

تطور نمو الأبناء ومتطلبات المراحل

## الفصل الثاني

التكيف الاجتماعي - التوافق النفسي - الحاجات:  
ماهي، وكيف يؤثر بعضها في بعض؟

oboeikan.com

إن إحداث التكيف الاجتماعي والتوافق النفسي من الأمور المهمة لاجتياز مراحل نمو الأبناء بسلام. ولا تتم عمليتا التكيف والتوافق إلا بتلبية احتياجات تتطلبها مراحل النمو المختلفة، بما تشمله من جميع المظاهر الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، ويؤدي تحقيق التكيف الاجتماعي والتوافق النفسي إلى سعادة الفرد ونجاحه في الانتقال إلى مرحلة أخرى من النمو، وبالعكس يؤدي صعوبة التكيف والتوافق إلى شقاء الفرد وفشله ليس فقط في نفس المرحلة بل وفي المراحل التالية.

وفيما يلي نلقي الضوء على مفهومي التكيف الاجتماعي والتوافق النفسي، ثم أهم الحاجات وأنواعها والتي لا غنى لأي شخص من إشباعها.

### التكيف الاجتماعي Adaptation

يعرف التكيف الاجتماعي على أنه عملية تتميز بالحركة والاستمرار، يستهدف من ورائها الفرد تغيير سلوكه لتحقيق أكبر قدر من الملائمة مع الظروف المحيطة به، ويدل ذلك على قدرة الفرد إقامة العلاقات الناجحة بينه وبين البيئة المحيطة به، ويقصد بالبيئة هنا كل المؤثرات أو الإمكانيات والقوى المحيطة بالفرد، والتي يمكن أن تساعد في جهوده لتحقيق الاستقرار النفسي والبدني في معيشته (ناصر، إبراهيم: ٢٧١ د.ت).

وكذلك يشير الدكتور أحمد زكي بدوي إلى التكيف حيث يرى أنه «تغيير سلوك الفرد كي يتفق مع غيره من الأفراد وخاصة باتباع التقاليد والخضوع للالتزامات الاجتماعية» (١٩٧٨:٨).

ويعرف حسين رشوان التكيف الاجتماعي بأنه عملية اجتماعية ديناميكية تفرض وجودها التغيرات المستمرة في المجتمع وما يتطلبه من ضرورة إعادة التوازن إليه، وهذه العملية تتضمن نشاط وسلوك الأفراد والجماعات الساعية إلى

تحقيق التوافق والمواءمة والانسجام والتساهل بين بعضهم البعض أو بينهم وبين بيئتهم، فالإنسان دائما في حاجة إلى أن يكيف سلوكه ليتلاءم مع المجتمع (١٨٦:١٩٩٧).

ويذهب الدكتور معتز الصابوني إلى أن التكيف الاجتماعي هو العملية التي يقصد بها تمكن الفرد من تغيير سلوكه لكي يحدث علاقة توافقية تتلاءم مع الظروف الاجتماعية التي يعيش فيها، وهي عملية دائمة التغير والاستمرار، بمعنى آخر هي المقدرة على خلق علاقات طبيعية خالية من التوتر بين الفرد وبيئته الاجتماعية، بما تتضمنه هذه البيئة من مؤثرات وعوامل والتي من شأنها أن تعيق تحقيق الاستقرار النفسي والبدني في الحياة المعاشة للفرد (١٤٦: ٢٠٠٦).

ومنذ بدء الطفولة يتكيف الوليد مع العالم الخارجي، ولكي تستمر الحياة يستمر الفرد في ملاءمة وتعديل سلوكه واكتشاف الجديد منها للاستجابة لكل ما يحيط به ويطرأ في محيطه من أشياء حيوية وطبيعية، بدءا بالملبس والمأكل والمشرب والرضاعة، وانتهاء إلى كل ما تتطلبه احتياجات مراحل حياته المتطورة ماديا ومعنويا والتي يمكنها أن تضمن له حياة التكيف مع البيئة المحيطة به (ناصر، إبراهيم د.ت: ٢٧١).

ورغم أن الإنسان يولد بيولوجيا بكل ما تحمل هذه الكلمة من معنى، يأكل ويشرب ويتنفس ويخرج ويصرخ، يستمر في تعلم التكيف مع بيئته الاجتماعية والثقافية، مع الأم أولا التي ترضعه وتمنحه الحب والحنان وتشعره بالأمن والأمان، ثم يتواصل تدريجيا مع بيئته الاجتماعية حتى يصبح عنصرا منسجما مع بقية عناصرها فيخفف تكيفه معها من وطأة نظمها سواء كانت سياسية، اجتماعية، اقتصادية أو خلقية، ويؤدي تكيفه مع هذه النظم إلى تقبل أوضاعها لتصبح جزءا مهما من مكونات شخصيته ومن أعز ما يحرص عليه، فيتطور التكيف الاجتماعي

إلى التكيف الانفعالي الوجداني، أو التوافق النفسي كما سيتم الحديث عنه لاحقاً (نفس المرجع ص ٢٧٢).

وعن «السلوك التكيفي» تقول الدكتورة انتصار يونس: إنه ذلك السلوك الذي يحاول من خلاله الفرد التغلب على الصعوبات أو العوائق التي تحول دون تحقيق حاجاته، ويمكننا القول بأن كل سلوك للكائن الحي يهدف إلى تحقيق التكيف، إلا أن ذلك لا يعني أن كل سلوك يؤدي حتماً إلى التكيف السليم، فطريقة إشباع الفرد لحاجاته التي بواسطتها يتم التكيف الاجتماعي ليست بالأمر السهل، فذلك يتوقف على البيئة التي يعيش فيها الفرد وكذلك على تكوينه النفسي، فالإنسان يمر في حياته بسلسلة من مواقف معقدة تملئها عليه دوافعه وحاجاته التي تتطلب الاستجابة لها تعديلاً مستمراً للسلوك لكي يتكيف معها، ويتوقف مدى تكيف الفرد على مدى قدرته، وعلى الوسيلة التي يتبعها لإشباع حاجاته (١٩٨٣:٣٣٥).

ولكن لا يعني ذلك أن عدم تكيف الفرد في بيئة ما يعد مؤشراً بالضرورة على عدم السواء بالنسبة له، فتكيف الإنسان وانسجابه مع بيئة متخلفة مثلاً يعتبر أمراً غير محمود، يقول جمال الدين: «عندما يكون الوسط الذي أرغمتك ظروفك على العيش فيه أحق وغير راشد فمن علامات الفعالية ألا تنسجم معه إلا بمقدار ما تريد تغييره، أو تكون الشاهد الراشد الذي يرقب المرض ويبحث عن وسيلة لشفاء المريض» (١٨٣:٢٠٠٦).

لذا يمكن القول بأنه لا توجد لحظة من حياة الإنسان خالية من عملية تكيف، فالتكيف هو كل أنواع السلوك التي يقوم بها الفرد لمواجهة المواقف المتجددة في حياته.

### Self- Adjustment التوافق النفسي

يرى علماء النفس أن التوافق يتضمن تفاعلاً متصلاً بين الشخصية والبيئة

ويتأثر كل منهما بالآخر، الأمر الذي يؤدي إلى خفض التوتر والتحرر من الإحباطات والصراعات، وهم كثيرا ما يربطون بين التوافق والتكيف Adaptation، إلا أنه يمكن الإشارة إلى أن التكيف يعني محاولة الفرد إحداث نوع من التوائم والتوازن بينه وبين بيئته الاجتماعية والمادية، وذلك عن طريق الامتثال للبيئة أو التحكم فيها أو إيجاد حل وسط بينه وبينها (أسعد، الأمانة: د.ت). بينما التوافق النفسي كما تعرفه كل من الدكتورة وداد الموصلي والدكتور حسن عبد الغني محمود يعني «التحرر من توتر الحاجة، والشعور بالارتياح بعد تحقيق الهدف» (٢٠٠٧: ١١٩).

ومثال ذلك ما يحدث للفرد عندما يتناول الطعام بعد شعوره بالجوع، وقتها يخف لدى الفرد الإحساس بالجوع ويشعر بالارتياح، ونفس الشيء يحدث له عندما يتعرض للتعب ويحصل على قسط من الراحة، وهناك كثير من الأمثلة يسعى الإنسان من خلالها لتحقيق طموحاته، وكلما استطاع الفرد تحقيق الأهداف التي وضعها بسهولة ويسر يصبح أكثر توافقا مع نفسه وبيئته، ولكن عندما يتعذر تحقيق الأهداف يتعرض الفرد للإحباط والصراع والقلق، ويلجأ إلى الحيل الدفاعية والنفسية (نفس المرجع، ص ١١٩) ويستخدم لفظ التوافق كمصطلح سيكولوجي أكثر من كونه سوسولوجي ليعني إيجاد تناسق بين فرد أو جماعة من جهة وموقف اجتماعي معين من جهة أخرى (بدوي، أحمد: ٨: ١٩٧٨).

وإذا ما أخذنا بمبدأ أن التوافق يعني عملية إشباع للحاجات النفسية والاجتماعية فعلينا أن نعلم أن الشخص لا يتكفل بتنظيم إشباع حاجاته فقط، بل قد يتعرض لصراع بين هذه الحاجات يتوجب عليه إزاءها أن يتعلم كيف يواجه المواقف التي تتصارع فيها هذه الحاجات، وتنشأ مشكلة صراع الحاجات النفسية عند حدوث تعارض بين إشباع حاجة وإشباع حاجة أخرى، بحيث يؤدي إشباع

الحاجة الأولى إلى إحباط الثانية (المحيسي، محمد عثمان ٢٥٩:٢٠٠١).

وبحسب كل من الدكتورة وداد الموصلي والدكتور محمود حسن عبد الغني فإن «الفرد الأكثر توافقاً هو الفرد الأنجح في إشباع حاجاته من خلال فعالياته الاجتماعية، وهو الفرد الذي يتمتع بمستوى أعلى للصحة النفسية (٦١:٢٠٠٧).

ويمكن توضيح عملية التوافق النفسي من خلال أمرين:

أولاً: التوافق النفسي من حيث كونه عملية سلوكية، فإن ذلك سيؤدي إلى التكيف، بمعنى أنه عندما يسعى الفرد إلى تحقيق التوافق فعليه أن يتخذ سلوكاً معيناً من شأنه أن يؤدي إلى إشباع حاجاته الداخلية والخارجية، وحل الصراع إذا ما نشأ بين هذه الحاجات نتيجة التناقضات بينها، وهذه العملية السلوكية التي يقوم بها الفرد في مواجهة حاجاته وحل الصراع بينها هي التي تحقق له التوافق النفسي في النهاية.

ثانياً: التوافق من حيث كونه تحصيلاً أو إنجازاً، يعني أن الفرد منذ طفولته يتعلم طرقاً معينة لمواجهة مواقف معينة، ويعتمد نوع التوافق على طريقة التعلم، فمن تعلم طرقاً سليمة يكون توافقه حسناً، ومن كانت طريقة تعلمه غير سليمة فيكون سعي التوافق (المحيسي، محمد عثمان ٢٥٩:٢٠٠١).

### الحاجات Needs

رغم أن اهتمام هذا الكتاب ينصب على مرحلتي الطفولة والمراهقة من مراحل النمو البشري إلا أن الإشارة إلى الحاجات في هذا الفصل يقصد بها ما يخص الإنسان بشكل عام، وستتم مناقشة أهم حاجات النمو لمرحلتي الطفولة والمراهقة في فصول لاحقة.

كلمة الحاجة هي مفهوم افتراضي يشير إلى افتقاد الكائن الحي لشيء ما

(معنوي أو مادي) ينتج عنه نوع من التوتر يدفع الكائن الحي إلى النشاط والاستمرار فيه، ومحاولة إشباع الحاجة المفتقدة، فيعود إليه بالتالي توازنه الداخلي (homostasis) (الموصللي، وداد؛ ومحمود، حسن عبد الغني ٦٧: ٢٠٠٧؛ الشوربجي، نبيلة ١٢٦: ٢٠٠٥).

ومن الحاجات ما يعتبر أمراً ضرورياً، لا بد من إشباعه لكي تستمر الحياة، ومثل ذلك إشباع الحاجة الفسيولوجية كالحاجة إلى الهواء والماء والطعام ودرجة الحرارة المناسبة والراحة والنوم، فهي لذلك تسمى الحاجات الأولية Primary needs، وتسمى أيضاً الحاجات الأساسية Basic needs، وهناك أيضاً الحاجات التي يؤدي إشباعها إلى أن يعيش الإنسان حياة أكثر سعادة، وتعرف بالحاجات النفسية Psychological Needs، وهي التي تحقق التوازن النفسي والانتظام في الحياة، وإذا ما أضيف لذلك المبادئ الأخلاقية كتحقيق قيم الحق والجمال والخير والتي تعتبر من الأولويات على سلم الأخلاق، فإن ذلك يعزز قوة الحياة السعيدة وإمكانية دوامها، لذلك يطلق عليها البعض Meta-needs (زهرا، حامد ٣٢: ٢٠٠٥؛ الشوربجي، نبيلة ١٢٦: ٢٠٠٥).

ومن الناحية الشعورية تنقسم الحاجات إلى نوعين: فهناك حاجات شعورية ويمكن الاستدلال عليها من إقرار الفرد بوجودها، ومن خلال سلوكه وملاحظة تعابير وجهه وإشاراته وندمة صوته، أما الحاجات اللاشعورية فيستدل عليها من فلتات اللسان وتحليل محتوى الأحلام والنسيان (الموصللي، وداد ومحمود، حسن عبد الغني ٦٨: ٢٠٠٧).

كما تتراوح درجة أهمية الحاجات من نوع إلى آخر، فالحاجة إلى الأوكسجين تعد أمراً ضرورياً للبقاء على قيد الحياة، أما الحاجة إلى الحب فكثيراً ما تتأثر شخصية الفرد بها سلباً أو إيجاباً وفقاً لمدى إشباع تلك الحاجات والطريقة

الصحيحة لإشباعها، فيصبح الفرد في حالة إشباعها متوافقا نفسيا والعكس صحيح، ولا بد للمعالج النفسي أو الاجتماعي من فهم حاجات الفرد وكيفية إشباعها، وذلك لكي يستطيع أن يصل به إلى مستوى أفضل في نموه النفسي والتوافق النفسي.

وفيا يلي نلقي الضوء على أهم الحاجات، وكيفية تأثيرها على شخصية الفرد وسلوكه:

الحاجة إلى الحب: يشترك جميع أفراد النوع البشري في الحاجة إلى الاستجابة العاطفية والحب والقبول أو التقبل الاجتماعي والأصدقاء والشعبية، وهي من أهم الحاجات النفسية اللازمة لصحة الفرد النفسية، ولا شك أن كل فرد يسعى إلى أن ينضم إلى جماعة وإلى بيئة اجتماعية صديقة تلائم من حيث الميول والعواطف والأهواء، ويجمع بينهم رباط متين، وهؤلاء الأفراد الذين يشبهونه ويشاركونه في صفاته وعواطفه يستجيبون بسهولة لعواطفه، ويسعدهم ويسعد بهم.

الحاجة إلى الأمن: أي الحاجة إلى الشعور بأن البيئة الاجتماعية بيئة صديقة، وشعور الفرد بأن الآخرين يحترمونه ويقبلونه داخل الجماعة، وهي من أهم الحاجات الأساسية اللازمة للنمو النفسي السوي والتوافق النفسي والصحة النفسية للفرد، وتظهر هذه الحاجة واضحة في تجنب الخطر والمخاطرة وفي اتجاهات الحذر والمحافظة، وتتضح الحاجة إلى الأمن في الطفل الذي يحتاج إلى رعاية الكبار حتى يستطيع البقاء، والحاجة إلى الأمن تستوجب الاستقرار الاجتماعي والأمن الأسري، والفرد الذي يشعر بالأمن والإشباع في بيئته الاجتماعية المباشرة في الأسرة يميل إلى أن يعمم هذا الشعور ويرى البيئة الاجتماعية الواسعة مشبعة لحاجاته، ويرى في الناس الخير والحب ويتعاون معهم، إن الحاجة إلى الأمن تدفع الشخص إلى التجمع مع الآخرين وعمل كل ما

من شأنه تحقيق تقبل الجماعة له، ونحن نعرف أن المرض النفسي نوع من فقدان الأمن، والإيمان هو الدواء لفقدان الأمان.

الحاجة إلى تأكيد الذات: يميل الفرد إلى معرفة ذاته وتأكيدا وتحققها بدافع من الحاجة إلى التقدير والمكانة والاعتراف والاستقلال والاعتماد على النفس وإظهار السلطة على الغير، والرغبة في التزعم والقيادة، وتدفع هذه الحاجة الإنسان إلى تحسين الذات، وإلى السعي دائماً للإنجاز والتحصيل لإحراز المكانة والقيمة الاجتماعية والاعتراف من الآخرين، وتؤدي إلى النمو السوي، والتغلب على العوائق، والعمل لتحقيق هدف معين (زهران، حامد ٣٣-٣٤: ٢٠٠٥).

ويعتبر إشباع دوافع السلوك وحاجات الفرد شرطاً أساسياً لتحقيق التوافق النفسي وعاملاً مباشراً لإحداثه لدى الأفراد (زهران، حامد ٣٠: ٢٠٠٥). كما أن هذا الإشباع يعتبر من العوامل المهمة لحدوث عملية التكيف، وإذا لم تشبع هذه الحاجات، عضوية كانت أو نفسية، فإنها تجنح إلى محاولة إشباعها بأي وسيلة، وقد تكون هذه الوسيلة غير سوية لا يقرها المجتمع وهنا ينحرف الفرد (الصابوني، معتر ١٤٨: ٢٠٠٦).

تعرضنا أعلاه إلى أهم الحاجات الأولية والثانوية، وعرفنا أنه لكي يتمتع الإنسان بالصحة النفسية لابد أن يتم إشباع تلك الحاجات بالطرق المشروعة والمتعارف عليها، وإن كان ذلك يشكل ضرورات الحياة السليمة للبالغ، فإن إشباع حاجات الأبناء في مراحل النمو المختلفة، تمثل الأهمية القصوى في تنشئته تنشئة سليمة، ويكتسب بذلك شخصية سوية قادرة على التكيف الاجتماعي والتوافق النفسي ليساهم في مجتمعه وأمة بفعالية وبطريقة بناءة.

وهذا يقتضي إلقاء الضوء على أهم مطالب النمو خلال مرحلتي الطفولة والمراهقة كل على حدة.