

## المحاضرة الحادي عشر

### أبعاد ومجالات التوافق

#### أولاً: أبعاد التوافق

##### تمهيد:

اختلفت الآراء حول تحديد أبعاد التوافق الرئيسية فقد اعتبر البعض أن هناك أربعة أبعاد أساسية هي: التوافق الشخصي، التوافق المدرسي، التوافق الأسري، التوافق الجسدي، وهذا ما ذهب إليه ليلى وافي (2006، ص. 56-60) وهناك من اعتبر أن أبعاد التوافق تكمن في ثلاث مستويات هي: المستوى البيولوجي، المستوى الاجتماعي، المستوى السيكولوجي وهذا ما تطرق له الداهري (2008، ص. 68-71) كما أشار كذلك كل من صبرة علي وأشرف عبد الغني (2004، ص. 126-127) إلى أن هناك ثلاث أبعاد للتوافق أيضاً هي: التوافق الشخصي، التوافق الاجتماعي، التوافق المهني، ويتفق معهما حامد زهران (2005، ص. 27) في كون أبعاد التوافق تنحصر في الثلاث أبعاد السالفة الذكر، في حين نجد أن هناك من اعتبر أن للتوافق بعدين أساسيين هما البعد الشخصي أو الذاتي والبعد الاجتماعي، ومن الذين يعتقدون أن للتوافق بعدين فقط نجد عبد الحميد شاذلي (2001، ص. 51-52).

#### 1. التوافق الشخصي أو الذاتي:

يقصد به حسب حسين حشمت ومصطفى باهي (2006، ص. 53) "مجموعة الاستجابات التي تدل على تمتع الفرد وشعوره بالأمن الذاتي وكذا قدرته على التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقاً يرضيها جميعاً إرضاءً ممتزناً". هذا ويشير كل من السفاسفة وعربيات إلى أنه يجب التنويه إلى أن هناك عدة عوامل يستطيع فيها الإنسان التخلص من صراعاته المتعددة وبسرعة فهما يعتبران التوافق الذاتي أساس تكامل الشخصية واستقرارها، ويؤكد زهران (2005، ص. 27) على أن التوافق الشخصي يتضمن السعادة مع النفس والرضا عن النفس وإشباع الدوافع والحاجات الداخلية الأولية الفطرية والعضوية والفيزيولوجية والثانوية المكتسبة، وكذا التوافق لمطالب النمو في مراحلها المتتابعة، كما يتضمن كذلك حسب عبد الحميد شاذلي (2001، ص. 60) الشعور بالحرية في التخطيط للأهداف والسعي لتحقيقها وتوجيه السلوك ومواجهة المشكلات الشخصية وحلها وتغيير الظروف البيئية وهو ما يحقق الأمن النفسي.

## 2. التوافق الاجتماعي:

هناك مفاهيم وتعريف عديدة للتوافق الاجتماعي، لذا سوف نستعرض أهم هذه المفاهيم والتعاريف، حيث يرى حسين حشمت ومصطفى باهي (2006، ص. 55) أن التوافق هو: " العملية التي يحقق بها الفرد من الانسجام والالتزان في علاقاته بأصدقائه وأفراد أسرته وبيئته المحلية ومجتمعه الكبير، حيث يستطيع من خلالها إشباع حاجاته مع قبول ما يفرضه المجتمع عليها من مطالب والتزامات وما يرضيه له من معايير وقيم " في حين نجد كل من آيت حمودة وفاضلي ومسيلي (2011، ص. 11) قد قاموا بتعريف التوافق على أنه: " قدرة الفرد على المشاركة الاجتماعية الفعالة وشعوره بالمسؤولية الاجتماعية وامتناله لقيم المجتمع الذي يعيش فيه، وشعوره بقيمته ودوره الفعال في تنمية مجتمعه وقدرته على تحقيق الانتماء والولاء للجماعة من حوله والدخول في منافسات اجتماعية بناءة مع الآخرين والقدرة على إقامة علاقات طيبة إيجابية مع أفراد المجتمع " . في حين نجد كل من السفاسفة وعربيات (2005، ص. 56) يؤكدان على أنه لا بدّ من الأخذ بعين الاعتبار أن المجتمع الحديث الذي نعيش فيه اليوم أكثر تعقيدا من المجتمعات القديمة، وهذا بفضل التطور والتغير الحضاري والتكنولوجي المتسارع، مما أدى الى كثرة وتعقيد الأدوار خاصة في المجتمعات النامية وما تبعه أيضا من تغيير كبير في التركيب الاجتماعي بالإضافة الى تعقد واتساع وتنوع العلاقة الاجتماعية. ويتضمن التوافق الاجتماعي حسب ما يراه عبد الحميد شاذلي (2001، ص. 60) الالتزام بأخلاقيات المجتمع والأساليب الثقافية السائدة في المجتمع والتفاعل الاجتماعي السليم والعلاقات الناجحة مع الآخرين وتقبل نقدهم وسهولة الاختلاط معهم مما يؤدي الى الصحة الاجتماعية.

## ثانيا: مجالات التوافق:

تختلف مجالات التوافق باختلاف مجالات حياة الفرد، وفيما يلي عرض لمختلف المجالات وهي كما يتفق كل من عبد الحميد شاذلي (2001، ص. 61-64) وصبرة علي وأشرف عبد الغني (2004، ص. 129-132) وأحمد محمد عبد الخالق (2004، ص. 61):

1. **التوافق العقلي:** ويتمثل في الإدراك الحسي والتذكر والتفكير والاستعدادات... ويتحقق هذا التوافق بقيام كل بعد من هذه الأبعاد بدوره كاملا ومتعاوناً مع بقية العناصر.
2. **التوافق الديني:** يتحقق التوافق الديني بالإيمان الصادق، ذلك أن الدين من حيث هو عقيدة وتنظيم للمعاملات بين الناس ذو أثر عميق في تكامل الشخصية واتزانها، باعتباره جزء من التركيب النفسي للفرد، فهو يرضي حاجة الانسان الى الأمن، أما إذا فشل الانسان في التمسك بهذا السند ساء تواقفه واضطربت نفسه.

3. **التوافق السياسي:** يتحقق عندما يساير الفرد معايير الجماعة التي يعيش فيها، وإذا ما خالف تلك المعايير تعرّض لكثير من الضغوط المادية والنفسية، أو قد ينشأ لديه صراع داخلي يعوق إشباع كثير من حاجاته ويصيبه بالتوتر والقلق.
4. **التوافق الجنسي:** يلعب الجنس دورا بالغ الأهمية في حياة الفرد لما له من أثر في سلوكه وعلى صحته النفسية، ذلك أن النشاط الجنسي يشبع كلا من الحاجات البيولوجية والحاجات السيكولوجية وكثيرا من الحاجات الشخصية والاجتماعية وإحباطه يعتبر مصدر للصراع والتوتر الشديدين.
5. **التوافق الزوجي:** ويتمثل في الاختيار المناسب للشريك وتحمل مسؤوليات الحياة الزوجية والقدرة على حل مشكلاتها والاستقرار الزوجي.
6. **التوافق الاقتصادي:** إن التغيّر المفاجئ بالارتفاع أو الانخفاض في سلّم القدرات الاقتصادية يحدث اضطرابا عميقا في أساليب توافق الفرد ويلعب حدّ الإشباع دورا بالغ الأهمية في تحديد شعور الفرد بالرضا أو الإحباط فيغلب على الفرد الشعور بالحرمان والإحباط إذا كان حدّ الإشباع عنده منخفضا والعكس إذا كان مرتفعا.
7. **التوافق الترويحي:** ويقوم هذا النوع من التوافق في حقيقته على امكانية التخلص مؤقتا من أعباء العمل ومسؤولياته أو التفكير فيه خارج مكان العمل، والتصرّف في الوقت بحرية وممارسة السلوك الحر التلقائي الذي يحقق فيه الفرد فرديته ويمارس فيه هواياته رياضية كانت أو عقلية أو ترويحية، وبذلك يتحقّق الانسجام.
8. **التوافق الدراسي:** ويتضمن نجاح المؤسسة التعليمية في وظيفتها والتواءم بين المعلم والطالب، بما يهيئ للأخير ظروفًا أفضل للنمو السوي معرفيا وانفعاليا واجتماعية مع علاج ما ينجم في مجال الدراسة من مشكلات كالتخلف الدراسي والغياب والتسرّب، هذا فضلا عن علاج المشكلات السلوكية التي يمكن أن تصدر عن بعض الطلاب.
9. **التوافق المهني:** ويشير الى الانسجام بين العامل وعمله (مهما كان هذا العمل) ويتحقق ذلك بعدة طرق أهمها: حسن اختيار المهنة الملائمة والتدرّب على أدائها بشكل جيّد، وتقبّلها بقبول حسن، ورضا الفرد عنها والاقتران بها، ومحاولة الابتكار فيها مع علاقات انسانية طيبة مع الزملاء والرؤساء.
10. **التوافق الأسري:** ويعني أن تسود المحبة بين أفراد الأسرة، وتقوم العلاقات بين أفراد الأسرة المتوافقة على الحب والاحترام والتعاون.