جامعة عمار ثليجي بالأغواط

كلية العلوم الاجتماعية

قسم علم النفس و علوم التربية و الأرطوفونيا

الميدان : العلوم الإنسانية و الاجتماعية

شعبة: العلوم الاجتماعية

الموضوع:

# مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى عينة من طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي

دراسة ميدانية ببعض الإقامات الجامعية بمدينة الأغواط

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر أكاديمي في علوم التربية

تخصص : علم النفس التربوي

إعداد الطالبتين:

رقيـــــة العقـــــون

فاطمة الزهرة بديرينة

إشراف الأستاذ:

د:ملياني عبد الكريم

السنة الجامعية:2018/2017

## إهـــــــــــداء

إليك يا أمي يا عبيرا طيبا يفيض بالعطف و ينبع بالنقاء

إليك يا قلبا عطوفا حنونا يا إبتسامة تحكي حب الأبناء

إليك يا من قدمت عمرك لنا و رضيت لنفسك الشقاء

إليك يا سندي و يا أمني أتمنى منك نيل الرضاء

إلى أخواتي يا من كنتن لي نعم العطاء

خديجة ، خضرة و زوجها، نصيرة و زوجها

إلى إخوتي يا من أزاحوا عن كتفي العناء

إبراهيم .نورالدين وزوجته. جلول و زوجته

إلى الأحفاد: شهاب الدين، الحاج عيسى، فاطمة،

سراج الدين، بيان، خديجة، بسملة فاطمة

إلى صديقاتي في المدرسة القرآنية خاصة أستاذتي "سمية"

و أمينة، إيمان، فاطمة

إلى رفيقة الدرب: فاطمة الزهرة، و إلى كافة الزملاء و الزميلات دفعة 2018/2017

إلى أساتذتي الذين لم يبخلوا علي بعلمهم

رقيـــــــــــة

## إهـــــــــــــداء

* إلى التي تدعو لي سرا وجهرا ، ليلا ونهارا "أمي" الكريمة أبقاها الله حفظا وصونا ، دعما وعونا.

* إلى الذي أكرمني بحمل اسمه وأجمل العطاء بحبه أسأل المولى العلي القدير أن يحفظه ويرفع مقامه "أبي الغالي" أطال الله في عمره .

* إلى إخوتي و أخواتي وزوجة أخي حفظهم الله بإذنه و وفقهم وخاصة أخي الطاهر، نور الدين ، محمد، و إلى أبناء أختي و أخي: عبد الرحيم ، عائشة نور الإيمان ، فاطمة الزهراء، محمد، محمد.

* إلى كل الأصدقاء الأعزاء والأوفياء لي لمن أرادوا أن أذكرهم ولو بكلمة أن يوفقهم الله لما يحبه ويرضاه خاصة رفيقات دربي : رقية ، خديجة ، مباركة ، نصيرة ، أحلام ، سمية ...

ويبقى ذكرهم في القلب أجمل هدية.

فاطمة الزهرة

# شكر و عرفان

قال صلى الله عليه وسلم (من لم يشكر الناس لم يشكر الله )

نتقدم بأسمى معاني الشكر و العرفان إلى كل من ساهم في هذا العمل المتواضع، ولو بكلمة طيبة تسهل من عبئ الطريق

ونخص بالذكر الأستاذ المشرف الذي كان من اسمه نصيب ،فكان كريما معنا في توجيهاته و نصائحة و لو يبخل علينا بمجهوداته الدكتور "علياني عبد الكريم "

كما لا يفوتنا أن نعبر عن بالغ الشكر و العرفان لكل أستاذ رافقنا في مسيرتنا الدراسية خاصة الأساتذة الأفاضل:عياط الأمين، عمومن رمضان، حبيش بشير

و كل أساتذة قسم علم النفس و علوم التربية و الأرطفونيا

و كل طلبة و عمال جامعة عمار ثليجي بالأغواط

SOFTARCHIVE.NET

**ملخص بالعربية:**

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي بالإقامات الجامعية بالأغواط ، ومعرفة إن كانت هناك فروق في مستوى التكيف النفسي الاجتماعي وفقا لمتغيري الجنس والاقامة الجامعية .

ولتحقيق هدف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي، حيث شملت عينة الدراسة (100) طالب و طالبة من طلبة سنة أولى جامعي المقيمين بالإقامات الجامعية اختيرت بالطريقة القصدية ، و قد تم بناء مقياس التكيف النفسي الاجتماعي ليتلاءم مع خصوصيات عينة الدراسة .

و أشارت نتائج الدراسة الحالية إلى:

ـ أن مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي بالإقامات الجامعية متوسط .

ـ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي بالإقامات الجامعية باختلاف الجنس و الاقامة الجامعية .

**ملخص بالإنجليزية:**

## Abstract:

This study aimed to expose the level of the psycho socio adaption at the first year students in Ammar Thelidji University caumps and to know if there are differences in the psycho socio adaption according to the varities of gender and university caump.

To archieve the purpose of this study the descriptive approach was used in which the sample of the study has covered (100) students of the first year caumps residants and it was selected in a special way. The stander of the psycho socio adaption was constructed to suit with the privacies if the study sample .

The immediate results have showed :

- The level of the psycho socio adaption at the first year students in Ammar Thelidji University caumps is middle.
- There are no statistic differences in the level of the psycho socio adaption at the first year students in Ammar Thelidji University caumps with the difference of the gender and University caumps.

## فهـــــــرس المحتويـــــــــــــــات:


| المحتويات | الصفحة |
|---|---|
| إهداء | |
| شكرو عرفان | |
| ملخص | أ |
| فهرس المحتويات | ب، ج، د |
| فهرس الجداول | د |
| فهرس الأشكال | هـ |
| فهرس الملاحق | هـ |
| مقدمة | 1 |
| الفصل الأول :المشكلة و اعتبارتها | |
| 1 – اشكالية الدراسة | 5 |
| 2 – فرضيات الدراسة | 6 |
| 3 – أهداف الدراسة | 7 |
| 4 – أهمية الدراسة | 7 |
| 5 – التعريفات الإجرائية لمفاهيم الدراسة | 7 |
| 6 – الدراسات السابقة و التعليق عليها | 8 |
| الفصل الثاني: التكيف النفسي الاجتماعي | |
| تمهيد | 15 |
| 1 – تعريف التكيف | 15 |
| 2 – تعريف التكيف النفسي الاجتماعي | 16 |
| 3 – المصطلحات المتداخلة مع التكيف | 17 |
| 4 – أنواع التكيف النفسي الاجتماعي | 18 |
| 5 – خصائص التكيف | 18 |
| 6 – عناصر التكيف | 19 |
| 7 – أبعاد التكيف | 20 |
| 8 – أشكال التكيف | 22 |
| 9 – مراحل التكيف | 27 |

| | |
|---|---|
| 10 – العوامل المؤثرة في التكيف النفسي الاجتماعي | 29 |
| 11– محددات التكيف | 31 |
| 12 – مطالب التكيف | 32 |
| 13 – عوائق التكيف | 33 |
| 14 – النظريات المفسرة للتكيف | 33 |
| 15 – الحيل الدفاعية و التكيف | 36 |
| خلاصة الفصل | 39 |
| الفصل الثالث : الاجراءات المنهجية | |
| تمهيد | 42 |
| 1 – منهج الدراسة | 42 |
| 2 – حدود الدراسة | 42 |
| 3 – الدراسة الاستطلاعية | 43 |
| 4 – أدوات جمع البيانات | 43 |
| 5 – الخصائص السيكو مترية للمقياس | 44 |
| 6 – مجتمع و عينة الدراسة | 47 |
| 7 – إجراءات التطبيق | 48 |
| 8 – الأساليب الإحصائية | 48 |
| خلاصة الفصل | 49 |
| **الفصل الرابع: عرض و مناقشة و تحليل و تفسير الفرضيات** | |
| 1 – عرض و مناقشة و تحليل و تفسير نتائج الفرضية العامة | 52 |
| 2 – عرض و مناقشة و تحليل و تفسير نتائج الفرضية الجزئية الأولى | 54 |
| 3 – عرض و مناقشة و تحليل و تفسير نتائج الفرضية الجزئية الثانية | 56 |

| | |
|---|---|
| الاستنتاج العام | 58 |
| الخاتمة | 60 |
| الاقتراحات | 62 |
| قائمة المراجع | 64 |


**فهرس الجداول**


| رقم الجدول | الجدول | الصفحة |
|---|---|---|
| 01 | يوضح معاملات ألفا كرونباخ وسبيرمان- براون وجيتمان لحساب ثبات استبيان التكيف النفسي الإجتماعي | 44 |
| 02 | يوضح اختبارات المقارنة الطرفية بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا لمقياس التكيف النفسي الاجتماعي | 45 |
| 03 | يوضح معاملات الارتباط بين كل بند من بنود الاستبيان والمجموع الكلي له | 46 |
| 04 | توزيع أفراد العينة على حسب الاقامة الجامعية | 47 |
| 05 | توزيع أفراد العينة و النسبة المئوية حسب الجنس | 47 |
| 06 | يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي ببعض الإقامات الجامعية بالأغواط | 52 |
| 07 | يبين الفروق في مقياس التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بالإقامات الجامعية تعزى لمتغير الجنس | 54 |
| 08 | يبين الفروق في مقياس التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بالإقامات الجامعية تعزى لمتغير الاقامة الجامعية | 56 |

## فهرس الأشكال


| رقم الشكل | الشكل | الصفحة |
|---|---|---|
| 01 | الشخص و ما يواجهه من متطلبات داخلية و خارجية تستدعي استجابة تكيفية | 21 |
| 02 | التكيف الحسن. | 22 |
| 03 | يوضح مصادر سوء التكيف | 26 |
| 04 | يوضح مراحل عملية التكيف | 29 |


## فهرس الملاحق


| رقم الملحق | عنوان الملحق | الصفحة |
|---|---|---|
| 01 | مقياس التكيف النفسي الاجتماعي في صورته الأولية | 9 – 9 |
| 02 | مقياس التكيف النفسي و الاجتماعي في صورته النهائية | 9 – 9 |
| 03 | قائمة الأساتذة المحكمين | 9 |
| 04 | صدق المحكمين | 9 |
| 05 | ثبات المقياس باستخدام ألفا كرونباخ وسبيرمان–براون وجيتمان | 9 |
| 06 | الصدق التمييزي للمقياس | 9 – 9 |
| 07 | المعالجة الاحصائية للفرضية الفرعية الأولى | 9 |
| 08 | المعالجة الاحصائية للفرضية الفرعية الثانية | 9 |

مقدمـــــــــة:

يعيش الأفراد سلسلة من المحاولات المتصلة و المستمرة للتوافق، فحاجاتهم تطالب ملحة بالإشباع حيث التكيف و الارتياح و لكن غالبا ما يواجهون في حياتهم اليومية مجموعة من العوائق التي تقف في سبيل هذا الإشباع و التحقيق، و بالتالي يشعرون بالضيق و التوتر نتيجة لعدم قدرتهم على تلبية و إشباع هذه الحاجات، حيث يتوقف نجاح الإنسان في الحياة في قدرته على التكيف مع متطلبات الحياة التي يعيشها و طريقة تعامله مع البيئة من حوله بطريقة ايجابية.

فمن بين الأهداف الأساسية التي يطمح الفرد لتحقيقها منذ صغره النجاح في الدراسة و ضمان مهنة المستقبل، و هذا الأخير لا يتأتى إلا بالولوج إلى الحياة الجامعية والتي تعد بالنسبة للطلبة تجربة جديدة و مختلفة عن التجارب السابقة فهي تحمل الكثير من المشكلات و الخبرات الجديدة التي تتطلب منهم اجتيازها و مواجهتها و التكيف معها كالتعرف على أنظمة الجامعة و لوائحها و اختيار التخصص و التكيف معه و الإعداد لمهنة المستقبل لاسيما و أن الجامعة تعطي طلبتها حرية أوسع و مسؤولية أكبر في تحصيلهم للمعرفة.

إن الانتقال من المرحلة الثانوية إلى المرحلة الجامعية تستدعي أحيانا انتقال الطالب من بيئته الاجتماعية الأصلية إلى البيئة التي سيزاول فيها دراسته تبعا لرغبته في اختيار التخصص، ما قد يحتم على الطالب أن يغادر أسرته و منطقته لمتابعة الدراسة والإقامة في الأحياء الجامعية فإنه بذلك ينتقل من بيئة اجتماعية إلى بيئة اجتماعية أخرى يتعرض فيها لكثير من الضغوطات النفسية والاجتماعية التي تحتم عليه التكيف معها لحفظ توازنه و الحياة بطريقة مقبولة في الوسط الجديد لتحقيق الاستفادة إنسانيا بالتعرف على مجتمع مختلف و تكوين علاقات اجتماعية منسجمة من جهة و تحقيق الاستفادة علميا و مهنيا في رحلته العلمية التي حفزته على الغربة.

فشعور الطالب بتحقيق تكيف سليم بينه و بين بيئته الجديدة التي يقضي فيها عدة أيام و شهور و حتى سنوات، و بينه و بين من حوله من أفراد يجعله قادرا على تقبل الوضع النفسي الجديد، و عليه يستطيع العيش بتوازن و الابتعاد عن جميع الضغوطات التي تسبب عدم قدرته على التكيف النفسي الاجتماعي داخل الإقامة الجامعية، و عليه تجاوز كل الصعاب و العراقيل التي ستؤثر بشكل سلبي على مستواه الدراسي وتحول بينه و بين تحقيق الأهداف التي يطمح لها.

ولقد جاءت دراستنا مقسمة إلى أربع فصول بعد المقدمة في جانبين هما الجانب النظري و يحتوي الفصل الأول فيه إشكالية الدراسة، فرضيات الدراسة، أهداف الدراسة، أهمية الدراسة، التعريفات الإجرائية، الدراسات السابقة و التعقيب عليها. كما يحتوي الفصل الثاني على تمهيد، تعريف التكيف النفسي و الاجتماعي، المصطلحات المتداخلة، أنواع التكيف، خصائصه، عناصره، أبعاده، أشكاله، مراحله،و العوامل المؤثرة على التكيف، و محدداته،و مطالبه، و عوائقه، و النظريات المفسرة للتكيف،الحيل الدفاعية و التكيف و أخيرا خلاصة الفصل.

و الجانب الميداني الذي يحتوى على تمهيد، المنهج المستخدم في الدراسة، حدود الدراسة، عينة الدراسة، الدراسة الاستطلاعية، أدوات جمع البيانات، الخصائص السيكوميترية للمقياس، الأساليب الإحصائية، إجراءات التطبيق، خلاصة الفصل.

و فيما يخص الفصل الرابع و الأخير فلقد احتوى على عرض و مناقشة و تحليل و تفسير فرضيات الدراسة، استنتاج عام و خاتمة.

# الفصل الأول

## الفصل الأول: المشكلة و اعتباراتها

1. اشكالية الدراسة
2. فرضيات الدراسة
3. أهداف الدراسة
4. أهمية الدراسة
5. التعاريف الاجرائية لمفاهيم الدراسة
6. الدراسات السابقة والتعليق عليها

## 1- اشكالية الدراسة :

يعد نجاح الطالب في البكالوريا من بين أهم الأهداف التي كان يسعى لتحقيقها خلال مشواره الدراسي، و هذا النجاح هو ما يحدد تخصصه في الجامعة و ذلك وفق قدراته و امكاناته و ميوله و رغباته، و هذه الأخيرة قد تدفعه و تضطره إلى الدراسة في جامعة قد تكون خارج ولايته، مما يحتم عليه السكن في الإقامات الجامعية و بالتالي يجد نفسه يعيش حالة صراع نظرا لاختلاف بيئته الجديدة (الإقامة الجامعية )عن بيئته القديمة.

فالطالب في المرحلة الجامعية يحتك بمجتمع معين يتكون من الطلبة و المدرسين و الإداريين و غيرهم، فكلما كان الطالب مقبلا على بناء علاقات فردية سليمة مع هؤلاء الأفراد أصبح جزءا من حاجاته على الانتماء و تقبل الآخرين ( **الرفوع و القرارعة،2004: 35)**

من جهة و الاستجابة لمطالب البيئة الجديدة و تغيراتها من جهة أخرى و هذا ما يطلق عليه تسمية التكيف.

فالتكيف عملية تلاؤم الفرد مع البيئة التي يعيش فيها و قدرته على التأثير فيها، و يعني أيضا محاولات الفرد النشطة و الفعالة التي يبذلها خلال مراحل حياته المختلفة لتحقيق التوافق و التلاؤم و الانسجام مع بيئته بحيث يساعده هذا التوافق على البقاء و النمو و أداء دوره و وظيفته الاجتماعية بصورة طبيعية.( **المطيري،2005 :117)**

و يعد التكيف ركيزة هامة من ركائز التربية و أساس هام من الأسس التي تقوم عليها، و من أهم معالم التكيف البشري أنه أخذ و عطاء و كونه تأثرا و تأثيرا و كونه تقبلا لما في المحيط أيًا كان نوع المحيط، و في الوقت نفسه محاولة لتغيير المحيط بحيث يوافق غاياته و احتياجاته.
**(الخفاف،2014:327 )**

و يمس التكيف النواحي المختلفة لحياة الإنسان و يتكون من أبعاد عديدة و يعتبر البعد النفسي الاجتماعي للتكيف فعالا لنشاط الفرد و يتجلى في قدرته على التحكم في المعطيات الخارجية و تحقيق التوازن بين قدرات الفرد و توقعاته و أهدافه و رغباته و بين ما يوفره له العالم المحيط من شروط و وسائل من ناحية و في قدرته على تأكيد ذاته في المحيط الاجتماعي من ناحية أخرى.
**(فتاحين،2009:34)**

و الطالب الجامعي يقضي وقتا طويلا في الإقامة الجامعية التي يميزها التفاعل بين الطلبة المقيمين أنفسهم و بينهم و بين الإداريين من جهة و بينهم و بين البيئة من جهة أخرى، و بقدر ما يكون اندماج و مشاركة الطالب الجامعي في هذا التفاعل بشكل فعال و سريع بقدر ما يكون مستوى تكيفه النفسي و الاجتماعي مرتفعا.

و في ضوء هذا يمكن تحديد مشكلة الدراسة في محاولة الاجابة على التساؤلات التالية :

**التساؤل العام:**

ـ ما مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي ببعض الاقامات الجامعية بالأغواط ؟

**التساؤلات الفرعية:**

ـ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي ببعض الإقامات الجامعية تعزى لمتغير الجنس ؟

ـ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي بالإقامات الجامعية تعزى لمتغير الإقامة الجامعية ؟

## 2 – فرضيات الدراسة:

**الفرضية العامة:**

ـ مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي ببعض الإقامات الجامعية منخفض.

**الفرضيات الفرعية:**

ـ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي بالإقامات الجامعية تعزى لمتغير الجنس.

ـ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بالإقامات الجامعية تعزى لمتغير الإقامة الجامعية.

**3–أهداف الدراسة:** تهدف إلى

- ✓ التعرف على مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي بالإقامات الجامعية بالأغواط.
- ✓ التعرف على الفروق في مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي بالإقامات الجامعية بالأغواط باختلاف الجنس.
- ✓ التعرف على الفروق في مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي بالإقامات الجامعية بالأغواط باختلاف الإقامة الجامعية.

**4- أهمية الدراسة:** تكمن أهمية هذه الدراسة في جانبين أساسيين هما :

**الجانب النظري:**

ـ قد تكون نقطة انطلاق بحوث و دراسات للتعمق في متغيرات أخرى.

ـ تساهم هذه الدراسة في اثراء ساحة البحث العلمي في مجال علم النفس .

ـ التعرف على حيثيات المتغير الدراسة من أجل أخذ صورة مفاهيمية عنها لبناء الجانب التطبيقي.

ـ اثراء الجانب النظري بمعلومات حول التكيف النفسي الاجتماعي نظرا لقلة مصادر عنه على المستوى المحلي.

**الجانب الميداني:**

ـ تمكننا من فهم أكثر العوامل النفسية و الاجتماعية المحيطة بالطلبة الجدد المقيمين بالإقامات الجامعية ،بالإضافة إلى رصد إحدى ملامح الصحة النفسية لديهم .

ـ تحسين ظروف الاقامات الجامعية و مستوى الخدمات المقدمة للطلبة المقيمين فيها .

ـ محاولة الاهتمام بالجانب النفسي للطلبة الجامعيين المقيمين في الاقامات الجامعية و خاصة الجدد منهم من خلال تقديم خدمات نفسية و ارشادية لهم لتحسين تكيفهم النفسي و الاجتماعي .

## 5- التعريفات الإجرائية لمفاهيم الدراسية:

**الاقامات الجامعية** : هي مؤسسات اجتماعية لإيواء الطلبة و الطالبات الجامعيين الذين يقطنون بعيدا عن الجامعة و فق شروط معينة تحددها مديرية الخدمات الجامعية كالسن و المسافة بالنسبة للذكور و الإناث .

**التكيف النفسي** :هو قدرة طالب سنة أولى جامعي المقيم بالإقامة الجامعية بالأغواط على فهم ذاته و تقبلها داخل إقامته الجامعية.

**التكيف الاجتماعي:** هو قدرة طالب سنة أولى جامعي المقيم بالإقامة الجامعية بالأغواط على إقامة علاقات منسجمة مع زملائه في الاقامة الجامعية و الطاقم الاداري فيها و مدى التأقلم مع البيئة (الطبيعية و الاقامة الجامعية )

**التكيف النفسي الاجتماعي:**هو الدرجة الكلية التي يتحصل عليها طالب سنة أولى جامعي المقيم بالإقامات الجامعية من خلال الاجابة على مقياس التكيف النفسي الاجتماعي الذي تم بناؤه في الدراسة الحالية.

## 6-الدراسات السابقة:

### الدراسات المحلية:

**دراسة غريس و جرادي (2015):** هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة السنة أولى جامعي جذع مشترك علوم اجتماعية بجامعة الأغواط ، و معرفة دلالة الفروق بين أفراد العينة في درجة التوافق النفسي الاجتماعي حسب الجنس و صفة الإقامة، و تحقيقها لأغراض البحث تم الاعتماد على المنهج الوصفي، حيث تكونت عينة الدراسة من(160) طالب و طالبة سنة أولى جامعي طبق علها مقياس التوافق النفسي الاجتماعي المعد من طرف الباحثة ابتسام محمود محمد بجامعة الكوفة.

و قد توصلوا إلى النتائج التالية:

ـ لدى طلبة السنة أولى جامعي توافق نفسي اجتماعي مرتفع.

ـ أن هناك فروق دالة إحصائيا في مستوى التوافق النفسي و الاجتماعي بين الجنسين لصالح الإناث. كما وجدوا أيضا فروق دالة إحصائيا في مستوى التوافق النفسي و الاجتماعي بين الداخليين و الخارجيين لصالح الطلبة الخارجيين.

**دراسة بوشاشي ( 2013)** :هدفت هذه الدراسة إلى البحث في العلاقة القائمة بين السلوك العدواني و التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة بتيزي وزو، و تكونت عينة البحث من (340) طالبا و طالبة جامعيين، و توصلت نتائج البحث إلى أن طلبة الجامعة لديهم سلوك عدواني متوسط و أيضا وجدت فروق في السلوك العدواني بين الجنسين لصالح الذكور، و أيضا من النتائج التي توصلت إليها الباحثة أن طلبة الجامعة يتميزون بتوافق نفسي اجتماعي متوسط، و وجدت فروق بين الجنسين و العلاقة التي توصلت لها هي علاقة سالبة بين السلوك العدواني و التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة. **(غريس و جرادي،2015 :08)**

### الدراسات العربية:

**دراسة حجو(2015):**هدفت هذه الدراسة لمعرفة مستوى التوافق مع الحياة الجامعية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة من خلال بعض المتغيرات كالنوع و الكلية و المستوى الدراسي و المعدل التراكمي ، و للإجابة على أسلة الدراسة و التحقق من فرضياتها طبق الباحث مقياس التوافق مع الحياة الجامعية على عينة من طلبة الجامعة قوامها (320) طالبا و طالبة موزعين على متغيرات الدراسة المختلفة، و أسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق بين الجنسين في بعد التوافق لصالح الذكور، و عن وجود فروق لصالح الكليات الانسانية في التوافق العام ،و عن وجود فروق في درجات التوافق لصالح الحاصلين على معدلات مرتفعة ،كما جاء التوافق الاجتماعي في المرتبة

الأولى و التوافق النفسي في المرتبة الثانية و التوافق الدراسي في المرتبة الثالثة ،كما جاء التوافق العام مع المجتمع الجامعي فوق المتوسط.

**دراسة الشكعة(2012):**هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التوافق الجامعي لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية و جامعة القدس المفتوحة في ضوء متغيري الجنس و نظام الدراسة و التفاعل بينهما، و من أجل تحقيق أهداف الدراسة طبقت الدراسة عبى عينة طبقية عشوائية قوامها 759طالبا و طالبة من الجامعتين طبق عليهم مقياس مكون من 36 فقرة ،حيث أظهرت النتائج أن مستوى التوافق لدى طلبة الجامعتين كان متوسطا حيث بلغت نسبة 29.33% ،كما أظهرت النتائج أن ترتيب مجالات التوافق مع الحياة الجامعية جاء على النحو التالي: الالتزام بتحقيق الأهداف و البعد الاجتماعي و الأكاديمي ،كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائيا في التوافق مع الحياة الجامعية بين طابة عبنة الدراسة تعرى لمتغير نظام الدراسة و لصالح النظام التعليمي و متغير الجنس لصالح الذكور.

**دراسة القدومي و سلامة(2011):**هدفت هذه الدراسة التعرف على مستوى التوافق الجامعي لدى طلبة البكالوريوس في الأكاديمية الفلسطينية للعلوم الأمنية في أريحا إضافة إلى تحديد الفروق في التوافق الجامعي تبعا لمتغيرات الجنس، التخصص، معدل الثانوية العامة، مكان السكن الدائم، و لتحقيق ذلك أجريت الدراسة على جميع طلبة البكالوريوس في الأكاديمية في تخصص علم النفس الأمني و أنظمة المعلومات و البالغ عددهم (121) طالبا و طالبة. و توصلت الدراسة بأن التوافق الجامعي كان عاليا حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة على الدرجة الكلية للتوافق الجامعي إلى 82.5% أما ترتيب الأبعاد فجاء البعد الاجتماعي في المرتبة الأولى ب 88% يليه البعد الانفعالي 82% يليه البعد الدراسي 80% و أخيرا البعد الانضباطي 78.5%.و فيما يتعلق بالفروق الفردية في التوافق تبعا لمتغيرات الدراسة كانت دالة احصائيا في الدرجة الكلية للتوافق بين الذكور و الإناث لصالح الذكور، بينما لم تكن الفروق دالة احصائيا تبعا لمتغيرات التخصص و معدل الثانوية العامة و مكان السكن .**(حجو ،2015 : 283–294 )**

**دراسة الليل (2003):** هدفت للكشف عن الفروق في التكيف مع المجتمع الجامعي لدى الطلبة جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية تبعا لمتغيرات الجنس و الحالة الاجتماعية و الجنسية و التخصص و المستوى الدراسي. و تكونت عينة الدراسة من (200) طالبا و طالبة، و قد أظهرت نتائج الدراسة و جود فروق تعزى لمتغير الجنس في التكيف مع المجتمع الجامعي لصالح الإناث. و أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق في تكيف الطلبة تعزى لأي من متغيرات الحالة الاجتماعية أو الجنسية أو التخصص أو المستوى الدراسي.**( الرواضية،2008: 145 )**

**دراسة الصغير (2001):** هدفت هذه الدراسة إلى تقصي العلاقة بين عدد من المتغيرات و الخصائص للطلاب الوافدين في جامعة الملك سعود بالرياض، و مستوى تكيفهم الاجتماعي في المجتمع السعودي. و تنطلق هذه الدراسة من افتراض أن هذه الخصائص للطلاب في مستوى تكيفهم الاجتماعي سلبا و ايجابا . تم اجراء هذه الدراسة على عينة ممثلة للطلاب الوافدين في جامعة الملك سعود بالرياض قوامها(98) طالبا، و ذلك من خلال استبانة خاصة صممت لهذا الغرض. و تشير نتائج هذه الدراسة إلى اختلاف الطلاب في مستوى تكيفهم الاجتماعي باختلاف خصائصهم الاجتماعية و الثقافية و الديموغرافية و المادية و الأكاديمية. و قد تبين من النتائج أهمية مجموعة من هذه العوامل كدرجة الالمام باللغة العربية، العلاقة بالإداريين و أعضاء هيئة التدريس بالجامعة، الحالة المالية، التحصيل الدراسي، العمر... فالعلاقة بين هذه المتغيرات

و مستوى التكيف الاجتماعي لدى الطلاب الوافدين كانت ذات دلالة إحصائية ،كما أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التكيف الاجتماعي يتباين تبعا للحالة الزواجية حيث لوحظ أن غير المتزوجين كانوا أكثر تكيفا من المتزوجين ،كما حددت هذه الدراسة أهم الصعوبات التي تواجه الطلاب الوافدين. و أخيرا حاولت هذه الدراسة تفسير الميكانيزمات التي تؤثر من خلالها هذه العوامل في مستوى التكيف الاجتماعي للطلاب الوافدين.

**دراسة رمزي(1996):** هدفت إلى الكشف عن مستوى التكيف الاجتماعي و مستوى التحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة نينوى بالعراق، و اشتملت عينة الدراسة على 150طالبة، و لتحقيق أغراض الدراسة قام الباحث بتطوير أداة خاصة لقياس التكيف الاجتماعي لدى أفراد العينة. و خلصت النتائج إلى أن مستوى التكيف الاجتماعي جاء بدرجة متوسطة، و أن مستوى التكيف يرتبط ارتباطا ايجابيا بمستوى التحصيل الدراسي للطلاب.

**(الرواضية ، 2008: 144 )**

**الدراسات الأجنبية:**

**دراسة عبد الرحمن(2011):** هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى التوافق النفسي و الاجتماعي و الدراسي لدى طلبة و طالبات جامعة المدينة العالمية بماليزيا، كما هدفت للتعرف على الفروق في مستوى التوافق النفسي و الاجتماعي تبعا لمتغير الجنس(طلاب و طالبات)، و تكونت عينة الدراسة من50 طالب و طالبة، و أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة هي :

يتسم مستوى التكيف النفسي الاجتماعي و الدراسي بالإيجابية و لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق تعزى لمتغير الجنس، أي أن مستوى التوافق بين الطلاب و الطالبات يكاد يكون متساويا.**(غريس و جرادي، 2015 :09)**

**التعليق على الدراسات السابقة:**

سيتم عرض أوجه التشابه و الاختلاف بين الدراسات السابقة التي تطرقنا لها مع تحديد مدى الاستفادة منها.

**ـ من حيث الأهداف:**

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة نلاحظ أن معظم الدراسات تشترك في التعرف على مستوى التكيف النفسي الاجتماعي أو ما يعرف بالتوافق النفسي و الاجتماعي و كذا معرفة الفروق بين الجنسين في مستوى التكيف النفسي الاجتماعي كدراسة بوشاشي(2013) و دراسة رمزي (1996) و دراسة عبد الرحمن (2011) و دراسة غريس و جرادي (2015) و دراسة القدومي و سلامة (2011) و دراسة حجو (2015) و دراسة الشكعة (2012)، و كذا دراسة الليل (2013).

أما بالنسبة لدراسة القضاة (2015) فهدفت للتعرف على العلاقة بين درجة التكيف و بعض المتغيرات، و قد تناولت هذه الدراسات التكيف النفسي الاجتماعي في ضوء متغيرات أخرى كالتخصص و مستوى التحصيل و مكان السكن الدائم و الحالة الاجتماعية و معدل الثانوية العامة و البرنامج الدراسي، و النظام الدراسي.

**ـ من حيث العينة:**

اتفقت أغلب الدراسات السابقة في اختيار العينة المتمثلة في الطلبة و الطالبات الجامعيين و إجراء الدراسة عليها، عدا دراسة رمزي (1996) التي تمثلت عينتها في طلاب المرحلة الثانوية.

أما فيما يخص حجم العينة فقد اختلفت من دراسة لأخرى حيث تراوحت ما بين( 50– 759 طالبا و طالبة).

**ـ من حيث الأدوات التي تم تطبيقها:**

و فيما يخص الأدوات المستخدمة في هذه الدراسات، فقد اتفقت معظم الدراسات على استخدام مقياس للتكيف النفسي و الاجتماعي باختلاف نوع المقياس، حيث قام كل باحث إما ببناء اختبار أو اختيار مقياس جاهز أو تعديل مقياس ليتماشى مع خصائص العينة المدروسة.

**ـ من حيث النتائج:**

تبين أن أغلب الدراسات توصلت إلى و جود مستوى تكيف ما بين متوسط و مرتفع، فدراسة رمزي(1996) و دراسة بوشاشي(2013)، و الشكعة(2012) فكان مستوى التكيف لدى الطلاب متوسطا، أما دراسة القدومي و سلامة(2011)، حجو(2015)، غريس و جرادي(2015) فقد كان

مستوى التكيف مرتفعا.

كما أنها ركزت على دراسة الفروق بين الجنسين في مستوى التكيف، حيث أسفرت دراسة كل من الليل، بوشاشي، غريس و جرادي ،حجو، القدومي و سلامة، الشكعة أنه توجد فروق بين الجنسين في مستوى التكيف. أما دراسة عبد الرحمن و القضاة توصلا إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في مستوى التكيف.

- **أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:**

تمثلت الاستفادة منها في إثراء الإطار النظري، و تفسير النتائج المتحصل عليها.

# الفصل الثاني

# الفصل الثاني: التكيف النفسي الاجتماعي

تمهيد

1. تعريف التكيف
2. تعريف التكيف النفسي الاجتماعي
3. المصطلحات المتداخلة مع التكيف
4. أنواع التكيف
5. خصائص التكيف
6. عناصر التكيف
7. أبعاد التكيف
8. أشكال التكيف
9. مراحل التكيف
10. العوامل المؤثرة في التكيف النفسي الاجتماعي
11. محددات التكيف
12. مطالب التكيف
13. عوائق التكيف
14. النظريات المفسرة للتكيف النفسي الاجتماعي
15. الحيل الدفاعية و التكيف

خلاصة الفصل

**تمهيد :**

يعد تحقيق الصحة النفسية من أهم المطالب الإنمائية، و تحقيق الصحة النفسية أمر ممكن من خلال السعي الدائم و المستمر للإنسان نحو تحقيق التوازن في الحياة و في مختلف المواقف و الظروف و مواجهة العقبات التي تعترضه، و هذا النوع من التوازن يطلق عليه تسمية التكيف.حيث تتحكم في مستواه عوامل داخلية و أخرى خارجية، أي تلك العوامل البيئية و النفسية و الاجتماعية و الطبيعية إلى درجة كبيرة بالمقدار الذي يمكن به أن يتحقق التكيف و من ثم الصحة النفسية.

**1 – تعريف التكيف:**

في اللغة، تعني كلمة التآلف و التقارب، فهي نقيض التخالف و التنافر أو التصادم.

فيما يعرفه (فهمي 1987) بأنه، العملية الدينامية المستمرة التي يهدف بها الشخص إلى أن يغير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقا بينه و بين بيئته. **(أبو دلو،77:2009)**

أما عبد الله(2001) فيعرفه بأنه، مجموعة من الاستجابات و ردود الأفعال التي يعدل بها الفرد سلوكه و تكوينه النفسي أو بيئته الخارجية لكي يحدث الانسجام المطلوب، بحيث يشبع حاجاته و يلبي متطلبات بيئته الاجتماعية و الطبيعية. **(قطيشاق والتل،42:2009)**

و يشير هذا المفهوم الى الوظيفة العقلية الثانية التي تمثل نزعة الفرد الى التلاؤم و التآلف مع البيئة التي يعيش فيها و التكيف كلمة تعني التآلف و التقارب فهي نقيض التخالف و التنافر أو التصادم و التكيف في علم النفس و هو تلك العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف من خلالها تغيير السلوك لإحداث علاقة أكثر انسجاما مع بيئته المادية و قد عرف لأول مرة من خلال نظرة دارون للانتخاب الطبيعي الذي أكد فيها على أن الكائنات الأصلح للبقاء هي التي تمتلك القدرة على التواؤم مع صعوبات و أخطار العالم الخارجي.**(البدري،62:2005-63)**

التكيف يعني القدرة على إيجاد البدائل السلوكية و المرونة في ترك البدائل غير الفاعلة و اختيار البدائل الجديدة الفاعلة.**( رضوان،73:2002 -74)**

## 2 – تعريف التكيف النفسي الاجتماعي

### 2–1– تعريف التكيف النفسي:

يعد التكيف النفسي من أهم عوامل اتزان الشخصية و تمتعا بالصحة النفسية فالناس في العادة يتعرضون لضغوطات و صراعات داخلية و خارجية، و عليهم مواجهة الرغبات و الدوافع الشخصية المتعارضة من أجل استمرار التوازن النفسي لديهم , و يرى بعض الباحثين أن الصحة النفسية هي التعبير عن التكيف ،و أن التكيف دليل الصحة النفسية فإذا ساءت استاءت بدورها، و إذا تحسن تحسنت تلك الصحة النفسية .(**الجبوري و الجبوري،64:2014**)

### 2–2– تعريف التكيف الاجتماعي:

العملية التي يحاول بها المرء أن يضمن لنفسه شروط حياة رغيدة كالطمأنينة و المركز الاجتماعي و أسباب الراحة و إشباع الميول الإبداعية،على الرغم من تقلب ظروف المحيط الاجتماعي .

أو هو التغيرات التي يجب أن تطرأ على سلوك الفرد لكي يصبح منسجما مع البيئة التي يعيش فيها.(**زيدان ،148:1979**)

و يقصد بالتكيف الاجتماعي تكيف الفرد مع مجتمعه أي مع البيئة الخارجية سواء كانت مادية أو اجتماعية...و يقصد بالبيئة المادية كل ما يحيط بالفرد من عوامل فيزيقية مادية فالطقس من حرارة و برودة و غيره، و أيضا الأنهار و البحار و الأبنية و الجبال و وسائل المواصلات، و الأجهزة و الآلات و المعدات تسمى بالثقافة المادية...الخ

أما البيئة الاجتماعية و التي تعني عناصر الثقافة اللامادية مثل القيم و المعايير و العادات و التقاليد و المعتقدات و الأفكار و الدين و العلاقات الاجتماعية و النظم الاقتصادية و السياسية و الاجتماعية، و الآمال و الأهداف و الدوافع الاجتماعية و غيرها.( **جبل، 69:2000**)

### 2–3– تعريف التكيف النفسي الاجتماعي:

محاولة الفرد التغلب على العوائق التي تقف حيال حاجاته ،أو دوافعه بغرض إشباع الحاجات الشخصية و الاجتماعية لديه.(**الحطاب ،105:2015**)

و يعرفه الجعيد (2011): هو حالة إيجابية توجد لدى الفرد تشير إلى تمتعه بعدد من المظاهر التي تتلخص بالحياة الهانئة التي من مظاهرها الرضا عن الذات، والشعور بالسعادة والتفاؤل، والميل إلى المرح والاستمتاع بالحياة.(**الجعيد ،5:2011**)

يرى خير الله بأن التوافق النفسي الاجتماعي هو قدرة الفرد في التوفيق بين رغباته وحاجاته من جهة ومتطلبات المجتمع من جهة أخرى، تبدو مظاهرها في شعور الفرد بالأمن الشخصي والاجتماعي، واحساسه بقيمته وشعوره بالانتماء والتحرر والصحة العقلية، والخلو من الميول المضادة للمجتمع. (**معاش، 2013: 70**)

## 3 – المصطلحات المتداخلة مع التكيف:

التكيف مصطلح مركب و غامض إلى حد كبير لأنه يرتبط بالتصور النظري للطبيعة الإنسانية و بتعدد النظريات و الأطر الثقافية المتباينة.

و ربما كان أحد اسباب غموض هذا المصطلح هو الخلط بين المفاهيم ففي الانجليزية نجد كلمات Adaptation –Conformity –Adjustment –Accomodation

و في العربية نجد كلمات: توافق _ تكيف _تلاؤم _مسايرة _مجاراة

ويمكن أن نفرق بين المفاهيم السابقة اعتمادا على الآتي:

1. Accomodation: و ترجمتها العربية تلاؤم، و هو مصطلح اجتماعي يستخدم باعتباره عملية اجتماعية وظيفتها تقليل أو تجنب الصراع بين الجماعات.

2. Conformity : و ترجمتها العربية مسايرة و هو أيضا مصطلح اجتماعي يعني الامتثال للمعايير و التوقعات الشائعة في الجماعة.

3. Adaptation : و ترجمتها العربية تكيف، و يفضل أن يقتصر استخدام هذا المصطلح كما قصد بذلك دارون على اعتباره مصطلحا بيولوجيا يعني قدرة الكائن الحي على أن يعدل من نفسه أو يغير من بيئته إذا كان له أن يستمر في البقاء، بحيث يؤدي الفشل في هذا التعديل إلى انقراض الكائن أو اختفائه من الحياة .

4. Adjustment : و الترجمة العربية لهذا المصطلح هي توافق و هو المفهوم النفسي أو الاجتماعي.(**شاذلي، 2001 :27** )

## 4- أنواع التكيف:

**التكيف البيولوجي:** هو ما يحدث من تغييرات في بنية الفرد الجسمية سواء في المراحل العمرية التي يمر بها أو ما يحدث من تغيير في بعض أعضائه الجسمية بفعل البيئة التي يعيش فيها، و هذه التغييرات لا دخل للفرد فيها، و هو غير قادر على إيقافها أو تغييرها. و الأمثلة على ذلك كثيرة منها التغييرات الجسمية في مراحل عمر الفرد منذ الولادة و حتى سن الكهولة. كذلك سكان المناطق الباردة، سكان المناطق الحارة، سكان الصحاري و البوادي.

**التكيف الذاتي:** هي العمليات التي تحصل داخل الفرد للتوافق بين تلبية حاجاته و البيئة التي يعيش فيها و تكون بإرادته أي مدى إبعاد الفرد عن الصراع بينه و بين الآخرين و بالنهاية يبعد الفرد عن نفسه اللوم و التأنيب و الندم مما يؤدي في النهاية إلى توافقه مع نفسه .

مع أن الصراع يكون قائما بين حاجات الفرد للإشباع و بين القيم و العادات و التقاليد التي توجد في المجتمع الذي يعيش فيه. فالشخص القادر على التكيف الناجح بوضعه أولويات إشباع الحاجات المهمة هو الشخص الأكثر تكيفا ذاتيا من الشخص العاجز عن التكيف و الذي يبقى في حالة صراع و قلق .

**التكيف البيئي:** هو قدرة الفرد على التوافق بين ذاته و بين التغيرات التي تحصل في مكونات البيئة التي يعيش فيها ، سواء أكانت مكونات هذه البيئة مادية أو طبيعية مثل: الأرض أو المياه أو الجبال ،أو كانت مكونات البيئة حيوية مثل :النباتات أو الحيوانات و العلاقات الاجتماعية مع البشر و القيم و العادات و التقاليد و الأعراف و المعتقدات الدينية و السياسية و النظم التعليمية و الإعلامية و الأهداف القريبة أو البعيدة الموجودة حوله .**(منسي،1998: 24 ـ 25)**

## 5- خصائص التكيف:

ـ الفرد هو المسؤول عن التكيف مع نفسه و مع بيئته:أي أنها تتم بإرادة و رغبة الفرد ،عدا نوع واحد من التكيف ليس للإنسان دخل فيه و هو التكيف البيولوجي الذي يتم بطريقة آلية دون إرادة الكائن الحي.

ـ يستطيع الفرد أن يغير في عملية التكيف مع نفسه، وذلك بتغيير أنماط سلوكه السيئة،أو تغيير دوافعه و أهدافه أو تعديلها و يستطيع أن يغير الفرد في البيئة الخارجية المادية و الاجتماعية.

ـ أن عملية التكيف تظهر بوضوح في سوء تكيف الإنسان إذا كانت تلك العوائق و العقبات قوية و

شديدة و مفاجأة، و لا يظهر سوء التكيف إذا كانت تلك العوائق بسيطة و مألوفة و اعتاد الإنسان عليها و على تغطيتها.

ـ العوامل الوراثية تؤثر على عملية التكيف، فالوراثة السيئة التي يرثها الإنسان كوراثة النقص العقلي أو الحساسية الانفعالية ، تجعل الفرد قاصرا على التكيف نظرا للإعاقة التي تسببها هذه العوامل الوراثية و تقاوم الإنسان في ممارسة حياته و الاختلاط بالآخرين.

ـ التكيف عملية مستمرة من المهد إلى اللحد لأن الإنسان في حركة مستمرة في إشباع دوافعه المتعددة و خاصة الحيوية التي تلازمه لحفظ حياته و نوعه.

ـ تتوقف درجة تمتع الإنسان بالصحة النفسية الجيدة على مدى قدراته على التكيف في المجالات المختلفة، و لأن التوافق و التكيف دلالة على تمتع الإنسان بالصحة النفسية الجيدة.

**(جبل، 2001: 238-239)**

## 6- عناصر التكيف:

لما كانت عملية التكيف تستهدف تحقيق التوازن بين الكائنات من جهة، و المحيط من جهة فان التكيف يشير إلى تفاعل شخصي مع الذات و مع الناس و مع العالم، يسير هذا التفاعل إلى صلات متعددة بين جوانب تتبادل التأثير.

إن الذات هي المجموع الكلي لما هو عليه الفرد، الجسد، والسلوك، و الأفكار، و المشاعر.وهي الموضوع الذي يتعامل معه الشخص في كل الأوقات.

أما فيما يتعلق بالناس الآخرين فيكون التأثير متبادل بين الفرد و الأفراد الآخرين عبر عملية التفاعل المستمرة بين الفرد، و محيطه الاجتماعي.

و نفس الشيء يقال فيما يتعلق بعالم الأشياء. فان المناظر، و الروائح، و الأصوات المحيطة بنا و غير ذلك في عالم الأشياء تؤثر فينا و تتأثر بنا.

إذا نحن أمام قطبين رئيسيين:

الأول: الفرد و ما ينطوي عليه في بنائه النفسي من حاجات، دوافع، خبرات، قيم، ميول و قدرات، عواطف، كل ذلك يسهم في توجيه السلوك الفردي، و هذا ما يطلق عليه اسم المحيط النفسي الداخلي للفرد.

ثانيا: المحيط الخارجي ويقصد به البيئة الاجتماعية، و البيئة الطبيعية تتفاعل هذه العناصر في

تكوين المحيط العام للفرد، ولكن واحد منها قد يكون هو الغالب في فترة من فترات حيات الفرد. فسلوك الطفل الساعي الى التكيف مع أبناء المدرسة الجديدة، يمر بعملية تكيف، و تكون الغلبة فيها للمحيط الاجتماعي. أما سلوك الفرد الذي يقاوم دافعا داخليا ملحا فالغلبة فيه تكون للمحيط الداخلي.( **جبريل وآخرون،14:2009)**

## 7- أبعاد التكيف:

**1. التكيف الشخصي:** و هو أن يكون الفرد راضيا عن نفسه :غير كاره لها أو نافر منها أو ساخط عليها أو غير واثق فيها ، كما تتسم حياته النفسية بالخلو من التوترات و الصراعات النفسية التي تقترن بمشاعر الذنب و القلق و الضيق و النقص و الرثاء للذات .

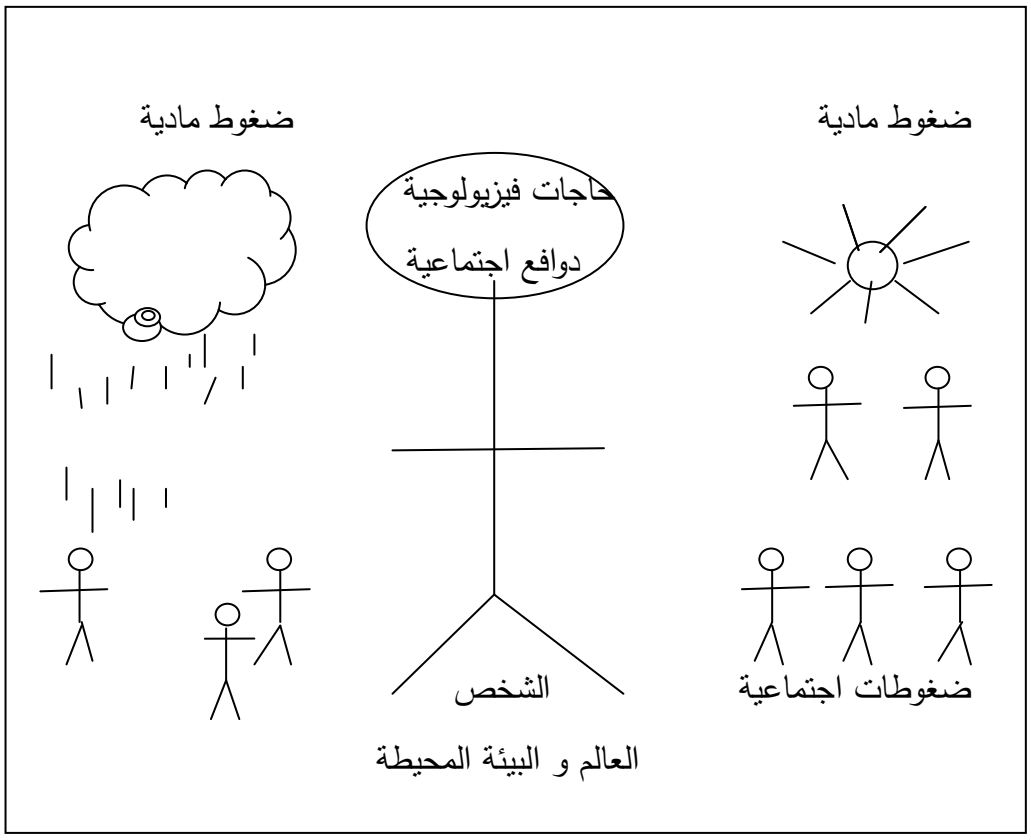
إن غير المتكيف مع نفسه شخص يعاني حربا تدور رحاها بين جوانب نفسه.و هي حرب تستنفد قدرا من طاقاته كان يجدر أن تستغل في مواجهة تكاليف الحياة و شدائدها ،لذلك نراه قليل الحيوية ،سريع التعب ،عاجز عن المثابرة و الإنتاج و بذل الجهد ،فقد استنفدت الصراعات النفسية قواه. كما تراه عاجزا عن الثبات و الصمود حيال الشدائد و الأزمات ، لا يلبث أن يختل ميزانه و يشوه إدراكه و تفكيره إن ارتطم بمشكلة . **(فهمي،34:1995)**

**2. التكيف الاجتماعي:** إن كل كائن حي إنساني يعيش في مجتمع، و تحدث داخل إطاره عمليات من التأثير و التأثر المتبادلة التي تتم بين أفراد ذلك المجتمع، و يحدث بين هؤلاء الأفراد نمط ثقافي معين، كما أنهم يتصرفون وفق مجموعة من النظم و القوانين و التقاليد و العادات و القيم التي يخضعون لها للوصول إلى حل مشاكلهم الحيوية لاستمرار بقائهم بطريقة صحيحة نفسيا و اجتماعيا .**(فهمي،23:1978)**

و المتكيف مع المجتمع أقدر على ضبط نفسه في المواقف التي تثير الانفعال ، فلا يثور و يتهور لأسباب تافهة أو صبيانية ، و لا يعبر عن انفعالاته بصورة طفلية فجة، هذا إلى جانب قدرته على معاملة الناس بصورة واقعية لا تتأثر بما تصوره له أفكاره و أوهامه عنهم ،لذلك يوصف المتكيف مع المجتمع بأنه ناضج انفعاليا.**(فهمي،35:1995)**

و يشمل السعادة مع الآخرين و الالتزام بقوانين المجتمع و قيمه و التفاعل الاجتماعي السوي، و العمل للخير و السعادة الزوجية، و الراحة المهنية، و يظهر هذا النوع من التكيف في المجالات التالية:

- في الدراسة: و يطلق عليه اسم التكيف الدراسي، أي نجاح الفرد في المؤسسات التعليمية و النمو السوي معرفيا و اجتماعيا و كذلك التحصيل المناسب و حل المشكلات الدراسية مثل: ضعف التحصيل الدراسي.
- في الأسرة: و يطلق عليه اسم التكيف الأسري، وهو أن يسود الوفاق بين الزوجين، و أن تكون العلاقات قائمة على المودة و المحبة و التعاون، و يتضمن هذا التكيف منذ البداية ما يسمى بالتوافق الزواجي المتعلقة أساسا باختيار الشريك، و تجانس مستوياتهما الفكرية و الثقافية و الاجتماعية و العمرية.
- في العمل: و يطلق عليه اسم التوافق المهني و يتضمن اختيار الشخصللمهنة أو العمل الذي يناسب قدراته و استعداداته، و تقبلها، و رضاه عنها،و محاولاته المستمرة لتطويرها و الإبداع فيها و شعوره بالسعادة و الرضا أيضا.( **بطرس،2008:103)**




**شكل رقم(01): يوضح الشخص و ما يواجهه من متطلبات داخلية و خارجية تستدعي استجابة تكيفية(جبريل و آخرون، 2009: 173)**

## 8- أشكال التكيف:

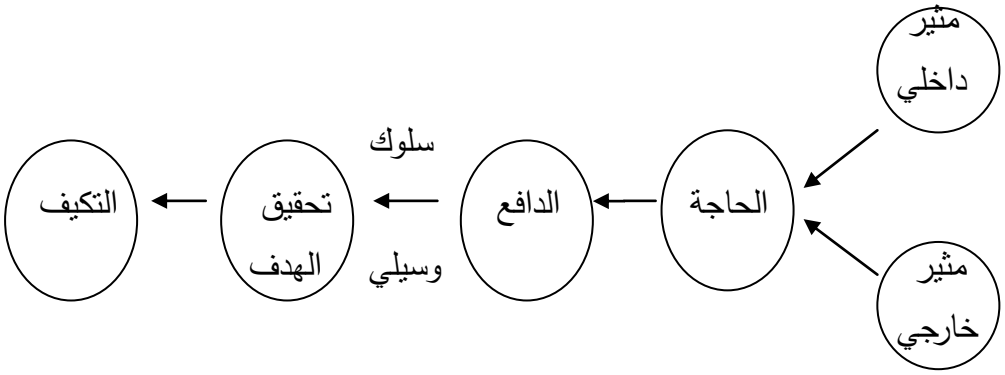
- التكيف قد يكون مناسبا و مصدر ارتياح و اطمئنان و هذا ما يسمى بالتكيف الحسن مثال عليه طفل يشبع حاجاته الى التقدير عن طريق أداء واجباته المدرسية و تفوقه الدراسي أو مساعدة الآخرين.
- التكيف قد يكون غير مناسب و منطويا على الاضطراب و يسمى بالتكيف السيئ مثال عليه طفل يقوم بإشباع حاجاته إلى التقدير عن طريق الكذب و الادعاء أو عن طريق السرقة و التباهي.( **الخالدي والعلمي،44:2009**)

### 8-1- التكيف الحسن:

ينطوي التكيف الحسن على سلوك يكون فيه التفاعل بين الفرد و محيطه، و بينه و بين نفسه مثمرا. و يشير التكيف الحسن إلى قدرة الفرد على إشباع حاجاته و دوافعه، بطريقة ترضيه و ترضي المحيط به.

و يكون التكيف الحسن على مستويين:

- الأول: شخصي و يشير إلى التوازن بين الوظائف المختلفة، مما يترتب عليه أن تقوم الأجهزة النفسية بوظائفها دون صراعات قوية.
- ثانيا: اجتماعي و يعني أن ينسأ الفرد علاقة منسجمة مع البيئة التي يعيش فيها. و يتأثر التكيف الاجتماعي بمدى الانسجام الداخلي في الشخصية.




**شكل رقم (02): يوضح التكيف الحسن.(الخفاف ،2014: 334)**

**مظاهر التكيف الحسن:** جرت محاولات عديدة لتحديد مظاهر التكيفالحسن. و نقدم فيما يلي أهم المظاهر التي أشارت إليها تلك الدراسات:

- العلاقة الصحيحة مع الذات: و تتمثل في ثلاثة أبعاد:
- فهم الذات: و يعني ذلك أن يعرف المرء نقاط القوة و نقاط الضعف لديه و أن لا يبالغ في تقدير خصائصه و لا يقلل منها من ناحية .
- تقبل الذات: أي أن يقبل الإنسان ذاته بايجابياتها و بنقاط قصورها. و أن لا يرفضها ، لأن رفض الذات يؤدي إلى رفض الآخرين و الفشل في التكيف
- أن يسعى الفرد إلى تطوير ذاته: و يكون ذلك بتأكيد جوانب القوة و محاولة التغلب على القصور و الضعف.
- المرونة:يشير التكيف الحسن إلى أن الفرد يحاول دائما أن يجد بدائل للسلوك الذي يفشل في الوصول للهدف كذلك يمكن أن ينصرف عن الموقف كلية إذا وجد أن الهدف أو المشكلة أغلى من مستوى إمكاناته، و أنها لا تستحق الجهد الذي يبذل فيه.
- الشعور بالأمن: يشعر الفرد المتكيف ايجابيا بالأمن و الطمأنينة بصفة عامة. و هذا لا يعني أن الإنسان السوي لا ينتابه القلق، و يمر بحالات صراع، بل يشعر بالقلق عندما توجد مواقف متضارعة، لكنه يواجه المواقف بفعالية، و يسعى لحل المشكلات و إزالة مصادر الصراع و التهديد، كل ذلك في حدود إمكاناته و ضمن رؤية متبصرة لواقعه.
- الإفادة من الخبرة: يتضمن التكيف المناسب تعديلا في السلوك عند الضرورة بناء على الخبرات التي يمر فيها الفرد. فكل موقف يمر به يصيف إلى خبرته ما يجعله أكثر قدرة على مواجهة المواقف الآتية.
- التناسب: و يعني عدم المبالغة و مواجهة الموقف بما يقتضيه، و خاصة في المجال الانفعالي. و المظهر السليم في الانفعال أن تكون حساسية الفرد الانفعالية متناسبة مع ما تستدعيه الظروف التي تحيط به. و أن تبقى ضمن حدود تحكمه متناسبا مع مستوى نموه العام. و يشعر الفرد السوي بالسرور و الحزن و الدهشة، لكن يعبر بقدر متناسب مع المثيرات التي أثارتها.

- الواقعية: و هذا الأمر يشير إلىإدراك مناسب للحقيقة، فالتكيف الحسن يتطلب الواقعية في تقدير الأمور، لأن البعد عن الواقعية يؤدي بالفرد إلى تقدير خاطئ للأمور مما قد يسبب له المشاكل الشخصية و الاجتماعية. كما و يتطلب فهم الواقع الاتزان في ردود الأفعال، و في تفسير ما يجري في العالم المحيط.

و تتطلب هذه الأمور فهم ما يقوله الآخرون، و ما يفعلونه كما تتطلب معرفة ما يستطيع ضمن رؤية موضوعية لقدراته و إمكاناته، ولا تعني الواقعية الانصياع و الخضوع.

- ضبط الذات: من عناصر التكيف السوي ممارسة ضبط السلوك إراديا فالأشخاص المتكيفون ايجابيا يثقون بقدرتهم على التحكم بسلوكهم، و كبح اندفاعهم.

- الإنتاجية و كفاية العمل: يتضمن التكيف السوي نجاح الفرد في استغلال قدراته في نشاط منتج، مع وجود عنصر التفاؤل، و محاولة تحسين الذات و التقدم بها نحو مزيد من الإتقان.

- القدرة على مواجهة الإحباط: يتصف الإنسان ذو التكيف الحسن بقدرة على مواجهة الإحباط، و صلابة عقلانية لمواقف الإحباط لا يطغى عليها الانفعال أو التخطيط. و من أبرز مؤشرات التكيف الحسن قدرة الفرد على الصبر و الصمود أمام الشدائد، و الأزمات، و الصعوبات و المعوقات على الطريق.

- القدرة على إنشاء علاقات اجتماعية ناجحة: حاجة الفرد للانتماء حاجة أساسية، يضل الإنسان مرتبطا بالجماعة منذ الولادة حتى الموت. و الفرد ذو التكيف الحسن قادر على تكوين علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين في مختلف الجماعات التي ينتمي إليها، أي أن يكون مقبولامن الجماعة و ينعم باحترامها و تقديرها.

- القدرة على العطاء الاجتماعي: فالسعي لخدمة الجماعة و الاهتمام بشؤونها دلالة على التكيف الحسن.

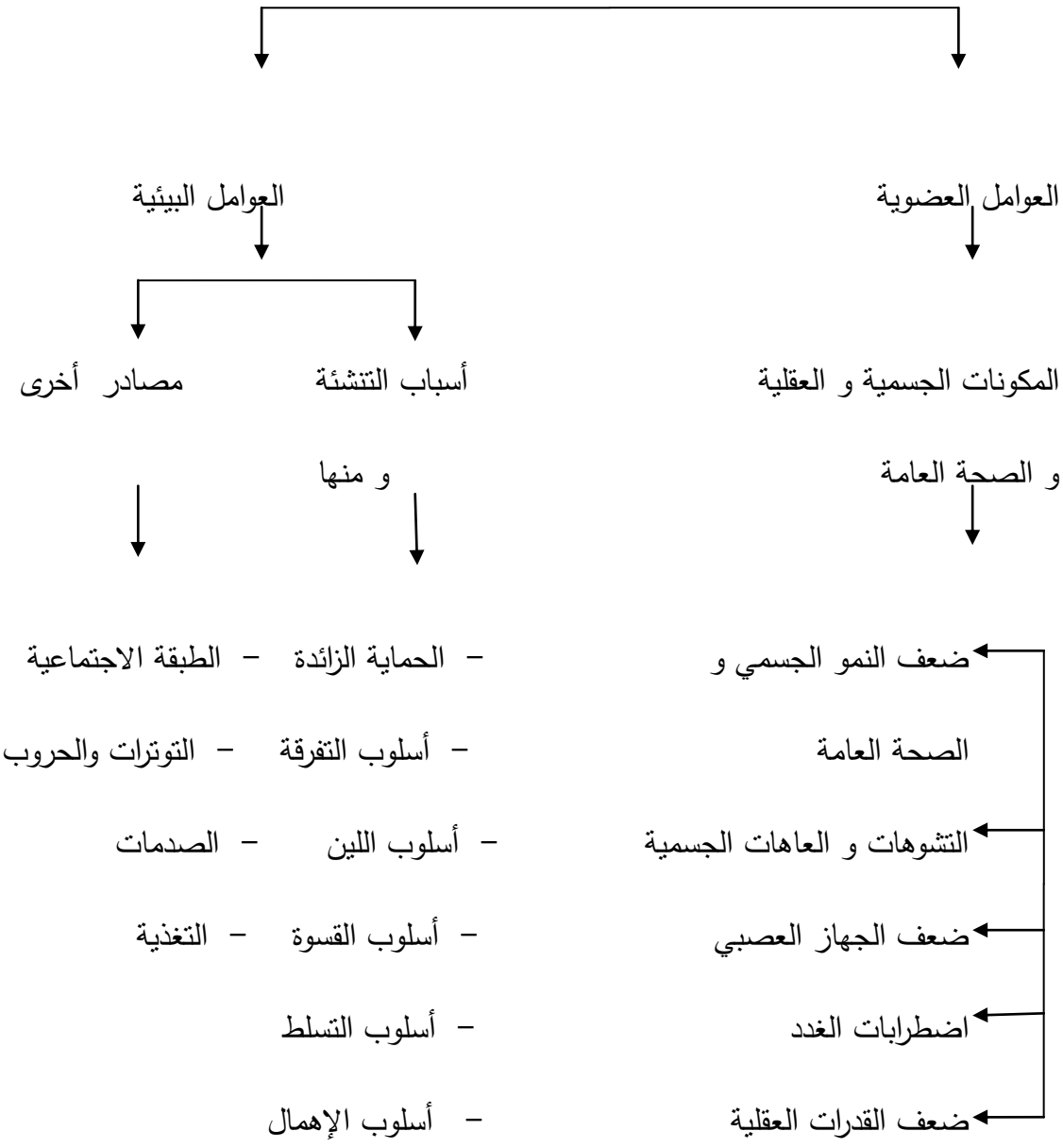
- القدرة على اتخاذ القرار و تحمل المسؤولية: تجعلنا مواقف الحيات دوما بحاجة إلى اتخاذ قرارات. و تتصل القرارات بتحقيق أهدافنا و مطامحنا، و إشباع حاجاتنا في إطار اجتماعي تحكمه قواعد و نظم و قوانين و أعراف و معايير سلوكية. و من علامات التكيف الحسن قدرة الفرد على تحمل مسؤولية أفعاله و على اتخاذ قرارات مناسبة.

- النجاح الدراسي: يتفاوت الأفراد في مستوي قدراتهم العقلية، لكن يميل الأفراد نحو المتوسط، و يستطيعون القيام بالأنشطة العقلية بمستوى يمكنهم من تحقيق التكيف الايجابي، وتعلمها يلزم من أجل نموهم العقلي، و زيادة ذخيرتهم المعرفية. و في هذا السياق يبدو أن النجاح الدراسي مؤشر على التكيف الحسن.

- الاتزان الانفعالي: و يشير إلى الحالة التي يستطيع فيها الشخص إدراك الجوانب المختلفة للمواقف التي تواجهه، ثم الربط بين هذه الجوانب و ما لديه من دوافع، و خبرات و تجاربسابقة من النجاح و الفشل، بحيث ينجح في تحديد الاستجابات بحيث ينجح في تحديد الاستجابات التي تتفق و مقتضيات الموقف.( **جبريل وآخرون، 2009: 60)**

**8-2- التكيف السيئ:**

هو عجز الفرد عن إشباع حاجاته و دوافعه بطريقة يرضى عنها المجتمع، و يرجع العجز إلى أسباب وراثية و بيئية و انفعالية.




**شكل رقم (03): يوضح مصادر سوء التكيف (الخالدي والعلمي، 46:2009)**

**المظاهر التي تدل على التكيف السيئ:** و هنا نشير الى المظاهر التي ينطوي عليها التكيف السيئ، بما يأتي:

1- التعاسة الشخصية: الشعور بالتعاسة مظهر أساسي لسوء التكيف، و يعد معيار مهم لكشف الاضطراب النفسي، و تتمثل التعاسة الشخصية بالانزعاج و الضيق و الخوف.

2- عدم فهم المرء لذاته: ان فهم الذات عامل أساسي في التكيف، و يكون التكيف سلبا عندما يبالغ الفرد في قدراته ، أو يضع أهدافا أقل من قدراته.

3- الجمود أو نقص المرونة الفكرية: السلوك الجامد هو عدم قدرة الفرد على ايجاد أساليب سلوكية بديلة لأنماط السلوك التي اعتاد عليها حتى عند فشله في تحقيق أهدافه، اذ يرفض تغيير أفكاره أو سلوكه وفقا للمتغيرات الجديدة في البيئة.

4- رفض الذات: ان رفض الذات يعد مظهرا من مظاهر سوء التكيف، و قد يؤدي الى الصراع و القلق و الضعف في ثبات الشخصية.

5- العزلة: ان فشل الفرد في تحقيق تكيف مثمر يؤدي إلىإحساس الفرد بالعزلة و الكآبة و فقدان السعادة.

**6-** عدم تحمل المسؤولية يؤدي الى عدم قدرة المرء على الإقرار بنتائج سلوكه، و إظهار مشاعر الالتزام نحو الجماعة و الاستقامة و إبداء التحسس نحو حاجات الآخرين.

**(الخفاف، 2014: 336)**

**9_ مراحل التكيف:**

في تحليل التكيف نجد أنه مسألة شخصية تعمل فيه خبرة الشخص و الموقف الذي يحيط به، كما تعمل معها مجموعة أخرى من العوامل، و لكن مقارنة حالات التكيف المختلفة عند العديد من الأشخاص تكشف عن وجود سلسلة من الخطوات أو المراحل التي تمر بها عملية التكيف و يشترك فيها الأشخاص.

تبدأ عملية التكيف حين يشعر الشخص بضغط أو توتر ينجم عن حدث. تذكر ما تناولنا عن الإجابة من سؤال متى نحتاج للتكيف؟ و تنتهي حين ينجز الشخص السلوك الذي يستطيع من خلاله خفض التوتر و مواجهة الضغط. و قد يستجيب الفرد للتوتر النفسي إما بواسطة سلوك تعلمه من قبل أو قد يلجأ إلى تطوير أسلوب جديد من خبراته المتعددة ليستجيب للظرف الجديد و الطارئ

ذلك أن السلوك المتعلم سابقا غير كاف لمواجهة الضغط النفسي، و يبدو هذا عند المراهقين الذين ينقلون من الطفولة و يدخلون المراهقة بتغييراتها الفسيولوجية المتسارعة.**(غيث، 2006: 59)**

و يمكن القول أن الأفراد المختلفين يمرون بخطوات محددة خلال عملية تكيفهم و التي تتم وفق المراحل التالية:

أولا: تبدأ عملية التكيف بوجود استثارة للسلوك بتأثير دافع داخلي مثل الجوع، أو بتأثير باعث خارجي مثل رغبات الأمن.

ثانيا: وجود عائق يمنع الاستجابة أو الوصول الى تحقيق الهدف، أو حدوث ظرف لا يوجد في خبرة الفرد السابقة للاستجابة و التعامل معه، مثل الطعام بارد و الفرد في حالة جوع.

ثالثا: يقوم الفرد بعدد من المحاولات بهدف الوصول الى الاستجابة الصحيحة، و قد ينجح في الوصول إلى الهدف و يستعيد اتزانه النفسي الذي اختل بسبب العائق، أو قد يفشل الفرد في تحقيق هدفه، فيلجأ إلى أساليب غير مباشرة مثل استخدام آليات الدفاع، إذ قد يلجأ إلى أساليب مباشرة غير تكيفية كالهرب أو أحلام اليقظة، أو الاستسلام، أو العدوان، أو الانسحاب من الموقف.

إن الحالات التي تنشأ بسبب عدم الوصول للاستجابة المثمرةمتنوعة، و تمثل أحيانا تربة صالحة للضغط النفسي و للاضطراب النفسي.**(عبيد،2008: 58)**

في حين ترى ماجدة موسى(2010)أن عملية التكيف النفسي تتم وفق الخطوات الآتية :

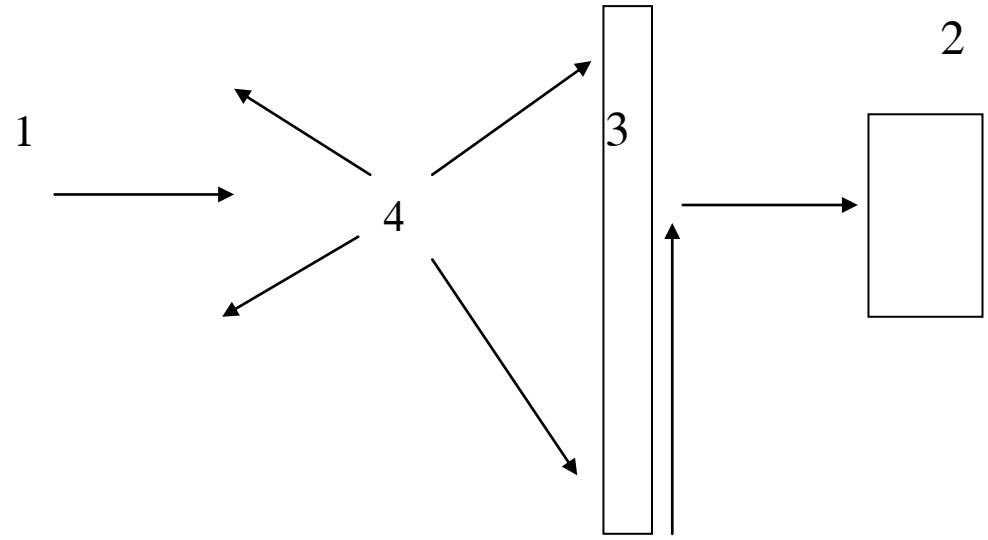
. وجود دافع أو حاجة تدفع الإنسان إلى هدف خاص.

. وجود عائق أو محيط يمنع الوصول إلى تحقيق الهدف.

. القيام بمحاولات للتغلب على هذا العائق .

. الوصول إلى الهدف ،و هنا يكون قد حقق هدفه فيسترد توازنه النفسي الذي اختل بسبب العائق.

. و لكن قد يحدث أن يفشل الفرد في تحقيق هدفه، و هنا قد يحدث هروبا من الموقف المعوق، و يستمر اختلال توازنه النفسي و توتره و يكتفي بإشباع بديل هذا الهدف عن طريق الخيال و أحلام اليقظة أو اللجوء إلى تعاطي الخمر و المخدرات.**(موسى،2010:423)**




**شكل رقم (04): يوضح مراحل عملية التكيف**

و يعني هذا أن الشخص يسلك سلوكا معينا (1) مدفوع بدافع أو حاجة نحو الهدف (2) الذي يشبع الدافع، و عندما تعترضه عقبة أو عائق ما(3) فانه يقوم باستجابات سلوكية متنوعة(4) حتى يجد الاستجابة المناسبة(5) التي توصله إلى الهدف.(**عبد الله، 39:2004**)

## 10- العوامل المؤثرة على التكيف النفسي الاجتماعي:

- **اثر الحاجات الأولية و الحاجات الشخصية:** و يقصد بالحاجات الأولية العضوية أو الفيزيولوجية كالحاجة إلى الطعام و الشراب و الجنس...و هي حاجات إشباعها ضروري للحياة و بدونها يتعرض الإنسان للهلاك و الموت، لذا هي حاجات يولد الفرد مزودا بها. و تأتي الحاجات الشخصية مثل الانتماء و الحب و التقدير و الحاجة إلى الأمن و الاستقرارضمن هذه الحاجات التي لابد من إشباعها، فعدم الإشباع لمثل هذه الحاجات يعمل على إيجاد حالة من التوتر لدى هذا الشخص.
- **اثر العوامل الفيزيولوجية:** تضم هذه العوامل فئة من العناصر التي تعود الى بنية الجسم و ما يحمله الفرد معه منذ تكوينه و ما يناله من تأثره بحالات عارضة أو طارئة و يمكن أن تعود بعض هذه العوامل إلى الوراثة أو كدمات أو إصابات تصيب الرأس أو أي من أجهزة الجسم أو الأمراض

التي تصيب الفرد قبل أو بعد ولادته مباشرة. حيث يمكن النظر إلى هذه المرحلة على صورة بالغة الأهمية باعتبارها تشكل الأساس الذي تبنى عليه عملية التكيف فلا بد من أن تكون هذه العوامل الفيزيولوجية عادية و سرية لا يشعر بها، حتى ينعم الفرد بالصحة النفسية. إن أي خلل يصيب أيا من هذه العوامل سوف ينعكس أثره الضار على صحة الفرد النفسية مما يعيق عملية التكيف.

**(الداهري،2010: 56-57)**

- **أثر التعلم و الطفولة و خبراتها على التكيف:**إن مرحلة الطفولة هي مرحلة تكوين اللغة، و العادات الأولى و أنماط السلوك المتعلم التي ينتظر أن تبقى مستقرة على حالها إلى حد بعيد.
- **أثر القدرات العقلية على التكيف:** إن التفاوت بين المنهاج و موضوعاته في المدارس و وسائله من جهة، و قدرات التلميذ من جهة أخرى ميدان واسع لعدد من حالات سوء التكيف. فالإحباط الذي يحدث لدى التلميذ بعد مجابهته بمهمات تعليمية تفوق في صعوبتها مستوى قدراته أمر مؤلم. و من المحتمل فيه أن يكون مصدرا لأشكال أخرى من سوء التكيف يكون من بينها العدوان، و الانعزال، و العادات الاجتماعية غير المناسبة.
- **أثر المستوى الاجتماعي و الثقافي على التكيف:** يغلب في المجتمعات الديموقراطية وجود فئات اجتماعية و ثقافية و ذلك بتأثير من شروط الماضي، و ثقافة الحاضر، و الدخل اليومي، و نوع المهنة، و الهجرات بين البلدان المختلفة...الخ.فإذا أخذنا الفئات أو الطبقات الاجتماعية كما هي موجودة في واقع بعض المجتمعات فإننا نجد أن انتماء الفرد الى فئة أو طبقة يجر الأخذ بعدد من المظاهر السلوكية الغالبة فيها، و التقيد بمجموعة من القيم و أنماط السلوك التي تسودها. و قد يكون هذا الوضع نفسه عاملا في سوء التكيف لدى الفرد حين يجتمع مع أفراد فئة أخرى أو حين يسعى الى الخروج من طبقة الى أخرى دون أن تكون لديه الشروط الكافية و اللازمة لذلك.
- **أثر الشخصية على التكيف:** لقد جعل مفهوم الذات أساسا في أكثر من اتجاه في فهم طبيعة الشخصية و معالجة الاضطراب الذي يمكن أن تنطوي عليه. و كان في جملة ما وضع أساسا في فهم جوانب الذات ما يلي: ادراك الذات، تقدير الذات، الموقف من الذات، النقد الذاتي، و تتداخل هذه الجوانب الأربعة و تتفاعل في تكوين ما يسمى (الذات) وتحتل كلها مكانة مهمة في تكييف الانسان مع شروط حياته.

- **أثر الاعلام المشاهد و المسموع و المقروء على التكيف:** يزداد أثر الاعلام سلبا أو ايجابيا على الفرد إما بالاستنكار أو القبول متشربا أفكارا و ثقافة غير متناسبة مع ثقافته.
- **أثر الصدمات و العوامل المباشرة على التكيف:** تأثر الصدمات التي يتعرض لها الفرد تأثيرا مباشرا اذ يفوق الحدث أحيانا خبراته و قدراته في تحمله مما ينتج عنه اضطراب نفسي مع أنه يبدوا لنا الحدث هو السبب الأول لهذا الاضطراب، و لكن العامل المشترك معه عنصر المفاجأة و قلة الخبرة الحياتية و كذلك ضعف في البنية الجسمية في شكل أمراض مزمنة كالسكري و ارتفاع في ضغط الدم و حالات الصرع.(**الخالدي و العلمي، 2009: 22-24**)

## 11- محددات التكيف:

**1. المحددات البيولوجية (الطبيعية):**و هي ما يرثه الفرد من البنية الوراثية المنفردة من الناحية البيولوجية التي تحدد إمكانات الفرد و قدراته .

و تتصل بهذا المحدد الحاجات البيولوجية التي تتمثل في :

. الحاجة إلى الطعام و الماء و الأكسجين و النوم و الإخراج.

. الحاجة لبقاء النوع .

. الإحساس و الحركة.

. تحقيق السلامة.

ذلك أن الحاجات هي التي تولد الدافعية للسلوك الإنساني .

**2. المحددات الثقافية:** و هي تلك التي تسمح للفرد بأن يحقق التكيف. و تتمثل في:

. بناء الأسرة.

. التربية المدرسية.

. النظام الاجتماعي.

. الولاء الاجتماعي و الشعور بالانتماء .

. الظروف الاقتصادية و الاجتماعية.

. الدين و العقيدة.

و ترتبط هذه المكونات بعملية التنشئة الاجتماعية التي يخضع لها الفرد.(**المطيري،2005: 12**)

## 12- مطالب التكيف:

التكيف عملية مستمرة عبر مراحل نمو الفرد منذ الولادة، و لتحقيق التكيف النفسي السوي يجب تحقيق مطالب النمو النفسي السوي في جميع مراحل النمو و مظاهره كافة (الجسمية، العقلية و الانفعالية،و الاجتماعية). و ننظر إلى مطالب النمو بأنها مطالب التكيف نفسها، لأنها إن تحققت فان التكيف ايجابي، و ان أعيقت فالتكيف سلبي.

و فيما يلي أهم هذه المطالب:

- نمو واستغلال الإمكانات الجسمية إلى أقصى حد ممكن، وتحقيق الصحة الجسمية، لأنها ذات صلة وثيقة بالصحة النفسية.
- النمو العقلي المعرفي، و يتم ذلك بشكل مثالي عند تحقيق أقصى الحدود الممكنة للنمو العقلي، و تحصيل أكبر قدر ممكن من المعرفة، و اكتساب أسلوب التفكير العلمي.
- تكوين مفهوم ايجابي عن الذات، لأن تقدير الذات يسهم في الصحة النفسية للفرد، وفي تكيفه الاجتماعي المناسب.
- النمو الاجتماعي، و يقتضي ذلك المشاركة الفعالة في حياة الجماعة، و الاتصال السليم المستمر مع أفرادها، و تنمية المهارات الاجتماعية التي تحقق التكيف الاجتماعي السوي، كما يقتضي ذلك تقبل الواقع و وجود منظومة من القيم التي توجه الفرد في تكيفه مع بيئته.
- تحقيق الذات، و تحقيق الدوافع للنجاح و التحصيل، و لتحقيق الذات من المهم إشباع الحاجات مثل الحاجة إلى الأمن، و الانتماء، و المكانة، و الحب، و الحرية.
- النمو الانفعالي إلى أقصى درجة ممكنة، و هذا عنصر مهم لتحقيق الصحة النفسية.
- و يتطلب القدرة على ضبط الذات و النجاح في التعبير عنها، و الاتزان الانفعالي.
- قبول التغيرات في الذات و البيئة، و التكيف معها، و مثال ذلك ما يواجهه الفرد في شيخوخته من متغيرات مثل التقاعد، أو وفاة الزوج أو الزوجة، أو الضعف الجسدي.

**(جبريل وآخرون، 2009: 12)**

**13- عوائق التكيف:** و من بين عوائق التكيف:

**الإحباط:** هو التدخل غير المتوقع الذي من شأنه عرقلة السلوك الموجه نحو الهدف ،و على هذا فعندما تعاق محاولات الشخص للحصول على الطعام أو المأوى ...الخ يصبح عدوانيا .و يتجه العدوان إما إلى مصدر الإحباط ،أو إلى مصدر بديل ،أو إلى الذات.**(غانم،2009: 139)**

**الصراع:** الصراع هو تعارض بين دافعين أو نزعتين أو رغبتين أو أكثر، بحيث يحبذ كل جزء من الشخص واحدا منها. و هنا يقع صراع بين أجزاء الشخصية أو مكوناتها أو أجهزتها ،مما يسبب للشخصية الحيرة و الإرباك و التردد في انحيازها إلى أي منها لترضيه و تتجاهل الآخر .و يمكن أن يقع الصراع على المستوى الشعوري عندما يكون الدافعان أو النزعتان شعوريين .كما يمكن أن يقع هذا الصراع على المستوى اللاشعوري في الشخصية.**(فايد،2005: 240)**

و للصراع مصادر خارجية و داخلية مختلفة هي بمثابة عقبات أو حواجز تعترض ارضاء دوافع الفرد و تحقيق أهدافه.**(راجح،467:1968)**

## 14- النظريات المفسرة للتكيف النفسي الاجتماعي:

### 14-1- النظرية البيولوجية :

و يقولون أن جميع أشكال الفشل في التكيف تنتج عن أمراض تصيب أنسجة السم خاصة المخ و مثل هذه الأمراض يمكن توارثها أم اكتسابها خلال الحياة عن طريق الإصابات و الجروح و العدوى أو الخلل الهرموني الناتج عن الضغط الواقع على الفرد ،و ترجع اللبنات الأولى لهذه النظرية لجهود كل من داروين و مندل و جالتون و كالمان.

و يعرف التكيف من هذا المنظور بأنه :المحافظة على مستوى الاتزان الداخلي للجسم لدى الفرد عن طريق تعلم مجموعة من الطرق و الأساليب التي تعمل على خفض حدة القلق و اضطراب الجسم كلما زاد ذلك عن الحد المعلوم و تعزو السبب في سوء التكيف إلى عدم المحافظة على مستوى الاتزان الداخلي للجسم بسبب عدم تعلم الطرق التي تعمل على تخفيف اضطراب الجسم .**(بن سعيد،2012 :30)**

### 14-2-نظرية التحليل النفسي :

يرى فرويد freud أن عملية التوافق لدى الفرد غلبا ما تكون لا شعورية بحكم أن الأفراد لا تدرك الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياتهم، فالشخص المتوافق هو الشخص الذي يستطيع إشباع المتطلبات الضرورية بوسائل مقبولة اجتماعيا. و يرى فرويد: أن السمات الأساسية للشخصية المتوافقة و المتمتعة بالصحة النفسية تتمثل في ثلاث سمات هي: قوة الأنا، القدرة على العمل، القدرة على الحب. و يعتمد التوافق لدى فرويد على " الأنا " ، فالأنا تجعل الفرد متوافقا أو غير متوافق، حيث أن الأنا القوية تسيطر على الهو و الأنا الأعلى و تحدث توازنا بينهما لمصلحة الواقع، أما الأنا الضعيفة فتضعف أمام الهو فتسيطر على الشخصية، و تكون هذه الشخصية شهوانية تحاول إشباع غرائزها دون مراعاة الواقع أو العادات، مما تؤدي بصاحبها الى الانحراف و عدم مراعاة الواقع الذي ينعكس عليها سلبا، و من ثم إلى الاضطراب. و إما أن تسيطر الأنا الأعلى فتجعل الشخصية متشددة بالمثل العليا إلى درجة الجمود، فتقوم بكبت الدوافع أو تشعر بالذنب المبالغ فيه و يؤدي كذلك إلى الاضطراب النفسي و سوء التوافق.**(بلان،2015:196)**

### 14-3-النظرية السلوكية:

فالسلوكيون يرون بأن التوافق هو بمثابة كفاية و سيطرة على الذات( قمع تصرفات التي لم تعد تقود إلى المعززات الايجابية) و تعلم التصرفات الفاعلة في بلوغ الأهداف و يتحقق هذا المستوى من التوافق من خلال اكتشاف الفرد للشروط و القوانين الكامنة في الطبيعة و في المجتمع الذي يستطيع بموجبها سد احتياجاته ، و تجنب المخاطر.

تلخص وجهة نظر السلوكية على النحو التالي:

- يتم التوافق حينما يستطيع الفرد تعلم مجموعة من العادات السوية من البيئة، والتي يمكن بواسطتها إتباع حاجاته المختلفة.
- التوافق يتم بصورة شعورية، حيث يتم تعلم هذه العادات عن طريق البيئة في السنوات الأولى باستخدام التعزيز.
- السلوك اللاتوافقي يرجع إلى تعلم سلوك خاطئ( التدخين، السرقة، التبول اللاإرادي ،التهتهة...إلخ) و تثبيته عن طريق التعزيز، و ليس الكبت أو التثبيت.

- التوافق يتم عن طريق تحديد السلوك اللاتوافقي أولا، ثم إطفاؤه، و إحلال سلوك توافقي محله عن طريق التدعيم.
- لا تهتم هذه المدرسة بمعرفة الأسباب، المهم إزالة الأعراض المرضية فقط.

**(حسيب ،2006: 24)**

**14- 4-النظرية الإنسانية:**

ينظر أصحاب المذهب الإنساني إلى عملية التوافق في ضوء خصائصه التي تنطوي على المحاور التالية :

- يعد التوافق حالة وعي، و تجارب حياتية، و تعبيرات واقعية .
- أنه يبدأ من الكل و يعطي الأولوية للكلية على الأجزاء، فالكل لا يمثل مجموعة العناصر المكونة له، بل يختلف عنه في اكتسابه معنى اشمل مستمد من فكرة الكلية.
- لأن القوانين التي تحكم عملية التوافق تأخذ الوجهة الكيفية و الفنية و ليست الإحصائية البحتة.
- يؤكد هذا الاتجاه في تفسير عملية التوافق على أهمية دراسة الذات و يشدد على أهمية القيم التي تعتبر المحددات الضابطة لسلوك الفرد ،أي السلوك الناتج .

**(الخالدي، 2009: 108)**

يرى روجرز أن الشخص المنتج الفعال المتوافق هو الفرد الذي يعمل إلى أقصى مستوى و أنه يتصف بما يلي:

- الانفتاح على الخبرات: حيث يكون هذا الشخص مدركا و واعيا لكل خبراته فهو ليس دفاعيا و لا يحتاج إلى تنكر أو تشبيه لخبراته.
- الانسانية: هؤلاء الأشخاص لديهم قدرة على العيش و السعادة و الاستمتاع بكل لحظة من لحظات و جودهم، فكل خبرة بالنسبة لهم تعتبر جديدة و حديثة. فهم لا يحتاجون إلى تصورات مسبقة لكل فكرة أو موقف لتفسير ما يحدث، فهم يكتشفون خبراتهم خلال عملية التجربة أو المعايشة التي يمرون بها.

- الثقة: و هؤلاء الأشخاص قد يأخذون آراء الناس الآخرين و موافقة مجتمعهم في الحسبان، لكنهم لا يتقيدون بها، كما أن نواة عملية اتخاذ القرار موجودة في داخل ذواتهم لتوفر الثقة في أنفسهم.

- الحرية: فهؤلاء الأشخاص يتصرفون بشكل سوي، خيارات حرة، يوظفون طاقاتهم إلى أقصى حد و يشعرون ذاتيا بالحرية في أن يكونوا واعين لحاجاتهم و يستجيبون للمثيرات على ضوء ذلك.

- الإبداع: و هؤلاء الأشخاص يعيشون بطريقة فاعلة في بيئاتهم و يتسمون بالمرونة و العفوية بدرجة تتيح لهم التكيف بصورة صحيحة مع المتغيرات في محيطهم و تجعلهم يسعون إلى اكتساب خبرات و تحديات جديدة، و هؤلاء الأشخاص يتحركون بثقة إلى الأمام في عملية التحقيق الذاتي.

و يشير روجرز إلى أن الأشخاص الذين يعانون من سوء التوافق يعبرون عن بعض الجوانب التي تقلقهم فيما يتعلق بسلوكياتهم غير المتسقة مع مفهومهم عن ذواتهم، و أن سوء التوافق النفسي يمكن أن يستمر إذا ما حاول الأفراد الاحتفاظ ببعض الخبرات الانفعالية بعيدا عن مجال الإدراك أو الوعي، و ينتج عن ذلك استحالة تنظيم مثل هذه الخبرات، أو توحيدها كجزء من الذات التي تتفكك و تتبعثر نظرا لافتقاد الفرد قبوله لذاته، و هذا من شأنه أن يولد مزيدا من التوتر و الأسى و سوء التوافق.

و أكد ماسلو من خلال نظريته في تحقيق الذات و هرمه الشهير المعروف بهرم الحاجات إلى استمرارية كفاح الإنسان و فعاليته المستمرة لإشباع حاجاته. هذه الحاجات تتدرج في أهميتها من الحاجات البيولوجية المرتبطة بوجود الإنسان المادي، إلى حاجات الإنسان النفسية المرتبطة بوجوده النفسي. كما يؤكد على أن أهمية تحقيق الذات في تحقيق التوافق السوي الجيد.

**(بلان، 2015: 198-199)**

## 15- الحيل الدفاعية و التكيف:

يمكن تصنيف حيل الدفاع النفسي إلى ثلاثة أنماط هي:

أ- الحيل الدفاعية الانسحابية و( الهروبية ) مثل: الكبت، النكوص، و التفكك، و التبرير، و الانكار، و الانسحاب, الاحلام.

ب- الحيل الدفاعية العدوانية ( الهجومية ) مثل: العدوان، و الإسقاط.

ت- الحيل الدفاعية الإبدالية مثل: الإبدال و الإزاحة، التحويل، الإعلام ( التسامي)، التعويض.

**التبرير:** و هو حيلة دفاعية يلجأ إليها الفرد لتفسير سلوكه الفاشل أو الخاطئ و ذلك بإعطاء أسباب غير منطقية و ذلك لحماية نفسه من الآثار المترتبة على اعترافه بالفشل أو الخطأ.

و التبرير يختلف عن الكذب في أنه عملية لاشعورية يخدع بها الفرد نفسه و يخدع الآخرين، و في هذه العملية لا يكون الفرد مدركا لدوافعه الحقيقية أما الكذب فهو عملية شعورية يخدع بها الفرد الآخرين و لا يخدع نفسه و الفرد في الكذب يكون مدركا لدوافعه.

**الانسحاب:** و هو حيلة دفاعية هروبية يلجأ إليها الفرد بهدف إزالة التوتر و القلق الناتج عن وجود عقبة أو مشكلة تحول دون إشباع الفرد لحاجاته و ذلك بالابتعاد عن المواقف التي تتضمن هذه العقبات أو المشكلات أو تجنبها.

و يعتبر الانسحاب أخطر أنواع الحيل الدفاعية لأنه منالصعب الكشف عنه فهو لا يثير الانتباه نظرا لهدوء الفرد في سلوكه أثناء حدوثه، و في بعض الحالات المتطرفة من الانسحاب يبدو الفرد كما لو كان أبله أو ضعيف العقل يبدو عليه الشرود و عدم المبالاة و من أمثلته: الشخص الذي يفشل في محاولة تحقيق التوافق الاجتماعي فينصرف عن ذلك و يتجنب مصادقة الناس و إقامة علاقات اجتماعية معهم و يفضل وسائل التسلية و الأعمال الانفرادية.

**العزل:** و هو حيلة دفاعية لا شعورية يلجأ إليها الفرد لعزل بعض دوافعه و رغباته المتضاربة بعضها عن بعض حتى لا تصطدم ببعضها فتسبب له توتر و قلق نفسي.(**الأنصاري، 2007: 132-140**)

**الكبت :** هو النسيان الانتقائي لمادة مرتبطة بصراع و ضغط .و يصلح الكبت كدفاع لأنه إذا لم يكن الفرد على وعي بالمادة المتصارعة و الضاغطة،فان الصراع و الضغط لن يوجدا بالنسبة للفرد.

**التعويض:** حينما يعتقد الشخص بالدونية و النقص في ناحية ما، فإنه قد يحاول أن يتغلب على مشاعر الدونية و القلق المتعلق بها بتكريس مجهود إضافي للمجال الذي يشعر فيها بالنقص أو الدونية. و يشار إلى مثل هذا السلوك كتعويض، و تأكد استخدامه الدفاعي في كتابات أدلر عام 1917، والذي اعتقد أن كثيرا من أسلوب حياة الشخص يحدد بمحاولاته للتغلب على ضعف حقيقي أو متخيل. و في حالة أدلر، أوصى بأنه أصبح طبيبا في محاولة منه للتغلب على اهتماماته الخاصة بدونية البدنية /الطبية .

و بشكل واضح يمكن أن يكون التعويض فعالا و ملائما. و رغم أن البحث التجريبي عن التعويض محدود، إلا انه يدعم وجود الظاهرة. **( فايد، 2005: 244- 255)**

**الإسقاط:** هو ميل نفسي لإلقاء اللوم على الآخرين أو الظروف، و تبرئة النفس من الخطأ في الدوافع أو الفشل في الأهداف بنسبة ذلك إلى الغير لا للنفس. فلكي تظل صورة المرء الذاتية في نفسه و كما يعكسها أمام الآخرين سليمة غير منتقدة، ينبغي ستر خطئها و إخفاء فشلها عن طريق الإسقاط .أما إذا تطور الإسقاط من مجرد حماية صورة الذات إلى توهمات الاضطهاد أو الأفكار الإيمائية للنفس بأن الآخرين يتحدثون عنها و يكرهونها و يتحاملون عليها... فهذا هو مرض البارانويا الذي نعرفه في أمراض النفس.

**النكوص:** طبيعة إنسانية،فالناس حين تثقل كاهلهم أعباء التوافق،أو يضيقون بمسؤوليات الكبار،يلوذون بحرية للطفولة و عدم مسؤوليتها ،يتهربون من المواقف الحاضرة غير المشبعة للدوافع أو المخيبة للآمال عائدين إلى البدء في الصغر حيث الحياة أسهل و أرحب...

**(دسوقي ،1974: 394-396)**

**التكوين العكسي:** هو محاولة لاشعورية أي غير مقصودة للتمويه على دافع دفين بغيض بأن يظهر في سلوكه عكس ما يضمر في أعماق نفسه ، و مثال ذلك حال الطفل الذي يرفض تقبل العطف من أحد بينما هو يكون في أعماق نفسه حنينا شديدا إلى العطف به. **( أبو حويج،2006: 235)**

**خلاصة الفصل:**

و في نهاية هذا الفصل يمكن القول أن التكيف عملية أساسية لبقاء الإنسان بتحقيق ذاته و تطويرها، حيث تتمثل عملية التكيف في سلوك الإنسان الذي يحاول من خلاله الاستجابة لمطالب البيئة و تغيراتها من جهة، و تلبية مطالبه و حاجاته الشخصية من جهة ثانية، مع إقامة نوع من التوازن بين الأمرين.

# الفصل الثالث

# الفصل الثالث: الاجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد

1- منهج الدراسة

2- حدود الدراسة

3- الدراسة الاستطلاعية

4- أدوات جمع البيانات

5- الخصائص السيكو مترية للمقياس

6- مجتمع و عينة الدراسة

7- إجراءات التطبيق

8- الأساليب الإحصائية

خلاصة الفصل

**تمهيد :**

إن الوقوف على النتائج النهائية للدراسة يتطلب معرفة الإجراءات المنهجية المستخدمة للوصول إليها ، فصحة نتائج أي دراسة أو أي خطأ فيها يرجع في الأساس إلى الخطوات المنهجية المتبعة في ذلك، فوضوح المنهج، و تجانس العينة، و سلامة طرق تحديدها و حصرها، واختيار أدوات القياس المناسبة و ما لها من صدق و ثبات، استخدام الأساليب الإحصائية المناسبة لذلك، كلها إجراءات تساعد على الوصول إلى نتائج ذات قيمة علمية، و هذا ما حاولت الطالبتان الباحثتان مراعاته و إتباعه في هذه الدراسة و التي سوف نعرضها في هذا الفصل.

## 1 ـ منهج الدراسة :

إن طبيعة دراستنا فرضت علينا الاعتماد على المنهج الوصفي، كونه المنهج الذي يركز على وصف ظاهرة معينة موجودة في الموقف الراهن، ثم القيام بتحليل تلك الظاهرة و العوامل المؤثرة فيها.

**(البوهي ، 2005 :107)**

و هو إجراء من أجل الحصول على حقائق و بيانات مع تفسير لكيفية ارتباط هذه البيانات بمشكلة الدراسة، فهو يسعى إلى صياغة مبادئ هامة والتوصل إلى حل المشاكل. **(إبراهيم ، 2000: 126)**

## 2 ـ حدود الدراسة:

**2-1 -الحدود المكانية :** أجريت هذه الدراسة في ولاية الأغواط ببلدية الأغواط على عينة من طلبة السنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي المقيمين بالإقامات الجامعية ، و كانت تضم أربعة إقامات جامعية منها إقامتين للإناث وهما إقامة الأخوين لمنور و إقامة الأخوات بج و إقامتين للذكور و هما إقامة المجاهد أحمد قميم و إقامة برطال بوزيد.

**2-2-الحدود الزمنية:** أجريت الدراسة في بداية السداسي الثاني من العام الدراسي 2017 / 2018 و ذلك من تاريخ 26 فيفري إلى15مارس 2018 .

**2-2-الحدود البشرية:** وتتمثل في أفراد عينة الدراسة و الذين هم من الطلبة الجامعيين المقيمين بالإقامات الجامعية والذي بلغ عددهم( 100 فرد).

## 3- الدراسة الاستطلاعية:

هي مرحلة هامة في البحث العلمي وهذا لارتباطها المباشر بالميدان بهدف التأكد من وجود مجموعة البحث، إضافة إلى معرفة ما إذا كانت وسائل البحث قابلة للتطبيق ميدانيا ومحاولة رصد أكبر عدد من المعلومات، كما تساعدنا في ضبط متغيرات البحث, إضافة إلى أنها تسمح بالتعرف على المشكلات التي يمكن أن تظهر عند القيام بالدراسة الأصلية.(**أبو علام، 2006 :92**)

و تفيد في التعرف على الظروف التي سيتم فيها إجراء الدراسة، و محاولة تذليل الصعوبات التي تواجه الباحث في تطبيق بحثه، أو إجراء مقابلة شخصية للتعرف على ظروف الأفراد الذين ستطبق عليهم هذه الأدوات، أو يتم جمع البيانات عنهم، و مدى استعدادهم و رضاهم عن الاجراءات الخاصة التب ستتبع معهم، و غير ذلك من الظروف التي تمهد لنجاح إجراء البحث .(**زوالية و غويني،2016: 67**)

وقد اشتملت عينة الدراسة الاستطلاعية في الدراسة الحالية على (48) طالبا وطالبة من جامعة عمار ثليجي بالأغواط المقيمين ببعض الإقامات الجامعية.

## 4- أدوات جمع البيانات:

و هي الوسيلة التي تجمع بها المعلومات اللازمة للإجابة على أسئلة البحث أو اختبار فروضه.

**( العمار،2015: 93)**

و قد تم استخدام الاستبيان كأداة لجمع المعلومات المراد الحصول عليها لهذه الدراسة.

والاستبانة هي أداة تتضمن مجموعة من الأسئلة ، التي يتطلب من المبحوثين الإجابة عنها بطريقة يحددها الباحث، حسب أغراض البحث.( **عليان وغنيم،2004: 76**)

وصف الاستبيان: قامت الباحثتان ببناء مقياس التكيف النفسي الاجتماعي ليتلاءم مع خصائص العينة قيد الدراسة و قد كان المقياس يتكون من 34 بندا في صورته الأولية ، تم استخلاص عباراته من خلال الاطلاع على الأدبيات النظرية في مجال علم النفس و علوم التربية، و الدراسات السابقة حول موضوع التكيف النفسي و الاجتماعي. و بعد التحكيم و دراسة الخصائص السيكومترية و عليه أصبح المقياس في الصورة النهائية يتكون المقياس من 33 عبارة تمثل البعدين النفسي و الاجتماعي للتكيف ، و ثلاث بدائل هي: (نعم ـ أحيانا ـ لا).طريقة التصحيح: بعد اجابة المفحوص بوضع إشارة (×) في احدى الاختيارات ( البدائل) الثلاث (نعم ـ أحيانا ـ لا)، و تكون طريقة التصحيح بمنح كل اختيار العلامات (2 ـ 1 ـ 0) على الترتيب.

**معيار تقدير الفقرات الأداء الوظيفي:** اعتمدت الباحثتين على المعيار التالي في الحكم على تقدير فقرات الاستبانة كالتالي: المعادلة =2+0=3/2=0.66

المستوى الأول =0+0.66= 0.66 أقل من أو يساوي0.66 ( ضعيف).

المستوى الثاني =1+0.66=1.66 أكبر من 0.66 وأقل من 1.66(متوسط).

المستوى الثالث =1.66+0.66=2.33 أكبر من 1.66أو يساوي 2.33( مرتفع).

## 5- الخصائص السيكو مترية للمقياس :

**5-1- ثبات مقياس التكيف النفسي و الإجتماعي** : للتحقق من ثبات الاستبيان استخدمت الباحثتين طريقتين لحساب معامل الثبات هما: معامل ألفا كرونباخ، والتجزئة النصفية عن طريق معامل سبيرمان – براون ومعامل جيتمان، والجدول(01) يوضح ذلك.

**الجدول(01): يوضح معاملات ألفا كرونباخ وسبيرمان- براون وجيتمان لحساب ثبات استبيان التكيف النفسي الإجتماعي**

| ألفا كرونباخ | سبيرمان- براون | جيتمان |
|---|---|---|
| 0.831 | 0.752 | 0.745 |

يتبين من الجدول (01) أن معامل الثبات عن طريق معامل ألفا كرونباخ بلغ (0.831) وبطريقة التجزئة النصفية عن طريق معامل سبيرمان براون بلغ(0.752)، وعن طريق معامل جيتمان بلغ (0.745)، أي أن الاستبيان يتمتع بدرجة مرتفعة من الثبات، مما يسمح باستخدام الاستبيان في الدراسة الحالية باطمئنان.

**5-2- صدق المقياس :** تم الاعتماد على عدة طرق في حساب صدق المقياس و هي: صدق المحكمين، الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية)، صدق الاتساق الداخلي .

**5-2-1- صدق المحكمين:** وذلك من خلال توزيع مقياس التكيف النفسي الاجتماعي الذي تم بناؤه على عدد من أساتذة الجامعة قصد تحكيمه، حيث كان يتكون المقياس في صورته الأولية من 34 بندا ، و قد تم الاعتماد في حساب صدق المحكمين على معادلة لاوشي .

**معادلة لاوشي:**

$$CVR = \frac{n - \frac{N}{2}}{\frac{N}{2}}$$

حيث: n : عدد المحكمين الذين أجابوا بأن البند يقيس

N : العدد الاجمالي للمحكمين

$$\frac{29.2}{34} = 0.86$$

من خلال الجدول في الملحق رقم( 04) يتبين لنا أن صدق المقياس المعتمد في الدراسة الحالية هو:(0.86) أي أنه يتمتع بصدق عالي و يمكن الاعتماد عليه في دراستنا، و قد تم من خلاله أيضا حذف البند رقم 27 من الصورة الأولية للمقياس نظرا لضعفه.

### 5-2-3- الصدق التميزي (صدق المقارنة الطرفية):

تم الاعتماد في تقدير معامل صدق المقياس على طريقة المقارنة الطرفية أو ما يعرف بالصدق التمييزي، حيث تم ترتيب درجات أفراد العينة الاستطلاعية (48) فردًا ترتيبا تنازليا من أعلى درجة إلى أدنى درجة حيث تم أخذ (27%) من درجات أعلى التوزيع و(27%) من درجات أدنى التوزيع، فكان عدد الأفراد 13 فرداً، وبعد ذلك تم حساب قيمة **T. test**"ت" لمعرفة الفروق بين المجموعتين والجدول الآتي يبين ذلك.

**جدول رقم(02): يوضح اختبارات المقارنة الطرفية بين المجموعة العليا و المجموعة الدنيا لمقياس التكيف النفسي الاجتماعي.**

| المقياس | مجموعة المقارنة | عدد الافراد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | ت المحسوبة | درجة الحرية | الدلالة الاحصائية |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| التكيف النفسي الاجتماعي | المجموعة العليا | **13** | **33.00** | **7.13** | **-2.15** | **24** | **دال عند 0,05** |
| | المجموعة الدنيا | **13** | **40.62** | **10.57** | | | |

يتضح من خلال الجدول (02) أن قيمة "ت" المحسوبة (-2.15) عند درجة الحرية (24) وبمستوى الدلالة الإحصائية (0.05) فهي دالة احصائيا مما يدل على قدرة المقياس على التمييز.

### 5-2-4-صدق الاتساق الداخلي:

تم تطبيق استبيان التكيف النفسي الاجتماعي على عينة استطلاعية حجمها (48) من طلبة السنة أولى جامعي المقيمين بالإقامات الجامعية بجامعة عمار ثليجي، ثم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من الفقرات مع بقية البنود، ومعاملات الارتباط لكل فقرة بالدرجة الكلية للاستبيان، وذلك كما في الجدول(03).

**جدول رقم(03):يوضح معامل الارتباط بين كل بند من بنود الاستبيان والمجموع الكلي ل**

| البند | الدرجةالكلية للاستبيان | البند | الدرجة الكلية للاستبيان | البند | الدرجة الكلية للاستبيان |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | ,404** | 12 | ,342** | 23 | ,204* |
| 2 | ,501** | 13 | ,348 | 24 | ,250* |
| 3 | ,385** | 14 | ,267** | 25 | ,564** |
| 4 | ,647 | 15 | ,408* | 26 | ,419** |
| 5 | ,274* | 16 | ,441* | 27 | ,340** |
| 6 | ,410** | 17 | ,363* | 28 | ,457** |
| 7 | ,625** | 18 | ,592** | 29 | ,528** |
| 8 | ,662** | 19 | ,078* | 30 | ,346* |
| 9 | ,458* | 20 | ,561** | 31 | ,468** |
| 10 | ,315 | 21 | ,023* | 32 | ,322** |
| 11 | ,433** | 22 | ,441* | 33 | ,488* |

**مستوى الدلالة: ** 0.01 /*0.05 للبعد مع الدرجة الكلية للاستبيان**

يتبين من الجدول(03) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة0.01 و0.05، وهذا يدل على أن الأبعاد ترتبط فيما بينها ،كما ترتبط بالدرجة الكلية ارتباطا قويا، وبذلك يمكن القول بأن الاستبيان يتوفر على درجة موثوقة من الصدق.

## 6- مجتمع و عينة الدراسة:

تمثل مجتمع الدراسة في جميع طلبة السنة أولى جامعي المقيمين بمختلف الإقامات الجامعية بجامعة عمار ثليجي بالأغواط، حيث تم أخذ عينة ممثلة لخصائص المجتمع الأصلي و المقدرة بـ (100) طالبا و طالبة من بعض الاقامات، وقد تم اختيارها بالطريقة القصدية.

و تكمن الفكرة الجوهرية في العينات العمدية (القصدية) في الحاجة إلى انتقاء عينات ذات مواصفات محددة لتمثل مجتمعا ذا مواصفات محددة ومعلومة .و يختار الباحث أفراد عينته في هذا النوع دون الاعتماد على الطريقة العشوائية البسيطة بل يضع الباحث مواصفات محددة لأفراد العينة، مبنية على المعلومات المعروفة مسبقا عن مجتمع الدراسة. ثم يحاول تخير الأفراد الذين تنطبق عليهم هذه الشروط إلى درجة كبيرة.(**صيني ، 2010 :312 ـ 313** )

و الجدول التالي يوضح توزيع أفراد العينة حسب الإقامة الجامعية.

**جدول رقم(04): توزيع أفراد العينة على حسب الاقامة الجامعية**

| الإقامة الجامعية | الأخوات بج | الأخوين لمنور | المجاهد أحمد قميم | برطال بوزيد | المجموع |
|---|---|---|---|---|---|
| العدد | 25 | 25 | 25 | 25 | 100 |
| النسبة المئوية | %25 | %25 | %25 | %25 | %100 |

**جدول رقم (05): توزيع أفراد العينة و النسبة المئوية حسب الجنس**

| الجنس | إناث | ذكور | المجموع |
|---|---|---|---|
| العدد | 50 | 50 | 100 |
| النسبة المئوية | %50 | %50 | %100 |

## 7- إجراءات التطبيق :

بعد بناء مقياس التكيف النفسي و الاجتماعي تم التوجه إلى بعض الإقامات الجامعية بمدينة الأغواط من أجل القيام بالدراسة الاستطلاعية للتأكد من صلاحية المقياس المستخدم و مدى تجاوب أفراد العينة الاستطلاعية معه، ثم تم حساب صدق و ثبات المقياس حيث وجد أنه يتمتع بصدق و ثبات مقبولين، و بعد ذلك تم توزيع 110 استبانة على الطلبة و الطالبات من بعض الإقامات الجامعية بطريقة قصدية و تم استرجاع 100 منها، و بعد جمع البيانات و تفريغها و معالجتها باستخدام نظام SPSS من أجل التأكد من صحة الفرضيات أو عدم صحتها .

## 8-الأساليب الإحصائية الموظفة:

في تحليل نتائج الدراسة تم الاستعانة بالنظام الإحصائي المعروف برزمة الإحصاء للعلوم الاجتماعية SPSS النسخة 21 وهو من أكثر الأساليب الإحصائية استخداما لإجراء التحليل و المعالجة في شتى أنواع البحوث.

أما الأساليب الموظفة في هذا البرنامج فقد تمثلت فيما يلي: معاملات ألفا كرونباخ، و سبيرمان براون وجيتمان لحساب ثبات المقياس، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط بيرسون، T. test "ت" ، التباين أحادي الاتجاه Anova .

**خلاصة الفصل:**

لقد تم في هذا الفصل عرض نتائج الدراسة و المنهج المستخدم في الجانب الميداني وحدود الدراسة ، وعينة الدراسة ، و أدواتها، و الأساليب الإحصائية المستخدمة ، و التي سنحاول تحليلها و مناقشتها و تفسيرها في الفصل الموالي من خلال ما اطلعنا عليه في الجانب النظري .

# الفصل الرابع

# الفصل الرابع: عرض و مناقشة و تحليل و تفسير الفرضيات

1 – عرض و مناقشة و تحليل و تفسير نتائج الفرضية العامة

2 – عرض و مناقشة و تحليل و تفسير نتائج الفرضية الفرعية الأولى

3 – عرض و مناقشة و تحليل و تفسير نتائج الفرضية الفرعية الثانية

**1 – عرض ومناقشة وتحليل و تفسير نتائج الفرضية العامة:**

**نص الفرضية العامة : مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي ببعض الإقامات الجامعية بالأغواط منخفضا**.و للتأكد من صحة الفرضية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد عينة الدراسة على كل فقرة والجدول الآتي يبين نتائج ذلك :

**الجدول رقم (06): يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي ببعض الإقامات الجامعية بالأغواط**

| الرقم | البند | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | التقدير |
|---|---|---|---|---|
| 1 | أشعر بالرضا عن نفسي داخل إقامتي الجامعية | 1.32 | 0.78 | متوسط |
| 2 | أغضب بسرعة في المواقف التي تثير غضبي في الإقامة الجامعية | 0.86 | 0.56 | متوسط |
| 3 | لدي ثقة كبيرة في نفسي | 1.43 | 0.88 | متوسط |
| 4 | أشعر كثيرا بالقلق و الضيق بالإقامة الجامعية | 0.92 | 0.78 | متوسط |
| 5 | لدي شعور بالنقص | 1.38 | 0.55 | متوسط |
| 6 | أشعر أنني قليل الحيوية و سريع التعب | 0.76 | 0.35 | متوسط |
| 7 | يتغير مزاجي بسرعة بين الفرح و الحزن | 0.53 | 0.26 | ضعيف |
| 8 | أود التخلي عن الدراسة في الجامعة بسبب إقامتي الجامعية | 1.23 | 0.22 | متوسط |
| 9 | أشعر بالضغط و التوتر من بعض المواقف بإقامتي الجامعية | 0.71 | .0.48 | متوسط |
| 10 | أشعر أن هناك عوائق تمنعني من تحقيق أهدافي | 0.96 | 0.10 | متوسط |
| 11 | أشعر بالأمن و الطمأنينة داخل الإقامة الجامعية | 1.08 | 0.75 | متوسط |
| 12 | أحاول أن أجد بدائل للسلوك الذي أفشل فيه | 1.64 | 0.78 | متوسط |
| 13 | أشعر بالسعادة | 1.21 | 0.56 | متوسط |
| 14 | أشعر بالراحة أثناء وجودي مع الآخرين | 1.55 | 0.88 | متوسط |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **15** | أشعر أن قوانين الإقامة الجامعية تقيدني | 1.49 | 0.78 | متوسط |
| **16** | أستطيع تقبل النقد من الآخرين | 1.47 | 0.55 | متوسط |
| **17** | أشعر بالاغتراب في الإقامة الجامعية | 0.86 | 0.35 | متوسط |
| **18** | أستطيع بسهولة أن أكوّن علاقات مع الآخرين | 1.47 | 0.26 | متوسط |
| **19** | أتعامل مع الآخرين حسب تصوراتي و توقعاتي عنهم | 0.89 | 086 | متوسط |
| **20** | أشعر أنني أحظى بحب و تقدير زملائي في الإقامة الجامعية | 1.6 | 0.85 | متوسط |
| **21** | عادة أكون حذرا في تعاملاتي مع الآخرين | 0.52 | 0.75 | ضعيف |
| **22** | أجد صعوبة في الاختلاط بأناس لا أعرفهم | 0.98 | 086 | متوسط |
| **23** | أشارك أصدقائي في الإقامة الجامعية أفراحهم و أحزانهم | 1.57 | 0.85 | متوسط |
| **24** | كثيرا ما أساعد الآخرين | 1.54 | 0.78 | متوسط |
| **25** | أفخر بانتمائي إلى إقامتي الجامعية | 0.92 | 0.56 | متوسط |
| **26** | أشارك زملائي في النشاطات المنظمة بالإقامة الجامعية | 0.58 | 0.88 | ضعيف |
| **27** | أفضل أن أكون في غرفة على إنفراد | 0.98 | 0.78 | متوسط |
| **28** | أشعر بالارتياح مع زميلي في الغرفة | 1.58 | 0.55 | متوسط |
| **29** | أستمتع بوقتي مع زملائي داخل الإقامة الجامعية | 1.6 | 0.35 | متوسط |
| **30** | تفتقر الإقامة الجامعية إلى عدة مرافق أساسية.. | 1.4 | 0.26 | متوسط |
| **31** | أقيم في حي جامعي نظيف | 0.24 | 0.22 | ضعيف |
| **32** | علاقتي مع الطاقم الإداري في الإقامة الجامعية جيدة | 1 | .0.48 | متوسط |
| **33** | أستطيع التأقلم مع المناخ الطبيعي هنا(مدينة الأغواط) | 1.44 | 0.10 | متوسط |
| **الفقرات مجتمعة** | | 1.13 | 0.75 | متوسط |

يتبين من الجدول (06) أن معظم الفقرات كان مدى توفرها متوسط الا البنود (7-21-26-31) فكان مدى توفرها ضعيفا، ولم يوجد أي فقرة كان مدى توفرها مرتفعاً و بلغ أداء أفراد عينة الدراسة على الفقرات مجتمعة (1.13) على وهو تقدير متوسط ، و عليه تبين هذه النتائج أن مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة السنة أولى جامعي بالإقامات الجامعية كان متوسطا، و هنا لم تتحقق الفرضية العامة.

و هذه النتائج قد اتفقت مع عدة دراسات من بينها: دراسة بوشاشي(2013) و التي خلصت إلى أن مستوى التكيف النفسي و الاجتماعي لدى الطلبة و الطالبات الجامعيين كان متوسطا، بالإضافة إلى دراسة الشكعة(2012) حيث أظهرت نتائج هذه الدراسة أن مستوى التوافق لدى الطلبة الجامعيين كان متوسطا.

بينما اختلفت نتائج دراستنا الحالية مع دراسات أخرى من بينها :دراسة غريس و جرادي (2015) حيث توصلتا إلى وجود مستوى توافق نفسي و اجتماعي مرتفع لدى طلبة سنة أولى جامعي ،كما اختلفت أيضا مع دراسة القدومي و سلامة (2011)التي توصلت دراستهما إلى أن مستوى التوافق الجامعي بأبعاده (الانفعالي، الاجتماعي، الدراسي، الانضباطي) كان عاليا.

و يمكن تفسير هذه النتائج أن طلبة سنة أولى جامعي المقيمين في الأحياء الجامعية لديهم تقبل للبيئة الجديدة (الاقامة الجامعية)، و قد يعود ذلك إلى النصائح و التوجيهات الارشادية التي يكونون قد تلقونها في المرحلة الثانوية، إضافة إلى استعداداتهم و رغباتهم في تحقيق أهدافهم و طموحاتهم في الدراسة. كما قد يعود هذا المستوى الى الأحكام المسبقة عن الإقامات الجامعية.

**2 – عرض ومناقشة وتحليل و تفسير نتائج الفرضية الفرعية الأولى:**

**نص الفرضية: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بالإقامات الجامعية تعزى لمتغير الجنس.**

وللتأكد من ذلك نجري اختبار "ت" T.test والجدول التالي يوضح نتائج الاختبار:

**الجدول رقم (07): يبين الفروق في مقياس التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي بالإقامات الجامعية تعزى لمتغير الجنس.**

| المقياس | الجنس | عدد الافراد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | ت المحسوبة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | الدلالة الاحصائية |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| التكيف النفسي الاجتماعي | ذكور | **50** | **35.80** | **8.00** | **1.91-** | **98** | **0.05** | **غير دال** |
| | اناث | **50** | **39.33** | **9.73** | | | | |

من الجدول أعلاه يتبن ان المتوسط الحسابي للذكور و المقدر ب (35.80) تقريبا يساوي المتوسط الحسابي لدى الاناث والمقدر ب (39.33) وهما متقاربان كما أفصحت نتائج الاختبار "ت" والمقدر ب (-1.91) وبمستوى دلالة (0.05) وهي غير دالة احصائيا، و عليه تبين هذه

النتائج انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى الى متغير الجنس في مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة السنة أولى جامعي بالإقامات الجامعية، و هنا لم تتحقق الفرضية الفرعية الأولى.

وهذه النتائج تتوافق مع دراسة عبد الرحمن (2011) التي توصلت إلى عدم وجود فروق في مستوى التكيف النفسي و الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس لدى طلاب و طالبات جامعة المدينة العالمية بماليزيا، كما اتفقت مع دراسة القضاة (2015 ) و التي أسفرت عن عدم وجود فروق دالة احصائيا تعزى لمتغير الجنس في درجة تكيف الطلبة العمانيين في الجامعات الأردنية .

و اختلفت دراستنا الحالية مع دراسة الليل( 2003 ) و التي خلصت إلى وجود فروق تعزى لمتغير الجنس في تكيف طلبة جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية مع المجتمع الجامعي و ذلك لصالح الإناث، كما اختلفت مع دراسة بوشاشي(2013) و التي توصلت إلى وجود فروق بين الجنسين في مستوى التوافق النفسي و الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين بتيزي وزو، و اختلفت أيضا مع دراسة غريس و جرادي (2015) حيث توصلت إلى وجود فروق دالة احصائيا في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي بين الجنسين لصالح الإناث ،إضافة إلى اختلافها مع دراسة الشكعة(2012) و دراسة حجو (2015) و دراسة القدومي و سلامة (2011).

و يمكن تفسير هذه النتائج أن الظروف التي يمر بها الطالب المقيم في الأحياء الجامعية سواء كانت نفسية كالشعور بالاغتراب أو ظروف اجتماعية كالاختلاط بزملاء الإقامة و تكوين علاقات اجتماعية معهم لها نفس التأثير على الإناث و الذكور على حد سواء، اضافة إلى أن دافعهم نحو تحقيق أهدافهم جعل المقيمين ذكور و إناث على حد سواء يتخطون و يجابهون العقبات و الصعوبات التي تواجههم لتحقيق مستوى مقبول في التكيف النفسي الاجتماعي، لذا لم يكن هناك فروق بين الجنسين في مستوى التكيف النفسي و الاجتماعي.

**3 – عرض و مناقشة و تحليل و تفسير نتائج الفرضية الفرعية الثانية :**

**نص الفرضية:" توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي بالإقامات الجامعية تعزى لمتغير نوع الإقامة الجامعية** .وللتأكد من ذلك نجري اختبار التباين احادي الاتجاه Anova والجدول التالي يوضح نتائج الاختبار:

**الجدول رقم(08): يبين الفروق في مقياس التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي بالإقامات الجامعية تعزى لمتغير الاقامة الجامعية.**

| المتغير | | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة ف | الدلالة | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| التكيف النفسي الاجتماعي | بين المجموعات | 426,350 | 3 | 142,117 | 1,784 | 0,05 | غير دالة |
| | داخل المجموعات | 7648,640 | 96 | 79,673 | | | |
| | المجموع | 8074,990 | 99 | | | | |

نلاحظ من خلال جدول رقم(08) أن قيمة اختبار التباين أحادي الاتجاه Anova "ف" تقدر ب (1.784) بمستوى دلالة إحصائية تقدر ب (0.05) وهي غير دالة احصائيا بمعنى أنه لا توجد فروق في مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة السنة أولى جامعي بالإقامات الجامعية تختلف تبعا لاختلاف الإقامة الجامعية، و هنا لم تتحقق الفرضية الفرعية الثانية .

وهذه النتائج تتوافق مع دراسة القدومي و سلامة (2011) حيث بينت نتائج هذه الدراسة أنه لا توجد فروق دالة احصائيا تبعا لمتغير السكن الدائم في مستوى التوافق الجامعي لدى طلبة البكالوريوس في الأكاديمية الفلسطينية للعلوم الأمنية في أريحا.

و يمكن تفسير هذه النتائج أن الإقامات الجامعية تتشابه إلى حد كبير من حيث الخدمات المقدمة للطلبة المقيمين (إطعام ،إيواء...) و المرافق المتوفرة بها كالمطعم و المكتبة والملعب كما تتشابه من حيث القوانين الداخلية التي تفرضها على الطلبة المقيمين.

# الاستنتاج العام

الاستنتاج العام:

تعتبر هذه الدراسة الموسومة ب " مستوى التكيف النفسي و الاجتماعي لدى عينة من طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي" محاولة للكشف عن مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة سنة أولى جامعي بالإقامات الجامعية و الكشف عن الفروق بين الجنسين من جهة و بين الاقامات الجامعية من جهة ثانية في مستوى التكيف النفسي و الاجتماعي. و من خلال تحليل و تفسير نتائج الدراسة نستنتج ما يلي:

ـ أن مستوى التكيف النفسي و الاجتماعي لدى عينة من طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي متوسط.

ـ لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى عينة من طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي تعزى لمتغير الجنس.

ـ لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التكيف النفسي الاجتماعي لدى عينة من طلبة سنة أولى جامعي بجامعة عمار ثليجي تعزى لمتغير الإقامة الجامعية .

# خـــاتمـــة

## الخاتمـــــــــــة:

يسعى الفرد إلى تحقيق أهدافه و الوصول لغاياته و اشباع دوافعه و حاجاته و ذلك بالقيام ببعض الأنماط السلوكية محاولا بذلك ارضاء نفسه من جهة و ارضاء المحيطين به من جهة أخرى. إلا أنه أثناء ذلك قد تواجهه عوائق و عقبات نفسية كالإحباط و الصراع، و أخرى اجتماعية كالعادات و التقاليد تحول بينه و بين و صوله الى أهدافه التي يطمح اليها و هذا ما يتطلب منه القيام بعدة محاولات للتغلب على هذه العوائق و العقبات و صولا إلى الاستجابة التكيفية الصحيحة و المناسبة مع المواقف التي يواجهها و هذا ما يطلق عليه تسمية التكيف بنوعيه النفسي و الاجتماعي.

و عليه يمكن القول أن التكيف النفسي و الاجتماعي هو تلك المحاولات التي يقوم بها الفرد ردا على التغيرات التي تطرأ عليه و على البيئة المحيطة به، و مواجهة المواقف الضاغطة، راجيا بذلك تحقيق النجاح في مختلف مجالات الحياة.

# الاقتراحـــــات

**الاقتراحات:**

1. تفعيل دور مراكز الارشاد النفسي في الثانويات لتهيئة المترشحين لشهادة الباكالوريا للمرحلة الجامعية و احتمالية الاقامة بالأحياء الجامعية.
2. توفير مراكز الارشاد النفسي بالإقامات الجامعية للاهتمام بالمقيمين و استيعاب مشكلاتهم النفسية.
3. اقامة نشاطات بالإقامات الجامعية و مشاركة المقيمين فيها للترويح عنهم، و اقامة الرحلات.
4. توفير وسائل النقل المجاني لإيصال الطلبة المقيمين الى أهلهم و ذويهم من فترة لأخرى.

# قائمـــة المراجـــع

**قائمة المراجع:**


1. ابراهيم، مروان عبد المجيد(2000). أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، ط1، الأردن: مؤسسة الوراق.
2. أبو حويج، مروان(2006). المدخل إلى علم النفس العام، ب ط، الأردن: دار اليازوري العلمية للنشر و التوزيع.
3. أبو دلو، جمال (2009).الصحة النفسية، ط 1، عمان: دار أسامة للنشر و التوزيع.
4. أبو علام، رجاء محمود (2006).مناهج البحث في العلوم النفسية و التربوية، ط1، مصر: دار النشر للجامعات.
5. الأنصاري، سامية لطفي(2007). الصحة النفسية و المدرسية للطفل، ب ط، مصر: مركز الإسكندرية للكتاب.
6. البدري، سميرة(2005). مصطلحات تربوية و نفسية، ط1، عمان: دار الثقافة للنشر و التوزيع.
7. بطرس، حافظ بطرس(2008).التكيف و الصحة النفسية للطفل، ب ط، عمان: دار المسيرة للنشر و التوزيع.
8. بلان، كمال يوسف(2015). الصحة النفسية للشخصية، ط 1، عمان: دار الإعصار العلمي للنشر و التوزيع.
9. بن سعيد، عفاف(2012). التكيف الاجتماعي لدى التلاميذ البدناء في حصة التربية البدنية و الرياضية و تأثيره على التحصيل الدراسي، رسالة ماستر غير منشورة، تخصص تربية بدنية و رياضية، جامعة محمد خيضر، بسكرة.
10. البوهي، فاروق شوقي (2005). أساليب ومناهج البحث في التربية و علم النفس، ب ط، مصر: شركة الجمهورية الحديثة لتحويل و طباعة الورق.
11. جبريل، موسى وآخرون(2009). التكيف و رعاية الصحة النفسية، ط1،القاهرة: الشركة العربية المتحدة للتسويق و التوريدات للكتاب بالتعاون مع جامعة القدس المفتوحة.
12. جبل، فوزي محمد(2000).الصحة النفسية و سيكولوجية الشخصية، ب ط، الإسكندرية: المكتبة الجامعية.

13. جبل، فوزي محمد(2001). علم النفس العام، الأزاريطة: المكتب الجامعي الحديث.

14. الجبوري، علي محمود و الجبوري كريم فخري(2014)،الصحة النفسية، ط1، عمان: دار الرضوان للنشر و التوزيع.

15. الجعيد، محمد ساعد(2011).الذكاء الانفعالي و علاقته بالتكيف النفسي و الاجتماعي لدى طلبة جامعة تبوك في المملكة العربية السعودية، رسالة ماجستير غير منشورة، تخصص علم النفس التربوي ،جامعة مؤتة، المملكة العربية السعودية.

16. حجو، مسعود عبد الحميد(2015).التوافق مع الحياة الجامعية و علاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة بغزة، مجلة جامعة فلسطين للأبحاث و الدراسات، المجلد الخامس، العدد1، فلسطين.

17. حسيب، عبد المنعم عبد الله (2006). مقدمة في الصحة النفسية، ط 1، الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر.

18. الحطاب، لين حكم(2015). التكيف النفسي الاجتماعي لدى عينة من الطلبة ذوي الإعاقة البصرية المدمجين في الأردن، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، المجلد11، العدد 3،الأردن.

19. الخالدي، أديب محمد(2009).المرجع في الصحة النفسية، ط3، عمان: دار وائل للنشر.

20. الخالدي، عطاء الله فؤاد والعلمي دلال سعد الدين(2009).الصحة النفسية و علاقتها بالتكيف و التوافق، ط 1، عمان: دار صفاء للنشر و التوزيع.

21. الخفاف، إيمان عباس(2014). الذكاء الانفعالي، ط 1، عمان: دار المناهج للنشر و التوزيع.

22. الداهري، أحمد (2010).مبادئ الصحة النفسية، ط 2، عمان: دار وائل للنشر.

23. دسوقي، كمال(1974).علم النفس و دراسة التوافق، ب ط، دار النهضة العربية للطباعة و النشر.

24. راجح، أحمد عزت(1968). أصول علم النفس، ط7، مصر: دار الكاتب العربي للطباعة و النشر.

25. رضوان، سامر جميل(2002). الصحة النفسية، ط 1، عمان: دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة.

26. الرفوع ، محمد أحمد و القرارعة أحمد عودة.( 2004):التكيف و علاقته بالتحصيل الدراسي، مجلة جامعة دمشق، المجلد20، العدد2، دمشق.

27. الرواضية، صالح محمد(2018). أنماط التنشئة الأسرية لدى الطلبة العمانيين في جامعة مؤتة بالأردن و علاقتها بمستوى التكيف الاجتماعي مع البيئة الأردنية، مجلة جامعة الحسين بن طلال للبحوث، مجلة دورية تصدر عن عمادة البحث العلمي و الدراسات العليا، المجلد 3، العدد1،الأردن.

28. زوالية، علي و غويني عيسى(2016).الضغوط النفسية و علاقتها بتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط، رسالة ماستر، غير منشورة، تخصص علم النفس التربوي ، جامعة الجلفة.

29. زيدان، محمد مصطفى(1979). معجم المصطلحات النفسية و التربوية، ط1، المملكة العربية السعودية: دار الشروق للنشر و التوزيع و الطباعة.

30. شاذلي، عبد الحميد محمد(2001). التوافق النفسي للمسنين، الاسكندرية: المكتبة الجامعية.

31. صالح، أحمد محمد حسن و آخرون (ب س). الصحة النفسية و علم النفس الاجتماعي و التربية الصحية، ب ط، الجزء الأول، مصر: مركز الإسكندرية للكتاب.

32. صيني، سعيد اسماعيل(2010). قواعد أساسية في البحث العلمي، ط2، المملكة العربية السعودية.

33. عبد الله، محمد قاسم (2004).مدخل إلى الصحة النفسية، ط 2، الأردن: دار الفكر ناشرون وموزعون.

34. عبيد، ماجد بهاء الدين السيد(2008). الضغط النفسي و مشكلاته و أثره على الصحة النفسية، ط1، عمان: دار الصفاء للنشر و التوزيع.

35. عليان، ربحي مصطفى عليان و غنيم عثمان محمد(2004)،أساليب البحث العلمي، ط1، عمان: دار صفاء للنشر و التوزيع.

36. العمار، خالد يوسف(2015). أبجديات البحث و إعداد الرسائل الجامعية في العلوم النفسية و التربوية و الاجتماعية، ط1، عمان: دار الاعصار للنشر و التوزيع.

37. غانم، محمد حسن(2009).علم الصحة النفسية، ط1، الإسكندرية :المكتبة المصرية.

38. غريس، رحيمة و جرادي نعيمة(2015). مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى عينة من طلبة السنة أولى جامعي جذع مشترك علوم اجتماعية بجامعة عمار ثليجي بالأغواط ، مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر أكاديمي في علوم التربية، غير منشورة، تخصص ارشاد و توجيه، الأغواط.

39. غيث، سعاد منصور(2006). الصحة النفسية للطفل، ط 1،عمان: دار الصفاء للنشر و التوزيع.

40. فايد، حسين(2005). علم النفس العام، ب ط، القاهرة: مؤسسة حورس الدولية و مؤسسة طيبة للنشر.

41. فتاحين، عائشة (2009). دراسة مظاهر التكيف البيداغوجي لدى المتعلم المعوق جسميا، دراسات في علم النفس و الاجتماع، العدد13:الجزائر.

42. فهمي، مصطفى (1978).التكيف النفسي ، مصر: مكتبة مصر و دار مصر للطباعة.

43. فهمي، مصطفى (1995). الصحة النفسية دراسات في سيكولوجية التكيف، ط3، القاهرة: مكتبة الخانجي.

44. قطيشاق، نازك عبد الحليم و التل أمل يوسف (2009).قضايا في الصحة النفسية، ط1، عمان: دار كنوز المعرفة العلمية للنشر و التوزيع.

45. المطيري، معصومة سهيل(2005). الصحة النفسية، ط1، الكويت: مكتبة الفلاح للنشر و التوزيع.

46. معاش، حياة(2013). الإتجاهات نحو المدرسة وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس، غير منشورة، تخصص علم النفس الاجتماعي، جامعة محمد خيضر، بسكرة.

47. منسي، حسن(1998). الصحة النفسية، ط1، الأردن: دار الكندي للنشر و التوزيع و دار طارق للنشر و التوزيع.

48. موسى، ماجدة(2010). مفهوم الذات الاجتماعي و علاقته بالتكيف النفسي و الاجتماعي لدى الكفيف، مجلة جامعة دمشق، المجلد26، ملحق2: دمشق.

# الملاحق

**ملحق رقم (01):مقياس التكيف النفسي الاجتماعي في صورته الأولية**

| الرقم | البنود | نعم | أحيانا | لا |
|---|---|---|---|---|
| | **البعد النفسي** | | | |
| 01 | أشعر بالرضا عن نفسي | | | |
| 02 | أغضب بسرعة في المواقف التي تثير الانفعال | | | |
| 03 | لدي ثقة كبيرة في نفسي | | | |
| 04 | أشعر كثيرا بالذنب و القلق و الضيق | | | |
| 05 | لدي شعور بالنقص | | | |
| 0 | أشعر أنني قليل الحيوية و سريع التعب | | | |
| 0 | يتغير مزاجي بسرعة بين الفرح و الحزن | | | |
| 08 | أود ترك الدراسة في الجامعة | | | |
| 09 | أشعر بالضغط و التوتر | | | |
| 10 | أشعر أن هناك عوائق تمنعني من تحقيق أهدافي | | | |
| 11 | أشعر بالأمن و الطمأنينة | | | |
| 12 | أحاول أن أجد بدائل للسلوك الذي أفشل فيه | | | |
| 13 | أشعر بالسعادة | | | |
| 14 | أشعر بالراحة أثناء وجودي مع الآخرين | | | |
| 15 | أشعر أن قوانين الإقامة الجامعية تقيدني | | | |
| 16 | أستطيع تقبل النقد من الآخرين | | | |
| 17 | أشعر بالغربة في الإقامة الجامعية | | | |
| الرقم | **البعد الاجتماعي** | نعم | أحيانا | لا |
| 18 | أستطيع بسهولة أن أكوّن علاقات مع الآخرين | | | |
| 19 | أتعامل مع الآخرين حسب ما أتصوره عنهم | | | |
| 20 | أشعر أنني أحظى بحب و تقدير الآخرين | | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 21 | عادة أكون حذرا في تعاملاتي مع الآخرين | | | |
| 22 | أجد صعوبة في الإختلاط بأناس لا أعرفهم | | | |
| 23 | أشارك الناس أفراحهم و أحزانهم | | | |
| 24 | أحب مساعدة الآخرين | | | |
| 25 | أفخر بإنتمائي إلى إقامتي الجامعية | | | |
| 26 | أشارك زملائي في النشاطات المنظمة في الإقامة الجامعية | | | |
| 27 | توفر الإقامة الجامعية نشاطات ترفيهية | | | |
| 28 | أفضل أن أكون في غرفة على إنفراد | | | |
| 29 | أشعر بالارتياح مع زميلي في الغرفة | | | |
| 30 | أستمتع بوقتي داخل الإقامة الجامعية | | | |
| 31 | تفتقر الإقامة الجامعية إلى عدة مرافق أساسية(ملعب،مكتبة...) | | | |
| 32 | أقيم في وسط نظيف | | | |
| 33 | علاقتي مع الطاقم الإداري في الإقامة الجامعية جيدة | | | |
| 34 | أستطيع التأقلم مع المناخ الطبيعي هنا(مدينة الأغواط) | | | |

## ملحق رقم (02): مقياس التكيف النفسي و الاجتماعي في صورته النهائية

**البيانات الشخصية:** الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐

اسم الإقامة الجامعية :.....

| الرقم | البند | نعم | أحيانا | لا |
|---|---|---|---|---|
| 1 | أشعر بالرضا عن نفسي داخل إقامتي الجامعية | | | |
| 2 | أغضب بسرعة في المواقف التي تثير غضبي في الإقامة الجامعية | | | |
| 3 | لدي ثقة كبيرة في نفسي | | | |
| 4 | أشعر كثيرا بالذنب و القلق و الضيق بالإقامة الجامعية | | | |
| 5 | لدي شعور بالنقص | | | |
| 6 | أشعر أنني قليل الحيوية و سريع التعب | | | |
| 7 | يتغير مزاجي بسرعة بين الفرح و الحزن | | | |
| 8 | أود التخلي عن الدراسة في الجامعة بسبب إقامتي الجامعية | | | |
| 9 | أشعر بالضغط و التوتر من بعض المواقف بإقامتي الجامعية | | | |
| 10 | أشعر أن هناك عوائق تمنعني من تحقيق أهدافي | | | |
| 11 | أشعر بالأمن و الطمأنينة داخل الإقامة الجامعية | | | |
| 12 | أحاول أن أجد بدائل للسلوك الذي أفشل فيه | | | |
| 13 | أشعر بالسعادة | | | |
| 14 | أشعر بالراحة أثناء وجودي مع الآخرين | | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 15 | أشعر أن قوانين الإقامة الجامعية تقيدني | | | |
| 16 | أستطيع تقبل النقد من الآخرين | | | |
| 17 | أشعر بالاغتراب في الإقامة الجامعية | | | |
| 18 | أستطيع بسهولة أن أكوّن علاقات مع الآخرين | | | |
| 19 | أتعامل مع الآخرين حسب تصوراتي و توقعاتي عنهم | | | |
| 20 | أشعر أنني أحظى بحب و تقدير زملائي في الإقامة الجامعية | | | |
| 21 | عادة أكون حذرا في تعاملاتي مع الآخرين | | | |
| 22 | أجد صعوبة في الإختلاط بأناس لا أعرفهم | | | |
| 23 | أشارك أصدقائي في الإقامة الجامعية أفراحهم و أحزانهم | | | |
| 24 | كثيرا ما أساعد الآخرين | | | |
| 25 | أفخر بانتمائي إلى إقامتي الجامعية | | | |
| 26 | أشارك زملائي في النشاطات المنظمة بالإقامة الجامعية | | | |
| 27 | أفضل أن أكون في غرفة على إنفراد | | | |
| 28 | أشعر بالارتياح مع زميلي في الغرفة | | | |
| 29 | أستمتع بوقتي مع زملائي داخل الإقامة الجامعية | | | |
| 30 | تفتقر الإقامة الجامعية إلى عدة مرافق أساسية.. | | | |
| 31 | أقيم في حي جامعي نظيف | | | |
| 32 | علاقتي مع الطاقم الإداري في الإقامة الجامعية جيدة | | | |
| 33 | أستطيع التأقلم مع المناخ الطبيعي هنا(مدينة الأغواط) | | | |

**ملحق رقم (03): قائمة الأساتذة المحكمين**

| الاسم و اللقب | التخصص | الدرجة العلمية |
|---|---|---|
| بوفاتح محمد | التوجيه و الارشاد | أستاذ محاضر(أ) |
| جرادي التجاني | علم النفس الاجتماعي | أستاذ محاضر(أ) |
| داودي محمد | علم النفس التربوي | أستاذ التعليم العالي |
| عمومن رمضان | علم النفس تنظيم و عمل | أستاذ محاضر(أ) |
| جخدم فتيحة | علوم التربية | أستاذ محاضر(ب) |

## ملحق رقم (04):صدق المحكمين

| البند | صدق المحكمين | البند | صدق المحكمين |
|---|---|---|---|
| 1 | 1 | 18 | 1 |
| 2 | 1 | 19 | 1 |
| 3 | 1 | 20 | 1 |
| 4 | 0.6 | 21 | 1 |
| 5 | 0.6 | 22 | 1 |
| 6 | 1 | 23 | 1 |
| 7 | 1 | 24 | 1 |
| 8 | 1 | 25 | 1 |
| 9 | 1 | 26 | 1 |
| 10 | 1 | 27 | -0.2 |
| 11 | 0.6 | 28 | 0.6 |
| 12 | 0.6 | 29 | 1 |
| 13 | 0.6 | 30 | 1 |
| 14 | 1 | 31 | 0.6 |
| 15 | 0.6 | 32 | 0.6 |
| 16 | 1 | 33 | 1 |
| 17 | 1 | 34 | 1 |
| المجموع | 29.2 | | |

## ملحق رقم (05): ثبات المقياس باستخدام ألفا كرونباخ وسبيرمان–براون وجيتمان

**Case Processing Summary**

| | | N | % |
|---|---|---|---|
| Cases | Valid | 40 | 100,0 |
| | Excluded[a] | 0 | ,0 |
| | Total | 40 | 100,0 |

a. Listwise deletion based on all variables in tl procedure.

**Reliability Statistics**

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|---|---|
| ,831 | 33 |

**Case Processing Summary**

| | | N | % |
|---|---|---|---|
| Cases | Valid | 40 | 100,0 |
| | Excluded[a] | 0 | ,0 |
| | Total | 40 | 100,0 |

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

| | | | |
|---|---|---|---|
| Cronbach's Alpha | Part 1 | Value | ,768 |
| | | N of Items | 17[a] |
| | Part 2 | Value | ,686 |
| | | N of Items | 16[b] |
| | Total N of Items | | 33 |
| | Correlation Between Forms | | ,602 |
| Spearman-Brown Coefficient | Equal Length | | ,752 |
| | Unequal Length | | ,752 |
| | Guttman Split-Half Coefficient | | ,745 |

a. The items are: البند1, البند2, البند3, البند4, البند5, البند6, البند7, البند8, البند9, البند10, البند11, البند12, البند13, البند14, البند15, البند16, البند17.

b. The items are: البند17, البند18, البند19, البند20, البند21, البند22, البند23, البند24, البند25, البند26, البند27, البند28, البند29, البند30, البند31, البند32, البند33.

## ملحق رقم (06): الصدق التمييزي للمقياس

**Correlations**

| | | البند1 | البند2 | البند3 | البند4 | البند5 | البند6 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| البند1 | Pearson Correlation | 1 | ,157 | ,166 | ,215 | -,051 | ,125 |
| | Sig. (2-tailed) | | ,333 | ,307 | ,182 | ,754 | ,441 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند2 | Pearson Correlation | ,157 | 1 | ,216 | ,486** | ,146 | ,326* |
| | Sig. (2-tailed) | ,333 | | ,181 | ,001 | ,369 | ,040 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند3 | Pearson Correlation | ,166 | ,216 | 1 | ,189 | ,296 | -,173 |
| | Sig. (2-tailed) | ,307 | ,181 | | ,243 | ,064 | ,287 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند4 | Pearson Correlation | ,215 | ,486** | ,189 | 1 | ,339* | ,522** |
| | Sig. (2-tailed) | ,182 | ,001 | ,243 | | ,032 | ,001 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند5 | Pearson Correlation | -,051 | ,146 | ,296 | ,339* | 1 | ,143 |
| | Sig. (2-tailed) | ,754 | ,369 | ,064 | ,032 | | ,378 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند6 | Pearson Correlation | ,125 | ,326* | -,173 | ,522** | ,143 | 1 |
| | Sig. (2-tailed) | ,441 | ,040 | ,287 | ,001 | ,378 | |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند7 | Pearson Correlation | ,244 | ,241 | ,221 | ,348* | ,014 | ,239 |
| | Sig. (2-tailed) | ,129 | ,134 | ,171 | ,028 | ,929 | ,138 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند8 | Pearson Correlation | ,257 | ,214 | ,312* | ,558** | ,277 | ,398* |
| | Sig. (2-tailed) | ,110 | ,186 | ,050 | ,000 | ,084 | ,011 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند9 | Pearson Correlation | ,157 | ,410** | ,071 | ,372* | ,272 | ,287 |
| | Sig. (2-tailed) | ,333 | ,009 | ,665 | ,018 | ,089 | ,073 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند10 | Pearson Correlation | ,328* | ,021 | ,140 | ,161 | ,134 | ,244 |
| | Sig. (2-tailed) | ,039 | ,898 | ,390 | ,321 | ,408 | ,130 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| البند11 | Pearson Correlation | ,193 | -,010 | ,048 | ,254 | ,025 | -,083 |
| | Sig. (2-tailed) | ,233 | ,953 | ,770 | ,114 | ,876 | ,611 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند12 | Pearson Correlation | ,150 | ,285 | ,404** | ,277 | -,017 | ,280 |
| | Sig. (2-tailed) | ,357 | ,075 | ,010 | ,083 | ,918 | ,080 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |

**...Correlations ,**

| | | البند7 | البند8 | البند9 | البند10 | البند11 | البند12 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| البند1 | Pearson Correlation | ,244 | ,257 | ,157 | ,328 | ,193 | ,150 |
| | Sig. (2-tailed) | ,129 | ,110 | ,333 | ,039 | ,233 | ,357 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند2 | Pearson Correlation | ,241 | ,214 | ,410 | ,021** | -,010 | ,285* |
| | Sig. (2-tailed) | ,134 | ,186 | ,009 | ,898 | ,953 | ,075 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند3 | Pearson Correlation | ,221 | ,312 | ,071 | ,140 | ,048 | ,404 |
| | Sig. (2-tailed) | ,171 | ,050 | ,665 | ,390 | ,770 | ,010 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند4 | Pearson Correlation | ,348 | ,558** | ,372 | ,161 | ,254* | ,277** |
| | Sig. (2-tailed) | ,028 | ,000 | ,018 | ,321 | ,114 | ,083 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند5 | Pearson Correlation | ,014 | ,277 | ,272 | ,134* | ,025 | -,017 |
| | Sig. (2-tailed) | ,929 | ,084 | ,089 | ,408 | ,876 | ,918 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند6 | Pearson Correlation | ,239 | ,398* | ,287 | ,244** | -,083 | ,280 |
| | Sig. (2-tailed) | ,138 | ,011 | ,073 | ,130 | ,611 | ,080 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند7 | Pearson Correlation | 1 | ,247 | ,305 | ,217* | ,290 | ,216 |
| | Sig. (2-tailed) | | ,125 | ,056 | ,179 | ,070 | ,180 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند8 | Pearson Correlation | ,247 | 1 | ,231* | ,174** | ,279 | ,607* |
| | Sig. (2-tailed) | ,125 | | ,151 | ,284 | ,081 | ,000 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند9 | Pearson Correlation | ,305 | ,231** | 1 | -,031* | ,010 | ,025 |
| | Sig. (2-tailed) | ,056 | ,151 | | ,848 | ,953 | ,877 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند10 | Pearson Correlation | ,217* | ,174 | -,031 | 1 | -,008 | ,057 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Sig. (2-tailed) | ,179 | ,284 | ,848 | | ,962 | ,728 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| | Pearson Correlation | ,290 | ,279 | ,010 | -,008 | 1 | ,050 |
| البند11 | Sig. (2-tailed) | ,070 | ,081 | ,953 | ,962 | | ,761 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| | Pearson Correlation | ,216 | ,607 | ,025** | ,057 | ,050 | 1 |
| البند12 | Sig. (2-tailed) | ,180 | ,000 | ,877 | ,728 | ,761 | |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |

**Correlations**

| | | البند13 | البند14 | البند15 | البند16 | البند17 | البند18 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Pearson Correlation | ,189 | ,156 | -,084 | ,387 | ,340 | ,114 |
| البند1 | Sig. (2-tailed) | ,243 | ,337 | ,607 | ,014 | ,032 | ,484 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| | Pearson Correlation | ,216 | ,232 | ,180 | ,177** | ,197 | ,289* |
| البند2 | Sig. (2-tailed) | ,181 | ,149 | ,268 | ,274 | ,223 | ,071 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| | Pearson Correlation | -,181 | ,101 | -,039 | ,370 | -,014 | ,184 |
| البند3 | Sig. (2-tailed) | ,263 | ,534 | ,811 | ,019 | ,931 | ,255 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| | Pearson Correlation | ,342 | ,219** | -,064 | ,030 | ,350* | ,548** |
| البند4 | Sig. (2-tailed) | ,031 | ,175 | ,693 | ,856 | ,027 | ,000 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| | Pearson Correlation | -,007 | ,137 | ,014 | ,336* | -,020 | ,230 |
| البند5 | Sig. (2-tailed) | ,964 | ,398 | ,934 | ,034 | ,902 | ,153 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| | Pearson Correlation | ,276 | ,036* | ,103 | ,000** | ,369 | ,153 |
| البند6 | Sig. (2-tailed) | ,085 | ,827 | ,525 | 1,000 | ,019 | ,347 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| | Pearson Correlation | ,198 | ,190 | ,053 | ,251* | ,516 | ,480 |
| البند7 | Sig. (2-tailed) | ,221 | ,240 | ,744 | ,119 | ,001 | ,002 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |

[X]

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| البند8 | Pearson Correlation | ,236 | ,157 | -,017* | ,176** | -,053 | ,283* |
| | Sig. (2-tailed) | ,143 | ,332 | ,919 | ,278 | ,744 | ,077 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند9 | Pearson Correlation | ,105 | ,086** | ,048 | ,380* | ,058 | ,261 |
| | Sig. (2-tailed) | ,520 | ,596 | ,769 | ,016 | ,724 | ,104 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند10 | Pearson Correlation | ,261* | ,303 | ,058 | ,103 | ,207 | ,041 |
| | Sig. (2-tailed) | ,104 | ,057 | ,720 | ,527 | ,200 | ,800 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند11 | Pearson Correlation | ,120 | ,200 | ,049 | ,095 | ,023 | ,506 |
| | Sig. (2-tailed) | ,461 | ,216 | ,763 | ,561 | ,886 | ,001 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند12 | Pearson Correlation | ,082 | -,052 | ,027** | ,219 | ,222 | ,169 |
| | Sig. (2-tailed) | ,613 | ,750 | ,871 | ,175 | ,169 | ,296 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |

**Correlations**

| | | البند19 | البند20 | البند21 | البند22 | البند23 | البند24 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| البند1 | Pearson Correlation | -,018 | -,111 | ,056 | ,298 | -,069 | ,060 |
| | Sig. (2-tailed) | ,912 | ,496 | ,733 | ,062 | ,670 | ,713 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند2 | Pearson Correlation | ,197 | ,228 | ,078 | ,420** | -,216 | -,137* |
| | Sig. (2-tailed) | ,224 | ,157 | ,633 | ,007 | ,181 | ,398 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند3 | Pearson Correlation | ,052 | ,414 | ,143 | ,038 | ,271 | ,173 |
| | Sig. (2-tailed) | ,752 | ,008 | ,380 | ,817 | ,090 | ,286 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند4 | Pearson Correlation | ,032 | ,267** | -,018 | ,267 | -,098* | -,064** |
| | Sig. (2-tailed) | ,847 | ,096 | ,911 | ,096 | ,546 | ,693 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند5 | Pearson Correlation | -,326 | ,336 | -,185 | ,061* | ,159 | ,104 |
| | Sig. (2-tailed) | ,040 | ,034 | ,252 | ,710 | ,326 | ,523 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند6 | Pearson Correlation | -,195 | ,129* | -,184 | ,275** | -,040 | ,093 |
| | Sig. (2-tailed) | ,228 | ,429 | ,257 | ,086 | ,805 | ,568 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند7 | Pearson Correlation | ,210 | ,251 | ,151 | ,337* | -,051 | ,011 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Sig. (2-tailed) | ,193 | ,119 | ,353 | ,033 | ,757 | ,945 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند8 | Pearson Correlation | -,165 | ,351 | -,069* | ,250** | ,213 | ,349* |
| | Sig. (2-tailed) | ,308 | ,026 | ,673 | ,120 | ,188 | ,027 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند9 | Pearson Correlation | ,062 | ,253** | ,340 | ,280* | -,102 | -,092 |
| | Sig. (2-tailed) | ,703 | ,115 | ,032 | ,080 | ,530 | ,574 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند10 | Pearson Correlation | ,160* | ,257 | -,305 | -,106 | ,083 | ,074 |
| | Sig. (2-tailed) | ,324 | ,109 | ,055 | ,516 | ,610 | ,648 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند11 | Pearson Correlation | ,151 | ,284 | ,072 | ,232 | -,004 | -,094 |
| | Sig. (2-tailed) | ,352 | ,076 | ,661 | ,150 | ,979 | ,564 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند12 | Pearson Correlation | ,003 | ,281 | -,082** | ,143 | ,311 | ,430 |
| | Sig. (2-tailed) | ,987 | ,078 | ,614 | ,377 | ,051 | ,006 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |

**Correlations**

| | | البند25 | البند26 | البند27 | البند28 | البند29 | البند30 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| البند1 | Pearson Correlation | ,443 | ,162 | -,041 | -,055 | ,077 | -,031 |
| | Sig. (2-tailed) | ,004 | ,318 | ,802 | ,734 | ,637 | ,850 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند2 | Pearson Correlation | ,197 | ,151 | ,088 | ,329** | ,183 | ,165* |
| | Sig. (2-tailed) | ,223 | ,354 | ,588 | ,038 | ,259 | ,308 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند3 | Pearson Correlation | ,140 | ,285 | -,015 | ,283 | ,080 | -,028 |
| | Sig. (2-tailed) | ,387 | ,075 | ,926 | ,077 | ,622 | ,862 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند4 | Pearson Correlation | ,262 | ,355** | -,011 | ,148 | ,338* | ,171** |
| | Sig. (2-tailed) | ,103 | ,024 | ,947 | ,361 | ,033 | ,290 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند5 | Pearson Correlation | ,075 | -,048 | -,140 | ,096* | ,172 | -,099 |
| | Sig. (2-tailed) | ,647 | ,767 | ,389 | ,555 | ,288 | ,545 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند6 | Pearson Correlation | ,138 | ,006* | ,082 | -,129** | ,182 | ,192 |
| | Sig. (2-tailed) | ,395 | ,971 | ,616 | ,429 | ,260 | ,235 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند7 | Pearson Correlation | ,107 | ,155 | ,352 | ,188* | ,238 | ,316 |
| | Sig. (2-tailed) | ,511 | ,340 | ,026 | ,245 | ,139 | ,047 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند8 | Pearson Correlation | ,397 | ,233 | ,123* | ,132** | ,338 | ,066* |
| | Sig. (2-tailed) | ,011 | ,148 | ,451 | ,418 | ,033 | ,688 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند9 | Pearson Correlation | ,216 | -,035** | ,010 | ,253* | ,312 | ,165 |
| | Sig. (2-tailed) | ,181 | ,831 | ,949 | ,115 | ,050 | ,308 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند10 | Pearson Correlation | ,282* | -,160 | ,013 | -,154 | -,281 | ,298 |
| | Sig. (2-tailed) | ,077 | ,324 | ,938 | ,342 | ,079 | ,062 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند11 | Pearson Correlation | ,235 | ,446 | -,052 | ,237 | ,200 | -,018 |
| | Sig. (2-tailed) | ,144 | ,004 | ,748 | ,142 | ,216 | ,914 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند12 | Pearson Correlation | ,332 | ,478 | ,291** | ,344 | ,403 | ,157 |
| | Sig. (2-tailed) | ,037 | ,002 | ,068 | ,030 | ,010 | ,332 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |

**Correlations**

| | | البند31 | البند32 | البند33 | المجموع |
|---|---|---|---|---|---|
| البند1 | Pearson Correlation | ,221 | ,021 | ,097 | ,404 |
| | Sig. (2-tailed) | ,171 | ,897 | ,551 | ,010 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند2 | Pearson Correlation | ,087 | -,044 | ,152 | ,501** |
| | Sig. (2-tailed) | ,592 | ,790 | ,350 | ,001 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند3 | Pearson Correlation | ,036 | -,279 | ,023 | ,385 |
| | Sig. (2-tailed) | ,828 | ,082 | ,890 | ,014 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند4 | Pearson Correlation | ,221 | ,119** | ,334 | ,647 |
| | Sig. (2-tailed) | ,171 | ,465 | ,035 | ,000 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند5 | Pearson Correlation | ,131 | -,156 | ,035 | ,274* |
| | Sig. (2-tailed) | ,421 | ,336 | ,833 | ,088 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند6 | Pearson Correlation | ,152 | ,209* | ,313 | ,410** |
| | Sig. (2-tailed) | ,350 | ,195 | ,049 | ,009 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند7 | Pearson Correlation | ,353 | ,084 | ,285 | ,625* |
| | Sig. (2-tailed) | ,026 | ,607 | ,074 | ,000 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند8 | Pearson Correlation | ,191 | ,235 | ,554* | ,662** |
| | Sig. (2-tailed) | ,237 | ,144 | ,000 | ,000 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند9 | Pearson Correlation | ,138 | ,145** | ,273 | ,458* |
| | Sig. (2-tailed) | ,396 | ,371 | ,088 | ,003 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند10 | Pearson Correlation | ,430* | -,138 | ,025 | ,315 |
| | Sig. (2-tailed) | ,006 | ,397 | ,880 | ,048 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند11 | Pearson Correlation | ,301 | ,353 | ,125 | ,433 |
| | Sig. (2-tailed) | ,059 | ,026 | ,443 | ,005 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 |
| البند12 | Pearson Correlation | ,074 | -,042 | ,342** | ,566 |
| | Sig. (2-tailed) | ,651 | ,798 | ,031 | ,000 |
| | N | 40 | 40 | 40 | 40 |

## ملحق رقم (07):المعالجة الاحصائية للفرضية الفرعية الأولى

| الجنس | | N | Mean | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|---|---|---|---|---|---|
| المجموع | 1 | 50 | 35,80 | 8,008 | 1,132 |
| | 2 | 50 | 39,22 | 9,732 | 1,376 |

**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 |
| المجموع | Equal variances assumed | ,037 | ,848 | -1,919 | 98 | ,058 | -3,420 | 1,782 | -6,957 | ,117 |
| | Equal variances not assumed | | | -1,919 | 94,496 | ,058 | -3,420 | 1,782 | -6,959 | ,119 |

## ملحق رقم (08):المعالجة الاحصائية للفرضية الفرعية الثانية

**Group Statistics**

| الجنس | | N | Mean | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|---|---|---|---|---|---|
| المجموع | 1 | 50 | 35,80 | 8,008 | 1,132 |
| | 2 | 50 | 39,22 | 9,732 | 1,376 |

**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 |
| المجموع | Equal variances assumed | ,037 | ,848 | -1,919 | 98 | ,058 | -3,420 | 1,782 | -6,957 | ,117 |
| | Equal variances not assumed | | | -1,919 | 94,496 | ,058 | -3,420 | 1,782 | -6,959 | ,119 |