**الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية**

**قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي**

**أستاذ المادة أ.م.د ميثم عبد الكاظم هاشم**

**عنوان المحاضرة**

 **بعض المظاهر السلوكية المرتبطة بالتوافق**

**ثانيا : (الصراع)**

**مفهوم الصراع وتعريفه :**

الصراع من العوامل الديناميكية الأساسية في تكيف الفرد ، والصراعات في حياة الافراد كثيرة ولكن هذه الصراعات ليست على درجة واحدة من شدة ضغطها على الفرد ، وهذا يتوقف على اهمية الدوافع المتعارضة من جهة وقدرة الفرد على اتخاذ القرارات من جهة ثانية ، فعلى سبيل المثال قد يحصل ان يطلب من الطلبة أداء الامتحان بموضوعين في يوم واحد وعندئذٍ قد يقع الطالب المهدد بالرسوب في الموضوعين في صراع لأن الوقت لايكفيه لضمان النجاح معاً ، ولايستطيع اتخاذ القرار بسهولة في تفضيل احدهما على الآخر او النجاح باحدهما دون الآخر فاذا كان النجاح في هذا الامتحان تتوقف عليه نتائج حساسة في حياة الطالب الدراسية ، فإن الصراع يكون شديداً ، اما اذا كانت النتائج المترتبة على ذلك ليست حاسمة فان الصراع يكون اخف وطأة على الفرد . وغيرها الكثيرمن الامثلة على الصراع 0 وهذه الأنواع المختلفة من الصراع في حياتنا اليومية تقود عددا غير قليل من الناس إلى المتاعب والآلام 0 ولا تقف حالات الصراع عند هذا الحد ، بل إنها تقود أحيانا إلى توترات واضطرابات نفسية .

**تعريف الصراع**

1- ويعني وجود تعارض بين دافعين يلحان على الاشباع ولايمكن اشباعهما في وقت واحد .

2- انه ذلك النزاع الذي يقوم بين رغبات الفرد ودوافعه وغرائزه الاساسية من ناحية , وبين مقاييسه ومثله الاجتماعية والخلقية والشخصية من ناحية اخرى , وقد يكون هذا الصراع واعيا جزئيا او كليا وقد يكون على مستوى غير الواعي تماما .

3- هو حالة يمر بها الفرد حين لا يستطيع إرضاء دافعين معا أو عدة دوافع ، ويكون كل منها قائما لديه .

**أنواع الصراع**

**1- الصراع اللاشعوري**

يكون هذا النوع من الصراع متعلقا بالمنطلقات الاساسية في تركيب الشخصية التي تكون نشاطها لاشعوريا وتعتمد بالاساس على المكونات النفسية للفرد والصراع القائم بين جوانب تلك المكونات كالصراع بين (الهو) و(الانا ) و(الانا الاعلى) . فالغرائز في نظرية التحليل النفسي يتكون منها (الهو) وهي تسعى دائما للتعبير عن نفسها وتحقيق اهدافها بالوقت الذي تقف (الانا الاعلى) التي تمثل القيم والاعراف والتقاليد والقيم ، امام رغبات (الهو) بالاشباع معارضة اياها ومحاولة لاخضاعها لمطالب تلك القيم .

ان هذا التعارض بين قوة الهو وقوة الانا العليا يترتب عليه حالة من الصراع الداخلي اللاشعوري في اعماق الفرد .

**ثانيا الصراع الشعوري**

قام عالم النفس الاجتماعي (كيرت ليفين) بتقسيم الصراعات اللاشعورية الى ثلاث انواع هي :-

1 - صراع إقدام - إقدام

ويكون لدى الفرد أحيانا رغبتان أو أكثر وان الحاجة لهما متعادلة من حيث الاهمية ، بحيث أن إرضاء إحدى هذه الرغبات ، يعني التضحية بالرغبات الأخرى فيقع الشخص في صراع أيهما يختار وبأيهما يضحي ومثال ذلك الطالب الذي يريد الالتحاق بكليتين ممتازتين ويرغبهما ، ولكن لا يعرف أيهما يختار ، او فتاة يتقدم لها خطيبان في نفس الوقت فيهما صفات جيدة فيصعب عليها الاختار في ايهما تفضل ، ويزداد هذا الصراع كلما زادت أهمية الاختيار وأثره البعيد في حياة الشخص

2- صراع احجام - احجام

ويحدث هذا الصراع لدى الفرد حين يكون أمام أمرين كلاهما يلحق الضرر بالشخص ، وغير مرغوب فيهما وعليه ان يختار احدهما ، وأمثلة هذا النوع كثيرة في حياتنا اليومية فمثلا الشخص الذي أمامه أن يعمل في مهنة شاقة لا يحبها أو يبقى بدون عمل ، أو يمد يده للناس ويذل نفسه ، ومثال آخر الجندي في جبهة القتال الذي يكون أمامه الاختيار ، إمّا أن يواجه المخاطر وربما الموت ، أو أن يوصف بالجبن

3- صراع اقدام - احجام

ينشأ هذا الصراع من وجود دافعين متعارضين ، أحدهما يدفعنا لأن نعمل شيء ، بينما يدفعنا الآخر إلى تجنب عمله. اي ان الموقف فيه جانبا مرغوبا والجانب الاخر فيه مخاطر

فمثلا يرغب الشخص في مشاهدة عرض فني شائق ، ولكن يعرف أن تكاليفه باهظة ، فيقع في صراع بين دافع الإقدام على مشاهدته ، ودافع الإحجام بسبب التكاليف. وكذلك الشاب الذي يريد الارتباط بفتاة يريد الزواج منها ولكن لديها ام شرسة ، و شخص يرغب بالطعام الاانه يخاف من زيادة الوزن .

**أسباب الصراع :**

تعود الاسباب التي تؤدي للصراع لعدة عوامل ومن أهمها :

1ـ البناء العضوي والنفسي للفرد ، واستعدادته وقدراته واتجاهاته 0

2ـ أسلوب التنشئة الاجتماعية التي تلقاها في صغره 0

3ـ الوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه الفرد 0 حيث كلما كان المجتمع والبيئة أكثر تعقيدا كثرت حالات الصراع 0 وتكثر أيضا عند المتمسكين بالتقاليد الألوفة والموروثة حين يواجهون الحياة الجديدة ، ويعانون صراع الأجيال 0

**اثار الصراع :**

الآثار التي يتركها الصراع النفسي عند الأفراد كثيره منها :

1- الشعور بالتعب والإعياء ، وكذلك الانطواء 0

2- الإثارة الزائدة والتهيج 0

3- اضطراب التفكير ، وعدم القدرة على اتخاذ القرارات 0

4- طول مدة الصراع يُحدث اضطرابات عضوية ، ويُضعف جهاز المناعة 0

5- يرافق الصراع حالة من التوتر والقلق 0

6- أن الصراع النفسي له صلة وثيقة بحالات العصاب ( الأمراض النفسية ) ، وتبقى آثاره حتى تتم المعالجة النفسية 0