وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة يحي فارس بالمدية

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

القسم: العلوم الاجتماعية

تخصص: علوم التربية ارشاد وتوجيه

دور القيم الدينية في تحقيق الصحة النفسية لدى المراهقين المتمدرسين

مذكرة مقدمة للحصول على شهادة الماستر تخصص ارشاد وتوجيه

إعداد الطالب:

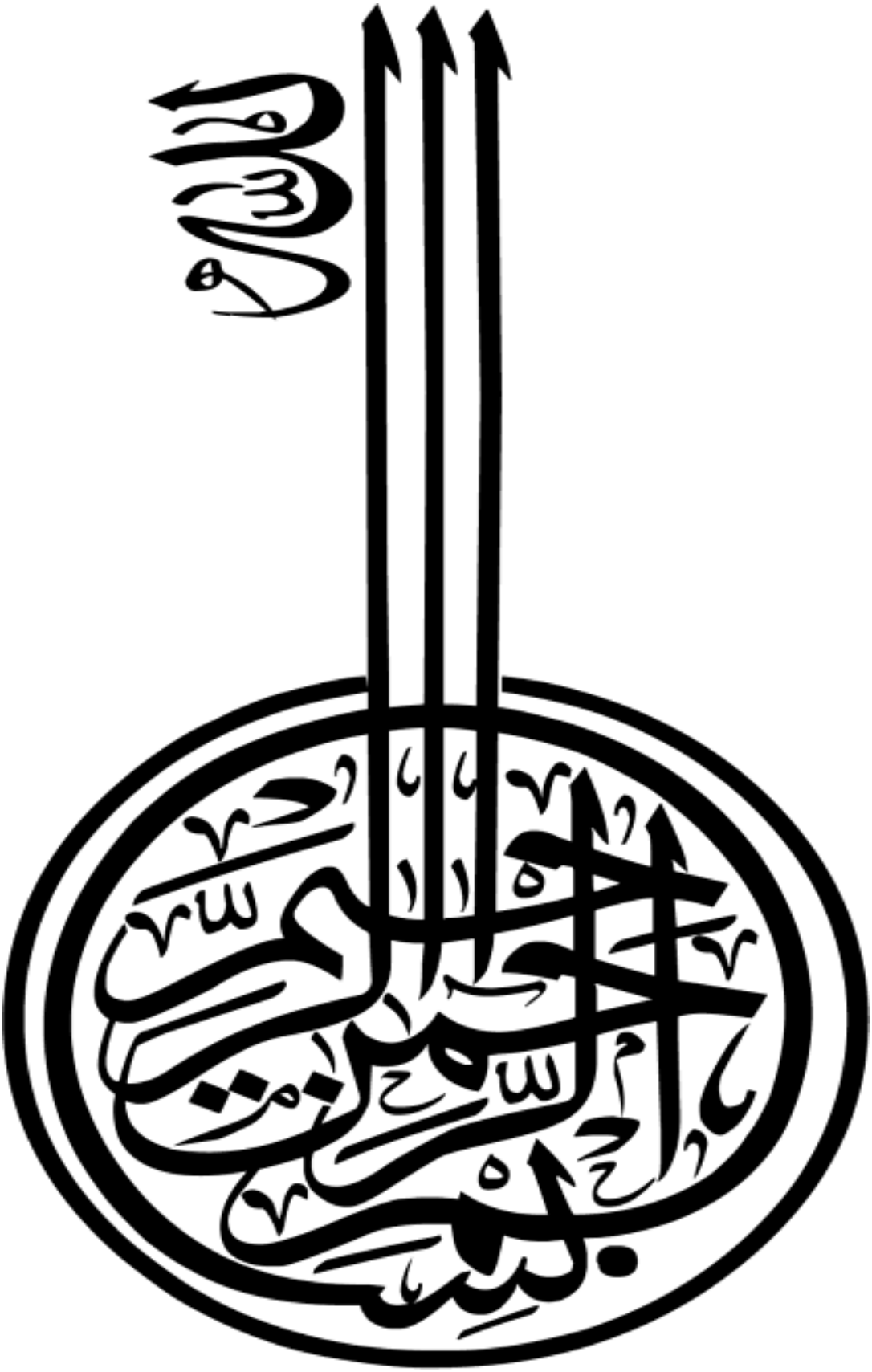
بن مهيريز الزروق

اشراف الاستاذ:

أ.د/ بن لكحل سمير

السنة الجامعية

1442هـ/ 1443هـ - 2021م / 2022م



شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على المبعوث رحمة للعالمين...

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال :قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " : من لم يشكر الناس لم يشكر الله عز وجل" (الإمام بن حنبل ، د.ت ، ج 2، 258) إنطلاقا من قول رسول الله صلى الله عليه وسلم أتقدم بعظيم الشكر والثناء لمن كان لي عونا و سندا في إنجاز هذا العمل المتواضع وأخص بالذكر دكتورنا الأستاذ : بلكحل سمير ، حيث وجدت منه الخلق الرفيع والتواضع الكبير والرأي السديد والعلم الفياض، أشكره على ما بذله معي من جهد و عناء طوال فترة إعداد المذكرة ، فقد كان لي حسن إشرافه وعميق توصياته ما ذلل لي الصعاب و يسّر لي الطريق لإنجاز هذه الرسالة ، فجزاه الله خير الجزاء.

كما أتقدم بالشكر والإمتنان إلى كل الأسرة الجامعية بما فيها من دكاترة وموظفين وعمال دون أن أنسى أحد.

أتقدم بشكر خاص للدكتور الأستاذ : عامر أقحيز لمساعدته إياي في إنجاز وكتابة هذا العمل

كما أخص بالشكر جميع الأصدقاء

الذين كانوا في شريط حياتي

وأخص بالذكر منهم يحيى،عماد،علي،فريد،وليد،،بلقاسم،منير،عمر،أمين،توفيق،أيمن، محمد دون أن أنسى أصدقاء الجامعة

إبراهيم،أمين و وليد، نجيب

وكذلك حتى لا أنسى أشكر زميلاتي في الدراسة واللواتي كنّ أخيّات لي وأذكر منهن الى من تجلت في حقها أصدق معاني الوفاء والصداقة والأخوة " الكتكوتة أمينة بن سعدي" ،

الى اختي صونيا ، خولة ، مريم ، آمال ايمان رحمة شيماء إنصاف رتيبة مريم رشيدة

وإلى كل من ساهم من قريب أو بعيد في هذا العمل وإلى كل من يعرف الزروق من قريب أو بعيد الى جميع هؤلاء أهدي عملي وأخيراً الحمد لله الذي وفقني لإتمام هذا العمل

على هذه الصورة، فما كان فيها من صواب فبتوفيق من الله وحده ، وماكان فيها من زلل وخطأ فمني

الاهداء

إلى من كان لهما الفضل بعد الله في وجودي

إلى من ربياني صغيرا وكان لتوجيهاتهما و دعائهما الكثير في حياتي ... إلى أمي وأبي أطال الله بعمرهما.

إلى من تربيت معهم وسكنوا قلبي و وجداني أختي رتيبة، هجيرة،خيرة، حكيمة ، إلى أختي في الله «زوجة أخي. »

إلى إخوتي الذكور : يحيى ,إبراهيم، أيمن

إلى الطيور المحلقة في سمائي ؛ إلى الزهور التي و أستنشق عبيرها وأسعد دوما برؤيتها " دعاء ، عبد الودود، بديعة ، محمد ،صونيا، عبد النور ،فاطمة ، سامي وكوثر، بلسم

وإلى الكتاكيت الصغار« فردوس ، سجود »

إلى من غادرنا جسدا وظلت أرواحهم ساكنة بداخلنا

إلى المرحومة الأستاذة :بودرقة خيرة رحمها الله.

إلى المرحوم صديقي وأخي :محمد خداوي رحمه الله.

إلى من كان لهما الفضل بعد الله في تعليمي وحفظي لكتاب الله ، الشيخ الإمام :عمر العيفاوي، الشيخ : جمال بلقاسمي " مدرسة الإمام ورش لتدريس وحفظ القرآن ، مسجد أبو بكر الصديق ، وإلى كل طلبة المدرسة القرآنية أهدي ثمرة هذا الجهد.

إلى كل من قدم لي رأيا أو استشارة في هذه الدراسة عرفانا مني بفضله علي...

لهؤلاء جميعاً أهدي هذا الجهد المتواضع

وأسأل الله العظيم أن يجعله خالصا لوجهه الكريم.

الطالب : بن مهيريز الزروق

ملخص الدراسة :

هدف البحث الحالي والذي جاء تحت عنوان : دور القيم الدينية في تحقيق الصحة النفسية لدى المراهقين المتمدرسين ، وتجسد مشروع هذا البحث في صفحات هذا العمل إلى الإجابة عن السؤال الرئيسي وتساؤلاته الفرعية .

ولتحقيق هذه الأهداف اعتمدنا على جملة من الإجراءات المنهجية ، بدءا من إنتهاجنا للمنهج الوصفي ، وإستخدام الإستبانة لجمع المعلومات الخاصة لأفراد مجتمع الدراسة ، حيث تم إختيار العينة بالطريقة العشوائية المنظمة ، وشملت العينة 80 تلميذا و تلميذة من مجتمع البحث، للحصول على النتائج ومعالجة البيانات المتحصل عليها تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية : برنامج الحزمة الإحصائية spss , التكرارات والنسب المئوية، الإنحراف المعياري، معامل بيرسون .

ومن بين أهم النتائج المتحصل عليها :

- وجود علاقة إرتباطية موجبة بين القيم الدينية و الصحة النفسية للمراهقين .
- وجود فروق بين الجنسين تعزى لمتغير القيم الدينية لصالح الإناث .
- وجود فروق بين الجنسين تعزى لمتغير الصحة النفسية لصالح الذكور .
- مستوى القيم الدينية مرتفع رغم التدني في مستويات الصحة النفسية ، وهذا راجع للصرامة والمسؤولية داخل حصن المؤسسات التعليمية .

الكلمات المفتاحية : القيم – القيم الدينية – الصحة النفسية – المراهقين – المدرسة .

Study summary:

The aim of the current research, which came under the title: The Role of Religious Values in Achieving Mental Health for Schooled Adolescents, and the project of this research was embodied in the pages of this work to answer the main question and its subsidiary questions.

To achieve these goals, we relied on a number of methodological procedures, starting with our adoption of the descriptive approach, and the use of a questionnaire to collect private information for the members of the study community. The following statistical methods were used: the statistical package spss, frequencies and percentages, standard deviation, Pearson coefficient.

Among the most important results obtained are:

- There is a positive correlation between religious values and the mental health of adolescents.

- There are differences between the sexes due to the variable religious values in favor of females.

- There are differences between the sexes due to the psychological health variable in favor of males.

The level of religious values is high despite the low levels of mental health, and this is due to the strictness and responsibility within the fortress of educational institutions.

Keywords: values - religious values - mental health - adolescents - school.

فهرس المحتويات

المحتوى	الصفحة
الشكر والتقدير	
الاهداء	
الملخص	
المقدمة	أ
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	01
الإشكالية.	03
تساؤلات الدراسة.	04
فرضيات الدراسة.	05
أهمية الدراسة.	06
أهداف الدراسة.	06
تحديد المفاهيم.	07
الدراسات السابقة.	08
الفصل الثاني: القيم الدينية للمراهقين في المجتمع الجزائري	18
تمهيد	20
المراهق والقيم.	21
التغير القيمي في المجتمع الجزائري.	21
مفهوم القيم الدينية .	23
خصائص القيم الدينية.	25
مصادر القيم الدينية.	27
وسائط نقل القيم الدينية .	28
بواعث الالتزام بالقيم الدينية.	30
نماذج من القيم الدينية.	32
أهمية القيم الدينية .	36
أهمية الاهتمام بالقيم في مرحلة المراهقة.	37
ملخص الفصل	38

فهرس المحتويات

الفصل الثاني: الصحة النفسية للمراهقين في الوسط المدرسي الجزائري	39
تمهيد	41
الصحة النفسية في المؤسسات التعليمية الجزائرية	42
مفهوم الصحة النفسية.	43
أهمية الصحة النفسية.	46
مظاهر الصحة النفسية.	47
مستويات الصحة النفسية.	49
معايير الصحة النفسية.	50
مناهج الصحة النفسية.	52
خصائص الصحة النفسية.	53
أهداف الصحة النفسية.	55
دور المؤسسات التعليمية في دعم الصحة النفسية للتلاميذ	55
المشكلات النفسية للمراهقين المتمدرسين .	56
أهمية الصحة النفسية للمراهقين	57
ملخص الفصل	59
الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية	60
منهج الدراسة.	63
الدراسة الاستطلاعية.	63
أهداف الدراسة الاستطلاعية.	64
اجراءات الدراسة الاستطلاعية.	64
حدود الدراسة.	65
عينة الدراسة	65
أدوات الدراسة .	66
الأساليب الإحصائية .	67

فهرس المحتويات

الفصل الخامس: عرض ومناقشة النتائج	67
عرض ومناقشة النتائج الخاصة بالفرضية الأولى.	71
عرض ومناقشة النتائج الخاصة بالفرضية الثانية.	71
عرض ومناقشة نتائج الفرضية العامة.	72
استنتاج عام.	73
اقتراحات الدراسة.	74
الخاتمة	75
المصادر والمراجع	77
الملاحق	83

مقدمة

مقدمة

يسعى الإنسان للتوافق من خلال سلوكه، بحيث يتلائم مع الظروف الخارجية ليحقق هدفه، وإذا كانت غاية الحياة أن يتكيف الإنسان مع البيئة ، وينجح في التعامل مع الناس ويتحقق له التوافق الشخصي وراحة النفس ، فإنه يتعلم كيف يتكيف مع الظروف والموافق ويتفاعل مع الآخرين ويصل إلى قدر من الرضا والدفاع عن النفس في توافقه ، هذا والتوافق هو حجر الزاوية في حياة الفرد والمحصلة النهائية لتفاعله مع البيئة .

يعد موضوع القيم الدينية من الموضوعات الهامة والحساسة ، لكونه يمس المجتمع وحضارته ، كما يمكن بواسطته فهم المجتمع ، وجدير بالذكر أن موضوع القيم عموماً والقيم الدينية خصوصا يعد ضروري على المستويين الفردي والاجتماعي ، فموضوع القيم الدينية هام ، بهم الكثير من عامة الناس ، ونظراً لأهمية الموضوع، فالقيم الدينية تعد أن هذا مرض أو إضطراب نفسي ، فقد يعتبر الأهل الاضطراب الذي يمر به الطفل أو المراهق نوعا من مراحل النمو لدى الفرد ، وكذلك ربما التعامل مع المراهق الذي يمر أو يعاني من القلق بطريقة خاطئة ، يكون فيها المردود عكسيا لديه ، وترسب عنده بعض العقد النفسية وتفقده الثقة بالنفس ، ويمكن أن ترافق هذه العقد والإضطرابات إلى مراحل متقدمة من عمره ، وتؤثر على صحته النفسية وعلاقاته الاجتماعية وعلى مستواه الدراسي .

تعد الصحة النفسية من بين أهم المواضيع والميادين التي لاقت إهتماما بالغ الأهمية من قبل العلماء والباحثين بما لا يقل عن أهمية الصحة النفسية ، حيث يساعد ذلك على خلق أفراد أسوياء في المستقبل يكونون قادرين على التفاعل مع ضغوطات الحياة المتباينة والتغلب عليها ، والتوافق مع أنفسهم ومع المجتمع الذي يعيشون فيه ، لذلك تعد الحاجة إلى الصحة النفسية والإستقرار النفسي من أهم الحاجات النفسية اللازمة للنمو ، و يؤكد

(ناصر . 1994 ، و الشهري . 2009) على أن حاجة الأمن النفسي من حاجات الإنسان وأنها محور نشاط السلوك الإنساني .

ولأن حاجة النفس إلى الصحة حاجة أساسية ، فلم يكن ما هو أحط قدرا ولا أبخس ثمنا من نفس لم تنل نصيبها منه ، وليس من السهل أن يسلم المجتمع وتهذب الشعوب قبل أن تسلم نفوس أفراده وتهذبها ، وديننا الحنيف تعرض لتربية النفس وتزكيتها فهو يريد لها الأمن والاستقرار ويحفظها من التوتر والإضطرابات ، وبذلك فإنه يترفع إلى كل فضيلة ترفع من قدر النفس وتصونها ، و في هذا ما يجعلها تتكون تكوينا صالحا يحقق لها الصحة النفسية ، ويحفظها من الصراع والإضطرابات ، قال تعالى : ﴿ **الذين ءامنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ألا بذكر الله تطمئن القلوب** ﴾ **سورة الرعد : الآية 28** .

ومن هذا فإن الدين ضرورة إنسانية، بحيث تعدت إلى آثار ذلك المظاهر النفسية والسلوكية فحسب ، بل إنها امتدت إلى الصحة البدنية للفرد ، وقد كشفت بعض الدراسات أن هناك علاقة عكسية بين التدين و معدلات ضغط الدم .... ، فكلما إلتزم الفرد بالدين وتعاليمه و بممارسة العبادات قلّت ونقصت لديه معدلات ضغط الدم ، زيادة على ذلك أن النفس تتلون بنوع من الطمأنينة بفضل ما تحتويه القيم الدينية من أخلاقيات روحية تمكن الفرد إذا ما اتبعها في التعامل مع الآخرين بالحسنى ، وأشارت الدراسة إلى أن لخلق السكينة والطمأنينة في نفوس المتدينين من أبرز الطرق العلاجية التي ترتبط بالحياة اليومية ، وخلصت الدراسة إلى أن الإلتزام بالتعاليم و القيم الدينية يؤدي دوراً هاما في إحداث توازن نفسي وعاطفي وتحقيق حالة صحية جيدة.

ولقد قسمت الدراسة الحالية إلى جزئين: النظري وميداني، حيث اشتمل الجزء الأول على:

- فصل تمهيدي : ويحتوي على الإشكالية والفرضيات ، أهمية وأهداف الدراسة ، إضافة إلى الدراسات السابقة والتعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة .

أما الإطار النظري فنجد فيه :

- الفصل الأول والمعنون بـ " القيم الدينية " ، ويشمل هذا الفصل على مفهوم القيم الدينية لغة واصطلاحا ، أهمية وأهداف القيم الدينية ووسائط نقلها ، بالإضافة إلى خصائص القيم الدينية وبواعث الالتزام بها ونماذج من القيم الدينية.
- أما الفصل الثاني والذي يحمل عنوان " الصحة النفسية " والذي تناولنا فيه: مفهوم وأهمية الصحة النفسية، ذكرنا فيه أيضا مستويات ومعايير ومناهج الصحة النفسية واهم خصائص الصحة النفسية وأهدافها.
- أما الجانب الميداني فجاء كالاتي:
- الفصل الرابع: ويحتوي على منهج الدراسة والدراسة الاستطلاعية، عينة الدراسة وأدوات الدراسة، والأساليب الإحصائية المعتمد عليها في الدراسة.
- أما الفصل الأخير فتطرقنا فيه إلى عرض ومناقشة فرضيات الدراسة، والاستنتاج العام والخاتمة وإقتراحات الدراسة.

الباب الأول

الجانب النظري

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

- الإشكالية.
- تساؤلات الدراسة.
- فرضيات الدراسة.
- أهمية الدراسة.
- أهداف الدراسة.
- تحديد المفاهيم.
- الدراسات السابقة.

1/ الإشكالية:

يعاني الكثير من المراهقين من مشاكل نفسية نتيجة لأسباب عديدة (أسرية . مدرسية. مجتمعية) وغيرها من المشاكل والصعبات التي قد تواجه المراهق ما ينتج عنها سلوكيات سلبية تؤثر على صحتهم النفسية وعلى مستواهم الدراسي وعلاقاتهم بالآخرين وتتفاوت هذه التأثيرات من مراهق لآخر لعدة عوامل مختلفة ومن بين هذه العوامل" القيم الدينية " التي تشكل القيم العقائدية والتعبدية والأخلاقية وهذه العوامل تغرس لدى المراهق منذ النشأة الأولى من الوالدين في مرحلة الطفولة فما يدركونه من قيم دينية من الأسرة تبقى معهم الى المراهقة والبلوغ والطول العمر، وتأتي في ما بعد المدرسة والمجتمع لتثري ما لديهم وتثبت الغرس فالمراهق الذي لديه بنية من القيم والدين لديه قدرة أكثر من أقرانه على مواجهة المشاكل والصعوبات النفسية التي تواجهه فالقيم الدينية مساندة على مواجهة الضغوطات الحياة

(بهاء الدين الجوازنة، 2017، ص17)

القيم الدينية تساعد في المحافظة على تماسك المجتمع ووحدته بالإضافة إلى دورها في تمكين المجتمع من مواجهة المتغيرات التي يتعرض الأفراد من حين لآخر كما أن القيم الدينية الأثر الكبير في ضبط النفس وإصلاح الأخلاق وهذا ما يدفع الفرد إلى الإحسان وعمل الخير فعملية بناء القيم دائمة مستمرة لا تتوقف وهي أساس التربية في البيت و المدرسة وجميع نواحي الحياة.

فقد ظهر مؤخرا اتجاه يدعوا إلى تبني وجهة نظر تنادي بأهمية الدين في الصحة النفسية وفي علاج الأمراض النفسية لان الإيمان بالله قوة تمد الإنسان بالطاقة روحية تعينه على مشاق الحياة وتجنبه الضغوطات والتوتر (نجاتي محمد، 1990) ومن أوائل من نادوا بذلك ويليام جيمس(William James 1842) والذي عرف الدين بأنه محادثة اختيارية بين الفرد وقوة غامضة يشعر فيها الإنسان أن مصيره مرتبط بها وأنه يعتمد عليها وتتحقق هذه الصلة عن طريق الصلاة والعبادة وقال أيضا " أن أعظم علاج

للقلق و الشك الإيمان " وقال كذلك " إن بيننا وبين الله رابطة لا تفهم فإذا نحن أخضعنا أنفسنا للإشراف سبحانه وتعالى تحققت كل أمانينا وآمالنا (**موسى رشاد،1997د.ص**).

ولقد ظهرت العديد من الدراسات مثل دراسة موسى 1992م، ودراسة(Borgim 1990) ودراسة pckolowK لتوضيح أن للدين الدور الايجابي في الوقاية من أعراض الاضطرابات النفسية لدى المراهقين، نظرا للارتباط مستوى التدين بالكثير من الجوانب الايجابية لدى الانفراد ويزيد من القدرة على تحمل الضغوطات مما يؤدي الى صحة نفسية أفضل ولكون القيم هي موجهات السلوك ،و الدين مستودعها ورافد من روافدها وقد أثير في الآونة الأخيرة الحديث حول تأثير القيم الدينية الإسلامية و السلوكيات المجسدة لها بالعديد من المتغيرات خاصة لدى فئة الشباب ،لكونهم عرضة للأزمات و الصراعات القيمة نتيجة لعوامل متعددة كالغزو الفكري ،وسائل الإعلام وأساليب تزيين الانحراف الخلقي ،وما يواجه شبابنا من خطر فقدان الذات و غياب الأصالة و غزو الأبدال الثقافية من ثقافات غربية عن قيم المجتمع الإسلامي، مما شتت أفكارهم و أضعف قيمهم و الذي انعكس سلبا على صحتهم النفسية و افقدهم الأستقرار و الطمأنينة و الأمن النفسي و غيرها من المشاكل النفسية

(على محمد الشعراني ،2020)

ومن هنا جاءت دراسة الحالة و على جانب من الأهمية للدراسة و البحث عنه انبثق عنه البحث الحالي ويحدد هدفه بالتعرف علي دور القيم الدينية في تحقيق الصحة النفسية لدى المراهقين المتمدرسين

سنحاول في هذه الدراسة الإجابة على الإشكالية التي تمت صياغتها على النحو التالي:

2/ تساؤلات الدراسة:

- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين القيم الدينية و الصحة النفسية لدى المراهقين المتمدرسيين ؟

- هل توجد فروق دالة على إحصائيات بين الجنسين تعزي المتغير الصحة النفسية؟

3/ فرضيات الدراسة

- 3-1- الفرضية العامة

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائيا بين القيم الدينية والصحة النفسية.

3-2- الفرضيات الجزئية

- توجد فروق دالة إحصائيا بين الجنسين تعزي المتغير القيم الدينية
- توجد فروق دالة إحصائيا بين الجنسين تعزي المتغير الصحة النفسية.

4/ أهمية الدراسة:

- بيان أهمية القيم الدينية في تحقيق الصحة النفسية.
- الوقوف على أهم الوظائف التي تقوم بها القيم الدينية في تحقيق الصحة النفسية .
- توضيح القيم التي يتوافق عليها الناس نتيجة التزامهم بالتعاليم الدينية، وضرورة التمسك بها و تطبيقها في حياتهم حتى تستقيم حياتهم و يتحقق لديهم الرضا النفسي و الشعور بالسعادة.
- ضرورة تنشئة فئة المرهقين على القيم الدينية و غرسها في نفوسهم حتى نسد حاجاتهم و نشبع متطلباتهم إلى الطمأنينة و الأمن النفسي و الصحة النفسية بشكل عام،
- تساعد هذه الدراسة على مواجهة التغيرات السلبية التي قد تطرأ عليه دلك بإعطائه بدائل حكيمة تسهل على أفراد المجتمع التعامل بها في المواقف المختلفة .
- يمكن ان تشير هذه الدراسة لدى بعض الباحثين اهتماما بالبحث في موضوع القيم الدينية و الصحة النفسية في ضوء علاقتها بمتغير عصر العولمة و بمتغيرات نفسية اخرى .

- تساهم هذه الدراسة في التعرف على مدى تحقيق الصحة النفسية لدى التلاميذ المراهقين المتمدرسين بشكل عام في ظل التمسك بالقيم الدينية .
- تبرز أهمية البحث في كونه يركز على شريحة مهمة في المجتمع ألا وهي المراهقين المتمدرسين
- يتبع أهمية البعد من أهمية الموضوع الصحة النفسية للمراهقين وما لذلك من أثر على نمو شخصياتهم بشكل سوي.

5/ أهداف الدراسة:

- التعرف على طبيعة العلاقة بين الصحة النفسية والقيم الدينية لدى التلاميذ المراهقين المتمدرسين.
- التعرف على العلاقة الارتباطية بين القيم الدينية والصحة النفسية لدى المراهق المتمدرس
- التعرف على مستويات اكتساب القيم الدينية من أجل تحقيق الصحة النفسية.
- الوقوف على أهم وسائط نقل القيم الدينية المحققة للصحة النفسية.
- التعرف على أهم أنواع القيم الدينية المحققة لصحة النفسية.
- الكشف عن أهم القيم الدينية التي يكتسبها المراهق المتمدرس
- التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى المراهق المتمدرس.
- التعرف على مستوى القيم الدينية لدى المراهق المتمدرس.
- تشخيص واقع القيم الدينية والكشف عن مدى تجسيدها للصحة النفسية.

6/ تحديد المفاهيم:

6-1- القيم: يعرفها القيم عبارة عن معايير وجدانية وفكرية يعتقد بها الأفراد وبموجبها يتعاملون مع الأشياء بالقبول أو الرفض **(المعايطة.2007، ص187)**

6-2- القيم الدينية : يعرفها 2001 ص 2 :هي القيم النابغة من ديننا الإسلامي الحنيف و المتعلقة باركان الإيمان الستة و العيادات المحصنة القولبة منها و العملية العلنية و الباطنية ة التي تنظم حياة المسلم لسبعة بالدارين الدنيا و الآخرة.

و تعرف إجرائيا الدرجة التي تعكس ما يجهل عليه المراهق على مقياس القيم الدينية.

6-3- الصحة النفسية : يعرفها غولدن بيرغ وهسكلي على أنها إقرار الفرد بوجود عدد من الأعراض من حيث شتها و نمطها من قائمة أعراض تقدم له. .Bezg haxdey 2011 p3

وتعرف إجرائيا على أنها الدرجة التي يتحصل عليها الفرد على مقياس الصحوة النفسية المستخدم.

6-4- المراهقة:

تعرفها وضحة السويدي على أنها: مرحلة ذات طبيعية بيولوجية واجتماعية على السواء إذ تتميز بدايتها بحدوث تغييرات بيولوجية عند البنك والأولاد و يتوقف على هذه التغييرات و يصاحبها تضمينات اجتماعية معينة. وهي من الوجهة النفسية تضم الأفراد الذي انهوا أو اجتازوا مراحل الطفولة. بينما تضم من وجهة على الاجتماع أولئك الأفراد الذين يحاولون اجتياز الفجوة بين المرحلتين الطفولة ومرحلة الرشد. وضعة السويدي 1989 ص 119 120.

7/ الدراسات السابقة

7-1- القيم الدينية:

7-1-1- الدراسات العربية:

7-1-1-1- دراسة واضحة السويدي (1989): وكانت بعنوان تنمية القيم لدى تلميذات المرحلة الإعدادية بدولة قطر، وقد ركزت على القيم الدينية أو قيم التربية الإسلامية

منهج الدراسة: اعتمدت على:

- المنهج الوصفي التجريبي

عينة الدراسة: شملت العينة:

- الكتب الدراسية للتلميذات المرحلة الاعدادية.

النتائج المتوصل اليها : توصلت إلى:

- القيم الدينية التي تضمنتها كتب التربية الإسلامية " ثمان عشر " قيمة رئيسية.

- اختلاف الترتيب القيمي الوارد في كتب التربية الإسلامية باختلاف الصفوف الدراسية .

دراسة صليحة رحالي : (2008): وكانت بعنوان القيم الدينية والسلوك المنظبط " الكشافة الإسلامية الجزائرية ".

منهج الدراسة : اعتمدت على:

- المنهج الوصفي .

اهداف الدراسة : تهدف الدراسة الى :

- بيان اثر القيم الدينية على السلوك

– بيان اهم ظوابطه من حلال مؤسسة الكشافة الإسلامية .

– بيان دور الكشافة الإسلامية في تنمية القيم الدينية لدى الافراد المنتمين اليها .

النتائج المتوصل اليها: توصلت الى:

– ان للقيم الدينية اثر على السلوك يتمثل في الضبط و التوجيه، من خلال التزام الافراد بها في سلوكهم العام.

– ان سلوك الافراد نابع من ايمانهم بالله، وان أي فعل او قول يصدر منهم يستشعرون منه مراقبة الله عليهم.

– ضرورة غرس القيم الدينية في الافراد بالممارسة ، وليس بالتلقين فقط .

7-1-1-2- دراسة الشندودية (2011): بعنوان " بعض القيم الدينية وعلاقتها بالامن النفسي لدى طلبة الصف الثاني عشر بمحافظة مسقط ".

منهج الدراسة:

– اعتمدت على المنهج الوصفي .

أدوات الدراسة : أستخدم:

– مقياس القيم الدينية .

– مقياس الامن النفسي .

عينة الدراسة : شملت:

تكونت عينة الدراسة من (412) طالبا و طالبة .

النتائج المتوصل اليها: توصلت الى:

– ان درجة التزام الطلبة بالقيم الدينية كانت كبيرة في المجالات الثلاثة العقائدية ، الأخلاقية ، والتعبدية .

– ان درجة الشعور بالامن النفسي كانت كبيرة .

اشارت الدراسة الى وجود فروق بين استجابات العينة تعزى لمتغير النوع في مجال الشعور بالانتماء لصالح الاناث .

– اثبتت الدراسة وجود علاقة طردية إيجابية بين القيم الدينية والامن النفسي بدرجة متوسطة ، أي انه كلما زاد الالتزام بالقيم الدينية أدى ذلك الى الشعور بالامن النفسي .

7-1-1-3- دراسة بن منصور اليمني 2010م:

وهي دراسة ميدانية حول المرابطين المقيمين بمدينة عبد الله بجامعة الحاج الأخضر تحت عنوان (دور القيم الدينية في التنمية الاجتماعية)

منهج الدراسة: اعتمدت على:

- المسح بالعينة

أدوات الدراسة: استخدم:

- الاستمارة لجمع البيانات.

عينة الدراسة:

- شملت خمسين فراد (50) من مجتمع البحث المقدر بـ (500) من المقيمين

النتائج المتوصل إليها: توصل الى:

- أن القيم الدينية تؤدي إلى تحقيق التنمية الاجتماعية.
- أن أثر هذه القيم في الحياة الاجتماعية تؤدي إلى تماسك المجتمع.
- تحقيق مقاصد الألفة والأخوة في المجتمع.
- دراسة نجاة نوري علي نصير:(2012) : و كانت بعنوان القيم الإسلامية و اثرها فب تعدبل سلوك التلاميذ من وجهة نظر المعلمين ، و دراسة مقرر التربية الإسلامية للصف التاسع بمدينة طرابلس .
- **أدوات الدراسة :** استخدم:

– استبانة من اعداد الباحثة ، تحتوي الاستبانة على (55) فقرة

النتائج المتوصل اليها : توصل الى:

– تحقيق القيم الإسلامية الموجودة داخل المقرر للأهداف المنشودة

– ان مقرر التربية الإسلامية عملية قيمية تسعى لغرس مبادئ الدين الإسلامي في نفوس افراد المجتمع .

– وجود فروق جوهرية في اراء عينة البحث حول محاور الاستبانة وفقا لمتغير سنوات الخبرة في التدريس .

– عدم وجود فروق جوهرية في اراء افراد العينة حول محاور الاستبانة وفقا لمتغير الجنس.

7-1-2- الدراسات الأجنبية:

7-1-2-1- دراسة كوم وكرازلر: '(2008) وكانت بعنوان دور القيم الدينية والروحية بجميع أبعدها (الالتزام الديني، المشاركة الدينية، الاتزان) في التقليل من أثر السلوكيات الغير صحيحة والمحفوفة بالمخاطر لدى المراهقين.

أدوات الدراسة: استخدم:

- مقياس النضج الايماني
- مقياس التدين.
- إستبيان السلوك الصحي.

عينة الدراسة: شملت:

عينة الدراسة من (114) مشاركا من المراهقين.

نتائج الدراسة: توصل الى:

– أن القيم الدينية والروحية لها تأثير على السلوكيات المحفوفة بالمخاطر.

– أن هذه القيم تلعب دورا كبيرا في قرارات الشباب نحو الانخراط في مثل هذه السلوكيات.

7-2- الصحة النفسية:

7-2-1- الدراسات العربية

7-2-1-1- دراسة ياسمين 1997م

استهدفت الدراسة إلى التعرف إلى العلاقة الارتباطية بين الصحة النفسية وكل من الأمن والتحمل النفسي.

عينة الدراسة: شملت:

- عينة الدراسة من 530 طالبا من الذكور.

مكان إجراء الدراسة:

- جامعة بغداد.
- الجامعة التكنولوجية.

أدوات الدراسة: استخدم:

- اختبار ماسلو للشعور
- معامل الارتباط بيرسون.
- الاختبار الثنائي.
- تحليل التباين والانحدار المتعدد.

النتائج المتوصل إليها:

أثارت أبرز النتائج إلى وجود علاقة إرتباطية دالة بين متغيرات البحث الثلاثة.

7-2-1-2- دراسة الزبيري: 2000:

استهدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الرضا الوظيفي والصحة النفسية وعلاقة ذلك بالضغوط النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس في بعض الجامعات العراقية

عينة الدراسة: شملت :

تكونت العينة 200 عضوا

أدوات الدراسة: استخدم:

- مقياس الضغوط النفسية والرضا النفسي والصحة النفسية.
- معامل الارتباط.
- الاختبار الثنائي وتحليل التباين.

النتائج المتوصل إليها : توصلت الى :

- وجود علاقة إرتباطية سالبة بين الضغوط النفسية والرضا المهني.
- وجود علاقة إرتباطية سالبة بين الضغوط النفسية والصحة النفسية.
- الفرق بين الذكور والإناث كان لصالح الإناث.

7-2-1-3- دراسة فاطمة عمر الطاهر 2007

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الصحة النفسية والتحصيل الدراسي

أدوات الدراسة: استخدم:

- مقياس الصحة النفسية
- مقياس التحصيل الدراسي

عينة الدراسة: شملت :

- تكونت العينة من 200 طالب وطالبة (100 ذكور و100 إناث)

النتائج المتوصل إليها: توصل الى :

- تدنى مستوى الصحة النفسية لأبناء الأمهات العاملات.
- وجود فروق دالة إحصائية في أبعاد الصحة النفسية لأبناء الأمهات العاملات لصالح عينة الإناث.
- لا توجد علاقة ارتباطية بين الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لدى عينة البحث.

7-2-2- الدراسات الأجنبية

7-2-2-1- دراسة بيرج :berg1966

استهدفت الدراسة التعرف الى العلاقة بين الصداقة والصحة النفسية.

أدوات الدراسة: استخدم :

- مقياس التوتر
- مقياس الرفاهية
- مقياس تقدير الصداقة.

النتائج المتوصل إليها : توصل الى :

- وجود علاقة بين الصداقة وتحقيقها للصحة النفسية.
- وجود تقاسيم متباينة للتوتر.
- وجود علاقة متبادلة مهمة مع متغير الرفاهية الذاتية
- ارتباط الرفاهية الذاتية بالصداقات والموصوفة بأنها خصائص مهمة نظريا.

7-2-2-2- دراسة سارلو 1977 :ciorl

هو عبارة عن استبيان للصحة النفسية لدينفر،denver ، والمعروف بـ dcmhq وهو أداة لتقدير حالات مراجعي الصحة النفسية والعقلية ويستخدم في أوقات مختلفة خلال مراجعة المريض وأثناء فترة علاجها وبعدها ويتألف من 12 مجالا.

عينة الدراسة: شملت :

- تتكون العينة من 100 من الراشدين الذين تتراوح أعمارهم ما بين 16 و 18 سنة

أدوات الدراسة: استخدم:

- معامل الثبات.
- معامل الصدق.

7-2-2-3- دراسة لوكيش وتيرما ورينا سينها 1981م:

- هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الإبداع والصحة النفسية.

أدوات الدراسة: استخدم :

- اختبار والش كوغان

عينة الدراسة: شملت :

- شملت عينة الدراسة من 100 من الذكور ومن 100 الإناث

نتائج الدراسة: توصلت الى:

- أن ذوي المستوى الإبداع العالي أكثر أمنا وصحة نفسية من ذوي الإبداع المنخفض
- أن معامل الارتباط بين الصحة النفسية والإبداع 0.85
- أن هناك علاقة ارتباطية عالية بين الشعور بالأمن عند الإفراد وتعبير آرائهم الإبداعية.

الفصل الثانـي

القيم الدينية للمراهقين في المجتمع الجزائري

- تمهيد
- المراهق والقيم.
- التغير القيمي في المجتمع الجزائري.
- مفهوم القيم الدينية .
- خصائص القيم الدينية.
- مصادر القيم الدينية.
- وسائط نقل القيم الدينية .
- بواعث الالتزام بالقيم الدينية.
- نماذج من القيم الدينية.
- أهمية القيم الدينية .
- أهمية الاهتمام بالقيم في مرحلة المراهقة.
- ملخص الفصل

تمهيد

تشكل موضوع القيم الى عدة مجالات قيم أخلاقية وجماعية وإجتماعية ونفسية وبيئية وغيرها وكل مجال يتميز عن غيره في أنه يكسب الفرد سلوكيات تمكنه مع التعايش مع المجتمع ضمن معايير ومبادء وضوابط أخلاقية وإجتماعية .

شق الاطار النظري لهذه الدراسة من التراث والادبيات علاقة الموضوع الدراسة فيتناول هذا الفصل مفهوم القيم الدينية وكذا خصائصها ومصادر هذه القيم ونذكر البعض منها.

1- المراهق والقيم:

تعد القيم هي القضية الكبرى التي تواجهها التربية في المجتمعات المعاصرة على كافة المستويات، حيث تعلو النداءات بين حين وآخر تنادي بضرورة الاهتمام بمنظومة القيم وإعادة تشكيلها لدى الإنسان، نظراً لما يلاحظ من خطورة سيادة القيم المادية والفردية على أنماط حياته وتفكيره وسلوكه بكل ما تحمله هذه القيم من عشوائية وسخط على الحياة، والابتعاد عن معايير السلوك الأخلاقي القويم، والتعلق بالحياة المادية وإهمال معايير الحق والفضيلة والإحسان. (**ماجد زكي،2007، ص17**).

ولقد شمل القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة قيما وأخلاقا إستفادت منها مناهج التربية الإسلامية، فقد ركز القرآن في أجزاء مختلفة على بعد الإنسان والكون والحياة، فالدين الإسلامي نظام شامل متكامل متوازن ثابت، لا يتغير بتغير الظروف والأحوال.

ونظراً لأهمية القيم التربوية الإسلامية، وخطر فقدانها في حياة الفرد ينبغي الاهتمام بها، فهي قيم شاملة ومتوازنة، ربانية المصدر تستمد أهميتها من المصدر الذي تستند إليه وهو كتاب الله تعالى وسنة نبيه صلى الله عليه وسلم.

2- التغير القيمي في المجتمع الجزائري:

إن المجتمع الجزائري وعلى غرار كافة المجتمعات ، مر بالعديد من المراحل، وعرف الكثير من التغيرات في مختلف المجالات والبناءات ، انطلاقا من البناء الاجتماعي والسياسي، وحتى الثقافي ، أثرت كل هذه التغيرات على منظومة القيم في المجتمع الجزائري، ويتجلى هذا من خلال ما نلاحظه اليوم من غياب بعض القيم التقليدية وظهور قيم غربية غريبة على المجتمع الجزائري، لاتمت بصلة لإنتماءاته أو ثقافته، وتتجلى أهم التغيرات التي حدثت في هذا المجتمع وأثرت في منظومة القيم بالأخذ بالسياق السوسيو–تاريخي الذي أكد عليه " كارل مانهايم" في دراسة الظاهرة الاجتماعية وهذا باعتبار القيم ظاهرة اجتماعية فيما يلي :

الأسرة هي اهم مؤسسة في المجتمع والخلية الأساسية في بنائه، وجب التركيز عليها وعلى أهم التغيرات التي مست هذه هذه الأخيرة، وأثرت بدورها على منظومة القيم ، حيث أن الأسرة الجزائرية عرفت تغيرات عدة على مستوى الحجم او الشكل ، فانتقلت من الأسرة الممتدة إلى أسرة تضم الوالدين والأبناء فقط، وظهرت لدى الأبناء مجموعة من الآراء والقيم ، مختلفة عن تلك التي حصل عليها الآباء في ظل هذه الظروف، وهذا ما أحدث تغيرا في نموذج العلاقة بين الآباء والأبناء، وانتقلت الأسرة إلى العيش في بيت مستقل كل فرد فيه مستقل بغرفته ، هذا معناه أن كل فرد داخل الأسرة له عالمه الخاص، لي أنه لا يوجد تواصل أو تفاعل بين الأفراد ، فانتشرت داخل الأسرة النزعة الفردانية وحب الذات، وتراجعت فيهم قيم احترام الكبار .

ولعل هذا ما نلاحظه داخل الأسرة الجزائرية أيضا .

تراجع سلطة الوالدين داخل الأسرة خاصة سلطة الآباء، وهذا راجع إلى خروج المرأة للعمل وتقاسمها مع الرجل الكثير من الوظائف التي كانت مخصصة له ، كالوظيفة الاقتصادية، هذا الأمر اخرج المرأة من مسؤولية الرجل وأكسبها نوعا من الاستقلالية، ما أثر بدوره على عملية التنشئة الاجتماعية.

القوانين الوضعية أيضا أثرت بالتغير على مستوى الأسرة، فنلاحظ أن الحكومة الجزائرية تعدل وتغير في قانون الأسرة من فترة لأخرى.

الأمر الغالب في هذه هو أن كل التغيرات تصب في توسيع دائرة المرأة ، هذا الأمر انعكس سلباً على الكثير من العلاقات الاجتماعية خاصة الزواج ، فانتشرت ظاهرة الطلاق، كما انتشرت ظاهرة الخلع التي لم تكن منتشرة بكثرة من قبل في مجتمع مثل المجتمع الجزائري.

(بلمادي أحلام، د.س ، ص20)

3- مفهوم القيم الدينية:

3-1- لغة: القيم جمع قيمة وأمر قيم بمعنى مستقيم وقوله تعالى " فيها كتب قيمة " سورة البينة الآية 03، أي مستقيمة بين الحق من الباطل على الاستيراد والبرهان وقوله تعالى" وذلك دين القيمة" سورة البينة البية 05، أي أن الأمة القيم بالحق يجوز أن يكون دين الملة مستقيمة (**ابن منظور، 2003م، ط1، ص 592**).

قد أخذت هذه اللفظة لتقوم واستعمال جذرها للدلالة على المعاني المختلفة هي الانتصاب والوقوف: قام قوما وقياما و قام الحق ثبتت ، قام الامر الاعتدال والاستقام **(نوال الكريم زرزور، 2001، ص10.)**

هناك عدة تعاريق للقيم تختلف بإختلاف إتجاهات الأشخاص توجهاتهم العلمية والنظرية ويمكن عرض مجموعهة من التعاريف وهي:

يعرفها حامد زهران على انها تنظيمات لأحكام عقلية وانفعالية وهي مفهوم ظمني غالبه يعبر عن الفضل أو الامتياز أو درجة الفضل الاذي يرتبط بالاشخاص والأشياء والمعاني واوجه النشاط.

وتعرف أيضا بأنها العقيدة يفضل المرء أن يسلك بناءا عليها سلوك محدد وهي عقيدة توجه سلوك المرء بناءا على رغبته وهي لهذه معرفته حركية وفوق كل هذا ميل عميق مناسب وقد لدى المرء قيم كثيرة ومتنوعة الا انها تتباين في مدى تأثيرها على سلوكه فهي إذا تعمل كدوافع موجهة للسلوك

(ماجدة، 2006، ص21).

اما الميل دوركايم فيعرفها بقوله أن القيم هي إحدى آليات الضبط الاجتماعي المستقلة عن ذوات الأفراد الخارجة وهت تجسيداتهم الفردية **(ماجدة، 2006، ص21)**.

كما عرفها هوفستاد" بانها اعتقادات عامة تحدد الصواب من الخطأ والاشياء المفضلة من غير المفضلة **(عقلة، 2009، ص 31)**

وبالنظر الى التعريفات المختلفة يمكن اعتبار القيم على انها الاحكام العقلية والوجدانية والمعتقدات المعتقدة يفكرها أو موضوع أو موقف معين وهي تعد مواجهات لسلوك الأفراد فهي معايير للسلوك الفردي والاجتماعي في الحياة **(وضحة السويدي 1998، ص23)**.

3-2- إصطلاحا:

يمثل الدين من وجهة علماء الدين والاجتماع والانثروبولوجيا ظاهرة إجتماعية تلازم الإنسانية منذ ظهورها حيث لايوجد مجتمع من المجتمعات لا يقوم على أساس ديني يساعد على على إيجاد تجانس في العقيدة بين الافراد ومعايير الأخلاقية وعلى هذا فالدين في أي مجتمع يعتبر أساس العلاقات الاجتماعية. والأخلاقية **(فهمي، 1999، ص141)**.

يوجد تعاريف متعددة للقيم الدينية نفرد بالذكر منها أهم مايلي:

يعرف " ماكس فيبر" القيم الدينية على انها مجموعة من التصنيفات السيكولوجية المتولدة عن اعتقاد الديني والممارسة الدينية التي تعطي توجيهها للسلوك العملي الذي يلتزم به الافراد(فهمي، 1999، ص 35).

ويعرفها ماجد الجلاد على أنها مجموعة من المثل العليا والمغايات والمعتقدات والتشريعات والوسائل والضوابط والمعايير لسلوك الفرد والجماعة مصدرها الله عزوجل وهذه القيم هي التي تحدد علاقة الانسان وتوجهه الى جمال وتفضيل مع الله تعالى مع نفسه ومع البشر ومع الكون وتتضمن هذه القيم والغايات والوسائل(**الجلاد،2007، ص 55**).

تعرف القيم الدينية على أنها مجموعة المبادئ والقواعد والمثل العليا التي يؤمن بها الانسان وتحدد سلوكه في ضوئها ونكون مرجح حكمه في كل ما يصدر عنه من اقوال وأفعال وتصرفات **(فهمي، 1999، ص36.)** .

وتعرفها شادية على أنها مجموعة من الاحكام والمعايير الناجمة عن تصورات الانسان للكون والاهه والانسان وحياته والتي تكون نتيجة تفاعل الفرد والمجتمع مع الخيرات والمواقف الحياتية المختلفة وبها يتمكن الفرد من تحديد أهدافه وتوجهاته التي تتجسد بسلوكه العملي بصوره المباشرة أو غير المباشرة **(شادية، عصام أبو ببكر، ص59)**.

4- خصائص القيم الدينية:

من أهم خصائص القيم الدينية مايلي:

- مناسبتها وملائمتها مع الخصائص الطبيعية الفطرية في الانسان الفردية منها والاجتماعية وهي من ثم تتصف بالانسانية والاجتماعية والواقعية وليست قيم مجردة بعيدة عن الواقع والممارسات.

- ان صياغتها الاهية قد جاءت لتساير التجدد المستمر في الحياة الاجتماعية فهي تساير الطبيعة البشرية في كل أطوارها بحيث تترك للشخصيية الإنسانية والمجتمعات البشرية حرية تامة للسلوك في إطارها بشرط المحافظة على هذا الاطار والاتفاق والتكيف معه.

- وما يميزها أيضا أنها تمكننا أيضا أن تشتمل مواقف الحياة كلها **(فهمي،1999، ص146)**

وبإعتبار القيم الدينية مصدرها الدين والتسليم بأن الله هو مصدر القيم فيمكن تحديد خصائصها فيما يلي :

– تتميز هذه القيم بالدراسة والهيبة مما يجعل احترام هذه القيم أمرا تابعا لذات الانسان عن طاعة اختيارية ونية صافية لكسب رضى المولى عزوجل.

– أن يصبح الالتزام الخلقي والمسؤولية معنى.

– توفر شروط الاستقرار والثبات في المجتمع.

– توفر الميزان الثابت والعادل على الأشياء والافعال.

– الإبقاء على إرادة الانسان وحريته في اختيار القيم التي يرتضيها (**زعيمي،2003،ص190**).

ومن خلال ذكر الاخصائص السابقة يمكن استخلاص خصائص القيم الدينية والتي من أهمها :

– أنها تنبثق من مصدر ديني إسلامي .

– تمتاز القيم الدينية بهيمنتها على جميع القيم وبذلك تعتبر محور أساس القيسم الأخرى مما يكسبها قوة التأثير والالتزام.

– هي ضرورية للفرد والجماعة.

5–مصادر القيم الدينية :

تتمثل مصادر القيم الدينية في المقام الأول فهي اهم مصادر التشريع الإسلامي وهما:

–القران الكريم والسنة النبوية الشريفة قيم يتبعهما بعض المصادر الاخربالمرتبطة بالحياة الإسلامية ومن اهم المصادر لهذه القيم مايلي :

5-1-القران الكريم :

هو مصدر التشريع الإسلامي ومن القيم المصدر الرئيسي للقيم الإسلامية والتي تكون على النحو التالي :

-أ/ **قيم عقائدية** : وهي تلك المتعلقة بمايجب على المكلف ان تعتقده ويؤمن به :فيما يتعلق بأمر الخلق وهو الله سبحانه وتعالى وملائكته وكتبه ورسله واليوم الأخر ويقول الله تعالى :**(يأيها الذين ءامنوا ءامنوا بالله ورسوله والكتاب الذي نزل على رسوله والكتاب الذي نزل من قبل ومن يكفر بالله وملائكته وكتبه ورسله واليوم الأخر فقد ضل ضلالا بعيدا.)** (سورة النساء الأية 134-135).

ب/ قيم أخلاقية : وهي القيم المتعلقة بما يجب ان يتحلى بها المتكلف من اخلاق حسنة وفضائل وتخليه عن الرذائل يقول الله تعالى للنبي الكريم :(**وانك لعلى خلق عظيم**) ويقول لعباده المؤمنين :**(لقد كان لكم في رسول الله اسوة حسنة).**(وضحه السويدي 1998ص77).

ج/ قيم علمية : وهي القيم المرتبطة بما يقوم به المكلف من أعمال وتصرفات وأقوال وتتمثل في نوعين وهما :*العبالدات والمعاملات* ، وقال تعالى :**(واعبدو الله ولا تشركو به شيئا وبالوالدين إحساننا وبذي القربى واليتامى والمساكين والجار ذي القربى والجار الجنب والصاحب بالجنب وابن السبيل وما ملكت أيمانكم إن الله لايحب من كان مختلا فخورا**" (سورة النساء، الآية 35-36)

5-2-السنة النبوية:

وهي كل ما صدر عن الرسول صلى الله عليه وسلم من أقوال وأفعال حيث أنه قام بتوضيح الكثير من أعمال الشريعة ومت ثم وجب اتباع القيم الواردة في السنة والافتداء بسلوكيات النبي الكريم صلى الله عليه وسلم فقد روي عن النبي صلى الله عليه وسلم " **إن من أحبكم إلي وأقربكم إلي مجلسا يوم القيامة أحسنكم أخلاقا** " وروي أيضا " **أكمل المومنين إيماننا أحسنهم خلقا وخيارهم لنسائهم**"

5-3-إجماع علماء المسلمين:

إذا حدث اثبات لحادثة معينة وحول ما يقصها من قيم فإن الامر يندرج ضمن السلم القيمي الذي يحكم الجماعة الإسلامية

5-4-العرف السائد:

هو الذي لا يستقل ليكون مصدر للقيم ولكنه يعود في الأساس الى ادلة التشريع الإسلامي المعتبرة حيث يستند الى إجماع أو نص أو استحسان او اقتباس كما يتم أخذ به كقيم إسلامية **(ابتسام محمد عبد السلام الهريسي، ص210.)**

6-وسائط نقل القيم الدينية

لقد تعددت الوسائط المسؤولة عناكتساب التلاميذ للقيم وتنوعت مع قواعد الشريعة ورؤى المجتمع وتشكل هذه المؤسسات منظومة تؤثر في السلوك التعليمي.

6-1-الاسرة :

تقع على عاتق الاسرة عملية التربية وتعليم الأبناء والتذهيب اخلاقهم وسلوكهم وغرس القيم وتنميتها لديهم من خلال برامجمها فالاسرة هي المؤسسة الأولى التي تتعهد بتربية الطفل، فهذا هو دورها الطبيعي في الحياة ، وهي الموطن الأول للطفل من قبل أن يولد الى ان يشق طريقه في الحياة ويستقل بنفسه، والطفل يولد وهو خال من المعايير والقيم التي توجه سلوكه اتجاه غيره ، والاسرة تغذيه بالقيم التي تعتنقها والتي تساعده على شق طريقه في الحياة وتكون لديه نمط تفكيره .

6-2-المسجد:

لا عجب أن المسجد من المؤسسات المهمة التي لها دور كبير في غرس القيم في وجدانهم ، ذلك وأن عمل أقدم عله المصطفى صلى الله عليه وسلم عندما هاجر الى المدينة وهو إقامة المسجد، وذلك لترسيخ دعائم الدولة ولكي يكون مركز انطلاق للدولة ، ودارا للحكم فيها ومحتضننا للتربية ودار للقضاء العالي

من خلال هذا نستنتج أن للمسجد مكانة مهمة، فهو يحقق غايته ، ويوجد الفرد المسلم الطيب ذو الاخلاق العالية والقيم الدينة التي تبني بدورها مجتمعا قيما متماسكا متحابا. **(شادية التل،عصام أبو بكر، ص46)**

6-3-المدرسة:

هي مؤسسة اجتماعية أنشأها المجتمع لتقوم على تربية وتعليم وتثقيف أبنائه، ومرت المدرسة بمراحل عدة وتجارب طويلة الى أن وصلت الى ماهي عليه الآن، فقد كان التعليم في بداية الأمر يتم في الساحات والمساجد، ثم أضيف الى المعابد أماكن ملحقة بها تخصص لتخريج متخصصين بالدعوة الى الدين، فعلى المدرسة أن تربي أبنائها تربية إسلامية وأن تنمي قيم القرآن الكريم وتعمل على إنشاء مجتمع مسلم هدفه تحقيق رسالة الله في الآرض.

6-4-جماعة الرفاق:

تلعب جماعة الرفاق دورا مهما في تشكيل الشخصية ونقل القيم ، بالرغم من عدم وجود مؤسسة لهذه الجماعة ، فتملك جماعة الاقران الكثير من إمكانيات التأثير في تشكيل القيم والشخصية، وخاصة في مرحلتي الطفولة المتأخرة والمراهقة.**(كمال النابعي، 1985،ص88)**.

6-5-وسائل الاعلام:

لقد جذبت وسائل الاعلام الناشئة في الأجيال المختلفة بما تقدمه من مواد متنوعة، واحتلت مركزا بالغ الأهمية لديهم ، ومن هنا فإن وسائل الاعلام تعد من اخطر المؤسسات التي يتعامل معها الناشيء حيث أصبحت في الكثير من الأحيان بديلا للكتاب وبعض المؤسسات الأخرى، التي تهتم بتعليم الناشئ وتثقيفه ، كما أصبحت تنافس الاسرة والمدرسة في توجيه الأبناء والتأثير عليهم، لانها تجذبهم ببرامجها ومغرياتها التي لاتقاوم فتكون جيدة ونافعة.**(ابتسام أمحمدعبد السلام هويسة، ص 306- 307)**

7-بواعث الالتزام بالقيم الدينية:

إن الالتزام بالقيم الدينية جزء من عقيدة السلم وعباد الله وطاعته ، ومن ثمرات ذلك الوصول الى السلوك السوي، واتخاذ القرارات الرشيدة في الحياة، والسلوك الإنساني يمكن تغييره وتوجيهه الواجهة الصحيحة عن طريق التربية الصحيحة القائمة على غرس القيم والمبادئ الدينية، وهناك بواعث تنفع الانسان للاتلزام بالقيم الدينية ومن ابرزها ما يلي:

7-1-الباعث الديني:

فالقوة الايمانية في قلب المسلم هي التي تدفع الجوارح بأن تلتزم بالقيم الإسلامية، وكلما زادت هذه القوة زاد الالتزام وكلما ضعفت قل الالتزام، فالايمان مصدر الالتزام بالقيم لانه المسيطر على كل غرائز الانسان وشهواته، والمتحكم في أحاسيسه ودوافعه، وتطبيق القيم الدينية يحتاج الى وجود الفرد المسلم الملتزم المنضبط بقواعد وأحكام الشريعة الإسلامية في حياته كلها.

7-2-العبادة:

والتي تعتبر روح أخلاقية في جوهرها لانها أداء للواجبات الالاهية، فالعبادة في الإسلام ارتبطت جوانبها برباط قيمي وأخلاقي لتحقيق غاية أخلاقية ، كما انها مفهوم واسع الى كل ما يحله الله ويرضاه من الاقوال والافعال الظاهرة ، وهي الغاية التي خلق الله تعالى الخلق من اجلها **قال تعالى" وما خلقت الجن والإنس إلا ليعبدون"** (سورة الذاريات، الآية، 56)

(دلاندة حكيمة، 2009، ص61)

7-3-الباعث الذاتي:

ويطلق على هذا الباعث مراقبة الضمير أو مراقبة الذات فالمسلم يوقن أن الله عزوجل مطلع عليه ولا تخفى عله خافية ، وعندما يقدم المسلم على أي عمل يستشعر رقابة الله له فيمتنع عن مانهى عنه الله، فالضمير سيكون وازعا داخليا نفسيا للإنسان بدفعيه نحو احترام الاخلاق والزام نفسه بها ، وتأسيسا على ذلك يكون الباعث الذاتي حافزا غويا على الرغبة الذاتية التي تحقق الالتزام بالقيم والضوابط الإسلام.

7-4-البيئة التي يعيش فيها الانسان:

حيث ان المتأمل في المحيد البيئي يجد بمثل موروث قيمي وأخلاقي ، يفرض سيطرته على الانسان ، بمعنى انه وراثي وأخلاقية البيئة الاجتماعية والإنسانية التي ينشأ فيها، لاسيما في الفترة الأولى من حياته ، من هذا كان اهتمام الانسان بالبيئة التي ينشأ فيها الفرد، حيث يولد الانسان وتحكمه منظومة من القيم التي اودعها الله في فطرته ، فالانسان لديه استعدادات كاملة تظهر بالتنشئة والاكتساب، بحث تنمو وتصبح طابعا مميزا للإنسان.**(دلاندة حكيمنة، 2009، ص62).**

8-نماذج من القيم الدينية:

تتفرع القيم الإسلامية" الدينية" الى نوعين:

النوع الأول ويعرف بقيم التخلي: " أي التخلي عن العادات السيئة مثل شرب الخمر وفعل الموبقات... " والنوع الثاني ويسمى بالقيم الإيجابية : " التحلي بالقيم الحسنة كالصدق والأمانة والرحمة والكرم..." ، وقدوة المسلمين في ذلك النبي محمد صلى الله عليه وسلم.

وفي مايلي بيان لبعض القيم الإيجابية :

8-1-الصدق:

يشمل صدق اللسان والافعال والاحوال، وأما صدق اللسان فيقصد به مطابقة واستواء ما يصدر من اللسان على الاقوال ، وصدق الاعمال يعني استواء الفعل على الامر ، وأما عن صدق الأحوال فيعني استواء الجوارح على الإخلاص ، وقد حث الله تعالى على الصدق فقال " **يأيها الذين آمنوا اتقوا الله وكونوا مع الصادقين**" **(سورة التوبة، الآية، 119)**

8-2-الرحمة:

ويقصد بها الحالة الوجدانية التي تنبع من رقة القلب وتقوم على مبدأ الاحسان ، ومن صور رحمة الله سبحانه وتعالى بالبشرية أن أرسل إليهم محمد صلى الله عليه وسلم ، قال تعالى" **وما أرسلناك إلا رحمة للعالمين**" **(سورة الأنبياء، الآية، 107)**

ومن صور رحمة النبي صلى الله عليه وسلم بأمته النهي عن السؤال عما سكت عنه ومن رحمته بالنساء أنه إستوصى بهن خيرا ، كما كان يساعد أهله بها بالبيت وكان يقبل الأطفال ويعطف عليهم ويعاملهم بالشفقة واللين .**(عادل بن علي الشدي، 2014، ص41)** .

8-3-الأمانة:

وتشمل أي حق متعلق بالذمم ، فتشمل العرض والنفس والمال والتكليف الشرعي وغير ذلك كما تشمل الأفعال والاقوال والاعتقادات ، وأعظم الامانات أمانة الرسول الله صلى الله عليه وسلم على رسالة الوحي التي كلف بها فأداها على اكمل وجه .**(عادل، 2014، ص44)**

8-4-الكرم والجود:

وهما يدلان على سعة وكثرة العطاء .

8-5-التزكية:

ويقصد بها تطهير النفس من الآفات والعيوب المعنوية، وتنمية الفضائل وعناصر الخير التي تحقق صفاء وصلاح الدنيا والآخرة في النفس .**(عادل، 2014، ص69)**.

8-6-العدل:

وهي التوسط في الأمور، وإلتزام الحق، وهو شامل لحياة الفرد والمجتمع بكل ما فيها، وعلاقات الانسان كلها ، وعمل الإسلام على تحقيق العدل بأشكاله الثلاث " العدل القانوني ، العدل الاجتماعي ، العدل الدولي" . **(محمد شيح احمد، ص94)**.

8-7-الاحسان:

ويقصد به في الشريعة عبادة الله كأنك تراه، وقد عرفه العز بن عبد السلام رحمه الله تعالى: " الاحسان بأنه جلب المنفعة أو دفع مفسدة " . **(محمد شيح، ص99)** .

8-8-الصبر:

وخير مثال في الصبر هو صبر الرسول صلى الله عليه وسلم ، فصبر على ضيق الحياة وشدتها وعلى آذى المشركين وكيدهم له ، ومن أوجه الصبر كذلك الصبر على الطاعة. **(عادل، 2014، ص53)**

8-9-التواضع:

ويقصد به إنكسار القلب وخضوعه الى الله تعالى ، مع خفض الجناح والرحمة للعباد قال تعالى" **واخفض جناحك لمن اتبعك من المومنين** " **(سورة الشعراء، الآية 215)**.

8-10-الرفق:

ويقصد به اليسر والسهولة في الأمور، إذ روى المسلم في صحيحه: " **أن النبي صلى الله عليه وسلم ماخير بين أمرين أحدهما أيسر من الآخر إلا إختار أيسرهما ما لم يكن إثما**" **(رواه مسلم في صحيحه)**.

8-11-الايثار:

قال القرطبي : " هو تقديم الغير عن النفس في حظوظها الدنيوية رغبة في الحظوظ الدينية، وذلك ينشأ عن قوة اليقين وتوكيد المحبة والصبر على المشقة.**(صالح عبد الله، ص 629)** .

8-12-الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر:

المعروف هو كل ما عرف من طاعة الله والتقرب إليه والإحسان إليه والإحسان الى الناس، وكل ما ندب اليه الشرع ونهى عنه من المحسنات والمقبحات .

والمنكر هو كل ما قبحه الشرع وحرمه ونهى عنه. **(أبوا الفضل، 1956، ص 233)** .

9-أهمية القيم الدينية:

للقيم الدينية أهمية بالغة في حياة المجتمع ، فهي تحدد طبيعة العلاقة بين أفراده ، وتتضح أهمية القيم الدينية في النقاط التالية:

- هي أساس للقواعد والقوانين التي يتوافق عليها الناس نتيجة إلتزامهم بتعاليم دينهم وقناعتهم التامة بضرورة التمسك بها وتطبيقها في حياتهم .

- تعمل هذه القيم كمؤشرات للتنبؤ بالسلوك الحسن للإنسان ، كما أنها تشبع رغبات الفرد وحاجاته بما يتناسب مع عقائده وأفكاره ومجتمعه.**(زهران، 1996، ص28)** .

- تعبر القيم عن غايات يسعى الفرد في تحقيقها، وتعمل على توجيه أبناء المجتمع الى العمل الجماعي، كما تساعده على مواجهة الازمات .**(أبو العينين، 1998، ص35)** .

- تساعد على تحيد ملامح شخصية المجتمع المتميزة عن غيره من المجتمعات الأخرى ، ذلك لأن القيم تزود افراد المجتمع بقدر مشترك من الثقافة والتفكير ، وبالتالي تساعد على الشخصية العامة المشتركة لجميع افراد المجتمع ، بالرغم من وجود قدر من التباين بين شخصية افراده .

وعلى الرغم من تعدد الفلسفات والتصورات للقضية القيمة إلا ان الموقف من القيم وضرورتها للسلوك الإنساني واحد لا يتغير ، إذ يتفق الجميع على أثرها البالغ في تشكيل سلوك الانسان ، وبناء شخصيته وتعريفه بذاته ، فالقيم ضرورية ولازمة للفرد والمجتمع معا، فهي ضرورية للفرد في تعامله مع غيره من الافراد والمواقف التي يواجهها في حياته اليومية ، إذ يتفق من نسق المعايير والقيم موجها لسلوكه ونشاطه ، وهي لازمة لأي مجتمع لكي تنظم أهدافه ومثله العليا كي لا تتضارب قيمه، وبالتالي ينتابها صراع قيمي وإجتماعي يؤدي بذلك المجتمع الى التفكك والسقوط.(**هندي ، 1984، ص78**.).

10-أهمية الاهتمام بالقيم في مرحلة المراهقة:

تعالو صيحات المربين والخبراء التي تدعوا إلى ضرورة الاهتمام بتعليم القيم وتكوينها لدى المتعلمين، وتعديل الأخلاق السلبية، ويرجع ذلك أن القيم تهتم بـ :

- القيم تمد النشأ بالمقاييس والمعايير التي يفاضلون بها بين الأعمال والتصرفات، فيدركون الصحيح من الخطأ، وهي تكون لديهم الأساس الذي يبنون عليه الأحكام الاجتماعية والخلقية ، مما يساعدهم في تصحيح السلوك وتعديله .
- تسهم القيم في توحيد نظرة الأفراد إلى الحياة، وأساليب معيشتهم فيها، مما يربط بين الأفراد المختلفين ويجعل منهم وحدة متماسكة متعاونة .
- إن القيم الدينية تعمل على تكييف الأفراد مع مواقف الحياة، وإشاعة الرضا والقناعة والتفاؤل والتسامح والإحسان ، وغيرها من قيم تحد من الجريمة والانحراف في المجتمع .
- ايجاد البيئة التي تحقق للطلاب الفهم الكامل والتعامل الجيد بين المعلم وتلاميذه، مما يزيد من اهتمام التلاميذ بالعمل المدرسي ، والبعد عن الشغب والإنحراف السلوكي.

- إن القيم يصعب اكتسابها من خلال الدروس النظرية، بل تتكون نتيجة احتكاك النشأ داخل المنزل والمدرسة وممارسة الحياة العملية، ولهذا كان من الضروري تدريب الأطفال عليها منذ الصغر حتى تصبح أمرا عفويا فطريا.
- أن القيم هي دعوة القرآن والسنة النبوية وهي أساس حياة المجتمعات، لأن التكنولوجيا الحديثة لا يمكنها حل مشكلات الإنسان، بل لا بدّ من وجود قيم خلقية تساند ذلك التقدم.
- **(علي سعيد شومان، 1993، ص20)**

ملخص الفصل

نرى أن هناك أهمية كبرى لاكتساب النشأ والمراهقين للقيم الدينية، لأنها الكفيلة بحماية المجتمع من السلوكيات الخاطئة والفساد، وهذا ما يفتح بابا واسعا أمام المناهج لإدخال و دمج القيم ضمن مناهجها ، وذلك لتربية النشأ على السلوكيات والأخلاقيات التي حث عليها الاسلام من خلال مناهج التربية الإسلامية.

ويشهد الواقع الحالي أن تعليم القيم يمر بأزمة لغياب التخطيط الواعي لتدريسها، وتركيز التعليم على الجانب المعرفي وإهمال الجانب الوجداني الذي تقع فيه القيم منه في الصميم، واعتبار تعليم القيم ناتجا قويا ثانويا يمكن تحقيقه من خلال المؤسسات الأخرى كالأسرة.

الفصل الثالث

الفصل الثاني: الصحة النفسية للمراهقين في الوسط المدرسي.

تمهيد.

– الصحة النفسية في المؤسسات التعليمية

- **مفهوم الصحة النفسية.**
- **أهمية الصحة النفسية.**
- **مظاهر الصحة النفسية.**
- **مستويات الصحة النفسية.**
- **معايير الصحة النفسية.**
- **مناهج الصحة النفسية.**
- **خصائص الصحة النفسية.**
- **أهداف الصحة النفسية.**
- **دور المؤسسات التعليمية في دعم الصحة النفسية للتلاميذ**
- **المشكلات النفسية للمراهقين المتمدرسين .**
- **أهمية الصحة النفسية للمراهقين**
- **خلاصة.**

تمهيد

تُعد الصحة النفسية السليمة إحدى الغايات السامية لعمليات التنشئة الاجتماعية والتربية، وإن الشعور بالأمن والطمأنينة النفسية، والإيجابية والفاعلية، والرضا والسعادة، وتحقيق الذات، من أهم مقومات الشخصية القوية الناضجة التي ننشدها ونبتغيها.

1-الصحة النفسية في المؤسسات التعليمية :

المدرسة هي المؤسسة الرسمية التي تقوم بعملية التربية وتوفير الظروف المناسبة للنمو جسميا وفكريا واجتماعيا ، وعندما يبدأ التلميذ تعليمه بالمؤسسات التعليمية يكون بذلك قطع شوطا من التنشئة الاجتماعية بالأسرة ، فهو يدخل المدرسة مزودا بالكثير من المعلومات والمعايير الإجتماعية والقيم والعادات .

وفيما يلي بعض مسؤوليات المدرسة بالنسبة للنمو النفسي والصحة النفسية للتلميذ :

- تقديم الرعاية النفسية الى كل متمدرس ومساعدته على حل مشكلاته ، والانتقال به إلى الاعتماد على نفسه متوافقا مع نفسه .
- تعليمه كيفية تحقيق أهدافه بطرق ملائمة متفقة مع المعايير الإجتماعية مما يحقق التوافق الاجتماعي.
- مراعاة قدرات التلميذ بكل ما يتعلق بعملية التربية والتعليم .
- مراعاة نمو الطفل نموا نفسياً سليما .(**القريطي، 1995،ص197**) .

وتستخدم المدرسة أساليب نفسية عديدة أثناء تربية التلاميذ منها : دعم القيم عن طريق المنهاج وتوجيه النشاط المدرسي ، بحيث يؤدي إلى تعلم الأساليب السلوكية المرغوبة ، وإلى تعليم المعايير والأدوار الاجتماعية والقيم ، وممارسة النشاطات المدرسية في عملية التعلم ، وتقديم نماذج صالحة للسلوك إما في شكل نماذج تدرس لهم، أو نماذج يقدمها المدرسون في سلوكهم مع التلاميذ .(**عبد الخالق، 1991،ص 159**).

2-مفهوم الصحة النفسية:

2-1-لغة: حالة دائمة نسبيا يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا و شخصياً و إجتماعيا مع نفسه ومع الآخرين ، و يكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن ، زيكون قادراً على مواجهة مطالب الحياة ، وتكون شخصيته متكاملة سويا ، ويكون سلوكه عاظبا بحيث يعيش بسلام . (**الزبيدي كامل علوان و الهزاع ، 1997، ص 112**) .

2-2-إصطلاحا:

يعتبر مصطلح الصحة النفسية من المصطلحات الأكثر إهتماما من قبل الباحثين والعلماء في مجال علم النفس، فلقد ظهرت عدة مفاهيم وتعريفات في ميدان الصحة النفسية .ولقد اختلف الباحثون في تحديد للصحة النفسية وذلك وفقا لخلفياتهم وتخصصاتهم العلمية ومذاهبهم الفكرية، وليس من السهل الأخذ بتعريف واحد للصحة النفسية، حيث تعددت التعريفات لهذا المصطلح، وسنوضح هنا بعض التعريفات الخاصة بممفهوم الصحة النفسية:

يعرفها القريطي (2003) بأنها : حالة عقلية انفعالية إيجابية مستقرة، تعبر عن تكامل طاقات الفرد ووظائفه المختلفة، وتوازن القوى الداخلية والخارجية الموجهة لسلوكه في مجتمع ووقت ما، ومرحلة نمو معينة، وتمتعه بالعافية النفسية والفاعلية الاجتماعية. (**القريطي ، 2003 ، ص.28**)

و يعرفها بطرس (2008) بأنها : تمتع الفرد بقدر من التوافق الشخصي والاجتماعي أي مع ذاته والآخرين، والرضا عن الحياة وما حققه فيها من أهداف، والقدرة على مواجهة متطلباتها والسلوك بطريقة يرتضيها الواقع وتتفق مع المعايير التي تحكم الجماعة التي ينتمي إليها . **(بطرس ،2008 ، ص. 17)**

بينما يُعرفها أبو دلو (2009) بأنها :التوافق التام بين الوظائف الجسمية المختلفة، مع القدرة على مواجهة الصعوبات العادية المحيطة بالإنسان، ومع الإحساس الإيجابي بالنشاط والحيوية. و يعرفها جمال أبو دلو ايضا بأنها الشرط أو مجموع الشروط اللازم توافرها حتى يتم التكيف بين المرء ونفسه، وكذلك بينه وبين العالم الخارجي تكيفا يؤدي إلى أقصى ما يمكن من الكفاية والسعادة لكل من الفرد والمجتمع الذي ينتمي إليه . (أبو دلو،2009 ، ص 35- 34)

ويُعرفها الزبيدي (2009) بأنها: حالة شعورية مستقرة ودائمة نسبيا يعيش معها الفرد متوافقا في مجاله الإنفعالي والعقلي والإجتماعي، إذ التوافق النفسي للفرد مع بيئته بحيث يصبح ذلك الفرد قادرا على استغلال قدراته وإمكاناته في مواجهة أعباء الحياة (**الزبيدي،2009 ، ص.12-11**)

و يُعرفها عبد العظيم (2010) بأنها : حالة من الراحة الجسمية والنفسية والإجتماعية، وليست الخلو من أعراض المرض النفسي، فالشخص المتمتع بالصحة النفسية هو المتوافق مع ذاته ومع مجتمعه، ولديه القدرة على الشعور بالرضا عن الذات والآخرين، ولديه القدرة على مواجهة المواقف الصعبة بنجاح، والقدرة على توظيف ما لديه من قدرات وإمكانيات التوظيف الأمثل إلى أقصى حد ممكن، وبناء علاقات إيجابية وناجحة مع الآخرين، ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة، وعلى التكيف مع المتغيرات التي تحدث في بيئته .**(عبد العظيم،2010 ، ص22).**

و يُعرفها الداهري (2010) بأنها :ليست مجرد خلو الفرد من المرض العقلي أو النفسي وإنما هي حالة من الاكتمال الجسمي والنفسي والاجتماعي لدى الفرد .**(الداهري،2010 ، ص 28).**

و يُعرفها طه وآخرون (2010) بأنها :مصطلح مرادف لمفهوم السواء، وهو يعني النضج والتوافق الاجتماعي والنفسي، ويتطلب مهارات في مجال تكوين علاقات شخصية واجتماعية فعالة وإيجابية مقبولة من الفرد ومن الآخرين، كما يعني توافقا في المهنة والأنشطة الأخرى، أي فاعلية في أداء

الأدوار التي تحقق الرضا عن الذ ات وتقديرا لها(**طه،وقنديل، ومحمد، وعبد الفتاح،2010 ،ص436**).

و يُعرفها كلا من زغير، و صالح (2010) بأنها : الكفاءة العقلية والانسجام النفسي الداخلي الذي لا يعرقل الإنتاج الفردي، أو حركة الجهاز الاجتماعي والثقافي العام، ويكون مصحوبا بالشعور بالإرتياح والسعادة (.**زغير، وصالح ، 2010 ص106)**

وعرفها " كفافي " : بأنها حالة من التوازن والتكامل بين الوظائف النفسية للفرد ، تؤدي إلى أن يسلك بطريقة تجعله يتقبل ذاته ، ويتقبله المجتمع ، بحيث يشعر من جراء ذلك بدرجة من الرضا والكفاية . (**كفافي ، 1997 ، ص 81**) .

أما " سري " فتعرفها : بأنها حالة يكون الفرد فيها متوافقا نفسيا ويشعر بالسعادة والكفاية والراحة النفسية ، ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته واستثمار طاقاته ، ويكون قادراً على مواجهة مطالب الحياة ، وإدارة الأزمات النفسية ، وتكون شخصيته سوية ومتكاملة ، ويكون سلوكه عاديا . (**سري ، 2000 ، ص 28**) .

من كل ما سبق نجد أن الصحة النفسية لا تعني فقط خلو الفرد من أعراض الاضطراب النفسي ، وإنما يمتد مفهومها ليشمل العديد من الجوانب المتعلقة بشخصية الفرد واتجاهاته ، وهو ما جعل منا نتبنى تعريفا موجبا شاملا لجميع مظاهر الصحة النفسية ، كتعريف منظمة الصحة العالمية : الذي عرفت الصحة النفسية بأنها ليست مجرد غياب الاضطرابات النفسية ، بل هي حالة من العافية يستطيع بها كل فرد إدراك إمكاناته الخاصة والتكيف مع حالات التوتر العادية ، والعمل بشكل منتج ومفيد ، والإسهام في مجتمعه . (**موقع منظمة الصحة العالمية ، 2007**) .

3-أهمية الصحة النفسية :

3-1-بالنسبة للفرد:

- فهم الذات: فالفرد المتمتع بالصحة النفسية هو الفرد المتوافق مع ذاته، فهو يعرف ذاته ويعرف حاجاتها وأهدافها.
- التوافق: ويعني بذلك توافق الشخص مع ذاته، والشعور بالرضا عن النفس وفهم نفسه ، والاخرين ومن حوله .
- الصحة النفسية تجعل حياة الفرد خالية من التوتر والاضطراب والصراعات المستمرة ، مما يجعله يشعر بالسعادة مع نفسه .
- الصحة النفسية تجعل الفرد قويا اتجاه الشدائد والأزمات، وتجعل شخصيته متكاملة تؤدي وظائفها بشكل كامل ومتناسق.
- الصحة النفسية تجعل الأفراد قادرين على التحكم بعواطفهم وإنفعالاتهم، مما يجعلهم يتصفون بالسلوكيات السوية و يبتعدون عن السلوكيات الخاطئة .
- إن الهدف النهائي للصحة النفسية هو إيجاد أكبر عدد من الأفراد الأسوياء. (**صالح حسن الداهري ، 2005 ، ص 202**) .

3-2بالنسبة للمجتمع :

- الصحة النفسية تؤدي إلى زيادة الإنتاج وكفايته : حيث أثبتت العديد من الدراسات بأن العاملين الذين يتمتعون بالصحة النفسية الجيدة عادة ما ترتفع إنتاجيتهم ، كما أن منتجاتهم تتميز بالجودة والإتقان ، مع قلة الفاقد ، مما يؤدي إلى زيادة الدخل القومي .

- الصحة النفسية تؤدي إلى تماسك المجتمع : فالأفراد الذين يتمتعون بالصحة النفسية يتسمون بالتعاون وتكوين علاقات مع الآخرين ، والإنسجام معهم ، مما يجعلهم يدا واحدة أمام المشكلات التي تهدد مجتمعهم ، ويبذلون أقصى جهدهم بروح الفريق لتحقيق الإزدهار والتطور.
- الصحة النفسية تؤدي إلى اختفاء الظواهر المرضية : فبوجود الصحة النفسية تختفي الظواهر السلوكية السلبية كالإدمان والمخدرات والسرقة والقتل والخمور ..... إلخ . (**عبد الحميد.محمد الشادلي ، 1999 ، ص 31**) .

4-مظاهر الصحة النفسية :

تعددت مظاهر الصحة النفسية التي ذكرها المختصون في مجال الصحة النفسية ، واختلفت حسب اختلاف نظرتهم إلى الإنسان وطبيعته ، وحسب ثقافة كل منهم ، ومن بين أهم ما ورد من مظاهر الصحة النفسية ما ذكرته " سري" ومنها :

4-1-السوية : وهي التمتع بالسلوك العادي المعياري ، أي المقبول والمألوف والغالبية على حياة غالبية الناس في المجتمع .

4-2-التوافق : ودلائل ذلك التوافق الشخصي والرضا عن النفس والاتزان الإنفعالي والتوافق الإجتماعي

- **4-3-التكامل** : ويقصد به التكامل النفسي ، الذي يكفله تكامل الشخصية وظيفيا و ديناميكيا ، وتكامل الدوافع النفسية .
- **4-4-تحقيق الذات** : ويتضمن فهم الذات ، ومعرفة القدرات وتقدير الذات وتقبلها ، و وضع أهداف ومستويات تطلع وفلسفة حياة يمكن تحقيقها في ثقة .

- **4-5-الفاعلية** : وتتضمن السلوك الموجه نحو حل المشكلات وتخفيف الضغوط عن طريق المواجهة المباشرة لمصادر هذه المشكلات وتلك الضغوطات .
- **4-6-المرونة** : وتتضمن القدرة على التوافق والتعديل لمواجهة الصراع والإحباط ، و ذلك لحل المشكلات بدلاً من تحميلها على النظم القديمة ، والرغبة في التعلم والتغيير والتجريب . (**سري ، 2000 ، ص 28-29**) .

كما يضيف " أبو هين " أن من مظاهر الصحة النفسية أيضاً :

- **4-7-العلاقة الصحيحة والصحية مع الذات:** حيث تمثل كل ما يتعلق بسلوكه وشخصيته وخبراته وعلاقاته
- **4-8-الواقعية** : وتعني التعامل مع الواقع بوقائع ملموسة ، وهي أن يكون الشخص واقعيا في اختياره لأهدافه وتطلعاته ، وأن يختارها بناءا على إمكاناته الفعلية والواقعية .
- **4-9-التوجه الصحيح** : اي الإستجابة المناسبة للمواقف والسلوك الهادف والمطلوب لإنجاز المهام المطلوبة
- **4-10-الشعور بالأمن** : وهي شعور الفرد بالأمن و راحة البال ، وعدم الانشغال المعطل للقدرات ، وشعوره بالطمأنينة .
- **4-11-التناسب** : ويعني عدم المبالغة في جميع جوانب الحياة .
- **4-12-الإفادة من الخبرة** : أي ما يستفيد منه الشخص من المواقف التي مر بها ، والخبرات التي يتعرض لها (**أبو هين ، 1997 ، ص 28-34**) .

5- مستويات الصحة النفسية :

بما أن الصحة النفسية حالة غير ثابتة ، متغيرة من فرد لآخر ، ومن وقت لآخر لدى الفرد نفسه ، ومن مجتمع إلى آخر ، فإن ذلك يعني أن الصحة النفسية تتوزع على درجات ومستويات مختلفة.

وفيما يلي خمسة مستويات تميز الصحة النفسية وهي كالآتي:

5-1-المستوى والراقي (العادي) : هم أصحاب الأنا القوية والسلوك السوي والتكيف الجيد ، هم الأفراد الذين يفهمون ذواتهم ويحققونها ، وتبلغ نسبة هؤلاء **2.5**٪ تقريباً (يقعون على أقصى الطرف الإيجابي في البعد والمنحنى الإعتدالي) .

5-2-المستوى فوق المتوسط : وهم أقل من المستوى السابق ، وسلوكهم جيد وطبيعي ونسبتهم **13.5**٪ .

5-3-المستوى العادي (الطبيعي والمتوسط) : وهم في موقع متوسط بين الصحة النفسية المرتفعة والمنخفضة ، لديهم جوانب القدرة وجوانب الضعف ، يظهر أحدها أحياناً ويترك مكانه للآخر أحياناً ، وتبلغ نسبتهم في المجتمع حوالي **68**٪ .

5-4-المستوى أقل من المتوسط : هنا المستوى أدنى من السابقين من حيث صحتهم النفسية ، وأكثر ميلا للإضطراب وسوء التكيف ، فاشلون في فهم ذواتهم وتحقيقها ، يقع في هذا المستوى الأشكال الإنحرافية النفسية والإضطرابات السلوكية غير الحادة ، نسبة هؤلاء حوالي **13.5**٪ .

5-5-المستوى المنخفض : درجتهم في الصحة النفسية قليلة جدا ، وعندهم أعلى درجة من الإضطراب والشذوذ النفسي ، فهم يمثلون خطراً على أنفسهم وعلى الآخرين ، ويتطلبون العزل في مؤسسات خاصة ، تبلغ نسبتهم حوالي **2.5** ٪ . (**محمد قاسم عبد الله ، 2001 ، ص 28**) .

6-معايير الصحة النفسية :

لقد أشار علماء النفس لبعض المعايير والمناهج لقياس الصحة النفسية ، والتي تساعد على الفصل بين السلوك السوي و غير السوي ، ومن هذه المعايير نرد بالذكر ما يلي :

6-1-المعيار الشخصي : يعتبر من المعايير الحديثة لتحديد طبيعة السلوك (سوي / غير سوي) ، ويقوم هذا المعيار على التقدير الذاتي للفرد ، فإذا كان الفرد راضيا عن حياته إلى حد ما ولا توجد لديه خبرات تعكر صفو حياته ، فإننا نعرفه أوتوماتيكيا بشخص سوي طبقا لهذا المعيار . (صالح حسن الداهري ، 2005 ، ص 38) .

6-2-المعيار الإجتماعي : تتحدد السوية في ضوء العادات والتقاليد الإجتماعية ، حيث تكون السوية مسايرة للسلوك المعترف به إجتماعياً ، ويعني ذلك أن الحكم على السوية واللاسوية لا يمكن التوصل إليه إلا بعد دراسة ثقافة الفرد ، ويخلو هذا المعيار من مخاطر المبالغة في الأخذ بمعايير المسايرة ، أي باعتبار الأشخاص المسايرين للجماعة هم الأسوياء ، حيث يعتبر غير المسايرين هم الأبعد عن السوية ، فهناك خصائص لا سوية كالإنتهازية نكتب مشروعيتها في إطار من الرغبة الإجتماعية، فالمسايرة الزائدة في حد ذاتها سلوك غير سوي . (**ربيع محمد شحاته ، 2000 ، ص 90) .**

6-3-المعيار الإحصائي : ظاهرة نفسية عند قيامها إحصائيا تتوزع وفقا للتوزيع الإعتدالي ، بمعنى أن الغالبية من العينة الإحصائية تحصل على درجات متوسطة ، في حين تتحصل فئتان متناظرتان على درجات مرتفعة (أعلى من المتوسط) و درجات منخفضة (أقل من المتوسط) ، وبهذا المعنى تصبح السوية هي المتوسط الحسابي للظاهرة ، في حين يشير الإنحراف إلى طرفي المنحنى إلى اللاسوية ، فالشخص اللاسوي هو الذي ينحرف عن المتوسط العام للتوزيع الإعتدالي .

ومن المآخذ على هذا المعيار أنه قد يصلح عند الحديث عن الناس العاديين من حيث الصفات الجسمية مثل (الطول ، الوزن) ، بينما لا يصلح هذا المعيار في حالة القياس النفسي ، لأن القياس النفسي يقوم على أسس معينة ، إن لم يتم مراعاتها يصبح الرقم الذي يخرج به رقما مضللا ولا معنى له لأن القياس النفسي هو قياس نسبي غير مباشر ، فمثلا عند قياس الذكاء فنحن نفترض وجود الذكاء ، ولكنه بشكل واقعي غير ملموس ، ولكن نستدل عليه من صفات الفرد . (**عبد الغفار عبد السلام ، 2001 ، ص 58-61**) .

6-4-المعيار المثالي : يقصد بالمعيار المثالي حالة من الكمال ، أو مجموعة من الشروط الواجبة المستقلة عن الواقع و الزمان ، يعتبر الوصول إليها والسعي نحو تحقيقها أمرا جديرا بالطموح . (**سامر جميل رضوان ، 2007 ، ص 63**) .

6-5-المعيار التلاؤمي : وفي هذا المعيار يتحدد السلوك السوي و غير السوي ، من خلال مساعدة الفرد على تحقيق النضج المطلوب وتحقيق الفرد لذاته ، فالدافع لإدراك الجهد الكامل الذي يبذله الفرد يعتبر بمثابة عامل هام لتحديد السلوك السوي و غير السوي . (**الداهري ، 2005 ، ص 40**) .

6-6-المعيار الباطني : وفقا للمعيار الباطني لا يمكن أن تحدد ما إذا كان الفرد أقرب إلى السواء أو اللاسواء ، إلا إذا تجاوزنا مستوى السلوك الظاهري ، إلى ما يكمن خلفه من أسباب و دوافع كامنة، وصراعات أساسية ، وكيف يتعامل الإنسان مع هذه المحتويات الكامنة لديه ، ومدى قدرته على التعبير عنها والكيفية التي يشبع بها رغباته و دوافعه. (**فوزي ، 2005 ، ص 22**) .

نستنتج من هذا أن للصحة النفسية معايير مختلفة تعبر عن رأي أصحابها، وفقا لمدارسهم و ميولهم .

7-مناهج الصحة النفسية :

يعتبر علم الصحة النفسية علم تطبيقي له هدفان متداخلان ، هدف وقائي و هدف علاجي ، ومن أجل تحقيق تلك الأهداف يتسوجب إتباع طرق ومناهج متعددة متكاملة فيما بينها ، حيث يؤدي إهمال منهج من هذه المناهج إلى صعوبة المناهج الأخرى ، ومن جهة أخرى تطبيق كل منهج بطريقة علمية يسهل من مهمة منهج آخر ، وفي هذا الصدد نقترح بعض المناهج الأساسية المتبعة في ميدان علم الصحة النفسية وهي كالآتي :

7-1-المنهج الإنمائي : يتضمن زيادة السعادة والكفاية والتوافق لدى الأسوياء العاديين ، خلال رحلة نموهم حتى يتحقق الوصول بهم إلى أعلى مستوى ممكن من الصحة النفسية ، ويتحقق عن طريق دراسة الإمكانات والقدرات وتوجيهها التوجيه السليم (نفسيا وتربويا ومهنيا) ، ومن خلال رعاية مظاهر النمو جسميا وعقليا و إجتماعياً وإنفعاليا ، بما يضمن إتاحة الفرص أمام الفرد للنمو السوي ، تحقيقا النضج والتوافق والصحة النفسية .

7-2-المنهج الوقائي : يتضمن الوقاية من الوقوع في المشكلات والإضطرابات والأمراض النفسية ، ويهتم بالأسوياء والأصحاء قبل إهتمامه بالمرضى ، ليقيهم من أسباب الأمراض النفسية وإزالتها أولاً بأول ، ويرعى نموهم النفسي السوي ، ويهيئ الظروف التي تحقق الصحة النفسية . وللمنهج الوقائي مستويات ثلاث تبدأ بمحاولة منع حدوث المرض ، ثم تشخيصه في مرحلته الأولى بقدر الإمكان ، ثم التقليل من أثر إعاقته و إزمان المرض ، وتتركز الخطوط العريضة للمنهج الوقائي في الإجراءات الوقائية الحيوية الخاصة بالصحة العامة ، والإجراءات النفسية الخاصة بالنمو النفسي السوي ، ونمو المهارات الأساسية والتوافق المهني ، والمساندة أثناء الفترات الحرجة والتنشئة الإجتماعية السليمة ، ويطلق البعض على المنهج الوقائي إسم " التشخيص النفسية " . (**زهران ، 1997 ، ص 12-13**) .

7-3-المنهج العلاجي : ويتضمن علاج المشكلات والإضطرابات النفسية حتى العودة إلى حالة التوافق والصحة النفسية ، ويهتم هذا المنهج بأسباب المرض النفسية ، وأعراضه ، وتشخيصه وطرق علاجه ، وتوفير المعالجين والعيادات والمستشفيات النفسية . (**زهران ، 1997 ، ص 13**) .

8-خصائص الصحة النفسية :

الصحة النفسية هدف كبير يسعى الأفراد جميعهم للحفاظ عليها ، و زاد إهتمام الأفراد في العصر الحديث بصحتهم النفسية نتيجة لتعقد الحياة ، وتعدد مجالات الضغوط ومصادرها ، هذا فضلاً عن إرتفاع مستوى النمو الفكري والحضاري الذي جعل الأفراد يدركون أن المتعة في الحياة لا تتوقف على صحتهم الجسمية فحسب ، بل تتعدى الى صحتهم النفسية .

ولكي يمكن القول أن الفرد يتمتع بصحة نفسية سليمة يجب توفر بعض الخصائص أو السمات و نذكر من أهم خصائص الصحة النفسية ما يلي :

8-1- التوافق : ويضمن جانبين :

- التوافق الإجتماعي ويشمل التوافق الأسري والمدرسي والمهني والإجتماعي بمعناه الواسع .
- التوافق النفسي أو الشخصي وهو الرضا عن النفس والمتمثل في العلاقة المتجانسة مع البيئة ، بحيث يستطيع الفرد الحصول على الاشباع اللازم لحياته ، مع مراعاة ما يوجد في البيئة المحيطة من متغيرات

8-2-الشعور بالسعادة مع النفس : ودلائل ذلك الراحة والأمن والثقة واحترام الذات ، وتقبل الذات التسامح مع الذات والطمأنينة .

8-3-الشعور بالسعادة مع الآخرين : ويظهر ذلك من خلال إحترام الآخرين ، وإقامة علاقات إجتماعية ، والانتماء للجماعة ، والتعاون مع الغير ، وتحمل المسؤولية الاجتماعية ، وحب الغير والثقة بهم .

8-4-تحقيق الذات واستغلال القدرات : و دلائل ذلك :

- فهم النفس.
- التقييم الواقعي للقدرات والإمكانيات.
- تقبل نواحي القصور و إحترام الفروق بين الأفراد.
- تنوع النشاط وشموله .
- تقبل الحقائق المتعلقة بالقدرات الموضوعية
- تقدير الذات حق قدرها .

8-5-القدرة على مواجهة مطالب الحياة : و دلائل ذلك :

- النظرة السليمة للحياة ومشاكلها .
- العيش في الحاضر الواقع .
- المرونة في مواجهة الواقع .
- بذل الجهد في حل المشاكل .

8-6-التكامل النفسي : و دلائل ذلك الأداء الوظيفي الكامل والمتناسق للشخصية جسيما وعقليا وإجتماعيا و دينيا ، والتمتع بالصحة ومظاهر النمو العادي .(**ملوكة عواطف ، 2014 ، ص 93**) .

8-7-التوافق التام بين الوظائف الجسمية المختلفة : أي أن يكون هناك إنسجام وتوافق بين كل وظيفة نفسية والوظائف الأخرى ، بحيث تخدم عملها دون زيادة أو نقصان ، والوظائف النفسية هي المقومات المعرفية والعقلية (الإدراك ، الإنتباه ، التفكير ...) ، والانفعالية (سلوك إجتماعي ، صداقات ، تعاون ، والإتجاهات ...) .

8-8-الإحساس بالسعادة والرضا والحيوية : والمقصود بذلك أن يكون الفرد متمعا بعلاقاته مع الآخرين ، راضيا عن نفسه وسعيدا غير متذمر ، ويرتبط هذا الشعور بالسمتين السابقتين ، فلا يمكن للفرد أن يكون سعيدا و راضيا إلا إذا كان هناك توافق بين وظائفه النفسية وقادرا على مواجهة الأزمات والصعوبات التي يمر بها .

8-9-النضج الإنفعالي : بحيث يعبر الفرد عن إنفعالاته بصورة متزنة بعيدة عن التعبيرات البدائية والطفولية والدافعية الإيجابية التي تدفع الفرد للقيام بأعمال تحقق له النجاح ، إضافة إلى غياب الصراع النفسي الحاد (الصراع الخارجي والداخلي) . (**خير الدين هادية ، 2019 ، ص 44**) .

9- أهداف الصحة النفسية :

يلخص الدكتور " حامد عبد السلام زهران " أهداف الصحة النفسية فيما يلي :

- الدراسة العلمية للصحة النفسية والتكيف النفسي .
- دعم الصحة النفسية ، عن طريق برامج التوعية الصحية والنفسية والتربوية .
- الوقاية من الإضطرابات النفسية والمشكلات الإنفعالية والسلوكية .
- علاج الإضطرابات والسلوكات عند وقوعها ، باتباع تقنيات العلاج النفسي . (**آمنة بن موسى ، 2010**) .

10-دور المؤسسات التعليمية في دعم الصحة النفسية للتلاميذ :

- تتحمل المؤسسة التعليمية على عاتقها العديد من المسؤوليات للنمو النفسي والصحة النفسية للتلاميذ، حيث نجد ان التلميذ يتفاعل مع معا ويتاثر بالمقررات التعليمية ويمكن تلخيص

دور المؤسسة التعليمية من أجل تحقيق النمو النفسي السليم للتلميذ والحفاظ على صحته بما يلي :

-الوعي بضرورة الاهتمام بالنمو المتكامل للتلاميذ من النواحي النفسية والجسدية والفكرية .

-توفير الخدمة النفسية لكل متمدرس ومساعدته على حل مشكلاتهم وتحقيق التوافق النفسي والاستقلالية .

-تخطيط وتنفيذ التوجيه والارشاد النفسي للتلميذ .

الاهتمام بعميلة التنشئة الاجتماعية النفسية في تعامله معا المؤسسات الاجتماعية الأخرى وخاصة الأسرة واستخدام أساليب نفسية عديدة منها القيم الاجتماعية عن طريق المنهاج وتوجيه النشاط المدرسي ، بحيث يؤدي إلى تعلم الأساليب السلوكية المرغوبة.**(عبد الخالق، 1991،ص159)**.

11-المشكلات النفسية للمراهقين المتمدرسين :

يعاني العديد من المراهقين من مشكلات نفسية تحول بينهم وبين راحتهم النفسية والشعور بالأمن النفسي ، ومن بين أهم هذي المشكلات مايلي:

-عنف الانفعالات والمبالغة في الردود : فكثيرا مايشتبك المراهق معا زملائه ، ويكون سبب الشجار عادة بسيط ،بينما يكون الرد قاسيا وعنيفا .

-عدم الثبات في السلوك : غالبا مايتخذ المراهق مواقف تدل على الصلابة وتحمل المسؤولية في مواجهة بعض المشاكل ، بينما يميل إلى الضعف والبكاء في بعضها الآخر .

-الخجل والميل إلى العزلة والانطواء : بسبب عدم الثقة ضعف العلاقات الإجتماعية بسبب مايطرا على نموه الجسمي من تغير في مظهره وظهور حاجات لم يألفها من قبل ، فيلجأ للانسحاب والعزلة اعتقادا منه أنه سيكون موضع تساؤل وسخرية أو انتقاد .

-الحب : وهو من أهم الخصائص الانفعالية ، فالمراهق في هذه المرحلة يظهر لديه ميل للجنس الآخر.

-الغضب والتمرد والثورة على مصادر السلطة" الأسرة والمدرسة والمجتمع" : ويزداد هذا السلوك في حالة وجود شعور بعدم تقبل المراهق والموافقة على سلوكه وانكاره .

-ضعف الثقة بالنفس : حيث يجد المراهق تباعدا بين مفهومه عن ذاته ومفهوم الاخرين عنه .

-ذهان المراهقة : ويحدث بصفة مفاجئة أو تدريجية وباضطرابات مختلفة "أفعال جانحة"(كالسرقة ، اعتداء جنسي ، هرب، حالة هوس) .

-أحلام اليقظة : وهي احداث متخيلة وتحصل في اليقظة ، وهي غالبا في مرحلة المراهقة تدور حول معاناة المراهق الاجتماعية داخل الأسرة أو المدرسة أو حول جسمه ومستقبله .**(بدرة معتصم ميموني ،2003،ص104)**.

12-أهمية الصحة النفسية للمراهقين :

الصحة النفسية تشمل على العلاقات الاجتماعية والذهنية والعاطفية ، وتؤثر على طريقة التفكير والشعور والتصرفات ، كما تساعد في كيفية التعامل مع القلق والتوتر في الحياة والتواصل

مع الغير ، واتخاذ القرار ، فالصحة النفسية مهمة في كل مرحلة من مراحل الحياة من الطفولة إلى المراهقة وحتى الرشد .

والصحة النفسية الجيدة تساعد المراهقين على بناء علاقات قوية ، والتكيف مع التغيير ، والتعامل مع تحديات ومشاكل الحياة وفيما يلي علامات الصحة النفسية الجيدة المراهق:

- الشعور بسعادة أكبر وأكثر انفتاحا واستمتاعا بالحياة .
- التعافي من الاضطرابات وخيبات الأمل .
- التمتع بعلاقات صحية متكافئة مع العائلة والأصدقاء ، بعيداً عن الانطواء والتابعية .
- ممارسة الرياضة واتباع نظام غذائي صحي.
- المشاركة في الأنشطة المنظمة من طرف المؤسسات التعليمية.
- الشعور بالإنجاز والرضا عن الذات .
- الشعور بالانتماء إلى المجتمع وعدم الانعزال . (**https://www.psyco-dz.info/2022/04/blog-post_19.html**)

خلاصة:

من خلال ما أشرنا إليه أن الصحة النفسية علم يستطيع أن يقدم الكثير نحو تحقيق الشخصية الإيجابية، متكيفة مع نفسها ومع مجتمعها، قادرة على تجنب كل ما يعصف بحياتهم ويسبب لهم الإضطراب والقلق، كما أنها تعنى بمساعدة الأفراد على تأدية أدوارهم في الحياة بأحسن صورة، مما يجعلهم في حالة من الرضا والسعادة والثقة بالنفس.

الباب الثاني

الجانب الميداني

الفصل الرابع

إجراءات الدراسة الميدانية

- منهج الدراسة.
- الدراسة الاستطلاعية.
- أهداف الدراسة الاستطلاعية.
- اجراءات الدراسة الاستطلاعية.
- حدود الدراسة.
- عينة الدراسة .
- أدوات الدراسة .
- الأساليب الإحصائية .

1/ منهج الدراسة :

لكل دراسة علمية منهج خاص بها ، وتختلف المناهج باختلاف مواضيع البحث ، ولكل منهج وظيفته وخصائصه ، والمنهج كيفما كان نوعه هو الطريق التي يسلكها الباحث للوصول لنتيجة معينة .

(عمار بوحوش ، 1985 ، ص 23).

و يختار المنهج حسب طبيعة العلاقة بين متغيرين رئيسيين للدراسة و تبعاً للأهداف المستنتجة ، ومنها تشمل دراستنا على متغيرين رئيسيين هما : **القيم الدينية** كمتغير مستقل ، **والصحة النفسية** كمتغير تابع ، وعليه اعتمدنا المنهج الوصفي الارتباطي في دراسة مشكلة البحث .

1-1-تعريف المنهج الوصفي

هو البحث الوصفي الاحصائي ، حيث يصف البيانات حول خصائص السكان والظواهر ، وهو من أهم المناهج المستعملة في البحوث العلمية ، يلجأ إليه الباحث عندما تتوفر لديه معرفة مسبقة حول موضوع الدراسة . **(عودة ، 1987 ، ص 103)**

2/ الدراسة الاستطلاعية :

تعد الدراسة الاستطلاعية بمثابة اللبنة الأولى التي ترتكز عليها الدراسات الميدانية ، وتمهد للبحث العلمي ، وكما انها تعرف بالظروف التي سيجرى فيها البحث .

وباعتبار أهمية الدراسة الاستطلاعية لأي بحث علمي ، فإنه من خلال الدراسة الحالية تم تحديد الأهداف الساعي إلى تحقيقها .

3/ أهداف الدراسة الاستطلاعية :

كان الهدف من إجراء الدراسة الاستطلاعية هو :

- اكتشاف ميدان الدراسة ومدى توفر عينة الدراسة .
- جمع المعلومات والمعطيات الضرورية حول موضوع الدراسة .
- التعرف على مجتمع البحث .
- التأكد من الصعوبات التي يمكن أن تواجهنا في الميدان والاستعداد للدراسة الأساسية .
- التأكد من صلاحية البنود الخاصة بأدوات الدراسة على عينة الدراسة ، والمتمثلة في مقياس (**القيم الدينية**) ومقياس (**الصحة النفسية**) ، بالتأكد من الخصائص السيكومترية قبل تطبيقها .

4/إجراءات الدراسة الاستطلاعية :

بناءا على تعليمة مديرية جامعة " الدكتور يحيى فارس . المدية " الخاصة بمناقشة مذكرات التخرج " ماستر 2 " والتي تم فيها إجازة الاكتفاء بالجانب النظري فقط ، و ذلك في حالة استحالة إنهاء الجانب التطبيقي بسبب ظروف جائحة فيروس كورونا (الكوفيد 19) والحالات الاستثنائية التي تمر بها الجامعات والبلاد عموما .

5/حدود الدراسة:

5-1-المجال المكاني:

المتمثل في الحيز الجغرافي والمكاني الذي ستجرى به الدراسة ، وتبعا لطبيعة الموضوع فالدراسة كان من المقرر إجراؤها على مؤسسات التربية والتعليم " الثانوية " .

5-2-المجال الزماني:

ويقصد بذلك الفترة الزمنية التي ستجرى بها الدراسة ، وتمثل المباشرة بإنجاز هذه الدراسة ابتداءا من من الفترة الاستطلاعية الممتدة من فيفري 2022 إلى غاية الإنتهاء من إعداد وإنجاز المذكرة .

5-3-المجال البشري:

هو الحيز البشري للدراسة ، والمتمثل في الأشخاص الذين ستجرى عليهم الدراسة ، والذين يمثلون وحدات مجتمع الدراسة ، وهم التلاميذ المراهقين المتمدرسين بالطور الثانوي .

6/ عينة الدراسة :

وهي التي تمثل مجتمع الدراسة والتي تتوفر فيها خصائص ذلك المجتمع وكذا نسبة التمثيل لأفراد المجتمع الأصلي و نظرا للصعوبة في إجراءات الدراسة الاستطلاعية، فقد تم حصر عينة الدراسة إجرائيا، وكان من المقرر أن يكون قوام العينة (80 **تلميذا و تلميذة)** ، من تلاميذ مؤسستي التربية والتعليم تم اختيارهم بطريقة العشوائية العنقودية من (**ثانوية بن علية يحيى ، و ثانوية الإخوة يسبع يحيى و سعد – شلالة العذاورة – المدية)**

7/أدوات الدراسة:

7-1- إستمارة البيانات: وهي عبارة عن إستمارة تحتوي على مجموعة من الأسئلة، يمكن للباحث من خلالها التحصل على البيانات العامة.

7-1- الاستبيان :

اعتمدنا في دراستنا هذه على الوسائل التي تخدم الموضوع الذي تطرقنا إليه وهو الاستبيان الذي يعد من أكثر الأدوات استخداما و شيوعاً في البحوث النفسية والاجتماعية، وذلك راجع إلى المميزات التي يتميز بها من اختصار للوقت والجهد ولسهولة البيانات، ويستخدم الباحث الاستبيان للوصول إلى حل المشكلة التي تدرسها الوسائل التي لها علاقة بموضوع بحثه للتحقق من فرضياته. **(فاخر عاقل ، 1977 ، ص 84)**

و يعرفه **ابو النيل محمود السيد** : بأنه عبارة عن مجموعة من الأسئلة المصممة للتوصل من خلالها للحقائق التي يهدف إليها الباحث ، ويخضع الاستبيان الى العديد من الحقائق، كما تتسم أسئلته بالوضوح، بحيث لا يعني السؤال معاني متعددة . **(أبو النيل ، 1984 ، ص 181)**

وقد تم الاعتماد في هذه الدراسة على استبيانين.

الاستبيان الأول خاص بالقيم الدينية من إعداد سامية بن لادن ، استعنت به في دراستي الحالية ، مع بعض التعديلات ، ويحتوي على 70 سؤالا ، حيث يشمل القيم المقترحة في الدراسة وهي : **(قيمة الصدق ، الايثار ، التواضع ، الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر)**

الاستبيان الثاني وهو خاص بالصحة النفسية ، ويشمل كل من الأبعاد التالية : **(بعد الرضا و القناعة ، السمو والالتزام ، الاعتدال والوسطية ، الإيجابية والإنتاجية ، و بعد الالتزام بالفطرة والشريعة).**

8/الأساليب الاحصائية:

إن طبيعة الموضوع والهدف منه أساليب إحصائية خاصة، تساعد في الوصول إلى نتائج ومعطيات يفسَّر ويحلَّل من خلالها موضوع الدراسة.

ولقد اعتمدنا في دراستنا هذه على مجموعة من الأساليب الإحصائية وهي كالآتي:

- النسبة المئوية.
- التكرارات.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط بيرسون.
- معامل آلفا كرونباخ.
- اختبار (T.test) لعينتين غير متجانستين للتأكد من دلالة الفروق.

و ذلك بالاعتماد على جمع البيانات من خلال الحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss 20) ، وذلك بعد إدخال المعلومات في الحاسب الالي ومعالجتها باستخدام T.test .

الفصل الخامس

الفصل الخامس: عرض ومناقشة النتائج

- عرض ومناقشة النتائج الخاصة بالفرضية الأولى.
- عرض ومناقشة النتائج الخاصة بالفرضية الثانية.
- عرض ومناقشة نتائج الفرضية العامة.
- استنتاج عام.
- اقتراحات الدراسة.

1/ عرض و مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الفرعية الأولى:

التي تنص على " أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين تعزى لمتغير القيم الدينية ".

بعد التحليل وتطبيق ادوات الدراسة على الفروق بين الجنسين تعزى لمتغير القيم الدينية، توصلت النتائج إلى أن هناك فروق بالنسبة للجنس لصالح الإناث، أي أن الإناث أعلى في مستوى القيم الدينية من الذكور، كون أن الإناث في المجتمع العربي ينشأن في بيئة أسرية تتابع سلوكهن وتصرفاتهن وتراقب أفعالهن وتوجههن أكثر من الذكور، انطلاقا من الحرص على سمعتهن.

وهذا يتفق مع ما توصلت إليه **دراسة ايمان كركز وعبد المنعم جابر 2020**، التي أكدت على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإناث تعزى لمتغير القيم الدينية، وفسرت ذلك على طبيعة المجتمع العربي وتنشئته، وأن هذه الفروق ما هي إلا فروق جزئية، وأن هذا ليس له دلالة أن عدم وجود فروق كبيرة تعود لأسباب عدة.

2/ عرض و مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الفرعية الثانية:

والتي تنص على " أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين تعزى لمتغير الصحة النفسية ".

بعد تحليل وإثراء الدراسة الفروق بين الجنسين التي تعزى لمتغير الصحة النفسية، توصلت الدراسة إلى أنه توجد فروق جوهرية بالنسبة للجنس لصالح الذكور، الأمر الذي يشير إلى اختلاف وتباين في مدى الفروق الدالة إحصائيا بين الجنسين في مستوى الصحة النفسية، أي أن الذكور أعلى في مستوى الصحة النفسية من الإناث.

وهذا ما يتفق مع نتيجة ما توصلت إليه دراسة **سهام كاظم 2009**، التي أوضحت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لصالح عينة الذكور، وكذلك دراسة **سماح أحمد 2015**، والتي أوضحت هي كذلك وجود فروق لصالح الذكور.

3/ مناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة:

تنص الفرضية العامة على " وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين القيم الدينية والصحة النفسية ".

تشير نتائج الفرضية إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين القيم الدينية والصحة النفسية للتلاميذ المراهقين، بمعنى أنه توجد علاقة بين القيم الدينية والصحة النفسية، أي أنه كلما تشبع التلميذ المراهق بالقيم الدينية زادت صحته النفسية، وهذا ما يتماشى مع الكثير من الدراسات التي جاءت للبحث عن العلاقة بين الدين والصحة النفسية.

وتتفق الدراسة الحالية مع دراسة **روس 1990**، التي كانت بعنوان الدين والاضطراب النفسي، وكانت من نتائج دراسته أن متغيرات الأنشطة الدينية المقاومة على الضغوط، وتم التأكيد علميا في دراسة "**روس** " أن التدين من المفاهيم التي لها قيمة كبيرة في مجال البحوث النفسية والاجتماعية، بوصفه وسيلة للتنبؤ بالسلوك، كما يعد ضبطه وتعزيزه وسيلة فعالة لوقاية الشباب من الوقوع في مثل السلوكيات المدمرة

وأيضاً اتفقت الدراسة مع دراسة **الشندودية 2011**، من حيث علاقة القيم الدينية بالأمن النفسي الذي يشكل مساندة نفسية لدى المراهقين، وأن العلاقة بين القيم الدينية والإيجابية النفسية للفرد.

كذلك اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة **lixiline , 2000, yali & Sanderson** من حيث العلاقة بين المعاناة النفسية لدى المراهقين التي تحتاج إلى مساندة نفسية في العيادات النفسية وبين القيم الدينية .

4/ استنتاج عام:

إن الحوصلة العامة لأهم النتائج المتوصل إليها من خلال الدراسة، يتبين ويتأكد أهمية القيم الدينية وعلاقتها بالصحة النفسية، إذ أن القيم الدينية لها تأثير فعال في تحقيق الصحة النفسية وذلك من خلال تفعيل القيم الدينية لدى فئة التلاميذ المراهقين وإشعارهم بضرورة التحلي والاعتماد على هذه القيم حتى تستوي حياتهم، من أجل الوصول إلى الأهداف التي يسعون لتحقيقها.

فالنتائج المتوصل لها تثبت أن القيم الدينية تماثل الصحة النفسية، فالتلاميذ الذين لديهم قيم دينية مرتفعة تكون صحتهم النفسية متكاملة ، أما الذين لديهم انخفاض في القيم الدينية نجد أن لديهم مشاكل نفسية وعدم توافق نفسي ، وهذا ما وافقت عليه دراسة **هابي 1973** ، " الموسومة بالعلاقة بين سمات الشخصية والقيم الدينية" ، وقد كانت من بين نتائجها أن من ترتفع لديهم القيم الدينية يتميزون بالثقة والإيجابية نحو الذات ، ويعملون بجدية ، ويفسر ذلك أن الأشخاص المتمسكين بالقيم الدينية المستمدة من شريعتنا الإسلامية التي تدعو إلى تحقيق الأمن والراحة النفسية، ونحن كمسلمين نعتبر سيدنا **محمد صلى الله عليه وسلم** أحسن قدوة ونموذج نطمح الوصول إلى صفاته والاقتداء به .

ومنه فإن القيم الدينية قيم سامية، يسعى الفرد إلى تحقيقها، والتوصل إلى سنة العليا لها، وهذا ما يثبت توصلنا إلى أن العلاقة بين القيم الدينية والصحة النفسية هي علاقة ارتباطية.

5/ اقتراحات الدراسة:

لقد مثلت هذه الدراسة جهدا متواضعا في دراسة القيم الدينية ومدى تحقيقها للصحة النفسية، وفي ظل النتائج المتوصل إليها، وما إن استنتاجه من معطيات، يكمن اقتراح بعض التوصيات التي تظهر أنها مهمة، والتي هي:

- تعزيز الدراسات النفسية بتضمين مفاهيم معرفية واجتماعية على علاقة الدين، من خلال مفاهيمه القابلة للقياس، كالاعتقادات والقيم الأخلاقية .... إلخ.

– تصميم برامج إرشادية دينية تؤدي إلى تعزيز السلوك الديني في المؤسسات التعليمية لدى فئة التلاميذ المراهقين على مختلف فئاتهم العمرية، ومدى اسهامها في تنمية الذات لديهم.

- تفعيل علم النفس الديني ضمن المناهج العلمية.

- القيام بدراسات تطبيقية علاجية باستخدام الدين (القرآن الكريم، الأذكار، الأدعية ...) في علاج بعض الاضطرابات والأمراض النفسية.

- دراسة علاقة التربية الدينية بنوع وسمات الشخصية لدى فئة الشباب المراهق.

- القيام ببحوث في المجال العلمي الديني للرفع من مستوى الصحة النفسية للأفراد، من خلال إحياء وتصحيح مفاهيم الدين في العمق، حتى تعالج مختلف المشكلات الخاصة بالعنف والتطرف الديني.

- توعية الشباب المراهق باكتساب القيم الدينية، من خلال تطبيقها لتترسخ لديهم، وتصبح من الكيان النفسي لهم، وليس اكسابها إياهم نظريا فقط.

خاتمة

خاتمة:

تبقى هذه الدراسة على محدوديتها حول مدى تأثير ودور القيم الدينية التي تحقق لنا الصحة النفسية، والنتائج المتوصل إليها والمرتبطة بفترة محددة، التي تم استطلاع عينة البحث فيها، وفوق ذلك تفتقد للدليل على مصداقيتها، وتبقى الدراسات الطويلة القائمة على رصد وتتبع القيم لفئات المبحوثين من خلال استطلاعات ميدانية، هي وحدها القادرة على كشف مظاهر التغير والثبات وربطها بمتغيرات المجتمع وتحولاته، على ضوء الدراسات والبحوث الميدانية وما يرافقها من تحديد المفاهيم والنظريات والمبررات.

ووفق هذا المنظور فإن بحثنا هذا يعتبر جزءا بسيطا من بحوث أخرى حول متغير القيم الدينية وأنواعه المختلفة، يحتاج دائما إلى تحيين وتجديد في رؤيته ومنهجيته من خلال تجارب علمية بين مختلف مراكز البحوث العلمية المختصة بالدراسات السوسيولوجية والأنثروبولوجية.

وعليه يمكن أن نستنتج أن للقيم الدينية والصحة النفسية علاقة قوية طردية، فكلما كان مستوى تشبع الفرد بالقيم الدينية كان هناك مستوى مرتفع من الصحة النفسية يتماشى ودرجة التشبع بالقيم ودقتها وقوتها، والعكس صحيح.

كما تم تأكيد أثر القيم الدينية ودورها في حماية الأفراد من الوقوع في الأمراض والاضطرابات النفسية، كون إن القيم الدينية تلزم الإستقامة إلى حد ما، فيضمن السلامة من الاضطرابات والحالات النفسية السلبية المتخلفة.

قائمة المصادر والمراجع

المصادر:

1) القرآن الكريم برواية حفص عن عاصم

2) الامام مسلم، صحيح مسلم.

قائمة المراجع باللغة العربية:

1) أبو العينين علي خليل المصطفى، القيم الإسلامية والتربية الحديثة المنورة ، مكتبة إبراهيم الحلبي ، 1988 م

2) أبو الفضل جمال الدين ابن منظور ، لسان العرب ، الجزء 12 ، ط 1 ، دار الطباعة والنشر ، بيروت–لبنان ، 1990 م .

3) أبو دلو، جمال، الصحة النفسية، دار أسامة، عمان الأردن، 2008 م

4) أبو هين ، مبادئ الصحة النفسية ، ط 1، دار الحكمة ، القاهرة ، مصر ، 1997 م.

5) أحمد صباح الخير، رزق الله سعيد، نوفمبر 2019 ، أثر القيم الدينية في التحضير للعمل التطوعي الخيري ، مجلة معالم الدعوة الإسلامية المحكمة، العدد 11

6) آمنة بن موسى ، أحمد ، الصحة النفسية وعلاقتها بنوعية الحياة لدى النازحين ، مذكرة ماجستير في علم النفس ، جامعة الخرطوم ، السودان ،2010 م.

7) إيمان عيسى ديلمي ، شريفة بن وقليل ، القيم الدينية وعلاقتها بالتوافق الزواجي ، مذكرة ماستر ، علوم التربية ، جامعة المدية ، الجزائر ، 2016 م.

8) إيمان هولي، المناخ الدراسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من التلاميذ المتوسط و الثانوي ، مذكرة ماجستير في الصحة النفسية والتكيف المدرسي ، جامعة قاصدي مرباح ، ورقلة، 2014م.

قائمة المصادر والمراجع

9) بخوش نورس، حميداني خرفية ، جودة الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى المراهقين طالبات جامعة زيان عاشور، مذكرة ماستر علم النفس التربوي، جامعة زيان عاشور، الجلفة ، 2016م

10) بشير ضيفي ، القيم التربوية الدينية للتعاملات التجارية في الأسواق الشعبية، مذكرة ماجستير في علم الاجتماع التربوي الديني ، جامعة غرداية، الجزائر، 2013م

11) بطرس، بطرس حافظ، التكيف والصحة النفسية للطفل، دار المسيرة، عمان الأردن، 2008م

12) بن صالح هداية، فاعلية برنامج علاجي معرفي سلوكي في خفض حدة الصحة النفسية لدى المراهق المتمدرس ، أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه (ل م د) ، جامعة أبو بكر بلقايد، تلمسان، 2016م

13) بهاء الدين الجوزانه، أبريل 2017، المساندة النفسية وعلاقتها بالقيم الدينية لدى المراهقين في السنة التحضيرية بالجامعة الإسلامية في المدينة المنورة، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، المجلد 39، العدد 2

14) التل شادية ، عصام أبو بكر ، تطوير مقياس القيم الإسلامية ، مجلة مؤتة للبحوث والدراسات والقانون ، المجلد الثالث عشر ، العدد الأول

15) الجلاد؛ زكي ماجد ، تعلم القيم وتعليمها – الصور نظري وتطبيقي الطرائق واستراتيجيات تدريس القيم ، ط 2 ، دار المسيرة ، الأردن .

16) حامد ، عبد السلام زهران ، الصحة النفسية والعلاج النفسي ، ط 2، عالم الكتاب ، القاهره ، مصر ،1997 م.

قائمة المصادر والمراجع

17) حنان محمود مصطفى الأسود، القيم الدينية والاجتماعية المتضمنة في كتاب القراءة للصفوف الرابع والخامس والسادس لمرحلة التعليم الأساسي في فلسطين، مذكرة ماجستير في المناهج وطرق التدريس، جامعة الأزهر، غزة ، 2014م

18) خليفة رفيق، مستوى الطموح وعلاقته ببعض القيم الدينية، مذكرة ماستر اكاديمي تخصص ارشاد وتوجيه، جامعة محمد بوضياف، المسيلة، 2018م

19) خير الدين هادية ، الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالصحة النفسية ، مذكرة ماستر ، علم النفس المدرسي ، جامعة بسكرة ، الجزائر ، 2019 ،

20) الداهري، صالح حسن، مبادئ الصحة النفسية، ط 3،دار وائل، عمان الأردن، 2010 م

21) دلاندة حكيمة ، القيم الدينية وأثرها في في توجيه الاقتصاد الأسري ، رسالة ماجستير ، جامعة الحاج لخضر، باتنة ، 2009 م .

22) ربيع ، محمد شحاتة ، أصول الصحة النفسية ، ط 1، مؤسسة نيل للطباعة والنشر ، مصر ،2000 م.

23) الزبيدي، كامل علوان، الصحة النفسية من وجهة نظر علماء النفس، دار علاء الدين، دمشق،

24) زغير، رشيد حميد، وصالح، يوسف محمد، الانحراف والصحة النفسية، دار الثقافة، عمان ، الأردن ،2010 م.

25) زغيمي مراد ، علم الاجتماع ، مؤسسة الزهراء للفنون المطبعية ، قسنطينة –الجزائر ، 1989 م

قائمة المصادر والمراجع

26) زهران حامد عبد السلام ، علم النفس الاجتماعي ، ط 5 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1996 م .

27) سامر ، جميل رضوان ، الصحة النفسية ، ط 2، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان ، الأردن ،2007 م.

28) سامي ، محمد ملحم ، المشكلات النفسية عند الأطفال ، ط 2، دار الفكر العربي ، عمان ، الاردن ،2011 م.

29) سري ، مقومات الصحة ، ط 1، دار جرير للنشر والتوزيع ، الإسكندرية ، مصر ،2000 م .

30) السويدي وضحة، تنمية القيم الخاصة بمادة التربية الإسلامية لدى تلميذات المرحلة الابتدائية، دار الثقافة، مصر، 1998م

31) السيد أبو النيل محمود، علم النفس الاجتماعي، دار النهضة العربية ، ط 1 ، 1984 م .

32) صالح عبدالله بن حميد . عبد الرحمن بن محمد بن ملمح ، موسوعة نظرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم ، ط1 ، دار الوسيلة للنشر والتوزيع ، 1998 م .

33) طه ، فرج عبد القادر ، وقنديل ، شاكر عطية ، ومحمد، حسين عبد القادر، وعبد الفتاح ، مصطفى كامل ، موسوعة في علم النفس والتحليل النفسي ، ج 2، دار الزهراء ، الرياض ، 2010م.

34) طيبي غماري، 2014، التدين و الصحة النفسية في الجزائر، مجلة التشريع الإسلامي والأخلاق، د.ع

قائمة المصادر والمراجع

35) عبد الحميد ، محمد الشادلي ، الصحة النفسية سيكولوجية الشخصية ، المكتب العالمي ، الإسكندرية ،1999 م.

36) عبد العظيم، طه، الصحة النفسية ومشكلاتها لدى الاطفال، دار الجامعة الجديدة، الإسكندرية، 2010 م.

37) عبد القادر ، عبد السلام ، مقدمة في الصحة النفسية ، دار النهضة العربية ، القاهرة ، مصر ، 2001 م.

38) عقلة كريم عبد الله ، الصراع بين القيم الإجتماعية ، دار الحامد ، عمان ، 2009 م .

39) علاء الدين، كفافي ، الصحة النفسية ، ط 4، دار هجر ، القاهرة ،1998 م.

40) عمار بوحوش ، دليل الباحث في المنهجية وكتابة الرسائل الجامعية ، الجزائر ، 1985 م..

41) عمر علي محمد الشهراني، القيم الدينية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى طلاب جامعة الملك خالد ، جامعة سوهاج، المملكة العربية السعودية، 2020م

42) غانم، محمد حسن، مقدمة في علم الصحة النفسية، المكتبة المصرية، الإسكندرية، 2009 م.

43) فدونس سليمة ، دور شبكات التواصل الاجتماعي في تنمية القيم الدينية لدى الطالب الجامعي، مذكرة ماستر في علوم الاعلام والاتصال ، جامعة العربي بن مهيدي، أم البواقي، 2017م

44) فهمي نورهان منير حسن ، القيم الدينية للشباب من منظور الخدمة الإجتماعية ، المكتب الجامعي الحديث ، الاسكندرية .

45) فوزي ، مبادئ في الصحة النفسية ، ط 1، دار آليا زود للنشر ، القاهره ، 2005 م.

قائمة المصادر والمراجع

46) القريطي ، عبد المطلب أمين، في الصحة النفسية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2003 م

47) محمد ،قاسم عبدالله ، مدخل الى الصحة النفسية ، ط 1، دار الفكر للطباعة والنشر ، عمان ، الأردن ،2001 م.

48) مراد بودية ، فاطمة الزهراء، مفهوم الهوية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى الشباب الجامعي، مذكرة ماجستير في الصحة النفسية والالتماس العلاجي ، جامعة أبو بكر بلقايد، تلمسان، 2012

49) ملوكة عواطف ، اتجاهات المعلمين نحو ممارسة مديري المدارس الإبتدائية للعلاقات الإنسانية وعلاقتها بالصحة النفسية ،2014 م.

50) النابعي كمال ، الإتجاهات المعاصرة في دراسة القيم والتنمية ، دار المعارف ، القاهرة ، 1985م .

51) ناجي عايدة، القيم عند المراهقين وعلاقتها باتجهاتهم نحو أساليب المعاملة الوالدية، مذكرة ماجستير في علم النفس المرضي والاجتماعي، جامعة محمد خيضر ، بسكرة، 2008م.

52) ناصر عاقل ، **أسس البحث العلمي في العلوم السلوكية** ، ط 1 ، دار العلم للملايين ، 1977 م .

53) هاجر بندلالي ، واقع الممارسة التربوية للأسرة لبعض القيم الدينية على أطفالها، مذكرة ماجستير في علم الاجتماع التربوي، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، 2016م.

54) هدى عبد الرحمن، عبد الله المقرن، فبراير 2021، التوجيه القرآني في تحقيق الصحة النفسية، مجلة الفنون والآداب والعلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 64

قائمة المصادر والمراجع

55) هندي صالح دياب ، دراسة في الثقافة الإسلامية ، جمعية عمال المطابع التعاونية، عمان، 1981 م

56) هويسة ابتسام أمحمد عبد السلام ، دور القيم الدينية في تحقيق التكافل الإجتماعي ، مجلة كليات التربية ، العدد الواحد والعشرون ، أبريل 2021 .

الملاحق

الملاحق

الملحق رقم 01

إستبياني القيم الدينية والصحة النفسية

عزيزي التلميذ عزيزة التلميذة

فمايلي مجموعة من العبارات أرجوا منك قراءة كل واحدة منها وفهما جيدا، إذا رأيت العبارة تتفق مع وجهة نظرك وما تشعر به ضع العلامة X الخانة أمامها تحت الإجابة الأكثر ملائمة بالنسبة لك مع العلم أنه لاتوجد غجابة صحيحة وخاطئة.

أرجوا أن تتأكد من وضعك العلامة في كل مرة أمام رقم العبارة نفسها التي سبق قرائتها .

مقاييس القيم الدينية

مسلسل	الفقرة	دائما	أحيانا	نادرا	لا يحدث
ص1	أفي بعهد مهما كلفي ذلك من جهد				
ص2	أقول الصدق حتى لو تعارض مع بعض مصالحي				
م2	أقدم النصيحة للآخرين حتى ولو لم أعرفهم				
ك-4	أفتخر حين ألبس ملابس تفوق ملابس الآخرين				
م5	أفعل ما انصح به غيري من فعل الخير				
إ6	أتصدق بجزء من مصروفي				
إ7	أفضل غعطاء نقودي للمحتاجين أكثر من ادخارها				
م8	أحث من حول على العمل بما يرضي الله				
ح9	أتحكم في تصرفاتي حين اتعرض للمهاجمة				
ح10	أوجه إساءات الآخرين بهدوء وتروي				
إ11	أنفذ أعمالا لأصحابي حتى ولو أنفقت عليهم من مصروفي				
ك12	أبادر بتحية الآخرين حتى لو لم اعرفهم				
إ-13	أتخطى الواقفين في الطابور لإنجاز مطالبي				
إ-14	أشعر بالتوتر حين أرى لدى الآخرين إمكانيات أفتقرها				
ص-15	أبالغ في نقل ما أسمعه من كلام عن الآخرين				
ح-16	ينفذ صبري بسهولة حين يحتد خلاف بيني وبين الآخرين				
ك-17	أرفض الاعتذار للخرين إذا أخطأت بحقهم				
ك-18	أتحاشى الجلوس بجانب أحد المستخدمين				
م-19	أتقبل نصيحة الآخرين				

ص-20	أبالغ في سعر شيء إشتريته حين ينال إعجاب البخرين				
إ-21	أرفض إعطاء أي معلومات لزملائي لكي لا يتفوقوا علي				
ص-22	أتظاهر بالمرض لإخفاء تقصري في العمل				
ص-23	ألجأ الى المراوغة في المواقف المحرجة				
ح-24	أعتبر الصلح مع الخصوم استسلام				
ص-25	أمتدح الآخرين بصفات لا تنطبق عليهم				
ص-26	أكذب من باب المزاح والمداعبة				
م27	أحرص على تقديم النصيحة للآخرين				
ص28	أتقن عملي حتى ولو لم يراقبني أحد				
ص29	أختلق أعذارا غير حقيقية إذا تأخرت عن الحصة				
ك-30	أجاري أصدقاء بالاستهزاء بالآخرين				
ص-31	أهمل توصيل أمانة كلفة عند وجود مشقة لي				
إ-32	أختار لنفسي أسهل الأعمال عند القيام بأعمال جماعية				
إ33	أضحي ببعض مصالحي من مصلحة أصدقائي				
ص34	أحافظ على سلامة الممتلكات العامة كمحافظتي لممتلكاتي				
ح-35	أنتقم من الذي يهينني				
ح36	أكظم غيضي في مواقف الغضب				
إ37	أعطي مصروفي للمحتاجين رغم حاجتي إليه				
إ38	أسامح المحتاجين في رد ما اقترضوه مني				
إ39	أتصدق للفقراء رغم قلة إمكانياتي				
ص-40	أنظر في ورقة زميلي إذا أتيحت لي الفرصة				
ص41	أتفاني في أداء عملي مهما كان شاقا				
إ-42	أقدم مصلحتي الشخصية على مصالح الآخرين				
إ43	أمد يد العون الى كل من يطلب مساعدتي مهما كانت مكانتهم				
م44	أتضايق حين أرى منكرا ولم أنه عنه				
إ-45	مساعدة البخرين مضيعة لوقت				
ح46	أبدا بالصلح مع المخطئين بحقي				
ح-47	ألجا الى المشاجر للدفاع عن حقوقي				
ح48	أتسامح مع من يخطأ في حقي				
م49	ألجا الى الكلمة الطيبة عند تقديم النصيحة				
ح50	أعفو عن من ظلمني رغم قدرتي على عقابهم				

ح51	أصمتن واذكر الله حين اتعرض لإهانة تحاشيا للغو				
ك-52	أفضل عقد صلات مع شخصيات بارزة				
م-53	أرى ان نهي النخرين عن أخطائهم تدخل في امورهم الشخصية				
ح-54	أرفض الصلح مع المخطئين في حقي حتى يعذروا لي				
ح-55	أرد الغساءة بمثلها				
إ56	أفضل ان أقضي وقتي بمساعدة النخرين أكثر من قضائه في ممارسة هواياتي				
إ-57	أرتدد في إعطاء مذكراتي للآخرين				
ح-58	أثور بسرعة حين اتعرض الى الإهانة				
ك-59	أفتخر بما امتلك من غمكانيات مادية أو معنوية يفتقدها الآخرون				
م-60	أرى أن نصح الآخرين يجب أن يقتصر على المتخصصين في أمور الدين				
ص-61	أتظاهر بإتقان العمل أمام الآخرين				
ك-62	أحب أن يمتدح الآخرون أعمالي				
ح-63	أميل الى تجريح الآخرين حين ينتقدونني				
م64	أنهى أصدقائي حينما يغتابون الآخرين				
م65	أفضل أن تكون نصيحة للآخرين سرا				
ك-66	أسخر من الأفراد الذين تبدو مظاهرهم متواضعة				
ح67	أتحاشى الرد على الآخرين عند الغضب				
ص-68	أتحيز الى أصدقائي عند توزيع أعمال جماعية كلفت بتوزيعها				
ح-69	أرفض الصحبة مع المخطئين بحقي حتى لو إعتذروا مني				
ص70	أكتم أسرار الآخرين حتى لو افشوا سري				
إ71	أعاون المحتاجين حتى ولو لم أعرفهم				

الملاحق

الصحة النفسية من منظور إسلامي

السند	العبارة	موافق بشدة	موافق	معارض	معارض بشدة
	البعد الأول: الرضا والقناعة				
01	أرضى عن نفسي في كل أحوالها				
02	أنظر للحياة من حولي نظرة واقعية				
03	أشعر بالرضا عن قضاء الله وقدره في الحياة من حولي				
04	أسلم قلبي وجهي وقلبي لله خالصين				
05	أشعر بالرضا عن الآخرين من حولي				
06	أرضى بما قسمه الله لي في حياتي من صحة ومال وأبناء				
07	أؤمن بأن القناعة كنز لا يفنى				
08	أشعر بالسعادة والرضا والقناعة بما قسمه الله لي				
09	أؤمن بأن ما يصيبني من خير أو شر هو في النهاية خير لي				
10	أشعر بالأمن النفسي إذا أصابتني مصيبة فلا أجزع ولا أفزع				
11	أحرص على طاعة الله لنيل رضاه والفوز بجنته والنجاة من عقابه				
12	أشعر بالرضا عند ممارسة الطاعات والبعد عن المعاصي				
	البعد الثاني: السمو والالتزام				
01	أهتم بسمو نفسي ووصولها لأقصى درجات الكمال				
02	أحرص على الصحة الجسدية وطهارتها				
03	أحرص على صحة النفسية بممارسة العبادات				
04	أحرص على الإخلاص في العبادات تقربا الى الله تعالى				
05	أسعى للجهر بكلمة الحق				
06	أتخطى هموم الحياة بقوة الايمان وراحة الضمير				
07	ألتزم التقوى ومخافة الله واتقائه محارمه				
08	أترفع عن صغائر الأمور				
09	أستطيع مواجهة تحديات الحياة ومواقف الصراع فيها				
10	أضع لحياتي أهدافا سامية تتناسب مع القيم الإسلامية				
11	ألتزم بتعاليم ديني في أفعالي وأنشطة الحياتية				

12	أبتعد عن أمراض القلوب من حقد وأنانية وتناقض				
13	أشعر بأن الدنيا هي همي والآخرة هي أكبر همي				
14	أشعر بتفاهة الدنيا وهمومها مهما عضمت مصاعبها				
	البعد الثالث: الاعتدال والوسطية				
01	أشبع حاجاتي دون تفريط أة إفراط وفق ما أقرته الشريعة الإسلامية				
02	أسعى لتحقيق أهدافي في الحياة بشكل معتدل ومتوازن				
03	أتخذ قراراتي بشكل متوازن لا يتعارض مع قيمي الإسلامية				
04	أحرص في أعمالي بالالتزام بتعاليم الدين الإسلامي وشريعته				
05	أجتهد في تحقيق التوازن بين متطلبات الجسم ومتطلبات الروح				
06	أشعر بالأمن والطمئنينة عندما أوازن بين حاجات البدنية والروحية				
07	أستطيع التحكم في أهوائي وشهواتي بما يحقق التوازن بين الجسد والروح				
08	أؤمن أن الله يوزع الأرزاق بين عباده بعدالة وحكمة				
	البعد الرابع: الإيجابية والإنتاجية				
01	أسعى الى أن أكون مجتهدا وإيجابيا في علاقتي مع الآخرين				
02	أهتم بنظافة جسدي ومظهري الخارجي				
03	أحرص على نظافة القلب من الحقد والكراهية والغل				
04	أسعى الى إحداث تغييرات إيجابية في الحياة من حولي				
05	أخلص نفسي من الافمار السلبية				
06	أسعى لتوجيه الآخرين بشتى السبل باليد أو اللسان أو القلب				
07	أتجنب أن أقف موقف المتفرج من أحداث الحياة				
08	أحلي نفسي بالصبر عند مواجهة المصائب والشدائد والمحن				
09	أكثر من الاستغفار والتوبة لله تعالى				
10	أتجنب الكذب وإرتكاب المعاصي التي نهى عنها الله تعالى				
11	أنظر للحياة لنظرة إيجابية متفائلة والثقة بالله				
12	أرى أن في كل محنة منحة من الله تعالى				
13	التفاعل مع أحداث الحياة بشكل إيجابي				
14	أحرص على عمل المعروف وكف الأذى عن الآخرين				
15	أسعى لتطوير قدرتي ومواهبي خدمة للآخرين وتحقيقا للكمال				

16	أتحمل المسؤولية تجاه نفسي والآخرين من حولي				
	البعد الخامس: الإلتزام بالفطرة والشريعة				
01	أحرص أن تكون سلوكياتي منسجمة مع الفطرة الإلهية الخيرة للإنسان				
02	أشعر بالاستقرار والأمن النفسي كلما وافق سلوكي فطرة الله				
03	أشعر بالشذوذ وعدم الراحة إذا خالفت سلوكيات فطرة الله				
04	أحتكم للشرع عند تقويم نفسي والآخرين				
05	أحرص على الاحتكام لشرع الله لتصحيح ما إعوج من سلوكياتي وأفعالي				
06	أشعر أن الله يخلصني من الحيرة التي تنتابني عند الحكم على الأمور وتقييمها				