وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة غرداية

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس وعلوم التربية والارطوفونيا

الإتصال الأسري وعلاقته بالتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي

- دراسة ميدانية بثانوية هالي عبد الكريم بلدية قمار ولاية الوادي -

مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات نيل شهادة الماستر تخصص علم النفس العيادي

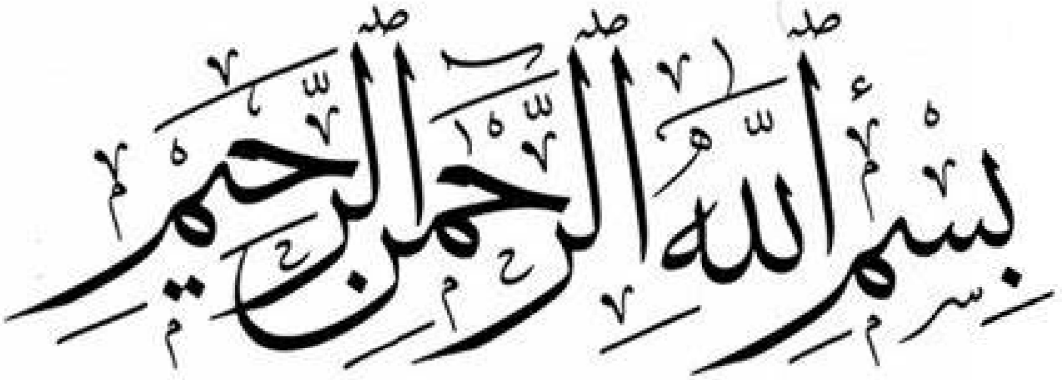
إعداد الطالبات:

- مريم العذراء دوقة
- سارة قويضي

إشراف الدكتور:

- جديد عبد الحميد

الموسم الجامعي: 2022 /2023 م


بسم الله الرحمن الرحيم

إهداء

نتقدم بإهداء هذا العمل إلى سندي وراية أملي وملجأي إلى الذي أفنى حياته من أجل أن ينير لنا الحياة "أبي"

إلى سكن الروح ومصدر القوة وحبيبة القلب وجنتي "أمي" أطال الله في عمرها

إلى إخوتنا الأعزاء حفظهم الله ورعاهم

والى صديقتنا المقربة وفقها الله

دوقة مريم العذراء

قويضي سارة

شكر وعرفان

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين نبينا مُحَمَّد صلى الله عليه وسلم وعلى آله وصحبه أجمعين، شكرا لله الذي من علينا ووفقنا لإنهاء هذا البحث العلمي.

نتوجه بالشكر إلى أستاذنا الفاضل "جديد عبد الحميد" والذي تفضل بالإشراف على هذا البحث وكان لتوجيهاته ونصائحه الأثر الكبير في إعداد هذا العمل فله كل التقدير والإمتنان.

دون أن ننسى أساتذتنا الكرام في قسم علم النفس جامعة غرداية وجامعة الوادي

كما نشكر ثانوية هالي عبد الكريم التي استقبلتنا لإجراء الدراسة الميدانية وتلاميذ الأولى ثانوي الذين قدموا يد المساعدة.

قال الله تعالى: "وآخر دعواهم أن الحمد لله رب العالمين"

دوقة مريم العذراء

قويضي سارة

ملخص:

تكمن أهمية الدراسة في كونها تركز على الاتصال الأسري لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي و تحاول التعرف على طبيعة العلاقة بينه وبين التوافق النفسي لديهم نظرا للمرحلة العمرية التي يمرون بها وهي مرحلة المراهقة.

تم الاعتماد على المنهج الوصفي في الدراسة للإجابة عن التساؤلات والكشف عن الفروق في مستوى الاتصال الأسري وفي مستوى التوافق النفسي بحسب بعض المتغيرات الديمغرافية (الجنس، التخصص) لدى عينة قوامها 150 تلميذ وتلميذة أختيروا بطريقة المسح الشامل، وتم تطبيق مقياسين على أفراد العينة مقياس الاتصال الأسري للدكتور "جديد عبد الحميد" ومقياس التوافق النفسي لـ"شقير زينب" وعولجت البيانات والمعطيات ببعض الأساليب الإحصائية وكانت النتائج كالتالي:

1-وجود مستوى متوسط من الاتصال الأسري لدى تلاميذ السنة الأولى الثانوي.

2-وجود مستوى متوسط من التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي.

3-توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاتصال الأسري والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوية.

4-**لا** توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس.

5-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير التخصص.

6-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس.

7-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تعزى الى متغير التخصص.

الكلمات المفتاحية: الاتصال الأسري، التوافق النفسي.

Summary:

The importance of the study lies in the fact that it focuses on family contact among first-year secondary students and tries to identify the nature of the relationship between it and their psychological compatibility due to the age stage they are going through, which is adolescence.

The descriptive approach was relied on in the study to answer questions and reveal differences in the level of family communication and in the level of psychological compatibility according to some demographic variables (gender, specialization) A sample of 150 male and female students selected by the comprehensive survey method, and two scales were applied to the sample members, the family communication scale of Dr. "Jadid Abdel Hamid" and the psychological compatibility scale of "Choucair Zeinab", and the data and data were treated with some statistical methods and the results were as follows:

1-The existence of an average level of family contact among students of the first year of secondary school.

2-The presence of an average level of psychological compatibility among first year secondary students.

3-There is a statistically significant relationship between family contact and psychological compatibility among students of the first year of secondary school.

4-There were no statistically significant differences in the level of family contact among the study sample attributed to the gender variable.

5-There were no statistically significant differences in the level of family contact among the study sample attributed to the specialization variable.

6-There were no statistically significant differences in the level of psychological compatibility among the study sample attributed to the gender variable.

7-There are no statistically significant differences in the level of psychological compatibility among the study sample attributed to the specialization variable.

Keywords: family contact, psychological adjustment.

العنوان	الصفحة
- **إهداء**	أ
- شكر و عرفان.	**ب**
أ- ملخص الدراسة	د
ب- فهرس المحتويات	هـ
ت- فهرس الجداول	ح
ث- مقدمة	1
- **الفصل الأول : الفصل التمهيدي**	
1- إشكالية الدراسة	4
2- تساؤلات الدراسة	6
3- فرضيات الدراسة	6
4- أهمية الدراسة	7
5- أهداف الدراسة	7
6- التعريفات الإجرائية لمتغيرات الدراسة	8
7- الدراسات السابقة	9
- **الفصل الثاني: الاتصال الأسري**	
1- تمهيد	18
2- تعريف الاتصال	18
3- تعريف الاتصال الأسري	19
4- نظريات الاتصال الأسري	20
5- أشكال الاتصال الأسري	21
6- أساليب الاتصال الأسري	23
7- أهمية الاتصال الأسري	25
8- ضوابط الاتصال الأسري	26

9- عوامل غياب الاتصال الأسري	26
10- آثار غياب الاتصال الأسري	27
11- أسس تدعيم استراتيجيات التواصل داخل الأسرة	28
12- خلاصة الفصل	31
- **الفصل الثالث: التوافق النفسي**	
1-تمهيد	31
2-تعريف التوافق	31
3-تعريف التوافق النفسي	31
4-نظريات التوافق النفسي	32
5-معايير التوافق النفسي	35
6-أبعاد ومجالات التوافق النفسي	36
7-العوامل التي تحسن من التوافق النفسي	37
8-مؤشرات ومظاهر التوافق النفسي	39
9-العوامل التي تعيق التوافق النفسي	39
10- سوء التوافق	40
11- دور الأسرة في إحداث التوافق النفسي	41
12- خلاصة الفصل	43
- **الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة**	
1-تمهيد	45
2-منهج الدراسة	45
3-مجتمع الدراسة	45
4-حدود الدراسة	46
5-الدراسة الاستطلاعية	46
6-أدوات الدراسة	47

7-عينة الدراسة	61
8-الأساليب الإحصائية	62
9-خلاصة الفصل	64
- **الفصل الخامس: عرض وتحليل نتائج الدراسة**	
1-تمهيد	66
2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى	66
3-عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية	68
4-عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة	70
5-عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة	71
6-عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة	72
7-عرض وتحليل نتائج الفرضية السادسة	73
8-عرض وتحليل نتائج الفرضية السابعة	74
- الاستنتاج العام	75
- قائمة المراجع	79
- قائمة الملاحق	I

فهرس الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
1	يوضح توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية بحسب الجنس	46
2	يوضح توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية بحسب التخصص	47
3	يوضح تقسيم الفقرات على الأبعاد واتجاه كل فقرة لمقياس الاتصال الأسري	47
4	يوضح بدائل الإجابة على المقياس ووزن كل بديل	48
5	الصدق التمييزي للبند لبعد مهارات الإصغاء الفعال	49
6	الصدق التمييزي للبند لبعد مهارات دعم وتقوية الميكانزمات التكيفيه	50
7	الصدق التمييزي للبند لبعد مهارات تنمية الخبرة الانفعالية	51
8	الصدق التمييزي للبند لبعد مهارات الاتصال البين شخصية	52
9	والصدق التمييزي للبند لبعد مهارات إعادة تركيب الأسرة	53
10	يوضح ثبات ألفا –كرونباخ لمقياس الاتصال الأسري	54
11	يوضح تقسيم الفقرات على الأبعاد واتجاه كل فقرة لمقياس التوافق النفسي	55
12	الصدق التمييزي للبند لبعد التوافق الشخصي والانفعالي	56
13	الصدق التمييزي للبند لبعد التوافق الصحي والجسمي	57
14	الصدق التمييزي للبند لبعد التوافق الأسري	58
15	الصدق التمييزي للبند لبعد التوافق الاجتماعي	59
16	يوضح ثبات ألفا –كرونباخ لمقياس التوافق النفسي	61
17	يوضح تقسيم العينة الأساسية بحسب الجنس	62
18	يوضح تقسيم العينة الأساسية بحسب التخصص	62
19	يوضح مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة	66
20	يوضح مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة	68

21	يوضح العلاقة بين الاتصال الأسري والتوافق النفسي	70
22	يوضح الفرق في مستوى الاتصال الأسري بحسب الجنس	71
23	يوضح الفرق في مستوى الاتصال الأسري بحسب التخصص	72
24	يوضح الفرق في مستوى التوافق النفسي بحسب الجنس	73
25	يوضح الفرق في مستوى التوافق النفسي بحسب التخصص	74

فهرس الملاحق

الرقم	العنوان	الصفحة
1	استبيان الاتصال الأسري	ط
2	استبيان التوافق النفسي	ط
3	النتائج المستخرجة بـ: SPSS	ط

مقدمة

تعتبر الأسرة الخلية الأساسية في المجتمع لأن نشأتها وتطورها ثمرة من ثمرات الحياة الاجتماعية فكلما كانت الأسرة مستقرة ومتزنة وناجحة ينعكس بالإيجاب على المجتمع وكلما انفصلت وفشلت فسد المجتمع، ومن خلالها يتعرف الإنسان على غرائزه ودوافعه الطبيعية وانفعالاته الاجتماعية ولا يمكن أن تعتبر الأسرة ناجحة إلا إذا توفرت على الاتصال والذي يقوم على أساس أن التعبير على الفكرة لا يقل أهمية على الفكرة نفسها فالاتصال تبادل للآراء والمعارف والقيم بهدف تحقيق نوع من أنواع التفاهم المشترك وتحقيق التوافق النفسي لجميع أفراد الأسرة وخاصة للمراهق لأنها تعتبر مرحلة حساسة وصعبة لعدم قدرته على إحداث التوازن بين رغباته ومتطلبات مجتمعه.

ويعتبر الإتصال بمثابة القلب لأي نسق لأن عملية الاتصال التي تقوم بها الأسرة مهمة جدا للوصول إلى التوافق والتفاهم بين أفرادها ولاستمرار ترابطهم ومنع حدوث أي تصدع أو انفصال للأسرة، حيث يعد حياتها و المحور الأساسي لتفاعلاتها، لأنه لا يوضح خصائص و سمات النسق الأسري فقط بل يحدد أيضا طبيعة العلاقات الموجودة داخله.

وبناءا مما سبق سنسعى في هذه الدراسة إلى التعرف على علاقة الاتصال الأسري بالتوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي، وتهدف هذه الدراسة إلى تسليط الضوء على موضوع الاتصال الأسري والتعريف به للاستفادة منه في التعامل مع المشكلات الأسرية وأهميته في اتزان وزيادة التوافق النفسي لدى المراهقين، وقسمت هذه الدراسة إلى خمسة فصول رئيسية متمثلة في:

الفصل الأول: وهو مدخل للدراسة يتضمن إشكالية الدراسة وفرضياتها يتم التحقق منها لاحقا،كذلك أهداف وأهمية الدراسة، وتطرقنا إلى المفاهيم الإجرائية لمتغيرات الدراسة وأهم الدراسات السابقة.

الفصل الثاني: يشمل الاتصال الأسري والذي يتضمن على تعريف الاتصال بشكل عام ومن ثم تعريف الاتصال الأسري بشكل خاص، وأهم النظريات المفسرة له،كذلك أشكال وأساليب الاتصال الأسري، أيضا أهمية الاتصال الأسري، تحدثنا أيضا في هذا الفصل عن ضوابط الاتصال

الأسري وماهي العوامل التي تسبب غياب الاتصال الأسري وماهي الآثار التي يتركها غياب الاتصال الأسري وفي الأخير تطرقنا لبعض الأسس التي تدعم استراتيجيات الاتصال داخل الأسرة.

الفصل الثالث: قد تضمن هذا الفصل على التوافق النفسي حيث تطرقنا أولا إلى تعريف التوافق ومن ثم تعريف التوافق النفسي، وأهم النظريات المفسرة للتوافق النفسي وتحدثنا عن معايير التوافق النفسي وأبعاده ومجالاته، وبينا العوامل التي تحسن من التوافق النفسي وماهي المؤشرات و المظاهر التي تظهر في التوافق النفسي، وبينا أيضا العوامل التي تعيق التوافق النفسي وكيف يظهر سوء التوافق، وأخيرا تطرقنا لدور الأسرة في إحداث التوافق النفسي.

الفصل الرابع: وقد تضمن الإجراءات المنهجية للدراسة بدأنا أولا بمنهج الدراسة، ثم مجتمع الدراسة، كذلك تطرقنا حدود الدراسة، وتحدثنا عن الدراسة الاستطلاعية والأدوات المستخدمة فيها الخصائص السيكومترية لكل أداة، ثم عينة الدراسة الأساسية وأخيرا تطرقنا للأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.

الفصل الخامس: وهو الفصل الخاص بعرض وتفسير نتائج الدراسة، ومن ثم تحليلها ومناقشتها بحسب الدراسات السابقة.

وفي الأخير قمنا بعرض الاستنتاج العام والمقترحات والمراجع المستعملة والملاحق الخاصة بالدراسة.

الفصل التمهيدي

1- **إشكالية الدراسة**
2- **تساؤلات الدراسة**
3- **فرضيات الدراسة**
4- **أهمية الدراسة**
5- **أهداف الدراسة**
6- **المفاهيم الإجرائية لمتغيرات الدراسة**
7- **الدراسات السابقة**

الإشكالية:

تعد الأسرة مسؤولة عن تربية الأبناء في كافة المراحل العمرية وخاصة مرحلة المراهقة لأن لها أهمية كبيرة في حياة الإنسان فهي نقطة تحول من الطفولة إلى فترة الرشد والبلوغ، وتتميز هذه الفترة بأنها معقدة وتحدث فيها تغيرات نفسية وذهنية وعضوية، ويكون دور الوالدين في هذه الفترة مهم لأنهما العمودان الأساسيان لاتزان شخصية الأبناء فمن خلال اتصال الوالدين مع بعضهما أو خلق الحوار مع الابن تكون الأسرة متماسكة، لذا يرى هوسر: "أن اضطراب الاتصال يكون سبب أساسي في اكتساب الأبناء خاصة في مرحلة المراهقة الاستعداد والميل للجناح بل والقيام بالسلوكيات الجانحة المضادة للمجتمع." (فراح وهيبة، 2012، ص9)

ولا تعتبر الأسرة ناجحة إلا إذا توفرت على عملية الاتصال والتفاعل بين أفرادها وأي مؤثر سلبي يطرأ على عملية الاتصال يسبب في وصول الرسالة مشوهة ويحدث تصدع وانفصال بين أفراد الأسرة، فبمجرد تفسير كل فرد الرسالة بطريقته الخاصة سواء بطريقة الوالدين الغير مبررة كضرب الأب ابنه المراهق نتيجة خوفه عليه أو استجابة التواصل نتيجة خبراته السابقة فيتعامل الأب أو الأم مع ابنهم المراهق بنموذج حياتهم في الماضي، ومن هنا يحدث اختلال وظيفي في الأسرة يسبب اضطرابات نفسية تنتج عنها عدم توازن هذه الأسرة والمناخ الوجداني الغير سوي و يؤدي أحيانا إلى الموت الوجداني بين أفراد الأسرة، فتؤثر هذه الاضطرابات خاصة على المراهق فقد يسبب له انحرافات كالإدمان ومشاكل نفسية كسوء التوافق النفسي.

إن الاتصال داخل الأسرة يقوي التوافق النفسي لدى المراهق لأنه يحاول الموازنة بين دوافعه ومتطلبات المجتمع، فالتوافق ضرورة لا بد منها على المستوى النفسي وهو صعب التحقيق خاصة على المراهقين لأنها تعتبر مرحلة انتقالية وتحدث فيها الكثير من المشاكل التي يواجهها الأفراد كالشعور والإحساس بصعوبة التوفيق بين ذاته وحاجاته فعدم القدرة على التكيف في هذه المرحلة يحدث تهديدا في توازن التوافق النفسي فيجد صعوبة في التعود على التغيرات النفسية والعضوية التي تحدث له فتأتي على شكل خوف وتوتر وقلق شديد تشمل جوانب تفكيره مما تؤثر على توافقه النفسي ويظهر على سلوكه كعدم القدرة على التركيز والشك في قدراته وعدم الثقة في نفسه فهي تعتبر أزمة نفسية وانفعالية، وقد أشار فروجة بمثال: "التلاميذ سيئوا التوافق يعانون من التوتر النفسي

الدائم وهذا ما يظهر من خلال سلوكاتهم وتصرفاتهم كممارسة العنف والعدوانية وفقدان الثقة بالنفس ثم الانعزال عن الزملاء والغياب المستمر عن الدراسة، لعدم قدرته على مواجهة المواقف التعليمية". (فروجة بلحاج،2011، ص6)

وهذا ما أكدته دراسة فراح وهيبة (2012) بعنوان الاتصال بين الوالدين وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي للمراهق وخلصت الدراسة للنتائج التالية: هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة وقوية بين الاتصال الوالدي واعتماد المراهق على نفسه وبين الاتصال الوالدي وإحساس المراهق بقيمته الذاتية وبين الاتصال الوالدي وشعور المراهق بالحرية.

وأشارت أيضا دراسة عباد مُحَمَّد بعنوان علاقة الاتصال بين الوالدين بتحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهق المتمدرس وخلصت الدراسة للنتائج التالية: وجود علاقة قوية موجبة وارتباطا وثيقا بين كل من محاور التوافق النفسي الاجتماعي واتجاهات المراهق نحو الدراسة وعدم وجود فروق تذكر بين الذكور والإناث.

وأشارت أيضا دراسة جديد عبد الحميد وآخرين (2018) بعنوان مستوى الاتصال ومظاهر الانتقال من عصر الأدوار إلى عصر العلاقات وخلصت الدراسة للنتائج التالية: وجود مستوى مرتفع من مهارات الاتصال الأسري لدى الآباء وعدم وجود فروق في كل المتغيرات الديمغرافية.

وهذا ما أكدته دراسة بوشلالق نادية (2013) بعنوان الاتصال الأسري ودوره في تفعيل العلاقات داخل الأسرة وخلصت الدراسة للنتائج التالية: كل ما كان الاتصال الإيجابي لدى الأزواج مرتفعا كلما زاد الرضا عن علاقات الأزواج بعد خمس سنوات ونص.

ومما سبق تحاول هذه الدراسة الكشف عن علاقة بين الاتصال الأسري والتوافق النفسي لدى تلاميذ الأولى ثانوي باعتبارهم تلاميذ انتقلوا حديثا من مرحلة التعليم المتوسط إلى مرحلة التعليم الثانوي وهذه الفترة العمرية توافق فترة المراهقة التي لها من الخصائص التالية كالصراع الداخلي الذي يمر به المراهق بين الاستقلال أو الاعتماد عن الأسرة وكذلك عدم مشاركة أهله الحوار على اعتبار أنهم لا يستطيعون فهمه، أيضا التدليل الزائد والقسوة الزائدة يؤديان إلى شعور المراهق بالاعتماد على الآخرين في حل مشكلاته.

وعلى هذا الأساس يمكن طرح التساؤلات التالية:

1- تساؤلات الدراسة:

- **التساؤلات العامة:**

- ما مستوى الاتصال الأسري لدى تلاميذ السنة الأولى الثانوي؟
- ما مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي ؟
- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاتصال الأسري والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي ؟

- **التساؤلات الفرعية:**

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير التخصص؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير التخصص؟

2- فرضيات البحث:

- **الفرضية العامة:**

1- نتوقع مستوى متوسط من الاتصال الأسري لدى تلاميذ السنة الأولى الثانوي.

2- نتوقع مستوى متوسط التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي.

3- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاتصال الأسري والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوية.

- **الفرضيات الفرعية:**

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير التخصص.

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس.

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير التخصص.

3-أهمية الدراسة:

- تعتبر أهمية البحث في الكشف عن علاقة الاتصال الأسري بالتوافق النفسي وذلك بتطبيق هذه الدراسة على عينة من المراهقين المتمدرسين.
- دراسة عملية الاتصال داخل الأسرة توفر معلومات تساعد الأخصائي النفسي لوضع استراتيجيات لتحسين الاتصال داخل الأسرة.
- تساعد نتائج هذه الدراسة لأدراك الآباء لمشاكل أبنائهم.

4- أهداف الدراسة:

- التعرف على مستوى الاتصال الأسري لدى تلاميذ السنة الأولى الثانوي.
- التعرف على مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي .
- الكشف عن علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاتصال الأسري والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي.
- الكشف وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس.
- الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير التخصص.

- معرفة ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس.

– محاولة الكشف عن فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير التخصص.

5– المفاهيم الإجرائية:

يعتبر تحديد المفاهيم الإجرائية للدراسة جزءا مهما من عملية البحث أو الدراسة فهي تساعد الباحث على فهم موضوع بحثه أو دراسته بشكل أعمق.

الاتصال الأسري:

الاتصال هو القدرة على الاستماع والانتباه والإدراك والاستجابة اللفظية والغير لفظية وهو مهارة يمكن أن يتعلمها معظم الناس. والاتصال الأسري هو " التفاعل بين أفراد الأسرة الواحدة عن طريق المناقشة، والحديث عن كل ما يتعلق بشؤون الأسرة من أهداف وعقبات، ويتم وضع حلول لها، وذلك بتبادل الأفكار والآراء الجماعية حول محاور عدة مما يؤدي إلى خلق الألفة". (عبد الحميد جديد، 2018، ص71)

والذي يعبر عنه في الدراسة الحالية بالدرجة الكلية التي يتحصل عليها التلميذ في مقياس الاتصال الأسري والمتمثل في الأبعاد الآتية:

– **فنية الإصغاء الفعال** : هو الانتباه الكامل للمتحدث مع متابعة ما يحدث من اتصال بنوعيه اللفظي والغير لفظي والتقاط ما وراء كلمات المتحدث.

– **فنيات دعم وتقوية الميكانزمات التكيفيه:** هي أساليب تستخدم مع الأسر تمر بمعانات أو أزمة والمتضمنة الفهم التعاطفي والإصغاء والاهتمام، وتقديم التغذية الراجعة للميكانزمات التكيفيه أو التثقيف المتعلق بالدفاعات السيئة و التي لا تساعد على التكيف، إضافة إلى النصيحة المقدمة في الوقت المناسب. (سهيلة بنات، 2013 ، ص 115).

– **فنيات تنمية الخبرة الانفعالية:** هي مجموعة من الفنيات المستخدمة لمساعدة الأسرة على الوعي بخبرتهم الانفعالية وتنميتها، تميل إلى التركيز على ما يعرف بالخبرة الانفعالية (هنا و ألان) داخل الجلسة الإرشادية أن هذه الفنية مصممة لخفض القلق و التحكم بردود الفعل الانفعالية.

– **فنيات تطوير المهارات البين شخصية** : تهتم هذه الفنية بتعليم الأسرة مهارات الاتصال ومهارات حل المشكلات وإدارة الصراع والغضب، وذلك باستخدام العديد من الفنيات يمكن أن تطبق مع أفراد الأسرة لمساعدتهم على التركيز وبناء مهارات الاتصال المستخدمة مع بعضهم بعضا خاصة ، فنيات الإصغاء و التي تتضمن إعادة صياغة محتوى الرسائل اللفظية بكلمات المستمع الخاصة، وكذا أخذ الدور للتعبير عن المشاعر، وعكس المشاعر، وممارسة العصف الذهني المتحرر من إصدار الأحكام.

– **فنيات إعادة تنظيم وتركيب الأسرة**: هي تكنيكات التي تساعد المرشد على إحداث تغير في الأسرة وإعادة تنظيم العلاقات الأسرية و التي تتضمن تقنية إعادة التسمية والتفعيل. ". (عبد الحميد جديد، 2018، ص12-13)

التوافق النفسي:

يقصد بالتوافق النفسي "التغيرات التكيفية التي تحدث في سلوك الفرد كاستجابة للمواقف الجديدة، ونعني بذلك على وجه الخصوص المظاهر الذاتية للتوافق –الخاصة بالفرد—كدرجة رضا الفرد وثقته بنفسه و الشعور بالأمن و القيمة الذاتية و إشباع الحاجات. (بلحاج فروجة، 2011، ص13)

والذي يعبر عنه في الدراسة الحالية بالدرجة الكلية التي يتحصل عليها التلميذ في مقياس التوافق النفسي والمتمثل في الأبعاد الآتية :

- التوافق الشخصي والانفعالي.
- التوافق الصحي والجسمي.
- التوافق الأسري.
- التوافق الاجتماعي.

6– الدراسات السابقة:

– عمر يوسف زيدان رهام (2007/2006):

العنوان: علاقة التوافق النفسي بالتحصيل الدراسي لدى الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات في المرحلة المتوسطة.

وتهدف الدراسة إلى الكشف عن مستوى التوافق النفسي لدى الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات في المرحلة المتوسطة ومعرفة العلاقة بين متغير التوافق النفسي و متغير التحصيل الدراسي للطالبات.

استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي وتكونت عينة الدراسة من 200 طالبة اختيرت الطالبات المتفوقات بطريقة مقصودة ممن حصلت على معدل درجات (90%) واختيرت الطالبات غبر المتفوقات بطريقة عشوائية من بين الطالبات اللواتي حصلت على معدل درجات (60% لغاية 89%) واستخدم عليها مقياس التوافق النفسي واستمارة التحصيل الدراسي، وقد توصلت الدراسة للنتائج التالية:

- وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) بين مجموعتي طالبات المتفوقات وغير متفوقات في التوافق النفسي لصالح مجموعة الطالبات المتفوقات.
- وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) بين متغير التوافق النفسي ومتغير تحصيل الطالبات الدراسي (متفوقات / غير متفوقات).
- وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) بين متوسطات درجات الطالبات المتفوقات بالتوافق النفسي تبعا لتغير الصف الدراسي لصالح مجموعتي الصفين الثاني و الثالث مقابل مجموعة الصف الأول .
- لا يوجد فروق دالة إحصائيا عند متوسط (0.01) بين متوسطات درجات الطالبات غير المتفوقات في التوافق النفسي تبعا لمتغيرات الصف الدراسي.
- **دراسة بلحاج فروجة (2011):**

العنوان: التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق.

تهدف الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التوافق النفسي الاجتماعي والدافعية للتعلم لدى المراهقين المتمدرسين في التعليم الثانوي.

استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي على عينة قوامها 320 مراهق متمدرس في التعليم الثانوي وتحصل الباحث على هذه العينة عن طريق مسح ستة ثانويات واستخدم عليها اختبار الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية ومقياس الدافعية للتعلم، وقد توصلت الدراسة للنتائج التالية:

- توجد علاقة بين التوافق النفسي الاجتماعي والدافعية للتعلم لدى المراهقين المتمدرسين في التعليم الثانوي.
- عدم وجود فرق بين الإناث والذكور في ما يخص درجات التوافق النفسي الاجتماعي.
- **دراسة فراح وهيبة (2012/2011):**

العنوان: الاتصال بين الوالدين وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي للمراهق.

استخدمت الدراسة المنهج الوصفي على عينة قوامها 300 مراهق من طلاب الصف الأول والثاني والثالث ثانوي واستخدم عليها مقياس التوافق النفسي الاجتماعي ومقياس الاتصال لوالديه كي يجيبا عليه، وقد توصلت الدراسة للنتائج التالية:

- هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة وقوية بين الاتصال الوالدي وإحساس المراهق بقيمته الذاتية.
- هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة وقوية بين الاتصال الوالدي وتحرر المراهق من الميل للانفراد.
- هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة وقوية بين الاتصال الوالدي وخلو المراهق من الأعراض العصابية.
- هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة وقوية بين الاتصال الوالدي واكتساب المراهق للمهارات الاجتماعية.
- **دراسة معاش حياة (2013/2012):**

العنوان: مستوى الاتجاهات نحو المدرسة وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي.

تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الاتجاهات نحو المدرسة بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي على عينة قوامها 196 تلميذا وتلميذة اختيروا بطريقة عشوائية طبقية واستخدم عليها مقياس الاتجاهات نحو المدرسة إضافة إلى مقياس لتوافق النفسي الاجتماعي، وقد توصلت الدراسة للنتائج التالية:

- لا توجد فروق بين الإناث والذكور في الاتجاهات نحو المدرسة لدى تلاميذ التعليم الثانوي.
- هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الاتجاهات نحو المدرسة والتوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ التعليم الثانوي.

- **دراسة طالحي هجيرة (2013/2012):**

العنوان: ممارسة السلطة الوالدية داخل الأسرة وانعكاسها على التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق.

تهدف الدراسة إلى الكشف عن نماذج ممارسة السلطة التربوية الوالدية ووقائع وحقائق يومية نعايشها جميعا ونتوافق معها، والكشف عن نماذج السلطة الوالدية التي يحتمل أن تكون لها علاقة بالتوافق النفسي الإيجابي أو السلبي للأبناء في مرحلة تعليمهم الثانوي ومن ثم توعية الآباء على إتباع وتفادي هذه النماذج في عملية الرعاية التربوية.

استخدمت الدراسة المنهج الوصفي على عينة قوامها 150 مراهق اختيروا بطريقة عشوائية واستخدم عليها مقياس التوافق النفسي والاجتماعي واستبيان معد من طرف الطالبة لقياس نماذج السلطة الوالدية، وقد توصلت الدراسة للنتائج التالية:

- توجد علاقة ارتباطية بين ممارسة الوالدين للسلطة المرنة والتوافق النفسي الاجتماعي للمراهق في الأسرة.
- توجد علاقة ارتباطية بين ممارسة الوالدين للسلطة المتشددة والتوافق النفسي الاجتماعي للمراهق في الأسرة.
- لا يوجد فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في التوافق النفسي عند أفراد المجموعة.
- لا يوجد فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في التوافق الاجتماعي عند أفراد المجموعة.

- **دراسة سهير إبراهيم مُحَمَّد إبراهيم (2013):**

العنوان: العلاقة بين شبكة الاتصال داخل الأسرة وبين اختيار المراهقين لجماعة الرفاق غير السوية.

تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين شبكة الاتصال داخل الأسرة وبين اختيار المراهقين لجماعة الرفاق غير سوية.

وتكونت عينة الدراسة من 230 تلميذ وتلميذة من تلاميذ الصف الأولى الثانوي واستخدم عليها مقياس شبكة الاتصال داخل الأسرة ومقياس سلوك الاجتماعي للتلاميذ من وجهة نظر التلميذ ومقياس الصداقة للتلميذ واستمارة التوصيف الأسري واستمارة المستوى الاجتماعي الاقتصادي، وقد توصلت الدراسة للنتائج التالية:

- تختلف سلوكيات الأبناء المراهقين (مرغوبة/ غير مرغوبة) باختلاف أساليب الاتصال السائدة في الأسرة (ديمقراطي/ تسلطي/ تساهلي)
- تختلف بوجه عام السلوكيات المرغوبة لدى كل عينتي الذكور والإناث.
- هناك اختلاف نوعي في سلوكيات غير المرغوبة لكل من عينتي الذكور والإناث.
- لا تختلف سلوكيات المراهق (مرغوبة/ غير مرغوبة) مع سلوكيات جماعة الرفاق.
- لا تختلف العلاقة بين أساليب الاتصال السائدة في الأسر المصرية موضوع الدراسة وبين اختيار المراهقين لجماعة الرفاق ذات السلوكيات المرغوبة وغير المرغوبة باختلاف الجنس، المستوى الاجتماعي الاقتصادي، عمل الأم، غياب احد الوالدين أو كلاهما.

- **دراسة سميرة تابت (2013):**

العنوان:" أسس دعم التواصل الأسري"

مداخلة في ملتقى الوطني الثاني حول الاتصال وجودة الحياة في الأسرة، وهي عبارة عن مداخلة نظرية حاولت الباحثة من خلالها توضيح أهم العناصر التي من شأنها تبيين أسس دعم التواصل الأسري، بمعنى الاستراتيجيات المعتمدة لإيجاد أرضية للتواصل داخل الأسرة، وقد انطلقت من التساؤل التالي : كيف يمكن لنا أن نصل إلى تحقيق تواصل كاف ليكون رافدا من روافد السعادة في بيوتنا ؟

وخلصت الباحثة إلى أن الاتصال داخل الأسرة هو عبارة عن استعمال لغة الحوار بمشاركة جميع أعضاء الأسرة، ومن خلاله نستطيع بناء أرضية للتفاهم بينهم، كما أكدت على ضرورة فتح مراكز للإرشاد الأسري من اجل مساعدة الأسر على فهم أسس دعم التواصل الأسري.

- **شيماء مبارك ، شياب مُحَّد الأمين (2013) :**

العنوان: " التواصل الأسري ودوره وفي تنمية قيم المواطنة

" مداخلة في ملتقى الوطني الثاني حول الاتصال وجودة الحياة في الأسرة، وهي مداخلة نظرية هدفت إلى إبراز دور التواصل الأسري في تنمية قيم المواطنة، من خلال تعريف التواصل الأسري وتحديد الآليات وطرق تحقيق التماسك الأسري ، وبناء قيم المواطنة وترسيخها من خلال المحاورة والمشاركة و الانتماء، لبناء المجتمعات المتحضرة ذات علاقات متبادلة بين الأفراد والمؤسسات والخالية من السلوكات المنحرفة والمعبرة عن الباتولوجيا الاجتماعية التي تهدد الأفراد والأسر على حد سواء.

- **نادية بوشلاق (2013) :**

العنوان: " الاتصال الأسري ودوره في تفعيل العلاقات داخل الأسرة"

مداخلة في ملتقى الوطني الثاني حول الاتصال وجودة الحياة في الأسرة، وهي مداخلة نظرية بينت الباحثة من خلالها الدور الكبير والمهم الذي يلعبه الاتصال الأسري في تفعيل العلاقات داخل الأسرة، من خلال طرح بعض الاستراتيجيات التي تتبعها الأسر لبناء اتصال أسري فعال، والمتمثلة في إيجاد وقت كافي لكي تجتمع فيه الأسرة، والتواصل بوضوح وبشكل مباشر، الاستماع بفاعلية ، الانتباه إلى الرسائل الغير الشفوية، التقييم الأسري.

- **دراسة جديد عبد الحميد (2018):**

العنوان: مستوى الاتصال الأسري ومظاهر الانتقال من عصر الأدوار إلى عصر العلاقات.

استخدمت الدراسة المنهج التجريبي على عينة قوامها 300 أب وأم اختيروا بطريقة عشوائية واستخدم عليها مقياس تم بناؤه من قبل الباحث خاص بمهارات الاتصال الأسري، وقد توصلت الدراسة للنتائج التالية:

- وجود مستوى مرتفع من مهارات الاتصال الأسري لدى الآباء.

- عدم وجود فروق في كل المتغيرات الديموغرافية بحسب متوسط درجات مهارات الاتصال الأسري.

التعقيب على الدراسات السابقة:

- الدراسات المتعلقة بالاتصال الأسري وعلاقته بالمتغيرات الأخرى:

من حيث الهدف: تحدثت الدراسات عن الاتصال الأسري وعلاقته بمتغيرات أخرى بهدف الإجابة عن التساؤلات المطروحة.

من حيث العينة: تشابهت الدراسة الحالية مع معظم الدراسات السابقة من حيث العينة المدروسة مثل دراسة سهير إبراهيم مُحَمَّد إبراهيم (2013) ودراسة فراح وهيبة(2012/2011) وكانت العينة التلاميذ المراهقين، واختلفت عينة دراسة جديد عبد الحميد فقط اختار الآباء والأمهات.

من حيث الأداة: استخدمت الدراسة الحالية مقياس الاتصال الأسري وهناك دراسات ركزت على البرنامج الإرشادي في الاتصال الأسري كدراسة جديد عبد الحميد (2018).

من حيث المنهج: استخدمت الدراسة الحالية المنهج الوصفي من أجل إيجاد إجابات للتساؤلات المطروحة وتشابهت الدراسة من حيث المنهج مع بعض الدراسات السابقة والبعض الآخر أختار المنهج التجريبي والمنهج الوصفي التحليلي.

- الدراسات المتعلقة بالتوافق النفسي وعلاقته بالمتغيرات الأخرى:

من حيث الهدف: تحدثت الدراسات عن التوافق النفسي وعلاقته بمتغيرات أخرى بهدف الإجابة عن التساؤلات المطروحة.

من حيث العينة: تشابهت الدراسة الحالية مع كل الدراسات السابقة من حيث العينة المدروسة مثل دراسة بلحاج فروجة(2011) ودراسة طالحي هجيرة (2013/2012) وكانت العينة التلاميذ المراهقين.

من حيث الأداة: تشابهت الدراسة الحالية مع كل الدراسات السابقة من حيث الأداة وهو مقياس التوافق النفسي مثل دراسة معاش حياة (2013/2012) ودراسة عمر يوسف زيدان رهام (2007/2006) إلا دراسة بلحاج فروجة الذي استخدم اختبار الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية.

من حيث المنهج: تشابهت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة من حيث استخدام المنهج الوصفي من أجل إيجاد إجابات للتساؤلات المطروحة إلا بعض الدراسات استخدمت المنهج الوصفي التحليلي.

الإتصال الأسري

تمهيد

1- **تعريف الاتصال**
2- **تعريف الاتصال الأسري**
3- **أشكال الاتصال الأسري**
4- **أساليب الاتصال الأسري**
5- **أهمية الاتصال الأسري**
6- **ضوابط الاتصال الأسري**
7- **عوامل غياب الاتصال الأسري**
8- **آثار غياب الاتصال الأسري**
9- **أسس تدعيم إستراتيجيات التواصل داخل الأسرة**

خلاصة الفصل

تمهيد:

الاتصال هو القاعدة الأساسية التي تنمو بها الأسرة فنجاحها مرتبط بالتفاعل الايجابي الذي يخلق جوا يسمح لأفراد الأسرة التعبير عن اختلافاتهم وآرائهم وأيضا عن حبهم وإعجابهم ببعضهم البعض، أما إذا كان الاتصال قليل أو منعدم فقد يتسبب بالتفكك الأسري الذي ينتج عنه بعض الاضطرابات النفسية التي قد يعاني منها أفراد الأسرة.

ومن أجل التعرف أكثر على الاتصال الأسري تطرقنا في هذا الفصل إلى وتعريف وأساليب وأشكال الاتصال الأسري وأهم العناصر الأساسية التي تساعد في الدراسة.

1- تعريف الاتصال:

هو العملية التي يتم عن طريقها تكوين العلاقات بين أعضاء المجتمع سواء كان صغيرة أو كبيرة ويتبادل المعلومات والأفكار فيما بينهم، وهو عملية أساسية في حياة المجتمع، ويدخل ضمن هذه العملية كل ما يتعلق بانتقال الأفكار والمعلومات من فرد لآخر أو من جماعة لأخرى سواء ذات طبيعة اجتماعية أو ثقافية أو عكسية. (سليمان سناء محمد، 2014، ص26)

هو عملية نقل انطباع أو تأثير من منطقة إلى أخرى أي من فرد إلى آخر أو من البيئة إلى الفرد وذلك من خلال عدة أساليب جوهرها الكلام واستخدام الحواس التي تشعر الآخرين بالاهتمام يركز هذا التعريف على أهمية اللغة المنطوقة والمرئية، حيث تثير لدى المستقبل الشعور بأهمية ما يقوله وما يبديه. (رويم فائزة، 2005، ص17)

يعرف كلود شانون الإتصال ويحدد من خلال تشبيهه بالاتصال الهاتفي، حيث تكون عناصر الإتصال مؤلفة من :

أ- المرسل

ب- الرسالة

د- المستقبل

ج-القنن

هـ-القناة

وتماماً كما يجري في المكالمة الهاتفية يجري في عملية الإتصال إذ يكون كل واحد من طرفي الاتصال مرسلا ومستقبلاً في الوقت ذاته، مما يتتبع ضرورة إعتماد كلا الطرفين لذات القنن ولذات القناة، وعملية الإتصال تقتضي وجود سيرورة تأثر وتأثير متبادلة (بين أطراف الإتصال) وإلا انعدمت مبررات هذا الإتصال. (النابلسي محمد احمد، 1991، ص38-39)

2- تعريف الاتصال الأسري:

يمكن تعريف الاتصال الأسرى بكونه الاتصال الذي يكون بين طرفين (الزوجين) أو عدة أطراف (الوالدين والأبناء، الأبناء والأبناء) والذي يتخذ عدة أشكال تواصلية، كالحوار والتشاور والتفاهم والإقناع والتوافق والاتفاق والتعاون والتوجيه والمساعدة. (سليمان سناء محمد، 2014، ص122)

فهناك العديد من التعريفات للاتصال الأسري ونذكر منها:

"أنه القدرة على الانتباه لما يفكر ويشعر به الآخرين، عبارة أخرى الاتصال ليس فقط التحدث ولكن الاستماع لما يقوله الآخرين". (جديد عبد الحميد،2018، ص75)

ويعرف أيضا "الاتصال الأسري هو الطريقة التي يتم من خلالها تبادل المعلومات الشفوية وغير الشفوية بين أفراد الأسرة". (نادية بوشلالق، 2013، ص12)

ويقصد بالتواصل الأسري أيضا بأنه التفاهم والتحاور بين أفراد الأسرة التي تنقل أفكار منهم ومشاعره ورغباته واهتماماته وهمومه إلى الآخرين في الأسرة، وتشمل هذه اللغة: الكلام والحركات والتعبيرات والإرشادات والإيماءات وغيرها من الرموز اللفظية وغير اللفظية التي يقوم عليها التفاعل والتوافق بين أفراد الأسرة، وتجعلهم سعداء أو أشقياء بحياتهم، فالتواصل الأسري الجيد مفتاح سحري لسعادة الأسرة. (جميلة بن زاف، 2013، ص10)

3- نظريات الاتصال الأسري:

نظرية فرجينا ساتير:

قدمت ساتير نظرية هدفت إلى مساعدة الأسر والأزواج والأفراد على التعرف إلى أساليب تفاعلهم وتواصلهم في الحياة، ولقد أكدت على أن الناس يملكون مصادر داخلية تتضمن القدرة على التخيل والاستكشاف والإدراك، والتعبير والاختيار، وكما أوضحت طرق معالجة مشكلات التواصل بين الناس خصوصا الأزواج وأفراد الأسر الواحدة وبينت معيقات الاتصال بين الأزواج وكيف تؤثر في المشكلات التي تحدث في الأسرة.

الاتصال والتواصل عند ساتير:

استطاعت ساتير من خلال عملها مع الأفراد والأسر والأزواج الاهتمام بالتواصل وأنماطه حيث أطلقت عليها المواقف السلبية في التواصل التي تشتمل على مواقف اللوام والمسترضي وغير المبالي إضافة إلى العقلاني، وقد وصفت ساتير النتائج السلبية لهذه الأنماط السلبية في التواصل، حيث إن أنماط التواصل السلبية هذه تؤثر بشكل سلبي على الجسم، ولذلك فهي تؤثر على الصحة الجسمية للفرد، ولذلك فإن هذه الأنماط تعد أنماط هدامة ومحبطة، إضافة إلى أن هذه الأنماط السلبية في التواصل تعد دليلا قويا ومؤثراً على انخفاض تقدير الذات لدى الأفراد. (المومني فواز أيوب، 2020، ص443-444)

ويهدف العلاج الأسري عند ساتير إلى :

- تشجيع الناس للحصول على معلومات ومفاهيم.
- مساعدة الناس على الانفتاح، حيث أصبحوا على علم ومعرفة.
- المساعدة في بناء بيئة آمنة تمكن الناس من التركيز على مشاعرهم، والاعتراف بخوفهم، واستخدام نظم لدعمهم.
- تقديم الطمأنينة والمساعدة على إيجاد أساليب جديدة للتعامل مع الصعوبات. (جديد عبد الحميد، 2018، ص111-112)

نظرية بوين:

وقد جاءت نظرية بوين بمجموعة من المصطلحات الأخرى مثل النسق الانفعالي للأسرة النووية ويتضمن العمليات و الأنماط الخاصة بالوظائف الانفعالية في حدود جيل واحد من الأسرة، ولكنه يكرر ما يحدث بين الأجيال السابقة، ومصطلح عملية إسقاط الأسرة، وتعني أن يميل أعضاء الأسرة إلى إسقاط القضايا والأمور غير المتمايزة على احد الأبناء، والقطيعة الانفعالية، وهو مصطلح يشير إلى خلق مسافة تحول في الأسرة والخلط أو الاندماج مع الأسرة الأصل وهي تصف الطريقة التي يتعامل بها الناس مع ردود الفعل الانفعالية بين الأجيال.

والهدف الأساسي في العلاج الأسري لبوين هو تمايز الذات ويؤمن بوين أن السلوكات المرضية أو المشكلة يجب أن لا تكون مركز العلاج، فالعمل على زيادة تمايز الذات لدى الأفراد يساعدهم على زيادة قدرتهم على التفكير أكثر من التصرف، مما يؤدي لاختيارهم كيفية الاستجابة بدلا من التصرف بالطريقة المعتادة.

- ومن الخطوات التي يقوم بهذا المعالج الأسري المتبني لهذا الاتجاه هو مساعدة العملاء على فهم النظام الأسري، حتى يصبح لديهم صورة واضحة عما يحصل، ويكون هذا بوضع الخريطة الجينية للأسرة، وهي تشبه شجرة العائلة ولكنها تهتم بوجود معلومات خاصة بالأسرة وتهتم بالتواريخ الخاصة بالأسرة وأعضائها. (جديد عبد الحميد، 2018، ص109)

4- أشكال الإتصال الأسري :

- **الاتصال اللفظي وغير اللفظي:**

يأخذ هذا النوع من الاتصال اللغة المنطوقة أو المكتوبة، كما يأخذ بلغة الإشارات والصمت والابتسامة والإنصات وغيرها، علما أن اللغة الشفهية تعتبر من أقدم الأساليب المستخدمة في عملية الاتصال، وهذا النوع يحتاج إلى مقدرة عالية من المرسل في التعبير، لأنها تتميز بـ:

- تنمية العلاقات الطيبة بين أفراد الأسرة الواحدة وتوطيدها، ولهذا يتطلب التركيز والإنصات.

- إزالة مختلف الحواجز الموجودة بين أفراد الأسرة الواحدة.

- مساعدة الفرد في الأسرة على التعبير عن مشاعره واتجاهاته ونقلها إلى غيره.

– إعطاء دلالات واضحة عن شخصية كل فرد في الأسرة.

– توفير الوقت أكثر.

أما اللغة المكتوبة فتتميز بأنها:

– وسيلة إثبات قانونية تساعد في عرض التفاصيل غير الممكن التعبير عنها مشافهة لأسباب شخصية أو عائلية أو نفسية أو غيرها.

– أقل عرضة للتحريف والتبديل.

أما الإيماءات والحركات وغيرها من لغة الإشارة فتتميز بأنها:

– تعبر بصدق عن المشاعر والأفكار دون تردد.

– تكشف عن خبايا النفوس والمشاعر من خلال حركات الرأس والعين وقسمات الوجه لأنها تكشف العديد من الرسائل كالخجل والصدق والكذب والشك والاحترام والرفض والقلق ...

– الاتصال الرسمي وغير الرسمي:

يعبر الأول عن الاتصالات التي تتم من خلال قنوات الاتصال المحددة في الأسرة وبالوسائل المحددة وفي الوقت والمكان المحددين، أما الاتصال غير الرسمي فيقوم على أساس نوعية العلاقات القائمة بين أفراد الأسرة، ولا خوف منها إذا كانت لا تؤدي إلى تحريف المعلومات التي تقلل من دقتها وتحد من فاعليتها. (برو محمد، 2013، ص10-11)

الاتصال الزواجي: ويقصد به اتصال الزوجين معا وتفاهمهما حول حياتهما الأسرية، وتبادل مشاعر الحب والاحترام بينهما، هذا الاتصال يعد من ابرز وأهم مجالات التواصل الأسري لأهمية الزواج في بناء الأسرة، ودور العلاقة الزوجية في استقرار وتماسك الأسرة.

الاتصال الأمومي: تواصل الأم مع الأبناء، فتواصل الأم الجيد مصدر استقرار الأبناء النفسي ومصدر إشباع حاجاتهم ونمو شخصيتهم.

الاتصال الأبوي: يعد تواصل الأب مع أبنائه احد الركائز الأساسية التي تقوم عليها التنشئة الاجتماعية وبناء شخصية الابن فإذا تفاهم الأب مع أبنائه بأسلوب جيد كان تفاعلهما الأسري ايجابيا والعكس صحيح.

اتصال البنوة: يكون من الأبناء إلى الآباء، حيث يدير الأبناء الحوار لاسيما في الكبر ويسمى هذا الاتصال ببر الوالدين إذا كان جيدا وعقوق الوالدين إذا كان الاتصال منعدما. (شيماء مبارك، 2013، ص3-4)

5- أساليب الاتصال الأسري:

تم تحديد أربعة أساليب للاتصال الأسري:

- **الاتصال الواضح و المباشر:**

الرسالة موجهة بشكل صريح ومباشر للشخص المعني في الأسرة، مثال علي ذلك عندما يصارح الأب ابنه عن خيبته لعدم قيامه بعمل يومي اعتاد القيام به بدون أن يذكره احد.

- **الاتصال الواضح و غير المباشر:**

الرسالة واضحة غير أنها ليست موجهة مباشرة للشخص المعني، بالرجوع للمثال السابق قد يقول الأب "من الأمور المحبطة أن ينسي الناس القيام بأعمالهم" في هذه الحالة قد لا يفهم الابن أن الأب يتحدث عنه لعدم انجازه لعمل اعتاد القيام به.

- **الاتصال المقنع و الواضح:**

يحدث عندما يكون محتوى الرسالة غير واضح، غير انه يوجه مباشرة للشخص المعني داخل الأسرة، فمثلا قد يقول الأب لابنه "بني كان الناس من قبل يعملون أكثر ".

- **الاتصال المقنع و غير الواضح:**

عدم وضوح محتوي الرسالة والشخص المعني معا، فمثلا قد يقول الأب"شباب اليوم كسول" في هذه الحالة لا نعرف لمن يوجه الأب الرسالة كما أننا لا نفهم المغزى منها هذا النوع من الاتصال

يخلق الكثير من المشاكل داخل الأسرة كالعداوة ، والشجار وانعدام الثقة وغيرها. (بشلالق نادية، 2013، ص3-2)

استطاعت "بومرين" أن تلخص ثلاثة أساليب رئيسية للاتصال بين الوالدين والمراهقين:

- **الأسلوب المتساهل المتسامح:**

يعبر عنه بالسلوكيات اللفظية وغير اللفظية التي تتسم بعدم وضوح المعايير التي يضعها الوالدان للتعامل الأبناء، وعدم اتساق الضبط فتارة يعاقب الوالدان الابن على سلوك معين وتارة لا يعاقبانه على نفس السلوك أو سلوك مشابه، علاوة على ذلك فإن هذا الأسلوب يتسم بإخفاء الغضب الوالدي ومحدودية الدفء، كما يتسم باحترام التعبير عن الرغبات، وقد يثير هذا الأسلوب لدى الأبناء اتجاهات واستجابات دفاعية وعدوانية، وعدم طاعة أوامر الكبار، كما أنه قد يؤدي إلى نقص الثقة بالنفس، قلة الانجاز، نقص ضبط الذات، سرعة الغضب والفرح، والاندفاع والتهور، علاوة على السلوكيات غير السوية الناتجة عن الإفراط في التسامح.

- **الأسلوب التسلطي:**

يعبر عنه بالسلوكيات اللفظية وغير اللفظية التي تتسم بوضع قواعد سلوكية صارمة للطفل يجب عليه إتباعها وعدم الحياد عنها، ويستهين الآباء بآراء ورغبات الطفل وينظرون إليه على أنه شخص تسيطر عليه دوافع غير سوية، كما تتسم العلاقة بين الآباء والأبناء بانخفاض الدفء الوالدي، وضعف الاتصال الايجابي بينهم، وعدم وجود أنشطة متبادلة ومخططة، وبالتالي قد تثير هذه السلوكيات اتجاهات واستجابات الخوف والقلق لدى الطفل، سرعة الغضب والكآبة، كبت العدوانية، والعزلة والانسحابية، كما تؤدي إلى عدم وجود هدف محدد وتقل قدرة الطفل على تحمل المسئولية.

- **الأسلوب الديمقراطي:**

ويعبر عنه بالسلوكيات اللفظية وغير اللفظية التي تتسم بوضع معايير سلوكية حازمة، واحترام رغبات الطفل، و توجيه الطفل غير المطيع، وعدم إجبار الطفل وإظهار الوالدين للاستياء عند قيام الابن بسلوك غير سوى، وإظهار الرضا والتأييد للسلوك السوي، يتسم الأسلوب الديمقراطي بقوة

الاتصال بين الوالدين والطفل، والدفء والحنان والتجاوب والقبول والحب، احترام السلوك الناضج والاستقلالية والتي تتمشى مع عمر الطفل، ووضع أنشطة مشتركة للطفل في ضوء معايير تربوية وقد تثير هذه السلوكيات لدى الطفل استجابات الثقة في النفس، وضبط الذات، وزيادة النشاط، والتغلب على الضغوط، وحب الاستطلاع كما تؤدي إلى التعاون مع الكبار، والعزيمة والتصميم، والسلوك الهادف، وارتفاع مستوى الانجاز، وإقامة علاقات سوية مع جماعة الرفاق. (سهير ابراهيم، 2001، ص29-30)

6- أهمية الاتصال الأسري:

للاتصال الأسري أهمية تنعكس على نفسية وسلوك الفرد وتتجلى فيما يلي:

- يعمل على تنمية العلاقة بين أفراد الأسرة، فهو يعد أساس للعلاقات الأسرية الحميمة البعيدة عن التفرق والتقاطع فيؤدي إلى التوصل إلى فهم كل من الطرفين للآخر.
- يساعد على نشأة الأبناء نشأة سوية صالحة بعيدة عن الانحراف الخلقي والسلوكي.
- يخلق التفاعل بين الطفل وأبويه مما يساعدهما إلى دخول عالم الطفل الخاص، ومعرفة احتياجاته فيسهل التعامل معه.
- يجعل من الأسرة كالشجرة الصالحة التي تثمر ثمارا صالحة طيبة، وهي السلوى لهذه الحياة .
- يتعلم كل فرد في الأسرة أهمية احترام الرأي الآخر، فيسهل تعامله مع الآخرين (الأبناء، الآباء، المعلمين، المجتمع من حوله).
- يعزز الثقة في أفراد الأسرة مما يجعلهم أكثر قدرة على تحقيق طموحاتهم وآمالهم.
- يعمل على ترويض النفوس وقبول النقد من الطرف الآخر.
- عمل على دعم النمو النفسي والفكري والاجتماعي لشخصية الأبناء .
- يعمل على التخفيف من مشاعر الكبت عند الأبناء.
- يعمل على تحرير النفس من الصراعات والمشاعر العدائية والمخاوف والقلق عند الأبناء.
- يعتبر وسيلة بنائية علاجية تساعد في حل كثير من المشكلات في الأسرة.(مبارك شيماء، 2013، ص3)

7- ضوابط الاتصال الأسري:

من أجل ضمان اتصال أسري ايجابي وفعال نعرض بعض الضوابط التي يجب أن ينبني عليها والمتمثلة في:

- تعلم فنيات الاتصال الفعال والتدرب عليها في الأسرة والمدرسة والمجتمع.
- تقبل الآخر، والتقبل الاختلاف، فهو أصل التكامل والاستمرار في عملية الاتصال.
- البحث عن نقاط الاشتراك بين الأطراف المتواصلين، لتساعد على صناعة بيئة اتصالية موحدة.
- العمل على توفير الثقة بين المتصلين في الأسرة .
- المصارحة في كل شيء خاصة في حالة عدم وضوح الرسالة أو معناها من المرسل إلى المستقبل وذلك باستعمال فنية الاستيضاح وطرح الأسئلة .
- يجب أن يكون المرسل في العلاقة الأسرية على دراية كافية بالرسالة التي يريد أن يوصلها، وبالهدف منها، وكذلك يجب أن يختار الرموز المناسبة لإرسال مضمونها، والوسيلة المناسبة، وأهم من هذا كله هو اختيار التوقيت المناسب من أجل ضمان نجاح اتصاله، وهذا لا ينطبق على الاتصال في الأسرة فقط وإنما على كل العلاقات الاجتماعية التي تتطلب موقفا اتصاليا.
- تعلم فنيات الحوار والمناقشة، وتحديد الأدوار واحترام الحقوق والواجبات وفقا لها، فالتداخل في الأدوار يؤدي إلى التشويش في عملية الاتصال .

الاهتمام بالاتصال الغير لفظي والذي يكون عن طريق حركة العيون، إيماءات الجسم، حركة اليدين.... فهي رموز مهمة. (جديد عبد الحميد، 2018، ص78)

8- عوامل غياب الاتصال الأسري:

وقد وضعت سهير إبراهيم العوامل التي تؤثر في قوة الاتصال الأسري نذكر منها ما يلي:

- التغير الثقافي والاجتماعي: يزود الأبناء بخبرات جديدة غير متوفرة لدى الآباء مما يقلل من التفاهم بين الوالدين والأبناء نتيجة عدم قدرة الوالدين على فهم مشكلات الأبناء.

- قلة الاهتمامات المشتركة بين أفراد الأسرة.
- حجم الأسرة: فالأسرة صغيرة الحجم تساعد الطفل على تكوين مفهوم الذات أكثر أمانا عن الأسرة كبيرة الحجم، حيث قد يعاني الأبناء من الآثار الضارة للمنافسة والشجار بين الأخوة.
- ترتيب الميلاد: فالطفل الأول يقع تحت ضغط توقعات الوالدين، لذلك يكون جاداً حساساً مطيعاً، ويكون الطفل الأخير أكثر استرشاداً بأخوته عن استرشاده بوالديه، وهذا يجعله مرحاً وأكثر شعبية مع رفاقه عن الطفل الأول.
- الخلافات بين الأب والأم: تثير لدى الأبناء اتجاهات واستجابات القلق والعصبية، وعدم الأمان والعدوان، وقد تؤدى إلى سوء العلاقات بين أفراد الأسرة والاتجاه نحو السلوكيات غير المرغوبة اجتماعياً.
- تصدع البيت: بسبب غياب أحد الوالدين بالوفاة أو الطلاق أو الهجر، ويؤدى ذلك إلى مواجهة الأبناء لمشكلات انفعالية وسلوكية وتوافقية، كما تجعلهم أقل انجازاً، وأكثر إحباطاً، وقد تتسم سلوكياتهم بأنها غير مرغوبة.
- عمل الأم قد تكون رعاية الأم للطفل في مرحلة ما قبل المدرسة كافية إلى حد ما، أما بعد دخول المدرسة فإن الآباء يذهبون إلى العمل تاركين الطفل بالمدرسة، وبعد انتهاء اليوم الدراسي يدخل الابن المنزل بمفتاحه الخاص ويترتب على ذلك كثير من المخاطر، أو قد ينتظر خارج المنزل لحين عودة الآباء من العمل مما قد يؤدى إلى الانجراف نحو أنشطة الرفاق التي لا يوافق عليها الوالدان وهي سلوكيات غير مرغوبة. (ابراهيم سهير، 2001، ص31-32)

9- آثار غياب الاتصال الأسري:

- إن عملية التواصل الأسري مستمرة، ومتواصلة ولا تقبل الفراغ بأي شكل كان، فوجوده يؤدب إلى ظهور سوء الضن بين الزوجين، أين تصبح المشاكل البسيطة والعادية تشكل خطرا على تفاهم أفراد الأسرة وربما تهدد استمرارها.
- كما أن انشغال الآباء طيلة اليوم في البحث عن مصادر رزق للأسرة لتلبية حاجياتها البيولوجية، كثيرا ما يؤدي بهم إلى إهمال الجانب الاتصالي مع أبنائهم، مما يسبب البعد في الأفكار والاتجاه بينهم، ويترتب على ذلك المشاكل العديدة التي تظهر بين الآباء والأبناء.

- التباين في المعطيات الاجتماعية ، وأساليب التنشئة من جليل إلى جيل ، يؤدي بالتشويش على الاتصال والتضارب في الأفكار والآراء، والغايات بينهم وذلك إذا أصر الآباء على الأنماط الكلاسيكية التقليدية واستعملوها كمعيار للحكم على الاتصال بينهم وبين أبنائهم يقول سيدنا علي كرم الله وجهه " ربوا أبنائكم لزمن غير زمانكم".
- أن الحاجة للمعرفة والبحث عنها ضروري في كل المراحل العمرية وكثيرا ما يلجأ الأبناء للبحث عن بعض المعلومات الخاصة بحياتهم الشخصية خارج نطاق الأسرة، نظرا لغياب عامل التواصل مما يجعلهم عرضة للمغالطات العديدة، أو يجعلهم في تضارب ما بين قيمهم التي أخذوها من التنشئة الأسرية ومن القيم التي وجدوها عن أصدقائهم.
- الاعتماد على المقاربات تربية مختلفة بين الأب و الأم اتجاه الأبناء، وإصدار أوامر متباينة يشوش على العملية الاتصالية، ويظهر للأبناء هذا التناقض الذي يمكن استغلالهم من طرفهم بشكل سلبي. (جديد عبد الحميد، 2018، ص79)

10- أسس تدعيم استراتيجيات الاتصال داخل الأسرة:

- **تبني مهارات للاتصال:**

على كل أسرة (أتحدث هنا عن أعضاء الأسرة من أب و أم و أبناء) أن تتمرن في إيجاد أسلوب قوي في التواصل بمعنى استعمال مهارات فردية و جماعية في التواصل الأسري، فإنها ذو قيمة كبيرة في عملية التواصل الأسري، تتمثل هذه المهارات في القدرة على الإنصات والاستماع الواعي، ليس فقط للكلمات بل للمعاني التي تتضمنها الكلمات، والقدرة على الاستجابة الملائمة في الوقت المناسب.

- **التواصل باستخدام الكلمة الطيبة:**

نستهل هذه الأسس باستخدام الكلمة الطيبة واختيار الألفاظ المناسبة وأدب التحية وإفشاء السلام وتزيين الوجه بالابتسامة واعتماد أسلوب الهدايا ولو كانت رمزية، واغتنام الفرص المناسبة للتقرب والتودد والتحبب كالأعياد والمشاركة في المسرات وكذا المشاركة الوجدانية في الأوقات العصيبة، وكذا الاجتهاد في تنويع وسائل إدخال السرور على نفسية الزوجة والأولاد بالخروج والرحلات والجولات والاصطياف ومصاحبتهم لبعض التمارين الرياضية وتناول بعض الوجبات خارج البيت كلما يسر الله الظروف والأحوال...

- **عقد مجلس أسري:**

كلما قدر أفراد الأسرة على عقد مجلس أسري كل أسبوع أو حتى كل شهر للتداول في شؤون الأسرة المادية والمعنوية ومسح صفحة القلوب بشيء من العتاب اليسير والتسامح والتغافر وبعض المواد التربوية الخفيفة كشرح آية أو حديث أو مقطع من السيرة النبوية الشريفة أو قراءة ثمن أو ربع من القرآن الكريم أو سرد قصة هادفة أو شيء من النكات البريئة الهادفة، كل ذلك ومثله يعمق التواصل و الترابط.

- **استخدام وسائل التواصل الأسري:**

من أجل عدم الوقوع في المشاكل التواصلية الأسرية والتربوية بسبب انعدام التواصل أو ضعفه بين الزوجين أو بين الوالدين مع أبنائهم، يجب نهج سبل تأسيس تواصل قوي وصادق.

يبرز الدكتور مُحَمَّد بولوز الباحث في الشؤون الشرعية والتربوية في حديث لموقع "المسلم " أن الحديث عن وسائل التواصل الأسري يفترض تحقق الرغبة الصادقة في ذلك واستشعار أهمية الأمر من جهة سده لحاجات حقيقية لجميع أفراد الأسرة، وبكونه يدخل في التنشئة السليمة للأطفال، وترسيخ دعائم المودة والرحمة والسكينة بين الزوجين، مضيفا أنه بقدر رسوخ الوعي بأهمية التواصل وفوائده التربوية والاجتماعية، بقدر ما ينبغي التفنن في إبداع الوسائل الموصلة إلى ذلك بل وتعلمها والاستفادة من تجارب الآخرين فيها.

ويحدد بولوز الخطوات الأولى لإرساء تواصل أسري من بينها: الحرص على حسن العشرة بالمعروف وكف الأذى حتى يشعر الجميع بالفائدة الملموسة للتواصل وبأنه لن يكون مناسبة للتقريع واللوم وكثرة الشكوى وغيرها من منغصات التواصل، والحرص على أداء الواجبات قبل المطالبة بالحقوق، فيؤدي الآباء ما وجب عليهم تجاه الأبناء، ويبذل الأبناء ما فرض عليهم من واجبات الإحسان وتؤدي الزوجة حق زوجها والزوج حق زوجته.

ويسترسل بولوز مبينا بعض وسائل التواصل الأخرى ومن بينها: العناية بإقامة الدين في الأسرة وصرح الأخلاق والحياة الجادة المنتجة لجميع أفرادها، فالتذكير بالصلوات الخمس تواصل ومرافقة

الأبناء إلى المسجد تواصل وبذل النصح في اللباس وعموم الآداب تواصل، وتحفيظ القرآن للأبناء تواصل ومراجعة الدروس معهم تواصل وتوريث الخبرات تواصل. (تابت سميرة، 2013، ص9-10-11)

خلاصة الفصل:

من خلال ما تطرقنا إليه في فصل الاتصال الأسري تم التوصل إلى أن الاتصال له دور كبير ومهم في تفاعلات الأفراد فيما بينهم وذلك ما يجعل الأسرة متماسكة ومترابطة فلا يمكن أن نفصل بين الاتصال والأسرة لأن الاتصال دائم ومستمر.

التوافق النفسي

تمهيد

1-تعريف التوافق

2-تعريف التوافق النفسي

3-نظريات التوافق النفسي

4-معايير التوافق النفسي

5-أبعاد ومجالات التوافق النفسي

6-العوامل التي تحسن من التوافق النفسي

7-مؤشرات ومظاهر التوافق النفسي

8-العوامل التي تعيق التوافق النفسي

9-سوء التوافق

10- دور الأسرة في إحداث التوافق النفسي

خلاصة الفصل

تمهيد:

يعتبر مفهوم التوافق من المفاهيم الأساسية في علم النفس وفي الصحة النفسية، اذ أن معظم سلوك الفرد محاولات للموازنة بين جوانب التوافق النفسي وهنا يتحقق لديه الرضا عن نفسه وتقبل ذاته والآخرين.

1- تعريف التوافق:

تعريف لازاروس: يرى أن التوافق عملية مركبة من عنصرين أساسيين، يمثلان طرفين متصلين أحدهما الفرد بدوافعه وحاجاته وتطلعاته، والآخر البيئة الطبيعية والاجتماعية المحيطة بهذا الفرد، وبما لها من ضوابط ومواصفات، وما تشتمل عليه من عوائق وروادع.

أما مصطفى فهمي فيعرف التوافق أنه: "العملية الدينامية المستمرة التي يهدف فيها الشخص إلى تغير سلوكه لإحداث علاقة أكثر تلاؤما بينه وبين بيئته أي القدرة على بناء علاقات مرضية بين المرء وبيئته".(طالحي هجيرة، 2012-2013، ص101-102)

ويرى في هذا المعنى علاء الدين كفافي أن مفهوم التوافق يشير إلى وجود علاقة منسجمة مع البيئة، تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد أو تلبية معظم المطالب البيولوجية والاجتماعية، التي يكون الفرد مطالبا بتلبيتها وعلى ذلك فالتوافق يشمل كل التباينات والتغيرات في السلوك التي تكون ضرورية حتى يتم الإشباع في إطار العلاقة المنسجمة مع البيئة.(فراح وهيبة، 2012/2011، ص19)

2- تعريف التوافق النفسي:

يطرح علماء النفس مفهوم التوافق النفسي على أنه توافق الفرد مع ذاته وتوافقه مع الوسط المحيط به كل المستويين، لا ينفصل على الآخر وإنما يؤثر فيه ويتأثر به فالفرد المتوافق ذاتيا هو المتوافق اجتماعيا. ويضيف علماء النفس بقولهم أن "التوافق الذاتي هو قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه وبين أدواره الاجتماعية المتصارعة مع هذه الدوافع، بحيث لا يكون هناك صراع داخلي".(معاش حياة، 2013/2012، ص64)

هو قدرة الفرد التي تؤثر على المشاعر والسلوك والأفكار والذاكرة والقدرة على التعلم والتصور والتفاهم.(محمود جودة منيرة، 2016، ص183)

وهو أيضا قدرة الفرد علة التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقا يرضيها جميعا وإرضاء متزنا وذلك يفيد خلو الفرد من الصراعات النفسية، إذ لا يخلو الإنسان أبدا من هذه الصراعات، وإنما تعني قدرة الفرد على حل تلك الصراعات والتحكم فيها بصورة مرضية، والقدرة على حل وتجاوز العقبات النفسية وحلها بطريقة ايجابية بدل الفرار والهروب منها. (عباد محمد، ب س، ص4)

3- نظريات التوافق النفسي:

- نظرية التحليل النفسي:

يؤكد علماء النفس التحليلي أن السلوك النفسي للفرد يخضع لمبادئ ثلاثة وهي:

مبدأ اللذة أي أن الفرد يسلك السلوك الذي يحقق له تجنب الألم، ويحدث له الإشباع، والمبدأ الثاني يتمثل في مبدأ الواقع والذي يسيطر على سلوك الفرد مع تطور حياته النفسية، والسيطرة لا تعني زوال مبدأ اللذة بل هو مجرد تعديل له وراء اللذة والذي يتمثل في ميل الإنسان إلى تكرار الأحداث الماضية سواء كانت مفيدة أم ضارة ويعتقد فرويد أن عملية التوافق الشخصي غالبا ما تكون لا شعورية أي أن الأفراد لا تعني الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياتهم ويرى فرويد أن العصاب والذهان ما هي إلا عبارة عن شكل من أشكال سوء التوافق ويقرر أن السمات الأساسية للشخصية المتوافقة والمتمتعة بالصحة النفسية تتمثل في ثلاث مسميات هي: قوة الأنا، القدرة على العمل، القدرة على الحب.

ويرى "يونغ": "أن مفتاح التوافق والصحة النفسية يمكن في استمرار النمو الشخصي دون توقف أو تعطل كما أكد على أهمية اكتشاف الذات الحقيقية وأهمية التوازن في الشخصية السوية المتوافقة".

التوافق وفق هذه النظرية يحدث عندما يكون الأنا عند الفرد بمثابة المخطط والمنفذ للشخصية، كما أكدت أن الفرد يعيش جملة من الصراعات وذلك من أجل إشباع حاجات ورغباته والنتيجة تكون دائما إما ناجحة أو فاشلة، فالنجاح يؤدي إلى التوافق الحسن أما الفشل فيؤدي إلى التوافق السيئ. (شتوان حاج، 2014، ص31-33)

- **نظرية النمو النفسي الاجتماعي:**

تعتبر نظرية النمو النفسي الاجتماعي التي وضعها اريكسون نظرية تطورية تشير إلى نمو الشخصية على مراحل مدى الحياة، متأثرا فيها بالمراحل التي وضعها فرويد، وكل مرحلة من هذه المراحل تثير صراعاً معيناً يتطلب الحسم، كما أن كل مرحلة من شأنها أن تحدث تغييرا في شخصية الفرد بحيث يتصرف الفرد وفق أسلوبين: الأسلوب التوافقي والأسلوب غير التوافقي، وعندما يحل الفرد أزمة المرحلة يكون لديه القدرة على التعامل مع المرحلة التالية وهكذا ويقسم اريكسون مراحل النمو إلى ثمان مراحل من الولادة حتى الشيخوخة وهي:

- السنة الأولى (الثقة مقابل عدم الثقة): إذ تكون الحاجة إلى الثقة هي الحاجة الملحة في هذه المرحلة (أزمة النمو)، وتتحقق من خلال الرعاية والحماية المناسبة من قبل الأم.
- السنة الثانية (أزمة الاستقلال مقابل الشعور بالخجل): فالحاجة للاستقلال هي (أزمة النمو) في هذه المرحلة، ويتحقق الاستقلال من خلال تمتع الطفل بقدر من الحرية المتوازنة مع الحماية .
- الطفولة المبكرة (أزمة المبادرة مقابل الشعور بالذنب): وتمتد من السنة الثالثة إلى السنة الخامسة، وحاجة المبادرة هي (أزمة النمو) في هذه المرحلة، ويمكن حلها بتشجيع الوالدين لسلوك المبادرة من الطفل.
- مرحلة الطفولة المتوسطة والمتأخرة (أزمة الكفاية مقابل أزمة الشعور بالنقص): تبدأ من السنة السادسة إلى السنة العاشرة، ويتسم فيها الطفل بحب الاستطلاع والميل للإنجاز، والحاجة لتقدير الآخرين، وحل أزمة الكفاية يعتمد على استمرارية النمو الطبيعي، وتشجيع الأسرة والمدرسة، وتقديرهم لإنجاز الطفل، يساعد في حل أزمة هذه المرحلة.
- المراهقة (أزمة الهوية مقابل اضطراب الدور): تبدأ هذه المرحلة من السنة العاشرة إلى السنة الثامنة عشر، وتظهر فيها حاجة المراهق إلى تشكيل هويته.
- الشباب المبكر (المودة مقابل العزلة): تبدأ هذه المرحلة من السنة الثامنة عشر إلى السنة الرابعة والعشرين، وتظهر فيها أزمة الألفة، والحاجة إلى شريك يرتبط به الفرد من خلال علاقة زوجيه، وبتحقيقها تحل الأزمة.

- أواسط العمر (الإنتاجية مقابل الركود): تبدأ من السنة الرابعة والعشرين إلى السنة الخمسين، وتتمثل أزمة هذه المرحلة في الإنتاجية في مختلف المجالات سواء كانت عملية أو أسرية، وتحقيقها يكسب الأنا قوة، وفاعلية، والشعور بالاهتمام .
- الرشد المتأخر (تكامل الذات مقابل اليأس): تبدأ هذه المرحلة من السنة الخمسين، وهي المرحلة الأخيرة من العمر، وتتمثل في الشعور بالتكامل أو اليأس في حال عدم حل أزمة المرحلة السابقة

ويؤكد اريكسون أن كل مرحلة تبنى على سابقتها، فالنجاح في اجتياز المرحلة يقود للنجاح في اجتياز التي تليها والعكس، خاصة في المراحل الأربع الأولى، باعتبارها حجر الأساس لباقي السنوات من عمر الفرد. (القطيطي عبد العزيز سعيد مُحَمَّد، 2021، ص254-256)

- **النظرية السلوكية:**

يشير رواد النظرية السلوكية إلى أن التوافق عملية مكتسبة عن طريق التعلم، والخبرات التي يمر بها الفرد، والسلوك التوافقي يشتمل على خبرات تشير إلى كيفية الاستجابة لتحديات الحياة، والتي سوف تقابل بالتعزيز أو التدعيم، ولقد أعتقد واطسون وسكنر أن عملية التوافق الشخصي لا يمكن لها أن تنمو عن طريق الجهد الشعوري، ولكنها تتشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات البيئية أو إثباتها، وأوضح كل من يولمان وكراسنر أنه عندما يجد الأفراد أن علاقاتهم مع الآخرين غير مثابة، أو لا تعود عليهم بالإثابة، فإنهم قد ينسلخون عن الآخرين، ويبدون اهتماماً أقل فيما يتعلق بالتلميحات الاجتماعية، وينتج عن ذلك أن يأخذ هذا السلوك شكلاً شاذاً أو غير متوافق ولقد رفض باندورا التفسير السلوكي الكلاسيكي والذي يقول بتشكيل طبيعة الإنسان بطريقة آلية ميكانيكية، حيث أكد بأن السلوك وسمات الشخصية نتاج للتفاعل المتبادل بين ثلاثة عوامل هي المثيرات وخاصة الاجتماعية منها (النماذج)، والسلوك الإنساني والعمليات العقلية والشخصية كما أعطى وزنا كبيرا للتعلم عن طريق التقليد ولمشاعر الكفاية الذاتية، حيث يعتقد أن لمشاعر الكفاية أثرها المباشر في تكوين السمات التوافقية أو غير التوافقية المؤدية إلى الكف عن النشاط كما يرون أن سوء التوافق في مواجهة الموقف الجديد يرجع إلى عدم كفاءة الاستجابات القديمة وعدم القدرة على تعلم استجابات أكثر مواءمة مع حياة الفرد (السلوكية) فإن التوافق يتشكل لدى الفرد عن طريق

التقليد والمحاكاة، أي من خلال التعلم عن طريق التقليد ومشاعر الكفاية الذاتية، فالتوافق في المدرسة السلوكية لا يعتمد على شخصية الفرد بل على الطريقة التي تعلمها الفرد في الاستجابة إلى مشكلات الحياة اليومية والأزمات. (التلولي جميلة جميل محمود، 2015، ص21-22)

4- معايير التوافق النفسي:

لقد أشار " لازاروس" و"شافر" معايير التوافق النفسي كالأتي:

- **الراحة النفسية:** يقصدون بها أن الشخص المتمتع بالتوافق النفسي هو الذي يستطيع مواجهة العقبات وحل المشكلات بطريقة ترضاها نفسه ويقرها المجتمع.
- **الكفاية في العمل:** تعتبر قدرة الفرد على العمل والإنتاج والكفاية فيها وفق ما تسمح به قدراته ومهارته، من أهم دلائل الصحة النفسية، فالفرد الذي يزاول مهنة أو عمال فنيا، تتاح له الفرصة لاستغلال كل قدراته، وتحقيق أهدافه الحيوية وكل ذلك يحق له الرضا والسعادة النفسية.
- **مدى استمتاع الفرد بالعلاقات الاجتماعية:** إن بعض الأفراد أقدر من غيرهم على إنشاء علاقات اجتماعية وعلى الاحتفاظ بالصداقات والروابط.
- **الشعور بالسعادة:** الشخصية السوية هي التي تعيش في سعادة دائمة وهي شخصية خالية من الصراع أو المشاكل.
- **القدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية:** إن الشخص السوي هو الذي يستطيع أن يتحكم في رغباته ويكون قادرا على إشباع بعض حاجاته ولديه القدرة على ضبط ذاته وعلى إدراك عواقب الأمور.
- **ثبات اتجاهات الفرد:** إن ثبات اتجاهات الفرد يعتمد على التكامل في الشخصية وكذلك على الاستقرار الانفعالي إلى حد كبير.
- **الأعراض الجسيمة:** في بعض الأحيان يكون الدليل الوحيد على سوء التوافق هو ما يظهر في شكل أعراض جسيمة مرضية.

- **اتخاذ أهداف واقعية:** الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الذي يضع أمام نفسه أهداف ومستويات لطموح ويسعى للوصول إليها حتى ولو كانت تبدوا له في أغلب الأحيان بعيدة المنال فالتوافق المتكامل ليس معناه تحقيق الكمال بل بذل الجهد والعمل المستمر في سبيل تحقيق الأهداف.(فروجة بلحاج،2011، ص118-119)

5- أبعاد ومجالات التوافق النفسي:

اختلفت أبعاد التوافق فمنها نجد التوافق العقلي والتوافق الدراسي، والتوافق المهني، التوافق الجنسي، التوافق الزواجي، التوافق السياسي أو الاقتصادي أو الديني، ويكون ذلك تبعا لتعدد مواقف حياة الفرد، ولكن معظم الباحثين في علم النفس يتفقون على بعدين أساسيين هما: البعد الشخصي (النفسي) والبعد الاجتماعي، على اعتبار أن تلك المظاهر المتعددة يمكن ضمها إلى بعضها لتشكل عناصر البعدين الشخصي والاجتماعي.

وبما أن الفرد هو عبارة عن وحدة جسمية نفسية اجتماعية، لذلك نلاحظ أن البناء البيولوجي إنما يؤثر في الشخصية وفي عملية التوافق، كما تؤثر فيها الظروف الاجتماعية التي عاشها الفرد، لذلك فإن عملية التوافق تتضمن ثلاث مستويات رئيسية وهي:

- **التوافق على المستوى البيولوجي:** ويشير إلى أن التغيير في الظروف ينبغي أن يقابله تغيير وتعديل السلوك، بمعنى أنه ينبغي على الكائن الحي أن يجد طرقا جديدة لإشباع رغباته وإلا كان الموت حليفه، أي أن التوافق هنا هو عملية تتسم بالمرونة المستمرة مع الظروف المتغيرة.
- **التوافق على المستوى الاجتماعي:** وهو يعني علاقة حسنة بين الفرد والبيئة، وهو تغيير للأحسن، فالفرد يولد مزودا بأنواع شتى من الاستعدادات الجسمية والنفسية والعصبية، وهذه كلها تحتاج إلى شذب وتهذيب، تقوم الأسرة بجزء ويقوم الاتصال والاحتكاك بالمجتمع بالجزء الآخر، أي أن البيئة تقدم المادة الخام وتقدم الثقافة والقيم والمعايير.
- **التوافق على المستوى النفسي:** وهو يعني أن هناك إدراك لطبيعة العلاقات الصراعية التي يعيشها الفرد في علاقاته الاجتماعية والبيئية، وأن هذا الصراع يتولد معه توتر وقلق، وهي تجربة يغشاها الألم، لذلك فإن توافق الفرد إنما يهدف إلى خفض التوتر وإزالة أسباب القلق وكذلك فالإنسان يرغب في إشباع دوافعه، وأن هذا الإشباع يعتمد على البيئة، وهو لا

يستطيع أن يشبع جميع رغباته فهو يشبع بعضها وعليه لا يطغى إشباع دوافع معينة على بقية الدوافع حتى يتحقق التوافق بل ويتحقق التكامل الذي يسمح للإنسان بتحقيق أقصى قدر من استغلال إمكانياته الرمزية والإجتماعية. (صالي خديجة، 2011/2010، ص30-31)

6- عوامل التوافق النفسي:

هناك عدة عوامل لها اكبر الأثر في إحداث التو التوافق العام للفرد من حيث أنها تساعد على تكوين سلوكات توافقية سوية، هذه العوامل هي:

- **إشباع الحاجات الأولية والحاجات الشخصية:**

وهي أول ما يؤخذ في سلم الحاجات الإنسانية وتؤكد وجودها النزعة إلى التوازن التي تتميز بها الدوافع وتشمل هذه الحاجات، الحاجة إلى الطعام، الحاجة إلى النوم، الراحة ...أي الحاجات العضوية.

أما الحاجات الشخصية فهي تسمى بالحاجات الاجتماعية النفسية وهي المتطلبات والظروف التي يحتاجها الإنسان كي يكتمل توازنه ونضجه النفسي والشخصي، وهي الحاجة إلى الحب، الأمن، الاحترام.

ويؤدي عدم إشباع هذه الحاجات سواء العضوية أو النفسية إلى خلق نوع من التوتر يدفع الفرد إلى إشباعها، وكلما طالت مدة الحرمان زاد التوتر شدة وينتهي الموقف عادة إذا ما استطاع المرء أن يشبع هذه الحاجات، أما إذا لم تسمح الظروف البيئية أو الاجتماعية بإشباع هذه الحاجات لديه وكانت الحواجز التي تقف بين المرء وإشباع حاجاته قوية مانعة، فإنه يحاول أن يجد أي وسيلة يشبع بها حاجاته وقد تكون هذه الوسيلة غير سوية، لا يقرها المجتمع ومن هنا ينحرف المرء أو ينجح فتختلف بذلك عملية التوافق.

إن أساس التوافق يقوم على أمرين:

- الأمر الأول: أن يكون الشخص قادرا على توجيه حياته توجيها ناجحا، بحيث يشبع حاجاته المختلفة.

- الأمر الثاني :أن يشبع الشخص حاجاته بطريقة لا تعيق إشباع الحاجات المشروعة للآخرين

فالتوافق عملية إشباع حاجات الفرد التي تثير اندفاعه بما يحقق الرضا عن النفس والارتياح لتخفيض التوتر الناشئ عن الشعور بالحاجة.

- **توفر المهارات لدى الفرد لإشباع تلك الحاجات:**

هي أمور يتعلمها الفرد في مراحل حياته المبكرة، لذا فإن التوافق في الواقع هو محصلة لما مر به الفرد من خبرات وتجارب ومهارات، أكتسبها من بيئته الأولى فإذا كانت هذه الخبرات سليمة ساعدته على التوافق السليم والعكس صحيح.

لذى أكد فرويد أن الخمس سنوات الأولى من حياة الفرد هي التي تتكون فيها معالم الشخصية وفيها تنمو لديه بذور التوافق السليم أو عدمه، وهذا يؤكد العلاقة الوثيقة بين التوافق وعملية التربية.

- **معرفة الفرد لنفسه:**

وهو شرط أساسي من شروط التوافق الجيد ومعرفة الإنسان لنفسه تتضمن نواحي عدة:

أ- معرفة الإنسان للحدود والإمكانيات التي يستطيع بها أن يشبع رغباته، بحيث تكون رغباته واقعية ممكنة التحقيق .... تتماشى مع قدراته وإمكانياته وظروفه.

ب- أن يعرف الفرد قدراته وإمكاناته حتى تتوافق رغباته مع هذه القدرات والإمكانات أما إذا جهل الفرد بإمكاناته وقدراته، فقد يصنع لنفسه أهداف يعجز على تحقيقها، فيصاب بالإحباط والفشل إذا لم يحققها، مما يسبب له سوء توافق، إذا تقدير النفس يجب أن يكون مبنيا على معرفتها معرفة واقعية.

- **تقبل الإنسان لنفسه :**

تعد هذه السمة من السمات التي تثير توافق الفرد أو عدم توافقه، فإذا كان مفهوم الذات عند الفرد يتطابق مع واقعه أو كما يدركه الآخر يكون متوافق.(حشمان عبد النور، 2007-2008، ص 114-115)

7- مؤشرات التوافق النفسي:

- **النظرة الواقعية للحياة :**

وهي توافق الشخص مع متطلبات و معطيات واقعه الحاضر و تقبل الواقع المعاشي بكل ما فيه من أفراح و أحزان واقعي في تعامله متفائلا سعيدا مقبل على الحياة اجتماعي منبسط غير متردد أو انعزالي.

- **مستوى طموح الفرد:**

وهي توافق الفرد من خلال موازنته لطموحاته مع مستوى إمكاناته و السعي من خلال دافع الانجاز إلى تحقيقها، بينما الغير متوافق قد مطامح يرسم وآمال بعيدة عن أرض الواقع وعدم تحقيقها وتجسيدها يؤدي به للانهيار والكآبة والنظرة السوداوية للغير والسلوك العدائي للمجتمع.

- **الإحساس بإشباع الحاجات النفسية:**

من أهم هذه الحاجات النفسية الإحساس بالأمن والإحساس بالتعاطف والمودة وهي حاجة ضرورية تتمثل في إحساسه أنه محبوب وأنه قادر على حب الآخرين وكذلك حاجة ثالثة وهي إحساس الفرد بأنه قادر على الانجاز ويتمثل في نجاحه في العمل والمشروع الذي يكلف به أو يتبناه، وكذا إحساسه بالانتماء للجماعة وبالولاء والاهتمام وحاجته للحرية بحيث تكون لديه حرية القبول والرفض والتعبير في ضوء قناعاته بمعنى أن يعرف متى يساير ومتى يغاير، فإذا أحس الفرد بإشباع هذه الحاجات يقترب بالضرورة من التوافق والصحة النفسية. (طالحي هجيرة، 2012-2013، ص106)

8- العوامل التي تعيق التوافق النفسي:

قد يعجز الفرد عن تحقيق أهدافه ويمنعه من إشباع حاجاته عوائق كثيرة، بعضها داخلي يرجع إلى الفرد نفسه، وبعضها الآخر خارجي يرجع إلى البيئة التي يعيش فيها ومن أهم هذه العوائق ما يأتي:

- **العوائق الجسمية:** ونقصد بها بعض العاهات والتشوهات الجسمية ونقص الحواس التي تحول بين الفرد وأهدافه، فضعف القلب وضعف البنية قد يعوق الطالب عن مشاركة زملائه في

النشاطات الرياضية والترفيهية، وقبح المنظر قد يعوق الشخص عن الزواج وتكوين الأصدقاء، وضعف الإبصار قد يعوق الطالب عن الالتحاق بالكليات العسكرية وغيرها من الكليات التي تشترط سلامة الأبصار.

- **العوائق النفسية:** ويقصد بها نقص الذكاء أو ضعف القدرات العقلية والمهارات النفس حركية أو خلل في نمو الشخصية الذي قد يعوق الشخص عن تحقيق أهدافه فقد يرغب الشخص في التفوق الدراسي ويمنعه ذكاؤه المحدود، وقد يرغب في الالتحاق بكلية الطب ويمنعه تحصيله الدراسي المتواضع وقد يرغب في أن يكون عضواً بارزاً في مجتمعه ويمنعه خجله الزائد أو عيوب نطقه أو خوفه من مواجهة الناس.
- **العوائق المادية والاقتصادية:** يعتبر نقص المال وعدم توفر الإمكانات المادية عائقاً يمنع كثيرا من الناس من تحقيق أهدافهم في الحياة وقد يسبب لهم الشعور بالإحباط لذا اعتبر الإمام علي الفقر عدواً للإنسان وقال "لو كان الفقر رجلا لقتلته"، باعتباره عائقاً قوياً يمنع الفقراء من إشباع حاجاتهم الأساسية، ويسبب لهم الكدر والألم ويعتبر نقص المال عائقا يمنع كثير من الشباب من تحقيق أهدافهم في التعليم والزواج والعمل.
- **العوائق الاجتماعية:** ويقصد بالعوائق الاجتماعية القيود التي يفرضها المجتمع في عاداته وتقاليده وقوانينه لضبط السلوك وتنظيم العلاقات وتعوق الشخص عن تحقيق بعض أهدافه من هذه العوائق منع الوالدين أبنائهما من إشباع بعض رغباتهم تأديباً وتربية ومنع الطالب من الالتحاق بالكلية التي يرغب بها بسبب انخفاض معدله في الثانوية العامة، وقد تمنع القوانين والعادات والتقاليد شابا من الزواج من الفتاة التي يحبها وقد يؤدي غلاء المهور إلى انصراف

كثير من الشبان عن الزواج ويؤدي الطلاق إلى حرمان الطفل من والديه أو أحدهما. (عمر يوسف زيدان رهام، 2007/2006، ص27-28)

9- سوء التوافق:

يعني بسوء التوافق أّنه فشل الإنسان في تحقيق إنجازاته وإشباع حاجاته ومواجهة صراعاته ومن ثم يعيش الفرد في الأسرة والعمل والتنظيمات التي ينخرط فيها في حالة عدم الانسجام وعدم التناغم، وإذا ما زاد هذا القدر من سوء التوافق اقترب الفرد من العصاب.

إذ ينشأ سوء التوافق عندما تكون الأهداف ليست سهلة في تحقيقها، أو عندما تحقق بطريقة لا يوافق عليها المجتمع، وكثيرا من جوانب سوء التوافق لا تحقق إشباعا بالكلية، وعلى أي حال فإن سوء التوافق يتضمن الخفض غير المرضي للحاجة.

ويتضمن سوء التوافق مجالات مختلفة: فهناك سوء التوافق الاجتماعي وهو عجز الفرد عن مجاراة قوانين الجماعة ومعاييرها أو عجز عن عقد صلات اجتماعية راضية مرضية مع من يعاملهم من الناس، مع والديه وأخوته وزملائه، أو مدرسيه أو زوجته وأطفاله أو رؤسائه أو مرؤوسي.

وهناك سوء التوافق المهني وكذلك سوء التوافق الاقتصادي والديني والسياسي.....الخ هذا إلى سوء التوافق الذاتي، ويبدو في عدم رضا الفرد عن نفسه واستصغاره إياها، أو احتقاره لها، أو عدم الثقة فيها، أو كرهها وإدانتها.

فالغالبية من الأفراد مدفوعة برغبة في القيام بالكثير من النشاطات التي من بينها النجاح في الدارسة والتمتع بحياة أسرية سعيدة، والزواج، وإنجاب الأطفال وتربيتهم، وتحقيق النجاح في اختيار المهنة، بالإضافة إلى الإشباع الناجح للرغبات والطموحات وغير ذلك. فإذا ما استطاع الفرد أن يحقق كل هذا أُطلق عليه أّنه شخص متوافق توافقا جيدا، وان لم ينجح في ذلك عانى من سوء التوافق. (جميل محمود التلولي جميلة، 2015، ص33-34)

10- دور الأسرة في إحداث التوافق النفسي:

تعد الأسرة الحضن الاجتماعي الأول الذي ينمو فيه الطفل، وتتحدد فيها معالم شخصيته، وللأسرة دور هام في خلق جيل من المواطنين يتمتع بالصحة النفسية، وهي بالنسبة للطفل تعتبر مصدراً هاماً لقيمه واتجاهاته، كما أنه في السنوات الأولى التي يقضيها الطفل في الأسرة، ومن خلال خبراته المتنوعة وعلاقاته الاجتماعية المتعددة والمواقف التي تقابله، ويختبر فيها إمكانياته وقدراته يكون الطفل مدركة عن نفسه الذي يؤثر في سلوكه في المستقبل، ويؤثر على علاقة الطفل بنفسه وعلاقته بغيره من الناس.

وتبدأ علاقات الفرد الاجتماعية، والتي تكسبه الشعور بقيمته وذاته مع أفراد أسرته حيث إنه من خلال هذه العلاقات الأولية ينمي خبرته عن الحب والعاطفية والحماية، ويزداد وعيه لذاته، ويزداد

نموه بزيادة تفاعله مع المحيطين به وقيامه بدوره الخاص، وينمو لديه شعور بالطمأنينة وعن طريق هذا التفاعل تأخذ شخصيته بالتبلور والاتزان.

ويتم تأثير الأسرة في تشكيل السلوك الاجتماعي للطفل، ونمط تصرفاته من خلال التنشئة الاجتماعية، فمن خلال هذه العملية يسعى الوالدان عن طريقها إلى أن يكتسب الطفل أساليب سلوكية منضبطة اجتماعياً، وكذلك اكتساب عادات ومعايير وقيم أخلاقية واتجاهات تتفق الثقافة السائدة والمقبولة مع المجتمع.

وقد أكدت الكثير من الدراسات أن الأسرة هي مجتمع الطفل الأول الذي يمنحه الكثير من أساليب التوافق والتكيف، وتعتبر هذه الدراسات أن الطفل الذي يتكيف تكيفاً صحيحاً مع العوامل المحيطة طفل مطمئن على حياته متزن في انفعالاته وعواطفه، بينما الذي يفشل في إقامة هذا التكيف فإنه لا يقوى على مواجهة مشكلاته اليومية ... وهكذا تنشأ مشكلات الطفل السلوكية من فشله في توافقه مع بيئته (أسرته)، ومع أحداث حياته أثناء عملية التطور.

وبقدر ما يكون هناك تماسك أسري وتنشئة سليمة يكون التوافق والنمو السليم للأطفال، وترجع (كارن هوربني) سوء التوافق إلى عدة عوامل منها انعدام الدفء العاطفي في الأسرة، وشعور الطفل أنه شخص منبوذ محروم من الحب والعطف والحنان بمعنى أن الجو الأسري العاطفي هو الجو التوافقي للأطفال.

يؤكد المليجي أن الأطفال الذين حرمتهم الظروف من الحياة في كنف الأسر نشؤوا في مؤسسات يتأخرون في الكلام عن أقرانهم، وتكون مفرداتهم أقل عدداً من مفردات أقرانهم الذين لم يحرموا من الأسر حيث يحظى الأطفال بقسط أوفر من العناية الفردي.

كما أن الأطفال يتأثرون بتصدع الأسرة سواء كان التصدع ناتجاً عن موت الأب أو الأم أو كلاهما معاً، أو كان التصدع نتيجة الانفصال بالطلاق، وذلك أن الأطفال في هذه الحالة يجتازون تجربة أليمة نتيجة وجودهم داخل أسرة محطمة، فالأسرة المتوافقة على هذا الأساس ينتج عنها في الغالب توافق لأطفالها، والأسرة سيئة التوافق ينتج عنها سوء توافق لأطفالها. (كباجة صالح إبراهيم محمود، 2011، ص27-28)

خلاصة الفصل:

يعتبر التوافق النفسي مؤشرا على الصحة النفسية الجيدة والقدرة على التكيف مع التحديات وضغوط الحياة وبالتالي يشعر الفرد بالرضا عن الذات والثقة بالنفس، ولقد حاولنا في هذا الفصل تقديم أهم التعريفات التي قدمت حول التوافق النفسي ومعاييره والعوامل التي تساعد تحسن والعوامل التي تعيقه.

الإجراءات المنهجية والتطبيقية للدراسة

تمهيد

1- منهج الدراسة
2- مجتمع الدراسة
3- حدود الدراسة
4- أدوات الدراسة
5- الخصائص السيكومترية
6- عينة الدراسة الأساسية
7- الأساليب الإحصائية

خلاصة الفصل

تمهيد:

لإنجاز بحث أو دراسة علمية يجب على الباحث المرور بعدة مراحل وخطوات للحصول على مجموعة من البيانات الكيفية وتحويلها بعد ذلك لبيانات كمية فيتحقق من الفرضيات التي وضعها في أول البحث، ولضمان البيانات المتحصل عليها سيتم التعرف في هذا الفصل على أهم المراحل والأدوات والأساليب المتبعة لانجاز الدراسة، انطلاقا من الدراسة الاستطلاعية والأساسية ثم تحديد مجال الدراسة مرورا بتحديد العينة بالإضافة إلى الأساليب الإحصائية المطبقة في الدراسة.

1- منهج الدراسة:

إن إتباع الباحث لمنهج دون آخر يرجع سببه إلى طبيعة الموضوع أو الدارسة والى الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها فموضوع الدارسة هو الذي يرفض على الباحث إتباع منهج معين، والمنهج هو الطريق المؤدي إلى الكشف عن الحقيقة في العلوم بواسطة طائفة من القواعد العامة تهيمن على سير العقل وتحد عملياته حتى يصل إلى نتيجة معلومة.(منصوري ليلى، 2020-2021، ص123)

حيث اعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي وهو الذي يستخدم في دراسة الأوضاع الراهنة للظواهر من حيث خصائصها، وأشكالها، وعلاقاتها، والعوامل المؤثرة في ذلك، وهذا يعني أن المنهج الوصفي يهتم بدراسة حاضر الظواهر والأحداث بعكس المنهج التاريخي الذي يدرس الماضي، مع ملاحظة أنّ المنهج الوصفي يشمل في كثير من الأحيان عمليات تنبؤ لمستقبل الظواهر والأحداث التي يدرسها، أّما هدفه الأساسي فهو فهم الحاضر لتوجيه المستقبل، وذلك من خلال وصف الحاضر بتوفير بيانات كافية لتوضيحه وفهم إجراءات المقارنة، وتحديد العوامل وتطوير الاستنتاجات من خلال ما تشير إليه البيانات.(سيبوكر إسماعيل، 2019، ص46)

2- مجتمع الدراسة:

تحتوي ثانوية هالي عبد الكريم على (721) تلميذ وتلميذة في كل المستويات، وتم اختيار تلاميذ السنة أولى ثانوي الذي يبلغ عددهم (150) تلميذ وتلميذة.

3- **حدود الدراسة** :

- **الحدود البشرية** : طبقت هذه الدراسة على عينة من التلاميذ.
- **الحدود المكانية**: ثانوية هالي عبد الكريم بقمار ولاية الوادي.
- **الحدود الزمنية** : طبقت في الفترة الممتدة من 06 مارس 2023 إلى 10 مارس 2023.

4- الدراسة الاستطلاعية:

2-1- **الهدف من الدراسة الاستطلاعية:**

قبل الاستخدام النهائي لمقاييس الدراسة لابد من مراعاة عدة أمور منها:

- تهيئة جو تطبيق المقاييس والتعود عليه مما يسهل إجراءات التطبيق النهائي وكذلك تقليل من الأخطاء التي من شأنها أن تنقص من قيمة ومصداقية الدراسة.
- وضع الأداة المراد تطبيقها في صورتها النهائية للدراسة الأساسية والتأكد من أنها تدرس متغير الدراسة من خلال الصدق و الثبات.

2-2- **عينة الدراسة الاستطلاعية:**

تمثلت عينة الدراسة الاستطلاعية من تلاميذ السنة أولى ثانوي وقد تم اختيار العينة بطريقة عشوائية حيث قدر عدد أفرادها ب 30 تلميذ وتلميذة بثانوية هالي عبد الكريم قمار بولاية الوادي في الفترة الممتدة 19 فيفري 2023 إلى 23 فيفري 2023.

- **جدول رقم (1) يوضح تقسيم العينة بحسب الجنس:**

الجنس	التكرار	النسبة
ذكر	14	46.66
أنثى	16	53.34
المجموع	30	100,0

نلاحظ من الجدول السابق أن عدد الذكور 14 تلميذ من العينة الاستطلاعية وذلك بنسبة 46.66% بينما عدد الإناث 16 تلميذة التي تمثل نسبة 53.34%.

- **جدول رقم (2) يوضح تقسيم العينة بحسب الشعبة:**

الجنس	التكرار	النسبة
علمي	18	60
أدبي	12	40
المجموع	30	100,0

نلاحظ من الجدول السابق أن عدد تلاميذ شعبة العلوم يبلغ 18 تلميذ من العينة الاستطلاعية بحسب الشعبة وذلك بنسبة 60% بينما عدد تلاميذ شعبة الأدب 12 تلميذ التي تمثل نسبة 40%.

2- أدوات الدراسة:

قد استعملنا في دراستنا هذه: استبيان الاتصال الأسري لجديد عبد الحميد واستبيان التوافق النفسي لشقير زينب كالتالي:

2-1- مقياس الاتصال الأسري:

صمم هذا المقياس من طرف جديد عبد الحميد، وفي سبيل إعداده قام المؤلف بالاطلاع على مهارات الاتصال الأسري في ضوء فنيات الإرشاد الجمعي، حيث إنه بعد الاطلاع على التراث النظري، لم يجد الباحث مقياس يتلاءم مع نظرته للدراسة وتعريفه الإجرائي لمتغير مهارات الاتصال الأسري، و قد تضمن المقياس ما يلي :

- **وصف مقياس مهارات الاتصال الأسري:** هو مقياس صمم للكشف عن درجة مهارات الاتصال الأسري لدى الآباء في ضوء فنيات الإرشاد الجمعي.

حيث تكون من 60 عبارة مقسمة إلى 5 أبعاد كل بعد مقسم إلى 12 عبارة منها الموجبة ومنها السالبة كما هو مبين في الجدول التالي :

جدول رقم (03) يوضح تقسيم الفقرات على الأبعاد واتجاه كل فقرة:

البعد	الاتجاه	أرقام العبارات
الإصغاء الفعال	الموجبة	1، 2 ، 4 ، 5، 6 ، 7، 8، 9 ، 10، 11، 12
	السالبة	.3
دعم وتقوية ميكانزمات التكيفية	الموجبة	13، 14، 15، 18 ، 20 ، 21 ،22، 23 ، 24
	السالبة	16 ،17 ، 19
تنمية الخبرة الانفعالية	الموجبة	26، 28، 29، 30، 31، 32، 33، 34، 35، 36
	السالبة	25 ، 27،
مهارات الاتصال البين شخصية	الموجبة	38، 39، 40، 41، 42، 43، 44، 45، 46، 47، 48
	السالبة	37،
مهارات إعادة تركيب الأسرة	الموجبة	49، 50، 51، 52، 53، 54، 56، 57، 59، 60
	السالبة	55، 58.

نلاحظ من الجدول السابق أن عدد الفقرات الموجبة في المقياس هو 51 فقرة وعدد السالبة منها هو 9 فقرات وفي الجدول الآتي نوضح بدائل الإجابة على المقياس و أوزانها.

جدول رقم (4) يوضح بدائل الإجابة على المقياس ووزن كل بديل

الرقم	البديل	الوزن الموجب	الوزن السالب
1	**تنطبق علي كثيرا**	**5**	**1**
2	**تنطبق علي غالبا**	**4**	**2**
3	**تنطبق علي أحيانا**	**3**	**3**
4	**نادرا ما تنطبق علي**	**2**	**4**

5	لا تنطبق علي أطلاقا	1	5

بما أننا نقيس مواقف حياتية، ونطلب من المجيب التعبير عن حاله في موقفه الاتصالي فقد اخترنا البدائل التي تساعدنا على وضع المراهق في صورة الموقف أثناء إجابته، وهي كما عبر عنها في الجدول السابق في اتجاهين موجبة وسالبة، تبدأ **بتنطبق علي كثيرا** بمعنى أن المراهق يعيش هذا الموقف دائما وهو شبيه بحاله في الحياة العادية، أعطيناها في الوزن الموجب خمسة درجات وفي الوزن السالب درجة واحدة، أما البديل الثاني، فهو **تنطبق علي غالبا**، بمعنى أن المراهق لا يعيش هذا الموقف دائما وإنما يعيشه في أغلب المواقف الاتصالية وأعطيناها وزن أربعة في الاتجاه الموجب ووزن اثنان في الاتجاه السالب، ثم يأتي البديل **تنطبق علي أحينا**، بمعنى أن المراهق أحيانا فقط ما تنطبق عليه هذه السمة في موقفه الاتصالي وقد قدرنا وزنها الموجب بثلاثة درجات في الحالتين الموجبة والسالبة، ويأتي بعدها البديل **نادرا ما تنطبق علي** ، بمعنى أن المراهق لا يعيش هذا الموقف الاتصالي أو هذا السلوك إلا في أوقات فقط وقد قدرنا وزنها في الاتجاه الموجب بدرجتين أما السالب فأربعة درجات، وأخيرا يأتي البديل **لا تنطبق علي إطلاقا** بمعنى أن المراهق لا يعيش هذا الموقف الاتصالي في حياته أبدا وقد قدرنا وزنها في الاتجاه الموجب بدرجة واحدة أما في الاتجاه السالب فخمسة درجات.

صدق مقياس الاتصال الأسري:

يعتبر الصدق خطوة من خطوات البحث العلمي التي يجب التأكد منها في أدوات الدارسة، وذلك لمعرفة ما إذا كان المقياس يقيس ما وضع لقياسه:

- **صدق التميزي للبند لمقياس الاتصال الأسري:**
- **جدول رقم (5) الصدق التميزي للبند لبعد مهارات الإصغاء الفعال :**

الفقرات	الصدق التمييزي للبند			
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
عندما لا أفهم سؤالا يوجه إلى فإنني أقوم بالاستفسار	3.61	1.21	35.57	0.01

من أجل المزيد من التوضيح				
أبدي اهتماما بما يقوله الآخرين	2.79	1.44	23.29	0.01
أسمع من الكلام ما أريد سماعه فقط وأتجاهل الباقي	2.68	1.57	20.46	0.01
أركز على ما يقال حتى لو كان لا يعنيني	2.31	1.42	19.56	0.01
أفترض ما سيقوله المتحدث مسبقا	2.97	1.49	23.86	0.01
أنصت لكل الآراء حتى لو كانت تتعارض مع رأيي	3.56	1.49	28.51	0.01
أعيد في ذهني ما يقوله المتحدث لي قبل أن أتكلم	3.30	1.47	26.83	0.01
لا أرد على الطرف المتحدث حتى يتم كلامه	3.78	1.33	34.05	0.01
أتحاشى مقاطعة الآخرين في الكلام	3.41	1.60	25.54	0.01
أنتبه لكل الكلمات التي تقال من حولي	3.08	1.55	23.75	0.01
أنتبه لحركة العينين التي يقوم بها المتحدث معي	3.33	1.65	24.15	0.01
أنتبه للحركات والتصرفات التي يقوم بها المتحدث معي	3.55	1.55	27.36	0.01

نلاحظ من الجدول السابق أن اختبار الصدق التميزي للبند كان دال 0,01 وهذا يعني أن الفقرات التي تنتمي إلى بعد الإصغاء الفعال صادقة بدرجة تسمح لنا بتطبيقها على عينة الدراسة الأساسية.

- **جدول رقم (06) الصدق التميزي للبند لبعد مهارات دعم وتقوية الميكانزمات التكيفية:**

الفقرات	الصدق التميزي للبند			
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة " ت "	مستوى الدلالة
أتفهم الشعور الذي يقصده المتحدث من كلامه	3.88	1.40	33.21	0.01
أهتم بكل ما يصدر عن المتحدث معي من عواطف	3.69	1.38	31.99	0.01
أبين لمن يتحدث معي أنني أحس بما يقوله	2.29	1.35	34.17	0.01
أميل إلى الدفاع عندما أتعرض للنقد	3.51	1.47	18.66	0.01

يهمني شكل من يتواصل معي	3.52	1.59	26.50	0.01
أضبط نفسي عند التواصل مع الآخرين	2.46	1.45	29.13	0.01
أتجنب الإفصاح عن مشاعري للآخرين	3.59	1.46	20.16	0.01
أفهم اهتمامات من يحيطون بي	3.70	1.49	28.85	0.01
أحترم تعبير من يحيطون بي عن رأيهم بحرية	3.56	1.49	29.68	0.01
أسعى إلى التأكيد للمتحدث أن ما يقصده من حديثه قد وصل لي	3.68	1.39	30.64	0.01
أصحح للمتحدث ما أخطأ فيه دون تحرج من ذلك	2.88	1.40	31.37	0.01
أدعم المتحدث معي إذا كان ما يقوله صوابا	2.69	1.71	20.22	0.01

نلاحظ من الجدول السابق أن اختبار الصدق التميزي للبند كان دال 0,01 وهذا يعني أن الفقرات التي تنتمي إلى بعد تقوية الميكانزمات التكيفية صادقة بدرجة تسمح لنا بتطبيقها على عينة الدراسة الأساسية.

- **جدول رقم (07) الصدق التميزي للبند لبعد مهارات تنمية الخبرة الانفعالية:**

الفقرات	الصدق التميزي للبند			
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة " ت "	مستوى الدلالة
أحسن أن الناس لا يسمعون ما أقوله	2.69	1.56	20.61	0.01
أجد من الصعب الإفصاح عن رأيي عندما يتعارض مع آراء الآخرين	2.62	1.46	21.54	0.01
من الصعب أن أعبر عن مشاعري	2.85	1.58	21.64	0.01
أكون واعيا لعواطفي حيال ما أسمعه من قول عني	3.34	1.51	26.49	0.01
أميز العبارات التي تثير انفعالاتي	3.09	1.57	23.60	0.01
أفكر في ردة فعل الآخرين لما أقوله	3.51	1.52	27.59	0.01
أسمح للمتحدث أن يعبر عن مشاعره السلبية نحوي	3.06	1.61	22.71	0.01
أصرح لمن حولي بما أشعر به	2.74	1.59	20.58	0.01

أشعر أن لدي القدرة للتعبير عن تفكيري	3.49	1.51	27.59	0.01
أهتم بتوضيح أفكاري حتى لا يحدث سوء فهم	3.79	1.43	31.74	0.01
أتأنى في إصدار الأحكام على من يحيطون بي	3.21	1.66	23.17	0.01
أصرح بما أعتقد أن المتحدث معي يحس به	2.99	1.60	22.42	0.01

نلاحظ من الجدول السابق أن اختبار الصدق التميزي للبند كان دال 0,01 وهذا يعني أن الفقرات التي تنتمي إلى بعد تنمية الخبرة الانفعالية صادقة بدرجة تسمح لنا بتطبيقها على عينة الدراسة الأساسية.

- **جدول رقم (08) الصدق التميزي للبند لبعد مهارات الاتصال البين شخصية:**

الفقرات	الصدق التميزي للبند			
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة " ت "	مستوى الدلالة
أعجز عن التعبير عما يدور في خاطري فأعبر عنه بطريقة مشوشة	3.05	1.53	23.86	0.01
أنظر إلى الشخص وهو يحدثني	3.74	1.45	30.93	0.01
أركز على معنى ما يقوله لي أكثر مما أركز على شكل وأسلوب المتحدث	3.72	1.47	30.27	0.01
أختار الوقت المناسب لأقول ما يجول في خاطري	3.63	1.44	30.21	0.01
أسعى دائما لاختيار الطريقة المناسبة للاتصال بالآخرين	3.70	1.44	30.65	0.01
أسعى دائما لتطوير مهاراتي في التواصل	3.56	1.51	28.16	0.01
اختار كلماتي بدقة وعناية	3.54	1.52	27.90	0.01
أحدد المعاني التي أقصدها بوضوح أثناء تحدثي مع الآخرين	3.55	1.44	29.57	0.01
أرى أنني استطيع التواصل بسهولة مع من يحيطون بي	3.68	1.40	31.57	0.01
أقوم بتبسيط لغتي في الاتصال ليفهمني الآخرون	3.65	1.40	31.28	0.01
احتفظ بهدوئي عندما يكون في الاتصال ما يزعجني	3.31	1.57	25.34	0.01
أحدد أهدافي قبل أن أتكلم مع الآخرين	3.47	1.46	28.39	0.01

نلاحظ من الجدول السابق أن اختبار الصدق التميزي للبند كان دال 0,01 وهذا يعني أن الفقرات التي تنتمي إلى بعد مهارات الاتصال البين شخصية صادقة بدرجة تسمح لنا بتطبيقها على عينة الدراسة الأساسية.

- **جدول رقم (09) الصدق التميزي للبند لبعد مهارات إعادة تركيب الأسرة:**

الفقرات	الصدق التميزي للبند			
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة " ت "	مستوى الدلالة
أقوم بترتيب الأدوار عندما اتصل بالآخرين	3.12	1.51	24.77	0.01
أرى أن أسرتي منضمة ومرتبة كما أريد	3.57	1.43	29.87	0.01
أعمل على خلق جو يسمح لأفراد أسرتي بالتواصل فيما بينهم	3.50	1.59	26.30	0.01
أقبل التغيير في الأدوار داخل أسرتي بحسب حاجتهم	3.23	1.57	24.68	0.01
أعقد مجالس في الأسرة لشرح الأهداف التي أريدها	2.84	1.56	21.80	0.01
أتحاور مع أفراد أسرتي حول مناسبة أسلوبي في التكلم معهم	3.40	1.51	26.93	0.01
أصدر الأوامر في أسرتي وأرفض من يناقشني	3.61	1.47	29.39	0.01
أحس أن هناك فراغ اتصالي في أسرتي يجب أن أملأه	3.55	1.53	27.77	0.01
أعمل على تبسيط الأمور في حالة وجود مشكلة داخل الأسرة	3.63	1.53	28.43	0.01
أرى ان أفراد أسرتي لا يمتثلون لأوامري	3.26	1.57	24.89	0.01
أعمل على تفعيل العلاقات في أسرتي	3.63	1.53	28.37	0.01
أسعى دائما للتجديد و التغيير في أسلوب عيشي مع أسرتي	3.48	1.55	26.81	0.01

نلاحظ من الجدول السابق أن اختبار الصدق التميزي للبند كان دال 0,01 وهذا يعني أن الفقرات التي تنتمي إلى بعد إعادة تركيب الأسرة صادقة بدرجة تسمح لنا بتطبيقها على عينة الدراسة الأساسية.

من خلال ما سبق عرضه صدق التميزي للبند لمقياس الاتصال الأسري تبين لنا أن المقياس صادق بدرجة جيدة ويمكن تطبيقه على عينة الدراسة الأساسية.

- **ثبات مقياس الاتصال الأسري:**

يشير مصطلح الثبات إلى مدى تطابق درجات أفراد مجموعة معينة على أداة معينة في كل مرة يعاد تطبيق نفس الأداة عليهم، بمعنى لو حدث وكرر الباحث نفس البحث وقد يغير في هذا الإجراء المتكرر أفراد العينة فما هو مدى تغيير المعاملات و المقاييس التي يجدها في كل مرة؟ و هو يشير إلى استقرار درجات الفرد الواحد على نفس الأداة، (محمد خيري،2008، ص201).

- **جدول رقم (10) ثبات ألفا كرونباخ لمقياس الاتصال الأسري:**

عدد البنود	قيمة ألفا كرونباخ
60	0.89

نلاحظ من الجدول السابق أن معامل آلفا كرونباخ للمقياس ككل 0,898 وهو ثبات جيد بمعنى أن مقياس الاتصال الأسري قابل للتطبيق على عينة الدراسة الأساسية.

2-2- مقياس التوافق النفسي:

صمم هذا المقياس من طرف شقير زينب سنة 2003، وفي سبيل إعداده قامت المؤلفة بالاطلاع على التراث النظري والدارسات السابقة وكذا على بعض المفاهيم النظرية للتوافق النفسي وأبعاده المختلفة، كما اطلعت على بعض مقاييس التوافق النفسي مثل مقياس كاليفورنيا للشخصية ومقياس التوافق إعداد عبد الوهاب كامل ومقياس التوافق النفسي إعداد وليد القفاص... الخ، وهي مقاييس أجريت على فئة العاديين من الناس، إلى أن توصلت المؤلفة إلى أربعة أبعاد رئيسية للتوافق تتمثل في المحاور التالية:

- التوافق الشخصي والانفعالي (وقد أرادت المؤلفة ضم هذين البعدين معا لارتباطهما الوثيق ببعض).
- التوافق الصحي والجسمي.
- التوافق الأسري.
- التوافق الاجتماعي.

تم التوصل إلى 30 فقرة يبرز من خلالها التوافق لدى الفرد والتي انتهت إلى عشرون فقرة لكل بعد من أبعاد المقياس الفرعية وذلك بعد الانتهاء من التقنين الخاص بالمقياس، وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس الكلية 80 فقرة مقسمة إلى 20 فقرة لكل بعد فرعي على حدة، كما هو موضح في الجدول التالي:

- **الجدول رقم (11) يوضح تقسيم الفقرات على الأبعاد واتجاه كل فقرة:**

محاور المقياس	فقرات المقياس		المجموع الكلي
	الفقرات الموجبة	الفقرات السالبة	
التوافق الشخصي والانفعالي	من 1 إلى 14	من 15 إلى 20	20
التوافق الصحي الجسمي	من 21 إلى 28	من 29 إلى 40	20
التوافق الأسري	من 41 إلى 55	من 56 إلى 60	20
التوافق الاجتماعي	من 61 إلى 74	من 75 إلى 80	20
عدد الفقرات الإجمالي	51	29	80

هذا ويمكن تطبيق المقياس على الجنسين من مختلف الأعمار ابتداء من نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة إلى كبار السن.

وقد صمم هذا المقياس على طريقة "ليكرت" وذلك بإعطاء تقدير دقيق على مقياس متدرج من (موافق، محايد، معارض) حيث أعطت الباحثة لها الدرجات (2، 1، 0) وهذا في حال كان اتجاه التوافق إيجابيا، أما إذا كان اتجاهه سلبيا فتمنح الإجابات الدرجات (0، 1، 2) ومنه فإن:

- أعلى درجة يمكن الحصول عليها هي (160) وهذا إذا أجاب الفرد على كل عبارات المقياس بالبديل الذي يأخذ الدرجة"2" سواء في فقرات الإيجابية أو السلبية.
- متوسط الدرجة التي يمكنا لحصول عليها هي (80) وهذا إذا أجاب الفرد على كل عبارات المقياس بالبديل أحيانا الذي يأخذ الدرجة "1".
- أدنى درجة يمكن الحصول عليها هي (0) وهذا إذا أجاب الفرد على كل عبارات المقياس بالبديل الذي يأخذ الدرجة "0" سواء في فقرات الإيجابية أو السلبية.
- **صدق التميزي للبند لمقياس التوافق النفسي:**
- **جدول رقم (12) الصدق التميزي للبند لبعد التوافق الشخصي والانفعالي:**

الفقرات	الصدق التميزي للبند			
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة " ت "	مستوى الدلالة
هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية؟	1.58	0.57	33.14	0.01
هل أنت متفائل بصفة عامة؟	1.47	0.67	26.02	0.01
هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وعن انجازاتك أمام الآخرين؟	0.95	0.79	14.51	0.01
هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟	1.52	0.64	28.32	0.01
هل تشعر أنك شخص له فائدة ونفع في الحياة؟	1.50	0.71	25.02	0.01
هل تتطلع لمستقبل مشرق؟	1.59	0.70	27.27	0.01
هل تشعر بالراحة النفسية والرضا في حياتك؟	1.33	0.73	21.66	0.01
هل أنت سعيد وبشوش في حياتك؟	1.42	0.75	22.67	0.01
هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا؟	1.26	0.78	19.33	0.01
هل تشعر بالاتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس؟	1.35	0.71	22.75	0.01
هل تحب الآخرين وتتعاون معهم؟	1.56	0.66	28.30	0.01
هل أنت قريب من الله بالعبادة والذكر دائما؟	1.68	0.57	35.34	0.01
هل أنت ناجح ومتوافق مع الحياة؟	1.54	0.64	26.96	0.01

هل تشعر بالأمن والطمأنينة النفسية وأنك في حالة طيبة؟	1.38	0.75	21.98	0.01
هل تشعر باليأس وتهبط همتك بسهولة؟	1.18	0.76	18.60	0.01
هل تشعر باستياء وضيق م الدنيا عموما؟	1.01	0.77	15.69	0.01
هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟	0.70	0.73	11.52	0.01
هل تعتبر نفسك عصبي المزاج الى حد ما؟	0.93	0.78	14.29	0.01
هل تميل الى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها؟	0.86	0.82	12.53	0.01
هل تشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر؟	0.96	0.88	13.04	0.01

نلاحظ من الجدول السابق أن اختبار الصدق التميزي للبند كان دال 0,01 وهذا يعني أن الفقرات التي تنتمي إلى بعد التوافق الشخصي والانفعالي صادقة بدرجة تسمح لنا بتطبيقها على عينة الدراسة الأساسية.

- **جدول رقم (13) الصدق التميزي للبند لبعد التوافق الصحي والجسمي:**

الفقرات	الصدق التميزي للبند			
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة " ت "	مستوى الدلالة
هل حياتك مملوءة بالنشاط والحيوية معظم الوقت؟	1.23	0.75	19.59	0.01
هل لديك قدرات ومواهب متميزة؟	1.43	0.73	23.34	0.01
هل تتمتع بصحة جيدة وتشعر بأنك قوي البنية؟	1.50	0.70	25.36	0.01
هل أنت راض عن مظهرك الخارجي (طول القامة، حجم الجسم)	1.59	0.69	27.50	0.01
هل تساعدك صحتك على مزاولة الأعمال بنجاح؟	1.59	0.64	29.93	0.01
هل تهتم بصحتك جيدا وتتجنب الإصابة بالمرض؟	1.46	0.71	24.47	0.01
هل تعطي نفسك قدر من الاسترخاء والراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة؟	1.31	0.75	20.99	0.01
هل تعطي نفسك قدرا كافيا من النوم (أو تمارس رياضة)	1.38	0.72	23.13	0.01

للمحافظة على صحتك؟				
هل تعاني من بعض العادات مثل (قضم الأظافر والغمز بالعين)؟	1.27	0.84	18.25	0.01
هل تشعر بصداع أو ألم في رأسك ن وقت لآخر؟	0.78	0.78	11.98	0.01
هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟	0.76	0.77	11.82	0.01
هل تعاني مشاكل أو اضطرابات الأكل (سوء هضم، فقدان شهية، شره عصبي)؟	1.24	0.80	18.54	0.01
هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل؟	0.95	0.80	14.18	0.01
هل تشعر بالاجهاد وضعف الهمة من وقت لآخر؟	1.00	0.78	15.31	0.01
هل تتصبب عرقا (أو ترتعش يداك) عندما تقوم بعمل؟	1.16	0.81	17.08	0.01
هل تشعر أحيانا أنك قلق وأعصابك غير موزونة؟	0.88	0.82	12.85	0.01
هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاولة العمل؟	1.29	0.82	19.00	0.01
هل تشعر أحيانا بصعوبة في النطق والكلام؟	1.30	0.79	19.68	0.01
هل تعاني من امساك أو اسهال كثيرا؟	1.50	0.70	25.48	0.01
هل تشعر بالنسيان أو عدم القدرة على التركيز من وقت لآخر؟	1.04	0.82	15.11	0.01

نلاحظ من الجدول السابق أن اختبار الصدق التميزي للبند كان دال 0,01 وهذا يعني أن الفقرات التي تنتمي إلى بعد التوافق الصحي والجسمي صادقة بدرجة تسمح لنا بتطبيقها على عينة الدراسة الأساسية.

- **الجدول رقم (14) الصدق التميزي للبند لبعد التوافق الأسري:**

الفقرات	الصدق التميزي للبند			
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة " ت "	مستوى الدلالة
هل تشعر أنك متعاون مع أسرتك؟	1.45	0.72	23.94	0.01
هل تشعر بالسعادة في حياتك وأنت مع أسرتك؟	1.52	0.71	25.50	0.01
هل أنت محبوب من أفراد أسرتك؟	1.47	0.72	24.35	0.01

هل تشعر بأن لك دور فعال وهام في أسرتك؟	1.49	0.72	24.57	0.01
هل تحترم أسرتك رأيك وممكن أن تأخذ به؟	1.34	0.74	21.73	0.01
هل تفضل أن تقضي معظم وقتك مع أسرتك؟	1.29	0.77	20.01	0.01
هل تأخذ حقك من الحب والعطف والحنان والأمن من أسرتك؟	1.47	0.70	24.91	0.01
هل التفاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك؟	1.43	0.77	22.22	0.01
هل تحرص على مشاركة أسرتك أفراحها وأحزانها؟	1.63	0.63	30.88	0.01
هل تشعر أن علاقتك مع أفراد أسرتك وثيقة وصادقة؟	1.53	0.72	25.29	0.01
هل تفتخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟	1.49	0.77	23.10	0.01
هل انت راض عن ظروف الأسرة الاقتصادية والثقافية؟	1.55	0.70	26.38	0.01
هل تشجعك أسرتك على اظهار ما لديك من قدرات ومواهب؟	1.44	0.73	23.53	0.01
هل أفراد أسرتك تقف بجوارك وتخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة ما؟	1.50	0.68	26.22	0.01
هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟	1.29	0.81	19.20	0.01
هل تشعرك أسرتك أنك عبء ثقيل عليها؟	1.34	0.87	18.54	0.01
هل تتمنى أحيانا أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟	1.37	0.81	20.16	0.01
هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرتك؟	1.32	0.80	19.66	0.01
هل تشعر بالقلق أو الخوف وأنت داخل أسرتك؟	1.34	0.78	20.53	0.01
هل تشعر ان اسرتك تعاملك على أنك طفل صغير	1.27	0.81	18.76	0.01

نلاحظ من الجدول السابق أن اختبار الصدق التميزي للبند كان دال 0,01 وهذا يعني أن الفقرات التي تنتمي إلى بعد التوافق الأسري صادقة بدرجة تسمح لنا بتطبيقها على عينة الدراسة الأساسية.

- **جدول رقم (15) الصدق التميزي للبند لبعد التوافق الاجتماعي:**

الفقرات	الصدق التميزي للبند			
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة " ت "	مستوى الدلالة
هل تحرص على المشاركة الايجابية الاجتماعية والترويحية مع الآخرين؟	1.23	0.81	18.29	0.01
هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم؟	1.34	0.76	21.26	0.01
هل تشعر بالمسؤولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟	1.29	0.77	20.01	0.01
هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع الآخرين؟	1.19	0.82	17.44	0.01
هل تحترم رأي زملائك وتعمل به اذا كان رأيا صائبا؟	1.47	0.67	26.14	0.01
هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وانجازاتك؟	1.38	0.73	22.82	0.01
هل تعتذر لزميلك اذا تأخرت عن الموعد المحدد؟	1.43	0.73	23.44	0.01
هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟	1.41	0.72	23.47	0.01
هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا؟	1.61	0.68	28.41	0.01
هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء وتحرص على إرضائهم؟	1.43	0.74	23.05	0.01
هل يسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية؟	1.36	0.80	20.22	0.01
هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك؟	1.47	0.71	24.57	0.01
هل تحاول الوفاء بوعدك مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه؟	1.63	0.59	32.86	0.01
هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟	1.31	0.78	1997	0.01
هل تفكر كثيرا قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح	0.80	0.80	12.01	0.01

الآخرين أو ترفضه؟				
هل تفتقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟	1.02	0.81	15.22	0.01
هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى ولو كانوا في مثل سنك؟	1.21	0.77	18.77	0.01
هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم؟	0.99	0.80	14.77	0.01
هل تتخلى عن اسداء النصح لزميلك خوفا من أن يزعل منك؟	1.09	0.82	15.81	0.01
هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟	1.20	0.80	18.10	0.01

نلاحظ من الجدول السابق أن اختبار الصدق التميزي للبند كان دال 0,01 وهذا يعني أن الفقرات التي تنتمي إلى بعد التوافق الاجتماعي صادقة بدرجة تسمح لنا بتطبيقها على عينة الدراسة الأساسية.

من خلال ما سبق عرضه صدق التميزي للبند لمقياس التوافق النفسي تبين لنا أن المقياس صادق بدرجة جيدة ويمكن تطبيقه على عينة الدراسة الأساسية.

- **ثبات مقياس التوافق النفسي:**

جدول رقم (16) ثبات ألفا كرونباخ لمقياس توافق النفسي:

عدد البنود	قيمة ألفا كرونباخ
80	0.94

نلاحظ من الجدول السابق أن معامل آلفا كرونباخ للمقياس ككل 0,94 وهو ثبات جيد بمعنى أن مقياس التوافق النفسي قابل للتطبيق على عينة الدراسة الأساسية.

6- عينة الدراسة الأساسية :

قمنا بتوزيع المقياسين بطريقة المسح الشامل قدرت بـ 150 تلميذ وتلميذة في ثانوية هالي عبد الكريم بقمار الوادي حيث كان التوزيع عن طريق المراقب لكي لا يكون هناك فوضى أو الهاء عن الدروس، وزعها على التلاميذ وبعد ثلاثة أيام قمنا باسترجاعهم، وتم استرجاع 144 استبيان صالح للدراسة وذلك للحصول على البيانات الخاصة باستخراج نتائج الفرضيات الوصفية، المتمثلة في تحديد مستوى مهارات الاتصال لدى عينة الدراسة، ومعرفة الفروق في المتغيرات التالية: (الجنس، التخصص).

جدول رقم (17) يوضح تقسيم العينة بحسب الجنس:

الجنس	التكرار	النسبة
ذكر	66	45,8
أنثى	78	54,2
المجموع	144	100,0

نلاحظ من الجدول السابق أن عدد الذكور 66 تلميذ من العينة الأساسية بحسب الجنس وذلك بنسبة 45.8% بينما عدد الإناث 78 تلميذة التي تمثل نسبة 54.2%.

جدول رقم (18) يوضح تقسيم العينة بحسب الشعبة:

الجنس	التكرار	النسبة
علمي	110	76,4
أدبي	34	23,6
المجموع	144	100,0

نلاحظ من الجدول السابق أن عدد تلاميذ شعبة العلوم يبلغ 110 تلميذ من العينة الأساسية بحسب الشعبة وذلك بنسبة 76.4% بينما عدد تلاميذ شعبة الأدب 34 تلميذ التي تمثل نسبة 23.6%.

5- الأساليب الإحصائية المستعملة:

لمعالجة البيانات والمعطيات المتحصل عليها في الدارسة الحالية والوصول إلى نتائج كمية، تم استخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية وذلك من خلال الاعتماد على:

- التكرار والنسبة المؤوية: لتوزيع عينة الدراسة الاستطلاعية و الأساسية بحسب المتغيرات الديمغرافية،
- المتوسط الحسابي والانحراف المعياري: لتحديد متوسط درجات الاتصال الأسري والتوافق النفسي لدى عينة الدراسة
- معامل الارتباط برسون: لمعرفة العلاقة بين متغيري الدراسة.
  - دارسة صدق التمييزي للبند: لمعرفة صدق الاستبيانات.
  - ألفا كرونباخ من أجل دارسة الثبات.
- اختبار ت لعينتين مستقلتين : لتحديد الفرق في متوسط درجات الاتصال الأسري والتوافق النفسي لدى عينة الدراسة.
- وتجدر بنا الإشارة إلى أن معالجة الأساليب الإحصائية قد تمت باستخدام برنامج SPSS22.0 وبرنامج EXCEL2007.

خلاصة الفصل:

اشتمل هذا الفصل على مجموعة من الإجراءات المنهجية المتبعة في انجاز هذه الدراسة، فتم تحديد المنهج الملائم لهذه الدراسة وهو المنهج الوصفي، أيضا تحديد مجالات الدراسة المكاني والزماني والبشري للتعرف على بيئة الدراسة بالإضافة إلى تحديد عينة الدراسة الاستطلاعية والأساسية المتمثلة في المراهقين تلاميذ الأولى ثانوي، كذلك أدوات جمع البيانات والأساليب الإحصائية.

عرض وتفسير نتائج الدراسة

تمهيد

1- عرض وتحليل نتائج الفرضيات الأولى
2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية
3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة
4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة
5- عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة
6- عرض وتحليل نتائج الفرضية السادس
7- عرض وتحليل نتائج الفرضية السابعة
8- تفسير نتائج الفرضيات

خلاصة الفصل

تمهيد:

يهدف هذا الفصل إلى تقديم البيانات والمعلومات التي تم جمعها وتحليلها بشكل منهجي ومنظم حيث يساعد عرض النتائج في فهم الاستنتاجات الرئيسية والنتائج الإحصائية والتحقق من صحة الفرضيات.

1- عرض وتحليل نتائج الدراسة:

- **عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:** نصت الفرضية على "نتوقع مستوى متوسط من الاتصال الأسري لدى تلاميذ السنة الأولى الثانوي".

لنقوم بحساب المستوى نقوم بحساب المدى بالتالي:

أعلى درجة – ادني درجة = 300 – 60 = 240 / 3 = 80 بمعنى

300 – 80 = 220 أي التلاميذ المتحصلين على درجة 220 فأكثر لديهم مستوى مرتفع.

220– 80= 140 أي التلاميذ الذين درجاتهم من220 إلى140 درجة لديهم مستوى متوسط.

140 – 80 = 60 أي التلاميذ الذين درجاتهم من 140 إلى 60 درجة لديهم متوسط ضعيف.

كما هو موضح في الجدول الآتي:

- **جدول رقم (19) يوضح مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة:**

التواصل الأسري	التكرار	النسبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
مرتفعة	46	31,95	200,04	33,17
متوسطة	93	64,58		
منخفضة	05	3.47		
المجموع	144	100		

يبن الجدول السابق توزيع درجات عينة الدراسة الأساسية على مقياس الاتصال الأسري، حيث بلغ متوسط درجات العينة على مقياس 200.04 بانحراف معياري 33.17 وتحصل 46 تلميذ وتلميذة من العينة على درجة مرتفعة وهم يمثلون نسبة 31,95 % من العدد الكلي و93 تلميذ وتلميذة من أفراد العينة تحصلوا على درجة متوسطة وهم يمثلون نسبة 64,58% و05 تلاميذ من العينة تحصلوا على درجة منخفضة وهم يمثلون نسبة 3.47% وعليه فإننا نقبل بالفرضية التي نصت على "**نتوقع مستوى متوسط من الاتصال الأسري لدى تلاميذ سنة الأولى ثانوي**".

ولقد أظهرت نتائج هذه الدراسة وجود مستوى متوسط من الاتصال الأسري لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي يرجع ذلك إلى طريقة التفاعل والاتصال بين أفراد الأسرة، يعتمد مستوى الاتصال الأسري على العديد من العوامل مثل التوافق العاطفي ومهارات التواصل المستخدمة والثقة المتبادلة والتفاهم وقدرة الأفراد على التعبير عن مشاعرهم واحتياجاتهم بصراحة فكلما حدثت مشكلة في هذه العوامل انخفض مستوى الاتصال ويجب فهم أن الاتصال في الأسرة يختلف من عائلة إلى أخرى، وقد اعتمدت نظرية فرجينا ساتير في الاتصال الأسري على بعض العوامل المساهمة في رفع مستوى الاتصال داخل الأسرة هي :

تحقيق التوازن والاستقرار للأسرة من خلال تفعيل أنماط الاتصال.

تدريب أفراد الأسرة على الاستماع وفهم بعضهم البعض وتحسين التفاعل فيما بينهم.

التأكيد على إحداث التغيير في ممارسات الأسرة عن طريق تنمية مستوى الوعي.

تدريب أفراد الأسرة على تحمل المسؤولية لتحقيق التغيير.

تدريب أفراد الأسرة على التحكم في المشكلات والمشاعر الشخصية.

يحتوي نموذج فيرجينا ساتير على مجموعة من الأساليب الداعمة بشكل ايجابي للعلاقة بين الزوجين والأسرة.

فالاتصال داخل الأسرة يلعب دورا هاما في مرحلة المراهقة فيوفر للمراهقين بيئة آمنة وتساعدهم في اتخاذ قراراتهم ونصحهم لكي لا يقعوا في مشاكل وينقل لهم معتقدات وقيم صحيحة تبعدهم عن

الآفات الاجتماعية، ويساعدهم في زيادة النمو الاجتماعي والثقة بالنفس لأن مرحلة المراهقة كما هو معروف تحدث فيها الكثير من الانطوائية للمراهق.

عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية: نصت الفرضية على " نتوقع مستوى متوسط التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي".

لنقوم بحساب المستوى نقوم بحساب المدى بالتالي:

أعلى درجة – ادني درجة = 240 – 80 = 160 / 3 = 53.33 بالتقريب 53 بمعنى

240 – 53 = 187 أي التلاميذ المتحصلين درجة 187 فأكثر لديهم مستوى مرتفع

187– 53= 134 أي التلاميذ الذين درجاتهم من 187 إلى 134 درجة لديهم مستوى متوسط

134 – 53 = 81 أي التلاميذ الذين درجاتهم من 134 إلى 81 درجة لديهم متوسط ضعيف

كما هو موضح في الجدول الآتي:

- **جدول رقم (20) يوضح مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة:**

التوافق النفسي	التكرار	النسبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
مرتفعة	23	15.97	105,11	25,32
متوسطة	102	70.84		
منخفضة	19	13.19		
المجموع	144	100		

يبن الجدول السابق توزيع درجات عينة الدراسة الأساسية على مقياس التوافق النفسي، حيث بلغ متوسط درجات العينة على مقياس 105.11 بانحراف معياري 25.32 وتحصل 23 تلميذ وتلميذة من العينة على درجة مرتفعة وهم يمثلون نسبة 15,97 % من العدد الكلي و102 تلميذ وتلميذة من أفراد العينة تحصلوا على درجة متوسطة وهم يمثلون نسبة 70,84 % و19 تلميذ وتلميذة من العينة تحصلوا على درجة منخفضة وهم يمثلون نسبة 13.19% وعليه فإننا نقبل بالفرضية التي نصت على "**نتوقع مستوى متوسط من التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة اولى ثانوي"**

ولقد أظهرت نتائج هذه الدراسة وجود مستوى متوسط من التوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي فقد يواجه المراهقون تحديات في هذه المرحلة وقد يعانون من فهمها لأنها تحدث فيها العديد من التغيرات الفيزيولوجية والنفسية والاجتماعية وعدم القدرة على حل المشاكل قد يؤثر على مستوى التوافق النفسي فيكون اما مرتفع أو متوسط أو منخفض ويجب الإيضاح أن التوافق النفسي يختلف من فرد إلى أخر، وقد اتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة **سمير فدول، مُحَّد فدول (2018)** وأهم ما توصلت إليه هذه الدراسة أن التوافق النفسي الاجتماعي لدى الطلبة متوسط وهذا ما يظهر أنهم لا يتمتعون بكامل توافقهم خاصة وأن النسب التي سجلتها على المستوى المنخفض جاءت معتبرة، وأيضا دراسة أحمد مُحَّد الفواعير (2021) التي تنص على وجود مستوى متوسط في التوافق النفسي الاجتماعي لدى الطلبة.

يتأثر مستوى التوافق النفسي في مرحلة المرهقة كثيرا ويختل توازنه حيث يواجه المراهقين العديد من التغيرات التحديات في هذه المرحلة ومن هذه التغيرات تغيرات الهوية والتحولات والعلاقات الاجتماعية العاطفية حيث يحتاج المراهقين إلى دعم الأسرة والتواصل الجيد للتعامل مع هذه التغيرات.

عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة : توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاتصال الأسري والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوية".

- **جدول رقم (21) يوضح العلاقة بين الاتصال الأسري و التوافق النفسي:**

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل بيرسون	مستوى الدلالة
الاتصال الأسري	200,04	33,17	**0.37	0.01
التوافق النفسي	105,11	25,32		

يبين الجدول أعلاه أن متوسط الحسابي لأفراد عينة الاتصال الأسري بلغ 200.04 مع انحراف معياري قدره 33.17، وبلغ المتوسط الحسابي لأفراد عينة التوافق النفسي على 105.11 مع انحراف معياري قدره 25.32 وبلغت قيمة معامل الارتباط بيرسون بين متغير الاتصال الأسري ومتغير التوافق النفسي r= 0.375 وهو دال عند مستوى الدلالة 0.01 وعليه يمكن القول أن **"هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتصال الأسري والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي"**.

ولقد أظهرت نتائج هذه الدراسة وجود علاقة بين الاتصال الأسري و التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي، حيث أن عملية الاتصال الأسري لها دور كبير في مراحل نمو الأبناء خاصة مرحلة المراهقة وتكوين شخصيتهم وتوافقهم في جميع مجالات الحياة، وكلما كان الاتصال الأسري ايجابي وطريقة تفاعل الأسرة صحية كلما كان المراهق بعيدا عن الاضطرابات والمشاكل النفسية والانحرافات، وقد اتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة **عبد العالي جميلة، غريب حسين (2017)** وأهم ما توصلت إليه هذه الدراسة أنه الحوار الأسري يؤثر على التوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس بمرحلة التعليم الثانوي، أن أساليب التواصل والحوار الأسري لها اثر كبير في تنشئة الأبناء و في تكوين شخصيتهم وأساليب تكيفهم.

ومن أهم العوامل التي يجب توفرها للمراهق لتحقيق التوافق النفسي هي العوامل الأسرية، فلأسرة لها دور مهم في تكوين شخصية الأبناء فكلما كان الجو الأسري يسوده الأمن والاستقرار وجو نفسي هادئ كلما زاد التوافق، وكلما كان يسوده المحبة والتفاهم والاحترام كلما ساعد ذلك على النمو والتوافق السليم مع الذات والغير، لأنها تعتبر هذه المرحلة حساسة وأي تغير أو ضغط

يحدث فيها يؤثر على المراهق، فيجب على الوالدين مراعاة الأبناء واللجوء إلى الاتصال والحوار في حل مشاكلهم لتوفير التوافق النفسي للمراهقين.

عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس".

- **جدول رقم (22) يوضح الفرق في مستوى الاتصال الأسري بحسب الجنس:**

الجنس	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
ذكر	66	197,22	31,13	0,936	142	0,351
أنثى	78	202,42	34,83			

يبين الجدول أعلاه أن متوسط الحسابي للذكور الذي بلغ عددهم 66 تلميذ 197.22 مع انحراف معياري قدره 31.13، وبلغ المتوسط الحسابي للإناث الذي بلغ عددهم 78 تلميذة 202.42 مع انحراف معياري قدره 34.83، وبلغت قيمة "ت" 0.936 ودرجة الحرية 142 وهو دال عند مستوى الدلالة 0.351 وعليه فإننا نرفض الفرضية الأولى التي نصت على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس"، ونقبل بالفرضية البديلة المتمثلة في "**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس**".

نلاحظ من النتائج السابقة أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس"، حيث أن الاتصال الجيد في الأسرة يجيب أن يتوفر على الاستماع الفعال والتعبير عن المشاعر بطريقة صحية والاحترام المتبادل والتعاون والدعم بين أفرادها فهذه العوامل مهمة لجميع الأفراد بغض النظر عن جنسهم وعليها يمكن بناء الثقة المتبادلة والتوافق النفسي في الأسرة، وقد اتفقت هذه الدراسة مع دراسة قرين العيد، معوش عبد الحميد (2019) وأهم ما توصلت إليه الدراسة أنه لا توجد فروق في درجة الحوار الأسري بين المراهقين

المتمدرسين في ضوء متغير الجنس لأنه تكون عملية التفاعل بين أفراد الأسرة الواحدة عن طريق المناقشة والحديث عن كل ما يتعلق بشؤون الأسرة مما يؤدي إلى خلق الألفة والتواصل البناء المتبادل.

عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير التخصص".

- **جدول رقم (23) يوضح الفرق في مستوى الاتصال الأسري بحسب التخصص:**

التخصص	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
علمي	110	199,99	33,16	0,033	142	0,974
أدبي	34	200,20	33,72			

يبين الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لشعبة العلوم الذي بلغ عددهم 110 تلميذ وتلميذة 199.99 مع انحراف معياري قدره 33.16، وبلغ المتوسط الحسابي لشعبة الأدب الذي بلغ عددهم 34 تلميذ وتلميذة 200.20 مع انحراف معياري قدره 33.72، وبلغت قيمة "ت" 0.033 ودرجة الحرية 142 وهو دال عند مستوى الدلالة 0.974 وعليه فإننا نرفض الفرضية الأولى التي نصت على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير التخصص"، ونقبل بالفرضية البديلة المتمثلة في **"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير التخصص"**

نلاحظ من النتائج السابقة أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير التخصص حيث أن طريقة التربية الأسرية والمعاملة الوالدية لا تتأثر بطبيعة التخصص فهم يعيشون نفس الظروف الأسرية ويجب الإشارة هنا أن الاتصال الأسري يختلف من أسرة إلى أخرى وقد اتفقت هذه الدراسة مع دراسة فايز علي الأسود (2020) التي تنص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس السياق الأسري تعزى لمتغير التخصص.

عرض وتحليل نتائج الفرضية السادسة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس.

- **جدول رقم (24) يوضح الفرق في مستوى التوافق النفسي بحسب الجنس:**

الجنس	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
ذكر	66	103,07	25,94	-0,886	142	0,377
أنثى	78	106,83	24,83			

يبين الجدول أعلاه أن متوسط الحسابي للذكور الذي بلغ عددهم 66 تلميذ 103.07 مع انحراف معياري قدره 25.94، وبلغ المتوسط الحسابي للإناث الذي بلغ عددهم 78 تلميذة 106.83 مع انحراف معياري قدره 24.83، وبلغت قيمة "ت" 0.886- ودرجة الحرية 142 وهو دال عند مستوى الدلالة 0.377 وعليه فإننا نرفض الفرضية الأولى التي نصت على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس"، ونقبل بالفرضية البديلة المتمثلة في **"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس"**

نلاحظ من النتائج السابقة أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس ولعل ما يفسر هذه النتيجة أن عينة الإناث والذكور متشابهة من حيث العمر والمدرسة المشتركة ونفس الطموح فلكل منهما دافع لتحقيق التوافق النفسي للموازنة بين رغباتهم ومتطلبات المجتمع، ومن بين الدراسات التي توصلت إلى نفس النتائج نجد دراسة طالحي هجيرة (2013/2012) وأهم ما توصلت إليه الدراسة أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في التوافق النفسي عند أفراد المجموعة لوجود نفس الظروف وكون التوافق شرط من توازنهم الشخصي، ويفسر ذلك بلحاج فروجة (2011) في دراسته التي توصلت إلى عدم وجود فرق بين الإناث و الذكور في ما يخص درجات التوافق النفسي الاجتماعي، وقد اختلفت هذه الدراسة مع دراسة عبد العالي جميلة وغريب حسين (2017) التي تنص على وجود فروق ذات دلالة

إحصائية في مستوى التوافق النفسي بين الإناث والذكور، وذلك يرجع إلى الفروق بين الجنسين في إدراك أساليب الرعاية الوالدية.

ومن أهم العوامل التي يجب توفرها للمراهق لتحقيق التوافق النفسي وهو المعاملة الوالدية للذكور والإناث بدون تحيز لأحد الجنسين وكذلك العوامل المدرسية فيجب الابتعاد عن العنف والتسلط على المراهقين واللجوء إلى الاتصال لحل مشاكلهم لان المراهق يتميز في هذه المرحلة بشخصية هشة وحساسة وأي ضغط يجعلهم يشعرون بعدم الراحة.

عرض وتحليل نتائج الفرضية السابعة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير التخصص.

- **جدول رقم (25) يوضح الفرق في مستوى التوافق النفسي بحسب التخصص:**

الجنس	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
علمي	110	104,4909	25,14536	0,527	142	0,599
أدبي	34	107,1176	26,19133			

يبين الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لشعبة العلوم الذي بلغ عددهم 110 تلميذ وتلميذة 104.4909 مع انحراف معياري قدره 25.14536، وبلغ المتوسط الحسابي لشعبة الأدب الذي بلغ عددهم 34 تلميذ وتلميذة 107.1176 مع انحراف معياري قدره 26.19133، وبلغت قيمة "ت" 0.527 ودرجة الحرية 142 وهو دال عند مستوى الدلالة 0.599 وعليه فإننا نرفض الفرضية الأولى التي نصت على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير التخصص"، ونقبل بالفرضية البديلة المتمثلة في **"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير التخصص"**.

نلاحظ من النتائج السابقة أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير التخصص وقد يرجع ذلك إلى تشابه الجو في المدرسة (البيئة

المدرسية) بالنسبة للتلاميذ من الشعب المختلفة بالرغم من اختلاف المواد والمناهج كما أن التخصص الدراسي يدعم التوافق النفسي ولا يقلل منه لان اختيار الطالب للتخصص يكون عادة بناءا على ميلوه واتجاهاته ، ومن بين الدراسات التي توصلت إلى نفس النتائج نجد دراسة حسينة بن ستي (2013/2012) التي تنص على أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا في التوافق النفسي باختلاف التخصص أدبي وعلمي بين تلاميذ سنة أولى ثانوي ويرجع ذلك إلى كونهم ينتمون إلى نفس البيئة الاجتماعية والاقتصادية ومتواجدون في نفس المدارس ويسودها مناخ مدرسي واحد.

واختلفت مع دراسة برغوتي توفيق وبوخنوفة نهى (2016) التي تنص على وجود فروق بين الطلبة في التوافق تعزى لمتغير التخصص.

خلاصة الفصل:

بعد جمع الاستبيانات وتفريغ نتائج كل من مقياس الاتصال الأسري ومقياس التوافق النفسي المطبق على عينة من المراهقين تلاميذ سنة أولى ثانوي، قمنا بالمعالجة الإحصائية وقد أظهرت النتائج تحقق بعض الفرضيات ورفض البعض الآخر وقد قمنا بعرض وتفسير النتائج المتحصل عليها استعانة ببعض النظريات والدراسات السابقة.

الاستنتاج العام:

يعتبر الاتصال الأسري والتوافق النفسي متغيرين هامين في تخصص علم النفس العام وخاصة علم النفس العيادي وقد اهتم بهما العديد من الباحثين في هذا المجال للكشف عن أهميتهما في تحقيق الصحة النفسية للفرد وما ينعكس عنه في المجتمع .

وجاءت هذه الدراسة للكشف عن الاتصال الأسري وعلاقته بالتوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي، حيث تم اختيار هذه العينة نظرا للمرحلة العمرية التي يمر بها التلاميذ في هذه السنة وهي مرحلة المراهقة المتوسطة ، وما يتوجب من خلالها من معاملة خاصة من طرف الأولياء للمراهقين وكذا لأهمية دراسة هذا الموضوع في العصر الحالي (عصر التسارع التنكولوجي وانتشار الآفات الاجتماعية بمختلف أنواعها وأشكالها) بمعنى انه كلما انخفض الاتصال الأسري انخفض التوافق النفسي لدى المراهقين، أي الاتصال الأسري يمكنه أن يعيق المراهقين لأنه إذا حدث خلل في توافقه النفسي في هذه المرحلة قد يصعب عليه تحقيقه في المراحل القادمة لان هذه العملية النفسية مهمة وترافق الفرد طول حياته، الأسرة هي البيئة الأولى التي ينمو فيها المراهق، فالتفاعل الايجابي بين أفراد الأسرة يساعد المراهق على تعزيز شعوره بالأمان والاستقرار النفسي وأيضا محاولة تحفيز التواصل الدائم بين أفراد الأسرة مما يحقق توافقا نفسيا أفضل للمراهق.

ومن خلال النتائج المتوصل إليها تمكنا من الإجابة على مختلف التساؤلات وقمنا باختبار كل الفرضيات التي طرحت في هذه الدراسة والتي خلصت إلى :

1- وجود مستوى متوسط من الاتصال الأسري لدى تلاميذ السنة الأولى الثانوي.

2- وجود مستوى متوسط من التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي.

3- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاتصال الأسري والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوية.

4- **لا** توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس.

5- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتصال الأسري لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير التخصص.

6- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس.

7- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير التخصص.

ومن خلال هذه النتائج نقول أن دراستنا قد حققت الأهداف المسطرة لها في الفصل الأول ومنها نقترح بعض النصائح و الدراسات المكملة لها والمتمثلة في:

مقترحات الدراسة:

في ضوء عرض نتائج ومناقشتها توصلنا إلى جملة من المقترحات، تعتبر كأفكار وآراء للاستفادة من مضمون الدراسة والمتمثلة في:

- اعتماد الحوار والمناقشة المستمرين بين أفراد الأسرة.
- التشجيع والتوجيه الايجابي من الأبوين للتحدث مع المراهقين.
- توفير بيئة آمنة وداعمة مليئة بالحب والتفهم للمراهق.
- توفير أخصائيين نفسانيين في الثانويات لمساعدة المراهقين في حل مشاكلهم.
- يجب على الأسرة تقبل المراهق وتعزيز السلوكات الايجابية فيه ولا يتغاضوا عن السلوكات السلبية فيجب التعامل معها أيضا بشكل منصف وعادل.
- يجب على الآباء عدم الضغط على الأبناء في اختيار التخصص وأن يكونوا واقعيين في توقعاتهم بشأن قدرات أبنائهم.
- يجب تعمق الأخصائيين النفسانيين المدرسيين في موضوع الاتصال الأسري لمساعدة المراهقين.
- إجراء دراسات حول علاقة الاتصال الأسري بالتوافق النفسي لدى المراهقين المتمدرسين في بيئات اجتماعية أخرى.
- إجراء دراسة حول الاتصال الأسري وعلاقته بالجنوح لدى المراهقين.

- وضع قواعد وتوجيهات من قبل الوالدين لتعزيز المسؤولية عند المراهق.
- يجب تحديد وقت مخصص لمشاركة الأسرة في نشاطات معينة كممارسة الرياضة أو الذهاب في رحلات وهذا يزيد من الاتصال الأسري.
- تجنب نقاشات الوالدين الحادة داخل الأسرة أمام المراهق.
- يجب على الوالدين احترام مساحة أبنائهم المراهقين وحقوقهم الشخصية.

قائمة المراجع

- **الكتب:**

1- سليمان مُحَمَّد، سناء(2014). "**سيكولوجية الاتصال الانساني ومهاراته**"، عالم الكتب، ط1، القاهرة.

2- أحمد النابلسي، مُحَمَّد(1991). "**الاتصال الإنساني وعلم النفس**"، دار النهضة العربية، ب ط، بيروت.

- **الرسائل الجامعية:**

3- بن ستي، حسينة(2013). "**التوافق النفسي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى تلاميذ سنة الاولى ثانوي**"، شهادة ماستر، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

4- التلولي جميل محمود، جميلة(2015). "**دراسة مقارنة للتوافق النفسي لدى ابناء النساء المعنفات وغير المعنفات**"، رسالة ماجستير، جامعة الازهر، غزة.

5- حشمان، عبد النور(2008). "**اللعب التربوي ومدى انعكاسه على التوافق النفسي الاجتماعي لطفل ما قبل المدرسة (3-5) سنوات**"، رسالة دكتوراه، جامعة الجزائر، الجزائر.

6- رويم، فائزة(2005). "**علاقة الاتصال الشخصي لدى العمال بتوافقهم المهني**"، رسالة ماجستير، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

7- سهير، ابراهيم(2001). "**العلاقة بين شبكة الاتصال داخل الاسرة وبين اختيار المراهقين لجماعة الرفاق الغير سوية**"، رسالة ماجستير، جامعة عين الشمس، مصر.

8- صالي، خديجة(2011). "**التوافق النفسي والاجتماعي عند مجموعة من المراهقين المصابين بحساسية الغلوتين**"، مذكرة ماجستير، جامعة الجزائر2، الجزائر.

9- طالحي، هجيرة(2013). "**ممارسة السلطة الوالدية داخل الأسرة وانعكاسها على التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق**"، رسالة ماجستير، جامعة وهران، وهران.

10- عمر يوسف زيدان، رهام (2007). **"علاقة التوافق النفسي بالتحصيل الدراسي لدى الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات في المرحلة المتوسطة"**، رسالة ماجستير، الجامعة الوطنية، السعودية.

11- فراح، وهيبة(2012)."**الاتصال بين الوالدين وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي للمراهق**"، رسالة ماجستير، جامعة الجزائر2، الجزائر.

12- فروجة، بلحاج(2011)."**التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق**"، رسالة ماجستير، جامعة مولود معمري، تيزي وزو.

13- كباجة صالح إبراهيم، محمود(2011). **"التوافق النفسي وعلاقته بالسمات الشخصية لدى الاطفال"**، رسالة ماجستير، الجامعة الاسلامية، غزة.

14- منصوري، ليلى(2021). **"الصدمة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي وعلاقتها بالمساندة الاسرية"**، رسالة دكتوراه، جامعة مُحَّد بن أحمد، وهران.

المجلات العلمية:

15- أحمد مُحَّد، الفواعير(2021): **"مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لطلبة الصف الثانية عشر بمحافظة شمال الباطنة في ظل جائحة كورونا"**، مجلة كلية التربية، العدد 45، الجزء الرابع، سلطنة عمان.

16- توفيق، برغوتي وزميلته(2016):" **علاقة بعض المتغيرات الديمغرافية بمستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين"**، مجلة العلوم الاسلامية والحضارة، العدد3، باتنة.

17- جميلة، عبد العالي وزميلها(2017): **"الحوار الأسري وأثره على التوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس بمرحلة التعليم الثانوي"**، مجلة التنوير، العدد4، الجلفة.

18- سمير، فدول وزميله(2018): **"مستويات التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة جامعة تيزي وزو"**، المجلة الجزائرية للأمن الإنساني، العدد6، تيزي وزو.

19- عبد الحميد، جديد وزملائه(2018):" **مستوى الاتصال الأسري ومظاهر الانتقال من عصر الأدوار الى عصر العلاقات"**، مجلة الباحث في العلوم الانسانية والاجتماعية، العدد 34، الأغواط.

20- العيد، قرين وزميله(2019): **"الحوار الأسري وتقدير الذات لدى المراهق المتمدرس"**، مجلة الإبراهيمي للدراسات النفسية والتربوية، المجلد2، العدد1، مسيلة.

21- فايز علي، الأسود(2020):" **السياق الأسري وعلاقته بالتوتر النفسي لدى طلبة كليات التربية في جامعات محافظات غزة"**، مجلة روافد، المجلد4،العدد1، فلسطين.

22- فواز أيوب، المومني وزميله(2020): **"فاعلية برنامج ارشاد جمعي مستند إلى نظرية ساتير في خفض الضغوط النفسية لدى عينة من اللاجئات السوريات المتزوجات"**، مجلة الدراسات التربوية والنفسية، مجلد 14، عدد3، الأردن.

- الملتقيات:

23- برو، مُحَمَّد وزميله(2013): **"الاتصال والتواصل الأسري قديما وحديثا، الملتقى الوطني الثاني حول: الاتصال وجودة الحياة في الأسرة"**، جامعة ورقلة 10/09 أفريل.

24- بن زاف، جميلة(2013): **"التواصل الأسري كأداة لتحقيق التماسك الأسري، الملتقى الوطني الثاني حول: الاتصال وجودة الحياة في الأسرة"**، جامعة ورقلة، 10/09 أفريل.

25- بوشلالق، نادية(2013): **"الاتصال الأسري ودوره في تفعيل العلاقات داخل الاسرة، الملتقى الوطني الثاني حول: الاتصال وجودة الحياة في الأسرة"**، جامعة ورقلة، 10/09 أفريل.

26- تابت، سميرة(2013): **"أسس دعم التواصل الأسري، الملتقى الوطني الثاني حول: الاتصال وجودة الحياة في الأسرة"**، جامعة ورقلة، 10/09 أفريل.

27- حليلو، نبيل(2013): **"الأسرة وعوامل نجاحها الملتقى الوطني الثاني حول الاتصال وجودة الحياة في الأسرة"**، جامعة ورقلة، 10/09 أفريل .

28- سيبوكر اسماعيل نجاحي، نجلاء(2019): **"اهمية المنهج الوصفي للبحث في العلوم الانسانية"**، قاصدي مرباح، ورقلة.

29- مبارك، شيماء وزميلها(2013): **"التواصل الأسري ودوره في تنمية وترسيخ قيم المواطنة الملتقى الوطني الثاني حول: الاتصال وجودة الحياة في الأسرة"**، جامعة ورقلة، 10/09 أفريل.

قائمة الملاحق

الملحق رقم (01): مقياس الاتصال الأسري:

الشعبة:

الجنس: **ذكر** ☐ **أنثى** ☐

التعليمة:

نرجو منك الإجابة على هذه الاستمارة التي أعدت لغرض البحث العلمي والتي تعبر عن مجموعة من المواقف التي تعيشها في حياتك اليومية ، وذلك بوضع علامة (X) في المكان الذي يناسب الحالة التي تعيشها، وأحيطك علما انه لا توجد إجابة خاطئة وأخرى صحيحة بل الصحيح هو ما تعيشه وما تحس به، كما أن المعلومات التي نجمعها ستستخدم لغرض البحث العلمي وفقط، نشكر لك تعاونك معنا مسبقا. (**اقرأ كل عبارة جيدا ثم ضع علامة (x) تأكد أنك أجبت على كل العبارات**).

العبارات	تنطبق علي كثيرا	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي أحيانا	نادرا ما تنطبق علي	لا تنطبق علي إطلاقا
عندما لا أفهم سؤالا يوجه إلى فإنني أقوم بالاستفسار من أجل المزيد من التوضيح					
أبدي اهتماما بما يقوله الآخرون					
أسمع من الكلام ما أريد سماعه فقط وأتجاهل الباقي					
أركز على ما يقال حتى لو كان لا يعنيني					
أفترض ما سيقوله المتحدث مسبقا					
أنصت لكل الآراء حتى لو كانت تتعارض مع رأيي					
أعيد في ذهني ما يقوله المتحدث لي قبل أن أتكلم					
لا أرد على الطرف المتحدث حتى يتم كلامه					
أتحاشى مقاطعة الآخرين في الكلام					
أنتبه لكل الكلمات التي تقال من حولي					
أنتبه لحركة العينين التي تظهر على المتحدث					
أنتبه للحركات والتصرفات التي تظهر على المتحدث					
أتفهم الشعور الذي يقصده المتحدث من كلامه					
أهتم بكل ما يصدر عن المتحدث معي من عواطف					
أظهر لمن يتحدث معي أنني أحس بما يقوله					
أميل إلى الدفاع عندما أتعرض للنقد					
يهمني شكل من يتواصل معي					
أضبط نفسي عند التواصل مع الآخرين					
أتجنب الإفصاح عن مشاعري للآخرين					

أفهم اهتمامات من يحيطون بي					
أحترم تعبير من يحيطون بي عن رأيهم بكل حرية					
أسعى إلى التأكيد للمتحدث أن ما يقصده من حديثه قد وصلني					
أصحح للمتحدث ما أخطأ فيه دون تحرج من ذلك					
أدعم المتحدث معي أذا كان ما يقوله صوابا					
أحسن أن الناس لا يسمعون ما أقوله					
أجد من الصعب الإفصاح عن رأيي عندما يتعارض مع آراء الآخرين					
من الصعب أن أعبر عن مشاعري					
أشعر بما يقول الآخرون عني					
أميز العبارات التي تثير انفعالاتي					
أفكر في ردة فعل الآخرين لما أقوله					
أسمح للمتحدث أن يعبر عن مشاعره السلبية نحوي					
أصرح لمن حولي بما أشعر به					
أشعر أن لدي القدرة للتعبير عن أفكاري					
أهتم بتوضيح أفكاري حتى لا يحدث سوء فهم					
أتأنى في إصدار الأحكام على من يحطون بي					
أصرح بما أعتقد أن المتحدث معي يحس به					
أعجز عن التعبير عما يدور في خاطري فأعبر عنه بطريقة مشوشة					
أنظر إلى الشخص وهو يحدثني					
أركز على معنى ما يقوله لي أكثر مما أركز على شكل وأسلوب المتحدث					
أختار الوقت المناسب لأقول ما يجول في خاطري					

أسعى دائما لاختيار الطريقة المناسبة للاتصال بالآخرين					
أسعى دائما لتطوير مهارتي في التواصل					
اختار كلماتي بدقة وعناية					
أحدد المعاني التي أقصدها بوضوح أثناء تحدثي مع الآخرين					
أرى أنني استطيع التواصل بسهولة مع من يحيطون بي					
أقوم بتبسيط لغتي في الاتصال ليفهمني الآخرون					
احتفظ بهدوئي عندما يكون في الاتصال ما يزعجني					
أحدد أهدافي قبل أن أتكلم مع الآخرين					
أقوم بترتيب الأدوار عندما اتصل بالآخرين					
أرى أن أسرتي منضمة ومرتبة كما أريد					
أعمل على خلق جو يسمح لأفراد أسرتي بالتواصل فيما بينهم					
أقبل التغيير في الأدوار داخل أسرتي بحسب حاجتهم					
أعقد مجالس في الأسرة لشرح الأهداف التي أريدها					
يهمني ان أعرف تأثير أسلوب كلامي في أفراد أسرتي					
أصدر الأوامر في أسرتي وأرفض من يناقشني					
أسعى دائما لأملأ الفراغ إن وجد في أسرتي					
أعمل على تبسيط الأمور في حالة وجود مشكلة داخل الأسرة					
أرى أن أفراد أسرتي لا يمتثلون لأوامري					
اعمل على خلق جو من المرح في أسرتي					
أسعى دائما للتجديد و التغيير في أسلوب عيشي مع أسرتي					

الملحق رقم (02): مقياس التوافق النفسي:

الشعبة:

الجنس: **ذكر** ☐ **أنثى** ☐

التعليمة:

إليك بعض الموقف التي تقابلك في حياتك العامة، لذا نرجو التعرف على المواقف بدقة وتحديد درجة انطباق كل منها على حالتك:

*تنطبق تماما *تنطبق أحيانا *لا تنطبق أبدا

حاول أن تحدد الإجابة التي تتفق مع طريقتك المعتادة في التصرف والشعور الصادر منك اتجاه كل موقف فإذا أجبت بأمانة ودقة على جميع المواقف فسيكون من الممكن أن تعرف نفسك معرفة جيدة.

أجب بوضع علامة (X) تحت الاختيار المناسب، لا تترك موقف بدون الإجابة عليه، لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة.

*معلوماتكم سرية للغاية.

شكرا لتعاونكم

	العبارة	نعم تنطبق	متردد أحيانا	لا تنطبق
1	هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية؟			
2	هل أنت متفائل بصفة عامة؟			
3	هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وعن انجازاتك أمام الآخرين؟			
4	هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟			
5	هل تشعر أنك شخص له فائدة ونفع في الحياة؟			
6	هل تتطلع لمستقبل مشرق؟			
7	هل تشعر بالراحة النفسية والرضا في حياتك؟			
8	هل أنت سعيد وبشوش في حياتك؟			
9	هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا؟			
10	هل تشعر بالاتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس؟			
11	هل تحب الآخرين وتتعاون معهم؟			
12	هل أنت قريب من الله بالعبادة والذكر دائما؟			
13	هل أنت ناجح ومتوافق مع الحياة؟			
14	هل تشعر بالأمن والطمأنينة النفسية وأنك في حالة طيبة؟			
15	هل تشعر باليأس وتهبط همتك بسهولة؟			
16	هل تشعر باستياء وضيق م الدنيا عموما؟			
17	هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟			
18	هل تعتبر نفسك عصبي المزاج الى حد ما؟			
19	هل تميل الى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها؟			
20	هل تشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر؟			
21	هل حياتك مملوءة بالنشاط والحيوية معظم الوقت؟			
22	هل لديك قدرات ومواهب متميزة؟			

23	هل تتمتع بصحة جيدة وتشعر بأنك قوي البنية؟			
24	هل أنت راض عن مظهرك الخارجي (طول القامة، حجم الجسم)			
25	هل تساعدك صحتك على مزاولة الأعمال بنجاح؟			
26	هل تهتم بصحتك جيدا وتتجنب الاصابة بالمرض؟			
27	هل تعطي نفسك قدر من الاسترخاء والراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة؟			
28	هل تعطي نفسك قدرا كافيا من النوم (أو تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك؟			
29	هل تعاني من بعض العادات مثل (قضم الأظافر والغمز بالعين)؟			
30	هل تشعر بصداع أو ألم في رأسك ن وقت لآخر؟			
31	هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟			
32	هل تعاني مشاكل أو اضطرابات الأكل (سوء هضم، فقدان شهية، شره عصبي)؟			
33	هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل؟			
34	هل تشعر بالاجهاد وضعف الهمة من وقت لآخر؟			
35	هل تتصبب عرقا (أو ترتعش يداك) عندما تقوم بعمل؟			
36	هل تشعر أحيانا أنك قلق وأعصابك غير موزونة؟			
37	هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاولة العمل؟			
38	هل تشعر أحيانا بصعوبة في النطق والكلام؟			
39	هل تعاني من امساك أو اسهال كثيرا؟			
40	هل تشعر بالنسيان أو عدم القدرة على التركيز من وقت لآخر؟			
41	هل تشعر أنك متعاون مع أسرتك؟			

42	هل تشعر بالسعادة في حياتك وأنت مع أسرتك؟			
43	هل أنت محبوب من أفراد أسرتك؟			
44	هل تشعر بأن لك دور فعال وهام في أسرتك؟			
45	هل تحترم أسرتك رأيك وممكن أن تأخذ به؟			
46	هل تفضل أن تقضي معظم وقتك مع أسرتك؟			
47	هل تأخذ حقك من الحب والعطف والحنان والأمن من أسرتك؟			
48	هل التفاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك؟			
49	هل تحرص على مشاركة أسرتك أفراحها وأحزانها؟			
50	هل تشعر أن علاقتك مع أفراد أسرتك وثيقة وصادقة؟			
51	هل تفتخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟			
52	هل انت راض عن ظروف الأسرة الاقتصادية والثقافية؟			
53	هل تشجعك أسرتك على اظهار ما لديك من قدرات ومواهب؟			
54	هل أفراد أسرتك تقف بجوارك وتخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة ما؟			
55	هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟			
56	هل تشعرك أسرتك أنك عبء ثقيل عليها؟			
57	هل تتمنى أحيانا أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟			
58	هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرتك؟			
59	هل تشعر بالقلق أو الخوف وأنت داخل أسرتك؟			
60	هل تشعر بأن أسرتك تعاملك على أنك طفل صغير؟			
61	هل تحرص على المشاركة الايجابية الاجتماعية والترويحية مع الآخرين؟			

62	هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم؟			
63	هل تشعر بالمسؤولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟			
64	هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع الآخرين؟			
65	هل تحترم رأي زملائك وتعمل به اذا كان رأيا صائبا؟			
66	هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وانجازاتك؟			
67	هل تعتذر لزميلك اذا تأخرت عن الموعد المحدد؟			
68	هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟			
69	هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا؟			
70	هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء وتحرص على إرضائهم؟			
71	هل يسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية؟			
72	هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك؟			
73	هل تحاول الوفاء بوعدك مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه؟			
74	هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟			
75	هل تفكر كثيرا قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين أو ترفضه؟			
76	هل تفتقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟			
77	هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى ولو كانوا في مثل سنك؟			
78	هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم؟			
79	هل تتخلى عن إسداء النصح لزميلك خوفا من أن يزعل منك؟			
80	هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟			

الملحق الرقم (03): ملاحق النتائج المستخرجة بـ: spss

الشعبة

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	علمي	110	76,4	76,4	76,4
	أدبي	34	23,6	23,6	100,0
	Total	144	100,0	100,0	

الجنس

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ذكر	66	45,8	45,8	45,8
	أنثى	78	54,2	54,2	100,0
	Total	144	100,0	100,0	

الخصائص السيكومترية لمقياس الاتصال الأسري

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
اتصال1	144	3,611	1,2182	,1015
اتصال2	144	2,799	1,4415	,1201
اتصال3	144	2,681	1,5718	,1310
اتصال4	144	2,319	1,4224	,1185
اتصال5	144	2,979	1,4981	,1248
اتصال6	144	3,563	1,4993	,1249
اتصال7	144	3,306	1,4784	,1232
اتصال8	144	3,785	1,3336	,1111
اتصال9	144	3,410	1,6016	,1335
اتصال10	144	3,083	1,5577	,1298
اتصال11	144	3,333	1,6557	,1380
اتصال12	144	3,556	1,5590	,1299
اتصال13	144	3,889	1,4048	,1171
اتصال14	144	3,694	1,3856	,1155
اتصال15	144	3,854	1,3534	,1128
اتصال16	144	2,299	1,4775	,1231
اتصال17	144	3,514	1,5910	,1326
اتصال18	144	3,528	1,4530	,1211
اتصال19	144	2,465	1,4672	,1223
اتصال20	144	3,590	1,4932	,1244
اتصال21	144	3,701	1,4963	,1247
اتصال22	144	3,569	1,3976	,1165
اتصال23	144	3,681	1,4075	,1173
اتصال24	144	2,889	1,7142	,1429
اتصال25	143	2,692	1,5620	,1306
اتصال26	144	2,625	1,4622	,1219
اتصال27	144	2,854	1,5821	,1318
اتصال28	144	3,347	1,5160	,1263
اتصال29	144	3,097	1,5748	,1312
اتصال30	144	3,514	1,5282	,1274
اتصال31	144	3,063	1,6182	,1348

اتصال32	144	2,743	1,5987	,1332
اتصال33	144	3,493	1,5191	,1266
اتصال34	144	3,792	1,4332	,1194
اتصال35	144	3,215	1,6648	,1387
اتصال36	144	2,993	1,6020	,1335
اتصال37	144	3,056	1,5364	,1280
اتصال38	144	3,743	1,4520	,1210
اتصال39	144	3,729	1,4781	,1232
اتصال40	144	3,632	1,4423	,1202
اتصال41	144	3,701	1,4488	,1207
اتصال42	144	3,563	1,5178	,1265
اتصال43	144	3,542	1,5231	,1269
اتصال44	144	3,556	1,4425	,1202
اتصال45	144	3,688	1,4016	,1168
اتصال46	144	3,653	1,4009	,1167
اتصال47	144	3,319	1,5718	,1310
اتصال48	144	3,472	1,4673	,1223
اتصال49	144	3,125	1,5139	,1262
اتصال50	144	3,576	1,4367	,1197
اتصال51	144	3,507	1,5998	,1333
اتصال52	144	3,236	1,5733	,1311
اتصال53	144	2,840	1,5630	,1302
اتصال54	144	3,403	1,5160	,1263
اتصال55	144	3,618	1,4771	,1231
اتصال56	144	3,556	1,5364	,1280
اتصال57	144	3,639	1,5356	,1280
اتصال58	144	3,264	1,5733	,1311
اتصال59	144	3,632	1,5363	,1280
اتصال60	144	3,486	1,5599	,1300

One-Sample Test

	Test Value = 0					
					95% Confidence Interval of the Difference	
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Lower	Upper
اتصال1	35,571	143	,000	3,6111	3,410	3,812
اتصال2	23,297	143	,000	2,7986	2,561	3,036
اتصال3	20,464	143	,000	2,6806	2,422	2,939
اتصال4	19,568	143	,000	2,3194	2,085	2,554
اتصال5	23,863	143	,000	2,9792	2,732	3,226
اتصال6	28,514	143	,000	3,5625	3,316	3,809
اتصال7	26,831	143	,000	3,3056	3,062	3,549
اتصال8	34,056	143	,000	3,7847	3,565	4,004
اتصال9	25,547	143	,000	3,4097	3,146	3,674
اتصال10	23,752	143	,000	3,0833	2,827	3,340
اتصال11	24,159	143	,000	3,3333	3,061	3,606
اتصال12	27,368	143	,000	3,5556	3,299	3,812
اتصال13	33,218	143	,000	3,8889	3,657	4,120
اتصال14	31,995	143	,000	3,6944	3,466	3,923
اتصال15	34,173	143	,000	3,8542	3,631	4,077
اتصال16	18,669	143	,000	2,2986	2,055	2,542
اتصال17	26,503	143	,000	3,5139	3,252	3,776
اتصال18	29,136	143	,000	3,5278	3,288	3,767

اتصال19	20,163	143	,000	2,4653	2,224	2,707
اتصال20	28,854	143	,000	3,5903	3,344	3,836
اتصال21	29,685	143	,000	3,7014	3,455	3,948
اتصال22	30,649	143	,000	3,5694	3,339	3,800
اتصال23	31,379	143	,000	3,6806	3,449	3,912
اتصال24	20,223	143	,000	2,8889	2,607	3,171
اتصال25	20,611	142	,000	2,6923	2,434	2,951
اتصال26	21,542	143	,000	2,6250	2,384	2,866
اتصال27	21,648	143	,000	2,8542	2,594	3,115
اتصال28	26,496	143	,000	3,3472	3,098	3,597
اتصال29	23,601	143	,000	3,0972	2,838	3,357
اتصال30	27,592	143	,000	3,5139	3,262	3,766
اتصال31	22,711	143	,000	3,0625	2,796	3,329
اتصال32	20,589	143	,000	2,7431	2,480	3,006
اتصال33	27,593	143	,000	3,4931	3,243	3,743
اتصال34	31,746	143	,000	3,7917	3,556	4,028
اتصال35	23,176	143	,000	3,2153	2,941	3,490
اتصال36	22,420	143	,000	2,9931	2,729	3,257
اتصال37	23,865	143	,000	3,0556	2,802	3,309
اتصال38	30,934	143	,000	3,7431	3,504	3,982
اتصال39	30,275	143	,000	3,7292	3,486	3,973
اتصال40	30,217	143	,000	3,6319	3,394	3,870
اتصال41	30,658	143	,000	3,7014	3,463	3,940
اتصال42	28,166	143	,000	3,5625	3,312	3,813
اتصال43	27,903	143	,000	3,5417	3,291	3,793
اتصال44	29,578	143	,000	3,5556	3,318	3,793
اتصال45	31,570	143	,000	3,6875	3,457	3,918
اتصال46	31,289	143	,000	3,6528	3,422	3,884
اتصال47	25,342	143	,000	3,3194	3,061	3,578
اتصال48	28,396	143	,000	3,4722	3,231	3,714
اتصال49	24,770	143	,000	3,1250	2,876	3,374
اتصال50	29,872	143	,000	3,5764	3,340	3,813
اتصال51	26,305	143	,000	3,5069	3,243	3,770
اتصال52	24,682	143	,000	3,2361	2,977	3,495
اتصال53	21,807	143	,000	2,8403	2,583	3,098
اتصال54	26,935	143	,000	3,4028	3,153	3,652
اتصال55	29,394	143	,000	3,6181	3,375	3,861
اتصال56	27,771	143	,000	3,5556	3,302	3,809
اتصال57	28,435	143	,000	3,6389	3,386	3,892
اتصال58	24,894	143	,000	3,2639	3,005	3,523
اتصال59	28,370	143	,000	3,6319	3,379	3,885
اتصال60	26,817	143	,000	3,4861	3,229	3,743

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,892	60

الخصائص السيكومترية للتوافق النفسي:

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
التوافق1	144	1,583	,5733	,0478
التوافق2	144	1,472	,6788	,0566
التوافق3	144	,958	,7922	,0660
التوافق4	144	1,528	,6472	,0539
التوافق5	144	1,500	,7194	,0599

التوافق6	144	1,597	,7028	,0586
التوافق7	144	1,333	,7385	,0615
التوافق8	144	1,424	,7534	,0628
التوافق9	144	1,264	,7843	,0654
10التوافق	144	1,354	,7142	,0595
التوافق11	144	1,569	,6654	,0554
التوافق12	144	1,688	,5729	,0477
التوافق13	144	1,451	,6459	,0538
التوافق14	144	1,389	,7583	,0632
التوافق15	144	1,188	,7661	,0638
التوافق16	144	1,014	,7754	,0646
التوافق17	144	,708	,7374	,0614
التوافق18	144	,931	,7814	,0651
التوافق19	144	,861	,8245	,0687
التوافق20	144	,965	,8883	,0740
التوافق21	144	1,236	,7571	,0631
التوافق22	144	1,431	,7353	,0613
التوافق23	144	1,500	,7096	,0591
التوافق24	144	1,590	,6938	,0578
التوافق25	144	1,597	,6404	,0534
التوافق26	144	1,465	,7185	,0599
التوافق27	144	1,319	,7540	,0628
التوافق28	144	1,389	,7204	,0600
التوافق29	144	1,278	,8400	,0700
التوافق30	144	,785	,7859	,0655
التوافق31	144	,764	,7754	,0646
التوافق32	144	1,243	,8042	,0670
التوافق33	144	,951	,8050	,0671
التوافق34	144	1,007	,7889	,0657
التوافق35	144	1,167	,8193	,0683
التوافق36	144	,882	,8236	,0686
التوافق37	144	1,299	,8200	,0683
التوافق38	144	1,306	,7958	,0663
التوافق39	144	1,507	,7095	,0591
التوافق40	144	1,042	,8268	,0689
التوافق41	144	1,451	,7274	,0606
التوافق42	144	1,528	,7188	,0599
التوافق43	144	1,479	,7287	,0607
التوافق44	144	1,493	,7290	,0607
التوافق45	144	1,340	,7401	,0617
التوافق46	144	1,292	,7744	,0645
التوافق47	144	1,472	,7090	,0591
التوافق48	144	1,431	,7724	,0644
التوافق49	144	1,632	,6341	,0528
التوافق50	144	1,535	,7282	,0607
التوافق51	144	1,493	,7755	,0646
التوافق52	144	1,556	,7074	,0589
التوافق53	144	1,444	,7364	,0614
التوافق54	144	1,507	,6895	,0575
التوافق55	144	1,299	,8115	,0676
التوافق56	144	1,347	,8716	,0726
التوافق57	144	1,375	,8183	,0682
التوافق58	144	1,326	,8093	,0674
التوافق59	144	1,347	,7873	,0656
التوافق60	144	1,271	,8127	,0677
التوافق61	144	1,236	,8106	,0676
التوافق62	144	1,347	,7602	,0633
التوافق63	144	1,292	,7744	,0645

التوافق64	144	1,194	,8217	,0685
التوافق65	144	1,479	,6790	,0566
التوافق66	144	1,389	,7301	,0608
التوافق67	144	1,438	,7359	,0613
التوافق68	144	1,417	,7242	,0604
التوافق69	144	1,611	,6805	,0567
التوافق70	144	1,431	,7447	,0621
التوافق71	144	1,361	,8074	,0673
التوافق72	144	1,472	,7188	,0599
التوافق73	144	1,639	,5985	,0499
التوافق74	144	1,313	,7886	,0657
التوافق75	144	,806	,8045	,0670
التوافق76	144	1,028	,8103	,0675
التوافق77	144	1,215	,7770	,0647
التوافق78	144	,993	,8064	,0672
التوافق79	144	1,090	,8271	,0689
التوافق80	144	1,208	,8010	,0668

One-Sample Test

	Test Value = 0					
					95% Confidence Interval of the Difference	
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Lower	Upper
التوافق1	33,142	143	,000	1,5833	1,489	1,678
التوافق2	26,027	143	,000	1,4722	1,360	1,584
التوافق3	14,516	143	,000	,9583	,828	1,089
التوافق4	28,329	143	,000	1,5278	1,421	1,634
التوافق5	25,022	143	,000	1,5000	1,382	1,618
التوافق6	27,270	143	,000	1,5972	1,481	1,713
التوافق7	21,664	143	,000	1,3333	1,212	1,455
التوافق8	22,676	143	,000	1,4236	1,300	1,548
التوافق9	19,337	143	,000	1,2639	1,135	1,393
التوافق10	22,753	143	,000	1,3542	1,237	1,472
التوافق11	28,306	143	,000	1,5694	1,460	1,679
التوافق12	35,345	143	,000	1,6875	1,593	1,782
التوافق13	26,965	143	,000	1,4514	1,345	1,558
التوافق14	21,980	143	,000	1,3889	1,264	1,514
التوافق15	18,600	143	,000	1,1875	1,061	1,314
التوافق16	15,691	143	,000	1,0139	,886	1,142
التوافق17	11,528	143	,000	,7083	,587	,830
التوافق18	14,291	143	,000	,9306	,802	1,059
التوافق19	12,532	143	,000	,8611	,725	,997
التوافق20	13,041	143	,000	,9653	,819	1,112
التوافق21	19,592	143	,000	1,2361	1,111	1,361
التوافق22	23,348	143	,000	1,4306	1,309	1,552
التوافق23	25,367	143	,000	1,5000	1,383	1,617
التوافق24	27,507	143	,000	1,5903	1,476	1,705
التوافق25	29,931	143	,000	1,5972	1,492	1,703
التوافق26	24,472	143	,000	1,4653	1,347	1,584
التوافق27	20,998	143	,000	1,3194	1,195	1,444
التوافق28	23,134	143	,000	1,3889	1,270	1,508
التوافق29	18,255	143	,000	1,2778	1,139	1,416
التوافق30	11,982	143	,000	,7847	,655	,914
التوافق31	11,822	143	,000	,7639	,636	,892
التوافق32	18,547	143	,000	1,2431	1,111	1,376
التوافق33	14,183	143	,000	,9514	,819	1,084
التوافق34	15,317	143	,000	1,0069	,877	1,137

التوافق35	17,087	143	,000	1,1667	1,032	1,302
التوافق36	12,851	143	,000	,8819	,746	1,018
التوافق37	19,003	143	,000	1,2986	1,164	1,434
التوافق38	19,687	143	,000	1,3056	1,174	1,437
التوافق39	25,486	143	,000	1,5069	1,390	1,624
التوافق40	15,119	143	,000	1,0417	,905	1,178
التوافق41	23,944	143	,000	1,4514	1,332	1,571
التوافق42	25,505	143	,000	1,5278	1,409	1,646
التوافق43	24,358	143	,000	1,4792	1,359	1,599
التوافق44	24,578	143	,000	1,4931	1,373	1,613
التوافق45	21,732	143	,000	1,3403	1,218	1,462
التوافق46	20,016	143	,000	1,2917	1,164	1,419
التوافق47	24,917	143	,000	1,4722	1,355	1,589
التوافق48	22,226	143	,000	1,4306	1,303	1,558
التوافق49	30,885	143	,000	1,6319	1,527	1,736
التوافق50	25,291	143	,000	1,5347	1,415	1,655
التوافق51	23,104	143	,000	1,4931	1,365	1,621
التوافق52	26,388	143	,000	1,5556	1,439	1,672
التوافق53	23,537	143	,000	1,4444	1,323	1,566
التوافق54	26,225	143	,000	1,5069	1,393	1,621
التوافق55	19,204	143	,000	1,2986	1,165	1,432
التوافق56	18,548	143	,000	1,3472	1,204	1,491
التوافق57	20,164	143	,000	1,3750	1,240	1,510
التوافق58	19,667	143	,000	1,3264	1,193	1,460
التوافق59	20,534	143	,000	1,3472	1,218	1,477
التوافق60	18,766	143	,000	1,2708	1,137	1,405
التوافق61	18,298	143	,000	1,2361	1,103	1,370
التوافق62	21,267	143	,000	1,3472	1,222	1,472
التوافق63	20,016	143	,000	1,2917	1,164	1,419
التوافق64	17,443	143	,000	1,1944	1,059	1,330
التوافق65	26,140	143	,000	1,4792	1,367	1,591
التوافق66	22,828	143	,000	1,3889	1,269	1,509
التوافق67	23,441	143	,000	1,4375	1,316	1,559
التوافق68	23,474	143	,000	1,4167	1,297	1,536
التوافق69	28,410	143	,000	1,6111	1,499	1,723
التوافق70	23,052	143	,000	1,4306	1,308	1,553
التوافق71	20,229	143	,000	1,3611	1,228	1,494
التوافق72	24,577	143	,000	1,4722	1,354	1,591
التوافق73	32,860	143	,000	1,6389	1,540	1,737
التوافق74	19,971	143	,000	1,3125	1,183	1,442
التوافق75	12,016	143	,000	,8056	,673	,938
التوافق76	15,221	143	,000	1,0278	,894	1,161
التوافق77	18,770	143	,000	1,2153	1,087	1,343
التوافق78	14,777	143	,000	,9931	,860	1,126
التوافق79	15,818	143	,000	1,0903	,954	1,227
التوافق80	18,102	143	,000	1,2083	1,076	1,340

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,941	80

تحديد المستوى

درجة-كلية

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	98,0	1	,7	,7	,7
	113,0	1	,7	,7	1,4
	114,0	1	,7	,7	2,1

125,0	1	,7	,7	2,8
137,0	1	,7	,7	3,5
140,0	1	,7	,7	4,2
143,0	1	,7	,7	4,9
144,0	1	,7	,7	5,6
146,0	1	,7	,7	6,3
149,0	1	,7	,7	6,9
150,0	1	,7	,7	7,6
153,0	1	,7	,7	8,3
154,0	1	,7	,7	9,0
156,0	1	,7	,7	9,7
158,0	2	1,4	1,4	11,1
160,0	1	,7	,7	11,8
161,0	2	1,4	1,4	13,2
162,0	1	,7	,7	13,9
163,0	1	,7	,7	14,6
166,0	3	2,1	2,1	16,7
167,0	2	1,4	1,4	18,1
168,0	2	1,4	1,4	19,4
169,0	1	,7	,7	20,1
172,0	1	,7	,7	20,8
173,0	2	1,4	1,4	22,2
177,0	2	1,4	1,4	23,6
178,0	1	,7	,7	24,3
179,0	1	,7	,7	25,0
180,0	2	1,4	1,4	26,4
181,0	1	,7	,7	27,1
182,0	2	1,4	1,4	28,5
183,0	3	2,1	2,1	30,6
184,0	2	1,4	1,4	31,9
185,0	2	1,4	1,4	33,3
186,0	1	,7	,7	34,0
187,0	1	,7	,7	34,7
188,0	3	2,1	2,1	36,8
189,0	1	,7	,7	37,5
190,0	1	,7	,7	38,2
191,0	2	1,4	1,4	39,6
192,0	3	2,1	2,1	41,7
194,0	2	1,4	1,4	43,1
195,0	1	,7	,7	43,8
196,0	1	,7	,7	44,4
197,0	1	,7	,7	45,1
199,0	1	,7	,7	45,8
200,0	2	1,4	1,4	47,2
201,0	1	,7	,7	47,9
202,0	1	,7	,7	48,6
203,0	1	,7	,7	49,3
204,0	2	1,4	1,4	50,7

205,0	2	1,4	1,4	52,1
206,0	1	,7	,7	52,8
207,0	1	,7	,7	53,5
208,0	3	2,1	2,1	55,6
210,0	3	2,1	2,1	57,6
211,0	3	2,1	2,1	59,7
212,0	3	2,1	2,1	61,8
213,0	1	,7	,7	62,5
215,0	3	2,1	2,1	64,6
216,0	1	,7	,7	65,3
217,0	3	2,1	2,1	67,4
219,0	1	,7	,7	68,1
220,0	1	,7	,7	68,8
221,0	2	1,4	1,4	70,1
222,0	1	,7	,7	70,8
223,0	1	,7	,7	71,5
224,0	3	2,1	2,1	73,6
225,0	1	,7	,7	74,3
226,0	2	1,4	1,4	75,7
229,0	1	,7	,7	76,4
230,0	4	2,8	2,8	79,2
231,0	3	2,1	2,1	81,3
232,0	3	2,1	2,1	83,3
233,0	4	2,8	2,8	86,1
234,0	2	1,4	1,4	87,5
235,0	1	,7	,7	88,2
237,0	2	1,4	1,4	89,6
238,0	1	,7	,7	90,3
239,0	1	,7	,7	91,0
242,0	2	1,4	1,4	92,4
244,0	1	,7	,7	93,1
247,0	3	2,1	2,1	95,1
248,0	1	,7	,7	95,8
250,0	1	,7	,7	96,5
251,0	1	,7	,7	97,2
260,0	2	1,4	1,4	98,6
264,0	1	,7	,7	99,3
268,0	1	,7	,7	100,0
Total	144	100,0	100,0	

التوافق_النفسي

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	26,00	1	,7	,7	,7
	40,00	1	,7	,7	1,4
	49,00	1	,7	,7	2,1
	50,00	1	,7	,7	2,8
	53,00	1	,7	,7	3,5

54,00	1	,7	,7	4,2
63,00	2	1,4	1,4	5,6
64,00	2	1,4	1,4	6,9
66,00	1	,7	,7	7,6
68,00	1	,7	,7	8,3
70,00	1	,7	,7	9,0
72,00	1	,7	,7	9,7
74,00	2	1,4	1,4	11,1
75,00	3	2,1	2,1	13,2
78,00	1	,7	,7	13,9
79,00	2	1,4	1,4	15,3
80,00	1	,7	,7	16,0
82,00	2	1,4	1,4	17,4
83,00	1	,7	,7	18,1
84,00	1	,7	,7	18,8
85,00	1	,7	,7	19,4
86,00	2	1,4	1,4	20,8
87,00	2	1,4	1,4	22,2
88,00	3	2,1	2,1	24,3
89,00	2	1,4	1,4	25,7
90,00	3	2,1	2,1	27,8
91,00	1	,7	,7	28,5
92,00	2	1,4	1,4	29,9
93,00	4	2,8	2,8	32,6
94,00	3	2,1	2,1	34,7
95,00	2	1,4	1,4	36,1
96,00	3	2,1	2,1	38,2
97,00	1	,7	,7	38,9
98,00	1	,7	,7	39,6
99,00	3	2,1	2,1	41,7
100,00	1	,7	,7	42,4
101,00	3	2,1	2,1	44,4
102,00	4	2,8	2,8	47,2
103,00	2	1,4	1,4	48,6
104,00	2	1,4	1,4	50,0
105,00	2	1,4	1,4	51,4
106,00	3	2,1	2,1	53,5
107,00	1	,7	,7	54,2
110,00	5	3,5	3,5	57,6
111,00	1	,7	,7	58,3
112,00	2	1,4	1,4	59,7
113,00	4	2,8	2,8	62,5
114,00	1	,7	,7	63,2
115,00	1	,7	,7	63,9
116,00	2	1,4	1,4	65,3
117,00	1	,7	,7	66,0
118,00	1	,7	,7	66,7
119,00	2	1,4	1,4	68,1
120,00	3	2,1	2,1	70,1

121,00	3	2,1	2,1	72,2
124,00	1	,7	,7	72,9
125,00	2	1,4	1,4	74,3
126,00	1	,7	,7	75,0
127,00	1	,7	,7	75,7
128,00	1	,7	,7	76,4
130,00	3	2,1	2,1	78,5
131,00	5	3,5	3,5	81,9
132,00	5	3,5	3,5	85,4
133,00	1	,7	,7	86,1
134,00	1	,7	,7	86,8
135,00	3	2,1	2,1	88,9
136,00	1	,7	,7	89,6
137,00	2	1,4	1,4	91,0
138,00	1	,7	,7	91,7
139,00	1	,7	,7	92,4
141,00	1	,7	,7	93,1
142,00	3	2,1	2,1	95,1
143,00	1	,7	,7	95,8
144,00	1	,7	,7	96,5
145,00	2	1,4	1,4	97,9
148,00	1	,7	,7	98,6
151,00	1	,7	,7	99,3
156,00	1	,7	,7	100,0
Total	144	100,0	100,0	

تحديد العلاقة

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
درجة-كلية	200,042	33,1795	144
التوافق_النفسي	105,1111	25,32809	144

Correlations

		درجة-كلية	التوافق_النفسي
درجة-كلية	Pearson Correlation	1	,375**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	144	144
التوافق_النفسي	Pearson Correlation	,375**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	144	144

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

الفروق بحسب الجنس

Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
درجة-كلية	ذكر	66	197,227	31,1319	3,8321
	أنثى	78	202,423	34,8397	3,9448
التوافق_النفسي	ذكر	66	103,0758	25,94569	3,19369
	أنثى	78	106,8333	24,83055	2,81151

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
درجة-كلية	Equal variances assumed	,069	,794	-,936	142	,351	-5,1958	5,5516	-16,1703	5,7787
	Equal variances not assumed			-,945	141,561	,346	-5,1958	5,4997	-16,0679	5,6763
التوافق_النفسي	Equal variances assumed	1,099	,296	-,886	142	,377	-3,75758	4,23926	-12,13779	4,62264
	Equal variances not assumed			-,883	135,890	,379	-3,75758	4,25491	-12,17198	4,65683

الفروق بحسب التخصص

Group Statistics

	الشعب	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
درجة-كلية	علمي	110	199,991	33,1661	3,1623
	أدبي	34	200,206	33,7215	5,7832
التوافق_النفسي	علمي	110	104,4909	25,14536	2,39752
	أدبي	34	107,1176	26,19133	4,49178

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
درجة-كلية	Equal variances assumed	,421	,517	-,033	142	,974	-,2150	6,5334	-13,1302	12,7003
	Equal variances not assumed			-,033	54,216	,974	-,2150	6,5913	-13,4285	12,9986
التوافق_النفسي	Equal variances assumed	,676	,412	-,527	142	,599	-2,62674	4,98250	-12,47619	7,22272
	Equal variances not assumed			-,516	53,175	,608	-2,62674	5,09157	-12,83836	7,58488