



وزارة التربية والتعليم العالي

جامعة بابل

كلية التربية للعلوم الانسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

المرونة النفسية وعلاقتها بالتوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة

بحث مقدم

الى قسم العلوم التربوية والنفسية

كجزء من متطلبات نيل شهادة البكالوريوس في اختصاص علم النفس التربوي

من قبل الطالبة

فاطمة فاضل علي

بإشراف

م.م جيهان غني كاظم

2024 م

١٤٤٥ هـ



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿ وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ ۖ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ ﴾

صَدَقَ اللَّهُ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ

﴿سورة البقرة : ٢٥٦﴾

الإهداء

إلى من قاد قلوب البشرية أجمعين محمد (ص)

وإلى التي أفضلها على نفسي ، وهي التي ضحت من أجلي ، والتي لم أراها يوماً ما تدخر جهداً في سبيل
إسعادي دائماً وأبداً ، وإليكِ وحدك أُمي الحبيبة

دائماً ما نسير في دروب الحياة ، ويبقى معنا من يسيطر على أذهاننا في كل طريق

نسلكه ، فلك أنت يا صاحب الوجه الطيب والأفعال الحسنة ، لم أراك تبخل علىّ بأي

شيء طيلة حياتي ، أنه أنت والدي العزيز

إلى الذين هم ملاذي ورمز فخري واعتزازي فأنا منهم وهم مني . . . إخواني

وأخواتي وأخي الذي لم تنجبه أُمي (أسامة) أسأل الله أن يحفظكم لي

إليك أيضاً زوجي العزيز ورفيق الكفاح في مسيرة الحياة

إلى من علمني حرفاً ويسر لي سبيل العلم درباً أساتذتي

أهديكم هذا العمل المتواضع راجياً من الله تعالى أن يمننا بعونه وتوفيقه .

شكر وامتنان

الحمد لله حمداً كثيراً حتى يبلغ الحمد منتهاه والصلاة والسلام على أشرف

مخلوق أناره الله بنوره واصطفاه .

وانطلاقاً من باب من لم يشكر الناس لم يشكر الله أتقدم بمخالص الشكر والتقدير

للأستاذة المشرفة جيهان غني كاظم على أرشادها وتوجيهها التي لم تبخل بها علينا

يوماً ، جزاها الله كل خير ووفقها لما يحب ويرضى .

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى رئيس قسم العلوم التربوية والنفسية

أ.م.د. متم جمال الياسري .

وللأستاذة الخبراء لما قدموه من ملاحظات علمية فيما يخص أدوات البحث .

والشكر والتقدير إلى كل من أسهم من قريب أو بعيد في تقديم العون في إتمام هذا

البحث وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين

والصلاة والسلام على رسوله الأمين .

مستخلص البحث

المرونة النفسية هي مدى قدرة الشخص على التأقلم عقليا او عاطفيا مع تحديات الحياة وتجاوزها والاحتفاظ الفعال بحالته النفسية بصورة جيدة . وتعتبر المرونة النفسية بأنها التكيف المتكامل للجوانب الجسدية والعقلية والروحية في مجموعة من الظروف الجيدة أو السيئة وهو شعور متماسك بالذات قادر على الحفاظ على المهام التنموية المعيارية التي تحدث في مراحل مختلفة من الحياة , اما بالنسبة للتوافق الاجتماعي فهو يشير الى حدوث نوع من التسامح والتراضي والصلح الاجتماعي وغالبا ما يحدث الصلح او التوافق الاجتماعي عندما تتهدد منظومة الامن والسلم الاجتماعي في حالة الصراع والتنافس سواء أكان على مستوى الافراد ام المؤسسات ام الجماعات ام على مستوى المجتمع بكامله وتشير الابحاث الى وجود ارتباط قوي بين المرونة النفسية والتوافق الاجتماعي , حيث يميل الانسان الى التفاعل مع المجتمع والتوافق معه عندما يمتلك اكثر مرونة , وعلى الرغم من أن المرونة النفسية والتوافق الاجتماعي يمكن أن تتأثر بعوامل متعددة , الا انها تبقى عوامل مؤثرة في سلوك وتفكير الانسان . لذلك , ن المهم توفير بيئة آمنة وهادئة للإنسان لتحسين حالته النفسية وتشجيعه على البحث عن المرونة والتوافق .

ويهدف البحث الحالي التعرف على :-

- ١- المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة .
- ٢- التوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة .
- ٣- العلاقة الارتباطية بين المرونة النفسية والتوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة .

وقد حددت عينة البحث الحالي على طلبة قسم العلوم التربوية والنفسية في كلية التربية للعلوم الانسانية بجامعة بابل للعام الدراسي (2023-2024) , والمتكونة من (26) طالب وطالبة .وقد تبنت الباحثة مقياس (الزهيري , 2012) للمرونة النفسية والذي يحتوي على (40) فقرة و (5) بدائل ومقياس (الصالح , 2001) للتوافق الاجتماعي والذي يتكون من (40) فقرة و(3) بدائل .

وبعد المعالجة الاحصائية ظهرت النتائج الاتية :-

- ١- تمتع الطلبة بقدر متوسط من المرونة النفسية .
- ٢- يمتلك طلبة الجامعة توافق اجتماعي بقدر متوسط .
- ٣- توجد علاقة ارتباطية طردية بين المرونة النفسية والتوافق الاجتماعي لدى افراد العينة .

وفي ضوء نتائج البحث الحالي خرجت الباحثة بمجموعة من التوصيات والمقترحات

ثبت المحتويات

الصفحة	المحتويات
أ	العنوان
ب	الآية
ج	الأهداء
د	الشكر والامتنان
هـ	مستخلص البحث
و- ز	ثبت المحتويات
ز	ثبت الجدول
ح	ثبت الملاحق

الصفحة	الفصل الاول: التعريف بالبحث
2-3	مشكلة البحث
3-5	أهمية البحث
5	أهداف البحث
6	حدود البحث
6-7	تحديد المصطلحات

الصفحة	الفصل الثاني: الاطار النظري والدراسات السابقة
9-18	المحور الاول : الاطار النظري

9-15	أولاً: المرونة النفسية
15-18	ثانياً : التوافق الاجتماعي
19-21	المحور الثاني : دراسات سابقة
19-18	أولاً : دراسات سابقة تناولت المرونة النفسية
19-20	ثانياً : دراسات سابقة تناولت التوافق الاجتماعي
21	ثالثاً : موازنة الدراسات السابقة مع الدراسات الحالية

الصفحة	الفصل الثالث: منهج البحث وإجراءاته
23	منهج البحث
23	مجتمع البحث

24	عينة البحث
24	اداتا البحث
27	التطبيق النهائي للأداة
27-28	الوسائل الاحصائية
الصفحة	الفصل الرابع : عرض النتائج وتفسيرها
31-32	عرض النتائج وتفسيرها
33	الاستنتاجات
33	التوصيات
34	المقترحات
36	المصادر
40	الملاحق

ثبت الجداول

الصفحة	الجدول	رقم الجدول
23	يوضح افراد مجتمع البحث	1
24	يبين افراد عينة البحث	2
25	قيمة كاي المحسوبة لمقياس المرونة النفسية	3

26	قيمة كاي المحسوبة لمقياس التوافق الاجتماعي	4
30	الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة(ت)المحسوبة لعينة واحدة وقيمة (ت)الجدولية لمقياس المرونة النفسية	5
32	الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت)المحسوبة لعينة واحدة وقيمة (ت)الجدولية لمقياس التوافق الاجتماعي	6
33	العلاقة الارتباطية بين المرونة النفسية والتوافق الاجتماعي	7

ثبت الملاحق

الصفحة	الملحق	رقم الملحق
39	اسماء السادة المحكمين الذين استعانت بهم الباحثة	1
40-42	مقياس المرونة النفسية بصيغتها الاولى	2
43-45	مقياس المرونة النفسية بصيغتها النهائية	3
46-48	مقياس التوافق الاجتماعي بصيغته الاولى	4
49-51	مقياس التوافق الاجتماعي بصيغته النهائية	5

الفصل الاول

التعريف بالبحث

_ مشكلة البحث

_ أهمية البحث

_ أهداف البحث

_ حدود البحث

_ تحديد المصطلحات

يتعرض طلبة الجامعة كغيرهم من شباب المجتمع الاخرين الى ضغوط عديدة تعود الى طبيعة المرحلة العمرية والدراسية والخبرات الشخصية والظروف القاسية التي يمر بها المجتمع العراقي , والتي تنعكس اثارها سلبا على صحتهم الجسمية والنفسية وعلى حياتهم الاجتماعية بشكل عام , وانعكاساتها على تحصيلهم بشكل خاص (الزهيري, 2012: 2) .

وكون مرحلة الدراسة الجامعية من اهم وافضل المراحل التي يمر بها الفرد وكون لها دور فعال في اعداد الافراد من تلك المجتمعات بشكل كامل , وانهم يعتبرون مركزا هاما والطاقات التي تنتج تعتبر من افضل الطاقات انتاجا والواقع على عاتقهم مسؤولية التغيير في شتى المجالات (يعقوب, 1984: 217) .

حيث انعدام المرونة النفسية يسبب انخفاض في التحصيل العلمي مع ارتفاع الاضطراب النفسي ويعود ذلك الى ضعف القدرة على التركيز وانخفاض ملحوظ في تحمل المسؤولية وعدم الشعور بالسعادة في كل النشاطات اليومية وبالتالي عدم القدرة على العمل الدؤوب الذي تتطلبه الواجبات الجامعية من اجل التحصيل الدراسي الذي يقود الى التقدم العلمي فالدراسة الجامعية تتطلب توافر الصحة النفسية لدى الطالب القائمة على نظرة الفرد الايجابية الى ذاته معتبرا نفسه قادرا وجديرا بالنجاح ووثقا من نفسه والتي هي شرط للتحصيل الجامعي الجيد وان عدم تمتع الفرد بالمرونة النفسية , يجعله ليس لديه القدرة على مواجهة احداث الحياة والتجارب السلبية وصعوبات الحياة اليومية ان الحياة مليئة بالنزول والصعود يتفاعل كل شخص بشكل مختلف مع الاحداث التي يمر بها والمشاكل والصعوبات التي يواجهها في حياته اليومية ويختلف رد فعل شخص ما تجاه موقف ما ورد فعل شخص اخر عن بعضهما البعض حسب مهاراته ونقاط قوته للتعامل مع المشكلات والصعوبات .(صالح, 2010 : 352-352)

فضلا عن تعرض العدد غير القليل منهم الى الحوادث والازمات النفسية والاجتماعية لذلك جعلت العديد منهم افرادا يفتقرون الى المرونة النفسية وعلى الرغم من ان المؤسسات والجامعات العراقية ومناهجها الدراسية ونشاطاتها الصفية واللاصفية كلها غير قادرة على جعل الطالب الجامعي يتمتع بمرونة نفسية عالية ويعيش حالة من التعايش السلم وان الافراد الذين لا يتمتعون بالمرونة النفسية تتزايد لديهم سرعة الغضب وحالات الانطواء والاكتئاب وهذا بدوره يؤدي بهم الى عدم التوافق الاجتماعي والفسل الدراسي نتيجة لكل ما يدور حولهم من معوقات , اذ ان المرحلة الجامعية تعد نقطة انعطاف في مختلف المجالات ومنها المجالات النفسية والعقلية والاجتماعية والتي تساعدهم على التفاعل مع الاخرين (شيكارنيست , 2002: 99) .وان عدم التوافق الاجتماعي والقصور في المهارات الاجتماعية لدى الطلبة يجعلهم لا يستطيعون التفاعل بشكل ملائم مع الاخرين ويؤدي ضعف المهارات الاجتماعية الى عدم قدرته على تكوين علاقات اجتماعية ناجحة وهو ما يؤدي الى الاحباط والفسل وينتج سوء التوافق الاجتماعي على وجه التحديد الى انتهاكات في المجال الشخصي قد تكون عوامل مؤهلة لتطور ردود الفعل وفقا للعصبية والاعصاب وما الى ذلك , مما يتسبب في مظاهر سلوك غير قادر على التكيف فانه يساهم في انتهاك التكيف وهذا بدوره يؤدي الى سلوك منحرف ومن ثم الى تدمير بنية الشخصية (صالح , 2021 : 77) .

الفصل الاول:.....

وتتلخص مشكلة البحث الحالي بالاجابة عن السؤال الاتي : هل توجد علاقة ارتباطية بين المرونة النفسية والتوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة ؟

ثانياً :- أهمية البحث

تكتسب هذه الدراسة اهميتها من اهمية المتغيرين الذين تتناولهما وهما المرونة النفسية والتوافق الاجتماعي لدى عينة من طلبة الجامعة وكذلك اهمية المرحلة الجامعية التي تشكل منعطفا مهما في حياة الفرد اذ يتعرض طالب الجامعة لعدد من الاحداث وعليه ان يعدل سلوكه ويكيفه بواسطة المرونة النفسية والتوافق الاجتماعي .

تكمن اهمية الموضوع في عدم التطرق عليه في الدراسات السابقة من قبل اي عدم ربط المتغيرين معا على حد علم الباحثة .

ومن اهمية هذا البحث هو تسليط الضوء على مفهوم المرونة النفسية والتوافق الاجتماعي وهما من الموضوعات الحديثة في مجال الصحة النفسية ويجب على الفرد ان يتمتع بالمرونة النفسية ويسعى لتحقيق الصحة النفسية ، وتكوين نظرة ايجابية للحياة ، وزيادة الاستمرار في العطاء ، والقدرة على الاتصال الفعال مع الاخرين ، والاحتفاظ بالكفاءة الذاتية في ظل الظروف الضاغطة ، والتعافي من الصدمات ، والتوظيف الايجابي للمتاعب والتحديات واعتبارها فرصة للنمو والارتقاء مما يجعل متاعب ومشاق المستقبل متحملة (حورية،2020: 8) .

وهنا يمكن ان نستشف مثال من التاريخ فلقد ورد من ابن تيمية مقولته الشهيرة حينما نفي فقال"ان قتلي شهادة، وسجني خلوة، ونفسي سياحة" فلقد رأى بان سجنه اوجد له فسحة امل في التقرب اكثر الى الله والتفكير والتأمل حيث صب جل اهتمامه الى الجانب الايجابي والمشرق والتعامل بمرونة مع الوضع فالمرونة النفسية تعطي صاحبها دافعا قويا نحو حب الحياة وتقبل كل اطيافها فيعتقد الفرد بذلك ان الحياة لا تتوقف عند فشل ما او مرض ما فتمده المرونة النفسية باعتقاد براغماتي مفاده انه لا شيء يستحق العناء فينظر الى ذاته باعتبارها محور ومحرك كل ما يدور حوله فهو الذات الفاعلة وغير ذلك تابع له فلا يكون بذلك تابع للظروف واسير لما يمليه الواقع لانه بذلك يدفعه الى استعمال ميكانزم الهروب وانكار الذات، الوقوع في الاحباطات وبعض الاضطرابات النفسية، باعتباره يفترق للمرونة النفسية(بن شعاعة،2020: 6) .

وتوصلت مجموعة كبيرة من الابحاث حسب ساوثيك واخرون الى ان المرونة النفسية يتم تعزيزها عموما من خلال الظروف البيئية وتقديم الرعاية اثناء الطفولة التي تتسم بالحب والاستجابة العاطفية المتسقة والموثوقة وكذلك عندما توفر البيئة ايضا فرصا كبيرة للسيطرة على التحديات والضغوط (الشمراي، 2022: 7) .

اهمية المرونة تكمن في كونها مؤشر على الصحة النفسية فهي احدى العوامل الاكثر اهمية في تقييم التعديلات الصحية والمرضية التي تتبع من عدم التوافق الاجتماعي لذا استخدم مفهوم المرونة النفسية بشكل متزايد في المجال النفسي والتربوي خصوصا عندما يكون الهدف هو برامج الصحة النفسية الوقائية وعن بناء المرونة في الفصول الدراسية يرى بينارد Benard ان الطلبة المرنين يمتلكون توقعات عالية، ومعنى للحياة ،ولهم اهداف ،وقوة شخصية ،ومهارات حل المشكلة الشخصية

كل هذه الصفات تعمل معا لمنع السلوك الضعيف الذي يترافق مع العجز المتعلم، فالانتقال الى الكلية بعد الثانوية هو وسيلة لممارسة الابداع التكيفية، الفصل الدراسي يعطي للطالب فرصة للاستجابة، المشاركة في تحديد الاهداف، هذه الخصائص تساعد الطالب على تطوير الاحساس بالانتماء والمشاركة والحد من مشاعر النفور وعدم الانتماء في مثل هذا النوع من الارتباط في المدرسة او الكلية سيحصل الطالب على درع واقى اكبر ضد الظروف غير المواتية التي ترميهم فيهم ضغوطات الحياة يتوقع ان يفيد البحث في كيفية توظيف المرونة النفسية في تنمية التوافق الاجتماعي (العازمي، 2022 : 141).

تعد المرونة النفسية هي أحد المكونات الرئيسية المتممة للصحة النفسية فهي تصنع مساهمة رئيسية لرفاهية يومية وصحة نفسية وتمثل قدرة الفرد على مقاومة الضغوطات وعدم اظهار الخلل الوظيفي النفسي مثل المرض العقلي، او الم المزج السلبي الدائم، والنظرة السائدة للمرونة النفسية من حيث قدرة الشخص على تجنب الامراض النفسية على الرغم من الظروف الصعبة (Kashdal Rottenber, 2010:866).

فالمرونة عنصر حاسم في تحديد الطريقة التي يتفاعل بها الأفراد ويتعاملون مع الضغوط، فهناك مدى واسع من الصفات متصلة مع المرونة هذه الصفات تتصل بالمظاهر والقوى الإيجابية للحالة العقلية للفرد وتشير المرونة الى العديد من العمليات الدينامية التي تنمو عبر الوقت وتعكس كيف الشخص: يتكيف لتغير الطلبات الوضعية، (إعادة تشكيل الموارد العقلية، ويغير المنظور، يوازن بين الرغبات المتنافسة والاحتياجات ومجالات الحياة وجذب المساندة مع الآخرين، ولهم ارتباط وثيق مع الشبكات الاجتماعية والشخصية، والكفاح تجاه الأهداف الشخصية والجماعية، هؤلاء الافراد يظهرون إحساساً كبيراً بالكفاءة الذاتية مع إحساس بالمرح عندما يتصدون للأمر، ولديهم تقدير للذات قوي، ويظهرون طريقة التوجه بالفعل نحو حل المشكلات، وهم أكثر قدرة على التكيف للتغيير، وهم يستخدمون النجاحات السابقة لمواجهة التحديات الحالية (Connor, 2006: 46).

تبرز أهمية البحث بدراسة متغير التوافق الاجتماعي باعتباره من العوامل المؤثرة على طبيعة الاداء والتكيف وتحقيق الاهداف منسجما مع واقع المجتمع الذي يعيش فيه وكذلك أهمية ادراك الفرد لنفسه (ذاته) والقدرة على معرفة قدرات وامكانيات الفرد نفسه تفاعل مع الجوانب المختلفة البدنية والمهارية والمعرفية والخطية انسجما مع سلوك الفرد ونشاطاته ومستوى ادائه (عبد اليمه، 2011: 178).

فالتوافق الاجتماعي فهو يعبر عن مدى الرضا والتلاؤم وحسن التكيف مع مكونات وجوانب البيئة كما يعبر عن العلاقة بين الطالب وزملاؤه ومدى توافقه في المجتمع الذي يعيش فيه وكذلك إقامة علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين داخل الاسرة وخارجها وذلك من خلال الالتزام بمعايير وقيم واخلاقيات المجتمع ويتمثل ايضا في المشاركة الاجتماعية من خلال زيارات الاصدقاء والشعور بالسعادة عند زيارتهم وحب الاشتراك في الرحلات وغيرها وبهذا يعد التوافق الاجتماعي من اساسيات استمرار العلاقات بين الفرد والآخرين (الحمدادي، 2022 : 6).

والتوافق الاجتماعي هو تكيف الفرد مع مجتمعه اي مع البيئة الخارجية سواء كانت مادية ام اجتماعية فالبيئة الاجتماعية تعني القيم والعادات والتقاليد والمعتقدات والأفكار والدين والعلاقات

الفصل الاول:.....

الاجتماعية والنظم الاقتصادية والسياسية ويأتي التوافق او سوء التوافق مع البيئة الاجتماعية وقد يكون هذا التغيير ايجابيا او سلبيا مما يثير العديد من المواقف والمشاكل التي تتطلب من الانسان تغيير سلوكه لمواجهة هذا التغيير حتى لا تؤدي هذه المشاكل للقلق والتوتر وبالتالي فعلى الانسان ان يستثمر قدراته وامكاناته ووظائفه النفسية المختلفة لمقاومة هذا التغيير واحداث التوافق والتكيف مع البيئة (العريزي, 2018: 27) وفضلا عما تقدم فإن اهمية البحث تتلخص فيما يأتي :-

١- توفير اطار نظري يجمع بين المتغيرين ويوفر تنظير غني للمرونة النفسية باعتبارها من المتغيرات الحديثة

٢- تناول شريحة مهمة من شرائح المجتمع وهم طلبة الجامعة كونهم الجيل الذي سيتحمل مسؤولية قيادة المجتمع والنهوض به والمحافظة عليه

٣- تعد هذه الدراسة جديدة من نوعها على حد علم الباحثة حيث تستعرض مختلف الآراء والاساليب التي استخدمت في تحديد مستوى المرونة النفسية

٤- ما تتوصل اليه الدراسة من مقترحات وتوصيات يمكن ان تثير بحوثا نظرية وميدانية تكشف جوانب اخرى للموضوع وتعزز اسس المعرفة في هذا الميدان

٥- للبحث الحالي اهمية وقائية لانه قد ينبه المسؤولين في الجامعة الى ضرورة الاهتمام بالطلبة من خلال تعزيز المرونة وهذا يتطلب حث الجهود وتعاون جميع المؤسسات الاجتماعية التربوية في المجتمع (الزهيري, 2012 : 22) .

ثالثاً :- أهداف البحث

يهدف البحث الحالي التعرف الى :

١- المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة .

٢- التوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة .

٣- العلاقة الارتباطية بين المرونة النفسية والتوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة .

رابعاً :- حدود البحث

يقتصر البحث الحالي على طلبة جامعة بابل كلية التربية للعلوم الانسانية قسم العلوم التربوية والنفسية (للداسة الصباحية) / المرحلة الرابعة للعام الدراسي (2023-2024)

خامساً :- تحديد المصطلحات

أولاً :- المرونة النفسية

عرفها كل من :-

- تعريف نيل واخرون(neill &etal :2001) هي خاصية نفسية تسمح للإنسان بالاستجابة الفعالة والتعامل مع ضغوطات الحياة (neill &etal : 11) .
 - تعريف كروتيرج (2003,grotberg) انها قدرة انسانية على التعامل والتغلب او حتى التحول من صعوبات الحياة التي يتعذر اجتنابها . (grotberg , 2003 : 1)
 - تعريف سليجمان واخرين (seligman & etal 2003) انها قدرة فطرية تطورية للحياة والنمو والحب ضد كل الصعوبات : (brooks & gldstein) : 2 (2003)
 - تعريف بينر (2007, pielar) قدرة الفرد على استخدام موارده الداخلية والخارجية بنجاح لحل قضايا تنموية ومهام الحياة (2007 41 ,Pielar)
- التعريف النظري :- تبنت الباحثة تعريف (بينر، 2007) كتعريف نظري للمرونة النفسية .
التعريف الاجرائي :- هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب (الطالب – الطالبة) من خلال اجابته على فقرات مقياس المرونة النفسية الذي تم تبنيه في هذا البحث .

الفصل الاول:.....

ثانياً :- التوافق الاجتماعي

عرفه كل من :-

- تعريف زيدان (1977)

قدرة الفرد على ان يعقد صلات اجتماعية طيبة مع من يعاشرونه او يعملون معه من الناس ،فضلا عن قدرته على معاملة الناس بصورة واقعية .

(زيدان , 1977 : 39)

- تعريف الكبيسي (1987)

قدرة الفرد على اقامة صلات اجتماعية مرضية مع الاخرين والتفاعل معهم والالتزام بقيم وعادات ومسايرة المعايير الاجتماعية والاشترك بالنشاطات الاجتماعية .

(الكبيسي , 1987 : 64)

- تعريف الدوري (1993)

قدرة الفرد على تقبل الاخرين والتعايش معهم واقامة علاقات اجتماعية متواصلة معهم قائمة على اساس الاحترام والتقدير المتبادل والتعاون والمشاركة والالتزام بقواعد واخلاقيات المجتمع (الدوري , 1993 : 39) .

- تعريف سفيان (1998)

استمتاع الفرد بعلاقات اجتماعية حميمة ومتكافئة ومشاركته بالانشطة الاجتماعية وتقبله لثقافة مجتمعه (سفيان , 1998 : 20) .

- التعريف النظري :- تبنت الباحثة تعريف (سفيان ، 1998) للتوافق الاجتماعي كتعريف نظري لكون الباحثة تبنت مقياسه في هذا البحث .

- التعريف الاجرائي :- هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات مقياس التوافق الاجتماعي الذي تم تبنيه في البحث الحالي .

الفصل الثاني

الاطار النظري ودراسات سابقة

المحور الاول:- الاطار النظري

اولا :- المرونة النفسية

ثانيا :- التوافق الاجتماعي

المحور الثاني :- دراسات سابقة

اولا :- دراسات سابقة تناولت المرونة النفسية

ثانيا :- دراسات سابقة تناولت التوافق الاجتماعي

الفصل الثاني :.....

المحور الاول :-الاطار النظري

اولا :- المرونة النفسية

- نبذة تاريخية عن المرونة النفسية

بينما يستمتع الناس مع قصص المرونة للآلاف السنين والحكمة من العديد من الحكايات القديمة للأفراد الذين انتصروا على الشدائد ، الا ان الدراسات العلمية للمرونة بدأت فقط في الستينات والسبعينات من القرن الماضي ، بالرغم من ذلك فأنها حققت خطوات واسعة تم عملها في العقود الأربعة الأولى للبحث ومن الواضح ان الطفولة المبكرة هي النافذة الهامة من الزمن لفهم وتعزيز المرونة .

خلال هذه السنوات فان جذور الكفاءة يتم انشاؤها والعديد من الأنظمة الوقائية الهامة للنمو تبرز في مرحلة الطفولة ، حيث ان بعض الأطفال يطورون المرونة من خلال العمليات الطبيعية بينما الاطفال الاخرين بحاجة الى المساعدة ، تلك السنوات المبكرة لها قدرات كبيرة للتدخل لمنع وتقليل الخطر وتعزيز الكفاءة وبناء أساس قوي للنمو المستقبلي (1:mastan&eall,2006) .

كان أول بحث عن المرونة على يد العالم 1972 Garnezy تضمنت دراسته عمّ سيصبح مريض او من لا يصبح ، لكشف عوامل الخطر وعوامل الوقاية التي تساعد الان في توضيح المرونة ، وكذلك ابتدعوا وسائل تشير الى الانظمة التي تدعم لنمو المرونة .

كانت واحدة من العلماء الأوائل Emmy Werner ايمي ويرنر 1982 الذين استخدموا مصطلح المرونة في السبعينات في دراستها مجموعة أطفال من كاوي Kauai المرونة برزت موضوعا رئيسيا بحثيا ونظريا من دراسات أطفال الامهات في الثمانينات ، في دراسة ماستن Schizophrenic المصابات بفصام الشخصية (1989) اظهرت النتائج ان الأطفال من اب أو ام مصاب بفصام (Masten) الشخصية لا يحصل على رعاية جيدة بالمقارنة مع الاطفال الذين لديهم والدين أصحاء وتلك الاوضاع لها تأثير على نمو الاطفال ، مع ذلك بعض الاطفال من آباء مرضى حققوا نجاح أكاديمي وبسبب ذلك أدى هذا الى ان الباحثين يبذلوا جهودا لفهم الاستجابة للشدائد .

-بناء المرونة

1 - (الكفاءة الذاتية)

هذا يتطلب مستوى عالي من الثقة بالذات والايمان بالذات التي تمكن الفرد من مقابلة أي تحدي الكفاءة الذاتية تتضمن ان يفهم الشخص عندما يكون العالم مصدر تحدي ، فان الشخص الذي لديه قدرة يستطيع النجاح رغم التحديات.

الفصل الثاني :.....

2- (الرؤية الشخصية)

يعتقدون به ولديهم فكرة واضحة فيما يريدون انجازه او ابتداعه في حياتهم ، مع الرؤية الشخصية رغم غموضها يستخدمها الاشخاص على انها موجة لتحديات الحياة وتهيئ أماً في الحياة كون الشخص مرن .

3 - المرونة والتكيف : (Flexible and Adaptable)

تمكنه من الاستجابة بمرونة للتحديات المجهولة ، من خلال البحث عن طرق للتغلب على الاحداث وتجعله قادراً على التكيف مع الواقع الجديد في مواجهة التحدي البيئي rigidity فان هذا يقلل من تأثير الصلابة ان ابتداع طريقة منظمة للمهام التي تحتاج الى التنظيم .

4 - التنظيم (Organised) هو القدرة على الاستجابة للمطالب المستمرة للخبرة من خلال العواطف بطريقة يمكن تقبلها اجتماعياً ومرنة بما فيه الكفاية للسماح بردود فعل عفوية وكذلك القدرة على تأخير ردود فعل عفوية حسب الحاجة .

5- (Interpersonal Interaction) التفاعل بين شخصي : البعد الرئيس للمرونة هو قدرة الفرد للفهم والتعاطف مع الآخرين ، الناس المرنين يظهرون كفاءات في الذكاء الانفعالي ، المستوى العالي للوعي الذاتي والاجتماعي والقدرة على استخدام ذلك لأدارة انفسهم بفعالية وعلاقاتهم مع الآخرين .

6 - (Problem Solving) تتضمن القدرة على حل المشاكل اذ حل المشكلة تمكن الافراد من ايجاد الاسباب والحلول لمقابلة الاحداث التي تكون على تماس في الحياة اليومية فأن هؤلاء الذين يدرّبون انفسهم ليتمتعوا بحل المشاكل والتمتع بمواجهة التحديات الموجودة في حياتهم .

7 – الارتباطات الاجتماعية (Social Connections) فأن هذا البعد يتضمن صفة العلاقات الشخصية والمهنية ، الاشخاص المرنون لديهم علاقات قوية مع أصدقاء منتقين حسب مواصفات كتقاسم الأفكار والمشاكل والحلول والاحباطات والأمال وهكذا .

8 - الفعالية (active) : الاشخاص المرنون ينشغلون في التغيير بفعالية والمواجهة الفعالية مع الاحداث غير الملائمة ، الاشخاص المرنون يجزمون بذكر مشاركتهم للمواقف المتغيرة ويحافظون على سيطرتهم الشخصية من خلال توكيدهم للمحافظة على الكفاءة الذاتية. (3: Derek , 2010) .

American Psychological Association وتقترح الجمعية النفسية الامريكية عشر طرق لبناء المرونة والتي هي:-

1 - الحفاظ على علاقات جيدة مع أعضاء العائلة المقربين ومع الأصدقاء والآخرين

2 - Stressful events على انها تجنب رؤية الازمات والاحداث الضاغطة ومشكلات لا تطاق.

3- القبول بالظروف التي لا يمكن تغييرها .

4 - تطوير الاهداف الواقعية والتحرك باتجاهها .

الفصل الثاني :.....

- 5 - اتخاذ أفعالا حاسمة في المواقف المتعارضة .
- 6- Self – discovery البحث عن الفرص لاكتشاف الذات بعد الصراع مع فقدان .
- 7- Self – Confidence تطوير الثقة بالنفس .
- 8- Perspective الحفاظ على منظور طويل الامد وعد الحدث الضاغط في سياق أوسع .
- 9- Visualizing الحفاظ على نظرة ذات أمل وتوقع الاشياء الجيدة ورؤية ما نتمناه .
- 10 –العناية بالجسم body والعقل mind وتأدية التمارين بانتظام والانتباه للحاجات والأحاسيس والدخول في نشاطات الاسترخاء التي يتمتع بها المرء (Memphis & et aml , 2010 :266)

النظريات التي فسرت المرونة النفسية

1-نظرية فرويد

يعد سيجموند فرويد (S.FREUD) المؤسس الفعلي لما يسمى بمدرسة التحليل النفسي psychoanalysis وهو يرى في الشخصية ثلاث قوى هي :-
وتتضمن (ID) الهو :-وتشير الى الدوافع الفطرية ، التي يولد الفرد مزودا بها غريزتين الجنس والعدوان , أي الجانب الواعي من الشخصية والذي يواجه الانسان نحو (Ego) – الأنا السلوك السليم القائم على المنطق والعقل ومبدأ الواقع . وهي وظيفة الرقابة والردع ، وهي تشير الى (Super Ego) - الأنا الأعلى المثل العليا والقيم الخلقية السائدة في الجماعة . (كفافي , 1984: 32) فوظيفة الأنا أن تسعى الى التوفيق بين ضغط الغرائز من جهة الهو وضغوط الأنا الأعلى وعليه يرى فرويد ان قدرة الفرد على مواجهة الشدائد والظروف الصعبة والمحن مرهون بقوة " الأنا " وقدرتها ونجاحها على احداث التوازن والتوفيق بين متطلبات " الهو " و " الأنا الأعلى " لأنها تخضع لمبدأ الواقع ، وتفكر تفكيرا موضوعيا ومعتدلا ومتماشيا مع الاوضاع الاجتماعية المتعارف عليها ، ووظيفتها الدفاع عن الشخصية والعمل على توافقها مع البيئة وحل الصراعات بين الحاجات المتعارضة للفرد . (غني 2010: 41).

٢-نظرية اريكسون

وتعد نظرية اريكسون في النمو النفسي الاجتماعي امتدادا لما A. Erikson قدمه فرويد في نظريته عن النمو النفسي الجنسي ، الا ان اريكسون ركز على نمو الأنا وفعاليتها مؤكدا على أهمية الجوانب الاجتماعية والبيولوجية والنفسية كعوامل محددة للنمو .

ويقسم اريكسون دورة حياة الانسان الى ثمان مراحل متتابعة تبدأ كل منها بظهور أزمة نفس اجتماعية ، وتسعى الأنا جاهدة لحل هذه الأزمة وكسب فاعليات جديدة تزيدها قوة وتجعلها قادرة على مواجهة مصاعب الحياة (العسيري , 2003 : 11) وان المرونة تقرر من خلال طبيعة الحل الايجابي أو السلبي للأزمة والتي تشمل جانبيين يمثلا طرفي نقيض .

الفصل الثاني :.....

وعلى هذا فان أريكسون يحدد مؤشرات المرونة والتي تعني فاعلية الأنا السوية في كل من الثقة ، الاستقلالية ، المبادرة ، الانجاز ، تشكل الهوية ، الألفة ، الإنتاجية ، الحكمة. في حين تتمثل مؤشرات قلة المرونة النقيض من ذلك والتي تشمل انعدام الثقة بالذات والآخرين ، الاعتمادية والخجل والشك ، المعاناة من مشاعر الذنب وفقدان روح المبادرة ، الشعور بعدم الكفاية وعدم القدرة على الانجاز ، فقدان الهوية واضطراب الدور ، العزلة والركود واليأس (المجداوي, 2007: 51).

ويعد أريكسون ان كل مرحلة تضيف شيئا محددًا للمراحل التالية وتخلق صورة جديدة للمراحل السابقة (باتريشا, 2003: ص147) الى مراحل أريكسون التطورية Grotbreg وقد أشار جروتبرغ الثقة ، الاستقلال ، المبادرة ، المتابعة ، الهوية ، الألفة ، الإنتاجية ، التكامل ، وأظهر ان الحل الايجابي يمثل اكتساب كل مرحلة بمرونة واكمالها. (grotbreg,2003:5)

٣- نظرية ماسلو

يركز هذا المنظور على أهمية الخبرة الذاتية للفرد ، ومشكلاته الأساسية كالقلق وفاعليته وحرية في اتخاذ قرارته لحل مشكلاته ، ويركز بصفة عامة الى كشف السبل التي تؤدي بالفرد الى التكيف وتحقيق أقصى فاعلية لذاته . (غباري وآخرون , 2018 : 22) إذ يرى روجرز ROGERS ان السلوك مدفوع بقوة واحدة هي النزعة لتحقيق ، المتمثلة بالرغبة في المحافظة على النفس وتطويرها ، ان الشخصية السليمة المرنة بنظر روجرز دالة على الانسجام بين الذات والخبرات ، فالأشخاص الأصحاء نفسيا قادرين على إدراك أنفسهم وبيئاتهم كما هي في الواقع وهم منفتحون بحرية لكل التجارب لان أية واحدة من هذه الخبرات لا تشكل تهديدا للذات لديهم ، وأنهم احرارا ليحققوا ذواتهم في السير قدما ليكونوا أشخاصا متكاملين في اداء مهامهم ، ليس بالضرورة ان يغيروا وجه العالم بل يكفي ان يكون مبدعا حتى في شيء صغير يشعر بالتلقائية وبمرونة كبيرة في التكيف مع الحياة والبحث عن خبرات جديدة نحو الاحساس بالرضا وتحقيق الأهداف التي يسعى اليها (حسين, 2011: 79).

في حين يؤكد ماسلو (MASLOW) كلية الفرد الا انه يتصور الحاجات مرتبة وفقا لنظام هرمي يمتد من أكثر الحاجات الفسيولوجية الى أكثرها نضجا من الناحية النفسية ماسلو يضع تحقيق الذات على قمة نظامه الهرمي المتصاعد للحاجات . (منصور وآخرون , 1989: 116) فلقد أكد ماسلو ان الانسان مدفوع من الداخل Mcconnell وطبقا لماكونيل (Mcconnell ,1974:360). لتحقيق الحاجات النفسية بإرادة فاعلة نحو الصحة .

المرونة النفسية هي المحافظة على الكفاءة في سياق Coats Worth حدد كوتس ورث التحديات الكبيرة من اجل التكيف او التطور ، فيشير الى المرونة في ضوء مصطلح تحقيق الذات على أنها النتيجة الملاحظة ما بين الأفراد ليكونوا مرنين ، تعكس خصائص الاشخاص المحققين لذواتهم :-

- لديهم ادراك كاف للواقع .

- يظهرون قبولاً لأنفسهم والآخرين والوضع المحيط بشكل عام .

- يتصف سلوكهم بالبساطة والتلقائية .

الفصل الثاني :.....

- يركزون على المشكلة خارج أنفسهم .
- هناك موازنة بين الانفصال عن الآخرين والحاجة للخصوصية .
- لديهم استقلال نسبي عن البيئة .
- يطورون علاقات قوية مع أفراد قليلين محققين لذواتهم .
- انهم ديمقراطيون في احساسهم العميق .
- تمييز أخلاقي بين الوسائل والغايات .
- إبداعية ، تسامي فوق أي ثقافة خاصة .
- مقاوم للقبولية الثقافية .
- فلسفي - لديه روح دعابة غير عدائية .

(Middel ,2001:12)

٤- نظرية فرانكل :

يتناول المنظور الوجودي الانسان بوصفه وجودا بيولوجيا ، واجتماعيا وسايكولوجيا، مهمته الاساسية البحث عن المعنى وتأكيده هذا المعنى وترجع بدايات ظهوره الى الظروف التي مرت بها البشرية جمعاء والمجتمعات الاوربية على وجه التحديد التي تضمنت حربين عالميتين مدمرتين وتطور مدهش في التكنولوجيا واهمال المشاريع الانسانية واهتزاز القيم والمعتقدات الدينية و الاسرية والتقليدية ، وطبقا فان القوة الدافعة الرئيسة لسلوك الانسان هي " الرغبة في المعنى " Frankal لفرانكل أي ان يجد السبب او شيئا من المنطق لمشكلات وجوده ، وتعقيدات حياته .(صالح, 2015: 168)فمهمة الانسان المرن تكمن في البحث عن المعنى واكتشافه وهذه المهمة تتحقق من خلال ما يمنحه الفرد للعالم من Creative Value - القيم الابداعية ومنجزات إبداعية ذات فائدة وقيمة في مختلف المجالات من خلال مواجهة الفرد لمآزقه الوجودي atitudinal Value - القيم الموقفية وتأقلمه مع الظروف السلبية والخبرات الصعبة المؤثرة التي لا يمكن تفاديها مثل الامراض المزمنة والكوارث الطبيعية من خلال ما يحصل عليه الفرد من Experience Value - قيم الخبرة، خبرات ايجابية في مجال تذوق الجمال والعلاقات الانسانية(الجميل , 2018: 43) الى التأكيد الوجودي للفرد كائن حي في العالم Kobasa وأشارت كوباسا ١٩٧٩ وترى ان الفرد نوع من البناء المستمر الديناميكي ومهمة الفرد كوجود هي في مجابهة الضغط وعدم تجنبه ، والانتفاع من التعامل الفعال كوجود بأعطاء شكل لهذه الحياة .

وطبقا الى كوباسا فان الفرد الذي يتعرض لدرجة عالية من الضغوط من دون ان يصاب بالمرض فانه يمتلك بناء للشخصية يختلف عن الفرد الذي يصاب بالأمراض عند تعرضه للضغوط ذاتها ، ويوصف هذا البناء من خلال مفهوم التحمل النفسي Psychological Hardiness

الفصل الثاني :.....

لقد انبثق هذا المفهوم من دراسة الاحداث الضاغطة وتأثيرها في اصابة الفرد بالامراض النفسية او الجسمية حيث لاحظت كوباسا من خلال متابعة البحوث ان هناك فئة من الافراد يتميزون بسمات شخصية تعد حاجز ضد الاصابة بالامراض النفسية والجسمية .

-تتكون هذه الشخصية كما ترى كوباسا من ثلاث خصائص رئيسية :-

١- اعتقاد الفرد بانه يستطيع السيطرة على الاحداث والتأثير فيها بخبرته الخاصة .

٢- امتلاك الفرد لشعور المشاركة والارتباط بنشاطات الحياة .

٣- التوقع والحدس للتغيير كنوع من المواجهة (السوداني , 2015 : 43).

في عام ١٩٨٢ كوباسا وزملاؤها أكدوا بأن المرونة هي عامل حاسم في تحديد كيف يتفاعل الناس ويتعاملوا مع احداث الحياة الضاغطة وان الناس المرنين يميلون لإظهار سلوك تكيفي في مجال الأخلاق والأداء الاجتماعي والصحة الجسمية (Kathryn, 2006 : 4).

٥- أنموذج pienaar(2007)

ينطوي هذا الانموذج على الموازنة بين العوامل الوقائية ضد عوامل الخطر للاستجابة بنجاح للتحديات في الاسرة , المدرسة , المجتمعات تؤكد بينر ان المرونة تتحدد بوجود عوامل الوقاية التي تخفف تأثير التعرض للمخاطر , وبمثابة عامل محفز عن طريق تعديل الاستجابة للمخاطر وتقلل احتمالية النتائج السلبية , وبالتالي مرونة الافراد محددة ومتوقفة بحسب الموارد الداخلية والخارجية المتاحة لهم هي التي تشكل وتحدد المرونة النفسية لديهم .

مناقشة نظريات المرونة النفسية :

بناء على الحقائق المتقدمة توصلت الباحثة الى عدة معطيات تخص المرونة النفسية وهي:

أولاً: تتفق جميع النظريات المذكورة على ان المرونة النفسية من المتغيرات الايجابية في الشخصية ، وغيابها يؤدي الى مشكلات نفسية واجتماعية .

ثانياً : باستعراض النظريات المختلفة التي فسرت المرونة النفسية نجد انها لا تختلف بل هي أقرب ان يكمل بعضها بعضاً ، فكل اتجاه عبر عن معان متشابهة ولكن بالالفاظ والمصطلحات التي تنسب الى بنائه النظري ، فهي تمثل عند فرويد قوة الانا وقدرتها على الموازنة بين " الهو " التي تتطلب الاشباع وبين " الأنا الأعلى " التي تعارض الاشباع الا في الاطار الاجتماعي وهي عند أريكسون تمثل الحل الايجابي للأزمة واكتساب الأنا فاعلية جديدة ومن ثم انتقالها بمرونة الى المراحل التالية .

أما الانسانيون فيرون أن المرونة النفسية هي من صفات الناس المحققين لذواتهم وذهب الوجوديون الى ان البحث عن المعنى هو جوهر الشخصية المرنة ، وكذلك كوباسا ترى ان المرونة النفسية ما هي الا قدرة على التعامل مع الضغوط دون الاصابة بالامراض.

الفصل الثاني:

وقد تبنت الباحثة نموذج بينر إطاراً نظرياً في بناء المقياس وتفسير نتائج البحث بما يتميز به هذا النموذج من تكامل في تفسير المرونة النفسية وكذلك يعمل هذا النموذج على الموازنة بين العوامل الوقائية وبمثابة عامل محفز عن طريق تعديل الاستجابة للمخاطر التي تخفف احتمالية النتائج السلبية وبالتالي يصبح الانسان يتعامل بمرونة مع احداث الحياة والضغوطات .

ثانياً :- التوافق الاجتماعي :-

نبذة تاريخية عن التوافق

لقد أشتق مصطلح التوافق من مصطلح التكيف، وذلك بعد ظهوره كمفهوم مستمد أساساً من علم البيولوجيا على نحو ما حددته نظرية النشوء والارتقاء (١٨٥٩). ويشير هذا المفهوم عادة إلى أن الكائن الحي يحاول أن يوائم بين نفسه والعالم الطبيعي الذي يعيش فيه محاولة منه من أجل البقاء.

"وعندما حدد أولبرت Aubert مفهوم التكيف سنة (١٨٦٠) كان يعني به ما يحدث لحدقة العين من تغير نتيجة لشدة الضوء الذي يقع عليها".

ثم أصبح هذا المفهوم يصف سلوك الإنسان كردود أفعال لعدد من المطالب والضغوط البيئية التي يعيش فيها، كالمناخ وغيره من عناصر البيئة الطبيعية، ففي شهور الصيف يحاول الإنسان أن يخفف من ملابسه كي يتلاءم مع الجو الحار، بينما في شهور الشتاء يحاول أن يتدثر في ملابس ثقيلة تقيه غائلة البرد، وكذلك الحال بالنسبة للسكن والطعام وغيرها. وقد استعار علم النفس المفهوم البيولوجي للتكيف واستخدم في المجال النفسي الاجتماعي تحت مصطلح التوافق. ومن الطبيعي أن ينصب اهتمام علم النفس على البقاء السيكولوجي، والاجتماعي للفرد أكثر مما ينصب على البقاء الطبيعي والبيولوجي.

والتوافق مصطلح مركب وغامض إلى حد كبير، لأنه يرتبط بالتصور النظري للطبيعة الإنسانية وبتعدد النظريات والأطر الثقافية المتباينة. وربما كان أحد أسباب غموض هذا المصطلح هو الخلط بين المفاهيم، ففي الإنجليزية نجد كلمات Conformity-Adjustment-Accomodation- Adaptation وفي العربية نجد كلمات: توافق، تكيف، تلاؤم، مسابرة، مجارة، ويمكن أن نفرق بين المفاهيم السابقة اعتماداً على الآتي:

١- Accomodation وترجمتها العربية تلاؤم، وهو مصطلح اجتماعي يستخدم باعتباره عملية اجتماعية وظيفتها تقليل أو تجنب الصراع بين الجماعات.

٢- Conformity وترجمتها العربية مسابرة وهو أيضاً مصطلح اجتماعي يعني الامتثال للمعايير والتوقعات الشائعة في الجماعة.

٣- Adaptation وترجمتها العربية تكيف، ويفضل أن يقتصر استخدام هذا المصطلح -كما قصد بذلك دارون- على اعتباره مصطلحاً بيولوجياً 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.

الفصل الثاني :.....

٤- Adjustment: والترجمة العربية لهذا المصطلح هي "توافق" وهو المفهوم النفسي الذي يرتبط بدراستنا والذي سنوليه قدرا من الأهمية.

ورغم تعدد تعريفات التوافق، إلا أنه يمكن حصرها في ثلاثة اتجاهات رئيسية:

- الاتجاه الأول: يرى أن التوافق عملية فردية تبدأ وتنتهي بالفرد.
- الاتجاه الثاني: يرى أن التوافق عملية اجتماعية تقوم على الانصياع للمجتمع بصرف النظر عن رضا الفرد عن هذا الانصياع.
- أما الاتجاه الأخير: فهو الاتجاه التكاملي وهو يوفق بين ما هو فردي وما هو اجتماعي ويمكن دراسة التوافق من إطارين على الأقل: الإطار الشخصي والإطار الاجتماعي، ويشير الإطار الشخصي أساسا إلى الجانب الذاتي من التوافق ويتضمن المعيار الرئيسي للتوافق الجيد الإشباع الكافي لحاجات الفرد وتوافر حالة من التوازن الداخلي لديه، ويعني الإطار الاجتماعي بمعناه العام توافق الفرد كما يقيم من الخارج بمعايير شكلية أو غير شكلية يقوم بوضعها الآخرون، كما يستخدم المصطلح بمعناه الضيق فيشير إلى التوافق مع الآخرين. (عبد الحميد محمد شاذلي، 2001: 62-67) ومما سبق ترى الباحثة على أنه بالرغم من اختلاف آراء الباحثين حول مفهومي التوافق والتكيف إلا أنه يمكن ملاحظة أن هناك اتفاقا على أنهما بعاملات معا للوصول إلى مستوى أفضل من الصحة النفسية، لأنه يصعب على الفرد تحقيق التوافق النفسي أو الاجتماعي في ظل ظروف لا يستطيع معها التكيف، فالإنسان يتكيف بيولوجيا ويتوافق نفسيا واجتماعيا.

٢- مفهوم التوافق النفسي:

وسيتم فيما يلي عرض بعض التعاريف والمفاهيم لمصطلح التوافق النفسي حسب وجهة نظر بعض العلماء في المجال النفسي والاجتماعي.

ونظرا لما يتضمنه هذا المصطلح من معان كثيرة ليس من السهل تقديم تعريف للتوافق النفسي تحاول الباحثة عرض بعض التعاريف التي وردت في بعض المعاجم، والتعاريف التي قدمها بعض علماء النفس الأجانب والعرب. (طاهات , 2021 : 72).

ويعد مفهوم التوافق من الأساسية والرئيسية في علم النفس بل ان البعض يعتبره المحور الاساسي الذي يدور حوله علم النفس بصفة عامة , والتوافق عملية ديناميكية يحاول بها الانسان عن طريق تغيير سلوكه ان يحقق التوافق بينه وبين نفسه وبينه وبين البيئة التي تشمل كل ما يحيط بالفرد من مؤثرات وامكانات للوصول الى حالة من الاستقرار النفسي والبدني والاجتماعي وهذا ليس معناه خلو الفرد من مشكلات او انه لا يصادف اية عقبات تحول بينه وبين اشباعه وبين اشباع حاجاته والوصول الى اهدافه فليس هناك فرد الا وله مشكلات والتوافق السليم يقاس بمدى قدرة الفرد على مواجهة هذه المشكلات وحلها او تقبلها فالمشكلات والعقبات امر عادي في حياة الفرد غير العادي هو فشل الفرد في هذه المشكلات او عجزه عن ان يتعلم كيف يتعايش معها متقبلا لها او جنوحه الى اساليب شاذة من السلوك اذا تعذر عليه حلها (الدوري, 1989: 54) .

الفصل الثاني :.....

- ابعاد التوافق الاجتماعي :
- ١- البعد الشخصي :- ونقصد به البعد السلوكي للفرد الواحد وهو عبارة عن مجموعة من الدوافع والحاجات والانفعالات والعواطف والعقد النفسية التي تدفع الفرد على القيام بنشاط اجتماعي معين .
- ٢- يتضمن هذا البعد الظروف التي يعيش فيها الفرد , ظروف الاسرة , ظروف المدرسة وظروف العمل .
- ٣- البعد المعرفي العقلي :- ويتضمن مجموعة من الاتجاهات والقيم والعادات الاجتماعية والمثل المسيطرة والمواجهة للجماعة والموحدة لاهدافها ولاشك ان هذا البعد هو من خلاصة عمليات التعليم والاكساب والتقليد التي يمارسها الفرد من خلال تفاعله مع الجماعة التي يعيش مع أفرادها .
- ٤- البعد الانساني:- ويتمثل في طريقة الاتصال بين افراد الجماعة المختلفين كما ويتمثل في طريقة القيادة والاسلوب الذي يستعمله القائد مع افراد الجماعة .

- معايير ومظاهر التوافق الاجتماعي :
- يمتاز التوافق الاجتماعي بمجموعة من المعايير والمظاهر السلوكية التي تدل على النضج الاجتماعي للفرد

وأهم المظاهر السلوكية للتوافق الاجتماعي :

- ١ .الراحة النفسية وما يترتب عليها من صحة جسمية.
- ٢ .الكفاية في العمل والنتائج.
- ٣ .وضوح مفهوم الذات وفكرة المرء عن نفسه.
- ٤ .تقبل الذات وتقبل الاخرين.
- ٥ .أن تكون أهداف الفرد واقعية تتماشى مع أهداف الجماعة.
- ٦ .القدرة على ضبط النفس وتحمل المسؤولية .
- ٧ .شعور الفرد بالمسؤولية الاجتماعية.
- ٨ .ميل إلى مسايرة الجماعة.
- ٩ .قدرته على تكوين علاقات مبنية على الثقة المتبادلة.
- ١٠ .الإحساس بالموودة والالفة.
- ١١ .الميل إلى التفاني في كل أمر يهم الجماعة.
- ١٢ .القدرة على التضحية وخدمة الاخرين . (السروجي ,2021: 175)

الفصل الثاني :.....

النظريات التي فسرت التوافق الاجتماعي:-

١- نظرية التحليل النفسي :- يشير فرويد إلى أن التوافق يتحقق عندما تكون الأنا عند الفرد بمثابة المدير المنفذ للشخصية أي أن الفرد هو الذى يسيطر على كل من الأجهزة الأخرى (الهو - الأنا الأعلى) ويتحكم فيها ويدير حركة التفاعل مع العالم الخارجي تفاعلاً تراعى فيه مصلحة الشخصية بأسرها وبهذا الأداء للأنا يسود الانسجام ويتحقق التوافق.

فقد اعتقد واطسن (B. F. Skinner and. B. J. Watson) أن عملية التوافق الشخصي لا يمكن لها أن تنمو عن طريق الجهد الشعوري ، ولكنها تتشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات البيئة. ولقد رفض كل من (Bandua, Krasner) أنه عندما يجد الأفراد أن علاقاتهم مع الآخرين غير مثالية، أو لا تعود عليهم بالإثابة فإنهم قد ينسلخون عن الآخرين، ويبدون اهتماماً أقل فيما يتعلق بالتلميحات الاجتماعية Social Cues وينتج عن ذلك أن يأخذ هذا السلوك شكلاً شاذاً أو غير متوافق. وبهذا فإن السمات الأساسية للشخصية المتوافقة والمتمتعة بالصحة النفسية تتمثل في ثلاث سمات هي : ١- قوة الأنا. ٢- القدرة على العمل. ٣- القدرة على الحب.

ويتمثل التوافق تبعاً للتحليل النفسي في قدرة الفرد على تكيف نفسه مع الظروف المتغيرة كمؤشر على نضجه ، وأن التوافق يعنى تكوين علاقة أكثر نفعاً وفائدة مع بيئة الفرد. وهذا لا يعنى بالضرورة حصول أفراد على مكانه اجتماعية ثابتة أو حالة رضا أو هدوء فكون الفرد متوافقاً لا يعنى أنه لا يشعر بالقلق أو الغضب أو الإحباط.

٢- نظرية واطسن : تنظر إلى السلوك على أنه وحدة معقدة يمكن تحليلها إلى وحدات أبسط منها ، وهذه الوحدات هي الاستجابات الأولية التي ترتبط بمثيرات محددة والعلاقة التي ترتبط بين المثيرات واستجابات هي علاقة موروثية أي سابقة على الخبرة والتعلم ويرى أصحاب هذه النظرية بأن السلوك الإنساني عبارة عن مجموعة من العادات التي يتعلمها الفرد ويكتسبها أثناء مراحل نموه المختلفة ، ويتحكم في تكوينها قوانين العقل وهي قوى الكف وقوى الاستثارة اللتان تسيرون مجموعة الاستجابات الشرطية ، ويعزون ذلك إلى العوامل البيئية التي يتعرض لها الفرد. وتدور هذه النظرية حول محور عملية التعلم في اكتساب التعلم الجديد أو في إطفائه أو إعادته، ولذا فإن أكثر السلوك الإنساني مكتسب عن طريق التعلم وأن سلوك الفرد قابل للتعديل أو التغيير بإيجاد ظروف وأجواء تعليمية معينة.

وترى النظرية السلوكية أن السلوك السوى والتوافق السليم هو حصيلة ما تعلمه الفرد من المواقف التي يتعرض لها، وأن السلوك الذى يخفض التوتر الناتج عن إحاح الدافع يدعم وبالتالي يتعلمه الفرد ويميل إلى تكراره في المواقف التالية، وعلى حسب عدد مرات التدعيم وقدر الإثابة التي وفرها يكون ثبات السلوك وقوته، وعلى هذا فالشخصية السوية عند السلوكيين هي التي اكتسبت السلوكيات المقبولة اجتماعياً والتي تمكنها من التوافق مع نفسها ومع المجتمع توافقاً يشبع حاجاتها ويرضى المجتمع، أما الشخصية غير السوية فهي التي فشلت في اكتساب هذا السلوكيات أو اكتسبت سلوكيات غير مقبولة اجتماعياً.

٢- نظرية باندورا: يرى باندورا أن كل من البيئات الخارجية والداخلية للفرد تعمل في صورة مترابطة يعتمد بعضها على البعض الآخر ويحدث التعلم كنتيجة للتفاعلات المتبادلة بين كل من البيئتين الداخلية والخارجية والعمليات المعرفية وهو ما أطلق عليه باندورا عملية التحديد المتبادل والأفراد لا يندفعون بفعل القوى الداخلية (الدوافع أو الحاجات) ولا بفعل البيئة (مثيرات البيئة) وإنما يمكن تفسير الأداء النفسي في صورة تفاعل متبادل بين المحددات الشخصية والبيئة وهنا نجد أن عمليات الترميز والاعتبار والتنظيم الذاتي يكون لها دور كبير وافترض باندورا أن التعلم بالعبارة أو النمذجة هو أساس عملية الاكتساب .

كما يقدم (Thoreson, Mahony) ماهوني ، وثوريسون عام (1984) نموذجاً أخللتعلم الاجتماعي مؤداه أن سلوك الأفراد يقع بين حديثين رئيسيين هما الأحداث السابقة (المقدمات) Antecedents والأحداث اللاحقة (النتائج) Consequences. فالمقدمات تسبق السلوك والنتائج تعقب السلوك. وهناك علاقة وظيفية بين الجوانب الثلاثة من سلسلة المقدمات والسلوك والنتائج. فأحداث المقدمة والنتائج تؤثر على ما يفعله الفرد. وضبط أحد هذين الحدثين أو كليهما يساعد على حل مشكلات الأفراد , ويعتمد التعلم الاجتماعي أيضا على المجال الذي تقع فيه هذه الأحداث(صالح وآخرون , 2021 :92,94) .

وقد تبنت الباحثة نظرية واطسن أطاراً نظرياً في بناء المقياس وتفسير نتائج البحث بما تتميز بها هذه النظرية من تكامل واكثر شمولاً واتساعاً من النظريات التي سبق ذكرها في تفسير التوافق الاجتماعي واكدت نظرية واطسن على ان السلوك الذي يخفض التوتر الناتج عن الحاح الدافع يدعم وبالتالي يتعلمه الفرد ويميل الى تكراره في المواقف التالية فالشخصية السوية عند السلوكيين هي التي اكتسبت السلوكيات المقبولة اجتماعياً والتي تمكنها من التوافق مع نفسها ومع المجتمع .

المحور الثاني :- دراسات سابقة

دراسات سابقة تناولت المرونة النفسية

*دراسة ال غزال (2008)

(التشاؤم الدفاعي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة الجامعة)

هدفت الدراسة التعرف على مستوى ودلالة الفروق في المرونة النفسية على وفق متغيري التخصص والنوع وايجاد العلاقة الارتباطية بين التشاؤم الدفاعي والمرونة النفسية .

ولتحقيق هذه الاهداف قامت الباحثة ببناء مقياسين احدهما لقياس التشاؤم الدفاعي والاخر لقياس المرونة النفسية وقد طبق المقياسان على عينة بلغت (500) طالب وطالبة من جامعة بغداد وجامعة المستنصرية .

وبعد جمع المعلومات ومعالجتها احصائياً باستعمال الاختبار التائي ومعامل ارتباط بيرسون ومعادلة التصحيح لسبيرمان بروان وتحليل التباين التائي توصلت الدراسة الى النتائج الاتية:

-يتمتع طلبة الجامعة بمستوى عال من المرونة النفسية .

الفصل الثاني :.....

- ان الطلبة اصحاب التخصص العلمي اعلى من اقرانهم اصحاب التخصص الانساني في المرونة النفسية وليست هناك فروق في المرونة النفسية بين الذكور والاناث .
- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التشاؤم الدفاعي والمرونة النفسية .

*دراسة باتسيكا (et al : 2010,bitsika)

(كيف ترتبط المرونة مع القلق والاكتئاب ؟ تحليل درجة تفاعل عامل ضمن العينة المتجانسة)

هدفت الدراسة الى اكتشاف الطرق التي ترتبط من خلالها المرونة مع القلق والاكتئاب ضمن عينة متجانسة تألفت العينة من (104) طالب وطالبة من جامعة استراليا , طبق عليهم مقياس المرونة لكونور – دايفدسون ومقياس التقرير الذاتي للقلق ومقياس التقرير الذاتي للاكتئاب ,وان درجات عامل من مقياس المرونة كانت ترتد ضد درجات القلق والاكتئاب ودرجات القلق والاكتئاب مجتمعة . اظهرت النتائج ان الثقة والتفاؤل كانت مرتبطة سلبيا بشكل كبير بالاكتئاب والقلق , اعقبها الحل الحاسم المركز واردة التحديات وامتلاك غرض قوي والمثابرة على الرغم من اتحاد العوامل المختلفة المتنبئة بالقلق مقارنة بالاكتئاب .

-الاستنتاج تعزيز المرونة والثقة بالنفس والتفاؤل , كانت هدفا رئيسا كبيرا للتدخل العلاجي النفسي مع هذه المرحلة .

*دراسة الحمداني (2012)

(فاعلية برنامج ارشادي في تنمية المرونة النفسية للطلبة ذوي الجفاف العاطفي لطلبة المرحلة الاعدادية)

وقد اجريت هذه الدراسة في العراق جامعة تكريت وتحققا للاهداف البحث قامت الباحثة ببناء مقياس للمرونة النفسية ومقياس الجفاف العاطفي وباستخدام الوسائل الاحصائية (معامل ارتباط بيرسون ومعادلة سبيرمان بروان ومعادلة الفا كرونباخ والاختبار التائي لعينة واحدة والاختبار التائي لعينتين مستقلتين) اظهرت النتائج الى فاعلية البرنامج الارشادي الانتقائي المستخدم اذ تبين وجود اثر دال احصائيا للبرنامج الارشادي الانتقائي الذي طبق على افراد المجموعتين التجريبتين من الذكور والاناث من طلبة المرحلة الاعدادية .

الفصل الثاني :.....

دراسات سابقة تناولت توافق الاجتماعي

*دراسة حلمي (1969)

(قياس التوافق الاجتماعي لطالبات جامعة الكويت)

استهدفت هذه الدراسة قياس التوافق الاجتماعي لطالبات جامعة الكويت . تألفت عينة البحث من (90) طالبة من اقسام الفلسفة وعلم النفس وعلم الاجتماع وفي السنوات الدراسية الثلاث (الاولى , الثانية , الثالثة) وتوصلت الباحثة الى انه لا توجد فروق بين متوسطات درجات التوافق الاجتماعي لطالبات الاولى والثانية والثالثة (حلمي ,1981: 34) .

*دراسة أرلنك (1980) (arling)

(قياس التوافق الاجتماعي لدى مجموعة من طلبة الكليات في نهاية الربع الدراسي من المرحلة الاخيرة) .

استهدفت هذه الدراسة الى قياس التوافق الاجتماعي لدى مجموعه من طلبه الكليات في نهاية الربع الدراسي من المرحلة الاخيرة ولتحقيق هذا الهدف تم تطبيق مقياس للتوافق الاجتماعي تألف من(50) فقرة وثلاثة ابعاد هي التكيف مع حياة الكلية ،العلاقات الايجابية مع الاخرين ،علاقة الطلبة مع الهيئة التدريسية . وبعد معالجة البيانات احصانيا توصلت الدراسة الى ان الذكور والاناث اظهروا توافقا اجتماعيا عال وانه لا توجد فروق بين الذكور والاناث في الابعاد الثلاثة (90 : 1980 , arling) .

*دراسة الدليمي (1991)

(التعرف على التوافق الاجتماعي لدى المرشدين التربويين في العراق)

استهدفت هذه الدراسة التعرف على التوافق الاجتماعي لدى المرشدين التربويين في العراق واختيرت عينة مكونة من (362) مرشدا تربويا بصورة عشوائية وطبق عليهم المقياس الذي قام باعداده الباحث , وبعد معالجة البيانات احصانيا باستخدام معاملات الارتباط وتحليل التباين , توصلت النتائج الى وجود فروق دالة في التوافق الاجتماعي لصالح الاناث (الدليمي , 1991 : 13) .

مناقشة الدراسات السابقة

اختلفت الدراسات السابقة في اهدافها ومنها ما هدفت الى التعرف على مستوى التشاؤم الدفاعي وعلاقته بالمرونة ومنها معرفة مدى فعالية البرنامج الارشادي في تنمية المرونة النفسية وكذلك اختلفت الدراسات في اهدافها للتوافق الاجتماعي منها التعرف على التوافق الاجتماعي لدى المرشدين التربويين وايضا قياس التوافق الاجتماعي لطالبات الربع الدراسي من المرحلة الاخيرة واختلفت ايضا اعداد العينة كما واستخدمت هذه الدراسات وسائل احصائية متنوعة ومختلفة في الحصول على النتائج اما دراستنا الحالية فقد استخدمت وسائل احصائية مبينة في الفصل الثالث واطهرت النتائج كما هي معروضة في الفصل الرابع (الصالح , 2001 : 83) .

الفصل الثاني :.....

وقد افادت الدراسات السابقة الباحثة في دراستها الحالية بما يأتي :-

- ١- صياغة اهداف البحث من خلال التعرف على نوعية الاهداف التي ترمي اليها الدراسات السابقة .
 - ٢- تحديد حجم عينة الدراسة الحالية في ضوء تحديد حجوم عينات الدراسة السابقة .
 - ٣- من خلال اطلاع الباحثة على مقاييس الدراسات السابقة ساعد ذلك في تبني مقياس المرونة النفسية واختيار الاداة المناسبة للتوافق الاجتماعي .
 - ٤- مطالعة الباحثة كثيرا من ادبيات البحث واطلاعها على الوسائل الاحصائية المستخدمة في الدراسات السابقة مكنتها من اختيار ما يناسب منها في معالجة بيانات البحث للوصول الى النتائج .
 - ٥- الافادة من نتائج الدراسات السابقة في مناقشة نتائج الدراسة الحالية (الزهيري, 2012 :
- (106) .

موازنة الدراسات السابقة بالبحث الحالي :

سيتم موازنة الدراسات السابقة بالبحث الحالي من حيث :

الاهداف :

تباينت الاهداف من الدراسات السابقة التي درست المرونة النفسية حيث هدفت دراسة (أل غزال 2008) الى التعرف على مستوى العلاقة الارتباطية بين كل من المرونة النفسية والتشاؤم الدفاعي لدى طلبة الجامعة بينما هدفت دراسة (باستيكا 2010) الى التعرف لاكتشاف الطرق التي ترتبط من خلالها المرونة النفسية مع القلق والاكتئاب كما وهدفت دراسة (الحمداني 2012) الى قياس فاعلية برنامج ارشادي في تنمية المرونة النفسية للطلبة ذوي الجفاف العاطفي لدى طلبة المرحلة الاعدادية وقد استعمل المنهج الوصفي المقارن لذلك اما فيما يخص متغير (التوافق الاجتماعي) فقد تباينت اهداف دراساته السابقة ايضا فقد كانت احد اهداف الدراسات السابقة قياس التوافق الاجتماعي واعتمادها على بناء مقاييس لبحوثها تتلائم مع اهدافها وطبيعة عيناتها اما الدراسة الحالية فقد قامت الباحثة بتبني مقياس مناسب لقياس التوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة بالاعتماد على نظرية البربر اتللب لا تالابل الب تالقبقبل حيث هدفت دراسة (حلمي 1969) للتعرف على مستوى التوافق الاجتماعي لطالبات جامعة الكويت اما دراسة (أرلنك 1980) هدفت الى قياس التوافق الاجتماعي لدى مجموعة من طلبة الكليات في نهاية الربع الدراسي من المرحلة الاخيرة اما دراسة (الدليمي 1991) فقد هدفت الى التعرف مستوى التوافق الاجتماعي لدى المرشدين التربويين في العراق .

(اما فيما يتعلق في البحث الحالي فقد هدف الى معرفة العلاقة بين المرونة النفسية ومستوى التوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة)

الفصل الثاني :.....

العينة :

تباينت احجام العينات التي استخدمت في هذه الدراسات فقد بلغ عددها كحد اعلى (500) طالب وطالبة في دراسة (أل غزال 2008) وبلغ عددها كحد ادنى (50) في دراسة (أرلنك 1980)

اما عينة البحث الحالي فقد بلغت (40) طالب وطالبة توزعت ما بين (20) طالب و(20) طالبة من جامعة بابل .
الادوات المستعملة :

تعددت الادوات التي استعملتها الدراسات السابقة على وفق اختلاف اهدافها والمتغيرات التي تناولتها واختلف الباحثون في استعمال الادوات المناسبة لجمع البيانات بعضهم قاموا ببناء ادوات تتناسب مع طبيعة بحوثهم ومنهم من تبنى ادوات جاهزة صممها باحثون اخرون .

اما البحث الحالي فقد اعتمدت الباحثة فيه على مقياس (بينر 2007) لقياس المرونة النفسية واعتمدت مقياس (سفيان 1998) لقياس التوافق الاجتماعي .

الوسائل الاحصائية :

تعددت الوسائل الاحصائية التي استعملت في الدراسات السابقة منها تحليل التباين واختبار توكي والاختبار التائي واختبار الفا وتحليل التباين الثنائي ومعامل الفا كرونباخ والتحليل العاملي

اما البحث الحالي فقد استخدمت الباحثة الوسائل الاحصائية التالية معامل ارتباط بيرسون ومعادلة سبيرمان والاختبار التائي والانحراف المعياري والوسط الحسابي والوسط الفرضي ومربع كاي .

النتائج :

سيتم مناقشة النتائج في الفصل الرابع الخاص بعرض نتائج البحث ومناقشتها .

الفصل الثالث

(منهجه البحث واجراءاته)

- منهج البحث
- مجتمع البحث
- عينه البحث
- اداتا البحث
- التطبيق النهائي لمقياس البحث
- الوسائل الاحصائية

الفصل الثالث :.....

يتضمن هذا الفصل ،وصفا لمجتمع البحث وعينته والادوات المستخدمة في البحث والاجراءات التي اتبعت في تهيئته الادوات واجراءات التطبيق والاسلوب المتبع في ذلك والوسائل الاحصائية المستخدمة في تحليل البيانات ومعالجتها كما يأتي.

اولاً: منهج البحث :

استعملت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي كونه منهجاً مناسباً لدراسة متغيرات البحث (المرونة النفسية وعلاقتها بالتوافق الاجتماعي لدا طلبة الجامعة) اذ ان المنهج الوصفي يدرس الظاهرة كما يوجد في الواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ويعبر عنه تعبيراً كيفياً وكمياً فالتعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها اما التغير الكمي فيعطينا ارقاماً ويوضح مقدار هذه الظاهرة ومن ثم اخضاعها للدراسة الدقيقة (علي , 2011 : 384).

ثانياً: مجتمع البحث :

يعرف مجتمع البحث بانه جميع مفردات او الوحدات الظاهرة ذات العلاقة بموضوع الدراسة لتعميم نتائج البحث عليها. (عقيل , 1999 : 221) حيث يتألف مجتمع البحث الحالي لكلية التربية للعلوم الانسانية ، جامعة بابل ،قسم العلوم التربوية والنفسية ، المرحلة الرابعة للدراسة الصباحية للعام الدراسي (2023-2024) بلغ عدد الطلبة المسجلين في قسم العلوم التربوية والنفسية (507) طالب وطالبة بواقع (167) ذكور (340) اناث .

الجدول (1)

مجتمع البحث

ت	المرحلة	ذكور	النسب المئوية للذكور	اناث	النسبة المئوية للاناث	المجموع الكلي
1	الاولى	60	30%	140	70%	200
2	الثانية	40	36%	70	63%	110
3	الثالثة	30	33%	60	66%	90
4	الرابعة	37	34%	70	65%	107
	المجموع	167		340		507

الفصل الثالث :.....

ثالثاً : عينة البحث :

هي جزء من مجتمع البحث التي تجري عليها الدراسة بحيث تتوافر فيها خصائص المجتمع نفسها ،يلجأ الباحث اليها لأجراء دراسته عليها على وفق قواعد خاصة لتمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً (النجار,2009: 35) او هي جزء من المجتمع يتم اختيارها عشوائياً او بصورة غير عشوائية وعلى اساس تمثيلها لخصائص المجتمع كافة المسحوبة منه العينة ذلك لأنه ليس من السهل عادة عند دراسة ظاهرة معينة في مجتمع معين ان يقوم بدراسة جميع افراد ذلك المجتمع كما انه لكثير من الحالات يحاول التعميم على المجتمع كله بعد فحص جزء من ذلك الكل ثم يستخدم الجزء كأساس لتقدير الكل (دويدري,2000: 307)

وتم اختيار عينة البحث بطريقة العشوائية من قسم العلوم التربوية والنفسية والبالغة عددهم(40) وحيث بلغت نسبتهم بالمجتمع (10%) بواقع (20) طالب و (20) طالبة للعام الدراسي (2023-2024) . (

الجدول (2)

عينة البحث

المرحلة	الذكور	الاناث	المجموع
الاولى	5	5	10
الثانية	5	5	10
الثالثة	5	5	10
الرابعة	5	5	10
المجموع	20	20	40

رابعاً : اداتا البحث :

تطلب تحقيق اهداف البحث وجود اداتين الاولى لقياس المرونة النفسية والثانية لقياس التوافق الاجتماعي وبالنظر لوجود هاتين الاداتين فقد تم اعتمادهما بعد ايجاد الخصائص السايكومترية كما مبين ادناه

الفصل الثالث :.....

أولاً :مقياس المرونة النفسية :

بعد اطلاع الباحثة على الدراسات السابقة والادبيات وما توفر من مقاييس لقياس المرونة النفسية ارتأت الباحثة بعد الاخذ براء لجنة المحكمين لتبني مقياس (بينر, 2007) باعتباره الاكثر مناسبة لعينة البحث وقد قامت الباحثة بالاجراءات التالية للتأكد من صلاحية المقياس:

أ - الصدق الظاهري

افضل طريقة للتحقق من استخراج الصدق الظاهري هي عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين (الضامن, 2007: 113) لتحقيق هذا النوع من الصدق عرضت الباحثة فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين المختصين في التربية وعلم النفس والملحق (1) يوضح اسماء المحكمين اذ طلبت الباحثة من كل واحد منهم ان يؤشر ازاء كل فقرة من حيث كونها صالحة او غير صالحة او بحاجة الى تعديل مع ذكر التعديل المقترح فاذا كانت قيمة كاي المحسوبة اعلى من قيمة كاي الجدولية فان جميع فقرات المقياس مقبولة اما اذا كانت قيمة كاي المحسوبة اقل من قيمة كاي الجدولية فان فقرات المقياس ترفض وعلى وفق ملاحظات لجنة المحكمين استبقيت جميع فقرات المقياس والبالغة عددها (40) فقرة والجدول الثالث (3) يوضح ذلك

الجدول(3)

يوضح اراء المحكمين على مقياس المرونة النفسية

الفقرات	الموافقين	الرافضون	قيمة كاي المحسوبة	قيمة كاي الجدولية	مستوى الدلالة
40-1	10	صفر	10	1.96	0.05

ب- ثبات المقياس :

يقصد بثبات المقياس درجة استقراره اذا طبق اكثر من مرة بفواصل زمني مناسب (عثمان, 2001: 53) ولغرض استخراج ثبات المقياس استعملت الباحثة التجزئة النصفية حيث نعتمد هذه الطريقة على تجزئة المقياس الى فقرات فردية وفقرات زوجية (عبيدات واخرون , 1996: 95) وبعد تطبيق معادلة بيرسون وجد ان معامل الارتباط قد بلغ (0.75) وهذه الدرجة تمثل معامل ثبات نصفي الاختبار و باستعمال المعادلة التصحيحية لسبيرمان _ براون فقد بلغ معامل الثبات (0.83) وهذا يؤكد ان معامل الثبات على قدر مرتفع من الاستقرار وبذلك توفر من المقياس شرط الثبات بالاضافة الى شرط الصدق وهكذا فان المقياس صالح للتطبيق .

ت- صيغة الاداة النهائية وتصحيحها :

بعد الانتهاء من اجراءات الصدق والثبات تم اعداد الصيغة النهائية في الاداة التي تكونت من (40) فقرة وامام كل فقرة خمسة بدائل وكانت اوزانها (من 5 الى 1) درجات فكانت (5) للبديل (تنطبق عليه دائما) (4) للبديل (تنطبق عليه غالبا) (3) للبديل (تنطبق عليه احيانا) (2) للبديل (تنطبق عليه نادراً) (1) للبديل (لا تنطبق عليه ابدأ) ويشير المستجيب بوضع اشارة (√) للحقل الذي يناسبه ويقصد بتصحيح الاداة الحصول على الدرجة الكلية لكل فرد من افراد العينة وبذلك عن طريق جمع الدرجات التي تمثل استجاباتها على كل فقرة من فقرات المقياس على وفق الاوزان المحددة امام كل بديل من البدائل وبلغ الوسط الفرضي للمقياس (150) درجة وكانت اعلى درجة للمقياس (200) درجة وادنى درجة للمقياس (40) درجة .

ثانياً : مقياس التوافق الاجتماعي :

بعد اطلاع الباحثة الدراسات السابقة والادبيات وما توفره من مقاييس لقياس التوافق الاجتماعي ارتأت الباحثة بعد الاخذ بأراء لجنة المحكمين لتبني مقياس (الصالحى، 2001) للتوافق الاجتماعي بأعتبره اكثر مناسبة لعينة البحث وقد قامت الباحثة بالاجراءات الاتية للتأكد من صلاحية المقياس .

أ-الصدق الظاهري :

ان افضل طريقة للتحقق من استخراج الصدق الظاهري هي عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين (علي، 1978 : 311) ولتحقيق هذا النوع من الصدق عرضت الباحثة فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين المختصين في التربية وعلم النفس والملحق (1) يوضح اسماء المحكمين طلبت الباحثة كل واحد منهم ان يأشر ازاء كل فقرة من حيث كونها صالحة او غير صالحة او بحاجة الى تعديل مع ذكر التعديل المقترح فاذا كانت قيمة كاي المحسوبة اقل من قيمة كاي الجدولية فإن فقرات المقياس ترفض وعلى وفق ملاحظات لجنة المحكمين استبقيت جميع فقرات المقياس والبالغة عددها (40) فقرة والجدول (4) يبين ذلك .

الجدول (4)

يوضح اراء المحكمين على مقياس التوافق الاجتماعي

الفقرات	الموافقين	الرافضون	قيمة كاي المحسوبة	قيمة كاي الجدولية	مستوى الدلالة
40-1	10	صفر	10	1.96	0.05

الفصل الثالث :.....

أ-ثبات المقياس :

يقصد بثبات المقياس درجة استقراره إذا طبق لأكثر من مرة بفواصل زمني مناسب (موسى, 1981: 34) ولغرض استخراج ثبات المقياس استعملت الباحثة التجزئة النصفية حيث تعتمد هذه الطريقة على تجزئة المقياس على فقرات فردية وفقرات زوجية (الدليمي , 1991: 13) وبعد تطبيق معادلة بيرسون وجد ان معامل الارتباط قد بلغ (0.73) وهذه الدرجة تمثل معامل ثبات نصفي الاختبار باستخدام المعادلة التصحيحية لسبيرمان _ براون فقد بلغ معامل الثبات (0.82) وهذا يؤكد ان معامل الثبات على قدر مرتفع من الاستقرار وبذلك توفر للمقياس شرط الثبات بالإضافة الى شرط الصدق وهكذا فإن المقياس صالح للصدق.

ت - صيغة الاداة النهائية وتصحيحها :

بعد الانتهاء من اجراءات الصدق والثبات تم اعداد الصيغة النهائية للاداة التي تكونت من (40) فقرة وامام كل فقرة ثلاث بدائل وكانت اوزانها من (1-3) درجات فكانت (3) البديل (تنطبق عليه كثيراً) و (2) للبديل (تنطبق عليه قليلاً) (1) للبديل (لا تنطبق عليه مطلقاً) ويشير المستجيب بوضع اشارة الصح (√) في الحقل الذي يناسبها ويقصد بتصحيح الاداة والحصول على الدرجة الكلية لكل فرد من افراد العينة وذلك عن طريق جمع الدرجات التي تمثل استجاباتهم على كل فقرة من فقرات المقياس وعلى وفق الاوزان المحددة امام كل بديل من البدائل وبلغ الوسط الفرضي للمقياس (100) درجة وكانت اعلى درجة للمقياس (120) درجة وادنى درجة للمقياس (40) درجة .

خامساً : التطبيق النهائي :

بعد ان تم التحقق من الصدق والثبات من المقياسين قامت الباحثة بتطبيقهما على عينة البحث البالغة (40) طالب وطالبة من قسم العلوم التربوية والنفسية في كلية التربية للعلوم الانسانية / جامعة بابل للعام الدراسي (2023-2024) وتم توزيع الاستبانات من الفترة من 8/12/2023 الى 14/12/2023 وجرت العملية بأنسيابية دون اي مشاكل تذكر .

سادساً : الوسائل الاحصائية :

من اجل تحقيق اهداف البحث الحالي فقد تمت معالجة بياناته بوسائل احصائية التالية:

١- الاختبار التائي T-TEST لعينة واحدة باختبار الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي لدرجات العينة على مقياسي البحث.

$$T = \frac{\bar{x} - \mu}{\frac{s}{\sqrt{n}}}$$

٢- الوسط الحسابي (س) :

الفصل الثالث :.....

$$س = \frac{\text{مجموع الدرجات}}{\text{عددها}}$$

٣- الوسط الفرضي (أ) :

$$أ = \frac{\text{عدد الفقرات} \times \text{مجموع اوزان البدائل}}{\text{عدد البدائل}}$$

٤- الانحراف المعياري (ع) :

$$\sqrt{\frac{(س \text{ مج})^2 - س^2 \text{ مج} \times ن}{ن^2}}$$

٥- معامل ارتباط بيرسون استعمل في استخراج الثبات بطريقة التجزئة النصفية

$$ر = \frac{(ص \text{ مج}) (س \text{ مج}) - ص \text{ س مج} ن}{\sqrt{(ص \text{ مج})^2 - (ص \text{ مج} ن) (س \text{ مج})^2 - س^2 \text{ مج} ن}}$$

٦- معادلة سبيرمان - براون استعملت لتصحيح معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية للمقياسي البحث .

$$ب \text{ رو} = \frac{ر \times 2}{ر + 1}$$

٧- مربع كاي : استخدم لاستخراج الصدق الظاهري لمقياسي البحث .

$$كا = \frac{(ق-ل)^2}{ق} + \frac{(ق-ل)^2}{ق}$$

(الطريحي وحمادي، 2013)

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها

الاستنتاجات

التوصيات

المقترحات

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها في ضوء الاطار النظري والدراسات وعلى وفق اهداف البحث كما يتضمن الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات كما يأتي:

اولاً : عرض النتائج وتفسيرها :

الهدف الاول : المرونة النفسية لدى طلبة جامعة بابل .

تم التحقق من الهدف من خلال تطبيق الباحثة لمقياس المرونة النفسية على افراد العينة البالغة عددها (40) طالباً وطالبة وبعد المعالجة الاحصائية ظهر ان الوسط الحسابي لافراد عينة البحث (182.34) والانحراف المعياري (73.43) والوسط الفرضي للمقياس البالغ(150) وبعد استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة بلغت القيمة التائية المحسوبة(2.79)

اعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) وهي ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة(0.05) ودرجة حرية (25) وكما مبين الجدول (5) :

جدول (5)

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط الفرضي والقيمة التائية المحسوبة للعينة على مقياس المرونة النفسية

العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية
40	182.34	73.43	150	2.79	1,96	0.05	39

ومن خلال النتائج جدول (5) تفسر الباحثة هذه النتائج بتمتع افراد العينة من عوامل وقاية التي تمكن الطلبة من مواجهة الضغوطات وتشير الى ان الطلبة يتصفون بصفات الناس المرنين وهذا مؤشر جيد يدعونا للتفاؤل كونه يساعد على التنبؤ بسلامة الجانب النفسي والاجتماعي فالجامعة يمكن ان تؤدي عامل وقائي مهم في حياة الطلبة بسبب كونها مكان يُمكن الطلبة من المهارات الاكاديمية وحل المشكلة التي تسهم ايجابيا في قدرتهم للتعامل مع افراد المجتمع ويجعلهم اكثر توافقا وانسجاما وتكوين علاقات ايجابية مع الاخرين وهذا ما يؤكد نموذج بينر 2007 (246 : pinnar, 2007) وقد اتفقت هذه نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (آل غزال, 2008) في ان الطلبة يتسمون بمرونة نفسية عالية كما تناقضت نتيجة الدراسة مع دراسة (Cambell , 2009).

الفصل الرابع:.....

ثانيا :- التوافق الاجتماعي لدى طلبة جامعة بابل .

بعد المعالجة الاحصائية بلغ الوسط الحسابي لدرجات افراد العينة على مقياس التوافق الاجتماعي (132.11) وانحراف معياري (14.34) بينما كان الوسط الفرضي (100) وبعد استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة بلغت القيمة التائية المحسوبة هي (14.145) وهي دالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) لانها اعلى من القيمة الحرجة والبالغة (1.96) مما يشير الى ان عينة البحث لديهم توافق اجتماعي وجدول (6) يوضح ذلك .

الجدول (6)

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط الفرضي والقيمة التائية المحسوبة للعينة على مقياس التوافق الاجتماعي.

العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية
40	132.11	14,34	100	14.145	1,96	0.05	39

تشير نتائج جدول (6) الى ان عينة البحث تمتع بتوافق اجتماعي فوق المتوسط وان طلبة الجامعة متوافقين فيما بينهم رغم الظروف المعاصرة والضغوط الاجتماعية التي يمرون بها لانهم من الشرائح الاجتماعية الواعية ,ومن الناحية النظرية فان عينة البحث تتمتع بالمرونة العقلية التي تجعل علاقاتهم وتصرفاتهم متفهمة ومقبولة وتطرق هذه النظرية الى التوافق الاجتماعي من كافة جوانبه وتعتبر اكثر اتساعا وشمولا بالعلاقات الاجتماعية واكدت على سلوك الانسان ومدى توافقه مع البيئة لان طبيعة الانسان كائن اجتماعي فالانسان الذي يتوافق مع افراد المجتمع ويكون منسجما مع واقعه يعتبر هذا دليلا على صحته النفسية وهذا ما اكده واظن (Watson, 1958:410) وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (الدوري , 1993: 6) في ان الطلبة يتمتعون بتوافق اجتماعي وتختلف مع دراسة داهي (Dahi ,1975:127) .

الفصل الرابع:.....

ثالثاً:- الدالة الاحصائية للعلاقة الارتباطية بين المرونة النفسية والتوافق الاجتماعي لدى طلبة جامعة بابل .

استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة بين درجات العينة في المرونة النفسية والتوافق الاجتماعي وظهر ما يلي :-

فقد بلغ معامل ارتباط بيرسون للعينة (0.65) مما يدل على وجود علاقة ارتباطية بين المرونة النفسية والتوافق الاجتماعي وهذا يعزى الى طبيعة المرحلة العمرية بأعتبارهم طلبة جامعة وقد وصلوا الى مرحلة من النضج الفكري والنفسي والاجتماعي والانفعالي وبالتالي تتولد لديهم مرونة نفسية والمرونة النفسية تقود الى شعورهم بالتوافق النفسي والاجتماعي .

الجدول (7)

يوضح العلاقة الارتباطية بين المرونة النفسية والتوافق الاجتماعي

العينة	قيمة معامل ارتباط بيرسون المحسوبة	قيمة اختبار (ت) المحسوبة	قيمة اختبار(ت) الجدولية	الدالة
40	0.65	5.328	2.021	دالة

ثانياً:- الاستنتاجات :

من خلال نتيجة البحث الحالي تستنتج الباحثة ما يلي :-

- 1- ان اتصاف عينة البحث بالمستوى المرتفع من المرونة النفسية يعني ان عينة البحث بشكل عام كونهم (ذكور-اناث) لديهم القدرة على الاستفادة من عوامل الوقاية ضمن بيئتهم الداخلية والخارجية للشفاء والتكيف والتعلم من احداث وظروف الحياة التي تحقق نتائج ايجابية
- 2- يمتلك طلبة الجامعة توافق اجتماعي عالٍ وذلك يعود لتوجهاتهم الايجابية وميلهم نحو اكتساب علاقات مع الاخرين لان طبيعة الفرد كائن اجتماعي .
- 3- ان العلاقة الارتباطية بين المرونة النفسية والتوافق الاجتماعي لدى افراد العينة هي علاقة طردية وهذا يعني كلما زادت المرونة النفسية لدى طلة الجامعة زاد معها التوافق الاجتماعي , والعكس صحيح .

ثالثاً:- التوصيات:

الفصل الرابع:.....

في ضوء نتائج البحث الحالي التي تم التوصل اليها توصي الباحثة بما يلي :-

١-اعطاء اهمية الى موضوع المرونة النفسية والعمل على نشره عن طريق المؤسسات الاعلامية كونها تساهم في تخليص الفرد من عدم التواصل وتبادل العلاقات الاجتماعية ووضع خطط وبرامج وقائية تستند الى ما لديهم من مصادر قوة بهدف تطويرها الى اعلى مستوى ممكن من الكفاءة وتوظيفها توظيفا هادفا وهذا يؤدي الى تعزيز المرونة النفسية .

٢-العمل على توفير فرص استثمار اوقات الفراغ للشباب بأنشطة وبرامج تنمي تفكيرهم ومستوى طموحاتهم والتركيز على استخدام اساليب التنشئة الاجتماعية السوية في تربية الابناء وزرع الثقة والتفاؤل في نفوسهم وبصورة متزنة تتوافق مع قدراتهم .

٣-تضمين مفهوم المرونة النفسية ضمن المقررات الدراسية والعمل على تعزيزها لدى طلبة الجامعة .

رابعاً:-المقترحات :

تتقدم الباحثة اجراء الدراسات الاتية :-

- ١- اجراء دراسات تتناول متغيرات البحث الحالي على طلبة المرحلة الثانوية .
- ٢- اجراء دراسة العلاقة بين المرونة النفسية ومتغيرات اخرى مثل (الكفاءة الذاتية ,الهوية الاجتماعية ,أساليب المعاملة الوالدية) .
- ٣- اجراء دراسة أنكار الذات وعلاقتها بالتوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة .
- ٤- اجراء دراسة الامن النفسي وعلاقته بالتوافق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة المتوسطة .

الطائر

المصادر العربية

- البياتي , عبد الجبار توفيق واثناسيوس , زكريا زكي (1997) : الاحصاء الوصفي والاستدلالي في التربية وعلم النفس , مطبعة مؤسسة الثقافة العمالية , بغداد .
- التميمي , بشرى عناد مبارك (1996) : الانتماء الاجتماعي لدى العاملين في بعض مؤسسات الدولة وعلاقته ببعض المتغيرات , رسالة ماجستير غير منشورة , كلية الاداب , جامعة بغداد .
- التكريتي, واثق عمر موسى(1989) : بناء مقياس للتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة , رسالة ماجستير غير منشورة, كلية الاداب , جامعة بغداد .
- جبريل , موسى (1996) : موقع الضبط وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لطلبة جامعة بغداد , رسالة ماجستير غير منشورة , كلية التربية(ابن رشد) , جامعة بغداد
- حاج امين , عبد الحميد حسن (1996) : الالتزام الديني وعلاقته بالتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة , رسالة ماجستير غير منشورة , كلية الاداب , جامعة بغداد .
- حلمي , منيرة(1996) : التوافق النفسي للطلبة الجامعية وعلاقتها بمجموعة من المتغيرات , الهيئة العامة للكتب والاجهزة العلمية , مطبعة جامعة عين الشمس , القاهرة .
- حورية , اوريدة(2020) : المرونة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي , كلية العلوم الانسانية والاجتماعية , جامعة محمد بو ضياف – المسيلة .
- الحمداوي , سعيدة (2023) : التوافق الاجتماعي وعلاقته بالتقدير الذاتي , كلية العلوم الاجتماعية والانسانية , جامعة قاصدي مرياح ورقلة .
- الخفاجي , زينب حياوي بديوي(1996): قياس الامن النفسي لموظفي وموظفات الدولة , رسالة ماجستير غير منشورة , كلية الاداب , جامعة بغداد .
- الدليمي , أحسان ناصر عليوي(1991) : التوافق الشخصي والاجتماعي للمرشدين التربويين في العراق , رسالة ماجستير غير منشورة , كلية (ابن رشد) , جامعة بغداد
- الدوري , سافرة سعدون(1993) : الحاجات النفسية لدى طلبة جامعة بغداد وعلاقتها بتوافقهم
- روتر , جوليان(1984) : علم النفس الاكلينيكي , ط ٢, ترجمة عطية محمود هنا , دار الشروق , القاهرة .
- الزهيري , لمياء قيس (2012): المرونة النفسية وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة غير منشورة كلية التربية , جامعة ديالى .
- السوداني , يحيى محمود سلطان(1990) : قياس التوافق الاجتماعي والنفسي لأبناء الشهداء في المرحلة المتوسطة , أطروحة غير منشورة , كلية التربية(ابن رشد) , جامعة بغداد .
- سفيان , نبيل صالح(1998) : الذكاء الاجتماعي والقيم الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة علم النفس في جامعة تعز , أطروحة دكتوراه غير منشورة , كلية التربية (ابن رشد) , جامعة بغداد .

- صالح , ساهرة عبد الودود (2002) : استراتيجيات التكيف لاحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة , اطروحة دكتوراه غير منشورة , كلية التربية – ابن رشد , جامعة بغداد .
- العازمي , عائشة عبدالله (2022): المرونة النفسية وعلاقتها بالتفكير الايجابي , مجلة كلية التربية , جامعة عين الشمس .
- العسيري , عبير محمد حسن(2008) :علاقة تشكل هوية الانا بكل من مفهوم الذات والتوافق النفسي والاجتماعي العام لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الطائف , رسالة ماجستير منشورة , كلية التربية , جامعة ام القرى.
- العزيزي , مروان فالح (2018) : الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة , المجلة العربية للأداب والدراسات الانسانية .
- علي , محمد السيد (2011) : موسوعة المصطلحات التربوية , ط1 , دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة , عمان –الاردن .
- عمر وفخرو , محمود احمد وحصاة عبد الرحمن , السبيعي وتركي , تركي وأمنة عبد الله (2010) : القياس النفسي والتربوي , ط1 , دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة , عمان .
- عوض , عباس محمود (1998) : القياس النفسي بين النظرية والتطبيق , دار المعرفة الجامعية ,جامعة الاسكندرية , مصر .
- غني , نادية تعبان محمد(2010) : قدرة الذات على المواجهة وعلاقتها بالشعور باليأس والحاجة للتجاوز لدى المرشدين التربويين ,اطروحة دكتوراه (غير منشورة) كلية التربية , جامعة المستنصرية .
- غباري , ثائر وأبو شعيرة ,خالد والجبالي , صفية(2006) :علم النفس التربوي,ط٢ ,مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع , عمان –الاردن .
- الكردي , مها (1980) : التوافق والتكيف الشخصي والاجتماعي لدى اطفال الملاجئ , المجلة الاجتماعية والقومية , المركز القومي للبحوث الاجتماعية والحياتية ,العدد(٣) , مجلة (١٧), القاهرة
- كفاي , علاء الدين (1990) : الصحة النفسية , ط١ , دار هجر للطباعة والنشر والتوزيع والاعلان , القاهرة
- الهاشمي , ميلاد طارق (2018): المرونة النفسية وعلاقتها بالذكاء الذاتي , كلية التربية , الجامعة المستنصرية.

- النجار , نبيل جمعة صالح (2009) : الاحصاء في التربية والعلوم الانسانية مع تطبيقات برمجية SPSS, ط1, دار الحامد للنشر والتوزيع , جامعة مؤتة , الاردن .
- منصور , طلعت والشرقاوي , انور وعز الدين , عادل وابو عوف , فاروق (1989) : اسس علم النفس العام , مكتبة الانجلو المصرية , كلية التربية , جامعة عين الشمس .
- ميللر , باتريشا (2005) : نظريات النمو , ترجمة محمود عوض الله سالم ومجدي محمد واحمد حسن , ط ١ , دار الفكر , عمان -الاردن .
- مجيد , سوسن شاكر (2010) : الاختبارات النفسية , ط1 , دار صفاء للنشر والتوزيع , عمان - الاردن .
- ناصر , اثمار شاكر مجيد (2007) : اعياء الحرب وعلاقته بقدرة الذات على المواجهة والاسناد الاجتماعي لدى طلبة الجامعة , اطروحة دكتوراه , كلية التربية للبنات , جامعة بغداد .
- يوسف, جمعة سيد(2007) : ادارة الضغوط , مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث, كلية الهندسة -جامعة القاهرة .

- Bitsika , V. & sharply, C . & peters, K . & (2010) : How Is resilience associatedwithepression anxiety and.
- Connor, K. M. & (2006) : Assessment OF resilience In The aftermath of trauma , journal clin psychiatry .
- Garmezy ,N .(1991): resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty .
- Gortberg ,E.H.(2003): resilience for today :gaining strength from adversity , Westport ,greenwood publishing group Inc .
- Mcconnell , J.V.(1974): understanding human ,behavior, an introduction to psychology .new work ,holt .
- Miller , D .& macIntosh , R . (1991) : promoting resilience In urban Africa American adolescents : racial soc ialization and identity as protective factors , gournal article by miller & macintosh , social work research , Vol .23 .

الملاحق

ملحق (1)

اسماء السادة المحكمين على اداتي البحث
(المرونة النفسية والتوافق الاجتماعي)

ت	اللقب العلمي	الاسم	التخصص
-1	أ.د.	بسام عبد الخالق عباس	طرائق تدريس اللغة العربية
-2	أ.د.	حسين ربيع حمادي المفرجي	علم النفس التربوي
-3	أ.د.	علي محمود كاظم الجبوري	علم النفس التربوي
-4	أ.د.	مدين نوري طلاك الشمري	علم النفس التربوي
-5	أ.م.د.	رقية هادي عبد الصاحب	علم النفس التربوي
-6	أ.م.د.	متمم جمال الياسري	طرائق تدريس عامة
-7	م.د.	مروان كاظم وحيد	أصول تربية
-8	م.د.	مصطفى عامر جبار	علم النفس التربوي
-9	م.م.	رواء سامي علي	علم النفس التربوي
-10	م.م.	كرار كريم عبد العباس	علم النفس التربوي

ملحق (2)

مقياس المرونة النفسية بصورته الاولية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



جامعة بابل

كلية التربية للعلوم الانسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات الاولية

م/ إستبانه آراء المحكمين على صلاحية فقرات مقياس المرونة النفسية

الاستاذ الفاضل الدكتور /الاستاذة الفاضلة الدكتورة

تحية طيبة ...

تروم الباحثة إجراء بحثها الحالي (المرونة النفسية وعلاقتها بالتوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة) , ولتحقيق ذلك تبنت الباحثة مقياس للمرونة النفسية (الزهيري , 2012) وقد اعتمدت الباحثة تعريف (pienaar) للمرونة النفسية وهي (قدرة الفرد على استخدام موارده الخارجية والداخلية بنجاح لحل قضايا تنموية ومهام الحياة) (pienaar , 2007 : p.41) .

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية في مجال تخصصكم تتوجه الباحثة إليكم للأستعانة بأرائكم ومقترحاتكم حول صلاحية فقرات المقياس وصلاحية البدائل المستعملة في الاجابة وهي (تنطبق علي دائماً , تنطبق علي غالباً , تنطبق علي احياناً ,تنطبق علي نادراً , لاتنطبق علي ابدأ) .

تقبلوا فائق الشكر والاحترام

الباحثة

فاطمة فاضل علي

المشرفة

م.م جيهان غني كاظم

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
١.	اجد في علاقتي من يشجعني على النجاح			
٢.	احترم المثل العليا مهما تكن الظروف			
٣.	أستطيع معالجة بعض الامور في وقت محدد			
٤.	يعزز أصدقائي ثقتي بنفسي			
٥.	اوفق بين طموحاتي واحتياجات الآخرين			
٦.	احترم الوقت واستثمره بشكل جيد			
٧.	أحصل على المساعدة من الآخرين			
٨.	أتعاطف مع أحازن الآخرين وأفرحهم.			
٩.	استطيع ان أحقق الاهداف التي تتناسب مع مستوى قدرتي			
١٠.	اجد من يفهم صعوباتي ويعمل على التخفيف عني			
١١.	يسهل علي إقامة علاقات اجتماعية دائمة .			
١٢.	حياتي لها معنى .			
١٣.	حياتي لها معنى .			
١٤.	ينصحني أفراد اسرتي أن أكون أكثر مرونة في المواقف الصعبة			
١٥.	أثبت على أربي ان كان صحيحاً رغم التحدي			
١٦.	أستطيع ان أحقق أهدافي في الحياة على الرغم من الصعوبات			
١٧.	أجد من يقف معي عندما تواجهني مشكلة .			
١٨.	أستطيع التكيف مع الضغوط التي تواجهني			
١٩.	استمر ببذل الجهد كي أحقق أهداف جديدة .			
٢٠.	أجد من يؤمن احتياجاتي .			
٢١.	يسهل علي السيطرة على رغباتي .			
٢٢.	الصدفة لا تتحكم بمستقبلي .			
٢٣.	أسرتي تساعدني على تحقيق أهدافي.			

			اميل الى استعادة توازني بعد الشدائد.	٢٤.
			أبذل قصارى جهدي لتنمية قدرتي العملية	٢٥.
			أجد من يهتم بأفكاري	٢٦.
			أتحدى المحن ولا أفقد الثقة بنفسي	٢٧.
			أعمل لتعلم الجديد على الرغم من التحديات	٢٨.
			صداقاتي الحميمة لها دور مهم في حياتي لمواجهة الصعوبات	٢٩.
			لدي انضباط ذاتي .	٣٠.
			افضل أخذ مركز الصدارة لحل المشاكل	٣١.
			اجد من يشعرني بالأمن النفسي	٣٢.
			أستطيع التغلب على مشكلاتي من دون انفعال	٣٣.
			استطيع حل المشاكل الصعبة اذا أجهدت نفسي بما فيه الكفاية	٣٤.
			من الآخرين من يبادر الى تقديم المشورة التي احتاجها	٣٥.
			أتبع الإرشادات والقواعد الصحية	٣٦.
			أستطيع مواجهة المشاكل التي تفاجئني	٣٧.
			في حياتي من يعينني على ترك العادات غير المقبولة	٣٨.
			الذكريات المزعجة لا تؤثر عليّ	٣٩.
			استخدم جميع قواي كي أظهر بأفضل صورة	٤٠.

ملحق (3)

مقياس المرونة النفسية وبصورتها النهائية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



جامعة بابل

كلية التربية للعلوم الانسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات الاولية

عزيزي الطالبعزيزتي الطالبة

بين يديك مجموعة من الفقرات التي تمثل خصائص وصفات قد تنطبق عليك
وبشكل متفاوت أو قد لا تنطبق عليك .

ترجو الباحثة قراءة هذه الفقرات بدقة وموضوعية والاجابة عنها بصراحة وصدق
بوضع إشارة (√) تحت واحد من البدائل الخمسة (تنطبق عليّ دائماً , تنطبق عليّ
غالباً , تنطبق عليّ احياناً, تنطبق عليّ نادراً , لا تنطبق عليّ ابداً) الموجودة أمام
كل فقرة والذي يعبر عن واقع حالك .

وتود الباحثة الاشارة انه لا توجد اجابة صحيحة وأخرى خاطئة وأن الاجابة الافضل
هي الاجابة الصادقة , آملمين عدم ترك اي فقرة بدون اجابة , علما ان اجابتك لن
يطلع عليها سوى الباحثة وان استخدامها سيكون لاغراض البحث العلمي , ولا
داعي لذكر الاسم .

مع فائق التقدير والاحترام

يرجى منك ملئ البيانات الاتية :-

الجنس المرحلة

القسم الكلية

الباحثة

فاطمة فاضل علي

ت	الفقرات	تتطبق علي دائماً	تتطبق علي غالباً	تتطبق علي احياناً	تتطبق علي نادراً	لا تتطبق علي ابداً
١.	اجد في علاقتي من يشجني على النجاح					
٢.	احترم المثل العليا مهما تكن الظروف					
٣.	أستطيع معالجة بعض الامور في وقت محدد					
٤.	يعزز أصدقائي ثقتي بنفسي					
٥.	اوفق بين طموحاتي واحتياجات الآخرين					
٦.	احترم الوقت واستثمره بشكل جيد					
٧.	أحصل على المساعدة من الآخرين					
٨.	أتعاطف مع أح ازن الآخرين وأف ارحمهم.					
٩.	استطيع ان أحقق الاهداف التي تتناسب مع مستوى قدرتي					
١٠.	اجد من يفهم صعوباتي ويعمل على التخفيف عني					
١١.	يسهل عليّ اقامة علاقات اجتماعية دائمة .					
١٢.	حياتي لها معنى .					
١٣.	حياتي لها معنى .					
١٤.	ينصحنى أفراد اسرتي أن أكون أكثر مرونة في المواقف الصعبة					
١٥.	أثبت على أ ربي ان كان صحيحاً رغم التحدي					
١٦.	أستطيع ان أحقق أهدافي في الحياة على الرغم من الصعوبات					
١٧.	أجد من يقف معي عندما تواجهني مشكلة .					
١٨.	أستطيع التكيف مع الضغوط التي تواجهني					
١٩.	استمر ببذل الجهد كي أحقق أهداف جديدة .					
٢٠.	أجد من يؤمن احتياجاتي .					
٢١.	يسهل علي السيطرة على رغباتي .					
٢٢.	الصدفة لا تتحكم بمستقبلي .					

				أسرتي تساعدني على تحقيق أهدافي.	٢٣
				اميل الى استعادة توازني بعد الشدائد.	٢٤
				أبذل قصارى جهدي لتنمية قدراتي العملية	٢٥
				أجد من يهتم بأفكاري	٢٦
				أتحدى المحن ولا أفقد الثقة بنفسي	٢٧
				أعمل لتعلم الجديد على الرغم من التحديات	٢٨
				صداقاتي الحميمة لها دور مهم في حياتي لمواجهة الصعوبات	٢٩
				لدي انضباط ذاتي .	٣٠
				افضل أخذ مركز الصدارة لحل المشاكل	٣١
				اجد من يشعرني بالأمن النفسي	٣٢
				أستطيع التغلب على مشكلاتي من دون انفعال	٣٣
				استطيع حل المشاكل الصعبة اذا أجهدت نفسي بما فيه الكفاية	٣٤
				من الآخرين من يبادر الى تقديم المشورة التي احتاجها	٣٥
				أتبع الإرشادات والقواعد الصحية	٣٦
				أستطيع مواجهة المشاكل التي تفاجئني	٣٧
				في حياتي من يعينني على ترك العادات غير المقبولة	٣٨
				الذكريات المزعجة لا تؤثر عليّ	٣٩
				استخدم جميع قواي كي أظهر بأفضل صورة	٤٠

ملحق (4)

مقياس التوافق الاجتماعي بصورته الاولى

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



جامعة بابل

كلية التربية للعلوم الانسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات الاولى

م/إستبانة آراء المحكمين على صلاحية فقرات مقياس التوافق الاجتماعي

الدكتور الفاضل المحترم /الدكتورة الفاضلة المحترمة

تروم الباحثة إجراء بحثها الحالي (المرونة النفسية وعلاقتها بالتوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة)، ولتحقيق ذلك تبنت الباحثة مقياس للتوافق الاجتماعي (الصالحى ، 2001) وقد اعتمدت الباحثة تعريف سفيان للتوافق الاجتماعي وهو(استمتاع الفرد بعلاقات اجتماعية حميمية ومتكافئة ومشاركته بالانشطة الاجتماعية وتقبله لثقافة مجتمعه) (سفيان ، 1998 : p.20).

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال تخصصكم تتوجه الباحثة إليكم للأستعانة بآرائكم ومقترحاتكم حول صلاحية فقرات المقياس وصلاحية البدائل المستعملة في الاجابة وهي (تنطبق علي كثيراً،تنطبق علي قليلاً , لا تنطبق علي مطلقاً).

تقبلوا فائق الشكر والاحترام

الباحثة

فاطمة فاضل علي

المشرفة

جيهان غني كاظم

التعديل	غير صالحة	صالحة	الفقرات	ت
			أبالغ في الخوف من أن شخصا ما يغضب مني.	١
			زملائي يهتمون بالأشياء التي أهتم بها .	٢
			أشعر أن الناس يثقون بي .	٣
			يراعي الناس مشاعري .	٤
			يوجد اشخاص يمكن ان اعتمد عليهم .	٥
			يوجد اشخاص يعتمدون علي .	٦
			من السهل ان اطلب مساعدة من زملائي .	٧
			لا اجد صعوبة في مناقشة افكاري مع اصدقائي .	٨
			اجد صعوبة في التحدث امام الاخرين .	٩
			اكتسب اصدقاء جدد بكل سهولة .	١٠
			اختلف مع اصدقائي في العديد من الموضوعات.	١١
			اجد صعوبة في بدء الحديث مع شخص تعرفت به حديثا .	١٢
			اميل الى البقاء في المؤخرة في الحفلات والمناسبات .	١٣
			اشعر انه لا يوجد من يفهمني .	١٤
			علاقتي بزملائي في الدراسة ليست على مايرام.	١٥
			اشعر ان ارائي تحظى باهتمام الاخرين .	١٦
			علاقتي مع جيراني جيدة .	١٧
			اتمعت بشعبية اجتماعية بين اصدقائي .	١٨
			اشعر ان الناس يستمتعون بالتحدث معي .	١٩
			اشعر بالضيق عند التعرف على اشخاص جدد .	٢٠
			اشعر ان الناس غير مخلصين في علاقتهم مع الاخرين .	٢١
			اتقبل نقد الاخرين بصدر رحب .	٢٢
			اشعر انني اجرح شعور الاخرين دون تعمد .	٢٣

			اشعر ان الاخرين يجرحون مشاعري .	٢٤
			ارتبك عندما اتعامل مع الجنس الاخر .	٢٥
			اشعر بتردد عندما اريد مقابلة اناس مهمين .	٢٦
			هناك اناس لم يكثرثوا بمعرفتي .	٢٧
			علاقتي بالاصدقاء عميقة .	٢٨
			اشعر انني عضو في مجموعة من الناس .	٢٩
			اشعر ان الاخرين يحبونني .	٣٠
			اشعر بمكانتي لدى الاخرين .	٣١
			اشعر انني غير مرغوب من قبل الاخرين .	٣٢
			انني شديد الحذر من الناس .	٣٣
			اني اشعر في الفعاليات التي اقوم بها بأنني شخصية ثانوية .	٣٤
			افضل العمل بمفردي على العمل مع الاخرين .	٣٥
			اشارك في الرحلات الجماعية .	٣٦
			انتسب الى الاندية والمنظمات الاجتماعية .	٣٧
			لدي أنشطة اجتماعية امارسها .	٣٨
			اتولى مسؤولية تقديم الناس في الحفلات .	٣٩
			حينما اكون في حافلة (باص) أتحدث مع الركاب .	٤٠

ملحق (5)

مقياس التوافق الاجتماعي وبصورته النهائية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



جامعة بابل

كلية التربية للعلوم الانسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات الاولية

عزيزي الطالب عزيزي الطالب

بين يديك مجموعة من الفقرات التي تمثل خصائص وصفات قد تنطبق عليك وبشكل متفاوت او قد لا تنطبق عليك .

ترجوا الباحثة قراءة هذه الفقرات بدقة وموضوعية والاجابة عنها بصراحة وصدق بوضع إشارة(√) تحت واحد من البدائل الثلاثة (تنطبق علي كثيراً , تنطبق علي قليلاً, لا تنطبق علي مطلقاً) الموجودة أمام كل فقرة والذي يعبر عن واقع حالك .

وتود الباحثة الاشارة انه لا توجد اجابة صحيحة واخرى خاطئة وان الاجابة الافضل هي الاجابة الصادقة , أملين عدم ترك اي فقرة بدون اجابة , علما ان اجابتك لن يطلع عليها سوى الباحثة وان استخدامها لأغراض البحث العلمي , ولا داعي لذكر الاسم .

مع فائق التقدير والاحترام.....

يرجى منك ملئ البيانات الاتية:-

الجنس.....المرحلة.....

القسم.....الكلية.....

الباحثة

فاطمة فاضل علي

ت	الفقرات	تنطبق علي كثيراً	تنطبق علي قليلاً	لا تنطبق علي مطلقاً
١.	ابالغ في الخوف من ان شخصا ما يغضب مني .			
٢.	زملائي يهتمون بالاشياء التي اهتم بها .			
٣.	اشعر ان الناس يثقون بي .			
٤.	يراعي الناس مشاعري .			
٥.	يوجد اشخاص يمكن اعتمد عليهم .			
٦.	يوجد اشخاص يعتمدون علي .			
٧.	من السهل ان اطلب مساعدة من زملائي .			
٨.	لا اجد صعوبة في مناقشة افكاري مع اصدقائي .			
٩.	اجد صعوبة في التحدث امام الاخرين .			
١٠.	اكتسب اصدقاء جدد بكل سهولة .			
١١.	اختلف مع اصدقائي في العديد من الموضوعات .			
١٢.	اجد صعوبة في بدء الحديث مع شخص تعرفت به حديثاً .			
١٣.	اميل الى البقاء في المؤخرة في الحفلات والمناسبات .			
١٤.	اشعر انه لا يوجد من يفهمني .			
١٥.	علاقتي بزملائي في الدراسة ليست على ما يرام .			
١٦.	اشعر ان ارائي تحظى باهتمام الاخرين .			
١٧.	علاقتي مع جيراني جيدة .			
١٨.	اتمعت بشعبية اجتماعية بين اصدقائي .			
١٩.	اشعر ان الناس يستمتعون بالتحدث معي .			
٢٠.	اشعر بالضيق عند التعرف على اشخاص جدد .			

			٢١ اشعر ان الناس غير مخلصين في علاقاتهم مع الاخرين .
			٢٢ اتقبل نقد الاخرين بصدر رحب.
			٢٣ اشعر انني اجرح شعور الاخرين دون تعمد .
			٢٤ اشعر ان الاخرين يجرحون مشاعري .
			٢٥ ارتبك عندما اتعامل مع الجنس الأخر.
			٢٦ اشعر بالتردد عندما اريد مقابلة اناس مهمين .
			٢٧ هناك اناس لم يكثرثوا بمعرفتي .
			٢٨ علاقاتي بالاصدقاء عميقة .
			٢٩ اشعر انني عضو في مجموعة من الناس.
			٣٠ اشعر ان الاخرين يحبونني .
			٣١ اشعر بمكانتي لدى الاخرين .
			٣٢ اشعر انني غير مرغوب من قبل الاخرين .
			٣٣ انني شديد الحذر من الناس .
			٣٤ اني اشعر في الفعاليات التي اقوم بها بانني شخصية ثانوية .
			٣٥ افضل العمل بمفردي على العمل مع الاخرين .
			٣٦ اشارك في الرحلات الجماعية .
			٣٧ انتسب الى الاندية والمنظمات الاجتماعية.
			٣٨ لدي أنشطة اجتماعية امارسها .
			٣٩ اتولى مسؤولية تقديم الناس في الحفلات .
			٤٠ حينما اكون في حافلة (باص) اتحدث مع الركاب .

