التوافق النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدى طلاب الجامعة

د. محمد خليفة عطية

هدف هذا البحث التعرف على بعد مهم بالصحة النفسية الا وهو التوافق النفسي، وكذلك يهتم البحث بالتعرف على مفهوم الذات لدى الطالب الجامعي، وايضاً يهتم بالتعرف على أوجه القصور ومواطن القوى في الصحة النفسية، واقتصر هذا البحث على طلبة وطالبات كلية الآداب الجميل، ويمثل مجتمع الدراسة طلبة كلية الآداب الجميل جامعة صبراتة في بعض التخصصات (علم النفس. علم الاجتماع. المكتبات) والبالغ عددهم 110 منهم 50 ذكور و60 إناث، وكانت اهم النتائج كالتالي:

توجد علاقة دالة بين الذكور والإناث في التوافق النفسي ومفهوم الذات وذلك راجع الي ارتباطهم بدراستهم وباعتبارهم من منطقة واحدة ولهم عادات وتقاليد متقاربة مع سمة القرابة بالدم التي تكاد تجمعهم كل ذلك يجعل الطالب متوافقا نفسيا فاهما لذاته. بالإضافة الي رؤيته الإيجابية لذاته وانسجامها معها.

المقدمة:

يعمل الإنسان السوي على الوصول الي أعلى درجات الرقي بنفسه كما يعمل على تحقيق سعادته ومما يؤدي به الي الوصول الي أعلى درجة ممكنة من التوافق النفسي. ويتم ذلك بتجنبه كل ما يعكر صفوه ليرتقي بنفسه الي أعلى درجات الراحة النفسية.

ولكي يستطيع الفرد أن يصل الي هذه الدرجة يتطلب منه تكوين مفهوما إيجابيا عن ذاته وأن يتقبلها كما هي. وقد أهتم العديد من العلماء بمفهوم الذات وذلك لأهميتها الكبيرة في حياة الفرد وشخصيته وتفاعله وتوافقه مع نفسه ومع بيئته التي يعيش فيها. وهذا يؤكد دور التنشئة الأسرية والاجتماعية وانعكاسها على حياة الفرد ومستقبل علاقاته مع الأشخاص الذين يشكلون الواقع حوله.

وتوافق الفرد مع ذاته ومع الآخرين له أهمية كبيرة في حياته وعلى صحته النفسية ونجاحه في الحياة يتوقف على مدى توافقه مع نفسه، اما اذا ما حصل وأخفق الفرد في تحقيق توافقه فتكون حياته عرضة للعديد من الاضطرابات النفسية وربما المشكلات الاجتماعية والإنسان كما هو يعيش في بيئة طبيعية فهو ايضا يعيش في بيئة نفسية واجتماعية. أي أن تلك البيئة لها تأثيرها سواء بشكل مباشر او غير مباشر على ذاته وتوافق النفسي وسلوكه الذي يوصف في بعض الأحيان بالتوافق وأحيانا أخرى بسوء التوافق.

ومفهوم التوافق يعتبر من المفاهيم الأساسية في علم النفس وهو حالة التوازن عند الفرد الناتجة عن خفض التوتر الناتج عن دافع او حاجة دون الوقوع في صراع.

(فرج طه: 1989: 256)

وباعتبار أن طلاب الجامعات هم فئة من أفراد المجتمع الذي يعيش فيه الفرد فلهذا لابد أن يلقوا اهتماما وعناية في شتى المجالات باعتبارهم من

الفئات الواجب الاهتمام بهم في شـــتى المجالات وباعتبار أنهم في مرحلة الشـــباب وينتظرهم دور كبير في الحياة فلهذا لابد من الاهتمام بهم لكي يرتقوا نفســـيا ويكونون متوافقين مع ذواتهم. وبالتالي فإنه يمكن القول بأن التوافق النفســـي ومفهوم الذات يلعبان دورا بارزا وأساسيا في حياة الطلبة بالجامعة، ولعل الكثير من الانجازات والتقدم الذي يحققونه في حياتهم في جميع المجالات لها علاقة بتوافقهم النفســـي مع ذواتهم ومع الآخرين ومع بيئتهم .(مصطفى فهمي : 1967 :118)

مشكلة البحث: -

إن عملية التوافق النفسي للطالب عملية مهمة ولها تأثيرها على ذات الطالب واذا لم يحقق الطالب نجاحا في توافقه النفسي فإنه يؤثر بشكل سلبي على سلوكه سواء كان في دراسته أو حتى في العديد من المجالات الأخرى في حياته .وبما أن الطالب يقضـــي فترة طويلة من الزمن في حياته أثناء الدراسة فإن التوافق يكتسب أهمية كبيرة في حياته , ويتضمن التوافق النفسي للطالب إشباع حاجاته ودوافعه بشكل لا يتعارض مع ما هو في المجتمع الذي يعيش فيه وقيمه ولا تدفع الفرد الي محظورات تعود عليه بالسلب ولا تضر بالآخرين ولا حتى بالمجتمع الذي يعيش فيه الطالب , فالطالب المتوافق نفسيا هو ذلك الإنســـان الذي ينجح في تحقيق كل تلد الأمور الحياتية. (فرج طه: 1989: 259)

ويعتبر التوافق النفســـي للطالب عملية هامة ولها تأثير بالغ الأهمية على ذاته وعلى دراسته وإذا لم يحقق الطالب نجاحا في توافقه النفسي فإنه يؤثر سلبا على ذات الطالب وبالتالي على ســـلوكه الدراســـي والاجتماعي. ومن هنا تتحدد مشـــكلة البحث في التساؤل الآتي:

ما علاقة التوافق النفســـي بمفهوم الذات لدى طلاب الجامعة؟

أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث في التالي:

معرفة الابعاد المهمة بالصـــحة النفســـية الا وهو التوافق النفسي لدى طلاب الجامعة.

مفهوم الذات لدى الطالب الجامعي وثائره على التحصيل الدراسي الجامعي.

التباين في معرفة أوجه القصـــور ومواطن القوى في الصحة النفسية.

الاهتمام بالطالب الجامعي من خلال دراسة صحته النفسية.

أهداف البحث:

ويهدف البحث الي:

1- التعرف على مستوى التوافق النفسي لدى عينة من طلاب كلية الآداب بالجميل جامعة صبراتة.

2- التعرف على مســـتوى مفهوم الذات لدى عينة من طلاب كلية الآداب بالجميل جامعة صبراتة.

3- التعرف على العلاقة بين التوافق النفســـي ومفهوم الذات لدى عينة من طلاب كلية الآداب بالجميل جامعة صبراتة.

4- التعرف على الفروق الفردية بين الذكور والإناث في التوافق النفسي بكلية الآداب بالجميل جامعة صبراتة.

5- التعرف على الفروق الفردية بين الذكور والإناث في مفهوم الذات بكلية الآداب بالجميل جامعة صبراتة.

تساؤلات البحث:

1- ما مستوى التوافق النفسي لدى عينة من طلبة كلية الآداب الجميل جامعة صبراتة؟

2- ما مستوى مفهوم الذات لدى عينة من طلبة كلية الآداب الجميل جامعة صبراتة؟

3- هل توجد علاقة ارتباطيه بين التوافق النفسي ومفهوم الذات لدى عينة من طلبة كلية الآداب الجميل جامعة صبراتة؟

4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التوافق النفسي لدى طلبة كلية الآداب بالجميل جامعة صبراتة؟

5- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مفهوم الذات لدى طلبة كلية الآداب بالجميل جامعة صبراتة؟

حدود البحث:

أ- الحدود المكانية: اقتصر هذا البحث على طلبة وطالبات كلية الآداب الجميل.

ب-الحدود البشرية: اقتصر البحث على طلاب كلية الآداب بمنطقة الجميل.

ت-الحدود الزمانية: أجري هذا البحث في الفترة ما بين 2022م – 2023م.

مصطلحات البحث:

1- التوافق النفسي:

هو قدرة الفرد على تقبل الأمور التي يدركها بما في ذاته ثم العمل من بعد ذلك على تشبهتا في تنظيم الشخصية.

(رمضان القذافي: 1990: 7)

2- مفهوم الذات:

هو المعنى المجرد لإدراكنا لأنفسنا جسميا وعقليا واجتماعيا في ضوء علاقاتنا بالآخرين.

(وفاء محمد: 2009: 25)

3-**طلاب الجامعة:**

هم تلك الفئة من المجتمع الذين يدرسون الجامعة والذين تتراوح أعمارهم من سن (19 – 22) سنة.

الإطار النظري:

اولا التوافق النفسي:

يعتبر التوافق النفسي من أهم ما يبين السواء او كفاية الصحة النفسية عند الفرد، فقد يشعر الغرد بدافع معين فإنه يثوم بحيلة ساعيا من خلالها تحقيق التوازن بين حاجاته ورغباته ومتطلبات البيئة المحيطة به. وهذا يأتي من أجل المحاولة للوصول الي التوافق النفسي ذلك المصطلح الشديد الارتباط بالشخصية في جميع مراحلها وهذا ما أهله لان يكون من أكثر المفاهيم انتشارا في علم النفس. وقد اتخذ المهتمون بدراسة التوافق النفسي العديد من الجوانب في سبيل تحديد هذا المفهوم وقد اهتم به العديد من العلماء ووضعوا له العديد من التعريفات وسيرد الباحث بعض منها:

1- يرى احمد عزت راجح التوافق على أنه قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته عندما يواجه موقفا جديدا أو مشكلة مادية أو اجتماعية أو خلقية أو صراعات نفسية تغييرا يناسب هذه الظروف الجديدة. (احمد راجح: 1985: 578)

2- ويرى سعد المغربي التوافق على أنه عملية تقوم على محور العلاقة بين الذات والموضوع، علاقة هدفها إشباع الحاجات المختلفة لخفض التوترات وتحقيق الوجود والذات والإمكانات وبعبارة أخرى هي عودة الإنسان الي حالة من التوازن الذي أختل نتيجة للمثيرات المختلفة. (سعد المغربي: 1992: 11)

ويعرف الباحث التوافق النفسي على أنه إشباع الفرد لحاجاته النفسية والاجتماعية والمادية ما يجعله يتقبل ذاته مما يؤدي به الي الاستمتاع بحياة خالية من الاضطرابات والصراعات النفسية.

أهداف التوافق النفسي:

توجد العديد من الأهداف التي من شأنها أن تعمل على إيجاد التوافق النفسي عند الفرد ومن هذه الأهداف:

1- رضا الفرد عن نفسه.
2- إشباع حاجات الفرد وإرضاء دوافعه.
3- الطمأنينة نتيجة الشعور بالثقة بالنفس.
4- حسن التعامل مع الغير وإقامة علاقات طيبة مع الآخرين.

خصائص التوافق النفسي:

ومن خصائص التوافق النفسي:

1- تغيير ظروف الحياة والمجتمع وتغيير التوافق الفردي وفقا لتلك الظروف.
2- عملية فردية يقوم بها الشخص ذاته أثناء تعامله مع البيئة.
3- عملية اجتماعية باعتبار أن المجتمع مكمل للفرد في عملية التوافق. (عناية الجطلاوي: 2004: 95)

مستويات التوافق النفسي:

من المعروف أن التوافق يشمل جميع نواحي الحياة الإنسانية سواء كانت بيولوجية أو اجتماعية أو نفسية ومن هنا سيرد الباحث بعض مستويات التوافق بداية بالمستوى الاجتماعي:

أ- المستوى الاجتماعي للتوافق:

حياة الإنسان عبارة عن مجموعة من العمليات التوافقية التي يعمل الفرد من خلالها على تعديل سلوكه وذلك في سبيل الاستجابة للمواقف المركبة التي قد تكون ناتجة عن احتياجاته.

والإنسان السوي لديه القدرة على القيام باستجابات متنوعة تلائم المواقف وتنجح في تحقيق دوافعه، وهذه الدوافع تتفق مع مجتمعه بالإضافة الي أنها تكون مرنة وقابلة للتشكل وفقا للمعايير الثقافية. أي عند توافق الفرد مع مجتمعه ويكون علاقات اجتماعية حسنة فإنه قد يتغير الي الأفضل.

المستوى النفسي للتوافق:

بكل تأكيد لا يعتبر الفرد غير الواقعي والمحبط شخصا متوافقا عكس ذلك الفرد الذي يقابل صدماته وصراعاته بطريقة حسنه بناءة يستطيع من خلالها إشباع وبذلك يعتبر فردا متوافقا ذلك

لأن كل العقبات والصـــراعات التي يمر بها لا تســـتطيع أن توقفه على العمل والإنتاج فالتوافق النفســي يقوم على تحقيق نوع من الرضــا بالنســبة للفرد أكثر من اسـتناده الي إشـباع دافع معين على حســاب الدوافع الأخرى، والإنســان الســوي يتعلم إرجاء الإشـباع العاجل في سـبيل ما سـيحققه من إشباع أقل ما يعني أته يتمتع بالنضج الانفعالي.

(حكمة نيس: 2011: 48)

المستوى التربوي للتوافق:

ويتم ذلك عن طريق مســاعدة الطالب لاختياره أنسب التخصصات واختياره أنسب المواد الدراسية والمناهج في ضوء قدرته وميوله واتجاهاته مع بذل أقصـــى جهد لتحقيق النجاح الدراســي. (يوســف الأحرش وآخرون: 2002: 35)

أبعاد التوافق النفسي:

للتوافق النفسي عند الفرد العديد من الأبعاد منها:

البعد النفسي:

ويقصـد به قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصـــارعة أي مدى قدرته على حســـم الأمور والتحكم فيها، فالسعادة مع النفس والثقة بها والرضا عنها والشـــعور بقيمتها وإشـــباع الحاجات والتمتع بالأمن النفسي والسلام الداخلي مع الشعور بالحرية في تخطيط الأهداف وتوجيه الســـلوك والســـعي لتحقيق ومواجهة المشـــكلات الشـــخصـــية وحلها وتغيير الظروف البيئية والتوافق لمطالب النمو في مراحله المتتالية وهو ما يحقق الأمن النفسي.

(حسنة بن شتي: 2013: 13)

البعد الاجتماعي:

والبعد الاجتمـاعي هو علاقـة الفرد بـالآخرين من حوله وأســـلوبه في الحياة وخلق الســـعادة مع الآخرين والاتزان الاجتمـاعي مع التزامـه بكـافـة أخلاقيـات وقيم المجتمع الـذي يعيش فيـه. لهـذا ينبغي أن تكون أســـاليب الفرد أكثر مرونة أي أن التوافق عملية يشـــترك في تكوينها كل عناصـــر البيئة والتنشـــئة الاجتماعية كما توجد فروق في الأبعـاد الاجتمـاعيـة بين الأفراد ترجع الي عمليـة الفروق الفردية فكل شخص له خصائصه الخاصة به.

البعد العقلي:

ويتضـمن البعد العقلي التوافق بين العمليات العقلية كـالإدراك والحس والتعلم والتـذكر والتفكير والانتبـاه والذكـاء وقد لا يتحقق التوافق العقلي الا بقيام كل هذه العناصر العقلية بدورها على أكمل وجه.

(مؤمن الجموعي: 2013: 85)

البعد الدراسي:

وهذا البعد يعتمد على بعدين أســاســيين هما البعد العقلي والبعد الاجتماعي والطالب لا يستطيع اسـتعاب المواد الدراسـية بالشـكل الصـحيح الا اذا حدد اتجاهاته نحو المواد مع تنظيم وقته وطريقة مذاكرته بالإضـــافة الي قدرة الطالب على تحقيق التلازم مع زملائه ومدرسيه وذلك قد يساعده على التوافق الذاتي وسماته الشخصية التي تمكنه من الاشـــتراك في النشـــاط الاجتماعي والثقافي للحياة الدراسية مما يحقق توافقه الدراسي.

البعد الأسري:

إن عدم تماســـك الأســـرة ووجود تفكك وعدم استقرار وعدم قدرة الفرد على تحقيق مطالب أسرته مع عدم وجود علاقة حســـنة بين الوالدين والأبناء وبين الأبناء بعضـــهم ببعض كل ذلك يعمل على عدم وصول الأفراد الي أعلى درجة من التوافق اما

إذا ما كان هناك تلائم وتماســـك بين جميع أفراد الأســرة فإن ذلك يؤدي الي التوافق لدى الطالب أو الفرد بشك عام.

(اجلال محمد: 2000: 36)

ثانيا مفهوم الذات:

لمفهوم الذات أهمية كبيرة لدى الفرد لأته مفهوم من المفاهيم الكبيرة والمهمة في علم النفس وذلك لما له من أهمية في تحديد ســـلوكيات الفرد وشخصيته وابراز سماته ويعتبر مفهوم الذات من الأبعاد المهمة في تحقيق النجاح ومواجهة مشـــكلات الفرد الشـــخصـــية في جميع مجالات الحياة، كما أن مفهوم الذات يعتبر من العلامات التي تبين تمتع الفرد بالصحة النفسية. ومن ذلك أهتم العديد من العلماء والباحثين بهذا المفهوم وقد وضـــعوا له العديد من التعريفات وســـيرد الباحث بعض منها:

أ- التعريف اللغوي للذات ("آن ذو" يعني صاحب والجمع ذوون وهي الذات وهما ذاتان وجمعها ذوات).

(عبد السلام الذويبي: 1998: 205)

ب-اما اصطلاحا فقد عرفها محمد عماد على أنها ذلك المفهوم الذي يكونه الفرد عن نفســـه باعتباره مصدر للتأثير والأثر بالنسبة للآخرين.

(محمد عماد الدين: 1961: 3)

ت-وجاء ايضـــا تعريف الذات على أنه عبارة عن مفهوم الفرد وإدراكه للعناصر المختلفة المكونة لشخصية أو كينونته الداخلية والخارجية ويتمثل ذلك في الجوانب والأكاديمية والجســـمية والاجتماعية والثقة بالنفس.

(صلاح الدين ابوناهية: 1999: 71)

أنواع مفهوم الذات: -

وقد صـــنف العديد من العلماء والدارســـين مفهوم الذات الي العديد من التصـــنيفات والتي من بينها الســـلبي والإيجابي و الشـــخصـــي والاجتماعي والجسمي والعاطفي وسيرد الباحث بعض من هذه التصنيفات عن مفهوم الذات :-

1- مفهوم الذات الإيجابي :

ويتمثل هذا النوع في تقبل الفرد لذاته ورضـــاه عنها حيث يظهر على من يتمتع بمفهوم ذات إيجابي صورة واضحة ومقبولة للذات , ويراها في شخصيته وسلوكيات كل من يتعامل مع ذلك الفرد اى أن هذا يكشف عن أسلوب تفاعل الفرد مع ما يحيط به ولاســـيما المجتمع حيث يظهر الرغبة في احترام وتقدير والمحافظة على مكانة ذاته الاجتماعية وأهميتها والثقة الواضحة بالنفس والتمسك بالكرامة واستقلال الذات مما يعبر عن تقبل الفرد لذاته ورضـــائه عنها .

2- مفهوم الذات السلبي :

ويكون هذا المفهوم في الأفراد من ذوى الانحرافات الســـلوكية والأنماط المضـــادة والمتناقضة مع أساليب الحياة العادية والمتوقعة من الأفراد العاديين في المجتمع مما يجعل المجتمع يحكم على تصرفاته هذه بسوء التكيف الاجتماعي أو النفســـي مما يجعله في متغير

غير سوي . (عبدالسلام الذويبي : 1998 : 42)

3- مفهوم الذات العادي :

مفهوم الذات العادي يمثل ذلك الفرد الذي لا يتعالى على الآخرين لولا يشعر بالنقص أمام الآخرين اى أنه لا ينظر بأنه أفضل أو أقل من الآخرين فاذا ما نظر الفرد الي نفسه بهذه النظرة يتولد لديه شعور بأن ذلك الشخص العادي المتواضع.

4- مفهوم الذات المدركة:

وهو ذلك الفرد الذي يرى نفسه ويدركها وليس كما يتمنى ويشمل هذا الإدراك جسمه ومظهره وقدراته ودوره في الحياة والبيئة التي يعيش فيها ومعتقداته وطموحاته.

(قحطان احمد: 2004: 58)

5- مفهوم الذات الإيجابي:

هو كل ما يتصوره الفرد عن نفسه من خلال تقويم المجتمع من حوله له.

العوامل المؤثرة في الذات: -

توجد العديد من العوامل التي تؤثر في الذات تلك العوامل التي تجعل الفرد يقدر ذاته بشكل مرتفع أو ذات منخفضة وهذه **العوامل:**

الرعاية الأسرية:

لكي تنمو ذات الإنسان نموا حسنا يحتاج الي جو أسري هادي بعيدا عن التفكك ومستقر بالإضافة الي تقبل الأسرة له، وإذا ما حدث عكس ذلك فإن الفرد يكون مفهوم خاطئ عن تقديره لذاته.

1- العمر والجنس:

للعمر والجنس دورا هاما في مفهوم الذات حيث أن المجتمع الذي يشعر الفرد بفقدان السند والإحباط مما يولد القلق لدى الفرد مما يؤدي الي تهديد مفهومه وثقته بذاته واحترامه لها.

2- المدرسة:

وللمدرسة دور كبير في تقدير الطفل لذاته، حيث يكون هناك تأثير من المدرسة وما بها في تكوين تصور الطفل عن ذاته واتجاهاته وميوله نحو قبولها أو رفضها. بالإضافة الي العلاقة بين التلميذ والمعلم وهذا له تأثير كبير على مستوى مفهوم الذات للتلميذ. (عطا احمد: 2008: 29).

3- آراء وتقييمات الآخرين:

قد يتأثر الفرد بآراء وتقدير الآخرين لذاته مما يؤثر على شخصيته ومن المعروف أن تقدير الذات يرتفع كلما زاد تقدير الآخرين له بالأفراد الذين يعاملون باحترام يكون لهم مفهوم ذات مرتفع ولاسيما عندما يكون من أشخاص مهمين في الحياة ومن حولهم.

4- تطلعات الفرد الشخصية:

إن تطلعات الفرد الشخصية لها تأثير كبير على ذاته فإذا ما كانت تطلعات إيجابية وبها نجاحا هذا يؤدي الي تقدير ذاته، وإذا ما كان عكس ذلك أي فشلا في موضوع معين فإن مستوى تقدير الذات عند الشخص الإيجابي يرتفع بينما الشخص السلبي فإنه ينخفض.

5- المهام والانجازات:

براعة الإنسان في أداء مهامه وإنجازها بالإضافة الي كفاءته في العمل أو الدراسة يزيد الفرد شعورا بقيمته الذاتية مما يؤثر في تقديره لذاته.

6- الإنجاز الأكاديمي:

إن للإنجاز الأكاديمي دور فعال في تقدير الطالب لذاته أي كلما تحصل الطالب على درجات عالية

كلما شعر بالكفاءة والسعادة وقد أشارت دراسة أوماني وباكمان الي أن نجاح الطالب التعليمي يؤثر تأثيرا إيجابيا على تقديره لذاته.

(صونيه مادي: 2011: 85 ,86)

النظريات المفسرة: –

توجد العديد من النظريات النفسية المفسرة للتوافق النفسي ولمفهوم الذات وسرد الباحث بعض هذه النظريات:

1- النظرية البيولوجية:

من مؤسسي هذه النظرية دارون ومندل وكالمان. وتركز هذه النظرية على النواحي البيولوجية للتوافق النفسي حيث يرى مؤسسي هذه النظرية أن كل أشكال التوافق قد تعود الي أمراض تصيب أنسجة الجسم والمخ منها الوراثية ومنها المكتسبة خلال مراحل حياة الفرد من إصابات واضطرابات جسمية ناتجة عن مؤثرات من المحيط بالفرد أو تعود الي اضطرابات نفسية التي تؤثر على التوازن الهرموني لدى الفرد نتيجة الضغوطات التي يتعرض لها الطالب. أي أن أصحاب هذه النظرية يروا أن عملية التوافق تعتمد على الصحة النفسية ومنا الي التوافق التام.

(عبد الحميد محمد: 2001: 111)

2- نظرية التحليل النفسي:

ومن رواد هذه النظرية سيقموند فرويد ويرى أن عملية التوافق لدى الفرد غالبا ما تكون لاشعورية بحكم أن الأفراد لا يكونون الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياتهم فالشخص المتوافق هو الشخص الذي يستطيع إتباع المتطلبات الضرورية بوسائل مقبولة اجتماعيا.

(عبد الحميد محمد الشاذلي: 2001: 70)

ثانيا نظريات تفسر مفهوم الذات:

1- نظرية الذات:

وهذه النظرية فد قام بها (فريون) 1963م حيث ذكر أن هناك العديد من المستويات للذات وطبقا لأرائه فإن كل فرد يشعر أنه يمتلك نواة حقيقية أوزانا مركزية تختلف عن الموجودات الخارجية وأن الذات المركزية معقدة ذات أجزاء كثيرة وهي في صراع دائم مع بعضها وتكون رغم ذلك موجودة بواسطة إحساس الذات وأن مفهوم الذات يحتوي على دوافع تظهر احيانا أنها تعمل خارج ضبط وتحكم إرادة الفرد ويحتوي ايضا على المثاليات والأماني ومستويات الأنا الأعلى التي تختلف عن المستويات الأخرى وتعبر أراء فرنون عن مستويات الذات.

(حامد زهران: 1977: 45)

2- نظرية سينغ وكوبيز:

واستخدم العالمان مصطلح المجال الظاهري إشارة الي البيئة السيكولوجية وتؤكد أن كل سلوك إشارة الي البيئة السيكولوجية وتؤكد أن كل سلوك بدون استثناء إنما يعتمد على المجال الظاهري للكائن موضوع السلوك وإن الموضوع الظاهري يتكون من مجموعة من الخبرات التي يعانيها الشخص في لحضه فعله وإن سينغ وكوبير يعتقدان أن علم النفس يمثل الفكرة الشائعة (الوعي بسبب السلوك) وأن ما يعتقده المرء وما يستشعره الي حد ما يفعله.

(ابراهيم احمد ابوزيد: 1987: 68)

الدراسات السابقة: –

1– دراســـة جابر عبد الحميد 1969م وقد هدفت هذه الدراســـة الي معرفة العلاقة بين مفهوم الذات والتوافق النفســي وتكونت عينة الدراســة من 90 طـالبـا وطـالبـة من الجـامعـة وكـانـت أدوات الدراســة عبارة عن اختبار لمفهوم الذات الكبار اعداد محمد عماد الدين اســـماعيل وقائمة تفضــيل الشــخصــية واختبار التوافق للطلبة. وجاءت نتائج الدراســـة على النحو التالي توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين تقبل الذات والتوافق اى كلما زاد تقبل الفرد للذات كلما زاد توافقه كما توجد علاقة بين تقبل الذات وتقبل الآخرين ضـمن مفهوم الذات وهذا يعني أنـه كلمـا زاد تقبـل الفرد لـذاتـه كلمـا زاد تقبلـه للآخرين أي تقبــل الفرد لــذاتــه من تقبلــه للآخرين. وإن هنـاك ارتبـاط بين تقبـل الـذات المرتفع واختيارات العبارات الدالة على الحاجة الي السيطرة أي كلما زاد تقبل الذات لدى الفرد كلما كان مرتفعا كلما اتجه نحو الحاجة الي السيطرة

2–دراســة إعناية ضــوء محمد 2004م وقد هدفت هذه الدراســـة الي معرفة مفهوم الذات وعلاقته بالتوافق للطالب الجامعي وتحصـــيله الدراســـي وجاءت عينة الدراسة من كلية الآداب سبها وكان عددها (370) طالبا وطالبة من مختلف الأقســـام واعتمـدت البـاحثـة على قيـاس مفهوم الـذات من إعداد محمد عماد الدين اسـماعيل ومقياس التوافق لطلبـة الجـامعـات من إعـداد وينـب الأوجلي امـا بالنسبة لمستوى التحصيل الدراسي للطلاب فقد تم استخدام نتائج الامتحانات التحصيلية لقياسه لدى أفراد العينة أما عن نتائج الدراسة فقد بينت الدراسة أن معظم المعاملات كانت مرتفعة ودالة إحصـائيا إلا الإفريقيـة وعلوم القرآن والتفســـير وعليـه فـإن معظم النتـائج تتحقق مع طبيعــة العلاقــة بين المفهومين .

3–دراسة عبد الرحمن الخالقي 2014م وقد هدفت هذه الدراســـة الي الكشـــف عن التوافق النفســـي وعلاقتـه بـالوعي الـذاتي ومســـتوى الطموح لـدى طلاب المرحلة الثانوية بمنطقة الجوف بالســعودية وكانت عينة الدراســـة (200) طالبا وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشـــوائية وقد اســـتخدم الباحث المنهج الوصفي ألارتباطي واستخدم الباحث معامل بيرسـون والانحراف المعياري وكانت نتائج الدراسـة قد أســفرت على وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين كل من التوافق النفسي والوعي الذاتي لدى العينة.

التعليق على الدراسات السابقة:

لقد اسـتفادة الباحث من الدراسـات السـابقة وذلك بعد الاطلاع والتدقيق على الدراســـات حيث وجد الباحث الطريقة المنهجية في البحث واضــحة وبشــكل علمي وعملي واســتفادة ايضــا من حيث تحديد مشــكلة بحثه واختار المنهج المناســب لها ومدى إثرائه للإطار النظري وقد اســـتفادة الباحث من الدراســـات الســـابقة من خلال مقارنته بتاريخ العديد من الدراسات مما يجعل الدراسات السابقة ذات فائدة بالنسبة للباحث.

منهج الدراسة: –

اســـتخدم الباحث المنهج الوصـــفي الذي يتطلب وصــف وتحديد الظاهرة والمنهج الوصــفي

يعتمد على وصـــف الظـاهرة التي يريد البـاحث دراسـتها وجمع معلومات وحقائق دقيقة عنها وتبرز أهميتها فيكونـه أحد الأســـاليب العلمية لدراســـة الموضوعات الإنسانية

(محمود ابوالنيل: 1985: 22)

يمثل مجتمع الدراسـة طلبة كلية الآداب الجميل جامعة صـــبراتة في بعض التخصـــصـــات (علم النفس. علم الاجتمـاع. المكتبـات) والبـالغ عـددهم 110 منهم 50 ذكور و60 إناث.

مجتمع الدراسة:

والجدول الآتي يبين عدد الطلاب في التخصصات بكلية الآداب بالجميل.

ت	الأقسام	ذكور	إناث	المجموع
1	علم النفس	25	25	50
2	علم الاجتماع	15	20	35
3	المكتبات	10	15	25
المجموع الكلي		50	60	110

وكـان العـدد الكلي للأقســـام (علم النفس _ علم الاجتماع _ المكتبات) قد بلغ 110 طالبا وطالبة وتم استبعاد وقد تم استبعاد بعض الطلاب لرفضهم ملئ الاســـتبيان وتم توزيع الاســـتمارات على 45 طالبا وطالبة منهم 22 طالبا و23 طالبة.

ويوضح الجدول الاتي عينة البحث حسب الجنس.

الجنس	العدد	النسبة
الذكور	22	%49
الإناث	23	%51
المجموع	45	%100

الجدول الاتي يوضح عينة البحث حسب التخصص الدراسي لعينة البحث.

التخصص	الذكور	النسبة	الإناث	النسبة
علم النفس	4	%18	9	%40
علم الاجتماع	11	%50	7	%30
المكتبات	7	%32	7	%30
المجموع	22	%100	23	%100

أدوات البحث: -

استخدم الباحث في هذا البحث الأدوات الآتية:

1- مقياس التوافق النفسي.

2- مقياس مفهوم الذات.

مقياس التوافق النفسي أعدته زينب الأوجلي 1998م وقد تكونت فقراته من 69 فقرة وقامت بتقنينه على طلاب جامعة قار يونس بنغازي. حيث قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس.

1- دراسة الصدق التميزي للبنود.

2- دراسة صدق التكوين الفرضي عن طريق.

أ- التحليل التعاملي للبنود.

ب-اختيار بعض البنود حول علاقة المقياس ببعض المقاييس الأخرى.

ت-اختيار بعض البنود حول قدرة المقياس على التمييز بين المجموعات المتعارضة وقد وجدت أن للمقياس درجات عالية على التمييز بين الطلبة.

ثبات المقياس: -

استخدمت الباحثة طريقة الإعادة وحساب معامل الاتساق وطريقة التجزئة النصفية واستخدام معامل الفا كرومباخ بالإضافة الي استخراج الخطأ المعياري للمقياس وأسفرت نتائج الثبات على معاملات الاستقرار عالية مقبولة.

طريقة تصحيح مفهوم التوافق النفسي:

أولا- يصحح مقياس صدق إجابة المفحوص في التوافق النفسي ورمزيه كآلاتي:

1- تعطى درجة للسمة التي تنطبق على الطالب ويجيب فيها بنعم.

2- تعطي درجة صفر للسمة التي لا تنطبق على الطالب والتي يجيب فيها بلا في مفهوم التوافق النفسي.

ثانيا - يصحح مقياس التوافق النفسي (ت) المكون من 69 فقرة فيها فقرة تمثل الاتجاه الإيجابي.

مقياس مفهوم الذات: -

تم اعداد مقياس الذات من قبل محمد عماد الدين اسماعيل ثم قام بتصحيحه الباحث الشحومي 2002م على البيئة الليبية ويعتبر مفهوم مقياس الذات العربية وقد قام الشحومي بعرض بنود مقياس مفهوم الذات بجامعة عمر المختار البيضاء ليبيا على المحكمين من أعضاء هيئة التدريس بكلية الآداب والتربية بجامعة عمر المختار البيضاء ليبيا وذلك لتحقق من مدى ملائمة فقرات الاختبار على البيئة الليبية واجرى الباحث الاختبار على عينة قوامها 50 طالبا وطالبة لحساب صدق مقياس مفهوم الذات.

ثبات اختبار مفهوم الذات:

قام الشحومي بإيجاد الثبات لاختبار مفهوم الذات بتطبيق الاختبار على عينة استطلاعية تكونت من 50 طالبا وطالبة وبعد 8 أيام تم إعادة تطبيقه مرة أخرى وقد بلغ معامل الثبات باستخدام معامل بيرسون 0.905.(الصديق الشحومي 2002: 165)

تصحيح مقياس مفهوم الذات:

ويتم تصحيحه بإتباع الخطوات الآتية:

1- تعطى درجة للسمة التي تنطبق على الطالب والتي يجيب فيها (بنعم).

2- تعطى درجة صفر للسمة التي لا تنطبق على الطالب والتي يجيب فيها (بلا) في مفهوم الذات في مفهوم الذات.

ما مستوى التوافق النفسي لدى عينة البحث من طلبة كلية الآداب الجميل جامعة صبراتة؟

نتائج البحث: -

اولا عرض وتحليل النتائج:

التساؤل الأول:

بعد الإجراءات الإحصائية المناسبة باستخدام اختبار ((T توصل الباحث الي النتائج الآتية والجدول الأتي يوضح ذلك:

المتوسط	الانحراف المعياري	العينة		درجة الحرية	مستوى المعنوية	الدلالة
		محسوبة	جدولية			
80	23.1	7.6	1.5	109	0.05	دالة

اتضح من الجدول السابق أن هناك توافق لدى عينة البحث وكان ذلك التوافق دالا على مستوى دلالة 0.5.

ما مستوى مفهوم الذات لدى عينة البحث من طلبة لكية الآداب الجميل جامعة صبراتة؟

بعد إجراء المعالجة الإحصائية المناسبة باستخدام اختبار (T) تم التوصل الي النتائج التالية الموضحة بالجدول الاتي:

التساؤل الثاني:

المتوسط	الإنحراف المعياري	العينة		درجة الحرية	مستوى المعنوية	الدلالة
		محسوبة	جدولية			
85	24.1	7.2	1.3	108	0.05	دالة

يتضح من الجدول السابق أن مستوى مفهوم الذات كان دالا عند مستوى دلالة تساوي 0.05.

التساؤل الثالث:

هل توجد علاقة ارتباطيه بين التوافق النفسي ومفهوم الذات لدى عينة البحث؟

وبعد ما تم تفريغ البيانات واستخدام معامل ارتباط بيرسون وبعد إجراء المعالجة الإحصائية تم التوصل الي النتائج الآتية المبينة بالجدول الآتي:

المتغيرات		متغير مفهوم الذات
معامل ارتباط بيرسون		0659
القيمة	محسوبة	7.31
	مجدولة	1.22

المتغيرات	متغير مفهوم الذات
درجة الحرية	108
مستوى المعنوية	0.05
الدلالة	دالة

اتضــح من الجدول الســابق وجود علاقة ارتباطية بين مفهوم الذات والتوافق النفسي وكان مرتفعا لدى عينة البحث.

هل توجد فروق ذات دلالة إحصـــائية بين الذكور والإناث في التوافق النفسي لدى عينة البحث؟

بعد تفريغ البيانات والمعالجة الإحصـــائية تم التوصـــل الي النتائج الآتية والواردة في الجدول الاتي:

التساؤل الرابع:

المجموعة	المتوسط	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطين	القيمة		درجة الحرية	مستوى المعنوية	الدلالة
				محسوبة	جدولية			
إناث	53	24.2	0.66	0.14	1.12	108	0.711	غير دالة
ذكور	79	23.8						

اتضــح من الجدول الســابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصـــائية بين الذكور والإناث عند مســتوى دلالة 0.01. 0.05.

هل توجد فروق ذات دلالة إحصـــائية بين الذكور والإناث في مفهوم الذات لدى عينة البحث؟

بعد تفريغ البيانات والمعالجة الإحصائية تم التوصل الي النتائج الآتية والواردة في الجدول الاتي:

التساؤل الخامس:

المجموعة	المتوسط	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطين	القيمة		درجة الحرية	مستوى المعنوية	الدلالة
				محسوبة	جدولية			
إناث	82	24.1	0.67	0.13	1.12	109	0.81	غير دالة
ذكور	78	24.1						

اتضــح من الجدول الســابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصـــائية بين الذكور والإناث عند مســتوى دلالة 0.01. 0.05.

خلاصة عامة لنتائج البحث:

من خلال قراءتنـا للنتـائج الواردة من خلال الجانب الميداني للبحث وما أظهرته الإجابة عن التســـاؤلات الواردة بالبحث وبالإجابة على تلك التسـاؤلات وبالتحليل الإحصـائي وجد الباحث لأنه توجد علاقة دالة بين الذكور والإناث في التوافق النفســـي ومفهوم الذات وذلك راجع الي ارتباطهم بدراستهم وباعتبارهم من منطقة واحدة ولهم عادات وتقاليد متقاربة مع ســـمة القرابة بالدم التي تكاد

تجمعهم كل ذلك يجعل الطالب متوافقا نفسيا فاهما لذاته. بالإضافة الي رؤيته الإيجابية لذاته وانسجامها معها.

التوصيات:

في ضوء ما توصلت إليه النتائج في هذا البحث وما لمفهوم الذات والتوافق من أهمية كبيرة لدى طلاب الجامعة وسيرد الباحث بعض التوصيات:

1- توعية طلاب الجامعة حول اتجاهاتهم وأفكارهم عن دوافعهم ومحاولة بناء شخصياتهم البناء الأمثل.
2- توعية الأسرة للاهتمام بهذه الفئة وذلك من خلال الدور الذي تلعبه التنشئة الاجتماعية وذلك من خلال العمل على بناء شخصياتهم.
3- العمل على تدعيم الثقة بالنفس لدى الطالب الجامعي ويتم ذلك من خلال الأستاذ الجامعي.
4- الاهتمام بالجانب الإعلامي ودوره في توعية وإرشاد طلاب الجامعة.

المراجع:

1- ابراهيم احمد ابوزيد: سيكولوجية الذات والتوافق: دار المعرفة الجامعية :1987: الإسكندرية، مصر.
2- احمد عزت راجح: أصول علم النفس: دار المعارف: ط (2) 1985: القاهرة، مصر.
3- اجلال محمد سري: علم النفس العلاجي: عالم الكتب: 2000: القاهرة، مصر.
4- إعناية الجطلاوي: مفهوم الذات وعلاقته بالتوافق النفسي الجامعي: رسالة ماجستير غير منشورة: 2004: كلية الآداب: جامعة سبها، ليبيا.
5- الصديق عبد القادر الشحومي: مصدر الضبط (الداخلي والخارجي) وعلاقته بمفهوم الذات والتوافق النفسي وفق بعض المتغيرات: رسالة ماجستير غير منشورة: 2002: كلية الآداب جامعة عمر المختار:2002: البيضاء، ليبيا.
6- بدرية عبدو: التوافق النفسي لدى المصابين بإعاقة حركية مكتسبة: رسالة ماجستير: قسم علم النفس العيادي: 2011: جامعو بسكرة، الجزائر.
7- حامد عبد السلام: اختبار مفهوم الذات الخاص في التوجيه والعلاج النفسي: عالم الكتب :1977: القاهرة، مصر.
8- حسنية بن شتي: التوافق النفسي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي: رسالة ماجستير: 2013: جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، الجزائر.
9- حكيمة نيس: الحاجات الإرشادية وعلاقتها بالتوافق النفسي والرضا عن الدراسة لدى تلاميذ السنة الأولى الثانوي: علم النفس التربوي: 2011: جامعة الجزائر.
10- رمضان محمد القذافي: علم النفس الإسلامي: منشورات الدعوى الإسلامية: 1990: طرابلس ليبيا.
11- سعد المغربي: مفهوم الصحة النفسية والتوافق: مجلة علم النفس: الهيئة المصرية العامة للكتب: 1992: القاهرة، مصر.

12- صـــلاح الدين ابو ناحية: التقويم والقياس التربوي: العدد 13 الســـنة الرابعة: 1999: جامعة الزهر، فلسطين.

13- صـــونيه مادي: تقديرات الذات لدى المرأة المســتأصــلة للرحم: رســالة ماجســتير غير منشورة: 2011: الجزائر.

14- عبد الحميد محمد الشـــاذلي: الصـــحة النفسية وسيكولوجية الشخصية: دار المعارف: 2001: القاهرة مصر.

15- عبد الســـلام بشـــير الذويبي: علم النفس الاجتماعي: منشـــورات الجامعة المفتوحة: 1998: طرابلس، ليبيا.

16- عطا احمد، على شـــقفة: تقدير الذات وعلاقته بالمشـــاركة الســـياســـية لدى طلاب جامعة القدس المفتوحة: رسالة ماجستير غير منشـــورة: جامعة الدول العربية: 2008: غزة، فلسطين.

17- فرج عبد القادر طه: أصـــول علم النفس الحـديـث: ط (1) :1989: دار المعـارف: القاهرة، مصر.

18- قحطـان احمد الظـاهر: مفهوم الـذات بين النظرية والتطبيق: دار الأوائل للنشر: 2004: عمان، الأردن.

19- محمد عماد الدين اسماعيل: اختبار مفهوم الذات للكبار كراسـة التعليمات. مكتبة النهضـة المصرية: 1961: القاهرة، مصر.

20- محمود ابو النيل، ماجدة احمد: الصـــحة النفســـية: الأمراض والمشـــكلات النفســـية والاجتماعية: دار النهضـــة العربية: 1985: بيروت، لبنان.

21- مصـــطفى فهمي: علم النفس الإكلينيكي: دار المعارف: 1967: القاهرة، مصر.

22- مؤمن الجموعي: القيم الاجتمـاعيـة وعلاقتهـا بـالتوافق النفســـي لـدى الطـالـب الجامعي: رســـالة ماجســـتير: جامعة محمد خضير: 1013: بسكرة، الجزائر.

23- وفاء محمد احميد: قلق المسـتقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة: رســالة ماجســتير غير منشـــورة: 2009: الجامعة الإســـلامية: غزة، فلسطين.

24- يوسف الأحرش وآخرون: التوجيه والإرشاد النفسي: دار الكتب الوطنية: 2002: بنغازي، ليبيا.