

أثر العلاج الديني وفاعلية برنامج إرشادي في تنمية الشعور بالأمن النفسي لدى طالبات جامعة القرآن الكريم وتاصيل العلوم

د. محمد حيدر الجبر الطيب

ملخص

استهدفت الدراسة التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي علاجي إسلامي في تنمية الشعور بالأمن النفسي لدى طالبات جامعة القرآن الكريم وتاصيل العلوم ، وتكونت عينة الدراسة من (٢٤) طالبة من كلية التربية الجامعية، وتم توزيعهن على مجموعتين متساويتين، مجموعة تجريبية تألفت من (١٢) طالبة، ومجموعة ضابطة تألفت من (١٢) طالبة، وتم استخدام مقياس الأمن النفسي والبرنامج الإرشادي باستخدام استراتيجيات الإرشاد والعلاج الديني الإسلامي، بينما لم تتعرض المجموعة الضابطة للبرنامج الإرشادي، وتوصلت الدراسة في نتائجها إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية؛ أي فاعلية البرنامج الإرشادي والعلاج الإسلامي في تنمية الشعور بالأمن النفسي لدى الطالبات. (كلمات مفتاحية: الإرشاد والعلاج الإسلامي، الأمن النفسي، طالبات الجامعة).

• أستاذ مساعد - قسم العلوم التربوية - كلية التربية - جامعة القرآن الكريم وتاصيل العلوم - السودان.

Abstract

This study aimed to identify effectiveness of Islamic counseling and therapy program in the development psychological sense of psychological security for female students. The sample of the study consisted of (24) female students from the College of University. They were divided into two equal groups, an experimental group consisted of (12) female students, and a control group consisted of (12) female students, To measure such an issue, the standards of Islamic psychological security and counseling program has been implemented, using strategies of Islamic counseling and treatment. while the control group was not exposed to the program. The study found that there are significant statistical differences at the level of (0.05) between the experimental and control groups in post test in favor of the experimental group; i.e. there is an instructional effectiveness of the Islamic treatment of the psychological development of a sense of security among female students.

(key words: Islamic Counseling and Therapy, Psychological Security, Female Students).

مقدمة والإطار النظري

الحمد لله رب العالمين، مُجيب المضطرِّ إذا دعاه، أدعوه مخلصاً له الدين،
والصلاة والسلام على النبي الأميِّ محمد، خاتم النبيين وإمام المرسلين، الحياة
كنوز ونفائس وأعظمها الإيمان بالله وطريقها منارة القرآن الكريم، إن كلاً منا
يبحث عن السعادة ويسعى إليها، فهي أمل كل إنسان ومنشود كل بشر والتي
بها يتحقق له الأمن النفسي^(١).

يعدُّ مفهوم الأمن النفسي (Psychological Security) من المفاهيم
المركبة في علم النفس، ويتداخل في مؤشرات مع مفاهيم أخرى مثل الطمأنينة
الانفعالية، الأمن الذاتي، التكيف الذاتي، الرضا عن الذات، مفهوم الذات
الإيجابي، التوازن الانفعالي^(٢)، وهو الطمأنينة النفسية أو الانفعالية وهو الأمن
الشخصي أو أمن كل فرد على حدة، وهو حالة يكون فيها إشباع الحاجات
مضموناً وغير معرض للخطر وهو محرك الفرد لتحقيق أمنه وترتبط الحاجة إلى
الأمن ارتباطاً وثيقاً بغريزة المحافظة على البقاء، ويعد مفهوم الأمن النفسي من
المفاهيم الأساسية في مجال الصحة النفسية^(٣).

ويرى ماسلو (Maslow) أن الأمن النفسي يعني شعور الفرد بأنه
محبوب ومتقبل من الآخرين، له مكان بينهم يدرك أن بيئته صديقة وودودة
غير محبطة يشعر فيها بندرة الخطر والتهديد والقلق^(٤)، والحاجة إلى الأمن
النفسي تتضمن الصحة الجسمية والأمن الجسمي، والحاجة إلى الشعور بالأمن
الداخلي والبقاء حياً، والحاجة إلى تجنب الخطر، والألم، والحاجة إلى الاسترخاء

(١) قطب، سيد، في ظلال القرآن، جدة، دار العلم، ١٤٠٦ هـ (١٢٢).

(٢) سعد، علي، "مستويات الأمن النفسي لدى الشباب الجامعي"، مجلة جامعة دمشق، المجلد (١٥)، العدد ١٩٩٩، م١.

(٣) عبدالرحمن، محمد السيد، دراسات في الصحة النفسية، القاهرة، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، ١٩٩٨ م، ط١.

(4) Jaffe, Alan M: Comparison of state legislators with a central group on Maslow's "Security- Insecurity" Measure. Psychological Reports, 48. (1981).41- 42.

والراحة، والحاجة إلى الشفاء عند المرض، والحاجة إلى الحياة السوية المستقرة السعيدة، والحاجة إلى الحماية ضد الحرمان من إشباع الدوافع، والحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات^(١).

والأمن النفسي أحد الحاجات المهمة للشخصية الإنسانية حيث تمتد جذوره إلى طفولة المرء، والأم هي أول مصدر لشعور الطفل بالأمن، ولخبرات المرء دور مهم في شعوره بالأمن النفسي، فأمن المرء يصبح مهدداً في أية مرحلة من مراحل العمر؛ إذا ما تعرض لضغوط نفسية أو اجتماعية لا طاقة له بها، مما قد يؤدي إلى الاضطراب النفسي، لذلك يعد الأمن النفسي من الحاجات ذات المرتبة العليا للإنسان يتحقق بعد تحقيق حاجاته الدنيا^(٢).

إن الأمن النفسي من أهم الحاجات النفسية ومن أهم دوافع السلوك طوال الحياة، وهو من الحاجات الأساسية اللازمة للنمو النفسي والتوافق النفسي والصحة النفسية للفرد، أي أن بناء الصحة النفسية ترتكز على دعائمين أساسيتين هما: الاطمئنان النفسي والمحبة، وهي مسيرة الحياة الطبيعية عند علماء النفس والتي تبدأ من الطفولة وتنتهي بالشيخوخة، بمعنى أن الاطمئنان والمحبة يسيران مسيرتهما في النفس البشرية بين شاطئين، شاطئ الاطمئنان في الطفولة وشاطئ الأمن والأمان في الأمن النفسي^(٣).

ويؤكد لنا القرآن الكريم بأنه لن يتحقق للإنسان الطمأنينة والأمان إلا بذكره لله عز وجل، قال تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد: ٢٨]. إذن؛ علينا أن نتمسك بكتاب الله ونقتدي به، ونتدبر

(١) زهران، حامد، الصحة النفسية والعلاج النفسي، القاهرة، عالم الكتب، ١٩٩٩م (ط٤).

(2) Robert, John E. Adult Attachment Security And Symptoms Of Depression, (1996), Vol70, No2.

(٣) زهران، حامد، الأمن النفسي دعامة أساسية للأمن القومي العربي والعالمي، دراسات في الصحة النفسية والإرشاد النفسي، القاهرة، عالم الكتب، ٢٠٠٣م.

في آياته البيّنات، ونتأمل في كلماته التي لا تنفد أبداً، قال تعالى: ﴿قُلْ لَوْ كَانَ الْبَحْرُ مَدَادًا لَكَلِمَاتِ رَبِّي لَنَفَذَ الْبُحْرُ قَبْلَ أَنْ تَنْفَدَ كَلِمَاتُ رَبِّي وَلَوْ جِئْنَا بِمِثْلِهِ مَدَدًا﴾ [الكهف: ١٠٩].

إن حفظ القرآن الكريم وملازمة المراجعة والتلاوة؛ أثر عظيم في تحقيق الأمن النفسي والطمأنينة القلبية والسكينة فهو طاقة روحية هائلة ذات تأثير بالغ الشأن في نفس الإنسان يهز وجدانه ويرهف أحاسيسه ومشاعره ويصقل روحه ويوقظ إدراكه وتفكيره ويجلي بصيرته فإذا بالشخص بعد أن يتعرض لتأثير القرآن يصبح إنساناً جديداً كأنه خلق خلقاً جديداً^(١).

والمؤمن المواظب على ذكر الله وطاعته ودائم التوكل على الله في جميع شؤونه لا يأتيه الخوف والحزن لأنه في حفظ الله ورعايته، قال تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد: ٢٨]، كما قال الله تعالى: ﴿إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَّتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تَلَيَّتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ﴾ [الأنفال: ٢]. قال الشيخ السعدي في تفسير هذه الآية: "أي: يعتمدون في قلوبهم على ربهم في جلب مصالحهم، ودفع مضارهم الدينية، والدينيوية، ويثقون بأن الله تعالى سيفعل ذلك، والتوكل هو الحامل للأعمال كلها، فلا توجد ولا تكمل إلا به"^(٢).

إن القرآن الكريم قد سبق علماء النفس عندما أوضح لنا أهمية الإيمان في تحقيق الأمن النفسي، لأنه يزيد من ثقة الإنسان بنفسه ويزيد من قدرته على الصبر وتحمل مشاق الحياة، ويبعث الأمن والطمأنينة في النفس، ويغمر الإنسان الشعور بالسعادة، ونجد أن الإنسان المؤمن يتمسك بكتاب الله لاجئاً إليه دائماً،

(١) العيسوي، عبد الرحمن، الإسلام والصحة النفسية، بيروت، دار الراتب الجامعية، ٢٠٠١م، ط ١.

(٢) السعدي، عبد الرحمن، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، بيروت، مؤسسة الرسالة، ١٤١٧هـ، ط ٤.

فهو بالنسبة له خير مرشد في تحقيق الاستقرار النفسي له^(١)، وهناك شواهد وأدلة عديدة من القرآن والسنة على علاقة الإيمان بالأمن النفسي من قصص الأنبياء، ومواقف من سيرة الرسول (صلى الله عليه وسلم) وأصحابه - رضي الله عنهم -، ونذكر هنا مثلاً واحداً فقط من الشواهد: فبنو إسرائيل لما لحقهم فرعون وجنوده، وضافت بهم الأرض، وظنوا أنهم مأخوذون لا محالة، كانت لدى موسى عليه السلام طمأنينة عجيبة مستولية عليه، وثبات كبير، قال تعالى:

﴿ فَلَمَّا تَرَأَى الْجَمْعَانَ قَالِ أَصْحَابُ مُوسَى إِنَّا لَمُدْرِكُونَ • قَالَ كَلَّا إِنْ مَعِيَ رَبِّي سِيَّهِدِينَ • فَأَوْحَيْنَا إِلَى مُوسَى أَنْ اضْرِبْ بِعَصَاكَ الْبَحْرَ فَانْفَلَقَ فَكَانَ كُلُّ فِرْقٍ كَالطُّودِ الْعَظِيمِ • وَأَزْلَفْنَا ثَمَّ الْآخِرِينَ • وَأَنْجَيْنَا مُوسَى وَمَنْ مَعَهُ أَجْمَعِينَ • ثُمَّ أَغْرَقْنَا الْآخِرِينَ ﴾ [الشعراء: ٦١-٦٦] (٢).

والتوكل على الله مهم جداً في باب الأمن النفسي، لأن العبد إذا قدم كل ما يستطيع، وبذل ما يقدر أن يبذله من أسباب، فإنه لا يبقى له إلا أن يفرع إلى مولاه، ويلقي بنفسه بين يديه، ويطمئن إليه، ويثق تمام الوثوق بأن الله تعالى حافظه ومانعه من أعدائه^(٣). ومن الأدلة على علاقة التوكل بالأمن النفسي قوله تعالى:

﴿ الَّذِينَ قَالَ لَهُمُ النَّاسُ إِنَّ النَّاسَ قَدْ جَمَعُوا لَكُمْ فَاخْشَوْهُمْ فَزَادَهُمْ إِيمَانًا وَقَالُوا حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ • فَانْقَلَبُوا بِنِعْمَةِ مِّنَ اللَّهِ وَفَضْلٍ لَّمْ يَمْسَسْهُمْ سُوءٌ وَاتَّبَعُوا رِضْوَانَ اللَّهِ وَاللَّهُ ذُو فَضْلٍ عَظِيمٍ • إِنَّمَا ذَلِكَ الشَّيْطَانُ يُّخَوِّفُ أَوْلِيَاءَهُ فَلَا تَخَافُوهُمْ وَخَافُوا مِنِّي إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴾ [آل عمران: ١٧٣-١٧٥].

وذكر الله تعالى، حيث ورد في كتاب الله ما يدل على ذلك، فقد قال سبحانه وتعالى:

﴿ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴾ [الرعد: ٢٨]، وقد

(١) الشريف، محمد موسى، الأمن النفسي، دار الأندلس الخضراء ضمن سلسلة معالم على طريق الصحو، جدة، السعودية، ١٤٢٤ هـ، ط ٢.

(٢) الخراشي، ناهد، أثر القرآن الكريم في الأمن النفسي، القاهرة، دار الكتاب الحديث، ٢٠٠٣ م.

(٣) العيسوي، عبد الرحمن محمد، الهدى الإسلامي والصحة النفسية، بيروت، دار المناهل للطباعة والنشر والتوزيع، لبنان، ٢٠٠٢ م، ط ١.

بين النبي (صلى الله عليه وسلم) في أحاديثه أثر الذكر في تحقيق الأمن النفسي، وفي حديث أسماء بنت عميس - رضي الله عنها - قالت: قال لي رسول الله (صلى الله عليه وسلم): "ألا أعلمك كلمات تقولينهن عند الكرب - أو في الكرب - الله، الله ربي ولا أشرك به شيئاً"^(١)، فقد قال النبي صلى الله عليه وسلم: "من سره أن يُستجاب له عند الكرب والشدائد فليكثر الدعاء في الرخاء"^(٢).

ومن الأدلة القرآنية والنبوية على أنواع من الأدعية تحقق الأمن النفسي، مثل: لا إله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين، فعن سعد بن أبي وقاص - رضي الله عنه - قال: قال رسول الله (صلى الله عليه وسلم): "دعوة ذي النون إذ دعا وهو في بطن الحوت: لا إله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين، إنه لم يدع بها مسلم في شيء قط إلا استجاب الله له بها"، فقال - صلى الله عليه وسلم -:
أَلَا تَسْمَعُ إِلَى قَوْلِ اللَّهِ تَعَالَى : ﴿ وَذَا النُّونِ إِذْ ذَهَبَ مُغَاضِبًا فَظَنَّ أَنْ لَنْ نَقْدِرَ عَلَيْهِ فَنَادَى فِي الظُّلُمَاتِ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ ، فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَنَجَّيْنَاهُ مِنَ الْغَمِّ وَكَذَلِكَ نُنَجِّي الْمُؤْمِنِينَ ﴾ [الأنبياء: ٨٧-٨٨] ^(٣).

ومن هنا يعدُّ الإرشاد والعلاج الإسلامي من أساليب التوجيه والاستبصار يعتمد على معرفة الفرد لنفسه ولربه ولدينه والقيم والمبادئ الروحية والخلقية، وهذه المعرفة غير الدنيوية المتعددة الجوانب والأركان تعتبر مشعلاً يوجه الفرد في دنياه ويزيده استبصاراً بنفسه وبأعماله وذنوبه وآثامه وطرائق توافقه في حاضره ومستقبله، والدين الإسلامي يحتل مكانة بارزة بين حاجات الأفراد، بكونه دافعاً فطرياً لدى الفرد لعبادة الله، وطلب العون

(١) سنن أبي داود، كِتَابُ سُجُودِ الْقُرْآنِ، بَابُ تَفْرِيفِ أَبْوَابِ السُّجُودِ وَكَمْ سَجْدَةً، رقم الحديث: ١٣٠٨.

(٢) أخرجه الحاكم وقال: صحيح الإسناد، وأقره الذهبي: ١ / ٧٢٩.

(٣) أخرجه الحاكم وقال: صحيح الإسناد، ووافقه الذهبي: ١ / ٦٨٤ - ٦٨٥.

والحاجة من الله، وكونه عاملاً مهماً في حياة الإنسان النفسية، وعنصراً أساسياً في نمو شخصيته، وأعظم دعائم السلوك حيث يوفر قاعدة وجدانية تضمن الأمن والاطمئنان النفسي والاتزان الانفعالي، وتفاؤل وحب للحياة، وعدم النظرة إليها نظرة تشاؤمية، وتأکید الهوية^(١).

إن أهمية الإرشاد والعلاج الإسلامي تتمثل في أثر سيكولوجية الدين الإسلامي في علاج الاضطرابات النفسية باختلاف أنواعها، ويؤدي الإسلام دوراً إيجابياً في الوقاية من أعراض الاضطرابات النفسية لدى الأفراد؛ نظراً لارتباط ارتفاع مستوى الإيمان بالكثير من الجوانب الإيجابية لديهم، فيؤدي إلى صحة نفسية أفضل وقدرة أكبر على مجابهة الأمراض، والتغلب على آثارها السلبية، وسرعة الشفاء من الأعراض النفسية، الأمر الذي يدعم الاهتمام ببرامج الإرشاد النفسي الديني الإسلامي وفعاليتها في علاج الاضطرابات النفسية^(٢).

والإرشاد والعلاج النفسي الإسلامي هو أحد المساعدات الإرشادية التي تستخدم كأداة للتغلب على العقبات التي تقف في سبيل التوافق النفسي، وتحقيق الحاجات النفسية والسيكولوجية لدى الأفراد بصفة عامة، والشباب بصفة خاصة، وذلك عن طريق الإفادة من محتوى القرآن الكريم والسنة النبوية المطهرة كأحد المساهمات في تصحيح الأفكار والتصورات الخاطئة^(٣)، وهو عمليات تعلم وتعليم نفسي اجتماعي يستخدم فيه فنيات وتقنيات وأساليب فنية ومهنية، ويهدف إلى مساعدة الفرد على حل مشكلاته ومواجهتها بأساليب

(١) الحديبي، مصطفى عبد المحسن، أهمية الإرشاد النفسي الديني والحاجة إليه وتطبيقاته لأحد الاضطرابات النفسية، وحدة الأبحاث النفسية والاجتماعية. كلية التربية، جامعة أسيوط، ٢٠١٠م.

(٢) عنوة، عزيزة، مدى فعالية العلاج النفسي الديني، الجزائر، دار هومه، ٢٠٠٨م.

(٣) ياركندي، هانم بنت حامد، الصحة النفسية في المفهوم الإسلامي، الرياض، عالم الكتب، ٢٠٠٣م.

توافقية مباشرة، وإعانتته على فهم نفسه، ومعرفة قدراته وميوله وتشجيعه على الرضا بما قسم الله له^(١)، وتدريبه على اتخاذ قراراته بهدي من شرع الله حتى ينشأ عنده طلب الحلال بإرادته، وترك الحرام بإرادته، ويضع لنفسه أهدافاً واقعية مشروعة، ويجد تحقيق ذاته من فعل ما يرضي الله، فينعم بالسعادة في الدنيا والآخرة^(٢).

ويقوم الإرشاد والعلاج الإسلامي على أسس ومبادئ ومسلمات تتعلق بالسلوك البشري وعلى أسس فلسفية تتعلق بطبيعة الإنسان وأخلاقيات الإرشاد النفسي، وعلى أسس نفسية وتربوية تتعلق بالفروق الفردية ومطالب النمو، وعلى أسس اجتماعية تتعلق بحاجات الفرد والمجتمع، وعلى أسس فسيولوجية تتعلق بالجهاز العصبي والحواس^(٣)، ومن خلال تأسيس الإرشاد النفسي على أسس ومنطلقات وممارسات إسلامية تجعل الإرشاد النفسي أكثر كفاءة عند الأفراد في وقايتهم من الاضطرابات النفسية ومساعدتهم على استعادة الصحة النفسية^(٤).

مشكلة الدراسة:

تعد الحاجة إلى الأمن النفسي من الحاجات الأساسية التي يسعى الإنسان إلى تحقيقها بعد إشباع حاجاته البيولوجية، فإذا لم تتحقق الحاجة إلى الأمن النفسي أصبح العالم في نظره مليئاً بالخوف والتهديد، إذ إن انعدام

(١) محمد، محمد عودة، ومرسي، كمال إبراهيم، الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام، الكويت، دار القلم، ١٩٩٧م، ط٤.

(٢) الأحمد، عبد العزيز عبد الله، الطريق إلى الصحة النفسية عند ابن قيم الجوزية وعلم النفس، قسم علم النفس كلية التربية، مكة المكرمة، ١٩٩٩م.

(٣) مرسي، كمال إبراهيم، السعادة وتنمية الصحة النفسية مسئولية الفرد في الإسلام وعلم النفس، الكويت، دار النشر للجامعات، ٢٠٠٠م.

(٤) أبو شهبه، هناء يحيى، السنة النبوية وتوجيه المسلم إلى الصحة النفسية، مؤتمر السنة النبوية والدراسات المعاصرة، جامعة اليرموك، الأردن، ٢٠٠٧م.

الأمن النفسي يؤدي إلى ظهور اضطرابات شخصية وانفعالية، والأمن النفسي أحد العوامل المهمة التي تؤثر في شخصية الفرد، فالفرد يجد أمنه النفسي في انضمامه إلى جماعة تشعره بالأمن النفسي حيث يجد الراحة والأمن في صحبة الآخرين ويحتاج إليهم ليكونوا بجواره عندما يقابله خطر وعندما تحل به مصيبة لأن وجوده معهم يخفف عنه الخطر حتى ولو لم يمنع^(١).

فالأمن النفسي مرتبط بالفرد ويمتد عبر مراحل النمو كافة، إذ إن إهمال تنمية الأمن النفسي لدى الطالب يؤثر سلباً على صحته النفسية، فالمرهقون المضطربون انفعالياً في الغالب يعانون من عدم الشعور بالأمن النفسي، حيث يعتبر الأمن النفسي عاملاً مهماً من عوامل الصحة النفسية التي يحتاجها الفرد لكي يتمتع بشخصية ناضجة ومتزنة ومنتجة ومتكيفة.

وتظهر مشكلة الدراسة في تأثير اضطراب الأمن النفسي كأحد الاضطرابات التي تؤثر على حياة الطالبة وعلى توافقها النفسي، وطالبة الجامعة فضلاً عن كونها طالبة جامعية لها مستقبل أن تكون زوجة، أو معلمة، أو أمماً؛ تؤثر إصابتها باضطراب الأمن النفسي على مجمل حياتها الشخصية، والاجتماعية، والدراسية، كما تؤثر على أسرتها والمجتمع بشكل عام. وتتلخص مشكلة الدراسة في الإجابة عن السؤال الآتي:

ما مدى فاعلية برنامج إرشادي علاجي إسلامي في تنمية الشعور بالأمن النفسي لدى طالبات جامعة القرآن الكريم وتأسيس العلوم؟
وانبثق عن هذا السؤال ثلاثة فروض هي:

(١) زهران، الصحة النفسية، ص ٣٠-٤٤.

- "توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطات درجات طالبات المجموعة التجريبية ومتوسطات درجات طالبات المجموعة الضابطة على مقياس الأمن النفسي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي".
- "توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطات درجات الطالبات في المجموعة التجريبية على مقياس الأمن النفسي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي ثم بعد تطبيقه لصالح التطبيق البعدي".
- "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطات درجات الطالبات في المجموعة التجريبية على مقياس الأمن النفسي في القياسين البعدي والتبعي".

أهمية الدراسة:

تعد المرحلة الجامعية مرحلة تعليمية مهمة، لأنها تترك أثارها على مستقبل الطالبة دراسياً ومهنياً، وهي من المراحل المسؤولة عن إعداد الشباب حياة أسرية واجتماعية وتعدّ عاملاً مهماً في النمو الاجتماعي للفرد، وتحقق لهم التكيف والصحة النفسية.

وطالبات الجامعة عرضة للاضطرابات النفسية المختلفة والمتنوعة، والتي من بينها اضطراب الأمن النفسي؛ فالطالبات اللاتي يعانين من سوء التوافق النفسي والاجتماعي، ويتبنين مفهوم ذات سلبياً، ويعانين من انخفاض في درجة الدافعية لديهن، ويشتكين من عدم القدرة على مواجهة المشكلات؛ هن في أمس الحاجة إلى البرامج الإرشادية والعلاجية الإسلامية لتدريبهن على التخطيط والتغلب على هذه المعوقات التي قد تتسبب في ظهور الاضطراب النفسي، ويعد الإرشاد والعلاج الإسلامي أحد أبرز تلك التدخلات الفعالة؛

إذ يساهم في تحسين قدرة الفرد على التفكير والإدراك السليم للمواقف. ويساعد الفرد على الوعي بالذات، والتعبير عن النفس، واكتساب المهارات الحياتية بل ممارستها، ومن خلال ذلك تصل الطالبة إلى الشعور بالأمن النفسي وفهم نفسها وفهم الآخرين^(١).

وتأتي أهمية الدراسة من أهمية الدين الإسلامي والمتمثل بالالتزام بالقرآن الكريم والسنة النبوية والأدعية والأذكار طريق لعلاج الاضطرابات النفسية، وكمقوم أساسي يساعد الأفراد في التخلص من الأزمات النفسية، وإن الإسلام هو الملاذ الوحيد للتخلص من الصدمات النفسية التي لا يتحملها إلا الشخص المؤمن، فهناك علاقة بين التأثير الديني الإسلامي والصحة النفسية والتي توصلت إلى أن الإيمان والخبرات الدينية لها دور في خفض الاضطرابات النفسية وباعتبار أن طالبات الجامعة في مرحلة الشباب وهي مرحلة مليئة بالقلق تجاه المستقبل، وباعتبار أن الإسلام يصحح فكر الإنسان وتصوراتاه في كل أمور الدنيا والآخرة^(٢).

كما وترتبط أهمية الدراسة بأهمية القرآن الكريم وتعاليم الإسلام والشريعة الإسلامية وندرة الدراسات التي استخدمت الإرشاد والعلاج الإسلامي في تنمية الأمن النفسي، وقد أثبتت الدراسات (السابقة) أن الإرشاد والعلاج الإسلامي قد نجح في تعديل وتغيير الكثير من السلوكيات، واسهم في التوافق النفسي والاجتماعي، وتلعب الأساليب الإرشادية المستمدة من القرآن الكريم والسيرة النبوية دورا مهما في تعديل السلوك المضطرب، ويُعد (أسلوب

(١) شاذلي، عبد الحميد محمد، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، المكتب العلمي للكمبيوتر والنشر والتوزيع، الإسكندرية، مصر، ١٩٩٩م.

(٢) الرمياني، محمد عودة، الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام، الكويت، دار القلم، ١٩٨٦م، ط٢.

الإرشاد والعلاج الإسلامي) من الأساليب المهمة في تنمية تلك السلوكيات؛ إذ انه يساعد الطالبة على فهم الواقع الذي تعيش فيه وإشباع حاجاتها بما يتلاءم مع الواقع و تحقيق التوافق النفسي مع نفسها ومع المجتمع .

وتأتي أهمية الدراسة في أنها تسهم في التعامل مع مشكلة حيوية، وواقعية، وهي اضطراب الأمن النفسي لدى عينة من طالبات الجامعة، والتحقق الإجمالي من مدى فاعلية برنامج قائم على الإرشاد والعلاج الإسلامي في تنمية الشعور بالأمن النفسي لدى عينة من طالبات المرحلة الجامعية، مساهمة في الأخذ بأيديهن لاكتساب بعض مهارات التوافق النفسي والاجتماعي .

هدف الدراسة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي جماعي علاجي في الإرشاد الإسلامي في تنمية الشعور بالأمن النفسي لدى طالبات الجامعة.
حدود البحث:

يتحدد البحث بطالبات جامعة جامعة القرآن الكريم وتأسيس العلوم -
كلية التربية الجامعية للعام الدراسي (٢٠١٢ - ٢٠١٣).

مصطلحات الدراسة:

الإرشاد والعلاج الإسلامي: مجموعة من الخدمات التخصصية التي يقدمها مختصون في الإرشاد النفسي والتربوي لأشخاص يعانون من سوء توافق نفسي أو شخصي أو اجتماعي بهدف مساعدتهم على تجنب الوقوع في مشكلات أو محن نفسية أو اجتماعية أو أسرية، وتقليل آثارها إذا وقعت ، وتزويدهم بالمعارف الدينية الإسلامية والعلمية والمهارات الفنية لتحسين

توافقهم النفسي^(١)، استرشاداً بالعبادات والقيم الدينية، مثل: التقوى، والتوكل، والصبر، والإيمان بالقضاء والقدر، والدعاء، هذا من ناحية، وتحقيق النمو الذاتي وتحمل المسؤولية الاجتماعية وتحقيق أهدافه المشروعة من الناحية الدينية في نطاق قدراته وإمكانياته^(٢).

ويعرف (السهل) الإرشاد النفسي الإسلامي أنه: مجموعة من الخدمات التخصصية التي يقدمها مختصون (مرشدون) في علم النفس الإرشادي إلى أشخاص يعانون من سوء توافق نفسي أو شخصي أو اجتماعي بهدف مساعدتهم على تجنب الوقوع في مشكلات أو محن نفسية أو اجتماعية أو أسرية، وتقليل أثارها إذا وقعت، وتزويدهم بالمعارف الدينية والعلمية والمهارات الفنية لتحسين توافقهم النفسي مع هذه الظروف استرشاداً بالعبادات والقيم الإسلامية، مثل: التقوى، والتوكل، والصبر، والإيمان بالقضاء والقدر، والدعاء^(٣).

وإجراءياً: يقتصر الإرشاد والعلاج الإسلامي على الفنيات والأساليب المستخدمة في البرنامج العلاجي (وفق منظور الشريعة الإسلامية) الذي قام الباحثان بإعداده وتطبيقه على عينة من طالبات الجامعة، وهي: التقوى، والتوكل، والصبر، والإيمان بالقضاء والقدر، والدعاء - الاستغفار - فنية إعادة البناء المعرفي - فنية التعريض ومنع الاستجابة - فنية التحصين التدريجي - فنية صرف الانتباه - الطرق الاقتدائية - فنية لعب الدور، المناظرة والحوار - فنية التعزيز - فنية الاسترخاء العقلي والتدريب على التنفس - تقليل الحساسية

(١) زهران، الأمن النفسي دعامة، ص ٣٣.

(٢) أبو شهبه، هناء يحيى، فاعلية برنامج إرشادي نفسي ديني لتخفيف الإحساس بالمشكلات لدى المراهقات الجامعيات، نوقشت الدراسة ونشرت بـ مجلد المؤتمر الدولي، جامعة الزهر، مصر، ٢٠٠٤م.

(٣) السهل، راشد علي، مقدمة في الإرشاد النفسي، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت، ٢٠٠٢م، ط ١.

التدريجي - الاعتراف بالذنب - فنية إعادة العزو - أسلوب المحاضرة
والوعظ - أسلوب المناقشة الجماعية، الواجبات المنزلية.

الأمن النفسي: وهو الاطمئنان وعدم الخوف وهو الشعور بالأمان والسكينة
والرضا والهدوء النفسي والسلام الروحي والاطمئنان القلبي حيث يحيا
الإنسان حياة آمنة مطمئنة^(١).

وفي حدود هذه الدراسة: هو الدرجة التي تحصل عليها الطالبة على مقياس
الأمن النفسي.

الدراسات السابقة:

يستعرض الباحث الدراسات السابقة التي استخدمت الإرشاد
والعلاج الإسلامي في علاج الاضطرابات النفسية، والدراسات المتعلقة
بالأمن النفسي.

ففي دراسة (رجب سيد أحمد، ٢٠٠٩)^(٢)، والتي استهدفت استكشاف
فعالية برنامج نفسي قائم على العلاج النفسي الديني الإسلامي في التخفيف من
أعراض اضطراب الوسواس القهري لدى عينة من طالبات الجامعة. وتكونت
عينة الدراسة من (٢٠) طالبة جامعية؛ ممن يعانين من اضطراب الوسواس
القهري، حيث تم تقسيمهن إلى مجموعتين متجانستين هما: المجموعة التجريبية:
وقوامها (١٠) طالبات. والمجموعة الضابطة: وقوامها (١٠) طالبات، وشملت
أدوات الدراسة: المقابلة الشخصية، وقائمة مودزلى للعصاب القهري،
ومقياس يل براون للوسواس القهري، ومقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي

(١) السهلي، ماجد، "الأمن النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي"، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك نايف بن عبد العزيز،
السعودية، ٢٠٠٧م.

(٢) سليمان، رجب سيد أحمد، "فاعلية العلاج النفسي الديني في تخفيف أعراض الوسواس القهري لدى عينة من طالبات
الجامعة"، جامعة طيبة، السعودية، ٢٠٠٩م.

والثقافي، وبرنامج العلاج النفسي الديني الإسلامي، وتوصلت الدراسة في نتائجها إلى فاعلية برنامج العلاج النفسي الديني الإسلامي في التخفيف من أعراض الوسواس القهري.

وفي دراسة (الجروشي، ٢٠٠٧)^(١) والتي استهدفت التعرف إلى مدى فاعلية الدعاء كبرنامج إرشادي نفسي ديني في خفض قلق السمة - قلق السمة يشير إلى ميل أو تهيو أو سمة ثابتة نسبياً في الشخصية (شخص قلق) - لدى طالبات كلية الآداب في جامعة السابع من أكتوبر بمدينة مصراته، بلغ عدد العينة (٣٦) طالبة انقسمت إلى مجموعتين مجموعة ضابطة ومجموعة تجريبية، وتراوحت أعمارهن ما بين (١٩-٢١) سنة، تضمنت الأدوات المستخدمة في الدراسة مقياس سبيلبرجر القلق كسمة، وبرنامج مبني على الدعاء الإسلامي، وتوصلت الدراسة في نتائجها إلى فاعلية البرنامج الإرشادي المبني على الدعاء، وأوصت الدراسة بتوجيه اهتمام الوالدين بتنمية القيم الدينية والأخلاقية التي تساعد على تحقيق الطمأنينة لدى الأبناء.

وفي دراسة (بركات، ٢٠٠٦)^(٢) والتي استهدفت التعرف إلى تأثير الاتجاه نحو الالتزام الديني في التكيف النفسي والاجتماع، وعلاقته ببعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي: الجنس، والعمر، التخصص، والتحصيل الأكاديمي، وعمل الأب، وعمل الأم، واستخدم الباحث مقياس الاتجاه نحو الالتزام الديني، ومقياس التكيف النفسي والاجتماعي لطلبة الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالباً وطالبة، منهم (١٠٠) ذكور، و(١٠٠) من الإناث، وقد

(١) الجروشي، أسماء، "مدى فاعلية الدعاء كبرنامج إرشادي نفسي ديني في خفض قلق السمة لدى طالبات كلية الآداب"، رسالة ماجستير منشورة، جامعة السابع من أكتوبر، مصراته، ليبيا، ٢٠٠٧م.

(٢) بركات، زياد، الاتجاه نحو الالتزام الديني وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، مجلة اتحاد الجامعات العربية، مج(٤٦)، ١٥٤، ٢٠٠٦م، ٤٩-٨٩.

أسفرت الدراسة عن وجود تأثير جوهري لاتجاه الطلاب نحو الالتزام الديني في مستوى تفهمهم النفسي والاجتماعي لمصلحة الطلبة ذوي التوجه المرتفع ، كما أظهرت الدراسة وجود تأثير للمتغيرات: الجنس، والتخصص، والعمر في الاتجاه نحو الالتزام الديني وذلك لمصلحة الإناث، وأوصى الباحث بدعوة التربويين وأولياء الأمور والمعلمين على حث الشباب للتمسك بالقيم الإسلامية لما له من تأثير في وصولهم لمستوى من الأمن والاستقرار النفسي.

وفي دراسة (أبو شهبه، ٢٠٠٤)^(١) فاعلية برنامج إرشادي نفسي ديني لتخفيف الإحساس بالمشكلات لدى المراهقات الجامعيات، وتألقت عينة الدراسة من (٤٠٠)، طالبة متوسط أعمارهن (١٨،٤) سنة، واستخدمت الباحثة مقياس قائمة مقياس الإحساس بالمشكلات لدى المراهقات، وبرنامج الإرشاد النفسي الديني الجماعي من منظور الإسلام، وتوصلت الدراسة في نتائجها إلى فاعلية البرنامج الإرشادي النفسي الديني الإسلامي، وأهمية إعداد البرنامج الإرشادي النفسي الديني الإسلامي ومدى حاجة المراهقات الجامعيات إلى مثل هذا البرنامج.

وفي دراسة (رشيد، ٢٠٠٤)^(٢) والتي استهدفت التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية ، وتألقت عينة الدراسة من (٣٠) طالبة، وقد استخدم الباحث مقياس الأمن النفسي وبناء مقياس لحصر المشكلات التي يمكن أن تكون مصدر قلق لهم وتدفع بحاجتهم إلى الأمن النفسي ، وقام بتطبيق برنامج إرشادي نفسي، وقد توصلت الدراسة

(١) أبو شهبه، السنة النبوية.

(٢) رشيد، احمد، "فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية"، رسالة ماجستير منشورة، الجامعة المستنصرية، العراق، ٢٠٠٤م.

في نتائجها إلى فعالية الإرشاد النفسي الجماعي في تنمية مشاعر الأمن النفسي لدى الطلاب.

وفي دراسة (الصنيع، ٢٠٠٢)^(١) والتي هدفت إلى معرفة العلاقة بين التدين الإسلامي والقلق العام لدى عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٤٠) طالباً، واستخدم مقياس التدين، ومقياس القلق العام للراشدين، وانتهت الدراسة إلى نتائج تؤيد العلاقة العكسية بين التدين والقلق العام لدى عيني الدراسة، كما أن طلاب كلية الشريعة حصلوا على متوسط درجات أعلى من طلاب كلية العلوم الاجتماعية على مقياس التدين، بينما على مقياس القلق العام حصل طلاب كلية العلوم الاجتماعية على متوسط أعلى من طلاب كلية الشريعة. وأوصى الباحث دعم الجانب الديني لدى الطلاب وزيادة حصة المقررات الشرعية في خطط الأقسام العلمية في الجامعات والمدارس، لما لها من أثر إيجابي على الصحة النفسية للطلاب وإبعادهم عن الاضطرابات النفسية.

وأجرى (محمد، ١٤١٦هـ)^(٢)، دراسة استهدفت التعرف إلى فعالية العلاج الديني الإسلامي في تخفيض القلق لدى طلاب الجامعة، وتكونت العينة من (٢٠) طالباً من كلية التربية بجامعة عين شمس؛ ممن حصلوا على الدرجات الأعلى على مقياس القلق، وقسموا إلى مجموعتين إحداهما تجريبية (١٠ طلاب) تعرضت للمعالجة الدينية، والأخرى ضابطة (١٠ طلاب) لم تتعرض لأي معالجة، واستخدم مقياس القلق، وطبق برنامجاً علاجياً للمجموعة

(١) الصنيع، صالح بن إبراهيم، العلاقة بين مستوى التدين والقلق العام لدى عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض، مجلة جامعة الملك سعود، العلوم التربوية والدراسات الإسلامية، مج(١٤)، ٢٠٠٢م، ٢٠٧ - ٢٣٤.

(٢) محمد، درويش محمد، "مدى فعالية العلاج الديني في تخفيض القلق لدى طلاب الجامعة"، مجلة التربية، جامعة الأزهر، ع٥١، ١٤١٦هـ، ١٨٦ - ٢١٢.

التجريبية استغرق (١٥) جلسة طبقت بطريقة فردية، وكانت نتيجة الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً في انخفاض درجات القلق بين المجموعتين التجريبية والضابطة بعد انتهاء البرنامج العلاجي لصالح المجموعة التجريبية.

وقام (حوالة، ١٩٩٠)^(١) بدراسة حول القلق الأخلاقي وعلاقته بالقيم والمفاهيم الدينية، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالب من كلية أصول الدين في جامعة الأزهر، و(١٠٠) طالب من كلية التربية في جامعة قناة السويس، واستخدم الباحث أربعة اختبارات هي: اختبار تحديد القضايا "لقياس النمو الأخلاقي"، واختبار حالة وسمة القلق للكبار، واختبار روتر لتكملة الجمل، واختبار القلق الأخلاقي، ومن أهم نتائج الدراسة وجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين القلق الأخلاقي (الذي يعكس ارتفاعاً في مستوى التدين) وبين قلق الحالة وقلق السمة لدى عيني الدراسة، كما خرج الباحث بنتيجة مفادها أن دراسة العلوم الدينية "طلاب كلية أصول الدين" تخفض مستوى التوتر النفسي لدى الطالب.

وفي دراسة (البناء، ١٩٩٠)^(٢)، والتي استهدفت دور الأدعية والأذكار في علاج القلق كإحدى طرق العلاج النفسي الديني الإسلامي، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠) طالبة من طالبات كلية التربية بالمنصورة؛ ممن حصلن على أعلى الدرجات على مقياس القلق الصريح لتيلور من عينة أكبر قوامها ١٤٩ طالبة. واستخدمت الباحثة برنامجاً علاجياً على شكل جلسات استخدمت فيها قراءة القرآن الكريم وبعض الأدعية والأذكار الدينية. وكان من نتيجة هذا

(١) حواله، محمد السيد، "القلق الأخلاقي وعلاقته بالقيم والمفاهيم الدينية لدى شرائح من الشباب المصري الجامعي"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية البنات، جامعة عين شمس، ١٩٩٠م.

(٢) البناء، إسعاد عبد العظيم، دور الأدعية والأذكار في علاج القلق كأحد طرق العلاج النفسي الديني، المؤتمر السنوي السادس لعلم النفس في مصر، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، القاهرة، ١٩٩٠م، ٥١ - ٦٨.

البرنامج انخفاض مستوى القلق لدى عينة الدراسة بفرق دال إحصائياً قبل وبعد تطبيق البرنامج.

وأجرت (الشويعر، ١٤٠٨هـ)^(١) دراسة عن الإيمان بالقضاء والقدر وأثره على القلق النفسي، حيث كانت العينة مكونة من ٢٠٠ طالبة من كلية التربية للبنات بجدة، واستخدمت مقياس الإيمان بالقضاء والقدر، ومقياس القلق، وكان من أهم نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الإيمان بالقضاء والقدر ومستوى القلق لدى عينة الدراسة كما وجدت فروقاً دالة إحصائياً في درجة القلق النفسي بين الطالبات الأكثر إيماناً بالقضاء والقدر والطالبات الأقل إيماناً به لصالح المجموعة الثانية.

كما أجرت (الشويعر، ١٤٠٩هـ)^(٢) دراسة حول الالتزام الديني وعلاقته بقلق الموت، على عينة من (٢٨٧) فرداً منهم (١٤٢) من الذكور و(١٤٥) من الإناث العاملين والعاملات في القطاع التعليمي في مدينتي مكة المكرمة وجدة، واستخدمت مقياسي الالتزام الديني وقلق الموت وهما من إعداد الباحثة. وكان من أهم النتائج وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين مستوى الالتزام الديني ومستوى قلق الموت لدى عينة الدراسة الذكور وعلى العكس كانت النتيجة لدى عينة الإناث.

من خلال استعراض الدراسات السابقة نجد أن هنالك بعض الدراسات استخدمت العلاج الإسلامي في علاج الاضطرابات النفسية من خلال برامج إرشادية كالوسواس القهري، والقلق، وقلق المستقبل، وقلق الموت كدراسة كل

(١) الشويعر، طريفة، الإيمان بالقضاء والقدر وأثره على القلق النفسي، جدة، دار البيان العربي، ١٤٠٨ هـ.

(٢) الشويعر، طريفة، "الالتزام الديني في الإسلام وعلاقته بقلق الموت"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية للبنات بجدة،

من: (الجروشي، ٢٠٠٧؛ رجب، ٢٠٠٩؛ البنا، ١٩٩٠؛ حواله، ١٩٩٠؛ الصنيع، ٢٠٠٢؛ الشويعر، ١٤٠٨هـ؛ الشويعر، ١٤٠٩هـ)، ودراسة (بركات، ٢٠٠٦) والتي بحثت في الالتزام الديني والتكيف النفسي والاجتماعي، ودراسة (أبو شهبه، ٢٠٠٤) استخدمت برنامج إسلامي لتخفيف مشكلات المراهقات الجامعيات، وقد أكدت هذه الدراسات على فعالية العلاج الإسلامي في دراساتهم، وقد استشعر الباحثان من خلال هذه الدراسات أهمية الإرشاد والعلاج الإسلامي حيث لم يجد الباحثان أي دراسة تطرقت لاستخدام في علاج اضطرابات الأمن النفسي من خلال برنامج إرشادي جماعي مما دفعهما لاستخدام الإرشاد والعلاج الإسلامي في رفع مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى طالبات الجامعة.

إجراءات الدراسة

مجتمع الدراسة والعينة:

تكون مجتمع الدراسة من طالبات جامعة القرآن الكريم وتأسيس العلوم كلية التربية، للعام الدراسي ٢٠١٢ / ٢٠١٣ م، ويقدر عددهن بـ (٣٨٠٠) طالبة. وتم اختيار عينة الدراسة من خلال الإجراءات الآتية:

١- تم تطبيق مقياس الأمن النفسي على (١٠) شعب بطريقة عشوائية على طالبات مستوى مرحلة البكالوريوس في السنة الدراسية الأولى، تخصص التعليم قبل المدرسي .

٢- تم اختيار (٢٤) طالبة بطريقة قصديه من اللواتي حصلن على أقل الدرجات على مقياس الأمن النفسي، وتم توزيعهن وبشكل عشوائي إلى مجموعتين:

مجموعة ضابطة ضمت (١٢) طالبة، ومجموعة تجريبية ضمت (١٢) طالبة.

التكافؤ بين المجموعتين:

أجري التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في بعض المتغيرات التي من الممكن أن تؤثر على نتائج الدراسة، وهي: (درجة الأمن النفسي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي، والحالة الاجتماعية، والمستوى التعليمي والتخصص، والعمر).

١- درجة الأمن النفسي قبل البدء بالبرنامج: للتأكد من تكافؤ المجموعتين تم استخدام اختبار مان-وتني (Mann - Whitney test) وبلغت القيمة المحسوبة (٧١,٦) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (٤٠,٠)، وبذلك لم يظهر فرق دال إحصائياً وهذا يشير إلى أن المجموعتين متجانستان في درجة الأمن النفسي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي.

٢- المستوى التعليمي والتخصص: جميع أفراد عينة الدراسة في مستوى السنة الأولى وتخصص تعليم قبل مدرسي

٣- العمر: تراوحت أعمار الطالبات بين (١٨-٢٠) سنة وبمتوسط حسابي بلغ (١٩,٣) سنة، حيث تميزت العينة بأعمار متقاربة.

٤- الحالة الاجتماعية: كانت الحالة الاجتماعية لجميع أفراد عينة الدراسة (غير متزوجة).

منهجية الدراسة:

استخدم الباحث المنهج التجريبي الذي يعتمد على تشكيل مجموعتين متكافئتين، إحداهما: تجريبية تم تعريضها لعدة جلسات لبرنامج الإرشاد والعلاج

الإسلامي لتنمية الشعور بالأمن النفسي، والأخرى ضابطة لم تتعرض للبرنامج،
والجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١)

التصميم التجريبي

المجموعة التجريبية	اختبار قبلي	تطبيق البرنامج الإرشادي	اختبار بعدي
المجموعة الضابطة	اختبار قبلي	بدون برنامج	اختبار بعدي

أدوات الدراسة:

أولاً: مقياس الأمن النفسي:

استخدم الباحثان مقياس الأمن النفسي لـ ابراهام ماسلو
(Abraham Maslow، 1952)، حيث تم تقنيه ليناسب البيئة الأردنية، وتكون
مقياس للأمن النفسي من (٧٥) فقرة، يجاب عليها باختيار حد البدائل الثلاث
الموجودة أمام كل فقرة وهي: (نعم، غير متأكد، لا). وتم تصحيح المقياس في
اتجاه درجة الأمن النفسي، حيث تشير الدرجات العالية في هذا المقياس إلى
الشعور بالأمن النفسي، وتعطى الدرجات التالية لاستجابات المفحوص على
كل عبارة من عبارات المقياس: نعم=٣، غير متأكد=٢، لا=١.

ثانياً: ثبات المقياس:

تم استخراج ثبات المقياس بطريقتين هما:

١- معامل الاتساق كرومباخ الفا وبلغ (٠,٨٧).

٢- معامل ارتباط بيرسون بطريقة (إعادة الاختبار Test-Retest) وبلغ
(٠,٧٠). وهي معاملات ثبات مرتفعة وتصلح لأغراض الدراسة.

ثالثاً: البرنامج الإرشادي وفق استراتيجيات الإرشاد والعلاج الإسلامي:

الصدق الظاهري للبرنامج:

عرض البرنامج على (٩) محكمين من الخبراء والمتخصصين في التربية الإسلامية وعلم النفس والإرشاد النفسي والصحة النفسية، لمعرفة مدى مناسبة محتوى البرنامج من الأنشطة والفعاليات المستخدمة لتحقيق الأهداف وقد حصل البرنامج على نسبة عالية من الاتفاق بين المحكمين بلغت (٩٥٪).

تطبيق البرنامج الإرشادي:

تم تطبيق البرنامج الإرشادي باستخدام أسلوب الإرشاد والعلاج الإسلامي، وحدد عدد الجلسات الإرشادية للمجموعة التجريبية بواقع (١٠) جلسات، جلستين أسبوعياً، ومدة كل منها (٤٥) دقيقة، وقد طلبت من أفراد المجموعة التجريبية الحفاظ على مواعيد الحضور وسرية ما يدور خلال الجلسات الإرشادية.

وقد استخدم الباحث طرق وأساليب وفنيات مختلفة من خلال الإرشاد والعلاج الإسلامي في جميع الجلسات الإرشادية.

لا توجد فنيات محددة للإرشاد والعلاج الإسلامي، حيث يحدد المرشد النمو الديني الإسلامي والقيم المؤثرة على الطالبة، وكيفية الإفادة منها في عملية العلاج، بالإضافة إلى امتلاكه جانباً إنسانياً يبرز في تعامله مع الإنسان كوحدة كلية شاملة، وفي نظره لصاحب الإرادة القوية والعقيدة الصحيحة على أنه مسئول عن اختياراته وأفعاله وأقواله، مما يجعله متمتعاً بالتوافق والصحة النفسية، بالإضافة إلى الجانب المعرفي المتمثل في تناول العمليات المعرفية العقلية وآليات التفكير الشامل، أما الجانب السلوكي في الإرشاد والعلاج الإسلامي

فيتمثل في استخدامه مبادئ وقوانين التعلم، وتعديل السلوك لمساعدته على التغلب على اضطراباته النفسية، بالإضافة إلى أساليب الترغيب والترهيب من وسائل الثواب والعقاب وغيرها.

ومن الفنيات الخاصة بالإرشاد والعلاج الإسلامي التي استخدمها الباحثان والتي لها أثر فعال في علاج النفس الإنسانية من اضطراباتها المختلفة، وهذه الفنيات تستمد منهجها وإجراءاتها من هدي القرآن الكريم والسنة، وهي عديدة ومتنوعة وتحقق الأمن النفسي: الاعتصام بالله واللجوء إليه، العبادات (الصلاة والصيام والحج والزكاة)، وذكر الله وتلاوة القرآن الكريم، تقوى الله، وطاعة الله والتوبة والصبر، والإخلاص والصفح الجميل والرضا وشكر الله ومحبة الله، وتناول العلاج بالتوحيد، والأدعية، والأذكار، والاستغفار لقوله تعالى: ﴿ وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى ﴾ [طه: ١٢٤].

كما استخدم الباحثان أثناء الجلسات الإرشادية طرقاً وفنيات منها:

- الطرق الاقتدائية في القرآن الكريم والسنة النبوية المطهرة: المثل الرائع على ما يجب علينا الاقتداء به، والاقتداء بالمربي له أثره البالغ فيما يعلمه للأبناء، والاقتداء بطريقة علاجية تعليمية حيث يكتسب الفرد منها المهارات الاجتماعية وإن كثيراً من الاستجابات والاضطرابات الانفعالية يمكن أن تعدل وإن التفكير المنظم يمكن تعلمه من خلال قوة الإيمان والرضا بما قسمه الله لك، فعن أنس رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: (إِنَّ عَظْمَ الْجَزَاءِ مَعَ عَظْمِ الْبَلَاءِ، وَإِنَّ اللَّهَ إِذَا أَحَبَّ قَوْمًا ابْتَلَاهُمْ، فَمَنْ رَضِيَ فَلَهُ الرِّضَا، وَمَنْ سَخِطَ فَلَهُ السُّخُطُ) (١).

(١) رواه الترمذي وابن ماجه وصححه الألباني. تحقيق الألباني: (حسن) انظر حديث رقم: ٢١١٠ في صحيح الجامع.

- الطرق الوعظية: وتعتمد على أسلوب النصح والإرشاد والترغيب والترهيب.

- الاعتراف بالذنوب: إن الإرشاد والعلاج الإسلامي هنا ينصب على تخفيف حدة مشاعر الذنب والخطيئة التي تنجم عن خطأ ارتكب الشخص فيه مبادئ الخلق والدين الإسلامي، عن طريق مساعدة الفرد على الاعتراف بذنوبه وآثامه، والاعتراف يتضمن شكوى النفس من النفس طلباً للخلاص وللغفران، وهنا يحدث التنفيس الانفعالي وتخف حدة التوتر ويعيد إليها طمأنينتها، لأنها نوع من التفريغ للطاقات الانفعالية الضاغطة عليها، ولذا نجد فيها نوعاً من التسكين لمشاعر الإثم التي تهدد الإنسان المخطئ وتعود النفس إلى اتزانها وطمأنينتها، قال تعالى: ﴿قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ﴾ [الزمر: ٥٣].

- التوبة والتكفير عن الذنوب والمعاصي: لأن التوبة هي الطريق إلى الغفران، والتوبة والتكفير في الإرشاد العلاجي الإسلامي يدعمان تطهير النفس، قال تعالى: ﴿قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ﴾ [الزمر: ٥٣]، ومهما أذنب العبد وكثرت ذنوبه فإن باب التوبة مفتوح له، والتوبة هي الخطوة الحاسمة في محاولة الاستقامة والسير على هدى الله تعالى والبعد عن الجنوح والانحراف وهي الباب الواسع الذي فتحه الله لعباده علي مصراعيه لرجوع المذنبين وتوبة العصاة والجانحين دون إبطاء أو تردد، قال الله تعالى: ﴿إِنَّمَا التَّوْبَةُ عَلَى اللَّهِ لِلَّذِينَ يَعْمَلُونَ السُّوءَ بِجَهَالَةٍ ثُمَّ يَتُوبُونَ مِن قَرِيبٍ فَأُولَٰئِكَ يَتُوبُ اللَّهُ عَلَيْهِمْ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا﴾ [النساء: ١٧]، ويقول تعالى: ﴿وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَن يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا اللَّهُ﴾ [آل عمران: ١٣٥].

- تكوين ذات اجتماعية جديدة: وهذه الخطوة تقوم على بث مشاعر الطمأنينة والثقة بالنفس واحترام الفرد لذاته واحترام الآخرين له، كل ذلك من شأنه أن يولد لديه أفكارا سليمة، ويجهتد في التخلي عن السلوكيات التي تجلب عليه الشقاء.
- تكوين مجموعة من الاتجاهات والقيم لدى الطالبات: من خلال تعديل فكرة الفرد عن نفسه، وجعلها مركزا لخبرات إدراكية وانفعالية جديدة، وهي: القدرة على الصمود، القدرة على العمل والإنتاج، والقدرة على تقبل الذات وذوات الآخرين واتخاذ أهداف واقعية، والقدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية، والقدرة على تكوين علاقات مبنية على الثقة المتبادلة، والقدرة على القيام بالتضحية وخدمة الآخرين والشعور بالسعادة، وعبادة الله حق عبادته، والإخلاص لله، والشعور بالمسؤولية، وخاصة مسؤولية الاختيار لأن الإنسان ميزه المولى عز وجل بنعمة العقل عن باقي المخلوقات، والبعد عن الحرام، والعبودية لله وحده لا شريك له، والوسطية والبركة والذكر والصدق والطمأنينة والرضا والتعاون والتكامل والتفاؤل والرغبة في الآخرة، والاستقامة، وإصلاح النفس، وتزكية النفس، وضبط النفس، والصدق، والتواضع، والأمانة، ومعاشرة الأخيار، والكلام الحسن، واحترام الآخر، والإصلاح بين الناس، وحسن الظن، والاعتدال، والإيثار، والسلام، والتحية، والضمير الحي، والصبر: ولتذكر قول الرسول (صلى الله عليه وسلم): (عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ، وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ، إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَّاءٌ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَّاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ) (١).

(١) رواه مسلم في صحيحه / رقم الحديث: ٣٤٣.

الوسائل الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

- معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation)، استعمل لحساب ثبات الاختبار بطريقة إعادة الاختبار.
- اختبار الفا-كرونباخ. استعمل لحساب ثبات الاختبار.
- اختبار مان-وتني لعينات متوسطة الحجم (Man-Whitney test) استعمل لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة عند تطبيق البرنامج وفي الاختبار القبلي عند احتساب التكافؤ بين المجموعتين.
- اختبار ولكوكسن لعينتين مترابطتين (Wilcoxon test) استعمل لمعرفة دلالة النتائج بين عينتين مترابطتين.

نتائج الدراسة

عرض النتائج و مناقشتها:

نتائج الفرض الأول:

والذي نص على: "توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطات درجات طالبات المجموعة التجريبية ومتوسطات درجات طالبات المجموعة الضابطة على مقياس الأمن النفسي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار مان ويتني (Mann-Whitney- Test) لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لمقياس الأمن النفسي والجدول رقم (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)

نتائج اختبار مان وتني (Mann Whitney U)

للمقارنة بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة

المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة
التجريبية	١٢	٦,٠٠	٦٥,٠٠	٨,٥٠	٣,٩٧٨	٠,٠٠٠
الضابطة	١٢	٢٧,٠٠	١٧٥,٠٠			

يتبين من الجدول (٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي لصالح المجموعة التجريبية إذ بلغت قيمة Z (٣,٩٧٨) وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥)، أي أن الطالبات اللواتي تعرضن للبرنامج الإرشادي والعلاجي الإسلامي قد ارتفع مستوى الأمن النفسي لديهن بشكل ملحوظ مقارنة بالطالبات اللواتي لم يتعرضن للبرنامج الإرشادي والعلاجي الإسلامي.

ويفسر الباحث وجود الفروق في هذه النتيجة إلى فاعلية البرنامج الإرشادي الإسلامي والإفادة مما جاء في القرآن الكريم والسنة النبوية من قيم ومفاهيم دينية وخلقية في تنمية الأمن النفسي لدى المجموعة التجريبية، حيث تم استخدام فنيات الإرشاد والعلاج الإسلامي خلال تطبيق جلسات البرنامج، واشتملت على الحوار المتبادل بين الطالبات والباحثين حول دور القرآن الكريم والعبادات كالصلاة والاستغفار في تنمية الشعور بالأمن النفسي لديهن، وكذلك الالتزام والمحافظة على النظام والتمسك بالأخلاق الإسلامية، ومعرفة الخالق ومعرفة النفس والصدق مع النفس والرضا عنها والإيمان بالقضاء والقدر.

وفي هذا السياق ترى (عزيزة عنوة، ٢٠٠٨)^(١) أن في القرآن الكريم طاقة روحية هائلة، ذات تأثير بالغ الشأن في نفس الإنسان، فهو يهز وجدانه، ويرهف أحاسيسه ومشاعره، ويصقل روحه، ويوقظ إدراكه وتفكيره، ويجلي بصيرته، وأوضح القرآن الكريم لبني البشر الطرق الصحيحة لتربية النفس وتقويمها وتنشئتها تنشئة سليمة تؤدي بها إلى بلوغ الكمال الإنساني، الذي تتحقق به سعادة الإنسان في الحياة الدنيا والآخرة، قال تعالى: ﴿إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ وَيُبَشِّرُ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ أَجْرًا كَبِيرًا﴾ [الإسراء: ٩].

نتائج الفرض الثاني:

والذي نص على: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطات درجات الطالبات في المجموعة التجريبية على مقياس الأمن النفسي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي ثم بعد تطبيقه لصالح التطبيق البعدي".

للتحقق من هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Test)، والجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)

نتائج اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Test) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية وقيمة Z في القياسين القبلي والبعدي

مستوى الدلالة	قيمة Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	الرتب	المجموعة التجريبية
غير دالة	3.064	0.0	0.0	0	الرتب السالبة	
		76.00	5.5	12	الرتب الموجبة	
				0	الرتب التساوي	

(١) عنوة، مدى فعالية، ص ٤٠.

يتبين من الجدول (٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات المجموعة التجريبية لصالح الاختبار البعدي - أي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي - إذ بلغت قيمة Z (٣,٠٦٤) وهي دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥)، أي أن للبرنامج الإرشادي والعلاجي الإسلامي فعالية في تنمية الشعور بالأمن النفسي لدى طالبات المجموعة التجريبية.

ويفسر الباحث هذه النتيجة إلى الاندماج الديني الإسلامي أي المشاركة الدينية الإسلامية بين الطالبات أثناء البرنامج الإرشادي، وما تم استخدامه من فنيات واستراتيجيات الإرشاد والعلاج الإسلامي، مثل: محاسبة النفس، والتوبة، والإنابة، والرجوع إلى الله، والدعاء، والذكر، والعبادات، وقد أورد ابن القيم الكثير من هذه الجوانب في كتبه، مثل: مدارج السالكين، والوابل الصيب من الكلم الطيب، وإغاثة اللهفان، وطريق الهجرتين وباب السعادتين، والجواب الكافي، والطب النبوي.

ويؤدي الإحساس الديني الإسلامي الإيماني إلى الشعور بالرضا والسعادة والافتناع والإيمان بقدرة الله، الذي يعين الشخص ويجعله قوياً لمواجهة الضغوط النفسية، ويمنح اليقين والثوق والقوة لمواجهة الأزمات والمشاكل والتحديات التي تعترض له في مجرى حياته، فيكون له الملجأ وقت الشدة، الذي يشعره بالأمان الكافي وعدم الخوف والبعد عن التشاؤم، لليقين بأن الله هو المسير للأحداث من أجل الأفضل دائماً، والذي يتحقق للفرد من خلال الصلاة، والشكر مما يوفر له أسمى صور الدعم والطمأنينة.

فالإرشاد والعلاج النفسي الإسلامي هو علاج لأسباب وأعراض الاضطراب النفسي لدى الفرد، وفي الكشف عن مكبوتات اللا شعور، ويبرز

في تعامله مع الإنسان كوحدة كلية شاملة، وفي نظرتة لصاحب الإرادة القوية والعقيدة الصحيحة على أنه مسؤول عن اختياراته وأفعاله وأقواله؛ مما يجعله متمتعاً بالتوافق والصحة النفسية، بالإضافة إلى الجانب المعرفي المتمثل في تناول العمليات المعرفية العقلية وآليات التفكير الشامل، أما الجانب السلوكي في الإرشاد والعلاج النفسي الإسلامي فيتمثل في استخدامه أساليب الترغيب والترهيب من وسائل الثواب والعقاب من عند الله سبحانه وتعالى.

والمؤمن المواظب على ذكر الله وطاعته ودائم التوكل على الله في جميع شؤونه لا يأتيه الخوف والحزن لأنه في حفظ الله ورعايته، قال تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد: ٢٨]، كما قال الله تعالى: ﴿إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تَلَيَّتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ﴾ [الأنفال: ٢].

إذن؛ فللقرآن الكريم أثر عظيم في تحقيق الأمن النفسي، ولن تتحقق السعادة الحقيقية للإنسان إلا في شعوره بالأمن والأمان، ولن يحس بالأمن إلا بنور الله الذي أنار سبحانه به الأرض كلها، وأضاء به الوجود كله، بدايته ونهايته، وهذا النور هو القرآن الكريم.

وتتفق نتيجة هذه الدراسة من حيث فعالية الإرشاد والعلاج الإسلامي مع نتيجة دراسة كل من (الجروشي، ٢٠٠٧؛ أبو شهبه، ٢٠٠٤؛ بركات، ٢٠٠٦؛ الصنيع، ٢٠٠٢؛ رشيد، ٢٠٠٤).

نتائج الفرض الثالث:

والذي نص على: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطات درجات الطالبات في المجموعة التجريبية على مقياس

الأمن النفسي في القياسين البعدي والتبعي".

للتحقق من هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكو كسون (Wilcoxon test) ، والجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

نتائج اختبار ويلكو كسون (Wilcoxon test) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية وقيمة Z في القياسين البعدي والتبعي

مستوى الدلالة	قيمة Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	الرتب	المجموعة التجريبية
غير دالة	1.4	28	4.0	7	الرتب السالبة	
				3	الرتب الموجبة	
		8	8.0	2	التساوي	
				12	المجموع	

يتضح من جدول (٤) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات طالبات المجموعة التجريبية على مقياس الأمن النفسي في القياسين البعدي والتبعي، وهذا يشير إلى استقرار أثر البرنامج الإرشادي والعلاجي الإسلامي في تنمية الأمن النفسي لدى طالبات المجموعة التجريبية.

ويرد الباحث هذه النتيجة إلى فاعلية البرنامج الإرشادي والعلاج الإسلامي، والذي اعتمد على فنيات مناسبة حيث يتصف البرنامج الشمولية لتحقيق أهدافه المتعلقة بمساعدة الطالبات على تقبل ذاتهن، وتنمية حالة الطمأنينة، والاستقلال عن الآخرين، والتقبل الاجتماعي، وتنمية الوازع الإيماني الإسلامي.

فقد أعطى الدين الإسلامي تصوراً كاملاً عن النفس الإنسانية في صحتها ومرضها، كما أنه الرسالة الخاتمة، التي جاءت لتناسب كل زمان ومكان وللإنسانية عامة، فالإرشاد والعلاج الإسلامي هو العلاج المحدد المبادئ، والمفاهيم، والأسس، والخطوات، والفنيات يستمد أساسياته ومبادئه وفنائه من القرآن الكريم والسنة النبوية، وأنه ذو فعالية في تخفيف الاضطرابات النفسية، الأمر الذي يسهم في تحقيق الاتزان الروحي والاستقرار النفسي التي تهتم بتوجيه الفرد إلى الاهتمام بعلاج الاضطراب الذي يعاني منه وفق المفاهيم الدينية الصحيحة، والأفكار السليمة التي تساعد على التوافق النفسي الذاتي والاجتماعي.

خاتمة

تحتوي النتائج والتوصيات.

النتائج:

وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية؛ أي فاعلية البرنامج الإرشادي والعلاج الإسلامي في تنمية الشعور بالأمن النفسي لدى الطالبات. (كلمات مفتاحية: الإرشاد والعلاج الإسلامي، الأمن النفسي، طالبات الجامعة).

التوصيات:

- التأكيد على دور المرشد التربوي والنفسي من خلال استغلاله لمحاضرات الإرشاد الجماعي باستخدام الإرشاد والعلاج الإسلامي لأنه من أفضل السبل لرفع مستوى الأمن النفسي لدى طلبته وعلاج مختلف الاضطرابات والمشكلات النفسية.
- التأكيد على دور المرشد التربوي إثناء اجتماعات أولياء أمور الطلاب بمناقشتهم ودراسة المشاكل التي يعاني منها أبناؤهم الطلبة والتي تؤثر سلباً على أمنهم النفسي.
- ضرورة أن يتصدر المربون دورهم الريادي في علاج الفئات التي يتسرب إليها الفكر المنحرف في المجتمع. وأن تتاح فرصة لعلماء الشريعة الإسلامية في إقناع الفئات المنحرفة وتتولى دور بيان العقيدة الصحيحة والفكر السليم.

المصادر والمراجع

- القرآن الكريم.
- ١. قطب، سيد، في ظلال القرآن، جدة، دار العلم، ١٤٠٦ هـ (ط١٢).
- ٢. سعد، علي، "مستويات الأمن النفسي لدى الشباب الجامعي"، مجلة جامعة دمشق، المجلد (١٥)، العدد ١٩٩٩، ١ م.
- ٣. عبدالرحمن، محمد السيد، دراسات في الصحة النفسية، القاهرة، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، ١٩٩٨ م، ط ١.
- 4. Jaffe, Alan M: Comparison of state legislators with a central group on Maslow's "Security- Insecurity" Measure. Psychological Reports, 48, (1981).4142-.
- ٥. زهران، حامد، الصحة النفسية والعلاج النفسي، القاهرة، عالم الكتب، ١٩٩٩ م (ط ٤).
- 6. Robert, John E. Adult Attachment Security And Symptoms Of Depression, (1996), Vol 70, No2.
- ٧. زهران، حامد، الأمن النفسي دعامة أساسية للأمن القومي العربي والعالمي، دراسات في الصحة النفسية والإرشاد النفسي، القاهرة، عالم الكتب، ٢٠٠٣ م.
- ٨. العيسوي، عبد الرحمن، الإسلام والصحة النفسية، بيروت، دار الراتب الجامعية، ٢٠٠١ م، ط ١.
- ٩. السعدي، عبدالرحمن، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، بيروت، مؤسسة الرسالة، ١٤١٧ هـ، ط ٤.

١٠. الشريف، محمد موسى، الأمن النفسي، دار الأندلس الخضراء ضمن سلسلة معالم على طريق الصحوة، جدة، السعودية، ١٤٢٤ هـ، ط ٢.
١١. الخراشي، ناهد، أثر القرآن الكريم في الأمن النفسي، القاهرة، دار الكتاب الحديث، ٢٠٠٣ م.
١٢. العيسوي، عبد الرحمن محمد، الهدى الإسلامي والصحة النفسية، بيروت، دار المناهل للطباعة والنشر والتوزيع، لبنان، ٢٠٠٢ م، ط ١.
١٣. سنن أبي داود، كِتَابُ سُجُودِ الْقُرْآنِ، بَابُ تَفْرِيعِ أَبْوَابِ السُّجُودِ وَكَمْ سَجْدَةً، رقم الحديث: ١٣٠٨.
١٤. أخرجه الحاكم وقال: صحيح الإسناد، وأقره الذهبي: ١ / ٧٢٩.
١٥. أخرجه الحاكم وقال: صحيح الإسناد، ووافقه الذهبي: ١ / ٦٨٤-٦٨٥.
١٦. الحديبي، مصطفى عبد المحسن، أهمية الإرشاد النفسي الديني والحاجة إليه وتطبيقاته لأحد الاضطرابات النفسية، وحدة الأبحاث النفسية والاجتماعية. كلية التربية، جامعة أسيوط، ٢٠١٠ م.
١٧. عنوة، عزيزة، مدى فعالية العلاج النفسي الديني، الجزائر، دار هومه، ٢٠٠٨ م.
١٨. ياركندي، هانم بنت حامد، الصحة النفسية في المفهوم الإسلامي، الرياض، عالم الكتب، ٢٠٠٣ م.
١٩. محمد، محمد عودة، ومرسي، كمال إبراهيم، الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام، الكويت، دار القلم، ١٩٩٧ م، ط ٤.
٢٠. الأحمد، عبد العزيز عبد الله، الطريق إلى الصحة النفسية عند ابن قيم الجوزية وعلم النفس، قسم علم النفس كلية التربية، مكة المكرمة، ١٩٩٩ م.

٢١. مرسي، كمال إبراهيم، السعادة وتنمية الصحة النفسية مسؤولية الفرد في الإسلام وعلم النفس، الكويت، دار النشر للجامعات، ٢٠٠٠م.
٢٢. أبو شهبه، هناء يحيى، السنة النبوية وتوجيه المسلم إلى الصحة النفسية، مؤتمر السنة النبوية والدراسات المعاصرة، جامعة اليرموك، الأردن، ٢٠٠٧م.
٢٣. زهران، الصحة النفسية، ص ٣٠-٤٤.
٢٤. شاذلي، عبد الحميد محمد، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، المكتب العلمي للكمبيوتر والنشر والتوزيع، الإسكندرية، مصر، ١٩٩٩م.
٢٥. الريماوي، محمد عودة، الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام، الكويت، دار القلم، ١٩٨٦م، ط ٢.
٢٦. زهران، الأمن النفسي دعامة، ص ٣٣.
٢٧. أبو شهبه، هناء يحيى، فاعلية برنامج إرشادي نفسي ديني لتخفيف الإحساس بالمشكلات لدى المراهقات الجامعيات، نوقشت الدراسة ونشرت بمجلد المؤتمر الدولي، جامعة الزهر، مصر، ٢٠٠٤م.
٢٨. السهل، راشد علي، مقدمة في الإرشاد النفسي، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت، ٢٠٠٢م، ط ١.
٢٩. السهلي، ماجد، "الأمن النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي"، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك نايف بن عبد العزيز، السعودية، ٢٠٠٧م.

٣٠. سليمان، رجب سيد أحمد، "فاعلية العلاج النفسي الديني في تخفيف أعراض الوسواس القهري لدى عينة من طالبات الجامعة"، جامعة طيبة، السعودية، ٢٠٠٩ م.
٣١. الجروشي، أسماء، "مدى فاعلية الدعاء كبرنامج إرشادي نفسي ديني في خفض قلق السمة لدى طالبات كلية الآداب"، رسالة ماجستير منشورة، جامعة السابع من أكتوبر، مصراتة، ليبيا، ٢٠٠٧ م.
٣٢. بركات، زياد، الاتجاه نحو الالتزام الديني وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، مجلة اتحاد الجامعات العربية، مج (٤٦)، ع ١٥، ٢٠٠٦ م، ٤٩-٨٩.
٣٣. أبو شهبه، السنة النبوية.
٣٤. رشيد، احمد، "فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية"، رسالة ماجستير منشورة، الجامعة المستنصرية، العراق، ٢٠٠٤ م.
٣٥. الصنيع، صالح بن إبراهيم، العلاقة بين مستوى التدين والقلق العام لدى عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض، مجلة جامعة الملك سعود، العلوم التربوية والدراسات الإسلامية، مج (١٤)، ٢٠٠٢ م، ٢٠٧-٢٣٤.
٣٦. محمد، درويش محمد، "مدى فعالية العلاج الديني في تخفيض القلق لدى طلاب الجامعة"، مجلة التربية، جامعة الأزهر، ع ٥١، ١٤١٦ هـ، ١٨٦ - ٢١٢.
٣٧. حواله، محمد السيد، "القلق الأخلاقي وعلاقته بالقيم والمفاهيم الدينية لدى شرائح من الشباب المصري الجامعي"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية البنات، جامعة عين شمس، ١٩٩٠ م.

- ٣٨ البناء، إسعاد عبد العظيم، دور الأدعية والأذكار في علاج القلق كأحد طرق العلاج النفسي الديني، المؤتمر السنوي السادس لعلم النفس في مصر، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، القاهرة، ١٩٩٠م، ٥١ - ٦٨.
٣٩. الشويعر، طريفة، الإيمان بالقضاء والقدر وأثره على القلق النفسي، جدة، دار البيان العربي، ١٤٠٨ هـ.
٤٠. الشويعر، طريفة، "الالتزام الديني في الإسلام وعلاقته بقلق الموت"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية للبنات بجدة، ١٤٠٩ هـ.
٤١. دواني، كمال، وديراني، عيد، اختبار ماسلو للشعور بالأمن النفسي، مجلة دراسات العلوم الإنسانية، الجامعة الأردنية، مج (١٠)، ع ٢٤، ١٩٨٣م.
٤٢. رواه الترمذي وابن ماجه وصححه الألباني. تحقيق الألباني: (حسن) انظر حديث رقم: ٢١١٠ في صحيح الجامع.
٤٣. رواه مسلم في صحيحه / رقم الحديث: ٣٤٣.
٤٤. عنوة، مدى فعالية، ص ٤٠.