جامعة محمد بوضياف – المسيلة –

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

جامعة محمد بوضياف - المسيلة
Université Mohamed Boudiaf - M'sila

الرقم التسلسلي: .....

رقم التسجيل : M.PS/06/12

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علوم التربية

تخصص: الإرشاد والتوجيه النفسي والتربوي.

التوجه نحو التدين وأثره في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د

– دراسة ميدانية بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة –

إعداد الطالب

محمد مرزوق

تاريخ المناقشة :18 أفريل 2016

أمام لجنة المناقشة المكونة من :

أ.د / عمر عمور	أستاذ التعليم العالي	جامعة محمد بوضياف بالمسيلة	رئيسا.
أ.د / رابح قدوري	أستاذ التعليم العالي	جامعة محمد بوضياف بالمسيلة	مشرفا ومقررا.
أ.د / محمد برو	أستاذ التعليم العالي	جامعة محمد بوضياف بالمسيلة	ممتحنا.
د / سامية إبراهيمي	أستاذ محاضر (أ)	جامعة محمد بوضياف بالمسيلة	ممتحنا.

السنة الجامعية: 2016/2015

بسم الله الرحمن الرحيم

شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين، والصلاة و السلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد المبعوث رحمة للعالمين، وعلى آله وصحبه ومن تبعه بإحسان إلى يوم الديـــــن.

وبعد ...

يقول ربنا تبارك وتعالى: " وَ إِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ" [إبراهيم: 7].

ربي لك الحمد كما ينبغي لجلال وجهك وعظيم سلطانك، وكما تحب ربي وترضى، عدد ما كان وعدد ما يكون وعدد الحركات والسكون، أن وفقتني لإنجاز هذا العمل.

ولأن "من لم يشكر الناس لم يشكر الله"، فإني أتوجه بخالص شكري إلى الاستاذ الفاضل " رابح قدوري" لتفضله بالإشراف على هذا العمل ومتابعة خطواته بكل عنايه واهتمام، وإفادته لي بالنصائح والتوجيهات وكذا بحسن معاملته.

وإلى كل الأساتذة والزملاء بقسم علم النفس، وكل من قدم لي يد العون من قريب أو بعيد ولو بكلمة تشجيع، وإلى كل من زرع في نفسي بذرة الأمل.

وأعتذر لكل من لم أذكرهم وأقول لهم شكر الله لكم وجزاكم عني كل خير .

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة الحالية للتحقق من أثر التوجه نحو التدين بشقيه (الظاهري، الجوهري) في مواجهة الضغوط النفسية، والكشف عن إمكانية تأثير بعض المتغيرات (الجنس، المستوى، التخصص) في مستوى الضغوط النفسية، ومن أجل تحقيق أهداف الدراسة، تم اتباع المنهج السببي المقارن، اعتمادا على مجموعة من الأدوات لجمع المعلومات والمعطيات، وتمثلت في: مقياس التوجه نحو التدين لبشير ابراهيم الحجار وعبد الكريم سعيد رضوان، مقياس الضغوط النفسية لزيدان محمد جناورو، وقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من إعداد كوستا وماكري، وقد تكونت عينة الدراسة من 220 طالبا/ة كعينة أولية، وبعد العزل والمجانسة تحصلنا على 63 طالبا/ة كعينة نهائية. وخلصت نتائج الدراسة إلى:

- لا يوجد اختلاف في مستوى الضغوط النفسية يعزى لمتغير التخصص (علوم تقنية ST، رياضيات وإعلام ألليMI ،علوم الطبيعة والحياة SNV).
- يوجد اختلاف في مستوى الضغوط النفسية يعزى لمتغير (الجنس، والمستوى الدراسي) لصالح الاناث بالنسبة لمتغير الجنس، ولصالح السنة الثانية بالنسبة لمتغير المستوى الدراسي.
- لا يوجد اختلاف في مستوى الضغوط النفسية بين الطالبات يعزى لمتغير مستوى التوجه نحو التدين الجوهري.
- لا يوجد اختلاف في مستوى الضغوط النفسية بين الطالبات يعزى لمتغير مستوى التوجه نحو التدين الظاهري.
- للتوجه نحو التدين أثر في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة المسيلة.

الكلمات المفتاحية: **التوجه نحو التدين (الظاهري، الجوهري) ، الضغوط النفسية، نضام ل.م.د.**

Résumé

Cette étude vise la Vérification de l'effet de la tendance vers la religion dans ses deux dimensions (extrinsèque, intrinsèque) au stress, et la recherche au sujet de l'effet de quelques variables (sexe, niveau d'étude, spécialisation) au niveau du stress. Pour la réalisation des objets de notre étude, nous avons opté pour l'approche comparative, et utilisé un ensemble d'outils de collecte d'informations : l'échelle de mesure de la tendance vers la religion de Bachir Ibrahim El haddjar & Abdul Karim Said Ruduan, l'échelle de mesure de stress de Zaidan Mohamed Janaoro, et la liste des cinq grands facteurs de la personnalité de Costa & Macrea.

L'échantillon préliminaire est constitué de 220 étudiants et étudiantes, et après traitement nous avons retenu 63 étudiants et étudiantes comme échantillon définitif.

Les résultats obtenus sont :

- Il existe une différence statistiquement significative au niveau du stress attribue aux (sexe, niveau d'étude) au profit des étudiantes de 2eme année du cycle universitaire.
- Il n'existe pas de différences statistiquement significatives au niveau du stress attribue au spécialité (Sciences Techniques, Mathématique et Informatique, Sciences de la Nature et de la Vie).
- Il n'existe pas de différences statistiquement significatives au niveau du stress entre les étudiantes en rapport avec la variable « niveau de la tendance intrinsèque vers la religion ».
- Il n'existe pas de différences statistiquement significatives au niveau du stress entre les étudiantes en rapport avec la variable « niveau de la tendance extrinsèque vers la religion ».
- La tendance vers la religion a un effet à l'encontre du stress chez les étudiants du système L.M.D à l'Université de M'sila.

Les Mots clés: la tendance vers la religion(extrinsèque, intrinsèque) , stress psychologique , system L.M.D.

Abstract

This study aimed to verify the impact of religious orientation, both (Intrinsic, Extrinsic) to coping psychological stress, And detect the potential impact of certain variables (sex, level, specialization) in the level of psychological stress. In order to achieve the objectives of the study, the researcher followed causal comparative approach, depending on the set of tools for collecting information and data, wich is: religious orientation scale to Bashir Ibrahim al-Hajjar and Abdul Karim Said Radwan, the psychological stress scale of Mohammed Zeidan Jnaoro, and a list of the five major factors of the personality of Costa Mccrea. The study sample consisted of 220 students as an initial sample, and after insulation, we obtained 63 students, as a final sample.

The results of the study is :

- There is a difference in the level of psychological stress due to the variables (sex and level) in favor of females and in favor of the second year, while no difference was due to the variable of specialization.
- There is no difference between students on psychological stress level due to Intrinsic religious orientation.
- There is no difference between students on psychological stress level due to Extrinsic religious orientation.
- The religious orientation impact to coping psychological stress of the LMD system students on M’sila university.

Keywords: religious orientation (Intrinsic, Extrinsic), psychological stress, LMD system.

فهرس المحتويات

العنوان	الصفحة
كلمة الشكر	أ
ملخص الدراسة	ب- د
فهرس المحتويات	هـ- ح
فهرس الجداول	ط- ك
فهرس الأشكال	ل
فهرس الملاحق	م
مقدمة	1-4

الاطار النظري

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

1-إشكـــالية البحث.	6
2-فرضيات البحث.	13
3-أهداف البحث.	14
4-أهمية البحث.	16
5-مصطلحات البحث.	17
6-الدراسات السابقة.	20

الفصل الثاني: التوجه نحو التدين

1- تطور مفهومي الدين والتدين عبر التاريخ.	51
2- مفهوم التوجه نحو التدين.	54
2-1 تعريف الدين.	54
2-2 تعريف التدين.	54
2-3 تعريف التوجه نحو التدين.	57

3- نظريات مفسرة للظاهرة الدينية.	60
3-1 نظرية الخوف.	62
3-2 النظرية الحيوية.	63
3-3 النظرية الأنثروبولوجية.	63
3-4 النظرية الثقافية.	63
3-5 النظرية الاجتماعية.	64
3-6 نظرية التحليل النفسي.	64
3-7 التوجه الديني من المنظور النفسي الوجودي.	67
3-8 التدين في التصور الإسلامي.	69
4- أنماط التدين.	70
5- خصائص نمطي الشخصية ذات التوجه الديني (الجوهري / الظاهري).	72

الفصل الثالث: الضغوط النفسية.

1-لمحة تاريخية عن تطور مفهوم الضغط النفسي.	76
2-تعريف الضغط النفسي.	77
3- أنواع الضغوط.	80
4- مصادر الضغط النفسي.	83
5- أعراض الضغط النفسي.	86
6- النماذج المفسرة للضغوط النفسية.	87
6-1 نموذج الضغط كمثير.	87
نظرية Holmas & Rahe (1967)	87
6-2 نموذج الضغط كاستجابة.	88
6-2-1 نظرية Walter Cannon.	88
6-2-2 نظرية Hans seley (1956).	88

3-6 نموذج الضغوط كتفاعل بين الفرد والبيئة.	89
6-3-1 نظرية Lazarus & Folkman (1984)	89
6-3-2 نظرية Endler (1990).	90
6-3-3 نظرية Spielberger.	91
7- الآثار الناتجة عن الضغط النفسي.	91

الإطار التطبيقي

الفصل الرابع: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

1-الدراسة الاستطلاعية.	97
2- الدراسة الأساسية.	101
2-1 منهج البحث.	101
2-2 مجتمع وعينة البحث.	104
2-3 حدود البحث.	115
2-4 متغيرات البحث.	116
2-5 أدوات البحث.	117
3- الأساليب الإحصائية.	154

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

1-عرض وتحليل نتائج الفرضيات.	159
1-1عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى.	159
1-2 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية.	161
1-3 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة.	162
1-4 عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة.	165
1-5 عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة.	167
1-6 الاجابة على التساؤل العام.	169
2- مناقشة نتائج الفرضيات.	177

2-1 مناقشة نتائج الفرضية الأولى.	177
2-2 مناقشة نتائج الفرضية الثانية.	179
2-3 مناقشة نتائج الفرضية الثالثة.	180
2-4 مناقشة نتائج الفرضية الرابعة.	183
2-5 مناقشة نتائج الفرضية الخامسة.	186
2-6 الإجابة على التساؤل العام.	187

استنتاج عام	194
التوصيات والاقتراحات	196
خاتمة	199
قائمة المراجع	201
الملاحق	213

فهرس الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	مقارنة بين الضغوط النفسية الإيجابية والسلبية ل Killy.	83
02	الآثار المترتبة عن الضغوط النفسية.	92
03	توزيع العينة حسب نوع التخصص.	106
04	توزيع العينة حسب الجنس.	106
05	توزيع العينة حسب المستوى الدراسي.	107
06	توزيع العينة حسب المستوى الدراسي.	107
07	نتائج اختبار LSD (أقل فرق معنوي) لدلالة الفروق بين متوسطات المستويات الدراسية.	111
08	قيم معاملات الارتباط بين البنود والدرجة الكلية لبعد التدين الجوهري.	121
09	قيم معاملات الارتباط بين البنود والدرجة الكلية لبعد التدين الظاهري.	122
10	قيمة معامل الارتباط بين بعدي المقياس والدرجة الكلية له.	123
11	نتائج اختبار "ت" للفرق بين متوسطي درجات الثلث الأعلى والثلث الأدنى للمقارنة الطرفية.	123
12	النسب المئوية النظرية للتوزيع الطبيعي ذو 5 فئات ونظيرتها المتوقعة ل 220 طالب/ة.	127
13	تعيير درجات الطلبة في مقياس التوجه نحو التدين.	128
14	مجموع التكرارات النظرية المتوقعة لكل فئة ونظيراتها الملاحظة (المتحصل عليها).	129
15	تعيير درجات الطلبة في مقياس التوجه نحو التدين في بعده الجوهري.	132

16	مجموع التكرارات النظرية المتوقعة لكل فئة ونظيراتها الملاحظة (المتحصل عليها).	133
17	تعيير مقياس التوجه نحو التدين في بعده الظاهري.	135
18	يمثل مجموع التكرارات النظرية المتوقعة لكل فئة ونظيراتها الملاحظة (المتحصل عليها).	136
19	بدائل مقياس الضغوط النفسية.	138
20	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية للمقياس.	140
21	نتائج اختبار "ت" للفرق بين متوسطي درجات الثلث الأعلى والثلث الأدنى للمقارنة الطرفية.	141
22	تعيير درجات الطلبة في مقياس الضغط النفسي.	142
23	مجموع التكرارات النظرية المتوقعة لكل فئة ونظيراتها الملاحظة (المتحصل عليها).	145
24	توزيع العبارات الإيجابية والسلبية في مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية.	148
25	قيمة معامل الارتباط بين البنود والدرجة الكلية لبعد العصابية.	149
26	نتائج اختبار "ت" للفرق بين متوسطي درجات الثلث الأعلى والثلث الأدنى للمقارنة الطرفية.	150
27	تعيير درجات الطلبة في بعد العصابية.	151
28	مجموع التكرارات النظرية المتوقعة لكل فئة ونظيراتها الملاحظة (المتحصل عليها).	153
29	نتائج اختبار Levene لتجانس تباينات المجموعات.	160
30	نتائج التحليل التباين الأحادي لمستوى الضغوط النفسية تبعا لنوع تخصص أفراد العينة (قبل المجانسة ن=220).	160
31	نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث في مستوى الضغوط النفسية (أفراد العينة قبل المجانسة)	161

32	نتائج اختبار Levene لتجانس تباينات المجموعات.	163
33	نتائج تحليل التباين الأحادي لأفراد العينة (قبل المجانسة ن=220) على مقياس الضغوط النفسية تبعا لمتغير المستوى الدراسي (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة).	163
34	نتائج اختبار LSD (أقل فرق معنوي) لدلالة الفروق بين متوسطات المستويات الدراسية مثنى مثنى.	164
35	نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الطالبات مرتفعات ومنخفضات التوجه الديني الجوهري في مستوى الضغوط النفسية.	166
36	نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الطالبات مرتفعات ومنخفضات التوجه الديني الظاهري في مستوى الضغوط النفسية.	168
37	نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الطالبات مرتفعي ومنخفضي التوجه نحو التدين في مستوى الضغوط النفسية.	171
38	الخصائص الوصفية لمتغير التوجه الديني مقارنة بمتغير الضغوط النفسية لأفراد عينة الطالبات مرتفعات الضغط النفسي.	173
39	الخصائص الوصفية لمتغير التوجه الديني مقارنة بمتغير الضغوط النفسية لأفراد عينة الطالبات منخفضات الضغط النفسي.	174
40	التوزيع التكراري لعينة مرتفعات الضغط النفسي(ذات المتوسط الحسابي: 76,36) حسب متغير التوجه نحو التدين.	175
41	التوزيع التكراري لعينة منخفضات الضغط النفسي (ذات المتوسط الحسابي: 61,95) حسب متغير التوجه نحو التدين.	176

فهرس الأشكـــال

رقم الشكل	عنوان الشكل	الصفحة
01	المدرج التكراري لدرجات الطلبة على مقياس التوجه الديني ومنحنى التوزيع الطبيعي (منحنى غوس).	130
02	المدرج التكراري لدرجات الطلبة على مقياس التوجه الديني الجوهري ومنحنى التوزيع الطبيعي (منحنى غوس).	133
03	المدرج التكراري لدرجات الطلبة على مقياس التوجه الديني الظاهري ومنحنى التوزيع الطبيعي (منحنى غوس).	136
04	المدرج التكراري لدرجات الطلبة على مقياس الضغط النفسي ومنحنى التوزيع الطبيعي (منحنى غوس).	146
05	المدرج التكراري لدرجات الطلبة في بعد العصابية ومنحنى التوزيع الطبيعي (منحنى غوس).	153

فهرس الملاحق

رقم الملحق	عنوان الملحق	الصفحة
01	مقياس التوجه نحو التدين قبل التعديل.	213
02	مقياس الضغوط النفسية قبل التعديل.	214
03	مقياس العوامل الكبرى للشخصية (بعد العصابية) قبل التعديل.	216
04	مقياس الضغوط النفسية بعد التعديل.	217
05	مقياس التوجه نحو التدين بعد التعديل.	218
06	مقياس العوامل الكبرى للشخصية (بعد العصابية) بعد التعديل.	219

مقدمـــــــة:

الضغط النفسي ظاهرة نفسية من أكثر الظواهر انتشارا في زمننا الحاضر، فقد أصبح يقض مضجع الكثيرين، وينغص عليهم معيشتهم واستقراراهم، معرضا توافقهم النفسي والاجتماعي للاضطراب ومهددا صحتهم النفسية والعقلية والجسدية في الكثير من المواقف والمحطات اليومية، فأصبحت الضغوط النفسية الصفة الغالبة على الحياة المعاصرة، وسمة من سماته، بل أصبح خبزنا اليومي، الذي ينهش منا ولا ننهش منه، ينهش من صحة الكبار والصغار على حد سواء (**السيد عبيد، 2008**).

وتشير الإحصائيات العالمية الحديثة حسب بويل وهنري (Henry & Bowil) " أن 80 بالمئة من أمراض العصر مثل نوبات القلب والقرح الدامية وضغط الدم وغيرها، بدايتها الضغط النفسي"، كما أكدت منظمة الصحة العالمية في أكثر من مقال نشرته في الصحف والدوريات العلمية الطبية على أن الضغط النفسي يعتبر حجر الزاوية في حدوث الاضطرابات السيكوسوماتية (**جناورو، 2011، 1**)، ويرى سمير الشيخاني (2003) أن التعرض المفرط للضغط ينجم عنه لا توازنات هرمونية، محدثة مجموعة من الأعراض الجسدية والعقلية والسلوكية والعاطفية (**شيخاني، 2003، 18**).

وتعد فئة الطلبة الجامعين كشريحة يعول عليها في التطور والبناء الحضاري، غير محصنة من الوقوع في تجاذبات الحياة القاسية، وتسارع وتيرة الأحداث والمواقف الضاغطة في الجامعة، والتي تضم في طياتها خبرات غير مرغوب فيها، مشكلة عبئا على قدرات تحملهم بما ينعكس بالسلب على صحتهم النفسية والعقلية والجسدية. حيث ذكر العديد من الباحثين بأن طلبة الجامعات، وخاصة المستجدين منهم، عرضة للضغط بسبب طبيعة الانتقال إلى الحياة الجامعية، إذ عليهم التعود على واقع ابتعادهم عن منازلهم لأول مرة، وكذلك المحافظة على مستوى عالٍ من التحصيل الأكاديمي، والتأقلم مع البيئة الاجتماعية الجديدة. وغالبا ما يتعامل

طلبة الجامعات، بغض النظر عن سنتهم الدراسية، مع الضغوط النفسية المرتبطة بالبحث عن عمل بعد التخرج؛ فهذه الضغوطات لا تسبب لهم القلق أو الضغط من تلقاء نفسها، ولكنها تنشأ من التفاعل بين تلك الضغوطات وكيفية تلقي الفرد لها وتفاعله معها. **(القدومي، خليل، 2011، 649)**.

ويعتبر نظام ل.م.د كنظام تعليمي بيداغوجي مستورد، تسعى الوزارة الوصية لإنجاحه وتعميمه بشكل تام بحجة إصلاح الجامعة، وتحسين مخرجاتها لتواكب التطور العلمي العالمي، يفرض قدرا إضافيا هو الأخر من الضغوط التي تثقل كاهل الطالب الجامعي، فضيق الوقت وقصر المسارات الدراسية المتمثلة في ثلاث سنوات بدل أربعة في النظام القديم يحتم على الطالب الاستغلال الأمثل لقدراته ووقته من أجل النجاح، ويفرض عليه مزيدا من الضغط النفسي.

ويعد الدين من أهم الأساليب التي يلجأ إليها الإنسان بشكل عام والطالب بشكل خاص في مواجهة الضغوطات التي يتعرض لها في حياته اليومية، قصد تحقيق الصحة النفسية أو بعض مظاهرها التي تحوي في مضمونها معاني الحياة السعيدة الهنيئة، وعلى الرغم من أنه لم تؤسس علاقة سليمة بين الدين وعلم النفس منذ القرنين الأخيرين، إلا أن البحوث التي أجريت في هذا المجال كشفت عن وجود علاقة مهمة بين التدين والصحة النفسية. ولا ينحصر هذا الرأي على العلماء الباحثين في مجال العلوم الشرعية، بل يلقى تأييدا من الباحثين في حقل العلوم الطبية أيضا. بالإضافة إلى الملاحظات النظرية فالبحوث التجريبية التي أجريت في هذا المجال أثبتت أن الذين يتمتعون بمستوى عال من التدين (الإخلاص في العقيدة والمواظبة على أداء العبادات والدعاء وقراءة المتون المقدسة... إلخ) يكونون بالمقارنة مع قليلي التدين في وضع نفسي أحسن، ومطمئنين في حياتهم، ومتفائلين في تفكيرهم، بالإضافة إلى أنهم أقل

تعرضا للضغوط النفسية والاكتئاب والقلق، وأقوى على مقاومة الضغوط النفسية، وأقل محاولة للانتحار.

وانطلاقا من إحساسنا بأهمية الظاهرة الدينية، وأثرها على النفس البشرية، ومعرفة مدى فعالية أساليبها في التخفيف من وطأة الضغوط النفسية، ارتأينا تناول الموضوع ودراسته بشكل علمي أكاديمي، لمعرفة الأثر الذي يتركه التوجه نحو التدين بشقيه؛ الجوهري والظاهري، كأسلوب مواجهة أمام الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلبة في الجامعة؛ والكشف كذلك عن تأثير بعض المتغيرات مثل: الجنس، المستوى الدراسي، التخصص.

وعلى هذا الأساس جاء موضوع دراستنا بعنوان: أثر التوجه نحو التدين في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د. دراسة ميدانية بجامعة المسيلة.

حيث تم تناول هذا الموضوع في إطارين: إطار نظري وإطار تطبيقي، بالإضافة إلى فصل خاص بالإطار العام للبحث، وشمل ما يلي:

الفصل الأول (التمهيدي): إشكالية البحث وتساؤلاتها، فرضيات البحث، أهداف البحث، أهمية البحث، تحديد المفاهيم إجرائيا، الدراسات السابقة.

أما الإطار النظري فشمل فصلين؛ فصل للتوجه نحو التدين، وفصل للضغوط النفسية.

حيث شمل فصل التوجه نحو التدين على: تطور مفهومي الدين والتدين عبر التاريخ، تعريف التوجه نحو التدين، النظريات المفسرة للظاهرة الدينية وكذا أنماط التدين وقياس التوجه الديني.

وشمل فصل الضغوط النفسية على: لمحة تاريخية عن تطور مفهوم الضغط النفسي، تعريف الضغط النفسي وأنواعه وأعراضه ومصادره، بالإضافة إلى النماذج المفسرة للضغوط النفسية، والآثار الناتجة عنه.

أما الإطار التطبيقي فجاء فيه: فصل للإجراءات المنهجية، وفصل لعرض وتحليل النتائج و تفسيرها.

حيث شمل فصل الإجرائيات المنهجية بعض العناصر متمثلة في الدراسة الاستطلاعية، الدراسة الأساسية التي تضمنت منهج البحث ومجتمعه وعينته وأدوات جمع البيانات وكذا حدود البحث مع ذكر مجموعة الأساليب الإحصائية المستعملة.

أما فصل عرض وتحليل النتائج وتفسيرها فشمل على عنصرين، الأول لعرض وتحليل نتائج الفرضيات، والثاني لمناقشة وتفسير نتائج الفرضيات والخروج باستنتاج عام، إضافة للتوصيات والمقترحات وخاتمة، دون نسيان قائمة المراجع والملاحق.

الفصـــــل الأول

الإطار العام للبحث

1- إشكـــــالية البحث

2- فرضيات البحث

3- أهـــــداف البحث

4- أهمـــــية البحث

5- مصطلحات البحث

6- الدراسات السابقة

تمهيد:

يتناول هذا الفصل تقديم موضوع الدراسة كمدخل رئيسي في البحث. يتم من خلاله التطرق إلى إشكالية الدراسة وفرضياتها، وتحديد أهمية الدراسة وأهدافها، وما ترمي إلى تحقيقه، والمساهمات التي سوف تقدمها للمعرفة، وصولا إلى ضبط المفاهيم إجرائيا والدراسات السابقة.

1-إشكالية البحث:

على الرغم مما يشهده عالم اليوم من تقدم علمي وتكنولوجي كبيرين، مكن الإنسان المعاصر من سيطرة أكبر على الظواهر الطبيعية، ووسع معارفه المادية مسهلا عليه الوصول إلى المعلومة والحصول عليها من مصادرها، وبالرغم من تطور المعدات التقنية المسخرة في خدمة الانسان والساهرة على حمايته، وتوفير سبل السعادة له، إلا أننا نجده في عصرنا هذا، وفي كثير من الأحيان يتخبط في معترك الحياة، يصارع رغباته ونزواته مقاوما مخاوفه وهواجسه، معرضا نفسه للكثير من المواقف الضاغطة، من أجل الحصول على حياة الرفاهية والوفرة المالية التي لطالما عاش يحلم بها له ولأبنائه. إلا أن هذا كله على حساب الاستقرار والأمان النفسي، الذي يمكنه من الاتزان لتحقيق شروط السكينة والطمأنينة، مما يحقق الصحة النفسية، ويكون لحياة هادئة هنيئة عزت وعز منالها بالنظر إلى تعقد الحياة المدنية وازدياد حاجياتها، وتفاقم أحداث الحياة الضاغطة من كل جانب على الإنسان. حيث تصف الدسوقي (1996) العصر الحديث بأنه "عصر الضغوط النفسية، لأننا نعيش في عصر ينفرد بأوضاع وأحداث مثيرة" **(عن العنزي، 2004، 15)**.

وأكد مجموعة من الباحثين الفرنسيين في المعهد الوطني للصحة والبحوث الطبية في مقال منشور أنه "ينبغي توخي الحذر وعدم إهمال الناس الذين يعانون من ضغط نفسي، لا

سيما أولئك الذين يعتقدون أن الضغط النفسي يوثر على حالتهم الصحية (**European Heart, 2013**).

فهو يسبب خطرا مضاعفا للإصابة بالأمراض المتعلقة بالقلب، صعوبات التركيز ومشاكل الجلد والصداع، وحسب باحثين من نفس المعهد في مركز البحوث في علم الأوبئة وصحة السكان في فيلجويف Villejuif، أن الضغط النفسي هو أحد المشاكل الرئيسية للصحة العامة، وقد أظهرت دراسات سابقة أن التغيرات الفيزيولوجية المرتبطة بالضغط النفسي يمكن أن يكون لها تأثير ضار على الصحة (**Destination Santé, 2013**).

أما من الناحية الأدائية، فيؤكد Gross & Mastonbork على تأثير الضغط على الأداء (الإنجاز) عند الكبار وحتى الصغار حيث يرى Lancily أن الضغط الناتج عن طلب إنجاز أكبر كم ممكن من الأعمال في وقت محدد ينتج عنه عدد كبير من الأخطاء لدى الأطفال، وبالتالي نقص في كفاءة الأداء لديهم (**الرشيدي، 1999، 35**).

وإذا كانت للضغوط النفسية آثار سلبية على حياة الأفراد في مختلف الفئات، فإن فئة الشباب من أكثر الفئات تأثرا بأحداث الحياة الضاغطة بالنظر إلى التحديات التي تواجههم في شتى المجالات التعليمية والمهنية. ونخص بالذكر في بحثنا هذا المرحلة الجامعية كمرحلة عمرية وتعليمية هامة في حياة الطالب، فالطالب الجامعي ليس في منأى عن ظروف ومواقف الحياة الضاغطة، ذلك أن المرحلة الجامعية تعتبر نقطة تحول هامة، ينتقل فيها الطالب من المرحلة الثانوية التي كان يعتمد فيها على الأستاذ والكتب المقررة إلى مرحلة الاعتماد على الذات ومواجهة الحياة باستقلالية أكبر. هذا الانتقال والاختلاف في مطالب ومميزات كل مرحلة تعليمية يفرض عليه مزيدا من الضغط والتركيز الذي لم يتعود عليه؛ كل هذا التحول يضاف إليه الانتقال من مرحلة عمرية إلى مرحلة أخرى، فالانتقال من مرحلة المراهقة بما تحمله من إحباطات واندفاعات ومكبوتات لم تشبع بعد، إلى حياة الرشد والتعقل والاستقلالية في الرأي

والتفكير يفرض عليه المرور بمجموعة من التغيرات النمائية والنفسية والاجتماعية، حتى يحقق التوافق والتكيف مع الحياة الجديدة، حيث تؤكد دراسة Cooner & Calvet أنه على الرغم من فرص التطور التي تقدمها الحياة الجامعية للطلاب، إلا أنهم يواجهون عددا من الظروف المسببة للضغوط، متضمنة المطالب الأكاديمية، الصعوبات المادية، الانفصال عن العائلة، بداية صداقات جديدة وعلاقات عاطفية والتي تعد جميعها مصادر للضغط **(جناورو،2011)**.

وبالتحليل الواقعي للمنظومة التعليمية الجامعية في بلادنا، نجد نظام ل.م.د كنظام تعليمي بيداغوجي مستورد تسعى الوزارة الوصية لإنجاحه وتعميمه بشكل تام، يفرض قدرا إضافيا من الضغط النفسي، يثقل كاهل الطالب إضافة إلى كل أنواع الضغط التي كان يعانيها الطالب في النظام القديم، ممثلة في تسارع وتيرة الدروس اليومية، وكثافة المادة العلمية، وكثرة الواجبات والبحوث المتطلبة لكل وحدة تعليمية خاصة، مع ضيق وقت السداسيات الدراسية، كل هذا يضاف إلى قوة المنافسة، التي تفرضها رغبة كل طالب بالتموضع في ترتيب يسمح له بالظفر بمنصب في مراحل التدرج العليا، فالأماني كبيرة والتطلعات عالية، ولكن التحديات كثيرة والمناصب محدودة، مما يدفع بالطالب إلى بذل مجهودات كبيرة، ويرى الطريري (1994) أن هذا الأمر مطلوب ومحبذ كأثر إيجابي للضغط النفسي، إلا أن التعرض لمستوى عال من الضغوط ولفترات زمنية طويلة ومتقاربة، يكون له آثار مدمرة وسلبية **(طريري، 1994، 14)**، مما ينعكس سلبا على استقرار الطالب الجامعي، وتوافقه النفسي والدراسي، ويجعله عرضة لاضطرابات سلوكية ومشاكل نفسية وصحية، خاصة إذا غابت المساندة الاجتماعية من الأهل والأصدقاء لهذا الطالب الذي هو في أمس الحاجة لمن يفهمه ويقدر ظرفه ويخفف عنه، وهذا ما أثبتته دراسة حياة النابلسي (2009) في أنه كلما زادت المساندة الاجتماعية قلت الضغوط النفسية عند الطلبة، إلا أن المساندة الاجتماعية ليست في متناول الجميع وخاصة الطلبة المقيمين في الجامعة؛ وهنا يأتي دور المساعدة الإرشادية المتخصصة المبنية على أسس علمية

والتي تدخل ضمن الأدوار الرئيسية التي يقوم بها المرشد الطلابي في الجامعة، إلا أن هذه الوظيفة غير متوفرة في جامعاتنا تماما. حتى وإن تكلمنا عن دور المشرف أو المرافق كمهمة استدعتها ظروف تطبيق نظام ل.م.د، وغموض آلياته وأهدافه لدى الطالب، هذه المهمة التي خصص لها المشرع الجزائري عدة نصوص قانونية تنظيمية خاصة لما لها من أهمية بالغة، حث فيها على وجوب التكفل بالطلبة والإشراف عليهم من طرف الأساتذة، ومرافقة من لهم مشاكل في التكيف مع الفضاء الجامعي، خاصة الذين فشلوا في دراستهم الجامعية **(بلولي،2013)**. كل هاته التوصيات نجدها مجرد حبر على ورق لا يصدقها الواقع، فرغم المبادرات الموسمية من طرف إدارات الأقسام لتغطية عجز الإشراف، وإقدام بعض الأساتذة الحريصين على تقديم يد العون للطالب، إلا أن هذ غير كاف ولا يبرر استقالة الكثير من الأساتذة عن القيام بهذا الدور المهم؛ ففي ظل هاته الظروف يبقي الطالب المضغوط نفسيا والمحبط دراسيا يصارع أحداث الحياة الجامعية لوحده، ولا يجد أمامه في مواجهتها سوى الاعتماد على نفسه، وعلى خبراته الحياتية، لتزوده بأساليب تساعده في التخفيف من وطأة الضغوط. فطبيعة النفس البشرية تأبى الاستسلام والرضوخ للضغوط مهما كان نوعها، فهي مهيأة لخلق مسارات تنفيسيه وابتكار آليات دفاعية، في سبيل خفضها أو انتهاج استراتيجيات وأساليب لمواجهتها. وتذكر أنعام هادي حسن (2013) عدة أساليب للتعامل مع الضغوط النفسية، "منها ما هو لا شعوري مثل الكبت والإسقاط والنكوص، ومنها ما هو شعوري مثل ضبط النفس، التفكير الإيجابي، الأساليب البدنية، المواجهة المتمركزة حول المشكلة، والاستراتيجية الدينية، المتمثلة حسبها في التمسك بالدين، الصلاة، التحصين بالأذكار" **(حسن، 2013، 72)**، ويذكر السهلي كذلك عدة أساليب واستراتيجيات يعمد إليها الإنسان لمواجهة الضغوط، ومن هاته الأساليب، الإيمان بالله واللجوء إليه سبحانه وتعالى، وممارسة عادات دينية معينة (كذكر الله، الصلاة...) **(السهلي، 2010، 35)**. فالدين كظاهرة نفسية واجتماعية يعتبر قديما قدم الانسان، وضرورة لا غنى للإنسان عنها في حياته، فالنزعة الدينية

نزعة فطرية، حيث يرى زهران(1980) " أن للدين دور أساسي في حياة الانسان، اذ يعد الجانب الديني السليم من جوانب نمو الشخصية" **(سكر، 2007، 269)**. ولطالما ساعد الدين الإنسان على فهم نفسه ووفر له الأمن والأمان، إلا أن التحول السوسيو سياسي الذي حصل في الدول الغربية في القرن الثامن عشر والتاسع عشر عجل بظهور اتجاه يدعو إلى الابتعاد عن الدين والتدين والالتزام به، باعتباره مخالف للحداثة وأسس الحضارة والحياة المتحررة العصرية أنذاك، ونتيجة لهذا الصراع التاريخي بين العلم والدين، برز تيار فكري تبنى العلاقة السلبية بين الدين وصحة الإنسان النفسية، وفي مقدمتهم زعيم مدرسة التحليل النفسي سيجموند فرويد، حيث يرى أن الدين سبب للإصابة بالأمراض النفسية وأنه عصاب البشرية الوسواسي العام، ومن أهم أفكاره المضادة للدين والتي هاجم فيها الدين بصريح العبارة منتقدا دوره في حياة الناس، الأفكار التي أوردها في كتابه "قلق في الحضارة" و"مستقبل وهم"، حيث اعتبره مسكنا من المسكنات يشبه المخدرات يعمد إليها الإنسان من أجل تحمل الخيبات والمشاق التي يمر بها، وأنه تشويه جماعي خرافي للواقع زاجر للعقل مضر بلعبة التكيف ولا يحقق السعادة **(الصنيع، 2005، 25-26)**. ونجد في نفس الاتجاه العالم الأمريكي المعروف James William وهو أول من تناول مسألة الدين الصحي وغير الصحي في كتابه الكلاسيكي" أنماط التجربة الدينية"، فويليام جيمس كان براغماتيا وتجريبيا قدم رؤية سيكولوجية لسيرورة التحول الديني، واستعمل دراسة الحالة لتبين بعض التجارب الدينية، حيث توصل جيمس من خلال أبحاثه إلى أن John Bunyon و St. Augustine، كانا يعانيان من حالة اكتئاب متقدمة، وهما من أهم المراجع الدينية المسيحية، وانطلاقا كذلك من التحاليل التي قام بها، تبين له أن التدين أو المبالغة في التدين قد تكون مؤشرا على حالة نفسية غير صحية.

ورغم هاته التضليلات والتهجمات خاصة من جانب فرويد؛ ظل الفكر الديني في العالم الغربي أو فيما سواه، يعمل على استعادة مكانة الدين في المجتمع، حتى أصبح موضع اهتمام

الكثير من العلماء في مختلف التخصصات وفي مختلف دول العالم، ففي العصر الحديث ظهرت عدة اتجاهات تنادي بأهمية الدين والحاجة إليه في تحقيق الصحة النفسية، وفي مقدمتهم كارل يونغ عالم التحليل النفسي، حيث يقول واصفا الحالة التي كان يتخبط فيها العالم الغربي عندما فضل الطبيعة وأهمل الروح "حين انفصم العالم الأصلي إلى روح وطبيعة آثر العالم الغربي الطبيعة التي كان يميل إليها مزاجيا، وطالما تخبط فيها عبر كل محاولاته المضنية اليائسة لكي يتروض"، ويؤكد من جهة أخرى على حقيقة غفلت عنها عقول الكثيرين من المتقدمين والمتأخرين مفادها " لقد كان الله (سبحانه وتعالى) الكائن الأكثر واقعية والعلة الأولى التي بفضلها وحدها كان يمكن فهم النفس" **(الصنيع، 2005، 17)**. ونجد كذلك فيكتور فرينكل صاحب نظرية العلاج بالمعنى، وابراهام ماسلو أبرز علماء المدرسة الانسانية، الذي دعا صراحة علماء النفس الأكاديميين من أن يستفيدوا من علماء الدين، حول فلسفتهم عن الطبيعة الإنسانية ومعارفهم عن أعماق النفس البشرية، وكلهم يؤكدون في كتاباتهم وأبحاثهم على ضرورة الرجوع للدين واشباع الجانب الروحي والمعنوي لمجابهة الأمراض النفسية وعلاجها **(الصنيع، 2000، 28)**.

أما في عصرنا الحالي، فإن البحوث التي أجريت في هذا المجال منذ حوالي ثلاثين سنة كشفت عن وجود علاقة مهمة بين التدين والصحة النفسية. ولا ينحصر هذا الرأي على العلماء الباحثين في مجال العلوم الشرعية، بل يلقى تأييدا من الباحثين في حقل العلوم الطبية أيضا (كويلو،2009). وفي نفس الاتجاه تؤكد دراسة غراهام ستيفاني(2001) هذا الطرح حيث توصلت إلى أن الدين والعقائد الروحية ترتبط ايجابيا بمواجهة الضغوط النفسية بدرجة تفوق فائدة الجلسات الارشادية العادية (**السهلي، 2010، 35**)، وفي نفس السياق كذلك قام موسى وحمادة (2001)، بدراسة حول العلاقة بين الصلاة والشعور بالضغوط الدراسية والأكاديمية على الطلاب المحافظين على الصلاة ومقارنتهم بعينة أخرى من الطلبة الغير المحافظين

عليها، توصل إلى أن الطلبة المحافظين على الصلاة أقل شعورا بالضغوط الدراسية المرتبطة بالنظام الأكاديمي، وبالامتحانات والتقويم، وبمحتوى المقررات الدراسية وبالتفاعل الاجتماعي، وبالمشكلات الشخصية وعملية التعلم (**حسن، 2013، 80**).

وقد جاءت كذلك عدة دراسات عربية تؤكد توجه الشباب الجامعي إلى التدين قصد تقوية الجانب الإيماني في مواجهة المشاكل النفسية، ومن بينها: دراسة بركات (2006) التي هدفت إلى معرفة تأثير الاتجاه نحو الالتزام الديني على التكيف النفسي والاجتماعي لدى الطالب الجامعي حيث أسفرت النتائج عن وجود تأثير جوهري للالتزام الديني في التكيف النفسي والاجتماعي، وفي دراسة أجراها كل من بشير إبراهيم حجار وعبد الكريم سعيد رضوان(2005) للتعرف على مدى توجه الطالب بالجامعة الاسلامية بغزة نحو التدين بشقيه الظاهري والجوهري، خلصا إلى نتيجة مفادها أن مستوى التدين لدى الإناث أعلى منه لدى الذكور، ولدينا كذلك دراسة شلبي إبراهيمي (2009) التي أجراها على مجتمع الطلبة في الجزائر العاصمة بهدف معرفة مستوى توجههم الديني الظاهري والجوهري وعلاقته بتقدير الذات، حيث توصل إلى أن مستوى التوجه الديني مرتفع لدى طلبة الجامعة في الجزائر، في حين لم يجد فروق دالة احصائيا بين الذكور والإناث في توجههم نحو التدين. كل هذا يؤكد على أهمية الدين ومدى الإقبال عليه والاعتماد على توجيهاته لمجابهة تعقيدات الحياة وضغوطاتها. إلا أن هذه النتائج والحقائق تبقى نسبية، وخاصة بكل مجتمع وخصوصياته وما مر عليه من تجارب سلبية كانت أو إيجابية مع ظاهرة التدين، لذا فالتساؤل يبقى مطروحا للإجابة عليه وفق المنهج العلمي بالبحث والتحقيق في البيئة التي اختارها الباحث للتأكد من توقعاته. فهل حقا للدين والتدين بشقيه (الجوهري/الظاهري) أثر إيجابي في التخفيف من الضغوط النفسية ؟ أو يمكننا طرح التساؤلات كالتالي:

التساؤل العام :هل للتوجه نحو التدين أثر في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة ؟

التساؤلات الفرعية:

1. هل يختلف مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة باختلاف التخصص (تخصص علوم تقنية ST، تخصص رياضيات وإعلام ألي MI، تخصص علوم الطبيعة والحياة SNV) ؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة تعزى لمتغير الجنس؟
3. هل يختلف مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة باختلاف المستوى الدراسي (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة)؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة تعزى لمستوى التوجه نحو التدين الجوهري؟
5. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة تعزى لمستوى التوجه نحو التدين الظاهري؟

2-فرضيات البحث :

الفرضية العامة :

للتوجه نحو التدين أثر في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة.

الفرضيات الفرعية:

1. يختلف مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة باختلاف التخصص (تخصص علوم تقنية ST، تخصص رياضيات وإعلام ألليMI ، تخصص علوم الطبيعة والحياة SNV).
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة تعزى لمتغير الجنس.
3. يختلف مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة باختلاف المستوى الدراسي (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة).
4. توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة بين مرتفعي التوجه الديني الجوهري ومنخفضي التوجه الديني الجوهري في مستوى الضغوط النفسية.
5. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة بين مرتفعي التوجه الديني الظاهري ومنخفضي التوجه الديني الظاهري في مستوى الضغوط النفسية.

3-أهداف البحث:

لأي دراسة أهداف تصبو إلى تحقيقها، وذلك بالوصول إلى إجابات عن التساؤلات المطروحة من خلال إشكالية البحث، وعليه فقد حددنا أهداف الدراسة الحالية، على النحو الآتي ذكره :

- التعرف على مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة المسيلة.
- التعرف على المتغيرات (الدخيلة) التي بإمكانها إحداث تغير في مستوى الضغوط النفسية من غير المتغير المستقل للبحث (التوجه نحو التدين).

- الكشف عن إمكانية تأثر مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة المسيلة باختلاف التخصص (تخصص علوم تقنية ST، تخصص رياضيات وإعلام ألي MI، تخصص علوم الطبيعة والحياة SNV) .
- الكشف عن إمكانية تأثر مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة المسيلة بمتغير الجنس.
- الكشف عن إمكانية تأثر اختلاف مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة المسيلة باختلاف المستوى الدراسي (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة).
- التعرف على مستوى توجه الطلبة بجامعة المسيلة نحو التدين.
- التحقق من أثر التوجه نحو التدين الجوهري في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة المسيلة.
- التحقق من أثر التوجه نحو التدين الظاهري في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة المسيلة.
- التحقق من أثر التوجه نحو التدين في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة المسيلة.
- التقرب من الطلبة المستجدين والاستفسار من خلالهم على أهم المشاكل التي تصادفهم في طريق الاندماج والتكيف مع الحياة الجامعية الجديدة.
- التواصل مع الطلبة الذين يعانون من مشاكل نفسية وتربوية ولاسيما الضغوط النفسية الأكاديمية، والتعرف من خلالهم على أهم الحاجات الإرشادية النفسية والتربوية التي يرون أنها تفيدهم في مواجهة مواقف الحياة الجامعية الضاغطة.
- بناء تصور لبرنامج إرشادي نفسي تربوي قائم على أساس ديني اعتمادا على نتائج البحث، وانطلاقا من الحاجات الإرشادية المستقاة من الاحتكاك والتواصل مع الطلبة في الدراسة الميدانية.

4- أهمية البحث:

يمكن إبراز أهمية البحث من خلال العناصر التالية:

البحث في أثر التوجه نحو التدين في مواجهة الضغوط النفسية من الموضوعات الجديرة بالدراسة كونها تدور حول متغيرين لطالما أثارا تساؤل الباحثين وأسالا حبر المتخصصين، وهذا يعود لجدّة تناولهما بالبحث والدراسة من جهة، وأهمية كل متغير على حدة وتأثيره على الأخر من جهة أخرى، وخاصة متغير الدين والتدين والتوجه نحوه.

افتقار مجال دراسة الضغوط النفسية واستراتيجيات مواجهتها في مجتمعنا لكثير من الدراسات التي تلقى الضوء على الاستراتيجية المبنية على أساس ديني في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة، حيث أن معظم البحوث والدراسات السابقة للضغوط النفسية لم تركز على الجانب الديني والروحي كحل لمشكلة الضغوط.

الدين باعتباره ظاهرة نفسية واجتماعية استعصى على الكثيرين تناوله بالبحث والدراسة، فالدين لم يدخل حقل الدراسة العلمية إلا في مدة متأخرة وذلك بسبب قدسية الظاهرة الدينية وتساميها في نظر المجتمعات مما جعلها في معزل عن التفكير العلمي، كل ذلك يستدعي منا الوقوف على أصولها ومعرفة أسبابها وتأثيراتها علي الجانب النفسي للإنسان(توافقه وصحته النفسية).

إيلاء الهيئات والمنظمات العالمية والأوساط العلمية والطبية المهتمة بصحة الإنسان الاهتمام الكبير لظاهرة الضغوط النفسية كظاهرة أضحت مشكلة من مشكلات العصر الحديث إن لم نقل معضلته.

الأهمية التي تضفيها دراسة أثر المتغيرين سالفي الذكر على فئة الشباب، ممثلة في دراستنا هذه بشريحة الطلبة الجامعيين، وما لهم من أهمية بالغة، فهم كنز الأمة وبناة مستقبلها

ومن يعول عليهم في مواجهة المتغيرات والمستجدات في مختلف مجالات الحياة لإحداث التنمية المطلوبة.

انطلاقا من الأهمية التي تكتسيها هاته العناصر متفرقة ومجتمعة ارتأينا الخوض في موضوع الدراسة وتناوله بطريقة علمية، مما قد يلفت نظر الباحثين والمدرسين والقائمين على شؤون الطلبة من مسؤولين ومرشدين إلى أهمية المرحلة الجامعية وضرورة مراعاة الضغوطات التي يتعرض لها الطالب الجامعي، مما قد يسهم في رسم خطط واستراتيجيات، ووضع برامج ارشادية قائمة على أساس ديني في مواجهة الضغوط النفسية بغية تكوين طالب سوي يتمتع بصحة جسدية ونفسية وعقلية تسمح له بالقيام بواجباته نحو نفسه ومجتمعه على أكمل وجه.

5- مصطلحات البحث:

5-1 التوجه نحو التدين:

تجدر الإشارة إلى أن المفهوم المستخدم في هذه الدراسة هو التوجه نحو التدين.

- **التوجه نحو التدين:**

سيتبنى الباحث تعريف ألبورت (Allport) ، حيث عرفه بأنه الطريقة التي يمارس بها الشخص (أو يعيش) حياته وفقا لمعتقداته وقيمه.

التعريف الإجرائي:

هو الدرجة التي يتحصل عليها الطالب(ة) من خلال استجابته على مقياس التوجه نحو التدين المعتمد في الدراسة والمعد من طرف كل من بشير إبراهيم الحجار وعبد الكريم سعيد رضوان(2006).

- **التوجه الديني الجوهري :**

التوجه الذي يميز حياة الشخص المتعمق في عقيدته، ويتخذ القيم الدينية مرشدا لسلوكه ويلتزم بتطبيق الشريعة في السلوك اليومي والشخص الذي لديه هذه الطبيعة يعمل على خدمة الدين بدلا من أن يسخر للدين لخدمته **(غرب،2009،216-218)**

ويرى كل من بشير إبراهيم وعبد الكريم سعيد(2006) أنه يعتمد بالأساس على إخلاص النية لله سبحانه وتعالى بالقول والعمل والابتعاد عن الالتزام بالأفعال والسلوكيات الحسنة دون وجود الوازع العقائدي الدافع والأساس لتلك السلوكيات **(الحجار، رضوان، 2006، 270)**.

التعريف الإجرائي:

هو الدرجة التي يتحصل عليها الطالب(ة) من خلال استجابته على مقياس التوجه نحو التدين في بعده الجوهري المعتمد في الدراسة والمعد من طرف كل من بشير إبراهيم الحجار وعبد الكريم سعيد رضوان(2006).

- **التوجه الديني الظاهري:**

يعرفه ألبورت (Allport) أنه التوجه الذي يميز حياة الشخص الذي ينظر إلى الدين على أنه نمط يعمل لخدمة ذاته وحمايتها، ويندر أن يهتم بالقيم الدينية، بل يرى في كثير من الأحيان أنها تمثل قيودا على حريته الشخصية. والشخص الذي تغلب عليه هذه الطبيعة لا يتوانى في الاستخدام النفعي للدين من أجل توفير الراحة والمساندة في مواجهة الحياة (كالحصول على عمل أو الضفر بمركز قبول اجتماعي...) **(غرب، 2009،216-218)**.

ويرى كل من بشير إبراهيم وعبد الكريم سعيد(2006) أنه يختص بسلوكيات وممارسات دينية تتعلق بالعبادات والمعاملات والأخلاق إلا أنها قد تفتقد للوازع الداخلي الجوهري للإنسان **(الحجار، رضوان، 2006، 271)**.

التعريف الإجرائي:

هو الدرجة التي يتحصل عليها الطالب(ة) من خلال استجابته على مقياس التوجه نحو التدين في بعده الظاهري المعتمد في الدراسة والمعد من طرف كل من بشير إبراهيم الحجار وعبد الكريم سعيد رضوان(2006).

5-2 الضغوط النفسية:

يعرف كل من نبيل كامل دخان وبشير إبراهيم الحجار على أنه: " مجموعة من المواقف أو الأحداث أو الأفكار التي تفضي إلى الشعور بالتوتر وتستشف عادة من إدراك الفرد بأن المطالب المفروضة عليه تفوق قدراته وإمكانياته" **(دخان، الحجار، 2006، 372)**.

التعريف الإجرائي:

الدرجة التي يتحصل عليها الطالب(ة) من خلال استجابته على المقياس المعتمد في الدراسة والمعد من طرف زيدان محمد جناورو(2011).

6-الدراسات السابقـــة:

6-1 الدراسات التي تناولت الضغوط النفسية:

- **دراسة بوقصارة منصور، حمري صارة (2014):**

عنوان الدراسة: علاقة الضغط النفسي بالدافعية الأكاديمية لدى طلبة المدارس التحضيرية بوهران، هدفت الدراسة إلى معرفة علاقة الضغط النفسي بالدافعية الأكاديمية لدى طلبة المدارس التحضيرية بوهران وتحديد ما إذا كان هناك فروق دالة إحصائيا في الضغط النفسي والدافعية الأكاديمية وفقا لمتغيري الجنس والتخصص.

عينة الدراسة: بلغ 346 طالبا وطالبة.

أدوات الدراسة: مقياس الضغط النفسي المدرك لكوهن وآخرون، ومقياس الدافعية الأكاديمية لفاليراند وآخرون.

نتائج الدراسة:

توجد علاقة سالبة دالة إحصائيا بين الضغط النفسي والدافعية الأكاديمية.

توجد فروق دالة إحصائيا بين الجنسين في مستوى الضغط النفسي لصالح الإناث.

توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الضغط النفسي تعزى لمتغير التخصص لصالح علوم تجارية واقتصادية.

- **دراسة أماني محمد الرحيلي (2012):**

عنوان الدراسة: المساندة الأكاديمية وأثرها على الضغوط النفسية لدى طالبات جامعة طيبة، هدفت الدراسة إلى: التعرف على دور المساندة الأكاديمية وأثرها على الضغوط النفسية،

بيان علاقة الضغوط النفسية بأساليب المساندة الأكاديمية من قبل المرشدات، التعرف على طبيعة الفروق بين أساليب المساندة ومستوى الضغوط تبعا للمتغيرات الشخصية.

عينة البحث: 300 طالبة من طلاب جامعة طيبة بالمدينة المنورة في العام الدراسي 2012.

أدوات البحث: استبيان لقياس المساندة الأكاديمية المقدمة من قبل المرشدات، واستبيان خاص بقياس مستوى الضغوط النفسية لدى الطالبات.

نتائج الدراسة:

وجود علاقة ارتباطية سالبة بين المساندة الاكاديمية والضغوط النفسية، عدم وجود فرق ذو دلالة إحصائية في الضغوط النفسية تعزى لمتغير التخصص (علمي- أدبي).

- **زيدان محمد جناورو (2011):**

عنوان الدراسة: الضغوط النفسية وعلاقتها بالعوامل الخمسة للشخصية لدى طلبة الجامعة في سوريا والجزائر وتهدف الدراسة إلى:

- التعرف على الفروق في الضغوط النفسية بين طلبة جامعة دمشق وطلبة جامعة الجزائر.

- التعرف على الفروق في العوامل الخمسة للشخصية بين طلبة جامعة دمشق وطلبة جامعة الجزائر.

- الكشف عن طبيعة العلاقة بين الضغوط النفسية والعوامل الخمسة للشخصية.

منهج البحث: اتبع الباحث خطوات المنهج الوصفي الذي يتناسب مع إشكالية البحث.

عينة البحث: شملت عينة البحث (687) طالبا وطالبة، حيث تألفت العينة السورية من (343) طالبا وطالبة، بينما تكونت عينة الجزائر من (344) طالبا وطالبة.

أدوات البحث: طبقت عليهم الأدوات التالية :مقياس الضغوط النفسية من إعداد الباحث، وقائمة العوامل الخمسة للشخصية من إعداد (كوستا وماكري 1992) وترجمة بدر الأنصاري(1997).

أهم نتائج البحث:

– توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والعوامل الخمسة للشخصية لدى طلبة الجامعة في سوريا ما عدا عامل الانفتاح على الخبرة حيث بينت النتائج عدم وجود علاقة بينه وبين الضغوط النفسية.

– لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والعوامل الخمسة للشخصية لدى طلبة الجامعة في الجزائر عدا عامل العصابية حيث بينت النتائج وجود علاقة بينه وبين الضغوط النفسية.

- **دراسة تنهيد عادل فاضل البيرقدار(2011):**

عنوان الدراسة: الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية بجامعة الموصل، هدفت هذه الدراسة الى التعرف على مستوى الضغط النفسي ومصادرها لدى طلبة كلية التربية في جامعة الموصل وعلاقته بمستوى الصلابة النفسية لديهم. فضلا عن علاقته بعض المتغيرات على الضغط النفسي لدى طلبة كلية التربية والصلابة النفسية لديهم.

المنهج والعينة: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي ،وبلغت عينة الدراسة 843 طالبا وطالبة وهي تمثل حوالي 17 % من مجتمع الدراسة.

أدوات الدراسة: استخدمت الباحثة مقياسين الأول لقياس الضغط النفسي المعد من طرف (دخان و الحجار 2005)، والثاني لقياس مدى الصلابة النفسية والذي أعدته الباحثة.

نتائج الدراسة:

-إن مستوى الضغط النفسي لدى الطلبة كان 85,79 وهذا يشير الى أن هذه النسبة منخفضة مقارنة مع الوسط الفرضي البالغ 120 .

-بينت الدراسة وجود فروق ذي دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغط النفسي والصلابة النفسية تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور. أي أن مستوى الضغط النفسي والصلابة النفسية لدى الطلاب أعلى منه لدى الطالبات.

-بينت وجود فروق ذي دلالة احصائية في مستوى الضغط النفسي والصلابة النفسية ولصالح التخصص العلمي.

-بينت الدراسة وجود فروق ذي دلالة احصائية في مستوى الضغط النفسي والصلابة النفسية تبعا لمتغير الصف الدراسي ولصالح الصف الرابع.

- **دراسة أنعام هادي حسن (2010):**

عنوان الدراسة: الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية وتهدف الدراسة إلى معرفة شيوع استخدام أساليب التعامل مع الضغوط النفسية على صعيد أفراد العينة كافة، معرفة الفروق في استخدام أساليب التعامل مع الضغوط النفسية تبعا لمتغيري الجنس والتخصص (علمي – إنساني)، معرفة ما إذا كانت هناك فروق بين ذوي الذكاء الانفعالي العالي وذوي الذكاء الانفعالي المنخفض فيما يتعلق بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية (المواجهة، الإسناد، الديني، الهروب).

عينة البحث: شملت عينة البحث 430 طالبا وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية بأربعة جامعات عراقية.

أدوات البحث: مقياس للذكاء الانفعالي ومقياس لأساليب التعامل مع الضغوط النفسية خاصين بطلبة الجامعة من إعداد الباحث.

نتائج الدراسة:

كشف البحث على أن أسلوب المواجهة هو الأكثر شيوعا لدى طلبة الجامعة، يليه الإسناد، الديني ثم الهروب، أن أكثر الأساليب شيوعا لدى الذكور والإناث هي: المواجهة، الديني، الإسناد فالهروب على الترتيب ولدى كليهما، وينطبق الترتيب نفسه تبعا لمتغير التخصص، وجود فرق دال إحصائيا يشير إلى أن الإناث أكثر استخداما للأسلوب الديني من الذكور في التعامل مع الضغوط، لا توجد فروق دالة إحصائيا بين ذوي الذكاء الانفعالي المرتفع والمنخفض فيما يخص الإسناد والأسلوب الديني.

- **دراسة عبد العباس مجيد تايه اللامي (2010):**

عنوان الدراسة: الضغوط النفسية لدى طلبة الدراسات المسائية في الجامعة وتهدف الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة الدراسات المسائية في كلية التربية /الجامعة المستنصرية، التعرف على دلالة الفروق في مستوى الضغوط النفسية لدى الطلبة وفق متغير الجنس (:ذكور– إناث)، التعرف على دلالة الفروق في مستوى الضغوط النفسية لدى الطلبة وفق متغير الحالة الاجتماعية (: متزوج غير متزوج) ومتغير الحالة المعيشية (يعمل لا يعمل)، بناء برنامج ارشادي مقترح لتخفيض الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة.

عينة البحث: تم تطبيق المقياس على عينة البحث المتكونة من 200 طالباً وطالبة.

أدوات البحث: مقياس الضغوط النفسية المعد من قبل (الربيعي) 2009 .

نتائج الدراسة:

-أن أفراد عينة البحث يواجهون ضغوطاً بدرجات كبيرة ومتوسطة، كما توجد فروق دالة إحصائياً وفق متغير الجنس (ذكور-إناث) ولصالح الذكور، وأيضاً وفق متغير الحالة المعيشية (يعمل لا يعمل) ولصالح من لا يعمل، ولا توجد فروق دالة احصائياً وفق متغير الحالة الاجتماعية (متزوج- غير متزوج).

- **دراسة عبدالله السهلي(2010):**

عنوان الدراسة: أساليب مواجهة الضغوط من المرضى المترددين على مستشفى الطب النفسي بالمدينة المنورة وغير المرضى. وهدفت الدراسة إلى: التعرف على أساليب المواجهة لدي مرضى الاكتئاب ومرضى القلق وغير المرضى، والتعرف على الفروق بين الجنسين في أساليب مواجهة الضغوط.

عينة الدراسة: وتكونت من 210 فرد موزعين إلى مجموعتين، المجموعة الأولى من المرضى وعددهم 140 فرد والمجموعة الثانية من غير المرضى وعددهم 70 وجميعهم من الفئة العمرية 20-30 سنة.

أدوات الدراسة: مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية من إعداد العنزي (1999)

نتائج الدراسة:

أظهرت النتائج أن المرضى أكثر ميلا لاستخدام الأساليب السلبية عند مواجهة الضغوط النفسية، كما أظهرت النتائج فروق ذات دلالة بين الذكور والإناث في الاستجابة لمواجهة

الضغوط لصالح مجموعة الإناث، وأظهرت النتائج أن أسلوب التدين كان في مقدمة الأساليب التي يعتمد عليها المرضى وغير المرضى عند مواجهة الضغوط النفسية.

- **دراسة أنور البنا (2008) :**

عنوان الدراسة: المواقف الحياتية الضاغطة لدى طلبة جامعة الأقصى بمحافظة غزة، حيث هدفت الدراسة إلى :

– التعرف على الأهمية النسبية إلى كل من أبعاد المواقف الحياتية الضاغطة الشائعة لدى طلاب جامعة الأقصى بمحافظة غزة.

– التعرف إلى الفروق الجوهرية بين الجنسين (ذكور، إناث) في المواقف الحياتية الضاغطة لدى طلبة جامعة الأقصى بمحافظة غزة.

عينة الدراسة: وتكونت عينة الدراسة من (200) طالبا وطالبة، منهم (100) طالب و(100) طالبة.

أدوات الدراسة: استخدم الباحث استبيان المواقف الحياتية الضاغطة من إعداد زينب الشقير.

نتائج الدراسة: توصل الباحث إلى أن الأهمية النسبية لأبعاد المواقف الحياتية الضاغطة لدى طلبة جامعة الأقصى هي: المواقف الانفعالية في المرتبة الأولى، ثم تلاها المواقف الدراسية والشخصية، ثم تلاها المواقف الصحية والاقتصادية، وأخيرا كانت المواقف الأسرية والاجتماعية كما أظهرت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد المواقف الحياتية الضاغطة تعزى لمتغير الجنس (ذكور – إناث)، عدا بعد المواقف الحياتية الصحية الضاغطة، ولقد كانت الفروق لصالح الإناث.

- **دراسة نبيل كامل دخان وبشير إبراهيم الحجار(2006):**

عنوان الدراسة : الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم، وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية ومصادرها لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة وعلاقتها بمستوى الصلابة النفسية لديهم.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (541) طالبا وطالبة، (183) طالبا و(358) طالبة.

أدوات الدراسة: تم استخدام استبيان لقياس الضغوط النفسية، وكذلك مقياس لقياس الصلابة النفسية من إعداد الباحثين.

نتائج الدراسة:

-خلصت هذه الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه سالبة ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية والصلابة النفسية.

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية- عدا ضغوط بيئة الجامعة -تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور أي أن مستوى الضغوط النفسية لدى الطلاب أعلى منه لدى الطالبات.

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية-عدا الأسرية والمالية تعزى لمتغير التخصص لصالح طلبة العلمي.

كما بينت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية عدا الدراسية وضغوط بيئة الجامعة تعزى لمتغير المستوى الجامعي لصالح المستوى الرابع.

- **دراسة سليمان الجمعة ،.بنيان الرشيدي (2006):**

عنوان الدراسة: الضغوط النفسية التي يواجهها طلاب كليات المعلمين وعلاقتها بكل من المستوى الدراسي وتخصص الطالب، ويهدف هذا البحث إلى التعرف على الضغوط النفسية التي يواجهها طلاب الكليات وعلاقتها ببعض المتغيرات.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (228) طالبا من كليات المعلمين في حائل، جامعة بنها–كلية التربية – جمهورية مصر العربية.

أدوات الدراسة: مقياس الضغوط النفسية من إعداد الباحِثين.

نتائج الدراسة:

–بالنسبة لنوعية الضغوط النفسية وترتيبها فقد أظهرت نتائج البحث أن الضغوط الأسرية من أكثر الضغوط التي يتعرض لها الطلاب بنسبة (81.2%)، ثم يليها ضغوط الدور وتوقعاته بنسبة (79.6%)، ثم ضغوط العلاقة ما بين الأستاذ مع الطلاب وكفاءته بنسبة (79.4%)، ثم الضغوط الأكاديمية والإدارية في الكلية بنسبة (87%)، في حين جاء في المرتبة الخامسة والأخيرة ضغوط التعامل مع الآخرين بنسبة (76.4%).

–وجود فروق دالة إحصائيا في مجال الضغوط النفسية بين المستويات الدراسية (مجموعة مستوى أربعة فما دون، ومجموعة مستوى الأربعة فأعلى) لصالح المجموعة الثانية.

–وجود فروق دالة إحصائياً بين طلاب القسم العلمي والقسم الأدبي في مجال الضغوط النفسية لصالح الطلاب ذوي التخصصات العلمية.

- **دراسة شهلا حسين الأطرش (2000):**

عنوان الدراسة: مصادر الضغط النفسي واستراتيجيات التوافق لدى طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الرابعة في الجامعة الأردنية، ومن أهم أهداف هذه الدراسة: التعرف على مصادر ومستويات الضغوط النفسية التي يواجهها طلبة الجامعة، والتعرف على الفروق بين الذكور والإناث من حيث الضغوط التي يواجهونها.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (941) طالبا وطالبة يمثلون جميع كليات الجامعة الأردنية.

أدوات الدراسة: وقد استخدمت الباحثة استبيان مصادر الضغوط النفسية واستبيان استراتيجيات التوافق من إعدادها.

نتائج الدراسة:

توصلت الدراسة إلى أن مصادر الضغوط التي يواجهها الطلبة تقع ضمن سبعة أبعاد رئيسية هي: الضغوط الأكاديمية، والشخصية، والاجتماعية، والانفعالية، والصعوبات المالية، والضغوط المتعلقة بالوقت، والضغوط المتعلقة بالبيئة الأكاديمية، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق بين الذكور والإناث في الضغط النفسي.

- **دراسة محمد نبيل الحسن (1995) :**

عنوان الدراسة: مستوى ومصادر الضغط النفسي لدى طلبة السنة الأولى والثانية في كليات المجتمع الخاصة في عمان والزرقاء، وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستويات الضغط النفسي ومصادرها لدى طلبة السنة الأولى والثانية.

عينة الدراسة: وتكونت عينة الدراسة من (500) طالبا وطالبة.

أدوات الدراسة: استخدم الباحث مقياس الضغوط النفسية من إعداده.

نتائج الدراسة:

بينت الدراسة أن مصادر الضغط النفسي الأكثر شيوعا لدى الطلبة هي الضغوط الأسرية، ثم أسلوب المدرس وكفاءته، ثم المصدر المتمثل في ضغوط الكلية والإدارية والأكاديمية، كما بينت نتائج الدراسة أن مستوى الضغط النفسي لدى الإناث كان أعلى منه عند الذكور.

6-2 الدراسات التي تناولت الدين ،التدين والتوجه نحو التدين

- **دراسة هاني عليان (2013):**

عنوان الدراسة: مستوى الالتزام الديني والقيم الاجتماعية وعلاقتهما بالاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعات الفلسطينية بغزة. هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الالتزام الديني، ومستوى القيم الاجتماعية، ومستوى الاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة بغزة. كما هدفت إلى التعرف إذا ما كان هناك فروق في مستوى الاغتراب النفسي تعزى إلى اختلاف مستوى الالتزام الديني لدى أفراد العينة، كما هدفت إلى التعرف على دلالات الفروق في مستوى الاغتراب النفسي التي تعزى إلى لاختلاف القيم الاجتماعية لدى أفراد العينة، كما هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الالتزام الديني والقيم الاجتماعية، والاغتراب النفسي لدى عينة الدراسة.

عينة البحث: تكون مجتمع الدراسة من جميع طلاب وطالبات الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة للعام الدراسي (2012/2011م)، والبالغ عددهم 11761 طالب وطالبة من كلية التربية للمستوى الدراسي الأول والمستوى الدراسي الرابع، وقد قام الباحث باختيار عينة

الدراسي بطريقة العينة الطبقية العشوائية والتي تكونت من 688 طالب وطالبة من طلبة الجامعات الفلسطينية.

أدوات الدراسة: مقياس الالتزام الديني ومقياس القيم الاجتماعية ومقياس الاغتراب النفسي وجميعها من إعداد الباحث.

نتائج الدراسة:

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاغتراب النفسي تعزى لمتغير الالتزام الديني (مرتفع ، منخفض).

–لا يوجد تأثير دال إحصائيا في الالتزام الديني (مرتفع ، منخفض) والمستوى الاقتصادي (مرتفع، متوسط، منخفض)على مستوى الاغتراب النفسي لدى عينة الدراسة.

– وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين الالتزام الديني والقيم الاجتماعية، أي أنه كلما ازداد احدهما ازداد الآخر والعكس صحيح. وعدم وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الالتزام الديني والاغتراب النفسي.

–وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين القيم الاجتماعية والاغتراب النفسي لدى عينة الدراسة.

- **دراسة شبلي إبراهيمي (2009):**

العنوان: التوجه نحو التدين وعلاقته بمستوى تقدير الذات لدى طلبة الجامعة. وهدفت هذه الدراسة للكشف عن العلاقة بين التوجه نحو التدين وتقدير الذات لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة.

العينة: طبقت الدراسة على 220 طالبا.

المنهج: الوصفي.

أدوات الدراسة: مقياس التوجه نحو التدين لبشير إبراهيم الحجار وعبد الكريم سعيد رضوان ومقياس تقدير الذات لروزنبيرغ.

نتائج الدراسة:

-وجود علاقة موجبة بين التوجه نحو التدين وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة.

-وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التوجه نحو التدين الظاهري والتوجه نحو التدين الجوهري.

-عدم وجود فروق دالة في مستوى التوجه نحو التدين تعزى لمتغير الجنس.

- **دراسة حسن علي سيد(2009):**

عنوان الدراسة: القلق الأخلاقي وعلاقته بالتوجه الديني (الجوهري/الظاهري)، وهدفت الدراسة لمعرفة مستوى القلق الأخلاقي وعلاقته بالتوجه الديني الجوهري والظاهري لدى طلبة كلية التربية، إبن رشد، جامعة بغداد. وتكونت عينة البحث من 180 طالب وطالبة.

أدوات البحث: أداة لقياس القلق الأخلاقي من إعداد الباحث، ومقياس للتوجه نحو التدين من إعداد الأعرجي (2007)، والذي يتكون من بعدين بعد للتوجه الديني الظاهري وبعد للتوجه الديني الجوهري.

نتائج الدراسة:

-أفراد عينة البحث يتمتعون بتوجه ديني جوهري.

-وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين التجه نحو التدين الجوهري.

-لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التوجه نحو التدين الظاهري و القلق الأخلاقي.

- **دراسة بوعود أسماء(2007):**

عنوان الدراسة: التدين وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية الاجتماعية (التوافق الاجتماعي، تقدير الذات) لدى عينة من طلبة الجامعة. وتهدف الدراسة للكشف عن طبيعة العلاقة بين التدين وبعض المتغيرات النفسية الاجتماعية ك التوافق الاجتماعي وتقدير الذات كعوامل أساسية في الصحة النفسية وذلك عند عينة من طلبة الجامعة، كما تهدف لمعرفة الفروق بين طلبة التعليم الديني وطلبة التعليم غير الديني في مستوى التدين، كما تهدف لمعرفة الفروق بين الذكور والإناث في كل من التدين والتوافق الاجتماعي وتقدير الذات.

عينة الدراسة: 240 طالبا من طلاب الجامعة، حيث أخذت عينة من طلبة الجامعة الإسلامية لتمثل طلاب تعليمهم ديني، وعينة ثانية من طلاب الكليات الأخرى لتمثل طلاب طابع تعليمهم غير ديني.

أدوات الدراسة: استبيان مستوى التدين من إعداد الباحثة، مقياس التوافق الاجتماعي مأخوذ من مقياس التوافق النفسي من إعداد (زينب محمود الشقير)، مقياس تقدير الذات من إعداد (حسين عبد العزيز الدريني وآخرون).

نتائج الدراسة:

بينت الدراسة أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة بين التدين والتوافق الاجتماعي وتقدير الذات. ودلت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدين حسب نوع

التخصص لصالح طلبة التخصص الديني، كما تبين من خلال الدراسة أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في كل من متغير التدين والتوافق الاجتماعي وتقدير الذات.

- **دراسة موسى القدرة(2007) :**

عنوان الدراسة: الذكاء الاجتماعي لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقته بالتدين وبعض المتغيرات. وهدفت الدراسة لمعرفة مستوى الذكاء الاجتماعي وعلاقته بالتدين لدى طلبة الجامعة الإسلامية، كما هدفت للتعرف على العلاقة بين مستوى الذكاء الاجتماعي وكل من المتغيرات التالية: الكليات العلمية والأدبية، المستوى الدراسي، والمعدل التراكمي.

عينة الدراسة: 528 طالب وطالبة بالجامعة الإسلامية بغزة.

نتائج الدراسة:

-يوجد مستوى مرتفع للتدين لدى طلبة الجامعة الإسلامية بعزة.

-يوجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة0,05 بين درجات الطلبة على مقياس الذكاء الاجتماعي ودرجاتهم على مقياس التدين.

-توجد فروق بين متوسطي درجات طلبة المستوى الأول والمستوى الرابع في مقياس التدين عند مستوى الدلالة 0,05.

-لا توجد فروق بين متوسطي درجات طلبة الكليات العلمية والأدبية في مقياس التدين عند مستوى الدلالة 0,05.

- **دراسة زياد بركات(2006):**

عنوان الدراسة: الاتجاه نحو الالتزام الديني وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة. وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير الاتجاه نحو الالتزام الديني في التكيف النفسي والاجتماعي، وعلاقته ببعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي: الجنس، والعمر، التخصص، والتحصيل الاكاديمي، وعمل الأب، وعمل الأم .

العينة: تكونت عينة الدراسة من (200) طالبًا وطالبة منهم 100 من الذكور، و 100 من الإناث.

أدوات البحث: استخدم لهذا الغرض مقياسان هما: مقياس الاتجاه نحو الالتزام الديني، ومقياس التكيف النفسي والاجتماعي لطلبة الجامعة.

نتائج الدراسة:

-وجود تأثير جوهري لاتجاه الطلاب نحو الإلتزام الديني في مستوى تكيفهم النفسي والاجتماعي لمصلحة الطلبة ذوي التوجه المرتفع.

-وجود تأثير للمتغيرات: الجنس، والتخصص، والعمر في الاتجاه نحو الالتزام الديني وذلك لمصلحة الاناث، والطلاب ذوي التخصصات التربوية، والطلاب من الفئة العمرية الأقل من 23 سنة على الترتيب.

- **دراسة بشير إبراهيم الحجار وعبد الكريم سعيد رضوان (2006):**

العنوان: التوجه نحو التدين لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة، وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى التوجه نحو التدين بشقيه (الجوهري والظاهري) لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة وعلاقته بمتغيرات الجنس، والمستوى الدراسي، ونوع الكلية.

منهج وعينة الدراسة: استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي، وبلغت عينة الدراسة (370طالبًا وطالبة، وهي تمثل حوالي 2,5 % من مجتمع الدراسة البالغ 15441 طالبًا وطالبة من كليات الجامعة بأقسامها المختلفة .

أدوات الدراسة: استخدم الباحثان استبانة اشتملت على 27 فقرة لقياس مستوى التوجه نحو التدين (الجوهري، الظاهري) لدى الطلبة.

نتائج الدراسة:

توصلت الدراسة إلى أن التوجه نحو التدين كان (% 83.05) حيث احتل التدين الجوهري المرتبة الأولى بوزن نسبي (% 89.14) بينما احتل التدين الظاهري المرتبة الثانية بوزن نسبي (77.39%) كما بينت الدراسة وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين التوجه نحو التدين الجوهري والظاهري والدرجة الكلية للاختبار، أي أنه كلما زاد أحدهما زاد الآخر والعكس صحيح، وبينت الدراسة أيضًا وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث أي أن مستوى التدين لدى الإناث أعلى منه لدى الذكور، كما بينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التدين الظاهري والدرجة الكلية للاختبار تعزى لمتغير الكلية وذلك لصالح الآداب، وكذلك وجود دلالة إحصائية لتفاعل الكلية والمستوى الدراسي، وكذلك لتفاعل الجنس، والكلية والمستوى الدراسي.

- **دراسة خضر عباس بارون(2006):**

العنوان: التدين وعلاقته بالصحة النفسية والقلق لدى المراهقين الكويتيين. وهدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التدين والصحة النفسية والقلق لدى عينة كبيرة من المراهقين الكويتيين.

العينة: تكونت العينة من 2023 مراهقا كويتيا، واختيرت العينة بطريقة عشوائية.

أدوات الدراسة: مقياس الدافعية الداخلية للتدين ومقياس القلق .

نتائج الدراسة:

– وجود فروق دالة بين الجنسين لصالح الذكور على كل المقاييس عدا مقياس القلق لصالح الاناث.

–وجود ارتباطات ايجابية دالة بين كل المتغيرات فيما عدا مقياس القلق الذي كان سلبيا ودالا.

- **دراسة محمد حسن غانم(2004):**

عنوان الدراسة: التدين وعلاقته بقلق الموت والأحداث السارة والنظرة للحياة. وقد هدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين التدين الجوهري والظاهري وكل من قلق الموت والأحداث السارة والنظرة للحياة، لدى عينة من المسنين والمسنات.

عينة الدراسة: 200 لكل فئة (مسنين/مسنات)

أدوات الدراسة: استخدم الباحث مقياس الوعي الديني(الجوهري/ الظاهري)، مقياس قلق الموت، قائمة الأحداث السارة، مقياس النظرة للحياة.

نتائج الدراسة:

–توجد علاقة سلبية بين التوجه الديني الجوهري وقلق الموت والنظرة الإيجابية للحياة لدى عينة المسنين.

–توجد علاقة ارتباط سالبة بين التدين الجوهري والأحداث السارة لدى المسنين.

-توجد علاقة سلبية بين التوجه الديني الظاهري وقلق الموت والاحداث السارة والنظرة الإيجابية للحياة لدى عينة المسنات.

- **دراسة محمد عاطف رشاد زعتر (2000):**

العنوان: دراسة ثقافية مقارنة للتوجه الديني والسلوك العدواني لدى الشباب الجامعي. هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التوجه الديني والسلوك العدواني لدى الشباب الجامعي.

العينة: بلغ حجم العينة 212 طالبا من الطلاب المصريين والسعوديين.

أدوات الدراسة: مقياس التوجه الديني ومقياس السلوك العدواني.

نتائج الدراسة:

- وجود ارتباط دال بين مستويي التوجه الديني (الظاهري، والجوهري) ومستويات السلوك العدواني (اللفظي، المباشر، غير المباشر) لدى عينة الطلاب المصريين.

- وجود ارتباط دال بين مستويي التوجه الديني (الظاهري، والجوهري) ومستوى السلوك العدواني (البدني) لدى عينة الطلاب السعوديين.

6-3 الدراسات التي تناولت العلاقة بين التوجه نحو التدين والضغوط النفسية:

- **دراسة طيبي غماري وآخرون (2014):**

عنوان الدراسة: التدين والصحة النفسية بالجزائر (تبرير للعلاقة الإيجابية بين الإسلام وعلم النفس)، وهدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين مستوى التدين بشقيه (المعتقد والممارسة) والارتياح النفسي للأفراد الراشدين.

عينة الدراسة: بلغ حجمها 1100 مبحوث من مختلف ولايات الغرب الجزائري تم اختيارهم بطريقة قصدية وقد تم إقصاء 167 منهم.

أدوات الدراسة: مقياس مستوى التدين من إعداد مجموعة البحث، ومقياس الارتياح النفسي من إعداد R.Massi ومجموعة من الباحثين في كندا عام 1998.

نتائج الدراسة:

وجود علاقة تفاعلية بين مستوى التدين بشقيه (المعتقد والممارسة) والارتياح النفسي للأفراد الراشدين، وكان بعد المعتقد أكثر تفاعلا مع الصحة النفسية (الارتياح النفسي) بصفة عامة؛ فالمعتقد الديني أكثر تأثيرا من الممارسة الدينية في مستوى الارتياح النفسي.

كما بينت النتائج عن وجود علاقة تفاعلية بين تقدير الذات ومستوى التدين بصفة عامة ومع القطب الثاني للتدين (المعتقد) في حين نجد علاقة بين بعد تقدير الذات مع الممارسة الدينية غير دال.

توجد علاقة بين بعد التوازن ومستوى التدين بصفة عامة ومع بعد المعتقد، في حين نجد عدم وجود علاقة بين بعد التوازن والممارسة.

توجد علاقة بين بعد الالتزام الاجتماعي ومستوى التدين بصفة عامة بشقيه.

توجد علاقة بين بعد التحكم في الذات ومستوى التدين بصفة عامة وبشقه الممارسة الدينية، في حين لا توجد دلالة بين هذا البعد وبعد المعتقد.

الشعور بالسعادة سجل نفس نتيجة بعد التحكم.

- **دراسة Husni Radzi (2013):**

عنوان الدراسة: الأسلوب الديني الروحي المعتمد من طرف الطلبة في مواجهة الضغوط والقلق، وهدفت الدراسة لاستعراض كيف يستخدم الطالب المسلم الاستراتيجية الدينية والروحية للتعامل مع المسائل الأكاديمية.

عينة الدراسة: 21 طالبا من حفظة القرآن من جامعة تيناغا الوطنية بماليزيا (UNITEN).

أدوات الدراسة: مقياس (الاكتئاب، القلق والضغط النفسي) (DASS) المعدل من طرف Lovibond and lovibond (1995) والمعتمد من وزارة الصحة الماليزية، مقياس الكشف عن الشخصية الدينية الإسلامية من إعداد krauss et al (2005).

نتائج الدراسة:

أظهرت النتائج أن مستوى الضغط والقلق والاكتئاب لدى الطلبة منخفض، كما أنه توجد علاقة سالبة ضعيفة بين الشخصية المتدينة والضغط (−0,38)، بين الشخصية المتدينة والقلق (−0.05)، وبين الشخصية المتدينة والاكتئاب (−0,23).

- **دراسة Thomas Carpenter(2011):**

عنوان الدراسة: التدين في مواجهة الضغوط وأعراض الاكتئاب لدى المراهقين، وهدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين التدين كاستراتيجية في مواجهة الضغط النفسي وأعراض الاكتئاب لدى عينة من المراهقين ومعرفة ما إذا كان لاستراتيجية التدين السلبي علاقة لتفاقم أثر الضغوط النفسية في زيادة أعراض الاكتئاب لدى المراهقين. بالإضافة إلى معرفة ما

إذا كان لاستراتيجية التدين الإيجابي علاقة في الحد من آثار الضغوط النفسية ونقص أعرض الاكتئاب.

عينة الدراسة: تمثلت في 111 (80 إناث) من طلبة الثانوية ممن حضروا واحدة من ثلاث صفوف خاصة بالفروع الدينية بالثانوية (مدرستان كاثوليكية، ومدرسة بروتستنتية).

أدوات الدراسة: مقياس Brief RCOP (Pargament et al) (1998) لقياس أسلوب التدين بشقيه الإيجابي والسلبي، والصيغة المختصرة لمقياس الاكتئاب لدى الأطفال CDI Kovac (1985).

نتائج الدراسة:

أشارت النتائج إلى أن الأسلوب الديني السلبي ارتبط عكسيا وبشكل ملحوظ بتأثير الإجهاد والضغوط على أعراض الاكتئاب، فكلما زاد اللجوء للتدين السلبي تفاقمت آثار الضغوط النفسية مما يؤدي لبروز أعراض الاكتئاب، أما المواجهة الدينية الإيجابية فكانت علاقتها هامشية وضعيفة في الحد من آثار الضغوط النفسية على أعراض الاكتئاب.

- **دراسة Shadiya Baqutayane (2011):**

عنوان الدراسة: أهمية التوجه نحو التدين في إدارة الضغوط، وهدفت الدراسة إلى معرفة وطبيعة العلاقة بين التوجه نحو التدين والضغوط النفسية وكذا طبيعة العلاقة بين التوجه نحو التدين والإجهاد، بالإضافة إلى الكشف عن الفروق بين الذكور والإناث في مستوى الضغوط النفسية ومستوى التوجه نحو التدين.

عينة الدراسة: 218 طالبا وطالبة من 10 كليات في جامعة ماليزيا التكنولوجية، وبكل مستوياتها.

أدوات الدراسة: استبيان المواقف الضاغطة الأكاديمية (SSQ)، ومقياس الضغوط النفسية من إعداد Dov (1982)، ومقياس التوجه نحو التدين من إعداد Allport- Ross (1967).

نتائج الدراسة:

-مستوى الضغوط النفسية متوسط ومعتدل لدى الطلبة.

-مستوى الإجهاد متوسط ومعتدل لدى الطلبة.

-مستوى التوجه نحو التدين معتبر.

-توجد علاقة ضعيفة بين التوجه نحو التدين والضغوط النفسية والإجهاد.

- **دراسة صابر السيد محمد (2001):**

عنوان الدراسة: لبعض الضغوط النفسية في ضوء الاتجاه الديني وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدي طلبه المرحلة الثانوية، وتهدف هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الضغوط النفسية والاتجاه الديني لدى طلاب المرحلة الثانوية، وكذلك معرفة علاقة التحصيل الدراسي لدى هؤلاء الطلاب بكل من المتغيرين السابقين بالإضافة لمعرفة الفروق بين طلاب وطالبات الثانوي العام سواء في الاتجاه الديني أو في الضغوط النفسية.

عينة الدراسة: أجريت الدراسة على عينة مكونة من (360) طالب وطالبة من الطلاب المسلمين المقيدين بالصف الأول الثانوي العام بالمدارس الثانوي الحكومية بمحافظة الشرقية والذين تتراوح أعمارهم ما بين 14 و 16 سنة.

أدوات الدراسة: استبيان الضغوط النفسية من إعداد الباحث، استبيان الاتجاه الديني من إعداد الباحث، مقياس المستوي الاجتماعي الاقتصادي للأسرة إعداد عبد العزيز الشخص (1997).

نتائج الدراسة:

– توجد علاقة ارتباطية دالة بين الاتجاه الديني لدى طلبة المرحلة الثانوية وبعض أبعاد الضغوط النفسية، حيث كانت هذه العلاقة موجبة مع ضغوط كل من العلاقة مع الزملاء، الأوضاع المجتمعية، الهيئة المدرسية وكانت سالبة مع ضغوط الحالة الصحية، بينما لم توجد علاقة ارتباطية دالة بين الاتجاه الديني لدى هؤلاء الطلاب وبين الدرجة الكلية للضغوط النفسية بالإضافة لأبعادها المتمثلة في ضغوط الأسرة، وضغوط المذاكرة والتحصيل .

– توجد علاقة ارتباطية دالة وموجبة بين التحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية وبين الاتجاه الديني بأبعاده والدرجة الكلية له.

– توجد فروق دالة إحصائياً بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية في الاتجاه الديني بأبعاده والدرجة الكلية له وذلك لصالح الطالبات.

– توجد فروق دالة إحصائياً بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية في الدرجة الكلية للضغوط النفسية وبعض أبعادها المتمثلة في ضوء الهيئة المدرسية وضغوط المذاكرة والتحصيل وذلك لصالح الطالبات، بينما لم توجد فروق دالة بين طلاب وطالبات هذه المرحلة في أبعاد الضغوط النفسية المتعلقة بضغوط الأسرة، ضغوط العلاقة مع الزملاء ضغوط الأوضاع المجتمعية وضغوط الحالة الصحية.

6-4 تعقيب على الدراسات السابقة:

بعد العرض الموجز للدراسات والبحوث السابقة التي تناولت ظاهرة الضغوط النفسية والتوجه الديني وبعض المتغيرات المتعلقة بهما، يمكننا التعليق عليها من خلال ما يلي:

- **التعقيب على الدراسات ككل:**

✓ جل الدراسات التي سبق ذكرها اتبعت خطوات المنهج الوصفي الارتباطي في وصف وتحديد طبيعة العلاقة بين المتغيرات. قام بعض الباحثين في دراساتهم بتصميم أدوات خاصة بهم (استبيانات) لجمع البيانات، في حين اعتمد البعض الأخر على أدوات جاهزة.

✓ معظم البحوث والدراسات السابقة اشتركت في جمع المعلومات من خلال مجتمع الطلبة الجامعين، وذلك قد يكون بسبب سهولة الاتصال والتواصل معهم في الجامعة.

✓ تم اعتماد جملة متنوعة من الأساليب الإحصائية في معالجة البيانات الإحصائية، وذلك تبعا لحجم العينات وطبيعة الفرضيات.

✓ اقتصر مجتمع الدراسة في كل الدراسات السابقة على المسلمين ما عدا دراسة Thomas Carpenter (2011) التي اعتمدت على مجتمع دراسة مسيحي الديانة.

✓ اتفقت معظم نتائج الدراسات السابقة خاصة العربية على أهمية الدين والتدين في مواجهة الضغوط النفسية وعلاج الاضطرابات النفسية وبالتالي تحسين الصحة النفسية للفرد، ما عدا بعض الدراسات ومن ضمنها الدراسات الأجنبية التي رأت بعدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية أو بوجودها لكن ضعيفة.

- **نقاط الاشتراك والاختلاف بين الدراسات السابقة:**

❖ الدراسات التي تناولت متغير الضغوط النفسية:

اتضح لنا بعد تناول الدراسات السابقة سالفة الذكر والتي تناولت متغير الضغوط النفسية، أن جلها يسعى إلى الكشف عن مستوى الضغوط النفسية التي يعاني منها الطلبة الجامعيون منوهة في نفس الوقت لما لهذه الظاهرة النفسية من خطر يهدد الجانب الصحي النفسي والجسدي والاجتماعي على حد سواء.

وتتفق هذه الدراسات فيما بينها على وجوب التصدي لهاته الظاهرة خاصة في الوسط الجامعي، لما لها من آثار سلبية على حياة الطالب الشخصية، وانعكاسها على تحصيله العلمي، ومستقبله المهني. إلا أن هذه الدراسات اختلفت فيما بينها باختلاف الناحية التي تم التطرق لها، والتي تمس الظاهرة المدروسة وترتبط بها، فمن الباحثين من يرى أن للجانب النفسي والذاتي للفرد ممثلا في تقديره لذاته ومستوى صلابته النفسية علاقة بمستوى الضغوط النفسية، في حين ترى مجموعة أخرى أن مستوى الضغوط النفسية يتأثر بمستوى الذكاء الانفعالي وخصائص الشخصية للفرد، في حين بحثت مجموعة أخرى عن أساليب واستراتيجيات لمواجهتها.

إلا أن جل هذه الدراسات التي تعتبر في مجملها عربية مشرقية؛ اعتمدت على أدوات لجمع البيانات لا تتوفر على معايير حكم نابعة من التوزيع الطبيعي لمجتمع الدراسة، و يعتمد فيه على التصنيف النظري لدرجات المفحوصين في فئات مقسمة بالتساوي، بناء على قسمة المدى التي تتمتع به الدرجات على عدد الفئات المراد تصنيفها، مما ينتج لنا نسب نظرية بعيدة كل البعد عن التوزيع الطبيعي، وخصائص المنحى الاعتدالي لغوس. هذا ما حتم علينا في دراستنا تعيير درجات المفحوصين وفق التوزيع الطبيعي للاستعانة به في الحكم على مستوى الضغوط النفسية ومستوى التوجه نحو التدين وتحليل النتائج وفقا لذلك.

❖ الدراسات التي تناولت التوجه نحو التدين:

من خلال اطلاعنا على الدراسات التي تناولت التدين، لاحظنا أنها تتفق كلها على أهمية التدين، وتأثيره الايجابي على الصحة النفسية، ودوره في الوقاية والحد من الظواهر المرضية والاضطرابات النفسية؛ إلا أنها اختلفت حول المصطلح الذي تتناول به الظاهرة الدينية، فمنهم من تعامل مع مصطلح الدين بشكله العام، ومنهم من تطرق إليه في جانبه التطبيقي ممثلا في مصطلح التدين، ومنهم من فضل تناوله كمصطلح يعبر عن الالتزام الديني، إلا أن هناك من تناول الدين كأسلوب حياة قائم بحد ذاته ممثلا بمصطلح التوجه نحو التدين وهو ما تبنيناه في بحثنا.

إلا أن معظم هذه الدراسات لا تفرق بين الدين في شكله المقدس، الثابت عبر الزمان والمكان، المنزل من عند الله سبحانه وتعالى، وبين التجربة الدينية التي تتأثر بنظرة الأفراد الذاتية للدين وتجاربهم الشخصية، فصفة القدسية التي يتصف بها الدين، ولاسيما إن كنا نتكلم عن الدين الاسلامي، لا تمنعنا من انتقاد التجارب الدينية الخاطئة، فبعض السلوكيات التي تظهر للعيان على أنها دينية ومن غير الممكن نقدها، هي في الحقيقة مجرد أهواء مبتدعة من طرف أصحابها. وقد حاولنا أن نتحرى الموضوعية في طرحنا للموضوع والابتعاد قدر المستطاع عن الذاتية وتحكيم العاطفة الدينية.

❖ الدراسات التي تناولت العلاقة بين الضغوط النفسية والتدين:

اختلفت نتائج هذه الدراسات بين من توصل إلى وجود علاقة سلبية ضعيفة، وعدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية، فمثلا دراسة Husni .R (2013)، توصلت إلى وجود علاقة ضعيفة بين الشخصية الدينية والضغط النفسي، إلا أن هذه الدراسة يعاب عليها اعتمادها على عينة من الطلبة الذين ثبت أثناء الدراسة أنهم لا يعانون من ضغوط نفسية، أو بالأحرى مستوى

ضغوطهم النفسية منخفض، مما يجعل العلاقة بين توجهاتهم الدينية ومستوى الضغوط النفسية التي يتعرضون لها غير واضحة، وقد تنبهنا لنقطة الضعف هذه وحاولنا قدر المستطاع عزل الطلبة الذين لا يعانون من مستوى ضغط نفسي معتبر، يجعلهم يلجؤون لأساليب دينية لمواجهة هذه الضغوطات.

وجاءت دراسة Shadiya (2011) هي الأخرى في نفس الاتجاه حيث توصلت الباحثة إلى وجود ضعف في العلاقة بين التوجه الديني والضغوط النفسية الممارسة على الطلبة؛ إلا أنها اعتمدت على عينة عشوائية غير ممثلة لذوي الضغوط النفسية المرتفعة، والتي تمكننا من تبين أثر التوجه نحو التدين في مواجهة الضغوط النفسية.

أما دراسة Carpenter .T (2011) فقد صنف الأسلوب الديني المعتمد في مواجهة الضغوط النفسية إلى أسلوب ديني سلبي وأسلوب ديني إيجابي وهذا التصنيف لا ينطبق عن الدين الاسلامي، فصاحب هذه الدراسة يتكلم من تجربته الشخصية مع الدين المسيحي؛ في حين يجب علينا نحن المسلمين أن نفصل بين الدين كمنهج رباني والتدين كطريقة إجرائية لتطبيق هذا الدين، فحتى وإن وجد في الواقع بعض مظاهر التدين السلبي، إلا أنها تبقى راجعة لتجربة الفرد الشخصية مع الدين. فأساليب الدين المنصوص عليها في ديننا كلها إيجابية مهما كانت نضرتنا لها، وقد تفادينا هذا الوصف السلبي للدين من منطلق معرفتنا بالدين الإسلامي.

وجاءت دراسة طيبي غماري وآخرون (2014) بنتائج مفصلة للعلاقة بين التدين والصحة النفسية ممثلة في أبعاد الارتياح النفسي، ورغم الاضافة العلمية التي أضافتها هذه الدراسة للرصيد العلمي، واعتمادها في قياس التدين على استبيان صمم خصيصا على البيئة الجزائرية، وشمل على بعدين وهما بعدي المعتقد والممارسة، إلا أن مفهومهما الذي تم تبنيه في الدراسة، جاء متأثرا بالثقافة المجتمعية السائدة في البيئة التي طبق فيها البحث، فترى مجموعة البحث أن المعتقد ما هو إلا انعكاس لمعتقد الشعب الديني، وأن الطقوس الدينية الممارسة لابد أن تستجيب للتجربة الدينية الداخلية(المعتقد الشعبي)؛ وقد جاءت بنود وعبارات

الاستبيان متضمنة لطقوس وممارسات مبتكرة ومنبثقة من الثقافة السائدة في مجتمع الدراسة (الغرب الجزائري)، مما يفتح الباب واسعا للاجتهاد في تعديلات وإضافات على العقيدة غير منصوص عليها في ديننا.

- **مدى الاستفادة من الدارسات السابقة :**

أفادتنا الدراسات المدرجة في هذا الفصل، في جملة من النقاط والتي يتمثل أهمها في:

- ✓ الضبط المنهجي للدراسة، من خلال تثبيت بعض العوامل التي من شأنها أن تؤثر على متغيرات الدراسة، إضافة إلى عزل بعض المتغيرات الدخيلة أو المشوشة، والتي يمكن أن تؤثر على نتائج الدراسة.
- ✓ زودتنا بمقاييس مناسبة سبق وطبقت في البيئة الجزائرية.
- ✓ أعانتنا في الاختيار السليم للأساليب الإحصائية ومراعاة شروط تطبيقها.
- ✓ المساعدة في تفسير النتائج المتوصل إليها، سواء بالاتفاق أو بالاختلاف.

الإطار النظري

الفصل الثاني

التوجه نحو التدين

تمهـــيد

1-تطور مفهومي الدين والتدين عبر التاريخ.

2- مفهوم التوجه نحو التدين.

2-1 تعريف الدين.

2-2 تعريف التدين.

2-3 تعريف التوجه نحو التدين.

3-النظريات المفسرة للظاهرة الدينية.

3-1 نظرية الخوف.

3-2 النظرية الحيوية.

3-3 النظرية الأنثروبولوجية.

3-4 النظرية الثقافية.

3-5 النظرية الاجتماعية.

3-6 نظرية التحليل النفسي.

3-7 التوجه الديني من المنظور النفسي الوجودي.

3-8 التدين في التصور الإسلامي.

4- أنماط التدين.

5-خصائص نمطي الشخصية ذات التوجه الديني (الجوهري / الظاهري).

6-قياس التوجه الديني.

خلاصـــــــة

تمهيد

يعد الدين من أكثر المتغيرات تأثيرا في سلوك البشر بصورة عامة، وفي شخصياتهم وصحتهم النفسية بصورة خاصة، ولطالما أثار هذا المتغير اهتمام كثير من الباحثين النفسانيين، الأمر الذي دفعهم إلى دراسته من جوانب كثيرة متعددة مثل (الالتزام، القيم، المعتقدات، العبادات، الممارسات، ... الخ). وعلى الرغم من كثرة هذه الدراسات فإن غالبيتها فشل في قياس ما يعده القادة الدينيون وعلماء النفس جانبا مهما من الدين ألا وهو وظيفة الدين في حياة الفرد، وتعتبر دراسات قليلة من بحثت في الدين بوصفه الطريقة التي يعيش بها الفرد حياته وفقا لمعتقداته وقيمه.

1-تطور مفهومي الدين والتدين عبر التاريخ :

إن استطلاع الإنسان للعقائد الدينية السائدة اليوم في أنحاء العالم يتبين من غير شك أن الحياة الإنسانية في مختلف الأزمان والأماكن لم تخل بصورة من صور التدين أيا كانت، وأن الإنسان لم يكف منذ القدم عن محاولة فهم ومعرفة الخالق وتحديد علاقته به وواجباته نحوه، فمهما غيب الإنسان دور الدين في حياته وتجاهل أثره، إلا أنه من حين لأخر يعود محاولا فهمه باحثا في الدين عن إجابة لتساؤلاته الوجودية بما يشبع حاجاته النفسية والفكرية، وأحيانا أخرى عند مروره بأوقات عصيبة وبعد استسلامه واستنفاذ كل محاولاته البشرية القاصرة أمام الظواهر الطبيعة والظروف القاهرة، يرتمي في أحضان الدين لاجئا للقوى الغيبية العليا المهيمنة علها تحتوي ضعفه وتخلصه من معاناته، فظاهرة الدين والتدين وجدت في المجتمعات الإنسانية من أول وجود للإنسان، وبقيت إلى يومنا هذا، وستبقى بعد إلى أن يرث الله الأرض ومن عليها.

لقد ظهرت في العصور القديمة عدة أراء نظرية وفلسفية لفهم الدين لدى بني الإنسان، حيث بدأت هذه الأفكار بتعريف الدين بأنه عبارة عن عبادة الأسلاف وأحيانا أرجع الدين إلى

أصول سحرية، بينما اعتبر أحيانا أخرى على أنه ناتج عن ضعف الإنسان وعجزه أمام القوة الطبيعية الخارقة فيبدأ بعبادة هذه المظاهر الطبيعية الخارقة خوفا منها وتجنبا لشرها **(بركات، 2006، 113)**.

وجاءت بدايات البحث في ظاهرة التدين نتيجة لاهتمامات الانثروبولوجيين عندما حاولوا الإجابة عن السؤال النفسي: لماذا يحدث التدين؟ وقد تضمنت أعمالهم وصفا دقيقا للشعائر والطقوس الدينية بين الشعوب البدائية ويرجع بعض الانثروبولوجيين سبب ظهور هذا النمط من السلوك إلى قلق الإنسان من الوجود والحاجة إلى تفسير الظاهرة الكونية ولفشله في الحصول على التفسير المقنع لها (**الطائي، 1985، 3**).

ولمعرفة منشأ ومبتدأ هذه الظاهرة وكيف تشكلت في الأذهان وتطورت عبر الزمان، يصف محمد عبده في مؤلفه رسالة التوحيد تنقل الإنسان من التيه إلى الهداية ومن الضياع إلى الرشاد في معرفة الطريق إلى الخالق الموجود قبل الوجود فيقول: " كل إنسان – مهما علا فكره وقوي عقله، أو ضعفت فطنته وانحطت فطرته – يجد من نفسه أنه مغلوب لقوة أرفع من قوته وقوة من أنس منه الغلبة عليه مما حوله، وأنه محكوم بإرادة تصرفه وتصرف ما هو فيه من العوالم في وجوه قد لا تعرفها معرفة العارفين، ولا تتطرق إليها إرادة المختارين، تشعر كل نفس أنها مسوقة لمعرفة تلك القوة العظمى، فتطلبها من حسها تارة، ومن عقلها أخرى، ولا سبيل لها إلا الطريق التي حددت لنوعها، وهي طريق النظر، فذهب كل في طلبها وراء رائد الفكر: فمنهم من تأولها ببعض الحيوانات، لكثرة نفعها، أو شدة ضررها، ومنهم من تمثلت له في بعض الكواكب لظهور أثرها، ومنهم من حجبته الأشجار والأحجار لاعتبارات له فيها، ومنهم من تبدت له آثار قوى مختلفة في أنواع متفرقة تتماثل في أفراد كل نوع، وتتخالف بتخالف الأنواع، فجعل لكل نوع إلها، ولكن كلما رق الوجدان، ولطفت الأذهان، ونفذت البصائر، ارتفع الفكر وجلت النتائج، فوصل من بلغ به علمه المنازل من ذلك إلى معرفة هذه القدرة الباهرة، واهتدى إلى أنها قدرة واجب الوجود..." **(الذهبي 1975، 51)**.

ويلاحظ أن علم النفس ليس أول العلوم التي تدرس الدين دراسة علمية فقد سبقته في ذلك علوم أخرى مثل تاريخ الأديان وعلم الاجتماع وعلم الأجناس، ولم يدخل الدين حقل الدراسة العلمية إلا في مدة متأخرة نسبيا بسبب القدسية التي يتمتع بها والتي أضفت عليه نوعا من السمو وجعلته بمعزل عن التفكير العلمي، ويعد كل من ستارباك ولوبا وستانلي هيل من أوائل من كتبوا في الدراسة العلمية للدين وأوضحوا أن الدراسة العلمية لا تقلل من هيبة الدين وقدسيته **(تركي، 1980، 180)**.

ولغرض الوصول إلى أدق النتائج في الدراسات العلمية للدين، على الباحث أن يكون فهمه للدين بشكل تكاملي، ويجب أن يكون هذا الفهم من خلال التعامل مع جوهره، لأن الدين متشابه في جوهره عند كل الثقافات، على الرغم من تعدد الأديان، ويمكن للباحث معرفة هذا الجوهر من خلال تحديد المظاهر المتشابهة للتجربة الدينية عند كل البشر وفي كل الثقافات وهو أمر لا يخلو من صعوبة بطبيعة الحال **(بيومي ، 1999، 22)**.

ولتذليل هذه الصعوبة وتحقيق أفضل فهم لجوهر الدين يضع (فاخ) أحد أهم العلماء المشتغلين بدراسة الدين مجموعة شروط يوصي الباحثين الالتزام بها وهي:

- أن عملية الفهم لها طبيعة فكرية، بمعنى أنه لا يمكن التوصل إلى فهم أي دين أو أي ظاهرة دينية دون أن تكون هناك معلومات مكثفة عن هذا الدين أو تلك الظاهرة، والحق أن الأعمال التي تمت خلال المائة عام الماضية قد زادت من عمق ودرجة معرفتنا بالأديان الأخرى.
- أن الباحث في الأديان مطالب بمعرفة العديد من اللغات لاسيما ما يتعلق بالشرق الأدنى وافريقيا وآسيا وأميركا الجنوبية، فلكي تنفذ إلى روح الدين يجب أن تقرأ مقدساته وتعليماته باللغة الأصلية لهذا الدين.
- أن محاولة التوصل إلى فهم الأديان يجب ان يكون بمنأى عما يعتقد أو يتدين به الباحث.

- لابد أن يكون هناك هدف واضح عند دراسة الدين أو الظاهرة الدينية.
- هناك شيء أساسي لفهم الدين وهو الخبرة، فمن لديه خبرة واسعة بالخصائص الانسانية سيكون بلا شك أكثر مقدرة على التوصل لفهم الآخرين بطريقة أشمل، ذلك لأنه قادر على النفاذ إلى عقول ومشاعر وأفعال الآخرين (**بيومي ، 1999، 34-35**).

وعلى الرغم من الشروط سابقة الذكر، تبقى دراسة الدين من الدراسات الصعبة إن لم تكن أكثرها صعوبة، ولعل أحد أسباب هذه الصعوبة هو الخلط بين مفهومي الدين والتدين الذي ما نجده دائما ضمن أدبيات علم النفس والاجتماع، وكثيرا ما يستخدم أحدهما مكان الآخر، وقد يبدو للبعض بأنهما مفهومان يعبران عن معنى واحد، إلا أن التعمق فيهما يظهر بأنهما مفهومان مختلفان تماما على الرغم من تعلق أحدهما بالآخر.

2-مفهوم التوجه نحو التدين:

تجدر الإشارة إلى أن المفهوم المستخدم في هذه الدراسة هو مفهوم" التوجه نحو التدين " وهو مصطلح مركب، ومن أجل إحاطته بالفهم والضبط علينا أن نتطرق إلى مصدره وأجزاءه لمعرفة مدلولاتها ومن ثم الوقوف على المعنى الاصطلاحي لها مجتمعة، ومن أجل ذلك سنتطرق إلى مصطلح الدين على أساس أنه الصورة النظرية الأصلية، ولمصطلح التدين الذي هو أنسب تعبير عن الدين في صورته الإجرائية والأقرب إلى الاستعمال الامبريقي، فالتدين ما هو إلا تعبير عن الدين في شكله التطبيقي، ومن الناحية النظرية يصعب الفصل بين مفهومي الدين والتدين نظرا للتداخل الشديد بينهما، فالتدين ينبثق من المفهوم الأشمل للدين.

2-1 تعريف الدين:

❖ **لغة:** يعرف ابن منظور (1956) الدين لغويا بأنه:

الجزاء أو المكافأة، ودنته بفعله دينا أي جزيته، وداينه مداينة وديانا والدين الحساب، ومنه قوله تعالى (مالك يوم الدين) ومعناه مالك يوم الحساب وقوله تعالى(ذلك الدين القيم) أي ذلك الحساب الصحيح، والدين الطاعة وقد دنته ودنت له أي أطعته، وجمع الدين الأديان ويقال دان

بكذا ديانة، وتدين به فهو دين ومتدين، و دينت الرجل تدين إذ وكلته إلى دينه والدين: الإسلام، ويقال (كما تدين تدان) أي كما تجازي تجازى بفعلك (**ابن منظور، 1956، 169**).

❖ **مفهوم كلمة (الدِّين) في القرآن:**

من تتبع كلمة (الدِّين) في القرآن الكريم، مُعَرَّفة أو منكرة، مجردة أو مضافة: يجد لها معاني كثيرة يحددها السياق. فأحيانا يُراد بها الجزاء، مثل: {مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ} [الفاتحة:4].

وأحيانا يُراد بها: الطاعة، كما في قوله تعالى: {وَأَخْلَصُوا دِينَهُمْ لِلَّهِ} [النساء:164].

وأحيانا يُراد به: أصول الدِّين وعقائده، كما في قوله تعالى: {شَرَعَ لَكُمْ مِنَ الدِّينِ مَا وَصَّى بِهِ نُوحاً وَالَّذِي أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ وَمَا وَصَّيْنَا بِهِ إِبْرَاهِيمَ وَمُوسَى وَعِيسَى أَنْ أَقِيمُوا الدِّينَ وَلا تَتَفَرَّقُوا فِيهِ كَبُرَ عَلَى الْمُشْرِكِينَ مَا تَدْعُوهُمْ إِلَيْهِ اللَّهُ يَجْتَبِي إِلَيْهِ مَنْ يَشَاءُ وَيَهْدِي إِلَيْهِ مَنْ يُنِيبُ} [الشورى:13].

فالذي شرع الله لأمة محمد من الدِّين: هو ما وصَّى به أولي العزم من الرسل نوحا وإبراهيم وموسى وعيسى بن مريم، وهو: أن يقيموا الدِّين ولا يتفرقوا فيه. والدِّين هنا الذي جاءت به الرسل كلهم – كما قال الحافظ بن كثير– هو: عبادة الله وحده لا شريك له، كما قال عز وجل: {وَمَا أَرْسَلْنَا مِنْ قَبْلِكَ مِنْ رَسُولٍ إِلَّا نُوحِي إِلَيْهِ أَنَّهُ لا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدُونِ} [الأنبياء:25].

وقد يُراد بالدِّين إذا ذكر في القرآن: الإسلام خاصة، كقوله تعالى: {أَفَغَيْرَ دِينِ اللَّهِ يَبْغُونَ} [آل عمران:83]، وقوله: {هُوَ الَّذِي أَرْسَلَ رَسُولَهُ بِالْهُدَى وَدِينِ الْحَقِّ} [التوبة:33].

كما قد يُراد به العقيدة التي يدين بها قوم من الأقوام، وإن كانت باطلة، كما في أمره تعالى لرسوله أن يقول للمشركين الكافرين: {لَكُمْ دِينُكُمْ وَلِيَ دِينِ} [الكافرون:6].

❖ **إصطلاحا :**

فيعرّف **Thouless** الدين بأنه" علاقة عمليّة يشعر بها المرء نحو من يعتقد أنه كائن أو كائنات أسمى من البشر" (**المليجي، 1955، 28**).

ويتشابه تعريف **فريزر** مع تعريف **تاولس** للدين، حيث يرى بأنه" محاولة لاسترضاء أو كسب قوى أسمى من الإنسان، قوى يعتقد المرء أنها توجه، وتضبط مجرى الطبيعة والحياة الإنسانية" **(المليجي، 1955، 28)**.

ويعرف **Spenser** (1921) الدين بأنه "الإيمان بالقدرة اللانهائية التي لا يمكن تصور نهايتها الزمانية أو المكانية" **(الخشاب، 1970، 75)**.

ويعرفه **Taylor** 1969 أنه "الإيمان بكائنات روحية" **(سيرل بيرت، 1985، 10)**.

ويعرّف **durkhim** الدين بأنه" نسق موّحد من المعتقدات، والممارسات المرتبطة بأشياء مقدسة، هذه الأشياء تتمثل في مجموعة من الأوامر والنواهي" **(الخشاب، 1988، 24)**

ويرى **محمد بركة،** (1986) أن" كلمة الدين لا تعني عند الغربيين ما تعنيه عند المسلمين، وقد يكون من الخطأ أن نكتفي بترجمة كلمة دين باللفظ **(Religion)** فالمسألة ليست لفظية بقدر ما هي ذات ارتباط ببناء آلي من المعتقدات، والتصورات، وما يترتب عليها من طرائق السلوك، ومنازع التفكير"**(بركة، 1986، 16)**

ويشير **محمد عبد الله دراز**(1990) إلى أن" تعريف الدين اشتهر لدى الإسلاميين بأنه وضع إلاهي سائق لذوي العقول السليمة باختيارهم إلى الصلاح في الحال، والفلاح في المآل" **(دراز، 1990، 33)**.

وكذالك يرى **عصام الدين محمد** (1990) أن الدين هو" مجموعة معتقدات وعبادات مقدسة تؤمن بها جماعة معينة، يسدّ حاجة المجتمع والفرد على السواء، أساسه الوجدان، وللعقل إعمال هام في مجاله بالنسبة للمتأمّلين، المتدبرين في خلق العالم والإنسان" **(عصام الدين محمد، 1992، 272)**.

ولقد طرحت **عنو عزيزة** (2005) تعريفا للدين مآده أنّ الدين هو" تلك العقائد والعبادات المقدسة التي يمارسها الفرد فكريا وعمليا، فهو إذن نظام إلاهي موحّد من العقائد والعبادات

والخير في السلوك والمعاملات، وهنا يبدو واضحا أن للدين دورا فعّالا في توجيه السلوك الإنساني، وتوازن الشخصية" (**عنو ، 2005، 23**).

فالدِّين إذن هو ما يحدد العلاقة بين الله سبحانه وخَلقه من المكلَّفين، من حيث معرفته وتوحيده، والإيمان به إيمانا صحيحا بعيدا عن ضلالات الشرك، وأباطيل السحرة، وأوهام العوام، ومن حيث إفراده جل شأنه بالعبادة والاستعانة، فلا يُتوجه بالعبادة إلا إليه، ولا يستعان –خارج الأسباب المعتادة– إلا به سبحانه: {إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ} [الفاتحة:5].(**القرضاوي، 2014**).

2-2 تعريف التدين:

تعرّف **سمية فهمي** (1975) التدين بأنه" وجدان وعمل قبل أن يكون مناسكا وتراتيلا، ينبع هذا الوجدان من تطلع الإنسان إلى اكتشاف سرّ وجوده وكنه الكائنات من حوله، ينبع من تلهفه إلى صدر رحيم يثق به ويطمئن إليه، وينبع من احتياجاته إلى قوى عظيمة تشد من أزره، وتوجّهه في هذه الحياة" (**فهمي، 1975، 279**).

أما عند علماء الإسلام فالتدين هو التزام الفرد بعقيدة الإيمان الصحيح وظهور ذلك على سلوكه بممارسة ما أمر الله به والانتهاء عن اتيان ما نهى الله (**الصنيع، 2000، 16**)؛ وهذا يعني أن التدين في الإسلام يرتبط بكل من الاعتقاد في العقل والقول باللسان والعمل بالجوارح، ويكون التدين بهذا المعنى ملازما للإسلام بأبعاده الثلاثة (الإيمان، العبادة، الأخلاق)، مع ملاحظة أن مصطلح الإيمان موافق لمصطلح العقيدة ونحن حين نسلط الضوء على الآثار الايجابية للتدين على النفس إنما نسلطها على الإيمان والعبادة والأخلاق وأثارها على النفس الإنسانية.

3-2 تعريف التوجه نحو التدين:

يعرّف **الدسوقي**(1997) التوجه الديني بأنه "نسق أو تنظيم نفسي ثابت من العمليات المعرفية والوجدانية والسلوكية يوجه الشخص من خلاله نحو الإقرار، والإيمان والعبودية لخالق

واحد أعظم، والقيام بالممارسة الدينية لإثبات الطاعة له، والتمسك بالأخلاقيات النابعة من الإيمان" **(الدسوقي، 1997، 12)**.

ويرى **موسى رشاد** (1991) أنّ التوجه نحو التدين يقع في المنزلة الأولى لدى الإنسان عن باقي أمور حياته مهما كانت، والالتزام بهذه القيم، والأحكام والموازين (الدينية) هو الذي يوفر للإنسان السعادة والأمان الحقيقيين، ويوفر معايير الصحة النفسية السليمة **(رشاد، 1991، 124)**.

أما فيما يخص شقي التوجه نحو التدين فيرى **موسى رشاد** (1999) أن التدين الجوهري يجعل الفرد يتجاوز حدود ذاته ويتخطّاها بالوعي المتجاوب الشامل الممتد خارج الذات إلى الكون كلّه، كما أنه يوجّه الفرد إلى وجود أعلى تلتزم به الذات، وتحتكم إليه في ميزانها الأخلاقي، حيث أنّ التدين الجوهري يدعوا إلى التكامل بين السلوك الظاهري، والضمير الداخلي **(رشاد، 1999، 321)**.

يرى **بشير ابراهيم الحجار، وعبد الكريم سعيد رضوان** (2006) أن التدين الجوهري يعتمد بالأساس على إخلاص النيّة لله سبحانه وتعالى بالقول والعمل فهو يدعو إلى التكامل بين السلوك الظاهري والضمير الداخلي **(الحجار ورضوان، 2006، 270)**.

و يعتبر **النووي** التدين الجوهري في المعاملات هدف أساسي، فالدين يهتم بجذور العلاقات المتمثلة في نية الفرد وراء الدافع، والنية هي انبعاث القلب نحو العمل بهدف جلب أو دفع ضرر **(الحجار ورضوان، 2006، 270)**.

ويشير **موسى رشاد** (1991) إلى أن الإنسان المسلم ربما يرتكب بعض الأخطاء والأفعال المحرمة أو الممنوعة ويخفيها عن الناس وينكر أفعاله، ولكنه في نفس الوقت يدرك أن هناك قوة تدين جوهرية تمنعه من التمادي في ذلك وتعدل من سلوكياته. وهذا بعكس الإنسان غير المسلم أو المنافق الذي يصر على أفعاله وسلوكياته لأنه ليس لديه تدين جوهري يوازن أفعاله وتصرفاته.

وهذا ما أكد عليه **موسى** حيث اعتبر أن التدين الجوهري هو بمثابة مصدر لتهذيب السلوك وتقويم الأخلاق وتحقيق المعاملة الحسنة، وأن الإنسان المسلم لديه كنز عظيم وقوة عظيمة تقيه وتحفظه ألا وهو الدين الإسلامي الحنيف (**الحجار ورضوان، 2006، 271**).

أما التوجه الديني الظاهري والذي يختص بما يقوم به الفرد من سلوكيات وممارسات دينية فيرى **بشير وعبد الكريم** (2006) بأنهّ الالتزام بالأفعال، والسلوكات الحسنة دون وجود الوازع العقائدي الدافع، والأساس لتلك السلوكيات (**الحجار ورضوان، 2006، 271**).

ويعد **Gordon Allport** من أوائل علماء النفس الذين أشاروا إلى مفهوم التوجه الديني، فعلى الرغم من تأكيد علماء النفس أهمية الجوانب الروحية والدينية على سلوك الإنسان وشخصيته، سواء بالسلب أو الإيجاب، إلا أنهم لم يطرحوا تصوراً متسقاً عن سيكولوجية التدين كالذي طرحه Allport، فقد كان منظوره تجاه الدين متطوراً باستمرار، ويختلف كثيراً عن أفكار فرويد التشاؤمية، وكذلك عن منظور فروم التفاؤلي (**Allport, 1950**) (**Hunsberger, 1999, 34**) (**Knight & Sedlacek, ND2, 3**)

ويستخدم **Allport** مصطلح التوجه الديني Religious Orientation للتعبير عن الطريقة التي يمارس بها الشخص –أو يعيش– معتقداته وقيمه الدينية، ويعدّه متغيراً مهماً من متغيرات الشخصية (**Earnshaw, 2000**) (**Knight & Sedlacek, ND, 3**)، ووفقا لذلك يقترح Allport توجهين أو شكلين من هذه الطريقة يطلق عليهما، التوجه الديني الجوهري Intrinsic Religious Orientation والتوجه الديني الظاهري أو الهامشي Extrinsic Religious Orientation ويشير التوجه الديني الجوهري "الى الحياة المتوجهة كليا او المتكاملة بفعل قيمة الدين الرئيسية" (**Dittes, 1971, 86**)، وفي هذا النوع من التوجه الديني يعيش الأفراد (الإيمان الديني لأجل الإيمان)، وتكون الجوانب الاجتماعية للدين عندهم غير مهمة، لذلك فهم يلتزمون بعمق المعتقدات والقيم الدينية وبطريقة مضحية (**Earnshaw, 2000**) (**Gallant, 3, 2001**) (**Knight & Sedlacek, ND, 3**)

أما التوجه الديني الظاهري أو الهامشي فهو يشير إلى "الاستغلال النفعي للدين لتوفير الراحة أو المكانة أو المساندة المطلوبة لمواجهة الفرد مع الحياة" (**Knight & Sedlacek, ND, 3 -2)**، وفي هذا النوع من التوجه الديني يُستخدم الدين كأداة لتحقيق غايات غير دينية، إذ يسعى الأفراد باستخدام الدين لتحقيق أهداف ممركزة حول الذات، أو الحصول على عمل أو مركز مقبول اجتماعياً **(Earnshaw, 2000) (Gallant, 2001, 3)**، وفي بادئ الأمر نظر Allport إلى هذين التوجهين الدينيين (الجوهري/ الظاهري) على أنهما يمثلان خطاً متصلاً، إلا أنه سرعان ما عدّهما بعدين منفصلين، بسبب أن كل توجه منهما هو توجّه مستقل بذاته، وقد أكد ذلك مجموعة الدراسات التي تلت دراسات Allport حيث تم إضافة توجهات دينية أخرى فضلاً عن هذين التوجهين مثل (النمط المتسائل Quest) و(النمط المناصر للدين والمضاد للدين).

وخلاصة القول أن التدين الظاهري ليس إلا مجرد قشرة خارجية خالية من أي عمق أو معنى ومحتوى تدين يعتبر وسيلة لا غاية. عكس التدين الجوهري الأصيل الذي يتحرى صاحبه الأمور السرية والخفية بينه وبين ربه، بأعماق النفس البشرية ليعالجها من اضطرابها ويكسبها أرفع معاني الوجود.

3- النظريات المفسرة للظاهرة الدينية:

لقد تعددت وجهات النظر التي فسرت الدين حيث هناك بعض النظريات ترى بأن الدين تطور من خلال المخاوف اللاشعورية. ويمثل وجهة النظر هذه فرويد Freud الذي يعبر عن موقفه من الدين والذي يعني أن الدين ينشأ بوصفه صراعات في مرحلة الطفولة المبكرة **(تركي، 1980، 181)**. أما ألبورت Allport يرى أن الدين يحصن الفرد ضد غزو القلق والشك والبؤس فهو أيضاً يمده بالعزم الذي يمكنه في كل مرحلة من مراحل نموه لأن يربط نفسه ربطاً ذا معنى ومغزى بكلية الوجود **(هادي، 2004، 30)**.

أما فروم Fromm يرى بأن وظيفة الأديان التوحيدية هي إنقاذ الإنسان من كل أنواع العصاب التي يتحدث بها البعض من علماء النفس **(فروم، 1977، 88)** ويرى يونك Jung طالما أن معظم الناس يؤمنون بالله فإن ذلك يعد حقيقة نفسية صادقة لا جدال فيها **(لندزي، 1978، 148)**.

في حين يؤكد ماسلو Maslow على القيم الروحية التي أسماها بالحاجات العليا وعدها حاجات شبه غريزية متأصلة في الطبيعة البيولوجية للنوع الإنساني **(ماسلو، 1982، 208)**.

أما أصحاب النظرية المعرفية فيرون بأن الدين ظهر عندما بدأ الناس يفكرون بالخبرات والأحداث التي يصعب فهمها وتفسيرها. وهناك تفسير آخر يرى بأن التفكير المرتبك المشوش والبسيط جدا عند الإنسان البدائي أدى إلى ظهور التوضيحات أو التفسيرات الدينية **(هادي، 2004، 30)**.

كما يؤكد المليجي أن الدين كأي نشاط يصدر من النفس الإنسانية لا يمكن أن يكون سلبيا، أي لا يمكن اعتباره رضوخا بل هو على الرغم مما يظهر عليه من استسلام، ينطوي في نفس الوقت على محاولة لتقدير الذات وإثبات وجود الإنسان كعنصر فعال في ذلك الكون. وقد توصل رشاد موسى (1997) إلى بعض خصائص للدين هي:

- أن الدين فطري لدى الإنسان قد تساعد على ظهوره عوامل التنشئة الاجتماعية، ولنا في الحديث النبوي الشريف عبرة في ذلك قال صلى الله عليه وسلم: (مَا مِنْ مَوْلُودٍ إِلاَّ يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ، فَأَبَوَاهُ يُهَوِّدَانِهِ أَوْ يُنَصِّرَانِهِ أَوْ يُمَجِّسَانِهِ) رواه البخاري.
- أن الدين علاقة وجدانية روحية بين الفرد وخالقه هذه العلاقة لها صدى في ضمير الفرد ووجدانه وتصبح المحرك الأساسي لسلوكه ومعاملاته وأخلاقه.
- يقلل الالتزام بالدين وتعاليمه من مشاعر الصراع.
- الدين يعطي الفرد المتدين قوة يستمدها من قوة عليا داخليا وخارجيا فيخلصه من مشاعر الذنب واليأس وينمي لديه الخصائص النفسية الإيجابية كالصبر والإيثار....الخ.

- يهدف الدين إلى تنظيم العلاقات بين الناس وتنظيم حركة الحياة على مستوى الفرد والمجتمع، أما الدين الإسلامي فهو يعد مصدراً لكل القيم الخلقية والمثل العليا وقواعد السلوك الأخلاقي حيث أن الرقيب على أفعال الفرد هو ضميره الحي اليقظ المؤمن بالله بحيث يصبح الالتزام الأخلاقي والوازع الذاتي أقوى وتصبح الرقابة شاملة لكل تصرفات الفرد في السر والعلانية وتبرز وسطية الأخلاق في الإسلام فلا إفراط ولا تفريط وليس للإنسان أن يقسو على نفسه قسوة تجعله سلبياً في حياته ولا يعطي نفسه أكثر من حقها وتتصف الأخلاق الإسلامية أيضاً بالربط بين القول بالعمل والنظرية بالتطبيق. لهذا يعد التشريع الإسلامي أكثر تميزا عن غيره من التشريعات بوصفه تشريعاً ربانياً شاملاً واضحاً وواقعياً ضمن للفرد الكثير من الحقوق المقررة له. من هنا يمكن القول أن الالتزام والسلوك المتزن يعكس لنا شعوراً عاماً بالأمن والطمأنينة والتوافق النفسي والاجتماعي. إن التفسير الديني قد جعل قيمة الإنسان تشتق من النهاية التي تسير حياته إليها بالتسليم بأن الإنسان قد خُلق لغاية معينة هي معرفة الله وتقديسه (**هادي، 2004، 36**).

وهناك من يصنف النظريات في التالي:

3-1 نظرية الخوف:

التي تعتبر أن التدين ظاهرة اجتماعية نفسية وأن خشية المجهول هي التي جعلت الإنسان يلجأ إلى الدين، وهي نظرية قديمة جدًا جاءت في العصور اليونانية والرومانية، فالناس في تلك المجتمعات البدائية وبسبب ظروفهم القاسية تحت ضغوط المرض والجوع والحروب القبلية والتخلف والجهل يسعون إلى كسب عطف القوى الغيبية لتأمين سلامتهم وتجنب سخط هذه القوى من خلال إرضائها والتقرب منها بالعبادة والطقوس والقرابين، ومن أهم الطقوس الروحية الدينية في هذه المجتمعات طقوس المرور أو الانتقال (Rites of Passage) وطقوس

التأهيل (Initiation Rites) تلك الطقوس التي كان يعتقد الأفراد إنها تساعد على انتقال الفرد من مرحلة الطفولة إلى مرحلة النضج أو الرشد الاجتماعي.

3-2 النظرية الحيوية:

ومن رواد هذه النظرية Taylor و Spencer وأوجست كونت Comte وهي تميل إلى أن الإنسان البدائي يضفي على الظواهر الطبيعية الحياة وأنه كان ينسب لها شخصيات حتى تصلح قوى روح أنية غيبية تنشأ معها علاقات تشبه العلاقات القائمة بين الكائنات الإنسانية، وهذه النظرية تذهب للاعتقاد بأن الأرواح والرؤى تعطينا أضيق تعريف ممكن للدين، وهو أول وعي لهذا الدين الذي أخذ بالتطور نتيجة للمؤثرات الشخصية والاعتقادات الواضحة في مراحل متأخرة.

3-3 النظرية الأنثروبولوجية:

تؤيد هذه النظرية فكرة القوى الروحية والقوى الخارقة للطبيعة كقوة لكل الأديان، ويرون أن هذه القوة وجدت مع بعضها البعض، فقد لاحظ الأنثروبولوجيون من خلال دراساتهم للقبائل والمجتمعات البدائية وتعمقهم في نظام حياتهم أن هذه الجماعات تدرك العالم الذي تعيش فيه بأنه ينقسم إلى قسمين المقدس والغير مقدس، المقدس تدخل بعض الأماكن والكلمات، والأشخاص والتي يتفاعل معها هؤلاء الأفراد على أساس صفة التقديس، وهناك الأشياء التي يتعامل معها هؤلاء الأفراد دون أن يكون لهم هذه الصفة من القدسية كما لوحظ أن النظم الروحية البدائية لا تقتصر على العقائد الدينية فقط بل تضم أيضًا العقائد والممارسات السحرية إضافة إلى الأساطير.

3-4 النظرية الثقافية:

يرى رواد هذه النظرية أرنولد وألبرت (Arnold & Allport) بأن الدين ما هو إلا عنصر ضروري من عناصر الثقافة، فهو يقدم مفهومًا وتكوينًا أخلاقيا وشيئًا من التكوين الانفعالي للثقافة، وهو بذلك القيمة النهائية لها، والدين في الثقافة أمل ومستقبل هذه الثقافة وهما مظهران

لشيء واحد وأصحاب هذه النظرية يعنون بذلك أن الثقافة لا يمكن حفظها وتنميتها بغير الدين، وأنه لا يمكن الفصل بين الدين والثقافة.

3-5 النظرية الاجتماعية:

وجد الدين من أجل ترسيخ مفهوم التضامن الاجتماعي في المجتمعات البدائية ويدلل على ذلك كثرة الطقوس الروحية في هذه المجتمعات، فالنظام الغيبي يعتبر هذه المجتمعات قوة موحدة في زيادة التآزر والتضامن الاجتماعي، وتذهب هذه النظرية إلى اعتبار ظاهرتي الزواج والموت وما يتبعها من طقوس احتفالية وتأبينية أهم المظاهر الاجتماعية التي تشير إلى أهمية التضامن الاجتماعي.

3-6 نظرية التحليل النفسي:

من رواد هذه النظرية فرويد وترجع هذه النظرية الدين إلى الاضطراب أو المرض النفسي أو الصراع في نفس الإنسان هذا الصراع الناتج عن تباين وظائف جوانب الشخصية الثلاثة :الهو (ID) ما يحمل من رغبات جنسية محرمة، والأنا (Ego) وما يحمل من معايير وقواعد، والأنا الأعلى(Super-Ego) وبما يمثله من ضمير والمثل العليا للفرد، ويحل الفرد هذا الصراع عادة باستخدام آلية الكبت الذي يؤدي بهذه الخبرات إلى حيز اللاشعور، وتظهر هذه الخبرات المكبوتة عن طريق غريزتين هما الجنس والعدوان **(عليان، 2013، 26-27)**.

ولقد عالج فرويد مشكلة الدين في واحد من أعمق كتبه "مستقبل وهم" و" قلق في الحضارة"، ويرى فرويد أنّ الدين ينبع من عجز الإنسان في مواجهة قوى الطبيعة في الخارج ، والقوى الغريزية داخل نفسه، وينشأ الدين في مرحلة مبكرة من التطور الإنساني، عندما لم يكن الإنسان يستطيع أن يستخدم عقله بعد للتصدي لهذه القوى الخارجية والداخلية، ولا يجد مفرا منها، أو التحايل عليها، مستعينا بقوى عاطفية أخرى، وهكذا بدلا من التعامل مع هذه القوى عن طريق العقل، يتعامل معها بعواطف مضادة، قوى وجدانية أخرى تكون وظيفتها هي الكبت

أو التحكم فيما يعجز عن التعامل معه عقلانيا، وفي هذه العملية ينمي الإنسان ما يطلق عليه فرويد إسم "الوهم" وهذا الوهم تؤخذ مادته من تجربته الخاصة عندما كان طفلا، ويبرر بهذا التعليل النفسي التحليلي تكون الأديان، بربطه بمرحلة الطفولة وحاجة الطفل للحماية، إذ يتذكر الإنسان حين يواجه قوى خطيرة لا سبيل إلى السيطرة عليها، أو فهمها، يتذكر الإنسان ويعود إلى تجربة مرّ بها وهو طفل، حينما كان يشعر أن أباه يحميه، أباه الذي يعتقد أنّه أوتي حكمة عالية، وقوة، وهو لا يستطيع أن يكسب حب أبيه وحمايته بإطاعة أوامره، وتجنب نواهيه، وهكذا يكون الدين في رأي فرويد تكرارا لتجربة الطفل، بل إنّ فرويد اشتق أصل العبادة من "عقدة أوديب"، والدين في رأيه "عصاب جماعي" تسببه ظروف مماثلة للظروف التي تحدث عصاب الطفولة، ويقول في ذلك" إن الدين عصاب البشرية الوسواسي العام وبأنه ينبثق من عصاب الطفل وعن عقدة أوديب عن علاقات الطفل بالأب" وأنه يشوه الواقع ويزجر العقل ولا يحقق السعادة التي ينشدها الإنسان بإضراره بعملية تكيفه مع الواقع، ويذهب فرويد إلى أبعد من ذلك بقوله أن الدين "وهم" فيقول "أنّ الدين خطر"، لأنه يميل إلى تقديس مؤسسات إنسانية سيّئة تتحالف معها على مر التاريخ، فضلا عن ذلك فإن ما يقوم به الدين من تعليم الناس الاعتقاد في وهم، وتحرير التفكير النقدي، يجعله مسؤولا عما أصاب العقل من تعطيل. ويقرّر فرويد أن هناك تشابها بين الطقوس الدينية والأفعال الاستحواذية، ويخلص من ذلك أن العصاب الاستحواذي هو المقابل الباثولوجي لشكل الدين، وأن التدين الذي يبديه الفرد نوع من العصاب، أطلق عليه اسم "العصاب الديني "، ويؤكد فرويد أن الإنسان يمكن أن يحتمل مشاق الحياة عندما يقطع رجاءه بالغيب ويشبه فرويد دور الدين في حياة الإنسان بالدور الذي تقوم به المنبهات والمسكرات للإنسان (**الصنيع، 2000، 35-40**).

3-7 التوجه الديني من المنظور النفسي الوجودي:

لقد ظهرت الفلسفة الوجودية، على إثر الطروحات الفرويدية والسلوكية، التي اختزلت الإنسان في بعد واحد فحسب: فإما أن يكون كائناً غريزياً، كما ذهبت إلى ذلك النظرية الفرويدية. وإما أن يكون كائناً مستجيباً للتنبيهات الحادثة في عالمه، كما ذهبت إلى ذلك النظرية السلوكية ومن هنا برزت الطروحات الوجودية المتمثلة بالنظرية الوجودية النفسية، أو ما يعرف بعلم النفس الوجودي على أنقاض النظرية السلوكية ونظرية التحليل النفسي، بإعلائها لقيمة الإنسان، وذلك بتركيزها على الفكرة القائلة: أن الإنسان كائن يبحث عن معنى وجوده في الحياة (**الشمال، 2015**).

ويعد فقدان المعنى حسبهم أحد أهم المخاوف الوجودية الكبرى التي تهدد إنسان هذا العصر، حتى أنه عّد مرضا جماهيريا، ويعرف بأنه حالة تحدث عندما تعاق أو تحبط إرادة المعنى لدى الانسان، فتصبح حياته بلا معنى واضح، فلا يشعر بالحماس لإنجاز عمل ما، ولا تبدو له رسالة واضحة يجب عليه تأديتها، وإنما ينتقل من يوم إلى آخر في نظام روتيني ممل، ووفقا لعلماء النفس الوجوديين يحدث فقدان المعنى عندما يعاق دافع (إرادة المعنى) الدافع الأساسي والجوهري عند الإنسان، ويحدث ذلك بسببين الاول عندما تزداد الضغوط والأزمات في حياة الإنسان بشكل يجعله عاجزا أمامها عن فعل أي شيء، والسبب الثاني عندما تصبح البيئة المحيطة بالإنسان رتيبة بشكل تجعلها عاجزة عن إثارة هذا الدافع الأساسي. وتشير نتائج الدراسات بأن مشاعر فقدان المعنى أو ما يطلق عليه أحيانا بالفراغ الوجودي من شأنها أن تولد لدى الإنسان انعكاسات خطيرة وسلبية على شخصيته وصحته النفسية والجسمية، فقد تؤدي به إلى حالة من الاكتئاب الشديد، أو إلى رغبة عارمة في إيذاء النفس أو الآخرين، أو إلى تعاطي الكحول والمخدرات والإدمان عليها، أو إلى الأداء السلبي في العمل وفقدان الدافعية له، وفي بعض الحالات تقود به إلى الانتحار، ولغرض تلافي هذه المخاطر ينصح علماء الصحة النفسية فاقدي المعنى إلى البحث عن مصادر للمعنى جديدة وحيوية تفعم حياتهم بالمعنى، وعلى

الرغم من تعدد هذه المصادر، فإنهم ينظرون للدين على أنه شكل من أشكال الوجود الأنسب لمنح الانسان مبررات الحياة، ويعطيه الخيارات ليكون قادرا على بلوغ الكمال، ويعد التوجه الديني باعتباره أسلوب حياة أو الطريقة التي يعيش بها الإنسان حياته وفقا لمعتقداته وقيمه أحد اهم الطرائق أو الأساليب التي يتبعها الإنسان لتحقيق المعنى في حياته وبالتالي التخلص من مشاعر فقدان المعنى لاسيما أوقات الشدّة والأزمات، حتى أنه عدّ المنبّئ الأعظم للمعنى في الحياة، وهذا الأسلوب (من وجهة نظرهم) إما أن يكون أصيلا(جوهري، باطني)، يدفع بالإنسان إلى قمم من القانة والطهر، والمشاعر الغنية العظيمة، والأعمال الرائعة من المحبة والجمال، ويقوده إلى تطوير قيمه وتفضيلاته وأهدافه بشكل يجعله مميزا وغير عادي، حيث يعطيه القدرة الواعية على الاختيار والتأثير فيما يحدث له، أو غير أصيل(ظاهري، هامشي) يدفع الإنسان إلى حالات عنيفة من الحقد والكراهية والتطرف، ويقوده إلى التقوقع حول قيم وتفضيلات وأهداف غالبا ما تكون مفروضة عليه من قبل آخرين، مما يجعله شخصا نمطيا وتقليديا وساذجا، وبذلك فإن مثل هذا الشخص لن تتكون لديه انطباعات حقيقية لما يحدث له وحوله، وبالتالي فانه لا يقدر على ممارسة السيطرة على مشاكل حياته، وإنما غالبا يتركها ليسيطر عليها الآخرون **(جورارد ولندزمن، 1988، 401) (فروم، 1989، 127) (الأعرجي، 2007).**

وحسبنا في هذا السياق، أن نذكر ولو من باب الإشارة، أن النظرية النفسية الوجودية طرحت أسلوباً علاجياً، أطلق عليه (العلاج بالمعنى)، وقد أصبح أحد الأساليب في علاج الاضطرابات النفسية، وتنسب نظرية العلاج بالمعنى إلى فكتور فرانكل الذي يولي أهمية قصوى للبعد العقلي والروحي للإنسان، حيث يرى أن الإنسان يمكن أن يتعرض للإحباط الواقعي أو كما يحب أن يسميه الإحباط الوجودي لعدم إدراك الإنسان لبعده العقلي والروحي في الحياة أي فقدانه المعني ومغزى حياته مما قد يؤدي إلى نوع من العصاب أطلق عليه عصاب معنوي المنشأ خلافا للعصاب نفسي المنشأ، ويرى فرنكل أن العلاج بالمعنى هو الأنسب للتعامل مع الحالات المرضية معنوية المنشأ من العلاج النفسي، فالمشكلات المعنوية الروحية مثل طموح الإنسان

إلى وجود حياة ذات معنى يجب أن يجرى تناولها وفق مفاهيم معنوية روحية **(الصنيع، 2005، 21)**.

ويعتبر فرنكل الضيق والقلق واليأس المتعلق بالحياة راجع لضعف الناحية الروحية للإنسان ويقول في ذلك " إن اهتمام الإنسان بالحياة وقلقه بشأن جدارتها وحتى يأسه منها لا يخرج أحيانا عن كونه ضيقا معنويا روحيا وليس بالضرورة أن يكون مرضا نفسيا بحال من الأحوال، وهنا يكون تفسير هذا الضيق المعنوي أو الروحي على أنه مرض نفسي هو ما يدفع الطبيب إلى أن يدفن اليأس الوجودي عند مريضه تحت كومة من العقاقير المهدئة، ولكن مهمته هي بالأحرى أن يقود المريض من خلال أزماته الوجودية إلى النمو والارتقاء **(الصنيع، 2005 ، 32)**.

أما بشأن رأي فرنكل في الدين والمتدينين فإنه يؤكد على الاستفادة من معتقدات الشخص الدينية وتوظيفها في علاجه من أمراضه النفسية والمعنوية فيقول في ذلك" حينما يكون المريض واقفا على أرض صلبة من الاعتقاد الديني، فلا يمكن أن يكون هناك اعتراض بشأن الاستفادة من التأثير العلاجي لمعتقداته الدينية مما ينبع من المصادر الروحية ويعتمد عليها" **(الصنيع، 2005، 23)**

وخلاصة القول أن الأديان وفقا للمنظور النفسي الوجودي تمنح الإنسان مبررات للحياة، كما تقدم له نظاماً خلقيا وتفسح له المجال لنيل الخبرة مع المقدسات، فضلا عن أنها تسهم في تشكيل توجهه الديني، وهذا التوجه يكون سليماً أو أصيلاً أو جوهرياً، إذا كان يعزز الحياة ويتبنى نمو الإنسان وقدرته على محبة الناس، ويكون غير سليم أو غير أصيل أو ظاهري إذا ما وقف عقبة في نمو الشخصية السليمة. ويعد التوجه الديني الجوهري أو الأصيل الاكثر تنبّؤ بالمعنى، باعتباره الطريقة التي يستخدمها و يعيش بها– الانسان حياته متخذاً الدين أطاراً تفهم منه الحياة كلها.

3-8 التدين في التصور الإسلامي :

إن الإنسان في التصور الإسلامي لديه استعداد فطري للخير والشر، والإسلام منح الحرية للإنسان في الاختيار ليفعل الخير وينفع الآخرين فيثاب أو يفعل الشر ويضرهم فيعاقب، الدين من وجهة نظر الإسلام يعم أرجاء الحياة وهو الذي يصوغ سلوك الإنسان، وهو المعيار الذي يحكم إليه في كل ما يصدر عنه، ويعتبر الدين هو الأساس الذي يبني عليه الفرد فلسفته الخاصة في الحياة ويخلصه من مشاعر الذنب، وينمي لديه شعور بالإيمان والصبر ويطرد مشاعر الأسى والقنوط ويساعده على إقامة علاقات اجتماعية ذات معنى(**بركات، 2006، 9**).

إن حقيقة ديننا الحنيف كما أنزل على نبينا الكريم صلى الله عليه وسلم أنه دين لا إفراط فيه ولا تفريط لقوله سبحانه و تعالى " وَكَذَلك جعلناكم أمة وسطا" [البقرة 143]، والوسط يعتبر حقيقة في البعد عن الطرفين ولا شك أن طرفي الإفراط والتفريط رديئان فالمتوسط كلما كان بعيدا عن الطرفين كان معتدلا فاضلا.

وعَنْ أَبِى هُرَيْرَةَ رضي الله عنه عَنِ النَّبِي صلى الله عليه وسلم قَالَ : (إِنَّ الدِّينَ يُسْرٌ، وَلَنْ يُشَادَّ الدِّينَ أَحَدٌ إِلاَّ غَلَبَهُ، فَسَدِّدُوا وَقَارِبُوا وَأَبْشِرُوا، وَاسْتَعِينُوا بِالْغَدْوَةِ وَالرَّوْحَةِ وَشَيءٍ مِنَ الدُّلْجَةِ) **رواه البخاري ومسلم.**

وفيه إنكار للنبي للغلو والتشدد وما كان يعرض عن رسول الله من أمر إلا كان يختار أيسرهما وقال الحافظ ابن حجر رحمه الله: والمعنى لا يتعمق أحد في الأعمال الدينية ويترك الرفق إلا عجز وانقطع فيغلب (**المنجد، 2015**).

فعبادة الله عز وجل لا تقتصر على مجرد ممارسة الفرائض من صوم وصلاة وغيرها، إذ من السهل أن يمارس الإنسان التدين الظاهري ويستعرضه أمام الناس حتى يقال إنه إنسان تقى وورع، إن المرائي هو الذى يستعرض التدين كممثل يتقن ويبدع في أداء دوره ليقنع المشاهد بأن ما يراه حقيقة، إذ ليس ما يقوم به الممثل على خشبة المسرح هو دوره الفعلي في الحياة، وبالمثل

فإن من يستعرضون ديانتهم أمام أكبر عدد من المشاهدين، لا لشيء إلا لكي يمجدوا من الناس ويمتدحهم البشر بغية للضفر بمكانة اجتماعية أو سياسية تمكنهم من الوصول لمبتغاهم الحقيقي ولكن الله يميز اتجاهات القلب ونياته. فتجد الشخص الظاهري التوجه الديني يتكلم في الدين على المستوى المعرفي (تدين معرفي)، ولكن العواطف والسلوكيات ضعيفة فهو ببساطة لم يصل للتدين على المستوى السلوكي أو الوجداني. أما جوهري التدين فتجده أقل اهتماماً بمظاهر الدين وأكثر تمسكاً بمبادئه الحقيقية.

4- أنماط التدين:

لقد توسع علماء النفس في دراستهم للتدين كل حسب المنظور الذي ينتمي إليه، وطرحت تصنيفات وأشكال متنوعة وصنفت إلى أنماط متعددة بالاعتماد على نشاطات الإنسان النفسية. ومن هذه التصنيفات / تصنيف المهدي (2000). ووفقا لهذا التصنيف فإن أنماط التدين تكون كالآتي:

- **التدين الأصيل:** وهو النوع الأمثل من الخبرة الدينية، إذ يتغلغل الدين الصحيح في دائرة المعرفة والعاطفة والسلوك.
- **التدين المعرفي الفكري:** وينحصر هذا النمط من التدين في دائرة المعرفة إذ نجد الشخص يعرف الكثير من أحكام الدين ومفاهيمه، لكن هذه المعرفة تتوقف عند الجانب العقلاني الفكري ولا تتعداه إلى دائرة العاطفة والسلوك.
- **التدين العاطفي (الحماسي):** وهنا يبدي الشخص عاطفة جارفة وحماسة نحو الدين ولكن بدون معرفة بأحكام الدين ولا سلوكا ملتزما بقواعده.
- **التدين السلوكي (تدين العبادة) :** وهو نمط للتدين تنحصر مظاهره في دائرة السلوك إذ يقوم الشخص بأداء العبادات والطقوس الدينية بدون معرفة كافية بحكمتها وأحكامها وبدون عاطفة دينية وانما كونها عادة تعودها فقط.

- **التدين النفعي (المصلحي)** : وفيه يلتزم الشخص بالكثير من مظاهر الدين الخارجية للوصول إلى مكانة اجتماعية أو تحقيق اهداف دنيوية.
- **التدين التفاعلي (تدين رد الفعل)** : ونجده عند الذين يقضون حياتهم بعيدا عن الدين يلهون ويمرحون ويأخذون من متع الدنيا وملذاتها بصرف النظر عن الحلال والحرام، ونتيجة لتعرضهم لموقف معين أو حادثة ما نجدهم قد تغيروا إلى النقيض فيلتزمون بمظاهر الدين ويتسم تدينهم بالعاطفة القوية والحماسة إلا أنه يبقى سطحيا تنقصه الجوانب المعرفية، وفي بعض الأحيان يتمسكون بمظاهر الدين حفاظا على توازنهم النفسي وتخفيفا للشعور بالذنب.
- **التدين الدفاعي (العصابي):** وهناك يلجأ الفرد للتدين دفاعا ضد الخوف والقلق أو الشعور بالذنب أو تأنيب الضمير، كما يحدث هذا النمط عند بعض الاشخاص الذين يشعرون بالعجز في مواجهة متطلبات أو تحديات الحياة.
- **التدين المرضي (الذهاني)** : قد يلجأ بعض المرضى لهذا النمط من التدين لتخفيف حدة التدهور ولكن الوقت يكون قد فات فتظهر أعراض المرض العقلي مصبوغة بمفاهيم دينية خاطئة كأن يعتقد أنه ولي من أولياء الله أو نبي بعث لهداية الناس.
- **التدين المتطرف:** وهنا يتسم بالغلو والعاطفة القوية ويصل إلى إلغاء جوانب الدين الأخرى أو إلغاء كل من يعمل بها. ومع هذا يبقى تدينه سطحيا تنقصه الجوانب المعرفية والروحية العميقة **(غرب، 2009، 215- 216).**

وتبقى هاته التصنيفات متداخلة فيما بينها لحد قد تجتمع في الفرد الواحد عدة أصناف في نفس الوقت، فمثلا نجد تدين شخص بدأ دفاعيا فتحول بمرور الزمن وبسبب عدم التمكن من معالجة عجزه في مواجهة تحديات الحياة إلى تدين مرضي ولكنه في نفس الوقت يصطبغ بصبغة التطرف والغلو في الدين، ومن المتدينين كذلك من كانت انطلاقة تدينه سببها عاطفة جياشة غمرة قلبه لمشهد أو حادث أو موقف أثر فيه فبعث في قلبه الحماسة للتدين كرد فعل

طبيعي، إلا أنه لم يكتفي بذلك فراح يبحث في أحكام دينه وقواعده فعرفه من كل جانب فصار بذلك يحمل صفة التدين المعرفي وبعدها تطورت هاته المعرفة بامتزاجها بعقيدة صلبة فتكونت لديه قناعات بضبط سلوكه وفقا لهاته المعتقدات، فالتدين هنا بدأ عاطفيا حماسيا ثم معرفيا فانتهي إلى سلوكات دينية ظاهرة للعيان، وكل هذا في حقيقة الأمر لا يتم إلا إذا تغلغل الدين الصحيح في أعماق النفس وارتاحت له الأبدان واستقرت عليه الأفكار محدثا تغير في الجانب المعرفي والعاطفي ومن ثم السلوكي، وهو ما أطلق عليه التدين الأصيل أو الجوهري، فتدين الفرد مالم يقم على جوهر الدين وأصالة في التطبيق تجعل تدين الفرد أصيلا جوهريا فإن تدين الفرد يبقى ناقصا وغير صادق في توجه صاحبه، أو على الأقل يمكننا الحكم عليه بالمشكوك فيه أو الظاهري، إلا أن كل هاته التصنيفات والصفات تبقى نسبية وغير ثابتة فتوجه الإنسان نحو التدين تحكمه الكثير من المتغيرات والظروف.

وبالإضافة إلى أنماط التدين المذكورة، استخدم علماء النفس والباحثون مصطلح (التوجه الديني) للإشارة إلى الطريقة التي يعيش بها الفرد حياته وفقا لمعتقداته وقيمه ويعدونه المتغير الأكثر فائدة لفهم وظائف الدين بغض النظر عن نوع الدين أو التقاليد أو الانتساب الديني، وهو التصنيف الذي تم تبنيه في هذا البحث واعتمادا عليه تم تصنيف عينة البحث إلى متدينين جوهريين ومتدينين ظاهريين وتم تفسير النتائج وفقا لذلك.

5- خصائص نمطي الشخصية ذات التوجه الديني (الجوهري / الظاهري):

توصل Allport من خلال منظوره عن التوجه الديني، وبالاعتماد على نتائج مجموعة دراسات أجراها على عدد من شخصيات الأفراد الذين يتدينون بديانة معينة، بضمنهم الذين قاموا بتغيير ديانتهم، إلى أن هناك نمطين من الشخصية يمكن أن يظهرا، النمط الأول هو الشخص ذو التوجه الديني الجوهري ويوصف بأنه شخص يجعل دوافعه الشخصية بالمرتبة الثانية نسبةً إلى معتقداته الدينية، فمعتقده الديني يكون السبب المباشر وراء التزامه بديانة معينة

أو تحوله عنها، وهذا التوجه يسري عبر حياته كلها(**Allport, 1950**) (**Hunsberger, 1999, 34**) (**Gallant, 2001, 3- 4**).

أما النمط الثاني فهو الشخص ذو التوجه الديني الظاهري أو الهامشي ويوصف بأنه شخص يجعل المعتقدات الدينية والممارسات الروحية بالمرتبة الثانية نسبةً إلى دوافعه الشخصية، وصاحب هذا النمط يستعمل الدين وسيلة لغاية في حياته، والسبب الوحيد لتدينه هو الفائدة، لذلك فهو ينجذب إلى الدين لما يرى فيه من منفعة له، فقد يجلب له الهيبة أو المكانة أو فرصة عمل مربحة أو مزيدا من الأصدقاء، ويوصف تدينه هذا بالتدين الصبياني، فالدين بالنسبة له يوفر رسالة مهدئة وسحرية ومريحة للذات (**Hunsberger, 1999, 34- 35**) (**Ewen, 1998**) (**Allport, 1950**).

ويطلق Allport في كتاباته على نمط التوجه الديني الجوهري بنمط التدين الناضج، لأن صاحبه يرى الدين كغاية بحد ذاته، فهولا يتطلع للحصول على أي شيء مقابل تدينه، وهذا ما يجعله ناضجاً (**Gallant, 2001, 3**)، أما نمط التوجه الديني الظاهري فيطلق عليه بنمط تدين غير الناضج، كون صاحبه يتطلع للحصول على مقابل جرّاء تدينه (**Hunsberger, 1999, 34**).

خلاصة:

ونخلص في نهاية هذا الفصل إلى أن الدين والتدين والتوجه نحو التدين كلها مصطلحات تصب في نفس الاتجاه إلا أنها تختلف من حيث المعنى والتوظيف، ويعتبر التدين من الجوانب الهامة التي تستدعي البحث والدراسة، كونه ذا مكانة في بناء النفس والمجتمع، باعتباره تنظيما نفسيا ثابتا من العمليات المعرفية والوجدانية والسلوكية الموجهة للشخص فكريا وعقائديا وأخلاقيا، ورغم ذلك اختلفت تفسيرات العلماء له بحسب اتجاهاتهم النظرية، وتصوراتهم الفكرية، وتعددت تصنيفاتهم له إلى أنماط متعددة حسب النشاط النفسي المراد من وراءه، وتوصل ألبورت من خلال تحليله لشخصية المتدينين إلى وجود نمطين من الشخصية؛ شخصية ذات توجه ديني جوهري تتمتع بالعمق والإخلاص، وشخصية ذات توجه ديني ظاهري تتمتع بالسطحية والمصلحية، ويرتبط التوجه نحو التدين ارتباطا هاما بحياة الإنسان النفسية، وله الدور المهم في بلوغه الصحة النفسية، من خلال تزويده بأساليب دينية وروحية لمواجهة أحداث الحيات الضاغطة، والتخفيف من أثارها وتهديداتها خاصة لدى الطلبة الجامعيين، وهذا ما سنتعرض له في الفصل التالي.

الفصل الثالث

الضغوط النفسية

تمهـــيد

1-لمحة تاريخية عن تطور مفهوم الضغط النفسي.

2- تعريف الضغط النفسي.

3-أنواع الضغوط.

4-مصادر الضغط النفسي.

5- أعراض الضغط النفسي.

6-النماذج المفسرة للضغوط النفسية.

6-1 نموذج الضغط كمثير.

6-2 نموذج الضغط كاستجابة.

6-3 نموذج الضغوط كتفاعل بين الفرد والبيئة.

7-الآثار الناتجة عن الضغط النفسي.

خلاصة

تمهيد:

تمثل الضغوط التي يتعرض لها الانسان في العصر الحديث ظاهرة جديرة بالاهتمام لما لها من تأثير في العديد من الجوانب سواء في حياة الأفراد أو المجتمعات، وما يرتبط بها من عقبات قد تعوق مسار الحياة وتثير العديد من المشكلات، مما يجعل الأفراد في حالة من عدم الاستقرار النفسي، والإجهاد البدني، وبتراكم الأعباء وتوالي الصدمات، يزداد الأمر سوء خاصة في غياب التهيئة النفسية لمواجهة لمثل هذه المواقف.

لهذا سنحاول في هذا الفصل التعرف على الضغوط النفسية، وتاريخ ظهورها، وتطور مفهومها، وأنواعها ومصادرها، والأعراض التي تصاحبها، والنماذج التي تفسرها، وفي الأخير أثارها على صحة الفرد وما قد تخلفه من أضرار سواء على الصحة الجسمية أو النفسية.

1- لمحة تاريخية عن تطور مفهوم الضغط النفسي:

شهدت كلمة الضغط (Stress) تطورا وذلك عبر فترات من الزمن، فهذه الكلمة مشتقة من الكلمة اللاتينية Stringer وهي تعني شد، ضيق، عقد أو ربط أي الاحتضان الشديد للجسد بواسطة الأطراف وهذا الاحتضان لا يجب أن يكون الشعور فيه متبادل، بل على العكس يكون ممل يؤدي إلى الاختناق الذي يعتبر مصدرا للقلق **(العبودي، 2008)**.

في حين يرى البعض أن المصطلح مشتق من الكلمة الفرنسية القديمة Distresse والتي تشير إلى معنى الاختناق والشعور بالضيق أو الظلم، وقد تحولت في الإنجليزية إلى Stress والتي أشارت إلى معنى التناقض. والمصطلح في الأصل قد استخدم للتعبير عن معاناة وضيق أو اضطهاد. وفي الانجليزية الحديثة ظهرت الحاجة لوجود مصطلح يعني معنى الضغط Pressure والتوكيد Emphasis في آن واحد وذلك لوصف الألم الكامن والمتضمن الكلمة الأولى "الضغط" و أيضا الاعتدالية المتضمنة في الكلمة الثانية " التوكيد". وعبر الوقت استخدم مصطلح Stress ليعطي هذا المعنى، وفي الأدب التكنيكي فقد كان الإجماع إلى إعطاء مصطلح stress معنى التوكيد على الشيء **(فونتانا، 1994، 12)**.

وفي القرن الرابع عشر استخدم استخدم مفهوم الضغط بطريقة أكثر عمومية ليصف المشقة أو الضيق أو الشدة **(حسين، 2006، 17)**

وبعد ذلك نجد الباحث Hook في القرن الثامن عشر يشير للضغط بضغط الجسم الثانوي تحت تأثيره قوة خارجية وهي قوة تمكن من تشويه هذا الجسم، ليس بإرجاعه إلى أصله فحسب بل بتحويله بسبب ضعفه، إذ عرفت كلمة ضغط في الفيزياء للدلالة على القوة الممارسة على مادة ما **(Marc Solomon, 2006, 15).**

ويعتبر Walter Canon أول من وصف مصطلح المواجهة أو الهروب (fight or flight) من جانب أن استجابة الهجوم أو الهروب هي طريقة للتكيف، سلوك تكيفي لأنها تعين الكائن على أن يستجيب بسرعة للتهديد، وخلص إلى القول من جانب آخر أن الضغط قد يؤدي بالكائن إلى أن يغير من الأداء الوجداني والفسيولوجي، وقد يؤدي إلى مشاكل طبية مع الوقت، حينما لا يستطيع الكائن أن يهاجم ويتعرض إلى خطر مستمر فإن حالة التهيج الفسيولوجي قد تستمر دون انقطاع الأمر الذي يمهد لأرضية خصبة لحدوث مشاكل صحية **(مسلم، 2006، 19).**

ويعتبر Hans seley من أشهر الباحثين الذين ارتبطت أسماؤهم بموضوع الضغوط، ويعرف بأب الضغط. ويرجع الفضل إلى كتاباته ومحاضراته في تعريف الجمهور والباحثين، وبخاصة في المجال الطبي بتأثير الضغوط على الإنسان، وأفضل مساهمة له حول موضوع الضغط هو كتابه الذي أصدره عام 1956، وقد عرف الضغط في البداية بأنه الآثار الناتجة هن العوامل الضاغطة **(كشرود، 1995، 304)**

2- تعريف الضغط النفسي:

لقد تعددت تعاريف الضغط النفسي بتعدد النظريات والعلماء، غير أن هذا المفهوم لا يعني الشيء ذاته لهم جميعا.

ففي اللغة الإنجليزية وردت ثلاث مصطلحات هي الضواغط Stressor، والضغط Stress وقد جاءت الضواغط stressors لتشير إلى تلك القوى والمؤثرات التي توجد في المجال البيئي فيزيقية– اجتماعية– نفسية، والتي يكون لها قدرة على إنشاء حالة ضغط ما، أما كلمة الضغط Stress فتعبر عن الحادث ذاته أي وقوع الضغط بفاعلية الضواغط أي أن الفرد قد وقع تحت طائلة ضغط ما، ويشير مصطلح الانضغاط Strain إلى حالة الانضغاط التي يعانيها ويئن منها الفرد والتي تعبر عن ذاتها في الشعور بالإعياء والإنهاك والاحتراق الذاتي ويعبر عنها الفرد بصفات مثل: خائف، قلق، مكتئب، مشدود، متوتر، متوجس (**الرشيدي، 1999، 15**).

وفي معجم علم النفس الضغط النفسي هو" كلمة إنجليزية استعملت منذ 1936 بعد أعمال **Selye** لتحديد الحالة التي تكون فيها العضوية مهددة بفقدان التوازن تحت تأثير عوامل أو ظروف تضع ميكانيزمات التوزان البيولوجي في خطر، وكل العوامل التي يمكنها أن تفسد هذا التوازن سواء إن كانت فيزيائية (صدمة، برد) أو كيميائية (سم) أو تعفنية، أو نفسية (الانفعال) تسمى عوامل ضاغطة، فكلمة ضغط تعني فعل العامل المعتدي ورد فعل الجسم في نفس الوقت" (**Norbert sillamy, 2003, 256**).

يعرفه **Cox & Mackay** بأنه "ظاهرة تنشأ من مقارنة الشخص للمتطلبات التي تطلب منه وقدرته على مواجهة هذه المتطلبات، وعندما يحدث اختلال أو عدم توازن في الآليات الدفاعية الهامة لدى الشخص وعدم التحكم فيها أي الاستسلام للأمر الواقع يحدث ضغطا وتظهر الاستجابات الخاصة به وتدل محاولات الشخص لمواجهة الضغط في كلتا الناحيتين النفسية والفسيولوجية المتضمنة حيل سيكولوجية ووجدانية على حضور الضغط" (**الرشيدي، 1999، 20**).

ويعرفه **Brodsky** بأنه "تقييم الفرد للأحداث الضاغطة بأنها مهددة أو أنها يمكن أن تكون باعثة للألم، وهو يكمل الاستجابات التالية للتهديد سواء كانت نفسية أو جسمية" **(Brodsky, 1988, 108)**.

كما يعرفه **Lazarus** بأنه "نتيجة لعملية تقييمية يقيم بها الفرد مصادره الذاتية ليرى مدى كفاءتها لتلبية متطلبات البيئة أي مدى الملاءمة بين متطلبات الفرد الداخلية والبيئة الخارجية" **(العزيز، 2009، 24)**.

ويرى **Murray** أن "الضغط خاصية أو صفة لموضوع بيئي أو لشخص تيسر أو تعوق جهود الفرد في تحقيق هدف معين، وترتبط الضغوط بالأشخاص أو الموضوعات التي لها دلالات مباشرة تتعلق بمحاولات الفرد لإشباع متطلباته، حاجاته وهكذا فإن الضغط يظهر عندما تحدث إعاقة عن الإشباع" **(حسين، 2006، 19)**.

كما عرف **Pascal** (1972) الضغط النفسي أنه "إدراك الفرد لموقف بيئي يهدد تحقيق احتياجاته" **(Monat & lazarus, 1997)**.

وعرفه **Arnold** (1967) بأنه "كل من المثيرات الضاغطة واستجابة الضغط، فيصفه على أنه حالة من اضطراب الأداء الطبيعي، حيث يتطلب من الفرد استجابة غير عادية نتيجة شعوره بالضغط أو المطالب التي تفوق قدراته، أو لتعدي مشاعر سلبية أو تعدي الحواجز للوصول للهدف" **(Hamilton & Warburton, 1981)**.

كما عرفه يعرف **البيلاوي** على أنه "الحالة التي يتعرض فيها الفرد لظروف أو مطالب تفرض عليه نوعا من التكيف وتزداد هذه الحالة إلى درجة الخطر، كلما ازدادت شدة الظروف والمطالب أو استمرت لفترة طويلة.

بالإضافة إلى **السمادوني** الذي يرى أن الضغط النفسي حالة نفسية تنعكس في ردود الفعل الجسمية والسلوكية الناشئة عن التهديد الذي يدركه الفرد عندما يتعرض للمواقف أو الأحداث الضاغطة في البيئة المحيطة" **(العزيز، 2009، 86)**.

ويرى **الطريري** أن "الضغوط تنتج حينما تكون المتطلبات في البيئة أو العمل أكبر من أن تتحملها القدرات والمصادر المتوفرة للفرد" **(الطريري، 1994، 17)**.

أما **الخولي** فيعرف الضغوط بأنها "الحالات التي يتعرض فيها الإنسان لصعوبات بيئة مستمرة– مادية معنوية– جسمية نفسية– ، والتي يتغلب عليها في حياته بوسيلة من وسائل التكيف مع الظروف البيئية ليحتفظ بحالة الاستقرار، ولكن كثيرا ما تشكل تلك الصعوبات إجهادا لا يمكن التغلب عليه لإعادة التوافق" **(الخولي، 1976، 226)**.

كما يعرفه **فرج عبد القادر طه** أنه "حالة فيزيولوجية تؤدي إلى انخفاض الإنتاجية أو الكفاية أو القدرة على الاستمرار في العمل بسبب استمرار بذل الطاقة في إنجاز العمل، هذا بالنسبة للعمل أما بالنسبة للفرد فتؤدي إلى الأحاسيس والمشاعر المعقدة التي تضايق الفرد وتؤلمه" **(طه، 1989، 124)**.

تعرف الضغوط إجمالا بأنها العلاقة بين الفرد والبيئة التي يرى الفرد أنها تفوق أو تقل قدراته وإمكاناته وتهدد رفاهيته النفسية **(السيد عبيد، 2008، 20)**.

وتتضمن محاولات توضيح مفهوم الضغط النفسي عناصر مشتركة هي:

- الضغط النفسي حالة مزعجة يتخللها شعور بالضيق والارتباك.
- يظهر الضغط النفسي عندما يواجه الشخص متطلبات تفوق قدراته وإمكاناته التوافقية.
- يستجيب الفرد لحالة الضغط بعدد من الاستجابات الفسيولوجية والمعرفية والانفعالية والسلوكية **(السيد عبيد، 2008، 21)**.

3- أنواع الضغوط:

تشكل الضغوط النفسية الأساس الرئيسي الذي تبنى عليه بقية الضغوط الأخرى، وهو يعد العامل المشترك في جميع أنواع الضغوط الأخرى: مثل الضغوط الاجتماعية، وضغوط

العمل(المهنية)، والضغوط الاقتصادية، والضغوط الأسرية والضغوط الدراسية والضغوط العاطفية (**السيد عبيد، 2008، 24**).

وتتعد تصنيفات الضغوط بتعدد النظريات المفسرة لها ونذكر منها ما يلي:

يذكر إبراهيم أمثلة عن أنواع الضغوط وهي ما يلي:

- الضغوط الانفعالية والنفسية (القلق، الاكتئاب، المخاوف المرضية).
- الضغوط الأسرية بما فيها الصراعات الأسرية والانفصال، والطلاق وتربية الاطفال ...إلخ.
- الضغوط الاجتماعية كالتفاعل مع الآخرين، وكثرة اللقاءات أو قلتها، والاسراف في التزاور مع الحفلات...إلخ.
- ضغوطات العمل: كالصراعات مع الرؤساء. وضغوط الانتقال كالسفر، والهجرة والاساءة في استخدام العقاقير والكحول...إلخ (**السيد عبيد، 2008، 24-25**).

وقد قام Moor (1975) بوضع نموذج ميز فيه بين ثلاثة أنواع من الضغوط :

- الضغوط الموقفية: وتتضمن المشكلات التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية وعادة ما تكون منخفضة الشدة.
- الضغوط النمائية وهي التي ترتبط بمراحل نمو الفرد خلال نموه.
- ضغوط الأزمات أو الشدائد التي يتعرض لها الفرد (**السمادوني، 1990، 635**).

إضافة إلى :

- الضغوط العاطفية: عندما يعاق الإنسان في طلب الزواج والاستقرار العائلي بسبب الحاجة الاقتصادية أو عدم الاتفاق مع الشريك، يشكل ذلك ضغطا عاطفيا تكون نتائجه نفسية، مما يجعله يرتبك في حياته اليومية وتعامله وفي عمله أيضا إلى أن يجد الحل (**العزيز، 2009، 30-31**).

- الضغوط السياسية : تلعب سياسة البلد الداخلية والخارجية دورا كبيرا في تحديد الكثير من ملامح حجم ونوعية الضغوط النفسية التي يتعرض لها الأفراد في مجتمعاتهم وتنشأ هذه الضغوط من عدم الرضا عن أنظمة الحكم الاستبدادي مثلا الصراعات السياسية في المجتمع .
- ضغط العوامل العقائدية والفكرية: إن حالة التقاطع بين تمسك الفرد بما هو عليه من أفكار ومعتقدات وبين تسلط المؤسسات المركزية في حمله على تغيير أفكاره إنما تنعكس فيما بعد على شكل سلسلة من الضغوطات النفسية ذات التأثيرات المتباينة على طبيعة علاقة الفرد بذاته وبمجتمعه.
- ضغوط ثقافية: وتتمثل في استيراد الثقافات والانفتاح على الثقافات الهادفة الوافدة دون مراعاة للأطر الثقافية والاجتماعية في المجتمع (**السيد عبيد، 2008، 30-31**).

أما Murray فقد ميز بين نوعين من الضغوط هما ضغط بيتا Beta ويشير إلى دلالة الموضوعات والأشخاص كما يدركها الفرد، وضغط ألفا Alpha ويشير به إلى خصائص الموضوعات والأشخاص ودلالاتها كما هي وأن المهم هو النوع الأول حيث أن الأمر الأهم ليس في الموضوعات في ذاتها ولكن الأهم هو دلالة الموضوعات كما يدركها الفرد (**الرشيدي، 1999، 19**).

وقد ميز Seley (1976) بين نوعين من الضغوط وهما الضغوط السيئة أو الضغوط المثيرة للمشقة، والضغوط الجيدة وهي التي تنشأ نتيجة مرور الفرد بخبرات أو مواقف يشعر من خلالها بمشاعر إيجابية مثل: خبرات الانجاز، النجاح والفوز. وهذا النوع من الضغوط يمد الفرد بالفاعلية التي يقابل بها التحديات التي تواجهه في حياته، ويمكن أن نطلق على هذا النوع من الضغوط بضغوط الكسب أو الفوز، أما النوع الآخر من الضغوط المثيرة للمشقة، والتي تحدث

نتيجة مرور الفرد بخبرات الاحباط والفشل والإحساس بفقدان الشعور بالأمن والكفاية والعجز واليأس والقنوط **(العنزي، 2005، 35)**.

كما أشار Killy (1994) إلى نوعين من الضغوط الإيجابية والسلبية والجدول التالي يوضح المقارنة بين هذين النوعين:

جدول رقم (1) يوضح المقارنة بين الضغوط النفسية الإيجابية والسلبية ل Killy

الضغوط الإيجابية	الضغوط السلبية
تمنح دافعا للعمل ونظرة تحدي للعمل.	تسبب انخفاض في الروح المعنوية، وشعور بتراكم العمل.
تساعد على التفكير والتركيز على النتائج.	تولد ارتباكا وتدعو للتفكير في المجهود المبذول.
توفير القدرة على التعبير عن الانفعالات والمشاعر.	تعمل على ظهور الانفعالات وعدم القدرة على التعبير عنها.
تمنح الإحساس بالمتعة والإنجاز.	تؤدي إلى الشعور بالقلق والفشل.
تمد الفرد بالقوة والتفاؤل بالمستقبل.	تسبب للفرد الضعف والتشاؤم من المستقبل.
تساعد الفرد على النوم الجيد.	تسبب للفرد الشعور بالأرق.
تمنحه القدرة على الرجوع إلى التوازن النفسي بعد المرور بتجربة غير سارة.	عدم القدرة على الرجوع إلى التوازن النفسي بعد المرور بتجربة غير سارة.

(جبالي، 2012، 63)

4- مصادر الضغط النفسي:

إن مصادر الضغط النفسي متعددة وفيما يلي مجموعة من المصادر المسببة للضغط النفسي:

يشير كوبر ومارشال إلى وجود سبعة مصادر رئيسية للضغوط ستة منها خارجية ومصدر واحد فقط داخلي:

- العمل.
- تنظيمات الدور.
- مراحل النمو.
- التنظيمات البيئية والمناخ.
- العلاقات الداخلية في التنظيمات البيئية.
- المصادر والتنظيمات العليا.
- المكونات الشخصية للفرد. **(العبدلي، 2012، 37-38)**

أما Lazarus فقد أشار إلى أن هناك مصدرين رئيسيين للضغوط التي تعتبر من العوامل المؤدية للضغوط وهي:

- العوامل الفسيولوجية للضغوط.
- الظروف البيئية والاجتماعية المؤدية للضغوط.

حيث يتضمن العامل الأول على سبيل المثال: الحرارة، برودة الجو، الميكروبات التي تنتشر في الجسم، والأضرار الجسمية، والعدوى عن طريق البكتيريا، والفيروسات، وفي هذه الحالة تتحرك الآليات الدفاعية للجسم للتغلب على الضرر الجسمي والاحتفاظ بالصحة الجيدة.

أما العامل الثاني فيتضمن العوامل البيئية المؤدية للضغوط النفسية والاجتماعية، تلك العوامل التي يتعلق بعضها بالفرد حيث تعتمد على تكوينه النفسي والعضوي، ويتعلق البعض الآخر منها بالبيئة الخارجية وغالبا ما تكون ضغوط عامة لكل الناس **(العنزي، 2005، 37)**.

وحدد Miller مصدرين أساسين للضغوط هما:

- الضغوط الداخلية، ويقصد بها تلك الضغوط التي تنشأ نتيجة افتراضات غير واقعية والنابعة من الذات.

- الضغوط الخارجية ويقصد بها الصراع الذي يحدثه الاختلاف بين القيم والمبادئ التي يتمسك بها الفرد وبين الواقع (**Miller, 1982**).

وقد أشار العديد من الباحثين في دراساتهم كالطريري (1994)، وشقير (1998)، والزراد (2000)، إلى أن أهم مصادر الضغوط النفسية تتمثل في المشكلات الذاتية للفرد وأهمها:

1- المشكلات النفسية: حيث إن تعرض الفرد لمستوى عالي من الضغط عادة ما يصاحبه الشعور بالقلق والإحباط والتعب والإرهاق والاكتئاب والتوتر والانفعال والأرق، وانخفاض تقدير الذات.

2- المشكلات الاقتصادية: فالمشاكل الاقتصادية لها الدور الأعظم في تشتيت جهد الإنسان وضعف قدرته على التركيز والتفكير، وخاصة حينما يتعرض لأزمات مالية أو فقدان العمل بشكل نهائي إذا ما كان مصدر رزقه فينعكس ذلك على حالته النفسية، وينجم عن ذلك عدم قدرته على مسايرة متطلبات الحياة (**العنزي، 2005،40**).

3- الضغوط الاجتماعية: يشير Speilberger (1972) إلى أن المواقف الاجتماعية تعد أهم مصدر من مصادر الضغوط النفسية التي تؤدي إلى الإحباط أو التهديد (**العنزي، 2005، 37**)، وتنقسم بدورها حسب تعدد العلاقات الاجتماعية، فالفرد إن كان متزوجا أو غير متزوج، عدد الأطفال، كذلك الوضع البيئي والأسري العام والخاص الذي يعيش في ظله الفرد (**السيد عبيد، 2008، 30**). فمجمل الخلافات الأسرية كالطلاق والمرض العضوي لأحد أفراد الأسرة والحرمان الثقافي، صراع القيم والأجيال، عدم العدالة في توزيع الدخل العام، إضافة إلى الأحداث المؤلمة كفقدان شخص عزيز تعتبر من مسببات الضغط (**Dominique Servant, 2005, 130**).

4- المشكلات الصحية: كالأمراض العضوية أو التغيرات الفسيولوجية التي تحدث للفرد وتسبب له إعاقة نحو الوصول إلى الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها إما بشكل دائم أو مؤقت.

5- المشكلات المدرسية: المتعلقة بظروف الدراسة مثل صعوبة التعامل مع الزميلات والمعلمات وصعوبة التحصيل الدراسي وضعف القدرة على التركيز، وعدم القدرة على أداء الواجبات المنزلية والفشل في الامتحانات ...إلخ (**العنزي، 2005، 41**).

5- أعراض الضغط النفسي:

يوجد العديد من المؤشرات التي يمكن أن تدل على احتمال وقوع الفرد في حالة الضغط النفسي، ومن أهم هذه المؤشرات ما يلي:

- مشكلات النوم غير المعتادة كالاستيقاظ في الليل وعدم القدرة على النوم بسهولة، بالإضافة إلى الكوابيس والصراخ أثناء النوم، أو أن لا يستطيع الاطفال النوم إلا بالسرير مع أهلهم.
- مص الإصبع المفرط/ قضم الأظافر/ اضطراب الكلام.
- العصبية، عدم الهدوء والإفراط في الحركة وصعوبة التركيز والتذكر.
- ثورات الغضب، العدوانية المضبوطة والتي قد توجه إلى الناس أو إلى الأشياء.
- الانسحاب والضجر وعدم الرغبة في أي عمل.
- انخفاض المستوى التحصيلي.
- حالات مرضية ترتبط بالضغوط النفسية على سبيل المثال: الإسهال، اضطرابات الهضم، آلام البطن، والقيء، آلام في الرأس أو أية آلام أخرى لا يعرف لها أسباب عضوية واضحة.
- كثرة الجدل والاعتراض على أشياء تبدو في الظروف العادية مقبولة.

- الحاجة المستمرة إلى التوقف عن العمل وتناول مشروب ما قبل المتابعة.
- فدان السيطرة على الأمور والمتطلبات التي تفوق قدرة الفرد على التحمل.
- ضعف القدرة على إصدار القرارات (**السيد عبيد، 2008، 33-34**).

6- النماذج المفسرة للضغوط النفسية:

6-1 نموذج الضغط كمثير:

نظرية Holmas & Rahe (1967):

إن هذا النموذج يشير إلى أن ردود الفعل للضغوط يمكن أن تكون إيجابية ويمكن أن تكون سلبية، وتتضمن أي جانب من حياة الفرد، بما في ذلك الأسرة والمهنة، أحداث تتنوع في مقدرتها على إنتاج الضغوط، وتأثير هذه الضغوط يكون جميعا، والحجم الكلي للتأثير يحدد مقدار العمل الذي يجب على الفرد القيام به من أجل المواجهة.

وقد اقترح Rahe عملية بواسطتها قد يحدث الضغط، وحدد التغيرات على طول الممر، ما بين سبب الضغط الأول والمرض البدني النهائي : الخبرة السابقة Past experience وهي المرشح الأول : وهي التي قد تزيد أو تقلل تأثير الحدث الضاغط ، وتبين أنه إذا كان حدثا مشابها لحدث في الماضي كان ضارا فإن الفرد سوف يدرك الحدث على أنه مهدد، والمرشح الثاني يمثل الميكانزمات النفسية الدفاعية والتي من المفترض أن تشتت بعض الأحداث الضاغط، والمرشح الثالث هو رد الفعل الفسيولوجي، وهنا يكون حدث الحياة قد انتقل إلى استجابات فسيولوجية ، أما المرشحات الأخرى فتحدد ما إذا كان الشخص يحاول مواجهة الحدث الضاغط، أو أن أعراض المرض يتم إنتاجها (**عبد المعطي، 2006، 28**).

وينطوي هذا النموذج على أمرين أساسيين: وهما أن الضواغط يمكن تصورها على أنها أحداث الحياة الرئيسية، وأن التكيف للتغير يكون مسؤولا عن استجابة الضغط، وأن هناك خصائص عدة للأحداث الضاغطة الرئيسية والتي تبدو مسؤولة عن العلاقة بين هذه الأحداث وظهور الأعراض النفسية (**السيد عبيد، 2008، 127**).

6-2 نموذج الضغط كاستجابة:

6-2-1 نظرية Walter Cannon :

يعتبر العالم الفسيولوجي كانون من أوائل الذين استخدموا عبارة الضغط وعرفه برد الفعل في حالة الطوارئ وكشف في دراسته مصادر الضغط الانفعالية كالألم والخوف والغضب تسبب تغيرا في الوظائف الفسيولوجية للكائن الحي، ويرجع لإفرازات عدد من الهرمونات أبرزها الأدرنالين والذي بدوره يهيئ الجسم لمواجهة المواقف الطارئة، حيث يرى أن تلك الاستجابة: تجعل الكائن الحي إما أن يواجه الموقف ويتصدى له، أو يتجنبه ويهرب **(عسكر، 2003، 26)**.

6-2-2 نظرية Hans seley (1956):

يمثله **Hans seley** فيطلق على هذا النموذج أعراض التكيف العام (General Adaptation Syndrome) يشار إليه بالرمز (GAS)، ويقصد بكلمة عام أن رد الفعل الدفاعي لأي مسبب من مسببات الضغط يكون له تأثيرات على جوانب مختلفة من الجسم سواء الجسمية أو النفسية (**السيد عبيد، 2008، 127-128)**.

ويعد العالم Hans seley من أبرز العلماء المفسرين للضغوط النفسية على أساس فسيولوجي، وينظر سيلي إلى الضغط على أنه استجابة لأحداث مثيرة من البيئة، وينصب اهتمامه على الاستجابة التي يمكن النظر إليها كدليل أن الفرد يقع فعلا تحت ضغط بيئة مزعجة، ويعرف سيلي الضغط بأنه "استجابة جسدية عامة أو غير محددة، يقوم بها البدن في مواجهة أي مطلب يطلب منه" **(العبدلي، 2012، 47)**.

وقد تحدث عن جملة أعراض التكيف وهي مجموعة من الأعراض والتغيرات تحدث عندما يتعرض الكائن الحي لضغوط شديدة من أجل تحقيق نوع من التوافق بين الكائن والبيئة الضاغطة **(العيسوي، 1997، 31)**، وتتكون هذه الأعراض من ثلاث مراحل هي:

- **مرحلة التنبيه:** هي مرحلة خط الدفاع الأول لضبط الضغط النفسي، فعندما يتعرض الفرد لأي خطر أو تهديد جسمي كالمرض أو عدم القدرة على النوم، أو فقدان عزيز أو إنهاء علاقة حميمة أو تعرضه لأي حدث غير مرغوب، فإن الجسم يبدأ يرسل إشارات عصبية هرمونية في الجسم من أجل تعبئة الطاقة اللازمة لهذه الحالة الطارئة، فتزداد دقات القلب، وتوتر العضلات ويرتفع ضغط الدم، ويزداد إفراز العرق والأدرينالين، كما يزداد نشاط الجهاز السمبثاوي، وعندما يتخلص الفرد من تهديد الضغوط، يعود الجسم إلى حالة التوازن الداخلي الذي يتمثل في مستوى إثارة منخفض **(النوابسة، 2009، 81)**.
- **مرحلة المقاومة:** تعتبر مرحلة قتال للحفاظ على التوازن الحيوي لأنسجة الجسم عندما تتعرض للتحطيم أو التدمير، إلا أنه بعد تعرض الفرد لضغط طويل المدة فإنه سيصل إلى نقطة يعجز فيها على الاستمرار وتصبح طاقته على التكيف منهكة ومجمدة، وبذلك يدخل الفرد في مرحلة الإعياء والإنهاك **(السيد عثمان، 2001، 101)**.
- **مرحلة الإجهاد:** وهي مرحلة تعقب المرحلة الثانية ويكون فيها الجسم قد تكيف، غير أن الطاقة الضرورية تكون قد استنفذت وأنه إذا كانت الاستجابات الدفاعية شديدة ومستمرة لفترة طويلة فإنه قد ينتج عنها أمراض التكيف التي تحدث عندما يتعدى مصادر الجهاز الفسيولوجي **(الرشيدي، 1999، 52)**.

6-3 نموذج الضغوط كتفاعل بين الفرد والبيئة:

6-3-1 نظرية Lazarus & Folkman (1984):

يرى الباحثان Lazarus & Folkman أن أساليب المواجهة للضغوط تتحدد من تقييم الفرد للموقف، فعندما يواجه الفرد موقف ويتم تقييمه على أنه ضار أو مهدد ويكون متحديا لتوافقه فهنا ينشأ الضغط، ويركز النموذج على دور العوامل المعرفية في تفسير الحدث

الضاغط الذي يواجه الفرد، وتحدث الضغوط عندما تزيد المطالب البيئية عن قدرات الفرد على المواجهة.

ويرى Lazarus & Folkman أن تفسير الحدث الضاغط يركز على عمليتين أساسيتين هما: عملية التقييم الأولي، والتقييم الثانوي **(السيد عبيد، 2008، 129)**.

- **عملية التقييم الأولي:**

في هذه المرحلة يتم تحديد معنى الأحداث إذ قد تدرك الأحداث على أساس أنها قد تقود إلى نتائج إيجابية، سلبية أو محايدة وتكون سلبية وسيئة بناء على ما يمكن أن تسببه من أذى، تهديد أو تحدي.

- **عملية التقييم الثانوي:**

تبدأ عملية التقييم الثانوي للموقف في الوقت الذي يتم فيه التقييم الأولي للأحداث، ويتم في هذه المرحلة إجراء تقييم للإمكانيات والمصادر التي يمتلكها الفرد للتعامل مع الحدث وما إذا كانت كافية لمواجهة الأذى، التهديد، التحدي أو غير كافية وتنشأ الخبرة الذاتية نتيجة التوازن بين التقييم الأولي والتقييم الثانوي وكلما كانت إمكانات التعامل مع الموقف عالية فإن الضغط يكون أقل والعكس صحيح **(تايلور، 2008، 351)**.

6-3-2 نظرية Endler (1990):

يشبه نموذج Lazarus، فيؤكد على العلاقة الدينامية بين الفرد والبيئة، وأن البيئة تؤثر في سلوك الفرد بالأحداث في البيئة، ويعرف البيئة بأنها الخلفية أو السياق الذي من خلاله يحدث السلوك، في حين أن الموقف هو الخلفية العابرة أو المؤقتة أو المثير.

ويرى Endler أن متغيرات الشخصية تتفاعل مع المتغيرات الموقفية لتساهم في إدراك الفرد للموقف في البيئة، فإذا أدرك الفرد الموقف بوصفه مهددا أو خطرا، فإن ذلك يؤدي إلى زيادة قلق الحالة لديه، والزيادة في قلق الحالة يؤدي إلى استجابات وسلوكيات المواجهة للموقف **(السيد عبيد، 2008، 131)**.

6-3-3 نظرية Spielberger :

يعتبر Spielberger واحدا من العلماء الذين وضعوا تفسيرا للضغوط النفسية بالاعتماد على نظرية الدوافع، إذ يري أن الضغوط تلعب دورا كبيرا في إثارة الاختلافات على مستوى الدوافع في ضوء إدراك الفرد لها ويحدد نظريته في ثلاثة أبعاد نسبية : الضغط، القلق، التعلم وفي ضوء هذه الأبعاد يحدد محتوي النظرية في ما يلي:

- التعرف على طبيعة الضغوط.
- قياس مستوي القلق الناتج عن الضغوط في المواقف المختلفة.
- قياس الفروق الفردية في الميل إلى القلق.
- توفير السلوكات المناسبة للتغلب على القلق الناتج عن الضغوط.
- تحديد مستوى الاستجابة (**العزيز، 2009، 64**).

ويهتم Spielberger في الإطار المرجعي لنظريته بتحديد طبيعة الظروف البيئية المحيطة والتي تكون ضاغطة، ويميز بين حالات القلق الناتجة عنها ويحدد العلاقة بينها وبين ميكانيزمات الدفاع التي تساعد على تجنب تلك النواحي الضاغطة. فالفرد في هذا الصدد يقدر الظروف الضاغطة التي أثارت حالة القلق لديه ثم يستخدم الميكانيزمات الدفاعية المناسبة لتخفيف الضغط (كبت. إنكار. إسقاط) أو يستدعي سلوك التجنب الذي يسمح بالهرب من الموقف الضاغط (**الرشيدي، 1999، 54**).

7- الآثار الناتجة عن الضغط النفسي:

مما لا شك فيه أن للضغوط النفسية آثار على صحة الفرد سواء الجسمية أو النفسية، وهذا ما أثبتته العديد من الدراسات، وتشير الإحصاءات العالمية أن (80%) من الأمراض الحديثة سببها الضغوط النفسية، وأن (50%) من مشكلات المرضى المراجعين للأطباء والمستشفيات ناتجة عن الضغوط النفسية، وأن (25%) من افراد المجتمع يعانون شكلا من أشكال الضغط النفسي (**العزيز أحمد، أبو سعد أحمد، 2009**)

وقد لخصت ماجدة بهاء الدين سيد الآثار الفسيولوجية، والمعرفية، والانفعالية والسلوكية للضغوط النفسية في الجدول التالي:

جدول رقم (2) يوضح الآثار المترتبة عن الضغوط النفسية.

النتائج الفسيولوجية لزيادة الضغوط	تأثيرات معرفية لزيادة الضغوط	تأثيرات انفعالية لزيادة الضغوط	تأثيرات سلوكية عامة لزيادة الضغوط
زيادة الأدرينالين بالدم مما يؤدي إلى تنشيط وزيادة رد فعله وإذا استمر هذا الضغط لمدة طويلة قد يؤدي إلى فشل في تلك الأجهزة مثل اضطرابات الدورة الدموية وأمراض القلب.	عدم القدرة على التركيز، نقل الاستجابة السريعة الحقيقية، وقد تؤدي محاولات التعويض إلى قرارات متسرعة وخاطفة. يزداد معدل الخطأ. تدهور في القدرة على التنظيم والتخطيط بعيد المدى.	زيادة التوترات الطبيعية والنفسية حيث تقل القدرة على الاسترخاء. زيادة الإحساس بالمرض حيث يحدث تهيؤ أمراض الضغط واختفاء مشاعر الإحساس بالصحة.	زيادة مشاكل التخاطب المتمثلة في تزايد التلعثم والتأتأة. نقص في الاهتمامات والتحسس والتنازل عن الأهداف الحياتية. انخفاض مستوى الطاقة وانحدارها من يوم لآخر بدون سبب واضح.
زيادة إفرازات الغدة الدرقية مما يؤدي إلى زيادة تفاعلات الجسم وزيادة استنفاذ الطاقة وإذا استمر هذا الضغط لمدة طويلة يحدث إجهاد ونقص الوزن، وأخيرا انهيار جسمي.	عدم تحري الدقة والحقيقة وتصبح الأفكار متداخلة وغير معقولة.	حدوث تغيرات في صفات الشخصية. تزيد مشاكل الشخصية حيث تتفاقم المشاكل المتواجدة مثل القلق، الحساسية المفرطة.	صعوبة في النوم أو البقاء أكثر من أربع ساعات في اليوم. الميال لإلقاء اللوم على الغير. نقل المسؤوليات على الآخرين. ظهور نماذج سلوكية شاذة. حل المشاكل بمستوى سطحي.
زيادة إفراز الكولسترول من الكبد يعطي طاقة للجسم وإذا استمر الضغط لفترة طويلة يحدث تصلب شرايين وأمراض ونوبات القلب. توجد أجهزة أخرى بالجسم تساعد على التغيرات		ظهور الاكتئاب وعدم المساعدة والشعور بعدم القدرة على التأثير. فشل في تقدير الذات وتطور الشعور بالعجز وعدم القيمة.	

الفسيولوجية السابق ذكرها مثل الخطوط الخلفية وراء المحاربة الأمامية مثل: امتناع الجهاز الهضمي، وتحول الدم من المعدة والأمعاء إلى الرئتين، وإذا طالت فترة امتناع الجهاز الهضمي يحدث اضطرابات هضمية بالمعدة.			
تفاعلات جلدية حيث يصبح لون الجلد شاحبا بسبب تحول الدم منه إلى مناطق أخرى. إفراز الكورتيزون بالدم يؤدي إلى نقص الحساسية التي تؤدي إلى ضيق التنفس، وإذا طالت المدة تقل المناعة الطبيعية مما يؤدي إلى خرق المعدة وأمراض الحساسية.			

(السيد عبيد، 2008، 36-37)

خلاصة:

خلصنا مما سبق عرضه في هذا الفصل إلى معرفة العمق التاريخي لدراسة الضغوط النفسية، واختلاف وجهات نظر الباحثين في التوصل إلى مفهوم محدد لها، فقد عرفها كل باحث وفقا لوجهة نظره والاتجاه الذي يتبناه في دراستها، وتم التطرق إلى أنواعها وتفرعاتها حيث تعتبر الضغوط النفسية الأساس الرئيسي الذي تبنى عليه بقية الضغوط الأخرى، وتم حصر مصادرها في مجموعة من الأسباب، قد تكون داخلية نابعة من ذات الفرد أو خارجية تتسبب فيها البيئة الخارجية، ويمكن التنبؤ بمعاناة الفرد من الضغوط النفسية من خلال مؤشرات وأعراض تدل على احتمال وقوع الفرد في حالة من الضغط النفسي، كما اختلفت النظريات التي اهتمت بتفسير الضغوط النفسية، ووضعت لها في هذا الاطار نماذج، كما اتضح لنا الآثار السلبية التي تخلفها الضغوط النفسية على صحة الفرد النفسية والجسمية والعقلية، وقصد البحث عن استراتيجيات وأساليب للحد والتخفيف من هذه الظاهرة لدى الطلبة الجامعين، ارتأينا أن نبحث ونتأكد من التأثيرات التي يتركها التوجه نحو التدين وفعاليته كأسلوب يلجأ إليه الطلبة في مواجهة الأثار المدمرة للضغوط النفسية، وهذا ما سنتطرق إليه في الفصل القادم بالنزول للميدان، وبطريقة تطبيقية نقف على صحة فرضياتنا من خطئها حول هذا الموضوع.

الإطار التطبيقي

الفصل الرابع

منهجية البحث والإجراءات الميدانية

تمهـــيد

1-الدراسة الاستطلاعية.

2- الدراسة الأساسية.

2-1 منهج البحث.

2-2 مجتمع وعينة البحث.

2-3 حدود البحث.

2-4 متغيرات البحث.

2-5 أدوات البحث.

3- الأساليب الإحصائية.

خلاصـــــــة

تمهيد

تحتاج كل دراسة إلى إطار منهجي يتفق مع خصائص الموضوع الذي تتناوله والأهداف التي تسعى إلى تحقيقها، لذلك فإننا سنتناول في هذا الفصل الإجراءات المتعلقة بالجانب المنهجي من تحديد لمتغيرات البحث، والمنهج العلمي المستخدم، والدراسة الاستطلاعية، والتعريف بمجتمع وعينة البحث وما اشتملت عليه هذه الأخيرة من خصائص (نوع التخصص، المستوي الدراسي، الجنس)، والوقوف على مدى التجانس بين الفئات المعنية في تلك الخصائص، بالإضافة إلى وصف أدوات جمع البيانات(الضابطة، الأساسية)، وكذا التعريف بدرجات صدق وثبات هذه الأدوات (الخصائص السيكومترية)، كما سيتم عرض لكيفية تعيير مقايس البحث واستخراج معايير الحكم، ومن ثم حدود البحث الزمانية والمكانية والبشرية، وتقديم الأساليب الإحصائية المناسبة لمعالجة البيانات.

1-الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية أهم مرحلة من مراحل البحث العلمي، فبناء على التجربة الاستطلاعية وعلى ضوء ما يصادف الباحث من صعوبات وما يظهر من أمور تستوجب التغيير، يقوم بالمراجعة اللازمة حتى يكون واثقا من سلامة تطبيق الأدوات، فالدراسة الاستطلاعية تعتبر فرصة للوقوف على ظروف التطبيق، وإمكانية التعديل التي لا تتسنى للباحث بعد التطبيق الأساسي، وعموما فإن هذه الخطوة تعرف الباحث على مجتمع البحث وخصائصه، وعلى الميدان الذي ستجري فيه الدراسة الأساسية، بالإضافة إلى تجريب الأدوات المستخدمة في الدراسة، للوصول إلى ضبطها من الجانب السيكومتري، ومن أهم الأهداف التي يصبوا إليها الباحث من تطبيق الدراسة الاستطلاعية ما يلي:

- معرفة المشاكل والصعوبات التي قد تواجه الباحث.

- التعرف على ميدان الدراسة الأساسية والتدرب على خطوات البحث.
- البحث عن أدوات البحث المناسبة بالاطلاع على الدراسات السابقة ذات الصلة بالموضوع، وتجريبها للوقوف على خصائصها السيكومترية من حيث صدقها، ثباتها، وقدرتها على قياس متغيرات البحث.
- التأكد من صلاحية تعليمات وبيانات أدوات القياس، وسلامة لغتها، لتسهيل فهمها على أفراد العينة.
- معرفة متوسط الوقت الذي يستغرقه تطبيق المقاييس، والوقوف على أحسن الظروف لإجرائها.

وفي بحثنا مررنا بمرحلتين من الدراسة الاستطلاعية:

- **مرحلة اختيار مقاييس البحث:** بعد اطلاعنا على التراث النظري واستقصائنا للدراسات التي تناولت متغيري البحث (التوجه نحو التدين والضغوط النفسية) قام الباحث بالاطلاع على بعض المقاييس المستخدمة في قياس الضغط النفسي، والتوجه الديني بغرض التعرف على الطريقة المستخدمة في إعدادها، والتعرف على صلاحيتها وإمكانية استخدام واحدة منها. ومن المقاييس التي اطلع الباحث عليها ما يلي:

أ- بالنسبة لمقياس التوجه الديني :

- مقياس التوجه الديني من إعداد كل من إبراهيم الحجار وعبد الكريم سعيد رضوان (2005) في دراسة حول التوجه نحو التدين لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة، وقام شلبي إبراهيمي (2009) بتطبيق نفس المقياس على الطالب الجامعي في البيئة الجزائرية في دراسة بعنوان التوجه نحو التدين وعلاقته بمستوى تقدير الذات لدى الطالب

الجامعي وأجري التطبيق بثلاث جامعات، جامعة المدية، جامعة البليدة، وجامعة الجزائر، وفي كل من كليات (الطب، الهندسة، الفلسفة، الآداب، والحقوق).

- مقياس الاتجاه نحو الالتزام الديني، تأليف زياد بركات (2006) طبق على طلبة جامعة القدس المفتوحة.
- مقياس التوجه نحو التدين من تصميم إبراهيم مرتضي إبراهيم الأعرجي(2007) في دراسة طبقت على طلبة جامعة بغداد .

ب- بالنسبة لمقياس الضغوط النفسية :

- مقياس الضغوط النفسية من إعداد كل من بشير إبراهيم الحجار ونبيل كامل دخان (2005).
- مقياس مواقف الحياة الضاغطة في البيئة المصرية من إعداد زينب محمود شقير (2003).
- مقياس الضغوط النفسية من تأليف كل من أحمد عبد الحليم عربيات وعمر محمد الخرابشة(2006)، في دراسة حولة الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلبة المتفوقون واستراتيجية التعامل معها.
- مقياس الضغوط النفسية الذي أعده زيدان محمد جناورو (2011) وطبقه على عينة من الطلبة الجامعين في كل من البيئة الجزائرية والسورية.

إن معظم هذه المقاييس التي أتيح للباحث الاطلاع عليها تستهدف الطلبة في بيئات محلية مختلفة وهي مناسبة على الأغلب لتقيس ما وضعت لقياسه، ونظرا لحاجتنا في دراستنا الحالية لمقياسين يتلاءمان مع الطلبة الجامعيين في البيئة الجزائرية، ارتأينا اختيار مقاييس سبق وطبقت على الطالب الجامعي في البيئة الجزائرية، وذلك لقرب موضوعها وتراكيبها اللغوية من الثقافة الجزائرية وقد استعنا بـ :

- مقياس التوجه نحو التدين لكل من بشير إبراهيم الحجار وعبد الكريم سعيد رضوان (2005).
- مقياس الضغوط النفسية من إعداد زيدان محمد جناورو (2011).

وقمنا باستخدام قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية إعداد Costa & McCrae (1992) بهدف ضبط بعض متغيرات الشخصية التي من الممكن أن تشوش على نتائج البحث، وبعد اطلاعنا على التراث النظري للبحوث ونتائج الدراسات السابقة، تم التأكد من ارتباط متغير الضغوط النفسية ببعد العصابية وعدم ارتباطه بالأبعاد الأخرى وذلك استنادا للنتائج التي توصل إليها زيدان محمد جناورو (2011) في دراسته لعلاقة العوامل الكبرى للشخصية بالضغوط النفسية التي طبقها على الطلاب في البيئة الجزائرية.

- **مرحلة التطبيق:** بعد اختيار المقاييس توجهنا لجامعة المسيلة لعرض المقياسين على التطبيق الأولي على عينة استطلاعية لها نفس خصائص العينة الأساسية بلغ عدد أفرادها (40) طالبا وطالبة في جامعة المسيلة، وسعى الباحث من وراء هذا التطبيق إلى معرفة مدى مناسبة صياغة العبارات لأفراد العينة، من حيث وضوح العبارات والتعليمات وتصحيح الأخطاء اللغوية الطباعية، وأخيرا تم تقنين المقاييس في البيئة المحلية، بالوقوف على الخصائص السيكومترية، وذلك بحساب الصدق والثبات، وبناء على ذلك تم حذف بعض البنود التي لم تتمتع بدرجة مقبولة من كل من الصدق والثبات.

2-الدراسة الأساسية:

2-1 منهج البحث:

إن تحديد المنهج المستخدم في أي بحث علمي من الأمور الأساسية، ويعتبر السبيل المؤدي إلى الكشف عن الحقيقة في العلوم بواسطة مجموعة من القواعد العامة التي تهيمن على سير العقل وتحدد عملياته، حتى يصل إلى نتيجة معلومة.

إن اختيار المنهج الصحيح يعتمد أولا وأخيرا على طبيعة المشكلة المدروسة وأهدف البحث التي يسطرها الباحث، وتتمثل إشكالية البحث في دراسة "أثر التوجه نحو التدين في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة المسيلة"، ونظرا لتناول البحث أثر متغير مستقل في متغير تابع، فإن طبيعة الإشكالية المطروحة والفرضيات المقدمة، تستدعي معالجة منهجية تعتمد على المنهج السببي المقارن، ويصنف هذا المنهج ضمن المناهج الوصفية، لأنها تصف الحالة الراهنة للمتغيرات في الوقت الراهن، إلا أن Gay (1990) يعتبر هذا النوع من المناهج التي لا تقتصر على وصف المتغيرات فحسب، بل تهدف إلى تحديد أسباب الحالة الراهنة للظاهرة موضوع الدراسة ولذلك يمكن عده بشكل عام نوعا من مناهج البحوث قائما بذاته **(أبو علام ، 2011، 233)**.

وتعتبر البحوث السببية المقارنة ذلك النوع من البحوث الذي يحاول فيه الباحث تحديد أسباب الفروق القائمة في حالة أو سلوك مجموعة من الأفراد، وبمعنى آخر فإن الباحث يلاحظ أن هناك فروقا بين بعض المجموعات في متغير ما، ويحاول التعرف على العامل الرئيسي لهذا الاختلاف. ويطلق على هذا النوع من البحوث في بعض الأحيان بحوث ما بعد الواقع، حيث أن العلة والمعلول قد حدثا، ويحاول الباحث دراستهما دراسة تراجعية، ولذلك تكون نقطة البدء الأساسية في المنهج السببي المقارن، هو التعرف على المعلول، ثم السعي إلى تحديد الأسباب

المحتملة للعلة ومن أحد تنويعات هذا المنهج البدء بالسبب ومحاولة الوصول منه إلى النتيجة. والسؤال الرئيس لهذا النوع من المناهج هو ما أثر **س** على **ص؟**، ولعل من أهم ما يتميز به هذا النوع من المناهج مما يجعله يختلف عن المنهج الوصفي الارتباطي والمنهج التجريبي ما يلي:

- **أوجه الشبه والاختلاف عن المنهج الوصفي الارتباطي:** من أوجه الشبه بين كل من البحث السببي المقارن والبحث الارتباطي أنها كلها تبحث وتطبق لغرض معرفة العلاقة بين متغيرين أو أكثر، أما الاختلاف:
  - البحث الارتباطي يقتصر على معرفة العلاقة ودرجتها بينما البحث السببي المقارن يهتم بالكشف عن الأسباب المحتملة للنتيجة المدروسة ولا يكتفي بالوصف وذلك من خلال دراسته لعلاقات العلة والمعلول مما يجعله متقدما عن البحث الارتباطي.
  - يوجد بهذا النوع من البحوث متغيران مستقلان أو أكثر، ومتغير تابع واحد عكس المنهج الوصفي الارتباطي الذي لا يميز بين متغير مستقل وآخر تابع.
  - تتضمن البحوث السببية المقارنة مقارنة بين مجموعات أو متغيرات في حين أن المنهج الوصفي الارتباطي يدرس الارتباط بين المتغيرات.
- **أوجه الشبه والاختلاف عن المنهج التجريبي:** صحيح أن البحث السببي المقارن يتشابه مع البحث التجريبي في كونهما يشتركان في دراسة علاقات العلة بالمعلول وكلاهما يتضمن مقارنة بين المجموعات إلا أنهما يختلفان في الآتي:
  - الفروق بين المجموعات الراجعة إلى المتغير المستقل، ليست من صنع الباحث فهو لا يعالج المتغير المستقل في حين أن الباحث في المنهج التجريبي يمكنه معالجة المتغير المستقل.

- الأساس في البحوث السببية المقارنة أن أحد المجموعات مر بخبرة لم تمر بها المجموعة الأخرى، فالمجموعات مكونة بشكل طبيعي وتختلف في المتغير المستقل في حين أنه في المنهج التجريبي هناك إمكانية تصميم الظروف التي تشتمل على سبب الظاهرة والتحكم فيها لإجراء التجريب المناسب عليها قصد معرفة أثر المتغير المستقل على التابع **(أبو علام، 2011، 234)**.

ورغم الفوائد العديدة للبحث السببي المقارن، فإن تناوله لدراسة علاقة العلة بالمعلول دون معالجة حقيقية للمتغير المستقل (دون إخضاعها للتجريب)، وعدم إمكانية استخدام التعيين العشوائي وصعوبة إجراء عمليات الضبط للعوامل الدخيلة مثلما هو الحال في البحوث التجريبية، يجعله يعاني من قصور شديد يجب أخذه بعين الاعتبار عند تفسير النتائج، فالعلاقة السببية قد تبدو على غير ماهي عليه في الواقع، فقد لا تحمل صفة السببية أصلا فتكتفي بمعرفة درجة العلاقة بين المتغيرات فقط كما في البحوث الارتباطية، وقد يكون السبب المفترض لأثر ما نلاحظه هو في واقع الأمر النتيجة (الأثر)، فلا يمكنه تحديد التتابع الزمني بين المتغيرات وبالتالي لا يمكنه تحديد أي المتغيرات المستقلة تحدث أولا، وأيها متغيرات تابعة تحدث ثانية، وقد يكون هناك متغير ثالث هو السبب في علاقة العلة بالمعلول التي لاحظناها، وبالتالي تصبح العلاقة علاقة زائفة بين متغيرين كأن يبدو أنهما مرتبطان، كل هذا يستوجب منا إتباع إجراءات ضبط خاصة بالمنهج السببي المقارن مثل:

- **مطابقة أفراد العينة:** إذا تعرف الباحث على متغير يعتقد أن له علاقة بأداء الأفراد في المتغير التابع فيمكنه ضبطه من خلال المطابقة الثنائية، حيث بعد أن يحدد الباحث درجة فرد في المجموعة الضابطة يبحث عن فرد أخر في المجموعة الأخرى له نفس الدرجة أو درجة قريبة منه، فيترتب عن ذلك تشابه وتطابق نسبي لمجموعتي المقارنة بالنسبة للمتغير التابع.

- **مقارنة مجموعات متجانسة:** حيث إذا أحس الباحث أن متغير ما يحتمل أن تكون له علاقة بالمتغير التابع، فإنه يقوم بمجانسة أفراد العينة البحثية بالنسبة لهذا المتغير، بحيث تحمل كل أفراد العينة درجات متقاربة تكون الفوارق بينها غير دالة إحصائيا، مما يستلزم أن تكون العينة في البحوث السببية عينة قصدية، إلا أنه يترتب عن ذلك خفضا في عدد أفراد العينة مما قد يؤثر في تعميم النتائج. وقد اعتمدنا هذه الطريقة في ضبط أفراد العينة بالنسبة لكل المتغيرات المشوشة للتوصل لعينة نهائية يمكننا من خلالها التأكد من صحة فرضيات البحث.
- **تحليل التغاير:** ويستخدم هذا الأسلوب في تحقيق التكافؤ بين المجموعات بالنسبة لمتغير أو أكثر عن طريق تعديل درجات المتغير التابع بحيث يلغى أثر المتغير الخارجي.

ويمكننا في المنهج السببي المقارن استخدام أساليب متنوعة من التحليل الإحصائي في تحليل النتائج أكثر من تلك التي يمكن استخدامها مع الأنواع الأخرى من البحوث مثل المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار "ت"، اختبار تحليل التباين "ف"، اختبار مربع كاي.

2-2 مجتمع وعينة البحث:

2-2-1 مجتمع البحث: تمثل مجتمع البحث في طلبة جامعة المسيلة الذين يزاولون دراستهم بنظام ل.م.د، إلا أنه من غير المجدي ومن غير الضروري مسح كل قيم وأفراد المجتمع الأصلي للحصول على ما نريد من معلومات وبيانات، خاصة إذا كان هذا المجتمع كبيرا جدا ولا يستطيع الباحث أحيانا إجراء بحثه على المجتمع الأصلي بأكمله، فيلجأ لاختيار عينة تتمثل في أفرادها جميع الصفات الرئيسية للأصل الذي أخذت منه،

والدافع الأساسي وراء اختيار العينة والتعامل معها بدل المجتمع الأصل هو توفير الوقت والجهد والمال **(أبو علام، 2011، 159)**.

2-2-2 عينة البحث وكيفية اختيارها:

يعتبر اختيار العينة البحثية من أهم المشكلات التي تواجه الباحث في مجال العلوم الإنسانية والاجتماعية فالنتائج العلمية تتوقف على مدى تمثيل العينة للمجتمع الأصلي وابتعادها قدر الإمكان عن التحيز، ولا يمكن لذلك أن يتحقق إلا إذا تساوت احتمالات ظهور كل فرد من أفراد المجتمع الأصلي في العينة المختارة وهو ما يعرف بالمعاينة الاحتمالية، غير أن الحصول على هذا النوع من العينات ليس بالأمر الهين والمتاح في كل الأحوال، فأحيانا تحتم طبيعة المشكلة المدروسة والمنهج المتبع في معالجتها اعتماد طرق غير احتمالية، وذلك من أجل مطابقة العينة للأهداف المرجوة من البحث.

فاعتبارا لطبيعة المشكلة البحثية، والمنهج المتبع في معالجتها، فإننا تعمدنا اختيار عينة تتمتع بخصائص، تخدم أهداف البحث، وتحقق غرض الباحث من حيث توفير المعلومات التي يحتاجها للتأكد من صحة افتراضاته، وتمثلت في:

- **عينة قصدية:** مكونة من الطلبة الذين يزاولون دراستهم بنظام ل.م.د في كل من فرع رياضيات وإعلام ألي MI، علوم تقنيةST، علوم الطبيعة والحياةSNV، وذلك قصد دراسة الضغوط التي يتعرضون لها ومدى تأثرها بتوجه الطلبة نحو التدين، وقد وقع اختيارنا على هاته الفروع العلمية لافتراضنا أنها الأكثر عرضة للضغوط النفسية من بين الفروع الأخرى مستندين على ما أثبتته الدراسات ومنها دراسة بشير حجار، نبيل دخان (2005) ودراسة تنهيد البيرقدار(2011) حيث أسفرت نتائج دراساتهم عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى

الضغوط النفسية تعزى لمتغير طبيعة التخصص ولصالح التخصصات العلمية على حساب التخصصات الأدبية، مما دفعنا إلى الإختيار المقصود للتخصصات العلمية السالفة الذكر، مما يخدم أهداف بحثنا ويوافق ما نصبو إليه من أغراض.

تكونت عينتنا في البداية (في البداية اعتمدنا على عينة التعيير نفسها) من 220 طالب وطالبة من الفروع الثلاثة المقصودة والمذكورة سابقا وكان توزيعها كالتالي:

أ- توزيع عينة البحث الأولية (قبل المجانسة و العزل) حسب التخصص:

جدول رقم (3) يمثل توزيع العينة حسب نوع التخصص.

التخصص		ST	MI	SNV
عدد الطلبة	220	74	72	74
النسبة	%100	33.6	32.7	33.6

ب- توزيع عينة البحث الأولية حسب الجنس:

جدول رقم (4) يمثل توزيع العينة حسب الجنس.

المجموع	الجنس	
	أنثى	ذكر
220	141	79
%100	64.1	35.9

ج- توزيع عينة البحث الأولية حسب المستوى الدراسي:

جدول رقم (5) يمثل توزيع العينة حسب المستوى الدراسي.

المستوى الدراسي		سنة أولى	سنة ثانية	سنة ثالثة
التوزيع	220	72	100	48
النسبة	100%	32 .7	45.5	21.8

د- توزيع العينة الاولية حسب درجة العصابية للطلبة.

جدول رقم (6) يمثل توزيع العينة حسب المستوى الدراسي.

العصابية	منخفضة	متوسطة	مرتفعة
توزيع الحالات	69	87	64
النسبة	31.4	39.5	29.1

❖ **إجراءات الضبط والمجانسة:**

يتصف السلوك الإنساني بتعقد العوامل التي تؤثر فيه والمصاحبة له في الوقت نفسه، وهو ما يجعل من الصعب تحديد التأثير الدقيق لمتغير المستقل على المتغير التابع، وخاصة في ظل اعتماد المنهج السببي المقارن، ولمواجهة ذلك عمد الباحث باتخاذ إجراءات الضبط، والذي نقصد به إجراءات نحد من خلالها من أثر المتغيرات الأخرى على المتغير التابع، والتي تشترك مع المتغير المستقل الذي نود دراسته في التأثير على المتغير التابع، فمن فوائد الضبط أنه يساعد الباحث على أن يقرر بدرجة من الثقة بأن التغير الحاصل على المتغير التابع يعود للمتغير المستقل، فالضبط يساعد على تحقيق الصدق الداخلي للتجربة، ويساعد على التنبؤ

بدرجة مرتفعة من الإحتمال بالتغيرات التي ستحصل على المتغير التابع إذا تعرض للمتغير المستقل مرة أخرى، مع ثبات العوامل المتدخلة ويساعد على تحقيق التصميم التجريبي الجيد، كما يساعد على تحقيق إحدى خصائص التجربة العلمية المتمثلة في إمكانية تكرار وحصول النتائج نفسها على وجه التقريب.

من هذا المنطلق وإستنادا على إطلاعنا للتراث النظري ونتائج الدراسات السابقة، عمد الباحث إلى تحديد أربعة عوامل يحتمل تأثيرها في المتغير التابع، قصد التحقق من تأثيرها، وبالتالي تحقيق التقارب والمطابقة بين أفراد العينة بالنسبة لها وهي(التخصص، المستوى، الجنس، درجة العصابية كعامل من العوامل الخمسة المميزة للشخصية).

بعد تفريعنا للمعلومات التي تحصلنا عليها من تطبيق مقايس البحث على 220 طالب/ة، أصبح بإمكاننا التحقق من المتغيرات التي من الممكن أن توثر في المتغير التابع (الضغوط النفسية) والمشوشة على مصداقية أحكامنا، وهذا ما تطلب منا توظيف أساليب إحصائية، من أجل الحصول على بيانات يتم إستخدامها في عملية مجانسة أفراد العينة، وهي: المتوسطات الحسابية، الإنحرافات المعيارية، إختبار "ت" لدلالة الفروق، إختبار "F" لتحليل التباين، وكانت إجراءات عملية المجانسة كالتالي:

- **المجانسة بالنسبة لمتغير التخصص:**

مما لا شك فيه أن نوع التخصص وطبيعته يشكلان فرقا في نظر الطلاب من ناحية متطلباته الدراسية والمادية والحضورية التي قد تكون في بعض الأحيان متكلفة ومرهقة، وهذا حسب صعوبة وسهولة التخصص ومحتوياته وتوافق الطالب معه. وقد أثبتت الدراسات ذلك منها دراسة (بشير حجار، نبيل دخان) ودراسة تنهيد بيرقدار (2011) حيث أسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوي الضغوط النفسية تبعا لمتغير طبيعة التخصص

ولصالح التخصصات العلمية على حساب التخصصات الأدبية، مما دفعنا إلى الإختيار المقصود للتخصصات العلمية التالية: تخصص علوم تقنية ST، تخصص إعلام آلي ورياضيات MI، وتخصص علوم الطبيعة والحياة SNV، وبقي لنا فقط التأكد من وجود فروق ذات دلالة إحصائية من عدمها، بين هاته التخصصات في مستوى الضغوط النفسية، وإعتمدنا للمقارنة بين التخصصات الثلاثة على تحليل التباين تحليل التباين الأحادي العامل ONE WAY ANOVA، إلا أنه علينا أولا التأكد من تجانس التباينات بين المجموعات (التخصصات الثلاث)، كشرط من شروط تطبيق تحليل التباين أحادي العامل، وبالإستعانة ببرنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية SPSS ومن خلال جدول Test of) Homogeneity of Variances) تحصلنا على قيمة لإختبار ليفن Levene تقدر ب (1,28) وقيمة دلالتها (Sig) (0,28) وهي أكبر من مستوى الدلالة (0,05) مما يدل على تجانس التباين بين التخصصات، مما يتيح لنا إستعمال تحليل التباين الأحادي لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعات الثلاث (التخصصات الثلاث).

وأسفرت نتائج تحليل التباين الأحادي عن قيمة ل (F) قدرت ب (1,10) بمستوى دلالة (0,33) وهي قيمة أكبر من مستوى الدلالة(0,05) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية بين التخصصات الثلاثة، (النتائج موضحة بالتفصيل في فصل عرض وتحليل النتائج، أي هناك تجانس بين طلبة التخصصات الثلاث في مستوى الضغوط النفسية، مما يغنينا على عزل تخصص من التخصصات عند المعالجة الإحصائية الأساسية.

- **المجانسة بالنسبة لمتغير المستوى الدراسي :**

تختلف متطلبات الدراسة الجامعية من مستوى لآخر، وتتغير أحداث الحياة الجامعية بتعاقب السنوات التي يقضيها الطالب في الجامعة، فقد أثبتت دراسة كل من بشير حجار ونبيل دخان ودراسة تنهيد بيرقدار على اختلاف الضغط النفسي باختلاف المستوى الدراسي لدى الطلبة الجامعيين، هذا ما حتم علينا فحص تأثير المتغير المستقل في المتغير التابع في بيئة البحث المحلية، أي التحقق في ما إذا كان هناك اختلاف ذو دلالة في مستوى الضغوط النفسية بين السنوات الثلاثة، وقد إعتمدنا للمقارنة بين المستويات الثلاثة على تحليل التباين الأحادي ONE WAY ANOVA، إلا أنه علينا أولا التأكد من تجانس التباينات بين المستويات الثلاث، كشرط من شروط تطبيق تحليل التباين أحادي العامل، وبالإستعانة ببرنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية SPSS، ومن خلال جدول (Test of Homogeneity of Variances) تحصلنا على قيمة لإختبار ليفن تقدر ب (1,34) ودلالة قيمتها (0,26) وهي أكبر من مستوى الدلالة (0,05) مما يعني تجانس التباينات فيما بين المستويات الثلاث. أما قيمة (F) فقدرت ب (3,52) بدلالة إحصائية تقدر ب (0,031) وهي أصغر من مستوى الدلالة الإحصائية (0,05) ، النتائج موضحة بالتفصيل في فصل عرض وتحليل النتائج، مما يعني تأكد وجود اختلاف ذاو دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية تبعا لاختلاف المستوى الدراسي، ولتحديد مصدر الاختلاف، يلزم اللجوء لإحدى اختبارات المقارنات البعدية (Post Hoc). وليكن اختبار LSD (اختبار أقل فرق معنوي) وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (7) يمثل نتائج اختبار LSD (أقل فرق معنوي) لدلالة الفروق بين متوسطات المستويات الدراسية في الضغط النفسي

	المتوسط الحسابي	فرق المتوسطات	الخطأ المعياري	الدلالة	مستوى الدلالة
مستوى السنة الأولى	66,91	4,57 -	2,10	0,031	دال عند 0,05
مستوى السنة الثانية	71,48				
مستوى السنة الأولى	66,91	0,71	2,53	0,77	غير دال عند 0,05
مستوى السنة الثالثة	66,18				
مستوى السنة الثانية	71,48	5,30	2,38	0,028	دال عند 0,05
مستوى السنة الثالثة	66,18				

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن الاختلاف في مستوى الضغوط بين مستوى السنة الأولى والسنة الثانية له دلالة معنوية ولصالح السنة الثانية، وأن الاختلاف في مستوى الضغوط بين السنة الثانية والسنة الثالثة له دلالة معنوية ولصالح السنة الثانية، في حين لا يعتبر الاختلاف بين السنة الثالثة والأولى ذو دلالة معنوية.

كل هذا يرغمنا على اختيار مستوى من المستويات وعزل الاثنين الآخرين، ونظرا لكوننا نبحث عن الطلبة الأكثر تعرضا للضغوط النفسية، كونهم الأنسب للتأكد من تأثير التوجه نحو التدين في مواجهتها، فإننا سنقتصر في اختيارنا لأفراد العينة على مستوى السنة ثانية، كونهم يتمتعون بأعلى متوسط حسابي للضغوط النفسية من بين الثلاثة.

- **مجانسة العينة بالنسبة لمتغير الجنس:**

أثبتت الدراسات أن الفروق بين الجنسين تلعب دورا في مدى تحمل الطلبة للضغوط النفسية، فالطريقة التي تستقبل بها الطالبات أحداث الحياة الجامعية والأسلوب الذى ينتهجنه في مواجهتها تختلف عن الطريقة التي يعتمدها الطلاب، هذا ما جعلنا نعمد إلى التحقق من صحة هاته الاختلافات حتى نأخذها بعين الاعتبار في عملية المجانسة، وذلك من خلال المقارنة بين الطلبة والطالبات في مستوى الضغوط النفسية التي يتعرضون لها، بتطبيق اختبار "ت" لدلالة الفروق، وبالاستعانة ببرنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية، تحصلنا على قيمة لـ "ت" قدرت بـ (-2,36) ومستوى دلالة (0,019) والتي هي أقل من(0,05)، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطالبات في مستوى الضغوط النفسية. النتائج موضحة بالتفصيل في فصل عرض وتحليل النتائج، مما يحتم علينا الاختيار بين الجنسين لمجانسة العينة، ونظرا لكوننا نبحث عن الطلبة الأكثر تعرضا للضغوط النفسية، كونهم الأنسب للتأكد من صحة فرضياتنا، فإننا سنقتصر في اختيارنا لأفراد العينة على الطالبات، كونهم ممثلين بمتوسط حسابي (70,45) أعلى من المتوسط الحسابي للطلاب (65,92).

- **مجانسة العينة بالنسبة لدرجة عصابية الطلبة:**

إن مما لاشك فيه أن ردود فعل الأفراد للمواقف الضاغطة تختلف باختلاف استعدادهم الشخصي لمواجهتها، ففي الغالب تعتبر شخصية الفرد عاملا وسيطا أو متدخلا في تخفيف أو

تزايد وطأة الموقف الضاغط، وتعتبر صفة العصابية من الصفات المميزة للشخصية، وعاملا من أهم العوامل الكبرى للشخصية، وقد وجد Kahn وآخرون أن هناك أربعة أنماط للشخصية تتأثر بالضغوط النفسية منها النمط الذي يتصف بالقلق العصابي، فمن لديهم مستوى عال من القلق العصابي لديهم قدرة منخفضة على تحمل الضغوط النفسية **(جناورو،2011)**، واستنادا كذلك إلى النتائج التي تحصل عليها زيدان محمد جناورو في بحثه حول علاقة الضغوط النفسية بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية في كل من الجزائر وسوريا، وتأكيده تأثر متغير الضغوط النفسية في العينة الجزائرية بعامل العصابية فقط، وبالنظر كذلك لوجود علاقة ذات دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,05) بين درجة العصابية ومستوى الضغوط النفسية لدى أفراد بحثنا قدرت ب (ر= 0,43) قام الباحث بعمل مقارنة بين أفراد العينة مرتفعي العصابية ومتوسطي العصابية ومنخفضي العصابية، أما فيما يخص وجود علاقة بين متغير التوجه الديني ومتغير الضغوط النفسية فوجدنا أنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين المتغيرين سالفي الذكر إلا في عينة الطلبة مرتفعي العصابية حيث قدرت ب (0,33) وهي دالة عند مستوى الدلالة (0,01)، مما ألزمنا لاختيار أفراد العينة من الطلبة مرتفعي العصابية فقط، وبالتالي قد اخترنا أفراد العينة الأكثر ضغطا نفسيا، وذلك من أجل تجنب تأثير الفروق في درجة العصابية على نتائج البحث من جهة، ومن جهة أخرى لتوفر شرط وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين متغيري البحث (المتغير المستقل والتابع) كشرط ضروري لدراسة الأثر بين متغيري البحث حسب Brayman & Cramer **(أبو علام، 2011، 240)**.

العينة الأساسية بعد الضبط :

بعد تأكدنا من تأثر مستوى الضغوط النفسية بكل من الجنس، والمستوي الدراسي، ودرجة العصابية، وعدم تأثره بنوع التخصص، (وذلك موضح في عنصر إجراءات الضبط والمجانسة)، وبقصد عزل كل التأثيرات المشوشة على نتائج بحثنا، والتي قد تكون هي السبب في حدوث الفارق في الضغوط النفسية بين أفراد العينة وليس المتغير المستقل الذي نبحث في تأثيره، كان لزاما علينا مجانسة العينة الأساسية في كل من متغير الجنس، والمستوى الدراسي، وعامل العصابية، بحيث يحمل كل أفراد العينة درجات متقاربة في هاته المتغيرات، وتكون بالتالي الفوارق بينها غير دالة إحصائيا، فخلصنا إلى عينة نهائية بحيث يشترك أفرادها في الخصائص التالية: الجنس: أنثى، المستوى: السنة الثانية، عامل العصابية: مرتفعي العصابية.

غير أن ذلك ترتب عنه خفض في عدد أفراد العينة، فبعد عملية المجانسة وحذف أفراد العينة التي لا تنطبق عليهم الأوصاف تحصلنا على 20 فرد فقط من 220 فرد، ونظرا لعدم استيفاء هذا العدد من الأفراد للمقارنة بينهم في مستوى الضغوط النفسية بناء على اختلافهم في التوجه نحو التدين، فالأسلوب الإحصائي "ت" يتطلب شروطا معينة لتطبيقه في معرفة الفروق والاختلافات، مما أرغمنا للعودة إلى الميدان لجمع أكبر عدد ممكن من الحالات التي تضمن لنا جمع أكبر قدر ممكن من المعلومات التي تخدم أهداف بحثنا وتمكننا من التأكد من فرضيات البحث وتستوفي شروط تطبيق الأسلوب الإحصائي المناسب "ت".

أعدنا تطبيق المقاييس على نفس التخصصات ولكن هذه المرة تعمدنا القصد المباشر لطالبات السنة الثانية (الجنس: أنثى، المستوى: سنة ثانية) ، وتم توزيع 150 استمارة تخص كل من مقياس التوجه نحو التدين ومقياس الضغوط النفسية ومقياس العوامل الكبرى للشخصية مختصرا في بعد العصابية، وتم استبعاد أصحاب العصابية المتوسطة والمنخفضة لكونهم لا

يخدمون أهداف البحث من جهة ومن جهة أخرى من أجل تحقيق التجانس المطلوب، فتم جمع 43 استمارة من طالبات السنة الثانية تتوفر فيهم صفة العصابية المرتفعة، فكان حجم العينة النهائي63 (20+43)، وتم تطبيق الأساليب الإحصائية المناسبة عليها، وتحصيل المعلومات اللازمة للتحقق من صحة فرضيات البحث.

2-3 حدود البحث:

تم إجراء البحث في الحدود الزمانية والمكانية التالية:

- **الحدود المكانية:** وتتمثل في المجال المكاني الذي شمل جميع تطبيقاتنا الميدانية، وحدد في بحثنا بحدود جامعة المسيلة، بما في ذلك القطب الجامعي، ففي البداية أجرينا الدراسة الاستطلاعية بشكل عام، إلا أننا اقتصرنا في الدراسة الأساسية على القطب الجامعي لجامعة المسيلة، نظرا لتوفره على العينة الأساسية المطابقة لأهداف البحث المرجوة.
- **الحدود الزمانية:** بدأ جمع المعلومات في الإطار النظري مع بداية عام 2014 م أما الإطار الميداني فتم إجراءه على مرحلتين:

- **مرحلة الدراسة الاستطلاعية:** والتي امتدت طيلة شهر نوفمبر من عام 2014، ابتداء من التعرف على مجتمع البحث وخصائصه، ثم التطبيق الأولي لأدوات جمع البيانات على عينة استطلاعية لها نفس خصائص العينة الأساسية بلغ عدد أفرادها (40) طالبا وطالبة في جامعة المسيلة، وانتهت بحساب الخصائص السيكومترية لأدوات القياس.

- **مرحلة الدراسة الأساسية:** بدأت بتوزيع أدوات جمع البيانات في صيغتها النهائية في شهر ديسمبر 2014م، وانتهت بتطبيقها مرة أخرى من أجل جمع أكبر قدر ممكن من المعلومات تخدم أغراض الباحث، بتاريخ في شهر مارس2015م.

❖ **الحدود البشرية:** ونقصد الحدود التي بموجبها تم تحديد وحدات عينة البحث، وبالنظر لطبيعة البحث والمنهج المتبع فإن إجراءات البحث تمت على عينة قوامها في البداية على220 فردا مكونة من الطلبة الذين يزاولون دراستهم بنظام ل.م.د بجامعة المسيلة في كل من التخصصات المقصودة التالية: رياضيات وإعلام ألي MI، علوم تقنية ST، علوم الطبيعة والحياة SNV، إلا أنه بعد ضبطها ومجانسة أفرادها تقلصت إلى 20 طالبة مستوى سنة ثانية من ذوي الدرجات المرتفعة في العصابية فقط، مما ألزمنا التطبيق مرة أخرى وإضافة 43 طالبة مستوى سنة ثانية من ذوي الدرجات المرتفعة في العصابية.

2-4 متغيرات البحث:

من خلال الإشكالية وما تضمنته من متغيرات، والبحث عن إمكانية وجود تأثيرات محتملة بين هذه المتغيرات:(التوجه نحو التدين، الضغوط النفسية)، وعما إذا كانت توجد فروق بين أفراد العينة في الأبعاد المدروسة: نوع التخصص، المستوى الدراسي، الجنس، درجة العصابية. فإن تحديد متغيرات الدراسة وكما هو متضمن في عنوانها يكون كما يلي:

أ- **المتغير المستقل** : باعتبار أن المتغير المستقل يؤثر في المتغير التابع، فإنه تحدد في بحثنا في التوجه نحو التدين.

ب- **المتغير التابع** :وهو المتغير الذي يرجى معرفة مقدار تأثره بالمتغير المستقل، ويتمثل في بحثنا هذا في الضغوط النفسية التي يتعرض لها طالب نظام ل.م.د .

ج-**المتغيرات الدخيلة "المحرجة-المشوشة"**: قد تتأثر الفروق وكذا طبيعة العلاقة بين المتغيرات السالفة الذكر، بما يسمى بالمتغيرات الدخيلة، مما يوجب تثبيتها حتى لا تؤثر على النتائج، فتؤثر على تفسيرها سلبا، ومن خلال اطلاعنا على التراث النظري، والدراسات السابقة ذات الصلة ببحثنا، فإن المتغيرات الدخيلة التي نرى لها تأثير على النتائج كما يلي:

- **نوع التخصص:** تختلف مستويات الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلبة باختلاف التخصص، فالتخصصات العلمية تختلف عن التخصصات الأدبية، والتخصصات العلمية في حد ذاتها تختلف من تخصص لأخر، مما جعلنا نجانس أفراد العينة في هذا المتغير.
- **المستوى الدراسي:** في نظام ل.م.د هناك ثلاث مراحل، مرحلة الليسانس، مرحلة الماستر، مرحلة الدكتوراه، وقد تعمدنا التركيز على مرحلة الليسانس، ونظرا لوجود فروق بين المستويات الثلاث في الضغوط فإننا تعمدنا الاختيار بينها من أجل مجانسة أفراد العينة في هذا المتغير.
- **الجنس:** يختلف الضغط النفسي درجة ونوعا بين الطلبة والطالبات، ومن أجل ضبط تأثير هذا الفرق على نتائج البحث، قمنا بتحديد العينة في هذا المتغير.
- **عامل العصابية:** ويعتبر من العوامل الكبرى للشخصية، وقد تعمدنا تحيد أفراد العينة بالنسبة لهذا العامل، لما له من تأثير أثبتته الدراسات في المتغير التابع الذي نحن بصدد دراسته (الضغوط النفسية).

2-5 أدوات البحث:

إن البحث العلمي في أي ميدان كان، يحتاج إلى أدوات مناسبة تكون في مستوى الدقة اللازمة لحدوث درجة كافية من الصحة والثبات، ويتم اختيارها انطلاقا من الفرضيات المراد

اختبارها. لذا فإن استخدام الأدوات المناسبة للبحث في جمع المعطيات اللازمة، تختلف باختلاف طبيعة البحث، وكذلك باختلاف عدد المفحوصين وأعمارهم ومستواهم التعليمي والثقافي، ومن أجل التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة قمنا بتطبيقها على عينة استطلاعية لها نفس خصائص العينة الأساسية بلغ عدد أفرادها (40) طالبا وطالبة في جامعة المسيلة، وعليه فإن طبيعة موضوع البحث وخصائص الأفراد المختارين لها، من أهم الأمور التي دعت الباحث إلى اختيار هذه الأدوات:

2-5-1 الأدوات الأساسية:

2-5-1-1 مقياس التوجه نحو التدين : لبشير إبراهيم الحجار وعبد الكريم سعيد رضوان (2006) ويقيس بعدين رئيسيين للتدين و هما:

التدين الجوهري: يتكون من 13 بندا وهي على التوالي:

1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 10، 13، 14، 18، 19

التدين الظاهري: يتكون من 14 بندا وهي على التوالي:

9، 11، 12، 15، 16، 17، 20، 21، 22، 23، 24، 25، 26، 27

ويقابل كل بند من البنود وزن متدرج وفق سلم ثلاثي (دائما، أحيانا، أبدا) ويتم تصحيح المقياس من خلال إعطاء ثلاث (3) درجات في حالة استجابة المفحوص بدائما، ودرجتين (2) في حالة أحيانا ودرجة واحدة للاستجابة بنادرا، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين 27-81 درجة، 27 أقل درجة يمكن أن يحصل عليها المفحوص و 87 أعلى درجة.

❖ **الخصائص السيكومترية للأداة في البيئة الأصلية: (الحجار، رضوان،2006)**

أ- الصدق:

إن صدق المقياس المستخدم في البحث مهما اختلف أسلوب القياس، يعني قدرته على قياس ما وضع من أجله أو الصفة المراد قياسها، ويعد المقياس صادقا عندما يقيس ما يفترض أن يقيس، أي مدى صلاحيته لأداء الوظيفة الأساسية التي أعد من أجلها. كما يتوقع أن تكون الأداة الصادقة ثابتة في معظم الحالات **(مقدم،2003)** .

استعان الباحثان (بشير إبراهيم الحجار وعبد الكريم سعيد رضوان) بمجموعة من الأساتذة الجامعين (كمحكمين) المتخصصين في العلوم الشرعية والتربوية للاستئناس بآرائهم وملاحظاتهم حول مناسبة فقرات المقياس ووضوح صياغتها اللغوية ومدى انتماءها إلى كل بعد من أبعاد المقياس وفي ضوء تلك الآراء تم استبعاد بعض الفقرات وتعديل بعضها الأخر لتصبح 27 فقرة موزعة كما هو موضح سابقا.

- **صدق الاتساق الداخلي:** بغرض التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس قام الباحثان بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من 70 طالبا وطالبة بالجامعة الإسلامية بغزة وتم حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية وبين درجات كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس فكانت النتائج كالتالي:

- قيمة معامل الارتباط بين درجات بعد التوجه الديني الجوهري والدرجة الكلية هي(0,87) وهو معامل ارتباط قوي ودال إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,01).
- قيمة معامل الارتباط بين التوجه الديني الظاهري و الدرجة الكلية للمقياس (0,82) وهو معامل ارتباط قوي ودال كذلك عند مستوى الدلالة(0,01).

- أما فيما يخص اتساق درجات البنود بالدرجة الكلية للمقياس فكانت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,01) باستثناء البند رقم 1 و10 و24 فمعاملات ارتباطاتهم دالة عند مستوى الدلالة(0,05) ما يدل على تمتع المقياس بدرجة معتبرة من الصدق.

ب- الثبات :

تحصل صاحبا المقياس، على درجة عالية من الثبات للمقياس وذلك باستخدام طريقتي التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ وكانت القيمة على التوالي(0,848 و0,867) مما طمأن الباحثين في تطبيقهما للمقياس.

كما قام شبلي إبراهيم (2009) هو الأخر بتطبيق نفس المقياس (مقياس التوجه نحو التدين) على عينة استطلاعية قوامها 30 طالبا وطالبة في دراسة أجراها بالجزائر في كل من جامعة البليدة والمدية وجامعة الجزائر2 للموسم الجامعي (2009،2008) وذلك بهدف الكشف عن العلاقة التي تربط التوجه نحو التدين بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة حيث تأكد الباحث من أن الطلبة لم يجدو صعوبة في فهم البنود والإجابة عليها متحصلا على معامل ثبات مرتفع من خلا استخدام طريقتي التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ وكانت معاملات الثبات بالتوالي (0,85) و(0,71) وهي دالة إحصائيا كما تمكن الباحث التأكد من صدق الأداة من خلال حساب الصدق بطريقة المقارنة الطرفية متحصلا على قيمة (2,30) لاختبار الفروق بين المتوسطين "ت"، وهو دال عند مستوى الدلالة (0,05) مما يدل على صدق معتبر للمقياس **(شلبي ،2009)**.

❖ **الخصائص السيكومترية (في بيئة البحث):**

أ- الصدق:

- **صدق الاتساق الداخلي :**

يعتبر صدق الاتساق الداخلي أو ما يعرف بالصدق البنائي من أهم الأنواع التي يمكن استخدامها للتحقق من صدق أداة القياس، ويرتبط هذا النوع بالتحقق من الاتساق بين بنود المقياس ومدى ارتباطها ببعضها البعض وبالدرجة الكلية للمقياس. وقد تمت العملية من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بند مع الدرجة الكلية للبعد ودرجات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس والنتائج موضحة في الجدول الآتي:

جدول رقم (8) يوضح قيم معاملات الارتباط بين البنود والدرجة الكلية لبعد التدين الجوهري

البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط
1	0,31 *	**8**	0,67 **
2	0,51 **	**10**	0,38 *
3	0,35 *	**13**	0,51 **
4	0,31 *	**14**	0,14
5	0,44 **	**18**	0,49 **
6	0,46 **	**19**	0,14
7	0,60 **		

* دال عند مستوى الدلالة 0,05 ** دال عند مستوى الدلالة 0,01

من خلال الجدول رقم (8) نلاحظ أن العبارتين 14 و 19 لا تتمتعان بدلالة إحصائية كباقي العبارات وبالتالي يتم حذفهما، فتصبح لدينا 11 عبارة في بعد التوجه نحو التدين الجوهري.

جدول رقم (9) يوضح قيم معاملات الارتباط بين البنود والدرجة الكلية لبعد التدين الظاهري

البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط
9	0,46 **	**21**	0.58 **
11	0,46 **	**22**	0,42 **
12	0,28	**23**	0,24
15	0,42 **	**24**	0,39*
16	0,44 **	**25**	0,46 **
17	0,53 **	**26**	0,32*
20	0,39 *	**27**	0,16

* دال عند مستوى الدلالة 0,05 ** دال عند مستوى الدلالة 0,01

من خلال الجدول رقم (9) نلاحظ أن العبارات 12 و23 و27 لا تتمتع بدلالة إحصائية كباقي العبارات وبالتالي يتم حذفهما. فتصبح لدينا 11 عبارة في بعد التوجه نحو التدين الظاهري. وبعد حذف ما تم حذفه أصبح مقياس التوجه نحو التدين يحوي 22 عبارة.

هذا وتم حساب معامل الارتباط بين بعدي المقياس والدرجة الكلية له والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (10) يوضح قيمة معامل الارتباط بين بعدي المقياس والدرجة الكلية له

البعد	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية
التوجه نحو التدين الظاهري	0,86 **
التوجه نحو التدين الجوهري	0,78 **

من خلال الجدول يتضح أن كل بعد يرتبط بالدرجة الكلية ارتباطا قويا عند مستوى الدلالة (0,01) ومنه فالمقياس يتمتع بدرجة معتبرة من الصدق.

- **طريقة المقارنة الطرفية:**

رغم ضعف هذه الطريقة إحصائيا في التأكد من صدق المقياس إلا أننا أدرجناها من أجل التأكد من القدرة التميزية للمقياس فقط، وذلك بمقارنة 27% من أدنى الدرجات و27%من أعلى الدرجات لعينة التقنين النهائي، وقد أسفر التحليل الإحصائي على النتائج الموضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (11) يوضح نتائج اختبار "ت" للفرق بين متوسطي درجات الثلث الأعلى والثلث الأدنى للمقارنة الطرفية.

	عدد أفراد المقارنة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة
الثلث الأعلى	11	56,72	1,10	12,44	0,00	دال عند 0,01
الثلث الأدنى	11	44,72	3,00			

يتضح لنا من خلال الجدول وبعد المعالجة الإحصائية أن قيمة "ت" تساوي (12,44) وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,01) ، وعليه نستنتج أنه يوجد فرق دال إحصائيا بين متوسطي الثلث الأعلى والثلث الأدنى لدرجات مقياس التوجه نحو التدين، وبناء على ذلك يتضح أن مقياس التوجه نحو التدين له قدرة تمييزية بين المستويات المرتفعة والمنخفضة.

ب- **الثبات :**

تم حساب ثبات مقياس التوجه نحو التدين من خلال حساب معامل ألفا كرونباخ وقد بلغت قيمته (0,69) وهو معامل ثبات مقبول.

❖ **تعيير المقاييس:**

بعد ضبط مقياسي البحث من خلال تقنينها وحذف ما يجب أن يحذف وتعديل ما يجب أن يعدل، اعترض طريقنا عدم امتلاك المقاييس لمعايير الحكم الخاصة بها والتي نحن في حاجة إليها لتصنيف أفراد العينة إلى مرتفعين ومتوسطين ومنخفضين في الصفة المراد قياسها (التوجه الديني، الضغوط النفسية)، ففي المقياسين الذين تم اختيارهما تم ذكر طريقة التصحيح والأوزان المعتمدة لكل بديل من بدائل الإجابة والدرجة الدنيا والدرجة القصوى فقط، ولم يتم التطرق لمعاير الحكم على الأفراد، ولهذا كان ولابد من إجراء عملية المعايرة لهذين المقياسين، بهدف تحديد مكانة كل فرد ضمن الجماعة في توجهه الديني ومستوى ضغوطه النفسية.

وتمر عملية المعايرة بثلاث مراحل:

- **المعاينة:** ويقوم فيها أخصائي القياس بتمرير المقياس على عينة ممثلة للمجتمع (مجتمع الدراسة).

- **مرحلة القياس:** ويتم فيها حساب وتجميع النتائج وتوزيعها في شكل جداول ومدرجات تكرارية.
- **مرحلة تنفيذ المعايرة:** ويتم فيها تقطيع أو بالأحرى تصنيف توزيعات هذه النتائج إلى عدة فئات، حيث تتجمع الدرجات الخام في فئات (مجالات) يتم تحديد نسبتها وحدودها.

تعتبر المعايرة خطوة مهمة في بناء المقاييس والاختبارات النفسية، وهي تقنية رياضية تتمثل في الحصول على معايير من خلالها تتم ترجمة نتائج تطبيق مقياس أو اختبار نفسي إلى أحكام يتم على أساسها الحكم علي أداء الفرد والمقارنة بينه وبين أداء الأفراد الآخرين في المجموعة، وفي الغالب يقوم بها المختصون في علم النفس الفارقي أو صاحب المقياس كخطوة من خطوات إنشاء وبناء المقياس النفسي، وما على مستعملي المقياس إلا إتباع التعليمات والتقيد بطريقة التصحيح، والحكم من خلال المعايير التي وضعها صاحب المقياس **(Numericus, 2012)**

وقد اعتمدنا في معايرة المقاييس على المعايرة بالتوزيع الطبيعي.

المعايرة بالتوزيع الطبيعي: يعتبر التوزيع الطبيعي للحالات التوزيع الأقرب للواقع حيث يتصف بتناظره حول المتوسط والتناقص التدريجي المنتظم للحالات بتعاظم الابتعاد عن المتوسط (كلما ابتعدنا عن الوسط)، هذه الخصائص تسمح لنا بوضع تصنيف فئوي يتبع القانون الطبيعي في التوزيع (Réduction à la Normalité)، مما يتيح لنا استبدال وتحويل الدرجات الخام الملاحظة بدرجات جديدة في توزيع جديد يفترض إتباعه للتوزيع الطبيعي وخضوعه الدائم لمنحنى (Gauss) (Distribution gaussienne). وهذه الطريقة للمعايرة ما هي إلا إعادة لإنتاج منطق التكميم إلا أنها لا تحتفظ بصفة تساوي عدد الأفراد في كل فئة وإنما

نسبة كل فئة نستخلصها من خصائص المنحى الاعتدالي للتوزيع (منحنى Gauss)، التصنيف النظري التالي للفئات في نسب طبيعية هو الأكثر استخداما:

التصنيف:

5 فئات (%): 6,7 / 24,2 / 38,2 / 24,2 / 6,7

7 فئات (%) : 4,8 / 11,1 / 21,2 / 25,8 / 21,2 / 11,1 / 4,8

9 فئات (%) : 4 / 6,6 / 12,1 / 17,5 / 19,6 / 17,5 / 12,1 / 6,6 / 4

(beaufils, 2005، 125)

تم توزيع الاستبيانات على 239 طالب جامعي تحوي مقياس للتوجه الديني، مقياس لقياس الضغوط النفسية ومقياس يقيس أبعاد الشخصية الخمسة الكبرى، وتم إلغاء استجابات 19طالب لعدم استيفائها للشروط المطلوبة، وقبول 220 تم تطبيق طريقة التعيير عليها على أساس التوزيع الطبيعي. وبما أننا ملزمون في بحثنا للتعامل مع الفئات المتطرفة مرتفعي ومنخفضي التوجه نحو التدين ونحتاج لتفريق بينها من أجل المقارنة بينهما في مستوى ضغوطهم النفسية، فإننا سنعتمد في استخراج المعايير المحلية الخاصة ببحثنا على طريقة التعيير بالتوزيع الطبيعي وفق 5 فئات، حيث تقسم الدرجات المحصل عليها إلى فئات، وتأخذ كل فئة نسبة معينة بالاعتماد على التكرارات المتجمعة الصاعدة، ولهذا سنقسم المجموعة التي طبق عليها المقياس (عينة التعيير)، والبالغ عددها 220 طالب إلى خمس مجموعات وفق نسب التوزيع الطبيعي، حيث تأخذ كل فئة نسبة معينة، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (12) يمثل النسب المئوية النظرية للتوزيع الطبيعي ذو 5 فئات ونظيرتها المتوقعة ل 220 طالب/ة.

المجموعات	ضعيف جدا منخفض جدا	ضعيف منخفض	متوسط	جيد مرتفع	جيد جدا مرتفع جدا
رقم الفئة	1	2	3	4	5
النسبة النظرية (%)	6.7	24.2	38.2	24.2	6.7
النسبة النظرية التراكمية الصاعدة (%)	%6.7	30.9	69.1	93.3	100
مجموع التكرارات النظرية لكل فئة	14 .7	53.3	84	53.3	14.7
التكرار المتجمع الصاعد النظري	14.7	68	152	205.3	220

أ- تعيير مقياس التوجه نحو التدين:

ونعنى به عملية استخراج معايير الحكم التي من خلالها يمكننا الحكم على درجة توجه الطالب/ة نحو التدين الجوهري وذلك بالاعتماد على النسب التراكمية النظرية (أو التكرارات المتجمعة الصاعدة النظرية) كما هو موضح في الجدول رقم (13) والعملية تظهر من خلال الجدول التالي:

جدول رقم (13) يمثل تعيير درجات الطلبة في مقياس التوجه نحو التدين

الفئة	الدرجة	التكرار	تكرار المتجمع الصاعد	%النسبة	النسب التراكمية الصاعدة
1	32,00	1	1	0,5	0,5
	37,00	2	3	0,9	1,4
	39,00	2	5	0,9	2,3
	40,00	2	7	0,9	3,2
	41,00	1	8	0,5	3,6
	42,00	3	11	1,4	5,0
	43,00	4	15	1,8	6,8
2	44,00	5	20	2,3	9,1
	45,00	2	22	0,9	10,0
	46,00	3	25	1,4	11,4
	47,00	9	34	4,1	15,5
	48,00	10	44	4,5	20,0
	49,00	8	52	3,6	23,6
	50,00	14	66	6,4	30,0
3	51,00	17	83	7,7	37,7
	52,00	12	95	5,5	43,2
	53,00	25	120	11,4	54,5
	54,00	17	137	7,7	62,3
	55,00	22	159	10,0	72,3

4	56,00	13	172	5,9	78,2
	57,00	12	184	5,5	83,6
	58,00	11	195	5,0	88,6
	59,0	10	205	4,5	93,2
5	60,00	7	212	3,2	96,4
	61,00	2	214	0,9	97,3
	62,00	5	219	2,3	99,5
	63,00	1	220	0,5	100,0

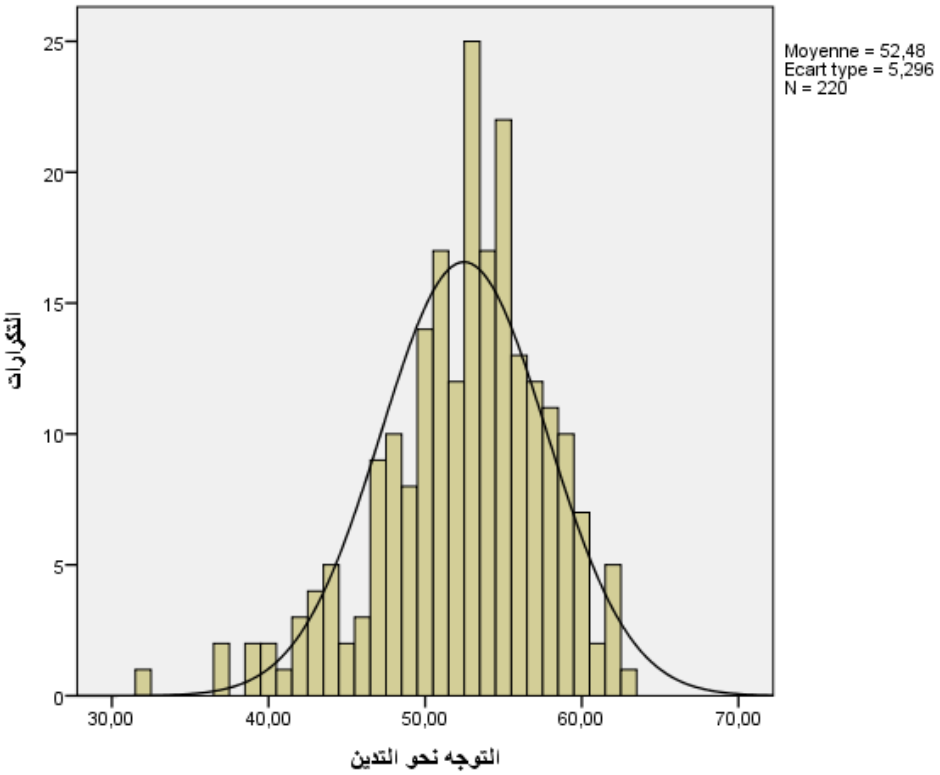
الجدول(13): يمثل الفرز المفصل لدرجات الطلاب وتصنيفاتها المقابلة لها وفق التوزيع الطبيعي النظري، فبعد حساب التكرارات الفعلية والنسب المقابلة لها والتكرارات المتجمعة الصاعدة والنسب التراكمية المقابلة لها تمكننا من تقطيعها في مجالات اعتمادا على النسب التراكمية التصاعدية النظرية (أو تكرارات المتجمعة الصاعدة) والتي نتوقع منها إنتاج توزيع لا يختلف عن التوزيع الطبيعي معنويا. والجدول التالي يوضح لنا بعض التفاصيل التي يمكن أن تنبئنا عن ذلك.

الجدول رقم (14) يمثل مجموع التكرارات النظرية المتوقعة لكل فئة و نظيراتها الملاحظة (المتحصل عليها)

رقم الفئة	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
مجموع التكرارات المتوقعة	14.7	53.3	84	53.3	14.7
مجموع التكرارات المشاهدة	15	51	93	46	15

يمثل هذا الجدول مقارنة بين التكرارات المتوقعة والمستنبطة من التوزيع الطبيعي ونظيرتها الملاحظة حيث لا نلاحظ وجود اختلاف كبير بين التوزيعين خاصة في الحدود المتطرفة. مما يعطينا صورة عن مدى تقارب التوزيعين(التوزيع الطبيعي والتوزيع الجديد للدرجات الخام).

ويمكننا كذلك المقارنة بين التوزيعين من خلال دمج المدرج التكراري للدرجات الخام لتوجه الطلبة الديني ومنحنى(Gauss).



تمثيل بياني رقم (1): المدرج التكراري لدرجات الطلبة على مقياس التوجه الديني ومنحنى التوزيع الطبيعي (منحنى غوس)

ومنه يمكننا الحكم على درجة كل طالب/ة ولأي فئة ينتمي كالتالي: (معايير الحكم على النتائج).

- كل من تحصل على درجة 43 فما أقل، يعتبر ضعيف جدا في درجة توجه نحو التدين.
- كل من تحصل على درجة تنحصر في المجال [40–50] ، يعتبر ضعيف في درجة توجه نحو التدين.
- كل من تحصل على درجة تنحصر في المجال[51–55] ، يعتبر متوسط في درجة توجه نحو التدين.
- كل من تحصل على درجة تنحصر في المجال [56–59] يعتبر جيد (مرتفع) في درجة توجه نحو التدين.
- كل من تحصل على درجة تفوق 59 يعتبر جيد جدا (مرتفع جدا) في درجة توجه نحو التدين.

ب– **تعيير مقياس التوجه نحو التدين في بعده الجوهري:**

ونعني بها عملية استخراج معايير الحكم التي من خلالها يمكننا الحكم على درجة توجه الطالب/ة نحو التدين الجوهري اعتمادا على النسب التراكمية النظرية الموضحة في الجدول رقم (15) والعملية تظهر من خلال الجدول التالي:

جدول (15): تعيير درجات الطلبة في مقياس التوجه نحو التدين في بعده الجوهري.

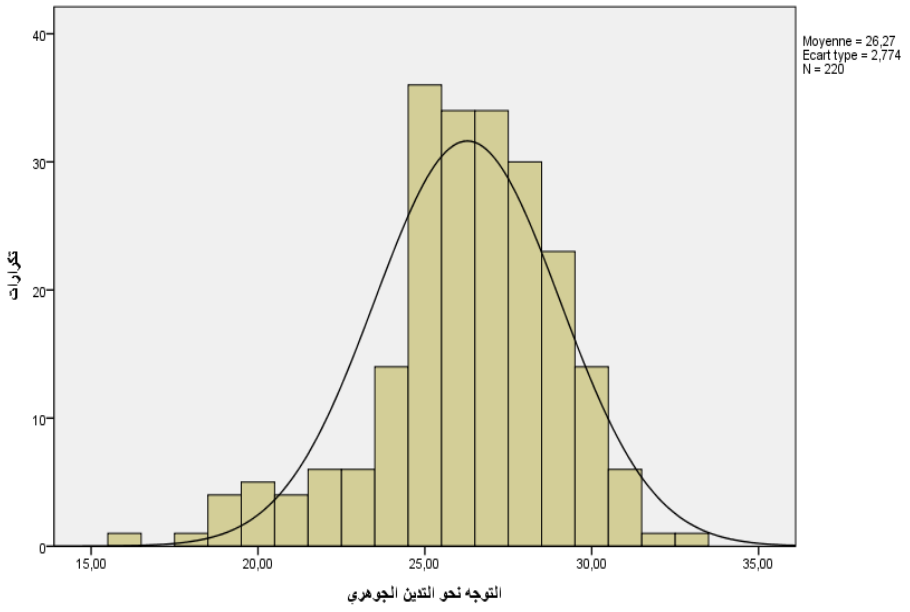
الفئة	الدرجة	التكرار	تكرار المتجمع الصاعد	%النسبة	النسب التراكمية الصاعدة
1	16,00	1	1	0,5	0,5
	18,00	1	2	0,5	0,9
	19,00	4	6	1,8	2,7
	20,00	5	11	2,3	5,0
	21,00	4	15	1,8	6,8
2	22,00	6	21	2,7	9,5
	23,00	6	27	2,7	12,3
	24,00	14	41	6,4	18,6
	25,00	36	77	16,4	35,0
3	26,00	34	111	15,5	50,5
	27,00	34	145	15,5	65,9
4	28,00	30	175	13,6	79,5
	29,00	23	198	10,5	90,0
5	30,00	14	212	6,4	96,4
	31,00	6	218	2,7	99,1
	32,00	1	219	0,5	99,5
	33,00	1	220	0,5	100,0

الجدول(15): يمثل الفرز المفصل لدرجات الطلاب في التوجه نحو التدين الجوهري وتصنيفاتها المقابلة لها وفق التوزيع الطبيعي النظري، والجدول التالي يوضح لنا بعض التفاصيل التي يمكن أن تنبئنا عن ذلك.

جدول رقم (16): يمثل مجموع التكرارات النظرية المتوقعة لكل فئة ونظيراتها الملاحظة (المتحصل عليها)

رقم الفئة	1	2	3	4	5
مجموع التكرارات المتوقعة	14.7	53.3	84	53.3	14.7
مجموع التكرارات المشاهدة	15	62	68	53	22

ويمكننا كذلك المقارنة بين التوزيعين من خلال دمج المدرج التكراري للدرجات الخام لتوجه الطلبة الديني ومنحنى (Gauss).



تمثيل بياني رقم (2): المدرج التكراري لدرجات الطلبة على مقياس التوجه الديني الجوهري ومنحنى التوزيع الطبيعي (منحنى غوس).

ومنه يمكننا الحكم على درجة كل طالب/ة ولأي فئة ينتمي كالتالي: (معايير الحكم على النتائج)

- كل من تحصل على درجة 21 فما أقل، يعتبر ضعيف جدا في درجة توجهه نحو التدين الجوهري.
- كل من تحصل على درجة تنحصر في المجال [22–25] يعتبر ضعيف في درجة توجهه نحو التدين الجوهري.
- كل من تحصل على درجة تنحصر في المجال[26–27] يعتبر متوسط في درجة توجهه نحو التدين الجوهري.
- كل من تحصل على درجة تنحصر بين [28–29] يعتبر جيد (مرتفع) في درجة توجهه الديني الجوهري.
- كل من تحصل على درجة تفوق 29 يعتبر جيد جدا (مرتفع جدا) في درجة توجهه نحو التدين الجوهري.

ج– **تعيير مقياس التوجه نحو التدين في بعده الظاهري:**

ونعني بها عملية استخراج معايير الحكم التي من خلالها يمكننا الحكم على درجة توجه الطالب/ة نحو التدين الظاهري اعتمادا على النسب التراكمية النظرية الموضحة في الجدول رقم (17) والعملية تظهر من خلال الجدول التالي:

جدول رقم (17) يمثل تعيير مقياس التوجه نحو التدين في بعده الظاهري.

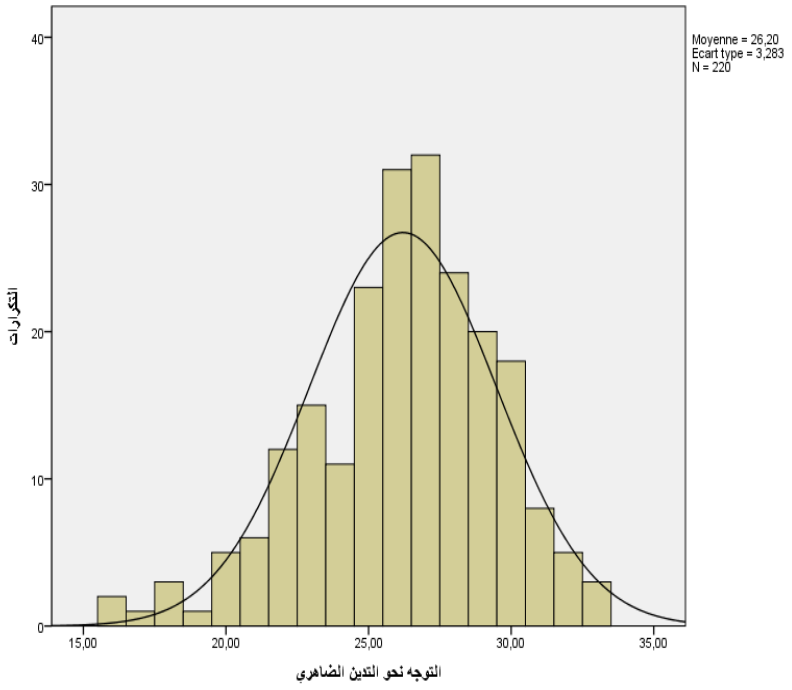
الفئة	الدرجة	التكرار	تكرار المتجمع الصاعد	%النسبة	النسب التراكمية الصاعدة
1	16,00	2	2	0,9	0,9
	17,00	1	3	0,5	1,4
	18,00	3	6	1,4	2,7
	19,00	1	7	0,5	3,2
	20,00	5	11	2,3	5,5
2	21,00	6	17	2,7	8,2
	22,00	12	29	5,5	13,6
	23,00	15	44	6,8	20,5
	24,00	11	55	5,0	25,5
	25,00	23	77	10,5	35,9
3	26,00	31	108	14,1	50,0
	27,00	32	142	14,5	64,5
4	28,00	24	166	10,9	75,5
	29,00	20	186	9,1	84,5
	30,00	18	204	8,2	92,7
5	31,00	8	212	3,6	96,4
	32,00	5	217	2,3	98,6
	33,00	3	220	1,4	100,0

الجدول (17): يمثل الفرز المفصل لدرجات الطلاب في البعد الظاهري للتوجه نحو التدين وتصنيفاتها المقابلة لها وفق التوزيع الطبيعي النظري. والجدول التالي يوضح لنا بعض التفاصيل التي يمكن أن تنبئنا عن ذلك.

جدول رقم (18) يمثل مجموع التكرارات النظرية المتوقعة لكل فئة و نظيراتها الملاحظة (المتحصل عليها)

رقم الفئة	1	2	3	4	5
مجموع التكرارات المتوقعة	14.7	53.3	84	53.3	14.7
مجموع التكرارات المشاهدة	15	51	93	46	15

ويمثل هذا الجدول مقارنة بين التكرارات المتوقعة المستنبطة من التوزيع الطبيعي ونظيرتها الملاحظة. ويمكننا كذلك المقارنة بين التوزيعين من خلال دمج المدرج التكراري للدرجات الخام لتوجه الطلبة الديني ومنحنى (غوس)



تمثيل بياني رقم (3): المدرج التكراري لدرجات الطلبة على مقياس التوجه الديني الظاهري ومنحنى التوزيع الطبيعي (منحنى غوس).

ومنه يمكننا الحكم على درجة كل طالب/ة ولأي فئة ينتمي كالتالي: (معايير الحكم على النتائج)

- كل من تحصل على درجة 20 فما أقل، يعتبر ضعيف جدا في درجة توجهه نحو التدين الظاهري.
- كل من تحصل على درجة تنحصر بين [21-25] يعتبر ضعيف في درجة توجهه نحو التدين الظاهري.
- كل من تحصل على درجة تنحصر بين [26-27] يعتبر متوسط في درجة توجهه نحو التدين الظاهري.
- كل من تحصل على درجة تنحصر بين [28-30] يعتبر جيد (مرتفع) في درجة توجهه الديني الظاهري.
- كل من تحصل على درجة تفوق 30 يعتبر جيد جدا (مرتفع جدا) في درجة توجهه نحو التدين الظاهري.

2-5-1-2 مقياس الضغوط النفسية: من إعداد زيدان محمد جناورو (2011)

في دراسة أجراها زيدان محمد جناورو على عينة من الطلبة الجامعين في كل من جامعة الجزائر 2 بالجزائر وجامعة دمشق بسوريا، بهدف الكشف عن العلاقة التي تربط الضغوط النفسية بالعوامل الخمسة للشخصية، وبعد اطلاعه على التراث النظري والدراسات التي تناولت الضغوط النفسية بالبحث والدراسة بهدف معرفة ماهيتها والوقوف على نتائج الدراسات السابقة والنظر في الأدوات المستخدمة في قياس مستوى الضغوط وإمكانية اعتمادها

في دراسته، ارتأى القيام بإعداد مقياس للضغوط النفسية يتلاءم والبيئة العربية السورية الجزائرية حيث قام بإعداد استبيان مفتوح وجهه للطلبة بغرض التعرف على الأحداث الضاغطة التي يواجهونها في حياتهم اليومية وطلب منهم تدوين الأحداث والمواقف التي تعرضوا لها وأثارت لديه مشاعر الانفعال والتوتر.

وبعد تحليل مضمون الاستجابات خلص الباحث إلى تصنيف 54 حدثا (موقف) بنيت على شكل مصادر تؤدي إلى حدوث ضغوط نفسية وقد صيغت عباراتها بلغة عربية سهلة وواضحة مازجا فيها بين العبارات السلبة والإيجابية، وعند عرض العبارات على مجموعة من الأساتذة المتخصصين (محكمين) للاستئناس بآرائهم وأحكامهم لمدى صلاحية العبارات لقياس ما وضعت لقياسه قام الباحث بحذف العبارات التي لم تحضى باتفاق 75 % أو يفوق من أراء المحكمين، متحصلا على صورة مبدئية للاستبيان مكونة من 40 بند كما قام صاحب المقياس بوضع تعليمات يطلب فيها من المفحوص تقدير مدى شعوره بالضيق والتوتر بالنسبة لكل حدث حيث تأخذ كل عبارة درجة تتراوح بين (1-4) درجات كالتالي:

جدول رقم (19) يمثل بدائل مقياس الضغوط النفسية.

البدائل	لا تنطبق	تنطبق بدرجة قليلة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة كبيرة
الدرجة	1	2	3	4

وبذلك تتراوح الدرجة الخام للمقياس بين 40 درجة كحد أدنى و160 درجة كحد أعلى ومنه فالمدى= 120

❖ **الخصائص السيكومترية للأداة في البيئة الأصلية: (جناورو،2011)**

أ- الصدق (العينة الاستطلاعية الجزائرية)

تم تطبيق المقياس علي عينة استطلاعية قوامها 50 طالب وطالبة من طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية والارطفونيا لكلية العلوم الاجتماعية والإنسانية بجامعة الجزائر 2 من أجل معرفة الخصائص السيكومترية للأداة، وعمد صاحب المقياس في تأكده من الصدق إلى الكشف عن صدق البناء (الصدق التكويني) للمقياس وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط (بيرسون) بين كل بند والدرجة الكلية للمقياس وتوصل على أن كل العبارات ترتبط ارتباطا دالا إحصائيا في مستوى الدلالة (0,05 و0,01) مما يدل على قوة الصدق التكوني لجميع عبارات المقياس وبالتالي المقياس يتمتع بصدق يمكنه من قياس ما وضع لقياسه.

ب- الثبات:

قام صاحب المقياس بحساب الثبات بطريقتي التجزئة النصفية وحساب معامل ألفا كرونباخ فكانت النتائج على التولي(0,859) و(0,922) مما يدل على ثبات المقياس.

❖ **الخصائص السيكومترية للأداة في بيئة البحث:**

أ- الصدق:

- **صدق الاتساق الداخلي:**

من أجل التأكد من صدق الاتساق الداخلي للمقياس، تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بند مع الدرجة الكلية للمقياس والنتائج موضحة في الجدول الآتي:

جدول رقم (20) يمثل قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية للمقياس

البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط
1	0,42 **	**11**	0,29	**21**	0,34 *	**31**	0,51 **
2	0,61 **	**12**	0,36 *	**22**	0,46 **	**32**	0,49 **
3	0,68 **	**13**	0,65 **	**23**	0,58 **	**33**	0,38 *
4	0,34 **	**14**	0,27	**24**	0,66 **	**34**	0,59 **
5	0,22	**15**	0,59 **	**25**	0,59 **	**35**	0,59 **
6	0,60 **	**16**	0,29	**26**	0,48 **	**36**	0,52 **
7	0,43 **	**17**	0,42 **	**27**	0,44 **	**37**	0,33 *
8	0,56 **	**18**	0,59 **	**28**	0,50 **	**38**	0,60 **
9	0,61 **	**19**	0,40 **	**29**	0,51 **	**39**	0,36 *
10	0,60 **	**20**	0,77 **	**30**	0,25	**40**	0,63 **

* دال عند مستوى الدلالة 0,05 ** دال عند مستوى الدلالة 0,01

نلاحظ من خلال الجدول أن معظم البنود ترتبط ارتباطا دالا إحصائيا ما عدا البنود (11، 5، 14، 16، 30)، وبالتالي يتم حذفها من المقياس فنتحصل على 35 عبارة، ومنه يمكن القول أن المقياس يتمتع بدرجة من الصدق لا بأس بها.

- طريقة المقارنة الطرفية :

رغم ضعف هذه الطريقة إحصائيا في التأكد من صدق المقياس إلا أننا أدرجناها من أجل التأكد من القدرة التميزية للمقياس فقط، وذلك بمقارنة 27% من أدنى الدرجات و27%من أعلى الدرجات لعينة التقنين النهائي، وقد أسفر التحليل الإحصائي على النتائج الموضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (21) يوضح نتائج اختبار "ت" للفرق بين متوسطي درجات الثلث الأعلى والثلث الأدنى للمقارنة الطرفية.

	عدد أفراد المقارنة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة
الثلث الأعلى	11	94,54	14,90	9,28	0,000	دال عند 0,01
الثلث الأدنى	11	50,36	5,18			

يتضح لنا من خلال الجدول وبعد المعالجة الإحصائية أن قيمة (ت) تساوي(9,28) دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة0,000، مما يعني أنها دالة عند (0,01)، وعليه نستنتج أنه يوجد فرق دال إحصائيا بين متوسطي الثلث الأعلى والثلث الأدنى لدرجات مقياس التوجه نحو التدين، وبناء على ذلك يتضح أن مقياس التوجه نحو التدين له قدرة تمييزية بين المستويات المرتفعة والمنخفضة.

الثبات :

تم حساب ثبات مقياس الضغوط النفسية من خلال حساب معامل ألفا كرونباخ وقد بلغت قيمته (0,91).

❖ **تعيير مقياس الضغط النفسي:**

ونعني بها عملية استخراج معايير الحكم التي من خلالها يمكننا الحكم على درجة الضغط النفسي الذي يتعرض له الطالب/ة اعتمادا على النسب التراكمية النظرية الموضحة في الجدول رقم (22) والعملية تظهر من خلال الجدول التالي:

جدول رقم (22) يمثل تعيير درجات الطلبة في مقياس الضغط النفسي

الفئة	الدرجة	التكرار	تكرار المتجمع الصاعد	%النسبة	النسب التراكمية الصاعدة
1	35,00	1	1	0,5	0,5
	43,00	2	3	0,9	1,4
	44,00	1	4	0,9	1,9
	46,00	1	5	0,5	2,3
	47,00	3	8	1,4	3,7
	48 ,00	1	9	0,5	4,2
	49,00	3	12	1,4	5,6
	50,00	3	15	1,4	7
2	51,00	6	21	2,7	9,5

10,9	1,4	24	3	52,00	
11,4	0,5	25	1	53,00	
13,6	2,3	30	5	54,00	
15,0	1,4	33	3	55,00	
18,6	3,6	41	8	56,00	
21,4	2,7	47	6	57,00	
23,6	2,3	52	5	58,00	
25,0	1,4	55	3	59,00	
29,1	4,1	64	9	60,00	
32,3	3,2	71	7	61,00	
37,3	5,0	82	11	62,00	**3**
41,8	4,5	92	10	63,00	
45,0	3,2	99	7	64,00	
46,4	1,4	102	3	65,00	
49,5	3,2	109	7	66,00	
52,7	3,2	116	7	67,00	
55,9	3,2	123	7	68,00	
57,7	1,8	127	4	69,00	
59,5	1,8	131	4	70,00	
60,5	0,9	133	2	71,00	
64,1	3,6	141	8	72,00	
64,5	0,5	142	1	73,00	
66,8	2,3	147	5	74,00	
67,7	0,9	149	2	75,00	

70,9	3,2	156	7	76,00	**4**
73,6	2,7	162	6	77,00	
75,9	2,3	167	5	78,00	
77,3	1,4	170	3	79,00	
79,1	1,8	174	4	80,00	
80,9	1,8	178	4	81,00	
82,7	1,8	182	4	82,00	
85,5	2,7	188	6	83,00	
86,4	0,9	190	2	84,00	
88,2	1,8	194	4	85,00	
89,5	1,4	197	3	87,00	
90,5	0,9	199	2	88,00	
91,8	1,4	202	3	89,00	
92,3	0,5	203	1	90,00	
93,6	1,4	206	3	91,00	
94,1	0,5	207	1	92,00	**5**
95,5	1,4	210	3	93,00	
96,4	0,9	212	2	95,00	
96,8	0,5	213	1	96,00	
97,3	0,5	214	1	97,00	
98,2	0,9	216	2	100,00	
98,6	0,5	217	1	101,00	
99,1	0,5	218	1	102,00	
99,5	0,5	219	1	106,00	

	113,00	1	220	0,5	100,0

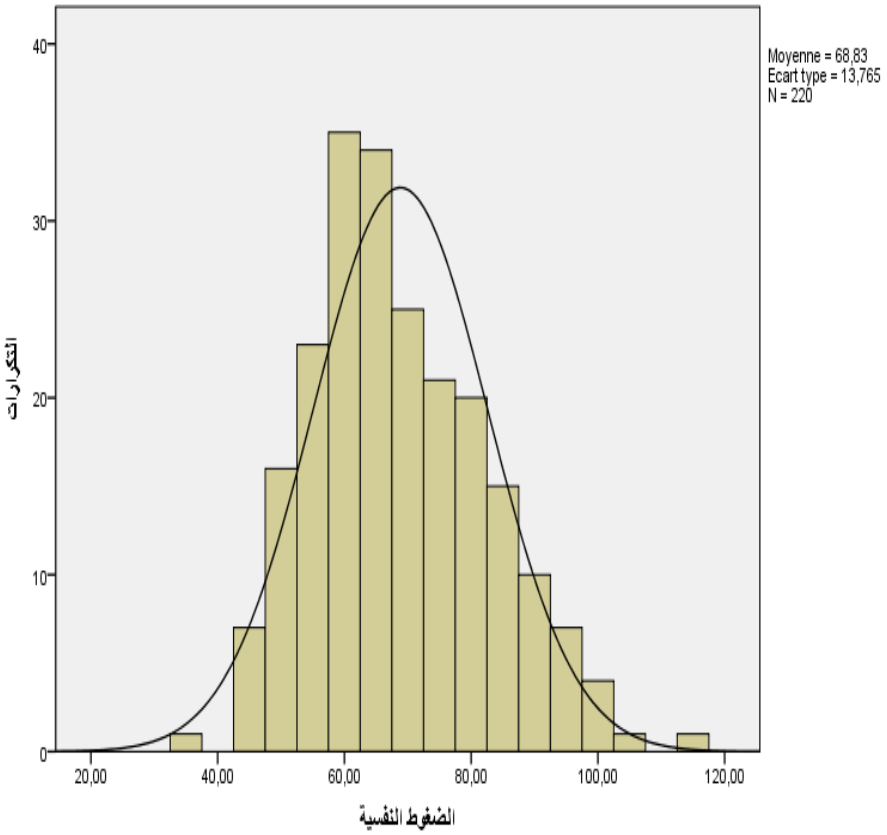
الجدول (22) يمثل الفرز المفصل لدرجات الطلاب في الضغط النفسي وتصنيفاتها المقابلة لها وفق التوزيع الطبيعي النظري، والجدول التالي يوضح لنا بعض التفاصيل التي يمكن أن تنبئنا عن ذلك.

جدول رقم (23) يمثل مجموع التكرارات النظرية المتوقعة لكل فئة ونظيراتها الملاحظة (المتحصل عليها)

رقم الفئة	1	2	3	4	5
مجموع التكرارات المتوقعة	14.7	53.3	84	53.3	14.7
مجموع التكرارات المشاهدة	15	56	78	57	14

ويمثل هذا الجدول مقارنة بين التكرارات المتوقعة المستنبطة من التوزيع الطبيعي ونظيرتها الملاحظة.

ويمكننا كذلك المقارنة بين التوزيعين من خلال دمج المدرج التكراري للدرجات الخام ومنحنى (Gauss).



تمثيل بياني رقم (4): المدرج التكراري لدرجات الطلبة على مقياس الضغط النفسي ومنحنى التوزيع الطبيعي (منحنى غوس).

ومنه يمكننا الحكم على درجة كل طالب/ة ولأي فئة ينتمي كالتالي (معايير الحكم على النتائج)

- كل من تحصل على درجة 50 فما أقل، يعتبر ضغطه النفسي منخفض جدا.
- كل من تحصل على درجة تنحصر بين [51-61] يعتبر ضغطه النفسي منخفض.
- كل من تحصل على درجة تنحصر بين [62-75] يعتبر ضغطه النفسي متوسط .

- كل من تحصل على درجة تنحصر بين [76-91] يعتبر ضغطه النفسي مرتفع.
- كل من تحصل على درجة تفوق 91 يعتبر ضغطه النفسي مرتفع جدا.

2-5-2 الأدوات الضابطة:

❖ **قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية: إعداد كوستا وماكري (Costa&McCrae،1992)**

بعد اطلاعنا على التراث النظري للبحوث ونتائج الدراسات السابقة تم التأكد من وجود علاقة بين متغير الضغوط النفسية وخصائص الشخصية، ومن أجل ضبط هذا الأخير لجأنا لاستخدام قائمة العوامل الخمسة للشخصية ترجمة محمد بدر الأنصاري (1997)، بهدف ضبط بعض متغيرات الشخصية التي من الممكن أن تشوش على نتائج البحث ومجانسة أفراد العينة الأساسية في هذا المتغير. وبالنظر لما توصل إليه زيدان محمد جناورو(2011) في دراسة أجراها على الطلبة الجامعيين بالموازاة بين بيئة سورية وأخرى جزائرية تبحث في علاقة العوامل الكبرى للشخصية بالضغوط النفسية. حيث أسفرت النتائج عن عدم وجود علاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بالضغوط النفسية إلا في عامل (بعد) العصابية الذي كانت نتائجه معربة عن وجود علاقة إيجابية بين المتغيرين أي أنه كلما زادت العصابية لدى الطالب الجامعي زادت الضغوط النفسية لديه أو بالأحرى كلما كانت شخصيته تميل للعصابية كان احتمال تعرضه للضغوط النفسية وتأثيرها عليه أقوى وأكبر. هذه النتائج خصت الطلبة الجزائريين فقط عمن سواهم من السوريين. وبناء عليه قمنا باستخدام الجزء المتعلق ببعد العصابية فقط بمعزل عن العوامل الأخرى في ضبط العينة الأساسية ومجانسة أفرادها في هذه الخاصية (العصابية).

وتعتبر هذه القائمة أول أداة موضوعية تهدف إلى قياس الأبعاد الأساسية للشخصية بواسطة مجموعة من العبارات، وقد تم استخدامها في عدد كبير من دول العالم. وتتألف القائمة

من (60) عبارة موزعة على الأبعاد الخمسة للشخصية بحيث يحتوي كل عامل على (12) عبارة، وتتم الإجابة باختيار بديل واحد من خمسة بدائل وفق مقياس ليكرت (موافق بشدة – موافق –محايد–معارض –معارض بشدة). ويتم التصحيح بإعطاء العبارات الإيجابية الدرجات (1 – 2– 3– 4– 5)، و العبارات السلبية(5– 4– 3– 2– 1). (**جناورو،2011،128)**

جدول رقم (24) يوضح توزيع العبارات الإيجابية والسلبية في مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

العبارات السلبية	1– 3– 8– 9– 12– 14– 15– 16– 18– 23 24– 27– 29– 30 31– 33– 38– 39– 42– 44– 45– 46– 48– 54– 55– 57– 59.
العبارات الإيجابية	2– 4– 5– 6– 7– 10– 11– 13– 17– 19– 20– 21– 22– 25– 26– 28– 32– 34– 35– 36– 37– 40– 41– 43– 47– 49– 50– 51– 52– 53– 56– 58– 60.

❖ **الخصائص السيكومترية للأداة:**

أ– **الصدق:**

في حسابنا للخصائص السيكومترية للأداة قمنا بعرضها كما هو منصوص عليها من طرف صاحب المقياس بدون عزل باقي العوامل، وذلك للتأكد من الخصائص السيكومترية لبعد العصابية وهو ضمن المقياس الذي ينتمي إليه.

- **صدق الاتساق الداخلي:**

تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بند مع الدرجة الكلية لبعد العصابية ودرجات بعد العصابية والدرجة الكلية والنتائج موضحة في الجدول الآتي:

جدول رقم (25) يوضح قيمة معامل الارتباط بين البنود والدرجة الكلية لبعد العصابية الذي تنتمي إليه

البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط
1 (1)	0 ,49 **	**7 (31)**	0,41 *
2 (6)	0,57 **	**8 (36)**	0,62 **
3 (11)	0,62 **	**9 (41)**	0,36 *
4 (16)	0,51 **	**10 (46)**	0,18
5 (21)	0,59 **	**11 (51)**	0,61 **
6 (26)	0,59 **	**12 (56)**	0,34 *

* دال عند مستوى الدلالة 0,05 ** دال عند مستوى الدلالة 0,01

من خلال الجدول نلاحظ أن العبارة رقم 10 (46) لا تتمتع بدلالة إحصائية كباقي العبارات وبالتالي يتم حذفها، فتصبح لدينا 11 عبارة في بعد العصابية الذي نلجأ إلى الاعتماد عليه في معزل عن الأبعاد الأخرى قصد تحييد مجموعة العصابين لوحدها. أما قيمة معامل الارتباط بين بعد العصابية والدرجة الكلية للمقياس فكانت (**0,44)، وهو دال عند مستوى الدلالة الإحصائية (0,01).

- **طريقة المقارنة الطرفية:**

رغم ضعف هذه الطريقة إحصائيا في التأكد من صدق المقياس إلا أننا أدرجناها من أجل التأكد من القدرة التميزية للمقياس فقط، وذلك بمقارنة 27% من أدنى الدرجات و27%من أعلى الدرجات لعينة التقنين النهائي، وقد أسفر التحليل الإحصائي على النتائج الموضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (26) يوضح نتائج اختبار "ت" للفرق بين متوسطي درجات الثلث الأعلى والثلث الأدنى للمقارنة الطرفية.

	عدد أفراد المقارنة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة
الثلث الأعلى	10	42,50	3,06	12,65	0,000	دال عند 0,01
الثلث الأدنى	10	25,70	2,86			

يتضح لنا من خلال الجدول وبعد المعالجة الإحصائية أن قيمة (ت) تساوي (12,65) وهي دالة عند مستوي الدلالة (0,01)، وعليه نستنتج أنه يوجد فرق دال إحصائيا بين متوسطي الثلث الأعلى والثلث الأدنى، وبناء على ذلك يتضح أن مقياس بعد العصابية له قدرة تمييزية بين المستويات المرتفعة والمنخفضة.

ب- الثبات:

تم حساب ثبات المقياس من خلال حساب معامل ألفا كرونباخ وقد بلغت قيمته (0,77)

ج- تعيير المقياس: (معايير الحكم على الشخصية العصابية)

ونعنى بها عملية استخراج معايير الحكم التي من خلالها يمكننا الحكم على درجة العصابية في شخصية الطالب/ة، اعتمادا على النسب التراكمية النظرية الموضحة في الجدول رقم (27) والعملية تظهر من خلال الجدول التالي:

جدول رقم (27) يمثل تعيير درجات الطلبة في بعد العصابية

الفئة	الدرجة	التكرار	تكرار المتجمع الصاعد	%النسبة	النسب التراكمية الصاعدة
1	17,00	1	1	0,5	0,5
	20,00	1	2	0,5	0,9
	21,00	2	4	0,9	1,8
	22,00	4	8	1,8	3,6
	23,00	6	14	2,7	6,4
2	24,00	6	20	2,7	9,1
	25,00	5	25	2,3	11,4
	26,00	6	31	2,7	14,1
	27,00	12	43	5,5	19,5
	28,00	11	54	5,0	24,5
	29,00	15	69	6,8	31,4
3	30,00	11	80	5,0	36,4

	31,00	15	95	6,8	43,2
	32,00	12	107	5,5	48,6
	33,00	18	125	8,2	56,8
	34,00	7	132	3,2	60,0
	35,00	10	142	4,5	64,5
	36,00	14	156	6,4	70,9
4	37,00	11	167	5,0	75,9
	38,00	12	179	5,5	81,4
	39,00	7	186	3,2	84,5
	40,00	9	195	4,1	88,6
	41,00	4	199	1,8	90,5
	42,00	6	205	2,7	93,2
5	43,00	4	209	1,8	95,0
	44,00	1	210	0,5	95,5
	45,00	2	212	0,9	96,4
	47,00	2	214	0,9	97,3
	49,00	5	219	2,3	99,5

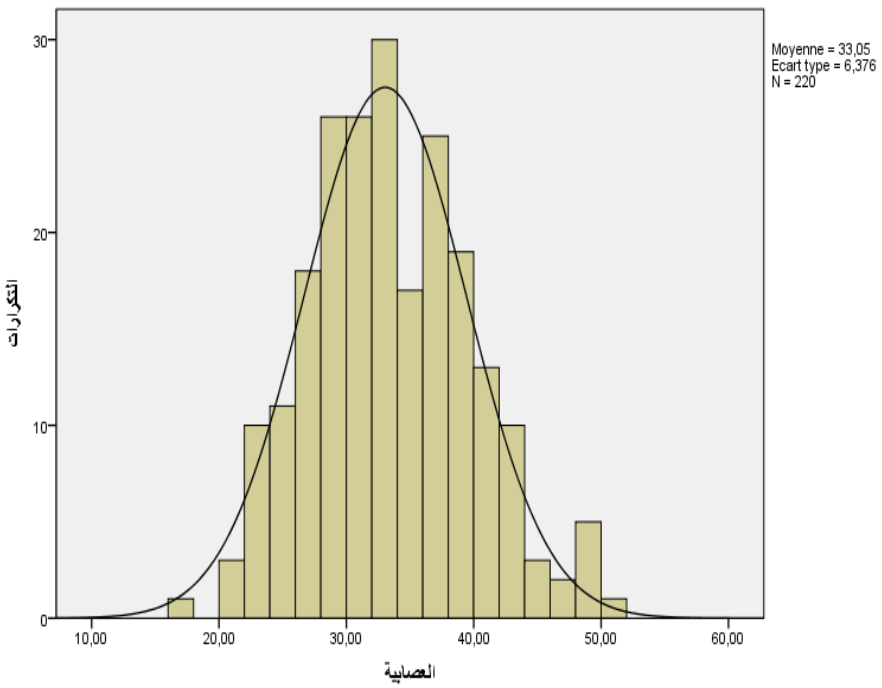
الجدول(27) يمثل الفرز المفصل لدرجات الطلاب في بعد العصابية وتصنيفاتها المقابلة لها وفق التوزيع الطبيعي النظري، والجدول التالي يوضح لنا بعض التفاصيل التي يمكن أن تنبئنا عن ذلك.

جدول رقم (28) يمثل مجموع التكرارات النظرية المتوقعة لكل فئة و نظيراتها الملاحظة (المتحصل عليها)

رقم الفئة	1	2	3	4	5
مجموع التكرارات المتوقعة	14	55	87	49	15
مجموع التكرارات المشاهدة	15	56	78	57	14

ويمثل هذا الجدول مقارنة بين التكرارات المتوقعة المستنبطة من التوزيع الطبيعي ونظيرتها الملاحظة.

ويمكننا كذلك المقارنة بين التوزيعين من خلال دمج المدرج التكراري للدرجات الخام ومنحنى غوس.



تمثيل بياني رقم (5): المدرج التكراري لدرجات الطلبة في بعد العصابية ومنحنى التوزيع الطبيعي (منحنى غوس).

ومنه يمكننا الحكم على درجة كل طالب/ة ولأي فئة ينتمي كالتالي: (معايير الحكم على النتائج)

- ❖ كل من تحصل على درجة 23 فما أقل يعتبر عصابيته منخفضة جدا.
- ❖ كل من تحصل على درجة تنحصر بين [24-29] يعتبر عصابيته منخفضة.
- ❖ كل من تحصل على درجة تنحصر بين [30-36] يعتبر عصابيته متوسطة .
- ❖ كل من تحصل على درجة تنحصر بين [37-42] يعتبر عصابيته مرتفعة.
- ❖ كل من تحصل على درجة تفوق 42 يعتبر عصابيته مرتفعة جدا.

3-الأساليب الإحصائية المعتمدة:

تحدد التقنيات الإحصائية المستعملة في دراسة ما، تبعا للأسئلة المطروحة في الإشكالية وإلى نوع الفرضيات الواردة في الدراسة، وذلك من أجل أن تعالج بطريقة علمية وموضوعية. لهذا الغرض فقد حدد الباحث مجموعة الأساليب الإحصائية المطبقة في هذه الدراسة على النحو الآتي :

- **النسبة المئوية:** وذلك لوصف البيانات وكذا لوصف الخصائص الشخصية لأفراد العينة.
- **المتوسط الحسابي:** وهو أحد مقاييس النزعة المركزية، يعطي فكرة عامة عن بيانات أفراد العينة، كما يفيد في مقارنة مجموعتين بمقارنة متوسطي حسابهما عندما نجري

نفس الاختبار على المجموعتين **(مقدم، 2003، 69)** ، وقد استخدم للمقارنة بين الطلبة والطالبات ممثلين بمتوسطيهما لمجانسة أفراد العينة.

- **الانحراف المعياري:** وهو أحد المقاييس الشائعة لتشتت البيانات، وتم استخدامه لمعرفة طبيعة توزيع أفراد العينة، ومدى انسجامها **(مقدم، 2003، 71)**.
- **معامل الارتباط (بيرسون):** وهو معامل يستخدم في قياس قوة واتجاه العلاقة بين متغيرين كميين**(محمود، 2013، 272)**، وتم استخدامه في حساب صدق الاتساق الداخلي لمقاييس البحث، من خلال ارتباط البنود فيما بينها ومع المقياس ككل.
- **معامل ألفا كرونباخ:** ويعتبر من أهم مقاييس الاتساق الداخلي للاختبار المكون من درجات مركبة، فهو يربط ثبات الاختبار بتباين بنوده **(مقدم، 2003، 160)**، وقد تم استخدامه لقياس معامل ثبات مقايس البحث.
- **اختبار (ت) لعينتين مستقلتين:** ويستخدم لقياس الفرق المعنوي بين متوسطي عينتين مستقلتين **(محمود، 2013، 195)**، قد تم استخدامه في معرفة دلالة الفروق بين متوسطات مجموعات المقارنة من أجل المجانسة بين أفراد العينة في متغير الجنس.
- **اختبار (ف) لتحليل التباين أحادي العامل:** يهدف تحليل التباين إلى قياس معنوية الفروق بين المتوسطات لمجموعتين أو أكثر، ويستخدم هذا الاختبار إذا كان المتغير المستقل مكون من مستويين أو أكثر، أما إذا كان مكون من مستويين فقط فيمكن استخدام اختبار "ت" للعينتين المستقلتين، وقد تم استخدامه في البحث للمجانسة بين أفراد العينة في متغير المستوى الدراسي ونوع التخصص.
- **اختبار Leven:** وتم استخدامه للتأكد من تجانس تباينات المجموعات لأن ذلك شرط من شروط استخدام تحليل التباين.

- **اختبار LSD** : اختبار أقل فرق معنوي، ويتم استخدامه في تحديد مصدر الاختلاف للمقارنات الزوجية، على شرط أن تكون قيمة (ف) المحسوبة دالة إحصائي **(طعمة،2015، 196)**، وتم استخدامه لتحديد مصدر الاختلاف المعنوي بين مستويات السنة الدراسية قصد مجانستها وضبطها.

خلاصة

جاء هذا الفصل ممهدًا لعرض الدراسة الميدانية، فقد اشتمل على التعريف بالمنهج المتبع فيها، ووصف مجتمع الدراسة من حيث حجمه وخصائصه، ليتم التعريج بعد ذلك على الأدوات التي استعملت في جمع المعطيات. واتضح لنا من خلال الدراسة الاستطلاعية إمكانية استعمالها بالنظر إلى درجات الصدق والثبات العالية لها، كما تم أيضا توضيح إجراءات تطبيق هذه الأدوات خلال الدراسة الأساسية، بالإضافة إلى تقديم التقنيات الإحصائية المعتمد عليها في عرض وتحليل النتائج بغرض تسهيل تفسيرها، وبالتالي اختبار صحة الفرضيات.

الفصل الخامس

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

1-عرض وتحليل نتائج الفرضيات.

1-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى.

1-2 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية.

1-3 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة.

1-4 عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة.

1-5 عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة.

1-6 الإجابة على التساؤل العام.

1-7 العلاقة بين التوجه نحو التدين والضغوط النفسية.

2- مناقشة نتائج الفرضيات.

2-1 مناقشة نتائج الفرضية الأولى.

2-2 مناقشة نتائج الفرضية الثانية.

2-3 مناقشة نتائج الفرضية الثالثة.

2-4 مناقشة نتائج الفرضية الرابعة.

2-5 مناقشة نتائج الفرضية الخامسة.

2-6 الإجابة على التساؤل العام.

خاتمة

تمهيد

بعد تطبيق إجراءات البحث الميدانية السابق ذكرها، سنقدم في هذا الفصل عرض لجميع النتائج المتوصل إليها، فمن أجل التأكد من صحة الفرضيات الأولى والثانية والثالثة، والتي تخص أثر متغيرات (التخصص، الجنس، المستوى الدراسي) في المتغير التابع (الضغوط النفسية) قمنا بتفريغ بيانات أفراد العينة على مقياس الضغوط النفسية، مستخدمين أفراد العينة قبل المجانسة والضبط (العينة الأولية) والمكونة من 220 طالب/ة، أما الفرضية الرابعة والخامسة والسادسة، والتي تخص التحقق من أثر التوجه نحو التدين ببعديه (الجوهري، الظاهري) في المتغير المستقل (الضغوط النفسية)، فإننا اعتمدنا على العينة التي تحصلنا عليها بعد المجانسة والضبط في المتغيرات التي يمكن أن تؤثر (تشوش) على نتائج البحث، فأصبح حجم العينة النهائي63، وبعد تفريغنا للبيانات المحصل عليها من تطبيق مقياس الضغوط النفسية ومقياس التوجه نحو التدين، وبالاستعانة ببرنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS ، قمنا بتطبيق الأساليب الإحصائية المناسبة، للحصول على النتائج التي من خلال تحليلها إحصائيا تم التوصل لقرارات قبول أو رفض الفرضيات الإحصائية.

1-عرض وتحليل نتائج الفرضيات:

1-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على وجود اختلاف في مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة المسيلة باختلاف التخصص (تخصص علوم تقنية ST، تخصص رياضيات وإعلام آلي MI ، تخصص علوم الطبيعة والحياة SNV).

وللتأكد من صحتها نستعمل تحليل التباين الأحادي (ONE WAY ANOVA)، إلا أنه أولا لابد من التأكد من تجانس تباينات المجموعات الثلاث، كونه شرط من شروط استخدام تحليل التباين الأحادي (**محمود، 2013، 205**)، والتفاصيل موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (29) يوضح نتائج اختبار Levene لتجانس تباينات المجموعات.

مصدر التباين	درجة الحرية	(Levene)	الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة
بين المجموعات	2	1,28	0,28	غير دال عند 0,05
داخل المجموعات	217			

يتضح من الجدول أن قيمة اختبار (Levene) بلغت(1,28) وهي غير دالة عند (0,05)، مما يعني أنه يوجد تجانس بين التباينات الثلاث، وعليه يمكن استعمال تحليل التباين الأحادي، لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعات الثلاث في مستوى الضغوط النفسية، وكانت نتائج تحليل التباين الأحادي، مبينة في الجدول كالتالي:

جدول رقم (30) يوضح نتائج التحليل التباين الأحادي لمستوى الضغوط النفسية تبعا لنوع تخصص أفراد العينة (قبل المجانسة ن=220)

مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدلالة	مستوى الدلالة
بين المجموعات	2	419,62	209,81	1,10	0,33	غير دال عند 0,05
داخل المجموعات	217	41073,81	189,28			
المجموع	219	41493,43				

نلاحظ من الجدول أن قيمة "ف" بلغت (1,10) وهي غير دالة في مستوى الدلالة (0,05)، ونجد كذلك أن قيمة "ف" المجدولة عند مستوى الدلالة (0,05) ودرجة حرية البسط 2 ودرجة حرية المقام 217، قد بلغت (3,00)، وهي أكبر من قيمة "ف" المحسوبة، مما يعني أن "ف" غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,05)، وعليه نقبل الفرض الصفري ونرفض الفرض البديل، أي أنه لا يوجد اختلاف ذو دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية، لدى طلبة نظام ل.م.د بين التخصصات (علوم تقنية ST، تخصص رياضيات وإعلام آلي MI، تخصص علوم الطبيعة والحياة SNV)، إذن الفرضية الأولى لم تتحقق.

1-2 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة المسيلة تعزى لمتغير الجنس.

ولاختبار صحة هذه الفرضية، تم استخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الجنسين، في مستوى الضغوط النفسية، والنتائج موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (31) يوضح نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث في مستوى الضغوط النفسية (أفراد العينة قبل المجانسة ن= 220).

الجنس	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار levene		"ت"	الدلالة	مستوى الدلالة
				"ف"	الدلالة			
إناث	141	70,45	13,87	0,73	0,39	2,36	0,019	دال عند 0,05
ذكور	79	65,92	13,16					
المجموع	220							

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن اختبار levene لتجانس التباين أعرب عن قيمة لـ "ف" قدرت ب (0,73)، إلا أنها غير دالة عند مستوى الدلالة (0,05)، مما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة بين تباييني المجموعتين، أي أن هناك تجانس بين تباين المجموعتين، ومنه نختار قيمة "ت" لعينتين مستقلتين متجانستين.

أما نتائج اختبار "ت" لعينتين مستقلتين، فقد بلغت قيمة "ت" المحسوبة ب (2,36) وهي دالة عند مستوى الدلالة (0,05)، وبالنظر كذلك لقيمة "ت" المجدولة لدرجة الحرية 218 ومستوى الدلالة (0,05) والتي تقدر بـ (1,64) وهي أقل من المحسوبة، مما يعني أن الفروق بين المتوسطين لها دلالة إحصائية، وعليه فإننا نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل، أي أن الفرضية الثانية قد تحققت، ومنه يمكننا القول أنه: توجد فروق بين الطالبات والطلبة في مستوى الضغوط النفسية.

ونلاحظ من الجدول أن قيمة المتوسط الحسابي لمجموعة الإناث أكبر من المتوسط الحسابي لمجموعة الذكور، مما يعني أن دلالة الفروق لصالح مجموعة الإناث، أي أن مستوى الضغوط النفسية لدى الطالبات أعلى منه لدى الطلبة.

1-3 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على وجود اختلاف في مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة المسيلة باختلاف المستوى الدراسي (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة).

لاختبار صحة هذه الفرضية، ومعرفة دلالة الفروق بين المستويات الثلاث في مستوى الضغوط النفسية، استخدمنا تحليل التباين الأحادي والنتائج موضحة كالتالي:

جدول رقم (32) يوضح نتائج اختبار Levene لتجانس تباينات المجموعات

مصدر التباين	درجة الحرية	(Levene)	الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة
بين المجموعات	2	1,34	0,26	غير دال عند 0,05
داخل المجموعات	217			
المجموع	219			

يتضح من الجدول أن قيمة اختبار (Levene) بلغت (1,26) وهي غير دالة عند (0,05)، مما يعني أنه يوجد تجانس بين التباينات الثلاث، وعليه يمكن استعمال تحليل التباين الأحادي، والنتائج مبينة في الجدول كالتالي:

جدول رقم (33) يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي لأفراد العينة (قبل المجانسة ن=220) على مقياس الضغوط النفسية تبعا لمتغير المستوى الدراسي (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة).

مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدلالة	مستوى الدلالة
بين المجموعات	2	1304,84	652,42	3,52	0,031	دال عند 0,05
داخل المجموعات	217	40188,59	185,20			
المجموع	219					

نلاحظ من الجدول أن قيمة "ف" بلغت (3,52) ودلالتها (0,031) أقل من (0,05) فهي دالة إذن في مستوى الدلالة (0,05) ، ونجد كذلك أن قيمة "ف" المجدولة عند مستوى الدلالة (0,05) ودرجة حرية البسط 2 ودرجة حرية المقام 217، قد بلغت (3,00)، وهي أقل من قيمة "ف" المحسوبة، مما يعني كذلك أن "ف" دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,05)، وعليه نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل، أي أنه يوجد اختلاف ذو دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية، لدى طلبة نظام ل.م.د بين المستويات الثلاث (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة) مما يعني تحقق الفرضية الثالثة، أي يمكننا القول أنه يوجد اختلاف في مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د باختلاف المستوى الدراسي (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة).

ومن أجل تحديد أي المتوسطات تختلف فيما بينها اختلاف معنوي (المقارنات الزوجية)، لجأنا لإحدى اختبارات المقارنات البعدية، وقد اخترنا اختبار LSD (اختبار أقل فرق معنوي) وكانت نتائج المقارنات مثنى مثنى كالتالي:

جدول رقم (34) يمثل نتائج اختبار LSD (أقل فرق معنوي) لدلالة الفروق بين متوسطات المستويات الدراسية مثنى مثنى.

	الفرق في المتوسط	الخطأ المعياري	الدلالة	مستوى الدلالة
مستوى السنة الأولى				دال عند 0,05
مستوى السنة الثانية	- 4,57	2,10	0,031	
مستوى السنة الأولى				غير دال عند 0,05
مستوى السنة الثالثة	0,71	2,53	0,77	
مستوى السنة الثانية				دال عند 0,05
مستوى السنة الثالثة	5,29	2,38	0,028	

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن:

- الفرق بين متوسط مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الأولى ومتوسط مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الثانية هو (-4,57) وهو دال إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,05)، ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائيا بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الثانية في مستوي الضغوط النفسية، ولصالح السنة الثانية.
- الفرق بين متوسط مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الأولى ومتوسط مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الثالثة هو (0,71) وهو غير دال إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,05)، ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الثالثة في مستوي الضغوط النفسية.
- الفرق بين متوسط مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الثانية ومتوسط مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الثالثة هو(5,29)، وهو دال إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,05)، ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائيا بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الثانية في مستوي الضغوط النفسية، ولصالح السنة الثانية.

1-4 عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة:

ملاحظة: نتعامل من الآن فصاعدا على العينة النهائية، أي العينة التي تحصلنا عليها بعد مجانسة أفراد العينة في المتغيرات التي يمكن أن تؤثر (تشوش) على نتائج البحث الرئيسية(الجنس، التخصص، درجة العصابية)، وكان حجم العينة النهائي63، وبعد تفريغ بيانات أفراد العينة، على مقياس الضغوط النفسية ومقياس التوجه نحو التدين، واستعانة ببرنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية قمنا بتطبيق الأساليب الإحصائية المناسبة، لتحصيل النتائج التي من خلالها يمكننا التحقق من صحة فرضيات البحث التالية.

تنص الفرضية الرابعة على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى طلبة نظام ل.م.د بين مرتفعي التوجه الديني الجوهري ومنخفضي التوجه الديني الجوهري في مستوى الضغوط النفسية.

ولاختبار صحة هذه الفرضية، استخدمنا اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الطالبات المرتفعات والمنخفضات التوجه نحو التدين الجوهري، في مستوى الضغوط النفسية، فبعد ترتيب درجاتهن من الأعلى إلى الأدنى، يتم اختيار ما قدره 27% من الفئة العليا و هو ما يقدر في حالتنا هذه بـ 17 طالبة يمثلن فئة ذوي التوجه نحو التدين المرتفع، و 27% من الفئة الدنيا وهو ما يقدر في حالتنا هذه بـ 17 طالبة يمثلن فئة ذوي التوجه نحو التدين الضعيف،، ونتائج اختبار "ت" موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (35) يوضح نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الطالبات مرتفعات ومنخفضات التوجه نحو التدين الجوهري في مستوى الضغوط النفسية.

مستوى التوجه نحو التدين	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار Leven		"ت"	الدلالة	مستوى الدلالة
				"ف"	الدلالة			
مرتفع	17	78,82	15,53	0,75	0,39	1,18	0,24	غير دال عند0.05
منخفض	17	73,17	12,15					
المجموع	34							

من خلال الجدول نلاحظ أن المتوسط الحسابي للطالبات مرتفعات التوجه الديني الجوهري يقدر ب (78,82)، وبناء على الأحكام المستخرجة من تعيير مقياس الضغوط النفسية، يعتبر هذا المستوى مرتفع، في حين نجد أن المتوسط الحسابي للطالبات منخفضات

التوجه الديني الجوهري يقدر بـ (73,17)، وبناء كذلك على الأحكام المستخرجة من تعيير مقياس الضغوط النفسية، يعتبر هذا المستوى متوسط، مما يعني أن هناك فروق ظاهرية بين متوسطي المجموعتين، وللتحقق من دلالة الفروق نلجأ إلى اختبار" ت" .

اختبار Levene: نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن اختبار Levene لتجانس التباين أعرب عن قيمة لـ "ف" قدرت بـ (0,75)، إلا أنها غير دالة عند مستوى الدلالة (0,05)، مما يعني تجانس تباين المجموعتين، ومنه نختار قيمة "ت" لعينتين مستقلتين متجانستين.

أما نتائج اختبار "ت" لعينتين مستقلتين متجانستين، فقد بلغت قيمة "ت" المحسوبة بـ (1,18) وهي غير دالة عند مستوى الدلالة (0,05)، مما يعني أن الفرق بين المتوسطين ليس له دلالة إحصائية، وعليه فإننا نقبل الفرض الصفري ونرفض الفرض البديل، ومنه يمكننا القول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات مرتفعات التوجه الديني الجوهري والطالبات منخفضات التوجه الديني الجوهري في مستوى الضغوط النفسية، أي أن الفرضية الرابعة لم تتحقق.

1-5 عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة:

تنص الفرضية الخامسة على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى طلبة نظام ل.م.د بين مرتفعي التوجه الديني الظاهري ومنخفضي التوجه نحو الديني الظاهري في مستوى الضغوط النفسية.

ولاختبار صحة هذه الفرضية، استخدمنا اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الطالبات مرتفعات ومنخفضات التوجه نحو التدين الظاهري في مستوى الضغوط النفسية، فبعد ترتيب درجاتهن من الأعلى إلى الأدنى، يتم اختيار ما قدره 27% من الفئة العليا و هو ما يقدر في حالتنا هذه بـ 17 طالبة يمثلن فئة ذوي التوجه نحو التدين الظاهري المرتفع، و 27%

من الفئة الدنيا وهو ما يقدر في حالتنا هذه بـ 17 طالبة يمثلن فئة ذوي التوجه نحو التدين الظاهري الضعيف، ونتائج اختبار "ت" موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (36) يوضح نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الطالبات مرتفعات ومنخفضات التوجه الديني الظاهري في مستوى الضغوط النفسية.

مستوى التوجه نحو التدين	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار levene		"ت"	الدلالة	مستوى الدلالة
				"ف"	الدلالة			
مرتفع	17	78,23	13,74	0,30	0,58	1,71	0,096	غير دال عند 0,05
منخفض	17	70,29	13,24					
المجموع	34							

من خلال الجدول نلاحظ أن المتوسط الحسابي للطالبات مرتفعات التوجه الديني الظاهري يقدر ب (78,23)، وبناء على الأحكام المستخرجة من تعيير مقياس الضغوط النفسية، يعتبر هذا المستوى مرتفع، في حين نجد أن المتوسط الحسابي للطالبات منخفضات التوجه الديني الظاهري يقدر بـ(70,29)، وبناء على الأحكام المستخرجة من تعيير مقياس الضغوط النفسية، يعتبر هذا المستوى متوسط ، ويبدو من خلال النتائج أن هناك فروق ظاهرية بين متوسطي المجموعتين، مما يجعلنا نلجأ إلى اختبار" ت" للتحقق من دلالة الفروق.

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن اختبار levene لتجانس التباين أعرب عن قيمة لـ "ف" قدرت بـ (0,30)، إلا أنها غير دالة عند مستوى الدلالة (0,05)، مما يعني تجانس تباين المجموعتين، ومنه نختار قيمة "ت" لعينتين مستقلتين متجانستين.

أما نتائج اختبار "ت" لعينتين مستقلتين متجانستين، فقد بلغت قيمة "ت" المحسوبة ب (1,71). وهي غير دالة عند مستوى الدلالة (0,05)، مما يعني أن الفرق بين المتوسطين ليس له دلالة إحصائية، وعليه فإننا نقبل الفرض الصفري ونرفض الفرض البديل، ومنه يمكننا القول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات مرتفعات التوجه الديني الظاهري والطالبات منخفضات التوجه الديني الظاهري في مستوى الضغوط النفسية، أي أن الفرضية الخامسة تحققت.

1-6 الإجابة على التساؤل العام:

والذي مفاده: هل للتوجه نحو التدين أثر في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د؟

نظرا لطبيعة التساؤل المطروح، والذي حتم علينا تناوله عن طريق إتباع خطوات المنهج السببي المقارن باعتباره منهجا قائما بحد ذاته، والذي لا يكتفي بمجرد وصف المتغيرات بل يتعداه إلى البحث عن أسباب الحالة الراهنة للظاهرة المدروسة، وبما أننا بصدد الإجابة على تساؤل متعلق بأثر متغير مستقل على متغير تابع، فإنه حسب Brayman & Cramer يتوجب علينا التأكد أولا من وجود علاقة بين المتغيرين، ومن ثم التحقق من سببية العلاقة (علاقة العلة بالمعلول) والتتابع الزمني فيما بعد **(أبو علام، 2011، 240)**.

وبعد المعالجة الإحصائية أعربت النتائج عن وجود علاقة موجبة وذات دلالة إحصائية بين الدرجات الكلية لأفراد العينة النهائية (بعد المجانسة ن= 63) على مقياس التوجه نحو

التدين، ومقياس الضغوط النفسية قدرت ب (0,33)، وهو دال إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,01)، مما يعني أنه كلما ارتفع مستوى التوجه نحو التدين يرتفع نسبيا مستوي الضغوط النفسية أو العكس، أي كلما يرتفع مستوى الضغوط النفسية يرتفع مستوى التوجه نحو التدين، فالجزم باتجاه العلاقة يبقى غير واضح.

ملاحظة: لقد سبق وتطرقنا لعلاقة متغير التوجه نحو التدين بمتغير الضغوط النفسية لدى أفراد العينة من متوسطي العصابية ومنخفضي العصابية، وبمعنى آخر بين متوسطي الضغط النفسي ومنخفضي الضغط النفسي في فصل منهجية البحث والإجراءات الميدانية، عنصر الضبط والمجانسة الخاص بدرجة عصابية أفراد العينة (ص.)، حيث قررنا عزل الفئتين عن الدراسة لعدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين متغير التوجه نحو التدين ومتغير الضغوط النفسية تتيح لنا حسب Brayman & Cramer دراسة الأثر بين متغيري البحث سالفي الذكر.

وللمضي قدما والتأكد بدقة أكبر يمكننا الاستعانة بنتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الطالبات مرتفعات ومنخفضات التوجه نحو التدين في مستوى الضغوط النفسية، فبعد ترتيب درجاتهن من الأعلى إلى الأدنى، يتم اختيار ما قدره 27% من الفئة العليا و هو ما يقدر في حالتنا هذه بـ 17 طالبة يمثلن فئة ذوي التوجه نحو التدين المرتفع، و 27% من الفئة الدنيا وهو ما يقدر في حالتنا هذه بـ 17 طالبة يمثلن فئة ذوي التوجه نحو التدين الضعيف، ونتائج اختبار "ت" موضحة في الجدول التالي :

جدول رقم (37) يوضح نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الطالبات مرتفعي ومنخفضي التوجه نحو التدين في مستوى الضغوط النفسية.

مستوى التوجه الديني	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار Levene		"ت"	الدلالة	مستوى الدلالة
				"ف"	الدلالة			
مرتفع	17	81,41	13,59	0,325	0,57	2,10	0,043	دال عند 0,05
منخفض	17	72,47	11,03					
المجموع	34							

يبدو من خلال النتائج الموضحة في الجدول أن هناك فروق ظاهرية بين متوسطي المجموعتين، حيث نلاحظ أن المتوسط الحسابي للطالبات مرتفعي التوجه الديني يقدر بـ (81,41)، وهو مستوى مرتفع (بناء على الأحكام المستخرجة من تعيير مقياس الضغوط النفسية)، في حين نجد أن المتوسط الحسابي للطالبات منخفضات التوجه الديني يقدر بـ (72,47)، وهو مستوى متوسط من الضغوط النفسية، أي أن الطالبات مرتفعات التوجه الديني يعانين من مستوى ضغوط نفسية مرتفعة مقارنة بالطالبات منخفضات التوجه الديني، ومن أجل التحقق من دلالة الفروق نلجأ إلى اختبار" ت".

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن اختبار levene لتجانس التباين أعرب عن قيمة لـ "ف" قدرت بـ (0,325)، إلا أنها غير دالة عند مستوى الدلالة (0,05)؛ مما يعني تجانس تباين المجموعتين، ومنه نختار قيمة "ت" لعينتين مستقلتين متجانستين.

أما نتائج اختبار "ت" لعينتين مستقلتين متجانستين، فقد أعربت عن قيمة لـ "ت" المحسوبة قدرت بـ(2,10) ، وهي دالة عند مستوى الدلالة (0,05)، ، مما يعني أن الفرق بين المتوسطين له دلالة إحصائية، وعليه فإننا نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل، ومنه يمكننا القول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات مرتفعات التوجه الديني والطالبات منخفضات التوجه الديني في مستوى الضغوط النفسية، ونظرا لكون متوسط الضغوط لدى مرتفعي التوجه الديني أكبر من متوسط الضغوط لدى منخفضي التوجه الديني، فإن دلالة الفروق لصالح مرتفعي التوجه الديني، أي أن مستوى الضغوط النفسية للطالبات مرتفعات التوجه الديني أعلى منه لدى منخفضات التوجه الديني؛ أي أن للتوجه الديني أثر عكسي(سلبي) على الطلبة في مستوى ضغوطهم النفسية.

إلا أن هناك مؤشرات يمكن الاستفادة من تحليل مضامينها، والاستدلال من خلالها على أثر التوجه نحو التدين، وهي تقول بعكس النتيجة السابقة (الأثر السلبي)، ويمكننا استنباطها من خلال المقارنة في مستوى القياس التصنيفي، بين عينة مرتفعات الضغط النفسي(مرتفعات العصابية)، وعينة منخفضات الضغط النفسي(منخفضات العصابية)، وهي موضحة في العناصر التالية:

❖ **الخصائص الوصفية:**

- **عينة مرتفعات الضغط النفسي:**

قمنا بالاستعانة بالإحصاء الوصفي لعينة مرتفعات الضغط النفسي (عينة الطالبات المرتفعات العصابية) وعددها 63، بالنسبة لمتغير التوجه نحو التدين ومقارنته بمتغير الضغوط النفسية لنفس العينة فكانت النتائج موضحة في الجدول كالتالي :

جدول رقم (38) يمثل الخصائص الوصفية لمتغير التوجه الديني مقارنة بمتغير الضغوط النفسية لأفراد عينة الطالبات مرتفعات الضغط النفسي.

الخصائص الوصفية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
مستوى التوجه نحو التدين	50,57	5,52
مستوى الضغوط النفسية	76,39	13,01

من خلال الجدول نلاحظ أن مستوى التوجه الديني للطالبات ضعيف، فمتوسطهم الحسابي والذي يقدر ب(50,57)، ينتمي لفئة ضعيفي التوجه الديني، وبمقارنته بمستوى الضغوط النفسية لنفس العينة فإن متوسط مستوى الضغوط النفسية للطالبات والذي يقدر ب 76,39 مرتفع نوعا ما، وهذه النتيجة لحد الآن تتوافق مع وجود أثر إيجابي للتوجه نحو التدين في تخفيض مستوى الضغوط النفسية لدى الطلبة، فمستوى ضعيف من التدين يصاحبه مستوى مرتفع من الضغوط النفسية نتيجة موافقة للأثر الإيجابي للتدين.

- **عينة منخفضات الضغط النفسي: (منخفضات العصابية)**

قمنا كذلك بالاستعانة بالإحصاء الوصفي لعينة منخفضات الضغط النفسي (عينة الطالبات المنخفضات العصابية، وهي العينة التي عزلنا أفرادها عند القيام بإجراءات الضبط والمجانسة) وعددها 67، بالنسبة لمتغير التوجه نحو التدين ومقارنته بمتغير الضغوط النفسية لنفس العينة فكانت النتائج موضحة في الجدول كالتالي :

جدول رقم (39) يمثل الخصائص الوصفية لمتغير التوجه الديني مقارنة بمتغير الضغوط النفسية لأفراد عينة الطالبات منخفضات الضغط النفسي.

الخصائص الوصفية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
مستوى التوجه نحو التدين	55,19	5,13
مستوى الضغوط النفسية	61,95	12,62

من خلال الجدول نلاحظ أن مستوى التوجه الديني للطالبات مرتفع نوعا ما، فمتوسطهم الحسابي والذي يقدر ب(55,19)، ينتمي لفئة مرتفعي التوجه الديني، وبمقارنته بمستوى الضغوط النفسية لنفس العينة فإن متوسط مستوى الضغوط النفسية للطالبات والذي يقدر بـ 61,95 منخفض نوعا ما، وهذه النتيجة لحد الآن تتوافق مع وجود أثر إيجابي للتوجه نحو التدين في تخفيض مستوى الضغوط النفسية لدى الطلبة، فمستوى مرتفع من التدين يصاحبه مستوى منخفض من الضغوط النفسية نتيجة موافقة للأثر الإيجابي للتدين.

❖ **التوزيع التكراري للعينات:**

- **عينة مرتفعات الضغط النفسي: (مرتفعات العصابية)**

من خلال عدد أفراد عينة البحث (طالبات السنة الثانية مرتفعات العصابية وعددهن ن= 63)، وتصنيفهم في ثلاث فئات: فئة مرتفعات التوجه الديني، فئة متوسطات التوجه الديني، فئة منخفضات التوجه الديني، تحصلنا على النتائج الملخصة في الجدول التالي:

جدول رقم (40) يمثل التوزيع التكراري لعينة مرتفعات الضغط النفسي(ذات المتوسط الحسابي: 76,36) حسب متغير التوجه نحو التدين.

العينات	التكرار المشاهدة	النسبة%
مرتفعات التوجه الديني	14	% 22,2
متوسطي التوجه الديني	20	%31,8
منخفضات التوجه الديني	29	% 46
المجموع	63	%100

نلاحظ من الجدول أن مرتفعات التوجه نحو التدين، وعددهم 14 طالبة بنسبة 22,2%، هن أقل عددا بالمقارنة مع منخفضات التوجه نحو التدين وعددهن 29 بنسبة 46%، وهم يتواجدون في نفس العينة، والتي نجد أفرادها يعانون من مستوى ضغط مرتفع بالنظر لمتوسطهم الحسابي المقدر بـ 76,36؛ أي أن الأفراد منخفضي التوجه الديني هم أكثر الأفراد تعرضا لمستوى الضغوط النفسية العالية مقارنة بأقرانهم ممن يتمتعون بمستوي توجه ديني مرتفع، والدليل هو ارتفاع نسبة تواجدهم في عينة مرتفعي الضغط النفسي.

- **عينة منخفضات الضغط النفسي: (منخفضات العصابية)**

من خلال عد أفراد عينة البحث (طالبات السنة الثانية منخفضات العصابية وعددهن ن= 67)، وتصنيفهم في ثلاث فئات: فئة مرتفعات التوجه الديني، فئة متوسطات التوجه الديني، فئة منخفضات التوجه الديني، تحصلنا على النتائج الملخصة في الجدول التالي:

جدول رقم (41) يمثل التوزيع التكراري لعينة منخفضات الضغط النفسي(ذات المتوسط الحسابي:61,95) حسب متغير التوجه نحو التدين.

العينات	التكرارات المشاهدة	النسبة%
مرتفعات التوجه الديني	34	% 50,7
متوسطات التوجه الديني	25	%37,3
منخفضات التوجه الديني	8	%12
المجمـــوع	67	%100

نلاحظ من الجدول أن مرتفعات التوجه نحو التدين، وعددهم 34 طالبة بنسبة50.7%، هن أكثر عددا بالمقارنة مع منخفضات التوجه نحو التدين وعددهن 8 بنسبة 12%، وهم يتواجدون في نفس العينة، والتي نجد أفرادها يتمتعون بمستوى ضغط منخفض بالنظر لمتوسطهم الحسابي المقدر بـ 76,36؛ أي أن الأفراد مرتفعي التوجه الديني هم أكثر الأفراد تمتعا بمستوى الضغوط النفسية المنخفضة مقارنة بأقرانهم ممن لديهم مستوى توجه ديني منخفض، والدليل هو ارتفاع نسبة تواجد مرتفعي التوجه الديني في عينة منخفضي الضغط النفسي.

وفي الأخير ومن خلال نتائج التحليلات السابقة يمكننا القول أن للتوجه نحو التدين أثر في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة المسيلة، قد يكون هذا الأثر إيجابي فيقي صاحبه من الوقوع تحت وطأة المستوى العالي من الضغوط النفسية، وقد يكون سلبي (عكسي) فيزيده ضغطا نفسيا إضافيا.

2-مناقشة نتائج الفرضيات:

2-1 مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

تبيّن من خلال التحليل الإحصائي الموضح في الجدول رقم (30) لنتائج الفرضية الأولى أنه لا يوجد اختلاف ذو دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بين التخصصات (علوم تقنية ST، تخصص رياضيات وإعلام آلي MI، تخصص علوم الطبيعة والحياة SNV)، فالفرضية الأولى لم تتحقق.

وهذا يعني أن درجة الضغوط النفسية التي يتعرض لها طلبة التخصصات السابق ذكرها حسب تقديرهم متقاربة، ولا تختلف اختلافا ذا معنى، مما يغلق باب المزايدة بين طلبة هاته التخصصات في درجة الضغط الذي يتعرضون له، ويمكن تفسير عدم الاختلاف هذا بإرجاعه لطبيعة التخصصات الثلاث، فرغم الاختلاف في التسميات وبعض الخصوصيات إلا أنها تشترك في الكثير من الخصائص يمكن إجمالها في الآتي:

- تشترك التخصصات الثلاث في كونها تخصصات علمية، تعتمد على مناهج علمية تجريبية، لذا فهي تستقبل الطلبة الناجحين في البكالوريا من الشعب العلمية فقط، (شعبة العلوم التجريبية، شعبة رياضيات..)، ويتميز طلاب هاته الشعب تعودهم على الجد والاجتهاد والتركيز على فهم مواد العلوم الطبيعية والتكنولوجية والمواد التجريدية (كالرياضيات والفيزياء وعلوم الطبيعة والحياة) على حد السواء، حيث تعتبر ملكة الفهم والتفكير والقدرة على التحليل وربط العلاقات العلمية، أساس التمكن من هاته التخصصات.
- وتشترك التخصصات السابق ذكرها كذلك في المشاكل الناجمة عن عدم ملاءمة الحجم الساعي بحيث لا توجد فراغات فاصلة كثيرة ، محتوى المقاييس الدراسية الواسع، وكثافة

المادة العلمية المعروضة وتعدد متطلبات استيعابها؛ مما يجعل الطالب في هاته التخصصات في حيرة من أمره للتوفيق بين كل تلك العناصر باعتبارها عناصر مهمة لنجاحه الأكاديمي.

- يشترك طلبة التخصصات الثلاث في التعرض لنفس الضغوط النفسية الناتجة عن خوض الامتحانات السداسية والتطبيقية والخوف من عدم اجتياز المقررات والفشل في تحصيل نتائج توهلهم الانتقال إلى المراحل التالية.
- تدرس التخصصات الثلاث في جامعة المسيلة في مجال مكاني واحد (القطب الجامعي)، مما يتيح للطلبة التواصل فيما بينهم، ويزيد من احتمال تبادل الخبرات الإيجابية منها والسلبية، وحث بعضهم البعض على تحمل مشاق الدراسة وتقاسم أعباءها.
- بالإضافة إلى اشتراكهم في الظروف الفيزيقية من محيط الدراسة والبيئة الخارجية، والذي له أهمية كبيرة من ناحية توفيره لشروط الدراسة الجيدة والمحفزة على الإبداع والابتكار (الهدوء والابتعاد عن الضوضاء، سعة الفضاء الدراسي وتمتعه بطابع هندسي جمالي،...).

أما بخصوص الدراسات السابقة التي تناولت هذه الجزئية فلا توجد في حدود ما تم جمعه من دراسات تخدم موضوع البحث، على حد علم الباحث.

2-2 مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

اتضح من خلال تحليل نتائج الجدول رقم (31) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة المسيلة تعزى لمتغير الجنس، لصالح الإناث؛ بمعنى أن الطالبات هن الأكثر ضغطا نفسيا من زملائهم الطلبة في جامعة المسيلة.

وقد جاءت هذه النتيجة موافقة لدراسة بوقصارة منصورو حمري صارة (2014)، ودراسة صابر السيد محمد (2001) ودراسة محمد حسن(1995)، ويمكننا إرجاع هذه النتيجة إلى طبيعة التنشئة الاجتماعية للإناث، والتي تجعل منهن أكثر خضوعا واعتمادا مقارنة بالذكور، الذين يشجعون منذ الصغر على التنافس والمواجهة، في حين تكون الأنثى أكثر حساسية في التعامل مع المواقف الاجتماعية التي تواجهها وتستجيب لها بتعاطف كبير وشعور بالذنب، حيث تملن إلى تقييم أغلب المواقف على أنها خطرة ومهددة لهن، وهذا ما يجعلهن يواجهن خبرات ضاغطة سلبية مقارنة بالذكور، ويمكن عزو هذه النتيجة لتفوق الذكور على الإناث من حيث القدرة على تكوين علاقات اجتماعية سريعة وغير اعتمادية في حين تعتمد الإناث على علاقاتهن المتينة والوطيدة التي تكونها طيلة مسارها الدراسي في مواجهة التغيرات والمواقف الصعبة التي تمر بها، مما يجعلها تتأثر بالانتقال من مرحلة دراسية إلى مرحلة دراسية أخرى، ويفرض عليها مزيدا من الضغوط في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة الجامعية في معزل عن علاقاتها الاجتماعية **(طه عبد العظيم، سلامة عبد العظيم، 2006، 204).**

وقد تعود الفروقات بين الطلبة والطالبات لطبيعة مجتمع مدينة المسيلة المحافظ نسبيا، والذي تحكمه الأعراف والعادات والتقاليد، وباسمها يعطي هامش أكبر للذكور من ناحية حرية التصرف والحركة؛ في حين تكبل حرية الإناث بجملة من التعقيدات والتهديدات، مما يفرض قيودا إضافية على الإناث لا تساعدها على التعامل بأريحية مع ضغوطها النفسية، فمثلا قد يسمح للطالب بالعمل خارج أوقات الدراسة من أجل توفير احتياجاته الخاصة، وله الحرية أحيانا

في المبيت خارج البيت سواء من أجل الدراسة مع الزملاء أو من أجل الترويح عن نفسه، وفي المقابل تقابل الفتاة عند طلبها بالرفض والتعنيف أحيانا.

وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة كل من تنهيد بيرقدار(2011)، عبد العباس اللامي (2010) ودراسة نبيل دخان وبشير الحجار(2006) ودراسة شهلا الأطرش (2000)، إلا أن هذه الدراسات لا تأخذ بعين الاعتبار التخصص الذي تدرس فيه الطالبات، فطبيعة التخصص قد تساعد أو تعقد من عملية تكيف الطالبة مع الأحداث الضاغطة، فنجد الذكور أكثر تكيفا مع التخصصات العلمية والتقنية وأكثر ميلا لها، في حين نجد الإناث أكثر ميلا للتخصصات الأدبية والاجتماعية، حيث تجد المجال للتعبير عن أحاسيسها وجمالية مشاعرها، وإبراز جانبها العاطفي، على عكس التخصصات العلمية التي تتميز بالتجريد والجفاف العاطفي.

2-3 مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

اتضح من خلال تحليل نتائج الجدول رقم (33) أن مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة المسيلة يختلف باختلاف المستوى الدراسي (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة)، ويمكن عزو دلالة الاختلاف إلى المميزات التي تتميز بها كل سنة عن غيرها.

فالسنة الأولى في الجامعة تعتبر مرحلة انتقالية ونقطة تحول هامة، ينتقل فيها الطالب من المرحلة الثانوية، التي كان يعتمد فيها على المعلم والكتب المقررة، إلى مرحلة الاعتماد على الذات ومواجهة الحياة باستقلالية أكبر، هذا الانتقال والاختلاف في مطالب ومميزات كل مرحلة تعليمية، يفرض عليه مزيدا من الضغط والتركيز الذي لم يتعود عليه، كل هذا التحول يضاف إليه الانتقال من مرحلة عمرية إلى مرحلة أخرى، فالانتقال من مرحلة المراهقة بما تحمله من إحباطات واندفاعات ومكبوتات لم تشبع بعد، إلى حياة الرشد والتعقل والاستقلالية في الرأي

والتفكير يفرض عليه المرور بمجموعة من التغيرات النمائية والنفسية والاجتماعية، حتى يحقق التوافق والتكيف مع الحياة الجديدة، حيث تؤكد Elizabeth Scott بأن طلبة الجامعات المستجدين عرضة لتحديات كبيرة وجديدة عليهم، لم يصادفوها من قبل ولم يألفوا مواجهتها بدون مساندة أكاديمية ووالدية، مما يجعلهم يواجهون عددا من الظروف المسببة للضغوط، ممثلة في الصعوبات المادية، الانفصال عن العائلة، بداية صداقات جديدة وعلاقات عاطفية، البيئة الطلابية التنافسية، والتي تعد جميعها مصادر للضغط. **(بكوتيان، 2011)**

إلا أن العديد من الدراسات ترى أن طلبة السنة النهائية (السنة الثالثة ل.م.د) هم الأكثر تعرضا للضغط النفسي وأحداث الحياة الضاغطة في الجامعة، ومن بينهم دراسة تنهيد بيرقدار(2011) ودراسة نبيل دخان وبشير الحجار(2006)، حيث يشيران إلى أنه كلما تقدم الطالب في دراسته تزداد الضغوط الممارسة عليه إلى أن يصل للمرحلة النهائية فتصل إلى أقصاها نتيجة الإرهاق الدراسي والمالي الذي يصيب الطالب وأهله على حد سواء، إضافة لكونها السنة التي تسبق مرحلة الحياة بعد الجامعية وما يصاحبها من تفكير في المستقبل الوظيفي وفرص الحصول على منصب عمل مستقر(**بيرقدار، 2011، 43)** وهو ما تقره كذلك دراسة سليمان الجمعة وبنيان الرشيدي(2006).

وعند البحث عن مصدر الاختلاف، نجد أن التخصصات التي اختلفت فيما بينها اختلافات معنوية مثني مثنى كانت بين سنة ثانية – سنة أولى و بين سنة ثانية – سنة ثالثة. والفروق كانت لصالح السنة الثانية دائما، مما يعني أن طلبة السنة الثانية هم أكثر المستويات ضغطا من غيرهم.

وهذه النتيجة المتحصل عليها في بيئة البحث جاءت مغايرة تماما ومخالفة لكل الدراسات السابقة؛ فدلالة الفروق بين متوسطات درجات الضغوط النفسية للسنوات الثلاث جاءت لصالح السنة الثانية أثبتت أن طلاب السنة الثانية الأكثر شعورا بالضغط النفسي من زملائهم في

السنوات الأخرى؛ وهذا يعود في نظرنا لما تتميز به هاته السنة من تعمق أكبر في المقررات الدراسية، وتسارع وتيرة الدروس، وتوسع الحجم الساعي للمقاييس، مما لا يدع وقتا للفرجة والراحة، معلنة عن بداية مرحلة الجد والاجتهاد والمنافسة الجادة الطموحة ورغبة كل طالب بالتموضع في ترتيب يسمح له الظفر بأحسن التخصصات المتاحة في السنة الثالثة (سنة التخصص). كل هاته المميزات رجحت الكفة لصالح السنة الثانية.

وعند عودتنا إلى الميدان واحتكاكنا بطلبة السنة الأولى والسنة الثالثة بقصد فهم سبب عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بينهم في مستوى الضغوط النفسية توصلنا من خلالهم إلى أن طلبة السنة الأولى لا يعانون من ضغط التوقيت الأسبوعي فالحجم الساعي متوازن ومخفض، والبرنامج مخفف ومادته العلمية مقربة من محتوى السنة النهائية للثانوية التي سبق وتعاطى معها الطالب، أما بالنسبة للسنة الثالثة فجملة التسهيلات التي يقابل بها طلاب السنة النهائية (ليسانس) والتطمينات بتمرير نسبة كبيرة لمرحلة الماستر، جعلت الطلبة يدرسون بكل أريحية بعيدا عن ضغوط البيئة التنافسية، وتأجَّل قلقهم على المستقبل لسنين قادمة، وخفَّض بنسبة كبيرة خوفهم من التخرج بدون طائل، فرفع مستواهم التعليمي يزيد من أملهم في إيجاد فرص الحصول على عمل راقي يضمن لهم مكانة اجتماعية أعلى، كل هذه التحفيزات من أجل ترغيب الطالب في النظام الجديد.

هذا بالإضافة إلى عامل الخبرة الذي أصبح طلبة النهائي يتميزون به؛ فبمرور السنين في الجامعة والاحتكاك بالأساتذة والاطلاع على تجارب سابقيهم من طلبة المستويات العليا، تتكون لهم خبرة في تخطي الصعاب وقدرة على تجاوز العقبات، وتزداد شدة صلابتهم في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، مما يخفف عنهم أثارها السلبية، ويزيدهم فعالية في التعامل معها بذكاء أكبر (**بيرقدار، 2011، 46**).

2-4 مناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

اتضح من خلال تحليل نتائج الجدول رقم (35) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات مرتفعات التوجه الديني الجوهري والطالبات منخفضات التوجه الديني الجوهري في مستوى الضغوط النفسية، مما يعني أن الطلبة الذين يتوجهون للتدين الجوهري يعانون من مستوى ضغوط متقارب مع الطلبة الذين يضعف لديهم مستوى التوجه الديني الجوهري، وبالتالي عدم وجود أثر للتدين الجوهري في مواجهة الضغوط النفسية.

ويعزو الباحث التقارب في مستوى الضغوط النفسية بين مرتفعي التوجه الديني الجوهري ومنخفضي التوجه الديني الجوهري، إلى أن التوجه الديني الجوهري لا يحمل في معناه أو مزاياه الوقاية من التعرض للضغوط النفسية؛ فالطلبة الجامعين مهما كان مستوى تدينهم هم عرضة للمستويات المرتفعة من الضغط النفسي، والشخص المتدين جوهريا يتميز بتطبيقه للشريعة في السلوك اليومي، أما الشخص الذي لديه هذه الطبيعة يعمل على خدمة الدين بدلا من أن يُسخِّر الدين لخدمته، مما يتطلب منه بذل مجهودات إضافية للوصول لهاته المنزلة السامية، والتدين بهذا الشكل لا يمنع الإنسان من الوقوع تحت وطأة أحداث الحياة الضاغطة بل على العكس، فالإنسان المتدين والمخلص في إيمانه وعقيدته أكثر عرضة للاختبارات الإلهية من غيره، فبقدر إيمان المرء بقدر درجة اختبار الله سبحانه وتعالى له في الحياة الدنيا، وارتفاع مستوى الضغوط النفسية لدى مرتفعي التوجه الديني الجوهري لا يعني بالضرورة ارتفاع مستوى معاناتهم من أثارها، وقد يكون تقديرهم لمستوى ضغوطهم النفسية بأنه عال نابع من صراحتهم وعفويتهم وصدقهم في التعبير عن مشاعرهم، كصفات نبيلة قد لا نجدها عند ضعيفي التوجه الديني الجوهري.

فالتدين الجوهري حسب Allpor يدفع بالإنسان إلى قمم من اللقانة والطهر، والمشاعر الغنية العظيمة، والأعمال الرائعة من المحبة والجمال، ويقوده إلى تطوير قيمه وتفضيلاته

وأهدافه بشكل يجعله مميزا وغير عادي، وقد يزيده هذا التميز ضغطا، جراء شعوره بعبء المسؤولية الدينية الملقاة عليه من جهة وبتطلعات المجتمع الذي يتوقع منه دائما الكمال والمثالية من جهة أخرى، عكس منخفضي التوجه الديني الجوهري، الذين لهم مجال واسع من حرية التصرف والفرجة، فبسبب عدم مقدرتهم تحمل الالتزام والانضباط في التوجه يجعلهم يلجؤون إلى طرق أخرى ينفسون بها عن أنفسهم غير مراعين لمنظور الدين وتشريعاته، ويبقى كل منهم معرض للضغوط النفسية وكل له طريقته في مواجهتها.

وقد جاءت هذه النتيجة متقاربة مع ما توصلت إليه شادية (2011) في دراستها حول أهمية التوجه الديني في إدارة الضغوط النفسية، حيث خلصت إلى وجود علاقة ضعيفة غير دالة بين التوجه الديني والضغوط النفسية، مرجعة ذلك لعدم وجود ضغط أكاديمي كافي يدفع الطلبة للتوجه نحو التدين بشكل ملحوظ بحيث يعتمد كاستراتيجية لمواجهة الضغوط النفسية، عكس نتائج الدراسات التي تناولت توجه الأفراد نحو التدين الجوهري من أجل مواجهة الضغوط النفسية العالية الناجمة عن الصدمات النفسية القاسية، والحالات النفسية الحادة، والأمراض المستعصية، وتتفق هذه الدراسة كذلك مع جوانب من دراسة غماري (2014)، التي دارت حول علاقة التدين بشقيه (العقدي، الممارسة) مع الصحة النفسية ممثلة في الارتياح النفسي بأبعاده (تقدير الذات، التوازن ،الالتزام الاجتماعي، الكفاءة الاجتماعية، التحكم في الذات والاحداث، الشعور بالسعادة)، حيث توصل إلى أن العلاقة بين التدين في شقه العقدي غير دالة مع بعد التحكم في الذات والأحداث، باعتباره بعد من أبعاد الارتياح النفسي والتمتع بالصحة النفسية من جهة، وفي نفس الوقت كمؤشر يدل على درجة معتبرة من الصلابة النفسية والتوازن الانفعالي، مما يعزز من قدرة الفرد على مواجهة الأحداث الضاغطة، وفي نفس السياق لم توجد كذلك علاقة دالة بين التدين في شقه العقدي وبعد الشعور بالسعادة.

وتختلف هذه النتيجة مع الكثير من الدراسات السابقة التي خلصت في نتائجها إلى وجود علاقة إيجابية ذات دلالة بين التوجه الديني الجوهري والمؤشرات التي يمكن أن نستدل من خلالها على قدرة الفرد في مواجهة التأثيرات السلبية للحيات الضاغطة، وبالتالي تمتعه بالصحة النفسية السليمة، أو وجود علاقة سالبة بين التوجه الديني الجوهري ومظاهر الاضطراب النفسي، ومنها دراسة سيد (2009) والتي تضمنت في إحدى نتائجها وجود علاقة سلبية بين القلق الأخلاقي والتوجه الديني الجوهري لدى الطلبة، حيث يرى صاحب الدراسة أن التدين الجوهري تدين ناضج يدفع صاحبه إلى ترسيخ القيم والأخلاق الحسنة والابتعاد عن القلق المفضي إلى تعقيد الحياة، خاصة وأن دراسته تمت على مجتمع الطلبة في البيئة العراقية، المعروفة مؤخرا بقساوة الظروف معيشتها (**سيد، 2009، 263**). وتختلف كذلك مع ما توصلت إليه دراسة زعتر حول علاقة التوجه الديني الجوهري بالسلوك العدواني (اللفظي، المباشر، والغير مباشر) أن توجه الطالب نحو التدين الجوهري يجعله واعيا بكل أمور دينه، ومتحكما في انفعالاته مما يمكنه وبكل سهولة من كضم غيضه وكبح جماح غضبه وعدوانه، علما أن السلوك العدواني غالبا ما يكون رد فعل ناتج عن مستوى عال من التوترات والضغوط النفسية، وهو ما يتفق كذلك مع بعض نتائج دراسة (Park et al,1990) التي خلص فيها إلى أن الأشخاص ذوي التدين الجوهري هم أقل تأثرا بالضغوط النفسية وأكثر قدرة على مواجهتها، لاعتقادهم بأن الضغوط هي اختبار لمدى قوة إيمانهم، وأن التدين الجوهري يزيد من الصفات الإيجابية ويقلل من الأعراض المرضية (زعتر،2006)، وجاءت نتائج دراسة غانم (2004) مخالفة هي الأخرى لما توصلنا إليه و ذلك رغم الاختلاف بين العينتين، حيث وجد الباحث أن التوجه الديني الجوهري يرتبط بالنظرة الإيجابية للحياة ارتباطا إيجابيا لدى عينة المسنين والمسنات، وارتباط سلبي بين التوجه الديني الجوهري وقلق الموت لدى المسنين (**غانم، 2004، 244**).

2-5 مناقشة نتائج الفرضية الخامسة:

من خلال تحليل نتائج الجدول رقم (36) تبين لنا أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات مرتفعات التوجه الديني الظاهري والطالبات منخفضات التوجه الديني الظاهري في مستوى الضغوط النفسية. وهذه النتيجة جاءت موافقة لتوقعاتنا من جهة، وموافقة للخلفية النظرية التي اعتمدناها كمرجعية من جهة أخرى؛ حيث يعتبر Allport أن التدين الظاهري يدفع الإنسان إلى حالات عنيفة من الحقد والكراهية والتطرف، ويقوده إلى التقوقع حول قيم وتفضيلات وأهداف غالبا ما تكون مفروضة عليه من قبل آخرين، مما يجعله شخصا نمطيا وتقليديا وساذجا، وبذلك فإن مثل هذا الشخص لن تتكون لديه انطباعات حقيقية لما يحدث له وحوله، وبالتالي فإنه لا يقدر على ممارسة السيطرة على مشاكل حياته، وإنما غالبا يتركها ليسيطر عليها الآخرون، مما يجعله عرضة لتقلب المزاج وتحكم الأحداث الخارجية في حالته النفسية، وصاحب هذا النمط يستعمل الدين وسيلة لغاية في حياته، والسبب الوحيد لتدينه هو الفائدة، لذلك فهو ينجذب إلى الدين لما يرى فيه من منفعة له، فقد يجلب له الهيبة أو المكانة أو فرصة عمل مربحة أو مزيدا من الأصدقاء، ويوصف تدينه هذا بالتدين الصبياني، فالدين بالنسبة له يوفر رسالة مهدئة وسحرية ومريحة للذات، إلا أنها سطحية ومؤقتة فقط (الأعرجي، 2007).

وجاءت هذه الدراسة موافقة لدراسة سيد (2009) حيث توصل إلى عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين القلق الأخلاقي والتوجه الديني الظاهري لدى الطلبة، واتفقت كذلك مع دراسة غماري (2014) في بعض نتائجها، وذلك في ما يخص علاقة التدين ممثلا في بعد الممارسة، مع كل من بعدي تقدير الذات والتوازن باعتبارهما بعدين مهمين من أبعاد الارتياح النفسي، وفي المقابل جاءت معاكسة لباقي نتائج الدراسة، حيث توصل الباحث إلى وجود

علاقة ذات دلالة إحصائية بين التدين ممثلا ببعد الممارسة مع كل من بعد التحكم في الذات، وبعد الشعور بالسعادة، كما جاءت نتائج بحثنا مخالفة لدراسة كل من زعتر، و غانم(2004).

6-2 مناقشة نتائج الفرضية العامة:

وكان نصها: للتوجه نحو التدين أثر في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة المسيلة.

لقد ارتأينا في البداية وبعد طول نظر، أن نتحقق أولا من وجود علاقة بين المتغيرين، ومن ثم البحث عن وجود أثر للمتغير المستقل على المتغير التابع، وهذا ما فرضه علينا تتبع خطوات المنهج السببي المقارن، فحسب Brayman & Cramer يتوجب علينا التأكد أولا من وجود علاقة بين المتغيرين، ومن ثم التحقق من سببية العلاقة (علاقة العلة بالمعلول)، والتتابع الزمني فيما بعد **(أبو علام، 2011، 240)**.

ولقد تبين لنا بعد المعالجة الإحصائية أنه توجد علاقة موجبة وذات دلالة إحصائية بين الدرجات الكلية لأفراد العينة النهائية (بعد المجانسة ن= 63) على مقياس التوجه نحو التدين، ومقياس الضغوط النفسية قدرت ب (0,33)، وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,01)، مما يعني أنه كلما ارتفع مستوى التوجه نحو التدين يرتفع نسبيا مستوي الضغوط النفسية وإذا أضفنا إليها ما توصلنا إليه من خلال تحليل نتائج الجدول رقم (37)، من أن مستوى الضغوط النفسية للطالبات مرتفعات التوجه الديني أعلى منه لدى منخفضات التوجه الديني؛ بمعنى أن للتوجه الديني أثر عكسي(سلبي) على الطلبة في مستوى ضغوطهم النفسية (الاتجاه السلبي للتدين)، إلا أن هذ ليس بالضرورة ما يحدث في واقع الأمر، فقد يحدث العكس؛ أي كلما يرتفع مستوى الضغوط النفسية يرتفع مستوى توجه الطلبة نحو التدين من أجل اعتماده كأسلوب للمواجهة أو العلاج (الاتجاه الإيجابي للتدين)، ورغم ما تم التوصل إليه من نتائج وتحليلات،

يبقى الجزم باتجاه العلاقة في الواقع غير واضح، هو الاتجاه الإيجابي للتدين، أو الاتجاه السلبي.

فإن افترضنا صحة الاتجاه السلبي للتدين، والذي مفاده أن للتوجه نحو التدين اثر عكسي (سلبي) في مستوى الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلبة، يمكننا القول في هذه الحالة بأن التدين بشكل عام يؤثر بطريقة سلبية على الصحة النفسية للطالب الجامعي وهي نتيجة مخالفة تماما لما توقعناه وما استنتجناه من استقصاء رصيد لابأس به من التراث النظري والدراسات سابقة، حيث توصل Radzi (2013) في دراسته حول الأسلوب الديني الروحي المعتمد من طرف الطلبة في مواجهة الضغوط والقلق، أنه توجد علاقة سالبة ضعيفة بين الشخصية المتدينة والضغط (0,38−)، وبين الشخصية المتدينة والقلق (0.05−)، وبين الشخصية المتدينة والاكتئاب (0,23−)، ورغم ضعف العلاقة إلا أن صاحب هذه الدراسة يرى أن مستوى التدين المرتفع يمكن أن ينبئنا عن مستوى ضغوط واكتئاب وقلق منخفض، ويرجع وجود علاقة ضعيفة بين التدين والمتغيرات السالفة الذكر، لعدم تعرض أفراد العينة أثناء القيام بالدراسة لأي شكل من أشكال الضغط والتجارب الصادمة، أو المرور بفترات عصيبة، مما يرفع لديهم مستوى الضغط والقلق فيجعلهم يتوجهون بقوة لانتهاج استراتيجية دينية لوقاية أنفسهم وعلاجها من قلقها ووساوسها.

وفي نفس الاتجاه جاءت دراسة شادية (2011) مؤكدة على أهمية التوجه نحو التدين في إدارة الضغوط النفسية، رغم العلاقة الضعيفة التي وجدتها بين التوجه الديني والضغوط النفسية، ودراسة بوعود أسماء حول التدين وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية الاجتماعية (التوافق الاجتماعي، تقدير الذات) لدى عينة من طلبة الجامعة، وبينت الدراسة أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة بين التدين والتوافق الاجتماعي وتقدير الذات لدى الطلبة.

وهذه النتيجة إن صحت، لا يمكننا بحال من الأحوال أن نفسرها بما يعود على الدين بنقد سلبي ينقص من قدسيته وسمو شأنه، ويعد كل من ستارباك لوبا وستانلي هيل من أوائل من كتبوا في الدراسة العلمية للدين، وأوضحوا أن الدراسة العلمية للدين لا تقلل من هيبته وقدسيته **(تركي، 1980، 180)**، ونقصد بالدين هنا ما شرعه الله سبحانه وتعالى وأنزله على عباده، سواء كان إسلام، أو نصرانية، أو يهودية، فبغرض الوصول إلى أدق النتائج في الدراسات العلمية للدين، على الباحث أن يكون فهمه للدين بشكل تكاملي، ويجب أن يكون هذا الفهم من خلال التعامل مع جوهره، لأن الدين متشابه في جوهره عند كل الثقافات، على الرغم من تعدد الأديان، **(بيومي، 1999، 22)**، فلا يمكننا أن نقلل من قيمة أي من الديانات في أثرها الصحي على النفوس خاصة في جانبها العقدي لطالما مصدرها واحد، شرط أن لا تكون وصلتها أيدي التحريف والتأويل.

لذا فإن تفسيرنا للأثر السلبي للتدين يبقي محصورا في التجربة الدينية وليس في الدين في حد ذاته، وتبقى المشكلة مع التدين باعتباره يمثل الجانب التطبيقي للدين، وفي الأسلوب الذي يتعامل به المتدين مع الدين، إذ تبدو العلاقة بن التدين والصحة النفسية سلبية عندما لا يفهم الأفراد الدين أو يسيئون استعماله لصالح عقدهم الانفعالية والسيكولوجية والروحية، وهنا لا يعد الدين في حد ذاته مريضا أو مرضيا بل ممارسته، لأن المبالغة في التدين هي التي تكون مرضية، (غماري، 2014)، وهذا يعود بنا إلى أنماط التدين التي صنفها المهدي(2000) ونخص بالذكر أنماط التدين الغير السوية من مثل: التدين التفاعلي ونجده عند الذين يقضون حياتهم بعيدا عن الدين يلهون ويمرحون ويأخذون من متع الدنيا وملذاتها بصرف النظر عن الحلال والحرام، ونتيجة لتعرضهم لموقف معين أو حادثة ما نجدهم قد تغيروا إلى النقيض فيلتزمون بمظاهر الدين. ويتسم تدينهم بالعاطفة القوية والحماسة إلا أنه يبقى سطحيا تنقصه الجوانب المعرفية، وفي بعض الأحيان يتمسكون بمظاهر الدين حفاظا على توازنهم النفسي

وتخفيفا للشعور بالذنب، وهناك التدين العصابي، وفيه يلجأ الفرد للتدين هربا من حالة الخوف التي تنتابه والوضعية القلقة التي تعتريه، كما يحدث هذا النمط عند بعض الأشخاص الذين يشعرون بالعجز في مواجهة متطلبات أو تحديات الحياة.

ونجد من بين أنماط التدين الغير سوي كذلك، التدين المرضي (الذهاني) فقد يلجأ بعض المرضى لهذا النمط من التدين لتخفيف حدة التدهور ولكن الوقت يكون قد فات فتظهر أعراض المرض العقلي مصبوغة بمفاهيم دينية خاطئة، كأن يعتقد أنه ولي من أولياء الله أو نبي بعث لهداية الناس. ومن أخطر الأنماط الغير السوية نمط التدين المتطرف وهنا يتسم صاحبه بالغلو والعاطفة القوية ويصل به الأمر إلى إلغاء جوانب الدين الأخرى أو إلغاء كل من يعمل بها. ومع هذا يبقى تدينه سطحيا تنقصه الجوانب المعرفية والروحية العميقة، **(غرب، 2009، 215)** ونجده منتشرا كثيرا في أوساط الفئات الشبانية المتدنية المستوى التعليمي، ممن لم تسعفهم الظروف الاندماج مع ثقافة مجتمعهم والتوافق معها.

و في نفس السياق يرى (2011) Carpanter أن الاستراتيجيات الدينية السلبية التي يعتمدها الفرد أحيانا في مواجهة الضغوط النفسية التي يتعرض لها، من مثل التشديد على النفس ومعاملتها بقسوة، ومعاقبة الذات وتعذيبها بعدم الرضا عنها روحيا، استراتيجيات غير سوية والاعتماد عليها يفاقم الآثار السلبية للضغوط، حيث توصل من خلال الدراسة التي أجراها على المراهقين حول أثر التدين في مواجهة الضغوط وأعراض الاكتئاب، إلى أن الأسلوب الديني السلبي ارتبط وبشكل ملحوظ بتأثير الإجهاد والضغوط على أعراض الاكتئاب، فكلما زاد اللجوء للتدين السلبي تفاقمت آثار الضغوط النفسية مما يؤدي لبروز أعراض الاكتئاب.

ونجد صاحب هذا النوع من السلوك يبالغ في إدانة النفس، فيصاب بالاكتئاب والقنوط واليأس، فتتحول حياته إلى جحيم من صنعه، فيشعر أنه أسوأ الناس، وأن الله لن يرحمه ولن يغفر له، وهذه التجارب السلبية للتدين ما جعل فرويد ينقد الدين نقدا لاذعا، ويصفه بأوصاف لا تليق به، وحسبه أن التدين الذي يبديه الفرد نوع من العصاب، أطلق عليه اسم "العصاب

الديني"، ويؤكد فرويد أن الإنسان يمكن أن يتحمل مشاق الحياة عندما يقطع رجاءه بالغيب، ويشبه فرويد دور الدين في الحياة بالدور الذي تقوم به المنبهات والمسكرات للإنسان (**الصنيع، 2000، 35**).

ونجد كذلك العالم الأمريكي المعروف William James وهو أول من تناول مسألة الدين الصحي وغير الصحي في كتابه الكلاسيكي" أنماط التجربة الدينية"، حيث توصل جيمس من خلال أبحاثه إلى أن John Bunyon و St. Augustine، كانا يعانيان من حالة اكتئاب متقدمة، (وهما أهم المراجع الدينية المسيحية)، بسبب تشددهم على أنفسهم في تطبيق الأحكام الإلهية (الرهبنة المسيحية)، وانطلاقا كذلك من التحاليل التي قام بها، تبين له أن التدين أو المبالغة في التدين قد تكون مؤشرا على حالة نفسية غير صحية.

وقد عالج القرآن الكريم هذه المسألة الهامة بصورة واضحة فعلى المؤمن أن يوقن أن الله وحده الذي يغفر الذنوب، فلا وساطة ولا صكوك غفران وتوبة أمام رجال الدين – كما يفعل المسيحيون الآن – يقول تعالى: {وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُواْ فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُواْ أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُواْ اللّهَ فَاسْتَغْفَرُواْ لِذُنُوبِهِمْ وَمَن يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلاَّ اللّهُ} [آل عمران 135]، ويحذرنا المولى عز وجل من الإسراف على النفس، وأنه يغفر الذنوب جميعاً {قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعاً إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ} [الزمر 53].

وهناك تحذير كبير لمن يصل به تفكيره إلى درجة اليأس، فلا يأس للمؤمن وخالقه موجود {إِنَّهُ لاَ يَيْأَسُ مِن رَّوْحِ اللّهِ إِلاَّ الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ} [يوسف87]. هذا المنهج الوسطي يمنح الأمل ويبقى باب التوبة والمغفرة مفتوحاً بين الإنسان وخالقه، فتطمئن نفسه ويعزم على فتح صفحة جديدة، ويمضي في حياته آملاً رحمة ربه.

أما إن سلمنا بإيجابية العلاقة بين التوجه نحو التدين ومستوى الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطالب الجامعي، أي كلما يرتفع مستوى الضغوط النفسية لدى الطالب الجامعي يزيد توجهه نحو التدين من أجل اعتماده كأسلوب للمواجهة أو العلاج (الاتجاه الإيجابي للتدين)،

ونستدل على الأثر الإيجابي للتدين من المؤشرات التي جمعناها من المقارنة بين العينتين المتطرفتين في مستوى الضغط النفسي، فالعينة المرتفعة الضغط النفسي تميزت بمتوسط حسابي للتوجه الديني ضعيف، في حين كان المتوسط الحسابي للعينة منخفضة الضغط النفسي مرتفع نوعا ما، مما يدل على أن الضغط النفسي يصاحب ضعف التوجه الديني، والضغط النفسي المنخفض يصاحبه ارتفاع في التوجه الديني، وفي نفس الاتجاه نجد من المقارنة في مستوى القياس التصنيفي أن عينة الضغط النفسي المرتفع، تضم 46 % من منخفضي التوجه الديني، في حين لا تضم سوى 22,2 % من مرتفعي التوجه الديني، أما عينة منخفضي التوجه الديني فعلى العكس تضم 50,7% مرتفعي التوجه الديني، و 12% فقط من منخفضي التوجه الديني، هذا المؤشرات كلها تدل على وظيفة الدين الإيجابية في حفظ ووقاية سالكيه من الدخول في نفق الضغوط النفسية المظلم، وهذا الاتجاه تدعمه العديد من الدراسات منها دراسة شبلي (2009) حيث توصل في دراسته حول التوجه نحو التدين وعلاقته بمستوى تقدير الذات لدى طلبة الجامعة، إلى وجود علاقة موجبة بين التوجه نحو التدين وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة، وأيضا دراسة زياد بركات (2006) حول الاتجاه نحو الالتزام الديني وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، حيث توصل إلى وجود تأثير جوهري لاتجاه الطلاب نحو الالتزام الديني في مستوى تكيفهم النفسي والاجتماعي لمصلحة الطلبة ذوي التوجه المرتفع، حيث يرى أن التعاليم والمبادئ الإسلامية عقيدة وفكرًا وعملا وإيمانا ومعاملة تشمل كل جوانب الشخصية الإنسانية وتتناولها بالصقل والتنمية والتهذيب والتربية بحيث تتكون لدى المسلم شخصية سوية متكيفة ناجحة، فالإسلام خير عاصم من الزلل ومن الخطأ ومن التعرض للإصابة بالأمراض النفسية والعقلية والاضطرابات الأخلاقية والسلوكية، مما يدفع إلى تمتع المؤمن بالصحة النفسية والعقلية والأخلاقية (بركات،2006).

ومما توصلت إليه كذلك دراسة موسى القدرة (2007) حول الذكاء الاجتماعي لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقته بالتدين وبعض المتغيرات، حيث أسفرت النتائج عن وجود

علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0,05 بين درجات الطلبة على مقياس الذكاء الاجتماعي ودرجاتهم على مقياس التدين. ودراسة بارون (2006) حول التدين وعلاقته بالصحة النفسية والقلق لدى المراهقين الكويتيين، وجاءت نتائجها موكدة على الأثر الإيجابي للتدين في تعزيز الصحة النفسية، وتتفق كذلك مع النتيجة التي توصل إليها غماري (2014) في " أن المستوى العالي من التدين يتفاعل إيجابيا مع الارتياح النفسي للأفراد، أي مع صحتهم النفسية، فكلما كان مستوى تدين الفرد عاليا كانت عواطفه الإيجابية لديه هي المسيطرة وبالتالي كان مستوى ارتياحه النفسي كبيرا وهو الشيء الذي يؤثر إيجابيا على مستوى الصحة النفسية بصفة عامة " **(غماري، 2014، 81)**.

وفي الأخير يجب أن ننوه إلى ملاحظة مفادها أن الباحثين في العلوم النفسية والتربوية عندما يستخدمون المنهج السببي المقارن فإنهم يسعون من ورائه للاقتراب من تحقيق علاقة العلة والمعلول وليس لديهم أدنى شك بأن البحث السببي المقارن لا يقارن مع المنهج التجريبي في درجة مصداقية النتائج وإمكانية تعميمها، فالتفسيرات المتعددة للعلاقات التي يكشف عنها البحث السببي المقارن هي في واقع الأمر تفسيرات مبدئية مؤقتة، فالبحث التجريبي هو النوع الوحيد من البحوث القادر على اكتشاف علاقة العلة بالمعلول وتحديد التتابع الزمني بين المتغيرات وبالتالي يمكنه تحديد أي المتغيرات مستقلة تحدث أولا، وأيها متغيرات تابعة تحدث ثانية، إلا أن هذا لا يقلل من قيمة البحث السببي المقارن في قدرته على الوصول إلى مؤشرات قوية وذات قيمة علمية كبيرة في فهم الظاهرة المدروسة وطبيعتها. ويبقى للبحوث السببية المقارنة مكانها بين البحوث العلمية فهي تسمح باستقصاء عدد من المتغيرات التي لا يمكن دراستها تجريبيا لكون المتغير المستقل سبق حدوثه وإحداثه للتغير على المتغير التابع، أو لا يجب دراستها بالتجريب لاعتبارات أخلاقية رغم إمكانية ذلك، وتمكننا البحوث السببية كذلك في الاستفادة من تسهيل اتخاذ القرارات التي يصعب التوصل لها من خلال التجريب لارتفاع الكلفة

أو إمدادنا ببعض التوجيهات في إجراء البحوث التجريبية بناء على النتائج المتوصل لها في البحوث السببية المقارنة وبالتالي اختصار الجهد والمال والوقت.

استنتاج عام:

بعد تحليل النتائج ومناقشتها نكون قد حققنا مجمل الأهداف التي وضعناه سابقا متمثلة في التحقق من صحة افتراضاتنا، والإجابة على التساؤل العام، حيث تم التوصل إلى:

- **رفض الفرضية الأولى:** أي عدم وجود اختلاف ذو دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية، لدى طلبة نظام ل.م.د بين التخصصات (علوم تقنية ST، تخصص رياضيات وإعلام آلي MI، تخصص علوم الطبيعة والحياة SNV).
- **قبول الفرضية الثانية:** أي وجود فروق بين الطالبات والطلبة في مستوى الضغوط النفسية. ولأن قيمة المتوسط الحسابي لمجموعة الإناث أكبر من المتوسط الحسابي لمجموعة الذكور، مما يعني أن دلالة الفروق لصالح مجموعة الإناث، أي أن مستوى الضغوط النفسية لدى الطالبات أعلى منه لدى الطلبة.
- **قبول الفرضية الثالثة:** أي يمكننا القول أنه يوجد اختلاف في مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د باختلاف المستوى الدراسي (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة)، ولتحديد أي المتوسطات تختلف فيما بينها اختلاف معنوي (المقارنات الزوجية)، لجئنا لإحدى اختبارات المقارنات البعدية، وقد اخترنا اختبار LSD(اختبار أقل فرق معنوي) وكانت نتائج المقارنات مثنى مثنى كالتالي:

- الفرق بين متوسط مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الأولى ومتوسط مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الثانية هو (-4,57) وهو دال إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,05)، ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائيا بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الثانية في مستوي الضغوط النفسية، ولصالح السنة الثانية.

- الفرق بين متوسط مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الأولى ومتوسط مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الثالثة هو (0,71) وهو غير دال إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,05)، ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الثالثة في مستوي الضغوط النفسية.
- الفرق بين متوسط مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الثانية ومتوسط مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الثالثة هو(5,29)، وهو دال إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,05)، ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائيا بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الثانية في مستوي الضغوط النفسية، ولصالح السنة الثانية.

- **رفض الفرضية الرابعة:** ومنه يمكننا القول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات مرتفعات التوجه الديني الجوهري والطالبات منخفضات التوجه الديني الجوهري في مستوى الضغوط النفسية.
- **قبول الفرضية الخامسة:** ومنه يمكننا القول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات مرتفعات التوجه الديني الظاهري والطالبات منخفضات التوجه الديني الظاهري في مستوى الضغوط النفسية.

أما في ما يخص الإجابة عن التساؤل العام الذي مفاده: هل للتوجه نحو التدين أثر في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة نضام ل.م.د؟ فقد كان كالتالي:

أن للتوجه نحو التدين أثر في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة نظام ل.م.د بجامعة المسيلة، قد يكون هذا الأثر إيجابي فيقي صاحبه من الوقوع تحت وطأة المستوى العالي من الضغوط النفسية، وقد يكون سلبي (عكسي) فيزيده ضغطا نفسيا إضافيا

ويمكننا القول بشكل عام أن العلاقة بن التدين المعتدل والصحة النفسية إيجابية، وبالعكس العلاقة بين التدين المتطرف الغير سوي والصحة النفسية سالبة، فالمشكل ليس مع

دين من الأديان (مادام مصدره الله سبحانه وتعالى)، لكنه مع شكل من أشكال التدين في هذا الدين أو ذاك.

وفي الأخير نشير إلى أن نتائج الدراسة الحالية هي في حدود المكان (منطقة المسيلة) والزمان اللذان أجريت فيهما (الموسم الدراسي: 2015/2014)، وفي حدود العينة المدروسة وما تتميز به من خصائص (طلبة جامعين) ولهذا لا يمكن تعميم نتائجها على المجتمع الكلي (المجتمع الجزائري بكل فئاته).

التوصيات والاقتراحات:

بعد تحليل النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسة ومناقشتها، تبين لنا جليا أن التوجه نحو التدين كظاهرة نفسية، له أثره كأسلوب يلجأ له الطلبة الجامعين، في مواجهة الضغوط النفسية التي لا مفر منها ولا مهرب إلا بالمواجهة المباشرة، وعليه على الجامعة والقائمين على شؤون الطلبة الاستفادة من البحوث الميدانية التي تطرقت لتشخيص مشكلة الضغوط النفسية لديهم، وأساليب مواجهتها المواجهة الفعالة، ونخص بالذكر الأساليب الدينية، لثبوت فائدتها في الكثير من الحالات النفسية، خاصة الحادة منها. وفي ضوء النتائج المتحصل عليها نوصي ونقترح ما يلي:

توصيات البحث:

- عقد مؤتمرات وملتقيات؛ تهتم بنشر الوعي الديني الصحيح (البعيد عن الغلو والتطرف) بين الطلبة خاصة والناس عامة.
- إعداد برامج توجيهية، وتدريبية للطلبة الجامعين بهدف تصحيح بعض التصورات والمفاهيم الدينية الخاطئة التي ترسخت في الأذهان عن طريق الخطأ.

- إعادة بناء القيم الإسلامية بناء يقينيا، حتى تترسخ في أذهان الطلبة الجامعين، وتتحول إلى سلوك مشاهد للعيان يقتدى به، فتنتشر قيم الإسلام السمح في أوساط المجتمع عن طريقهم.
- تصميم وبناء مقايس نفسية لقياس مستوى التدين لدى الأفراد في المجتمع الجزائري، دقيقة وأكثر حساسية للتوجهات الدينية الغير السوية والمضللة.
- الاهتمام بالجانب الديني عند تكوين المعالجين النفسين، والاهتمام بالجانب النفسي عند تكوين الأئمة ودعاة الإسلام الصحيح.
- تزويد المقرر الدراسي لطلبة علم النفس بمقررات دينية تعنى بالجانب النفسي الروحي توليه اهتمام أكبر بالصحة النفسية للطالب الجامعي من طرف المصالح المختصة بشؤون الطلبة داخل المؤسسة الجامعية.
- إنشاء مراكز خاصة داخل الحرم الجامعي للتكفل بمشاكل الطلبة النفسية، والتربوية، والتنظيمية؛ يشرف عليها مجموعة من أساتذة قسم علم النفس وطلبتهم المتمكنين في الجانب الإرشادي والعلاجي.
- تفعيل دور المشرف التربوي الخاص بنظام ل.م.د، وتهيئة ظروف ومكان تواصل المجموعات الاشرافية.
- نشر ثقافة المرافقة الدراسية بين الطلبة خاصة المستجدين والمقيمين منهم في الجامعة قصد تعريفهم برسالة الجامعة وأهدافها وقوانينها التي تعمل بها، وتسهيل عملية اندماجهم وتوافقهم مع الحياة الجديدة.
- تصميم برامج إرشادية علاجية مبنية على أساس ديني صحيح لعلاج الاضطرابات النفسية والمشاكل التربوية؛ بما فيها كيفية توظيف الأساليب الدينية لمواجهة الضغوط النفسية.

مقترحات البحث:

هذا وقد أثار البحث الحالي بعضا من المواضيع التي تحتاج إلى توجيه اهتمام الباحثين وطلبة الدراسات العليا لتناولها. وفي هذا الصدد، نقترح القيام ببحوث تتناول على سبيل المثال لا الحصر ما يلي:

- دراسة أثر متغير التدين في متغيرات نفسية أخرى، من مثل خصائص الشخصية المتنوعة، الظواهر السلوكية المنحرفة، والاضطرابات النفسية، والسيكوسوماتية، لدى الأفراد الأصحاء والمرضى.
- القيام ببحوث على الظاهرة الدينية لدى باقي المراحل العمرية المختلفة وخاصة المراهقين.
- الاهتمام بدراسة وإلقاء الضوء على الضغوط النفسية الرهيبة، التي يعانيها طلبة القسم النهائي في الثانوية خاصة قبيل امتحان البكالوريا.
- القيام بدراسات نفسية مقارنة بين طلبة العلوم الشرعية وطلبة العلوم المادية في مستوى التدين، وخصائص الشخصية، والضغوط النفسية وكيف يتعامل معها كل صنف.
- القيام بدراسات مقارنة بين الأصحاء والمرضى النفسيين في مستوى التدين وأكثر الأساليب المعتمدة في مواجهة الضغوط النفسية.
- القيام بدراسات تطبيقية علاجية إرشادية لبعض الاضطرابات والأمراض النفسية، باستخدام الأساليب الدينية مثل: القرآن الكريم، الأذكار والأدعية والابتهالات، الصلاة المنفردة والجماعية، الصوم، والتأمل في ملكوت الله سبحانه وتعالى.
- دراسة أثر برنامج إرشادي نفسي روحي مستمد من تعاليم الإسلام في مواجهة الضغوط النفسية الحادة التي يتعرض لها مرضى السرطان.

خـــاتمـــة:

إنه لمن الصعب الخروج بمضمون عام عن العلاقة بين التدين والصحة النفسية، وأثره في مواجهة الضغوط النفسية، إذ أن المجال يحتاج إلى بحوث أكثر ودراسات أعمق، في عينات أشمل وأكثر تنوعا، سواء من حيث الديانة، أو الفئة العمرية، ويحتاج كذلك إلى تصميم مقاييس أكثر دقة وحساسية؛ فاتساع مفهوم التدين لدى العامة وتعدد أبعاده من جهة، وإمكانية تقمص الشخصية الدينية وسهولة إظهارها وإبطان عكسها من جهة أخرى؛ عقد من مهمة الحكم على الظاهرة الدينية من منظور نفسي علمي. إلا أنه يجب أن لا يغنينا هذا عن الاستفادة من الأثار الإيجابية الجمة للدين على الصحة النفسية والجسدية ككل، حيث يؤدي الدين جملة من الوظائف التي لا غنى عنها لكل من الفرد والجماعة، ويوفر قاعدة وجدانية تضمن الأمن والاطمئنان النفسي والاتزان الانفعالي .

إلا أن البرامج الإرشادية النفسية، والطرق العلاجية الغربية المتوفرة في بيئاتنا العربية الإسلامية، لم تعد تلبي كل رغبات وحاجيات الأفراد، ؛ فبوجود فروق جوهرية بين الثقافة الغربية التي نشأ فيها النموذج الإرشادي والثقافة العربية الإسلامية التي انتقل إليها، واختلاف قيم المجتمع العربي الإسلامي عن قيم المجتمع الغربي في العقيدة، ومنهج الحياة، يدفعنا إلى إعادة التفكير في رصيدنا وتراثنا الديني النفسي وإعادة بعثه من جديد، والاستفادة من طرق الإرشاد النفسي الديني، كأسلوب إرشادي وعلاجي برزت الحاجة إليه الأن. إلا أن هذا يحتاج إلى تظافر الكثير من الجهود وتوحد الصفوف للنهوض بالنموذج الإسلامي في علم النفس، وتحديد معالمه، وتكييف مناهجه وتسهيل الوصول إليه، وتخريج مخزونه العلمي العملي في ميدان معالجة الاضطرابات النفسية المتعددة، مما يدفعنا إلى تصميم برامج إرشادية قائمة على مبادئ دينية، والاهتمام أكثر بالجانب الديني عند تكوين المعالجين النفسين، قال تعالى: { **وَمَنْ أَحْسَنُ قَوْلًا مِّمَّن دَعَا إِلَى اللَّهِ وَعَمِلَ صَالِحًا وَقَالَ إِنَّنِي مِنَ الْمُسْلِمِينَ** } [فصلت: 33].

قائمـــة المراجـــع:

قائمة المراجع العربية:

1- القرآن الكريم.

2-أبو علام، رجاء محمود (2011): **مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية**، ط6، دار النشر للجامعات، القاهرة.

3- ابن منظور، أبي الفضل جمال الدين (1956): **لسان العرب**، المجلد 13، دار صادر، بيروت.

4-إبراهيمي، شبلي (2009): **التوجه نحو التدين وعلاقته بمستوى تقدير الذات لدى طلبة الجامعة**، رسالة ماجيستير، جامعة الجزائر.

5-أونيسة، قاسي(2014): **الوسائل التعليمية وطرق التدريس وعلاقتها بالضغط النفسي لدى معلمي التربية الخاصة**، مذكرة ماجيستير، جامعة مولود معمري، تيزي وزو.

6-الأطرش، شهلا حسين (2000): **مصادر الضغط النفسي واستراتيجيات التوافق لدى طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الرابعة في الجامعة الأردنية**، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

7- الأعرجي، إبراهيم مرتضى(2007): **فقدان المعنى وعلاقته بالتوجه الديني ونمط الاستجابة المتطرفة لدى طلبة جامعة بغداد**، رسالة دكتوراه، كلية التربية، بغداد، العراق.

8-بارون، خضر عباس (2008): **التدين وعلاقته بالصحة النفسية والقلق لدى المراهقين الكويتيين**، المجلة التربوية، جامعة الكويت، المجلد 22، العدد 88، 13-47.

9-بوعود، أسماء (2007): **التدين وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية عند عينة من طلبة الجامعة**، رسالة ماجيستير، جامعة محمد خيضر ببسكرة، الجزائر. العدد 20، 143-156.

10- بوقصارة منصور، حمري صارة (2015): **علاقة الضغط النفسي بالدافعية الأكاديمية لدى طلبة المدارس التحضيرية بوهران**، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية،

11- بيومي، محمد أحمد محمد (1999): **علم الاجتماع الديني**، ط2، دار المعرفة الجامعية، مصر.

12- البيرقدار، تنهيد عادل فاضل (2011): **الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية بجامعة الموصل**، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد 11، العدد 1، 28-56.

13- بيرت، سيرل (1985): **علم النفس الديني**، ترجمة سمير عبدة، دار الافاق الجديدة، بيروت.

14- بلولي، فرحات (2013): **مهمة الإشراف في ظل نظام ل.م.د في إطار أعمال اليوم الدراسي: إصلاحات التعليم العالي والتعليم العام الراهن والآفاق**، مخبر الممارسات اللغوية في الجزائر، جامعة مولود معمري تيزي وزو، الجزائر.

15- البنا، أنور حمودة (2008): **المواقف الحياتية الضاغطة لدى طلبة جامعة الأقصى بمحافظة غزة**، مجلة جامعة الأقصى، المجلد 12، العدد 2، 133-161.

16- بركات، زياد(2006): **الاتجاه نحو الالتزام الديني وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة**، جامعة القدس المفتوحة- منطقة طولكرم-، فلسطين.

17- بركة، محمد (1986): **الدين ضرورة إنسانية، مجلة الوعي الاسلامي**، الكويت، 15-17.

18- جبالي، صباح (2012): **الضغوط النفسية واستراتيجيات مواجهتها لدى أمهات الأطفال المصابين بمتلازمة داون**، رسالة ماجيستير، جامعة فرحات عباس، سطيف.

19- جوارد، سدني ولندزمن، تيد، ترجمة حمد دلي الكربولي وموفق الحمداني (1988)، **الشخصية السليمة**، مطبعة جامعة بغداد، بغداد.

20- الجمعة سليمان، بنيان الرشيدي (2006): **الضغوط النفسية التي يواجهها طلاب كليات المعلمين وعلاقتها بكل من المستوى الدراسي وتخصص الطالب**، مجلة جامعة بنها، المجلد 16، العدد 65، 197-222.

21- جناورو، زيدان محمد (2011): **الضغوط النفسية وعلاقتها بالعوامل الخمسة للشخصية لدى طلبة الجامعة في سوريا والجزائر**، رسالة ماجيستير، جامعة الجزائر، الجزائر.

22- الدسوقي، خالد (1997): **التوجه الديني وعلاقته ببعض ابعاد الشخصية لدى طلاب المرحلة الثانوية**، رسالة ماجيستير غير منشورة، جامعة عين شمس، مصر.

23- دراز، محمد(1990): **بحوث ممهدة لدراسة تاريخ الاديان**، دار القلم، الكويت.

24- دخان، نبيل كامل، الحجار، بشير إبراهيم (2006): **الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم**، مجلة الجامعة الإسلامية، المجلد 14، العدد 2، 369- 398

25- هادي، ابتسام راضي(2004): **الالتزام الديني لدى طلبة الجامعة في اقسام طرائق تدريس القران الكريم والتربية الاسلامية واقرانهم في الاقسام الاخرى**، رسالة ماجستير، جامعة بغداد.

26- زهران، حامد عبد السلام (1980): **التوجيه والارشاد النفسي**، ط2، عالم الكتب، القاهرة .

27- زعتر، محمد عاطف رشاد (2000): **دراسة ثقافية مقارنة للتوجه الديني والسلوك العدواني لدى الشباب الجامعي،** مجلة دراسات نفسية، المجلد 10، العدد 2، 183-214.

28- الحجار، بشير إبراهيم، رضوان، عبد الكريم سعيد (2006): **التوجه نحو التدين لدى طلبة الجامعة الاسلامية بغزة، مجلة الجامعة الاسلامية**، سلسلة الدراسات الانسانية، مجلد 14، العدد 1، 269-289.

29- حسن، أنعام هادي (2013): **الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية**، ط1، دار صفاء، عمان.

30- حسن، طه عبد العظيم، حسن، سلامة عبد العظيم(2006): **استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية والتربوية**، ط1، دار الفكر، عمان.

31- الحسن، محمد نبيل (1995): **مستوى ومصادر الضغط النفسي لدى طلبة السنة أولى والسنة الثانية في كليات المجتمع الخاصة في عمان والزرقاء**، ملخصات رسائل الماجيستير والدكتوراه، جزء 2، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، الأردن.

32- الطائي ، نزار (1985): **قياس السلوك الديني**، كراسة التعليمات، الكويت.

33- طه، فرج عبد القادر وآخرون (1989): **معجم علم النفس والتحليل النفسي**، دار النهضة، بيروت.

34- طعمة، حسن ياسين (2015): **الاختبارات الإحصائية أسس وتطبيقات**، ط2، دار صفاء، عمان.

35- الطريري، عبد الرحمن سليمان (1994): **الضغط النفسي مفهومه تشخيصه طرق علاجه ومقاومته**، مطابع شركة الصفات الذهبية، الرياض.

36- كشرود، عمار الطيب (1995): **علم النفس الصناعي والتنظيمي الحديث مفاهيم ونظريات**، ط1، دار الكاتب الوطنية، بنغازي، ليبيا.

37- اللامي، عبد العباس مجيد تايه (2010): **الضغوط النفسية لدى طلبة الدراسات المسائية في الجامعة وبناء برنامج إرشادي مقترح لتخفيضها**، الجامعة المستنصرية.

38- لندزي، هول(1978): **نظريات الشخصية**، دار الفكر العربي، القاهرة.

39- محمود، إيهاب عبد السلام (2013): **تحليل البرنامج الإحصائي Spss**، ط1، دار صفاء، عمان.

40- المليجي، عبد المنعم (1955): **الشعور الديني عند الطفل والمراهق**، دار المعارف، القاهرة.

41- المنجد، محمد صالح، شرح حديث لا يشاد الدين أحد إلا غلبه (15- 11- 2008)، تاريخ الاطلاع (2014)، من: https://islamqa.info/ar/124611

42- مقدم، عبد الحفيظ (2003): **الإحصاء والقياس النفسي والتربوي**، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.

43- النوابسة، فاطمة عبد الرحمن(2009): **الضغوط النفسية عند الطلبة المتميزين وأساليب مواجهتها**، ط2، مطبعة الأزهر، عمان.

44- سكر، حيدر كريم (2007): **السلوك الديني لدى طلبة الجامعة**، مجلة كلية التربية الأساسية، العدد 52، 269-284.

45- السهلي، عبد الله (2009): **أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الشباب من المرضى المترددين على مستشفى الطب النفسي بالمدينة المنورة وغير المرضى**، رسالة ماجيستير، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.

46- السيد، حسن علي (2009): **القلق الأخلاقي وعلاقته بالتوجه الديني (الجوهري والظاهري) لدى طلبة كلية التربية إبن رشد جامعة بغداد**، مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد 24، 225-274.

47- السيد عبيد، ماجدة بهاء الدين (2008): **الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية**، ط1، دار صفاء، عمان.

48- السيد عثمان، فاروق(2001): **القلق وإدارة الضغوط النفسية**، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.

49- السيد، صابر محمد (2001): **دراسة لبعض الضغوط النفسية في ضوء الاتجاه الديني وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية**، رسالة دكتوراه، جامعة عين شمس، القاهرة، مصر.

50- السمادوني، السيد إبراهيم(1990): **إدراك المتفوقين عقليا للضغوط والاحتراق النفسي في الفصل المدرسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية البيئية، المؤتمر السنوي السادس لعلم النفس**، ج2.

51- العبدلي، خالد بن محمد بن عبد الله(2012): **الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية، المتفوقين والعاديين بمكة المكرمة**، رسالة ماجيستير، جامعة أم القرى.

52- عبد المعطي، حسن (2006): **ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها**، مكتبة الزهراء، القاهرة.

53- العبودي، فاتح (2008): **الضغط النفسي وعلاقته بالرضى الوظيفي دراسة ميدانية بمؤسسة الخزف الصحي بالميلية ولاية جيجل**، مذكرة ماجيستير، جامعة منتوري، قسنطينة.

54- العزيز، أحمد نايل، أبو السعود، أحمد لطيف(2009): **التعامل مع الضغوط النفسية**، ط1، دار الشروق، رام الله.

55-

56- العيسوي، عبد الرحمن(1997): **في علم النفس البيئي**، منشأة المعارف، الإسكندرية.

57- العنزي، أمل سليمان تركي (2005): **أساليب مواجهة الضغوط عند الصحيحات والمصابات بالاضطرابات النفسجسمية "السيكوسوماتية" دراسة مقارنة**، رسالة ماجيستير، جامعة الملك سعود، العربية السعودية.

58- عليان، هاني عطية (2013): **مستوى الالتزام الديني والقيم الاجتماعية وعلاقتهما بالاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعات الفلسطينية بغزة**، رسالة ماجستير، جامعة الأزهر بغزة، فلسطين.

59- عنو، عزيزة (2005): **مدى فاعلية العلاج النفسي الديني بالقرآن الكرين والاذكار والادعية على الاكتئاب الاستجابي لدى طالبات الجامعة**، رسالة دكتوراه غير منشورة، الجزائر.

60- عسكر، علي(2003): **ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها**، دار الكتاب الحديث، ط3، القاهرة.

61- عصام الدين، محمد(1992): **ديانات ومذاهب أهل العالم**، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر.

62- فهمي، سمية (1975): **الأسس النفسية للاتجاه الديني**، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، مصر.

63- فونتانا، ديفيد، ترجمة حمدي الفرماوي ورضا أبو سريع (1994): **الضغوط النفسية، تغلب عليها وابدأ الحياة**، مكتبة الأنجلو مصرية، القاهرة.

64- فروم، إيرك، ترجمة فؤاد كامل(1977): **الدين والتحليل النفسي**، مكتبة غريب، القاهرة.

65- فروم، إيريك، ترجمة سعد زهران (1989): **الإنسان بين الجوهر والمظهر**، العدد 14، سلسلة عالم المعرفة، الكويت.

66- الصنيع، صالح بن إبراهيم (2000): **التدين والصحة النفسية**، الإدارة العامة للثقافة والنشر، المملكة العربية السعودية.

67- الصنيع، صالح بن إبراهيم (2005): **الصحة النفسية من منظور إسلامي بين علماء الإسلام وعلماء النفس**، ط1، دار الهدي النبوي، مصر.

68- القدومي خولة، خليل ياسر (2011): **إدراكات طلبة جامعة إربد الأهلية لمصادر الضغوط النفسية في ضوء بعض المتغيرات**، مجلة الجامعة الإسلامية، المجلد 19، العدد 1، 647-678.

69- القدرة، موسى(2007): **الذكاء الاجتماعي لدى طلبة الجامعة الاسلامية وعلاقته بالتدين وبعض المتغيرات**، رسالة ماجيستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الاسلامية بغزة، فلسطين.

70- الرحيلي، أماني محمد (2012): **المساندة الأكاديمية وأثرها على الضغوط النفسية لدى طالبات جامعة طيبة**، رسالة ماجيستير، جامعة طيبة، المملكة العربية السعودية.

71- رشاد، موسى (1991): **سيكولوجية الفروق بين الجنسين**، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة.

72- رشاد، موسى(1997): **سيكولوجية التدين، مجلة التقويم والقياس النفسي والتربوي**، المجلد 5، العدد 9، غزة، فلسطين.

73- رشاد، موسى(1999): **علم النفس الدعوة بين النظرية والتطبيق**، دار المعرفة، القاهرة.

74- الرشيدي، هارون توفيق(1999): **الضغوط النفسية طبيعتها، نظرياتها، برنامج لمساعدة الذات في علاجها**، مكتبة الأنجلو مصرية، القاهرة.

75- الشمال، محمود حسن، الوجودية وعلم النفس،(8 -03 -2015)، تاريخ الاطلاع (04-07-2015)،من:
http://mahmoodshamal.blogspot.com/2015/03/blog-post_4.html
76- تايلور، شيلي، ترجمة وسام دويتش (2008): علم النفس المرضي، دار الحامد للنشر والتوزيع، ط1، عمان.
77- تركي، مصطفى أحمد (1980): **العلاقة بين التدين والعصابية والانبساطية والثقة بالنفس والدافعية للإنجاز والمرونة لدى طلبة الجامعة**، بحوث في سيكولوجية الشخصية في البلاد العربية، مؤسسة الصباح، الكويت.
78- الخولي، وليم(1976): **الموسوعة المختصرة في علم النفس والطب العقلي**، دار المعارف، القاهرة.
79- الخشاب، أحمد(1970): **الاجتماع الديني مفاهيمه النظرية وتطبيقات العملية**، المكتبة الحديثة، القاهرة.
80- الخشاب، سامية (1988): **علم الاجتماع الديني**، دار المعارف المصرية، القاهرة.
81- الذهبي، محمد حسين (1975): **الدين والتدين، مجلة البحوث الاسلامية**، المجلد 1، العدد 1.
82- غانم، محمد حسن (2004): **التدين وعلاقته بقلق الموت والأحداث السارة والنظرة للحياة**، مجلة دراسات عربية في علم النفس، المجلد 3، العدد 3، 197- 255.
83- غماري، طيبي(2014): **التدين والصحة النفسية في الجزائر (تبرير للعلاقة الايجابية بين الاسلام وعلم النفس)**، مجلة التشريع الإسلامي والأخلاق، 65- 86.
84- غرب، مازن كامل(2009): **التوجه الديني للمرأة العراقية وانعكاسه على مظهرها الخارجي (محجبة- غير محجبة)، مجلة البحوث التربوية والنفسية**، جامعة بغداد، العدد 23 ، 212-231.

قائمة المراجع الاجنبية:

85- Allport, G, (1950) : **The Individual and His Religion**, New York: The Macmillan Company.

86- Baqutayan , Shadiya Mohamed Saleh (2011) : **The importance of relegious orientation in managing stress**, International journal of psychological studies, 3(1), 113-121.

87- Brodsky S.L (1988) **: The psychology of adjustment**, holtrine hart and winston, USA.

88- Carpenter ,T .p, Laney, T & Mazulis, A (2011) : **Relegious coping stress and depressive symptoms among adolescents : prospective study psychology of religion and spirtuality,** advance online publication.

89- Destinattion Santé SAS. (2013, juin 27). **L'information santé au Quotidien**. Consulté le 21 novembre 2015, sur Destinattion Santé.com: https://destinationsante.com/le-stress-quel-impact-sur-notre-sante.html

90- Dittes, J.E. (1971) : "**Psychology of Religion**", G. Lindsey &Aronson (eds.) *Handbook of Social Psychology*, 2nd, ed. Reading, Mass: Addison-Wesley.

91- Dominique Servant (2005) : **gestion du stress et l'anxiété**, masson, paris.

92- Earnshaw, L. Emily (2000) : **Religious Orientation and Meaning in Life**: an Exploratory Study.

93- Ewen, Robert, B (1998) : **Personality: A Topical Approach (Theories, Research, Major Controversies, and Emerging Findings)**. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

94- Gallant, M. Christina (2001) : "***Existential Expeditions: Religious Orientations and Personal Meaning***", Graduate Counseling Psychology Program, Published Master Thesis.

95- Hamilton, V & Warburton, D (1981) : **human stress and cognition**, chi chester, england, John wiley & sons ltd.

96- Hunsberger, Bruce (1999) : "**Social-psychological causes of faith**", new findings offer compelling clues (The Science of Religion)", Free Inquiry.

97- Husni Mohd Radzi et all (2014) : **Relegious and sputual coping used by students in dealing with stress and anxiety** ,internationa journal of Asian social scince, 4(2), 314-319.

98- Knight, G. Diane & Sedlacek, E. William (N. D.) : **The Religious Orientation of College Students**, University Maryland, U.S.A.

99- Marc Solomon (2006) : **vivre avec son stress**, ed pasteur, Paris.

100- Miller, sill (1982) : **child stress**, new york, double danny company.

101- Monat, A & Lazarus, R (1977) : **stress and coping and anthology**, colombia university press pp 1-10.

102- Norbert Sillamy (1989) : **Dictionnaire de la psychologie**, Librairie Larousse, Canada.

103- Numericus. (2012, 01). Cours : Standardisation et étalonnage d'un test en psychométrie. Consulté le 11 14, 2015, sur http://psychologie.psyblogs.net/: http://psychologie.psyblogs.net/2012/01/cours-standardisation-et-etalonnage-dun.html211

الملاحق

الملحق رقم (01): مقياس التوجه نحو التدين قبل التعديل.

معلومات شخصية:

السن:

الجنس:

الكلية:

المستوى الدراسي:

	العبارات	دائما	أحيانا	نادرا
1	أشعر براحة نفسية عميقة عند قراءة القران الكريم.			
2	أحرص على أن توافق أقوالي أفعالي.			
3	أحافظ على أداء الصلاة في وقتها باطمئنان وخشوع.			
4	احافظ على صيام النوافل(كالاثنين و الخميس).			
5	أداوم على قراءة الأذكار و الأوراد الدينية.			
6	أكون سعيدا و أنا أبتهل إلى الله بالداء وشكره على نعمه.			
7	أرحم الصغير و أوقر الكبير.			
8	إذا وقعت في معصية أبادر إلى الاستغفار و التوبة والندم			
9	أحرص على الامر بالمعروف و النهي عن المنكر.			
10	أحافظ على العهد وأوفي بالوعد.			
11	أصبر علي البأساء و الضراء.			
12	أكظم غيضي و أعفو عن من ظلمني.			
13	أحرص على مخالطتي الأتقياء و الصالحين.			
14	أحب مساعدة الأخرين.			
15	أحرص على إماطة الأذى عن الطريق.			
16	أستأذن أقاربي وأصدقائي قبل زيارتي لهم.			
17	أبتعد عن الغيبة و النميمة و الخوض في أعراض الناس.			
18	أحرص على التعرف على معاني الآيات القرآنية لأفهم أمور ديني.			
19	أحرص على صلة الأرحام رغم انشغالي في الدراسة.			
20	أجتهد في دراستي ثم أستعين بالله تعالى على النجاح.			
21	أخلص النية قبل العمل.			
22	ألبي دعوة الأصحاب و أعتذر عن عدم الاستطاعة.			
23	أحافظ على أسرار الأخرين و خصوصياتهم.			
24	أسيطر على انفعالاتي في الحزن و الغضب و السرور و الفرح.			

25	أشارك جيراني في مناسباتهم.			
26	أرى أن التقصير في الدراسة دون عذر معصية سيعاقبني الله عليها.			
27	أتصدق على من أراه محتاجا و أكون سعيدا بذلك.			

الملحق رقم (02): مقياس الضغوط النفسية قبل التعديل.

	الأحداث	لا تنطبق	تنطبق بدرجة قليلة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة كبيرة
1	أجد صعوبة في فهم بعض المواد الدراسية.				
2	توجد الكثير من الخلافات بيني و بين أفراد أسرتي.				
3	أتضايق من دخل أسرتي المنخفض.				
4	أشعر بالضيق لعدم احترامي من قبل زملائي.				
5	أعاني من نفاد صبري بسرعة.				
6	أنزعج من الاسلوب الذي يتبعه بعض الأساتذة في المحاضرة.				
7	أنزعج من تميز والدي بيني و بين إخوتي بالمعاملة.				
8	يصعب علي تأمين ما تستلزمه متطلبات الدراسة من كتب و مراجع بسبب سوء حالتي الاقتصادية.				
9	أحاول الحصول على تقدير الأخرين عن طريق القيام بإنجازات جيدة و لكن دون جدوي				
10	أجد يوميا مشكلات تعترض طريقي.				
11	أجد صعوبة في تركيز انتباهي أثناء المحاضرة.				
12	أنزعج من القسوة التي يعاملني بها والدي.				
13	أنزعج من عدم قدرتي على تلبية احتياجاتي و متطلباتي الشخصية بسبب سوء حالتي المادية.				
14	أنزعج من تدخل الأخرين في شؤوني الخاصة.				
15	أجد صعوبة في نسيان الأحداث و الخبرات السلبية الماضية.				
16	أجد صعوبة في استرجاع المعلومات التي قمت بحفضها.				
17	تدخل والدي في شؤوني الخاصة يشعرني بالضيق.				
18	أخجل أن يزورني أصدقائي في منزلي لأنني أعيش في حي شعبي بسيط و مزدحم.				

19	أتنازع مع الأخرين لانهم يريدون أشياء لا أريدها.				
20	انزعج من عدم قدرتي على مسايرة تغيرات الحيات.				
21	أنزعج من الشغب و التشويش من قبل الزملاء أثناء المحاضرة.				
22	أتضايق عندما يقارنني أهلي بشخص ما.				
23	أخجل أن يزورني احد أصدقائي في منزلي بسبب النقص في أثاث المنزل.				
24	يصعب علي إقامة علاقات صداقة جديدة مع الأخرين.				
25	قلة صحتي الشخصية(النفسية) تسبب لي الضيق.				
26	أتضايق من عدم توفر المراجع الدراسية في مكتبة الكلية.				
27	أنزعج من معاملة والدي لي كشخص غير ناضج.				
28	أعاني من كثرة ديون الأخرين علي.				
29	أنزعج من مخالفة الأخرين لأرائي التي أعتقد بأنها سليمة.				
30	قلة صحتي الشخصية (الجسدية) يسبب لي الضيق.				
31	أشعر بالظلم في تقديرات الامتحانات التي حصلت عليها..				
32	لا أستطيع التعبير عن رأيي داخل أسرتي.				
33	أتضايق من عدم تلبية أهلي لمتطلباتي المادية بالرغم من استطاعتهم.				
34	قلة الأصدقاء المقربين لي يشعرني بالضيق.				
35	أنزعج من عدم قدرتي على اتخاذ القرارات المناسبة.				
36	أشعر بالندم لدخولي هذا الفرع.				
37	أتضايق من إجباري على القيام بأمور لا أرغب فيها من قبل والدي.				
38	تضعف طموحاتي المستقبلية بسبب سوء حالتي الاقتصادية.				
39	أنزعج من الآراء السلبية تجاهي من قبل الأخرين.				
40	ضياع وقتي دونما فائدة يشعرني بالتوتر.				

الملحق رقم (03): مقياس العوامل الكبرى للشخصية (بعد العصابية) قبل التعديل.

	العبارات	موافق جدا	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق على الإطلاق
1	لست بالشخص القلق.					
2	يغلب علي الشعور أني أقل من الأخرين.					
3	اشعر في بعض الأحيان بالانهيار إذا وضعت تحتي ظروف ضاغطة.					
4	نادرا ما اشعر بالوحدة أو الكأبة.					
5	كثيرا ما أشعر بالتوتر أو النرفزة.					
6	أشعر في بعض الأحيان أن لا قيمة لي.					
7	نادرا ما أشعر بالخوف أو القلق.					
8	كثيرا ما اغضب من الطريقة التي يعاملني بها الاخرون.					
9	ينتابني في الغالب شعور بانخفاض همتي إذا ساءت الأمور.					
10	نادرا ما أشعر بالحزن و الاكتئاب.					
11	يغلب علي الشعور بالعجز والحاجة إلى من يحل مشاكلي.					
12	شعوري بالخجل قد يدفعني في بعض الأحيان إلى محاولة الاختباء.					

الملحق رقم (04): مقياس الضغوط النفسية بعد التعديل.

معلومات شخصية:

الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐

التخصص : ST ☐ Mi ☐ SNV ☐

السنة الدراسية : السنة الأولى ☐ السنة الثانية ☐ السنة الثالثة ☐

	العبارات	لا تنطبق	تنطبق بدرجة قليلة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة كبيرة
1	أجد صعوبة في فهم بعض المواد الدراسية.				
2	توجد الكثير من الخلافات بيني و بين أفراد أسرتي.				
3	أتضايق من دخل أسرتي المنخفض.				
4	أشعر بالضيق لعدم احترامي من قبل زملائي.				
5	أنزعج من الاسلوب الذي يتبعه بعض الأساتذة في المحاضرة.				
6	أنزعج من تميز والدي بيني و بين إخوتي بالمعاملة.				
7	يصعب علي تأمين متطلبات الدراسة من كتب ومراجع بسبب سوء حالتي الاقتصادية				
8	أحاول الحصول على تقدير الأخرين بالقيام بإنجازات جيدة ولكن دون جدوي				
9	أجد يوميا مشكلات تعترض طريقي.				
10	أنزعج من القسوة التي يعاملني بها والدي.				
11	أنزعج من عدم قدرتي على تلبية احتياجاتي الشخصية بسبب سوء حالتي المادية.				
12	أجد صعوبة في نسيان الأحداث و الخبرات السلبية الماضية.				
13	تدخل والدي في شؤوني الخاصة يشعرني بالضيق.				
14	أخجل أن يزورني أصدقائي في منزلي لأنني أعيش في حي شعبي بسيط و مزدحم.				
15	أتنازع مع الأخرين لانهم يريدون أشياء لا أريدها.				
16	انزعج من عدم قدرتي على مسايرة تغيرات الحيات.				
17	أنزعج من الشغب و التشويش من قبل الزملاء أثناء المحاضرة.				
18	أتضايق عندما يقارنني أهلي بشخص ما.				

19	أخجل أن يزورني احد أصدقائي في منزلي بسبب النقص في أثاث المنزل.				
20	يصعب علي إقامة علاقات صداقة جديدة مع الأخرين.				
21	قلة صحتي الشخصية(النفسية) تسبب لي الضيق.				
22	أتضايق من عدم توفر المراجع الدراسية في مكتبة الكلية.				
23	أنزعج من معاملة والدي لي كشخص غير ناضج.				
24	أعاني من كثرة ديون الأخرين علي.				
25	أنزعج من مخالفة الأخرين لأرائي التي أعتقد بأنها سليمة.				
26	أشعر بالظلم في تقديرات الامتحانات التي حصلت عليها..				
27	لا أستطيع التعبير عن رأيي داخل أسرتي.				
28	أتضايق من عدم تلبية أهلي لمتطلباتي المادية بالرغم من استطاعتهم.				
29	قلة الأصدقاء المقربين لي يشعرني بالضيق.				
30	أنزعج من عدم قدرتي على اتخاذ القرارات المناسبة.				
31	أشعر بالندم لدخولي هذا الفرع.				
32	أتضايق من إجباري على القيام بأمور لا أرغب فيها من قبل والدي.				
33	تضعف طموحاتي المستقبلية بسبب سوء حالتي الاقتصادية.				
34	أنزعج من الآراء السلبية تجاهي من قبل الأخرين.				
35	ضياع وقتي دونما فائدة يشعرني بالتوتر.				

الملحق رقم (05): مقياس التوجه نحو التدين بعد التعديل

	العبارات	دائما	أحيانا	نادرا
1	أشعر براحة نفسية عميقة عند قراءة القران الكريم.			
2	أحرص على أن توافق أقوالي أفعالي.			
3	أحافظ على أداء الصلاة في وقتها باطمئنان وخشوع.			
4	احافظ على صيام النوافل(كالاثنين و الخميس).			
5	أداوم على قراءة الأذكار و الأوراد الدينية.			
6	أكون سعيدا و أنا أبتهل إلى الله بالداء وشكره على نعمه.			
7	أرحم الصغير و أوقر الكبير.			
8	إذا وقعت في معصية أبادر إلى الاستغفار و التوبة والندم			
9	أحرص على الامر بالمعروف و النهي عن المنكر.			
10	أحافظ على العهد وأوفي بالوعد.			
11	أصبر علي البأساء و الضراء.			
12	أحرص على مخالطتي الأتقياء و الصالحين.			

13	أحرص على إماطة الأذى عن الطريق.				
14	أستأذن أقاربي وأصدقائي قبل زيارتي لهم.				
15	أبتعد عن الغيبة و النميمة و الخوض في أعراض الناس.				
16	أحرص على التعرف على معاني الآيات القرآنية لأفهم أمور ديني.				
17	أجتهد في دراستي ثم أستعين بالله تعالى على النجاح.				
18	أخلص النية قبل العمل.				
19	ألبي دعوة الأصحاب و أعتذر عن عدم الاستطاعة.				
20	أسيطر على انفعالاتي في الحزن و الغضب و السرور و الفرح.				
21	أشارك جيراني في مناسباتهم.				
22	أرى أن التقصير في الدراسة دون عذر معصية سيعاقبني الله عليها.				

الملحق رقم (06): مقياس العوامل الكبرى للشخصية (بعد العصابية) بعد التعديل.

	العبارات	موافق جدا	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق على الإطلاق
1	لست بالشخص القلق.					
2	يغلب علي الشعور أني أقل من الأخرين.					
3	اشعر في بعض الأحيان بالانهيار إذا وضعت تحتي ظروف ضاغطة.					
4	نادرا ما اشعر بالوحدة أو الكأبة.					
5	كثيرا ما أشعر بالتوتر أو النرفزة.					
6	أشعر في بعض الأحيان أن لا قيمة لي.					
7	نادرا ما أشعر بالخوف أو القلق.					
8	كثيرا ما اغضب من الطريقة التي يعاملني بها الاخرون.					
9	ينتابني في الغالب شعور بانخفاض همتي إذا ساءت الأمور.					
10	يغلب علي الشعور بالعجز والحاجة إلى من يحل مشاكلي.					
11	شعوري بالخجل قد يدفعني في بعض الأحيان إلى محاولة الاختباء.					