

## الفصل الثاني: البيمار النظرية

عوامل التوافق	(١-٢)
خطوات عملية التوافق	(٢-٢)
عوائق التوافق	(٣-٢)
معايير التوافق	(٤-٢)
التوافق والصحة النفسية	(٥-٢)
التوافق الشخصي	(٦-٢)
التوافق الإجتماعى	(٧-٢)
التوافق المهنى	(٨-٢)
التوافق والنجاح فى الأداء	(٩-٢)
المخلاصة	(١٠-٢)

## مقدمة للإطار النظرى

يقوم علم النفس بدور كبير فى مختلف مجالات الحياة العصرية. فمع التقدم التكنى الكبير والإختلاف الكبير فى أسلوب حياة الإنسان فى العصر الحديث سواء فى التعامل مع الآلات الخاصة بالإنتاج وأيضا تلك الخاصة بالمعيشة بالإضافة إلى الإختلاف فى إقتصاديات الحياة فقد ظهر تباين كبير فى توافق كل فرد مع بيئته التى يعيش فيها أو يعمل فيها. وفى الحياة العسكرية بوجه خاص حدث تطور كبير فى المعدات والآلات كما حدث تغيير فى شكل الحروب وأساليب التخطيط لها وفى الدور الذى يقدمه العنصر البشرى. فقد تركز الدور البشرى أكثر على العمل العقلى والذهنى كما تركزت الأهداف المطلوب تدميرها فى الأعداء على الأهداف النفسية وخفض الروح المعنوية لدى العدو فى الوقت الذى تتم فيه رفع الروح المعنوية لدى أفراد قوات الوطن والقوات الصديقة.

وقد تطلب هذا كله من المسئولين عن الموارد البشرية فى القوات المسلحة البحث عن أساليب جديدة لإنتقاء الأفراد الذين ينتمون للبيئة العسكرية يتميزون بحسن التوافق والإنسجام مع البيئة العسكرية ولديهم ما يؤهلهم من القدرات والخصائص للنجاح فى مثل هذه البيئة وخصوصا عند التعامل مع الآلات والمعدات الحديثة وأيضا عند التعامل مع قوات العدو التى قد تقوم بإستخدام أسلحة الدمار الشامل والتى تعمل على زيادة الرعب والخوف لدى الأفراد.

ومن هذا المنطلق فإنه من الضرورى محاولة ربط التوافق بالحياة العسكرية بتقديم إطار نظرى يحدد منظور الباحث للتوافق من خلال التعريفات المختلفة للتوافق. ويشتمل هذا الإطار على عوامل وخطوات التوافق ثم التوافق من منظور الصحة النفسية ثم أبعاد التوافق وفى النهاية علاقة التوافق بنجاح الفرد فى عمله.

## عوامل التوافق

هناك عاملان رئيسيان للتوافق:

- ١- يتمثل العامل الأول فى الفرد نفسه بما فى ذلك صحته الجسمية والنفسية وحاجاته وقدراته العقلية وما إلى ذلك.
- ٢- أما العامل الثانى فهو البيئة المحيطة بالفرد وخصوصا البيئة الاجتماعية كالمحيط الأسرى والمدرسى والمهنى والثقافى والاجتماعى بوجه عام وكل ما يحيط بالفرد.

### عوامل خاصة بالفرد (المحيط الداخلى للفرد):

ويتمثل فى جميع مكونات الشخصية الانسانية فى بنائها النفسى من حاجات ودوافع وخبرات وقيم وميول وقدرات وعواطف وإنفعالات والتي تقوم بتوجيه السلوك الفردى (عطية هنا ب ت-٢٥).

وللمكونات السابقة تأثيرات متباينة ومختلفة فيما بينها، فتأخذ الحاجات والدوافع القسم الأكبر لوقوفها وراء جميع أنماط السلوك التى يقوم بها الفرد سواء كانت متوافقة أو غير متوافقة. إلا أن الشئ الذى يجب أن نأخذه بعين الاعتبار أن الانسان يعمل كوحدة، وهذه الشخصية الموحدة المتكاملة هى ما يجب الأخذ به أثناء دراستنا لعملية التوافق

وعليه، فإن الفرد يعمل جاهدا لبلوغ المستوى المرغوب من التوافق سواء بالطرق المباشرة وهى أقصر الطرق. وفى حالة تعذر ذلك يلجأ إلى طرق أخرى غير

مباشرة يحاول بواسطتها بلوغ مستوى الانسجام والتوافق مع المشاكل التي يعانيتها والتي يطلق عليها علماء النفس ميكانيزمات التوافق أو ميكانيزمات الدفاع "Defence Mechanisms" وهي كثيرة ومتنوعة وتختلف تبعا لاختلاف عناصر التوافق نفسه. أو بمعنى آخر تختلف حسب تكوين الأنا من جهة أو الظروف من جهة أخرى.

## عوامل خاصة بالبيئة:

يتميز الانسان عن بقية الكائنات بطبيعته الاجتماعية. ولا يمكننا بأى حال من الأحوال أن نتصوره منعزلا عن مجتمعه الذى يعيش فيه. ويقوم هذا التشبث بالمجتمع على العلاقة المتبادلة بين الطرفين والتفاعل المستمر بينهما. إلا أن تأثير المجتمع عادة ما يكون أكثر من تأثير الفرد. إذ أن المجتمع بوسائطه التربوية والثقافية هو الذى يصنع الشخصية مما يجعل من الصعوبة بمكان خروج هذا الأخير (الشخص) عن القواعد الاجتماعية المتفق عليها من قبل الجماعة. وهكذا تؤثر البيئة بأبعادها الثلاثة: الطبيعية والاجتماعية والثقافية بطريقة مباشرة على حياة الفرد وتحدد الأسلوب الذى يحقق له التكيف والمواءمة مع كل جانب من جوانب هذه البيئة (محمود الزياى - ب ت - ١٥).

وترتبط البيئة الطبيعية بشكل خاص بالتكيف البيولوجى من حيث متطلبات الحياة من مآكل وملبس وحركة. فإن الإنسان يمكنه أن يكيف نفسه بما يلزمه من إحتياجات لازمة من خلال ما هو متوافر أو منتشر بالفعل فى بيئته الطبيعية. أما البيئة الاجتماعية والثقافية فتظهران من خلال الجماعات التى يندمج فيها الشخص كالأسرة والمدرسة وجماعة الرفاق والمؤسسات الثقافية والاعلامية والتى تؤثر بشكل أو بآخر على توافق الفرد سواء بالسلب أو بالإيجاب. فمثلا يمكن للفرد أن يتعود على أسلوب معين للتعامل مع أفراد لهم خصائص معينة موجودين فى بيئة دراسته أو عمله ويمكن له أن يتأثر بأرائهم وخبراتهم كما تؤثر أيضا دراسته وثقافته فى أسلوب تفاعله.

## خطوات عملية التوافق

يمكننا وصف عملية التوافق على أنها سلسلة من المراحل إبتداء من الاحساس بحاجة معينة ومرورا بالتعرف على طبيعة هذه الحاجة والطرق المختلفة إشباعها وإنتهاء بإختيار إحدى الطرق ليتم عن طريقها إشباع هذه الحاجة تهيدا للوصول لحالة الإستقرار النفسى (مصطفى فهمى ١٩٧٨-٩٠٨).

وتمثل هذه نظرة مبسطة لعملية التوافق. إذ نجد شافر "Shaffer" يلخص هذه العملية التوافقية في أربعة نقاط: - الدافع: أى المشكلة التى تحاول أن تغير من إستقراره وتعمل على زيادة الشعور بعدم الإحساس بالراحة - الاحباط: وهو الشعور أو الإحساس الفعلى الذى يصيب الإنسان ويدفعه دفعا لمحاولة التعرف على المشكلة وحلها - الاستجابة: أى الفعل الإيجابى الذى يبدأ الفرد فى التحرك من خلاله للتعرف على طبيعة المشكلة وأبعادها وإيجاد البدائل المختلفة للتغلب عليها- وأخيرا الحل: أى القرار الذى يتخذه الإنسان ويجده مناسبا للتغلب على المشكلة ويبدأ فى تنفيذه (Shaffer ١٩٦٥).

بينما يرى على أحمد على أن عملية التوافق تبدأ بدوافع لم يتمكن الفرد من إشباعها نتيجة ظروف وأحوال منعت الفرد من تحقيق هذا الاشباع. وهذا مايجعله يعانى الاحباط وخيبة الأمل. ويصاحب ذلك قدر من التوتر والقلق. ويقوم الفرد بعدة محاولات إستكشافية لحل المشكلة محاولا بذلك إشباع دوافعه وحاجاته، ويصل بعدها عاجلا أو آجلا إلى حل المشكلة وإشباع دوافعه ويكون توافقه توافقا حسنا. كما أن الفرد قد يقوم بعملية توافق سيئة إذا كان الحل يفيدته ويرىحه على المدى القريب ولكن يعرضه للمخاطر فى المستقبل (على أحمد على - ١٩٧٧-٥٢١).

## عوائق التوافق

ذكرنا فيما سبق العوامل التي تقف وراء عملية التوافق وتؤثر سواء بالزيادة أو بالنقصان. وبعض هذه العوامل تمثل عوائق تمنع أو تقلل من حدوث التوافق. فقد تؤدي العوامل الجسمانية والصحية مثل عدم توازن إفرازات الغدد الصماء والأمراض المستعصية والعوائق البدنية والعقلية إلى سلوك لاإرادي غير مرغوب فيه. بينما هناك بعض العوامل البيئية والثقافية والاجتماعية التي أيضا قد تؤدي إلى تقليل التوافق أو ظهوره بما لا يمكن إعتباره الصورة الأمثل للتوافق.

ويذكر حامد زهران أهم هذه العوائق فيما يلي:

- ١- إفتقاد البيئة إلى وسائل إشباع الدوافع المادية والمعنوية.
- ٢- إفتقاد الكائن الحي إلى القدرة الحركية.
- ٣- وجود صراع بين دوافع متعارضة لما تخلقه الثقافة من تناقضات.
- ٤- تعنت المعايير الثقافية وجودها وعدم تطورها.
- ٥- عدم فهم المرء لنفسه وإمكانياته وعدم تقبله لنفسه وتحديد مستويات طموح أعلى أو أقل من قدرته.
- ٦- وجود عوامل لاشعورية تؤثر على سلوكه. (حامد زهران- ١٩٧٥-١٠٢):

إلى جانب ذلك، فإن هناك عوائق قد تعترض إشباع بعض الحاجات الضرورية والتي تدفع الفرد في كثير من الأحوال إلى تقبل حلول توافقية أقل إشباعا لحاجاته أو في سلوك يتعارض مع قوانين المجتمع وقيمه وتقاليدته فيتولد عنها إنحراف أو شذوذ ومن بينها الاحباط والصراع والقلق (عباس محمود عوض - ١٩٧٤-٢٢٥).

## معايير التوافق

يتطلب القيام بتحديد مستوى التوافق فى الجزئية التطبيقية لهذه الدراسة البحث عن وسيلة قادرة على قياس التوافق بصورة دقيقة. ونظرا لكثرة الاتجاهات فى تفسير الطبيعة الانسانية والسلوك الانسانى، فقد ظهرت العديد من المعايير التى عن طريقها نستطيع تحديد نوع السلوك الذى نشاهده يختلف كل منها من حيث منظور صاحب كل مقياس للعملية التوافقية وأبعادها التى يقوم من خلالها بتحديد المتغيرات التى يجب قياسها ليصل إلى تقييم كامل للتوافق من خلالها. ويتفق كل من أحمد عزت راجح (أحمد عزت راجح - ١٩٧٦-٥٤٢:٥٤١) وعباس محمود عوض (عباس محمود عوض - ١٩٨٤-٦٥) فى أن هناك أربعة معايير للتوافق هى:

### ١- المعيار الاحصائى:

وهو النظرة الموضوعية التى لاتصدر أحكاما قيمية عن السواء أو الشذوذ. فالشخص السوى هو المتوسط الذى يمثل الشطر الأكبر من مجموعة الناس وفق المنحنى الاعتدالى. وبعبارة أخرى، فإن الشخص السوى حسب هذا المعيار هو من لاينحرف عن المتوسط أو الشائع. وقد يكون الشذوذ فى أحد الإتجاهين (زيادة القيمة أو نقصانها) مفضلا والإتجاه الآخر غير مفضل بينما فى حالات أخرى يكون الشذوذ غير مستحب فى أى من الإتجاهات.

ويتطلب من هذا المعيار أن تكون الأدوات التى نقيس بها التوافق أدوات موضوعية صادقة وموثوق بها حتى يمكننا تصنيف الأشخاص إحصائيا. كما أن هذا المعيار يصلح أكثر لتقييم الأشياء المحسوسة كالتطول مثلا بينما يصعب عليه قياس بعض سمات الشخصية أو بعض الاتجاهات وما إلى ذلك.

## ٢- المعيار المثالى:

وهو عبارة عن أحكام قيمية تطبق على الأشخاص قد يستمد أصوله من الأديان المختلفة والتقاليد والعادات التى يتفق عليها الناس وخصوصا الصالحين منهم منذ قديم الأزل. والسواء حسب هذا المعيار هو الاقتراب من كل ما هو مثالى والشذوذ هو الانحراف عن المثل العليا. ولذلك فهذا المعيار مطلق ولايختلف باختلاف البيئة أو الزمن.

ومن الصعوبة الاعتماد على هذا المعيار فى أحكامنا وذلك لأن المثالية محددة تحديدا دقيقا قد يستحيل الوصول إليها أو الإقتراب منها مما يقلل من تقييم الأفراد عامة من حيث التوافق. وإنما كأشخاص لسنا بالمثاليين -وحسب هذا المعيار- فكيف يمكننا الحكم على أشخاص آخرين بالمثالية أو غيرها.

## ٣- المعيار الحضارى:

وهو شبيه بالاتجاه الاجتماعى فى تفسير التوافق. وفيه يرى الشخص السوى بأنه الذى يساير قيم ومعايير مجتمعه بينما الشاذ هو من يسير عكس ذلك.

والاتجاه الاجتماعى من الصعب قبوله لكونه يعتمد على أحد شقى العملية التوافقية وهو المجتمع بينما يقلل من قيمة الشق الثانى وهو الفرد بكل ما يملك من قدرات وإبداع. كما أنه ليس حتما أن تكون قيم المجتمع ومعايره صالحة بل قد تكون هى نفسها فاسدة زيادة على إختلافها من مجتمع لآخر. وإنه كما نهانا رسولنا عليه الصلاة والسلام عن أن يكون أحدنا معه يقول إن أحسن الناس أحسن وإن أساءوا أساء ولكن ليستفتى كل منا قلبه وإن أفتاه الناس. وبذلك يكون هذا المعيار فى أحيان كثيرة غير صالح للتقييم بالنسبة للمجتمع أو البيئة الإجتماعية التى يطبق فيها.

#### ٤- المعيار الاكلينيكي:

ويعتمد أساسا على تصنيف الأشخاص بحسب الأعراض الاكلينيكية التي تظهر لديهم. أى أنه يعتمد على التفريق بين الأشخاص المتوافقين وغير المتوافقين الذين تظهر عليهم مثل هذه الأعراض. ومن هنا فإنه يعتمد على تعرفنا على الأشخاص غير المتوافقين أساسا. ومن هنا فإننا لانستطيع أن نحدد الدرجة التي نقف عندها ونقول أن هذا السلوك سوى أم شاذ. وعموما يمكن النظر إلى هذه الدرجة بواسطة الأطباء عموما باعتبار الأساليب الغير منطقية والمبالغ فيها من الفرد بالنسبة لكل من الأفراد الآخرين أو قيم وتقاليد البيئة التي يعيش فيها الفرد.

#### ٥- المعيار الطبيعي:

يضيف فرج عبد القادر طه هذا المعيار علاوة على المعايير الأربعة. ويعتبر السواء حسب هذا المعيار هو كل مايعتبر طبيعى من الناحية الفيزيكية أو الاحصائية. والسلوك السوى هو الذى يساير الأهداف والشاذ هو الذى يناقضها. وهكذا فإن هذا المعيار لا يختلف عن النظرة الاجتماعية والمثالية، ذلك أن ماهو طبيعى فى مجتمع ما قد يكون غير ذلك فى مجتمع آخر.

ويرى فرج عبد القادر طه أن المعيارين المثالى والاحصائى يعتبران من أهم المعايير المستخدمة والأكثر شمولاً وقبولاً فى وصف السواء والشذوذ وأكثرها فائدة فى الاستخدام التطبيقى فى حياتنا اليومية (فرج عبد القادر طه - ١٩٨٠-٢٤، ٢٥).

فى حين يرى محمود أبو النيل أنه لايمكن إستخدام محك واحد من المحكات السابقة فى تشخيص اللاسواء. بل يوضع فى الاعتبار هذه المحكات جميعا عند التشخيص وهو مايتيح لنا الاحاطة الكبيرة بالسلوكيات المراد قياسها (محمود أبو النيل - ١٩٨٤-٤٤).

## التوافق والصحة النفسية

### نظرية التحليل النفسى ومفهوم الصحة النفسية:

يرى التحليل النفسى أن التوافق والصحة النفسية يستمران إذا إستطاعت الأنا مواجهة الواقع الخارجى ومابه من صراعات وكانت قادرة على التحكم فى الهو والأنا الأعلى. ففى الشخص السوى نجد أن الأنا وهو الجهاز التنفيذى للشخصية والذى يتحكم فى الهو والأنا الأعلى ويدير شئونها وهو الذى يحفظ الاتصال بالعالم الخارجى من أجل مصالح الشخصية كلها ومطالبها البعيدة. وحين تستسلم الأنا للهو أو الأنا الأعلى أو العالم الخارجى أو يتنازل عن سلطته لأى منهما ينتج عن ذلك الاضطراب والشذوذ (كلفن هال-١٩٧٠-٣٢).

والأنا قد تستعين بعدد من الحيل غير العنيفة والتى تساعده على تحقيق التوافق النفسى مثل الاعلاء والتعويض والتقمص والابدال. وإذا فشلت الأنا فى إستخدام هذه الحيل قد تلجأ إلى إستخدام الاسقاط والنكوص والعدوان والتفكك والسلبية.

ومن هنا فإننا نكون قد عرضنا مفهوم الصحة النفسية عند فرويد والتحليل النفسى وهى قدرة الأنا على التوفيق بين أجهزة الشخصية الثلاثة المختلفة والواقع أو بين الصراع الذى ينشأ بين هذه الأجهزة ومطالب الواقع. ويرفض فرويد المفهوم الكامل للصحة النفسية لأنه لا يستطيع الانسان أن يحصل على السعادة والتقدم معا (حامد عبد السلام زهران -١٩٧٤-٤٤-٤٥).

## النظرية السلوكية ومفهوم الصحة النفسية:

تقوم النظرية السلوكية على عدد من المسلمات الأساسية تدور حول محور رئيسى هو عملية التعلم. وقد يشار إليها بنظرية (مثير-إستجابة). وتعتبر العادة بمثابة المفهوم الأساسى فى نظرتهم. والشخصية هى تنظيم معين من العادات والتنظيم هو الذى يحدد سلوك الفرد ويميز شخصية فرد عن غيره. والسلوك المرضى هو سلوك مكتسب نتيجة تعلم عادات من البيئة.

ومن خلال هذا العرض نرى تعريف السلوكية للصحة النفسية كالتالى:  
"الصحة النفسية السليمة هى إكتساب الفرد عادات مناسبة وفعالة تساعده فى معاملة الآخرين وعلى مواجهة المواقف التى تحتاج إلى إتخاذ القرارات" (عبد السلام عبد الغفار -١٩٨١-٣٠-٣٦).

## النظرية الوجودية ومفهوم الصحة النفسية:

ترى هذه النظرية الانسان بعد أن أصبح فى العصر الحالى غريبا عن الله وغريبا عن نفسه والآخرين بعد أن أصبح يعيش حياته مقهورا أو مغلوبا على أمره يعيش حياة هو أسيرها أكثر مما هو صانع لها، حياة لم يشكلها بإرادته كما يريد وإنما شكلت له. كل ذلك أدى بالانسان إلى وقوعه صريعا للقلق الوجودى ومن ثم للاضطراب النفسى.

ولذلك نجد مفهوم الصحة النفسية عند المنحى الوجودى هو أن يعيش الانسان وجوده وأن يدرك معنى هذا وأن يدرك إمكانياته وأن يكون حرا فى تحقيق ما يريد وأن يدرك نواحي ضعفه ويتقبلها وأن يكون مدركا لطبيعة هذه الحياة وما فيها من متناقضات وأن ينجح فى الوصول لتنظيم معين من القيم يكون بمثابة إطار له فى حياته وأن يعود من إغترابه إلى سكنه.

## المذهب الانساني والصحة النفسية:

ظهر هذا المذهب كرد فعل لمدرسة التحليل النفسى والسلوكية ورفض المسلمات التى تقوم عليها هاتان المدرستان. وتقوم هذه المدرسة على مسلمات أساسية أهمها:

- ١- الانسان خير وإذا كانت هناك عدوانية فهذا ينشأ نتيجة إحباطات المجتمع.
- ٢- الانسان كائن حى فى نشاط مستمر وهذا النشاط يدفعه إلى تحقيق أهداف معينة (الوجود- تحقيق الذاتية - التلقائية).
- ٣- الانسان حر فى حدود معينة أى حر فى إتخاذ مايراه من قرارات (الارادة).
- ٤- الخبرة أى دراسة الخبرة الحاضرة للفرد كما يدركها هو وليس كما يدركها الآخرون.
- ٥- الفهم السليم للنشاط الانساني يأتى عن طريق دراسة الأصحاء من الأفراد.

ومن خلال هذه المسلمات قدم المذهب الانساني مفهوم الصحة النفسية على أنها مدى تحقيق إنسانية الانسان تحقيقا كاملا. أى الحالة النفسية العامة لمن إستطاع أن يصل فى حياته إلى مستوى متكامل من الانسانية (عبد السلام عبد الغفار - ١٩٨١-٣٠-٥٢).

## خصائص الشخصية السوية المتسمة بالتوافق:

ويعرف طلعت منصور الصحة النفسية كحالة بأنها حالة ثابتة نسبيا يكون فيها الفرد متوافقا توافقا سليما ويتمتع بالشعور بلذة الحياة ويكون محرزا لتحقيق الذات.

وهى حالة إيجابية وليست مجرد الخلو من الاضطرابات النفسية أو العقلية. ويقرر أن خصائص الشخصية السوية المتسمة بالتوافق بأنها الشخصية التي تتسم بمايلي:

#### أ) تقبل الذات (Self-acceptance):

يعنى تقبل الذات أنه الدرجة التي يكون عندها الفرد قادرا على وراغبا في أن يعيش مع خصائصه الشخصية التي تلقى منه التقدير والاعتبار.

والشخص المتقبل لذاته يتصف بتقدير واقعي مقترنا بتقديره لجدارته وإستحقاقه وبتأكيد على معاييرهِ وإعتقاداته الخاصة دون أن يكون عبدا لآراء الآخرين وبتقييم واقعي لحدوده دون إقلال غير معقول من شأنه.

والأشخاص المتقبلون لذاتهم يعترفون بمصادر قوتهم وهم في نفس الوقت متحررون من الاعتماد عليها حتى ولو لم تكن كلها مرغوبة. وهم أيضا يعترفون بنواقصهم بدون توجيه اللوم غير الضروري لذواتهم.

#### ب) الواقعية:

من الخصائص المميزة للأشخاص الأسوياء المتوافقين نزعتهم إلى تقبل الواقع بدلا من الهروب منه. وهم وإن كانوا قد يبدون بعضا من عدم الرضا بالواقع إلا أنهم يتعلمون تقبل حدودهم ويسعون إلى تحسين أنفسهم في إتجاه جوانب القوة فيهم. أما الأشخاص سيئوا التوافق فهم على العكس من ذلك ينمون في أنفسهم عقدة الاستشهاد "Martryer complex" فيعتبرون أنفسهم ضحية للواقع الخاطيء فيحسون بالأسى لذلك من أنفسهم أو يلومون أنفسهم والآخرين على الظروف غير المواتية.

والشخص السوي يتقبل الحقيقة بأن الحياة صعبة في الغالب ويعتبر أن نجاحاته وإرضاءاته تعوض إلى حد كبير من إخفاقاته وخيبة أمله.

### ج) التوجه في الحياة وفقا لفلسفة غنية بالمعاني:

يرتكز الشخص السوي المتوافق في توجيه حياته على فلسفة تساعده على تكوين خطط بناءة وإنتهاج أسلوب حياة رشيدة يتفق مع نظام أهدافه وقيمه وتحقيقها بطريقة تلقى إستحسانا إجتماعيا. فتبنى الشخص لنظام من الأهداف والقيم يجعل الحياة بالنسبة له غنية بالمعاني "Meaningfulness" فتبدو أكثر غنى وحيوية وأكثر إقبالا وإكتمالا وأكثر إستحقاقا وإشراقا. والشخص المتوافق تكون حياته هكذا ذات معنى أما الشخص غير السوي أو غير الناضج، فحياته جدياء من المعاني "Meaningless". فاللامعنى في الحياة هو الاحساس بالفراغ وباللاهدف وباللاقيمة.

### د) الاستقلالية والتوجيه الذاتى:

يتميز الشخص السوي المتوافق بإستقلالية في الفكر والعمل والتي تبدى في مقدرته على التوجيه الذاتى التى تتضح فى تخطيطه لمجرى حياته لكى يوفى بحاجاته ومطالبه. فالشخص المتسم بالتوافق أكثر تحررا فى تقرير مصيره إعتمادا على نفسه وثقته فى قدراته. وبقدر ما يكون الشخص أكثر توجيهها لنفسه كأن يعول على قدراته فى جمع الحقائق وتقييمها يكون أكثر مقدرة على التحرر من التوجيه من الخارج أى يكون متحررا من الاعتمادية غير الناضجة على آراء وتوجيهات الآخرين. وهنا يكون الشخص فى موقع أفضل يزيد من فهمه لنفسه وثقته فيها وإحترامه لها وكلما يزداد إدراكه لحقائق الحياة وتعلمه لكيفية معالجة مشكلاتها بتعاضم توجيهه لنفسه وتحمله للمسئولية إزاء قراراته وعلاقاته.

### هـ) الاقتناع الذاتى:

مايتبناه الفرد من أهداف ومن أساليب تحقيقها تتطلب تدعيمها بالأدلة والبراهين والمعلومات التى من شأنها أن تجعل إرادته واعية يرتبط بتبنى الفرد لفلسفة

فى الحياة غنية بالمعانى وإستقلالته وتوجيهه لذاته كما سبق أن ذكرنا. وهكذا يتضح أن الارادة وماتنطوى عليه من آليات تعتبر ركيزة أساسية للشخصية السوية.

(و) المسئولية:

الشخص السوى أو حسن التوافق شخص مسئول، أما الشخص غير السوى أو سئ التوافق فهو إما أن يكون كسولا أو مترددا فى تقبله للمسئولية وتحمله لها أو يكون قعودا بإحساسه بعدم الكفاية فى الاضطلاع بالمسئولية. فالشخص المتسم بالتوافق يدرك ثقته فى قدرته على مواجهة الحياة ومشكلاتها وعلى الاضطلاع بالمسئوليات الملائمة لعمره ومستوى قدرته ولحجم معارفه وخبراته ومهاراته.

(ز) النضج الانفعالى:

يمثل مقوما أساسيا للشخصية السوية. فبقدر ما يكون الشخص ناضجا إنفعاليا تكون قدرته على أن يحيا حياة سعيدة نافعة فعالة وأن يواجه عوامل الضغط والشدة ومايرتبط بها من إحباطات وقلق فى العالم المحيط به.

والشخص الناضج إنفعاليا يتسم بالضبط الانفعالى. فهو يضطلع بمسئولية إخضاع إنفعالاته تحت ضبطه وسيطرته حتى لايسبب إيذاء لغيره أو لنفسه. فهو قادر على مواجهة الاحباطات دون عنف أو تدمير. والشخص الناضج إنفعاليا يستطيع أن يعيش مع إنفعالاته فى إرتياح بدون أن تسيطر عليه وبدون أن تلون تفكيره وتوجه سلوكه وبدون أن يجد أنه من الضرورى أن يكون فى حرب معها بصفة مستمرة.

وهو مقتدر فى ذلك لأنه قد نمت فيه درجة من تحمل الضغط أو الشدة "Stress tolerance" وتحمل القلق والاكتئاب والاحباط وتحمل الألم والحرمان (طلعت

## التوافق الشخصي:

يقصد بالتوافق الشخصي عند عطية هنا بأنه مجموعة العمليات التي يديها الفرد في إستجاباته المختلفة والتي تدل على إعتماده على نفسه وإحساسه بقيمته الذاتية وشعوره بالحرية في توجيه سلوكه. هذا فضلا عن شعوره بالانتماء والتحرر من الميل إلى الانفراد أو الانعزال والخلو من الأمراض العصابية مع الشعور بالأمن الذاتى (عطية هنا ١٩٦٥-٥).

ويرى مصطفى فهمى أن الشخص المتوافق شخصيا هو من يكون راضيا عن نفسه غير كاره لها أو نافر منها أو ساخط عليها أو غير واثق فيها. كما تتسم حياته النفسية بالخلو من التوترات والصراعات النفسية التي تقترن بمشاعر الذنب والقلق والنقص (مصطفى فهمى -١٩٧٩-٢٣).

ويذكر حلمى المليجى وعبد المنعم المليجى (١٩٨٢) أن التوافق الشخصى يقصد به إعتماذ الفرد على نفسه، أى ميله للقيام بما يراه دون أن يطلب منه ذلك ودون الاستعانة بغيره. كذلك قدرته على توجيه سلوكه دون أن يخضع لأحد غيره وكل هذا يؤهله للاعتماد على نفسه وتحمل المسؤولية. كذلك يعنى شعوره بتقدير الآخرين له وبأنه قادر على النجاح ومقبول من الآخرين ومن المجتمع (حلمى المليجى وآخرون ١٩٨٢-٢٠).

ومن العرض السابق لتعريفات التوافق الشخصى نستخلص أنها إتفقت على أن الفرد المتوافق شخصيا يشعر بالأمن الذاتى ويعتمد على نفسه غير كاره لها كما أنه لايعانى من صراع داخلى ولايعانى من أمراض عصابية. وإتفق كل من عطية هنا وحلمى المليجى على دور المجتمع فى إشعار الفرد بتوافقه الشخصى وأكدوا على شعور الفرد بالانتماء وبأنه مقبول من المجتمع.

## التوافق الاجتماعي:

يشير زادرزوني "Zadrzony" (١٩٥٩) إلى أن التوافق الاجتماعي هو تحقيق سلام دائم مع الناس والآخرين وأن يكون الفرد راضيا عن أدواره الاجتماعية (زكريا الشرييني ١٩٨٤-١٦٥).

ويرى جود "Good" (١٩٥٩) أن التوافق الاجتماعي هو عملية يسعى بها الفرد نحو الحفاظ على أمنه أو تعزيز راحته ومنزله أو ميوله الابداعية في مواجهة الظروف الدائمة التغير وضغوط البيئة الاجتماعية أو الحالة الناتجة عن هذه المساعي (زكريا الشرييني - ١٩٨٤-١٦٥).

ويذكر أحمد زكي صالح (١٩٦٣) أن التوافق الاجتماعي هو قدرة الفرد على التواء مع بيئته الاجتماعية أى مجارة ظروفها ومتطلباتها ومعاييرها وقوانينها على نحو لا يتنافى مع رضائه عن نفسه ورضاء المجتمع عنه. فإن نجح فى هذا يقال أنه متوافق وإن أخفق فهو سئ التوافق (أحمد زكى صالح - ١٩٦٣-١٧).

ويرى عطية هنا أن التوافق الاجتماعي هو العمليات التى تقوم على شعور الفرد بالأمن الاجتماعي. ويبدو ذلك فى عدة نواحي تعبر عن علاقات الفرد الاجتماعية مثل إتباعه للمستويات والمهارات الاجتماعية وإكتسابه لها وتحرره من الميول المضادة للمجتمع. فيعيش الواقع ويتقبله وعلاقاته تتسم بالود والحب والانسانية مع أسرته ومجتمعه وبيئته المحلية (عطية هنا-١٩٦٥-٦).

أما بنجامين "Benjamin" (١٩٧٣) فيعرف التوافق الاجتماعي بأنه التغيرات والتعديلات السلوكية الضرورية لاشباع الحاجات والاجابة على المتطلبات مما يمكن الفرد من إقامة علاقة متبادلة مع البيئة (زكريا الشرييني - ١٩٨٤-١٦٦)ز

ويرى ديرفر جيمس "Derver James" أن التوافق الاجتماعي هو حالة من الوفاق داخل الجماعة الواحدة أو الهيئة الاجتماعية والاقتناع بشروطها ومتطلباتها (زكريا الشرييني - ١٩٨٤-١٦٦).

والتوافق يتعلق بالعلاقات بين الذات والآخرين. ويرتبط تقبل الآخرين بتقبل الذات. ويساعد على هذا قدرة الفرد على التطبع الاجتماعي وضبط النفس وتحمل المسؤولية والقدرة على الاعتراف بحاجة الآخرين. وهذا يتضمن القدرة على تكوين علاقة وثيقة بهم والعمل على إشباع حاجاتهم المشروعة. وينبغي أن يدرك الفرد أن العلاقة بينه وبين البيئة هي علاقة تفاعل فيها أخذ وعطاء وشد وجذب وفعل وإنفعال وإشباع وحرمان وسلسلة من الصراعات ومحاولة لاعادة الاتزان. وهو بذلك يعنى قدرة الفرد على عقد صلات إجتماعية راضية مرضية بمعنى أن يرضى عنها الفرد نفسه ويرضى عنها الآخرون (جابر عبد الحميد - ١٩٧٨-٣٩٥-٣٩٦).

ويذكر المليجي (١٩٨٢) أن الفرد المتوافق إجتماعيا هو الذى يدرك حقوق الآخرين وموقفه حيالهم وضرورة إخضاع رغباته لحاجات الجماعة وإظهار مودته نحو الآخرين ولايعانى من صعوبة التعامل مع الغرباء ولايكون أنانيا وخالصا من الأعراض العدوانية ويشعر بالسعادة مع أقرانه ويكون محبا للآخرين مساعدا لهم (حلمى المليجي ١٩٨٢-٢٥).

ومن العرض السابق للتعريفات يمكن أن نستخلص أن التوافق الشخصى والاجتماعى لهما خاصيتان أساسيتان:

أولهما أنه عملية مستمرة وذلك لأن حاجات الفرد البيولوجية والاجتماعية متغيرة باستمرار، كما أن التقدم التكنولوجى قد جعل التغير أكثر سرعة بحيث أصبحت عملية إشباع حاجات الفرد أيضا عملية مستمرة وسريعة حتى يمكنها ملاحقة التغير.

وثانيهما النسبية، فقد يكون الفرد متوافقا فى فترة من فترات حياته وسىء التوافق فى فترة أخرى، كما قد يكون متوافقا فى مجال الحياة كالعامل مثلا وغير متوافق فى مجال آخر كمحيط الأسرة مثلا. كذلك فإن الشخص الذى يعد متوافقا فى مجتمع معين قد لا يكون كذلك فى مجتمع آخر.

كما أنه ليس هناك حد فاصل بين الشخص المتوافق وسىء التوافق، ولكن هناك مستويات متعددة من التوافق.

## التوافق المهنى:

التوافق المهنى يعد فرعا من التوافق العام يشير إلى توافق الفرد مع بيئة العمل. ولو ألقينا نظرة على مصطلح التوافق المهنى لوجدنا تعريفات متعددة تتفق كلها فى فكرة مضمونها أن التوافق المهنى يعزى إلى دراسة الفرد فى علاقته بعمله فى فترة معينة.

فحسب المفهوم الاقتصادى للتوافق المهنى يرى برمان وجنزبرج "Berman-Ginzberg" (١٩٦٣) أن الاقتصاديين قد ركزوا إنتباههم على تحديد متطلبات وحاجات العمال إلى جانب ظروف العمل والأجور والمكافآت من خلال النظم السياسية والاقتصادية.

ويحدد ميلر "Miller" (١٩٦٤) التوافق المهنى من منظوره الاجتماعى من خلال الحاجات والمتطلبات التى تفرض إشباعها داخل جماعة العمل عن طريق الترتيبات الاجتماعية لتنظيم العمل بالمقابل للتصورات غير السيكولوجية للتوافق المهنى والتى غالبا ما تركز على متغير البيئة أو النسق الاجتماعى الذى يحكم الأفراد. فإن علم النفس فى دراسته للتوافق المهنى يولى الاهتمام الأكبر للفرد مرتبطا بعمله محاولا تفسير

وتحليل وفهم المميزات الشخصية والتعليمية التي تساعد الفرد على التوافق كما ينبغي لدينا عمله (Joh Gites ١٩٦٩-٣٢٨: ٣٣٦).

وبناء على ماسبق، يعرف التوافق المهني بأنه عملية دينامية مستمرة يحاول الفرد من خلالها الحصول والمحافظة على الانسجام بينه وبين بيئة العمل (Ren & Davis et al, ١٩٨٤-٢٣٧).

ومما تجدر الإشارة إليه أن التوافق المهني لايعنى توافق الفرد لمتطلبات أو واجبات العمل المحددة من قبل المؤسسة بل يتعدى هذا التصور الضيق فيتضمن تكيف الفرد مع ظروف العمل ونظام العمل ورئيس العمل وأن ينسجم مع ذاته وبمعنى آخر، ينبغي على الفرد التلائم مع كل مايدور في دنيا عمله (عباس محمود عوض - ١٩٧٩-٣).

وإذا تمعنا في جوهر التوافق المهني للفرد فإنه يمكننا الاستدلال عنه من خلال محكين أساسيين هما الرضا "Satisfaction" والارضاء "Satisfactoriness". ويتضمن الرضا تقبل العمل بوجه عام وتقبل العامل لظروف بيئة العمل من إشراف وزملاء وإدارة العمل بوجه خاص وساعات العمل والأجر ونوع العمل. ونرى أن ذلك كله -أى رضا العامل- يتضمن إشباع حاجاته، أما الارضاء فيعبر عنه بمدى كفاءة العامل وأهميته وكفايته وبالطريقة التي يقدره بها رؤسائه وزملاؤه، وهى التي يعبر عنها إيجابيا بتوافق قدراته ومهاراته مع مطالب العمل ومقتضياته (محمود السيد أبو النيل - ١٩٨٥-٢٦٨).

مما سبق يتضح أن عملية التوافق المهني هى فى جوهرها تجانس بين خصائص الفرد ومتطلباته. ويمكننا الاستدلال على هذه العملية من خلال الرضا والارضاء كمحكين أساسيين إضافة إلى محكات أخرى شخصية ومهنية.

والتوافق المهني للفرد يستلزم بعض الوقت لحدوثه ويرتبط أحيانا بمراحل تبدأ قبل إلتحاق الفرد بالعمل. وفي هذا الشأن يرى شاين "Schein" (١٩٧٨) أن عملية التوافق تبدأ قبل إلتحاق الفرد بالتنظيم وتظل تلازمه عبر مراحل حياته المهنية والأسرية. وعادة ما يبدأ التلاحم بإبرام عقد نفسى "Psychological contract" يحدد فيه كل منهما ماذا سوف يقدم للآخر (حسين محمد علوى-١٩٨٨-١٨٧).

والتوافق المهني قد يتفاوت بالنسبة للفرد الواحد على مر الأيام لكونه عملية مستمرة يرتبط بالتاريخ المهني للفرد، كما يختلف باختلاف المهن ويرتبط بعوامل مثل السن والجنس ومستوى التعليم والحالة الاجتماعية ونمط الشخصية. ولفهم التوافق المهني على حقيقته ينبغي على الباحث تحليل كل العناصر والعوامل التى تحكم العلاقة بين الفرد وبيئة العمل سواء فى مجال العمل أو خارجه وذلك باللجوء إلى كل المحكات السلوكية التى تعكس توافق الفرد أو سوء توافق الفرد (عباس عوض - ١٩٧٩-٥).

## التوافق والنجاح فى الأداء:

لما كانت المقومات المادية للقوات المسلحة تشمل المعدات الحربية والأسلحة والأجهزة وغيرها من الاحتياجات المادية، فإن الاهتمام بالعنصر الانسانى ومقوماته الصحية والعقلية وحسن توافقه يضمن حسن إستخدام هذه الأسلحة والمعدات وبالتالي صلاحية الأداء وقت المعركة، ولذلك فإن كفاءة القوات المسلحة تتوقف على مدى أداء كل فرد لعمله. وهذا الأداء يتأثر فى نهاية الأمر بمدى ملاءمة قدرات الفرد بما يقوم به من عمل، أو بعبارة أخرى، يتوقف هذا الأداء على مدى نجاح أو فشل عملية الاختيار أولاً، ثم نوع المجال الذى سيوجه إليه الفرد من خلال عملية التوجيه العسكرى.

كما تعتبر الدراسة فى مجال القدرات العامة والخاصة من الموضوعات الهامة بالنسبة للاختيار والتوجيه المهنى نظرا لدورها الفعال فى خدمة الأفراد ووضعهم فى المهن التى تتلاءم مع قدراتهم. ويتحقق لهم من خلالها النجاح سواء كان ذلك فى الدراسة أو العمل. لأن ذلك يقوم أساسا على إستعدادات الفرد وقدراته وميوله (السيد محمد خيرى - ١٩٦٧-٩٢).

وعملية المواءمة المهنية تحقق الاشباع لدى الفرد وذلك من خلال رضاه عن العمل الذى يؤديه وبذا ترتفع كفاءة الأداء داخل التنظيمات المختلفة. أى أن التوافق يؤدي إلى النجاح فى الأداء. فى بحث أجراه باريت "Barret" (١٩٨٠) عن العلاقة بين مستوى قدرة الفرد ومدى رضاه عن العمل إتضح أنه كلما إرتفع مستوى قدرة الفرد عن طبيعة العمل الذى يؤديه كلما إنخفضت درجة رضاه عن العمل ورغبته الشديدة فى تركه فى أسرع مايمكن بينما كان الوضع على عكس ذلك بالنسبة للفرد الذى تتناسب قدراته مع طبيعة العمل الذى يؤديه. ومن ثم يمكن القول أن القدرة تعتبر وسيطا هاما من خلاله تتحدد العلاقة بين الأداء فى العمل والرضا عنه حيث تصل هذه العلاقة إلى الذروة عندما تتواءم قدرات الفرد مع متطلبات العمل (Barret et al, ١٩٨٠).

وقد توصل تزينر "Tziner" (١٩٨٧) فى بحث أجراه حول القدرة كوسيط بين التماسك الاجتماعى الانفعالى والأداء لدى أطقم الدبابات إلى أن هناك إرتباط موجب ودال بين التوافق والتماسك الاجتماعى الانفعالى ومستوى أداء الفرد فى مهمة العسكرية المختلفة (Tziner et al, ١٩٨٧).

## الخلاصة:

من كل ماسبق يتضح لنا بما لا يدع مجالاً للشك أهمية العمليات النفسية التي يقوم الموجهون والمسئولون في القطاعات المختلفة في مجال التوجيه المهني للأفراد إلى مجالات الأعمال المختلفة التي يستطيع كل منهم أن يحقق فيها أكبر نجاح ممكن وأكبر درجة من التوافق النفسي والمهني.

وفي الفصل التالي سيقوم الباحث بعرض للأدوار المختلفة لعلم النفس في مجال الحياة العسكرية موضحاً أهم مجالات الاستفادة منه في تحقيق التوافق النفسي والمهني في الحياة العسكرية.