

ورقة عمل ٢ (محاضرة ٢ "التوافق النفسي")

اسم الطالبة :

الرقم الجامعي :

عزيزتي الطالبة :

اجيبي عن الاسئلة التالية:

نشاط ١ :

إن الإنسان قد يبذل جهدا كبيرا لتحديد الأنماط السلوكية و استخدام الأساليب المباشرة و الغير مباشرة التي تمكنه إشباع حاجاته التي يشعر بها و تجنبه من الاصطدام بالمكونات الشخصية أو الاجتماعية فيتحقق بذلك توافقه . و قد يتعرض في توافقه للإحباط و الصراع ، و يشعر بالقلق و التوتر و الغضب ، و يلجأ للحيل النفسية الدفاعية ، كما قد يضطر لتكييف سلوكه لتحقيق عملية الإشباع التي تحد أو تقلل من تلك المشاعر . كذلك فإن مظاهر عدم السواء في معظمها ليست تعبيراً عن سوء التوافق أو الفشل في تحقيقه.

من خلال ما سبق هل هناك اختلاف بين مصطلح التكيف و التوافق ؟

نشاط ٢ :

■ بناءً على ماذا يختلف التوافق المرتبط بإشباع حاجة ما من فرد لآخر ومن مجتمع لآخر ؟

نشاط ٣ :

■ متى نعتبر التوافق حسناً أو سيئاً في ضوء الشريعة الاسلامية ؟

نشاط ٤ :

■ ما هي المؤشرات التي يمكن من خلالها الاستدلال على تمتع الفرد بمظاهر التوافق الايجابي؟

نشاط ٥ :

■ إن نوعية التوافق الذي يصل إليه الإنسان يعتمد على كثير من العوامل و الأبعاد ،
و كلما توفرت تلك العوامل بنسب معقولة في الوقت المناسب كلما أصبحت قدرة
الإنسان على التوافق الإيجابي أكثرأ يسراً ، و ضحي ذلك ؟

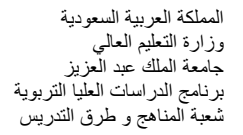
نشاط ٦ :

■ بناء على خبرتك الاجتماعية حددي المظاهر التي يمكن الاستدلال من خلالها على مدى تمتعك بتوافق اجتماعي ؟

نشاط ٧ :

يشير مفهوم التوافق الدراسي إلى أنه :
حالة نفسية معينة تبدو على الطالب المتوازن المنسجم مع بيئته المدرسية باستمرار بجميع عناصرها المتمثلة في علاقته الإيجابية مع زملائه و أساتذته و الاتجاه الإيجابي نحو المواد الدراسية و النشاط الاجتماعي داخل المدرسة و التنظيم الجيد لأوقات الفراغ و إتباع الطرق الصحيحة في الاستذكار.

ماذا تستنتجين ؟



This image shows a blank sheet of handwriting practice paper. It features multiple sets of horizontal dashed lines spaced evenly down the page, providing guides for letter height and placement. A large, light-colored watermark with the word "Handwriting" is oriented diagonally from the bottom-left towards the top-right, spanning most of the page's width. The background is white, and there are no other markings or text present.