

التوافق النفسي

(التكميل)

د. عبد الكريم قريشي
جامعة ورقلة.

ملخص:

يتناول هذا المقال موضوعا من أهم موضوعات الصحة النفسية ألا وهو التوافق النفسي، وذلك من خلال التعريف به وأهم الاتجاهات العلمية التي تعرضت له وأهم العوامل المؤدية له وكذا جملة العراقيل التي تحول بين الفرد وعملية التوافق، وتعرضنا في الأخير لأهم المعايير التي نعود إليها في الحكم على السلوك الإنساني.

Résumé :

Nous traitons dans cet article de l'adaptation psychologique du point de vue de la délimitation du domaine, des théories scientifiques sous-jacentes, des facteurs la favorisant, et des obstacles qui leur sont liés. Enfin nous avons essayé de définir les critères qui déterminent le comportement humain.

مقدمة

تتفق أغلب كتب علم النفس أن أصل مفهوم التوافق مشتق أصوله من علم الأحياء أو البيولوجيا ويؤكد على ذلك لازاروس في قوله: "أن مفهوم التكيف انبثق من علم الأحياء، وكان حجر الزاوية في نظرية داروين (1859) للنشوء والارتقاء وقد استعير وعدل من قبل علماء النفس وسموه التوافق، ويؤكد على كفاح الفرد للبقاء طويلا أو العيش في محيطه الطبيعي والاجتماعي. S.R. Lazarus" (1973، (p3)

ويستعمل هذا المفهوم حاليا بشكل واسع النطاق في علم الأحياء وعلم النفس على السواء، ويبقى أن نتساءل عما إذا كان هناك اختلاف بين كلمة التكيف البيولوجية المنشأة والتوافق بالمعنى السيكولوجي للفظ؟.

ويفضل المليجي والمليجي استخدام لفظ التكيف للدلالة على التكيف البيولوجي (أو الفيزيولوجي للكائن الحي)، أي التكيف مع البيئة، بينما يقتصر لفظ التوافق للدلالة على التكيف الاجتماعي بوجه عام (حلمي وعبد المنعم المليجي، 1973، ص386).

ويتفق صلاح مخيمر مع هذا الرأي حين يقول أن: "هناك التوافق وهناك التواء، حيث أن التوافق تلاؤم وتناغم على مستوى الأعماق ما بين الفرد وبيئته، وبينما يظل التواء في مستوى السطح لا يزيد على أن يكون مجرد مساهمة ومجاعة للبيئة المحيطة" (صلاح مخيمر، 1984، ص8).

وبناء على ما سبق، يمكننا القول، أن التكيف والتوافق مفهومان مختلفان فيما بينهما لكنهما مكملان لبعضهما البعض، حيث يكون التكيف على المستوى البيولوجي وتشترك فيه الكائنات الحية بما فيها الإنسان والحيوان والنبات، أما التوافق فهو خاص بالجنس البشري بوصفه الكائن الذي يملك قابليتي التأثير والتأثر بالمحيط الذي يعيش فيه، وعلى حد قول صلاح مخيمر: "إن الغرائز تكفي عند سائر الحيوانات لتحقيق التلاؤم مع الحياة، فإنها عند الإنسان تقتصر على ذلك، تماما ما لم تتناولها التربية (التعليم والتطبيع الاجتماعي)" (صلاح مخيمر، 1984، ص10).

كما أن توافق الحيوان ببيئته تكيف سلبي اقتراني، يتقبل فقط ولا يؤثر، يفعل ولا يغير، في حين أن الإنسان يغير إن لم يستطع أن يتغير، يؤثر ويفعل بعد أن يفعل. (كمال الدسوقي، 1976، ص8).

وعليه فإن الإنسان يتكيف بيولوجيا، ويتوافق نفسيا واجتماعيا، إذ يبدأ التكيف وهو جنين في بطن أمه، ويستمر ذلك طوال حياته بعد الولادة في حين يبدأ توافقه النفسي والاجتماعي مع تكوين ذاته في السنوات الأولى من حياته. وبهذا ترتبط العمليتان - التكيف والتوافق - ارتباطا وثيقا بمراحل النمو المختلفة التي يمر بها الإنسان، انطلاقا من خصائص كل مرحلة، ومطالب النمو فيها علما بأن هذه المطالب تختلف من مرحلة لأخرى ابتداء من الطفولة وانتهاء بالشيخوخة وعموما فإن الشخص المتوافق هو الذي يستغل جميع إمكانياته الجسمية والنفسية والاجتماعية والانفعالية إلى أقصى درجة ممكنة في مواجهة مشكلاته حتى يحقق الصحة النفسية المرغوبة في أي مرحلة يعيشها. (حامد عبد السلام وهران، 1978، ص32).

وانطلاقا مما سبق، ما هي الكيفية التي ننظر بها إلى التوافق، هل ننظر له على أنه إنجاز (هدف في حد ذاته) أو أنه عملية تمكن من بلوغ هدف ما؟.

يرى كل من كارتررايت وكارتررايت: "أن التكيف البيولوجي والاجتماعي والنضج العاطفي وتحقيق الذات هي أهداف رئيسية تحتاج إلى تعقيد أكثر وقدرات ثابتة لمعالجة مشاكل الحياة" D، Cartwright، S and Cartwright، C (1971، p3) في حين يرى لازاروس: "أن هناك طريقتين للتفكير حول التوافق:

1- أن ننظر إليه بوصفه تحصيلاً أنجز إما سيئاً أو حسناً.

2- وننظر إليه بوصفه عملية. Lazarus، R، S، 1976، (p15)

ويتفق نعيم الرفاعي مع لازاروس، في أن التكيف عملية ونتيجة في نفس الوقت، ويستطرد قائلاً: "فنحن نقول أن فلانا قد تكيف تكيفا حسنا مع بيئته الجديدة، وبذلك يظهر وكأننا نشير إلى النتيجة، كما نقول أن التكيف يمر بمراحل، وفيها تتداخل عدة عوامل، وبذلك نشير إلى العملية." (نعيم الرفاعي، 1969، ص37، 38)

يتضح مما سبق أن الرأي الأول ينظر إلى التوافق على أنه نتيجة نسعى لها ، في حين أن الرأي الثاني ينظر إليه باعتبار نتيجة نسعى لها، وعملية تقوم بها في

ذات الوقت. إلا أن المرجح أن التوافق هو عملية ونتيجة، فقد يؤدي الإحساس بأي دافع إلى القيام بعدة سلوكيات قصد إشباعه والقضاء على التوتر الذي يحدثه، تمثل هذه السلوكيات المراحل السابقة للإشباع، وهذا ما نطلق عليه عملية، أما النتيجة فهي حصيلة تلك السلوكيات، والتي قد تكون حسنة، ويكون التوافق في هذه الحالة مصدر ارتياح واطمئنان، وقد تكون النتيجة سيئة، ويكون التوافق غير مناسب وينطوي على الاضطراب. (نعيم الرفاعي، 1969، ص34) هذا ويتطلب التمييز بين النتيجة الحسنة (التوافق السوي) والنتيجة السيئة (التوافق اللاسوي) وجود معيار خارجي تحتكم إليه في تصنيف السلوك الإنساني.

وعلاوة على هذين الشكليين -السوي واللاسوي- فإن التوافق يتميز بالنسبية مما يجعل توفر أشخاص متوافقين بشكل مطلق ضرب من الخيال، نظرا لتعدد مجالات الحياة وصعوباتها، وعليه فإن الشخص المتوافق هو الذي يستطيع مواجهة بأشكالها المختلفة، بتغيرات في سلوكه وعاداته بما يناسب الظروف الجديدة، أو تغيير البيئة المحيطة بما يناسبه وحسب رأي سيدني جورار أن هناك نوعين من التوافق بالنسبة للفرد وهما:

1- التوافق بالتأثير في الذات: ويتمثل هذا النوع في التمتع بالصحة عندما يغير الشخص نماذج سلوكه في اتجاه الصحة النفسية، ويكون غير صحي عندما تتغير الشخصية بتنقلات الفرد إلى حد ما بعيدا عن الصحة النفسية (الشخصية السوية).

2- التوافق بتعديل الظروف الخارجية: وهو الذي يبقى الشخصية دون تغيير، وعوضا عن ذلك تكون معاناة الشخص المكافح لتغيير محيطه متضمنا سلوكيات غيره من الأشخاص إلى غاية إشباع حاجاته وتخفيف معاناته. M، Sidney، 1963 (p734-735)

وانطلاقا من كل ما سبق يتضح أن التوافق شديد الارتباط بالشخصية في جميع مراحلها، ومواقفها، وهو ما أهله لأن يكون أحد المفاهيم الأكثر شيوعا في علم النفس، والصحة النفسية، وقد تضاعفت أهميته في هذا العصر الذي ازدادت فيه الحاجة إلى الأمن والاستقرار النفسي، وبالرغم من ذلك فإنه لم يسلم من الاختلاف والتناقص في التعريف والتناول، واللذين يعودان بالدرجة الأولى إلى اختلاف الزوايا التي ينظر منها إلى الموضوع، مما نتج عنه ثلاثة اتجاهات رئيسية لدراسة مفهوم التوافق وهي كما يلي:

- أ - الاتجاه النفسي: يرى أن التوافق يتحقق بإشباع حاجات الفرد ودوافعه.
- ب- الاتجاه الاجتماعي: ويرى أن التوافق يتحقق بمسايرة الفرد لمعايير المجتمع الذي يعيش فيه، ومسايرة مواصفاته الثقافية.
- ج - الاتجاه التكاملي (النفسي الاجتماعي): ويرى أن التوافق لا يمكن أن يحدث إلا بواسطة التكامل بين حاجات الفرد والظروف البيئية المحيطة.
- وفيما يلي أهم ما جاءت به هذه الاتجاهات:

1- تعريف التوافق:

أ -الاتجاه النفسي (الفردى): كما سبق وأن ذكرنا، فإن هذا الاتجاه يرى أن تحقيق التوافق لا يكون إلا بواسطة إشباع الفرد لجميع حاجاته الجسمية والنفسية والاجتماعية، وحسب شافر وشوبن، وهما من أنصار هذا الاتجاه: " أن الكائن الحي يحاول في البداية إشباع دوافعه بأيسر الطرق فإذا لم يتيسر له ذلك، فإنه يبحث عن أشكال جديدة للاستجابة، أما بإحداث تعديل في البيئة، أو تعديل دوافعه نفسها، وبهذا تكون الحياة عبارة عن عملية توافق مستمرة بالنسبة للكائن الحي، وهي ضرورية فيما يتعلق بعملية البناء الحيوي.

(f and،L،Shaffer، J،E،Shoben،1965،p118)

ويذهب شافر لورنس إلى: " أن الحياة سلسلة من عملية التوافق التي يعدل فيها الفرد سلوكه في سبيل الاستجابة للموقف المركب الذي ينتج عن حاجاته، وقدرته على إشباع هذه الحاجات، ولكن لكي يكون الإنسان سويًا ينبغي أن يكون توافقه مرنا، وينبغي أن تكون له القدرة على استجابات متنوعة تلائم المواقف المختلفة وينجح في تحقيق دوافعه " (شافر لورنس، 1966، ص361).

ويقترح سعد جلال من التعريفين السابقين حين يذكر أن تكيف الفرد يتوقف على مدى إشباع حاجاته لتأكيد ذاته عن طريق إشباع الحاجات الأخرى الفيزيولوجية منها والاجتماعية، وإلا أنه قد تعترض سبيل الفرد عقبات تحول دون إشباع هذه الحاجات فتؤدي إلى عدم تكيف الفرد.(سعد جلال، 1985، ص487). ويقول في موضوع ثان أن الحاجة تؤدي إلى استشارة الدافع، والدافع ما هو إلا حالة تؤدي إلى عدم استقرار الكائن الحي واختلال توازنه، فيقوم بنشاط قصد التوصل إلى إشباع الحاجة والتخفيف من الدوافع لإعادة التوازن وإزالة التوتر ولما كان الإنسان في عملية تفاعل مستمر مع بيئته المادية والاجتماعية، وهذا التفاعل عملية ديناميكية،

فعمليات التكيف عمليات مستمرة، وتوازن الإنسان دائما في حالة تذبذب بين الاتزان وعدم الاتزان. (سعد جلال، 1970، ص99) كما يرى البعض من أصحاب هذا الاتجاه أن التكيف هو إشباع الحاجات سواء بتعديل السلوك أم تعديل الحاجات، أم تعديل البيئة التي يعيش فيها، وبهذا فإن التكيف يشير إلى أن الأحداث النفسية تعمل على استبعاد حالات التوتر وإعادة الفرد إلى مستوى معين، هو المستوى المناسب لحياته في البيئة التي يعيش فيها... وأنه إذا أشبعت جميع دوافع الإنسان في الحال إشباعا سهلا، فلن تصبح هناك حاجة إلى عملية التكيف. (عطية محمود هنا، 1958، ص47 - 51) يتضح من التعاريف السابقة أن أنصار هذا الاتجاه، بالغوا في إعطاء الفرد القسط الأكبر في عملية التوافق، وقللوا من قيمة البيئة الطبيعية والاجتماعية، ذلك أن عملية التوافق لا تتوقف على الفرد فقط باعتباره الراغب في الوصول إلى الهدف، بل كذلك على المعايير الاجتماعية والأوضاع الثقافية التي يعيش فيها الفرد، فليس كل ما يرغب فيه هذا الأخير متوافرا، وكل ما يطمح إليه ممكنا، بل أن هناك معوقات تحول دون تحقيق رغباته. وبهذا يمكن القول أن هذا الاتجاه - بالرغم من أنه لا ينكر البيئة - إلا أنه يعزل الإنسان عن كيانه الاجتماعي والثقافي، وهذا غير مقبول، إذ يستحيل تصور إنسان دون إطار اجتماعي وثقافي معين.

ب- الاتجاه الاجتماعي: التوافق حسب أنصار هذا الاتجاه (الاجتماعي) لا يتحقق إلا بمسايرة الفرد لمعايير وثقافة المجتمع أو بمعنى آخر الخضوع للظروف والأحداث التي يعيش فيها. وفي هذا المجال يرى أحمد عزت راجح أن التوافق حالة من التوافق والانسجام بين الفرد وبيئته تبدو في قدرته على إرضاء أغلب حاجاته، وتصرفه مرضيا إزاء مطالب البيئة المادية والاجتماعية، ويتضمن التوافق قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته عندما يواجه موقفا جديدا أو مشكلة مادية أو اجتماعية أو خلقية أو صراعا نفسيا.. تغييرا يناسب الظروف الجديدة. (أحمد عزت راجح، 1976، ص538) ويرى كل من دافيز ولوفكيست أن التوافق عملية مستمرة يحاول الفرد بواسطتها التحصيل والمحافظة على انسجامه مع البيئة المحيطة. (R and Lofquist، V، Dawis، 1984، p233)

ولا يختلف عن ذلك كل من كراووكراو حين يذكر أن التوافق يعبر عن مدى قدرة الفرد على التلاؤم مع الهدف الذي يسعى إلى تحقيقه، في الوقت الذي يستطيع فيه أن يقيم علاقات منسجمة وسوية مع الظروف والمواقف والأشخاص الموجودين في البيئة المحيطة. (محمد عاطف غيث، 1979، ص18) كما يوجد

الكثير من أنصار هذا الاتجاه، الذين يعتبرون أن التوافق هو مسايرة الظروف المحيطة نذكر منهم محمود الزيايدي وكمال الدسوقي وفايز محمد على الحاج ونعيم الرفاعي ومختار حمزة وغيرهم...

يتضح من العرض السابق أن الاتجاه الاجتماعي يعاكس تماماً الاتجاه النفسي الذي ركز على الفرد وغلب عليه التكوين النفسي، وهذا ما جعل الاتجاه الاجتماعي يركز على المجتمع، ويرى أن الشخصية المتوافقة هي التي تساير المجتمع وثقافته ومعاييرها، لكنه قلل من قيمة الإنسان وطاقاته المبدعة التي تقف في وجه تلك المعايير وتغييرها، ويوضح لنا التاريخ أن هناك الكثير من القادة والزعماء استطاعوا أحداث تغييرات كبيرة في مجتمعاتهم، وعليه فإن أهم ما يؤخذ على هذا الاتجاه هو اعتماده على أحد جانبي العملية التوافقية، وهذا ما رجح الكفة إلى جانب الاجتماعي، وقلل من الجانب الفردي وهو أمر لا يقبله منطق الأشياء.

ج- الاتجاه التكاملي (النفسي الاجتماعي): لقد كان للتطرف الذي أبداه كل من أنصار الاتجاهين النفسي والاجتماعي أثر في ظهور اتجاه توفيق بين الاتجاهين المتعارضين، وينظر إلى التوافق على أنه عملية مركبة من بعدين أساسيين هما:

1- الفرد بدوافعه وحاجاته وطموحاته.

2- البيئة المحيطة بالفرد (المادية والاجتماعية والثقافية...)

فالتوافق حسب هذا الاتجاه لا يحدث إلا بواسطة التكامل بين حاجات الفرد والظروف البيئية المحيطة.

وفي هذا الصدد ترى سمية فهمي: " أن التكيف يتضمن تفاعلا مستمرا بين الشخص وبيئته، فللشخص حاجات وللبيئة مطالب، وكل منهما يفرض مطالبه على الآخر، ويتم التكيف أحيانا عندما يرضخ الشخص ويتقبل الظروف البيئية التي لا يقوى على تغييرها، ويتحقق التكيف أحيانا أخرى عندما يعبئ الشخص إمكانياته البناءة فيعدل الظروف البيئية التي تقف في سبيل تحقيق أهدافه، وفي أغلب الأحيان يكون التكيف حلا وسطا بين هذين الطرفين، وينشأ سوء التكيف عندما يفشل الشخص في تحقيق مثل هذا الحل الوسط فتسوء صحته النفسية فالصحة النفسية إذن هي قدرة الشخص على التوفيق بين رغباته وأهدافه من جهة، وبين الحقائق المادية والاجتماعية التي يعيش في وسطها من جهة أخرى (سمية فهمي، 1962، ص80).

وينفق جابر عبد الحميد جابر مع هذا الرأي حين يذكر، أن التكيف يتضمن تفاعلا متصلا بين الشخص وبيئته، كل منهما يؤثر في الآخر، ويفرض عليه مطالبه... وفي معظم الحالات يكون التكيف توفيقا بين هذين الموقفين المتقابلين.(جابر عبد الحميد جابر وسليمان الخضري الشيخ، 1978، ص347)

وهكذا انطلق هذا الاتجاه التوفيقي (التكاملي) من نقده لكل من الاتجاه النفسي والاتجاه الاجتماعي، واعتمد على الفرد باعتباره أحد شقي العملية التوافقية، وهو ما قلل منه الاتجاه الاجتماعي كما اعتمد على المجتمع باعتباره الشق الثاني، وهو ما قلل منه الاتجاه النفسي (الفردية)، لأن التوافق في نظر هذا الاتجاه أيضا يعتمد على الفرد وما ينطوي عليه من بناء نفسي وحاجات ودوافع (المحيط النفسي للفرد)، كما يعتمد على المحيط الخارجي ويقصد به المحيط الذي يقع فيه الفرد سواء أكان الطبيعي أم الاجتماعي أم الثقافي ...

وعليه فإن هذا الاتجاه يمثل النظرة الأكثر موضوعية لعملية التوافق، وهو ما يدفعنا إلى الأخذ به، وبناء على ذلك فالتوافق عملية ديناميكية مستمرة يقوم بها الفرد قصد بلوغ حالة من الاتزان بينه وبين نفسه من جهة، وبينه وبين البيئة المحيطة به من جهة ثانية.

2- أبعاد التوافق: وتتمثل في تلك الأنواع العديدة من التوافقات التي يصل

إليها الفرد في حياته اليومية، سواء أكان ذلك مع نفسه أم مع المحيط الذي يعيش فيه، ونظرا لتعدد مجالات حياته فإن هناك أشكالا كثيرة من التوافق منها ما يختص بوجوده وبقاء كيانه ومنها ما يتصل بنفسه، وما قد يتصل بعلاقته مع غيره، ومع دراسته، ومع مهنته... أو غير ذلك. وسوف نتعرض الآن إلى أهم هذه الأنواع قاطبة هما التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي الذي يشمل الأنواع الأخرى:

أ- التوافق الشخصي: ويتمثل في تلك العلاقة الجيدة التي تكون بين الشخص وذاته، ويعرفه أحمد عزت راجع، بأنه قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقا يرضيها جميعا إرضاء متزنا.(أحمد عزت راجع، 1976، ص577)، وهو ما يذهب إليه أيضا عباس محمود عوض.(عوض، 1984، ص30).

ويرى كمال الدسوقي، أنه بناء الفرد في اتفاق مع دوافعها للعيش، وشحذ لقوى العقل واستعدادات الذكاء بالتعلم والتفكير لإدراك محسوسات العالم الخارجي

التي تحيط به، والداخلي الذي تنبعث من باطنه ثم الاستجابة، لكل ذلك بآليات الجهاز العصبي الذي يدبره ويرأسه المخ كجهاز توجيه وإدارة... وفي هذا البعد - الشخصي- فإن المجتمع هو الذي يعمل لتوافق الفرد على شاكلته وقراره. (كمال الدسوقي، 1976، ص7)

وهكذا فإن هذا البعد يخص الشخص وحده، ومدى قدرته على فك الصراع أو الصراعات الداخلية التي يعيشها بسبب تصادم دوافعه المختلفة، ويقاس هذا البعد بمدى قدرة الشخص على التوفيق بين هذه الدوافع، وعليه فالتوافق الشخصي هو تلك العملية التي يحقق بها الفرد حالة من الاتزان مع نفسه، ويظهر ذلك في أن يكون واقفاً منها، معتمداً عليها في مواجهة المواقف التي يتعرض إليها، كما يظهر في ميله إلى التحرر والواقعية والانتماء والانبساط، مع خلوه من الأعراض المرضية.

ب- التوافق الاجتماعي: ويتمثل في العلاقة الجيدة والانسجام الكلي بين الشخص والبيئة المحيطة به، ويذكر أحمد عزت راجح، أنه قدرة الفرد على عقد صلات اجتماعية راضية مرضية، علاقات تتسم بالتعاون والتسامح والإثارة، فلا يشوبها العدوان، أو الارتياح أو الاتكال أو عدم الاكتراث لمشاعر الآخرين. (أحمد عزت راجح، 1976، ص 577)

ويرى أحمد زكي بدوي أنه عملية اجتماعية تتضمن نشاط الأفراد والجماعات وسلوكهم الذي يرمى إلى الملائمة والانسجام بين الفرد والفرد، وبين جملة أفراد وبيئتهم أو بين الجماعات المختلفة، ومن الضروري أن يتكيف الأفراد لما يسود مجتمعهم من عادات وأذواق وآراء واتجاهات حتى تسير جوانب الحياة الاجتماعية في توافق تام. (أحمد زكي بدوي، 1978، ص380)

أما كمال الدسوقي فيرى أن اجتماعية التوافق (أو التوافق الاجتماعي) هي الهدف ذلك أنها نشاط الفرد وفاعليته بتأثير وتغيير في مجالات حياة الكبار... وفي هذا البعد الفرد هو الذي يغير المجتمع بنشاطه وفاعليته. (كمال الدسوقي، 1976، ص8) عكس التوافق الشخصي الذي سبق الحديث عنه.

وهكذا يتضح من خلال التعاريف السابقة أن الشخص المتوافق من الناحية الاجتماعية هو الشخص الذي يستطيع إيجاد علاقات منسجمة مع البيئة المحيطة به بأشكالها المختلفة سواء مع أفراد الأسرة أم المدرسة أم المجتمع بوجه عام وبعبارة أخرى هو الشخص الذي يكون أكثر تقبلاً للآخرين.

وبعد هذا العرض المختصر للتوافق الاجتماعي نصل إلى القول، أنه العملية التي يحقق به الفرد حالة من الاتزان مع المحيط الخارجي ويظهر هذا الاتزان من خلال تقبله للآخرين من أفراد أسرته ومجتمعه بوجه عام، ويستطيع عن طريق إشباع حاجاته من جهة، وقبول ما يفرضه المجتمع من معايير وقيم من جهة أخرى.

وانطلاقاً مما سبق، تظهر لنا الأهمية الكبرى التي يكتسبها كل من التوافق الشخصي والاجتماعي، كما يتضح لنا التكامل الموجود بينهما، فإذا كان البعد الأول يخص علاقات الشخص بنفسه، فإن الثاني يخص علاقات الشخص بالمحيط الخارجي، مما يجعل هذه العلاقات مرتبطة ببعضها، شديدة التأثير والتأثر فيما بينها، ولذلك فمن الصعب توفر أشخاص متوافقين مع أنفسهم وغير متوافقين مع بيئتهم أو العكس، من هنا كانت نظرتنا إلى التوافق نظرة كلية شاملة.

3-عوامل التوافق: لقد سبق وإن تعرضنا بصورة سطحية لأهم العوامل التي

تقف وراء توافق الأشخاص، أثناء حديثنا عن أبعاد التوافق ورأينا أن هناك عاملين رئيسيين:

- يتمثل العامل الأول في الفرد نفسه بما في ذلك صحته الجسمية والنفسية وحاجاته وقدراته العقلية إلى ذلك.

- أما العامل الثاني فهو البيئة المحيطة بالفرد وخصوصاً البيئة الاجتماعية كالمحيط الأسري والمدرسي والمهني والثقافي والاجتماعي بوجه عام وكل ما يحيط بالفرد، ونظراً لأهمية هذه العوامل سنحاول فيما يلي الإشارة إلى أهمها:

أ- عوامل خاصة بالفرد أو ما يسمى بالمحيط الداخلي للفرد:

ويتمثل في جميع مكونات الشخصية الإنسانية في بنائها النفسي من حاجات ودوافع وخبرات وقيم وميول وقدرات وعواطف وانفعالات التي تقوم بتوجيه السلوك الفردي.(فانز علي الحاج، 1984، ص25) وللمكونات السابقة تأثيرات متباينة ومختلفة فيما بينها، تأخذ الحاجات والدوافع القسم الأكبر لوقوفها وراء جميع أنماط السلوك التي يقوم بها الفرد سواء أكانت متوافقة أم غير متوافقة إلا أن الشيء الذي يجب أن نأخذه بعين الاعتبار هو أن الفرد يعمل كوحدة، فهو يفكر ويشعر ويكافح في نفس الوقت الذي يستعمل فيه كفاءات متنوعة وصفات مختلفة، فشخصية الفرد إذن تتكون من جميع كفاءاته وصفاته ومميزاته الجسمية والعقلية التي

اكتسبها بالتعليم وغير ذلك، وهذه الشخصية الكاملة الموجودة هو ما يجب الأخذ به أثناء دراستنا لعملية التوافق. (شارلز سكينر، ب ت، ص 233)

وهكذا فإن النظرة المجزأة إلى مكونات الشخصية نظرة ناقصة ينبغي التخلي عنها واستبدالها بالنظرة الكلية التي تمكننا من معرفة شاملة، في حين أن الاعتماد على الجزء كالحاجات أو الذكاء... يجعلنا نهمل الأجزاء الأخرى وبالتالي يكون تقييمنا للشخصية تقييماً غير موضوعي.

وعليه فإن الفرد يسعى جاهداً لبلوغ المستوى المرغوب من التوافق سواء بالطرق المباشرة وهي أقصر الطرق، وفي حال تعذر لك يلجأ إلى طرق أخرى غير مباشرة يحاول

بواسطتها بلوغ مستوي من الانسجام والتوافق مع المشاكل التي يعانيتها، والتي يطلق عليها علماء النفس ميكانيزمات التوافق (أو ميكانيزمات الدفاع) وهي وسائل الإنسان في سعيه وراء التكيف لأنها تشير إلى مجموعة أشكال السلوك التي يلجأ إليها في سعيه وراء إشباع حاجة وجد ما يعيقها، أو مواجهة خطر واقع، أو مواجهة خطر متوقع وكلها وسائل تكيف يسعى الفرد وراء تحقيقها بغية إعادة التوازن والتلاؤم العضوي أو النفسي. (فانز علي الحاج، 1984، ص 140)

وميكانيزمات التوافق أو الدفاع، كثيرة ومتنوعة. (عباس محمود عوض، 1984، ص 79) وتختلف تبعا لاختلاف عناصر التوافق نفسه أو بمعنى آخر تختلف حسب تكوين الأنا من جهة والموقف أو الظرف من جهة أخرى ويمكن أن نذكر منها. (فرج عبد القادر طه، 1988، ص 43-50)

(القمع - الكبت - النقل - التسامي - الإسقاط - التوحد - التحول - التكوين العكسي - التبرير - النكوص - الاستدماج - الأحلام - التعويض)

والسؤال الذي يطرح نفسه إلى أي مدى يمكن أن تكون هذه الميكانيزمات ذات فعالية في الوصول إلى الانسجام الكلي مع البيئة ؟ .

لقد سبق وأن ذكرنا أن الإنسان يلجأ إلى هذه الميكانيزمات بعد فشله في تحقيق التوافق بواسطة الطرق المباشرة، وعليه فإن لجوء الإنسان إلى هذه الميكانيزمات هو لجوء إضطراري أو فرض عليه إن صح القول، ذلك أن الشخص الذي يحقق التوافق بأيسر الطرق بلغة - شافر وشوبن- لا يتجه إلى هذه الميكانيزمات إطلاقاً، فهي وسائل ثانوية لا تكتسي صفة الدوام، وسرعان ما يواجه

الإنسان الواقع على حقيقته، وينتهي الدور التمثيلي لتلك الميكانيزمات وكما يقول عباس محمود عوض إن هذه " الحيل وسائل غير معقولة لمعالجة القلق ذلك أنها تعتمد على تشويه الحقيقة أو إنكارها أو إخفائها، إنها لا تستهدف حل الأزمة التي يعاني منها الفرد بقدر ما تستهدف الخلاص من القلق بخفضه أو إنكاره أو إلهاء الفرد عنه إنها وسيلة للراحة الوقتية. (عباس محمود عوض، 1984، ص79) ويعتبرها البعض وظيفة لبعض أبنية التوافق، وهي كلها حسنة في دفاعها تجاه القلق لكنها سيئة في حصرها للسلوك الكامن للعضوية. (نجيب اسكندر ابراهيم وآخرون، 1961، ص3)

وهكذا فالإنسان بحكم تكوينه المرن، يستطيع أن يجند العديد من الوسائل لبلوغ أعلى مستوى من التوافق، أما بواسطة مواجهته للمواقف والمشاكل مواجهة علنية وتمثل الطرق المباشرة، أو بواسطة الميكانيزمات الدفاعية التي تهدف هي الأخرى إلى التوافق وتمثل الطرق غير المباشرة، فهي لا تقوم على المواجهة الصريحة لمشكلات الحياة اليومية، بل على تشويه الحقائق، همها الوحيد الحد من التوتر الزائد، والقضاء على حالة سوء التوافق، وبالرغم من اعتبارها وسائل غير مباشرة، ثانوية في إحداث التوافق، فإنه لا يجب الاستهانة بها، وبدورها، فكثيرا ما يكون الحل المؤقت مرحلة تمهيدية للحل النهائي، كما أن انعدامها قد يحدث هلاكا للشخص، وهذا ما يحدث عند الحيوانات التي لا تملك هذه الميكانيزمات، فأما أن تشبع حاجاتها، وإما هلكت دون ذلك.

وهكذا فقد أبدى فرج عبد القادر طه ثلاثة ملاحظات على هذه الأساليب للتوافق. (فرج عبد القادر طه، 1987، ص51):

- 1- كل الأشخاص الأسوياء والمرضى يلجئون إلى جميع هذه الحيل إلا أن الفرق بينهم هو نوع الاستعمال، فمنهم من يصل إلى تحقيق توافق الشخصية ومنهم من يفشل في ذلك.
- 2- إن الشخص في مواجهة دافع واحد قد يستخدم أكثر من أسلوب من هذه الأساليب.
- 3- كثيرا ما يلجأ الشخص إلى أسلوب واحد لإشباع أو مواجهة أكثر من دافع في نفس الوقت.

وتنتهي بعد هذا العرض إلى التأكيد على النظر إلى الشخصية ككل أثناء تناولنا الموضوع التوافق، من هنا عمدنا إلى عدم التفصيل بالرغم من إيماننا البالغ بالأدوار المتباينة لأجزائها، والتي في نفس الوقت مكملتها لبعضها البعض.

ب-عوامل خاصة بالبيئة: يتميز الإنسان عن بقية الكائنات الحية بطبيعته الاجتماعية، ولا يمكننا بأي حال من الأحوال أن نتصوره منعزلاً عن مجتمعه الذي يعيش فيه ويقوم هذا التثبيت بالمجتمع على العلاقة المتبادلة بين الطرفين والتفاعل المستمر بينهما، إلا أن تأثير المجتمع عادة ما يكون أكثر من تأثير الفرد إذ المجتمع بوسائطه التربوية والثقافية هو الذي يصنع الشخصية مما يجعل من الصعوبة بمكان خروج هذا الأخير -الشخص- عن القواعد الاجتماعية المتفق عليها من قبل الجماعة، وهكذا تؤثر البيئة بأبعادها الثلاثة الطبيعية والاجتماعية والثقافية بطريقة مباشرة على حياة الفرد وتحديد الأسلوب الذي يحقق له التكيف والمواءمة مع كل جانب من جوانب هذه البيئة. (مصطفى فهمي، 1978، ص15).

ترتبط البيئة الطبيعية بشكل خاص بالتكيف البيولوجي، أما البيئة الاجتماعية والثقافية فتظهر من خلال الجماعات التي يندمج فيها الشخص كالأسرة والمدرسة وجماعة الرفاق... والمؤسسات الثقافية والإعلامية... وكلها تؤثر بشكل أو بآخر على توافق الفرد، ولعل أهم هذه الجماعات الأسرة، فهي الجماعة الأولى التي تشرف على النمو الجسدي والنفسي والاجتماعي... للطفل وتؤثر في تكوين شخصيته وظيفيا وديناميا، وتوجيه سلوكه منذ طفولته المبكرة، وتلعب العلاقات بين الوالدين والعلاقات بينهما وبين الطفل وأخوته دورا هاما في تكوين شخصية وأسلوب حياته وتوافقها. (حامد عبد السلام زهران، 1978، ص84)

وتختلف الأجواء الأسرية من بيت لآخر، فتبدو بعض البيوت على أنها أماكن طبيعية لرعاية الأطفال (كالمنزل الديمقراطي)، بينما تبدو أخرى على العكس من ذلك (كالأسرة النابذة أو المفككة) وهي منعدمة التكيف فبقدر ما تكون الأسرة هادئة ومستقرة ومشبعة لحاجات أفرادها بقدر ما يكون أبنائها متوافقين، وبقدر ما تكون الأسرة تملؤها الشجارات العائلية، والحد والتمييز بين الأبناء... بقدر ما يكون أبنائها سيئي التوافق مع أنفسهم ومع المجتمع، وتتأثر الأسرة بالطبقة الاجتماعية التي تنتمي إليها، إذ يتفق الكثير على أن المجتمعات تحتوى على ثلاث طبقات رئيسية هي العليا والوسطى والمنخفضة، ويقوم هذا التصنيف بالدرجة الأولى على الوضع الاجتماعي الاقتصادي للأسرة، الذي له كبير الأثر على نفسيات التلاميذ، ويرى لويس كابلن أن بناء الطبقة الاجتماعية يكون مشجعا ومدعما للكثير من

الشعوب ومحبطا للآخرين وينعكس هذا على طبيعة وحجم سوء التوافق الذي يحدث ضمن الطبقات الاجتماعية، وقد أوضحت الدراسات أن الطبقات المنخفضة (السفلي) لها تأثير كبير على سوء التوافق النفسي والاجتماعي. (Louis 1965 p13) kaplan. وللد من هذا التأثير الخطير على التلاميذ، تذهب العديد من دول العالم إلى فرض الشكل الموحد على جميع التلاميذ قصد التخفيف من الهوة الشاسعة بين طبقات المجتمع المختلفة. ومن جهة نظر الصحة النفسية، تعد المدرسة المؤسسة ذات الأهمية الكبرى بعد المنزل، (Sandström 1979 p263)، والتي أقامها المجتمع قصد تكوين أبنائه من الناحية العلمية، وغرس أخلاق المجتمع فيهم، وكذا قيمه وثقافته حتى يسمح لنفسه بالاستمرار، وهكذا فالمدرسة لها رسالة تربوية تهدف إلى ما هو أشمل وأوسع من مجرد التعليم وتحصيل المعرفة، ومن أهم أهداف هذه الرسالة تكوين الشخصية المتكاملة للتلميذ وإعداده ليكون مواطنا صالحا ورعاية نموه البدني والذهني والوجداني والاجتماعي في آن واحد. (صموئيل ميغاربيوس، 1974، ص65)، كما أن أنجح المدارس هي التي ترضى الحاجات النفسية الأساسية لتلاميذها حتى تساعدهم على توافق جيد مع أنفسهم ومع الآخرين ففي إحدى الدراسات التي أجريت حول تأثير المدرسة على المراهقين أكد كل من بوش وراسنجل وفانس أن المناخ الدراسي يلعب دورا معتبرا في تطوير مفهوم الذات والعلاقات مع الزملاء والأساتذة وعلى نمو الأحكام الأخلاقية لديهم، ويؤثر المناخ الديمقراطي للفصل الدراسي بصورة إيجابية على النمو العاطفي، وهذا ما لم نجده في المناخ الدكتاتوري. (Richard Cloutier, 1982, p206).

وعلاوة على الأسرة والمدرسة، فإن جماعة الرفاق ودور العبارات ووسائل الإعلام... لها تأثير بالغ على شخصية الفرد وسلوكاته، ولذا ينبغي على المجتمع أن يكون حريصا على السير الطبيعي لهذه الوسائط، لتكون أكثر إيجابية في تكوين شخصيات أبنائه

وبناء على هذه اللمحة الخاطفة للعوامل الشخصية والبيئية للتوافق ينبغي الاهتمام بكل ماله تأثير على شخصية الفرد وعلى توافقه لأن إهمالها معناه إهمال في تربية أجيال قادرة على التوافق مع متطلبات العصر الذي يعيشون فيه، وحسب لورنس شافر "إن هدف الصحة العقلية معناه منع حدوث التوافقات السيئة والاضطرابات العقلية، وهذا الهدف يمكن أن يتحقق بوسيلتين عامتين بعلاج الاضطرابات الصغرى قبل أن تستفحل إلى درجة الخطورة وتنظيم العوامل المؤثرة

على الأفراد بحيث يصبحون أكثر قدرة على تحقيق الحل الملائم لمشكلاتهم التوافقية". (شافر لورنس، 1966، ص397)

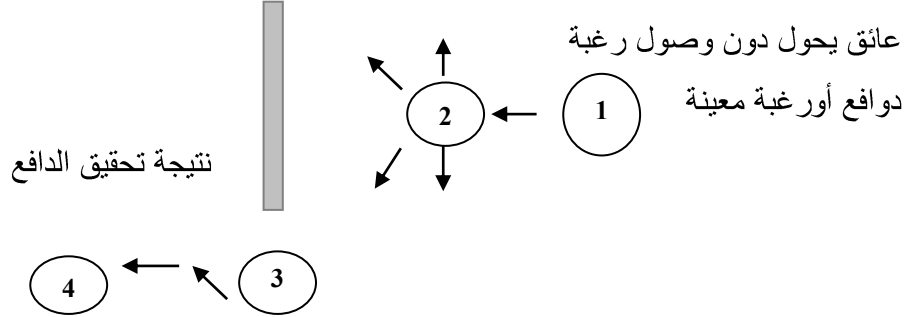
وهكذا فإن تنظيم العوامل المؤثرة على الأفراد أقصر الطرق وأيسرها لتكوين الأجيال التي تنشدها المجتمعات الساعية إلى الازدهار والتقدم.

4- خطوات عملية التوافق: لقد سبق وأن رأينا أثناء حديثنا عن عوامل التوافق أن هناك عوامل مباشرة وعوامل غير مباشرة، وتبين لنا أن الحاجات والدوافع هي أهم العوامل المباشرة لما لها من تأثير على توافق الأفراد، وقد ركزت جميع الاتجاهات في هذا الصدد على أن التوافق يقتضي إشباع حاجات الفرد ودوافعه باستثناء الاتجاه الاجتماعي، ذلك أن الحاجات غير المشبعة (المستثارة) تزيد من إلحاحها بين الحين والآخر مما يضاعف اضطراب الشخص وعدم اتزانه.

ويتفق الكثير من علماء النفس أن الحاجات هي نقطة البدء في العملية التوافقية كما أن إشباعها نقطة النهاية فلا يمكن تخيل سلوك دون دافعة ودافع دون هدف محدد له من هنا يرتبط التوافق باعتباره عملية- بالدافعة وارتبط بالهدف -وهو الإشباع - باعتباره نتيجة.

وفي هذا المجال يرى كل من شافر وشوبن أنه بالإمكان وصف عملية التوافق على أنها سلسلة من المراحل ابتداء من الإحساس بحاجة معينة وانتهاء بإشباع هذه الحاجة. (Shaffer and Shoben 1965 p8-9) وتمثل هذه النظرة البسيطة لعملية التوافق، إذ نجد لورانس شافر يلخصها- العملية التوافقية- فيما يلي:

1- الدافع 2- الإحباط 3- الاستجابة 4- الحل. (شافر لورنس، 1966، ص362) ويمكن توضيح عملية التوافق (خطوات التوافق) فيما يلي:



وحسب ما يرى علي احمد علي فإن عملية التوافق: تبدأ بدوافع لم يتمكن الفرد من إشباعها نتيجة ظروف أو أحوال منعت الفرد من تحقيق هذا الإشباع، وهذا

ما يجعله يعاني الإحباط وخيبة الأمل، ويصاحب ذلك قدر من التوتر والقلق، يقوم الفرد بعدة محاولات استكشافية لحل المشكلة محاولاً بذلك إشباع دوافعه وحاجاته، يصل بعدها عاجلاً أو آجلاً إلى حل المشكلة وإشباع دوافعه، ويكون توافقه توافقاً حسناً. كما أن الفرد قد يقوم بعملية توافق سيئة إذا كان الحل يفيد ويريح في المدة القصيرة، ولكنه يعرضه إلى مخاطر ومهالك في المستقبل. (علي أحمد علي، 1977، ص 61-63)

ولا يختلف الكثير من الباحثين وعلماء النفس عن هذا الشرح، والذي نلّمحه عند نعيم الرفاعي. (نعيم الرفاعي، 1969، ص 36-37).

وبهذا يتضح أن عملية التوافق تحتاج إلى وقت وجهد بالدرجة الأولى خصوصاً عندما يكون الدافع — هو نقطة البدء — صعب الإشباع أو هناك استحالة في إشباعه نظراً لوجود موانع كثيرة تعوق الفرد عن بلوغ أهدافه وبالأخص إذا كانت تلك الموانع تتمثل في العقيدة أو العرف أو التقاليد أو موانع مادية صعبة الاجتياز، أو عدم وضوح المجال. وعدم فهم الفرد الموقف بصورة كلية كل هذا قد يجعل من السلوكيات التي يقوم بها الفرد دون أدنى نتيجة ممكنة وبهذا فالتوافق عملية معقدة، يزداد تعقيدها تبعاً لخصائص عناصرها (الفرد، والبيئة المحيطة به).

والسؤال الذي نطرحه ما هي أهم العوائق التي تقف في وجه توافق الفرد حتى يستطيع تجنبها أو الإقلال منها؟

5-عوائق التوافق: بقدر ما هناك عوامل كثيرة تقف وراء عملية التوافق فإن هناك عوائق تمنع حدوثها وحسب روبرت روك فقد تؤدي العوامل الجسمية والصحية مثل عدم توازن مفرزات الغدد الصم والأمراض المستعصية والعوائق البدنية والعقلية إلى سلوك غير مرغوب فيه، وتسيطر على نوع التوافق الذي يحاول الفرد القيام به. (شافر سكينر، ب.ت، ص 235)

يؤكد روك في الفقرة السابقة على العوائق (البيولوجية والفيزيولوجية والعقلية) الخاصة بالفرد، في حين يهمل العوائق البيئية ويذكر سعد جلال العوائق فيما يلي:

1- افتقار البيئة إلى وسائل إشباع الدوافع المادية والمعنوية.

2- افتقار الكائن الحي نفسه إلى القدرة الحركية.

- 3- وجود صراع بين دوافع متعارضة لما تخلفه الثقافة من تناقضات.
- 4- تعنت المعايير الثقافية وجمودها وعدم تطورها.
- 5- عدم فهم المرء لنفسه، وإمكانياته وعدم تقبله لنفسه، وتحديدته، مستويات الطموح أعلى أو أقل من قدرته.

6- وجود عوامل لا شعورية تؤثر على سلوكه. (سعد جلال، 1970، ص102)

وهذا ما نجده كذلك عند حلمي وعبد المنعم المليجي. (حلمي المليجي وعبد المنعم المليجي، 1971، ص394-400)، وعلاوة على هذه العوائق فإن هناك عوائق عنيفة قد تعترض إشباع بعض الحاجات الضرورية والتي تدفع الفرد في كثير من الأحوال إلى تقبل حلول توافقية أقل إشباعاً لحاجاته أو إلى سلوك يتعارض مع قوانين المجتمع وقيمه وتقاليده، فيكون انحرافاً أو شذوذاً، ومن بينها الإحباط والصراع والقلق. (عثمان لبيب فراج، 1970، ص225) والإحباط حالة من التآزم النفسي تنشأ عن مواجهة الفرد لعائق يحول دون إشباع دوافع أو حاجة ملحة. (عثمان لبيب فراج، 1970، ص226) ويحدث الإحباط بوجود عقبة في البيئة الخارجية، أو وجود نقص في الفرد نفسه أو صراع الدوافع المتضاربة أما الصراع فيشير إلى المواقف التي يقع فيها الفرد تحت تأثير دوافع متضاربة تؤدي إلى القيام بأعمال لا يمكنه التوفيق بينها. (عطية محمود هنا وآخرون، 1958، ص55) وللصراع أشكال عديدة صراع الإقدام وصراع الإحجام وصراع الإقدام الإحجام وصراع الإقدام الإحجام المزدوج.

وباختصار - وكما سبقت الإشارة - فإن عملية التوافق عملية معقدة تظهر من خلال تفاعل عوامل فردية وعوامل بيئية محيطة كما أنها تنعدم بسبب عوائق خاصة، أو المجتمع، أو التفاعل فيما بينهما.

6- معايير التوافق: لقد سبق وأن أشرنا في البداية إلى نوعين من التوافق هما التوافق الحسن أو السوي والتوافق السيء أو غير السوي يقتضي التمييز بينهما وجود معيار خارجي يسهل تصنيف السلوك المراد تقييمه في المكان المناسب له، ولكن نظراً لكثرة الاتجاهات في تفسير الطبيعة الإنسانية والسلوك الإنساني، فقد ظهرت العديد من المعايير التي عن طريقها نستطيع تحديد نوع السلوك الذي نشاهده.

ويتفق كل من أحمد عزت راجح (أحمد عزت راجح، 1976، ص542) وعباس محمود عوض. (عباس محمود عوض، 1984، ص68) في أن هناك أربعة معايير هي:

أ - **المعيار الإحصائي:** وهو نظرة موضوعية، لا تصدر أحكاماً قيمة على السواء أو الشذوذ، فالشخص السوي هو المتوسط، الذي يمثل الشرط الأكبر من مجموعة الناس وفق المنحنى الاعتدالي، وبعبارة أخرى الشخص السوي حسب هذا المعيار من لا ينحرف عن المتوسط أو الشائع.

يتطلب هذا المعيار أن تكون الأدوات التي يقيس بها التوافق أدوات موضوعية، وموثوق بها حتى تمكنا من تصنيف الأشخاص إحصائياً، كما أن هذا المعيار يصلح لتقييم الأشياء المحسوسة كالطول مثلاً، بينما يصعب عنه في قياس بعض سمات الشخصية أو بعض الاتجاهات وما إلى ذلك.

ب - **المعيار المثالي:** وهو عبارة عن أحكام قيمة تطلق على الأشخاص، ويستمد أصوله من الأديان المختلفة، والسواء حسب هذا المعيار هو الاقتراب من كل ما هو مثالي والشذوذ هو الانحراف عن المثل العليا.

من الصعوبة الاعتماد على هذا المعيار في أحكامنا، ذلك أن المثالية ليست محددة تحديد دقيقاً، كما أننا كأشخاص لسنا بالمثاليين - حسب هذا المعيار - فكيف يمكننا الحكم على أشخاص آخرين بالمثالية أو غيرها.

ج - **المعيار الاجتماعي:** وهو شبيه بالاتجاه الاجتماعي في تفسير التوافق ويرى أن الشخص السوي هو الذي يساير قيم ومعايير مجتمعه والشاذ هو الذي يسير عكس ذلك.

لقد سبق وأن ذكرنا أن هذا - الاتجاه الاجتماعي - لا يمكن قبوله لكونه يعتمد على أحد شقي العملية التوافقية وهو المجتمع، ويقلل من قيمة الفرد بكل ما يملك من قدرات وإبداع، كما أنه ليس حتماً أن تكون قيم المجتمع ومعاييرها صالحة بل قد تكون هي نفسها فاسدة، زيادة على اختلافها من مجتمع لآخر.

د - **المعيار الباثولوجي (المرضى):** ويصنف الأشخاص حسب الأعراض الإكلينيكية التي تظهر لديهم، وهكذا فإن هذا المعيار يعتمد أساساً على الأعراض الإكلينيكية أي على الأشخاص الذين تظهر عليهم بعض الأعراض، وبمعنى آخر

فإنه يعتمد على الأشخاص غير المتوافقين أساساً، من هنا فإنه لا يستطيع أن يحدد الدرجة التي نقف عندها ونقول أن هذا السلوك سوى أو هذا شاذ.

وعلاوة على هذه المعيار الأربعة يضيف فرج عبد القادر طه. (فرج عبد القادر طه، 1988، ص24) المعيار الطبيعي.

هـ - المعيار الطبيعي: السواء حسب هذا المعيار كل ما يعتبر طبيعياً من الناحية الفيزيائية أو الإحصائية، والسلوك السوي هو الذي يساير الأهداف والشاذ هو الذي يناقضها.

وهكذا فإن هذا المعيار لا يختلف عن النظرة الاجتماعية والمثالية، ذلك أن ما هو طبيعي في مجتمع قد يكون غير ذلك في مجتمع آخر.

ويرى فرج عبد القادر طه أن المعيارين المثالي والإحصائي يعتبران أهم المعايير المستخدمة وأكثر قبولاً، وأشملاً في وصف السواء والشذوذ وأكثرها فائدة في الاستخدام التطبيقي في حياتنا اليومية. (فرج عبد القادر طه، 1988، ص24-26)

وبعد هذا العرض يمكن القول بأن الصعوبة في فهم الإنسان، وتباين سلوكه بين الحين والآخر، ونسبيته هي أهم العوامل التي أدت إلى ظهور كل هذه المعايير التي لم يتسم أي واحد منها بالشمولية والتكامل لذا يرى محمود أو النيل أنه لا يمكن استخدام محك واحد من المحكات السابقة في تشخيص اللاسواء، بل يوضع في الاعتبار هذه المحكات جميعاً عند التشخيص. (محمود السيد أبو النيل، 1984، ص44) وهذا ما يتيح لنا الإحاطة الكبيرة بالسلوكات المراد قياسها.

خاتمة:

وبعد هذا العرض حول عملية التوافق نصل إلى التأكيد على أهميتها وضرورتها في حياة الأفراد والجماعات علينا جميعاً الاهتمام بها والعمل على وجودها والقضاء على مظاهر سوء التوافق المنتشرة لإيجاد أجيال قادرة على التوافق مع متطلبات العصر المختلفة، ولن يتحقق هذا إلا بوسيلتين كما قال شافر لورنس وذلك بعلاج الاضطرابات الصغرى قبل أن تستفحل إلى درجة الخطورة، وتنظيم عوامل المؤثرة في الأفراد بحيث يصبحون أكثر قدرة على تحقيق الحل الملائم لمشكلاتهم التوافقية. (شافر لورنس، 1966، ص376). ولعل تنظيم العوامل

المؤثرة في الأفراد هي أقصر الطرق وأيسرها لتكوين الأجيال التي تنشدها المجتمعات الساعية إلى الازدهار والتقدم.

المراجع :

- 1- أحمد زكي بدوي: معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية، 1978.
- 2- أحمد عزت راجح: أصول علم النفس، ط10 المكتب المصري الحديث الاسكندرية، 1976.
- 3- جابر عبد الحميد جابر وسليمان الخصري الشيخ: دراسات نفسية في الشخصية العربية، ط1 عالم الكتب القاهرة 1978.
- 4- حامد عبد السلام زهران: الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط2 عالم الكتب القاهرة 1978.
- 5- حلمي المليجي وعبد المنعم المليجي: النمو النفسي دار النهضة العربية بيروت، 1973.
- 6- سعد جلال: المرجع في علم النفس، ط11 دار الفكر العربي القاهرة 1985.
- 7- سعد جلال: في الصحة العقلية دار المطبوعات الحديثة الإسكندرية، 1970.
- 8- سمية أحمد فهمي: مجالات الصحة النفسية في المدرسة، بحث منشور في حولية كلية البنات جامعة عين شمس، 1962.
- 9- شارلز سكينر (تأليف) ادمون عبد النور (ترجمة): أبحاث علم النفس في التربية والتعليم، الجامعة الأمريكية القاهرة، ب.ت.
- 10- شافر لورنس: علم النفس المرضي، فصل منشور في كتاب ميادين علم النفس، المجلد الأول، أشرف على ترجمته يوسف مراد، دار المعارف، القاهرة 1966.
- 11- صلاح مخيمر: الإيجابية كمعيار وحيد وأكد لتشخيص التوافق عند الراشدين، مكتبة الانجلو مصرية القاهرة 1984.
- 12- صموئيل ميغاريوس: الصحة النفسية والعمل المدرسي، ط1 مكتبة النهضة المصرية القاهرة، 1974.
- 13- عباس محمود عوض: الموجز في الصحة النفسية، ط1 دار المعارف الجمعية الإسكندرية 1984.
- 14- عثمان لييب فراج: أضواء على الشخصية والصحة العقلية، ط1 مكتبة النهضة المصرية القاهرة، 1970.
- 15- عطية محمود هنا وآخرون: الشخصية والصحة النفسية، مكتبة النهضة المصرية، 1958.
- 16- فائز على الحاج: الصحة النفسية، ط1 المكتب الإسلامي بيروت، 1984.
- 17- فرج عبد القادر طه: المجلد في علم النفس والشخصية والأمراض النفسية، ط1 الدار الفنية للنشر والتوزيع القاهرة، 1988.
- 18- فرج عبد القادر طه: سيكولوجية الشخصية المعوقة للإنتاج، ط1 مكتبة الخانجي القاهرة، 1980.
- 19- كمال الدسوقي: علم النفس ودراسة التوافق، ط2 دار النهضة العربية بيروت، 1976.
- 20- محمد عاطف غيث: قاموس علم الاجتماع ، الهيئة المصرية العامة للكتاب القاهرة، 1979.
- 21- محمود الزيايدي: أثر اختلاف النظم الجامعية في التوافق الدراسي للطلاب في قراءات علم النفس الاجتماعي الهيئة المصرية العامة للكتاب القاهرة، 1970.

- 22- محمود السيد أبو النيل: علم النفس الاجتماعي ج1، ط 3، الجهاز المركزي للكتب الجامعية، 1984.
- 23- مختار حمزة: أسس علم النفس الاجتماعي، ط8 دار البيان العربي جدة، 1982.
- 24- مصطفى فهمي: التكيف النفسي، ط1 مكتبة مصر القاهرة، 1978.
- 25- نجيب اسكندر إبراهيم وآخرون: الدراسة العلمية للسلوك الإنساني، ط2 مؤسسة المطبوعات الحديثة القاهرة، 1961.
- 26- نعيم الرفاعي: الصحة النفسية (دراسة في سيكولوجية التكيف)، ط2 مطبعة طربين دمشق، 1969.
- 27- Cartwright , D.S and Cartwright, C.Z: Psychological Adjustment behavior and the inner world, rand Macnally & Company Chicago, 1971.
- 28- Dawis V.R and Lofquist : A Psychology theory of work Adjustment Press minneapolis University of minesota , 1984
- 29 - Lazarus, S.R : Patterns of Adjustment, 3rd Edition Mc Graw Hill Kogakusha LTD, 1976
- 30 - Louis Kaplan : Foundations of Human Behavior , harpper row publishers, New York , 1965,
- 31 - Richard Cloutier : Psychologie de l'adolescence, Gaëtan Morin édition , Quebec : 1982,
- 32- Sandstorm C.T : Psychology of childhood and adolescence , 1979;
- 33- Shaffer, L.F and Shoben E.J : Psychology of Adjustment au approach through the study of healthy personality 1965
- 34- Sidney: M. Jourard : Personal Adjustment, An Approach through the sudy of healthy personality, Second Edition The mac millan company ,New York , 1963.