

السنة الجامعية: 2025 - 2026

المستوى: ثالثة ليسانس  
التخصص: رشاد و توجيه  
المدة: ساعة و نصف



جامعة العربي بن مهدي - أم البواقي-  
كلية العلوم الاجتماعية والانسانية  
قسم العلوم الاجتماعية

يوم : ...../..../2026

## الإجابة النموذجية في مقياس: التكيف المدرسي و المهني

### تعريف التكيف :

مجموع ردود الأفعال التي يعدل بها الفرد بناؤه النفسي و سلوكه ليستجيب مع شروط محيطه المحدودة

### خصائص التكيف:

- تتأثر عملية التكيف بالعوامل الوراثية.
- يزداد وضوح عملية التكيف إذا كانت العوائق شديدة.
- التكيف عملية مستمرة مدى الحياة.
- تتوقف الصحة النفسية للفرد على مدى قدرته على التكيف في المجالات المختلفة.
- أي سلوك يشبع حاجة الفرد هو سلوك تكيفي سواء كان سيء أو حسن.

### الجواب الثاني: (06 نقاط)

- العوامل المؤثرة في التكيف  
يتأثر التكيف بعدة عوامل هي:

- 1- العوامل النمائية: والمتمثلة في متطلبات النمو.
- 2- الدوافع الأولية والثانوية.
- 3- العوامل الفيزيولوجية: والتي تتمثل في بنية الجسم ومدى سلامتها ومقاومتها.
- 4- مرحلة الطفولة وخبراتها.
- 5- المظاهر الجسمية و الشخصية.

### الجواب الثالث: (08 نقاط)

**التكيف المهني:** هو الاختيار المناسب للمهنة والاستعداد لها علما وتدريباً والدخول فيها والإنجاز والكفاءة والإنتاج والشعور بالرضا والنجاح.  
**مظاهر سوء التكيف المهني:**

- سوء إنتاج العامل في الكم والنوع.
  - كثرة الحوادث التي يتعرض لها العامل والأخطاء المهنية.
  - إساءة استخدام الآلة وكثرت الفاقد من المواد الخام.
  - الكسل واللامبالاة.
  - كثرة الغيابات بدون عذر وانتقال العامل من عمل إلى آخر.
  - الشغب مع رؤساء العمل والزملاء - إثارة المشاكل -
  - كثرة الشكاوي والتمرد على اللوائح والرؤساء.
  - السلوك العدواني والتخريب.
- مظاهر التكيف المهني:**
- الرضا عن العمل.
  - الكفاءة المهنية

إسم ولقب الأستاذة: ق ص

بالتوقيع