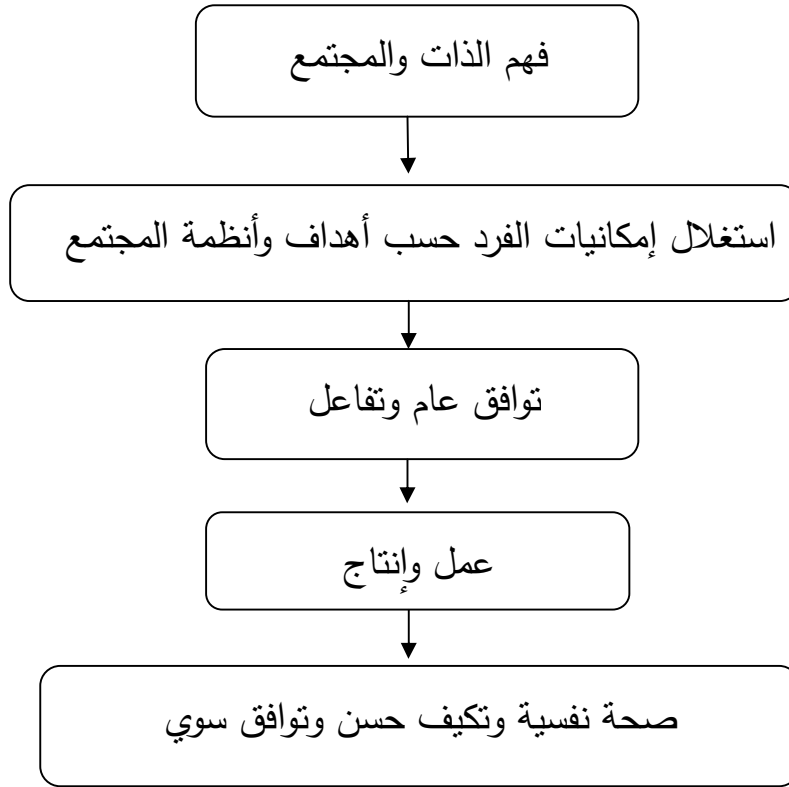
وعرفها "عبد السلام عبد الغفار" بأنها : الحالة النفسية للفرد، وتتمثل الصحة النفسية السليمة في تكامل طاقات الفرد المختلفة بما يؤدي إلى حسن استثمارها، مما يؤدي إلى تحقيق وجوده أي إنسانيته (صولي، 2014: 32).

ومن التعاريف السابقة الذكر يتضح أنه يوجد تباين في تعريف الصحة النفسية وذلك حسب اختلاف نظرة الباحثين وتوجهاتهم، غير أن الأمر الملاحظ هو وجود اتفاق بين العلماء والباحثين في تعريفهم للصحة النفسية يكمن في النقاط التالية :

- هي حالة ثابتة نسبياً.
- تهدف إلى النمو السوي.
- تنعكس في القدرة على التكيف.
- تتحقق من خلال التوافق النفسي والاجتماعي.
- تهدف إلى تحقيق الذات.
- تتمثل في الشعور بالسعادة مع النفس ومع الآخرين.
- تكامل طاقات الفرد مما يؤدي إلى قدرة استثمارها في عمل منتج ومثمر.
- القدرة على مجابهة مختلف المشكلات الحياتية.

ومنه نستنتج أنه يصعب تحديد وبدقة مفهوم الصحة النفسية وحصره في جوانب معينة، وذلك لمرونة هذا المصطلح وعدم وجود حد نهائي له، فلا وجود لإنسان يخلو من القلق والإحباط والتوتر... وما يترتب عليهم من انفعالات، كما أن المضطربين أنفسهم يختلفون في درجة الاضطراب، ومع هذا يمكن اعتبار الصحة النفسية حالة نسبية من الاستقرار النفسي والاجتماعي للفرد.

والشكل التالي يوضح المفهوم الشامل للصحة النفسية :



الشكل رقم (01) : المفهوم الشامل للصحة النفسية (صولي، 2014: 34)

2 - التطور التاريخي لنشأة الصحة النفسية :

إن المتتبع لنشأة علم الصحة النفسية، يجد أن موضوعات هذا العلم قديمة قدم الإنسان، فالقرآن الكريم يخبرنا أن آدم عليه السلام نشأ في صحة جسمية ونفسية. فقد خلقه الله في أحسن تقويم ووفر له شروط الأمن والطمأنينة، فأكرمه ونعمه وأسجد له الملائكة، وعلمه ما لم يعلم وجعله خليفة الله في الأرض قال تعالى: ﴿لقد خلقنا الإنسان في أحسن تقويم﴾ التين الآية 4 (أبو حويج والصفدي، 2009: 19).

وقد أشارت الدراسات بعد ذلك في الحضارات القديمة إلى اهتمام الفراعنة والإغريق والصينيين القدماء بعلاج الاضطرابات العقلية، وإعادة الصحة النفسية. وكان المسؤول عن

العلاج الكهنة والسحرة، على أساس أن هذه الاضطرابات ناتجة عن حلول الأرواح بالأبدان، وكانت مهمة العلاج طرد الشر واستخدموا في ذلك السحر والصلاة والعمليات الجراحية.

وعند الإغريق ظهر "هيبيقراط" (365-377 ق. م) الذي أرجع الأمراض العقلية إلى خلل في الدماغ، مركز النشاط العقلي، واهتم بتشخيص حالات المنغوليا والهستيريا، وقام بمعالجتها بأسلوب علمي، فوصف لعلاجها تنظيم الحياة، وتخفيف الضغوط النفسية، والتغذية، والتمارين الرياضية.

أما "أفلاطون" (374-429 ق. م) فقد كانت آراؤه تشاؤمية في الصحة النفسية، إذ اعتبر النفس محبوسة في البدن بأدرانه وشهواته، واعتقد أن الأمراض العقلية ناتجة عن الشياطين. ومع هذا كانت له آراء جيدة في الصحة النفسية، فقد اعتبر المجنون غير مسؤول عن أفعاله، ولا يعاقب على جرائمه، ودعا إلى عزل المجانين، وتكليف أهلهم بحراستهم والعناية بهم في بيوتهم (السفاسفة وعربيات، 2005: 11-12).

وفي العصور الوسطى ازدهر علم الصحة النفسية في البلاد الإسلامية عكس ما كان الوضع في أوروبا، حيث كانت العصور الوسطى مظلمة بالنسبة لهذا العلم. وهذا ما أكده "برنيو" (1972) بقوله : أنه لأكثر من ألف عام فقدت كتابات أرسطو بالنسبة للعلماء الأوروبيين، بينما أنقذت هذه الأعمال بواسطة العرب.

وقد اهتم المسلمون بموضوعات الصحة النفسية وعالجوها من خلال دراستهم لعلاقة الإنسان بربه وبنفسه وبالناس، وجعلوا هدفها تنمية دوافع الهدى والسيطرة على دوافع الهوى وتحقيق التوازن بين مطالب الجسد والروح، ليعيش الإنسان في قرب من ربه وسلام مع نفسه ووثام مع الناس فيسعد في الدنيا والآخرة (زبيدي ولمين، 2012: 85-86). وقد برز في هذا المجال "ابن سينا" و"أبو بكر الرازي" و"اسحاق بن عمران" و"علي بن حزم"

أما في العصر الحديث فقد نشأ هذا العلم في أوروبا سنة (1979)، وينسب إلى "فارلي" لأنه من الأوائل في العصر الحديث الذين بحثوا في فرنسا إمكانية إعادة التكيف الاجتماعي للمجرمين والجانحين. وأشار تاريخ تطور الحياة الاجتماعية بفرنسا في أواخر القرن التاسع عشر إلى تأسيس عدد من الجمعيات التي تعمل لهذا الغرض (السفاسفة وعربيات، 2005: 12-13). وتوالى البحوث والدراسات الطبية والنفسية في الصحة النفسية والعلاج النفسي، وتعددت المجالات العلمية الدورية التي تحوي آلاف البحوث والدراسات في الصحة النفسية والعلاج النفسي في الوقت الحاضر (زبدي ولمين، 2012: 87).

3 - النظريات المفسرة للصحة النفسية :

يمكن النظر للصحة النفسية في جميع نظريات علم النفس، حسب اختلاف أهدافها وأساليبها، فكل اتجاه نظري يحاول تأكيد رأيه فيما يخص سبب المرض وبالتالي تصوره للصحة. لكن الشيء المتفق عليه في هذه النظريات هو تمتع الفرد بالصحة النفسية، ووجوب توفير جو هادئ ومليء بالحب والاطمئنان والثقة والاحترام للمريض.

3-1- نظرية التحليل النفسي :

تعتبر مدرسة التحليل النفسي رائدة في تناول الاتجاهات والآراء حول تفسير السلوك الإنساني، ويقسم مؤسسها "سيجموند فرويد s.freude" الجهاز النفسي للإنسان إلى ثلاثة أقسام، وهي: الهو والأنا والأنا الأعلى، ويعتبر الهو منبع الطاقة الحيوية النفسية التي يولد الفرد مزودا بها، وهو مستودع القوى والطاقات الغريزية والجنسية، لذلك فهو لا شعوري ويعيد عن المعايير والقيم الاجتماعية ولا يعرف شيئا عن المنطق، أما الأنا فهو مركز الشعور والإدراك الحسي الخارجي، وهو الذي يعمل على التوفيق بين مطالب الهو والظروف الخارجية، أما الأنا الأعلى فهو مستودع المثاليات والأخلاقيات والضمير والمعايير الاجتماعية والتقاليد والقيم (عليوي، 2011: 84).

وقد رأى أنصار هذه النظرية أمثال "فرويد **freude**" أن الصحة النفسية السليمة تتمثل في قدرة الأنا على حسم الصراع الدائر بينها، وكل من الهو والأنا الأعلى، والتوافق بين هاتين المنظمتين ومطالب الواقع، وعلى كبح جماح الهو وضبط غرائزها ودوافعها، وكذلك على عدم الإغراق في القيم المثالية، بحيث لا ينفصل الفرد عن الواقع، كما أعطوا أهمية بالغة للخبرات الطفولية للفرد في إرساء دعائم شخصيته وبنائها، وأكدوا على دور عدم النضج والتنشيط خلال مراحل النمو النفس- جنسي في تكوين الانحرافات والاضطرابات النفسية (زبيدي ولمين، 2012: 111- 112)، وتقوم هذه النظرية على عدد من الأسس التي تعد بمثابة مسلمات في تفسير السلوك من أهمها: الحتمية النفسية، الطاقة النفسية، الثبات والالتزان، ومبدأ اللذة (عبد الغفار، 2007: 26- 27).

وقد رأى "إريك فروم **erick fromm**" أن الصحة النفسية للفرد تتمثل كحل وسط بين الحاجات الداخلية للفرد والمطالب الخارجية للمجتمع، وأكد على مغزى قدرة الفرد على التعبير عن الحب للآخرين، والأخذ أكثر من العطاء (قديح، 2007: 122)، أي أنه قد ربط بين مفهوم الصحة النفسية والمقدرة على الحب والشعور بالتوحد والارتباط الوثيق بالأهل والوطن، وقد ربط "أتو رانك **otoo rank**" بين مفهوم الصحة النفسية والإبداعية، أما "سوليفان **solivan**" فقد ربط بين مفهوم الصحة النفسية والعلاقات الشخصية (المتبادلة) غير المتتالية، وكذلك ربطت "كارن هورني **karen horny**" بين مفهوم الصحة النفسية وإدراك الذات وتحققها، والمقدرة على إضفاء التكامل بين معظم الحاجات العصابية (زبيدي ولمين، 2012: 112).

3-2- النظرية السلوكية :

يرى رواد هذه النظرية أن السلوك متعلم من البيئة، وأن عملية التعلم تحدث نتيجة لوجود الدافع والمثير والاستجابة، وبالتالي فإن مفهوم الصحة النفسية لديهم يتمثل في

الاستجابات المناسبة للمثيرات المختلفة أي استجابات بعيدة عن القلق والتوتر (سليمان والعيس، 2012: 07)، إذن فالصحة النفسية السليمة بالنسبة للنظرية السلوكية تتمثل في اكتساب الفرد عادات مناسبة وفعالة تساعده على التعاون مع الآخرين في مواجهة المواقف التي تحتاج إلى اتخاذ قرارات، فإذا اكتسب الفرد عادات تتناسب مع ثقافة مجتمعه النفسية هو محك اجتماعي، ومن رواد هذه النظرية "سكنر skinner" الذي يقول أن سوء الصحة النفسية يعود إلى أخطاء في التعلم الشرطي (الزبيدي، 2007: 13)، ويرى كل من "كلارك هل clarck hull" و "جون دولارد jone dollard" و "نيل ميللر nill miller" أن السلوك المرضي والذي يدل على اعتلال الصحة النفسية كما يمكن تعلمه واكتسابه، يمكن إزالته أو التخلص منه، شأنه شأن السلوك العادي. ويرون أن الاضطراب الانفعالي الاجتماعي ينتج عن عامل من العوامل التالية: الفشل في تعلم أو اكتساب سلوك مناسب، تعلم أساليب سلوكية غير مناسبة أو مرضية، مواجهة الفرد مواقف صراعية تستدعي منه أن يقوم بعملية تمييز واتخاذ قرارات يعجز عن القيام بها (زبيدي ولمين، 2012: 112).

3-3- النظرية الإنسانية :

يمثلها كل من (روجرز rogers و ماسلو maslwo وستين stuen و فروم fromm) وغيرهم وينظرون إلى الإنسان على أنه كلا متكاملًا، والطبيعة البشرية خيرة بالطبع أو على الأقل محايدة وأن الظاهرة السلوكية بمثابة أعراض، ويؤكدون الصحة النفسية، وأن الدراسة النفسية يجب أن تتوجه إلى الكائن الإنساني السليم وليس الأفراد العصائيين. وتأكيد دراسة الخبرة الحاضرة كما يدركها من يمر بها وليس كما يراها الآخرون.

وأكد "روجرز" أن هناك اتصالًا وثيقًا بين مفهوم تقبل الذات وتحقيقها وبين الصحة النفسية (الزبيدي، 2007: 13-14)، ورأى أن الفرد يستطيع أن يحقق ذاته ووجوده الشخصي إذا ما أتيحت له الظروف التي تمكنه من ذلك، ويكون تحقيق الفرد لإنسانيته تحقيقًا كاملاً

من خلال احتضانه لمجموعة من القيم العليا والتي منها : الحق والخير والجمال والصدق مع النفس والآخرين والشجاعة والتفاني في أداء العمل، من خلال ممارسته لحريته ومقدرته على الحب والسمو، وعدم اللجوء إلى حيل دفاعية يقصد بها تشويه الحقيقة، ويعد ذلك من أهم مظاهر الصحة النفسية (زبيدي ولمين، 2012: 113).

3-4- النظرية المعرفية :

يرى أصحاب هذه النظرية أن الصحة النفسية للفرد ترتبط بقدرته على تفسير الخبرات بطريقة منطقية تمكن الفرد من المحافظة على الأمل باستخدام مهارات معرفية مناسبة لمواجهة الأزمات، وحل المشكلات، وعليه فالشخص المتمتع بالصحة النفسية هو فرد قادر على استخدام استراتيجيات معرفية مناسبة للتخلص من الضغوط النفسية، ويحيا على فسحة الأمل ولا يسمح لليأس بالتسلل إلى نفسه (عليوي، 2011: 86)، وصاحب هذه النظرية هو "ويليام هيرست"، وتؤمن هذه النظرية بمايلي (زبيدي ولمين، 2012: 113):

- يجب على علماء السلوك دراسة العمليات العقلية مثل التفكير والإدراك والذاكرة والانتباه واللغة وحل المشاكل.
- يجب تطبيق العمليات العقلية مع الحياة اليومية.
- يجب تنمية الشعور، واستعمال الطرق الموضوعية لتأكيد مثل هذا الشعور.

ويمكن توضيح أهم المظاهر الخاصة بالصحة النفسية في كل نظرية من خلال

الجدول التالي:

الجدول رقم (01) : يوضح أهم المظاهر الخاصة بالصحة النفسية في ضوء النظريات

النفسية

| موضوع الدراسة | الأهداف الرئيسية | النظرية | طرق البحث | أصل الدراسة | صاحب النظرية |
|---|--|----------------------|---|------------------|------------------------------------|
| - الشخصية - الطفولة المبكرة - الجوانب اللاشعورية | - تقديم العلاج - اكتساب المعرفة | نظرية التحليل النفسي | - التداوي الحر - الكشف عن الخبرات - التحليل المنطقي - الملاحظة | المرضى النفسيون | سيجموند فرويد |
| - السلوك | -التعلم - اكتساب المعرفة | النظرية السلوكية | الطرق الموضوعية | الإنسان والحيوان | كلارك هل جون دولارد نيل ميلر |
| -الخبرات الإنسانية - الفرد العادي - الفرد الممتاز | -خدمة الإنسان والسمو به - تحقيق الذات - اكتساب المعرفة والقيم العليا | النظرية الإنسانية | -الملاحظة - الطرق الموضوعية - دراسة الحالة | الأفراد | ماسلو كارل روجرز |
| -العمليات العقلية - حل المشكلة | - المعرفة | النظرية المعرفية | الطرق الموضوعية والاستبطان | الإنسان | وليام هيرست |

(زبدي ولمين، 2012: 114)

ومن خلال ما تقدم من وجهات نظر الباحثين بخصوص الصحة النفسية، اتضح أنهم اختلفوا في تفسيرهم للاضطراب النفسي، وتصورهم للصحة النفسية.

فمثلا في نظرية التحليل النفسي رأى فرويد أن الاضطرابات النفسية تكون من خلال الصدمات التي يتعرض لها الفرد في الماضي، وتنشأ في الحاضر، أي أن عودة الخبرات المكبوتة يؤثر تأثيرا رئيسيا في تكوين المشكلات والأمراض لديه، واعتبر أن الفرد المتمتع بالصحة النفسية هو من يستطيع إشباع حاجاته من خلال قدرته على خفض توتره وتحويله إلى لذة، أما النظرية السلوكية فإنها رأت أن التعلم هو المحور الأساسي الذي يقوم عليه السلوك، وتجنبنا مفاهيم اللاشعور والكبت و... التي يستعملها رواد نظرية التحليل النفسي، وفسرت الاضطراب النفسي الذي يدل على اعتلال الصحة النفسية في ضوء استجابات الفرد، واعتبرت الإنسان كأنه آلة تستسلم للتنبيه الخارجي وأغفلت شعوره وقدرته على التعامل مع الظروف المحيطة به، حسب طاقته على التحمل.

أما النظرية الإنسانية فهي تقوم على مبادئ تختلف على ما تقوم عليه كل من نظرية التحليل النفسي والنظرية السلوكية، فالصحة النفسية عند رواد هذه النظرية تعني تكوين الفرد مفهوما إيجابيا عن ذاته، والشخص الذي يتفق سلوكه مع المعايير السائدة في المجتمع هو الأكثر تمنا بالصحة النفسية، في حين أن النظرية المعرفية رفضت الأسس التي تقوم عليها النظرية السلوكية بتأكيد أنها دراسة المثير والاستجابة فقط لا تكفي، بل يجب التوصل إلى ما يجري في العقل من عمليات عقلية، فقد ركز روادها على المنطق في حل الأزمات النفسية للفرد، واعتبروا الفرد كلاً متكاملًا لا يمكن فصل عواطفه عن الجوانب الأخرى من شخصيته.

4 - أهمية الصحة النفسية بالنسبة للفرد والمجتمع :

إن للصحة النفسية أهمية بالغة بالنسبة للفرد والمجتمع بحيث أن الفرد المتمتع بالصحة النفسية أقدر من غيره في مواجهة المواقف الحياتية المختلفة مما يجعله يحيا في المجتمع بفاعلية ويشعر بالسعادة في الحياة، ولا شك أن المجتمع الذي يتمتع أفراداه بالصحة النفسية مجتمع يتسم بالازدهار والرخاء (جبل، 2000: 47)، وبالتالي فإن أهمية الصحة النفسية للفرد والمجتمع يمكن إبرازها من خلال ما يلي :

4-1- أهمية الصحة النفسية بالنسبة للفرد :

وتظهر هذه الأهمية من خلال العناصر التالية :

- أ - الصحة النفسية تساعد الفرد على التوافق في المجتمع، والتوافق الذاتي ليحيا حياة خالية من التوترات والصراعات المستمرة مما يؤهله للعيش فيطمأنينة وسعادة.
- ب - الصحة النفسية تجعل الفرد أكثر قدرة على الثبات والصمود حيال الشدائد والأزمات، والتغلب عليها دون الهرب منها.
- ج - الصحة النفسية تساعد الفرد على سرعة الاختيار واتخاذ القرار، دون جهد زائد أو حيلة شديدة، وتساعد على فهم نفسه والآخرين، وتجعله قادرا على التحكم في عواطفه وانفعالاته ورغباته، مما يساعده على تجنب السلوك الخاطيء. (السفاسفة وعربيات، 2005: 16).

- د - الصحة النفسية تمكن الفرد من النمو الاجتماعي السليم فالانفعال والهدوء في تصرفات الفرد مع الآخرين يؤدي إلى قبوله لديهم، كما أنه يكون أقدر من غيره في تكوين العلاقات الاجتماعية والتفاعل الجاد مع الآخرين.

هـ - الصحة النفسية تمكن الفرد من التعلم الجيد، فالتعلم يحتاج إلى قدر من التركيز والالتزان الانفعالي والهدوء النفسي والخلو من الاضطرابات النفسية والشخصية.

و - الصحة النفسية تساعد الفرد على الإنتاج المهني، فالمتمتع بالصحة النفسية يعمل دائماً على تحقيق ذاته ولذلك فهو يتقن الأداء في مهنته حتى يحقق فيها أعلى مستوى من النجاح لكي يحقق هذه الذات، فالانغماس في الاضطراب النفسي يؤثر على إنتاجية الفرد والروح المعنوية ومستوى الأداء.

ز - الصحة النفسية تدعم الصحة البدنية لأن كثير من الأمراض النفسية تظهر على الفرد في هيئة أعراض مرضية جسدية مثل ضغط الدم، القرحة المعدية ... وبالتالي الاستقرار النفسي والصحة النفسية ضروريان لتدعيم الصحة البدنية. (صولي، 2014: 34-35).

4-2- أهمية الصحة النفسية بالنسبة للمجتمع :

الصحة النفسية مهمة للمجتمع بمختلف مؤسساته مثل: الأسرة والمدرسة ومكان العمل، لأنها تهتم بعلاج مختلف المشكلات الاجتماعية التي تؤثر على نمو شخصية الفرد. وبالتالي فإن الصحة النفسية مهمة لجميع أفراد المجتمع، ويمكن ذكر هذه الأهمية فيما يلي (زبدي ولمين، 2012) :

أ - الأسرة : إن الصحة النفسية للأبوين تؤدي إلى تماسك الأسرة مما يساعد على خلق جو ملائم لنمو شخصية الطفل المتناسكة، كما أن العلاقات السوية بين مختلف أفراد الأسرة تؤدي إلى نمو الأطفال نموا نفسيا سليما.

ب - المدرسة : تعد الصحة النفسية ضرورية في المدرسة، وذلك لأن العلاقات السوية بين الإدارة والمدرسين وبين المدرسين ذاتهم تؤدي إلى سلامة نفسياتهم. كذلك فإن

العلاقات الاجتماعية في المدرسة بشكل عام تؤثر على التلميذ وصحته النفسية. والعلاقات الجيدة بين المدرس والتلميذ تؤدي إلى النمو التربوي والنفسي السليم للتلميذ. وكذلك العلاقة الجيدة بين المدرسة والبيت تساعد على النمو النفسي للطفل.

ج - بالنسبة للمجتمع ككل : الصحة النفسية مهمة للمجتمع لأنها تهتم بدراسة وعلاج المشكلات الاجتماعية التي تؤثر على نمو شخصية الفرد، وعلى المجتمع الذي يعيش فيه. فالصحة النفسية للمجتمع في غاية الأهمية، لأن المجتمع الذي يعاني من التمزق وعدم التكامل بين مؤسساته هو مجتمع مريض (زبدي ولمين، 2012: 120).

5- أهداف الصحة النفسية :

تهدف الصحة النفسية بصفة عامة إلى مساعدة الأفراد على التعديل والتغيير من سلوكياتهم وفقا للخبرات التي مروا بها، أي الخبرات السابقة وتمكنهم من تحقيق النجاح في مختلف المجالات ومجابهة الأزمات والتحديات التي تعترضهم، وتساعدهم أيضا على التكيف مع المواقف الجديدة، ويمكن إجمال أهم أهداف الصحة النفسية حسب رأي (رحماوي، 2009) فيما يلي :

- المحافظة على سلامة النفس للفرد والجماعة.
- فهم العلاقة بين تجارب الحياة ونمو الشخصية.
- مكافحة الاضطرابات النفسية والعقلية والانحرافات الخلقية لما لها من آثار مدمرة تهدد الإنسانية.
- انتشار مبادئ الصحة النفسية ونشر الوعي الصحي بصفة عامة، والوعي الصحي النفسي بصفة خاصة للأفراد، حتى يساعد ذلك على الوقاية من الأمراض النفسية والانحرافات الخلقية (رحماوي، 2009: 55).

6 - نسبة الصحة النفسية :

الصحة النفسية ليست حالة ثابتة، إما أن تتحقق أو لا تتحقق، بل هي حالة ديناميكية متحركة نشيطة ونسبية تتغير من شخص لآخر، ويمكن أن تتغير أيضا لدى الفرد والواحد من وقت لآخر...، كما تختلف أيضا حسب مراحل النمو، ومن مجتمع لآخر، وحسب المراحل التاريخية، وفيما يلي عرض لبعض المتغيرات التي ترتبط بنسبية الصحة النفسية :

6-1- نسبة الصحة النفسية من فرد لآخر :

تتباين الصحة النفسية من فرد لآخر، فمن يعدون أصحاء ليسوا كلهم على نفس الدرجة من الصحة النفسية، حيث يتضح ذلك من خلال سلوكهم وأساليب توافقهم النفسية والاجتماعية، وكذلك من خلال إجاباتهم على الاختبارات النفسية، ويستنتج من ذلك أن الصحة والمرض مفهومان متداخلان وليس طرفين منفصلين، بل هما متغيران ممتدان على طول متصل، وبالتالي لا يمكن تصنيف الأفراد إلى فئتين منفصلتين، إحداهما تمثل المرض في صيغته القصوى والأخرى تمثل الصحة في صيغتها التامة أو حدها الأقصى، أي أن هناك أصحاء أقرب إلى المرضى، كما أن هناك مرضى أقرب إلى الصحة (عبد الغفار، 1981: 103)، وبالتالي فإن الصحة النفسية لا تخضع لقانون الكل ولا يوجد شخص على الإطلاق كامل في صحته النفسية.

6-2- نسبة الصحة النفسية لدى الفرد من وقت لآخر :

فلا وجود للشخص الذي يشعر في كل لحظة من لحظات حياته بالسعادة والسرور، كما أن الفرد الذي يشعر بالتعاسة والحزن خلال سنين حياته كلها غير موجودة أيضا، فالشخص يمر بمواقف سارة وأخرى ليست كذلك، وتستخدم الاختبارات والمقاييس النفسية لتحديد درجة الفرد ومركزه على بعد متدرج (سلم تقدير ذو بعدين)، الصحة النفسية مقابل

الشذوذ، ولكن يجب أن نذكر أن الشخص الذي يتمتع بدرجة مرتفعة من الصحة النفسية يتميز بأن لديه درجة مرتفعة من الثبات النسبي أيضا، في حين أن الدرجة المنخفضة من الصحة النفسية تتميز بالتغير والتذبذب من وقت لآخر.

6-3- نسبية الصحة النفسية تبعا لمراحل النمو :

فقد يعد سلوك ما سويا في مرحلة عمرية معينة مثل: رضاعة ثدي الأم حتى الثانية، ولكنه غير سوي إذا حدث في سن الخامسة، كما أن مص الأصبع، سلوك سوي طبيعي في الأشهر الأولى من عمر الطفل ولكنه مشكلة سلوكية إذا حدث بعد السادسة، ومثله أيضا التبول اللاإرادي، سلوك سوي في العام الأول ولكنه مشكلة سلوكية بعد الخامسة وهكذا ... (ساعو، بدون سنة: 56).

6-4- نسبية الصحة النفسية تبعا لتغير الزمان :

يتحدد السلوك الدال على الصحة النفسية وفقا لعدد من المتغيرات ومن هذه المتغيرات الزمان الذي حدث فيه السلوك، فما هو سوي اليوم ليس كذلك بالأمس وقد لا يكون كذلك في الغد، وما كان شاذا وغير صحي بالأمس لا يعد كذلك اليوم والعكس صحيح، ومثال ذلك قيام أحد الأساتذة الأمريكيين بفصل طالبة جامعية منذ خمسون عاما بسبب إصرارها على التدخين داخل قاعة المحاضرة وذلك لإتيان هذه الطالبة سلوكا مخالفا للمألوف، والطريف أن نفس الجامعة فصلت هذا الأستاذ نفسه بعد ثلاثون عاما، وقد أصبح عميدا فيها بسبب إصراره على منع الطالبات من التدخين، وهو أمر اعتبرته الجامعة تدخلا غير مألوف في حريات الطلاب الشخصية.

6-5- نسبية الصحة النفسية تبعاً لتغير المجتمعات :

مفهوم الصحة النفسية يحدد من خلال العادات والتقاليد والقيم والمعتقدات السائدة في المجتمع، فالمجتمعات تختلف عن بعضها البعض ومن ثم فإن مظاهر السلوك وأشكاله المعبرة عن الصحة النفسية حتماً مختلفة من مجتمع لآخر طالما أن هذه المجتمعات مختلفة ثقافياً وقيماً، فالسلوك الذي يبدو غير سوي في ثقافة ما قد يكون مقبولاً تماماً في غيرها من الثقافات (ملوكة، 2014: 91-92)، ومثال ذلك النقاش المكشوف الذي يدور بين الطلبة والطالبات حول الأمور الجنسية في معظم الجامعات الأمريكية والأوروبية، فهو أمراً يعد شاذاً مستهجناً وقبيحاً في الجامعات العربية، ومن ناحية أخرى نلاحظ أن للقيم المادية والاقتصادية أهمية قصوى في المجتمع الصناعي الغربي في العصر الحالي، على حين ما يزال يوجد اهتمام بالقيم الروحية والدينية لدى عدد أكبر من سكان المجتمعات الشرقية حالياً، بالمقارنة مع المجتمعات الغربية، ونجد أن اختلاف نسق القيم يؤثر في السلوك الذي يعد علامة على الصحة النفسية (علي وشريت، 2004: 22).

ومنه نستنتج أن تصور الصحة النفسية يتحدد حسب عوامل مختلفة، أهمها الزمان والمكان ومراحل النمو، ما يجعل الحكم عليها حكم آني وليس نهائي، لأنه أثناء الحكم يجب مراعاة مختلف المتغيرات التي تؤثر في الصحة النفسية والتي تعد إلى حد كبير نسبية، فلا يوجد سواء مطلق أو لا سواء مطلق.

7- مستويات الصحة النفسية :

بما أن الصحة النفسية حالة غير ثابتة، تتغير من فرد إلى آخر ومن زمن إلى آخر ومن مجتمع إلى آخر، فإنها تتوزع على درجات ومستويات مختلفة، كما أن الاضطراب النفسي أيضاً يأخذ أشكالاً متدرجة من الخطورة، وفيما يلي عرض للمستويات التي تميز الصحة النفسية (عبد الله، 2001: 28) :

7-1- المستوى الراقى (العادي) : هم أصحاب الأنا القوي والسلوك السوي والتكيف الجيد، وهم الأفراد الذين يفهمون ذواتهم ويحققونها، وتبلغ نسبة هؤلاء 25% تقريبا.

7-2- المستوى فوق المتوسط : وهم أقل من المستوى السابق وسلوكهم طبيعي وجيد، وتبلغ نسبتهم 13.5%.

7-3- المستوى العادي (المتوسط) : وهم في موقع بين الصحة المرتفعة والمنخفضة، ولديهم جوانب قدرة وجوانب ضعف، يظهر أحدها أحيانا ويترك مكانه للآخر أحيانا أخرى، وتبلغ نسبتهم 48%.

7-4- المستوى أقل من المتوسط : هذا المستوى أدنى من السابقين من حيث مستوى الصحة النفسية وأكثر ميلا للاضطراب وسوء التكيف، فاشلون في فهم ذواتهم وتحقيقها، تبلغ نسبتهم 13.5%.

7-5- المستوى المنخفض : ودرجتهم في الصحة النفسية قليلة جدا، وعندهم أعلى درجة في الاضطراب والشذوذ النفسي، يمثلون خطرا على أنفسهم وعلى الآخرين ويتطلبون العزل في المؤسسات الخاصة، وتبلغ نسبتهم في المجتمع حوالي 25%.

8 - معايير الصحة النفسية :

قبل التطرق لمعايير الصحة النفسية يجب أولا معرفة ما المقصود بالمعيار؟ يقصد بالمعيار " ذلك المقياس الموثوق به للحكم على شيء معين، وبالتالي تتضمن كلمة سوي معنى الالتزام بهذا المعيار بحيث تكون الشخصية السوية هي المسابرة للقاعدة المعتمدة في هذا المعيار " (زيدى ولمين، 2012: 99).

وللحديث عن الاضطرابات كمفهوم، لا بد من اعتماد معايير محددة للحكم على السلوك حسب علماء النفس والصحة النفسية وعلماء الاجتماع، ولقد برزت اتجاهات مختلفة

في وضع معايير تحديد السواء وغير السواء في الصحة النفسية نتيجة تعدد النظريات النفسية ومن هذه المعايير ما يلي:

8-1- المعيار الذاتي :

من مؤيدي هذا المعيار "موس moss" و"هانت hunt"، ويذهبان في كتابهما عن سيكولوجيا الشذوذ إلى تحليل البناء الشخصي لكل منا، والآراء التي نقلت عن شاذ وعمن هو سوي، فالإنسان كثيرا ما ينظر إلى الأفراد ويلاحظ تصرفاتهم وأقوالهم، وكثيرا ما يقول عنها إنها سوية حين تتسجم مع أفكاره وآرائه الذاتية، كما يقول إنها غير سوية حين تختلف مع هذه الآراء والأفكار. وهكذا فإنه يحكم ذاته حين يتحدث عن السوي أو الشاذ (زبدي ولمين، 2012: 99)، أي أنه يتخذ من ذاته إطارا مرجعيا يرجع إليه في الحكم عن السلوك السوي والغير سوي.

8-2- المعيار المثالي :

يتم النظر إلى الصحة النفسية من خلال هذا المعيار على أساس أنها هدف مثالي يسعى الجميع إلى تحقيقه، غير أنه من الملاحظ من الناحية العملية أن الهدف المثالي بعيد المنال، وأن كل فرد يعمل على تحقيقه بشكل نسبي. فالصحة النفسية والاضطراب النفسي هما عمليتان مستمرتان وليستا من الصفات الثابتة أو الجامدة، كما أنهما تختلفان لدى الأفراد في الدرجة.

ومن هذا المعيار يتضح أن الصحة النفسية هي هدف يشير إلى اكتمال الصحة النفسية بشكل تام، وأن الجميع يسعى لتحقيقه، وقد يقترب البعض منه إلى حد كبير، في حين يعجز البعض الآخر عن الوصول إليه أو الاقتراب منه، مما يجعلهم يتوقفون دونه على مسافات مختلفة قد تطول أو تقصر حسب مكونات الشخص واستعداداته الطبيعية وخبراته

والظروف البيئية المحيطة به، وغيرها من العوامل الداخلية أو الخارجية على حد سواء (القذافي، 1998: 51)، أي أنه يتم الحكم على الشخصية سوية أو لا سوية حسب هذا المعيار من خلال مدى اقتراب أو ابتعاد الفرد عن الكمال، أي مدى اقترابه أو انحرافه عن المثل العليا.

8-3- المعيار الاجتماعي:

يذهب أصحاب هذا المعيار إلى الأخذ بالأمر الاجتماعي، فهم يعطون المكانة الأولى للأسس الاجتماعية في بحث الطبيعة الإنسانية، فالمجتمع حسب رأيهم يضم مجموعة من العادات والتقاليد والآراء والأفكار، والتي تسود سلوك الأفراد الذين يتألف منهم، فإذا ما خرج الأفراد عن هذه المعايير التي تسود مجتمعهم اعتبر سلوكهم شاذاً، وهكذا يكون التوافق بين سلوك الأفراد وقيم المجتمع هو السواء، ويكون عدم التوافق شذوذاً (عبيدي، 2000: 99).

وحسب المعيار الاجتماعي فإن المجتمع لا يقبل إلا السلوك الذي يكون في صالحه، أي في صالح مجموع أفراد، وفي الوقت نفسه يرفض أي سلوك يهدد تماسكه واستقراره، كما تكمن أهمية هذا المعيار في تقييم السلوك سواء كان سويًا أو شاذًا. حيث أن الجماعة لا يمكن أن تستمر بدون معايير اجتماعية، وتبقى المعايير تحمل صلاحيتها بالرغم من التغيرات التي تحصل من جيل لآخر، لكن التطور القيمي الذي يحدث في إطار التطور الاجتماعي لا يبقى الاستمرار به صلاحية للمعيار الاجتماعي للتمييز بين السواء والشذوذ (زبيدي ولمين، 2012: 100 - 101). وحسب هذا المعيار فإنه يستدل على الشخص السوي

من خلال مدى التزامه بالمعايير والقيم الاجتماعية والثقافية والدينية و....

8-4- المعيار الإحصائي:

تذهب فكرة التوزيع الطبيعي إلى أن الطبيعة تميل بصورة عامة إلى الاعتدال، والتوسط فيما تتطوي عليه من الحوادث والمظاهر الكمية، وإن أكثر الحالات تقع عادة حول المتوسط بينما لا يقع في حقل التطرف إلا القليل منها، والفرد الشاذ هو الذي يشتمل على جميع الحالات التي تتحرف عن المتوسط الإحصائي لظاهرة معينة تخرج عن المعتاد (عليوي، 2011: 79).

ومن المآخذ على هذا المعيار أنه قد يصلح عند الحديث عن الناس العاديين من حيث الصفات الجسمية مثل الطول والوزن، بينما لا يصلح هذا المعيار في حالة القياس النفسي، لأن القياس النفسي يقوم على أسس معينة إن لم يتم مراعاتها يصبح الرقم الذي نخرج به رقما مضللا ولا معنى له، لأن القياس النفسي هو قياس نسبي غير مباشر، فمثلا عند قياس الذكاء فنحن نفترض وجود الذكاء ولكنه بشكل واقعي غير ملموس ولكن نستدل عليه من صفات الفرد (العناني، 2000: 36)، وحسب هذا المعيار فإن الأشخاص المتفوقون عقليا يعتبرون غير أسوياء لانحرافهم عن المتوسط في نسبة الذكاء وهذا ما جعل "عبد المنعم عبد الله حسيب" (2006) يحكم عليه بعدم الدقة، واعتبر أن سلوك الأكثرية والأغلبية لا يعد أبدا دليلا على السلوك السوي، وقد استدل على ذلك من القرآن الكريم في قوله تعالى: ﴿ولكن أكثر الناس لا يؤمنون﴾ (هود: 17) ﴿ولكن أكثر الناس لا يعلمون﴾ (النحل: 38- غافر: 56- الروم: 05- سبأ: 28، 36)، ﴿ولا تجد أكثرهم شاكرين﴾ (الأعراف: 16)، ﴿ولكن أكثر الناس لا يشكرون﴾ (غافر: 61).....

8-5- المعيار الطبي :

ويشير هذا المعيار إلى أن الصحة النفسية تعني الخلو من المرض النفسي أو العقلي، وقد ارتبط مجال الصحة النفسية بالطب من الناحية التاريخية، حيث اعتمد الأطباء

على ظهور الأعراض العضوية أو الخلو منها كعلامة من علامات الصحة النفسية، وبناءا على هذه النظرة فإن اضطراب الصحة النفسية يعتبر خلا وببدو ذلك في شكل أعراض مرضية مؤقتة أو مزمنة ويمكن التعرف عليها بواسطة الطبيب وعن طريق الفحص والتشخيص الطبي، كما يمكن علاجها بوسائل العلاج المناسبة بالمستشفيات والعيادات المتخصصة (القذافي، 1998: 52). وحسب هذا المعيار نجد أن الشخصية السوية تعني خلوها من الاضطرابات بينما اللاسوية يمكن أن تعود إلى صراعات نفسية لا شعورية أو إلى أمراض عضوية.

9 - مناهج الصحة النفسية :

يعتبر علم الصحة النفسية علم تطبيقي يركز على مجالين أساسيين أولهما الوقاية من حدوث الاضطرابات وثانيهما العلاج في حالة وقوع هذه الاضطرابات، ومن أجل تحقيق هذين الهدفين وجب إتباع طرائق ومناهج متكاملة فيما بينها من أجل الوصول بالفرد إلى مستوى مقبول من الصحة النفسية، وفي هذا الصدد نذكر أهم المناهج المتبعة في ميدان علم الصحة النفسية وهي كالتالي :

9-1- المنهج الوقائي :

تعني الوقاية - بوجه عام - مجموع الجهود المبذولة للتحكم في حدوث الاضطراب أو المرض، والسيطرة عليهما، أو التقليل من شدة ظاهرة غير مرغوبة كالمرض العقلي، الجنوح، الجريمة، الإدمان على العقاقير، الحوادث..... إلخ (رضوان، 2002: 22)، ويهتم هذا المنهج بالأسوياء قبل اهتمامه بالمرضى ليقبهم من أسباب الأمراض النفسية بتعريفهم بها وإزالتها أولا بأول، ويرعى نموهم النفسي السوي ويهيئ الظروف التي تحقق الصحة النفسية (زهران، 2005: 12). وللمنهج الوقائي مستويات ثلاثة هي كالتالي:

***المستوى الأول :**

ويتعامل هذا المستوى مع الطرق التي يمكن إتباعها للتأثير في البيئة وتحسين مستواها من أجل زيادة قدرة الفرد على مواجهة الضغوط الحياتية والتعامل مع الأحداث بواقعية، ويتم عن طريق التعليم والتدريب على زيادة وعي الأفراد بالمشاكل، أو بمشكلة معينة باستخدام أساليب النقاش، أو المشاركة في مجموعات العمل، أو مجموعات حل المشكلات، أو عن طريق المقابلات الفردية والجماعية (القذافي، 1998: 69).

***المستوى الثاني :**

يهدف إلى إنقاص شدة المرض والتقليل منه وذلك من خلال الكشف المبكر عن الحالات، والاهتمام بالرعاية والعلاج مع هدف مهم ألا وهو وقف الاضطرابات النفسية والعقلية في مراحلها المبكرة وفي حالاتها الكامنة أو المستترة (رضوان، 2002: 23)، ويحتاج توفير هذا المستوى إلى عدد من الخدمات المساعدة التي يتم التنسيق بينها في مراكز متخصصة، يعمل بها الأخصائيون النفسيون والأطباء والعاملون في مجال الخدمة الاجتماعية، وأخصائيو تعديل السلوك وإعادة تشكيله.

***المستوى الثالث :**

ويهتم بمتابعة الحالات التي سبق التعامل معها ومساعدتها على عدم حدوث انتكاسة بعد انتهاء فترة العمل معها. ويمكن عن طريق المتابعة مساندة صاحب المشكلة حتى لا يشعر بوحده وعجزه عن مواجهة المشاكل، كما يمكن إرشاده إلى أقصر الطرق وأفضلها للوقاية من حدوث ردود الأفعال العكسية ومواجهة الأمور بواقعية وبمزيد من القوة والاحتمال (القذافي، 1998: 70). وتتركز الخطوط العريضة للمنهج الوقائي في الإجراءات الوقائية الحيوية الخاصة بالصحة العامة والنواحي التناسلية، والإجراءات الوقائية النفسية الخاصة بالنمو النفسي السوي ونمو المهارات الأساسية والتوافق المهني والمساندة أثناء الفترات

الدرجة والتنشئة الاجتماعية السليمة، والإجراءات الوقائية الاجتماعية الخاصة بالدراسات والبحوث العلمية، والتقييم والمتابعة، والتخطيط العلمي للإجراءات الوقائية (زهران، 2005: 12).

9-2- المنهج العلاجي :

حيث يتعامل علم الصحة النفسية مع من اضطرت صحته النفسية فعلا، ويكون ذلك عن طريق المنهج العلاجي بأساليبه ومدارسه المختلفة. ويتطلب ذلك إتاحة الخدمة العلاجية المناسبة وتقديمها لكافة أنواع المرض في هذا المجال عن طريق المعالجين المرشدين النفسانيين، فضلا عن بقية أعضاء الفريق (زبيدي ولمين، 2012: 97).

9-3- المنهج الإنمائي :

وهو لمن يتمتعون بالصحة النفسية، ويهدف هذا المنهج إلى الرفع من مستوى شعور الأفراد بالصحة النفسية وزيادة فاعليتهم، مما يؤدي إلى تحقيق الذات والشعور بالسعادة ومتعة الحياة (الفذافي، 1998: 70)، ويتحقق هذا الهدف عن طريق مجموعة من المراحل حددها "عبد الحميد محمد الشاذلي" (2001) فيما يلي :

- الدراسة العلمية الدقيقة لإمكانيات الأفراد وجوانب تفوقهم.
- العمل على تنمية هذه الإمكانيات ورعايتها واستثمار جوانب الشخصية وتدعيمها.
- محاولة تحقيق التنمية المناسبة للفرد وتوفير الظروف الملائمة لرفي الصحة النفسية وتنمية الأفراد وتوظيف إبداعاتهم (الشاذلي، 2001: 26).

10 - العوامل المؤثرة في الصحة النفسية :

إن حياة الإنسان تحكمها قوانين مختلفة تحافظ على استمرار توازنها واستقرارها الشامل، وأي خلل يطرأ على هذه القوانين يجعل الإنسان غير قادر على الحفاظ على توازنه، وبالتالي اختلال صحته النفسية، ومن أهم العوامل الذاتية والبيئية التي تؤثر في توازن الفرد نذكر ما يلي:

10-1 - سمات الحدث :

تتسم الأحداث والمواقف الحرجة المسببة للإرهاق بعدم قابليتها للضبط، وعدم قابليتها للتنبؤ، وعدم اليقين بالكيفية التي ستنتهي بها هذه الأحداث.

- **عدم القابلية للضبط :** يسهم الشعور بفقدان الضبط والسيطرة في جعل الأفراد يعيشون المواقف على أنها مرهقة.

- **عدم القابلية للتنبؤ.**

- **عدم اليقين :** إن معرفة وقوع حدث مرهق، وعدم معرفة ما الذي سيحدث في هذا الموقف مصدر من مصادر الإرهاق، وذلك أن الإنسان المهياً لحدث ما يملك الفرصة لتحسين نفسه داخليا، الشيء الذي يمكن أن يسهل الأمر عليه، أما إذا كان الاستباق الداخلي لمثير الإرهاق نفسه مرهقا، فمن المحتمل أن يتم استنزاف ميزة التمكن من التهيؤ للحدث (رضوان، 2007: 79).

10-2 - سمات الشخصية :

تعد سمات أسلوب العزو والثقة في النفس والضبط الداخلي والانسجام الاجتماعي ... من سمات الشخصية التي تقلل أو تزيد من تأثيرات السلبية الضارة للأحداث الحرجة على صحة الفرد.

كما أن بعض الأشخاص يمتلكون مقاومة عالية للمواقف السيئة للأحداث الحرجة، في حين أن الآخرين يمتلكون مقاومة منخفضة، وتعزى هذه المقاومة إلى مجموعة من السمات مثل : الثقة بالنفس، الضبط الداخلي، الانسجام الاجتماعي، قدرة الشخص على استخلاص المغزى من الحدث وتعد هذه السمات شكل من أشكال المواجهة التي تساعد في تحديد مصادر الصحة النفسية.

10-3- سمات المحيط الاجتماعي :

تساعد معرفة خصائص المحيط الاجتماعي المسببة للإرهاق والمعيقة لنمو الصحة النفسية والجسدية وشدة تأثيرها في الصحة النفسية والوقاية بالدرجة الأولى وتجنب تلك العوامل المؤذية.

لقد تناول علماء الاجتماع التعريف الاجتماعي للمرض في ضوء مفهوم المريض، حيث حاول علماء الاجتماع الوقوف على الخصائص الاجتماعية المتصلة لتحديد المرض والظروف التي يستطيع الأشخاص في ظلها أن يزعموا أنهم يعانون المرض، يصورونه بصورة مشروعة، ثم مسئوليتهم في مواجهة المرض، أو الاستجابة له، والواقع أن التحليل الاجتماعي للعوامل المؤذية إلى اختلاف معالجة الأشخاص المصابين بالمرض ومشكلات سلوكية أخرى لا يساعد على فهم السياق للمرض فحسب، بل يفسر أيضا العمليات الاجتماعية ووجهات النظر الاجتماعية على العموم، ذلك أن تحليل الظروف الاجتماعية لهذه الحالات يلقي المزيد من الضوء على أنواع مختلفة من أنماط السلوك التي تكون غير مألوفة وقد تتسبب في كثير من المشكلات.

كما أن هناك علاقة بين الصحة النفسية والنظم الاجتماعية، فهذا المنظور يعنى بتحليل الأساليب والكيفية التي تستخدم فيها الصحة لمعالجة المشكلات الموجودة في الحالات الأخرى للنشاط الاجتماعي (ساعو، بدون سنة: 67 - 68).

11- خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية :

تتميز الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية بمجموعة من الخصائص تميزها عن الشخصية المريضة. وفيما يلي عرض لأهم هذه الخصائص :

11-1- تقدير الذات : يشعر الأفراد المتمتعون بالصحة النفسية بشعور قوي بالتقبل من ذواتهم وبتقديرهم لأنفسهم على نحو طيب، وهذا التقبل والتقدير للذات يتضمن حب الفرد لنفسه، ولكنه حب يختلف عن الأنانية، كما يختلف كذلك عن عشق الذات والافتتان بها (عليوي، 2011: 68).

11-2- التكيف :

أي قدرة الفرد على التكيف مع الوسط الذي يعيش فيه، مع التأكيد على أن التكيف الملائم لا يتمثل في خضوعه السلبي للوسط الذي يعيش فيه، إذ قد يكون هذا من أحد الأعراض العصابية، بل يكون ذا صبغة دينامية يتأثر فيها الفرد ببيئته ويؤثر فيها، وبالتالي فإن التكيف السليم هو التكيف النشط الملازم لكل مجريات الحياة (cloutier، 101:1981).

11-3- الشعور بالسعادة مع النفس :

يتمثل الشعور بالسعادة مع النفس في الراحة النفسية لما للفرد من ماضٍ نظيف وحاضر سعيد ومستقبل مشرق والاستفادة من الخبرات اليومية، وإشباع الدوافع والحاجات النفسية الأساسية، والشعور بالأمن والطمأنينة والثقة، ووجود اتجاه متسامح نحو الذات واحترام النفس وتقبلها والثقة فيها، ونمو مفهوم موجب للذات، وتقدير الذات حق قدرها (مدثر، 2002: 16).

11-4- الشهور بالسعادة مع الآخرين :

ويتمثل في حب الآخرين والثقة فيهم واحترامهم وتقبلهم، والاعتقاد في ثقتهم المتبادلة، ووجود اتجاه متسامح نحو الآخرين "التكامل الاجتماعي" والانتماء للجماعة والقيام بالدور الاجتماعي المناسب والتفاعل الاجتماعي السليم، والقدرة على التضحية وخدمة الآخرين، والاستقلال الاجتماعي، والسعادة الأسرية والتعاون وتحمل المسؤولية الاجتماعية (زهران، 2005: 13).

11-5- تحقيق الذات واستغلال القدرات :

أي فهم النفس والتقييم الواقعي، وتقبل الحقائق المتعلقة بالقدرات موضوعيا، وتقبل مبدأ الفروق الفردية، واحترام الفروق بين الأفراد، وتقدير الذات حق قدرها، واستغلال القدرات والإمكانيات (الزبيدي، 2007: 06).

11-6- القدرة على مواجهة مطالب الحياة ومشكلاتها:

وتتمثل في النظرة السليمة الموضوعية لمتطلبات الحياة اليومية ومشاكلها والإيجابية في مواجهة هذه المتطلبات والقدرة على حل المشكلات، والقدرة على مواجهة المواقف الحياتية وصراعاتها، وبذل الجهد للتغلب على هذه الصراعات وعدم الاستكانة لها، والسيطرة على الظروف الاجتماعية الصعبة والتوافق معها، والسعي إلى التعرف على كل ما هو جديد في مطالب الحياة وعدم الارتكاز إلى الأفكار القديمة وتخطيها (علي، 2004: 50).

11-7- التكامل النفسي:

ويتمثل في الأداء الوظيفي الكامل المتكامل المتناسق للشخصية ككل (جسما وعقليا وانفعاليا واجتماعيا) والتمتع بالصحة ومظاهر النمو العادي (زهران، 2005: 13).

11-8- السلوك العادي :

ويتمثل في السلوك السوي العادي المعتدل المألوف الغالب على حياة أغلبية الناس العاديين، والعمل على تحسين مستوى التوافق النفسي (مدثر، 2002: 17).

11-9- حسن الخلق:

ويتمثل في الأدب والالتزام وطلب الحلال واجتناب الحرام وبشاشة الوجه وبذل المعروف وكف الأذى وإرضاء الناس في السراء والضراء ولين القول وحب الخير للناس والكرم وحسن الجوار وقول الحق وبر الوالدين، والحياء والصلاح والصدق والبر والوقار والصبر والشكر والرضا والحلم والعفة والشفقة.

11-10- العيش في سلامة وسلام:

ويتمثل ذلك في التمتع بالصحة النفسية والصحة الجسمية والصحة الاجتماعية، والأمن النفسي والسلم الداخلي والخارجي، والإقبال على الحياة بوجه عام والتمتع بها، والتخطيط للمستقبل بثقة وأمل (زهران، 2005: 14).

11-11- الاستقلال وثبات الاتجاهات :

إن الفرد الذي يعتمد على نفسه في إبداء آرائه ولا يتصف بالتبعية ويدافع عن آرائه واتجاهاته أمام الآخرين يتمتع بالصحة النفسية، ولكن لا يصل إلى حد التصلب في الرأي بل يكون ثابتاً في اتجاهاته ولا يتذبذب بين القبول والرفض.

11-12- الواقعية في الطموح والأهداف :

ينبغي على الفرد المتمتع بالصحة النفسية التعامل مع الحقائق بموضوعية وبشكل واقعي عن طريق وضع أهداف واضحة ومقبولة ومناسبة يمكن تحقيقها، وكذلك تكون هذه

الأهداف وفق إمكانياته الفعلية وظروفه الخاصة حتى يشعر بلذة النجاح، وبالتالي يشعر بالسعادة والرضا عن نفسه لأنه إذا وضع لنفسه أهدافا لا يستطيع تحقيقها شعر باليأس والإحباط (صالح وآخرون، 2002: 17).

11-13- المرونة والاستفادة من الخبرات السابقة :

من خصائص الصحة النفسية أيضا القدرة على التكيف والتعديل والتغيير بما يتناسب مع ما يكون عليه الموقف من أجل تحقيق التكيف، وقد يحدث التعديل نتيجة لتغيير طرأ على حاجات الفرد أو أهدافه أو بيئته، كما أنه يعدل من سلوكه بناء على الخبرات السابقة ولا يقوم بتكرير سلوك فاشل لا معنى له (صولي، 2014: 37).

11-14- الاتزان الانفعالي:

إن الصحة النفسية للفرد تقاس بما هو عليه من ثبات واتزان انفعالي - أي نضج "الأنا" ونجاحها في مهماتها التوفيقية بين مطالب الواقع ومطالب كل من "الهو" و"الأنا العليا"، وبقدرة الفرد على التوفيق والانسجام بين دوافعه المختلفة بحيث لا يتعارض بعض هذه الدوافع تعارضا ظاهرا مع بعضها الآخر (العمرية، 2005: 14).

11-15- القدرة على مواجهة الإحباط :

الفرد السوي لديه قدرة على الصمود للشدائد دون إسراف في استخدام الحيل الدفاعية (كالإزاحة، والكبت، والنكوص، والإسقاط، وأحلام اليقظة، أو العدوان)، وهذا يتطلب كفاءة من جانب الأنا لمواجهة المواقف المحبطة بطريقة تتفق والمعطيات الواقعية للموقف، إن درجة تحمل الفرد للإحباط من أهم السمات التي تطبع شخصيته، وتميزه عن غيره من الناس (زبدي ولمين، 2012: 109).

12 - دور الأسرة والمدرسة والمجتمع في تحقيق الصحة النفسية :

12-1- دور الأسرة في تحقيق الصحة النفسية :

تعتبر الأسرة من أهم عوامل التنشئة الاجتماعية. وهي الممثلة الأولى للثقافة وأقوى الجماعات تأثيراً في سلوك الفرد، وهي التي تهتم بالقدر الأكبر في الإشراف على النمو الاجتماعي للطفل وتكوين شخصيته وتوجيه سلوكه.

وللأسرة وظيفة اجتماعية ونفسية هامة، فهي المدرسة الأولى وهي العامل الأول في صبح سلوك الفرد بصيغة اجتماعية. وللأسرة خصائص هامة منها أنها الوحدة الاجتماعية الأولى التي ينشأ فيها الطفل وهي المسؤولة عن تنشئة الطفل اجتماعياً، وهي التي تعتبر النموذج الأمثل للجماعة الأولية التي يتفاعل الفرد مع أعضائها وجهاً لوجه ويتوحد معهم ويعتبر سلوكهم سلوكاً نموذجياً يحتذى به (زهرا، 2005: 14)، وكل ما يكتسبه الفرد من الأسرة أثناء عملية التنشئة سواء كانت خبرات إيجابية من تقبل وعناية وحب... أو سلبية مؤلمة كالرفض أو النبذ، أو الحرمان، القسوة، الرعاية المفرطة.... أو غيرها من أساليب المعاملة الخاطئة كلها تؤثر في نفسية الفرد وتبقى معه حتى يكبر، وبالتالي تؤثر في شخصيته، فإن كانت موجبة ساعدته على تحقيق التكيف السليم مع البيئة المحيطة وإن كانت سلبية فقد تؤدي به إلى اضطرابات في شخصيته، مما يجعله عرضة للأمراض النفسية...

ولكي تحقق الأسرة صحة نفسية جيدة كان لزاماً عليها القيام بمجموعة من الواجبات

حددها (جبل، 2000) فيما يلي :

- إشباع حاجات الطفل النفسية مثل الحاجة للانتماء والحب و.....
- تنمية قدرات الطفل العقلية عن طريق إفراح المجال له في اكتساب الخبرات البناءة عن طريق الممارسة الموجهة من الوالدين والمحيطين.

- تحقيق النمو الاجتماعي السليم للطفل عن طريق السماح له بالاحتكاك المباشر مع أقرانه في اللعب والأنشطة المختلفة ...
- تعليم الطفل وتنشئته بالأساليب السليمة التي تعلمه كيفية التوافق مع المواقف المختلفة.
- العمل على تكوين اتجاهات إيجابية وسليمة نحو الوالدين والأخوة والآخرين.
- تدريب الطفل على العادات السليمة في التغذية والإخراج وضبطه، النوم والكلام.
- تعليم الطفل على تكوين الأفكار والمعتقدات السليمة التي تتفق مع معايير المجتمع.
- الابتعاد تماما عن الأساليب الخاطئة في التنشئة (جبل، 2000: 53-54).

12-2- دور المدرسة في تحقيق الصحة النفسية :

المدرسة هي المؤسسة الرسمية التي تقوم بعملية التربية، ونقل الثقافة المتطورة وتوفير الظروف المناسبة للنمو جسميا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا (زهران، 2005: 18)، وتعديل السلوك الغير سوي الذي اكتسبه الطفل في تنشئته الاجتماعية الأولى في الأسرة (جبل، 2000: 54).

ونشأت العلاقة بين الصحة النفسية والتربية نتيجة لانتشار الانحرافات النفسية وسوء التوافق لدى التلاميذ في المدارس وضرورة العناية بهم، ولقد أثر علماء الصحة النفسية في التربية تأثيرا كبيرا إذ نقل الاهتمام من الناحية العقلية إلى الناحية الانفعالية. فبعد أن كانت التربية القديمة تهتم بجوانب التنمية العقلية والتدريب العقلي لملاكات الفرد، أصبحت التربية الحديثة تهتم بالنمو الانفعالي والاجتماعي بجانب النمو العقلي، كذلك نبه علم الصحة النفسية إلى أهمية العوامل الانفعالية في تحقيق النجاح الدراسي، فاكتساب التلميذ للمهارات والعادات العقلية والجسمية يتأثر تأثيرا كبيرا بحالته النفسية الانفعالية، وأصبح من الضروري إطلاق

قوى التلميذ الانفعالية وتحريرها حتى لا تقف كعائق تحول دون تحقيق توافقه الدراسي ومن ثم نجاحه (صولي، 2014: 40-41).

ولكي تؤدي المدرسة دورها بالنجاح في تحقيق الصحة النفسية للتلاميذ يجب أن تعمل على الأمور التالية (جبل، 2000: 54-56):

- يجب أن يكون محتوى المناهج الدراسية مناسب لقدراتهم وإمكاناتهم، وأن تراعى حاجاتهم ومتطلباتهم على أن يتوافق هذا المحتوى المنهجي وأنشطته مع مرحلة النمو التي يمر بها التلميذ. كما يجب أن تكون هذه المناهج مرتبطة بمواقف الحياة الطبيعية.
- يجب أن يتمتع القائمون على العملية التعليمية بصحة نفسية جيدة، حتى يتحقق الأمن والاستقرار النفسي للتلاميذ، كما يجب أن يقوم المعلم بتوجيه سلوك التلاميذ وتعليمهم مهارات التكيف المختلفة.
- خلق الجو المدرسي الأسري بأن يكون هناك تفاعل اجتماعي عن طريق تكوين العلاقات السوية بين الأساتذة والتلاميذ، وبين المدرسة والأسرة...
- الاهتمام بالجانب المهاري أو الحركي، والجانب الوجداني للتلميذ والذي يؤدي إلى تكوين عادات سلوكية سليمة لديه مما يجعله متمتعاً بدرجة كبيرة من الصحة النفسية.
- يجب على الأخصائي الاجتماعي المدرسي أن يشارك في العملية التعليمية من خلال ملاحظة التلاميذ واضطراباتهم النفسية وعدم توافق بعضهم مع المدرسة مما يؤدي إلى فاقد في العملية التعليمية، فدوره هو القيام بعلاج هذه الاضطرابات بقدر إمكاناته واستطاعته والحالات التي يصعب عليه علاجها يقوم بتوجيهها لعيادات نفسية.

أي أن المدرسة تستخدم أساليب نفسية عديدة أثناء تربية التلاميذ والتي منها دعم القيم الاجتماعية عن طريق المنهاج وتوجيه النشاط المدرسي من أجل تعليم الأساليب السلوكية

المرغوبة وأيضا أسلوب تعليم المعايير والأدوار الاجتماعية والقيم، والثواب والعقاب، وممارسة السلطة المدرسية في عملية التعليم، والعمل على فطام التلميذ انفعاليا عن الأسرة بالتدرج وتقديم نماذج صالحة للسلوك السوي، في شكل نماذج يقدمها المدرسون في سلوكهم اليومي مع التلاميذ (ملوكة، 2014: 95).

وهذا كله من أجل تفادي المشكلات النفسية التي تحدث في الوسط الدراسي كالانطواء والعزلة، العدوانية، ضعف الثقة بالنفس، الجنوح..... وغيرها من المشكلات النفسية، وأيضا تفاديا لمختلف مشكلات سوء التوافق الدراسي كالتأخر الدراسي، التسرب، الهروب من المدرسة.... إلخ، وذلك لأن من أهداف الصحة النفسية بناء الشخصية المتكاملة وإعداد الإنسان الصحيح نفسيا في أي مجال من مجالات الحياة والتي يدخل ضمنها المجال الدراسي، وذلك لكي يصبح التلميذ قادرا على أن يعطي مثلما يأخذ أو أكثر، مستغلا قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن.

12-3- دور المجتمع في تحقيق الصحة النفسية :

للصحة النفسية أهمية بالغة في المجتمع بمؤسساته المختلفة الطبية والاجتماعية والاقتصادية والدينية... إلخ، ولذلك يجب العمل على تحقيق التناسق بين هذه المؤسسات وبصفة خاصة بينها وبين الأسرة والمدرسة. وهذا يحتم تطبيق اتجاهات الصحة النفسية في المجتمع لتجنب أفراد وجماعته كل ما يؤدي إلى الاضطراب النفسي حتى يتحقق الإنتاج والتقدم والتطور (زهران، 2005: 21). ويتم تجنب هذه الاضطرابات وتتحقق الصحة النفسية في المجتمع عن طريق:

- المحافظة والرعاية للقيم والمعايير الاجتماعية والعادات والتقاليد التي يتمسك بها المجتمع والمستوحاة من الشرائع السماوية والتراث الحضاري.

- إصدار التشريعات الخاصة بحماية الشباب من التيارات الفكرية التي تتناقض مع قيم و معايير المجتمع.
- رعاية الأمومة والطفولة، ويجب أن تشملها تشريعات المجتمع وحماية الطلاب والعاملين والمسنين.
- يجب على المجتمع أن يهيئ بيئة اجتماعية آمنة تسودها العلاقات الاجتماعية السليمة، والتي يشعر فيها الفرد بالأمان النفسي مما يحقق له الصحة النفسية (جبل، 2000: 57). ومتى تحققت الصحة النفسية لأفراد المجتمع كان هذا المجتمع أكثر رخاءاً وتماسكاً ومبنيًا على أسس محكمة وبالتالي يتحقق تطوره وازدهاره.

خلاصة

من خلال هذا الفصل اتضح أن الصحة النفسية مفهوم نسبي وهذا ما ولد اختلاف الاتجاهات المفسرة لها، فكل باحث يراها من وجهة نظره الخاصة، ذلك لأن نسبيتها تتغير حسب عدة عوامل والتي منها العوامل الشخصية والاجتماعية والثقافية، كما استنتج أيضا أن الصحة النفسية ذات أهمية بالغة في حياة الأفراد الذين يسعون لتحقيق النجاحات في مختلف المجالات الحياتية، ونخص هنا بالذكر المجال الدراسي باعتباره العامل الأساسي الذي يكمن وراء تقدم وازدهار الدول، فبالنسبة للتلاميذ باعتبارهم محور العملية التعليمية صحتهم النفسية هي التي تحدد مدى قدرتهم على تحقيق التكيف السليم مع بيئتهم الدراسية وبالتالي تحقيق النجاح في هذا المجال.

الفصل الثاني : بعض مؤشرات الصحة النفسية (تقدير الذات، التكيف النفسي)

تمهيد

أولاً : تقدير الذات

- 1 - تعريف تقدير الذات
- 2 - الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات
- 3 - نظريات تقدير الذات
- 4 - أهمية تقدير الذات
- 5 - أبعاد تقدير الذات
- 6 - العوامل المؤثرة في تقدير الذات
- 7 - نمو تقدير الذات وعلاقته بالأسرة وجماعة الرفاق والمدرسة

ثانياً : التكيف النفسي

- 1 - مفهوم التكيف النفسي
- 2 - تحليل عملية التكيف النفسي
- 3 - خصائص عملية التكيف النفسي
- 4 - أبعاد التكيف النفسي
- 5 - العوامل الأساسية في إحداث التكيف النفسي
- 6 - المظاهر التي تدل على التكيف السليم
- 7 - العوامل المؤثرة في التكيف النفسي

خلاصة

تمهيد

يعتبر كل من تقدير الذات والتكيف النفسي مؤشرين مهمين للأفراد في الدلالة على مدى تمتعهم بالصحة النفسية، وهما مهمين جدا حيث أنهما بمثابة البوابة لأنواع النجاح المنشودة. فمهما تعلم الشخص طرق النجاح، فإذا كان تقديره لذاته وتقييمه لها ضعيفا، وكان غير راض عن نفسه، وغير قادر على التكيف مع بيئته وإشباع حاجاته الداخلية ودوافعه في إطار ما يسمح به محيطه أو التدخل في بيئته وتعديلها بما يتناسب مع حاجاته فإنه لن ينجح في الأخذ بأي من تلك الطرق للنجاح، لأنه يرى نفسه غير قادر وغير أهل وغير مستحق لذلك النجاح، خصوصا وأنه لم يستطع تحقيق التلاؤم بينه وبين بيئته.

وهذين المؤشرين لا يولدا مع الإنسان إنما يتم اكتسابهما من التجارب والتحديات والصعوبات التي تعترض الأفراد، وبالتالي وجب الاهتمام بهما لأنهما مهمين جدا في تحقيق الثقة بالنفس والتوافق في مختلف المجالات الحياتية. وللتعرف على أثر هذين المؤشرين تم التطرق إليهما في هذا الفصل بشيء من التفصيل.

أولاً: تقدير الذات self-esteem

1 - تعريف تقدير الذات :

لكي يتم التوصل إلى مفهوم تقدير الذات يجب أولاً إلقاء الضوء بصورة مختصرة على مفهوم الذات، وباعتباره مصطلح منفصل عن تقدير الذات وجبت الإشارة إليه.

1-1 - مفهوم الذات self-concept :

منذ عام (1860) اقتبس العديد من الباحثين نظرياتهم من أفكار "وليام جيمس William James" الذي اعتبر الأنا كمعنى للذات وأن النفس تعني المظاهر الروحية والمادية والاجتماعية، ورأى أن القدرات العقلية تتدرج تحت مفهوم النفس الروحية، وكان يعتبر من جهة أخرى الممتلكات المادية بمثابة النفس المادية. أعطى جيمس النفس صفة ديناميكية للمحافظة على الذات.

و"ليوين Lewin" رأى أن مفهوم الذات هو بمثابة المنطقة الروحية التي تحدد المعتقدات الحالية تجاه النفس، إذ يشمل عالم الفرد من الخبرات الشخصية كفضاء يتحرك فيه الفرد من أجل تقييم الأمور والأفكار والإدراكات والأشياء الهامة، وكذلك خطة المستقبل والأحداث (أمزيان، 2007: 22-23).

ورأى "جير سيد Jersied" أن مفهوم الذات هو مفهوم افتراضي شامل، يتضمن جميع الأفكار والمشاعر عند الفرد والتي تعبر عن خصائص جسمية وعقلية وشخصية، ويشمل ذلك معتقدات الفرد وقيمه إلى جانب خبراته السابقة وتطلعاته القادمة (عبد العزيز، 2000: 35).

وذكر "وارن وهنستاب hanstap & warren" أن مفهوم الذات يعني تقييم الفرد لخصائصه الشخصية واتجاهاته، ووضعه الاجتماعي (الحري، 2007: 12).

وعرف "رضوان وعبد الجواد" مفهوم الذات بأنه : "ظاهرة مستقرة نسبيا وشعورية إلى حد ما، يتم معاشتها انفعاليا كنظام فريد لأفكار الفرد عن نفسه، واستنادا إليها يتفاعل مع الآخرين ويكون موقفا تجاه نفسه" (رضوان وعبد السلام، 1996: 275).

وأشار "حامد عبد السلام زهران" (2005) إلى مفهوم الذات على أنه : تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات، يبلوره الفرد ويعتبره تعريفا نفسيا لذاته. ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المنسقة المحددة الأبعاد عن العناصر المختلفة لكيونته الداخلية أو الخارجية، وتشمل هذه العناصر المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات، كما تظهر إجرائيا في وصف الفرد لذاته كما يتصورها هو "مفهوم الذات المدرك perceived self concept"، والمدركات والتصورات التي تحدد الثرة التي يعتقد أن الآخرين في المجتمع يتصورونها، والتي يتمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين "مفهوم الذات الاجتماعي social self concept"، والمدركات والتصورات التي تحدد الصورة المثالية للشخص الذي يود أن يكون "مفهوم الذات المثالي ideal self concept".

ووظيفة مفهوم الذات وظيفة دفاع وتكامل وتنظيم وبلورة عالم الخبرة المتغير الذي يوجد الفرد في وسطه، ولذا فإنه ينظم ويحدد سلوكه، وينمو مفهوم الذات تكوينيا كنتاج للتفاعل الاجتماعي جنبا إلى جنب مع الدافع الداخلي لتأكيد الذات، وبالرغم من أنه ثابت إلى حد كبير إلا أنه يمكن تعديله وتغييره تحت ظروف معينة (في العلاج النفسي الممرکز حول العميل) (زهران، 2005: 69).

ومن التعاريف السابقة الذكر تم التوصل إلى أن مفهوم الذات ما هو إلا عبارة عن تكوين معرفي نفسي يكون نتيجة للتفاعل القائم بين الفرد و البيئة المحيطة به، أي أنه لا يمكن فصل الذات عن المحيط الاجتماعي للفرد، وأن مفهوم الفرد عن ذاته يرتبط بنظرة أفراد

المجتمع له فإن قدره قدر نفسه وإن قللوا من شأنه قلل من قيمة نفسه، وبالتالي تظهر أبعاد مفهوم الذات حسب رأي "جيمس" في أربعة أبعاد ذكرها (فهيمى، 1971) :

- 1- الذات الواقعية : وهي عبارة عن إدراك الفرد لقدراته وإمكانياته وأدواره الاجتماعية.
- 2- الذات الاجتماعية : وهي الذات كما يعتقد الفرد أن الآخرين يرونها.
- 3- الذات الإدراكية : وهي عبارة عن تنظيم الفرد لاتجاهاته الذاتية.
- 4- الذات المثالية : وهي عبارة عن مفهوم الفرد كما يود أن يكون عليه (فهيمى، 1971: 177-179).

1-2- مفهوم تقدير الذات self-esteem :

يعتبر تقدير الذات من أهم المفاهيم المتعلقة بشخصية الإنسان، وقد شاع استخدامه في كتب علم النفس وعلم الاجتماع، وذلك لأنه يعد أحد الأبعاد الهامة للشخصية وهذا ما جعله يحتل مكانة محورية لدى علماء النفس والصحة النفسية، إذ أنه مفهوم يمكن من خلاله الكشف عن السواء واللاسواء، وعن الطاقات الكامنة وعن جملة الاحباطات أيضا، التي يتعرض لها الفرد، وهذا ما أكده "محمد فتحي عكاشة" بقوله "أن تقدير الذات يعتبر أحد الأبعاد الهامة للشخصية، بل ويعد من أكثر تلك الأبعاد أهمية وتأثيرا في السلوك، فلا يمكن أن نحقق فهما واضحا للشخصية أو سلوك الإنسان بوجه عام دون أن تشمل متغيراتنا الوسيطة مفهوم تقدير الذات" (عكاشة، 1990: 10).

والتقدير في اللغة يسمى أحيانا بالتخمين أو تعيين القيمة، بحيث يهدف إلى تعيين موقع أو مكانة أو رتبة أو درجة أو علامة بطريقة نظامية لمقدار حيازة المرء على إحدى الخواص أو الصفات (القيسي، 2006: 184)، أما اصطلاحا فقد تعددت تعاريف تقدير الذات بحسب آراء العلماء والباحثين وفيمايلي عرض لبعض من هذه التعاريف :

عرف "كوبر سميث (1967) Cooper smith " تقدير الذات على أنه : "الحكم الشخصي للفرد عن قيمته الذاتية، والتي يتم التعبير عنها من خلال اتجاهات الفرد عن نفسه" (حمام والهويش، 2010: 81).

وقد وجد "كوبر سميث Cooper smith" أن هناك ثلاث مستويات لتقدير الذات، حيث قد تبين من بحثه عن تقدير الذات الذي أجراه على (1700) طفل، أن الأشخاص ذوي تقدير الذات المرتفع يعتبرون أنفسهم أشخاصا هامين يستحقون الاحترام والتقدير والاعتبار، فضلا عن أن لديهم فكرة كافية ومحددة لما يظنونه صوابا، كما أنهم يتمتعون بالتحدي ولا يضررون عن الشدائد. بينما يعتبر ذوو التقدير المنخفض للذات أنفسهم غير هامين جدا وغير محبوبين، ولا يستطيعون فعل أشياء يودون فعلها مما يفعله الكثيرون، ويعتبرون أن ما يكون لدى الآخرين أفضل مما لديهم.

ويقع الفرد ذو التقدير المتوسط للذات بين هذين النوعين من الصفات، وينمو تقدير الذات من قدرة الأفراد على عمل الأشياء المطلوبة منهم.

معنى ذلك : أن تقدير الذات المرتفع هو أكثر المقاييس التي يمكن أن يستخدمها الفرد للحصول على حالة التوافق، فيستطيع أن يقتحم المواقف الجديدة والصعبة دون أن يفقد شجاعته، كما يمكنه مواجهة الفشل في العمل دون أن يشعر بالحزن أو الانهيار لمدة طويلة، بينما يميل الفرد ذو التقدير المنخفض إلى الشعور بالهزيمة حتى قبل أن يقتحم المواقف الجديدة أو الصعبة، حيث أنه يتوقع فقد الأمل مستقبلا (ضيدان الضيدان، 2003: 18).

أما "وليم جيمس William James" والذي يعتبر في أغلب الأحيان مؤسس علم نفس تقدير الذات، فقد نظر إلى تقدير الذات على أنه : "ذلك التعارض القائم بين الذات المثالية لدى الفرد والذات الحقيقية المدركة" (أبو رياش، 2007: 175).

وقد عرفه "سفني Sevegny" بأنه عبارة عن شعور الفرد بقوته وضعفه وتقبله لذاته، ومدى قدرته على تحمل كامل مسؤولياته لتأكيد ذاته من أجل تحقيق أهدافه وغاياته المرجوة (zenden، 1996: 134).

وعرفه "زيلر ziller" (1978) بأنه : مجموعة المدركات التي يكونها الفرد عن قيمته الذاتية أو الشخصية، وهذه المدركات تكون مرتبطة ومتأثرة بمدركات وردود أفعال الأشخاص الذين لهم مكانة معينة لدى الفرد (الأزرق، 2000: 218). أي تقييم الفرد لذاته انطلاقاً من تقييم الآخرين له ولقدراته. فيضع صورة لنفسه من خلال الصفات التي ينسبها الآخرون له، إذ يعني ذلك أن مصدر التقييم راجع للمجتمع (بركات، 2008: 87).

وأشار "بورن Born" إلى أن تقدير الذات هو تقييم الفرد لذاته بناءً على القيم التي تبناها خلال مراحل التنشئة الاجتماعية، ويكون هذا التقييم إيجابياً أو سلبياً، حيث أن تقدير الذات يؤثر على مفهوم الذات من حيث مجموع الأحكام التي يطلقها الأفراد المهمون في حياة الفرد (أبو زيد، 1987: 53).

ووصفت "دروثي Dorothy Briggs" (1970) تقدير الذات بأنه مجموع مشاعر الفرد التي يكونها عن ذاته بما في ذلك الشعور باحترام الذات وجدارتها وطبقاً لرأي "بريجز" فإن هذه المشاعر تستند إلى الاقتناع بأن الذات جديرة بالمحبة وجديرة بالأهمية، بمعنى أن لدى الأفراد كفاية لتدبر شؤون أنفسهم وبيئتهم وأن لديهم شيئاً يقدمونه للآخرين (أبو رياش، 2007: 175).

وأشار "علاء الدين كفافي" إلى أن تقدير الذات يعبر بدرجة أساسية على حسن تقدير المرء لذاته وشعوره بجدارته وكفاءته (عكاشة، 1990: 10).

ومنه يمكن القول أن تقدير الذات يشير إلى التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه أو يحتفظ به ويتضمن اتجاهات القبول أو عدم القبول ومدى شعور الفرد بالجدارة والأهمية والافتقار والفاعلية.

2 - الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات :

إن مفهوم الذات عبارة عن معلومات عن صفات الذات، بينما يشير تقدير الذات إلى تقييم هذه الصفات بالإضافة إلى ذلك فإن مفهوم الذات يتضمن فهما موضوعيا أو معرفيا للذات، بينما تقدير الذات فهم انفعالي للذات يعكس الثقة بالنفس (ضيدان، 2003: 20).

ولقد قدم "كوبر سميث Cooper smith" تعريفا للفرقة بين مفهوم الذات وتقدير الذات.

مفهوم الذات يشمل مفهوم الشخص وآراءه عن نفسه، بينما تقدير الذات يتضمن التقييم الذي يضعه وما يتمسك به من عادات مألوفة لديه مع اعتبار لذاته ولهذا فإن تقدير الذات يعبر عن اتجاه القبول أو الرفض ويشير إلى معتقدات الفرد تجاه ذاته، وباختصار يكون تقدير الذات هو الحكم على مدى صلاحيته، معبرا عنها بواسطة الاتجاه الذي يحمله نحو ذاته، فهو خبرة ذاتية ينقلها الآخرون عن طريق التقارير اللفظية ويعبر عنها بالسلوك الظاهر (عبد الحافظ، 1982: 08).

وفي الأبحاث التي قام بها "فوكس fox" (1990) تم التمييز بين الاصطلاح الوصفي "مفهوم الذات" والاصطلاح الوجداني العاطفي "تقدير الذات"، ففي تعليقه قال : إن مفهوم الذات يشير إلى وصف الذات من خلال استخدام سلسلة من الجمل الإخبارية مثل: "أنا طالب - أنا إنسان - أنا رجل" وذلك لتكوين وصياغة صورة شخصية متعددة الجوانب. أما تقدير الذات فيهتم بالعنصر التقييمي لمفهوم الذات حيث أن الأفراد يقومون بصياغة وإصدار

الأحكام الخاصة بقيمتهم الشخصية كما يرونها، وببساطة فإن مفهوم الذات يسمح للفرد بأن يصف نفسه في إطار تجربة مثيرة، أما تقدير الذات فيهتم بالقيمة الوجدانية التي يربطها الفرد بأدائه خلال هذه التجربة (مجلي، 2013: 69).

وميز "هامشيك Hamachek" بين ثلاث مصطلحات في هذا المجال، أولاً: "الذات" وتمثل الجزء الواعي من النفس على المستوى الشعوري، وثانياً: "مفهوم الذات" ويشير إلى تلك المجموعة الخاصة من الأفكار والاتجاهات التي تكون لدينا في أي لحظة من الزمن، أي أنها ذلك البناء المعرفي الذي ينشأ عن خبراتنا بأنفسنا والوعي بها، أما ثالثاً: "تقدير الذات" ويمثل الجزء الانفعالي منها (ضيدان، 2003: 20 - 21).

ومنه يمكن القول أن مفهوم الذات عبارة عن معلومات عن صفات الذات، وأنه مجموعة المدركات الناتجة عن التفاعل الاجتماعي للفرد مع محيطه، وأن هذه المعلومات تصبح أكثر ثباتاً عند الأفراد بتقدمهم في السن، بينما تقدير الذات هو عبارة عن تقييم لهذه الصفات، والتي يمكن أن تصبح أكثر ثباتاً ووضوحاً عند الأفراد من خلال تفاعلهم مع الآخرين، وبالتالي تقييم للذات من خلال المواقف المختلفة.

كما يمكن القول أن تقدير الذات هو بمثابة حكم الفرد على درجة كفاءته الشخصية، أي أنه خبرة ذاتية ينقلها الفرد للآخرين أثناء التعامل معهم من خلال أساليب تعبيرية مختلفة، أي أن التعبير عنها يكون من خلال السلوك.

وبصفة عامة فإن مفهوم الذات هو عبارة عن الفكرة التي يكونها الفرد عن ذاته بينما تقدير الذات هو التقييم الذي يضعه الفرد عن ذاته بما فيها من صفات.

3 - نظريات تقدير الذات :

لقد تعددت النظريات المفسرة لتقدير الذات باختلاف وجهات النظر ونذكر منها مايلي:

3-1- نظرية روزنبرج rosenberg (1965):

تعد نظرية "روزنبرج" من أوائل النظريات التي اهتمت بتفسير عملية تقدير الذات، حيث ظهرت هذه النظرية من خلال معظم الأعمال التي قام بها "روزنبرج rosenberg" والتي تدور حول محاولته دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته في ضوء العوامل المختلفة التي تشمل المستوى الاقتصادي والاجتماعي، وظروف التنشئة الوالدية (15: 1988، robson)، وقد اهتم بصفة خاصة بتقييم المراهقين لذواتهم، واتضح أنه عندما نتحدث عن التقدير المرتفع للذات فنحن نعني أن الفرد يحترم ذاته ويقيمها بشكل مرتفع، بينما تقدير الذات المنخفض أو المتدني فيعني رفض الذات وعدم الرضا عنها (السيد، 1996: 89).

ومن بين الأعمال التي اهتم بها "روزنبرج rosenberg" تلك الأدوار التي تقوم بها الأسرة في تقدير الفرد لذاته والعمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات التي تتكون في إطار الأسرة وأساليب السلوك الاجتماعي اللاحق للفرد فيما بعد (73: 1979، rosenberg). كما اهتم بشرح وتفسير الفروق التي توجد بين الجماعات في تقدير الذات مثل تلك التي بين المراهقين الزوج والمراهقين البيض، والتغيرات التي تحدث في تقدير الذات في مختلف مراحل العمر (الشناوي، 2001: 126)، والمنهج الذي استخدمه "روزنبرج rosenberg" هو الاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق واللاحق من الأحداث، كما اعتمد على السلوك فاعتبره مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه، وطرح فكرة مفادها أن الفرد يكون اتجاه نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها ويختبرها، وما الذات إلا أحد هذه الموضوعات، ويكون الفرد نحوها اتجاهها لا يختلف كثيرا عن الاتجاهات التي يكونها نحو

موضوعات أخرى، ولو كانت أشياء بسيطة يود استخدامها كما يؤكد أن تقدير الذات هو "التقييم الذي يقوم به الفرد ويحتفظ به عادة لنفسه" ، وهو يعبر عن اتجاه الاستحسان أو الرفض (كفافي، 1989: 103).

3-2- نظرية كوبر سميث Cooper smith (1967):

رأى "كوبر سميث Cooper smith" أن عملية تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب، على عكس "روزنبرج rosenberg" والذي رأى أنها عملية أحادية البعد، بمعنى أنها اتجاه نحو موضوع النوع (بركات، 2008: 98)، فـ"كوبر سميث Cooper smith" رأى أنها ظاهرة أكثر تعقيدا لأنها تتضمن كل من عمليات تقييم الذات، وردود الأفعال الدفاعية، فهي الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمنا الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على النحو الدقيق (أبو جادو، 2005: 15).

تمثلت أعمال "كوبر سميث Cooper smith" في دراسة تقدير الذات عند أطفال ما قبل المدرسة، وعكس "روزنبرج rosenberg" لم يحاول أن يربط أعماله في تقدير الذات بنظرية أكبر وأكثر شمولاً ذلك أنه ذهب إلى أن تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب، أي عدم الانغلاق داخل منهج واحد ومدخل معين في دراسة تقدير الذات، بل يجب الاستفادة منها جميعاً لتفسير الأوجه المتعددة لهذا المفهوم وأكد "كوبر سميث Cooper smith" بشدة على أهمية تجنب فرض الفروض غير الضرورية، وقسم تقدير الفرد لذاته إلى قسمين :

- التعبير الذاتي وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها.
- التعبير السلوكي وهو يشير إلى الأساليب السلوكية التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته، والتي تكون متاحة للملاحظة الخارجية (كفافي، 1989: 104).

وميز "كوبر سميث Cooper smith" بين نوعين من تقدير الذات :

تقدير الذات الحقيقي ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذو قيمة، و**تقدير الذات الدفاعي** ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم دون قيمة، وقد افترض في سبيل ذلك أربع مجموعات من المتغيرات تعمل كمحددات لتقدير الذات وهي : النجاحات، القيم، الطموحات، الدفاعات. وقد بين أن هناك ثلاثة من حالات الرعاية الوالدية تبدو له مرتبطة بنمو المستويات العليا من تقدير الذات وهي : تقبل الأطفال من جانب الآباء، تدعيم سلوك الأطفال الإيجابي من جانب الآباء، واحترام مبادرة الأطفال وحريرتهم في التعبير من جانب الآباء (ضيدان، 2003: 22).

3-3- نظرية زيلر zeller (1969) :

افتترضت نظرية "زيلر zeller" أن تقدير الذات ينشأ ويتطور بلغة الواقع الاجتماعي الذي ينشأ داخل الإطار الاجتماعي الذي ينشأ فيه الفرد، لذا نظر إلى تقدير الذات من زاوية نظرية المجال في الشخصية، وأكد "زيلر zeller" أن تقييم الذات لا يحدث - في معظم الحالات- إلا في الإطار المرجعي الاجتماعي (بن سالم، 2011: 16)، ووصف تقدير الذات بأنه تقدير يقوم به الفرد لذاته ويلعب دور المتغير الوسيط، أو أنه يشغل المنطقة المتوسطة بين الذات والعالم الواقعي، ولذلك فعندما تحدث تغيرات في بيئة الشخص الاجتماعية فإن تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته تبعاً لذلك (اوسماعيل، 2004: 42).

وتقدير الذات طبقاً لـ "زيلر zeller" مفهوم يربط بين تكامل الشخصية من ناحية، وقدرة الفرد على أن يستجيب لمختلف المثيرات التي يتعرض لها من ناحية أخرى، ولذلك افترض أن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من تقدير الذات، وهذا يساعدها في أن تؤدي وظائفها بدرجة عالية من الكفاءة في الوسط الاجتماعي الذي توجد فيه (كفاي، 1989: 106).

ومن خلال ما تم عرضه في عنصر النظريات تم استنتاج أن مفهوم تقدير الذات اختلف باختلاف وجهات نظر العلماء، لكن الأمر المتفق عليه هو أن الذات تنمو من خلال مراحل الإنسان العمرية المختلفة، وأن تقدير الذات ينمو ويتطور بلغة الواقع الاجتماعي، حيث أن الذات تبدأ بالتفاعل داخل المحيط الاجتماعي الأول الذي ينشأ فيه الفرد وهو الأسرة، فيتأثر الطفل بداية بالبيئة المحيطة ويتكون لديه تقدير لذاته إما بالإيجاب أو بالسلب في حياته، معتمداً على خبرات التفاعل في بيئة نشأته الأولى ومدى الاستحسان الذي يلقاه من ذوي الاهتمام به، حيث أشارت "عايدة ذيب عبد الله محمد" إلى أن السنوات الأولى تلعب دوراً مهماً في تكوين وبناء شخصية الفرد، وتشكيل سلوكه نحو الاستقلال والاعتماد على النفس، وبعبارة أخرى تترسخ لدى الأفراد الاعتمادية والعجز عن القيام بأمر أنفسهم، وكذلك تترسخ لديهم الرغبة في العزلة والانسحاب والبعد عن التفاعل مع الآخرين والشعور بالنقص والدونية وضعف مجارة الأقران، وضعف القدرة على اتخاذ القرارات التي تخصهم دون الاعتماد على غيرهم، خاصة الاجتماعية منها، أما تقدير الفرد لذاته فإنه يزيد من دافعيته في الإقبال على الأعمال التي تتطلب تفاعلاً اجتماعياً وهو يستطيع المشاركة في التفاعل الاجتماعي بكفاءة عالية، ويستطيع أن يناقش ويدافع عن وجهة نظره، ويستطيع اتخاذ القرارات (محمد، 2010: 83).

4 - أهمية تقدير الذات :

تأتي أهمية تقدير الذات من خلال مراحل النمو التي يمر بها الإنسان بداية بالسنوات الأولى من حياته، حيث أن الطفل في سنواته الأولى يحتاج إلى تقدير من أفراد أسرته (والديه ، وأخوته)، ثم ينتقل إلى مرحلة المدرسة حيث يحتاج إلى تقدير ممن حوله فيها من رفاقه ومدرسيه، وليحظى بهذا التقدير وجب عليه العمل في مجالات كثيرة في مختلف أوجه النشاط المدرسي وفي النظام ككل، من أجل أن يلفت إليه الأنظار ويحظى بالتقدير

الاجتماعي المرغوب. ويتمثل التقدير من الآخرين في المدح والثناء...، وكذلك في مرحلة البلوغ حيث نجد أن الفرد يميل إلى أن يثاب على عمل أجاده أو مشروع قام به إثابة مادية كالحصول على مكافئة مالية من رئيسه أو ترقيته إلى منصب أعلى من منصبه. فحصوله ما يحققه الفرد من نجاح أو فشل خلال خبرات حياته هي التي تحدد شدة أو ضعف الحاجة إلى التقدير لديه. حيث رأى "كمال دسوقي" أن الحاجات النرجسية إن لم تشبع لدى الفرد فإن تقديره لذاته ينقص (دسوقي، 1973: 87)، وأغلب الباحثين أكدوا على أن تقدير الذات السوي هو الذي يسمح للفرد بأن يتكيف مع محيطه، وبالتالي يجلب له الإحساس بالأمن ويسمح له بتوظيف طاقاته النفسية نحو معرفة حقائق الحياة (78: 1980، nuttik).

والحاجة لتقدير الذات أو الشعور بالقيمة الذاتية، هي في الواقع موجودة في أساس كل سلوك بشري وبمعنى آخر فإن كل فرد مهم جدا في نظر نفسه، وهذا يعني أن شيئا كبيرا من سلوك الأفراد مدفوع بنظرتهم إلى أنفسهم وهم حين يتصرفون يأخذون بعين الاعتبار ذواتهم و تأثير هذا التصرف بالنسبة إليها، فمن الممكن أخيرا التأكد من أن الفرد يدرك ذاته بأصالة على أنها جديرة بالتقدير والاهتمام لديه أقوى مما لدى الشخص الذي يعاني من مشاعر الدونية (عبد العزيز، 2012: 30)، ومنه يمكن القول أن الأفراد الذين يملكون مشاعر إيجابية عن أنفسهم هم الأكثر قدرة على:

- تحديد اتجاهاتهم وأهدافهم.
- توضيح واستغلال نقاط قوتهم.
- تجاوز العقبات التي تعترضهم.
- القدرة على التكيف مع النكبات.
- تقبل عواقب أفعالهم بسهولة.
- النظر إلى ارتكاب الأخطاء كشيء ضروري أثناء مراحل النمو.
- الشعور بالتمكن الشخصي.

- الاشتراك بحرية في الأعمال التعاونية المختلفة.
- الميل إلى إقامة علاقات اجتماعية ايجابية.
- السعي لتحقيق أهداف ذات معنى.

بينما الأفراد الذين يملكون مشاعر سلبية عن ذواتهم هم الأكثر عرضة إلى:

- عدم القدرة على النجاح.
- الإخفاق في مختلف الأعمال.
- إظهار أعلى مستوى من التوتر.
- عدم القدرة على المجازفة.
- عدم إقامة علاقات ايجابية مع الآخرين.
- الشعور بالفشل.

5 - أبعاد تقدير الذات :

يمكن تلخيص أبعاد تقدير الذات فيما يلي :

1-5 - الرضا عن الذات :

يتمثل هذا الرضا في التوافق النفسي بين الصورة التي يرغب الفرد أن يكون عليها والصورة الواقعية التي يظهر عليها في المجتمع، وعلى مدى التوافق الموجود بين هاتين الصورتين، فكلما تقارب بين الصورتين كلما كان تقدير الذات أحسن والتكيف جيدا (عشوي، 1990: 111).

2-5 - التكيف :

إن تقدير الذات لا يقتصر على تعيين قيم إيجابية للنفس بل يتعلق أيضا بعملية التكيف بواسطة القدرة على التحكم في المحيط المادي والاجتماعي، هذا التحكم يولد لدى الفرد إحساسا بأنه قادر على التدخل في مجرى الأشياء والحوادث وبذلك تقوى الذات إيجابيا، فالقدرة على التكيف في الوسط الطبيعي مرهون بإدراك الفرد لتقديره لذاته.

3-5 - الصورة التي يكونها الفرد عن نفسه :

كما يرتبط تقدير الذات بالصورة التي يكونها الفرد عن نفسه، فإذا كانت الصورة سيئة يشعر أنه غير قادر على تحقيق أهدافه والتعبير عن مشاعره فلا يتوافق مع محيطه، وبالتالي يمكن أن يصبح عدوا لنفسه إذ يصل إلى كره ذاته ويتولد عن ذلك ضغطا سيكولوجيا ينعكس على كل مجالات حياته، فيصعب عليه إدراك وفهم حب الآخرين له.

4-5 - الثقة بالنفس :

إن عدم الثقة بالنفس يولد إحساسا في مجرى الحياة الذي يستلزم ربط علاقات سليمة وإقامة توازن نفسي، أما الثقة بالنفس متوقفة على تقدير واقعي للقوى الفردية، لذا فإن تقبل الذات والتعرف عليها شرطان أساسيان يوصلان الفرد إلى تحديد إمكانيات التغيير والتطوير الكامنة بداخله، استعمالها يتطلب منه شجاعة كبيرة.

5-5 - الأدوار الاجتماعية :

تشكل الأدوار الاجتماعية أهمية كبيرة في البحث عن الهوية الفردية وتحديدها وتكوينها في التنظيم التدريجي لمفهوم الذات المنفردة، لأنها تتعلق بالبيئة العائلية التربوية والاجتماعية التي يعيش فيها الفرد، والتي توفر له إشارات تقييمية يستعملها وفقا لتجاربه

المعاشة. يتكون تقدير الذات من خلاصة جميع التقييمات التي يقوم بها الفرد حول صورة ذاته وفعاليتها وأساليبها الدفاعية (آيت مولود، 2012: 45-46).

وعليه فإن الفرد إذا استطاع أن يدرك هذه الأبعاد فإنه سيضع خطة للوصول إلى الحاجات التي يسعى إليها، دون حدوث تعارض مع متطلبات وظروف البيئة المحيطة به، وبمدى تحقيق هذا التوازن ينمو لديه تقدير موجب لذاته بدرجة مرتفعة، وبالتالي الشعور بالراحة النفسية والرضا عن الذات وبلوغ أعلى مستوى من الصحة النفسية، أما إذا تجاهل هذه الأبعاد فإن ذلك سيؤدي إلى توتر دائم وهذا ينعكس على الفرد سلباً حيث يتشكل عدم تقبل للذات واحتقارها وبالتالي سوء التكيف داخل المحيط الذي يعيش فيه الفرد.

6 - العوامل المؤثرة في تقدير الذات :

هناك العديد من العوامل التي تؤثر في تقدير الذات إما بالسلب أو الإيجاب نذكر منها ما يلي:

6-1- العوامل الذاتية :

تتمثل في مختلف الخصائص الشخصية والمعطيات الذاتية للفرد كالقدرات العضوية، الذهنية، الحالة الصحية والنقائص الملاحظة، وكذلك المعارف، التصورات، المدركات، الخبرات، المهارات، الطموحات وأنماط السلوك المتوافق ... إلخ (يحياوي، 2003: 551).

ومن أهم المؤشرات التي تؤثر على عملية تقدير الذات هي الصورة الجسمية، حيث أنها تعتبر من المصادر الحيوية في تشكيل مفهوم الذات، فلامح الجسم الجميلة لها تأثير إيجابي في رؤية الفرد لنفسه لأن ذلك يدعو غالباً إلى إجابات القبول والرضا والتقدير والحب والاستحسان. كما يعد تعزيزاً ذاتياً قوياً يدفع الفرد إلى التجاوب مع قدراته والمناخ الاجتماعي بشكل مثمر (الظاهر، 2004: 147). ويقصد بالصورة الجسمية أيضاً مختلف التغيرات التي

تحصل على مستوى الجسم من طول وعرض ووزن ... واختلاف هذا التطور بين الجنسين، كما يتأثر نمو الذات وتقديرها بسرعة الحركة والتناسق العضلي، وقد توصل "ميسون" إلى أن أصحاب النمو الجسمي البطيء يحملون اتجاهات ومشاعر تمردية وسلبية ويتجهون نحو الاتكالية (زهران، 2000: 369)، أي أن صورة الجسم لها أثر في تقييم الفرد لذاته وأيضاً لها أثر فعال في تفاعل الفرد الاجتماعي، بالإضافة إلى القدرات العقلية وسلامة العقل ومستوى الذكاء حيث أن "هناء شريفي" رأت أن النمو العقلي الطبيعي والتفوق والابتكار يساهم في ظهور تقدير الذات السليم، أما التأخر العقلي فيؤدي إلى الشعور بالنقص وبالتالي تقدير الذات المنخفض (شريفي، 2002: 95).

وعليه فإن الفرد إذا كان متمتعاً بصحة نفسية جيدة ساعده ذلك على نموه نمواً طبيعياً ويكون تقديره لذاته مرتفعاً، أما إذا كان الفرد من النوع القلق غير المستقر فإن فكرته عن ذاته تكون منخفضة وبالتالي ينخفض تقديره لذاته (فهيمي وآخرون، 1979: 78).

2-6 - العوامل الاجتماعية :

تتمثل في مواقف أفراد المحيط الاجتماعي تجاه الفرد، وكيفية معاملتهم له وتقديرهم لشخصيته، حيث يقيم الفرد نفسه من خلال تقييم الآخرين له، ويستعين الفرد بخبراته السابقة ومعارفه المكتسبة في ضوء المنبهات الاجتماعية (يحياوي، 2003: 552) والتي من بينها:

- خصائص العلاقات الاجتماعية :

وتتمثل في طبيعة العلاقة بين أفراد الأسرة، ذلك أن الأسرة تعتبر الوسط الأول المؤثر في شخصية الفرد ونشأة هويته وبناء ذاته، إذ تمده بالتراث البيولوجي والاجتماعي اللذان يطلقان ملكاته وقواه، كما أنها أول مجال تشبع فيه الحاجات الجسمية والنفسية (موسى، 1997: 177)، فمثلاً لو كانت معاملة الأسرة لابنها مبنية على التقبل الوالدي من رعاية

واهتمام وحب وحنان، أي لا إفراط ولا تفريط، فإن ذلك سيساعد على نمو سليم للذات، على عكس الطفل الذي يعامل بأسلوب الرفض الوالدي الذي قوامه التهميش والحرمان الذي يعرقل عملية النمو السليم فتصبح نظرة هذا الطفل تميل إلى السلب والشعور بالنقص والحرمان ورفض الذات (زهران ، 2000 :369)، وهذا ما أكده "والز ورانكين wells& rankin" بقولهما أن العلاقة الأسرية تؤثر بدرجة كبيرة على تقدير الفرد لذاته فكلما كانت جيدة كان تقدير الذات مرتفعا، وكلما كانت سيئة كان تقدير الفرد لذاته منخفضا. فالفرد الذي ينشأ في أسرة تحيطه بالعناية والتقبل يرفع من قيمته وتقديره لذاته ويجعله ذلك يدرك نفسه بطريقة أفضل ممن ينشأ في أسرة تنبذه أو ترفضه (dubois ، 1994 :374).

- المقارنات الاجتماعية :

وهي أن يضع الفرد نفسه على كفي الميزان مقارنة بين نفسه والآخرين، فتلك المقارنات التي يضعها الفرد تؤثر تأثيرا واضحا على تقديره لذاته (عبد الرحمن، 2004 :136)، فمثلا إذا قارن نفسه بجماعة تمتاز بكفاءات أقل منه فإنه سيزيد من تقديره لذاته أما إذا قارن نفسه بجماعة أعلى منه شأنًا فإنه سيحط من قيمته (زهران، 1972 :61).

- المعايير الاجتماعية :

إن نظرة الآخرين للفرد والتقييم الدائم بين الجيد والسيئ تؤثر في عملية نمو وتقدير الذات، فمفهوم الفرد لذاته وتقديره لها حسب رأي "سعد علي" يرتبط بما يعيشه من خبرات ويتوقف تأثيره على طبيعة هذه الخبرات. فالخبرات الايجابية هي تلك التي تتسجم مع مفهوم الذات وتقديرها ومع المعايير الاجتماعية وهي التي تؤدي بالفرد إلى الشعور بالطمأنينة والسعادة. بينما تترك الخبرات السالبة التي تنتج عن تعارض قوانين الضبط المعيارية مع مفهوم الذات وتقديرها قيمة سالبة والشعور بالإحباط والتوتر والهزيمة وبالتالي بروز الاضطراب في العلاقات الاجتماعية (علي، 1993 :58).

3-6- العوامل الوضعية :

إن المقصود بالعوامل الوضعية تلك الظروف التي يكون عليها الفرد ويمر بها أثناء قيامه بتقدير ذاته، ومن بين هذه العوامل نذكر ما يلي:

- الظروف التي يكون عليها الفرد أثناء قيامه بتقدير ذاته، وهذه الظروف تعني تلك التنبيهات التي تجعل الفرد المعني يراجع نفسه ويتفحص تصوراته ويقوم بتعديل اتجاهاته وتقديراته تجاه ذاته، وتجاه الآخرين.
- الحالة الاجتماعية والاقتصادية والضغوطات التي يعايشها الفرد في حياته وغيرها، تؤثر على نفسية الفرد وتوجه تقديره لذاته وللآخرين (يحياوي، 2003: 552).

7- نمو تقدير الذات وعلاقته بالأسرة وجماعة الرفاق والمدرسة :

يرى البعض أن الشعور بالقيمة يبدأ منذ فترة الرضاعة، حيث ينمو الشعور بالقيمة لدى الرضيع من خلال علاقته القوية مع والدته وتجاوبها ودعمها له في محاولاته للتمكن، ووضح "أبلون" أنه بعد سن الثانية يكون لدى الطفل القدرة على وصف مشاعره بأسلوبه الخاص، وفي هذه المرحلة تكون الأنا لديه قد تكونت وذلك يكون كافياً كأساس في وضع تقييم عن تقدير الذات لديه، وإن التأثيرات البيئية المبكرة هي التي تخلف تقدير المرء لذاته، وهي التي تضع البذرة الأولى لمفهوم الفرد عن ذاته، وبالطبع فإن هذه المفاهيم قابلة للتغير والتذبذب بين الارتفاع والانخفاض، ولكن ما تصنعه البيئة الأولى للفرد والتي هي الأسرة من مفهوم وتقدير الذات هو الأساس المتين في إدراك الفرد لنفسه (كفاي، 2009: 318-319)، ذلك لأن الأسرة هي البيئة الهامة لنشأة ونمو تقدير الذات للفرد، فقد توصلت العديد من الدراسات إلى أن الدعم الوالدي ومنح الاستقلال والحرية للأبناء مرتبط بطريقة ايجابية بالتقدير المرتفع للذات لدى الأبناء (إسماعيل، 1988: 65).

وقد وضح "علاء الدين كفاي" أن الأبناء الذين لديهم علاقات وثيقة مع الآباء المحبين والعطوفين المدعمين المتسقين في معاملتهم، يميلون جميعاً إلى أن يكون لديهم تقدير مرتفع للذات (كفاي، 2009: 319)، ذلك لأن إحساس الطفل بالقبول والحب من قبل والديه يعد عاملاً هاماً في نموه السليم وتكيفه، ويجعله أكثر شعوراً بالأمن والثقة بالنفس وهذا ما يزيد من تقديره لذاته، أما في ضوء غياب الدفء والمحبة وعدم اللامبالاة بالطفل وإهماله تشعره بأنه مكروه وغير مرغوب فيه من قبل والديه وتجعله يشعر كما ذكر (مخير، 1996) بعدم الأمن والاعتمادية وعدم القيمة، وعدم القدرة على المواجهة.

فالأثر الرئيسي لدعم واهتمام ومشاركة الآباء تتضح في أنها تنقل للطفل معلومات عن قيمته الداخلية، وبذلك فإن هذا السلوك يجب أن يرتبط أكثر بمكون تقدير الذات للطفل رغم أن الدعم الوالدي قد يوفر أيضاً قاعدة من الأمان يعمل خلالها الطفل كشخص فعال وقادر (ضيدان، 2003: 20).

أما بالنسبة لتداخل تأثير الأسرة وجماعة الرفاق على تقدير الذات نجد أن "كارول وودز" **carol woods** أكد على أن تقدير الذات ينمو ويتطور من خلال التعاون والعلاقات الداخلية، والانجازات الفردية كما أن مهارات الأطفال الاجتماعية تتطور في وجود الأصدقاء (يونسي، 2012: 91).

وأكد "محمد ضيدان" (2003) أن الشباب الذين على علاقة جيدة وإيجابية بأصدقائهم لديهم مستويات عالية في تقدير الذات (ضيدان، 2003: 27)، كما تجدر الإشارة إلى أن الأفراد في مرحلة المراهقة مرتبطون أكثر بأصدقائهم، فمثلاً في الحالة التي لا يجد فيها الفرد المعاونة والمشاركة في آرائه أو الشجار الدائم معه من طرف العائلة فإنه يلجأ إلى أصدقائه من أجل رفع تقديره لذاته (يونسي، 2012: 92).

أما بالنسبة للمدرسة فهي تلعب دورا هاما في تقدير الفرد لذاته حيث أشار "جير سيلد" (1952) إلى أن المدرسة تحتل المرتبة الثانية بعد البيت بالنسبة للعديد من الأفراد في تأثيرها على تكوين تصور الفرد عن نفسه وتكوين اتجاهات نحو قبول ذاته أو رفضها، كما رأى "توماس thomas" (1970) أن نمط المدرسة والنظام المدرسي والعلاقة بين المعلم والتلميذ عوامل تؤثر كلها في تقدير التلميذ عن نفسه (ضيدان، 2003: 31)، أي أن العلاقة الإيجابية بين المعلم والطالب لها أهمية كبيرة في تحسين تقدير الذات عند الطالب، وكيف يشعر المعلم تجاه نفسه يؤثر على نوعية العلاقة التي تتطور بينه وبين طلبته، كما يؤثر في تطوير بيئة تعليمية ايجابية يشعر فيها الطالب بالانتماء والسعادة والأمن مما يزيد فرص التعلم لديه (يونسى، 2012: 93)، وأكد "محمد ضيدان" أن للنجاح أو الفشل الدراسي دورا كبيرا في تقدير الفرد لذاته، حيث أن النجاح في المدرسة يؤدي إلى زيادة تقدير الفرد لذاته، على حين يؤدي الفشل المدرسي إلى فقدان الفرد لثقته بنفسه ثم بالآخرين بعد ذلك، وهذا بدوره يؤدي إلى انخفاض تقدير الفرد لذاته (ضيدان، 2003: 32)، وتجدر الإشارة أيضا إلى أن تقدير الذات يرتبط بالتوافق في مختلف المجالات حيث ذهب "ريشارد" إلى أن تقدير الذات وقدرة المرء على تقبله لذاته جانب هام في عملية التوافق، ويرتبط بتوفير الذات صفات من قبيل الاعتماد على الذات ومشاعر الثقة بالنفس وإحساس الفرد بكفاءته والبعيد عن السلوك الدفاعي وتقبل الخبرات الجديدة واحترام الذات وقدرة المرء على العيش بهدوء وسلام (اوسماعيل، 2004: 35)، وبما أن تقدير الذات يرتبط بعملية التوافق في مختلف المجالات فإنه يمكن الإسقاط على المجال الدراسي حيث أن تقدير الطالب لذاته يكسبه الثقة بعمله واجتهاده ويقينه بالنجاح في المجال الدراسي، وهذا التقدير يؤدي إلى تحسين سلوك الطالب في مدرسته علاوة على أدائه الأكاديمي وهذا ما أكدته "يونسى" في دراستها (2003) والتي توصلت فيها إلى وجود علاقة بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي للطلبة، والذي يعد الهدف الأساسي لعملية التوافق الدراسي.

ثانيا : التكيف النفسي

1 - مفهوم التكيف النفسي :

يعتبر مفهوم التكيف من المفاهيم الهامة التي شاع استخدامها، إلا أنه لم يستقر على تعريف محدد له، فقد استخدم بمعان متعددة كالتوافق في المجال البيولوجي، أو التوافق في مجال الصحة النفسية والعقلية، ويمكن القول أن هذا التعدد في المفهوم يرجع إلى تباين فكر ورؤية البعض له مع زيادة وكثرة استخدامه في العديد من ميادين الفكر الإنساني (أحمد، 1996: 08).

والتكيف من الناحية اللغوية، هو اتخاذ كيفية من الكيفيات المعلومة، باكتساب القدرة على الملاءمة مع الأوضاع الحالية، تحقيقا للرضا والارتياح، وقد ورد في القاموس المحيط - كَيْفَهُ - بمعنى قطعه وجعل له كيفية معلومة، وقول المتكلمين - كَيْفَهُ فَتَكَيْفُ، وهو سؤال عن الأحوال، سمي ظرفا مجازا، وتكيف الهواء، تغيرت حرارته لتلائم الجو الخارجي بالانخفاض في الصيف والارتفاع في الشتاء، أما الاصطلاح الافرنجي للتكيف adaptation، فقد اشتق من الأصل اللاتيني adaptare ويعني التوافق لتحقيق غرض معين (بالرابع، 2010: 07).

وكلمة التكيف حسب رأي "تور الهدى محمد الجاموس" تحمل أكثر من معنى، حيث أن الفرد تحيط به ظروف فيمر بلحظات من الاضطراب يبحث منها عن الوسيلة لمواجهتها، فقد يستعمل الهروب وقد يعد نفسه للدفاع وقد يبحث عن أداة تساعده على المواجهة، وإن عملية التكيف تنطوي على ردود فعل تصدر عن الشخص ليرد بها عن مطالب مفروضة عليه لتعدل بناءه النفسي ليستجيب لشروط محيطيه (الجاموس، 2004: 105).

وقد عرف "المعجم التربوي" التكيف بمفهوم علم النفس على أنه تلك العملية التي يقتبس فيها الفرد نمط السلوك الملائم للبيئة وللتغيرات البيئية، فالتكيف هو الطور الذي ينتهي إليه الفرد أو الجماعة في قبولهم للقوى الاجتماعية والإذعان لمتطلباتها أو مسايرتها (القيسي، 2006: 98).

وعرفه "مصطفى فهمي" (1978) على أنه تلك العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف بها الشخص إلى أن يغير سلوكه، ليحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين البيئة. وبناءاً على ذلك نستطيع أن نعرف هذه الظاهرة بأنها القدرة على تكوين العلاقات المرضية بين الفرد وبيئته (فهمي، 1978: 11).

وأشار نعيم الرفاعي" إلى عملية التكيف بأنها مجموعة ردود الأفعال التي يعدل بها الفرد بناءه النفسي أو سلوكه ليستجيب لشروط محيطية محدودة أو خبرة جديدة (الرفاعي، 1982: 03)، والتكيف هو قدرة الإنسان على الانسجام مع محيطه، وهو التقنية التي تسمح للفرد بأن يحصل على فهم أفضل للوسط الذي يعيش فيه (Moualla، 1987: 71).

أما التكيف عند "وولمان wolmen" فيقصد به مجموعة التغيرات الضرورية في التصرفات، والتي تهدف لمواجهة متطلبات المجتمع ومواقف العلاقات الشخصية (350: wolmen، 1973).

وأخيراً نجد تعريف "صلاح أحمد مرحاب" (1989) للتكيف على أنه عملية تشير إلى أن الأحداث النفسية تعمل على استبعاد حالات التوتر، وإعادة الفرد إلى مستوى معين، هو المستوى المناسب لكيانه في البيئة التي يعيش فيها (خلف، 2008: 54).

إذا فالتكيف النفسي هو مظهر من مظاهر الصحة النفسية، وهو عملية ديناميكية مستمرة تتم داخل إطار العلاقات الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد ويتعامل معها، سواء كانت هذه العلاقات في مجتمع الأسرة أو الرفاق أو المدرسة أو المجتمع الكبير بصفة عامة، يهدف

فيها الفرد إلى تعديل سلوكه وتغييره بما يتناسب مع ما يحدث في البيئة من تغيرات، ويكون ذلك عن طريق الامتثال لهذه البيئة ومحاولة التحكم فيها، أو إيجاد حل وسط بين الفرد وهذه البيئة، فينعكس ذلك على شعوره بقيمة ذاته، ويمكنه من إقامة علاقات جيدة مع الآخرين من أجل التوفيق بين نفسه وبين العالم المحيط به.

2 - تحليل عملية التكيف النفسي :

يلجأ الفرد لعملية التكيف إذا ما اختل توازنه النفسي، إما لإشباع حاجاته، أو لعدم تحقيق أهدافه، بقصد إعادة هذا التوازن الذي يتحقق بإشباع هذه الحاجات أو تحقيق هذه الأهداف، وخلال عملية التكيف يمر الفرد بخطوات ومراحل متدرجة حددها (زيدان، 1972: 258-259) فيمايلي:

- وجود سلوك مدفوع بدافع معين.
- وجود عقبات أو صعوبات تواجه هذا السلوك.
- قيام الفرد صاحب السلوك بمحاولات استكشافية بغرض محاولة الوصول إلى الهدف الذي حيل بين الفرد وبين الوصول إليه.
- استمرار الفرد في محاولاته حتى تنجح إحدى هذه المحاولات في تخطي العقبات والصعوبات.

وقد شرحت "تور الهدى محمد الجاموس" (2004) هذه الخطوات بالتفصيل وهي كالآتي:

تبدأ خطوات عملية التكيف باستثارة للسلوك بتأثير دوافع داخلية مثل الجوع أو العطش أو أشياء أخرى...، وبلي ذلك الشعور بوجود عائق يمنع الاستجابة المباشرة مثل كون الطعام بارد ونحن في حالة الجوع. وتبدأ الخطوة الثالثة، بعدد من المحاولات يقوم بها

الفرد بغية الوصول إلى الاستجابة المثمرة مثل السعي وراء تسخين الطعام، يحدث أحيانا أن يصل الفرد إلى الاستجابة الناجحة.

ولكن يحدث أحيانا إذ لا يصل الفرد إلى الاستجابة الناجحة، فقد يلجأ إلى وسيلة دفاع من نوع الانسحاب والامتناع عن لقاء المؤثر بما يلزم فيشعر بالخيبة ويمر بحالة من الإحباط، وقد تدفعه إلى سلوك غير مقبول، وقد يشعر بالخطأ والخطر ويتابع المحاولات بعودته إلى المرحلة الثالثة من عملية التكيف (الجاموس، 2004: 106)، وبالتالي فإن الصحة النفسية تكون من خلال قدرة الفرد على مواجهة الضغوطات والشدائد التي يتعرض لها.

3 - خصائص عملية التكيف :

تتصف عملية التكيف بعدة خصائص تجعل الفرد يصل إلى درجة عالية من التكيف والصحة النفسية، كما يمكن أن تستمد من هذه الخصائص مجموعة من المؤشرات للحكم على مدى وصول الأفراد لأعلى درجة من التكيف، ومن أهم هذه الخصائص مايلي:

3-1- ينظر إلى عملية التكيف على أنها عملية إرادية :

أي أنها تتم بإرادة ورغبة الفرد، فالفرد مسؤول عن التكيف مع نفسه وبيئته، عدا تكيف واحد وهو التكيف البيولوجي الذي يتم بطريقة آلية دون إرادة الكائن الحي (جبل، 2000: 78).

3-2- تغيير البيئة الداخلية من أجل التكيف :

من خلال تغيير السلوك وتعديله، كأن يغير الفرد من عاداته التي لا تتناسب مع المجتمع الذي يعيش فيه ليحس بالرضا (عبد العزيز وعطيوي، 2004: 231).

3-3- عملية التكيف واصطدامها بالواقع :

تزداد عملية التكيف النفسي وضوحا عندما يكون اصطدامها مع الواقع من خلال قدرة الفرد على التكيف مع العقبات والصعوبات الجديدة الغير التقليدية والخارجة عن خبرة الإنسان (علي، 2004: 126).

3-4- تأثير العوامل الوراثية في عملية التكيف :

تتأثر عملية التكيف بالعوامل الوراثية، والوراثة السيئة تجعل الفرد قاصرا عن التكيف فمثلا: المعاق عقليا نتيجة عوامل وراثية لا يستطيع التكيف (عبد العزيز وعطيوي، 2004: 231).

3-5- عملية التكيف عملية مستمرة وديناميكية :

التكيف عملية مستمرة ديناميكية نظرا لظروف التغير المطردة في البيئتين الطبيعية والاجتماعية، فما إن يتكيف الإنسان مع بيئته حتى تتغير هذه البيئة مما يتطلب إعادة تكيفه معها من جديد، وقد أكد هذا المعنى "جودستين" حين نظر إلى التكيف بأنه عملية دينامية مستمرة يستجيب من خلالها الأفراد إلى حاجاتهم المتغيرة ورغباتهم بأنماط متعددة من السلوك (الصالح، 1996: 52)، أي أنها عملية يقوم بها الفرد بصفة مستمرة محاولا تحقيق التكيف بينه وبين نفسه أولا، ثم بينه وبين البيئة التي يعيش فيها.

3-6- الصحة النفسية مرتبطة بقدرة الفرد على التكيف :

إن الشخص الذي يتكيف تكيفا جيدا مع مختلف المواقف البيئية والعلاقات الشخصية يعد دليلا على تمتعه بصحة نفسية جيدة، وإن قدرة الفرد على مجابهة المتطلبات وإشباع الحاجات يمكن اعتبارها مقياس للصحة النفسية (عبد اللطيف وعوض، 1990: 82). ذلك لأن الصحة النفسية عبارة عن الواقع الحركي لحياة الفرد النفسية في تفاعلها مع ما يحيط بها.

4 - أبعاد التكيف :

كما وسبق الذكر أن الصحة النفسية تتجلى في عمل وإنتاج الفرد وعلاقاته الاجتماعية، وبالإضافة إلى ذلك تبدو في التكيف الشخصي والتكيف الاجتماعي، وهما بعدي التكيف :

4-1- التكيف الذاتي (الشخصي) :

يقصد بالتكيف الشخصي أن يكون الفرد راضيا عن نفسه، غير كاره لها أو نافر منها أو ساخط عليها أو غير واثق فيها، كما تتسم حياته الشخصية بالخلو من التوترات والصراعات النفسية التي تقترب بمشاعر الذنب والقلق والنقص والرتاء للذات (فهمي، 1978: 19). ومن المكونات الرئيسة لهذا البعد من التكيف إشباع الفرد لدوافعه المختلفة بصورة ترضي الفرد والمجتمع في آن واحد، أو على الأقل بصورة لا تضر بالغير ولا تتنافر مع معايير المجتمع (فهمي، 1978: 24)، أي أن الفرد المتكيف ذاتيا يكون قادرا على التوفيق بين دوافعه المتعددة وبين أدواره الاجتماعية المتصارعة مع هذه الدوافع وذلك من أجل تحقيق الرضا لنفسه (جبل، 2000: 64).

أما الفرد الغير متكيف مع نفسه فهو شخص يعاني حريا نفسية. وهي حرب تستنفد قدرا من طاقته كان يجدر أن تستغل في مواجهة تكاليف الحياة وشدائدها، لذلك يلاحظ عليه قلة الحيوية، وسرعة التعب والعجز عن المثابرة وسرعة الإنتاج وبذل الجهد، فقد استنفدت الصراعات النفسية قواه. كما يلاحظ عليه العجز في الثبات والصمود حيال الشدائد والأزمات، لا يلبث أن يختل ميزانه ويشوه إدراكه وتفكيره إن ارتطم بمشكلة (فهمي، 1995: 34).

4-2- التكيف الاجتماعي :

هو قدرة الفرد على أن يعقد صلات اجتماعية طيبة مع من يعاشرونه أو يعملون معه من الناس. والمتكيف مع المجتمع أقدر الناس على ضبط نفسه في المواقف التي تثير الانفعال، فلا يثور ويتهور لأسباب تافهة، ولا يعبر عن انفعالاته بصورة طفلية فجأة، هذا إلى قدرته على معاملة الناس بصورة واقعية، لذلك يوصف المتكيف مع المجتمع بأنه ناضج انفعاليا (زيدان، 1972: 259-260).

وتعرف عملية التكيف الاجتماعي في مجال علم النفس الاجتماعي باسم التطبيع الاجتماعي، ويتم هذا التطبيع داخل إطار العلاقات الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد ويتفاعل معها، سواء كانت هذه العلاقات في المجتمع أو الأسرة أو المدرسة أو الأصدقاء أو المجتمع الكبير بصفة عامة، والتطبيع الاجتماعي الذي يحدث في هذه الناحية ذو طبيعة تكوينية لأن الكيان الشخصي والاجتماعي للفرد يبدأ باكتساب الطابع الاجتماعي السائد في المجتمع مع اكتساب اللغة، تشرب بعض العادات والتقاليد السائدة وتقبل بعض المعتقدات لنواحي الاهتمام التي يؤكد لها مجتمعهم، ولما كانت هذه البيئة متغيرة مادية كانت أو اجتماعية فإن هذا التغير يثير مشكلات تستلزم من الإنسان التفكير والمواجهة، وتعرضه للانفعالات والقلق، وتتطلب منه تعديل بعض السلوكيات لهذا كان لا بد من تعاون الوظائف النفسية المختلفة وتقويتها لمقاومة هذه التغيرات والتكيف معها أما إذا كانت هذه التغيرات شديدة وعجز الفرد على التكيف معها فسيكون نتيجة ذلك وقوعه فريسة للحالات المرضية والفرد القادر على أن يتكيف مع هذه البيئة المتغيرة يكون مصدر سعادة لنفسه ومجتمعه (فهيم، 1987: 24).

أما "ولمان welmen" فقد رأى أن التكيف الاجتماعي هو مجموعة التغيرات والتعديلات التي تكون ضرورية لإشباع الحاجات الاجتماعية، أي لمواجهة ما يتطلبه المجتمع، وإضافة إلى ذلك إقامة علاقات منسجمة مع البيئة الاجتماعية (125: 1973، welmen).

ولما كان التكيف الاجتماعي هو قدرة الفرد على حل مشكلات البيئة الاجتماعية المادية واللامادية فليس معنى ذلك أن يقع الإنسان فريسة أو أن يستسلم للبيئة الفاسدة لكي يتكيف معها... مثل هذه البيئة الفاسدة تتطلب من الفرد لكي يحقق التكيف الإيجابي أن يعمل على تغيير هذه البيئة إلى بيئة تتسم بالمعايير والقيم الأخلاقية، مما يجعلها بيئة صالحة بعيدة عن التعصب والخلل (جبل، 2000: 69).

مما سبق نستنتج أن بين هذين البعدين صلة وثيقة وتأثير متبادل، وإشباع الفرد لحاجاته الأساسية من أهم شروط التكيف السليم.

ومن أهم جوانب التكيف الاجتماعي مايلي :

أ - التكيف الأسري :

يتضمن السعادة الأسرية التي تتمثل في الاستقرار والتماسك الأسري، والقدرة على تحقيق مطالب الأسرة وسلامة العلاقة بين الوالدين وبين الأبناء، حيث تسود المحبة والثقة والاحترام المتبادل بين الجميع ويمتد التكيف الأسري كذلك ليشمل سلامة العلاقات الأسرية مع الأقارب وحل المشكلات الأسرية (بطرس، 2008: 116).

ب - التكيف المدرسي :

تترافق العملية التربوية عادة مع قدر كبير من الجهد الجسدي والكرب النفسي و قالت الباحثة "أماني ناصر" أنه غالباً ما تكون لذلك عواقب وخيمة على صحة التلميذ النفسية والجسدية ، والتكيف المدرسي هو نجاح الفرد في المؤسسات التعليمية والنمو السوي

معرفيا واجتماعيا وكذلك التحصيل المناسب وحل المشكلات الدراسية مثل ضعف التحصيل الدراسي (ناصر، 2005: 38).

ج - التكيف المهني :

ويكون التكيف المهني من خلال اختيار الفرد للمهنة التي يميل إليها والتي تناسب رغباته وقدراته واستعداداته (خوف، 2008: 56) وأيضا سعيه المستمر لتطويرها والإبداع فيها وشعوره بالسعادة والرضا.

5 - العوامل الأساسية في إحداث التكيف :

هناك عدة عوامل تساهم في تحقيق التكيف السليم من أهمها ما يلي:

5-1- إشباع الحاجات الأولية والحاجات الشخصية :

إذا لم تشبع حاجات الفرد، عضوية كانت أم نفسية، فإنها تخلق لديه توترا يدفعه إلى محاولة إشباع هذه الحاجة، وكلما طالت مدة حرمان الفرد، زاد التوتر شدة، وينتهي الموقف عادة إذا ما استطاع الفرد إشباع هذه الحاجة، أما إذا لم تسمح الظروف البيئية أو الاجتماعية بإشباع هذه الحاجة وكانت الحواجز التي تقف بين المرء وبين إشباع حاجاته قوية مانعة، فإنه يحاول أن يجد أي وسيلة يشبع بها حاجته، وقد تكون هذه الوسيلة غير سوية، لا يقرها المجتمع، ومن هنا ينحرف الفرد أو يجنح، وبالتالي تختل عملية التكيف (فهيم، 1995: 35).

5-2- أن تتوفر لدى الفرد العادات والمهارات التي تيسر له إشباع حاجاته :

إن اكتساب الأداة والمهارات الكيفية الملائمة التي تيسر للفرد إشباع حاجاته التقنية من شأنه أن يؤدي إلى حدوث التكيف، والذي هو في الواقع محصلة ما مر به الفرد من

تجارب وخبرات أثرت فيه بطريقة أو بأخرى أدت به إلى تكيفه وطرق إشباع حاجاته وتعامله مع غيره من الأفراد في مجال مجتمعه (عطية، 2001: 15).

5-3- أن يعرف الإنسان نفسه :

إن معرفة الإنسان لنفسه ومعرفة قدراته واستعداداته وقابليته للتكيف، تجعله يفهم نفسه فلا يعطيها أكثر مما تستحق ولا ينقص منها ما تستحق، وهو الذي يتصرف حسب مفهومه عن نفسه وحسب مفهوم الناس عنه (عبد العزيز وعطيوي، 2004: 233). إن الشخص الذي يعرف قدراته وإمكانياته لا يرغب في شيء لا تسمح هذه القدرات والإمكانيات بتحقيقه، أما إذا كان جاهلاً بهذه القدرات والإمكانيات، فإن رغباته قد تأتي بحيث تعجز هذه الإمكانيات عن تحقيقها، وعندئذ يكون ما يترتب على عدم تحقيق هذه الرغبات من إحباط- عاملاً من عوامل اختلال التكيف (فهيم، 1995: 38).

5-4- أن يتقبل الإنسان نفسه :

إن رضا الفرد عن نفسه وتقبله لخبراته يساعده على التكيف، أما إذا كان الفرد رافضاً لنفسه ولخبراته وغير قادر على إدماجها في إطار شخصيته فإنها سوف تبقى تشكل تهديداً وتشكل مصدر قلق وتوتر دائم له، الأمر الذي يقوده إلى عدم التكيف مع نفسه ومع الآخرين (عبد العزيز وعطيوي، 2004: 233).

5-5- المرونة :

ويقصد بها أن يستجيب الفرد للمؤثرات الجديدة استجابات ملائمة. فالشخص الجامد غير المرن لا يتقبل أي تغيير يطرأ على حياته، ومن ثم فإن تكيفه يختل وعلاقته بالآخرين تضطرب إذا ما انتقل إلى بيئة جديدة، يغير أسلوب الحياة فيها، الأسلوب الذي مارسه وتعود عليه. أما الشخص المرن فإنه يستجيب للبيئة استجابات ملائمة تحقق التكيف بينه

وبين هذه البيئة. ومعنى ذلك أن تكيف الفرد يكون أسهل، كلما كان الشخص مرناً، والعكس صحيح، فكلما قلت مرونة الشخص، قلت قدرته على التكيف في محيط ظروفه وبيئته الجديدة (فهيمى، 1995: 39).

5-6- المساييرة (المسالمة) :

إن مساييرة الفرد للمعايير الاجتماعية السائدة في بيئته ولقيمه وأخلاق العشيرة على سبيل المثال هي إحدى مظاهر تكيفه مع المحيط، أما إذا ما دخل الفرد في صراعات مع أصحاب هذه القيم فإنه سوف يدفع الثمن وهو الإحباط والفشل وتحمل العدوان والبغض والكراهية. فلقد دفع الكثير من الفلاسفة والمفكرين حياتهم ثمناً لمعتقداتهم لعدم مساييرتهم للأفكار التي كانت سائدة في عصرهم ومنهم "سقراط sokrates" و"كوبرنيس copernicos" وبهذا فإن التكيف يعني الاستسلام للوصول إلى السلامة (عبد العزيز وعطيوي، 2004: 233).

6 - المظاهر التي تدل على التكيف السليم :

رغم الاعتراف بالحاجة إلى عدة معايير لتقييم عملية التكيف، إلا أن هناك عدم اتفاق جماعي حول تحديد المعايير الصالحة، والصعوبة في ذلك أن معايير السلوك المتكيف تختلف باختلاف الزمان والثقافة والظروف وخصائص الفرد، فلا يوجد عدد من المقترحات والتصورات تحدد المعايير الأساسية للتكيف، وفيما يلي عدة مظاهر تدل على حسن تكيف الفرد:

6-1- الراحة النفسية :

إن من أهم العوامل التي تحيل حياة الفرد إلى جحيم لا يطاق شعوره بالتعب وعدم الراحة والتأزم من الناحية النفسية في أي جانب من جوانب حياته (زيدان، 1972: 263).

وبالتالي فإن من سمات الفرد المتكيف القدرة على الصمود تجاه هذه المواقف والمشكلات التي تؤدي إلى سوء تكيفه، ولذلك متى شعرنا بأن الفرد قد حقق لنفسه الراحة النفسية كان ذلك دليلاً على تكيفه، ولكن ليس معنى الراحة النفسية أن لا يصادف الفرد أي عقبات تقف في طريق إشباع حاجاته المختلفة وفي تحقيق أهدافه في الحياة. فكثيراً ما يصادف مثل هذه العقبات في حياته اليومية. وإنما الشخص الذي يتمتع بالصحة النفسية هو الذي يستطيع مواجهة هذه العقبات وحلها بطريقة ترضاهم نفسه ويقرها المجتمع (جبل، 2000: 73)، ويعني غياب الراحة النفسية إحدى العلامات الدالة على سوء التكيف ومن أمثلتها حالات الاكتئاب والشعور القاهر بالذنب أو الخوف من المرض أو الموت (رجب وآخرون، 2008: 271).

6-2- الكفاية في العمل :

تعتبر قدرة الأفراد على العمل والإنتاج والكفاية فيهما وفق ما تسمح به قدراتهم ومهاراتهم من أهم دلائل الصحة النفسية (فهيم، 1995: 46)، ومن العلامات الدالة على وجود صعوبات تحول بين الشخص وتكيفه هو عجز الفرد عن استغلال استعداداته ومهاراته، وقد يكون هذا سبباً للفشل الدراسي مثلاً عند التلاميذ أو التحصيل المتدني، أو أن يكون إنتاجه أقل من المتوقع منه حسب قدراته.

6-3- الأعراض الجسمية :

كثير من الاضطرابات النفسية والانفعالات الحادة تؤثر فسيولوجياً على جسم الإنسان وإصابته بالعديد من الأمراض العضوية مثل: ارتفاع ضغط الدم، أمراض المعدة التي ترجع أسبابها إلى القلق والتأزم النفسي، فهناك العديد من الاضطرابات والأمراض الجسمية التي ترجع إلى علل نفسية لذلك وفي بعض الأحيان يكون الدليل الوحيد على سوء تكيف الإنسان هو ما يظهر عليه في شكل أعراض جسمية مرضية. وإن خلو الإنسان من عقدة الأمراض دليل على التكيف والتأقلم (جبل، 2000: 743).

4-6- مفهوم الذات :

إن فكرة الشخص عن نفسه هي النواة الرئيسية التي تقوم عليها شخصيته كما أنها عامل أساسي في تكيفه، فالذات هي فكرة الشخص عن الوظائف النفسية التي تتحكم في السلوك الذي يقوم به وهي نظرة الشخص إلى نفسه باعتباره مصدر الفعل (فهيمى، 1995: 47)، وكلما عرف الإنسان نفسه معرفة جيدة وما تحويه الذات من قدرات واستعدادات وميول ورغبات ومدركات شعورية وانفعالات قام بتقييمها وتوجيهها الوجهة الصحيحة كان ذلك عاملاً ومؤشراً قوياً في تكيف الإنسان وتأقلمه، وتتميز الصورة الذهنية التي يكونها الفرد عن نفسه بأنها ذات ثلاث أبعاد يختص أولها بالفكرة التي يأخذها الفرد عن قدراته وإمكانياته، أما البعد الثاني فيتعلق بفكرة الفرد عن نفسه في علاقته مع الآخرين، أما البعد الثالث فهو نظرة الفرد إلى ذاته كما يجب أن تكون (جبل، 2000: 743).

5-6- تقبل الذات وتقبل الآخرين :

يرتبط تقبل الآخرين بتقبل الذات فالشخص الذي لديه الثقة بنفسه ويثق بالآخرين يعتبر أكثر اهتماماً ورغبة للانطلاق والأخذ بيد غيره كما يكون شديد الرغبة في أن يدع الآخرين يقودونه إلى عوالمهم ويعرضون عليه مشاكلهم الخاصة، ويكون قادراً على التفاعل الإيجابي البناء مع الآخرين على الأخذ والعطاء معهم وبهذه الطريقة تكمل الدورة نفسها ويحدث التكيف (فهيمى، 1976: 48-49).

6-6- اتخاذ أهداف واقعية :

إن الشخص المتصف بالصحة النفسية هو الذي يضع أمام نفسه أهدافاً ومستويات للطموح ويسعى للوصول إليها حتى لو كانت تبدو له في غالب الأحيان بعيدة المنال، فالتكيف المتكامل والسليم ليس معناه تحقيق الكمال، إنما يعني بذل الجهد والعمل المستمر

في سبيل تحقيق الأهداف، ولكي يتحقق هذا يجب ألا يكون البعد شاسعا بين فكرة الشخص عن نفسه وبين أهدافه المسطرة (عبد العزيز وعطيوي، 2004: 332).

6-7- القدرة على ضبط الذات، وتحمل المسؤولية :

إن الشخص المتكيف هو الذي يستطيع أن يتحكم في رغباته وأن يكون قادرا على إرجاء إشباع حاجاته وأن يتنازل عن الذات قريبة عاجلة في سبيل ثواب آجل أبعد أثرا وأكثر دواما، فهو الذي يعتبر نفسه مسؤولا عن أعماله ويتحمل هذه المسؤولية عن طيب خاطر، وهذه إحدى السمات الهامة في الشخصية المتكاملة ومنه التكيف (فهيم، 1978: 109-110).

6-8- القدرة على التضحية وخدمة الآخرين :

من أهم سمات الشخص المتمتع بالصحة النفسية قدرته على أن يبذل وأن يعطي ويمنح كما يستطيع أن يأخذ، سواء كان ذلك مع أولاده أو مع أصدقائه أو مع جماعات لا يعرفها، فالإنسان مهما كانت حالته، فهو مدين للإنسانية بوجوده وبقدرته عن الكلام والحركة والتمتع بنتائج الأفكار والعقول التي سبقته وأثرت في نوع الثقافة التي يعيش فيها، ولذلك فإن الشخصية السوية هي التي تسهم في خدمة الإنسانية عامة، إنها تعمل على تقويم المجتمع والسير في سبيل التطور إلى الهدف الأبعد هدف العمل للإنسانية جمعاء، والمشاركة في تحقيق السعادة لأكبر عدد ممكن من الناس (فهيم، 1978: 112).

6-9- القدرة على تكوين علاقات مبنية على الثقة المتبادلة :

إن الشخص السوي هو الذي يحقق وجوده ككائن حي اجتماعي، يعترف بحاجته إلى أفراد مجتمعه، وفي تعاونه معهم، واضطلاعه بدور اجتماعي، من أجل تحقيق حياة أفضل له ولمجتمعه. مثل هذا الشخص هو الذي يعمل من أجل المصلحة العامة، ويسعى لخير

مجتمعه الذي هو جزء منه، ويهتم بمساعدة الآخرين، وأن يكون معهم علاقات شخصية وعاطفية وثيقة، علاقات مبنية على الاهتمام والرعاية وليس على مجرد الرغبة في التعالي أو حب السيطرة (فهيم، 1995: 51).

7 - العوامل المؤثرة في التكيف النفسي :

بالرغم من أن هناك الكثير من الناس الذين يستطيعون إشباع حاجاتهم ودوافعهم... يجب الاعتراف أن هناك بعض من هذه الدوافع القوية لم يستطع الفرد أن يهيئ لها الإشباع التام، حيث توجد بعض العقبات تحول بينه وبين إشباع حاجاته الضرورية، بعضها راجع للفرد في حد ذاته والبعض الآخر خارجي يرجع إلى البيئة التي يعيش فيها ومن أهم هذه العوائق مايلي :

7-1- عوامل ذاتية :

وهذه العوائق تتعلق بالفرد نفسه وتشمل الجانب النفسي والجسمي:

***الجانب النفسي** : وتتمثل في الحالة النفسية للفرد فمثلا الشعور بالنقص يؤثر على علاقته بإخوانه في البيت ورفاقه ... (الصديقي وآخرون، 2002: 120).

***النقص الجسماني** : تؤثر الحالة الجسمية العامة للفرد على مدى تكيفه، فالشخص العليل (المريض) الذي تنتابه الأمراض تقل كفاءته ويكون عرضة لمجابهة مشاكل لا يجابهها عادة الشخص السليم (بلحاج، 2001: 120).

7-2- عوامل خارجية :

***الأسرة** : إن للجو العائلي الذي يعيش فيه الفرد أثرا كبيرا في حياته وتفاعله مع الآخرين، فالجو العائلي الذي يكون مملوءا بالخلافات والاضطرابات النفسية التي تسود في البيت له

دورا فعالا في تكيف الفرد، وعلاقته بإخوانه ووالديه، كل ذلك يمتد تأثيره على الحياة بمختلف مجالاتها.

* **المجتمع** : إن للوسط الاجتماعي تأثيرا في سلوك الفرد واتجاهاته النفسية وانتظامه في حياته، ولا يقتصر الأمر على ما يكتسبه من الحي الذي يعيش فيه من أساليب في السلوك والتعامل، بل إن الفرد أحيانا يكون صداقات مع أفراد جنسه أو مع الجنس الآخر فتستحوذ قدرا من وقته ونشاطه بحيث يؤثر ذلك على مختلف أعماله (الصديقي وآخرون، 2002: 121).

وبالإضافة إلى العوامل السابقة نذكر العوامل التالية (بلحاج، 2001: 120) :

* **عدم إشباع الحاجات بالطرق التي تقرها الثقافة** : يرى الفرد حاجاته الجسمانية وحاجاته الاجتماعية المكتسبة، وإذا استثيرت الحاجة يصبح الإنسان في حالة توتر واختلال توازنه ولا بد للحاجة من مشبع لإزالة التوتر وإعادة التوازن، وتحدد الثقافة الطرق التي يتم بها إشباع هذه الحاجات.

* **عدم تناسب الانفعالات والمواقف** : إن الانفعالات الحادة المستمرة تخل من توازن الفرد ولها أثرها الضار جسمانيا واجتماعيا.

* **الصراع بين أدوار الذات** : ما يؤدي عادة إلى الصراع وعدم التكيف وجود مجموعة من العوائق مثل الصراع النفسي الذي ينشأ عن تناقض أو تعارض أهدافه وعدم قدرته على اختيار أي منها في الوقت المناسب، أو مثل نقص المال وعدم توفر الإمكانيات حيث يعد عائقا يمنع الفرد من تحقيق أهدافه ورغباته وهذا ما يسبب له الشعور بالإحباط، أو كالعادات والقوانين الموجودة في المجتمع والتي قد تعيق الفرد عن تحقيق أهدافه وإشباع حاجاته وذلك بضبط سلوكياته وتنظيم علاقاته.

خلاصة

على ضوء ما تقدم يمكن استخلاص أن تقدير الذات والتكيف النفسي عاملين أساسيين للدلالة على مستوى الصحة النفسية، فالأول هو عبارة عن التقييم العام الذي يضعه الفرد حول نفسه، والثاني هو عبارة عن محاولة الفرد التوفيق بينه وبين البيئة المحيطة به، ويعتبر كل من تقدير الذات والتكيف النفسي عمليتين نسبيتين تتدخل فيهما مجموعة من العوامل منها ما هو مرتبط بالفرد نفسه ومنها ما هو عائد للمحيط الخارجي.

وتنعكس هاتين العمليتين على الفرد فتحدد ثقة الفرد بذاته إما إيجاباً أو سلباً، فإذا تحددت إيجابياً فسيشعر الفرد بالراحة النفسية والرضا عن الذات ويحقق التكيف السليم بما أنه قادر على مواجهة الأزمات التي تعترضه، أما إذا كانت سلبية فسينعكس ذلك على الفرد ويتشكل في عدم الرضا وعدم التقبل واحتقار للذات والشعور بالكآبة والانعزال عن المجتمع.

الفصل الثالث : التوافق الدراسي

تمهيد

أولاً : التوافق

1 - مفهوم التوافق

2 - طبيعة ونشأة التوافق

3 - نظريات التوافق

4 - كيف تحدث عملية التوافق

5 - الفرق بين التوافق والتكيف

6 - آليات التوافق

7 - مجالات التوافق

ثانياً : التوافق الدراسي

1 - التوافق الدراسي

2 - العوامل المؤثرة في التوافق الدراسي

3 - مظاهر التوافق الدراسي

4 - سوء التوافق الدراسي وأسبابه

5 - مظاهر سوء التوافق الدراسي

6 - مشكلات سوء التوافق الدراسي

7 - أثر التوافق الدراسي على السلوك والتحصيل الدراسي للتلاميذ

خلاصة

تمهيد

يواجه الفرد كل يوم العديد من المشكلات التي تتطلب منه اتخاذ قرار لحلها، والتلميذ باعتباره فردا من أفراد المجتمع فهو بلا شك يعاني من مشكلات عديدة، فطوال فترة دراسته استطاع أن يتجاوز الكثير منها بأساليب مختلفة تتناسب مع قدراته.

غير أنه أحيانا يعجز التلميذ عن حل بعض مشكلات ما، وهذا قد يعرضه إلى العديد من الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب والتوتر مما يعيق توافقه النفسي الذي يعتبر هدف كل إنسان.

والتوافق الدراسي الذي يعتبر من أهم أنواع التوافق، لدى التلميذ خصوصا لدى تلاميذ المرحلتين المتوسطة والثانوية لكونهم يمرون بأصعب مرحلة من مراحل نموهم وهي مرحلة المراهقة، يتحدد تبعاً لمدى الطرق التي يتبعها التلميذ للوصول إلى حالة التوازن النسبي بين متطلباته ومتطلبات بيئته الدراسية ما يضمن له الشعور بالارتياح والاقتناع داخل المؤسسة التربوية .

أولاً : التوافق

1 - مفهوم التوافق :

جاء في المعجم الشامل من المصطلحات السيكولوجية والتحليل النفسي أن التوافق هو التوازن المنسق بين الكائن وما يحيط به، بحيث تعمل كل الوظائف على استمرارية الكائن بشكل سوي (إدريس وعبد النور، 1970: 18)، ومن خلال التعريف اللغوي نجد أن التوافق هو الوضعية التي تكون فيها كل وظائف الفرد تعمل في إطار منسق، حيث يعمل على الاستمرارية ويحافظ على تحقيق التناسق بين مختلف الحاجات ومتطلبات البيئة.

أما تعريف التوافق اصطلاحاً فقد تعددت التعاريف التي قدمت له وذلك حسب اهتمام واتجاه العلماء والباحثين، ومن بين أهم التعريفات نجد :

تعريف "كارل روجرز Carl Rogers" للتوافق : "التوافق هو قدرة الشخص على تقبل الأمور التي يدركها بما في ذلك ذاته، ثم من بعد ذلك على تنبيهها في تنظيم شخصيته" (Taylor، 1970: 411)، التوافق في هذا التعريف يركز بشكل أساسي على كيفية إدراك الفرد لذاته سواء كانت تلك الصورة واقعية وحقيقية أو غير ذلك.

وعرفه "عبد المنعم المليجي وآخرون": "التوافق هو الأسلوب الذي بواسطته يصبح الشخص أكثر كفاءة في علاقته مع البيئة" (المليجي، 1971: 385)، ويشير هذا التعريف بوجه خاص إلى أساليب التوافق الايجابية التي تؤدي إلى الاستقرار.

وعرفه "كمال دسوقي" : الفرد يكون متوافقاً إذا أحسن التعامل مع الآخرين بشأن حاجاته الخاصة وقام بتحقيق رغباته وفقاً لما يرضي الغير، ويتكون الموقف التوافقي من ثلاث عناصر: الفرد، وحاجاته من البيئة وإمكانياته، والتوفيق بين الحاجيات والرغبات (دسوقي، 1978: 32).

وعرفه "لازاروس lazarus" على أنه : "مجموع العمليات النفسية التي تساعد الفرد في التغلب على المتطلبات والضغوط المتعددة" (18-17: 1969, patterson).

وعرفه "الديلمي (1991)" على أنه : "عملية تفاعل الإنسان باستمرار مع بيئته المادية والاجتماعية وهذا التفاعل عملية ديناميكية مستمرة (سفيان، 2004: 157).

وحسب رأي "الداهري" فإن التوافق هو حالة وقتية تتزن فيها قوى المجال بما فيه الشخص ذاته، فكل مجال إنساني يتضمن عددا من القوى المتنافرة المتنازعة ويتضمن الإنسان الذي سينجو بسلوكه نموا خاصا حسب نظام هذه القوى حيث ينعكس عليه تأثير هذا النمو (الداهري، 2008: 64).

وبناء على ما تم عرضه من تعاريف تم التوصل إلى أن التوافق هو حالة من التوازن والاستقرار النفسي والاجتماعي يظهر من خلال سلوكيات الفرد وتصرفاته التي تبدو في شخصيته، وفي قدرته على مواجهة الصعوبات التي تعترضه.

2 - طبيعة ونشأة التوافق :

ترجع نشأة مصطلح التوافق إلى القرن التاسع عشر وهو مستمد من مصطلح التكيف ويستمد المفهوم جذوره من نظرية "داروين c. darwin" للنشوء والارتقاء وقد عدل من قبل علماء النفس، وأطلقوا اسم التوافق على العملية السلوكية التي تستطيع بواسطتها الكائنات الحية إشباع حاجاتها وتخطي العوائق البيئية (قماري، 1990: 33).

ويعتبر مصطلح التوافق من المصطلحات التي استخدمت بجهات مختلفة ومتداخلة، فقد جاء مفهوم التوافق بمعنى تحقيق التوافق بين الإنسان والبيئة الفيزيقية.

اسم "التكيف التكتيكي" واستخدم في علم الاجتماع باسم التكيف الاجتماعي البديل على العلاقة الملائمة التي تربط الأشخاص بأفراد مجتمعهم بحيث تنتهي إلى صلات طيبة،

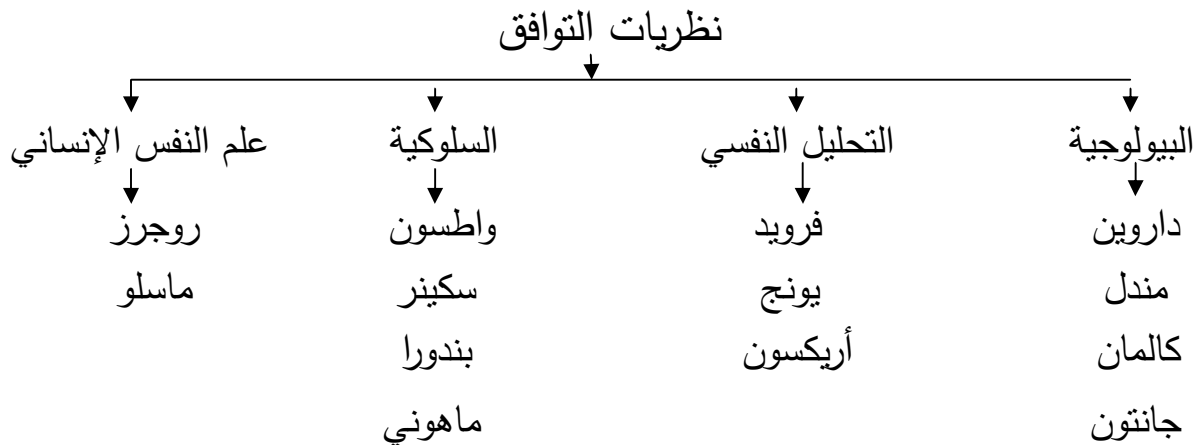
فالتوافق بالمعنى الطبيعي يحدث دون إرادة منا كما أنه مستقل عن سعينا الشعوري (فهومي، 1978: 10).

والتكيف الاجتماعي النفسي المشروط بشرط ينبغي أن يلتزم به الكائن في وسطه الاجتماعي، كما ينطوي التوافق على وظيفة تحقيق الاتزان مع البيئة بمستوياتها الثلاث التي ميزتها مدرسة علم النفس الفرنسية وهي كالتالي (مخيمر، 1979: 34):

- التلاؤم : وهو مجرد تكيف فيزيائي كما وصفه داروين.
- التكيف : خفض التوتر بتحقيق قيمة الذات وإمكانياتها.
- التوافق : مجرد خفض التوتر مهما كانت نتائجه.

3- نظريات التوافق :

اختلفت النظريات التي فسرت التوافق باختلاف وجهة نظر العلماء والباحثين حول مفهوم التوافق، ومن أهم تلك النظريات ما يلي :



الشكل رقم (02) : يمثل نظريات التوافق

3-1- النظرية البيولوجية :

من مؤسسيها "داروين، مندل، كالمان، وجالتون"، رأى أصحاب هذه النظرية أن إخفاق الفرد في عملية التوافق ناتج عن خلل عضوي ومرض جسمي مس بعض أعضاء الجسم، التي لها الدور المهم والحساس في السيطرة على الفرد وكل سلوكاته وتصرفاته، ذلك أن إصابته في الجزء العلوي تترك الأثر وتعمل بشكل مباشر على إحداث إصابات وأمراض قد تورث فيها عن طريق الإصابات، أو العدوى، أو الخلل الذي يصيب عملية الإفراز السليم للهرمونات تأتي عن الضغط الواقع على الفرد أو التوتر أو القلق (قريشي، 2002: 46).

من الملاحظ أن هذه النظرية ركزت على النواحي البيولوجية للتوافق حيث أنها ركزت على الجانب العضوي للفرد وإصاباته وأهملت الجانب النفسي الذي يكمل الجانب العضوي لشخصية الفرد.

3-2- نظرية التحليل النفسي :

من أبرز روادها نجد الباحث "فرويد" والذي رأى أن عملية التوافق عند الفرد غالبا ما تكون لا شعورية بحكم أن الأفراد لا يعون الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياتهم، فالشخص المتوافق هو الشخص الذي يستطيع إتباع المتطلبات الضرورية بوسائل مقبولة اجتماعيا (الشاذلي، 2001: 70)، أي أن التوافق من وجهة نظر "فرويد" هو وجود الأنا القادر على خلق اتزان بين الأنا العليا والأنا السفلى (المليجي، 2001: 80)، ويعتبر "فرويد" أن التوافق نادر لدى الإنسان كما أن السلوك اللاشعوري يرجع إلى الخبرات الطفلية الأولى، وحدث تثبيت عند مرحلة معينة من مراحل النمو النفسي الجنسي، أو نتيجة كبت المواقف والذكريات المؤلمة في اللاشعور (حسيب، 2006: 23).

ومن أتباع هذه النظرية نجد كل من : يونج، أدلر، أركسون، .. وغيرهم.

من الملاحظ أن هذه النظرية ركزت على الجانب اللاشعوري للفرد، وأهملت جانبه الإنساني، حيث رأت أن اهتمامات الفرد تتمحور فقط حول طريقة إشباع غرائزه ورغباته حتى

وإن تتأق هذا مع مجتمعه، كما رأأ أيضا أن الفرد لا يكون واعيا بالأسباب الحقيقية التي تكمن وراء سلوكه.

3-3- النظرية السلوكية :

رأى السلوكيون بأن التوافق هو بمثابة كفاية وسيطرة على الذات (أي قمع التصرفات التي لا تقود إلى معززات إيجابية) وتعلم التصرفات الفاعلة في بلوغ الأهداف. ويتحقق هذا المستوى من التوافق من خلال اكتشاف الفرد للشروط والقوانين الكامنة في الطبيعة وفي المجتمع الذي يستطيع بموجبها سد احتياجاته وتجنب المخاطر (خطارة، 2011: 46)، وعملية توافق الشخص لدى "واطسن" و"سكينر" لا يمكن أن تنمو عن طريق ما تبذله الجهود الشعورية للفرد، ولكنها تشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات أو إثباتات البيئة.

أما السلوكيين المعرفيين أمثال "ألبرت بندورا" و"مايكل ماهوني" استبعدوا تفسير توافق الفرد أنه يحدث بطريقة آلية تبعده عن الطبيعة البشرية واعتبروا أن كثيرا من الوظائف البشرية تتم والفرد على درجة عالية من الوعي والإدراك مزامنة للأفكار والمفاهيم الأساسية، أي أن "باندورا" و"ماهوني" رفضوا تفسير طبيعة الإنسان بطريقة آلية ميكانيكية (بلحاج، 2011: 116).

ولقد لقي الاتجاه السلوكي انتقادات كثيرة، إذ لا يمكن تفسير السلوك على مكافئات وعقوبات أي اعتمادا على مثير واستجابة دون تدخل العوامل الداخلية كالتفكير والتخيل..

3-4- نظرية علم النفس الإنساني :

أكد أنصار الاتجاه الإنساني أمثال "روجرز" على أن الإنسان ذو إرادة يحكم عقله ويتدخل في تحديد مصيره ويندفع نحو أهداف إيجابية (ميدون، 2014: 52)، ولذلك هو يجاهد لكي يحقق ذاته كإنسان ويعرف ذلك بالميل إلى تحقيق الذات، من خلال تحقق الاتساق بين الخبرات والقيم وصورة الذات حيث يسمح الناس للمواقف التي تتفق مع الذات بالدخول في الوعي، ومن ثم يدركونها بدقة (بلحاج، 2011: 47)، أي أن التوافق من خلال

هذا الاتجاه يتم حينما يستطيع الفرد إشباع الحاجات الفسيولوجية، والحاجة للأمن، والحاجة للحب والانتماء، وتقدير الذات، وتحقيق الذات، لذلك يركز الاتجاه الإنساني على توفير جو من الأمن والدفء والتقبل يستطيع فيه الفرد أن يحقق ذاته (حسيب، 2006: 24).

الملاحظ عند أصحاب هذا الاتجاه أنهم ركزوا بدرجة كبيرة في تحليل التوافق على أهمية دراسة الذات، وبالتالي فإن سوء التوافق من خلال هذه النظرية يكون من خلال شعور الفرد بعدم القدرة وتكوين مفهوم سالب عن الذات.

وفي الأخير نستنتج من النظريات التي تم طرحها من خلال الباحثين أنها تباينت في تفسير عملية التوافق وأن الاتجاه الصحيح هو الذي يشمل كل هذه النظريات، أي أن أفكارها متكاملة.

4 - كيف تحدث عملية التوافق :

يرى كل من "عبد المنعم عبد الله حسيب" و"سهير كامل أحمد" أن عملية التوافق تبدأ بوجود دافع أو رغبة معينة تدفع الإنسان وتوجه سلوكه نحو غاية معينة أو هدف خاص يتسع هذا الدافع ثم يظهر العائق ليعترض سبيل الكائن الحي من الوصول إلى الهدف، وعندما يعلق الكائن الحي من الوصول إلى هدفه ويحبط إشباع دافعه يأخذ في القيام بأعمال كثيرة وسلوكيات مختلفة محاولة منه التغلب على هذا العائق والوصول إلى أهدافه، وبالوصول إلى هدفه الذي يشبع الدافع تتم عملية التوافق، من هذا فالخطوات الرئيسية لعملية التوافق هي :

4-1- وجود حاجة تريد الإشباع هذه الحاجة : (بيولوجية أو نفسية أو

اجتماعية) تؤدي إلى تكوين الدافع المرتبط بإشباع هذه الحاجة، فالدوافع البيولوجية ترتبط بإشباع حاجات بيولوجية، وهي نتاج لهذه الحاجات، والدوافع النفسية الاجتماعية ترتبط بإشباع حاجات نفسية، وهي بالتالي نتاج لها.

4-2- وجود عائق يمنع الوصول إلى الهدف ويحبط إشباع الدافع : قد

يكون خارجي (مما يترتب عليه شعور بالإحباط)، وقد يكون تعارض بين الأهداف التي يسعى الشخص للوصول إليها (مما يترتب عليه الشعور بالصراع الشعوري).

4-3- قيام الإنسان بسلوكات وحركات كثيرة للتغلب على العائق : حيث

يستخدم الأساليب المباشرة أولاً، فإن لم تؤدي إلى التغلب على العائق وإنهاء حالة الإحباط أو الصراع فإنه يلجأ إلى الحيل الدفاعية والتي تمثل أساليب غير مباشرة لتحقيق التوافق.

4-4- الوصول إلى حل يمكن من التغلب على العائق ويؤدي إلى

الوصول إلى الهدف وإشباع الدافع وهنا تتحقق عملية التوافق : فالتوافق يحدث حينما يتم إشباع الحاجات البيولوجية أو النفسية بطريقة يرضى عنها الفرد (أي تتفق مع ما لديه من قيم ولا تتعارض مع الضمير)، ويرضى عنها مجتمعه أي تتفق والمعايير والقيم الاجتماعية والدينية السائدة في المجتمع (كامل أحمد، 1999: 43)، (عبد الله حسيب، 2006: 19-20).

ويمكن أن لا تتم عملية التوافق دائماً بهذا النظام الذي يؤدي إلى الوصول للتغلب على العائق وحل المشكلة، فقد نجد في بعض الأحيان أفراد يعجزون عن حل مشكلاتهم وتجاوز العوائق التي تعترضهم فيتجنبون هذه العوائق ويؤدي بهم إلى ابتعادهم عن حاجاتهم الأصلية ويعانون من الإحباط.

5 - الفرق بين التوافق والتكيف :

لقد طال الخلط بين هذين المصطلحين إلى حد التطابق وقد استخدم الكثير من الباحثين في علم النفس كلمة تكيف مرادفة لكلمة توافق، وكانوا في كل مرة يقصدون به نفس

الشيء رغم أن الفرق واضح حيث أن التكيف يستخدم بمعنى طبيعي أو بيولوجي فهو مصطلح مستمد أساساً من علم البيولوجيا.

ورأى "المليجي" أن لفظ "التكيف" Adaptation يفضل استخدامه للدلالة على التكيف البيولوجي (أو الفيسيولوجي) للكائن الحي، أي التكيف لبيئته، بينما يقصر لفظ "التوافق Adjustment" للدلالة على التكيف الاجتماعي بوجه عام (المليجي، 2006: 386).

ورأى كل من "عبد التواب أمين" و "السيد سليمان" و "محمد جاسم العبيدي" أن هناك فرق جوهري بين التوافق والتكيف ويبرز فيما يلي :

التوافق مفهوم خاص بالإنسان أساساً، إذ يسعى لتنظيم حياته وحل صراعاته، ومواجهة مشكلاته وإشباع حاجاته كي يصل إلى النجاح سواء في مجال الأسرة أو العمل أو مع الأصدقاء، أما مفهوم التكيف فهو يشمل تكيف الكائن الحي عامة (الإنسان، الحيوان، النبات) إزاء البيئة المادية التي يعيش فيها هذا الكائن الحي (منسي وقاسم، 2002: 25)، (العبيدي، 2004: 14-15).

وقد ساندتهم في ذلك "عبد الحميد الشاذلي" حيث رأى أن الفرق بين التوافق والتكيف يكمن فيما يلي:

يتضمن التوافق الجوانب النفسية والاجتماعية ويقتصر على الإنسان فقط، أما التكيف يختص بالفيسيولوجية (ويشمل الإنسان والحيوان معاً)، وبذلك تصبح عملية تغيير الإنسان لسلوكه يتفق مع غيره في العادات والتقاليد وخضوعه للالتزامات الاجتماعية (الشاذلي، 2001: 91-94).

كما يمكن القول أن التوافق يشير إلى وجود علاقات تتصف بالانسجام مع البيئة التي تتضمن القدرة على إشباع مختلف حاجات الفرد وتلبية معظم مطالبه الحياتية، ويتضمن كل

التباينات والتغيرات التي تحدث على مستوى السلوك والتي تكون ضرورية لعملية الإشباع ضمن العلاقة المنسجمة مع البيئة، بينما التكيف أوسع وأشمل من حيث أنه عملية دينامية يقوم بها الفرد بصفة مستمرة عبر مختلف مراحل نموه من أجل تحقيق التوازن بين مكونات جهازه النفسي من جهة وبينه وبين البيئة المحيطة به من جهة أخرى، ويتحقق من خلال قيام الفرد بتغيير سلوكه حسب المنبثات المختلفة التي يتعرض لها وذلك للوصول إلى حالة من الاستقرار النفسي.

وقام "الكبيسي والداهري" (1999) بتلخيص أهم الفروق بينهما فيما يلي:

- 1- التكيف أشمل من التوافق لأنه يشمل الإنسان والحيوان والنبات في علاقتها مع البيئة، بينما التوافق يقتصر على تفاعل الإنسان مع الآخرين.
- 2- التكيف يتضمن المسايرة للظروف وينكر دور الإنسان في تغييرها، وكذلك يلغي دور الفروق الفردية بين الناس.
- 3- التوافق يظهر جانب الإرادة البشرية لتغيير الواقع نحو الأفضل، وبالتالي يعتبر أساس لتطور البشرية بما يمتلك الإنسان من قدرات مبدعة.
- 4- التوافق حصيلة لجهود الإنسان تتضمن خبراته الماضية والحاضرة للانطلاق نحو المستقبل.
- 5- التوافق مسألة نسبية تختلف باختلاف قدرات الإنسان والثقافة السائدة في المجتمع والزمان والمكان (الكبيسي والداهري، 1999: 204).

6 - آليات التوافق :

ويقصد بها الحيل والأساليب التي يلجأ إليها الفرد لتحقيق توافقه، وذلك إذا حال عائق دون وصوله إلى هدفه وإشباع دوافعه، فإنه يقوم عادة بكثير من المحاولات المختلفة التي تهدف إلى التغلب على العائق وإلى الوصول إلى الهدف الذي يشبع دوافعه ويخفف من توتره

ويعيد إليه حالة الاتزان، والمحاولات التي يقوم بها الفرد للتغلب على ما يعترضه من عوائق كثيرة ومتنوعة، ويلجأ الإنسان عادة في أول الأمر إلى أساليب مباشرة وإذا فشلت هذه الأساليب فإنه يلجأ عادة إلى طرق أخرى كثيرة غير مباشرة (شاذلي، 2001: 90-91).

1-6 - أساليب التوافق المباشرة :

حددها " عبد الحميد محمد الشاذلي " في (08) أساليب :

العمل الجدي ومضاعفة الجهد، تغيير الطريقة، تحويل السلوك، تنمية مهارات جديدة، إعادة تفسير الموقف، التعاون والمشاركة، تغيير الهدف، تأجيل إشباع الدافع إلى حين.

أ - العمل الجدي ومضاعفة الجهد :

قد يلجأ بعض الأفراد حين تحبط أعمالهم أو تعاق بأبسط عقبة وأهونها إلى اليأس أو التوقف عما يسعون إليه من أهداف في حين أن الاستجابة السليمة لمثل هذا الموقف تتطلب العمل الجدي ومضاعفة الجهد، فإذا رسب الطالب في الامتحان فإنه سيحاول أن يزيد من مجهوده في استذكار دروسه لكي ينجح في الامتحان المقبل بتفوق.

ويجب غرس هذا الاستعداد لدى الأفراد وتنميته بأن توكل لهم منذ طفولتهم بعض الأعمال التي تتفق مع نضجهم وقدراتهم حتى ينجحوا في القيام بأعمال هامة بمجهودهم الشخصي.

ب - تغيير الطريقة :

إذا وجد الفرد أن زيادة المجهود لا تجدي في حل مشكلة ما فإنه يلجأ عادة إلى تغيير طريقة الحل التي كان يتبعها، فالطالب الذي فشل في الامتحان قد يحاول التغلب على هذه المشكلة بتغيير طريقته وعاداته في المذاكرة. والمدرس الذي يشعر أن طريقته في عرض

الدرس لم تكن واضحة للتلاميذ فإنه سيحاول في المرة المقبلة أن يغير طريقة عرضه بحيث تكون أكثر سهولة ووضوحاً.

ج - تحويل السلوك :

كثيراً ما يجد الفرد نفسه أمام عائق لا يمكن التغلب عليه أو تذليله، فمثلاً لو كان منطلقاً في طريقه واعترضته إشارة تدل على أن الطريق مغلق لإجراء بعض التصليحات فلن يمضي في سيره ولن ينكص على غايته وإنما يبدأ في البحث عن طريق آخر.

د - تنمية مهارات جديدة :

في كثير من الحالات يحتاج الفرد الذي لاقى إحباطاً إلى كثير من العمل الجدي ومضاعفة الجهد، فهو في حاجة إلى تنمية اتجاهات ومهارات جديدة تساعده على التوافق، فالمدرس يمكنه القيام بعمله بطريقة أحسن عندما يدرس مراحل النمو وخصائص كل مرحلة وكذلك طرق التدريس التي تساعد على التعليم الجيد.

هـ - إعادة تفسير الموقف :

في بعض الحالات يكون الإحباط الذي يلقاه الفرد ناجماً عن تفسيره الخاطئ للموقف، أو عن حكمة المجانب للصواب على نفسه، أو على الأشخاص الآخرين أكثر من كونه ناتجاً عن سوء الموقف الخارجي أو نقص في البيئة. وكل ما يتطلبه الفرد في هذه الحالة هو إعادة تفسير الموقف وتفهمه.

و - التعاون والمشاركة :

يلجأ بعض الأشخاص إلى استخدام بعض أساليب غير سوية للتعامل مع الناس مثل الانسحاب، واعتزال الناس، والاعتماد الكلي على الآخرين، والعدوان، والميل الشديد للسيطرة

أو الخنوع. والواقع أن أفضل نوع في العلاقة الاجتماعية هو التعاون والمشاركة، فكثير من نواحي النشاط الإنساني يتطلب تعاوناً لكي يقوم بها الإنسان على أفضل وجه، وكلما تمت مشاركة الآخرين حياتنا في إخلاص وصراحة وعمق ازدادت الحياة خصوبة. وهنا يتم التأكيد على أن التعاون والمشاركة الاجتماعية لن يكونا ذا قيمة كبيرة في جو متسم بالخضوع أو السيطرة وإنما يجب أن يتم ذلك في جو تسوده المساواة.

ز - تغيير الهدف :

إذا فشلت الطرق السابقة في التغلب على الإحباط فقد يلجأ الفرد إلى تغيير هدفه واتخاذ هدف آخر يكون أكثر سهولة، فالطالب الذي يتكرر فشله في السنة الأولى وبإحدى الكليات قد يترك هذه الكلية ويلتحق بكلية أخرى، والطفل الذي يريد شراء دراجة في العيد ولكنه لم يشتريها فقد يرضى بشراء آلة تصوير بدلاً من الدراجة.

ح - تأجيل إشباع الدافع إلى حين :

ولكن مثل هذه الحلول المباشرة قد لا تتيسر للفرد في كل الحالات فيضطر الفرد الذي لا يتمكن من استخدام هذه الأساليب في حل صراعاته والتغلب على ما يواجهه من إحباط إلى اللجوء إلى أسلوب آخر من الحلول غير المباشرة هو أسلوب الحيل اللاشعورية (الدفاعية) (الشاذلي، 2001: 91-94).

وقد قام " عبد الله حسيب " بتلخيصها في (04) أساليب أساسية :

1- بذل الجهد والمثابرة للتغلب على العائق، وبالتالي التقليل من مشاعر الإحباط والصراع.

2- البحث عن طرق أخرى ووسائل أخرى لتحقيق الهدف.

3- استبدال الهدف بغيره في حالة فشل الأسلوبين السابقين.

4- طلب النصيحة والمساعدة من الآخرين (عبد الله حسيب، 2006: 32-33).

6-2 - أساليب التوافق غير المباشرة :

هناك وسائل أخرى يلجأ إليها الفرد إذا تعذرت عليه الوسائل المباشرة فمعظم المشكلات الإنسانية يقابلها بأنواع مختلفة من الحلول، فمثلا ازدواجية الفرد، الإحباط فإما أن يضاعف جهوده أو أن يبحث عن عمل آخر أكثر ملائمة إلا أنه قد يلتمس الأعذار لفشله فيدعي أنه ألم به مرض، أو ما لاقاه من أسرته كان سببا فيما لاقاه من تعثر في حياته (حقي، 1986: 48)، ومن الحيل المستعملة في هذا الأسلوب نجد (عبد الله حسيب، 2006:

: (34-33)

أ - الكبت :

استبعاد لا شعوري للذكريات والمواقف المؤلمة من الشعور إلى اللاشعور، ونجاح عملية الكبت دليل على الصحة النفسية وقوة الأنا. والكبت هو الحيلة الأساسية، والتداعي الحر الذي يعتمد على إخراج المكبوتات من اللاشعور.

ب - التبرير :

وهو شكل من أشكال خداع الذات، حيث يخفي الفرد الأسباب وراء سلوك مشكوك فيه اجتماعيا مقدما حقيقة قد تبدو منطقية ومعقولة ومقبولة اجتماعيا للفشل أو السلوك السيئ، وهو من أكثر الحيل الدفاعية شيوعا.

ج - التوحد :

تبنى أو استعارة ما في الآخرين من صفات، وفيه يتم الاندماج مع شخص آخر يحبه الفرد ويعجب به، ويتمثل أفكاره وقيمه واتجاهاته من خلال المعاشة وبصورة لا شعورية، بحيث يصبح هو النموذج الذي يتوحد معه كأنه شيء واحد.

د - الإسقاط :

أن ينسب الفرد سماته السيئة ودوافعه ورغباته غير المقبولة للآخرين بدلا من الاعتراف بها.

هـ - التكوين العكسي :

هو التعبير عن السلوك غير المقبول اجتماعيا بشكل معاكس، فالسمة غير المقبولة يتم كبتها وإظهار السمة العكسية بصورة قوية، وتعتبر المبالغة الشديدة في إظهار سلوك معين دليلا على التكوين العكسي.

و - الإعلاء :

هو التعبير عن الرغبات غير المقبولة اجتماعيا كالجنس والعدوان بصورة مقبولة اجتماعيا.

ز - النكوص :

وهو العودة إلى سلوك أقل نضجا للهروب من المواقف التي تثير القلق، ففيه يرتد الشخص إلى سلوك سابق لا يتناسب مع مرحلة النمو التي يمر بها، وهو عملية انسحاب من الصراع المثير للقلق إلى مرحلة نمائية لا أحد يتوقع فيها تحمل المسؤولية أو القيام

بسلوك ناضج، ويمثل عودة للكثير من طرق الطفولة في السلوك (عبد الله حسيب، 2006: 33-34).

7 - مجالات التوافق :

لقد تعددت وجهات النظر حول تحديد مجالات التوافق تبعاً لتعدد مرافق حياة الفرد وفيما يلي توضيح لهذه المجالات :

7-1- التوافق العقلي :

عناصر التوافق العقلي هي: الإدراك الحسي، والتعليم، والتذكر، والتفكير، والذكاء، والاستعدادات، ويتحقق التوافق العقلي بقيام كل بعد من هذه الأبعاد بدوره كاملاً ومتعاوناً مع بقية العناصر (الشاذلي، 2001: 61).

7-2- التوافق الديني :

يعتبر الجانب الديني أو الروحي جزءاً مهماً في التركيب النفسي للفرد، وكثيراً ما يكون مسرحاً للتعبير عن صراعات داخلية عنيفة مثل ما يشاهد لدى كثير من الشباب أصحاب الاتجاهات الإلحادية والتعصبية، ويتحقق التوافق الديني بالإيمان الصادق، ذلك أن الدين من حيث هو عقيدة وتنظيم للمعاملات بين الناس ذو أثر عميق في تكامل الشخصية الإنسانية ووازنها، فهو يرضي حاجة الإنسان إلى الأمن، أما إذا فشل الإنسان في التمسك بهذا السند الروحي ساء توافقه واضطربت نفسه وأصبح مهياً للقلق وللاضطراب السلوكي (صبرة، 2004: 130).

7-3- التوافق الجنسي :

لا شك أن الجنس يلعب دورا بالغا الأهمية في حياة الإنسان لما له من أثر في سلوكه وعلى صحته النفسية، ذلك أن النشاط الجنسي يشبع كل من الحاجات البيولوجية والسيكولوجية، وكثيرا من الحاجات الشخصية والاجتماعية وإحباطه يكون مصدرا للصراع والتوتر الشديدين وتختلف الطريقة التي تشبع بها الحاجات الجنسية ودرجة هذا الإشباع اختلافا واسعا باختلاف ظروف الحياة وخبرات تعلم الإنسان، ويعتبر عدم التوافق الجنسي دليلا على سوء التوافق العام لدى الفرد (بطرس، 2008: 115).

7-4- التوافق السياسي :

ويتحقق التوافق السياسي عندما يعتنق الفرد المبادئ الأساسية التي تتماشى مع تلك التي يعتنقها ويوافق عليها المجتمع، أي عندما يساير معايير الجماعة التي يعيش فيها وإذا ما خالف تلك المعايير يتعرض للكثير من الضغوط المادية والنفسية، أو ينشأ لديه صراع داخلي يعوق إشباع كثير من حاجاته ويصيبه التوتر والقلق وعليه أن يساير معايير الجماعة أو يغير المبادئ والأفكار، أو أن ينتقل إلى مجتمع آخر يرحب بمبادئه حتى يتحقق له التوافق بينه وبين مجتمعه (صبرة، 2004: 129).

7-5- التوافق الزوجي :

يتضمن السعادة الزوجية، والرضا الزوجي، ويتمثل في الاختيار المناسب للزواج، والاستعداد للحياة الزوجية، والدخول فيها، والحب المتبادل بين الزوجين، والإشباع الجنسي، وتحمل مسئوليات الحياة الزوجية، والقدرة على حل مشكلاتها، والاستقرار الزوجي (الشاذلي، 2001: 62-63).

8-6- التوافق الأسري :

هو مدى قدرة الفرد على التعايش في الجو الأسري بعيدا عن المشاكل العائلية والقدرة على تحمل المسؤولية فيه مع الاحتفاظ بعلاقات حميمة مع الوالدين والأخوة وبقية أفراد الأسرة الآخرين.

ومن أهم المشكلات التي تواجه الشباب في محيط الأسرة : عدم تفهم الوالدين لظروف الشباب واحتياجاتهم، وتدخّل الوالدين في اختيار الأصدقاء، وعدم توفر الوسائل المناسبة للاستفادة من وقت الفراغ في المنزل، وفتور العلاقات بين الآباء والأبناء (الصويط، 2008: 71).

7-7- التوافق الاقتصادي:

ويتضمن التوافق مع التغيرات المالية الإيجابية منها والسلبية، والقدرة على إشباع المتطلبات المادية والاحتياجات الاجتماعية.

ذلك أن التغير المفاجئ بالارتفاع أو الانخفاض في سلم القدرات الاقتصادية يحدث اضطرابا عميقا في أساليب توافق الفرد، ويلعب إشباع الفرد اقتصاديا دورا بالغا الأهمية في تحديد شعوره بالرضا، أو الإحباط فيغلب على الفرد الشعور بالحرمان والإحباط إذا كان حد الإشباع عنده منخفض، ويغلب عليه الشعور بالرضا إذا كان حد الإشباع عنده مرتفعا (عليوي، 2011: 36).

8-7- التوافق الترويحي :

يقوم التوافق الترويحي في حقيقته على إمكانية التخلص مؤقتا من أعباء العمل ومسؤولياته أو التفكير فيه خارج مكان العمل، والتصرف في الوقت بحرية، وممارسة السلوك

الحر التلقائي الذي يحقق فيه الفرد فريته ويمارس فيه هواياته، رياضية كانت أم عقلية أو ترويحية، ويتحقق بذلك الانسجام (الشاذلي، 2001: 64).

7-9- التوافق المهني :

ويتعلق بالانسجام بين الفرد والمهنة أو العمل، وتقبله له ورضاه عنه، ويتمثل في الاختيار المناسب للمهنة والافتتاح الشخصي والاستعداد لها بالعلم والتدريب لها والكفاءة والإنتاج والشعور بالنجاح والعلاقات الحسنة مع الرؤساء والزملاء والتغلب على المشكلات ومواجهة ظروف العمل (عليوي، 2011: 37).

7-10- التوافق الدراسي :

يتضمن التوافق الدراسي التأقلم مع معطيات المجال الدراسي بمختلف مناهجه، فالتوافق الدراسي عملية دينامية مستمرة، يقوم بها الطالب لاستيعاب المواد الدراسية (عليوي، 2011: 37) ومكوناتها الأساسية المتمثلة في الأساتذة والزملاء وأوجه النشاط الاجتماعي ومواد الدراسة والوقت : وقت الدراسة، ووقت الفراغ، ووقت المذاكرة - وطريقة الاستذكار (الشاذلي، 2001: 63)، ومنه يلاحظ أن استيعاب مواد الدراسة تساعد على تغيير اتجاهات الطالب نحو هذه المواد وقدرته على تنظيم وقته والتوفيق بين أوقات الدراسة والمذاكرة والترفيه، ولطريقة المذاكرة أثرها الفعال في عملية التحصيل الدراسي ومستواه، والمساعدة على التفكير وتخفيض مستوى النسيان، كما أن قدرة الطالب على إقامة علاقة جيدة مع زملائه وأساتذته تساعد على تحقيق التوافق الذاتي وسماته الشخصية والانفعالية وتمكنه من عقد صلات مثمرة بينه وبينهم، وإشراكه في النشاط الاجتماعي والثقافي للحياة المدرسية وهذا ما يحقق توافقه الدراسي.

ثانيا: التوافق الدراسي :

1- تعريف التوافق الدراسي :

لقد حظي موضوع التوافق الدراسي باهتمام العديد من العلماء والباحثين، وبهذا تعددت المفاهيم المفسرة له، وفيمايلي سيتم عرض البعض من هذه المفاهيم :

عرف "كمال دسوقي" التوافق الدراسي - شأنه شأن كل توافق آخر- هو عملية تغير وتغيير- والدارس يبدو في هذا الموقف أكثر من أي موقف توافقي آخر- وكأن عليه هو دائما أن يتغير لا أن يغير (دسوقي، 1976: 341)، ومن خلال هذا التعريف يظهر لنا أن التوافق الدراسي شأنه شأن المواقف التوافقية الأخرى، فهو عملية يتأثر بها التلميذ ويؤثر فيها، لكن من أجل إحداث التوازن المطلوب عليه أن يبذل أقصى جهده ليتغير ويتوافق مع الموقف.

كما عرف التوافق الدراسي أيضا بأنه : المحصلة النهائية للعلاقة الديناميكية البناءة بين الطالب من جهة ومحيطه المدرسي من جهة أخرى بما يسهم في تقدمه ونمائه العلمي والشخصي، وتتمثل أهم المؤشرات الجيدة لتلك العلاقة في الاجتهاد في التحصيل العلمي، والقبول بالمعايير المدرسية والانسجام معها، والقيام بما هو مطلوب منه (الشربيني وبلفقيه، 1998: 07).

وكذلك عرف التوافق الدراسي بأنه : حالة تبدو في العملية الديناميكية المستمرة التي يقوم بها الطالب لاستيعاب مواد الدراسة والنجاح فيها وتحقيق التوازن بينه وبين بيئته المدرسية ومكوناتها الأساسية وهي : الأساتذة، والزملاء، والأنشطة الاجتماعية والثقافية والرياضية، ومواد الدراسة، والتحصيل الدراسي (بيكر وسيكر، 2002: 04)، ومن خلال هذا التعريف يتبين أن التوافق الدراسي يعبر عن قدرة التلميذ على إقامة علاقات متميزة مع

أساتذته وزملائه ومشاركتهم في النشاطات المختلفة وحسن التوفيق بين الدراسة والترفيه بهدف النجاح الدراسي.

ورأى "الشاذلي" أن التوافق الدراسي هو قدرة مركبة تتوقف على بعدين أساسيين : بعد عقلي وبعد اجتماعي، فهو يتوقف على كفاية إنتاجية وعلاقات إنسانية (الشاذلي، 2001: 53)، والبعد العقلي يقصد به كل من : الإدراك الحسي، والتعلم، والتذكر، والتفكير، والذكاء، وكذا الاستعداد لتقبل المواد الدراسية أو قدرة التلميذ على تنظيم وقته والتوفيق بين أوقات الدراسة والمذاكرة والترفيه، أي أن البعد العقلي يتضمن توافق التلميذ مع كل ما له علاقة بالجانب الدراسي، من مواد ومناهج و، والبعد الاجتماعي يقصد به حسب رأي "محمود عوض" قدرة الطالب على تحقيق التلاؤم بينه وبين أساتذته وزملائه (الطويل، 1991: 35)، إذ يتضمن فحوى هذا البعد العلاقة الصحيحة التي ينبغي أن توطد بين التلميذ ومحيطه الدراسي.

وفي الأخير يمكن القول أن التوافق الدراسي يتضمن حسن وتلاؤم الطالب مع متغيرات بيئته الدراسية من أساتذة وزملاء ومواد دراسية ...، وهذا ما يؤدي إلى تحقيق مستويات مرتفعة من الإنجاز الأكاديمي.

2- العوامل المؤثرة في التوافق الدراسي :

يتأثر الطالب بعوامل عديدة لها الأثر البالغ على توافقه الدراسي، ومن أهم هذه العوامل المدرسة التي تعتبر المسؤول الثاني بعد الأسرة على تربية النشئ وسعيها لتحقيق أفضل ما يمكن من انسجام وتوافق سواء كان التوافق النفسي أو الاجتماعي أو الدراسي، ولعل التوافق الدراسي هو الذي يهم أكثر لأن الفرد يقضي أكثر من عشرين سنة في مقاعد الدراسة، ولا يمكن لهذا الفرد أن يحقق هذا النوع من التوافق إلا بتوفر جملة من العوامل حددها "كمال دسوقي" فيما يلي :

2-1- تهيئة الفرص اللازمة :

أي اللازمة والمتاحة للاستفادة من التعليم بأكبر قدر ممكن، إذ أن مبدأ تكافؤ الفرص يراد به أن يتاح لكل تلميذ فرص التعلم بحسب ذكائه وقدراته الخاصة وميوله (زيدان، 1985: 19)، وتشجيعه كون أن المدرسة أساساً أداة تمييز للضعفاء والأقوياء والمتوسطين لأغراض النجاح والرسوب والتقدير.

2-2- الكشف عن قدرات التلاميذ :

ويكون بإجراء اختبارات الذكاء، كاختبارات التحصيل الدراسي والمهارات وغيرها لمعرفة إمكانات كل منهم قصد توجيهها وتوجيهها سليماً.

2-3- إثارة الدوافع :

الذي تعلمه المدرسة، وهذا بالبحث عن التعليم وإثارة لهفة الإقبال على الدرس والرغبة في المزيد من المعرفة والفهم والاستطلاع والاكتشاف.

2-4- النظام كأساس للمدرسة :

إن الوسائل الإيجابية من تشجيع ومكافأة وشهادات تفوق ولوحة الشرف وميداليات البطولة وجوائز الأولوية ...، لا شك أنها تكون الثقة بالنفس والاعتزاز بالذات وهي أساس التوافق التربوي.

2-5- الموازنة :

لنجاح المدرسة في خلق شخصيات متوافقة، لا بد من الموازنة بين ما تعطيه كمقررات وواجبات وتحصيل ..، وبين ما يطبق التلاميذ قبله وتمثله، أي الموازنة بين المقررات والمقدرات، بين مستوى التحصيل ومستوى الطموح لأن في عدم توازن الهدف

المنشود مع الوسيلة المؤدية إليه تعجيز للدارس وتثبيط لهفته وهما يؤديان إلى الفشل، مثال على ذلك طموح تلميذ المرحلة الثانوية للالتحاق بالطب أو الهندسة وعدم قدرته، بل يأسه من الحصول على معدل يؤهله لذلك في كل المواد الدراسية.

2-6- تنمية المهارة اللغوية :

التي لا غنى عنها للتعبير عما حصله التلميذ - إذ بغير ذلك لن يستطيع الكشف عن تحصيله، ولن ندري ما إذا كان الأصل قد فهم ما جرى، وأن العجز فقط هو عجز عن الإفصاح - خصوصا وأن الاختبارات المدرسية معظمها تحصيل لغوي سواء التحريري أو الشفهي، ولا قدرة لهذا النوع من الاختبارات على تقييم التلميذ بغير هذا الطريق المباشر الذي يسمح أو يردد كتابة ما حفظه وتعلمه كاختبارات الذكاء، أو الشخصية التي تكشف عن استعداده بطريقة غير مباشرة.

2-7- إثارة التنافس والتسابق :

هو التنافس بين الدارسين بما يدفع إلى الغيرة والاهتمام، لكن بما لا يؤدي إلى أضرار التنافس المعروفة كياس الضعفاء وغرور الأقوياء، وإرهاق المتوسطين في المحافظة على مستواهم، وعموما الصراع والعدوان اللذان هما نتيجة طبيعية للمبالغة في خلق تنافس لا غنى عنه.

2-8- التشجيع والتعاون :

تشجيع التعاون والعمل الجماعي في المذاكرة أو مشروع أو عمل مشترك ... تفكر فيه جماعة من التلاميذ وتخطط له، ويبحثون له عن وسائل العمل ومواد الأداء، ثم يشتركون في تنفيذه، ويتحملون مسؤولية نجاحه أو فشله كي يتعلموا التضحية والإيثار في سبيل الهدف المشترك (دسوقي، 1976: 333 - 336).

3- مظاهر التوافق الدراسي :

إن توافق التلميذ يظهر من خلال عدة مظاهر من أهمها :

3-1- الراحة النفسية :

تتجلى في غياب حالات الشعور بالتأزم والاكتئاب والتوتر دون المبالغة في ذلك لأن التوافق هو القدرة على مواجهة هذه الأزمات وتجاوزها بسلام (أيوب 1994: 96)، فالتلميذ الذي يحقق التوافق في المدرسة تكون لديه القدرة على الإحساس بالسعادة في الجو المدرسي، ومجابهة كل الصعوبات التي تواجهه، وهذا ما يمنحه دفعات كبيرة لمواصلة تقدمه في الدراسة بنجاح كما أن شعوره يجعله يقيم علاقات مثمرة مع غيره من الزملاء.

3-2- الكفاءة في العمل والدراسة :

إن الفرد السوي المتمتع بالتوافق عادة ما يكون له إرادة في كل ما يصدر عنه من أقوال وأفعال، وتكون لديه القدرة على إتقان أعماله وفق ما تسمح به القدرات والإمكانات الشخصية، وهذه القدرة لا تتمثل فقط في اكتساب المهارات والمعلومات بل تذهب إلى حيث استخدامها ووضعها موضع التطبيق في خدمة الفرد وخدمة مجتمعه (عليوي، 2011: 47).

3-3- تحقيق التوافق الاجتماعي المدرسي :

يتضمن التوافق السعادة مع الآخرين، والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية، والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي، وتقبل التغيير الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي السليم، والعمل لخير الجماعة ... (زهرا، 1995: 29)، وبالتالي فإن العلاقات الاجتماعية داخل المدرسة تعتبر من أهم أسباب تحقيق التوافق، ذلك أن التلميذ يتواجد ضمن مجموعة أو جماعة الزملاء لإشباع رغبة الانتماء إلى الجماعات التي من خلالها يكشف

نفسه كما يصل التلميذ إلى إقامة علاقة مع أساتذته تتسم بالمودة والاحترام مما يسهل عملية الاتصال بينهم (أيوب، 1994: 96)، ذلك أن العلاقات الإيجابية والتواصل الجيد بين الأستاذ والتلميذ في الفصل يتيح الفرصة لظهور انفعالات إيجابية لدى التلميذ، حيث يستطيعون التعبير عن أفكارهم ومشاعرهم بكل صراحة وهذا يساعدهم على الدافعية نحو التعلم والرضا عن المدرسة (عبد العظيم، 2006: 198).

3-4- التفكير العلمي والقدرة على التركيز:

إن الشخص الذي لديه القدرة على التفكير العلمي هو شخص يستطيع تفسير الأحداث تفسيراً علمياً مبنياً على فهم المسببات، وفهم القوانين التي تحكم الظواهر، ومن ثم يستطيع أن يتنبأ أو يضبط الموقف وبهذا يبتعد عن التفكير الخرافي، وهو شخص لا يؤمن بالحظ والصدفة، وابتعد عن التوكل.

فالتلميذ الذي يتمتع بالتفكير العلمي هو فرد لديه قدرة عالية على التركيز والانتباه، ويستطيع ذلك في الفصل وأثناء الاستذكار.

أما التلميذ الذي لا يتمتع بهذه القدرة فعادة ما يكون انتباهه مشتتاً بدرجة كبيرة ولا يستطيع التركيز بالدرجة الكافية (عليوي، 2011: 49-50).

3-5- الاتجاه الإيجابي نحو الدراسة :

الطالب المتوافق هو الذي ينكب على الدراسة بشكل جدي، ويرى أن فيها متعة، كما أنه يؤمن بأهمية المواد الدراسية المقررة.

3-6- التميز الدراسي :

التلميذ المتوافق هو المتميز دراسياً، الذي يحصل على درجات عالية في الامتحانات ويظهر ذلك في سجلات وكشوف الدرجات (بوصفر، 2011: 77-78).

3-7- المشاركة في الأعمال :

يشارك التلميذ في النشاطات التربوية والثقافية التي تتضمنها المدرسة، أو التي يبادر بها بعض التلاميذ، ويؤمن بالفائدة الموجودة منها، ففي النشاطات يتحقق للتلميذ روح المسؤولية والثقة بالنفس والتعاون، ويعبر التلميذ من خلال النشاط عن رغباته وميوله علمياً مما يحول دون وقوعه في الانحرافات السلوكية المدرسية (أيوب، 1994: 96).

ومنه نستنتج أن هناك نوعين من مظاهر التوافق الدراسي، الأول متعلق بالتلميذ وهو توافق شخصي (ذاتي)، والثاني متعلق بأعماله وعلاقاته وهو توافق اجتماعي.

4 - سوء التوافق الدراسي وأسبابه :

إن سوء التوافق الدراسي مشكلة تربوية ونفسية واجتماعية واقتصادية تتجلى في عدم انسجام بعض التلاميذ داخل المؤسسة التعليمية وعدم توافقهم مع العملية التربوية بشكل عام، ذلك أن سوء التوافق الدراسي هو عدم قدرة التلميذ أو المراهق على التوافق والتأقلم مع متغيرات البيئة المدرسية من معلمين، زملاء، إداريين، مناهج إلخ، وهذا ما يساهم في الخفض من مستويات الانجاز الأكاديمي لديه وبالتالي يؤدي إلى فشله المدرسي (بن دومة، 2011: 67-68)، وتحدث هذه المشكلة نتيجة لعدة أسباب نذكر منها :

*أسباب سوء التوافق الدراسي :

هناك مجموعة من الأسباب والعوامل التي تقف عائقا أمام توافق التلميذ دراسيا حيث

نجد:

4-1- أسباب متعلقة بالتلميذ في حد ذاته :

• ضعف القدرة على التحصيل :

من أهم أسباب سوء التوافق الدراسي ضعف الذكاء وعدم القدرة على المواجهة وحل المشكلات التي تواجه التلاميذ، حيث أن ضعف القدرة على التحصيل أو الضعف الملحوظ على التلميذ في مادة معينة أو في الدراسة بوجه عام يمكن أن يعود إلى التلميذ نفسه الذي لم يكتسب بعض العادات الأولية والهامة في أول مراحل تعلمه، فينتج عن ذلك عدم قدرة التلميذ عن متابعة دروسه بكل سهولة فيرفض الانقياد للقوانين الضابطة للسلوك، ويضرب عرض الحائط كل ما يراه الآخرون أمرا مفيدا بالنسبة له كالتحصيل مثلا (بن دومة، 2011: 70).

• أسباب نفسية :

لكل واحد منا نحن البشر، مصاعبه التي تواجهه لكي يتوافق مع أزمات الحياة. لكن البعض يكونون أكثر عرضة من سواهم، حينما تجابههم بعض المواقف الجديدة الصادمة فيتعرضون بسبب هذه المواقف للتأزم النفسي (هيلز، بدون سنة: 77)، وهذا الأمر يرجع إلى العامل النفسي للأفراد ولذا وجب علينا عدم إغفاله عند تناولنا للمشكلات التي يجابهها التلميذ بالمدرسة، ذلك أن الحالة النفسية تعد خلفية يقيم عليها التلميذ جميع أنشطته، حيث أكد "أحمد كامل أحمد" أن الحياة النفسية للطالب في جميع مراحل نموه تعد مصحرا للانفعالات العنيفة فيما نراه من تقلب وعدم استقرار (بن دومة، 2011: 71).

فالتلميذ الذي يعاني من الخوف والقلق وعدم الشعور بالأمن في البيت والمدرسة، والمفهوم الخاطئ عن الذات، وبعض مظاهر سوء الصحة النفسية كالانطواء أو الانزواء وهو الابتعاد عن المجتمع قدر الإمكان للتخفيف من حدة القلق، أو لجوء التلاميذ إلى ممارسة بعض الحيل الإنسحابية مثل أحلام اليقظة أو التمارض ويعتبر هذا الأخير من أكثر الحيل الإنسحابية استعمالاً لدى التلميذ، وذلك تهرباً من الدراسة (عليوي، 2011: 59-60)، وكل هذا يعتبر اضطرابات نفسية وسلوكية لدى التلميذ وتؤدي به إلى عدم التوافق.

• أسباب صحية عند التلميذ :

الحياة العضوية تؤثر على سلوك التلميذ وبالتالي توافقه، وهنا أشار "بطرس حافظ بطرس" إلى أن إصابة التلميذ بمرض مزمن أو معاناته من سوء التغذية أو الضعف العام أو إصابته مثلاً بضعف السمع أو البصر أو إصابة الطفل بمشاكل في النطق والكلام، وكذلك إمكانية معاناته من خاصية جسمية أو عقلية عالية جداً أو منخفضة جداً، يؤثر سلباً على توافقه ويكون عدم التوافق استجابة لمختلف المواقف، ونتيجة لطريقة تعامل المجتمع مع الفرد الذي يعاني الشذوذ الجسدي أو النفسي (بطرس، 2008: 116).

كما يمكن أن يكون لدى التلميذ ضعف في قدراته العقلية وخاصة في وجود حالات محدودة أو تخلف عقلي (عليوي، 2011: 60)، وهذه كلها عوامل تعرض التلميذ لمنافسة اجتماعية قاسية وذلك حتى يحصل على القبول الاجتماعي ويواكب أقرانه في تحقيق النجاح والأهمية داخل مجتمعهم المدرسي، وبالتالي فإن هذا يؤثر على النمو النفسي للتلميذ وعلى مساره الدراسي وهذا ما يجعله يعاني من سوء التوافق الدراسي.

• الاختيار الخاطئ لنوع التخصص :

يعتبر الاختيار الخاطئ لنوع التخصص الدراسي من الأسباب الرئيسية لمشكلة سوء التوافق، أي اختيار التلميذ لتخصص لا يتلاءم وقدراته واستعداداته وميولاته واتجاهاته، أي أن الاتجاه السلبي نحو التخصص الدراسي يؤدي إلى إحداث حالة سوء التوافق الدراسي (إبراهيم، 1976: 58)، أي أن التوافق الدراسي يحدث نتيجة لعدم إشباع حاجات الفرد ودوافعه وتحقيق ميولاته ورغباته.

4-2- أسباب متعلقة بالمحيط الاجتماعي والمدرسي :

• البيئة المنزلية :

إن للبيئة المنزلية أثر فعال على توافق التلميذ دراسيا، لأن الصعوبات التي يواجهها التلميذ في البيت من شأنها أن تؤثر سلبا على مردوده الدراسي، حيث رأى "صالح حسن الزاهري" أن الأسرة تعتبر عاملا أساسيا في عدم توافق التلميذ كأن يكون هذا التلميذ يعيش في جو أسري مضطرب مليء بالخلافات وعدم الاستقرار دون أن ننسى جانبا مهما وهو أن يكون هذا التلميذ محل عناية واهتمام شديدين، أو إهمال ولين من طرف الوالدين، أو تدهور الحالة الاقتصادية للأسرة، فعدم توفر الإمكانيات المادية يعد عائقا يمنع الكثير من تحقيق أهدافهم في الحياة، وقد يسبب لبعض الطلاب الشعور بالإحباط وذلك لعدم الرضا على مستوى المعيشة والتطلع لمستوى أرفع، وبالتالي يكون نقص المال عائقا في إشباع حاجاتهم الأساسية، ويسبب الألم (الزاهري، 1999: 55)، وكل هذه العوامل تساهم في خلق شخص سلوكه غير سوي، أي في حالة توتر وعدم توافق، وهذا ما تظهره عدة مظاهر تدل على توافق التلميذ دراسيا.

• أسباب مدرسية :

إن للمدرسة دورا هاما في تحقيق التوافق السليم والوقوف على تطوره، فهي تشمل جميع أنواع المضايقات وسوء المعاملة التي يصادفها التلميذ من طرف الأساتذة وعدم ملاءمة المناهج التعليمية أي المواد والطرق غير مناسبة لرغبات التلاميذ وقدراتهم، الانضباط القائم على الخوف، استعمال التوبيخ والسخرية وعقوبات أخرى متنوعة، ورفض إدارة المدرسة الاعتراف بالفروق الفردية لدى التلاميذ، استعمال الجوائز والمنح للمتفوقين وإهمال الفاشلين (أيوب، 1994: 102)، ولهذا العامل مظاهر شتى نذكر منها على سبيل المثال (بن دومة، 2011: 72) :

- فقدان الشعور بالأمن في بداية التحول من العلاقات الأسرية إلى علاقات جديدة مع الأساتذة والزملاء.

- الإحساس بتزعزع المركز بين الأقران، فقد يفوقونه في القدرة البدنية أو الدراسية أو الاقتصادية.

- صعوبة التوافق مع السلطة الموجهة والضابطة في المؤسسة.

وبالتالي على حسب رأي "روبين robin" (2005) يجب على المدرسة أن تجد طريقة جديدة في إيجاد الكفاءات اللازمة لمساعدة التلاميذ على حل مشكلاتهم، فالعلاقة الجيدة بينها وبين التلاميذ تساهم بنسبة كبيرة في تقليص نسبة التلاميذ المتسربين منها وبالتالي تحسين المواظبة عليها وتحقيق النجاح الدراسي (robin، 2005: 01).

5 - مظاهر سوء التوافق الدراسي :

إن التلميذ قد يتأثر في مساره الدراسي مما يجعل سوء التوافق الدراسي يظهر من خلال علامات قد تكون واضحة بالنسبة للأساتذة أو غير واضحة ومن بين هذه العلامات أو المظاهر ذكر "مصطفى فهمي" (1997) مايلي :

5-1- عدم الانتباه :

وهو القدرة على توزيع الفعالية النفسية على مواضيعها في الزمان والمكان، والتلميذ الذي يعاني من ضعف الانتباه يجد صعوبات كثيرة لا يستطيع التغلب عليها فهو لا يهتم بدروسه ويجد صعوبة في تتبع التمارين المدرسية، إضافة إلى ذلك نجد التلميذ غير قادر على التركيز الكافي لاستيعاب الدروس، وذلك عند الشعور أن مستقبله مهتدا دائما.

5-2- عدم القيام بالواجبات المدرسية :

إن مسألة الفروض التي تعطى للتلاميذ لانجازهم في البيت مسألة هامة جدا، وكثيرا ما تطلب المدرسة من الأولياء أن يساعدوا التلاميذ في فروضهم المنزلية ولكن عدم فهم التلميذ يجعل من العسر على الأولياء مساعدة أبنائهم والقيام بدورهم، وقد يرجع السبب في ذلك إلى أن هذه الواجبات المدرسية تفرض على التلميذ دون فهم منه لقيمتها، ودون المشاركة في وضعها لأن المشاركة في تعيين العمل المدرسي أمر ضروري وهام لفهم أهميته من طرف التلميذ، وبالتالي يقبل عليه ويهتم به وعدم اعتباره أمرا تعسفيا، لأن التلميذ يرى في هذه الفروض تحرمه من الراحة ومداعبة أصدقائه فهو لا يبالي.

5-3- الانطواء :

اهتم الأطباء النفسانيون بظاهرة الانطواء باعتبارها أخطر مظاهر سوء التوافق، إذ أنهم يرون الفرد المنطوي غير قادر على تكوين صداقات مع أقرانه، كما أنه لا يتخذ مركزاً هاماً في الألعاب الجماعية أو أي نشاط آخر، فنجدته يلجأ إلى الصمت والسكوت خلال أي مناقشة حرة تجمعهم مع زملائه داخل القسم أو بين معلمه وزملائه هذه الأخيرة قد تؤدي به إلى الإصابة باضطرابات نفسية أخرى كالخجل... الخ.

5-4- ضعف الثقة بالنفس :

تكون شخصية الفرد في سنوات حياته الأولى سوية حين يكون جو أسري سوي، أما إذا كان يعيش في جو أسري مضطرب فشخصيته تكون مفككة، وتظهر لديه اضطرابات على مستوى السلوك، كعدم القدرة على التفكير السليم وعدم الجرأة وكل هذه الصفات تسمى أو يطلق عليها الشعور بالنقص وضعف الثقة بالنفس (فهيمى، 1997: 23).

مما سبق وبعد التعرف على أهم مظاهر سوء التوافق الدراسي يتضح أن عدم التوافق الدراسي يؤدي إلى خلق عدة مشكلات سيتم التطرق إلى بعضها بشيء من التفصيل في العنصر الموالي.

6 - مشكلات سوء التوافق الدراسي :

تتضمن مختلف المشكلات التي يمكن أن يتعرض لها التلميذ في حياته المدرسية والتي تؤثر على مدى استقراره، وتوازنه الشخصي في الدراسة مع التوضيح أن بعض هذه المشكلات تكون سبباً في حدوث سوء التوافق ومن أهم هذه المشكلات نذكر مايلي :

6-1- التأخر الدراسي :

يمكن تعريف التأخر الدراسي بأنه: "حالة تأخر أو تخلف أو نقص أو عدم اكتمال النمو التحصيلي نتيجة لعوامل عقلية أو جسمية أو اجتماعية أو انفعالية، بحيث تنخفض نسبة التحصيل دون المستوى العادي" (منصور، 1986: 187).

"ومصطلح التأخر يعني أن عجلة الإنجاز في المواد الدراسية تعاني من وجود بعض المشكلات التي تأخر التلميذ عن مواصلة مخططات الانتقال من فرقة دراسية إلى أخرى" (كامل، 2005: 83)، وبالتالي فإن التلاميذ المتأخرين يعجزون عن مسايرة بقية أقرانهم في التحصيل واستيعاب المنهج المقرر، وكثيرا ما تتحول تلك المجموعة إلى مصدر للشغب والإزعاج مما قد يسبب اضطراب العملية التعليمية داخل الفصل، أو اضطرابا داخل المدرسة بصفة عامة.

وترجع مشكلة التأخر الدراسي إلى العوامل التالية :

* **عوامل جسمية** : مثل ضعف البنية العامة للتلميذ، أو معاناته من إعاقة حسية (عقل، 1999: 237).

* **عوامل عقلية** : مثل نقص المقدرة على التركيز أو تدني درجة الذكاء (حمام، 2003: 243).

* **عوامل نفسية** : مثل: ضعف الثقة بالنفس: والانطواء، والاختلال في الاتزان الانفعالي، وقد يكون هذا نتيجة لكره مادة معينة، أو ذكريات مؤلمة مع المعلم الذي يقوم بتدريسه (بطرس، 2008: 451).

* عوامل اجتماعية : تتعلق بوضع التلميذ في البيت والمدرسة وعلاقته بوالديه وإخوته (معوض، 1994: 205).

* عوامل اقتصادية : مثل تدني مستوى المعيشة أو الثراء الفاحش.

6-2- الهروب من المدرسة :

يمكن تعريف الهروب من المدرسة بأنه: "خروج بعض التلاميذ من باب المدرسة بغفلة من الحارس أو البواب أو القفز من الجدار، للخروج خارج المدرسة والتجوال في الأحياء أو في الأسواق" (الحريي وبن رجب، 2008: 464)، وقد يهرب التلميذ من المدرسة نتيجة لعدم توافقه معها، وذلك بسبب مجموعة من العوامل حددها "خيري وناس وبوصنوير عبد الحميد" فيما يلي :

أ - أسباب تتعلق بالبيئة المدرسية :

- سوء العلاقة بين المدرس والتلميذ.
- كثرة الواجبات المدرسية.
- عدم مناسبة المناهج الدراسية.
- الخوف من العقاب مثل التهديد المستمر من طرف المعلم بالعقاب القاسي.

ب - أسباب تتعلق بالبيئة المنزلية :

- استخدام الوالدين المدرسة كأداة تهديد لأولادهم.
- عدم مبالاة الوالدين بذهاب الطفل أو عدم ذهابه إلى المدرسة.
- جهل الوالدين بأهمية المدرسة.
- اضطراب العلاقة بين التلميذ ووالديه (خيري وبوصنوير، 2007: 21-22).

6-3- العدوان :

يتخذ العدوان بين التلاميذ أشكالاً عديدة منها ارتكاب المخالفات أو التحريض على ارتكابها والخروج عن طاعة المدرس، ورفض تنفيذ أوامره وكثرة تعطيل الدروس بالمقاطعة أو إثارة الشغب والتهريج والاعتداء على الزملاء بالإهانة والضرب وتحطيم الأثاث وإتلافه، وتدل حالات السلوك العدواني عند التلاميذ على تشابك العوامل الشخصية والعوامل البيئية التي تؤثر فيها، فأغلب حالات العدوان نجدها كعملية تعويض زائد كالحرمان من عطف الوالدين أو إحداهما أو التفرقة في المعاملة أو في الفصل الدراسي، ويظهر هذا التعويض في الاستهتار بالقوانين والنظم المدرسية (القوسي، 1973: 327).

6-4- التسرب الدراسي :

يعرف التسرب الدراسي بأنه: "ترك التلميذ المدرسة قبل إتمام مرحلة معينة من مراحل التمدرس لأسباب خاصة أو قاهرة" (خيري وبوصنوبر، 2007: 23)، فعدم توافق التلميذ قد يؤدي به إلى ترك الدراسة نهائياً، وذلك بسبب المعاملة القاسية التي يلقاها من المدرسين، وعدم تلبية حاجياته المختلفة كالاحتياجات الاقتصادية والترويحية واضطراب علاقاته بزملائه أو تخلفه المدرسي، وكثافة البرامج، نقص تكوين المدرسين، وكذلك قد يرجع إلى سوء التوجيه واكتظاظ الأقسام بالتلاميذ بالإضافة إلى ضعف مساهمة المحيط الاجتماعي، والعائلي وتخليهم النسبي عن دورهم التربوي في متابعة أبنائهم (عثمان، 1980: 130).

6-5- الفشل الدراسي :

يعرف الفشل الدراسي على أنه "التعثر واللاتكيف الدراسي وعدم تحقيق الأهداف والغايات التي تدل على النجاح الدراسي"، والفاشل دراسياً هو الذي لا يحقق ما يصبو إليه من النجاح في المستويات العليا (هارون، 2003: 113).

وللفشل الدراسي أسباب متعددة نذكر الأهم منها في مايلي (خيري وبوصنوبر، 2007:

(38):

*** أسباب تعود للتلميذ نفسه :**

- ضعف الثقة بالنفس.
- الصعوبة في تكوين الصداقات مع الآخرين، والشعور بالفراغ والضياع من شأنه أيضا أن يؤدي إلى الفشل الدراسي لأن المساندة الوجدانية مع الأصحاب تؤدي إلى اجتياز الفشل والمضي قدما نحو النجاح فالأزمة إذا عمت خفت.
- الشعور بالهزيمة والتمزق النفسي والقلق والإحباط والضغطات النفسية كلها تولد عقدة الفشل لدى التلاميذ.
- الغياب الجزئي عن الدروس مما يعرضه إلى صعوبات لفهمها وخاصة تلك التي يتطلب فهمها الحضور الجسدي والذهني مع المعلم.
- الناحية الصحية للتلميذ : حيث أن إصابته ببعض الأمراض مثل: ضعف السمع، أو الرؤية، أو غيرها...، مما تعرقل عملية مساندة التعلم بشكل دقيق.

*** أسباب تعود إلى الأسرة :**

- عدم تفاهم وفقدان الانسجام بين الوالدين كإفصال أحد الوالدين أو الطلاق أو غياب أحدهما، هذا ينعكس على حالة التلميذ الانفعالية فيعاني من حالات التوتر والقلق والتمزق النفسي.
- التفرقة في المعاملة بين الأبناء.

- التأييب المفرط للتلميذ لمجرد رسوبه للمرة الأولى ونعته بأقذف النعوت و الأوصاف.

* أسباب تعود للمدرسة :

ذكر "صلافيين" (1986) أن المدرسة حينما تعجز عن برمجة النشاطات المدرسية بطريقة منظمة وحيوية للتلاميذ حيث لا تتوفر استراتيجيات مدققة في جذب التلميذ نحو التحصيل الجيد الذي يفضي إلى النجاح الدراسي فإنها بذلك مملة ومحبطة للتلميذ، كما أن المدرسة لا تستطيع توفير المعلم الكفاء الذي يعرف الفروق الفردية بين تلاميذه، ويعرف كيف يعامل كل منهم على حدى ويستطيع أن يمارس النشاطات المدرسية بأسلوب مدروس دون اعتبار.

كذلك إن العلاقة بين المعلم والتلميذ إذا كانت تتميز بحلقة مفقودة فإن التلميذ سوف يجد نفسه يدور في حلقة مفرغة دون قدرة تدفعه إلى الاهتمام بدراسته والنجاح فيها.

7- أثر التوافق الدراسي على السلوك والتحصيل الدراسي لدى التلاميذ :

رأى "محمد يوسف عبد الفتاح" (1992) أن هناك قاعدة تقول بأن التلاميذ الذين يكونون متوافقين دراسيا فإن هذا ينعكس مباشرة على تحصيلهم الدراسي.

فالتوافق الشخصي والاجتماعي للتلاميذ يصحبه زيادة في التحصيل الدراسي فالتلميذ الذي له علاقات جيدة مع زملائه ومدرسيه والطاغم الإداري، يلاحظ عليه جانب الاجتهاد والمثابرة الذي يدعم بارتفاع مستوى الطموح في تحقيق أفضل النتائج وأحسنها على مستوى فصله.

فالموافق دراسيا تكون له علاقة جيدة بمدرسيه تقوم على المودة والاحترام، وبالتالي لا يجد صعوبة في الاتصال بهم، والتحدث إليهم، ويرى فيهم مثلا يحتذى به، كما نجده عنصرا

فعالا في مختلف التشكيلات الاجتماعية، بحيث يشارك في أنشطتها الاجتماعية والترفيهية أو الثقافة بأنواعها، ويعطي المتوافق دراسيا أهمية بالغة للمواد التي يدرسها، ويشعر بالمسؤولية تجاه متابعة دروسه متابعة مستمرة ودون انقطاع حتى يحقق فيها النتيجة المرغوبة، وتلعب طريقة الاستذكار دورا كبيرا في زيادة التحصيل الدراسي لديه، حيث تكون لديه القدرة الكافية لتنظيم دروسه تنظيما محكما يمكنه من عمل ملخصات وملحقات لكل مادة وبالتالي يستطيع استخلاص النقاط الهامة في أي موضوع بشكل يسهل عملية الاسترجاع، ومنه يمكنه التحصل على أفضل النقاط التي تؤكد ارتفاع نسبة التحصيل لديه، وبالتالي نجد أن التلاميذ المتوافقين دراسيا هم عادة من المتفوقين في الدراسة فهم الذين يحققون تقديرات مرتفعة نسبيا في مختلف المواد التي يدرسونها (عبد الفتاح، 1992: 401-402).

خلاصة

بعد هذا العرض لموضوع التوافق الدراسي فإنه تم استخلاص أن أهم الخصائص التي يظهر بها التلميذ المتوافق دراسيا تتمثل في علاقة الود والاحترام والتقدير والمساعدة التي تجمع بين التلميذ وأساتذته، أو بين التلميذ وزملائه، إلى جانب التوجه الايجابي نحو دراسته من خلال إعطاء أهمية متساوية لكل المواد والمقررات الدراسية، هذا بتنظيم الوقت، أي تخصيص وقت للمراجعة الفعالة، وتخصيص وقت للترفيه والنشاطات الثقافية، لأن نتائج التلميذ المتوافق دراسيا تظهر في مردوده الدراسي الجيد، وبالتالي يتم التأكيد على أهميته وضرورته في حياة الأفراد والجماعات، في تحقيق التوافق النفسي والشعور بالسعادة التي يربوها كل فرد، ولهذا يتوجب علينا الاهتمام بالأجيال القادمة والمتمثلة في النشء الجديد، وذلك عن طريق المساهمة في القضاء على مظاهر سوء التوافق من أجل أن تحيا الأجيال المقبلة في توافق مع متطلبات العصر.

الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1 - التذكير بفرضيات الدراسة

2 - الدراسة الاستطلاعية

- أهداف الدراسة الاستطلاعية

- إجراءات الدراسة الاستطلاعية

- حدود الدراسة الاستطلاعية

- عينة الدراسة الاستطلاعية

- نتائج الدراسة الاستطلاعية

3 - الدراسة الأساسية

- منهج الدراسة

- تحديد عينة الدراسة

- حدود الدراسة

- أدوات جمع المعلومات

- الأساليب الإحصائية

خلاصة

تمهيد

بعد أن اتضحت الرؤية في الجانب النظري من الدراسة وتحددت أبعاد ومؤشرات كل متغير، يأتي الجانب الميداني للبحث والذي يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالجانب النظري، إذ أنه لا يمكن التوصل إلى اقتراحات وحلول بناءة للمشكلة المطروحة إلا بعد إجراء الجانب الميداني للدراسة.

وللقيام بذلك يجب الاعتماد على العديد من الإجراءات المنهجية التي تتعلق بالبحث من اعتماد منهج معين يناسب طبيعة الموضوع بالإضافة إلى تحديد مجالات الدراسة، وبالتالي اختيار عينة الدراسة، الأدوات المستخدمة لجمع البيانات، وكذا الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة الموضوع

وهذا ما سيتم تناوله من خلال هذا الفصل.

1- التذكير بفرضيات الدراسة :

لقد تم صياغة فرضيات الدراسة بالشكل التالي :

الفرضية العامة :

- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي.

الفرضيات الجزئية :

1- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين تقدير الذات والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

2 - توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين التكيف النفسي والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

3 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في الصحة النفسية تعزى لمتغير الجنس.

4 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في الصحة النفسية تعزى لمتغير التخصص.

5 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تعزى لمتغير الجنس.

6 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تعزى لمتغير التخصص.

2- الدراسة الاستطلاعية :

عرف "مروان عبد المجيد إبراهيم" الدراسة الاستطلاعية بأنها "تلك الدراسة التي تهدف إلى استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث دراستها، والتعرف على أهم الفروض التي يمكن وضعها وإخضاعها للبحث العلمي" (إبراهيم، 2000: 38).

وبالتالي فإن الدراسة الاستطلاعية تعتبر الخطوة الأولى لأي بحث علمي في جانبه الميداني، ذلك لأنها تتيح للباحث فرصة جمع المعلومات الأولية والحصول على البيانات الخام المتعلقة بالظاهرة المستهدفة، والتأكد من صلاحية الأدوات المستعملة.

2-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية :

تمثلت أهداف الدراسة الاستطلاعية التي تم القيام بها في النقاط التالية :

- ✓ الحصول على معلومات أولية حول موضوع الدراسة.
- ✓ التعرف على الظروف والإمكانات المتوفرة في الميدان، ومدى صلاحية الوسائل المنهجية المستعملة قصد ضبط متغيرات الدراسة.
- ✓ التأكد من سلامة اللغة المعتمدة، ووضوح المفردات والعبارات للعينة .
- ✓ مدى ملاءمة بنود أدوات القياس لعينة الدراسة وخصائصها مقارنة بمستوى التلاميذ.
- ✓ حساب الخصائص السيكومترية (الصدق، الثبات) لأدوات القياس قبل تطبيقها على عينة الدراسة الأساسية.

2-2- إجراءات الدراسة الاستطلاعية :

بعد أخذ الإذن من الجامعة بتطبيق الدراسة الاستطلاعية تم التوجه إلى الثانوية الجديدة - فايد السعيد - ببلدية حمام الضلعة بولاية المسيلة، وقد تم العمل بمساعدة عدد من

المساعدين التربويين وعلى رأسهم المشرف التربوي للثانوية والناظر، حيث تم توزيع الاستمارات على التلاميذ وأعطى لهم الوقت الكافي للإجابة قبل جمع الردود.

2-3- حدود الدراسة الاستطلاعية :

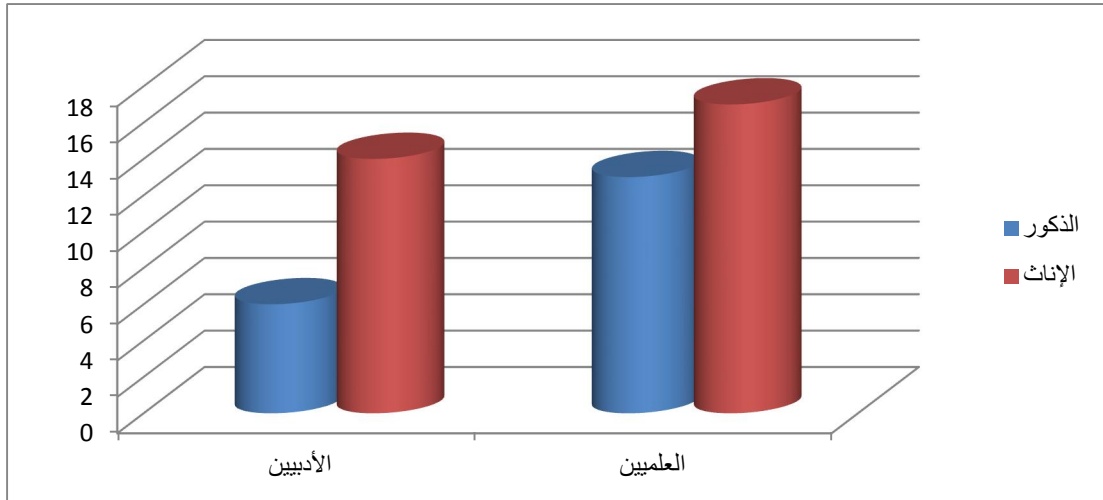
أجريت الدراسة الاستطلاعية بالثانوية الجديدة - فايد السعيد - ببلدية حمام الضلعة بولاية المسيلة في بداية شهر أكتوبر سنة 2014.

2-4- عينة الدراسة الاستطلاعية :

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (50) تلميذا، من بين (326) تلميذ في السنة الثالثة ثانوي والتي تم اختيارها بطريقة عشوائية، منهم (30) تلميذا في التخصص العلمي مقسمين إلى (17) إناثا و(13) ذكورا، و(20) تلميذا في التخصص الأدبي منهم (14) إناثا و(06) ذكورا.

جدول رقم : (02) يبين مواصفات عينة الدراسة الاستطلاعية

| المجموع | علمي | أدبي | الجنس |
|---------|------|------|---------|
| | | | التخص |
| 19 | 13 | 6 | الذكور |
| 31 | 17 | 14 | الإناث |
| 50 | 30 | 20 | المجموع |



الشكل رقم (03) : رسم بياني يمثل توزيع أفراد العينة الاستطلاعية حسب الجنس والتخصص

2-5- نتائج الدراسة الاستطلاعية :

- ✓ التعرف على ميدان الدراسة والظروف التي ستم فيها.
- ✓ جمع المعلومات حول مجتمع الدراسة.
- ✓ معرفة العراقيل التي يمكن مواجهتها أثناء تطبيق أدوات الدراسة، من أجل تفاديها.
- ✓ التعرف على مدى ملاءمة أدوات الدراسة للعينة المستهدفة.
- ✓ تم التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات القياس والتي هي مذكورة بالتفصيل في عنصر أدوات جمع البيانات.

3- الدراسة الأساسية :

بعد كل هذا تم الشروع في القيام بالدراسة الأساسية، التي سيتم توضيحها من خلال عرض لأدوات الدراسة، والمعاينة، وكيفية إجراء الدراسة مع التطرق إلى مختلف الأساليب الإحصائية المستخدمة في التحليل.

3-1- منهج الدراسة :

إذا كان المنهج كما قال "هوفن" التنظيم الصحيح لسلسلة من الأفكار العديدة إما من أجل الكشف عن الحقيقة عندما نكون جاهلين بها، وإما من أجل البرهنة عليها للآخرين عندما نكون عارفين بها (بوحوش وآخرون، 1995: 43)، وإذا كانت المناهج أو طرق البحث عن الحقيقة تختلف باختلاف طبيعة الموضوع، فإن هذا الموضوع قد فرض علينا منهجه الخاص والمتمثل في المنهج الوصفي الذي ارتأينا أنه الأصلح لهذه الدراسة، ويمكن أن يقدم للمنهج الوصفي التعريف التالي : عرفه "عبيدات ذوقان" على أنه "أسلوب من أساليب التحليل المتمركزة على المعلومات الكافية والدقيقة عن ظاهرة أو موضوع محدد من خلال فترة أو فترات زمنية معلومة وذلك من أجل الحصول على نتائج علمية تم تفسيرها بطريقة موضوعية وبما ينسجم مع المعطيات الفعلية للظاهرة (عبيدات وآخرون، 1999: 46).

كما عرف أيضا بأنه "طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميًا، عن طريق جمع معلومات مقننة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها، وإخضاعها للدراسة الدقيقة" (شفيق، 1985: 80)، ويهدف المنهج الوصفي بصفة عامة، إلى التعرف على الحقائق في الظروف القائمة ليستنتج منها علاقات بين الظواهر المدروسة، وذلك عن طريق جمع المعلومات وتحليلها وتفسيرها للوصول إلى النتائج، والتي يمكن تعميمها في حدود الدراسة. وبالخصوص المنهج الوصفي الارتباطي لأنه يتضمن جمع البيانات من أجل تحديد درجة وجود علاقة بين متغيرين كميين أو أكثر (يحيى، 2007: 69)، وبالتالي فإنه يمكن من جمع المعلومات، وتحليل العلاقات القائمة بينها، وتفسيرها، للوصول إلى تعميمات مقبولة وهذا ما يتناسب مع طبيعة موضوع هذه الدراسة، وذلك لأننا بصدد إبراز العلاقة بين بعض مؤشرات الصحة النفسية (تقدير الذات، التكيف النفسي) والتوافق الدراسي، وأيضا تم اعتماد المنهج الوصفي السببي المقارن من أجل معالجة الفرضيات التي تبحث في الفروق.

3-2- تحديد عينة الدراسة :

تعتبر العينة مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة ويجب أن تكون ممثلة له أحسن تمثيل، ذلك أن المجتمع يعتبر الهدف الأساسي من الدراسة حيث أن الباحث يعمم في النهاية النتائج عليه، وحسب رأي "رجاء محمود أبو علام" فإنه يمكننا القول إننا لاندرس عينات، وإنما ندرس مجتمعات، وما العينة التي نختارها إلا وسيلة لدراسة خصائص المجتمع، ولذلك فإن الخطوة الأولى في اختيار العينة هي تعريف المجتمع. ويتضمن تعريف المجتمع خاصية واحدة على الأقل تميزه عن غيره من المجتمعات، والغرض من تعريف المجتمع هو تحديد ما يشمله من أفراد (أبو علام، 2001: 163)، ومن هنا يمكن تعريف المجتمع بأنه يتكون من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي للسنة الدراسية 2014-2015، وبعد تعريف المجتمع يتم التنقل إلى الخطوة التالية وهي تحديد عينة الدراسة.

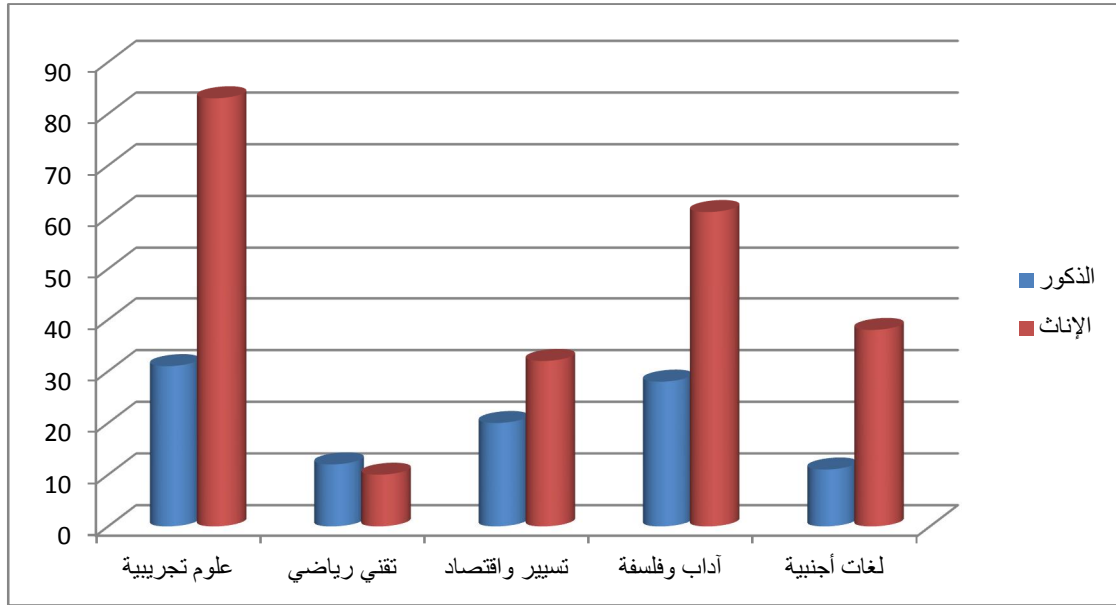
نظرا لكبر مجتمع الدراسة تم اختيار عينة قصدية (عمدية) بإحدى الثانويات الموجودة ببلدية حمام الضلعة أين تقطن الباحثة، وذلك لتفادي المعوقات التي يمكن أن تعترض كل باحث وتعطل عمله كبعد الإقامة عن العينة المختارة وأيضا الجانب المادي من خلال كل زيارة، وبالتالي وقع الاختيار على تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية الجديدة - فايد السعيد - ببلدية حمام الضلعة بولاية المسيلة، حيث أنه توجد نفس الخصائص والتي يمكن تعميمها على جميع تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي، إذ أننا نجد أنهم في نفس المستوى التعليمي وتقريبا في نفس المرحلة العمرية ولهم أهداف مشتركة في الدراسة، يخضعون لنفس النظام المدرسي ويتلقون نفس المقررات، ويطبق عليهم نفس المنهج واللغة ... من جهة، ومن جهة أخرى هم معنيون بامتحان مصيري كما يدركون، ونعني به هنا امتحان شهادة البكالوريا، غير أن هناك خصائص أخرى يمكن أن يكون فيها اختلاف مثل المستوى الاقتصادي للتلاميذ، الظروف الاجتماعية التي يعيشون بها، الحالة الصحية ... وبالتالي

لضمان أكبر قدر من الاستجابات الصحيحة، تم القيام بتوزيع أدوات الدراسة على جميع تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية الجديدة - فايد السعيد - باستثناء الغائبين، حيث يقدر تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بهذه الثانوية لسنة 2014-2015 بـ(326) تلميذا موزعين حسب التخصصات العلمية والأدبية، وحسب الجنس كما هو موضح في الجدول رقم (03)

الجدول رقم (03) : يوضح توزيع تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية فايد السعيد حسب

الجنس والشعب العلمية والأدبية

| المجموع | إناث | ذكور | الأقسام | |
|---------|------|------|-------------------|---------------------------|
| 36 | 25 | 11 | 3 علوم تجريبية 1 | علوم تجريبية |
| 38 | 32 | 06 | 3 علوم تجريبية 2 | |
| 40 | 26 | 14 | 3 علوم تجريبية 3 | |
| 22 | 10 | 12 | 3 تقني رياضي | تقني رياضي |
| 25 | 17 | 08 | 3 تسيير واقتصاد 1 | تسيير واقتصاد |
| 27 | 15 | 12 | 3 تسيير واقتصاد 2 | |
| 188 | 125 | 63 | مجموع العلميين | |
| 45 | 28 | 17 | 3 آداب وفلسفة 1 | آداب وفلسفة |
| 44 | 33 | 11 | 3 آداب وفلسفة 2 | |
| 49 | 38 | 11 | 3 لغات أجنبية | لغات أجنبية |
| 138 | 99 | 39 | مجموع الأدبيين | |
| 326 | 224 | 102 | المجموع العام | السنة الثالثة ثانوي |



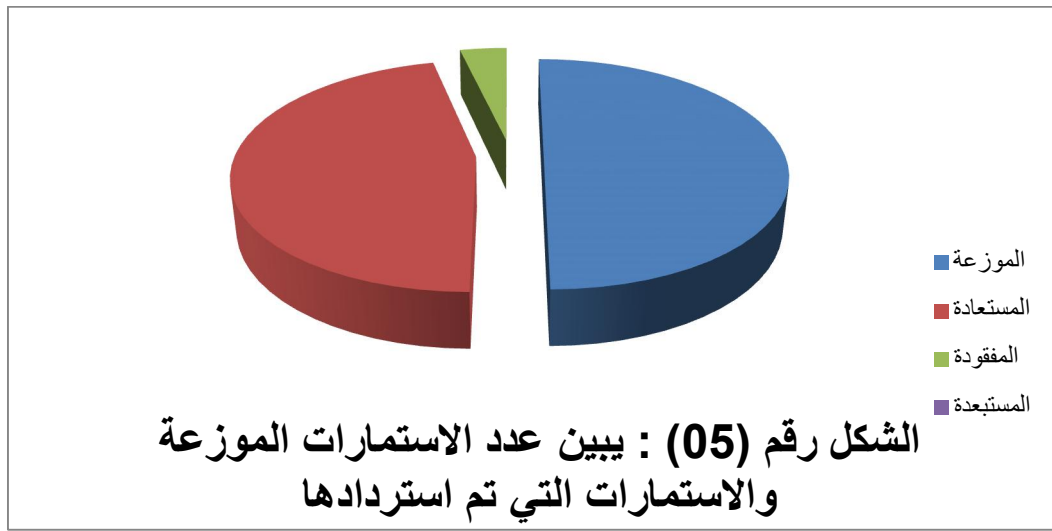
الشكل رقم (04) : رسم بياني يمثل توزيع تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حسب الجنس والشعب الأدبية والعلمية

من الجدول رقم (03) يتضح أن إجمالي عدد التلاميذ والبالغ عددهم (326)، توزعوا حسب الجنس إلى (102) ذكور، منهم (31) علوم تجريبية، و(12) تقني رياضي، و(20) تسيير واقتصاد، أي أن مجموع الذكور العلميين هو(63)، و(28) آداب وفلسفة، و(11) لغات أجنبية، وبالتالي فإن مجموع الذكور الأدبيين هو (39)، و(224) إناث منهم (125) علميات موزعات حسب الشعب العلمية إلى (83) علوم تجريبية، و(10) تقني رياضي، و(32) تسيير واقتصاد، وإلى (99) أدبيات موزعات حسب الشعب الأدبية إلى (61) آداب وفلسفة، و(38) لغات أجنبية.

وقد بلغ عدد الاستثمارات الموزعة على التلاميذ (326) استثمارة، وتم استرجاع الاستثمارات بطريقة مباشرة من قبل الباحثة، وكان عدد الاستثمارات المستردة (302) استبانة، كما هو موضح في الجدول التالي :

الجدول رقم (04) : يوضح عدد الاستثمارات الموزعة والاستثمارات التي تم استردادها

| عدد الاستثمارات | الموزعة | المستعادة | المفقودة | المستبعدة | النهائية |
|-----------------|---------|-----------|----------|-----------|----------|
| المجموع | 326 | 302 | 24 | 0 | 302 |
| النسبة | %100 | %92.64 | %7.36 | % 0 | %92.64 |



ومن خلال الجدول رقم (04) يتضح أن إجمالي عدد الاستثمارات الموزعة والذي بلغ (326) استثماراً لم يتم استرجاعها جميعاً بل كان هناك عدد مفقود من الاستثمارات حيث بلغ عددها (24) استثماراً، وهذا راجع إلى غياب بعض التلاميذ أثناء عملية التطبيق الميداني للدراسة.

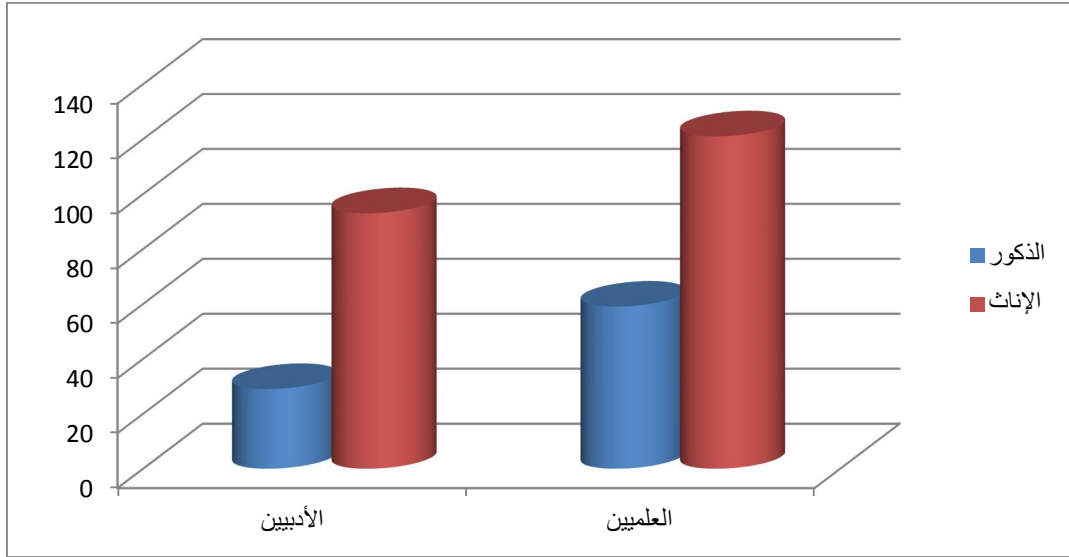
والاستثمارات التي تم استردادها جميعها صالحة للتحليل الإحصائي بنسبة (100%) من أدوات القياس (الاستثمارات) المستردة من أفراد عينة الدراسة.

وهذه الاستثمارات موزعة على التلاميذ حسب الجنس والتخصص كما هو موضح في

الجدول رقم (05)

الجدول رقم (05): يمثل توزيع أفراد العينة الأساسية حسب متغيرات الدراسة (الجنس، التخصص)

| النسبة المئوية % | | | الأعداد | | | التخصص الجنس |
|------------------|--------|--------|---------|------|------|-----------------|
| المجموع | الإناث | الذكور | المجموع | أدبي | علمي | |
| %29.13 | %19.53 | %9.60 | 88 | 59 | 29 | الذكور |
| %70.86 | %40.06 | %30.79 | 214 | 121 | 93 | الإناث |
| %100 | %59.60 | %40.39 | 302 | 180 | 122 | المجموع |



الشكل رقم (06) : يمثل توزيع أفراد العينة الأساسية حسب متغيرات الدراسة (الجنس، التخصص)

من خلال الجدول رقم (05) يتبين أن عينة الدراسة والمكونة من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي والبالغ عددهم (302) توزعوا حسب متغير الجنس إلى (88) ذكورا بنسبة %29.13، و(214) إناثا بنسبة %70.86 ، كما توزعوا حسب متغير التخصص إلى فئتين فئة أدبية

وبلغ عدد تلاميذها (122) تلميذا بنسبة 40.39%، وفئة علمية وبلغ عدد تلاميذها (180) تلميذا بنسبة 59.60% .

3-3- حدود الدراسة :

تتضمن حدود الدراسة الميدانية الحدود المكانية، الحدود الزمانية، الحدود البشرية وهي

كالآتي :

أ - الحدود المكانية :

أجريت الدراسة في جانبها الميداني بالثانوية الجديدة - فايد السعيد - ببلدية حمام الضلعة بولاية المسيلة، وتم التطبيق في هذه البلدية بالذات لأن الباحثة تقطن بها، وهذا من أجل تخطي الصعوبات التي يمكن أن تعترض الباحثة في التطبيق الميداني كما ذكر سابقا.

ب - الحدود الزمانية :

بدأ جمع المعلومات في الإطار النظري منذ بداية العام الدراسي (2013-2014)، أما إجراء الدراسة الميدانية فقد تم في شهر أكتوبر سنة 2014، حيث تم تطبيق الدراسة الاستطلاعية في الأسبوع الأول من هذا الشهر والدراسة الأساسية في الأسبوع الأخير من شهر أكتوبر.

ج - الحدود البشرية :

تمثلت الحدود البشرية في تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بالثانوية المذكورة سابقا خلال السنة الدراسية (2014-2015).

3-4- أدوات جمع البيانات :

يتم تحديد وسائل جمع البيانات كخطوة أساسية في الدراسة الميدانية وذلك من أجل تحقيق الأهداف التي أجريت من أجلها هذه الدراسة، حيث أن طبيعة الموضوع تلعب الدور الأهم في تحديد هذه الأدوات، فالذي يصلح في دراسة معينة قد يكون أداة فاشلة في دراسة أخرى، وبالتالي فقد وجب أخذ العينة وخصائصها الجغرافية والاجتماعية و.... والثقافية بعين الاعتبار أثناء اختيار الأدوات اللازمة للقياس، وقد تحدثت الدراسات العلمية على عدة أدوات يمكنها أن تلعب دورها الأساسي في جمع المعلومات، كالمقابلة والاستمارة والملاحظة والاختبار والسجلات وغيرها.... وقد يضطر الباحث إلى جمع أكثر من أداة انطلاقاً من الأهداف التي يسعى لها.

ومن خلال موضوع هذه الدراسة يمكن الإشارة إلى الظاهرة المدروسة والمتعلقة بـ "بعض مؤشرات الصحة النفسية (تقدير الذات، التكيف النفسي) وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي"، وبالعودة إلى فروض الدراسة إلى أنها ظاهرة تتعلق بالحالة النفسية للتلميذ، أي أنها غير قابلة للقياس التجريبي في المخبر أو من خلال الاختبارات، لأنها تدرس الفرد في إطاره النفسي والاجتماعي، ومن خلال هذا كانت الأدوات الأقرب والأصلح استبيان الصحة النفسية ومقياس التوافق الدراسي وفيما يلي توضيح لذلك :

3-4-1- وصف أدوات القياس : تتصف الأداتين بما يلي :

التعليمات: في واجهة كل القياس وشملت البيانات العامة (الجنس، التخصص).

توضيح طريقة الإجابة : تتم الإجابة على فقرات أدوات القياس بوضع علامة (x) في الخانة التي يراها التلميذ مناسبة له حسب مايلي :

- ثلاث بدائل بالنسبة لاستبيان الصحة النفسية : دائماً، أحياناً، أبداً.

- بديلين في مقياس التوافق الدراسي : نعم، لا.

3-4-1-1- استبيان الصحة النفسية :

نظرا لعدم وجود مقياس أو استبيان للصحة النفسية يشمل فقط المؤشرين المراد قياسهما على حد اطلاع الباحثة، فقد تم تصميم استبيان لقياس الصحة النفسية يشمل بعدين أحدهما خاص بتقدير الذات والآخر خاص بالتكيف النفسي، وذلك من خلال الرجوع إلى التراث النظري المتعلق بالصحة النفسية وتقدير الذات والتكيف النفسي، وأيضا من خلال الاستعانة بمجموعة من المقاييس المتعلقة بالصحة النفسية عموما و بتقدير الذات والتكيف النفسي خصوصا.

الجدول رقم (06) : يبين المقاييس التي تم الاستعانة بها لبناء استبيان الصحة النفسية

| السنة | صاحبه | اسم المقياس | |
|-------|--|--------------------------------|----------------------|
| 1999 | كولدبيرغ تقنين: علي وادي | مقياس الصحة النفسية | مقاييس الصحة النفسية |
| 2002 | صلاح فؤاد محمد مكاوي | مقياس الصحة النفسية | |
| 2006 | مروان عبد الله دياب | استبيان الصحة النفسية | |
| 1981 | كوبر سميث ترجمة وتعديل: فاروق عبد الفتاح | مقياس تقدير الذات | مقاييس تقدير الذات |
| 1983 | حسين عبد العزيز الدريني ومحمد أحمد سلامة | مقياس تقدير الذات | |
| 1985 | بروس آرهير | مقياس تقدير الذات | |
| 2003 | زينب محمود شقير | مقياس التوافق النفسي | مقاييس التكيف |
| 2004 | محمود مطر | مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي | |
| 2008 | وليد خالد رجب وسعد | مقياس التكيف الاجتماعي | |

| | | | |
|------|-----------------------------|----------------------|--|
| | باسم جميل ومحمود مطر علي | الأكاديمي | |
| 2010 | ماجدة موسى | اختبار التكيف النفسي | |

الملاحظ بعد الإطلاع على هذه المقاييس أنها استهدفت فئات عمرية مختلفة بحسب طبيعة الدراسة التي استخدمت فيها، ومن أجل الوصول إلى أهداف الدراسة الحالية تم تصميم أداة بالرجوع بنسبة كبيرة إلى مقياس "تقدير الذات لكوبر سميث ترجمة وتعديل: فاروق عبد الفتاح" ومقياس "الصحة النفسية لصالح فؤاد محمد مكاوي" وإحداث مجموعة من التعديلات بما يتناسب مع الدراسة الحالية، أي استخدام العبارات التي تمس الجوانب الأساسية التي تؤثر في التلميذ مثل: الجانب الشخصي، المحيط الأسري، والمحيط المدرسي.

وقد تكون الاستبيان الحالي من (78) عبارة في صورته الأولية، تغطي بعدين من أبعاد الصحة النفسية وهما (تقدير الذات، والتكيف النفسي) ولكل بعد من هذين البعدين مجموعة من البنود، حيث أخذت العبارات التي تغطي كل بعد الأرقام كالتالي :

محور تقدير الذات : 01 - 02 - 03 - 04 - 05 - 06 - 07 - 08 - 09 - 10 - 11 - 12 - 13 - 14 - 15 - 16 - 17 - 18 - 19 - 20 - 21 - 22 - 23 - 24 - 25 - 26 - 27 - 28 - 29 - 30 - 31 - 32 - 33 - 34 - 35 - 36 - 37 - 38 - 39 - 40.

محور التكيف النفسي : 41 - 42 - 43 - 44 - 45 - 46 - 47 - 48 - 49 - 50 - 51 - 52 - 53 - 54 - 55 - 56 - 57 - 58 - 59 - 60 - 61 - 62 - 63 - 64 - 65 - 66 - 67 - 68 - 69 - 70 - 71 - 72 - 73 - 74 - 75 - 76 - 77 - 78.

وكما ذكر سابقا قد تم توزيع أوزان الاستجابات المتعلقة بفقرات الاستبيان على ثلاثة بدائل وهي: (دائما، أحيانا، أبدا)، وتأخذ العبارات التي تم صياغتها بالطريقة الإيجابية الدرجات التالية: (3 - 2 - 1) تواليا، بينما العبارات التي صيغت بالطريقة السلبية فإنها تأخذ الدرجات

التالية (1- 2- 3) على التوالي حسب ترتيب البدائل، وكما هو موضح في الجدول رقم (07):

جدول رقم (07): يمثل الأوزان التي تعطى لعبارات استبيان الصحة النفسية

| أبدا | أحيانا | دائما | صيغة الاستجابة - مستوى العبارة |
|------|--------|-------|--------------------------------|
| 1 | 2 | 3 | العبارات الموجبة |
| 3 | 2 | 1 | العبارات السالبة |

وفيما يلي توضيح لبعدي استبيان الصحة النفسية، وأرقام عبارتها وصيغتها بطريقة إيجابية أو سلبية :

الجدول رقم (08) : يوضح صيغة عبارات استبيان الصحة النفسية في صورته الأولية

| أبعاد الصحة النفسية | | | | | | | |
|---------------------|-------------|--------|-------------|-------------|-------------|--------|-------------|
| التكيف النفسي | | | | تقدير الذات | | | |
| الصيغة | رقم العبارة | الصيغة | رقم العبارة | الصيغة | رقم العبارة | الصيغة | رقم العبارة |
| - | 61 | + | 41 | - | 21 | + | 01 |
| - | 62 | - | 42 | - | 22 | - | 02 |
| + | 63 | - | 43 | - | 23 | - | 03 |
| - | 64 | + | 44 | + | 24 | + | 04 |
| - | 65 | + | 45 | - | 25 | + | 05 |
| - | 66 | + | 46 | - | 26 | - | 06 |
| - | 67 | - | 47 | - | 27 | - | 07 |
| - | 68 | - | 48 | + | 28 | + | 08 |
| - | 69 | - | 49 | + | 29 | + | 09 |
| - | 70 | + | 50 | + | 30 | - | 10 |

| | | | | | | | |
|---|----|---|----|---|----|---|----|
| - | 71 | - | 51 | - | 31 | + | 11 |
| - | 72 | - | 52 | + | 32 | - | 12 |
| - | 73 | + | 53 | + | 33 | - | 13 |
| - | 74 | + | 54 | + | 34 | + | 14 |
| - | 75 | - | 55 | + | 35 | - | 15 |
| - | 76 | - | 56 | + | 36 | - | 16 |
| - | 77 | - | 57 | - | 37 | - | 17 |
| - | 78 | - | 58 | - | 38 | - | 18 |
| * | * | - | 59 | - | 39 | + | 19 |
| * | * | + | 60 | + | 40 | + | 20 |

من الجدول رقم (08) يتضح أن أغلب عبارات الاستبيان سلبية، وهذه العبارات تحمل

الأرقام التالية : 02-03-06-07-10-12-13-15-16-17-18-21-22-23-25-26-27-31-37-38-39-42-43-47-48-49-51-52-55-56-57-58-59-61-62-64-65-66-67-68-69-70-71-72-73-74-75-76-77-78.

أما العبارات الايجابية فهي تحمل الأرقام التالية : 01-04-05-08-09-11

14-19-20-24-28-29-30-32-33-34-35-36-40-41-44-45-46-50-53-54-60-63.

3-4-1-2- مقياس التوافق الدراسي :

بالنسبة لمقياس التوافق الدراسي فقد تم العثور على مقياس من تأليف "يونجمان

youngman، 1979"، وترجمه إلى العربية "حسين عبد العزيز الدريني"، وهو مخصص

في الأصل إلى تلاميذ المرحلة الثانوية، ويعتبر هذا المقياس من مقاييس التقدير الذاتي، وهو

نو فائدة كبيرة لمساعدة المدرسين على فهم سلوك تلاميذهم وعلى توجيههم توجيهها مناسباً،

كما يساعد الأخصائي النفسي والتربوي على تبيين بعض الجوانب التي تؤدي إلى سوء التوافق الدراسي لكي يقدم المساعدة النفسية المطلوبة، ويتضمن هذا المقياس (34 سؤالاً) تغطي ثلاث أبعاد هي :

1- الجد والاجتهاد يتضمن (12 سؤالاً).

2- الإذعان يتضمن (15 سؤالاً).

3- العلاقة بالمدرس يتضمن (07 أسئلة)

بدأ المؤلف بوضع قائمة تتكون من (40) وحدة، طبقت على عينتين من تلاميذ المدارس الثانوية، حيث تكونت العينة الأولى من (274) تلميذ، والعينة الثانية من (277) تلميذاً، واستخدم التحليل العاملي لاستجابات العينة الأولى، ثم بتحليل الوحدات التي تقيس الأبعاد الثلاثة، باستخدام استجابات العينة الثانية، أمكن التوصل كذلك إلى (34) وحدة (سؤالاً) التي يتضمنها المقياس الحالي، والبنود مقسمة على الأبعاد كما ذكر سلفاً (لبوز وحجاج، 2013: 21) كما هو موضح في الجدول التالي :

الجدول رقم (09) : يمثل أبعاد مقياس التوافق الدراسي

| البعد | البنود |
|-----------------|--|
| الجد والاجتهاد | 01، 02، 03، 04، 05، 06، 07، 08، 09، 10، 11، 12 |
| الإذعان | 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 23، 24، 25، 26، 27 |
| العلاقة بالمدرس | 28، 29، 30، 31، 32، 33، 34 |

وتحتوي قسيمة الإجابة على بديلين للإجابة (نعم، لا) ويعطى لها التدرجات التالية (2، 1) على الترتيب، هذا في البنود الإيجابية أما البنود السلبية فإن البدائل تعطى التدرجات التالية (1، 2) كما هو موضح في الجدول التالي :

الجدول رقم: (10) يوضح طريقة تصحيح العبارات المصاغة بشكل إيجابي والعبارات

المصاغة بشكل سلبي لمقياس التوافق الدراسي

| نوع العبارة - البدائل | نعم | لا |
|-----------------------|-----|----|
| العبارات الموجبة | 2 | 1 |
| العبارات السالبة | 1 | 2 |

أرقام العبارات الإيجابية لمقياس التوافق الدراسي هي : 03، 04، 06، 08، 11، 12، 14، 16، 19، 20، 21، 22، 23، 25، 27، 29، 32، 34.

أرقام العبارات السلبية لمقياس التوافق الدراسي هي : 01، 02، 05، 07، 09، 10، 13، 15، 17، 18، 24، 26، 28، 30، 31، 33.

الجدول رقم (11) : يوضح اتجاه الإجابة على مقياس التوافق الدراسي

| الجدد والاجتهاد | اتجاه الإجابة | الإذعان | اتجاه الإجابة | العلاقة بالمدرس | اتجاه الإجابة |
|-----------------|---------------|---------|---------------|-----------------|---------------|
| 01 | لا | 13 | لا | 28 | لا |
| 02 | لا | 14 | نعم | 29 | نعم |
| 03 | نعم | 15 | لا | 30 | لا |
| 04 | نعم | 16 | نعم | 31 | لا |
| 05 | لا | 17 | لا | 32 | نعم |
| 06 | نعم | 18 | لا | 33 | لا |
| 07 | لا | 19 | نعم | 34 | نعم |

| | | | | | |
|----|-----|----|-----|---|---|
| 08 | نعم | 20 | نعم | - | - |
| 09 | لا | 21 | نعم | - | - |
| 10 | لا | 22 | نعم | - | - |
| 11 | نعم | 23 | نعم | - | - |
| 12 | نعم | 24 | لا | - | - |
| - | - | 25 | نعم | - | - |
| - | - | 26 | لا | - | - |
| - | - | 27 | نعم | - | - |

3-4-2- الخصاص السيكومترية لأدوات القياس :

يقصد بالخصائص السيكومترية في هذه الدراسة درجتا ثبات وصدق كل من استبيان الصحة النفسية ومقياس التوافق الدراسي بعد تطبيقهما على العينة الاستطلاعية، والتي كان قوامها (50) تلميذا.

3-4-2-1- الخصائص السيكومترية لاستبيان الصحة النفسية :

أولا : حساب الثبات :

تم حساب ثبات الاستبيان بطريقتين هما :

أ - الثبات بطريقة التجزئة النصفية :

تقوم هذه الطريقة على أساس تجزئة عبارات الاستبيان أو المقياس إلى قسمين أعلى وأدنى أو العبارات الفردية والعبارات الزوجية، ومن ثم حساب معامل الارتباط بين النصفين ثم تعويض الناتج في المعادلة التصحيحية سبيرمان براون، وقد تم تقسيم عبارات الاستبيان الحالي إلى قسمين أعلى وأدنى عن طريق (SPSSV 20) وبعدها تم حساب معامل الارتباط للنصفين لكل محور على حدى ثم الاستبيان ككل، وقد بلغ معامل الارتباط لمحور تقدير

الذات (0.64) وبالتعويض في المعادلة التصحيحية لسبيرمان براون بلغت قيمة الثبات الكلي للمحور (0.78)، وهي نفس القيمة بالنسبة للمعادلة التصحيحية لجاتمان (0.78)، وهذا يدل على أن محور تقدير الذات عالي الثبات، وبلغ معامل الارتباط لمحور التكيف النفسي (0.67)، وبالتعويض في المعادلة التصحيحية لسبيرمان براون بلغت قيمة ثبات المحور (0.80)، وهي أيضا نفس القيمة بالنسبة للمعادلة التصحيحية لجاتمان (0.80)، وهذا بدوره أيضا يدل على أن محور التكيف النفسي يتميز بثبات عالي، أما بالنسبة لاستبيان الصحة النفسية ككل فقد بلغ معامل الارتباط (0.71)، وبالتعويض في المعادلة التصحيحية لسبيرمان براون بلغت قيمة ثبات الاستبيان (0.83)، وهي قريبة من قيمة المعادلة التصحيحية لجاتمان (0.81)، وبالتالي فإن استبيان الصحة النفسية ككل يتمتع بثبات مرتفع كما هو موضح في الجدول رقم (12)

الجدول رقم (12) : يوضح ثبات استبيان الصحة النفسية ومحوريه بطريقة التجزئة النصفية

| | |
|-------|--|
| 0.649 | معامل الارتباط بين النصفين في محور تقدير الذات |
| 0.787 | معامل الثبات الكلي لسبيرمان براون لمحور تقدير الذات |
| 0.786 | معامل الثبات لمحور تقدير الذات باستخدام معادلة جاتمان |
| 0.677 | معامل الارتباط بين النصفين في محور التكيف النفسي |
| 0.808 | معامل الثبات الكلي لسبيرمان براون لمحور التكيف النفسي |
| 0.803 | معامل الثبات لمحور التكيف النفسي باستخدام معادلة جاتمان |
| 0.711 | معامل الارتباط بين النصفين لاستبيان الصحة النفسية ككل |
| 0.831 | معامل الثبات الكلي لسبيرمان براون لاستبيان الصحة النفسية |
| 0.812 | معامل الثبات لاستبيان الصحة النفسية باستخدام معادلة جاتمان |

ب - الثبات عن طريق معامل ألفا كرونباخ (alpha cronbah) :

تم حساب معاملات الثبات عن طريق ألفا كرونباخ لكل محور على حدى ثم الاستبيان ككل، وكانت قيمة معامل ألفا كرونباخ لمحور تقدير الذات (0.79)، أما قيمته لمحور التكيف النفسي فكانت (0.87)، وجاء معامل ألفا كرونباخ مساويا لـ (0.90) بالنسبة للاستبيان ككل وهم معاملات مرتفعة.

الجدول رقم (13) يوضح ثبات استبيان الصحة النفسية ومحوريه عن طريق معامل

الثبات ألفا كرونباخ

| عدد العبارات | معامل ألفا كرونباخ | |
|--------------|--------------------|-----------------------|
| 40 | 0.798 | محور تقدير الذات |
| 38 | 0.874 | محور التكيف النفسي |
| 78 | 0.906 | استبيان الصحة النفسية |

ثانيا : حساب الصدق :

ويقصد بالصدق أن يكون المقياس أو الاستبيان قادرا على قياس ما وضع لقياسه.

وقبل التطرق إلى حساب الصدق بأنواعه تجدر الإشارة إلى أن الاستبيان قد عرض على مجموعة من المحكمين تقدر ب (15) خبيرا محكما، كما هو موضح في الملحق رقم (01) وذلك من أجل الاستئناس بأرائهم، فكانت نسبة قبولهم للاستبيان تقدر بحوالي 95 % من الأساتذة الذين عرض عليهم.

أما ملاحظاتهم فكانت على النحو التالي :

- هناك عبارات مكررة تستحق إعادة النظر فيها.
- هناك عبارات مركبة يجب تفكيك محتواها.

- وجود خلط بين محور تقدير الذات ومحور التكيف النفسي.
- إعادة صياغة بعض الفقرات.

وقد أخذت جميع الملاحظات بعين الاعتبار.

أ - صدق الاتساق الداخلي :

تم حساب صدق هذا الاستبيان عن طريق الاتساق الداخلي، والذي يقوم على معرفة مدى ارتباط كل عبارة مع الدرجة الكلية للبعد، ثم مدى الارتباط بين الدرجات الكلية لكل محور مع بعضها البعض ومع الدرجة الكلية للاستبيان عن طريق معامل ارتباط بيرسون.

المحور الأول : تقدير الذات

جدول رقم (14) : يوضح علاقة عبارات بعد تقدير الذات بدرجة البعد ككل الذي تنتمي

إليه

| رقم العبارة | العبارات | معامل الارتباط | مستوى الدلالة | الدلالة |
|-------------|-------------------------------------|----------------|---------------|---------|
| 01 | لا تضايقني الأشياء عادة | 0.21 | - | غير دال |
| 02 | أرتبك بسرعة في أبسط الأمور | 0.33* | 0.05 | دال |
| 03 | أود لو أستطيع أن أغير أشياء في نفسي | 0.42** | 0.01 | دال |
| 04 | أشعر بالسعادة لقدرتي على حل مشكلاتي | 0.24 | - | غير دال |
| 05 | أشعر برضا الآخرين عني | 0.42** | 0.01 | دال |
| 06 | أتضايق بسرعة في المنزل | 0.44** | 0.01 | دال |
| 07 | أشعر بأنني أقل قيمة من غيري | 0.41** | 0.01 | دال |

| | | | | |
|------------|------|--------|--|----|
| غير دال | - | 0.14 | أشعر أن معظم أصدقائي راضين عني | 08 |
| غير دال | - | 0.19 | تراعي عائلتي مشاعري دائما | 09 |
| دال | 0.01 | 0.40** | أستسلم بسهولة | 10 |
| غير دال | - | 0.17 | نتوقع عائلتي مني الكثير | 11 |
| دال | 0.01 | 0.48** | صعب جدا أن أظل كما أنا | 12 |
| دال | 0.01 | 0.49** | كل شيء مختلط و غامض في حياتي | 13 |
| غير دال | - | 0.21 | في الغالب أؤثر على الآخرين | 14 |
| دال | 0.01 | 0.45** | لا أقدر نفسي حق قدرها | 15 |
| دال | 0.01 | 0.46** | كثيرا ما أرغب في ترك المنزل | 16 |
| دال | 0.01 | 0.51** | غالبا ما أشعر بالضيق من عملي | 17 |
| غير دال | - | 0.26 | مظهري ليس لائقا مثل أغلب الناس | 18 |
| غير دال | - | 0.19 | عندما يكون لدي أمر أقوله، فإنني لا أتردد في قوله | 19 |
| غير دال | - | 0.27 | تتقبل أسرتي آرائي في أغلب الأحيان | 20 |
| دال | 0.01 | 0.40** | أغلب الناس محبوبون أكثر مني | 21 |
| دال | 0.01 | 0.38** | أحس في أغلب الأحيان أنني محاصر من طرف عائلتي | 22 |
| غير دال | - | 0.19 | عادة ما تقل عزيمتي داخل القسم | 23 |
| دال | 0.01 | 0.42** | ألقى التشجيع عادة فيما أقوم به | 24 |

| | | | | |
|----|---|--------|------|------------|
| 25 | رغم بذل مجهود لإنجاز أعمالى إلا أنى غىر راض عن نفسى | 0.35* | 0.05 | دال |
| 26 | أرغب كثرى فى أن أكون شخفا آخر | 0.48** | 0.01 | دال |
| 27 | عندما يكون هناك مشكلة فلست الشخف الذى يلجأ إىه الرفاق للمساعدة | 0.31* | 0.05 | دال |
| 28 | عادة ما يعتمد على الآخرون | 0.21 | - | غىر دال |
| 29 | أنا واثق من نفسى تماما | 0.53** | 0.01 | دال |
| 30 | أنا فخور بنتائجى الدراسىة | 0.52** | 0.01 | دال |
| 31 | حىاتى مليئة بالحزن | 0.47** | 0.01 | دال |
| 32 | عموما أنا قادر على تدبر أمورى | 0.23 | - | غىر دال |
| 33 | معنوىاتى المرتفعة لها دور كبرى فى إىجاد معنى لىاتى | 0.25 | - | غىر دال |
| 34 | ىعجبنى أن توجه لى أسئلة فى القسم | 0.21 | - | غىر دال |
| 35 | أفهم نفسى جىدا | 0.52** | 0.01 | دال |
| 36 | أشعر أنى موضع تقدىر من زملائى | 0.22 | - | غىر دال |
| 37 | ىشعرنى أساتذتى أن نتائجى غىر كافىة | 0.31** | 0.01 | دال |
| 38 | أنا غىر مرتاح فى علاقتى مع الآخرف | 0.47** | 0.01 | دال |
| 39 | نادرا ما أوفق فىما أقوم به | 0.05 | - | غىر دال |
| 40 | أنا شخف مهم فى القسم | 0.43** | 0.01 | دال |

المحور الثاني : التكيف النفسي

جدول رقم (15) : يوضح علاقة عبارات بعد التكيف النفسي بدرجة البعد ككل الذي تنتمي

إليه

| رقم العبارة | العبارات | معامل الارتباط | مستوى الدلالة | الدالة |
|-------------|--|----------------|---------------|---------|
| 41 | أستمر في العمل الذي أقوم به حتى ولو كان متعبا | 0.28** | 0.01 | دال |
| 42 | أشعر دائما أنني وحيد حتى مع وجود الناس حولي | 0.62** | 0.01 | دال |
| 43 | أشعر أنني أعاني من بعض المشكلات النفسية | 0.63** | 0.01 | دال |
| 44 | إذا فشلت في موقف فإنني أحاول من جديد | 0.48** | 0.01 | دال |
| 45 | أقدم بثقة كبيرة على مواجهة مشكلاتي الشخصية | 0.41** | 0.01 | دال |
| 46 | أتضايق عندما تحدث مشاكل بيني وبين زملائي | 0.19 | - | غير دال |
| 47 | لا يسمح لي بأن أختار أصدقائي | 0.54** | 0.01 | دال |
| 48 | أشعر بالخوف دون سبب | 0.64** | 0.01 | دال |
| 49 | أشعر باليأس سريعا عندما أقع في أي مشكلة حتى ولو كانت بسيطة | 0.59** | 0.01 | دال |
| 50 | أشعر أنني متكيف في الثانوية التي أتمدرس بها | 0.31** | 0.01 | دال |
| 51 | يصعب علي أن أعترف بخطئي | 0.01 | - | غير دال |
| 52 | أحتاج وقتا طويلا كي أتأقلم مع الأشياء الجديدة | 0.36** | 0.01 | دال |
| 53 | أشارك في نواحي النشاط العديدة | 0.23 | - | غير دال |

| | | | | |
|------------|------|--------|---|----|
| غير دال | - | 0.24 | أتصرف بمرونة في معظم الأمور | 54 |
| دال | 0.01 | 0.54** | أعتقد أن أغلبية الناس سيئين | 55 |
| غير دال | - | 0.23 | يصعب علي التحدث مع أفراد الجنس الأخر | 56 |
| دال | 0.01 | 0.55** | أشعر بقلق دائم دون سبب واضح | 57 |
| غير دال | - | 0.22 | أجد صعوبة في تكوين الأصدقاء | 58 |
| دال | 0.01 | 0.43** | لا أستطيع النوم بسهولة | 59 |
| غير دال | - | 0.09 | أحس أنه لدي وقت كاف للهو والمرح | 60 |
| دال | 0.01 | 0.68** | أشعر غالبا بالاكئاب | 61 |
| دال | 0.01 | 0.51** | عادة ما أتجنب زملائي لأنني لست مثلهم | 62 |
| غير دال | - | 0.16 | من الصعب أن يجرح شعوري | 63 |
| دال | 0.05 | 0.36* | أشعر بالتعب في معظم الأحيان | 64 |
| دال | 0.01 | 0.61** | تضايقني كثيرا الأحلام المزعجة (الكوابيس) | 65 |
| دال | 0.01 | 0.43** | أرى كثيرا من الناس يهتمهم جرح مشاعري | 66 |
| دال | 0.05 | 0.32* | أجد صعوبة في الاختلاط مع الناس | 67 |
| دال | 0.05 | 0.32* | أعاني من تقلب مزاجي | 68 |
| دال | 0.01 | 0.63** | أعاني من نقص الثقة في نفسي | 69 |
| دال | 0.01 | 0.59** | أنفعل من أبسط الأمور | 70 |
| دال | 0.05 | 0.33* | علاقتي مع الأساتذة يشوبها التوتر | 71 |
| دال | 0.01 | 0.48** | أجد صعوبة في التركيز | 72 |
| دال | 0.01 | 0.48** | أشعر بالروتين في حياتي | 73 |

| | | | | |
|----|--|--------|------|-----|
| 74 | أعاني من السرحان داخل القسم | 0.52** | 0.01 | دال |
| 75 | أشعر أن السعادة الحقيقية في حياتي غير موجودة | 0.62** | 0.01 | دال |
| 76 | منذ فترة واليأس يملأ حياتي | 0.64** | 0.01 | دال |
| 77 | أتسرع في أحكامي على الآخرين | 0.49** | 0.01 | دال |
| 78 | أنا سريع البكاء | 0.39** | 0.01 | دال |

(**) تعني أن العبارة دالة إحصائياً عند مستوى (0.01).

(*) تعني أن العبارة دالة إحصائياً عند مستوى (0.05).

وبملاحظة الجدول أعلاه يتضح أن العبارات الغير دالة إحصائياً تحمل الأرقام التالية: (46، 51، 53، 54، 56، 58، 60، 63) على التوالي، بينما باقي العبارات دالة عند مستوى (0.01) أو (0.05).

ومن الجداول السابقة نلاحظ أن عدد كبير من عبارات الاستبيان تتمتع بعلاقة ارتباطيه دالة إحصائياً مع الدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه، حيث تراوحت معاملات الارتباط ذات الدلالة ما بين (0.31) و(0.68) وهي دالة عند مستوى (0.01) أو (0.05)،

وقد بلغت قيمة الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الأول والدرجة الكلية للمحور الثاني (0.69)، وبين الدرجة الكلية للمحور الأول مع الاستبيان ككل (0.90)، وبين الدرجة الكلية للمحور الثاني مع الدرجة الكلية للاستبيان ككل (0.94)، وكلها دالة عند مستوى (0.01) كما هو موضح في الجدول رقم (16) :

الجدول رقم (16) : يوضح مصفوفة الارتباطات بين الدرجات الكلية للمحورين مع الدرجة

الكلية للاستبيان ككل

| الدرجة الكلية للاستبيان ككل | الدرجة الكلية للمحور الثاني | الدرجة الكلية للمحور الأول | | |
|-----------------------------|-----------------------------|----------------------------|---------------|-----------------------------|
| 0.698** | 0.698** | 1 | معامل بيرسون | الدرجة الكلية للمحور الأول |
| 0.01 | 0.01 | - | مستوى الدلالة | |
| 50 | 50 | | حجم العينة | |
| 0.940** | 1 | 0.698** | معامل بيرسون | الدرجة الكلية للمحور الثاني |
| 0.01 | - | 0.01 | مستوى الدلالة | |
| 50 | | 50 | حجم العينة | |
| 1 | 0.940** | 0.900** | معامل بيرسون | الدرجة الكلية للاستبيان ككل |
| - | 0.01 | 0.01 | مستوى الدلالة | |
| | 50 | 50 | حجم العينة | |

اتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بين البعدين والدرجة الكلية للاستبيان الصحة النفسية مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، حيث تراوحت بين (0.69) و(0.94)، وهذا ما أكد صدق اتساق محتوى البعدين مع الدرجة الكلية للاستبيان، وبعد حذف (24) عبارة غير الدالة إحصائياً أمكن القول أن الاستبيان تمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي لعباراته، وبالتالي فإنه قاس ما وضع من أجل قياسه وهو بعض مؤشرات الصحة النفسية (تقدير الذات، التكيف النفسي)، وأصبح عدد فقراته (54) فقرة بدلاً من (78) حيث :

- محور تقدير الذات : يتضمن (24) عبارة.
- محور التكيف النفسي : يتضمن (30) عبارة.

وعليه أصبح توزيع العبارات في الاستبيان النهائي كما هو موضح في الجدول رقم (17):

الجدول رقم (17) يوضح صيغة عبارات استبيان الصحة النفسية في صورته النهائية

| أبعاد الصحة النفسية | | | | | | | |
|---------------------|-------------|--------|-------------|-------------|-------------|--------|-------------|
| التكيف النفسي | | | | تقدير الذات | | | |
| الصيغة | رقم العبارة | الصيغة | رقم العبارة | الصيغة | رقم العبارة | الصيغة | رقم العبارة |
| سالبة | 40 | موجبة | 25 | سالبة | 16 | سالبة | 01 |
| سالبة | 41 | سالبة | 26 | سالبة | 17 | سالبة | 02 |
| سالبة | 42 | سالبة | 27 | موجبة | 18 | موجبة | 03 |
| سالبة | 43 | موجبة | 28 | موجبة | 90 | سالبة | 04 |
| سالبة | 44 | موجبة | 29 | سالبة | 20 | سالبة | 05 |
| سالبة | 45 | سالبة | 30 | موجبة | 21 | سالبة | 06 |
| سالبة | 46 | سالبة | 31 | سالبة | 22 | سالبة | 07 |
| سالبة | 47 | سالبة | 32 | سالبة | 23 | سالبة | 08 |
| سالبة | 48 | موجبة | 33 | موجبة | 24 | سالبة | 09 |
| سالبة | 49 | سالبة | 34 | - | - | سالبة | 10 |
| سالبة | 50 | سالبة | 35 | - | - | سالبة | 11 |
| سالبة | 51 | سالبة | 36 | - | - | سالبة | 12 |
| سالبة | 52 | سالبة | 37 | - | - | سالبة | 13 |
| سالبة | 53 | سالبة | 38 | - | - | موجبة | 14 |
| سالبة | 54 | سالبة | 39 | - | - | سالبة | 15 |

ب- صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي) :

تم حساب صدق هذا الاستبيان أيضا ب صدق المقارنة الطرفية أو ما يسمى بالصدق التمييزي، والذي يقوم في الأساس على ترتيب القيم تنازليا ثم أخذ نسبة 27% من الطرفين الأعلى والأدنى، ثم المقارنة بينهما باستخدام اختبار الدلالة الاحصائية (Ttest) وبعدها يتم تفسير القيمة المحصل عليها وفقا لحالتين هما :

- إذا كانت قيمة الفرق لـ (Ttest) دالة عند مستوى الدلالة (0.01)، أو (0.05)، فهذا يعني أن الاستبيان صادق فيما يقيس لأنه استطاع التمييز بين الطرفين.

- أما إذا كانت قيمة الفرق (Ttest) غير دالة عند مستوى الدلالة (0.05)، فهذا يعني أن الاستبيان غير صادق لأنه لم يستطع التمييز بين الطرفين.

وبالنظر إلى قيمة اختبار الدلالة (Ttest) كما هو موضح في الجدول رقم (18)، حيث يتضح أن هذا الاستبيان صادق وذلك أن قيمته بلغت (10.43)، وهي دالة عند درجة الحرية (26)، ومستوى الدلالة (0.01).

الجدول رقم (18) : يوضح صدق استبيان الصحة النفسية باستخدام المقارنة الطرفية

| مستوى الدلالة | قيمة (ت) | درجة الحرية | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | (ن) | الطرفين | |
|---------------|----------|-------------|-------------------|-----------------|-----|---------|---------|
| 0.01 | 10.432 | 26 | 9.186 | 126.93 | 14 | أعلى | الصحة |
| | | | 10.583 | 166.00 | 14 | أدنى | النفسية |

ج - الصدق الذاتي :

الصدق الذاتي = $\sqrt{\text{الثبات}}$

الصدق الذاتي لمحور تقدير الذات = $\sqrt{0.78} = 0.88$

$$\text{الصدق الذاتي لمحور التكيف النفسي} = \sqrt{0.80} = 0.89$$

$$\text{الصدق الذاتي لاستبيان الصحة النفسية ككل} = \sqrt{0.83} = 0.91$$

وبهذا نستطيع القول بأن استبيان الصحة النفسية المبني صادق ويتمتع بثبات عالي بكل الطرق المستخدمة، وعليه يمكن النزول به إلى الميدان باطمئنان.

3-4-2-2- حساب الخصائص السيكومترية لمقياس التوافق الدراسي :

أولاً: حساب الثبات :

* ثبات المقياس :

قام معد المقياس بتطبيقه مرتين بفاصل زمني مقداره أسبوعين، والجدول التالي يبين معاملات الثبات المحسوبة على عينة عددها (72) طالبا بجامعة قطر.

الجدول رقم (19) : يبين معاملات الثبات المحسوبة لأبعاد مقياس التوافق الدراسي

| معاملات الثبات | المقياس الفرعي |
|----------------|-----------------|
| 0.59 | الجد والاجتهاد |
| 0.62 | الإذعان |
| 0.78 | العلاقة بالمدرس |
| 0.65 | الدرجة الكلية |

وكلها معاملات ثبات دالة عند مستوى (0.01) (لبوز، 2002: 122).

* حساب الثبات حسب الدراسة الحالية :

حساب الثبات في الدراسة الحالية تم من خلال طريقتين هما :

أ - حساب الثبات عن طريق التجزئة النصفية :

استخدمت طريقة التجزئة النصفية لدرجات المقياس، وتم ذلك بتقسيم الدرجات إلى نصفين يتكون النصف الأول من البنود (17) الأولى، بينما يتكون النصف الثاني من البنود (17) الأخيرة من المقياس، وبعد ذلك تم حساب معامل الارتباط بين النصفين والذي بلغ (0.62)، وبعد تعديله بمعادلة سبيرمان براون أصبحت قيمته (0.77)، وهي مساوية للقيمة التي بلغت معادلة جاتمان (0.77)، وهذا ما يؤكد ارتفاع معامل الثبات كما هو موضح في الجدول رقم (20).

الجدول رقم (20) : يوضح ثبات مقياس التوافق الدراسي عن طريق التجزئة النصفية

| | |
|-------|-------------------------------------|
| 0.629 | معامل الارتباط بين النصفين |
| 0.772 | معامل الثبات الكلي سبيرمان براون |
| 0.771 | معامل الثبات باستخدام معادلة جاتمان |

ب - الثبات عن طريق معامل ألفا كرونباخ :

بلغت قيمته (0.78) وهذه القيمة لا تختلف كثيرا عن قيمة الثبات التي تم حسابها عن طريق التجزئة النصفية.

جدول رقم (21) : يوضح ثبات مقياس التوافق الدراسي عن طريق معامل ألفا كرونباخ

| | |
|------------|--------------------|
| عدد البنود | معامل ألفا كرونباخ |
| 34 | 0.788 |

ثانيا : حساب الصدق :

* صدق المقياس :

استخدم معد المقياس الصدق التكويني أو صدق المفهوم لحساب صدقه، نظرا لعدم وجود مقياس سابق للتوافق الدراسي معد مسبقا، إذ يقوم حساب الصدق على مقارنة درجات التلاميذ على المقاييس الأربعة الفرعية لهذا المقياس (الجد والاجتهاد، الإذعان، العلاقة بالمدرس، الدرجة الكلية) بدرجاتهم على بعض المقاييس الأخرى المناسبة، منها مقياس (أيزنك) للشخصية، مقياس عادات الاستذكار، والاتجاهات نحو الدراسة والاتجاه الدراسي العام، فوجد أن المقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الصدق، إذ كان بارتباط دال عند مستوى (0.01) بين الدرجة الكلية للتوافق والاتجاه العام للدراسة (لبوز، 2002: 122).

*حساب الصدق حسب الدراسة الحالية :

قبل التطرق إلى حساب الصدق بأنواعه تجدر الإشارة إلى أنه تم الاستغناء عن صدق المحكمين لأن المقياس طبق في البيئة الجزائرية في دراستي "محمد قريشي" و"عبد الله لبوز".

أ - صدق الاتساق الداخلي :

تم حساب صدق هذا المقياس عن طريق الاتساق الداخلي، والذي يقوم على أساس حساب الارتباطات بين العبارات والدرجة الكلية للأبعاد التي تنتمي إليها، وبين الدرجات الكلية لكل بعد بالدرجة الكلية للمقياس ككل بمعامل بيرسون، كما ظهر في الجداول التالية :

البعد الأول : الجد والاجتهاد :

جدول رقم (22) : يمثل علاقة عبارات بعد الجد والاجتهاد بدرجة البعد ككل الذي تنتمي إليه

| الرقم في المقياس | البنود | معامل الارتباط | مستوى الدلالة | الدلالة |
|------------------|--|----------------|---------------|---------|
| 01 | هل غالبا ما تنتظر من نافذة أو باب حجرة الدراسة أو إلى الملتصقات على جدران الحجرة أثناء الدرس ؟ | 0.486** | 0.01 | دال |
| 02 | هل أخذ منك المدرس أشياء كنت تعبت بها أثناء الدرس ؟ | 0.555** | 0.01 | دال |
| 03 | هل يكون عملك عادة نظيفا ومرتبيا ؟ | 0.326* | 0.05 | دال |
| 04 | هل تحاول غالبا الإجابة على الأسئلة التي يوجهها لك المدرس ؟ | 0.350* | 0.05 | دال |
| 05 | هل تتحدث غالبا مع التلميذ المجاور لك أثناء الدرس ؟ | 0.470** | 0.01 | دال |
| 06 | هل تقوم أحيانا بقضاء بعض المهام للمدرس ؟ | 0.311* | 0.05 | دال |
| 07 | هل تجد أنه من الصعب عليك الجلوس ساكتا في مكانك مدة طويلة ؟ | 0.559** | 0.01 | دال |
| 08 | هل يسهل عليك قراءة ما تكتبه ؟ | 0.335* | 0.05 | دال |
| 09 | هل تمزق كتبك بسرعة ؟ | 0.299** | 0.01 | دال |
| 10 | هل تحظر غالبا إلى الدرس متأخرا ؟ | 0.481** | 0.01 | دال |
| 11 | هل تكون في العادة هادئا في حجرة الدراسة ؟ | 0.519** | 0.01 | دال |
| 12 | إذا وجه المدرس سؤالا للتلاميذ هل غالبا ما | 0.416** | 0.01 | دال |

| | | | | |
|--|--|--|----------------------------|--|
| | | | ترفع أصبعك طالبا الإجابة ؟ | |
|--|--|--|----------------------------|--|

(**) تعني أن العبارة دالة إحصائياً عند مستوى (0.01).

(*) تعني أن العبارة دالة إحصائياً عند مستوى (0.05).

اتضح من الجدول رقم (22) أن كل عبارات بعد الجد والاجتهاد دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) أو (0.05).

البعد الثاني: الإذعان

جدول رقم (23) : مثل علاقة عبارات بعد الإذعان بدرجة البعد ككل الذي تنتمي إليه

| الرقم في المقياس | البنود | معامل الارتباط | مستوى الدلالة | الدلالة |
|------------------|---|----------------|---------------|---------|
| 13 | هل تستغرق أحيانا في أحلام اليقظة أثناء المحاضرة ؟ | 0.391** | 0.01 | دال |
| 14 | هل تحضر معك قلمك بصورة دائمة إلى المحاضرة ؟ | 0.483** | 0.01 | دال |
| 15 | هل غالبا ما عاقبك المدرس ؟ | 0.503** | 0.01 | دال |
| 16 | هل تؤدي واجبك المطلوب منك دائما في الوقت المناسب ؟ | 0.475** | 0.01 | دال |
| 17 | هل اشتركت في أي خلاف حاد أو مشاجرة مع زملائك بالمدرسة ؟ | 0.471** | 0.01 | دال |
| 18 | هل غالبا ما سكبت سوائل أو أسقطت أشياء داخل حجرة الدراسة ؟ | 0.462** | 0.01 | دال |
| 19 | هل تذهب إلى المدرسة مع زملائك ؟ | 0.281** | 0.01 | دال |
| 20 | هل غالبا ما توجه انتباهك للمدرس أثناء | 0.502** | 0.01 | دال |

| | | | حديثه ؟ | |
|-----|------|---------|--|----|
| دال | 0.01 | 0.329** | هل سبق أن وجهت للمدرس أية أسئلة ؟ | 21 |
| دال | 0.01 | 0.582** | هل يمكنك الاستمرار في أداء العمل الذي تقوم به لمدة طويلة ؟ | 22 |
| دال | 0.01 | 0.563** | هل عادة تكون معك كل الكتب والأدوات التي تحتاجها أثناء الدرس ؟ | 23 |
| دال | 0.01 | 0.402** | هل أحيانا تترك ما تقوم به من عمل دون أن تنتهي ؟ | 24 |
| دال | 0.05 | 0.300* | هل غالبا ما تؤدي عمالك معتمدا على نفسك؟ | 25 |
| دال | 0.01 | 0.547** | هل سبق أن حاولت دفع زملائك خارج أو داخل حجرة الدراسة ؟ | 26 |
| دال | 0.01 | 0.416** | إذا لم تستطع القيام بالعمل المطلوب منك فهل تطلب المساعدة من المدرس ؟ | 27 |

(**) تعني أن العبارة دالة إحصائيا عند مستوى (0.01).

(*) تعني أن العبارة دالة إحصائيا عند مستوى (0.05).

اتضح من الجدول رقم (23) أن كل عبارات بعد الإذعان دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) أو (0.05).

البعد الثالث : العلاقة بالمدرس

جدول رقم (24) : مثل علاقة عبارات بعد العلاقة بالمدرس بدرجة البعد ككل الذي تنتمي

إليه

| الرقم في المقياس | البنود | معامل الارتباط | مستوى الدلالة | الدلالة |
|------------------|---|----------------|---------------|---------|
| 28 | هل غالبا ما تستأذن لكي تغادر حجرة الدراسة؟ | 0.308* | 0.05 | دال |
| 29 | هل تتخذ دائما ما يطلب منك بدون تذمر؟ | 0.647** | 0.01 | دال |
| 30 | هل ترد مباشرة على توبيخ مدرسك لك ؟ | 0.402** | 0.01 | دال |
| 31 | هل أحيانا تبدأ الضحك في حجرة الدراسة ؟ | 0.361** | 0.01 | دال |
| 32 | هل ترفع صوتك أحيانا بالإجابة على السؤال قبل أن يأذن لك المدرس ؟ | 0.301* | 0.05 | دال |
| 33 | هل تذهب إلى حجرة المدرس إذا احتجت إلى مساعدته ؟ | 0.490** | 0.01 | دال |
| 34 | هل دائما تطلب الإذن من المدرس قبل أن تترك مكانك ؟ | 0.489** | 0.01 | دال |

(**) تعني أن العبارة دالة إحصائيا عند مستوى (0.01).

(*) تعني أن العبارة دالة إحصائيا عند مستوى (0.05).

اتضح من الجدول رقم (24) أن كل عبارات بعد العلاقة بالمدرس دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) أو (0.05).

ومن الجداول السابقة نلاحظ أن كل عبارات المقياس تتمتع بعلاقة ارتباطيه دالة إحصائياً مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، حيث تراوحت معاملات الارتباط ذات الدلالة ما بين (0.28) و(0.64) وهي دالة عند مستوى (0.01) أو (0.05).

وقد بلغت قيمة الارتباط بين الدرجة الكلية للأبعاد فيما بينها ومع الدرجة الكلية للمقياس

كما يلي:

- قيمة معامل ارتباط البعد الأول مع البعد الثاني (0.57).
- قيمة معامل ارتباط البعد الأول مع البعد الثالث (0.36).
- قيمة معامل ارتباط البعد الأول بالدرجة الكلية للمقياس ككل (0.80).
- قيمة معامل ارتباط البعد الثاني مع البعد الثالث (0.43).
- قيمة معامل ارتباط البعد الثاني بالدرجة الكلية للمقياس ككل (0.90).
- قيمة معامل ارتباط البعد الثالث بالدرجة الكلية للمقياس ككل (0.61).

وكلها دالة عند مستوى (0.01) كما هو موضح في الجدول رقم (25) :

الجدول رقم (25) : يوضح مصفوفة الارتباطات بين الدرجات الكلية لأبعاد مقياس التوافق الدراسي مع الدرجة الكلية للمقياس ككل

| الدرجة الكلية للمقياس ككل | الدرجة الكلية للبعد الثالث | الدرجة الكلية للبعد الثاني | الدرجة الكلية للبعد الأول | | |
|---------------------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------|---------------------------|
| 0.804** | 0.361** | 0.572** | 1 | معامل بيرسون | الدرجة الكلية للبعد الأول |
| 0.01 | 0.01 | 0.01 | - | مستوى | |

| | | | | | |
|---------|---------|---------|---------|---------------|----------------------------|
| | | | | الدلالة | |
| 50 | 50 | 50 | 50 | حجم العينة | |
| 0.908** | 0.435** | 1 | 0.572** | معامل بيرسون | الدرجة الكلية للبعد الثاني |
| 0.01 | 0.01 | - | 0.01 | مستوى الدلالة | |
| - | 50 | 50 | 50 | حجم العينة | |
| 0.614** | 1 | 0.435** | 0.361** | معامل بيرسون | الدرجة الكلية للبعد الثالث |
| 0.01 | - | 0.01 | 0.01 | مستوى الدلالة | |
| 50 | 50 | 50 | 50 | حجم العينة | |
| 1 | 0.614** | 0.908** | 0.804** | معامل بيرسون | الدرجة الكلية للمقياس ككل |
| - | 0.01 | 0.01 | 0.01 | مستوى الدلالة | |
| - | 50 | 50 | 50 | حجم العينة | |

ب- صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي) :

تم حساب صدق هذا المقياس أيضا ب صدق المقارنة الطرفية أو ما يسمى بالصدق التمييزي، حيث تم ترتيب القيم تنازليا ثم أخذت نسبة 27% من الطرفين الأعلى والأدنى، ثم المقارنة بينهما باستخدام اختبار الدلالة الإحصائية (Ttest).

وقيمة اختبار الدلالة (Ttest) كانت (5.62) وهي دالة عند درجة الحرية (26) ومستوى الدلالة (0.01) كما هو موضح في الجدول رقم (26)، وبالتالي فإن المقياس صادق وذلك لأنه استطاع أن يميز بين الطرفين.

الجدول رقم (26) : يوضح صدق مقياس التوافق الدراسي باستخدام المقارنة الطرفية

| مستوى الدلالة | قيمة (ت) | درجة الحرية | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | (ن) | الطرفين | |
|---------------|----------|-------------|-------------------|-----------------|-----|---------|---------|
| 0.01 | 5.628 | 26 | 4.531 | 51.29 | 14 | أعلى | التوافق |
| | | | 2.785 | 59.29 | 14 | أدنى | الدراسي |

ج - الصدق الذاتي :

الصدق الذاتي = $\sqrt{\text{الثبات}}$

$$\text{الصدق الذاتي لمقياس التوافق الدراسي} = \sqrt{0.78} = 0.88$$

وبعد التأكد من الخصائص السيكومترية وتحقق أهدافها من اختبار صدق وثبات الأدوات تم الإبقاء على (54) بند في استبيان الصحة النفسية، مع تعديل بعض الألفاظ وتقريبها إلى التلاميذ لتفادي أثر التخمين والإجابات العشوائية، بينما تم الإبقاء على جميع بنود مقياس التوافق الدراسي كما أعدوها ناقلوها إلى العربية.

3-5- الأساليب الإحصائية :

إن أهم ميزات البحث الميداني هو استخدام التقنيات والأساليب الإحصائية مهما كان نوع الدراسة، ذلك أنه يساعد على تفسير الظاهرة المدروسة تفسيراً كمياً، ولمعالجة نتائج الدراسة الحالية تم الاعتماد على مجموعة من الأساليب الإحصائية وذلك عن طريق الاستعانة ببرنامج (Excel) وبرنامج (Spssv20) في نسخته الـ 20 في تطبيق الأساليب التالية :

- فيما يخص وصف عينة الدراسة : تم الاعتماد على الأعمدة البيانية.
- فيما يخص الخصائص السيكومترية :
 - استخدام معامل الارتباط بيرسون لحساب الثبات عن طريق التجزئة النصفية.
 - استخدام معامل ألفا كرونباخ لحساب الثبات.
 - استخدام معامل الارتباط بيرسون لحساب صدق الاتساق الداخلي.
 - صدق المقارنة الطرفية، أو ما يسمى بالصدق التمييزي بالاعتماد على اختبار الدلالة (Ttest).
- فيما يخص نتائج الدراسة الأساسية :
 - تم الاعتماد على معامل الارتباط بيرسون في معالجة الفرضية العامة والفرضيتين الجزئيتين الأولى والثانية.
 - تم الاعتماد على اختبار الدلالة الإحصائية (Ttest) لمعالجة الفرضيات الجزئية (الثالثة، الرابعة، الخامسة، السادسة).

خلاصة

من خلال هذا الفصل تم القيام بالعرض المفصل لكل الإجراءات المنهجية للدراسة، بدءا بالتذكير بفرضيات الدراسة، ثم إتباع أسلوب العينة القصدية في اختيار عينة الدراسة، وتم ذلك باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي لدراسة ظاهرة نفسية وتربوية، وتم الاعتماد على أداتين في جمع المعلومات ألا وهي: استبيان الصحة النفسية، مقياس التوافق الدراسي، وأخيرا تم الاعتماد على مجموعة من الأساليب الإحصائية لمعالجة المعلومات التي تم جمعها في الدراسة الحالية، وهذا للوصول أخيرا لكل ما يلزم من بيانات وبراهين للعرض والتحليل والمناقشة، وهذا ما سيتم التعرض له في الفصل الموالي.

الفصل الخامس : عرض وتحليل النتائج

تمهيد

1 - عرض وتحليل نتائج الفرضيات

2 - مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الدراسات السابقة

خلاصة

الاقتراحات

تمهيد

تعتبر الدراسة الميدانية عملية هامة للوصول إلى الحقائق الموجودة في المجتمع، إذ عن طريق الميدان يمكن جمع البيانات وتحليلها لتدعيم الجانب النظري وتأكيد، وبعد التطرق إلى أهم الإجراءات المنهجية لهذه الدراسة، سيتم التطرق في هذا الفصل إلى عرض وتحليل وتفسير النتائج المتوصل إليها، وذلك من خلال المعالجة الإحصائية للبيانات المتحصل عليها بعد تطبيق استبيان الصحة النفسية ومقياس التوافق الدراسي، وكل هذا من أجل البرهنة على تحقق الفروض أو نفيها.

1 - عرض وتحليل نتائج الفرضيات :

1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة :

والتي كان نصها أن هناك علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي.

وبعد المعالجة تم الحصول على النتائج التالية :

الجدول رقم (27) : يوضح العلاقة بين درجات أفراد عينة الدراسة في الصحة النفسية

والتوافق الدراسي

| المتغيرات | حجم العينة | معامل الارتباط بيرسون | مستوى الدلالة | الدلالة |
|-----------------|------------|-----------------------|---------------|---------|
| الصحة النفسية | 302 | 0.332** | 0.01 | دال |
| التوافق الدراسي | 302 | | | |

** دال عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)

يبين الجدول رقم (27) قيمة معامل الارتباط بيرسون بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي بالنسبة لعينة الدراسة والتي تتكون من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، حيث بلغت قيمته (0.33) وهي دالة عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha = 0.01$) وبما أن قيمة معامل الارتباط بيرسون موجبة فهذا يعني أن هناك علاقة طردية ضعيفة بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي، أي أنه كلما زاد مستوى التمتع بالصحة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة زاد معه توافقهم الدراسي، وبالتالي يمكن رفض الفرض الصفري H_0 والقول بأن هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (99%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (1%).

1-2-1- عرض وتحليل نتائج الفرضيات الجزئية :

1-2-1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى :

نصت الفرضية الجزئية الأولى على أنه "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين تقدير الذات والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي".

وبعد المعالجة تم الحصول على النتائج التالية :

الجدول رقم (28) : يوضح العلاقة بين درجات أفراد عينة الدراسة في تقدير الذات

والتوافق الدراسي

| المتغيرات | حجم العينة | معامل الارتباط بيرسون | مستوى الدلالة | الدلالة |
|-----------------|------------|-----------------------|---------------|---------|
| تقدير الذات | 302 | 0.336** | 0.01 | دال |
| التوافق الدراسي | 302 | | | |

** دال عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)

يبين الجدول رقم (28) قيمة معامل الارتباط بيرسون بين تقدير الذات والتوافق الدراسي بالنسبة لعينة الدراسة، حيث بلغت قيمته أيضاً (0.33) وهي دالة عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha = 0.01$)، وبما أن قيمة معامل الارتباط بيرسون موجبة فهذا يعني كذلك أن هناك علاقة طردية ضعيفة بين تقدير الذات والتوافق الدراسي، أي أنه كلما ارتفع مستوى تقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة زاد معه التوافق الدراسي، وبالتالي يمكن رفض الفرض الصفري H_0 والقول بأن هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والتوافق الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (99%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (1%).

1-2-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

نصت الفرضية الجزئية الثانية على أنه "توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين التكيف النفسي والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي".

وبعد المعالجة تم الحصول على النتائج التالية :

الجدول رقم (29) : يوضح العلاقة بين درجات أفراد عينة الدراسة في التكيف النفسي والتوافق الدراسي

| المتغيرات | حجم العينة | معامل الارتباط بيرسون | مستوى الدلالة | الدلالة |
|-----------------|------------|-----------------------|---------------|---------|
| التكيف النفسي | 302 | 0.293** | 0.01 | دال |
| التوافق الدراسي | 302 | | | |

** دال عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)

يبين الجدول رقم (29) قيمة معامل الارتباط بيرسون بين التكيف النفسي والتوافق الدراسي بالنسبة لعينة الدراسة، حيث بلغت قيمته (0.29) وهي دالة عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha = 0.01$)، يلاحظ أنها هي الأخرى تدل على علاقة طردية ضعيفة بين التكيف النفسي والتوافق الدراسي، أي أنه كلما زاد التكيف النفسي لأفراد عينة الدراسة زاد معه توافقهم الدراسي، وبالتالي يمكن رفض الفرض الصفري H_0 والقول بأن هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التكيف النفسي والتوافق الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (99%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (1%).

1-2-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة :

نصت الفرضية الجزئية الثالثة على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في الصحة النفسية تعزى لمتغير الجنس".
وبعد المعالجة تم الحصول على النتائج التالية :

الجدول رقم (30) : يوضح الفرق بين أفراد العينة في الصحة النفسية تبعاً لمتغير الجنس

| الدالة | مستوى الدلالة | قيمة (ت) | درجة الحرية | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | العينة | الجنس | |
|--------|---------------|----------|-------------|-------------------|-----------------|--------|--------|---------|
| غير | - | 1.57- | 300 | 14.85 | 98.58 | 88 | الذكور | الصحة |
| دال | | | | 16.15 | 101.73 | 214 | الإناث | النفسية |

يبين الجدول رقم (30) الفرق بين أفراد عينة الدراسة في مدى تمتعهم بالصحة النفسية حسب متغير الجنس وهو غير دال إحصائياً حيث بلغت قيمة اختبار الدلالة (Ttest) (1.57-) وهي غير دالة عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)، وبالتالي نقبل الفرضية الصفرية (H_0) والتي تنفي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة في الصحة النفسية حسب متغير الجنس، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (95%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (5%).

1-2-4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الرابعة :

نصت الفرضية الجزئية الرابعة على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في الصحة النفسية تعزى لمتغير التخصص".
وبعد المعالجة تم الحصول على النتائج التالية :

الجدول رقم (31) يوضح الفرق بين أفراد العينة في الصحة النفسية تبعاً لمتغير

التخصص

| الدالة | مستوى الدلالة | قيمة (ت) | درجة الحرية | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | العينة | التخصص | |
|--------|---------------|----------|-------------|-------------------|-----------------|--------|----------|---------|
| غير | - | 1.13- | 300 | 16.31 | 1.66 | 122 | الأدبيين | الصحة |
| دال | | | | 15.53 | 1.91 | 180 | العلميين | النفسية |

يبين الجدول رقم (31) أن الفرق بين أفراد عينة الدراسة في مدى تمتعهم بالصحة النفسية حسب متغير التخصص غير دال إحصائياً حيث بلغت قيمة اختبار الدلالة (Ttest) (1.13-) وهي غير دالة عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)، وبالتالي نقبل الفرضية الصفرية (H_0) والتي تنفي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة في الصحة النفسية حسب متغير التخصص ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (95%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (5%).

1-2-5- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الخامسة :

نصت الفرضية الجزئية الخامسة على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تعزى لمتغير الجنس".

وبعد المعالجة تم الحصول على النتائج التالية :

الجدول رقم (32) يوضح الفرق بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تبعاً لمتغير الجنس

| الدالة | مستوى الدلالة | قيمة (ت) | درجة الحرية | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | العينة | الجنس | |
|--------|---------------|----------|-------------|-------------------|-----------------|--------|--------|---------|
| غير | - | 2.408- | 300 | 5.062 | 55.03 | 88 | الذكور | التوافق |
| دال | - | | | 4.767 | 56.51 | 214 | الإناث | الدراسي |

يبين الجدول رقم (32) الفرق بين أفراد عينة الدراسة في التوافق الدراسي حسب متغير الجنس والذي هو غير دال إحصائياً حيث بلغت قيمة اختبار الدلالة (T_{test}) (-2.40) وهي غير دالة عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)، وبالتالي نقبل الفرض الصفري (H_0) والذي ينفي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة في التوافق الدراسي حسب متغير الجنس، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (95%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (5%).

1-2-6- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية السادسة :

نصت الفرضية الجزئية السادسة على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تعزى لمتغير التخصص".

وبعد المعالجة تم الحصول على النتائج التالية :

الجدول رقم (33) : يوضح الفرق بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تبعاً لمتغير

التخصص

| الدالة | مستوى الدلالة | قيمة (ت) | درجة الحرية | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | العينة | الجنس | |
|--------|---------------|----------|-------------|-------------------|-----------------|--------|----------|---------|
| غير | - | 1.371- | 300 | 5.229 | 55.61 | 122 | الأدبيين | التوافق |
| دال | - | | | 4.638 | 56.40 | 180 | العلميين | الدراسي |

يبين الجدول رقم (32) أن الفرق بين أفراد عينة الدراسة في التوافق الدراسي حسب متغير التخصص غير دال إحصائياً حيث بلغت قيمة اختبار الدلالة (T_{test}) (-1.37) وهي غير دالة عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)، وبالتالي نقبل الفرضية الصفرية (H_0) والتي تنفي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة في التوافق الدراسي حسب متغير التخصص، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (95%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (5%).

2 - مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الدراسات السابقة :

1-2- الفرضية العامة :

نصت نتيجة الفرضية العامة على وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي.

إن العلاقة الارتباطية بين هذين المتغيرين يمكن تفسيرها على ضوء مفهوم كل من "أدولف ماير" و"هادفيلد" و "عبد العزيز القوسي" و"جوهادو" و"حامد عبد السلام زهران" للصحة النفسية حيث رأوا أنها تتمثل في قدرة الفرد على مجابهة مختلف المشكلات التي تعترضه والقدرة على تحقيق التكيف معها، وأكد رواد نظرية التحليل النفسي أيضاً هذا الأمر، حيث أنهم رأوا أن الصحة النفسية السليمة تتمثل في قدرة الفرد على التوافق مع مطالب الواقع، وهذا ما ذكره "إريك فروم" في قوله أن الصحة النفسية للفرد تعتبر كحل وسط بين الحاجات الداخلية للفرد والمطالب الخارجية في المجتمع، وواقفه في ذلك كل من أصحاب النظرية السلوكية وأصحاب النظرية المعرفية لأن الصحة النفسية السليمة بالنسبة لهم تتمثل في اكتساب الفرد عادات مناسبة وفعالة تمكنه من مواجهة المواقف الضاغطة التي يتعرض لها من أجل تحقيق التوافق السليم، وهذا ما أشارت إليه دراسة "حسن محمد عبد المعطي" (1992) حيث توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين ضغوط أحداث الحياة وجميع الأعراض الإكلينيكية المرضية، وبالتالي فإن للصحة النفسية أهمية بالغة سواء بالنسبة

للأفراد أو للمجتمع ككل، فالفرد المتمتع بالصحة النفسية هو الأقدر على تحقيق التوافق مع البيئة الخارجية والمجتمع الذي يتمتع أفرادها بالصحة النفسية يتسم بالتطور والازدهار.

وقد اتفقت الدراسة الحالية مع أغلبية الدراسات في أن الصحة النفسية لها علاقة قوية بالأمور الإيجابية في حياة الأفراد، كدراسة بشرى أحمد جاسم العكايشي (بدون سنة)، ودراسة شاهر خالد سليمان وإسماعيل صالح العيس (2012) اللتان توصلتا إلى وجود علاقة بين الصحة النفسية والذكاء الانفعالي، ودراسة أحمد عبد الرحيم أحمد العمري (2001) التي خلصت إلى وجود علاقة قوية بين الصحة النفسية والقدرات العقلية، ودراسة باتون وآخرون (2003) التي وجدت علاقة بين الصحة النفسية والعوامل النفسية والاجتماعية، والعيد فقيه في دراسته (2010) خلص إلى وجود علاقة بين القلق والأمن النفسي بالإضافة إلى عدة متغيرات أسرية واجتماعية ...، وعواطف ملوكة في دراستها (2014) توصلت إلى وجود ارتباط بين مدى ممارسة العلاقات الإنسانية والصحة النفسية، ودراسة مراد ساعو التي توصلت إلى وجود ارتباط بين السند الاجتماعي والصحة النفسية، ودراسة كورين وفيروف وفلد (1960) وجدت علاقة بين النشاط الديني والصحة النفسية، ونوال عليوي في دراستها (2011) وجدت أن استراتيجيات المواجهة ذات أهمية في تحقيق السعادة والصحة النفسية، وأخيرا جاءت دراسة إيمان صولي (2014) لتثبت مدى الارتباط بين الصحة النفسية والمجال المدرسي، حيث توصلت في دراستها إلى وجود علاقة موجبة بين الصحة النفسية والمناخ المدرسي، ونشأت هذه العلاقة حسب تفسيرها نتيجة للانتشار الواسع للانحرافات النفسية وسوء التوافق لدى التلاميذ في المؤسسات التعليمية وضرورة العناية بهم، وهذا ما رآه أيضا زبيدي ولمين (2012) حيث أكد أن الصحة النفسية ذات أهمية بالغة في المجال الدراسي ذلك أن العامل النفسي للتلميذ يؤثر على توافقه الدراسي، وهذا ما توافق مع الدراسة الحالية بدرجة كبيرة، وأيضا دراسات كل من: أوغواك وآخرون (2006) الذين توصلوا إلى أن الحالة النفسية للطلاب تعتمد على توافقه الدراسي، وعفراء خليل إبراهيم العبيدي وسهام عزيز

محسن سحاب الأنصاري (2010) اللتان خلصتا إلى وجود علاقة بين الذكاء الأخلاقي والتوافق الدراسي، ودراستي أديمو (2005)، ورشيد خطارة (2011) اللتان توصلتا إلى وجود ارتباط بين الذكاء الوجداني والتوافق الدراسي، بينما اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع الدراسة الوحيدة دراسة محمد قريشي (2002) والتي توصلت إلى عدم وجود علاقة بين القلق والتوافق الدراسي، وهذا يمكن أن يرجع إلى الاختلاف في عينة الدراسة حيث كل من الدراستين اختلفت بمرحلة معينة من التعليم الثانوي، ويمكن أن يفسر هذا أيضا في ضوء النظرية البيولوجية للتوافق حيث أن أصحاب هذه النظرية أهملوا الجانب النفسي للفرد وركزوا فقط على الجانب العضوي، ورأوا أن إخفاق الفرد في عملية التوافق ينتج عن خلل عضوي يمس بعض أعضاء الجسم.

2-2- الفرضيات الجزئية :

2-2-1- الفرضية الأولى :

نصت نتيجة الفرضية الجزئية الأولى على وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين تقدير الذات والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

ويمكن تفسير هذه العلاقة في ضوء النتيجة التي توصل إليها كوبر سميث من خلال بحثه عن تقدير الذات، حيث توصل إلى أن تقدير الذات المرتفع يعد من أكثر المقاييس التي يستخدمها الفرد للحصول على حالة التوافق، وذلك لأن أصحاب تقدير الذات المرتفع يستطيعون اقتحام المواقف الجديدة والصعبة دون فقدانهم شجاعتهم، كما يمكنهم مجابهة مختلف المشكلات التي تعترضهم، وأكدت هذا أيضا نظرية زيلر Zellzr حيث رأت أن تقدير الذات مفهوم يربط بين تكامل الشخصية وقدرة الفرد على الاستجابة لمختلف المثيرات التي يتعرض لها، وأشار أيضا "ريشارد" إلى أن تقدير الذات جانب هام جدا في عملية التوافق، كما أشار أيضا عبد العزيز (2012) إلى أن سلوك الأفراد مدفوع بنظرتهم إلى أنفسهم ومدى

تقديرهم لذواتهم، وهذا ما أكده أنصار الاتجاه الإنساني أمثال "روجرز" حيث رأوا أن التوافق يتم حينما يستطيع الفرد إشباع مختلف حاجاته والتي من بينها تقدير الذات، لذلك ركزوا على توفير جو من الأمن والدفء والتقبل يستطيع فيه الفرد تحقيق ذاته، وهذا ما اتفق مع نتائج دراسات كل من : علاء الدين كفاي (1989) الذي وجد علاقة موجبة بين الشعور بالأمن وتقدير الذات والتنشئة الاجتماعية، بلاك كونستانس (1996) الذي توصل إلى أن العائلة هي القوة الدافعة لتنمية تقدير الذات، ان روبرتز وآخرون (1999) الذين توصلوا إلى أن الخبرات تؤثر سواء كانت من العائلة أو الرفاق في تقدير الذات، وكذا تأثير أساليب المعاملة الوالدية الخاطئة على تقدير الذات.

وقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسات كل من : صفية اوسماعيل (2004) التي كان مفادها وجود علاقة بين تقدير الذات والمشكلات، ومعاوية أبو غزال وعبد الكريم جرادات (2009) اللذان توصلوا إلى أن نمطي التعلق والقلق والأمن مرتبط بتقدير الذات، وعلي عبد الحسن حسين وحسين عبد الزهرة عبد اليمه (2011) الذين خلصوا إلى وجود علاقة في اختلاف المستوى والقدرات والإمكانات مع التوافق النفسي والاجتماعي، ومنصور السيد كامل الشربيني (2012) الذي خلص في دراسته إلى وجود علاقة بين الكمالية التكيفية وتقدير الذات، وديمو وآخرون (1987) حيث توصلوا إلى وجود علاقة سالبة بين إدراك الأبناء للدعم الوالدي وتقدير الذات، والحميدي محمد ضيدان الضيدان (2003) الذي خلص إلى وجود ارتباط بين تقدير الذات والسلوك العدواني، وزبيدة أمزيان (2007) التي توصلت إلى وجود علاقة بين تقدير الذات ومختلف المشكلات، وأيضا تونسية يونس (2012) توصلت إلى وجود علاقة بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي والذي هو الهدف الأساسي للتوافق الدراسي، وهذه هي النتيجة التي اقتربت من نتيجة الدراسة الحالية بدرجة كبيرة، حيث أنها تناولت تقدير الذات والأثر الذي يخلفه على المجال الدراسي، وأخيرا دراسة آسيا عبازة (2014) التي توصلت إلى وجود علاقة سالبة بين عدم الرضا عن صورة

الجسم والذي يعتبر مظهر من مظاهر تقدير الذات المنخفض والتوافق الدراسي، وحيث أن كل الدراسات التي ذكرت توصلت إلى نفس النتيجة وهي وجود علاقة بين تقدير الذات ومتغيرات أخرى، غير أنها اختلفت في تحديد نوع هذه العلاقة فمنها من وجدت علاقة موجبة ومنها من وجدت علاقة سالبة، وبالتالي تجدر الإشارة إلى أن تقدير الذات المرتفع ينعكس على حياة الفرد بالإيجاب، بينما تقدير الذات المنخفض ينعكس على حياة الفرد بالسلب.

2-2-2- الفرضية الثانية :

نصت نتيجة الفرضية الجزئية الثانية على وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين التكيف النفسي والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

ويمكن أن تفسر هذه العلاقة وفق مفهوم كل من "نور الهدى محمد الجاموس"، و"مصطفى فهمي، و"نعيم الرفاعي"، و"ولمان" للتكيف، حيث اجتمعوا على أن التكيف هو قدرة الفرد على تعديل سلوكه وتغييره بما يتناسب مع البيئة المحيطة به سواء كانت الأسرة أو المدرسة أو المجتمع ككل...، وعملية التكيف النفسي تتم عن طريق أربع مراحل أساسية وهي: وجود سلوك مدفوع بدافع معين، وجود عقبات أو صعوبات تواجه هذا السلوك، قيام الفرد صاحب السلوك بمحاولات استكشافية بغرض محاولة الوصول إلى الهدف الذي حيل بين الفرد وبين الوصول إليه، استمرار الفرد في محاولاته حتى تتجح إحدى هذه المحاولات في تخطي العقبات والصعوبات، وبالتالي يمكن القول أن التكيف النفسي بما أن مرحلته الأخيرة تتمثل في محاولة تخطي الصعوبات فإنه يمكن إسقاط ذلك على المجال الدراسي حيث أن الهدف الذي يسعى له التلميذ داخل المدرسة هو تخطي الصعوبات التي تعترضه وتحقيق التوافق داخلها.

وقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية من حيث أنها أثبتت وجود علاقة مع ما توصلت إليه الدراسات التالية : دراسة سكسينا (1978) التي توصلت إلى وجود علاقة موجبة بين

التحصيل والتكيف، ودراسة زياد بركات (2006) التي كان مفادها أن الاتجاه نحو الالتزام الديني لدى الطلبة له علاقة بالتكيف النفسي، ودراسة محمد الطاهر عبد الله المحمودي (2006) التي وجدت علاقة بين مفهوم الذات والتكيف، ودراسة دينا موفق زيد (2008) التي توصلت إلى وجود علاقة طردية بين مفهوم الذات والتكيف، وسليمان ربحاني ومي الذويب وعز الرشدان (2009) الذين توصلوا إلى أن أنماط المعاملة الوالدية لها أثر في التكيف النفسي للمراهقين، ودراسة محمد محمد عودة (2010) التي وجدت أن التعرض للخبرة الصادمة له علاقة بأساليب التكيف مع الضغوط، وكذلك دراسة ماجدة موسى (2010) التي توصلت هي الأخرى إلى وجود علاقة بين مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي، واختلفت هذه النتيجة مع الدراسة الوحيدة وهي دراسة محمد أحمد الرفوع و أحمد عودة القرارة (2004)، حيث توصلت هذه الأخيرة إلى عدم وجود علاقة بين التكيف والتحصيل الدراسي، وقد تعود هذه النتيجة إلى عدة عوامل من بينها الاختلاف في عينة الدراسة حيث أن الدراسة الحالية طبقت على التلاميذ ومن الجنسين، بينما دراسة محمد أحمد الرفوع و أحمد عودة القرارة اقتصت بالطالبات الجامعيات، وكذلك يمكن أن تعود هذه النتيجة إلى الاختلاف في الأدوات المستخدمة لجمع البيانات في كلتا الدراستين، أو إلى تباين البيئة التي تمت فيها كل منهما...

2-2-3- الفرضية الثالثة:

نصت نتيجة هذه الفرضية على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في الصحة النفسية تعزى لمتغير الجنس، فعند المقارنة بين المتوسطات الحسابية لكل من الجنسين فإنه يتم إيجاد فروق ضئيلة بينهما في الصحة النفسية، وبالتالي هذا الأمر يدل على وجود تجانس بين العينتين، ويتضح أيضا من خلال مقارنة الانحرافات المعيارية للعينتين وجود فرق ضئيل مما يدل على وجود تشتت قليل.

واتفقت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة إيمان صولي (2014) والتي كان من نتائجها عدم وجود فروق في الصحة النفسية حسب متغير الجنس، ودراستي بلاك كلانك كونستانس (1996) وعبد الكريم جرادات (2005) اللتان توصلتا إلى أنه لا توجد فروق في تقدير الذات والذي يعد مؤشرا من مؤشرات الصحة النفسية حسب متغير الجنس، ودراسة معاذ محمد عبد الرزاق العارضة (1998)، وكذلك دراسة محمد الطاهر عبد الله المحمودي (2006) واللذان وجدتا عدم الاختلاف بين الجنسين في التكيف والذي يعد من بين العوامل التي تدل على الصحة النفسية، ودراسة محمد محمد عودة (2010) والتي أسفرت نتائجها عن عدم وجود فروق في أساليب التكيف مع الضغوط حسب متغير الجنس، ودراسة سلام راضي أنيس البسطامي (2013) التي توصلت هي الأخرى إلى عدم وجود فروق في درجة التكيف بين الجنسين، واختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة باتون وآخرون (2003) حيث توصلت هذه الأخيرة إلى أن قيمة الصحة النفسية لدى الإناث أعلى من الذكور، كما أن دراسة شاهر خالد سليمان وإسماعيل صالح العيس (2012)، وكذلك دراسة عواطف ملوكة (2014) وجدتا فروقا بين الجنسين في مستوى الصحة النفسية، ودراسة علاء الدين كفاقي (1989) التي وجدت فروقا بين الذكور والإناث في تقدير الذات، وكذلك دراسة محمد أحمد الرفوع وأحمد عودة القرارة (2004)، ودراسة حفيظة خلوف (2008) واللذان توصلتا إلى وجود فروق بين الجنسين في التكيف، حيث أن الأولى وجدت أن درجات التكيف لدى الإناث أعلى من الذكور والثانية كانت نتيجتها لصالح الذكور، كما توصلت دراسة زياد بركات (2006)، ودراسة ماجدة موسى (2010) أيضا إلى أن الجنس يؤثر في التكيف النفسي، وقد يكون هذا الاختلاف في النتائج راجع إلى خصوصية المجتمع المدروس من حيث ثقافته ومن حيث التنشئة الاجتماعية وطبيعة الأسر التي ينتمي إليها التلاميذ، أو حتى إلى تباين الأدوات المستخدمة في هذه الدراسات....

2-2-4- الفرضية الرابعة :

نصت نتيجة هذه الفرضية على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في الصحة النفسية تعزى لمتغير التخصص، فعند المقارنة بين المتوسطات الحسابية والمقارنة بين الانحرافات المعيارية لكل من التلاميذ العلميين والتلاميذ الأدبيين فإنه يتم إيجاد فروق ضئيلة بينهما سواء في المتوسطات أو الانحرافات، وبالتالي هذا يدل على وجود تجانس بين العينتين مع وجود تشتت قليل، وهذا يمكن أن يكون راجع لعدة عوامل سواء خاصة بالتلاميذ في حد ذاتهم مثلا كعدم انحراف قدراتهم عن المتوسط العام للذكاء، وكذا قدرتهم على مجابهة مختلف الضغوطات التي يمكن أن تنتج عن مختلف المواد الدراسية...، أي قدرتهم على التأقلم مع معطيات المجال الدراسي بمختلف مناهجه، أو إلى المحيط الاجتماعي الذي يعيشون فيه حيث أنه ينظر بنفس الطريقة إلى المتعلمين ولا يفرق بينهم حسب تخصصهم، أو أن للجانب التعليمي دور مهم في ذلك مثل توفير الفرص التعليمية لمختلف التخصصات بنفس الوتيرة، وكذلك دور المدرسة في محاولة رفع المستوى التعليمي للتلاميذ من خلال المساواة في التشجيع لهم سواء العلميين أو الأدبيين....

وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة إيمان صولي (2014) والتي أسفرت نتائجها عن عدم وجود فروق دالة إحصائية في الصحة النفسية بين العلميين والأدبيين، وقد اختلفت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة زياد بركات (2006) والتي توصلت إلى أن التخصص يؤثر في التكيف النفسي للطلبة، وكذلك كانت نتيجة دراسة دينا موفق زيد (2008) مطابقة لدراسة زياد بركات، ويمكن أن يرجع هذا إلى اختلاف عينات هاته الدراسات أو إلى الأدوات التي استخدمت لجمع البيانات أو....

2-2-5- الفرضية الخامسة :

نصت نتيجة هذه الفرضية على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تعزى لمتغير الجنس، فعند المقارنة بين المتوسطات الحسابية لكل من

الإناث والذكور فإنه يلاحظ وجود فروق ضئيلة جدا بينهما في التوافق الدراسي، وبالتالي هذا الأمر يدل على وجود تجانس بين الذكور والإناث، ويتضح أيضا من خلال مقارنة الانحرافات المعيارية للعينتين وجود فرق ضئيل مما يدل على وجود تشتت قليل، وهذا يمكن أن يكون راجع إلى المدرسة في تحقيق التوافق بين الجنسين من خلال توفير الجو المدرسي المناسب لجميع التلاميذ بغض النظر عن جنسهم، فالجو المدرسي المناسب يساعد التلميذ على تنمية الثقة بالنفس من خلال الحوار مع الأساتذة والزملاء مما تنمي فيه روح الانتماء، والاعتماد على النفس، ومعرفة قيمته الحقيقية وبالتالي تحقيق التوافق السوي.

واتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة وحيدة وهي دراسة عبد الله لبوز (2002) والتي وجدت عدم وجود فروق بين الجنسين في التوافق الدراسي، أما دراسات كل من: الصباطي (1997)، ونجمة الزهراني (2005)، وصاحب أسعد ويس (2010)، وآسيا عبازة (2014) فقد أظهرت تفوق الذكور على الإناث في التوافق الدراسي، ودراسات كل من: محمد قريشي (2002) وأوغواك وآخرون (2006) ورشيد خطارة (2011) أيضا توصلوا إلى وجود فروق بين الجنسين في التوافق الدراسي لكنهم اختلفوا مع دراسة الصباطي ودراسة نجمة الزهراني ودراسة صاحب أسعد ويس حيث أن النتيجة التي توصلوا إليها كانت لصالح الإناث.

2-2-6- الفرضية السادسة :

نصت نتيجة هذه الفرضية على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تعزى لمتغير التخصص، فعندما تمت المقارنة بين المتوسطات الحسابية لتلاميذ الشعب العلمية وتلاميذ الشعب الأدبية وجدت فروق ضئيلة جدا بينهما في التوافق الدراسي، وبالتالي هذا الأمر يدل على وجود تجانس بين العينتين، ويتضح أيضا من خلال مقارنة الانحرافات المعيارية للعينتين وجود فرق ضئيل مما يدل على وجود تشتت قليل وعلى أن العينتين متجانستين، وهذا يمكن أن يكون راجع للعملية التعليمية بما فيها من عناصر

أساسية كالأستاذة والمنهاج والمادة التعليمية والطرق والأساليب المعتمدة أثناء عملية التعليم...

واتفقت النتيجة الحالية مع نتيجة دراسة "الصباطي" (1997) التي توصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين التلاميذ العلميين والتلاميذ الأدبيين في التوافق الدراسي، وهذا أيضا ما توصلت له دراسة محمد قريشي (2010) ودراسة آسيا عبازة (2014) ودراسة زياد بركات (2006)، وأيضا دراسة صاحب أسعد ويس (2010) واللاتي توصلن إلى أن التخصص لا يؤثر في التوافق الدراسي، واختلفت نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة نجمة الزهراني (2005)، حيث أن هذه الأخيرة توصلت إلى وجود فروق في التوافق الدراسي ولصالح العلميين.

خلاصة

من خلال تفسير النتائج نجد أن الدراسة أوضحت أن توافق التلاميذ دراسيا ضروري سواء للتلميذ في حد ذاته، أو بالنسبة لمحيطه المدرسي، حيث تعتبر المدرسة مكان يجمع التلاميذ والذي يندرج ضمن تكوين علاقات تربط التلميذ بأعضاء المجال الدراسي، ونظرا لكون توافق التلميذ يتأثر بحالته النفسية التي من شأنها أن تؤثر فيه بصورة سلبية أو إيجابية ومن بين المؤشرات التي تعبر عن حالته النفسية تقدير الذات، التكيف النفسي ومدى علاقتها بالتوافق من الناحية الدراسية، وبالتالي وجبت توفر مراقبة مدرسية لتحقيق التوافق السوي وهذا ما أكدت عليه الدراسة.

الاقتراحات :

بناء لما أسفرت عنه الدراسة الحالية من نتائج بخصوص طبيعة العلاقة بين بعض مؤشرات الصحة النفسية (تقدير الذات، التكيف النفسي) والتوافق الدراسي لدى التلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا، يمكن تقديم الاقتراحات التالية :

أولا : فيما يتعلق بالبحوث المستقبلية :

- ✓ إعادة الدراسة الحالية وذلك بتوسيع إطار العينة على باقي المراحل التعليمية والمقارنة بين هذه المراحل.
- ✓ إجراء دراسات لمعرفة مدى تأثير الصحة النفسية على مختلف مجالات التوافق (الأسري، المهني،).
- ✓ إجراء المزيد من الدراسات الميدانية في مجال الصحة النفسية في مجالات أخرى.
- ✓ إجراء دراسات تتعلق بالتوافق الدراسي وعلاقته بمختلف المتغيرات المتعلقة بالتلميذ في حد ذاته أو بالمحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه.
- ✓ دراسة أثر بعض المتغيرات على الصحة النفسية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.
- ✓ القيام بدراسات تتناول دور الأخصائي النفسي في الوسط الدراسي ومدى فاعليته في خفض المشكلات النفسية للتلاميذ والتي تؤثر على توافقهم.
- ✓ يجب العمل على تطوير المقاييس الصادقة والمناسبة للثقافة المحلية، كما يجب على واضعي المقاييس الحالية العمل المستمر على تطويرها ومواكبتها للتغيرات التي يمكن أن تؤثر على مصداقية الصورة الأولى منها.
- ✓ العمل على توعية عينات الدراسات بما فيه الكفاية بأهمية البحوث العلمية وأهمية الالتزام بقيم البحث قبيل إجراء الدراسات.

- ✓ العمل على بناء برامج إرشادية لرفع مستوى الصحة النفسية بصفة عامة، وتقدير الذات والتكيف النفسي بصفة خاصة للتلاميذ.
- ✓ العمل على بناء برامج إرشادية لتحسين التوافق الدراسي للمتمدرسين بمختلف المراحل التعليمية.

ثانيا : فيما يتعلق ببعض الإجراءات الميدانية :

- ✓ تعزيز ثقة التلميذ بنفسه وتمكينه من الخدمات الإرشادية المقدمة في المرحلة الثانوية.
- ✓ العمل على الاهتمام بتلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي وتوفير الرعاية الخاصة لهم.
- ✓ الاهتمام بالصحة النفسية لتلاميذ السنة الثالثة ثانوي من خلال توفير أخصائيين نفسانيين للاهتمام بمشاكلهم الخاصة.
- ✓ التأكيد على العمل الجماعي لأطراف العملية التعليمية، حيث أن المرشد لا يستطيع التكفل بمفرده بالتلاميذ بل يجب أن يساعده في ذلك الأساتذة وأغلبية الطاقم الإداري في المؤسسة.
- ✓ توعية الأهل والأسرة بالأسلوب المناسب للتعامل مع الأبناء وعدم إجبارهم على تحقيق التحصيل الدراسي الجيد، فيمكن أن يكونوا غير قادرين على الوصول إليه في ضوء إمكانياتهم وقدراتهم.
- ✓ التوجيه السليم والموضوعي للتلاميذ حسب رغباتهم.
- ✓ على المدرسة أن تسعى لتحقيق أعلى درجات التوافق الدراسي لطلابها وذلك من خلال توفير الجو الدراسي الجيد، والموارد المادية الضرورية وتطوير المناهج والأساليب التعليمية.

- ✓ خلق جو اجتماعي سليم في المدرسة تسوده المحبة والتعاون والاهتمام بغرس الاتجاهات التعاونية عند التلاميذ.
- ✓ ضرورة تبصير الأساتذة بحاجات التلاميذ وذلك بالتعاون مع المستشارين لكي لا يقفوا في وجه مشكلة سوء التوافق الدراسي.
- ✓ الاهتمام أكثر بعملية الاتصال المدرسي، وذلك من خلال اتصال الأسرة الدائم بالمدرسة لمعرفة نتائج أبنائهم.
- ✓ التواصل مع المختصين في كل ما يتعلق بالبناء فيما يخص المشاكل التي تعترضهم إذا تعسر ذلك على الأولياء وهذا من أجل التغلب عليها بالطريقة الصحيحة.
- ✓ الوقوف إلى التلميذ، والأخذ بيده من خلال رفع مكانته الاجتماعية ومساعدته في حل المشكلات التي تواجهه، وبالتالي مساعدته على تحقيق مستوى أفضل من الصحة النفسية والتكيف مع الظروف المستجدة حتى يستطيع تحقيق التوافق داخل البيئة المدرسية.

خاتمة

لقد لقيت الصحة النفسية اهتمام كبير من الباحثين والمختصين في مجال علم النفس وعلم الاجتماع، وخاصة العوامل الأساسية الممثلة لها والتي من بينها تقدير الذات والتكيف النفسي، والتي يسعى الفرد والمجتمع إلى العمل على تحقيقها، وفقا لشروط وسلامة الفرد وخلوه من الصراعات النفسية.

وقد ازدادت أهمية هذا الموضوع من خلال العينة التي تم تناولها في الدراسة الحالية وهي تلاميذ السنة الثالثة ثانوي باعتبارهم يمرون بمرحلة حاسمة في مشوارهم الدراسي، ألا وهي إقبالهم على امتحان شهادة البكالوريا والذي يعتبر امتحان مصيري حيث من خلاله يتحدد مستقبل هؤلاء التلاميذ، ولقد اتضح من خلال ما سبق عرضه في الجانب النظري لهذه الدراسة أن الصحة النفسية بصفة عامة ومؤشرها (تقدير الذات، والتكيف النفسي) بصفة خاصة لهم أهمية كبيرة ودورا فعالا في تحقيق التوافق الدراسي والذي يعد من أهم أنواع التوافق التي يتطلبها إنسان العصر الحالي، ذلك أن الفرد يقضي أكثر من عشرين سنة من حياته في المدرسة، ابتداء من رياض الأطفال ومرورا بالمرحلة الابتدائية فالمتوسطة فالثانوية فمرحلة التعليم الجامعي إلى أن يصل إلى أعلى الدرجات العلمية، وهذا ما جعل التلميذ يحاول أن ينمي قدراته المعرفية والعقلية وإقامة علاقات جيدة مع الوسط الدراسي من أساتذة وزملاء وطاقم إداري ومقررات... إلخ، ساعيا بذلك إلى تحقيق التوافق الدراسي، كما أثبتت هذه الدراسة أيضا في جانبها التطبيقي الأثر الفعال الذي تخلفه الصحة النفسية للتلاميذ في توافقهم الدراسي حيث توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة للصحة النفسية ككل وتقدير الذات والتكيف النفسي مع التوافق الدراسي لتلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي، أي كلما كانت الصحة النفسية إيجابية تدل على الاستقرار في مختلف المجالات الحياتية وكان تقدير الذات للتلاميذ موجب ومستوى القدرة على التكيف مرتفع زاد التوافق الدراسي، وتعتبر العلاقة الديناميكية البناءة بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي ما هي إلا التربة الخصبة

للتحصيل الدراسي الجيد وبالتالي بلوغ أعلى درجات النجاح المرغوب فيها، وهذا ما اتفقت عليه أغلبية الدراسات في هذا المجال، أما بالنسبة لفحص الفروق بين الذكور والإناث وبين العلميين والأدبيين في الصحة النفسية والتوافق الدراسي، فقد خلصت الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية وهذه النتيجة اتفقت مع مجموعة من الدراسات السابقة لمواضيع مشابهة كما اختلفت مع دراسات أخرى وهذا ربما يكون راجعا إلى اختلاف البيئات وخصوصيات العينات وتباين الأدوات واختلاف ظروف التطبيق والإجراء وغيرها...

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ
الَّذِي أَحْتَسِبُ عَلَىٰ عِلْمِهِ
رَجْعًا لَّيْسَ لِي مِنَ الشَّيْءِ عِلْمٌ
إِذْ دَعَا إِلَىٰ بَيْتِهِ يَدْعُوهُ
وَالْعَالَمِينَ لَعْنَةُ اللَّهِ عَلَى
الْبَغَاةِ وَالْمُؤْمِنِينَ
الَّذِينَ كَفَرُوا بِالْحَبْرِ
وَالْحَبْرُ حَبْرٌ عَرَبِيٌّ
وَالْحَبْرُ حَبْرٌ عَرَبِيٌّ
وَالْحَبْرُ حَبْرٌ عَرَبِيٌّ

قائمة المصادر والمراجع

➤ المصادر:

القرآن الكريم.

السنة النبوية الشريفة

➤ المراجع :

أولا : باللغة العربية :

1 - آيت مولود يسمينة (2011)، تقدير الذات وعلاقته بظهور السلوك العدواني عند النساء المتأخرات في الزواج، رسالة ماجستير، جامعة مولود معمري، تيزي وزو.

2 - إبراهيم مروان عبد المجيد (2000)، أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، مؤسسة الوراق، عمان.

3 - إبراهيم مواهب عياد (1976)، إرشاد الطفل وتوجيهه في الأسرة ودور الحضانة، بدون طبعة.

4 - أبو الديار مسعد وآخرون (2012)، قاموس مصطلحات صعوبات التعلم ومفرداتها، الطبعة الثانية، مركز تقويم وتعليم الطفل، الكويت.

5 - أبو حطب فؤاد وآخرون (1984)، معجم علم النفس والتربية، الجزء الأول، الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية.

6 - أبو حويج عصام والصفدي مروان (2009)، المدخل إلى الصحة النفسية، الطبعة الأولى، دار المسيرة، عمان.

- 7 - أبو رياش حسين (2007)، علم النفس التربوي، الطبعة الأولى، دار المسيرة، الأردن.
- 8 - أبو زيد إبراهيم (1987)، سيكولوجية الذات والتوافق، دار المعارف، مصر.
- 9 - أبو علام رجاء محمود (2011)، مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، الطبعة السادسة، دار النشر للجامعات، القاهرة.
- 10 - أبو غزال معاوية و جرادات عبد الكريم (2009)، أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بتقدير الذات والشعور بالوحدة، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، المجلد 5، العدد 1.
- 11 - أحمد زكرياء الشربيني و أبو بكر الفقيه نجيب (1998)، مقياس التوافق الدراسي لدى الطلبة بالمرحلة الثانوية بإمارة الفجيرة، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- 12 - أحمد محمد مصطفى (1996)، التكيف والمشكلات المدرسية، دار المعرفة الجامعية، قناة السويس.
- 13 - أحمد سهير كامل (1999)، الصحة النفسية والتوافق، الإسكندرية.
- 14 - إدريس سهيل وعبد النور جبور (1970)، المنهل قاموس فرنسي عربي، دار العلم للملايين.
- 15 - أسعد ويس صاحب (2010)، التوافق الدراسي لدى طلبة الجامعة، جامعة تكريت، كلية تربية سامراء، المجلد 6، العدد 20.
- 16 - اسماعيل عماد الدين (1988)، النمو في مرحلة المراهقة، دار القلم، الكويت.
- 17 - البستاني كرم وآخرون (1973)، المنجد في اللغة والأعلام، الطبعة 21، دار المشرق، بيروت، لبنان.
- 18 - الأزرق عبد الرحمن صالح (2000)، علم النفس التربوي عند المعلمين، طرابلس.

19 - البسطامي سلام راضي أنيس (2013)، مستوى إدارة استراتيجيات التكيف للضغط النفسية لدى آباء الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وأمهاتهم في محافظة نابلس، رسالة ماجستير في الإدارة التربوية، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية في نابلس، فلسطين.

20 - الحجري سالمة بنت راشد بن سالم (2011)، فاعلية برنامج إرشادي في تنمية تقدير الذات لدى المعاقين بصريا، رسالة ماجستير، جامعة نزوى، سلطنة عمان.

21 - الحريري رافدة وبن رجب زهرة (2008)، المشكلات السلوكية النفسية والتربوية، دار المناهج، الأردن.

22 - الداھري صالح حسن (1999)، الشخصية والصحة النفسية، دار الكندي للنشر والتوزيع، الأردن.

23 - الداھري صالح حسن (1999)، الصحة النفسية، دار وائل، الأردن.

24 - الداھري صالح حسن (2005)، الصحة النفسية والإرشاد النفسي، الطبعة الأولى، مكتبة المجتمع العربي، عمان، الأردن.

25 - الداھري صالح حسن (2005)، مبادئ الصحة النفسية، الطبعة الأولى، دار وائل، عمان.

26 - الداھري صالح حسن (2008)، أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية، الطبعة الأولى، الأردن.

27 - الرزق أحمد يحيى (2007)، علم النفس، دار وائل، الأردن.

28 - الرفاعي نعيم (2002)، الصحة النفسية - دراسة في سيكولوجية التكيف - الطبعة الرابعة، منشورات دمشق.

29 - الرفوع محمد أحمد و القرارة أحمد عودة (2004)، التكيف وعلاقته بالتحصيل الدراسي -دراسة ميدانية لدى طالبات تربية الطفل بكلية الطفيلة الجامعية التطبيقية في الأردن-، مجلة جامعة دمشق، المجلد 20، العدد 2.

30 - الزبيدي كامل علوان (2007)، دراسات في الصحة النفسية، الطبعة الأولى، مؤسسة الوراق، عمان.

31 - الزهراني نجمة (2005)، النمو نفس اجتماعي وفق نظرية اريكسون وعلاقته بالتوافق والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمدينة الطائف، رسالة ماجستير في التعلم، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

32 - الزيايدي محمود (1988)، علم النفس الإكلينيكي، مكتبة الأنجلو المصرية، مصر.

33 - السفاسفة محمد وعربيات أحمد (2005)، مبادئ الصحة النفسية، مركز يزيد، الأردن.

34 - الشاذلي عبد الحميد محمد (2001)، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، الطبعة الثانية، المعهد العالي للخدمة الاجتماعية، أسوان.

35 - السيد عبيد ماجدة بهاء الدين (2008)، الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية، الطبعة الأولى، دار صفاء، الأردن.

36 - الشريبي منصور السيد كامل (2012)، دراسات تربوية ونفسية، مجلة كلية التربية بالزقازيق، العدد 77.

37 - الصالح مصلح (1996)، التكيف الاجتماعي الثقافي والتحصيل الدراسي، الطبعة الثانية، دار الفيصل، السعودية.

38 - الصديقي سلوى عثمان وآخرون (2002)، مناهج الخدمة الاجتماعية في المجال المدرسي ورعاية الشباب، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، مصر.

39 - الصويط فواز بن محمد (2008)، الاختيار المهني وعلاقته بالتوافق النفسي لدى ضباط قاعدة الملك فهد الجوية، رسالة ماجستير تخصص توجيه تربوي ومهني، جامعة أم القرى، السعودية.

40 - الطويل عزت عبد العظيم (1991)، محاضرات في علم النفس، الطبعة الأولى، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية.

41 - الظاهر قحطان محمد (2004)، مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق، دار وائل، عمان.

42 - العارضة معاذ محمد عبد الرزاق (1998)، استراتيجيات تكيف المعلمين مع الضغوط النفسية التي تواجههم في المدارس الثانوية الحكومية في محافظة نابلس، رسالة ماجستير منشورة، قسم الإدارة التربوية، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.

43 - العبيدي عفرأ ابراهيم خليل سحاب الأنصاري سهام وعزيز محسن (2010)، الذكاء الأخلاقي وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى تلامذة الصف السادس الابتدائي، كلية التربية، جامعة بغداد، مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد 31.

44 - العبيدي محمد جاسم (2004)، الصحة النفسية وأمراضها وعلاجها، الطبعة الأولى مكتبة دار الثقافة، الأردن.

45 - العكايشي بشرى أحمد جاسم (بدون سنة)، الصحة النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي لدى الشابات الجامعيات في كلية التربية للبنات، قسم التربية وعلم النفس، كلية التربية للبنات، جامعة بغداد.

46 - العمري أحمد عبد الرحيم أحمد (2001)، الصحة النفسية للأطفال ذوي الحالات البينية في القدرات العقلية، أطروحة دكتوراه تخصص علم النفس، كلية الآداب، جامعة عين شمس.

47 - العمري صلاح الدين (2000)، الصحة النفسية والإرشاد النفسي، الطبعة الأولى، مكتبة المجتمع العربي، الأردن.

48 - العناني حنان عبد الحميد (2000)، الصحة النفسية، دار صفاء، عمان.

49 - القذافي رمضان محمد (1998)، الصحة النفسية والتوافق، الطبعة الثالثة، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية.

50 - القوسي عبد العزيز (1973)، أسس الصحة النفسية، مكتبة النهضة المصرية، مصر.

51 - القيسي نايف (2006)، المعجم التربوي وعلم النفس، دار أسامة- دار المشرق الثقافي، عمان، الأردن.

52 - الكبيسي وهيب مجيد و الداھري صالح حسن أحمد (1999)، علم النفس التربوي، الطبعة الأولى، دار الكندي.

53 - المحمودي محمد الطاهر عبد الهادي (2006)، مفهوم الذات والتكيف لدى الأحداث الجانحين بالمجتمع الليبي، رسالة دكتوراه في علوم التربية، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الجزائر.

54 - المغربي سعد (بدون سنة)، الإنسان وقضاياها النفسية والاجتماعية، الهيئة المصرية للكتاب، القاهرة.

55 - المليجي عبد المنعم (1971)، النمو النفسي، الطبعة الخامسة، دار النهضة العربية، بيروت.

56 - المليجي عبد المنعم والمليجي حلمي (2006)، النمو النفسي، الطبعة التاسعة، دار النهضة العربية، بيروت.

57 - المنجد في اللغة والأدب والعلوم (1962)، المطبعة الكاثولوكية، الجزء الثاني، بيروت.

58 - أمزيان زبيدة (2007)، علاقة تقدير الذات للمراهق بمشكلاته وحاجاته الإرشادية، رسالة ماجستير في الإرشاد النفسي والمدرسي، جامعة الحاج لخضر، باتنة.

59 - اوسماعيل صفية (2004)، تقدير الذات وانعكاسه على السلوك العدواني لدى لاعبي كرة اليد، رسالة ماجستير، جامعة الجزائر.

60 - أيوب محمد (1994)، دور علم النفس في الحياة المدرسية، الطبعة الأولى، دار الفكر اللبناني، بيروت.

61 - بالراح محمد (2010)، التكيف المهني، مخبر تطبيقات علوم النفس وعلوم التربية من أجل التنمية في الجزائر، جامعة وهران.

62 - بركات زياد (2006)، الاتجاه نحو الالتزام الديني وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، جامعة القدس المفتوحة.

63 - بركات زياد (2006)، التوافق الدراسي لدى طالبات الجامعة -دراسة مقارنة بين المتزوجات وغير المتزوجات في ضوء بعض المتغيرات-، جامعة القدس المفتوحة.

64 - بركات عبد الحق (2007)، الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بمستوى تقدير الذات لدى عينة من طلبة جامعة الجزائر، رسالة ماجستير، الجزائر.

- 65 - بطرس بطرس حافظ (2008)، التكيف والصحة النفسية للطفل، دار المسيرة، الأردن.
- 66 - بلحاج فروجة (2001)، التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي - دراسة ميدانية بولاية تيزي وزو وبومرداس -، رسالة ماجستير في علم النفس المدرسي، جامعة مولود معمري، تيزي وزو.
- 67 - بن دومة زبيدة (2011)، أهمية مفهوم الذات في تحقيق التوافق الدراسي لدى المراهق المتمدرس وعلاقته بظهور السلوك العدواني، رسالة ماجستير، جامعة الجزائر2.
- 68 - بوحوش عمار والذنيبات محمد محمود (1995)، مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث الاجتماعية، المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 69 - بوصفر دليلة (2011)، الاستقلال النفسي عن الوالدين وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى الطالب الجامعي المقيم، رسالة ماجستير، جامعة مولود معمري، تيزي وزو.
- 70 - جبل فوزي محمد (2000)، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، الطبعة الأولى، دار الدراسات، عمان.
- 71 - جرادات عبد الكريم (2005)، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، المجلد 1، العدد 3.
- 72 - حجازي سمير سعيد (2005)، معجم المصطلحات الحديثة في علم النفس الاجتماعي ونظرية المعرفة -عربي فرنسي-، الطبعة الأولى، دار الكتب العلمية، بيروت.
- 73 - حجازي مصطفى (2006)، الصحة النفسية - منظور دينامي تكاملي للنمو في البيت والمدرسة -، الطبعة الثالثة، المركز الثقافي العربي، بيروت، لبنان.
- 74 - حدار عبد العزيز (1995)، الصحة النفسية من منظور إسلامي - دراسة وصفية تحليلية -، رسالة ماجستير، الجزائر.

75 - حسيب عبد المنعم عبد الله (2006)، مقدمة في الصحة النفسية، الطبعة الأولى، دار الوفاء، الإسكندرية.

76 - حسين علي عبد الحسن وعبد اليمه حسين عبد الزهرة (2011)، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، المجلد 11، العدد 3.

77 - حقي ألفت (1986)، فيزيولوجيا السلوك علم النفس الفزيولوجي، دار الفكر الجامعي، الإسكندرية.

78 - حمام فادية كامل (2003)، مشكلات الأطفال السلوكية والانفعالية، دار الزهراء، الرياض.

79 - حمام فادية كامل والهويش فاطمة خلف (2010)، الاغتراب النفسي وتقدير الذات لدى خريجات الجامعة العاملات والعاطلات عن العمل، جامعة تبوك، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية، المجلد الثاني، العدد الثاني.

80 - خطارة رشيد (2011)، الذكاء الوجداني وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي، رسالة ماجستير في علم النفس التربوي، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

81 - خلوف حفيظة (2008)، مخاوف الأطفال وتأثيرها على التكيف النفسي في المدارس الأساسية، رسالة ماجستير في علوم التربية، جامعة الجزائر.

82 - داود شفيقة (2014)، دراسة مقارنة في مستوى التوافق الدراسي بين المراهقين المتفوقين والمتأخرين دراسيا في مرحلة التعليم الثانوي بولاية تيزي وزو، جامعة الوادي، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، العدد 08.

83 - دسوقي كمال (1973)، النمو التربوي للطفل والمراهق، الطبعة الأولى، دار النهضة للطباعة والنشر، بيروت.

- 84 - دسوقي كمال (1976)، علم النفس ودراسة التوافق، الطبعة الثانية، دار النهضة.
- 85 - رجب وليد خالد وآخرون (2008)، بناء مقياس التكيف الاجتماعي الأكاديمي لطلاب المرحلة الرابعة بكلية التربية بجامعة الموصل، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد 7، العدد 4.
- 86 - رحماوي سعاد (2008)، الصحة النفسية وأثرها في الدافعية للإنجاز لدى طالبات السنة الثانية علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا، رسالة ماجستير، تخصص علم النفس المدرسي.
- 87 - رضوان سامر جميل (2002)، الصحة النفسية، الطبعة الأولى، دار المسيرة.
- 88 - رضوان سامر جميل (2007)، الصحة النفسية، الطبعة الثانية، دار المسيرة، عمان.
- 89 - رضوان عبد الجواد وعبد السلام حمدي (1996)، معجم علم النفس المعاصر، ترجمة حمدي عبد الجواد وعبد السلام رضوان، محرر الطبعة العربية سعد الفيشاوي، الطبعة الأولى، دار العالم الجديد، القاهرة.
- 90 - ريحاني سليمان والذويب مي والرشدان عز (2009)، أنماط المعاملة الوالدية كما يدركها المراهقون وأثرها في تكيفهم النفسي، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد 5، العدد 3.
- 91 - زبيدي ناصر الدين ولمين نصيرة (2012)، مبادئ الصحة النفسية والإرشاد، ديوان المطبوعات الجامعية، جامعة الجزائر 2.
- 92 - زهران حامد عبد السلام (1995)، الصحة النفسية، الطبعة الثانية، عالم الكتب، القاهرة.
- 93 - زهران حامد عبد السلام (2000)، علم النفس الاجتماعي، عالم الكتب، مصر.

94 - زهران حامد عبد السلام (2005)، الصحة النفسية والعلاج النفسي، الطبعة الرابعة، عالم الكتب، مصر.

95 - زيدان محمد (1985)، دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعليم العام، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.

96 - زيدان محمد مصطفى (2001)، النمو النفسي للطفل والمراهق وأسس الصحة النفسية، الطبعة الأولى.

97 - زيد دينا موفق (2008)، مفهوم الذات وعلاقته بالتكيف - دراسة مقارنة لدى طلبة شهادة الثانوية العامة بفرعيها العلمي والأدبي-، رسالة ماجستير في الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة دمشق.

98 - ساعو مراد (بدون سنة)، تأثير السند الاجتماعي بأبعاده المختلفة في الصحة النفسية لدى مرضى الغدة الدرقية، جامعة مولود معمري، تيزي وزو.

99 - سفيان نبيل صالح (2004)، المختصر في الشخصية والإرشاد النفسي، الطبعة الأولى، دار إيتراك.

100 - سليمان شاهر خالد والعيس إسماعيل (2012)، الصحة النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي لدى طلاب ذوي الاحتياجات الخاصة، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد التاسع.

101 - سيد سليمان عبد الرحمن (1996)، بناء مقياس تقدير الذات لدى عينة من أطفال المرحلة الابتدائية، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية للكتاب، العدد الرابع والعشرون، السنة السادسة.

102 - شريقي هناء (2002)، استراتيجيات المقاومة وتقدير الذات وعلاقتها بالعدوانية لدى المراهق الجزائري، رسالة ماجستير، جامعة الجزائر.

103 - شفيق محمد (1985)، البحث العلمي، الطبعة الأولى، المكتب الجامعي الحديث، مصر.

104 - صالح أحمد حسن وآخرون (2002)، الصحة النفسية وعلم النفس الاجتماعي والتربية الصحية، مركز الإسكندرية، مصر.

105 - صبحي سيد (2003)، الإنسان وصحته النفسية، الطبعة الأولى، الدار المصرية اللبنانية، القاهرة.

106 - صولي إيمان (2014)، المناخ المدرسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من تلاميذ التعليم المتوسط والثانوي، رسالة ماجستير في الصحة النفسية والتكيف المدرسي، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

107 - عبازة آسيا (2014)، صورة الجسم وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى المراهق المتمدرس بالسنة الثانية ثانوي - دراسة ميدانية بمدينة ورقلة-، رسالة ماجستير في الصحة النفسية والتكيف المدرسي، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

108 - عبد الحافظ ليلي عبد الحميد (1982)، مقياس تقدير الذات للصغار والكبار، دار النهضة، القاهرة.

109 - عبد الرحمن محمد السيد (1972)، اختيار مفهوم الذات الخاص في التوجيه والعلاج النفسي، الكتاب السنوي للتربية وعلم النفس، المجلد 4، عالم الكتب، القاهرة.

- 110 - عبد الرزاق قيقر محمد الهادي (2001)، مكونات العلاقة بين الصحة النفسية والاتجاه نحو الخصخصة لدى عينة من عمال الصناعة، رسالة ماجستير في علم النفس، جامعة عين شمس.
- 111 - عبد العزيز حنان (2012)، نمط التفكير وعلاقته بتقدير الذات، رسالة ماجستير، تخصص الارشاد النفسي والتنمية البشرية، جامعة أبي بكر بلقايد.
- 112 - عبد العزيز محمد (2000)، تصميم برنامج إرشادي لتحسين مفهوم الذات عند أطفال المؤسسات الإيوائية، رسالة ماجستير، جامعة عين شمس، مصر.
- 113 - عبد العزيز سعيد و عطوي جودت عزت (2004)، التوجيه المدرسي، الطبعة الأولى، دار الثقافة، عمان.
- 114 - عبد العظيم طه حسن (2006)، استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية، دار الفكر العربي، الأردن.
- 115 - عبد الغفار عبد السلام (1981)، مقدمة في الصحة النفسية، دار النهضة العربية، القاهرة.
- 116 - عبد الغفار عبد السلام (2007)، مقدمة في الصحة النفسية، دار الفكر، عمان.
- 117 - عبد الفتاح محمد يوسف (بدون سنة)، دراسة مقارنة في التوافق النفسي لدى الطفل المصري والطفل الإماراتي، بدون طبعة، مجلة الشؤون الاجتماعية.
- 118 - عبد الله محمد قاسم (2001)، مدخل إلى الصحة النفسية، الطبعة الأولى، دار الفكر، الأردن.
- 119 - عبيدات محمد وآخرون (1999)، منهجية البحث العلمي، الطبعة الثانية، دار وائل، عمان.

- 120 - عبيدي محمد (2000)، علم النفس العام، دار بوحالة للطبع، الجزائر.
- 121 - عثمان عبد الفتاح (1980)، خدمة الفرد في المجالات النوعية، القاهرة.
- 122 - عشوي مصطفى (1990)، مدخل إلى علم النفس، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 123 - عطية نوال محمد (2001)، علم النفس والتكيف النفسي الاجتماعي، الطبعة الأولى، دار القاهرة للكتاب، مصر.
- 124 - عقل محمود عطا حسين (1999)، النمو الإنساني الطفولة والمراهقة، الطبعة الخامسة، دار الخريجي، الرياض.
- 125 - عكاشة محمد فتحي (1990)، تقدير الذات وعلاقته ببعض المتغيرات البيئية والشخصية لدى عينة من أطفال مدينة صنعاء، الجمعية الكويتية لتقديم الطفولة العربية، الكويت.
- 126 - علي سعيد (1993)، علم الشذوذ النفسي، منشورات جامعة دمشق، دمشق.
- 127 - علي صبرة محمد و شريت أشرف محمد عبد الغني (2004)، الصحة النفسية والتوافق، دار المعرفة الجامعية، مصر.
- 128 - علي محمد (2005)، مواجهة التأخر الدراسي وصعوبات التعلم، مكتبة الساعي، القاهرة.
- 129 - عليوي نوال (2011)، الصحة النفسية واستراتيجيات المواجهة لدى التلاميذ غير المتوافقين دراسياً، رسالة ماجستير في علم النفس، جامعة الجزائر 2.

130 - عودة محمد محمد محمد (2010)، الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، رسالة ماجستير في علم النفس، إرشاد نفسي، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.

131 - عويض الحربي عوض بن محمد (2003)، العلاقة بين مفهوم الذات والسلوك العدوانى لدى الطلاب الصم، رسالة ماجستير تخصص الرعاية والصحة النفسية، أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض.

132 - فؤاد فيوليت وآخرون (1988)، دراسات في سيكولوجية نمو الطفولة والمراهقة، مكتبة زهراء الشرق، مصر.

133 - فقيه العيد (2010)، اتجاهات الشباب من الجنسين حول التنمية وعلاقتها بالصحة النفسية، المؤتمر الدولي التاسع حول " المرأة والشباب في التنمية العربي"، جمهورية مصر العربية.

134 - فهمي مصطفى (1978)، التكيف النفسى، دار الطباعة الحديثة، الطبعة الأولى، القاهرة.

135 - فهمي مصطفى (1987)، الصحة النفسية "دراسات في سيكولوجية التكيف"، الطبعة الثانية، مكتبة الخانجي، القاهرة.

136 - فهمي مصطفى (1995)، الصحة النفسية "دراسات في سيكولوجية التكيف"، الطبعة الثالثة، مكتبة الخانجي، القاهرة.

137 - فهمي مصطفى (1997)، التكيف النفسى، دار الطباعة الحديثة، القاهرة.

138 - فهمي مصطفى وآخرون (1979)، التوافق الشخصى والاجتماعى، مكتبة الخانجي، القاهرة.

139 - قديح كمال زرعي (2007)، أثر العدوان الإسرائيلي على الصحة النفسية لدى أطفال فلسطين، أطروحة دكتوراه دولة غير منشورة، جامعة الجزائر.

140 - قريشي محمد (2002)، القلق وعلاقته بالتوافق الدراسي والتحصيل لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير في علم النفس المدرسي والتوجيه الاجتماعي، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

141 - قماري محمد (1990)، التوافق وعلاقته بالانبساط وأثر ذلك على التحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية، أطروحة دكتوراه، جامعة الإسكندرية.

142 - قناوي (1987)، سيكولوجية المسنين، مركز التنمية البشرية والمعلومات، مصر.

143 - كفاي علاء الدين (1989)، تقدير الذات وعلاقته بالتنشئة الوالدية والأمن النفسي، جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي، مجلة العلوم الاجتماعية، المجلد 9، العدد 35.

144 - كفاي علاء الدين (2009)، الارتقاء النفسي للمراهق، الطبعة الأولى، دار المعرفة الجامعية، القاهرة.

145 - لبصير سفيان (2009)، أساليب التكيف النفسي الاجتماعي للفرد الجزائري في ظل العولمة، رسالة ماجستير في علم النفس الاجتماعي، جامعة الجزائر 2.

146 - لبوز عبد الله (2002)، التنشئة الأسرية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير تخصص علم النفس المدرسي والتوجيه الاجتماعي، جامعة ورقلة.

147 - لبوز عبد الله وحجاج عمر (2013)، علاقة أساليب التنشئة داخل الأسرة بتوافق التلميذ داخل المدرسة، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

148 - مجلي شايح عبد الله (2013)، تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة الصف الثامن من مرحلة التعليم الأساسي، قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة دمشق، مجلة جامعة دمشق، المجلد 29، العدد الأول.

149 - محالي ججيقة (2011)، علاقة مهارة حل المشكلات بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي، رسالة ماجستير.

150 - محمد عايدة ذيب عبد الله (2010)، الانتماء وتقدير الذات في مرحلة الطفولة، الطبعة الأولى، دار الفكر، عمان.

151 - محمد ضيدان الضيدان الحميدي (2003)، تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة، رسالة ماجستير في الرعاية والصحة النفسية، الرياض.

152 - مخيمر صلاح (1979)، مدخل إلى الصحة النفسية، الطبعة الثالثة، مكتبة الأنجلو مصرية، القاهرة.

153 - مدثر أحمد سليم (2002)، الصحة النفسية، المكتب العلمي للكمبيوتر والنشر، مصر.

154 - معوض خليل (1994)، القدرات العقلية، الطبعة الثانية، دار الفكر الجامعي، القاهرة.

155 - ملوكة عواطف (2014)، اتجاهات المعلمين نحو ممارسة مديري المدارس الابتدائية للعلاقات الإنسانية وعلاقتها بالصحة النفسية، رسالة ماجستير في الصحة النفسية والتكيف المدرسي، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

156 - منسي محمود عبد الحليم و قاسم ناجي محمد (2002)، الصحة المدرسية والنفسية للطفل، مركز الإسكندرية للكتاب.

157 - منصور محمد جميل محمد يوسف (1986)، قراءات في مشكلات الطفولة، الطبعة الثانية، مكتبة تهامة.

158 - موسى رشاد عبد العزيز (1997)، إدراك الممارسات الوالدية وعلاقته ببعض المتغيرات لدى المراهقات من طلبة المرحلة المتوسطة، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد 44، السنة (11)، المملكة العربية السعودية.

159 - موسى ماجدة (2010)، مفهوم الذات الاجتماعي وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى الكفيف - دراسة ميدانية في جمعية رعاية المكفوفين في دمشق-، مجلة جامعة دمشق، المجلد 26.

160 - ميدون مباركة (2014)، الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط، دراسة ميدانية على عينة من التلاميذ ببعض متوسطات مدينة ورقلة، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 17.

161 - ناصر أماني محمد (2005)، التكيف المدرسي عند المتفوقين والمتأخرين تحصيلاً في مادة اللغة الفرنسية وعلاقته بالتحصيل الدراسي، رسالة ماجستير.

162 - نور الهدى والجاموس محمد (2004)، الاضطرابات النفسية -الجسمية- السيكوسوماتية-، عمان، الأردن.

163 - هارون رمزي فتحي (2003)، الإدارة الصفية، دار وائل، عمان.

164 - هيلز ديانا و هيلز روبرت (بدون سنة) تعريب عبد العلي الجسماني، العناية بالعقل والنفس، الدار العربية للعلوم.

165 - وفيق صفوت مختار (2001)، أبناؤنا وصحتهم النفسية، دار المعلم والثقافة، مصر.

166 - وناس عبد الحميد وبوصنوبر خيرى (2007)، التربية وعلم النفس - تشريع مدرسي، الديوان الوطني للتكوين عن بعد، الجزائر.

167 - يحيوي محمد جمال (2003)، دراسات في علم النفس، دار الغرب، الجزائر.

168 - يونسى تونسية (2012)، تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى المراهقين المبصرين والمراهقين المكفوفين، رسالة ماجستير تخصص علم النفس المدرسي، جامعة مولود معمري، تيزي وزو.

169 - يوهن بيكر روبيرت سيرك (2002)، دليل تطبيق مقياس التوافق مع الحياة الجامعية، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.

ثانيا : باللغة الأجنبية :

170- Adeyemo. D.A (2005)، the buffering effect of secondary school students in transition، electronic journal of research in educational psychology.

171- dubois. D. Felner. R. D. and all (1994)، socio- environ mental experience، self، esteem، and emotional behavioural -problems inearly adolescence، American. journal of community psychology، val 22 N° 3.

172- Francois cloutier (1981)، Are in troverts more religious? Prtish journal of social psychology.

173- James W- vander- zenden (1996)، inroduction a la psy development، chaneliere- Mcgraw Hill، Mo، hereal kanada.

174- Lazarus Richards patersson (1969)، ajustement and humam effectiveness، newyork، grow book ncompany.

175– Maslow. A. H (1971), the fathers reaches of humam natur, pengun, neyoyork.

176– Mouall. A (1987), levolution de ladaptation. publicite occidentale dfstiner aux pays arabs dans la avaiable.

177– Nuttin. J (1980), la structure de la personnalité. edition p.u.f. paris.

178– Robin .A (2005), sadresse decrochage scolaire,thème aux enseignants.

179– Robson. P.J (1988), self esteem A psychiatric view, journal of psychology, british.

180 – Rosenrg. M.(1973), society and adolescent self – imoge, university parees.

181– Taylor. Charles and combs. Arthur (1970), self consept and atjustement (in research in psychology), edited by kintz and brunning.

182– Welmen. B.B (1973), dictionary of benavioural– York von nostrand reinnold company, science. New.

الملاحق

الملحق رقم (01) : استمارة تحكيم استبيان الصحة النفسية

جامعة المسيلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

| الجامعة | الدرجة العلمية | الأستاذ الفاضل |
|---------|----------------|----------------|
| | | |

استمارة تحكيم :

نتقدم إلى سيادتكم الموقرة باستبيان الصحة النفسية المكون من محورين (محور تقدير الذات، ومحور التكيف النفسي)، راجين منكم تحكيم بنودهم من حيث : هل هي مقبولة؟ أو غير مقبولة؟ أو تعدل أو تلغى؟ وذلك بوضع علامة (x) في الخانة المناسبة وإضافة ملاحظات إن وجدت.

علما أن هذه الأداة أعدت في إطار بحث علمي لنيل شهادة الماجستير تخصص الإرشاد والتوجيه النفسي والتربوي تحت عنوان: بعض مؤشرات الصحة النفسية (تقدير الذات، التكيف النفسي) وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي.

وهذا باعتبار أن التعريف الإجرائي لكل من المتغيرات الأربعة هو:

- **الصحة النفسية** : هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها التلميذ من خلال إجابته على استبيان الصحة النفسية.

- **تقدير الذات** : وهو مجموع الدرجات التي يحصل عليها التلميذ من جراء إجابته على محور تقدير الذات في استبيان الصحة النفسية.
- **التكيف النفسي** : وهو مجموع الدرجات التي يحصل عليها التلميذ من خلال إجابته على المحور الخاص بالتكيف النفسي في استبيان الصحة النفسية.
- **التوافق الدراسي** : هو الدرجة التي يحصل عليها المستجيب في مقياس التوافق الدراسي.

وذلك لدراسة التساؤلات التالية:

التساؤل العام :

هل توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي؟

التساؤلات الفرعية :

1- هل توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين تقدير الذات والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي؟

2 - هل توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين التكيف النفسي والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي؟

3 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في الصحة النفسية تعزى لمتغير الجنس؟

4 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في الصحة النفسية تعزى لمتغير التخصص؟

5 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تعزى لمتغير الجنس؟

6 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تعزى لمتغير التخصص؟

أما الفرضيات التي صممت من أجلها هذه الأدوات لاختبار مدى صحتها فقد جاءت على النحو التالي :

الفرضية العامة :

توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائية بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي.

الفرضيات الفرعية :

1 - توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائية بين تقدير الذات والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

2 - توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائية بين التكيف النفسي والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

3 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في الصحة النفسية تعزى لمتغير الجنس.

4 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في الصحة النفسية تعزى لمتغير التخصص.

5 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تعزى لمتغير الجنس.

6 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في التوافق الدراسي تعزى لمتغير التخصص.

أما أهداف الدراسة فجاءت كما يلي :

- لفت الانتباه إلى الأثر الإيجابي الذي تخلفه الصحة النفسية على أداء التلاميذ.
 - التعرف على ما إذا كانت هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الصحة النفسية والتوافق الدراسي.
 - محاولة التعرف على ما إذا كانت هناك علاقة دالة إحصائية بين بعض مؤشرات الصحة النفسية (تقدير الذات، التكيف النفسي) والتوافق الدراسي.
 - التعرف على ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الصحة النفسية والتوافق الدراسي تعزى لمتغير الجنس عند أفراد عينة الدراسة.
 - التعرف على ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الصحة النفسية والتوافق الدراسي تعزى لمتغير التخصص لدى عينة الدراسة.
 - بناء استبيان للصحة النفسية مكون فقط من محورين، محور خاص بتقدير الذات والآخر بالتكيف النفسي.
 - التدريب على الإجراءات الميدانية في مجال البحوث والدراسات الإنسانية وخاصة في مجال الإرشاد والتوجيه النفسي التربوي.
- ملاحظة :** توزع الأوزان التي تعطى للاستجابات على عبارات استبيان الصحة النفسية كما يلي (دائماً، أحياناً، أبداً)، حيث أن العبارات الإيجابية تأخذ الدرجات التالية (3، 2، 1) على التوالي، بينما العبارات السلبية تأخذ الدرجات التالية (1، 2، 3) تالياً.

استبيان الصحة النفسية

| الرقم | العبارة | مقبول | غير مقبول | يعدل | يلغى | ملاحظات |
|-------|-------------------------------------|-------|-----------|------|------|---------|
| | المحور الأول: تقدير الذات | | | | | |
| 1 | لا تضايقتني الأشياء عادة | | | | | |
| 2 | أرتبك بسرعة في أبسط الأمور | | | | | |
| 3 | أود لو أستطيع أن أغير أشياء في نفسي | | | | | |
| 4 | أشعر بالسعادة لقدرتي على حل مشكلاتي | | | | | |
| 5 | أشعر برضا الآخرين عني | | | | | |
| 6 | أتضايق بسرعة في المنزل | | | | | |
| 7 | أشعر بأنني أقل قيمة من غيري | | | | | |
| 8 | أشعر أن معظم أصدقائي راضين عني | | | | | |
| 9 | تراعي عائلتي مشاعري دائما | | | | | |
| 10 | أستسلم بسهولة | | | | | |
| 11 | تتوقع عائلتي مني الكثير | | | | | |
| 12 | صعب جدا أن أظل كما أنا | | | | | |
| 13 | كل شيء مختلط وغامض في حياتي | | | | | |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|----|---|
| | | | | | 14 | في الغالب أؤثر على الآخرين |
| | | | | | 15 | لا أقدر نفسي حق قدرها |
| | | | | | 16 | كثيرا ما أرغب في ترك المنزل |
| | | | | | 17 | غالبا ما أشعر بالضيق من عملي |
| | | | | | 18 | مظهري ليس لائقا مثل أغلب الناس |
| | | | | | 19 | عندما يكون لدي أمر أقوله، فإنني لا أتردد في قوله |
| | | | | | 20 | تتقبل أسرتي آرائي في أغلب الأحيان |
| | | | | | 21 | أغلب الناس محبوبون أكثر مني |
| | | | | | 22 | أحس في أغلب الأحيان أنني محاصر من طرف عائلتي |
| | | | | | 23 | عادة ما تقل عزيمتي داخل القسم |
| | | | | | 24 | ألقى التشجيع عادة فيما أقوم به |
| | | | | | 25 | رغم بذل مجهود لانجاز أعمالي إلا أنني غير راض عن نفسي |
| | | | | | 26 | أرغب كثيرا في أن أكون شخصا آخر |
| | | | | | 27 | عندما يكون هناك مشكلة فلست الشخص الذي يلجأ إليه الرفاق للمساعدة |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|----|---|
| | | | | | 28 | عادة ما يعتمد علي الآخرون |
| | | | | | 29 | أنا واثق من نفسي تماما |
| | | | | | 30 | أنا فخور بنتائج الدراسة |
| | | | | | 31 | حياتي مليئة بالحزن |
| | | | | | 32 | عموما أنا قادر على تدبر أموري |
| | | | | | 33 | معنوياتي المرتفعة لها دور كبير في إيجاد معنى لحياتي |
| | | | | | 34 | يعجبني أن توجه لي أسئلة في القسم |
| | | | | | 35 | أفهم نفسي جيدا |
| | | | | | 36 | أشعر أنني موضع تقدير من زملائي |
| | | | | | 37 | يشعرني أسأتدتي أن نتائجي غير كافية |
| | | | | | 38 | أنا غير مرتاح في علاقتي مع الآخرين |
| | | | | | 39 | نادرا ما أوفق فيما أقوم به |
| | | | | | 40 | أنا شخص مهم في القسم |
| | | | | | | المحور الثاني: التكيف النفسي |
| | | | | | 41 | أستمر في العمل الذي أقوم به حتى ولو كان متعبا |
| | | | | | 42 | أشعر دائما أنني وحيد حتى مع وجود الناس |

| | | | | | حولي | |
|--|--|--|--|--|--|----|
| | | | | | أشعر أنني أعاني من بعض المشكلات النفسية | 43 |
| | | | | | إذا فشلت في موقف فأبني أحاول من جديد | 44 |
| | | | | | أقدم بثقة كبيرة على مواجهة مشكلاتي الشخصية | 45 |
| | | | | | أتضايق عندما تحدث مشاكل بيني وبين زملائي | 46 |
| | | | | | لا يسمح لي بأن أختار أصدقائي | 47 |
| | | | | | أشعر بالخوف دون سبب | 48 |
| | | | | | أشعر باليأس سريعا عندما أقع في أي مشكلة حتى ولو كانت بسيطة | 49 |
| | | | | | أشعر أنني متكيف في الثانوية التي أتمدرس بها | 50 |
| | | | | | يصعب علي أن أعترف بخطئي | 51 |
| | | | | | أحتاج وقتا طويلا كي أتأقلم مع الأشياء الجديدة | 52 |
| | | | | | أشارك في نواحي النشاط العديدة | 53 |
| | | | | | أصرف بمرونة في معظم الأمور | 54 |
| | | | | | أعتقد أن أغلبية الناس سيئين | 55 |
| | | | | | يصعب علي التحدث مع أفراد الجنس الآخر | 56 |
| | | | | | أشعر بقلق دائم دون سبب واضح | 57 |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|----|
| | | | | | أجد صعوبة في تكوين الأصدقاء | 58 |
| | | | | | لا أستطيع النوم بسهولة | 59 |
| | | | | | أحس أنه لدي وقت كاف للهو والمرح | 60 |
| | | | | | أشعر غالبا بالالاكتئاب | 61 |
| | | | | | عادة ما أتجنب زملائي لأنني لست مثلهم | 62 |
| | | | | | من الصعب أن يجرح شعوري | 63 |
| | | | | | أشعر بالتعب في معظم الأحيان | 64 |
| | | | | | تضايقت كثيرا الأحلام المزعجة (الكوابيس) | 65 |
| | | | | | أرى كثيرا من الناس يهتمهم جرح مشاعري | 66 |
| | | | | | أجد صعوبة في الاختلاط مع الناس | 67 |
| | | | | | أعاني من تقلب مزاجي | 68 |
| | | | | | أعاني من نقص الثقة في نفسي | 69 |
| | | | | | أنفعل من أبسط الأمور | 70 |
| | | | | | علاقتي مع الأساتذة يشوبها التوتر | 71 |
| | | | | | أجد صعوبة في التركيز | 72 |
| | | | | | أشعر بالروتين في حياتي | 73 |
| | | | | | أعاني من السرحان داخل القسم | 74 |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|----|
| | | | | | أشعر أن السعادة الحقيقية في حياتي غير موجودة | 75 |
| | | | | | منذ فترة واليأس يملأ حياتي | 76 |
| | | | | | أتسرع في أحكامي على الآخرين | 77 |
| | | | | | أنا سريع البكاء | 78 |

الملحق رقم (02) : قائمة المحكمين

| اسم ولقب الأستاذ | الدرجة العلمية | الجامعة |
|------------------|----------------------|---------------|
| قدوري رابح | أستاذ التعليم العالي | جامعة المسيلة |
| ضياف زين الدين | أستاذ التعليم العالي | جامعة المسيلة |
| طه حمود | أستاذ محاضر صنف "أ" | جامعة المسيلة |
| مجاهدي الطاهر | أستاذ محاضر صنف "أ" | جامعة المسيلة |
| ناصرباي أعر | أستاذ محاضر صنف "أ" | جامعة المسيلة |
| ابراهيم سامية | أستاذ محاضر صنف "أ" | جامعة المسيلة |
| حدة ميمون | أستاذ محاضر صنف "ب" | جامعة المسيلة |
| شريقي حليلة | أستاذ محاضر صنف "ب" | جامعة المسيلة |
| بعلي مصطفى | أستاذ مساعد صنف "أ" | جامعة المسيلة |
| بوترعة إبراهيم | أستاذ مساعد صنف "أ" | جامعة المسيلة |

| | | |
|-----------------|---------------------|---------------|
| واضح العمري | أستاذ مساعد صنف "أ" | جامعة المسيلة |
| بن زطة بلدية | أستاذ مساعد صنف "أ" | جامعة المسيلة |
| نقيب بوجمعة | أستاذ مساعد صنف "أ" | جامعة المسيلة |
| بوجلال سعيد | أستاذ مساعد صنف "أ" | جامعة المسيلة |
| السعدية سي محمد | أستاذ محاضر صنف "أ" | جامعة المسيلة |

الملحق رقم (03) : مقياس التوافق الدراسي ليونجمان (1979) ترجمة حسين

عبد العزيز الدريني

| الرقم | البنود | نعم | لا |
|-------|---|-----|----|
| 01 | هل غالبا ما تنتظر من نافذة أو باب حجرة الدراسة أو إلى الماصقات على جدران الحجرة أثناء الدرس ؟ | | |
| 02 | هل أخذ منك المدرس أشياء كنت تعبت بها أثناء الدرس ؟ | | |
| 03 | هل يكون عمالك عادة نظيفا ومرتبيا ؟ | | |
| 04 | هل تحاول غالبا الإجابة على الأسئلة التي يوجهها لك المدرس ؟ | | |
| 05 | هل تتحدث غالبا مع التلميذ المجاور لك أثناء الدرس ؟ | | |
| 06 | هل تقوم أحيانا بقضاء بعض المهام للمدرس ؟ | | |
| 07 | هل تجد أنه من الصعب عليك الجلوس ساكتا في مكانك مدة طويلة ؟ | | |
| 08 | هل يسهل عليك قراءة ما تكتبه ؟ | | |
| 09 | هل تمزق كتبك بسرعة ؟ | | |
| 10 | هل تحظر غالبا إلى الدرس متأخرا ؟ | | |
| 11 | هل تكون في العادة هادئا في حجرة الدراسة ؟ | | |

| | | | |
|--|--|--|----|
| | | إذا وجه المدرس سؤالاً للتلاميذ هل غالباً ما ترفع أصبعك طالباً الإجابة؟ | 12 |
| | | هل تستغرق أحياناً في أحلام اليقظة أثناء المحاضرة؟ | 13 |
| | | هل تحضر معك قلمك بصورة دائمة إلى المحاضرة؟ | 14 |
| | | هل غالباً ما عاقبك المدرس؟ | 15 |
| | | هل تؤدي واجبك المطلوب منك دائماً في الوقت المناسب؟ | 16 |
| | | هل اشتريت في أي خلاف حاد أو مشاجرة مع زملائك بالمدرسة؟ | 17 |
| | | هل غالباً ما سكبت سوائل أو أسقطت أشياء داخل حجرة الدراسة؟ | 18 |
| | | هل تذهب إلى المدرسة مع زملائك؟ | 19 |
| | | هل غالباً ما توجه انتباهك للمدرس أثناء حديثه؟ | 20 |
| | | هل سبق أن وجهت للمدرس أية أسئلة؟ | 21 |
| | | هل يمكنك الاستمرار في أداء العمل الذي تقوم به لمدة طويلة؟ | 22 |
| | | هل عادة تكون معك كل الكتب والأدوات التي تحتاجها أثناء الدرس؟ | 23 |
| | | هل أحياناً تترك ما تقوم به من عمل دون أن تنتهي؟ | 24 |
| | | هل غالباً ما تؤدي عملك معتمداً على نفسك؟ | 25 |
| | | هل سبق أن حاولت دفع زملائك خارج أو داخل حجرة الدراسة؟ | 26 |
| | | إذا لم تستطع القيام بالعمل المطلوب منك فهل تطلب المساعدة من المدرس؟ | 27 |
| | | هل غالباً ما تستأذن لكي تغادر حجرة الدراسة؟ | 28 |
| | | هل تتخذ دائماً ما يطلب منك بدون تذمر؟ | 29 |
| | | هل ترد مباشرة على توبيخ مدرسك لك؟ | 30 |

| | | | |
|--|--|---|----|
| | | هل أحيانا تبدأ الضحك في حجرة الدراسة ؟ | 31 |
| | | هل ترفع صوتك أحيانا بالإجابة على السؤال قبل أن يأذن لك المدرس ؟ | 32 |
| | | هل تذهب إلى حجرة المدرس إذا احتجت إلى مساعدته ؟ | 33 |
| | | هل دائما تطلب الإذن من المدرس قبل أن تترك مكانك ؟ | 34 |

الملحق رقم (04) : استبيان الصحة النفسية في صورته الأولية

| الرقم | العبرة | دائما | أحيانا | أبدا |
|-------|-------------------------------------|-------|--------|------|
| | المحور الأول: تقدير الذات | | | |
| 01 | لا تضايقني الأشياء عادة | | | |
| 02 | أرتبك بسرعة في أبسط الأمور | | | |
| 03 | أود لو أستطيع أن أغير أشياء في نفسي | | | |
| 04 | أشعر بالسعادة لقدرتي على حل مشكلاتي | | | |
| 05 | أشعر برضا الآخرين عني | | | |
| 06 | أتضايق بسرعة في المنزل | | | |
| 07 | أشعر بأنني أقل قيمة من غيري | | | |
| 08 | أشعر أن معظم أصدقائي راضين عني | | | |
| 09 | تراعي عائلتي مشاعري دائما | | | |
| 10 | أستسلم بسهولة | | | |

| | | | | |
|--|--|--|----|---|
| | | | 11 | تتوقع عائلتي مني الكثير |
| | | | 12 | صعب جدا أن أظل كما أنا |
| | | | 13 | كل شيء مختلط وغامض في حياتي |
| | | | 14 | في الغالب أوثر على الآخرين |
| | | | 15 | لا أقدر نفسي حق قدرها |
| | | | 16 | كثيرا ما أرغب في ترك المنزل |
| | | | 17 | غالبا ما أشعر بالضيق من عملي |
| | | | 18 | مظهري ليس لائقا مثل أغلب الناس |
| | | | 19 | عندما يكون لدي أمر أقوله، فإنني لا أتردد في قوله |
| | | | 20 | تتقبل أسرتي آرائي في أغلب الأحيان |
| | | | 21 | أغلب الناس محبوبون أكثر مني |
| | | | 22 | أحس في أغلب الأحيان أنني محاصر من طرف عائلتي |
| | | | 23 | عادة ما تقل عزيمتي داخل القسم |
| | | | 24 | ألقي التشجيع عادة فيما أقوم به |
| | | | 25 | رغم بذل مجهود لانجاز أعمالتي إلا أنني غير راض عن نفسي |
| | | | 26 | أرغب كثيرا في أن أكون شخصا آخر |

| | | | | |
|--|--|--|---|----|
| | | | عندما يكون هناك مشكلة فلست الشخص الذي يلجأ إليه الرفاق للمساعدة | 27 |
| | | | عادة ما يعتمد علي الآخرون | 28 |
| | | | أنا واثق من نفسي تماما | 29 |
| | | | أنا فخور بنتائجي الدراسية | 30 |
| | | | حياتي مليئة بالحزن | 31 |
| | | | عموما أنا قادر على تدبر أموري | 32 |
| | | | معنوياتي المرتفعة لها دور كبير في إيجاد معنى لحياتي | 33 |
| | | | يعجبني أن توجه لي أسئلة في القسم | 34 |
| | | | أفهم نفسي جيدا | 35 |
| | | | أشعر أنني موضع تقدير من زملائي | 36 |
| | | | يشعروني أسأتذتي أن نتائجي غير كافية | 37 |
| | | | أنا غير مرتاح في علاقتي مع الآخرين | 38 |
| | | | نادرا ما أوفق فيما أقوم به | 39 |
| | | | أنا شخص مهم في القسم | 40 |
| | | | المحور الثاني: التكيف النفسي | |
| | | | أستمر في العمل الذي أقوم به حتى ولو كان متعبا | 41 |

| | | | | |
|--|--|--|--|----|
| | | | أشعر دائما أنني وحيد حتى مع وجود الناس حولي | 42 |
| | | | أشعر أنني أعاني من بعض المشكلات النفسية | 43 |
| | | | إذا فشلت في موقف فإنني أحاول من جديد | 44 |
| | | | أقدم بثقة كبيرة على مواجهة مشكلاتي الشخصية | 45 |
| | | | أتضايق عندما تحدث مشاكل بيني وبين زملائي | 46 |
| | | | لا يسمح لي بأن أختار أصدقائي | 47 |
| | | | أشعر بالخوف دون سبب | 48 |
| | | | أشعر باليأس سريعا عندما أقع في أي مشكلة حتى ولو كانت بسيطة | 49 |
| | | | أشعر أنني متكيف في الثانوية التي أتمدرس بها | 50 |
| | | | يصعب علي أن أعترف بخطئي | 51 |
| | | | أحتاج وقتا طويلا كي أتأقلم مع الأشياء الجديدة | 52 |
| | | | أشارك في نواحي النشاط العديدة | 53 |
| | | | أتصرف بمرونة في معظم الأمور | 54 |
| | | | أعتقد أن أغلبية الناس سيئين | 55 |
| | | | يصعب علي التحدث مع أفراد الجنس الآخر | 56 |
| | | | أشعر بقلق دائم دون سبب واضح | 57 |

| | | | | |
|--|--|--|---|----|
| | | | أجد صعوبة في تكوين الأصدقاء | 58 |
| | | | لا أستطيع النوم بسهولة | 59 |
| | | | أحس أنه لدي وقت كاف للهو والمرح | 60 |
| | | | أشعر غالبا بالاكنتاب | 61 |
| | | | عادة ما أتجنب زملائي لأنني لست مثلهم | 62 |
| | | | من الصعب أن يجرح شعوري | 63 |
| | | | أشعر بالتعب في معظم الأحيان | 64 |
| | | | تضايقتني كثيرا الأحلام المزعجة (الكوابيس) | 65 |
| | | | أرى كثيرا من الناس يهتمهم جرح مشاعري | 66 |
| | | | أجد صعوبة في الاختلاط مع الناس | 67 |
| | | | أعاني من تقلب مزاجي | 68 |
| | | | أعاني من نقص الثقة في نفسي | 69 |
| | | | أنفعل من أبسط الأمور | 70 |
| | | | علاقتي مع الأساتذة يشوبها التوتر | 71 |
| | | | أجد صعوبة في التركيز | 72 |
| | | | أشعر بالروتين في حياتي | 73 |
| | | | أعاني من السرحان داخل القسم | 74 |

| | | | | |
|--|--|--|--|----|
| | | | أشعر أن السعادة الحقيقية في حياتي غير موجودة | 75 |
| | | | منذ فترة واليأس يملأ حياتي | 76 |
| | | | أتسرع في أحكامي على الآخرين | 77 |
| | | | أنا سريع البكاء | 78 |

الملحق رقم (05) : مقياس التوافق الدراسي في صورته الأولية

| الرقم | البنود | نعم | لا |
|-------|--|-----|----|
| 01 | هل غالبا ما تنتظر من نافذة أو باب حجرة الدراسة أو إلى المصقات على جدران الحجرة أثناء الدرس ؟ | | |
| 02 | هل أخذ منك المدرس أشياء كنت تعبت بها أثناء الدرس ؟ | | |
| 03 | هل يكون عمالك عادة نظيفا ومرتبيا ؟ | | |
| 04 | هل تحاول غالبا الإجابة على الأسئلة التي يوجهها لك المدرس ؟ | | |
| 05 | هل تتحدث غالبا مع التلميذ المجاور لك أثناء الدرس ؟ | | |
| 06 | هل تقوم أحيانا بقضاء بعض المهام للمدرس ؟ | | |
| 07 | هل تجد أنه من الصعب عليك الجلوس ساكتا في مكانك مدة طويلة ؟ | | |
| 08 | هل يسهل عليك قراءة ما تكتبه ؟ | | |
| 09 | هل تمزق كتبك بسرعة ؟ | | |
| 10 | هل تحظر غالبا إلى الدرس متأخرا ؟ | | |
| 11 | هل تكون في العادة هادئا في حجرة الدراسة ؟ | | |
| 12 | إذا وجه المدرس سؤالا للتلاميذ هل غالبا ما ترفع أصبعك طالبا الإجابة ؟ | | |
| 13 | هل تستغرق أحيانا في أحلام اليقظة أثناء المحاضرة ؟ | | |
| 14 | هل تحضر معك قلمك بصورة دائمة إلى المحاضرة ؟ | | |
| 15 | هل غالبا ما عاقبك المدرس ؟ | | |
| 16 | هل تؤدي واجبك المطلوب منك دائما في الوقت المناسب ؟ | | |
| 17 | هل اشتريت في أي خلاف حاد أو مشاجرة مع زملائك بالمدرسة ؟ | | |
| 18 | هل غالبا ما سكبت سوائل أو أسقطت أشياء داخل حجرة | | |

| | | | |
|----|--|---|--|
| | | الدراسة ؟ | |
| 19 | | هل تذهب إلى المدرسة مع زملائك ؟ | |
| 20 | | هل غالبا ما توجه انتباهك للمدرس أثناء حديثه ؟ | |
| 21 | | هل سبق أن وجهت للمدرس أية أسئلة ؟ | |
| 22 | | هل يمكنك الاستمرار في أداء العمل الذي تقوم به لمدة طويلة ؟ | |
| 23 | | هل عادة تكون معك كل الكتب والأدوات التي تحتاجها أثناء الدرس ؟ | |
| 24 | | هل أحيانا تترك ما تقوم به من عمل دون أن تنتهي ؟ | |
| 25 | | هل غالبا ما تؤدي عملك معتمدا على نفسك؟ | |
| 26 | | هل سبق أن حاولت دفع زملائك خارج أو داخل حجرة الدراسة ؟ | |
| 27 | | إذا لم تستطع القيام بالعمل المطلوب منك فهل تطلب المساعدة من المدرس؟ | |
| 28 | | هل غالبا ما تستأذن لكي تغادر حجرة الدراسة؟ | |
| 29 | | هل تتخذ دائما ما يطلب منك بدون تذمر؟ | |
| 30 | | هل ترد مباشرة على توبيخ مدرسك لك ؟ | |
| 31 | | هل أحيانا تبدأ الضحك في حجرة الدراسة ؟ | |
| 32 | | هل ترفع صوتك أحيانا بالإجابة على السؤال قبل أن يأذن لك المدرس ؟ | |
| 33 | | هل تذهب إلى حجرة المدرس إذا احتجت إلى مساعدته ؟ | |
| 34 | | هل دائما تطلب الإذن من المدرس قبل أن تترك مكانك ؟ | |

الملحق رقم (06) : أدوات القياس في صورتها النهائية

جامعة المسيلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

تخصص إرشاد وتوجيه

السلام عليكم :

أخي التلميذ، أختي التلميذة يسعدني جدا الإجابة على أسئلة استبيان الصحة النفسية ومقياس التوافق الدراسي لمساعدة الباحثة في إنجاز مشروع رسالة ماجستير تدور حول : بعض مؤشرات الصحة النفسية (تقدير الذات، التكيف النفسي) وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي.

نضع بين يديك استبيان الصحة النفسية المكون من محورين (محور تقدير الذات، محور التكيف النفسي) وكل محور مكون من مجموعة من العبارات، راجين منك قراءة كل عبارة منها بدقة والإجابة عليها بصراحة تامة، ومقياس "يونجمان" للتوافق الدراسي، حيث تدور أسئلته حول عديد من الأمور التي تمارسها في حجرة الدراسة، والمطلوب منك أن تقرأ كل سؤال بعناية وأن تجيب عليه بكل صراحة بوضع علامة (x) في الخانة المناسبة، وتأكد أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة.

مع العلم أن المعلومات المقدمة ستكون سرية ولا تستخدم إلا لغرض علمي وشكرا

على تعاونكم معنا.

معلومات عامة :

الجنس : ذكر أنثى

الشعبة : آداب علوم

السنة الجامعية 2014 - 2015

استبيان الصحة النفسية

| الرقم | العبارة | دائما | أحيانا | أبدا |
|-------|--|-------|--------|------|
| | المحور الأول: تقدير الذات | | | |
| 01 | أرتبك بسرعة في أبسط الأمور | | | |
| 02 | أود لو أستطيع أن أغير أشياء في نفسي | | | |
| 03 | أشعر أن الآخرين راضين عني | | | |
| 04 | أتضايق بسرعة في المنزل | | | |
| 05 | أشعر بأنني أقل قيمة من غيري | | | |
| 06 | أستسلم بسهولة | | | |
| 07 | من الصعب جدا أن أظل كما أنا | | | |
| 08 | كل شيء مختلط وغامض في حياتي | | | |
| 09 | لا أقدر نفسي حق قدرها | | | |
| 10 | كثيرا ما أرغب في ترك المنزل | | | |
| 11 | غالبا ما أشعر بالضيق من عملي | | | |
| 12 | أغلب الناس محبوبون أكثر مني | | | |
| 13 | أحس في أغلب الأحيان أنني محاصر من طرف عائلتي | | | |
| 14 | ألقي التشجيع عادة فيما أقوم به | | | |

| | | | | |
|--|--|--|----|---|
| | | | 15 | رغم بذل مجهود لانجاز أعمالى إلا أنى غير راض عن نفسى |
| | | | 16 | أرغب كثيرا فى أن أكون شخصا آخر |
| | | | 17 | عندما يكون هناك مشكلة فلست الشخص الذى يلجأ إليه الرفاق للمساعدة |
| | | | 18 | أنا واثق من نفسى تماما |
| | | | 19 | أنا فخور بنتائجى الدراسية |
| | | | 20 | حياتى مليئة بالحزن |
| | | | 21 | أفهم نفسى جيدا |
| | | | 22 | يشعرنى أسأتذتى أن نتائجى غير كافية |
| | | | 23 | أنا غير مرتاح فى علاقتى مع الآخرين |
| | | | 24 | أنا شخص مهم فى القسم |
| | | | | المحور الثانى: التكيف النفسى |
| | | | 25 | أستمر فى العمل الذى أقوم به حتى ولو كان متعبا |
| | | | 26 | أشعر دائما أنني وحيد حتى مع وجود الناس حولى |
| | | | 27 | أشعر أنني أعانى من بعض المشكلات النفسية |
| | | | 28 | إذا فشلت فى موقف فإننى أحاول من جديد |
| | | | 29 | أقدم بثقة كبيرة على مواجهة مشكلتى الشخصية |

| | | | | |
|--|--|--|--|----|
| | | | لا يسمح لي بأن أختار أصدقائي | 30 |
| | | | أشعر بالخوف دون سبب منذ الصغر | 31 |
| | | | أشعر باليأس سريعا عندما أقع في أي مشكلة حتى ولو كانت بسيطة | 32 |
| | | | أشعر أنني متكيف في المدرسة التي أذهب إليها | 33 |
| | | | أحتاج وقتا طويلا كي أتأقلم مع الأشياء الجديدة | 34 |
| | | | أعتقد أن أغلبية الناس سيئين | 35 |
| | | | أشعر بقلق دائم دون سبب واضح | 36 |
| | | | لا أستطيع النوم بسهولة | 37 |
| | | | أشعر غالبا بالاكئاب | 38 |
| | | | عادة ما أتجنب زملائي لأنني لست مثلهم | 39 |
| | | | أشعر بالتعب في معظم الأحيان | 40 |
| | | | تضايقني كثيرا الأحلام المزعجة (الكوابيس) | 41 |
| | | | أرى كثيرا من الناس يهتمهم جرح مشاعري | 42 |
| | | | أجد صعوبة في الاختلاط مع الناس | 43 |
| | | | أعاني من تقلب مزاجي | 44 |
| | | | أعاني من نقص الثقة في نفسي | 45 |

| | | | | |
|--|--|--|--|----|
| | | | أنفعل من أبسط الأمور | 46 |
| | | | علاقتي مع الأساتذة يشوبها التوتر | 47 |
| | | | أجد صعوبة في التركيز | 48 |
| | | | أشعر بالروتين في حياتي | 49 |
| | | | أعاني من السرحان داخل القسم | 50 |
| | | | أشعر أن السعادة الحقيقية في حياتي غير موجودة | 51 |
| | | | منذ فترة واليأس يملأ حياتي | 52 |
| | | | أتسرع في أحكامي على الآخرين | 53 |
| | | | أنا سريع البكاء | 54 |

مقياس التوافق الدراسي

| الرقم | البنود | نعم | لا |
|-------|--|-----|----|
| 01 | هل غالبا ما تنتظر من نافذة أو باب حجرة الدراسة أو إلى الملتصقات على جدران الحجرة أثناء الدرس ؟ | | |
| 02 | هل أخذ منك المدرس أشياء كنت تعبت بها أثناء الدرس ؟ | | |
| 03 | هل يكون عملك عادة نظيفا ومرتبيا ؟ | | |
| 04 | هل تحاول غالبا الإجابة على الأسئلة التي يوجهها لك المدرس ؟ | | |
| 05 | هل تتحدث غالبا مع التلميذ المجاور لك أثناء الدرس ؟ | | |
| 06 | هل تقوم أحيانا بقضاء بعض المهام للمدرس ؟ | | |
| 07 | هل تجد أنه من الصعب عليك الجلوس ساكنا في مكانك مدة طويلة ؟ | | |
| 08 | هل يسهل عليك قراءة ما تكتبه ؟ | | |
| 09 | هل تمزق كتبك بسرعة ؟ | | |
| 10 | هل تحظر غالبا إلى الدرس متأخرا ؟ | | |
| 11 | هل تكون في العادة هادئا في حجرة الدراسة ؟ | | |
| 12 | إذا وجه المدرس سؤالا للتلاميذ هل غالبا ما ترفع أصبعك طالبا الإجابة ؟ | | |
| 13 | هل تستغرق أحيانا في أحلام اليقظة أثناء المحاضرة ؟ | | |
| 14 | هل تحضر معك قلمك بصورة دائمة إلى المحاضرة ؟ | | |
| 15 | هل غالبا ما عاقبك المدرس ؟ | | |
| 16 | هل تؤدي واجبك المطلوب منك دائما في الوقت المناسب ؟ | | |
| 17 | هل اشتركت في أي خلاف حاد أو مشاجرة مع زملائك بالمدرسة ؟ | | |
| 18 | هل غالبا ما سكبت سوائل أو أسقطت أشياء داخل حجرة الدراسة ؟ | | |

| | | | |
|--|--|---|----|
| | | هل تذهب إلى المدرسة مع زملائك ؟ | 19 |
| | | هل غالبا ما توجه انتباهك للمدرس أثناء حديثه ؟ | 20 |
| | | هل سبق أن وجهت للمدرس أية أسئلة ؟ | 21 |
| | | هل يمكنك الاستمرار في أداء العمل الذي تقوم به لمدة طويلة ؟ | 22 |
| | | هل عادة تكون معك كل الكتب والأدوات التي تحتاجها أثناء الدرس ؟ | 23 |
| | | هل أحيانا تترك ما تقوم به من عمل دون أن تنتهي ؟ | 24 |
| | | هل غالبا ما تؤدي عملك معتمدا على نفسك؟ | 25 |
| | | هل سبق أن حاولت دفع زملائك خارج أو داخل حجرة الدراسة ؟ | 26 |
| | | إذا لم تستطع القيام بالعمل المطلوب منك فهل تطلب المساعدة من المدرس؟ | 27 |
| | | هل غالبا ما تستأذن لكي تغادر حجرة الدراسة؟ | 28 |
| | | هل تتخذ دائما ما يطلب منك بدون تذمر؟ | 29 |
| | | هل ترد مباشرة على توبيخ مدرسك لك ؟ | 30 |
| | | هل أحيانا تبدأ الضحك في حجرة الدراسة ؟ | 31 |
| | | هل ترفع صوتك أحيانا بالإجابة على السؤال قبل أن يأذن لك المدرس ؟ | 32 |
| | | هل تذهب إلى حجرة المدرس إذا احتجت إلى مساعدته ؟ | 33 |
| | | هل دائما تطلب الإذن من المدرس قبل أن تترك مكانك ؟ | 34 |

الملحق رقم (07) : الخصائص السيكومترية لاستبيان الصحة النفسية

جدول يوضح ثبات محور تقدير الذات في استبيان الصحة النفسية بطريقة الاتساق الداخلي

باستخدام spss

| Alpha de Cronbach | Nombre d'éléments |
|-------------------|-------------------|
| ,798 | 40 |

جدول يوضح ثبات محور التكيف النفسي في استبيان الصحة النفسية بطريقة الاتساق الداخلي

باستخدام spss

| Alpha de Cronbach | Nombre d'éléments |
|-------------------|-------------------|
| ,874 | 38 |

جدول يوضح ثبات استبيان الصحة النفسية ككل بطريقة الاتساق الداخلي باستخدام spss

| Alpha de Cronbach | Nombre d'éléments |
|-------------------|-------------------|
| ,906 | 78 |

جدول يوضح ثبات محور تقدير الذات في استبيان الصحة النفسية بطريقة التجزئة النصفية

باستخدام spss

| | | | |
|-------------------|----------|---|-----------------|
| | Partie 1 | Valeur | ,620 |
| | | Nombre d'éléments | 20 ^a |
| Alpha de Cronbach | Partie 2 | Valeur | ,708 |
| | | Nombre d'éléments | 20 ^b |
| | | Nombre total d'éléments | 40 |
| | | Corrélation entre les sous-échelles | ,649 |
| | | Coefficient de Spearman- Longueur égale | ,787 |
| | | Brown Longueur inégale | ,787 |
| | | Coefficient de Guttman split-half | ,786 |

جدول يوضح ثبات محور التكيف النفسي في استبيان الصحة النفسية بطريقة التجزئة

النصفية باستخدام spss

| | | | |
|---|----------|-------------------------|-----------------|
| | Partie 1 | Valeur | ,745 |
| | | Nombre d'éléments | 19 ^a |
| Alpha de Cronbach | Partie 2 | Valeur | ,828 |
| | | Nombre d'éléments | 19 ^b |
| | | Nombre total d'éléments | 38 |
| Corrélation entre les sous-échelles | | | ,677 |
| Coefficient de Spearman- Longueur égale | | | ,808 |
| Brown Longueur inégale | | | ,808 |
| Coefficient de Guttman split-half | | | ,803 |

جدول يوضح ثبات استبيان الصحة النفسية ككل بطريقة التجزئة النصفية باستخدام spss

| | | | |
|---|----------|-------------------------|-----------------|
| | Partie 1 | Valeur | ,790 |
| | | Nombre d'éléments | 39 ^a |
| Alpha de Cronbach | Partie 2 | Valeur | ,874 |
| | | Nombre d'éléments | 39 ^b |
| | | Nombre total d'éléments | 78 |
| Corrélation entre les sous-échelles | | | ,711 |
| Coefficient de Spearman- Longueur égale | | | ,831 |
| Brown Longueur inégale | | | ,831 |
| Coefficient de Guttman split-half | | | ,812 |

جدول يوضح مصفوفة الارتباطات بين الدرجات الكلية للمحورين مع الدرجة الكلية للاستبيان

باستخدام spss

| | takdir | elssiha | Takayof |
|--------------------------|--------|---------|---------|
| Corrélation de Pearson | 1 | ,900** | ,698** |
| Takdir Sig. (bilatérale) | | ,000 | ,000 |
| N | 50 | 50 | 50 |

| | | | | |
|---------|------------------------|--------|--------|--------|
| | Corrélation de Pearson | ,900** | 1 | ,940** |
| Elssiha | Sig. (bilatérale) | ,000 | | ,000 |
| | N | 50 | 50 | 50 |
| | Corrélation de Pearson | ,698** | ,940** | 1 |
| takayof | Sig. (bilatérale) | ,000 | ,000 | |
| | N | 50 | 50 | 50 |

جدول يوضح صدق محور تقدير الذات في استبيان الصحة النفسية بطريقة المقارنة الطرفية باستخدام spss

Statistiques de groupe

| | VAR00082 | N | Moyenne | Ecart-type | Erreur standard moyenne |
|--------|----------|----|---------|------------|-------------------------|
| takdir | donya | 14 | 61,86 | 2,627 | ,702 |
| | olya | 14 | 83,21 | 2,694 | ,720 |

Test d'échantillons indépendants

| | Test de Levene sur l'égalité des variances | | Test-t pour égalité des moyennes | |
|--------|--|------|----------------------------------|--------|
| | F | Sig. | t | Ddl |
| takdir | ,003 | ,956 | -21,237 | 26 |
| | | | -21,237 | 25,983 |

جدول يوضح صدق محور التكيف النفسي في استبيان الصحة النفسية بطريقة المقارنة الطرفية باستخدام spss

Statistiques de groupe

| | VAR00082 | N | Moyenne | Ecart-type | Erreur standard moyenne |
|---------|----------|----|---------|------------|-------------------------|
| takayof | donya | 14 | 65,07 | 8,223 | 2,198 |
| | olya | 14 | 82,79 | 8,772 | 2,344 |

Test d'échantillons indépendants

| | Test de Levene sur l'égalité des variances | | Test-t pour égalité des moyennes | |
|--|--|------|----------------------------------|--------|
| | F | Sig. | t | Ddl |
| takayof Hypothèse de variances égales | ,274 | ,605 | -5,513 | 26 |
| Hypothèse de variances inégales | | | -5,513 | 25,892 |

جدول يوضح صدق استبيان الصحة النفسية ككل بطريقة المقارنة الطرفية باستخدام SPSS

Statistiques de groupe

| | VAR00082 | N | Moyenne | Ecart-type | Erreur standard moyenne |
|------|----------|----|---------|------------|-------------------------|
| siha | donya | 14 | 126,93 | 9,186 | 2,455 |
| | olya | 14 | 166,00 | 10,583 | 2,828 |

Test d'échantillons indépendants

| | Test de Levene sur l'égalité des variances | | Test-t pour égalité des moyennes | |
|---------------------------------------|--|------|----------------------------------|--------|
| | F | Sig. | t | Ddl |
| siha Hypothèse de variances égales | 1,152 | ,293 | -10,432 | 26 |
| Hypothèse de variances inégales | | | -10,432 | 25,496 |

الملحق رقم (08) الخصائص السيكومترية لمقياس التوافق الدراسي

جدول يوضح ثبات مقياس التوافق الدراسي بطريقة الاتساق الداخلي باستخدام spss

| Alpha de Cronbach | Nombre d'éléments |
|-------------------|-------------------|
| ,788 | 34 |

جدول يوضح ثبات مقياس التوافق الدراسي بطريقة التجزئة النصفية باستخدام spss

| | | | |
|-------------------|----------|---|-----------------|
| | Partie 1 | Valeur | ,686 |
| | | Nombre d'éléments | 17 ^a |
| Alpha de Cronbach | Partie 2 | Valeur | ,620 |
| | | Nombre d'éléments | 17 ^b |
| | | Nombre total d'éléments | 34 |
| | | Corrélation entre les sous-échelles | ,629 |
| | | Coefficient de Spearman- Longueur égale | ,772 |
| | | Brown Longueur inégale | ,772 |
| | | Coefficient de Guttman split-half | ,771 |

جدول يوضح مصفوفة الارتباطات بين الدرجات الكلية للمحاور مع الدرجة الكلية للمقياس

باستخدام spss

| Corrélations | | ljtihad | idan | alaka | Tawafok |
|--------------|------------------------|---------|--------|--------|---------|
| ijjtihad | Corrélation de Pearson | 1 | ,713** | ,443** | ,876** |
| | Sig. (bilatérale) | | ,000 | ,001 | ,000 |
| | N | 50 | 50 | 50 | 50 |
| idan | Corrélation de Pearson | ,713** | 1 | ,494** | ,917** |
| | Sig. (bilatérale) | ,000 | | ,000 | ,000 |
| | N | 50 | 50 | 50 | 50 |
| alaka | Corrélation de Pearson | ,443** | ,494** | 1 | ,703** |
| | Sig. (bilatérale) | ,001 | ,000 | | ,000 |
| | N | 50 | 50 | 50 | 50 |

| | | | | | |
|---------|------------------------|--------|--------|--------|----|
| | Corrélation de Pearson | ,876** | ,917** | ,703** | 1 |
| tawafok | Sig. (bilatérale) | ,000 | ,000 | ,000 | |
| | N | 50 | 50 | 50 | 50 |

جدول يوضح صدق مقياس التوافق الدراسي بطريقة المقارنة الطرفية باستخدام SPSS

| | VAR00039 | N | Moyenne | Ecart-type | Erreur standard moyenne |
|-------|----------|----|---------|------------|-------------------------|
| total | donya | 14 | 51,29 | 4,531 | 1,211 |
| | olya | 14 | 59,29 | 2,785 | ,744 |

Test d'échantillons indépendants

| | Test de Levene sur l'égalité des variances | | Test-t pour égalité des moyennes | | |
|-------|--|-------|----------------------------------|--------|--------|
| | F | Sig. | t | Ddl | |
| total | Hypothèse de variances égales | 2,700 | ,112 | -5,628 | 26 |
| | Hypothèse de variances inégales | | | -5,628 | 21,598 |

الملحق رقم (09): يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين الصحة

النفسية والتوافق الدراسي باستخدام SPSS

Corrélations

| | | elsiha | Tawafok |
|---------|------------------------|--------|---------|
| Elsiha | Corrélation de Pearson | 1 | ,332** |
| | Sig. (bilatérale) | | ,000 |
| | N | 302 | 302 |
| tawafok | Corrélation de Pearson | ,332** | 1 |
| | Sig. (bilatérale) | ,000 | |
| | N | 302 | 302 |

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

الملحق رقم (10) : يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين تقدير

الذات والتوافق الدراسي باستخدام spss

Corrélations

| | | tawafok | Takdir |
|---------|------------------------|---------|--------|
| tawafok | Corrélation de Pearson | 1 | ,336** |
| | Sig. (bilatérale) | | ,000 |
| | N | 302 | 302 |
| Takdir | Corrélation de Pearson | ,336** | 1 |
| | Sig. (bilatérale) | ,000 | |
| | N | 302 | 302 |

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

الملحق رقم (11) : يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين التكيف

النفسي والتوافق الدراسي باستخدام spss

Corrélations

| | | takayof | Tawafok |
|---------|------------------------|---------|---------|
| Takayof | Corrélation de Pearson | 1 | ,293** |
| | Sig. (bilatérale) | | ,000 |
| | N | 302 | 302 |
| Tawafok | Corrélation de Pearson | ,293** | 1 |
| | Sig. (bilatérale) | ,000 | |
| | N | 302 | 302 |

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

الملحق رقم (12) : يوضح الفروق بين أفراد العينة في الصحة النفسية حسب متغير الجنس

Statistiques de groupe

| | jinss | N | Moyenne | Ecart-type | Erreur standard moyenne |
|--------|-------|-----|---------|------------|-------------------------|
| Elsiha | dakar | 88 | 98,58 | 14,855 | 1,584 |
| | ontha | 214 | 101,73 | 16,150 | 1,104 |

Test d'échantillons indépendants

| | Test de Levene sur l'égalité des variances | | Test-t pour égalité des moyennes | | | |
|--------|--|-------|----------------------------------|--------|-------------------|------|
| | F | Sig. | t | ddl | Sig. (bilatérale) | |
| elsiha | Hypothèse de variances égales | 1,539 | ,216 | -1,575 | 300 | ,116 |
| | Hypothèse de variances inégales | | | -1,631 | 175,216 | ,105 |

الملحق رقم (13) : يوضح الفروق بين أفراد العينة في الصحة النفسية حسب متغير التخصص

Statistiques de groupe

| | takhassos | N | Moyenne | Ecart-type | Erreur standard moyenne |
|--------|-----------|-----|---------|------------|-------------------------|
| elsiha | adab | 122 | 100,66 | 16,310 | 1,477 |
| | oloum | 180 | 100,91 | 15,532 | 1,158 |

Test d'échantillons indépendants

| | Test de Levene sur l'égalité des variances | | Test-t pour égalité des moyennes | | | |
|--------|--|------|----------------------------------|-------|-------------------|------|
| | F | Sig. | t | ddl | Sig. (bilatérale) | |
| elsiha | Hypothèse de variances égales | ,328 | ,567 | -,133 | 300 | ,894 |

| | | | | | |
|------------------------------------|--|--|-------|---------|------|
| Hypothèse de variances inégales | | | -,132 | 251,283 | ,895 |
|------------------------------------|--|--|-------|---------|------|

الملحق رقم (14) : يوضح الفروق بين أفراد العينة في التوافق الدراسي حسب

متغير الجنس

Statistiques de groupe

| | jinss | N | Moyenne | Ecart-type | Erreur standard moyenne |
|---------|-------|-----|---------|------------|----------------------------|
| Tawafok | dakar | 88 | 55,03 | 5,062 | ,540 |
| | ontha | 214 | 56,51 | 4,767 | ,326 |

Test d'échantillons indépendants

| | Test de Levene sur l'égalité des variances | | Test-t pour égalité des moyennes | | |
|---------|---|------|----------------------------------|--------|---------|
| | F | Sig. | t | Ddl | |
| tawafok | Hypothèse de variances égales | ,886 | ,347 | -2,408 | 300 |
| | Hypothèse de variances inégales | | | -2,348 | 153,677 |

الملحق رقم (15) : يوضح الفروق بين أفراد العينة في التوافق الدراسي حسب

متغير التخصص

Statistiques de groupe

| | takhassos | N | Moyenne | Ecart-type | Erreur standard moyenne |
|---------|-----------|-----|---------|------------|----------------------------|
| tawafok | adab | 122 | 55,61 | 5,229 | ,473 |
| | oloum | 180 | 56,40 | 4,638 | ,346 |

Test d'échantillons indépendants

| | Test de Levene sur l'égalité des variances | | Test-t pour égalité des moyennes | | |
|---------|---|-------|----------------------------------|--------|---------|
| | F | Sig. | t | Ddl | |
| tawafok | Hypothèse de variances égales | 1,904 | ,169 | -1,371 | 300 |
| | Hypothèse de variances inégales | | | -1,339 | 238,592 |

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ