

بعض المؤثرات التي تشير الى التوافق:

١- النظرة الواقعية للحياة :

بكل ما فيها من افراح وارتياح ، وتشمل التفهم الواقعي للذات والقدرات والامكانيات مما يجنب الفرد الكثير من الاحباط والفشل ويساعده على الانجاز والتكيف السليم .

٢- مستوى طموح الفرد :

الفرد المتوافق يسعى الى تحقيق طموحه من خلال دافع الانجاز ، بينما اللامتوافق يلجأ الى المضاربة والحيل واذا لم تتحقق اماله البعيدة عن الواقع يحدث له الانهيار ويصبح ناقما حاقدا على نفسه وعلى الاخرين .

٣- الاحساس باشباع الحاجات النفسية للفرد :

الاحساس باشباع حاجات الفرد النفسية يعد مؤشرا مهما للصحة النفسية او توافق الفرد . ومن اهم هذه الحاجات النفسية بالامن Security والاحساس بالقدرة على الانجاز Achievement والحاجة الى الانتماء الى الاخرين

٤- توافر مجموعة من سمات الشخصية :

من اهم السمات الشخصية التي تشير الى التوافق هي :

أ- الثبات الانفعالي Emotional stability

وتتمثل هذه السمة في قدرة الفرد على تناول الامور باناة وصبر وعدم انفعال .

ب- اتساع الافق Broad mindedness

ويتمسم الفرد الذي يتحلى بهذه السمة بقدرة عالية على تحليل الامور وفرض الايجابيات من السلبيات ويتم بالمرونة واللامطية ويميل الى القراءة المتنوعة .

ث- التفكير العلمي Scientific Thinking

ويتمسم الشخص الذي يوصف بهذه السمة بقدرته على تفسير الظواهر والاحداث تفسيراً علمياً قائماً على فهم الاسباب الكاملة وراء الظاهرة او الحدث .

د- مفهوم الذات CONCEPT-SELF

مفهوم الشخص عن ذاته اما ان يتطابق مع واقعه او كما يدركه الاخرين واما يكون مفهوم الشخص عن ذاته بعيداً عن واقعه او بعيداً عن المفهوم كما يدركه الآخرون .

و- المسؤولية الاجتماعية Social responsibility

المقصود بهذه السمة ان يحس الفرد بمسؤوليته ازاء الاخرين ، وازاء المجتمع بقيمه ومفاهيمه .

ن-المرونة Flexibility

هذه السمة نقيض سمة التصلب Riqidity والذي يتسم بالمرونة يكون متوازنا في امور حياته وفي تصرفاته .

٥-توافر مجموعة من الاتجاهات الاجتماعية الايجابية

تتمثل في الشخص المتوافق مجموعة مكتسبة من الاتجاهات التي تسير حياة الفرد منها احترام العمل ، وتقدير المسؤولية ، احترام الزمن ، والولاء للقيم والتقاليد السائدة في ثقافته .

٦-توافر مجموعة من القيم (نسق قيم)

يتمثل ايضا في الشخص المتوافق نسق قيم ، منها على سبيل المثال القيم الانسانية مثل حب الناس والتعاطف وكذلك نسق من القيم الجمالية ونسق من القيم الفلسفية .

التوافق وعلاقته بالصحة النفسية :

الصحة النفسية تقود الي التوافق وزيادة درجة التوافق مع الذات ومع الاخرين تزيد رصيد الفرد في الصحة النفسية ، والتوافق مفهوم نسبي محكوم بنوع الثقافة التي يتعايشها الفرد فقد يعاني فرد ما من سوء التوافق في مجتمع ما ويشعر بالاغتراب وعندما ينتقل الي مجتمع اخر يشعر بالانتماء ويتأثر التوافق بالزمن ايضا .

ثالثا : السلوك السوي والسلوك الشاذ:

هناك مصطلحات عديدة تشير الي مصطلح السلوك السوي او السلوك الشاذ ومنها :

- ١- السلوك العادي والسلوك غير العادي
- ٢- الشخص المتكيف والشخص غير المكيف
- ٣- الشخص الطبيعي والشخص المنحرف
- ٤- الشخص السليم نفسيا والشخص المضطرب نفسيا
- ٥- الشخص الناضج والشخص غير الناضج الخ

كما ان الفصل بين الشخصية السوية والشاذ ليس بالامر اليسير وذلك لاختلاف وجهات النظر الي السوية والشذوذ .