

المحاضرة (05): النظريات المسفرة للتكيف

يختلف تفسير ماهية التكيف باختلاف المدارس والاتجاهات النظرية، ونظرة كل منها إلى الإنسان والحياة وطبيعة العلاقات الإنسانية، وظهرت عدة نظريات تناولت التكيف الإنساني ومنها:

النظرية البيولوجية: يرى أصحاب هذه النظرية ان جميع اشكال الإخفاق في العمليات التكيفية ينجم عنها أمراض تصيب الأنسجة، وخاصة المخ ومثل هذه الامراض يمكن توارثها عن طريق الإصابات والجروح والعدوى أو الخلل الهرموني الناتج عن الضغط الواقع على الفرد

الاتجاه النفسي: حيث ترى هذه النظرية أن التكيف الشخصي للفرد هو الذي يتم عن طريق إشباع الغرائز والرغبات البيولوجية بطريقة مقبولة اجتماعيا. (عبد المنعم عبد الله حسيب، 2006)

ويتم التكيف وفق مبدأ الواقع الذي يحقق التوازن بين متطلبات وتحذيرات الأنا الأعلى، أي حل الصراع ما بين الأنا والأنا الأعلى والهو. ومن أهم رواد هذه النظرية سيغموند فرويد مؤسس النظرية، وألفرد أدلر وكارل يونغ، حيث يرى فرويد (Freud) أن: "التكيف الشخصي هو عملية لا شعورية، أي أن الأفراد لا يعون الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياتهم، والشخص المتكيف هو الذي يشبع رغباته الضرورية لهو بطريقة مقبولة اجتماعيا، وأن الذهان والعصاب ما هما إلا شكل من أشكال سوء التكيف". (إبراهيم طيبي، 2013).

الاتجاه الاجتماعي :

يرى أصحاب هذا الاتجاه أن التكيف عملية اجتماعية تقوم على مسايرة الفرد المعايير المجتمع ولمواصفات الثقافة، من خلال قدرته على الاستجابات المتنوعة التي تلائم المواقف المختلفة، ويعكس أسلوب الفرد في مواجهة ظروف الحياة وحل مشكلاته. ويعبر جوردن (gordon 1972) عن ذلك بأن التكيف محاولات الفرد ليحقق نوعا من العلاقات الثنائية والمرضية مع بيئته. أما ليزلي (Leslie) فترى أن التكيف يعني اتجاهين يتمثل الأول بقبول الفرد بفاعلية التوقعات الاجتماعية التي تواجهه تبعا لسنه وجنسه وتشمل الالتحاق بالمدارس، واختيار مهنة ما، وتكوين علاقات مع الآخرين يسودها الود والتعاون، والثاني أن الفرد يستغل الفرص التي تسنح له ليحقق أهدافا ذاتية ثابتة، ويقرر جود (Good) في تعريفه للتكيف بأنه عملية اكتشاف وتبني أساليب جديدة في السلوك تكون ملائمة للبيئة أو للتغيرات فيها.

بينما يرى فاي و ريشلي (Phye and Reschly) أن نمط التكيف يتحدد بدرجة الفاعلية التي يقابل بها الفرد مستويات الاستقلال الشخصي والمسؤولية الاجتماعية المتوقعة في عمره وجماعته الثقافية.

الاتجاه السلوكي:

ينظر الاتجاه السلوكي لمفهوم التكيف من خلال ارتباطات بين متغيرات حسية واستجابات جسمية وعقلية وانفعالية واجتماعية، والاتجاه السلوكي ينظر إلى شخصية الفرد وكأنها آلة ذاتية الحركية توجهها ضغوط بيئته

وحوافز متغيرة واستجابات توافقية، ويتمثل مفهوم العادة مركزا أساسا في النظرية السلوكية باعتبار أن العادة مفهوم يعبر عن رابطة بين مثير واستجابة وبما أن العادات متعلمة ومكتسبة لهذا يمكن استبدال العادات غير التكيفية بعادات تكيفية)، ومن وجهة نظر السلوكية فإن التكيف يتحقق من خلال:

أ- زيادة إدراك الفرد لجميع الظروف التي تؤدي إلى حدوث السلوك الشاذ، أو التي تمنع السلوك المطلوب من أن يحدث.

ب- الطالب من الفرد معالجة كل من السلوك والظروف ذات العلاقة وتسجيلها وذلك لتقدير البديل المهم.

ت- مكافأة السلوك الناجح والتوصل إلى معلومات جديدة حول الحاجات الأخرى

(فردوس خضير عباس ، 2015)

الاتجاه النفسي الاجتماعي (التكاملي):

ينظر أصحاب هذا الاتجاه لمفهوم التكيف على أساس التفاعل والتكامل بين الاتجاهين السابقين ، إذ يرى جيمس وشارلي (James and Charles) أن مفهوم التكيف مبني على ارتباط الفرد والمجتمع في علاقة تأثيرية متبادلة (علاقة تفاعل)، ويقوم سلوك الفرد في إطار صحته العقلية، وفق معاييرنا عن الشخص المتكيف محددة تحديدا ثقافيا، كما يرى أن معاييرنا عن المجتمع الصالح لها نفس الخصائص، وهذا يعني التوفيق بين المدخل النفسي والمدخل الاجتماعي، المنهج الذي يؤكد تآزر المطالب البنائية الاجتماعية مع المطالب البنائية الشخصية، ويمثل هذا الاتجاه لازاروس (Lazarus) فيعرف التكيف العملية التي يحاول الفرد بواسطتها أن يتعامل ويسيطر على الفرص المختلفة في الحياة، وهو عمل ايجابي يحاول الفرد من خلاله التعديل في نفسه وفي الظروف الخارجية (سهيلة حسين قلندر حسين ، 2003)

الاتجاه الإنساني:

يرى هذه الاتجاه بأن التكيف يتم عندما يستطيع الفرد أن يشبع حاجاته الفسيولوجية، والحاجة إلى الأمن والحاجة إلى الحب والانتماء والتقدير وتحقيق الذات. (عبد المنعم عبد الله حسيب، 2006)

ومن أهم رواد هذه النظرية كارل روجرز (Karl Rogers) الذي يرى: "أن معايير التكيف تتحقق في ثلاث نقاط هي: الإحساس بالحرية، الانفتاح على الخبرة، الثقة بالمشاعر الذاتية. (مدحت عبد اللطيف وعباس محمود عوض، 2011، ص 89)

أما ماسلو (Maslow) فيرى أن: "التكيف يتحقق بإشباع حاجات الفرد البيولوجية والاجتماعية والنفسية"، كما أكد على ضرورة تحقيق الذات. (محمد جاسم العبيدي، 2009)

من خلال ما جاءت به هذه النظريات نرى بأنه كي يحقق الفرد التكيف السليم لابد له من إشباع الحاجات البيولوجية والنفسية والاجتماعية، وأن يثق الفرد بما لديه من قدرات، وأن يوازن بين ميولاته ورغباته وبين متطلبات بيئته.

الاتجاه المعرفي:

فيما يتعلق بهذه النظرية فإنها لم تعرف موضوع التكيف، ولكن يشير " أليس (alis, 1979) إلى أن الأفراد الذين يتصفون بالتكيف السوي هم الذين يفكرون بطريقة منطقية وعقلانية وعلمية تمنع ظهور الاضطرابات النفسية، ونستنتج من ذلك أن التكيف يعني العلاقة المنسجمة مع البيئة، والتي تمثل القدرة على إشباع أغلب الحاجات وتلبية المتطلبات سواء الفسيولوجية أو الاجتماعية، أو هو التغير الضروري في أنماط السلوك لأجل إشباع الحاجات وتلبية المتطلبات، فإذا عجز الفرد عن التكيف مع البيئة تماما، فيصبح في حالة عدم التكيف وقد يكون في ذلك هلاكه، ولكن في الغالب يحقق الفرد تكيفا ناجحا، أو على الأقل يحقق شيئا من التكيف، وحيث يكون الفرد غير قادر على التوافق بينه وبين بيئته الطبيعية والاجتماعية، وذلك في حالات معينة فسيؤثر ذلك على حياته الانفعالية وسلوكه، ويولد أنواعا مختلفة من الصراع النفسي.

المراجع:

1. حسين، سهيلة حسين قلندر. (2003). القلق الاجتماعي وعلاقته بالتكيف الدراسي لدى طلبة جامعة الموصل، رسالة ماجستير غير منشورة، تخصص علم النفس التربوي، جامعة الموصل، العراق.
2. طيبي، ابراهيم، (2013)، خطة التوجيه المدرسي المعتمدة في الجزائر ودورها في تحقيق الذات و التوافق الدراسي والكفاية التحصيلية (دراسة نفسية تربوية بمرحلة التعليم الثانوي)، الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية بن عكنون
3. عباس، فردوس خضير. (2015). السلوك التوكيدي وعلاقته بالتكيف الاجتماعي المدرسي لدى طالبات المرحلة الاعدادية، مجلة كلية التربية الاساسية للعلوم التربوية والانسانية، جامعة بابل، (23)، 446 – 475.
4. عبد المنعم عبد الله حسيب (2006): مقدمة في الصحة النفسية، ط1، مصر: دار الوفاء للطباعة و النشر
5. فهيم، مصطفى. (1995)، الصحة النفسية دراسات في سيكولوجية التكيف، ط3، مصر: مكتبة الخانجي بالقاهرة.
6. محمد جاسم العبيدي (2003): مشكلات الصحة النفسية أمراضها وعلاجها، ط1، الأردن: دار الثقافة.