

## مستوى التدين المعرفي والسلوكي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين

د/ بن يحيى فرح  
جامعة أبي بكر بلقايد  
تلمسان

ملخص:

كل شخص منا معرض وبشكل يومي إلى مواجهة مواقف ضاغطة لذا يجب علينا الاستجابة لهذه المواقف بأسلوب مرن يحقق لنا السلامة النفسية، وهذه المرونة في التعامل مع الظروف السلبية قد تكون صفة داخلية بالفرد لكن ما يعززها أكثر هو عنصر الدين أو الإيمان بالله وبالقضاء والقدر الذي يزرع في القلب الطمأنينة والثبات ويقي المؤمن من المرض النفسي، وتأتي هذه الدراسة للكشف عن العلاقة الارتباطية بين مستوى التدين والمرونة النفسية لدى عينة من الطلبة الجامعيين قوامها (52) طالب وطالبة ينتمون إلى كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة تلمسان ، ولتحقيق هذا الغرض تم استخدام مقياس المرونة النفسية لشقورة، ي. (2012) ومقياس مستوى التدين لأحمد، إ. (2009). و توصلت نتائج الدراسة إلى ما يلي :

- 1- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى التدين والمرونة النفسية .
  - 2- وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين البعد المعرفي والسلوكي للتدين لصالح البعد المعرفي وهذه النتيجة تؤكد على أن الجانب المعرفي للتدين أكثر تأثيراً على المرونة النفسية مقارنة بالجانب السلوكي للتدين .
- وتوجت الدراسة في الأخير بجمللة من المقترحات أهمها تنمية الوازع الديني لدى أطفالنا منذ النشأة وتصميم البرامج العلاجية بمحتوى ديني لعلاج مختلف الإضرابات النفسية ورفع مستوى المرونة النفسية.

الكلمات المفتاحية: المرونة النفسية ، مستوى التدين ، البعد المعرفي للتدين، البعد السلوكي للتدين، طلبة الجامعة.

**Abstract:**

Everybody in his daily life faces different stressful situations so we must respond to these situations in a flexible manner to achieve our psychological safety. This flexibility in dealing with adverse conditions may be an internal character of the individual, but what fosters more is the religious element or faith in God and faith that grows in us tranquility, stability and prevent us from mental illness.

The present study aimed to detect the relationship between the level of religiosity and psychological flexibility among a sample of (52) students from Humanities and social sciences faculty of Tlemcen University.

To achieve the objective a psychological measure of flexibility set up by **Shaqoura, y.(2012)** and a test to measure the level of religiosity set by **Ahmed, I. (2009)** were applied.

**- The results showed the following:**

- 1-The existence of positive correlation between psychological resilience and the level of religiosity
- 2- The existence of a statistically significant differences between the cognitive and the behavioral side of religiosity in favor of the cognitive side of religiosity, and This result confirms that the cognitive side of religiosity is more influential on the psychological resilience as compared to the behavioral side of religiosity.

Finally, the study was culminated in a set of proposals such as reinforcing religious values on children since birth and design treatment programs that revolves around the values of religion to cure the different psychological disorder sand to increase the level of Psychological flexibility.

**-Key words:** Psychological resilience ,The level of Religiosity ,The Behavioral side of religiosity, The Cognitive side of religiosity, University students.

## - مقدمة:

من الجميل أن يبدأ المرء حديثه عند توصيف العلاقة بين التدين والمرونة النفسية  
 بآيات من الذكر الحميد عند قوله تعالى: ﴿ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا  
 بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴾ ( الرعد : 28 ) ففي ذكر الله انشراح للنفوس وعن  
 التفاؤل والأمل قال سبحانه وتعالى: ﴿ وَلَا تَيَاسُوا مِنْ رُوحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيَاسُ مِنْ رُوحِ  
 اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمَ الْكَافِرُونَ ﴾ ( يوسف: 87 ) وقال أيضا في الآية رقم: 53 من سورة الزمر:  
 ﴿ قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ ﴾ وعند الابتلاء  
 بمصيبة قال جل جلاله ﴿ لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا مَا آتَاهَا سَيَجْعَلُ اللَّهُ بَعْدَ عُسْرٍ  
 يُسْرًا ﴾ (الطلاق : 07 )، وفي تقبل الفرد لما يصيبه من بلاء وسوء يقول سبحانه  
 وتعالى: ﴿ وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَكُمْ وَاللَّهُ  
 يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ ﴾ ( البقرة : 216 ) كما قال أيضا سبحانه في الآية رقم: 154-  
 156 من نفس السورة: ﴿ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا  
 إِلَيْهِ رَاغِبُونَ أُولَٰئِكَ عَلَّمْنَاهُمْ صَلَواتٍ مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةً وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ ﴾

فقد جاءنا ديننا الحنيف بتعاليم تضمن للسائر في كنفها السلامة النفسية والبدنية  
 فالإيمان بالله وبالقضاء والقدر حلوه ومره من الأمور التي تشيع في القلب الطمأنينة  
 والثبات وتقي المسلم من المرض النفسي، ولم يكن هذا رأي الباحثين في مجال العلوم  
 الشرعية وإنما لاقى تأييدا متناميا لدى القائمين على مجال الطب وعلم النفس تحت  
 راية التأصيل الإسلامي لعلم النفس، وبعيدا عن الملاحظات النظرية أثبتت الدراسات  
 الميدانية حسب ما تم ذكره عند (كويلو، م. 2009) أن الذين يتمتعون بمستوى عال  
 من التدين يكونون مقارنةً بقليلي التدين في وضع نفسي أحسن متفائلين في تفكيرهم  
 بالإضافة إلى أنهم أقل عرضة للضغوط النفسية وأكثر مقاومة لها كما أنهم بعيدين عن  
 القلق النفسي والاكتئاب وأقل محاولة للانتحار ولتوضيح ذلك أكثر نستدل بدراسة  
 فرانكلن وهويت franklen & Hewitt (1994) بعنوان: الدين والسعادة لدى طلاب  
 الجامعة الكندية البالغ عددهم : (299) طالباً من بينهم (182) طالباً ينتمي إلى  
 مؤسسات دينية أظهروا مستوى صحياً جيداً فهم أقل تردداً على الخدمات الصحية  
 بالجامعة مقارنة بغير المنتسبين للمؤسسات الدينية كما أن لقيم العلاقات مع الآخرين

من عائلة ووالدين وأصدقاء أهمية عند المنتسبين مقارنة بغيرهم من غير المنتسبين إلى مؤسسات دينية، وفي سياق متصل توصّل موسى سنة: (1993) إلى وجود فروق دالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي التدخين من حيث الأعراض الاكتئابية لصالح المجموعة الثانية، وهذا يعني أنه كلما كان الفرد بعيدا عن الدين كلما زادت لديه احتمالية ظهور الأعراض الاكتئابية، ونظرا للارتباط الموجب بين الدين ومظاهر الصحة النفسية أصبح يُستعمل كمنحى علاجي لتذليل مختلف الاضطرابات النفسية والمشكلات السلوكية، وهذا ما أكدته نتيجة دراسة محمد درويش (1995) الواردة عند (الصنيع، ص. 2000 : ص63-168) في إثبات فاعلية العلاج الديني في خفض مستوى القلق لدى طلاب الجامعة.

وعلى الصعيد المحلي قام غماري، ط. (2014) بدراسة توصل هو الآخر من خلالها إلى نتيجة مؤداها أنّ الأفراد الذين يظهرون مستويات عالية من التدخين هم أكثر ارتياحا مقارنة بمن يظهرون مستويات متدنية في التدخين وأشار الباحث في نفس الورقة العلمية إلى طبيعة العلاقة بين التدخين والصحة النفسية التي لفتت انتباهنا ورأينا أنه من الواجب علينا الإشارة إليها، فالصحة النفسية تتحدد في الأسلوب الذي يتعامل به المتدين مع الدين فتأخذ العلاقة شكلا سلبيا عندما لا يدرك الفرد المعنى الحقيقي للتدين وسيء استخدامه، أما العلاقة الإيجابية والثابتة نسبيا فتكون بين التدخين المعتدل والصحة النفسية، وعلى إثر ذلك لم تظهر جميع الدراسات التي بحثت في علاقة التدخين بالصحة النفسية ارتباطات موجبة حيث قام جيفري وزملاؤه ( Jeffrey ) بإحصاء وتحليل أزيد من (200) دراسة بحثت في الدين وعلاقته بمجالات الصحة تبين من خلالها أنّ ما يقارب ربع هذه الدراسات أبرزت الأثر السلبي للدين على الصحة النفسية.

وعلى ضوء ما سبق ذكره، يمكن اعتبار العلاقة بين مستوى التدخين المعتدل والصحة النفسية علاقة طردية ، فكلما زاد إيمان الفرد زاد سلامةً نفسيةً، ولكن هذه المحصلة تجعلنا نقف أمام تساؤل آخر هدفه معرفة أيّ جانب من الدين يؤثر أكثر على صحة الفرد النفسية فالدين أو التدخين كما هو معلوم لدى البعض مفهوم مركب يجتمع فيه الجانب العقائدي المعرفي مع الجانب السلوكي ويأخذ كل شخص قدرا معيناً من هذين البعدين يختلف فيه عن غيره، و عن العلاقة بين أنماط التدخين والصحة

النفسية ، و يرى الصنيع، ص (2002) أن كل من التدين المرتفع والتدين الجوهري يرتبطان سلبا مع الإضطرابات النفسية ، كما انتهى غماري، ط (2014) إلى الكشف عن وجود علاقة دالة بين التدين بقطبيه الممارسة والمعتقد والارتياح النفسي وعادات الأفضلية لصالح المعتقد الديني بعد مقارنة تأثير قطبي التدين على الإرتياح النفسي، هذا وقد أظهر كل من الحجار، إ و رضوان ، ع (2006) أن توجه الأفراد نحو التدين الجوهري حقق وزنا نسبيا قدره: (89.14%) بينما احتل التدين الظاهري المنزلة الثانية بنسبة قدرها: (77.99%) وهذا يبرر العلاقة الطردية بين التدين الجوهري أو المعرفي ومظاهر الصحة ، النفسية فالترصدي لمواقف الحياة الضاغطة والتعامل معها بإيجابية يكمن في طريقة التفكير التي نرى أنها متشعبة بإيمان الفرد وهي بعيدة عن مظاهر السلوك الديني الذي قد لا يشير بالضرورة إلى مدى تدين الفرد.

من خلال هذه الورقة العلمية نريد استغلال النتائج السابقة في تسليط الضوء على موضوع آخر له علاقة بالصحة النفسية ويمكن عدّه مظهرا لها، نعني بهذا المرونة النفسية التي تشير في تعريف زايس (2006) Theis,A إلى القدرة على الخروج بسلامة من موقف صادم بما في ذلك التكيف مع معيقات الحياة ويصفها سورلانك Syrulnick,B(1999) بقدرة الفرد أو الجماعة على الارتقاء الجيد ومواصلة التخطيط للمستقبل رغم الأحداث غير المستقرة والخبرات الصادمة حيث يفيد الشرقاوي(1983) في (شقورة،ي. 2012 :302) أن الشخص الصحيح نفسيا والذي يمتلك اتزاناً انفعالياً هو الذي يمكنه السيطرة على انفعالاته بمرونة عالية والتعبير عنها حسب طبيعة الموقف وهذا ما يساعد الفرد على المواجهة الواعية لظروف الحياة وأزماتها فلا يضطرب أو ينهار للضغوط التي تواجهه.

#### 1- مشكلة الدراسة و تساؤلاتها :

تتميز الحياة بكثرة التغيرات والتحويلات التي تشكل ضغوطا على الإنسان فيستجيب لها بطرق مختلفة، ولعل ما يحدّد قدرة الفرد على مواجهة المواقف الضاغطة والتكيف معها عدة عناصر متفاعلة فيما بينها كمساندة الأهل والأصدقاء بالإضافة إلى تدخل عنصر الدين والإيمان بالله وبالقضاء والقدر فهو بمثابة العمود الأساس القائم خلف استجابات الأفراد ومواجهة الصعاب بأسلوب مرّن يحقق سلامة الفرد النفسية .

من خلال الطرح السابق ومراجعة بعض الدراسات المتاحة في مجال البحث عن مستوى التدين والصحة النفسية ، لم تصادفنا أية دراسة اهتمت بالبحث في هذا الموضوع على وجه خاص، فهل نسلم بحتمية العلاقة بين التدين والمرونة النفسية كونها جزءاً أو مظهراً من مظاهر الصحة النفسية وبالتالي ما ينطبق على الصحة النفسية ينطبق على المرونة؟ أو نقوم بإجراء دراسة قائمة بذاتها ، هدفها البحث عن علاقة التدين بالمرونة النفسية ؟ ونحن في هذا المقام لا نطمح للإجابة عن هذا التساؤل وإنما نسعى لتوضيحه من خلال إثارة التساؤلات التالية:

- هل توجد علاقة ارتباطية بين مستوى التدين ببعديه المعرفي والسلوكي والمرونة النفسية لدى طلاب الجامعة ؟

- هل يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين البعد المعرفي والبعد السلوكي للتدين لدى طلاب الجامعة؟

2- **فرضيات الدراسة:** من خلال مراجعة الدراسات السابقة في مجال البحث عن مستوى التدين والصحة النفسية تمكنت الباحثة من افتراض ما يلي :

- توجد علاقة ارتباطية دالة عند مستوى (0.05) بين مستوى التدين ببعديه المعرفي والسلوكي والمرونة النفسية لدى طلاب الجامعة.

- يوجد فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى (0.05) بين البعد المعرفي والبعد السلوكي للتدين لدى طلاب الجامعة .

### 3- أهمية الدراسة :

تكتسب الدراسة الحالية أهميتها من أهمية موضوع التدين والإيمان بمشيئة الله وانعكاس ذلك على اكتساب المرونة النفسية التي تسمح للأفراد بتقبل ومواجهة المواقف الضاغطة والخبرات الصادمة بشكل مرن يقيمهم من الدخول في هاجس المرض النفسي. زيادة على ذلك، من شأن الدراسة الحالية أن تشكل حلقة إضافية ضمن سلسلة البحوث المهمة بالتأصيل الإسلامي لعلم النفس.

### 4- أهداف الدراسة :

تتناول الدراسة الحالية موضوع التدين والمرونة النفسية بشيء من التفصيل مع استعراض بعض الدراسات السابقة في المجال. ومن الناحية التطبيقية نحاول الكشف

عن العلاقة الارتباطية بين مستوى التدين بقطبيه المعرفي والسلوكي والمرونة النفسية، كما نود من خلال هذه الدراسة أيضا الكشف عن توجه طلاب الجامعة الديني وفيما إذا كانوا متدينون ظاهريا أم عقائديا.

#### 5- حدود الدراسة:

تحدد الدراسة الآنية في طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية لجامعة تلمسان من السنة الدراسية: 2014-2015.

#### 6- التعريفات الإجرائية للدراسة :

- التدين : التدين بشكل عام هو التزام الفرد بتعاليم الدين الإسلامي الأمر الذي يقبه من الاختلالات النفسية ومعالجتها اذا أصيب بها، وتشير الباحثة إجرائيا إلى التدين بمجموع الدرجات التي يتحصل عليها الفرد على مقياس مستوى التدين ل (أحمد، إ. 2009).

من أجل رصد درجات أفراد عينة الدراسة على البعد المعرفي والسلوكي للتدين تمت تجزئة فقرات مقياس مستوى التدين إلى جزأين حسب طبيعة البنود واقتراها بالبعد الذي تنتهي إليه (معرفي أو سلوكي) وفي الأخير تمكنا من الحصول على درجة لكل فرد في البعد المعرفي والبعد السلوكي للتدين.

- المرونة النفسية : تصفها الباحثة بقدرة الفرد على مواجهة ضغوطات الحياة بأسلوب مرن والتأقلم معها ونستدل عليها بالدرجة التي يتحصل عليها الفرد في استبانة المرونة النفسية التي تعود إلى شقورة ، ي. (2012).

#### 7- المفاهيم النظرية للدراسة :

##### 1- المرونة النفسية:

تندرج الصفات المكوّنة لشخصية الإنسان تحت نوعين رئيسيين: أولاهما يقع ضمن الصفات العصبية – الثابتة نسبيا- التي لا يمكن للقوى الخارجية تغييرها إلا في حدود ضيقة كالصفات الجسمية أما الثانية فتدخل ضمن الصفات الطوعية- المرنة نسبيا- أين تتأثر بالعوامل الخارجية فتتغير كاللغة، والأخلاق وسلوكيات الأفراد الناتجة عن استجاباتهم لمختلف المواقف وهو الأمر الذي يرمز إلى المرونة وقد انقسم الباحثون في مجال البحث عن المرونة النفسية إلى ثلاثة اتجاهات :

اعتبر رواد الاتجاه الأول المرونة صفة داخلية للفرد تساعد على التكيف والتأقلم مع الوسط.

وفي المقابل يرى فانستاندل (2000) Vanistendel في (ذايس 37: p, 2006, Theis) أن المرونة النفسية ليست صفة داخلية في الفرد بكل ما في الكلمة من معنى وإنما تُكتسب نتيجة التفاعل مع المجتمع وفي هذا الحديث يرى لوثار (2003) luthar, S أن الأطفال وبالرغم من المعوقات التي تصادفهم إلا أنه يمكنهم تحقيق النجاح بسبب تدخل عوامل خارجية أهمها مساندة الأهل.

وقد أثنى سورلانك (2006: p197) Syrulinck, B على دور المحيط الاجتماعي في اكتساب المرونة مستخدماً مصطلح " le tuteur résilient " ليوضح فيه أهمية المساندة الاجتماعية في اكتساب المرونة النفسية. وتناول الفوج الثالث من الباحثين المرونة حسب دارجوييرو (2012: p47) Dartiguepeyrou, C كاتجاه أو صفة يمتلكها أي فرد بنسب متفاوتة.

هذا وتصف الجمعية الأمريكية في (شقورة، ي. 2012: 6) المرونة النفسية بعملية التوافق الجيد والمواجهة الايجابية للشدائد والصدمات والنكبات والضغوط النفسية العادية التي يواجهها البشر كالمشكلات الأسرية والعلاقات مع الآخرين والمشكلات الصحية وضغوط العمل والمشكلات المالية.

وفي تعريف آخر للمرونة ورد عن دارجوييرو (2012: p15) Dartiguepeyrou, C نجدها تشير إلى قدرة الفرد على تخطي خبرة صادمة ومواصلة العيش بشكل إيجابي داخل المجتمع رغم الظروف القاسية.

كما تتداخل المرونة النفسية مع مجموعة من المصطلحات القريبة منها كقوة الأنا ومرونة الأنا والصلابة النفسية والمناعة النفسية والقدرة على إدارة الضغوط والأزمات (أبو شامة، ف. 2008: ص: 18). حيث يرمز مفهوم قوة الأنا حسب والس وزملاؤه (2009, p.60) cockcroft, and walls, duncan إلى الميكانيزم الأساسي في قدرة الفرد على مجابهة مصائب الحياة.

ويعرف جارمازي (1991) jermazy في (الخطيب، م. 2007) مرونة الأنا بالقدرة على إعادة بناء الشخصية والقدرة على التشافي من المحنة. والصلابة النفسية هي الأخرى عامل مهم في الشخصية تسهم في تحسين الأداء النفسي والصحة النفسية والبدنية

حيث يعتبرها حمادة، ل وعبد اللطيف، ح. (2002: 233) مصدرا من مصادر الشخصية المقاومة للآثار السلبية الناجمة عن ضغوط الحياة، أما الهياص (2002) نقلا عن (عودة، م. 2010: 66) فقد عبّر عن الصلابة النفسية بادراك الفرد وتقبله للمتغيرات أو الضغوطات النفسية التي يتعرض لها. ويرى مرسي (1998) في (حسان، و. 2009: 62) أنّ المناعة النفسية مفهوم فرضي يقصد به قدرة الشخص على مواجهة الأزمات والكروب وتحمل المصائب ومقاومة ما ينتج عنها من أفكار ومشاعر غضب ويأس وعجز وتشاؤم.

ورغم هذا التنوع في المصطلحات إلا أنها تشترك جميعها في عامل قدرة الفرد على التكيف والتفاعل الإيجابي مع الظروف المتغيرة.

2- التدين : يشير مفهوم التدين الإسلامي عند الصنيع، ص. (2000: 18) إلى التزام المسلم بعقيدة الإيمان الصحيح ( الإيمان بالله وملائكته وكتبه ورسله وباليوم الآخر وبالقضاء خيره وشره) وظهور ذلك على سلوكياته .

وقد طرح كلوك وستارك Clock & stark في (غماري، ط. 2014: 76) خمسة أبعاد يُبنى على ضوءها التدين وهي تتعلق ب:

- البعد الإيديولوجي: ويعرف أيضا بالمعتقد الديني وهي المعتقدات التي يتبناها المؤمنون.  
- بعد الطقوس: وهو يشير إلى الممارسة الدينية كالصلاة، الصيام والبعد الطقوسي هو بمثابة تجسيد الإيمان بالبعد الأيديولوجي.

- البعد التجريبي: وهو الشعور الديني من أحاسيس وادراكات ومشاعر ترافق فعل الاتصال بالله.

- البعد الفكري: يخص المعرفة الكلية المرتبطة بالدين والتي من المفروض أن يكون المؤمن على إلمام بها وهي تتعلق بالنصوص الدينية وأسلوب التعامل معها.

- بعد التبعات: وهو الأثر الديني، أثر الإعتقاد والممارسة والمعرفة والتجربة على حياة المؤمن.

ويضيف حضري، ف. (2011: 186-189) إلى ما سبق، ما يلي :

- التدين اللفظي: مما لا شك فيه أن التعبير اللفظي هو أولى مستويات التدين لدى الفرد وهو الترجمة الشفهية لمعرفة النصوص الدينية دون الالتزام السلوكي بها وهو ما ينطبق عليه المثل الشعبي : (يعرف ويخالف).

- التدين الموسمي: وهو من أكثر الأشكال انتشارا في أوساط الشباب ويتزامن هذا النوع مع مواسم معينة كالأعياد وصلاة الجمعة وشهر رمضان وتجدر بنا الإشارة إلى أن التدين الموسمي لا يعد بالضرورة تزييف ديني فارتفاع عدد المصلين في شهر رمضان وتلاوة القرآن ترمز إلى - زيادة الوعي والالتزام الديني..- التدين الشعائري(الطقوسي): وهو كما ذكرنا سابقا ينحصر في المظاهر السلوكية مع غياب المعرفة الدينية أي أنه عبادة اجتماعية لا غير.

- التدين الإنتقائي: كثيرا ما نلاحظ إقبال الأفراد على أداء بعض الشعائر الدينية وإهمال أخرى وهو الأمر الذي يرجع إلى خلفية كل فرد.

- التدين المتكامل: وهو أرقى الأشكال السابقة يترافق فيه البعد المعرفي مع العاطفي والسلوكي، هذا الارتباط يجعل الفرد يستجيب لتعاليم الدين ويخلص له ووصول الإنسان لهذا المستوى من التدين سيجعله يشعر بالطمأنينة والسكينة ويصل إلى درجة من الاتزان النفسي.

#### 8- أثر التدين على السلوك:

إنّ تمسك الفرد بتعاليم دينه يزيده صحة نفسية ويساعده على التغلب على الكثير من المشكلات النفسية كما تكمن أهمية التربية الدينية في تنمية الحس الأخلاقي والاجتماعي والحث على المكارم والبعد عن الرذائل وكل ما يلحق الضرر بصحة الإنسان النفسية أو بمحيطه الاجتماعي ويلعب التدين دورا محوريا في توافق الفرد مع نفسه مما يحقق له الاستقرار ويكسبه القدرة على مواجهة الصعاب.(الفحطاني، م.2009)

ويرى قريشي، ف(2011) أنّ أهم المظاهر التي يتجسد فيها التقاء الدين والصحة النفسية تتحدّد في العناصر التالية :

- الثبات والتوازن الإنفعالي: إن الشخص الذي يتمتع بقدر عال من التدين يحقق الثبات في جميع جوانب النفس، فتتزن نفسيته ويستطيع التكيف مع بيئته وهو الأمر الذي ينعكس إيجابا على جودة حياته.

- الصبر عند الشدائد: هو خلق فاضل يمنع صاحبه من فعل ما لا يحسن عقباه وهو من قوى النفس التي به صلاحها.

- التسليم بمشيئة الله: إنَّ الرضا بمشيئة الله وتقبل ما يصيب الإنسان من كرب يعدّ من الأمور التي تسكن قلب الإنسان وتريح باله.
- التفاؤل وعدم القنوط : كثيرا ما نجد الشخص الملتزم بتعاليم دينه كثير التفاؤل والأمل بمستقبل مشرق مهما ما يعترضه من عقبات.

### الجانب الميداني للدراسة

#### 1- المنهج المستخدم:

تم الاعتماد في الدراسة الحالية على المنهج الوصفي التحليلي بما يتلاءم ومتغيرات البحث الجاري، إذ يرى النوح، م.(2004: 157) أن المنهج الوصفي التحليلي يفيد في توفير قاعدة بيانات تخص واقع الظاهرة المراد دراستها مع التفسير بما في ذلك من تحليل للبيانات وتنظيمها بصورة كمية أو كيفية واستخراج الاستنتاجات التي تساعد على فهم الظاهرة المطروحة للدراسة.

#### 2- عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (52) فردا: (24) طالبا و(28) طالبة من كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة تلمسان، تم اختيارهم بشكل عشوائي من مختلف الفصول الدراسية وقد قارب المعدل العمري لعينة الدراسة (24) سنة.

#### 3- أدوات الدراسة :

##### 1- مقياس المرونة النفسية:

من إعداد شقورة، ي. (2012) ، يتكون من: (40) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد: بعد انفعالي، بعد عقلي و بعد اجتماعي، والإجابة على المقياس تتضمن ثلاثة بدائل هي: (دائما، أحيانا، أبدا).

وقد تم حساب صدق الإستبانة بطرق مختلفة لتشمل:

\*صدق المحكمين: وفيه تم اعتماد الفقرات التي حصلت على موافقة بنسبة (80%) فأكثر.

\*صدق الإتساق الداخلي: حققت جميع فقرات المقياس دلالة عند مستوى: (0.01) و(0.05) وتراوحت معاملات الارتباط بين: (0.26) و(0.72) حيث تم حذف سبعة عبارات التي لم تحقق الدلالة مع الإشارة إلى أن المقياس كان يحوي على: (47) بندا في شكله الأول.

\* الصدق التمييزي: وفيه أثبتت الإستبانة قدرتها على التمييز بين ذوي المرونة المرتفعة وذوي المرونة المنخفضة.

أما ثبات المقياس فقام شقورة، (2012) بحسابه عن طريق:

\* الثبات بإعادة تطبيق الاختبار: تراوحت درجات معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني في أبعاده الثلاثة بين: (0.65\_0.69\_0.83) على التوالي.  
\* الثبات بطريقة التجزئة النصفية: حيث بلغت درجة معامل الارتباط بين الفقرات الفردية والفقرات الزوجية: (0.46) عند مستوى دلالة: (0.01).  
\* الثبات بمعامل ألفا كرونباخ: وقد بلغت قيمته: (0.78)

## 2- مقياس التدين:

من إعداد أحمد، إ ( 2009 ) ، اشتمل في صورته النهائية على: (18) فقرة تطرقت لجوانب متعددة من التدين كالصلاة، والصيام وتلاوة القرآن ودفع الزكاة والذكر وحب الخير للناس والأمر بالمعروف والنهي عن المنكر.

وقد تحقق أحمد، (2009) من صدق المقياس بالطرق التالية :

\* صدق المحكمين: عرض المقياس على مجموعة من المختصين لإبداء آرائهم ولتعديل ما يجب تعديله أو حذفه من الفقرات.

\* صدق الاتساق الداخلي: بحساب درجة الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، وفيه تراوحت درجات الارتباط بين: (0.36\_0.82) وهو ما يدل على تمتع فقرات المقياس بمعامل اتساق داخلي مرتفع.

\* صدق المقارنة الطرفية : تقوم هذه المقارنة في جوهرها بتقسيم الاختبار إلى طرفين تُقارن فيه متوسط الربع الأعلى في الدرجات مع متوسط الربع الأدنى في الدرجات حيث تمتع المقياس بدرجة صدق عالية من خلال قدرته على التمييز بين أصحاب الدرجات العليا والدنيا من حيث مستوى التدين.

أما ثبات المقياس فتحصل عليه صاحب المقياس من خلال:

\* معامل كرونباخ ألفا: تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية ومن ثم قام الباحث بحساب معامل ألفا الذي بلغت درجته : (0.86) وهو دليل كاف على تمتع مقياس مستوى التدين بقدر عال من الثبات .

\*الثبات بطريقة التجزئة النصفية: قام الباحث بتقسيم الاختبار الى قسمين ثم قام بحساب معامل الارتباط بينهما من خلال تطبيق معادلة بيرسون الذي بلغت نتيجته: (0.64) وبعد استخدام معادلة سبيرمان المعدلة أصبح معامل الثبات يساوي: (0.78) وهذا يدل على أنّ لمقياس مستوى التدين درجة مرتفعة من الثبات.

#### 4- الأساليب الإحصائية:

لجأت الباحثة إلى استخدام برنامج الرزم الإحصائية في العلوم الإجتماعية والنفسية (Spss) لمعالجة العلاقة الارتباطية بين التدين والمرونة النفسية عن طريق معامل بيرسون وتم ذلك من خلال اعتماد درجات المقياسين دون أخذ المستوى بعين الاعتبار، ولمعرفة دلالة الفروق في درجات عينة الدراسة من حيث البعد المعرفي والسلوكي للتدين استعانت الباحثة باختبار "ت" (T.test) لدراسة الفرق بين عيّنتين مرتبطتين.

#### 5- عرض وتحليل النتائج في ضوء الفرضيات :

1- الفرضية الأولى ، والتي مفادها: توجد علاقة ارتباطية دالة عند مستوى (0.05) بين مستوى التدين ببعديه المعرفي والسلوكي والمرونة النفسية. ولتوضيح نتائج المعالجة الإحصائية لمعامل "بيرسون" ، نستعرض الجدول رقم(01):

الجدول رقم(01) يوضح تفرغ البيانات الخاصة بالبحث عن العلاقة بين التدين المعرفي والسلوكي والمرونة النفسية

مستوى الدلالة $\alpha$	R	ن	الانحراف المعياري	المتوسط	
دالة	0.70	52	10.16	42.17	التدين
			19.51	60.76	المرونة النفسية

يتضح من خلال نتائج الجدول رقم(01) أن متوسط أداء عينة البحث على مقياس التدين بلغ (42.17) وبانحراف معياري قدره:(10.16)، بينما بلغ متوسط أداء العينة على مقياس المرونة النفسية:(60.76) وبانحراف معياري قدره: (19.51) وقد أظهرت نتائج

المعالجة الإحصائية باستخدام معامل بيرسون (R) وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى التدين والمرونة النفسية حيث بلغت قيمته: ( $r=0.70$ ) عند مستوى دلالة: ( $\alpha=0.05$ ) ، وبهذا تكون فرضية الدراسة قد تحققت.

2- الفرضية الثانية، والتي مفادها: يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى ( $0.05$ ) بين البعد المعرفي والبعد السلوكي للتدين لدى طلاب الجامعة. ولتوضيح نتائج المعالجة الإحصائية لاختبار "ت (T.Test)" لدراسة الفرق بين عینتين مرتبطتين نستعرض الجدول رقم (02):

الجدول رقم (2) يوضح دلالة الفروق بين درجات عينة الدراسة من حيث البعد المعرفي والبعد السلوكي للتدين

مستوى الدلالة $\alpha$	T	الانحراف المعياري	المتوسط	ن	
دالة	7.56	4.51	23.82	52	البعد المعرفي للتدين
		4.14	19.90	52	البعد السلوكي للتدين

يبرز لنا الجدول رقم (02) نتائج تفرغ البيانات المتعلقة بالبحث عن الفرق في درجات عينة الدراسة من حيث البعد المعرفي والسلوكي للتدين حيث بلغ متوسط أداء العينة على الجزء الخاص بالبعد المعرفي من مقياس التدين: (23.82) وبانحراف معياري قدره: (4.51) أما متوسط الأداء على البعد السلوكي فقد بلغ: (19.90) وبانحراف معياري قدره: (4.14) في حين بلغت قيمة اختبار T.Test: (7.56) وهي دالة عند مستوى: (0.05)  $\alpha=$  وبهذه النتيجة نجد أنه يوجد فرق بين البعد المعرفي والبعد السلوكي للتدين لصالح البعد المعرفي المتوسط الأعلى وهكذا تكون فرضية البحث قد تحققت.

#### 6- مناقشة النتائج في ظل الدراسات السابقة:

أفضت نتائج الدراسة الحالية إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى التدين والمرونة النفسية وهو ما يجعلنا نأخذ اتجاهها توليفياً لتفسير معنى المرونة النفسية ندمج فيه بين رأي رواد الاتجاه الأول الذي ينظر إلى المرونة النفسية كصفة داخلية

يظهرها جميع الأفراد ولكن بنسب متفاوتة وبين رأي أصحاب الاتجاه الثاني الذي أعطى أهمية كبيرة لتدخل العوامل الخارجية بافتراض أن عنصر الدين أو الإيمان يعد من أكثر العوامل الخارجية التي بإمكانها تعزيز ورفع مستوى المرونة النفسية لدى الفرد لاسيما وأننا معرضون بشكل يومي لمختلف المواقف التي قد تكون في جانب معين غير سارة وصادمة أحيانا تهز كياننا النفسي وهو ما أكدته الزهيري، ل. (2012) بعدما تحدثت عن التأثير السلبي لضغوطات الحياة على صحة الفرد النفسية. وتتوافق نتيجة البحث الآني مع نتائج دراسة كلّ من كويلو (2009) وموسى (1993) اللذان اعتبرا أنّ الأفراد ذوو المستوى العالي للتدين يتمتعون بقدر جيد من الصحة النفسية وتقل لديهم احتمالية ظهور الأعراض الاكتئابية إذ يمكننا القول هنا أن المرونة النفسية والتعامل بإيجابية مع ضغوطات الحياة تعدّ من مؤشرات السلامة النفسية.

كما أن العلاقة بين مستوى التدين والمرونة النفسية تفتح لنا المجال للحديث عن نوع جديد من العلاجات وهو العلاج المعرفي بمحتوى ديني لتنمية مستوى المرونة النفسية من أجل المجابهة السليمة للأحداث الضاغطة.

بعدما تم التوصل في الفرضية الأولى إلى الكشف عن العلاقة بين مستوى التدين والمرونة النفسية تأتي الفرضية الثانية لتكشف عن وجود فرق ذو دلالة إحصائية من حيث أداء أفراد عينة الدراسة بين البعد المعرفي والبعد السلوكي للتدين لصالح البعد المعرفي ، وهكذا نرى أن البعد المعرفي أكثر تأثيرا على المرونة النفسية مقارنة بالبعد السلوكي، فالمرونة هي في طريقة تفكير الفرد وتقبله للصّعب ونحن في هذه الدراسة افترضنا أن إيمان الفرد بمشية الله يعدّ العامل الرئيسي القائم خلف المواجهة الواعية لضغوط الحياة سيما وأن الله تعالى أورد في العديد من السور القرآنية آيات تحث الانسان على الصبر والاستعانة بالله عند الضيق ولذا لا تكاد تخلو مقاييس التدين من فقرات تعبّر عن الجانب العقائدي ولها علاقة وطيدة بالمرونة النفسية ككظم الغيظ، الشعور بالراحة النفسية عند قراءة القران والابتهاال إلى الله، الصبر على البأساء والضراء وكذا الاستعانة بالله وكل هذه الفقرات وغيرها تضمنها المقياس المعتمد في الدراسة الحالية.

وتتفق نتائج الفرضية الثانية مع ما توصل إليه كل من الحجار، إ ورضوان، ع. (2006) في افتراض مفاده أن توجه الأفراد الديني يغلب عليه الطابع المعرفي أو الجوهري

العقائدي - كما يشار إليه في بعض المراجع- ويمكننا استغلال هذه النتيجة أيضا في تفسير العلاقة الارتباطية بين التدين المعرفي ومظاهر الصحة النفسية كما كشف عنها كل من الصنيع, ص. (2002) وغماري, ط. (2014)

#### 7- اقتراحات :

إكمالا لما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج ، توصي الباحثة بتنمية الوازع الديني لدى أطفالنا منذ النشأة حتى يشبّوا على تعاليم ديننا الحنيف، مع الحرص أيضا على تكثيف حصص التربية الإسلامية والأخلاقية في فترة المراهقة كونها الفترة المفصلية في حياة الفرد وفيها يتعرض لعدة مواقف وضغوطات صادمة قد تؤثر على سلامته النفسية من جهة وحتى يكتسب آلية الاستجابة لها بطرق ايجابية من جهة أخرى، وننوّه لزملائنا الأخصائيين في علم النفس باعتماد البرامج العلاجية ذات المحتوى الديني لتخطي المشكلات السلوكية والاضطرابات النفسية.

وتقترح الباحثة انجاز بعض الدراسات حول :

- \_ توسيع دائرة البحث عن علاقة المرونة النفسية بالتدين.
- الكشف عن مستوى التدين لدى المراهقين (كونها مرحلة تمتاز باليقظة الدينية)
- \_ مقارنة الشباب الجامعي بالشباب المنقطع عن الدراسة من حيث المرونة النفسية ومستوى التدين.
- \_ البحث في فاعلية البرامج العلاجية ذات المحتوى الديني على خفض الاضطرابات النفسية.

- المصادر:

القرآن الكريم.

- قائمة المراجع:

أولا / مراجع باللغة العربية:

- 1- أبو شامة، فاطمة، (2008) قوة الأنا وعلاقتها بأساليب مواجهة الحياة الضاغطة لدى المرأة العاملة والغير العاملة. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بنها، مصر.
- 2- أحمد، اسماعيل، (2009) الإتجاه نحو المرض النفسي في البيئة الفلسطينية وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، فلسطين.
- 3- الحجار، ابراهيم ورضوان، عبد الكريم، (2006) التوجه نحو الدين لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة، مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الانسانية)، ع14 (1)، ص: 269-289.
- 4- حضري، فضيل، (2011) مستويات الدين وأشكال التدين : محاولة تصنيفية، مجلة الواحات للبحوث والدراسات. ع11، ص ص178-190.
- 5- حمادة، لولوة وعبد اللطيف، حسن، (2002) الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة، مجلة الدراسات النفسية ، المجلد الثاني عشر، ص ص229-272.
- 6- الخطيب، محمد (30-31 أكتوبر، 2007) الإحترق النفسي وعلاقته بمرونة الأنا لدى المعلمين الفلسطينيين بمحافظة غزة، ورقة عمل مقدمة الى المؤتمر التربوي لثالث الجودة في التعليم الفلسطيني "مدخل للتميز"، الجامعة الإسلامية، غزة.
- 7- زهيري، لمياء، (2012) المرونة النفسية وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الانسانية، جامعة ديالى، العراق.

- 8- شقورة، يحيى، (2012) المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة، رسالة ماجستير منشورة ، جامعة الأزهر، فلسطين.
- 9- الصنيع، صالح، (2000) التدين والصحة النفسية، الرياض : الإدارة العامة للثقافة والنشر بجامعة الإمام بن سعود الإسلامية.
- 10- الصنيع، صالح، (2002) العلاقة بين مستوى التدين والقلق العام ، مجلة جامعة الملك سعود، ع14، ص ص 207-234.
- 11- عزيزو، سعاد، (2012) الإتجاه نحو ظاهرة الارهاب بالتدين والشعور بالإنتماء لدى الفرد الجزائري، مجلة العلوم الانسانية والإجتماعية، ع7، ص ص 304-330.
- 12- عودة ، محمد، (2010) الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الإجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، رسالة ماجستير منشورة ، الجامعة الإسلامية ، فلسطين.
- 13- غماري، طيبي، (2014) التدين والصحة النفسية في الجزائر: تبريرا للعلاقة الإيجابية بين الإسلام وعلم النفس، مجلة التشريع الاسلامي والأخلاق، ص ص 65-86.
- 14 - القحطاني، مسعود، (2009) التدين وعلاقته بالكفاءة الذاتية لدى طلبة جامعة تبوك. رسالة ماجستير منشورة، كلية العلوم الانسانية، قسم الإرشاد والتربية الخاصة، جامعة مؤتة. الأردن.
- 15- قريشي، فيصل، (2011) التدين وعلاقته بالكفاءة الذاتية لدى مرضى الاضطرابات الوعائية القلبية، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية العلوم الإنسانية ، جامعة الحاج لخضر باتنة، الجزائر.
- 16- كويلو، مصطفى، (2009) التدين والصحة النفسية، مجلة حراء النسخة الإلكترونية ، العدد14.
- 17- النوح ، مساعد، (2004) مبادئ البحث التربوي، الرياض، مكتبة الرشد.

---

- ثانيا/ مراجع باللغة الأجنبية:

- 18- Cyrulnick,B,(1999) **Un merveille malheur**, Paris :odil jacob .
- 19- Cyrulnick,B ,(2006) **Psychanalyse et résilience**, Paris :odil jacob.
- 20- Dartigue peyrou,C,(2012) **Les voies de la résilience**, Paris :l'harmattan.
- 21- Luthar,S,(2003) **La résilience chez les jeunes enfant et son impact sur leur développement psychosocial**, Encyclopédie sur le développement des jeunes enfant,university of colombia ,USA.
- 22-Theis,A,(2006) **Approche psycho dynamique de la résilience :Etude clinique projective comparée d'enfant ayant été victime de maltraitance familial et placés en famille accueil** , P.h.D publié, université de nancy2,Paris.